



小美玉
見つける。
みがく。
光をあてる。

シテイ
ダイヤモンド

もっと小美玉を語りたくなるマガジン



2026年
令和8年

2

contents

[特集] ハタチの想い	2-5
わだい	6-11
TOPICS	12-17
情報ガイド	18
4コマ小美玉暮らし	20



20th anniversary

小美玉市

市制施行20周年

想い



式典は和やかな雰囲気の中で進行し、終盤には二十歳のつどい実行委員会が企画したスライドショーを上映。中学校時代の思い出写真や恩師のメッセージ動画が流れ、写真と動画が移り変わるたび、歓声が上がりました。式典の最後には、二十歳代表が誓いの言葉を述べ、新たな一步を踏み出す節目の会を締めくくりました。

374名が笑顔の再会
1月11日、令和8年小美玉市二十歳のつどい（旧成人式）が小川文化センターアピオスで開催され、新たに二十歳を迎えた374名が参列しました。会場には、色とりどりの晴れ着やスーツに身を包んだ参加者とその家族が集まり、懐かしい友人と再会に笑顔を見せる姿や、当時の思い出を語り合う様子が見られました。

もっと小美玉を語りたくなるマガジン



今月の表紙



表紙は、二十歳のつどいに参加した中野カンナさん（左）、三浦奈々さん（右）。特集タイトルにちなんで振り返る姿を撮影しました。

本特集では、市制施行20周年を迎える小美玉市の歩みを年表で振り返るとともに、二十歳のつどいの参加者から寄せられた抱負や思い出を紹介します。



実行委員長あいさつ



はしもと
橋本 開斗さん

皆さんと共に二十歳の節目を迎えたことを、とても嬉しく思います。私たちがここまで成長してこられたのは、家族や先生方をはじめ、多くの方の支えがあったからです。改めて感謝の気持ちをお伝えします。今日の集いをきっかけに、これからは私たち自身が周りの人を支え、良い未来へ進んでいけるよう努力していきたいと思います。仲間と共に、明るい一步を踏み出しましょう。

二十歳の誓い

この先も季節がめぐるように、私たちの歩みも続いていきます。私たちの人生は、まっすぐな道ばかりではありません。時に迷い、立ち止まることもあります。それでも、心の根を深く張り、誰かを想うやさしさを忘れずに生きたい。支えられるだけでなく、支える人へ。与えられるだけでなく、与える人へ。そのような強い意志と覚悟を持ち、それぞれの未来を歩んでいくことを誓います。



おぎぬま
荻沼 劉さん



はたぢ
二十歳のみんなに聞きました！

わたしの未来

「二十歳のつどい」に参加した皆さんに、「わたしの未来」をテーマにお話を伺いました。「今後やりたいこと」や「目指していること」、「20年後の自分」、「こんな大人になりたい」など、それぞれが思い描く夢や目標を教えてくれました。ご協力いただいた二十歳の皆さん、ありがとうございました！



20年のまち × 二十歳のわたし

小美玉市の歩みを思い出とともに

今年3月、小美玉市は市制施行20周年を迎えます。小美玉市の20年の主な出来事を年表で振り返りながら、二十歳のつどい実行委員会の皆さんから寄せられた思い出を紹介します。

ダイヤモンドシティ
小美玉



載せきれなかった思い出エピソードをInstagramで紹介▲

- 小美玉市誕生（小川町・美野里町・玉里村が合併）
- アメリカ合衆国アビリン市と姉妹都市になる

- 鹿島鉄道鉾田線が廃線に



- 元気っ子幼稚園が開園

- かしてつバス専用道が開通（公設民営として全国初）
- 小美玉学校給食センターが運用開始

- 東日本大震災が発生
- 常磐道石岡・小美玉スマートインターチェンジが利用開始

- 小美玉温泉ことぶき（現：湯～GO!）がオープン

- 県立小川高校が閉校
- 市内循環バスの実証運行開始



- 大井戸湖岸公園が利用開始

- ダイヤモンドシティ・プロジェクトがスタート

- 小川南中学校が旧小川高校校舎に移転

- 第1回全国ヨーグルトサミット in 小美玉が開催

- 小川南小学校が開校
- 全国広報コンクール映像部門で動画「小美玉ヨーグルトストーリー」が日本一に

- JR羽鳥駅がリニューアル
- 小美玉市医療センターがリニューアル

- 玉里学園義務教育学校が開校
- よつば幼稚園が開園



- おみたま花火大会初開催

- おみたま大空マルシェ初開催
- シン・いばらきメシ「ダイヤモンドプラン」スイーツ部門グランプリ受賞
- 台湾新北市淡水区との友好交流覚書（MOU）締結
- 小美玉市農産物等ブランド「小美玉のめぐみ」誕生
- コスモス30歳

- やすらぎの里小川施設開館30周年

- 小美玉市市制施行20周年

2006



茨城空港が開港

幼い頃、祖父と茨城空港から飛行機が飛び立つ様子をよく見ていました。いつもアイスを買ってってくれて嬉しかった思い出があります。



2007

2009

2010

2011

2012

2013

2014

2016

2017

2018

2019

2020

2021

2022

2023

2024

2025

2026



空のえき そ・ら・ら がオープン

「そ・ら・ら」のお店のバイキングに家族で行っていました。新鮮な野菜が美味しかったです！



島田 菜々子さん



「乳製品で乾杯」を推進する条例が施行（全国初）

中学生の頃、給食で飲むヨーグルトが出た日にはみんなで乾杯をしてから給食を食べたことを鮮明に覚えています。すごく楽しい時間でした。



名塚 帆乃さん

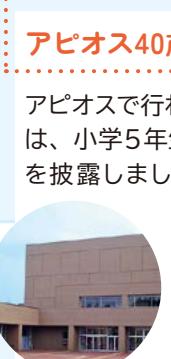
宮田防災公園が利用開始

放課後によく友達と遊んでいました。夏に親友と朝日を見たのも思い出に残っています。



小川北義務教育学校開校

母校の野田小学校は無くなってしまいましたが、小川北義務教育学校の図書室移動に携われたことが印象に残っています。



アピオス40歳、みの～れ20歳

アピオスで行われた音楽の集いで、小学5年生の時に金管バンドを披露しました。みの～れでは、幼稚園のお遊戯会で発表をしたり、小・中学校の芸術鑑賞会で演奏や作品を鑑賞しました。



久美 美愛さん

美野里点訳サークル「てんとうむし」が文部科学大臣表彰を受賞

美野里点訳サークル「てんとうむし」(前木場ヨシ子 代表、写真前列中央)が、文部科学大臣表彰を受賞しました。

「てんとうむし」は、点字への翻訳活動による視覚障がい者支援や、地元の学校での点字・アイマスク体験学習など啓発活動を中心に活動しています。これまで26年間に渡るボランティア活動の功績が認められ、今回の受賞となりました。代表の前木場さんは「これからも、読書の楽しさや文字をたどる喜びを伝える活動を続けていきたいです」と語りました。



問 小美玉市社会福祉協議会
☎ 0299-37-1551

地域安全マップコンクールで納場小学校児童が受賞

県警察本部、県教育委員会、県防犯協会が主催する地域安全マップコンクールで、納場小学校の児童4名が受賞しました。

▶茨城県教育委員会教育長賞



やましま えいたさん(4年)



やましま ゆうすけさん(2年)

▶奨励賞



おおののぶ はるきさん(4年)



おおののぶ ここはさん(2年)

問 防犯管理課 市民安全係 ☎ 0299-48-1111 (内線 1015・1016)

棚一枚でもお気軽にどうぞ!

株式会社 笹光建設

〒311-3416 茨城県小美玉市与沢253-37
TEL 0299-54-0618 FAX 0299-54-0421
www.sasamitsu.co.jp/

ささみつ 検索

新築/増改築/小さなリフォームなど

相続 遺言

不動産の名義変更
抵当権の抹消

相談料は頂いておりません

司法書士 市ノ澤事務所
☎ 0299-56-4333

茨城県石岡市鹿の子4丁目5番1号
茨城司法書士会所属 司法書士 市ノ澤 創

な
わ
だ
い

令和7年度 茨城県水産製品品評会 有限会社原田水産が農林水産大臣賞を受賞

(有)原田水産(原田 静男 取締役社長)が手掛ける「白魚佃煮 紅白」が、令和7年度茨城県水産製品品評会の霞ヶ浦北浦部門で農林水産大臣賞を受賞しました。

同製品は鮮度の良い霞ヶ浦産の白魚を、ワインを使用した特許製法を用いて炊き上げた佃煮です。着色料を使用せずに出した透明感のある淡い紅白が美しく、雑味のない誰にでも受け入れられやすい味に仕上げており、品評会で高く評価されました。

問 農政課 畜産係

☎ 0299-48-1111 (内線 1156・1157)



▶茨城県水産製品品評会

水産加工業者の生産及び技術改良意欲を増進し、本県水産加工業者の発展と水産製品の向上を図るため開催され、優れた製品が表彰されています。

小美玉市国際交流協会主催 ふれあいバドミントンで国際交流

12月14日、タスパ ジャパンミート パークで、市国際交流協会主催のふれあいバドミントンが開催され、参加した市民や外国人の皆さんとスポーツを通じて交流を深めました。

参加者は、積極的にさまざまな人とペアを組んだり、対戦したりしながら、にぎやかな雰囲気で楽しんでいました。バドミントンを通して自然とコミュニケーションが生まれ、笑顔あふれる国際交流の場になりました。

問 市民協働課 市民協働係

☎ 0299-48-1111 (内線 1134)



塗り替え・外装リフォーム専門店

外装ショールーム OPEN!

地域密着!!

創業 45年

石岡市の(有)中嶋塗装工業

石岡本社 石岡市半ノ木14159-5 ☎ 0299-57-1641 住宅診断・お見積り 無料

小美玉のショールーム 小美玉市羽鳥2727-11 ☎ 0299-57-2485 中嶋塗装工業 検索

MUSBELL

うちの子も 結婚 できました!

お気軽に ご連絡 ください

独身の お子様の 結婚相談

マル道マーク CMS取得 ムスベル株式会社

結婚相談所ムスベルつくば ☎ 0120-138-026

つくば市吾妻3丁目14-17 細田ビル2階

営業時間: 10時~19時 定休日: 第2・第4水曜日



な
わ
だ
い

青少年相談員の井坂 英二さんに茨城県功績者表彰

市青少年相談員の井坂 英二さん(西郷地)が、令和7年度茨城県功績者として表彰されました。井坂さんは青少年相談員として40年以上にわたり活動し、下校時間や祭事でのパトロールを続けてきました。長年にわたり青少年への声掛け・相談活動に取り組み、青少年を取り巻く環境の健全化に尽力してきた功績が認められ、今回の受賞となりました。

▶茨城県表彰

県勢の発展に著しい功績があった団体や人物を称える表彰。今年度は力士、プロゴルファー、写真作家、消防団長など50名18団体が受賞。



詳しくはこちら▶ 

問 生涯学習課 生涯学習係

☎ 0299-48-1111 (内線 2263)

第2回おみたま花火大会の花火師が表敬訪問

12月18日、第2回おみたま花火大会の花火打ち上げを行った(株)山崎煙火製造所の山崎 智弘代表取締役が市長のもとを訪れ、花火大会の開催結果を報告しました。

山崎代表は「事故無く実施することができてよかったです」と感想を語るとともに、「霞ヶ浦での湖上花火というロケーションを最大限に生かし『山崎煙火』の花火を堪能していただけたと思います」と話しました。

問 商工観光課 観光振興係

☎ 0299-48-1111 (内線 1162)



■第2回おみたま花火大会の様子はこれら

広報紙▶



ID 011995

YouTube▶



県西エリア不動産専門店

中古住宅 売却相談 無料査定

そのまま 買います!! 片付け不要

あきやの未来
株式会社レステコホーム 桜川店 桜川市鍬田 441
TEL.0296-71-5369
※どんなに古い空家でもご相談ください。

まとめてお届け

お弁当お届けします!

配達料無料!!

けんたくん

おかずのみ 540円~

健康管理食 けんたくん [石岡店] ☎ 0299-56-3008

な
わ
だ
い

小美玉フットボールアカデミーが 全国大会3年連続出場で初のベスト8入賞!

女子中学生によるサッカークラブ「小美玉フットボールアカデミー」が、高円宮妃杯JFA第30回全日本U-15女子サッカー選手権大会で活躍し、全国ベスト8に輝きました。3年連続3回目の出場を果たした全国大会の舞台で力を発揮し、過去最高の成績を残しました。

▶小美玉フットボールアカデミー

2013年に小美玉市で発足した、全寮型・週末宿泊型の女子中学生対象サッカークラブ。選手は寮生活を送りながら練習に打ち込んでいます。



詳しくはこちら▶



(左から)藤田監督、勝俣トレーナー、寺門 てらかど あやね (小川
かのふき 南中3年)、鹿野 吹主将(同3年)、島田市長

問 スポーツ推進課 スポーツ推進係

☎ 0299-48-1111 (内線2253)

スポーツ推進委員の青木 陽平さんに功労者表彰

市スポーツ推進委員の青木 陽平 委員長が、全国スポーツ推進委員連合功労者表彰を受賞しました。

青木さんは、平成5年に体育指導員(現スポーツ推進委員)になって以来、長年にわたり委員として研鑽を重ね、活動してきました。地域スポーツの普及振興に大きく貢献した功績が認められ、今回の受賞となりました。

▶スポーツ推進委員

市から委嘱され、スポーツ推進事業に関する調整、住民への実技指導、スポーツに関する指導・助言などを行っています。



問 スポーツ推進課 スポーツ推進係

☎ 0299-48-1111 (内線 2253)

高品質性能

大貫工務店は、間もなく創業100周年を迎えます。長い年月の中で培われた技術力・技能力・機動力を活かし、高性能な住まいをご提案します。



断熱等級
6
相当

耐震等級
3
相当

BEI値
0.8
以下相当

Ua値
0.46
以下相当

C値
0.5
以下相当



【笠原展示場】

〒310-0852 茨城県水戸市笠原町1157番4

TEL: 029-353-6740 FAX: 029-353-6741

【学園の森展示場】

〒305-0816 茨城県つくば市学園の森1丁目37-1

TEL: 029-875-8237 FAX: 029-875-8238



大貫ハウスHP

香りを飲む旅、木内酒造ウイスキー講座を開講

12月7日、14日に木内酒造ウイスキー講座を開講し、延べ29名の市民が参加しました。この講座は「小美玉市と木内酒造株式会社との包括連携に関する協定」の一環として初開催したもので、やすらぎの里小川で木内 敏之 社長がウイスキーづくりの講話を行ったほか、八郷蒸溜所の見学ツアーも開催しました。

木内酒造の創業以来の歴史紹介や八郷蒸溜所で生産しているウイスキーのテイスティング、試香体験を通して、ウイスキーの奥深さを知る講座となりました。

問 生涯学習課 生涯学習係

☎ 0299-48-1111 (内線 2264)



佐藤産業株式会社が災害対策資材を寄附

佐藤産業株式会社（佐藤 行延 代表取締役社長：写真左）から、災害対策などに役立ててほしいと、自社で製造しているクロスラムシート100枚の寄附をいただきました。

寄贈されたクロスラムシートは、軽量で耐久性、防水性、対候性に優れており、今後は災害時の資材保管や法面保護等に活用します。

問 防災管理課 危機管理係

☎ 0299-48-1111 (内線 1013)



茨城県指定児童発達支援・放課後等デイサービス

小美玉市初の児童発達支援センター OPEN!

こどもサークル 小美玉つなぐ園

保護者も参加できるイベントを開催しています♪

例えばこんなことが気になつたら…

- ✓ 発音が不明瞭
- ✓ 動きがぎこちない
- ✓ 落ち着きがなく、集中して遊べない
- ✓ 名前を呼んでも振り向かない
- ✓ 細かい作業・全身を動かすことが苦手

with 日本体育大学 親子体操教室

with 筑波大学 子育て相談会

with 産業アントレーズ サッカー教室

with 産業能率大学 ベアレンカフェ

with ユニバーサル野球大会

こどもサークルHPはこちら!

畠決算セール 3月末まで

畠工事一式

網戸張替

障子張替

襖張替

江戸時代
創業

相川畠店

石岡市旭台 1-15-1

☎ 0299-26-0669



私がお伺いします

ホームページ
石岡市相川畠店
で検索



歴史上の人物と古文書の関わりを読み解く 記念講演会「小川の香取大宮司家文書」を開催

12月14日、小川資料館テーマ展「光圀と楓軒がよんだ古文書」に関連した記念講演会を開催しました。飛田 英世 氏(茨城県立歴史館 資料調査専門員)を講師にお招きして、小川の香取大宮司家文書の特徴や、徳川光圀、大中臣清房、小宮山楓軒といった人物と小川の香取大宮司家文書の関わりなど、さまざまな視点でお話がありました。

参加者からは「歴史上の人物を身近に感じることができた」「かご字の意味がわかった」といった感想があり、講演会を通して歴史について改めて考える、またとない機会となりました。



問 小川図書館・資料館
☎ 0299-58-5828

明治安田生命保険相互会社つくば支社が寄附

明治安田生命保険相互会社つくば支社(砂永 一浩 関東北地域リレーション本部長)から310,800円の寄附をいただきました。

この寄附は、「人に一番やさしい生命保険会社へ」と経営理念を掲げる同社が、地域住民の豊かな暮らし・健康づくりに取り組む「地域の元気プロジェクト」の一環として実施し、小美玉市にゆかりがある従業員の皆さんからの募金と会社からの寄附を合わせたものです。いただいた寄附は成人保健事業などで進める健康づくりの財源として活用させていただきます。

問 健康増進課 健康支援係 ☎ 0299-48-0221 (内線 4001)



住民票をとるには？

引っ越しの手続き

小美玉市の魅力は？

元気？

ごみの出し方

観光の情報？

その問い合わせ、
AIおみたん
に
聞こう！

みんなの質問で
かしこくなるよ

質問はこちらから▶

無病息災と五穀豊穣を願って 小正月の伝統行事「ならせ餅」

小正月の伝統行事である、ならせ餅が市内の各施設に飾られました。ならせ餅は小正月の前日にあたる1月14日に、ナラやクヌギなどの木の枝に紅白の丸餅を刺して(ならせて)、今年1年の無病息災と五穀豊穣を祈願する行事です。市内では、美野里農作業受託組合(深作政市組合長)が市役所本庁に見上げるほど大きなならせ餅を飾ったほか、小美玉市薬草研究会が、市民の健康と農作物の豊作を祈って餅をつき、各施設の飾り付けを行いました。



問 農政課 農政係

☎ 0299-48-1111 (内線 1158)

生涯学習課 やすらぎの里小川

☎ 0299-58-4580



美野里農作業受託組合(市役所本庁ロビー)



小美玉市薬草研究会(小川総合支所、玉里総合支所、小川図書館、生涯学習センターコスモス、やすらぎの里小川)

市子ども会ジュニアリーダー研修会 仲間づくり自然体験キャンプを開催

子どもの自然体験活動の充実とジュニアリーダーの育成を目的に、子ども会ジュニアリーダー研修会を県立中央青年の家で開催しました。1泊2日の研修会には市内の小学4~6年生51名が参加したほか、市内で活動する「リーダーズ・クラブ・小美玉」や他市の高校生会のリーダーがサポート役として9名参加しました。

野外炊飯やキャンドルサービスなどの活動を通して、たくさんの経験をすることができ、他の学校の新しい仲間を作ることができました。

詳しくはこちら▶
ID 008191



問 生涯学習課 生涯学習係

☎ 0299-48-1111 (内線 2264)

スポーツを通して110名が交流 パラスポーツ・レクリエーション教室を開催

11月8日、タスパ ジャパンミート パーク体育館で、パラスポーツ・レクリエーション教室を開催しました。

教室には障がいの有無に関わらず、約110人が参加し、卓球バレー、ボッチャ、モルックなど5種類の競技に挑戦してスポーツの楽しさを体験しました。

参加者からは「みんなと交流できてすごく楽しかった」などの感想が寄せられました。今後も、誰もがお互いを尊重し、活発に交流できるような魅力ある教室にしていきます。



問 社会福祉課 障がい福祉係
☎ 0299-48-1111 (内線 3231 ~ 3234)

小美玉市人権講演会を開催 誰もが尊重し合える社会を考える機会に

12月7日、東京2020パラリンピック男子ゴールボール代表の山口 凌河さんを講師に迎え、小美玉市人権講演会を開催しました。

山口さんは、障がいを負った中学生当時のことを振り返り、困難に立ち向かうためのポジティブ思考や、障がい者の視点からの関わり方、共生社会に対する考え方などについて、ご自身の経験を踏まえて講演しました。

参加者からは、「出会いの素晴らしさを感じられた」「障がいがあっても前向きに生きる姿に感動した」などの感想が寄せられました。障がいの有無にかかわらず、互いを尊重し合い共生する社会について、改めて考える機会となりました。



「身近な人たちが以前と変わらずに接してくれたことに支えられてきた」と語る、講師の山口さん。

問 社会福祉課 社会福祉係
☎ 0299-48-1111 (内線 3225)

監査委員を選任しました

議会選出の監査委員に、長島 幸男 議員を選任しました。

■監査委員とは

監査委員は、市の財務管理や事業の経営管理、行政運営が公正かつ効率的に行われているかをチェックする独立した執行機関で、議会の同意を得て市長から選任されます。

問 監査委員事務局 ☎ 0299-48-1111 (内線1260)



令和7年度農業委員会視察研修 6次産業化の現場を視察しました



農業経営の多角化や 付加価値創出の重要性

農業委員 高崎 直樹

11月11日、農業委員会の研修として宮城県東松島市にある(有)アグリードなるせを視察しました。

同社は先進技術を取り入れた大規模な麦・水稻栽培を行うとともに、自社生産米を原料とした米粉バウムクーヘンの製造・販売などを行う6次産業にも取り組んでいます。また、震災の津波被害からいち早く圃場を復活させ、被災した年から高品質な米の生産に成功した会社でもあります。

今回の視察研修を通して、農業経営の多角化や付加価値創出の重要性を学ぶとともに、震災復興へのたゆまぬ努力にも触れることができました。この経験を今後の農業振興施策に活かしていきたいと思います。

問 農業委員会事務局 ☎ 0299-48-1111 (内線 1502・1503)



(有)アグリードなるせの加工部門を担う「NOBICO=のびこ」を視察する委員

■6次産業とは

作物の生産(1次産業)、作物の加工(2次産業)、自ら販売する(3次産業)ことのすべてを生産者が取り組むことを6次産業といいます。6次産業化することで、新たな付加価値を生み出し、農業所得の向上が期待されます。



STOP! 農地の違反転用

農地転用には許可申請が必要です

許可を得ずに転用した場合、3年以下の拘禁刑または300万円以下の罰金(法人の場合は1億円以下)という罰則があります。

転用をお考えの方は農業委員会事務局までご相談ください。

農地の適正管理をしましょう

農地の手入れがされていないと…

- ! 雑草や害虫が発生し、周辺の迷惑になります。
- ! 不法投棄・火災の原因になります。

※農地所有者や借主の方は、農地の耕作や除草などの手入れをお願いします。

防火水槽を設置しました

令和7年度防衛省交付金を活用し、防火水槽を設置しました。防火水槽とは貯水設備のことです。火災発生時の消火活動で消火栓と共に利用する重要な設備です。震災などで消火栓が使用不能となった場合でも使用できる耐震性を備えています。新たに防火水槽を設置したことにより、地域住民の皆さんのがより安心して暮らせる環境を整えることができました。

■設置場所

羽木上地区新農村集落センター 北東側敷地内



問 消防本部 警防課

☎ 0299-58-5616 (内線 2900)

食物アレルギーに気をつけていますか？

食物アレルギーとは、特定の食べ物に対して、触れたり、食べたり、吸い込んだりすることによって、体が過敏に反応し、さまざまな症状を引き起こす現象です。

■食物アレルギーの主な症状

▶皮膚・粘膜症状

眼の充血やかゆみ、唇・舌の違和感や腫れ、皮膚のかゆみ、じんましんなど

▶神経症状

元気がない、ぐったり、意識もうろうなど

▶循環器の症状

脈が速い、脈の乱れ、手足が冷たい、唇や爪が青白い、血圧低下など

▶消化器症状

吐き気、嘔吐、下痢、血便など

▶呼吸器症状

くしゃみ、鼻づまり、鼻水、せき、息苦しさ、ぜーぜー・ひゅうひゅう(喘鳴)、のどが締め付けられる感じなど

▶全身症状

アナフィラキシー

■食物アレルギーによるアナフィラキシー

急性のアレルギー反応のひとつで、じんましん、腹痛、息苦しさなど複数の全身症状が急激にあらわれます。血圧の低下や意識レベルの低下など、命に関わる危険な状態になることもあります(アナフィラキシーショック)、注意が必要です。

▶アナフィラキシーショックが疑われたら

- ①すぐに救急車を呼ぶ
- ②アドレナリン自己注射液(エピペン)を注射※(太もも前外側の筋肉内に注射する)

③患者を楽な体勢にする

ぐったり、意識もうろう→仰向けで足を高く吐き気、嘔吐→体と顔を横に向ける

呼吸が苦しく、仰向けになれない場合

→上半身を起こし、後ろに寄りかからせる

- ④救急隊の到着までそばを離れず、可能なら心肺蘇生やAEDを行う

※アドレナリン自己注射液(エピペン)…アナフィラキシーを発症した際に、症状の進行を一時的に抑え、ショックを防ぐための注射。



■食物アレルギーの表示

日本の食品表示制度では、アレルギーを起こしやすい特定の原材料について、食品表示法により表示が義務化されているものと、推奨されているものがあり、定期的に見直しが行われています。

1.特定原材料8品目(表示義務あり)

エビ、かに、くるみ、小麦、そば、卵、乳、ピーナッツ

特にアレルギー発症頻度が高く、重篤な症状につながることが多いため、必ず表示しなければなりません。

2.特定原材料に準ずる20品目(表示推奨)

アーモンド、あわび、いか、いくら、オレンジ、カシューナッツ、キウイフルーツ、牛肉、ごま、さけ、さば、鶏肉、大豆、バナナ、豚肉、マカダミアナッツ、もも、やまいも、りんご、ゼラチン

アレルギー事例の報告が一定数あり、表示が推奨される品目です。表示されないこともあるため、「表示がない=含まれていない」ではありません。

アレルギー表示対象食品
詳しくはこちら▶



過去の栄養士コラムはこちら▶

ID 007562



問 健康増進課 健康支援係 ☎ 0299-48-0221 (内線 4004)



学校紹介

小川南中学校



1 体育祭 2 小中合同職員研修(食育) 3 夏休み中学生料理教室

学校教育目標:

【み】自ら学び 【な】仲間とともに
【み】未来を切り拓く生徒の育成



紹介します！わたしの学校



生徒会長 3年
くろだ こはく
黒田 湖珀 さん

小川南中学校の生徒会では「仲間～まわりとの協調性～work together to reach our objectives」を目標に掲げています。互いに協力し合える環境で、伝統を重んじながら、体育祭やあしのめ祭などのさまざまな学校行事を一生懸命みんなで創り上げています。また、今年は創立60周年記念行事が行われました。本校の歴史を大切にしつつ、今を精一杯努力し、仲間と協力しながら良き伝統を未来へと繋げていきたいです。

問 教育指導課 指導係 ☎ 0299-48-1111 (内線 2234)

地域と連携した食育



栄養教諭
えのむと ともみ
檍本 智美 さん

本校は令和6年度から「学校給食研究推進校」として、地域や外部機関と連携しながら食育の推進に取り組んでいます。農畜産物が豊富なこの地域は、食育の推進に適した環境といえます。地域の農場見学や認定農業者さんの食材を使用した調理実習などを通して「本物」に触れることで、生徒が生き生きと、そしてより深く学ぶことができます。今後も地域との連携を図りながら、食育の推進に取り組んでいきます。

スマートフォンをお持ちの方！

QRコードを
読み取ってみよう！

■QRコードの使い方

- ①スマホでカメラやQRコード読み取りアプリを起動
- ②QRコードにスマホをかざす
- ③画面に読み取り結果が出てきたら、そこをタップ！



広報おみたまは、より詳細な情報をお伝えするためにホームページとの連携として、QRコードを掲載しています。
※QRコードは株式会社デンサーの登録商標です

スマホに小美玉市の情報が届く

QRコード メール配信サービス
に登録しませんか？

■配信内容

- 防災 …気象情報、災害情報、避難情報
火災 …出火や鎮火に関する情報
防犯 …犯罪発生情報、犯罪の予兆情報
市からのお知らせ…市政やイベント情報



登録方法
配信希望のジャンルを選択して、メールアドレスを入力すれば登録完了です。

謎の多い縄文時代晩期末～弥生時代前期

弥生時代＝稻作？

弥生時代といえば、日本列島に稻作が伝来し、農耕文化が誕生したというイメージが強いです。このイメージは、茨城県においても決して間違いではないのですが、小美玉市では、少々状況が違います。

空白の500年

市内全域を対象とした分布調査は行われていませんが、旧玉里村で実施された分布調査や、これまで市内だけで行われた試掘確認調査

人口減少の謎
人口減少は、縄文時代後期（今から4000年ほど前）に始まります。この頃、寒冷化が始まり、海退（かいたい）といつて、海岸線が遠のく現象が起ります。これにより、内海だった霞ヶ浦は汽水域となり、それに伴い生態系も変化します。

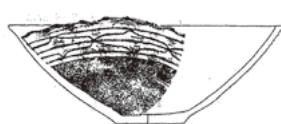
要は、豊富な海産資源が取れなくなり、食料資源が枯渇していくのです。

ミステリアスな時代
弥生時代になると、東海系を始めた西方の土器が、千葉県などで出土しています。そのことから、稻

作が伝わったかどうかはともかくとして、コメやイネの情報は、東関東にも届いていることが分かります。ただ、小美玉市はその時も、まだ無人の状態です。再び人が住み始めるようになるのは弥生時代中期になるのを待たねばなりません。

その原因は、何だったのか。弥生時代中期になって、どうやつて人が住めるようになつたのか。小美玉の歴史の中でも、最もミステリアスな時期が、縄文時代晩期末から弥生時代前期といえます。

（小川資料館 小玉秀成）



荒海1式土器



荒海2式土器



荒海3式土器



荒海4式土器

企画展「荒海式土器－東関東最古の弥生土器－」

茨城や千葉を中心とした東関東に分布する、荒海式土器を展示する企画展を開催します。謎多き時代・時期の土器を、この機会にぜひご覧ください。入館料は無料です。

日時 3月20日(金)～5月10日(日) 9:30～18:00

休館日 月曜日(5月4日を除く)、3月31日(火)、5月1日(金)、7日(木)

場所 小川資料館(小川図書館2階)

問 小川図書館・資料館 ☎ 0299-58-5828

物価高 対策

子ども1人あたり2万円 物価高対応子育て応援手当

長期化する物価高対策として、その影響を強く受ける子育て世帯を支援し、子どもたちの健やかな成長を応援するため、物価高対応子育て応援手当を支給します。

対象児童がいる世帯には、2月中旬に案内を送付します。案内をご確認いただき、必要に応じてお手続きをお願いします。

■支給対象者

児童手当の支給対象児童(平成19年4月2日～令和8年3月31日生まれ)を養育する父母等
※令和7年9月30日以降外国から転入した者を除く

詳しくはこちら▶

ID 012175



■手続き

- 令和7年9月分の児童手当を小美玉市より受給している方は、申請不要です。2月末頃、児童手当指定口座に振り込みます。
- 公務員の方や世帯状況によって、申請が必要な場合があります。

■申請期限

令和8年3月31日(火)

■申請窓口

こども課(玉里総合支所2階)
福祉事務所美野里支所(市役所本庁1階)
福祉事務所小川支所(小川総合支所1階)

問 こども課 支援係

☎ 0299-48-1111 (内線 3243・3244)

物価高 対策

子ども1人あたり5万円 低所得の子育て世帯生活応援特別給付金

物価高騰の影響を受けて困難に直面している低所得の子育て世帯に対する生活応援特別給付金を支給します。

■支給対象者

- 令和8年1月分の児童扶養手当の支給を受けている方
- ひとり親世帯で、公的年金給付等(遺族年金、障害年金、老齢年金、労災年金、遺族補償など)を受けていることにより、児童扶養手当の支給を受けていない方
- 低所得の子育て世帯で、令和8年1月分の児童手当を受給しており、令和6年分の市町村民税均等割が課されていない方又は市町村民税均等割を免除された方

詳しくはこちら▶

ID 012177



■申請方法

▶①③に該当する方

申請不要です。3月中に児童扶養手当または児童手当指定口座に振り込みます。詳しくは送付される案内をご覧ください。

▶②に該当する方

申請が必要です。申請書や収入額申立書など、必要書類を揃えて提出してください。

■申請期限(②に該当する方)

令和8年3月31日(火)

■申請窓口

こども課(玉里総合支所2階)
福祉事務所美野里支所(市役所本庁1階)
福祉事務所小川支所(小川総合支所1階)

問 こども課 支援係

☎ 0299-48-1111 (内線 3243・3244)

2色のリボンに想いをのせて おみたまダブルリボンキャンペーン

11月12日、児童虐待防止と女性への暴力撤廃を掲げる「おみたまダブルリボンキャンペーン」の街頭活動をセイミヤ小美玉店で実施しました。11月の啓発月間に合わせ、地域全体で子どもと女性を守る社会づくりを目指すもので、県内でも先駆的な取り組みとしてテレビに取り上げられるなど注目を集めました。

街頭活動に先立ち市役所で開催した出発式には、茨城県中央児童相談所長や石岡警察署などの関係者が列席し、羽鳥保育園の園児の皆さんが元気にダンスを披露してくれました。また、子どもや女性への暴力のない社会を願って、象徴となる2色のリボンを子どもたちと一緒にツリーに飾りました。

出発式で島田市長は「児童虐待や女性への暴力の問題についてより多くの人に関心を持っていただき、何気ない気づきと行動で暴力のない社会を作っていくましょう」とあいさつしました。今後も「おみたまっ子の笑顔が一番」をモットーに、虐待防止の啓発に努めています。

問 こども家庭センター こども相談係
☎0299-56-6640 (内線2405)



■児童虐待防止「オレンジリボン」



■女性に対する暴力をなくす運動 「パープルリボン」



4月12日投開票 市長選に立候補予定の方はご出席ください 小美玉市長選挙 立候補予定者説明会

■立候補予定者説明会

日時：3月10日(火) 14:00～
場所：市役所本庁 2階 政策会議室

■立候補届出書類の事前審査

日時：3月26日(木) (予定)
場所：市役所本庁 2階 第2・3会議室

問 選挙管理委員会事務局(総務課内) ☎0299-48-1111(内線1274・1275)

■立候補届出日(告示日)

日時：4月5日(日) 8:30～17:00
場所：市役所本庁 2階 第2・3会議室

詳しくは[こちら](#)▶

ID 012147



今まで実感がなかった「地域貢献」の言葉。今回、藤右衛門などへの訪問で、地域で活躍する若い世代が実際にいることを実感できました。(市内視察した茨城キリスト教大学生)

地域貢献に取り組む方々の思いに触れ、また訪れたいと思いました。地域を理解するには、現地での体験や観察が必要だと学びました。(市内視察した茨城キリスト教大学生)



小美玉市の豊かな自然と美味しい農産物を活かしたまちづくりを応援しています。
長野県50代(ふるさと納税応援メッセージ)

国道6号沿いにある「御食事処はるみ」がおすすめです。常陸牛を使用したステーキや新鮮な刺身などボリューム満点のお食事が堪能できます。健康増進課 大野(入庁1年目)

4コマ小美玉暮らし



Vol.57 「Good Luck!」



小美玉の日常をゆる～く描く4コマ漫画。小美玉のクリエイターが3か月交代で担当します。



作者紹介 週末者

地元である小美玉市の広報紙に4コマ漫画を掲載していただけ、大変光栄に思います。ありがとうございます。