

 広報 Ibaraki Public Information

# いばらき

12

No. 1072  
December 2022



特集・COVER Happy Gardenプロジェクト  
～茨城町を花いっぱいのにまちに～



令和4年度 第1回講座

「初夏から秋にかけてのギャザリング風寄せ植え」  
講師：柴田しず江先生 場所：桜の郷コミュニティセンター

令和4年度 第2回講座

町外研修「七ツ洞公園花壇ボランティアとの交流会」  
講師：西川綾子先生 場所：七ツ洞公園(水戸市)



令和4年度 第3回講座

「新設花壇の植栽(ハーブ)と既存花壇のメンテナンス」  
講師：柴田しず江先生 場所：桜の郷コミュニティセンター



令和4年度

### 第4回Happy Gardenプロジェクト講座を開催しました

11月10日(木)に、水戸市植物公園園長西川綾子先生のご指導のもと、第4回Happy Gardenプロジェクト講座を涸沼自然公園で開催しました。

講座では、公園の顔となる駐車場入口の花壇や、(一財)日本宝くじ協会の助成を活用して導入した大型プランターへの植えつけや管理方法などについて、実践を交えて講義をいただきました。

花が好きな町民の皆様は、是非「涸沼自然公園」や「桜の郷コミュニティセンター」の花壇をのぞいてみてください。



### 「茨城町ハッピーガーデン」のメンバーを募集しています!

茨城町ハッピーガーデンでは、ボランティアメンバーを募集しています。花が好きな方や花壇づくりなどに興味のある方は、ぜひ私たちと一緒に活動してみませんか。花の知識が無い方も大歓迎です!

興味がある方は、事務局までご連絡ください。



茨城町ハッピーガーデン  
青木リーダー

内田サブリーダー 恩蔵サブリーダー

【問合せ先】Happy Gardenプロジェクト事務局(秘書広聴課 協働推進グループ)

☎ 029-291-8802(直通)



特集

# Happy Garden プロジェクト

## ～茨城町を花いっぱいのにまに～

花や緑を眺める時間は、心に安らぎを与えてくれます。町には豊かな自然がありますが、その自然をさらに生き生きと、もっと華やかにするために活動しているの方々をご存知ですか？  
今回は、茨城町みどりと花いっぱいボランティア事業の活動についてご紹介します。

**茨城町みどりと花いっぱいボランティア事業**は、町内の公園等において、花壇づくりや維持管理等を町民参加で行うことにより、緑化意識の高揚を図るとともに、公園等に対する愛護の心を高め、花とみどりあふれるまちづくりを進めることを目的に活動しています。

#### ☘主な活動内容

元気に活躍する花のボランティアを育成するため、令和元年度から、花壇づくりや維持管理等に対する知識や技術を習得するための講習会や、講習花壇での実習を行っています。

コロナ禍で思うように活動ができない時期もありましたが、令和4年度にボランティア組織「**茨城町ハッピーガーデン**」を結成し、講習会で整備した**桜の郷コミュニティセンター**や**涸沼自然公園の花壇づくり**に取り組んでいます。

また、リーダーの青木いづみさんを中心に、**月2回の定例活動**を行っています。講習会で学んだ技術や知識をもとに、公共施設周辺の既存花壇を活用して、自分たちで花壇づくりの計画を立て、土づくりから植えつけ・管理まで、メンバーの交流を図りながら、自主的な実習活動を楽しんでいます。

#### ☘主な活動場所

涸沼自然公園、桜の郷コミュニティセンターなど

#### ☘活動内容

花壇づくりの計画、花の植えつけ、水やり、花柄摘み、除草作業、花の講習会・研修会など

#### ☘講師

水戸市植物公園 園長 西川綾子先生  
フェアリーガーデン(那珂市) 代表 柴田しず江先生



# 新たな文化的施設の

町では、令和3年8月に策定した「茨城町新たな文化的施設基本構想」に基づき、建物の概要や配置計画、平面計画等の新たな文化的施設建設の条件整理を行い、全5回の町民ワークショップや高校生ワークショップでのご意見や、町議会調査特別委員会からの提案を踏まえながら、このたび基本設計をとりまとめました。

今後はこの基本設計をもとに、引き続きワークショップなどを通して、皆様のご意見を伺いながら実施設計を進めていきます。

## ■ 5つの基本方針

### 1 みる・みられる、つながる、また来たくなる「フィールド」をつくる

壁で区切られ、内部の活動が見えづらい閉じられた建築ではなく、ゆるやかに内外がつながり、お互いが見える建築を目指します。町役場、ゆうゆう館と一体感をもって整備することで、エリア全体の価値を高めます。



↑鳥瞰イメージ

### 2 多様な交流を促す「幹空間」

#### 1) 「かがやきストリート(仮称)」

南北に施設を貫く動線としてだけでなく、町民の文化芸術活動を支える情報・交流スペースとして整備。諸室内の活動が見えるだけでなく、活動の成果を発表する掲示板や展示・書棚を設置します。



↑「かがやきストリート(仮称)」イメージ

#### 2) 相乗効果が期待できる「諸室」

かがやきストリート(仮称)に面して関連させやすい諸室を隣接配置し、利用率の向上・文化芸術活動の相乗効果を図ります。

## ■ 平面イメージ



### ■ 施設の概要

- ・建設地 中央公民館大ホール解体後の跡地(役場庁舎西側)
- ・敷地面積 約9,950㎡ ・延床面積/約3,560㎡
- ・構造種別 鉄筋コンクリート造一部鉄骨造 3階建て
- ・諸室構成 多目的ホール(可動席 約492席)、軽運動室、大・小会議室、創作スタジオ、音楽練習室、多目的室、ラウンジ等

# 基本設計がまとまりました

### 3 多様な使いこなしで盛り上がる「ホールの可変性・拡張性」

主に町民が日頃の成果を発揮できるホールとして、通常のプロセニウム形式から平土間形式への転換を容易にし、幅広い演目やイベント等に対応します。

### 4 アクティビティを生み出す「3つの広場」

三方が建物内部とつながる「イベント広場」、いばらきまつり等の会場ともなる「芝生広場」、町役場との一体感を生み出す「アプローチ広場」。それぞれの外部空間が内部空間とつながり、多様な使い方を広げます。

### 5 「地域の防災施設」として

日常利用のみならず災害時にも機能する諸室の性能及び内外空間の構成に配慮します。イベント広場は「防災広場」として機能。雨天時でもぬかるむことのない舗装を施し、緊急車両の乗り入れに配慮、また、かまどベンチによる炊き出しなどに利用できます。

## ■ 配置イメージ



## ■ 今後のスケジュール

年度	R4	R5	R6	R7	R8
設計		実施設計			
工事			大ホール解体	本体工事	外構工事
					供用開始

実施設計は、令和5年10月完成を予定しています。また、同年9月から中央公民館大ホールの解体に着手する予定です。その後、令和6年度に「新たな文化的施設」の本体工事に着手し、令和8年度からの一般供用開始を目指します。その間、管理運営計画の策定やプレイベントを実施し、開館までに町民の皆様の機運醸成を図ります。

## 基本設計概要版のパネル展示について

新たな文化的施設整備基本設計概要版のパネル展示を行います。ご自由にご覧いただけますので、お気軽にご来場ください。

- ▶日時 11月28日(月)～12月9日(金) ※閉庁日を除く
- ▶場所 茨城町役場 1階ロビー

【問合せ先】 都市整備課 文化的施設整備推進室  
☎029-297-3221(直通)

基本設計の概要は、町ホームページに掲載しています。右記の二次元バーコードよりご覧頂くことができます。



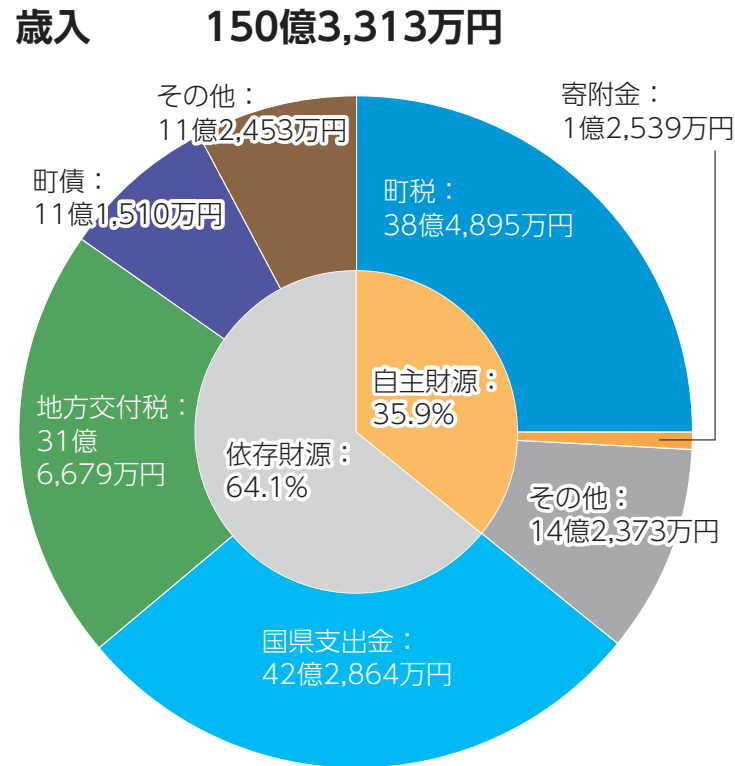


ひめ丸くん

# 令和3年度 決算報告

皆様が納めた税金や国・県からの補助金がどのように使われたのかを知っていただくため、町の歳入・歳出における決算状況をお知らせします。  
また、併せて令和3年度の健全化判断比率及び資金不足比率についてお知らせします。

## 一般会計



### 自主財源

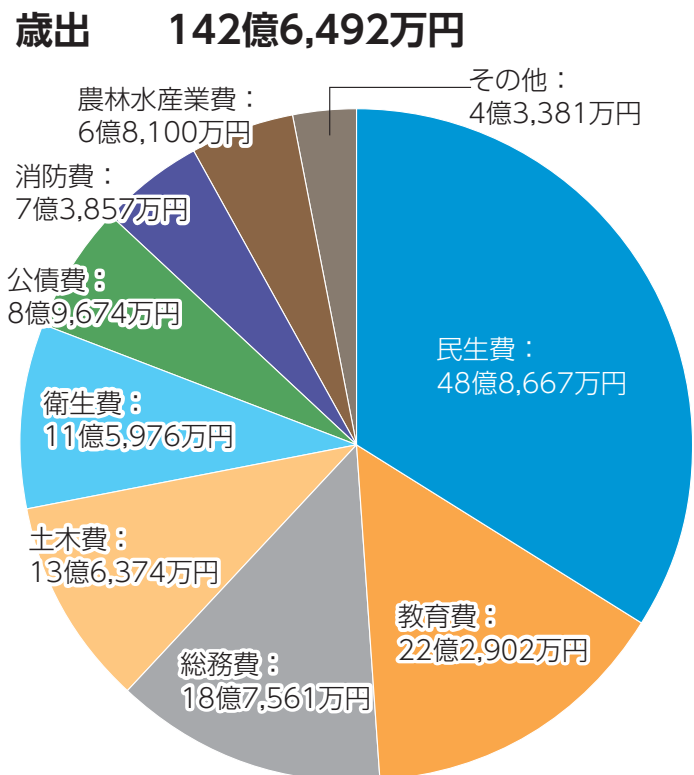
町が自主的に調達したお金。町税をはじめ、繰越金や繰入金、使用料、手数料、寄附金など

- 町税… 皆様が収めた税金
- 寄附金… ふるさと納税などの寄附のお金
- その他… 施設の使用料、諸証明書発行に対する手数料、昨年度から繰り越したお金など

### 依存財源

国や県からのお金。地方交付税や各種交付金、国県支出金や町債など

- 国県支出金… 特定の事業や事務に対して国や県から補助されるお金
- 地方交付税… 他市町村との財源の均衡を保つために国から配分されるお金
- 町債… 町が借り入れるお金
- その他… 地方消費税交付金や各種交付金



### 目的別

- 民生費… 子育て支援や社会福祉に関する経費
- 教育費… 教育・文化・スポーツの充実などに関する経費
- 総務費… 人事・財政などの事務事業に関する経費
- 土木費… 道路・住宅の整備などに関する経費
- 衛生費… 医療・保健・ごみ対策などに関する経費
- 公債費… 町が借りたお金の返済に関する経費
- 消防費… 消防や救急救命に関する経費
- 農林水産業費… 農業・林業・漁業に関する経費
- その他… 町議会の運営、商工業などに関する経費

歳入歳出差引額7億6,821万円のうち、4億1,821万円は令和4年度に行う事業に使用し、3億5,000万円は将来に備えて基金に積み立てました。

## 令和3年度歳出（一般会計）を町民一人当たりの支出に換算すると

# 465,687円 (前年度比▲65,398円)

※換算には、令和4年4月1日現在の人口（30,632人）を基に算出しました。

目的別	金額
民生費	159,528円
教育費	72,768円
総務費	61,230円
土木費	44,520円
衛生費	37,861円
公債費	29,275円
消防費	24,111円
農林水産業費	22,232円
その他	14,162円

令和3年度は、令和2年度と比べ、町民一人当たりの支出は減少しました。これは、新型コロナウイルス感染症対策として行われた定額給付金事業が完了したことや、新広域ごみ処理施設の完成に伴う負担金の減によるものです。

目的別では、子育てや、社会福祉に関する経費（民生費）が最も多くなっています。

今後も、少子高齢化などの影響により一人当たりの支出が増える見込みであることから、引き続き適正な予算の執行に努めます。



## 特別会計及び企業会計

区分	会計	歳入(収入)	歳出(支出)	差引額	
特別会計	国民健康保険特別会計	37億7,808万円	37億3,217万円	4,591万円	
	後期高齢者医療保険特別会計	4億2,786万円	4億2,263万円	523万円	
	介護保険特別会計	34億8,902万円	32億6,302万円	2億2,600万円	
企業会計	農業集落排水事業会計	収益的収支	3億4,836万円	3億3,431万円	1,405万円
		資本的収支	5,231万円	1億951万円	▲5,720万円
	公共下水道事業会計	収益的収支	6億7,453万円	6億4,404万円	3,049万円
		資本的収支	2億3,191万円	3億8,126万円	▲1億4,935万円
	水道事業会計	収益的収支	7億8,856万円	6億9,860万円	8,996万円
資本的収支		2億2,445万円	4億6,789万円	▲2億4,344万円	
工業用水道事業会計		260万円	240万円	20万円	

※農業集落排水事業会計、公共下水道事業会計及び水道事業会計の不足分については、損益勘定留保資金（減価償却費など現金を伴わない支出）などで補てんを行っています。

## 健全化判断比率及び資金不足比率

	茨城町(%)	早期健全化基準(%)	財政再生基準(%)
実質赤字比率	-	13.68	20.00
連結実質赤字比率	-	18.68	30.00
実質公債費比率	6.6	25.00	35.00
将来負担比率	23.5	350.00	-
資金不足比率	-	20.00	-

健全化判断比率とは、町の財政状況を客観的に表し、財政の早期健全化や、再生の必要性を判断するためのものです。全ての項目について、早期健全化基準及び財政再生基準に達していないため、財政状況が健全な団体となりません。

【問合せ先】 財政課 ☎029-240-7123 (直通)

ゆうゆう館で受ける

# 女性の検診（子宮頸がん・乳がん・骨粗しょう症）・大腸がん検診を実施します！

検診日	受付時間(10分ごとの予約制)
2月2日(木)	午前10時～10時40分 午後0時30分～2時40分 ※子宮頸がん検診は午後のみ実施
2月3日(金)	
2月4日(土)	
2月5日(日)	
2月13日(月)	

早期の「がん」は症状がありません！



## 検診内容及び個人負担金等

検診名	検査項目	対象者	自己負担金
子宮頸がん検診	子宮頸部の細胞診検査	20歳以上の女性	1,000円
乳がん検診	超音波検査	30～65歳の女性	1,000円
	マンモグラフィ2方向	40～49歳の偶数年齢の女性(※1)	1,500円
	マンモグラフィ1方向	50歳以上の偶数年齢の女性(※1)	1,000円
骨粗しょう症検診	足のかかとの超音波検査	40歳以上の女性	500円
大腸がん検診	便潜血反応検査(2日採便法)	40歳以上の男女	500円

※1 今年度は経過措置として昨年度未受診の奇数年齢の方も受診できます。年齢は令和5年3月31日時点

**検診会場** 茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内 保健センター

**申込方法** Web申請・電話・窓口のいずれかでお申し込みください。  
(申込期間によって電話申込先が異なりますので、ご注意ください)

申込期間	申込先
12月20日(火)午前9時～ 令和5年1月6日(金)午後6時	<b>Web申請</b> (総合健診協会健診予約システム) 右の二次元バーコードまたは茨城町ホームページからお申し込みください。 ※初めてご利用の方は「利用登録」が必要となります。 (転入された方やカナ氏名が一致しない等の理由で、一部登録できない場合があります。その際は健康増進課へお問い合わせください。)
12月22日(木)・23日(金)	<b>健診予約センター</b> ☎0570-077-150(直通) 午前9時～午後5時 ◆オペレーター対応
12月27日(火)～ 令和5年1月6日(金)	<b>健康増進課</b> ☎029-240-7134(直通)・窓口 午前8時30分～午後5時15分(土・日・年末年始を除く)



- ◆予約が正常に完了している方には、後日検診票を通知します。また、各日定員になり次第締め切らせていただきます。
- ◆病院で受ける検診・人間ドック等で検診を受診された方や受診を予定されている方はお受けできません。
- ◆大腸がん検診を単独でご希望の場合は、直接、健康増進課へお申し込みください。原則窓口には検査キットを取りに来ていただけます。上記日程以外でも回収の日程を設けております。
- ◆町民税非課税世帯等の方は、申請により自己負担金が免除されます。検診当日、受付でお申し出ください。

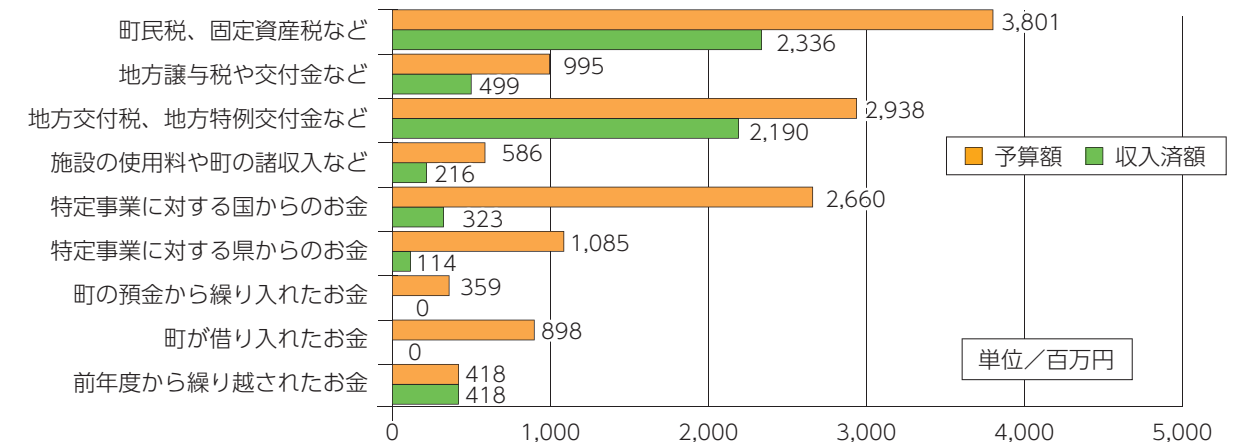
【問合せ先】健康増進課 ☎029-240-7134(直通)

令和4年度上半期(令和3年度繰越事業含む)

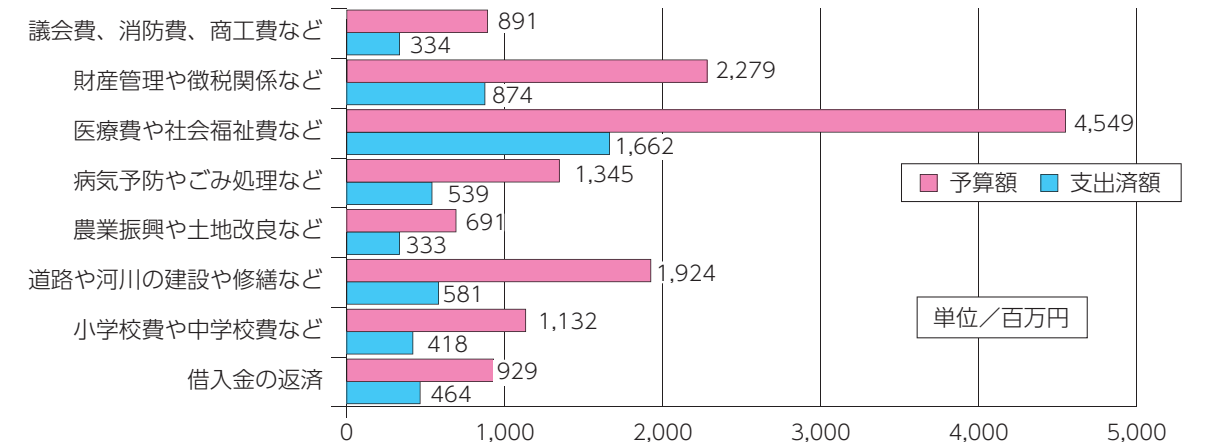
## 財政状況を公表します。

茨城町の財政状況について、上半期の収支状況をお知らせします。今回の収支状況は、令和4年9月30日現在のものです。今後の決算とは一致しませんので、ご了承ください。

**一般歳入** ◆予算現額 137億4,004万円  
◆収入済額 60億9,555万円 (収入率44.4%)



**一般歳出** ◆予算現額 137億4,004万円  
◆支出済額 52億464万円 (執行率37.9%)



## 特別会計及び企業会計

※農業集落排水事業、公共下水道事業、水道事業の予算現額は、支出予算現額を記載しています。

会計区分	予算現額	収入済額	支出済額
国民健康保険特別会計	35億8,161万円	12億5,952万円	14億5,316万円
後期高齢者医療保険特別会計	4億4,578万円	1億5,564万円	1億1,313万円
介護保険特別会計	36億4,799万円	18億5,048万円	14億7,177万円
農業集落排水事業会計	4億3,874万円	1億4,006万円	1億1,014万円
公共下水道事業会計	11億2,278万円	3億1,012万円	2億8,398万円
水道事業会計	16億6,702万円	3億8,279万円	3億4,817万円
工業用水道事業会計	232万円	115万円	11万円
合計	109億6,244万円	40億9,976万円	37億8,046万円

# みんなでチャレンジ！ 農業体験

町内の各小学校では、農業体験事業の一環として、草花栽培や農作物を育て収穫する活動を行っています。今回は、貴重な体験をした児童の感想をご紹介します。

【問合せ先】学校教育課 ☎029-240-7121 (直通)

## 「マワリとホウセンカを育てたよ」

長岡小学校 三年一組

中村友翔

ぼくは、ヒマワリとホウセンカを育てました。たねをまいたとき、すくすく育ってほしいと思いましたが、そこでヒマワリとホウセンカのかんさつカードを書くことにしました。七月にはヒマワリが、ぼくより大きくなりました。今はかれてしまったけれど、たねがたくさんとれました。ホウセンカは、花がいっぱい咲きました。そのあとつぼみがどんどんできて、今も花がきれいにさいています。来年もヒマワリとホウセンカを大切に育てたいと思います。



## 思い出のトウモロコシ

大戸小学校 五年一組

雨ヶ谷 香太郎

僕たち五年生は、七月四日にトウモロコシの収穫体験に参加しました。まず、JAの方のお話を聞きました。次に、収穫体験を行いました。JAの方が「回してとるといいよ」と、丁寧に教えてくれたことを思い出しています。トウモロコシを回してみると弱い力で収穫することができました。僕は、「簡単にとれた」と、うれしくなりました。僕は、その勢いで六本の大きいトウモロコシをとりました。帰宅してから、収穫したトウモロコシをゆでて食べました。特に、白いトウモロコシがとてもおいしかったです。コロナでいろいろな行事がある中、地域の方との思い出に残る体験でした。ありがとうございました。



## お米の大切さ

青葉小学校 五年二組

荻谷 理李

わたしは、ただの白いお米が好きです。おかずなしでも食べられます。そのお米の稲かりをして思ったことがあります。わたしたちはバケツで米作りをしたけれど、農家の人たちは田んぼでやっています。台風などが来て大変なことがあるのに、実がきちんとした米を作っています。すごいと思います。わたしは、初めてのバケツ稲をやった、すずめにはいい食べられたけれど、それはすずめが食べるほどおいしいお米ができたという気持ちです。お米を大切に食べて、残さず食べたいです。



## 10/15 (土) 茨城県自動車整備水戸支部 町へ30万円の寄附



茨城県自動車整備水戸支部（倉川勝支部長）より、町に30万円が寄附されました。同支部創立70周年記念式典において行われた贈呈式で、倉川支部長は「水戸支部創立70周年を迎え、平素より会員事業者が町政事業に関わっていることから、会員総意に基づいた記念事業として寄附を行った。まちづくりに役立てていただきたい。」と寄附に込めた思いを語りました。小林宣夫町長は「町へご寄附をいただき感謝申し上げますとともに、コロナ禍で町の財政も厳しい現状であるため、いただいた寄附金は、まちづくりのため有効に活用させていただきます。」と謝辞を述べました。

## 10/13 (木) 茨城町家庭排水対策協議会 未来の自然を守る環境学習会の実施



茨城町家庭排水対策協議会（藤枝栄子会長）は、巴川探検隊地域事業を実施しました。同事業では、毎年、巴川流域の水質保全をめざす活動を行っています。今年も、茨城県霞ヶ浦環境科学センターで、水環境について学ぶための環境学習会を実施し、水質調査や展示物の見学を行いました。当日は、葵小学校の4年生が参加し、生活排水が環境に与える影響や、未来の自然を守ることの意味について学びました。

## 10/16 (日) 見つめなおそう わたしたちの環境 第5回茨城町環境フェスティバル開催



茨城町環境フェスティバル実行委員会（照沼一美委員長）主催の、第5回茨城町環境フェスティバルが開催されました。会場となった茨城町立中央公民館大ホール及び野外出展ブース会場には多くの方が来場し、五箇公一氏による「外来生物はなぜ増えるのか？なぜ防除するのか？」を主題とした基調講演や「SDGs いまから自分にできること」をテーマとしたパネルディスカッションが行われました。また、野外では、環境団体や企業による活動展示や体験学習が行えるブースが多数出展し、会場は大いに賑わいました。

## 10/16 (日) 茨城町職工組合 学校施設でボランティア活動



茨城町職工組合（三塚敏彦組合長）は、小・中学校施設の修繕などを行う学校奉仕作業を実施しました。当日は、事前に各小・中学校から要望のあった、本棚やすのこなどの製作、生徒用机の天板や椅子の座板・背板交換などの修繕作業が行われました。この活動は、組合員が持っているさまざまな技術を活かし、町の児童・生徒のために役立てばと、同組合が昭和44年から毎年恒例行事として実施しているもので、各学校からは「今年も子どもたちのために実施していただき、大変感謝しております。」との声が上がっています。

# 文芸

## 《短歌》

○夫の背につづいて家に入りくる  
寂しきものは秋の蚊もまた  
中島三千代(桜の郷)

●初物と父の好物供えたりセピア  
の頬が僅かに緩む  
内田 理(長岡)

●真っ黒な指太き手を眺める農  
婦となりて五十二年か  
田口すい子(南川又)

●離れ住む姉に便りをするやうに  
うたを伝へる 春夏秋冬  
河野 久子(網掛)

●凜として笠間稲荷の菊人形「鎌  
倉殿」の武士が出揃う  
浦井 正子(宮ヶ崎)

●道の辺に連なりて咲く彼岸花秋  
の彼岸を待ちたるように  
佐久間 勲(前田)

●ポコポコと台風生れ十八号こん  
なにいりませぬ九月尽  
小堤美智子(小堤)

●バックミラー映る娘の寝顔見て  
明日も励めと帰路につくなり  
小堤 亮輔(城之内)

●玄関前あづき色したけいとうの  
わんさと咲きて空気も赤色  
秋山 禮子(越安)

●秋暑く蝉の鳴き声衰えず百日紅  
の花を揺るがす  
鳥羽田早苗(鳥羽田)

## 《俳句》

○天高し砂まみれの子組体操  
佐藤よし子(谷田部)

●名無し草縄張り拡げる紅草道  
野口 秋夫(上石崎)

●なな色の今日の蜘蛛の巣秋高し  
小堤美智子(小堤)

●入院の窓に群れとお赤とんぼ  
ふるさとの人影薄し柿たわわ  
佐久間 勲(前田)

●彼岸花ばきりと折れて里遠し  
中島三千代(桜の郷)

●一段と旨しサンマの炭火やき  
浦井 正子(宮ヶ崎)

●秋晴れに倅せそうな雲二つ  
鳥羽田早苗(鳥羽田)

●色鳥や溜沼の葦に色添える  
片岡 忠彦(長岡)

●かけそばを葱一本の大内宿  
横田 康治(長岡)

【評】佐藤さん一からりとした晴れ空の如き爽やかな句。全身の砂を気にせず組体操に励む子どもらの躍動が軽やかに表現された。野口さん一植物の世界も弱肉強食。「雑草魂」という言葉があるように、諦めぬものの生命力を鮮やかにまとめた。小堤(美)さん一蜘蛛の巣を七色に飾るのは夜露か、それとも夜半の雨による雫だろうか。秋日和の清々しい情景を巧みに切り取った。

【作品の送付先】  
ハガキ等に3首、3句以内を書いて、住所氏名明記の上、月末までにお送りください。  
郵便：〒311-3192  
茨城町小堤1080  
茨城町秘書広聴課 宛  
FAX：029(292)6748  
【問合せ先】秘書広聴課  
☎029(240)7126(直通)

# 逆流性食道炎ってどんな病気？

逆流性食道炎とは、胃の内容物(主に胃酸)が食道に逆流することにより、食道に炎症を起こす病気です。健康な人でも胃酸の逆流がみられることがありますが、時間が短いため問題になることはありません。逆流の時間が長くなると、食道の粘膜は胃酸に対し弱いため、食道に炎症を起こすようになります。この病気は、成人の10〜20%がかかっていると推定されており、なかでも中高年、特に高齢者に多くみられます。

## 症状は？

胸が焼ける感じがする、すっぱいものが上がってくる、食後に胸やみぞおちあたりが痛い、という症状が主な特徴です。

## どんな人がなりやすい？

- ・食べすぎ、早食いの習慣のある人
- ・脂っこいもの、アルコール、炭酸飲料を摂取することが多い人
- ・食べてすぐ横になる習慣のある人
- ・畑仕事などで長時間の前屈みの姿勢を取る人、背骨が曲がり前屈みの体型の人

## 診断方法や改善方法は？

胃の内視鏡検査により診断します。内服による治療と生活習慣の改善が必要となります。

## 内服治療

医療機関で症状に併せて内服の処方を受けてください。

## 生活習慣の改善

- ・食べ過ぎ、早食いを避けましょう。
- ・高脂肪食、アルコール、炭酸飲料をできるだけ避けましょう。

【問合せ先】健康増進課  
☎029(240)7134(直通)

※QOL: Quality of life (クオリティ・オブ・ライフ)、生命や生活の質を指す言葉。

- ・食後2〜3時間は横にならないようにしましょう。
- ・長時間の前屈みの姿勢はできるだけ避けましょう。

逆流性食道炎は、未治療の場合、日常生活に制限が生じる狭心症よりも生活の質(QOL)が低下することが報告されています。しかし治療により、健康な人と同程度に戻ること知られています。気になる症状があった場合には、早めに医療機関を受診することをお勧めします。

日曜日	事業名	受付時間
5月	健康診査(事前予約制) (ゆうゆう館内保健センター) 7日・8日・21日も同時刻に開催	9:30~11:30 13:30~15:30
6月	総合健康診査(事前予約制) (ゆうゆう館内保健センター)	8:00~12:00
14日	健康相談 3~4か月児育児相談(時間指定)	9:00~11:30 9:45~
15日	2歳児歯科検診(時間指定)	13:00~14:00
16日	夜間健康診査(事前予約制) (ゆうゆう館内保健センター)	15:30~19:30
20日	3歳児健康診査(時間指定)	13:00~13:45
23日	ごっくん教室(申込制)	9:45~10:00 10:15~10:30

※予定が変更になる場合があります。

# 消費生活センター

## 暮らしのアドバイザー 奨学金の返還や住宅ローンの返済に困ったら

電気代をはじめとした生活に関わるさまざまな値上げなどにより、家計が厳しくなり、奨学金の返還や住宅ローンの返済に不安がある場合には、滞納や金利が高い消費者金融からの安易な借り入れは避け、早めに次の対策を検討しましょう。

### ◆奨学金の返還に関する救済制度

日本学生支援機構の貸与型奨学金には、災害や傷病、失業等により返還が困難になった時に利用できる2つの制度があります。

#### ①減額返還制度

最長15年間にわたり月々の返還金額を2分の1、または3分の1に減らすことができる仕組みです。月々の返還金額は減りますが、返還期間が長くなり、適用期間終了後は、元の返還額になります。

#### ②返還期前猶予制度

最長10年間にわたり返還を待ってもらえる仕組みです。その間の返還は不要ですが、先延ばしするため、返還完了は予定より延びます。利用に当たっては審査があり、収入の基準を満たすことが必要です。また1年ごとの願い出が必要ですよ。

### 相談先

- ・独)日本学生支援機構「奨学金相談センター」  
☎0570(666)301(ナビダイヤル)  
午前9時~午後8時(土・日・祝日を除く)  
※奨学金の貸与・給付手続きに関する相談は、在学している学校の担当窓口にお問い合わせください。
- ・日本政策金融公庫「教育ローンコールセンター」  
☎0570(008)656(ナビダイヤル)または☎03(53321)8656  
午前9時~午後7時(土・日・祝日を除く)

### ◆住宅ローン返済は金融機関にすぐ相談

住宅ローン返済に不安を感じたら、取引先の銀行や住宅金融支援機構などに迷わず相談しましょう。各金融機関は、返済に困った人に配慮して、返済相談や条件変更等に迅速かつ柔軟に対応する取り組みを行っています。

※奨学金や住宅ローンに滞納が生じると、延滞利息の発生や返済困難時の救済制度を利用できなくなることに加え、個人信用機関へ延滞に関する情報が登録されるなど、将来に渡り影響を受ける場合があります。

### 【相談・問合せ先】

- 茨城町消費生活センター ☎029(291)1690(直通)  
相談受付時間 午前9時~正午 午後1時~4時(土・日・祝日を除く)  
※相談は無料です。相談内容は厳守されますので、安心してご相談ください。

# まちかどレポート

## 子どもたちのための 安全で安心な交差点

レポーター 東ヶ崎 政一(谷田部)

通勤途中、私は長岡の国道6号を横断します。なかでも、長岡新田交差点は、明光中学校に通う子どもたちの通学路でもあります。交通量も多く、特に土浦・東京方面へ向かう車にとっては緩いカーブと坂道のためにスピードが出やすく、非常に危険な交差点だと感じています。何か事故を防ぐような方法がないかと模索する中で、ドライバーの方に「ここは通学路でもある交差点だ」と認識していただき、抑止効果のある目印が必要なのではないかと感じました。

そこで、国土交通省常陸河川国道事務所に赴き、水戸国道維持班の方と話す機会を設けていただきました。その結果、長岡新田交差点の四つ角に、「スクールゾーン」「くるまに注意」と表示された、反射材付きのグリーンポールが立つことになりました。子どもたちの安全のためにお骨折りいただいた皆様に感謝しております。

また、町においても、長岡小学校から明光中学校にかけての約2.3kmにわたってグリーン帯整備を行っていただくなど、バス通学だけでなく、徒歩通学の子どものための安全・安心な道路づくりの取り組みに感謝しております。

ドライバーの方は気配り・心配りを大切に、スピードを落として子どもたちを交通事故から守りましょう。



身近な出来事を「広報いばらき」に掲載しませんか？

- ▶対象 町内に在住・在勤されている方
- ▶原稿 文字数400字~600字程度、写真1~2枚
- ▶応募方法 住所、氏名、連絡先(電話・FAX番号)を明記の上、下記までお申し込みください。  
※スペースによって、掲載できない場合があります。

【応募・問合せ先】秘書広聴課 ☎029-240-7126(直通)  
FAX: 029-292-6748 Mail: i\_kouho@town.ibaraki.lg.jp  
〒311-3192 茨城町小堤1080 茨城町秘書広聴課 宛

**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**

- 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 FAX029-301-6341  
午前8時30分～午後10時(土・日・祝日・年末年始を含む)
- 中央保健所  
☎029-241-0100  
午前9時～午後5時(平日のみ)
- 電話相談体制を整備した医療機関  
詳しくは茨城県ホームページでご確認ください。

**【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。

**注意！ あなたの土地が狙われています！**

「土地を一時的に資材置場として貸してほしい」、「良い土で土地を埋め立ててあげます」などと、うまい話を持ちかけられ、安易に同意してしまった結果、廃棄物を不法投棄されたり、無許可で建設残土を埋め立てられたりする事例が発生しています。

これらの責任や処理費用の負担は、行為者だけでなく、土地所有者に及ぶこともあります。

また、野焼きについては、環境汚染の原因になるおそれがあるほか、火災につながる危険性もあります。

不法投棄、野焼き、不適正な残土埋立てを発見した場合は、**直ちに専用ダイヤル「不法投棄110番」まで通報をお願いします。**

**不法投棄・野焼きを見つけたら**

いつもみんなでもらなくみはれ  
**不法投棄 110番 (0120-536-380) へ**

▶**受付時間** 午前8時30分～午後5時15分  
(土・日・祝日を除く)

※受付時間外は最寄りの警察署までご連絡ください。

【問合せ先】茨城県廃棄物規制課  
☎029-301-3033(直通)

年金相談や年金請求などのお手続きが無料でできます。

**街角の年金相談センター水戸** 予約受付専用電話 **0570-05-4890** (ナビダイヤル)

水戸市南町3-4-10 水戸FFセンタービル1階  
電話:029(231)6541  
水戸駅北口から徒歩15分:「南町3丁目」バス停下車  
駐車場は南町3丁目パーキングをご利用ください。

受付時間:月～金曜日(祝日、年末年始を除く)  
8時30分～17時15分まで ※月曜日19時まで  
お電話による年金相談は受け付けておりません。

日本年金機構から委託を受け全国社会保険労務士会連合会が運営しています。

**お知らせ** **令和4年分申告用**  
～所得税や住民税の「障害者控除」～  
「障害者控除対象者認定書」の発行について

「障害者手帳」等の交付を受けていない満65歳以上の方で、身体の障がい、または認知症の状態が一定の基準に該当する場合は、「障害者控除対象者認定書」を発行します。

所得の申告にあたり、この認定書を提示することで、「障害者控除」を受けることができます。

▶**対象** 次の(1)と(2)を満たす方

(1) 町の住民票に記載されている満65歳以上の方、または茨城町の介護保険第1号被保険者であること。

(2) 介護保険制度の要介護認定(要支援1・2、要介護1～5)を受けており、町の基準に該当する方。

※「障害者手帳」「療育手帳」「精神障害者保健福祉手帳」等の交付を受けている方は、手帳で控除の申告をすることができますので、申請の必要はありません。

▶**申請者** 控除対象者(本人)または親族

▶**受付期間** 12月1日(木)～令和5年1月31日(火)

▶**窓口** 長寿福祉課(1階4番窓口)

▶**持参する物** 控除対象者の印鑑(親族の申請は、親族者の印鑑が必要)、介護保険被保険者証

▶**手数料** 無料

▶**交付** 後日郵送(12月受付分は、令和5年1月以降送付予定)  
※即日交付はできません。

【問合せ先】長寿福祉課  
☎029-291-8407(直通)

**12月の納税**

- 国民健康保険税 **6期**
- 介護保険料 **5期**
- 後期高齢者医療保険料 **6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。  
・便利な口座振替を利用しましょう。

納期限は **12月26日(月)**

**お知らせ** **令和5年 茨城町二十歳のつどい式典を開催します**

町では、20歳になる方の健やかな成長と社会人の門出を祝い、二十歳のつどい式典を開催します。

令和4年4月より、成人年齢が20歳から18歳に引き下げになりましたが、町では20歳になる方を対象に式典を開催します。

▶**日時** 令和5年 **1月8日(日)**  
時間は、出身中学校ごとに2部制で開催します。

時 間	出身中学校
午前10時～午前10時30分	明光中学校出身者
午前11時30分～正午	青葉中学校出身者

※受付は、開始時間30分前から開始します。

▶**場 所** 茨城町立中央公民館大ホール  
(茨城町大字小堤1070番地)

▶**対象者** 平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれの方

▶**注意事項**

- ・式典対象者以外の方(保護者・ご親族)は会場内に入場できません。介助が必要な場合は事前にご連絡ください。
- ・新型コロナウイルス感染症対策等の詳細につきましては、町ホームページをご確認ください。

【問合せ先】生涯学習課  
☎029-240-7122(直通)

**うちの子「結婚」しないのかしら？**

独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

**☎029-353-8305**

結婚相談所 ムスベル

# Information 情報

**お知らせ** **12月11日(日)は 茨城県議会議員一般選挙の投票日です**

**投票日 12月11日(日)**  
**投票時間 午前7時～午後6時**  
**投票所 投票所入場券に記載してありますので、ご確認ください。**

投票の際は投票所入場券を持参願います。なお、紛失された場合でも投票はできますので、係員にお申し出ください。

**期日前投票について**

<b>茨城町役場</b>	期間	12月3日(土)～12月10日(土)
	時間	午前8時30分～午後8時
<b>イオンタウン水戸南(フードコート内)</b>	期間	12月3日(土)～12月10日(土)
	時間	午前10時～午後8時

※投票所入場券裏面の「宣誓書」に必要事項の記載をお願いします。

**開票について**

日 時 **12月11日(日) 午後8時～**  
場 所 茨城町立中央公民館大ホール  
(茨城町大字小堤1070番地)

※混雑防止のため、参観人の人数制限を行う場合があります。

**投票できる方について**

- ・平成16年12月12日までに生まれた方
- ・令和4年9月1日までに茨城町の住民基本台帳に記載され、引き続き3か月以上町内に住んでいる方

**【最近茨城町に転入された方へ】**  
令和4年9月2日以降に、**茨城県内の市町村から茨城町に転入した方は**、旧住所地の選挙人名簿に登録されていれば、旧住所地で投票できます。

また、「引き続き県内の区域に住所を有する旨の証明書」が必要な方は、町民課に申請してください。

**茨城町以外の市区町村に滞在している方について**

茨城町の選挙人名簿に登録されており、選挙の期間中に茨城町以外の市区町村に滞在している予定の方は、滞在先の市区町村の選挙管理委員会で投票することができます。お早めに町選挙管理委員会に投票用紙を請求してください。

【問合せ先】茨城町選挙管理委員会事務局(総務課内)  
☎029-240-7125(直通)





# 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するお願い

- ・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。
- ・新型コロナウイルス感染症が疑われる方と接した場合や、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。
- ・咳、鼻水などの症状のある方は、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～金曜日の午前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** 12月7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。

## まんまるたいむ

**時間** 午前11時～11時15分  
「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。



まんまるたいむの様子

## 「おたのしみまんまる day」開催のお知らせ

ボランティアや職員によるお楽しみ企画を盛り込んだ「おたのしみまんまる day」を開催します。皆様のお越しをお待ちしています。

**対象** 町内在住の未就学児とその保護者  
**日時** 12月16日(金) 午前の部 午前10時30分～11時30分  
午後の部 午後2時30分～3時30分  
**場所** まんまる一む(定員5組程度)  
**予約受付** 12月2日(金)～ 午前9時～午後4時  
\* 土・日を除く  
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)。

\* 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

## 要予約



## 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(電話相談も受付可)  
**受付時間** 月～金 午前9時～午後5時  
12月3日(第1土曜日) 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、さまざま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)。どうぞお気軽にご連絡ください。  
\* 令和4年12月から、土曜日の相談が第1土曜日に変更になりました。

## 「見つけよう新しい自分」

# ダンス × 演劇

舞踊家  
平松 み紀 先生

元水戸芸術館ACM劇場専属劇団員  
米川 理恵子 先生

### 「誰でも踊りが作れちゃう?!」

なんとなく感じたことで身体を動かしたらそれがダンスに!!! 形にとらわれない、自由なコンテンポラリーダンスで体を使って楽しく♪ 不思議な表現の世界を体験しましょう。

令和5年1月15日(日)・1月29日(日)

午後1時30分～4時30分

### 「同じ役でも演じる人が違うと??」

同じセリフ、同じ動きでも表現方法は千差万別!!! 「感じ方」が違うだけで役の雰囲気が変わります。身体や声を使う表現方法を学びながら楽しく演じましょう♪

令和5年1月22日(日)・2月5日(日)

午後1時30分～4時30分

それぞれ2回の体験型ワークショップ!一緒に作品を作り上げます。別日程で発表会を開催!!(日程は後日お知らせします)

ダンスや演劇に興味があるけど、やってみる機会がなかった方はぜひ!お子さんやご友人との参加も大歓迎です!! 世代が違っても表現方法も全く違うかも? この機会に体験してみてください!

- ▶ **場所** 茨城町駒場庁舎
- ▶ **対象** 小学生以上(定員20人)
- ▶ **受講料** 1,500円
- ▶ **申込方法** 題名:「令和4年度 町民教養講座申込」

- ①希望講座を「ダンス講座」または「演劇講座」からお選びください。  
\* 2つの講座を希望できます。第1希望から優先します。
- ②住所 ③氏名(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号 ⑥緊急連絡先を記入の上、はがき、FAX、またはインターネットでお申し込みください。  
\* FAXの場合、送信後、確認の電話をお願いします。

▶ **申込期限** 12月16日(金) \* 消印有効

\* 新型コロナウイルス感染症等により中止、日程変更となることがありますので、あらかじめご了承ください。  
\* 定員を超えたときは抽選となる場合があります。  
\* 定員の過半数に満たないときは開講しない場合があります。

**【申込・問合せ先】** 生涯学習課 ☎029-240-7122(直通) FAX029-292-8032  
〒311-3132 茨城町駒場450番地 茨城町駒場庁舎(旧駒場小学校)



インターネット  
申込はこちら

寒い季節になると、空気が乾燥するうえに暖房器具の使用頻度が多くなります。  
 今回着目するのは「冬の脱水症」です。冬は汗をかきにくいいため、水分摂取の意識が低下しがちです。  
 食事をしながら水分補給ができる、冬野菜を使ったスープのレシピをご紹介します。

## 豚バラのカレースープ

健康  
レシピ

## かぶの豆乳スープ

旬の食材を使ったレシピのご紹介

「冬野菜の  
スープレシピ」

### 豚バラのカレースープ

【材料】4人分

豚バラ肉	160g
ブロッコリー	120g
れんこん	80g
にんじん	60g
玉ねぎ	80g
サラダ油	小さじ2
だし汁	3カップ
しょうゆ	大1小1
みりん	小さじ2
カレー粉	大さじ1

【作り方】

- ① 豚バラ肉は食べやすい大きさに切る。ブロッコリーは小房に分けて、塩ゆでする（塩は分量外）。れんこんは皮をむき、半月切りにする。にんじんは1ちょう切りにする。玉ねぎはくし型切りにする。
- ② なべにサラダ油を入れて熱し、豚バラ肉、れんこん、にんじん、玉ねぎを炒める。ある程度火が通ったら、だし汁を入れてやわらかくなるまで煮る。
- ③ しょうゆ、みりん、カレー粉を入れて調味し、最後にブロッコリーを入れて少し煮る。

栄養成分(1人分)  
エネルギー 219kcal  
塩分 1.1g

ポイント

だし汁やしょうゆを使った、和風のカレースープです。カレー粉のスパイスで、寒い季節に体が温まる一品です。

### かぶの豆乳スープ

【材料】4人分

かぶ(根)	2個
かぶ(葉)	少量
白菜	120g
長ねぎ	40g
にんじん	60g
しめじ	40g
厚切りベーコン	40g
バター	8g
水	300cc
固形コンソメ	1個
無調整豆乳	340cc
白みそ	小さじ1
粗びき黒こしょう	少々

【作り方】

- ① かぶは皮をむいてくし型に切る(8等分)。かぶの葉は1cm幅に刻み、さっと塩ゆでする(塩は分量外)。白菜は短冊切り、長ねぎは1.5cm幅の小口切り、にんじんは5mm幅の1ちょう切り、しめじは小房に分けておく。
- ② ベーコンはひょうし木切りにする。
- ③ なべにバターを弱火で溶かし、ベーコンを炒める。長ねぎを入れて炒め、透き通ってきたら白菜とにんじん、しめじを炒め、水とコンソメを入れて煮る。
- ④ 野菜が柔らかくなったら、豆乳、かぶを入れ、ふきこぼれないよう気をつけながら煮る。
- ⑤ ゆでたかぶの葉と白みそを入れ、器に盛りつけたらこしょうをふる。

栄養成分(1人分)  
エネルギー 119kcal  
塩分 0.9g

ポイント

豆乳は沸騰させると分離してしまうので、火かげんに注意しながら具材を煮るようにしましょう。

#### ●冬の脱水症予防のポイント

- ① **こまめな水分補給をする**  
 のどが渇いていなくても、1日の中で時間を決めて水分(水や麦茶など)をとるようにする。  
 ※注意：アルコールやカフェインを多く含む飲料(緑茶や紅茶、コーヒーなど)は利尿作用があるため、水分補給には適していません。
- ② **食事から水分を摂取する**  
 みそ汁やスープなどを食事のメニューに取り入れる。
- ③ **部屋の湿度を調整する**  
 加湿器等を使用して、部屋の湿度を50～60%に保つ。



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)



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



幾千年の声を聞く  
 (青羽 悠 著)

世界の中心にそびえる巨大な木。人々は枝の上に家を立て、各地から人が集まり、やがて国ができ、文明が生まれた。だが、他国から木のもとを訪れた学者は気がつく。「こんなものは本来、地球に存在しえない」。数奇な運命に巻き込まれた人々の叡智と苦悩が積み重なり、やがて壮大な謎が解き明かされていく。

新刊2



ルビーが詰まった脚  
 (ジョーン・エイキン 著)

中には、見たこともないような鳥がいた。羽根はすべて純金で、目はろうそくの炎のようだ。「わが不死鳥だ」と、獣医は言った。「あまり近づかないようにな。凶暴なのだ」(「ルビーが詰まった脚」より)  
 ガーディアン賞、エドガー賞受賞の著者による不気味で可愛い作品10編を取めた短編集。

## イベント情報

### おはなし会

12月17日(土) 午後2時～  
 ※ぬいぐるみおとまり会があります。

### 絵本となかよし(毎月第2、4木曜日)

12月8日(木) 午前10時30分～  
 12月22日(木) 午前10時30分～  
 (22日はクリスマススペシャル)

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12月の休館日

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

## ◆新刊・新着本のご案内

新刊続々



老害の人  
 (内館 牧子 著)



過怠  
 (谷村 志穂 著)



春いちばん  
 (玉岡 かおる 著)



機械仕掛けの太陽  
 (知念 実希人 著)



にだんべっど  
 (斉藤 倫 作)



スノーマン  
 (マイケル・モーパーゴ 作)



クリスマスのおとしもの  
 (えがしら みちこ 作)



よるのあいだに  
 (ポリー・フェイバー 文)

