

しろさと



主な内容

- P. 2 国民健康保険人間ドック補助制度
- P. 4 水戸ホーリーホック 新体制発表会を開催
- P. 7 戸籍に氏名の振り仮名が記載されます

城里HORORUS 町長を表敬訪問

茨城県ミニバスケットボール選手権(茨城新聞社杯)で初優勝した城里HORORUSが、3月に行われる全国大会へ向けて2月13日(木)に町長を表敬訪問しました。大会結果の詳細については、P.6をご覧ください。

令和7年度 国民健康保険 人間(脳)ドック補助制度のご案内

※令和7年度より申請方法が変わりますのでご注意ください。

◆対象者

年度の初日および受診日当日において、城里町国民健康保険に加入している40歳から74歳までの方

◆補助条件

- ①右の指定医療機関で受診してください。
- ②国保税に滞納のない世帯の方
- ③ドック補助は、同一年度内に1回のみです。
- ④脳ドックは2年続けて受診できません。
- ⑤1世帯につき、年度内に2名まで補助を受けられます。
- ⑥町の健診(がん検診含む)と重複受診をした場合、または75歳になってからドックを受診した場合、補助額の全額または一部を返還していただきます。

◆指定医療機関

人間ドック	いばらき健康管理センター(水戸市見川町)
	茨城県メディカルセンター(水戸市笠原町)
	東関東クリニック(水戸市白梅)
	水戸済生会総合病院(水戸市双葉台)
脳ドックまたは人間ドック	水戸協同病院(水戸市宮町)
	水戸赤十字病院(水戸市三の丸)

◆申込期間

4月3日(木)～5月30日(金) ※定員300名(受診日の2週間前までに申請)

◆申込方法

国保年金課まで、郵送または窓口で申請書を提出してください。申請書や案内については、国保年金課窓口にあります。また、4月以降に町ホームページからもダウンロードできる予定です。

※令和6年度にドック補助の申請をされた方には、3月下旬頃に国保年金課から申請書等を送付予定です。令和7年度もドック補助を希望される方は申請をしてください。

※案内をお読みいただき、医療機関へ予約を行ってから申請書をご提出ください。

※申請書の送付を希望される方は、メールまたははがきでご連絡ください。

【メールの場合】

二次元コードを読み取り、次の必要事項を入力して申込期間中に送信してください。



【はがきの場合】

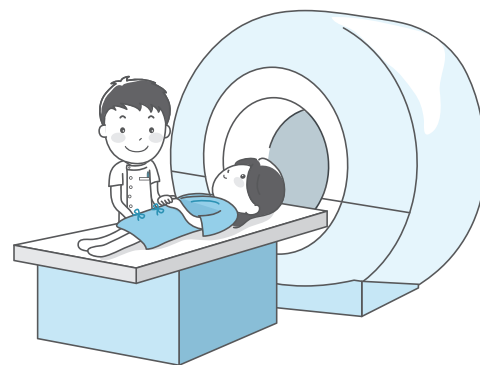
郵便はがきに次の必要事項を記入し、国保年金課まで送付してください。

必要事項 ①タイトル：ドック補助申込 ②氏名 ③住所 ④つながりやすい連絡先

※メールで申込む場合、迷惑メールの設定等をされている方は、あらかじめ kenshin@town.shirosato.lg.jp からのメールを受信できるように設定をお願いします。1週間以内に返信メールがない場合は、下記の問合せ先までお問い合わせください。なお、電話での申込は行っていないのでご注意ください。

◆補助額

項 目	補 助 額
人間ドックのみ	20,000円
人間ドック、乳がん検診、子宮がん検診	25,350円
人間ドック、乳がん検診	21,450円
人間ドック、子宮がん検診	22,150円
脳ドック	30,000円



問合せ・申請先

国保年金課(役場本庁舎内)／〒311-4391 城里町石塚1428-25)

☎029-288-3111(内線143) ☒kenshin@town.shirosato.lg.jp

休日夜間の急患

電話による救急相談や医療機関案内を行っています

急な病気へ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。相談については無料で、通話料のみ利用者負担となります。(歯科については相談を行っていません)

急な病気で心配なとき
看護師にご相談ください。
受診可能な医療機関もご案内します。

茨城 子ども救急
電話相談

● フッシュ回線の固定電話、携帯電話から
短縮ダイヤル
8 0 0 0
または 03-6667-3377
(電話番号が変更になりました。令和2年3月1日～)

24時間365日受付
相談は無料です。ただし通話料は利用者負担となります。

※茨城県小児医療センター/フッシュ回線「子どもの急患ってどんなとき?」にもご覧ください。
<https://www.pref.ibaraki.jp/ikenfukushu/ryo/asi/>
<http://www.pref.ibaraki.jp/ikenfukushu/ryo/asi/>

茨城県

急な病気で心配なとき
看護師にご相談ください。
受診可能な医療機関もご案内します。

茨城 おとな救急
電話相談

● フッシュ回線の固定電話、携帯電話から
短縮ダイヤル
7 1 1 9
または 03-6667-3377
(電話番号が変更になりました。令和2年3月1日～)

24時間365日受付
相談は無料です。ただし通話料は利用者負担となります。

※茨城県緊急医療システムのホームページもご覧ください。
<https://www.pref.ibaraki.jp/WFO101/PP010101BL.do>

茨城県



問合せ 国保年金課 ☎029-288-3111(内線143)

予備自衛官補(技能公募・一般公募)募集のお知らせ

応募資格 (詳細はお問い合わせください。)

- ①技能公募 18歳以上で国家免許資格等を有する者
- ②一般公募 18歳以上52歳未満の者

出願期限

4月8日(火)【必着】

試験日

4月6日(日)から20日(日)のうち指定する1日

合格発表

6月11日(水)

教育訓練招集手当

日額8,800円(令和6年4月1日現在)
※法律の改正により改定される場合があります。

問合せ

自衛隊茨城地方協力本部 水戸募集案内所

☎029-226-9294

✉hq1-ibaraki@pco.mod.go.jp

🌐<https://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/>

町民課 ☎029-288-3111(内線115)

※自衛官候補生は年間を通じて募集しています。





2/2

水戸ホーリーホック 新体制発表会を開催

コミュニティセンター城里において、「2025水戸ホーリーホックホームタウンPR大使ドラフト会議」が開催されました。2025シーズン城里町PR大使は、梅田選手、芦部選手に決定しました。両選手にはクラブハウスがある練習拠点、城里町の魅力を県内外の多くの方にPRしていただき、城里町を一緒に盛り上げていただきます。

2025シーズンは是非、梅田選手、芦部選手に注目して、水戸ホーリーホックを応援していきましょう！

2025シーズン 城里町PR大使が決定！城里町の魅力を発信します

17 MF

芦部 晃生

あしべ こうせい

出身地 宮城県
生年月日 2001/4/15
前所属 FC町田ゼルビア



20 FW

梅田 魁人

うめだ かいと

出身地 山口県
生年月日 1997/5/15
前所属 テゲバジャーロ宮崎

2/6

ホロルの湯×常北中学校

中学生考案の城里町オリジナルラーメンが商品化されます



健康増進施設ホロルの湯において、城里町の特産品を使った中学生が考案したラーメンの最終選考会が行われ、同施設で実際に商品化するラーメン(2種類)が決まりました。

今回選ばれた小山心桜さん(写真左)は、「辛い麺が好きなので、町の特産品を使い鶏足山をイメージしたまぜそばを作った」、江幡瑠耶さん(写真右)は、「トマトのラーメンがあまりないので、町のトマトを使いスープパスタ風のラーメンを作ってみた」と話していました。

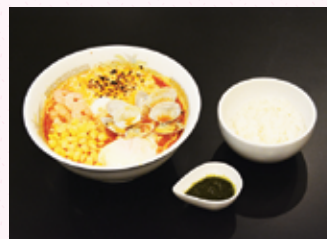
今回商品化されたラーメンは、3月8日(土)から3月末までホロルの湯で販売されます。



小山さん考案

「鶏足山まぜそば」

赤ネギを使った太麺の
辛めのまぜそば
豆板醤でさらに辛さを
増すことも可能



江幡さん考案

「焦がしチーズの
シーフードトマト」

トマトスープに焦がし
チーズや魚介を組み合
わせたイタリアンなラ
ーメン

今回は、城里のおいしいご飯を付けて「追い飯」も楽しめる工夫をしています。



2/1

第12回いばらきっ子郷土検定 常北中生徒が県大会へ出場

ザ・ヒロサワ・シティ会館で「第12回いばらきっ子郷土検定県大会」が開催されました。

この大会は、郷土への愛着と誇りを高め、郷土愛を醸成するとともに、茨城県の魅力を広く発信しようと、中学2年生を対象に実施されています。

今年度は、城里町代表として常北中学校が出場し、準決勝まで勝ち進むことができました。惜しくも準決勝での敗退となりましたが、出場した全45校のうち上位15校に入り、優秀賞を受賞することができました。



1/26

城里町文化財散策 城里町の幕末史跡めぐりを開催

県埋蔵文化財センター「いせきびあ茨城」主催、県教育財団と町が共催で、「城里町文化財散策 城里町の幕末史跡めぐり」が開催され、町内外から23名が参加しました。

当日は、町文化財保護審議会の小山映一会長を講師として迎え、加藤木賞三の故郷や増子金八の墓所、鯉淵要人の生家などをバスと徒歩で巡りました。小山会長は、当時の歴史的背景や町との関わりなどにふれながら、各人について解説していました。参加者からは、「町の歴史や桜田門外の変に興味があった。次回の企画にも参加したい。」などの感想が寄せられました。



2/7

令和6年度 防衛大臣感謝状贈呈式 感謝状と表彰盾が贈呈されました

令和6年10月26日(土)、ホテルグランドヒル市ヶ谷において防衛大臣感謝状贈呈式が挙行政され、自衛官募集広報により数多くの自衛官の入隊に寄与した募集功労者として、町が防衛大臣から感謝状を受賞しました。

2月7日(金)には、役場本庁舎において、自衛隊茨城地方協力本部本部長の栗秋健士様から、賞状と合わせて副賞である表彰盾が贈呈されました。



2/5

城里町母子愛育会主催 ひなまつりを開催しました

常北保健福祉センターにおいて、城里町母子愛育会主催の「ひなまつり」が開催され、親子9組が参加しました。

当日は、愛育会の班員が考えたひな人形を親子で楽しく作りました。その後、パネルシアターなどをみんなで楽しみ、参加者たちには一足早い春が訪れたようでした。

愛育会は、町と連携して子ども達の健やかな成長を願い、季節にあわせた行事を行っています。



SPORTS

12/8

天皇盃・皇后盃 第52回全日本空手道選手権大会

東京都千代田区「日本武道館」

第62回茨城県空手道選手権大会一般男子組手競技で優勝した石井志音さんが上記大会に出場されました。



2/14

経営の安定化に向けて 和牛組合長から要望書を受領

牛の飼料価格の高騰や家畜市場の取引価格が下落していることから、各和牛組合長(写真左からト部三男さん、関澤早苗さん、加藤木正道さん)から町長へ牛飼養農家の経営支援に関する要望書が手渡されました。町ではこの要望書を踏まえ、牛飼養農家の経営安定化を図るための予算を計上していきます。

2/1

しろさとスポーツフェス 中学サッカー大会

七会町民センター「アツマーレ」

全4チームが参加した上記大会において常北中学校・桂中学校合同チームが参加し、決勝戦ではPK戦までもつれ込む激闘の末、準優勝しました。


 1 /
18-25-26

2024年度茨城新聞社杯 第52回茨城県ミニバスケットボール選手権

リリーアリーナ水戸 ほか

県内26チームが参加した上記大会において城里HORORUSが優勝しました。この成績を受け、3月30日、31日に行われる全国大会(東京都代々木体育館)に参加します。



固定資産税評価額通知書の交付廃止に関するお知らせ

水戸地方法務局と城里町の間において、電子データによる地方税法第422条の3の規定に基づく通知を開始することに伴い、令和7年3月31日をもって、固定資産税評価額通知書の交付を廃止することとなりました。

4月1日以降、町内不動産(土地および家屋)に係る所有権移転登記等の申請の際は、評価額通知書に代わり、次のいずれかの証明書等により固定資産税評価額の確認ができます。

帳票名	取得方法	手数料
課税明細書	納税通知書に同封 (課税対象者のみ)	無料
固定資産課税台帳・名寄帳(原本証明)	窓口・郵送にて申請	200円(所有者ごと) ※縦覧期間中は無料(証明なし)
固定資産(土地・家屋)評価証明書	窓口・郵送にて申請	土地家屋1筆1棟200円 ※1筆1棟増すごとに100円加算

【固定資産税評価証明書申請の際の注意点】

- ・未評価の土地(公衆用道路等の非課税地)や年途中で地目が変更になった土地などは、固定資産評価額証明書に近傍価格を記載して発行しますので、申請の際にお伝えください。
- ・賦課期日以降に地目が変わる不動産については、必ず当該不動産の登記事項全部証明書の添付をお願いします。

問合せ 城里町役場税務課 固定資産税グループ(〒311-4391 茨城県東茨城郡城里町石塚1428-25)
☎029-288-3111 (FAX)029-288-5955

戸籍に氏名の振り仮名が記載されます

行政のデジタル化推進のための基盤整備を図るため、戸籍に氏名の振り仮名が記載されることになりました。令和7年5月26日以降、本籍地の市区町村から戸籍に記載される予定の振り仮名が通知されます。

通知された振り仮名が認識と異なる場合は令和8年5月25日までに届出を行う必要があります。正しい場合には届出をしなくてもその振り仮名が戸籍に記載されます。

詳しくは、法務省ホームページ(<https://www.moj.go.jp/MINJI/furigana/index.html>)をご覧ください。



問合せ 水戸地方法務局戸籍課 ☎029-227-9916 平日/午前9時～午後5時
城里町役場町民課 ☎029-288-3111(内線114～116) 平日/午前8時30分～午後5時15分

3月24日以降に申請の旅券(パスポート)の変更点について

3月24日(月)申請受理分から、偽変造対策が強化された「2025年旅券(パスポート)」の交付が開始されます。作成方法が変わるため、交付までの期間が現行の8日間から11日間(閉庁日を除く)に変更となります。

また、利便性向上のため、マイナンバーカードをお持ちの方を対象に、電子申請が可能になり、その場合は戸籍謄本の提出が不要になります。

さらに、窓口申請と電子申請では手数料が異なり、電子申請のほうが安価になります。

10年用旅券手数料	現行16,000円 → 電子申請：15,900円 / 窓口申請：16,300円
5年用旅券手数料	現行11,000円 → 電子申請：10,900円 / 窓口申請：11,300円

問合せ 町民課 ☎029-288-3111(内線114～116)

令和6年度住民税非課税世帯対象 城里町物価高騰対応重点支援給付金のご案内

支給対象者

基準日(令和6年12月13日)に城里町に住民登録があり、世帯全員が、令和6年度住民税非課税世帯の世帯主(ただし、住民税が課税されている方の扶養親族等のみからなる世帯を除きます)

支給額 1世帯当たり3万円

※こども加算として、支給対象のうち子育て世帯には、18歳以下の児童1人あたり2万円を追加支給します。

申請方法

●令和5年度住民税非課税世帯向けの給付金(7万円)または令和6年度新たな非課税世帯向けの給付金(10万円)を受給した方で、対象世帯の方
→給付金は申請不要で受け取れます。対象世帯の世帯主へ町から支給案内のハガキを送付しますので内容をご確認ください。

●上記の給付金(7万円、10万円)を受けていない方で対象世帯の方
→町から送付される確認書または申請書の内容を確認し、通帳および本人確認書類の写し等の添付書類とともに同封の返信用封筒で提出してください。

申請期限 5月30日(金)

申請先・問合せ 健康福祉課 物価高騰給付金窓口
☎029-288-3111(内線133)

国勢調査の調査員を募集します

国勢調査は、5年に一度行われる日本国内に住む全ての人と世帯を対象とする、最も重要な統計調査です。国勢調査へ理解と誠意をもって、調査員として従事していただける方を募集しています。

主な仕事内容 担当地域の世帯に調査内容の説明、調査票の配布および回収をしていただきます。

任命期間

令和7年9月1日～10月30日(予定)

調査員の要件

- ・統計調査に対して責任をもって遂行できる方
- ・秘密の保護に責任をもてる方
- ・税務、警察および選挙に直接関係のない方
- ・満20歳以上の方
- ・暴力団員その他の反社会的勢力に該当しない方

報酬

1調査区担当 49,000円程度

2調査区担当 92,000円程度

※担当の調査区数、世帯数により変動します。

応募方法

まちづくり戦略課までご連絡ください。必要に応じて面接等を行います。

問合せ まちづくり戦略課 企画政策グループ
☎029-288-3111(内線228)



町長コラム

城里町誕生20周年記念式典のご報告①

～高島 礼子さん～

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。

城里町が誕生して20周年を迎えた2月1日(土)に、「城里町誕生20周年記念式典」を開催しました。お伝えすべき内容が多いため、何回かに分けて報告をしたいと思います。

女優の高島礼子さんが、初めて城里町の公式行事に参加してくださいました。午前中は議会議員、区長、農業委員、民生委員など町の代表者約80名を前にして、「1日町長」講話を行いました。「地位が高くなり、それを長く続けていると、ついつい目線が高くなってしまいうもの。住民の立場に寄り添うことを意識して仕事して欲しい」ということなどが語られました。日頃の仕事ぶりについて、私もはっとさせられる内容の講話でした。また、600人近くが集まった午後のトークショーでは、「夏休みに那珂川で泳いだこと」「道の駅かつらの蕎麦が大好きであること」「江戸時代までさかのぼっても高島さんの先祖は城里町付近にいること」などが語られました。高島礼子さんが本当に城里町を「ふるさと」として愛されていることが伝わり、こんなに嬉しいことはありませんでした。会場に詰めかけた城里町の住民の皆さんも感動し、城里町民であることを誇らしく感じたことでしょう。式典の後には、高島さんは「道の駅かつら」を訪問し、従業員を激励して頂きました。帰りにはたくさんお土産を購入して頂き、高島さんの公式Instagramで宣伝までして頂きました。感謝・感激の1日でした。



▲1日町長の任命式



▲講話をしている様子



▲トークショーの様子

お知らせ



コンビニ交付について

広報しろさとおよびお知らせ版2月号に掲載した、3月14日(金)午後5時30分～17日(月)午前6時30分までの、コンビニエンスストア等での各種証明書取得サービスの停止のご案内につきましては、通常どおり(午前6時30分～午後11時)ご利用いただけることとなりました。

問合せ 町民課 戸籍住民G

☎029-288-3111

(内線144・116)

土地および家屋価格等の縦覧帳簿の縦覧について

帳簿の縦覧とは、所有している土地や家屋の価格(評価額)が適正かどうか比較することができ、縦覧期間を次のとおり設けています。

縦覧期間 4月1日(火)～30日(水)

※土日祝日を除く

縦覧時間 午前8時30分～午後5時15分

縦覧場所 税務課(役場本庁舎1階) **縦覧できる方**

町内に所在する土地・家屋の固定資産税の納税者または納税管理人および相続人等

持参品

・本人確認ができるもの(運転免許証等)

・納税通知書および課税明細書
・委任状(代理人の場合)
・相続関係がわかる書類(相続人の場合)

問合せ 税務課

☎029-288-3111

(内線123・124)

春の全国交通安全運動

交通安全思想の普及・浸透を図り、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、春の全国交通安全運動を実施します。

実施期間

4月6日(日)～15日(火)

※4月10日(木)は交通事故死ゼロを目指す日です。

運動の重点推進項目

- ① こどもを始めとする歩行者が安全に通行できる道路交通環境の確保と正しい横断方法の実践
- ② 歩行者優先意識の徹底とながら運転等の根絶やシートベルト・チャイルドシートの適切な使用の促進
- ③ 自転車・特定小型原動機付自転車の利用時のヘルメット着用と交通ルールの遵守の徹底

問合せ

町民課 交通担当

☎029-288-3111

(内線111)

コミュニティセンター城里図書館 臨時休室のお知らせ

コミュニティセンター城里図書館の蔵書点検に伴い、3月3日(月)～7日(金)の期間を休室とさせていただきます。ご不便をおかけしますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願い致します。なお、臨時休室期間中における資料返却については、コミュニティセンター城里1階事務所または桂図書館へお願いします。

問合せ コミュニティセンター城里

☎029-288-6100

事件を風化させない

オウム真理教は、かつて宗教法人を隠れ蓑にしながら武装化を図り、5,800人以上が被害に遭われた地下鉄サリン事件など、数々の凶悪事件を引き起こしました。現在も「Aleph」や「ひかりの輪」に名前を変えて活動しており、新たな信者獲得のために、ヨーガや占いなどに興味を持つ若い方々を対象とした勧誘活動を行っています。望まない勧誘を受けた方は、是非、警察にご相談ください。

問合せ 笠間警察署

☎0296-73-0110

(広告)



Dr. 健康コラム

新型コロナの罹患後症状について(前編)

城里町国保七会診療所 上井 雅哉

○新型コロナの罹患後症状

新型コロナの罹患後症状(いわゆるコロナ後遺症)とは、新型コロナにかかったあと、感染性が消失したにもかかわらず、他に明らかな原因がなく、

①急性期から持続する症状、②経過の途中から新たに生じた持続する症状、③再び生じて持続する症状、の全般をいいます。

WHOの定義によれば、新型コロナに罹患した人にみられ、2ヶ月以上持続し、他の疾患による症状として説明がつかず、通常は発症から3か月経ったあとも症状がみられます。症状には以下のような特徴があります。

- ・感染した人の10～20%が罹患後症状を経験しているが、原因は不明
- ・急性期の重症度が高かった人や女性に多い
- ・多くの人は時間の経過とともに改善するものの、一部には症状の持続する人もいる

○具体的な症状

全身症状

- ・倦怠感
- ・筋力低下
- ・関節痛
- ・筋肉痛

精神・神経症状

- ・集中力低下
- ・記憶障害
- ・抑うつ
- ・睡眠障害
- ・頭痛

呼吸器症状

- ・呼吸困難感
- ・咳
- ・喀痰(かくたん)
- ・息切れ

その他の症状

- ・味覚障害
- ・嗅覚障害
- ・動悸
- ・下痢
- ・脱毛

これらの症状は多彩であり、他の疾患からきているか除外の必要があることから、かかりつけ医(またはプライマリ・ケア医)は患者さんの訴えに傾聴し、必要に応じて各領域の専門医と連携して対応します。

○日本における研究

2020年1月から2021年2月までに新型コロナで入院した1,066名の追跡調査で、罹患後症状のある患者の大半は時間経過とともに症状が改善しましたが、診断後12か月の時点でも残存する患者が一定程度存在することが示されました。

2022年、国内3自治体で実施された軽度者を含む感染者と非感染者を比較した研究で、

- ・成人で何らかの罹患後症状を有する割合は、小児の2～4倍高かった
- ・感染者が診断3か月後に罹患後症状を有する割合は、非感染者が2ヶ月以上何らかの症状を有する割合の2～3倍高かった
- ・2021年アルファ、デルタの流行期に感染した患者と比較すると、2022年以降のオミクロンの流行期の方が罹患後症状を有した割合が低かったことが示されました。

○今後の課題

時間の経過とともにその多くが改善する傾向にありますが、

- ・残存した罹患後症状の長期的予後
- ・感染した変異株による罹患後症状の差異
- ・罹患後症状のリスク因子の抽出
- ・ワクチンや抗ウイルス薬の罹患後症状の予防効果(…ワクチン接種が罹患後症状のリスクを軽減させるとの報告がでてきているが、不明の病態も多い)

など、明らかになっていないことも多く、全世界で研究が進められています。

参考文献 厚生労働省「新型コロナウイルス感染症(COVID-19)診療の手引 別冊 罹患後症状のマネジメント(第3.0版)」2023年10月20日

文芸しろさと

俳句

蠟梅の淡き日だまり昼の月
綿引 英子
亡き母の手編みセーター夜を羽織る
岩澤 とし江
大白鳥うなづく仕草優しかり
園部 洋一
行々子中州ばかりがしらじらと
飯田 勇一
カーテンに華やぐ夜のシクラメン
竹内 幸子
揺かはす風の無花果冬芽満つ
山口 勝元

川柳

怖いウィルス身を守るのはマ
スク様
信頼の出来る友居て気持ち楽
車田 綾子
定年後まだまだ行ける働ける
浅野 敏子
気持ちよくおきられた朝動
き良く
ト部 吉雄
電話きてまず天気良い話から
大和田 萬里
目をほそめ日なたばっこす今
清水 静江
日もまた
飯村 孝一
春雪となずなとせりと春をまつ
宮本 新

短歌

悠久の世より哀樂を見つめ来
しみ仏の面のやさしくくらみ
渡辺 千紗子
もちつきも稲の種まき姉妹たち
まこ
と今年はどうかなじいのつぶやき
宮本 明美
さてこそと筆を執りてはみたも
のの何も浮かばぬ凡庸な日々
信田 育子
蠟梅の香に誘われて庭に出
づ冬陽明かるき今日は節分
富田 佐智子
荒れ狂う二月の風は畑の土
巻き上げ時折虎落笛吹く
萩谷 登喜子

100歳でも元気に動ける体づくり ～健康寿命の延伸～

茨城県ボディビル・フィットネス連盟では、筋肉調整と自重スロー筋肉トレーニングによる健康寿命の延伸のための体づくり教室を開催します。



日時 4月22日(火)、24日(木)、26日(土)

※各日とも午後1時30分～4時

(極力、全日程の出席をお願いします。)

場所 笠間市友部公民館 多目的ルーム
(笠間市中央3-3-6)

対象者

- 茨城県内に居住する60歳以上で、医師から運動制限をされていない方
- 県内市町村の健康づくり担当職員

定員 50名

※定員を超えた場合は主催者で調整します。

講師

茨城県ボディビル・フィットネス連盟理事長
磯野 武夫

参加費(保険料や資料代など) 1,000円

※参加費当日に徴収します。

持参するもの バスタオルや室内運動靴など

申込方法 以下の施設で申込書に必要事項を記入し、お申し込みください。

※公民館(笠間・友部・岩間)、地域交流センター(笠間、友部、岩間)、茨城県ボディビル・フィットネス連盟、筋トレジム 健康塾

申込期限 3月31日(月)

問合せ

(事務局)筋肉調整整体筋トレジム 健康塾

〒309-1723 笠間市矢野下1379-3

☎090-5411-6875 磯野

しろさとまち通信

—城里町地域おこし協力隊— Vol.107

城里町地域おこし協力隊の連載、3月号は
高浦 千明が担当します！



問合せ

農業政策課

☎029-288-3111(内線253)

こんにちは。農業政策課の地域おこし協力隊・高浦です。今月で3年の任期を終え卒業する事になりました。

家族で城里町へ移住してきた当初は、農業経験ゼロ、知識もゼロ、あるのは「やる気」のみでした。当初は、そんな自分たちが、地域で受け入れてもらえるのか？そんな一抹の不安も抱えながらのスタートでした。しかし、町の協力隊として着任させていただけた事で、ご近所さんにも当初より気に掛けていただき、子供たちは伸び伸びと育ち、私たち夫婦より早く町に溶け込めたことは、この上ない喜びでした。

2年目からは、研修先農家さんや地域の先輩農家さんの農地や助けを借りながら、記録的な猛暑が続く中で、念願のお米や野菜作りを自分たちで2期経験する事ができました。「これまで通り」の農業が通用しなくなる！とみなさん言うくらいに温暖化や異常気象による自然の猛威でしたが、この就農前のタイミングで数々の失敗と小さな成功体験を重ねる事で、リスクに対する心構えができ、今後の貴重な糧となりました。本当に、ありがとうございました。

今年は巳年で、蛇は脱皮することから新たな挑戦を意味しているとも言われています。その年の4月より研修先農家さんはじめ、先輩農家さん、地域の皆さん、JAさん、普及センターさん、行政機関の皆さんのご支援を受けながら、新米農家としてチャレンジできる事に感謝し、まだまだ力不足ではありますが、町の農業発展に努めていければと思います。今後ともご指導の程、よろしくお願いたします。ありがとうございました。



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/>



スマホ用QRコード

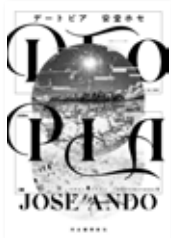


携帯用QRコード



今月のおすすめ本

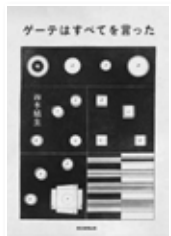
第172回 芥川賞 受賞作



DTOPIA

安堂 ホセ／著

舞台は南太平洋の楽園。ひとりの女を巡る、世界各国10人の男たちの争奪戦。恋愛リアリティショー「DTOPIA」の視聴者たちは、やがて「自分だけのDTOPIA」を編集しはじめ。2024年11月刊行。



ゲーテはすべてを言った

鈴木 結生／著

高名なゲーテ学者・博覧強記はある日、彼の知らないゲーテの名言と出会う。ティー・バッグのタグに書かれたその言葉を求めて膨大な原典を読み漁り、長年の研究生活の記憶を辿るが…。

第172回 直木賞 受賞作



藍を継ぐ海

伊与原 新／著

ウミガメの卵を孵化させ、ひとりで育てようとする中学生。奈良の山奥でニホンオオカミに出会うWebデザイナー…。科学だけが気づかせてくれる大切な未来を描く、5つの物語。

○児童書



あたたかな手 なのはな整骨院物語

濱野 京子／著

すこしでも誰かの痛みや苦しみをやわらげることができたらー。人に触れるのが苦手だった新人柔道整復師の春哉と整骨院の人々、そして地域ネコのマルがつむぐ優しい物語。

新着図書から

【一般書】▼そんなときは書店にどうぞ／瀬尾まいこ／水鈴社
▼任侠梵鐘／今野敏／中央公論新社▼ヒボクラテスの困惑／中山七里／祥伝社▼PRIZE／村山由佳／文藝春秋▼ロスト7／真山仁／KADOKAWA▼茨城古民家・レトロめぐり旅増補改訂版／ゆたり編集室／メイツユニバーサルコンテンツ▼図説常陸武士の戦いと信仰／茨城県立歴史館編／戎光祥出版
【ヤング／中高生向け】▼そこに言葉も浮かんでいた 文芸部／おおよなぎちか／新日本出版社▼あなただけの物語のために どうすれば自分を信頼できる？／あさのあつこ／筑摩書房
【児童書】▼ようかいむらのごくらくてんごく／たかいよしかず／国土社▼パパが言います／宮丸伸恵／文芸社▼きみも博士になれる！子ども資格・検定ハンドブック／しおうらしんたろう／ポトス出版

図書館カレンダー

3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 30	24 31	25	26	27	28	29

月～木 10:00～18:00

土・日・祝 10:00～17:00

4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			

4月以降 10:00～18:00

※利用率の検証のため、4月から土・日・祝日も18:00まで開館します

■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

ホロルの湯からのお知らせ

◆近日のイベント

TTCキャンペーン☆歌謡ショー♪／3月15日(土)

◆休館日 【機械設備点検】3月3日(月)～7日(金)

3月10日(月)、17日(月)、24日(月)、31日(月)、

4月7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)

※イベントの詳細や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



3月中旬～4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
3/15(土)			
16(日)			
17(月)	お知らせ版3月号発行		まち
18(火)	心配ごと相談Ⓑ	コミ	社協
19(水)			
20(木)			
21(金)			
22(土)			
23(日)			
24(月)			
25(火)			
26(水)			
27(木)			
28(金)			
29(土)			
30(日)			
31(月)			
4/ 1(火)	広報しろさと4月号発行		まち
2(水)	生活自立相談Ⓑ	役場	健福
3(木)			
4(金)			
5(土)			
6(日)			
7(月)			
8(火)	心配ごと相談Ⓑ 茨城県行政書士会無料相談会	コミ 役場	社協 総務
9(水)			
10(木)			
11(金)			
12(土)			
13(日)			
14(月)			

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～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

こども家庭センター

日時/月～金曜日 8:30～17:15
☎029-240-6550

臨時窓口

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

生活自立相談(健康福祉課)

相談支援員、就労支援員による相談

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

人口・世帯数

(2月1日現在・住民基本台帳)

	人 数	前月比
人 口	17,675人	-37
男	8,813人	-21
女	8,862人	-16
世帯数	7,923世帯	-5

今月の納税

納期限 3月31日(月)

上 下 水 道 料 金 (3月分)
住 宅 使 用 料 (3月分)

納税には簡単で便利な口座振替をご利用ください。

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 健福/健康福祉課)
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

◆今月の標語 Vol.52◆

私たちにもできる環境保全活動

不要なレジ袋や過剰包装は断り
マイバックを持って買い物を楽しもう

Happy Birthday

3月生まれの
1才は2人

1才になりました



大越 ^{りゅうせい}隆誠 くん
(高根)



たくさん食べて、おおきく元
気にそだってね！

◆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。

水戸ホーリーホック ホームゲームの観戦チケットを当てよう！

ケーズデンキスタジアム水戸で開催される、水戸ホーリーホックのホームゲームの試合観戦チケット（SS指定席2枚）が当たる抽選への参加を、次のとおり募集します。

応募資格 城里町に住所がある方

応募方法 下記の応募用紙に必要事項を記入し、七会町民センター窓口へ直接持参するか、郵送またはFAXにてご応募ください。なお、電話、メールでの応募は受け付けできません。

※応募は、おひとり様1回限りです。

応募期限 3月18日（火）午後5時15分

当選発表 当選者へは電話にてご連絡のうえ、当選通知および観戦チケットを送付します。

日 程	対戦チーム
① 4/12（土）14:00～	北海道コンサドーレ札幌
② 4/25（金）19:00～	ヴァンフォーレ甲府
③ 4/29（火）14:00～	F C 今治
④ 5/11（日）14:00～	ブラウブリッツ秋田
⑤ 5/17（土）14:00～	ロアッソ熊本
⑥ 5/31（土）14:00～	V・ファーレン長崎
⑦ 6/14（土）18:00～	サガン鳥栖
⑧ 6/28（土）18:00～	徳島ヴォルティス

応募用紙〔第1弾〕

住 所：城里町大字

氏 名：

希望観戦試合 第1希望： 第2希望：

※左の①～⑧の番号を記入してください。

連絡先電話番号：

問合せ

七会町民センター（〒311-4402 城里町小勝2268-3） ☎0296-88-3111 FAX 0296-88-3253

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