

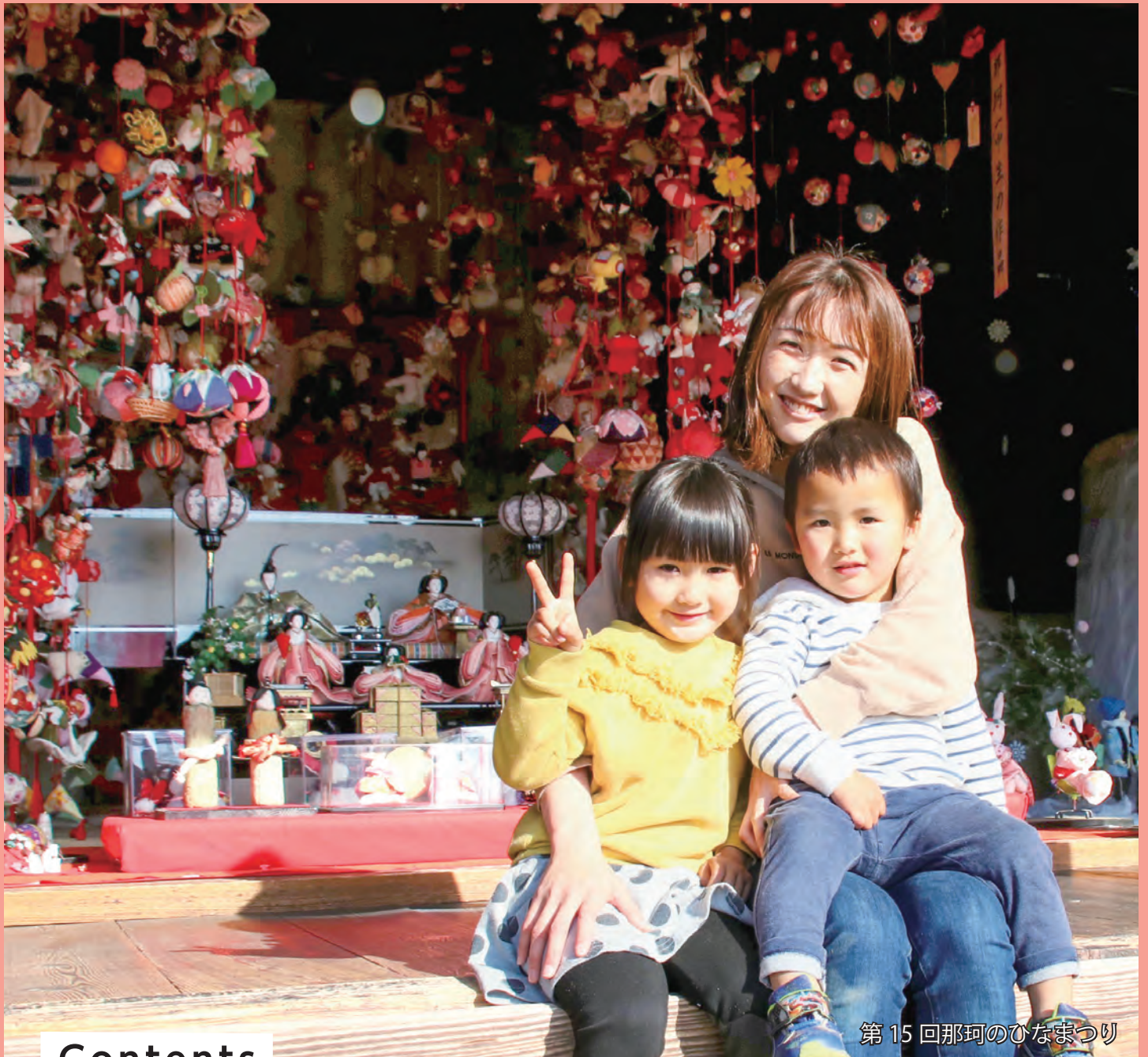
広報なか

3.13

No.241

NAKA

2023



第15回那珂のひなまつり

Contents

- スポーツ推進委員だより ————— 2
- おくすり整理バッグ配布事業 ——— 4
- おしらせコーナー ————— 6



スポーツ推進委員だより

那珂市スポーツ推進委員は、那珂市スポーツ推進計画の基本理念である「活力ある生涯スポーツの推進と健康で生きがいのある生活の実現」のため、4つの基本方針をもとに活動しています。那珂市スポーツ推進委員について皆さんに知っていただくため、今年度の活動を報告します。

1 みんなでスポーツ

3 いつでもスポーツ

ふるさと教室

鈴木澄子委員



6月26日、なか LuckyFM公園で「親子で楽しもう！ニュースポーツ」をテーマにふるさと教室が開催されました。

学校や学年の違うお友達と交流をしながら、ニュースポーツ3種目（ポッチャ、シャフルボード、オーバルボール）を親子で楽しむ教室です。

私の担当はオーバルボールで、楕円型のボールを各チームが4個ずつ持ち、コート前方の得点ゾーンに転がして乗せ、得点を競うゲームです。最初は力加減が分からず得点にはなりませんでしたが、回数をこなす度に良くなり、ほとんどの親子が得点台に乗るようになり思わず私も力が入りました。

1 みんなでスポーツ

3 いつでもスポーツ

なかひまわりフェスティバル

赤津和幸委員



なかひまわりフェスティバル 2022 が新型コロナの影響で3年ぶりの開催となりました。久しぶりのニュースポーツ体験コーナーの運営で、楽しみと不安が入り混じった思いでした。しかし、最初はうまくいかなくても徐々にコツをつかみ上達されるかたや、三世代で参加され、最初は観ているだけでしたがやってみたらお孫さんの前で大活躍したかたなど、参加された皆さんのたくさんの笑顔と歓声に触れ、いつの間にか不安は消えて、充実した時間を過ごすことができました。

2 未来につなげるスポーツ

第60回那珂市冬季駅伝競走大会

原口一英委員



第60回那珂市冬季駅伝競走大会が、12月4日に、なか LuckyFM公園多目的広場および外周で行われました。

天気は駅伝日和、グラウンドもベストコンディションでした。

スタートは小学校男子・女子の部で、中学女子学校代表・部活動対抗の部、中学男子学校代表・部活動対抗の部、一般の部の順で行われました。

各チーム、たすきを最後までつなぎ、練習の成果を発揮し力走しました。

コロナ禍、3年ぶりの駅伝大会が無事に開催され、来年の開催につながる駅伝大会になったと思えました。



4 ささえるスポーツ

ねんりんピックかながわ(実技研修会)

千賀明子委員



第34回ねんりんピックかながわが、11月12日から15日までの4日間、神奈川県横浜市を中心に開催されました。

会場では、3033運動（1日30分・週3日・3か月間継続）を推進し、運動やスポーツがくらしの一部として習慣化するためのさまざまな活動が紹介されていました。

中でもシャフルボードは、専用のキューで各自4枚のディスクを交互にシュートし、エリア内に残ったディスクの得点の合計点を競い合う、幅広い年齢で楽しめる競技です。

今回の体験をいかし、たくさんのかたにスポーツの楽しさを伝えていきたいと思います。

4 ささえるスポーツ

水戸地区スポーツ推進委員協議会女性研修交流会

和田江美委員



11月10日、なかLuckyFM公園において、水戸地区11市町村のスポーツ推進委員が集まり、ニュースポーツ体験会を行いました。茨城県レクリエーション協会の介川文雄氏を講師に招き、オーバルボールとカンタンボッチャの2種目を体験しました。どちらも簡単にできる楽しいスポーツです。

この日体験したことを、それぞれの地域で活動の場を作り、住民の皆さんの健康づくりに少しでもつながっていくことを願います。

4 ささえるスポーツ

水戸地区スポーツ推進委員協議会研修会

稲川敏夫委員長



「やる気を起こす 魔法の言葉 ペップトーク」と題し、10月10日スポーツの日に、総合センターらぼーるにおいて、講師の岩崎由純氏を招き、講演会を行いました。

「ペップトーク」とは短くて、分かりやすく、肯定的な言葉を使い、人の魂を揺さぶり、その気にさせるトークです。具体的には、試合（本番）の開始前に、監督・コーチなどの指導者が、選手・生徒・部下などにかける「前向きな背中の一押し」の言葉です。中でも、最後に話をされた「ペップトークの最高の言葉は『ありがとう』の言葉です」との話には参加者全員が感動しているようでした。

一時間半の熱い講演を拝聴し、これからのスポーツ推進委員の活動につなげていきたいと感じました。

自宅のおくすり、整理しませんか？

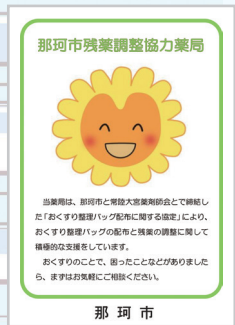


飲み忘れなどで残ったお薬を「おくすり整理バッグ」に入れて薬局にお持ちください。お持ちいただいたお薬を薬剤師が確認して整理します。



問 保険課保険・年金 G
☎ 029-298-1111

右のポスターが協力薬局の目印です。「おくすり整理バッグ」の配布もしています。



こんな場合に、かかりつけ薬剤師・薬局にご相談ください

Q&A



Q 処方された薬を服用し忘れることが重なり、余っている薬が増えてきてしまった。

A 次回お渡りする量の調整を検討します。また、必要に応じて医師に相談します。



Q 古い薬が残っているが、服用しても害がないか知りたい。また、薬の飲み合わせによる副作用が心配。

A 薬の使用期限や飲み合わせに問題ないかを確認します。

「おくすり整理バッグ」の配布について

市では、常陸大宮薬剤師会と残薬整理についての相談や支援についての協定を結び、市内の協力薬局、ケアマネジャーや地域包括支援センター職員を通じて、「おくすり整理バッグ」を配布しています。

お薬の整理は飲み間違いなどの事故防止にもつながります。ぜひご利用ください。

気軽にお声がけ
ください



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4年中における救急出場件数は2,489件で前年より255件増加し、1日あたり6.8件の過去最高件数となりました。

救急事故種別では、急病が1,685件、次いで一般負傷が333件、交通事故が159件、その他が312件です。

また、1日平均6.1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)は前年より6分増加し、平均54分となりました。なお、ドクターヘリ出場件数は41件、救助出場件数は41件で前年より10件増加しています。

● 傷病者程度別搬送人員



区分	人数(人)	割合(%)
死亡	57	2.56
重症	184	8.26
中等症	993	44.59
軽症	993	44.59
合計	2,227	100

● 救急車の適正利用にご協力ください

救急車の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、自家用車などを利用しましょう。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で受診しましょう。

- ◆ 定期的な通院などに、救急車をタクシー代わりに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4年中における火災発生件数は25件で、前年より5件増加しました。

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			2	4
	火入れ			1	1	2
	コンロ	2				2
	内燃機関			1	1	2
	たばこ			1		1
	落雷		1			1
	放火	1				1
	放火の疑い				1	1
	不明	7		3	1	11
合計	12	1	6	6	25	

● 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

おしらせ コーナー



相談



法律相談

日時▼4月18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。予約の時間に弁護士から連絡します。

申問市民相談室

☎029・298・1111

乾燥肌・敏感肌対策の相談会

日時▼4月15日(土)午前10時30分～11時30分 **場所**▼あんず薬局那珂店
(竹ノ内3・2・1) **内容**▼乾燥肌対策やスキンケア、健康、薬などについての相談 **相談員**▼薬剤師
定員▼5人(先着順) **申込方法**▼電話 **申込期限**▼4月14日(金)

申問あんず薬局那珂店

☎029・353・2066

くらしの困りごと 何でもご相談ください

生活相談・生活設計・労働相談・消費者トラブル・セカンドライフなどのくらしの困りごとに専任相談員がアドバイスするほか、専門家・専門機関を紹介しています。

※秘密は厳守します。

問ライフサポートいばらき

☎0120・786・184

※午前10時～午後5時30分(日曜日、祝日を除く)



くらし



紙おむつなどの購入クーポン券を発行します(第1期分)

国の制度改正などを踏まえ、4月から助成の対象者を見直します。
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身体障害者手帳の肢体不自由の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)▼

①のかたに関する助成

●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

②③のかたに関する助成

●市民税非課税世帯 1万2千円分

②③のかたに関する助成は、4月から市民税課税世帯のかたは対象外になりますのでご注意ください。

※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6年3月31日(日)

●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をお持ちください。



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3日(月)～7月31日(月)

※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・入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

申問介護長寿課高齢者支援G

☎029・298・1111

②③のかたに関する申請について

申問社会福祉課障がい者支援G

☎029・298・1111

②③のかたに関する申請について

申問社会福祉課障がい者支援G

☎029・298・1111

令和5年度 国民年金保険料

国民年金保険料(4月から)▼

月額1万6520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。

納付書二年前納(24か月分)

前納額▼38万7170円

(通常より1万4830円割引) 対象保険料▼4

月分(令和7年3月分)

納期限▼5月1日(月)

納付書一年前納(12か月分)

前納額▼19万4720円

(通常より3520円割引) 対象保険料▼4

月分(令和6年3月分)

納期限▼5月1日(月)

納付書半年前納(6か月分)

前納額▼9万8310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1日(月)

●10月分(令和6年3月分)

10月31日(火)

※現金払いの前納は、任意の月分から翌々年3月分までを前納できます。

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

水戸北年金事務所

029・231・2283

029・298・1111



※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

水戸北年金事務所

029・231・2283

029・298・1111



配水区域の切替作業を行います

瓜連浄水場の廃止および新木崎浄水場の稼働に伴い、市内の配水区域の切替作業を行います。作業の影響が市内全域で想定されますので、ご理解とご協力をお願いします。

作業予定時期▼3月下旬から4月上旬までの数日

作業直後に想定される事象▼

●一時的に水に濁りが生じる場合がある

●水の出る圧力が変化する

※作業には万全を期していますが、

万が一、濁りが続く場合は、ご連絡

ください。

水道課工務管理G

029・298・1111

マイナンバーカードの出張申請および日曜開庁時の申請受付

出張申請の受付スケジュール▼

期日	受付時間・場所	
	午前9時30分～11時30分	午後1時30分～3時30分
4月11日(火)	総合センターらぼーる	ふれあいセンターよしの
4月25日(火)	ふれあいセンターごだい	ふれあいセンターよこぼり
5月16日(火)	ふれあいセンターよしの	総合センターらぼーる
5月30日(火)	ふれあいセンターよこぼり	ふれあいセンターごだい
6月13日(火)	総合センターらぼーる	ふれあいセンターよしの
6月27日(火)	ふれあいセンターごだい	ふれあいセンターよこぼり

日曜開庁時の申請受付スケジュール▼

期日		受付時間	場所
4月	9日、23日、30日	午前9時～正午、午後1時～4時30分	市役所(本庁)市民課
5月	14日、28日		
6月	11日、25日		

共通事項

申請に必要なもの▼

●通知カードまたは個人番号通知書

●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、旅券(パスポート)、住民基本台帳カード(顔写真入り)、在留カードなど

●2点で確認できるもの

健康保険証、医療受給者証、介護保険証、年金証書など

予約方法▼電話、申込み

フォーム

※受付は、予約のかが優先です。

申請市民課戸籍・窓口G

029・298・1111



令和5年度 狂犬病予防集合同期注射を実施します

生後91日以上の飼い犬は、市に登録し、毎年1回4月1日から6月30日までに狂犬病予防注射を受けることが法律で義務付けられています。

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ながき

実施日	時間	場所
4月12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55分	額田駅
	午前10時 5分～ 10時15分	額田中央公民館
	午前10時25分～ 10時45分	本米崎公民館
	午前10時55分～ 11時15分	神崎グラウンド
4月13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10分	ときわ台集会所
	午前10時20分～ 10時30分	かしま台集会所
	午前10時40分～ 10時50分	下宿下自治会公民館
	午前11時 ～ 11時30分	那珂市リサイクルセンター (旧那珂町役場跡地)
4月14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 5分	中里公民館
	午前10時15分～ 10時30分	古徳公民館
	午前10時40分～ 10時50分	下大賀コミュニティセンター
4月20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21日 (金)	午前 8時50分～ 9時20分	ふれあいセンターよしの
	午前 9時30分～ 9時50分	戸崎コミュニティセンター
	午前10時 ～ 10時10分	宿農村集落センター
	午前10時20分～ 10時30分	立石公民館
	午前10時40分～ 10時50分	下江戸公民館
4月22日 (土)	午前 9時 ～ 10時	市役所（本庁）
	午前10時20分～ 11時	瓜連支所

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いたします。

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



令和5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3日(月)～5月1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の帳簿を、家屋の納税者は家屋の帳簿を縦覧できます。

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。

固定資産課税G

☎029・298・1111



令和5年度 固定資産税
都市計画税の納期限

- 第1期 5月1日(月)
 - 第2期 7月31日(月)
 - 第3期 12月25日(月)
 - 第4期 令和6年2月29日(休)
- ※納税通知書は、4月上旬に発送予定です。

減免について

- 次のいずれかに該当する固定資産は減免が受けられます。
- 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(有料で使用するものを除く)
 - 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

催し



令和5年度上半期

オレンジカフェ



認知症のかたやその家族、地域のかたが集まり、交流を図る場です。
※最新の開催情報は、市ホームページをご確認ください。

ゆたかカフェ

期日・場所▼

- ふれあいセンターごだい 4月11日(火)、7月11日(火)
- ふれあいセンターよしの 5月9日(火)、9月12日(火)
- 戸本地区交流センター 6月13日(火)

時間▼午後2時～3時

参加費▼無料

申問地域包括支援センターゆたか園

☎ 029・295・1287

花ばたけカフェ

日時▼偶数月の第3土曜

日午前10時～11時30分

場所▼白河内サロン

(門部4040-2)

参加費▼無料

申問地域包括支援センターナザレ園

☎ 029・296・3405

めろんカフェ(オンライン)

日時▼奇数月の第3土曜日午後2時

～3時30分 参加費▼無料



静峰ふるさと公園

八重桜まつり



◆日時 4月14日(金)～27日(休)午前9時～午後5時

※夜桜ライトアップ期間中は午後8時まで開園

夜桜ライトアップ

4月18日(火)～25日(休)午後6時～8時

イベント

4月23日(日)午前9時30分～午後8時

※各日程は開花状況により変更となる場合があります。

◆場所 静峰ふるさと公園

◆イベント日の内容 ステージイベント、模擬店など

問 商工観光課商工観光G ☎ 029・298・1111

※通信料はご負担ください。

申問ゆたかな郷

☎ 029・270・9005

ねもカフェ

日時▼第4金曜日

午前10時～11時

場所▼よしの薬局

(西木倉166-1)

参加費▼無料

申問よしの薬局

☎ 029・295・6695

ちよつくらカフェ(出張型)

神崎・菅谷地区内で、希望する人



数が集まれる場所を提供していただければ開催します。開催を検討しているかたはご相談ください。

申問地域包括支援センター青燈会

☎ 029・295・5288

その他

いこいカフェ、ふれあいカフェについては、現在開催を見合わせています。再開が決まり次第お知らせします。

問 介護長寿課高齢者支援G

☎ 029・298・1111

前期水泳教室 ※ P.11 注意事項を申込み前に必ずご確認ください。

期間 ▶ 4月～9月(全16回) 受講費 ▶ 各1万円

申込方法 ▶ なか LuckyFM 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 ▶ ①～⑥教室 4月9日(日)午前9時 ⑦～⑩教室 4月16日(日)午前9時 ⑪教室 4月16日(日)午前11時

※排泄が自立していることが必要です。

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9時15分～10時15分 (3)金曜日 午後2時～3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。	(1)金曜日 午後7時15分～8時15分 (2)土曜日 午後7時～8時	対象者 18歳以上のかた 定員 各28人
③ボディーメンテナンス プールまたは会議室でストレッチや機能回復運動を行います。	木曜日 午前10時30分～11時30分	対象者 18歳以上のかた 定員 20人
④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
⑤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
⑥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
⑦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)火曜日 午後3時30分～4時30分 (2)水曜日 午後4時45分～5時45分 (3)木曜日 午後4時45分～5時45分	対象者 満4歳～小学2年生 定員 各28人
⑧小学校低学年教室 基礎を学びます。	(1)金曜日 午後4時45分～5時45分 (2)土曜日 午後2時50分～3時50分 (3)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
⑨小学校低・中学年教室 基礎を学びます。	火曜日 午後4時45分～5時45分	対象者 小学1～4年生 定員 30人
⑩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 (3)金曜日 午後6時～7時	対象者 小学3～6年生 定員 各30人
⑪幼児教室 水遊びを通して、基礎を学びます。	(1)木曜日 午後3時30分～4時30分 (2)金曜日 午後3時30分～4時30分 (3)土曜日 午前9時30分～10時30分 (4)土曜日 午前10時45分～11時45分 (5)土曜日 午後1時30分～2時30分	対象者 未就学児 (満4～6歳) 定員 各28人

前期スポーツ教室

申込方法▶ なか LuckyFM 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9日(日)午前11時

種目	日時	対象者・定員など
ヨガ教室 呼吸・ポーズをバランスよく行います。	(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	期間 4月～9月(全20回) 対象者 18歳以上のかた 定員 各30人 受講費 1万円
パワーストレッチ教室 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います。	木曜日 午前10時～11時30分	期間 4月～9月(全20回) 対象者 18歳以上のかた 定員 30人 受講費 1万円
ピラティス教室 姿勢の矯正や肩こりの解消に効果的です。	木曜日 午後2時～3時30分	期間 4月～9月(全20回) 対象者 18歳以上のかた 定員 30人 受講費 1万円
骨盤ストレッチ教室 骨盤まわりを中心に全身の歪みを整え不調の改善を目指します。	金曜日 午後1時30分～3時	期間 4月～9月(全20回) 対象者 18歳以上のかた 定員 30人 受講費 1万円
ジュニアテニス教室 硬式テニスの基本を身に付けます。	土曜日 午前9時30分～11時	期間 4月～12月(全24回) 対象者 小学3～6年生 定員 60人 受講費 1万2千円

注意事項

- ◆**受講費について** 開講式後のキャンセルは返金できません。
- ◆**申込みについて**
 - 代理申込みは1人までです。
 - 受付会場に必ず申込時間の**10分前**までにお越しください。
 - 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。
 - 申込み当日は、対象者が市内に在住、在勤、在学のかたのみ受け付けます。
- ◆**申込当日に来園できないかたや市外のかたの受付について**(定員に達した場合はキャンセル待ちのみ)
 - 水泳教室 ①～⑥教室 4月11日(火)午前9時 ⑦～⑩教室 4月18日(火)午前9時
 - スポーツ教室 4月11日(火)午前9時
- ◆**その他**
 - 年齢は申込日現在のものです。
 - 医師に運動を止められているかたはご遠慮ください。
 - 申込受付日以降の募集については市ホームページをご覧ください。

申問 スポーツ推進室(なかLuckyFM公園内) ☎029-297-0077 ※月曜日休園(祝日の場合翌平日)

事業者のかた向け

消費税のインボイス制度説明会

期日▼4月18日(火)

19日(水)、5月17日(水)

18日(木)、6月8日(木)

9日(金)

時間▼午前10時～11時30分、午後2時～3時30分

場所▼太田税務署新館2階会議室
(常陸太田市金井町3662)

定員▼各回25人 **申込方法**▼電話

※駐車場は台数に限りがありますので、なるべく公共交通機関をご利用ください。

申問 太田税務署個人課税第一部門

☎0294-72-2171

※音声案内に従い「2」を選択



茨城キリスト教大学

2023年度 前期公開講座



茨城キリスト教大学の特徴をいかした、語学・カルチャー・心理・健康などについての講座を開催します。

申込期間▼3月17日(金)～4月14日(金)

※申込方法や講座内容など、詳細はホームページをご覧ください。

申問 茨城キリスト教大学地域・国際交流センター

☎0294-52-3215

こども図書館まつり



おはなしワンダーランド

日時▼4月29日(土)午前10時〜正午

場所▼1階エントランス

内容▼絵本の読み聞かせや手遊びなど

出演▼図書館ボランティア

絵本の読み聞かせとワークシヨップ

日時▼4月29日(土)午後1時30分〜3時30分

場所▼2階多目的室

内容▼絵本『ばんごはんえき』を読

んで、紙皿で食べ物列車を作ってみよう。

講師▼石崎なおこ氏(絵本作家) 定員▼20組

参加方法▼整理券をお持ちください。

整理券は4月14日(金)から図書館

総合カウンターで配布します。(お子さん1人につき1枚)

こどもの日はもうすぐ!ファニー

ズのえほんワールドへようこそ!!

日時・内容▼4月30日(日)

●1部 午前10時〜10時30分

●2部 午前11時〜11時30分

場所▼2階多目的室 内容▼絵本の

読み聞かせ、歌とレクリエーション

出演▼ファニーズ(読み聞かせの会)

オリジナルブックカバーをつくらう!

日時▼4月30日(日)午後2時〜4時

場所▼1階エントランス

内容▼絵を描いたりシールを貼ったりして世界でひとつだけのオリジナルブックカバーを作ってみよう。

講師▼小松崎浩司氏(茨城女子短期

大学准教授)と学生有志

映画会

日時・内容▼4月30日(日)

●1部 午後1時

●2部 午後3時

『星の王子さま』『ダヤンとジタン』

場所▼2階多目的室 定員▼各回30人

※すべて参加無料。詳しくは、市立

図書館ホームページをご覧ください。

申問市立図書館

☎029・352・1177

茨城県里親登録

1000人プロジェクト!!

里親制度説明会

日時▼4月16日(日)午後2時

〜4時(受付 午後1時30

分) 場所▼内原同仁会子ど

もセンター(水戸市小林町

1186・84)

内容▼里親制度説明、里親体

験談など 定員▼30人

費用▼無料

申込方法▼電話、Eメール

申問(福)同仁会児童家庭支援センター

あいびー 新山

☎029・291・3770

☎080・8434・3609

✉satoriku@doujinkai.or.jp

里親が育てる。
社会が支える。



募集



「菅谷保育所ふれあいの集い」会員募集

期日▼5月12日(令和6年2月の金

曜日(全30回) 時間▼午前9時〜11

時 場所▼菅谷保育所

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▼50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▼4月13日(木)、14日(金)

※午前9時30分〜10時、午後1時〜

1時30分

申込場所▼菅谷保育所(電話不可)

申問 菅谷保育所

☎029・298・1144

那珂市ソフトボール連盟 加盟チーム募集

令和5年度行事予定▼

●審判講習会 4月23日(日)

●連盟大会 5月7日(日)、14日(日)

●壮年大会 6月18日(日)、25日(日)

●連盟大会 9月3日(日)、10日(日)

●いきいき実年大会 9月24日(日)

G…グループ 問…問い合わせ 申…申込・申請・応募・届出 電…メール

4月の休日当番医

☎0120-271719

日	医療機関名	電話番号
2	なかむらクリニック	029 - 353 - 2310
9	西山堂慶和病院	029 - 295 - 5121
16	メディカル GP・クリニック横堀	029 - 298 - 3922
23	岡田クリニック	029 - 270 - 8188
29	なかの杜セントラルクリニック	029 - 229 - 2391
30	たに内科クリニック	029 - 229 - 0721

▶那珂キッズクリニック小児科(小児科)
2・23・30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



※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歳以上の男子で構成したチーム
登録料▼年1万円 **申込期間**▼随時
※詳細はお問い合わせください。
問 那珂市ソフトボール連盟
井上 ☎090-6046-0939
吉澤 ☎090-8344-4706

日本健康太極拳 初心者のお会(4月生)募集

太極拳は、ゆっくりとした呼吸法を意識したバランス運動です。インナーマッスルを鍛え、健康寿命を延ばしましょう。

月or火曜コース

日時▼第2～4月曜日(基本) 午後1時30分～3時(初回4月4日(火))

場所▼市中央公民館大会議室

水曜コース

日時▼第2～4水曜日 午前10時～11時30分(初回4月12日(水)) **場所**▼

ふれあいセンターよしの会議室

木曜夜間コース

日時▼第2～4木曜日 午後6時15分～8時(初回4月13日(木))

場所▼市中央公民館学習室

金曜午後コース

日時▼第2～4金曜日 午後1時30分～3時(初回4月7日(金))

場所▼市中央公民館講座室

共通事項

講師▼吽野揚子氏(当協会師範)

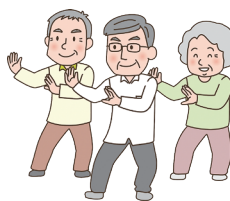
会費▼月千円(会場費を含む)

申込方法▼電話

申込期限▼各回初回の前日

問 日本健康太極拳協会

吽野 ☎029-298-3641



緑の募金 (1/15～5/31)

国からマスク着用の考え方が示されました

問 健康推進課 ☎ 029-270-8071



3月13日から マスク着用は個人の判断が 基本となります



3月13日以降、個人の主体的な選択を尊重し、着用は個人の判断にゆだねることになります。

本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、個人の主体的な判断が尊重されるよう、ご配慮をお願いします。



ただし、以下のような場合には注意しましょう

- 受診時や医療機関・高齢者施設などを訪問するとき
 - 通勤ラッシュ時など混雑した電車・バスに乗車するとき
- ※おおむね全員の着席が可能であるものを除く



周囲のかたに、感染を広げないために
マスクを着用しましょう

次のような重症化リスクの高いかたが感染拡大時に混雑した場所に行くとき



ご自身を感染から守るために
マスク着用が効果的です

※事業者の判断でマスク着用を求められる場合や従業員がマスクを着用している場合があります。

※学校におけるマスク着用の考え方の見直しは、4月1日からとなります。

●人口【2月1日現在】

人口▶ 53,792人 (ー 47)
 男▶ 26,401人 (ー 14)
 女▶ 27,391人 (ー 33)
 世帯数▶ 23,311世帯 (ー 2)
 ※()内は前月比

●火災・救急件数【1月分】

火災▶ 1件 (1件)
 救急▶ 268件 (268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▶ 9件
 負傷者▶ 11人
 死者▶ 0人

●犯罪件数【1月末現在】

刑法犯認知件数▶ 13件
 └─ 住宅侵入窃盗▶ 0件
 └─ 自動車盗▶ 2件
 └─ 車上ねらい▶ 1件
 └─ 自転車盗▶ 1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



2月4日から3月5日まで、第15回那珂のひなまつりを曲がり屋など市内3か所で開催しました。

表紙の写真は、曲がり屋を訪れていた親子を撮影しました。

企業版ふるさと納税による寄付

(株)RUNWAYS、(株)吉沢水道コンサルタントから、企業版ふるさと納税を活用した寄付をいただきました。ご支援に対して感謝の意を表すため、感謝状を贈りました。

寄付金はそれぞれ、次のとおり活用していきます。

企業名	活用先プロジェクト
(株)RUNWAYS	みんなの笑顔を育てようプロジェクト
(株)吉沢水道コンサルタント	「農業で稼ぐ」いい那珂プロジェクト



過去の寄付企業についてはこちら▲



問 政策企画課地方創生G ☎ 029-298-1111

新型コロナワクチン接種証明書のコンビニ交付について

市町村の窓口またはスマートフォンアプリで発行していた、新型コロナウイルス感染症予防接種証明書のコンビニ交付が利用できる事業者が追加されました。詳細は、市ホームページをご覧ください。



【必要なもの】

- マイナンバーカード(暗証番号4桁が必要)
- 接種証明書発行料(1部につき120円)



※海外用の接種証明書を取得するためには、令和4年7月21日以降に市町村窓口または接種証明書アプリで海外用の接種証明書を取得する必要があります。

問 ワクチン接種対策室 ☎ 029-270-8071

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)



高齢者クラブ 東会	1,000円
切手テレカボランティアポピー	11,751円
(有)杉オート	10,000円
ぴっぴお話し会	4,055円

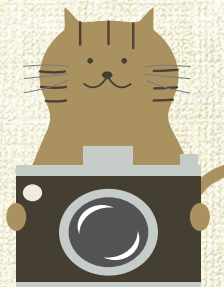
問 市社会福祉協議会 ☎ 029-229-0309

集まれ那珂っ子♪

GENKINAKA OH!!

元気な  h!!

元気な顔!!



れん
大高 蓮さん



まひろ
市毛 真紘さん



あやか
澤畑 愛也香さん

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】市ホームページ内の申込みフォームからご応募ください。




応募はこちらから♪



那珂市ワクチン接種コールセンター が終了します

特例臨時接種の実施期間が3月31日で終了することに伴い、同日をもちまして、那珂市ワクチン接種コールセンターを終了します。

● 那珂市ワクチン接種コールセンター

 0120-056-728

午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日も実施)


耳の不自由な方専用のFAX番号

FAX 029-212-3533

終了日時 3月31日(金) 午後5時15分

4月3日以降のワクチンに
関するお問い合わせ先




 029-212-3532

午前8時30分～午後5時15分
土・日曜日、祝日を除く

耳の不自由な方はFAXをご利用ください

FAX 029-298-8890

ワクチン接種に関する最新情報

 [https://www.city.naka.lg.jp/
page/dir008009.html](https://www.city.naka.lg.jp/page/dir008009.html)



※ 3月2日現在の情報を掲載しています。