

市報

2026
No.754

5.10

ひたちなか

- 2 今から始める熱中症対策
- 3 みんなで受けよう！健康診査・がん検診
- 4 いっしょにつくる、わたしたちのまち vol.1
- 5 市職員採用試験
- 6 元気アップサポーター募集
- 7 国民健康保険税の税率を改正します
- 8-9 外国人総合相談窓口を新設
- 10-11 暮らしの情報面
- 12 ネモフィラ早朝鑑賞レポート

発行 ひたちなか市広報戦略課 ☎029(273)0111
編集 〒312-8501 ひたちなか市東石川2丁目10番1号



水分補給で
ひとやすみ

暑い夏を元気に乗り切るため、今のうちから熱中症の予防策や対処方法を知っておきましょう。2面に特集「今から始める熱中症対策」

今から始める熱中症対策



気象庁は、昨年夏(6~8月)の平均気温は1991年~2020年の30年平均気温から2.36℃上昇し、昨年は観測史上“最も暑い夏”だったと発表しています。今年の気温も全国的に高いことが予想されています。今から熱中症対策を始めましょう!

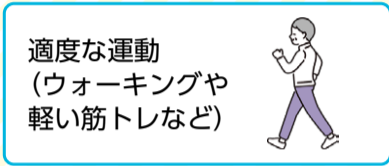
【問合せ】健康推進課(ヘルス・ケア・センター) ☎ 276-5222

1 暑さに体を慣れさせる

運動や入浴など、日常生活の中で汗をかき、体を暑さに慣れさせましょう。⚠その日の体調や気温に合わせて無理のない範囲で行ってください。



湯船につかる



適度な運動
(ウォーキングや
軽い筋トレなど)

2 暑さを避ける



エアコン等で温度をこまめに
調節しましょう



日傘をさす、帽子をかぶるな
どの対策をしましょう



天気の良い日は日陰を利用し
てこまめに休憩しましょう



吸湿性・速乾性のある通気性
のよい衣服を着用しましょう

3 食べて、飲む

まずは食べることが
大事です



■ 1日3食しっかり食べる

食事をとることは水分と塩分を補給することでもあります。暑い夏こそ水分の多い食べ物を積極的に取り入れて、1日3食しっかり食べましょう!

- ごはん・めん類の水分 60~75%
- 野菜・果物・豆腐の水分 約90%

■ こまめに水分補給を

室内でも、外出時でも、のどの渇きを感じていなくても、こまめに水分をとりましょう!

4 情報をチェック

熱中症の危険が非常に高いと予測された場合には「**熱中症警戒アラート**」が発表されます。さらに、気温が特に著しく高くなり健康に対する重大な被害が生じるおそれがある場合には「**熱中症特別警戒アラート**」が発表されます。アラートが発表された時は、外出をなるべく控え、暑さを避けましょう。

環境省の熱中症予防情報サイトをご覧ください

■ 熱中症警戒アラート

県内14観測地点のうち、1つでも暑さ指数*が33に達すると予測された場合

■ 熱中症特別警戒アラート

県内14観測地点全てで、暑さ指数*が35に達すると予測された場合

*暑さ指数は、気温・湿度・日射等を考慮して算出される熱中症予防の指標



5 こんな時は要注意!!

- めまい
- 立ちくらみ
- 生あくび
- 大量の発汗
- 筋肉痛
- 筋肉のこむら返り
- 頭痛
- 嘔吐
- 倦怠感
- 判断力低下
- 集中力低下
- 虚脱感

症状が
すすむと

応急処置をしても
症状が改善されない
場合は医療機関
を受診しましょう

! 主な応急処置

自力で水が飲めない、応答がおかしいときは、ためらわず救急車を呼びましょう!



エアコンが効いている室内や風通しのよい日陰など涼しい場所へ避難



衣服をゆるめ、からだを冷やす



経口補水液を補給*

*水分の摂取について医師から指示されている場合は、指示に従ってください
出典：気候変動ポータル(気象庁)、「熱中症予防のための情報・資料サイト」(厚生労働省)を加工して作成

暑い日は クーリングシェルター(涼みどころ)をご利用ください

市では、10月21日(※)まで、市内の公共施設および協定を結んでいる民間施設(ショッピングセンター等)を、平常時は「涼みどころ」として、熱中症特別警戒アラートが発令された場合には「クーリングシェルター」として開放します。対象施設や開放時間等は、市HPをご確認ください。



▲市HP



のぼり旗や
案内板が
目印!

クーリングシェルターに係る 協定締結事業者

- ・(株)ジョイフル本田
- ・クオール(株)
- ・ウエルシア薬局(株)
- ・(株)ヨークベニマル
- ・茨城県理容生活衛生同業組合ひたちなか支部
- ・介護老人福祉施設北勝園 (順不同・敬称略)

【問合せ】環境政策課 ☎ 273-2963

クーリングシェルターに ご協力いただける民間施設を 募集しています

募集要件など詳しくは、市HPをご確認ください。



▲詳細





みんなで受けよう! 健康診査・がん検診

いつまでも健やかな暮らしを続けるために、定期的に健診(検診)を受けましょう。

【問合せ】健康推進課(ヘルス・ケア・センター) ☎ 276-5222

ひたちなか市の健診のお知らせです。年に1度は健診・がん検診を受けましょう!

令和8年度 ひたちなか市 健康応援ブック[健康診査・がん検診受診券]

▼今年度発行している受診券

特定/後期	がん	大腸がん	胃がん	子宮がん	乳がん	ヤング	骨粗しょう症

受診方法と有効期限

医療機関健診 P2~3へ	集団健診 P4~5へ
有効期限: 令和9年1月31日	有効期限: 健診最終日

令和8年度 健診費用を改定しました

- 特定健康診査 1,000円 → 1,300円
- ヤング健診 1,900円 → 2,000円

令和8年度健康応援ブック(健康診査・がん検診受診券)を発送しました

一括発送対象者(令和8年4月1日現在)

- ① 国民健康保険の被保険者で、年度末年齢35歳、39歳、40歳~74歳の方*
- ② 後期高齢者医療制度の被保険者の方*
- ③ ①②以外で令和3~7年度に受診歴がある方
- ④ 令和6・7年度に健診の新規登録をした方
- ⑤ 年度末年齢20歳の方



▲市HP

*介護保険施設等へ入所中、長期入院中、市へ人間ドックの補助申請をしている方など、一部対象外となる場合もあります

注意事項

- 健診を受診する際は、必ず受診券をお持ちください。
- 受診期限は令和9年1月31日④です。
- 健康診査や市の補助による人間ドック、各種がん検診は、年度内に1回受診できます。同年度2回目以降の受診は、全額自己負担となります。
- 各種がん検診、ヤング健診の受診は市への登録が必要です。一括発送対象者以外の方は、インターネットや窓口で登録申請をしてください。



▲登録申請はこちら

医療機関健診

お近くの医療機関で受診できます。協力医療機関については健康応援ブックをご確認ください。

集団健診(完全予約制)

健康応援ブックをお手元に準備して、Webまたは電話で予約してください。 ※ヘルス・ケア・センターでは予約できません

健診 Web 予約サービス <24時間予約受付>



- 予約手順
- 1 利用登録(初めて利用する方のみ)
 - 2 希望する日時を選択
 - 3 受診項目を選択

健診予約センター ☎ 0570-020-602

受付時間 9:00 ~ 17:00 (予約受付期間のみ)

予約受付期間	5/25(月)~29(金) 6/1(月)~2(火)	7/30(木)~31(金) 8/3(月)~7(金)	10/26(月)~30(金)
健診実施期間	7月、8月、9月	10月、11月	12月、1月

18~39歳対象 ヤング健診

基本的な健康診査に加え、保健師や管理栄養士に生活習慣や食事の相談ができます。若いうちから生活習慣を見直してみましよう。

個人負担金 2,000円

40歳以上の女性対象 骨粗しょう症検診

超音波による検査でかかとの骨量を測定します。

R8年度対象 令和9年3月31日現在で、40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の女性

個人負担金 700円

場所	日程
ヘルス・ケア・センター	8/4(火)、10/11(日)、11/16(月)、12/3(水)
那珂湊保健相談センター	11/27(金)

※上記日程で乳がん(マンモグラフィ)検診も実施します。希望する方は受診券を確認し、合わせて申してください。

健康診査や各種がん検診の結果、要医療や要精密検査の判定となった方は必ず医療機関を受診しましょう

ひたちなか元気アップポイントを貯めよう

健康診査やがん検診、各種健康づくりに関する教室に参加するとポイントが貯まります。ポイントを貯めながら健康を維持しましょう!



対象者

ひたちなか市に住民登録があり、令和9年3月31日時点で18歳以上の方

カード配布場所

市役所、ヘルス・ケア・センター、那珂湊支所、那珂湊保健相談センター、市主催の各種健康診査会場、各コミセン、各図書館等



詳細▶

応募コース 抽選でさまざまな特典や景品が当たります♪

- ▼100Pコース 減塩パン、湊線1日フリー切符、健康応援サポーターによる健康づくり応援特典など
- ▼200Pコース ペアランチ券、スポーツ観戦チケット、国営ひたち海浜公園年間パスポート、家電など

応募方法 電子申請または窓口応募(必要事項を記入した元気アップポイントカードを、ヘルス・ケア・センターまたは那珂湊保健相談センターにお持ちください)

応募締切 令和9年3月31日
※当選の発表は、賞品の発送をもってかえさせていただきます



健康応援サポーターとは▶

あなたも まちづくりのプレイヤー



コーヒーを片手に、まちの「これから」を話す。そんな場所から、新しいつながりが生まれています。

いっしょにつくる、

わたしたちのまち



ひとが映くまち、ひたちなか

Vol.1

まちの課題には、答えが決まっていなくても大丈夫です。まずは話してみる、想いを共有してみる、試してみる。市民、事業者、行政が対話を重ね、想いや強みを持ち寄りながら、課題の解決や新たな価値の創出につなげていく。それが、ひたちなか市が大切にしたい「いっしょにつくる」まちづくりです。

勝田駅前のオーガニックショップ Bio QUON を拠点に、人と人とのつながりを生み出す場づくりに取り組む、河野陽子さん。2025年には「ひたちなか BRIDGE プロジェクト」に協力企業として参加。大学生とともに、地域のカフェから生まれる「コーヒーハウス」のこの栽培・商品化しました。この取り組みの中で大切にできたのは、モノの再生だけではなく、人と人が関わり合いながら新しい価値を編み出していくプロセス。人が出会い、語り合い、役割を持ち寄りながら関係性が少しずつ編まれていく。その積み重ねの先に、新しい地域の風景が生まれていきます。



Player1
Bio QUON
河野 陽子さん

ひたちなか市では、それぞれのフィールドで自分なりの可能性を見つけ、行動に移す人の活動が少しずつ広がっています。

大須賀亨介さんは、全国ほしいるもグランプリ2026でグラブプリを受賞するなど、市内を代表する若手ほしいも農家の一人です。農業をかつこよくしたかったという大須賀さんの直売所は、アメリカンテイストのモダンな雰囲気。その直売所は、単にほしいもを販売する場にとどまりません。ほしいもを使ったスイーツを提供するカフェも展開し、「誰もが気軽に立ち寄れる場所」を形にしました。「直売所があることで、生産者とお客さまがつながることができる」。大須賀さんは直売所で、農業の新しい価値「人となが」を体現しています。



Player2
オオスガファーム
大須賀 亨介さん

人とながなる場所が、ここにある。ほしいも直売所「Benny's」には、そんな空気が流れています。

第1回 プレイヤーズナイト

6/19[金] 19:00~21:00

まちで動く人とながなるトーク&交流会

申込不要! 飛入参加OK!

「プレイヤーズナイト」とは
地域で活躍するプレイヤーの想いに触れ、人と人、人と地域がゆるやかにつながるきっかけを生み出す場です。活動紹介やトークセッション、交流を通じ、人や地域のおもしろさに直接触れることができます。今年度は偶数月全5回の開催を予定しています。ぜひお気軽にご参加ください。

- ★ ひたちなかの「おもしろい」が見つかる
- ★ 「やりたい」を話せる仲間ができる
- ★ 一歩を踏み出すヒントがもらえる

タイム	19:00~19:50	プレイヤーによる活動紹介
テーブル	19:50~20:15	トークセッション
	20:15~21:00	交流会

Player1
Bio QUON 河野 陽子さん

Player3
茨城大学地域活性ボランティアサークル
石井 和花奈さん

2024年にほしいも神社のイベント・ゴールドクリスマスに参加。翌年「自分たちの手で地域に根付かせたい」と自主開催。

場所 旧オセヤ本社(表町6-8)
※駐車場はありません
対象 プレイヤーやひたちなか市に興味のある人
定員 30人程度

Player2
オオスガファーム 大須賀 亨介さん

Player4
ibafornia SUP
代表インストラクター
田中 一正さん

「100年先も豊かに暮らせる街・海をつくる」という理念のもと、阿字ヶ浦を拠点にマーケットやビーチクリーンなどを開催。

事前にプレイヤーへの質問を登録できます



【問合せ】プロジェクト推進課 ☎273-0121

令和9年4月採用 ひたちなか市 職員採用試験

試験区分、採用予定人員および受験資格

試験区分	採用予定人員	受験資格
事務 【大学卒業程度】	30人程度	次のいずれかに該当する方 ①平成8年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた方 ②平成17年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方または令和9年3月31日までに卒業見込みの方
土木	4人程度	昭和61年4月2日以降に生まれた方で、次のいずれかに該当する方 ①土木に関する科目を専攻して大学、短大または専門学校(2年制以上)を卒業した方または令和9年3月31日までに卒業見込みの方 ②土木に関する科目を専攻して高等学校を卒業した方
建築	4人程度	昭和61年4月2日以降に生まれた方で、次のいずれかに該当する方 ①建築に関する科目を専攻して大学、短大または専門学校(2年制以上)を卒業した方または令和9年3月31日までに卒業見込みの方 ②建築に関する科目を専攻して高等学校を卒業した方
電気	1人程度	昭和61年4月2日以降に生まれた方で、次のいずれかに該当する方 ①電気に関する科目を専攻して大学、短大または専門学校(2年制以上)を卒業した方または令和9年3月31日までに卒業見込みの方 ②電気に関する科目を専攻して高等学校を卒業した方
保健師	1人程度	平成3年4月2日以降に生まれた方で、保健師の免許を有する方または令和9年3月31日までに取得見込みの方
司書	1人程度	平成3年4月2日以降に生まれた方で、司書資格を有する方または令和9年3月31日までに取得見込みの方

第1次試験の日時および試験会場

第1次試験はテストセンター方式により実施します。テストセンター方式とは、全国約300カ所の試験会場でパソコンを使用し、受験者が希望する会場・日時に受験できるテスト方式です。

試験区分	試験科目	日時	試験会場
○事務【大学卒業程度】 ○土木 ○建築 ○電気 ○保健師 ○司書	基礎能力試験 性格適性検査	6月8日①～ 24日②	全国のテストセンター会場
	専門試験 (土木、建築、電気、保健師)	6月21日③ 午前8時40分～	ひたちなか市役所 (東石川2-10-1)

試験案内

配付期間 5月8日(金)～29日(金) (土・日を除く)

配布場所 人事課および那珂湊支所
※市HPからダウンロードできます

申込 **!** インターネットによる申込み

受付期間 5月13日(水)～29日(金)

申込方法 市HPにアクセスし、5月29日(金)午後5時までに「いばらき電子申請・届出サービス」から申し込みください。

※詳しくは、試験案内をご覧ください

申込▶



【問合せ】人事課 ☎ 273-2443

**ひたちなか
アドベンチャー
2026 初夏**

5/23(土) 24(日)
10:00～16:00

ジョイフル本田
ニューポートひたちなか店
ニューポートひたちなか
ファッションクルーズ

見て・遊んで・学べるブースやオリジナルのワークショップなど、ココだけの限定ショップが大集合！子どもから大人までみんなが楽しめるイベントが充実しました！初夏のひたちなかで、わくわくする2日間をお楽しみください。

詳しくは市HP
をチェック



- パンまつり** 市内外の大人気パン屋(各日9店舗)が、アドベンチャー初の大集結！
- ステージイベント** 茨城県警察音楽隊の演奏、RDTダンスパフォーマンス
- スポーツイベント** バスケシュート体験、サーブチャレンジを開催！協力:茨城ロボッツ、Astemoリヴァール茨城、日立ハイテククワガーズ
- 謎解きラリーイベント** 会場内のクイズに答えて素敵な景品をGETしよう！
- 官公庁ブース** 車両展示、制服試着体験など
協力:茨城県警察、消防本部、茨城海上保安部、陸上自衛隊
- 歩行者天国エリア** 市内事業者による出張出店、創業予定者によるチャレンジ出店、キッチンカー
- てづくりマーケット** 大好評！ハンドメイド作品販売とワークショップ

【問合せ】商工振興課 ☎ 273-0674

あそびバ! in ひたちなか

6/20(土) 9:30～12:00
6/21(日) 9:00～11:45

対象 年中～小学3年生と保護者・引率者
定員 各日先着60組(120人)

元トップアスリートなどが講師となり、幼少期に必要とされる36の基本動作を取り入れた「運動あそび」を親子で体験します♪

SOMPO BALL GAME FESTA

キッズチャレンジ

6/21(日) 13:00～16:45

対象 小学3～6年生 定員 先着100人

元日本代表などのアスリートから、4種の球技を教わろう。未経験者大歓迎！

バスケットボール ホッケー アメリカンフットボール ソフトボール

ゲスト<21日のみ>

高木 菜那氏
元スピードスケート日本代表

あそびバ!・キッズチャレンジ共通

場所 市総合体育館
費用 参加費無料、オリジナルTシャツ付き
申込 5月16日(土)～6月14日(日)に、ネット申込または市総合体育館 ☎ 273-9370

詳細▶



ひたちなか市

元気アップサポーターになりませんか？ 育成コース受講者 大募集！



私たち
元気アップサポーター
です

市内で元気アップ体操を市民に伝えるボランティアです。一緒に地域で活動してみませんか？

自治会と共催し、市内35カ所で実施している「ときめき元気塾」の中で、元気アップ体操の講師を務めます。ひたちなか市は、元気アップ体操を始めて22年。健康づくりや地域のために何かしたい、と考えているあなたの参加をお待ちしています。

■元気アップ体操とは？

茨城大学教育学部 上地勝教授が考案した体操。姿勢の維持・歩行などに重要な体幹部や股関節まわりの筋力や柔軟性を高め、生活の質を維持向上させることを目的としています。運動経験や体力レベルに関係なく、簡単にできるのが特長です。



体操紹介「かたほぐし」

肘を肩の高さまで上げ、円を描くように回転させます

もっと詳しく！
元気アップ体操！▶



ときめき元気塾 (東大島自治会)

■元気アップサポーター育成コース

講座を修了することで「元気アップサポーター」となります。

日時 6月30日(土)、7月8日(土)、7月15日(土)、7月23日(土)、8月4日(土)、8月25日(土) すべて午前9時30分～11時30分

場所 ヘルス・ケア・センター 3F 健康教育ホール

対象 おおむね40歳以上の市民で、上記の全日程に参加できる方、市内で体操普及のボランティア活動ができる方(主に平日の日中)

定員 15人程度 ※応募者多数の場合は抽選

申込 6月5日(金)までに、電子申請またははがき (①氏名・ふりがな ②中学校区 ③自治会名 ④生年月日 ⑤年齢 ⑥郵便番号・住所 ⑦電話番号を記載) で応募

問合せ・宛先 高齢福祉課 元気アップサポーター担当

☎ 273-1948 (〒312-8501 東石川 2-10-1)

電子申請▶



予告 プレミアム率40% 販売数過去最大 プレミアム商品券を 販売します

物価高騰の影響を受けている市民および市内店舗等の支援として、プレミアム商品券を販売します。プレミアム率40%・販売数14万冊は、いずれも過去最大規模！

詳しくは、市報5月25日号に掲載予定です。

対象 市内にお住まいの方

販売価格 1冊10,000円(商品券14,000円分)

1人5冊まで申込可能

(内訳) すべての店舗で使える【共通券】1,000円×7枚
中小店舗で使える【地域応援券】1,000円×7枚

申込期間 5月25日(月)～7月9日(土) (消印有効)

使用期間 9月19日(土)～1月31日(日)

注記 ○申込多数の場合は、購入数を抽選により調整(割当)します。
○取扱店舗は、市報6月25日号の折込チラシでお知らせします。



プレミアム商品券 取扱店募集中！

登録料は無料です。取扱を希望する事業者は、商工会議所HPにある申込書に必要事項を記入の上、商工会議所へ提出してください。



▲詳細

【問合せ】ひたちなか商工会議所 ☎ 273-1371

「参加する」から「企画する」へ 二十歳の集い 実行委員を募集します

「令和9年ひたちなか市二十歳の集い」の実行委員を募集します。一生に一度の「二十歳の集い」を一緒に盛り上げませんか？

- こんな活動をします
- ・式典当日の司会や運営
- ・SNSで活動を自由に発信
- ・記念品やアトラクションなどを企画
- ・市のイベントのお手伝い



来年度新成人になる方も参加できますよ！ご応募お待ちしております！



対象 ①～③をすべて満たす方

①平成18年4月2日～平成20年4月1日生まれの方

②市内在住または市内に以前在住していた方

③6～7回程度、午後6時30分～8時の会議に出席できる方

申込 6月7日(日)までに申込フォームから

※6月27日(土)第1回実行委員会は対面実施。2回目以降はオンライン参加可。



▲申込



▲Instagram



【問合せ】青少年課 ☎ 272-5883

ひたちなか市国民健康保険税「令和8年度の税率」を改正します

【問合せ】 国保年金課国保係 ☎ 273-1921

ページID 1016617

1 税率改正の経緯

市国民健康保険（以下「国保」）は、令和4年度の税率改正以降、基金を活用することで税率を据え置いたまま運営してきましたが、国保財政の悪化により、令和7年度に基金を使い切る見通しとなりました。このため、令和6年度に協議を行い、将来にわたり安心して国保が利用できるよう、加入者の急激な負担増とならないように負担軽減を図りながら、段階的に令和7年度から3カ年かけて税率改正（1人当たり年平均9,000円増）を行うことにいたしました。

加入者の皆さまには、ご負担をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

市HP ▶



2 令和8年度の税率等

令和7年度【改正前】			令和8年度【改正後】	
課税項目	所得割の税率	均等割額	所得割の税率	均等割額
医療分	7.16%	41,700円	7.23%	44,000円
後期高齢者支援分	2.50%	14,800円	2.60%	16,100円
介護納付金分	2.11%	14,800円	2.26%	15,800円
			【新設】子ども・子育て支援分 0.23%	1,700円

※介護納付金分は40歳～64歳が対象。子ども・子育て支援分の均等割額は18歳以上が対象。令和9年度の税率は、令和8年度末に決定。

賦課限度額が変更となりました

国保税の内訳	医療分	後期高齢者支援分	介護納付金分	子ども・子育て支援分(新設)	合計
改正前	66万円	26万円	17万円	—	109万円
改正後	67万円	(改正なし)	(改正なし)	3万円	113万円

軽減対象となる所得の基準が変更となりました

軽減対象となる所得の基準	均等割額の軽減種別
基礎控除額(43万円)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下【改正なし】	7割
基礎控除額(43万円)+10万円×(給与所得者等の数-1)+31万円 ¹ ×(被保険者数+特定同一世帯所属者数)以下 ¹ 30.5万円から変更	5割
基礎控除額(43万円)+10万円×(給与所得者等の数-1)+57万円 ² ×(被保険者数+特定同一世帯所属者数)以下 ² 56万円から変更	2割

3 モデルケース

その他のモデルケースはこちら▶



【65～74歳/年金収入153万円の1人世帯の場合】

【7割軽減】該当	令和7年度	令和8年度	影響額
国保税額(年額)	16,900円	18,500円	+1,600円

【65～74歳(夫婦)/年金収入200万円、年金収入110万円の2人世帯の場合】

【5割軽減】該当	令和7年度	令和8年度	影響額
国保税額(年額)	101,800円	108,900円	+7,100円

4 負担緩和策

(1) 基金の活用【市の独自支援】

令和9年度までに生じる税金不足分について、市の独自支援として積み立てた基金を取り崩して補填することにより、「1人当たり年平均9,000円」の増額を抑えます。

※令和7～9年度の総支援額11億円(令和8年度当初想定額)

(2) 小・中・高校生世代への減免【市の独自支援】

均等割額を5割減免します。

(3) 低所得者への軽減【県・市の支援】

世帯所得に応じて、均等割額の7割・5割・2割を軽減します。

(4) 未就学児への軽減【国・県・市の支援】

均等割額を5割軽減します。

5 税率を改正する理由

① 「子ども・子育て支援金制度の創設」による国保税の増額

国の新たな少子化対策として、高齢者や企業を含む全世代・全経済主体から支援金を集め、子どもや子育て世帯を社会全体で応援する仕組み。令和8年度より、「子ども・子育て支援分」が国保税に上乗せとなります。



子ども家庭庁 HP

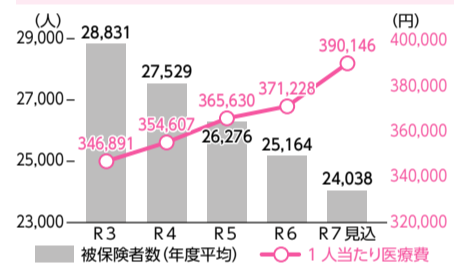


② 「1人当たり医療費」の増加

加入者数が年々減少する一方で、医療の高度化等の影響により、「1人当たり医療費」は増加を続けています。

県全体でも令和8年度の「1人当たり医療費」は増加が見込まれています。

加入者数と「1人当たり医療費」の推移



③ 「診療報酬の改定」による保険給付費の増加

令和8年6月に診療報酬の大幅な改定が予定されており、国保が医療機関に支払う保険給付費の増加が見込まれます。

④ 「県内の国保税率の統一」に向けた段階的な税率改正

●令和15年度(遅くとも17年度)までを目標年限として、都道府県ごとの国保税率を完全統一することとされています。また、令和7年11月には財政制度等審議会(財務大臣の諮問機関)からは完全統一の実施を令和12年度までに行うことが提言されており、今後、完全統一に向けての期限が早まることも予想されます。

●本来必要な税率よりも低い水準の税率の市町村は、完全統一したときに大幅な増税となります。完全統一後は、市の独自支援は実施できなくなるため、完全統一されるまでに本来必要とする税率に段階的に近づけていく必要があります。

6 納税通知書の発送時期

令和8年度国保税の納税通知書は、7月中旬に発送予定です。

後期高齢者医療保険料特別徴収(年金天引き)額を均等になるように調整します

【問合せ】 国保年金課医療係 ☎ 273-1923

後期高齢者医療保険料の特別徴収(年金からの天引き)は、4月・6月・8月に「仮徴収」、10月・12月・翌年2月に「本徴収」として納めていただいています。

1年間の保険料が前半(仮徴収額)と後半(本徴収額)での偏りが大きくなるようにするため、保険料が年間を通じてできるだけ均等になるように、6月と8月の保険料の仮徴収額を調整(平準化)します。

平準化により年間の保険料額が変わることはありません。

対象者

後期高齢者医療保険料を特別徴収(年金天引き)で納めている方のうち、仮徴収額と本徴収額に大きな差が生じると予測される方。

※対象となる方には、5月下旬に通知をお送りします。

平準化の具体例<令和8年度の年間保険料が50,900円(見込)の場合>

■平準化しない場合

令和7年度	令和8年度						令和9年度	
本徴収	仮徴収(18,600円)			本徴収(32,300円)			仮徴収	
2月	4月	6月	8月	10月	12月	2月	4月	
6,200円	6,200円	6,200円	6,200円	10,900円	10,700円	10,700円	10,700円	

■平準化した場合

令和7年度	令和8年度						令和9年度	
本徴収	仮徴収(23,600円)			本徴収(27,300円)			仮徴収	
2月	4月	6月	8月	10月	12月	2月	4月	
6,200円	6,200円	8,700円	8,700円	9,100円	9,100円	9,100円	9,100円	

💡 6月・8月の天引き額を引き上げることで本徴収額が下がり、1回あたりの天引き額の差が少なくなります。

※仮徴収額が本徴収額より大きい場合は、逆に6月・8月の天引き額を下げることで同様に調整します。10月以降の金額については、7月中旬にお知らせします。



スマイルあおぞらバスのルート・ダイヤ等を一部変更します

ページID 1006072

■変更日 5月30日(土)

■変更内容

- ①ルートの変更
 - ▼勝田南コース 新たに「埋蔵文化財調査センター」、「正安寺」の各バス停を設置
 - ▼田彦・金上コース 新たに「三反田坪」、「三反田団地」の各バス停を設置
- ②ダイヤの変更 ▼那珂湊コース 第4便の時刻を変更
- ③バス停名称の変更

コース名	現在の名称	変更後の名称
勝田北コース	勝田高校南	勝田中等南
勝田中央コース	追分	前渡小学校
佐和コース	鈴木内科医院	佐和小堀内

※詳細は市HP、または市役所・コミセン等で配布しているリーフレットをご確認ください。

【問合せ】プロジェクト推進課 ☎ 273-0121



外国人総合相談窓口を開設しました Consultation Desk for Foreigners Now Available!

国籍や言語、文化の違いにかかわらず、誰もが安心して暮らせる多文化共生のまちづくりを進めるため、多文化共生課を新設しました。

外国人を含むすべての市民が安心して暮らせるよう、多言語で相談や情報提供を行う窓口を開設しています。また、外国人の方だけでなく、日本人の方からの地域での外国人に関する相談も受け付けています。



▲市HP

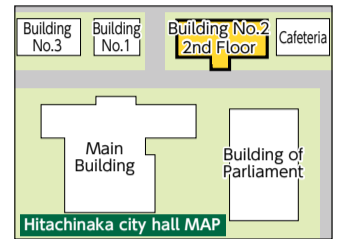
■窓口開設日時 月～金 午前9時～正午、午後1時～4時30分

※土、年末年始除く

■場所 多文化共生課(第2分庁舎2階)

■相談できること

- 外国人の行政手続や日常生活の困りごとに関する相談
- 地域で安心して生活するための情報提供
- 外国人との暮らしに関する相談 など



【問合せ】多文化共生課 ☎ 273-2935



マイナンバーカードの電子証明書更新 来庁前の「WEB日時予約」が便利!

マイナンバーカードの電子証明書には有効期限があります。期限が切れるとコンビニ交付やマイナ保険証等が利用できなくなりますので、お早めに窓口で手続きをしてください(期限の3カ月前から手続き可能)。来庁前にWEB日時予約をすると、優先呼出しにより受付までの待ち時間が短縮されます。

■取扱窓口 市民課(本庁舎1階12番窓口)

■受付時間 ▼平日 午前9時～午後4時45分

▼日曜 午前9時～11時30分、午後1時～4時45分

※日曜は「完全予約制」です。

平日は混雑状況を確認したうえで来庁ください。混雑している場合は、予約することをおすすめします。

■持ち物 マイナンバーカード(暗証番号の入力が必要です)



▲WEB日時予約



▲混雑状況

【問合せ】市民課 ☎ 212-3832



ひとり暮らし高齢者調査を実施します

市は、ひとり暮らし高齢者の生活状況・健康状態の把握や、緊急時等の対応のため、民生委員の協力により訪問調査を実施し「ひとり暮らし高齢者台帳」を整備しています。

5月から12月末頃までの間、各地域の民生委員が皆さまのお宅を訪問し、必要な事項についてお話を伺いますので、ご協力をお願いします。なお、調査を不要とする方は、市高齢福祉課にご連絡ください。

■「ひとり暮らし高齢者台帳」整備の目的

- ①緊急時において消防本部や医療機関、ご親族との迅速な連絡や必要な対応を図るため
- ②必要と判断した場合、各地区の地域包括センター等の訪問を通じて支援を行うため

■対象者 今年度65歳以上になるひとり暮らし高齢者の方で、初めてこの調査を受ける方など

■調査項目 電話番号、緊急連絡先、かかりつけ医、お体の状態など

【問合せ】高齢福祉課 ☎ 273-1948



市営住宅入居者募集

5月 8月 11月 2月

ページID 1006347

	定期募集	随時募集
申込期間・選考方法	5/11(月)～27(金) ※申込多数の場合抽選	5/11(月)～先着順
申込条件	市内に住所または現在の勤務先があり、収入基準などに該当する方 ※過去に住所を有していた方も可。申込は1世帯1部屋。複数の部屋を申し込むことはできません。また、定期募集と随時募集の両方に申し込むこともできません。	
申込場所	住宅政策課(市企業合同庁舎2階)	
抽選会・説明会	5/29(金) 14:00～ 企業合同庁舎5階 第3会議室	
入居日	R8.7/21(火)～8/4(火)	入居申込日から最短で2カ月後
注記	募集する住宅は、住宅政策課窓口で配布の「市営住宅入居申込みの案内」をご覧ください。市HPからもダウンロードできます。	
問合せ	住宅政策課 ☎ 273-1496	



▲市HP



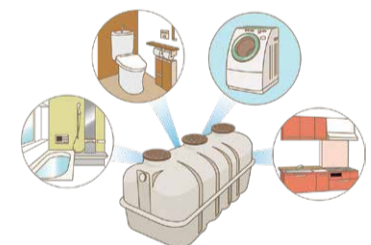
合併処理浄化槽の設置費等を補助します

ページID 1013713

補助金額や対象地域など、詳しくは市HPまたは環境政策課窓口でご確認ください。

■補助対象者

- 設置されている単独処理浄化槽またはくみ取り便槽を廃止し、合併処理浄化槽を設置する方
- 居住を目的とした新築の自己用住宅に合併処理浄化槽を設置する方



■注意事項

工事後の申請は受け付けできませんので、必ず工事前10日以上前に申請してください。令和9年3月23日(火)までに工事を完了し、完了届の提出をください。受付開始時期や補助事業の変更点など、詳しくは問い合わせください。先着順で受付し、予算に達し次第終了します。

【問合せ】環境政策課 ☎ 273-2963

災害に備えた住まいの耐震・安全対策を支援します

木造住宅の耐震診断(自己負担額2000円)

耐震改修費 補助額最大 115万円

対象 ①～③の条件を満たすこと

- ①昭和56年5月31日以前に建築された一戸建ての木造住宅(店舗、事務所などの兼用住宅で、住宅部分の床面積が全体の1/2以上のものを含む)
- ②在来軸組構法または枠組壁工法によって建築されたもの
- ③地上階数が2以下のもの

補助額または負担額(費用に係る消費税は対象外)

- 耐震診断士が市が派遣するにあたり、2,000円を自己負担
- 耐震改修は、補強設計と工事をあわせて行えば、工事費用のうち4/5を補助

申請期間(平日のみ)

▼耐震診断 6月1日(月)～9月30日(金)

▼耐震補強設計・工事 5月15日(金)～10月30日(金)

危険ブロック塀などの撤去費

補助額最大 15万円

対象 ①②の条件を満たすこと

- ①道路に面する塀で、ブロック造、レンガ造、石造などのもの
- ②道路面からの塀の高さが60センチメートルを超えるものを、60センチメートル以下にする工事

補助額(費用に係る消費税は対象外)

撤去に関する工事費用のうち2/3を補助

申請期間(平日のみ) 5月15日(金)～11月30日(月)

★共通
申請方法

5月15日(金)以降に建築指導課窓口で配布される申請書類を、建築指導課に持参。市HPからもダウンロード可。

※申請に際して一定の基準がありますので、お気軽にご相談ください。

【問合せ】建築指導課 ☎ 273-0429



地域の相談パートナー 6月1日は「人権擁護委員の日」

市人権擁護委員会では、特設人権相談を実施します。人権擁護委員が人権問題等の相談を受けます。お気軽にご来場ください。

日時 6月1日(日) 午後1時30分～3時

場所 那珂湊支所(和田町二丁目12番1号)

内容 差別、いじめ、嫌がらせ、虐待、DV、ご近所トラブル等の人権に関すること

■人権擁護委員の活動

人権擁護委員は、市町村長の推薦を受けて法務大臣から委嘱された民間人です。市人権擁護委員会では、人権相談の受け付けのほか、市内小中学校での人権教室等の啓発活動を行っています。



【問合せ】水戸地方法務局 ☎ 227-9919 市地域福祉課 ☎ 273-1936



合理的配慮推進事業補助金 障害のある方の利用しやすいお店づくりを支援

対象 市内で商店や飲食店など不特定多数の方が利用し、かつ障害のある方の利用が見込まれる事業を行う方。または市内で活動する地域団体。



▲市HP

補助対象	補助限度額(補助率1/2)
コミュニケーションツールの作成 コミュニケーションボード、点字メニューなど	3万円
合理的配慮推進物品の購入 筆談ボード、簡易スロープなど	10万円
合理的配慮推進工事の施工 手すり、段差解消工事、トイレ改修など	20万円

※購入等の前に申請が必要です。事前にご相談ください。

【問合せ】障害福祉課 ☎ 273-1947



障害基礎年金のご案内

ページID 1005836

受給要件①～③のすべてに該当する方	①障害の原因となった病気やけがの初診日が次のいずれかの間にあること ○国民年金加入期間 ○20歳前または日本国内に住んでいる60歳以上65歳未満の方で、年金制度に加入していない期間 ②保険料の納付要件の次のいずれかを満たしているとき ○初診日の前日において、初診日がある月の2カ月前までの加入期間内で、保険料を納めた期間と免除期間をあわせた期間が3分の2以上あること ○初診日の前日において、初診日がある月の2カ月前までの直近1年間に保険料の未納がないこと ③障害の程度が、国民年金法施行令で定められている障害者等級表の1級または2級の方 ※障害者手帳の等級とは別基準
障害基礎年金額	令和8年度年額 ▼1級 1,059,125円 ▼2級 847,300円 ※子の加算額が付く場合あり
相談等に必要なもの	○初診日を含む医療機関の通院歴 ○年金手帳(基礎年金番号通知書)、障害者手帳等 ○代理人の場合は、委任状と代理人の顔写真付き本人確認書類
申請・問合せ	国保年金課年金係 ☎ 273-1924(直通) 水戸北年金事務所 ☎ 231-2283 ※相談・請求等は平日のみ。事前に電話予約が必要。



骨髄ドナー登録にご協力ください

ページID 1005626

白血病等で骨髄等の移植を必要とする患者さんを救うには、1人でも多くのドナー登録が不可欠です。ドナー登録は最寄りの献血ルーム(献血ルームMEET:水戸市宮町1-7-31)で行っています。詳しくは献血ルーム ☎ 0120-310-399 または ☎ 029-224-9226 に問い合わせください。

■骨髄移植ドナー助成

対象 ○骨髄等を提供した日において、市内に住所を有する方
○骨髄等の提供を完了し、日本骨髄バンクが発行する証明書の交付を受けた方

助成内容 ▼基本額 2万円(提供したすべての方に助成)
▼加算額 企業または団体等のドナー休暇制度等の適用を受けない方に対し、通院入院した日数に応じて1日2万円を助成(7日を限度)

申請方法 骨髄等の提供が完了してから90日以内に、ヘルス・ケア・センターへ申請。申請書は市HPからダウンロード可。

【問合せ】日本骨髄バンク ☎ 03-5280-1789



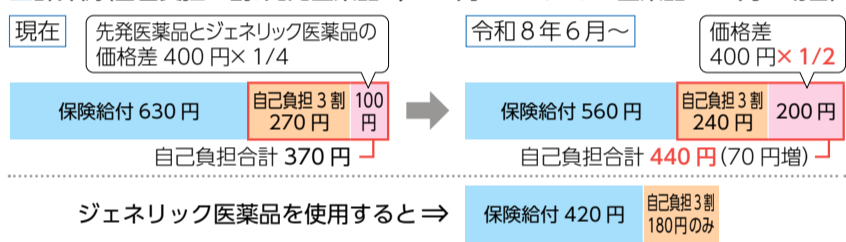
6月から先発医薬品の自己負担の仕組みが一部変更されます

ジェネリック医薬品がある薬で、先発医薬品の処方希望する場合は、先発医薬品とジェネリック医薬品の価格差の4分の1について、別途自己負担が発生しています。6月からは、自己負担額が価格差の2分の1へ引き上げられます。※先発医薬品を使用する必要があると医師が認める場合は、価格差分の自己負担は発生しません。この機会に、ジェネリック医薬品の積極的な利用をお願いします。



▲厚労省HP

■計算例(自己負担3割、先発医薬品1,000円・ジェネリック医薬品600円の場合)



【問合せ】国保年金課 ☎ 273-1921



こんなときには国保窓口へ届け出を 加入・脱退・交通事故にあったときなど

次のような事象が発生したときは、14日以内に届け出をしてください。

■届け出が必要なもの

- 職場などの健康保険をやめて国保に加入するとき
- 職場などの健康保険に加入し国保をやめるとき
- ※「国保をやめる届け出」は電子申請が可能です
- 子どもが生まれたとき ○国保被保険者が死亡したとき
- 住所や氏名などが変わったとき



▲市HP

■交通事故等(第三者による行為)のケガで国保を使って受診したとき

交通事故等でケガをしたときにも国保を使用して診療を受けることができますが、本来、治療費は加害者が支払うものです。あとから加害者へ請求するために必要となりますので、国保担当窓口へ第三者行為の届け出をしてください。示談を済ませてしまうと国保で診療を受けられなくなる場合があります。



【問合せ】国保年金課 ☎ 273-1921



安心なくらしを守る、あなたの身近な相談相手 消費生活センター

ページID 1003759

1人で悩まずご相談ください

■相談できる内容

- 契約に関するトラブル(点検商法や訪問販売など)
- 商品に関するトラブル
- 霊感商法や借金のトラブル

※相談の内容によっては、他の専門機関へ案内する場合があります。

■相談日時・相談形態

月～金 午前9時30分～正午、午後1時～4時30分

電話または来所して相談ができます。原則、1回の相談時間を30分としますが、事業者との交渉の手伝い(あっせん)や経緯を聞き取る場合もあるため、設定時間を超えることもあります。※あっせんやクーリング・オフの対象となる場合、電話ではなくセンターへの来所をお願いする場合があります。面談の予約受付も上記日時と同様です。

【問合せ】消費生活センター(多文化共生課内) ☎ 273-2957

■相談の前に用意してほしいもの

- どの業者から購入したかわかるもの(契約書・見積書・名刺など)
- 業者とやり取りをしたメール、電話でやり取りをした際のメモ
- 購入した商品、またはその写真


■相談する場合の注意事項

- 名前・住所・電話番号・年齢等をお聞きます。
- あっせんを行う場合は、経緯文(トラブルに至った流れ)の作成やセンターへの来所をお願いすることがあります。
- ご協力いただけない場合、相談およびあっせんをお断りすることがあります。
- センターは、相談者の代理人になれません。また、センターが事業者への指導や強制することはできません。
- 契約時の正確な状況把握や本人の意向確認のため、原則、契約者本人からの相談をお願いします。

軽自動車税の納期限は6月1日④です

金融機関、コンビニ等で期限内に納めてください。納税通知書が届いていない、紛失した方はご連絡ください。軽自動車税納付確認システム(軽JNKS)の運用開始に伴い、口座振替の方への納税証明書の発送は行いません。必要な方は市窓口で申請をお願いします。
申請窓口 市民税課、市民課、市毛・前渡・佐野窓口、那珂湊支所 **納付窓口** 収税課、那珂湊支所
問合せ 市民税課 ☎ 212-7316 収税課 ☎ 273-2492

大人の風しん予防接種費用一部助成

対象 次の①、②の要件を満たす、市内に住所を有する女性 ①妊娠を希望する方 ②令和7年度以降の風しん抗体検査の結果、予防接種が必要と診断された方
※検査結果記録の持参が必要
助成額 ▼風しんワクチン 上限3,000円 ▼麻しん風しん混合ワクチン 上限5,000円 
問合せ 健康推進課(ヘルス・ケア・センター) ☎ 276-5222

骨髄移植後の予防接種再接種助成開始

対象 市内に住所を有する18歳未満(ワクチン種類によって異なる)の方で、骨髄移植等の医療行為を受けたことで、定期予防接種により獲得した免疫の低下または消失が認められ、再接種が必要と判断された方
※要事前申請(医師の意見書等が必要)。詳しくは、問い合わせください。
問合せ 健康推進課(ヘルス・ケア・センター) ☎ 276-5222

5月31日は世界禁煙デー

たばこを吸わないことが一般的な社会習慣になることを目指しWHOが制定したものです。たばこは有害であるにも関わらず、デザインや香りが絶えず改良され、ファッションナブルなアイテムとして若者を魅了しています。このようなたばこ業界の戦略を理解し、たばこから将来の世代を守るよう呼びかけています。
問合せ 健康推進課(ヘルス・ケア・センター) ☎ 276-5222

固定電話の簡易録音装置を配布します

二重電話詐欺の被害防止を図るため、簡易録音装置「録音チュー」を窓口で無料配布しています。(録音可能件数1件。最大時間約5分。)
対象 市内居住の65歳以上の方のみの世帯または日中65歳以上の方のみとなる世帯(旧自動通話録音装置を使用している方や、すでに当該装置を配布された方は対象外)
問合せ 消費生活センター ☎ 273-2957

水田の蛇口盗難防止対策を

農家の皆さまには、次のような対策を行い、防犯対策に努めていただきますようお願いいたします。
■対策例
○農閑期は蛇口を外し、自宅で保管する
○蛇口が見えないようカバーで覆う
○プラスチック製の蛇口に交換する
※被害にあった時は、区域の土地改良区または水利組合へ連絡してください

農薬の使用基準を守りましょう

○保護具を正しく着用 ○飛散が少ない剤剤等を使用
○誤飲防止のため一般飲料の容器に農薬を入れない
○使用した農薬、散布日、天候等を記録 ○住宅地付近や周辺の農地と近接している場合は、散布場所に人が立ち入らないよう看板等で注意喚起 ○近くに学校や通学路がある場合は、事前に周知し、散布時間に注意 ○液状で散布する際は飛散低減ノズルの使用に努める **問合せ** 農政課 ☎ 273-0628

環境美化運動を実施します

日程	実施地区(中学区)
5/31 ④ ※荒天時6/7 ④	勝田二中・佐野中・田彦中・那珂湊中・美乃浜学区
6/7 ④ ※荒天時6/14 ④	勝田一中・勝田三中・大島中学区

集合時間や集合場所は、各コミセン等で異なります。詳しくは、問い合わせください。
問合せ 廃棄物対策課 ☎ 273-2966

Jアラート全国一斉情報伝達試験


防災行政無線(屋外放送塔、戸別受信機)から全国で一斉に試験放送が流れます。
日時 6月3日④(予備日 7月1日④) 午前11時
放送内容 「これは、Jアラートのテストです(3回繰り返し)。こちらはひたちなか市役所です。」※国民保護サイレンは使用しません。訓練15分前に予告放送を実施します。
問合せ 生活安全課 ☎ 273-2958

道路の破損箇所はありませんか?

道路の破損による事故を未然に防ぐため、凹み・段差等、道路で損傷している箇所や危険な場所を見つけた時は、道路管理課へ連絡をお願いします。新たに市公式LINE「市民レポート機能」が追加されましたので、ぜひご利用ください。
問合せ 道路管理課 ☎ 273-1443




期日前投票立会人を追加募集します

場所 市内4カ所の期日前投票所
内容 選挙が公正に行われているかをチェックする等、期日前投票事務の全般に立ち会う
対象 選挙権を有する方
従事日 期日前投票期間のいずれかの日
報酬 10,900円(所得税の源泉徴収あり) 
申込 二次元コードから申込
問合せ 市選挙管理委員会 ☎ 273-2421


ひとり親家庭向け介護職員初任者研修

日時 7月18日～11月28日の④ 全14回
午前9時～午後5時 **場所** 県母子寡婦福祉連合会
対象 ひとり親家庭の親で全日程出席できる方
費用 ▼教材費 7,124円 ▼ボランティア保険料 392円 **申込** 6月30日④(必着)までに郵送またはFAX ※申込用紙は子ども政策課で配布もしくは連合会HPからダウンロード
問合せ 母子・父子福祉センター ☎ 221-8497

健康・栄養・歯科相談

日程 6月16日④ 
受付時間 午後1時30分～2時30分
場所 ヘルス・ケア・センター
対象 食事や運動等の生活習慣を見直したい方、血圧・血糖値・コレステロール値等の健診結果が気になる方、歯や口の健康について相談したい方
申込 ヘルス・ケア・センター ☎ 276-5222

心の健康相談

日程 6月19日④ 
受付時間 午後1時30分～3時30分
場所 ヘルス・ケア・センター
対象 ひきこもりや気分が落ち込む等、心に悩みを持ち、医師の診断を受けていない本人と家族
相談員 精神保健福祉士
申込 ヘルス・ケア・センター ☎ 276-5222

図書館インフォメーション

中央 ☎ 273-2247・那珂湊 ☎ 263-5499・佐野 ☎ 270-3811 

3館共通 6月の休館日 1日④、8日④、15日④、22日④、25日④、29日④

特別休館のお知らせ 中央図書館は、5月25日④～6月4日④まで、蔵書点検のため休館します。
※ブックポストへの返却は、休館中も利用できます。

	日時	内容	場所
中央	5/23 ④ 14:00～	かつたおはなしの会 (幼児・小学生向け)	おはなしのへや(児童室)
	5/24 ④ ① 11:00～ ② 14:30～	こどもえいがかい アニメ「おじゃる丸 ～マロもだいのすき月光町～」(32分)	視聴覚室
那珂湊	5/23 ④ 11:00～	おはなしの会「ぼっけ。」(幼児・小学生向け)	おはなしのへや
	5/24 ④ 11:00～	だっこでおはなし会 (0～2歳の親子対象)	
佐野	5/19 ④ 11:00～	おひでできくおはなしかい (0～2歳の親子向け)	視聴覚室
	5/23 ④ 13:30～	おはなしかい (幼児・小学生向け)	おはなしのへや

PICK UP **中央** 10～40代の方対象読書会 ゆるふわ Book Café 出張SP
夕方のカフェでブックトークしませんか? 素敵な本に出会えるかも
日時 5月29日④ 午後6時30分～8時
場所 スターバックスコーヒーひたちなか店
※ドリンクは自己負担となります
定員 10人程度
申込 5月10日④～中央図書館へ電話または電子申請 

お子さんの預け先 ご案内します

子ども部 幼児保育課 

小学校入学前のお子さんの預け先について、家庭の状況や希望に沿った案内や情報提供を行う部署です。保育園や幼稚園の入所手続きや利用料の案内、保育施設の整備など、より良い保育環境を提供できるよう支援しています。

こんなときは幼児保育課へ

- 保育園や幼稚園などの入園や利用について相談したいとき
- 保育料や認可外保育施設などの利用料無償化を知りたいとき
- お子さんを一時的に預けたいとき
- 保育園の運営・給食などで気になることがあるとき

  **私の一曰**  **安主事**
推しスポットは
虎塚古墳!

認知症サポーター養成講座

「認知症サポーター」とは、認知症について正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守り、支援する応援者です。認知症の知識を深めてみませんか？

日時 6月26日㊤ 午後6時30分～8時
場所 ふぁみりこらぼ
定員 30人
申込 高齢福祉課 ☎ 273-1948



初心者のための篆刻体験教室

日時 6月28日㊤ 午前10時15分～午後0時15分
場所 市民交流センターひたちなか・ま
定員 8人
費用 800円
申込 市民交流センター ☎ 276-0101

夏休みキャンプ教室

日時 7月18日㊤午前9時～19日㊤昼頃まで(1泊2日)
場所 陸上自衛隊勝田駐屯地
対象 小学生(保護者1人同伴)
定員 70人 ※多数の場合抽選
費用 1人2,000円
申込 6月15日㊤(必着)まで ※詳しくは、陸上自衛隊勝田駐屯地HP
問合せ 陸上自衛隊勝田駐屯地 ☎ 274-3211

漁業体験研修 船曳網漁(シラス漁)

日時 6月19日㊤ 午後1時～3時
場所 那珂湊漁港
対象 漁業に興味があり、漁業体験研修を受けたい方(18歳以上)
定員 3人 ※多数の場合抽選
申込 5月25日㊤までに電子申請
問合せ 水産課 ☎ 内線 268



市書道連盟50周年記念展示会

日時 5月26日㊤～6月1日㊤ 午前9時～午後5時 ※最終日は午後1時まで、㊤開館
場所 那珂湊支所展示室
問合せ 那珂湊支所 ☎ 内線 280



母乳育児教室

日時 6月17日㊤ 午後1時30分～3時30分
場所 ふぁみりこらぼ
内容 助産師による母乳育児教室(個別相談あり)
対象 市内在住の方 定員 6人 ※多数の場合抽選
申込 5月18日㊤～6月4日㊤に電子申請
問合せ 子育て支援センターふぁみりこ ☎ 212-6850



こらぼDEまなぼ～学びのとびら～

■ひたちなか市の古墳から読み取る海との歴史

日時 6月26日㊤ 午後2時～4時
場所 ふぁみりこらぼ
講師 埋蔵文化財調査センター 稲田健一氏
定員 40人 ※多数の場合抽選(市内優先)
申込 6月4日㊤までに電子申請
※結果は6月19日㊤までに通知
問合せ 生涯学習課 ☎ 272-6301



勝田墨遊会(水墨画の基本習得)

日時 第2・4㊤ 午後1時～4時
場所 1中地区コミセン
定員 5人
費用 2,000円/月
問合せ 1中地区コミセン ☎ 275-2671

母子保健相談(要申込)

日程 6月16日㊤、24日㊤
受付時間 午前9時30分～11時
場所 ヘルス・ケア・センター
内容 身体計測、保健・栄養・歯科相談
対象 生後3カ月～幼児 ※電話相談は随時受付中
申込 アプリ「母子モ」から申込
問合せ 子ども家庭センター母子保健担当 ☎ 229-1157



スマホ教室

■基本と便利な使い方

日時 6月1日、15日、7月6日、20日、8月3日、10日、9月7日、21日、10月5日、19日 全て㊤ 午後1時～3時
場所 市民交流センターひたちなか・ま
定員 15人
持ち物 スマートフォン
申込 市民交流センター ☎ 276-0101

第18回グラウンド・ゴルフ協会会長杯大会

日時 6月10日㊤ ※雨天時11日㊤
▼受付 午前8時30分 ▼開会式 午前9時
場所 市総合運動公園 定員 300人 費用 300円
申込 5月24日㊤までに、団体名・代表者名・電話番号・参加者の住所・氏名・性別・生年月日を電話またはFAX
問合せ 市グラウンド・ゴルフ協会(中村) ☎ 273-7001 (FAX同)

離乳食教室(要申込)

日程 6月5日㊤ 受付時間 ①午前9時30分～45分 ②午前10時30分～45分
場所 ヘルス・ケア・センター 内容 離乳食作りの講話・試食、希望者は栄養相談
対象 4～6カ月の乳児がいる保護者
定員 各10組 申込 アプリ「母子モ」から申込
問合せ 子ども家庭センター母子保健担当 ☎ 229-1157



やさしい科学実験・工作教室

日時 6月28日㊤、7月26日㊤、8月30日㊤、9月27日㊤、10月25日㊤、11月29日㊤、12月27日㊤、1月30日㊤、2月28日㊤、3月28日㊤ 全10回 午後1時30分～3時30分
場所 市民交流センターひたちなか・ま
対象 小学3～6年生 定員 15人
費用 5,000円(全10回分)
申込 市民交流センター ☎ 276-0101

飛鳥II太平洋絶景クルーズ参加者募集

市内在住者を対象に特別価格で募集します。
日時 10月14日㊤～17日㊤(3泊4日)
内容 常陸那珂港区～清水港～鳥羽港～横浜港～常陸那珂港区 対象 市内在住者 定員 80人
費用(例)大人一人 259,000円(特別価格) ※Fステート2人1室利用、その他上級クラスあり
問合せ 日立ポートサービス ☎ 0120-330-525



プレパパ・プレママ教室後期(要申込)

日程 6月24日㊤ 受付時間 ①午後1時20分～30分 ②午後3時～10分 場所 ヘルス・ケア・センター 内容 DVD上映、お風呂の入れ方実習、パパの妊婦体験
対象 市内在住で当日24～36週の妊婦(同伴者1人) 定員 各12組
申込 5月25日㊤正午～アプリ「母子モ」から申込
問合せ 子ども家庭センター母子保健担当 ☎ 229-1157



Photo Gallery section with title 'ひたちなか歩き Photo Gallery' and an image of a train. Includes Instagram info and a QR code.

Calendar section titled 'ひたちなかカレンダー' for May 10 to June 10. Lists events like 'ひたちなかフィルハーモニーウインドオーケストラ' and 'ひたちなかアドベンチャー2026初夏'. Includes a 'PICK UP' section for the adventure event and a '5月の納期限' section.

選挙管理委員会からのお知らせ

任期満了に伴う ひたちなか市長選挙

投票日は11月15日(日)です

早朝の丘でネモフィラの絶景楽しむ

4月15日、国営ひたち海浜公園で「市民モニターツアー ネモフィラ早朝鑑賞体験」を開催しました。3年目となる今年は、抽選で選ばれた市民14組32人が参加。ひたち海浜公園スタッフによるガイドとともに、満開のチューリップ畑も散策しました。開園前の静かな園内で写真を撮影し、SNSで発信するなど、思い思いにネモフィラの絶景を満喫していました。



「市報ひたちなか」全国広報コンクールで入選

組み写真部門 **入選2席**(全国3位)



令和7年
10月25日号
6-7面



審査員講評

市報ひたちなが、令和8年全国広報コンクール(主催:日本広報協会)の組み写真部門で入選しました。当コンクールは、広報活動の資質向上を目的に毎年開かれ、各都道府県から選抜された作品が集う、いわば自治体広報の甲子園。本市の受賞は、2年ぶり7回目。これからも、毎号楽しみにしてもらえる市報を目指していきますので、取材等へのご協力をお願いします。

地域の人々が子どもたちの成長を支える様子が丁寧に表現されている。多くの仕事現場での子どもたちとの交流シーンがどれも自然でリラックスした心地よい空気感で満たされている写真たちに魅了された。様々な角度や引き寄りのバリエーションにより飽きさせない工夫がなされている。また表情を的確に引き出すアングル選びも秀逸で全体に安定感がある。紙飛行機による視点誘導もテーマに合っており上手い演出だ。特筆すべきは、全体を一貫して包み込む柔らかく明るいトーンだ。この統一感のある色彩設計には卓越した技術が見られ、街の住みやすさや希望そのものを象徴し、見る者に安心感を与え、自分ごととしてそのストーリーに引き込む。広報写真の王道といってもよいだろう。

【問合せ】広報戦略課 ☎ 273-0122

夢 輝く子どもたち / 那珂湊第二小学校 6年 萩野間 斗海和さん

世界を魅了するプレーヤーに

私の夢は、海外で活躍している柴崎岳選手のように、正確なパスで試合を操るプロサッカー選手になることです。私が柴崎選手を尊敬している理由は、どんなプレーでも、プレッシャーがかかる場面でも、常に冷静にプレーをし、一本のパスでチャンスを作り出す力があるからです。私も後ろのポジションからピッチ全体をよく見て、味方が一番欲しいところへ鋭いパスを通せるようになりたいです。そのために、今は毎日の練習でパスの精度を磨き、味方がボールの欲しいところに正確にパスが出せるようにしています。また、パスだけでなく守備でも味方から求められるような選手を目指しています。将来は日本代表のユニホームを着て、世界中のファンを魅了するプレーをしたいです。夢を叶えるために、一回一回の練習を大事にし、試合では全力で戦い抜きます。

ここが好き
ひたちなか

自然が多く、那珂湊の海がきれいなところが好きです。また、那珂湊おさかな市場に美味しい魚がたくさん並んでいるところも好きです。



ホームページ連携でらくらく検索

ページID 1000038

市HP ▶ 各記事に記載されている「ページID」を、市HPの「ページID検索」に入力して検索すると、簡単に目的のページを探すことができます。

