

茨城県広報紙

ひばり 6

2026

音声版
声の広報「ひばり」は
こちら▶



受け継がれる いばらきの花火

〈目次〉

- 特集1 自然と遊び、癒やされる^{リンネ}林音の夏!
- 特集2 野菜パワーで未来を変える健康投資
- 特集3 茨城よりみちさんぽ^{いたこ}Vol.6 ~水郷の街 潮来~
- 特集4 受け継がれるいばらきの花火
- 特集5 風水害に備えよう!

ワイドスターメイン「美しき世界」/大洗海上花火大会

県広報紙
「ひばり11月号」が
全国広報コンクールで
総務大臣賞などを受賞!



詳しくは
こちら

リニューアルで来園者増

自然と遊び、

癒やされる林音の夏!

ザ ボタニカル リゾート
～THE BOTANICAL RESORT 林音～

自然に触れ、体を動かし、おいしいものを味わう。
そんなぜいたくな時間が過ごせる場所がここにあります。
今回は「りんね・ぼうけんの森」を中心にその楽しみ方をご紹介します。
気軽に訪れて、心も体もリフレッシュしてみませんか。

〒県林政課 ☎029(301)4021



TOBIZARU(ツリーアドベンチャー)

自然が丸ごと遊び場になる！
りんね・ぼうけんの森

茨城県植物園と県民の森の一部
をリニューアルし、昨年11月にオープンした「ザ ボタニカルリゾート 林音」では、アクティビティが充実。

りんね・ぼうけんの森では、全長約150mのジップラインと、高さ約10mのツリーアドベンチャー「TOBIZARU」が人気のアクティビティ。森の中を駆け抜ける爽快感が味わえ、小学生から体験できるので親子での挑戦にもおすすめです。

次世代型ARシユエーティング「ジュラシックハンター」はお子様を中心に人気の体験型アクティビティです。先端にスマートフォンがついたジュラシックライフルを片手に、恐竜先生と一緒に森で自然や草食動物の生体を調査。まるで中生代の恐竜たちが現代にやって来たかのような臨場感とワクワク感が楽しめます。
アクティビティの受付場所でもある森のカルチャーセンターには、木のぬくもりを感じられる遊具や、小さなお子様が楽しめる無料の芝すべりもあります。



森のカルチャーセンターで、無料のソリを貸し出します。



TOBIZARU(ジップライン)



ジップラインを使ってツリーアドベンチャーエリアに向かいます!



TOBIZARU料金

1人3,850円(税込) 平日割引価格 2,750円(税込)

【宿泊者】1人3,300円(税込)

平日割引価格 2,200円(税込)



ジュラシックハンター料金

1人1,320円(税込)

【宿泊者】1人1,100円(税込)

アクティビティ予約はこちら▶



その他のおすすめ
スポットをご紹介します!



愛犬ものびのび!
ドッグラン

園内はリード着用で散策いただけます。さらに熱帯植物館の裏には広々とした無料のドッグランもあり、足洗い場や飲み水も設置しているため、遊んだ後のケアも安心です。

※10kg以下の小型犬・25kg以下の中型犬(生後6か月以上)が入園可能です。その他注意事項は当ホームページをご確認ください。



バナラを五感で
堪能するカフェ

熱帯植物に囲まれた空間で、ゆったりとした時間を過ごせるバナラドームカフェ。バナラの香りに包まれながら、クレープやソフトクリーム、ドリンクなどをお楽しみいただけます。たくさん遊んだ後のひと休みにもぴったりです。



温泉&サウナ
「りんねの湯」

アクティビティで体を動かした後は、りんねの湯へ。天然温泉やハーブ湯が、疲れた体を癒やします。館内には男女共用サウナやブックラウンジ、キッズスペースやマッサージチェアも完備。家族全員で楽しむことができます。



森のカルチャーセンター

アクティビティはここで受付。
トイレやロッカー、飲み物の自動販売機もあるので、休憩場所としても大活躍。※アクティビティは予約制になります。



ザ ボタニカルリゾート 林音は、
1年を通して花や緑が彩る植物の楽園。
香り・音・光・風など、
自然の恵みを五感で感じる
体験型ボタニカルリゾート施設です。

茨城県
きのご博士館



自然と触れ合うひととき
~体験イベント開催中~

林音では日帰り・宿泊どちらのお客様も参加できるワークショップを開催しています。

イベント情報など詳しくはこちら▶



THE BOTANICAL RESORT

RINNE 林音

ザ ボタニカルリゾート 林音

- 住 那珂市戸4369-1 ☎029(212)6661
- 常磐自動車道 那珂ICから約10分
- JR水郡線「上菅谷駅」からタクシーで約10分
- JR常磐線「水戸駅」からタクシーで約30分
- ⑨9時~17時(※施設により異なります)

グランピング・コテージが選べる
宿泊プラン有り

大人15,950円~(1人/税込)
※1室2人利用時の料金、2食付き
滞在中は「りんねの湯」に入り放題
※曜日・時期により価格は変動



▲宿泊予約はこちら



手ぶらで気楽にBBQ

自然に囲まれた全天候型のBBQ施設で、本格的なBBQが手ぶらで楽しめるのが魅力。食材を自由に持ち込めるプランもあり、思い思いのBBQスタイルが楽しめます。

- 食材持ち込みプラン(施設利用料+機材) 1人1,650円(税込)
- 日帰りBBQプラン(食材+施設利用料+機材) 1人5,500円(税込)



野菜パワーで 未来を変える健康投資

「最近、血圧を測っていますか？」

本県は脳血管疾患や心筋梗塞などの循環器疾患による死亡率が高いことをご存じでしょうか。その大きな要因の一つが高血圧。高血圧は、生活習慣の見直しや適切な治療でリスクを下げられます。日頃の自分の健康を意識した行動「健康投資」を始めて、元気に過ごせる時間を増やしましょう。

茨城県健康推進課 029(301)3220

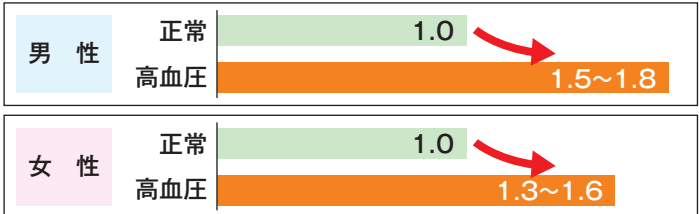
2020年都道府県別年齢調整死亡率(人口10万人対)

区分	男性		女性	
	全国	本県	全国	本県
脳血管疾患	93.8	116.9(44位)	56.4	71.5(43位)
急性心筋梗塞	32.5	54.2(44位)	14.0	23.0(41位)

出典:厚生労働省人口動態統計特殊報告

茨城県民は
循環器疾患による
死亡率が高い!

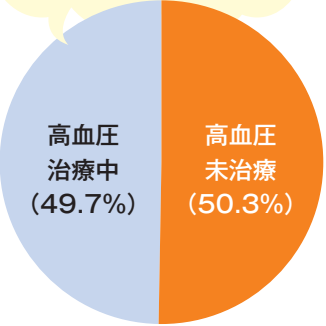
正常血圧の人の全循環器死亡を1.0としたときの死亡リスク



出典:健診受診者生命予後追跡調査事業報告書(2022年12月)

高血圧を放置すると循環器疾患の
死亡リスクが上がる!?

本県では、
特定健診で高血圧に
該当する人(*)のうち
半数以上の方が高血圧の
治療をしていません。



出典:KDB補完システムより抽出
※2023年度特定健診
(国民健康保険加入者)を対象

高血圧を治療しないからって、そこまで悪いことないでしょ?
別に、血圧が高いだけで、今の暮らしに支障ないし、いいでしょ?



と知っている方は、要注意!
- 高血圧を放置すると -
脳卒中や心不全などの循環器疾患での死亡率が上がる
認知症になるリスクが上がる
脳卒中や心不全になって一命をとりとめても、寝たきりになる可能性が上がる

蒸し鶏胸肉のネギだれ

一人当たり180kcal / 食塩相当量1.8g / 野菜96g



電子レンジだけで作れて手軽なのに、野菜もたんぱく質もとれてボリュームたっぷり! 鶏胸肉に香味野菜のたれをのせることでお肉がしっとり柔らかく、食べやすくなります。

・作り方・

- ①れんこんは、皮をむいて1cm幅の半月切りにする。鶏胸肉は1cm幅のそぎ切りにし、塩・こしょうを振っておく。
- ②長ねぎ・玉ねぎはみじん切りにし、軽くラップをしてレンジ(600W)で5分蒸し、鶏ガラだしとごま油であえてネギだれを作る。
- ③①のれんこんと鶏胸肉に軽くラップをして火が通るまでレンジ(600W)で8分蒸す。
- ④レタスとミニトマトは水で洗い、レタスは一口大にちぎっておく。
- ⑤皿にレタスとミニトマト、③を盛り付け、上から②をかける。
- ⑥大葉とミョウガを千切りにし、ネギだれの上のにせる。

・材料2人前・

- 鶏胸肉 160g
- 塩(ひとつまみ)
- こしょう(少々)
- 長ねぎ 40g (1/3本)
- 玉ねぎ 40g (中1/5個)
- 鶏ガラだし(粉末) (小さじ1強)
- ごま油(小さじ2)
- レタス 20g (1枚)
- れんこん 40g (1/5節)
- ミニトマト 40g (4個)
- 大葉 6g (8枚)
- ミョウガ 6g (1/2個)



ヘルシーメニューコンクールで受賞したレシピから2品を紹介!

おいしく健康投資をしよう

高血圧
対策を
実践!

3つのポイントを押さえて
プレゼントキャンペーン
に参加しよう!

1 日々の食事で「1日350g*の野菜」をとろう

高血圧予防には、塩分を体の外に出す働きのある「カリウム」を含む野菜の摂取が効果的。本県では、野菜を1日350g食べる「いばベジスタイル」を推進しています。県民の平均摂取量は約260g。いつもの食事^{プラス}に「+1皿(約90g)」野菜をとることで目標達成です。

*国の目標:野菜摂取量1日350g



2 血圧を測定する習慣をつけよう

血圧は、年齢とともに高くなりやすいもの。だからこそ、日頃から血圧を測り、自分の数値や変化を知ることが大切です。「気づくこと」が、高血圧対策のスタートになります。

3 高血圧診断基準*を超えた場合は治療を受けよう

血圧が診断基準を超えている場合は、医療機関を受診し、適切な治療を受けましょう。高血圧は、治療をすれば改善することができる病気です。放置せず、医師に相談することが大切です。

*高血圧の診断基準:収縮期血圧(上)140mmHg以上または拡張期血圧(下)90mmHg以上

降圧剤処方 プレゼント!

応募期間中に、処方された降圧剤の調剤明細書の写真を撮って、応募フォームから送信

血圧測定で プレゼント!

応募期間中に、自宅やドラッグストアなどで1日1回、計5回分の血圧を計測し、応募フォームから入力

野菜を買ったら プレゼント!

応募期間中に、県内の食料品店で生野菜やカット野菜、冷凍野菜、野菜サラダを購入し、購入したレシートを撮って、応募フォームから送信

第1弾 6/1(月)▶7/31(金) [抽選結果発表8月上旬]

第2弾 8/1(土)▶9/30(水) [抽選結果発表10月上旬]

応募するほど
当選確率
UP!

野菜購入/血圧測定/降圧剤処方 3つのキャンペーンで
応募回数20回以上で当選確率2倍!
応募回数30回以上でさらに特別賞
が当たるチャンス! 詳しくはこちら▶



公式
アプリユーザーは応募で
アプリポイント
GET!

県公式健康推進アプリ
元気アップ!りいばらき
ダウンロードはこちら▶



野菜たっぷり
メニューが食べられる
「いばベジスタイル
指定店」を
紹介しています!



いばらき
ブランド肉・
野菜などが
当たる!



動画も
チェック!



・材料2人前・

- 鶏もも肉(皮なし) 120g
- 料理酒(大さじ1弱)
- 味噌(小さじ1)
- 厚揚げ豆腐100g(1/3丁)
- みりん(小さじ2強)
- 糸とうがらし(少々)
- ピーマン70g(2個)
- 濃口しょうゆ(小さじ2強)
- 大豆油(大さじ1/2)
- なす100g(2個)
- 砂糖(大さじ1強)

野菜と豆腐の 肉味噌炒め

一人当たり259kcal / 食塩相当量1.1g / 野菜85g

野菜と豆腐をたっぷり使った、食べ応えのある肉味噌炒めです。味噌のコクとうま味が食材によく絡み、ご飯が進む一品です。

・作り方・

- ①ピーマンを半分に切り、種を取って乱切りにする。なすはへたを取り除き、乱切りにする。鶏もも肉は一口大、厚揚げは4等分に切る。
- ②ボウルに調味料を全て入れ、混ぜ合わせておく。
- ③熱したフライパンに油をひき、鶏もも肉を炒め、肉に火が通ったら、なすと厚揚げを加えてさらに炒める。
- ④ピーマンを加えてしんなりするまで炒めたら、②の合わせ調味料を加えて絡める。
- ⑤器に盛り、糸とうがらしをのせる。



第75回 水郷潮来あやめまつり

園内いっばいに咲き誇る約500種100万株のあやめ(花菖蒲)をお楽しみください。

[開催期間]~6月21日(日) [会場]水郷潮来あやめ園
潮来市あやめ1-5 潮来市観光商工課 ☎0299(63)1111

茨城
よりみちさんぽ

VOL. 6

水郷の街
潮来

水郷潮来あやめ園

あやめの見頃は6月上旬頃。園内には、紫、黄、白の色とりの花々が咲き誇ります。また、あやめまつりの時期には、園内やその周辺でイベントが多数開催され、市内がにぎわいます。

夜は幻想的な雰囲気に!

ライトアップされた園内で宵を楽しむ

昼とは違った幻想的なあやめを見ることができます。橋のライトアップも行っており、川面に反射する優しい光や静かな園内は、癒やしの場となっています。

時 18時30分~22時



水郷潮来あやめ園周辺図



▲イベントや駐車場について詳しくはこちら



ろ舟遊覧

昔ながらの手こぎのろ舟で、前川を遊覧してみませんか。櫓をこぐ音と、船頭さんが語る前川の昔話に耳を傾け、水郷情緒を味わいましょう。

また、あやめまつり期間中の水・土・日には嫁入り舟が運行しています。美しい花嫁さんの姿に、見ている人にも幸せがやってくるそうです。

※あやめまつりの期間中は、水郷潮来あやめ園発着

水郷潮来あやめ園から車で約10分



まこもラー油が味の決め手!
「豆乳担々フォー」

人気商品
「まこもジェラート」

お土産を買うならここ!

道の駅いたこ

焼き立てのどら焼きや手作り総菜、新鮮野菜などおいしいものがたくさんそろいます。



潮来市前川1326-1
☎0299(67)1161
時 9時~19時(年中無休)

県内のすてきなスポットを紹介する「茨城よりみちさんぽ」。
今回は、水郷の街・潮来市をご紹介します。三方を水辺に囲まれ、古くから水運の要衝として盛えた潮来市。爽やかな初夏を彩るあやめや、歴史情緒あふれる街並みをお楽しみください。

よりみち
さんぽ+(PLUS)



動画で魅力を
さらにお伝えします

櫓を使う手こぎ舟のことを「ろ舟」といい、潮来周辺では「サツパ舟」とも呼ばれています。昔は水路が道路の代わりで、ろ舟は水の上の自家用車のような存在でした。

☎(株)いたこまちづくり観光事業部
☎0299(94)2800
料 大人1,300円、小学生700円
時 9時~17時(最終受付16時30分)

潮来市を代表する特産品“まこも”ってなに?

草丈が1.5mから2mほどになるイネ科の植物で、茎の根元の膨らんだ部分は「マコモタケ」と呼ばれています。中華料理の高級食材としても使われており、アスパラとたけのこを合わせたような食感です。若葉を粉末にして混ぜ込んだスイーツやジェラートも人気!



今年の花火を楽しむ前に知っておきたい

きれいだけ
じゃない!

受け継がれる いばらきの花火

夏の訪れとともに、県内各地で始まる花火大会。

その一つ一つに、世界に誇る技術と、長い歴史に培われた職人の思いが込められています。

受け継がれる茨城の花火の魅力を知り、県内の花火大会へ足を運んでみませんか。

県生活文化課 ☎029(301)2824

競う花火



花火大会はいつから始まった?

日本で鑑賞用の花火が登場し、庶民の間で広く楽しまれるようになったのは江戸時代です。明治時代に入ると、薬品の輸入により花火の技術は飛躍的な進歩を遂げました。

茨城県では、明治39年に千波湖で行われた沼開き花火が「水戸偕楽園花火大会」の始まりとされています。また、大正14年に神龍寺の住職が霞ヶ浦の湖畔で打ち上げた花火が「土浦全国花火競技大会」に発展しました。

明治・大正期から続く花火文化が、現在の「茨城の花火」を支えています。

直径約30cmの花火玉は、
上空約300mまで打ち上がり
直径約300mに
開花します



国内最高峰の競技花火大会の一つ 「土浦全国花火競技大会」

毎年11月に開催される、日本を代表する花火競技大会。全国から花火師が集い、「スターマイン」「10号玉」「創造花火」の各部門で、技を競い合います。最高賞として内閣総理大臣賞が授与されるのは、土浦と大曲(秋田県)の競技大会だけで、ここでの優勝は、花火師にとって最高の栄誉とされており、茨城が「花火王国」と呼ばれる理由の一つです。

全国屈指の花火業者

県内には、「野村花火工業」や「山崎煙火製造所」など、日本を代表する花火業者が拠点を構えています。

全国の花火競技大会で数々の受賞歴を重ね、その高い技術力と表現力はいずれも全国トップクラス。花火文化を支える存在として、国内外から高い評価を受けています。

伝統芸能としての花火

茨城では、全国的に有名な競技花火に加え、物語を演じる「仕掛け花火」も受け継がれています。

その代表が、つくばみらい市に伝わる「綱火」です。400年以上の歴史を持つ独自の伝統的な仕掛け花火で、昭和51年に国の重要無形民俗文化財に指定されています。

綱火とは、仕掛け花火とお囃子に合わせながら、空中に張りめぐらせた綱でからくり人形を操り、空中人形芝居を演じる伝統民俗芸能です。つくばみらい市には、小張松下流と高岡流の二つの流派が伝えられています。

物語を演じる花火



◀小張松下流
8月下旬に火難よけ・五穀豊穡を祈願し小張愛宕神社に奉納



高岡流▶
8月23日に火難・病難よけ・家内安全・五穀豊穡を祈願し高岡愛宕神社に奉納

パスポートの手数料が引き下げられます

7月1日の申請受理分からパスポートの手数料が改定されます。18歳以上の10年用パスポートは窓口申請9,300円・電子申請8,900円に、18歳未満の5年用パスポートは窓口申請4,800円・電子申請4,400円に引き下げられます。7月中は申請が集中し、交付までの日数が通常よりかかる可能性がありますので、渡航予定日から1カ月以上前を目安に十分な余裕をもって申請してください。

詳しくはこちら▶



県旅券室

☎029 (226) 5023

医療型短期入所の成人受け入れ開始

県立医療大学付属病院(阿見町)で実施している障害福祉サービス「医療型短期入所」について、小児に加え、新たに成人の受け入れを開始しました。ご家族の休養や私用のため自宅でのケアが難しい時など、病院の空きベッドを活用して一時的に入所が可能です。どうぞお気軽にお問い合わせください。

対象▶小学生以上18歳未満の重症心身障害児、18歳以上の重症心身障害者

利用条件など詳しくはこちら▶



県立医療大学付属病院

☎029 (888) 9212

ギャンブルがやめられない...

それは、意志が弱いのではなく「ギャンブル等依存症」という病気かもしれません。そのままギャンブルを続けていくと抜け出せず、さらに重い症状へ進んでしまいます。県精神保健福祉センターでは、ギャンブル等依存症についての個別相談や、第4月曜日にはご家族を対象に家族教室を開催しています。依存症は回復できます。ひとりで悩まず、家族で悩まず、まずはご相談ください。

詳しくはこちら▶



県精神保健福祉センター

☎029 (243) 2870

大麻の栽培は身近なところで

県内でも大麻栽培による検挙が相次いでいます。大麻の収益は犯罪グループの資金源となり、犯罪をさらに生み出します。青臭いにおいがする、窓に目張りがされている、大きな荷物を持った人が頻繁に出入りしているなど不審な家や部屋がありましたら、下記までご連絡ください。



県警察本部組織犯罪対策第二課

☎029(301)0110 または #9110

経済センサス-活動調査にご協力ください

現在、企業・事業所を対象とした調査である「経済センサス-活動調査」を実施しています。回答がお済みでない場合には調査員が訪問することがありますので、ご協力をお願いします。※調査員は必ず「調査員証」を身に着けています



調査員証見本

詳しくはこちら▶



県統計課

☎029 (301) 2656

令和8年全国広報コンクールで 県広報紙「ひばり11月号」が 総務大臣賞などを受賞



受賞した2025年11月号

地方自治体などの各種広報作品を審査し表彰する「全国広報コンクール」で、本紙が、「広報紙 都道府県・政令都市部門」において総務大臣賞(特選)およびBSよしもと賞に選ばれました。当コンクールで茨城県が受賞するのは初めてです。

講評など詳しくはこちら▶



県広報広聴課

☎029 (301) 2128



森林湖沼環境税について

県では、森林や湖沼・河川を県民共有の財産として良好な状態で次世代に引き継ぐため、「森林湖沼環境税」を導入しています。皆さんに納めていただいた税は、森林の保全・整備や湖沼・河川の水質保全に活用しています。

県税務課(税の仕組み)

☎029 (301) 2418

県林政課森づくり推進室(森林)

☎029 (301) 4021

県環境対策課水環境室(湖沼・河川)

☎029 (301) 2968



詳しくはこちら▶

【活用事例】

森林の保全・整備



人工林伐採後の再造林



建築物の木造化・木質化

湖沼・河川の水質保全



高度処理型浄化槽の設置



湖上体験スクール

【茨城県内全域で販売・施工対応】

給湯器交換専門店

機種により補助金対象の製品がございます。

ガス給湯器 (24号壁掛エコジョーズ) 165,000円 ▶	石油給湯器 (貯湯式4万キロオート) 190,000円 ▶	エコキュート (370L・角型フルオート) 329,000円 ▶
--	---	--

交換工事・既存品撤去処分・消費税 全て“コミコミ価格!!”

給湯器交換専門店
株式会社ほまれ ☎0120-02-9010
茨城県つくば市吉沼1297 フリーダイヤル受付 6時~20時
TEL029-869-9567 FAX029-869-9568 E-mail: info@homare-h.jp
https://kyuto-homare.com/ つくば ほまれ 検索

皆さんの「困った」にお応えします **見積・相談無料** 広告

どんなことでもお気軽にご相談ください

片付け作業	家財買取	ゴミ屋敷・ゴミ部屋	引越しゴミ引越	解体工事
遺品整理・生前整理	特殊清掃	墓じまい	ハウスクリーニング	リフォーム

草刈り・伐採・剪定・害虫駆除 便利屋(生活代行サービス)

0120-915-816 秘密厳守

365日休まず営業中/7:30~20:00 時間外対応可能・要相談 万が一の時に 損保ジャパン 賠償責任保険加入

総環境サービス合同会社 〒309-1701 茨城県笠間市小原4514-3
【つくば店】茨城県つくば市吾妻1-5-7 グайフイロネットホテルつくばビル2F

【建設業許可】許可番号:茨城県知事許可(般-05)第36280号 【産業廃棄物収集運搬業許可】茨城県許可番号:第00801193162号
【一般廃棄物収集運搬業許可】笠間市許可番号:笠間市第59号 【古物商許可】茨城県公安委員会許可番号:第410200011357号
【有資格者名簿】解体工事施工士・一般建築物石綿含有建材調査者・ハウスクリーニング士・土壌整理士・事件現場特殊清掃士

そのワイヤレス機器、電波トラブル起こしてるかも!?

電波は暮らしの中で欠かせない大切なものです。電波のルールをみんなで守り、正しく使しましょう。

総務省関東総合通信局 不法無線局による混信・妨害について☎03(6238)1939/テレビ・ラジオの受信障害について☎03(6238)1945



県からのお知らせ

問……問い合わせ先

5月19日現在の情報です。
変更になる可能性がありますので、ホームページなどでご確認ください。

募集

令和8年度県障害者スポーツ大会 「団体競技・レクリエーション競技」

参加者募集

申込期間▶6月1日(月)~7月8日(水)

日程や実施競技、申込先などの詳細は、
県障害福祉課ホームページをご確認ください。

詳しくはこちら▶



県障害者スポーツ文化協会
☎029(301)3375

令和9年度県立農業大学校入学生募集

実践的な農業を学ぶなら当校へ。高度な生産技術や経営知識を習得し、専門士の学位を取得できます。

●オープンキャンパス日程

キャンパス	学校説明会	体験入学会
長岡	6月 6日(土)	7月30日(木)
岩井	6月13日(土)	7月31日(金)

詳しくはこちら▶



県立農業大学校
☎029(292)0010

スポーツフェスティバルに 参加してみませんか

笠松運動公園にて幅広い年代を対象に、
スポーツフェスティバルを開催しています。
※要事前申込・参加費無料

競技種目▶陸上競技、テニス、ソフトバレーボール、ジュニア(ソフトボール・バドミントン・卓球)、ママさんバレーボールなど
開催日▶5・6・7・9・10月の第3日曜日
※10月はファイナルデーとして
各種イベント開催予定

詳しくはこちら▶



笠松運動公園 ☎029(202)0808
県保健体育課 ☎029(301)5344

就職フェア開催(大学卒業予定者向け)

県内企業を集めて面接や企業説明を行うチャレンジいばらき就職フェアを開催します。 ※要事前申込・参加費無料

開催日・会場▶

6月 21日(日) つくば国際会議場
7月 6日(月) ホテルレイクビュー水戸
時間▶(午前の部)10時40分~12時40分
(午後の部)14時~16時

詳しくはこちら▶



県労働政策課
☎029(301)3645

いばらきフードドライブキャンペーン 食品集中募集期間6/1~6/30

県内各所で一斉に食品の寄付を募集します。集められた食品は、支援団体を通じて食品を必要とする方へ届けられます。家庭や職場で使い切れない食品を、ぜひお近くのフードドライブ会場にお持ち寄りください。

受入機関▶各市町村・社会福祉協議会、NPO法人フードバンク茨城、スーパーマーケット・コンビニエンスストアなど

受入場所 受け入れられる食品の種類など詳しくはこちら▶



県環境政策課
☎029(301)2933

案内

6月は不法投棄防止強調月間です

産業廃棄物の不法投棄や不適正な残土処分撲滅に向けて、ヘリコプター・車両による監視を集中的に実施します。不法投棄や野焼きなどを見つけた際は、スマートフォンアプリ「ピリカ」または「不法投棄110番」からの通報にご協力をお願いします。

【不法投棄110番】☎0120(536)380
※受付時間:平日8時30分~17時15分
受付時間外は、最寄りの警察署まで

スマートフォンアプリ「ピリカ」ダウンロードはこちら▶



県廃棄物規制課 ☎029(301)3035

保健所でHIV(エイズ)検査を 6/1~6/7はHIV検査普及週間

エイズは、HIVというウイルスに感染し、免疫力が低下して病気を発症した状態をいいます。エイズの予防には、早期発見・治療することが重要です。保健所では検査が無料・匿名で受けられますので、心配な方は検査を受けてみませんか?まずは最寄りの保健所にお問い合わせください。



詳しくはこちら▶



県疾病対策課
☎029(301)3233

「あなたらしさが、社会のチカラ」 6/23~6/29は男女共同参画週間

男女が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」の実現を目指しています。この機会に私たちの周りの「男女のパートナーシップ」について考えてみませんか?



内閣府 男女共同参画週間について▶

県多様性社会推進課
☎029(301)2178



県立図書館 知の探究セミナー 「良い眼悪い眼」中高年の目の病気

目の病気は、眼鏡で矯正できる屈折異常とその他の疾患があります。眼科の専門医を講師に迎え、基礎知識や代表的疾患の症状・原因・治療法などを解説します。
※入場無料

日時▶6月13日(土) 14時~16時
場所▶2階 視聴覚ホール

詳しくはこちら▶



県立図書館(水戸市)
☎029(221)5569

1日、8日、15日、22日、29日~30日

もしもの時も、この子を守りたい

飼い主様のご事情と一緒に暮らせなくなった猫ちゃんを
安心・安全な環境で一生お預かりいたします

- ・見学・事前相談に対応しております
- ・鉾田市安塚の猫終生飼育施設

ご不安なこと心配なこと、まずは、ご相談ください。

犬猫プラネットの猫プラネット
TEL: 080-3497-3846

株式会社犬猫プラネット
藤井恵美子

茨城県鉾田市安塚1721-12,13
譲受飼養業: 茨城県第1758号
登録年月: 平成26年9月9日

有効期限の末日: 令和11年9月8日
動物取扱者: 藤井恵美子

※野良猫の保護・登録は行ってありません。ご了承ください。



広告
カワイ・ヤマハ他

ピアノ 管楽器 高価買取!!

現金支払! 査定運賃無料!

ヤマハ音楽教室 幼児科・ピアノ科 生徒募集

お問い合わせは0120-27-0411まで! お電話にて買取査定を依頼。お気軽にご相談下さい。電子ピアノもご相談下さい。

ヤマハピアノプラザ 0120-27-0411 (株)クシダピアノ社 日上市幸町1-7-10



美術館・博物館 6月の企画展情報

※5月19日現在の情報です。
詳細は各施設ホームページでご確認ください。

県近代美術館 (水戸市)

☎029(243)5111
休 1日、8日、15日、22日、29日



企画展「富山県水墨美術館コレクション 水墨画を楽しむ
7つのとびら - 富岡鉄斎、竹内栖鳳、横山大観から加山又造へ」
一般1,240円、満70歳以上620円、
高校生980円、小・中生550円

富岡鉄斎《四幅図》1900年以降
富山県水墨美術館蔵

6/21(日)まで

県立歴史館 (水戸市)

☎029(225)4425
休 1日、8日、15日、22~30日
※6月6日(土)、7日(日)は無料



昔のくらし
一般390円、満70歳以上200円、
高校生以下無料

ちよっと昔のくらし
(戦後~昭和後期ごろ) 6/7(日)まで

※企画展「いきもののかたち
- 一橋徳川家資料のどうぶつたち -」も同期間に開催中

ミュージアムパーク県自然博物館 (坂東市)

☎0297(38)2000
休 1日、8日、9日、15日~19日、
22日、29日 ※6月5日(金)は無料



第94回企画展
「鳥の世界へようこそ!- 知れば 知るほど おもしろい -」
一般850円、満70歳以上420円、高校生 520円、
小・中生170円

6/7(日)まで



県天心記念五浦美術館 (茨城県)

☎0293(46)5311
休 1日、8日、15日、22日、29日



企画展「関影商事コレクション
斎藤清のバリ そして日本」
一般820円、満70歳以上410円、
高校生590円、小・中生360円

斎藤清《梅雨 鎌倉》1985年
関影商事コレクション©Hisako Watanabe

7/12(日)まで

県つくば美術館(つくば市)
第3回土曜講座 ※無料・定員80人
6月13日(土)13時30分~15時
企画展の見どころを紹介
☎029(856)3711

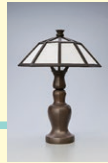


県陶芸美術館 (笠間市)

☎0296(70)0011
休 1日、8日、15日、22日、29日



吉田璋也(デザイン)
虎尾政次
伸縮式中折傘電気スタンド
1932年(鳥取県美術館蔵)



企画展「吉田璋也のデザイン
- 新作芸術運動がめざした未来」
一般950円、満70歳以上470円、
高校生710円、小・中生360円

6/21(日)まで

※全館共通 身体障害者手帳などをお持ちの方と付き添いの方1人入場無料

お出かけ情報



学んで、遊んで、楽しんじゃおう! 歴史館まつり

展示室の無料公開や歴史館ならではの体験・ワークショップなど、子どもから大人まで楽しめるさまざまな催しが満載のイベント。この機会に、ぜひ歴史館へお出かけください。

※入館無料

☎ 6月6日(土)、7日(日)
10時30分~15時
開 県立歴史館 ☎029(225)4425

詳しくは
こちら▶



国営ひたち海浜公園 オオウメガサソウ ガイドツアー

「森の妖精」とも呼ばれる希少な植物「オオウメガサソウ」の期間限定観察会を開催します。普段入れない保護区で、可憐なピンクの花を間近で楽しめる貴重な機会です。



☎ 6月4日(木)~7日(日)
平日①10時~②11時~
土日①10時~②10時45分~③11時30分~④12時15分~

※各回20名、小雨決行、要事前申込
受付 ひたちなか自然の森 観察池あずまや
開 ひたち公園管理センター(ひたちなか市)
☎029(265)9001

詳しくは
こちら▶



広告

— 老後の生き方セミナー —

親族に頼らず生きていく選択

- 元気なうちに老い支度や終活をしておきたい
- 亡くなった後のことをお願いできる人がほしい
- これからの人生で身内に迷惑・負担をかけたくない

※当会は、家族・親族の役割を担う支援を行っている団体です。日々の支援活動から事例をもとに、どなたにも役立つ老後に必要な事をわかりやすくお伝えします!

鹿嶋 6/25(木) 高正 U&I センターホール
(鹿嶋勤労文化会館) 研修室 1/1F

つくば 6/26(金) 市民ホールやたべ
大会議室 1/2F

水戸 7/1(水) 茨城県立青少年会館
中研修室 1/2F

受付 13:30~ 時間 14:00~16:00
■ 資料代 / 300円 ■ 講師 / 代表理事 石巻美智也

先着
名15名

NPO法人 日本よりそい家族会

本 部 / 長野県上田市中央西2丁目6-7 グリーンビル1-2
水戸支所 / 水戸市泉町 2-2-33 支所 / 長野・松本・高崎・宇都宮

【要予約】0120-12-8851
平日 10:00 ~ 17:00

風水害に備えよう!

県防災・危機管理課
☎029(301)2885



台風や集中豪雨などによる水害は、全国で毎年のように発生しています。災害時に自分や大切な人の命を守るため、避難のタイミングや方法を整理しておきましょう。

1. ハザードマップを確認しよう



洪水や土砂災害の危険があるエリアや、指定避難所の場所などが示された地図のこと。
お住まいの市町村のハザードマップで、自宅やよく行く場所(学校・職場など)の災害リスクを確認しましょう。

ハザードマップ
ポータルサイト▶



全国のハザードマップを
まとめて閲覧できます。

2. 避難するタイミングを確認しよう

今年5月29日から、気象の警報などが大きく変わりました!

災害の
危険度に応じて、
5段階のレベルで
発表されるよう
になりました!

- 避難に時間のかかる人(高齢者、障害者、乳幼児連れの人など)
…「レベル3 警報」<高齢者等避難>で早めに危険な場所から避難しましょう。
- それ以外の人…「レベル4 危険警報」<避難指示>で危険な場所から避難しましょう。

県公式LINE▶



「茨城県庁」をLINEで
友だち追加すると、気象
情報や避難情報をまとめて確認
できます。

危険度 ↑ 大 小	河川氾濫	大雨	土砂災害	高潮	住民がとるべき行動
	レベル5 氾濫特別警報	レベル5 大雨特別警報	レベル5 土砂災害特別警報	レベル5 高潮特別警報	〈緊急安全確保〉 命の危険 直ちに安全確保! ※レベル5になってからでは「逃げ遅れ」になるリスク大!
	----- レベル4までに危険な場所から必ず避難 -----				
	レベル4 氾濫危険警報	レベル4 大雨危険警報	レベル4 土砂災害危険警報	レベル4 高潮危険警報	〈避難指示〉 危険な場所から全員避難する
	レベル3 氾濫警報	レベル3 大雨警報	レベル3 土砂災害警報	レベル3 高潮警報	〈高齢者等避難〉 避難に時間のかかる人とその支援者は避難する (高齢者、障害者、乳幼児連れの人 など)
レベル2 氾濫注意報	レベル2 大雨注意報	レベル2 土砂災害注意報	レベル2 高潮注意報	● テレビやラジオで気象情報(台風情報)を確認する ● 避難先、移動手段、移動時間を再確認する ● 避難するときに持っていくものを確認する ● 避難しやすい服装に着替える	
レベル1	早期注意情報				

災害の恐れがあるときは、お住まいの市町村からの情報を確認しましょう!

市町村によっては、「レベル2 注意報」で「高齢者等避難」を発令したり、「レベル3 警報」で「避難指示」を発令したりする場合があります。

3. マイ・タイムラインを作成しよう



災害時の個人の避難行動計画(スケジュール表)のこと。
マイ・タイムラインを作り、災害時に「いつ」「何をするか」を決めておくことで、いざという時も安心して避難できます。
逃げ遅れを防ぐために、今から準備しておきましょう!

WEB版マイ・
タイムラインを作ろう▶



パソコンやスマートフォンで
マイ・タイムラインを作成できます。

「耳で聴くハザードマップ」を活用ください

県では、ハザードマップの情報を多言語や音声で確認できる「耳で聴くハザードマップ」を導入しました。現在地の洪水や土砂災害などの災害リスク、最寄りの避難場所などが確認できますので、ぜひご活用ください。

利用には「Uni-Voice」または「Uni-Voice Blind」アプリが必要となりますので、ページ下部のQRコードからダウンロードしてください。



Uni-Voice
(iOS)



Uni-Voice
(Android)



Uni-Voice Blind
(視覚障害者向け)
(iOS)



Uni-Voice Blind
(視覚障害者向け)
(Android)

知事コラム vol.79

Where there's a will, there's a way.
～ 意志あるところに道は開ける ～

秩序ある共生社会の実現に向けて

急激な人口減少社会を乗り越え、本県が力強く発展していくためには、外国人を含めた多様な人材が活躍し、生産性を高めることが不可欠です。本県の在留外国人は毎年1万人規模で増加し、現在は10万人を超えています。一方で、生活習慣の違いによるトラブルや、県民の間に生じている外国人に関する不安の解消も重要であり、茨城県市長会・町村会からも、現場の混乱を防ぐための体制整備を求める要望をいただいています。日本人と外国人が地域社会の一員として共に暮らし、支え合うための環境づくりは喫緊の課題と考えます。

こうした現場の声に応え、県では生活面に密着した支援を強化しています。まず、言葉の壁による不安を取り除くため、母語で相談に応じる「IBARAKIネイティブコミュニケーションサポーター」を今年1月に17人増員し、104人体制としました。また、急病時でも安心して受診できるよう、遠隔医療通訳サービスを提供するほ

か、今年度から、日本の生活習慣やルールの啓発を行う巡回啓発員を新たに配置し、宗教施設や外国食材店などを訪問して、ゴミ出しのルール周知などにも取り組んでいます。

さらに、教育現場では、外国人児童生徒数が直近5年間で約3千人から5千人に増え、日本語指導が必要な児童生徒数は過去最多となっています。こうした子どもたちが安心して学べるよう、市町村立小中学校や県立高等学校への日本語支援員を大幅に増員するなど、言葉の指導のみならず、学校生活や授業理解の支援体制の強化を進めています。

今後も、外国人の皆さんが地域に溶け込み、共に支え合う秩序ある共生社会の実現に向け、あらゆる対策を強力に推進してまいります。

茨城県知事 大井川 和彦



IBARAKIネイティブコミュニケーションサポーター認定式の様子

誇れる
HOKORERU IBARAKI
いばらき

全国初

地球観測衛星を活用した河川堤防管理で、 県民の皆さんの暮らしを水害から守ります。

☎029(301)4490 ▲動画もチェック

11ページの特集「風水害に備えよう!」では、風水害への備えをご紹介しましたが、水害を未然に防ぐためには堤防の管理が重要です。本県では全国の自治体で初めて、地球観測衛星を使って河川堤防の沈下量を把握する新しい調査方法を導入しました。これからもこのような新しい技術を積極的に活用し、県民の皆さんの安心・安全の確保に努めます。

1 堤防の小さな変化に早く気付ける!

土で造られている堤防は長い年月をかけて少しずつ沈下していく上に、場所によって沈下するスピードも異なるため、堤防の小さな変化の発見は困難でした。この新しい調査では、目視では分かりにくい経年的な変化も把握でき、被害を未然に防ぐ対策に生かされています。

2 調査期間とコストを大幅にカット!

県内の調査が必要な堤防は、なんと約720km。従来は調査に10年程度かかるとされていましたが、新しい調査手法により、**4年程度に短縮。コストも約9割削減**することができ、効率的な堤防管理を実現しています。

ひばりクロスワードパズル

正解者の中から抽選で**10人**の方に、すてきな県産品などが当たります。 **今月号はこれ!**

潮来のまこも あじわい3点セット

潮来市の特産品・まこも(マコモタケ)の魅力を存分に味わえる詰め合わせ。ピリ辛なうま味でご飯が進む食べるラー油やスパイシーなキーマカレー、優しい甘さのバウンドケーキをセットにしました。ぜひご賞味ください。

(内容)まこもたけの食べるラー油(1個)/まこもたけのキーマカレー風(1個)/まこもバウンドケーキ(1本)

圏道の駅いたこ ☎0299(67)1161

1	2	3	4
A			
	5		6
7			
8			10
		11	
			C
			B

答え	A	B	C	D
----	---	---	---	---

【タテのカギ】

2. 日常的によく起こり、特に珍しくない出来事。日常〇〇〇〇
3. 第75回水郷〇〇〇あやめまつり開催中です!(ヒント:6ページ)
4. 正式に決まるまでの一時的な状態のこと
6. アンデルセン童話で、見えない服を着たと信じて行進した主人公。「はだかの〇〇〇〇」
7. 水害から身を守るために「マイ・〇〇〇ライン」を作成しよう(ヒント:11ページ)
10. 豆乳を温めたとき、表面にできる膜状の食べ物

【ヨコのカギ】

1. 高血圧予防に効果的。日々の食事で「1日350gの〇〇〇」をとうろ(ヒント:5ページ)
5. 布を作るために、縦糸と横糸を交互に編む伝統的な作業
7. 石炭を採掘する場所
8. 今の状態を変えずに保ち続けること。現状〇〇
9. 水を沸かした後、飲みやすい温度まで冷ました飲み物
11. 話や出来事の中で、最も盛り上がるころ

〈応募方法〉

県ホームページ「ひばり6月号クロスワードパズル応募ページ」からご応募いただくか、はがきに①答え②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦ひばり6月号の感想をお書きの上、〒310-8555(住所不要)茨城県広報広聴課クロスワードパズル係へ(応募は1人1回まで)。

6月24日(水)締め切り(当日消印有効)

応募ページはこちら▶

●当選者の発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。●ご応募いただいた個人情報は、賞品の発送にのみ使用させていただきます。

●頂いたご感想は「ひばり」の紙面に掲載させていただくことがありますので、ご了承ください。