

いばらき

3

No. 1101
March 2024

特集 令和6年度から
「花まちプラン」がスタートします！

COVER 町道120号線が開通しました



活動の様子



第1回講座「花壇とプランターの植栽」

講師：西川 綾子先生（水戸市植物公園 園長）



第2回講座「多肉植物の寄せ植え」

講師：山西 佐枝子先生（多肉のTaniko）



毎月の定例活動では、花がら摘みや除草作業などの花壇メンテナンスを行いました！



第3回講座「大型プランターへの植栽」

講師：柴田 しず江先生（那珂市フェアリーガーデン）



第4回講座「しめ縄リースづくり」

講師：諸川 和子先生（Wako工房）



研修視察

筑波実験植物園
F.P.Chouette（シュエット）

茨城県ハッピーガーデンのメンバーを募集しています！

茨城県ハッピーガーデンでは、ボランティアメンバーを随時募集しています！
お花が好きの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楽しく活動してみませんか。
「今までは花とあまり触れ合ってこなかった……」
「花の知識には自信がなくて……」
という方も大歓迎です！
私たちと一緒に茨城県を花いっぱいのまちにしましょう！



【問合せ先】秘書広聴課 協働推進グループ
☎ 029-291-8802（直通）



令和6年度から花まちプランがスタートします！

花と過ごす時間は、心に安らぎを与えてくれます。また、花は人と人とを結びつけるきっかけにもなります。町では、令和5年11月に「茨城県花のまちづくり推進計画【花まちプラン】」を策定し、新たな交流機会の創出や、美しいまちづくりを目的に、町民の皆様との協働による花のまちづくりを推進することになりました。

計画期間 【第1期】4年間（令和6年度～令和9年度）
推進のために

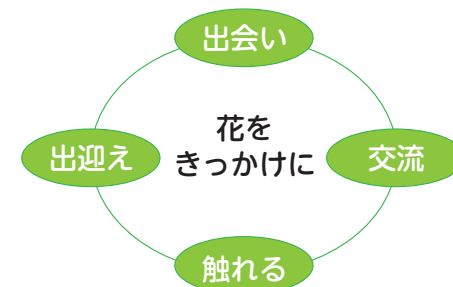
第1期計画では、『花のまちづくりを発信』をテーマに、公共施設周辺の花壇づくりや、花と緑の環境美化コンクールを広める取り組みなど、花のボランティアをはじめとした各種団体、地域や学校などと連携した花に関する各種事業を展開していきます。

花のまちづくりの将来像

「HANA × meet ～新たな交流と美しいまちづくり～」を基本理念として、町内の各地域で四季折々の花々が咲き誇る花のまちづくりを目指します。

HANA × meet とは？

- 花をきっかけに
- 新たな人と人との「出会い」が生まれます。
- 町民が楽しみを共有しながら「交流」します。
- 花に「触れる」ことで、子どもたちの豊かな感性と自然を大切にする心を育みます。
- 花いっぱい美しい景観が、町外から訪れる人々を「出迎え」ます。



今後、広報や町ホームページ、公式SNSなどで事業のご案内を随時発信していきますので、花いっぱいの美しいまちづくりに、ぜひご参加ください！

花のボランティアの紹介

茨城県ハッピーガーデンは、町内の公共施設の花壇を花いっぱいにするために、花壇のデザイン作成や植えつけ、維持管理を行っている花のボランティア団体で、現在、30名のメンバーが活躍しています！

花壇づくりの知識や技術を、講習会や研修を通じて楽しみながら習得し、涸沼自然公園などの花壇で実践しています。

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
今後も活動範囲を拡大する予定です！

活動内容
公共施設周辺の花壇づくり（デザイン作成、花苗等の植えつけ、水やり、花がら摘み、除草作業など）、
花の講習会・研修視察など



茨城県ハッピーガーデン
リーダー 青木さん（中央）
サブリーダー 内田さん（左）
恩蔵さん（右）



涸沼自然公園内の花壇
茨城県ハッピーガーデンのメンバーが花壇のデザインから植えつけまで行いました！

町道120号線が開通しました！

町道120号線が、令和6年1月19日(金)に開通しました。

本路線は、茨城町長岡を起点とし、町の北部地域を東西に横断して県道長岡大洗線に至る一級町道です。これまで、中石崎地区から瀬沼自然公園へ至る区間については、道路の幅員が狭く屈曲し、円滑な交通の支障となっていたため、平成25年度より約1.4kmの整備に着手してきました。

今回の開通によって、日常生活の利便性が向上するとともに、災害時における緊急輸送や観光振興にも大きく寄与することが期待されます。

本事業にご協力いただきました土地所有者の皆様方、並びに、長期間にわたり工事の施工及び交通規制などにご協力いただきました地元の皆様方に感謝申し上げます。

今後とも安全・安心な道路づくりのため、皆様のご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。



【問合せ先】

道路建設課 ☎029-291-8408



町道120号線交通安全祈願式の様子

Photo report

防災への誓い新たに 茨城町消防出初式



1月8日(月・祝)に、茨城町消防出初式が旧駒場小学校体育館において開催され、町消防団員など消防関係者約200人が参加し、防災の誓いを新たにしました。

式典では、長年にわたり消防団活動に従事した団員などが表彰され、火事や災害などにおいて人命・財産を守った功績を称えました。

また、式典後には今年一年の安全を願って、一斉放水が駒場地内で行われました。

先輩指導士が後輩を育成 シルバーリハビリ体操指導士 3級養成講習会を開催しました



令和5年10月に、旧川根小学校体育館において「シルバーリハビリ体操指導士3級養成講習会」が全5日間の日程で開催されました。講習会では町指導士会1級指導士による指導のもと、新たに5名の3級指導士が茨城県知事により認定されました。

町シルバーリハビリ体操指導士会は、シルバーリハビリ体操を通じて住民の健康増進と介護予防を推進するとともに、地域の活性化に貢献しています。

狂犬病予防注射日程表

沼前地区

4/9(火)

9:00~9:05	ゆうゆう館バス停前
9:10~9:25	小堤公民館
9:35~9:40	駒場公民館
9:50~9:55	神宿公民館
10:05~10:15	本郷ふるさとコミュニティセンター
10:25~10:30	海老沢ふるさとコミュニティセンター
10:40~11:00	網掛コミュニティセンター
11:10~11:25	宮ヶ崎新農村集落センター
13:00~13:10	香取学習館
13:15~13:25	宮ヶ崎第6公会堂
13:30~13:40	城之内公民館

4/17(水)

11:15~11:20	サングリーン団地公園
-------------	------------

上野台地区

4/10(水)

9:10~9:15	千貫桜生活改善センター
9:20~9:30	古宿公民館
9:40~9:55	小幡区民センター
10:05~10:10	下座公民館
10:20~10:30	上雨ヶ谷農村集落センター
10:45~10:50	五里峰集落センター
11:00~11:05	坂東公民館
11:10~11:15	増山公民館
11:20~11:25	秋葉公民館
13:00~13:10	下雨ヶ谷ふるさとコミュニティセンター
13:20~13:25	生井沢公民館
13:35~13:45	鳥羽田田園都市センター
13:50~14:00	神谷金龍院
14:05~14:15	南島田新農村集落センター

石崎地区

4/11(木)

9:10~9:20	ひばりヶ丘住宅公園
9:25~9:35	中山集落農事集会所
9:45~9:55	新興公民館
10:00~10:05	前原青少年広場
10:15~10:25	若宮公民館
10:35~10:45	榎原新農村集落センター
10:50~11:00	中石崎公民館
11:10~11:20	金沢公民館
13:00~13:10	船渡新農村集落センター
13:15~13:25	飯塚新農村集落センター
13:30~13:35	東永寺公民館
13:45~13:55	瀬沼自然公園管理事務所
14:00~14:05	遠西公民館
14:10~14:20	後谷公民館
14:30~14:40	前谷公民館

※犬の飼い主は、犬を飼い始めた日から30日以内に登録(生涯に1回)することが義務付けられています。

※飼い犬が死亡した場合、または飼い主の変更等があった場合は、みどり環境課【☎029-240-7135(直通)】まで届け出てください。

※注射料金については、動物病院で受ける場合、集合注射料金と異なる場合があります。あらかじめ動物病院へご確認ください。

令和6年度
犬の登録・**狂**犬病予防集合注射を実施します

生後91日以上の子犬には、生涯に1回の登録と、年に1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。各地区をまわって予防注射を行いますので、最寄りの会場にお越しください。なお、都合により各会場で接種できなかった場合には、最寄りまたはかかりつけの動物病院で接種してください。



※手続きをスムーズに行うため、料金については釣銭の無いようにご協力をお願いします。

長岡地区

4/11(木)

9:10~9:20	ひばりヶ丘住宅公園
9:10~9:25	小鶴公民館
9:35~9:40	平成館(長岡第二区)
9:50~9:55	前田親交館
10:05~10:20	前田公民館
10:30~10:35	下郷農村集落センター
10:45~10:50	大畑公民館
11:00~11:05	上郷公民館
11:15~11:20	馬渡新農村集落センター
13:00~13:15	常井公民館
13:20~13:25	近藤公民館
13:30~13:40	桜の郷コミュニティセンター
13:50~14:00	大山原農村集落センター
14:10~14:20	明光公民館

4/17(水)

9:10~9:15	前田東区集会所
9:25~9:30	矢頭グリーンタウン公園
9:45~10:00	町宮矢頭団地集会所
10:10~10:25	植農公民館
10:35~10:40	長岡公民館
10:50~10:55	谷田ふるさとコミュニティセンター
11:00~11:05	三島公民館

川根地区

4/17(水)

11:15~11:20	サングリーン団地公園
11:25~11:35	セレモニーおにぎわいホール第2駐車場
13:00~13:05	桜丘団地公民館
13:10~13:15	赤坂農村集落センター
13:25~13:35	下土師公民館
13:45~13:50	下土師仲塚ふれあい館
13:55~14:00	下飯沼公民館

4/18(木)

9:10~9:20	越安ふるさとコミュニティセンター
9:30~9:35	蕎麦原新農村集落センター
9:45~9:50	駒渡公民館
10:00~10:05	千勝公民館
10:15~10:20	野曾後谷公民館
10:30~10:45	野曾ふるさとコミュニティセンター
10:55~11:00	南栗崎公民館
11:05~11:15	南川又農村集落センター
13:00~13:15	木部西部農村集落センター
13:25~13:30	木部南部公民館
13:40~13:45	上飯沼南部公民館
13:55~14:05	上飯沼新農村集落センター
14:15~14:20	飯沼公民館
14:25~14:35	木部東部新農村集落センター

追加実施

6/30(日)

9:00~12:00	茨城町役場駐車場
------------	----------

集合注射時飼い主負担金料金表

	合計金額	内 訳		
		登録手数料	注射済票交付手数料	狂犬病予防注射料金
注射だけの犬	3,550円		550円	3,000円
新規登録の犬	6,550円	3,000円	550円	3,000円

【問合せ先】みどり環境課 ☎029-240-7135(直通)

1/22 (月) 飯沼栗を使ったふるさと納税返礼品も好評
第1回アトツギアワード受賞
常陸風月堂 表敬訪問



後継ぎ経営者を表彰する大会「第1回アトツギアワード」を受賞した、株式会社常陸風月堂代表取締役藤田浩一氏（日立市）が表敬訪問されました。常陸風月堂は、町特産品「飯沼栗」を使ったふるさと納税返礼品でもある1本1万3千円の高級栗蒸し羊羹「万羊羹（まんようかん）」を開発しており、藤田氏は「第1回アトツギアワード」において、長期的な視点に立って関係者の幸せと業績の両立を実現している企業に贈られる「ロングターミズム部門賞」を受賞しました。下飯沼栗生産販売組合の田口一彦組合長とともに、小林町長に受賞の報告を行った藤田氏は、「組合と提携したことで、世界市場でも戦える商材と販路を開拓し、さらに双方の業績にも大きく貢献できたことなどが評価されたものです。」と語りました。

1/30 (火) 豊かな地域社会づくりのために
明治安田生命保険相互会社
「私の地元応援募金寄附金」贈呈



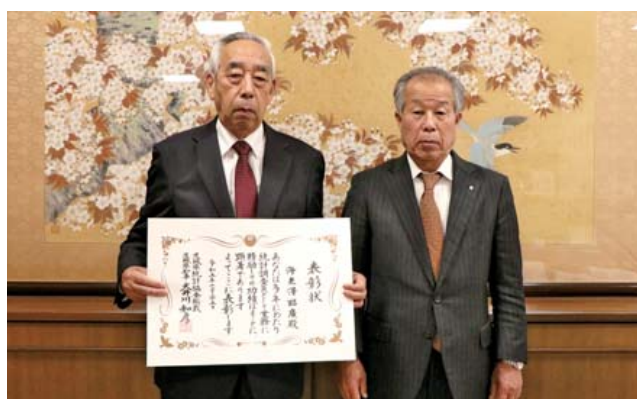
より豊かな地域社会づくりを応援するため、明治安田生命保険相互会社から、「私の地元応援募金寄附金」として、同社の社員の皆様からの募金に加え、同社からの拠出を合わせた70万8,500円が町に寄附され、それを記念した目録贈呈式が行われました。今回いただいた寄附金については、防犯カメラ設置等の防犯対策事業に使わせていただきます。今後とも、町が実施する健康増進や安全・安心なくらしに関する事業等において、相互の連携・協働による活動を推進していきます。

1/22 (月) 茨城土地家屋調査士会
「災害時における住家被害認定
調査に関する協定」を締結



町と茨城土地家屋調査士会（黒澤誠一会長）は、「災害時における住家被害認定調査に関する協定」を締結しました。この協定は、災害発生時に町が実施する住家被害認定調査（災害証明書発行のための調査）に対して、茨城土地家屋調査士会から人員派遣等の協力を受ける内容となっています。今後は、災害発生時に住家被害認定調査への人員の派遣を受けることで、被災者支援に活用される災害証明書の発行が円滑に進むことが期待されます。

1/29 (月) 統計調査の第一線で活躍
茨城県統計協会総裁より表彰



長年にわたり統計調査員として各種統計調査に尽力されている海老澤昭廣さん（小鶴）が、茨城県統計協会総裁より表彰され、小林町長より表彰状が伝達されました。統計調査員とは、調査対象を訪問し、調査票の記入依頼や調査票の回収・点検といった統計調査において最も重要な役割を担っている方です。海老澤さんは、国勢調査や住宅・土地統計調査などの統計調査に10回従事され、その功績が大きいことから、受賞となりました。

12/13 (水) 茨城町家庭排水対策協議会
涸沼湖岸清掃の実施



茨城町家庭排水対策協議会（藤枝栄子会長）は、早朝より親沢公園周辺で、清掃活動を実施しました。同協議会は、環境にやさしいアクリルたわしの作成・配布等の啓発活動や町内河川の水質調査の実施など、家庭排水対策について幅広く活動を行っており、そのうちのひとつとして、毎年、涸沼の水質保全に向けた活動を実施しています。当日は、湖岸に捨てられた空きびんや空き缶など約90kgのごみを回収しました。

1/15 (月) 福祉ヤクルト
自家発電機など寄贈



水戸ヤクルト販売（株）より、商品の売り上げの一部を寄贈する「福祉ヤクルト」の活動として、自家発電機（1台）、ガソリン携行缶（1缶）、消毒用ミストガン（2個）が寄贈されました。今回の寄贈品である自家発電機は、災害時の緊急電源として活用され、消毒スプレーは、庁舎窓口等における感染症拡大防止対策のために使用されます。

12/7 (木) 長年の更生保護活動に感謝
法務大臣から感謝状



令和5年11月に保護司を退任された石井敏幸さん（秋葉）に、罪や非行を犯した人たちの更生保護に長年力を尽くしたとして、法務大臣から感謝状が贈られました。石井さんは、平成15年から20年間にわたり保護司として活動され、罪を犯した人たちに向き合い、その立ち直りを支える取り組みに力を注ぎました。小林宣夫町長に退任の報告をした石井さんは、「保護司としての活動は、苦勞もあつたけれど、更生した方が家族を連れて会いに来てくれたときなどは、保護司をやっている本当によかつたと思つた。」と話していました。

12/21 (木) 肉牛生産技術の粋を集めた
「茨城町肉用牛枝肉共励会」開催



町内の畜産技術向上を目的とした「令和5年度茨城町肉用牛枝肉共励会」が、令和5年12月18日（月）から21日（木）にかけて開催されました。共励会には、町内肉用牛生産者が丹精を込めて育てた肉用牛37頭（和牛27頭、交雑種10頭）が出品され、21日（木）に行われた褒章授与式において、橋本畜産株式会社が出品したA5ランクの常陸牛が名誉賞を受賞しました。また、今回出品された和牛の全てが常陸牛の要件を満たしていることから、町内生産者の技術の高さが伺える結果となりました。

生活習慣改善で脂質異常症予防 ～年1回の健診結果を活かそう～

町では、一般的な健康診査を実施しています。受診された方は、健診結果を確認しましたか？
 今回は、**脂質異常症予防**についてご説明します。
 脂質異常症とは、血液中のLDL（悪玉）コレステロールや中性脂肪などの脂肪が多くなった状態、またはHDL（善玉）コレステロールが少なくなった状態をいいます。

コレステロール・中性脂肪とは

コレステロールは細胞膜や各種ホルモンの原料になる脂質の一種で、体を維持するために欠かせない物質です。多すぎても少なすぎても問題になるため、適度な値を保つことが大切です。

中性脂肪は、生命維持のための重要なエネルギーです。しかし、糖分や脂肪、アルコールの取りすぎや運動不足により、内臓脂肪に必要以上に蓄積されてしまうと、**肥満や動脈硬化**につながります。

健診結果を見てみましょう

脂質異常症の診断基準（空腹時採血）です。「検査値」の数値が当てはまる方は要注意です。

検査名	検査値
LDL（悪玉）コレステロール	140mg/dl以上
HDL（善玉）コレステロール	40mg/dl未満
中性脂肪（トリグリセライド）	150mg/dl以上

脂質異常症の3つのタイプ

- ① 高LDLコレステロール血症
 …肝臓から全身にコレステロールを運ぶLDLコレステロールが多い
 - ② 低HDLコレステロール血症
 …余分なコレステロールを肝臓に戻すHDLコレステロールが少ない
 - ③ 高中性脂肪血症
 …多くなるとLDLコレステロールが増え、HDLコレステロールが減る
- ①②③のいずれか、あるいはそれぞれが重なり合うことで、血液中の脂質バランスが崩れてしまいます。これが続くと動脈硬化を促進し、狭心症や心筋梗塞・脳梗塞などの原因になります。

脂質異常症予防のための生活習慣

1 食生活習慣を改善しよう（飽和脂肪酸・糖質を控え、不飽和脂肪酸・食物繊維をとる）

- ポイント1 肉より魚を食べる。
- ポイント2 食物繊維を積極的にとる。
- ポイント3 抗酸化物質（ビタミンC、βカロテン、リコピン）を多く含む食品をとる。
- ポイント4 調理には植物油を使う。
- ポイント5 卵はバランスを考えて食べる（コレステロールが高い人は食べすぎに注意）。
- ポイント6 糖質は控えめにする。



2 運動習慣を身につけよう

運動をすると、LDLコレステロールが減り、HDLコレステロールが増えます。血圧も下がり、動脈硬化を防ぐことができます。
 動脈硬化は、無症状であることがほとんどなので、検査の値を確認して、毎日の生活習慣を見直してみましょう。

【問合せ先】健康増進課 ☎ 029-240-7134（直通）

日曜日	事業名	受付時間
1 金	パパママ教室 妊娠・出産編（申込制）	13:00～
7 木	5歳児健康診査（時間指定制）	13:00
8 金	高血圧予防教室（申込制）	9:45～
13 水	健康相談 8～9か月児育児相談（申込制）	9:00～11:30 9:45～10:00
14 木	糖尿病予防教室（申込制）	9:45～
21 木	骨粗しょう症予防教室（申込制）	9:45～

文芸

《短歌》

○吊るしびな一針一針眼鏡かけ差したのだから二連が届く
 田口すい子(南川又)

●恒例の笠間詣での混雑は神への願いも早口になる
 小堤美智子(小堤)

●心やむ姪のかたわら犬二匹そばにいるよとジーツと見上げ
 市川来久江(大戸)

窓際にかけたコートが暗がりにぼんやり浮かぶ母の形で
 中島三千代(桜の郷)

久々にLPレコード針置いてアングスの空へコンドル飛ばす
 内田 理(長岡)

午後の陽を背に受けそびえる筑波山湖畔から眺むる漆黒シルエツト
 河野 久子(網掛)

冬おくりされし積読 手に取るも差し込む陽ざしに負けて微睡む
 高見 英子(大戸)

ひよつとこも国の命令受けたなら鬼ともなりてヒトをも喰らう
 白田 美鶴(網掛)

能登の子ら集団避難遠ざかる君また会おうよ生まれた町で
 佐藤よし子(谷田部)

凍て付くや流れる水の音もなく壁画のような袋田の滝
 浦井 正子(宮ヶ崎)

(評)田口さん一届いた吊るしびなを作った人への思いが優しい。「針」に切実感があり感謝の心がほろり伝わる。小堤さん「おもしろい。神様への願いも混雑の中ではゆつくりともしられない。」「早口」が歌の眼目となっている。市川さんドラマのシーンを覚えているように、場面が浮かんでくる。作者の心と犬のまなざしが重なる。

《俳句》

○冬の空トジャー・ブルーに澄みわたり
 村井 孝子(長岡)

●空つ風肩怒らせて筑波峰
 野口 秋夫(上石崎)

●千波湖の鳥も浮き立つ梅まつり
 浦井 正子(宮ヶ崎)

●深深と労働びとの肩の雪
 小堤美智子(小堤)

梅林に一本咲きし寒桜
 平本 裕男(小幡)

祝膳を奪われしまま年明くる
 中島三千代(桜の郷)

寒風に背中丸めて落ち葉掃き
 富田 満男(小幡)

冬の日々道草せず帰るべし
 白田 美鶴(網掛)

大洗初日が染める波の花
 片岡 忠彦(長岡)

初詣甘える孫に好意
 高見 英子(大戸)

(評)村井さん多くの人の期待を背負い、強打を放つメジャーリガー。ホームランの向こうに見える晴天に、彼のユニフォームの色が重なる。はつとす連想がある秀句。野口さん遥かに見える筑波を詠む句は多くあるが、厳しい寒さの象徴として側面を中心に据えた。稜線を「肩怒らせて」と比喩し、厳しい寒さを効果的に表す。浦井さん「百花にさきがけて花開く梅に、浮き立つのは人も鳥も同じらしい見頃を楽しみたいものだ。」

《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

《問合せ先》

秘書広聴課 ☎ 029-240-7126（直通）
 FAX: 029-292-6748
 0209 (240) 7126（直通）

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、掲載できない場合もあります。
- 【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



茨城町育ちの美味しい野菜 食べてみませんか？

レポーター 安島 せつ子

私の所属する茨城町生活改善クラブ連合会では、地域の食材を活用しておいしい郷土料理を広めたり、地産地消の推進をしたりといった活動を行っています。食や農業に関する活動を通して、町の活性化を目指しています。

その活動の一環として、イオンタウン水戸南センターコートにおいて、毎週木曜日に、会員の作った野菜・加工品などを販売しています。地産地消を目指して始めたこの「木曜日」は、今年で15年目となります。長きにわたって続けてこられたのも、会員はじめお客様とのあたたかい出会いがあったからに他ならないと思います。おかげさまで町内をはじめ、町外からのお客様も毎週来てくださり、「野菜がおいしいのよ」と喜んでくれる顔を見ることができ、とてもうれしく感じています。和やかな雰囲気、自然と会話が生まれることも多く、お客様と料理の意見交換をするなどのひとときも楽しいものです。

こうした活動を通して、日本の食文化には、地元の野菜がつきものだということを実感しました。町の皆さんにはぜひ、会員の育てた旬の野菜を食していただきたいと思っています。これからも、お客様との出会いを大切に、会員一丸となって、新鮮で安全・安心な、愛のこもった野菜を届けていきたいです。



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受診・相談窓口

- 地域の診療所等 (診療・検査医療機関)
- 新型コロナウイルス感染症電話相談センター
☎029-301-3200
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 不動産鑑定士による不動産無料相談会

不動産鑑定士が、不動産の価格などのご相談に無料でお答えします。

▶日時 4月9日(火)
午前10時～、10時40分～、11時20分～
(一人当たり30分程度)

▶場所 茨城県開発公社1階 中会議室
(水戸市笠原町978-25)

▶申込方法 相談は事前予約制となります。(一社)茨城県不動産鑑定士協会事務局までご連絡のうえ、お申し込みください。

▶予約受付 3月29日(金) 午後5時まで

▶その他 相談当日は、参考資料として公図写及び固定資産課税書類などをご持参ください。

【予約・問合せ先】
一般社団法人 茨城県不動産鑑定士協会
☎029-246-1222

お知らせ 暮らしとこころの相談会

解雇や賃金未払いなどの労働問題や、生活保護・多重債務などの生活問題について、おひとりで悩みを抱えてはいませんか？
弁護士が無料で相談に応じます。

▶日時 3月8日(金) 午後1時30分～4時
(相談時間 一人当たり30分)

▶場所 水戸相談センター：茨城県弁護士会館
(水戸市大町2-2-75)

▶予約申込 電話による事前予約制となります。
2月19日(月) 午前10時より予約受付を開始しますので、申込電話番号(☎029-227-1133)までお申し込みください。

▶予約受付時間 午前10時～正午、午後1時～4時

【問合せ先】 茨城県弁護士会
☎029-221-3501

お知らせ 茨城町デマンド型乗合タクシー「ひめま〜る」を運行しています！



- ▶**利用対象者**
町の住民基本台帳に記録されている方で、下記のいずれかに該当し、利用者登録をした方
(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**
町内に限ります。乗降できる場所は、利用者の自宅や町で別途定めた場所になります。
- ▶**運行日**
月曜日～金曜日(祝日及び年末年始を除く)
- ▶**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。
※予約状況により、毎回、待ち時間・到着時間が異なるため、時間に余裕を持ってご利用ください。
【問合せ先】 地域政策課
☎029-215-8003(直通)

3月の納税

○国民健康保険税 **9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。
・今年度最後の納税となりますので、納め忘れがないようにしましょう。

納期限は 4月1日(月)

募集 骨を元気に！骨粗しょう症予防教室

みなさんの“骨”の状態は健康ですか？
『骨粗しょう症』とは、加齢とともに骨の量が減ってスカスカになる状態のことを指し、女性に多く見られる病気です。この教室では、カルシウムたっぷりメニューの調理実習と、健康運動指導士による運動実技を行います。

▶日時 3月21日(木) 午前10時～午後3時
(受付 午前9時45分～)

▶場所 茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内栄養指導室、多目的室(2階)

▶対象 町内在住の女性

▶定員 16人(定員になり次第締切)

▶料金 無料

▶持ち物 米1合、エプロン、三角巾、手拭きタオル、運動のできる服装、汗拭きタオル、水分補給用の飲み物、ヨガマット
※ヨガマットをお持ちでない方は健康増進課で貸し出しますので、バスタオルをお持ちください。

▶申込方法 電話または窓口にて、健康増進課までお申し込みください。

▶申込期間 3月1日(金)～13日(水)まで

【申込・問合せ先】 健康増進課
☎029-240-7134(直通)

お知らせ 住まいの相談会開催のお知らせ(予約制)


住宅リフォームなどの疑問・質問に、建築士がお答えします。詳細・ご予約については、県住宅課ホームページをご覧ください。

▶日時 4月17日(水) 午前10時～午後4時

▶場所 水戸市役所本庁舎5階「相談室」
(水戸市中央1-4-1)

▶料金 無料

▶申込方法 3月1日(金)～29日(金)まで、いばらき電子申請・届出サービスにより受付。電子申請によるお申込みが難しい場合には、下記問合せ先までご連絡下さい。

いばらき電子申請・届出サービスはこちらから→


【問合せ先】 茨城県土木部都市局住宅課 民間住宅・住宅指導グループ
☎029-301-4755
(午前8時30分～正午、午後1時～5時15分 土・日・祝日を除く)

お知らせ 日本心臓ペースメーカー友の会講演会のご案内

日本心臓ペースメーカー友の会では講演会を開催します。心臓ペースメーカー植込みの方、予定されている方、ご家族の方を含め、多くの方のご参加をお待ちしています。

▶日時 3月23日(土) 午後2時～
(受付 午後1時30分～)

▶場所 茨城県立青少年会館2階 大研修室
(水戸市緑町1-1-18)

▶定員 約80人

▶参加費 無料

▶講演内容
演題 「チコちゃんに叱られない賢い患者さん～心臓ペースメーカーのお話し～」
講師 取手北相馬保健医療センター医師会病院 副院長 渡邊 寛 先生

【問合せ先】 日本心臓ペースメーカー友の会 茨城県支部(栗山方)
☎0297-83-6199
※留守電になっているのでメッセージを残してください。

遺言・相続・会社に関するお困りことは私にお任せください！

望月 司法書士 事務所
行政書士
FACIAL SALON @ MENARD
フェイシャルサロン 水戸吉沢

司法書士 望月 正雄
☎090-1267-4222
〒310-0845 茨城県水戸市吉沢町354番地の97




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





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)。

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。

読み聞かせ

日時 3月6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
「わくわくおはなし」「ふれあいあそび」「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〉

子育てセミナー

要予約

「集いの場。TU☆NA☆GU」

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お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 茨城町に住民票のある0歳から3歳の子どもと保護者

日時 3月27日(水) 午前10時～11時

場所 まんまる一む (定員5組)

予約受付 3月13日(水)～26日(火)
午前9時～午後4時 ※土・日・祝日を除く。
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 (※祝日を除く)
3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。

感染症対策に関するお願い

- ・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

お知らせ

春の全国火災予防運動 火を消して 不安を消して つなぐ未来



3月1日から7日までの7日間、全国一斉に春の火災予防運動が実施されます。

火災が発生しやすい時季を迎えるにあたり、火災を予防することが大切です。高齢者の方をはじめとした人命の安全を守り、財産の損失を防ぐための心がまえを皆様にお知らせします。

家族や地域の方々との協力して普段から火の用心を心がけ、火災を引き起こさないように注意しましょう。また、火災を発見したときには、一秒でも早い通報をお願いします。

住宅防火 いのちを守る 10のポイント

- ▶4つの習慣
1. **寝たばこ**は絶対しない、させない。
 2. **ストーブ**の周りに燃えやすいものを置かない。
 3. **こんろ**を使うときは火のそばを離れない。
 4. **コンセント**はほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。
- ▶6つの対策
1. 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は**安全装置の付いた機器**を使用する。
 2. 火災の早期発見のために、**住宅用火災警報器**を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
 3. 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、**防災品**を使用する。
 4. 火災を小さいうちに消すために、**消火器等**を設置し、使い方を確認しておく。
 5. お年寄りや身体の不自由な人は、**避難経路**と**避難方法を常に確保**し、備えておく。
 6. 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、**地域ぐるみの防火対策**を行う。

【問合せ先】 消防本部 予防課
☎029-292-1515 (直通)

お知らせ

3月は自殺対策強化月間です

悩みを抱える方は、ひとりで悩まずにご相談ください。あなたの悩みを相談できる人がいます。

茨城いのちの電話

茨城いのちの電話は、原則、毎日24時間受付しています(都合によりお休みの場合もあります)。また、LINEでも相談を受け付けています。

▶茨城いのちの電話

☎029-350-1000
原則、毎日24時間受付
☎0120-783-556 (フリーダイヤル)
毎日 午後4時～9時
毎月10日 午前8時～翌日午前8時

▶LINE相談受付日時

第1～4日曜日 午後4時～7時50分
(受付：午後7時まで)
第2火曜日 正午～午後3時50分
(受付：午後3時まで)



LINE友だち追加

【問合せ先】 社会福祉法人茨城いのちの電話
☎029-852-8505

募集

令和6年度茨城県警察官採用試験 (第1回)

茨城県警察では、警察官を募集しています。

▶試験日程

試験区分	試験期日
警察官A (大卒程度) 一般・職務経験	1次: (一般) 5月12日(日) (職務経験) 4月27日(土)
	2次: ①6月1日(土)、2日(日)のいずれか1日 ②7月1日(月)～5日(金)のいずれか1日
警察官B (大卒以外) 一般・職務経験	※「職務経験」の経験年数が、5年以上から3年以上に緩和されました。 詳細は、茨城県警採用案内ホームページをご覧ください。

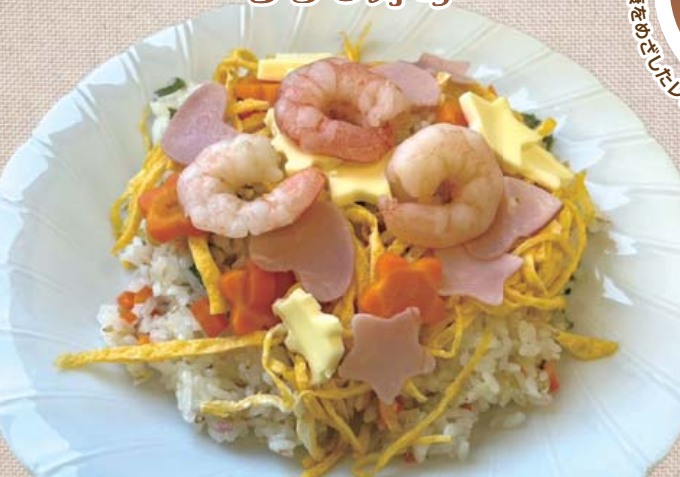
▶受付期間 3月1日(金) 午前9時～4月5日(金) 午後5時
▶受付方法等 インターネット(電子申請)

【問合せ先】 水戸警察署 ☎029-233-0110

3月3日は、ひなまつりです。「桃の節句」や「上巳の節句」ともいいます。
ひなまつりは、健やかな成長と幸せを願う行事で、ひな人形を飾り、ちらし寿司やひしもち、ひなあられなどをいただき、お祝いします。

健康
レシピ

ちらし寿司



ちらし寿司

【材料】4人分

米	2合
こんぶ	3cm角2枚
酢	大さじ3
砂糖	大さじ2
生姜甘酢漬	30g
白いりごま	大さじ2強
青じそ	4枚
卵	2個
砂糖	小さじ2
塩	少々
サラダ油	適量
にんじん	150g
ハム	4枚
スライスチーズ	4枚
冷凍えび	4個

【作り方】

- ① 米は洗って水気をきり、炊飯釜に入れて2合の目盛りまで水を加える。こんぶをのせて普通に炊く。生姜甘酢漬はみじん切りにし、Aを混ぜておく。炊き上がったらかんぶを除き、ボウルに移してAを加え、切るようにして混ぜる。粗熱がとれたら、ごまと粗くみじん切りにした青じそを加えて混ぜる。
- ② 錦糸卵を作る。卵はボウルに割りほぐし、砂糖、塩を加えて、油で熱したフライパンで薄焼き卵を作り、細切りにする。
- ③ にんじんは5mmの厚さに切り、型でくり抜き、柔らかくなるまで、鍋で煮る。えびをゆでる。
- ④ ハム、スライスチーズを型でくり抜き、残った切れ端の具を刻み、酢飯に混ぜる。
- ⑤ 器に酢飯を盛り、錦糸卵を乗せ、にんじん、ハム、スライスチーズ、えびを散らす。

栄養成分(1人分)

エネルギー	481kcal
塩分	1.3g

ポイント

お子さんと一緒に、具材を好きな型でくり抜いて飾りつけてみてください。

3色ミルクプリン



3色ミルクプリン

【材料】4人分

牛乳	450cc
砂糖	大さじ2
粉ゼラチン	大さじ1弱
水	大さじ1
抹茶	小さじ1/2
水	大さじ1
いちごジャム	大さじ1
いちご	4粒

【作り方】

- ① Aをあわせ、ふやかす。鍋に牛乳、砂糖を入れ火にかける。沸騰直前まで温め、火をとめ、Aを加えてよく溶かし混ぜる。
- ② ①を3つのボウルに分け、1つにB、もう1つにいちごジャムを加えて、3色にする。
- ③ 抹茶を加えた牛乳を容器に流し入れて、冷蔵庫で20分冷やし固める。同様に白、ピンクの順に容器に流し入れ、3層になるよう冷やし固める。
- ④ 固まったら、半分に切ったいちごをのせる。

栄養成分(1人分)

エネルギー	111kcal
塩分	0.1g

ポイント

ひしもちをイメージしたミルクプリンです。ゼラチンがダメになってしまったときは、約60℃で再加熱してください。

ひなまつりにまつわる食べ物 ※地域によって、それぞれ風習は異なります。

- ・ちらし寿司
えび(長生き)、れんこん(見通しがきく)など、縁起の良い食べ物が使われる
- ・ひしもち
緑は「健康や長寿・台地」、白は「清浄・雪」、ピンクは「魔除け・桃」などの説がある災厄を除く、健康を願う気持ちが込められている
- ・ひなあられ
「桃・緑・黄・白」の4色で四季を表していて、一年中幸せに過ごせるようにという願いが込められている



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
3月の休館日は、
4日(月)、11日(月)、18日(月)、21日(木)、24日(日)、25日(月)です。

おすすめ新着本

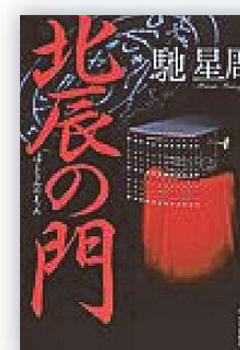
新刊1



東京都同情塔
(九段 理江 著)

ザハの国立競技場が完成し、寛容論が浸透したもう一つの日本で、新しい刑務所「シンパシータワーキーヨー」が建てられることに。犯罪者に寛容になれない建築家・牧名沙羅は、仕事と信条の乖離に苦悩しながらパワフルに未来を追求する。ゆるふわな言葉と、実のない正義の関係を豊かなフロウで暴く、生成AI時代の預言の書。第170回芥川賞受賞作!

新刊2



北辰の門
(馳 星周 著)

時は天平。都には天然痘が蔓延し、朝廷にて我が世の春を謳歌していた藤原一族も権勢に陰りを見せていた。その中において、ひとり異彩を放つ男がいた。藤原仲麻呂。出世の階段を駆け上がる藤原仲麻呂は危険な野望を秘めていた。次代の天皇である阿倍内親王の仲麻呂への恋慕の情が憎しみに転じた時、時代の歯車が軋み始める。この国の皇帝となる道を開こうとした男の、鮮烈なる一生。

イベント情報

おはなし会 (毎月第2、4土曜日)

3月9日(土) 午後2時～2時30分
3月23日(土) 午前11時～11時30分

絵本となかよし (毎月第2、4木曜日)

3月14日(木) 午前10時30分～11時
3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。

1月の予約人気図書の紹介

【一般図書の部】

- 墓じまいラプソディ (垣谷 美雨 著)
- 本好きの下剋上 第5部(12) (香月 美夜 著)
- 人間標本 (湊 かなえ 著)
- ある閉ざされた雪の山荘で (東野 圭吾 著)
- なれのはて (加藤 シゲアキ 著)

【児童図書の部】

- 飽き性な飼い主さん (坂本 みのり 作)
- あてっどうぶつずかん だれ (あべ 弘土 作・絵)
- クロベエ (ふくだ いわお 作)
- G65 (石川 宏千花 作)
- すずりくん (青柳 貴史 作)

◆新刊・新着本のご案内

新刊続々



ホットプレートと震度四
(井上 荒野 著)



ぼくは青くて透明で
(窪 美澄 著)



シャーロック・ホームズの凱旋
(森見 登美彦 著)



化学の授業をはじめます。
(ポニー・ガルマス 著)



ねえねえ、きょうのおはなしは……
世界の楽しいむかしばなし
(大塚 勇三 再話・訳)



インサイド
この壁の向こうへ
(佐藤 まどか 著)



となりのきみのクライシス
(濱野 京子 作)



あめいぬ
(工藤 有為子 ぶん)



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)

◆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6年1月末現在
男 15,388人
女 15,295人
総人口 30,683人
世帯数 13,442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.140 コバンソウ
(イネ目 イネ科)

学名 *Briza maxima* L.

写真・文 安 昌美

▼コバンソウとは、コバンソウ属の一年草で、草丈は10〜60cm、花期は5〜7月で、小穂が小判のように見える（皆さんは小判に見えるでしょうか？）ところから和名がつけられました。小穂は初め緑褐色ですが、熟すと鮮やかな黄褐色に変化し、小判型になります。花は両性花で、風媒花。種子は風や雨で散布されます。乾燥にも強く、土質を選ばないとされます。

国内では本州・四国・九州に分布し、沿海地によく見られます。現在は内陸部にも知られており、県内では北茨城市から神栖市までの海岸部の道路沿いから、松林のへり、荒地などに群生しているのに出合います。内陸部でも、多くの市町村の路傍や日当たりのよ

い草地に生育しています。茨城町でも、駒場（平成7年6月24日）、蕎麦原（平成29年6月8日）、中石崎（平成30年4月28日）などで記録されています。市街地などは植物の調査をすることが少ないので、現在はさらに各地に広がっていると思えます。見つけるとお金持ちになるのでしょうか。

▼コバンソウの広がり
コバンソウは地中海沿岸を原産地とする帰化植物です。日本へは明治時代に観賞用として入り、そこから野生化したものが国内に広がったとされています。今でも園芸用に販売されています。県内の記録を広く調べたいわけではありませんが、昭和6年に発表された鶴町猷（はかる）氏の

「茨城県産高等植物目録」には、その名前はありません。昭和31年の、鈴木昌友氏の『茨城県植物目録第1版』にはコバンソウはなく、ヒメコバンソウについて玉造（現在の行方市）での記録があります。昭和56年の鈴木昌友氏他の『茨城県植物誌』には日立市、大洗町、神栖町（現在の神栖市）があります。この記録は証拠本のあるものだけを記録しており、特に園芸品からの帰化植物はあまり標本も作製されない傾向がありますので、実態はより多くなると思えます。

世界を見てみますと、ヨーロッパ、アフリカ、北アメリカの温帯地帯に広く帰化しています。

ちびっ子アート 大戸幼稚園



さくら組の皆さん



「私たちが田んぼでつくった
稲わらの花飾り」