

広報

かすみがうら



PHOTO | 特集 障がいと生きがい

みんなのやさしさに感謝しています

- TOPICS P2-3 新年のごあいさつ
P4-6 特集 障がいと生きがい
P7 知っていますか? 「心のバリアフリー」
P8-11 令和3年分 税の申告
P22-23 まちのわだい

令和4年 新年のごあいさつ

協働による持続可能なまちづくりを目指して



新年、明けましておめでとうございます。
皆様方におかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのことと、心からお慶び申し上げます。
日頃より、かすみがうら市政に対する温かいご支援とご協力をたまわり、深く感謝申し上げます。
新型コロナウイルス感染症が長引く中、ワクチン接種をはじめとした感染拡大防止への取り組みに、ご理解とご協力をいただいておりますことに、重ねてお礼申し上げます。

かすみがうら市長 坪井 透

さて、昨年を振り返りますと、新型コロナウイルスのデルタ株が猛威を振るい、1日あたりの新規感染者数が過去最大を記録する第5波などにも見舞われました。

そのような中、1年の延期を経て、東京2020オリンピック・パラリンピックが開催され、日本人選手の活躍に沸きました。ハンドボール男子日本代表では、本市出身の元木博紀選手が大活躍するなど、夢や希望、そして感動を与えてくれた明るいニュースもありました。

一方で、全国的にワクチン接種が進んだこともあり、感染者数は減少していましたが、新たな変異株「オミクロン株」の感染が、日本を含む世界各国で増加するなど、依然として油断のできない状況に変わりはありません。「市民の皆様生命と財産を守る」という強い気持ちのもと、新型コロナウイルス感染症対策を最優先に取り組んだ1年でありました。

新型コロナウイルス感染症対策

感染予防対策および市民生活への支援策として、新しい生活様式に対応した、窓口での証明書発行手数料のキャッシュレス決済や税などのセルフ収納機の導入など、各種行政手続きのオンライン化を進めており、市民の利便性向上を図るため、国が進めるデジタルガバメントの実現に向け、自治体DX

(デジタルトランスフォーメーション)を推進してまいります。

また、国の「低所得者子育て世帯特別給付金」の速やかな給付に努めるとともに、消費喚起対策では、第3弾となる、「かすみエールプレミアム商品券」を発行いたしました。

事業者への支援策では、「新しいビジネスモデル構築支援事業」として、オンライン商談やテレワーク環境整備の導入費用への助成の他、感染症対策に取り組む事業者へ、「事業継続力強化促進奨励金」の支給などに取り組んでまいりました。

さらに、市独自の支援事業では、市内民間保育施設などへ、感染予防対策に取り組む保育士への支援と併せて、保育士などの確保対策への補助金交付の他、感染症対策に要する衛生用品などの購入費用にも補助を行い、感染症対策を徹底しつつ保育施設が継続できるよう支援策を講じてまいりました。

ワクチン接種については、昨年4月から市内医療従事者への先行接種を皮切りに、高齢者から順次市内医療機関および集団接種会場2カ所で開始し、高齢者の方を対象に集団接種会場までの交通手段として、タクシー無料送迎も併せて実施いたしました。

本市においては、市民の皆様のご理解とご協力のもと、9割近くが2回目の接種を完了している状況です。引き続き、3回目の追加接種についても、市内医療従事者から順次進めてまいります。



東京2020オリンピック出場 元木博紀選手



新型コロナワクチン接種

また、昨年においても、市民や事業者の方々から新型コロナ対策として、寄付や寄贈をいただきましたこと、心よりお礼と感謝を申し上げます。

教育環境の整備

国の「GIGAスクール構想の実現」に基づき、本市においても市内全小中学生へ、タブレットパソコンを導入し、臨時休校時にオンライン学習を実施いたしました。予測困難な時代でも「学び」を止めることなく、ICTを活用した教育環境の充実を図ってまいります。

現在、千代田中学校敷地内に整備を進めております、「千代田義務教育学校」につきましては、本市初の施設一体型の義務教育学校として、本年4月に開校いたします。地域の特性と小規模特認校の特色を生かした教育を展開してまいります。

また、下稻吉中学校の新体育館整備についても、避難所機能を兼ね備えた施設として整備するため、新たな用地を確保し、実施設計を進めているところです。



GIGAスクール



千代田義務教育学校

都市基盤整備

土浦市と共同で整備を進めております、「JR神立駅西口土地区画整理事業」につきましては、活力とにぎわいあるまちづくりを目指し、駅前広場の造成工事など、駅周辺の基盤整備を進めてまいります。

さらに、JR神立駅前から国道6号を結ぶ都市計画道路「神立停車場線」は、市のシンボル軸として位置付け、隣接する土地の利用については、有効利用による地域活性化が期待されることから、防災機能を備えた公園と行政機能やコミュニティ機能、図書機能などを有する「複合交流拠点施設」を整備するため、基本設計業務に着手いたしました。

また、常磐自動車道千代田PAへの「(仮称)千代田PAスマートインターチェンジ」の整備につきましては、昨年8月に国の準備段階調査箇所にて採択されました。企業活動の活性化や物流の効率化、観光振興および市民生活の利便性の向上など、さまざまな効果が期待されます。今後も、関係機関と協議を進め、早期事業化を目指してまいります。



JR神立駅西口



スマートインターチェンジ準備会

観光事業

霞ヶ浦に隣接する歩崎公園エリアにおいては、ポストコロナを見据えたサイクリングを楽しむ機運の高まりを踏まえ、「バイク×キャンプ」をテーマとした観光コンテンツの提供や、新たなサイクリングコースの構築など、地域資源を活用した「サイクルツーリズム」を推進してまいります。

さらに、同エリアに整備しました宿泊施設「ゲストハウス古民家江口屋」を活用し、官民連携による地域課題解決型の「ワーケーション」にも取り組み、関係人口の創出・拡大を図ってまいります。



バイク×キャンプ

結びに

令和4年におきましても、新型コロナウイルス感染症の再流行への警戒を継続しつつ、感染防止対策はもとより、生活支援や事業者支援などに全力で取り組んでまいります。

また、SDGsへの貢献や、新たな生活様式などに対応した施策を展開し、本市が目指す将来都市像の実現と市の活力を取り戻すため、「協働による持続可能なまちづくり」を進めてまいりますので、本年もご支援とご協力を賜りますよう、よろしくお願い申し上げますとともに、皆様方のご健勝とご多幸をお祈り申し上げ、新年のあいさつといたします。



サイクルツーリズム

障がいを持っても 毎日楽しく生きてきます

パラカヌー Paracanoe



プロフィール

朝日 省一 (あさひ しょういち) さん 49 歳 (宍倉在住)

パラカヌー選手兼茨城県障害者カヌー協会代表 (競技歴 1 年 7 カ月)
◎パラカヌーでパラリンピック日本代表を目指し、日々練習に励む
◎その他、車いすソフトボール (茨城アストロプラネッツ) 副キャプテンとして活躍し、車いすバスケット、シッティングバレーにも挑戦



～今後の目標～

令和 3 年 10 月の海外派遣選手選考記録会では優勝することができました。今年 3 月の最終選考記録会で優勝できれば、来年度の日本障害者カヌー協会の海外派遣選手となる可能性が高く、世界選手権 (カナダ) やアジアパラ競技大会 (中国) などに出場できるため、世界を目指して頑張ります。

～パラカヌーの魅力～

障がいがあっても、水上ではどこでも行けてしまうことが魅力です。また、水上には段差が一切なく、まさに「水上は究極のバリアフリー」です。



障がいを持った自分と向き合う

朝日さんは、5 年前のオートバイツーリング中の事故で両脚を失い、車いす生活になりました。数日間は現実を受け入れられず、「もう歩けない」「寝たきりになってどこへも出かけられない」と落ち込んでしまったそうです。

そのようなとき、落ち込んだ朝日さんを前向きにさせてくれたのが、障がい者スポーツでした。朝日さんはインターネットで障がい者の生活などについて調べていたところ、義足でスポーツをする障がい者の姿を見つけ、「もしかしら自分にもできるのでは」と希望を持つことができたそうです。それからは障がいを持った自分と向き合い、さまざま障がい者スポーツに取り組むようになり、「前向きな人生を送ろう」と心に決めたそうです。

現在では、パラカヌー選手として国内大会で優秀な成績を収める朝日さん。今回は、パラカヌーとの出会いや現在の活動についてお話を伺いました。



現在はどのような活動をされていますか

土浦のラクスマリーナを中心に、チームとして毎週土曜日 (1 年を通して) に練習を行っています。艇庫からカヌーを移動する準備などに約 30 分、片付けに約 30 分の時間がかかりますが、サポーターの皆さんが協力してくれるため、練習に打ち込むことができます。また、歩崎は全長 500m の距離を取ることができるため、200m の練習には適していますが、艇庫などの施設がないことや風の影響を受けやすいため、不定期で練習を行っています。

チームは、パラカヌーの第一人者で日本初のパラカヌー世界選手権出場選手の小山真さん (埼玉県)、宮嶋志帆さん (神奈川県)、菅谷彰宏さん (茨城県)、合わせて 4 人の他、「準備・練習・安全確保・体の使い方やメンテナンス」のサポーターとして、つくば国際大学理学療法学科の永井智先生や生徒さん、日本障害者カヌー協会の本田泉さん、カヌー&サップ愛好家の宮本隆行さん、私の息子などに協力をいただきながら、世界を目指して練習に励んでいます。また、【障がいがあっても楽しむことができるパラカヌー】を知ってもらえるよう活動も行っています。



パラカヌーと出会ったのはいつですか

4 年前、筑波大学附属病院の清水如代先生の紹介でレクリエーションカヌーに参加し、水上をスイスイ動けることに感動しました。すでに車いすソフトボールなどには参加していましたが、カヌーに触れるにつれ、本気で選手になりたいという気持ちになり、当時、車いすソフトボールのチームメイトであった「つくば国際大学理学療法学科の永井智先生」の協力もあり、令和 2 年 6 月から選手として本格的に活動を始めました。



パラカヌーはどのような競技ですか

パラカヌー競技は、体幹や下肢に障がいのある選手が、カヤックやヴァーと呼ばれる舟に乗って、200m の直線コースを漕ぎタイムを競うものです。水上で巧みにカヌーを操り、力強いストロークで漕ぎ進めていく、テクニクとスピードが見どころの競技です。



私は、片側に浮力体 (アウトリガー) の付いた「ヴァー」と呼ばれるカヌーに挑戦しています。ヴァーはカヤックより安定性が高くなる一方、直進性能が低くなる競技で、よりテクニクが必要となります。カヤック・ヴァーともにコックピットの中にはシートがあり、選手の障がいに合わせてカスタマイズされ、シートの調整が重要なポイントです。漕ぎ方は、シングルブレードパドルを使って、軌道を「J」の文字にする漕ぎ方「Jストローク」で進みます。片側だけで漕いで真っ直ぐに進むためには、高いパドルリング技術が求められます。

菅谷 彰宏 さん 35 歳 (茨城県)



車の交通事故で右足膝下を失い、茨城県立医療大学の先生から朝日さんを紹介していただき、パラカヌーと出会いました。現在はカヤック種目に挑戦しており、水上での圧倒的なスピード感と風を切る感覚がとても魅力です。

現在のチーム練習に参加して、楽しい日々を送っています。協力していただいている皆さんには感謝の言葉しかありません。3 月に大会があるため上位を目指し、良い成績を残して恩返しをしたいです。

つくば国際大学の先生や生徒さんたち

つくば国際大学の理学療法学科の永井先生や生徒、OB を含め 14 人がサポートメンバーとして活動しています。

始めは学校の授業で朝日さんの講義を聞き、障がいをもちながら生き生きと楽しんでいる姿や目標を持ってスポーツに取り組んでいる姿に感銘を受け、サポーターとしてお手伝いをさせてもらうことになりました。とても楽しいコミュニティで、障がいがある方にも勇気を与えてくれるはず。この活動が広がってほしいと思います。



ほんだ いずみ
本田 泉 さん 一般社団法人日本障害者カヌー協会 ヘッドコーチ



パラカヌーの認知度は低く、石川県小松市や高知県須崎市など、施設が整っている場所もありますが、全国的には選手の練習環境はあまり整っていません。土浦のラクスマリーナは、本協会の「普及・強化拠点」であり、朝日選手が練習するには、とても良い環境です。しかし、近隣の学校にカヌー一部がないなど地元の練習相手や指導者不足を感じます。現在は、つくば国際大学の先生や生徒さんなどの協力により、練習環境は整っていますが、さらなる発展には、自治体や地域の協力が重要です。協力していただける方やパラカヌーに興味を持つ方が増えることを期待したいです。

みやもと たかゆき
宮本 隆行 さん カヌー&サップ愛好家



令和元年夏、土浦のラクスマリーナで開催された障がいのある方がカヌーを楽しむイベント『パラマウントチャレンジカヌー』で朝日選手と知り合いました。私は普段、カヌーとサップ（スタンドアップ・パドルボード）を楽しんでいますが、サポートがあれば障がいのある方でもカヌーを楽しめることを知り、「何かサポートできないか」という思いになりました。現在は、朝日選手たちのレスキューや補助だけではなく、サップのシングルパドルの技術を取り入れた練習を試行錯誤しながら行っています。

あさひ こうき
朝日 晃基 さん 16歳（朝日省一さんの長男）



土浦工業高校1年
 ヨット部所属



父がパラカヌーに挑戦する姿をととても誇りに思います。事故当時は家族でショックを受けましたが、父が障がい者スポーツに出会い、事故前よりも楽しそうにしている姿を見ると、「生きがい」を見つけたんだと思います。たくさんの方に協力をいただいているおかげで父もこのびと楽しんでます。自分もできる限りのサポートをしていきたいです。次の大会で優勝し、世界で活躍する姿が見たいので、皆さんも応援よろしくお願いします。

障がい者などにやさしい社会を目指して

事故に遭って、これまで当たり前のように送っていた生活が一変しました。仕事や食事、車の運転、トイレなど、その当たり前がとても困難なことに変わってしまい、目の前には大きな障壁（バリア）があることを知りました。

しかし、障がいを持って気付いたこともたくさんあります。特に思うことは、人の手助けなしには生活ができないということです。

生活をする上では、わずかな段差の解消や障がい者でも利用できるトイレ、駐車場の設置など、「身の周りのバリアフリー」は着実に進んでいるものの、人と人との障壁（バリア）の解消にはもう少し時間がかかりそうです。

皆さんにお願いしたいのは、小さなことからでいいので、困っている方がいたら声を掛けてみてください。その小さな勇気は、障がい者にとって大きな手助けになります。勇気を出して声を掛けることで、何に困っているのかなど理解することができるようになり、普段目が届かないところにも気が付くこともあると思います。



障がい者などを理解し、少しでも気に掛けて行動してくれることで、「心のバリアフリー」が広がり、社会は変わっていくと信じています。

私はカヌーに出会い「生きがい」を見つけることができました。この経験を活かして、「障がい者への理解」、「壁のない交流」、そして「障がい者などにやさしい社会」が広がるよう精一杯活動していきたいと思っておりますので、応援よろしくお願いします。

また、サポートをしていただけるボランティアの方やバックアップしていただける企業さんがおりましたら、とても助かります。



知っていますか？「心のバリアフリー」

バリアフリーとは、多様な人が社会に参加する上での障壁（バリア）をなくすことです。多様な人たちのことが考慮されていない社会は、心身機能に障がいのある方や高齢者、妊産婦さんなどにとって、さまざまなバリアを生み出しています。どのような立場でも、安心して自由に生活を送れるよう、建物や交通機関などのバリアフリーだけでなく、一人一人が人のことを思いやる「心のバリアフリー」を広げましょう。

「心のバリアフリー」とは、バリアを感じている人の身になって考え、行動を起こすことです。まず、自分の周りには、どのようなバリアフリーの工夫があるかに目を向けてみましょう。 社会福祉課（千代田庁舎）



身の回りのバリアフリー

障がい者専用駐車場



障がい者用駐車場

は車いすドライバーや車いす利用者、杖を使うなど移動困難がある方のための駐車場となっています。

スロープ



段差を解消するため傾斜のある通路となっており、車いすや高齢者、松葉杖を使っている人などが通りやすくなっています。

点ブロック



視力が無かったり、視力が低下している人が安全に移動するために、地面や床面に設置された四角形の案内表示です。

多用途のトイレ



車いす利用者だけでなく、高齢者や内部障がい者、子ども連れなどの多様な人が利用可能としたトイレのことです。

ホームドア



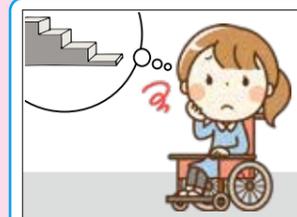
視覚障がい者などによるホーム転落事故の防止を目的として設置され、駅ホームを安全に利用できるドアのことです。

案内サイン



視覚や聴覚に障がいがある方が、あらゆる場面で情報を適切に入手できるよう、看板や音声で案内するためのものです。

街中には、さまざまなバリアフリーにより、障がいのある方などが利用しやすいように配慮されています。では、困っている方がいた場合、「心のバリアフリー」のため、皆さんならどのように行動しますか？



お店の前の段差で車いすの人が困っていた



マタニティーマークの妊産婦さんが目の前に立った



優先席前に杖を使っている高齢者が立っていた



エレベーターに並んでいたら後ろにベビーカー利用者が待っていた

「〇〇しましょうか？」

バリアがあって困っている人に気付いたときには、「私が〇〇しましょうか？」などと声を掛けてみましょう。



分からなければ、何が出来るか「聞く」

困っていそうだけれど、何に困っているのかわからない、またどんなことをすべきかわからないという場合もあります。そのような場合には、「何かお困りでしょうか？」「私ができることはありますか？」などと「聞いて」みましょう。

手伝おうと思っても断られることがあるかもしれませんが、がっかりすることはありません。「自分でやりたい人」や「自分でできる人」もいますので、相手の気持ちを尊重しましょう。一人一人が「心のバリアフリー」を実践することで、バリアのない社会を目指すことができます。少しの勇気が大きな一歩となります。



令和3年分税の申告(事前予約制)

所得税、市・県民税申告期間 **2月10日** 困～**3月15日** 凶

●期間 地区割はありませんので、都合の良い日を「事前予約」してください。

会場	期間(田 回 宛 は除く)	休日相談日
中央出張所(働く女性の家)	2月10日 困～2月23日 凶 宛	2月23日 凶 宛
あじさい館	2月24日 困～3月15日 凶	3月6日 回
千代田庁舎	2月25日 金～3月15日 凶	3月6日 回

●時間 20分単位での案内です。当日の進捗状況により、案内が前後する場合があります。

午前の部	① 8:40	② 9:00	③ 9:20	④ 9:40	⑤ 10:00	⑥ 10:20
	⑦ 10:40	⑧ 11:00	⑨ 11:20	⑩ 11:40		
午後の部	⑪ 13:00	⑫ 13:20	⑬ 13:40	⑭ 14:00	⑮ 14:20	⑯ 14:40
	⑰ 15:00	⑱ 15:20	⑲ 15:40	⑳ 16:00	㉑ 16:20	

●新型コロナウイルス感染防止にご協力ください

◆マスクの着用、アルコール消毒、換気

マスクを着用し、会場の出入口に設置されたアルコール消毒液での手指消毒をお願いします。
会場ではこまめな換気を実施しますので、暖かい服装でご来場ください。

◆検温の実施

入場の際に検温を実施します。37.5度以上の熱がある場合は、申告相談をお断りさせていただきます。
また、咳や発熱、倦怠感など、体調不良の方は入場を控えていただくようお願いします。

◆混雑緩和

待合室の混雑緩和のため、できる限り少人数で予約時間の10分前を目安にお越しください。

市役所では対応できない申告

◆次に記載のある申告相談は、市申告相談窓口では対応できませんので、土浦税務署会場でご相談ください。

- 青色申告
 - 過年度分の確定申告
 - 譲渡所得(株や不動産などを売買した所得)の確定申告
 - 先物取引などの確定申告
 - 住宅関連特別控除(特定増改築など)
 - 配当所得のうち、特定口座年間取引報告書を必要とする申告
 - 雑損控除(災害や盗難による損失など)
 - 外国税額控除の適用を受ける申告
 - 変動所得・臨時所得の平均課税を選択する申告
 - 外国人の方などの高度な判断を要する確定申告
 - 消費税、贈与税、相続税の申告 など
- ※市申告相談窓口で対応できない
申告の一覧は、ホームページを [令和3年分税の申告](#) をご覧ください。



土浦税務署確定申告会場のご案内

◆土浦税務署では、次のとおり確定申告会場を開設します。

確定申告会場への入場には、当日配布または国税庁LINE公式アカウントから事前に取得した「入場整理券」が必要です。



LINE
友達登録

▶期間・対象者・申告会場

期間(田 回 宛 は除く)	休日相談日	対象者	申告会場
2月1日 凶～2月15日 凶		還付申告の方	さん・あぴお 2階 (土浦市大畑 1611)
2月16日 回～3月15日 凶	2月20日 回、27日 回	すべての方	

※贈与税については、2月1日 凶から申告相談受付

▶時間 午前9時～午後4時

○確定申告会場に来場される際は、マスクを着用し、できる限り少人数でお越しください。

○入場の際に検温を実施します。咳や発熱などの症状のある方は入場を控えていただくようお願いします。

○混雑状況により、午後4時前であっても、相談受付を終了する場合があります。

○2月1日 凶から3月15日 凶までは、土浦税務署での申告相談を行いません。

○「さん・あぴお」への直接のお問い合わせはご遠慮ください。

○現金納付の窓口業務は行いません。

令和3年分確定申告から適用される主な税制改正

住宅ローン控除の特例の延長

住宅ローン控除の期間を13年とする特例が延長されました。また、この延長した期間に限り、合計所得金額が1,000万円以下の方について、面積要件が緩和され、家屋の床面積が40㎡以上50㎡未満の住宅も対象となります。

なお、この延長および緩和は以下の要件に該当し、新たに住宅ローン控除を適用する方が対象となります。

①新築(注文住宅)の場合

令和2年10月1日から令和3年9月30日までに契約締結し、令和4年末までに入居する方

②分譲住宅、中古住宅の取得、増改築等の場合

令和2年12月1日から令和3年11月30日までに契約締結し、令和4年末までに入居する方

申告が不要な方

- ・所得税の確定申告書を税務署に提出した方
- ・収入が1カ所からの給与のみで、勤務先で年末調整が済み、給与支払報告書が市に提出される方
- ・収入が公的年金などのみで受給額合計が400万円以下の方

※公的年金などに係る雑所得以外の所得金額の合計が20万円以下である場合には、住民税の申告が必要になります。

※外国の制度に基づき国外において支払われる年金など、源泉徴収の対象とならない公的年金を受給している場合、この制度は適用されません。

事前予約制に伴う注意点

市では、令和4年1月1日現在、市内に住民登録がある方を対象に申告相談を「事前予約制」で行います。新型コロナウイルス感染防止対策として、申告会場の混雑緩和・待ち時間の短縮を図るため、ご理解とご協力をお願いします。

また、円滑な申告相談が行えるよう、事前に帳簿や領収書などの集計を済ませてからご来場ください。

◎予約のない方が当日来場された場合、申告相談を受けることはできませんので、ご注意ください。

事前予約の方法

昨年度と予約方法が異なります。

①インターネット予約

次のURLまたは二次元コードから予約システムにアクセスし、予約をしてください。

<https://kasumigaura.rsvsys.jp/>

②電話予約

受付時間:8時30分～17時15分(田 回 宛 除く)
かすみがうら市役所に電話し、**内線 1150～1152**を指定してください。

電話予約は繋がりにくいことが予想されますので、インターネット予約をご活用ください。

【予約する際の注意点】

◎同一世帯の方が同時刻に申告相談をすることができませんので、時間を前後するなど、必ず時刻を変えて予約してください。

※予約例(上記時間表を参照)

夫の予約を⑪13:00、妻の予約も⑪13:00とした場合は申告受付はできません。続けて申告を行いたい場合は、夫の予約を⑪13:00、妻の予約を⑫13:20としてください。



インターネット予約システム

申告が必要な方

◎個人事業主など

- ・ 営業や農業、その他事業を営む方
 - ※ 農業所得は、自作、代作、出荷の有無にかかわらず、耕作したものが対象となります。
- ・ 不動産、利子、配当、雑、一時所得、原稿料、講演料などの収入がある方

◎給与所得者

- ・ 給与以外に、農業や不動産などの収入がある方
- ・ 勤務先から市に「給与支払報告書」を提出しない方
- ・ 令和3年中の就職や退職により、勤務先で年末調整をしていない方
- ・ 2カ所以上から給与の支払を受けている方
- ・ 給与の収入金額が2,000万円を超える方

◎公的年金などの受給者

- ・ 公的年金以外に、農業や不動産などの収入がある方
- ・ 受給合計額が400万円を超える方

◎収入がない方、非課税所得のみの受給者

- ・ 遺族年金、遺族恩給、障害者年金、失業保険は非課税所得です。
 - ※ 税法上どなたの扶養にもなっていない場合、申告をしないと保険料などの軽減措置を受けることができませんので、ご注意ください。

◎医療費や扶養などの控除を追加する方

- ・ インフルエンザ予防接種などの「疾病の予防のための費用」は、医療費控除の対象となりません。また、人間ドックや健康診断の費用も原則対象となりません。

	対象者	必要書類の例
収入の分かる証明	給与所得者 公的年金所得者	源泉徴収票（原本）、事業主の支払証明書など ※ 給与支払報告書、年金払込通知書での受付はできません。
	営業所得者 農業所得者 不動産所得者など	収支内訳書（必ず記入のうえ持参してください） ※ 収支内訳書の用紙は、千代田庁舎税務課、霞ヶ浦庁舎窓口センター、中央出張所、農業協同組合、漁業協同組合の窓口に設置してあります。 ※ 固定資産税を経費として計上する場合は、課税明細書を参照してください。
控除額の分かる証明	医療費控除を受ける方	医療費控除またはセルフメディケーション税制の明細書 ※ 領収書の日付（令和3年1月1日～12月31日）を確認し、受診者や病院ごとに集計してください。 ※ 医師などが発行するおむつ使用証明書などは原本を持参してください。
	社会保険料控除を受ける方	国民健康保険税、国民年金保険料、介護保険料、任意継続保険料などの領収証、納付済額証明書
	生命保険料控除または地震保険料控除を受ける方	個人年金保険料、生命保険料、介護医療保険料控除証明書、地震保険料、長期損害保険料控除証明書（平成18年末までに契約締結されたもの）
	住宅借入金等特別控除を初めて受ける方	原本：住宅取得資金に係る収入金の年末調整残高証明書、家屋（土地も含む）の登記簿謄本 写し：請負（売買）契約書、その他（認定通知書など）
	市外在住者を扶養親族とする方	扶養親族の住所、氏名、生年月日および個人番号の分かるもの

申告に必要なもの

- ◎ マイナンバーカード、通知カード、個人番号の記載された住民票などの個人番号の確認できる書類
- ◎ 本人名義の預金通帳など
- ◎ 収入の分かる証明
- ◎ 控除額の分かる証明
- ※ 昨年度、確定申告をされた方は、税務署から届く「確定申告のお知らせ」のはがきを持参してください。

マイナンバーの記入について

マイナンバーの記入が義務付けられています。「①申告者と市外在住の扶養親族の個人番号確認」と「②申告書を提出される方の本人確認」を実施しますので、次の書類を持参してください。

①番号確認に必要な書類

- マイナンバーカード、通知カード、マイナンバーが記載された住民票など個人番号が確認できるもの
- ※ 市外在住の扶養親族の番号については、メモやコピーでも対応できます。

②本人確認に必要な書類

- ◎ 1点で本人確認ができる書類（顔写真あり）
マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、障害者手帳など
- ◎ 2点で本人確認ができる書類（顔写真なし）
各種保険証、住民基本台帳カード（有効期限内に限る）、年金手帳など

e-Taxを利用して自宅から確定申告を行ってみませんか

e-Taxは、インターネットで国税に関する申告や納税、申請・届出などの手続きができるシステムです。

所得税の
確定申告



▶自宅からインターネットで申告

税務署に行かなくても、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で申告書を作成し、自宅からインターネットで提出できます。

確定申告書等
作成コーナー



▶e-Taxは24時間利用可能

令和4年1月上旬から、24時間e-Taxの利用が可能です。（メンテナンス期間は除きます）

▶自宅からe-Taxを行うために必要なもの

- ① インターネット接続のパソコンまたはスマホ
- ② マイナンバーカード
- ③ ②を読み取るICカードリーダーまたはマイナンバーカード読み取りに対応したスマホ

▶添付書類の提出省略

生命保険料控除の証明書などは、その記載内容を入力して送信することにより、提出または提示を省略することができます。
※ マイナンバーに関する本人確認書類についても、e-Tax送信で、提示または写しの提出が不要です。

▶還付がスピーディー

自宅や税理士事務所からe-Taxで提出された還付申告は、3週間程度で処理しています。
※ 書類不備や別送書類の提出が遅れた場合には、上記期間内に還付できないことがあります。

申告に関するお問い合わせ先

◎ 所得税や消費税などの国税に関する問い合わせ
☎ 土浦税務署 ☎ 029-822-1100

◎ 市税などの地方税に関する問い合わせ
☎ 税務課（千代田庁舎）

お知らせと情報

くらしのお知らせ

新型コロナウイルス感染症情報



【新型コロナウイルスワクチン情報】

▶追加接種（3回目接種）の実施について

市では、国の方針に基づき、順次3回目の接種を実施します。接種対象者には接種券を郵送しますので、予約開始時期を確認し予約してください。

2回目 接種完了時期	予約開始予定日	3回目 接種開始予定日
6月中	1月12日から	1月24日から
7月中	接種券が届き 次第	3月1日から
8月中		4月1日から
9月中		5月1日から
10月中		6月1日から
11月中		7月1日から
12月中		8月1日から

※3回目は、1、2回目と異なるワクチンでも接種可能

▶接種協力医療機関など

川島医院	深谷3656-1
矢原診療所	穴倉6167-1
高木医院	稲吉東1-15-1
三輪眼科	稲吉5-19-10
太田医院	下稲吉1598-1
菊池整形外科 クリニック	新治1827-34
白井こども クリニック	稲吉2-14-11
MED AGRI CLINIC かすみがうら	上稲吉38 ※かかりつけの方のみ
神立病院	土浦市神立中央5-11-2
かすみがうら ウエルネスプラザ	穴倉5462（集団接種）

▶予約方法

- 電話予約（コールセンター）
029-853-0771 午前9時～午後5時(土日祝除く)
- WEB予約（パソコン・スマホ）
<https://jump.mrso.jp/082309/>



▶市の接種状況（令和4年1月11日現在）

対象者	接種回数	
	12歳以上 (37,628人)	1回目
	2回目	33,567回（接種率 89.2%）

※詳細は、ホームページをご覧ください。

☎ 健康づくり増進課 ☎ 029-898-2312

【子育て世帯を支援】

▶子育て世帯への臨時特別給付金

給付金の申請手続きが必要な方は、期限までに申請してください。

対象：平成15年4月2日から令和4年3月31日までの間に生まれたお子さん

支給額：対象のお子さん1人につき10万円

支給方法：金融機関口座へ振り込み

申請期限：3月31日

※詳細は、ホームページをご覧ください。



☎ 子ども家庭課（千代田庁舎）

【高齢者などを支援】

▶PCR検査費用の一部助成（電話予約必須）

対象：本市に住居登録があり、いずれかに該当する方（発熱症状のある方などは除きます）

◎検査日時時点で65歳以上の方

◎基礎疾患（慢性閉塞性肺疾患、慢性腎臓病、糖尿病、高血圧、心血管疾患など）のある65歳未満の方

◎肥満（BMI30以上）の65歳未満の方

BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

電話予約：午前9時～午後5時(土日祝除く)

検査日	予約受付期間
2月7日	1月31日～2月4日
2月14日	2月7日～2月10日
2月21日	2月14日～2月18日
2月28日	2月21日～2月25日

検査方法：唾液を採取（費用3,000円）

※検査時間は電話の際に決定します。



☎ 介護長寿課（千代田庁舎）

【生活困窮世帯を支援】

▶新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金

対象：社会福祉協議会が実施する生活福祉資金の特例貸付における「総合支援資金の再貸付」を利用できなくなった世帯など

※令和4年1月以降、新たに申請する方で「緊急小口資金」および「総合支援資金（初回）」の特例貸付を利用し終えた方（利用し終える方）も対象になります。

※再支給の申請が可能になりました。

金額：単身世帯6万円、2人世帯8万円、3人以上世帯10万円

※最長6カ月、1カ月ごとに支給

申請：社会福祉課窓口へ提出または郵送

※窓口提出は、平日午前8時30分～午後5時15分

※申請書は、ホームページからダウンロードできます。

希望者には郵送しますので、ご連絡ください。

期限：3月31日 ※延長しました

※詳細は、お問い合わせいただくか、

ホームページをご覧ください。



☎ 社会福祉課（千代田庁舎）

感染症対策に支援をいただきました

令和3年中に、事業者の皆さんなどから、新型コロナウイルス感染症対策として、寄付や寄贈をいただきました。物資などは、感染予防や拡大防止に活用させていただきました。

受入日	寄贈者	寄付・寄贈品
2月15日	株式会社 エス・ワイ・エム	不織布防護服 500セット
4月16日	株式会社MSC	自動除菌剤噴霧器 2台
7月5日	MOTEXヘルスケア コーポレーション	不織布マスク 1,000枚
7月19日	株式会社筑波銀行 ボランティアクラブ ※県が寄贈を受け 各市町村へ配布	生理用品 52パック
8月27日	株式会社TKC	寄付金 200万円
9月24日	土浦北ライオンズ クラブ	サージカルマスク、 不織布マスク 12,000枚

令和3年12月31日現在

☎ 健康づくり増進課 ☎ 029-898-2312

防災行政無線の試験放送を実施します

地震などの災害や武力攻撃などに備え、防災行政無線の試験放送を行います。この放送は全国瞬時警報システムによる試験放送で、全国的に実施されます。ご迷惑をおかけしますがご理解をお願いします。

▶日時 2月16日 午前11時

【放送内容】「これはJアラートのテストです」×3

「こちらは、ぼうさいかすみがうらです」

☎ 危機管理課（千代田庁舎）

気を付けて！身近に潜む詐欺

電話で子どもや孫などの親族の名前をかたり、現金やキャッシュカードをだまし取る「二重電話詐欺」や、市役所や銀行の職員を装い、医療費や保険料などの還付金があると話してATMへ行くよう指示し、電話で話しながらお金を振り込ませる「還付金詐欺」が増えています。

不審な電話を受けた際は、通報してください。

☎ 土浦警察署 ☎ 029-821-0110

公共施設使用料減免団体の登録



市では、市民の自主的で公益的な活動を支援するため、一定の要件を満たす同好会などを対象に、施設の使用料の免除や減額の制度を設けています。

令和4年度の対象団体の登録を受け付けしますので、登録を希望される団体は申請してください。

受付期間：2月1日～3月15日

※ご利用の施設窓口で申請書の配付および受付

※申請書はホームページからもダウンロードできます。

※令和3年度に登録した団体も、毎年度申請と登録が必要です。

☎ 公共施設等マネジメント推進室（千代田庁舎）

働く女性の家トレーニング室をリニューアルします



4月1日 土曜日のリニューアルオープンに向け、「トレーニング室」を卓球やバドミントン、ダンス、ミーティングなどに幅広く利用できる「多目的室」として改修する工事を行っています。

工事期間中は、駐車場が狭くなるなどご不便をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

また、施設の使用予約は2月1日 午前9時から来館の上、先着順にて受け付けを開始します。

【使用料金（参考）】

1時間あたり（市内）940円／（市外）1,410円

※公共施設使用料減免団体の登録などにより、施設使用料が免除または減額される場合があります。

☎ 市民課（千代田庁舎）

交流センターなどの指定管理者を決定

民間のノウハウやアイデアを生かした市民サービスを提供するため、交流センターなどの指定管理者に「株式会社かすみがうら未来づくりカンパニー」を指定しました。

期間：令和4年4月1日～令和9年3月31日（5年間）

業務：施設の管理運営（食堂、直売所、調理実習室の運営など）、観光振興に関する業務など

☎ 観光課（霞ヶ浦庁舎）

消火栓ホース格納箱内備品の盗難が多発

消火器具が1つでも欠けると、いざというときに住民の方による初期消火ができません。不審な人物や車などを見つけた時は、通報してください。

☎ 土浦警察署 ☎ 029-821-0110

市消防本部 ☎ 0299-59-0119



お知らせと相談

募集のお知らせ

あじさい土曜名画座

作品：明日にかける橋 1989年の思い出
内容：「夢がかなう」という明日橋を渡り、弟が他界した1989年にタイムスリップしたみゆき。弟を救えば、弟の死をきっかけに崩壊した家族を救えるのではと考えるが。
出演：鈴木杏、板尾創路、田中美里
日時：2月5日 日/午後2時(午後1時30分受付)
定員：先着20人
場所：あじさい館視聴覚室
料金：100円
 ※鑑賞の注意点/マスクは必ず着用してください。
 ☎ 霞ヶ浦中地区公民館 ☎ 029-897-0564

「うにゃ」が誕生日をお祝いします



毎月1人限定で、「かすみがうにゃ」が誕生日をお祝いに行きます。家族や友達へのお祝い、もちろん本人からの応募も可能です。応募の際は、応募者の氏名、住所、電話番号、メールアドレスと誕生日の方の氏名、住所、生年月日などを記載の上、観光課までご応募ください。
対象：市内在住の3月1日～31日生まれの方
 ※当日は、必ず応募者の参加をお願いします。
 ※応募者の居住地は問いません。
 ※詳細は、ホームページをご覧ください。
 ☎ 観光課(霞ヶ浦庁舎)

里親制度説明会

里親制度に関心のある方は、お申し込みください。
日時：2月19日 日/午前10時～午後0時30分
場所：つくば香風寮(つくば市高崎802-1)
費用：無料
定員：30人
申込：電話申込 ☎ 080-8434-3329
 ☎ つくば香風寮(担当：増子・國松)

企画展のお知らせ

華麗なる明治 - 宮廷文化のエッセンス

明治時代の皇室活動を中心に宮廷を彩った華やかな文化などを貴重な史料を通じて紹介します。
日時：2月19日 日～4月10日 日/午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで)
 ※月曜日休館(祝日の場合は翌日休館)
料金：一般610円(490円)、満70歳以上300円(240円)、大学生320円(240円)、高校生以下無料
 ※カッコ内は20人以上の団体料金
 ☎ 茨城県立歴史館 ☎ 029-225-4425

相談のお知らせ

法律相談(要予約/電話受付順)



不動産、家庭の問題、相続、消費者問題、交通事故などについて、弁護士が無料でアドバイスします。
 ▶2月10日 日/午後1時～働く女性の家
 ▶2月24日 日/午後1時～あじさい館
 ※2月1日 日/午前8時30分から予約開始
 ☎ 社会福祉課(千代田庁舎)

なんでもかんでも相談(要予約)



ひきこもりや心理、精神、障害年金、法律などの相談を、相談経験のある相談員がお受けします。
 ▶2月19日 日/午後1時30分/やまゆり館
 ☎ 市社会福祉協議会 ☎ 029-898-2527

心配ごと相談(要予約)



市民の方の悩みや不安などに対して、相談員が助言や関係機関の紹介を行います。
 ▶2月9日 日/午後1時30分/働く女性の家
 ▶2月22日 日/午後1時30分/あじさい館
 ☎ 市社会福祉協議会 ☎ 029-898-2527

※新型コロナウイルス感染症の影響により、変更または中止となる場合があります。

教育支援相談(要予約)



配慮が必要な子どもたちの保護者を対象に、発達や就学などの相談をお受けします。
 ▶2月2日 日/午後1時～5時/霞ヶ浦庁舎
 ▶2月17日 日/午前9時～正午/霞ヶ浦庁舎
 ☎ 学校教育課 ☎ 029-886-3327

家庭児童相談(要予約)



家庭において子どもが健全に成長発達していくための養育や育成、養護、DV、虐待、非行などに関する相談をお受けします。
 ▶ 日～ 日(日除く) / 午前8時30分～午後5時 / 千代田庁舎
 ☎ 子ども家庭課子ども未来室(千代田庁舎)

結婚を希望する方を応援します



結婚を希望する方に出会いの場を提供する「市婚活サポートセンター」は、60歳以下の方であれば、市内外を問わずどなたでも登録できます。
 ▶ 毎週 日/午後1時～8時/霞ヶ浦庁舎
 ▶ 毎週 日/午前10時～午後5時/霞ヶ浦庁舎
 ※ 日～ 日(日除く) 午前9時～午後5時または上記の開設時間内に電話で事前予約が必要。
 ☎ 市婚活サポートセンター ☎ 029-897-1111

就労相談(要予約)



「働きたいけど働けない」「就職活動のやり方が分からない」「自分に合う就職先が分からない」など、就労に悩む方の相談をお受けします。
 ▶2月14日 日/午後1時～4時/勤労青少年ホーム
 ◎15歳～49歳までの方とその家族の方
 ※相談日の3日前までに電話で予約してください。
 ☎ いばらき県南若者サポートステーション ☎ 029-893-3380

元気いばらき就職面接会(水戸会場)

複数の企業の人事担当者と直接会える機会ですので、ご参加ください。
対象：求職中の方/参加企業数：約20社
 ▶2月18日 日/午後1時30分～3時30分(受付は午後1時から) / 県水戸合同庁舎(水戸市柵町1-3-1)
 ※事前予約不要、参加費無料
 ☎ 茨城県労働政策課いばらき就職支援センター ☎ 029-233-1576

2月は「相続登記はお済みですか月間」

各司法書士事務所で、相続登記に関する相談を無料でお受けします。
 ▶2月1日 日～28日 日(日 日 日除く) / 県内の各司法書士事務所(要事前予約)
 ☎ 茨城司法書士会 ☎ 029-225-0111

多重債務や投資勧誘の無料相談窓口



一人で悩まないで、迷わず相談ください。
【多重債務相談】
 ◎借金・クレジットカード・各種ローンの悩み相談
 ☎ 029-221-3190 / 日～ 日(日除く) / 午前8時30分～正午・午後1時～4時30分
【投資勧誘相談】
 ◎詐欺的な投資勧誘相談、電子マネー詐欺相談
 ☎ 029-221-3195 / 日～ 日(日除く) / 午前8時30分～正午/午後1時～5時
 ☎ 関東財務局水戸財務事務所理財課

コロナ差別に関する電話相談

感染者やその家族、医療従事者などへの差別は許されません。もしも、コロナ差別を受けたり、見かけたりしたら、相談窓口までご相談ください。
 県民向け(特設人権相談) ☎ 029-301-2613
 学校関係(いじめ・体罰) ☎ 029-823-6770

有料広告欄

有料広告欄

暮らしのお知らせ

～ Information ～

2022年 February 2月

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

※ 2月11日、23日は祝日のため、閉庁となりますので、ご注意ください。

窓口延長 千代田庁舎：毎週木曜日午後7時まで
業務対応窓口
 市民課、納税課、税務課、国保年金課



業務内容

納期限

1月31日	国民健康保険税7期 後期高齢者医療保険料7期
2月28日	国民健康保険税8期 後期高齢者医療保険料8期 介護保険料6期

口座振替

市税などを金融機関などの預貯金口座から納期限の日に自動で振替納付ができるため、納め忘れもなく安心です。

スマホ決済アプリ (PayPay、LINEPay、PayB)

いつでもどこでも簡単に市税などが納付できるため、とても便利です。

納税課 (千代田庁舎)



スマホ決済アプリ納付

くらしの防災ガイド



ここ数年の間に、地震や水害、土砂災害、火山噴火など、国内外で大規模災害が頻発し、これまでの想定を上回る甚大な被害が生じています。

現代において災害は、気象情報などの発展に伴いある程度の予測を可能としています。しかし、「災害はいつ起きてもおかしくない」という心構えと準備をしておくことで、被害を最小限に抑える減災に取り組むことができます。

不安視されている南海トラフ地震や首都直下地震に備え、今のうちから準備をしておきましょう。

くらしの防災ガイドでは、防災や減災に関する情報を毎月紹介していきますので、防災意識を高めるきっかけにしてください。

【地域や家族で防災について話し合しましょう】

実際に地震や風水害、火災が発生した場合を想定して、各自ですべきことやどこに避難するか、連絡方法などについて、「家族で定期的」に話し合っておきましょう。また、地域で一人暮らしの高齢者がいる場合は、声掛けや避難の手助けなどの方法を「地域の集まりなどの際」に話し合うことも重要です。

【家族で話し合うこと】

●家族一人一人の役割分担を決める

- ・ 日常の防災対策の役割と、災害発生時の役割を決めておく。
- ・ 家族に高齢者や障がい者、乳幼児などがある場合には、面倒を見る人を決める。



●避難所、避難経路を確認

- ・ 地域の避難所を確認する。家族が離ればなれになったときの集合場所も決めておく。
- ・ 休日などを利用し、家族で避難経路などの下見をしておく。



●家族が離ればなれになったときの連絡方法を確認

- ・ 災害用伝言ダイヤル「171」の使い方を確認する。
- ・ 遠方に住む親戚や知人も連絡先にしておく。



●危険箇所をチェック

- ・ 家の内外に危険なところがないかチェックする。
- ・ 危ない場所があったら、修理や補強する。



●非常時持出品をチェック

- ・ 必要なものが揃っているかチェックする。
- ・ 機器の作動状態や食べ物の賞味・消費期限も忘れずにチェックする。



●防災用具をチェック

- ・ 消火器や救急箱の置き場所や製造年月日、有効期間などを確認する。
- ・ 消火器の使い方を覚えておく。
- ・ 応急手当の方法を覚えておく。

●災害情報などを受け取る準備

- ・ 市公式アプリやメールマガジンなどの登録により、災害情報や防災行政無線の放送内容をいち早く受け取る準備をしておく。



アプリダウンロード



メールマガジン

危機管理課 (千代田庁舎)

消費生活ホットライン【若者向け注意喚起シリーズ】



怪しい副業・アルバイトのトラブル

10～20歳代の若者から怪しい副業やアルバイトに関する相談が寄せられています。

◎「簡単に稼げて高収入？」うまい話には裏がある「荷受代行」「荷物転送」は絶対にしない！

裏の目的は消費者の名義で不正に携帯電話などを購入することであり、それらが犯罪に使用されるおそれもあります。身分証明書や銀行口座などの個人情報や安易に伝えないようにしましょう。また、携帯電話などの月額利用料や通話料などを支払う必要はないと説明されていても、契約者である消費者に請求される可能性があります。

◆トラブル防止のポイント

副業・アルバイトで「手数料」「登録料」を請求されたら要注意！

怪しい副業・アルバイトでは、「報酬を得るために必要」などと言われ、さまざまな名目でお金を支払わされるという特徴があります。

令和4年4月から「18歳で成年」に！

未成年者が、親権者の同意を得ずに行われた契約は取り消すことはできませんが、成年になると一人で契約できる反面、原則として一方的に取り消すことはできません。インターネット上にはさまざまな副業・アルバイトの情報が掲載されていますが、始める前に家族など周りの人に相談をしましょう。

▶ 不審に思った時やトラブルにあったときは、消費生活センターなどにご相談ください。

(消費者ホットライン 188)

【市消費生活センター開設日】

時間 午前9時～正午/午後1時～4時

◎ 困窮 場所：霞ヶ浦庁舎

◎ 困 勤労青少年ホームは現在閉鎖中

【その他の消費生活センター電話相談】

◎ 困 / 茨城県消費生活センター ☎ 029-225-6445

◎ 困 / 国民生活センター ☎ 188

☎ かすみがうら市消費生活センター (霞ヶ浦庁舎)

☎ 029-897-1111



消費生活センター

自治体 DX 通信【シリーズ① 自治体 DX って何？】



デジタル化で新しい生活を創ります

市では、目指すべきデジタル社会のビジョンを実現するため、先端デジタル技術を活用した住民の利便性向上と業務の効率化などに取り組んでいます。

この取り組みでは、自治体 DX 推進計画の重点取組として掲げられた右の8項目を中心とし、全庁的に実行していくことで、「誰一人取り残さない、人に優しいデジタル化」を目指しています。

また、Society5.0を目指す社会に貢献するため、自治体や企業がDX(デジタル・トランスフォーメーション)に取り組むことによって、人々の生活が良い方向へ変革されることが期待されています。

これから、急速に進むデジタル化社会への変革を分かりやすく周知するため、シリーズ「自治体 DX 通信」として市の取り組みや便利情報などを毎月ご紹介していきます。

情報政策課 (霞ヶ浦庁舎)

重点取組事項

① 情報システムの標準化・共通化	② マイナンバーカードの普及促進
③ 行政手続のオンライン化	④ AIやRPAの利用推進
⑤ テレワークの推進	⑥ セキュリティ対策の徹底
⑦ 地域社会のデジタル化	⑧ デジタルデバインド対策

あじさい館
ホール展示
作品介绍

2月
作品展示

◆ かすみがうらまゆクラフト
研究会

▶ 期間 2月1日(日)～2月27日(日)



あじさい館では、市内の文化団体などが作成した絵画や写真、陶芸、工芸品の芸術作品などを月替わりで展示していますので、ご覧ください。

生涯学習課 ☎ 029-897-0564

図書館 だより

LIBRARY
INFORMATION
ゆっくり本を楽しむ

今月のおススメ

「世界一ていねいに教える！チョコレートスイーツ BOOK」
SEIJIN 著

「基本のラッピング」
つつみ屋工房 監修

2月14日はバレンタインデーです。バレンタインといえばチョコレートですが、その原料のカカオがヨーロッパに伝わった16世紀頃には、上流階級の嗜好品として甘いチョコレートドリンクが大流行しました。その後、固形のチョコレートが作られ、現在ではカカオの成分が健康に良いとの評価が定着し、さまざまな機能性チョコレートが販売されています。

今月は、チョコレートの作り方と贈り物を包むラッピングの本を紹介します。

世界一ていねいに教える！チョコレートスイーツ BOOK

登録者数240万人以上のユーチューバーSEIJIN(せーじん)さんの本です。

料理やお菓子作りが苦手な人のために、全工程が写真付きで説明され、簡単なものから上級者向けまで全てのレシピに動画視聴できる二次元コードも付いています。テンパリングの仕方やクッキングシートの使い方など、分かりやすく説明されているので、初心者の方もぜひ挑戦してみてください。



KADOKAWA

基本のラッピング

贈り物にラッピングがされていると特別なものを受け取った気持ちになるものです。バレンタイン以外にも、大切な人への贈り物やお土産、お祝い品などに相手のことを思いながら丁寧にラッピングすれば、それだけで世界に一つだけの贈り物になります。包装紙の選び方や色の組み合わせ方、合わせ包みやなめ包みなどの基本の包み方、円筒形やピロー形などの高度な包み方まで写真付きで分かりやすく紹介しています。



成美堂出版

休館日：月曜日(祝の場合は翌日)、図書整理日

※14日～21日は蔵書点検により休館

お話し会：2月12日(土)午前10時半から

図書館ホームページでは、利用案内や図書検索など図書館の情報を掲載しています▶



お知らせ

お話し会は、新型コロナウイルス感染症の影響により中止となる場合があります。

図書館 ☎ 029-897-0647

2月 図書館カレンダー

2022年		February				
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

歴史 にふれる

明治時代の医学者
「古宇田親子」①



▲古宇田信近(左)と古宇田倣太郎(右)



李鴻章襲撃事件と古宇田信近

今月と来月の2カ月にわたり、本市を代表する明治時代の医学者「古宇田親子」を紹介します。

父の古宇田信近は、嘉永2年(1849年)12月に田余村(現小美玉市)の原田家に生まれ、幼いころに下土田村の古宇田義徳の養子になりました。15歳から2年間、志筑領(千代田地区)を治める本堂家の侍医の金子寿仙に住み込みで医学の基礎を学び、明治3年(1870年)に21歳で東京に出て大学東校(東京大学の前身)で医術の研鑽に励みました。

当時の教官であり、のちに陸軍軍医総監となった石黒忠恵にその人物と才能を認められた信近は、その後一時帰郷しますが、陸軍に入隊し累進して陸軍二等軍医正となります。日清戦争の開戦により、明

治28年(1895年)に招集されて下関要塞病院長となりました。

この年には、日清戦争の講和談判のため来日した清国の李鴻章が、一人の青年の銃弾に倒れるという大事件が起こりました。軍医であった古宇田信近は、全力を挙げてこの治療にあたります。信近によって李鴻章は命を取り留め、講和条約は支障なく締結されました。

歴史博物館では、令和3年度特別展「医聖二代古宇田信近・倣太郎」を1月22日(土)～3月21日(日)まで開催します。

記念講演会の他、展示解説書と先人マンガシリーズ8を刊行しますので、展覧会と併せてお申し込みください。

◎記念講演会「感染症への挑戦 古宇田倣太郎」

日時：2月6日(土)午後1時30分～3時

講師：当館館長 千葉隆司

場所：歴史博物館研修施設

◎記念講演会「医聖 古宇田信近」

日時：3月12日(土)午後1時30分～3時

講師：当館学芸員 大久保隆史

場所：歴史博物館研修施設

問 歴史博物館 ☎ 029-896-0017

一緒にスポーツやってみませんか？

今月のテーマ なかよしクラブの紹介

総合型地域スポーツクラブに参加しませんか

地域住民によって運営され、さまざまなスポーツ体験などを実施しているクラブで、市内に2団体あります。

- ・なかよし ☎ 090-2417-8502(大和)
 - ・エンジョイスports ☎ 090-2420-7846(高田)
- 今月は、「なかよしクラブ」を紹介します。

なかよしクラブ?? どんなクラブ??

ワイワイガヤガヤとスポーツで汗を流して気分転換をするため、地域の人たちが誰でも参加できる緩いつながりのクラブです。毎週火曜日から日曜日の週6日、活動しています。

Let's play sports with fun!!

楽しくスポーツしましょう!!

幼児から80歳代の高齢者まで、自分に合ったスポーツで汗を流して楽しんでいます。種目は、卓球



問 スポーツ振興課
☎ 029-898-9907

や硬式テニス、バドミントン、昔遊び、フットサル、スポーツ鬼ごっこ、グラウンドゴルフ、屋外ウォーキング、スポーツ吹き矢、太極拳、よさこいソーラン、社交ダンスに加えて軽音楽や英会話などの文化活動もあり、参加した人たち同士で日ごろの情報を交換して、地域のつながりの拠点にもなっています。各種目の指導者は、全員が素人ですが、競技スポーツではなく、楽しむスポーツを心掛けています。初心者でも安心して参加でき、会員になればどの種目にも参加できます。家から外に出て仲間を作るチャンスです。

Let's do sports together!!

一緒にスポーツしましょう!!

皆さんの参加をお待ちしています。詳細は、市内体育施設にチラシが設置されていますので、ご覧ください。次回から、各種目の特徴を指導者と一緒に詳しく紹介していきますので、ご期待ください。



文芸ひろば 投稿作品

千代田俳句同好会 刃を入れて白菜の芯輝けり 冬うららりハビリ試歩の弾みけり 齡増し日日の早さや年暮るる メモ片手覗く店先年の暮 大空へ飛び立つ鴨の羽音かな	中島輝子 萩原初枝 福田妙子 今井守 大塚隼人	紫陽花俳句会 正装に向きをかへての初日の出 初日の出思わず息を止めており 鹿島灘一番電車初日の出 初明り社の注連の太きこと	飯田功 久保庭悦子 田能幸雄 福田宏通	出島短歌会(霞ヶ浦中学校生徒の作品) 部活後に迎えるの車を探したら運転席で爆睡の父 授業中みんなの背中見なくてどうなってるの背後の世界 大粒の涙で出来た水たまり悔しさを忘れずバット振る日々 また晴れたベダル漕ぎ出し風を切る私にしかない月曜日の音 後ろから眺めるみんなは色えんぴつ十人十色の二年三組	菅谷侑果 前川凌太 桜井穂乃香 桜井裕斗	投稿作品 大鶴の群今年も水辺にやって来た額が白く首を振り泳ぐ動作が愛らしい サンタさん孫にも行くよプレゼント笑顔楽しみジジババの癒やし はからずもコロナの師走この年もこれも縁か歩まんとともに 陽光拝生さる根元争う主に老いるも一つ恵みを頂く 暗き世に明るさ伝う愛子様の成人祝う報道を見る 霜月に紅葉散る庭散策し娘等と蕎麦食む至福の一日 クリスマス二つの影の寄り添ひて 水晶の中に風花虹の橋	齊藤勝広 横井正子 中島良平 近藤善康 石塚清 沽野はつ子 竹村啓子 兼西清治
--	-------------------------------------	---	------------------------------	---	-------------------------------	---	--

投稿作品(俳句・短歌・川柳)を募集します。2月3日(日)までに秘書広報課(〒315-8512 上土田461)へお願いします。※応募多数の場合は掲載されない場合があります。また、「電話番号・漢字にはふりがな」の記載をお願いします。

～健康づくりコラム～

～脂肪肝について知っていますか？～

人間ドックや健康診断で「脂肪肝」と言われた経験のある方もいるかもしれません。

新型コロナウイルスが流行し、自宅で過ごす時間が増えたことによる運動不足や食生活の偏りの影響で、その数は多くなっています。

そもそも「脂肪肝」とはなんなのでしょうか。

◎脂肪肝

「脂肪肝」とは、名前のおり「肝臓に脂肪が異常に蓄積されている状態」をいいます。本来肝臓は、エネルギー源として脂肪を貯蔵する役割がありますが、貯蔵する際につくられる脂肪よりも使用されるエネルギー量が少ないと、脂肪が蓄積されていきます。参考として、身長と体重のバランスを表すBMIの数値が25以上の人は、約3割が「脂肪肝」だといわれています。

問 健康づくり増進課

☎ 029-898-2312

BMI= 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

身長	BMIが25となる体重の目安
150cm	56.3kg
160cm	64.0kg
170cm	72.3kg
180cm	81.0kg

この脂肪肝を放置すると、肝炎や肝硬変へと進行していく場合もあります。

【自身の健康診断の結果で確認する項目】

肝機能を表す血液検査の項目と基準値	
AST (GOT)	30U/T 以下
ALT (GPT)	30U/T 以下
γ-GT (γ-GTP)	50U/T 以下

食生活の改善や運動により解消することが多いですが、具体的に何をすれば良いかわからない方は、ご相談ください。



子育てお悩み相談室

☆3歳児の保護者からの相談

おやつはどんなものがおすすめですか

消化・吸収機能が発達途中の子どもにとって、おやつは「第4の食事」です。「時間・量・質」に気を付けてエネルギー補給をしましょう。

◎時間：次の食事まで2～3時間空けるようにしましょう。

◎量：次の食事に影響のない量にします。エネルギー量の目安は150～200kcalです。

◎質：スナック菓子やチョコレートもたまには良いですが、おにぎりや芋類などの炭水化物、りんごやバナナなど果物、牛乳やヨーグルト、チーズなどの乳製品など、食事の一部になるものは、しっかりと栄養補給できておすすめです。

【材料】

- ・食パン (サンドイッチ用または耳を落としたもの) …1枚
- ・ツナ水煮缶…10g
- ・ジャガイモ…中1/2
- ・マヨネーズ…小さじ1/2

【作り方】

- ①ジャガイモはやわらかくゆで、つぶす。
 - ②ジャガイモと水気を切ったツナ水煮缶、マヨネーズを入れてよく混ぜる。
 - ③食パンに挟み、食べやすい大きさに切る。
- ☆ジャガイモをカボチャに変えても、おいしくできます！

一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

問 健康づくり増進課 ☎ 029-898-2312



子育てインフォメーション

やまゆり館行事 要予約

やまゆり館

あそぼう会

ベビーマッサージ & ファーストサイン

日時：2月9日(日)午前10時～11時30分

予約：1月24日(日)午前9時30分から受付

募集：親子10組(2カ月からハイハイ前までの赤ちゃんとその保護者)

※詳細は、ホームページをご覧ください。

問 やまゆり館 ☎ 029-832-5601

☆作ってみよう！簡単手作りおやつ☆

「ポテトサラダのサンドイッチ」



乳幼児健診・教室カレンダー 2月

※感染症の影響により、中止となる場合があります。

予定	日程	時間	予約	場所	問
4カ月児健診(令和3年10月生)	16日(日)	午前9時15分	要	かすみがうら ウエルネス プラザ	健康 づくり 増進課
1歳6カ月児健診(令和2年7月生)	16日(日)	午後1時15分	要		
3歳児健診(平成30年10月生)	18日(金)	午後1時15分	要		
離乳食教室	2日(日)	午前10時	要		
にこにこ教室(未満児)	3日(日)、10日(日)、24日(日)	午前10時	要		
にこにこ教室(5・6歳)	2日(日)	午後2時	要		
にこにこ教室(個別)	2日(日)、3日(日)、4日(日) 24日(日)、25日(日)	午前9時30分	要		

子育て相談カレンダー 2月

※感染症の影響により、中止となる場合があります。

予定	日程	時間	予約	場所	問
子育て相談	8日(日)、22日(日)	①午前9時30分 ②午後2時	2月1日(日) 午前9時30分から	やまゆり館	やまゆり館
育児相談	17日(日)	午後1時30分	要	かすみがうら	健康づくり 増進課
マザークラス	4日(金)	午前9時30分	要	ウエルネスプラザ	

～休日緊急診療当番医～ 2月



土浦地区 診療時間 午前9時～正午 / 午後1時～4時

【内科】		【外科】	
6日	宮崎クリニック 029-830-6800	6日	野上病院 029-822-0145
11日	常陽医院 029-822-6594	11日	岡田整形外科クリニック 029-825-3377
13日	叶多内科医院 029-826-1566	13日	県南病院 029-841-1148
20日	土浦ベリルクリニック 029-835-3002	20日	淀縄医院 029-822-5615
23日	友常クリニック 029-824-2718	23日	野上病院 029-822-0145
27日	東郷クリニック 029-843-7770	27日	神立病院 029-831-9711

石岡地区 診療時間 午前9時～正午

【小児科】	
6日、11日、13日、20日、23日、27日	石岡第一病院 0299-22-5151

茨城おとな・子ども救急電話相談 受付時間：24時間 / 365日

救急車の要否や応急手当アドバイス、医療機関案内

☎ おとな：# 7119 ☎ 子ども：# 8000 つながらないときは ☎ 050-5445-2856



～シルバーリハビリ体操～ 2月



◀ YouTube 動画配信



場所	日時
あじさい館	1、8、15、22日 / 毎週(日) 午後1時
千代田公民館	8、22日 / 第2・4(日) 午前10時
働く女性の家	7、21、28日 / 毎週(日) 午前10時
やまゆり館	4、18日 / 第1・2・3(日) 午前10時
大塚ふれあいセンター	7、14、21、28日 / 毎週(日) 午後1時

関節の動く範囲を保ち、介護が必要な状態にならないように筋力を保つための予防体操です。自宅でできるシルバーリハビリ体操を YouTube で配信しています。

問 地域包括支援センター

☎ 029-898-9110



秋の叙勲 旭日双光章 にしつかいさむ 西塚勇さん

昭和 58 年に千代田村議会議員として初当選後、千代田町議会議員およびかすみがうら市議会議員として、永きにわたり市政の発展に尽力された功績が認められ受章されました。「このたびの受章は、多くの皆さまのご協力とご支援のたまものと心より感謝申し上げます。6 期 24 年続けることができたこと、34 歳で初当選させていただいたことは一生忘れません。支えてくれた家族にも感謝しています」と受章の喜びを話してくれました。



●秋の叙勲受章者：大貫光敏（おおぬきみつとし）さん／瑞宝単光章／希望によりお名前だけの紹介となります。



複合交流拠点施設についての意見交換

11 月 25 日から計 3 回にわたり、やまゆり館で、「複合交流拠点施設整備に関する市民ワークショップ」を開催しました。市では、「窓口機能」「図書・学習機能」「コミュニティ機能」などを持つ施設と「防災機能を有する公園」の複合的な整備を計画しています。施設に期待することなどについて、市内団体の方や市内公募の方計 35 人がアイデアや意見を出し合いました。皆さんからの貴重なご意見などを今後の施設整備に役立てていきます。

文部科学大臣表彰 キャッチ・ボイス

12 月 7 日、音訳ボランティアサークル「キャッチ・ボイス」が、文部科学大臣から表彰状を贈呈されました。広報誌の音訳（声の広報かすみがうら）の他、障がい者施設を訪問して小説などの朗読や紙芝居などを行い、障がい者の生涯学習を支援した功績が認められ、表彰されました。川西廣明会長は「先達の方々が築き上げてこられたことを、次の世代にきちんと伝えていくことが我々の使命です」と今後の抱負を話してくれました。



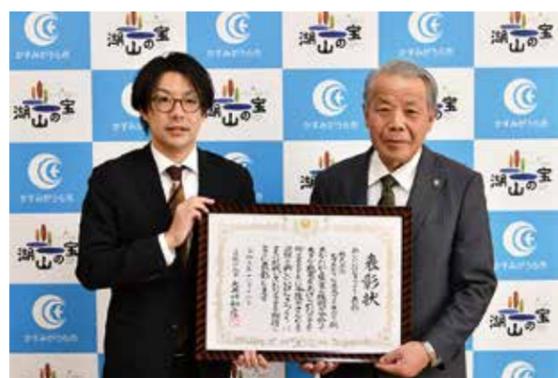
農林水産大臣賞 貝塚忠三郎商店

12 月 14 日、水産加工技術の改善により水産製品の消費・販路拡大を図る「県水産製品品評会」で、農林水産大臣賞を受賞された貝塚忠三郎商店の貝塚幸夫さんが、市長を表敬訪問されました。受賞した看板商品の「しらうお佃煮」は、霞ヶ浦で水揚げされたシラウオを使った逸品。秘伝のタレの香ばしさと甘じょっぱさが口いっぱい広がります。「茨城県の水産振興のため、さらに努力を続けていきます」と受賞の喜びを話してくれました。



茨城県表彰 こんのひろつぐ 今野浩昭代表

12 月 2 日、地域活性化などに取り組んだ団体として、茨城県より「新しいばらきづくり表彰」を受賞された株式会社かすみがうら未来づくりカンパニーの今野浩昭代表が、市長を表敬訪問されました。ゲストハウス古民家「江口屋」や体験型サイクリング事業「ライドクエスト」などを打ち出し、地域振興と魅力発信に寄与した功績が認められ、表彰されました。「引き続き地域の発展に努めてまいります」と受賞の喜びを話してくれました。



パパと協力して料理にチャレンジ

12 月 18 日、あじさい館で、「パパと一緒にクッキング!」を開催しました。この講座は、男女共同参画事業の一環で、男性の固定的な役割分担意識の解消を図り家庭生活への積極的な参画を促進することを目的に開催したものです。今年は、クリスマスツリーの形をしたクッキー作りで父子でチャレンジしました。参加者からは「ツリーの形に上手にできた」「とてもおいしく作れた」などの感想がありました。



楽しいクリスマスの思い出

12 月 4 日、千代田講堂で、市子ども会育成連合会主催の「かすみっ子まつり」が開催されました。クリスマス万華鏡制作や筑波大学ジャグリングサークル「Sheep」によるジャグリングとバルーンアートショーが行われ、子どもたちも皿回しやバルーンアートに挑戦。最後は、市高校生会によるサンタクロースも登場し、子どもたちにプレゼントが渡されました。プレゼントを抱えた笑顔の子どもたち。クリスマスの素敵な思い出になりました。



茨城県代表として全国の舞台で活躍

12 月 20 日、第 30 回 JOC ジュニアオリンピックカップにハンドボール県選抜として出場する藤井悠輔さん（霞ヶ浦中）、江黒樹さん（下稲吉中）、石塚太陽さん（下稲吉中）、齋藤史歩さん（下稲吉中）が、市長を表敬訪問され、大会への意気込みを語られました。大会は 12 月 22 日から 26 日までの間、徳島県で開催され、全国の強豪チームと試合を行い、茨城県選抜男子は準優勝、女子は第 3 位の成績を収められました。



左から齋藤さん、石塚さん、市長、江黒さん、藤井さん



かすみっ湖ハッピースマイル



ほそやいくと 細谷郁斗くん (4歳) ・ かりん 花凜ちゃん (11カ月)
これからも兄妹仲良く
元気いっぱい遊ぼうね!



いいだりんか 飯田梨華ちゃん (3歳) ・
りゅうのすけ 龍之介くん (5歳)
友達を大事にできて、
ずっと優しいままでいてね!



とまるしょうや 都丸翔哉くん (1歳)
お兄ちゃん達といっぱい遊んで、
元気いっぱい大きくなってね!

お子さんの写真を掲載してみませんか?

☑ 秘書広報課 (千代田庁舎)

対象 ▶ 市内在住の0歳～5歳までのお子さん

応募 ▶ ①専用フォームの二次元コードを読み取り、必要事項を記載してください。

②メール (kouhou@city.kasumigaura.lg.jp)宛てに、タイトル「かすみっ湖」、
本文に「保護者氏名・お子さんの氏名(ふりがな)・生年月日・返信用メールアドレス・
電話番号・お子さんへのコメント・掲載の承諾」を記載し送信してください。



応募は
こちら

かすみがうにゃ活動日記 乗合タクシーってすてき!



乗合タクシーって知ってる?

自分のおうちから市内のお店や施設まで移動できる、
便利な公共交通サービスだよ!

利用促進キャンペーンに、うにゃも参加!

来てくれたお客さんに、乗合タクシーの紹介をしたよ。

タクシーは、うにゃが描かれた黄色いマークが目印!

とってもかわいいね!



公共交通を使うと、道の渋滞が少なくなって環境に優しいんだって。

車を運転できなくても、だれでも自由に移動できる社会には、

公共交通って大切なんだね!

ちょっとしたお出かけに、乗合タクシーを使ってみたいな。

うにゃも今度、乗合タクシーでお買い物に行ってみようっと!

みんなも、たくさん使ってね☆

▶ 乗合タクシー予約センター

☎ 0299-59-4775

デマンド型
乗合タクシー



うにゃ
ホーム
ページ



人口と世帯数 令和4年1月1日現在



人口数 (-73) 男性数 (-65) 女性数 (-8)

40,737人 20,796人 19,941人



世帯数 (-33) ※ () 前月比

17,768世帯 【住民基本台帳人口】

無料アプリで 10言語対応!音声読み上げ対応! いっでもどこでも

「広報かすみがうら」デジタルブック



スマホやタブレットで!
見て楽しむ!耳で楽しむ!
多言語で楽しむ!



↑詳細↑

対応言語: 日本語、英語、中国繁体語、中国簡体語、韓国語、タイ語
ポルトガル語、スペイン語、インドネシア語、ベトナム語

