



広報

Ibaraki Public Information

いばらき

12

No. 1095
December 2023

特集 令和4年度決算をお知らせします

COVER いばらきキャンプ AUTUMN FESTA 2023

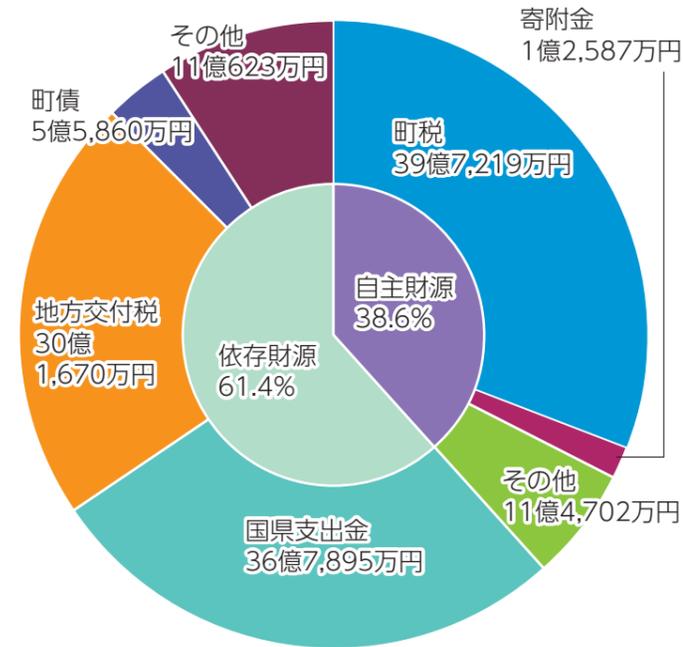
ツリークライミングに挑戦！（涸沼自然公園）

令和4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4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

歳入 136億556万円



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

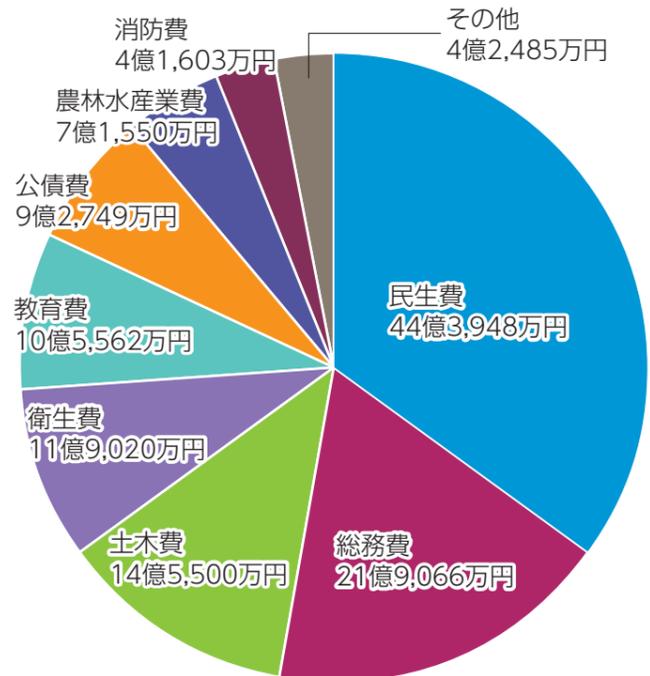
- 町税… 皆様が納めた税金
- 寄附金… ふるさと納税などの寄附のお金
- その他… 施設の使用料、諸証明書発行に対する手数料、昨年度から繰り越したお金など

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

歳出 128億1,483万円



目的別

- 民生費… 子育て支援や社会福祉に関する経費
- 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
- 教育費… 教育・文化・スポーツの充実などに関する経費
- 公債費… 町が借りたお金の返済に関する経費
- 農林水産業費… 農業・林業・漁業に関する経費
- 消防費… 消防や救急救命に関する経費
- 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7億9,073万円のうち、4億7,073万円は令和5年度に行う事業に使用し、3億2,000万円は将来に備えて基金（町の預貯金）に積み立てました。

令和4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

424,853円 (前年度比▲40,834円)

※令和5年4月1日現在の人口（30,163人）を基に換算しました。

目的別	金額
民生費	147,183円
総務費	72,628円
土木費	48,238円
衛生費	39,459円
教育費	34,997円
公債費	30,749円
農林水産業費	23,721円
消防費	13,793円
その他	14,085円

令和4年度は、令和3年度と比べ、町民一人当たりの支出は約4万円減少しました。これは、新型コロナウイルス感染症対策として行われた事業が完了したことや、新しい給食共同調理場の完成に伴う建設工事費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	37億6,750万円	37億4,173万円	2,577万円	
	後期高齢者医療保険特別会計	4億4,756万円	4億4,672万円	84万円	
	介護保険特別会計	36億4,638万円	34億1,430万円	2億3,208万円	
企業会計	農業集落排水事業会計	収益的収支	3億3,747万円	3億2,246万円	1,501万円
		資本的収支	6,098万円	1億1,369万円	▲5,271万円
	公共下水道事業会計	収益的収支	6億5,136万円	6億3,840万円	1,296万円
		資本的収支	2億7,174万円	4億1,989万円	▲1億4,815万円
	水道事業会計	収益的収支	7億8,809万円	7億555万円	8,254万円
資本的収支		3億4,117万円	6億2,175万円	▲2億8,058万円	
工業用水道事業会計		231万円	212万円	19万円	

※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	-	13.74	20.00
連結実質赤字比率	-	18.74	30.00
実質公債費比率	5.9	25.00	35.00
将来負担比率	8.1	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。実質公債費比率とは、標準的な歳入に対する公債費（町が借りたお金の返済）の割合を示し、将来負担比率については、標準的な歳入に対する将来負担すべき負債の割合を表しています。茨城町は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す。

【問合せ先】 財政課 ☎029-240-7123（直通）

10/1 (日) 第74回茨城県消防ポンプ操法競技県央地区大会 第2分団 敢闘賞を受賞

茨城県立消防学校において、第74回茨城県消防ポンプ操法競技県央地区大会が開催されました。この大会は、団員の消防技術向上を目的に実施され、操作の正確さや放水する速さなどを競うものです。

「ポンプ車操法の部」には6市町7チームが出場し、町代表として第2分団（下土師、野曾、南川又、奥谷）が出場しました。選手たちは、たくさんの方の応援を受け、訓練の成果を発揮し敢闘賞、優秀選手賞（1番員 根本優希さん）を受賞しました。



第2分団

- 指揮者 西連寺 司さん（南川又）
- 1番員 根本 優希さん（下土師）
- 2番員 相田有紀也さん（奥谷）
- 3番員 佐久間竜太さん（野曾）
- 4番員 道川 栄治さん（南川又）
- 補助員 鬼澤 博光さん（奥谷）

10/1 (日) 茨城町職工組合 小・中学校での奉仕活動

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、各小・中学校から事前に要望のあったヘルメット掛けや作業机、腐葉土入れなどの製作、生徒用机の天板交換やすのこの補強、砂場木枠の補修などの奉仕作業が行われました。

この活動は、組合員が持っている様々な技術を活かし、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ます。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。」との声が上がりました。



9/19 (火) 長寿の秘訣は「普通に暮らす」 100歳長寿を祝い訪問

小林宣夫町長は、町内で今年度100歳を迎える3人の自宅を訪問し、記念品などを贈って長寿を祝いました。

① 海老沢よしさん（宮ヶ崎）の長寿の秘訣は「普通に暮らす」。簡単なようで難しい、あるがままを受け入れる自然体の姿勢を語りました。

② 仁上喜一郎さん（城之内）は穏やかな笑顔が印象的。身の回りのことはなるべく自分でするようにしているそうです。

③ 川瀬金次郎さん（野曾）は、現在もシニアカーで近所の散歩をするのが日課だと教えてくれました。

※町内で今年度100歳を迎える方は21人。

町内の最高齢は、男性102歳、女性107歳です。



9/20 (水) 2023 J.D.B.A.全日本総合選手権 出場 Tomonori~'s 表敬訪問



町内で活動しているドッジボールチーム「Tomonori~'s」が矢口和美教育長を表敬訪問しました。

Tomonori~'sは、2023 シニアチャンピオンシップ in 関東U15の部で見事優勝し、全国大会出場の切符を手に入れました。

全国大会に向けて、キャプテンの山田隼叶さんは、「活があり、団結力のあるチーム。初めての大きな舞台で緊張もすると思うが、キャプテンとしてチームを引っ張り、勝利を掴みたい。」と意気込みを語ってくれました。

10月1日に、大阪府で開催された全国大会では、予選リーグを勝ち抜いて、決勝トーナメントに進出し、ベスト8という見事な成績を収めました。

9/22 (金) 恒久平和への願いを込めて 令和5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5年度茨城町戦没者追悼式が、やすらぎの丘（小堤）で執り行われました。

小林町長は、ロシアによるウクライナへの軍事侵攻に触れ、「戦争のない社会実現のために、あらゆる努力を重ねて世界に貢献していくことが我々に課された使命である。」と追悼の言葉を述べました。町遺族連合会の丸山昇一会長は、「私たち遺族も高齢化が進む中、戦争から学んだ教訓と平和の尊さを次世代に継承し、世界の恒久平和に向けて、なお一層精進する。」と誓いの言葉を述べられました。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。



「冷え」に打ち勝つ！冬の過ごし方

あなたは大丈夫？「隠れ冷え性」チェック

- 布団に入っても手足が冷える
- 頭痛や肩こりがある
- 体力がなく疲れやすい
- 顔・手足がむくみやすい
- 腹痛や下痢が多い
- 吹き出物や肌荒れが気になる
- くま・くすみ気になる
- 寝つき・寝起きが悪い

➡ チェックがついた方、その不調は「冷え」が原因かもしれません。

「冷え」の原因とは？

筋肉量の低下

基礎代謝の低下

運動不足

食生活の乱れ

自律神経の乱れ

生活習慣の乱れ

服装

「冷え」対策

1. 運動習慣を身につける

身体を動かすことで血流が良くなり、新陳代謝が促進されます。また、筋肉量を増やすことは、冷えの改善に有効です。太ももやふくらはぎを鍛えることができる「スクワット」がおすすめです。

2. 体を温める食材を摂る

冬に旬を迎える食材や寒い地域で採れる食材、発酵食品には体を温める効果があると言われています。更に、温かい料理にしておくことで効果アップが期待できます。筋肉をつくるタンパク質や血流を改善してくれる鉄分などのミネラル、ビタミンなども意識して取り入れるようにしましょう。

3. 入浴で体を温める

39度前後のお湯にゆっくりと浸かり、しっかりと内臓の芯から温めて筋肉のコリをほぐし、全身の血流を良くしましょう。入浴後は湯冷めしないよう、速やかに衣類を着ましょう。

4. ストレスをためない

ストレスや過労、不規則な生活リズムは、交感神経と副交感神経のバランスを崩し、体温調節がうまくいかなくなったり、体の末端の血流を悪くしてしまう可能性があります。規則正しい生活をこころがけ、十分な睡眠と休息を確保してストレスをため込まないようにしましょう。

現在「冷え」を感じる方は、ご自身の生活に取り入れやすい対策を試してみてください。「冷え」に打ち勝ち、寒い冬を乗り越えましょう！

また、「冷え」の感じ方は人それぞれ異なります。「冷え」を感じる箇所がこわばったり、しびれを感じたりする場合は、医師に相談するようにしましょう。

【問合せ先】健康増進課 ☎ 029-240-7134 (直通)

健康増進課 (保健センター) 12月の予定

日曜日	事業名	受付時間
1 金	大腸がん検診検査キット回収日 ※15日も同時刻に実施	8:30 ~ 10:00
2 土	新型コロナウイルスワクチン接種(完全予約制)	8:50 ~ 15:30
6 水	総合健診【ゆうゆう館】(完全予約制)	8:00 ~ 12:00
7 木	大腸がん検診検査キット回収日	8:30 ~ 9:30
	健康診査【ゆうゆう館】(完全予約制) ※11日、12日、18日も同時刻に実施	9:30 ~ 11:30 13:30 ~ 15:00
13 水	健康相談 3~4か月児育児相談(時間指定制)	9:00 ~ 11:30 9:45 ~ 11:00
14 木	2歳児歯科検診(時間指定制)	13:00 ~
15 金	健康診査(午後)【ゆうゆう館】(完全予約制)	15:30 ~ 19:30
19 火	3歳児健診(時間指定制)	12:45 ~
21 木	5歳児健診(時間指定制)	13:00 ~ 14:30 ~
22 金	大腸がん検診検査キット回収日	8:30 ~ 10:00 17:30 ~ 18:30
	ごっこ教室(申込制)	9:45 ~ 10:00

※予定が変更になる場合があります。

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

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。

文芸

《短歌》

○夜長月新刊買ったていそいそと戸
□□□からめくる手に笑顔
高見 英子(大 戸)
●シルバーカー押し短歌友二コニ
コと手編みの帽子我に見せ来る
浦井 正子(宮ヶ崎)
●人生はそんなに甘くないけれど
今日の夕日はこんなにきれいな
中島三千代(桜の郷)
ピーターラビットの絵本読む時思
い出す同じ場面でいつも泣く子を
河野 久子(網 掛)
老いまして友だちは逝き一人ぼっ
ち座して詩をよみ町報をまつ
田口 正子(南川又)
もう四年施設の友に会えませず
響かせているかソプラノの音を
佐藤よし子(谷田部)
この地球の生きる全てに陰落と
す異常な気象いつまで続く
内田 理(長 岡)
うす暗の道の傍ら群なすは水引
草の紅色小花
小堤美智子(小 堤)
雨上がり脚立拭いて上がり降り
秋風の立つ松の剪定
大場 邦男(長 岡)
夕散歩冬柿五本びっしりとうす
暗闇に冬柿あかり
秋山 禮子(越 安)

《俳句》

○秋深し野菊の辻に風立ちぬ
小堤美智子(小 堤)
●どこまでも天空までも曼珠沙華
村井 孝子(長 岡)
●大瀬沼はるかに筑波鯉日和
片岡 忠彦(長 岡)
紅の八重二季咲桜十二月迄
高見 英子(大 戸)
主なき家に数多の柿熟れる
浦井 正子(宮ヶ崎)
読む夫と書く我がおり文化の日
中島三千代(桜の郷)
木犀や目よりも鼻を酔わせけり
白田 美鶴(網 掛)
背戸野辺を真赤に染める彼岸花
鳥羽田早苗(鳥羽田)
秋風立木を倒し傘こわし
佐藤よし子(谷田部)
雨止んで秋空高くトンボ飛ぶ
富田 満男(小 幡)

《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
〒311-3192
FAX 029(240) 7126 (直通)

(評)小堤さんー野菊を揺らす木枯らしに、確かな秋の訪れを感じる作者。季節の移り変わりをくつきりと切り取った。村井さんーすっと伸びる曼珠沙華の花は、まるで天に向かっ指先を広げるかのようだ。直向きの祈りにも似た情景が重なる。片岡さんー遠景の筑波山と、豊かに広がる眼前の瀬沼。雄大かつ穏やかな鯉日和が、作者の抱く「ふるさとの風景」なのかもしれない。

茨城町コミュニティ助成事業

宝くじ助成で集落センターに備品などを整備

船渡区では、茨城町コミュニティ助成事業を活用し、船渡区新農村集落センターのエアコンやテレビ、冷蔵庫などの備品を整備しました。これにより、快適な集会施設において、船渡区民がより活発な地域活動を行える環境が整いました。

茨城町コミュニティ助成事業は、町民のコミュニティ活動に必要な集会施設の備品等を整備する事業です。一般財団法人自治総合センターが宝くじの社会貢献活動として実施する「宝くじコミュニティ助成事業」の助成金が財源となっています。



【船渡区交流会(ぎょうざ作り)の様子】

【問合せ先】秘書広聴課 ☎ 029-240-8802 (直通)

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。



募集 茨城町特産品ブランドいっぴん
第3回ブランド認証品を募集します！

町内の優れた地域資源を活用した商品などをブランド認証することにより、町の魅力を広く発信し、町の認知度やイメージアップを図ることを目的としています。これまでに、茨城町特産品ブランドいっぴんとして下記の4品が認定されました。町の豊かな自然から生まれ、育まれ、愛されてきた皆さまの「自慢のいっぴん」の応募をお待ちしています。



●令和3年度【第1回認証品】



① 梅里豚 (ばいりんとん)
(株式会社 広沢ファーム)



② しじみラーメン
(大黒家)



③ 飯沼栗
(下飯沼栗生産販売組合)



④ 愛ちゃんメロン
(JA水戸茨城町メロン部会
こだわりメロン研究部)

●令和4年度【第2回認証品】

▶**申込期間** 12月15日(金)～令和6年1月31日(水)

▶**申請資格**

- (一次産品の場合) 町内産の農畜水産物であること。
- (加工品の場合) ・町内産の農畜水産物を活用し、町内外の事業所で製造された商品であること。
・町内に所在する販売事業者であること。

▶**申請方法** 申請用紙を町ホームページ(「茨城町特産品ブランドいっぴん」で検索)か、町農業政策課(農業企画グループ)窓口で入手し、必要事項を記入のうえ、窓口を持参するか郵送でお申し込みください。※詳しくは、町ホームページをご覧ください。

▶**選考方法** 「信頼性・品質」・「地元性」・「ブランド力向上」・「独自性」・「魅力性」計5項目を審査・採点(試食を含む)し、その合計点数から判定を行います。
※審査団体…茨城町農畜産物「きらり」実践協議会特産品ブランド推進及び認証部会

▶**審査予定日** 第3回審査会…令和6年2月実施予定

【問合せ先】農業政策課(農業企画グループ) ☎029-240-7118(直通)

入居のご相談も随時対応しております。ショートステイもご利用できます。



グループホームひめまの杜
☎029-240-8321

募入居者

募職員

募職員



グループホームひめま
☎029-240-8117

東茨城郡茨城町中石崎 1055 担当/久保田・大塚
東茨城郡茨城町中石崎 159-1 担当/遊佐・中村

I nformation 情報

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

・下記納期限までに金融機関、コンビニ、スマホ決済アプリ、地方税お支払サイトまたは役場窓口で納付しましょう。
・口座振替をご希望の際は、金融機関での窓口で手続きをお願いします。

納期限は12月25日(月)

お知らせ 化学肥料削減緊急支援事業
【令和5年秋肥分】をお知らせします

肥料価格の高騰による農業経営への影響を緩和するため、化学肥料削減に取り組む農業者に対し、価格高騰分の一定割合を支援します。

▶**支援対象者** 化学肥料削減に取り組む農業者
▶**対象肥料** 令和5年秋肥分(令和5年6月～10月に納品または購入分)
▶**支援額** 肥料価格高騰分の3分の1以内(認定農業者等は3分の2以内)
▶**受付期間** 1期:令和5年12月上旬～下旬
2期:令和6年1月上旬～中旬

【問合せ先】茨城県農業政策課
☎029-301-5338
※12月上旬より開設予定です。

お知らせ 放送大学
入学生募集のお知らせ

放送大学は、2024年4月入学生を募集しています。心理学・福祉・経済・文学・情報・自然科学など、300以上の授業科目があり、テレビやインターネットで1科目から学ぶことができます。
資料を無料で差し上げていますので、お気軽に放送大学茨城学習センターまでご請求ください。

▶**出願期間(第2回)** 3月12日(火)まで

【問合せ先】放送大学 茨城学習センター
☎029-228-0683

根本香司法書士事務所 <https://s-nemoto.com>

- 相続の手続 ●遺言書の作成 (初回相談無料)
- 不動産取引(売買・贈与) (お気軽にお問合せ下さい)
- 会社法人登記

029-350-2153
受付時間: 月～土, 9:00～19:00



お知らせ 令和5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。
※「身体障害者手帳」「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(金)～令和6年1月31日(水)
▶**窓口** 長寿福祉課(1階4番窓口)
▶**持参する物** 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6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)

新型コロナウイルス感染症が疑われる場合などの受診・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7時30分～午後9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)

※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。

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。

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未就学児と保護者

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 (各5組程度)
《午後》1時30分～3時30分

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)。

読み聞かせ (毎月第1、3水曜日)
日時 12月6日(水)、20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 12月15日(金) 午前11時～11時15分
毎月一回、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
時間 午前11時～11時15分
「わくわくおはなし」「ふれあひあそび」「リズムであそぼう」「わくわく製作」などを日替わりで行います。



〈まんまるたいむの様子〉

その他

- ・予約できる方は利用する保護者のみです。
- ・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。

要予約

～「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 茨城町に住民票のある未就学児と保護者(予約制、定員5組程度)

日時 12月8日(金)
午前の部 10時30分～11時30分
午後の部 2時30分～3時30分

場所 まんまる一む

内容 読み聞かせ、人形劇、ゲーム遊び、ダンスなど

予約受付 11月24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)。



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

受付時間 月～金 午前9時～午後5時
12月2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)。
電話での相談も受け付けていますので、どうぞお気軽にご連絡ください。

感染症対策に関してのお願い

・咳、鼻水や発熱などの症状がある場合は、まんまる一むの利用をご遠慮ください。
・感染症予防のため、しばらくの間は定員を設けて実施しています。皆様のご理解とご協力をお願いします。

*状況により、予定を変更す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

Information 情報



ドライフラワーのあじさいで ～アンティーク風リースづくり～

涸沼自然公園を彩る30種類約1万株のあじさい。ドライフラワーにしてあるあじさいを使用して、アンティークな雰囲気のリースづくりを行います。

壁に掛けたり、卓上に飾ったりと色々な形で楽しめる、おしゃれで優しい雰囲気のあじさいリース。お家に一つあってもいいですね。

色が落ちていく姿も楽しみながら、涸沼自然公園の姿の変わったあじさいを堪能してみませんか？

- ▶日時 12月21日(木)
午後1時30分～3時30分
- ▶場所 茨城町駒場庁舎(茨城町駒場450番地)
- ▶講師 星川 理恵子 先生
- ▶受講料 1,800円(うち材料費1,300円含む)
- ▶対象 町内に在住・在勤の方 10名
*応募者多数の場合は抽選、過半数に満たない場合は開講しない場合があります。



制作するリース(イメージ)
*写真の作品は10月に制作したものです。本講座で制作するあじさいの種類や色などは、写真と異なる場合があります。

- ▶申込方法
 - 1 インターネット 右記の二次元バーコードよりお申し込みください。
 - 2 FAX、はがき
題名:「令和5年度 あじさいリースづくり」
①住所、②氏名(ふりがな)、③年齢、④電話番号(日中に繋がる番号)、⑤メールアドレス(ある場合のみ)を記入の上、**FAX、はがき**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。なお、電話のみでのお申し込みはできません。



インターネット申込はこちら

○申込期限 12月10日(日) ※当日必着
○注意事項 自然素材を利用しているため、壊れやすく、時間とともに色あせていきます。

【申込・問合せ先】生涯学習課(〒311-3132 茨城町駒場450番地)
☎029-240-7122(直通) FAX 029-292-8032

読売新聞は 月ぎめ
朝刊 **3,400円** (税込) 価格
据置

地域の話満載! よみうりタウンニュースは木曜折込み

読売KODOMO新聞 木曜発行/月額550円 詳細と、無料の
おためし新聞
申し込みは▼

読売中高生新聞 金曜発行/月額850円

お近くの **Y3 (読売センター)** または、
茨城北部読売会 ☎029-221-6679
水戸市中央 2-7-37

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

「フレイル」とは、加齢にともない筋力や活動が低下している状態です。フレイルが進むと、身体の回復力や抵抗力が落ちてしまい、病気が重症化しやすくなる可能性があります。これからも元気に過ごしていくためにも、日頃からフレイルを予防する生活を意識しましょう。

鮭のちゃんちゃん焼き

健康
レシピ

具たくさん茶碗蒸し

健康テーマ
フレイル予防レシピ

健康
テーマ
フレイル
予防
レシピ

鮭のちゃんちゃん焼き

【材料】4人分

生鮭	4切れ
塩	少々
こしょう	少々
キャベツ	1/2個
玉ねぎ	120g
にんじん	100g
しめじ	120g
バター	20g
みそ	大さじ1弱
酒	大さじ1弱
みりん	小さじ1強
砂糖	小さじ2

【作り方】

- ① 鮭は食べやすい大きさに切り、塩、こしょうをする。
- ② キャベツはざく切り、玉ねぎは薄切り、にんじんは短冊切り、しめじは小房に分ける。
- ③ フライパンにバターを溶かし、鮭の皮目を下にして、中火で全体をパリッと焼き上げ、お皿に取り出しておく。
- ④ ③のフライパンに②を加え、さっといため、鮭を戻し入れる。よく混ぜたAの調味料を加え、ふたをして3～5分程蒸し焼きにする。
- ⑤ 鮭、野菜に火が通ったら、お皿に盛り付ける。

栄養成分(1人分)

エネルギー	214kcal
たんぱく質	21.8g
塩分	0.8g

ポイント

野菜がたっぷりとして、簡単に作れるメニューです。Aの調味料を入れたら、焦げないように注意しましょう。

具たくさん茶碗蒸し

【材料】4人分

卵	4個
だし汁	520cc
塩	小さじ1/2
しょうゆ	数滴
かまぼこ	60g
かにかま	4本
しめじ	60g
豆苗	60g
白菜	40g
小松菜	40g
ねぎ	40g
鶏むね肉	20g

【作り方】

- ① Aを混ぜてこす。
- ② かまぼこは食べやすい厚さに切り、かにかまは半分に分ける。しめじは小房に分け、野菜や鶏肉は食べやすい大きさに切る。
- ③ 耐熱の器に②を入れ、①を注ぎ入れる。ラップをかけ電子レンジ(500W)で2分程加熱し、追加で1分、さらに1分と、3回に分けて加熱する。そのまま1分程おいて蒸らす。

栄養成分(1人分)

エネルギー	118kcal
たんぱく質	11.6g
塩分	1.8g

ポイント

蒸し器を使わずに電子レンジで簡単に茶碗蒸しができます。具は、お好きなものを加えてみてください。

● フレイル予防の3つの柱



● 栄養のポイント

- ① 1日3食しっかり食べましょう。
 - ② 1日2回以上、主食・主菜・副菜をそろえましょう。
 - ③ たんぱく質を十分とりましょう。(1日の目安量は、両手にのる程度)
- 肉60～80g 魚1切れ 卵1個 豆腐100g

check

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)

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

スマートフォン用



図書館カレンダー
12月の休館日は、
4日(月)、11日(月)、18日(月)、21日(木)、24日(日)、25日(月)、29～31日(年末休館)です。

おすすめ新着本

新刊1



歌われなかった海賊へ
(逢坂 冬馬 著)

1944年、ヒトラーによるナチ体制下のドイツ。密告により父を処刑され、居場所をなくしていた少年ヴェルナーは、エーデルヴァイス海賊団を名乗るエルフリーデとレオンハルトに出会う。ヴェルナーらはやがて、市内に敷設されたレールに不審を抱き、線路を辿る。その果てで「究極の悪」を目撃した彼らのとった行動とは。差別が渦巻く世界での生き方を問う。

新刊2



無人島ロワイヤル
(秋吉 理香子 著)

「無人島に3つ持っていくとしたら？」初夏の夜、他愛ない話題で盛り上がっていたバーの常連たちは、マスターが持つという無人島を目指すことに。だが一夜明けると、マスターとヨットは消え、代わりにビデオメッセージが残っていた。「これからバトルロワイヤルをやってもらいます」。初めは絶望にかられながらも協力し合っていた彼らだが、互いに疑心暗鬼となり……。

イベント情報

おはなし会 (第3土曜日)

12月16日(土) 午後2時～2時30分
(クリスマスおはなし会)
2F「視聴覚室」で開催します。

絵本となかよし (毎月第2、4木曜日)

12月14日(木) 午前10時30分～11時
(クリスマススペシャル)
12月28日(木) 午前10時30分～11時

図書館「おとぎのくに」で開催します。

10月の予約人気図書の紹介

【一般図書の部】

- あなたが誰かを殺した (東野 圭吾 著)
- 777 (伊坂幸太郎 著)
- 緊立ち (乃南 アサ 著)
- 続 窓ぎわのトットちゃん (黒柳 徹子 著)
- いまこそガーシューウィン (中山 七里 著)

【児童図書の部】

- あずきの絆 (高森美由紀 作)
- いないいないにゃあ (沖 昌之 作)
- イベントおりがみ (主婦の友社 編)
- いみちえん! 19 (あさばみゆき 作)
- うちのコロケ (谷口 國博文)

◆ 新刊・新着本のご案内

新刊続々



宙わたる教室
(伊与原 新 著)



君が手にするはず
だった黄金について
(小川 哲 著)



雨露
(梶 よう子 著)



幽玄F
(佐藤 究 著)



大魚姫の町
(柏葉 幸子 著)



なたちゃんの
たからもの
(小手鞠 るい 作)



ブラックバードの歌
(カチャ・バーレン 著)



ちいさな木
(角野 栄子 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5年10月末現在
男 15,477人
女 15,343人
総人口 30,820人
世帯数 13,477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X (旧ツイッター)
<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.136 ツヤアオカメムシ
(カメムシ科)

学名 *Glaucias subpunctatus*
WALKER

写真・文 小菅 次男

▼山で繁殖し平地に分散
春、成虫は越冬から覚めると山へ移動します。夏は山でスギヤヒノキの実を吸って繁殖し、その結果状況がカメムシの発生量に影響します。秋、山で増えた成虫は9月下旬以降に、色々な方面へと分散します。照りに飛来したり、果樹などに大きな被害を与えたりするものもこの時期です。そして冬は、人里の樹木の葉裏などで越冬します。家の中で越冬する代表種はクサギカメム

▼ツヤアオカメムシとは
体長は16〜22mm、全体に鮮やかな緑色で油状のつやがあり、背幅は隆起し厚みがあります。本州、四国、九州、南洋諸島に分布します。食性の範囲が広く、ミカン、モモ、ナシなどの果樹に集まり、独特のくさい臭いを出し害虫です。カメムシ類は半翅目に属し、セミやタガメなどの口吻で養分や体液を吸う昆虫と同じ仲間です。

▼カメムシ注意報発令
今年8月、農林水産省が「カメムシ注意報」を全国21県に発令しました。本県は入っています。葉・埼玉・福島は含まれていません。今年気温の高いい日が続いたため、活動が活発化し産卵数が増えたと考えられます。今注意報が出ていない地域でも、今後大発生が心配されています。県では5月に「病害虫発

▼各地で大発生
今年も各地でカメムシ大発生のニュースが流れました。特に9月下旬から都市部で大発生したのが、このツヤアオカメムシです。南方系の本種は温暖化の影響で近年分布を北上させ、関東地方でも以前より多く見られるようになりました。

▼予防するには
カメムシは光に集まる習性があり、街灯や建物の照明に多く集まるので、家の出入り口や窓から侵入することがあります。予防するには、入りやすい所の明かりを消すことが大切です。産卵は梅雨の前後5月下旬から8月です。白や薄い色の洗濯物、白っぽい外壁に好んで産みつけます。数十個の卵が集まると卵塊として産みつけ、10日前後で孵化し、一度に数十匹単位で増えてしまいますので、早い段階での対策が必要です。薬剤散布の必要はありませんが、薬剤の種類によっては天敵類に及ぼす影響も大きく、カイガラムシやハダニ類の大量発生を招く恐れがあるので要注意です。自然界のバランスをとるのには難しいですね!

生予報注意報」が出されています。
シですが、今年にはツヤアオカメムシが見られるかも知れません。

ちびっ子アート ふじ保育園



「たのしいハロウィン」
にいじま さち(6歳)



「お月様にはうさぎがいるんだよ」
やまぐち ことは(6歳)