

Mito

広報みと

令和4(2022)年

9.1

No.1533

特集号



おいしい給食と
笑顔のために

「いただきます」そこには、笑顔がありました —

給食の時間の吉田小学校。2ページからの特集では、学校給食の現状や取組、関わる方たちの想い^{おも}を紹介しします。



笑顔のために

吉田小学校の給食の時間を取材すると、子どもたちは、口いっぱい頬張る姿を見せてくれました。学校給食の現状や取組と、この笑顔を支える生産者・調理員・栄養教諭の皆さんの想いを紹介します。

問合せ

学校給食
共同調理場
(☎251-3561)

生きた教材

学校給食は、成長期の子どもたちに必要な栄養をバランスよく含んだ食事を提供するとともに、食に関する教材としても重要な役割を担っています。地域の伝統的な食文化や、食に関わる人々への感謝、食料の生産・消費などを学ぶことができる、「生きた教材」です。学校給食は、子どもたちが将来、健康的な食生活を営むための道しるべとなるのです。

学校給食の現状

学校給食には食材料費のほか、光熱水費、人件費など、さまざまな費用がかかります。保護者の皆さんに負担していただく学校給食費は、一食あたり、小学校240円・中学校250円で、すべて学校給食の食材料費(年間約10億円)に充てられています。学校給食費は、平成17年度から変わっていません。しかし、近年、物価の高騰が続く、学校給食を取り巻く状況は厳しいものとなっています。市では、保護者の皆さんの負担を増やすことなく「学校給食摂取基準」(3ページ)を満たした、おいしい学校給食を提供できるように、下記のような支援事業を行っています。

令和4年度 学校給食費に対する市の支援事業と予算

学校給食における地場農産物の活用促進事業 地産地消と食育を推進するため、学校給食の食材料費の一部を市が負担するもの	6,000万円 (当初予算)
子育て応援学校給食支援事業 子育て家庭を支援するため、食材料費の一部を市が負担するもの	5,000万円 (当初予算・新規)
物価高騰に伴う学校給食支援事業 急激な物価高騰の中でも安定的に給食を提供するため、食材料費の一部を市が負担するもの	1億円 (6月補正予算)

これらの支援事業により、献立に使える食材の選択肢が増え、学校給食摂取基準を満たす献立を作りやすくなりました。また、栄養価やおいしさにこだわった、バリエーション豊かな献立を提供できるようになりました。

【変化した献立の例】

- ぼんかんなどの果物や、ゼリーなどのデザートでの提供が増えた
- 充実した副菜の提供ができるようになった など

バリエーション豊かな献立



ごはん、牛乳、つくば鶏の甘辛焼き、いらともやしの和え物、がんとどきとこんにゃくの煮物



みとちゃん米パン、牛乳、ラザニア、イタリアンサラダ、ベジタブルスープ、お祝いいちごゼリー



ミニコッペパン、牛乳、スパゲッティミートソース、海藻サラダ、ぼんかん



カレーうどん(ソフトめん)、牛乳、大学いも、昆布和え



おいしい給食と

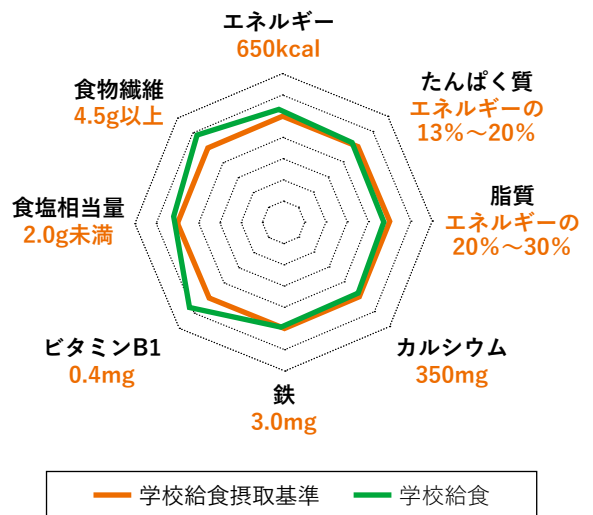
お昼のチャイムが鳴ると、浮き立つ子どもたち。待ちに待った給食の時間です。今も昔も、学校生活の中で、給食の時間が一番好きだった、という方は多いのではないのでしょうか。

学校給食摂取基準

子どもたちの健康のために**望ましい栄養量**として、国が学校給食摂取基準を定めています。右図の数値は、主な栄養素について、小学校中学年の学校給食摂取基準(1食あたり)を表しています。チャートは、学校給食摂取基準と水戸市の学校給食(1か月平均)を比較しています。

学校給食の献立は、**季節の食材**を使ったり、**郷土料理**や**行事食**などを取り入れたり、さまざまな工夫を凝らしながら作られています。普段の食事では摂取しにくい**豆類**、**海藻類**などを積極的に使用し、どの献立も、子どもたちに必要な栄養をバランス良く摂取できるように計算されています。

下で、ある日の献立について、使われている食材と主な栄養素を紹介します。



7月13日(水)の献立 ~「MITOごはん」の日~

梅昆布あえ

水戸の特産、梅を細かくしたチップと野菜や塩昆布をあえています。

みとちゃん餃子

水戸市産豚肉、キャベツ、ニラ、ねぎのほか、餃子の皮の一部にも、水戸市産の米粉を使用しています。豚肉は、疲労回復や夏バテ予防に効果のある**ビタミンB1**を多く含みます。

ごはん

水戸市産の「コシヒカリ」を100%使用。栄養価を充足するために、**ビタミンB1・B2**を多く含む「強化米」が含まれています。



牛乳

茨城県産の生乳を100%使用。牛乳1本で、学校給食摂取基準の3分の2に相当する**約230mgのカルシウム**を摂取できます。

春雨スープ

春雨、季節の野菜、鶏肉のほか、**鉄分を多く含む**小松菜やきくらげを使用した、中華風味のスープです。

「MITOごはん」の日には、水戸市産の食材を使用した献立を提供しています。「MITOごはん」は毎月2回以上あり、納豆や「水戸の柔甘ねぎ」などが登場します。

学校給食では、1日の野菜の摂取目標量(350g以上)の約3分の1から2分の1の野菜を摂取できます。

自信を持って「おいしいよ」って伝えたい



水戸の柔甘ねぎ 生産者
吉田 朋広さん

子どもたちに安心して食べてもらえるように、肥料や栽培環境にこだわって作っています。「水戸の柔甘ねぎ^{やわらか}」は、名前のとおり柔らかく、辛みが少ないのが特徴です。驚く方もいるかもしれませんが、生で丸かじりをする方もいます。

我が家にも小学生の子どもがいるので、給食について話をすることがあります。自分が作った野菜を給食で食べてもらえるのがうれしいです。自信を持って「おいしいよ」って言える野菜。苦手な子もいるかもしれないけれど、一生懸命作っているので、ぜひ食べてほしいです。

水戸の柔甘ねぎを使用したシチュー ▶



子どもたちの笑顔のおかげで頑張れる



吉田小学校 調理員
萩原 ふみ子さん

給食を作るうえで一番気を付けているのは、「安全に提供する」ということです。異物が混入しないように常に意識しています。給食室内には、さまざまな規則があり、手の洗い方や給食室内を動く際の動線も決められています。身に着けるエプロンの色も、作業工程によって変えなければなりません。

また、釜を混ぜる作業は全身を使います。大変な事も多いのですが、子どもたちが、給食室の前を通ったときに、「おいしかったよ」「完食できたよ！」と元気な声を聞かせてくれるのがうれしくて、また頑張ろうって思えるんです。

調理員の皆さん ▶



エプロンの区分
調理 配食 配膳

食べることは、生きること



吉田小学校 栄養教諭
伊藤 結花さん

勉強、運動…何を頑張るにも、健康が一番大事。バランスよく食べることで、身体がつくられて、精神面の安定にもつながります。だから、おいしくて、栄養価を満たせる献立を作りたいんです。食べたいものだけを食べていても、味覚は育ちません。食べられるものが多ければ、食べる楽しみも多く、人生が豊かになることは確実。今のうちに、いろいろな食材に触れる機会を作ってあげたいです。

最近、子どもたちが休日に家で食べたメニューを分析して、足りない栄養素や、追加すると良い食材を考える授業を行いました。これは、子どもたちが大人になって自分で食材を選ぶときにも役立つ、大切な知識です。食べることは、生きることと直結する、生涯をとおして大切な営み。子どもたちが健康的な生活を送れるように食の面から支えたいです。 授業の様子 ▶



学校給食のレシピ、 教えます！

学校給食に登場する人気のメニューを作ってみませんか？
学校給食ならではの食材も使って、栄養たっぷりの食事を、
ご家庭でもお楽しみください。



ポークビーンズ

材料(4人分)と作り方

- ① ジャガイモ(中)2個は角切り、にんじん1/2本はいちょう切り、たまねぎ1個は薄切り、にんにく1片はみじん切りにする。
- ② サラダ油小さじ1で、にんにく、豚こま肉100g、ベーコン30g、にんじん、たまねぎ、ジャガイモを炒め、野菜がかぶるくらいの水、トマト缶1缶、コンソメ顆粒小さじ1を加えて煮る。
- ③ 煮えたら、大豆水煮60g、ケチャップ大さじ1、ウスターソース小さじ1、砂糖、塩各小さじ1/2、こしょう適量を入れて煮込む。
- ④ パセリ適量を振りかけ完成。



じゃこわかめふりかけ

材料(4人分)と作り方

- ① みりん小さじ1、しょうゆ、酒、砂糖各小さじ2を煮たてておく。
- ② カットわかめ2gを水で戻し、刻んだものをごま油小さじ1/2で炒める。
- ③ ちりめんじゃこ10g、かつお節10g、炒めたわかめを①に加え、混ぜ合わせて完成。



ビビンバの具

材料(4人分)と作り方

<肉炒め>

- ① 切干大根16gを水で戻す。
- ② サラダ油小さじ1/2を熱し、すりおろした少量のにんにく、しょうが、千切りの牛肉200gを加えて炒める。
- ③ 水を切った①を加えて炒める。
- ④ 砂糖、テンメンジャン甜麺醤各小さじ1、トウバンジャン豆板醤小さじ1/4、塩小さじ1/2、醤油大さじ1/2を加え、炒めて完成。

<ナムル>

- ① 2cm幅に切ったほうれん草1/2束、千切りのにんじん1/4本、もやし1/2袋をゆで、冷まして水気を切っておく。
- ② ごま油、砂糖各小さじ1、しょうゆ、酢各大さじ1を合わせ、①に和える。
- ③ 白いりごま大さじ1/2を振りかけ完成。

学校給食をとおして、子どもたちが
将来にわたって「食」をコントロールする
ための土台を作れるように支えてい
きます。そして、食事の喜びや楽しさ
を学び、笑顔あふれる食卓をご家庭に
もつなげていきますように――。

これからも、未来をリードする子ども
たちに、魅力あるおいしい学校給食
を提供していきます。

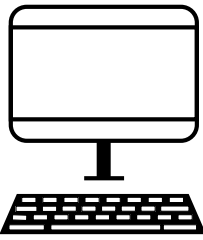
コロナ禍で、給食の時間は、全員が
前を向いての「黙食」となりました。し
かし、食べているときは、とびきりの
笑顔を見せてくれる子どもたち。食事
は、楽しい時間だということを改めて
気づかされます。

給食だいすき！！
いっぱい食べるぞっ



知りたい情報を検索しやすく

市ホームページを リニューアルしました！



利用者にとってやさしいホームページを目指して、8月1日から市ホームページをリニューアルしました。リニューアルのポイントや、新たな機能を紹介します。より見やすく、検索しやすくなった市ホームページをぜひご利用ください。

問合せ／みとの魅力発信課(☎232-9107)



リニューアルのポイント



フロントページから 目的に合ったページへ

フロントページの6つの入口から、目的に合ったページへのアクセスがしやすくなりました。また、「キーワード検索」で、目的のページを検索することもできます。



関連するページへ アクセスしやすい

「関連情報」や、同じページを閲覧した人がアクセスしているページを表示する「アクセスランキング」が、個別の記事ページに表示されるので、関連するページへのアクセスが簡単に！



さまざまな方法で検索できるトップページ

「生活シーンからさがす」「サービス・手続きからさがす」など、さまざまな方法で検索でき、知りたい情報にたどり着きやすくなりました。地図から市民センターやスポーツ施設などの市の施設を検索したり、申請・手続きの方法を目的別で検索したりすることができます。

また、パソコンはもちろん、スマホでも最適な表示で見やすくなりました。



新たな機能

市民の方に、実際に使ってもらいました！

子育て情報が検索しやすい

子育てナビ みとっこ1丁目

子育て情報をまとめた特設ページ「子育てナビ みとっこ1丁目」。場面別や年齢別で検索することができます。

「子育てナビ みとっこ1丁目」
はこちら▶



これで、幼稚園や保育園の
情報を探したい！



簡単に検索できる！

ごみ・資源物の分け方検索

捨てたいものを、キーワードや50音順で検索すると、分別方法などを確認することができます。

「ごみ・資源物の分け方検索」
はこちら▶



ごみの分け方に迷ったとき、
手軽に探せて便利！



いつでも、どこでも読める！

「広報みと」をウェブブックで

ウェブブックの「広報みと」なら、いつでも、どこでも簡単に読めます。また、画面表示を拡大することができるので、自分が読みやすい大きさに調整できます。

「広報みと」はこちら▶



冊子を読んでいる感覚で
読みやすい！



「水戸市イベント情報集約サイト」も ご利用ください！

市ホームページのリニューアルに合わせて、新たに「水戸市イベント情報集約サイト」を開設しました。

インターネット上に公開されている、市内で開催されるイベント情報を掲載しています。お気に入りのイベントを見つけて、お出かけしてみませんか♪



親子で行ける
イベントを探したい!!





催し 演劇

チケット取扱い ☎225-3555

スカパン SCAPIN

劇作家モリエールの古典フランス喜劇を、串田和美が現代日本にも通じる独自の解釈と脚色で作品化した名作を上演します。

初演以来、主人公スカパンを串田自身が演じています。共演は、かつて串田が主宰していた「オンシアター自由劇場」からの盟友、大森博史と小日向文世の実力俳優陣のほか、串田と小日向のそれぞれの息子も出演します。

期日 10月15日(土)・16日(日)

時間 14:00開演

会場 ACM劇場

出演 串田和美、大森博史、武居卓、小日向星一、串田十二夜、皆本麻帆、湯川ひな、細川貴司、下地尚子/小日向文世

料金 全席指定/S席5,000円、A席3,500円

※9月3日(土)、チケット一般発売開始。



参加者募集

問合せ ☎227-8118

水戸室内管弦楽団メンバーによる
管楽器アンサンブル・セミナー

小澤征爾が総監督を務め、日本を代表する演奏家が集結した、当館専属の「水戸室内管弦楽団」のメンバーが、アンサンブル・セミナーを行います。受講したグループは、令和5年1月に開催する、メンバーとの合同コンサートにも出演できます。

期日 11月8日(火)・9日(水)・10日(木) (全3回)

時間 19:00~20:30

会場 コンサートホールATM ほか

対象 高校生以上で、県内の木管楽器または金管楽器の三重奏~八重奏のグループ(プロ・アマチュア不問)

定員 4組(1組3~8名) ※提出書類をもとに選考します。

受講料(1組) 18,000円

申込期限 9月30日(金)必着

※対象や申込方法など、詳細は、当館ホームページをご覧ください。



セミナーの様子 2021年

チケットが完売した公演でも、キャンセルが生じた場合は、随時、インターネット・電話・窓口で販売します

施設紹介

問合せ ☎227-8111

現代美術ギャラリー

現代美術を中心に、建築、デザイン、ファッションなどの分野にも焦点をあてた展覧会を開催している現代美術ギャラリー。新しい芸術文化を生み出す場として、移り変わる社会や美術の動向に応じた展覧会やワークショップの企画なども行っています。

さらに、市民の方と協働し、学校や福祉施設との連携を図ることで、学びや交流の場をつくることにも力を入れています。

ぜひ、お気軽にご来館いただき、現代美術に親しむ時間を楽しんでいただきたいと思います。

現代美術センター芸術監督 竹久侑

ワークショップなどの詳細は、当館ホームページをご覧ください。

○開催中の展覧会

立ちばなふみお
立花文穂展 印象 IT'S ONLY A PAPER MOON

文字や紙、本を主な素材やテーマとして作品を制作してきたアーティスト立花文穂による、美術館での初個展。



《木のなかに森がみえる》2007年

期間 10月10日(月)まで

時間 10:00~18:00

※入場は17:30まで。

料金 一般900円、
高校生以下、70歳以上無料
※その他各種割引あり。

新型コロナウイルス感染症と診断されたら

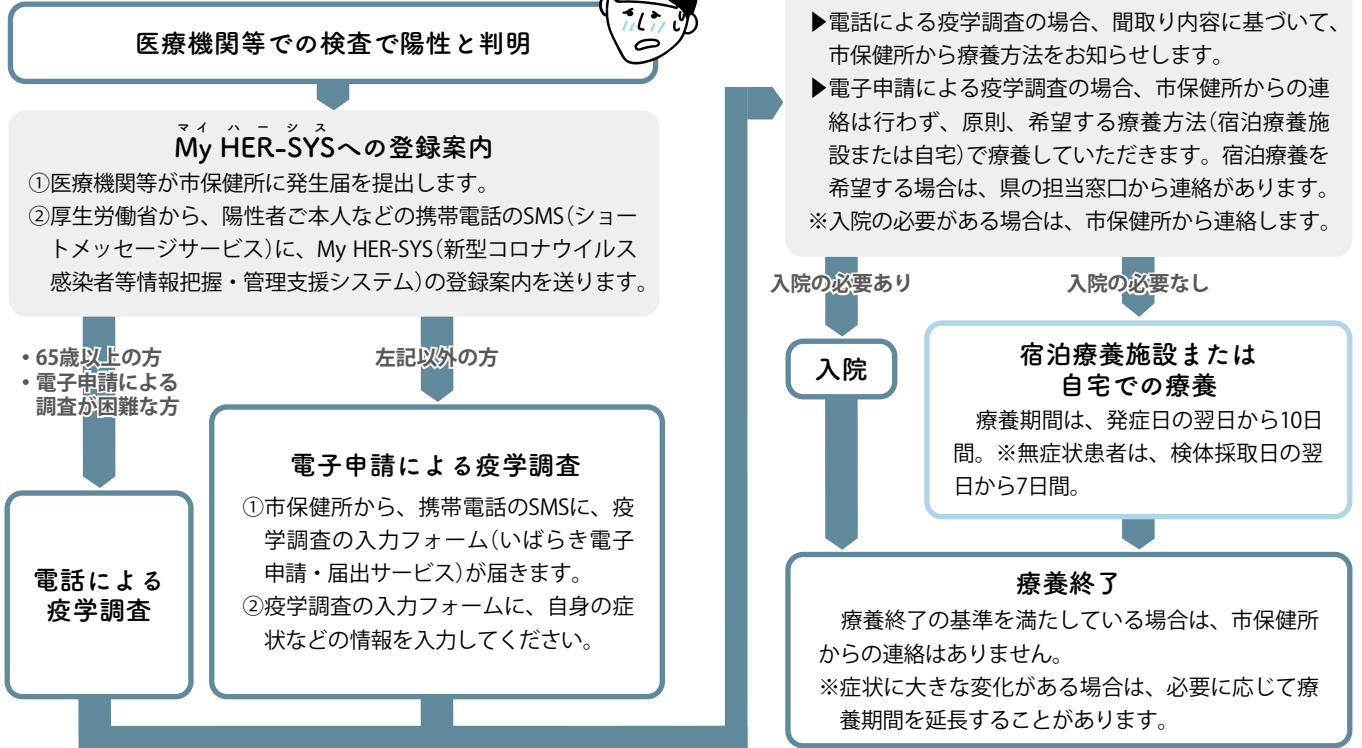
問合せ／水戸市新型コロナウイルスフォローアップセンター(☎0120-845567)

いつ、だれが、どこで新型コロナウイルスに感染してもおかしくない状況が続いています。新型コロナウイルス感染症と診断された場合に、どのような手続きが必要となるのか、陽性判明から療養終了までの流れをお知らせします。

市ホームページでも陽性となった方へのお知らせを掲載していますので、ご覧ください。



陽性判明から療養終了までの流れ



自宅での療養期間中にご協力いただくこと

▼健康観察およびMy HER-SYSへの入力について

自宅での療養期間中は、まず療養期間中の過ごし方などを市ホームページで確認し、毎日の健康状態をMy HER-SYSへ入力してください。原則、市保健所からの連絡はありませんので、ご質問、ご相談などは、水戸市新型コロナウイルスフォローアップセンター(☎0120-845567)へ連絡してください。入力した方の健康状態によっては、市保健所から連絡をする場合があります。

【My HER-SYSについて】

My HER-SYSは、陽性者ご本人などがスマホやパソコン等で自身や家族の健康状態を入力する健康管理システムです。My HER-SYSに入力された情報は、市保健所で共有できるため、陽性者の方の健康状態を迅速に把握し、適切なフォローが可能になります。

・My HER-SYSの使い方などに関する問合せ窓口

専用電話／03-5877-4805、03-6885-7284、03-6812-7818

受付時間／9:30～18:15 ※土・日曜日、祝日を除く。

※詳細は、厚生労働省ホームページ(<https://www.mhlw.go.jp>)をご覧ください。

【医療相談アプリ『LEBER』について】

自宅療養される方の不安を軽減するため、医療相談アプリ『LEBER』を導入しています。LEBERでは、自宅療養期間中の体調の不安などについて、24時間、医師からのアドバイスを受けることができます。利用には、スマホなどでのアプリのインストールと情報登録が必要です。

・LEBERの使い方などに関する問合せ窓口

専用電話／029-896-6263

受付時間／10:00～18:00 ※土・日曜日、祝日を除く。

※詳細は、市ホームページをご覧ください。



療養証明書の発行について

療養期間の終了後に、生命保険会社などへ請求手続きを行う場合には、「療養証明書」の添付を求められることがあります。療養期間が10日以内の方は、原則、My HER-SYSの「療養証明書」を活用してください。市ホームページにMy HER-SYSでの表示方法を掲載しています。



なお、10日を超えて療養をした方やMy HER-SYSで「療養

証明書」を表示できない方などで、「療養証明書」が必要な場合には、水戸市新型コロナウイルスフォローアップセンター(☎0120-845567)へ連絡してください。

※My HER-SYSによる「療養証明書」の表示に、療養終了日は記載されません。生命保険会社などは、My HER-SYSの診断年月日(=療養開始日)に基づき保険金の支払いを行い、療養終了日の証明は求めない取扱いとなっています。

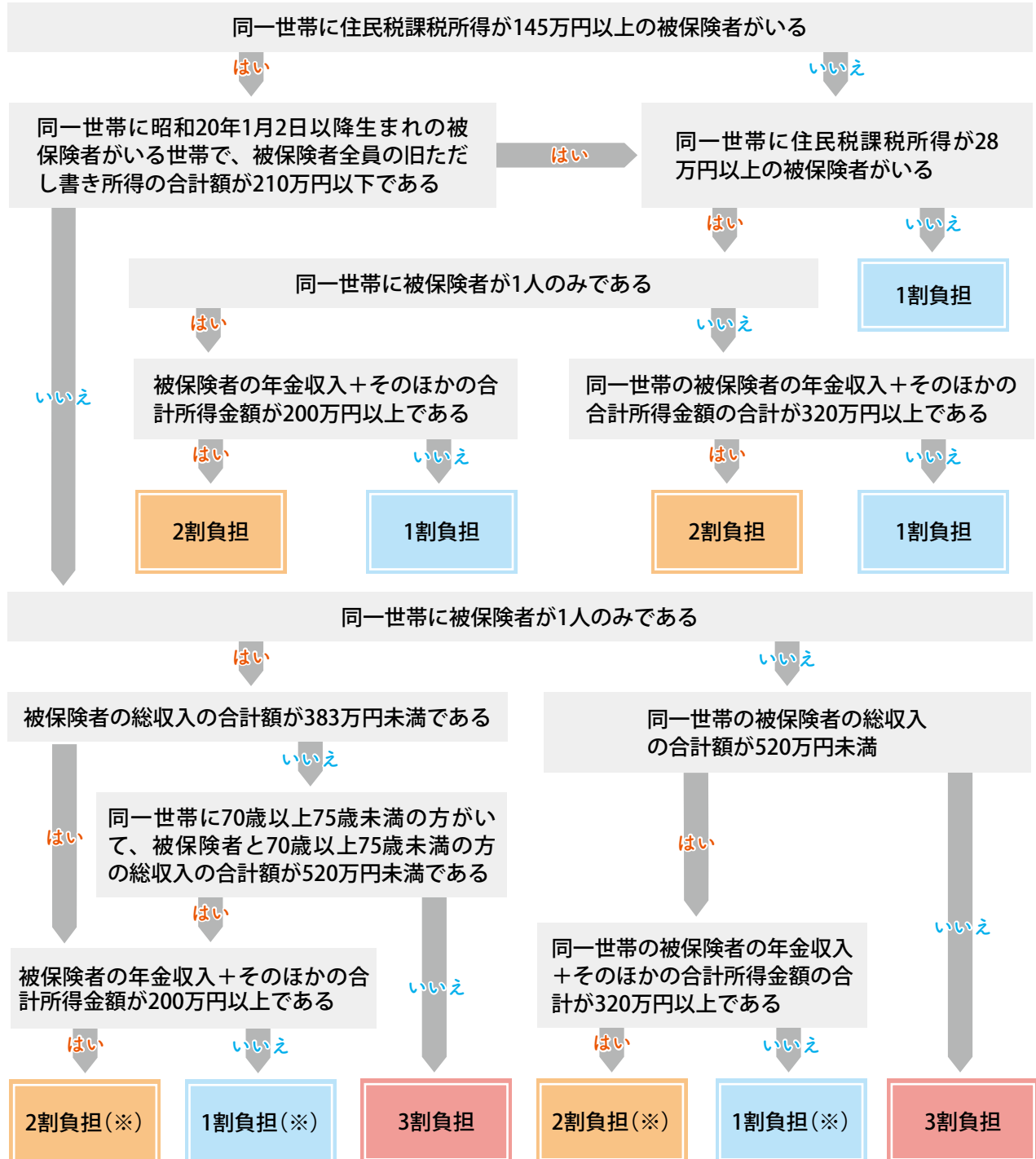
後期高齢者医療被保険者証を送付します

問合せ／国保年金課 (☎232-9528)

10月1日から有効の新しい被保険者証を、**9月13日(火)～26日(月)頃**に、郵送でお届けします。

なお、制度の改正に伴い、令和3年中の所得に応じて、一部の方の自己負担の割合が変更となります。詳細は、以下をご覧ください。

自己負担の割合の判定の流れ【令和4年10月1日から】



(※)収入の額を把握できない場合は、基準収入額適用申請が必要です。

窓口負担割合が2割となる方には負担を抑える配慮措置があります。詳細は、広報みと9月15日号、市ホームページに掲載します。

障害基礎年金・遺族基礎年金

問合せ/国保年金課(☎232-9529)

国民年金制度では、病気やけがで、障害や死亡といった不慮の事態が発生した場合、障害基礎年金や遺族基礎年金を受取ることができます。

▼障害基礎年金

受給資格/障害の原因となった病気やけがの初診日が、国民年金加入期間中または、20歳未満や60歳以上65歳未満で年金制度に加入していない期間にある方(老齢基礎年金を繰上げて受給している方を除く)

*市役所で、予約制の障害基礎年金相談を行っています。相談希望日の1か月前～前日に、電話で、国保年金課へ。

▼遺族基礎年金

受給資格/国民年金加入中または老齢基礎年金の受給資格期間が25年以上の方が死亡した場合、その方によって生計を維持していた「子のある配偶者」または「子」※「子」とは次のいずれかに限ります。①18歳になる年度の末日(3月31日)を経過していない ②20歳未満で障害年金の障害等級1級または2級に該当する

*障害基礎年金、遺族基礎年金には、障害の程度や保険料の納付状況など一定の要件があります。詳細は、お問合せください。

期日	時間	場所
9/12(月)	14:00～15:30	フロイデ水戸メディカルプラザ
9/15(木)	13:30～15:00	新荘市民センター
9/22(木)	10:00～11:30	五軒市民センター

定員/20名(定員になり次第締切り)
料金/無料

申/各開催日の前日まで、電話で、水戸在宅ケアネットワー
パソコンサナリーやインターネットの活用方法を楽しく学びませんか。期/10月13日・20日・27日の木曜日(全3回) 時/午前10時～午後3時30分 場/いきいき交流センターあじさい(未広2) 対/おおむね50歳以上で全日程参加できる方 人/8名(定員になり次第締切り) 料/8000円(教材費含む) 申/9月30日(金)までに、電話またはメールに、住所、氏名(ふりがな)、

募集
在宅医療と
介護のお話会

保健福祉

募集
シニア初心者
パソコン教室

ク事務局(☎2208-6100)へ
問/同事務局または地域支援センター(☎2202-9110)

募集
知って、安心！成年後見
人から学ぶ制度の活用

大切な財産や権利を守るために、成年後見制度について学びませんか。
日/10月5日(水)、午後1時30分～3時30分 場/見和市民センター 対/市内に居住する方 人/40名(定員になり次第締切り) 料/無料

性別、年齢、電話番号、パソコン持参の有無を記入し、シニアネット水戸森田方(☎357-4557、mito@sn310.com)へ
問/同団体森田方または市高齢福祉課(☎232-9174)

子育て

新入学児童の
健康診断を行います

来年度、小学校または義務教育学校に入学する子どもの健康診断を、指定の市立学校で行います。子どもの心身の状態を把握し、保護者の方に必要な助言などを行うためのものです。就学時健康診断通知書を、9月中旬に送付します。該当する

募集
就学相談会

方で通知書が届かない場合は、お問合せください。
内容/内科・歯科健診、視力・聴力検査など 持ち物/通知書、母子健康手帳、上履き、筆記用具 ※日程など、詳細は、通知書または市ホームページをご覧ください。
問/学校保健給食課(☎300-8027)

病児・病後児保育

子どもが病気や病後回復期のため、保育園などの集団保育が困難で、保護者の就労などに

施設名	電話番号
スワン保育園(東原3)	☎303-3337
水戸済生会総合病院 病児保育所(開江町)	☎297-6926
堀あさひこども園(堀町)	☎303-5551
元吉田さくら認定こども園(元吉田町)	☎350-7001
はぐくみの森あさひ保育園(渋井町)	☎303-6086

▼訪問型病児保育「ぶちぶち」
研修を受けた看護師などが自宅を訪問し、一時的に病児・病後児を預かります。事前の会員登録が必要です。
問/水戸こどもの劇場(☎255-0908)または市こども政策課(☎255-0557)

▼施設での病児・病後児保育
より家庭で保育できない場合に、子どもを一時的に預けることができます。
問/同センター(☎303-7277)または市こども政策課

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

募集

ベビーマッサージと
ふれあい遊び

日/9月29日(木)、午前10時
11時 場/吉沢市民センター
対/市内に居住する0〜1歳児
とその母親 人/15組(定員にな
り次第締切り) 料/500円
(マッサージオイル代)
申・問/9月12日(月)から受付
けますので、参加料を添えて、
直接、同センター(☎247-1
080)へ

募集

パパといっしょに
夢らんど Part2

親子運動遊び、工作アート、
ヨガなどを父と子で楽しみませ
んか。親同士の情報交換もでき
ます。
期/10月25日、11月8日・22日
の火曜日(全3回) 時/午前10
時〜11時30分 場/千波市民セ
ンター 対/2歳の子どものそ
の父親 人/15組(定員を超え
た場合は抽選) ※子ども一人
につき保護者1名。 料/300
円(材料費)
申・問/10月10日(月)までに、
Eメールに、件名「パパといっ
しょ Part2」と明記のうえ、住所
父親の氏名(ふりがな)、電話番
号、子どもの氏名(ふりがな)、
生年月日・性別を記入し、みと

好文カレッジ(☎03-6903-6903
2、College@city.mito.lg.jp)
へ ※抽選結果は、申込者全員
にお知らせします。
左上の二次元コード
からも申込みます。



募集
小規模特認校
学校見学会

小規模特認校では、学校ごと
に特色ある教育活動や、少人数
によるきめ細かな指導を行って
います。市内全域から通学でき
ます。

大場小学校 (☎269-2103)	9/22(木)、 9:30から
上大野小学校 (☎221-6242)	9/28(水)、 10:30から
下大野小学校 (☎269-2003)	10/6(木)、 11:00から
国田義務 教育学校 (☎239-7118)	10/29(土)、 10:00から

申/各開催日の前日までに、電
話で、各学校へ ※新入学生
6年生(国田義務教育学校は9年
生まで)の全学年で受け付けま
す。
入学を希望する方は、事前に学
校を見学したうえで、10月3日
(月)〜12月15日(木)に、直接、学
校管理課へ申込してください。
見学会に参加できない場合は、
事前に学校に連絡し、個別に学
校を見学して説明を受けてく
ださい。詳細は、市
ホームページをご覧ください。



募集

マザーズコーナー就職
応援セミナー(準備編)

仕事と子育ての両立を目指す
方の就職応援セミナーです。

期日	10/6(木)	11/11(金)
時間	10:00~11:30	
場所	桜川市民センター	オンライン
定員	15名	30名
申込期間	9/1(木)~10/5(水) ※託児を希望される 方は9月30日(金) まで(先着5名)。	9/1(木)~ 10/28(金)

※いずれも定員になり次第締切り。

暮らし

就業構造基本調査に
ご協力を

総務省統計局では、10月1日
現在で就業構造基本調査を実施

募集

こみっとフェスティバル
出展団体

日ごろの活動を、活動発表や物販など
でPRしたり、他の団体と交流を深めたり
してみませんか。
期日/令和5年2月18日(土)・19日(日)
場所/イオンモール水戸内原
対象/NPO法人やボランティア団体な
ど、市民活動を行う団体
募集団体数/活動発表コーナー(動画放
映)…25団体程度 市民活動相談・交
流コーナー…14団体程度 物販・体験
コーナー…8団体程度
料金/無料
申込・問合せ/9月30日(金)(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、水戸市市
民生活課(〒310-8610、☎232-9151、☎
232-9238)へ ※申込書は、同課または
市ホームページから入手できます。
詳細は、募集要項をご覧ください。

9月20日〜26日は
動物愛護週間です

動物の愛護について理解を深
め、ペットの飼い方について見
直してみませんか。

▼ペットの飼い方

- ペットは最後まで愛情と責任
を持って飼いましょう。愛護
動物を虐待したり遺棄したり
することは犯罪です
- 犬の放し飼いやリード未装着
での散歩はやめましょう
- 猫は室内で飼いましょう

募集

みと消費者志向経営
推進シンポジウム

持続可能なまち・健全で豊か
な消費生活を目指して、消費者
志向経営をテーマに、講演会お
よびトークセッションを開催し
ます。

日/10月1日(土)、午後1時〜



9月21日～30日は 秋の全国交通安全運動



交通ルールとマナーを守り、事故を防ぎましょう。また、夜間に外出するときは、目立つ色の服の着用や、反射材の活用などの安全対策を心がけましょう。
スローガン／反射材 着けるぞ光るぞ 事故減るぞ

運動の重点

- 子どもと高齢者をはじめとする歩行者の安全の確保
- 夕暮時と夜間の歩行者事故などの防止および飲酒運転の根絶
- 自転車の交通ルール遵守の徹底

※9月19日(月)は、高齢者の交通事故防止に向けた県内一斉強調日です。
問合せ／水戸警察署(☎233-0110)または市生活安全課(☎224-1113)

募集 市医師会看護専門学院 特定市町村推薦入学者

市内の医療機関などに就業する意思があり、市の推薦を受けて、市医師会看護専門学院に入りたい方を募集します。

問／動物愛護センター(☎3503800)

- 犬の登録と狂犬病予防注射を必ず行い、「鑑札」と「注射済票」を忘れずに首輪などに付けましょう
- 犬や猫が迷子にならないように、マイクロチップなどを装着しましょう
- 犬のふんは必ず持ち帰るなど、マナーを守りましょう
- 犬や猫の望まない妊娠を避けるため、不妊去勢手術をしましょう

対／次のすべてを満たす方
① 本人または保護者が市内に居住している ② 高等学校を令和5年3月に卒業見込みまたは高等学校卒業後15年以内で、平成元年4月以降生まれ ③ 合格した場合、必ず入学する意思がある ④ 卒業後に市内の保健・医療・福祉機関などで准看護師として就業する意思がある **募集学科／准看護学科 募集人数／2名程度 申／9月1日(木)～30日(金)に、特定市町村推薦入学推薦願、入学願書など必要書類をお持ちのうえ、直接、市保健所保健総務課へ ※申込書は、同学院または市同課にあります。**
詳細は、同学院ホームページ(https://www.nitokango.ac.jp)をご覧ください。
問／同学院(☎251-3840)または市同課(☎3056291)

募集 結婚相談会

経験豊かなマリッジサポーターが、結婚に関する相談に応じます。
日／9月18日(日)、午後1時～4時30分 場／緑岡市民センター
対／県内に居住または通勤する独身の方、その家族など **料／無料 持ち物／上半身または全身の写ったし判程度の写真**
※当日にプロフィール登録を希望する方のみ。 申／9月17日(土)までに、電話またはEメールに、相談会の日付、住所、氏名、電話番号を記入し、県央地域マリッジサポーター遠藤方(☎09041922073、✉endoh826@yahoo.co.jp)へ
問／同団体遠藤方または市こども政策課(☎222-9176)

危険なブロック塀等の 撤去を支援しています

危険なブロック塀等を対象に、撤去費用の補助を行います。申請前に、事前に相談してください。
期／11月30日水まで 対／市内の通学路などに面するブロック塀等で、耐震診断の結果、危険と判定されたもの **補助額／撤去費用の3分の2(限度額20万円)** ※限度額は、ブロック塀等の長さによって異なります。補助を受けるには、撤去を行う前の申請が必要です。申請期限や条件など、詳細は、お問合せください。
申・問／直接、建築指導課(☎2329210)へ

屋外広告物の掲出には 許可が必要です

9月は屋外広告物美化強調月間です。
まちの中には、看板などの屋外広告物があります。市では、良好な景観づくりと安全のために、屋外広告物条例を定め、設置場所や大きさなどを規制しています。屋外広告物を掲出する際には、市の許可が必要です。
問／都市計画課(☎222-0200)

物品の入札参加資格 申請の追加受付

市が発注する物品の購入、賃借、修繕などの入札に参加を希望する方は、入札参加資格審査の書類を提出してください。ただし、役員関係は含みません。
資格の有効期間は、令和4年12月1日～令和5年5月31日です。
※令和3年6月・12月、令和4年6月に認定された方は、申請の必要はありません。
申・問／10月11日(火)～18日(火)

募集 まなぼうーえこみっと

期／9月25日(日) 場／市清掃工場えこみっと(下入野町)
(当日消印有効)に、簡易書留などで、水戸市契約検査課(〒310-8610、☎232-9133)へ
※申請書類は、9月1日(木)以降、同課または市ホームページから入手できます。

イベント名	施設見学ツアー	紙すき体験
時間	10:30～11:30	10:00～10:30
		10:30～11:00
時間	12:30～13:30	11:00～11:30
		13:00～13:30
定員	各20名程度	各5名

※いずれも定員になり次第締切り。

申／9月12日(月)～16日(金)に、電話で、水戸環境テクノロジ(☎3504431)へ ※小学生以下は保護者同伴。
▼0円マーケット
家にある使わないものを、ほしい人にゆずる無料のマーケットです。

時／午前10時～午後2時 申／当日受付
問／水戸環境テクノロジまたは市清掃工場(☎2976760)



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

募集

市植物公園の催し

問合せ/市植物公園(☎243-9311)

▼パステル7 パステル画展

植物や風景など、音・香りなどのテーマに沿って描いたパステル画を約40点展示します。

期間/9月13日(火)~19日(月)

▼パステル画体験コーナー

期間/9月13日(火)~19日(月) 時間/9:00~16:00 料金/100円(ハガキ2枚分) 申込み/当日受付

▼プラントドール展

植物で作ったプラントドールを約50点展示します。

期間/9月13日(火)~19日(月)

▼植物公園ツアー

日時/9月24日(土)、10:30から ※40分程度。 定員/20名(定員になり次第締切り) 申込み/当日受付

※料金所前集合

▼ペットボトルのハリネズミ教室

日時/10月8日(土)、13:30~14:30 定員/15名(定員になり次第締切り) 料金/800円 申込み/9月10日(土)から受け付けますので、電話で、同公園へ

場所/同公園(小吹町)

障害がある方が制作した作品を、絵画、書道、写真、陶芸・工芸の4部門で募集します。作品は、12月1日(木)~5日(日)に、ザ・ヒロサワ・シティ会館で展示します。詳細は、県障害福祉課ホームページ(<http://www.prefibaraki.jp>)をご覧ください。申/10月14日(金)までに、直接市障害福祉課または利用する各障害者福祉施設へ 問/県障害者スポーツ・文化協

募集

ナイスハート美術展
出展作品

文化・教養・スポーツ

募集

映画上映会

会(☎301-3375)または市障害福祉課(☎500-8053)

期/9月15日(木) 時/午前10時~正午、午後2時~4時 場

/中央図書館 人/各30名(定員になり次第締切り) 料/無料

上映作品/王女メデア(監督:ピエル・パオロ・パゾリーニ)

申・問/9月14日(水)までに、直接または電話で、中央図書館

(☎260-3951)へ

募集

歴史講座

市埋蔵文化財センターの発掘資料を題材に、出土品の特徴や出土品から見られる当時の生活

募集

自然観察会

の様子などを、デジタルアーカイブを活用して解説します。日/10月23日(日)、午前10時~11時30分 場/セキショウ・ウエルヒーニング福祉会館(千波町) 人/70名(定員を超えた場合は抽選) 料/無料 講師/川口武彦(同センター所長) 申・問/9月30日(金)(必着までに、往復はがきに、「歴史講座 申込書」と明記のうえ、住所、氏名、電話番号を記入し、見和図書館(〒310-0911 見和2-5-0002、☎350-2051)へ

生涯学習サポーター協働企画講座

募集

▼親子でワクワク

期日/①10月16日(日) ②11月13日(日) ③11月20日(日) (全3回)

場所・時間/①堀原市民センター、10:00~12:00 ②・③市福祉ボランティア会館(ミオス2階)、13:30~15:30

対象/全日程参加できる方で、市内に居住または通勤・通学する、小学1~4年生の子どもとその親

定員/各15組(定員を超えた場合は抽選)

料金/無料

内容/①ネイチャーゲームを楽しもう~観て触れて自然と友達になろう~ ②のんびり楽しい絵本の時間~どんな世界に出会えるかな~ ③工作を楽しもう~不思議なキューブパズル~

申込み/9月28日(水)までに、Eメールに、件名「親子でワクワク」と明記のうえ、住所、参加する保護者の氏名(ふりがな)、子の氏名(ふりがな)・学年、電話番号を記入し、みと好文カレッジへ ※右の二次元コードからも申込みます。抽選結果は、郵送で、申込者全員にお知らせします。



▼旅日記にみる江戸時代の女子旅

期日/①10月16日(日) ②10月23日(日) (全2回)

時間/10:00~12:00

場所/みと文化交流プラザ(五軒町1)

対象/全日程参加できる方で、市内に居住または通勤・通学する方

定員/30名(定員を超えた場合は抽選)

料金/無料

内容/①江戸時代の女子旅から現代を考える ②旅する主体としての女性

申込み/9月28日(水)までに、はがきまたはファックス、Eメールに、「江戸時代の女子旅」と明記のうえ、住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入し、みと好文カレッジへ ※右の二次元コードからも申込みます。抽選結果は、郵送で、申込者全員にお知らせします。



問合せ/みと好文カレッジ(〒310-0852 笠原町978-5、☎303-6602、☎303-6601、✉college@city.mito.lg.jp)

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▶



募集

ヒューマンライフ
シンポジウム2022
「未来へつなぐメッセージ」

シンポジウムをとおして、男女平等参画について考えてみませんか。

日時/10月9日(日)、14:00~15:40(13:30開場)
場所/市役所4階 定員/会場...50名(定員を超えた場合は抽選) オンライン...300名(定員になり次第締切り) 料金/無料

▼第1部 基調講演

講師/安田菜津紀(認定NPO法人Dialogue for People副代表/フォトジャーナリスト) テーマ/共に生きるとは何か一難民の声、家族の歴史から考えた多様性一



▼第2部 トークセッション

登壇者/横溝環(茨城大学人文社会科学部准教授)、安田菜津紀、富田敬子(常磐大学・常磐短期大学学長) テーマ/SDGs×地域×ジェンダー

申込・問合せ/会場での参加を希望する方は、9月16日(金)までに、はがきまたはEメールに、住所、氏名、電話番号を記入し、水戸市男女平等参画課(〒310-0063五軒町1-2-12みと文化交流プラザ5階、☎226-3161、✉danjyo-kouza@city.mito.lg.jp)へ。抽選結果は、申込者全員に、お知らせします。オンラインでの参加を希望する方は、9月28日(水)までに、いばらき電子申請・届出サービス(https://s-kantan.jp/city-mito-ibaraku/)から申し込んでください。



※一度に申込みできるのは1名まで。
企画運営/NPO法人M・I・T・O21

募集

講演会「水惑星の誕生
その起源と条件を探る」

「はたばた2022」による探査や関連する理論研究によって得られた成果を、研究者が解説します。
日/9月23日(金)、午後1時30分~4時(午後1時開場) 場/ザ・ヒロサワ・シニイ会館 人/350名(定員になり次第締切り) 料/無料 申/当日受付
※詳細は、日本惑星科学会ホームページ(https://www.waku-sei.jp)をご覧ください。お問合せください。
問/茨城大学理工学研究所百瀬方(☎226-8402、✉aic@waku-sei.jp)または水戸観光コンベンション協会(☎224-0441)

募集

健康ボウリング教室

基礎知識とプレーを学べる、全4回の初心者向けの教室です。
ウリング連盟水戸グリーンボウル内、☎253-4439、✉5152n200@mito_green_bowl@yahoo.co.jp)へ
問/同連盟または市スポーツ課(☎309-8130)

コース名	期間	時間
火曜午前コース	9/27~10/18	11:00~13:00
火曜夜コース		19:00~21:00
水曜午前コース	9/28~10/19	11:00~13:00
水曜夜コース		19:00~21:00
木曜午後コース	9/29~10/20	13:00~15:00

場/水戸グリーンボウル(新原の人/各20名(定員になり次第締切り) 料/1500円(ゲーム代、貸靴代など) 申/各コース初回の前日までに、電話またはファックス、Eメールに、住所、氏名、年齢、性別、電話番号、希望するコース名を記入し、水戸市ボ

募集

Re:千波湖青空ヨガ

日/9月18日(日)、午前9時~10時30分 ※雨天中止。場/千波公園ふれあい広場 人/200名(定員になり次第締切り) 料/200円(保険料を含む)
講師/江橋京子(ヨガインストラクター) 持ち物/ヨガマット、タオル、飲み物
申・問/9月7日(水)の午前9時から受け付けますので、直接または電話で、公園緑地課(☎232-9214)へ

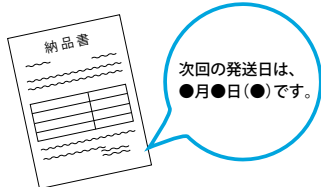
高齢者の消費者トラブルに注意!
「お試しが定期購入となっていた!」

問合せ/市消費生活センター(☎226-4194)

市消費生活センターに寄せられた高齢者の消費者トラブルの事例を紹介します。
消費者トラブルに遭ったり、不安を感じたりしたら、市消費生活センターにご相談ください。

70代男性から寄せられた事例

スマホで「電子タバコお試し500円」の広告を見て申し込んだ。商品が届き、納品書を見ると、次回の発送日が記載されていた。お試し分しか購入していないつもりだったので、販売業者に確認すると、4回の定期購入と言われ、総額は3万円以上であった。解約したいが、販売業者がなかなか応じてくれない。



対策:購入前の最終確認画面を確認して保存しましょう

市消費生活センター長 田山知賀子
近年、市消費生活センターに、ネット通販などで、「お試し価格」や「通常価格の90%オフ」などの広告を見て商品を購入したところ、定期購入が条件だったという相談が数多く寄せられています。商品は化粧品やサプリメント、健康食品、電子タバコなどが多いです。
通信販売にはクーリングオフ制度が適用されないため、事例のように解約を申出ても、販売業者に応じてもらえない事もあります。
今年の6月1日に施行された改正特定商取引法では、定期購入に関して、販売業者は、販売サイトの最終確認画面で、顧客が注文を確定する前に、契約の申込内容について分量や購入回数、解約条件などを表示することが義務付けられました。トラブルに遭わないためには、契約時には必ず、最終確認画面を確認して保存しましょう。



第6回 水戸の梨

まちなかの近くに豊かな農地がある水戸市では、さまざまな農産物が生産されています。市では、地産地消に積極的に取り組む飲食店などを「みとうま」として認定。この連載では、農産物生産者と、みとうま登録店の方の想いなどを紹介します。

みとうま登録店など、詳細は、市ホームページを
ご覧になるか、お問合せください。

問合せ／農産振興課(☎259-2212)



梨づくりは愛情

川原井観光果樹園
川原井泉さん

森林公園の開園に合わせて、その来園者にも寄っていただけるようにと、梨づくりを始めました。現在は、幸水や豊水をはじめとする、さまざまな品種の梨づくりをしています。

「また食いたい」と思ってもらえる梨を提供できるよう、土づくりは特にこだわっています。また、虫がついたり、病気になったりしないよう、手間をかけて育てています。

梨は冷やしすぎると甘みを感じにくくなってしまいます。食べる1時間くらい前から冷蔵庫で冷やすのがおすすめです。

今後、茨城県オリジナル品種の恵水や、ぶどうも提供できるように準備を進めています。



自然豊かな地に根付くフレンチ

Restaurant ママノエル
丹下裕美さん

フランスでの修業と、東京でのレストラン勤務を経て、平成12年に自然豊かな木葉下町で当店をオープンしました。オープン当初、地元農家の皆さんが、採れたての果物や野菜を差し入れてくれたことをきっかけに、川原井さんの梨と出会いました。現在も、地元農家の皆さんから直接仕入れているので、新鮮な食材を使った料理を、お手頃な価格で提供することができています。

9月から提供するクラフティは、フランス伝統のデザートです。当店では、炒めた梨を生地の中に入れて焼き上げています。生の梨も添えているので、味や食感の違いをお楽しみいただけます。ぜひ食べてみてください。



▼「川原井観光果樹園」の梨

販売時期／8月中旬～9月下旬

販売場所／直売所(木葉下町425)

※電話(☎254-3513)での注文も受付けています。詳細は、

市ホームページをご覧ください。



▼Restaurant ママノエル(☎309-7520)

場所／木葉下町453-20

営業時間／11:30～15:00、17:00～22:00 ※ラストオーダーは、ランチ14:00、ディナー20:30。

定休日／毎週水曜日、第2火曜日

※詳細は、同店ホームページ(<http://www.mamanoel.com>)をご覧ください。



掲載している店舗情報などは通常営業時のものです。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。