

広報みと mito

12

令和7(2025)年
No.1597

それは、誰かの
希望になる仕事。



敦賀市と姉妹都市提携 60周年を迎えました

問合せ／秘書課(☎232-9103)



敦賀市と水戸市は、水戸烈士の歴史の縁で1965年に姉妹都市盟約を締結し、今年で60周年を迎えました。

■ 姉妹都市盟約締結の経緯

幕末に、武田耕雲斎を大将とする水戸の天狗党一行が尊王攘夷を訴え、京都を目指していた途中、幕府に降伏し、300人余りが敦賀の地で処刑されました。敦賀の人たちは、処刑された水戸烈士を手厚く葬り、松原神社に祀っていただきました。

そして、1964年に松原神社100年祭が行われたのを契機に、翌年の1965年4月30日に敦賀市と本市は姉妹都市盟約を締結しました。



▲武田耕雲斎像 (敦賀市)

■ 敦賀市との交流

毎年10月10日には、敦賀市の松原神社例大祭に本市の関係者が参列します。また、親善友好少年交歓研修として、小学生の相互派遣や交流を図っています。



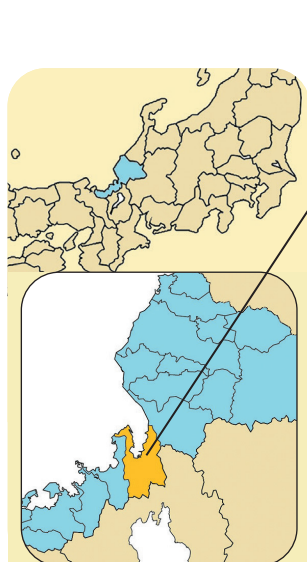
▲武田耕雲斎等墓前での記念撮影



▲敦賀市長歓迎



▲地引き網体験



【福井県敦賀市】
人口：61,747人
(令和7年10月31日現在)
市の木：松 市の花：萩

福井県の中部に位置し、日本海に面する港町であり、古くから交通の要衝として栄えています。日本三大松原の一つに数えられる気比の松原をはじめ、多くの観光名所を有するほか、カニやフグといった豊富な海産物やソースカツ丼などのグルメも楽しめます。



CONTENTS

— 目次 —

- 03 特集
寄り添い、支える
～介護職という仕事～
- 08 こころのバリアフリーって何だろう？
- 10 水戸市優良観光土産品
新たな仲間をご紹介します！
- 11 Event & Seminar
イベント & 講座情報
- 15 Information お知らせ
- 22 Health Guide ーヘルス・ガイドー
- 23 いきいきシニア情報館
- 24 水戸暮らし通信

掲載している情報は11月14日現在のものです

今月の表紙

「特別養護老人ホーム ユーアイの家」で、介護職員と利用者が笑顔で会話している様子です。撮影中、施設内では終始笑顔が絶えず、明るい雰囲気が伝わってきました。

今回の特集では、介護職として働く皆さんを取材。その魅力について紹介します(詳細は3ページから)。

納期

納期限は12月25日(木)です

納付するもの	課税に関する 問合せ	納付に関する 問合せ
固定資産税・ 都市計画税(第4期)	資産税課 (☎232-9141)	収税課 (☎232-9145)
国民健康保険税 (第6期)	国保年金課 (☎232-9526)	
後期高齢者医療 保険料(第6期)	国保年金課(☎232-9528)	
介護保険料(第5期)	介護保険課(☎232-9194)	

納付には口座振替をはじめとしたキャッシュレス納付を推奨しています。詳細はこちら⇒



特集

寄り添い、支える ～介護職という仕事～



超高齢社会となり、ますます必要とされる「介護職」。その現場は多忙なときもありますが、笑い声が絶えず、皆さんいきいきと働いています。この特集では、寄り添い、支える、介護職の皆さんを取材。その仕事の魅力などを紹介します。

問合せ▶介護保険課(☎297-1018)

誰かの支えが必要に なったときの希望

自分や家族が、日常生活を送るうえで、誰かの支えが必要になった。そのようなときに頼りになるのは、「介護職」として働く皆さんの存在です。彼らは、食事や入浴の介助、リハビリの手伝いなどをしてくれます。日常生活に支えが必要になったときに寄り添ってくれる「介護職」の皆さんは、いざとなったときの希望そのものです。

ますます高まる

介護職の需要

2025年10月1日時点で、水戸市の高齢者人口は、7万3601人。市の人口の約3割が高齢者です。この数字は年々増え続け、2050年には9万人近くになると推計されています。

また、2025年8月時点での市の要支援・要介護認定者数は、1万4638人。こちらも2050年には2万人近くになると推計されており、介護職の需要は、増え続けていきます。

たくさんあります！介護サービス

介護施設に通ったり、宿泊したり、自宅に来てもらったり。ケアプランに基づいて提供される介護サービスは、20種類以上あります。

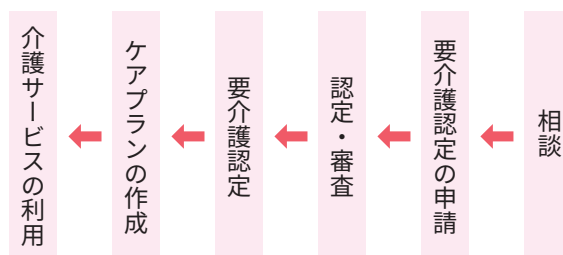
例えば…

- ・通所介護(デイサービス)
デイサービスセンターで、食事や入浴、レクリエーションなどの介護サービスを日帰りで受けることができます。
- ・短期入所生活介護(ショートステイ)
短期間宿泊して、食事や入浴などのサービスを受けることができます。

介護が必要かな？と思ったら

かかりつけの病院や介護保険課、各高齢者支援センターに相談してください。本人だけでなく、家族からの相談も受付けています。

介護サービスを利用するまで





デイサービスをとおして

自らできることを増やす

ためのお手伝いを

あずみ苑 水戸 介護職員

松島ゆかり さん

**利用者に関わる時間を
できるだけ増やしたい**

松島ゆかりさんは、15年にわたり、介護を必要とする方のために力を尽くしています。

松島さんの仕事は、デイサービスを利用している方の生活のお手伝い。一人一人の健康状態の確認や、食事・入浴・トイレの介助など、一日の中でやることはたくさんあります。そんな中でも、松島さんが意識していることは、一人一人と接する時間を増やすこと。「介護職は常に時間との戦いです。そのような中でも、利用者の皆さんと関わる時間を増やしていきたいんです」。そう語る松島さんは、介助しているときだけでなく、食事後の清掃作業中やレクリエーションの準備中にも、利用者にあたたく話しかけます。「今日のご飯はおいしかったですね」「体調はいかがですか」。松島さんの周りは、笑顔であふれています。

**できることが増える瞬間
を見届けるのがうれしい**

松島さんがやりがいを感じる瞬間は、利用者のできるが増えたとき。松島さんが勤めている施設では、手先の感覚の維持などを目的として、マスコットづくりを行っています。ある利



レクリエーション中の利用者と松島さんたち

用者がなかなか作れずにいたため、松島さんが寄り添い、ときには手伝うことで、ようやく完成させることができました。後日家族から聞いた話では、その利用者はマスコットを家に持ち帰った後、リビングに大切に飾っているのだそうです。松島さんは「初めはうまくできずに、私たちが手伝いながらしていた作業も、次第に自力でできるようになることもあり、皆さんの役に立てていると実感できますし、この仕事をやっていてよかったなど感じます」と話します。

松島さんのある日の1日

8:30	出勤、引継ぎ、送迎準備、備品準備
8:30～ 9:30	利用者の送迎
9:30～10:00	入浴準備
10:00～12:00	入浴介助
12:00～13:00	昼食介助
13:00～14:00	休憩
14:00～15:30	集団レクリエーション、体操、工作レクなどの介助
15:30～16:00	おやつ介助
16:00～16:30	送迎準備
16:30～17:30	利用者の送迎
17:30	退勤

利用者の声

職員の皆さんのおかげでとても楽しい (90代女性)

職員の皆さんは盛り上がるレクリエーションを企画してくれるので、ほかの利用者ともお話ししながら楽しめます。家にこもっていたときより、ずっと楽しいです。

いつもやさしく接してくれてありがとう (80代女性)

現在夫婦で通っています。いつもやさしく介護してくれる皆さんのいない生活は考えられません。本当にありがとう。

ショートステイ中

突然不安にかられる夜も

丁寧に寄り添う

あずみ苑 水戸 介護職員

佐川絵理夏 さん



利用者の性格に応じて 一人一人と向き合う

「介護職として働いてみたいと思っ
たきっかけは、私の祖母にあります。
そう話すのは、昨年の2月から介護職
員として働く佐川絵理夏さん。「祖母
が介護施設に入所し、職員やほかの利
用者の皆さんと穏やかに、楽しそうに
過ごしていた様子を見て、私もこの仕
事に携わりたくて強く思っただけです」
現在、佐川さんはショートステイの
利用者のために働いています。健康状
態の確認やさまざまな介助はもちろん
のこと、利用者が宿泊するため、夜間
の対応にもあたります。「夜中、急に
不安になったり、不穏になったりして
声を出してしまうような方も確かにい
ます。そのようなときも、一人一人の
性格などに応じて丁寧に向き合ってい
ます」と話します。

正解がない だからこそ面白い

そのように語る佐川さんは、今
でも覚えている出来事があるとい
います。ある日、認知症を抱える
利用者が夜中に大声を出してしま
うことがありました。研修で学ん
だとおりの対応をしましたが、一
向に改善しません。どのように声

をかけても落ち着いてもらえず、無力感
を覚えたそうです。この日は、先輩から
のアドバイスを受けながら対応しまし
た。こうした出来事がきっかけで、佐川
さんは、利用者一人一人の持病やその日
の健康状態などをよく見ながら接するこ
とを心がけ、対応の幅が広がりました。
「こうすればうまくいく、という正解は
ありません。しかし、そういったところ
にやりがいを感じます」と力強く話します。
佐川さんがこの仕事を始めてもうすぐ
3年。さまざまな経験をとおして、日々
スキルアップしている実感があると言
います。「介護福祉士の試験を受けるため
の研修を修了したので、次は介護福祉士
の資格を取りたいです。ゆくゆくは、利
用者などからの相談を受ける、生活相談
員という道もあるのかなと考えていま
す」と佐川さん。より多くの介護を必要
とする人たちのために働きたいという彼
女の明るく前向きな姿勢は、利用者のみ
ならず、施設で働く皆さんにも元気を分
け与えています。



佐川さんのある日の1日

9:00	出勤、引継ぎ
9:00～12:00	入浴準備、入浴介助
12:00～13:00	昼食介助
13:00～14:00	休憩
14:00～15:00	集団レクリエーション、体操、工作レク などの介助
15:00～16:00	おやつ介助、レクリエーション介助
16:00～18:00	記録、清掃、リネン交換、排せつ介助
18:00	退勤

利用者の声

職員の皆さんに安心してお任せしています

(80代女性)

月に2～3週間ほどショートステイを利用しています。
ここでお世話になっているおかげで、家に戻ったときも家
族といい関係が築けています。

職員の皆さんとは、普段から気軽にお話ができおり、
いろいろなことを安心してお任せしています。これからも
よろしく願います。

Q 「介護職」を目指すときに、支援制度などがありますか。

A 新たに就労を目指す人や、再就職を目指す人などに、**さまざまな貸付制度があります**。また、条件次第で、**返還が免除される貸付制度もあります**。

詳細は、県社会福祉協議会ホームページをご覧ください。



- ・介護分野就職支援金貸付制度
対象▶介護職員などに就業したことがなく、新たに介護分野で就労を目指す方
貸付額▶20万円以内
 - ・介護福祉士実務者研修受講資金貸付制度
対象▶介護福祉士の資格取得を目指して実務者研修施設に在籍している方
貸付額▶20万円以内
対象経費▶実務者研修受講費、研修にかかる交通費、資格取得のための参考書購入費など
 - ・離職介護人材再就職準備金貸付制度
対象▶介護の実務経験が1年以上あり、再就職する方
貸付額▶40万円以内
対象経費▶教材・学習費、仕事に必要な被服・用品費など
- 問合せ▶県社会福祉協議会(☎350-8366)

Q まずは体験してみたいのですが、可能でしょうか。

A 可能です。

受入施設は、県福祉人材センターホームページをご覧ください。

また、福祉に関する仕事を紹介しているほか、各種イベントも開催しています。



受付日時▶月～金曜日 午前9時～午後5時 ※祝日、年末年始を除く。

問合せ▶県福祉人材センター(☎244-4544)

介護の仕事

Q & A

「介護の仕事に興味がわいたけど、どんな職種があるのだろう」「一回体験してみたいけど、できるかな…」こういったさまざまな疑問にお答えします。

Q 「介護の仕事」には、どんな職種がありますか。

A **さまざまな職種があって、それぞれに役割があります。**

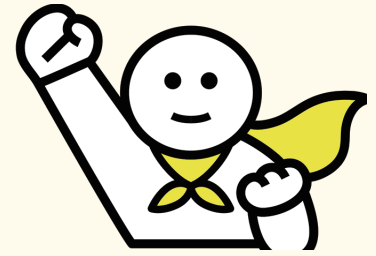
- ・介護職員
主に介護施設の入所者に対して、入浴・排せつ・食事などの生活全般を援助します。
- ・訪問介護員(ホームヘルパー)
介護が必要な方の自宅を訪問して、身体介護などさまざまな日常生活上の援助をします。
- ・生活相談員
主に介護施設の入所者の相談や援助、関係機関との連絡調整を行います。
- ・看護職員
介護施設の入所者の健康管理や投薬管理、介護が必要な方の疾病の予防や健康の維持増進を目的とした、医療の立場からの援助をします。

Q 「介護職」の給与水準は、どうなっていますか。

A 常勤の介護職員の月額給与(賞与込み)について、令和5年は32.4万円でしたが、令和6年は33.8万円に**上昇しています**。(出典：令和6年度介護従事者処遇状況等調査)

介護職の魅力を知ってほしい！

ちいすけヤング



「ちいすけ」とは、「地域の助っ人」を略した言葉。市では、NPO法人「ちいきの学校」と協働で、高校生に介護の仕事に触れてもらい、介護職の魅力ややりがいを感じてもらおう取組「ちいすけヤング」を行っています。

参加者は、介護に関する講座の受講や介護事業所との交流会を経て、介護施設で実際の業務を手伝います。

ちいすけヤングについての動画はこちらから！



Report

介護の仕事、体験してきました！

「ちいすけヤング」として、今年度はのべ23名の高校生が、介護施設や介護サービス事業所に手伝いに行きました。

今回、8月に介護事業所「あずみ苑水戸」に行った2人に密着。実際の仕事を体験した感想を伺いました！

「さまざまなボランティア活動に挑戦したいんです」。そう語る2人は、それぞれの高校で「ちいすけヤング」の案内を見て、参加することを決めました。最初は、利用者の前で少し緊張した様子の2人。「そんなに緊張しなくていいよ」と、利用者の皆さんが笑います。安心したのか、2人の表情も少し柔らかくなりました。

この日2人が参加したのは、利用者の皆さんと触れ合うレクリエーションの手伝い。マスコットづくりでは、ハサミで形を整えるのを手伝ったり、パーツをつなげたりして、一緒に作成しました。「とってもかわいくできたわ」。完成したマスコットを見て、利用者の皆さんは大喜び。その表情を見て、2人も嬉しそうな笑みを浮かべていました。



その後に行った、お手玉を使ったかるた取りのゲームも大盛り上がり。かるたの場所を教えたり、



水戸南高等学校1年
島崎 朋花 さん

水戸商業高等学校1年
木村 ころろ さん

読み手になったりして、利用者と楽しく交流をすることができました。

2人とも、「ちいすけヤング」に参加して、初めて介護サービス事業所の中へ入りましたが、そこで2人が目にしたのは、介護職員の皆さんのスキルの高さ。「皆さん、利用者をスムーズに抱き上げてお風呂に入れたり、作業中も利用者の方と途切れなく会話したりしていて、すごいです」と驚いていました。

「これまでは介護職の具体的なイメージを持っていませんでしたが、今回体験してみて、介護職への理解が深まり、結構楽しんだな、と感じました」と話した2人。介護職の魅力とやりがいに気付いた時間となりました。



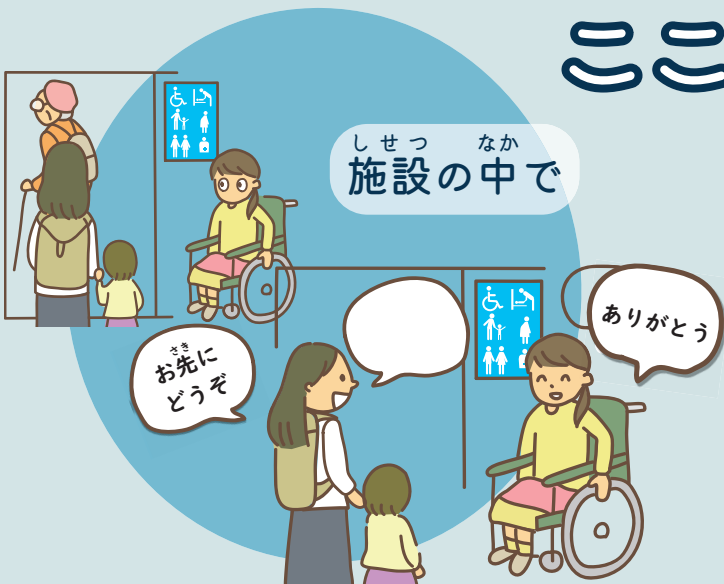
こころのバリアフリー

って何だるう？

問合せ▼障害福祉課(☎2329173)

私たちのまちには、こどもからお年寄りまで、さまざまな人たちが一緒に暮らしています。例えば、目が見えない人、耳が聞こえない人、車いすを使用している人、お腹に赤ちゃんがいる人、日本語がわからない外国人の人など：人によって考え方や感じ方もそれぞれ違います。

みんなと一緒に気持ちよく暮らしていくために、私たちができることは何か、一緒に考えてみましょう。



なか
施設の中で

み 見かけたらどうする？



まちあいしつ
待合室で

大事なことが聞こえていない様子だったら、教えてあげましょう。



がいしゅつさき
外出先で

外国人も、知らない場所では不安でいっぱいです。まずは積極的に声をかけて聞いてみましょう。

小学生がこころのバリアフリーを考える
交通バリアフリー教室を
開催しました

市では、こころのバリアフリーの推進に向けてさまざまな取組を実施しています。

取組の一つが、市内の小学校・義務教育学校で実施している「交通バリアフリー教室」。この教室では、実際に路上を走る路線バスを使い、車いすでの乗降体験や、手足に重りをつけ、杖を使ってバスの乗降する高齢者疑似体験を行うことで、こどもたち自身が障害を持った当事者や介助者、運転士、そして乗り合わせた乗客の気持ちになって考え、協力し助け合うことの大切さを学びます。

10/10

常磐小学校の4年生が
体験しました

おじいちゃん
おはあちゃんは
大変

今まで気にし
なくてごめん

車椅子は後ろ
向きに降りる
時が怖かった

声かけがあると
安心した

車椅子は坂道とか
大変だと思った





の もの なか
乗り物の中で

座すわっていいですよ
ありがとうございます



きかい まえ
機械の前で

初めてのこと戸惑ってしまうことがあります。何をしたいのか聞いて、お手伝いしましょう。
助たすかるよ
てっだ お手伝いしましょうか

それは、相手の気持ちになって考え、助け合うこと

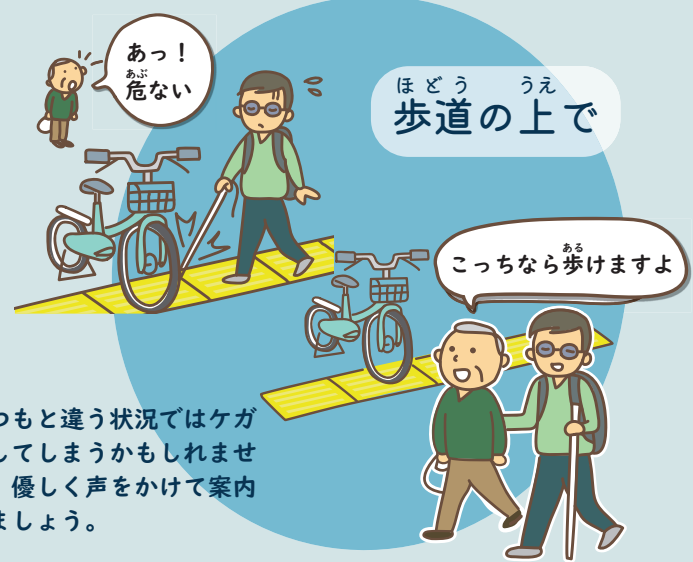
こま 困っている人を

困っている人を見かけたら、「なにかお手伝いしましょうか？」「なにかお困りですか？」と積極的に声をかけましょう。

断られてもがっかりすることはありません。あなたの親切な気持ちは伝わっています。

みんなと一緒に気持ちよく暮らしていくためには、道路や建物の障壁（バリア）をなくすだけでなく、偏見や差別、無関心といった「こころの中にあるバリア」を取除くことが重要です。一人一人が相手の気持ちになって考え、助け合うことで、「こころのバリアフリー」を広げていきましょう。

あなたの声かけが暮らしやすいまちをつくりまします。



ほどう うえ
歩道の上で

あっ！あぶない
こっちなら歩あるけますよ
いつもと違う状況ではケガをしてしまうかもしれません。優しく声をかけて案内しましょう。

市では、「こころのバリアフリー部会」を設置し、すべての市民の「こころのバリアフリー」推進に向けた協議・検討を行っています。

【こころのバリアフリー講演会】
日時▶1/19(月) 14:00~15:30
場所▶市役所4階
講師▶有賀絵理氏(バリアフリー部会長)
料金▶無料
定員▶先着80名
申込み▶1/13(火)までに、☎、📧で



介助してくれる人がいて良かった
足が動かしづらい気持ちがわかった
体の不自由な人を見たら優しく接しようと思った
バスもいろんな事を考えて設計されてるなと思った
思ったより歩くのが難しかった

菓笑堀江製菓

水戸農人形最中

水戸藩第9代藩主・徳川斉昭公に由来する「農人形」をかたどった最中。北海道産小豆を使ったつぶあん、ふくゆいを練り込んだ甘酸っぱい梅あんがあります。

販売場所／菓笑堀江製菓(茨城町常井)
価格／小豆160円、ふくゆい200円



小豆



ふくゆい



吉久保酒造(株)

水戸梅酒一品

日本三名園の一つ、「偕楽園」の梅の実も使用して作った梅酒。
販売場所／吉久保酒造(本町3)、京成百貨店(泉町1)ほか
価格／1,540円(720ml)
3,080円(1,800ml)

Domaine MITO(株)洗井隈醸造所

Vinifie a MITO

水戸市内で醸造・瓶詰されたワイン。
販売場所／森のシェーブル館(森林公園内)ほか
価格／3,300円(500ml)
4,400円(750ml)



(株)青野商店

偕楽園梅染め 梅まる

偕楽園で剪定された梅の枝から抽出した染料で西ノ内和紙を染め、提灯に仕立てた商品。

販売場所／青野商店(新荘1)ほか
高さ／約33cm 価格／2,800円



(株)鈴木茂兵衛商店

偕楽園梅染め 梅提灯 手作りキット

「梅まる」と同じ素材を使って、梅型の提灯を自分で作れるキット。

販売場所／鈴木茂兵衛商店(袴塚1)
高さ／約13cm 価格／2,200円



完成形

Here and There

Shamrock 梅香シリーズ

水戸市をメインとした茨城県産の梅や赤じそで風味付けをした、瓶詰の商品。販売場所／見晴亭(偕楽園内)、京成百貨店(泉町1)ほか

価格／粒マスタード 1,620円(100g)
うずらのたまごのピクルス 1,404円(11個入)



うずらのたまごのピクルス



粒マスタード

水戸市優良観光土産品 新たな仲間をご紹介!

問合せ／観光課(0232・9189)

※価格はすべて税込

市では、お菓子や納豆、伝統工芸品など、土産品として優良であると認められるものを、「水戸市優良観光土産品」として登録しています。現在は、31社59品の商品を登録しています。
さまざまな土産品をとおして、水戸の魅力を再発見してみませんか。市外の友人などへの土産や、自分へのご褒美にもおすすめです。

詳細はこちら



優良観光土産品に 登録しませんか?

募集期間

12/1(月) ▶ 26(金)



登録条件や
提出先など、
詳細はこちら

①・②・③・④・⑤・⑥に記入する基本事項

- ① イベント名(希望コース・希望日・時間)
- ② 〒・住所
- ③ 参加者全員の氏名(ふりがな)
- ④ 年齢・生年月日(学生は学校名・学年も)
- ⑤ 性別
- ⑥ 電話番号
- ※ その他必要事項

申込みや問合せの受付時間の記載のないものは、
開庁・開館時間

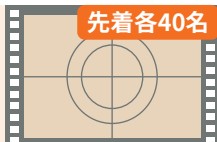
Event & Seminar

イベント & 講座情報

日付順に掲載しています
二次元コードがあるものは直接申込みができます

映画上映会

「黒水仙(監督:マイケル・パウエル)」を上映します。

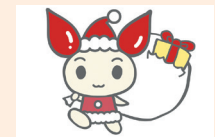


- 日** 12/18(木) 10:00~11:45、14:00~15:45
- 場** 中央図書館
- 料** 無料
- 申** 当日受付
- 問** 同館(☎226-3951)

ID 0110374

献血キャンペーン

- 献血をした方には記念品を贈呈。
- ① クリスマス献血キャンペーン
- ② はたちの献血キャンペーン



開催日	会場	受付時間
①12/7(日) ②1/11(日)	イオンモール水戸内原	10:15~12:15、13:30~16:00
	献血ルーム MEET	10:00~17:30 ※成分献血は17:00まで

問 保健総務課(☎305-6291)

ID 0110002

サンタさんたSanta FESTIVAL

園児によるオーナメント展示やクリスマスライブを行います。



- 日** 12/19(金) 16:00~19:30
- 場** 南町二丁目特設ステージ
- 問** 南町二丁目商店街振興組合(☎221-9522)または商工課(☎232-9185)

ID 0081111

博物館でツーリズム!!

茨城ゆかりの旅日記や絵図などの資料で、当時の旅を紹介します。



- 日** 12/9(火)~1/25(日)
- 場** 県立歴史館
- 料** 一般390円、満70歳以上200円
- 問** 同館(☎225-4425)または歴史文化財課(☎306-8132)

ID 0084424

お正月飾りづくり

昔ながらの装飾品を使った、伝統的な正月飾りを作ります。



- 日** 12/20(土) 10:00~12:00
- 場** 森林公園森の交流センター
- 料** 1,200円
- 申** 12/9(火)~13(土)に、HP、☎で
- 問** 同センター(☎252-7500)



バッハのクリスマスコンサート

アンサンブルデトワールの演奏とともに、クリスマスを楽しみます。



- 日** 12/13(土) 12:15~12:45
- 場** 植物公園
- 料** 無料 ※別途、入園料
- 問** 同公園(☎243-9311)

大人のための朗読会

「月まで三キロ(著者:伊与原新)」を朗読します。



- 日** 12/20(土) 14:00~16:00
- 場** 稲荷第一市民センター
- 料** 無料
- 申** 当日受付
- 問** 中央図書館(☎226-3951)

ヘルマンハーブミニコンサート

美しい音色で、心温まるクリスマスの名曲などを奏でます。



- 日** 12/13(土) 13:30~14:30
- 場** いきいき交流センターあじさい
- 料** 無料
- 申** 12/12(金)までに、☎、☎で
- 問** 同センター(☎232-0021)

日 日時 場 場所 対 対象 料 料金 申 申込み 問 問合せ

HP ホームページ ㊚ メール ㊚ 電話 ㊚ 郵 郵便 ㊚ はがき ㊚ 往復はがき ㊚ 窓口 ㊚ FAX ファックス

錦糸南天の植替え教室

江戸の古典園芸植物・錦糸南天の植替えデモンストレーションと、育て方の解説を行います。



先着20名

日 1/11(日) 13:00~14:00
場 植物公園
対 中学生以上
料 1,000円 ※別途、入園料
申 12/10(水)から、㊚で
問 同公園(㊚243-9311)

ID 0110203

大人のためのドローン体験会

ルールから初めての操縦までやさしく学べます。午前午後入替制。



抽選各20名

日 1/15(木) 10:00~11:30、13:30~15:00
場 内原市民センター
対 市内に居住または通勤・通学する18歳以上
料 無料
申 12/19(金)までに、HPで
問 みと好文カレッジ(㊚303-6602)



ID 0111998

女性のためのITキャリアセミナー

キャリアアップやITスキル習得を目指す方に向けたセミナー。



先着50名

日 1/17(土) 13:30~15:20 場 市役所4階
対 市内に居住または通勤・通学する女性 料 無料
申 1/15(木)までに、HPで ※託児(生後6か月~未就学児、先着4名)を希望する方は、12/23(火)までに、HPで
問 男女平等参画課(㊚226-3161)



郷土史講座「戦国時代の江戸氏と常澄地区」

身近な地域の歴史について、わかりやすく解説します。



先着20名

日 1/17(土) 14:00~15:30
場 稲荷第一市民センター
料 無料
申 12/21(日)から、㊚、常澄図書館㊚で
問 常澄図書館(㊚269-1751)

ID 0110756

冬芽・葉痕の観察会

芽吹きを待つ冬芽、葉の落ちた跡である葉痕。標本から、そのユニークな様子を観察します。



先着20名

日 1/18(日) 10:00~12:00
場 千波市民センター ※屋内開催
料 無料
申 12/17(水)の9:00から、㊚で
問 市立博物館(㊚226-6521)

INGC2025

U-21茨城県選抜が、U-22日本代表などの次世代を担うチームに挑むサッカー大会です。



日 12/24(水)・27(土) 11:00から、14:00から
場 ケーズデンキスタジアム水戸
料 無料
問 茨城県サッカー協会(㊚350-7210)またはスポーツ振興協会(㊚243-4592)

ID 0112437

市場年末感謝市

市場ならではの、新鮮でおいしい食材を用意しています。ぜひお越しください。



日 12/27(土)~30(火) 9:00~11:00 ※28日(日)も開催
場 公設地方卸売市場
問 同市場(㊚226-2331)

ID 0062218

冬休み火おこし体験

昔ながらの火おこしに挑戦しませんか。缶バッジ作りやパズル、塗り絵なども楽しめます。



先着30名

日 1/6(火) 10:00~11:20 場 ふれあいの館
対 市内に居住する小学生~高校生 ※小学3年生以下は保護者同伴
料 無料
申 12/10(水)から、HPで
問 同施設(㊚243-8940)



ID 0088077

消防出初式

新年の仕事始めに行われる式典。防火防災の意識を高め、市民の安全を願います。



日 1/11(日) 9:00~12:00 場 アダストリアみとアリーナ
問 消防総務課(㊚221-0112)

時間	屋内イベント	団体
9:00	消防出初式 式典	消防局、消防団、女性防火クラブ
9:50	書道パフォーマンス	水戸第二高等学校
10:20	はしご乗り演技	水戸若鷲会
10:50	幼年消防クラブによる演奏	ほうとく保育園

【屋外イベント】

放水体験をはじめ、火災や災害に備えるために役立ち、こどもも楽しく体験できるコーナーをたくさん開催します。今年は、はしご車がリニューアルしました。

※雨天中止

料 無料

申 はしご車搭乗体験のみ、12/25(木)までに、HPで ※抽選25組





もっとイベントを知りたいときは
「イベント情報集約サイト」で！



ID市ホームページで
簡単に検索できます



ID 0110050

NPO組織基盤・運営力 アップセミナー

企業連携のコツや先進事例を知り、
市民活動の幅を広げるセミナー。



- 日** 1/28(水) 13:30~16:00 **場** 市役所2階 **料** 無料
申 1/25(日)までに、**HP**、**☎**、**✉**、**FAX**(基本事項と参加方法を記入)で、茨城NPOセンター・ commonsへ ※オンライン参加も可(先着60名)
問 同団体(☎300-4321、FAX300-4320、✉info@npocommons.org)または市民生活課(☎232-9151)

国際交流パーティ

市内近郊に住む外国人との交流の場として、新春パーティを開催します。



- 日** 1/31(土) 12:15~14:30
場 国際交流センター
料 500円
申 1/7(水)までに、**HP**で ※1回の申込で、3名まで応募可
問 国際交流協会(☎221-1800)



ID 0084514

市民スキー教室

初心者から上級者まで、小学生から高齢者まで、レベルに応じて滑る楽しいスキー教室です。



- 日** 2/8(日) 4:45集合 ※総合運動公園集合 **場** だいくらスキー場(福島県) **対** 小学生以上 **料** 一般10,500円、中学生以下9,500円 ※別途、リフト代 **申** 12/15(月)~30(火)に、**FAX**で、水戸市スキー連盟岡野方へ
問 同連盟岡野方(☎090-8808-1185、FAX254-7370)またはスポーツ課(☎306-8136)

千波湖ロードレース大会

春の訪れを感じながら、千波湖畔を駆け抜けてみませんか。



- 日** 2/11(水) 9:10スタート **場** 千波湖畔
対 小学3年生以上
料 一般1,000円、中学・高校生800円、小学生500円
申 1/9(金)までに、**HP**で
問 スポーツ振興協会(☎243-4592)



ID 0084514

スケート教室

スケート指導員が、滑り方のコツなどを丁寧に教えます。



- 日** 2/14(土)・22(日) 17:30から **場** 山新スイミングアリーナ(ひたちなか市) **対** 市内に居住する小学生以上
料 3,000円(全2回) ※別途、貸靴代 **申** 1/18(日)の10:00~11:00に、アダストリアみとアリーナで
問 水戸市スケート連盟久野方(☎090-8685-1054)またはスポーツ課(☎306-8136)

新春寄席

茨城大学落語研究会による、楽しい寄席を開催します。



- 日** 1/18(日) 14:00~14:50
場 東部図書館
対 小学生以上 **料** 無料
申 12/16(火)から、**窓**で ※定員に満たないときは、17(水)から、**☎**でも受け付けます。
問 同館(☎248-4051)

ID 0110605

ほっとひといきママたいむ Part3

全3回のミニ講座と、もやもやすつきりトークを行います。



- 日** 1/21(水)、2/5・19(木) 10:00~11:45
場 総合教育研究所
対 市内に居住する未就学児の保護者
料 無料
申 12/24(水)までに、**HP**で
問 みと好文カレッジ(☎303-6602)



みと消費者志向 経営推進シンポジウム

消費者と事業者が共創・協働して社会的価値を高める経営を学びます。



- 日** 1/23(金) 13:00~15:00
場 市役所4階
料 無料
申 1/22(木)までに、**HP**、**☎**、**FAX**で
問 消費生活センター(☎226-4194、FAX222-6826)



ID 0110034

家族でじゃがバター

自分で火を起こしてじゃがいもをふかし、手作りしたバターでおいしく食べます。



- 日** 1/24(土) 9:30~12:00
場 少年自然の家
対 市内に居住または通学する小学4~6年生とその家族
料 2,500円(1組)
申 12/28(日)までに、**HP**で
問 同施設(☎254-2200)



ID 0111119

新春親子オセロ大会

保護者同士、こども同士で6試合ずつ行い、順位を競います。



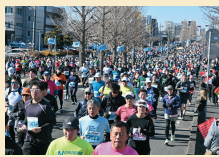
- 日** 1/25(日) 10:30~16:30 **場** 市民会館 **対** 県内に居住する小学生とその保護者 ※小学生とペアを組むのは、祖父母、おじ、おばなどの血縁者も可。兄弟ペア、未就学児は参加不可。 **料** 1,000円(1組)
申 12/22(月)までに、**HP**で
問 文化交流課(☎291-3846)



となりのまちから

ひたちなか市 勝田全国マラソン

約1万7千人がひたちなか市を駆け抜けます。コース周辺では、交通規制が実施されます。



日 1/25(日) 10:30から ※男子10kmの部は11:10から、女子10kmの部は11:40から

場 石川運動ひろば(ひたちなか市石川町)

問 勝田全国マラソン大会事務局(ひたちなか市スポーツ振興課内、㊚272-8405)



ID 0113094

水戸郷土かるた中央大会

各学区の代表チームが出場し、水戸郷土かるたで競います。



日 2/15(日) 9:00~16:30

場 総合運動公園体育館

問 生涯学習課(㊚306-8692)

ID 0020894

屋外広告物講習会

屋外広告業を営む方や、看板を設置する方は受講しましょう。



日 2/20(金) 9:30~16:30

場 市役所4階 **料** 3,300円

申 12/15(月)~1/23(金)に、申込書に記入し、本人の顔写真、領収書の宛名、返信用封筒(長形3号、110円切手貼付)を添えて、㊚、㊚で

問 都市計画課(㊚310-8610、㊚232-9206)

水戸芸術館 ART TOWER MIT

詳細はこちら



問 ㊚227-8111(9:30~18:00)

※月曜日(祝日のときは翌日)・年末年始(12/27(土)~1/3(土))休館

企画展 磯崎新:群島としての建築

最も創造的で先駆的な、20世紀を代表する建築家の回顧展。



日 1/25(日)まで 10:00~18:00 ※入場は17:30まで **料** 一般900円、団体700円、高校生以下・70歳以上無料 **問** HP、㊚(227-8120)、㊚で

劇団普通「季節」

那珂市出身の劇作家・演出家・俳優の石黒麻衣による、全編茨城弁の新作公演!



日 1/17(土) 14:00開演
料 一般4,500円 U-18(18歳以下)1,000円 ※未就学児入場不可
申 HP、㊚(225-3555)、㊚で

ちょっとお昼にクラシック 加藤訓子(マリンバ)

躍動的な演奏で世界が注視する加藤訓子がシリーズ再登場。



日 1/24(土) 13:30開演 **料** 1,500円 ※カップオン サザスペシャルブレンド1枚付き
申 HP、㊚(231-8000)、㊚で



詳細はこちら



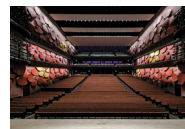
水戸市民会館

問 ㊚303-6226(9:00~20:00)

※土・日曜日、祝日は17:00まで
年末年始(12/29(月)~1/3(土))休館

グロービスホール 一般開放

大ホール(2,000席)の客席、ステージを自由に見学できます。



日 12/8(月) 11:00~15:00

料 無料

やぐらコンサート

①東海村ベルフィオーレ(ハンドベル) ②エレクトーンクリスマスコンサート



日 12/25(木) ①11:00~12:00
②13:00~16:00(予定)

料 無料

梅×音楽 梅と花を彩る歌たち

春の花にちなんだ曲と、茂木健一郎のトークをお楽しみください。



日 1/31(土) 14:00開演
料 4,500円 ※未就学児入場不可
申 HP、㊚、㊚で

茂木健一郎(脳科学者)
©itaru hirama

訂正 「広報みと」11月号の14ページに掲載した「わんぱく・みとのクリスマス会」の記事中、時間を「9:30~11:00、13:30~15:00」に訂正します。

市立図書館 年末年始休館のお知らせ

年末年始のため、12月29日(月)から1月3日(土)まで休館します。休館中の資料の返却は、返却ポストをご利用ください。



問 中央図書館(☎226-3951)

ID 0001826

し尿のくみ取りを休みます

年末年始は、作業依頼が集中するので、早めに、くみ取り業者に作業を依頼してください。

水戸地区で月初めに作業を行っている定額制の世帯では、1月の作業を12月下旬に行うことがあります。
地区・期間▶水戸・内原地区…12月27日(土)～1月4日(日) 常澄地区…12月27日(土)午前11時30分～28日(日)、29日(月)午前11時30分～1月4日(日)

問 水戸・内原地区は衛生事業課(☎232-9160)、常澄地区は大洗、鉾田、水戸環境組合(☎267-2898)

ID 0003742

忘新年会における 30・10運動を実践しましょう！

「30・10(さんまる・いちまる)運動」とは、宴会時の開始後30分間・終了前10分間を、料理を楽しむ時間として呼びかけ、食品ロス削減に取り組む運動のことです。

これからの季節に行われる忘新年会では、「30・10運動」を実践して、おいしく、楽しく料理を食べきるようにしましょう！

問 ごみ減量課(☎232-9114)

ID 0001590

国民年金の付加年金に 加入しませんか

国民年金の第1号被保険者または任意加入被保険者(65歳以上の方を除く)は、定額保険料に付加保険料(月額400円)を加えて納めると、老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。付加保険料を納付した場合、年額で200円に付加保険料納付月数を乗じた額が付加年金として加算されます。

【付加年金の計算例】

付加保険料を10年間納めた場合
400円×120月＝48,000円(10年間)
受取る付加年金額

200円×120月＝24,000円(毎年)

※この計算例の場合、老齢基礎年金に上乗せし、毎年24,000円を受取ることができます。

※付加保険料の納付は、申込んだ月分からになります。

※国民年金基金に加入している方は、付加保険料を納めることはできません。

申込み▶年金手帳または基礎年金番号通知書、本人確認書類をお持ちのうえ、国保年金課、各出張所または水戸北年金事務所☎へ

問 国保年金課(☎232-9529)または水戸北年金事務所(☎231-2283)

ID 0064299

年末年始の消防特別警戒を 実施します

冬季は、空気が乾燥していることに加え、ストーブなどの火気器具を使用する機会が多くなるため、火災が発生しやすくなります。

消防局と消防団では、12月26日(金)～1月9日(金)の夜間に、消防車両で市内を巡回します。



問 消防救助課(☎221-0124)

ID 0102236

茨城県警察官

募集

試験日▶1次試験…令和8年1月11日(日) 2次試験…
①令和8年2月1日(日) ②令和8年2月19日(木)・20日(金)のいずれか1日 対象▶令和8年3月31日までに高等学校卒業見込みの方
申込み▶12月1日(月)午前9時～24日(水)午後5時に、
で
※詳細は、市ホームページをご覧ください。

問 水戸警察署(☎233-0110)または人事課(☎232-9120)

ID 0031265

食べきれない食品は「きずなBOX」へ

「きずなBOX」は、市役所、出張所、市民センターなど、市内64か所に設置しています。寄附された食品は、食品を必要とする施設や団体などに届けられます。詳細は、市ホームページをご覧ください。

【寄附できるもの】

常温保存できるもの、未開封で賞味期限が2か月以上あるもの(缶詰、米、レトルト食品、インスタント麺、乾麺など)

問 ごみ減量課(☎232-9114)

ID 0024834

集団資源回収の協力団体

募集

家庭から排出されるごみの減量と資源の有効な活用を目的に、集団資源回収に協力する団体を募集しています。協力団体には、回収した重量に応じて報償金(1kgあたり10円)を支給します。詳細は、市ホームページをご覧ください。
対象▶町内会、自治会、子ども会など地域住民で組織された団体や、営利を目的としない団体等

問 清掃事務所(☎297-5821)

ID 0004759、0002851

葬祭費を支給します

国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している方が亡くなったとき、葬祭を執り行った方(喪主)に葬祭費として5万円を支給します。
申請に必要なもの▶会葬礼状など、喪主の氏名(フルネーム)が確認できるもの、喪主名義の口座が確認できるもの、喪主のマイナンバーがわかるもの
申込み▶国保年金課、各出張所で

問 国保年金課(国民健康保険の場合…☎232-9166、後期高齢者医療制度の場合…☎232-9528)

ID 0002303

家屋を取壊したときは届出をしてください

家屋に対する固定資産税・都市計画税は、毎年1月1日現在で存在するものに課税されます。

令和8年1月1日時点までに、家屋の全部または一部を取壊したときは、「家屋滅失届」を忘れずに提出してください。提出後、担当者が現地確認に伺いますので、調査にご協力をお願いします。届出用紙は、資産税課または市ホームページで入手できます。

問 資産税課(☎224-1122)

ID 0083184

不動産取得税の課税免除など

県では、県内に事業用施設や事務所を新設・増設をした企業などに対し、課税の免除や不均一課税の適用など、特別措置を設けています。

特別措置の対象となる事業や要件、申請期限など、詳細は、お問合せください。

対象税目▶不動産取得税

問 県水戸県税事務所(☎221-4820)または資産税課(☎224-1122)



ID市ホームページで
簡単に検索できます

HPホームページ

✉メール

☎電話

✉郵送

窓窓口

FAXファックス

■共通事項

ID 0085981

ひとり親家庭のこどもに 入学祝い品を贈ります

茨城県母子寡婦福祉連合会と水戸ロータリークラブでは、令和8年度に小学校に入学するひとり親家庭のこどもに、入学祝い品を贈ります。

申込み▶12月1日(月)～19日(金)に、☎、窓で
※入学祝い品の受渡しは、3月2日(月)～13日(金)



問 こども政策課(☎232-9176)

ID 0004095

行方不明高齢者等SOSネット ワークに事前登録しませんか

行方不明となるおそれのある高齢者などの情報を事前に市に登録することで、行方不明となった際、迅速に情報提供を行います。

申込み▶登録届に必要な事項を記入し、本人の写真を添付のうえ、地域支援センター、近くの高齢者支援センター窓で ※登録届は、高齢福祉課または市ホームページで入手できます。

問 地域支援センター(☎232-9110)

ID 0003913

水戸ファミリー・サポート・センター会員

募集

地域で子育てのお手伝いをする有償ボランティアを募集しています。登録説明会と乳幼児・小児救命講習会を開催します。詳細は、お問合せください。

日時▶12月14日(日) 午前9時～午後0時30分 ※受付は午前8時45分から 対象▶市内に居住する20歳以上 定員▶先着30名 申込み▶12月12日(金)午後4時までに、HP、☎、✉で

問 水戸ファミリー・サポート・センター(☎303-7277)またはこども政策課(☎350-5577)

ID 0004343

認知症高齢者等 おでかけあんしん保険事業

認知症の高齢者が、日常生活の予期せぬ事故により法律上の損害賠償責任を負った場合や、認知症高齢者本人が交通事故により死亡または後遺障害を生じた場合に備える保険に加入しませんか。

対象▶水戸市に住民登録があり、次のすべてを満たす方

- ①認知症の診断を受けている
- ②要介護認定などを受けている
- ③在宅で生活をしている(ケアハウス、認知症高齢者グループホームなどに入居している方を除く)
- ④単独で外出をする行動がみられる
- ⑤水戸市行方不明高齢者等SOSネットワークへ登録している

料金▶無料

申込み▶申請書に記入し、地域支援センター、近くの高齢者支援センター窓で ※申請書は、地域支援センターまたは市ホームページで入手できます。

問 地域支援センター(☎232-9110)

ID 0048949

水戸市都市景観審議会委員

募集

これからのまちの景観づくりに関することを審議します。景観について、一緒に考えてみませんか。

対象▶市内に居住または通勤・通学する18歳以上 定員▶2名 申込み▶12月1日(月)～26日(金)(当日消印有効)に、申込書に記入し、☎、✉、窓、FAXで ※申込書は、都市計画課、市ホームページで入手できます。

問 都市計画課(☎310-8610、☎232-9206、FAX224-1117、✉toshikei-koubou@city.mito.lg.jp)

ID 0091329

その救急車は本当に必要ですか

年末年始は救急出動件数が増加する傾向にあり、また、一般診療の医療機関が休みとなるために、救急外来に患者さんが集中します。そのため、医療機関がひっ迫し、救急搬送の遅れに繋がる可能性が高くなります。

本当に救急車を必要としている方への対応が遅れないよう、適正利用のご理解・ご協力をお願いします。

問 救急課(☎221-0126)

ID 0004429

水道管の凍結による破裂を防ぐために

気温が氷点下になる日が続くと、凍結による水道管の破裂が多くなります。特に風が強く当たるところや、日陰、建物などの北側にある水道管や量水器(メータ)は、防寒対策をしましょう。

【不凍水栓の水抜き】

水抜き装置を操作して、中の水を抜いてください。

【凍って水が出ないときは】

水道管や蛇口にタオルなどを巻き、蛇口を開け、その上からぬるま湯をかけて溶かしてください。直接熱いお湯をかけると、破裂のおそれがあり危険ですので、絶対にやめてください。

【量水器(メータ)の保温】

ビニール袋に発泡スチロールや布などを詰めたものをメータボックス内に入れ、段ボールなどを載せて保温してください。

【修繕は水戸市指定給水装置工事事業者で】

家庭で水道管が破裂または漏水したときの修繕工事は、水戸市指定給水装置工事事業者へ申し込んでください(有料)。

メータが破裂してしまったときは、給水課へ連絡してください。

問 給水課(☎231-4112)

ID 0005239

水戸のブランド梅「ふくゆい」の栽培に取り組んでみませんか

募集

水戸の梅「ふくゆい」の栽培に取り組む農家を募集しています。栽培には、生育期間の半減と作業効率化を図るため、低い樹高で育てるジョイント仕立て法を取り入れています。



生産された「ふくゆい」は、スーパーや百貨店などで、消費者向けに販売されるほか、梅酒や梅菓子などに加工されます。

初めて果樹栽培に取り組む農家でも、県やJA水戸と連携してサポートしますので、安心して申込みます。募集要件▶次のすべてに該当すること

- ①市内で販売目的の農業が行える
- ②梅の植栽面積がおおむね10a以上である
- ③JA水戸梅部会に加入する
- ④おおむね10年間は栽培を継続する

※詳細は、市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

問 農産振興課(☎259-2212)

ID 0003558

住宅用火災警報器の維持管理を

就寝中の火災など、逃げ遅れによる死者が多発しているため、住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。まだ設置していない方は、必ず設置しましょう。また、古くなると火災を感知なくなることがあります。定期的に本体のボタンを押したり、ひもを引くなど点検し、設置してから10年が経過している場合は、本体を交換しましょう。



問 火災予防課(☎221-0119)



ID市ホームページで
簡単に検索できます

IDホームページ ④メール ①電話 ②郵送 ③窓口 ⑤ファックス ■共通事項

イラストクッキーの注文を受付けます

知的障害者就労支援施設のみでは、可食インクを使用し、注文に合わせて文字やイラスト、校章などをプリントしたオリジナルクッキーを作ります。

料金▶1枚150円から

申込み▶随時受付けていますので、☎、
☒で



☎ 知的障害者就労支援施設のみ (☎233-2468、
☒minori@mito-syakyo.or.jp)

ID 0034772

水戸郷土かるたを販売しています

価格▶1,100円

販売場所	
川又書店	県庁店、エクセル店
ブックエース	茨大前店、酒門店、イオンタウン水戸南店
未来屋書店	水戸内原店
その他	永井書店、工芸デパート
市の施設	歴史文化財課、埋蔵文化財センター

☎ 歴史文化財課 (☎306-8132)

ID 0003738

水戸市職員の給与などを公表します

☎ 人事課 (☎232-9120)

①職員定数に関する状況と取組

市では、行政経営改革のため、職員定数の最適化に取組んでいます。第7次総合計画の諸施策の推進や新たな行政需要への対応に必要な職員の増員を図る一方で、市民サービスの低下を招かないよう配慮しながら減員に努めています。

【部門別職員数の状況(各年4/1現在)】

部門		職員数		対前年 増減数
		令和6年度	令和7年度	
普通会計	一般行政	1,250人	1,254人	4人
	教育	201人	189人	△12人
	消防	345人	344人	△1人
公営 企業等 会計部門	水道	114人	113人	△1人
	下水道	65人	66人	1人
	その他	70人	71人	1人
総計		2,045人	2,037人	△8人

②市職員の給与などの状況 (令和7年4月1日現在)

【職員の平均給料月額・平均年齢の状況】

区分		平均給料月額	平均年齢
一般行政職	大学卒	327,000円	40.8歳
	短大卒	279,100円	34.3歳
	高校卒	330,700円	41.7歳

【職員の初任給の状況】

区分		水戸市	国
一般行政職	大学卒	220,000円	220,000円
	短大卒	204,400円	204,400円
	高校卒	188,000円	188,000円

【期末・勤勉手当、退職手当の状況】

名称	令和6年度の年間支給割合	合計
期末手当	2.50月	4.60月分
勤勉手当	2.10月	

※年間支給割合は国と同じです。

名称	令和6年度の支給実績
退職手当	1人当たり平均支給額 1,370万円

年末年始のごみの収集と清掃工場えこみっとへの持込受付

問合せ▶収集…清掃事務所(☎297-5821)、持込み…清掃工場えこみっと(☎297-6760)

燃えるごみの収集・清掃工場への持込み(●印が収集日・持込受付日)

収集地区	月日	12月						1月					
		25	26	27	28	29	30	31	1	2	3	4	5
	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火
月・木	●				●							●	
火・金		●		休み		●		休み					●
持込受付	●	●	●		●	●						●	●

ご注意ください!!

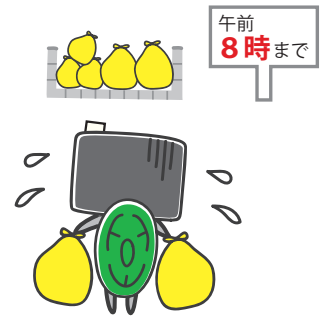
年末年始は集積所に出されるごみの量が多いため、収集時間が通常と異なる場合があります。
 収集後に出されたごみは収集できません。必ず収集日の午前8時までに出してください。

燃えないごみの収集

収集地区	年末最終日	年始開始日
第1・3月曜日	12/15(月)	1/ 5(月)
第1・3水曜日	12/17(水)	1/ 7(水)
第1・3金曜日	12/19(金)	1/16(金)
第2・4水曜日	12/24(水)	1/14(水)
第2・4金曜日	12/26(金)	1/ 9(金)

プラスチック製容器包装の収集

収集地区	年末最終日	年始開始日
第1~4月曜日	12/22(月)	1/ 5(月)
第1~4火曜日	12/23(火)	1/ 6(火)
第1~4水曜日	12/24(水)	1/ 7(水)
第1~4木曜日	12/25(木)	1/ 8(木)
第1~4金曜日	12/26(金)	1/ 9(金)



資源物(プラスチック製容器包装を除く)・有害ごみの収集

収集地区	年末最終日	年始開始日	
資源物A	第1・3月曜日	12/15(月)	1/ 5(月)
資源物B・有害ごみ	第2・4月曜日	12/22(月)	1/12(月)
資源物A	第1・3火曜日	12/16(火)	1/ 6(火)
資源物B・有害ごみ	第2・4火曜日	12/23(火)	1/13(火)
資源物A	第1・3水曜日	12/17(水)	1/ 7(水)
資源物B・有害ごみ	第2・4水曜日	12/24(水)	1/14(水)
資源物A	第1・3木曜日	12/18(木)	1/15(木)
資源物B・有害ごみ	第2・4木曜日	12/25(木)	1/ 8(木)
資源物A	第1・3金曜日	12/19(金)	1/16(金)
資源物B・有害ごみ	第2・4金曜日	12/26(金)	1/ 9(金)
資源物A	第2・4月曜日	12/22(月)	1/12(月)
資源物B・有害ごみ	第1・3月曜日	12/15(月)	1/ 5(月)
資源物A	第2・4火曜日	12/23(火)	1/13(火)
資源物B・有害ごみ	第1・3火曜日	12/16(火)	1/ 6(火)
資源物A	第2・4水曜日	12/24(水)	1/14(水)
資源物B・有害ごみ	第1・3水曜日	12/17(水)	1/ 7(水)
資源物A	第2・4木曜日	12/25(木)	1/ 8(木)
資源物B・有害ごみ	第1・3木曜日	12/18(木)	1/15(木)
資源物A	第2・4金曜日	12/26(金)	1/ 9(金)
資源物B・有害ごみ	第1・3金曜日	12/19(金)	1/16(金)

清掃工場えこみっとへの持込み

「燃えるごみ」「燃えないごみ」「紙類・布類」「びん・缶類」「ペットボトル」など、区分ごとに分別し、持込んでください。

また、工場でのごみの荷下ろしは、持込む方自身が行ってください。持込みについての詳細は、清掃工場へお問合せください。

場所▶下入野町2100

受付時間▶午前8時30分～正午、午後1時～5時 ※日曜日、12/31(水)～1/3(土)を除く。



詳細はこちら▶

年末年始は大変混み合うため、1時間以上待つこともあります。ごみの持込みは、年末年始をできるだけ避けるようご協力ください。

清掃工場えこみっとの地図



無 料 相 談 窓 口



そのほかの相談
窓口はこちら⇒

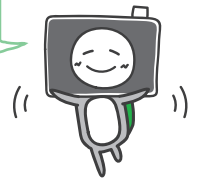


※予約する際は、**申**がついている問合せ先へ。

相談の名称	内容	期日	時間	場所	問合せ
消費生活相談	消費者トラブルなどの相談に専門家が応じます。期日ごとに、相談できる専門家が異なります。 ※電話での事前予約が必要 【消費生活に役立つラジオ】 LuckyFM 茨城放送「消費生活について」 放送日時▶1/15(木) 17:15から	1/7(水) (司法書士)	13:30~15:30	市役所2階	申 消費生活センター (☎226-4194)
		1/8(木) (建築士)	13:00~15:00		
		1/14・28(水) (弁護士)	13:00~15:00		
		1/20(火) (精神保健福祉士)	10:00~15:00		
みんなの人権 110番	人権擁護委員・法務局職員が差別や虐待、パワハラなどの人権問題に関する相談に、電話で応じます。 専用電話▶0570-003-110	月~金曜日	8:30~17:15	—	水戸人権擁護委員 協議会 (☎227-9919) 福祉総務課 (☎232-9169)

カメラくんと行く！ **HOT**
まちかど NEWS

さまざまな人の協力でこの大会は開催できています。これからも、みんなから愛されるマラソン大会になりますように



第10回記念水戸黄門漫遊マラソン開催

10月26日、第10回記念水戸黄門漫遊マラソンを開催。前日までは大雨の予報でしたが、実際に雨が降ったのは限定的で、ランナーには走りやすい天気となりました。今大会も沿道には多くの方が応援に集まり、11,408名のランナーは、途切れない応援に後押しされ、自分の限界を打ち破るべく、一生懸命走りました。

結果は、男子はガンドウ・ベンジャミンさんが4連覇。女子は田中礼実さんが初優勝したほか、10,683名のランナーが完走を果たしました。

また、今大会は関連イベントとして、ファミリーランも初開催。保護者と小・中学生が中心市街地を駆け抜けるなど、水戸全体が盛り上がりました。





ID市ホームページで
簡単に検索できます

ーヘルス・ガイドー

Health Guide

保健所からのお知らせです

HP ホームページ ☒ メール ☎ 電話 📧 郵送 ☎ はがき 🪟 窓口 📠 ファックス

ID 0019640

休日夜間緊急診療所

場所▶ 笠原町993-13

	診療日	受付時間	診療科目
休日昼	日曜日、祝日、 12/30(火)～1/3(土)	午前9時～11時45分、 午後1時～3時15分 ※1/1(木)は午後のみ	内科、小児科(内科系診療のみ) 外科、歯科
夜間	毎日	午後7時30分～10時15分	内科、小児科(内科系診療のみ)

受付時間以外は、下記の電話相談をご利用ください(歯科は除く)。

- ・茨城子ども救急電話相談[15歳未満](#8000または☎050-5445-2856)
- ・茨城おとな救急電話相談[15歳以上](#7119または☎050-5445-2856)

問 保健総務課(☎243-8825、歯科専用☎243-8840)



年末年始は大変混み合うため、待ち時間が長くなります。

市ホームページから、当日の受付ができます(歯科を除く)。

利用できる時間帯や受付方法など、詳細は、市ホームページをご覧ください。

ID 0006357

ヘルスロードを歩こう！！

「いばらきヘルスロード」は、県が指定しているウォーキングコースで、身近な場所を歩きながら健康づくりに取り組むことができます。

市内には、お勧めのコースがたくさんあります。健康づくりのために、家族や友人を誘って、一緒に歩いてみませんか。

詳細は、市ホームページをご覧ください。



問 健康づくり課(☎243-7311)

ID 0004475

健診はお済みですか？

令和7年度の各種健診受診券の有効期限は、令和8年2月末までとなります。まだ受けていない方は、早めにご予約ください。

受診券を使うと、特定健診・高齢者健診が500円で受けられます。がん検診は、検診内容により個人負担金が異なります。詳細は、受診券をご覧ください。

※受診券は、6月上旬に、対象者に郵送しました。受診券が届いていない方はご連絡ください。

問 健康づくり課(☎243-7311)

ID 0065974

9価HPVワクチンを 助成対象に追加しました！

市では、HPV(ヒトパピローマウイルス)によるがんなどを予防するため、男子へのHPVワクチン接種費用を助成しています。

9価HPVワクチンの男子への接種が可能となり、令和7年11月1日から、助成の対象に加えました。

接種には、事前申込みが必要です。詳細は、市ホームページをご覧ください。

対象▶ 小学6年生～高校1年生に相当する年齢の男子

料金▶ 無料

問 感染症対策課(☎243-7315)

ID 0085724

ロコモ予防を始めませんか

ロコモ(ロコモティブシンドローム)とは、骨や関節の病気・加齢・運動不足などにより、転倒や骨折が生じやすくなり、日常生活に支障が出る状態のことをいいます。このような状態を放っておくと、将来、要介護や寝たきりになる可能性があります。

ロコモを予防するためには、バランスの良い食生活・運動などの習慣が大切です。いつまでも元気に過ごすために、ロコモ予防を始めませんか。生活習慣改善については、健康づくり課の成人健康相談をご利用ください。



問 健康づくり課(☎243-7311)

日 日時 場 場所 対 対象 料 料金 申 申込み 問 問合せ
 ☑ メール ☎ 電話 郵 郵送 函 はがき 往 往復はがき
 窓 窓口 FAX ファックス

☑ 申込みや問合せの受付時間の記載のないものは、
 開庁・開館時間

ID 0106465

終活関連情報登録事業

緊急連絡先や終活に関する情報をあらかじめ市に登録しておくことで、病気や事故などで意思表示ができなくなったときやお亡くなりになったときに、医療機関や警察、本人が指定した方などからの照会に対し、本人に代わり、市から登録情報を伝えることができます。開始時期▶12月中 ※詳細は、市ホームページをご覧ください。

対象▶水戸市に住民登録がある65歳以上
 申込み▶登録届に必要な事項を記入し、(郵)、(窓)で ※登録届は、地域支援センターまたは市ホームページで入手できます。

問 地域支援センター(〒310-8610、☎232-9110)

ID 0003104

在宅見守り安心システム

ひとり暮らしの高齢者などが災害、急病などのため救助を必要とする場合に、取り付けた発信機により消防本部へ通報します。

また、24時間体制で健康や介護についての相談にも応じ、月1回程度、安否確認の電話を入れるサービスも行っています。

なお、申請には、緊急事態に対処できる協力員の登録が必要です。協力員がない場合は、ご相談ください。

対象▶次のいずれかに該当する方

- ①おおむね65歳以上の病弱なひとり暮らし
- ②おおむね65歳以上の病弱な高齢者のみで構成する世帯
- ③75歳以上のひとり暮らし
- ④重度の身体障害のあるひとり暮らし

料金▶月額200円

申込み▶高齢福祉課(窓)で

問 高齢福祉課(☎232-9174)

いきいき シニア 情報館

ID 0017310

認知症スクリーニング検査

VR機器を使用して、1人5分程度で認知機能のチェックをしませんか。



場所	日時	定員
市役所1階	12/18(木) 10:00~16:00	先着 15名
	1/15(木) 10:00~16:00	
	1/29(木) 10:00~16:00	
	2/ 5(木) 10:00~16:00	
	2/19(木) 10:00~16:00	
いきいき交流センターあじさい	1/23(金) 13:15~16:00	先着 30名
見和市民センター	2/20(金) 10:00~12:00	

対 市内に居住する65歳以上

料 無料

申 各開催日の1週間前までに、☎で

問 地域支援センター(☎297-5903)

VR機器をとおして見える画像の一例▶



ID 0082327

在宅医療・介護のお話し会

先着各20名

住み慣れた地域で心豊かに暮らすため、在宅医療や介護について考えてみませんか。

場所	日時
フロイデ水戸メディカルプラザ	1/19(月) 14:00~15:30
三の丸市民センター	1/22(木) 10:00~11:30
新荘市民センター	1/22(木) 13:30~15:00

料 無料 申 各開催日の前日までに、☎で、水戸在宅ケアネットワーク事務局へ

問 同事務局(☎228-6100)または地域支援センター(☎232-9110)

水戸暮らし通信



ずっとこの街に暮らす方へ
新たに水戸に来た方へ
あなたが好きな「水戸暮らし」を見つけるヒントをお届けします—

問合せ▶政策企画課(☎350-1580)

住まい、仕事、子育て、防災、買い物、余暇など、さまざまな視点から、水戸の暮らしの魅力をお届けします。この便りが、あなたにとって「ココが好き！」と言える水戸の暮らしを見つけるヒントになりますように—。

第8回 学びのまち 水戸

豊富な教育環境

水戸市は、教育機関の数が県内でトップクラスを誇る「学びのまち」。小・中学校では、水戸の先人の教えを基に、学力と郷土愛を育み、次世代をリードする人材を育成する「水戸スタイルの教育」を推進しています。

また、市内には数多くの高校や、複数の大学があり、小学校から大学までの教育を市内で完結させることも可能です。



幅広い学びの選択肢

市内には、県内でもトップレベルの進学校のほか、音楽、医療、デザイン、調理、農業、工業、商業、情報技術など、多彩な分野に特化した専門高校や専門学校が多く立地しています。

多様な選択肢があることで、将来の進路や夢に応じた専門スキルの習得に最適な環境が整っています。

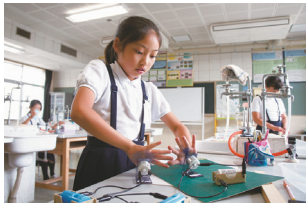


水戸市の教育に関する
情報はこちら⇒



水戸市の小学生向けの取組

1 小規模特認校



水戸市では、5つの小学校(上大野小学校・柳河小学校・下大野小学校・大場小学校・国田義務教育学校)を「小規模特認校」として指定し、それぞれの学校で、少人数でのメリットを生かしながら、ICTを活用した教育や英語・理科・体育に特化した教育など、特色ある教育活動ときめ細かな指導を行っています。

通学区域に関係なく市内のどこからでも就学できるのも、小規模特認校の大きな特徴の一つです。

小規模特認校の
詳細はこちら↓



2 市民センターこどもスペース

市内の市民センターでは、子どもたちが安心して放課後の時間を過ごすための「市民センターこどもスペース」を設置しています。こどもスペースでは、読書や学習、友だちとの交流など、自由に過ごすことができます。

利用方法など、詳細は、市ホームページをご覧ください。



予約不要
無料

市民センター
こどもスペースの
詳細はこちら↓



あなたの「好き」を大募集！

あなたが水戸での暮らしで「ココが好き！」と思う点を募集します。集まった「好き」の一部は連載最終回で掲載します。



市ホームページ「水戸暮らし」

住まい、仕事、子育て、支援制度など、水戸の暮らしに関する情報を紹介しています。

