

広報なか

3.11

No.217

# NAKA

2022

みんなでスポーツ!



## Contents

マイナンバーカード	2
スポーツ推進委員だより	4
おしらせコーナー	8

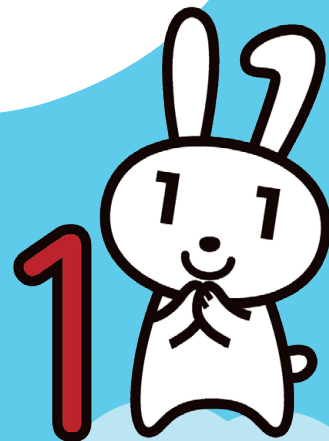


もっと便利に！

# マイナンバーカード

マイナンバーカードは、本人の申請により交付され、マイナンバー(個人番号)を証明する書類や本人確認書類として利用できるだけでなく、さまざまな行政サービスを受けることができる、とても便利なカードです。

今回は、マイナンバーカードの便利な利用方法や簡単な申請方法についてご案内します。



## 民間のサービスでも使える

確定申告をはじめ、インターネットバンキングや各種民間企業のオンライン契約で利用できます。本人確認にマイナンバーカードを利用することで、なりすましや情報の改ざん防止にもなります。

## コンビニなどで各種証明書が取得できる

市役所に行かなくても、近くのコンビニなどで住民票の写しや課税証明書などを取得することができます。

※市町村によりサービス内容が異なります。

## 本人確認書類になる

マイナンバーの提示と本人確認を、1枚で済ませることができる唯一のカードです。旧姓(旧氏)の併記ができ、旧姓が使われる場面などで各種証明に使えます。

## マイナンバーカードってどうやって申請するの？

申請方法はいろいろ！



パソコン



証明写真機



郵送



市役所窓口

オススメ



スマートフォン

### スマートフォンによる申請方法

- 1 顔写真を撮影
- 2 交付申請書のQRコードを読み取る

申請用ウェブサイト(QRコード読取先)

- 3 メールアドレスを登録

申請者専用ウェブサイト(メールでURLが届きます)

- 4 顔写真・申請情報を登録

- 5 申請完了

市では、コロナ禍の現状を踏まえ、自宅で申請できる「インターネットによる申請」を推進しています。インターネットによる申請が困難な場合には、郵送による申請や市民課で申請の支援を行っていますので、ぜひご利用ください。

※交付申請書を紛失したときや記載内容に変更がある場合は、市民課へお問い合わせください。

マイナンバーカード全般に関して▶ **問** マイナンバー総合フリーダイヤル ☎ 0120-95-0178 (平日 午前9時30分～午後8時)  
マイナンバーカードの発行に関して▶ **問** 市民課戸籍・窓口G ☎ 029-298-1111  
マイナンバーカードの健康保険証利用に関して▶ **問** 保険課保険・年金G ☎ 029-298-1111

## マイナポータルって？



マイナポータルは子育てや介護をはじめとする行政手続きの検索やオンライン申請がワンストップでできたり、行政からのお知らせを受け取ったりすることができる自分専用のサイトです。

## オンラインで行政手続きができる

マイナンバーカードを使うと、e-Tax がもっと便利になります。また、各種行政手続のオンライン申請などに利用できます。

※市町村によりサービス内容が異なります。

## 健康保険証として使える

要事前登録

就職や転職、引越しをしても保険証の切替えを待たずに受診することができます。また、高額療養費の限度額適用認定証の持参が不要です。  
※市役所への国民健康保険加入・喪失(脱退)の届出はこれまでどおり必要です。  
※カードリーダーが導入されていない医療機関・薬局では、これまでどおり保険証・限度額適用認定証が必要です。

### ● どうやって使うの？

マイナンバーカードをカードリーダーにかざすだけです。かざした後、顔認証または4桁の暗証番号で本人確認をします。

※利用できる医療機関・薬局は、厚生労働省ホームページで確認ができます。



### ● 利用登録はマイナポータルから

健康保険証利用の申込みはマイナポータルから行えます。マイナポータルでは、薬剤・医療費・健診情報の確認や、確定申告の医療費控除手続きで医療費情報を自動入力することができます。

※医療費情報の自動入力は令和3年9月分以降のものが対象。

登録はこちらから



## マイナンバーカードを受け取るまでの流れ

### 1 交付申請

約1か月後

### 2 交付通知書が届く

### 3 受取手続

### 4 マイナンバーカードを受け取る

#### 1 必要書類を持参し、市民課窓口へ

交付通知書(はがき)  本人確認書類(運転免許証など)  
**お持ちのかたのみ** -----  通知カード  住民基本台帳カード

#### 2 本人確認のうえ、暗証番号を設定

※暗証番号はあらかじめ考えてからお越しください。簡単な数字の並びや生年月日、自宅の住所など、推測されやすい番号を登録しないようにしましょう。

※英数字6文字以上16文字以下の暗証番号と数字4桁の暗証番号を設定します。英字は大文字のAからZまで、数字は0から9までが利用でき、いずれも1つ以上必要です。



# スポーツ推進委員だより

☎ スポーツ推進室 ☎ 029-297-0077

## 活動報告

### ふるさと教室に参加して

指宿美衣子委員



6月27日、那珂総合公園アリーナにおいて、ふるさと教室が開かれ、40組の親子が参加しました。

参加者は3班に分かれ、ビーチボールバレー、オーバルボール（四方向から中央の得点別のエリアへ4色の卵形の球を1球ずつ転がします）、シャフルボード（カーリングのように、得点別のエリアへ細長い棒「キュー」でディスクを押し出しシュートします）の3種目を、20分ずつ交代で行いました。

それぞれの種目で和気あいあいとプレーを楽しんでいましたが、最後の種目、スピードラダーゲッター（ひもの両端にボールが付いているものを投げて、3本のはしごに1個ずつ掛けて速さを競います）では、3班のチーム対抗戦となり、ハラハラドキドキの白熱した戦いになりました。

どの種目も、大人・子どもに関係なく楽しめて、皆さんに体験してほしいと思いました。

## 活動報告

### 水戸地区女性研修交流会に参加して

根本幸子委員



11月24日、常陸大宮市西部総合公園体育館にて令和3年度水戸地区女性研修交流会が行われ、各市町村から95人が参加しました。

講師は日本スポーツ協会公認アスレティックトレーナーの柵木聖也先生、テーマは「効果的なウォーミングアップと、クーリングダウンとは」でした。

準備運動・整理運動は、外傷・障がいの予防、体温（筋温）の上昇、スムーズな筋力発揮、間接可動域の拡大、疲労回復などの効果があります。今回の実技は、高齢者には少しハードだったようですが、年齢や運動強度によって形を変えて、行うことができたらと思います。

スポーツは、健康を保つために、とても大事なことです。そのスポーツをより安全で効率的に行うために、必ず準備運動・整理運動をしましょう。

令和3・4年度  
那珂市スポーツ推進委員名簿



地区名	氏名	備考
神崎	稲川 敏夫	
	中庭 隆治	
額田	原口 一英	新
	和田 江美	
菅谷	宮田 一夫	
	平野 恒男	
	竹林 勝男	
	赤津 和幸	
	有川 智恵子	
	下重 由佳	
	千賀 明子	
五台	中山 祥二	
	志田 浩一	
	根本 幸子	
戸多	根本 修一	
	中橋 利江	
芳野	檜山 眞弓	
	鈴木 澄子	
木崎	戸室 昇	
	海野 裕美	
瓜連	小泉 邦彦	
	小林 澄男	
	内田 卓	
	指宿 美衣子	

(順不同・敬称略)

全国スポーツ推進委員連合優良団体表彰を受賞

現在、那珂市のスポーツ推進委員は24人で活動しています。委員は各地区が推薦し、地区スポーツ活動の中心ともいえる「ひまわりスポーツクラブ」運営の中核を担っています。今後も地域スポーツのコーディネーターとして、地域の健康づくりに取り組んでまいりたいと考えております。

稲川敏夫委員長からコメント

稲川敏夫委員長が全国スポーツ推進委員連合功労者表彰を受賞

昭和61年に体育指導委員として委嘱を受けて以来35年間、地域スポーツの普及、振興に携わることができたのは、諸先輩がたや関係者のご指導とご協力の賜物と、深く感謝申し上げます。これからも、気軽に楽しく健康増進ができる地域スポーツの発展に取り組んでまいりますので、ご指導よろしく申し上げます。

稲川敏夫委員長からコメント



左から、谷口副市長、根本委員、先崎市長、稲川委員長、大縄教育長 ▶

根本修一委員が関東スポーツ推進委員協議会功労者表彰を受賞

これまでを振り返りますと、体育指導委員時代には、年齢幅が広く少人数でできる種目と考えソフトバレーボールの普及に努めてきました。現在は、誰でも参加しやすいニュースポーツの取り組みも始めています。これからも、地域のスポーツをする機会と場を創り続けたいと思います。

根本修一委員  
からコメント



5人の委員が茨城県スポーツ推進委員協議会功労者表彰を受賞

地区名	受賞者氏名
神崎	中庭 隆治
菅谷	竹林 勝男
	下重 由佳
五台	志田 浩一
戸多	中橋 利江

(順不同・敬称略)

中橋利江委員  
からコメント

長きにわたり、たくさんのかたと出会い、一緒に活動していく中で、改めてスポーツの楽しさと健康でいられることの大切さを実感しています。

近年、ニュースポーツと題した競技があります。今後、体験会が開催される際には、皆さんと楽しく交流できることを願っています。

# 救急と火災の概要をお知らせします

## 救急の部

☎ 市消防本部警防課 ☎ 029-295-2111

令和3年中における救急出場件数は2,234件で前年より80件増加し、1日あたり6.1件の出場件数となります。

救急事故種別では、急病が全体の63.6%を占め、次いで一般負傷が全体の12.0%、交通事故が全体の8.3%となっています。

また、搬送人員にあっては1日平均5.6人のかたが搬送されており、1件に対する出場時間(覚知～病院収容)は平均48分です。なお、ドクターヘリ出場件数は47件、救助出場件数は34件で前年より2件減少となっています。

### ● 傷病者程度別搬送人員



区分	人数(人)	割合(%)
死亡	34	1.7
重症	186	9.1
中等症	951	46.3
軽傷	880	42.9
合計	2,051	100

### ● 救急車の適正利用にご協力ください

救急車出場件数の増加に伴い、救急車の現場到着が遅れ、一刻を争う重症患者の救急搬送に支障が出かねない状況です。軽い打撲やかすり傷など緊急性が低いときには、自家用車を利用しましょう。また、体の調子がおかしいときは、症状が重くなる前に早めに医療機関へ受診しましょう。

- ◆ 定期的な通院などで、タクシー代わりに救急車を利用しないでください。
- ◆ 緊急に医療機関に搬送しなければならない場合は、迷わずすぐに救急車を要請してください。

## 火災の部

☎ 市消防本部予防課 ☎ 029-295-2111

令和3年中における火災発生件数は20件で、前年に比べると2件減少しました。

平成20年6月1日から、市内すべての住宅に、住宅用火災警報器の設置が義務づけられています。逃げ遅れなどによる犠牲者をなくすために、住宅用火災警報器を設置してください。

また、日頃から近隣や地域のかたと協力し、火災が起きない・起こさない環境づくりをすることが大切です。もう一度火の元を見直し、少しの気のゆるみから火災を起こさないよう注意しましょう。



### ● 出火件数

(単位：件)

		建物	林野	車両	その他	合計
出火原因	たき火		2		4	6
	たばこ				1	1
	電気装置	1				1
	排気管			1		1
	かまど				1	1
	不明	5	1		3	9
	その他	1				1
合計		7	3	1	9	20

### ● 火災予防のチェックポイント

- ◆ 仏壇のローソクに火をつけるときは窓を閉める。
- ◆ たばこの火種が消えたか確認し、吸い殻は一度水にさらしてから捨てる。
- ◆ 電気ストーブなどは就寝前に消す。
- ◆ 濡れた電気毛布は乾かしてから使用する。
- ◆ 住宅用火災警報器は定期的に点検する。
- ◆ たこ足配線はしない。
- ◆ 定期的にコンセントの掃除をする。
- ◆ 熱帯魚水槽のヒーターは安全装置付きのものを使う。
- ◆ 灰皿、コンロ、電気機器のそばに新聞紙などの燃えやすいものは置かない。
- ◆ 電気コードを折りたたんだり、家具などで踏みつけたりしない。
- ◆ 白熱電球にタオルなどはかけない。
- ◆ グリルは使用後に掃除をする。
- ◆ 炊飯器や電気ポットなどの湯気が出るものは、コンセントから離して使用する。



# 広げよう、 いい那珂暮らしの輪

オンライン相談会を開催しました！

☎ いい那珂暮らし応援団事務局  
(政策企画課内)  
☎ 029-298-1111

## 茨城県那珂市 移住・地域おこし協力隊オンライン相談会 いい那珂一農ある一暮らしミーティング



▲オンライン開催のため、東京都や埼玉県に加え、大阪府など遠方からもご参加いただきました！

1月28日、地域おこし協力隊募集説明会を兼ねたオンライン移住相談会を開催しました。

当日は那珂市での暮らしや、4月着任予定の地域おこし協力隊の募集についてご案内しました。また、市内の農家さんをゲストに迎え、就農のポイントや那珂市での栽培におすすめの作物についてアドバイスをいただきました。

# 応援団

Ibaraki Naka City Supporters  
茨城県那珂市

## 「いい那珂暮らし」の情報発信



フェイスブックはこちらから

## いばらき電子申請・届出サービス

入団申請はこちらから



## デジタルマップ



公共施設や観光施設はもちろん、校区、公共交通、ハザードマップなど、知りたいまちの情報を一括してご覧いただけます。

選挙のギモンや知りたいことにお答えします！

## 選挙いろいろ Q & A



Q 投票は満18歳からできると聞きました。いつまでに誕生日を迎えていれば、投票できますか？

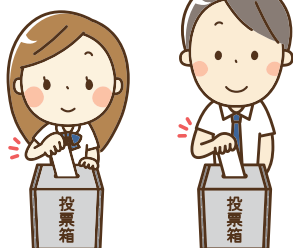
A 満18歳以上かどうかの算定は、投票日時点において行うこととされています。年齢については、生まれた年の翌年の誕生日の前日に満1歳になるとされていますから、投票日の翌日が満18歳の誕生日である人まで選挙権を有することになります。

Q 年齢以外の要件は？

A 国会議員の選挙については、満18歳以上の日本国民なら選挙権を持てますが、地方選挙については、さらに引き続き3か月以上その区域内に住んでいることが必要となります。

また、選挙で投票するためには、選挙権を有しているだけでなく、選挙人名簿に登録されていることが必要です。選挙人名簿に登録されるには、満18歳以上の日本国民で、その市区町村において住民票が作成された日（転入の届出日）から引き続き3か月以上住民基本台帳に登録されていることが必要となります。

ただし、これらの要件を満たしていても、選挙犯罪などにより刑に処されている人などは、選挙権が停止され、投票ができない場合があります。



☎ 市選挙管理委員会  
☎ 029-298-1111

# おしらせ コーナー



## 新型コロナウイルス感染症

### イベント等に参加する際の注意事項



◆ 広報紙に掲載されている事業・イベントについては、感染症対策のため、中止または延期となる場合があります。最新の情報は、各記事の問合せ先またはホームページで確認ください。

◆ イベントなどへ参加される際は、マスクの着用、検温および体調確認にご協力をお願いします。

◆ 新しい生活様式を意識し、咳エチケットをお願いします。



## 相談



### 法律相談

日時▼ 4月19日(火)午後1時～

5時 対象者▼ 市内に住所を有するかた 相談員▼ 弁護士

費用▼ 無料(相談1回30分)

申込方法▼ 窓口受付、電話

※新型コロナウイルス感染症予防のため、電話による相談とさせていただきます。予約の間に弁護士から連絡します。

※同じ事案の相談はご遠慮ください。

申問市民相談室

☎029・298・1111



## くらし



### コンビニ交付の手数料が変更になります

4月1日からは、現在の200円から300円に変更になります。

なお、市役所窓口で取得するより50円安いコンビニ交付を引き続きご利用ください。

※期間限定で実施していたコンビニ交付手数料の減額は、3月31日で終了します。

住民票・印鑑登録証明書・マイナンバーカードについて

問市民課戸籍・窓口G

☎029・298・1111

所得証明書・課税証明書に関することについて

問 税務課市民税G

☎029・298・1111

## 令和4年度

### 固定資産税の納期限

固定資産税・都市計画税の納期限▼

● 第1期 5月2日(月)

● 第2期 8月1日(月)

● 第3期 12月26日(月)

● 第4期 令和5年2月28日(火)

※納税通知書は、4月上旬に発送予定です。

問 税務課資産税G

☎029・298・1111



## 令和4年度

### 固定資産課税台帳の閲覧および土地家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

期間▼ 4月1日(金)～5月2日(月)

場所▼ 市役所(本庁) 税務課 閲覧または縦覧ができるかた▼

### 固定資産課税台帳

● 固定資産を所有しているかた  
● 有料で固定資産を借り受けているかた

※該当する固定資産に限る。(有料で家屋を借り受けているかたは、その家屋の敷地である土地も含む)

● 固定資産を処分する権利を有するかた

### 土地家屋価格等縦覧帳簿

● 市から固定資産税が課税されたかた

※土地の納税者は土地、家屋の納税者は家屋の縦覧ができます。

持参するもの▼ 本人確認書類(運転免許証など)、賃貸借契約書(有料で固定資産を借り受けているかたのみ)

※代理のかたが閲覧・縦覧をされる場合は、委任状が必要です。

問 税務課資産税G

☎029・298・1111

## 令和4年度

### 固定資産税・都市計画税の減免

減免対象▼ 次のいずれかに該当する固定資産

● 貧困により生活のため公私の扶助を受ける者の所有する固定資産

● 公益のために直接専用する固定資産(有料で使用する場合を除く)

● 災害または天候の不順により、著しく価値を減じた固定資産

● その他、特別の事情のある者の所有する固定資産

申請方法▼ 窓口受付

申請期間▼ 各納期限まで

※詳細はお問い合わせください。

問 税務課資産税G

☎029・298・1111

### マスクをつけられないかたへのご理解をお願いします



障がいや病気などの理由により、外出時に、新型コロナウイルス感染症予防のためのマスクの着用が困難なかたが意思表示できるように「缶



「バッジ」を配布しています。  
対象者▼市内に在住、在勤、在学のかた

配布場所▼社会福祉課

※数に限りがあるため、1人1個とさせていただきます。

☎ 029・298・1111



紙おむつなどの購入  
クーポン券を発行し  
ます(第1期分)

国の制度改正等を踏まえ、4月から助成の対象者を見直します。また、申請先も変わりますので、ご注意ください。  
対象者(申請者)▼市内に住所を有し、次のいずれかに該当する市民税非課税のかたを在宅で介護する家族

①介護保険の要介護認定が要介護5または4のかた

②身体障害者手帳の下肢・体幹機能障害の1級または2級に該当するかた

③療育手帳(AまたはAに該当するかた

助成金額(1期当たり)▼

●市民税課税世帯

1万2千円分

●市民税非課税世帯

2万4千円分

※課税状況は、介護を受けるかたおよび申請者を含む、世帯全員が対象

クーポン券について▼

●利用対象品 紙おむつ、尿とりパット、使い捨て手袋、清拭剤、ドライシャンプー、おしりふき、防水シート

●利用可能店 市内の指定薬局、薬店、介護用品専門店など

●利用期限 令和5年3月31日(金)

持参するもの▼

●介護を受けるかたが有する介護保険被保険者証、身体障害者手帳または療育手帳のいずれか(対象のもの)

●介護を受けるかたおよび申請者を含む世帯全員のマイナンバーが確認できるもの(マイナンバーカード、通知カードなど)

●介護を受けるかたおよび申請者の本人確認ができるもの

・1点で確認できるもの  
運転免許証、パスポート、マイナンバーカード、身体障害者手帳など

・2点で確認できるもの

健康保険被保険者証、介護保険被保険者証、年金手帳、年金証書など

※代理申請の場合は、代理人の本人確認ができるものも持ちください。

申請方法▼窓口受付

申請場所▼

①のかたに関する申請

市役所(本庁) 介護長寿課、瓜連支所

②③のかたに関する申請

市役所(本庁) 社会福祉課、瓜連支所

申請期間▼

4月1日(金)～7月29日(金)

※木曜日は市役所(本庁)のみ午後7時30分まで受付を行っています。

その他▼介護を受けるかたが入院(所)中の場合は申請できません。

①のかたに関する申請について

②③のかたに関する申請について

④介護長寿課高齢者支援G

☎ 029・298・1111

⑤社会福祉課障がい者支援G

☎ 029・298・1111

特定地域型保育事業

「ゆいのいえ」新規開園

場所▼菅谷3015・44

施設類型▼家庭的保育事業

※国や市が定める基準に基づき、市が認可する施設です。

受入対象▼0～2歳児

定員▼5人

事業開始予定日▼4月1日

※入所申込みについては、ごも課にお問い合わせください。

☎ 029・298・1111



令和4年度

国民年金保険料

国民年金保険料(4月から)▼

月額1万6590円

納期限▼当該月の翌月末日

※納付書で二年前納、一年前納、半年前納または口座振替で納付すると割引になります。

納付書一年前納(24か月分)前納額▼38万2780円(通常より1万4540円割引)

対象保険料▼4月分～令和6年3月分

納期限▼5月2日(月)

納付書一年前納(12か月分)前納額▼19万5550円(通常より3530円割引)

対象保険料▼4月分～令和5年3月分

納期限▼5月2日(月)

納付書半年前納(6か月分)前納額▼9万8730円(通常より810円割引)

対象保険料・納期限▼

●4月分～9月分

5月2日(月)

●10月分～令和5年3月分

10月31日(月)

※現金払いの前納は、任意の月分から翌年3月までの分を前納できます。金額などはお問い合わせください。

口座振替(早割)

引落方法▼当月保険料を当月末引落し(通常より月額50円割引)

※当月保険料を翌月末引落しの場合には割引なしです。

手続場所▼金融機関、ゆうちょ銀行(郵便局)、水戸北年金事務所 提出書類▼国民年金保険料口座振替納付申出書

☎ 029・231・2283

☎ 029・298・1111

☎ 029・298・1111

## 狂犬病予防集合注射を実施します

生後91日以上の飼い犬は、市に登録し、毎年1回狂犬病予防注射を接種することが義務付けられています。

※狂犬病予防注射は、法律で毎年4月1日から6月30日までに受けることとされています。

実施日	時間	場所
4月13日 (水)	午前 8時50分～ 9時 5分	門部台農村集落センター
	午前 9時15分～ 9時25分	内宿農村集落センター
	午前 9時35分～ 9時50分	額田駅
	午前10時 ～ 10時15分	額田中央公民館
	午前10時25分～ 10時40分	本米崎公民館
	午前10時50分～ 11時10分	神崎グラウンド駐車場
4月14日 (木)	午前 8時50分～ 9時 5分	堤公民館
	午前 9時15分～ 9時30分	寄居公民館
	午前 9時40分～ 10時 5分	ときわ台集会所
	午前10時15分～ 10時25分	かしま台集会所
	午前10時35分～ 10時45分	下宿下自治会公民館
	午前10時55分～ 11時25分	旧那珂町役場跡地
4月15日 (金)	午前 8時50分～ 9時 5分	鹿島公民館 (旧那珂町)
	午前 9時15分～ 9時25分	瓜連鹿島公民館 (旧瓜連町)
	午前 9時35分～ 9時45分	中地区ひろば
	午前 9時55分～ 10時10分	中里公民館
	午前10時20分～ 10時35分	古徳公民館
	午前10時45分～ 11時	下大賀コミュニティセンター
	午前11時10分～ 11時20分	静公民館
4月21日 (木)	午前 8時50分～ 9時15分	ふれあいセンターごだい
	午前 9時25分～ 9時45分	中台なみきコミュニティセンター
	午前 9時55分～ 10時15分	後台公民館
	午前10時25分～ 10時40分	後台第三公民館
	午前10時50分～ 11時10分	野中公民館
	午前11時20分～ 11時30分	豊喰公民館
4月22日 (金)	午前 8時50分～ 9時15分	ふれあいセンターよしの
	午前 9時25分～ 9時40分	戸崎コミュニティセンター
	午前 9時50分～ 10時	宿農村集落センター
	午前10時10分～ 10時20分	立石公民館
	午前10時30分～ 10時40分	下江戸公民館
	午前10時50分～ 11時15分	平野コミュニティセンター
4月23日 (土)	午前 9時 ～ 10時	市役所(本庁)駐車場
	午前10時20分～ 10時40分	瓜連支所駐車場

### 日時・場所▼(表参照)

都合の良い会場を受けてください。

※すでに登録されている犬の飼い主には、個別に集合注射案内のがきを送付しますので、接種当日忘れずにご持参ください。記載事項に変更のある場合は、朱線を引き訂正をお願いします。

### 集合注射の料金▼

●新規登録犬 5300円  
●既登録犬 3600円

※つり銭のないようご協力ください。

### その他▼

●会場では、登録犬の死亡届や住所変更届なども受け付けます。  
※死亡届は、電話でも受け付けます。

●集合注射で接種が受けられない場合は、はがきを持参のうえ、動物病院で接種を受けてください。

### 環境課環境G

☎029・298・1111



## 市内体育施設の予約開始日を変更します

5月分の予約から、次のとおり予約開始日を変更します。

予約開始日▼利用希望月の1か月前の1日

※予約開始日が休園日にあたる場合は、翌開園日が予約開始日になります。

申込み例▼5月分の予約開始は4月1日(金)。

### 問入スポーツ推進室

☎029・297・0077

※月曜日休園(祝日の場合翌日)

## 茨城空港からのお知らせ



「IBRマイエアポータル」の公式アプリが好評配信中です。

空港利用などで貯まるポイント制度やプッシュ通知による最新情報のお知らせなど、茨城空港を「もっとお得に」「もっと身近に」「もっと便利に」ご利用いただけます。



※詳細は茨城空港ホームページをご覧ください。

### 問入空港対策課

☎029・301・2761

## 4月の休日当番医

☎0120-271719

日	医療機関名	電話番号
3	小豆畑病院	029 - 295 - 2611
10	西山堂慶和病院	029 - 295 - 5121
17	小野瀬医院	029 - 295 - 2221
24	メディカルGP・クリニック横堀	029 - 298 - 3922
29	なかむらクリニック	029 - 353 - 2310

▶那珂キッズクリニック小児科(小児科)  
3・17日 ☎029-212-5630

▶時間 9:00～11:30  
※必ず受診前に電話でご確認ください。

### 救急電話相談(24時間 365日)

茨城子ども 救急電話相談	# 8000 050-5445-2856
茨城おとな 救急電話相談	# 7119 050-5445-2856

### 茨城県救急医療情報システム

すぐに受診可能な医療機関  
の情報を検索できます。



### 市役所 日曜開庁・木曜窓口延長

#### 【日曜開庁】

時間／8:30～12:00、13:00～17:15

業務／住民票の写しなど

☎市民課戸籍・窓口G ☎029-298-1111

#### 【木曜窓口延長】

時間／17:15～19:30

対応課／市民課、税務課、収納課、  
介護長寿課、社会福祉課、  
保険課、こども課

## 募集



### 親子ひろば「ぬかっぼ」 会員募集

遊びを中心とした活動を通して、保育園の子どもたちとふれあったり、リトミック体験をしたりしませんか。

期日▼5月13日(令和5年2月の金曜日(全30回))

※火・木曜日に親子リトミックや茨城女子短期大学保育科ゼミ(リズム遊び・身体表現)を行うことがあります。

時間▼午前9時30分～11時30分  
場所▼大成学園額田保育園(額田南郷499・5)

対象者▼0歳児～就学前児とその保護者

募集組数▼20組

(先着順・1年間の登録制)

年会費▼2千円(教材費・申込時に支払い) 申込日時▼4月15日(金)午前9時～正午

申込場所▼大成学園額田保育園(電話不可)

☎029・298・6160

菅谷保育所

### 「ふれあいの集い」 会員募集

期日▼5月13日(令和5年2月の金曜日(全30回)) 時間▼午前9時～11時

場所▼菅谷保育園 対象者▼市内に在住の0歳児～就学前児とその保護者 内容▼誕生会、ふれあ

い遊び、保育所の先生と遊ぶ、制作など

募集組数▼60組(先着順・1年間の登録制)

年会費▼2千円(教材費・保険料、申込時に支払い)

申込日時▼4月14日(木)、15日(金)午前10時～午後2時

申込場所▼菅谷保育園(電話不可)

☎029・298・1144

菅谷保育所

### 那珂市ソフトボール 連盟加盟チーム募集

令和4年度行事予定▼

●審判講習会 4月24日(日)

●連盟大会

5月8日(日)、15日(日)

●壮年大会

6月26日(日)、7月3日(日)

●連盟大会

9月11日(日)、10月9日(日)

●いきいき実年大会

9月25日(日)

※連盟ソフトボール大会に参加するためには加盟登録が必要です。

登録条件▼市内在住(市外のかたは3人まで)・在勤の18歳以上男子で構成したチーム

登録料▼年1万円

申込期間▼随時

※申込方法など、詳細はお問い合わせください。

☎那珂市ソフトボール連盟

井上 ☎090・6046・0939

吉澤 ☎090・8344・4706



令和4年度 前期  
スポーツ・水泳教室募集

注意事項

申込みについて

- 代理申込みは1人までです。
- 申込者数に応じて抽選または中止となる場合があります。

- 受付会場に必ず申込時刻の10分前までにお越しください。

- 申込み当日は、市内に在住、在勤、在学のかたのみ受け付けます。

- 申込み当日に来園できないかたや市外のかたは、お問い合わせください。

その他

- 年齢は申込日現在のものです。
- 開講式後にキャンセルする場合、受講費の返金はできません。
- 医師に運動を止められているかたはご遠慮ください。
- 状況により定員が変わる可能性があります。

申込スポーツ推進室(那珂総合公園内)

☎ 029-297-0077

※月曜日休園(祝日の場合翌日)

前期スポーツ教室 ※注意事項を申込み前に必ずご確認ください。

申込方法 ▼ 那珂総合公園アリーナで直接受付 (電話不可)

持ち物 受講費、ボールペン、上履き

申込日時 ▼ 4月3日(日)午前11時



種目	期間・日時	対象者・定員・受講費
<b>ヨガ教室</b> 呼吸・ポーズをバランスよく行うヨガのエクササイズです。	4月～9月(全20回) (1)火曜日午後2時～3時30分 (一部水曜日あり) (2)金曜日午前10時～11時30分	対象者 18歳以上のかた 定員 各15人 受講費 1万円
<b>パワーストレッチ教室</b> 筋力トレーニング的要素を取り入れボディメイク効果や集中力の強化をねらったエクササイズです。	4月～9月(全20回) 木曜日午前10時～11時30分	対象者 18歳以上のかた 定員 15人 受講費 1万円
<b>ピラティス教室</b> 姿勢の矯正や肩こりの解消に効果的なエクササイズです。	4月～9月(全20回) 木曜日午後2時～3時30分	対象者 18歳以上のかた 定員 15人 受講費 1万円
<b>骨盤ストレッチ教室</b> 骨盤のまわりを中心に全身の歪みを整え不調の改善を目指すエクササイズです。	4月～9月(全20回) 金曜日午後1時30分～3時	対象者 18歳以上のかた 定員 15人 受講費 1万円
<b>ジュニアテニス教室</b> 硬式テニスの基本を身に付けます。	4月～12月(全24回) 土曜日午前9時30分～11時	対象者 小学3～6年生 定員 48人 受講費 1万2千円

**前期水泳教室** ※ 12 ページの注意事項を申込み前に必ずご確認ください。

期間▼ 5月(一部4月)～9月(全16回) 受講費▼各教室1万円

申込方法▼那珂総合公園アリーナで直接受付(電話不可)

持ち物 受講費、ボールペン、上履き

申込日時▼ ①～⑤教室 4月3日(日)午前9時

⑥～⑧教室 4月10日(日)午前9時 ⑨教室 4月10日(日)午前11時



種目	日時	対象者・定員
①アクアエクササイズ Aコース 水中でのエアロビクス運動です。	(1) 火曜日午前10時～11時 (2) 木曜日午前10時～11時 (3) 木曜日午後2時～3時 (4) 金曜日午後2時～3時 (5) 土曜日午後7時～8時	対象者 18歳以上のかた 定員 各28人
②アクアエクササイズ Bコース 体力の向上を目的とする、Aコースよりややハードなコースです。	金曜日午後7時～8時	対象者 18歳以上のかた 定員 28人
③初心・初級者教室 水に慣れながら、基礎を学びます。	火曜日午後1時30分～3時	対象者 18歳以上のかた 定員 30人
④初級・中級者教室 中級者はいろいろな泳法を学び、25m以上泳ぐ泳力を身に付けます。	火曜日午後7時～8時30分	対象者 18歳以上のかた 定員 30人
⑤中級・上級者教室 上級者は泳ぎの完成を目指します。	水曜日午後1時30分～3時	対象者 18歳以上のかた 定員 30人
⑥幼児・小学校低学年教室 水遊びを通して、基礎を学びます。	(1) 水曜日午後4時45分～5時45分 (2) 木曜日午後4時45分～5時45分	対象者 4歳～小学2年生 定員 各28人
⑦小学校低学年教室 基礎を学びます。	(1) 火曜日午後4時45分～5時45分 (2) 金曜日午後4時45分～5時45分 (3) 土曜日午後2時50分～3時50分 (4) 日曜日午前10時45分～11時45分	対象者 小学1、2年生 定員 各30人
⑧小学校中・高学年教室 基礎を学びます。	(1) 水曜日午後6時～7時 (2) 木曜日午後6時～7時	対象者 小学3～6年生 定員 各30人
⑨幼児教室 水遊びを通して、基礎を学びます。	(1) 火曜日午後3時30分～4時30分 (2) 水曜日午後3時30分～4時30分 (3) 木曜日午後3時30分～4時30分 (4) 金曜日午後3時30分～4時30分 (5) 土曜日午前9時30分～10時30分 (6) 土曜日午前10時45分～11時45分 (7) 土曜日午後1時30分～2時30分	対象者 未就学児(4～6歳) 定員 各28人

# Let's play sports!! ⑦

## ～水泳編～

小学生の皆さん、スポーツしていますか？広報なかでは、那珂市スポーツ少年団を種目ごとに紹介しています。  
第7弾の種目は「水泳」です。  
「やってみたいな」と思ったら気軽にお問い合わせください。

### 那珂市水泳

申園新井 ☎ 029-295-1072 ☎ 090-8019-8195



子どもたちが一人でも多く泳げるように、初心者から指導しています。  
水泳を通して健全な心と体を作り、仲間と楽しく泳ぎましょう。

**対 象** 小学2～6年生（一部中学生）

**活 動 日** 土・日曜日

**活動場所** 那珂総合公園室内プール



スポーツ少年団は、技術の向上のみならず、さまざまな経験を通して子どもたちの体と心を育てます。スポーツ少年団に入団して、たくさんの友達をつくりませんか？  
詳しい活動内容を知りたいかたや入団をご希望のかたは、各少年団のお問い合わせ先にご連絡ください。

※入団できる対象に制限がある場合がありますので、各少年団に必ずお問い合わせください。

☎ スポーツ推進室 ☎ 029-297-0077



●人口【2月1日現在】

人口▶ 54,245人 (ー 34)  
 男▶ 26,656人 (ー 16)  
 女▶ 27,589人 (ー 18)  
 世帯数▶ 23,222世帯 (+ 15)  
 ※( )内は前月比

●火災・救急件数【1月分】

火災▶ 3件 ( 3件)  
 救急▶ 208件 ( 208件)  
 ※( )は本年累計

問 市消防本部 ☎ 029-295-2111

●交通事故件数【1月末現在】

人身事故▶ 2件  
 負傷者▶ 2人  
 死者▶ 0人

●犯罪件数【1月末現在】

刑法犯認知件数▶ 19件  
 ┌ 住宅侵入窃盗▶ 0件  
 ┌ 自動車盗▶ 0件  
 └ 車上ねらい▶ 0件

※交通事故・犯罪ともに本年累計

問 那珂警察署 ☎ 029-352-0110

今号の表紙



今号の表紙は、ひまわりスポーツクラブの皆さんです。ソフトバレーボールの活動日にお伺いして、和気あいあいと楽しく活動する様子を撮影しました。

G…グループ 問…問い合わせ  
 申…申込・申請・応募・届出  
 〓…メール

新型コロナウイルス感染症対策支援事業 (世帯向け)

【国】子育て世帯への臨時特別給付金 (支援給付金)

国の給付金の基準日以降、離婚などの理由により、実際に子を養育している養育者に、既に支給が進んでいる「子育て世帯への臨時特別給付金」を受け取れないかたに対し、子育てを支援する目的で支給します。

【給付額】対象児童1人当たり最大10万円

【申請方法】個別の状況により、提出いただく書類が異なりますので、こども課へご相談ください。

【申込期限】3月31日(休)



問 こども課子育て支援G ☎ 029-298-1111

【県】低所得のひとり親世帯に対する生活支援特別給付金

低所得のひとり親世帯に対し、新年度に向けた支出の増加などの影響を勘案し子育てを支援する目的で支給します。

【給付額】対象児童1人当たり一律5万円

【申請方法】対象者により、提出いただく書類が異なりますので、こども課へご相談ください。

【申込期限】4月28日(休)



問 こども課子育て支援G ☎ 029-298-1111

新型コロナウイルス感染症対策支援事業 (事業者向け)

【国】小学校休業等対応助成金

新型コロナウイルス感染症の影響による小学校等の臨時休業などにより労働者に有給休暇を取得させた事業主を支援します。

※3月1日現在の情報です。最新情報は厚生労働省ホームページをご確認ください。

問 雇用調整助成金、産業雇用安定助成金、小学校休業等対応助成金・支援金コールセンター(フリーダイヤル) ☎ 0120-60-3999



善意銀行

ご協力ありがとうございました

1月15日～2月14日(敬称略)



▲水戸ヤクルト販売(株)

水戸友の会	3,000円
水戸ヤクルト販売(株)	車椅子3台

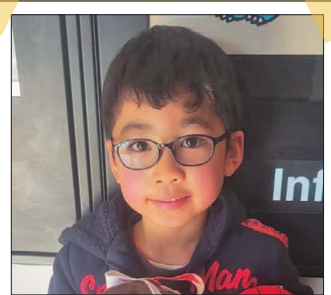
問 市社会福祉協議会 ☎ 029-229-0309

集まれ那珂っ子♪

GENKINAKA OH!!

元気な  h!!

元気な顔!!



そうすけ  
横須賀 奏輔さん



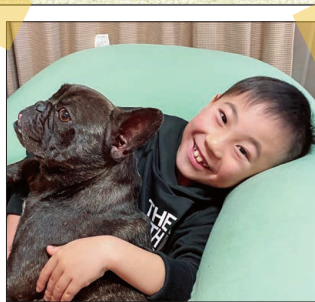
さくら  
林 咲良さん



りお  
塩野 莉央さん



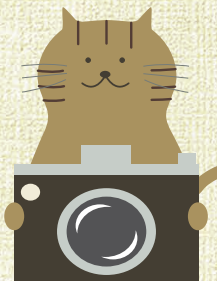
そら  
桐花 空さん



りゅうのすけ  
大越 龍之助さん



りこ  
大越 莉子さん



お子さんの写真を広報なかに掲載してみませんか。ご応募お待ちしております。

【応募内容】市内にお住まいの未就学のお子さんの写真

【応募方法】QRコードを読み込んで、お気に入りの一枚を送付してください。



応募はこちらから♪



## 新型コロナワクチン接種についてのお問い合わせ 那珂市ワクチン接種コールセンター



# 0120-056-728

耳の不自由な方専用のFAX番号



## 029-212-3533

午前8時30分～午後5時15分

土・日曜日、祝日も開設

追加(3回目)接種は、接種券が届き次第、お申込みができます。2回目の接種から6か月を経過した日以降で接種してください。

初回(1・2回目)接種を見合わせていたかたで、接種を希望する場合は、那珂市ワクチン接種コールセンターにお問い合わせください。

