

いばらき

2

No. 1029
February 2021



特集・COVER

第2回茨城町公式Instagram
フォトコンテスト 入賞作品決定！



入賞作品



高木裕太郎さん(茨城町)
アカウント: yu_tern7

親沢公園はきれいな夕日を見ることができると有名です。夕日が沈むころ、釣り人のシルエットが浮かび上がる幻想的な一枚を撮影することができました。

親沢公園は物心がつくころから慣れ親しんだ場所。たびたび訪れては新しい写真のロケーションを探したり、キャンプをしたりしています。



廣瀬泰成さん(水戸市)
アカウント: yasunari099

『秋のキャンプ場』一面に咲く彼岸花はとてもきれいでした。地元の方からも親切にお話を聞くことができ、皆さんでこの場所を大切にしているのだなと思いました。

親沢公園は夕日と朝日、夜の星の観察に適しており、このような場所が茨城にあることを大変誇りに思っています。



unanyan824 さん(水戸市)
アカウント: unanyan824

真冬の涸沼の夜明けは格別にも美しいと思います。空は紺青から赤橙へのグラデーションが美しく、それが水面へ映り、息を呑む素晴らしい景色です。

氷点下にキリリと冷え込んだ朝、暖を取るソロキャンパーの焚き火の炎が心に沁み入りました。(親沢公園にて)



廣瀬泰成さん(水戸市)
アカウント: yasunari099

『星降る広浦』広浦といえば、「広浦の秋月」が有名です。確かに秋の月も素敵ですが、星空も素晴らしく、観察に適しています。この日は一人で撮影していましたが、知らない釣り人からも声をかけていただき、温かい交流ができました。



fujiyama223_ さん(茨城県)
アカウント: fujiyama223_

お気に入りの網掛公園で 2020年8月16日に撮影。この日は程良く晴れ、次第に空が青みを帯び、マジックアワーの素敵なグラデーションを撮影することができました。薄ピンク色に染まった雲と空が湖面に映り込むフレキシションにも癒されました。



清水友恵さん(水戸市)
アカウント: ponta_pako

新調した浴衣を着ているのに全然おしとやかにはならず、いつもの調子で「にらめっこ」をしている娘たちを撮りました。

涸沼のあじさいは大きくてカラフルでたくさんの種類があって、私にとっては大切な場所。来年こそ、あじさいまつりが開催されることを楽しみにしています。

フォトコンテスト事務局より

入賞者の皆さんには、賞品として町の特産品「飯沼栗」、「常陸牛カレー」や「しじみ(レトルト)」などを贈呈しました(茨城町農畜産物きざり実践協議会提供)。

今後、入賞作品のほか、ご応募いただいた方の作品は「町の魅力発信」に活用させていただきます。

コンテストは終了しましたが、これからも町の「いいね!」をみつけたら、ぜひ「#いいね3ば」のタグをつけてInstagramに投稿してくださいね。

【問合せ先】
秘書広聴課 地域おこし協力隊
☎029-291-8802(直通)

渡辺朋子さん(東京都品川区)
アカウント: yaeyaewinebeer

コロナ禍で在宅ワークが主流となり、思い切って環境を変えてみようとして茨城町で移住体験をしました。

作品は涸沼散歩で出会った美人猫のポンちゃん(沼は英語でPONDなので勝手に命名)。毎朝「みゃあみゃあ」お話ししながら近寄ってきてくれました。



茨城町公式 Instagram フォトコンテスト 結果発表ページ



入賞コメントを全文掲載しています!



第2回 茨城町公式 Instagram フォトコンテスト2020 結果発表

茨城町地域おこし協力隊企画「第2回茨城町公式 Instagram フォトコンテスト2020」にたくさんの「町の魅力が伝わる写真」をご応募いただき、ありがとうございました。
応募総数210作品の中から、入賞した10作品をご紹介します。



グランプリ

高木裕太郎さん(茨城町)
アカウント: yu_tern7



夕日が沈む黄昏時の親沢公園の雲田気は格別です。なんといっても筑波山のシルエットが幻想的。空のグラデーションと涸沼に映る夕日に魅せられたのを覚えています。

魅力度ランキングが低い茨城ですが、私はそう思っていない。季節が変わるたびその特色が出る、魅力ある地域だと思っています。地元にもこのような素晴らしい風景があるのは誇らしいです。



準グランプリ

富田由紀さん(神栖市)
アカウント: nipoponn

初めて訪れた涸沼自然公園。こんなに素敵なお気に入りのスポットです。



準グランプリ

roidoando さん(水戸市)
アカウント: roidoando

ロードバイクを趣味として始めて3年。毎週仲間と涸沼を周回しています。

この場所は湖上を走っているような感覚になる、気持ちのよいお気に入りのスポットです。この日は一人だったのでゆっくりと涸沼の景色を堪能し、撮影しました。

茨城町は自転車に力を入れているようなので期待しています。



≪作品応募期間≫ 令和2年6月23日~10月20日

※いただいたコメントを一部抜粋して掲載しています。

11/27 (金) 「ひらさわファーム」 県知事賞を受賞
第48回花と緑の環境美化コンクール



令和2年度チャレンジいばらき県民運動のつどい(チャレンジいばらき県民運動主催)が開催され、花と緑の環境美化コンクール(団体・職場部門)で、町代表の「ひらさわファーム(小幡)」が、応募総数176団体の中から、最高位にあたる県知事賞を受賞しました。県民運動のひとつとして推進する花いっぱい運動は、花づくりをおして地域のつながりを深めるとともに、美しいまちづくりを進めることで、地域に愛着を持っていただくことを目的に実施しています。受賞した「ひらさわファーム」は、令和4年度までの3年間、花と緑の県民運動モデル花壇として指定されます。

12/3 (木) 霞台厚生施設組合 「霞台クリーンセンターみらい」 火入式



新広域ごみ処理施設「霞台クリーンセンターみらい」において、火入式が行われました。施設での無事故・無災害を祈る神事を執り行った後、正副管理者や施工者などにより、焼却炉への点火が行われました。令和3年4月から本格稼働となる「霞台クリーンセンターみらい」は、リデュース・リユース・リサイクルに、リフューズ(不要なものは買わない、もらわない)、リペアー(修理しながら長く使う)を加えた5Rを推進しながら、ごみの減量化・資源化に取り組み、環境負荷の少ない資源循環型社会の構築に努めていきます。

11/21(土) 11/22(日) 11/23(月・祝) 酒沼自然公園 「The Coleman Camp 2020」 開催



コールマンジャパン(株)主催のキャンプフェスが酒沼自然公園にて開催されました。今年は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、入場を約120組に限定し、アコースティックライブやワークショップなどが行われました。また、当日は会場内の様子をオンライン配信し、自宅や別のキャンプ場でも現地の雰囲気を楽しめるようにするなど、“密”を避けるための工夫が凝らされたイベントとなりました。

11/27 (金) 安全・安心・快適・楽しい自転車の利用 茨城町の自転車活用推進計画の策定について



令和2年11月27日に、関係機関、関係団体及び有識者からなる茨城町自転車活用推進協議会(会長:小原規宏准教授/茨城大学人文社会科学部現代社会学科)を設立しました。町では、近年の健康志向の高まりや、サイクルツーリズムの盛り上がりを受け、日常生活における自転車利活用の促進やサイクルツーリズムを推進するため、安全・安心・快適・楽しい自転車の利用環境の創出を目指していきます。今後は、本協議会において、年度内の自転車活用推進計画策定に向け、町の実情に応じた具体的な目標や施策を検討・協議していきます。

11/13 (金) 活躍めざましく 令和2年度茨城県表彰



田家さん 山口さん

茨城県の各分野において、県勢の発展に著しい功績があった方々を称える茨城県表彰式が開催されました。町からは、功績者表彰(個人)として茨城町青少年相談員の田家洋治さん(神谷)、功績者表彰(団体)として水戸地区交通安全母の会連合会(山口美知子会長)が表彰されました。

新型コロナウイルス感染症対策 町内全小中学校にパーテーションを設置



葵小学校

新型コロナウイルス感染症対策として、国の学校保健特別対策事業費補助金等を活用し、各小中学校の児童生徒及び教職員用のパーテーションを設置しました。今回導入したパーテーションは、透明なPET樹脂製で、給食やグループ学習時などにおける感染予防のために教室や特別教室の机等に設置するものです。

11/12 (木) 若手農業者向け 「農福連携セミナー」 開催



若手農業者向け「農福連携セミナー」が駒場庁舎で開催されました。農福連携は、就労人口の減少などで担い手の確保を課題とする「農業」と、障がい者の就労機会の拡大を求める「福祉」が連携し、双方の課題解決を目指す取り組みです。今回のセミナーは、若手農家を対象に農福連携を知ってもらい、今後の経営発展につなげることを目的に開催されました。当日は若手農業者18人が参加し、実際の取り組み事例として照沼洋平さん(水戸市、照沼農園代表)からの講演などが行われました。

自治総合センター コミュニティ助成事業 宝くじ助成で 公民館備品などを整備



長岡区(磯部光雄区長)では、宝くじの社会貢献広報事業として、一般財団法人自治総合センターが行う「コミュニティ助成事業」を活用し、公民館にエアコン、会議用テーブル、折り畳み椅子、テレビ、音響設備等の公民館備品を整備しました。この事業により、地域住民が安心して快適に公民館を利用できるようになり、コミュニティ活動がより活発になることが期待されます。

**新型コロナウイルス感染症が疑われる
場合などの検査・相談窓口はこちら**

- 地域の診療所等（診療・検査医療機関）
- 受診・相談センター（茨城県庁内）
☎029-301-3200
午前8時30分～午後10時（土・日・祝日含む）
- 中央保健所
☎029-241-0100
午前9時～午後5時（平日のみ）
- 【医療機関にかかる時のお願い】
・受診前に必ず電話相談し、時間を決定してください。
・時間を守り、マスクを着用してください。

**お知らせ 「第25回フレンドほっとフェア」
開催中止**

毎年2月に、文化芸術振興を目的に開催しております「フレンドほっとフェア」（茨城町文化協会主催）は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止することになりました。
開催に向けて準備を進めていた関係団体、心待ちにしていた皆様におかれましては、大変残念ではありますが、ご理解いただきますようお願いいたします。

【問合せ先】茨城町文化協会事務局 生涯学習課
☎029-240-7122（直通）

**お知らせ ヘルシーフッキング&ウォーキング
教室を開催します**

“食事と運動”の両面から、あなたの健康生活を応援します！
血糖やコレステロール、中性脂肪が気になる方、カロリーを抑えた食事に興味のある方、自粛生活から解放されて体を動かしたい方など、皆さまのご参加をお待ちしています。

- ▶日時 3月4日(木) 午前9時30分～午後1時30分
(受付 午前9時10分～)
- ▶場所 茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」2階 栄養指導室
- ▶対象 茨城町民の方 ※運動制限のない方
- ▶内容 ①健康講話
②調理実習・試食
③ウォーキング教室
(協力：茨城町食生活改善推進協議会 茨城町ウォーキングの会)
- ▶持ち物 米1合、エプロン、三角巾、手拭きタオル、汗拭きタオル、飲料水
※マスクの着用にご協力をお願いします。
※動きやすい服装、靴でご参加ください。
- ▶定員 12人(定員になり次第締め切り)
- ▶料金 無料
- ▶申込方法 健康増進課の窓口または電話でお申込みください。
- ▶申込期間 2月8日(月)～2月22日(月)
- ▶その他 受付時に、検温および体調確認を実施します。
・新型コロナウイルス感染症の発生状況により、日程および内容が変更・中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

【申込・問合せ先】健康増進課
☎029-240-7134（直通）

**お知らせ いこいの村廻沼 野鳥観察会
～廻沼で越冬する渡り鳥たち～**



オオワシ

この季節「廻沼」は野鳥観察のベストシーズンです。スズガモ、ハジロカイツブリ、マガモなどをはじめ、ミサゴ、オオタカなどの猛禽類や、20年来飛来しているオオワシも見ることができます。
今回は、水戸駅からの無料送迎と昼食、温泉入浴をセットにした野鳥観察会を開催します。この機会に、廻沼で越冬する渡り鳥たちを観察してみましょう。

- ▶日時 2月14日(日)、2月21日(日)
- ▶定員 各日50人(定員になり次第締め切り)
- ▶料金 2,500円(飲み物、昼食、入浴代、保険代含む)
※当日お支払いいただきます。

▶スケジュール

| | |
|----------|--------------------------------|
| 午前9時 | 水戸駅南口(バスターミナル8番)集合 ※送迎希望者のみ |
| 午前9時45分 | いこいの村廻沼ロビー 集合 |
| 午前10時 | インフォメーションプラザ見学 |
| 午前10時30分 | 野鳥観察会(網掛公園) |
| 午後0時30分 | 昼食(レストラン「鵜」) |
| 午後1時15分 | 温泉入浴(ひぬま温泉「美人の湯」) |
| 午後2時 | いこいの村廻沼ロビー 解散 |
| 午後2時45分 | 水戸駅着 ※送迎希望者のみ |

- ▶持ち物 水筒、汗拭き用タオル、双眼鏡(双眼鏡をお持ちでない方には、消毒済みの双眼鏡を無料で貸出します。)
- ▶申込方法 電話にて受付(各開催日の前日午後3時まで)
※水戸駅送迎を希望する場合、開催日3日前までにお申し込みください。
- ▶講師 清水道雄先生(廻沼野鳥観察ガイド、ラムサール条約登録湿地ひぬまの会公認観光レポーター)
後藤俊則先生(野鳥研究家)
- ▶その他 小雨決行。暖かい服装、歩きやすい靴でお越しください。
・感染症予防のため、マスクの着用と手指消毒にご協力ください。
・新型コロナウイルス感染症の発生状況により、内容が変更・中止になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

【申込・問合せ先】公益財団法人 茨城県開発公社
いこいの村廻沼
☎0291-37-1171

町の防災行政無線が聞き取れなかった場合
防災行政無線テレホンサービス
☎0800-800-8848(通話料無料)
町ホームページにも放送内容を掲載しています。

2月の納税

- 国民健康保険税 8期
 - 介護保険料 6期
 - 後期高齢者医療保険料 8期
- ・下記納期限までに銀行、コンビニ又は役場窓口で納付しましょう。
・便利な口座振替を利用しましょう。

納期限は **3月1日(月)**

**お知らせ 茨城町デマンド型乗合タクシーの
実証運行をしています！**

町では、高齢者や運転免許証を自主返納した方の交通手段の確保及び社会参加を図ることを目的として、令和元年12月から「茨城町デマンド型乗合タクシー」の実証運行をしています。

- ▶利用対象者 町の住民基本台帳に記録されている方で、次のいずれかに該当し、利用者登録をした方。
なお、利用者登録の有無にかかわらず、同伴として1人乗車可。(年齢を問わない)
(1)65歳以上の方
(2)運転免許証を自主返納した方
(3)身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳・療育手帳のいずれかをお持ちの方
(4)要介護認定・要支援認定を受けた方または介護予防・日常生活支援総合事業を受けている方
(5)疾病等により一時的に車の運転が困難な方
※利用するには、事前に利用者登録が必要です。

- ▶利用料金 乗車1回当たり300円
ただし、(3)、(4)に該当する場合100円
- ▶運行区域 町全域。
乗降場所は、利用者の自宅や町で別途定めた場所。
- ▶運行日 月曜日～金曜日(祝日を除く)
- ▶運行本数及び運行時間 運行時間は、下記のとおりになります。

| 便 | 発車時刻 | 便 | 発車時刻 |
|----|-------|----|------|
| 1便 | 午前8時 | 5便 | 午後1時 |
| 2便 | 午前9時 | 6便 | 午後2時 |
| 3便 | 午前10時 | 7便 | 午後3時 |
| 4便 | 午前11時 | 8便 | 午後4時 |

※表内の時刻は、町内のタクシー事業所からの発車時刻となります。

【利用登録・問合せ先】地域政策課
☎029-215-8003(直通)

I nformation 情報

**お知らせ 心身に障がいをお持ちの方へ
自動車税(種別割)障がい者減免に係る
申請方法の変更について**

茨城県では、身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、療育手帳、戦傷病者手帳の交付を受け、障害等級が一定の要件を満たし、障がい者の方ご本人もしくは障がい者の方と生計を一にする方が所有する自動車について、申請により自動車税(種別割)を減免する制度を設けています。

減免申請の受付はこれまで、管轄の県税事務所窓口のほか、心身に障がいをお持ちの方の利便性向上のため、県内の各市町村に出張窓口を設置していましたが、令和2年度は、新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、出張窓口の設置を見送らせていただき、郵送による受付となりました。

減免の要件により必要書類が異なりますので、事前に水戸県税事務所までお問い合わせいただき、申請の手続きをお願いします。

【問合せ先】水戸県税事務所
☎029-221-6605

茨城県税務課ホームページ
<https://www.pref.ibaraki.jp/somu/zeimu/fuka/jidousha/genmen/top.html>



**お知らせ 新たな赤十字救援車が
配備されました**

令和2年12月1日、日本赤十字社茨城県支部から救援車(軽ワンボックス)が配備されました。
この車両は、災害時における救援物資の輸送など災害救護業務に使用するほか、平時においても一般赤十字事業や福祉活動等遂行のため、日赤茨城町分區において使用します。

【問合せ先】社会福祉課
☎029-240-7112(直通)



令和3年3月(予定)から マイナンバーカードが健康保険証として 利用できるようになります



○マイナンバーカードを健康保険証として利用すると、以下のメリットがあります

- ①就職や転職、引っ越しをしても保険証の切り替えを待たずに、マイナンバーカードで医療機関・薬局への受診ができます。
※保険者への加入・喪失の届出は引き続き必要となります。
- ②オンラインによる資格の確認により、高額療養費の限度額認定証などの書類の持参が不要になります。
※自治体独自の医療費助成等(例：医療福祉費受給者証)については書類の持参が必要です。
- ③令和3年の秋頃から、マイナポータル(国が運営するオンラインサービス)でご自身の薬剤情報や特定健診情報を確認できるようになります。

○利用には事前に登録が必要です

マイナンバーカードを健康保険証として利用するためには、事前に登録が必要です。

スマートフォンまたはパソコン(カードリーダーが必要です)をお持ちの方はマイナポータルで登録の申込みを行うことができます。スマートフォンをお持ちの方は、右の二次元コードからマイナポータルへアクセスしてください。



また、保険課の窓口では事前登録のサポートを行っています。スマートフォンなどをお持ちでない方や登録の仕方がわからない方は、下記の書類をお持ちください。

<事前登録に必要なもの>

- ・マイナンバーカード
 - ・利用者証明用電子証明書のパスワード(4ケタの暗証番号)
- ※マイナンバーカードをお持ちでない方は、町民課にお問い合わせください。

○マイナンバーカードの健康保険証利用に関するQ&A

Q1 これまでの健康保険証は使えなくなるのですか？

A1 従来どおり健康保険証でも医療機関・薬局で受診できます。

Q2 全ての医療機関・薬局でマイナンバーカードが使えるようになるのですか？

A2 令和2年度から順次必要な機器が導入されており、令和3年3月(予定)の利用開始時に全体の6割程度、令和5年3月末におおむね全ての医療機関・薬局での導入を目指しています。

Q3 マイナンバー(12ケタの数字)を使うのですか？

A3 マイナンバーカードの健康保険証利用には、ICチップの中の「利用者証明用電子証明書」を使うため、マイナンバー(12ケタの数字)は使われません。

Q4 医療機関等の窓口への持参が不要となる書類はどのようなものがありますか？

A4 健康保険証の持参が不要となるほか、以下の書類も持参が不要となります。

- ・被保険者資格証明書
- ・限度額適用認定証/限度額適用・標準負担額減額認定証
- ・特定疾病療養受療証

なお、限度額適用認定証/限度額適用・標準負担額減額認定証は、従来は事前に窓口で申請が必要でしたが、今後マイナンバーカードを使って受診ができる医療機関・薬局では、原則として申請なしに限度額が適用されます。

【問合せ先】 健康保険証について 保険課 ☎029-240-7113 (直通)
マイナンバーカードの交付申請等について 町民課 ☎029-240-7111 (直通)



I nformation 情報

お知らせ

防災行政無線などを用いた情報 伝達訓練(試験放送)を実施します

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、情報伝達訓練を行います。この訓練は、全国瞬時警報システム(※Jアラート)を用いた訓練で、町内の防災行政無線屋外スピーカー及び防災ラジオから、訓練放送が流れます。

▶訓練実施日時 2月17日(水) 午前11時頃

▶訓練で行う放送試験

町内の防災行政無線から、一斉に下記の内容で放送されます。

【放送内容】

- 上りチャイム音
- 「これは、Jアラートのテストです。」×3回
- 「こちらは、防災いばらきです。」
- 下りチャイム音



※Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星などを通じて瞬時に伝えるシステムです。

【問合せ先】 総務課

☎029-240-7125 (直通)

お知らせ

令和3年度 県民交通災害共済のご案内

県民交通災害共済は、加入者が交通事故に遭い病院等で治療した場合、治療実日数に応じた見舞金を給付する相互共済制度です。

なお、令和2年度加入者の共済期間は令和3年3月31日までです。継続加入のお手続きはお早めに！

▶共済期間

令和3年4月1日(木)～令和4年3月31日(木)
(令和3年4月1日以降加入の場合、申込日の翌日から令和4年3月31日まで)

▶加入受付開始日 令和3年2月1日(月)～

▶加入要件 茨城町に住居登録がある方

▶会費 大人900円
中学生以下(令和3年4月1日現在) 500円

※9月30日以降に加入する方は半額となります。

▶申込方法 会費を添えて地域政策課(茨城町役場2階14番窓口)までお申し込みください。

【問合せ先】 地域政策課

☎029-215-8003 (直通)



シルバーコラム “ロコモ”を予防しましょう

ロコモティブシンドローム(運動器症候群、通称：ロコモ)とは、骨や関節、筋肉などの運動器が衰えて、日常生活に支障をきたし、要介護や寝たきりになってしまうリスクが高い状態のことをいいます。

ロコモを予防するためには「栄養」と「運動」が不可欠です。健康寿命を延ばし、生活の質を向上させるため、早期の対策・予防が必要になってきます。

ロコモ予防の食生活

栄養面では、1日3食、バランスのよい食事をとり、あわせて骨づくり・筋肉づくりに欠かせない栄養素を積極的にとりましょう。

・適正体重を保つ。やせすぎも、太りすぎも要注意です。

身長(m)×身長(m)×22=適正体重(kg)

・塩辛いもの、アルコールは控えめにする。
・欠食せず、毎日3食きちんと食べる。毎食「主食、主菜、副菜」をそろえるよう心がける。

暮らしの中に運動習慣を

日常生活の中で意識的に身体を動かすことが、ロコモの予防につながります。無理のない程度に運動習慣を取り入れてみましょう。

- (例)
- ・近所への移動は、自転車や徒歩にする。
 - ・エレベーターやエスカレーターではなく階段を利用する。
 - ・テレビを見ながらストレッチをする。
 - ・町や地域での運動教室に参加する。
 - ・歩幅を広くして、速く歩く。



骨を強くする食べ物

<骨をつくる>

カルシウム…牛乳・乳製品、小魚類、大豆製品など
たんぱく質…肉、魚、卵、大豆・大豆製品など

<骨づくりを助ける>

ビタミンK…納豆、緑黄色野菜など

ビタミンC…野菜類、果物など

<カルシウムの吸収率アップ>

ビタミンD…きのこ類、魚類(鮭、さんま)など

筋肉を強くする食べ物

<筋肉をつくる>

たんぱく質…肉、魚、卵、大豆・大豆製品など

ビタミンB6…レバー、魚類(かつお、まぐろ)、さつまいも、バナナなど

<筋肉のエネルギー源>

炭水化物…米、めん、パンなど
脂質…油など

【問合せ先】

健康増進課
☎029-240-7134 (直通)



子育て支援センター

遊びに
おいでよ



茨城県独自の緊急事態宣言が発令されたため、2月7日(日)まで子育て支援センターの事業を一部休止しています。今後の状況により変更となる場合がありますので、ホームページをご確認いただくか、子育て支援センターまでお問い合わせください。

まんまる一む開放 要予約 (2月7日(日)まで休止)

対象 茨城町に住民票のある保護者と未就学児
開放時間 午前及び午後の2部制 *土曜日の開放は当面行いません。
 平日《午前》9時30分～11時30分 《午後》1時30分～3時30分(各10人)
予約受付 月曜日～土曜日の午前9時～午後4時(当日予約も承ります)
 *希望日の前週の月曜日より電話または子育て支援センターの窓口で受け付けます。(定員になり次第締め切り)

その他
 ・予約できる方は利用する保護者のみで、一度の予約は一家庭一回までです。(次の予約は利用後にお受けします)
 ・兄弟であっても小学生の利用はご遠慮ください。・詳細は受付の際にお伝えします。

まんまる一む利用者対象

読み聞かせ (毎月第1、3水曜日)

日時 2月17日(水) 午前11時～11時15分
場所 まんまる一む(遊戯室)

子育てボランティアが絵本や紙芝居の読み聞かせに来てくれます。親子でゆったりとお話の世界を楽しみましょう。

ボランティアによるピアノ演奏

日時 2月19日(金)
 午前11時～11時15分
場所 まんまる一む(遊戯室)

毎月一回、子育て個人ボランティアのサニーNAOKOさんによる演奏があります。お子さんと一緒に心地良い音色で癒やされましょう。



定期子育て相談 要予約

相談内容により保健センター(保健師、管理栄養士)と連携して対応します。身体計測も実施しています。

対象 茨城町に住民票のある未就学児の保護者

日時 2月10日(水)
 午前10時～11時30分
場所 保健センター 健診室D

定員 5組
予約受付 1月27日(水)～(平日のみ)
 午前9時～午後5時
 電話または子育て支援センター窓口で受け付けます。(定員になり次第締め切り)

その他 身体計測をご希望の方は母子健康手帳をお持ちください。

町内在住者対象子育てセミナー 要予約

「集いの場。[TU☆NA☆GU]
 ～つながる・なかま・ぐちこぼし～

子育て中の仲間とおしゃべりする場です。参加者や職員に悩みを相談したり、質問をしたりして気軽にしゃべりをしましょう。子育てに関するアイデアやあそび場の情報など、参加者と共有しませんか。

対象 町内在住の3歳未満の子どもの保護者
日時 2月24日(水) 午前10時30分～11時30分
場所 まんまる一む
定員 5組
予約受付 2月10日(水)～(平日のみ) 午前9時～午後4時
 電話または子育て支援センター窓口で受け付けます。(定員になり次第締め切り)

—— 未就学児とその保護者が対象となります。 詳細は、お問い合わせください。 ——

【予約・問合せ先】 こども課 子育て支援センター ☎029-291-0980 (直通)
 茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内

認定こども園 2月

長…長岡幼稚園 沼…沼前幼稚園 ま…まさみ幼稚園
 飯…飯沼こども園 さ…さくらこども園 い…いばらき幼稚園
 中…いばらき中央認定こども園

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予定が変更になる場合があります。

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|-------------|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | ★豆まき会 | ★豆まき会 豆まき会(予約者のみ)10:00～ 親子ヨガ 豆まき集会(読み聞かせボランティア) 豆まき集会 | ★豆まき会 身体測定 おはなしの会 | 沼 中 なかよしひろば ★豆まき会 サーキット遊びをしよう! | ★豆まき会 おりがみミュージアム 母とのスキンシップ・ふれあい遊び・ベビーマッサージ(要予約) | ★土曜日の園庭開放9:00～14:00 ※要予約 |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 長 ま さ | 親子ふれあいタイム ★手形アート ティータイム | ★手形アート 読み聞かせ(個人ボランティア) 年長・年中さんの合奏を聞こう! "講師による"英語で遊ぼう! 10:45～(要予約) | ★手形アート 読み聞かせ(ママが読んでみよう) 手形記念日①(要予約) 身体測定 | | 飯 中 "のり"べったんで遊ぼう! ★手形アート 室内遊具で遊ぼう | ★土曜日イベント:園舎内でサーキット遊び |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| ま 長 さ | サーキット遊び10:30～ ※要予約 うたって踊ろう ティータイム | い 沼 ま 飯 さ 作って遊ぼう!(ひな祭り) リズムでルンルン! ★おひなさまを作ろう 手形記念日②(要予約) お楽しみ制作 | 長 ま 飯 さ 誕生会 リトミック(イルカコース)10:00～10:40 2月生まれのお友達!園児と"お誕生会"(要予約) お楽しみ制作 | 沼 中 ま わくわくリサイクル(雛人形)つくって遊ぼう!(お雛様) 親子体操 | 飯 ま 長 さ 身体測定 おはなしの会 ★おひなさまを作ろう つくってあそぼう(お雛様) 室内遊具で遊ぼう | ★土曜日の園庭開放9:00～14:00 ※要予約 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| ま 長 | ★おひなさまを作ろう 親子ふれあいタイム(身体測定・砂場開放) | | ま 飯 ★おひなさまを作ろう 【制作】 おひなさま | ま さ 沼 長 中 ★おひなさまを作ろう 寝相アート撮影会 2月の誕生会 なかよくあそぼう 春を探しに出かけよう!(奥谷公園) | ま さ 飯 誕生会 ※要予約 寝相アート撮影会【ゲーム】 ビンゴゲーム(要予約) | ★土曜日の園庭開放9:00～14:00 ※要予約 |
| 28 | | | | | | |

長岡幼稚園 ☎029(2)92(2) 4019
 ☆活動時間 午前10時～11時
 ☆2歳組の開放時間 各活動日の午前9時～午後2時
 ☆3歳組の開放時間 各活動日の午前9時～午後2時
 ☆4歳組の開放時間 各活動日の午前9時～午後2時
 ☆5歳組の開放時間 各活動日の午前9時～午後2時
 ☆おむつ換えやベッドをご利用の方は、衛生上バスケットをお持ちください。
 ☆育児相談は小学校下の駐車場をご利用ください。
 ☆育児相談を随時実施中です。お気軽にお声掛けください。
 ☆「つくってあそぼう」の活動は材料をお持ちいただけますので、チラシをご覧ください。

沼前幼稚園 ☎029(2)93(3) 9209
 ☆活動時間 午前10時～11時
 ☆1歳組の開放時間 各活動日の午前9時～午後2時
 ☆2歳組の開放時間 各活動日の午前9時～午後2時
 ☆3歳組の開放時間 各活動日の午前9時～午後2時
 ☆4歳組の開放時間 各活動日の午前9時～午後2時
 ☆5歳組の開放時間 各活動日の午前9時～午後2時
 ☆おむつ換えやベッドをご利用の方は、衛生上バスケットをお持ちください。
 ☆育児相談は小学校下の駐車場をご利用ください。
 ☆育児相談を随時実施中です。お気軽にお声掛けください。
 ☆「つくってあそぼう」の活動は材料をお持ちいただけますので、チラシをご覧ください。

まさみ幼稚園 ☎029(2)99(3) 7111
 ☆園庭開放・子育て相談(毎日) 午前9時～午後2時
 随時実施しております。お気軽にご相談ください。
 ☆2歳未満のお子様はご利用できません。
 ☆サーキット遊び・誕生会・土曜日イベント・土曜日の園庭開放の予約は、2月1日(日)午前9時から受け付けます。
 ☆園内★印は、同じ内容の活動を行いますので、参加希望の方は、いずれかお選びください。
 ☆活動は午前10時から行います。
 ※申し込みは電話またはメール(園内)で行います。

飯沼こども園 ☎029(2)99(2) 6868
 ☆要予約の受付 2月1日(日)～5日(金) 午前4時～午後4時(電話受付)
 ※3月3日(水) ひな祭り会への予約も受け付けます。
 ※2月9日(火)の「英語で遊ぼう」は給食のみ先着5組とします。
 ☆園庭開放・育児相談(看護師等) 1・18・15・22日
 ・育児相談(栄養士等) 4・18・25日

いばらき幼稚園 ☎029(2)92(2) 0192
 ☆トドラーズクラブ 親子で一緒に楽しく遊ぼう!
 毎週火曜日 午前10時30分～11時30分
 ☆ベビーマッサージ 親までスキンシップ、生後2か月～1歳未満対象
 金曜日(年5回予定) 午前10時～11時 ※要予約(園までご連絡ください)
 ☆その他 園庭開放・子育て相談(毎日) 午前9時～午後2時
 ※初めてのの方はお問い合わせください。

いばらき中央認定こども園 ☎029(2)92(2) 1207
 ☆おむつ換えやベッドをご利用の方は、衛生上バスケットをお持ちください。
 ☆育児相談は小学校下の駐車場をご利用ください。
 ☆育児相談を随時実施中です。お気軽にお声掛けください。
 ☆「つくってあそぼう」の活動は材料をお持ちいただけますので、チラシをご覧ください。

茨城町の郷土料理として、つと豆腐、のっぺい汁、じゃがいものあやめ団子が伝えられています。地域の自然風土や生活の知恵から生まれた郷土料理は、栄養的に有意義なものも多く、情緒豊かな食生活を味わうことができるといわれています。郷土に伝わる食文化を、若い世代や子どもたちへ伝承し、未来へ受け継いでいきたいものです。



みんなの図書館

茨城町立図書館
☎ 029-240-7131
ホームページ
<http://www.lib.t-ibaraki.jp/>



スマートフォン用

携帯電話（フィーチャーフォン用）
<https://www.lics-saas.nexs-service.jp/ibaraki/mobile/index.do>

のっぺい汁



じゃがいものあやめ団子



健康
レシピ

Presented by 町管理栄養士

「茨城町の郷土料理レシピ」

～2月11日は『茨城町民の日』です。ぜひご家庭で茨城町の郷土料理を作ってみましょう。～

のっぺい汁

- 【材料】4人分**
- 鶏もも肉 60g
 - 里芋 60g
 - 塩（里芋用） 小さじ1/3
 - 人参 40g
 - 長ネギ 40g
 - 板こんにゃく 40g
 - だし汁 520cc
 - しょうゆ 小さじ1強
 - 塩 小さじ1/5
 - 片栗粉 大さじ1

栄養成分(1人分)
エネルギー 57kcal
塩分 1.2g

茨城町の郷土料理の代表格！つと豆腐

ゆでた豆腐をわらづとで包み、甘辛い煮汁で豆腐に味を染み込ませる料理です。肉が簡単に手に入らなかった時代、豆腐などの大豆製品はたんぱく源を摂取するための貴重な食材とされていました。

お正月やお葬式のときに、隣近所の人たちが集まってつくったと言われています。



【作り方】

- ① 里芋は皮をむき、一口大の乱切りにする。塩でもみ、洗ってぬめりをとる。人参は皮をむいて乱切り、長ネギは小口切りにする。
- ② こんにゃくはスプーンで切り、さっとゆでる。
- ③ 鍋にだしを煮立てて、鶏肉を入れる。続いて、野菜類を入れ、アクを取りながら煮る。野菜がやわらかくなったら、しょうゆ、塩で調味する。
- ④ 水溶き片栗粉を加え、とろみがついたら火を止める。

ポイント

こんにゃくはスプーンを使って切ると、味が染み込みやすくなります。片栗粉でとろみをつけるので、小さなお子様からお年寄りまで食べやすい一品です。

じゃがいものあやめ団子

- 【材料】4人分**
- じゃがいも 240g
 - 片栗粉 80g
 - 砂糖 大さじ3
 - コーンスターチ 大さじ3
 - 水 大2小2
 - 砂糖 大4小1
 - しょうゆ 小さじ2
 - みりん 小さじ1弱
 - 片栗粉 大さじ1

【作り方】

- ① じゃがいもは皮をむき、ある程度の大きさに切ってゆでる。
- ② じゃがいもがゆで上がったらお湯をきり、つぶす。片栗粉、砂糖、コーンスターチを入れて混ぜ合わせる。その後ビニール袋に入れて、粘りが出るまでよくつく。
- ③ ②を等分に丸めて、鍋で5分程度ゆで、ザルにあげる。
- ④ 調味料を合わせて火にかけ、たれをつくる。水溶き片栗粉を入れてとろみをつけ、そのあと団子の上にかける。

栄養成分(1人分)
エネルギー 212kcal
塩分 0.4g

ポイント

当時は子どものおやつとして作られたそうです。じゃがいもの素朴な味と、みたらしあんの相性が良い料理です。

【問合せ先】健康増進課 ☎ 029-240-7134（直通）

おすすめ新着本

新刊1



観月
(麻生 幾 著)

幻想的な光に包まれる「観月祭」、今年も無事に迎えられるはずだった。しかし、祭りの一週間前、突如として七海を襲った怪しい影。その翌日には七海が幼い頃からお世話になっているパン屋の奥さんが絞殺体で発見される。地方の静かな城下町で巻き起こった殺人事件。その謎を追ううちに巨大な陰謀が姿を現す。

新刊2



じい散歩
(藤野 千夜 著)

明石家は夫婦あわせて、もうすぐ180歳。一家の主、新平は散歩が趣味の健康家。妻はそんな夫の浮気をしつこく疑っている。長男は高校中退後、引きこもり。次男は自称・長女のしっかり者。末子は事業に失敗して借金まみれ。いろいろあるけど「家族」である日々は続いてゆく。ユーモアと温かさが胸に響く家族小説。

イベント情報

日程及び内容は、変更・中止となる場合があります。

おはなし会（毎月第2、4土曜日）

2月13日（土）午後2時～
2月27日（土）午前11時～

絵本となかよし（毎月第2、4木曜日）

2月11日（木）午前10時30分～
2月25日（木）午前10時30分～

どちらも図書館2F「視聴覚室」で開催します。
※参加の際はマスクの着用をお願いします。

図書館カレンダー

2021年2月の休館日

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---------|---------|----|----|---------|----|----|
| | 1 休 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | 8 休 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 休 | 16 | 17 | 18 休 | 19 | 20 |
| 21 | 22 休 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 休 | | | | | | |

◆新刊・新着本のご案内

新刊続々



処方箋のないクリニック
(仙川 環 著)



境界線
(中山 七里 著)



神様には負けられない
(山本 幸久 著)



オルタネート
(加藤 シゲアキ 著)



うしとぞん
(高島 那生 作)



しかくいまち
(戸森 しるこ 作)



あのね、ほんとはね
(松井 香保里 作)



魔女の産屋
(柏葉 幸子 作)

◆編集・発行

茨城町 町長公室 秘書広聴課
〒311-3192
茨城県東茨城郡茨城町小堤1080
☎ 029-292-1111
メールアドレス
ibarakit@town.ibaraki.lg.jp

◆人口

住民基本台帳
令和2年12月末現在
男 16,062人
女 15,960人
総人口 32,022人
世帯数 13,317世帯

◆茨城町民憲章

- 1 ふるさとの自然を守り、美しい環境の町をつくりましょう。
- 1 からだをきたえ、教養を高めて、すこやかな町をつくりましょう。
- 1 隣人や家庭の愛を大切に、まごころのかよい合う町をつくりましょう。
- 1 自分の仕事に責任と誇りを持ち、活気に満ちた町をつくりましょう。
- 1 文化遺産を愛護し、先人の努力に感謝できる町をつくりましょう。

- ◆町の花 桜
- ◆町の木 梅
- ◆町の鳥 うぐいす

◆町の防災行政無線が聞き取れなかった場合
防災行政無線テレホンサービス
☎0800-800-8848
(通話料無料)
町ホームページにも放送内容を掲載しています。

◆町の情報発信中!!

- 町公式ホームページ
<http://www.town.ibaraki.lg.jp/>
- 町公式ツイッター
<https://twitter.com/IbarakiTownMati/>
- 町公式Instagram
https://www.instagram.com/townibaraki_official/



里山に育む生きものたち

No.102 ヒバリ

学名 *Alauda arvensis*

写真・文 山口 萬壽美

▼春を告げる身近な鳥
県の鳥であるヒバリは、茨城県民にとって身近な存在です。日本野鳥の会茨城県が発足して以降、昭和45年には、会員の親睦を深め、情報交換を活発にするため会誌『ひばり』が発行されました。また、県の広報紙も平成6年度から『ひばり』の名を冠しています。
このように、ヒバリは県を挙げて愛されている鳥であることがうかがえます。

▼ヒバリ科とは
ヒバリ科の鳥は、極地方を除いて、世界的に75種程が見られ、特にアフリカが分布の中心とされます。日本では5種が記録されており、ヒバリー種が繁殖しています。他には、まれな旅鳥のハマヒバリ、ヒメコウテンシ、クビワコウテンシ、コヒバリなどです。
ヒバリは留鳥で、九州以北で繁殖し、平地から山地

の草原、畑、川原などにすみ、北の地方に生息する個体は暖地に移動して越冬します。昭和初期に、潤沼は稲作のために多くの沼地が干拓されました。砂浴びを好むヒバリは、干拓後にかなり増殖したようです。

▼ヒバリの特徴
全長は17cm程度とスズメよりやや大きく、後頭には冠羽があり、地上で生活することが多いため丈夫な足を持っています。体は淡黄褐色をしており、頭上や体の上面、翼、胸には黒い縦縞や斑点が見られます。小雨覆・中雨覆は赤褐色で、飛び立つ時には、尾羽根の外側の白色がよく目立ちます。地鳴きは「ピュル、ピュル」と短く、地上から飛び立つ時などによく聞かれるのですが、繁殖期には、地鳴きを複雑に組み合わせたようなさえずりを長時間続けます。さえずりながら空高

く舞い上がり、数分もの間空中をただよい流れる姿はヒバリならではの特徴です。晴れた空に高く飛翔して鳴く姿から、「ヒバリ」の語源は「日晴（ひはる）」から来るとする説が有力です。「skyark」という英語名も納得でしょう。

▼文学の世界に羽ばたく野鳥
ヒバリは、本県だけでなく熊本県の鳥でもあり、日本全国に広く繁殖しているため、古くから文学の世界にもその名を記しています。奈良時代には、大伴家持が「うらうらに照れる春日に雲雀上がり心悲しも独りし思へば（万葉集）」と詠んでおり、うらかな春の情景を象徴するようにヒバリが登場するのです。
これから訪れる春の季節を代表するヒバリ。その美しいさえずりに、耳を傾けてみてはどうでしょうか。

ちびっ子アート ふじ保育園



「ティラノサウルスとトリケラトプスの戦い」
とだ はるま (6歳)



「しろくまちゃんのほっとけーき」
たちかわ りお (6歳)