

 広報 Ibaraki Public Information

しいばらき

1

No. 1051
January 2022

特集 年頭のご挨拶 申告特集
茨城町名誉町民に 故 小川菊松氏が選ばれました

COVER 広浦港より望む日の出

謹賀新年

新

年おめでとうございます。町民の皆さまにおかれましては、令和4年の新春を心穏やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

また、日頃より町行政の推進に對しまして、温かいご支援とご協力をいただき、おかげさまで各施策ともに円滑な進捗が図られつつありますことを心から厚くお礼申し上げます。

一昨年の1月に日本で初めて新型コロナウイルスの感染が確認されて以来、私たちの生活は大きく様変わりいたしました。本町においても、3密を避けるために、様々なイベントや会合等の自粛や公共施設の使用を一時休止、町内小中学校の臨時休業など、町民の皆さまにはご不便をおかけいたしました。

昨年を振り返ってみますと、一年遅れて開催された東京オリンピック・パラリンピックでは日本選手団の奮闘により、国民に歓喜と感動を与える一方、開催中に到来した第5波の猛威による感染者は全国で増加の一途を辿り、8月には本県が緊急事態宣言の対象となるなど、一時は危機的な状況に陥りました。

本町では、感染防止対策の切り札であるワクチン接種を重点事業に位置づけ、5月から高齢者を皮切りに順次開始し、接種対象者の多くの皆さまに接種をして頂き、接種率向上に伴い、感染者が減少するなど効果が如実に表れ、9月には感染者の新規発生をほぼ抑制することができました。これも感染防止対策について、町民の皆さまのご理解とワクチン接種にご尽力いただいております医療従事者の皆さまのご協力の賜物と感謝を申し上げます。

しかしながら、相次ぐ変異株の発生など予断を許さない状況は続きますので、3回目のワクチン接種の推進など、引き続き新型コロナウイルス感染症対策に全力を尽くしてまいります。さて、かねてから進めておりました新しい

明

けましておめでとうございます。年頭にあたり、茨城町議会を代表いたしまして、謹んで新年のごあいさつを申し上げます。

町民の皆さまにおかれましては、輝かしい新春をお健やかに迎えのことと、心からお慶び申し上げます。また、日頃より町議会への深いご理解と、議会活動に対する温かいご支援・ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、町政を取り巻く環境は、地方創生への取り組みを始め、高齢者や子育て支援、医療・教育環境の整備、公共施設等の更新・長寿命化対策、さらには激甚化する自然災害に備えるための防災・減災対策など、従来にも増して果たすべき役割が拡大し、それらに要する財政需要は増加する一途にあり、非常に慎重な判断が必要とされる局面を迎えています。

こうした山積する課題に對し、町議会は、常に「町民目線」と「納税者の視点」に立ち解決策を講じていく必要があり、町政運営の監視及び評価機能の一層の拡充を図るとともに政策提言、政策立案等、二元代表制の一翼を担う議会の役割を果たすべく、積極的な議会活動を展開してまいります。しかし、昨年は新型コロナウイルスの感染者が増減を繰り返し、国内外に大きな影響を与え続けました。国内では、緊急事態宣言の発出やまん延防止等重点措置の適用が繰り返され、対象になった都道府県で飲食店に対する時短・休業要請やイベントの開催制限・停止、住民への外出自粛要請など厳しい措置が取られ、夏の東京五輪・パラリンピックもほぼ無観客での開催となりました。

そのような中、町議会も議員活動の自粛や制限、議会傍聴者の入場制限等を余儀なくされ、非常に難しい議会運営を迫られた一年ではありましたが、時機を逸することなく一つ一つ対応していくことが議会の責務であり社会的使命と考え、「新型コロナウイルス感染症対策に関する要望書」及び「新型コロナウイルス



茨城町長 小林 宣夫

学校給食共同調理場が令和3年7月に竣工し、9月から供用を開始いたしております。最新の設備で作られる安全安心な美味しい学校給食の提供と食育の充実に取り組んでまいります。

また、少子化対策の一環として、独身男女の結婚の希望をかなえるため、9月から「茨城町きらりキューピット結婚支援センター」の運営を開始いたしました。専任の相談員が結婚に関する相談や引き合わせなどを行っております。

その他、かねてから商工業の活性化を図るため、工業団地への企業誘致に取り組んでまいりましたが、8月に国内最大規模の次世代リチウムイオンバッテリー工場の立地が決まり、11月に工場建物の建設が着手され、再来年には操業開始の運びとなる予定です。

本年は、感染症対策としての「新しい生活様式」の実践を継続しつつ、町民の皆さまと共に活気あるまちづくりを推進してまいりますので、ご理解とご支援のほど、よろしくお願い申し上げます。

結びに、本年が町民の皆さまにとりまして幸多い一年になりますことを心からお祈り申し上げます。新年のごあいさつといたします。



茨城町議会議長 澤 香雄

スワクチン接種体制の強化を求める要望書を町に對し提出、また、国に對し「コロナ禍による厳しい財政状況に對処し地方財源の充実を求める意見書」による要望活動や新型コロナウイルス感染症対策のための財源確保を目的とした基金創設の提言などを行ってまいりました。いまだ新型コロナウイルス感染症の先行きが見通せない状況ではありますが、来るべきポストコロナ社会においても、町民の皆さまが夢と希望を持ち、安心して暮らしていけるよう、茨城町議会は皆さまのご意見を町政に反映してまいりますので、ぜひとも皆さまの貴重なお声を町議会議員にお寄せいただければ幸いです。町議会は、それぞれの地域の課題や要望を町域全体の発展に結び付く政策として発信できるよう、さらなる「議会力」「議員力」の向上に取り組んでまいります。結びに、皆さまにとりまして新しい年が、幸多く実りのある素晴らしい年になりますことを心よりご祈念申し上げますとともに、今後とも町議会に對しまして、一層のご支援とご協力を賜りますようお願い申し上げます。議会を代表しての新年のごあいさつといたします。

寅

茨城町名誉町民に 故小川菊松氏が選ばれました

■町の発展に大きな助力

町では、町にゆかりのある、社会の発展に著しい功績があった方に対し、その功績と榮譽をたたえ、茨城町名誉町民の称号を贈り、顕彰しています。このたび、出版業を通じて町の教育振興などに寄与されたとして、故小川菊松氏を名誉町民とすることが、令和3年第1回議会定例会での同意を受け、決定されました。2月11日に開催を予定しております茨城町民の日記念式典において、茨城町名誉町民称号贈呈式を執り行います。



小川 菊松氏（誠文堂新光社創業者）

小川菊松氏は、町出身の実業家で、出版社(株)誠文堂新光社の創業者として知られています。明治から昭和にかけて出版業を通してさまざまな文化、科学・技術などを振興し、令和4年は没後60年、(株)誠文堂新光社の創業110周年にあたります。氏は創業当初、随筆やマナー本など実用的な書物の出版を取り扱っていましたが、関東大震災を経て、技術や知識の重要性を痛感し、多くの人々の技術習得に役立つような出版に力を入れたとされています。

特に、「子供の科学」や「農耕と園芸（戦前は実際園芸）」、「無線と実験」などの雑誌は多くの読者を得ることとなり、科学・技術の伝播の礎となるとともに、現在も発行が続く無二の情報誌となっています。

また、第二次世界大戦終結後、1か月という短期間で出版した『日米会話手帳（科学教材社名義）』は、約3か月間で360万部超という驚異的な部数売り上げ、戦後初のベストセラーとなるなど、出版史に残る偉業を成し遂げました。



茨城町立図書館（ゆうゆう館内）の
小川菊松記念コーナー

町出身のご縁のもと、町は、(株)誠文堂新光社より町庁舎建設（平成2年完成）の際に庭園を、ゆうゆう館建設の際には小川菊松生誕100周年を記念し、1億5千万円の寄付を頂いております。

町立図書館内部には、貴重な「子供の科学」の1巻1号や『日米会話手帳』も所蔵する小川菊松記念コーナーが設けられており、平成8年にゆうゆう館がオープンしてから現在に至るまで、毎月20冊程の書物が寄贈され、多くの町民の方へ貸し出されていることから、町の発展に対する功績がたたえられました。

小川菊松氏 略歴

明治21年	3月25日	茨城町奥谷（旧川根村）にて、小川菊太郎氏の次男として誕生
明治35年	2月	親友と上京、日本橋大洋堂書店に入店
明治37年	2月	取次業の至誠堂書店に入店、以後9年間奉公し、出版の基礎を培う
明治45年	6月1日	誠文堂創業、神田錦町に店舗を構え、書籍取次仲買業を営む
大正2年	9月	書籍仲買業のかたわら、処女出版として『わがま』等を発行
大正12年	9月	関東大震災で店舗焼失直ちに『実地踏査 大震災火の東京』を発行
大正13年		「無線と実験」、「子供の科学」創刊
大正15年		「実際園芸（現「農耕と園芸」）」創刊
昭和10年		新光社を吸収合併、(株)誠文堂新光社に社名を改め、社長に就任する
昭和20年	8月	第二次世界大戦終結
昭和20年	9月	『日米会話手帳』を発行（科学教材社名義、360万部超を売り上げ「戦後初のベストセラー」となる）
昭和37年	6月1日	誠文堂新光社が創立50周年を迎える
昭和37年	7月3日	牛込薬王寺の自宅で急逝（享年76歳）



寄贈された書籍・雑誌



町庁舎建設時に寄贈された庭園

これまでの 茨城町名誉町民受章者

- 概要（受章日）
- 故 雨谷 俊夫 氏
元茨城町長
(平成7年2月11日)
 - 故 萩津 正夫 氏
元茨城町長
(平成7年2月11日)
 - 故 皆川 弘次 氏
元茨城町長
(平成7年2月11日)
 - 郡司 和幸 氏
元茨城町長
(平成18年2月11日)
 - 富山 英明 氏
ロサンゼルスオリンピック
金メダリスト(レスリング)
(平成18年2月11日)

茨城町民の日記念式典の開催について

本来であれば町民の皆さまを広くお招きし、名誉町民称号の贈呈を盛大にお祝いするところではあります。新型コロナウイルス感染症対策として、開催時間およびプログラムを短縮し、会場収容人数を制限することから、表彰受賞者・関係者の方のみの招待を予定しています。ご理解とご協力の程、よろしく願います。

【問合せ先】 秘書広聴課

029 (240) 7126 (直通)

令和3年度 道路ふれあい月間

道路愛護功績者として3団体が国土交通大臣より感謝状

国土交通省は毎年、「道路ふれあい月間」事業の一環として、道路交通の安全や道路愛護に努めている団体・個人を表彰しています。令和3年度は、茨城町の3団体（前田さくらロード環境美化の会、大戸下郷地区環境美化の会、上郷地区環境美化ボランティアクラブ）が、長年にわたる美化活動の功績をたたえられ、国土交通大臣より感謝状と盾が授与されました。

前田第一区、下郷区、上郷区は、平成21年10月に、環境美化に取り組む地域組織を設立し、現在に至るまで、県道内原塩崎線の花壇の手入れ、年2回の花の植え替え、歩道・法面の清掃、除草作業などに継続して取り組んでいます。

11月7日(日)、20日(土)には、各区で色とりどりのビオラの苗を植えるなど、区をあげてさらなる美化活動に取り組みました。



前田さくらロード環境美化の会



大戸下郷地区環境美化の会



上郷地区環境美化ボランティアクラブ

11/18 (木) 恒久平和への願いを込めて 令和3年度 戦没者追悼式



先の大戦で犠牲になられた方々の慰霊のため、令和3年度茨城町戦没者追悼式が、やすらぎの丘慰霊碑前で執り行われました。

小林宣夫町長は、戦没者の御霊の前で「平和への思いを今一度、心に刻むとともに、安心して暮らすことができる茨城町を築くため、一層の努力を重ねてまいります。」と述べ、町遺族連合会の丸山昇一会長は「戦後76年が過ぎ、戦争への意識が薄れていく今日、今後も英霊を顕彰し、平和の尊さを次世代に継承し、恒久平和に向けて精進したい。」と戦没者への誓いを述べられました。参加者は一人ずつ献花し、戦没者の霊を慰めるとともに平和への祈りを捧げました。

11/9 (火) 涸沼の景観美化に尽力 涸沼周辺の清掃活動



茨城町観光協会（澤秀雄会長）の主催により、涸沼周辺の清掃活動が実施されました。

今回の清掃活動は、町の方や、県内外からの観光客の方にきれいな涸沼で気持ちよく過ごしてもらうために行われ、中石崎の湖畔沿いの道路や駐車場などを重点的に清掃しました。

特に、涸沼のビュースポットに設置されている看板や案内板を覆うほどに伸びてしまったツルを取り払うなど、安心して涸沼に親しめるよう、景観向上に努めました。

11/2 (火) 茨城県猟友会東部支部 涸沼自然公園でヤマドリ放鳥を実施



茨城県猟友会の主催する放鳥事業が県内各地で実施され、町内では茨城県猟友会東部支部により、鳥獣保護区である涸沼自然公園において、ヤマドリ10羽が放鳥されました。

本事業はヤマドリの個体数の維持を図るため、鳥獣保護に基づく事業の一環として実施されており、町内でのヤマドリ放鳥は、一昨年度に引き続き2回目の取り組みとなります。

11/6 (土) 「ラムサール条約登録湿地ひぬまの会」第2回ガイド養成講座開催



涸沼自然公園にて、「ラムサール条約登録湿地ひぬまの会」令和3年度第2回ガイド養成講座が開催されました。同会は鉾田市、茨城町、大洗町の3市町で構成されており、ラムサール条約に登録された涸沼の保全・再生、賢明な利用、交流・学習等を推進し、観光及び地域振興を図る活動を行っています。

本講座は、涸沼の豊かな自然を紹介するガイドを養成するために平成29年度から開催されており、今回は「若宮川の水生生物を学ぶ」と題して、水生生物採取の目的・方法・指導の仕方（安全対策など）についての講義が行われました。また、実際に採取した水生生物の観察を通して、名称やその生物の特徴など、ガイドとして必要な知識を学ぶことができました。

9/1 (水) 新型コロナウイルス感染症対策 感染対策資機材の整備



町消防本部では、新型コロナウイルス感染症対策として、国の地方創生臨時交付金を活用し、救急活動時における感染対策物品を整備しました。

車内を除菌するためのオゾン発生器や、救急車の担架の上に乗せ、内部を陰圧に保つことでウイルス等を外に排出しないようにする搬送器具（写真中央）などが導入されました。

今回の資機材整備により、現場活動による感染拡大及び救急隊員への感染を防止するとともに、救急体制の確保が期待されます。

11/6(土) 11/7(日) 家族でアウトドア体験 IBARAKI CAMP AUTUMN FESTA 2021開催



県主催のキャンプフェスが、涸沼自然公園キャンプ場などで開催され、家族連れやアウトドア愛好家など、宿泊・日帰りを含めて約3,000人の来場者が、秋晴れの中でイベントを楽しみました。

メイン会場となった涸沼自然公園キャンプ場では、県内外合わせて約40店舗（団体）が特設ブースを開設しました。アウトドア用品の販売やワークショップのほか、飲食店や周辺自治体による観光PRなどが行われ、盛況となりました。

町・県民税申告受付について

- 1 ページ 申告受付日程表
- 2 ページ 申告に必要な書類
- 3 ページ 申告の必要がない方 受付・待合室について 町で受付できない申告
- 4 ページ 水戸税務署からのお知らせ

▶ 期 間 令和4年 2月14日(月)～3月15日(火)
 ・土・日・祝日は除きますが、2月20日(日)及び2月27日(日)は実施します。
 ・2月14日(月)・15日(火)は、給与所得者と公的年金所得者の還付申告のみとなります。

▶ 時 間 午前8時45分～午後4時

▶ 申告会場 茨城町役場2階 第2・3会議室
 ※申告期間中、1階税務課では申告相談を行いません。作成の済んだ町・県民税申告書の提出のみ可能です。
 ※営業・農業・不動産所得にかかる収支内訳書や医療費控除の明細書等を事前に作成されていない場合は、作成が済んでからの受付になります。

1 申告受付日程表 (指定日以外でも申告できます)

日 時	地 区
2月14日(月)・2月15日(火)	給与所得者・公的年金所得者のみの還付申告
2月16日(水)	木部・飯沼・上飯沼
2月17日(木)	下飯沼・下土師・奥谷
2月18日(金)	越安・蕎麦原・駒渡・野曾・南栗崎・南川又
2月20日(日)	長岡・川根地区全域(平日に来られない方)
2月21日(月)	長岡・三島
2月22日(火)	矢頭・植農
2月24日(木)	谷田部・小鶴
2月25日(金)	前田・桜の郷
2月27日(日)	上野合・沼前・石崎地区全域(平日に来られない方)
2月28日(月)	大戸・馬渡・近藤・常井
3月1日(火)	秋葉・南島田・神谷・生井沢・下雨ヶ谷・上雨ヶ谷・下座
3月2日(水)	鳥羽田・小幡
3月3日(木)	小堤・駒場・神宿・海老沢・城之内
3月4日(金)	宮ヶ崎・網掛
3月7日(月)	上石崎
3月8日(火)	中石崎・若宮
3月9日(水)	下石崎
3月10日(木)・3月11日(金) 3月14日(月)・3月15日(火)	町内全域 (毎年、たいへん混雑します!)

所得税の納期限は3月15日(火)、口座振替日は4月21日(木)です。
 安全で確実な口座振替をおすすめします。

○待ち時間の短縮のためにも、事前に書類の整理・計算をしてください。
 ○扶養控除については、世帯内で扶養の重複がないよう、事前確認をお願いします。

Q&A

Q 申告とは何ですか？ 私は申告が必要ですか？

A 申告とは、前年の1月から12月までの所得と控除(親族の扶養の有無、医療費控除等)を自治体や税務署に書類として提出することです。申告は全員が必要とは限りません。所得、控除、世帯の状況等により、必要な申告が異なります。

文芸

《短歌》

○内庭にどうだんつじ紅葉す老いの心を惑わすほどに
 田口 正子(南川又)

●身の丈の倍ある影を引き連れて学童帰る暮れ早き道
 浦井 正子(宮ヶ崎)

●妻作る十支「寅」のぬいぐるみ無病息災祈りて飾る
 片岡 忠彦(長岡)

「子育ては十二年しかできず」との母の想いにめぐみさんは今
 中島三千代(桜の郷)

宇宙よりグーグルアースが写し出すと地球の光と闇を
 河野 久子(網掛)

苦や悩み蹴飛ばしなさい 寂聴の青空説法聞くこと出来ず
 田口すい子(南川又)

風に舞い久慈の川面に散るモミジ速き流れに乗りてゆきたり
 佐久間 勲(前田)

うすむらさきの花をかざして青空に秋の声聞く皇帝グリア
 二宮不二子(大戸)

山道にりんどう見付け想い出す政夫と民子の物語
 内田 理(長岡)

体力がつき知恵もつき一歳半の男孫はサッカーボールを蹴り遊ぶ
 佐藤よし子(谷田部)

《俳句》

○実南天袋かぶせてひよどり待つ
 秋山 禮子(越安)

●穠田の空に大きな鳶の輪
 横田 康治(長岡)

●お札受け今日は神の子七五三
 小堤美智子(小堤)

日めくりは薄から厚に衣替え
 飯島 裕大(戸)

粧ひて山は静かに齢加ふ
 中島三千代(桜の郷)

晩秋の穂を開きたり芒かな
 佐久間 勲(前田)

赤とんぼ人さし指の丸の中
 野口 秋夫(上石崎)

見上げれば空を彩る柚子たわわ
 佐藤よし子(谷田部)

初寒や皺の手かざす箱火鉢
 片岡 忠彦(長岡)

孫がまつ懐さむしお正月
 平本 裕男(小幡)

すこやかニユース

寒い季節を乗り切る「冷え性対策！」

寒い季節になると、手先や足先の冷えが気になるませんか。西洋医学では冷え性を病気として扱いませんが、東洋医学では、冷えによる肩こりや腰痛、便秘や肌あれ、抵抗力の低下といった症状を引き起こす原因と捉えます。まさに「冷えは万病の元」。冷え対策をしましょう。

- 冷えが招くさまざまな症状**
- 胃腸が弱い
 - 疲れやすい
 - 血色が悪い
 - 腰痛
 - 肌荒れ
 - 便秘
 - 肩こり
 - 肌荒れ

冷え性の原因
 冷え性生活の原因は、ストレスや不規則な生活などによって体温を調節する自律神経がうまく機能しないこと、熱を作る筋肉量が少ないこと、きつい下着や靴による血行不良などが挙げられます。まれに貧血や低血圧、血管系の疾患などの病気が隠れていることもあります。症状が重い場合は、一度検査を受けることをおすすめします。

冷え性はなぜ女性に多い？
 女性は男性と比べて熱を生産する筋肉量が少なく、月経で貧血になりやすいほか、更年期はホルモンバランスが変化しやすい、自律神経に影響を及ぼします。また、一般に女性は皮下脂肪が多く、寒さに強いと言われるのですが、脂肪は一度冷えると温まりにくい性質があります。

冷え性を改善する生活習慣
 冷え性の改善には、身体を内側から温め、血行を促すとともに、自律神経がうまく働くよう生活習慣を整える必要があります。

身体をあたためる食事の工夫
 栄養バランスのとれた食事を基本的に、身体をあたためる食材を積極的にとりましょう。肉類などに多く含まれるたんぱく質は熱源となる筋肉を作るほか、シヤモやタラコ、アボカドやアーモンドなどにも多く含まれるビタミンEは、末梢血管を広げて血液循環を良くする働きがあります。

健康増進課 (保健センター) 1月のお知らせ

日 曜 日	事業名	受付時間
11 火	1歳6か月児健診(時間指定制)	13:00~13:45
12 水	健康相談 8~9か月児育児相談(時間指定制)	9:00~11:30 9:45~
18 火	健康診査(完全予約制) (ゆうゆう館内保健センター) 20日・22日・26日も同時刻に開催	9:30~11:30 13:30~15:30
25 火	大腸がん検体回収	8:30~10:00
27 木	5歳児健診(時間指定制)	13:00~ 14:30~
28 金	パパママ教室【出産・育児編】(予約制)	13:15~

※予定が変更になる場合があります。

自律神経を整える生活習慣
 十分に睡眠をとって心身を休ませましょう。歩く習慣やストレッチなど、日常に適度な運動を取り入れることで、筋肉量のアップにもつながります。

あつたかアイテムも上手に取り入れよう
 腹巻・肌着・スパッツ・マフラー・レッグウォーマー、カイロなどを上手に利用しましょう。

【問合せ先】健康増進課
 029(240)7134(直通)

3 申告の必要がない方

- 年末調整の済んだ給与所得のみで、勤務先から茨城町に「給与支払報告書」が提出されている方
 - 町内在住の方の税法上の扶養となっている方（健康保険組合等、保険証の扶養とは異なります）
 - 公的年金のみを受給している方で、医療費控除や生命保険料控除また配偶者控除や扶養控除等の控除を受けない方
- ※所得税の確定申告書を税務署に提出される方は、町・県民税の申告は不要です。

4 受付・待合室について

役場 2 階第 1 会議室で受付を行います。例年、受付や待合室は大変混雑します。感染症拡大防止のため、以下の点にご協力ください。

○受付票について

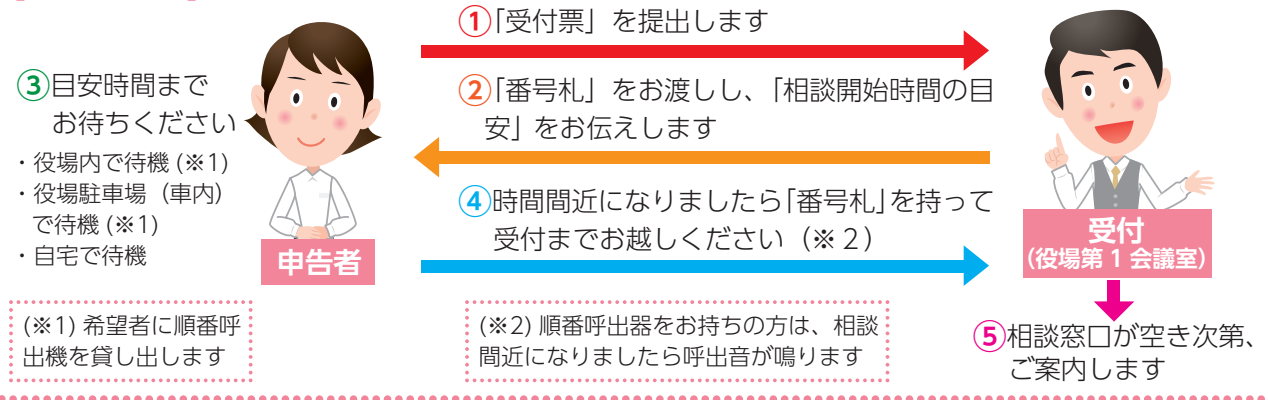
申告の受付票については、1 月下旬に配布する「**町民税・県民税申告受付について【税務課からのお知らせ】**」にて様式を掲載します。当日は受付票と引き換えに番号札を配布します。受付混雑防止のため、受付票を事前に記載してからお持ちいただきますようお願いいたします。（受付票は税務課窓口でも配布します。また、町ホームページからもダウンロードが可能です。）

○待合室について

待合室は例年混雑することから、**第 1 会議室については、呼び出し間近の方のみお待ちいただけます。**それまでは、1 階中央ロビーや役場駐車場などでお待ちください。

受付後、役場内や役場駐車場で順番を待たれる方については、「**順番呼出機**」を貸し出しますので、受付時にお申し出ください。

【受付の流れ】



5 町の申告会場で受付できない申告（水戸税務署等で申告してください）

- 青色申告（決算書等が作成済で、申告書だけの場合もできません）
 - 分離課税申告（収用事業以外の土地・建物・株式等の譲渡、上場株式等の配当所得、FX等、先物取引に係る雑所得）
 - 新規に住宅借入金等特別控除を受ける方、新規ではないが借換えがあった方、連帯債務のある方の申告
 - 増改築、特定改修、認定長期優良住宅等による特別控除
 - 相続税申告、贈与税申告、消費税申告
 - 相続または贈与税に係る生命保険契約や損害保険等に基づく年金による所得の申告
 - 「確定申告書控」に税務署の收受日印が必要な方
- その他複雑な申告につきましても、税務署へご案内させていただく場合があります。**



【問合せ先】 税務課 住民税グループ ☎029-240-7114 (直通)

2 申告に必要な書類・持ちもの

本人確認書類等

	必要なもの	例
申告するすべての方	個人番号(マイナンバー)のわかる書類(申告者本人、扶養親族、専業従事者のもの)	・マイナンバーカード・通知カード ・個人番号記載の住民票等 マイナンバーは毎年提示してください。
	本人確認ができるもの 印鑑(朱肉を使う印鑑)	・運転免許証、マイナンバーカード等 ・三文判や認め印
該当のある方	利用者識別番号(お持ちの方)	・国税庁ホームページ、または以前役場申告会場で取得した16ケタの番号
	申告案内ハガキや申告書(お持ちの方) 申告者本人の還付口座のわかるもの	・金融機関の通帳、キャッシュカード等

収入関係書類

	申告する所得の種類	必要な書類
該当のある方	給与・年金所得者	・源泉徴収票(令和3年分)
	営業 農業 不動産所得者	・収支内訳書(令和3年1月～12月までに収入・支出したもの) ・科目別に経費が記載された帳簿・領収書等 固定資産税、軽自動車税、土地改良費の額等、あらかじめ納税通知書や領収書等を元に帳簿に記載したものををご用意ください。
	上記以外の収入	・支払調書 ・個人年金等の受け取りの証明書等 個人年金等の受け取りの証明書は「 必要経費 」の記載のあるものをご用意ください。

控除関係書類

	受けたい控除	必要な書類
該当のある方	医療費控除	・医療費控除の明細書(様式は税務課窓口には設置するほか、町ホームページにも掲載しています) ・医療費のお知らせ等(健康保険組合等で発行されたもの) ・高額療養費や保険金等、補てんされた額が確認できるもの
	社会保険料控除	令和3年1月～12月までに支払ったものの領収書、証明書等
	寄附金控除 小規模企業共済等掛金控除 生命保険料控除 地震保険料控除	令和3年1月～12月までに支払ったものの控除証明書 契約書・証書・領収書ではありません
	障害者控除	・障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、障害者控除対象者認定書
	勤労学生控除	・学生証、在学証明書等
	住宅借入金等特別控除(新規に受ける場合は町では受付できません)	・借入金の年末残高証明書 ・住宅借入金等特別控除申告書(税務署から送られてきたもの)

- ひとり親・寡婦控除、配偶者(特別)控除、扶養控除については、申告時にお申し出ください。
- 町外居住者の扶養控除は、該当者の個人番号、所得のわかるもの(なければ不要)、生年月日、住所(該当があれば障害者手帳等)が必要です。海外居住者の扶養控除は、このほかに親族関係書類・送金関係書類(それぞれ日本語に訳したもの)もお持ちください。

小美玉市・茨城町・リーテム協働 小型家電等回収促進プロジェクトを開催します

茨城町では環境にやさしい社会を実現するため、町から排出されるごみの再資源化（リサイクル）の取り組みを行っています。

その取り組みのひとつとして、小美玉市・(株)リーテムと協働して、不要となった小型家電や金属製品等を回収する小型家電等の回収イベントを開催します。令和4年1月に小美玉市中継センターで、2月に茨城町ゆうゆう館駐車場で開催しますので、この機会にぜひリサイクルへの協力をお願いします。新型コロナウイルス感染症対策として**事前申込みが必要**となりますので、ご了承ください。

- 開催日時 **1月23日(日) 午前10時～午後3時**
※天候等により中止とさせていただく場合があります。中止の場合には、当日午前8時までに町ホームページ、防災行政無線及び町公式Twitterによりお知らせします。
- 開催場所 中継センター（旧茨城美野里環境組合）
小美玉市堅倉1725番地2
- 申込期間 12月23日(木)～令和4年1月19日(水)
- 申込方法 電話または町みどり環境課窓口にて、氏名・住所・電話番号・予約時間帯・持込予定のものをお伝えください。
- 注意事項
 - ① 回収可能品目以外のものにつきましては、お持ち帰りいただく場合があります。
(例：家電4品目(テレビ、冷蔵庫、エアコン、洗濯機)、ブラウン管モニターなど)
 - ② 電池入りのものは、事前に電池を抜いてください。
 - ③ 新型コロナウイルス感染症対策として、当日はマスクの着用をお願いします。

■ 回収可能な金属製品

※以下の品目以外は回収できない場合があります。

No.	品目
1	ガスレンジ・ガステーブル
2	カセットコンロ ※ボンベを外すこと
3	ストーブ(ガス・石油) ※燃料を抜くこと
4	ファンヒーター(ガス・石油) ※燃料を抜くこと
5	刈払い機・チェーンソー ※燃料を抜くこと
6	工具類・脚立・はしご
7	ゴルフクラブ
8	ダンベル・鉄アレイ・バーベル
9	雨戸・サッシ(金属製) ※木製は引取り不可
10	一輪車(運搬用台車) ※タイヤを外すこと

■ 回収可能な小型家電

※以下の品目以外は回収できない場合があります。

No.	品目	No.	品目	No.	品目
1	電話機・FAX	11	電子ジャー・電子レンジ・トースター・ミキサー	19	照明器具・電気スタンド ※電球・蛍光灯を外すこと
2	携帯電話・スマートフォン ※データを消去すること	12	食器洗い機・食器乾燥機	20	電気時計・電子楽器・ゲーム機
3	カーナビ・ETC	13	扇風機・温風機		
4	ラジオ・オーディオ機器・携帯音楽プレーヤー	14	電気ストーブ		
5	デジタルカメラ・フィルムカメラ	15	空気清浄機		
6	プレーヤー・レコーダー(ビデオ・DVD・BD)	16	電気掃除機 ※バッテリーを外すこと		
7	パソコン・ハードディスク ※データを消去すること	17	電気アイロン・ヘアードライヤー		
8	電子書籍・電卓・電子辞書	18	電気カミソリ		
9	電気ミシン				

■ アクセス



2月の開催予定

2月開催は茨城町の会場を予定しておりますので、ぜひリサイクルへのご協力をお願いします。

日時 2月27日(日) 午前10時～午後3時
場所 茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」駐車場

【問合せ・申込み先】みどり環境課
☎029-240-7135(直通)

水戸税務署からのお知らせ

令和3年分所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を、次のとおり開設します。
※なお還付申告の方の申告相談は、水戸税務署庁舎で2月10日(木)以前でも事前予約にて受け付けております。

会場	中央ビル 4階 水戸市泉町2-3-2
期間	令和4年2月14日(月)～3月15日(火) (土・日・祝日を除きますが、 2月20日(日)及び2月27日(日) は開場します。)
受付時間	午前9時～午後4時
問合せ先	〒310-8666 水戸市北見町1番17号 水戸税務署 ☎029-231-4211(代表) 音声案内に従って、ご用件の番号をお選びください。 ※中央ビルへの直接のお問い合わせは、 ご遠慮ください。



○確定申告会場への入場には「入場整理券」が必要です

入場整理券は会場当日配布しますが、LINEを通じたオンライン事前発行も可能です。
なお、入場整理券の配布状況に応じて、後日の来場をお願いすることもあります。

○確定申告会場における感染防止対策

会場への入場時に検温を実施しています。咳・発熱(37.5度以上)等の症状がある方は、入場をお断りさせていただきます。マスクの常時着用、入口での手指消毒等にご協力いただき、必要最小限の人数でお越しください。

- ※スマホやパソコンで申告書を作成する際は、ご自身で操作していただけます。
- ※医療費控除の明細書や収支内訳書等は、事前にご自宅等で作成してください。
- ※会場には駐輪場及び無料駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください。
- ※これまでに電子申告を利用されたことがある方は、「利用者識別番号及び暗証番号が分かる資料」をご持参ください。

国税庁LINE公式アカウントはこちらから追加



確定申告書等作成コーナーはこちら
(令和3年分については令和4年1月より開設されます)

入場整理券のオンライン事前発行はこちら

感染リスク軽減のために「ご自宅からe-Tax」をご利用ください

確定申告会場では感染防止対策を行っておりますが、例年大変混みあいます。まずはご自宅からのe-Taxをご検討ください。

防災行政無線の放送内容の確認にご利用ください

防災行政無線テレホンサービス
放送内容が、自動音声で流れます。
☎0800-800-8848 (通話料無料)

登録制メール配信サービス
放送内容を、放送と同時にメールで配信します。
その他、町ホームページにも放送内容を掲載しています。



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)

【医療機関にかかるときのお願い】
・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 げんでん ふれあい文化講演会

潤いと生きがいのある生活を営む契機となるよう、文化講演会を実施します。

▶日時 2月26日(土) 午後1時30分～3時
▶場所 レイクエコー (茨城県鹿行生涯学習センター 多目的ホール)
▶演題 「血管を鍛える」と超健康になる
▶講師 池谷敏郎 (医学博士)
▶対象・定員 県民 150名
▶料金 無料
▶申込方法 往復はがきに、氏名、性別、年齢、住所、電話番号を記載の上、郵送にてお申し込みください (はがき一枚につき一人が申込可能、連名不可)。申込多数の場合抽選となります。

▶申込先 レイクエコー茨城県鹿行生涯学習センター
げんでん ふれあい文化講演会担当者宛
(〒311-3824 茨城県行方市宇崎1389)
▶申込期間 1月6日(木)～2月6日(日) 消印有効
【問合せ先】 レイクエコー茨城県鹿行生涯学習センター
☎0299-73-3877

お知らせ 「いばらき県央地域連携中枢都市圏ビジョン(素案)」へのご意見を募集します

町では、茨城町を含む茨城県央地域9市町村で形成する「連携中枢都市圏」の圏域を対象として、圏域の将来像や構成市町村が連携して推進していく具体的取組の内容を記載する「いばらき県央地域連携中枢都市圏ビジョン」の策定を進めています。

策定にあたり、皆様のご意見をお寄せください。

▶意見公募期間 1月11日(火)～2月9日(水)
▶閲覧場所
・茨城町役場 地域政策課 (2階14番窓口)
・町立図書館 (ゆうゆう館内)
・生涯学習課カウンター (駒場庁舎)
※町ホームページからも確認できます。

▶提出方法 直接持込または郵送、ファックス、メールのいずれかの方法により、水戸市政策企画課へ提出してください。

〒310-8610 水戸市中央1-4-1
☎029-232-9106 F A X 029-232-9462
メール renkei.vision@city.mito.lg.jp

【問合せ先】 地域政策課
☎029-215-8003 (直通)



お知らせ 子ども・おとな救急電話相談の直通電話番号が変わりました

「子ども・おとな救急電話相談」では、急な病気やケガなどで、救急車を呼ぶべきか、様子を見ても大丈夫なのか迷ったときに、看護師など有資格者が24時間365日、相談に応じています。また、受診可能な医療機関の案内も行っています。

電話相談の直通番号は、令和3年10月1日から変更になっていますので、問い合わせの際はご注意ください (短縮ダイヤルの変更はありません)。

▶直通番号 050-5445-2856
▶短縮ダイヤル
子ども救急電話相談 (15歳未満) #8000
おとな救急電話相談 (15歳以上) #7119

【問合せ先】 消防本部
☎029-292-1515

冬の省エネルギー

冬の室温は 20℃ を目安にね!
見てないテレビや照明は OFF!
冬の冷蔵庫の温度設定は 「中・弱」!

関東電気保安協会 <https://www.kdh.or.jp/>

1月の納税

- 固定資産税 4期
- 町・県民税 4期
- 国民健康保険税 7期
- 後期高齢者医療保険料 7期

・下記納期限までに銀行、コンビニ、スマホ決済アプリ又は役場窓口で納付しましょう。

納期限は 1月31日(月)

お知らせ いばらき出会いサポートセンター 『出張相談(登録)会 in 茨城町』



いばらき出会いサポートセンター (であイバ) は、独身の方の出会いの場づくりのため、県が労働団体と共同で設立した団体です。

センターでは、下記により出張結婚相談会を開催します。

▶日時 1月22日(土) 午前10時30分～午後4時
▶場所 茨城町駒場庁舎 (旧駒場小学校) 2階 会議室4 多目的スペース
▶出張相談 結婚の相談を希望する独身の方やご家族など、どなたからの相談にも対応します。相談は無料で、予約も不要です。
▶出張登録 当センターの入会登録手続きが行えます。本人確認面談が必要となるため、事前に当センターホームページから「入会申込」と、「来所予約(出張登録会)」を行った上でお願いします。

茨城のハッピーな出会いと結婚を、であイバが応援します!
ホームページ <https://www.ibccnet.com>

【問合せ先】 いばらき出会いサポートセンター(水戸センター)
☎029-224-8888


コース管理業務 パート・アルバイト募集
正社員同時募集中

経験・年齢 不問

美しいフィールド♪空気も美味しい♪ ストレスのない職場で働きませんか?
【職種】ゴルフ場を整備するお仕事です
【資格】普通免許・未経験者でも安心して応募下さい
【勤務先】オールドオーチャード GC/茨城町鳥羽田
【勤務時間】6:00～16:00 1日4h～・週3日～ OK
【時給】900円～ 昇給あり *経験・能力を考慮します
【その他】交通費支給/制服貸与

とても環境の良い職場です
ゴルフも満喫できます

～ お気軽にお問い合わせください ～
ジーウェスト
(有)G-West TEL:080-1217-3200 担当/桑野



Information 情報

お知らせ 行政相談・行政書士相談会を開催します

行政相談
「どこの窓口に申請すればよいか教えてほしい」など、行政に対する手続き等で困っていることはありませんか。町では総務大臣から委嘱された2人の行政相談委員が活動しており、下記の日程で相談を受け付けます。

▶日時 2月8日(火) 午後1時～4時
▶場所 茨城町役場2階 第5会議室
▶行政相談委員 石井 敏幸、海老澤 栄子
▶その他 事前申込不要(受付順)、無料
【問合せ先】 秘書広聴課 協働推進グループ
☎029-291-8802 (直通)

行政書士無料相談会
遺言、相続、各種許可等の行政手続き相談など、行政書士が、下記の日程にて相談会を行います。

▶日時 2月9日(水) 午後1時～4時
▶場所 茨城町役場2階 第5会議室
▶その他 事前申込不要(受付順)
【問合せ先】 茨城県行政書士会 水戸支部事務局
☎029-251-3101 (直通)


※注意事項

- ・相談当日は検温してからお越しください。なお、少しでも体調に不安がある場合は、相談を控えていただきますようお願いいたします。
- ・マスクの着用を含む咳エチケットの徹底をお願いします。
- ・相談時間は最大30分間を目安とし、長時間の相談はお控えください。

お知らせ 県民の安全を守る110番

110番は、警察官に駆けつけてほしいときの緊急通報ダイヤルです。事件や事故にあったら・見たら、すぐに110番をしてください。
緊急の対応を必要としない相談・要望は、「#9110」へご連絡ください。

【問合せ先】 水戸警察署
☎029-233-0110





子育て支援センター

遊びに
おいでよ

茨城町子育て支援センターは子育て親子に寄り添い、親子のふれあいと絆を深める活動をおこなっています。

新型コロナウイルス感染症対策に関してのお願い

- ・新型コロナウイルス感染の疑いや濃厚接触者となってしまった場合、もしくは家族がPCR検査を受け、結果待ちの場合には利用をお控えください。
- ・咳、鼻水などの症状のある方や、同居する家族に発熱のある方がいた場合は、一定期間の利用をお控えください。

まんまる一むのご案内 要予約

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)

*希望日の前々週の月曜日より、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す。
- ・予約は一家庭一回までとし、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。

読み聞かせ

日時 1月19日(水) 午前11時～11時15分
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 1月21日(金) 午前11時～11時15分
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。

まんまるたいむ

日時 午前11時～11時15分
(土・日・祝日を除く)

- 「からだであそぼう」
- 「リズムであそぼう」
- 「ふれあひあそび」
- 「わくわくおはなし」などを日替わりで行います。



ボランティアによる読み聞かせの様子

町内在住者対象子育てセミナー

「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。参加者や職員と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歳未満の子どもとその保護者

日時 1月26日(水) 午前10時～11時

場所 まんまる一む(定員5組)

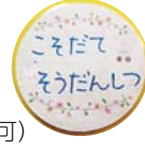
予約受付 1月12日(水)～(土・日・祝日を除く) 午前9時～午後4時
電話または子育て支援センター窓口で受け付けます。

子育て相談 ご利用ください

対象 未就学児をもつ保護者
場所 子育て相談室(電話相談可)

受付時間 月～金 午前9時～午後5時
土 午前9時～午後4時30分

子育てに関する悩みや不安、誰かに話を聞いてもらいたいことなど、様々な相談に保育士が対応します。相談の間、保育士にお子さんを預けることができます(月～金のみ)。どうぞお気軽にお越しください。



計測コーナーをご利用ください

子育て支援センターの受付隣に、幼児用と乳児用の計測器を設置しています。自由に利用できますので、お気軽にどうぞ。
*計測器は、定期的にアルコール消毒を実施しています。ご希望の方は利用前に消毒しますので、受付にお申し付けください。
*測定方法がわからない方には、ご説明します。

- *新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面は予約制で開催しています。
- *今後の状況により変更となる場合がありますので、ホームページなどでご確認ください。

—— 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

みんなでチャレンジ！ 農業体験

町内の各小・中学校では、地域の農家の方の指導のもと、農作物を育て収穫する農業体験を行っています。今回は、貴重な体験をした児童や生徒たちの感想をご紹介します。

【問合せ先】 学校教育課 ☎029-240-7121 (直通)

稲刈りを体験して

葵小学校 五年一組
小森 千優



稲刈りが大変でした。最初は慣れなくて、おもしろいと感じました。刈った稲を友達と協力して束ねてみました。谷さんなど、奥を教わると、うまくできまよかったです。

総合的な学習の時間に、稲刈り体験をしました。五月に田植えをしたので、稲が黄金色になっていました。稲を見てもうれしかったです。初めて使うのこぎりがうまくいきませんでした。慣れたらもっと上手に刈りたいです。おもしろい体験でした。



農業体験での経験

明光中学校 一年四組
石川 泰雅



苗を植えるの大変さや農家の苦労を学ぶことができました。これから野菜を育ててくれた農家の方たちに感謝しながら、好き嫌いなく食べたいと思います。

僕は、農業体験で白菜の苗を植えました。白菜の苗を見たのは初めてでした。いつも食べている白菜からは想像もできないほどの小さな苗だったので、すごく驚きました。これから少しずつ大きく育つ白菜を見るのが楽しみです。僕たちは、白菜の苗をみんなで協力して植えました。これを農家の方には、苦勞しながら植えているんだと思いました。僕たちの苗も、大きく育っておいしい白菜になってほしいです。今回、農業体験を経験して、苗を植えるの大変さや農家の苦労を学ぶことができました。これから野菜を育ててくれた農家の方たちに感謝しながら、好き嫌いなく食べたいと思います。



収穫の喜び

青葉中学校 一年三組
皆藤 陽奈



私は、小学校のイモ掘り体験では収穫にまで工程にふれることがありませんでした。しかし、中学校のイモ掘り体験では自分たちで除草作業やマルチの取り外し、足の踏み場がないほど伸びきったツルを切るなど収穫までにたくさん関わることができました。この作業の中でマルチのある所と無い所を見比べると、ある所はイモが大きく育っていました。反対に、無い所はイモが小さく弱々しく育っていました。ビニール一つでイモの育ち具合が変わってくるという事に驚きました。今回私たちが体験した作業は農業のほんの一部ですが、とても大変でした。イモ一つ作るのに、農家の苦労や工夫がなされている事を知りました。また、作物を育てる事を仕事にしている農家の方々の苦勞を実感する一方で収穫の楽しさを学ぶことができました。収穫したサツマイモを家庭科の授業で調理して食べる予定で、感謝の気持ちをもつて、みんなでおいしく食べたいです。

私は、小学校のイモ掘り体験では収穫にまで工程にふれることがありませんでした。しかし、中学校のイモ掘り体験では自分たちで除草作業やマルチの取り外し、足の踏み場がないほど伸びきったツルを切るなど収穫までにたくさん関わることができました。この作業の中でマルチのある所と無い所を見比べると、ある所はイモが大きく育っていました。反対に、無い所はイモが小さく弱々しく育っていました。ビニール一つでイモの育ち具合が変わってくるという事に驚きました。今回私たちが体験した作業は農業のほんの一部ですが、とても大変でした。イモ一つ作るのに、農家の苦労や工夫がなされている事を知りました。また、作物を育てる事を仕事にしている農家の方々の苦勞を実感する一方で収穫の楽しさを学ぶことができました。収穫したサツマイモを家庭科の授業で調理して食べる予定で、感謝の気持ちをもつて、みんなでおいしく食べたいです。



感染症が猛威をふるう冬の到来です。新型コロナウイルス感染症をはじめ、毎年流行するインフルエンザやかぜにも注意が必要です。

健康に冬を乗りきるための感染症予防レシピをご紹介します。

鶏手羽元と根菜のポトフ

健康
レシピ

ブリとれんこんの ポン酢いため

Presented by 町管理栄養士

「感染症予防
レシピ」

鶏手羽元と根菜のポトフ

【材料】4人分

鶏手羽元 12本
にんじん 240g
大根 300g
にんにく 2かけ
ブロッコリー 180g
水 7カップ
塩 小さじ1

【作り方】

- ① 鶏手羽元は骨に沿って切り目を入れる。にんじんと大根は大きめの乱切りにする。にんにくはつぶす。
- ② ブロッコリーは熱湯でかためにゆでる。
- ③ なべに①、分量の水、塩を入れて強火にかける。煮立ったらアクを除き、ふたをして弱火で約30分煮る。
- ④ 最後にブロッコリーを加えてひと煮する。

栄養成分(1人分)
エネルギー 270kcal
塩分 1.8g

ポイント

鶏肉の旨味が溶けだしたスープがおいしく、じんわり体が温まる一皿です。③の工程は圧力鍋を使用すると時短になります。

ブリとれんこんのポン酢いため

【材料】4人分

ブリ 4切 (320g)
塩 小さじ2/5
酒 大1小1
小麦粉 適量
れんこん 200g
赤パプリカ 1個
エリンギ 大2本
サラダ油 大さじ2
ポン酢しょうゆ 大さじ3
小ねぎ 2本

【作り方】

- ① ブリは一口大のそぎ切りにし、塩と酒をふって約5分おく。水けをふいて小麦粉をまぶす。
- ② れんこんは7mm厚さの半月切りにし、赤パプリカは一口大の乱切りにする。エリンギは石づきを除いて短冊切りにする。
- ③ フライパンに油の半量を熱し、①の両面をこんがり焼いてお皿にとり出す。
- ④ 残りの油を中火で熱して②をいため、れんこんに火が通ったら③を戻し入れ、ポン酢しょうゆで調味する。お皿に盛り、小口切りにした小ねぎを散らす。

栄養成分(1人分)
エネルギー 336kcal
塩分 0.6g

ポイント

ブリは小麦粉をまぶすと身がくずれにくくなります。歯ざわりのよい野菜と一緒に油を使って調理すると、ビタミンDの吸収率が高まります。



町ホームページには、これまでの健康レシピを掲載しています。ぜひご覧ください。



【問合せ先】健康増進課
☎ 029-240-7134 (直通)

●感染症予防の食事について

感染症予防として、うがい・手洗いをしっかりと行うことに加え、免疫力を高める食べ物をとることで感染症にかかりにくくなります。

①ビタミンやミネラルを十分にとり、バランスのよい食事をとりましょう

一汁三菜(主食+主菜+副菜)を意識した組合せを!
ビタミンA…緑黄色野菜(人参、ピーマン、ブロッコリーなど)
ビタミンC…果物(柑橘類)、野菜類
ビタミンD…青魚類、きのこ類

②体を内側から温め、ウイルスの侵入を防ぎましょう

ねぎ、玉ねぎ、しょうが、にんにくに含まれている“刺激成分”や“辛味成分”には、消化を助ける働きや殺菌効果があります。



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
https://www.lics-saas.nexs-service.jp/ibaraki/mobile/index.do

おすすめ新着本

新刊1



神曲
(川村 元気 著)

小鳥店を営む壇野家の平穏な日常は、突然終わりを告げた。小学生の息子が通り魔事件で刺殺され、犯人は自殺。地獄に突き落とされた父、母、姉の三人の前に不思議な合唱隊がやってくる。訝しむ父をよそに、母と姉は歌うことで心を取り戻していくが、次々に明かされる家族の秘密。そして驚嘆の終曲。

新刊2



李王家の縁談
(林 真理子 著)

梨本宮伊都子妃は、娘・方子女王の結婚相手探しに奔走していた。聡明で率直、そして行動力に溢れた伊都子妃は、誰も思いつかなかった方法で娘の方子女王を皇太子妃にする道を見つけ出す。乗り越えなければならぬ課題は伊都子妃の想像を超えるものだった。避けては通れない縁談を軸に繰り広げられる成婚宮廷絵巻。

イベント情報

おはなし会 (毎月第2、4土曜日)

1月8日(土) 午後2時～
1月22日(土) 午前11時～

絵本となかよし (毎月第2、4木曜日)

1月13日(木) 午前10時30分～
1月27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

2022年1月の休館日

日	月	火	水	木	金	土
						1 休
2 休	3 休	4	5	6	7	8
9	10 休	11	12	13	14	15
16	17 休	18	19	20 休	21	22
23 休	24 休	25	26	27	28	29
30	31 休					

◆新刊・新着本のご案内

新刊続々



熔果
(黒川 博行 著)



底惚れ
(青山 文平 著)



夜叉の都
(伊東 潤 著)



ミチクサ先生(上・下巻)
(伊集院 静 著)



どんぐり喰い
(エルス・ペルフロム 作)



クリコ
(シゲタ サヤカ 作)



わたしのマントは
ぼうしつき
(東 直子 作)



うちのくるまは
パン!!
(鎌田 歩 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3年11月末現在
男 15,794人
女 15,800人
総人口 31,594人
世帯数 13,330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
<https://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.113 ゴイサギ

学名 *Nycticorax nycticorax*

写真・文 山口 萬壽美

今月号は、平安時代に天皇から位を与えられたという由来を持つ鳥、「ゴイサギ」を紹介します。

▼**ゴイサギの分布と生態**
ゴイサギはユーラシア大陸のヨーロッパから東・中国にかけて、アメリカ大陸、北アメリカ大陸の中部から南部、南アメリカ大陸などに分布しています。

日本では本州、四国、九州などに通年で繁殖し、北海道には夏季に飛来するものもいます。冬季に南下する個体も見られ、南西諸島では冬鳥として知られています。

主な生息地は湖沼、湿地、水田、海岸、河川などで、他のサギ類（コサギなど）と小規模な群れ（コロニー）を形成して生活します。特にゴイサギは夜行性のため、夜中に飛びながら「グワツ」「コワツ」と鳴く姿が観察され

ます。日中は杉などで休み、夕方から水辺で魚などをとることが多いとされ、茨城町では特に、田植え後の水田や、イナゴが多く発生する9月頃などによく見られます。

▼**ゴイサギの主な特徴**
大きさは約58cmとサギの仲間としては小柄で、頭頂と背は緑黒色、体下面や顔などは白く、翼は全面灰色をしています。くちばしの基部は緑黄色や黒色をみせ、黄色い足をもちます。このように成鳥は、ペンギンにも似た落ち着いた色合いですが、幼鳥は褐色の羽毛で覆われており、一見して同じ鳥だとわからないかもしれません。

ゴイサギは繁殖期に、他のサギ類同様、「婚姻色」があらわれ、足が赤みを帯びて、白い冠羽も2〜3本長く伸びるのが目立ちます。

▼**位を授けられた珍しい鳥**
ゴイサギの「ゴイ」は、漢字で表すと「五位」となります。これは「平家物語」に収められている故事が由来とされています。「醍醐天皇が神泉苑に出向いたとき、池のほとりにいたサギを見つければ、これを捕らえるようにと家来に命じた。するとサギは逃げることもなく羽繕いをし、飛び去りもせずにおとなしく捕まった。醍醐天皇は、命令に背くこととなく捕らえられるとは神妙であるとして、このサギに「五位」の位を授けた」という、不思議なエピソードがあるのです。

ちびっ子アート いばらき幼稚園



こやの ゆいか (6歳)



はくた みつき (6歳)

[サンタさん]