

広報

かしま

Kashima Public Relations

5

MAY 2022
No.657



特集

田口伸一 市政始動

特集2

健康は**食事**と**運動**から

- P 8 令和4年度当初予算
- P 10 今月のTopics
- P 12 市からのお知らせ、暮らしの情報
- P 18 かしま子育てノート、市内の各種情報
- P 20 DoKiDokiセレクション ほか

UD
FONT
by MORISAWA

特集

田口伸一 市政始動

明るく、心豊かに暮らせるまち鹿嶋



【田口伸一プロフィール】

昭和43年4月4日生 ○型
鹿嶋小・鹿野中・佐原高校・専修大学経営学部卒
山一証券を経て田口商事入社、ソピインターネット設立
茨城県議会議員3期

新しい鹿嶋を

みなさんと一緒に

鹿嶋市は、温暖な気候と自然の中で悠久の歴史を紡いできました。「農工商全」「貧困からの脱却」をスローガンにした鹿嶋開発は、この地域を鉄鋼のまち鹿嶋へ変貌させ、豊かな地域へと生まれ変わらせました。

時代は移り、温暖化による気候変動は、甚大な災害を引き起こし、世界同時多発的に発生すれば、金融危機をも引き起こすと国際決済銀行が警笛を発しました。災害は、市民生活にも大きな被害と悪影響を及ぼします。迫りくる危機に対して、私たちは、英知を結集してカーボンニュートラルに取り組まなければなりません。

同時に新産業時代の幕開けでもあり、新しい鉄鋼への挑戦を国・県とともに推進していきます。臨海部も水素エネルギー拠点となる可能性を秘め、洋上風力発電基地港湾は再エネルギー拠点としても有望です。新しいエネルギー拠点基地として次世代も輝く雇用のある鹿嶋づくりに挑戦してまいります。

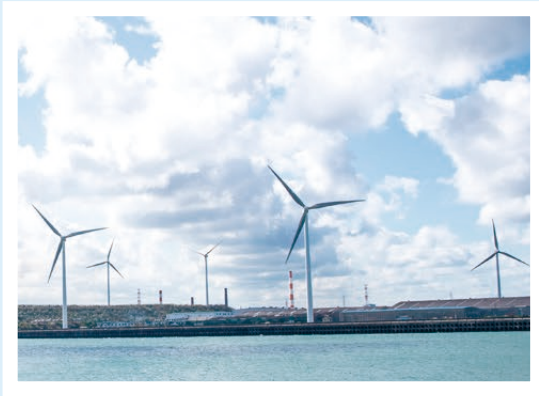
市民生活に直結する医療、福祉、子育て、教育、インフラを整備するために政策の整理と再構築が欠かせません。規律ある財政運営とICT、AI、DXを活用し暮らしやすく、生きがいのある鹿嶋づくりに挑戦します。

歴史のまち、サッカーのまち、海浜レジャー、グリーンツーリズム、田舎暮らしは、地域の宝です。行ってみたい、暮らしてみたい鹿嶋づくりに挑戦します。新スタジアム周辺開発は、県と協力し推進してまいります。

市民とともに、「明るく、心豊かに暮らせるまち鹿嶋市」の実現に挑戦します。

鹿嶋市長

田口伸一



1 次世代も輝く雇用のある鹿嶋

- 次世代エネルギー拠点
- リサイクル産業創出
- 港湾を活用
- 次世代製鉄支援
- 産業・中小企業振興

2 行ってみたい、暮らしてみたい鹿嶋

- 歴史のまち鹿嶋
- グリーンツーリズムなら鹿嶋
- 田舎暮らしするなら鹿嶋
- サッカーのまち鹿嶋
- 私の一押し鹿嶋

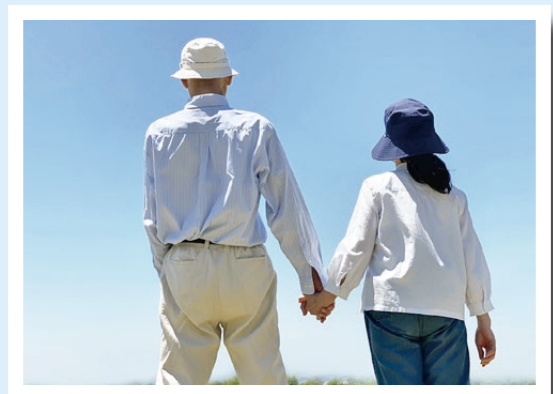


3 元気で賢い鹿嶋っ子育成

- 乳幼児子ども向けの図書館の充実
- 元気で明るい鹿嶋っ子
- 学びの変革
- 幼児・学童教育の充実
- 郷土の歴史

4 暮らしやすく、生きがいのあるまち鹿嶋

- 防災生活インフラ
- 新技術社会実証の活用
- 健康づくり
- 格差のない社会
- 生涯学習



5 行財政改革

- 働き方改革&デジタル推進
- 行政の政策力
- 民間の発想
- 市民の底力
- 財政健全化

健康は食事と運動から



皆さんは、食生活が乱れたり、身体を動かす機会が減っていませんか？
不規則な生活は体調を崩しやすく、生活習慣病のリスクも増大します。
食事と運動を見直して、健康的な生活を送りましょう。

主食 (身体のエネルギーとなる炭水化物などの食材)

ごはん、パン、麺類など



1食につき、1つを選びます。玄米や全粒粉パンがおすすめ。

Point!

自分の体格に合った1日に必要な栄養素の適量が簡単にわかる「手ばかり」をご紹介します。自分の手で量ってみましょう!



管理栄養士 宮本香織

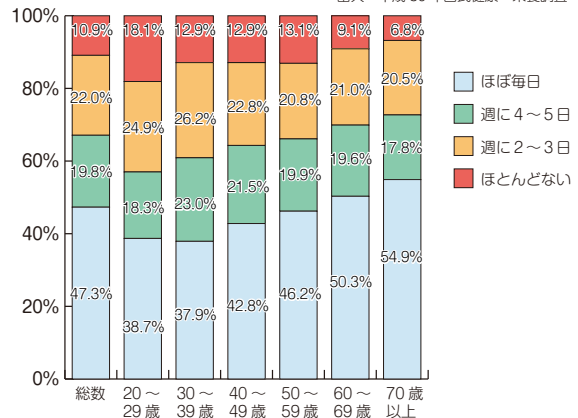
Menu 1

自分の適切な食事量を知ろう!

皆さんは、自分の適切な食事量を知っていますか。
「バランスのよい食事をとりたけれど、忙しくて、ついついコンビニのお弁当や外食になりがち」という方も多いのではないのでしょうか。
栄養バランスが良いとされるのは、「主食・主菜・副菜の3つがそろった食事」です。しかし、バランスの良い食事ができているのは、全体の半分にも達していません(下図)。
健康的な生活を送るために、まずは、自分の身体に合った適切な量を知ることから始めましょう。

Q. 主食・主菜・副菜の3つを組み合わせることが1日に2回以上あるのは、週に何日ありますか。(n=6496)

出典：平成30年国民健康・栄養調査



お弁当で分かる!自分の適量

1食あたりの目安を量るには「お弁当」がおすすめです。お弁当の容量(ml)が1食分のカロリー(Kcal)に相当し、自分の適量がひと目でわかります。
また、お弁当の**主食・副菜・主菜**の比率が**3:2:1**が理想だと言われています。

Point!

お弁当の容量(ml) = 1食のカロリー(Kcal) に相当します。



副菜 (身体の調子を整えるビタミンなどを多く含む食材)

緑黄色野菜、淡色野菜、きのこ、海藻類など



1日分は、緑黄色野菜と淡色野菜を1:2の割合で合わせて両手3杯分！きのこや海藻類などあれば、さらにgood！

主菜 (身体をつくるタンパク質などを多く含む食材)

肉、魚、卵、大豆製品など



肉や魚は片手の手のひらに収まる程度で、厚さは手の厚みが目安。

1日に必要なたんぱく質は、上記の4品で摂ることができます。



理想の比率は、

主食3 : 副菜2 : 主菜1

+乳製品+果物

スーパーやコンビニのお弁当も上手に活用しよう！

食事は毎日のことですので、できることから始めるのが継続する秘訣です。

例えば、野菜が不足しがちな人は、スーパーやコンビニでお弁当や惣菜を選ぶ際に、「野菜が主役の惣菜を選ぶ」「糖質を減らし野菜をプラスする」または「カット野菜を活用する」だけでも、栄養バランスの良い食事になります。ちょっと工夫して、主食・主菜・副菜の3つを揃えるところから意識してみましょう。



▲スーパーやコンビニで買った海藻サラダも、お皿に盛るだけで見栄えが変わります。



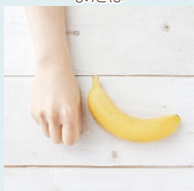
お弁当に「乳製品」と「果物」をプラスすると、さらに栄養バランスがgood！

果物

1日分は、握りこぶし大1つ分。



または



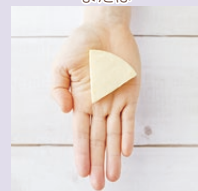
など

牛乳・乳製品

1日分は、牛乳でコップ1杯(約200ml)またはチーズ1片(約25g)。



または



など

あごを軽く引いて、
視線は真つすぐ前に

肩の力は抜いて
リラックス

普通に歩くよりも
歩幅を広く

かかとから着地して、
足の裏全体に体重が
乗るように体重移動
をしましょう！

次は「運動編」

肩こりや目の疲れなどを感じている方、
長時間座っている方も、おうちの中で
できることから始めてみよう！

ウォーキングのPoint!

腕は後ろに大きく
振るイメージで！！

Point!

今の季節は、公園などの散歩や
サイクリングなどがオススメ！
意識して歩くと効果もアップ！

保健師 上坊 優

Menu 2

自分の体力に合った運動を、 日常生活に取り入れよう

健康な身体の維持には、栄養バランスの良い食事とともに、運動を生活の中に取り入れることが効果的です。そこで、健康な身体づくりに効果的な「有酸素運動」「レジスタンス運動」と、継続できるポイントをご紹介します！

有酸素運動とは？

有酸素運動は、しっかりと呼吸しながら比較的長い時間（一般的には10分以上）継続して行う運動を指し、ウォーキングやジョギング、サイクリング、水泳などが代表です。

全身の持久力の向上や体脂肪（特に内臓脂肪）を減らす効果が期待されます。最近では、認知症予防にも効果があるとも言われています。

まずは散歩から始めるのも◎

初めから長い時間の運動をするよりも、家族や友だちなどと景色を楽しみながら散歩するほうがストレス解消にもつながります。

また、「運動用の靴やウェアなどを着用してメリハリをつける」「スマートフォンで歩いた距離を記録する」など、目に見える実績と目標を持つと継続しやすくなるのでオススメです。

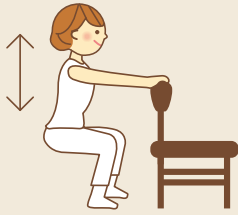


■下半身には「スクワット」が効果的

【初級編】
壁に背中を付けて上下に動く



【中級編】
いすの背もたれを
持ちながら



【上級編】
普通のスクワット
に捻りを加えて



やってみよう!
おうちにあるペットボトルに水を入れるだけでダンベルに!
テレビを見ながらやってみよう!

脇を締めて肘を固定し、ゆっくり持ち上げることで上腕二頭筋に効く!



背筋を伸ばして

500mlのボトルから始めて、慣れてきたら重くしよう!!



▲500mlペットボトル(左)に水を入れると、約500gのダンベルに。2リットルのペットボトル(右)では約2kgになります。

運動の目的	反復回数
体形の維持 (筋持久力の向上)	20 ~ 25 回
代謝の向上 (筋肉を大きく)	10 ~ 24 回
筋力の向上	1 ~ 9 回

目的に合わせて、重さを変えましょう!
重さの目安は、運動の目的に応じた反復回数が、実際にやってみて限界と感じる重さがベストです。
1週間に3~4回程度を約3カ月間継続すると、効果が期待できます!



前ページで紹介したお弁当は、栄養バランスもバッチリ!!



しかし、「毎日行えば良い」というものでもありません。レジスタンス運動後は、負荷をかけて損傷した筋肉の筋繊維が修復し筋肉が強くなります。その修復のためには1日以上以上の休息と栄養が必要です。この休息期間に「筋肉のエネルギー源である糖質」や「筋

○体組成の向上……代謝の向上、体脂肪率の減少、骨密度の増加
○血管系の改善……高血圧(安静時血圧)、糖尿病の耐糖能などの改善

効果と頻度

レジスタンス運動は、筋肉に抵抗(負荷)をかけて動作を繰り返し行う運動で、いわゆる筋力トレーニングといわれます。特別な器具やマシンなどがなくても、家事やテレビを見ながら自宅で取り組むことができます。また、レジスタンス運動を継続すると、次の効果が見込めます。

レジスタンス運動とは?

肉の材料となるタンパク質など、バランスの良い食事を摂ることで効率よく筋肉の修復を行うことができます。この筋肉の修復まで含め、レジスタンス運動は、週に3~4日程度が理想とされています。また、身体が慣れてきたら、少しずつ負荷を強くすることで、さらに筋力が向上します。

片手で重いときには、両手で持ってもOK!



無理しない! できることから始めよう!

最大限の効果を生むためには、食事もちろん、有酸素運動とレジスタンス運動を組み合わせ「継続」することが重要。

しかし、最初から頑張りすぎてしまうと、体力が追いつかず、継続することができません。まずは、自分の生活パターンを振り返って、取り組めそうな運動を日常生活の中に取り込み、無理のない時間から始めてみましょう。

令和4年度 当初予算

令和4年度当初予算は、第四次鹿嶋市総合計画の基本構想に掲げるまちの将来像の実現を見据えつつ、第三次鹿嶋市総合計画（後期基本計画）に位置付けた現行の事務事業の再評価を行い、休止、廃止、再編を含めた全般的な見直しを行いました。

また、新型コロナウイルス感染症予防対策および「新しい生活様式」への対応策を引き続き講じます。

問 財政課 ID 0059622



主な新規事業

○企画調整事務経費

地方創生業務委託料

○すくすく鹿嶋っ子応援事業

鹿嶋市の未来を担う「鹿嶋っ子」の誕生をお祝いし、子育て家庭を応援することを目的に、第1子の出産から応援金を支給します。

○結婚新生活支援事業

結婚にともなう新生活の費用負担を軽減するため、新婚世帯を対象に、住宅の取得、リフォーム、賃貸、引っ越し費用などの一部を補助します。

【補助世帯】

次の①～⑤のすべてに当てはまる方

- ①令和4年1月1日から令和5年3月31日までに婚姻届を提出し、受理された方
- ②申請時に、夫婦ともに鹿嶋市に住民登録されていること
- ③婚姻月時点で夫婦ともに30歳未満
- ④夫婦の合算所得が400万円未満
- ⑤夫婦ともに市税等に未納がないことなど

【補助対象】住宅取得、住宅リフォーム、住宅賃貸、引っ越し費用

【補助額】1夫婦につき、最大30万円

※申請方法などの詳細は、右記QRコードから市ホームページをご覧ください。



主な拡充事業

○生活困窮者自立支援事業

新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援給付金

○長寿をたたえる事業

長寿祝い膳応援事業負担金等

○地域子育て支援センター整備事業

地域子育て支援センター施設整備費、備品購入費等

○新型コロナウイルスワクチン接種経費

新型コロナウイルスワクチン接種委託等

○一般廃棄物広域処理事業

鹿島地方事務組合負担金
(新可燃ごみ処理施設整備、広域ごみ中継施設整備等)

○都市再生整備事業（鹿島神宮周辺地区）

門前地内道路改修・整備工事費、高速バスレーン用地取得費等

○狭あい道路整備事業

市道8032・8044号線（宮中）用地取得費等

○橋りょう長寿命化事業

平井1号橋、宮中跨線橋長寿命化工事費

○歴史資料館整備事業

物件等移転補償費、設計委託料等

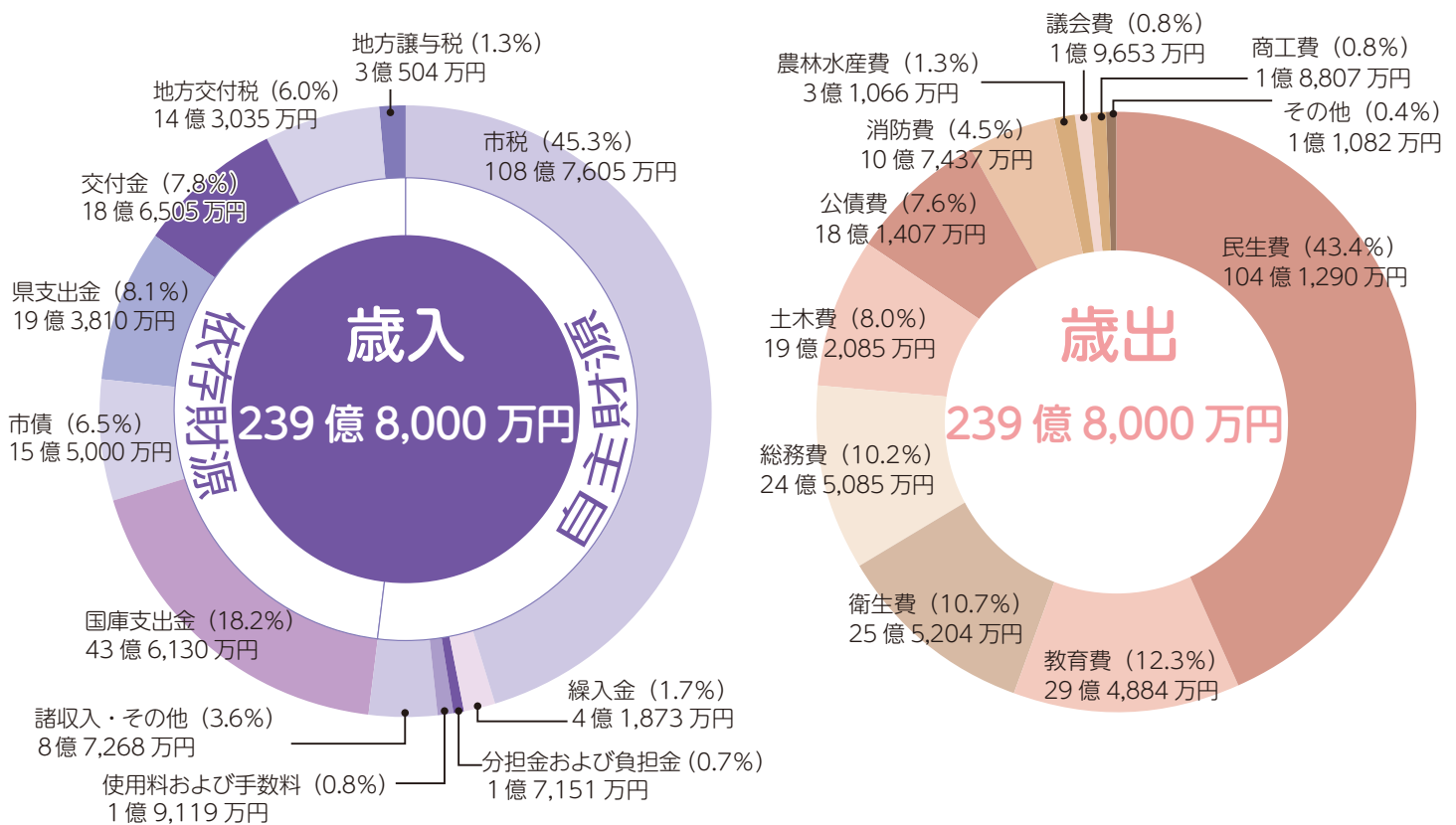
○公民館施設管理費

鹿島公民館屋根外壁等大規模改修工事費

○体育施設管理費

カシマスポーツセンター屋根等改修工事費

令和4年度 当初予算の概要



令和4年度当初予算の内訳（会計別）

会計区分	本年度予算額	前年比
一般会計	239億8,000万円	1.5%
特別会計	国民健康保険	68億1,376万円 △2.6%
	後期高齢者医療	8億3,383万円 2.0%
	介護保険	46億2,079万円 4.6%
	鹿嶋市平井東部土地区画整理事業	8,700万円 △29.3%
	農業集落排水	7,870万円 7.7%
	墓地	1,361万円 22.1%
	公共料金等集合支払	2億4,900万円 1.2%
	公営企業	
下水道事業	23億8,528万円 △3.2%	
水道事業	31億5,571万円 19.8%	
合計	422億1,768万円	2.0%

一般会計予算を市民1人あたりに換算*すると **358,462円**

民生費	155,656円	消防費	16,060円
教育費	44,080円	農林水産費	4,644円
総務費	38,149円	議会費	2,938円
衛生費	36,636円	商工費	2,811円
土木費	28,714円	その他	1,657円
公債費	27,117円		

*令和4年4月1日現在の常住人口66,897人で計算しています。

今年度の当初予算は？

令和4年度当初予算の総額は422億1,767万9千円、前年度比8億2,057万1千円(2.0%)の増となりました。一般会計は239億8,000万円、前年度比3億6,000万円(1.5%)の増となりました。

今年度は、地域子育て支援センターの老朽化に伴う新たな子育て支援施設の建設を予定しており、民生費が約4億円の増額となりました。

また、鹿嶋地方事務組合で進めている新可燃ごみ処理施設などの建設や鹿嶋神宮周辺地区の中心市街地活性化事業に関連する事業を推進しています。



財政課長 片岡 智樹

完全予約制で実施します

特定健診・循環器健診・がん検診

保健センター
☎ 82-6218
📠 0051747

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、完全予約制で特定健診・循環器健診・がん検診を行います。希望する方は、①電話または②WEBでお申し込みください。健（検）診日1週間前までに、決定通知書を送付します。



■実施時期 6月および7月 (ページ下段参照)

■予約期間 5月6日(金) 9:00 ~ 11日(水) 17:00

■①電話予約 ☎ 0570-077-150 (茨城県総合健診協会予約センター)
※予約期間専用の電話番号です。期間後は通話できません。
電話予約は全日9:00 ~ 17:00。ただし、5月8日(日)は除く。

②WEB予約 右記のQRコードから予約してください。

※新型コロナウイルス感染症の状況に応じて、健（検）診を中止する場合があります。

特定健診

対象	対象年齢	負担金
国民健康保険加入者	40 ~ 74 歳 ^{*1}	1,000 円
国民健康保険加入者以外	40 ~ 74 歳 ^{*1}	加入している社会保険組合などに確認

循環器健診

対象	対象年齢 ^{*2}	負担金
鹿嶋市に住民登録がある人	19 ~ 39 歳	1,000 円
茨城県後期高齢者医療保険加入者	75 歳以上	無料

※希望により詳細セット（心電図・眼底・貧血・クレアチニン）を追加できます。[個別負担金] 500 円

※1 受診日現在。

※2 令和5年3月31日現在。

※3 喀痰検査は、肺がんレントゲン検査を受けた方のうち、50歳以上で喫煙指数が600以上の人が対象。

※4 大腸がん検診に使用する採便容器は、検診日3日前までに保健センター・大野ふれあいセンター・まちづくり市民センター・はまなす公民館のいずれかに取りに来てください。

がん検診

検診名	対象年齢 ^{*2}	検査方法	負担金
結核・肺がん ^{*3}	40 歳以上	レントゲン検査	500 円
			65 歳以上は無料
大腸がん ^{*4}	40 歳以上	便潜血反応検査	800 円
前立腺がん	50 ~ 74 歳の男性	血液検査	1,500 円
胃がんリスク	40・45・50・55・60・65・70 歳で検査したことがない人	血液検査	1,000 円
肝炎ウイルス	40 ~ 70 歳で検査したことがない人	血液検査	1,000 円
			40・45・50・55・60・65・70 歳は無料

健（検）診日程

6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		

7月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16

● 保健センター ■ 大野ふれあいセンター ◆ はまなす公民館

※特定健診・循環器健診・がん検診は、10月、1月期も実施予定です。会場は、保健センターおよび大野ふれあいセンターの2会場のみとなります。予約期間など詳しくは、広報かしまおよび市ホームページに掲載予定です。

医療機関で健診を受けられます

国民健康保険（40 ~ 74 歳）および後期高齢者医療保険に加入している人は、「特定健診と循環器健診」を医療機関で受診することができます。

なお、受診方法は、案内チラシまたは市ホームページで確認してください。

※医療機関健診では、各種がん検診は実施していません。



【お知らせ】『令和4年度鹿嶋市保健事業年間予定表の集団健診（下段右の1月カレンダー・茨城県総合健診協会予約センター電話番号）』の記載内容に誤りがありました。詳細は右記QRコードからご確認ください。



完全予約制で実施します

前期胃がん集団検診のご案内

保健センター
☎ 82-6218
☎ 0051785

胃がん集団検診を完全予約制で行います。早期発見のため、40歳以上の方は、胃がん検診を受けましょう。希望する方は、下記の検診内容や予約期間などを確認し、①電話または②WEBでお申し込みください。



■実施時期

7月 (ページ中段参照)

■予約期間

5月30日(月) 9:00 ~ 31日(火) 17:00

■①電話予約

☎ 0570-077-150 (茨城県総合健診協会予約センター)

※予約期間専用の電話番号です。期間後は通話できません。
電話予約は両日ともに9:00 ~ 17:00。



②WEB予約

右記のQRコードから予約してください。

※新型コロナウイルス感染症の状況に応じて、検診を中止する場合があります。
後期胃がん検診は、11月に行います。予約期間など詳しくは、広報かしまおよび市ホームページでお知らせします。

胃がん検診

対象	対象年齢*	検査方法	負担金
鹿嶋市に住民登録のある人	40 ~ 85歳	胃のレントゲン検査 (バリウム)	1,500円

※令和5年3月31日現在。バリウムが気管に入ってしまう危険があるため85歳までとします。

予約時の注意点

- 申し込みは、原則本人です。都合がつかない場合は、同居家族のみ代理可能です。
- ファックス・Eメール・郵送での予約はできません。
- 予約期間後の問い合わせについては、保健センターまでご連絡ください。
- 定員になり次第締め切りとなります。



検診日程

●保健センター
■大野ふれあいセンター

7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						

受付時間

※混雑緩和のため、時間を区切って受け付けます。

- ① 8:00 ~ ② 8:30 ~ ③ 9:00 ~ ④ 9:30 ~
⑤ 10:00 ~ ⑥ 10:30 ~ ⑦ 11:00 ~

人間ドックなどの健診受診料金を助成します

☎ 国保年金課 ☎ 0060605

[申込期間] 5月2日(月) ~ 10月31日(月)

※土・日曜日、祝日を除く。

[助成対象] 下記①~②のすべてに該当する方

①国民健康保険に加入している方 (同一世帯で複数人助成可)

②人間ドック受診時に35 ~ 74歳になる方

※脳ドックは、人間ドックと同時に受診する場合のみ助成対象。

[申請窓口] 国保年金課

※新型コロナウイルス感染症対策のため郵送または電話での申請を希望する方は、国保年金課にご連絡ください。

[必要なもの] 人間ドック受診者の被保険者証

[注意事項]

- ・新型コロナウイルス感染症の影響により、人間ドックなどが中止になる場合があります。
- ・特定健康診査およびがん検診を受けている方は対象外。

[健診コースと助成額]

健診コース	健診項目	助成額
総合健診	特定健診、視力、聴力、呼吸器、消化器、超音波、便潜血検査など	15,000円 ※ただし、健診費用が15,000円に満たないときは当該健診費用の額。

※健診費用は、医療機関によって異なります。

[受診方法]

- ①国保年金課に申請する。
- ②「人間ドック等受診券」を受け取る。
- ③希望の実施医療機関に予約。
- ④受診当日、「人間ドック等受診券」を持って医療機関を受診。
- ⑤健診費用から助成額を差し引いた金額を医療機関にお支払いください。



[実施医療機関] 小山記念病院、松倉中央クリニック、神栖済生会病院、白十字総合病院、土浦協同病院なめがた地域医療センター、土浦協同病院、筑波大学附属病院つくば予防医学研究センター、霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター、国際医療福祉大学成田病院

軽自動車税減免申請の手続きは5月24日まで
 申請 税務課 ⑩0001776

障がいのある方の通院・通学・通所・就業のために所有する軽自動車は、一定の要件を満たす場合、申請により軽自動車税の減免が適用されます。該当する方は、期限内に申請してください。
 なお、継続して減免を受ける場合でも、毎年、手続きが必要です。

「申請に必要なもの」

- ① 軽自動車税減免申請書(税務課にあります)
- ② 軽自動車税納税通知書(支払い前のもの)
- ③ 身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳のいずれか
- ④ 運転免許証と車検証の写し
- ⑤ 納税義務者の個人番号を確認できるもの(個人番号カードや通知カードなど)

「申請期限」5月24日(火)

※納付前に申請してください。
 ※市が行う外出支援などの福祉サービスを受けている方は、対象外です。また、手帳の種類や等級により、対象外となる場合があります。



「民生委員・児童委員の日」活動強化週間です
 生活福祉課 ⑩0008864

5月12日(木)～18日(水)は「民生委員・児童委員の日」活動強化週間です。
 民生委員は児童委員を兼ね、日常生活に困っている人の自立更生の援助や高齢者、障がい者、児童に関する相談に応じ、行政機関や社会福祉関係団体とのパイプ役を果たしています。守秘義務があり、相談事項や個人情報厳守します。相談を希望する場合は、生活福祉課にお問い合わせください。

宮中の一部(宮中II地区)で境界立ち合いを実施します
 地籍調査課 ⑩0061106

現地調査(境界の調査など)の実施に伴い、市から受託した事業者が土地に立ち入るなど、周辺を調査します。作業する者は「地籍調査」の腕章を着用し、併せて鹿嶋市発行の身分証明書を持っています。ご理解とご協力をお願いします。

「対象範囲」三笠山東・西地区

※地籍調査：土地の境界などの調査・測量を行い、地籍図と地籍簿を作成し登記されます。

国民健康保険税の納期・税率が変わります
 国保年金課 ⑩0059943

①納期の変更について
 1回目の納期を1か月早めの6月に、納付回数を1回増やしました(6月～翌年2月)に変更しましたので、納め忘れにご注意ください。なお、納税通知は6月に発送します。

②算定方法と税率の変更

茨城県の方針に合わせて、国保加入者の人数にかかわらず1世帯ごとに一律で計算されていた「平等割」を廃止し、税率等を見直しました。令和4年度の国民健康保険税は、加入者の所得に応じて計算する「所得割」と加入者の人数に応じて計算する「均等割」の2つを用いて算出します。

令和4年度税率	所得割(%)	均等割(円)
医療保険分	5.30	31,000
後期高齢者支援金分	2.80	17,000
介護保険分	1.90	15,000

4月17日執行の鹿嶋市長選挙、市議会議員補欠選挙および県議会議員鹿嶋市選挙区補欠選挙の結果

鹿嶋市選挙管理委員会

- 鹿嶋市長選挙結果
 無所属 田口 しんいち 立候補者1人のため無投票
- 鹿嶋市議会議員補欠選挙結果
 無所属 内野 たかひと 立候補者1人のため無投票
- 茨城県議会議員鹿嶋市選挙区補欠選挙結果
 無所属 小松崎 としのり 立候補者1人のため無投票

ウォーキング・ランニングイベントの開催について

スポーツ推進課 ⑩0060791

健康増進の一環として毎月1回、ウォーキング・ランニングイベントを実施します。家族で楽しめるイベントも同時開催します。詳細はホームページをご覧ください。

※雨天中止

※無料(事前申し込み不要)

※雨天中止



広告



広告

福島県沖地震災害義援金の受付開始について

☎生活福祉課 00002847

日本赤十字社茨城県支部では、令和4年に福島県沖で発生した地震により被災された方々を支援するため「令和4年3月福島県沖地震災害義援金」の募集を開始します。

【募集期間】6月30日(木)まで

地域福祉推進会議委員を募集します

☎生活福祉課 00061304

【役割】意見・提言および検討
【募集人員】2人程度

【対象】市内在住・在勤の20歳以上の者

【任期】委嘱日から2年間(予定)

【申込方法】「応募の動機と地域福祉の現状と将来像」に関する意見を400字程度にまとめ、住所・氏名・生年月日・電話番号・職業・略歴を書いて郵送または電子メールで申し込み。

【公募期限】5月16日(月)※当日の消印有効。
【選考結果】5月下旬に文書でお知らせします。

【送付先】鹿嶋市平井1-187-1

☎seikatsui@city.ibaraki-kashima.lg.jp

kashima.lg.jp

レベルアップ手話講座受講生募集

☎生活福祉課 00060700

鹿行手話奉仕員養成委員会では、鹿行地区在住の手話学習経験者(高校生以上)などに対し、手話技術や関連知識を学習する講座を開催します。

【5月14日(土)】11月19日(土)の間、全10回

※すべて19時~21時

☎鹿嶋市まちづくり市民センター

☎3300円(テキスト代)

☎銚田市社会福祉課

☎0291-3617920

成人式に代わる新しい式典の実行委員を募集します

☎中央公民館 0059554

☎83-1551

今年度から従来の鹿嶋市成人式に代わる新しい式典を行います。あなたも実行委員となって、一生に一度の思い出に残る式典に携わってみませんか。

【対象】平成14年4月2日、平成15年4月1日に生まれた新成人

☎5月27日(金)までに、中央公民館に電話で申し込み。

公共下水道排水設備指定工事店の登録受付

☎下水道課 00003263

公共下水道に接続するための排水設備などの工事は、市が指定し、登録した工事店で行わなければなりません。

排水設備指定工事店の新規登録および登録期間満了に伴う更新を希望する工事店は必ず申請してください。

【受付期間】5月6日(金)~5月26日(木)8時30分~17時15分

※土・日曜日、祝日を除く。

【登録有効期間】3年間

【登録手数料】2万円

☎下水道課または市ホームページにある指定様式に必要事項を記入して申し込み。

高齢者筋力向上トレーニング「いきいき教室(第1期)」

☎介護長寿課 0053812

○鹿島教室(全10回)

【内容】ストレッチ運動・有酸素運動・マシンを使用した運動

☎6月1日~8月3日の毎週水曜日、13時30分~15時30分

☎鹿嶋労働文化会館

☎83-5911(9時~17時)

※月曜日休館。

○大野教室(全8回)

【内容】ストレッチ運動・有酸素運動など

☎6月9日~7月28日の毎週木曜日、9時30分~11時30分

☎大野ふれあいセンター多目的ホール

☎いきいきゆめプール

☎95-6366(9時~17時)

※月曜日休館。

○共通事項

【対象】市内に住民登録がある65歳以上の方で、医師による運動制限および介護保険認定(要介護・要支援)を受けていない方(いずれも8人(先着))

☎1回あたり220円

【申込開始】5月6日(金)

【採用予定人数】2人程度

【受験資格】保育士または幼稚園教諭の免許を有する方

【勤務時間】週31時間以内

【報酬】月額13万4千円~17万円程度

【任用期間】6月1日から令和5年3月31日(更新あり)※申込方法や詳細については、ホームページをご覧ください。

保育教諭嘱託職員を募集します

☎幼児教育課 0057064

【採用予定人数】2人程度

【受験資格】保育士または幼稚園教諭の免許を有する方

【勤務時間】週31時間以内

【報酬】月額13万4千円~17万円程度

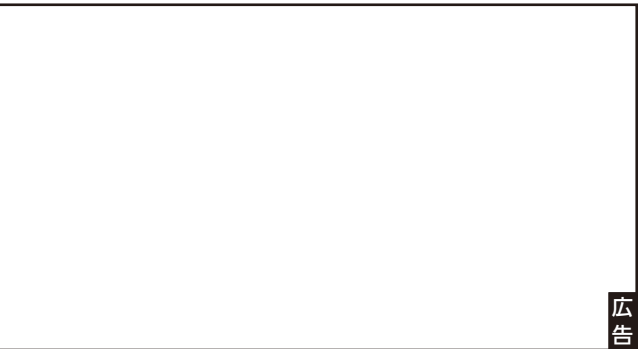
【任用期間】6月1日から令和5年3月31日(更新あり)※申込方法や詳細については、ホームページをご覧ください。

【申込期間】5月17日(火)~29日(日) 所まちづくり市民センターまたは各地区公民館 問まちづくり市民センター 00061421 ☎83-1551

【鹿嶋市美術展覧会 出品者募集】対象市内在住・在勤・出身の方「出品作品」1部門につき1人1点 部門「絵画の部・書の部・写真の部・工芸の部」

【申込期間】5月17日(火)~29日(日) 所まちづくり市民センターまたは各地区公民館 問まちづくり市民センター 00061421 ☎83-1551

00061421 ☎83-1551



広告



広告

**住民税非課税世帯などへの
臨時特別給付金のお知らせ**
☎生活福祉課 ⑩0058387

住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金の確認書受付は5月1日で終了となります。事情によりまだ提出してない方は、早急に提出をお願いします。家計急変世帯への臨時特別給付金は、引き続き受付しております。

〔対象〕令和3年1月1日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し、住民税均等割が課される人全員のそれぞれの1年間の収入見込額または所得見込額が住民税均等割非課税水準以下となる世帯
〔受付期間〕9月30日(金)まで
〔申込方法〕月の収入が確認できる書類(世帯全員分)、本人確認書類、振込口座確認書類

**危険ブロック塀などの
改善事業を補助します**

☎都市計画課 ⑩0058815

平成30年に発生した大阪府北部地震でブロック塀が倒壊し、歩行者が亡くなる被害が発生したことを受けて、危険ブロック塀などの除去工事を行うものに対し補助金を交付します。

〔対象事業〕危険ブロック塀などと判定された塀を一部または全部除去する工事
〔申込期限〕11月30日(水)まで
※土・日曜日、祝日を除く。

※補助金交付を申請するには、危険ブロック塀等に該当することの判定申請が必要です。
※詳細はホームページをご覧ください。
※詳細はホームページをご覧ください。

**木造住宅の耐震診断
希望者を募集します**

☎都市計画課 ⑩0003248

耐震診断とは、大きな地震の際に建築物が倒壊する恐れがあるかを数値で評価するものです。今後も首都直下地震や東海地震の発生が予測されています。診断により、ご自宅の耐震性能を確認してみませんか。

〔対象〕市内にある昭和56年5月31日以前に着工した木造戸建住宅の所有者または同居する家族
〔個人負担金〕1000円

☎所定の申込書に必要事項を記入して、都市計画課に申し込み。
〔持ち物〕建築年月日の確認できる書類
〔申込期限〕6月30日(木)土・日曜日、祝日を除く。※予算額に達し次第終了。

※詳しくは市のホームページをご覧ください。お問い合わせください。

**木造住宅の耐震改修費用を
補助します**

☎都市計画課

⑩0003247

市内にある旧耐震基準で建築された木造住宅の「耐震設計及び耐震改修」を一括して行う工事に對して補助を行います。

〔申込期限〕11月30日(水) 土・日曜日、祝日を除く。

〔募集戸数〕1戸

〔補助対象住宅〕昭和56年5月31日以前に着工した木造住宅で、すでに耐震診断を受けており、その上部構造評点が1.0未満と診断された建物

〔補助対象工事〕上部構造評点が1.0以上となるために耐震改修設計及び耐震補強工事を一括して行う場合で、令和5年1月31日(火)までに工事が完了するもの

〔対象者〕木造住宅の所有者又はその親族で、市税の滞納がなく当該住宅の所有者から承諾が得られる人
〔補助額〕耐震改修工事に係る費用の5分の4(限度額100万円)

※耐震設計の契約前に補助金の申請が必要となります。詳しくは市のホームページをご覧ください。お問い合わせください。

**既存建築物の活用補助金
の受付を開始します**

☎都市計画課

⑩0051832

市内にある既存建築物の活用の促進および生活環境に悪影響を及ぼす空家の抑制を図ることを目的に、要件を満たす方に補助金を交付します。

〔助成金額〕

①特定空家および不良住宅などを解体する場合は、その解体費用の2分の1

②市外在住の方が市内の中古住宅を取得し、移住するための改修をする場合は、その改修費用の2分の1

※いずれも上限30万円
〔募集期間〕11月30日(水)まで
土・日曜日、祝日を除く。
※予算額に達し次第終了。

☎所定の申請書に必要書類を添付して申し込み。
※詳しくは市のホームページで確認いただくか、お問い合わせください。

狂犬病の予防注射を行います

生後3カ月以上のすべての犬に「登録」と年1回の「狂犬病予防注射」が義務づけられています。予防注射は下記の集合注射または動物病院で接種できます。

市に登録済みの犬の飼い主の方には、4月上旬に通知(はがき)を発送していますので、来場する際は忘れずにお持ちください。飼い犬、そして私たちの命を守るために、必ず狂犬病予防注射を受けましょう。



料金 ※料金は、釣り銭のないようお願いします。

登録済の場合=3,550円	・手数料 550円
未登録の場合=5,550円	・注射料金 3,000円
	・登録料 2,000円

注意事項

・当日は、犬の登録、注射済票の発行に関する業務のみとなりますのでご了承ください。



集合注射日程

[鹿島区域]

	日時	会場
5月 11日 (水)	9:00 ~ 9:20	豊津公民館(まちづくりセンター)
	9:35 ~ 9:50	爪木(田園都市センター)
	10:05 ~ 10:25	豊郷公民館(まちづくりセンター)
	10:35 ~ 10:45	沼尾公会堂
	10:55 ~ 11:05	田野辺(地藏院)
	11:20 ~ 11:35	猿田(西福院)
12日 (木)	9:00 ~ 9:10	港ヶ丘公会堂
	9:25 ~ 9:40	平井公民館(まちづくりセンター)
	9:55 ~ 10:10	小宮作(海賢寺)
	10:25 ~ 10:35	清水農村集落センター
	10:50 ~ 11:05	波野公民館(まちづくりセンター)
	11:25 ~ 11:45	中央図書館
13日 (金)	9:00 ~ 9:20	厨区集会所
	9:35 ~ 9:50	神野集落センター
	10:00 ~ 10:15	根三田公会堂(東善寺)
	10:25 ~ 10:35	下埦集会所
	10:50 ~ 11:00	泉川(西光院)
	11:15 ~ 11:30	高松公民館(まちづくりセンター)
14日 (土)	9:00 ~ 9:15	平井コミュニティセンター
	9:30 ~ 9:45	総合福祉センター
	9:55 ~ 10:05	鉢形公会堂(光福寺)
	10:25 ~ 10:40	佐田公会堂
	11:00 ~ 12:00	市役所駐車場

[大野区域]

	日時	会場
19日 (木)	9:15 ~ 9:25	林集落センター
	9:40 ~ 9:50	奈良毛集落センター
	10:00 ~ 10:10	居合(田園都市センター)
	10:20 ~ 10:40	中集落センター
	10:55 ~ 11:10	中坪集落センター
	11:30 ~ 11:45	荒野台公民館
20日 (金)	9:15 ~ 9:25	大志崎集落センター
	9:35 ~ 9:45	小志崎農村集落センター
	10:00 ~ 10:15	浜津賀公民館
	10:25 ~ 10:45	荒井集落センター
	10:55 ~ 11:10	青塚集落センター
	11:20 ~ 11:40	角折公民館
	12:00 ~ 12:15	荒野(龍蔵院)
21日 (土)	9:15 ~ 9:25	立原集落センター
	9:40 ~ 9:55	津賀城址公園駐車場
	10:10 ~ 10:30	武井(大野高齢者センター)
	10:45 ~ 10:55	志崎新農村集落センター
	11:10 ~ 11:25	共栄集落センター
	11:45 ~ 12:00	天朝井戸集落センター
	12:15 ~ 13:00	大野ふれあいセンター

問 環境政策課
ID 0017487



広告



広告

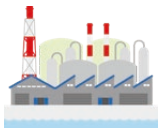
■令和4年度危険物取扱者保安講習会

時①6月29日(水)②9月29日(木)
各回9:30～12:30

所 神栖市／神栖市文化センター

[申込期間]①6月8日(水)～6月15日(水)②9月8日(木)～9月15日(木)※受付期間内の

消印があるものに



[種別]コンビナート

[定員]いずれも450人

☎ 公益社団法人茨城県危険物安全協会連合会

☎029-301-7878

■鹿島産業技術専門学院

スキルアップセミナー

<第二種電気工事士受験対策(技能)A講座>

時7月4日(月)・5日(火)・7日(木)・11日(月)・12日(火)・14日(木)18:00～21:00(全6回計18時間)

[定員]20人※応募多数の場合抽選

[持ち物]試験で使う工具など

[申込期間]5月9日(月)～6月1日(水)※必着。



<AutoCAD入門講座>

時7月11日(月)・12日(火)・14日(木)・19日(火)・21日(木)・25日(月)18:00～21:00(全6回計18時間)

[内容]AutoCADの操作および作図

[定員]10人※応募多数の場合抽選。

[申込期間]5月16日(月)～6月8日(水)※必着。



<共通>

費3,040円(テキスト代含む)

[申込方法]①インターネット②郵送

※詳しくは、右記QRコードからご確認ください。



所 鹿島県立鹿島産業技術専門学院 (〒311-2223 鹿嶋市大字林572-1)

☎69-1171

■茨城県鹿行生涯学習センター

令和4年度講座受講生募集

各種講座の受講生を募集しています。

[講座内容]小学生プログラミングエキスパート育成講座など全16講座
[対象]茨城県民※講座ごとに確認してください。

[申込期間]5月1日～29日(日)

[申込方法]①往復はがき(消印有効)②ホームページから電子申請(5月1日9:00～5月29日17:00)

※講座詳細や申込方法は、右記QRコードからご確認ください。



所 鹿行生涯学習センター

☎73-3877

募集

■鹿島灘高等学校

フレックススクール聴講生募集

時5月23日(月)～令和5年2月まで

[講座内容および時間]

陶芸=月曜日10:50～12:30

書道=月曜日17:35～19:10

中国語=木曜日13:30～15:10

[対象]県内在住・在勤の20歳以上の方で、1年間を通じて聴講可能な方=各講座3人※応募多数の場合抽選。

費1講座3,480円(別途教材費など)
時5月13日(金)までに、下記に電話で申し込み。

所 鹿島灘高等学校 ☎69-2511

■高松緑地公園 公園管理担当募集

[業務内容]公園内の整備管理など。※主に、草取りです。

[対象]自家用車で通勤可能な方で、自転車に乗れる方=若干名※面接による選考あり。

[勤務日・時間]月～金曜日9:00～15:00※祝日と雨天時は休み。

[時給]880円～(交通費を別途支給)

所 高松緑地管理事務所 小田原さん ☎82-9042(月曜日休館)

■料理クラブ「松味会」会員募集

時毎月第3木曜日9:30～12:00

所 高松公民館

[申込期間]5月10日(火)まで

費1回あたり1,000円程度(材料費含む)※費用が増減する場合あり。

所 江川さん ☎83-1618

お知らせ

■母子家庭などの自立促進講習会 介護職員初任者研修

時6月5日～9月25日9:00～17:00※全14回、すべて日曜日

[対象]母子・父子・寡婦家庭で全日程に出席でき、就労を希望する人
※託児あり(要事前登録)



費テキスト代6,000円、保険代392円

時5月12日(木)までに、市こども相談課窓口またはホームページにある申込用紙に記入し、下記に郵送またはファックスで申し込み。

※必着。詳細は右記QRコードからご確認ください。



所 (社福)茨城県母子寡婦福祉連合会 母子・父子福祉センター (〒310-0065 水戸市八幡町11-52ラーク・ハイツ内)

☎029-221-8497

☒029-221-8618

■かしまミツバチプロジェクト

コスモスを咲かせてみませんか

秋の彩りとなるコスモスの種を無料で配布します。



時5月18日(水)～(先着500袋)

[配布場所]市民活動支援課、大野出張所、まちづくり市民センター、鹿嶋人ギャラリー、エフエムかしまほか

[内容]約2ml(約150粒)

所 かしまミツバチプロジェクト事務局 ☎84-7258

■日本神話「古事記」の世界

「古事記」のストーリーをイメージ画とともに、わかりやすい文で紹介しています。

時～6月8日(水)

所 ミニ博物館

ココシカ

☎94-8161





催し

■勤労文化会館 各種催し

<①ピアノ演奏体験事業「スライムウェイを弾いてみよう」>

時 5月28日(土)・29日(日) 10:00～17:00※1日を7区分に分け、1区分50分。1組1区分まで。

所 鹿嶋勤労文化会館ホール

[対象] ピアノ経験のある方※15歳以下の方は保護者同伴

[定員] 1日7組(先着)

費 1区分1,000円(当日支払い)

<②KCC&KINBUN エンジョイサイクリング 三社巡り編>

時 5月29日(日) 9:00～16:30

※雨天中止。

[集合場所] 鹿嶋勤労文化会館駐車場

[対象] スポーツ自転車をお持ちの18歳以上で、70km程度走ったことのある方=10人

[コース] 鹿嶋勤労文化会館～鹿島神宮～息栖神社～香取神宮を巡る約70km

[持ち物] スポーツ自転車(折り畳み可)、ヘルメット、飲み物など

<共通>

[申込開始] 5月3日(火・祝) 9:00～
申 下記に電話で仮予約後、同館窓口で申し込み。

問 鹿嶋勤労文化会館 ☎83-5911

■鹿嶋仏像彫刻友の会・大洋木彫クラブ合同作品展

時 5月1日～5日(木・祝) 9:00～16:30※最終日は15:00まで。

所 大野潮騒はまなす公園ギャラリー
費 無料

問 鹿嶋仏像彫刻友の会 代表者 菅原さん ☎83-2856

■茨城県立白浜少年自然の家 庭木の手入れを学ぼう

時 ① 6月11日(土)② 12月10日(土) 各回 9:00～15:00※雨天時は①②ともに翌日に順延。原則、両日参加。

[定員] 20人※応募多数の場合抽選。

[持ち物] 剪定ばさみ、剪定のこぎり、刈込ばさみ、上履き、帽子、作業手袋、ヘルメット

費 ①②いずれも1,000円

所 申 問 茨城県立白浜少年自然の家

☎73-2345(月曜日休館)

■布ぞうり実演見学会、SDG s 読書会&かしま環境カルタ会

<①布ぞうり実演見学会>

時 毎週水曜日14:00～16:00

費 無料

<②SDG s 読書会&かしま環境カルタ会参加者募集>

時 5月～7月の第2・第4日曜日 13:30～15:30(全6回)

[募集人数] 10人

費 300円(コピー代)

所 鹿嶋市まちづくり市民センター

申 問 かしま環境ネットワーク麻生さん ※①は申し込み不要。

☎82-2554

■書道作品を展示します 第36回一稲書院展

時 5月20日(金)～22日(日)10:00～17:00※22日は15:00まで。

所 鹿嶋勤労文化会館

問 林さん ☎82-0331

講座

■鹿嶋ふるさとガイド育成講座

鹿嶋ふるさとガイドは、鹿嶋市を訪れたお客様を「おもてなし」の精神でご案内する団体です。一緒に楽しく活動しませんか。

時 6月～10月の木曜日・午前中(月3～4回)

※開講式は6月2日(木)10:00～

所 市内各所(開講式は市役所2階会議室203)

[内容] 鹿島神宮、市内の名所・旧跡について学びます。

[対象] 受講後、鹿嶋ふるさとガイドに入会し、ボランティアとして活動できる20歳以上の方

申 5月31日(火)までに、下記に電話で申し込み。

問 鹿嶋市観光協会 ☎82-7730

■グラスアート教室参加者募集

スタンドグラス風の工芸品を手軽に作れる教室です。

時 毎月第2・4木曜日10:00～12:00

所 波野公民館

費 無料※別途材料費がかかる場合があります。

問 小西さん ☎090-3685-5689

■高松緑地温水プール

第1期シニア水泳教室

時 5月24日～8月23日の毎週火・金曜日11:00～12:30(全27回)

費 1,500円(保険料など)

[対象] ①市内在住の65歳以上の方 ②15回以上参加できる方 ③25m泳げない方 ④医療機関の健康診断を受け、診断書を提出できる方(診断料は1人5,000円を上限に補助あり)

[定員] 20人(先着)

[申込期間] 5月1日～

所 申 問 高松緑地温水プール

☎85-1158

■いきいきゆめプール(各種教室の受講者募集)

<第1期水中バレーボール教室>

時 5月12日～8月18日の毎週木曜日13:00～14:00(全15回)

[内容] 水深75cmのプールでバレーボールを行います。

[対象] 18人(先着)

費 3,000円(会員1,500円)

※そのほか、施設使用料1回につき一般440円、シニア220円。

<太極拳教室>

時 5月11日～8月17日の毎週水曜日13:00～14:30(全15回)

[内容] 呼吸法で心を

穏やかにし、ゆっく

りとした動きで心と体の調和を目指します。

[対象] 10人(先着)

費 4,500円(会員3,000円)

<初心者水泳教室>

時 5月11日～7月13日の毎週水曜日13:00～14:00(全10回)

[内容] 水の中で

楽しく動きながら

学び、浮き身の

習得を目指します。

[対象] 一般成人男女10人(先着)

費 5,000円(会員3,000円)

※そのほか、施設使用料1回につき一般440円、シニア220円。

[申込開始] いずれも5月1日

所 申 問 いきいきゆめプール

☎95-6366



乳幼児がいても安心！親子に優しい&楽しめる設備が充実

県立カシマスタジアムで楽しく試合観戦



スタジアム
2Fコンコース



01 授乳室

個室授乳室のほか、父親などもミルクをあげられる畳のスペースやおむつ替え台、お湯も出るウォーターサーバーが設置されています。



NIPPON STEEL
ゲート付近※



02 キッズエリア

開場からキックオフまでの間、フットダーツ、キックターゲット、ふわふわスライダー、ふわふわ迷路など、親子で楽しめます。



※開催場所が変更となる場合があります。

新型コロナウイルス感染症対策のため現在は運用していませんが、2Fコンコースには託児室もあります。



施設の詳細は市ホームページ(右記QR)からご確認ください。



▲市ホームページ

鹿嶋市地域子育て支援センター

5・6月イベント(★のマークがあるイベントは要予約。)

所申問 鹿嶋市地域子育て支援センター ☎83-4152

イベント	対象	日時	内容
身体測定・保健相談	0～5歳児	5月10日(火)10:00～11:30、 13:00～14:00	保健師による身体測定 ※保健相談は午前中のみ。
各種シアターを楽しみましょう	0～5歳児	5月16日(月)・25日(水)・31日(火) いずれも11:00～	16日(月) エプロンシアター 25日(水) パネルシアター 31日(火) カードシアター
★0歳児さん集まれ!	5カ月児～	6月3日(金)11:00～	[申込期間] 5月9日(月)～5月27日(金) [定員] 10組
★1歳児さん集まれ!	1歳児	6月10日(金)11:00～	[申込期間] 5月16日(月)～6月3日(金) [定員] 10組
★2・3歳児さん集まれ!	2・3歳児	6月17日(金)11:00～	[申込期間] 5月23日(月)～6月10日(金) [定員] 10組
★6月の誕生日イベント	6月生まれの 0～5歳児	6月24日(金)11:00～	[申込期間] 5月23日(月)～6月10日(金) [定員] 10組
★親子で笹飾りを作しましょう	0～5歳児	6月15日(水)・30日(木) 11:00～	[申込期間] 5月9日(月)～6月3日(金) [定員] 各10組
★離乳食講座(初期・中期)	0～2歳児	6月29日(水)14:00～	[申込期間] 5月30日(月)～6月17日(金) [定員] 6組 ※希望者は託児あり。
★親子ふれあいデー	0～5歳児	6月18日(土)10:30～11:40	[申込期間] 5月16日(月)～6月3日(金) [定員] 16組 ※通常支援開放は13:00～

※通常支援は、平日9:00～16:00、土曜日9:00～15:00。

※市直営以外の地域の支援センターのイベント情報は、市ホームページ(右記QRコード)などでご確認ください。



令和4年度 子育て支援 新規事業スタート

妊娠中から切れ目なく、皆さんの子育てニーズに応えるため、市では様々な子育て支援を行っています。第1子の出産から広く子育てを支援するため、令和4年度から下記のとおり新たな事業を開始します。

☎ こども相談課

① 鹿嶋市すくすく鹿嶋っ子応援金支給事業 ㊦0060491

出産した方に対し、お子さん1人あたり3万円を支給します(第1子から対象)。※当事業の開始に伴い、鹿嶋市子宝手当支給事業は終了となります。

② 子ども家庭総合支援拠点の開設 ㊦0060309

子どもの健やかな成長のために、専門の相談員の配置や相談専用電話を開設し、全ての子どもと子育て中の方などから、子育てのお悩みや子どもへの虐待、DVなどのあらゆる相談をお受けします。

【子ども家庭ホットライン】

0299-77-8771 (直通) 平日 8:30 ~ 17:15

③ 新たな子育て支援施設の開設 ㊦0058036

安心して子どもを育てることができる環境の充実を図るため、鹿島神宮周辺エリアに、新たな子育て支援施設を整備します(令和5年度開所予定)。

④ 子どもの国保税の均等割を免除 ㊦0059943

加入者の人数に応じて計算する『均等割』について、18歳になる年度までの国保加入者の『均等割』を原則免除します。これにより、子育て世帯における国民健康保険税の負担軽減を図ります。

鹿嶋市の
子育て支援策を
見てみよう!

	妊娠期	出産～ 生後6カ月	満3歳まで	就学前まで	小学校	中学校	18歳まで	
妊婦の健康 子どもの健康	子育て世代包括支援センター(りぼん)							
		[訪問・相談] 赤ちゃん訪問、4・9カ月児 [健診] 1歳6カ月児・3歳2カ月児		就学時 健診				
認定こども園・ 保育園・幼稚園 児童クラブ など		産後ケア						
		定期・任意予防接種の助成、夜間小児救急、休日当番医療						
		第3子以降の給食費無料			児童クラブ			
各種手続き 手当、助成など	妊産婦健診費 助成	④ 国民健康保険税均等割の免除						
	不妊・不育 治療助成	① 出産 応援金		ランドセル 支給				
		妊産婦・子どもの医療費助成(マル福)、児童手当、児童扶養手当、特別児童扶養手当						
子育てに関する 支援・講座		② 子ども家庭総合支援拠点						
	マタニティ クラス	③ 地域の子育て広場 (支援センターやつどいの広場)						
	ペア・コース	子育て短期支援事業(ショートステイ)						
		一時預かり、延長保育、病児保育事業、 ファミリー・サポート・センター事業						



～鹿嶋の文化財～ セレクション

NO.25

～藤原鎌足～

☎ 鹿嶋市どきどきセンター ☎ 84-0778



マンガ かしまの歴史2

『藤原鎌足～名をあげた藤原の祖 中臣鎌足～』

鹿嶋市どきどきセンターでは、「マンガ かしまの歴史1 鹿島氏」に引き続き、「マンガ かしまの歴史2 藤原鎌足」を発行しました。次の書店で購入できます。

- ☎ 鹿嶋市どきどきセンター
- 鹿嶋勤労文化会館
- ミニ博物館ココシカ
- 鹿嶋人ギャラリー
- オカミ書店、ブックス オカミ
- TSUTAYA 鹿嶋宮中店

費 500 円



茨城県考古学協会副会長

森下松寿氏による『常陸国風土記』講座

「マンガ かしまの歴史2」の発行を通じて、改めて鎌足の時代を学ぶため「常陸国風土記」を読みながら、古代の鹿嶋について理解を深める講座を行います。

今回の講座は、初心者の方にも分かりやすく「常陸国風土記」の世界を解説します。お気軽にご参加ください。

時 5月18日(水) ※毎週水曜日開催
14:00～15:00

所 鹿嶋市どきどきセンター

[定員] 20人程度

費 テキスト 946 円



■鹿嶋市どきどきセンター

鹿嶋市どきどきセンター、鹿嶋勤労文化会館の公式 LINE アカウントを開設！
イベント情報を配信する他、事業団の日常などを配信する予定です。

- アカウント名：(公財) 鹿嶋市文化スポーツ振興事業団
- ID：@ 510uwfio



LINE オリジナルスタンプ
病魔退散！
大助人形スタンプ配信中！



各種相談

※相談はすべて無料(★は要予約)。



相談名	日程	時間	場所	問い合わせ・申し込み
行政相談	5月11日(水)	13:30～15:30	大野ふれあいセンター	市民活動支援課市民相談室
税務相談所★	5月18日(水) 6月1日(水)	13:30～16:30	まちづくり市民センター 2階 団体事務室9	関東信越税理士会 潮来支部 ☎ 84-7339
特設人権相談	6月1日(水)	10:00～12:00 13:00～15:00	市役所3階 会議室301	水戸地方法務局 ☎ 83-6000
福祉法律相談所★	5月18日(水)	14:00～16:30	鹿嶋市総合福祉センター	(社福)鹿嶋市社会福祉協議会 ☎ 82-2621
年金相談 ★	5月12日(木)	10:00～14:30	鹿嶋市商工会館	水戸南年金事務所 ☎ 029-227-3253 ※1カ月前から予約可
児童相談 ★	5月10日(火)	10:00～15:00	市役所1階 相談室1	こども相談課、または茨城県銚田児童 相談所 ☎ 0291-33-4119
お酒に関する悩み 何でも相談 ★	5月11日(水)	① 10:00～ ② 13:30～	保健センター	保健センター ☎ 82-6218 ※5月10日(火) 12:00までに予約。
こころの健康相談★	6月6日(月)	13:30～	保健センター	保健センター ☎ 82-6218 ※6月3日(金) 12:00までに予約
就労相談★	5月17日(火)	① 10:00～12:00 ② 13:00～15:00	鹿嶋市勤労文化会館	いばらき若者サポートステーション ☎ 0120-717-557

5月1日(日)..... 流鏝馬(鹿島神宮)

鹿島アントラーズの試合情報

※太字はホームゲーム

- 5月3日(火) 15:00 ~ J1・第11節 磐田戦 [カシマ]
- 7日(土) 14:00 ~ J1・第12節 広島戦 [Eスタ]
- 14日(土) 15:00 ~ J1・第13節 札幌戦 [カシマ]
- 18日(水) 19:00 ~ YBCルヴァンカップ・第6節 G大阪戦 [パナスタ]
- 21日(土) 17:00 ~ J1・第14節 浦和戦 [埼スタ]
- 25日(水) 19:00 ~ J1・第15節 鳥栖戦 [カシマ]
- 29日(日) 15:00 ~ J1・第16節 FC東京戦 [味スタ]

人口と世帯

☎ 政策秘書課 ☎ 0007260

人 □ = 66,184人 (前月比-184)
 ♀ 男性 = 33,938人 (前月比-103)
 ♀ 女性 = 32,246人 (前月比-81)
 世帯 = 28,548世帯 (前月比+37)
 面積 = 106.04km²
 (令和4年4月1日現在)

日曜開庁

☎ 総合窓口課 ☎ 0002827

☎ 5月8日(日)・22日(日)
 8:30 ~ 17:15

☎ 市役所(総合窓口課、収納課)
 ※取り扱い業務は、お問い合わせください。

納期限のお知らせ

☎ 収納課 ☎ 0001894

☎ 5月2日(月)
 ○介護保険料=第1期

☎ 5月31日(火)
 ○固定資産税=第1期
 ○軽自動車税=全期

※納付にはスマートフォン用アプリ(PayPay、LINEPay、PayB)の利用が便利です。届いた納付書に印字されているバーコードをスキャンして支払うことができます。

※決済手数料はかかりません。

5月の休日当番医

☎ 保健センター ☎ 82-6218
 ☎ 0003632

日にち	および当番医	電話番号
5月1日	小山記念病院	☎ 85-1111
3日	島医院	☎ 83-4011
4日	鹿島神宮前病院	☎ 82-7911
5日	小山記念病院	☎ 85-1111
8日	まつおかクリニック	☎ 82-1500
15日	大野診療所	☎ 69-4724
22日	前田病院	☎ 83-1122
29日	とみかみクリニック	☎ 84-1192

※診療時間は、9:00 ~ 16:00。
 ※応急的初期診療のみの対応です。事前に連絡してから受診してください。

鹿嶋紀行

短歌

栗屋トク選

大輪の花を咲かせることもなしされど悔なしダイヤモンド婚
 「講評」ダイヤモンド婚は六十回目結婚記念日。連れ合い共に長生きして迎えられる素晴らしい。

街灯のとどかぬ闇のふんはりと桜花の影の白きまぼろし

たちねの母の目元は姉の似て笑うたんびに亡母と重なる

「祭頭祭」派手な衣裳に囃子びと防人おもわす檜棒を打ち合う

俳句

黒沢雪乃選

ふらここを漕ぐあの雲に乗れるまで

「講評」「ふらここ」は「ぶらんこ」のことで春の季語。子供の頃に誰もが一度は描いた夢であろう。

二人あて何も話さず春炬燵

仏にひとつ吾にもひとつ柏餅

廃校の池のほとりの藤の花

※添削したものを掲載する場合があります。

令和4年5月13日~

75歳以上(高齢運転者)の免許証更新の手続きを変更します

令和4年5月13日(金)以降、75歳以上の免許更新手続きについて以下の3点が改正されます。

- ① 運転技能検査の新設
- ② 認知機能検査の検査方法の変更
- ③ 高齢者講習の一元化

※詳細は、右記QRコードから確認してください。

茨城県警察本部 運転免許センター
 ☎ 029-293-8811

「鹿嶋紀行への投稿」令和4年6月号掲載の投稿を募集します。はがきまたはファックス(住所、氏名・よみがな、年齢、電話番号、未発表作品を記入)で投稿してください。
 締切 5月6日(金) 消印有効 〒314-8655 鹿嶋市広報推進課「鹿嶋紀行・短歌係または俳句係」※短歌・俳句は別々に投稿のこと。 ☎ 広報推進課 ☎ 82-0789

Photo Report

市内取材した内容は、市公式HP「鹿嶋市レポート」で公開中。また、広報かしまをスマートフォンなどで閲覧できる「カタログポケット(☎0007034)」では、未公開写真を掲載しています。 広報推進課



「自分自身のやりたいことで、自分にしかできないことをやりたい」という信念を持ち、活躍されてきた小泉さんから、「学生時代に自分の好きなことを見つけることが大切。好きなことに没頭し、その延長線上に仕事を見つけることが出来れば、人生を掛けてもいいと思えるほどに仕事を楽しめると思う」と、生徒たちへの学生生活の過ごし方や今後を考える上でのアドバイスをしました。



3/15 自分の好きなことを見つけよう 鹿島アントラーズと連携したキャリアデザイン教室

3月15日、鹿島中学校・平井中学校・大野中学校の2年生に向けてオンライン形式でのキャリアデザイン教室を、鹿島アントラーズCEO 小泉文明さんを講師として招いて行いました。



ユニバーサルデザイン(UD)の考えに基づいた身やすいデザインの文字を採用しています。QRコードは(株)デンソーウェーブの登録商標です。



4/6 桜の下できらきら笑顔 市内公立小中学校の入学式

4月6日、市内の小中学校で入学式が行われました。豊郷小学校では、24人の新入生が新しい環境での生活への期待に胸を膨らませ、一人ひとり名前を呼ばれると「はいっ!!!」と元気よく返事をしていました。

入学式が終わると、校庭に咲く綺麗な桜の下で記念撮影をする家族の姿が多く見られ、子どもも親も笑顔であふれていました。

