



広報

Ibaraki Public Information

# いばらき

# 10

No.1161  
October 2026



特集 ふるさと地域づくりニュース  
COVER 受け継がれる夏 あんばまつり

茨城町公式SNSで情報発信中!



# ふるさと 地域づくりニュース

Vol.31

町集落支援員2名が各区と連携し、地域を元気にする取り組みを支援しています。

各区がさまざまな工夫を凝らして行った、特色ある地域活性化の取り組みをご紹介します。

【問合せ先】 秘書広聴課 ☎ 029-291-8802(直通)

## 集落支援員Facebook更新中

茨城町集落支援員が、各地域の様々な活動をFacebookで紹介していますので、是非ご覧ください。



## 矢頭中丸原区 5月31日(日) 「第17回区民輪投げ大会」



個人戦と班代表戦で熱戦が繰り広げられました。



グループホームからの参加者も。スタッフの皆さまに大変ご協力いただきました。



可愛いお客さまの参加に、会場は笑顔と拍手に包まれました。

## 植農区 7月19日(日) 天神社「祇園祭」



伝統継承のため、練習を重ねた子どもたちが太鼓を披露しました。



大杉太鼓保存会の皆さまによる、迫力ある太鼓演奏です。



縁日コーナーでは、世代を越えた交流で盛り上がります！

## 常井区 7月20日(月・祝) 「祇園祭奉納演芸」



植農区大杉太鼓保存会との共演で太鼓が響き渡ります。



BBQコーナーでは焼きそば・焼き鳥・フランクフルト・焼きとうもろこし・じゃがバター等が次々と提供され、彩り豊かな料理がテーブルいっぱいに並びました。



## 奥谷区 8月9日(日) 「盆竹灯籠まつり」



奥谷の風物詩……竹灯籠に優しい灯りがともる幻想的な御霊神社の境内。美しい音楽が夜空に響き渡る「真夏の夜の音楽祭」を盛大に開催☆賑わいに包まれた奥谷区の一夜になりました。



## 小幡区 7月19日(日) 八坂神社「祇園祭」



小幡区に伝わる郷土芸能「ひょっとこ囃子」の保存会が設立100周年を迎え、新しい山車のお披露目を兼ねた出発式を挙行。山車は20年ぶりに区内を巡行し、沿道には多くの拍手と歓声が集まりました。

## 五里峰区 7月19日(日) 猿田彦神社「祇園祭」



あんばまつりに出演している「小浦ひょっとこ保存会」が、ユーモラスなひょっとこ踊りを披露しました。太鼓や笛の音色を楽しみながら、会場には笑顔と拍手が広がり、お祭りは一層楽しく盛り上がりました。

## 宮ヶ崎区 7月26日(日) 鹿島神社「祇園祭」と三世代交流会



会場にはキッチンカーが並び、参加者は食事を楽しみながら、和やかな時間を過ごしました。



ヨーヨー釣りや親子でエンドレス花火を楽しみ、笑顔あふれるひとときとなりました。



## 東永寺区 7月25日(土) 東永寺公民館上棟式と三世代交流会



東永寺公民館の新築工事が順調に進み、無事に上棟式を迎えることができました。当日は、四方餅や紅白の餅、菓子などがまかれ、新公民館の完成を願いながら盛大にお祝いました。



体を使った脳トレを通して、世代間交流を図り、楽しい時間を過ごしました。

## 枺原区 7月19日(日) 鷹房神社「祇園祭」



子どもたちは、神輿を担いで区内各戸を元気いっぱい練り歩きました。



射的や千本引きなどを楽しむ子どもたちの、にぎやかな声が境内に響きました。



祭りのフィナーレは「茨城町音頭」。参加者みんなで楽しく踊りました。

## 消防団員募集

茨城町消防団は、長岡、前田、常井、小鶴、下土師、野曽、南川又、奥谷、秋葉、鳥羽田、小幡、下雨ヶ谷、駒場、宮ヶ崎、海老沢、中石崎、上石崎、下石崎、若宮に隊が整備されています。

近年、熊本地震、千葉豪雨など各地で災害が発生しており、消防団の役割は大きくなっています。茨城町の安全・安心のため、皆様のご協力をお願いします。

### 入団資格

18歳以上の茨城町に在住・在勤の方であれば  
どなたでも入団できます。男女問いません！

### 活動内容

災害にむけた訓練、応急手当の普及指導・広報活動、火災時の消火活動、  
大規模自然災害での情報収集・広報・救助活動

### 待遇

- ・年額報酬（団員 年間 33,000円）
- ・災害や訓練などに出勤した場合の日額報酬（1時間1,000円 上限8,000円）
- ・消防団活動中の負傷に対しての補償・共済制度
- ・5年以上勤務された方には、退職金を支給



【問合せ先】 町消防本部 総務課 ☎ 029-292-1515

## 第52回

## 茨城町体力づくり10マイル駅伝大会参加チーム募集

今回で52回目を迎える駅伝大会を潤沼自然公園にて開催します。  
小学生から一般の方まで種目ごとに6名1組のチームを募集します。  
体力に自信のある方から、みんなと走ることを楽しみたい方まで、今年もたくさんのご参加をお待ちしています。

- ▶日時 11月29日(日) ※雨天決行（小学生の部は雨天中止）  
受付 午前8時～、開会式 午前8時30分
- ▶場所 潤沼自然公園（茨城町中石崎2263）
- ▶部門 ①小学生の部 低学年（1～3年生） ②小学生の部 高学年（4～6年生）  
③中学生の部 ④高校生の部 ⑤一般の部 ※各部門男女別 選手6名
- ▶スタート時刻 午前9時30分 ②小学生の部 高学年  
午前9時45分 ③中学生の部 ④高校生の部 ⑤一般の部  
午前10時30分 ①小学生の部 低学年
- ▶参加費 一般の部 1チーム1,000円、小学生・中学生・高校生の部 1チーム600円  
※監督者会議時にお支払いください。
- ▶監督者会議 日時：11月24日（火）午後7時～  
場所：茨城町駒場庁舎 2階会議室5-1
- ▶申込方法 「いばらき電子申請・届出サービス」もしくは、申込書を窓口持参、郵送、メール、  
FAXにより生涯学習課へお申し込みください。  
※未成年の方は保護者の同意書が必要です。
- ▶申込期間 10月1日（木）～26日（月） ※必着
- ▶主催 茨城町、茨城町教育委員会、茨城町体力づくり10マイル駅伝大会実行委員会

申込み、申込書は  
こちらから



### ●中学生・高校生・一般の部（道路上の折返しコース）

|      |                             |
|------|-----------------------------|
| スタート | 潤沼自然公園キャンプ場入口               |
| 折返し  | 町道120号線内                    |
| 中継地点 | 潤沼自然公園キャンプ場入口               |
| ゴール  | 潤沼自然公園キャンプ場入口               |
| 区間   | 6区間                         |
| 距離   | 総距離 16km(10マイル) 区間距離 2.66km |

### ●小学生の部（公園内の折返しコース）

|      |                                                        |
|------|--------------------------------------------------------|
| スタート | 潤沼自然公園管理事務所南側ゲート前                                      |
| 折返し  | 管理事務所駐車場南・園内通路東側                                       |
| 中継点  | 潤沼自然公園管理事務所南側ゲート前                                      |
| ゴール  | 潤沼自然公園管理事務所南側ゲート前                                      |
| 区間   | 6区間                                                    |
| 距離   | [低学年]総距離 3.6km 区間距離 0.6km<br>[高学年]総距離 7.2km 区間距離 1.2km |

### 茨城町体力づくり駅伝大会コース略図



【問合せ先】 生涯学習課（〒311-3132 茨城町駒場450 駒場庁舎内）  
☎ 029-240-7122（直通） FAX 029-292-8032 メール syou-gakubun@town.ibaraki.jp



## エロイカジャパン茨城が開催されます

Eroica(英雄的な)の精神をコンセプトに、地域の自然や文化、歴史を大切にしみながら、未舗装路(グラベル)を含む厳しいコースを走るイタリア発祥のサイクリイベント「エロイカジャパン」が、茨城県で初開催されます。国内外から参加者が集まり、茨城県内の各市町村を巡りながら、その土地ならではの魅力を体験します。

開催期間中に茨城町の一部（沼前地区、石崎地区）を参加者が通過します。また、広浦公園内にエイドステーションを設置します。見かけた際には、ぜひ応援をお願いします。

なお、このイベントによる交通規制はございません。イベントの詳細は以下の公式サイトをご覧ください。

### ▶開催日

10月31日（土）、11月1日（日）

### ▶メイン会場（スタート・ゴール）

エロイカビレッジ（ひたちなか市磯崎町4598 旧磯崎小学校校庭）

### ▶主催

大洗・ひたち海浜シーサイドルート利活用推進協議会

（構成自治体：茨城県・水戸市・日立市・ひたちなか市・小美玉市・大洗町・東海村・茨城町）



エロイカジャパン  
公式サイト

【問合せ先】 地域政策課 ☎ 029-215-8003（直通）

7/26 (日) 7年ぶりの開催  
あんばまつり



大杉神社前（下石崎）にて町指定無形民俗文化財である「あんばまつり」が行われ、五穀豊穡と無病息災を祈願しました。

この祭りは、数隻の船をつなぎ合わせて山車に見立てて涸沼に浮かべる、全国でも珍しい伝統行事です。令和2年からコロナ禍により中止しており、昨年は有志が実施。今回7年ぶりに地区主体で行われました。

訪れた人々は、水上ならではの幻想的な雰囲気と活気ある舞に魅了されていました。

7/28 (火) 色彩あざやかに  
花と緑の環境美化コンクール

花と緑の環境美化コンクールは、花づくりを楽しみながら新たな交流機会の創出や、美しいまちづくりを推進することを目的に実施しています。今年度は町内の団体や学校など13団体にご参加いただき、花壇の配色・デザインや、花壇づくりを通じた地域との関わり等が審査され、下記の団体が入賞しました。

団体の部



●最優秀賞● 上雨ヶ谷女性会



●優秀賞● 金沢区民の会



●優秀賞● 矢頭いきいきクラブ



●優良賞● 五里峰区



●優良賞● みどりの風クラブ

学校の部



●最優秀賞● 茨城町立大戸小学校



●優秀賞● 茨城町立葵小学校



●優秀賞● 茨城町立長岡小学校

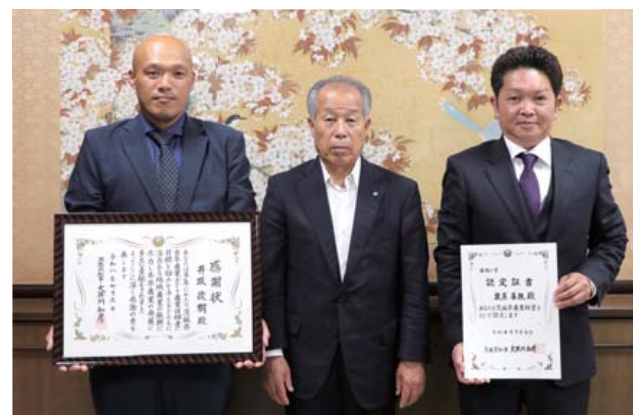


●優良賞● 茨城町立青葉小学校



●優良賞● 茨城町立光明中学校

7/3 (金) 新たな「農業経営士」が誕生  
農業経営士の認定を町に報告



井坂さん

栗原さん

地域農業のリーダーを担う「農業経営士」の認定式が7月3日（金）にザ・ヒロサワ・シティ会館で行われ、本町から新たに栗原喜視さん（下座）が茨城県より認定を受けました。また、令和7年度をもって青年農業士を退任された、井坂俊樹さん（駒場）が県より感謝状を贈呈され、揃って町へ報告に訪れました。

「農業経営士」は、地域において優れた農業経営を実践し、地域農業の担い手として指導的役割を果たしている農業者を県が認定しており、本町では現在、栗原さんの他に6名の方が認定を受けています。

7/23 (木) 株式会社 関根電気  
町と地域のために様々な寄附



株式会社 関根電気（関根敏政代表取締役、写真左）より、町へ100万円をはじめ、防犯カメラ3台、防犯灯50基、街路灯1基が寄附されました。

関根代表は長年にわたり、寄附金や防犯灯などの寄附活動を通じて、地域の安全対策や行政サービス向上等に多大な貢献をされています。

贈呈式で関根代表は「茨城町で生まれ育ち、事業を続けられているのは町と地域のおかげ。その恩返しをしたい。」と語られました。これに対し小林宣夫町長は「長年、多岐にわたるご支援のおかげで、明るいまちづくりができています。」と感謝の言葉を述べました。

6/23 (火) いこいの村涸沼  
プール招待券を贈呈



岩瀬営業アドバイザー

寺門支配人

いこいの村涸沼（寺門史格支配人）が、町内の園児および児童に対し、同施設のプール招待券を贈呈しました。

いこいの村涸沼では、涸沼周辺の環境保全による環境教育の機会の提供、利用者の健康増進を目的とした公益目的事業を実施しています。招待券の無償提供は、この取り組みの一環であり、同施設のプールを活用し、町内の園児および児童に広く水泳教育の機会を提供することを目的としています。

招待券は、夏休み期間に使用できるもので、園児および児童1人につき2枚配布されました。

7/19 (日) 安全な横断を願って  
小鶴西交差点に横断旗を設置



国道6号の小鶴西交差点の横断歩道に、歩行者のための横断旗と横断旗入れが設置されました。

交通量が多く、日頃から不安の声があった同交差点。少しでも運転者に横断を知らせ、安全に渡れるようにと、小鶴区民の長岡小安全パトロール・萩谷さんの提案により実現しました。

設置にあたっては、茨城町地区交番、小鶴区長、区民、町が協力しました。

早速、黄色い旗を掲げて渡る小学生の姿があり、交通安全の役に立っています。ぜひ皆さまもご活用ください。



## フレイル予防で健康長寿

「以前より外出する機会が減った」「歩くのが大変になった」「硬い食べ物がかみにくくなった」そう感じる機会が増えているなら、もしかしたらあなたは、健康な状態と要介護状態の中間で、虚弱を意味する「**フレイル**」かもしれません。

まずは、自分自身が健康・フレイル・要介護のどの段階にいるのかを知ることが大切です。フレイル予防を学び、早めの対策に取り組みましょう！

### あなたはフレイル？ まずは確認！

| 項目     | 評価基準                    |
|--------|-------------------------|
| Check1 |                         |
| 体重減少   | 6か月で2kg以上の意図しない体重減少があった |
| 筋力低下   | ペットボトルの蓋が開けにくくなった       |
| 疲労感    | 以前より疲れやすくなった            |
| 歩行速度   | 横断歩道を青信号の間に渡りきるのが難しくなった |
| 身体活動   | 1週間の内で一度も軽い運動や体操をしていない  |

5つの項目のうち 3項目以上該当：フレイル（虚弱） 1～2項目該当：プレフレイル（前虚弱） 該当なし：健康

### 筋肉量の状態を簡単に確認！

#### <確認方法>

指輪っかを作るようにして、利き足ではない方のふくらはぎの最も太い部分を囲みます。

- ▶ ふくらはぎの方が太くて指で囲めない、またはちょうど囲める  
→ 筋肉量が「十分～まずまずある状態」
- ▶ 指とふくらはぎの間に隙間ができる  
→ 筋肉量が「減少している状態」  
フレイルである可能性が高いので注意が必要です。

### フレイル予防の3つのポイント！

#### ① 栄養 ～3食しっかりバランスよく食べる～

たんぱく質を意識的に摂ることや、多様な食品を摂ることで、フレイルに負けない体づくりに取り組みましょう。「たくさん」より「まんべんなく」多様な食材を食べることが大事です！

#### ② 運動 ～今より10分多く体をうごかす～

身体活動は筋肉の発達だけでなく、食欲や心の健康にも影響します。車を目的地から遠くに駐車して歩数を増やしたり、階段を使ったりするなど日常生活でできるちょっとした運動を心がけましょう！

#### ③ 社会参加 ～趣味を楽しみ、活動に参加し仲間との交流を持つ～

熱中できる趣味を持つことは、大きな活力になります。介護予防体操や地域の通いの場など、高齢者が気軽に参加できるさまざまな活動がありますので、自分にあった活動を見つけてみましょう！

|         |                                                                                                                                                                                        |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 活動をご紹介！ | <ul style="list-style-type: none"> <li>保健事業と介護予防の一体的実施事業</li> <li>健康増進課 ☎ 029-240-7134 (直通)</li> <li>花まる健康教室（介護予防教室）</li> <li>長寿福祉課 ☎ 029-291-8407 (直通)</li> <li>シルバーリハビリ体操</li> </ul> |
|---------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

【問合せ先】健康増進課 ☎ 029-240-7134 (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。



グループホームひぬまの杜 ☎ 029-240-8321  
東茨城郡茨城町中石崎1055 担当/渡邊・清水

募入  
居  
集  
者

募職  
集  
員



グループホームひぬま ☎ 029-240-8117  
東茨城郡茨城町中石崎159-1 担当/渡邊・田口

## 文芸

### 《短歌》

○これほどに働き来しか地下足袋の小さな穴に気付く夏の日の鳥羽田早苗(鳥羽田)

●聞き慣れぬ言葉を交わし研修生自転車こいで畑に向かう浦井 正子(宮ヶ崎)

●十八歳おでこを出すか出さないか風に吹かれて大人の入口河野 久子(網掛)

顔を剃る髭の出るのが早いことたわしのようにジョリジョリ音す平本 裕男(小幡)

声出すな今サナギが変身だあのキモイ虫がきれいな蝶に佐藤よし子(谷田部)

自転車で祭り見に行きし従兄逝く身内失くしてさみしき夏よ小堤美智子(小堤)

盆参り和服姿がよく似合いし若き日の母思い出の夏大森 欣子(駒場)

迎えたる孫のひと声「いい匂い」時間かけたる昆布出汁煮物高見 英子(大戸)

落日を追いかけながら散歩道ひぐらし鳴いて拍車を掛ける内田 理(長岡)

私等は平和の下に生かされた子や孫達の行く末いかに諸川 恵子(駒場)

(評)鳥羽田さん―愛用の地下足袋にはころびを見つけた。長年の相棒と自分へのねぎらいの歌。まだ暑い、今日も元気に働く。浦井さん―異国で仲間達と元気に働く研修生。よく見かける光景を、さっと切り取って歌にした。声、姿、場面が明る。河野さん―前髪生命、若い人の揺れる心と姿とを、やさしく見守っている。「おでこ」がいい。「風」も象徴的で広がりがある。

4首(句)目からは初句の第音の五十音順に掲載しています。

### 《俳句》

○子と共に大きくなりし冷蔵庫中島三千代(桜の郷)

●清々しマウンド上の夏主役高見 英子(大戸)

●ほおずきや網目の館いと涼し諸川 恵子(駒場)

脱皮して蟬は空飛び夏詩う白田 美鶴(網掛)

梅雨曇り脳トレ仲間囲む卓櫻井 節子(長岡)

波静か溜沼の水面月照らす浦井 正子(宮ヶ崎)

のうぜん花ポタリポタリと道の端に村井 孝子(長岡)

蛸や朝のとばりに声かすか野口 秋夫(上石崎)

盆がきた孫の名前を忘れたり平本 裕男(小幡)

湖の水の動かぬ暑さかな鳥羽田早苗(鳥羽田)

(評)中島さん―成長とともに子どもの食べる量が増え、冷蔵庫を買ってきただろう。身近な家電から子育ての日々や家族の歩んできた時間を感じさせる。高見さん―強い日差しの下、甲子園のマウンドに立つ選手の姿が目につく。厳しい練習を積み重ねてきたそのフレイルは、見ている人の心を打つ。諸川さん―ほおずきの特徴である、果実を包み込む袋状の「網目」という表現が面白い。風が通り抜けていく、涼やかな情景が浮かぶ。

【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、20日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)

## 「くらしの困りごと相談会」を開催します！

登記や年金、雇用、税金など行政機関で行う手続きに関する相談のほか、相続、離婚、多重債務などの法律相談を行います。

当日の相談も受け付けますが、事前予約された方が優先となります。また、予約枠が満了になった場合、当日の相談はお受けできませんのでご了承ください。

- ▶ 日時 10月29日(木) 午前11時～午後3時40分  
(受付時間 午前10時30分～午後3時20分)
- ▶ 場所 水戸市民会館 2階展示室(水戸市泉町1-7-1)
- ▶ 参加予定機関 行政相談委員、水戸地方税務局、日本年金機構水戸北年金事務所、茨城司法書士会 他
- ▶ 相談時間 1人あたり1機関につき20分
- ▶ 予約方法 下記までお電話ください。
- ▶ 予約期間 10月15日(木)～27日(火)  
午前9時～午後4時45分(土・日は除く)

【予約・問合せ先】 総務省行政相談センターきくみみ茨城  
☎ 0570-090110 または ☎ 029-253-1100

相談無料  
秘密厳守

きくみみ茨城



総務省行政相談センター

**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。

## お知らせ 都市計画変更案の縦覧を行います

下記の都市計画案について、以下のとおり都市計画法第17条に基づき縦覧を行います。

▶**案 件** 水戸・勝田都市計画、日立都市計画、大宮都市計画および常北都市計画下水道の変更（那珂久慈流域下水道「排水区域、下水管渠」）

▶**縦覧期間** 10月8日(木)～23日(金)  
 ※土・日・祝日を除く、午前8時30分～午後5時15分

▶**縦覧場所** 茨城県都市計画課(水戸市笠原町978-6)  
 茨城町下水道課（1階9番窓口）

▶**意見書の提出について**  
 縦覧期間中に窓口または郵送で意見書を提出できます。意見書は、縦覧場所および県都市計画課のホームページから取得できます。

【提出期限】 10月23日(金) 必着  
 【提出先】 〒310-8555 水戸市笠原町978-6  
 茨城県知事 大井川 和彦  
 (茨城県土木部都市局都市計画課扱い)

【問合せ先】 茨城県都市計画課  
 ☎ 029-301-4588(直通)

## お知らせ 「いばらき 水の天使」6期生 募集

県内の下水道関連イベント等に参加し、PR活動を行う「いばらき 水の天使」を募集します！

▶**応募資格** ・茨城県内在住の満18歳以上の方（高校生を除く）  
 ・下水道や水環境保全に興味を持ち、明るく元気な方  
 ・他の観光大使などとの任期が重複する方は除く

▶**募集人数** 若干名  
 ▶**任 期** 2年間（令和9年2月～令和11年1月）  
 ▶**日 当** 14,000円（半日の場合は7,000円）（予定）  
 ※旅費は別途支給

▶**申込方法** 「いばらき 水の天使」応募用紙に記載の上、郵送、持参またはメールにて提出

▶**応募締切** 10月16日(金)

【問合せ先】 詳細はこちら  
 茨城県下水道整備促進協議会事務局（茨城県下水道課）  
 ☎ 029-301-4676

詳細はこちら

## お知らせ 10月は土地月間です！～土地取引の後には届出を！～

10月は、土地に関する様々な普及啓発活動を行う「土地月間」です。

一定面積以上の土地取引を行った場合、国土利用計画法に基づき、権利取得者（譲受人）は、町都市整備課に届出を行う必要があります。

▶**届出の必要な面積**  
 市街化区域2,000㎡以上、市街化区域以外の都市計画区域5,000㎡以上

▶**届出の必要な取引**  
 売買、交換、共有物持分の譲渡、一時金を伴う地上権、賃借権の設定または譲渡等

▶**届出期限**  
 契約締結日を含めて2週間以内  
 ※詳しくは、町ホームページをご覧ください。  
 都市整備課までお問い合わせください。

【問合せ先】 都市整備課  
 ☎ 029-240-7116（直通）

## お知らせ 住まいの相談会を開催します

住宅の新築や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** 11月17日(火)  
 午前10時～午後4時

▶**場 所** 小美玉市役所本庁舎1階ロビー  
 打合せスペース①②  
 （小美玉市堅倉835番地） 詳細はこちら

▶**料 金** 無料

▶**予約方法** 事前予約制・先着順  
 いばらき電子申請・届出サービスより予約。電子申請によるお申し込みが難しい場合は、下記問合せ先までご連絡ください。

▶**予約期間** 10月1日(木)～10月31日(土)  
 【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  
 ☎ 029-301-4759（直通）

遺言・相続・会社に関するお困りことはお任せください！

司法書士・行政書士 望月正雄

☎ 029-247-5285  
090-1267-4222

〒310-0845 茨城県水戸市吉沢町354番地の97 ✉ radiation2003@hotmail.com

さくら通り沿い・県自動車学校向いにございます

メールアドレス WEBサイト

茨城町公式LINE  
 町の情報を好評配信中！  
 ぜひご登録ください！

10月の納税

○町県民税・森林環境税

3期

○国民健康保険税

4期

○介護保険料

4期

○後期高齢者医療保険料

4期

納期限までに金融機関、コンビニ、スマホ決済アプリ、eLお支払サイトまたは役場窓口で納付しましょう。

納期限は **11月2日(月)**

お知らせ

里親制度説明会のお知らせ  
～10月は里親月間です～

あたたかい家庭の中で生活することは、子どもの成長にとっても良い影響を与えます。  
 子どもにとっての「特別」になってくれる里親さんが、もっと増えることを願い、里親制度を広めています。

▶日 時

11月29日(日) 午前10時30分～正午(受付 午前10時10分～)

▶場 所

茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」多目的室（茨城町小堤1037-1）

▶内 容

里親制度、マッチング、里親体験談

▶定 員

30名

▶料 金

無料

▶申込方法

電話、メール、右記二次元バーコードより

▶申込締切

11月28日(土)

▶そ の 他

託児あり（託児希望者は申込み必須）

【問合せ先】

茨城県里親リクルート事業事務局（担当：高星）  
☎ 029-291-3770 または 080-8434-3609  
メール satoriku@doujinkai.or.jp

うちの子も **結婚** できました！

お気軽にご連絡ください

独身のお子様の結婚相談

マルマークCMS取得 MUSBEL株式会社

結婚相談所ムスベル水戸 ☎ 0120-138-026

水戸市城南2-2-25 プルミエルYKビル4階 ☎ 通話料無料 営業時間：10時～19時 定休日：第2・第4水曜日

# Information 情報

## お知らせ 行政相談・行政書士無料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** 10月14日(水) 午後1時～4時  
 ▶**場 所** 茨城町役場2階 第1会議室  
 ▶**行政相談委員** 草野 一夫、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 秘書広報・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** 10月14日(水) 午後1時～4時  
 ▶**場 所** 茨城町役場2階 第2会議室  
 ▶**そ の 他** 事前申込不要（受付順）  
 毎月第2水曜日開催

【問合せ先】 茨城県行政書士会 水戸支部事務局  
 ☎ 029-303-5812

※注意事項  
 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 百里基地開庁60周年記念航空祭事前予行へのご招待（抽選制）

百里基地開庁60周年記念航空祭の「事前予行」にご招待します。抽選制となりますので、ご了承ください。

▶**日 時** 12月5日(土) 午前10時～午後2時30分  
 ▶**場 所** 航空自衛隊百里基地（小美玉市百里170）  
 ▶**料 金** 無料  
 ▶**申込方法** 右記二次元バーコードより ※往復はがきによる受付は行いません。

▶**申込期間** 10月1日(木)～10月30日(金)

【問合せ先】 航空自衛隊百里基地広報班  
 ☎ 0299-52-1331  
 （土・日・祝日を除く、午前9時～午後4時30分）

常陽バンキングアプリ

残高も振込も、アプリで。

100万 DL突破！

App Store Google Play

常陽銀行 バンキングアプリ 検索

# 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

**対 象** 未就学のお子さんと保護者（親族の方）  
※兄弟であっても小学生の利用はご遠慮ください。  
**開放日時** 月～金曜日および第1土曜日（10月3日）  
《午前》9時30分～11時30分 《午後》1時～4時  
**定 員** 組数の制限なし  
状況により、安全面を考慮して利用を制限する場合もあります。

今月の土曜日開放は  
10月3日です。



### ◆読み聞かせ◆

**日 時** 10月7日(水) 午前11時～11時15分  
子育てボランティアの方が、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楽しみください。

### ◆ピアノ演奏◆

**日 時** 10月16日(金) 午前11時～11時15分  
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をお楽しみください。

### ◆まんまるたいむ◆

**時 間** 午前11時～11時15分 ・ 午後3時～3時15分  
「わくわく製作」「ふれあいあそび」「作ってあそぼう」などを日替わりで行います。  
詳しくは、町ホームページ・支援センターだよりをご覧ください。

## HAPPY☆ハロウィンウィーク！

期間中、ハロウィンフォトブースをご用意します。お子さんと楽しく写真をお撮りください♡

**対 象** 未就学のお子さんと保護者  
**期 間** 10月19日(月)～30日(金)  
**場 所** まんまる一む

### ★親子で手形アート「ハロウィンおばけ」★

**日 時** 10月26日(月) 午前11時～11時15分

親子で手形を取ってハロウィンならではのかわいい飾りを作ります。  
予約の必要はありません。ぜひ、ご参加ください！



## 子育て相談 ご利用ください

**対 象** 未就学のお子さんをもつ保護者  
**場 所** 子育て相談室  
**受付時間** 月～金曜日および第1土曜日（10月3日）  
午前9時～午後4時（祝日を除く）



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。  
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。

\*感染症などの状況により、予定を変更する場合があります。詳細はお問い合わせください。

【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



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。この機会にぜひリサイクルへの協力をお願いします。

なお、**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 **10月18日(日) 午前9時～正午**

※天候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時に町ホームページ、防災行政無線によりお知らせします。

○開催場所 **小川文化センター アピオス 第2駐車場**（小美玉市小川225）

○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。

○申込期間 **9月24日(木)～10月15日(木)**

○注意事項 ① 回収可能品目以外のものは、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 自転車や木製部分のあるスピーカーは回収できません。

### ■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。

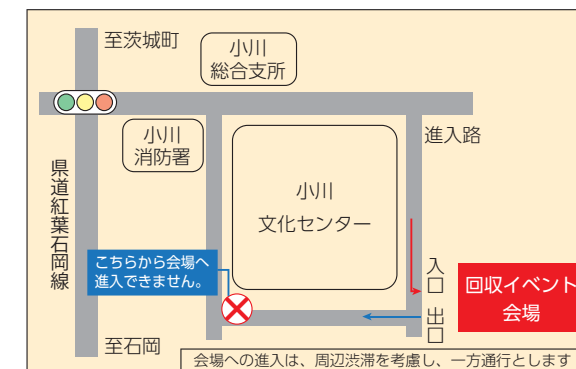
| No. | 品 目                     |
|-----|-------------------------|
| 1   | 電話機・FAX                 |
| 2   | 携帯電話・スマートフォン ※データを消去する  |
| 3   | カーナビ・ETC                |
| 4   | ラジオ・オーディオ機器・携帯用音楽プレーヤー  |
| 5   | デジタルカメラ・フィルムカメラ         |
| 6   | プレーヤー・レコーダー（ビデオ・DVD・BD） |
| 7   | パソコン・ハードディスク ※データを消去する  |
| 8   | 電子書籍・電卓・電子辞書            |
| 9   | 電気ミシン                   |
| 10  | 電子式ヘルスメーター・クッキングヒーター    |
| 11  | 電子ジャー・電子レンジ・トースター・ミキサー  |
| 12  | 食器洗い機・食器乾燥機             |
| 13  | 扇風機・温風機                 |
| 14  | 電気ストーブ                  |
| 15  | 空気清浄機                   |
| 16  | 電気掃除機 ※バッテリーを外す         |
| 17  | 電気アイロン・ヘアードライヤー         |
| 18  | 電気カミソリ                  |
| 19  | 照明器具・電気スタンド ※電球・蛍光灯を外す  |
| 20  | 電気時計・電子楽器・ゲーム機          |

### ■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       |
| 3   | ストーブ（ガス・石油） ※燃料を抜く    |
| 4   | ファンヒーター（ガス・石油） ※燃料を抜く |
| 5   | 刈払い機・チェーンソー ※燃料を抜く    |
| 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） ※タイヤは外す    |

### ■アクセス



【申込み・問合せ先】 みどり環境課（1階8番窓口） ☎029-240-7135(直通)

健康レシピ

町食生活改善推進員の健康レシピ

健康テーマ

「食物繊維たっぷりレシピ」

食物繊維は、腸内環境を整え、生活習慣病の予防にも役立つ栄養素です。秋は、きのこやさつまいもなど、食物繊維を多く含む食材が旬を迎えます。旬の食材をおいしく食べて、毎日の食事から食物繊維をとり入れましょう。

根菜たっぷり肉じゃが

【材料】 4人分

じゃがいも 中 2個

牛薄切り肉 240g

ごぼう 120g

れんこん 120g

こんにゃく 100g

いんげん 60g

にんじん 1/2本

しめじ 1パック

しょうゆ 大さじ3・小さじ1

みりん 大さじ3・小さじ1

水 450cc

油 大さじ1

【作り方】

① じゃがいもは一口大、ごぼうは斜め薄切り、れんこんは輪切りにし、水にさらし、よく水気をきる。こんにゃくは一口大に手でちぎり、ゆでる。

② いんげんは斜め切りし、ゆでる。にんじんは乱切り、しめじは、小房に分ける。

③ 鍋に油を熱し、①のじゃがいも、ごぼう、れんこん、こんにゃく、②のにんじん、しめじをいためる。油がなじんできたら、牛薄切り肉を加えていためる。

④ ③に水を加え、沸騰したらアクを取り、Aを加える。沸騰したら、弱火にして15分程煮る。

⑤ 皿に盛り付け、いんげんを散らす。

ポイント

油でしっかりいためることで、煮崩れを防ぎ、コクと香りがアップします。

食物繊維を多く含む食品

○野菜類

切干大根、ごぼう、かぼちゃ、にんじんなど

○きのこ類

きくらげ、干しいたけ、しめじなど

○海藻類

ひじき、焼きのり、わかめなど

○穀類

ライ麦パン、そば、玄米など

○豆類

いんげん豆、大豆、納豆など

○いも類

じゃがいも、さつまいも、こんにゃくなど

食物繊維をたくさんとるコツ

1. 汁物は具たくさんにする

汁物には野菜やきのこなどを入れましょう。

手軽に使える乾燥わかめや冷凍野菜を常備しておくとう便利です。

2. 野菜は加熱して食べやすくする

煮る・蒸す・レンジで加熱することで、かさが減り、食べやすくなります。

3. 玄米など全粒穀物を取り入れる

白米に玄米を混ぜると食物繊維の量を増やすことができます。

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)

茨城町立図書館

☎ 029-240-7131

ホームページ

https://www.lib.t-ibaraki.jp

みんなの図書館

図書館カレンダー

10月の休館日は、5日(月)、12日(月・祝)、15日(木)、19日(月)、25日(日)、26日(月)です。

おすすめ新着本

新刊1

ミサゴの守る町

(砥上 裕将 著)

「こちら119番。火事ですか、救急ですか」ミサゴが空を舞う瑞乃町。  
伝説の消防士・秋月龍朗は5年前の大水害での後悔から、現場を離れることになった。辿り着いた指令室は声だけで命をつなぐ場所。新たな仲間と業務に取り組み、子供たちの成長を見守る日々を過ごしていたが、ある日、町の南方で線状降水帯が発生。再び迫りくる大水害。  
叫べ、祈れ、手を伸ばせ。人は誰かのために再び立ち上がる。未来へと命を繋ぐ、感涙のレスキュー・ヒューマンドラマ。

新刊2

我が音楽に祝福あれ

(瀧羽 麻子 著)

お屋敷に住み込みで働く母とともに暮らす佳和は、教会で、音楽の壮大さに魅了される。  
その後、トランペットに出会い音大へ進学するが、才能の限界を感じ、必要に迫られて指揮者の勉強を始める。  
「指揮者としての才能」があるかと言われると、自信はない。才能があっても、成功するとはかぎらない。それでも、いけるところまで行ってみよう。  
戦後の激動から現代まで、理想の音楽と現実の間で苦悩しながらも音楽に人生を捧げた、一人の指揮者の軌跡。心にしみ入る音楽小説。

イベント情報

おはなし会 (毎月第2、4土曜日)

10月10日(土) 午後2時～2時30分

10月24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)

10月8日(木) 午前10時30分～11時

10月22日(木) 午前10時30分～11時

図書館ホームページから貸出期限延長手続きができます！

7月より、資料の貸出期限延長手続きが図書館窓口のほか、町図書館ホームページ上でもできるようになりました。

延長期間

手続きをした日から2週間（1回限り）

延長できない資料

・返却期限が過ぎたもの  
・予約が入っているもの  
・CD・DVD等

利用方法

ホームページ上の貸出延長手続きには、利用者番号とパスワードが必要です。パスワードは図書館の窓口で登録できます。

※校の郷コミュニティセンターでは、延長した資料の返却はできません。  
※「再貸出」の手続きはできなくなりました。「貸出延長」以外は返却いただくことになります。

◆新刊・新着本ののご案内

新刊続々

傾斜のマリア

(恩田 陸 著)

埼玉マンション物語

(篠田 節子 著)

ジウThe Next

(菅田 哲也 著)

はじまりのスープ、夏ゼリー

(瀬尾 まいこ 著)

おにがわらう

(畠中 恵 著)

もしも、しっぽが生えたら

(東島 沙弥佳 著)

大好きだっていえるまで

(ヘザー・スミス 作)

とけいのはりやすみ

(村上 しほ子 作)

あのひのまたあした

(かさい まり 作)

ムーミンロールとニョロニョロのたね

(トベ・ヤンソン 原作)

17 2026.10 広報 いばらき

2026.10 広報 いばらき 16

