

しろさと



主な内容

- P. 2 年末年始における各種業務のご案内
- P. 3 スポーツ少年団 団員募集中!!
- P. 4 会計年度任用職員を募集します

3年ぶりの開催！ホロルのたまご

11月12日(土)、13日(日)に「ホロルのたまご～しろさと町民まつり～」が開催されました。当日はステージイベントや大抽選会、福まき餅大会などが行われ、会場は大いに盛り上がりました。

年末年始における各種業務のご案内

問合せ 城里町役場 ☎029-288-3111(代)

施設名称		12月				1月			
		28日 (水)	29日 (木)	30日 (金)	31日 (土)	1日 (日)	2日 (月)	3日 (火)	4日 (水)
行政機関	城里町役場本庁舎、桂支所、七会町民センター、常北保健福祉センター	通常	休業日(12/29~1/3)				通常		
	沢山診療所歯科診療室	通常	休業日(12/29~1/3)				通常		
	七会診療所(医科・歯科)	休業日(12/28~1/4)							
	公民館(常北・桂・岩船地区)、コミュニティセンター 城里、桂図書館・郷土資料館	休館日(12/28~1/4)							
観光施設	健康増進施設ホロルの湯	通常							休業日(1/4)
	ふれあいの里	通常(年末年始も休まず営業)							
	うぐいすの里、七会町民センターバーベキュー場	通常	休業日(12/29~1/5)						
	特産品直売センターかつら、物産センター山桜	通常				休業日(1/1~1/5)			

●役場窓口業務

- 土曜開庁(町民課・税務課)… 12月31日(土)は休止
- 死亡届… 年末年始期間中も死亡届の受付、埋火葬許可申請書の受付および許可証の交付は役場本庁舎で行います。
- 婚姻届・出生届などの受領… 役場本庁舎で行います。



●ごみの収集

《年末年始は大変混み合いますので、大掃除はお早めに!》

対象地区		年 末	年 始
ごみの収集	常北地区	12月29日(木)まで	1月5日(木)から
	桂・七会地区	12月30日(金)まで	1月6日(金)から
環境センターへ直接搬入		12月28日(水)まで	1月4日(水)から

※ペットボトルは、1月15日(日)午前8時~10時に出してください。

問合せ 環境センター ☎029-288-5525 / 町民課 ☎029-288-3111(内線113)

●し尿汲み取り

年末/12月28日(水)まで 年始/1月4日(水)から

※年末年始の収集業務については、城里町し尿収集許可業者にご確認ください。

問合せ 衛生センター ☎0296-88-2311 / 町民課 ☎029-288-3111(内線113)

急な病気やケガなどの場合に判断に迷ったら…

インターネットによる救急相談

- ・全国版救急受診アプリ「Q助」
症状を選択していくと、緊急度や対応が表示されます。

🌐 <https://www.fdma.go.jp>

- ・こどもの救急(生後1か月~6歳児)
休日や夜間の診療時間外に、医療機関を受診するかの判断の目安を提供しています。

🌐 <http://kodomo-qq.jp>



電話による救急相談・医療機関案内

急な病気やケガなどの相談や受診可能な医療機関の案内を、看護師が24時間体制で行っています(歯科を除く)。

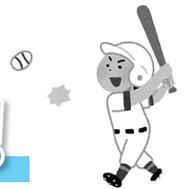
茨城子ども救急電話相談(14歳以下)
#8000 ☎050-5445-2856

茨城おとな救急電話相談(15歳以上)
#7119 ☎050-5445-2856



スポーツをしよう！

スポーツ少年団 団員募集中！！



スポーツ少年団では、技術の向上のみならずスポーツの楽しさを知り、礼儀・責任感・奉仕の精神を養う活動をしています。スポーツ少年団に入団して、たくさんの友達をつくりませんか？

各少年団の詳しい活動内容を知りたい方は、代表者連絡先にお問い合わせください。

種目	単位 団名〔対象〕	活動日時	活動場所	代表者連絡先
野球	石塚ビッグス 野球スポーツ少年団 〔小学生〕	毎週土曜日／13:00～17:00 日曜日／不定期	常北運動公園野球場	田口 喜一 ☎090-8645-7748
	常北サッカースポーツ少年団 〔小学生・幼児（4、5歳）〕	毎週火曜日（2、3年生） ／18:00～20:00 水・金曜日（4～6年生） ／18:00～20:00 土曜日（幼児～6年生） ／9:00～12:00	火曜日 ／常北公民館体育室 火曜日以外 ／常北運動公園広場	柳橋 和幸 ☎029-288-3892
	桂サッカースポーツ少年団 〔小学生〕	毎週木曜日／18:00～20:00 日曜日／9:00～11:00	木曜日／桂体育館 日曜日／大桂公園	長谷川 日出信 ☎029-289-4540
ミニバスケットボール	常北MBC （常北ミニバスケットボールクラブ） スポーツ少年団 〔小学生女子〕	毎週火曜日（2～6年生） ／18:00～20:00 水曜日（3～6年生） ／18:00～20:00 土曜日（3～6年生） ／13:30～17:30 日曜日（1～6年生） ／9:00～13:00	石塚小学校体育館	中島 大介 ☎029-288-7373
	城里HORORUS 〔小学生男子〕	毎週火・水曜日／18:30～20:30 土曜日／16:00～19:00 日曜日／9:00～12:00	水曜日／桂体育館 水曜日以外／ 旧小松小学校体育館	谷田部 裕道 ☎080-9996-7746
剣道	城里町剣道スポーツ少年団 〔小・中学生〕	毎週金曜日／18:30～19:30 土・日曜日／17:00～18:30	常北中学校武道場	小野 昭 ☎029-288-3263
	城里町七会剣道スポーツ少年団〔小・中学生〕	毎週土曜日／18:00～20:00	七会町民センター 「アツマーレ」体育館	阿久津 彩 ☎090-2497-9799
卓球	常北卓球スポーツ少年団 〔小学生〕	毎週水曜日／18:00～19:45	常北公民館体育室	川和 哲也 ☎029-288-3288
ソフトテニス	城里ソフトテニススポーツ少年団「城里ジュニア」 〔小・中学生〕	【小学生】 毎月第1・3土曜日 ／19:15～20:45 毎月第2・4日曜日 ／9:00～11:45 【中学生】 毎週木曜日／19:15～21:00	常北運動公園 テニスコート	矢野 和則 ✉shirosato-junior@stss.plamail.jp

問合せ 教育委員会事務局 ☎029-288-3135

令和5年度 会計年度任用職員を募集します

■応募資格

すべての職種 地方公務員法第16条の欠格条項に該当しない方

障害者雇用 次の要件をすべて満たす方

ア. 身体障害者においては身体障害者手帳、知的障害者においては知的障害者判定機関が交付した判定書、精神障害者においては精神保健福祉手帳を有する方

イ. 業務を単独で行うことができる方

■任用期間 令和5年4月1日～令和6年3月31日(任用後1か月間は試用期間)

■報酬等 時間額は下表のとおりです(一部の専門職では前職での勤務実績を加味します)。また、交通費および週20時間以上勤務の場合には期末手当の支給があります。

■社会保険 規定により健康保険、厚生年金保険および雇用保険への加入と、労災保険または公務災害保険に加入します。

■休暇・休憩 城里町会計年度任用職員の勤務時間、休暇等に関する規則により付与します。

■応募方法 市販の履歴書(押印・6か月以内に撮影した顔写真を貼付)を下表の応募先に、郵送または直接持参してください。提出の際は、どの職種への応募かわかるように必ず明記してください。

■応募期間 12月19日(月)～令和5年1月13日(金)

■選考 面接試験(試験日程は応募者へ連絡します)

職種 (人数)	業務内容	勤務場所	勤務形態 (休日:土曜・日曜・祝日)	時間額	時間外 勤務	社会 保険	条件	応募先・問合せ
事務補助 (2名)	イベント業務、パソコン入力、書類の整理等	まちづくり戦略課	週5日(休日勤務あり) 9:00～16:00	956円～	有	有	①	まちづくり戦略課 (内線228)
事務補助 (1名)	窓口業務、パソコン入力、施設清掃等	七会町民センター	週5日(平日) 8:30～16:30	956円～	無	有	①	七会町民センター ☎0296-88-3111
事務補助 (1名)	グラウンド芝処理、窓口業務、パソコン入力、施設清掃等	七会町民センター	週4日(休日勤務あり) 8:30～17:15	956円～	無	有	①	
日直代行員 (3名)	トレーニングルームでの日直代行業務、パソコン入力等	七会町民センター	シフト制(週20時間未満) 全日 17:00～22:00、 休日 8:30～17:00	949円	無	無	①	
事務補助 (1名)	窓口業務、パソコン入力、施設清掃等	桂支所	週5日(平日) 8:30～16:30	956円～	無	有	①	総務課 (内線216)
清掃用務員 (若干名)	役場本庁舎内外または常北保健福祉センター内外の清掃業務	役場本庁舎・常北保健福祉センター	週5日(平日) 8:30～15:30	956円	無	有	無	
公文書配達員 (5名)	公文書の各戸配達業務	常北・桂地区	週5日(平日) 8:30～16:30	956円	無	有	③	
公文書配達員 (1名)	同上	七会地区	週4日(平日) 9:00～16:00	956円	無	有	②	
電話交換手 (3名)	電話交換、総合案内業務	役場本庁舎1階受付	シフト制(週3～4日、 平日) 8:15～12:45または 12:45～17:15	956円	無	無	無	
事務補助 (3名)	窓口業務、システム操作、書類の整理等	町民課	週5日(休日勤務あり) 8:30～17:00の間で 6時間勤務	956円～	無	有	①	町民課 (内線601)
事務補助 (2名)	同上	町民課	週5日(平日) 8:30～17:00の間で 6時間勤務	956円～	無	有	①	
事務補助 (1名)	窓口業務、パソコン入力、書類の整理等	環境センター	週5日(第3日曜・祝日勤務あり) 8:00～16:00	956円～	有	有	①	環境センター ☎029-288-5525

職 種 (人数)	業務内容	勤務場所	勤務形態 (休日：土曜・日曜・祝日)	時間額	時間外 勤 務	社会 保 険	条件	応募先・問合せ
作業員 (9名)	搬入者立会い、一般ごみ選別、資源ごみ回収作業等	環境センター	週5日(第3日曜・祝日勤務あり) 8:00~16:00	978円~	有	有	④	環境センター ☎029-288-5525
事務補助 (1名)	電話対応業務、パソコン入力、書類の整理等	衛生センター	週5日(平日) 9:00~17:00	956円~	無	有	①	衛生センター ☎0296-88-2311
事務補助 (1名)	窓口業務、パソコン入力、書類の整理等	税務課	週5日(平日) 9:00~16:00	956円~	無	有	①	税務課 (内線125)
保健師 (1名)	保健師業務全般の補助	常北保健福祉センター	週5日(平日) 8:30~16:30	1,316円~	無	有	①②⑤	健康保険課 (内線561)
管理栄養士 (1名)	特定保健指導、健康教育の立案実施、献立作成等	常北保健福祉センター	週5日(平日) 8:30~16:30	1,219円~	無	有	①②⑥	
歯科助手 (1名)	歯科助手業務、受付・電話対応等	沢山診療所 歯科診療室	平日 8:30~16:30 第1・3土曜 8:30~12:00	1,043円	有	有	⑦	七会診療所 ☎0296-88-2012
医療事務 (2名)	レセプト業務(作成・点検・返戻)、受付・電話対応等	七会診療所 (医科)	週5日(水曜・日曜・祝日を除く) 8:30~16:30	1,026円~	有	有	⑧	
歯科助手 (2名)	歯科助手業務、受付・電話対応等	七会診療所 (歯科)	週5日(水曜・日曜・祝日を除く) 8:30~16:30	1,043円	有	有	⑦	
清掃用務員 (1名)	七会診療所内外の清掃業務	七会診療所	週5日(水曜・日曜・祝日を除く) 8:00~15:00	956円	無	有	無	
介護認定調査員 (1名)	介護認定調査、事務補助	長寿応援課	週5日(平日) 9:00~17:00	1,158円~	無	有	①②⑨	長寿応援課 (内線154)
介護支援専門員 (1名)	要支援認定者のケアプラン作成、事務補助	地域包括支援センター (長寿応援課内)	週5日(平日) 9:00~17:00 ※応相談	1,357円~	無	有	①②⑩	
事務補助 (1名)	窓口業務、パソコン入力、書類の整理等	福祉こども課	週4日(平日) 8:30~16:30	956円~	無	有	①	福祉こども課 (内線134)
保育士 (6名)	0歳から就学前児童の保育業務	ななかいこども園	シフト制(週5日、土曜勤務あり) 7:00~18:30の間で 7時間勤務	1,262円~	有	有	⑪	ななかいこども園 ☎0296-88-2123
調理員 (1名)	給食の調理等	ななかいこども園	週5日(平日) 8:30~16:30	956円~	無	有	無	
事務補助 (1名)	窓口業務、現地確認、農畜産物の放射能測定、パソコン入力等	農業政策課	週5日(平日) 9:00~16:00	956円~	無	有	①	農業政策課 (内線252・614)
有害鳥獣対策員 (1名)	有害鳥獣捕獲関連業務、農畜産物の放射能測定、窓口業務、パソコン入力等	農業政策課	シフト制(週4日、28時間以内) 平日 8:30~16:30 休日 8:30~13:30	1,000円~	有	有	①②	
有害鳥獣対策員 (1名)	同上	農業政策課	シフト制(週3日、19時間以内) 平日 8:30~16:30 休日 8:30~13:30	1,000円~	有	無	①②	
事務補助 (1名)	窓口業務、パソコン入力、書類の整理等	農業委員会事務局	月14日 8:30~17:15	956円~	無	有	①	農業委員会事務局 (内線242)
登記事務員 (1名)	登記事務	都市建設課	週5日(平日) 9:00~16:00	1,026円~	無	有	①⑫	都市建設課 (内線277・278)
清掃用務員 (1名)	徳蔵緑地広場トイレの清掃業務	徳蔵緑地広場	月8日 1日につき1時間	956円	無	無	無	
事務補助 (1名)	窓口対応、パソコン入力、書類の整理等	下水道課	週4日(平日) 8:30~16:30	956円~	無	有	①	下水道課 (内線271)
一般事務 (2名)	町税等の収納事務、窓口対応、パソコン入力	会計課	月12日以内(平日) 9:00~16:00	1,000円~	無	無	①	会計課 (内線102)

職 種 (人数)	業務内容	勤務場所	勤務形態 (休日：土曜・日曜・祝日)	時間額	時間外 勤務	社会 保険	条件	応募先・問合せ
事務補助 (1名)	窓口業務、パソコン入力、書類の整理等	教育委員会事務局	週5日(平日) 9:00～16:00	956円～	無	有	①②	教育委員会事務局 ☎029-288-7010
部活動指導員 (4名程度)	部活動の指導業務	町内中学校	月32時間以内(火曜～金曜2時間以内、土曜または日曜は3時間以内)	1,199円～	無	無	⑬	
学校用務員 (7名)	給食の配膳、その他の学校用務	町内 小中学校	週5日(平日)7時間勤務 ※勤務時間は学校長の指示による	956円～	無	有	②	
生活支援員 (10名程度)	学校生活が困難な児童生徒への生活支援	町内 小中学校	週5日(平日)6時間勤務 ※要相談 ※勤務時間は学校長の指示による(夏休み等は勤務なし)	970円～	無	有	②	
事務補助 (1名)	パソコン入力、伝票・書類作成、献立表印刷等	常北学校給食センター	週5日(平日) 8:30～16:30	956円～	無	有	①②	
栄養士 (1名)	アレルギー対応献立、献立表作成等	常北学校給食センター	週5日(平日) 8:00～16:00	1,158円～	無	有	①⑭	
給食配膳員 (3名)	給食の配膳業務	石塚小学校	シフト制(週3～4日、平日) ※夏休み等は勤務なし 10:45～13:45	949円	無	無	無	
学校給食調理員 (6名)	給食調理業務	常北学校給食センター	週5日(平日) ※夏休みは14日程度勤務 8:00～16:00	970円～	無	有	無	
学校給食調理員 (3名程度)	同上	常北学校給食センター	週5日(平日) ※夏休み等は勤務なし 8:00～12:00	970円～	無	無	無	
事務補助 (1名)	予約の受付、パソコン入力、館内外の清掃等	常北公民館	週5日(休日勤務あり) 8:30～16:30	956円～	無	有	①	
社会教育指導員 (1名)	社会教育についての直接指導、社会教育団体の育成等	常北公民館	週4日(休日勤務あり) 8:30～17:15	1,000円～	無	有	①	
日直代行員 (2名)	日直代行業務	常北公民館	シフト制(週3～4日、休日勤務あり) 17:15～22:15	949円	無	無	①	
清掃用務員 (1名)	館内外の清掃業務	常北公民館	週5日(休日勤務あり) 8:30～16:15	956円	無	有	無	
清掃用務員 (1名)	体育施設の清掃業務	常北公民館、常北運動公園他	週4日(平日)4時間勤務 週1日(平日)3時間勤務	956円	無	無	②	
日直代行員 (2名)	日直代行業務	桂公民館	シフト制(週3～4日、休日勤務あり) 17:15～22:15	949円	無	無	①	
事務補助 (若干名)	窓口業務、パソコン入力、館内外の清掃等	コミュニティセンター城里	週4日(休日勤務あり) 8:30～17:15	956円～	無	有	①	
事務補助 (1名)	主に図書室業務、館内外の清掃、窓口対応等	コミュニティセンター城里	週4日(休日勤務あり) 平日 9:30～18:15、 休日 8:30～17:15	956円～	無	有	①	
事務補助 (1名)	同上	コミュニティセンター城里	週2日(休日勤務あり) 平日 9:30～18:15、 休日 8:30～17:15	956円～	無	無	①	
日直代行員 (2名)	日直代行業務	コミュニティセンター城里	シフト制(週3日、休日勤務あり) 17:15～22:15	949円	無	無	無	
清掃用務員 (1名)	館内外の清掃業務	コミュニティセンター城里	週5日(休日勤務あり) 8:30～15:30	956円	無	有	無	
事務補助 (若干名)	図書館業務全般	桂図書館・郷土資料館	シフト制(週5日、休日勤務あり) 平日 9:30～18:15、 休日 8:30～17:15 の間で7時間勤務	956円～	無	有	①	

職 種 (人数)	業務内容	勤務場所	勤務形態 (休日：土曜・日曜・祝日)	時間額	時間外 勤務	社会 保険	条件	応募先・問合せ
事務補助 (2名)	カウンター業務 (図書の貸出・返却等)	桂図書館・ 郷土資料館	シフト制(週2日、休日 勤務あり) 平日 9:30~18:15、 休日 8:30~17:15 の間で7時間45分勤務	956円~	無	無	①	教育委員会事務局 ☎029-288-7010
司書 (1名)	司書業務	桂図書館・ 郷土資料館	シフト制(週5日、休日 勤務あり) 平日 9:30~18:15、 休日 8:30~17:15 の間で7時間勤務	1,026円~	無	有	①⑮	

■ 障害者雇用

職 種 (人数)	業務内容	勤務場所	勤務形態 (休日：土曜・日曜・祝日)	時間額	時間外 勤務	社会 保険	条件	応募先・問合せ
事務補助 (1名)	パソコン入力、書類の整 理、文書の印刷等	総務課	週5日(平日) 9:00~16:00	956円~	無	有	①	総務課 (内線216)
清掃用務員 (若干名)	役場本庁舎内外または常 北保健福祉センター内外 の清掃業務	役場本庁舎・ 常北保健福祉 センター	週5日(平日) 8:30~15:30	956円	無	有	無	
事務補助 (若干名)	図書館業務全般	桂図書館・ 郷土資料館	シフト制(週5日、休日 勤務あり) 平日 9:30~18:15、 休日 8:30~17:15 の間で7時間勤務	956円~	無	有	①	教育委員会事務局 ☎029-288-7010

■ 条 件

- ①簡単なパソコン操作(Word、Excelを含む)ができる方
- ②普通自動車運転免許を有する方
- ③原動機付自転車運転免許、自動二輪車運転免許または普通自動車運転免許を有する方
- ④準中型自動車運転免許を有する方(クレーン、フォークリフト、小型車両系建設機械運転資格のいずれかの資格があればなお可)
- ⑤保健師の資格を有する方で行政保健師経験者の方
- ⑥管理栄養士の資格を有する方で特定保健指導経験者の方
- ⑦歯科助手として2年以上の経験のある方
- ⑧診療報酬請求業務能力検定または医療事務技能試験2級以上の資格を有する方で、病院等でのレセプト業務経験が1年以上ある方
- ⑨認定調査員新規研修を修了している方、または採用後に受講する意思のある方
- ⑩介護支援専門員資格を有する方(有効期間内であること)
- ⑪保育士免許、幼稚園教諭2種免許以上の免許状を有する方
- ⑫登記事務に精通している方
- ⑬教員免許を授与された経験のある方、中央競技団体認定の指導資格を所有している方、学校において指導経験がある方、または専門的な知識・技能がある(文化部のみ)方で単独で指導ができる方
- ⑭栄養士の資格を有する方
- ⑮図書館司書の資格を有する方

■ 応募先・問合せ

城里町役場 ☎029-288-3111 (〒311-4391 城里町石塚1428-25)
 まちづくり戦略課、総務課、町民課、税務課、健康保険課、長寿応援課、福祉子ども課、農業政策課、
 農業委員会事務局、都市建設課、下水道課、会計課
 七会町民センター ☎0296-88-3111 (〒311-4402 城里町小勝2268-3)
 環境センター ☎029-288-5525 (〒311-4314 城里町下古内1680)
 衛生センター ☎0296-88-2311 (〒311-4402 城里町小勝2571)
 七会診療所 ☎0296-88-2012 (〒311-4402 城里町小勝1400)
 ななかいかども園 ☎0296-88-2123 (〒311-4402 城里町小勝748)
 教育委員会事務局 ☎029-288-7010 (〒311-4303 城里町石塚1428-1)



10/27 平和を誓い
町戦没者追悼式を開催

コミュニティセンター城里において、城里町戦没者追悼式を挙行政し、戦没者の遺族や関係者など約60名が参列しました。

式典では、全員で黙とうをささげた後、町長が「戦争の悲惨さと平和の尊さを継承していくことが私たちの使命である」と式辞を述べ、平和への誓いを新たにしました。その後、町議会議長、町遺族会会長による追悼の辞に続いて、参列者一人ひとりが祭壇に献花し、戦争で尊い命を亡くされた戦没者872名の冥福と恒久平和を祈りました。



10/20 茨城県自動車整備 水戸支部 城里ブロック会
町の交通安全振興に寄付

茨城県自動車整備 水戸支部 城里ブロック会から、57,000円が町へ寄付されました。寄付金は、交通安全設備のための費用に充てられます。

【寄付事業所名(50音順)】

アサノオートサービス、石塚自工、江沼自動車整備工場、江幡自動車整備工場、大高自動車商会、(有)加藤木モーターズ、小林自動車整備工場、小山自動車整備工場、(有)佐々木自動車、笹島自動車整備工場、(有)清水自動車、タダオ自動車工業、(有)坪井自動車、仲田自動車工業、七会自動車整備工場、平賀自動車整備工場、森田自動車、山崎商会、(株)綿引自動車



10/29 いきいき城里
ALTから習おう!やさしい英会話

町のALT(英語を母国語とする外国人の先生)と英語担当の教員による「やさしい英会話」講座がコミュニティセンター城里において開催され、町内から16名の方が参加しました。

当日は自己紹介の後、ハロウィンに関連したゲームを行い、参加者同士で交流を図りながら会話を通じて英語表現を学びました。参加者からは「日常生活の中で英会話にふれあうことが少ないので、とても楽しかった。また参加したい」などの感想が寄せられました。



10/28 茨城県シルバーリハビリ体操指導士連合会
県央地域フォローアップ研修会を開催

コミュニティセンター城里において、県央地域のシルバーリハビリ体操指導士約300名が参加して、県央地域フォローアップ研修会が開催されました。この研修会は、シルバーリハビリ体操指導士がより効果的な介護予防に向けた取り組みを推進することを目的に開催しています。

当日はフレイル予防についての講演や、会場全員による体操などが行われ、活気あふれる研修会となりました。今後、サロンでの普及啓発活動をはじめ、さらなる活躍の場が広がることが期待されます。



11/6

関東嵐山を走る 御前山トレイルラン大会を開催

御前山・那珂川広域連携協議会が主催する「関東嵐山第7回御前山トレイルラン大会」が、城里町および常陸大宮市を舞台に開催されました。

今大会は、ロングコース約27km、ショートコース約10km、ビギナーコース約6kmの3部門で開催され、約370名の参加者は、トレイルだけでなく、御前山の紅葉を楽しみながら、自慢の健脚を競いました。また、一般の方や水戸桜ノ牧高等学校常北校の生徒など、多数のボランティアスタッフの協力もあり、熱気あふれるすばらしい大会となりました。



11/1

ななかいの里生産研究部会 日本一のお米を小中学校に提供

ななかいの里生産研究部会(部会長 盛田守さん)から、お米日本一コンテストで金賞を受賞したこともある「ななかいの里コシヒカリ」が町内小中学校の給食に提供されました。

七会小学校では、生産者の方々が6年生の教室を訪れ、児童たちと一緒に給食を味わいました。お米を食べた児童たちは「噛めば噛むほどおいしい」、「どんなおかずにも合う」と大好評でした。

また、給食の様子が11月2日のNHKテレビ「いば6」で放送されました。

◆月刊◆アツマーレ

月刊アツマーレでは、アツマーレでのイベント情報などをお知らせします。

アツマーレグラウンドでは、山側のグラウンドを無料開放エリアとして開放しています。友人、家族連れでぜひお越しください。



ボールの貸し出しも行っています!



無料開放日

- ・毎週、日曜日(予約が入っている日を除く)
- ・その他の無料開放日は、QRコードまたは町ホームページからご確認ください。



アツマーレ 無料開放

検索



※無料開放はグラウンドの使用状況等により、急遽中止になる場合があります。

問合せ 七会町民センター ☎0296-88-3111



11/12

笑いの力で地域を元気に 第7回 城里 de 落語会を開催

町の地域活性化イベント支援事業を活用し、町内在住者が主体となって構成された城里 de 落語会による「第7回城里 de 落語会」が、コミュニティセンター城里において開催されました。

町内外から訪れた約220名の来場者は、真打として活躍する三代目三遊亭とん馬師匠の口演など、普段聴くことのできない本格的な江戸落語の神髄に会場の外まで響く拍手で応えていました。同落語会の皆さんは「継続して続けてきたことで城里町にも落語の文化が根付いてきた」と話してくれました。

SPORTS

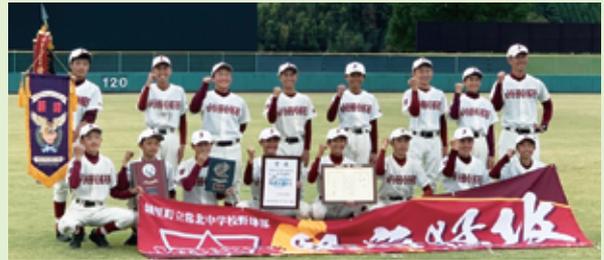
10/25~27

令和4年度 茨城県中学校新人体育大会

笠間市民球場ほか

10月25日～27日の3日間、県内5ブロックの代表校16校が参加して、茨城県中学校新人体育大会(軟式野球の部)が行われました。県央ブロックから出場した常北中学校野球部は、並み居る強豪校を相手にトーナメントを勝ち抜き、念願の優勝を果たしました。

また、10月27日、28日の2日間、同大会(サッカーの部)が行われ、常北中学校サッカー部が準優勝に輝きました。



▲優勝 常北中学校 野球部



▲準優勝 常北中学校 サッカー部

11/1

第18回 城里町民ゴルフ大会

桂ヶ丘カントリークラブ

町民など27組(99名)が参加して、城里町民ゴルフ大会が3年ぶりに開催されました。

競技方法 前半9ホールの新ペリア方式



▲右：男子優勝 萩谷 厚男さん
左：町ゴルフ連盟会長 金井 弥一さん



▲左：女子優勝 下川 友子さん

男子

- 優勝 萩谷 厚男
- 準優勝 加藤木 好紀 (ベストスコア36)
- 第3位 廣木 和久

女子

- 優勝 下川 友子
- 準優勝 清水 あけみ
- 第3位 古滝 たか子

令和4年度「家庭の日」図画・作文コンクール

11月3日(木)、コミュニティセンター城里において、青少年育成城里町民会議が主催した「家庭の日」図画・作文コンクールの表彰式が行われ、受賞者に櫻井 昭次会長から賞状と記念品が贈呈されました。

今年度の受賞者は次のとおりです。(敬称略)



図画の部(小学生・応募作品460点)						作文の部(中学生・応募作品274点)		
最 優 秀 賞						最 優 秀 賞		
○岩 下 千 穂(石塚小1年)	小 島 佑 月(沢山小2年)	三 村 高太郎(常北中1年)						
○寺 門 凜 音(桂 小3年)	坂 本 優 衣(桂 小4年)	飯 村 源 太(常北中2年)						
○根 本 蓮 生(七会小5年)	皆 川 椿(沢山小6年)	入 野 麗 愛(桂 中3年)						
優 秀 賞						優 秀 賞		
蛭 原 聡 介(石塚小1年)	大 沢 杏 鈴(七会小1年)	檜 山 隼 斗(常北中1年)						
野 村 斗 瑚(石塚小2年)	大 徳 宿 元 太(桂 小2年)	柳 橋 力 生(常北中1年)						
佐 藤 千香子(石塚小3年)	加 藤 千 冬(常北小3年)	小 林 賢 侑(常北中2年)						
大 塚 愛 莉(石塚小4年)	齋 藤 玄 揮(石塚小4年)	江 島 奏 奈(桂 中2年)						
蛭 原 帆乃夏(石塚小5年)	大 畑 壺 颯(石塚小5年)	石 鍋 美 遥(常北中3年)						
川 又 凪 紗(石塚小6年)	種 村 希 香(常北小6年)	大 塚 董(常北中3年)						

※最優秀賞作品中、○印の3作品を茨城県青少年育成協会主催の絵画・ポスター展に推薦します。

問合せ 教育委員会事務局 ☎029-288-3135



ホロルのたまご しろさと町民まつり

11月12日(土)と13日(日)の2日間、「ホロルのたまご」しろさと町民まつり」が3年ぶりに開催されました。ステージでは、園児の発表や伝統芸能などが披露されました。会場内に設置された各ブースでは、特産品の販売等が行われ、多くの人で賑わいました。

公民館美術展を開催しました!

常北公民館(11月12・13日)、桂公民館(11月19・20日)・七会町民センター(11月5・6日)において、令和4年度公民館美術展を開催しました。

児童生徒や一般の方、公民館講座・サークルなどの皆さんによる作品が多数展示され、会場を訪れた人たちは、作者の思いがこもった個性あふれる作品を熱心に鑑賞していました。



新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の方へ

茨城県低所得の子育て世帯生活応援特別給付金のご案内

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている、一部の子育て世帯を支援することを目的とした給付金を次のとおり支給しています。なお、すでに受給されている方は対象となりません。

申請方法や必要書類等の詳細は、町ホームページをご覧ください。福祉こども課までお問い合わせください。

対象児童 平成16年4月2日から令和5年2月28日までに出生した児童

※一定障害児の場合は、平成14年9月2日から令和5年2月28日までに出生した児童

支給対象者 次のいずれかに該当する方は、申請により給付金を支給します。

■子育て世帯生活応援特別給付金（ひとり親世帯分）

①公的年金等の受給により、令和4年9月分の児童扶養手当の支給を受けていない方で収入等の基準を満たしている方

②新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同水準と認められた方

■子育て世帯生活応援特別給付金（ひとり親世帯以外分）

①対象児童を養育する公務員のうち、令和4年度の住民税が非課税の方

②対象児童のうち平成19年4月1日以前に出生した児童のみを養育している方で、令和4年度の住民税が非課税の方

③令和4年1月以降に新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、令和4年度の住民税が非課税の方と同様の事情と認められた方

支給金額 対象児童1人あたり5万円

申請期限 令和5年2月28日(火)

申請先・問合せ 福祉こども課 ☎029-353-7265(直通)

快適な生活環境を維持するために

下水道未接続解消に取り組んでいます



下水道は整備後3年以内の接続が義務です

公共下水道が整備され、処理場で汚水を処理することができる区域を「処理区域」といいます。区域内の建築物所有者には、次のことが義務付けられています。

- くみ取り便所は3年以内に水洗便所に改造する。
- し尿浄化槽は廃止し、公共下水道に接続する。
- 生活排水を側溝等に流している場合は、速やかに排水設備を設置し、公共下水道に接続する。

下水道工事は町指定の排水設備工事店に依頼しましょう

工事は正しく施工するため、必ず町指定の排水設備工事店に依頼してください。町指定の排水設備工事店については、町ホームページをご覧ください。下水道課へお問い合わせください。

※町では特定の工事店を紹介することはありません。

下水道接続工事のトラブル事例

●無許可業者による無断接続

無断接続が発見されると、過去にさかのぼり使用料が請求され、最大5倍の過料が科せられるおそれがあります。

●工事完了後的高額請求

下水道接続工事の契約は、町指定の排水設備工事店と依頼者で行っていただきます。工事後の請求額に関するトラブルを避けるため、工事内容や費用等を十分に確認しましょう。

問合せ 下水道課 ☎029-288-7377(直通)

下水道接続までの流れ

- ① **工事店決定**
町が指定する排水設備工事店の中から依頼する排水設備工事店を決めましょう。
- ② **工事依頼**
見積書・設計書を確認し、よく検討しましょう。
- ③ **工事開始**
工事に関する手続きは、排水設備工事店が代行します。
- ④ **工事完了**
町の検査に合格したら、排水設備等の「工事検査証」を交付します。
- ⑤ **下水道の使用開始**
公共下水道を使用し始めたら、下水道使用料を納めていただくようになります。

令和5年4月採用予定 城里町職員を募集します

採用区分〔人員〕	①一般事務〔若干名〕 ②技術職〔若干名〕 ③技能職員(給食調理業務)〔1名〕
受験資格	①昭和58年4月2日以降に生まれた人で、社会保険労務士、行政書士、基本情報技術者、主任介護支援専門員(主任ケアマネジャー)、精神保健福祉士、ファイナンシャル・プランニング技能士、ファイナンシャル・プランニング技能試験合格者、証券外務員のいずれかの資格等を有し、3年以上の社会人経験のある方 ②昭和58年4月2日以降に生まれた人で、建築士、建築施工管理技士、土木施工管理技士のいずれかの資格等を有し、3年以上の社会人経験のある方 ③昭和47年4月2日から平成4年4月1日の間に生まれた方で、調理の実務経験を2年以上有する方
試験日/試験場	令和5年1月22日(日) 午前9時から/城里町役場本庁舎
試験内容	①②作文試験、面接試験、身体検査、資格調査 ③面接試験、身体検査、資格調査
給与等	給与の条例・規則等に基づき支給されます(経験年数は加算。そのほか各種手当あり)。 ①②高等学校卒/150,600円 短期大学卒/163,100円 大学卒/182,200円 ③高等学校卒/146,000円
応募方法	【申込書の請求】 申込書は、総務課(役場本庁舎2階)で配布しています。郵便で請求する場合は、封筒の表に『職員採用試験申込書請求(試験区分)』と朱書き、宛先を明記して120円切手を貼付した返信用封筒(A4サイズが入るもの)を必ず同封してください。 【申込書の提出】 総務課に直接持参するか、郵送で提出してください。
応募期間	12月5日(月)～令和5年1月6日(金) 受付時間/平日、午前9時～午後5時 ※郵送の場合は、締め切り日必着

※詳細は、町ホームページをご覧ください。総務課までお問い合わせください。

応募先・問合せ

総務課(〒311-4391 城里町石塚1428-25) ☎029-288-3111(内線212) 町ホームページ▶



40・50・60・70歳の方へ 城里町歯周病検診のお知らせ

町では、歯周病の予防と早期発見を推進し、高齢期において健康で快適な生活が送れるよう支援することを目的に、40・50・60・70歳の方を対象とした城里町歯周病検診(無料)を実施しています。

歯周病は重症化すると歯を失い、全身の健康に影響してしまう怖い歯科疾患です。対象者の方でまだ歯周病検診を受けていない方は、ぜひこの機会に受診しましょう。

対象者 対象者には、5月下旬に案内を送付しています。

- ・40歳/昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生まれ
- ・50歳/昭和47年4月2日～昭和48年4月1日生まれ
- ・60歳/昭和37年4月2日～昭和38年4月1日生まれ
- ・70歳/昭和27年4月2日～昭和28年4月1日生まれ

実施期限 令和5年2月28日(火)

実施歯科医院 検診をご希望の方は、次の歯科医院に直接予約をしてください。



歯科医院名	住 所	電話番号
城里町国保沢山診療所歯科診療室	阿波山165	☎029-289-4097
城里町七会診療所歯科	小勝1400	☎0296-88-2040
ジュン歯科医院	石塚2100-9	☎029-288-2411
菊地歯科医院	石塚1195-8	☎029-288-6140
かつら歯科クリニック	阿波山1387	☎029-289-2253
あくつデンタルクリニック	石塚2265-14	☎029-350-8241

問合せ 健康保険課 健康増進グループ(常北保健福祉センター内) ☎029-240-6550

65歳以上の方へ

介護保険料の納め忘れはありませんか？

介護保険は、住み慣れた地域で安心して暮らし続けるための制度です。40歳以上の皆さんが加入者(被保険者)となり、保険料を納め、介護が必要になったときには、費用の一部を負担することで介護保険サービスを利用できます。この趣旨をご理解いただき、保険料の納め忘れがないようお願いします。

介護保険料を滞納するとどうなるの？

災害等の特別な事情がないのに保険料を滞納している方は、介護保険のサービスを受ける際に滞納期間に応じて介護サービス費の給付が制限されます。

介護保険料の滞納期間	介護サービス費の制限
1年以上 (支払方法の変更)	介護保険サービスを利用した際に、いったん利用料の全額を自己負担しなければなりません。あとから申請することで、給付費(自己負担を除く費用)の払い戻しを受けることができます。
1年6か月以上 (保険給付の一時差し止め)	いったん利用料の全額を自己負担するのに加え、申請後に払い戻される給付費の一部または全額を一時的に差し止めます。滞納が続く場合、差し止められた額から介護保険料を差し引きます。
2年以上 (給付額の減額)	上記に加え、滞納期間に応じて、自己負担割合が3割または4割に引き上げられます。また、高額介護サービス費、特定入所者介護サービス費などの支給も受けられなくなります。

※2年以上滞納すると、介護保険料をさかのぼって納めることができなくなります。

介護保険料は年金から差し引かれるのでは？

原則として年金が年額18万円以上の方は、介護保険料を年金から差し引いて納めていただくこととなります。ただし、次の場合は納入通知書で納めることがあります。

- ・年度途中で65歳になったとき
- ・年度途中で他市町村から転入したとき
- ・年度途中で世帯分離等により所得段階区分が変更になったとき等

問合せ 長寿応援課 ☎029-288-3111(内線153)

認知症カフェを開催してみませんか？

令和5年度 城里町認知症カフェの実施事業者を公募します

認知症になっても住み慣れた地域で安心して生活ができる環境の確保と、認知症の方とその家族を支える地域づくりの推進を目的とした「認知症カフェ」を令和5年度に開設、運営する事業者を募集します。

詳細は、町ホームページをご覧ください。か、長寿応援課までお問い合わせください。

認知症カフェとは

認知症の方やその家族、医療や介護の専門職、地域の方々など誰もが気軽に参加できる「集いの場」であり、日頃の心配事や介護のことなどを自由に話したり相談したりできる「地域の居場所」です。

実施内容

- ・認知症の方とその家族に対する相談、情報提供、助言等の支援に関すること
- ・認知症の方、その家族、専門職、地域住民等の交流の場の提供および交流の促進に関すること
- ・認知症についての正しい知識の普及啓発や地域の支え合いの推進に関すること
- ・その他必要な事項に関すること

実施要件

- ・適切な事業運営が確保できると認められる町内の施設において行うこと
- ・事業の実施の届出をした施設以外の場所に出張して活動する場合は、町内で実施すること
- ・認知症の方およびその家族からの相談に対応できる者として、社会福祉士、精神保健福祉士、保健師、看護師、介護福祉士等の専門職を1人以上配置すること
- ・宗教活動、政治活動、営利または商業宣伝をしないこと

公募期限 令和5年2月28日(火)

応募先・問合せ 長寿応援課 ☎029-288-3111(内線152)

詳しくはこちら▶



バイク・軽自動車等をお持ちの皆さまへ

新規登録・廃車・名義変更等の手続きはお済みですか？

軽自動車税は原動機付自転車(125cc以下)、小型特殊自動車、二輪の小型自動車および三輪・四輪の軽自動車を4月1日現在で所有している方に課税されます。4月2日以降に廃車や譲渡した場合でも、1年分の税金がかかります。普通自動車税のような月割の払い戻しはありません。

なお、軽自動車等の取得や申告事項に変更があった場合は期限内に申告してください。

●原動機付自転車(125cc以下)、小型特殊自動車(トラクター、コンバイン、乗用田植機等)

		必要書類	申告期限
購入したとき		販売証明書、届出者の本人確認書類	購入後15日以内
譲り受けたとき	廃車済	廃車申告受付書、届出者の本人確認書類	譲り受け後15日以内
	廃車前	譲渡証明書、ナンバープレート、標識交付証明書、届出者の本人確認書類	
廃車するとき		ナンバープレート、標識交付証明書、届出者の本人確認書類	廃車後30日以内
住所が変わったとき	転出	ナンバープレート、標識交付証明書、届出者の本人確認書類	住所変更後15日以内
	転入	廃車申告受付書またはナンバープレートと標識交付証明書、届出者の本人確認書類	
盗難にあったとき		標識交付証明書、届出者の本人確認書類 ※盗難届出日、届出警察署名、盗難届受理番号が必要です。	盗難にあつてから15日以内

手続場所 税務課(役場本庁舎1階)、桂支所、七会町民センター

農耕車は道路を走る・走らないに関わらずナンバー登録が必要です

乗用可能な農耕車(トラクター、コンバイン等)は、農耕作業用小型特殊自動車として扱われ、軽自動車税の課税対象となります。路上走行の有無に関わらず、所有されている方にはナンバーの登録が義務付けられています。

まだ登録がお済みでない車両については、速やかに手続きを行ってください。

必要書類 該当車両の販売証明書または譲渡証明書、車名・車台番号・排気量のわかるものと身分証明書をお持ちのうえ、手続きを行ってください。



●二輪の軽自動車(125cc超250cc以下)、二輪の小型自動車(250cc超)、三輪・四輪の軽自動車(660cc以下)

手続きの内容によって必要な書類が異なるため、次の手続き場所まで事前にお問い合わせください。

- ・二輪の軽自動車、小型自動車：関東運輸局 茨城運輸支局(水戸市住吉町353) ☎050-5540-2017
- ・三輪、四輪の軽自動車：軽自動車検査協会 茨城事務所(水戸市酒門町4400) ☎050-3816-3105

問合せ 税務課 ☎029-288-3111(内線124)

マイナンバーカードを作ろう 出張窓口を開設します

エコス城里店において、マイナンバーカードの交付申請のための出張窓口を開設します。申請書の書き方や写真撮影など、マイナンバーカードの交付申請に必要な手続きを無料でサポートします。本人確認書類(運転免許証、健康保険証等)をお持ちのうえ、ぜひお立ち寄りください。

なお、マイナポイント付与の対象となるマイナンバーカードの申請期限は12月末までです。まだ、マイナンバーカードを作成されていない方は、お早めに申請してください。

日時 12月18日(日) 午前10時～午後4時

場所 エコス城里店(那珂西1413)

問合せ 町民課 ☎029-288-3111(内線114、115)

12月1日から15日 年末の交通事故防止県民運動

年末は日没時間が早く、夕暮れ時から夜間にかけての交通事故の多発が懸念されるほか、飲酒する機会が増え、飲酒運転による事故の発生も危惧される時期です。このため、交通ルールの遵守と交通マナーの実践を習慣付けることを目的に、年末の交通事故防止県民運動を実施します。

運動のスローガンおよび重点項目

「大丈夫 そんな油断が命とり」

- ①子どもと高齢者の交通事故防止
(特に横断歩行者の保護)
- ②夕暮れ時と夜間の交通事故防止
- ③飲酒運転の根絶

問合せ 町民課 ☎029-288-3111(内線111)

コミュニティセンター城里

「加藤登紀子 CONCERT 2023」を開催します

「知床旅情」や「百万本のバラ」、「時には昔の話を」など、数々の名曲と深みのある歌声で人々を魅了する加藤 登紀子さんのコンサート「加藤登紀子 CONCERT 2023」を開催します。

皆さんお誘い合わせのうえ、ぜひお越しください。

日時 令和5年3月25日(土) 午後4時から

※開場：午後3時15分

場所 コミュニティセンター城里 ホール

料金 全席指定 5,000円(税込)

※コミュニティセンター城里自主事業のため特別料金です。

チケット販売

【城里町民先行販売】

窓口販売 12月21日(水) 午前9時から

電話予約 12月22日(木) 午前9時から

【一般販売】

窓口販売 令和5年1月11日(水) 午前9時から

電話予約 令和5年1月12日(木) 午前9時から

※販売枚数はお一人様6枚までとさせていただきます。

※未就学児の入場はできません。

チケット販売窓口・問合せ

コミュニティセンター城里 ☎029-288-6100 受付時間／午前9時～午後5時

休館日／月曜日(月曜日が祝日の場合はその翌日)、年末年始(12月28日～1月4日)

**町長コラム****城里町への「ふるさと納税」が伸びています！**

町のお財布事情など、町長が町民の皆さまへお伝えしたいことを掲載していきます。

年末が締め切りということもあり、11月から12月にかけては「ふるさと納税」をする人が増えます。これまで、城里町はふるさと納税にあまり積極的ではありませんでしたが、今年の9月に方針を転換し、ふるさと納税に力を入れ始めました。

まず、年度当初は35品目だった返礼品を、102品目にまで一気に約3倍に増加させました。さらに、「さとふる」に加えて、「楽天」「ふるさとチョイス」からもふるさと納税ができるようにするなど、利便性の改善も行いました。その結果、城里町へのふるさと納税は、昨年と比較して9月は約1.5倍(35万円→52万円)、10月は約3倍(45万円→130万円)、11月も24日現在で約3倍(64万円→215万円)と、急激に増加をしています。多くの返礼品のうち、城里町のお米、常陸牛、きのこ、ふれあいの里の利用券などが、

大変人気となっています。都会で暮らすご子息やご親戚、ご友人などに城里町へのふるさと納税を勧めていただければ幸いです。



▲城里町産のお米



▲常陸牛



▲きのこの詰め合わせ



▲ふれあいの里宿泊利用券

お知らせ



風しんの追加的対策(抗体検査・予防接種)について

町では、風しんの予防接種を受けられる機会がなかった、昭和37年4月2日〜昭和54年4月1日生まれの男性を対象に、風しんの抗体検査と予防接種を無料で受けられるクーポン券を配布しています。ご希望の方は、問合せ先までご連絡ください。

風しんは成人の方がかかった場合、高熱・発疹の長期化や関節痛などの重症化の可能性があります。また、妊婦さんが感染すると、赤ちゃんが先天性心疾患・白内障・難聴を特徴とする先天性風しん症候群をもって生まれてくる可能性が高くなります。あなた自身と周りの人を守るために、風しんに対する抵抗力を確認・獲得しましょう。

問合せ 健康保険課 健康増進グループ(常北保健福祉センター内)
☎029-1240-6550

こども家庭庁創設についてのメッセージ動画を配信しています

第208回通常国会において「こども家庭庁設置法」が成立し、令和5年4月1日にこども家庭庁が設立されることとなりました。現在、内閣官房こども家庭庁設立準備室では、こども家庭庁の役割や意義を広く周知し、子ども・若者も含めた多くの

人々にこども家庭庁を知っていただくための取り組みを実施しています。この度、こども家庭庁の創設について、子ども・若者の皆さんに宛てた小倉こども政策担当大臣のメッセージ動画を、内閣官房こども家庭庁設立準備室YouTubeチャンネルに公開されました。ぜひご覧ください。



▲YouTube

問合せ 内閣官房こども家庭庁設立準備室
☎03-6550-9543

ひとり親家庭の小学校新入学児童に対する入学祝品の贈呈

茨城県母子寡婦福祉連合会では、ひとり親家庭(母子・父子家庭)の小学校新入学児童に祝品(学用品)を贈呈しています。希望される方は、福祉こども課まで電話でお申し込みください。

申込期限 令和5年1月11日(水)
申込先 福祉こども課
☎029-1353-7265(直通)
☎029-1221-7505

12月10日から16日までは「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」です

北朝鮮当局による人権侵害問題に関する国民の認識を深めるとともに、国際社会と連携しつつ北朝鮮当局による人権侵害問題の実態を解明し、

その抑止を図ることを目的として、平成18年6月に、「拉致問題その他北朝鮮当局による人権侵害問題への対処に関する法律」が施行され、国及び地方公共団体の責務等が定められるとともに、毎年12月10日から同月16日までを「北朝鮮人権侵害問題啓発週間」とすることとされています。

拉致問題は、我が国の喫緊の国民的課題であり、この解決を始めとする北朝鮮当局による人権侵害問題への対処が、国際社会を挙げて取り組むべき課題とされる中、私たち国民がこの問題についての関心と認識を深めていくことが大切です。

問合せ 政府 拉致問題対策本部ホームページ
<https://www.rachi.go.jp/>

相談



生活保護に関してお困りの方へ 全国一斉生活保護ホットライン

日本弁護士連合会および茨城県弁護士会は、生活に困っている方々の相談をお受けし、生活保護の現場で何が起きているのかを明らかにするため、全国一斉電話無料相談を実施します。お気軽にご相談ください。

日時 12月22日(木)
午前10時〜正午・午後1時〜3時
相談電話番号
☎0120-1158-1794

問合せ 茨城県弁護士会事務局
☎029-1221-3501

(広告)



年末年始の食生活と過ごし方

年末年始はいつもよりご馳走を食べたりお酒を飲んだりする機会が増え、夜更かしや朝寝坊、運動不足など生活習慣が乱れやすい時期です。今回は、年末年始を健康的に過ごすためのポイントをご紹介します。体調管理を上手に行い、健康で楽しい年末年始を過ごしましょう。

いつもの年末年始の過ごし方をチェックしてみましょう！

- 休みの日は、夜更かしや朝寝坊をしてしまう
- 年末年始は外出せずに、家でゴロゴロしていることが多い
- 家にいる時は、ウエストガールズで楽な服装で過ごすことが多い
- 年末年始は普段より飲食の回数や量が増える
- 夜遅い時間に食べたり飲んだりすることが増える
- 朝食を食べないなど、食事の回数が減る
- 普段食べないものが食卓に出ると「せっかくだから…」と食べ過ぎてしまう
- 食卓やこたつの上に食べ物がずっと置いてある
- お餅が好きで、よく食べる
- お正月だから体重が増えるのは仕方がないと諦めている



今年をあてはまる数が
1つでも減るように
心がけましょう！

～年末年始を健康的に過ごすためのポイント～

● 1日3食のリズムを乱さずに！

休みの日が続くと朝寝坊して朝食を抜いたり、夜遅くまで食べていたり食事の時間や回数が不規則になりがちです。早寝早起き、いつもの生活リズムで過ごし、1日3食の食事を乱さないように心がけましょう。



● 「だらだら食べ」や「ながら食べ」をしない

食卓やこたつなど、すぐ手の届くところに食べ物を置いていませんか？お菓子やジュースのまとめ買いなども控えましょう。

● 野菜を積極的に食べるようにする

この時期は、肉料理や油の多い料理、味の濃いもの、甘い菓子・飲料などを食べる機会が多くなります。不足しがちな野菜や大豆製品などを意識して食べるようにしましょう。



● お餅の食べ過ぎに気をつける

お餅は食後の血糖値が上がりやすい食品です。エネルギーは市販の切り餅2個(100g)でごはん1膳(150g)と同じカロリーです。1回の食事に2個程度食べることは問題ありませんが、自家製のお餅はそれより大きい場合が多いので注意しましょう。

● お酒の飲みすぎに気をつける

1日の適量は、ビール(500ml)、日本酒(1合)、ワイン(グラス2杯)、焼酎(1/2合)、ウイスキー(ダブル1杯：60ml)のいずれか1つです。適量の範囲内で楽しみましょう。

● 体重を毎日チェックする

体重コントロールのために、毎日体重を測ることを習慣にしましょう。

● 1日1回、外に出る

寒いからと部屋にこもらず、散歩や体操、大掃除をするなど積極的に体を動かしましょう。



問合せ 健康保険課 健康増進グループ(常北保健福祉センター内) ☎029-240-6550

感染症対策

へのご協力をお願いします

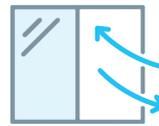
新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐためには、1人ひとりの心がけが大切です。あなたやあなたの周りの人々を守るための行動をとりましょう。



マスクを着用
しましょう



石けんで手を
洗いましょう



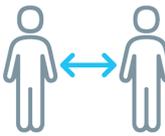
こまめに換気
しましょう



3密を避けま
しょう



咳エチケット
を心がけま
しょう



ほかの人と十分
な距離(2m)
を取りましょ
う

問合せ 健康保険課 健康増進グループ
☎029-240-6550

文芸しろさと

俳句

みかん山家族総出の袋づめ
綿引 英子
穏やかな気持ふくらみ菊花摘む
中野 千賀子
地虫鳴くカチカチ時計夜を刻み
岩澤 とし江
ジェット機の低空飛行冬の入り
園部 洋一
雪上の鳥の足跡迷ひなし
飯田 勇一
湯さめして眉の浮き立つ思ひせり
竹内 幸子
晩秋の穂高連峰景燃る
田口 勝元

川柳

GG大会はじける笑顔に輝く年輪
車田 綾子
去り行くと思ったコロナまたも増え
川原 清
虹色の宙かみなり雲の向こう側
袴塚 貴子
「言った」あと反省している
飯村 孝一
短歌
デイに行く車の窓からふと見れば刈田に白鷺一本足で
信田 育子

空広し手這坂より見放れば銀杏黄葉の木々光り見ゆ

富田 佐智子
土浦の花火の音をラジオにて聞きつつ感動甦り来ぬ
萩谷 登喜子
岩影の光る潮より風は吹き幽かに聞けば若い娘の声
矢次 洋平
紅葉が色ひとしおに輝いて自然の営み神業なりや
富田 欽子
診察を待つ間に息子は「黒酢飴」を買って来てくれし我が生きる幸福
山形 式妙
らつきようを洗う手白く皺ばみていつか来る日の死者の手になる
西郷 英治

しろさとまち通信

地域おこし 通信

—城里町地域おこし協力隊— Vol.80

城里町地域おこし協力隊の連載、12月号は高浦千明が担当します！



▲サツマイモの詰め放題の様子

こんにちは。お米と根菜類を研修中の地域おこし協力隊の高浦です。
6月に始まった休耕地を活用した「地域おこし協力隊農園」でのサツマイモ栽培活動は、記録的猛暑での苗枯れや害虫被害に遭いながらも、10月に町内中学生の農業・食育活動の一環として、収穫作業&焼き芋作り体験を無事実施することができました。近年、農業の機械化が進む中、すべて手掘りでの収穫作業は予想以上に収量も多く、中学生だけでなくこれから就農する私たち協力隊員にとっても貴重な経験となりました。中学生の皆さん、最後までご協力ありがとうございました！

また、11月には「ふれあいの里キャンプ場」において、サツマイモの詰め放題をお試しで開催したり、朝食料理に活用していただき、こんにちは。お米と根菜類を研修中の地域おこし協力隊の高浦です。普段の研修で、販売する難しさを目の当たりにしていた中で、「焼き芋がおいしかったので、また買いたい来ますか！」「来週もやっていきますか？」「子どもが来年もサツマイモ詰めで絶対来るっていつているので、ぜひ開催してください！」など、近隣だけでなく遠方のお客さまからも予想していなかった嬉しいお声を多数いただき、至らないところもありましたが、微力ながら農業での地域活性化を感じ、隊員一同感無量でした。今回を糧に、より一層農業を軸とした地域活動で、町民の皆さまとも協力しながら、城里町の活性化のため頑張っていきます。今後ともよろしくお願いたします。

問合せ 農業政策課
☎029-288-3111 (内線253)



桂図書館・資料館だより



よくよむ
☎029-289-4946

図書や資料の検索ができます！

<https://www.lics-saas.nexs-service.jp/shirosato/>



生活科の授業の施設見学で 沢山小学校・常北小学校の児童が来館！

10月12日(水)に沢山小学校の2年生13名、25日(火)に常北小学校の2年生14名が、地域について学ぶ生活科の授業で桂図書館に来館しました。

来館した児童は、閲覧フロアや普段入ることのできない閉架書庫など、館内のいろいろな場所を見学したり、好きな本を選んで読んだり、桂図書館の歴史や仕事についての質問をしたりと、約1時間30分の短い時間でしたが、図書館についてたくさんのことを学びました。



◀ 沢山小学校

▶ 常北小学校



図書館カレンダー

12月

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	31

1月

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	31				

火～金 10:00～18:00

土・日・祝 10:00～17:00

■ 休館日

○おはなし会 11:00～

△ミニミニ上映会 13:30～

おはなし会のお知らせ

毎月第2・

4土曜日に、

ボランティア

アグループ

「あすなろ」の皆さんによる

絵本・紙しばいのおはなし

会を開催しています。ぜひ、

お越しください。

場 所 おはなしのへや

新着図書から

【一般書】▼小説家の一日/井上荒野/文藝春秋▼吉原と外/中島要/祥伝社▼水底のスピカ/乾ルカ/中央公論新社▼天下大乱/伊東潤/朝日新聞出版▼湊かなえのこぼれ結び/湊かなえ/角川春樹事務所▼麻阿と豪/諸田玲子/PHP研究所

【児童書】おはなしドラえもんあそぼうひみつどうぐ! / 藤子・F・不二雄 / 小学館▼かみなり / 妹尾堅一郎 / ポプラ社▼給食室のいちにち / 大塚菜生 / 少年写真新聞社▼ひがたはたからばこ / よしのゆうすけ / 徳間書店

ホロルの湯からのお知らせ

◆近日のイベント ※来場者限定のイベントです。

・熱波&ロウリュ/12月4日(日)、1月1日(日)

・ヨガ&シンギングボウルサウンドヒーリング/12月11日(日)、1月8日(日)

◆休館日 12月12日(月)、19日(月)、26日(月)、

1月4日(水)、10日(火)、16日(月)、23日(月)、30日(月)

【機械設備点検】12月5日(月)～9日(金)

※営業時間等はホームページをご確認ください。

問合せ ホロルの湯 ☎029-288-7775

12月中旬～1月上旬 城里町イベントカレンダー

Ⓐ…事前申込
Ⓑ…対象者限定

期 日	行 事	場 所	問 合 せ
12/15(木)	お知らせ版12月号発行		まち
16(金)			
17(土)			
18(日)			
19(月)			
20(火)			
21(水)	行政相談	桂公	総務
	人権相談	桂公	福こ
	心配ごと相談Ⓑ	コミ	社協
22(木)			
23(金)			
24(土)			
25(日)			
26(月)			
27(火)			
28(水)			
29(木)			
30(金)			
31(土)	大晦日		
1/ 1(日)	元旦		
2(月)			
3(火)			
4(水)	広報しろさと1月号発行		まち
5(木)			
6(金)			
7(土)			
8(日)	城里町消防団出初式Ⓑ		総務
	城里町はたちの集いⒷ	コミ	教委
9(月)			
10(火)	茨城県行政書士会無料相談会	役場	総務
11(水)	生活自立相談Ⓑ	役場	福こ
	心配ごと相談Ⓑ	コミ	社協
12(木)			
13(金)			
14(土)			

場所・問合せ

役場／城里町役場 ☎029-288-3111(代)
 (まち／まちづくり戦略課 総務／総務課 福こ／福祉子ども課)
 教委／教育委員会事務局 ☎029-288-7010
 コミ／コミュニティセンター城里 ☎029-288-6100
 社協／社会福祉協議会 ☎029-288-7013
 桂公／桂公民館 ☎029-289-2220

各種相談窓口

常設窓口

消費生活相談(まちづくり戦略課)

消費生活相談員による相談
 日時／月・水・金曜日 9:00～16:00
 ☎029-288-3111(内線226)

教育相談「うぐいすのひろば」

専門指導員による相談
 日時／火・木・金曜日 10:00～16:00
 相談専用 ☎029-288-2080

※その他教育に関する問合せ
 教育委員会事務局 ☎029-288-7010

臨時窓口

行政相談(総務課)

行政相談委員による相談
 時間／10:00～12:00

人権相談(福祉子ども課)

人権擁護委員による相談
 時間／10:00～15:00

心配ごと相談(社会福祉協議会)

弁護士による相談
 時間／10:00～12:00

茨城県行政書士会無料相談会(総務課)

行政書士による相談
 時間／13:00～16:00

生活自立相談(福祉子ども課)

相談支援員、就労支援員による相談

人口・世帯数

(11月1日現在・住民基本台帳)

	人 数	前月比
人 口	18,422人	-33
男	9,197人	-18
女	9,225人	-15
世帯数	7,929世帯	-7

今月の納税

納期限 12月26日(月)

固 定 資 産 税 (3期分)
国 民 健 康 保 険 税 (6期分)
後期高齢者医療保険料 (6期分)
介 護 保 険 料 (5期分)
上 下 水 道 料 金 (12月分)
住 宅 使 用 料 (12月分)

納税には簡単で便利な口座振替をご利用ください。

◆今月の標語 Vol.25◆

私たちにもできる環境保全活動

私たちの森を守りましょう

Happy Birthday

12月生まれの
1才は5人

1才になりました



としかき
峯島 聡明 くん
(下坏)



お兄ちゃんと仲よし、元気いっっぱい笑顔の聡明くんが大好きです。

たくる
石川 巧琉 くん
(那珂西)



これからもいっぱい遊んでたくさん食べて大きくなってね！



100歳!! おめでとうございます
~いつまでもお元気でいてください~

9月29日(木)、10月17日(月)の2日間、本年度100歳を迎えられる高齢者に敬意を表し、町長がご在宅の方を訪問しました。訪問先では、町長からのお祝いの言葉とともに祝状と記念品が手渡されました。なお、城里町では、18人が年度内に100歳を迎えられます。



▲写真左：加藤木 甫男さん



▲写真右：飯村 多喜子さん

問合せ 長寿応援課 ☎029-288-3111 (内線135)

城里ふるさと便り

町の情報を随時更新
しています



城里町防災行政無線放送フリーダイヤル

☎0800-800-7009 (通話料無料)

防災行政無線の放送内容を電話で確認できます

この券は、自治会加入世帯に配付しています。住みよい地域社会をつくるため、自治会の加入促進にご協力をお願いします。
※無効印のある券は使用不可

(キトリ)

掲載している情報は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止または延期となる場合があります。