

# Mito

## 広報みと

令和4(2022)年

6.15

No.1528  
お知らせ号

### 日頃から備えて、災害時は早めに避難を

これから大雨の時期を迎えます。市では、分かりやすい情報を迅速に伝えるための情報発信を強化しています。また、市民の方が安心して避難できるよう、避難所での感染症対策を徹底しています。災害時の逃げ遅れゼロを目指して、日頃から事前の備えを心がけ、ハザードマップなどで身近な災害リスクや避難するタイミングを確認し、災害時は早めに避難しましょう。

問合せ／防災・危機管理課(☎232-9152)

#### ▼ハザードマップを確認しておきましょう

市では、災害時に備えて、洪水・土砂災害・津波・ため池ハザードマップを作成しています。ハザードマップは、防災・危機管理課、市ホームページなどで入手できます。詳細は、お問合せください。



#### ▼避難行動の基準など

災害時には、市が発表する避難情報などを確認し、**避難指示(警戒レベル4)までに必ず避難**してください。

| 警戒レベル | 避難情報など                       | 避難行動など   |
|-------|------------------------------|--|
| 5     | 緊急安全確保                       | すでに災害が発生しているか、切迫している状況です。指定緊急避難場所などへ避難することがかえって危険である場合は、 <b>命を守るために直ちに安全確保</b> をしましょう。 |
| 4     | 避難指示                         | 災害発生のおそれが高い状況です。危険な場所から <b>全員避難</b> (避難場所などへの避難または屋内安全確保)しましょう。                        |
| 3     | 高齢者等避難                       | <b>避難に時間を要する方(高齢者、障害者、乳幼児など)とその支援者(家族、介助者など)は、避難</b> しましょう。その他の方は、避難の準備や自主的な避難を行いましょう。 |
| 2     | 洪水注意報<br>大雨注意報など<br>※気象庁が発表。 | 避難に備え、ハザードマップの「マイマップ・マイタイムライン」欄を見直すなどして、 <b>避難行動を確認</b> しましょう。                         |
| 1     | 早期注意情報<br>※気象庁が発表。           | 災害への心構えを高めましょう。  |

| 防災気象情報(例)                  |
|----------------------------|
| はんらん<br>氾濫発生情報<br>大雨特別警戒など |
| 氾濫危険情報<br>土砂災害警戒情報<br>など   |
| 氾濫警戒情報<br>洪水情報             |

※国土交通省、気象庁、  
県が発表。

#### ▼災害・避難情報の入手方法

市では、災害が発生するおそれのある段階から、市公式LINEやTwitter、Facebook、市ホームページ、メールマガジンなど、各種媒体をとおして情報を発信します。  
※防災ラジオの無償貸与も行っています。詳細は、お問合せください。



LINE



ホーム  
ページ

#### 今号の目次

P.2…新型コロナウイルス感染症関連情報 P.4…情報ガイド P.13…DX、はじめます。／水戸市植物公園 P.14…プロスポーツナビ／応急処置 こんなときどうする？ P.15…イベントカレンダー／各種相談窓口 P.16…水戸市保健所からのお知らせです

# 新型コロナワクチン接種について

問合せ／水戸市新型コロナワクチン接種コールセンター(☎0570-089-310)  
 または保健予防課新型コロナワクチン事業室(☎303-6313)

## 4回目接種の接種会場について

### 個別接種実施医療機関

| 会場  | 使用ワクチン                                      |
|---|---|
| 市内10か所(6月6日現在)<br>※接種会場は、今後、追加となる予定です。詳細は、市ホームページを確認してください。 | ファイザー社製ワクチン、武田/モデルナ社製ワクチン<br>※医療機関ごとに異なります。 |

### 市集団接種会場

※武田/モデルナ社製ワクチンを使用。

| 会場    | 所在地   | 開設日                          | 開設時間                       |
|-------|-------|------------------------------|----------------------------|
| ミオス1階 | 赤塚1-1 | 7月11日～29日の毎週月～金曜日<br>※祝日を除く。 | 午後2時～5時<br>※受付は、午後4時30分まで。 |

※8月の開設日は、決まり次第、「広報みと」などでお知らせします。

### 市大規模接種会場

※武田/モデルナ社製ワクチンを使用。

| 会場         | 所在地     | 開設日                                  | 開設時間  |
|------------|---------|--------------------------------------|---|
| 市総合運動公園体育館 | 見川町2256 | 7月16日(土)・23日(土)・24日(日)・30日(土)・31日(日) | 午前9時～正午、午後2時～5時<br>※午前の受付は、午前11時30分まで。<br>午後の受付は、午後4時30分まで。 |

※8月の開設日は、決まり次第、「広報みと」などでお知らせします。

### 市大規模接種会場(市総合運動公園体育館)への無料シャトルバスを運行します

#### ▼水戸駅南口(1番のりば) ⇄ 市大規模接種会場

| 水戸駅南口発 | 市大規模接種会場着 | 市大規模接種会場発 | 水戸駅南口着 |
|--------|-----------|-----------|--------|
| 8:00   | 8:25      | 9:30      | 9:55   |
| 9:00   | 9:25      | 10:30     | 10:55  |
| 10:00  | 10:25     | 12:00     | 12:25  |
| 11:00  | 11:25     | 13:00     | 13:25  |
| 13:00  | 13:25     | 13:30     | 13:55  |
| 14:00  | 14:25     | 14:30     | 14:55  |
| 15:00  | 15:25     | 15:30     | 15:55  |
| 16:00  | 16:25     | 16:30     | 16:55  |
|        |           | 17:30     | 17:55  |

#### ▼赤塚駅南口(4番のりば) ⇄ 市大規模接種会場

| 赤塚駅南口発 | 市大規模接種会場着 | 市大規模接種会場発 | 赤塚駅南口着 |
|--------|-----------|-----------|--------|
| 8:20   | 8:40      | 9:50      | 10:10  |
| 9:20   | 9:40      | 10:50     | 11:10  |
| 10:20  | 10:40     | 11:50     | 12:10  |
|        |           | 12:50     | 13:10  |
| 13:20  | 13:40     | 13:50     | 14:10  |
| 14:20  | 14:40     | 14:50     | 15:10  |
| 15:20  | 15:40     | 15:50     | 16:10  |
|        |           | 17:00     | 17:20  |

※道路の混雑状況によって、遅れる場合があります。

※利用状況などによって、バス運行の日時が変更になることもあります。事前に、最新の情報を市ホームページなどで確認のうえ、利用してください。右の二次元コードからも確認できます。



### 県大規模接種会場

※武田/モデルナ社製ワクチンを使用。

| 会場          | 所在地      | 開設日     | 開設時間       |
|-------------|----------|---------|------------|
| 県庁福利厚生棟アリーナ | 笠原町978-6 | 水・金・土曜日 | 午前10時～午後8時 |

## 4回目接種の対象者、予約受付スケジュールなど

対象／3回目接種が終了した日から、少なくとも5か月以上経過した、60歳以上の方と、18歳～59歳で基礎疾患のある方など重症化リスクが高い方

※18歳～59歳の基礎疾患のある方など重症化リスクが高い方で、4回目接種を希望する場合は、接種券発行の申請手続きが必要です。

| 3回目接種をした時期      | 発送日(予定)  | 予約開始日(予定) |
|-----------------|----------|-----------|
| 令和4年2月18日～2月24日 | 6月27日(月) | 7月4日(月)   |
| 令和4年2月25日～2月28日 | 7月4日(月)  | 7月11日(月)  |

※以降、3回目接種をした時期に応じ、順次、接種券などを発送します。

## 妊婦の方の4回目接種の接種券発行申請について

妊婦の方は、新型コロナウイルス感染による重症化リスクが高まります。

4回目接種の接種券は一律では発行されないため、妊婦の方で、4回目接種を希望する場合は、接種券発行の申請手続きが必要です。

詳細は、市ホームページをご覧ください。お問合せください。

申請開始日／6月13日(月)から



申請方法／次のいずれかの方法で申込み

①いばらき電子申請・届出サービス ※右の二次元コードからも申込みます。

②郵送

申請書に記入し、水戸市新型コロナワクチン事業室(〒310-0852笠原町993-13)へ。申請書は、市役所本庁舎、各出張所、各市民センターにあります。また、市ホームページからも入手できます。



## 武田社製ワクチン(ノバボックス)の接種を実施します

武田社製ワクチン(ノバボックス)の1・2回目接種、3回目接種の予約を6月8日から開始しました。予約は、インターネットまたは電話でのみ受け付けます。下の「新型コロナワクチン接種の予約方法」をご覧ください。

|                | 接種日(1回目/2回目)   | 接種枠   | 対象                               | 医療機関            |
|----------------|--|-------|----------------------------------|-----------------|
| 1・2回目接種<br>(※) | 7月5日(火)/7月26日(火)<br>7月12日(火)/8月2日(火)<br>7月19日(火)/8月9日(火) | 各日10枠 | 18歳以上の方                          | 藤原内科医院<br>(見川町) |
| 3回目接種          | 7月6日～8月10日の毎週水曜日   | 各日15枠 | 18歳以上で、2回目接種が終了した日から6か月以上経過している方 |                 |

(※)1・2回目接種は、1回目接種予約時に自動的に2回目接種の予約が行われます。

## 新型コロナワクチン接種の予約方法

接種を受けるには、事前の予約が必要です。次のいずれかの方法で予約してください。

郵送、おまかせ電話予約による予約は、武田/モデルナ社製ワクチンを使用する市内の接種会場を案内します。接種日時や接種会場を選ぶことはできません。また、インターネットや電話で予約する場合より、接種日が遅くなることがありますので、注意してください。

### ▼インターネット

専用サイト／<https://vaccines.sciseed.jp/mito-city> ※右の二次元コードからも申込みます。



### ▼電話

水戸市新型コロナワクチン接種コールセンター

専用電話／0570-089-310

時間／午前9時30分～午後5時

※予約開始日は、午前10時から受付。

※土・日曜日、祝日も開設。

### ▼郵送(4回目接種のみ対象)

受付期間／8月12日(金)(当日消印有効)まで

申込み／申込書に必要事項を記入し、水戸市新型コロナワクチン事業室(〒310-0852笠原町993-13)へ

※後日、予約確認書を郵送します。

※予約開始日前に申込書の郵送があった場合でも、予約の決定は、予約開始日以降となります。

※申込書は、市役所本庁舎、各出張所、各市民センターにあります。また、市ホームページからも入手できます。

### ▼おまかせ電話予約(4回目接種のみ対象)

受付期間／9月9日(金)まで

専用電話／050-3310-6080

時間／24時間受付

※土・日曜日、祝日も開設。

※自動音声アナウンスが対応します。

※後日、予約確認書を送付します。

※予約開始日前に申込みがあった場合でも、予約の決定は、予約開始日以降となります。

## 保 ひきこもり支援

問合せ／保健予防課(☎243-7315)

### ▼ひきこもり専門相談

ひきこもりに関する相談に精神科医が応じます。

日時／毎月第1金曜日、午後2時～4時

対象／ひきこもり状態にある方やその方を支える家族など

### ▼ひきこもり家族教室

同じ悩みを持った家族同士の仲間づくりや情報交換などにより、家族の精神的な負担軽減を図ります。

日時／毎月第3月曜日、午後1時30分～3時

対象／ひきこもり状態の方を支える家族など

### ▼ぶらんけっと～当事者の居場所～

他者と交流しながら社会性を学んだり、外出したりすることにより、生活リズムを整え、社会復帰を目指します。

日時／毎月第2・4水曜日、午後1時30分～3時

対象／ひきこもり状態にある方

料金／無料

申込み／事前に、電話で、保健予防課へ ※事前に面接を行います。

## 暮 大雨の際は冠水対策を

問合せ／側溝などの土砂については道路管理課(☎232-9195)、冠水情報の提供については建設計画課(☎232-9233)

集水ますの目づまりを防ぐため、落ち葉やビニール袋などの清掃に努めましょう。

また、側溝や集水ますに土砂が溜まっている場合は、市に連絡してください。冠水している場合は、日時、場所、写真などの情報提供をお願いします。

提供方法／郵送またはEメールで、水戸市建設計画課(〒310-8610、☒kansui-jyoho@city.mito.lg.jp)へ

## 暮 総合教育研究所1階を学習スペースとして開放します

問合せ／総合教育研究所(☎244-1331)

小・中学生、高校生を対象に、総合教育研究所1階「情報プラザ」を学習スペースとして開放します。

開放日／毎週土曜日 ※施設予約が入っている場合は、利用できません。7月は、2日・16日・30日に開放します。

時間／午前9時～午後3時

定員／10名

料金／無料

※8月以降の開放日など、詳細は、市ホームページをご覧ください。



## 新型コロナウイルス感染症関連情報

### 市民税非課税世帯等への臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中、さまざまな困難に直面した方々が、すみやかに生活・暮らしの支援を受けられるよう、令和4年度から新たに非課税となった世帯等に給付金を支給します。

なお、すでにこの給付金を受給した世帯(受給を辞退した方を含む)と当該世帯の世帯主であった方を含む世帯は対象となりません。

給付対象者／次のいずれかに該当する世帯

- ①令和4年6月1日(基準日)時点で水戸市に住民票を有し、世帯全員の令和4年度分の市民税均等割が非課税である世帯 ※市民税が課税されている者の扶養親族等のみからなる世帯は除く。
- ②令和4年1月以降の家計急変世帯(新型コロナウイルス感染症の影響で収入が減少し、世帯全員が市民税非課税相当となった世帯) ※令和3年中の家計急変に係る申請は、6月30日(木)までに、コールセンターへお問合せください。

※配偶者やその他親族からの暴力などで、住居地以外に避難中の方も給付金を受給できる場合があります。詳細は、お問合せください。

受給権者／給付対象となる世帯の世帯主

支給額／1世帯あたり10万円

申請方法／①に該当する世帯…6月下旬に市から確認書を郵送します。確認書に記入し、同封の返信用封筒で郵送してください ②に該当する世帯と、①のうち令和3年12月11日以降に水戸市に転入した方がいる世帯…7月1日(金)～9月30日(金)(当日消印有効)に、申請書に記入し、添付書類を添えて、備付けの封筒に入れて郵送してください ※申請書と封筒は、福祉総務課、各出張所、各市民センターにあります。

問合せ／市民税非課税世帯等臨時特別給付金コールセンター(☎0800-800-5586) ※通話料はかかりません。受付は平日の午前9時～午後5時。

## 暮 いばらき県央地域ロゴマーク(シンボルマーク)を募集します

問合せ／政策企画課(☎232-9106)

県央地域の9市町村(水戸市、笠間市、ひたちなか市、那珂市、小美玉市、茨城町、大洗町、城里町、東海村)は、連携して地域の発展に取り組んでいます。

県央地域の魅力をPRし、認知度を向上させるため、県央地域のシンボルとなるロゴマークを募集します。

賞／最優秀賞(1点) ※副賞は、商品券7万円と特産品3万円相当。

応募方法／6月15日(水)～7月29日(金)(当日消印有効)に、応募用紙に作品を貼り付けて、直接または郵送で、水戸市政策企画課(〒310-8610)へ ※応募用紙は、同課、各出張所、各市民センターにあります。また、市ホームページからも入手できます。



## 保 在宅の高齢者の方が利用できる各種サービス

問合せ／高齢福祉課(☎232-9174)または各高齢者支援センターへ

### 日常生活用具の給付

電磁調理器、自動消火器、安全杖など、自立生活に必要な用具を給付します。

対象／おおむね65歳以上で、心身機能の低下や軽度の認知症のあるひとり暮らしなどの方

利用料／生計中心者の所得税額に応じて自己負担あり

### 軽度生活援助事業

入院中の洗濯や、生活に必要な範囲の除草などを行います。

対象／65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯で、家族などの支援を受けられず日常生活に支障のある方

利用料(1時間あたり)／世帯の市県民税課税状況に応じて、0～200円

### 通院等支援サービス

車いすやストレッチャーに対応したりリフト付きタクシーで医療機関などへの送迎を行います。

対象／65歳以上で、要介護3・4・5と認定された、市県民税非課税世帯の方

利用料／30分までは280～520円(30分を超える部分は全額自己負担)

### さわやか理美容

理容師または美容師が自宅に出張して、理美容サービスを行います。

対象／65歳以上で、要介護3・4・5と認定された、在宅で生活する方

利用料・回数／1回1,000円(年度内3回まで)

### 高齢者優待制度(シニアカード)

県内の協賛店舗などで料金の割引やポイント加算などの特典を受けることができるシニアカードを交付しています。

対象／65歳以上の方

### 生活支援配食サービス

夕食を自宅へ配達します。

対象／おおむね65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯で、要介護認定または要支援認定を受け、自分での調理が困難な方、介護予防として必要と認められた方

利用料(1食あたり)／500円

### はり・きゅう・マッサージ

#### 施術費助成

対象／70歳以上の方または身体障害者手帳1・2級の方

内容／医療給付の対象にならない施術を受けるときの助成券を交付

助成額・回数／1回1,000円(年度内5回まで)

### 認知症高齢者等家族支援

#### 位置探索サービス

高齢者の行方がわからなくなったときに、GPS機能が付いた機器で所在位置を探索し、家族へ知らせます。

対象／おおむね65歳以上で、認知症などにより帰宅が困難になる恐れのある方の家族

利用料／月額380円(別途申込料1,100円が必要)

### 訪問ふとん乾燥サービス

対象／おおむね65歳以上のひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯の方で、ふとん干しが困難な方

利用料・回数／1回300円(ふとん4枚まで、年度内に6回まで)

### 家族介護用品の給付

月1回、紙おむつや尿とりパッドなどを自宅へ配達します。

対象／要介護認定を受け、排せつに見守りまたは介助が必要であり、市県民税非課税世帯の方

利用料／購入額により、100～500円(1か月あたり6,000円分を上限)

### 在宅見守り安心システム

自宅での急病や不慮の事故のときに、通報機器により助けを求めることができます。

対象／おおむね65歳以上で、病弱なひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯の方、75歳以上の方、重度の身体障害のあるひとり暮らしの方

利用料／月額200円

### 介護予防住宅改善事業

対象／65歳以上の、要介護や要支援の認定を受けていない自立者で、高齢者支援センターの介護予防プランで住宅改善が必要とされた方

改善の内容／手すり、ハーフステップの取付けなど、介護予防に必要な簡易な改善

助成額／対象経費の9割(上限9万円)

※事前申請が必要です。

### 老人性白内障眼鏡等の

#### 購入費用助成

対象／65歳以上で、手術後1年以内かつ市県民税非課税世帯の方

助成額／補助眼鏡1対につき2万円以内、特殊眼鏡1対につき3万円以内、コンタクトレンズ1眼につき2万5,000円以内

※眼鏡を作成した年度内に申請が必要です。



## ご相談ください 高齢者支援センター

高齢者支援センターは、水戸市が社会福祉法人などに委託して設置した、地域における高齢者の専門的な相談窓口です。

高齢者サービスの内容や申請方法、介護などについて、気軽に相談してください。担当の職員が自宅を訪問し、直接相談に応じることもできます。

| 高齢者支援センター | 担当中学校区   | 電話番号      | 高齢者支援センター | 担当中学校区      | 電話番号      |
|-----------|----------|-----------|-----------|-------------|-----------|
| 中央(東原3)   | 一中、二中    | ☎306-9582 | 北部(石川4)   | 飯富、国田、五中、石川 | ☎246-6003 |
| 東部(吉沼町)   | 三中、千波    | ☎246-6216 | 西部(双葉台2)  | 赤塚、双葉台      | ☎246-6333 |
| 南部第一(酒門町) | 四中       | ☎246-5690 | 常澄(塩崎町)   | 常澄          | ☎246-6155 |
| 南部第二(千波町) | 緑岡、見川、笠原 | ☎241-4821 | 内原(鯉淵町)   | 内原          | ☎257-5466 |

掲載している情報は6月6日時点のものです。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止・延期などを行う場合があります。

税など

国民年金保険料の  
納付猶予制度

本人・配偶者の前年所得(1) 6月に申請する場合は前々年所得が一定以下の場合、本人が申請書を提出し承認されると、保険料の納付が猶予されます。納付猶予が承認された期間は年金の受給資格期間に参入されませんが、将来の年金額を計算するときは年金額に反映しません。猶予を受けた保険料は、10年以内であれば後から納付(追納)することができます。老齢基礎年金を満額に近づけるためにも、

追納制度をおすすめします。失業した場合も申請することにより、保険料の納付が猶予となる場合があります。

猶予期間/令和4年7月~令和5年6月(原則として毎年申請が必要) 対/50歳未満(学生を除く)で、本人及び配偶者の前年所得が一定以下の方 必要なもの/年金手帳または基礎年金番号通知書、身分証明書など 申/国保年金課または各出張所へ 問/同課(☎232・9520) または水戸北年金事務所(☎231・2280)

家屋調査にご協力を

家屋を新築・増築した場合に、固定資産税の評価のため、

家屋調査を行います。調査の日程調整や立会い、資料の提供・提示にご協力ください。なお、家屋を取壊した場合は、必ず「家屋滅失届」を提出してください。届出用紙は、資産税課にあります。また、市ホームページからも入手できます。 問/同課(☎224・1122)

保健福祉

医療福祉費受給者証の  
更新手続きを

ひとり親家庭の親と子、重度心身障害者を対象とした医療福祉費受給者証(マル福)は、6月30日(木)で更新となります。公簿などで資格の確認ができる方は、新しい受給者証を郵送しますので、手続きは不要です。更新手続きが必要な方は、6月下旬に、はがきでお知らせします。記載された書類を持参し、手続きをしてください。

期/6月20日(月)から 申・問/国保年金課(☎232・9160)へ ※郵送での申請もできます。詳細は、お問合せください。

介護サービス相談員が  
訪問します

要介護・要支援の認定を受けた方の自宅や入所している施設を、介護サービス相談員が訪問します。介護サービスに関する疑問や不安などを、お気軽にご相談してください。

なお、介護サービス相談員は必ず名札を付け、介護サービス相談員証を携帯しています。 問/介護保険課(☎232・9177)

募集  
在宅医療・介護の  
お話し会

在宅医療や介護について考えてみませんか。 日/7月11日(月)、午後2時~3時30分 場/フロイデ水戸メディアカルプラザ(堀町) 人/20名(定員になり次第締切り) 料/無料 申/7月10日(日)までに、電話で、水戸在宅ケアネットワーク事務局(☎228・6100)へ 問/同事務局または市地域支援センター(☎232・9110)

令和4年度 納期のお知らせ  
納期限/6月30日(木)

| 納付するもの  | 課税に関する問合せ        |
|---|------------------|
| 市県民税第1期分  | 市民税課(☎232-9138)  |
| 介護保険料第2期分<br>(4月2日以降に65歳になる方は誕生日の前日が属する月から、また水戸市に転入した方は転入月からの保険料を10月以降に納付することになります) | 介護保険課(☎232-9194) |

納付に関する問合せ/収税課(☎232-9145)、介護保険料については介護保険課 ※新型コロナウイルス感染症により納付が困難な方は、お問合せください。

口座振替などをご活用ください

市税は、口座振替やスマートフォンアプリ決済、インターネットでのクレジット決済でも納税できます。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、自宅などで納税ができるこれらの方法をご活用ください。各種納税方法や、徴収の猶予など、詳細は、収税課にお問合せください。



## ヘルプマーク・ヘルプカードを 配布しています

外見からは配慮や支援が必要とわかりにくい方が、  
支援を求めていることを周囲に知ってもらうため、  
ヘルプマークやヘルプカードを無料で配付しています。

- 対象／市内に居住する方で、次のいずれかに該当する方
- ・義手・義足や、人工関節を使用している方
  - ・身体障害(音声、言語障害など)、精神障害、知的障害、発達障害、内部障害(心臓、腎臓など)のある方
  - ・難病患者の方
  - ・高齢の方
  - ・妊娠初期の方 など

持ち物／障害者手帳など、配慮や支援が必要  
であることがわかるもの、印鑑など

| 配付窓口     |                               |
|----------|-------------------------------|
| 障害のある方など | 障害福祉課                         |
| 妊娠初期の方   | 母子健康手帳申請窓口<br>(市役所1階)、各保健センター |



ヘルプ  
マーク

申込み／各配付窓口で、本人または代理人が申込書に  
記入 ※郵送での受付・配布はできません。配布は、  
対象者一人につき1個(枚)です。

問合せ／障害福祉課(☎232-9173)

## 募集 ススメ幸齢者ロード

日／7月12日(火)、午後1時30  
分～3時 場／石川市民セン  
ター 対／市内に居住する方

人／20名(定員になり次第締切  
り) 料／無料 内容／「足腰か  
ら見つめる健康管理」に関するお  
話し会 申／7月8日(金)まで  
に、電話で、北部高齢者支援セ  
ンター(☎246-6003)へ  
問／同センターまたは地域支援  
センター(☎222-9110)

## 募集 よい歯のコンクール

▼8020高齢者よい歯のコン  
クール

対／昭和17年3月31日以前生ま  
れて、自分の歯を20本以上所持

ちの方

▼親と子のよい歯のコンクール  
対／平成28年4月2日～平成31  
年4月1日生まれの子どものとそ  
の親 ※喫煙習慣のある親は対  
象外。

申／7月22日(金)(必着)までに  
はがきまたはフロックスに、住  
所、氏名(ふりがな)、性別、生  
年月日、電話番号、かかりつけ  
または最寄りの歯科医院を記入  
し、茨城県歯科医師会(〒31  
0-0911 見和2-2922)  
1、☎253-1075)へ  
問／同歯科医師会(☎252-2  
561)または8020高齢者よ  
い歯のコンクールについては市  
地域保健課(☎243-7311)、  
親と子のよい歯のコンクールに  
ついては子育て支援課(☎55  
0-1210)

## 募集 県障害者スポーツ 大会参加者

| 種目           | 期日      | 場所                       |
|--------------|---------|--------------------------|
| ソフトボール(知)    | 9/10(土) | 笠松運動公園<br>(ひたちなか市<br>佐和) |
| フットベースボール(知) | 9/11(日) |                          |
| バレーボール(知・精)  |         |                          |
| サッカー(知)      | 9/17(土) |                          |
| レクリエーション競技   | 9/24(土) |                          |
| バスケットボール(知)  |         |                          |

対象／療育手帳または精神障害者保健福祉手帳を  
お持ちで、県内に居住または通勤、県内の施設・  
学校に在籍する12歳(令和4年4月1日現在)以上の方

## 身体障害者補助犬への ご理解・ご協力を

身体障害者補助犬は、「身体障  
害者補助犬法」に基づいて認定さ  
れた特別な犬です。障害のある  
方を助けるため、いろいろな場  
所に同伴することができます。

▼盲導犬  
目の不自由な方が安全に移動  
できるように助けます。

## 妊産婦さんを 支援します

▼介助犬  
手足が不自由な方に代わり、  
落としたものを拾ったり、ドア  
を開けたりします。着替えも手  
伝います。

▼聴導犬  
車のクラクションやドアチャ  
イムなどの音を聴き分け、耳の  
不自由な方に知らせます。

問／障害福祉課(☎350-80  
84)



市では、安心して妊娠・出産・  
育児ができるよう、支援事業を  
行っています。詳細は、お問合  
せください。

### ▼産後ケア

不安や悩みを抱える産後1年  
未満の方を対象に、通所型・宿  
泊型・訪問型のケアを実施。

### ▼母乳育児相談

出産後1年未満の方を対象に、  
医療機関や助産師による母乳育  
児相談の費用を助成。

### ▼妊婦歯科健康診査

妊娠16週から27週の方を対象  
に、妊婦歯科健康診査を医療機  
関で実施。

問／子育て支援課(☎550-1  
216)

暮らし

募集  
夏の体験教室  
(手話・要約筆記)

▼手話体験教室  
日／7月16日(土)、午後1時～3時 人／15名(定員になり次第締切り)  
▼要約筆記体験教室  
日／7月23日(土)、午後1時30分～3時30分 人／10名(定員になり次第締切り)  
場／市福祉ボランティア会館(ミオス2階) 対／市内に居住または通勤・通学する方 料／無料  
申・問／6月27日(月)の午前9時30分から受け付けますので、電話またはEメールに、教室名、

募集  
いきいき出前講座

市職員が講師となって、市政・防災・健康・教育・文化など、さまざまな講座を行います。  
開催時間／午前9時～午後9時の90分以内(祝日・年末年始を除く) 場／集会施設など ※申込者が用意してください。 対／市内に居住または通勤・通学するおおむね10名以上のグループ 料／無料(講座により実費負担あり)  
申・問／開催希望日の2週間前までに、申込書に記入し、直接

募集  
特別支援教育支援員

またはファックスで、生涯学習課(☎306-8692、☎306-8693)へ ※講座一覧と申込書は、同課、各市民センターにあります。また、市ホームページからも入手できます。

発達障害などを言ひ、特別な教育支援を必要とする幼児・児童・生徒の活動を支援したり、身体介助をしたりします。

勤務場所／市立幼稚園、市立認定こども園、市立小・中・義務教育学校 対／午前8時～午後5時の間で、週10～25時間程度の勤務が可能な方 賃金／時給987円 申／随時受け付けていますので、申込書に記入し、直接または郵送で、水戸市人事課(〒310-8610)へ ※申込書は、市ホームページで入手できます。

問／市立幼稚園、市立認定こども園については幼児保育課(☎32-9243)、市立小・中・義務教育学校については総合教育研究所(☎244-1331)

募集  
統計調査員

市では、統計調査員として活動できる方を募集しています。

なお、調査ごとに対象地区や調査員数が異なるため、活動日

などはその都度お知らせします。  
登録資格／次のすべてに該当する方 ①20歳以上 ②責任を持つて事務を遂行できる ③調査で知り得た秘密を守ることができ  
※その他にも要件があります。詳細は、お問合せください。  
申・問／随時受け付けていますので、電話で、デジタルイノベーション課(☎297-5886)へ

家計調査にご協力を

家計の収支など、生活の実態を明らかにするために、調査です。結果は、税金・年金・医療制度の改定や賃金の算定など、生活に関連する施策を検討する際の資料として、国や地方公共団体などで活用します。

対象として指定された地区の各世帯には、調査員が名簿作成や家計簿などの記入を依頼するために伺います。調査内容は厳重に管理しますので、ご協力をお願いいたします。

問／県統計課(☎301-2661)または市デジタルイノベーション課(☎297-5886)

市協働事業提案制度  
わくわくプロジェクト

市民活動団体と市が協働で事業に取り組む、令和4年度の実施事業が決まりました。

募集

みと町内会・自治会カード協力店

水戸市住みよいまちづくり推進協議会では、「みと町内会・自治会カード」を、町内会・自治会に加入している方に配布しています。このカードを提示すると、協力店でさまざまな特典(割引、ポイント付与など)を受けられます。

同協議会では、次のとおり、協力店を募集しています。また、市では、協力店の情報を市ホームページなどでPRしていきます。詳細は、お問合せください。

申込み／8月31日(水)(当日消印有効)までに、申込書に記入し、直接または郵送、ファックスで、水戸市住みよいまちづくり推進協議会(〒310-8610、☎228-6788)へ ※申込書は、市民生活課、各出張所、各市民センターにあります。



また、市ホームページからも入手できます。右の二次元コードからも申込めます。  
問合せ／水戸市住みよいまちづくり推進協議会(☎228-6781)または市民生活課(☎232-9151)

災害時はラジオなどで情報を発信します  
FMぱるるん(76.2MHz)で割込み放送を行います。  
水戸市公式SNSやメールマガジンなどの各種媒体でも情報を発信します。

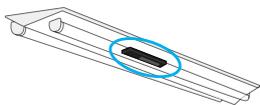
メールマガジンの  
申込みはこちら▶



## PCB廃棄物は期限内に確実な処分を

おおむね45年以上前に製造された古い照明器具の安定器には、人体に有毒でさまざまな障害を引き起こす、PCB(ポリ塩化ビフェニル)を使用しているもの(PCB使用安定器)があります。昭和52年3月以前に建てられた事業用建物などは、特に注意が必要です。

蛍光灯内部についている  
PCB使用安定器



PCB使用安定器の所有者には、法で定められた期限までに処分することが義務付けられています。期限までに処分しないと、法令により罰則などの対象となる場合があります。処分は、専門の許可業者しかできず、時間がかかる場合がありますので、早急な対応が必要です。PCB使用安定器を発見したら、廃棄物対策課へお問合せください。

### ▼PCB使用安定器の処分期限

令和5年3月31日まで

※詳細は、市ホームページをご覧ください。  
問合せ/廃棄物対策課(☎291-6917)



市では、開かれた市政を推進するため、市民や学識経験者

## 審議会などの会議の公開

問/市民生活課(☎332-9151)

| 提案事業名                      | 提案団体         | 担当課         |
|----------------------------|--------------|-------------|
| 市民参画による道路等パブリック空間の有効活用検討事業 | セカンドリーグ茨城    | 泉町周辺地区開発事務所 |
| 介護助手養成 ちいすけ水戸              | ちいきの学校       | 介護保険課       |
| 公園にハートいっぴいの種を蒔こう           | Happyリレーいろいろ | 公園緑地課       |
| 水戸の観光土産品付加価値創出事業           | 常磐大学地域連携センター | 観光課         |
| キッズトレイルランニング大会             | ナムチェバザール     | 農政課         |

「きずなBOX」とは、家庭などにある食べきれない食品を寄

## 食べきれない食品は「きずなBOX」へ

問/総務法制課(☎222-9116)

委員とする審議会などの会議を公開しています。ただし、議題に、個人のプライバシーに関する事項などが含まれる場合は、会議の全部または一部が非公開となります。  
令和3年度の会議開催状況は延べ458回、うち公開は94回、傍聴者数は3人でした。  
会議の日程などは、情報公開センター、各出張所、各市民センター、市ホームページで確認できます。

問/環境保全課(☎332-9154)

道路や公園、個人の住宅の敷地内などに犬のふんが放置されると、市民の皆さんが困ります。マナーを守り、周りの人に迷惑をかけないように犬を飼いましょう。

▼犬のふんは必ず持ち帰りましょう  
犬や猫などのペットを飼う際は、最後まで愛情と責任を持ち、マナーを守って飼いましょ。

## ペットはマナーを守って飼いましょ

問/ごみ減量課(☎332-9114)

付することができると食品受取箱です。市役所や、一部の出張所・市民センターなど、市内42か所に設置されています。  
寄付された食品は、食品を必要とする施設や団体、社会福祉協議会などに届けられます。「きずなBOX」をぜひご利用ください。寄付できるもの/常温保存できるもの、未開封で賞味期限が2か月以上あるもの(缶詰、米、レトルト食品、乾麺など) 寄付できないもの/野菜・果物などの生鮮食品、要冷蔵・冷凍品、酒類など ※詳細は、市ホームページをご覧ください。



問/保健総務課(☎305-6290)

| 場所              | 期日     | 時間                            |
|-----------------|--------|-------------------------------|
| 山新グラステージ水戸(酒門町) | 7/3(日) | 9:30~12:00、<br>13:15~16:00    |
| イオンモール水戸内原      |        | 10:15~12:15、<br>13:30~16:00   |
| 献血ルームMEET(宮町1)  |        | 10:00~17:30<br>(成分献血は17:00まで) |

輸血用の血液が不足しており、輸血が必要な人に血液を届けられなくなるリスクが高まっています。献血への協力をお願いします。献血をした方に、ハイビスカスの鉢植えまたは、絆創膏とティッシュのセットをプレゼントします。

## 愛の血液助け合い運動

問/動物愛護センター(☎350-3800)

▼猫は屋内での飼養に努めましょう  
屋外は、交通事故や感染症など、猫にとって危険がいっぱいです。また、ふん尿やいたずらなどで近隣住人とのトラブルになることもあります。猫を安心して飼いつけるためにも、条例で定める屋内での飼養に努めましょう。

水戸市役所 ☎029-224-1111(代表) <https://www.city.mito.lg.jp>

日…日時 期…期日、期間 時…時間 場…会場、場所 対…対象  
人…定員 料…料金など 申…申込み 問…問合せ …共通事項

### 農薬の使用にはご注意ください

農薬を使用するときは、適用作物、使用量、希釈、使用時期、使用回数などの使用基準を守りましょう。

また、農薬が風で飛び散るのを防ぐため、風向きに注意し散布しましょう。住宅地周辺では、農薬が飛び散らないよう対策し、事前に周辺住民に知らせるようしてください。

問／保健総務課(☎2243・7320)

### 建築物・防火設備の定期報告を

建築基準法では、病院、老人ホーム、事務所など多くの人たちが利用する建築物と、国・市が指定した建築物で防火設備を有する建築物の所有者(管理者)に対し、利用者の安全確保のために、定期的に専門の技術者による点検・診断を受け、結果を市に報告するように義務付けています。

建築物は12月28日(水)まで、防火設備は令和5年5月31日(水)までに、建築指導課へ報告してください。

※平成29年6月1日以降に検査済証の交付を受けた防火設備は、交付を受けた月の末日までに、

報告が必要です。新型コロナウイルス感染症の影響により、期限内の報告が困難な場合は、建築指導課(☎2222・9210)に相談してください。

問／同課

### 募集 甲種(乙種)防火管理新規講習

期／甲種…8月18日(木)・19日(金) 乙種…8月18日(木) 場

茨城県上トラック総合会館見川町) 人／120名(定員になり次第締切り) 料／甲種8000円、乙種7000円 ※いずれもテキスト代など。 申／7月6日(水)～13日(水)に、日本防火・防災協会ホームページ上

ds://www.n-booka.or.jp)から申込み ※ファックスでも申込みめます。受付時間など、詳細は同協会ホームページをご覧ください。か、お問合せください。

問／同協会(☎03・6263・9903)または市火災予防課(☎221・0119)

### 文化・教養・スポーツ

### 目指せ消費量日本一！納豆の日イベント

期／7月9日(土)・10日(日) 場／イオンモール水戸内原1階

メインコートなど) 内容／納豆に関するステージイベント(9日のみ)、納豆が当たるガチャガチャなど ※詳細は、お問合せください。

問／茨城県納豆商工業協同組合(天狗納豆内、☎221・4225)または観光課(☎2232・9189)

### 募集 小中学生英語スピーチ大会

日／7月23日(土)、午後2時～4時 場／市国際交流センター(備前町) 対／小・中学生 人

10名(定員になり次第締切り) 料／無料 申込期限／7月1日(金) ※申込方法など、詳細は、茨城県世界青少年コミュニケーションクラブ谷萩方(☎090・6515・1408、www.ccc@yahoo.co.jp)にお問合せください。

問／同谷萩方または市生涯学習課(☎306・8692)

### 募集 市芸術祭映像祭作品

8月7日(日)の午後1時から西部図書館で開催する映像祭の作品を募集します。

題材／自由 規定・メディア／DVDまたはBlu-rayで、15分以内の作品 ※2作品まで。右記以外のメディアを使用する場合

は、各自、再生機器を持参。 申・問／7月8日(金)(必着)までに、申込書に記入のうえ、作品を添えて、直接または郵送で、水戸市文化交流課(〒310-8610、☎291・3846)へ

※申込書は、同課または各市民センターにあります。詳細は、市ホームページをご覧ください。お問合せください。

### 募集 森を育てる下草刈り体験

日／7月9日(土)、午前9時～11時30分 ※雨天順延。 場／

森林公園森の交流センター集合 人／30名(定員になり次第締切り) 料／無料 持ち物／作業ができる服装、飲み物、雨具、帽子、タオルなど

※テイクアウトの昼食、参加賞あり。

申・問／6月25日(土)から受付 けますので、電話で、森林公園森の交流センター(☎252・7500)へ

### 募集 小学生硬式野球選手

野球をとおして、体力はもちろん、礼儀や思いやりの心なども育みます。

場／平須町 対／小学生 申／随時受付していますので、電話で、水戸リトルリーグ庄司方(☎



## 学校のプールを開放します

問合せ／スポーツ振興協会(☎243-0111)  
または市スポーツ課(☎306-8136)

気軽に水に親しめるように、夏休み期間中は、市内の小学校などのプールを開放します。子どもから大人まで、どなたでも楽しめます。

開放期間／7月21日(木)～8月25日(木) 時間／午前9時～正午、午後1時～4時 実施場所／下表のとおり 料金／無料

| 実施場所     | 期日   |
|----------|--|
| 緑岡小学校    | 火・木・土曜日<br>※緑岡小学校は8月20日(土)を除く。8月21日(日)は実施。 |
| 稲荷第一小学校  |  |
| 内原小学校    |  |
| 新荘小学校    |  |
| 赤塚小学校    |  |
| 城東小学校    |  |
| 国田義務教育学校 | 水・金・日曜日                                    |

## ▼遊泳者の監視や受付などを行う係員を募集します



期間／7月21日(木)～8月25日(木)のうち15日間(土・日曜日、祝日を含む) 時間／午前8時30分～午後5時 募集人数／30名程度(定員になり次第締切り) 対象／高校生以上で、体力に自信があり泳げる方 賃金／日給7,280円 ※別途交通費支給。 申込み／6月26日(日)までに、申込書に記入し、直接、スポーツ振興協会(見川町)へ ※申込時に面接を行います。申込書は、同協会ホームページ(<https://maas.or.jp>)から入手できます。詳細は、お問合せください。

期間／7月21日(木)～8月25日(木)のうち15日間(土・日曜日、祝日を含む) 時間／午前8時30分～午後5時 募集人数／30名程度(定員になり次第締切り) 対象／高校生以上で、体力に自信があり泳げる方 賃金／日給7,280円 ※別途交通費支給。 申込み／6月26日(日)までに、申込書に記入し、直接、スポーツ振興協会(見川町)へ ※申込時に面接を行います。申込書は、同協会ホームページ(<https://maas.or.jp>)から入手できます。詳細は、お問合せください。

対／18歳以上の方(高校生を除く) 料／4,000円(傷害保険料含む) 申／各受付日時に、参加料を添えて、各会場へ ※配布時間内に定員になり次第締切り。定員に満たない場合は、教室初日まで随時受け付けます。 問／スポーツ振興協会(☎243-0111)

| 場所               | 期間                    | 時間          | 定員  | 受付日時                            |
|------------------|-----------------------|-------------|-----|---------------------------------|
| 下入野健康増進センター屋内プール | 9月2日～12月2日の金曜日(全10回)  | 20:00～21:00 | 20名 | 8月5日(金)の18:15から整理券配布、18:30から受付  |
| 小吹運動公園屋内プール      | 9月29日～12月8日の木曜日(全10回) | 13:00～14:00 | 30名 | 7月14日(木)の14:15から整理券配布、14:30から受付 |

## 募集 アクアビクス教室

日(計4回) 場／市総合運動公園軟式球場、ノーブルホームスタジアム水戸 対／高校生以上で、県央域に居住する方または水戸市内に通勤・通学する方で構成するチーム 料／1チーム1万5,000円 申／7月1日(金)～29日(金)に、スポーツ振興協会ホームページ(<https://maas.or.jp>)から申込み 問／同協会(☎243-0111)

ターゲット・バードゴルフは、羽根のついたボールをかごに入れるまでの打数を競うスポーツです。 期／7月10日～24日の日曜日 時／午前9時～11時 ※雨天中止。 場／柳河市民運動場 対／市内に居住または通勤する方 人／各10名(定員になり次第締切り) 料／無料 持ち物／ゴルフ

## 募集 ターゲット・バードゴルフ体験教室

090-3208-9804) ※会費など、詳細は、水戸リトルリーグホームページ(<https://littleleague.cloudline.com>)をご覧ください。お問合せください。 問／同団体庄司方または市スポーツ課(☎306-8136)

35時間かけて、リレー形式で試合を行い、合計点を競います。 日／8月20日(土)の午前6時～21日(日)の午後5時 場／ノーブルホームスタジアム水戸 対／小学生以上の市内の野球チーム 募集チーム数／38チーム

## 募集 水戸黄門まつり 市民野球リレー大会

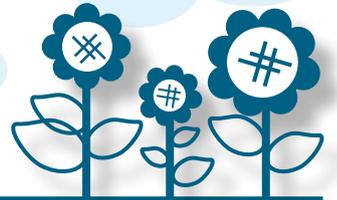
クラブのピッチングウェッジ、練習用マット ※持っていない方はお問合せください。 申／各開催日の前日までに、電話またはファックスに、教室名、住所、氏名、電話番号を記入し、水戸市ターゲット・バードゴルフ協会事務局山田方(☎247-4887)へ 問／同協会山田方または市スポーツ課(☎306-8136)

募集 市軟式野球大会 県央地域から集まったチームで行う軟式野球大会に参加してみませんか。 期／8月28日～9月18日の日曜日

## 募集 市軟式野球大会

※できるだけ対戦相手を決めて申込んでください。 料(1チーム) 小学生、高校生5,000円 申／6月21日(火)～7月18日(月)の午前9時～午後9時(月曜日は午後5時まで)に、直接、総合運動公園体育館へ ※申込書は、スポーツ振興協会ホームページ(<https://maas.or.jp>)から入手できます。 ※一般のチームは、どの時間帯でも出場できるようにしてください。 問／同協会(☎243-4562)

# 夏休みのイベント



## 夏だよ！みと世界ひろば

問合せ▶市国際交流協会  
(☎221-1800)

### ①ちょっとだけワールドツアー

外国人をゲストに迎え、各国の文化体験ブースを巡ります。

日時▶7月24日(日)、14:00~16:00 対象▶小学生~中学生 ※小学生は、保護者の同伴が必要です。 定員▶30名(定員になり次第締切り)

### ②小さいけれど小さくない “マイワールド”を作ろう！

ピクニックの始まりを学び、オリジナルのピクニックシートを作ります。

日時▶7月30日(土)、14:00~16:00 対象▶小学生とその保護者 定員▶30名(定員になり次第締切り)

### ③世界のおはなしを楽しもう

日本語で、世界各国の絵本の読み聞かせを行います。

日時▶8月6日(土)、14:00~14:45 定員▶15名(定員になり次第締切り)

### ④夏休みワークショップ

#### ~みんなで考える世界の仕組み~

「貿易ゲーム」をしながら、世界のさまざまな問題について議論します。

日時▶8月20日(土)、14:00~16:00 対象▶中学生~高校生 定員▶30名(定員になり次第締切り)

### ⑤名曲で旅するペルー

外交関係樹立150年を迎えるペルーをアナログレコード時代の名曲で巡ります。

日時▶8月28日(日)、14:00~16:00 定員▶40名(定員になり次第締切り)

場所▶市国際交流センター(備前町)

料金▶無料 申込み▶6月23日(木)の9:00から受付けますので、直接または電話、ファックス、Eメールに、イベント名、参加者全員の氏名、電話番号、④は学校名、①~④は学年(年齢)を明記し、同センター(☎221-5793、✉mcia@mito.ne.jp)へ

## 夏の昆虫観察会

問合せ▶市立博物館(☎226-6521)

日時▶7月23日(土)、9:00~11:30 場所▶逆川緑地 定員▶20名(定員になり次第締切り) 料金▶無料 申込み▶7月1日(金)の9:00から受付けますので、電話で、市立博物館へ

## 水戸郷土かるためぐり

問合せ▶歴史文化財課  
(☎306-8132)

期日▶7月27日(水)、8月3日(水) 時間▶9:00~16:00 場所▶偕楽園、常磐神社、水戸城跡など 対象▶市内の小学生とその保護者 定員▶各20名(定員を超えた場合は抽選) 料金▶一人400円(入場料、保険料を含む) 申込み▶7月13日(水)までにいばらき電子申請・届出サービスから申込み ※抽選結果は、7月19日(火)までに、申込者全員に通知します。



## 埋蔵文化財センター 夏休み体験教室

問合せ▶埋蔵文化財センター  
(☎269-5090)

### ①かやぶき体験教室

日時▶7月30日(土)、9:00~12:00 場所▶大串貝塚ふれあい公園 定員▶6組24名(定員になり次第締切り) 申込期間▶7月1日(金)~15日(金)

### ②勾玉(まがたま)をつくろう

期日▶第1回...7月31日(日) 第2回...8月21日(日) 時間▶9:00~10:00、14:00~15:00 場所▶埋蔵文化財センター 定員▶各回30名(定員を超えた場合は抽選) 申込期間▶第1回...7月1日(金)~15日(金) 第2回...7月22日(金)~8月5日(金) ※抽選結果は、当選者にのみ、電話でお知らせします。

### ③ダイダラボウの大昔たいけん隊

海水を煮詰めて塩を作ります。また、粘土をこねて土器を作ります。  
日時▶8月20日(土)、9:00~12:00 場所▶大串貝塚ふれあい公園 定員▶10組40名(定員になり次第締切り) 申込期間▶7月22日(金)~8月5日(金)

料金▶無料 申込み▶各申込期間に、いばらき電子申請・届出サービスから申込み ※②は、はがきでも申込みます。申込方法など、詳細は、お問合せください。



①



②の  
第2回



②の  
第1回



③

## 夏休みのスポーツ教室

問合せ▶スポーツ振興協会  
(☎243-0111)

### 野球教室

元プロ野球選手から、野球の基本技術を学びます。

日時▶8月3日(水)、8:30~11:30 場所▶ノーブルホームスタジアム水戸 対象▶中学生 定員▶100名(定員になり次第締切り) 料金▶500円(保険料含む、当日支払い) 申込み▶7月4日(月)の9:30から受付けますので、申込書に記入し、Eメールで、スポーツ振興協会(✉maas.kenkosido@theia.ocn.ne.jp)へ ※申込書は、同協会ホームページ(<https://maas.or.jp>)から入手できます。詳細は、お問合せください。



### ジュニア体操教室A・B

跳び箱、鉄棒、マット運動などを行います。

期間▶8月8日(月)~10日(水)・12日(金)(全4回) 時間▶A...10:00~11:30 B...14:00~15:30 場所▶リリーアリーナMITO 対象▶小学1・2年生 定員▶各40名 料金▶2,000円(保険料含む) 申込み▶7月4日(月)の9:30から整理券配布、9:45から受付けますので、参加料を添えて、直接、リリーアリーナMITOへ ※整理券は、A・B教室いずれか一枚のみ。

### チャレンジスポーツ教室

4日間で、4つの競技を体験します。  
期間▶8月16日(火)~19日(金)(全4回) 対象・時間▶①小学1・2年生...10:00~11:30 ②小学3・4年生...14:00~15:30 場所▶ケーズデンキスタジアム水戸ほか 内容▶①陸上、サッカー、野球、タグラグビー ②陸上、バスケットボール、ソフトテニス、タグラグビー 定員▶各30名 料金▶2,000円(保険料含む) 申込み▶7月4日(月)の11:00から整理券配布、11:15から受付けますので、参加料を添えて、直接、リリーアリーナMITOへ

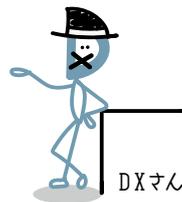
※整理券を配布する教室は、先着順ではありませんので、整理券配布時間内にお越しください。配布時間内に定員を超えた場合、抽選を行います。定員に満たない場合は、教室初日間で随時受付けます。



# DX、はじめます。

問合せ/デジタルイノベーション課  
(☎297-5885)

DX(デジタルトランスフォーメーション)とは、デジタル技術を浸透させることで、生活をより良いものへと変革することです。デジタル技術は飛躍的に進歩しており、今後、より一層私たちの生活に大きく関わってくるでしょう。とはいえ、「なんだか難しそう」と、つい避けてしまう方もいるのではないのでしょうか。この連載では、「デジタル」を少しでも身近に感じてもらえるようなエピソードを紹介します。「デジタル」がつくる、わくわくするような未来を、一緒に見ていきましょう!



## 第1回 デジタルの語源

「デジタル」=新しいもの、「アナログ」=古いもの、というイメージを抱きがちですが、それは本来の意味ではありません。語源をたどると、「デジタル」は、ラテン語で「指」を意味する「digit(ディジット)」が元になっています。指折り数えるとき、「1、2、3…」と整数で区切るように、本来「デジタル」は、「段階的に区切る」ことを表します。対して、「アナログ」は「連続している」ことを表します。階段と坂道の違いをイメージするとわかりやすいかもしれません。

私たちが普段使う、パソコンやスマートフォンなどの電子機器は、この「デジタル」の考え方を使って動いています。それにしても、最先端の技術をイメージさせる「デジタル」という言葉の語源が、実は「指」だったなんて、少し親しみませんか?

今回は、最近ニュースなどでよく耳にするようになったDX(デジタルトランスフォーメーション)がどのようなものなのか、詳しく紹介します。



「デジタル」は、指が語源!

デジタル→階段

アナログ→坂道



段階的に区切る



連続している



水戸市植物公園  
Mito botanical park

<https://www.mito-botanical-park.com> ☎243-9311  
住所/小吹町504 開園時間/9:00~17:00(入園は16:00まで)  
休園/月曜日(祝日・振替休日のときは翌日) ※入園料がかかります。



## 季節の園内情報

ウツボカズラやムシトリスミレなど、食虫植物の展示が、観賞大温室で始まります。



### 展示・催事など 植物館

展示最終日の公開時間は、各展示により異なります。

### 草木染織展

草木で染めた糸を使った織物など約30点を展示。  
期間/7月1日(金)~13日(水)

### ワークショップなど

申込開始日の8:30から電話で受付(定員になり次第締切り) ※当日受付は除く。

### 植物公園ツアー

日時/7月23日(土)、10:30から ※40分程度。 受付場所/料金所前 定員/20名 料金/無料 申込み/当日受付



### ハーブレッスン

期日/8月4日(木) 時間/13:30~14:30、14:45~15:45 定員/各30名 料金/1,000円 内容/ハーバリウム&ポプリまたは美容水作り 申込開始日/7月8日(金)



### ペットボトルのハリネズミ教室

ペットボトルの鉢に麻ひもを巻き、多肉植物を植えて、ハリネズミを作ります。

日時/8月13日(土)、13:30~14:30 定員/15名 料金/800円 申込開始日/7月16日(土)



掲載している情報は6月6日時点のものです。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止・延期などを行う場合があります。

問合せ/FC水戸ホーリーホック(☎0296-88-3900)、茨城ロボッツ・スポーツエンターテインメント(☎050-1745-6802)、市スポーツ課(☎306-8136)  
チケットは、インターネットやコンビニエンスストアなどで購入できます



## プロサッカークラブ 水戸ホーリーホック



順位…J2リーグ22チーム中 **14位**(7勝4分9敗)

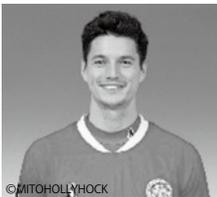
### 7月10日はホームタウン「水戸市の日」

2022シーズンも折り返し。7月10日のツエーゲン金沢戦は、ホームタウン「水戸市の日」。市内に在住、在学、在勤の方は観戦チケットを特別優待価格で購入できます。上位進出に向けて、後半戦も熱い応援をお願いします！

#### ▼ホームゲーム日程

会場/ケーズデンキスタジアム水戸

| 日時            | 対戦相手      |
|---------------|-----------|
| 6/25(土)、18:00 | ファジアーノ岡山  |
| 7/ 2(土)、18:00 | 横浜FC      |
| 7/10(日)、18:00 | ツエーゲン金沢   |
| 7/23(土)、18:00 | 大分トリニータ   |
| 7/30(土)、18:00 | 大宮アルディージャ |



#### ▼選手紹介 **山口 瑠伊 選手(24歳)**

背番号28/GK/188cm/78kg  
U-17～U-22の日本代表にも選出された逸材。抜群の身体能力と、フランスやスペインのリーグで培った経験を活かし、水戸のゴールを守ります。



## プロバスケットボールクラブ 茨城ロボッツ



順位…B1東地区11チーム中 **10位**(16勝38敗)

### たくさんの応援ありがとうございました！

B1リーグ2021-2022シーズンが終了しました。昇格後初シーズンは、新型コロナウイルスの影響による試合の中止や、選手の負傷もあり、必ずしも万全な体制ではありませんでした。そのような状況でも選手たちは、苦境を乗り越え、シーズンスローガンである「BUILD UP (Together)」にふさわしいチームに成長し、多くのブースターを楽しませてくれました。



◀今シーズンで現役引退を発表した**遥 天翼**選手。7月に就任する茨城ロボッツのユースチームでの、コーチとしての活躍にも期待です！

#### 茨城ロボッツ公式ファンクラブ「クラブロボッツ」 来シーズンの会員を募集開始！

会員限定のイベントやプレゼントなどの特典もあります。料金や申込方法など、詳細は、茨城ロボッツ公式ホームページをご覧ください。



掲載している情報は、6月6日時点のものです。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、変更となる場合があります。

## 応急処置 こんなときどうする？

### ケース1

人が倒れていて、意識と呼吸がない

日常生活での突然のケガや、急病の方に対する、「応急処置」などを紹介します。

問合せ/救急課(☎221-0126)

### 1 周りの安全を確認し、意識と呼吸の有無を確認



▶倒れている人がいたら、安全な場所で肩などをたたき、意識を確認する ※胸の動きを見て、呼吸がない場合、AEDを用いた処置を行う。

### 2 119番に通報し、AEDを持ってくる



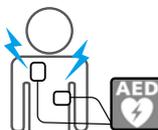
▶119番に通報して、救急車を呼ぶ  
▶周りの人と協力して、コンビニエンスストアなどからAEDを持ってくる。同時に、③を行う

### 3 心臓マッサージ(胸骨圧迫)を行う



▶胸が5cm程度沈む強さで、1分間に100～120回のテンポで胸の真ん中を押す ※童謡「うさぎとかめ」(もしもしかめよかめさんよ…)程度のテンポ。

### 4 AEDを使用して電気ショックを与える



▶AEDが手配されたら、AEDの音声案内にしたがって倒れている人に電気ショックを与える  
▶救急車が来るまで③と④を繰り返す ※意識が戻った場合でもAEDを外さない。

### AEDとは？

AED(自動体外式除細動器)とは、心臓がけいれんし、ポンプ機能を失った状態(心室細動)に対して、電気ショックを与え、正常なリズムに戻すための医療機器です。

### 7月1日は「AEDの日」

平成16年7月1日に医療従事者でない市民にもAEDの使用が認められたことから、7月1日は「AEDの日」となりました。

### AEDの使用方法

AEDの使い方について、市ホームページで、動画を紹介しています。

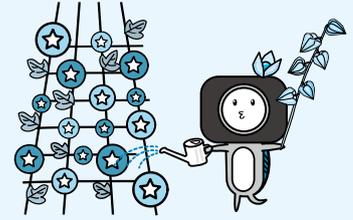


### AEDの設置場所について

市では、市の施設や、市内すべてのコンビニエンスストアにAEDを設置しています。



# 7月 CALENDER イベントカレンダー



◎印は有料です ☆印は事前の申込みが必要です

| 日                                    | 曜 | 内容   |
|--------------------------------------|---|--|
| 前月からの催し<br>水戸のあじさいまつり(3日まで) 保和苑と周辺史跡 |   |  |
| 1                                    | 金 | 草木染織展(13時、13日まで) (植物)  |
| 2                                    | 土 | ◎☆水戸ホーリーホック VS 横浜FC(18:00から) ケーズデンキスタジアム水戸 (スポ)  |
| 3                                    | 日 |  |
| 4                                    | 月 |  |
| 5                                    | 火 |  |
| 6                                    | 水 |  |
| 7                                    | 木 |  |
| 8                                    | 金 |  |
| 9                                    | 土 | 朝市(9:00~12:00) 公設地方卸売市場 (市場)<br>☆森を育てる 下草刈り体験(10時) (森林)<br>茨城放送「マイタウン水戸」(9:40~9:55) (魅力)<br>◎☆[演奏会]湯浅譲二の肖像(16:00から) 水戸芸術館 (芸術)                                       |
| 10                                   | 日 | ☆パイプオルガン・プロムナード・コンサート(11:00~11:45、30日は11:00~11:30、12:30~13:00) 水戸芸術館 (芸術)<br>◎☆水戸ホーリーホック VS ツエーゲン金沢(18:00から) ケーズデンキスタジアム水戸 (スポ)<br>◎☆[落語]柳家花緑独演会(14:00から) 水戸芸術館 (芸術) |
| 11                                   | 月 |  |
| 12                                   | 火 |  |
| 13                                   | 水 |  |
| 14                                   | 木 |  |
| 15                                   | 金 |  |
| 16                                   | 土 |  |

| 日  | 曜 | 内容   |
|----|---|--|
| 17 | 日 |  |
| 18 | 月 | 海の日  |
| 19 | 火 |  |
| 20 | 水 |  |
| 21 | 木 | 茨城放送「消費生活について」(17:15から) (消費)   |
| 22 | 金 |  |
| 23 | 土 | びんころ地蔵さんご縁日(8:30~11:30) 桂岸寺 (観光)<br>☆夏の昆虫観察会(12時) (博物)<br>◎企画展「立花文穂展 印象 IT'S ONLY A PAPER MOON」(10:00~18:00、10月10日まで) 水戸芸術館 (芸術)<br>植物公園ツアー(13時) (植物)<br>☆小中学生英語スピーチ大会(10時) (生涯)<br>◎☆水戸ホーリーホック VS 大分トリニータ(18:00から) ケーズデンキスタジアム水戸 (スポ) |
| 24 | 日 | ☆ちょっとだけワールドツアー(12時) (国際)   |
| 25 | 月 |  |
| 26 | 火 |  |
| 27 | 水 | ◎☆水戸郷土かるためぐり(12時、8月3日も) (歴史)   |
| 28 | 木 | ◎☆ちょっとお昼にクラシック 濱田芳通(リコーダー)(13:30から) 水戸芸術館 (芸術)   |
| 29 | 金 |  |
| 30 | 土 | ☆かやぶき体験教室(12時) (理文)<br>☆小さいけれど小さくない「マイワールド」を作ろう!(12時) (国際)<br>◎☆水戸ホーリーホック VS 大宮アルディージャ(18:00から) ケーズデンキスタジアム水戸 (スポ)   |
| 31 | 日 | ☆勾玉(まがたま)をつくろう(12時) (理文)   |

## 問合せ

◎魅力◎ みの魅力発信課…232-9107 (スポ) スポーツ課…306-8136  
◎消費◎ 消費生活センター…226-4194 ◎観光◎ 観光課…232-9189  
◎芸術◎ 水戸芸術館…227-8111 ◎森林◎ 森林公園…252-7500  
◎国際◎ 国際交流協会…221-1800

(市場) 公設卸売市場…226-2331 (歴史) 歴史文化財課…306-8132  
(植物) 植物公園…243-9311 (博物) 市立博物館…226-6521  
(生涯) 生涯学習課…306-8692 (理文) 埋蔵文化財センター…269-5090

## 各種相談窓口

### 消費生活相談(7月)

消費者トラブルなどの相談に、専門家が無料で応じます。

日時/司法書士…6日(水)、午後1時30分~3時30分  
建築士…7日(木)、午後1時~3時 弁護士…13日(水)・27日(水)、午後1時~3時 精神保健福祉士(消費者トラブル心の相談)…26日(火)、午前10時~午後3時

場所/市消費生活センター(市役所2階)

申込・問合せ/事前に、電話で、同センター(☎226-4194)へ

### 中小企業のための法律相談

債権回収、労使問題、各種社内規定の作成など中小企業の法律相談に弁護士が応じます。

日時/7月20日(水)、午後1時~4時

場所/茨城県弁護士会館水戸相談センター(大町2)

料金/無料

申込み/7月1日(金)の午前10時から受付しますので、電話で、同センター(☎227-1133)へ

問合せ/茨城県弁護士会(☎221-3501)または市民相談室(☎232-9109)

### 障害者虐待防止の相談窓口

障害者の虐待に関する通報や届出、相談などに応じます。

日時/月~金曜日、午前8時30分~午後5時15分

場所/障害者虐待防止センター(市障害福祉課内)

料金/無料

申込・問合せ/事前に、電話で、同センター(☎224-1120)へ

# 水戸市保健所からの お知らせです

〒310-0852 笠原町993-13

- 保健総務課(☎305-6290)
- 保健予防課(☎243-7315)
- 地域保健課(☎243-7311)
- 保健衛生課(☎243-7328)

〒311-4153 河和田町999

- 動物愛護センター(☎350-3800)
- 〒311-1125 大場町472-1
- 常澄保健センター(☎269-5285)
- 〒319-0315 内原町1384-2
- 内原保健センター(☎259-6411)

日…日時 期…期日・期間 時…時間 場…会場・場所 対…対象 人…定員 料…料金など 申…申込み 問…問合せ …共通事項

## 健(検)診無料対象者

問合せ/地域保健課

対象の方には、無料クーポン券または無料のお知らせを6月上旬に郵送しました。

受診の際は「水戸市がん検診等受診券」と、「無料クーポン券」または「無料のお知らせ」の両方を提示してください。

また、肝炎ウイルス検診は受診券のみを提示してください。

| 健(検)診名           | 対象者   |
|------------------|---|
| 子宮頸がん            | 令和4年度に21歳となる女性                                      |
| 乳がん<br>(マンモグラフィ) | 令和4年度に41歳となる女性                                      |
| 大腸がん・肺がん         | 令和4年度に41歳となる方                                       |
| 胃がん              | 令和4年度に51歳となる方                                       |
| 肝炎ウイルス           | 令和4年度に41歳、46歳、51歳、56歳、61歳となる方のうち、肝炎ウイルス検診を受けたことがない方 |
| 特定健康診査           | 水戸市国民健康保険加入者のうち、令和4年度に40歳となる方                       |

## 乳がん検診

問合せ/地域保健課

| 検診内容                | 対象者  |
|---------------------|--|
| ▼どちらか一方を受診          |  |
| 超音波検査               | 令和4年度に30歳～66歳となる女性                           |
| マンモグラフィ<br>(乳房X線検査) | 令和4年度に41歳以上となる奇数年齢の女性 ※偶数年齢で、令和3年度未受診の方は受診可。 |

## 集団検診の予約(完全予約制)

### ・インターネット(24時間受付)

インターネット予約の詳細は、市ホームページまたは右の二次元コードからご覧ください



### ・コールセンター(日曜日を除く、午前9時～午後5時)

☎0570-077-150

※受診券で受付期間などを確認し、申し込んでください。

医療機関健診を希望する方は、電話で、実施医療機関へ申し込んでください。実施医療機関など、詳細は、市ホームページをご覧ください。

## 成人歯科健康診査

むし歯や歯周病を予防し、よくかめる歯と口腔を保つために、歯や歯肉の状態を確認できる健診を受けましょう。

対象の方には、通知はがきを6月上旬に郵送しました。

期/6月15日(水)～令和5年2月28日(火)  
対/令和4年度に40歳、50歳、60歳、70歳となる方 個人負担金/500円 申/電話で、実施医療機関へ  
問/地域保健課

## 食中毒に注意しましょう

高温・多湿の季節を迎え、心配なのが「食中毒」です。

食中毒予防の三原則「つけない・増やさない・やっつける」を心がけましょう。

- ①細菌をつけない↓清潔・洗浄(調理の前や肉・魚を扱った後は手を洗う、調理器具もこまめに洗い、清潔を保つ)
- ②細菌を増やさない↓低温で保存(冷蔵の温度は10℃以下)  
※10℃～65℃は「危険温度帯」。この温度帯で食品を放置するのはやめましょう。
- ③細菌をやっつける↓加熱処理(食材の中心部を75℃で1分以上加熱)

問/保健衛生課

## 蚊の発生を防止しましょう

蚊はアング熱やジカウイルス感染症(ジカ熱)などの感染症を媒介することがあります。

蚊が媒介する感染症のまん延を防ぐには、水のたまる場所をなくし、水中にいる幼虫(ボウフラ)の発生を防ぐことが有効です。

空きビン・空き缶、植木鉢の受皿、古タイヤなど、雨水がたまりやすいものは片付けて、日ごろから蚊の発生防止に努めましょう。

問/保健衛生課

## 保護犬・保護猫の里親を募集しています

市動物愛護センターでは、保護・収容した犬猫の里親を募集しています。

里親になるためには一定の条件があります。里親の条件や譲渡の対象となる犬猫の情報など、詳細は、市ホームページをご覧ください。

問/動物愛護センター

## 薬物の乱用は「ダメ。ゼッタイ。」

若者を中心に、大麻による検挙者が急増しています。「大麻は他の薬物より安全、害がない」「大麻は依存にならない、いつでもやめられる」といった誤った情報が出回り、大麻への警戒心を薄れさせています。

大麻の有害性や依存性など、正しい情報を知り、自分の身を守りましょう。

詳細は、政府広報オンラインホームページ(<https://www.gov-online.go.jp>)をご覧ください。

問/保健総務課



掲載している情報は6月6日時点のものです。新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、中止・延期などを行う場合があります。

令和4年6月15日号  
第1528号

【発行】水戸市 029-224-1111(代表)  
〒310-8610 水戸市中央1-4-1  
ホームページ/ <https://www.city.mito.jp>

【編集】みとの魅力発信課 029-224-9107  
029-224-5188 [kouhou@city.mito.jp](mailto:kouhou@city.mito.jp)