



PHOTO | 第21回 市民マラソン大会

やったね！親子でつかんだ一等賞

TOPICS P2-4 スクールインフォメーション
P6 出張所の取扱業務を一部変更します
P8-12 お知らせと情報
P18-19 まちのわだい
【別冊】令和8年度 健康カレンダー

スクールインフォメーション

令和7年度、スポーツや文化面、学習面などさまざまな分野における大会やコンクールで優れた成績を取めた児童・生徒を紹介します。(敬称略)

霞ヶ浦南小

6年 嶋田 咲絢



【ハンドボール】
茨城選抜チーム選出

第10回 関東小学生選抜
ハンドボール大会 優勝

2年 久保田 心陽



【競泳】
女子50メートル背泳ぎ小学校1・2年

北関東水泳競技大会
第3位

2年 沼田 明香里



【空手】
2年生女子形

第25回 全日本少年少女
空手道選手権大会 出場

下稲吉小

6年 ナミマツ メリサ



【メッセージ】
小学校高学年部門

令和7年度 茨城県
「人権メッセージ」最優秀賞

6年 高田 留妃



【ハンドボール】
茨城選抜チーム選出

第10回 関東小学生選抜
ハンドボール大会 優勝

5年 藤本 龍聖



【競泳】
男子50メートル自由形

第48回 全国JOCジュニア
オリンピックカップ夏季水泳
競技大会 出場

霞ヶ浦中

9年 鹿内 彩羽



【剣道】
女子個人戦

第50回 関東中学校
剣道大会 出場

9年 菅谷 理月



【陸上】
共通男子四種競技

第53回 関東中学校
陸上競技大会 出場

9年 立花 暖絆



【軟式野球】
茨城選抜チーム選出

第23回 全国中学生都道府県
対抗野球大会 出場

9年 中根 慧



【軟式野球】
茨城県南選抜チーム選出

第51回 関東近県中学生
選抜野球大会 優勝

9年 鈴木 莉貴



【軟式野球】
茨城県南選抜チーム選出

第51回 関東近県中学生
選抜野球大会 優勝

9年 山本 朱莉



【バレーボール】
茨城選抜チーム選出

JOCジュニアオリンピックカップ
第39回 全国都道府県対抗中学
バレーボール大会 出場

8年 中村 真斗



【ボウリング】

第51回 全日本ダブルス
ボウリング選手権大会 第5位入賞

7年 吉田 瑛南



【競泳】
女子50メートル自由形・
女子100メートル自由形

第49回 関東中学校
水泳競技大会 第3位

女子
剣道部

【剣道】女子団体戦

第50回 関東中学校
剣道大会 出場



千代田義務教育学校

9年 宮本 蓮太郎



【ハンドボール】
茨城選抜チーム選出

第34回 関東中学生選抜
ハンドボール大会 兼
第34回 U-15 ジュニア
セレクトカップ
ハンドボール大会
関東地区予選会 準優勝

9年 瀬古澤 奏祐



【ハンドボール】
茨城選抜チーム選出

第34回 関東中学生選抜
ハンドボール大会 兼
第34回 U-15 ジュニア
セレクトカップ
ハンドボール大会
関東地区予選会 準優勝

9年 佐谷戸 友海



【空手】
中学生女子（組手）

カラテドリームフェスティバル
2025 全国大会 出場

6年 押野 平



【ハンドボール】
茨城選抜チーム選出

第10回 関東小学生選抜
ハンドボール大会 優勝

6年 長岡 侑愛



【ハンドボール】
茨城選抜チーム選出

第10回 関東小学生選抜
ハンドボール大会 優勝

6年 小松崎 歩夢



【ハンドボール】
茨城選抜チーム選出

第10回 関東小学生選抜
ハンドボール大会 優勝

6年 豊崎 仁



【ハンドボール】
茨城選抜チーム選出

第10回 関東小学生選抜
ハンドボール大会 優勝

6年 武田 謙吾



【ハンドボール】
茨城選抜チーム選出

第10回 関東小学生選抜
ハンドボール大会 優勝

下稻吉中

【ハンドボール】
茨城選抜チーム選出

第34回 関東中学生選抜
ハンドボール大会 兼
第34回 U-15 ジュニア
セレクトカップ
ハンドボール大会
関東地区予選会 第3位

9年 弥陀 杏珠



地域活動支援センター I型・II型の事業 を委託により実施します

障害者の地域生活支援の促進を図ることを目的に、本市では地域活動支援センターI型・II型の事業を委託により実施します。

地域活動支援センター（I型）・生活訓練事業

主に精神障害のある方を対象に、創作活動や生産活動の場を提供したり、社会との交流の機会を提供しています。「毎日通うのは難しいけれど、自分のペースで過ごせる場所が欲しい」「日常の困りごとや福祉サービスについて相談したい」という方が登録して、利用できます。交通手段のない方は、個別送迎も行いますのでご相談ください。



委託先	場所	開所日時
地域活動支援センター ほびき園	かすみがうら市牛渡 5513-1 連絡先：029-898-3661 個別送迎：要相談	週4日 午前9時～午後5時 (月・火・水・金)
生活訓練事業 ほびき園 土浦サテライト	土浦市港町 1-1-7 服部ビル6階 連絡先：029-823-3240 個別送迎：要相談	週4日 午前9時～午後5時 (日・水・木・土)

地域活動支援センター（II型）



障害のある方が体調に合わせて喫茶店のホール業務や軽作業を行い、社会との交流や日中の居場所づくりを通じて、地域での孤立や引きこもりを防ぐ役割を担っています。体調に合わせた仕事と交流を提供し、孤立を防ぐ「地域の居場所」として、喫茶や軽作業を通じた障害者の社会参加を支援しています。交通手段のない方は、個別送迎も行いますのでご相談ください。

委託先	場所	開所日時
地域活動支援センター けやきの家	石岡市柿岡 5680 番地 1 連絡先：0299-44-1891 個別送迎：要相談	作業 週4日 午前9時～午後3時30分 (月・火・水・金) 喫茶店 週5日 午前11時～午後2時30分 (月・火・水・木・金)

新年度 出張所の取扱業務を一部変更します



4月1日頃から中央出張所および千代田出張所で取り扱いする業務内容が一部変更となります。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどお願いします。

☎ 市民課（市民窓口センター）



	令和7年度	令和8年度
中央出張所 (下稻吉コミュニティセンター 旧 働く女性の家)	<ul style="list-style-type: none"> ●住民票、印鑑登録証明書等の交付 ●税証明書の交付 ●委任業務（一部） ●収納業務〔派出所〕 	<ul style="list-style-type: none"> ●市民窓口センターを案内 ●地域コンシェルジュによる連絡取り次ぎ
千代田出張所 (千代田コミュニティセンター 旧 志筑小学校)	<ul style="list-style-type: none"> ●住民異動届（転入、転出等） ●マイナンバーカード申請、交付等 ●戸籍の証明書の交付 ●住民票、印鑑登録証明書等の交付 ●税証明書の交付 ●委任業務 ●収納業務 	<ul style="list-style-type: none"> ●戸籍の証明書の交付 ●住民票、印鑑登録証明書等の交付 ●税証明書の交付 ●委任業務 ●収納業務

変更点

●中央出張所

住民票、印鑑登録証明書、税証明書等の交付と一部の委任業務、銀行派出所による収納業務を取りやめます。

●千代田出張所

転入・転出などの住民異動届、マイナンバーカードに関する業務を取りやめます。
※戸籍証明書、住民票、印鑑登録証明書、税証明書等の交付、収納業務等は引き続き取り扱いします。



4月～8月分の上水道基本料金を減免します

物価高騰などによる家計への経済的負担が増す中、市民や事業者の負担を軽減するため、重点支援地方交付金を活用し、上水道料金の基本料金を減免します。

【対象】 かすみがうら市の上水道の使用者
【期間】 4月～8月（5カ月間）

【料金の確認方法】

- 検針票には、減免前の金額が記載されます。減免後の金額を反映した検針票が必要な方は、上下水道お客様センターへお問い合わせください。
- 減免後の領収書は、再来月の検針日に発行します。再来月まで待てない方は、収納確認後に、納付済証明書（有料：200円）の取得により減免後の水道料金を確認できます。

減免のイメージ（使用水量 25m³の場合）

水道料金		減免前	減免後
基本料金	基本水量 0m ³	1,650円	0円
超過料金	【1～10m ³ 】 49.5円×10m ³	495円	495円
	【11～25m ³ 】 209円×15m ³	3,135円	3,135円
メータ使用料	口径 20mm	110円	110円
合計額		5,390円	3,740円

❖詐欺などにご注意ください❖

- ▶この減免に対する手続きは必要ありません。
- ▶減免手続きをするために、市役所や上下水道お客様センターから電話や職員が訪問をすることはありません。また、銀行やコンビニのATMへ誘導することはありません。

☎ 上下水道課上下水道お客様センター
☎ 029-897-2300

コミュニティ・スクール がスタートしました! (学校運営協議会制度)

市は、今年度市内すべての学校をコミュニティ・スクールに指定し、中学校区ごとに「学校運営協議会」を設置しました。学校運営協議会とは、地域や保護者の代表である委員が学校と目標や課題を共有し、学校運営について協議する組織です。そこでの協議内容をもとに、地域の皆さまのご協力を得ながら教育活動や環境づくりなどを進めていきます。子どもたちの学びを支えることが、地域のつながりや活力を高めることにつながります。学校を中心とした地域づくりを進めていくため、皆さまのご理解とご支援をお願いします。

霞ヶ浦中学校区



下稻吉中学校区



千代田義務教育学校区



☎ 生涯学習課（千代田コミュニティセンター）

令和7年度 コミュニティ助成事業活用事例

❖「コミュニティ助成事業」とは❖

コミュニティ助成事業とは、一般財団法人 自治総合センターが宝くじの受託事業収入を財源として、コミュニティ活動に必要な施設や備品を整備するために助成しているものです。

防災倉庫などを整備

岩坪自主防災組織は、防災機関紙『岩坪防災だより』を毎月発行し、地元消防団と連携しながら初期消火訓練を定期的に開催しています。

今回、宝くじの助成金で防災倉庫などが整備され、ますます活発な活動が可能となりました。同組織代表の根崎 弥さんは「希薄化しつつある昨今のご近所付き合いを本活動を通して改善し、万が一災害が発生しても助け合って対処できる体制を整えていきたい」と語りました。

☎ 環境防災課（千代田庁舎）



初期消火訓練の様子

整備された防災倉庫と備品





お知らせと情報

くらしのお知らせ

自転車用ヘルメットの購入費用を補助します

環境防災課(千代田庁舎)

令和5年4月から自転車利用者のヘルメット着用が努力義務化されたことに伴い、ヘルメット着用の促進と交通事故による被害の軽減を図るため、購入費用を補助します。

対象となるヘルメット:

SGマークなどの安全基準に適合することを認証した表示されている新品のヘルメット(工事用、バイク用などは対象外)

補助対象者: 以下の要件をすべて満たす方

- ▶ 市内に居住し、本市に住民登録されている
- ▶ 市税を滞納していない
- ▶ 暴力団等でない
- ▶ 国やほかの地方公共団体から補助を受けていない

補助対象経費:

- ▶ 自転車利用者1人につき、自転車用ヘルメット1個分の購入費用
- ▶ 補助額・補助対象経費の2分の1(上限2,000円)
- ※令和8年4月1日以降に購入したヘルメットが対象となります。

提出書類:

- ・補助金交付申請書
- ・内訳が分かる領収書の写し
- ・安全基準に適合することを認証を受けていることが分かるもの
- ・誓約書
- ・申請者名義の振込先口座が分かるもの

国民年金保険料の学生納付特例制度

国保年金課(市民窓口センター)

学生納付特例制度は、本人の前年度の所得が一定以下の学生が対象で、将来老齢基礎年金を受け取ることができなくなることや、不慮の事故などにより障害が残ってしまった場合に、障害基礎年金を受け取ることができなくなること防止するため、申請により国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

所得基準: 申請者本人の所得のみで判定します。
128万円 + 扶養親族数の数 × 38万円 + 社会保険料控除等

申請受付: 令和8年度(令和8年4月から令和9年3月分)の申請は4月1日頃から行うことができます。また、この期間に20歳になられた方は、20歳の誕生日の前日から申請できます。

申請に必要なもの:

- 1 在学証明書原本または学生証(裏面に有効期限、学年、入学年月日の記載がある場合は裏面も含む)の写し
 - 2 本人確認ができるもの(運転免許証、マイナンバーカードなど)
- ※同居の家族が申請する場合は、その家族本人を確認できるもの(運転免許証、マイナンバーカードなど)

申請場所: 国保年金課(市民窓口センター)
霞ヶ浦窓口センター(霞ヶ浦庁舎)

令和7年度に学生納付特例が承認された方で、令和8年4月以降も同じ学校に在学予定の方

▶ 令和8年4月ごろに日本年金機構から送付される、ハガキ形式の申請書に必要事項を記入の上、返送してください。(令和7年度の申請時期によっては、ハガキが送付されない場合もあります)

令和8年4月から在学される学校に変更のある方

▶ ハガキ形式の申請書で申請することはできません。改めて申請に必要なものを持参の上、申請場所にて申請してください。



農地転用の際は農地転用許可が必要です

農地を農地以外のものにする場合(農地転用)には、農地法における農地転用許可を受けてください。許可を受けずに無断で農地を転用した場合や転用許可に係る事業計画どおりに転用していない場合は違反転用となり、工事の中止や原状回復などの命令がされる場合があります。

違反転用、原状回復命令違反については、個人にあっては3年以下の拘禁刑または300万円以下の罰金、法人にあっては1億円以下の罰金という罰則があります(農地法第64条、67条)。

農業者委員会事務局(霞ヶ浦庁舎)

かすみエール生活応援商品券を発行します



市民の皆さんの家計を支援し、市内の消費喚起および経済下支えを目的として「かすみエール生活応援商品券」を発行します。

配布金額: 5,000円(1冊)

商品券内容: 1冊10枚綴り 500円券 × 10枚

商品券使用期限: 5月1日(土) ~ 10月31日(日)

配布対象者:

2月1日基準で市の住民基本台帳に登録されている対象者に対して、商品券を3月下旬から送付予定(送付は世帯主単位)

配布冊数: 1名あたり1冊

商品券の取扱店: 市内で営む店舗・事業所

❖かすみエール生活応援商品券取扱店を募集中!❖

※取扱店登録には事前申請が必要です。

商工観光課(霞ヶ浦庁舎)

市公式 SNS 随時、情報発信中!



LINE



X (エックス)



Facebook



YouTube

令和8年度第1子の保育料無償化を行います



エネルギー・食料品価格などの物価高騰の影響を受けている子育て世帯を支援するため、国の「物価高騰対応重点支援地方創生臨時交付金」を活用し、世帯内における第1



子の子ども(0歳児~2歳児)の令和8年4月分から令和9年3月分までの保育料を無償化します。*教材費・延長保育料などの実費負担分についてはこれまでどおり負担が発生します。

*第2子以降の保育料はこれまでどおり無料です。

*詳細は市ホームページをご覧ください。

子育て支援課(市民窓口センター)

令和8年4月から子ども誰でも通園制度が始まります



保育所などを利用していないこどもが、保護者の就労要件を問わず月10時間まで保育施設などを利用できる新たな制度です。家庭では得られない経験を通して、こどもの育ちを応援することが目的です。



対象者: 保育所などを利用していない0歳6か月から満3歳未満のこども

利用可能時間: 月10時間

実施予定施設: わかぐり保育所(下稲吉519-2)

※今後、利用できる施設が増えた場合には、ホームページでお知らせします。

利用開始時期: 4月1日から

利用申し込み:

まずは、市に認定申請を行い認定を受ける必要があります。申請の方法などの詳細は、子育て支援課までご連絡ください。認定後、利用希望施設において事前面談を行います。

利用料: 利用施設により異なります。

※詳細は、市ホームページをご確認ください。

子育て支援課(市民窓口センター)

有料広告欄

有料広告欄



お知らせと情報

暮らしのお知らせ

住宅リフォーム資金補助金



市内の施工業者を利用して個人住宅のリフォーム（改修・改築）を行う方に、工事費（消費税抜き）の10%（上限10万円）を助成します。



受付開始：5月1日（前・後期を分けず受付）
※予算の上限に達し次第、受付を終了します。（受付状況はホームページでお知らせします。）

※必ず着工前に申請をしてください。申請前に着工した場合は、補助金交付の対象となりません。

※年度内に工事を完了し、実績報告をしてください。

※詳細は、ホームページをご覧ください。

☎ 商工観光課（霞ヶ浦庁舎）

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ートフォンにインストールしておくと、防災行政無線の内容などが確認できます。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



☎ 情報広報課（霞ヶ浦庁舎）

文化施設を「オンライン」で予約できます！

※詳細は、ホームページをご覧ください。

かすみがうら市 施設予約



募集のお知らせ

中学・義務教育9年生、高校生の方へのご案内
かすみがうら市リーダーズ高校生会新会員募集

- ▶ いろんな学校の仲間と活動したい！
- ▶ 自分たちで楽しい企画をしてみたい！
- ▶ ボランティア活動に興味がある！
- ▶ 地域のために活動したい！

1つでも当てはまった方、
高校生会に入りませんか？

市リーダーズ高校生会では、現在会員を募集しています。入会を希望される方は、いばらき電子申請・届出サービスからお申し込みください。

また、興味はあるけれど入会に迷っているという方は見学もできますので、ぜひお気軽にご連絡ください。

高校生会活動の詳細は市ホームページからご覧いただけます。

☎ 生涯学習課



電子申請



市HP

河川愛護モニターの募集



豊かな湖へ 安らかな湖へ 清らかな湖へ

国土交通省は、河川をやさしく見守る河川愛護モニターを募集します。

期間：令和8年7月1日～令和10年6月30日

応募資格：当事務所で管理する霞ヶ浦、北浦、常陸利根川、鰐川、横利根川に月数回赴くことのできる満20歳以上の方

応募期間：4月1日（日）～5月15日（日）（午後5時必着）

※詳細は霞ヶ浦河川事務所ホームページをご覧ください。

※応募者の個人情報は、当目的以外には使用しません。また、選考終了後の情報の処分は厳重に行います。

☎ 国土交通省霞ヶ浦河川事務所 占用調整課（河川愛護モニター担当）

☎ 0299-63-2419 FAX 0299-63-2430



総合健診

WEB予約：24時間予約可能▶
（初日は9：00から予約開始）



電話予約（9：00～17：00）：
健診予約センター ☎0570-077-150

日程	会場	WEB予約	電話予約	受付時間	内容	
5月21日（日）	かすみがうら ウエルネスプラザ	4月3日（日） ～8日（日）	4月6日（日） ～8日（日）	① 8：00 ② 8：30 ③ 9：00 ④ 9：30 ⑤ 10：00 ⑥ 10：30 ⑦ 11：00 ⑧ 11：30	【健康診査】 特定健診 後期高齢者健診 成人健診 【がん検診】 胃がん 腹部超音波 大腸がん 胸部レントゲン 前立腺がん 肝炎ウイルス	
5月22日（日）						
★5月25日（日）						
6月28日（日）						
6月30日（日）						
9月15日（日）						
9月16日（日）		7月17日（日） ～24日（日）	7月22日（日） ～24日（日）			7月22日（日） ～24日（日）
★9月17日（日）						
12月17日（日）						
12月18日（日）						
12月21日（日）						
12月21日（日）						
12月17日（日）	10月9日（日） ～16日（日）	10月15日（日） ・16日（日）	10月15日（日） ・16日（日）			
12月18日（日）						
12月21日（日）						
12月18日（日）						
12月21日（日）						
12月21日（日）						

★…胃がん検診なし

地区健診

WEB予約：24時間予約可能▶
（初日は9：00から予約開始）



電話予約（9：00～17：00）：
健診予約センター ☎0570-077-150

日程	会場	WEB予約	電話予約	受付時間	内容
6月29日（日）	かすみがうら ウエルネスプラザ	4月3日（日） ～8日（日）	4月6日（日） ～8日（日）	① 9：30 ② 10：00 ③ 10：30 ④ 11：00 ⑤ 13：00 ⑥ 13：30 ⑦ 14：00 ⑧ 14：30	【健康診査】 特定健診 後期高齢者健診 成人健診 【がん検診】 大腸がん 胸部レントゲン 前立腺がん 肝炎ウイルス 胃がんリスク検診
8月29日（日）					
8月31日（日）					
10月5日（日）	千代田 コミュニティセンター （旧志筑小）	8月10日（日） ～19日（日）	8月18日（日） ・19日（日）		
10月6日（日）					
11月2日（日）	やまゆり館	9月11日（日） ～18日（日）	9月17日（日） ・18日（日）		
11月4日（日）					
12月9日（日）	かすみがうら ウエルネスプラザ	10月9日（日） ～16日（日）	10月15日（日） ・16日（日）		
12月10日（日）					
12月11日（日）					
1月22日（日）					
1月23日（日）					
1月23日（日）					

歯科健康診査・歯っピースマイル検診

会場：かすみがうらウエルネスプラザ

予約：市保健センター ☎029-898-2312（電話予約のみ）

日程	電話予約（平日 8:30～17:15）	受付時間
7月2日（日）	6月2日（日）～12日（日）	9：00～10：30 ／13：00～14：30
10月31日（日）	9月24日（日）～10月5日（日）	
12月3日（日）	10月27日（日）～11月6日（日）	

【歯科健康診査】

対象：市内在住で15歳以上の方

【歯っピースマイル検診】

対象：市内在住で0～15歳までの方

※母子健康手帳・筆記用具をお持ちください。検診費は無料です。

有料広告欄

婦人科検診

WEB 予約：24 時間予約可能▶
(初日は 9:00 から予約開始)



電話予約 (9:00 ~ 17:00):
健診予約センター ☎ 0570-077-150

検診日	会場	受付時間	WEB 予約	電話予約
7月24日 金	かすみがうら ウエルネスプラザ	① 10:00 ~ 10:10	5月1日 金 ~ 9日 土	5月8日 金 ・9日 土
7月25日 土		② 10:20 ~ 10:30		
10月29日 金		③ 12:30 ~ 12:40		
10月30日 金		④ 13:00 ~ 13:10	9月11日 金 ~ 18日 金	9月17日 金 ・18日 土
10月31日 土		⑤ 13:30 ~ 13:40		
		⑥ 14:00 ~ 14:10		

【検診項目別実施日程】

▶子宮がん：全日程 午後のみ ▶乳がん：全日程 ▶骨粗しょう症：7月24日 金・25日 土・10月30日 金

【検診項目別詳細】

	種類	対象者 (年度年齢)	内容	個人負担金
集 団	子宮がん検診	20 歳~	子宮頸部細胞診	1,500 円
	乳がん検診	30 歳~ 56 歳	超音波 (エコー)	1,000 円
		40 歳~ 48 歳 ★	マンモグラフィ 2 方向 (X 線)	1,000 円
		50 歳~ ★	マンモグラフィ 1 方向 (X 線)	500 円
	骨粗しょう症検診	19 歳~ 70 歳	超音波 (かかとで測定)	500 円
医 療 機 関	子宮がん検診	20 歳~	子宮頸部細胞診	2,000 円
	乳がん検診	20 歳~	超音波 (エコー)	1,300 円
		40 歳~ 48 歳 ★	マンモグラフィ 2 方向 (X 線)	1,500 円
	50 歳~ ★	マンモグラフィ 1 方向 (X 線)	1,000 円	

★マンモグラフィは偶数年齢の方が対象となります。※年度年齢は、令和 9 年 3 月 31 日現在の年齢となります。

子宮がん・乳がんの医療機関検診

※医療機関検診の受診には受診券が必要です。受診券の申請手続きを行ってください。

① 検診協力医療機関を予約する

② 申請手続きを行う

【窓口申請】

▶市保健センター ▶市民窓口センター

▶霞ヶ浦窓口センター (霞ヶ浦庁舎)

▶千代田コミュニティセンター (旧 志筑小学校)

※健康保険資格の分かるもの (資格確認書など) をお持ちください。

【電子申請】 (右の二次元コードから)

予約日の 2 週間前までに申し込み▶



③ 受診券・検診票 (乳がん検診)・健康保険資格の分かるもの (診察の結果医療が必要な場合に使用)・自己負担金を持参して受診

※子宮がん・乳がん検診協力医療機関については、市ホームページをご覧ください。

※受診券の有効期限は発行日から 2 カ月です。有効期限が過ぎてしまった場合には、既に発行した受診券を持参し、窓口にて再申請してください。

令和 8 年度の申請受付期間 (再申請を含む)

▶令和 8 年 4 月 1 日~令和 9 年 2 月 26 日まで

◎乳がん検診の注意事項

次に該当する方はマンモグラフィ (X 線) 検査が受けられません。

- ① ペースメーカーまたは ICD (埋め込み型除細動器)・カテーテル・V-P シェントなどの手術を受けている方
- ② 乳房再建術または豊胸手術を受けている方
- ③ 1 年以内に胸部付近の手術をされた方
- ④ 妊娠中や授乳中の方

母子保健事業のご案内

母子健康手帳の交付

母子健康手帳は妊娠の経過や出生後のお子さんの発育や発達、予防接種などを記録・管理するための大切な手帳です。医療機関で妊娠の確定診断を受けたら、速やかに「妊娠届出書」を提出してください。母子健康手帳の交付には 40 分~50 分程度の時間を要します。

届出先：市保健センター (かすみがうらウエルネスプラザ内)

持ち物：市ホームページでご確認ください

受診票の交付：妊婦健康診査票 (1~14 回)、産婦健康診査票 (2 週間、1 カ月)、新生児聴覚検査受診票、乳児健康診査受診票 (生後 27 日~6 週未満、生後 3~6 カ月、生後 9~11 カ月)

※これらの受診票の公費助成額を超えた場合は自己負担となります。県外の医療機関で受診される場合は償還払いを行います。

市ホーム
ページ



妊婦のための支援給付事業

すべての妊婦が安心して出産・子育てができるよう、面談を通じて情報提供や相談等を行う妊婦等包括支援事業と経済的支援を行う妊婦支援給付金を合わせて実施していきます。妊婦支援給付金は妊娠届出時に 5 万円、赤ちゃん訪問後に妊娠していた胎児の数×5 万円を支給します。対象者、申請などについての詳細は市ホームページをご確認ください。

こんにちは赤ちゃん訪問事業

赤ちゃんが生まれた全てのご家庭に保健師などが訪問を行っています。体重測定や子育て相談、健康診査や予防接種などの説明を行います。

対象者：生後 4 カ月までの赤ちゃんがいる全てのご家庭

届出先：新生児連絡票 (兼低体重児出生届) を出生届出時に市民課へ提出してください。後日保健師などからご連絡します。

低体重児出生届

2,500g 未満の赤ちゃんが生まれた方は、低体重児出生届を出してください。保健師などが後日訪問を行います。

対象者：2,500g 未満で生まれた赤ちゃんがいるご家庭

届出先：出生時の体重が 2,500g 未満の赤ちゃんは母子保健法による届出が定められています。母子健康手帳交付時に配布している「新生児連絡票」 (兼低体重児出生届) を出生届と一緒に市民課へ提出してください。

不育症治療費補助事業

不育症治療を受けられたご夫婦の経済的負担の軽減を図るため、保険適用外の治療費の一部を補助します。

補助内容：不育症の検査および治療について 1 回 5 万円まで

不妊治療費助成事業

不妊治療のうち、医療保険適用の生殖補助医療と併せて実施する先進医療について、ご夫婦の経済的負担の軽減を図るため自己負担の一部を助成します。



養育医療給付事業

指定医療機関における入院治療を必要とする未熟児に対して、医療費の一部を公費で助成します。

世帯の所得に応じて自己負担があります。入院中に市保健センターへ申請してください。

※その他の助成・補助事業や詳細については、市保健センターにお問い合わせください。

お知らせと情報

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。

- ▶ 4月9日 困／午後1時／市民窓口センター
- ▶ 4月23日 困／午後1時／霞ヶ浦庁舎

※ 4月1日 困 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

- ▶ 4月18日 田／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

- ▶ 4月8日 困／下稲吉コミュニティセンター
- ▶ 4月22日 困／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

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。

- ▶ 4月8日 困／午後1時～4時

下稲吉コミュニティセンター

※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

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。

- ▶ 田～田（田除く）／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）

4月は教育支援相談の実施はありません。

教育支援相談の日程については、4月上旬以降の広報誌でお知らせします。

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。

- ▶ 4月8日 困／午後1時30分～3時30分

千代田コミュニティセンター
 ☎ 千代田地区地域包括支援センター ☎ 029-898-9110

- ▶ 4月23日 困／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

- ▶ 4月24日 田／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。設置協力店舗は市ホームページをご覧ください。

有料広告欄

かすみがうら市の健診（検診）

※同年度内で助成を受けられるのは、**集団健診・医療機関健診・人間ドックのいずれか1つ**です。

項目	対象者（年度年齢）	個人負担金	内容	
成人健診 （生活習慣病健診）	19歳～39歳	1,000円	身体計測・尿検査・血圧測定・血液検査・眼底検査・心電図検査	
特定健康診査	40歳～74歳の かすみがうら市 国民健康保険加入者	1,000円	上記内容に腹囲の計測が追加	
	40歳～74歳の 社会保険被扶養者	加入する健康保険 組合にお問い合わせ ください		
後期高齢者 医療制度健診	後期高齢者 医療制度加入者	無料	身体測定・尿検査・血圧測定・血液検査	
		600円（希望者のみ）	心電図検査	
		300円（希望者のみ）	眼底検査	
		100円（希望者のみ）	貧血検査	
がん 検診 など	肺がん検診 40歳以上 （65歳以上は 結核検診を含む）	400円（40～64歳） 無料（65歳以上）	レントゲン撮影	
		600円（希望者のみ）	喀痰検査（ハイリスク者）	
		50歳以上男性	500円	血液検査（健診時に採血）
	前立腺がん検診	50歳以上男性	500円	血液検査（健診時に採血）
	肝炎ウイルス検診	40歳以上 （過去に検査を受けた ことがない方）	500円	血液検査（健診時に採血）
	大腸がん検診	40歳以上	500円	検便方式（検診前に2本採取）
	胃がん検診	40歳以上 ※検査当日飲食不可	1,500円	バリウムを飲みレントゲン撮影
腹部超音波検診	40歳以上 ※検査当日飲食不可	1,500円	上腹部（肝臓・胆のう・脾臓・腎臓・膵臓など）の検査	
胃がんリスク検診	39歳または40歳で 前年度未受診者	1,000円	血液検査（ピロリ菌など）	
口腔	歯科健康診査	15歳以上	無料	歯科医師による歯科検診

※次の方は各種健診（検診）が無料となります。証明となる手帳などを持参ください。
 （身体障害者手帳1級および2級所持者・精神障害者保健福祉手帳1級所持者・療育手帳AおよびA所持者・生活保護世帯）

人間ドック補助

対象：30歳～74歳の国民健康保険被保険加入者、または75歳以上の後期高齢者医療制度加入者

協力医療機関

ドックの種類	助成額	【令和8年度の申請受付開始時期】	助成条件
標準ドック （単独）	20,000円	窓口申請：4月1日 8:30から 郵便申請：4月1日 消印有効分から	年度1回助成
脳または心臓ドック （併診含む）		<ol style="list-style-type: none"> 協力医療機関で日時・ドックの種類を予約 申請手続きを行う（市保健センターまたは国保年金課） ※健康保険資格の分かるもの（資格確認書など）をお持ちください。 ※郵送可能…市保健センターのみ <ol style="list-style-type: none"> 人間ドック等補助金決定通知書をお渡しします 人間ドック受診 ※申請方法などの詳細は市保健センターにお問い合わせください。	

2026年 April 4月

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

※ 4月29日(金)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 市民窓口センター：(祝除く) 困午後7時まで
▼業務対応窓口
 市民課、税務課、国保年金課 

納期限

4月30日	固定資産税1期 介護保険料1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。  eL-QR

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。 

 利用方法
 税務課 (市民窓口センター)

くらしの防災ガイド

首都直下地震 が起きたとき 一人一人ができること

首都直下地震とは、東京圏およびその周辺地域で発生する大規模な地震のことです。首都直下地震といっても、震源の位置としてはこれらエリアの中でもさまざまな場所で起こりうると考えられており、いつどこで起きても不思議ではありません。人口が集中している場所で被災したとき、支援を必要としている方に支援の手を届けていくために、一人一人がどのような行動を取るべきかチェックしておきましょう。



外出先で被災した際の一時帰宅の抑制

仕事や通学、買い物などでの外出中に首都直下地震が発生した場合、公共交通機関が停止することが想定されます。このようなときに多くの人が帰宅しようとして移動し始めると、道路が帰宅者で溢れ、渋滞が発生して緊急車両などの通行ができなくなるおそれがあります。

このような場合には「**むやみに移動しない**」ことが重要です。例えば、もし勤務時間帯に被災した場合は、**原則3日間は帰宅せず**に、会社の中にとどまるようにしましょう。しばらく帰宅できない場合の対応や安否確認手段などについて日頃から話し合っておくことも重要です。

デマの拡散に加担しない

スマートフォンなどの普及に伴い、最近はSNSからニュースなどの情報を得ている人も増えていますが、これらは便利な一方で、**SNSを通じたデマ**などが拡散されるおそれもあります。特に災害時にデマなどが発生すると、生活上の混乱や社会不安を招き、救命・救助や復旧復興の活動を妨げる可能性もあります。**情報の発信元の確認や、不正確な情報を他人に伝えない**など、デジタルリテラシーの向上に努めましょう。

偽・誤情報に惑わされないために

- ▶ 根拠となる情報は今も存在しているか？
 - ▶ 発信者は関連する情報や商品を買っていないか？
 - ▶ 別の内容で報じているメディアや、誤りであると指摘しているメディアはないか？
 - ▶ その画像は過去に撮影された、全く無関係のものではないか？
- など、拡散する前に一旦手を止めて、さまざまな視点からその情報が正確かどうかを確認しましょう。



契約内容は自身でよく確認！ネットの旅行予約

【事例1】
 旅行予約サイトでホテルを予約した。直後、日付を間違えているのに気づき、マイページからキャンセルしたが、返金できないと表示された。(60歳代)

【事例2】
 海外事業者が運営する旅行予約サイトでホテルを予約したが、キャンセルした。キャンセル料無料の期間なのにクレジット決済されたので問い合わせると、カード引き落とし明細を添付して送るよう言われ返信したが、その後連絡が取れない。(60歳代)

- 【ひとことアドバイス】**
- 旅行予約サイトでの予約は、そのサイトのキャンセルなどの条件や契約内容に従うこととなります。消費者自身が十分に確認する必要があります。
 - 同じ宿泊施設などでも、プランごとにキャンセルできる期間が決まっていたり、キャンセルはできても返金不可のものがあります。申し込み前に

しっかり確認しましょう。
 ● サイトの運営事業者が、日本なのか海外なのかも確認しましょう。海外事業者の場合、連絡方法や日本語で対応されるかなどカスタマー対応窓口についてもよく調べましょう。

● 氏名、旅行日程、メールアドレスなど入力情報のミスにも気をつけましょう。最終確認画面で申し込み内容に問題がないことを確認したうえで、申し込みボタンを押しましょう。

● 困ったときは、市消費生活センターまたは国民生活センター(☎188)までご相談ください。海外事業者とのトラブルは越境消費者センターでも相談できます。

【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～金 場所：霞ヶ浦庁舎
 ◎ 田 田 田：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

湖畔の学び舎

かすみがうら市水族館

アカアシガメの魅力大解剖!!

アカアシガメは爬虫綱カメ目リクガメ科ナンベリクガメ属で、世界最大級の大きさを誇るガラパゴスゾウガメと同じ種類のリクガメです。大きさは最大で50cmを超える個体もいますが、多くの個体は30cm前後の大きさです。名前の通り赤い前足、甲羅のふち、後ろ脚が赤みを含んでいるためアカアシガメと名付けられました。性格はとてもおだやかで好奇心旺盛なカメです。食性は草食系(雑食)ですが恋愛面は肉食系。水族館で飼育しているアカアシはオスでその他のリクガメはメスの個体なのですが、毎日メスのカメを見つめては追いかけています。アカアシは南米原産のリクガメで中南米のパナマ、ブラジル、ベネズエラなどが代表国ですが、アメリカのトリニダード・トバゴにも生息しており、**ほぼすべての南米地域に生息しているリクガメ**で

す。南米原産のカメなので、他のリクガメが乾燥地帯を好むのに対してアカアシは高温多湿の環境を好みます。寿命は30年から50年ほどで飼育下だと30年が最大の記録だそうです。食性は草食傾向強めの雑食性のカメで葉菜や根菜、リンゴなどの果実類の他、ミズズや両生類なども捕食しています。水族館ではフード、小松菜、リンゴなどを与えています。オスはひょうたん型の形をしているので雌雄判別はとて分かりやすいです。幼少期はかなり判別が難しく外見だけでは分からないことがあるので、大きくなるのを待つのが無難かもしれません。このようにたくさんの魅力に溢れたアカアシガメは水族館で展示しています。イベント「**リクガメの計測会**」も行っているの、興味のある方はぜひ水族館までお越しください。
 問 かすみがうら市水族館 ☎ 029-896-0722



▲館内飼育のアカアシガメ

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			火災・事故発生情報	
テレホンサービス： ☎ 0800-800-3674 (通話料無料)	市防災アプリ	バックナンバー	テレホンサービス： ☎ 0299-59-1190	WEBページ



～健康づくりコラム～

「うつ病」について知ろう

うつ病とは、たくさん頑張った結果、脳のエネルギーが欠乏した状態です。憂うつで気分が落ち込むことは誰しも経験があるかと思いますが、その状態が「ほぼ一日中、ほとんど毎日、2週間以上」続く場合にうつ病という病気として捉えられます。

【うつ病の特徴的な症状】

① 心に表れるうつ病のサイン

気分の落ち込み、物事に関心や興味を持てなくなる、疲れを感じやすい、集中力や注意力の低下、意欲の低下、自身喪失、自分を責める、死を考える など

② 身体に表れるうつ病のサイン

睡眠障害（不眠、夜中に目が覚める、早朝覚醒等）、食欲低下（体重減少）、それほど活動していないのに疲れる、体が重い、頭が重い、動悸、便秘 など

特徴的な症状のいくつかを自覚し、その苦痛が2週間以上続くようなら、なるべく早めに医療機関を受診しましょう。

病院では精神科、心療内科、メンタルクリニックが専門の科になります。治療法として、まずはなるべく早い段階で心身を休める環境を整えたり、（例えば休職など）ストレスの原因となるものから離れた環境に身を置くことは速やかな回復と再発予防に重要です。その上で薬物療法やカウンセリングを併用した治療が行われます。また、軽い有酸素運動（散歩など）もつらい症状の軽減に有効です。

適切な治療を行えば数カ月で改善しますが長く治療が必要になることもあります。復帰・復職に際しては環境調整が重要になってきます。

心の病気は「おかしいな」「いつもと違うな」と異変に気付くきっかけとなる症状があったら早めに医師に相談しましょう。



～休日緊急診療当番医～ 4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】		
5日	小原内科医院	029-821-1015	5日	神立病院	029-831-9711
12日	烏山診療所	029-843-0331	12日	野上病院	029-822-0145
19日	松本内科医院	029-843-1211	19日	県南病院	029-841-1148
26日	よつばクリニック	029-835-3388	26日	神立病院	029-831-9711
29日	鈴木クリニック	029-841-7711	29日	野上病院	029-822-0145

石岡地区 診療時間 午前9時～正午

【小児科】		
5日、12日、19日、26日、29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～ 4月



◀自宅でもできる体操をYouTubeで配信中
☎ 介護長寿課（市民窓口センター）

場所	日時
下稲吉コミュニティセンター（旧 働く女性の家）	6日、13日、20日、27日 / 午前10時
下大津コミュニティステーション	7日、14日、21日、28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）	7日、14日、21日、28日 / 午前10時
大塚ふれあいセンター	6日、13日、20日、27日 / 午後1時
やまゆり館	3日、10日、17日、24日 / 午前10時

子育てお悩み相談室

乳幼児健診の栄養相談で多いお悩み

★園では給食をしっかり食べているようですが、家ではあまり食べません

給食はお友達と一緒にの楽しい雰囲気、先生の状況に応じた声かけ、空腹感などが複合的に作用するいわば「給食マジック」の効果が働きます。そのため、苦手なものもパクパク食べられる場合が多くあります。子どもたちは幼稚園や保育園という小さな社会で頑張っています。いい意味で捉えれば、普段、外で頑張っているお子さんも、家族の前ではありのままの姿を素直に見せられる関係を築けている証拠です。あまり心配し過ぎないでくださいね。

★遊ぶのをやめず、なかなか食べ始めようとしない

子どもにとって、いきなり遊びをシャットダウンされるのは嫌なことです。先に「何時から（時計の数字が〇になったら）ごはんね！」と予告してみましょう。本人が時間を決められるとなお良いです。また、1歳半～3歳くらいは自我が芽生え（いわゆるイヤイヤ期）、食べたくても「食べない」と反発する時期です。気にしないフリをして、ママパパは先に食べ始めます。「おいしいね」と楽しそうに食べていれば、お腹の空いている子どもは自然と

食卓へ向かってきます。喜んで迎え入れ、一緒に食べる楽しさを感じられるようにしましょう。

【できたことを一緒に喜んでみましょう】

子どもはできたことを大人に認めてもらうと喜びます。大人にとっては些細なことでも、野菜をほんの一口食べたとか、自分で食べたとか、当たり前に行えることから「できたね」と一緒に喜んでいきましょう。自己肯定感が高まり、食べる意欲も高まっています。

☎ 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

※前日までに電話予約（先着順）



★ベビーマッサージ

日時：4月14日 午前10時～11時15分

対象：10組（生後2カ月～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（国際インファントマッサージ協会 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、かすみっ湖ホームページをご覧ください。

☎ やまゆり館 ☎ 029-832-5601

乳幼児健診・教室カレンダー 4月

予定	日程	時間	予約	場所	問
4カ月児健診（令和7年12月生）	22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6年9月生）	22日 日	午後1時15分	要		
2歳児歯科健診（令和5年12月・令和6年1月生）	21日 日	午後1時15分	要		
3歳児健診（令和4年12月生）	24日 金	午後1時15分	要		
5歳児健診（令和3年4月2日～5月前半生）	15日 日	午後1時	無		
にこにこ教室（未満児）	9日 日、16日 日、23日 日	午前10時	要		
にこにこ教室（5・6歳）	8日 日	午後2時	要		
にこにこ教室（個別）	7日 日、8日 日、13日 日、15日 日、28日 日	午前9時30分	要		

子育て相談カレンダー 4月

予定	日程	時間	予約	場所	問
子育て相談	4日 日、15日 日	①午前9時30分 ②午後1時30分	前日までに電話予約	やまゆり館	やまゆり館
育児相談	21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
子育てサロン	14日 日	午後1時30分	要		
マザークラス（母親学級）	14日 日	午前9時30分	要		

図書館 だより

LIBRARY
INFORMATION

4月 図書館カレンダー

2026年		April					
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			

■休館日：月曜日
◎お話し会：4月11日(土)
午前10時30分から

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▶



図書館本館の休館・臨時窓口開設のお知らせ

霞ヶ浦コミュニティセンターの空調設備等更新工事に伴い、下記の期間、図書館本館は休館します。なお、期間中は施設内の会議室に図書館機能の一部を移し、臨時窓口を開設します。ご利用いただける資料に限りがあるため、皆さまにはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力のほど、よろしくお願い致します。

◆ 本館休館期間 ◆

4月20日(土)～9月下旬予定

※工事の進捗などにより変更となる場合があります。

◆ 図書館臨時窓口開設 ◆

5月1日(土)～9月中旬予定

※千代田分館・電子図書館は、通常通りご利用いただけます。

【利用できるサービス】

- ◆ 臨時窓口書架の資料・千代田分館所蔵資料・新刊（貸出・予約など）
- ◆ 中央出張所（下稲吉コミュニティセンター）への配送サービス
- ◆ 雑誌、新聞の閲覧（閉架書庫のバックナンバーを除く）
- ◆ 学習スペース・閲覧席
- ◆ 利用者カードの登録、変更、再発行
- ◆ 相互貸借（他館所蔵資料の受取）
- ◆ 県立図書館ぶっくびんの受取、返却
- ◆ ブックポストへの返却
- ◆ 図書のリクエスト申込み
- ◆ 県立図書館の資料返却（遠隔地返却）

【休止するサービス】

- ◆ 本館館内・閉架書庫にある資料の利用（所蔵検索・貸出・閲覧・予約）
- ◆ 図書検索機
- ◆ 視聴覚資料の利用（貸出・館内視聴）
- ◆ 図書除菌機
- ◆ インターネット閲覧用パソコン

☎ 図書館(本館) ☎ 029-897-0647



万葉に思いを馳せる
「師付の田井」
市民学芸員 小菅大康

昨年11月に中志筑を訪れ、御陵衛士（元新選組参謀）の伊東甲子太郎生家跡や、本堂家侍医の金子寿仙宅など諸々の場所を見学した後、「師付の田井」を訪問しました。志筑城跡の南西方向にある閑静な水田地帯にひっそりと石碑が建立されていました。併設された解説看板には「草枕 旅の憂へを慰もる事もありやと 筑波嶺に登りて見れば 尾花ちる 師付の田井に 雁がねも 寒く来鳴きぬ 新治の 鳥羽の 淡海も 秋風に 白波立ちぬ 筑波嶺の よけくを見れば 長きけに 思い積み来し 憂はやみぬ」と記されており、この場所を詠んだ歌が万葉集に掲載されていたことを知りました。その後、何気なく手にした書籍『神々の山 筑波山と万葉集（石井郁子著・臥雲山荘文庫刊）』に「師付の田井」の歌に関するものが掲載されていました。前述の歌は、養老3年(719)に国守として常陸に赴任した藤原宇合に従い常陸に入った「高橋虫麻呂」という方が詠んだものと書か

れていました。内容についても、前半は「旅の悲しい気持ちを慰めようと筑波山に登ってみると、尾花が散る師付の田井に雁もやってきて寒そうに鳴いている」という景観に始まり、後半では「筑波山から見る美しい景色を見て、長い間の悲しい心持ちは静まった」という虫麻呂の情感で結んでいることが分かりました。そして、私もかつて虫麻呂のような気持ちになったことを思い出しました。私は結婚を機に茨城に移住し、初めは土地勘もない上に仲間もおらず、非常に寂しい思いをしたものです。しかし、霞ヶ浦をはじめとする県内の素晴らしい景色や名所・旧跡を訪ね、茨城という土地とふれ合ってきたことで、次第に心安らいで生活できるようになりました。土地にふれ、感動を覚えたことで心が安らぐという体験は、まさに虫麻呂が詠んだ歌に表現されていたものでした。現在の元号「令和」は、万葉集からの引用とされています。ぜひ、令和時代に万葉の面影を残す「師付の田井」を訪れ、美しい古代の景観に思いを馳せてみてください。



「師付の田井」の石碑
写真提供：江川浩士氏

☎ 歴史博物館 ☎ 029-896-0017

人生の 先輩

健康の秘訣をお聞きしました

サロンでの会話が
日々の健康を保つ秘訣



「皆さん、ご機嫌よう」と初めのあいさつをして11年、大塚団地が明るく楽しく元気になって欲しいと「ワイワイ・サロン」を毎週木曜日に開催しています。週替わりでのゴム体操・竹ふみ・シルバーリハビリ体操の指導の後には、お待ちかねのお茶会です。月1回のお楽しみ会では、誕生日ソングでお祝いしたり、笑顔が絶えることのないサロンです。健康寿命を一日でも延ばそうと、体を動かしお口の運動をしています。

月曜日には「茶っつ・カフェ」を開催。カラオケ・グランドゴルフ・ベタンク・ゲーム・音楽会などで、楽しい笑い声が公民館に響きます。3月2日「ひな祭り」のイベントではひなあられ菓子と甘酒などを飲みながら歌を歌い、和やかな雰囲気になりました。

サロンで大勢の人と話し笑顔を見ることが、健康維持に繋がり私にとって大きなプレゼントを頂いているようです。たくさん地域に「下駄ばきで参加できる身近なサロン」が当たり前のようになれば「かすみがうら市に住んでいて良かった」と多くの人が思うのではないのでしょうか。



まつくら
松庫 おりめさん
大塚団地 行政区

「人生の先輩」への掲載を募集しています。

対象▶市内在住の65歳以上の方

応募▶情報広報課までお電話にてご連絡ください。

右記の二次元コードからのご応募も可能です。

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。 ▲詳細



☎ 情報広報課(霞ヶ浦庁舎)
☎ 029-897-1111

文芸ひろば

投稿作品

千代田俳句同好会 今日といふ新たな命梅の花 草青む血洗う水ぬるくなり 全力投球スノーボードの宙を舞ふ 春日和焼肉囲む喜寿祝 菜の花に園児の帽子混ざりけり 成行きにゆだねる暮らし下萌ゆる 紫陽花俳句会 観てもよし宴楽しや花の下 風に舞ふ続く花びら夢一夜 うっすらと霞に包まれ花曇り 世紀超え桜大樹は郷の主 出島短歌会 除夜の鐘ひびきいるなり輪王寺テレビのなかに降る牡丹雪 夫と共にやっと来ました八十代今日の三時は抹茶に羊羹 先輩の飾り巻きずし食べたる雪のあしたの五人女子会 道渡る亀三匹に会いたれば今日のニュースにデイで語りぬ	投稿作品 大寒の沙羅の樹肌の仄ぬき狭庭に触れて芽吹きを思ふ 初春や木々の芽吹きも見ゆる時山吹き目立つ清き流れに 陽春の光を浴びて芽吹く樹々大地の恵み共に受け継ぐ 満開の梅が香りをまき散らし道行く人の鼻がほころぶ 生きた証十七冊のてらよう記載多し胸熱くなり 背守りが成長見つめるランドセル 臘梅や一人にひとつづつの飴 感染症終わらぬ看病苦かな 下萌や閑東平野動き出し 春暖の桜開花に胸躍る	ナカジマリョウメイ 石塚清 矢口哲雄 飯島すみ子 中村耕二 兼西清治 ながそんさん 竹村啓子 高野新一	岡田恭子 名倉観子 仲谷香代子 薬師寺玲子 藤本管生 島田和子 島田昌男 原田佳世子 藤本管生 飯沼礼子 福田妙子 萩原初枝 中島暉子 鈴木けい子 桜井筑蛙
--	---	---	--

WEBで投稿
できます



投稿作品(俳句・短歌・川柳)を募集します。4月6日(土)までに情報広報課(〒300-0192 大和田562)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。



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）

第21回市民マラソン大会を開催しました

2月7日、多目的運動広場と周辺一般道を会場に、第21回市民マラソン大会を開催しました。雪の舞う中、参加者は多くの声援に応じて走り切りました。

当日の動画は
こちらから→



西尾 晴男 さん

2月5日、県市長会から自治功労者として西尾晴男にしおはるおさんが表彰を受けました。西尾さんは、平成15年から現在までの永きにわたり行政区長を務められ、平成30年に区長会副会長、令和2年から6年まで区長会会長および県自治会連合会理事を歴任し、地域活動の推進と住民自治の振興発展に貢献されました。また、KSCなかよしスポーツクラブの会長として、自らも軽音楽やスポーツを楽しみながら、地域住民の仲間づくり・健康づくり・生きがいの創出に大きく寄与されています。表彰式では、受賞者を代表して謝辞を述べられました。

「茨城県における水道事業の経営の一体化に関する基本協定」を締結しました

人口減少に伴う料金収入の減少や、老朽化施設更新時の膨大な費用、事業を支える人材不足など、水道事業が抱える課題に対応し、将来にわたり水道サービスを持続することができる強固な経営基盤を築くため、2月5日、本市を含む7事業体が「茨城県における水道事業の経営の一体化に関する基本協定」を締結しました。今後は既に協定を締結している21事業体と共に水道事業の広域連携を進め、県を主体とした経営の一体化を目指します。



日本 No.2 サミットが
開催されました

当日の動画は
こちらから→



日本一ではないが誇れる「2番目」を持つ自治体や団体が集まり、地域の魅力を発信する交流イベント「日本 No.2 サミット」が2月2日午後2時2分、畔の駅コハン(市交流センター)で開催されました。この日は4市町が集まり、それぞれの魅力と特産品をPRしました。サミット前後には日本 No.2 の霞ヶ浦に浮かぶ帆引き船の見学や、会場近くの水族館などを訪れ、参加者たちが交流を深めました。



霞ヶ浦二橋の早期実現の
要望（陳情）活動を行いました

2月6日、「霞ヶ浦二橋建設促進期成同盟」が茨城県庁を訪問し、大井川県知事、館県議会議長、木名瀬政策企画部長、和賀土木部長に対し要望（陳情）活動を行いました。宮嶋会長(当市長)のもと、顧問である県議会の戸井田和之議員、坂本隆司議員、中山一生議員、木村喜一議員、櫻井信幸議員、諸橋太一郎議員、金子敏明議員も同席し、事業の必要性とともに、茨城県総合計画に構想路線と示された霞ヶ浦二橋の早期実現を要望（陳情）しました。

野菜に最適な土づくり講演会を開催しました

2月5日、土浦市・石岡市・かすみがうら市（オーガニック推進協議会）共催による野菜に最適な土づくり講演会がクラフトシビックホール土浦で開催されました。講師に伝統農法文化研究所から農学博士の木嶋利男氏をお招きし「健康な土が健やかな作物を育てる」と題して農作物の栽培適期や適地での土づくりのお話をいただきました。参加者からは「実際の野菜づくりの対策がよくわかった」などの声が寄せられました。



講師：木嶋 利男 氏

湖山の匠 新たに2名を登録

市ホームページ
ページ→



市では、地域文化の振興を進め市民の潤いある生活の実現に寄与することを目的として、芸術などの分野において活動し顕著な実績が認められる、本市にゆかりのある者を広く内外に発信すると共に、その活動や技術を支援する「湖山の匠登録制度」を実施しています。今年度は新たに2名の匠が登録され、2月24日に登録証授与式を行いました。今後もホームページや広報誌などで作品や活動内容を紹介し、さまざまな支援を行っていきます。



おた たいすけ さん（日本画） 高瀬 秀琴 さん（書家）



かすみっ湖ハッピースマイル



とよさきれい
豊崎零くん (3歳)

大好きな乗り物で、
たくさんお出かけしようね！



まるやましょうご
丸山正悟くん (3歳)

元気に育ってね！
これからもたくさんおしゃべりしようね！

お子さんの写真を掲載してみませんか？

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

台湾からジェイミーが遊びに来たよ！

この前、台湾から台北 MRT (地下鉄) の公式キャラクターの『ジェイミー』が、かすみがうら市に遊びに来てくれたよ！

それから、市内のいちご園で、一緒にいちご狩りをしたよ！

粒が大きくて甘くて、とってもおいしかったな〜♪



広大な霞ヶ浦に驚いていたよ。台湾にはこんな大きな湖はないんだって。



ジェイミーが台湾でもかすみ
がうら市を紹介してくれるん
だって！楽しみだね♪



うにゃ
ホーム
ページ

人口と世帯数 令和8年3月1日現在

人口	(-26)	男性	(-17)	女性	(-9)
	39,324人	20,053人	19,271人		
世帯数	(0)	※ () 前月比			
	18,570世帯	【住民基本台帳人口】			

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

広報
かすみがうら
No.252

■発行日/令和8年3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