

[いなしき]

public relations

inashiki 2

february 2023





二十歳

かがやく未来へ
新たなスタート。



はたちの集い実行委員会



新木 風我さん



人見 友梨さん

意見 発表

代表してはたちの集い
実行委員が意見発表
を行いました。



謝辞：板橋 大地さん



稲敷市

はたちの集い



未来へ羽ばたく、 二十歳の門出。

令和5年
対象者
365名

1月8日、江戸崎総合運動公園体育館で365名を対象に、はたちの集い(旧成人式)が開催されました。昨年まで実施してきた成人式が、民法改正による成年年齢の引き下げに伴い、実行委員会の話し合いを経て、名称を「はたちの集い」と改めることになりました。

はたちの集いは、二十歳を迎える若者が、社会の一員となる自覚を高め、自立し、将来について見つめなおす機会として開催するものです。

昨年に引き続き、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のため、入場時の検温、手指の消毒、座席の間隔等の対策を行われました。コロナ禍ではありますが、懐かしい友人との再会に近況を語り合う姿や、スマートフォンで記念写真を撮る姿など、笑顔の若者たちであふれ、会場は二十歳を祝福する雰囲気でした。

式典の様子は、稲敷市公式YouTubeでライブ配信され、入場できないご家族も、参加者の晴れ姿を見ることができました。式典では、来賓や恩師に見守られ、算市長をはじめ多くの方からお祝いと激励の言葉が贈られました。二十歳の皆さんを代表して人見友梨さん、新木風我さんが意見発表、板橋大地さんが謝辞を述べました。

式典の名称は変わりましたが、これははたちの集いを節目として、決意を新たに未来への一歩を踏み出していくことになるでしょう。夢に向かって羽ばたく皆さんのこれからの活躍に期待します。

03 下水道を利用している方へ 使用ルールを守りましょう

下水道 問 稲敷市下水道課 ☎029-892-2000(内線2972)

■下水道は次のことに注意してください

油や生ごみ、トイレトイレットペーパー以外の紙等を、台所やトイレに流さないようにしましょう。下水道に流れると、ごみ類は下水の流れを阻害し、油類は冷え固まることで、排水設備や公共ます、下水道本管をふさぐ原因となります。

宅内の排水設備や本管が詰まったり壊れたりすると、管の取り換えなど大規模な修理が必要になる恐れがあります。

また、雨水ますや外水栓等は下水道に接続しないでください。大雨時に雨水が大量に流入し、下水の処理が間に合わず、家庭排水の流れが悪くなる原因となります。宅内の配管状況を確認して、雨水ますや外水栓等を下水道に接続している場合は、速やかに改善してください。

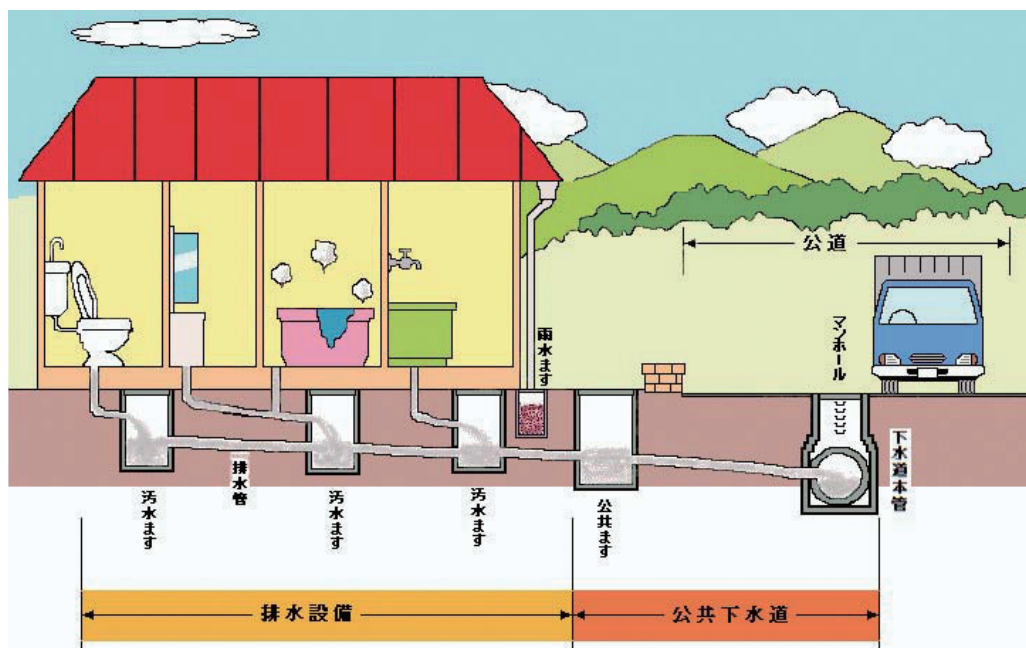
一人一人が下水道の使用ルールを守り、やさしく使うよう心掛けましょう。

■下水道に流してはいけない主なもの

- ・雨水(雨どい、雨水ます、外水栓等は下水道に接続しない)
- ・油類(新聞紙などで吸い取り、燃やせるごみに出す)
- ・生ごみ、ペット用トイレ砂、たばこの吸い殻
- ・ガソリンなどの燃料、薬品類
- ・トイレトイレットペーパー以外の紙類、ビニール類、その他ごみ全般



油により詰まった下水道



Topics

市政情報

01 使用期限が迫っています シルバー商品券・子どもの未来応援商品券

お知らせ 問 ☎029-892-2000 高齢福祉課(内線2125) こども支援課(内線2113)

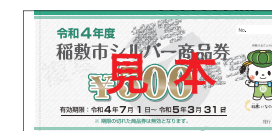
令和4年度「シルバー商品券」「子どもの未来応援商品券」の使用期限は、3月31日(金)です。期限を過ぎた商品券は使用できません。また、払い戻しもできませんので必ず期限内にご使用ください。

令和5年2月1日から3月31日の間で、転入等により新たに住民基本台帳に登録された児童の「子どもの未来応援商品券」については、令和5年度の対象となります。

●お問い合わせ

シルバー商品券：高齢福祉課

子どもの未来応援商品券：こども支援課



02 65歳以上の方へ まちかど健康教室参加者募集

いこいのプラザ 問 稲敷市いこいのプラザ ☎0297-63-1004

市内ショッピングセンターで指導員が講話や介護予防体操を行います。お買い物ついでに楽しく体操しませんか？友人を誘ってぜひ会場にお越しください。

▽定員：先着30名

▽参加費：無料

※自宅から会場まで送迎も可能です。ご希望される方はお申し込みください。(片道100円・往復200円)

※感染症対策等のため中止する場合があります。中止の場合、市ホームページでお知らせし、送迎予約者へは電話連絡します。

開催情報はこちら→



2月・3月の教室テーマ「ロコモティブシンドローム(運動器障害)予防」

開催日	時間	会場	送迎申込締切日
2月16日(木)	両日 午後2時～3時	パンプ(江戸崎甲4836番地)	1月27日(金)
3月23日(木)	受付：午後1時30分～	パルナ(西代1495番地)	3月3日(金)

ユニットバスリフォーム

浴室全面 白アリ防蟻 薬剤散布 無料!!

さらに 断熱 無料!!

本体価格 **398,000円** + 【別途工事費】 **348,000円**

(税込437,800円) (税込382,800円)

(ユニットバス解体処分/水道工事/電気工事/組立設置工事/大工事)

完全無料のお見積りのご依頼、ご相談はこちら!

基礎・壁・天井 断熱

サザナ nello design

稲敷郡阿見町吉原2011-4

☎029-888-6119

宮本病院

医療法人 盡誠会

地域とともに歩む医療を目指して

- ◆診療日/月曜日～土曜日
- ◆休診日/日曜日、祝祭日(院長予約以外)休診
- ◆受付時間/(午前診療)8時30分～11時30分 (午後診療)8時30分～16時30分
- ◆診療時間/(午前)9時00分～12時00分 (午後)14時00分～17時00分

※外来予定表、送迎時刻表などはホームページでご確認ください。

小児科

東京医科大学
茨城医療センターより小児科医が
派遣されています。

〒300-0605 茨城県稲敷市幸田1247
TEL 0299-79-2114
<http://miyamoto-hp.or.jp/>

稲敷市内定期送迎バス運行中

06 特別障害者手当・障害児福祉手当のご案内

社会福祉 稲敷市社会福祉課 ☎029-892-2000(内線2139)

■特別障害者手当(申請が必要です)

在宅で精神または身体に著しく重度の障がいがあるため、日常生活において常時介護を必要とする20歳以上の方に支給します。

▽手当額:月額27,300円(令和4年度)

▽支給対象となる障がいの程度

- ①障害基礎年金1級程度の障がい重複する場合
- ②障害基礎年金1級程度の障がい1つ、同2級程度の障がい2つ以上重複する場合
- ③障害基礎年金1級程度以上の障がい1つでも、日常生活能力が低く①と同程度の場合

▽注意事項

- 次の方は支給制限、または資格喪失となります。
 - ・受給資格者またはその配偶者、扶養義務者の前年の所得が一定以上であるとき(支給停止)
 - ・施設に入所している、または病院等に3カ月以上入院しているとき(資格喪失)

■障害児福祉手当(申請が必要です)

在宅で重度の障がいがあるため、日常生活において常時介護を必要とする20歳未満の児童に支給します。

▽手当額:月額14,850円(令和4年度)

▽支給対象となる障がいの程度

- ①身体障害者手帳1級程度
- ②療育手帳A程度

▽注意事項

- 次の方は支給制限、または資格喪失となります。
 - ・受給資格者、扶養義務者の前年の所得が一定以上であるとき(支給停止)
 - ・児童施設に入所している方(資格喪失)
 - ・障害年金を受給している方(資格喪失)

■手当の支給方法(共通)

▽支給日:年4回(2月、5月、8月、11月)

申請の翌月から支給月の前月までの分を支給します。

▽申請:社会福祉課へ申請してください。

04 事前予約が必要です！令和5年度(令和4年分所得)申告相談

税務 稲敷市税務課 ☎029-892-2000(内線2224)

予約は電話とインターネットで受け付けます。

■予約専用ダイヤル(申告予約センター)

☎029-846-2330

▽受付期間:2月1日(水)～3月14日(火)

▽受付時間:午前9時～午後4時(土日祝日を除く)
※希望日の前日(土日祝日を除く)午後4時までに予約してください。専用ダイヤルは大変混み合います。インターネットからの予約をご利用ください。

※市役所代表電話では予約できません。ご注意ください。

■インターネット予約

▽受付期間:2月1日(水)午前9時～3月14日(火)午後4時

▽受付時間:24時間受付

※希望日の前日午後4時までに予約してください。

■事前準備をお願いします

- ①営業所得、農業所得、不動産所得等を申告される方は、収支内訳書を作成し、必ず持参してください。
- ②医療費控除を受ける方は、診療を受けた人、医療費の支払先ごとに領収書を整理し、計算を済ませ、明細書を作成しておいてください。

■注意事項

- ・予約した時間帯の10分前に会場へお越しください。※予約時間内でも当日の状況により、お待ちいただく場合があります。
- ・予約枠は、1枠20分程度を予定しています。
- ・予約の変更・キャンセルは、変更希望日の前日午後4時までに電話かインターネットで行ってください。
- ・青色申告、土地・建物・株式の売買や配当等がある方の確定申告は、竜ヶ崎税務署をお願いします。
- ※申告相談についての詳細は、広報稲敷1月号の折込みチラシをご確認ください。

予約はこちらから→



07 確定申告等に必要「障害者控除対象者認定書」を交付します

高齢福祉 稲敷市高齢福祉課 ☎029-892-2000(内線2128)

65歳以上の高齢者で、市から「障害者控除対象者認定書」の交付を受けている方は、障害者控除が受けられます。

■対象者

各種障害者手帳の交付を受けていない65歳以上の高齢者で、精神または身体に障がいのある方。障がいの程度については、介護保険法の規定に基づく介護認定資料などをもとに、市の認定基準によって認定します。

■申請方法

高齢福祉課または東支所で申請してください。申請後、介護認定資料の内容が確認できた方へ「障害者控除対象者認定書」を交付します。

●お問い合わせ

認定書に関して(稲敷市高齢福祉課)

☎029-892-2000(内線2128)

所得税に関して(竜ヶ崎税務署)

☎0297-66-1303(音声案内)

広告 屋根・外壁塗り替えセミナーのおしらせ 2月9日(木)～2月26日(日)

開催情報

開催 ●2/9(木)・2/11(土) みほふれ愛プラザ 研修室
●2/18(土)・2/26(日) 本郷ふれあいセンター 会議室

時間 (全日)10時～12時

申込 (一社)市民講座運営委員会 ☎0120-689-419(9時～18時)

協賛 プロタイムズ稲敷店

専門家が選び、屋根・外壁の塗り替えを専門的に行います。お住まいの屋根・外壁の劣化を診断し、最適な塗り替えの提案を行います。お申し込みは、お電話またはお申し込み用紙を郵送ください。

2月9日(木)～2月26日(日)

05 婚活中の方へ素敵な出会いを応援 いばらき出会いサポートセンター入会登録料の助成

まちづくり推進 稲敷市まちづくり推進課 ☎029-892-2000(内線2426)

いばらき出会いサポートセンターの入会登録料を助成します。入会を検討されている方は、ぜひご利用ください。

■助成額

11,000円(1回限り/2年間有効)

■助成対象

次の要件を全て満たす方。

- ①市内在住で、本市に住居登録している方
- ②未婚の方(事実婚などを除く)
- ③令和4年4月1日以降に入会し、申請時点で退会していない方
- ④市税などを滞納していない方
- ⑤暴力団排除条例に規定する暴力団員等でない方

■申請方法

いばらき出会いサポートセンターに入会后、申請に必要な書類を、郵送または持参でまちづくり推進課に

提出してください。

■申請に必要な書類

- ・いばらき出会いサポートセンター入会登録料助成金交付申請書兼請求書
- ・いばらき出会いサポートセンター入会登録料の領収書の写し

■申請受付期間

令和4年4月1日～令和5年3月31日

※予算上限に達した場合は、期限内に受付を締め切る場合があります。

いばらき出会いサポートセンターの紹介、制度の詳細はこちら



保健 Health

防のためには、塩分を控えることと野菜をとることが大切です。野菜に含まれるカリウムは腎臓でのナトリウムの再吸収を抑制し、余分な塩分を排泄する働きがあります。

■おいしく減塩するコツ

1. 醤油やソースはかけずにつける。
2. 麺類の汁は残す。
3. 減塩食品を活用する。
4. お味噌汁・お漬物は1日1回など回数を決める。
5. 栄養成分表示を確かめる。

高齢者肺炎球菌予防接種

定期接種対象の方には、令和4年5月に接種券を送付しています。接種期限は3月31日です。希望する方は早めに接種してください。

また、定期接種対象者以外の65歳以上の方で、5年以内に接種を受けていない方が接種する場合は、3千円の助成が受けられます。(ただし、今までに市の助成を受けていない方が対象で

す。)ご希望の方は、健康増進課までお問い合わせください。

子宮がん・乳がん検診無料クーポン券

利用期限は3月31日です。期限間際には予約が取れなくなってしまうこともあります。対象の方で、今年度検診を受けていない方は、この機会にがんの早期発見のため検診をお受けください。予約は直接医療機関にご連絡してください。

■対象者

- ・子宮がん検診：平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれ的女性
- ・乳がん検診：昭和56年4月2日～昭和57年4月1日生まれ的女性

●稲敷市健康増進課
☎029-892-2000

塩分のとりすぎに注意

厚生労働省では1日の塩分摂取量を男性7.5g、女性6.5gを目標量としています。しかし、茨城県民の塩分摂取量は男性11.2g、女性9.4gと、目標量よりも多い摂取量となっています。

塩分のとりすぎは心疾患や脳血管疾患を発生させるリスクを高めます。予

模倣品に関するトラブル

令和4年10月から模倣品の水際取り締めが強化されています。インターネット通販で購入した商品が模倣品だった場合、個人使用目的であっても、税関による没収の対象になり、手元に届きません。

■これまで

もし模倣品であっても、個人使用目的なら受取可能

■令和4年10月1日以降

模倣品は、個人使用目的でも受け取れない

模倣品のトラブル防止には購入サイトの見極めが大切です。

- ・ブランド品やメーカー品で、価格が通常よりも安い
- ・市場では希少な商品が販売されている
- ・キャンセル、返品、返金のルールがど

こにも記載されていない

- ・支払い方法が銀行振り込みに限定されている
- ・事業者の名称、住所、電話番号が明確に表記されていない

これらの項目に複数該当するサイトは要注意です。トラブルを避けるため、サイトの情報をよく確認し、インターネットで事業者のトラブル情報がないか検索してみましょう。

不安に思った場合や困った時は、一人で悩まずに、早めに消費生活センターに相談してください。

●稲敷市消費生活センター（稲敷市役所1階）☎029-893-1523

▽相談日時：月曜日～金曜日（祝日を除く）午前9時30分～午後4時30分
来所の際は事前に予約をお願いします。

●消費者ホットライン「188」

08 確定申告に必要です おむつ代の医療費控除用確認書 高齢福祉

☎ 稲敷市高齢福祉課 ☎029-892-2000(内線2128)

医師が発行する「おむつ使用証明書」とおむつ代の領収書があれば、市県民税および所得税の医療費控除が受けられます。

おむつ代について医療費控除を受けるのが2年目以降の方は、おむつ使用証明書の代わりに、市が交付する「おむつ代の医療費控除用確認書」とおむつ代の領収書を提示すれば医療費控除を受けることができます。

■対象者

介護保険法の規定に基づく要支援・要介護認定を受けている方で、介護認定資料(主治医意見書)で次の全ての事項が確認できる方。

①意見書の作成日が、おむつを使用した当該年(認定有効期間が13カ月以上の方はその前年)であること

- ②日常生活自立度(寝たきり度)がB1～C2であること
- ③尿失禁の発生可能性が「あり」であること

■申請方法

高齢福祉課または東支所で申請してください。申請後、介護認定資料(主治医意見書)において、内容が確認できた方に「おむつ代の医療費控除用確認書」を交付します。

●お問い合わせ

認定書に関して(稲敷市高齢福祉課)
☎029-892-2000(内線2128)
所得税に関して(竜ヶ崎税務署)
☎0297-66-1303(音声案内)

09 参加者募集中 第1回稲敷市シニアグラウンドゴルフ交歓大会 高齢福祉

☎ 稲敷市高齢福祉課 ☎029-892-2000(内線2125)

第1回稲敷市シニアグラウンドゴルフ交歓大会を開催します。ご興味のある方は、高齢福祉課まで電話でお申し込みください。初心者大歓迎。老人クラブに加入している方は、クラブの会長へお申し込みください。▽日時：3月1日(水)午前9時～午後2時30分(午前8時45分集合)

※小雨決行。延期の場合3月3日(金)に開催。延期・中止の場合のみご連絡します。

▽場所：江戸崎総合運動公園 野球場

▽大会概要：1R 16ホール×2R(計32ホール)

※組み合わせは当日会場で掲示します。

▽対象者：市内在住で60歳以上の方(先着160名)

▽持ち物：昼食、飲み物。小雨の場合は雨具。

▽申込先：高齢福祉課

▽申込期限：2月15日(水)

※グラウンドゴルフとは…木製クラブでボールを打ち、打数の少なさを競うゲームです。初心者から楽しめるスポーツなので、どなたでも手軽に楽しめます。大会前日の2月28日(火)午後2時頃から練習会を開催します。用具は貸し出ししますので、ぜひご参加ください。



年金相談や年金請求などのお手続きが無料でできます。

街角の年金相談センター土浦

予約受付
専用電話 **0570-05-4890**
(ナビダイヤル)

土浦市桜町1-16-12 リーガル土浦ビル3階
電話：029(825)2300
土浦駅西口から徒歩3分
駐車場はウララパーキングをご利用ください。

受付時間：月～金曜日(祝日、年末年始を除く)
8時30分～17時15分 ※月曜日(時間延長)19時まで
第2土曜日：9時30分～16時
お電話による年金相談は受け付けておりません。

日本年金機構から委託を受け全国社会保険労務士会連合会が運営しています。





図書 Library

市立図書館

2月の特集

ご当地特集

地域に根付いた文化、方言、ご当地グルメ、ご当地ソング、ご当地キャラクターまで、ご当地な本や都道府県について特集します。



冬の天体観望会

桜川天文愛好会にご協力いただき天体観望会を開催します。

「オリオン大星雲」や「すばる」を望遠鏡で観てみませんか？条件が合えばスマホで月が撮影できるかも。

▽日時：2月25日(土)午後7時～午後8時(予備日：2月26日(日))

▽場所：市立図書館

▽申込受付：図書館窓口、電話

▽その他：小・中学生は保護者と一緒に参加ください。曇天の場合は、開始1時間前に態度決定します。

関連図書の展示

新着図書(写真左から)

おもいいたします

あさのあつこ(徳間書店)

任務 松本清張未刊行短篇集(中央公論社)

さっちゃん、なぜ死んだのか？

真梨幸子(講談社)



2月1日(水)～28日(火)まで、関連図書を展示します。ぜひご利用ください。

になる展開の連続で、読み進める手が止まらなくなりました。上巻の中盤で登場する、ロックでホット(文字通り)な相棒にも注目です。(I)

稲敷おとなキネマ

▽場所：市立図書館2階 視聴覚室

▽受付：当日午後1時30分～

▽その他：無料/先着40名

●上映作品：山河遥かなり

▽日時：2月18日(土)午後2時～

▽主演：イワン・ヤンドル、モンゴメリ・クリフト

●上映作品：いつでも夢を

▽日時：2月25日(土)午後2時～

▽主演：吉永小百合、浜田光男

おはなし会

絵本や紙芝居の読み聞かせ会です。

▽場所：市立図書館1階 絵本コーナー

おはなしの木

▽日時：2月18日(土)午後3時～

図書館おはなし会

▽日時：2月26日(日)午前10時30分～

スタッフおすすめ本

「プロジェクト・ヘイル・メアリー 上・下」アンディ・ウィアー/早川書房

途方もない絶望と孤独の中、科学者の主人公が知識と好奇心、そして持ち前のユーモアで困難に立ち向かっていくSF小説です。軽妙な文章と先が気

●稲敷市立図書館(八千石18-1)

☎0299-79-3111

図書館カレンダー 2月

市立図書館休館日：■

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				

■利用時間：午前9時～午後5時

※図書館は水曜日のみ午前9時～午後7時

※各公民館図書室の休室日は、施設に直接お問い合わせください。

※イベント予定を変更する場合があります。

最新の情報はこちら



図書館ホームページ 稲敷市電子図書館



子育て Child rearing

子育て支援センターは未就学児の子どもと保護者が安心して遊べる場所です。気軽にご利用ください。

▽各支援センター利用時間：平日午前9時～午後4時

※あいアイは土曜日でも午前9時～午前11時30分まで利用できます。

※諸事情により、利用日時や行事等は変更になることがあります。市のホームページやメルマガ等でご確認ください。

あいアイ・あいアイ東

ふれあいマッサージ

お子さんとマッサージを通して優しい癒しの時間を過ごしませんか？ご予約お待ちしております。(要予約)

▽場所・日程：あいアイ(新利根)/2月3日(金)・17日(金)、あいアイ(東)/2月10日(金)・24日(金)

▽時間：午前10時30分～

▽対象：3カ月～10カ月児の就園前の親子

▽持ち物：バスタオル・飲み物

●支援センターあいアイ(新・東)

☎0297-87-7070

つばさ・こども園支援室

おひな様飾りをつくろう

オリジナルの桃の節句飾りを、親子



牛乳パック de チェア

牛乳パックがかわいい椅子に大変身！ちょこんと腰かけるお子さんの姿にメロメロです♪

▽日時：2月13日(月)、15日(水)午前10時15分～(センターひまわり)

で作ってお家に飾ってみましょう。男の子もぜひ参加してください。ご予約お待ちしております。

▽日程：2月7日(火)

▽時間：午前10時15分～

●支援センターつばさ

☎070-4322-1935

ひまわり

ひな飾り製作♪

簡単でかわいい手作りのお雛飾りです♪男の子もぜひご参加ください☆(要予約)

▽日程：2月6日(月)、8日(水)

※8日は赤ちゃん対象

▽時間：午前10時15分～

●支援センターひまわり(私立江戸崎保育園内) ☎090-3232-2680

こうだ

メッセージカードを渡そう☆

お世話になっている人や大好きな人へ心をこめて手作りのメッセージカードをプレゼントしませんか☆(要予約)

▽日程：2月10日(金)

▽時間：午前10時15分～

●支援センターこうだ(私立幸田保育園内) ☎0299-79-2296

子育てカレンダー 2月

各支援センターの主な行事予定。

㊦=あいアイ ㊧=あいアイ東 ㊨=センターつばさ ㊩=こども園支援室 ㊪=センターひまわり ㊫=センターこうだ

その他の行事については月末更新の「COCOLOカフェ」内のお便りをご覧ください。毎週木曜日にメルマガも配信中。COCOLOカフェ

<http://www.city.inashiki.lg.jp/kosodate/>

- ㊨2日(木) 豆まきごっこ
- ㊨3日(金) 節分を楽しもう!
- ㊦3日(金) ふれあいマッサージ
- ㊦6日(月) 誕生会
- ㊧10日(金) ふれあいマッサージ
- ㊩14日(火) 運動あそび やってみよう!
- ㊨15日(水) ◇壁面製作◇
- ㊨16日(木) 新聞ひらひらビリビリ楽しもう
- ㊦17日(金) ふれあいマッサージ
- ㊨20日(月) ママリフレ♡骨盤体操～
- ㊨22日(水) 手遊び・読み聞かせ♪
- ㊧24日(金) ふれあいマッサージ
- ㊨27日(月) つばさ・ひまわり合同お誕生会&おたのしみ♪(会場:ひまわり)
- ㊦27日(月) ひな祭りを楽しもう
- ㊧28日(火) ひな祭りを楽しもう

俳句

彼はと心急きたり年の暮
 仁王門いでて開きぬ時雨傘
 庭掃除落葉時雨を浴びながら
 霜よけの篠の枝を挿す豆の苗
 華やかに店飾られて街師走
 「戦」の一字正に年の暮
 炬燵して家族の居場所戻りけり
 霜に一度当て、取り込む松の鉢
 二つ三つ小樽運河に雪だるま
 忘れ物思い出せず日短か

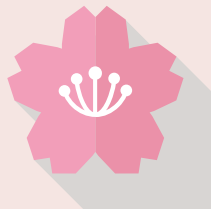
細川悦子(荒宿)
 増田みきお(羽賀)
 宮本芳子(切通)
 山口須美子(上君山)
 幸田不死男(荒宿)
 小貫和子(浮島)
 山崎幸子(浮島)
 堀内さわ子(境島)
 木村よし子(阿波)
 鴻野のぶ尾(堀之内)

短歌

手抜きでも一番人気手巻き寿司
 「ふくよかね」言われて気付く二重顎
 記録的地球が傷つく温暖化
 「まあまあだね」爺の演歌を孫が誉め
 縁側に午後の日差し心地良く余生の幸せかみしめており
 サッカーのワールドカップに熱くなる強豪破りまた熱くなる
 あかね空白き衣は朱に映えて彼方に富士は麗しく在り
 沈まんとする夕空に秋の日は真白き雲もオレンジに染む
 畑の隅の茄子もおおいて南瓜のぶ大き葉陰に黄花のぞかせ
 もう師走皆の支えのありがたく窓により添い月微笑むがに
 同級会唄のひとつも出ぬままに過ぎゆく時間カラオケの部屋
 コロナ禍の払拭願ひ己がでに結いし門松据えて仰ぎぬ

川柳

高橋均(押砂)
 内藤幸子(堀川)
 根本和子(西代)
 武内新一(南ヶ丘)
 増田三喜雄(羽賀)
 山本彰治(高田)
 岡野千恵子(伊佐津)
 柴崎文子(新橋)
 海老沢永子(清水)
 香取ひろ子(新橋)
 木内正晴(押砂)
 吉田多嘉子(伊佐部)



文化協会団体紹介 いなしき水墨画同好会

稲敷市文化協会とは、市内のさまざまな文化芸術活動の推進に協力支援する団体です。毎号、文化協会所属団体をご紹介します。興味のある方はぜひ参加してみましよう。

いなしき水墨画同好会
 いなしき水墨画同好会は、平成20年前期公民館講座終了後に、受講生を主体として9月に創立しました。

用紙は、色紙・画用紙大・縦長等、自分の好みの紙・大きさで描いています。月に一度の活動なので、家で描いた画を活動日に持参し、先生に手直しの墨を入れていただきます。

諦めていた画も、神の手を持つ上坂先生の一筆で、完成にしています。

「これでいいじゃない」「良く描けてるよ」先生の一言は、本当に嬉しいものです。

現在は会員が少なく、寂しいのですが、興味のある方は、逆にチャンスです。先生に、時間をかけて基本から教えて頂きます。

昔使用した子どもさんの習字用具で十分です。まずは、墨を摺ってみましょう。お待ちしています。

■いなしき水墨画同好会

■▽場所：江戸崎中央公民館▽開催日：毎月第2水曜日 午後1時30分～午後3時30分▽代表：小貫和子 ☎029-894-6150



生涯学習

Life education

スポーツ振興

Sports promotion

桜川中学校で地域料理教室

桜川地区食生活改善推進員による地域料理教室を、12月13日、桜川中学校調理室にて実施しました。コミュニティ・スクール（地域とともにある学校づくり）としての活動です。

食生活改善推進員5名の指導により、地元産レンコンを使ったレンコンハンバーグを1年生が作りました。「丁寧に教えていただいたので、おいしいハンバーグができた」「地域の方と交流ができてうれしかった」「とても分かりやすかったのでまた教えていただきたい」などの感想が聞かれました。

推進員の方々からも「久しぶりに中学生と実習ができてうれしかった」という声があがりました。今後も、学校と地域とが連携した活動を学校運営協議

会で話し合い、実施していく予定です。



●稲敷市生涯学習課
 ☎029-892-4110

リンパセラピー教室

11月18日～12月16日の毎週金曜日、東支所でリンパセラピー教室が開催されました。鎖骨、肩、腕、背中、腰、脚や顔などのリンパケアの手法を学ぶとともに、リンパの流れを良くする体操で、免疫力アップと心身のリフレッシュができました。



配信を頑張るどいちゃんの様子

指導を受けました。

子供たちは丁寧な指導に「うまく打てるようになった」、「とても楽しかった」など有意義な野球教室となりました。今年もコロナの影響でファン感謝祭が中止となってしまいましたが、来年こそ茨城GGの一層の活躍を期待しています。

茨城GG少年野球教室

12月10日、桜川総合運動公園野球場で茨城ゴールデンゴールズ(GG)による少年野球教室が開催されました。市内の少年野球チームや、野球に興味がある小学校低学年の子供たち約60名が参加し、バッティングやボールの捕球の仕方などを茨城GGの選手から



●稲敷市スポーツ振興課
 ☎029-892-8661

オンラインボディメイク教室

10月12日～12月21日の毎週金曜日、新型コロナウイルスの感染拡大でスポーツをする機会が減っている市民向けに「おうちでできるボディメイク教室」をオンラインで無料開催しました。この教室では、ボディメイクを行う上で身に付けたい運動習慣や食生活についての講義を行いました。





1



2



5



3



4



6



7



できごと

いなしきの今を見てみよう。

市長動静(12月)

主なものを掲載▽1日：議会本会議一般質問▽9日：議会定例会閉会▽20日：年末の犯罪抑止防犯キャンペーン▽22日：臨時議会

善意のご寄付

稲敷市へご寄付をいただきました。ご厚意に感謝申し上げます。ありがとうございました。(敬称略)

・南総通運株式会社 50万円

秋の叙勲

次の方が受章の栄誉に輝きました。

おめでとうございます。

●旭日双光章

木内義延さん(元稲敷市議会議員)

●旭日単光章

栗山勲さん(元東町議会議員、高齢者叙勲、写真1)

置き畳の寄贈

新大宮会全国代理店株式会社村上畳材店様から、子どもたちに畳の良さ知ってもらおう目的で、置き畳(88cm×88cm)32枚の寄贈がありました。寄贈された置き畳は、沼里児童クラブで

使用します。ご厚意に感謝申し上げます。ありがとうございました。

菊花展表彰

第17回稲敷市菊花展が、11月5日～20日まで大杉神社境内で開催され、約200鉢の菊が、訪れた見物客の目を楽ませました。12月11日には、同神社参集殿で表彰式が行われました。

シルバーリハビリ体操指導士が誕生

県と市共催の「シルバーリハビリ体操指導士3級養成講習会」が実施され、新たに4名の指導士が誕生しました。

市の介護予防に貢献して下さることを期待しています。

江戸崎かぼちゃのポタージュ

12月16日、JA稲敷の根本代表理事組合長、同江戸崎南瓜部会の池延部会長が、「江戸崎かぼちゃのポタージュ」販売報告のため、表敬訪問しました。今年は、甘みを抑えたコンソメベースの食事スープ、江戸崎かぼちゃとクルトンを盛り付けて、ボリュームと食感も楽しめます。北関東全域約1740店舗のセブンイレブンで、12月1日から販

売しています。ぜひ、ご賞味ください。

高田小児童、建設現場を見学

12月1日、和田公園で高田小学校の5年生児童17名が、工事現場を見学しました。今回見学したのは、霞ヶ浦の堤防等の補修点検を行う天海建設株式会社の現場。北風が強く非常に寒い中、児童たちは、高さ約20メートルまで上昇できる高所作業車から和田岬を一望したほか、ショベルカーの操作を体験。建設業への関心だけでなく、仕事の大切さを考える良い機会になったよ

うです。

消防出初式

1月7日、市役所で80分団・消防団員277人と消防署員などが参加し、消防出初式が開催されました。点呼の声が冬空に響き、緊張感と厳粛な空気の中、市長の訓示や団長の答辞、消防活動に貢献した団員・署員の表彰が行われました。団員の皆さんは、この式典で消防の使命を再認識し、市民の生命・財産・生活を守るため、決意を新たに活動していきます。

Information

くらしと情報

茨城いのちの電話

第38期 相談員養成講座生募集

電話を通して、悩んでいる人を支えるボランティア活動です。あなたも電話相談員として活動しませんか？

▽応募資格：23歳以上。24時間受信体制での活動に積極的に参加できる人。所定の研修に参加できる人。▽養成講座：2023年6月～2025年3月、原則として月3回、土曜日※宿泊研修は必須▽研修場所：つくば近辺（一部水戸市内）、必要に応じてオンライン形式併用▽応募期間：2023年2月1日（水）～4月7日（金）
▽その他：受講料や申し込み方法など、詳しくはホームページをご覧ください。



●茨城いのちの電話事務局 ☎029-852-8505

令和5年住宅・土地統計調査

準備事務実施のお知らせ

総務省統計局では、令和5年10月に「令和5年住宅・土地統計調査」を全国一斉に実施します。その準備事務として、1月から2月にアパート・マンションなどの建物内の住戸数や、寮・旅館・事務所などの居住世帯の有無を確認します。県知事が任命した統計指導員が、国で選定した調査対象地区を巡回しますので、ご理解とご協力をお願いします。

●稲敷市企画財政課 統計担当
☎029-892-2000(内線2623)

浮島湿原 妙岐ノ鼻

ヨシ焼きのお知らせ

「妙岐ノ鼻」において、湿地環境の保全を目的としてヨシ焼きを実施します。当日の風向きなどにより、灰や煙等が広範囲にわたり飛散することがありますのでご注意ください。皆様のご理解とご協力をお願いします。

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

▽日時：3月5日（日）※予備日3月12日（日）

▽時間：午前9時～正午（午前10時頃着火）

▽主催：国土交通省霞ヶ浦河川事務所
水資源機構利根川下流総合管理所

●水資源機構利根川下流総合管理所環境課
☎0299-79-3311



令和4年度

第2回里親制度説明会

里親制度説明と里親さんの体験談が聞けます。ご希望の方は、QRコードからお申し込みください。

▽日時：2月18日（土）午前10時～午後0時30分※受付午前9時30分～▽参加形態：①会場参加②オンライン参加（webex）③動画視聴参加（後日youtubeチャンネル公開）▽会場：つくば同仁会子どもセンター地域交流スペース（つくば市高崎802-1）▽申込締切：2月4日（土）▽その他：参加無料。定員30名。▽主催：茨城県民間フォスタリング機関「つくば香風寮」

●つくば香風寮

☎080-8434-3329(担当：増子)



年金受給者の皆さまへ

「公的年金等の源泉徴収票」が送付されます

高齢・退職を支給事由とする年金を受給している方には、日本年金機構より1月中旬から順次「源泉徴収票」が送付されます。「源泉徴収票」は所得税の確定申告の際に必要になりますので、大切に保管してください。障害年金や遺族年金は、非課税所得であるため源泉徴収票は送付されません。再交付希望の方は、ねんきんダイヤルにて、再交付申請ご本人の基礎年金番号、氏名、生年月日、住所をお伝えください。2週間程度で郵送されます。お急ぎの方は年金事務所へご相談ください。

●ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165

土浦年金事務所 ☎029-825-1170

外国人の不法就労防止にご協力をお願いします

外国人の不法就労は、法律で禁止されており、不法就労した外国人だけでなく、不法就労させた事業主も処罰の対象となります。

茨城県警察では、不法滞在外国人や悪質雇用主の検挙・摘発を進めています。外国人を雇用するときは、パスポート、在留カード等で在留資格の確認をお願いします。また、不法滞在外国人や悪質雇用主等に関する情報は、稲敷警察署または東京出入国在留管理局までお知らせください。

●稲敷警察署 ☎029-893-0110

障がい者就職面接会の中止について

令和4年度（後期）障がい者就職面接会（県南会場）は、新型コロナウイルス感染リスク等を考慮し、中止となります。

●ハローワーク龍ヶ崎 ☎0297-60-2727



相続登記はお済みですか月間

茨城司法書士会では、2月を「相続登記はお済みですか月間」と題して、相続登記に関する無料相談を開催します。気軽にご利用ください。

▽期間：2月の1カ月間（土・日・祝日を除く）

▽相談内容：相続登記に関する相談

▽受付および実施場所：県内の各司法書士事務所

▽その他：申し込みは各司法書士事務所まで。（要事前予約）本相談は無料です。

●茨城司法書士会 ☎029-225-0111

県立IT短大オープンキャンパス開催

「目指せ！ITのプロフェッショナル」

▽日時：3月4日（土）午前9時～午後4時

▽場所：茨城県立産業技術短期大学

▽内容：学校見学や体験授業

▽対象者：ITに関心をお持ちの高校生および保護者等
▽申込：3月2日（木）正午までに、ホームページからお申し込みください。（要申込）

▽その他：実施の案内・変更等はホームページでお知らせします。

●茨城県立産業技術短期大学

☎029-269-5500



シルバー人材センター

料金等改正のお知らせ

【作業料金の主な改正】①茨城県内の最低賃金を考慮し、1時間880円の作業を920円に改正②草刈・植木剪定：1時間1,100円から1,200円に改正③除草（手作業）：1時間880円から1,000円に改正④植木剪定：1時間1,100円から1,200円に改正⑤障子・網戸張替：1枚850円から1,000円に改正※上記以外の作業料金については、お問い合わせください。

【事務手数料の改正】

作業料金に対する10%から15%に改正

【改正の時期】令和5年4月1日からの受託作業分

●稲敷市シルバー人材センター ☎029-892-3323

農泊・都市農村交流活性化セミナー

受講者募集

▽日時：2月24日（金）午後1時30分～午後4時

▽応募資格：農泊の取組を現に実施またはこれから実施しようとする個人・団体、観光業、旅行業、宿泊・食事・体験等の都市農村交流活動に取り組む個人・団体等

▽場所：古民家山川邸（古河市恩名826-2）

▽申込：電話または、右のQRコードからお申し込みください。

▽その他：定員40名、参加は無料です。詳しくはホームページをご覧ください。

●(株)日本旅行水戸支店 ☎029-224-6332

(主催：茨城県農村計画課 ☎029-301-4264)



休日開局担当薬局

休日調剤の担当は以下のとおりです。

・2月5日（日）：薬局パンプキン（029-892-5000）

・2月11日（土）：ぬまた調剤薬局（029-840-5051）

・2月19日（日）：南山堂薬局江戸崎店（029-834-5800）

・2月23日（木）：江戸崎中央薬局（029-828-8989）

・2月26日（日）：さくらい薬局桜川古渡店（029-840-6655）

※開局時間は午前9時～午後4時までとなります。

●公益社団法人茨城県薬剤師会 牛久薬剤師会



暮らしの カレンダー

Feb. 2月

S	M	T	W	T	F	S
			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				

日曜開庁：■
閉庁日：青字



健康医療

休日診療当番医

休日の急病に対応します。変更になる場合があります。受診前にご確認ください。▽時間：午前9時～午後4時

1月29日(日)	まつばらウイメンズクリニック(阿見町) ☎029-830-5151 鈴木クリニック(沼田) ☎029-892-3640
2月5日(日)	あべ整形外科(阿見町) ☎029-875-5303 いなしきクリニック(蒲ヶ山) ☎029-892-3372
2月11日(土)	つじ耳鼻咽喉科クリニック(阿見町) ☎029-801-3387 鈴木クリニック(沼田) ☎029-892-3640
2月12日(日)	市川ファミリークリニック(阿見町) ☎029-843-3301 古橋医院(西代) ☎0299-78-3770
2月19日(日)	はたかわ医院(美浦村) ☎029-885-2358 佐倉クリニック(門前第2) ☎029-892-7011
2月23日(木)	印南クリニック(阿見町) ☎029-834-2222 江戸崎ひかりクリニック(西町) ☎029-834-5777
2月26日(日)	かたやま耳鼻咽喉科(阿見町) ☎029-887-3349 ゆはらクリニック(古渡) ☎029-894-2002
3月5日(日)	朝田病院(阿見町) ☎029-887-0310 江戸崎病院(阿波) ☎029-894-2611

救急医療情報

急病やけがで救急車の要請要否や受診を迷ったら

「おとな救急電話相談」(短縮ダイヤル：#7119)「子ども救急電話相談」(短縮ダイヤル：#8000)の直通電話が、050-5445-2856に統一されています。24時間365日対応。

県救急医療情報システム

(<http://www.qq.pref.ibaraki.jp/>)では、医療機関の検索、休日診療当番医、小児輪番などの情報が検索できます。

稲敷地域小児救急輪番制

小児の休日・夜間の急病に対応します。

▽時間：平日＝午後6時～午後9時、土曜＝午後2時～午後5時、日曜午前＝午前9時～正午、日曜午後＝正午～午後3時、祝日＝午前9時～正午▽その他：時間外は土浦協同病院(☎029-830-3711)へ

月火金	東京医科大学茨城医療センター ☎029-887-1161
水	つくばセントラル病院 ☎029-872-1771
木	龍ヶ崎済生会病院 ☎0297-63-7111
土	牛久愛和総合病院 ☎029-873-3111
日午前	東京医科大学茨城医療センター ☎029-887-1161
日午後	龍ヶ崎済生会病院 ☎0297-63-7111

精神保健相談

こころの相談

こころの健康、悩み、病気についての相談を精神保健福祉士がお受けします。予約制。

●稲敷市社会福祉課 ☎029-892-2000

竜ヶ崎保健所精神クリニック

家に閉じこもっている、眠れないなど困ったことはありませんか？専門医や保健師が相談に応じます。予約制。

▽日時：毎月第1水曜日、毎月第3火曜日

▽場所：竜ヶ崎保健所

●竜ヶ崎保健所保健指導課 ☎0297-62-2367

茨城県ひきこもり相談支援センター

ひきこもりについて本人・家族からの電話・来所(要予約)などによる相談を行っています。

▽相談時間：午前9時～午後6時(火曜～土曜)※年末年始祝祭日を除く

●一般社団法人アイネット ☎0296-48-6631



その他

心配ごと・行政・人権相談

心配ごと相談、行政相談、人権相談の合同相談会。心配ごと相談は、日常生活の諸問題を弁護士が相談に応じます。

▽申込：全て前日までの予約。定員5名▽場所と日程：新利根公民館…2月2日(木)、東支所…2月16日(木)、桜川公民館…3月2日(木)、江戸崎福祉センター…3月16日(木)

▽時間：午後1時30分～午後4時

●心配ごと＝稲敷市社会福祉協議会 ☎029-892-5711

●行政＝稲敷市総務課 ☎029-892-2000

●人権＝稲敷市人権推進室 ☎029-892-2000

生活相談

隣保館の設置されていない地域の生活や人権などの問題について、専門の相談員が応じます。

▽日時：毎週水曜日(祝日を除く)午前9時～午前11時30分▽場所：新利根公民館、小角地区公園管理棟

●稲敷市人権推進室 ☎029-892-2000

子ども・家庭・教育相談 2～3月

教育相談

いじめ、不登校、友人関係など児童生徒に関する教育問題全般に、市教育相談員が面接や電話でお答えします。

▽日時：月曜～金曜(祝日を除く)午前9時～午後5時

●適応指導教室(市教育センター) ☎029-892-2852

家庭教育相談

公認心理師の先生が、子育てに関する悩みや発達障がいなどの相談を面接でお受けします。予約制。

▽日時：2月7日(火)、2月16日(木)、3月1日(水)、3月24日(金)午前10時～午後4時▽場所：江戸崎中央公民館、あずま生涯学習センターなど

●稲敷市生涯学習課 ☎029-892-2000

家庭児童相談

養護、虐待、育成など、18歳未満の児童に関する相談に、福祉専門職員や家庭相談員が面接や電話等でお応えします。

▽日時：月曜～金曜(祝日を除く) / 午前8時30分～午後5時15分

●稲敷市家庭児童相談室 ☎029-892-2000(内線2108)

児童相談所虐待対応ダイヤル「189番」(いちはやく)

24時間体制で相談を受け付ける全国共通ダイヤル。

法律関係

法律相談

法律に関わる相談に弁護士がお答えします。

▽実施日：2月14日(火)▽場所：稲敷市役所▽申込：(予約期間)2月6日(月)～10日(金)定員8名▽その他：市内に住民票がある方が対象です。予約開始日の午前8時30分より予約を受け付けます。なお、内容によっては相談をお受けできない場合があります。その他、注意事項については市ホームページをご確認ください。

●稲敷市総務課 ☎029-892-2000

司法書士による無料相続相談

市内の不動産所有者、または相続予定者を対象に実施します。

▽日時：2月5日、19日、3月5日、19日(午前10時～正午)

▽場所：稲敷市役所▽申込：当日電話予約(午前8時30分～午前11時)▽定員：4組

●稲敷市総務課 ☎029-892-2000

行政書士による無料相続相談

遺言や法人設立、農地法に関する事など、問題解決の糸口として行政書士がアドバイスします。

▽日時：2月12日、26日、3月12日、26日(午前10時～正午)▽場所：稲敷市役所▽申込：当日電話予約(午前8時30分～午前11時)▽定員：4組

●稲敷市総務課 ☎029-892-2000

消費生活相談

専門の相談員が、商品やサービス、訪問販売など消費生活に関する事や、多重債務などの相談をお受けします。

▽日時：月曜～金曜(祝日を除く)午前9時30分～午後4時30分▽場所：稲敷市役所

●稲敷市消費生活センター ☎029-893-1523

納税締め切り

納税はお早めをお願いします。

固定資産税	4期	期限2月28日(火)
介護保険料	6期	期限2月28日(火)
国民健康保険税	8期	期限2月28日(火)
後期高齢者医療保険料	8期	期限2月28日(火)

※広報稲敷に掲載されている今後開催予定の日程等は、新型コロナウイルス感染症予防のため中止、または変更となる場合があります。

3月5日は霞ヶ浦清掃大作戦の日

3月5日(日)は、「霞ヶ浦清掃大作戦」です。地域の環境美化のため、市内一斉の清掃作業を行います。また、霞ヶ浦と流入河川の環境保全のために河川や堤防などのゴミの回収もお願いします。

清掃作業

各区長を通じて、可燃・不燃(金属類・ビン類)のごみ袋を配布します。

※近年、清掃活動で回収したと称して家庭のごみ等が持ち込まれる事例が頻発しております。家庭からの可燃ごみ・不燃ごみ、粗大ごみは収集場所に持ち込まないでください。持ち込まれた場合は回収せず、持込者の責任で処分していただきます。

収集場所への搬入時間

午前8時30分～午前10時まで(小雨決行)

- ※荒天等により中止する場合には、午前7時までに情報メール一斉配信サービスによりお知らせします。
- ※搬入時間外に搬入したものは回収できません。搬入時間については、くれぐれもご注意ください。
- ※各地区の公民館、集落センターなどをお借りしますのでよろしくをお願いします。

問い合わせ先

稲敷市環境課 廃棄物対策室
☎029-892-2000 (内線2324)

空き缶などの収集場所

右表のとおり収集場所を指定しましたので、各地区で運搬してください。

- ※最寄りの指定収集場所に搬入してください。
- ※一部行政区では開始時間などが異なる場合がありますので、区の役員さんなどにご確認ください。



江戸崎地区

- 旧江戸崎庁舎跡(消防機庫脇)
- 荒野生活改善センター
- 羽賀公民館
- 君賀コミュニティセンター
- 沼里コミュニティセンター
- 月出里公民館
- 佐倉公民館
- 鳩崎コミュニティセンター
- 高田コミュニティセンター
- 桑山公民館

新利根地区

- 上郷公民館
- 根本共同利用施設
- 根本5区共同利用施設
- 角崎狸穴共同利用施設
- 曾根共同利用施設
- 新利根地区センター
- 南部共同利用施設
- いこいのプラザ
- 太田下共同利用施設
- 堀川共同利用施設

桜川地区

- 尾島公民館
- 浮島中央集落センター
- 戸前農村集落センター
- 三次親水公園
- 古渡コミュニティセンター
- 羽生公民館
- 大杉神社駐車場
- 神宮寺集落センター
- 山来会館
- 甘田公民館

東地区

- 橋向田園都市センター
- 東支所
- 佐原組新田農業集落センター
- 八筋川田園都市センター
- 上須田農村集落センター
- 阿波崎農村集落センター
- 本新公民館
- 幸田集落センター
- 市崎集落センター
- 清水新田団地センター

人口のうごき

1月1日現在の住民基本台帳人口

●人口 38,377人(-73)

●男性 19,358人(-50)

●女性 19,019人(-23)

●世帯数

16,362世帯(-19)

※かっこ内は前月比



編集後記

▽新春を飾る式典、はたちの集いが開催されました。出席した皆さんの姿を見て、20歳の頃の自分を思い出し、少し照れくさい気持ちになりました。未来を担う若者にとって厳しい状況が続いていますが、努力や経験を積んで、それぞれの夢を叶えて欲しいですね。(TT) 初日の出を見に行きましたが、日の出に間に合いませんでした!でも土手から見た朝日はきれいでした。(HY) ▽はたちの集いの取材に行きました。久々に会う友人や恩師との再会に会場は笑顔であふれていました。はたちを迎えられた皆さん、おめでとうございます!(MT)



環境にやさしい植物油インキを使用しています。再生紙を使用しています。