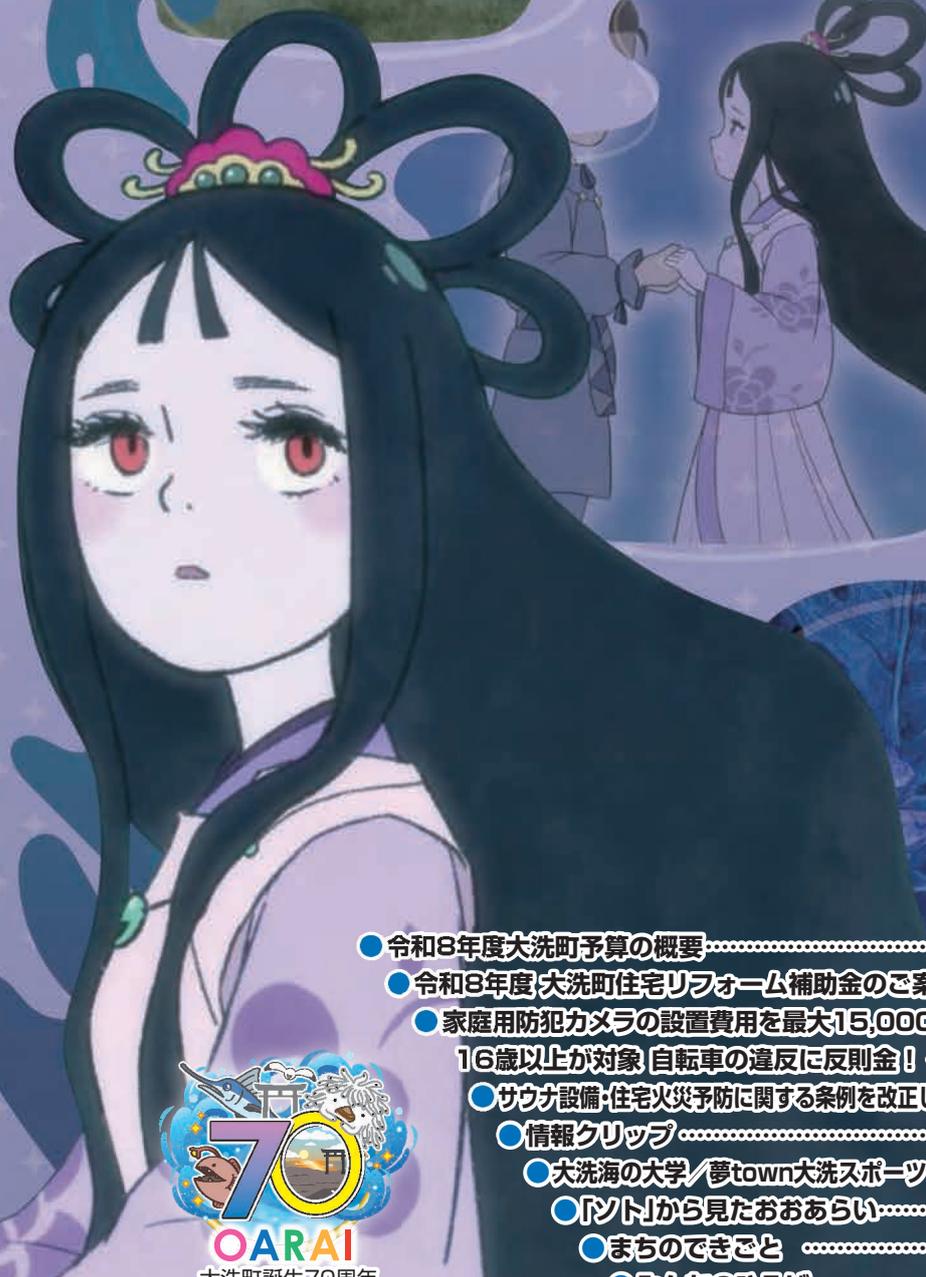


# 大洗

## 大洗町に伝わる民話「織姫塚」が アニメーション化



Youtubeより視聴



- 令和8年度大洗町予算の概要 ..... P.2~6
- 令和8年度大洗町住宅リフォーム補助金のご案内 ..... P.7
- 家庭用防犯カメラの設置費用を最大15,000円補助します! / 16歳以上が対象 自転車の違反に反則金! ..... P.8
- サウナ設備・住宅火災予防に関する条例を改正しました... P.9
- 情報クリップ ..... P.10~23
- 大洗海の大学/夢town大洗スポーツクラブ ... P.24
- 「ソト」から見たおおあらい ..... P.25
- まちのできごと ..... P.26~29
- みんなのひろば ..... P.30~31

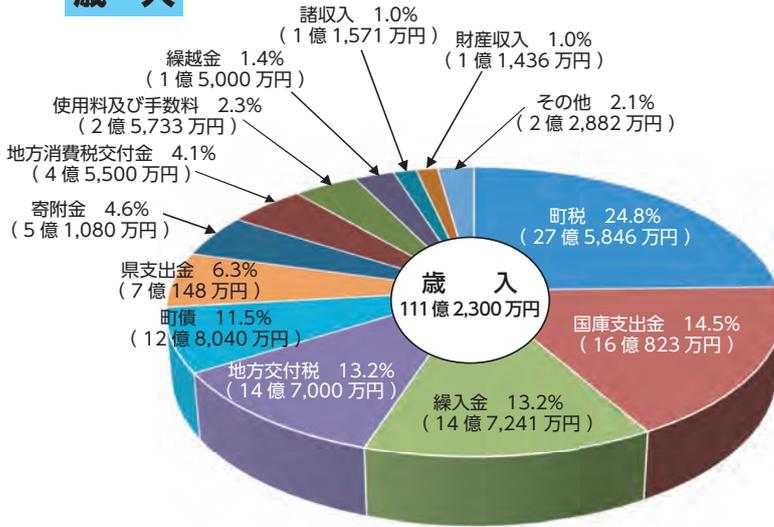


# 令和8年度大洗町予算の概要

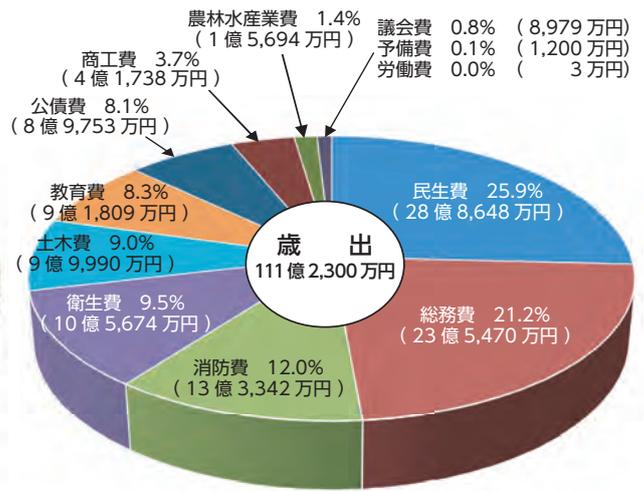
物価高騰の長期化などにより厳しい財政状況にある中、引き続き「第6次大洗町総合計画」に掲げる将来都市像「幸せ無限大、不幸ゼロのまち」の実現に向けて、持続可能で強靱な生活インフラ整備を最優先に、限られた財源を効率的に配分し、予算を編成しました。

当初予算額は過去2番目に大きな予算規模となります。

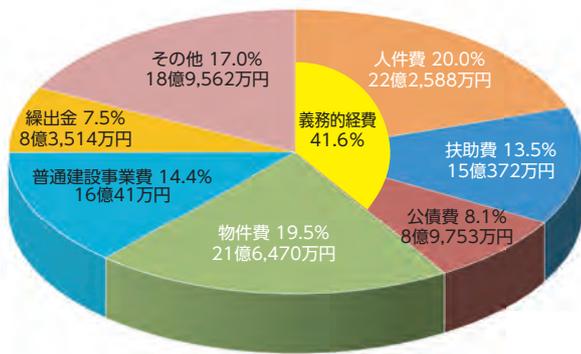
## 歳入



## 歳出



## 歳出（性質別内訳）



<b>義務的経費</b>	支出することが制度的に義務付けられている経費（一般的に人件費・扶助費・公債費の3つ）
<b>人件費</b>	勤労の対価・報酬として支払われる経費（特別職給与・職員給与・議員報酬など）
<b>扶助費</b>	社会保障制度の一環として、児童・高齢者・障害者・生活困窮者などへの支援に要する経費（児童手当や医療福祉費助成など）
<b>公債費</b>	過去に借りたお金（町債）を返済するための経費
<b>物件費</b>	施設の光熱水費や各種委託料、備品購入費などの経費
<b>普通建設事業費</b>	道路や施設など各種社会資本の新增設事業に要する経費
<b>繰入金</b>	一般会計から介護保険や国民健康保険等の特別会計に支出する負担金

## 会計別予算額



予算の概要に関する  
詳細はこちら  
(町ホームページ)

会計名	金額	増減（昨年比）
一般会計	111億2,300万円	3.6%
特別会計		
国民健康保険特別会計	17億8,392万円	△ 1.4%
後期高齢者医療特別会計	3億2,051万円	12.1%
介護保険特別会計	19億2,384万円	2.6%
地方卸売市場事業特別会計	1,078万円	15.4%
公園墓地事業特別会計	1,824万円	0.5%
公平委員会特別会計	927万円	0.0%
水道事業会計	9億8,303万円	12.8%
下水道事業会計	11億5,487万円	10.1%
小計	62億4,446万円	4.7%
合計	173億2,746万円	4.0%

# 令和8年度の主要な事業の概要をお知らせします。(一部令和7年度繰越事業を含みます)

新：新規、継：継続、拡：拡充

## ①住民の命と生活を守るまちづくり

### 総合的な防災減災対策の推進 ～災害があっても早期回復できる持続可能なまちづくり～

- 新消防庁舎建設事業** 8億4,215万円 **継**
  - 防災拠点機能の強化を図るため、新消防庁舎の建設工事等を実施します。
- 高規格救急車更新整備事業** 5,178万円 **新**
  - 迅速かつ高度な救急活動を行うため、高規格救急車を更新します。
- 町有地崩壊防止対策事業** 1億5,320万円 **継**
  - 坊主山古墳東側法面町有地について、災害から町民を守るため、法面崩壊防止対策工事を実施します。



### 安全に暮らせる都市基盤の推進 ～事前防災・減災対策の推進による着実な都市基盤づくりの実現～

- 防災集団移転促進事業** 4,770万円 **継**
  - 国の防災集団移転促進事業を用いて、水害被害がある堀割・五反田地区の集団移転を推進し、防災・減災対策に取り組みます。
- 水道施設更新事業《水道事業会計》** 2億3,491万円 **継**
  - 〔令和7年度繰越額：6億7,500万円〕
  - 水道事業会計において、国の交付金や一般会計からの補助金等を活用し、水道施設（配管等）の更新を実施します。



### 安心して暮らせるまちづくりの推進 ～犯罪や交通事故が起こりにくい安全なまちづくり～

- 防犯灯・街路灯維持管理事業** 2,051万円 **継**
  - 町内の防犯灯・公衆街路灯を適切に維持管理することにより、犯罪や交通事故が起こりにくい安全なまちづくりを目指します。

### 健康・医療の充実 ～誰もが安心して健やかに暮らせるまちづくり～

- 健康福祉センター運営事業** 1億3,000万円 **継**
  - 健康福祉センターの運営・維持管理を指定管理者に委託し、民間事業者のノウハウを活かした施設利用促進を図ります。

### 地域福祉の推進 ～誰もが「わがこと」の意識を持つことで地域内で課題を解決することができるまちづくり～

- 社会福祉協議会補助金** 3,050万円 **継**
  - 町と社会福祉協議会が強く連携し、地域福祉活動の推進に取り組みます。

## ②一人ひとりを大切にするみんなが住みよいまちづくり

### 自然と共生する循環型社会の形成 ～豊かな環境をみんなで未来に繋ぐ持続可能なまちづくり～

- 鉾田・大洗広域事務組合負担金** 3億238万円 **継**
  - 鉾田市との広域ごみ処理場建設に向けて広域事務組合を設立し、令和9年度末完成に向けて進めるための令和8年度負担金。

全体工事スケジュール

項目	令和6年度	令和7年度	令和8年度	令和9年度	令和10年度
基本・実施設計	■				
土木建築工事		■	■	■	
プラント工事			■	■	
試運転				■	
稼働開始 (令和10年4月予定)					■

- 大洗、鉾田、水戸環境組合負担金** 2億5,210万円 **継**
  - 町内で排出されたごみ・し尿を安定的に処理する施設運営のための令和8年度負担金。

## みんなでつくるまちづくりの推進 ～多様性を尊重しみんなで考え連携するまちづくり～

### 平和大使派遣事業 159万円 **拡**

- ・ 中学2～3年生を対象に12名を平和大使として広島に派遣し、平和記念式典や平和学習プログラムに参加し、平和意識を育みます。

## 誰もが暮らしやすいまちづくりの推進 ～住みたいまち・住み続けたいまち・戻ってきたいまち～

### 道路台帳公開型 GIS 整備事業 7,500万円 **新**

- ・ 道路台帳図等をデジタル化することで、計画的かつ効率的なインフラ管理が図れるとともに、町民や事業者に対して必要な情報提供をスムーズに行うことが可能となります。

### 町道整備事業 1億8,723万円 **継**

- ・ 快適な日常生活の確保のため、安全・安心な道路整備を行います。

### 防災子ども安全まちづくり事業 6,480万円 **継**

- ・ 災害時における避難路の整備を行うとともに、通学路の安全対策を実施します。

### 空家等対策事業 509万円 **継**

- ・ 管理不全空き家の除却や空き家の流動化を図ることを目的に、空き家の解体およびリフォームに要する費用の一部を補助します。



## ③観光を中心とした共創による儲かる地場産業のまちづくり

### 観光の振興 ～地域資源を最大限に活かした持続可能な共創による観光地づくり～

### 年間イベント事業 5,200万円 **継**

- ・ 観光立町を推進する大洗町のイメージアップと地域活性化のため、大洗のまつり実行委員会による各種イベントを開催します。

### ブルーツーリズム推進支援事業 2,250万円 **新**

- ・ 国補助金を活用し、海辺のナイトタイムイベントや大洗サンビーチ海水浴場のプロモーション、インバウンド向けツアー販売などを実施します。



### 観光を中心としたまちづくりの推進 ～適切な社会基盤の整備等による魅力ある観光地にふさわしいまちづくり～

### 都市構造再編集集中支援事業 8,925万円 **継**

- ・ 大洗駅前広場において、町民や来町者など誰もが利用しやすく、本町の玄関口としてふさわしい魅力ある施設を目指し拠点整備を行います。

### 大洗鹿島線支援事業 1,376万円 **継**

- ・ 大洗鹿島線の安全な輸送を確保するため、車輛更新・検査について、沿線地域で支援を行います。

### 循環バス運行事業 3,137万円 **継**

- ・ 路線バスを補完する地域公共交通として、町内の住宅および観光地施設、大洗駅を結ぶ循環バスを運行することで公共交通の充実を図ります。

### ウォーターフロントのまちづくり推進事業 317万円 **継**

- ・ 国内クルーズ船の受入れのほか、外国クルーズ船の寄港に合わせ、茨城県および大洗港振興協会と連携し、入港歓迎セレモニーやイベントを実施します。

### 水産業の振興 ～魅力ある水産資源を活用した儲かる水産業の実現～

### 漁業振興補助金 1,967万円 **継**

- ・ 大洗町漁業協同組合が実施する種苗・稚貝移植放流事業や漁船設備補助事業等への補助を行い、基幹産業である水産業の振興、漁家経営の負担軽減を図ります。

### 農業の振興 ～農と繋がる地域資源を活用した儲かる農業の実現～

### 夏海地区産地育成畑地整備推進事業 523万円 **継**

- ・ 基盤整備に向けて計画調査（県事業）に取り組むとともに、町事業として令和7年度に実施した営農意向調査等により農地集積計画書を策定します。

### 向谷原地区基盤整備事業 698万円 **継**

- ・ 区画整理・農道・用排水路等の整備に向けて、県とともに土地改良事業（設計等）に取り組むとともに、令和7年度にまとめた換地計画等により促進計画（担い手農家への集積）を策定します。

### 商工業の振興 ～持続的な賑わいづくりに向けた循環型活性化サイクルの構築～

### がんばる商店街事業補助金 150万円 **継**

- ・ 商店街の賑わい創出を目的に、商店街でのイベント等を対象に補助を行います。

## ④大洗の未来を担う人財を育てるまちづくり

### 幼児期の教育・保育の推進 ～幼児期の教育・子育て環境の充実したまちづくり～



#### 保育施設等外国語活動員配置事業 1,300万円 継

・保育施設および学童保育に外国語活動員を配置し、幼児期から英語に触れる環境を整えます。

#### こうのとりの応援事業（生殖補助医療費等補助事業） 335万円 継

・生殖補助医療（体外受精・顕微授精等）や一般不妊治療（人工授精等）などの不妊治療を受けた方を対象に、先進医療も含めた治療に係る費用の一部を助成します。

#### 5歳児健康診査事業 125万円 新

・5歳になる年度の幼児を対象に健康診査を行い、就学に向けた心身の発達確認と支援を行います。

### 知・徳・体が調和した特色ある教育の推進 ～社会を生き抜く力と自分の夢の実現に向けてチャレンジできる子どもたちの育成～

#### 外国語指導助手配置事業 5,687万円 継

・児童生徒が英語や外国文化に触れる機会を増やすとともに、充実した授業展開を行い、英語力向上を目指すため、小中学校に姉妹協定を締結したラブラブ市のあるフィリピン共和国からの外国語指導助手（ALT）を各校2名配置します。

#### 英語教育推進事業 1,254万円 継

・1人1台の端末を活用し、姉妹都市を締結したラブラブ市のあるフィリピン共和国の現地英会話講師とマンツーマンで会話するオンライン英会話事業と英語検定料補助を小5～中3を対象に実施します。

### 学校・家庭・地域の連携と協働による安心して学べる環境の整備

～学校・家庭・地域の連携による子ども一人ひとりに寄り添う教育、子どもたちが安全に安心して学べる教育環境の充実～

#### 物価高騰対策給食費支援事業 1,513万円 拡

・物価高騰の影響を受けて給食の材料費も高騰しているため、その高騰分に対して町内保育施設・小中学校への支援を行います。

### 生涯学習活動の推進 ～社会教育活動の推進とスポーツ推進事業の充実、芸術文化の振興～

#### 大相撲フェスティバル開催事業 1,200万円 新

・二所ノ関部屋の力士等による公開稽古や二所ノ関親方のトークショーなど大相撲フェスティバル開催に伴う実行委員会への負担金。

### 歴史資源の保存と活用

～郷土に存在する歴史資源を調査・保存し未来に継承、郷土教育や観光資源として活用する意義を住民で共有～

#### 地域の特色ある埋蔵文化財活用事業 428万円 継

・考古学シンポジウムや遺跡の案内を通して、歴史的・文化的な価値を知る機会を作ります。

#### 磯浜古墳群公有化事業 4,566万円 継

・磯浜古墳群の今後の保存・活用のために史跡指定地の一部を取得します。

## ⑤持続可能な行財政運営によるまちづくり

### 行財政運営の適正化 ～長期的視点にたった計画的・効果的で持続可能な行財政運営～

#### ふるさと納税事業 5億387万円 継

・地場産品の流通促進を行う地域経済活性化と町の財源確保として、ふるさと納税事業の更なる拡充を図り、産地PRや事業者の売上増を目指します。

#### 地域活性化起業人事業 3,130万円 新

・三大都市圏に所在する企業等の社員を一定期間受け入れ、外部人材のノウハウや知見を活かしながら町の魅力向上を図ります。

#### 町有施設改修・修繕事業 3,150万円 継

・古くなった町有施設について、公共施設総合管理計画等に基づく計画的な改修・修繕を行います。

主な事業	新規・継続
○ 斎場施設修繕事業	継続
○ 大洗わくわく科学館広場大型遊具修繕事業	継続
○ 小松原地区汚水処理場修繕事業	継続
○ 消防水利施設改修・修繕事業（消火栓・防火水槽）	継続
○ 学校施設修繕事業	継続
○ 幕末と明治の博物館改修事業	継続

# ふるさと納税を活用する令和8年度の主な事業

寄附者の皆様には、ふるさと納税をする際に使い道を指定していただき、用途に応じて様々な事業に活用しています。

令和7年度は13億3,000万円を超える寄附をいただきました。

寄附額の半分は寄附者への返礼品代や送料などの経費となり、半分は基金に積み立てて、翌年度事業の財源として活用します。基金残高を含め、令和8年度は約7億7,630万円を財源として活用させていただく予定です。

## 教 育

### ○英語教育関連事業

英語教育のより一層の充実を目指します。

- ・オンライン英会話事業
- ・英語検定料補助事業
- ・外国語指導助手(ALT)配置事業【各校2名】
- ・保育施設外国人支援員配置事業【合計2名】

### ○社会教育関連事業

- ・北海道洋上体験事業
- ・海っ子山っ子交流事業
- ・放課後子ども教室推進事業 など



## 健 康

### ○生殖補助医療費等補助事業 (このとり応援事業)



体外受精や顕微授精、人工授精などの不妊治療を受けた方を対象に、自己負担費用の一部を支援します。

### ○健康福祉センター運営事業

- ・健康福祉センターの運営・維持管理を指定管理者に委託し、民間事業者のノウハウを活かした施設利用促進を図ります。



### ○スポーツ関連事業

- ・三浜駅伝
- ・水泳教室
- ・ひぬま夏海マラソン
- ・各種スポーツ大会事業 など



## 防 災

### ○防火水槽・消火栓改修事業

老朽化している防火水槽および消火栓について、早急に改修を進めます。



### ○町内防犯灯・公衆街路灯管理事業

LED化した防犯灯や街路灯を適切に管理することにより、省電力で町内を明るく保ち、夜間の安全対策に努めます。



## 産 業

### ○温泉供給事業

貴重な観光資源として観光の振興発展、および町民の健康増進・福祉に役立つよう、「大洗温泉」の有効利用を図ります。

### ○年間イベント事業

- ・大洗海上花火大会
- ・大洗八朔祭
- ・商工感謝祭
- ・大洗あんこう祭 など



## 環 境

### ○環境対策事業

不法投棄の監視や清掃、主要道路の草刈り等、定期的な管理により、町内をきれいな状態に保ちます。



## 文 化

### ○埋蔵文化財活用事業

考古学シンポジウムや古墳案内を実施し、古墳等の価値を共有していきます。



着工前の申請が必要です!

住宅リフォームをお考えの方へ

# 令和8年度 大洗町住宅リフォーム補助金のご案内

町民の皆さんの居住環境の向上および町内中小企業の振興を図るため、町内の施工業者を利用して、ご自宅の修繕や補修工事を行う場合、その経費の一部を補助します。

## ◇リフォーム工事とは

住宅の機能維持および居住環境向上のための修繕・改築・増築・模様替え等をいいます。

## ◇対象者

(次のすべてに該当すること。)

- ・ 町に住民登録を行っていること。
- ・ 税金を滞納していないこと。
- ・ 補助対象となる住宅の所有者であり、継続して2年以上居住していること。
- ・ 対象者または対象住宅が、町で実施した住宅リフォーム補助金を過去10年度間(平成28年度～令和8年度)受けていないこと。



## ◇対象住宅

町内に所有する自己の居住に供する家屋部分。

※店舗または事務所等が併設されているものに関しては、住宅部分のみが対象となります。

※賃貸住宅、賃貸アパート、賃貸マンションは対象となりません。

## ◇必要な条件

- ・ 施工業者は町内に事業所等を有する業者であること。  
個人事業所の場合は、代表者が町に住民登録し、生計を営んでいること。
- ・ 対象工事費(消費税別)が10万円以上であること。
- ・ 4月1日(水)以降に工事を始める方で、令和9年3月31日(水)までに工事および工事費用の支払が完了し、完了報告書の提出を行うこと。(着工前に交付申請を行うこと。)  
※完了報告書の提出については、工事完了後30日以内または令和9年3月31日(水)のいずれか早い日に提出してください。

○ 対象となる工事(例)	× 対象とならない工事(例)
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 住宅の増改築、内装・外装工事</li> <li>・ 建具工事(戸、障子、襖)、畳の張替え</li> <li>・ 硝子工事(アルミサッシ、戸)</li> <li>・ 住宅設備工事(水まわり設備、システムキッチン、お風呂、トイレ)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 門扉、塀などの外構工事</li> <li>・ 物置、車庫、別棟離れの建築工事</li> <li>・ 家電製品、家具、備品の購入設置</li> <li>・ 他の助成を受けている工事費の部分</li> <li>・ 現在既に工事に着手している工事費の部分</li> </ul>

## ◇補助金額および限度額

今年度から限度額が10万円→12万円(2万円増額)になりました!

対象工事費(消費税別)の **10%** (ただし1,000円未満は切り捨て) **〔限度額 12万円〕**

## ◇申請期間

令和8年11月20日(金)まで

(ただし、予算額に達した場合、申請期間内であっても申請受付を締め切ることがあります。)

## ◇申請方法および注意事項

着工前に、「住宅リフォーム補助金交付申請書」に次の書類を添えて交付申請してください。

※下記①～③については、本人同意により省略可。

①住民票 ②固定資産評価証明書 ③納税完納証明書 ④リフォーム見積書の写し

⑤リフォーム前の現場写真

(工事を行う箇所がわかる写真を添付。部分的な工事でない限りは、建物や室内の全体の長さ・高さ・面積が写真から推定できるように可能な限り4面を写してください。)

※着工後の申請は対象となりませんのでご注意ください。

※工事実施については、交付決定通知書の交付後に着工してください。

※補助金の交付申請については、要件があり、ご相談内容によっては補助の対象とならない場合があります。申請前に一度商工観光課へご相談ください。

## ◇手続きの流れ



必ず着工前の申請が必要です!

問合せ・申請先/商工観光課 ☎ 029-267-5111 (内線 334)

町ホームページ

～安全で安心なまちづくりへ～

# 家庭用防犯カメラの設置費用を 最大 **15,000円** 補助します！



## 対象者

- ・町内に住所があり、現に居住している方
- ・町税など滞納のない世帯の方

## 補助額

補助対象経費の2分の1(15,000円を上限)を補助します。

※補助対象経費には、次のものが含まれます。

- ・家庭用防犯カメラやモニター、録画装置の購入費・設置費
- ・「防犯カメラ作動中」など表示するための経費

※共同住宅や借家などに設置するものについては、補助対象となりません。

問合せ／生活環境課 交通・防犯係 (内線 242)

## 補助の流れ

### ①申請書の提出

家庭用防犯カメラなどを購入・設置する前に申請書を提出してください。

※申請書は、生活環境課窓口または町ホームページからダウンロード

### ②家庭用防犯カメラなどの購入・設置

役場から交付決定通知書が届いてから、家庭用防犯カメラなどを購入・設置する。

### ③実績報告書の提出

家庭用防犯カメラなどを購入・設置した後に実績報告書を提出してください。

### ④補助金の振込

内容を確認した後、指定した口座に補助金を振り込みます。



# 16歳以上が対象

# 自転車の違反に**反則金**！

# 令和8年 4月1日～

道路交通法の一部改正により、16歳以上の自転車の運転者を対象に交通反則通告制度(通称「青切符」)が適用されます。交通ルールを守り、安全運転に心がけましょう。

## ながらスマホ

反則金 12,000円

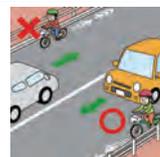
運転中、スマートフォンなどを手に持って、通話したり画面を見続けたりしてはいけません。



## 右側通行

反則金 6,000円

自転車は、自動車と同じ左側通行です。右側通行(逆走)をしてはいけません。



## 信号無視

反則金 6,000円

信号機の指示に従わなければなりません。



## その他

反則金 5,000円

「一時不停止」  
「傘差し運転」  
「イヤホンの使用」  
「無灯火」など



※上記違反は一例です。

問合せ／生活環境課 交通・防犯係 (内線242)



◀ 詳しくは、警察庁「自転車交通安全」をご覧ください。

令和8年3月31日施行

サウナ設備・住宅火災予防に関する条例を改正しました

## サウナ設備の基準を見直しました

近年のサウナブームを背景に、屋外等に設置される簡易サウナの設置が増加しています。これにより、全国的に基準の見直しが行われ、大洗町の火災予防条例も改正しました。

### ○簡易サウナ設備の基準を新たに規定しました



- 屋外等に設置するテント型サウナ・バレル型サウナで、出力が6キロワット以下の薪または電気を熱源とするものが対象です。
- 可燃性の物品が高温にならない距離または引火しない距離を確保することが必要です。
- 温度が異常に上昇したときに、直ちに熱源を遮断できる装置が必要です。薪を熱源とする場合は、近くに消火器を設置することで代替とすることができます。

テナント型サウナ



バレル型サウナ



### ○一般サウナ設備の定義を明確化しました

- 簡易サウナ設備以外の設備を「一般サウナ設備」として整理します。

### ○簡易サウナ設備の届出について（個人が設けるものを除く）

- 簡易サウナ設備について、**個人が設けるものを除き**、一般サウナ設備と同様の届出が必要です。

### ○住宅火災予防について

- 令和6年1月1日に発生した輪島市大規模火災を受けて、地震時の電気火災対策が重要であるとされたため、住宅火災予防を推進するため感震ブレーカーの普及促進を条例に明記します。

※感震ブレーカーの詳細については、大洗町ホームページの「地震による電気火災対策には、感震ブレーカーが効果的です」をご覧ください。



問合せ／消防本部 火災警防課 ☎029-266-1119

町ホームページ

## GWのごみ収集・自己搬入カレンダー

月日	4月			5月				
	29	30	1	2	3	4	5	6
収集地区	水	木	金	土	日	月	火	水
東	不・粗	燃				燃	リ	リ・粗
西	リ・粗	リ	燃・リ				燃	不・粗
環境組合 自己搬入	8:30~ 11:30	8:30~16:30			8:30~11:30			

燃・不・粗…燃やせるごみの収集日  
 燃やせないごみの収集日  
 粗大ごみの収集日(5月6日(水)の粗大ごみ回収の電話予約は5月1日(金)の16:30までです)  
 リ…資源リサイクル収集日(収集場所については、「令和8年度家庭ごみ収集カレンダー」をご覧ください)

問合せ／生活環境課 (ごみの収集について) ☎ 029 - 267 - 5111 (内線 243 ~ 245)  
 大洗、銚田、水戸環境組合 (ごみの自己搬入について) ☎ 029 - 267 - 2898

### 国保・年金



#### 国民年金保険料の学生納付特例制度のご案内

日本国内に住む20歳以上の方は、学生であっても国民年金に加入しなければなりません。しかし、学生の方は一般的に所得が少ないため、在学中の国民年金保険料の納付が猶予される学生納付特例制度が設けられています。

申請をして承認されると、その期間の保険料の納付が猶予されます。納付猶予された期間は、病気やケガで重い障害が残ったときに障害基礎年金を請求するための保険料納付要件にも含まれません。

#### ◆対象となる方

20歳以上で大学(大学院)、短大、高専、各種学校(修業年限1年以上である課程)などに在学する方で、学生本人の前年所得が128万円以下の方。(本人以外の家族の所得状況は問われません。)

#### ◆手続に必要なもの

・在籍期間の確認が出来る学

生証(「コピー」の場合は画面)

または在学証明書

・基礎年金番号またはマイナンバーが分かる書類

・申請に来る方の身分証明書

※申請手続きは毎年必要です。

※マイナンバーから電子申請も可能です。

なお、前年度に納付猶予されている方で今年度も在学予定の方には、日本年金機構から「学生納付特例申請書(ハガキ)」が3月末に送付されています。このハガキに必要な事項を記入のうえ返送することで、今年度の申請をすることが出来ます。

ただし、ハガキが送付されて来ない方や在学する学校を変更された方などは、改めて窓口での申請をお願いいたします。

#### ◎追納について

納付猶予を受けた期間のある方は、老齢基礎年金の受取額が猶予期間に応じて減額されます。この期間については、10年以内であれば保険料をさかのぼって納付(追納といいます)することが出来ます。満額の年金を受給するため

にも、卒業後に保険料を追納することを勧めします。

問合せ／住民課 後期高齢年金係 (内線159)

### 税



#### 軽自動車税(種別割)の納期限は6月1日です

軽自動車税(種別割)は、毎年4月1日現在の所有者に、その年度分の税金が課されます。軽自動車税(種別割)の納期は6月1日(月)となります。

また、口座振替は納め忘れがなく、納税のために金融機関等に出向く必要がないため、大変便利です。ぜひ、ご利用ください。

#### 問合せ／税務課 町民税係

(内線141142)

#### 軽自動車税(種別割)の減免について

心身に障害のある方が使用する軽自動車、もしくはこれらの方と生計を一にする方が障害のある方のために使用する軽自動車について、一定の

要件を満たす場合、申請により軽自動車税(種別割)を減免する制度がありますので、該当する方は申請をお願いいたします。

受付場所／税務課 町民税係

受付期間／軽自動車税(種別割) 納税通知書が届いた日から納期限(6月1日)までとなります。

※発送予定5月11日  
 必要書類／  
 ・軽自動車税(種別割)の減免申請書(税務課窓口にあります)

・軽自動車税(種別割) 納税通知書  
 ・身体障害者手帳または精神障害者保健福祉手帳、療育手帳  
 ・個人番号カードまたは通知カード(納税義務者)

・納税義務者の身分を証するもの(運転免許証・健康保険証・介護保険証等)  
 ・運転する方の運転免許証

#### 問合せ／税務課 町民税係

(内線141142)

参加者  
募集中!

## 大洗町で当地体操 いきいき体操に参加しませんか？

いきいき体操は、郷土の歌「大洗音頭」にのせて「のぼす・まげる・まわす」運動を中心に、心と体の「いやし」と「ほぐし」を目的としたどなたでもすぐに取り組みめるストレッチ体操です。

ぜひ一緒に健康づくりしませんか？

また、気の合う仲間と集まって体操を始める場合には、ラジカセや音源など、必要な物は健康増進課がサポートさせていただきます。

ささやかですが健康づくりに参加された方には、記念品もご用意しています。

お気軽にご相談、ご参加ください。

〈下記の場所で実施しています〉

会名称	実施場所	開始時間
永 町	永 町 駐 車 場	午 前 7 時
桜 道	桜 道 公 園	午 前 7 時
和 銅	和 銅 児 童 公 園	午 前 7 時
曲 松	西 福 寺 境 内	午 前 6 時 55 分



問合せ／健康増進課 ☎ 029-266-1010

### 固定資産税台帳の 縦覧・閲覧

令和8年度の固定資産税台帳の縦覧・閲覧を行います。縦覧・閲覧ができる方の基準など詳細は固定資産税係までお問い合わせください。

#### ◆縦覧

期間／4月30日(木)まで

8時30分～17時15分

(水曜日は18時30分)

#### 場所／税務課

**対象者**／町内の土地・家屋の固定資産税の納税者および代理人

※代理人は納税者本人の委任状が必要です。

**その他**／身分証明書をご持参ください。

#### ◆閲覧

期間／4月30日(木)まで

8時30分～17時15分

(水曜日は18時30分)

#### 場所／税務課

**対象者**／町内の土地・家屋の所有者、借地・借家人および代理人

※借地・借家人は賃貸契約書や賃貸借料の支払い明細書などの提示が必要です。

※代理人は所有者、借地・借家人本人の委任状が必要です。

その他／身分証明書をご持参ください。

問合せ／税務課 固定資産税係

(内線144・i45)

## 福祉



### 福祉器の購入費を助成します

対象者／次の全ての項目に該当する方

- ・大洗町に住所があり、現に居住している満65歳以上の方
- ・住民税本人非課税の方
- ・聴覚障害による身体障害者手帳の交付を受けていない方
- ・聴力低下により日常的に補聴器が必要と医師が認める方

**助成金額**／補聴器購入費の2分の1以内(上限10,000円)

**対象用品**／医療機器としての「補聴器」

※「集音器」は不可

問合せ／福祉課 高齢者支援係

(内線153)

### 白内障補助眼鏡等の購入費を助成します

対象者／次の全ての項目に該当する方

- ・大洗町に住所があり、現に居住している満65歳以上の方
- ・住民税本人非課税の方
- ・白内障手術後、日常的に補助眼鏡等の使用が必要と医師が認める方

**助成金額**／白内障補助眼鏡等購入費の2分の1以内(上限10,000円)

**対象用品**／補助眼鏡・特殊眼鏡・コンタクトレンズ

問合せ／福祉課 高齢者支援係

(内線153)

### 生活にお困りの方の相談

日時／5月8日(金)

10時～15時(要予約)

場所／役場1階 福祉課前相談室

内容／就労、住まい、家計等一人で抱え込まずにまずは相談(本人以外からの相談も可)

※県福祉相談センターの支援員が対応します。

予約・問合せ／福祉課 社会福祉係

(内線151)

## お得なサービスがたくさん！

### いばらきシニアカード配布中



「いばらきシニアカード」（いばらき高齢者優待制度）とは、県内にお住いの65歳以上の高齢者が、協賛店舗にシニアカードを提示すると、協賛店舗が設定した割引やポイント加算などのお得なサービスを受けられるカードです。

まだお持ちでない方は、福祉課窓口にて配付していますので、この機会にぜひお越しください。

配付窓口／福祉課

※保険証など住所、生年月日が確認できるものをご持参ください。

問合せ／福祉課 高齢者支援係（内線 153）



## 健康長寿はフレイル予防からはじめよう。「栄養+口腔ケア+運動+社会参加」

### 「フレイル」ってなに？

年齢を重ねることで心身の機能が低下して、「健康」と「要介護」の中間の状態を指します。フレイルは適切な対処をすることで、健康な状態に戻ることもできます。



健康

フレイル

要介護

自分は大丈夫かな？  
フレイルセルフチェック してみましょう

いくつあてはまりますか？  
 疲れやすくなった  
 活動量が少なくなった  
 筋力が低下した  
 動作が遅くなった  
 最近、体重が2〜3キロ減った

※チェックの数が、  
1〜2つ フレイル予備軍  
3つ以上 フレイルの可能性  
があります。

### 今からできる「フレイル予防」

1. さまざまな食材をとって1日3食 低栄養予防
2. 歯みがき+舌まわしでお口の周りのフレイル予防
3. 自分にあった家でできる体操やウォーキングなど 適度な運動
4. 年に1度健康診査を受けて、病気の重症化を予防・早期発見、フレイルの早期発見

### 令和8年度 フレイル予防のための講座

【歯科講話】と【栄養講話】または【運動】 開催時間／10:00～11:50

開催日	サロン名	会場	開催日	サロン名	会場
4/13(月)	松川さくら	松川集会所	令和9年 2/ 5(金)	永町	永町集会所
5/12(火)	桜道	桜道集会所	2/17(水)	東光台	東光台集会所
5/15(金)	夢	関根ふみ宅	3/16(火)	寺堀	寺堀集会所
6/10(水)	角一	角一集会所	3/17(水)	寿	寿集会所
6/19(金)	掘割	掘割集会所			
7/ 3(金)	五反田	掘割集会所			
9/17(木)	大貫	大貫集会所			
9/28(月)	夏海上宿	夏海上宿集会所			

※五反田サロンの開催場所は掘割集会所になりました。

※ サロンに参加希望の方は、大洗町社会福祉協議会 ☎029-266-3021 までご連絡ください。

※ 都合により日程に変更が生じることがあります。

問合せ／住民課 後期高齢・年金係 ☎029-267-5136

## 生ごみ処理機で ごみの減量を！

生ごみの約80%が水分といわれています。  
この生ごみを電動処理容器で水分をなくした  
うえでごみとして捨てることにより、ごみの減  
量化につながります。また、コンポスト（電動  
以外の処理容器）でたい肥化して利用すること  
により、ごみの発生抑制を図ることができます。  
町ではコンポストなど生ごみ処理容器を購  
入した方に費用の一部を補助します。  
ごみの減量化・発生抑制にご協力ください。

### ◎補助金額等

種 類	補助 基数	補助金額	内 容
電動処理容器	5基	限度額 20,000円	購入費用の 2分の1
電動以外の 処理容器	2基	限度額 3,000円	購入費用の 2分の1

※詳細については、大洗町生ごみ処理容器購  
入費補助金交付要綱をご覧ください。  
(大洗町ホームページの例規集をご覧ください  
か、生活環境課窓口で配布しています。)

問合せ／生活環境課（内線243～245）

## 住宅用太陽光発電システム 補助金制度のお知らせ

環境にやさしい再生可能エネルギーを活か  
した低炭素社会の実現のため、下記の内容に当  
てはまる対象者に補助金を交付し支援します。

- 住宅用太陽光発電システム設置補助  
対 象／自ら居住する住宅（店舗等の併  
用住宅を含む）  
補助基数／10基（予定）  
補助金額／1kw当たり3万円 限度額10万円  
受付期限／12月末（1月以降の申請はご相  
談ください。）

※予定基数がなくなり次第申請受付を終了し  
ます。

※詳細については、大洗町住宅用太陽光発電  
システム設置補助金交付要綱をご覧ください。  
(大洗町ホームページをご覧くださいか、  
生活環境課窓口で配布しています。)

問合せ／生活環境課（内線243～245）

消費生活に関するトラブルが増えています！ご注意ください。

## 誕生日がくると高校3年生は成人です ♡ ～成人になると未成年の時のような保護はなくなります～

### トラブル例

#### もうけ話

副業、情報商材、マルチ商法、闇バイト

#### 美容関連

エステ、美容医療、脱毛

#### 出会い系

恋活、友達探し、マッチングアプリ

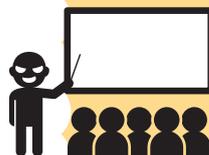
#### 仕事関連

就活商法、オーディション商法

#### 借金

消費者金融借入、カードローン

等々



### キーワード

**立ち止まる！一度考える！**  
「決める前」「行動する前」「契約する前」

- I うまい話には裏がある
- II 軽い気持ちで契約しない
- III 急がせる契約はしない
- IV 借金をしてまで契約しない
- V ネットのフェイク情報にだまされない

### 相談・問合せ／

- 大洗町消費生活センター  
(生活環境課内 内線245)
- 消費者ホットライン「188」

# 予防接種に関するお知らせ -第1弾-



New

## RSウイルス感染症に対する母子免疫ワクチンの定期接種開始について

令和8年4月1日から新たに予防接種法のA類疾病に位置付けされました。お腹の赤ちゃんに免疫を届け、出生後の重症化を防ぐためのワクチンです。

**対象者**／妊娠28週0日から妊娠36週6日までの妊婦の方

**費用**／無料（妊娠ごとに1回無料）

**手続き**／3月中に予診票等を発送します（妊娠届出を提出される方には母子健康手帳の交付時にお渡しします）。まずは、妊娠経過を把握している産婦人科医にご相談ください。

## 带状疱疹予防接種について（一部助成）

**対象者**／・年度内に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳になる方  
・60～64歳でHIVにより、日常生活に大きく制限がある方

**助成金額**／生ワクチン・・・4,000円（1回まで）

不活化ワクチン・・・8,000円（2回まで）

**発送・期限**／4月上旬に予診票等を発送します。令和9年3月31日までに予防接種を受けましょう。

## 高齢者肺炎球菌予防接種について（一部助成）

令和8年4月1日から使用するワクチンが「20価ワクチン」に変更になります。

**対象者**／・65歳の方

・60～64歳で心臓・腎臓・呼吸器またはHIVにより日常生活に大きく制限がある方

**助成金額**／3,000円（1回まで）

**発送・期限**／65歳の誕生日の翌月に予診票等を発送します。65歳のうちに予防接種を受けましょう。

### ※過去に肺炎球菌の予防接種を受けたことがある方へ（任意接種の助成）

前回接種から5年以上経過し、医師が再接種を認めた65歳以上の方は3,000円を助成します。



感染症から身を守るために予防接種以外にも手洗い・マスク着用等の対策も怠らないようにしましょう。

その他の予防接種については町ホームページをご確認ください。

また、インフルエンザ・コロナ予防接種については9月号広報誌に第2弾として掲載します。



問合せ／健康増進課 ☎ 029-266-1010

# ～成人保健事業（健康増進課）の年間予定表～

## 健診のご案内（場所：ゆっくら健康館）

胃がん検診や腹部超音波検診を受けずに基本健診を受けたい場合は住民健診を選びましょう。

※詳細は3月までに届いた「大洗町成人健診・がん検診のご案内」をご覧ください（家庭ごみ収集カレンダーと同封して全戸配布しています）。

申込方法	インターネット		電話（☎029-266-1010）
申込時期	▼パソコンから <a href="https://kenko-link.org/">https://kenko-link.org/</a>		◀携帯・スマートフォンから
5～9月の健診	4/4（土）8時30分から開始		4/10（金）8時30分から開始
10～2月の健診	8/22（土）8時30分から開始		8/31（月）8時30分から開始

		総合健診			住民健診			女性検診		
検診項目	事前予約	基本健診								
		胃がん健診						乳がん検診		
		腹部超音波検診						子宮頸がん検診		
	大腸がん検診*									
★大腸がん検診のみ受診する場合は予約不要です。詳細は「大洗町成人健診・がん検診のご案内」をご覧ください。										
当追加	肺がん・結核健診／前立腺がん検診／肝炎ウイルス検診／胃がんリスク検診 上記の検診のみご希望の場合は、住民健診を予約してください。									
実施日	5/29(金)	6/24(水)		5/28(木)	6/23(火)	7/17(金)	6/16(火)	7/27(月)	9/17(木)	
				8/26(水)	9/6(日)					
	10/20(火)	11/19(木)	2/7(日)	10/9(金)	10/19(月)	11/5(木)	10/14(水)	11/8(日)	12/4(金)	
				11/18(水)	1/25(月)	2/5(金)	1/26(火)	2/10(水)		

## 医療機関検診のご案内

### 乳がん・子宮頸がん・胃がん（胃内視鏡）検診

電話・窓口・インターネット（いばらき電子申請届出サービス）より申込み後、受診に必要な書類一式がご自宅に届きます。ご確認の上、契約医療機関にご予約ください。

申込・実施期間 6月15日（月）～令和9年2月末日まで

### 歯周病検診

今年度、20・30・40・50・60・70歳になる方は無料で受けられます。詳細は、広報おおあらい6月号でお知らせします。

申込・実施期間 6月1日（月）～令和9年2月末日まで

## 精神保健事業のご案内（要予約）

### こころと体の健康相談

内 容	心身の健康に関すること											
実施日	4/2 (木)	5/7 (木)	6/4 (木)	7/2 (木)	8/6 (木)	9/3 (木)	10/1 (木)	11/5 (木)	12/3 (木)	1/7 (木)	2/4 (木)	3/4 (木)
実施時間	13時30分～15時30分											

令和8(2026)年度保存版

※広報誌から取り外して、分かりやすいところに保管しておきましょう。

# ～ 母子保健事業（こども課）の年間予定表 ～

## 母子保健相談事業のご案内

### < 乳児健康相談 >

内容	身体計測、離乳食のお話、健康相談・育児相談等 子育て支援券（6,000円分）と絵本のプレゼントがあります。			
実施日	4/15 (水)	7/9 (木)	10/6 (火)	1/14 (木)
対象児	4、5、6か月児 ※個別に通知します			



### < 育児相談 >

内容	乳幼児と親を対象に、身体測定や育児相談、栄養相談、また助産師による母乳相談ができます。											
実施日	4/6 (月)	5/11 (月)	6/1 (月)	7/6 (月)	8/3 (月)	9/7 (月)	10/5 (月)	11/9 (月)	12/7 (月)	1/12 (火)	2/8 (月)	3/8 (月)
受付時間	10時～11時 ※母子手帳・バスタオルを持ってお越しください。											

### < 発達相談 > ※要予約

内容	公認心理師による個別相談です。お子さんの発達や気になる行動等について相談できます。											
実施日	4/15 (水)	5/20 (水)	6/10 (水)	7/9 (木)	8/5 (水)	9/10 (木)	10/6 (火)	11/11 (水)	12/10 (木)	1/14 (木)	2/16 (火)	3/17 (水)
受付時間	10時～11時 ※母子手帳・バスタオルを持ってお越しください。											



## 母子保健教室のご案内 (要予約)

### < こうのとりの相談室 > ※要予約

内容	助産師等が妊娠中からの食事や、出産・育児についてお話しします。また、赤ちゃんのお風呂入れの練習ができます。
申込方法	電話（こども課 ☎029-212-7560）またはLINE（大洗町こども課 [ほっと]）からお申込みください。



### < イルカ教室 > ※要予約

内容	親子で楽しく遊びながら、お子さんの得意なことを見つけたり、専門職のアドバイスを受けたりできる小集団の教室です。											
実施日	4/23 (木)	5/21 (木)	6/18 (木)	7/16 (木)	8/21 (金)	9/17 (木)	10/16 (金)	11/27 (金)	12/17 (木)	1/21 (木)	2/18 (木)	3/4 (木)



🌸 妊娠期から子育て期に様々な助成やサポートを行っています。詳しくはこども課へ 🌸

#### こうのとりの応援事業 (生殖補助医療費等補助金)

不妊治療（生殖補助医療、男性不妊治療、一般不妊治療）にかかる費用の一部を助成します。保険適用外（自費）分だけでなく保険適用後の自己負担分も補助対象です。

#### 産後ケア

出産後、育児不安や心身の疲れなどを解消できるように、施設への宿泊や日帰り、自宅への訪問で、お母さんの心身のケアや育児サポートを行います。

#### 子育て短期支援事業 (ショートステイ)

家庭において、一時的にお子さんを養育することができなくなった場合に、乳児院や児童養護施設等で、お子さんをお預かりします。

事業によっては申請期限や対象条件等があります。早めにご相談ください。

## 乳幼児健診のご案内

### < 1歳6か月児健康診査 >

内 容	内科・歯科診察、身体計測、歯みがき指導、フッ素塗布、健康相談、栄養相談等					
実施日	4/22 (水)	6/17 (水)	8/19 (水)	10/21 (水)	12/16 (水)	2/17 (水)
対象児	1歳6か月～8か月児 ※個別に通知します。					



### < 2歳児歯科健診 >

内 容	歯科診察、歯みがき指導、フッ素塗布、健康相談、栄養相談等					
実施日	4/22 (水)	6/17 (水)	8/19 (水)	10/21 (水)	12/16 (水)	2/17 (水)
対象児	2歳～2歳2か月児 ※個別に通知します。					



### < 2歳6か月歯科健診 >

内 容	歯科診察、歯みがき指導、フッ素塗布、健康相談、栄養相談等					
実施日	5/14 (木)	7/8 (水)	9/9 (水)	11/12 (木)	1/13 (水)	3/11 (木)
対象児	2歳6か月～2歳8か月児 ※個別に通知します。					

### < 3歳児健康診査 >

内 容	内科・歯科診察、身体計測、尿検査、目・耳の検査、歯みがき指導、フッ素塗布、健康相談、栄養相談等					
実施日	5/14 (木)	7/8 (水)	9/9 (水)	11/12 (木)	1/13 (水)	3/11 (木)
その他	3歳2か月～4か月児 ※個別に通知します。					

### < 5歳児健康診査 >

内 容	身体測定、問診、集団活動、歯と就学の講話、栄養の話、診察、保健相談			
実施日	6/11 (木)	8/20 (木)	11/26 (木)	2/4 (木)
対象児	年中児 ※個別に通知します。			



## 大洗町こども家庭センター

～妊娠・出産・子育てについての総合相談窓口～

# ほっと



妊娠・出産・子育て・家族・学校のことなどで、心配なことや不安なことがあれば、一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

電話

☎029-212-7560【こども課】  
☎080-8348-9383【ほっと専用回線】

LINE



大洗町こども課【ほっと】

個別にLINE相談できます。  
相談したい人はまずは友達登録♪

窓口

大洗町こども家庭センター「ほっと」

〒311-1305 大洗町港中央26-1 (ゆっくら健康館1階こども課内)  
平日8:30～17:15 (土日祝日・年末年始を除く)



## 健康づくり事業のご案内

### 運動教室

生活習慣改善に向けて、新たなプログラムを取り入れました。  
各教室の詳細は、随時広報等でお知らせしていきます。

### このような方にオススメです



30～74歳の町民で、下記のいずれかに該当する方  
 健診結果で要指導の項目（メタボ該当・血糖・脂質など）がある。  
 特定保健指導対象者

30歳以上の町民で、運動制限がない。  
 仕事帰りや家事の合間に運動を始めるきっかけを作りたい。

### 生活習慣病 予防コース

New

### 健康増進 コース

○脱・糖質オーバー予備軍！  
**糖尿病予防コース** (月曜開催)  
 7/6 7/13 8/3 8/17  
 8/31 9/7 9/14

○脱・血液ドロドロ予備軍！  
**脂質異常症予防コース** (火曜開催)  
 10/27 11/10 11/17 11/24  
 12/1 12/8 12/15

○脱・メタボ腹！  
**お腹引き締めコース** (金曜開催)  
 1/15 1/29 2/12 2/19  
 2/26 3/5 3/12

○ボディケアストレッチヨガ  
 (月曜18:00～19:00)  
 ヨガのポーズと呼吸法で心身を整えます。  
 5/11 5/18 5/25 6/1 6/8

○自重筋トレ (土曜13:30～14:30)  
 自分の体重を負荷にして行う筋トレです。  
 2/13 2/20 2/27 3/6 3/13

○生活習慣病予防コースの開催時間は各曜日11:00～12:00です。



※本教室は、特定非営利活動法人日本スポーツ振興協会の協力により実施しています。

### 健康教室

年4回開催予定です。各教室の詳細は、随時広報等でお知らせしていきます。

開催月	教室	内容
9月	脂質異常症予防教室	【講話】血管から整える！脂質マネジメント
10月	がん予防教室 <b>New</b>	【講話】体験談で知るがんのこと&12の予防アクションスタンプリー
12月	水戸医療センター出前講座	【講話】「手がしびれる、動かない、 <sup>ろれつ</sup> 呂律がまわらない…病院へ急げ！」 「脳卒中を防ぐ（遠ざける）食事療法について」
2月	慢性腎臓病予防教室	【講話】症状が出る前に！腎臓を守る生活習慣&生活習慣病と歯周病の関係

～「歩いたカード」・「元気アップ！りいばらき」を使ったウォーキング参加者募集～  
 日常生活の中で無理なく「歩く」を取り入れるためのきっかけづくりとして、今年度も参加者を募集します。  
 詳細は、広報おおあらい5月号に掲載予定です。

## 令和8年から 5歳児健康診査 が始まります！

5歳児の時期は、心も体も大きく成長し、身の回りのことなどできることが増え、友だちとの関わりが広がっていく時期です。その一方で、苦手なことや不得意なことで、少し自信をもてないこともあります。

5歳児健康診査は、そんなお子さんの姿と一緒に確認しながら、一人ひとりの特性に早めに気づき、安心して小学校生活を迎えられるようお手伝いするための健診です。

### 対象

年中児

### 会場

ゆっくら健康館

### 受付時間

13:00～13:25  
(2グループに分けて受付)

### 健診内容

身体測定、問診、集団活動、歯と就学の講話、栄養の話、診察、保健相談、発達相談・教育相談（希望者や必要に応じて実施）

※集団活動では、自己紹介や全身を使った活動をします。  
保護者の皆さんは後方の席からご覧いただけます。

大事な健診ですので、通知が届いたら、内容をよくご覧いただき、ご都合を調整して、かならずお越しください。

問合せ／こども課 ☎029-212-7560

## 令和8年4月以降の成人健診・がん検診の自己負担額等が変わります

### 肺がん・結核検診の一部有料化

他のがん検診と同様に、受益者負担の原則等を踏まえ、令和8年度から肺がん・結核検診は、**40～64歳の方は400円、65歳以上の方は無料\***1となります。なお、がん検診は加入している健康保険組合に関係なく住民の方であれば、どなたでも受診いただけます。

※1：65歳以上の方の結核検診については、感染症法上、市町村の責務とされているため、引き続き全額公費負担となります。

### 自己負担免除対象者の見直し

受益者負担の公平性や持続可能な制度運営のため、自己負担免除対象者について見直しを行いました。このため、令和8年度より、**自己負担免除対象者は生活保護受給者のみ**となります。受診される際には、受付で生活保護受給者証をご提示ください。

### 喀痰検査の廃止

「有効性評価に基づく肺がん検診ガイドライン2025年度版」において、喀痰検査が「実施しないことを推奨する」とされ、国および県の肺がん検診指針から項目が削除されました。

このため、大洗町では令和8年度から**喀痰検査を廃止**します。ただし、**肺がん・結核検診（胸部レントゲン）は引き続き実施**しますので、1年に1度は受診しましょう。なお、咳や痰の症状がある方は、医療機関を受診してください。

問合せ／健康増進課（ゆっくら健康館内） ☎029-266-1010（直通）

夜開催のため、働く世代におすすめです。  
お仕事帰りの運動で、生活習慣病予防&リフレッシュしてみませんか？

運動教室参加者募集		※本教室は、特定非営利活動法人日本スポーツ振興協会の協力により実施しています。
プログラム名	ボディケアストレッチヨガ	
開催内容	ヨガの基礎となる呼吸法とポーズで全身をバランスよく使いながら、心身のバランスを整えることができます。初心者や運動に慣れていない方も安心して参加できる教室です。	
開催日	月曜日 5回コース 5/11、5/18、5/25、6/1、6/8	
開催時間	18:00~19:00	
開催場所	ゆっくら健康館1階 集団検診室	「元気アップ!りいばらき」のアプリを登録すると、毎回30ポイントがもらえます。
持ち物	動きやすい服装・タオル・飲料水・ヨガマット (ある方のみ)	
対象者	30歳以上で、運動制限がない町民の方	
申込期間	4/22 (水) 8:30 ~ 4/24 (金) 17:15	
定員	20名程度	
	※定員を超えた場合は抽選 (抽選日: 4/27 (月)) となります。 ※抽選の有無にかかわらず、申込者全員に結果をお知らせします。 ※特定保健指導対象者等を優先に個別案内させていただく場合がありますので、予めご了承ください。	
問合せ・申込み	電話・窓口	Web (いばらき電子申請届出サービス)
	健康増進課 (ゆっくら健康館1階) ☎029-266-1010 ※土日祝日を除く平日8:30~17:15	 



魚を食べて健康づくり こどもからお年寄りまでの健康講座  
~魚を食べると頭がよくなり、健康寿命が延びる!?!~

日時/ 5月13日 (水) 11:00 ~ 12:15

講師/ さかな文化研究所 代表

茨城大学客員研究員/農学博士 **二平 章 先生**

会場/ ゆっくら健康館 1階 集団検診室

定員/ 食生活改善推進員 (申込不要)

一般町民 20名程度 (要申込・先着順)



申込み

電話・窓口またはインターネットからお申込みいただけます。



健康増進課

☎029-266-1010

(土日祝日除く 8:30 ~ 17:15)

インターネットからの  
お申込みはこちら

大洗町 電子申請サービス



# 行政書士無料相談会カレンダー

※ 第3火曜日

実施月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
実施日	21日 (火)	19日 (火)	16日 (火)	21日 (火)	18日 (火)	15日 (火)	20日 (火)	17日 (火)	15日 (火)	19日 (火)	16日 (火)	16日 (火)
時間	13時～16時			相談内容			相続・遺言関係や許認可、事業承継の相談など					
場所	役場3階会議室			相談員			茨城県行政書士会水戸支部 会員					

問合せ／茨城県行政書士会水戸支部 ☎029-303-5812

## 特設無料人権相談所開設

12月4日(金)～10日(木)は人権週間です

## 特設無料行政相談会

9月1日(火)～10月31日(土)は行政相談月間です

実施日	4月16日(木)、7月16日(木)、 10月15日(木)、1月14日(木)
時間	10時～15時
場所	役場3階会議室
相談内容	○いじめ・体罰・地域・女性・外国人などの差別問題 ○家庭内(夫婦、親子、結婚、離婚、扶養、相続など)の問題 ○金銭貸借、借地借家、近隣のもめごと ○その他人権に関する問題
相談員	人権擁護委員
問合せ	秘書広報課(内線212)

実施日	10月14日(水)
時間	10時～12時(※1人30分程度)
場所	役場3階会議室
相談内容	国の仕事に関する要望、道路標識に関する要望や遺産相続した土地・建物の名義変更をしたいなど
相談員	行政相談センター員、行政相談委員
問合せ	秘書広報課(内線212)

☎029(212)7560  
問合せ/こども課  
持物/母子手帳、バスタオル  
士が対応)  
(助産師、保健師、管理栄養  
母乳育児等の相談  
内容/身体計測、栄養・育児  
こども課  
場所/ゆつくら健康館1階  
日時/5月11日(月)  
10時～11時(予約不要)

### 育児相談

☎029(266)3021  
申込み/社会福祉協議会  
康教育室  
場所/ゆつくら健康館2階健  
康教育室

### 心配ごと無料弁護士相談

日時/5月1日(金)  
13時30分～15時30分  
☆在弁護士・要予約  
場所/ゆつくら健康館2階健  
康教育室  
☎029(266)1010  
申込み・問合せ/健康増進課  
(保健師、管理栄養士が対応)  
と、検診結果等  
内容/心身の健康に関するこ  
健康増進課  
場所/ゆつくら健康館1階  
日時/5月7日(木)  
13時30分～15時30分(要予約)

### こころと体の健康相談

## 相 談

## 松くい虫防除薬剤 散布のお知らせ

町の木である「松」を松くい虫被害から守るため、下記のとおり地上および空中薬剤散布が実施されます。

日時/5月11日(月) 4:00～7:00

エリア/大洗ゴルフ場、県立大洗公園、大洗磯前神社など(海岸通り等の通行止有)

主催/大洗ゴルフ場、県都市整備課(県大洗公園事務所)

※散布時間は目安になります。

※雨天および強風等の場合、翌日に順延する可能性があります。

※使用される薬剤は、安全性が高く、人や動物に影響が少ない松くい虫専用薬剤です。

## となりのまちから

### ■第55回笠間つつじまつり（笠間市）

期 間／4月11日（土）～5月6日（水・祝）  
場 所／笠間市立つつじ公園  
問合せ／（一社）笠間観光協会 ☎0296-72-9222

### ■第45回笠間の陶炎祭（笠間市）

期 間／4月29日（水・祝）～5月5日（火・祝）  
場 所／笠間芸術の森公園イベント広場  
問合せ／笠間焼協同組合 ☎0296-73-0058

### ■端午の節句展（那珂市）

期 間／4月18日（土）～5月6日（水・祝）  
9：00～16：30 ※最終日は15：00まで  
会 場／那珂市歴史民俗資料館 ※月曜休館  
問合せ／那珂市歴史民俗資料館 ☎029-297-0080

### ■水戸まちなかフェスティバル2026（水戸市）

日 時／5月2日（土）10：00～16：00  
場 所／水戸中心市街地（水戸駅北側国道50号等）  
問合せ／水戸市 商工課 ☎029-232-9185



## 国際交流員（CIR）ラウラさん



ご無沙汰しております。大洗町国際交流員のラウラです。みなさん元気にお過ごしでしょうか？

さて、悲しいご報告があります。この4月をもって、大洗町の国際交流員としての勤務を終えることになりました。正直なところ、つい昨日この町に来たばかりのような気がしていますので、未だに信じられません。

2021年に大洗に来た頃は、コロナ禍により世界全体が見知らぬ人に対して慎重になっていた時期でした。

「カルチャーショック」というと、国を越えて引っ越したときに起こるものだと思われがちですが、私は必ずしもそうではないと思っています。同じ国の中でも違う地域へ行くだけで、少なからず文化の違いを感じるものです。ましてや、世界の反対側の大陸へ移り住むとなれば、平常時でも大きな挑戦です。

しかし、皆さんはとても温かく迎えてくださり、ロックダウンや孤立の時間で疲れていた私の心をやさしく癒してくれました。

これまで何度もお話ししてきましたが、太陽の光にきらめく海岸、潮の香り、松林、そして港の風景——大洗には、スペイン南部にある私の故郷マラガとどこか似た空気を感じます。けれども、それは景色だけではありません。大洗が故郷のように感じられるのは、この町に暮らす皆さんの温かさがあるからだと思います。今では、この町は私にとって大切な「もう一つのふるさと」であり、ここで出会った皆さんは家族のような存在です。

この5年間、大洗町の国際交流員として過ごすことができたことを、心からうれしく思っています。また必ず大洗に戻ってきますので、皆さんとまたお話しできる日を楽しみにしています。これまで本当にありがとうございました。



## 茨城県警察からのお知らせ

令和8年4月1日から **16歳以上が対象**

### 自転車の違反に反則金！

交通ルールを守って、安全通行に努めましょう！

- 自転車の交通違反にも交通反則通告制度（反則金制度）が適用！
- 規定の違反行為（反則行為）に対し、交通反則切符（青切符）による取り締まり！



問合せ／大洗地区交番 ☎ 029-267-0110

## 大洗連募集のお知らせ！

一緒に八朔祭を盛り上げてみませんか？

大洗連では山車の曳き手や太鼓の叩き手を募集しています。「お祭に参加したいけどちょっと怖い…」「太鼓はむずかしそう…」という方でも大丈夫です！まずはお気軽にお問合せください。

- ・練習場所にて参加登録を受け付けます。
- ・参加は小学生以上とさせていただきます。
- ・小学生の参加登録の際は、緊急時対応のため、保護者の方（もしくは代理の大人の方）の参加および登録が必要となります。予めご了承ください。

練習場所／トヨペット スマイルホール 大洗大会議室  
練習日時／毎週火曜日予定（月3回）18：45～20：45

詳細は公式インスタグラムでご案内します。ご興味ある方はぜひご登録ください！



問合せ／大洗連事務局

✉ hassaku@o-arairen.sakura.ne.jp

司法書士による相続無料相談会のお知らせ(予約制・各事務所先着4組まで)

日時／毎月第1水曜日

(休日の場合は第2水曜日)

場所／県内の各司法書士事務所  
内容／相続登記や遺言等について

問合せ／茨城司法書士会事務局

☎ 029 (225) 0111



詳細はこちら

トヨペットスマイルホール  
大洗(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

図書紹介／「普天を我が手に  
第三部」奥田英朗 著、「かわ

いれトロなペーパークラフト」  
つついひなた 著、「怪盗

うみねこの事件簿」阿津川辰  
海作

問合せ／生涯学習課

☎ 029 (267) 0230

## イベント



幕末と明治の博物館

令和8年度第1回館長講座

「一生に一度はお伊勢参り」

鉄道が開通し始める明治中

期より以前、常陸国の人々は

伊勢神宮まで徒歩で参詣に行

きました。それは往復に2か

月ほどかける長旅でした。農

業をする人は冬の農閑期に出

発し、春の田植えの前に戻り

ました。最盛期の1830年

頃には年間500万人もの参

詣者があったといわれます。

なぜ人々は「一生に一度は

お伊勢参り」といわれるほど、

伊勢神宮を目指したのですよ

うか。人々のその思いを分か

りやすくお話しします。

日時／5月17日(日)

10時30分～11時30分

場所／幕末と明治の博物館

映像ホール

参加費／一般400円(入館

料込)

定員／50名 ※要事前申込み

申込開始日／4月2日(木)

申込み・問合せ／大洗町幕末

と明治の博物館  
☎ 029 (267) 2276

## 役場窓口時間延長のお知らせ ＜4月中旬～5月下旬＞

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18時30分まで延長しています。どうぞご利用ください。

- ◆ 4月15日(水) ◆ 4月22日(水)
- ◆ 5月13日(水) ◆ 5月20日(水)

## 町の人口と世帯

(2月末現在)

人口 15,186人 (-29)  
男 7,554人 (-14)  
女 7,632人 (-15)  
世帯数 7,705世帯 (-4)

(前月比)  
※住民基本台帳

## 今月の納期

○固定資産税(第1期)

○納期は4月30日(木)までです。

## 松川から眺められる年に2回の絶景「ダイヤモンドつくば」

大洗といえば「神磯の鳥居と日の出」や「サンビーチのリフレクションビーチ」など、太平洋を舞台にした風光明媚な絶景がありますが、海ではない松川ならではの絶景もあります！夕日の郷松川はその名のとおり、年間を通じて涸沼に沈む美しい夕日を見ることができますが、さらに年間わずか2回しかお目にかかれない絶景「ダイヤモンドつくば」は圧巻です。地元の方々でも滅多に見ることができない、筑波山の頂きにちょうど夕日が重なる瞬間です。

昨年10月初旬のチャンスの際には残念ながら雲りで眺めることが叶いませんでしたが、3月5日に訪れた半年ぶりのチャンスでは運よく記憶にも記録にも残すことが出来ました。撮影したのは普段大洗キャンプ場に勤めるスタッフ！多彩な才能のスタッフに恵まれたおかげで、タイミングよく素晴らしい写真を撮っていただけました。

恥ずかしながら夕日を写真や動画に収める中で初めて気づいたのが、太陽は下に落ちるのではなく、緩やかに弧を描きながら右下へ沈むということ。昼間の太陽の位置からは想像できないほど右の方へ沈みます。今回は何週間も前からタイミングを計り、雲一つなく素晴らしい夕日の絶景を収められました。皆さんもキャンプや、夕方のサンセットカフェタイムで、この絶景に出会いにお越しください！



ダイヤモンドつくば（撮影：蒨）

### ＝体験教室のご案内＝

☆団体教室、クラフト教室 カリキュラムの再開日程、ご参加、その他お問合せは大洗海の大学ホームページをご覧ください。

NPO法人大洗海の大学 ☎ 029-266-3322 F A X 029-267-5417

E-mail umi@anco-oarai.org U R L http://anco-oarai.org

## 夢town大洗スポーツクラブからのお知らせ

### ●バランスコーディネーション

「日常生活の機能改善」をテーマに、誰でもできる簡単なストレッチや関節ほぐし、筋力トレーニングを行います。

日 時／毎月第1・3金曜日 19:00～1時間程度（変更あり）

場 所／トヨペット スマイルホール 大洗 研修室

参加費／月額 1,500 円、その他スポーツ安全保険料

（64 歳以下は年額 2,000 円、65 歳以上は年額 1,200 円）

講 師／飛田 麻未さん

無料体験も出来ますので、ぜひご参加ください！



夢town大洗スポーツクラブ事務局

☎029-267-1515（鴨川・淡河）

受付時間 火曜日～土曜日 9:00～17:00



富士川町長

## 望月利樹

略歴  
昭和43年7月15日生（57歳）  
山梨学院大学大学院 社会科学研究所 終了  
趣味・スポーツ全般  
座右の銘・「衣食足りたら人に尽くせ」  
平成19年5月 旧増穂町議会議員当選（1期）  
平成23年4月 山梨県議会議員当選（3期）  
令和4年1月 富士川町長当選（現在2期目）

大洗町の皆様、はじめまして。山梨県富士川町町長 望月利樹と申します。

このたび、國井町長よりこのような機会を頂戴し、大変光栄に存じます。

富士川町は、山梨県の南西部に位置し、日本三大急流の一つである「富士川」と豊かな山々に囲まれた自然豊かな町です。

富士川町内にある「大法師公園」は日本さくら名所100選にも選ばれ、この季節、公園内にある2,000本の桜が一斉に咲き乱れ、山一面がピンク色に染まる姿は絶景です。桜満開の富士川町に、ぜひお越しください。

大洗町とは、令和2年2月に「友好都市協定」を締結させていただきました。新型コロナウイルスの影響を受け、しばらく交流ができずにおりましたが、昨年度から富士川町民が大洗町を訪問するバスツアーを実施し、「アクアワールド茨城県大洗水族館」

や「マリインタワー」の見学、そして旬のあんこう鍋を堪能させていただきました。

さて、大洗町では、日本中の自治体が人口減少や高齢化という課題に直面するなか、こうした困難をチャンスととらえ、國井町長の力強いリーダーシップの下、創意工夫に満ちた政策が次々と実行されております。

最も象徴的な取り組みが、アニメ文化を活用した地域活性化です。

『ガールズ&パンツァー』などの作品の舞台として選ばれたことから始まった「聖地巡礼」。今年年間数十万人の観光客を呼び込んでいます。これにより、商店街は活気を取り戻し、若い世代の雇用も生まれました。この取り組みは、既成概念にとらわれず、新しい価値を創造する大切さを私たちにも教えてくれています。

また、大洗町誕生70周年記念として開催された昨年の大洗海上花火大会2025。航

空自衛隊「ブルーインパルス」による展示飛行や、マーチングバンドの生演奏など、多彩な企画が満載で、花火打ち上げ前から最後の1秒まで胸の高ぶりが鎮まることなく、素晴らしい時間を過ごさせていただきました。

さらには、その花火大会が、ふるさと納税をはじめとしたさまざまな工夫により、「町の負担ゼロ」で開催できたと聞いております。大洗町が持つ知恵と実行力を、最大限に活かした観光戦略は圧巻です。

これらの施策の根底にあるのは、住民参加という理念であり、町民の声に耳を傾け、共に考え、共に行動する。このボトムアップ型の町づくりこそが、大洗町の強みなのだと感じております。

全国から輝く町として注目されている大洗町。國井町長がすすめる「おおあらいズム」を我がまち富士川町にも積極的に取り入れ、今後も相互に強力な関係を築いてまいりたいと考えます。

「ソント」から見たおおあらいでは、皆様でご活躍の方々から大洗についてのご寄稿をいただきます。

## 原子力防災訓練を実施しました

3月8日（日）、東海第二発電所でトラブルが発生し、屋内退避や避難が必要となる事態を想定した訓練を実施しました。

当日は、町内全域に戸別受信機や、町の公式LINE等で、建物の中への避難を指示する放送等を行う屋内退避訓練を行いました。

また、明神町地区の方や防災士の皆さんにご協力をいただき、町が所有するバスや自家用車で、一時集合場所となる大洗小学校、原子力発電所から30 km付近に設置する汚染を調べる避難退域時検査場所、避難先である千葉県への避難を想定して、町内の複数の会場を経由する訓練を行い、原子力災害への対応能力の向上を図りました。



<災害対策本部訓練>



<一時集合所開設・運営訓練>



<避難退域時検査訓練>

【\*\*これは訓練です\*\*】  
原子力防災訓練実施中！

本日、午前8時20分頃、東海第二発電所において、周辺の環境に影響を及ぼす可能性が高い重大な事故が発生しました。

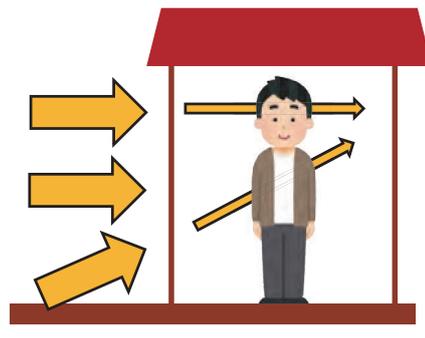
町民の皆様は直ちに屋内に避難し、窓やドアを閉め、換気扇やエアコンを止めてください。

今後も大洗町やテレビ等の情報に十分注意し、落ち着いて行動してください。

\*各自で屋内退避に取り組んでいただき、訓練は終了です。

【\*\*これは訓練です\*\*】

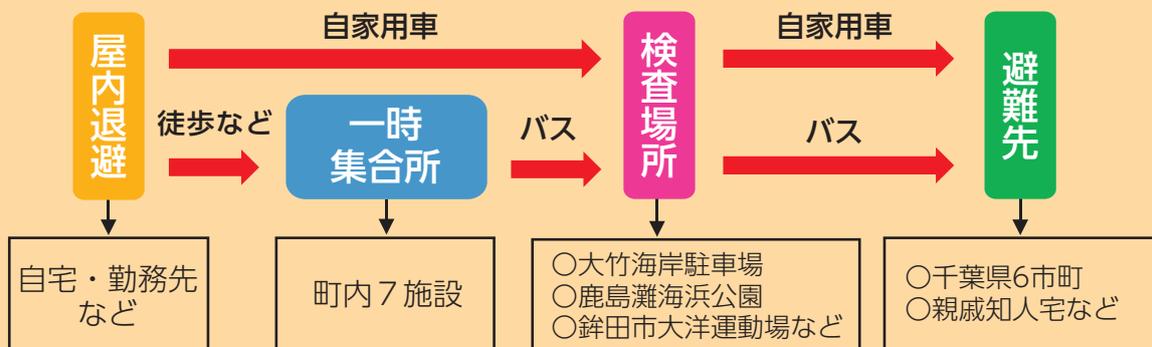
木造建屋 60%カット  
コンクリート建屋 80%カット



▲ 屋内退避の効果

▲ 町公式LINE（訓練時）

### <原子力災害時の避難のイメージ>



今後も町では、皆さんの安全・安心を守るため取り組んでまいります。皆さんもハザードマップの確認や非常時の持出品の準備など日頃からの備えを進めましょう。

問合せ／生活環境課 防災・原子力安全係（内線 246）



～税について関心を持ち、正しい理解を深める～  
「中学生の税についての作文」 優秀作品を表彰

2月12日(木) トヨペット スマイルホール 大洗視聴覚室において、租税教育の一環として全国納税貯蓄組合連合会と国税庁が募集した「中学生の税についての作文」の表彰式が開催されました。水戸税務署管内から1,697編の作文が寄せられ、優秀作品に対し、賞状および記念品が贈呈されました。式では、受賞者を代表して、内藤 心温さんが作品を発表しました。



- |      |         |        |                 |
|------|---------|--------|-----------------|
| 町長賞  | 第一中学校2年 | 内藤 心温  | 「良くなれ日本、みんな公平に」 |
|      | 第一中学校1年 | 岡田 咲七  | 「税」は詐欺？         |
| 教育長賞 | 第一中学校2年 | 関 彩巴   | 「消費税について考える」    |
|      | 南中学校1年  | 大久保 佑真 | 「当たり前前の生活の作り方」  |



令和7年度 大洗町善行賞授与式を挙行

3月3日(火)、トヨペット スマイルホール 大洗大会議室において、善い行いのあった町内の青少年を表彰する大洗町善行賞授与式が挙行されました。「毎日通学路のゴミを拾いながら登校している」「毛髪を寄付するヘアドネーションを行った」「地域の防災に貢献した」などの行いを称え、国井町長から、賞状と記念品が贈呈されました。



大洗町立大洗小学校

5年	高橋 唯乃	環境美化
5年	後藤 ひなた	
4年	高橋 侑芽	
3年	後藤 ちひろ	
1年	後藤 大智	
2年	岩田 空来	防火
2年	飛田 美宇	

大洗町立南小学校

6年	小野瀬 帆南	環境美化
6年	塩畑 咲来	
5年	戸塚 幸満	
3年	小野瀬 成美	個人生活の徳行
2年	水間 楓	

大洗町立南中学校

3年	高崎 碧人	動物愛護
----	-------	------

大洗町立第一中学校

三学年中央委員とボランティア有志

3年	荻沼 姫愛	環境美化
3年	谷田部 景都	
3年	関根 匡輝	
3年	平山 桃花	
3年	関根 結	
3年	関根 立太	
3年	平山 心葉	
3年	軍司 海空	
3年	三尾 咲良	

茨城県立大洗高等学校家庭クラブ

3年	飯島 一讚	その他(防災)
3年	小野瀬 生来	
3年	河原木 隆太	
3年	坂場 亮太	
3年	ダリエン タンバ アニ	
3年	長田 大輔	
2年	柴崎 瑞季	
2年	渡邊 芽生	

## 大洗町食生活改善推進員に感謝状

長年にわたり食生活改善推進員として地域住民の健康づくり活動に貢献された方々に、茨城県知事・保健医療部長より感謝状が、茨城県食生活改善推進員協議会長より表彰状が贈呈されました。

食生活改善推進員は、「私たちの健康は私たちの手で」を合言葉に、食生活を通じた地域の健康づくりを担うボランティアです。大洗町では現在約 60 名が活動しており、減塩や栄養バランスの普及を目的とした試食提供や調理実習などを実施しています。

調理から健康を考える活動に興味をお持ちの皆さん、一緒に活動しませんか。

(敬称略)

茨城県知事賞 菅谷 邦子、関根 正子

茨城県保健医療部長賞 田中 昭子

茨城県食生活改善推進員協議会長賞  
荒井 榮子、丹羽 泰子



左から) 関根さん、菅谷さん、田中さん、丹羽さん、荒井さん

## 大洗町女性防火防災クラブ研修会を開催

2月25日(水)、大洗町女性防火防災クラブ 33 名に加え、常陸大宮市から山方・大宮女性防火防災クラブの皆さん 11 名をお迎えし、総勢 44 名での研修会となりました。

研修は、大洗原子力工学研究所のご協力のもと実施。「放射線の基礎」をテーマにご講義を受けた後、放射線計測器を使用して身近にあるものの放射線を測定する実習を行いました。

正しい知識の習得を通じ、防災意識の向上を図る有意義な研修となりました。

これからも大洗町女性防火防災クラブは、大洗町の防火防災思想の普及啓発のための活動を行ってまいります。



消防本部では、随時、女性防火防災クラブ員を募集しています。  
救命講習会や女性防火防災クラブ  
についての問合せ/  
消防本部 火災警防課 警防救急係  
☎ 029-266-1119

## 第 38 回ふるさと大洗民謡民舞大会が開催

3月7日(土)、トヨペット スマイルホール 大洗にて大洗本場磯節保存会主催「第 38 回ふるさと大洗民謡民舞大会」が開催され、日本三大民謡の「磯節」をはじめ、祭囃子や郷土の伝統芸能が披露されました。特別ゲストとして、今年2月に開催された磯節全国大会優勝者である石川県在住の山口 幸子さんをお迎えし、「磯節」と石川県の民謡「山中節」をご披露いただきました。

大洗本場磯節保存会では、トヨペット スマイルホール 大洗 和室にて、下記のとおり練習会を行っています。お気軽にお越しください。

【踊り】第2金曜日 9:30 ~ 11:30

【唄】第4火曜日 14:00 ~ 16:00

問合せ/大洗本場磯節保存会事務局(商工観光課 内線 335)



山口 幸子さんによる磯節披露



参加者全員による「大洗音頭」

## 介護予防講演会を実施～笑いで心も身体も健康に～

1月28日（水）、トヨペット スマイルホール 大洗にて、日本笑いヨガ協会代表高田 佳子氏による、介護予防講演会「笑いで心も身体も健康に～」を開催しました。講演会では、介護予防と認知症予防に大切なことは運動と笑い、「ホッホッハハハ」と笑い声を出しながらリズムに合わせて楽しく運動することで、筋肉を自然と鍛える体験をしました。

参加者からは「健康で円満な時間を過ごせるよう笑いヨガを活用します」「笑いヨガで楽しい時間を過ごしながら、これから生活していきます」等の声が聞かれ、「笑い」と「体操」で充実した時間を過ごしました。



## 認知症の人にやさしい町になるよう「声掛け訓練（かけらっしょ）」を実施

2月17日（火）、町内にて高齢者へ声掛け訓練を実施しました。訓練は、大洗高校の生徒が認知症高齢者を演じながら、町内の郵便局、銀行、スーパー、大洗駅等を訪れ、困った様子の高齢者への声掛けや対応の仕方などについて、企業の職員・地域住民の方々に体験してもらいました。

訓練に参加した方たちからは「具体的な関わりがわかりました」、「自信をもって声掛けができるようになりました」等の声が寄せられました。



## 全館リニューアル 大洗パークホテル内覧会開催

2月27日（金）、「地元の方々が大事な日に集まれる場所」をコンセプトに全館リニューアルされた大洗パークホテルの内覧会が開催され、多くの関係者が見学に訪れました。

内覧会に先立ち、美しく改装されたレストランスペースで行われたオープニングセレモニーでは、主催者である佐藤 公春取締役の挨拶があり、國井町長より、大洗パークホテルと町の相互発展を願う祝辞が贈られました。

今回のリニューアルでは、全客室の内装が一新され、より快適で心地よい空間へと生まれ変わったほか、2階に新たな「湯上りラウンジ」が設けられ、ゆったり寛げる憩いの場となりました。今年の夏～秋ごろには、クラブラウンジと混浴サウナ施設（水着着用）も誕生予定です。



# アライッペのまちみせ散歩

Vol.25

令和5年4月  
オープン

うお けい  
魚 結



様々な魚の調理法や下処理の方法をご提案させていただきます。

魚を見るの・食べるの・捌くのが好きな方、ぜひご来店ください。

店主 大川さん



魚結

地物の大洗・那珂湊で水揚げされた鮮魚を中心に、全国各地の珍しい魚も仕入れてあります。

魚を丸ごとの姿で見て選ぶ楽しさをコンセプトにした鮮魚店です。

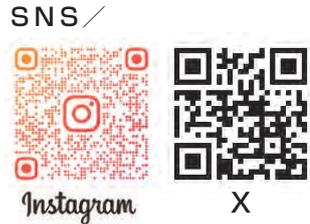
## アクセス



住所／大洗町磯浜町6881-408

営業／9:00~18:00  
定休 水曜日

問合せ／☎029-229-0202



編集／商工観光課（内線335）

# わが家のアイドル



おおしま りと  
大島 琉叶くん

(令和7年9月13日生まれ)

お父さん 翔さん、お母さん母 星月さん  
「大島家のアイドル☆すくすく成長してね！」

## 『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／こども課 ☎029-212-7560  
✉kodomo@town.oarai.lg.jp

## 大洗町の歴史を見つめて 154

### 川の流れと町の変遷三 縄文時代の終わる頃

大洗町と水戸市との境界、涸沼川下流の河底に位置する涸沼川床遺跡からは、シジミ漁に伴って、縄文時代の土器や当時の漁具などの遺物が揚がってきます。

その内の一点。縄文時代でも晩期の写真の土器が出土しています。縄文地に太い沈線で、ギザギザの矢羽根状の紋様を描きます。那珂川下流域における縄文時代晩期の土器は、新しくなるにつれて東北地方からの強い影響を受けるようになり、岩手県大船渡市の大洞貝塚出土土器を指標とした大洞式土器が分布するようになります。

大洞式土器は、晩期初頭・前葉・中葉・後葉・末葉に分かれますが、この土器はその後の後葉大洞A式の特徴を持ちます。較正年代で今から約二八〇〇〜二九〇〇年前、那珂川下流域・涸沼水系で発見されている縄文土器としては、最も新しい時期のもので、晩期中葉までは、ひたひたな市那珂湊の柳沢遺跡など、高台にも生活の痕跡がありますが、晩期後葉になると台地上には人の痕跡がほとんどみられなくなり、遺跡が消えてしまいます。



涸沼川床遺跡の最も新しい縄文土器

縄文時代が終わる頃、人々は大洗町から消えて居なくなってしまうのか？今まではそのような考えられましたが、この僅かな縄文土器の存在から、人々は積極的に低い土地に進出した様子が浮かび上がりました。どのような生活基盤で低地へ進出したのか、今後、涸沼川の低地を調べることで、縄文時代が終わる頃の大洗町の様子が浮かび上がるものと考えられます。

(生涯学習課文化財係)

# おおあらい歌壇

金子智佐代選

わが住居よそよそしくて馴染めねど寝起きして  
はや三月を越えし

髭釜十区 身内ゆみ

〔評〕引越し直後は家もよそよそしい。この  
歌のポイントは「三月」。そろそろ家への愛着  
が湧く頃ではなからうか。

手づくりのひな人形に桃の花飾れば居間の空気  
華やぐ

一丁目五区 井上陽子

〔評〕三月三日の雛祭り、いわゆる桃の節句に  
ちなんだ優しく華やかな一首。一瞬で雰囲気を  
つくる花の力を思う。

まだ慣れぬ独り暮らしの生活は夕げの食卓テレ  
ビが相手

永町十三区 田山和枝

〔評〕おしゃべりをしたり笑ったり、そんな二  
人暮らしの時の夕食を思い出しつつテレビに向  
かう。しんと寂しさが伝わる。

熊を恐れまた大雪に難儀する北の暮らしに胸痛  
みおり

髭釜十区 田中昭子

〔評〕北国の人々の熊や大雪の被害をニュース  
で見るにつけ、心を痛める作者。無力な私たち  
は、祈ることしか出来ない。

高齢の免許更新するべきか悩めども今日講習を  
受く

新町十区 打田照子

〔評〕運転免許は生活に不可欠である。しかし  
一方、高齢になると危険性が増す。高齢者の更  
新は実に悩ましい。

「福は内」の声境内にひびく午後しらく浮きつ  
つ梅花匂えり

新町十区 増田嘉子

〔評〕大洗磯前神社の「節分追雛神事」の景が  
生き生きと立ち上がってくる。「声」が聴覚を、  
「梅花」が嗅覚を刺激する佳作。

子が戻り家族そろえば「鬼は外」無病息災ねが  
い豆まく

永町七区 高橋節子

〔評〕豆撒きは、現在も多くの家庭が行う伝統  
行事。この歌では家族が揃うのを待ってという  
所に、家族の絆がうかがえる。

白鳥が群れて冬の田ついでばめり膏腴常陸野枯れ  
いろの昼

金子智佐代（「コスモス」同人）

## ぼくとわたしのちびっ子ギャラリー かもめ保育園

【3月3日】静慮会の皆さんと茶道

初めて頂いたお抹茶の風味を味わいました。  
干菓子と一緒に美味しくいただきました。



【3月6日】水戸偕楽園で観梅(年長お別れ遠足)

ALT指導員と一緒に、千波湖を一望でき、色とりどりの花が咲き誇る庭園で、優雅なひと時を過ごすことができました!水戸黄門さんや梅大使と記念撮影し就学前の思い出ができました。



# ふ つうに く らせる し あわせ だよ

あなたの将来に備えて

## 知っておきたい “成年後見制度”

せいねんこうけんせい ど



成年後見制度は、認知症や知的障害・精神障害などによって、判断能力が不十分な方について、本人の財産や権利を守る援助者を選ぶことで本人を法的に支援する制度です。

ケース  
1

認知症などでいろいろな手続きが心配、できなくなったらどうしよう？



ケース  
2

福祉サービスの利用手続きをしたいけど、自分で契約ができない

ケース  
3

近所の人や、訪問販売や悪徳商法などの被害にあっているようだ



ケース  
4

自分たちがいなくなった後、障害のある子どもの将来が心配だ

### 町の相談窓口

◎大洗町社会福祉協議会

☎029-266-3021

◎福祉課（社会福祉係・障害福祉係・高齢者支援係）

☎029-267-5111

- ・本人・親族からの相談、申立支援
- ・申立する親族等がないなどの複雑な相談・支援
- ・関係機関との連絡調整

健康つぎコーナー  
お元気ですか？保健師・栄養士です



## 骨折予防をしましょう！

町内高齢者の入院理由  
第1位が骨折です!!

加齢に伴い、心身機能が低下すると転倒しやすくなります。転倒して骨折してしまうと、要介護状態になってしまったり、活動量の低下で認知症になってしまったりすることがあります。転倒しないためにも、適切な対処をすることが大切です。

### 1. 転ばないための環境の調整

- ◎転びにくく安定した靴や滑り止めのついた靴下を履く
- ◎床にある物やコード類は整理整頓する
- ◎転倒に不安がある方は、杖など補助具を使う

### 2. 体調管理

- ◎めまいや立ちくらみがある時は、無理をせずゆっくり休む
- ◎薬の影響でめまい等の症状がある場合は医師へ相談する

### 3. 身体づくり

加齢に伴い、下半身の筋力が低下すると、足が上がりにくくなり、少しの段差でも転倒しやすくなってしまいます。そのため、筋力を落とさないことが大切です。

#### (1) 食事

筋肉や骨を強くする栄養を積極的に摂取しましょう。

- ◎たんぱく質（肉、魚、大豆製品、乳製品など）
- ◎カルシウム（小魚、小松菜、大豆製品など）
- ◎ビタミンD（干しいたけ、鮭、まぐろなど）
- ◎ビタミンK（納豆、わかめ、ほうれん草など）



#### (2) 運動

下半身の筋力を落とさない運動をしましょう。

- ◎ウォーキングや室内での足踏み
- ◎つま先上げ、かかと上げ
- ◎ラジオ体操
- ◎家事をするとき、体を大きく動かす

