

HOKOTA

広報ほこた
Hokota City Public Relations
vol.211

2023
April
4

令和5年4月3日発行
(毎月3日発行)

いのちとくらしの先進都市 ~自然を尊び、農を誇り、喜びを生みだす21世紀のまち銚田~



旅立ち

たくさんの思い出を胸に
新たな一歩を踏み出す。

CONTENTS



- P 2 マイナンバーカードの受取はお早めに!
- P 3 健診等の費用を助成します
- P 4 狂犬病の予防接種を行いましょ
- P 5 銚田市議会議員一般選挙のお知らせ
- P 6 前期公民館講座受講生募集中

- P 7 シルバーリハビリ体操で健康寿命を延ばそう
- P 8 卓球・バドミントン・ウォーキング教室開催
- P 9 草花の種子を配付します
- P 10 銚田市食改だより
- P 11~ Topics・お知らせ

マイナンバーカードの受取はお早めに!

マイナポイントの申請期限は
5月31日 までです!

マイナンバーカードの申請・受取は
令和5年4月1日から **完全予約制** になっています。

各日の予約枠は限りがあり、
**マイナポイントの受取期限が迫る5月は
非常に混雑し、予約が取れないことが予想されます。**

予約・受取はできるだけ早くに済ませましょう!



2月末までにマイナンバーカードの申請が済んでいても、
マイナンバーカードの受取・マイナポイントの申請
が間に合わないとポイントは付与されません!

※身分証明書が不足して受取ができない方が多く発生しております。
写真付きの身分証明書がない方は、写真なしの身分証明書が2点
必要ですので事前にご用意ください。



い、急いで〜!
4月中に!
予約して!受け取って!!

予約は
こちら▶



マイナポイントの申請はお済みですか?

マイナポイントは

- ・お手持ちのスマートフォン・パソコン
- ・マイナポイント手続スポットにてお申込みできます

市役所本庁舎、旭・大洋各市民センターでも予約なしで申請
可能ですが、締切間近は窓口の混雑が予想されます!

時間に余裕を持ったお手続きをお願いします!

※5,000円分のマイナポイントを受け取るためには、選択し
た決済サービスで5月末までにお買い物やチャージが必要
です(一部例外あり)

マイナポイント
申込方法▼



よくある質問▼



問 マイナンバーカードについて・・・市役所 市民課 ☎ 36-7157 / マイナポイントについて・・・市役所 政策秘書課 ☎ 36-7151

各種手当のご案内

精神、知的または身体等に障害のある方や難病患者等に対して、各種手当制度が整備されています。
各種手当により支給要件が定められていますので、詳しくは社会福祉課までお問い合わせください。

問 市役所 社会福祉課 ☎ 36-7920

- 特別児童扶養手当** 手当額: 1級 月額 53,700円 / 2級 月額 35,760円
精神、知的または身体等に障害があり、児童福祉施設に入所していない(親子入所を除く)20歳未満の児童を養育している父母または養育者
- 特別障害者手当** 手当額: 月額 27,980円
20歳以上の在宅の方で、精神、知的または身体等に重度の障害があるため、常時特別の介護を必要とされる方
- 障害児福祉手当** 手当額: 月額 15,220円
20歳未満の在宅の方で、精神、知的または身体等に重度の障害があるため、常時の介護を必要とされる方
- 難病患者福祉手当** 手当額: 年額 20,000円
※新規申請の場合、申請月の翌月からの分を年額から換算し、支給します(小数点以下切り捨て)
銚田市に住所を有する方で、茨城県から交付されている「指定難病特定医療費受給者証」「一般特定疾患医療受給者証」「小児慢性特定疾病医療受給者証」「先天性血液凝固因子障害等医療受給者証」のいずれかをお持ちの方(生活保護を受けている方は対象になりません)

新型コロナワクチン接種のお知らせ

問 市役所 健康増進課 コロナワクチン担当 ☎ 36-7828

■初回接種

- ・生後6ヶ月以上の方を対象に令和6年3月末まで接種できます。
- ・初回接種は次の区分に応じて接種回数が変わります。

12歳以上の方	1~2回目
5歳以上12歳未満の方	1~2回目
6ヶ月~5歳未満の方	1~3回目

■追加接種

- ・初回接種が済んでいれば追加接種を受けることができます。追加接種は、次の①~③の区分に応じて接種できる時期と回数が異なります。
- ※接種間隔は前回接種から3ヶ月です

①	・65歳以上の方 ・5歳以上の基礎疾患を有する方 ・医療従事者、高齢者・障がい者施設従事者	5~8月に1回 9~12月に1回 ※計2回
②	①に該当しない12歳以上64歳未満の方	9~12月に1回
③	①に該当しない5歳以上12歳未満の方	8月末までに1回 9~12月に1回 ※計2回

■その他

- ・令和5年度中は自己負担なしで接種できます。
- ・接種可能な時期になりましたら接種券を送付しますので、接種を希望する方はご予約のうえ接種を受けてください。
- ・過去に基礎疾患の申請をされた方には5~8月の接種券を送付します。
ただし、基礎疾患のうち「身体不活動(運動不足)」または「喫煙」は5~8月の接種対象になりませんので接種券を送付しません。接種を希望する場合は、主治医とご相談のうえ、改めて申請をお願いします。※「身体不活動」または「喫煙」であっても、重症化リスクが高いと医師が認めた場合は接種することができます。
- ・新たに基礎疾患をお持ちになり、接種を希望する方はお手数ですが申請が必要です。
市メール配信サービスや市公式LINEでお知らせしますので登録をお願いします。



▲メール配信サービス



▲市公式LINE

※3月10日時点での情報です

高齢者肺炎球菌ワクチン(23価) 予防接種の費用を助成します

問 市役所 健康増進課 ☎ 33-3691

■助成対象

接種日現在、市内に住所を有し、①・②のいずれかに該当する方のうち、初めて肺炎球菌ワクチン(23価)の接種を受ける方

①令和5年度対象者

65歳	昭和33年4月2日～昭和34年4月1日生
70歳	昭和28年4月2日～昭和29年4月1日生
75歳	昭和23年4月2日～昭和24年4月1日生
80歳	昭和18年4月2日～昭和19年4月1日生
85歳	昭和13年4月2日～昭和14年4月1日生
90歳	昭和8年4月2日～昭和9年4月1日生
95歳	昭和3年4月2日～昭和4年4月1日生
100歳	大正12年4月2日～大正13年4月1日生

※対象となる(接種日が確認できない)方へ予診票を郵送しました。
 ※予診票が届いた方でも、既に肺炎球菌ワクチン(23価)の接種を受けたことがある方は、助成の対象になりません。
 ※生活保護受給の方は、自己負担が免除になります。
 令和5年2月1日以降に生活保護を受けることになった方は、手続きが必要になりますのでお手数でも送付された予診票を各保健センターにご持参ください。

②60歳以上65歳未満で、心臓又は呼吸器の機能に自己の身の日常生活活動が極度に制限される程度の障害を有する方及びヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に日常生活がほとんど不可能な程度の障害を有する方(医師の判断によります)

※個別通知はしておりません。条件に該当し、接種を希望される方は、費用の補助に必要な予診票を交付しますので、医師の診断書または身体障害者手帳を持参し、各保健センターで手続きをしてください。

■助成期間 令和5年4月1日から令和6年3月31日まで

■助成額 3,000円 ※助成を超える金額は自己負担となります。接種料金は医療機関によって異なります。

■実施医療機関

茨城県内定期予防接種広域事業の協力医療機関で接種した場合に助成が受けられます。※県外や県内の一部医療機関では、全額自己負担になることがあります。

■助成にあたっての注意

市が交付した予診票がないと助成を受けることはできません。接種を受ける際は必ず予診票をご持参ください。

妊娠中の方へ 歯科健診のご案内

問 市役所 健康増進課 ☎ 33-3691

妊娠中は、生活のリズムやホルモンのバランスの変化によって、むし歯や歯周病が起りやすくなります。妊娠中に、歯科健診を受診しましょう。

- 対象者 鉾田市に住民登録のある妊婦の方
- 内容 歯科健診(むし歯・歯肉の状態など)
※健診以外の検査や治療、処置などは自己負担となります。
- 受診方法 鉾市内のある妊婦歯科健診が可能な歯科医院に、「市の妊婦歯科健診票を使用する」と電話予約する
- 回数 妊娠期間中に1回
- 料金 無料
- 持参するもの 妊婦歯科健診票・母子健康手帳・健康保険証
※「妊婦歯科健診票」は妊娠届出時にお渡しします。
※転入の方や、紛失された方は、保健センターにご相談ください。



出産を迎える方へ 産後の健診費用等を助成します



問 市役所 健康増進課 ☎ 33-3691

新生児聴覚検査

聴覚障害の早期発見・早期療育により、コミュニケーション形成、言語発達の面で効果を得ることができるため、新生児期に聴覚検査を受けましょう。

■助成対象 令和5年4月1日以降に出生の方

■健診の時期・内容

	健診の時期	内容
初回検査	おおむね生後3日以内	自動聴性脳幹反応検査(自動ABR)
確認検査	おおむね生後1週間以内	または自音響放射検査(OAE)

■助成額 ・自動ABRによる検査 上限3,000円/回
 ・OAEによる検査 上限2,000円/回
 ※上限額を超えた場合の費用は本人負担

■受診票

- ・助成を受けるには市の「新生児聴覚検査受診票」が必要です。
- ・妊娠届を提出した方は、妊婦・産婦一般健康診査受診票つづりに一緒に綴られています。
- ・転入の方や紛失された方は、各保健センターにご相談ください。

■受診方法

県内の契約医療機関または助産所に産婦健康診査受診票、母子健康手帳を提出し受診してください。
 ※事前に鉾田市の受診票が利用できるか、受診を希望する医療機関等にご確認ください。

産婦健康診査

■助成対象 健康診査受診日に鉾田市に住民票がある方

■健診の時期と内容

	健診の時期	内容
第1回	出産後2週間頃	問診、診察、体重・血圧測定、尿検査、産後の気持ち質問票(EPDS)
第2回	出産後1か月頃	

■助成額 上限5,000円/回
 ※対象外の検査・治療や上限額を超えた場合の費用は本人負担

■受診票

- ・助成を受けるには市の「産婦健康診査受診票」が必要です。
- ・妊婦健康一般健康診査受診票と一緒に綴られています。
- ・転入の方や紛失された方は、各保健センターにご相談ください。

■受診方法

県内の契約医療機関または助産所に産婦健康診査受診票、母子健康手帳を提出し受診してください。
 ※事前に鉾田市の受診票が利用できるか、受診を希望する医療機関等にご確認ください。

- 注意
- ・赤ちゃんの健診費用については自己負担となります。
 - ・県内の医療機関であっても、市の受診票が使用できないと言われたときは、受診の前に必ず健康増進課へご相談ください。





狂犬病の予防接種をしましょう

問 市役所 生活環境課 ☎ 36-7486

犬を飼う場合には、生涯1回の登録（生後91日以上）と、狂犬病予防注射（年1回）を受けることが義務付けられています。

令和5年度の狂犬病予防集合注射を実施しますので、ご都合の良い日時・会場で受けてください。（狂犬病の予防注射は、動物病院でも受けられます。）

※飼い犬が既に死亡している場合は、市役所生活環境課までご連絡ください。
※秋にも集合注射を実施しますが、会場の多い春をお勧めします。
※ハガキを忘れずにお持ちください。

■ 注射手数料・・・3,550円
（内訳）狂犬病予防注射料 3,000円
注射済票交付手数料 550円

※未登録犬の場合・・・5,550円
（注射手数料3,550円 新規登録手数料2,000円）



地区	日	時間	場所
旭	4/24 (月)	9:00 ~ 9:10	飯田生活会館
		9:20 ~ 9:35	大沼消防分団機庫前
		9:45 ~ 9:55	下鹿田集落センター
		10:05 ~ 10:15	箕輪農村集落センター
		10:35 ~ 10:45	上太田公民館
		10:55 ~ 11:05	造谷小橋会館
		11:20 ~ 11:30	上釜農村集落センター
		11:40 ~ 11:50	荒地農村集落センター
		13:15 ~ 13:25	子生ふるさとコミュニティセンター
		13:35 ~ 13:50	常磐公民館
		14:05 ~ 14:15	冷水田園都市センター
		14:25 ~ 14:35	勝下農村集落センター
		14:45 ~ 14:55	柏熊新田農村集落センター
		15:05 ~ 15:20	縦山農村集落センター
		4/29 (土)	8:45 ~ 9:30

地区	日	時間	場所
大洋	4/25 (火)	8:50 ~ 9:00	天神平粗大ごみ積替え保管場所
		9:10 ~ 9:20	青山小角台集出荷所
		9:30 ~ 9:40	台の浜公民館
		9:50 ~ 10:00	濁沢農村集落センター
		10:10 ~ 10:25	上島東小学校裏（北側）
		10:40 ~ 10:50	武与釜生活改善センター
		11:00 ~ 11:10	荒地生活改善センター
		11:20 ~ 11:30	田子沼公民館
		11:40 ~ 11:50	京知釜公民館
		13:15 ~ 13:25	下沢集落センター
		13:35 ~ 13:50	飯島公民館
		14:00 ~ 14:10	上幡木農村集落センター
		14:20 ~ 14:30	中居白鳥会館
		14:40 ~ 14:50	江川農村集落センター南側
		4/26 (水)	9:00 ~ 9:15
	9:25 ~ 9:40		札公民館
	9:50 ~ 10:00		阿玉農村集落センター
	10:15 ~ 10:25		梶山集落センター
	10:35 ~ 10:45		吾妻原生活改善センター
	4/29 (土)	10:55 ~ 11:05	二重作農村集落センター
		11:10 ~ 12:00	大洋総合支所庁舎脇車庫前

地区	日	時間	場所	
鉾田	4/26 (水)	11:15 ~ 11:25	安塚区ふるさとコミュニティセンター	
		11:35 ~ 11:45	田中区コミュニティセンター	
		13:15 ~ 13:25	上諏訪公民館	
		13:35 ~ 13:45	華養院前駐車場	
		13:55 ~ 14:05	大竹公民館	
		14:15 ~ 14:30	鹿島灘海浜公園駐車場(ドッグラン付近)	
		14:40 ~ 14:55	美原公民館	
		4/27 (木)	8:50 ~ 9:00	靱負公民館
			9:10 ~ 9:20	安祥寺前農業研修センター
			9:30 ~ 9:40	旧徳宿小学校前空地
			9:50 ~ 10:05	東野公民館
			10:15 ~ 10:30	大戸学習館
			10:50 ~ 11:00	藤沼公民館
			11:10 ~ 11:25	舟木学修館
			11:35 ~ 11:50	北山公民館
	13:15 ~ 13:30		大川学習館	
	13:40 ~ 13:50		古新田会館脇駐車場	
	14:00 ~ 14:10		旧大和田小学校跡地	
	14:20 ~ 14:35		下富田学習館	
	4/28 (金)	14:45 ~ 15:00	南野会館	
		8:50 ~ 9:00	申挽下公民館	
		9:10 ~ 9:20	高田分団機庫	
		9:30 ~ 9:45	スカイタウン集会所	
		9:55 ~ 10:10	野友公民館	
		10:20 ~ 10:30	半原公民館	
		10:40 ~ 10:50	借宿前公民館	
		11:10 ~ 11:25	借宿中央公民館前	
11:35 ~ 11:50		鉾田市シルバー人材センター駐車場		
13:15 ~ 13:25		青柳分団機庫		
4/29 (土)	13:35 ~ 13:50	瀬古集荷所		
	14:00 ~ 14:10	上富田生活改善センター		
	14:20 ~ 14:35	鳥栖本郷学習館		
	14:45 ~ 14:55	新里公民館		
	15:10 ~ 15:20	西台プール跡地(市立第一保育所付近)		

※各地区とも雨天決行



犬の飼い方のルールとマナー

責任を持って飼いましょう！

飼えなくなった場合には、新しい飼い主を探しましょう。ペットを捨てることは、「動物愛護及び管理に関する法律」で禁じられています。不幸な動物を増やさないように、最後まで責任を持って飼いましょう。また、望まない繁殖を避けるために避妊・去勢手術を受けさせましょう。

犬が苦手な人もいます。散歩時は要注意！

散歩は犬を抑制できる人が行い、綱（リード）は絶対に外してはいけません。犬が苦手な方や小さな子供もいますので、周囲には十分注意するようお願いします。

衛生面に注意し、「ふん」は持ち帰りましょう！

公共の場所や他人の土地を汚すなど迷惑がかかります。ふんは持ち帰り責任を持って処理しましょう。また、犬を飼っている場所は清潔を心掛けてください。悪臭の苦情も寄せられています。適正なしつけを行い周囲に迷惑を掛けないようにしましょう。

きちんとつないで飼いましょう！

犬の放し飼いは、県条例で禁止されています。しつけのされたおとなしい犬でも、他の犬や動物との争いなどで興奮すると、近くにいる人に危害を加える場合もあります。また、交通事故の原因にもなるので大変危険です。犬をつなぐ綱は丈夫なものを選び、囲いの中で飼う場合は、高さや強度に注意して犬が逃げ出さないようにしてください。



銚田市議会議員一般選挙のお知らせ

問 銚田市選挙管理委員会 ☎ 36-7149

令和5年7月3日の任期満了に伴う銚田市議会議員一般選挙の選挙期日が決定しましたのでお知らせします。

- 告示日 令和5年6月18日(日)
- 投票日 令和5年6月25日(日)
(投票時間 7:00 から18:00 まで)
- 定数 18人

また、この選挙の立候補の手続きや選挙運動、選挙運動費用の負担などについて、右記の通り説明会を行いますので、立候補予定の方、関係者はお出席をお願いします。

立候補予定者説明会

- 日時 令和5年5月10日(水) 10:00 から
- 場所 銚田市福祉事務所2階会議室(銚田市役所敷地内)
※1候補者につき立候補予定者を含め2名以内でお願いします

立候補できる人

- ・年齢満25歳以上の日本国民であること
- ・引き続き3か月以上銚田市に住所を有している方
- ・公職選挙法の欠格事由に該当しない方

その他事項については、決定され次第、ホームページ等によりお知らせします。

銚田市に移住定住する方を応援します

※申請希望の方は事前にご相談ください

銚田市移住定住促進助成事業

今年度も継続して、住宅を新築あるいは購入した40歳未満の方を対象にその費用の一部を助成します。

■ 助成金額：最大50万円

- ・住宅取得助成金 市外転入世帯：20万円
市内定住世帯：10万円
- ★次の条件に該当する方は加算があります
 - ・子育て助成金
 - ・三世帯同居等助成金
 - ・銚田市空家バンク登録物件助成金



■ 申請期限 令和6年3月29日(金)まで

■ 問合せ 市役所 まちづくり推進課 ☎ 36-7154 (9:00～17:00 / 土日・祝日を除く)

▼HPはこちら



■ 対象要件

- ・令和5年1月1日から令和6年3月29日までの間に、住宅を取得し建物の所有権又は移転が完了していること
- ・取得した住宅の所有者で、令和5年4月1日現在で40歳未満であること
- ・対象住宅の所在地に住民登録していること
- ・取得費用が500万円以上(中古物件を含む)であること
- ・対象住宅への居住者が本市の市税又は税外収入金を滞納していないこと
- ・助成金交付の決定日から5年以上定住する意志があること など



未婚化・晩婚化を解消するための事業などを補助します

銚田市結婚支援事業補助金

男女の出会いの機会を提供する事業等を実施する団体に対して、補助金を交付します。

- 対象事業
 - ・結婚に対する意識向上等を図る事業(セミナーなど)
 - ・出会いの機会の提供を図る事業(婚活イベントなど)
 - ・団体の構成員の結婚支援の体制向上を図る事業(スキルアップセミナーなど)



■ 対象経費 事業にかかる経費の総額(上限30万円)

■ 募集期限 令和5年11月30日(木)

■ 問合せ 市役所まちづくり推進課 ☎ 36-7154 (9:00～17:00 / 土日・祝日を除く)



出会いを探している方を応援します

いばらき出会いサポートセンター 入会登録無料!

今年度も(一社)いばらき出会いサポートセンターへの入会登録が実質無料となります! 加入を迷っている方や出会いを探している方は、この機会に是非入会してはいかがでしょうか?

男性 いばらき出会いサポートセンターへの入会登録料を市が全額助成!

- 対象者
 - ・市内在住の結婚をしていない45歳以下の男性
 - ・本市の市税又は税外収入金を滞納していない方

申請期限 令和6年3月29日(金)まで

問合せ 市役所まちづくり推進課 ☎ 36-7154 (9:00～17:00 / 土日・祝日を除く)

※申請希望の方は事前にご相談ください。



女性 いばらき出会いサポートセンター「女性の入会登録料無料キャンペーン」実施中!

- 対象者 下記期間中にセンターに入会登録する女性

対象期間 令和6年3月31日(日)まで

問合せ いばらき出会いサポートセンター ☎ 029-224-8888



公民館主催講座の受講生を募集します

問 大洋公民館 ☎ 39-3305 (9:00 ~ 17:00 / 月曜休館)

前期公民館講座 受講者募集

- **応募資格** 銚田市に在住の方、または銚田市在勤・在学の方
- **応募期間** 令和5年4月2日(日)から4月21日(金) ※月曜日を除く
- **申込方法** 先着順 ※4月4日までに満席になった講座は抽選となります

① **インターネット** 右記二次元コードから申し込み▶



② **窓口** 銚田中央公民館、大洋公民館、旭公民館で受講申込書を記入(9:00 ~ 17:00 / 月曜休館)

※参加費は4月21日(金)までに、銚田中央公民館、大洋公民館窓口でお支払いください。(材料準備の都合上、返金できない場合あり)

開催講座

※一部抜粋

■ 短期講座

YOGA・スマートフォン初級・LINE 初級・YouTube 活用・寄せ植え・陶芸・パッチワーク・フレッシュハーブクッキング・薬膳レッスン

■ 子ども・子育て講座

HIP HOP ダンス・お金の使い方教室・読書感想文教室・ポスター教室

■ 定期講座

ZUMBA・生け花

詳細はこちら▶



高齢者大学新規受講生募集

健康で生きがいのある暮らしを送ることを目的として、学習会、映画鑑賞会など楽しく学んでいきましょう。 ※感染症の状況により中止となる場合あり

- **在学期間** 2年間 (卒業後も生涯にわたり学ぶことができます)
- **申込締切** 令和5年4月14日(金)

■ 大学入学資格：下記のすべてを満たす方

- ① 市内在住の方
- ② 年度当初において満60歳以上の方
- ③ 他の受講生と楽しく学習ができる方

■ 申込方法

- 【銚田地区】いきいき大学・・・銚田中央公民館にある申込用紙を窓口へ提出
- 【旭地区】高砂大学・・・旭公民館にある申込用紙を窓口へ提出
- 【大洋地区】寿大学・・・大洋公民館(☎ 39-3305)へお問合せ

宝くじによる コミュニティ助成事業 募集

一般財団法人自治総合センターでは、地域社会の健全な発展と住民福祉の向上に寄与することを目的として、宝くじの収益を財源に、社会貢献広報事業を実施しています。

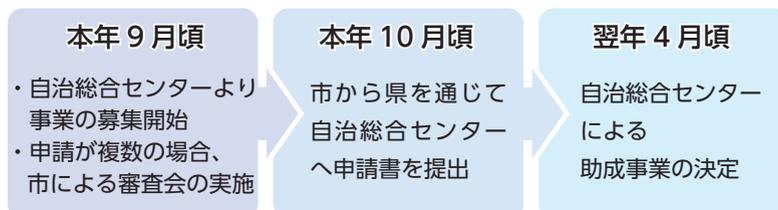
令和6年度実施予定の下記事業について、助成を希望する団体はまちづくり推進課までご相談ください。

一般コミュニティ助成事業

住民が自主的に行うコミュニティ活動の促進を図り、地域の連帯感や自治意識の向上などを目的に、コミュニティ活動に直接必要な設備等の整備事業に要する経費を助成します。 ※建築物、消耗品は除く

- 助成額** 100万円～250万円
- 助成団体** 市が認める行政区、自治会などの地域に密着して活動しているコミュニティ組織
- 受付期限** 令和5年8月31日(木) 17:00まで
- 事業例** 地域のお祭りなどで使用するテントや太鼓、集会施設で使用する机やイスなどの購入

事業の流れ



※特定目的のために組織された宗教団体、営利団体、趣味の愛好会、イベント等のために組織された団体、NPOは対象外となります。
※団体からの申請内容について、市や県、自治総合センターにて厳正に審査されますので、申請したとしても必ず採択されるとは限りません。

問 市役所 まちづくり推進課 ☎ 36-7154



助成制度の詳細内容はホームページをご覧ください▶

「市民が主役」まちづくり活動を支援します

市民のみなさんの自由な発想で地域を元気にする、まちづくり活動に補助金を交付します。

補助団体の要件

- ・自主的、積極的かつ継続的にまちづくり活動を推進する団体であること
- ・5人以上で構成し、8割以上が銚田市在住・在勤・在学者であること
- ・「若者世代まちづくり活動支援」については構成員の半数以上が18～39歳であること
- ・主に市内で活動をする団体であること

補助対象となる事業例

地域の見守り活動、高齢者への移動支援、世代間交流イベント、環境保全活動など

補助内容 以下の活動について最長3年間補助します

市民活動支援	活動内容：地域コミュニティなどによるまちづくり活動 助成額：補助対象経費の2/3(最大20万円)
地域課題解決型事業支援	活動内容：地域が抱える課題解決のために行う事業 助成額：補助対象経費の2/3(最大30万円)
若者世代まちづくり活動支援	活動内容：若い世代が中心となって行う先駆的事业 助成額：補助対象経費の総額(最大20万円)

※年度内に他の補助金を受けている事業など、補助対象とならない事業があります。応募要項等の詳細は市ホームページをご確認ください。

受付期限 令和5年10月31日(火) 17:00まで

問 市役所 まちづくり推進課 ☎ 36-7154

応募に際しては、事前にまちづくり推進課へご相談ください



健康づくり教室 参加者募集

参加無料



問 市地域包括支援センター ☎ 34-0011

いつまでも
元気に過ごしたい！ 認知症を予防したい！

認知力アップ講座

認知症予防に効果的な運動やレクリエーションなど、さまざまなプログラムを実施します。いつまでも若々しく元気な体と脳を維持するために、ぜひご参加ください！

応募条件

- ・市内に住所を有する 65 歳以上の方で運動ができる方
- ・認知症の診断を受けていない方
- ・要支援・要介護認定を受けていない方
- ・運動に自信のある方

内 容 認知症予防に効果的な運動・脳トレ

申込期限 5月2日(火)まで ※定員になり次第締め切り

定 員 10名 ※初めての方優先

会 場 旭保健センター

日 時 14:00～15:30

5月10日、17日、24日
6月7日、14日、21日、28日
7月5日、12日、19日、26日
8月2日

全12回
水曜日

※銚田会場は8月～、大洋会場は12月～の開催を予定しております。

おきらく 起き楽広場

送迎可能



最近、足腰が弱ってきたような…
家にいることが多くなって心配…

起き楽広場は、このような方を対象に、グループでのストレッチ、体操、筋トレ、レクリエーションなどを行う介護予防教室です。リハビリテーションの専門職が教えてくれます。ぜひ、お気軽にご参加ください。

応募条件

- ・市内に住所を有するおおむね 75 歳以上で軽い運動ができる方
- ・医師による運動制限のない方
- ・要介護認定を受けていない方

申込期限 4月14日(金)まで ※定員になり次第締め切り

定 員 旭・銚田会場：15名 大洋会場：10名

開催期間・会場

会場	開催期間(全12回)	曜日・時間
旭保健センター	4月18日～7月18日	火曜日 10:15～11:45
銚田保健センター	5月10日～7月26日	水曜日 9:30～11:00
大洋保健センター	5月11日～7月27日	木曜日 10:30～12:00

ご存じですか？プレコンセプションケア

問 市役所 健康増進課 ☎ 33-3691

プレコンセプションケア（プレコン）とは、若い世代の方から将来のライフプランを考えて、日々の生活や健康と向き合うこと。早い段階から正しい知識を得て、健康的な生活を送ることで、将来の健やかな妊娠や出産につながり、未来の子どもの健康の可能性を広げます。広報ほこたではプレコンを実施するための5つのプレコン Action を解説していきます。

今月のテーマ **いまの自分を知りましょう**

Action 1 いまの自分を知りましょう

- 2 生活を整えましょう
- 3 検査やワクチンを受けましょう
- 4 かかりつけ医を持ちましょう
- 5 人生をデザインしてみましょう

適正体重

やせも肥満も不妊や妊娠・
出産のリスクを高めます



栄養不足による若い女性のやせ(BMI18.5未満)は、貧血や将来の骨粗しょう症の原因になります。栄養過多や太り過ぎ(BMI25以上)は将来、糖尿病や高血圧など様々な病気のリスクを高めます。

運動

筋肉を増やして、
体力代謝を高めよう



適正体重の維持に積極的な運動は欠かせません。血流が良くなり、筋肉量が増えることで代謝も高めます。運動はこころの状態にも良い影響を与えます。

例：早歩き・お家ヨガ
テレビ体操・筋トレ

シルバーリハビリ体操で健康寿命を延ばそう！

シルバーリハビリ体操は「立つ、座る、歩く」など日常生活の基礎的な動きをもとに関節や筋肉の動きを良くする体操で、高齢者が心身ともに健康で過ごせるように考案されました。健康寿命を延ばすために体操をはじめませんか？

問 市地域包括支援センター ☎ 34-0011

椅子に座ってする体操

【効果】
転倒予防、
足や膝を持ち上げる筋肉（腸腰筋）の強化

Point

肘は下げずに足を上げます！
肘と膝がつかなくてもOKです！



1 正面をみて座ります。



2 肘を曲げた腕を、
胸の前で保持します。



3 膝を肘につくように
持ち上げます。



4 反対の足も同じように
持ち上げます。

③と④を
繰り返す

銚田市バドミントン教室 開催

“楽しみながら” バドミントンの技術、ルールやマナーを学ぶ教室を開講いたします。一緒に汗を流しましょう！！

主催 銚田市教育委員会・銚田市バドミントン連盟

講師 銚田市バドミントン連盟

開催期間 6月6日(火)～29日(木)の毎週火・木曜日
(全8回)

申込み 4月17日(月)～5月26日(金)
右記二次元コードからお申し込みください。



開催時間 19:30～21:30

開催会場 銚田総合公園体育館

募集定員 30名(先着順)

参加費用 1人あたり1,500円 ※保険料及び練習球購入費として

参加対象 市内在住の小学4年生以上・中高生・一般

その他

- ・運動ができる服装、体育館シューズ、タオル、飲み物などは各自でご用意下さい。
- ・ラケットのない方は貸し出しいたします。
- ・開催中止等になった場合は、銚田市教育委員会ホームページに掲載します。



問合せ先

銚田市教育委員会 生涯学習課 ☎37-4342
(平日8:30～17:15)

＼初心者大歓迎／

春季銚田市卓球教室 開催

卓球で楽しく汗を流し、健康維持や競技力向上と一緒に目指してみませんか？

生涯スポーツと言われている卓球にぜひ、チャレンジしてみましょう！！

開催日 4月7日から6月16日までの下記金曜日(全10日)

4月 7日・14日・21日・28日

5月 5日・12日・19日

6月 2日・9日・16日

時間 19:30～21:30(準備、後片付けを含む)

対象者 銚田市在住の方 ※中学生以下は保護者同伴

会場 銚田総合公園体育館

その他

- ・参加に必要な申込は一切ございません。直接会場にお越しください。
- ・会場にて、お名前、連絡先、体温チェックをさせていただきますので、ご了承ください。
- ・参加の際には、運動ができる服装、体育館シューズ、ラケット、タオル、飲み物、マスクを用意してください。
※ラケットのない方は、貸し出しいたします。
- ・開催中止等になった場合は、銚田市教育委員会のホームページに掲載いたします。

問

【指導者】銚田市卓球連盟 代表 土子明良 ☎32-2506(9:00～18:00)
【主催】銚田市教育委員会 生涯学習課 ☎37-4342(8:30～17:15)

鹿島アントラーズ ホームタウンデイズ「銚田の日」開催



鹿島アントラーズでは、日頃の感謝を込めて、銚田市に在住・在勤・在学の皆さんを対象とした、ホームタウンデイズ「銚田の日」招待企画を実施します。

対象試合 2023 明治安田生命 J1 リーグ第14節 FC 東京戦
5月20日(水)15:00キックオフ(12:00開場)

会場 茨城県立カシマサッカースタジアム

対象者 銚田市に在住・在勤・在学の方

席種・定員 バックスタンド上層エリアイーストゾーン(自由席)

当選者数 抽選500組1,000名様

申込方法 鹿島アントラーズ特設ページからお申し込みください。

※JリーグIDの取得が必要となります。

申込締切 4月27日(木)23:59まで

※招待クーポン配信日 4月28日(金)

※当選の方のみメールでお知らせいたします。



詳しくは鹿島アントラーズ公式サイトをご覧ください。
<https://www.antlers.co.jp/>

問 鹿島アントラーズコールセンター ☎0299-82-5555

ウォーキング教室 開催

ウォーキングは特別な道具や環境を必要とせず、「いつでも」「どこでも」「誰でも」行うことができる最も手軽な運動です。

運動習慣のない人でも体力に合わせて行えます。

ぜひ参加して、みんなで楽しく汗を流しましょう！

対象者 銚田市に住所を有する方(医師から運動制限を受けていない方)

参加費 無料(保険加入希望者は別途、保険料が必要です。ご相談ください。)

時間 10:00～12:00(受付は9:30～)

※実際のウォーキング時間は60分前後を予定しています。

服装 運動のできる服装でお越しください。

持ち物 帽子やタオル、飲み物等は各自でご持参ください。

募集期限 4月24日(月)まで

定員 各会場15名ずつ ※定員になり次第、締め切りとなります。

申込 各保健センターへお申し込みください。

集合場所	日程	
銚田保健センター	第2木曜日	5/11、6/8、9/14、10/12 11/9、12/14、1/11、2/8
大洋保健センター	第3木曜日	5/18、6/15、9/21、10/19 11/16、12/21、1/18、2/15
旭保健センター	第4火曜日	5/23、6/27、9/26、10/24 11/28、12/26、1/23、2/27

※7・8月は熱中症予防のため、お休みします。

申 銚田保健センター ☎33-3691
大洋保健センター ☎39-4866
旭保健センター ☎37-1411

草花の種子を配付します ～ 銚田市花いっぱい運動～

花いっぱい運動とは

花づくりを通して環境美化に対する関心を高め、青少年の健全育成および地域の活性化を促進することを目的として、推進している運動です。



種子の配付について

配付対象：花づくりを行う各種団体（地区、シニアクラブ、子ども会、女性会、職場等）へ配付します。

※個人での申込みはできません。

申込方法：電話、FAX、メール ※申込み後、郵送します。

申込期間：令和5年4月3日（月）～4月21日（金）

※種子がなくなり次第終了となります。

配付種子：以下の種子をセットで配付します。

種子の種類	配付数
サルビア（ホットジャズ スペシャル）	5袋
サルビア（ファリナセア ビクトリアブルー）	2袋
ひまわり（ビンセント オレンジ）	2袋
マリーゴールド（ボナンザ オレンジ）	5袋
マリーゴールド（ボナンザ イエロー）	3袋
アガスターシャ（ローズミント）	2袋
羽毛けいとう（センチュリー ミックス）	2袋
ジニア（プロフェュジョン チェリーバイカラー）	2袋

その他

- ・FAX やメールでお申込みの際は、団体名、代表者の氏名、送付先の住所、電話番号を記載してください。
 - ・花壇づくりの状況については、後日「状況報告書」を提出いただきます。
- ※第34回銚田市花いっぱいコンクールに参加される団体は除きます。

問い合わせ先

市教育委員会 生涯学習課

☎ 37-4342 FAX 37-3185

電話受付時間 8:30～17:15(平日のみ)



農地の権利移転にかかる下限面積が廃止されました



農業後継者の減少や高齢化により遊休農地が増加していく中で、従来の担い手だけでなく、経営の大小にかかわらず意欲を持って農業に取り組む新規就農者や参入者への農地の利用を促進する観点から、農地法の一部が改正され、農地の権利取得にあたっての下限面積要件が廃止されることになり、令和5年4月1日から施行されました。

これに伴い、銚田市で設定している下限面積（50アール）も廃止されましたが、農地の権利取得に必要なその他の要件は、引き続き継続となります。

（農地取得に必要な要件とは）

- ・農地の全てを効率的に利用すること
- ・必要な農作業に常時従事すること
- ・周辺の農地利用に支障がないこと



問 市農業委員会事務局 ☎ 36-7940

林地開発許可制度が変わります!!

（太陽光発電設備を設置する場合）

- 森林※1を開発して太陽光発電設備を設置する場合、許可が必要となる開発面積の基準が変わりました。

これまで 開発面積が1haを超える場合、都道府県知事による林地開発許可が必要でした。

令和5年4月より 開発面積が0.5haを超える場合、都道府県知事による林地開発許可が必要となります※2。

- ※1 都道府県知事がたてる地域森林計画の対象となっている民有林で、保安林、保安施設地区及び海岸保全区域内の森林を除きます。
- ※2 ただし、令和5年3月31日までに太陽光発電設備の設置に必要な測量・設計等の準備行為を終えた上で、既に土地の開発行為に着手している場合は、林地開発許可の取得は不要です。

- 林地開発許可を取得せずに開発を行った場合には、森林法に基づき、監督処分や罰則が科されます。

問 茨城県農林水産部林政課森林計画グループ ☎ 029-301-4031

銚田警察署からのお知らせ

茨城県警察 防犯アプリ

ダウンロードはコチラ

いばらきポリス

いばらきポリス 検索

QRコード

iOS端末 (iPhone等)

QRコード

アンドロイド 端末

パトロール機能 見守り活動などボランティア活動時に活用できます。

マップ 犯罪の発生情報を公開しています。

ちかん撃退 音と光で犯人を威嚇！

防犯ブザー 防犯ブザーで不審者を撃退！

メール/SNSと連動 ひばりくん防犯メール等が閲覧できます！

安全安心アプリ！ダウンロードをお願いします！！

金属盗難が多発しています

茨城県は認知件数 全国ワースト!
(全国平均の約7倍)

金属価格が高騰し、狙われています

- 銅線・太陽光発電設備ケーブル
- 用水路の蓋（グレーチング）
- 金属板
- エアコン室外機
- 水道の蛇口・田畑の給水バルブ
- フェンス

農家、工業者、施設管理者の皆様へ

●定期的な確認と不審者発見時の速報をお願いします。

金属リサイクル業者の方へ

- 買い取る時は、持ち込んだ者の身分確認（住所、氏名、職業、年齢）をしてください。
- 帳簿に取引内容（年月日、品目、特徴、数量、相手方など）を記録してください。
- 不正品の疑いがある場合は、警察へ通報してください。

銚田市内における犯罪等の発生(令和5年2月末現在)

	犯罪発生総数 (刑法犯認知)	子供・女性対象犯罪 (不審者情報)	ニセ電話詐欺	侵入窃盗 (一般住宅のみ)	自動車盗	農家被害の農作物 盗難(相談含む)
発生件数 (前年同月比)	34 (-3)	5 (+5)	0 (±0)	1 (±0)	2 (+2)	0 (±0)

問 銚田警察署 ☎ 34-0110

銚田市生涯学習館「とくしゅくの杜」 第2回企画展「鎌倉時代の銚田地方」開催中!

企画展 「鎌倉時代の銚田地方」

～大掾一族の世界と親鸞聖人生誕八百五十年～

期間 3月3日(金)から5月7日(日)まで

開館時間 9:00～17:00 月曜休館

*江戸時代の「城」とは一味違った鎌倉時代の「館」や「城」のジオラマを展示しています。また、親鸞聖人ゆかりの寺院ならびに伝承を紹介しています。

問 銚田市生涯学習館「とくしゅくの杜」 ☎ 36-6900

第3次 銚田市健康増進計画及び 食育推進計画を策定しました

健康でいきいきと暮らすことができる「健康寿命」を延ばしていくため、「自ら考え、地域で支えあい、健康で住みよい暮らしをつむぐ」を基本理念に、あらゆる世代のライフステージに応じた切れ目のない健康づくりに取り組みます。

市ホームページからご覧になれます。こちらから⇒



問 市役所 健康増進課 ☎ 33-3691

銚田市食改だより

「私達の健康は私達の手で」を合言葉に食を通じた健康づくり活動を行っています。今回は生活習慣病予防に効果的な野菜について紹介します。 ※食改：銚田市食生活改善推進員協議会の略称です

毎日野菜を350g食べよう

健康日本21が提唱している野菜の摂取目標量は1日あたり350g。しかし、実際の野菜の摂取量は男女ともに足りていません。野菜に含まれるカリウム・ビタミンAやビタミンC・食物繊維といった栄養素が体内で十分に働くためにも1日350gが必要だと言われています。コレステロールや中性脂肪、血糖を下げ、肥満の予防や生活習慣病予防のためにも、積極的に野菜を摂りましょう。

野菜による減塩効果

野菜に豊富に含まれるカリウムは、体内の余分なナトリウムを尿と一緒に排出する働きがあります。そのため体液の浸透圧のバランスを保って血圧が上がるのを防ぎ、活性酸素の働きを抑えるのに効果的です。果物・豆類などにもカリウムが多く含まれています。



問 旭保健センター ☎ 37-1411 銚田保健センター ☎ 33-3691 大洋保健センター ☎ 39-4866



食改さんのワンポイントミニ講座

～時短レシピ*もやしと豚肉のレンジ蒸し～



●材料 (2人分)

豚肩ロース	160g
しゃぶしゃぶ肉	
A 塩	小さじ 1/4
黒こしょう	少々
もやし	1袋
にんじん	1/4本
長ねぎ	1/2本
生姜	30g
酒	大さじ 1
ポン酢	大さじ 1
大葉	4枚

●作り方

- ①豚肩ロースしゃぶしゃぶ肉にAで下味をつける。
- ②もやしは洗って、水気をきる。人参は5cmの長さの細切りにし、混ぜ合わせる。
- ③長ねぎは斜め薄切りにする。生姜は皮をむいてせん切りにする。
- ④耐熱皿に②のをせ、長ねぎ、生姜をちらす。その上に①の肉を広げるように並べて酒をふる。
- ⑤ふんわりラップをかけて電子レンジ600wで5分加熱する。上にせん切りした大葉をのせてポン酢を添える。

【1人分栄養量：エネルギー 245 kcal たん白質 15.0 g 食塩相当量 1.4 g】

銚田市スポーツ協会スポーツ賞・功労賞表彰

スポーツ賞【個人の部】

氏名 (所属)	主な大会
自転車 市村 颯大(取手一高)	全国高等学校総合体育大会自転車競技大会
ソフトテニス 濱谷 優衣(旭東小)	関東小学生ソフトテニス選手権大会
櫻井 千歩(旭南小)	関東小学生ソフトテニス選手権大会
箕輪 南斗(銚田北小)	スポ少関東小学生ソフトテニス交流大会
鈴木 穂花(銚田北小)	スポ少関東小学生ソフトテニス交流大会
千葉 功大(銚田南小)	スポ少関東小学生ソフトテニス交流大会
平沼 千和(銚田南小)	スポ少関東小学生ソフトテニス交流大会
小沼 陽翔(大洋小)	スポ少関東小学生ソフトテニス交流大会
飯岡 蒼侑(大洋小)	スポ少関東小学生ソフトテニス交流大会
小沼 優武(大洋小)	スポ少関東小学生ソフトテニス交流大会
飯塚 莉那葉(大洋小)	スポ少関東小学生ソフトテニス交流大会
小沼 結奈(大洋小)	スポ少関東小学生ソフトテニス交流大会
橋本 怜奈(銚田一高)	関東高等学校ソフトテニス大会 女子個人
高野 隆之(銚田クラブ)	関東ソフトテニス選手権大会
小川 慶宏(銚田クラブ)	関東ソフトテニス選手権大会
田口 栄一(銚田クラブ)	関東ソフトテニス選手権大会
横田 紗菜(銚田クラブ)	関東ソフトテニス選手権大会
米川 優香(銚田クラブ)	関東ソフトテニス選手権大会
なぎなた 大川 宗則(銚田北中)	都道府県対抗なぎなた大会
バレーボール 小松崎友貴(銚田南小)	全日本バレーボール小学生大会
山口 蒼(銚田南小)	全日本バレーボール小学生大会
小松崎美貴(鹿島学園高)	関東高等学校女子バレーボール大会
野球 吉田 陽(旭西小)	NPB 全日本女子学童軟式野球大会
田山 纏(銚田南中)	ボーイズリーグ東日本選抜大会
小室 翔太(銚田南中)	ボーイズリーグ東日本選抜大会
サーフィン 飯田 あんじ(大洋中)	茨城サーフィンユニオン茨城県知事杯サーフィン大会
サッカー 小橋 勇斗(旭南小)	フジパンCUP 関東U12サッカー大会 in 山梨
菅谷 颯太(銚田南中)	高円宮杯全日本 U15 選手権大会関東大会
柔道 安田 彩乃(銚田南小)	茨城県小学生学年別体重別柔道大会
菅谷 莉子(大洋中)	県民総合体育大会兼国民体育大会茨城県大会
キックボクシング 鈴木 遥瑠(大洋小)	全日本アマチュアキックボクシングチャンピオンシップ
山口 慶大(銚田南中)	アマチュアキックボクシング連盟全日本選手権大会

氏名 (所属)	主な大会
陸上 久野 沙希菜(銚田北小)	茨城県小学生陸上競技大会
小沼 希愛(銚田南小)	全国小学生陸上競技交流大会茨城県選考会
石津 佑基(銚田南小)	茨城県小学生陸上競技大会
大越 柚稀(銚田南小)	全国小学生陸上競技交流大会茨城県選考会
高柳 舜(銚田南小)	全国小学生陸上競技交流大会茨城県選考会
高野 琉聖(銚田南小)	全国小学生陸上競技交流大会茨城県選考会
大庭 あかり(銚田北中)	茨城県中学校新人体育大会陸上競技会
横田 棕(銚田北中)	関東中学校陸上競技大会中学共通
藤崎 綾音(鹿島特別支援校)	茨城県特別支援学校体育連盟スポーツ競技会
高田 祥伍(鹿島特別支援校)	茨城県特別支援学校体育連盟スポーツ競技会
小林 竜輝(鹿島学園高)	関東高等学校男子駅伝競走大会
芝田 昊(鹿島学園高)	関東高等学校選抜新人陸上競技選手権大会
バドミントン 大和田寿美礼(日本体育大)	関東学生バドミントン大会新人選手権大会
大和田久瑠美(ウイザード)	全日本教職員バドミントン選手権大会
空手 山口 愛依(旭東小)	小学生・中学生全国空手道選手権大会
鬼澤 実愛(銚田北小)	小学生・中学生全国空手道選手権大会
三代田玲音(銚田北小)	小学生・中学生全国空手道選手権大会
渡辺 唯斗(銚田南小)	全日本総合空手道選手権大会
東 晃輝(大洋小)	茨城県少年空手道選手権大会水戸黄門杯
川部谷岳瑠(大洋小)	日本空手道連合会関東地区空手道選手権大会
安重 圭祐(大洋小)	茨城県少年空手道選手権大会水戸黄門杯
窪 春奈(旭中)	小学生・中学生全国空手道選手権大会
井川 翔葵(旭中)	小学生・中学生全国空手道選手権大会
井川 友翔(銚田北中)	小学生・中学生全国空手道選手権大会
川部谷修也(大洋中)	日本空手道連合会関東地区空手道選手権大会
横田 いつみ(水戸商高)	県民総合体育大会兼国民体育大会茨城県大会
ソフトボール 鬼沢 さくら(常磐大高)	全国高等学校総合体育大会ソフトボール競技大会
植村 眞理(鹿島学園高)	茨城県秋季大会兼全国選抜兼東日本女子ソフトボール大会
スポーツ賞【団体の部】 旭中学校 男子バスケットボール部	茨城県新人体育大会
銚田第一高等学校 女子ハンドボール部	茨城県高体連ハンドボールジュニア大会
銚田第一高等学校 女子ソフトテニス部	関東高等学校選抜ソフトテニス大会
功労賞 渡邊 保弘	スポーツウエルネス吹矢連盟副支部長 (役員期間 19年)

銚田市スポーツ少年団表彰

功労者表彰

銚田空手	梅原 一春
銚田空手	大和田和義

優秀競技者

銚田陸上	石津 佑基	旭ジュニアソフトテニス	濱谷 優衣
銚田陸上	手賀 愛皇	旭ジュニアソフトテニス	櫻井 千歩
銚田陸上	久野 沙希菜	旭ジュニアソフトテニス	箕輪 南斗
銚田陸上	小沼 希愛	旭ジュニアソフトテニス	千葉 功大
銚田陸上	高野 琉聖	旭ジュニアソフトテニス	平沼 千和
銚田陸上	大越 柚稀	旭ジュニアソフトテニス	鈴木 穂花
銚田陸上	高柳 舜	銚田空手	鬼澤 実愛
銚田陸上	田口 青葉	銚田空手	田家 大智
銚田陸上	鬼澤 琉翔	銚田空手	山口 愛依
銚田陸上	小室 信斗	銚田空手	田家 佳樹

優良団員表彰

銚田陸上	栗野 絢音
銚田陸上	石橋 里桜花
銚田空手	山口 陽愛
銚田空手	北田 杏太
大洋剣道	菅谷 歩音
茨城菁莪館道場	内村 優紀
銚田当間	石崎 愛恵
銚田当間	田山 蓮悟



(敬称略・大会名は掲載スペースの都合上一部省略しています)

Topics



2/23 THU 鉾田杯 中学女子バレーボール大会

2月23日(木)、鉾田杯中学校女子バレーボール大会が鉾田総合公園にて開催されました。鉾田市内および県東地区の中学校24校が参加し、鉾田北中学校・鉾田南中学校が決勝戦に進出。2校は白熱した試合を繰り広げ、鉾田北中学校が優勝、鉾田南中学校が準優勝という結果を収めました。



2/26 SUN 消防団新車両貸与式

鉾田市消防団徳宿分団・大和田分団へ貸与している消防自動車の更新にともない、鉾田消防署にて新車両貸与式が行われました。式典は、消防署長、消防団長、各分団員らが出席。改めて災害や火災に備える意識を高めました。◎この事業は防衛省の調整交付金を活用して行われています



3/3 FRI 銘柄産地指定証 交付

県の銘柄産地指定証交付式が県合同庁舎で行われ、鉾田・大洋地区の「こまつな」「ほうれんそう」「みず菜」が県銘柄産地の再指定を受けました。交付式には、JAほこたの関係者らが出席し、更なる産地・作物の発展を誓いました。指定された産地は3年ごとに審査され、さまざまな要件を満たすことで再指定されます。



3/8-10 WED~FRI 鉾田市区長会より 市内幼稚園等に絵本寄贈

鉾田市区長会が、市内の幼稚園及び保育所(園)12施設に絵本の寄贈をしてくださいました。区長会では、新型コロナの影響で、予定していた事業が実施できなかったため、何か地域貢献ができないかと協議を重ねて、今回の寄贈にいたったとのこと。ご寄贈ありがとうございました。



3/10 FRI 鉾田南小 鉾田囃子鑑賞

昨年11月に市無形文化財へ指定された鉾田囃子の鑑賞会が、3月10日(金)、鉾田南小学校にて実施されました。鉾田囃子保存会の皆さまはさまざまな演目を披露。鑑賞した6年生の児童はコロナ禍であまり見ることのできなかったパフォーマンスに見入っていました。



3/13 MON JA茨城旭村 街頭防犯カメラ 寄贈

JA茨城旭村から市へ街頭防犯カメラをご寄贈いただき、3月13日(月)に寄贈式と感謝状贈呈式を行いました。いただいた防犯カメラについては、鉾田警察署との協議を踏まえて旭地区内に設置予定となっております。この度はご寄贈ありがとうございました。



卒業・卒園 おめでとうございます

市内各小学校・中学校で卒業式が、幼稚園・保育所(園)で卒園式が行われました。旭中学校3年窪春奈さんは、3年間のできごとを振り返りながら答辞を述べ、4月から始まる新生活への意気込みを語りました。また鉾田北幼稚園では、宮崎園長から卒園児へ「皆さんのいいところをこれからもたくさん伸ばしていきましょう」との言葉とともに、新生活に向けてのエールが送られました。

令和5年度自動車税(種別割)納期内納付について

問 茨城県行方県税事務所 収税課
☎ 0299-72-0482
72-0772

■自動車税(種別割)は納期限(5月31日)までに納めましょう!

自動車税(種別割)は毎年4月1日現在で自動車を所有している方に課税されます。今年の納期限は5月31日(水)です。

お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアまたは県税事務所で納期限までに納付してください。

■自動車税(種別割)はクレジットカード、スマートフォン決済アプリで納付ができます!

定期課税分の自動車税(種別割)はクレジットカード、スマートフォン決済アプリでも納付できます。

銀行やコンビニ等に行くことなく「いつでも・どこでも・簡単」に自宅や外出先から24時間いつでも自動車税(種別割)を納付することができます。(納期限までに限ります。)

※詳しくは、納税通知書に同封されるチラシ又は茨城県税務課ホームページをご覧ください。

パーキンソン病友の会(鹿の会)ミニ交流会の開催について

問 パーキンソン病友の会
鹿の会世話役 発知(おち) 一夫
鹿嶋市宮中 2329-39 ☎ 0299-69-9350

日時 4/21(金) 13:30~15:30
場所 神栖市保健福祉会館 2階研修室(エレベーターあり)
神栖市役所前 ☎ 0299-90-1331
申込 前日までに「発知」(おち)までお申し込みください。
☎ 090-1851-7799
その他 ・マスクの着用をお願いします。
・会員以外の方もぜひ参加をお待ちしています。

図書館からのお知らせ

☆おたのしみ会☆
本の読み聞かせ、紙芝居
5月はお休みします。
6月3日(土) 10:00~11:00

今月のおすすめ!

月刊「ジュニアエラ」発行:毎日新聞社

政治、経済、国際、文化、スポーツなど、みんなが知りたい時事ニュースを、豊富な写真、グラフ、イラストでジュニア向け(大人でもOK)にわかりやすく解説。「ジュニアエラ」の記事は、私立中高の入試問題や、学校・学習塾の教材にも使われています。



中央書架

「おべんとう」から垣間見える、日々のこと、仕事のこと、家族のこと、子どもの頃のこと...



ブラウジングコーナー

おべんとう 大好き!!



4月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

■休館日(月曜日、館内整理日)
■あかちゃんタイム 10:00~12:00
4/5は子育てコンシェルジュが在館します



図書館
トップページ



図書検索ページ

問 銚田市立図書館 ☎ 33-2020

HP【<http://www.lib-hokota.jp/index.html>】

◇開館時間 9:00~18:00

茨城県最低賃金が改定 されました

令和4年10月1日から **時間額 911円**

※年齢やパート・学生・アルバイトなどの働き方の違いにかかわらず、すべての労働者に適用されます。

使用者も労働者も
必ず確認! 最低賃金



最低賃金制度のマスコット
チェックマン

中小企業事業者のみならずへ 賃金の上げを支援します。

業務改善助成金

生産性向上のための設備投資などを行って、事業場内の最低賃金を一定額以上引き上げた場合、その設備投資などの費用の一部を助成する制度です。

専門家による無料相談を実施しています

賃金引上げにお悩みの方は、働き方改革推進支援センターにご相談ください。

働き方改革推進支援資金

日本政策金融公庫では、事業場内最低賃金の引上げに取り組む者に対して、設備資金や運転資金の融資を行っています。

問合せ先: 茨城労働局賃金室 ☎ 029-224-6216

広報ほこた及び市ホームページ 有料広告を募集しています



- 問 市役所 政策秘書課 0291-36-7151
- 広報ほこた(4色カラー)**
広告サイズ 1枠 縦45mm×横112mm 2枠 縦45mm×横227mm
掲載料 1枠 13,000円/号 2枠 26,000円/号
 - 市ホームページ(バナー広告)**
広告サイズ 縦86ピクセル×横300ピクセル(容量30KB以内、GIF又はJPG形式)
掲載料 10,000円/月

LINEで情報発信中!

銚田市公式LINE友だち追加はこちらから▼

二次元コードの読み取りまたは
ID [@hokotacity]
をアプリ上で検索!



お知らせ

銚田市出会いコーディネートセンター 4月の開設スケジュール

問 銚田市出会いコーディネートセンター
(市役所まちづくり推進課内) ☎ 36-7154
mail hokomail-c10x@city.hokota.lg.jp

銚田市では、結婚を希望する方の婚活を応援するために出会いコーディネートセンターを開設しています。選任のコーディネーターが相談や申込み、問合せなどの対応をさせていただきます。

4月の開設日は下記のとおりです。お気軽にご連絡ください。

日時 4/ 5(水) 16:00～19:00
4/ 9(日) 9:00～12:00
4/19(水) 16:00～19:00
4/23(日) 9:00～12:00

会場 銚田中央公民館 1階会議室

スマートフォン・タブレットを
お持ちのかたはこちら ▶



母子家庭等自立促進講習会の 開催について

問 県母子寡婦福祉連合会
母子・父子福祉センター
☎ 029-221-8497

◆介護職員初任者研修

期 日 6/25(日)～10/22(日)
(日曜日のみ14日間)

レポート提出 4回(全130時間)

時 間 9:00～17:00(昼休み1時間)

会 場 茨城県母子寡婦福祉連合会

ラーク・ハイツ会議室

対象者 母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦で全
日程出席できる今後就労を希望する方

受講料 無料

テキスト代(6,000円)及びボラン
ティア保険加入代(392円)

申 込 銚田市 HP に掲載しております「【ひ
とり親家庭向け】母子家庭等自立促進
講習会のお知らせ」から申請書をダウ
ンロードし、茨城県母子寡婦福祉連合
会までご提出ください。

募集定員 20名

申込期限 5/25(木) 必着

その他 ・託児サービスを利用できます。
※2歳～小学生までのお子様に対
象となります。また、利用する
際は、事前登録が必要となりま
す。
・次の条件を満たす方は交通費の一部
が支給されます。
(母子家庭等となって7年未満の方
で前年度の所得が一定以下の方)

鹿島産業技術専門学院 スキルアップセミナーのご案内

問 茨城県立鹿島産業技術専門学院
☎ 0299-69-1171

■アーク溶接特別教育

実施期日

6/12(月)、13(火)、14(水)

8:50～17:00(3日間計21時間)

内 容 労働安全衛生法に基づく特別教育
(修了者には修了証を交付)

定 員 10名(定員を超える場合は抽選)

申込期限 4/17(月)～5/10(水)(必着)

受講料 3,040円

申込方法

①「インターネット」の場合

学院 HP <電子申請> より必要事項を入
力してください。入力の際、申込者のメー
ルアドレスが必要となります。

②「郵送」の場合

学院 HP より「受講申請書」をダウンロー
ドし、必要事項を記入のうえ、84円切
手を同封し当学院に送付ください。

※詳しくは、学院ホームページをご覧ください。

ボイラー関係講習のご案内

問 (一社)日本ボイラ協会 茨城支部
☎ 029-225-6185

令和5年4月

■第1回ボイラー実技講習【3日間】

(2級ボイラー技士免許の交付要件)

学 科: 4/14(金)・15(土)の2日間

会場 ⇒ 水戸市(茨城県 JA 会館)

実 技: 4/16(日)

会場 ⇒ 水戸市(茨城県 JA 会館)

申 込: 4/3(月)～7(金)

■第1回ボイラー取扱技能講習【2日間】

(小規模ボイラー取扱い可能となります)

講習日: 4/19(水)・20(木)の2日間

会 場: 水戸市(茨城県 JA 会館)

申 込: 4/3(月)～7(金)

令和5年5月

■第1回普通第一種圧力容器取扱作業主任者 技能講習【2日間】

(第一種圧力容器作業主任者の資格取得可)

講習日: 5/3(水)・4(木)の2日間

会 場: 水戸市(茨城県 JA 会館)

申 込: 4/10(月)～14(金)

■第2回ボイラー実技講習【3日間】

(2級ボイラー技士免許の交付要件)

学 科: 5/13(土)・14(日)の2日間

会場 ⇒ 水戸市(茨城県 JA 会館)

実 技: 5/20(土)

会場 ⇒ 水戸市(茨城県 JA 会館)

申 込: 4/17(月)～21(金)

※日本ボイラ協会茨城支部の HP から
各種講習の案内及び受講申込書を
ダウンロードできます。

http://www.jba-ibaraki.jp/



銚田市シルバー人材センター 入会のご案内

問 銚田市シルバー人材センター(ワークラ 銚田)
銚田市当間1989 ☎ 32-4448

あなたの知識や経験を地域に活かしてみま
せんか。

■入会資格

・銚田市に居住する60歳以上の方で、健康
で働く意欲のある方

・シルバー人材センターの趣旨に賛同した方

・入会説明を受け、入会申込書を提出した方
(理事会の承認後正会員)

・定められた会費を納入していただける方

■入会説明会

月日(曜日)	月日(曜日)
4/11(火)	10/10(火)
5/10(水)	11/9(木)
6/8(木)	12/6(水)
7/11(火)	R6 1/11(木)
8/2(水)	2/7(水)
9/7(木)	3/5(火)

※13:30から

入会説明会は事前に窓口又は電話で申込
みください。(都合により日程の変更が
生じる場合もあるため、再度確認ください。)

ひきこもり相談の実施について

問 茨城県ひきこもり相談支援センター
☎ 0296-48-6631

茨城県ひきこもり相談支援センターでは、
ご家族のひきこもり問題で悩んでおられる方
を対象に出張相談を行います。

「外出することに不安を感じている」「働き
出したいけれど動けない」、「何をどうすれば
いいのかわからない」等の困りごとなど、ま
ずは相談から始めてみませんか。

相談は無料ですので、お一人で悩まずお気
軽にご連絡ください。

日 時 5/30(火) 13時、14時、15時
(各50分×3件)

場 所 銚田市社会福祉協議会 研修室2

費 用 無料

相談員 茨城県ひきこもり相談支援センター

対 象 茨城県内在住のひきこもり問題でお
困りのご本人やご家族

申 込 5/27(土)までに電話またはメール
で下記へ

問い合わせ先

茨城県ひきこもり相談支援センター

筑西市西方1790-29

☎ 0296-48-6631

火曜から土曜 9:00～18:00

mail: info@ibahiki.org

H P: https://www.ibahiki.org



編集・発行 (発行日 R5.4.3) 銚田市役所 政策秘書課 〒311-1592 茨城県銚田市銚田1444番地1 ☎0291-36-7151 FAX 0291-32-4443 E-mail hisho@city.hokota.lg.jp

今月お誕生日を迎える我が家のアイドルを紹介します！
お誕生日おめでとう



富田 菜名ちゃん
なな
なな誕生日おめでとう！
いっぱい食べて大きくなつてね！

齋藤 心琴ちゃん
みこと
誕生日おめでとう！
兄弟仲良く大きくなってね！

遠峰 来玲葉ちゃん
くれは
3歳おめでとう！
素敵なダンスいつもありがとう☆

広報紙発行月に1歳～3歳の誕生日を迎える我が家のアイドルを掲載してみませんか？

- 申込方法
右記二次元コードまたは政策秘書課(画像データ持参)にてお申込みください。
- 必要事項
●お子さんの氏名(フリガナ)・性別・生年月日・住所
●保護者名・電話番号
●お子さんに向けた25字程度のコメント
- 5月号申込み 4/3(月)～4/12(水)



小室 舞香ちゃん
まいか
一歳のお誕生日おめでとう！
たくさん遊んで、たくさん食べて、素敵な笑顔をいっぱい見せてね！

藤田 瑛心くん
えいしん
お誕生日おめでとう☆
これからもたくさん笑って大きくなつてね

加茂田 蒼くん
あおい
3歳のお誕生日おめでとう！
いつもここに笑顔で元気をくれてありがとう！

休日診療

4月の当番医はこちら		
当番日	当番医	
4/9(日)	高須病院	☎33-2131
4/16(日)	ハタミクリニック	☎33-3158
4/23(日)	銚田病院	☎32-3313
4/29(土)	鬼沢ファミリークリニック	☎33-2555
4/30(日)	舟木クリニック	☎36-5288

※鬼沢ファミリークリニックは、9:00～12:00までとなります。

4月の休日開庁日(証明書などの交付)	
日程等	4月9日(日)、23日(日) 8:30～12:00 諸証明の発行※
場所	銚田市役所 市民課・税務課
問合せ	市役所 市民課 ☎36-7157 税務課 ☎36-7446

※詳細は市ホームページ等をご確認ください

4月納税カレンダー	
納期限(5月1日)までに納めましょう	
税目	納期
介護保険料	1期

◆市税等の納付には便利な口座振替をご利用ください

相談コーナー

悩むよりまず相談を！ 各種無料相談				
※新型コロナウイルス感染症の状況によって「中止」になる場合があります				
相談名	心配ごと相談(事前予約制)	行政相談(予約不要)	特設人権相談(予約不要)	消費生活に関する相談(電話相談：予約不要)(来所相談：事前予約制)
日時	4/20(木) 10:30～15:00	4/12(水) 17:00～19:00	4/14(金) 10:00～15:00	平日 9:00～12:00 13:00～17:00
会場	銚田中央公民館2階	銚田中央公民館	銚田中央公民館	銚田市役所3階 商工観光課内
問合せ	市社会福祉協議会 銚田本所 ☎32-5831	市役所 政策秘書課 ☎36-7151	市福祉事務所社会福祉課 ☎36-7920	銚田市消費生活センター ☎33-2992
相談内容等	・弁護士による無料法律相談 ・定員になり次第締切 ・毎月第3木曜日に実施	国や県、市などの行政機関に対する意見や要望など	差別問題、家庭内の問題、いじめ、ハラスメント、近隣間の揉め事等の相談	契約のトラブル・多重債務問題など

災害・緊急 ～もじものときは～	
警察・通報	110
火災・救急	119
銚田警察署	☎34-0110
銚田消防署	☎34-0119
旭出張所	☎34-4119
大洋出張所	☎34-5119
火災情報テレホンサービス	☎32-2119

岸田市長の部屋

昨年4月に開校した「銚田市立大洋小学校」の開校記念植樹祭に招待され、桜(ソメイヨシノ)の苗木を植えてきました。

植樹祭は、6年生からの発案で、校章にも描かれている桜の木を開校記念として校内に植えることができないかと、相談をして始まった企画だと聞きました。

子どもたちの発想力と行動力に驚きと感銘を受けました。

銚田市公式HPでも随時更新しています。

医療機関案内

いばらき医療機関情報ネット
インターネット <https://www.ibaraki-medinfo.jp/>

茨城県救急医療情報システム
インターネット <https://www.qq.pref.ibaraki.jp/>
携帯サイト <https://www.qq.pref.ibaraki.jp/kt/>

おとな救急電話相談
電話案内(24時間対応) ☎050-5445-2856
7ツシ回線 #7119

子ども救急電話相談
電話案内(24時間対応) ☎050-5445-2856
7ツシ回線 #8000

夜間小児救急診療所
診療時間 毎日 20:00～23:00
(22:45までに受付をお願いします)
☎0299-82-3817 (鹿嶋市宮中1998-2)

献血にご協力ください	
日時	4月21日(金) 9:30～12:15 13:30～16:00
場所	銚田中央公民館

◆銚田市メール配信サービス
☐インターネット(HPへアクセスして登録)
<https://service.sugumail.com/hokota/member/>
☐携帯電話
【t-hokota@sg-m.jp】へ空メールを送信し、登録確認メールが届いてから画面の指示に従って登録してください。

◆ひばりくん防犯メール
☐携帯電話
【add@mail11.police.pref.ibaraki.jp】へ空メールを送信し、登録確認メールが届いてから画面の指示に従って登録してください。

◆消費生活情報メール配信サービス
☐携帯電話
【sshokota1-entry@ib.e-msg.jp】へ空メールを送信し、確認メールが届いたら変更せずに返信してください。

◆防災行政無線テレホンサービス
防災無線を聞き逃した際にご活用ください。
☎34-8770 ☎34-8771