

## JUNIOR SPORTS CLUB ASSOCIATION



PHOTO | 特集 スポーツ少年団のススメ！

無限の未来に向かってはばたけ！

TOPICS P2-7 特集 スポーツ少年団のススメ！  
P8 みんな Enjoy ふれあいフェア  
P10 ヤングケアラーを知っていますか？  
P12-16 お知らせと情報  
P22-23 まちのわだい

# 特集

## スポーツ少年団のスズメ!

全国で約 28,000 団があり、60 種類以上の種目があるスポーツ少年団。約 55 万人の子どもたちが活動を通じて多くのことを学び、経験し、成長しています。※令和 4 年度現在

今月号では、市内のスポーツ少年団にスポットを当てました。はじめに、市内在住で活躍しているスポーツ少年団出身の 2 人に少年団の魅力を語っていただきました。

### 仲間と目標に向かって過ごした時間がすごく楽しかった



#### スポーツ少年団へ入団したきっかけは?

**坂** 一つ上の兄がスポーツ少年団(軟式野球)に入団していて、私も野球がしたくて小学 4 年生のときに兄と同じスポーツ少年団に入団しました。当時は小学 4 年生にならないと入団ができず、兄が先に入団してからは、うらやましくて待ち遠しかった記憶があります。

**鈴木** 私も小学 4 年生から地元のスポーツ少年団(軟式野球)に入団しました。それまでは、同級生とたくさん遊んでいて、みんなが「野球をやる」って話になったの

と一緒に入団しました。遊びの延長って感じですかね。

**坂** たしかに最初は遊びの延長だったかもしれませんが。私は男子の同級生が 7 人いて、全員が同じスポーツ少年団に入団しました。

**鈴木** 私は、同級生 8 人が入団しました。当時は、遊ぶといたら野球だったので、入団することに抵抗はありませんでした。むしろ、みんなと野球ができる喜びのほうが強かったです。

#### スポーツ少年団の思い出は?

**坂** 当時は出島村の時代で、小学校が 7 校あって、小学校単位でスポーツ少年団(軟式野球)がありました。その中でリーグ戦(大会)があり、優勝に向かってみんなと練習したり一緒に過ごした時間が一番の思い出です。

**鈴木** 私も試合に勝ったらすごく嬉しくて、みんなと目標に向かって過ごしたことが一生の思い出です。また、練習や試合の合間にみんなとワイワイしたり、お弁当を食べたことが楽しかったです。イベントもあって、合宿で農村環境改善センターに泊まったこともありました。

**坂** そうそう、あとお祭りみたいなイベントもしましたね。竹とんぼや凧を作ったり、炊き出しがあったりと、みんなでワイワイしました。

**鈴木** あと、大会で優勝したときは、みんなでラーメンを食べに行ったこともありましたね。

**坂** それに、練習や礼儀に厳しい監督も、なぜかイベントでは優しくなったね(笑)。

**鈴木** そうですね(笑)。また、近所の人がいっぱい気に掛けてくれたり、地域ぐるみで育ててくれた感がありましたね。本当に、良い思い出がたくさんあります。

## Part 1

### 少年団をきっかけに

### 夢をつかんだ男たち



### 「楽しい」が原動力となり自然に継続する力が身に付いた



#### スポーツ少年団で学んだことは?

**坂** 野球の技術はもちろん、道具管理や掃除の仕方、グラウンド整備などチームのルールを教わり、それを実行するにはチームワークが大切だと学びました。

**鈴木** 挨拶や礼儀を学び、集団行動のためにみんなで協力する。一人だけ良くても周りができないとチームとして成り立たないことを学びました。

**坂** スポーツ少年団で野球の楽しさを学んだから、上下関係や集団行動が厳しかった時代でも大学まで続けることができました。また、スポーツ少年団で礼儀などが身に付いたことで、組織での関わり方、先輩との付き合い方もうまくできました。

**鈴木** 私も中学・高校と野球を続けたことや、プロという世界で切磋琢磨して一つの勝利に向かって行動できたのは、最

初の入口(スポーツ少年団)が楽しかったからだと思います。

**坂** 現在、私はスポーツ関係の仕事で多くの方と出会いますが、人間関係や社会に必要な基礎、目標を達成するための力は、スポーツ少年団のおかげだと実感しています。

**鈴木** 私は、上のレベルに行くにつれて競争が激しくなる中、単純に野球は「楽しい」が力となって、負けたくない気持ちで継続できたと思います。プロ野球を引退してからは、大工の見習いをしながら学校へ通い、資格を取りました。現在は、工務店を経営していますが、やはりスポーツ少年団で学んだことが基礎となり、今の自分がいると思います。

#### 最後に子どもたちへメッセージをお願いします

**坂** 今しているスポーツは本当に「楽しい」ですか?と自分に問いかけてください。子どものころは、その競技が楽しいと思えることがとても大切です。楽しいが原動力となり、多くのことを学び、今後の人生に役立つと思います。そしてたくさんの方に出会ってください。

**鈴木** スポーツは楽しい。それに尽きると思います。どんなスポーツでも楽しいから一生懸命できるし、自ら考えて学ぶ。そして、自然に継続する力が身に付きます。夢への第一歩をスポーツ少年団から始めるのも良いと思います。

### すずき たけゆき 鈴木 健之 さん(41 歳)

#### 経歴

- ▶小学 4 年生 スポーツ少年団入団(軟式野球)
- ▶霞ヶ浦町立北中学校(現:霞ヶ浦中学校) 軟式野球部
- ▶県立藤代高等学校 硬式野球部
- ▶プロ野球 横浜 DeNA ベイスターズ
- ▶現在、鈴木工務店を経営

### さか さだはる 坂 定治 さん(44 歳)

#### 経歴

- ▶小学 4 年生 スポーツ少年団入団(軟式野球)
- ▶出島村立北中学校(現:霞ヶ浦中学校) 軟式野球部
- ▶県立土浦湖北高等学校 硬式野球部
- ▶旭川大学(現:旭川市立大学) 硬式野球部
- ▶現在、ヒダカスポーツ店を経営

## スポーツは一生のトモダチ

「スポーツ少年団」は、国内最大規模の青少年スポーツ組織です。

スポーツを通じて「こころとからだの成長」を体感しています

#### 「スポーツを楽しむ」ことが目標です

成長が著しい子ども時代には、まず体を動かすことの楽しさや喜びを知ることが大切です。基礎的な運動能力や運動習慣が身に付き、生涯にわたってスポーツを楽しむ基盤を作ることができます。

#### 仲間との集団行動が「こころの成長」につながります

スポーツだけでなく、野外活動や社会活動、文化・学習活動など多岐にわたる活動を通して、子どもは協調性や創造性を養い、社会のルールや思いやりのこころを学ぶことができます。

#### 「地域のキズナ」のなかで子どもを支援する組織です

スポーツ少年団は、指導者、役員・スタッフや地域の人々によって支えられています。スポーツを通じたネットワークの広がりが、地域内の交流を活発にし、より良い地域づくりにつながります。

次のページでは、市内スポーツ少年団(15 団体)を紹介します。どの団体もスポーツを通じて人間性を育み、楽しく活動しています➔

## Part2 スポーツ少年団の紹介

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| Q1 何歳から登録(入団)できるの?    | A1 満3歳から高校生まで登録できます。市内のスポーツ少年団では、運営方針などから小学生で入団し、小学校卒業とともに退団することが多いようです。      |
| Q2 どんな人が「指導者」になっているの? | A2 「指導者」は、日本スポーツ協会公認スポーツ指導者資格を保有しています。それぞれの団には指導者が2人以上いるので、団員は安全に活動することができます。 |
| Q3 お金はかかるの?           | A3 運営に必要な会費やスポーツ保険料がかかります。その他、競技によって用具、試合着などが必要となりますので、各団にお問い合わせください。         |

### 霞ヶ浦南スポーツ少年団(軟式野球)



野球の楽しさ、面白さを体感してみませんか?

チーム方針の「挨拶・返事・行動」を大切に、試合前の準備など一人一人が高い意識で試合に臨むことを心掛けています。

- 📍 土・日(9:00-13:00) 📍 多目的運動広場
- 📍 1,500円/月(別途、年会費2,000円) 📍 10人
- 📞 連絡先 ▶ 080-1187-0064(古田)

## ★ Let's go! ★ 霞ヶ浦北スポーツ少年団(軟式野球) ★

### 霞ヶ浦北スポーツ少年団(軟式野球)

野球って楽しい♪をモットーに活動しています!

体力・能力向上のための基礎技術指導だけでなく、団体での行動や礼儀を養う指導を通して子どもの自主性を育てます。

- 📍 土・日(8:00-12:00)
- 📍 霞ヶ浦北小学校
- 📍 1,000円/月 📍 5人
- 📞 連絡先 ▶ 090-4392-5313(小松崎)



### かすみがうらライオンズスポーツ少年団(軟式野球)

野球を通じて子どもたちの持つ無限の可能性を広げます!

友達の輪を広げ、体力・精神力・技術力・社会性の向上を目的とし、甲子園出場経験のあるコーチと楽しく活動しています。

- 📍 土・日(9:00-16:00) 📍 下稲吉東小学校
- 📍 1,500円/月 📍 6人
- 📞 連絡先 ▶ 090-9644-0941(樽見)



### フェニックス(ソフトボール)スポーツ少年団

仲間と楽しく元気にソフトボールをやりよう!

「チーム行動による心と身体の成長」を大切にすることを方針に、競技だけでなく学校では学べないことも体験できます。

- 📍 土・日(9:00-16:00)
- 📍 わかくり運動公園、他
- 📍 2,000円/月 📍 6人
- 📞 連絡先 ▶ 080-5444-5849(塩野)
- ※対応可能 土・日10:00-16:00のみ



### シルバーラビット(バレーボール)

ワンチーム・ワンハートで全力プレーが持ち味の男女混合バレー!

「簡単なことを丁寧・確実に」を合言葉に、礼儀・自主性・団結力を育み、たくさん泣いて笑って成長できるチームです。

- 📍 水・木(18:30-20:30)、土・日(9:00-12:00)
- 📍 下稲吉小学校(水・土・日)、下稲吉東小学校(木)
- 📍 2,000円/月 📍 2人
- 📞 連絡先 ▶ 080-2013-2225(木川)



友達と一緒に楽しめる! 頑張れる! かけがえのない時間を過ごそう!

📅 開催日時 📍 活動場所 💰 会費 👤 指導者数 詳しくは市のホームページへ



### かすみがうらVVS(バレーボール)

「強い夢は叶う」を合言葉に誰でも輝けるステージをご用意☆

小学生のうちに体験できる最高の瞬間と一緒に経験しませんか。夢が叶う喜びと継続する大切さを学ぶことができます。

- 📍 火・水・金(17:30-20:30) 土・日(9:00-16:00)
- 📍 霞ヶ浦北小学校 📍 2,000円/月 📍 2人
- 📞 連絡先 ▶ お近くの団員、保護者にお声掛けください



### 霞ヶ浦剣道スポーツ少年団

剣道を始めてカッコいい剣士になろう!

剣道では礼儀や挨拶、感謝の気持ちを大事にしています。体と精神が鍛えられ、集中力も身に付きます。

- 📍 火・木(18:30~) 土(17:00~)
- 📍 運武館(深谷地区:川島宅内) 📍 10,000円/年
- 📍 5人 連絡先 ▶ 090-3148-5472(桜井)



## 逆西少年剣友会(剣道)

「交剣知愛」の剣道を掲げています!

勝敗ばかりでなく、挨拶をきちんとすること、仲間を思いやる気持ちを育むことを大切にしています。

◎火・金・土(18:00-20:00)  
 ◎下稲吉東小学校 ¥2,000円/月 7人  
 連絡先▶029-831-3160(大塚)



## 霞ヶ浦サッカースポーツ少年団

設立35年!多くの仲間とサッカーを楽しみましょう!

「楽しく」をモットーに、技術力・継続力・団結力などの育成を目指しています。グラウンドで一緒にサッカーを楽しもう!

◎土(13:30-16:30) ※11月~3月は16:00まで  
 日(9:00-12:00) ※1・2年生は第2、第4日曜のみ  
 ◎あじさい館、多目的運動広場 10人  
 ◎1,500円/月(2~6年生)(別途、入団費3,000円)※1年生は無料  
 連絡先▶090-8775-4518(坂本)



# ★かすみがうら市 Victory! スポーツ少年団 ★



## 千代田サッカー少年団

サッカーで心と体を鍛えよう!

技術取得と人間形成を目的に JFA 公認資格などを持つ指導者 16 人が在籍。未就学児(年中以上)から体験可能です。

◎土(13:30-16:00)、日(9:00-12:00)  
 ◎わかぐり運動公園 ¥2,000円/月  
 ◎16人 ※別途、入団費2,000円  
 連絡先▶090-6020-4724(猪俣)



## J.Rabbits(ミニバスケットボール)

「チーム一丸」をスローガンに心と体が育ち仲間づくりができます!

今の時代だからこそ、泣いたり笑ったりの感動を一緒に味わいましょう。素晴らしい思い出とともに成長の力になります。

◎水・木(18:30-20:30) ※木曜日は4・5・6年生のみ  
 土・日(9:00-12:00)  
 ◎霞ヶ浦南小学校 ¥2,000円/月 8人  
 連絡先▶090-1046-7276(市川)



## 下稲吉東-MBC(男子ミニバスケットボール)

バスケット好き集まれ!子どもの“好き”を一緒に応援しませんか?

学校や家庭では学べない事が、ここにはたくさんあります。泣いたり笑ったり、すてきな時間を一緒に過ごしませんか?



◎金(18:30-21:00) 土・日・祝(9:00-12:00)  
 ◎下稲吉東小学校、下稲吉小学校 ¥2,000円/月  
 ◎3人 連絡先▶インスタグラムのDMでご連絡ください



## 霞ヶ浦ソフトテニスクラブ

“子どもも保護者も楽しく♪”をモットーに皆で一緒に活動中!

マナー、コミュニケーション能力を向上させ、自分に負けない子の育成を目指し、男女共に仲良く楽しくプレーしています!

◎土(9:00-12:00) ※月3回  
 ◎多目的運動広場  
 ◎2,000円/月 15人  
 連絡先▶090-3436-0818(中泉) 各種SNSはHPから



スポーツを通じ、我が子の成長を感じられる喜びを分かち合いましょう!

◎開催日時 ◎活動場所 ◎会費 ◎指導者数 詳しくは市のホームページへ



## 千代田空手スポーツ少年団

日本の伝統的なスポーツ「空手」を一緒に体験しませんか

武道文化の継承と地域密着型の空手を目指し、技術的向上だけでなく、社会に通じる人間性を育むことを大切にしています。

◎火・土(19:00-21:00) ◎下稲吉小学校  
 ◎2,000円/月 4人  
 連絡先▶0299-59-5002(西尾)



## かすみがうら陸上クラブ

スポーツの基礎を陸上クラブで作ろう!

基礎運動や基本運動を中心に練習しています。冬期は持久走、夏期は短距離走やハードルなどの専門種目も行っています。

◎火・水・木(16:00-17:30)、土(9:00~11:00)  
 ※活動場所や時間は変動する場合があります。  
 ◎多目的運動広場(火)、霞ヶ浦北小学校(水)、霞ヶ浦南小学校(木)、あじさい館(土)  
 ◎2,500円/月 2人  
 連絡先▶070-3829-3611(塩谷)

約20種目のスポーツを体験!

# ふれあい スポーツ

フェア



サーブ  
打てたよ!

ペタンクって  
おもしろい!

今年は  
「新体カテスト」を  
実施!

カッコ良く  
きめた  
演舞披露

いろんな  
種目に  
チャレンジ

## みんなEnjoy エンジョイ ふれあい フェア

スポーツや生涯学習の振興を目的に、10月8日にわかぐり運動公園で「ふれあいスポーツフェア」を、10月14日・15日にあじさい館で「ふれあい生涯学習フェア」を開催しました。「スポーツフェア」では、さまざまなスポーツ体験を実施した他、各スポーツ団体による演舞が披露され、会場はたくさんの来場者でにぎわいました。また、4年ぶりの通常開催となった「生涯学習フェア」では、各団体の作品展示・体験会やステージ発表が行われ、子どもから高齢者まで大いに盛り上がりました。

動画ライブラリー▶

4年ぶりの通常開催!

## ふれあい 生涯学習

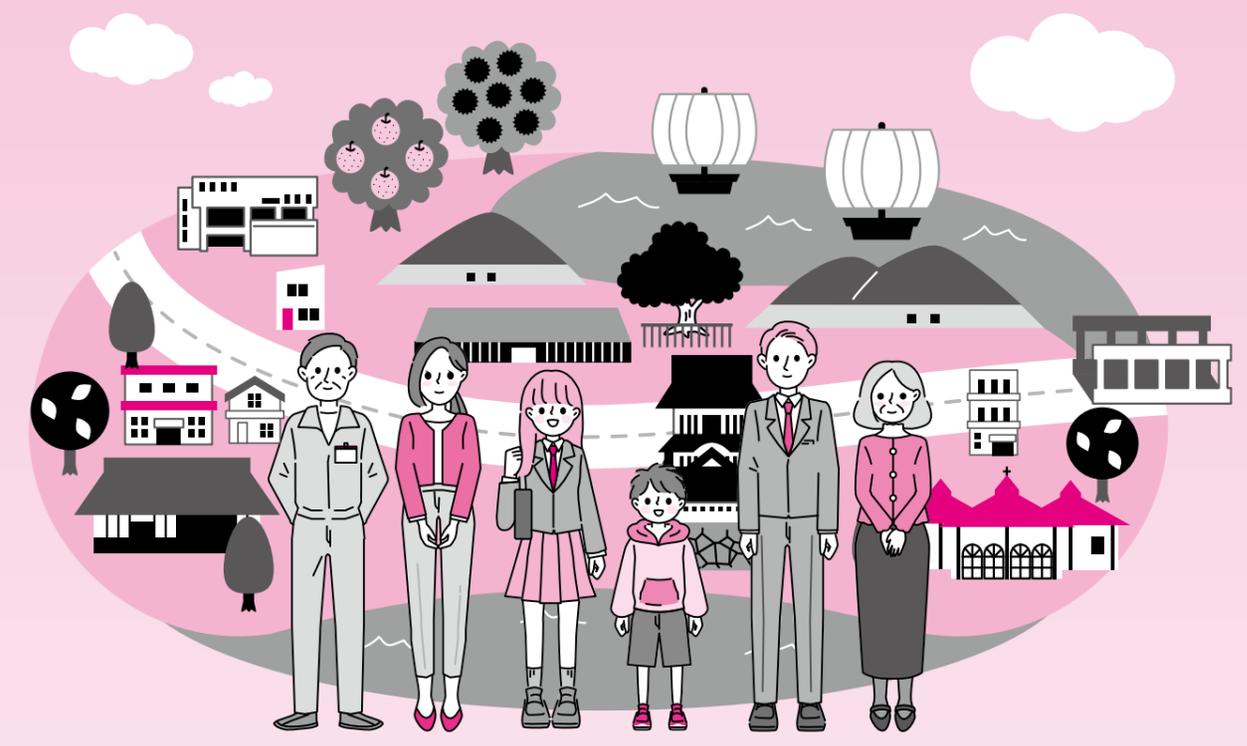
フェア

各団体の  
作品を展示

日ごろの  
成果を  
お披露目

ステージも  
大盛り上がり

体験も  
できました



## 地域ミーティングを開催します

市民の皆さんの市政運営に関する意見や提言を市政に反映し、地域が抱える問題や課題の解決につなげるため、広く市民の皆さんからのご意見をいただく場「地域ミーティング」を開催します。市長と市民の皆さんが直接対話できますので、ぜひご参加ください。

■ 地域コミュニティ課 (霞ヶ浦庁舎)

▼お住まいの区域によって、開催日時・会場が異なります。

対象地区	開催日時	会場
・旧七会小学校区 ・旧上佐谷小学校区	12月3日回 午前10時～正午	千代田公民館 会議室A・B・C
・旧志筑小学校区 ・旧新治小学校区	12月3日回 午後2時～4時	
・下稲吉小学校区 ・下稲吉東小学校区	12月9日回 午前10時～正午	やまゆり館 会議室1・2
・旧安飾小学校区 ・旧志士庫小学校区 ・旧穴倉小学校区	12月9日回 午後2時～4時	かすみがうらウエルネスプラザ 多目的室202・203
・旧牛渡小学校区 ・旧佐賀小学校区	12月10日回 午前10時～正午	あじさい館 会議室1・2
・旧下大津小学校区 ・旧美並小学校区	12月10日回 午後2時～4時	

- 開場は、開始時間の30分前となります。
- 受付で、氏名のご記入をお願いします。
- いただいたご意見・ご提案は、将来に向けた市政運営の参考にさせていただきます。

地域の課題や  
意見・提言を  
お聞かせください



# ヤングケアラーを知っていますか？

～子どもが子どもでいられるまちを目指して～

「ヤングケアラー」とは、本来大人が担うと想定されているような家事や家族の世話などを日常的に行っている子どものことです。責任や負担の重さにより、学業や友人関係などに影響が出てしまうことがあります。



障がいや病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。



家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。



障がいや病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。



目の離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている。



日本語が第一言語でない家族や障がいのある家族のために通訳をしている。



家計を支えるために労働をして、障がいや病気のある家族を助けている。



アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。



障がいや病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障がいや病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

## ヤングケアラーは「普通のこと」？

家族の手伝い・手助けをするのは「普通のこと」と思うかもしれませんが、しかし、学校生活に影響が出たり、心や体に不調を感じるほどの重い負担が掛かっている場合は、社会的な手助けが必要です。



学校の先生・スクールカウンセラー・スクールソーシャルワーカー・親戚の人・友達など、信頼できる相手に相談してみましょう。

出典：こども家庭庁 (<https://www.cfa.go.jp/policies/young-carer/>) (参照 令和5年11月9日)

**「家の手伝いや家族の世話で精一杯…自分のことが十分にできない…」**  
もしあなたやあなたの周りの人が、家族のケアをしていて不安や悩みを抱えていたら、お気軽にご相談ください。

●子育て支援課 子ども未来室 (千代田庁舎)  
●学校教育課 (あじさい館)  
☎ 0299-59-2111 / 029-897-1111 (代表番号)  
午前8時30分～午後5時 (土日祝、年末年始除く)

市民の皆さんへ

# 財政事情を公表します

市では、年2回予算の執行状況を公表しています。今回は令和5年9月末現在の市財政事情をお知らせします。  
※割合は小数点第2位を四捨五入

政策経営課 (千代田庁舎)

## 令和5年度予算の執行状況

一般会計予算 192億577万3千円

一般会計とは、皆さんの暮らしに身近な事業を行うための市の基本的な会計です。



特別会計予算 90億7279万3千円

特別会計とは、特定の事業を行う場合や特定の収入を特定の会計の支出に充てるために、一般会計とは区分して経理している会計です。

歳入		
名称	収入済額	収入率
一般会計	94億8885万9千円	49.4%
特別会計		
国民健康保険	14億1747万5千円	32.7%
後期高齢者医療	4億5365万7千円	45.3%
介護保険	19億5845万3千円	52.5%

歳出		
名称	支出済額	支出割合
一般会計	77億5710万8千円	40.4%
特別会計		
国民健康保険	13億4686万6千円	31.0%
後期高齢者医療	3億7491万5千円	37.5%
介護保険	15億1825万円	40.7%

## 市税の納入状況

一般会計予算 36億1545万6千円

区分	収入済額	徴収率
市民税	13億5114万8千円	55.7%
固定資産税	19億9374万1千円	69.6%
その他市税	2億7056万7千円	85.0%

## 地方債現在高の状況

地方債現在高 310億6953万3千円

地方債とは、特定の歳出に充てるために地方自治体が年度を超えて元利を償還する借入金です。

区分	地方債現在高
一般会計債	218億8497万5千円
下水道事業会計債	60億5831万2千円
水道事業会計債	31億2624万6千円

## 一時借入金の状況

一時借入金現在高 0円

一時借入金とは、一会計年度内において歳計現金が不足した場合に、その不足を補うために借り入れるお金です。



## 基金現在高の状況

基金残高 66億6880万8千円

基金とは、特定の目的のために積み立てた資金または運用するために設けられる資金や財産のことです。

区分	基金現在高
財政調整基金	12億4560万3千円
減債基金	28億398万9千円
その他基金	26億1921万6千円

# お知らせと情報

## 暮らしのお知らせ

### 新型コロナワクチン接種



生後6カ月以上で初回接種済みの方を対象に、「令和5年秋開始接種」を実施しています。オミクロン株 XBB.1.5 対応1価のワクチンを使用します。

対象	接種券について
1・2回目接種済みの12歳以上の方	8月下旬に「青色の接種券」を発送しました。 ※未使用の接種券をお持ちの方は、破棄してください。
4回目接種済みの5～11歳の方	9月上旬に発送しました。
乳幼児(6カ月～4歳)	接種を希望する方は、申請を行ってください。申請受理後、発送します。 

接種間隔：前回の接種から3カ月  
 接種会場：①市集団接種会場（かすみがうらウエルネスプラザ）  
 ②接種協力医療機関  
 予約方法：電話またはWEB WEB予約▶  
 ☎029-853-0771 / 平日午前9時～午後5時  
 健康増進課 ☎029-898-2312

### 通知が届く！便利な「市公式アプリ」



市公式アプリをお使いのスマホにインストールしておくと、防災行政無線の内容などがスマホに届きます。また、お住まいの地区を登録すると、ごみ収集日の前日にスマホに通知が届く他、トップ画面に収集されるごみの種類が掲載されます。ぜひご利用ください。

   
 App Store Google Play  
 秘書広報課（千代田庁舎）

### 社会保険料控除証明書が発行されます

令和5年1月から12月までに納めた国民年金保険料の全額が、所得税と住民税の申告において社会保険料控除の対象になります。

また、生計同一のご家族（配偶者やお子さんなど）の負担すべき国民年金保険料を支払っている場合、その保険料も合わせて控除が受けられます。

#### 【社会保険料控除を受けるには？】

納付したことを証明する書類の添付または提示が義務付けられています。

令和5年1月1日から9月30日までの納付済み額と令和5年10月1日から12月31日までの納付見込額について「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が11月中（予定）に日本年金機構から送付されます。

年末調整や確定申告の際に、この証明書（または領収証書）をお使いください。

☎ 国保年金課（千代田庁舎）

### 道路上に張り出した樹木管理のお願い

私有地から車道・歩道への倒木や枝などの張り出しにより、通行の支障になっている所が見受けられます。これらが原因で歩行者や自動車などの事故が発生した場合、樹木の所有者は、責任を問われることがあります。事故を未然に防ぐためにも、早めの樹木伐採や枝払いをお願いします。

作業をする場合は、歩行者や車両の安全を十分に確保し、事故や転落などに注意してください。

電線がある場所での作業は危険を伴うため、東京電力やNTTに連絡してください。

東京電力 ☎0120-995-007  
 NTT ☎113（固定電話の場合）  
 ☎0120-444-113（携帯電話の場合）

☎ 市道路課（霞ヶ浦庁舎）  
 茨城県土浦土木事務所 ☎029-822-4347



### ひとり暮らしの高齢者へ火災警報器を給付

ひとり暮らしの高齢者が居住する住宅に住宅用火災警報器を給付し、安心安全な生活を支援します。

対象：市内に住所があり居住している65歳以上の単身世帯のうち、市民税非課税世帯または生活保護世帯で、次のいずれかに該当する世帯

- ①身体病弱のため、緊急事態に機敏に行動することが困難な方
- ②突発的に生命に危険な症状の発生する持病がある方

※詳細は、お問い合わせください。

☎ 介護長寿課（千代田庁舎）

### 住生活総合調査を実施

国土交通省では、12月1日現在で「住生活総合調査」を実施します。この調査は、住生活基本法に基づく住生活の安定・向上に関する総合的な施策を推進する上で、必要となる基礎資料を得ることを目的としています。ご協力をお願いします。

対象：10月に総務省が実施した「住宅・土地統計調査」に回答いただいた世帯の中から抽出された世帯（全国約10万世帯）

調査方法：対象世帯に対し、11月下旬からポストインにより調査票を配布し、郵送・オンラインにより回収

☎ 令和5年住生活総合調査事務局

☎0120-169-037

### 12月1日は「いのちの日」

身近な人のいつもと違う変化に「気づき」「声を掛け」「話を聴き」専門の相談機関に「つなぎ」「見守る」ための「ゲートキーパー」の存在が重要です。あなたもゲートキーパーになり、大切な人の命を守りませんか。

ゲートキーパー 政府広報オンライン  または 

☎ 健康増進課 ☎029-898-2312

### 12月4日から10日は「人権週間」

12月10日は「人権デー（Human Rights Day）」です。人権デーを最終日とする12月4日から10日までを「人権週間」として、各種の人権啓発活動を行います。他の人にも自分と同じように人権があることに理解を深め、お互いに相手の立場を尊重し、豊かな人間関係をつくりましょう。

☎ 水戸地方方法務局・茨城県人権擁護委員連合会

☎029-227-9919

### 国税相談専用ダイヤルを導入

11月から、国税に関する電話相談について、全国共通の電話番号で電話相談センターに直接つながる「国税相談専用ダイヤル」が導入されました。

国税庁ホームページのチャットボットやタックスアンサーで解決しない質問は、国税相談専用ダイヤル（電話相談）をご利用ください。

チャットボット  タックスアンサー 

### 【国税相談専用ダイヤル（ナビダイヤル）】

☎0570-00-5901（全国一律料金）

利用方法：音声案内に従い、相談内容の番号を選択

- ①所得税 ②源泉徴収、年末調整、支払調書
- ③譲渡所得、相続税、贈与税、財産評価
- ④法人税 ⑤消費税、印紙税 ⑥その他

受付時間：午前8時30分～午後5時

（田舎、12月29日～1月3日を除く）

※相談内容によっては、所轄の税務署へのご相談をお願いする場合があります。

※税務署・業務センター室からのお尋ねに関するご質問は、所轄の税務署・業務センター室へお問い合わせください。

※ナビダイヤルにつながらない場合は、所轄の税務署に電話し、音声案内①を選択してください。「電話相談センター」につながります。

☎ 土浦税務署 ☎029-822-1100

有料広告欄

有料広告欄



# お知らせと相談

## 募集のお知らせ

### 第19回市民マラソン大会参加者募集



「親子マラソン」への参加も大歓迎です。ご参加をお待ちしています。

日程：令和6年2月3日(日) (予備日：4日(日))

場所：多目的運動広場

対象：市内在住・在勤・在学の方

種目：●マラソン(個人・親子) ●駅伝  
※小学生は2km、中学生からは3km

参加費：マラソン：1人100円、親子1組200円  
駅伝：1チーム500円(5人1組)

申込場所：市内体育施設またはスポーツ振興課(あじさい館)

申込期限：12月8日(金)

※詳細は、ホームページをご覧ください。

☎ スポーツ振興課 ☎ 029-898-9907



昨年の大会の様子を  
動画・フォトアルバムで  
チェック!



動画



フォト

### 令和6年度霞ヶ浦駐屯地モニター募集



陸上自衛隊霞ヶ浦駐屯地の諸行事に参加し、ご意見をいただける方を2人募集しています。

任期：令和6年4月1日～令和7年3月31日

応募期限：12月20日(日)

※詳細は、ホームページをご覧ください。

☎ 陸上自衛隊霞ヶ浦駐屯地 ☎ 029-842-1211

### 第21回認知症フォーラム in いばらき

「認知症と共に生きる」ということを、一緒に考えませんか。

日時：12月17日(日)午後1時～3時30分

場所：大昭ホール龍ヶ崎(龍ヶ崎市駒馬町2612)

●基調講演「住み慣れた街で共に生きる」

講師：松本診療所(ものわすれクリニック) 院長  
松本一生先生

●シンポジウム「若年性認知症を知り、共に長く生きる」

座長：メモリークリニックとりで 理事長  
朝田隆先生

パネラー：松本一生先生、山中しのぶ氏(認知症当事者)他

定員：800人(入場無料/先着順/事前申込制)

申込方法：右の二次元コードから申し込み

☎ 認知症のひとと家族の会 茨城県支部

☎ 029-828-8089



申込先

## 相談のお知らせ

### 法律相談(要予約/電話受付順)



家庭の問題、消費者問題、不動産、相続、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。

▶12月7日(日)午後1時/働く女性の家

▶12月21日(日)午後1時/あじさい館

※12月1日(金)午前8時30分から予約開始

☎ 社会福祉課(千代田庁舎) ☎ 0299-59-2111

●何らかの事情で市役所に来れない方は、「地域コンシェルジュ」がご自宅に伺います。☎ 0299-56-2707

### 心配ごと相談



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。予約は不要です。

▶12月13日(日)午後1時30分～3時/働く女性の家

▶12月27日(日)午後1時30分～3時/かすみ  
がうらウエルネスプラザ

☎ 市社会福祉協議会 ☎ 029-898-2527

### 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、相談員がお受けします。

▶12月16日(日)午後1時30分/やまゆり館

☎ 市社会福祉協議会 ☎ 029-898-2527

### 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、相談員が専門的な立場から、発達や就学などの相談をお受けします。

▶12月20日(日)午後1時～5時/あじさい館

▶12月27日(日)午後1時～5時/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。

▶月～金(土除く)/午前8時30分～午後5時/千代田庁舎

☎ 子育て支援課子ども未来室(千代田庁舎)

☎ 0299-59-2111

あなたの子育てを  
支えるアプリ  
かすみっ湖



App Store



Google Play

### 結婚を希望する方に出会いの場を提供



60歳以下であれば、市内外を問わずどなたでも市婚活サポートセンターに登録できます。

▶毎週(日)午後1時～7時/霞ヶ浦庁舎

▶毎月第2・4日(日)/午前10時～午後5時/霞ヶ浦庁舎

●(日)の開設時間内または(月)～(金)(土除く)午前8時30分～午後5時15分に電話で予約ください。また、電子申請による予約も可能です。

☎ 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」など、就労に悩む15歳から49歳までの方とその家族を対象に、相談をお受けします。

▶12月13日(日)午後1時～4時/勤労青少年ホーム

※相談日の3日前までに電話で予約ください。

☎ いばらき県南若者サポートステーション

☎ 029-893-3380

### 楽だカフェ(認知症カフェ)



認知症の方やその家族、地域住民、専門職など、誰でも気軽に参加でき、和やかに集う「カフェ」です。

▶12月15日(日)午後1時30分/かすみがうらウエルネスプラザ

☎ 霞ヶ浦地区地域包括支援センター

☎ 029-833-0331

▶12月21日(日)午後1時30分/やまゆり館

☎ プルミエールひたち野 ☎ 0299-59-5611

### 全国一斉 生活保護ホットライン

生活保護に関して困っている方に対し、弁護士が電話相談をお受けします。

▶12月6日(日)午前10時～正午・午後1時～3時  
相談先：☎ 0120-158-794

☎ 茨城県弁護士会事務局 ☎ 029-221-3501

有料広告欄

有料広告欄

# 暮らしのお知らせ

2023年 December 12月

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

※ 12月29日(金)から1月3日(火)は、千代田庁舎、霞ヶ浦庁舎、中央出張所は閉庁となります。



**窓口延長** 千代田庁舎：(祝)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



**納期限**

11月30日	固定資産税4期 国民健康保険税5期 後期高齢者医療保険料5期
12月25日	市・県民税4期 国民健康保険税6期 後期高齢者医療保険料6期 介護保険料5期

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

**地方税統一QRコード (eL-QR)**  
スマホアプリなどで、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。



**セルフ収納機**  
霞ヶ浦庁舎では、開庁日にセルフ収納機で納付できますので、ご利用ください。  
☒ 納税課 (千代田庁舎)



## 暮らしの防災ガイド

### 火災の早期発見のため「住宅用火災警報器」は定期的な点検と10年を目安に交換しましょう

- なぜ、住宅用火災警報器の交換が必要なの？  
古くなると電子部品の寿命や電池切れなどにより、火災を感知しなくなることがあるため、維持管理が必要です。
- 設置時期を調べるには？  
住宅用火災警報器を設置したときに記入した「設置年月」または、本体に記載されている「製造年」をご確認ください。

☒ 消防本部予防課  
☎ 0299-59-0119

#### 住宅用火災警報器の設置義務化

平成16年の消防法改正で、既存住宅を含めた全ての住宅に住宅用火災警報器の設置が、市火災予防条例で義務付けられています。

#### 設置の効果

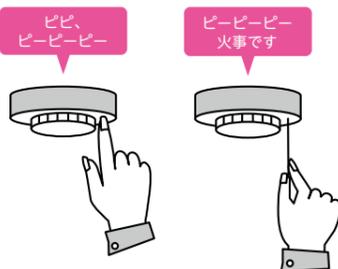
令和元年から令和3年までの住宅火災における被害状況を分析したところ、死者数と損害額は半減、焼損床面積は約6割減となりました。

(参考)  
総務省消防庁  
ホームページ



#### 正常な場合は？

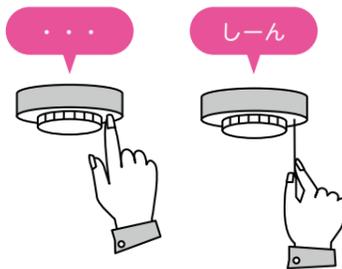
正常をお知らせするメッセージまたは火災警報音が鳴ります。



※警報音は製品により異なります。

#### 音が鳴らない場合は？

電池がきちんとセットされているか、ご確認ください。



※鳴らない場合は、「電池切れ」か「機器本体の故障」です。取扱説明書をご覧ください。

## 消費生活ホットライン【見守り新鮮情報第461号】



### 旅行予約サイトでの申し込みは確認が大切！

#### 【事例】

国内の旅行予約サイトで3週間後に出発の3泊4日の国内旅行ツアーを大人3人分申し込んだ。前日に「1人あたり45,000円」という広告を見てブックマークしておき、翌日、その広告サイトから申し込みを完了した。その後、落ち着いて旅行代金を確認すると「1人60,000円」に変わっていた。すぐにキャンセルしたが、キャンセル料12,000円を請求された。申し込み前に確認画面も表示されていたが、よく確認せずボタンを押してしまった。(70歳代)

#### 【注意するポイント】

- 旅行予約サイトで予約する場合は、店舗での予約と異なり、対面で詳しく説明を受けることができません。消費者自身が申し込み完了前に契約条件や内容を十分に確認する必要があります。

- 申し込み完了直後に入力ミスなどに気付いても、無条件で解約・変更はできません。申し込みを完了する前に、予約内容が正確に入力されているかよく確認しましょう。
- 予約内容が確認できる画面や契約後に送付される確認メールなどは、旅行が終わるまでスクリーンショットや印刷をして保管しましょう。
- ▶困ったときは、すぐに消費生活センターなどにご相談ください。

#### 【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

☉月 凶 困 盗 場所：霞ヶ浦庁舎

☉ 困 場所：勤労青少年ホーム

#### 【その他の消費生活センター電話相談】

☉田 回 困 電話：国民生活センター ☎ 188

☒ 市消費生活センター (霞ヶ浦庁舎)



消費生活センター

## 隔月連載 雪入山の風

### 冬鳥到来

10月中旬から11月中旬にかけては、北海道やロシア東部などで夏を過ごし子育てを終えた野鳥たちが、冬を越すため日本へ渡ってくる季節です。地域や環境によっておとずれる野鳥の種類や数は変わりますが、水辺や雑木林、開けた農耕地で比較的多くの冬鳥たちに出会うことができます。

昭和40年代に採石場だった雪入ふれあいの里公園には、採石のために掘った窪地に水がたまってできた池が3つあり、いちばん大きな「風の池」には、毎冬マガモやコガモなどのカモ類が訪れ、最大300羽ほどになります。カモたちは昼間は羽づくろいをしたり睡眠をしてのんびり過ごしています。日没直後に池を飛び立つと、霞ヶ浦周辺の田んぼなどへ行って餌をとり、早朝池に戻ります。

池に行く途中の雑木林では、光沢のある青色がきれいなルリビタキ、赤い喉が鮮やかなウソ、黄色い

おなかのアオジといった小鳥たちに出会うことができます。また、カモや小鳥たちを狙って、ハヤブサやハイタカなどの猛禽類もやってきます。冬は初心者の方でも野鳥を見つけやすい季節です。

ネイチャーセンターでは、双眼鏡のレンタルもしていますので、冬鳥ウォッチングを楽しんでみてはいかがでしょうか。

(写真) 雪入のルリビタキ▶

スズメほどの大きさの鳥で、オスは頭部から背中にかけて美しい青色をしています。白い腹部と、脇腹のオレンジ色の配色も特徴的です。

☒ 雪入ふれあいの里公園ネイチャーセンター

☎ 0299-59-7000

●来月は、かすみがうら水族館によるコラムを掲載予定



あじさい館

ホール展示

作品紹介

12月  
作品展示

◆ KSC なかよしスポーツクラブ  
絵画・写真・書道などを展示

▶期間 11月28日(火)～12月24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

「おばあちゃんのおはぎ」  
野村たかあき 作・絵

「チョコレート・アンダーグラウンド」  
アレックス・シアラー 著

## 12月 図書館カレンダー

2023年		December						
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	29	30		
31								

10月から11月は「実り」に感謝する季節です。実りの秋ならではの収穫を祝う行事など、さまざまな文化に触れながら、日本らしい秋を感じてみてはいかがでしょうか。立冬を過ぎ、心身ともに冬に備えるため、また、実りの秋にあやかり、今月は「おいしい本」をご紹介します。

### おばあちゃんのおはぎ

おばあちゃんときりちゃんが、亡くなったおじいちゃんが大好きだったおはぎを作るところからお話が始まります。まずは、あずきの煮方から、おばあちゃんがきりちゃんに優しく解説しながら作り方を教えていきます。

「おはぎ」と「ぼたもち」の違いなど、日本の風習や食文化を子どもに分かりやすく伝えて、実際におはぎを作ってみたくなる絵本です。



佼成出版社

### チョコレート・アンダーグラウンド

舞台はおそらく現代のとある国。選挙で勝利した「健全健康党」が、全ての国民の健康のために、チョコレートをはじめとする甘いお菓子をすべて禁止してしまいます。違反者は逮捕され、罰金を払わされ、再教育されてしまいます。大好きなチョコレートを取り戻すため、2人の少年がこのおかしい法律と戦おうと立ち上がりますが、果たして冷酷な政府を相手に勝算はあるのでしょうか。

読むとチョコレートが食べたいこと間違いなしです。



求龍堂

■休館日：月曜日（祝の場合は翌日）、図書整理日、年末年始

◎お話し：12月9日 午前10時30分から

図書館のホームページでは、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▶

☎ 図書館 ☎ 029-897-0647



図書館ボランティアグループを紹介

### 読書会連合会

グループごとにテーマを決めて行う「読書会」の他、文庫の集い（主に講演会）、市外読書会との交流、文集「やまゆり」の発行を行っています。本を介して気軽におしゃべりしませんか。



## 千代田の山々と歴史遺産 No.2

今月は、7月号で山の魅力を語ってくれた、山を愛する市民学芸員・宮田憲一さんが、千代田の山々の岩石と石材業について語ってくれました。

### 雪入山の近代遺産・石材業

雪入山の地質は、変成岩と花こう岩からなっており、古くから石材業が盛んでした。雪入山の山中には、数多くの石切り場跡（石を切り出した跡）が至る所に残っています。その中で最大規模と思われる花こう岩の石切り場が、七曲から金命水コースを登り、途中の山道を入った所にあります。当時の採石方法がよく分かる貴重な場所ですが、今ここを訪れる人はほとんどいません。

硬質な変成岩は、地盤を固めるためのぐり石として使われました。雪入ふれあいの里公園は、この変成岩を取った採石場の跡地です。この石は砕石となり、鹿島開発や成田空港の開発などに使われました。これらの採石場では20種類ほどの珍しい鉱物（うち

15種は国内初の発見）が見つかった事実は、特筆すべきことです。今では、採石によってできた窪地に水がたまり、粹な名前の池になっています。さらに、山中には金の採掘を試みた金鉱山跡などもあります。跡地は2カ所ありますが1カ所は崩落して塞がっています。

### 雪入山の七つ岩巡り

雪入山の山中には、特徴ある形をした巨岩・奇岩が多く見られます。三ツ石森林公園の名前のもとになった「三ツ石」や、まるで難破船のへさきのような「観音岩」、面白い伝説のある「女房石」などが有名です。このほか「平蔵座」「弥勒岩」「ダルマ石」「峯岩」などを含めて、通称「七つ岩」と呼んでいます。

今度のお休みは、雪入山で七つ岩巡りを楽しんでみるのはいかがでしょうか。

☎ 歴史博物館 ☎ 029-896-0017



三ツ石

### 【10月号（10月20日発行）訂正とお詫び】

市民学芸員のお住まいの記載に誤りがありました。訂正してお詫びします。【誤】房中 → 【正】牛渡下郷



## スポーツで『地域』を元気に

### 今月のテーマ KSC なかよしクラブ「スポーツ広場・居合」を紹介

☎ スポーツ振興課 ☎ 029-898-9907

武道は、どの年代の方でも体験できる素晴らしいスポーツです。身体的な強さだけでなく、精神的な力と自己信頼感を高める手段として有効です。

- ・自己防衛のスキルアップ  
自分を守るための技術を身につけることで、安心感をもたらす自己信頼を高めます。
- ・健康とフィットネス  
体力、柔軟性、バランス、協調性を高める他、ストレスを軽減し、心身の調和をもたらします。
- ・自己成長と自己認識  
限界に挑戦し、新たな自分を発見することができます。また、練習を通じて、自分の可能性を広げ、困難に立ち向かう勇気を養うことができます。

KSC なかよしクラブでは、武道の一つ「居合道」の活動をしています。練習用の刀を使って、隙のない構えで素早く刀を抜き、相手の攻撃に対応する武術です。刀を使う心を鍛え、健康居合・エクササイズ居合に挑戦しませんか。



「総合型地域スポーツクラブ」に参加しませんか？

種目
スポーツ広場、硬式テニス、太極拳、卓球、フットサル、よさこいソーラン、軽音楽、社交ダンス、ウォーキング、グラウンド・ゴルフ、英会話広場、スポーツ鬼ごっこ、スポーツ吹き矢



連絡先
KSC なかよしクラブ ☎ 090-2417-8502 (大和)
KSC エンジョイスポーツ ☎ 090-2420-7846 (高田)

## 文芸ひろば

投稿作品

WEBで投稿  
できます



千代田俳句同好会 朝寒や刈り込まれたる庭の木々 葉が落ちてたわわに実る花梨の実 バラグライダーふんはりふんはり秋日和 朝寒や均せし敵のくるぐる 十六夜や一寸寄りしと子の来たる 朝寒や自主練はげむ中学生	紫陽花俳句会 負けるなど悠々泳ぐ鰯雲 夕映えや銀杏並木を染め上ぐる 名残りあり垂てる蛮勇冬仕度 枝透けばやと陽の目の鳥瓜	出島短歌会 初心者のマークめだちぬ孫運転家に戻ればひと安心す 中古のスーパークラブを購わん風切りゆきし青春思う 洪水と千ばつつの地にと二分する地球の今を畏れつつ生く 土浦の信号待ちのこのあたりむかしは海の底だったかも	投稿作品 トンボ飛ぶ今年の秋は短いと知っているのか羽音せわしく 断捨離に亡夫の遺品の捨て難く気持の整理五年目の秋 秋風や無数の枝が手のごとき銀杏に絡まる針のよな月 孫娘飛行機デビュー雲の上眼下に広がる光景は： 憧れの思ひとつに凌ぎきりわれ鳥海に立つ齢75 桜葉も施設の窓辺は移り裸木寂し春待つ思い 秋晴や塀に子犬のプロフィール 里の芋我が家と同じワンチーム 朝来ねばいくとも思い働いて 十三夜遺影を横に月見酒 柿よりも斑麗し柿落葉	矢口哲雄 沽野はつ子 村上瑠奈 横井正子 中島良平 石塚清 竹村啓子 中村耕二 五十嵐政行 釈一浄 兼西清治	名倉観子 華師寺玲子 仲谷香代子 岡田恭子 島田和子 原佳世子 田能幸雄 福田宏通 飯沼礼子 萩原初枝 中島暉子 鈴木けいこ 桜井筑蛙
--	--	--	--	--	---

投稿作品(俳句・短歌・川柳)を募集します。12月4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。



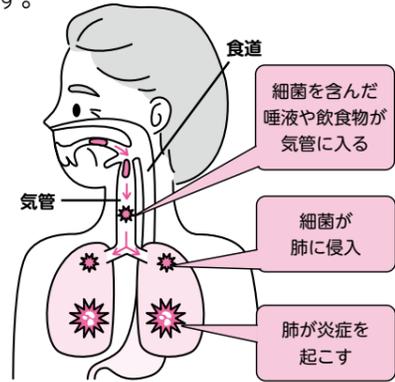
～健康づくりコラム～

誤嚥性肺炎：予防とケアの重要性 健康増進課 ☎ 029-898-2312

「誤嚥性肺炎」は、主に食べ物や唾液を誤嚥（食道ではなく気管に入ること）して起こります。

私たちは、食べ物を認識して口の中に取り込み、噛んで舌でまとめて飲みやすい塊（食塊）にします。食塊を舌で喉の奥に送り、飲み込むと食道から胃へ送られます。この一連の動作の1つまたは複数が上手く機能しないことを「摂食嚥下障がい」といい、誤嚥の原因となります。

また、口腔衛生が悪い状態で誤嚥すると、細菌により肺炎が起こりやすくなります。栄養状態が悪く、体力がない状態で誤嚥すると肺炎の発症リスクが高くなります。



《誤嚥性肺炎を予防するために》

- **飲み込む力をつける**  
口の体操や声を出して歌ったり、話したり、首や肩の運動を行いましょう。
- **口の衛生状態を保つ**  
毎食後に歯ブラシで清掃することが基本です。歯間ブラシや糸ようじなども使って歯と歯の間もきれいにしましょう。また、口の中が乾燥すると、食べ物が飲み込みにくくなることがあります。口腔乾燥には唾液腺マッサージ（舌・頬・口唇を動かすこと）で唾液を出やすくする方法があります。乾燥状態によっては、適切な対応方法がありますので、気になる方は歯科医にご相談ください。
- **栄養状態を良く保つ**  
必要な栄養素がバランスよくとれている状態を保ちましょう。また、左右の奥歯でしっかり噛み、美味しいものを「美味しい」と感じながら食べるのが大切です。

～休日緊急診療当番医～ 12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】		
3日	小原内科医院	029-821-1015	3日	野上病院	029-822-0145
10日	烏山診療所	029-843-0331	10日	県南病院	029-841-1148
17日	荒川沖診療所	029-843-0859	17日	野上病院	029-822-0145
24日	石井内科クリニック	029-841-6125	24日	神立病院	029-831-9711
29日	土浦リハビリテーション病院	029-875-7888	29日	淀縄医院	029-822-5615
30日	大石内科クリニック	029-835-0014	30日	県南病院	029-841-1148
31日	宮崎クリニック	029-830-6800	31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】		
3日、10日、17日、24日、29日、30日、31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

休日夜間の急患▶



～シルバーリハビリ体操～ 12月



▶ YouTube 動画配信



場所	日時
あじさい館	5、12、19、26日 / 毎週 午後1時
千代田公民館	12、26日 / 第2・4 午前10時
働く女性の家	4、11、18、25日 / 毎週 午前10時
やまゆり館	1、8、15日 / 第1・2・3 午前10時
大塚ふれあいセンター	4、11、18、25日 / 毎週 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。自宅でできる体操を YouTube で配信しています。

☎ 地域包括支援センター ☎ 029-898-9110

体操指導士を募集しています

子育てお悩み相談室

1歳半～2歳児の保護者からの相談

★ 2歳を過ぎたのに単語から2語文に増えません。

単語だけを使って表現していた「話し言葉」も、伝えたいことが多くなると、単語を2つつけて話し始めます。そして徐々に「ワンワン、いた」「ママ、だっこ」のように主語・述語を意識した2語文の形になっていきます。このような表現を育むには、お子さんが「ワンワン」や「だっこ」と発した単語に対し、「ワンワン、いたね」「ママ、だっこね」と、もう1つ単語をつなげて、簡単な2語文で返してあげましょう。最初は難しくても、楽しく語りかけるように根気強く繰り返すことで、少しずつ真似してくれることが期待されます。

★ 次々と違う遊びをし、落ち着きがないような気がします。

さまざまな遊びに興味を持つことは、この頃の子どもにはよく見られる行動で、脳の発達にとっても大切です。他の子どもが遊んでいるおもちゃが楽しそうで、そちらに興味が変わることや、元気がよい子どもは、次から次へとおもちゃや日用品に手を出していくこともあります。子どもが「気が散りやすいのかな？」と思われる時には、静かなお部屋でおもちゃの数を減らし、2人で遊ぶことをお勧めします。また、子どもが「上手にできないのかな？」と思われ

る時には、一緒に遊びながら上手にいかないところを手伝ってあげて、最後までできたら喜んであげましょう。持続する力がつき、次の遊びにつながっていきます。

一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

☎ 健康増進課 ☎ 029-898-2590



子育てインフォメーション

やまゆり館行事 要予約 ※12月1日 予約開始



参加費などの詳細は、ホームページをご覧ください。

★ ベビーマッサージ

日時：12月12日 午前10時～10時45分

募集：10組（2カ月～ハイハイ前までの赤ちゃんとその保護者）

※24時間以内に予防接種を受けたお子さんは、参加をご遠慮ください。

★ バレエリトミック

日時：12月13日 日

①午前9時45分～10時30分（1歳）

②午前10時45分～11時30分（2～3歳）

募集：各部7組（1～3歳のお子さん）

※初めてののお子さんや保護者も参加できます。

☎ やまゆり館 ☎ 029-832-5601

乳幼児健診・教室カレンダー 12月

予定	日程	時間	予約	場所	問
4カ月児健診（令和5年8月生）	13日 日	午前9時15分	要	かすみがうら ウエルネスプラザ	健康増進課
1歳6カ月児健診（令和4年5月生）	13日 日	午後1時15分	要		
2歳児歯科健診（令和3年8・9月生）	14日 日	午後1時15分	要		
3歳児健診（令和2年8月生）	15日 日	午後1時15分	要		
離乳食教室	12日 日	午前10時	要		
にこにこ教室（未満児）	7日 日、21日 日、28日 日	午前10時	要		
にこにこ教室（5・6歳）	6日 日	午後2時	要		
にこにこ教室（個別）	1日 日、6日 日、7日 日、15日 日、20日 日、21日 日	午前9時30分	要		

子育て相談カレンダー 12月

予定	日程	時間	予約	場所	問
子育て相談	12日 日、26日 日	①午前9時30分 ②午後2時	12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	14日 日	午前9時30分	要	かすみがうら ウエルネスプラザ	健康増進課
マザークラス	19日 日	午前9時30分	要		
子育てサロン	19日 日	午後1時30分	要		



楽しい行事や新しい活動など、身近な情報をお寄せください

※情報は、取材日時点のものです。

秘書広報課（千代田庁舎）

## 霞ヶ浦中学校創立 10 周年 ～「自ら学び 心豊かで たくましい子どもの育成」を目指して～

霞ヶ浦中学校は、平成 26 年 4 月 1 日にかすみがうら市立北中学校と南中学校が統合し誕生。今年で創立 10 周年を迎えました。



▲ 創立記念日「10月1日」。10周年を記念して航空写真を撮影  
撮影：ユニオン・エンタープライズ株式会社

10周年を迎えて

おくざわ てつや  
奥沢 哲也 校長

学校HP ▶



地域の皆さまのご支援をいただき、本校は今年度開校 10 周年を迎える事ができました。生徒たちは、大変に落ち着いた生活を送っており、学習、部活、行事にと、一人一人が自分の目標に向かって頑張っております。また、本市では、小中一貫教育を進めており、霞ヶ浦南小、霞ヶ浦北小との9年間の連続した教育活動を通して、これからの社会を担う子どもの育成に努めております。今後も地域と共に成長する学校を目指してまいります。

### 校 歌

- 一 歴史豊かな 出島の大地  
いのちの泉 湧くところ  
心寄せあい 認めあい  
技と英知を 磨きつつ  
明日を拓く 力の限り
- 二 さざ波光る 霞浦の湖  
輝く未来 夢のせて  
心寄せあい 認めあい  
理想を高く 求めつつ  
若さを燃やし 自分を信じて  
海へ漕ぎ出せ 力強く  
ひとりひとりの 帆引き船  
世界の海へ 漕ぎ出そう  
霞ヶ浦中学校 栄えあれ

### 生徒数

H26	420人	R2	347人
H27	400人	R3	355人
H28	390人	R4	330人
H29	394人	R5	296人
H30	371人		
H31	357人		



## 4 人目の地域おこし協力隊員が着任

10月19日、長里涼平さん(21歳)が4人目の地域おこし協力隊員として着任しました。

長里さんは「ジビエや湖の外來種の魚など、かすみがうら市ならではの自然を活かして現在抱えている課題の解決に貢献したいです」と抱負を語ってくれました。



地域おこし協力隊の皆さん。今後4人で協力し活動していきます。  
左から、平川義文さん、長里涼平さん、森山あすみさん、立見純也さん

## 「地域身体障害者スポーツ大会」で準優勝！

9月30日、取手グリーンスポーツセンターで「令和5年度地域身体障害者スポーツ大会」が8市町村により開催されました。本大会は障がい者スポーツや障がい者福祉への理解・関心を高め、身体障がい者の自立と社会参加を推進することを目的としています。本市の出場チームは昨年より参加者も増え、2大会連続で準優勝の成績を収めることができました。参加者は「来年度は優勝を目指します」と力強く語ってくれました。



団体競技(フライングディスク)の様子

## 地域の子どもたちの安全を守ります

9月25日、関東鉄道株式会社からリフレクター(反射材)が寄贈されました。同社の創立100周年記念事業の一環として、茨城県警察の協力を得て小学1年生へ配布します。リフレクターは、ランドセルへの着用を想定し、電車とバスをモチーフにしたキーホルダー型です。また、裏面には困った時に役立つサイト(二次元コード)が記載されており、子どもたちのお守りとなってくれることでしょう。



## 県教育委員会教育委員による小学校訪問

9月27日、下稲吉小学校に県教育委員会の市原健一委員と幡谷史朗委員が視察に訪れました。本小学校は、令和4年度から令和6年度までの3年間、茨城県学校体育研究推進校の指定を受け、生涯スポーツの基礎を培い、体力の向上を促進するための実践的研究に取り組んでいます。当日は、児童たちが体育の授業で生き生きと楽しそうに活動していました。その姿を見て、2人の委員も関心を寄せ、自然と笑みがこぼれていました。



## 企業版ふるさと納税で電子黒板を導入

10月2日、株式会社エス・ケイ通信から企業版ふるさと納税を通じて各小中義務教育学校への電子黒板導入に対する寄附を受けたことから、同社へ感謝状の贈呈を行いました。市では「安心して子どもを産み、育てやすいまち」の実現に向け、さまざまな支援策を実施しています。今回支援していただいた電子黒板を利用して、プログラミング教育やICT教育の向上を目指し、グローバル社会で活躍できる人材育成を行っていきます。



## 落花生がどう育つか知っていますか？

10月13日、下稲吉小学校で、「落花生学習会」が開催されました。5年生とその保護者を対象とした親子学習の一環で、県中部落花生組合の協力により実施されました。落花生掘り体験や児童から農家の方への質問コーナーがあり、児童たちの観察眼に農家の方も驚いていました。最後に、獲れたての落花生でのみ調理することができる「茹で落花生」が児童たちへ配布され、各家庭でも味わうことができました。





# かすみっ湖ハッピースマイル



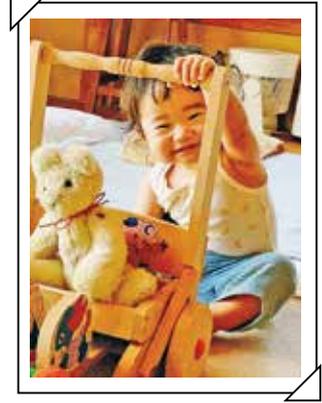
すずきあさと  
鈴木朝士くん (1歳)

いつもニコニコなあっくん！  
これからも元気に育ってね！



はっとりみつき  
服部美月ちゃん (5カ月)

みっちゃんスマイル世界一！  
強い心を持った子に育ってね！



おおの  
大野いまちゃん (1歳)

1歳ありがとう！  
いろんなことしてたくさん遊ぼう！

## お子さんの写真を掲載してみませんか？

問 秘書広報課 (千代田庁舎)

対象 ▶市内在住の0歳～就学前までのお子さん

応募 ▶専用フォームに必要事項【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。掲載人数を超えた場合は抽選となり、もれた場合は翌月以降に再抽選します。



応募はこちら

## かすみがうにゃ活動日記 大迫力の自転車レース！

10月21日と22日に、「第3回JBCFかすみがうらタイムトライアル&ロードレース」が開催！歩崎地区の特設コースを舞台に、選手たちが勢いよく駆け抜けていたよ！

中でも、全国有数の選手が集まるJPT(ジャパンプロツアー)部門は大迫力！プロの乗る自転車は、最高で時速70km以上のスピードが出るんだって！うにゃは、そんな選手たちの表彰式をお手伝い！



タイムトライアルのJPT部門で優勝したのは、金子宗平選手！2位に4秒以上も差をつけた、素晴らしい走りだったよ！



ロードレースのJPT部門で優勝したのは、山本哲央選手！チームメンバーによる華麗な連携プレイで見事優勝！ファイナルラップのトップを巡る攻防は、見てるこっちもドキドキしたよ！

選手の皆さんのカッコいい走りを見て、うにゃもサイクリングしたくなっちゃった！霞ヶ浦沿いでサイクリングしようかな☆



## 人口と世帯数 令和5年11月1日現在



人口 (+29) 男性 (+10) 女性 (+19)  
40,434人 20,679人 19,755人



世帯数 (+49) ※ ( ) 前月比  
18,382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！  
「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

広報  
かすみがうら  
No.224

■発行日/令和5年11月20日 ■発行/かすみがうら市  
■編集/秘書広報課(千代田庁舎)  
☎ 315-8512 茨城県かすみがうら市上土田461  
☎ 0299-59-2111 / 029-897-1111 FAX 0299-59-2176  
ホームページアドレス/ <https://www.city.kasumigaura.lg.jp>



かすみがうら市  
ホームページ



環境にやさしい  
植物油インキ使用



ユニバーサル  
デザインフォント