

洗町成人式
典会場



祝 おめでとう!! 新しい時代を担う新成人たち —令和2年成人式— (関連P5)

特集

生徒一人ひとりを大切にする茨城県立大洗高等学校をご紹介 ...P.2~3

Index

- 消防出初式 P.4
- おめでとう! 新成人196人誕生 P.5
- 個人住民税(町民税・県民税)の申告のご案内 P.6
- 台風19号で被災された方へのお知らせ(町税や保険料の減免) P.7
- 埋蔵文化財企画展【常陸鏡塚】 P.8

- 情報クリップ P.9~13
- 大洗海の大学/夢town大洗 P.14
- 随想/地域コミュニティ P.15
- まちのできごと P.16~17
- みんなのひろば P.18~19

2

2020

令和2年

茨城県立大洗高等学校

～生徒一人ひとりを大切に育てています～

大洗高校は、昭和49年の創立以来大洗町の皆様からの温かいご支援により、令和5年に創立50周年を迎えます。



(第47回マーチングバンド全国大会 金賞・中編成最優秀賞受賞：令和元年12月)

校長あいさつ・生徒の声



校長 猪瀬 宝裕

本校は、昭和49年の創立以来、生徒一人ひとりを大切に個性の伸長をめざしたきめ細かな指導を行ってまいりました。

本校生は進路実現に向けて学習や部活動などに積極的に取り組み、5年連続進路決定率100%達成や2年連続国公立大学合格者輩出など生徒一人ひとりが夢を実現しております。これからも「進学にも就職にも強い」大洗高校を実践してまいります。

大洗町の皆様におかれましては今後とも本校への関心をお寄せいただき、ご支援ご協力を賜りますようお願い申し上げます。



生徒会会計 廣瀬 太一 君
(大洗町立南中学校卒業)

大洗高校で卓球部の活動に日々励んでいます。部活動の他、夏には国体のビーチバレーボールの補助員や図書委員として水戸駅の書店で学校図書館用の本を購入する店頭選書に参加しました。

大洗高校で勉強以外でも多くの学校行事や委員会活動に参加して充実した高校生活を送っています。



生徒会長 照山 桃香 さん
(鉾田市立鉾田南中学校卒)

生徒会長として、大洗高校をより楽しく、充実した学校にしていきたいと思っています。授業や学校行事だけではなく部活動も含め、楽しむ時は楽しみ、やるべき時はやる。メリハリを付けた学校生活を送れるよう、生徒会役員と協力しながら新しい時代にふさわしい大洗高校を築いて行きたいと思います。



マーチングバンド部 部長 海野 祐翔 君
(大洗町立第一中学校卒業)

昨年は、全国大会で編成別最優秀賞を受賞することができました。来年度も部員全員で力を合わせて「連覇」を目指し頑張ります。

また、支えていただいた方への感謝の気持ちを忘れず、見てくださる人たちに感動を与えられる演奏演技ができるチームにしていきたいです。応援よろしくお願いします。

＝5年連続進路決定率 100% の実績 6年連続へ挑戦！＝

生徒一人ひとりに対応するオーダーメイドの進路指導で着実に成果を出しています。国公立大学に2年連続で合格者を輩出し、生徒の進路実現に全力を尽くしています。

国公立大学 2年連続合格！

○国公立大学

福島大学 共生システム理工学類 1名

○4年制大学

流通経済大学 経済学部 1名

流通経済大学 法学部 1名

常磐大学 人間科学部 2名

城西大学 経営学部 1名

尚美学園大学 芸術情報学部 1名

千葉科学大学 危機管理学部 1名

奈良学園大学 人間教育学部 1名

○短期大学

常磐短期大学 幼児教育保育学科 2名

茨城女子短期大学 保育科 3名

○専門学校等

水戸メディカルカレッジ 看護学科 1名

水戸市医師会看護専門学院

准看護学科 1名

茨城県立水戸産業技術専門学院

建築システム科 4名

他多数

(令和2年1月24日現在)

＝活躍する部活動＝

◎マーチングバンド部 マーチングバンド全国大会 金賞・中編成最優秀賞

◎eスポーツ競技部 全国都道府県大会 準優勝

◎バレーボール部 県ジュニアビーチバレーボール大会 第3位

◎バドミントン部 県高校バドミントン新人大会 出場

◎柔道部 県高校柔道新人大会 出場



＝日本一のマーチングバンド部(普通科音楽コース)＝

普通科音楽コースは生徒全員がマーチングバンド部に所属しています。全国から生徒を募集しており、マーチングバンド部の令和元年度の部員は87名、県外からの在校生は38名で全国から受け入れた生徒全員が大洗町で寮生活を送っています。

マーチングバンド部は、年間83回の演奏会(H30年度)、3年に一度はオーストラリアへの国際交流事業を行っています。(令和元年8月に実施)

◎有國淨光先生が文化庁長官表彰を受賞しました



「永年にわたり、文化部活動の指導に携わり、顕著な成果を挙げているなど、我が国の芸術教育の振興に多大な貢献をしている」ことにより、受賞されました。



国際交流(オーストラリア): 令和元年8月

◎学校までの直通バスを運行中！

那珂湊駅発(7:55)→大洗駅発(8:17)

→大洗高校着(8:29)



茨城県立大洗高等学校

〒311-1311 茨城県東茨城郡大洗町大貫町2908

Phone: 029-267-6666 Fax: 029-266-2298

URL <http://www.oarai-hibk.ed.jp/> E-mail koho@oarai-hibk.ed.jp

ACCESS ●鉄道/ 鹿島臨海鉄道・大洗鹿島線 大洗駅から徒歩約25分

●バス/ 茨城交通 大洗駅から約10分

(那珂湊⇄大洗駅⇄大洗高校: 登下校時運行)

学校見学随時受付中
ご連絡の上、お気軽にご来校ください。



令和2年大洗町消防出初式

新春恒例の大洗町消防出初式が1月13日（月・祝）大洗文化センターにおいて開催されました。式典には、消防団、日本原子力研究開発機構大洗研究所自衛消防隊、女性防火クラブを含む、関係者250名が参加し、消防功労者表彰等を行いました。

また、屋外では車列を組んだ分列行進が行われ、寒風の中、きびきびとした動作に地域防災への強い意欲と士気の高揚を感じさせ、見学に訪れた町民の皆様は、その勇姿に見入っていました。



我が町を守る消防団功労者表彰等

■日本消防協会長表彰

☆精績章

・団本部 副団長 谷田部公市

☆勤続章

・第8分団 分団長 鬼沢 浩三

■茨城県知事表彰

☆感謝状

・大洗町消防団

☆永年勤続功労章（20年以上）

・第2分団 分団長 山戸 章弘
・第4分団 班 長 原 和伸
・第8分団 班 長 大貫 勝
・第8分団 班 長 大貫 寛和
・第2分団 団 員 親松 宣治
・第6分団 団 員 小野瀬 裕

■茨城県消防協会長表彰

☆優良分団表彰

・大洗町消防団第9分団

☆功労章

・第2分団 分団長 山戸 章弘
・第4分団 班 長 原 和伸
・第8分団 班 長 大貫 勝
・第8分団 班 長 大貫 寛和

・第2分団 団 員 親松 宣治

・第6分団 団 員 小野瀬 裕

・第1分団 団 員 櫻井 重明

■茨城県消防協会県央支部長表彰

☆優良団員表彰

・第4分団 団 員 石崎 裕史

・第2分団 団 員 會澤登志男

■町長表彰

☆永年勤続（45年）

・団本部 副団長 谷田部公市

☆永年勤続（35年）

・第6分団 分団長 田山 宏

☆永年勤続（25年）

・第5分団 部 長 今村 和章

・第3分団 団 員 関根 北斗

・第4分団 団 員 山本 清高

☆優良団員（5年以上）

・第4分団 団 員 小田内壮史

・第8分団 団 員 関 克則

■町長感謝状

☆町長感謝状

・元団本部 団 長 米川不二夫

・元団本部 副団長 田山 東湖

・元第1分団 分団長 関根 康夫

・元第9分団 分団長 小野瀬 充

・元第4分団 分団長 山戸 孝一

・元第8分団 副分団長 大貫 聡志

・元第1分団 部 長 岡安 宏

・元第2分団 団 員 関根 慎治

・元第4分団 団 員 大澤 英樹

・元第1分団 団 員 関根 睦敏

■団長表彰

☆永年勤続（15年以上）

・第8分団 副分団長 井上 達也

・第9分団 班 長 大谷 義昭

・第9分団 班 長 富施 正治

・第1分団 団 員 谷田部太一

・第3分団 団 員 松井 祐樹



祝 成 人

令和 2 年成人式

1 月 12 日

おめでとう！新成人 196 人誕生！！

1 月 12 日（日）、大洗文化センターにおいて令和 2 年大洗町成人式が挙行され、色とりどりの晴れ着やスーツに身を包んだ新成人が、久しぶりに再会した友人らと新成人になった喜びを分かち合いました。

式典では小谷町長からの「どんな困難なことがあっても自分を信じて『自信』と『勇気』を持って挑戦し、自分の道を歩んでいって欲しい」という激励の言葉を受け、新成人代表の鶴田明日海さんから「大洗町での貴重な経験を活かし自分のために働くだけでなく人の為にも働ける社会人になりたい」と決意に満ちた言葉がありました。

式に臨む新成人の表情は皆真剣で、大洗町の未来を担う若者として立派な姿でした。

また、会場には新成人の家族をはじめ、多くの来賓の方々がお祝いに来場され、新成人の門出を温かく祝福しました。



個人住民税（町民税・県民税）の申告時期です

個人住民税（町民税・県民税）の申告時期になりました。令和2年1月1日現在、大洗町に住所登録がある方に申告をしていただくことになります。昨年中（平成31年1月1日～令和元年12月31日）に得た収入が対象です。国民健康保険税・介護保険料・保育料などの算定の資料になりますので、収入がなくても申告が必要となる場合があります。

※亡くなった方の申告をする方や、青色申告や過年分の申告、または消費税や贈与税、相続税の申告をする方などは、水戸税務署の申告会場で申告をお願いいたします。

◎申告期間及び申告会場

- ・2月17日(月)～3月16日(月) 受付時間は午前9時から11時・午後1時から4時までです。
- ・休日の申告受付は2月24日(月・祝)です。
- ・申告受付会場 中央公民館1階研修室

※申告会場は大変な混雑が予想されますので、お時間に余裕を持ってお越しください。

◎申告の必要な方

- 事業所得（営業、農業、漁業など）・不動産所得・譲渡所得・一時所得・雑所得・その他の所得のあった方
- 公的年金等の所得があった方で、扶養控除・社会保険料控除・医療費控除などの各種控除を受ける方
- 給与所得者で次に該当する方
給与所得以外の所得があった方
年末調整を受けていない方（勤務先に確認してください）
2か所以上から給与を受けた方
事業所（勤務先）から町へ「給与支払報告書」が提出されていない方（勤務先に確認してください）
医療費控除や住宅借入金等特別控除などを受ける方
- 所得証明書や課税（非課税）証明書などの税務証明が必要な方

◎申告の必要のない方

- 税務署へ所得税の確定申告をする方
- 給与所得のみ（年末調整済）で、勤務先から町へ「給与支払報告書」が提出されている方
- 扶養親族（扶養控除の対象）となっている方（ただし、税務証明を必要とする人は除く）

◎申告に必要なもの（令和元年（平成31年）分が必要となります）

- 個人番号（マイナンバー）が確認できるものと、身元が確認できるもの
例1：個人番号カード（番号確認と身元確認）例2：通知カード（番号確認）＋運転免許証（身元確認）など
申告者本人以外に、夫、妻、父、母、子などの扶養に追加する方の個人番号も必要です。
- 事業所得や不動産所得がある方は、収支内訳書（収入と経費を計算し、事前に記入しておいてください。用紙は税務課に用意してあります）
- 給与や年金収入がある方は、源泉徴収票の原本（支払者から受領もしくは送付されます）
- 雑損控除を受ける方は、被害を受けた資産の取得時期及び取得価格がわかるもの、被害を受けた資産の修繕又は取壊し費用がわかるもの、被害を受けたことにより受取る保険金等の金額がわかるもの
- 医療費控除を受ける方は、医療費のお知らせ・医療費控除の明細書（医療費の合計額、生命保険や損害保険から支給された保険金や高額医療費などの医療費の補てんの合計額などを記載したもの）
おむつ代を医療費控除として利用する場合には、おむつ使用証明書
- 社会保険料控除を受ける方は、国民健康保険税や国民年金などの領収書や証明書
- 生命保険料控除や地震保険料控除を受ける方は、控除証明書（保険会社から送付されます）
- 障害者控除の適用を受けようとする方は、次の書類をお持ちください。
障害者手帳や精神障害者保険福祉手帳などの手帳をお持ちの方はその手帳
要介護認定を受けている方は、市区町村が発行する障害者控除対象者認定書
- その他の各種控除の適用を受ける場合には、領収書や証明書などが必要となります。
- 印鑑（三文判でも可）
- 金融機関の口座番号のわかるもの（所得税が還付になる方のみ）

問合せ／税務課 町民税係 ☎ 267 - 5130（直通）

台風 19 号で被災された方に対する 町税や保険料の減免について

令和元年台風 19 号により被害にあわれた皆様に、心よりお見舞い申し上げます。
このたびの災害により被害にあわれた方には、一定の要件のもと、町税及び保険料の一部について、減免措置があります。

○個人町民税の減免

【対象となる方】

- ① 災害により死亡された方、障害者となられた方
- ② 自己が居住する住宅について、半壊（床上浸水）以上の被害を受けた方で、平成 30 年中の合計所得金額が 1,000 万円以下の方

【減免の内容】

10 月以降に納期限が到来する令和元年度町民税について、平成 30 年中の合計所得金額と損害の程度により、8 分の 1 から全額の範囲で減免

【申請方法】

り災証明書発行台帳や認定調査により、②の減免に該当すると思われる方には、申請書を郵送いたしますので、必要事項を記入しご提出ください。

なお、減免に該当すると思われる方で申請書が送付されない場合にはお問合せください。

問合せ / 税務課 町民税係（内線 141・142）

○固定資産税・都市計画税の減免

【対象となる方】

- ① 所有する土地について、被害面積が 10 分の 2 以上となる方
- ② 所有する家屋について、半壊（床上浸水）以上の被害を受けた方
- ③ 所有する償却資産について、価格の 10 分の 2 以上の被害を受けた方

【減免の内容】

10 月以降に納期限が到来する令和元年度固定資産税について、損害の程度により 10 分の 4 から全額の範囲で減免

【申請方法】

り災証明書発行台帳や認定調査により、②の減免に該当すると思われる方には、申請書を郵送いたしますので、必要事項を記入しご提出ください。

なお、減免に該当すると思われる方で申請書が送付されない場合にはお問合せください。

問合せ / 税務課 固定資産税係（内線 144・145）

○国民健康保険税・後期高齢者医療保険料・介護保険料の減免

【対象となる方】

- ① 居住する住宅について、半壊（床上浸水）以上の被害を受けた方
- ② 世帯の主たる生計維持者が死亡または障害・重篤な疾病を負った方
- ③ 世帯の主たる生計維持者が行方不明となった方
- ④ 世帯の主たる生計維持者の収入の減少額が平成 30 年中の収入の 10 分の 3 以上となる方

【減免の内容】

令和元年 10 月 12 日から令和 2 年 3 月 31 日に納期限が到来する保険税（料）について、①については損害の程度により、2 分の 1 から全額の範囲、②・③については全額、④については平成 30 年中の合計所得金額により、10 分の 2 から全額の範囲で減免

【申請方法】

り災証明書発行台帳や認定調査により、①の減免に該当すると思われる方には、申請書を郵送いたしますので、必要事項を記入しご提出ください。

なお、減免に該当すると思われる方で申請書が送付されない場合にはお問合せください。

問合せ / 住民課 国民健康保険係・高齢医療年金係（内線 157～159）
福祉課 介護保険係（内線 155・156）

埋蔵文化財企画展【常陸鏡塚】開催

11月16日(土)から12月15日(日)までの土日祝日の10日間、廃校となった旧大貫小学校を利用して、第3回埋蔵文化財企画展【常陸鏡塚】を開催しました。

磯浜古墳群中の日下ヶ塚(常陸鏡塚)古墳。古墳時代前期の4世紀に造られた全長101.4mの前方後円墳。人を埋葬した長さ8.95mの粘土槨を78%スケールで再現し、その中に本物の副葬品(鏡・石製模造品・勾玉・管玉・直刀など)を並べ、当時の埋葬の様子がリアルに復元されました。

展示はアートと融合した美しいもので、期間中1,000名にのぼる町内外の見学者がありました。



【ギャラリートーク】

11月16日、展示や測量・空撮動画を解説。参加者約50名は、熱心にメモを取りながら、人がどのように葬られていたのか、当時の葬送儀礼がどのようなものであったのかなど、盛んに担当者に質問をしていました。



【小学6年生の見学】

12月5・6日、大洗小学校・南小学校の6年生約130名が見学しました。当時の有力者がどのように権威を示したのか、副葬品や古墳を通して理解しました。



【磯浜古墳群ぶらり旅】

12月8日、参加者約60名は、坊主山古墳・姫塚古墳・五本松下古墳・五本松古墳・車塚古墳・日下ヶ塚(常陸鏡塚)古墳の順で合計6基の古墳を歩き、3～4世紀、100数十年にわたって築造された古墳群の悠久の歴史を体感しました。



【シンポジウム】

12月15日、粘土槨や副葬品(石製模造品やガラス玉など)、埴輪などを通して、日下ヶ塚(常陸鏡塚)古墳の持つ学術的価値を浮かび上がらせました。最後には、国史跡答申を受けた磯浜古墳群の将来像を語り合いました。





日時／3月7日（土）
午前10時～

地震・津波防災訓練を実施します

その場で身を守る初動時対処（シエイクアウト）訓練を行ってから、高台や避難所へ避難していただく訓練です。（防災無線放送で訓練開始をお知らせします。）

※詳しくは、2月中旬頃の町内会配布のチラシ又は町のホームページをご覧ください。
問合せ／生活環境課
（内線241・246）

地震・津波防災訓練



情報クリップ

INFORMATION

大洗町役場

☎267-5111

国民年金保険料の「前納割引制度」をご利用ください

国民年金には、保険料をまとめて前払い（前納）すると割引になる制度があります。前納する期間が長いほど割引額が大きくなります。また、現金納付よりも口座振替で納付した方が、割引額が大きくなり便利でお得です。ぜひご利用ください。

【前納制度による保険料の割引額のめやす】

（参考：令和元年度の場合の前納額及び割引額）

現金納付／口座振替	納め方の種類	本来納付額	前納額	割引額	割引率
現金納付	1ヶ月分を現金で納付	16,410円	－円	－円	－%
	1年分を現金で前納	196,920円	193,420円	3,500円	1.8%
口座振替	1ヶ月分を当月末に口座振替（早割）	16,410円	16,360円	50円	0.3%
	6ヶ月分を口座振替で前納	98,460円	97,340円	1,120円	1.1%
	1年分を口座振替で前納	196,920円	192,790円	4,130円	2.1%
	2年分を口座振替で前納	395,400円	379,640円	15,760円	4.0%

保険料は毎年度変わります。記載の国民年金保険料は令和元年度のものですが、2年前納は令和元年度と令和2年度の保険料をもとにした金額です。令和2年度の保険料月額16,540円となる予定です。）

※ 口座振替により、4月分からの前納を利用する場合には、2月末日までに金融機関の窓口または年金事務所（要予約）への申し込みが必要です。【必要なもの：通帳、通帳の届出印、年金手帳または納付書等（基礎年金番号がわかるもの）】

※ 口座振替をご利用の方は、口座から振替される金額を確認し、振替日の預金残高にご注意ください。

問合せ／住民課 高齢医療年金係（内線159）
水戸南年金事務所／☎227-3278

ご存知ですか？

身体障害者自動車改造費・自動車運転免許取得費の補助について

町では、障害者の社会参加等を進めるため、障害者に対して自動車の改造や運転免許の取得に係る費用の一部を補助します。

補助金の交付を希望する方は、事前に申請等が必要となりますので、福祉課へご相談ください。

	自動車改造費補助	自動車運転免許取得費補助
対 象 者	本町に住居登録があり、次のいずれにも該当する方 (1) 身体障害者手帳（上肢・下肢・体幹機能障害）の等級が、1級又は2級の方 (2) 就労等に伴い、自らが所有し運転する自動車の操向装置等の一部を改造する必要がある方 ※所得制限あり ※過去5年間に本助成を受けていない方に限ります。	本町に住居登録があり、次のいずれにも該当する方 (1) 身体障害者手帳の等級が1級～4級の方 (2) 運転免許の欠格事由に該当せず、運転適性試験（音声・言語、内部障害を除く。）に合格した方 (3) 指定自動車教習所の自動車教習課程を卒業し、自動車運転免許を取得した方 ※過去に本助成を受けていない方に限ります。
助成する額	操向装置等の改造に要する費用（上限100,000円）	運転免許の取得に要した費用（入学金、教習料金、検定料など）の3分の2（上限100,000円）
手続きの方法	交付申請書（福祉課に備えてあります。）に次の書類を添えて申請してください。 (1) 身体障害者手帳の写し (2) 運転免許証の写し (3) 改造に係る見積書 (4) 車検証の写し（新車の場合は、後日提出） (5) 改造箇所のカタログなど	交付要望書（福祉課に備えてあります。）に次の書類を添えて提出してください。 (1) 身体障害者手帳の写し (2) 運転免許取得に要する費用の見積書等

問合せ／福祉課 社会福祉係（内線152）

イベント



今年の大洗海上花火大会・大洗八朔祭の日程について

2020年夏に開催される東京オリンピック・パラリンピックにともない、今年の大洗海上花火大会・大洗八朔祭は左記の日程で開催します。

大洗海上花火大会

日時：8月15日（土）

予備日：16日（日）

大洗八朔祭

日時：8月29日（土）・30日（日）

その他

／開催時間につきましては、5月中旬に決定します。

問合せ／商工観光課 商工観光係
（内線331）

大洗太鼓の祭典2020

町内の太鼓を演奏する団体が集い、迫力のあるパフォーマンスと力強い太鼓の音色をお届けします。

日時：2月16日（日） 14時～

会場／大洗文化センター大ホール（入場無料・全席自由）

出演団体／紅会社中・磯瀬子会・祭ばやし大洗と大貫町若

連（順不同）

主催／大洗町芸術文化協議会

祭ばやし部門・和太鼓部門

問合せ／芸術文化協議会事務局（生涯学習課内）

☎（267） 0230

くらし等



全国瞬時警報システム（Jアラート）の全国一斉情報伝達試験について

国（内閣官房・消防庁）による全国瞬時警報システム（Jアラート）の全国一斉情報伝達試験を左記のとおり行います。

これにより、町内一斉に防災行政無線および戸別受信機から試験放送が流れますので、ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

試験日時／2月19日（水）

11時頃

※状況により放送を中止する場合があります。

放送内容／〈チャイム音〉

・「これはJアラートのテストです。」×3回

・「こちらは大洗町役場で

す。」

・チャイム音

○全国瞬時警報システム（Jアラート）の概要

全国瞬時警報システムとは、弾道ミサイル情報、津波情報、緊急地震速報等、対処に時間的余裕のない事態に関する情報を、人工衛星を用いて国（内閣官房・気象庁から消防庁を経由）から送信します。受信した町の防災行政無線が自動起動することにより、国から緊急情報を町民に瞬時に伝達するシステムです。

問合せ／生活環境課

（内線241）

大洗町プレミアム付商品券のご案内／購入引換券をお持ちの方へ

大洗町プレミアム付商品券は、2月28日（金）まで販売、2月29日（土）まで使用可能です。

使用期限を過ぎた商品券は、使用できなくなりますので、ご注意ください。

問合せ／福祉課 社会福祉係

（内線151）

第2期大洗町子ども・子育て支援事業計画（案）及び大洗町自殺対策計画（案）への意見を募集しています

町民の皆様から標記計画（案）に対する意見を募集するため、2月5日（水）～3月5日（木）まで意見公募を実施いたします。

【資料の閲覧方法】

- ①大洗町ホームページ（<http://www.town.oarai.lg.jp>）
- ②役場本庁舎1階ロビー、こども課（役場1階）、健康増進課（ゆくら健康館1階）
※土日祝日を除く8時30分～17時15分
- ③大洗町中央公民館行政情報コーナー
※月曜日を除く9時～17時15分



【問合せ】

「第2期大洗町子ども・子育て支援事業計画に関すること」

こども課 子育て支援係（内線161）

「大洗町自殺対策計画に関すること」

健康増進課 健康増進係（☎266-1010）

個人番号カードの臨時交付日の変更について

広報おおあらい12月号（vol.576）13頁でお知らせしました臨時交付日につきまして国のシステムメンテナンス実施のため下記の日程に変更いたします。



臨時交付日

【変更前】2月16日（日）



【変更後】2月23日（日）
8:30～12:30

※時間の変更はございません。

問合せ／住民課 住民係

（内線112・113）

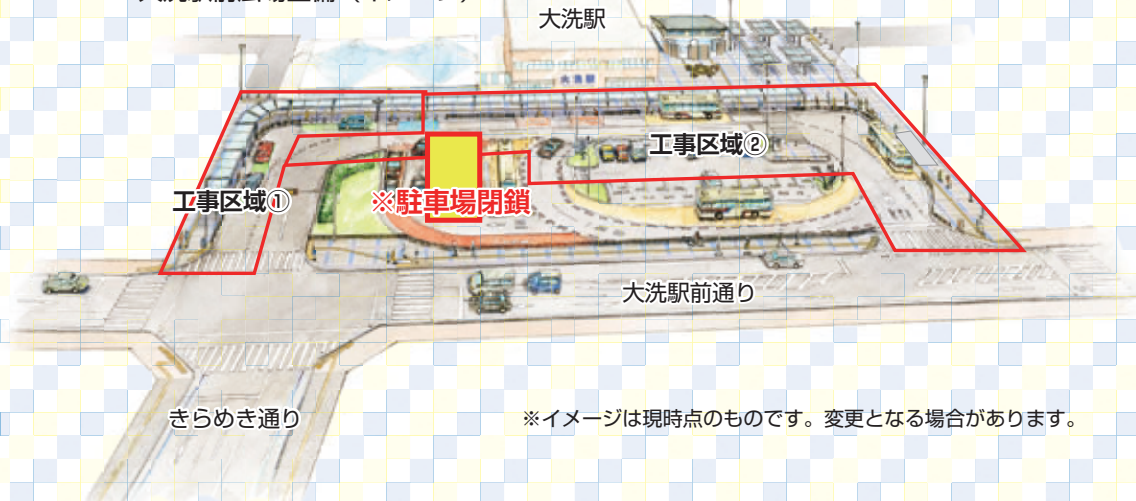
大洗駅前広場の駐車場閉鎖等のお知らせ

本町の玄関口としてふさわしく、誰もが利用しやすく・誰からも愛される拠点形成に向けて、大洗駅前広場の改修工事を進めております。

大洗駅前広場を安全に利用しながら改修工事を進めるため、駐車場を全面閉鎖するとともに、一般車両、タクシー及びバスの乗降場の変更を計画しております。

大洗駅で利用の方におかれましては、大変ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いいたします。

大洗駅前広場整備（イメージ）



- 駐車場閉鎖期間 : 2月3日（月）～6月末（予定）
- 変更乗降場所 : 工事の進捗状況によりお知らせいたします。
- 今後の工事予定 : 工事区域①：令和2年3月末完成（予定）
工事区域②：令和2年2月着工（予定）

問合せ／都市建設課 ☎ 267-5156

（公社）水戸法人会大洗地区会 特別講演会

米中貿易戦争のゆくえ ～その内実と日本への影響は？～

令和2年
3月5日（木）
15時～16時30分
大洗町商工会研修室

講師 ジャーナリスト 拓殖大学教授

富坂 聡 氏
とみさか さとし



講師プロフィール

1964年愛知県生まれ。北京大学中文系に留学した後、週刊誌記者などを経てフリージャーナリストに。1994年『龍の伝人たち』（小学館）で、21世紀国際ノンフィクション大賞（現・小学館ノンフィクション大賞）優秀賞を受賞。新聞・雑誌への執筆、テレビコメンテーターとしても活躍。2014年より拓殖大学海外事情研究所教授。『米中対立のはざまで沈む日本の国難』『中国がいつまでもたっても崩壊しない7つの理由』（以上、ビジネス社）、『感情的になる前に知らない恥ずかしい中国・韓国・北朝鮮 Q&A』（講談社）、『トランプ VS 習近平 そして激変を勝ち抜く日本』『風水師が食い尽くす中国共産党』（以上、KADOKAWA）、『中国は腹の底で日本をどう思っているのか』（PHP 研究所）、『平成海防論』（文藝春秋）など著書多数。

聴講を希望する方は大洗町商工会（☎266-1711）までご連絡をお願いします。「聴講無料」「先着50名」

主催：公益社団法人 水戸法人会大洗地区会 後援：大洗町商工会

旧祝町小学校の閉校記念碑 及び創立100周年記念碑を 移設しました

旧祝町小学校の解体に伴い、旧祝町小学校の閉校記念碑及び創立100周年記念碑を、旧祝町小特別教室棟と祝町幼稚園の間（道路側）に移設しました。



問合せ／学校教育課（内線 352）

募 集

厚生労働省補助事業
自殺予防公開講座（講演会）

日時／2月29日（土）

14時～16時

会場／つくばイノベーション
プラザ 大会議室

演題／「働く人のメンタルヘルス」

講師／大塚 泰正 氏（筑波大学准教授）

その他／入場無料。どなたでもご参加いただけます。

申込方法／ネット申込のみ
<https://www.kokuchopro.com/event/id200229/>

問合せ／社会福祉法人 茨城
いのちの電話事務局

☎ 029（8555） 85005

文化・教養 スポーツ



第21回大洗町生涯学習
フェスティバル

公民館講座や公民館で活動
しているグループの皆さんの
活動成果の発表や展示・パ
ザー・体験を行います。

当日はお子様も楽しく参加

となりのまちから

「第20回かさまの陶雛～桃宴～」(笠間市)

期 間／～3月1日（日）まで

場 所／陶の小径ほか市内各所

※陶の小径とギャラリーロード、笠間稲荷門前
通りを中心に手作りの陶雛が笠間の早春を彩
ります。

問合せ／(一社) 笠間観光協会

☎ 0296-72-9222

「城里町総合野外活動センター
「ふれあいの里」「うぐいすの里」(城里町)

「ふれあいの里」は広い敷地内にオートキャン
プ場、キャビン、バンガローがあり、ピザ焼き
体験などいろいろな野外体験ができます。

「うぐいすの里」は広いグラウンドやテニス
コートがあり、青空の下でスポーツが楽しめます。
どちらの施設も2月1日（土）から、令和
2年度の予約を受付けています。

問合せ／「ふれあいの里」 ☎ 288-5505

「うぐいすの里」 ☎ 289-4321

相 談

こころと体の健康相談

日時／3月2日（月）

13時30分～16時（要予約）

場所／ゆつくら健康館1階

☎ (267) 0230

健康増進課

内容／心身の健康に関するこ
と、検診結果等

開催日／3月1日（日）

10時～15時

場所／大洗文化センター

内容／展示・バザー・体験・発
表（11時30分より大ホールにて）

問合せ／生涯学習課 社会教
育係

育児相談

日時／3月2日（月）

9時30分～11時（申込み不要）

場所／ゆつくら健康館1階

健康増進課

内容／身体計測、栄養・育児・
母乳育児等の相談

（助産師、保健師、管理栄養
士が対応）

持物／母子手帳

問合せ／健康増進課

☎ (266) 1010

健康増進課

内容／心身の健康に関するこ
と、検診結果等

申込み・問合せ／健康増進課

☎ (266) 1010

友好都市協定等締結市町村紹介

vol.11

■ 群馬県榛東村

友好都市協定 災害対策支援協力に関する覚書 平成24年7月25日締結

<榛東村ってどんな村？>

榛東村は群馬県のほぼ中央、榛名山東麓の緩斜面にある自然豊かな村です。中核市である前橋市や高崎市に隣接しているため、ベッドタウンとしても発展してきました。

特産品はぶどう、しんとうワイン、添加物の入っていない手作りのハムやソーセージ、木工品の卯三郎こけしなどで、優れた土壌や雄大な自然から恵みを受け、品質やおいしさにこだわったものばかりです。

また、榛東村には国の史跡となっている縄文時代の遺跡である「茅野遺跡」があります。この遺跡で出土した重要文化財の耳飾りは、世界各地のさまざまな耳飾りなどとともに「榛東村耳飾り館」で展示されており、当時の人々の生活や文化を垣間見ることができます。

<大洗町との交流>

榛東村と大洗町は、平成24年7月に友好都市協定を締結しました。この協定締結は、平成23年の東日本大震災で被災した大洗町に対し、榛東村から復旧支援をいただいたことがきっかけとなっています。現在でも、榛東村で毎年10月に開催されている「しんとう・村づくり祭」や11月の「大洗あんこう祭」でそれぞれの農産物・海産物の販売を行うなど親睦交流を深めています。

問合せ／町長公室 情報政策係（内線218）

心配ごと無料弁護士相談

相談日／3月6日（金）

場所／ゆつくら健康館1階ボランティア室

時間／13時30分～15時30分

☆在弁護士・要予約

申込み／社会福祉協議会

☎（266）3021

行政書士無料相談

日時／3月17日（火）

13時～16時

場所／役場1階ロビー

相談員／茨城県行政書士会

水戸支部会員

内容／相続・遺言・許認可

問合せ／行政書士法人水戸総合事務所

☎（251）3101

親と子どもの相談室

『すくすくなびや』

相談日／毎週月曜～金曜（土・日・祝日はお休みです。）

時間／9時～17時

場所／大洗町教育センター

（消防署隣）

※秘密厳守。相談無料。

☆相談員（教員経験者）および臨床心理士（要予約）の方が相談に応じます。

相談専用ダイヤル

☎（267）3190

中央公民館 図書室

貸出時間／9時30分～18時

休室日／毎週月曜日

※生涯学習フェスティバル（準備含む）のため、2月28日（金）～3月1日（日）は休室です。

新着紹介／「星と龍」葉室麟著、「1時間でわかるアイヌの文化と歴史」瀬川拓郎監修、「みずとはなんじゃ？」かこさとし作鈴木まもる絵

お知らせ／3月1日（日）の生涯学習フェスティバルでは、図書室力ウンター前にて古本市を開催いたします。ぜひお立ち寄りください。

おでいば山除草作戦 2020

国史跡となるおでいば山をきれいにしましょう。

日時／2月23日（日）午前10時～12時頃
場所／日下ヶ塚（常陸鏡塚）古墳・磯浜海防陣屋跡

集合場所／大洗町中央公民館前

参加費／100円（当日徴収）

その他／事前申込不要。除草道具は用意します。小雨決行・荒天中止。

問合せ／生涯学習課 ☎（267）0230

地域おこし協力隊 活動報告 vol.16

三寒四温の候、気温の変化が著しい今日この頃。師走、年始の慌ただしさも落ち着き、体調を崩される方も多いかと思います。小春日和が続いても油断大敵、健康に気をつけて過ごしましょう。



我々協力隊が勤める夕日の郷松川でも、昨年11月の「秋の収穫感謝祭」、12月の「大洗農産物祭り」、栃木県日光市で開催された「大洗うまいもの市」への出張販売を終え、落ち着きを取り戻しつつあります。

現在は健康食品であり、大洗名物でもある干し芋、酒沼の寒しじみを皆様にご提供すべく、業務に邁進しております。

3月上旬には、筑波山山頂に夕日が沈む通称「ダイヤモンド筑波」もやって来ます。夕日鑑賞のついでに、お買い物などいかがでしょうか。

昨年3月の着任より、まもなく1年を迎えます。未熟者な私ですが、大洗町の皆様に助けていただき、ここまで来ることができました。

感謝の気持ちを胸に、大洗町を盛り上げるべく次の1年を全うして参る所存です。



大洗町
地域おこし協力隊員
富張 洋樹

役場窓口時間延長のお知らせ ＜2月中旬～3月上旬＞

次の日程で住民課（証明書発行のみ）・税務課・会計課の業務時間を午後6時30分まで延長しています。

どうぞご利用ください。

◆2月12日（水） ◆2月19日（水）
◆2月26日（水） ◆3月4日（水）

町の人口と世帯

（12月末現在）

人口	16,712人	（4）
男	8,325人	（3）
女	8,387人	（1）
世帯数	7,571世帯	（8）

今月の納期

- 固定資産税（第4期）
- 国民健康保険税（第8期）
- 介護保険料（第8期）
- 後期高齢者医療保険料（第8期）

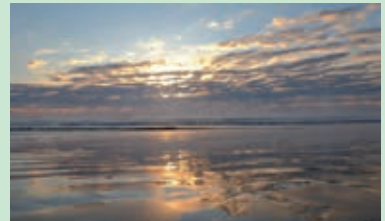
納期は3月2日（月）までです。

NPO 法人 大洗海の大学

2020 年は大洗各地の良さを活かし、多世代で楽しめる体験を!

今年も年末年始は恒例の年越しキャンプが行われ、満員御礼で冬一番の賑やかさとなりました。来年は町外の知人友人を誘ってのキャンプ場から初日の出を眺めるのはいかがでしょうか? 31日は年越しそば、元旦は挽きたて淹れたてコーヒーと甘酒、子どもたちには焼きマシュマロをご用意してお待ちします!

そして、1月5日には初の試みとしてシーサイドステーションはじめいくつもの団体と連携し“スケートボードとヨガ体験会”を行いました。初心者だった子どもたちの上達ぶりに驚き、「また開催してほしい」との声も!この企画をはじめ、海だけでなく、大洗各地の良さを活かした体験を企画していきます。そして今回の子どもはスケボー、大人はヨガのように、親子はもちろんおじいちゃんおばあちゃんを含めた多世代で楽しめるようなアイデアも練っております。これまでの海を楽しむ旬の魚料理教室やサーフィン教室、貝がらクラフトなどとともに、新企画もこちらの広報紙で紹介しますので、お楽しみに!またこんな体験がしてみたいなどのアイデアがありましたら、ぜひとも海の大学までご連絡ください!



=体験教室 イベント 開催のご案内=

☆団体教室、クラフト教室 随時募集中

ジェルキャンドル・シェルマグネット・貝がらフォトフレームづくり・ドアプレートづくり

☆浜のかあちゃんの魚料理教室 第3土曜日に開催

NPO法人大洗海の大学 TEL 266-3322 FAX 267-5417(3月までは火曜定休)

E-mail umi@anco-oarai.org URL <http://anco-oarai.org>

夢town大洗スポーツクラブからのお知らせ

夢townウォーキング

日 時: 3月22日(日)

7時集合 7時30分出発

集合場所: 大洗文化センター東側駐車場

場 所: 東京都葛飾区水元公園~

柴又帝釈天(約5km)

参加費: 会員2,000円 一般4,000円

受付: 2月20日(木)、21日(金)2日間

9時~17時

中央公民館2階

生涯学習課前ロビー



夢town大洗スポーツクラブ事務局

大洗町成田町1626 TEL・FAX 267-1515

受付時間 火曜日から土曜日 9:00~17:00

随想

歩く楽しみを感じて健康づくり

大洗町長 小谷隆亮

今年で6回目となる「歩いたカード表彰事業」の表彰式を行いました。この事業は、歩くことを習慣化し、健康な身体になって生活習慣病を防ぐのが狙いです。今年は222名の申込者のうち180名が継続して取り組み、表彰をさせていただいたところです。

歩くことは、立派な有酸素運動のひとつです。有酸素運動は、体内に酸素を取り入れて脂肪を燃焼させる効果や、近い将来5人に1人が発症すると見込まれる認知症の原因物質を体内に溜まりにくくすると言われています。また、ランニングや水泳に比べ身体の負担が少ないことや、いつでもどこでも出来る道員も必要ないことから、気軽に気持ちで始めやすいというのも魅力です。

反面、気軽にいつでも出来ることから三日坊主になってしまったり、先延ばしにしてなかなか始められないという話も聞きます。

私は、毎朝6時起床で愛犬とともに散歩をしながら、町内の状況を見て回ることを心掛けています。なかなか継続するのは難しいのですが、「かわいい愛犬のため」という目的が功を奏しているようです。

歩いたカード表彰事業の力ギは、達成度を「見える化」したことです。専用のカードに目標とした歩数の達成状況と歩数を記入することで、毎日の努力や頑張りが目に見えてやる気も出ます。実際に、「達成したマル印を記入

するのが何とも言えず楽しみ」という声もいただき好評を得ています。

わが町は、ウォーキングの上でも恵まれた環境にあり、ゴルフ場を1周するコース、サンビーチ通りの松林の緑を感じるコース、運動公園から夕日の郷松川に向かうコース、サンビーチの築山で潮風を浴びるコースなど、バラエティに富んだコース設定が思い浮かびます。

歩くうえで肝心なのは、「楽しみは手のひらにあり」と言われるように、自分自身でどういう風に歩くことの楽しみや喜びを設定できるかではないでしょうか。楽しみは、脳細胞にも大きな刺激を与え、生命力や精神力を触発すると思っています。

長寿化する現代において、健康な身体を堅持し続けることはとても大切です。健康寿命を延ばして、人生100年時代をいかに有意義に過ごすか、そのための準備が求められているのです。人と人がふれあうコミュニケーションのあるかで生活し、バランスの良い「食事」、睡眠や旅行といった「休養」、そして適度な「運動」で、人生100年時代を謳歌しようではありませんか。



地域
コミュニティ
Vol.30
町内会

地域の力を応援します

第2回南角一町内会自主防災講習会

12月8日、大洗町体験活動交流センターにて、町内会員14名が参加し「第2回南角一町内会自主防災講習会」が開催されました。

まずは、生活環境課がハザードマップの内容を詳しく説明し、質問タイムにはたくさんの質問をいただきました。

次の消防本部による心肺蘇生講習では、動画を見ながら一人ひとずつトレーニングボックスを使って一緒に心肺蘇生を練習しました。「しっかりと心臓を押せているとキュッと音がかかるところがわかりやすくてよかったです」と感想をいただきました。

また、生活環境課がハザードマップの内容を詳しく説明し、質問タイムにはたくさんの質問をいただきました。

自主防災講習の様子



南中学校レスリング部が 2大会連続県大会優勝！！

11月8日、アドストリアみとアリーナにおいて、令和元年度茨城県中学校新人体育大会レスリング競技が開催され、団体の部で南中学校レスリング部が日頃の練習の成果を発揮し、7月に行われた茨城県総合体育大会に続き、2大会連続県大会優勝を果たしました。



大洗少年柔道クラブスポーツ少年団が活躍!!

大洗少年柔道クラブスポーツ少年団が、各地で開催されている大会で活躍を見せています。

11月10日、今年で34回を迎える大洗町近郊少年柔道大会が、大洗町総合運動公園体育館において開催されました。大洗町近郊の幼年児から中学生まで総勢400名が日頃鍛えた技を競い合い盛り上がりを見せる中、大洗町の子供も達5名が入賞しました。

12月8日、第28回大野柔スポ杯柔道大会が、鹿嶋市はなます公民館において開催されました。小・中学生250名が参加し、中学1年生女子の部において大洗一中の手塚梨紗さんが見事優勝に輝きました。

<第34回大洗町近郊少年柔道大会>

小学2年生の部 敢闘賞 高橋 俐葵 (大洗町少年柔道クラブスポーツ少年団)
 中学1年生 男子の部 敢闘賞 川上 朔摩 (大洗一中) 女子の部 第三位 手塚 梨紗 (大洗一中)
 中学2年生 男子の部 敢闘賞 関根 海翔 (大洗南中) 女子の部 敢闘賞 村山れいな (大洗一中)

<第28回大野柔スポ杯柔道大会>

中学1年生 女子の部 優勝 手塚 梨紗 (大洗町少年柔道クラブスポーツ少年団)
 小学4年生 男子の部 敢闘賞 高橋 遼成 (大洗町少年柔道クラブスポーツ少年団)



第34回大洗町近郊少年柔道大会



第28回大野柔スポ杯柔道大会

第36回大洗町民卓球大会

11月17日、大洗町総合運動公園体育館において、第36回大洗町民卓球大会が開催されました。卓球愛好者50名が多彩なサーブや意表をついた攻撃など日頃鍛えた技を駆使し、熱戦が繰り広げられました。

高校・一般の部 優勝 米川 和幸 準優勝 アマデオ レンコン 第三位 谷田部 孝史
 中学生の部 優勝 木村 知哉 準優勝 会沢 詠斗 第三位 飛田 宝咲



高校・一般の部



中学生の部

「中学生の税についての作文」表彰式



町での表彰式の様子

国税庁と納税貯蓄組合連合会が募集した「中学生の税についての作文」の表彰式が、12月20日大洗町教育センターで行われました。水戸税務署管内から2,024編の作文が寄せられ、大洗第一中学校（3年）の大野結花さんが水戸納税貯蓄組合連合会優秀賞を受賞しました。また、町からも町長賞、教育長賞が贈られました。

○水戸納税貯蓄組合連合会優秀賞

大野 結花（大洗一中3年）

○町長賞

小松崎 莉央（大洗一中2年） 春日 音和（大洗南中3年）

○教育長賞

岩城 凌空（大洗一中3年） 黒沢 碧海（大洗南中3年）

介護予防講演会「人生100年時代をどう生きる？」を開催

12月11日、大洗文化センター大会議室において、シルバーリハビリ体操考案者である茨城県立健康プラザ管理者 大田仁史先生による介護予防講演会「人生100年時代をどう生きる？～介護予防と地域のつながりをシルバーリハビリ体操で!!～」が開催されました。

人生100年時代において、介護予防、健康づくりや住民同士の交流の場としているシルバーリハビリ体操の役割とこれからの展開について、先生のユーモア溢れる笑いをまじえたお話しに、参加された皆さんは熱心に聞き入り、大変有意義な講演会となりました。



初日の出一番太鼓を開催しました！

令和初となる2020年の元旦、初日の出に合わせて郷土芸能団体「磯囃子会」による初日の出一番太鼓が披露されました。また、日の出を待つ大勢の方々に、おもてなしの心の詰まった温かいはまぐり汁が無料配布されました。あいにくの天候で演奏と共に日の出を拝むことはできませんでしたが、太鼓の力強い音色に多くの来場者が魅了され、素晴らしい新年の朝を迎えることができました。

選挙管理委員の改選について

委員の任期満了に伴う選挙が、令和元年大洗町議会第4回定例会で行われ、次の方が選任されました。委員長及び委員長代理は、令和元年12月24日の選挙管理委員会にて決定されました。

（敬称略）

委員長	加部 東 肇	補充員	宮部 理佳	正木 健司
委員長代理	花井 幸男		清宮 洋一	渡邊 芳光
委員	広木 幸雄			
	会沢 哲史			

任期：令和元年12月24日から令和5年12月23日まで





「うちのペット自慢」



「人なつこくて遊びが大好き。新しい我が家の四男坊」

和銅 岩波さん宅の平生太
(ミックス、オス、1才4ヶ月)

～自慢のペット写真募集中！～

【申込方法】直接又は郵送、電子メールにより
必要事項を記載し、下記までお申込みください。

【必要事項】

- ①飼い主さんのお名前、住所、連絡先
- ②ペットの名前、種別、性別、年齢
- ③紹介コメント (50 字程度)

【注意事項】

- ・写真は1枚のみ
- ・画質、サイズはこちらで調整させていただきますので、あらかじめご了承ください。

申込み・問合せ

住 所／〒311-1392
大洗町磯浜町6881-275
大洗町役場 町長公室 広報広聴係
TEL／267-5111 (内線212)
E-mail : koushitsu@town.oarai.lg.jp

わが家のアイドル



鯉淵 ゆきね 友葵希ちゃん

(磯浜町 令和元年8月生まれ)

お父さん 幸司さん、お母さん 美幸さん

「元気に育ってね！」

『わが家のアイドル』載せてみませんか？

申込方法：写真と必要事項を添えて直接またはメールにて
お申込みください。

- 必要事項：①お子さんのお名前、生年月日
②保護者の方のお名前 (父、母)
③コメント (20字程度)

問合せ先／健康増進課 ☎266-1010
✉kenfuku@town.oarai.lg.jp

大洗町の歴史を見つめて 85

坊主山古墳の測量調査

磯浜古墳群中、日下ヶ塚 (常陸鏡塚) 古墳・車塚古墳・姫塚古墳の三墳については、平成21～24年度に実施した測量調査・発掘調査により、その性格が明らかとなり、年代や構造も明らかとなりました。この結果は、日本の歴史上価値の高いものの評価を得て、磯浜古墳群として国の指定史跡となる見込みです。

残された坊主山古墳については、60m級の前方後円墳と見られますが、これまでに調査がされておらず、性格が不明のまま残されています。

そこで、この2月～3月、測量調査を実施することとなりました。近隣にお住まいの方や土地をお持ちの方は、測量調査を実施する業者が計測に歩きますので、ご理解とご協力をお願いいたします。

来年度は、その測量調査成果に基づいて、部分的な発掘調査を実施する予定です。

(生涯学習課 文化振興係)



さすだけの青年の徹平わが前に袴着付けておほどこかに立つ

桜道 猿田彦太郎

〔評〕まさしく元気のいい青年徹平が羽織袴を身につけて、堂々と立っているというのだ。

朝日映えきらめきたる海の面影法師の如漁船見ゆ

仲町 小松崎力一郎

〔評〕朝日の空、そして海の景は格別である。沖はるかつかば漁船は障子に映る映画のようである。

置き時計定年祝いのその日より二十余年の時を打ちお

り 永町五区 薄井安道

〔評〕年月は経って二十年。本人にとって定年祝いの日も遠くなったものだ。

寒き朝とつくりセーターを着込むとき若く逝きにし人を思えり

永町十六区 身内ゆみ

〔評〕この作品は「つくりセーター」で成功している。人は顔全体を包むと、いろいろと思いの湧くものである。

元日の朝日に向い手を合せ精一杯のありがとうを言う

新町十区 打田照子

〔評〕一年の計は元旦にあり。「精一杯」と詠んだところが多い。

やはらかな日差しを受けつつ歌づくり八十路の脳を労りやらん

金沢一区 古渡節子

〔評〕心平らかな歌作り、倅である。作者は高齢ながら己自身を励ましている。

新聞の訃報の欄に囚はれてけふも目がゆく齢となれり

永町六区 鬼澤のぶ子

〔評〕訃報の欄になんとなく目がゆくというのは年齢のせいであろう。作者自身その年齢を感じるのだ。

故郷の浸水まぬがれ餅つき機盲くつきおり我が家にて

髭金十区 田中昭子

〔評〕大水が家々を浸したのであろう。その餅つき機がもどって来てうまく作動しているというのだ。

街中の物干し竿と売る声と足をとどめて一本を買う

髭金一区 小田部しま子

〔評〕生活上の一駒に目をとどめて、その事を詠んだまでのことであるが一首、成り立っている。



かもめらは渚に白く群なして一羽が発せばみなたち騒ぐ

勝山一美

ぼくとわたしのちびっ子ギャラリー

恵泉保育園

【園外保育】

いろいろな体験をしました。



近代美術館



せせらぎ広場



鹿島灘海浜公園



洞沼自然公園



オハヨー乳業



運転手さんいつも
ありがとうございます。



行方ファーマーズヴィレッジ

あなたのお悩み

やくざいし

薬剤師がお応えします！



薬剤師は薬の**効果や飲み方**を説明するだけだと思いませんか？もちろん、それは薬剤師の重要な役割ですが、その他にも様々なお悩みにアドバイスできます。

薬による治療、健康や介護に関することに豊富な知識と経験を持った**かかりつけ薬剤師があなたの身近な相談役**になります。

例えば…

薬の副作用が心配

薬の効果や副作用が出ていないか確認します！



例えば…

処方薬が飲みづらい、飲み忘れてしまう

薬の形状を変更したり、バラバラな薬を朝・昼・夕毎に分けて一包化したりすることができます！



町内薬局をぜひご活用ください！

薬 局 一 覧	相 談 内 容 等
あさひ薬局 ☎267-0863	健康相談、栄養相談、誤飲・誤食による中毒相談、薬物乱用防止に関する相談の他、身体障がい者用トイレ設置しています。
スリービー薬局大洗店 ☎267-7676	健康相談、介護相談、禁煙相談、栄養相談、誤飲・誤食による中毒相談、薬物乱用防止に関する相談の他、介護食・嚥下食を取り扱っています。
野上屋薬局 ☎267-3001	健康相談、介護相談、禁煙相談、薬物乱用防止に関する相談の他、車椅子も来店可能です。
中山薬局 ☎267-3004	健康相談、介護相談、禁煙相談、栄養相談の他、筆談での服薬指導が可能です。
ねもと薬局しろくま店 ☎267-7880	健康・介護・禁煙・栄養相談、誤飲・誤食による中毒相談、薬物乱用防止に関する相談の他、介護食・嚥下食を取り扱っており、自宅に訪問することも可能です。認知症カフェ定期的に開催中！
スルガヤ薬局 ☎267-2324	健康相談、禁煙相談の他、在宅訪問薬局連絡窓口になっています。
オバラ薬局 ☎266-0403	健康相談の他、車いすでの来店可能です。
ウエルシア薬局大洗磯浜支店 ☎264-5720	健康相談、介護相談、禁煙相談の他、身体障がい者用トイレ設置しています。
あんず薬局大洗店 ☎264-8300	AI（人口知能）を使った健康相談や栄養相談の他、個別の勉強会も随時開催しています。

…等々

(いばらき医療機関情報ネットー茨城県薬局機能情報提供システムより)

健康づくりコーナー
お元気ですか？保健師・栄養士です



先手必勝で花粉症の時期を快適に
～ひどくなる前のセルフケアが大切です～

まだまだ寒さが続きますが、そろそろ花粉が飛び始め、鼻水や目のかゆみ、くしゃみなどの花粉症の症状が出始める時期です。

花粉症を悪化させないためには、なるべく花粉を体内に取り込まないことが大切です。花粉をまだ発症していない方も予防のためになります。

外 出 時

- メガネやマスクを着用する。（花粉専用のメガネやマスクを着用することで体内への侵入を 1/6 ～ 1/4 程度減少させることができます。）
- 帽子やコートを着用する。

帰 宅 時

- コート等についた花粉を払い落とす。●手洗い、うがい、洗顔する。

室 内

- 拭き掃除をこまめにする。

生 活 習 慣

- からだの粘膜を傷つけるタバコ、過度の飲酒は避ける。●バランスのとれた食事をする。

症状が出る前や軽いうちに薬を服用することで、症状を軽減できると言われています。

さまざまな市販薬も出ていますので、自分の症状に合った薬を使ったり、医療機関を受診して、早めの対処を心がけましょう。

