

かすみがうら



PHOTO | 第18回かすみがうら祭

秋空に響く 雛子の音色と祭の心

TOPICS P2-3 第18回かすみがうら祭
P4-5 令和6年度決算報告
P8 確定申告会場のお知らせ
P9-12 お知らせと情報
P18-19 まちのわだい

今年も大盛況!

第18回 かすみがうら祭 KASUMIGAURA FESTIVAL 2025



祭の様子（動画）

11月3日「第18回かすみがうら祭」を第1常陸野公園で開催しました。晴天に恵まれた会場は来場者の熱気で大いに盛り上りました。特産品の販売や山車、アーティストのコンサート、体験イベントなどが行われ、歓声が響き渡る楽しい祭となりました。

商工観光課（霞ヶ浦庁舎）

実行委員会
川井会長

宮崎市長

ツリー
クライミング
たのしい♪

じょうずに
取れるかな？

練習の成果
を披露！

迫力ある
舞い！



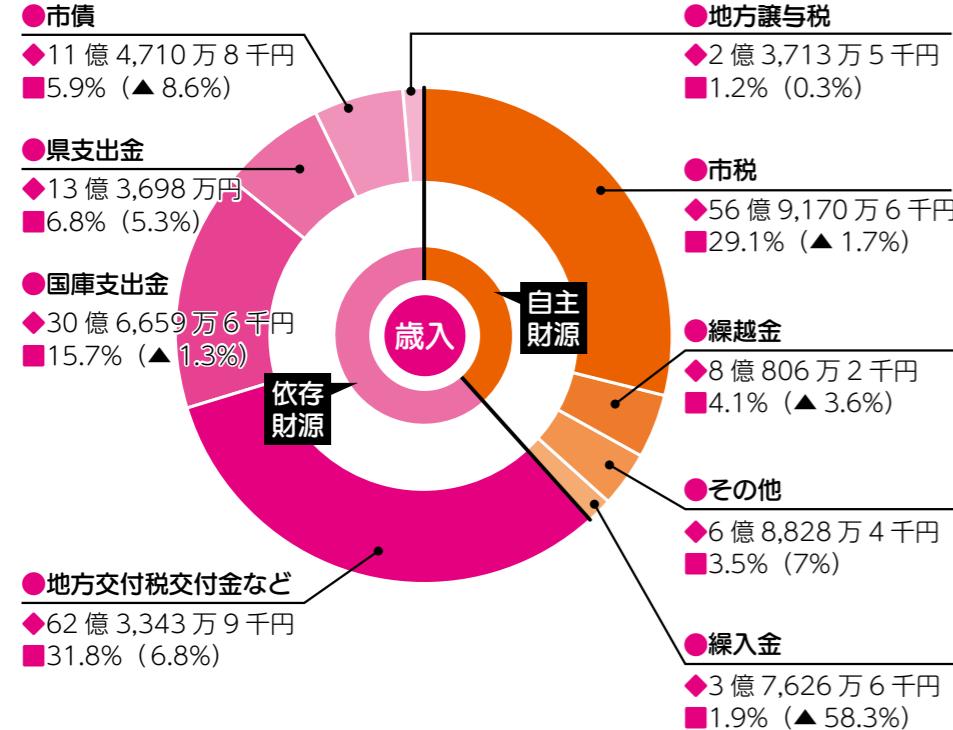
決算報告

令和
6年度

間 経営企画課(千代田庁舎)

一般会計歳入

総額 **195 億 8,557 万 6 千円**



歳入決算額は、前年度(令和5年度)と比べて **2億9,457万5千円(1.5%)の減**となりました。

収入減の主な理由として、財政調整基金の繰入れを実施しなかったことによる繰入金の減や、下稻吉中学校施設整備事業の終了による市債の減が挙げられます。

令和6年度決算が、令和7年かすみがうら市議会第3回定例会で認定されました。一般会計の歳入総額は **195 億 8,557 万 6 千円**、歳出総額は **187 億 9,682 万 9 千円**で、歳入歳出差引額は **7 億 8,874 万 7 千円**となりました。

グラフの表示

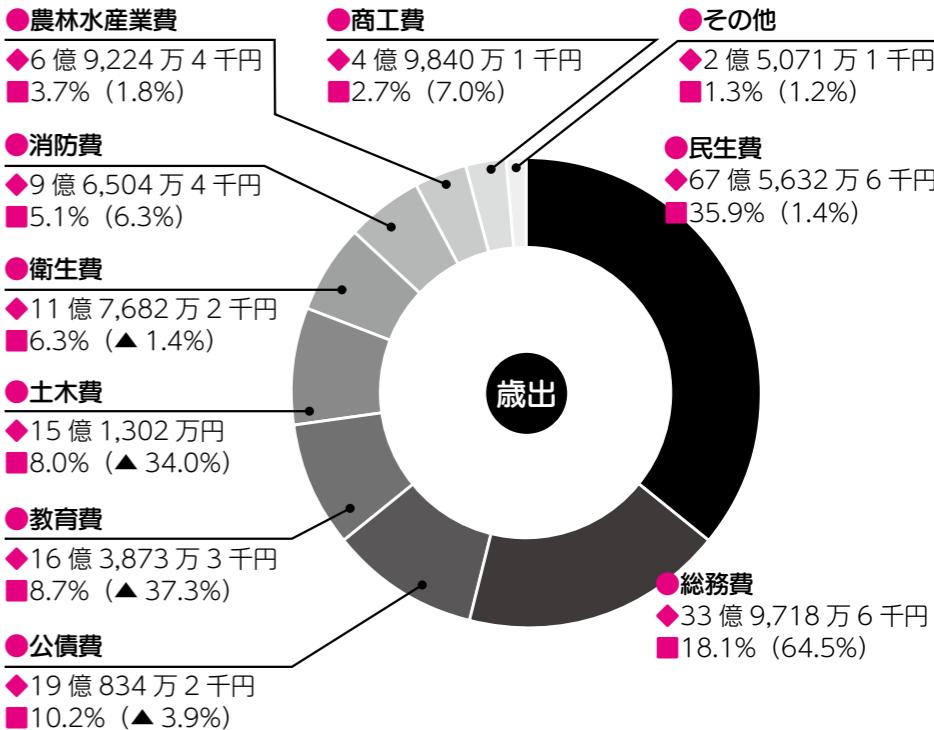
- 区分
- 決算額
- 構成比(増減率)

一般会計歳出

総額 **187 億 9,682 万 9 千円**

歳出決算額は、前年度と比べて **2億7,526万円(1.4%)の減**となりました。

支出減の主な理由として、土木費では土浦・かすみがうら土地区画整理一部事務組合解散による負担金の減、教育費では下稻吉中学校施設整備事業の終了が挙げられます。また、総務費は市民窓口センターの整備事業により増となりました。



特別会計 岁入・歳出の状況

会計名	歳入 (増減率)	歳出 (増減率)	歳入歳出差引額
国民健康保険	39億8,539万3千円 (-4.7%)	39億7,078万8千円 (-4.8%)	1,460万5千円
後期高齢者医療	11億8,524万7千円 (11.6%)	11億6,199万4千円 (12.6%)	2,325万3千円
介護保険	38億8,494万4千円 (0.9%)	38億4,600万5千円 (1.3%)	3,893万9千円

- 国民健康保険特別会計は、被保険者の減少に関連し歳入・歳出ともに減となっています。
- 後期高齢者医療特別会計は、医療費の増加に関連し歳入・歳出ともに増っています。
- 介護保険特別会計は、各種サービスの利用人数、利用回数の増加による保険給付費の増加に関連し歳入・歳出ともに増っています。



財政健全化の状況

財政健全化判断比率 (単位 : %)

	本市	早期健全化基準	財政再生基準
実質赤字比率	-	13.09	20.0
連結実質赤字比率	-	18.09	30.0
実質公債費比率	8.5	25.0	35.0
将来負担比率	47.4	350.0	

※「-」の表示は、赤字となっていないことを表しています。

資金不足比率

(単位 : %)

	本市	経営健全化基準
水道事業会計	-	20.0
下水道事業会計	-	20.0

※「-」の表示は、赤字となっていないことを表しています。

地方公共団体の実質的な赤字や公社・関係団体などを含めた実質的な将来負担に係る指標の健全化判断比率と公営企業ごとの資金不足比率を算出し、監査委員の審査を受けて議会に報告、公表することとされています。

各比率が早期健全化基準を上回った場合は、財政健全化計画を策定し、自主的な改善努力により財政健全化を図ることになります。財政再生基準を上回った場合は、財政再生計画を策定し、国などの関与による確実な財政再生を図ることになります。

水道事業会計、下水道事業会計における資金不足額の事業規模に対する比率を公表し、本市では、いずれの会計も資金不足比率は算出されませんでした。

どうする？ 実家の家じまい！？

空き家の長期間放置は、さまざまな実害が発生します。放置すればするほど、整理が難しくなる「負動産」に。親族や近隣に負担をかけないためにも、自治体の制度を確認して早期解決に取り組みましょう。

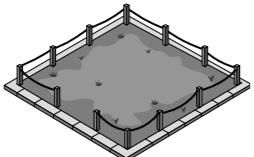


空き家の放置がもたらす3つのリスク



知っていますか？空き家に関する2つの法改正

土地国庫 帰属制度



どんな制度？

一定の要件を満たした場合に、相続した土地を手放して国の所有にできる制度です。2023年に開始されました。

対象となる土地の要件とは？

「建物が建っていない=更地である」ことが前提条件です。その上で、土壤汚染されていないなどいくつかの条件があります。

管理不全 空家等の新設



管理不全空家等とは？

適切な管理がされておらず、放置すると特定空家等になる恐れのある建物のことで、2023年に新設されました。

管理不全空家等に指定されると？

住宅用の土地に適用される固定資産税等の減額措置が解除され、土地の固定資産税等が最大で6倍になるリスクが！

■空家等・空き地情報登録制度（空家等・空き地バンク）を利用してみませんか？

空家等はそのまま放置しておくと、さまざまなトラブルの原因となります。市では、良好な住環境の確保と定住促進による地域活性化を図るために、市内にある空家等・空き地を「貸したい・売りたい」所有者と「借りたい・買いたい」方のマッチング制度「空家等・空き地バンク」を運営していますので、ぜひご相談ください。

■空家等バンク登録奨励金

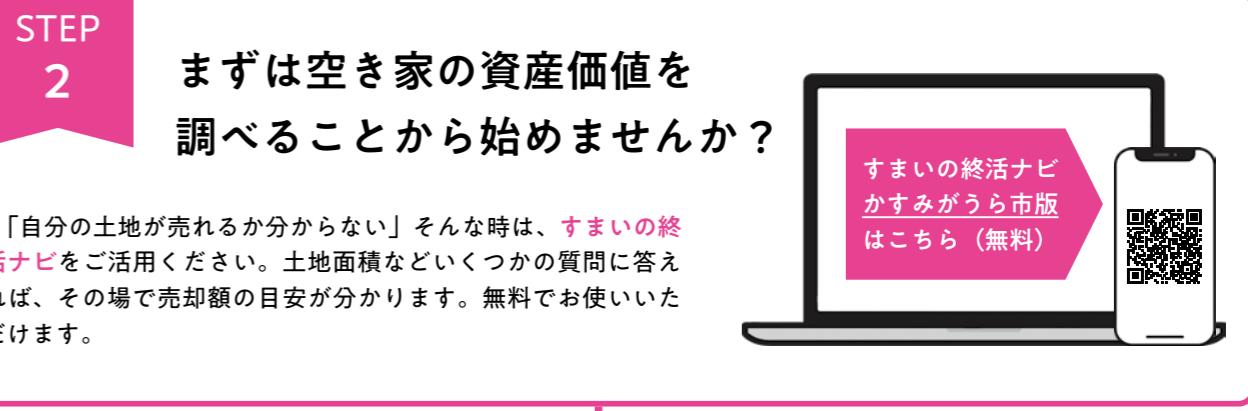
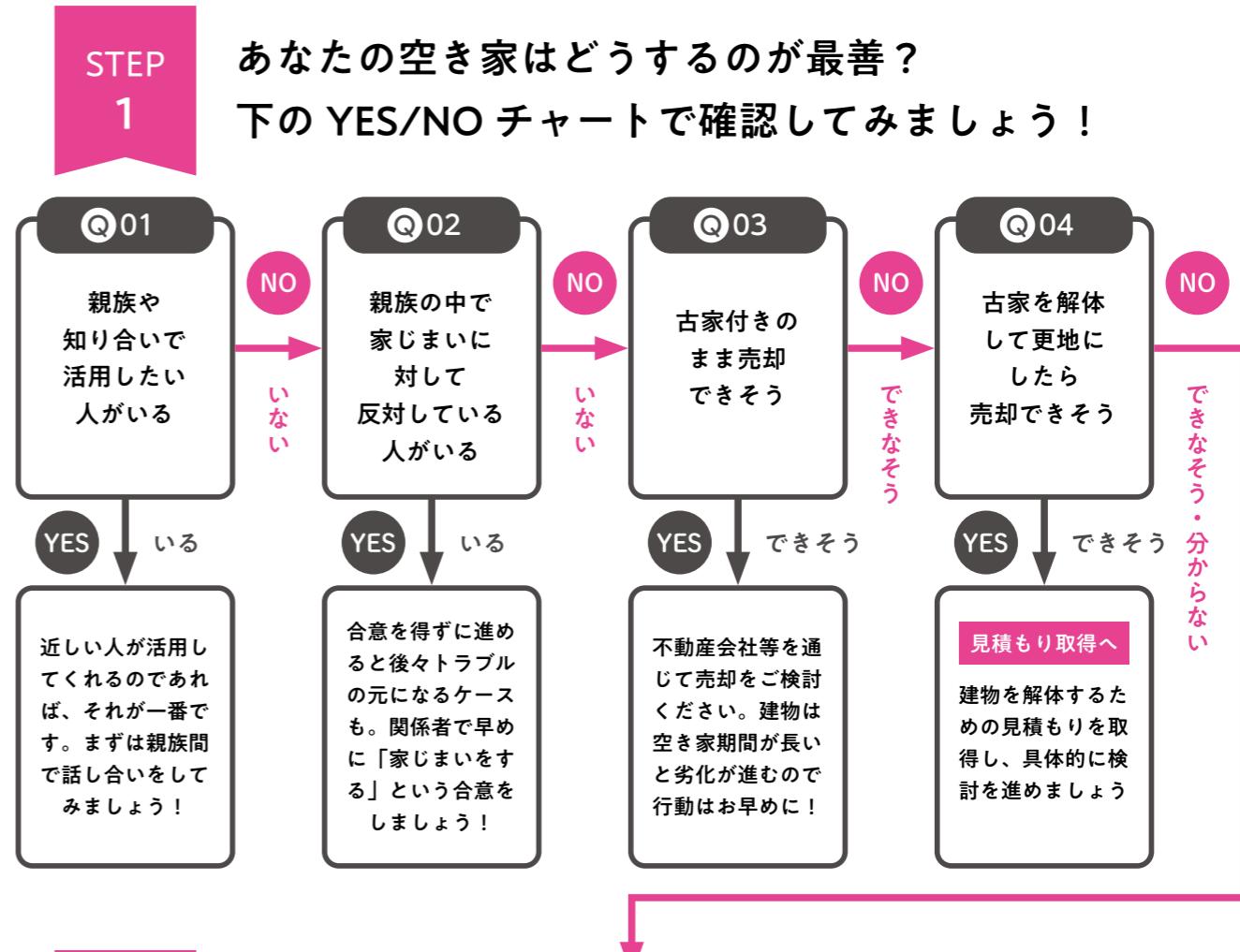
空き家の物件（空き地を除く）が空家等バンクに登録決定となった場合、奨励金として5万円が交付されます。

■空家等解体撤去補助金

老朽化した空家等の解体撤去経費の一部を補助します。（※要件あり）

→ 地域コミュニティ課（霞ヶ浦庁舎）

あなたの空き家はどうするのが最善？ 下のYES/NOチャートで確認してみましょう！



土地の資産価値が高い場合も低い場合もまずはご相談ください！



確定申告会場のお知らせ

問 土浦税務署 個人課税第一部門 ☎ 029-822-1100

土浦税務署では、所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を次のとおり開設します。

確定申告会場開設期間	確定申告会場	駐車場
令和8年2月16日㈪～3月16日㈫ (田日㈬除く) ※3月1日㈰は開場しています。	土浦税務署 土浦市城北町4番15号	つくば国際大学高校隣 土浦市真鍋1-1012-5

会場に来られる方へ

- 会場が昨年と異なりますのでご注意ください。
- 来場者用の駐車場の台数には限りがありますので、来場の際は公共交通機関をご利用ください。
- 確定申告会場の入場には、入場整理券が必要です。国税庁LINE公式アカウントを通じたオンラインでの事前発行がスムーズです。(LINE事前発行は、来場される日の概ね10日前から受付開始します。)



確定申告会場では、原則ご自身のスマートフォンを利用した申告体制としています。

マイナンバーカードを利用して申告する場合は、カード取得時に設定した2つのパスワード(①数字4桁、②英数字6～16文字)をあらかじめご用意ください。

※マイナンバーカードの有効期限が過ぎていると申告書の作成はできませんので、事前にマイナンバーカードの更新が必要です。

確定申告会場設置期間以外での相談をご検討の方へ

2月13日㈮以前に所得税(譲渡所得は除く)・個人消費税・贈与税(※)の申告相談をご希望される場合は、事前に相談日時を電話などでご予約いただく必要があります。ご予約のない場合、相談はできません。(※贈与税については、令和8年2月2日㈪以降、申告相談を受け付けています。)

なお、3月17日㈫～31日㈯までの期間に申告相談をご希望される場合についても、入場整理券を取得していただく必要があります。

有料広告欄

お知らせと情報

くらしのお知らせ

麻しん風しん混合ワクチン(MRワクチン)接種期間延長(無料)

令和6年1月以降、一部の麻しん風しん混合ワクチンにおいて、製造上の問題により供給が不足しています。



ワクチンの供給状況および十分な接種体制の確保が困難である状況を踏まえ、国は対象者を定め、接種期間の延長措置を設けることとしました。

対象者: 接種日に本市に住民登録があり、以下のいずれかに該当する方

第1期	令和4年4月2日から令和5年4月1日生まれで、2歳になる前日までに第1期の接種を受けられなかった方
第2期	平成30年4月2日から平成31年4月1日生まれで、令和7年3月31日までに第2期の接種を受けられなかった方
第5期	昭和37年4月2日から昭和54年4月1日生まれの男性で、令和7年3月31日までに抗体検査を実施した結果、風しんの抗体が不十分であった方 ※令和7年4月以降に、抗体検査を実施した方は対象外

接種期間: 令和9年3月31日まで

(2年間の延長措置)

※その他詳細は健康増進課までお問い合わせください。

問 健康増進課

市公式SNS 随時、情報発信中!



LINE



X (エックス)
Twitter



Facebook



YouTube

県南圏域都市計画区域マスタープランに関する公聴会開催のご案内

県では、都市の将来像を示す「都市計画区域マスタープラン」の作成にあたり、住民の皆さまからご意見をいただきため、下記のとおり公聴会を開催します。公聴会では、原案に対して、公述人として意見を述べることができます。申出者が多数の場合は、意見内容を考慮のうえ代表者を選定します。なお、公述の申出がない場合は、公聴会は開催されません。

日時: 令和8年1月21日㈫ 午前10時～

場所: 土浦合同庁舎 本庁舎 3階 第1会議室
(土浦市真鍋5-17-26)

申出方法: 公述申出期間内に公述申出書を提出してください。

【公述申出期間(原案閲覧可能期間)】

令和8年1月5日㈪～14日㈫ ※閉庁日を除く

※公述申出書の様式は閲覧場所および県都市計画課ホームページにあります。

【提出先】 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
〒310-8555 水戸市笠原町978-6

【原案の閲覧場所およびお問い合わせ先】

県: 土木部都市局都市計画課 ☎ 029-301-4592

市: 都市整備課(霞ヶ浦庁舎) ☎ 029-897-1111

火入れを行う際には申請が必要です

森林法第21条に規定する「火入れ」とは、法に基づく目的のため、森林または森林の周囲1キロメートルの範囲内にある原野、山岳、荒廃地、その他の土地にある立木竹、雑草、堆積物などを面的に焼却する行為のことをいいます。火入れを実施する際は、事前に許可が必要になります。許可を受けようとする方は、火入れを行おうとする期間の開始する日の7日前までに火入れ許可申請書を農林水産課まで提出してください。

【許可ができる火入れの目的】

①造林のための地ごしらえ ②開墾準備

③害虫駆除 ④焼畑 ⑤採草地の改良

問 農林水産課(霞ヶ浦庁舎)

有料広告欄



お知らせと情報

募集のお知らせ

意見公募を行います



さまざまな社会情勢の変化に伴い投票区の再編や投票所などの見直しを図るため「かすみがうら市投票区等再編計画」を策定します。計画の策定にあたり、多くの市民の皆さんからのご意見を募集します。
閲覧場所：※ホームページからも閲覧可能
 総務課（千代田庁舎）、情報広報課（霞ヶ浦庁舎）、会計課（市民窓口センター）
募集期間：令和8年1月5日㈪～23日㈮
提出方法：持参、郵送、FAX、電子メールのいずれか
 ※詳細は、ホームページをご覧ください。
□ 総務課（千代田庁舎）

野菜に最適な土づくりの講演会 参加者募集（参加費：無料）



土浦市・石岡市・かすみがうら市（オーガニック推進協議会）の共催で、野菜に最適な土づくりの講演会を開催します。ぜひご応募ください。
日時：令和8年2月5日㈫ 午後2時
 （開場：午後1時30分）
場所：クラフトシビックホール土浦（小ホール）
 （土浦市東真鍋町2-6）
定員：最大288人（定員に達し次第締め切り）
講師：農学博士 木嶋 利男氏
申込方法：電話、またはホームページから申し込み
申込期限：令和8年1月30日㈮
 ※詳細は市ホームページをご覧ください。
□ 農林水産課（霞ヶ浦庁舎）

旧陸海軍の史料収集のお知らせ

茨城郷土部隊史料保存会では、戦争に関する貴重な史料の散逸を防ぐとともに、収集・保存や展示を行うことによって後世に継承し、戦争の惨禍と平和の尊さを考える場を提供しています。旧陸海軍に関する史料をお持ちの方は、下記までご連絡ください。
□ 茨城郷土部隊史料保存会 ☎ 029-254-3520

新規甲種防火管理者資格取得講習会 受講者募集



学校、病院、工場、店舗、事業所、その他多数の方が出入りし、勤務し、または居住する一定規模以上の防火対象物は、防火管理者を定め、防火について管理するよう消防法令に定められています。消防本部では新規防火管理者資格取得講習会を下記の日程で開催します。
日程：令和8年2月4日㈫・5日㈬（2日間受講）
場所：千代田コミュニティセンター（旧志筑小学校）
定員：50人（定員に達し次第締め切り）
受講料：5,000円
申込方法：いばらき電子申請・届出サービス
受付開始：令和8年1月6日㈭ 午前8時30分～
□ 市消防本部予防課 ☎ 0299-59-0119



いばらき住宅リフォームセミナー 開催のお知らせ（参加費：無料／要予約）



住宅リフォームに関する「知って得する情報」の紹介やご自宅のお悩みに一級建築士がアドバイスします。
時間：各回 午後2時～4時
 （開場：午後1時30分）
申込：（一社）茨城県建築士事務所協会ホームページからお申し込みください。インターネットでのお申し込みが難しい場合には、問い合わせ先までご連絡下さい。

【第1回】

日程：令和8年1月22日㈫
場所：県建設技術研修センター2階
 （水戸市青柳町4193）



県建築士
事務所協会
ホームページ

【第2回】

日程：令和8年2月7日㈯
場所：ワーカーヒル土浦2階（土浦市木田余東台4-1-1）
 ※詳細・ご予約については、県住宅課ホームページまたは（一社）茨城県建築士事務所協会ホームページをご覧ください。
□ 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

●何らかの事情で市役所に来られない方は、「地域コンシェルジュ」がご自宅に伺います。☎ 029-883-0041

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、弁護士が無料でご相談に応じます。
 ▶1月8日㈫/午後1時
 下稻吉コミュニティセンター（旧 働く女性の家）
 ▶1月22日㈯/午後1時/霞ヶ浦庁舎
 ※1月5日㈪ 午前8時30分から予約開始
□ 社会福祉課 ☎ 0299-59-2111

なんでもかんでも相談（要予約）



人間関係や心の病、精神、障害年金、法律などの相談を、精神保健福祉士、社会福祉士、行政書士、司法書士などの相談員がお受けします。
受付時間：午後3時45分まで
 ▶1月17日㈰/午後1時30分～4時/やまゆり館
□ 市社会福祉協議会 ☎ 029-898-2527

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。
受付時間：午後1時30分～3時
 ▶1月14日㈮
 下稻吉コミュニティセンター（旧 働く女性の家）
 ▶1月28日㈯
 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

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、ヤングケアラーなどに関する相談をお受けします。
 ▶㈪～㈮（祝除く）/午前8時30分～午後5時
 市民窓口センター
□ 子育て支援課子ども未来室 ☎ 0299-59-2111

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。
 ▶1月7日㈫/午後1時～5時
 ▶1月28日㈯/午後1時～5時
 千代田コミュニティセンター（旧 志筑小学校）
□ 学校教育課 ☎ 0299-57-1061

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。
 ▶1月14日㈮/午後1時～4時
 下稻吉コミュニティセンター（旧 働く女性の家）
 ※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。
 ▶1月22日㈯/午後1時30分～3時30分
 やまゆり館
□ プルミエールひたち野 ☎ 0299-59-5611
 ▶1月30日㈮/午後1時30分～3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

コンビニや金融機関などに広報誌を設置
 コンビニ・金融機関などのご協力をいただき、
 広報誌を店内に設置しています。
 詳細は市ホームページをご覧ください。



有料広告欄

有料広告欄



くらしのお知らせ

2026年 January 1月

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

* 12月27日から1月4日は、千代田庁舎・霞ヶ浦庁舎・市民窓口センター・中央出張所・千代田出張所は閉庁となります。

* 1月12日は祝日のため、閉庁となります。

くらしの防災ガイド

住宅防火

4つの習慣



リチウムイオン電池による火災に注意 リチウムイオン電池内蔵製品を捨てるときは

事故を未然に防ぐため、極力電池切れになるまでご使用の上、電池の端子部分にテープを貼って絶縁処理してから出すようご協力をお願いします。また、膨張した電池・バッテリーは、可能であれば市の拠点回収や霞台クリーンセンターへ直接持ち込み（※別途手数料がかかります）をお願いします。

【ごみ集積所に出す場合】

▶リチウムイオン電池（乾電池等）の場合

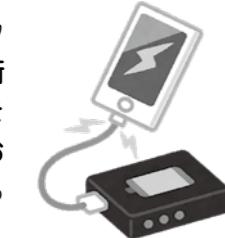
▶乾電池・水銀体温計の収集日

(A・C 地区：奇数月第1火曜日、B・D 地区：奇数月第1月曜日)

▶リチウムイオン電池内蔵機器の場合

▶カン・金属類の収集日

(A・C 地区：第1・3・5金曜日、B・D 地区：第1・3・5木曜日)



~ Information ~

窓口延長

市民窓口センター：平日午後7時まで（※除く）

▼業務対応窓口

市民課、税務課、国保年金課

窓口延長
業務一覧



納期限

12月25日	市・県民税4期 固定資産税3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
2月2日	国民健康保険税7期 後期高齢者医療保険料7期

* 今年度は1月31日が土曜日のため、2月2日が納期限となります。

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。

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。

問 税務課（市民窓口センター）



利用方法

消費生活ホットライン【見守り新鮮情報 第524号】

利用明細は必ず確認！

意図せぬリボ払いに注意



【相談事例】

数年前ショッピングモールで勧説されてクレジットカードを作った。利用明細はオンラインで確認するようだったが、スマホが苦手なので見ていかなかった。最近、クレジットカードを使っていないのに毎月一定額の引き落としがあることに気づいた。カード会社に問い合わせると「申し込み時からリボ払いになっており、残債が18万円ある」と言われた。リボ払いにした覚えはなく、手数料を支払いたくない。（60歳代）

【ひとこと助言】

●リボルビング払い（リボ払い）は、利用金額や回数にかかわらず、あらかじめ設定した一定の金額を毎月支払うクレジットカードの支払方法です。月々の支払額を一定に抑えることができますが、支払

いが長期化し手数料がかさむことがあります。

●特に、リボ専用カードや自動リボ設定されているカードは、利用の際に「一括払い」と告げても自動的にリボ払いになります。カード申込みの際は、よく確認しましょう。

●利用明細を確認することで、毎月の支払残高や支払額（手数料）などがいくらになるのかが分かるため、意図せぬリボ払いになっていたことに早く気づけます。利用明細は必ず毎月確認し、不明な点があれば、すぐにカード会社に連絡しましょう。

●困ったときは、お住まいの自治体の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



消費生活センター

○月～金 場所：霞ヶ浦庁舎

○土日祝：国民生活センター（☎ 188）で電話受付

問 市消費生活センター（霞ヶ浦庁舎）

水族館の
生き物紹介

こはん
まな
や

かすみがうら市水族館

ニジマスの魅力大解剖！！

○今日はニジマスの魅力を四つ紹介していきます。

①虹色の魚！？

幼いときは小判型の黒い斑点（パーマーク）を持ちますが、成長するにつれて消えていきます。頭部付近から尾部にかけて橙色の帯が横に伸びており、これを虹に見立てレンボートラウトと呼ばれています。ニジマスはこの種の訳語です。また成長の過程で海に降りる「降海型」はスチールヘッドトラウトと呼ばれています。



▲館内飼育のニジマス

②釣りの代名詞的存在！？

ニジマスは釣りでかなり有名な魚です。キャンプ場や釣り堀などのレジャー施設で、その姿を見ることができます。釣り堀にいるニジマスはかなり釣れやすく大人の方も童心に戻ること間違いなしです。

③かなりの美味！！

ニジマスは北アメリカ原産の魚で強い生命力、成長の速さから世界各地で養殖されてきました。日本もその一つで、食糧増産や養殖、釣りなどのレジャーと数多くの分野で活躍しています。食用としても有名で、ニジマスを丸々使った塩焼きは上品で臭みもなく、身もふわふわしていて美味しいです。

④ニジマスの特性

ニジマスの生活圏は二つあります。一つ目は一生を川や湖などの淡水域で過ごし、海には下らない陸封型で、最大で80cm以上になります。二つ目は生まれた川から海に出て成長し、産卵のために川に戻ってくる回遊魚の降海型です。日本で降海型の発見例はかなり珍しいため市場に出回ることも少ないようです。また、ニジマスは数回産卵しても生き残り翌年も産卵する個体もあります。

問 かすみがうら市水族館 ☎ 029-896-0722



防災行政無線、火災・事故発生情報をいつでもどこでも確認できます

火災・事故発生情報は、テレホンサービスやWEBページで、防災行政無線は市防災アプリでも内容を確認できます。放送内容を聞き逃してしまった時などにぜひご利用ください。

問 環境防災課（防災行政無線）・市消防本部（火災・事故発生情報）

防災行政無線放送内容



テレホンサービス：

☎ 0800-800-3674（通話料無料）

市防災アプリ

パックナンバー

火災・事故発生情報



テレホンサービス：

☎ 0299-59-1190

WEBページ

健康づくりナビ

～健康づくりコラム～

あなたは、毎日笑えていますか？

ある調査によると、子どもたちは一日およそ400回笑うのに対して大人はわずか11～15回しか笑わないそうです。

最近「笑うこと」が心身の健康において効果的ということが医学的にも実証されつつあり、病気の予防や治療においても注目を集めています。

笑うことで免疫力アップ↑

免疫機能は年齢とともに低下し、病気の発生率が高くなります。若くて健康な人の身体でも1日3000～5000個のがん細胞が発生していて、このがん細胞や体に入ったウイルスなどと戦っているのが、リンパ球の一種であるNK（ナチュラルキラー）細胞です。NK細胞を活性化させることができれば、免疫力機能のカギを握っています。NK細胞を強くするために、楽しく笑うだけではなく次に紹介する三つの方法もおすすめです。

～休日緊急診療当番医～ 1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】	
1日	菊地内科医院	029-821-3770	1日 淀縄医院 029-822-5615
2日	石井内科クリニック	029-841-6125	2日 野上病院 029-822-0145
3日	烏山診療所	029-843-0331	3日 県南病院 029-841-1148
4日	小原内科医院	029-821-1015	4日 野上病院 029-822-0145
11日	かすみファミリークリニック	029-828-8093	11日 伊野整形外科医院 029-821-6028
12日	あおき内科クリニック	029-825-8181	12日 県南病院 029-841-1148
18日	宮崎クリニック	029-830-6800	18日 神立病院 029-831-9711
25日	高野医院	029-841-0154	25日 松永医院 029-823-7771

石岡地区 診療時間 午前9時～正午

【小児科】		
1日、2日、3日、4日、11日、12日、18日、25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

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～ 1月  ◀自宅でできる体操をYouTubeで配信中 

場所	日時
下稻吉コミュニティセンター（旧 働く女性の家）	5日㈪、12日㈪㈬、19日㈪、26日㈪／午前10時
下大津コミュニティステーション	6日㈫、20日㈫、27日㈫／午後1時30分
千代田コミュニティセンター（旧 志筑小学校）	6日㈫、20日㈫、27日㈫／午前10時
大塚ふれあいセンター	5日㈪、12日㈪㈬、19日㈪、26日㈪／午後1時
やまゆり館	9日㈮、16日㈮、23日㈮／午前10時



笑顔がもたらす心身の健康効果

①適度な運動を週3回、出来れば毎日続ける

最も効果的な運動の目安は、少し速いと思えるくらいのスピードで、30分ぐらいのウォーキングをすることです。激しい運動は逆にマイナスです。

②自分的好きなことを見つけて熱中する

例えば、カラオケ好きな人が熱唱するとNK細胞が一気に活性化します。好きなことに打ち込む時の集中力がカギです。

③特に面白いことが無くても笑顔を心がける

NK細胞の働きが弱い人や基準値の人は、作り笑いを続けた後にNK細胞が活性化するという実験結果が出ています。

神経伝達物質ドーパミンは、口角を上げて笑顔の表情を作ることで表情筋の動きが脳に伝わり楽しいと感じる部分を刺激します。笑顔を作るだけで幸福感が得られ、健康効果も期待できます。

「いつも笑顔で」を合言葉に免疫力を上げましょう！



問 健康増進課
☎ 029-898-2312

かすみつ湖
kasumikko

子育て通信



子育てお悩み相談室

仕上げ歯磨きについてのお悩み

仕上げ磨きに対するお悩みは少なくありません。歯磨きをしないでいると汚れているお口に慣れてしまい、時間が経つほど歯磨きを好きにさせることが困難になります。また、保護者が気づかないうちにむし歯が進行している場合もあります。

①歯ブラシを見ただけで泣き叫んで逃げてしまう

「歯磨きしつけ絵本」などを使って「歯磨きは手を洗ったりお風呂に入るのと同じこと」とお子さんが気づくまで何度も何度も読んであげましょう。

②わざと磨かせてくれない

お気に入りの人形やキャラクター・ぬいぐるみを使って歯磨きしている姿を見せる。あるいは兄弟がいる場合はお手本になってもらいましょう。

③泣いて磨かせてくれない

「あっ猫！」「あっ雨だ！」など、思わず目を奪われるようなことを言うと一瞬泣き止むので、この瞬間にパッと磨いてしまいましょう。

④口を開けない

お子さんが口を開けるまで待つ。あるいは首やからだをくすぐる。口を開けた瞬間にササッと磨く。

⑤暴れて磨かせてくれない

どうしても歯磨きできない場合はガーゼなどで拭き取る。またどうしても歯磨きしなければならない場合は歯ブラシでお子さんの歯肉や粘膜を傷つけて

しまう危険があるので、お子さんの頭を両足にはさんで歯磨きするか、家族などの協力を得てからだをおさえて磨く。

⑥どうしても磨かせてくれない

なにをやってもダメな場合は歯磨きの代わりにフッ素スプレーなどを利用してみる。また、小児歯科でみてもらうこともおすすめします。

ケース別に紹介しましたが、少しでもできたら、たくさん褒めてあげましょう。また、お口の汚れを頑固にしないように甘味物・甘味飲料の取りすぎには注意しましょう。

問 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** ※1月5日㈰
予約開始



★ベビーマッサージ（無料）

日時：1月21日㈯ 午前10時～11時

対象：10組（生後2ヶ月～ハイハイ前までの赤ちゃんとその保護者）

講師：石濱 みち子（国際インファンタマッサージ協会 公認インストラクター）

※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。

※詳細は、かすみつ湖ホームページをご覧ください。

問 やまゆり館 ☎ 029-832-5601

乳幼児健診・教室カレンダー 1月

予定	日程	時間	予約	場所	問
4カ月児健診（令和7年9月生）	14日㈫	午前9時15分	要		
1歳児相談 (令和6年12月・令和7年1月生)	13日㈫	午後1時15分	要		
1歳6カ月児健診(令和6年6月生)	15日㈭	午後1時15分	要		
3歳児健診（令和4年9月生）	16日㈮	午後1時15分	要		
にこにこ教室（未満児）	8日㈫、22日㈫、29日㈫	午前10時	要		
にこにこ教室（5・6歳）	7日㈫	午後2時	要		
にこにこ教室（個別）	9日㈮、19日㈯、20日㈰、 26日㈯、27日㈰、30日㈮	午前9時30分	要		

かすみがうら
ウェルネス
プラザ

健康
増進課

子育て相談カレンダー 1月

予定	日程	時間	予約	場所	問
子育て相談	13日㈯、 27日㈰	①午前9時30分 ②午後1時30分	1月5日㈰ 午前9時30分から	やまゆり館	やまゆり館
育児相談	15日㈭	午前9時30分	要	かすみがうら ウェルカムベビーフラス	健康増進課
ウェルカムベビーフラス	18日㈰	午前9時30分	要		

健康増進課

2025
12

まちのわだい | MY TOWN TOPICS

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。

情報広報課（霞ヶ浦庁舎）



永年の労と功績をたたえ表彰

永年にわたり、市政の発展にご尽力をいただきました9人の皆さんに表彰(功労表彰)を行いました。11月7日、千代田庁舎で開催した表彰式には、3人が出席されました。受彰者を代表して古渡義孝さんから「受彰者一同、身に余る光栄であり、感謝申し上げます。本日の表彰を大きな励みとして、今後とも市政発展のために尽くして参ります」と感謝の言葉が述べられました。

受彰者	功績
おしの ひろし 押野 浩	情報公開・個人情報保護審査会委員
こわたり よしたか 古渡 義孝	いじめ事案再調査委員会委員
みねよし つとむ 峯吉 勉	統計調査員
みやもと みつお 宮本 三雄	統計調査員
こすげ けん 小菅 建	統計調査員
やまぐち ちゅうじ 山口 忠治	統計調査員
くわばた しゅうじ 久保田 修二	統計調査員
わたなべ けん 渡邊 健	統計調査員
さとう としひる 佐藤 俊治	統計調査員

(順不同・敬称略)



古渡さん（左）・峰吉さん（中央）・押野さん（右）



受彰者代表謝辞



10月12日千代田コミュニティセンターでの様子



地域ミーティングを開催しました

10月11日・12日・25日の3日間、市民の皆さんと市長が直接対話できる「地域ミーティング」を市内4会場で開催しました。参加者の方からは「将来にむけての市公共施設の状況を知ることができ、大変参考になった」などの声がありました。また、市民の皆さんのが日頃感じていることを直接聴かせていただき、貴重な時間となりました。市では、今回いただいたご意見・ご提案を将来に向けた市政運営に生かしていきます。



ふれあい生涯学習フェアを開催しました

11月15日・16日に千代田コミュニティセンターでふれあい生涯学習フェア2025を開催しました。市内活動団体などによるステージ発表・啓発活動・体験教室・販売・展示などが行われ、多くの人が賑わいました。



自衛官募集相談員委嘱状交付式

10月29日、自衛官募集相談員の委嘱状交付式を行いました。委嘱期間は令和9年3月31日まで、宮嶋市長および栗秋自衛隊茨城地方協力本部長から委嘱状が手渡されました。相談員となった酒井賢治さんは、再任で4期目の活動となり、本市では今年度9名の自衛官志願者があったとのことです。酒井相談員には、引き続き情報提供、自衛隊茨城地方協力本部の行う広報活動の援助、支援を行っていただきます。



酒井 賢治さん



市内学校給食の食材として JA水郷つくばから「れんこん」無償提供

11月10日、JA水郷つくばから、地元で栽培しているれんこんが無償提供されました。旬の味覚であるれんこんは市内小・中・義務教育学校に学校給食用として届けられ、11～12月の献立で約500kgを使用しました。また、11月21日には千代田義務教育学校の4年生を対象に、JA水郷つくばの職員がれんこんの栽培方法や料理方法について出前授業を実施しました。児童にとって、地元の食材を深く知る貴重な時間となりました。





かすみつ湖ハッピースマイル



千葉瑞葵くん（3歳）

いろんな踏切
見に行こうね！



磯部紗夏ちゃん（5ヶ月）

すくすく元気
いっぱいに育ってね！



市川泉ちゃん（3ヶ月）

元気いっぱいに
育ってね。

お子さんの写真を掲載してみませんか？

問 情報広報課（霞ヶ浦庁舎）

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 第18回かすみがうら祭に 参加したよ！



11月3日にかすみがうら市の秋の一大イベント「かすみがうら祭」に参加したよ！

うにやはステージに出演する人たちを観客席から応援♪

こども広場では「ミニSL」を見学してきたよ！
うにやは乗れなくて残念だったけど、みんな、とっても楽しそうだったよ！



祭の最後は「上棟式」を見学！大人から子どもまで、たくさんの人が集まっていたよ！お土産いっぱいで、みんな楽しい一日になったみたい♪



人口と世帯数 令和7年12月1日現在



人口 (-15) 男性 39,474人 (-11) 女性 20,143人 (-4) 19,331人



世帯数 (33) ※()前月比 18,632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！いつでもどこでも
「広報かすみがうら」デジタルブック



対応言語：日本語、英語、中国繁体字、中国簡体字、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

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 ↑



■発行日／令和7年12月20日 ■発行／かすみがうら市
■編集／情報広報課（霞ヶ浦庁舎）
〒300-0192茨城県かすみがうら市大和田562
☎ 029-897-1111 / 0299-59-2111 FAX 029-897-1478
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