

フレイル予防連載4

# 長生き上手 常陸太田

～フレイル予防講演会編～

## フレイル予防で 元気に 長生き!!



8月31日にパーティホールで「フレイル予防講演会と座談会」を開催しました。第一部では、東京大学高齢社会総合研究機構 機構長である飯島勝矢氏による「人生100年時代を元気で乗り切るために—健康長寿“鍵はフレイル予防”—」と題して講演会が行われました。第二部では、「産官学+民で取り組む健康長寿のまちづくり」と題して、はすみ敬愛の理学療法士 磯山裕美氏、宮田達夫市長が加わり、コーディネーターに元 NHK キャスターの久田直子氏を迎えて座談会を行いました。

### 講演会

「人生100年時代を元気で乗り切るために—健康長寿“鍵はフレイル予防”—」第一部の講演では、「フレイル」とは何か、フレイルの特徴やフレイルを予防するために何が大切のかなどを中心にお話いただきました。実際に会場の皆さんとイレブンチェック体験を行い、質問や回答を交えながら、フレイル予防へ一歩を踏み出す「気づき」を得る貴重な機会となりました。



東京大学高齢社会総合研究機構 機構長  
飯島勝矢氏

フレイル予防のための3本柱は「栄養（食・口腔機能）」「身体活動（運動、生活活動など）」「社会参加（就労、余暇活動、ボランティア）」です。これらを意識して日常生活を過ごすかどうかで、フレイルの危険度が約7.5倍違います。

### イレブンチェック

監修：東京大学高齢社会総合研究機構



イレブンチェックに取り組む様子

栄養 (食・口腔)	①	ほぼ同じ年齢の同性と比較して健康に気がつけた食事を心がけていますか	はい	いいえ
	②	野菜料理と主菜(お肉またはお魚)を両方とも毎日2回以上は食べていますか	はい	いいえ
	③	「さきいか」「たくあん」くらいのかたさの食品を普通にかみきれますか	はい	いいえ
	④	お茶や汁物でむせることがありますか	いいえ	はい
運動	⑤	1回30分以上の汗をかく運動を週に2日以上、1年以上実施していますか	はい	いいえ
	⑥	日常生活において歩行または同等の身体活動を1日1時間以上実施していますか	はい	いいえ
	⑦	ほぼ同じ年齢の同性と比較して歩く速度が速いと思いますか	はい	いいえ
社会参加	⑧	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	いいえ	はい
	⑨	1日に1回以上は、誰かと一緒に食事をしますか	はい	いいえ
	⑩	自分が活気にあふれていると思いますか	はい	いいえ
	⑪	何よりもまず、物忘れが気になりますか	いいえ	はい

\*④、⑧、⑩は、「はい」と「いいえ」が逆になっていますので、注意してください。回答欄の右側に○がついた時は要注意です。

# 座談会

座談会では「産官学+民」で取り組むフレイル予防について、それぞれの立場からの意見交換がなされました。



司会・コーディネーター 久田直子氏

本市は高齢化率が40%と高い状況にあり、シニア世代の健康づくりとして、特にフレイル予防が大切だと感じています。現在行っている事業に加え、新たにフレイルサポーターの養成と活動に取り組んでいきます。また、「フレイルとは何か」を市民の皆さんに知っていただくため、今年度は積極的に普及啓発活動を行っていきます。



宮田達夫市長



はすみ敬愛 理学療法士 磯山裕美氏

日常生活の能力や筋肉の維持のためにも、通いの場に参加することが大切。年齢に関係なく、人とのつながりが健康への意識向上につながると感じています。

フレイルは決して暗い言葉ではなく、明るい前向きな言葉です。産官学、医療福祉、市民の方々が同じフレイル予防という方向を向いて取り組めば、活力あるまちづくりはもう一回り上の段階に行けると信じています。



東京大学高齢社会総合研究機構 機構長 飯島勝矢氏

＼<sup>+</sup>三市連携交流15周年<sup>+</sup>／

# 今年度で三市連携交流15周年を迎える 秋田市と仙北市についてご紹介します。

## 秋田県秋田市

- ◆**所在:**秋田県の県庁所在地として県の中央部日本海側に位置する。
- ◆**面積:**906.07km<sup>2</sup>
- ◆**人口:**約30万3千人



穂積志市長



## 秋田県仙北市

- ◆**所在:**秋田県の東部中央に位置し、岩手県に隣接する市。水深日本一の田沢湖を有する。
- ◆**面積:**1,093.56km<sup>2</sup>
- ◆**人口:**約2万4千人



田口知明市長

◆**代表的な祭り:**毎年夏には東北三大祭りの一つである「秋田竿燈まつり」が開催され、多くの観光客が訪れます。

◆**産業:**木材・木製品製造やパルプ製造、非鉄金属製造、清酒製造などが盛んで、近年は企業誘致によりICT関連企業の伸びも目立ちます。

◆**常陸太田市とのつながり:**昭和52年7月に本市と姉妹都市提携協約を結び、今年で45年を迎えました。

### ◆佐竹氏と秋田市

1602(慶長7)年、徳川家康から出羽国(現在の秋田県)への国替えを命じられた佐竹義宣は、土崎湊城に入ったのち新たに久保田城を築くとともに城下町の建設を進め、今日の秋田県の農業や産業の基礎を築きました。義宣は1633(寛永10)年に64歳の生涯を閉じましたが、「江戸での葬儀は盛大にしないように」との遺言を残し、地元秋田での葬儀を盛大にすることで地元の経済効果も考えていたといわれています。

◆**代表的な祭り:**春には「角館の桜まつり」が開催され、多くの観光客が訪れます。また、毎年9月に行われる「角館祭りのやま行事」は、国の重要無形民俗文化財に指定されています。

◆**産業:**山桜の樹皮を使った樺細工は、国の伝統的工芸品として指定されています。

◆**常陸太田市とのつながり:**平成10年に旧金砂郷町と旧角館町とが有縁友好交流の宣言書を取り交わし、現在まで継続した交流が行われています。

### ◆佐竹氏と仙北市

1602(慶長7)年の佐竹氏の出羽国(現在の秋田県)への国替えで、角館は芦名義勝(佐竹義宣の弟)が治めることになりました。芦名氏は新しい城下町建設に取り組み、現在の町並みの原型が築かれました。芦名家の断絶後、角館は久米城を設立した佐竹北家に引き継がれ、幕藩体制の終わる明治まで佐竹氏の時代が続きました。角館北家初代の佐竹義隣は義宣の妹“おなす”と京都の公家“高倉永慶”の子であったため、角館に京風文化が華開き、今も「みちのくの小京都」と呼ばれています。



# 第5回市議会定例会



## 9月議会で議決された主な事業・予算



令和4年第5回市議会定例会は9月1日～21日まで開催。令和3年度一般会計決算ほか、特別会計・公営企業会計等の決算を認定。また、補正予算などの議案が提出され、次のとおりとなりましたので、主な内容をピックアップしてご紹介します。

☎ 総務課総務行政係（内線339）

### ◆新型コロナウイルス感染症対策・コロナ禍における原油価格・物価高騰対策

項目	内容	予算額
一般・事業者向け支援	○水道料金の基本料金の減免	1億2,647万7千円
新型コロナウイルス感染症に対応した災害対策資機材等の整備	○避難所資機材等の整備	1,521万6千円
デジタル化による感染防止対策	○電子入札・電子契約システムの導入	484万3千円
	○市の行政情報をまとめたアプリの構築	654万8千円
	○「いばらき電子申請・届出サービス」を活用したオンライン行政手続きの拡充	1,430万円
	○市税等の口座振替手続きをインターネットで行えるWEB口座振替受付サービスの導入	605万円
	○マイナンバーカードを取得している方が、「いばらき電子申請・届出サービス」で申し込みをされた場合に5千円分のPayPayポイントまたはクオカードの贈呈	8,253万1千円
公共施設等における感染拡大防止対策の強化	○分庁舎における庁内情報ネットワークの無線化	256万8千円
	○学校教育や各種イベント関係者が必要に応じて検査するための抗原検査キットの整備	228万8千円

### ◎議決結果（条例の改正）

項目	内容	議決結果
市職員の育児休業等に関する条例の一部改正	○国家公務員の「妊娠・出産・育児等と仕事の両立支援のために講じる措置」のうち、令和4年10月1日から施行する育児休業の取得回数制限の緩和等について、国と地方公共団体の職員の処遇の均衡を図るため改正	可決
市奨学資金貸与条例の一部改正	○定住促進の観点から、これまで市内に居住した貸与者からの返還金について、その翌年度、市が要綱により助成していたものを、免除にするほか、貸与者の意思では決定ができない市内への就業要件を撤廃することにより、貸与者の負担軽減並びに事務の効率化を図るため改正	可決
市職員の給与に関する条例等の一部改正	○公共下水道の不適切対応により発生した不具合等への対策費用の一部に充てること並びに本改正を踏まえた早期の問題解消による社会的信用の回復に資することを目的に、特別職および職員の給与を減額するため改正	継続審査

### ◎議決結果（その他の議案）

項目	内容	議決結果
予算の補正	○一般会計…10億1,989万1千円を増額 ○国民健康保険特別会計…1億965万1千円を増額 ○後期高齢者医療特別会計…87万7千円を増額 ○介護保険特別会計…1億4,487万円を増額 ○水道事業会計…収入および支出予定額の補正、資産の取得 ○簡易水道事業会計…収入および支出予定額の補正、企業債の補正等	可決
契約の変更	○市道工事の契約変更	可決
人事案件	○人権擁護委員（大森純子氏、猿田勇氏、石澤春美氏）の推薦	同意

◆令和3年度の一般会計・特別会計・公営企業会計の決算認定…詳細は次号に掲載します。

# マイナンバーカードを取得すると5,000円分のPayPayギフトカードまたはQUOカードがもらえる!

市では行政におけるデジタル化の構築とマイナンバーカードの普及促進を図るため、マイナンバーカードを取得し、「いばらき電子申請・届出サービス」で申し込みされた方に、5,000円分のPayPayギフトカード、またはQUOカード(クオカード)を贈呈します。

## ◆対象者(次の要件すべてに該当する方)

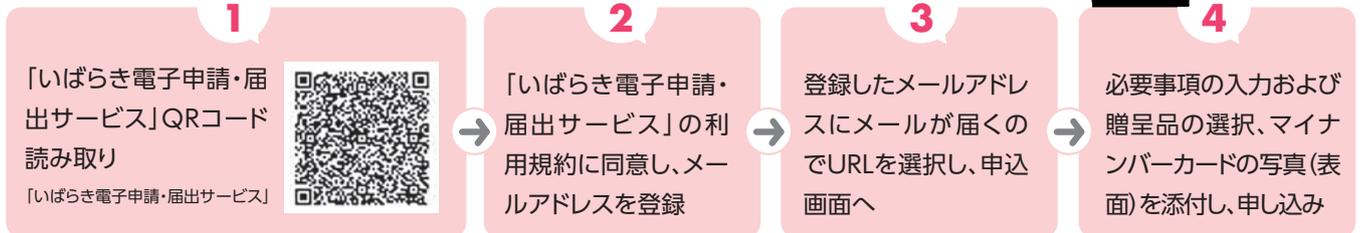
- マイナンバーカードを取得している方
- 住民登録が常陸太田市にある方
- 「いばらき電子申請・届出サービス」でオンライン申請された方

◆贈呈品:5,000円分のPayPayギフトカード(PayPayのお支払いで利用できるボーナス)またはQUOカード(クオカード)

◆申込期限:令和5年1月31日(火)

◆贈呈品発送時期:令和5年2月

## ◆申込方法



## ◆贈呈品受取方法

### PayPayギフトカードを希望された方

1. 登録したメールアドレスへコード番号を発送します。
  2. スマートフォンPayPayアプリ「チャージ」→「ギフトカード」でコード番号を入力してください。
- \*事前にPayPayアプリのインストールが必要です。

### QUOカード(クオカード)を希望された方

特定記録郵便にてクオカードを郵送します。



問 市民課マイナンバー推進室(85-8815)

## マイナンバーカード申請サポートをおこなっています

マイナンバーカードは身分証明書として利用できる他、住民票のコンビニ交付や、健康保険証として利用できます。本庁市民課、各支所では、無料で写真撮影し、職員が申請をサポートする窓口を開設していますので、お気軽にご来庁ください。

◆とき:平日 午前9時から午後4時30分まで(正午から午後1時を除く)

\*上記の時間以外をご希望の方はご相談ください。

## ◆ところ

市役所本庁1階(問:市民課マイナンバー推進室 85-8815)

金砂郷支所(問:金砂郷地域振興課 76-2116)

水府支所(問:水府地域振興課 85-1111)

里美支所(問:里美地域振興課 82-2111)

## ◆必要なもの

○個人番号カード交付申請書兼電子証明書発行/更新申請書

\*申請書は本庁市民課および各支所窓口にて無料で再発行できます。

○本人確認書類(運転免許証など原則として顔写真付きのもの1点。

顔写真がないものは2点)

\*マイナンバーカードの写真は窓口で撮影しますので不要です。





# あれ、これってどこに捨てるの?

—ごみの分別にご協力ください—



近年、生活する上で便利な新製品が数多く販売されています。その製品は、やがては「ごみ」として処分されます。製品によっては、強い衝撃や力がかわると発熱・発火し火災を引き起こす危険性があります。全国的に、ごみ処理施設や収集車で火災が発生し、多額の損害や復旧に時間がかかる事例が起きています。清掃センターでも、搬入されたごみの処理には注意を払っていますが、発火等の事案が発生しました。市民の皆さんには、改めて、ごみの分別にご協力をお願いします。

## 清掃センターの火災について

8月22日(月)午後0時23分にごみピット(燃やすごみを一時的に貯める場所)で、火災が発生しました。火災の原因は特定できませんでしたが、発火性のあるものが燃やすごみの中に混入したことが原因と考えられます。この火災で施設の損害はありませんでしたが、午後2時30分までごみの受入を停止しました。



消火活動の様子

## 清掃センターで発生した別の事例

### 加熱式タバコからの発火



金属製の整理をしていた際、衝撃により発火しました。

### 収集車からの発火(その他の金属類)

資源ごみの回収で、ガスが残ったカセットボンベにトーチバーナーが取り付けられた状態で排出されたものが、収集車の振動で発火しました。



資源ごみの回収時に発火した様子

## 分別にご協力を!発火する恐れがある物の分別方法

モバイルバッテリー  
・加熱式タバコ



圧力、強い衝撃が加わると発熱・発火する危険性があります。

その他の燃えないごみ

乾電池・ボタン電池・コイン電池  
・リチウムイオン電池などの充電式電池



乾電池

電池が内蔵してある玩具  
小型家電製品



電池が取り外せる場合は、取り外して「乾電池」に出してください。

その他の金属類または、  
小型家電回収ボックス

## 消費生活相談

急増！海産物の電話勧誘販売・送り付けトラブル

「新型コロナウイルスの影響で収入が減って困っている」という電話に注意！



### 事例

「新型コロナウイルスの影響で商品が売れず支援してほしい」と電話で言われて海産物を購入したが、届いた商品は値段相当とは思えない質の悪い商品だった。商品に契約書が同梱されていたが、クーリング・オフに関する記載はない。クーリング・オフできないか。



### トラブルにあわないために

- ・必要以上に情に訴えてくる、話の内容に覚えがない、連絡先を教えてください、勧誘が強引など、少しでも不審な点があった場合は、相手と話し込まずにきっぱりと断りましょう。
- ・事業者からの電話勧誘を受けて契約をした場合は、特定商取引法に定める「電話勧誘販売」に該当します。もし、電話で海産物の購入を承諾してしまっても、特定商取引法に定める書面を受け取った日から数えて8日以内であれば、書面またはメール等によりクーリング・オフを行うことが可能です。
- ・電話で勧誘され、海産物の購入を承諾していないにもかかわらず、一方的に商品を送り付けられているケースが多くみられます。このような場合は、事業者の情報を控えてから、受け取りを拒否し、代金を支払わないよう心しましょう。

困ったときは、消費生活センターにご相談ください。



◆問：市消費生活センター（市民協働推進課内 70・1322）

新たに  
民生委員・児童委員が  
委嘱されました

民生委員・児童委員が令和4年9月1日付けで厚生労働大臣および県知事から委嘱されました。お住まいの地域の民生委員・児童委員については、社会福祉課にお問い合わせください。

（敬称略）

氏名	担当地区
渡部 佐智子	佐竹南台（東）

◆問：社会福祉課社会福祉係（内線142）

# 常陸太田市からのお知らせ

かなさ笑楽校でマイナンバーカード出張申請を行います

職員が申請をサポートし、写真撮影も無料で行います。

◆とき：11月3日（木・祝）午前9時30分～11時30分

◆ところ：かなさ笑楽校

◆定員：20人（先着順）

◆カードの申請に必要なもの…本人確認書類（運転免許証など原則として顔写真付きのもの1点。顔写真がないものは2点）

◆申込方法：電話または窓口でお申し込みください。

◆申・問：市民課マイナンバー推進室（85・8815）

茨城キリスト教大学  
「ワーキングマザー講座」

◆とき：11月8日・15日・22日・29日（各火曜日・全4回）午前10時～正午

◆ところ：茨城キリスト教大学（日立市大みか町）

\*状況により、オンラインでの開催になる場合があります。

◆対象：育休中、これから仕事をしたいと考えている子育て中のお母さんで、できるだけ全ての回に参加できる方（別室での保育あり）

## ◆内容

	テーマ	講師
第1回 (11/8)	ワーキングマザーへの道 ～家庭と仕事と私～	萱場 晶子氏 (NPNC 認定ファシリテーター・児童指導員)
第2回 (11/15)	楽しく脳トレ マインドマップで 発想力を高めよう!	村田 孝二氏 (前 NPO 法人学修 デザイナー協会理事長)
第3回 (11/22)		
第4回 (11/29)	ママが夢見る家計管理 ～家族の未来!自分の未来!～	高村 浩子氏 (ライフ支援パートナー One Step 代表・CFP® ・キャリアコンサルタント)

◆定員：8人（申込多数の場合は抽選）

◆参加料：2千円（全4回分）

◆申込期限：10月27日（木）

◆申込方法：左記QRコードからお申し込みください。



◆申・問：茨城キリスト教大学カウンスリング子育て支援センター（52・3215）

ひとり親、両親のいないご家庭にお餅をお届けします

市民の皆さんからの「歳末たすけあい募金」を活用して、ひとり親、両親のいないご家庭にお餅をお届けします。ご希望の方はお申し込みください。

◆対象：未就業の18歳以下（平成16年4月1日以降生まれ）の方がいる、ひとり親または両親のいないご家庭

◆配布期日：12月15日（木）～23日（金）

◆申込期間：11月1日（火）～30日（水）午前9時～午後5時

\*土・日・祝日を除く

◆申込方法：電話でお申し込みください。

◆申・問：市社会福祉協議会（73・1717）



## 令和5年度 保育園・認定こども園などの入園児を募集

公立・私立の保育園、認定こども園および家庭的保育園では、お子さんの入園を希望される方を対象に、次のとおり令和5年度4月の入園申込を受け付けます。

### ◆申込みの対象となる方

- 保育園・認定こども園(保育利用)・家庭的保育園
  - ・ 労働(家事以外)することを常態としているとき
  - ・ 出産前後のとき(おおむね産前8週から産後8週)
  - ・ 病気や身体に障がいがあるとき
  - ・ 同居または長期入院等の親族を常時介護または看護しているとき
  - ・ 災害等にあつたとき
  - ・ 求職活動を継続的に行っているとき(3カ月以内)
  - ・ 就学や就業訓練を受けるとき
  - ・ 児童虐待やDVの恐れがあるとき
  - ・ 育休明けで就労復帰を予定している方
- 認定こども園(教育利用)
  - ・ 満3歳以上の幼児  
(平成29年4月2日から令和2年4月1日生まれ)



### ◆申込期間

11月1日(火)～12月9日(金)

\*入園の決定は先着順ではありません。

\*市外保育園を希望される方は、希望施設のある市町村に  
申請期限・申請方法を確認の上、希望保育施設のある市町村の  
締切日7日前までにお申し込みください。

### ◆申込方法

申込書(10月17日から申込先で配布)に必要事項を記入し、  
必要書類を添付の上、申請してください。

\*詳しくは、申込書とあわせて配布する「保育園等入園のご案内」  
をご覧ください。

◆申：子ども福祉課(分庁舎1階)、各支所

◆問：子ども福祉課保育係(内線146)



### 申込から入園までの流れ

11月1日～12月9日  
新規の入園申込期間

12月～令和5年1月  
入園の審査・各園の入園調整

1月下旬 入園決定

2月～3月 面接・健康診断

4月 入園式

	園名
公立	木崎保育園
	宮ノ脇保育園
	のぞみこども園
	うぐいすこども園
	すいふこども園
	さとみこども園
私立	愛保育園 
	はずみ保育園
	太田あすなる保育園
	らいらっく保育園
	太田さくら認定こども園
	家庭的保育園 ぽこ・あ・ぽこ 家庭的保育園 ひよこ園



令和5年度  
市立幼稚園入園児を募集

幼稚園名	定員			保育時間
	3歳児	4歳児	5歳児	
太田進徳幼稚園 (内堀町) ☎72-0317	40人	59人	49人	午前8時30分～ 午後2時
幸久幼稚園 (上河合町) ☎72-7006	20人	30人	23人	

\*募集人員を超えた場合は抽選で決定します。

- ◆**対象**…保護者・幼児ともに市内に居住する、次の年齢区分に該当する方（入園時まで市内に転入する方を含む）
- 3歳児（平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ）
- 4歳児（平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ）
- 5歳児（平成29年4月2日～平成30年4月1日生まれ）
- ◆**定員**…

◆保育料・給食費…無料

◆**通園バス等**…幸久幼稚園に通う旧佐竹小学区の園児は通園バスを利用できます。入園申込時にお申し込みください。希望者が多数の場合、抽選で決定します。

◆**預かり保育**…保護者が就労している場合や保護者または家族が定期的に通院・看護・介護をしている場合等に、幼稚園が保育時間を延長して園児をお預かりするものです。全ての幼稚園で実施していません。

●**実施時間**…保育時間終了後～午後4時

●**定員**…各幼稚園20人以内（1日当たり）

◆**募集期間**…11月1日（火）～18日（金） 午前9時～午後5時（幼稚園の休園日を除く）

◆**申込方法**…入園を希望する幼稚園（1人につき1幼稚園に限る）にお申し込みください。申込用紙は市ホームページからダウンロードするか各幼稚園でお受け取りください。

◆**申・問**…各幼稚園／教育総務課（内線537）

市クラブ対抗  
バレーボール大会

◆**とき**…11月6日（日）

◆**ところ**…水府B&G海洋センター 体育館

◆**対象**…市内に在住または勤務する18歳以上の女性（学生は除く）で構成され、スポーツ保険に加入しているチーム

◆**参加料**…1チーム 3千円（代表者会議時に納入）

◆**代表者会議**…10月22日（土）午後7時30分／久米地域交流センター

◆**申込期限**…10月19日（水）

◆**申込方法**…申込用紙に必要事項を記入の上、窓口またはFAX、メールでお申し込みください。FAXの場合は、代表者会議時に原本を持参してください。メールによる申し込みの場合は、市ホームページをご覧ください。

◆**申・問**…スポーツ振興課スポーツ振興係（73-0090／FAX 72-4555）



市ホームページ

西金砂登山マラソン大会に伴う交通規制

西金砂登山マラソン大会開催に伴い、西金砂神社周辺道路が時車両通行止となります。当日は、交通整理員の指示に従って通行してください。

◆**期日**…11月20日（日）

◆**通行規制箇所・時間**…

- ① 県道常陸太田那須烏山線 上宮河内町～赤土町：午前9時40分～午前10時40分
- ② 市道赤土町～西金砂神社～上宮河内町（金砂の湯）：午前10時～正午

\*西金砂湯けむりの郷「金砂の湯」は、大会本部となりますので、午後2時からの営業となります。



◆**問**…スポーツ振興課スポーツ振興係（73-0090）、金砂の湯（76-9919）



## 株式会社瀬谷製作所

[本社] 日上市東大沼町 1-4-40  
[太田工場] 岡田町 2070-4



常陸太田の輝く企業を  
紹介します！  
Vol. 42



ダイカストから機械加工まで  
一貫した生産

昭和31年に機械加工およびダイカスト品の仕上げ加工事業として設立した瀬谷製作所。昭和55年にはアルミおよび亜鉛のダイカスト品の製造を開始し、さらにこれらダイカスト品の仕上げ、機械加工製品を製造しています。ダイカストとは、溶かしたアルミニウム合金や亜鉛合金などの非鉄金属に圧力をかけて金型に流し込み、さまざまな形に形成する製造方式。ほかの製造と異なつて寸法精度が高く、複雑な形状にも対応できて、強度が優れているのが特徴です。主力製品は自動車用ですが、ほかに家庭用やOA機器用、建設機械用、住宅用と多種にわたり、近年では環境に優しい電気自動車用のインバータ、モータ、電池に関わる製品も多く生産しています。日本のものづくりのすばらしさを日本、世界へと発信する頼れる町工場です。



### 《企業データ》

代表者：瀬谷和人  
資本金：1,000万円  
TEL:33-7766

皆さんの写真募集!

## 広報ひたちおおた12月号 市民参加型特集企画のご案内

広報ひたちおおた12月号では、年に一度の特別企画として、市民の皆さんと一緒に作る特集を企画しています。皆さんが撮影した写真を紙面に掲載しますので、ぜひお気軽に送ってください。今年のテーマは、「未来への希望」。少しづつではありますが日常が戻ってきた今年。来年はもっと明るく楽しい未来があると信じて、明るく楽しい写真を募集します。

- ◆募集内容：未来への希望を感じられる写真とエピソード
- ◆応募締切：11月11日（金）
- ◆応募方法：写真とエピソードに氏名、ペンネーム、住所、電話番号を添えて、次のいずれかでご応募ください。
- ◆申込フォーム：QRコードを読み取りご応募ください。
- ◆窓口・郵送：任意の様式に記入し、応募先へ持参・郵送してください。

申込フォーム  
はコチラから!



応募してくれた方  
全員にプレゼントを  
差し上げます!



※第三者の権利を侵害するものや公序良俗に反するもの、閲覧して不快に感じる内容のご応募はお控えください。  
※選考の上掲載します。あらかじめご了承ください。  
\* 広報紙のほか、市のSNS等(Twitter・Facebook)に掲載する可能性があります。  
◆申・問：広報広聴課(〒313-0611 金井町3690) / 内線303・304

# えんじたちのSmile

久米幼稚園



うんどうかい  
がんばりました！

木崎保育園



おじいちゃんおばあちゃん  
いつもありがとう



おめでとうございます

# はじめての お誕生日

元気にスクスク

10月で  
1歳です



くれあ  
鈴木 来杏さん  
10月6日生まれ / 磯部町



めい  
鷹箸 芽愛さん  
10月12日生まれ / 埴町



つむぎ  
會澤 紬来さん  
10月13日生まれ / 山下町



しゅりあ  
猪野 朱莉愛さん  
10月14日生まれ / 箕町



らん  
白石 蘭さん  
10月17日生まれ / 新宿町



かい  
大森 權さん  
10月20日生まれ / 山下町



ふうか  
仲田 楓花さん  
10月30日生まれ / 木崎一町



ゆうり  
金田 裕理さん  
10月31日生まれ / 竹合町



## 満1歳のお子さんの写真大募集!!



1歳の記念にお子さんやお孫さんの写真を市報に掲載してみませんか?右下の QR コードを読み込んでスマートフォンで撮影した写真を送ってください。「市ホームページ」→「広報・広聴」→「広報」→「はじめての誕生日申し込み」からでも OK です。プリントした写真を持参や郵送していただくことも可能です。広報広聴課までお送りください。\*応募された写真は返却しませんのでご了承ください。

**対象** 市内に住所を有する令和3年 12月生まれのお子さん (12月号掲載分)

**メ 切** 11月10日 (木)

**必要事項** お子さんの氏名 (ふりがな)・性別・生年月日・住所、応募者 (保護者) の氏名、電話番号

**申・問** 広報広聴課 (内線 303・304)



表紙に  
よせて

9月21日に市内で「秋の全国交通安全運動」街頭キャンペーンが実施されました。太田警察署や太田地区交通安全協会、太田西山高校の生徒などが参加し、安全運転や反射材の着用を呼びかけました。夕暮れ時から夜間の外出は反射材を身に付けて、事故を未然に防ぎましょう!

常陸太田市ホームページ・SNS



ホームページ facebook Twitter YouTube

\*QRコードは(株)デンソーウェーブ登録商標です。