DAIGO
NATURE BASE

広報 だいご

No.820
2026年
12月号



Contents

2-3P 運動会・スポーツフェスティバル
4P 奥久慈りんごフェスティバル
5P 奥久慈大子まつり
6P 佐原地区産業文化祭
8P『ゴジラ-0.0』大子町コラボイベント
10-11P NEWSだいご
13P 大子町芸術祭
20P 糖尿病予防について

大子来人～ダイゴライト～

秋の運動会・スポーツフェスティバル

町内各所で運動会やスポーツフェスティバルが開催され、子どもたちは元気いっぱいに競技に取り組み、会場は笑顔と歓声に包まれました。



小生瀬保育所　10/3



小生瀬保育所の踊り子達



かけっこ



リレー



玉入れ



さはら小学校　10/3



いけだ保育園　10/10



組体操



玉入れ



オープニングダンス



エイエイオー！



西保育所　10/10



頃藤保育所　10/11



リレー



よさこい



だいご小学校　10/17



よさこい



選手宣誓



たてわり班対抗リレー



あっちこっちリレー



依上小学校　10/17



生瀬小学校　10/17



紅白対抗綱引き



親子競技



大玉リレー



二人三脚障害物競争



上小川小学校　10/18



大子幼稚園　10/24



親子ダンス



紅白玉入れ

モンベルクラブ フレンドフェア2026秋

10月３日～４日の２日間、パシフィコ横浜で「モンベルクラブ フレンドフェア 2026 秋」が開催され、大子町は「フレンドタウン 奥久慈大子」として出展しました。会場には多くのアウトドアファンが訪れ、大子町ブースでは、奥久慈の豊かな自然や観光資源、特産品など町の魅力を PR しました。また、体験メニューの 10 連けん玉も人気を集め、多くの来場者でにぎわいました。ステージでは「道の駅奥久慈だいご WEST」のオープンについて紹介し、来場者の皆さんから関心を集めました。今回の出展を通じて、「全方位、アウトドア。」の拠点として大子の魅力を広く発信する機会となりました。






奥久慈りんごフェスティバル

10月４日、JA 常陸ファミリーマート奥久慈大子店で、「第 20 回奥久慈りんごフェスティバル秋の味覚祭」が開催されました。会場では、奥久慈りんごの品種を紹介する写真展示や生産者の紹介が行われ、来場者に地元産りんごの魅力を発信しました。また、ゲームや試食コーナーなども設けられ、来場者は秋の味覚に親しみながら、楽しいひとときを過ごしました。イベントを通じて、奥久慈りんごの魅力を広く PR するとともに、地域の特産品への関心を高める機会となりました。








シン・いばらきメシ総選挙2026
～100年愛される“おいし～い”推しを見つけろ！～

10月10日～12日の３日間、茨城県三の丸庁舎で、県内のご当地グルメが集結する「シン・いばらきメシ総選挙 2026」が開催されました。大子町では、一般料理部門に「鮎けんちんそば（出店：奥久慈膳所ゆうゆうさん）」、スイーツ部門に「奥久慈クラフトアップル（出店：コーヒーと家具のお店 hajimari さん）」をエントリーし、訪れた多くの方々に町の食の魅力をPRしました。また、会場で行われた「ご当地キャラほぼ10m走」では、市町村対抗レースを勝ち抜きPRタイムを獲得。紅葉シーズンの観光など、多くの来場者にアピールしました。







奥久慈大子まつり

10月18日、道の駅奥久慈だいご WEST のイベント広場において、「奥久慈大子まつり」が開催されました。今年は、10月10日にオープンした「道の駅奥久慈だいご WEST」に会場を変更し、新たな場所での開催となりました。会場では、地元の特産品やグルメ、クラフト作品などの販売が行われたほか、ステージでは音楽演奏やダンス、伝統芸能など多彩なパフォーマンスが披露されました。秋の味覚や音楽、地域の魅力を存分に楽しめる一日となり、新たな交流拠点である道の駅奥久慈だいご WEST に活気があふれました。



常陸牛無料配布


日本総合伝統芸能集団　喜楽座の演舞


本美濃紙保存会紙漉き実演

OutdoorFes2026

10月24日、大子広域公園オートキャンプ場グリンヴィラで、一般社団法人茨城ワクドキクラブと大子町の主催による「OutdoorFes2026」が開催されました。当日はあいにくの雨模様となりましたが、オリジナルポプリやチャーム制作、奥久慈茶を使ったほうじ茶焙煎体験、アウトドアスイーツ講座など、大子町の自然の恵みを生かした多彩なワークショップが行われました。また、常陸國大子連による迫力あるYOSAKOI演舞も披露され、会場を盛り上げました。ものづくりやさまざまな体験を通して、大子町の自然や地域の魅力に触れる一日となりました。







第42回佐原地区産業文化祭

11月１日、佐原地区産業文化祭が行われました。オープニングを飾るさはら小学校の児童による、よさこい演舞ではアンコールが巻き起こるほどの盛り上がりをみせ、会場は開始早々から笑顔と活気に包まれました。会場には丹精込めて育てられた新鮮な地元野菜や奥久慈茶などが並び、中でもさはら小学校の夢道場で育てられた野菜は完売するほど大人気でした。そのほか、地元野菜を使ったけんちんうどんなど、多くの飲食も提供され、たくさんの人で賑わいました。また、輪投げやお楽しみ抽選会など会場を盛り上げる催しがたくさんあり、子どもから大人まで楽しんでいました。







百段階段キャンドルナイト

10月31日、十二所神社の百段階段で「百段階段キャンドルナイト」が開催されました。当日はハロウィン大抽選会などのイベントが行われ、会場はたくさんの仮装した人で賑わいました。陽が落ちるとキャンドルの灯りが一層きれいに映えはじめ、階段にカボチャなどのモチーフが幻想的に浮かび上がりました。訪れた方々は写真を撮りながら、秋夜の特別なひとときを心ゆくまで満喫していました。






ツール・ド・茨城開催！

10月４日、つくば市から大子町までの約130kmを横断するサイクルイベント「ツール・ド・茨城」が開催されました。爽やかな秋空のもと、参加者は移り変わる景色を楽しみながら駆け抜けました。フィニッシュ地点の大子町では、名物のアップルパイを提供し、長距離を走り切ったライダーたちが大子の味覚を楽しんでいました。







11月3日（火・祝）映画『ゴジラ-0.0』公開記念！
大子町コラボイベント開催中！



本作品は、茨城県内の大子町、笠間市、つくばみらい市、美浦村で撮影が行われ、大子町では旧上野宮小学校講堂がロケ地として使用されました。
　映画公開およびタイアップキャンペーンの実施に先立ち、ＴＯＨＯマーケティング株式会社　宣伝事業部　部長　山口 泰弘様が大子町を訪れ、町長を表敬訪問しました。訪問では、ロケ受入れへの謝意が伝えられるとともに、映画を通じた地域の魅力発信や今後の連携について意見交換が行われました。



映画の公開にあわせて、大子町でさまざまなコラボイベント開催中です！
各イベントの実施期間や参加方法などの詳細は、大子町公式SNSをご確認ください。



ゴジラスタチュー展示（道の駅奥久慈だいごＷＥＳＴ）



大子来人～ダイゴライト～



●衣装・小道具展示　●スタンプラリー　●大子町限定オリジナルポストカード
●茨城県内のみコラボグッズ　●コラボ飲食メニュー　●謎解きゲーム

TM & © TOHO

大子産米 新米まつり

10月31日・11月１日の２日間、道の駅奥久慈だいご EAST で「大子産米 新米まつり」が開催されました。会場では、数々のコンテスト受賞歴を持つ生産者が、丹精込めて育て上げた自慢の新米を直接販売。定番のコシヒカリをはじめ、普段なかなか手に入らない貴重なコンテスト出品米などが並びました。来場者は生産者から直接お米の特徴を聞きながら買い求め、数量限定で振る舞われたコシヒカリの試食とともに、大子の秋の実りを堪能していました。









食改（しょっかい）さんのおすすめレシピ

私たち食生活改善推進員（食改さん）は「私たちの健康は私たちの手で～のばそう健康寿命　つなごう郷土の食～」をスローガンに、食を通した健康づくり活動を行う全国組織のボランティア団体です。大子町では、各地区 13 地区、計 49人の推進員が活動しています。地域住民の生涯を通じた食育の推進のため、地区での料理講習会や減塩啓発活動、食育推進活動等を行っています。

さつま芋と昆布の煮物（４人分）



さつま芋		１本（200g 程度）
刻み昆布		15g
しめじ		100g
だし汁		２カップ
A	しょうゆ	大１・１／３
	砂糖	大１・１／４

≪作り方≫

①さつま芋は皮を所々むいて１cm 厚さの半月切りにし、水に浸してアク抜きをする。

②刻み昆布は水に浸して戻し、水気をきっておく。しめじは石づきを取り除き、ほぐしておく。

③鍋にだし汁、さつま芋と刻み昆布を入れて火にかけ、５分煮る。調味料 A としめじを加えてやわらかくなるまで煮る。

●だし汁（２カップ）の作り方●

①鍋に水 450ml を入れ、ふたはせず弱火にかける。

②沸騰直前に、かつお節を一気に入れる。アクが浮いてきたらすぐ取る。

③鍋の周りが沸騰し始めたら、すぐに火を消す。

④そのまま静かに１～２分おいてこす。



食改さんからのコメント

さつま芋は、食物繊維、ビタミン C、ミネラルと栄養バランスに優れた健康食材です。今では、一年中食べることができますが、今の季節が旬のさつま芋の甘味と昆布としめじの旨味をコトコトとほっこり煮物にしてヘルシーに味わいましょう！

栄養価　エネルギー　84kcal　　塩分　1.9g

NEW 10月1日 シルバーグラウンド・ゴルフ大会

大子広域公園多目的運動広場で、シルバーグラウンド・ゴルフ大会が開催されました。当日は、182人の参加者が集まり、練習の成果を発揮しながら、プレーを楽しみました。会場では、好プレーに歓声や拍手が送られるなど、終始和やかな雰囲気に包まれ、参加者同士の親睦と交流を深める有意義な大会となりました。



NEW 10月3日 大子町戦没者慰霊平和祈念式

大子町文化福祉会館「まいん」文化ホールで、「大子町戦没者慰霊平和祈念式」が執り行われました。式典には、ご遺族84人をはじめ、来賓18人が参列し、戦争で亡くなられた方々に哀悼の意を表しました。当日は、黙とうに続き、高梨町長の式辞や来賓による追悼の辞が述べられ、参列者が献花を行い、戦没者の冥福を祈りました。参列者は、戦争の悲惨さと平和の尊さを改めて心に刻み、戦争の記憶を風化させることなく、次の世代へ語り継いでいく思いを新たにしました。



NEW 10月4日 消防団更新車両引渡式

大子町消防本部で、「令和8年度消防団更新車両引渡式」が行われました。今年度は、第2分団第4部（上金沢地区）の消防団車両が更新され、式典には同部の団員7人が出席しました。式では、高梨町長から柴田消防団長へ、続いて柴田消防団長から同部の伊澤部長へ新しい車両の鍵が引き渡されました。今回の車両更新により、消防団の活動体制のさらなる充実を図るとともに、消防本部と消防団が連携し、地域防災力の向上に努めていきます。



NEW 10月6日 りんご自警団出陣式

姫ヶ滝りんご園で、「JA常陸大子りんご部会大子地区りんご自警団出陣式」が行われました。出陣式では、町の秋の特産品である「奥久慈りんご」の盗難防止に向け、生産者と警察が連携し、防犯意識の向上と警戒活動の徹底を確認しました。収穫期には、りんご園への警戒札の設置や夜間パトロールなどを実施し、生産者が丹精込めて育てたりんごを守るため、地域一体となって防犯活動に取り組んでいます。



NEWS（ニュース） だいご

NEW 10月23日 大子町観光協会移転

一般社団法人大子町観光協会の事務所が、常陸大子駅に併設する旧ヤマザキYショップ跡地に移転し、新たな場所で事業を開始しました。今回の移転は、駅併設の空き店舗を有効活用し、観光案内機能の充実や中心市街地への回遊促進、駅前のにぎわい創出を図るものです。今後は、新たに整備された「道の駅奥久慈だいご WEST」とも連携し、町内の観光スポットや商店街への周遊を促すことで、観光客の滞在時間の延長や地域の活性化につなげていきます。



NEW 10月23日 旧上岡小防火訓練

国登録有形文化財である旧上岡小学校で、防火訓練が行われました。訓練は、上岡小跡地保存の会が中心となり、校舎付近で火災が発生したことを想定し、119番通報や来場者の避難誘導、初期消火などの訓練を実施しました。また、消防職員の指導のもと、水消火器を使用した消火訓練も行われ、参加者は火災発生時の対応や防火意識を再確認しました。歴史ある貴重な文化財を守り、次世代へ受け継いでいくための大切な機会となりました。



NEW 10月25日 消防団秋季点検

大子広域公園駐車場で、大子町消防団秋季点検が実施されました。当日は、消防団員が一堂に会し、消防車両、機械器具の点検などが行われ、災害に備えた体制の再確認を行いました。消防団員は、規律正しい行動と機敏な動作を披露し、地域の安全・安心を守るため、防火・防災への意識を一層高めました。今回の点検を通じて、消防団の団結力を深めるとともに、災害発生時に備えた体制の強化を図りました。



NEW 10月26日 TBSこども音楽コンクール東日本優秀演奏発表会出場報告

11月23日に千葉県で開催される、「TBS こども音楽コンクール東日本優秀演奏会」への出場を決めた大子中学校吹奏楽部の生徒が、大子町役場を訪れ、高梨町長に出場を報告しました。生徒たちは、これまでの練習の成果や大会に向けた意気込みを伝え、高梨町長から激励の言葉が贈られました。日ごろから仲間とともに練習を重ね、磨き上げてきた演奏を東日本の舞台で披露する生徒達の、さらなる活躍が期待されます。



大子おやき学校「夜間授業～音楽の時間～」

10月3日、大子おやき学校で、特別企画「夜間授業～音楽の時間～」が開催されました。会場では、arco（アルコ）さんによるアコースティックライブや、オリジナルグッズが当たる大盛り上がりのビンゴ大会が行われたほか、「まんぷく連合」による限定フードも大好評。校庭の焚き火で焼きマシュマロを楽しむなど、会場は終始笑顔と活気に包まれていました。





奥久慈大子歌謡曲チャリティー発表会

10月４日、大子町文化福祉会館「まいん」文化ホールで、やみぞ唄友の会主催による「第13回奥久慈大子歌謡曲チャリティー発表会」が開催されました。当日は、90人を超える方々が出演し、日ごろの練習の成果を披露しました。会場には美しい歌声が響き渡り、出演者の皆さんの表現豊かな歌唱に、観客は聴き入っていました。歌を通じて交流を深めるとともに、音楽の魅力を感じられるひとときとなりました。






劇団村人行進曲「天使のパン屋」

11月３日・８日、大子町文化福祉会館「まいん」文化ホールで、劇団村人行進曲による第３回公演「天使のパン屋」が開催されました。「みんなちがって、みんなおいしい。」をテーマに、個性豊かな登場人物たちが繰り広げる心温まる物語が上演されました。

出演者の皆さんによる熱演が会場を盛り上げ、観客の皆さんは笑顔あふれる舞台を楽しみました。





第55回　大子町芸術祭

10月31日～11月５日、第55回大子町芸術祭が開催され、工芸や絵画、盆栽など700点を超える美術作品が展示されました。また、11月1日には音楽祭、３日には芸能祭が行われ、出演者の皆さんが日ごろの活動の成果を披露し、会場は芸術文化の魅力に包まれました。



オープニングセレモニーテープカット



陶芸・革工芸



オカリナ



民謡



盆栽



コーラス



太極拳



洋画



モダンバレエ



詩吟・舞

グリーンフェスティバル2026へ出展

10月18日、茨城県林業技術センターで「グリーンフェスティバル2026」が開催されました。当日は、ミニ上棟式や林業機械の展示・実演、木を使ったワークショップなど、森林や林業の魅力を身近に感じられるさまざまな催しが行われ、会場は多くの来場者でにぎわいました。町では竹とんぼづくりのブースを出展し、自然素材に触れながら、ものづくりの楽しさを体験してもらいました。また、ミス日本みどりの大使もブースを訪れ、来場者とともに竹とんぼづくりを楽しみました。森林や木材の魅力を再発見するとともに、自然と触れ合うことの大切さを感じられる一日となりました。









大子漆の漆かき体験会

10月23日・24日の２日間、大子漆保存会の協力のもと、漆かき体験イベントが開催されました。

秋晴れに恵まれた23日は、今年で３回目となる(株)タケトンボ主催のインバウンドツアーにより、アメリカやフランスなど世界各国から10人が来町。翌24日には、大子漆保存会主催の「大子漆 漆かき体験会」が行われ、過去最多となる17人の参加者が集まりました。両日とも参加者は、漆かき職人による漆についての貴重な講話や目の前で繰り広げられる熟練の技術に感嘆の声を上げながら、熱心に漆かきを体験しました。体験後、インバウンドツアーの参加者からは「漆に関する作業を手伝いにまた大子町へ来ます」との声が寄せられ、体験会の参加者からは「大子漆の振興に少しでも力になれれば」と、大子漆保存会への加入を希望される方も現れるなど、大子漆の魅力を国内外へ発信する機会となりました。









『ZORING（ゾーリン）』で森林整備の学習

10月15日、大子中学校2年生を対象に、町の基幹産業である林業に触れ、森林整備等の重要性について学ぶ森林環境教育を実施しました。当日は、森林整備を体験できる『ZORING（ゾーリン）』というカードゲームをグループで行い、地拵えから主伐までの森林整備の流れを学びました。また、高性能林業機械による造材を見学し、伐って使って植える循環型林業の重要性や、林業の現場では機械化が進み労務負荷が減っていることを学びました。参加した生徒からは「カードゲームをとおして森林整備を楽しく学べた」との感想があり、普段見ることができない林業に触れる貴重な経験となったことがうかがえました。






地域の収穫祭で広がる輪

10月31日、まるやまクラブ主催の収穫祭が、冥賀地区まるやま公園で開催されました。同クラブでは、令和6年度から未来へつなぐプロジェクト補助金を活用し、地元住民の憩いの場となる公園の整備・管理や、遊休農地に花を植えるなど地域を元気にする取り組みを行っています。耕作放棄地となった田を借りて米づくりも行っており、収穫したお米を販売することで活動を支える自主財源を確保しています。この日も、参加者には新米のおにぎりが振る舞われました。

メンバーからは、「昨年の話を耳にして、新たに参加してくれた方もいる。地域の輪が広がっていくのが嬉しい」という喜びの声も聞かれ、今後の更なる賑わいづくりに期待が膨らみます。





未来へつなぐプロジェクトとは

持続可能なまちづくりを進めるため、地域の課題解決に主体的に取り組む団体等に対して、活動に必要な経費の一部を町が補助するものです。

輝く大子の子どもたち第136回

大子中学校

大子中学校は昨年度、町内４つの中学校が統合し、新たな歴史の一歩を踏み出しました。

それまで異なる環境で育ってきた生徒たちが一つの校舎に集い、日々の学習や部活動を通じて互いに切磋琢磨しながら、新たな友情と多様な考え方を認め合う温かい風土を育んでいます。

特に体育祭や秋輝祭（文化祭）といった学校行事では、生徒数が増えたことで各競技やクラスの熱気が一段と高まりました。仲間と声を掛け合い、力を合わせて目標に向かって突き進む姿は、学校全体に大きな活気と感動をもたらしています。



体育祭１



体育祭２



海外語学研修１



海外語学研修２

こうした活気溢れる環境のもと、本校では特色ある教育活動として「外国語（英語）教育」および「異文化理解教育」に力を注いでいます。単に知識を身につけるだけでなく、実践的な体験を通して生きた英語と豊かな国際感覚を育むことを目指しています。

その一環として、２年生では福島県の「ブリティッシュヒルズ」で英語研修を実施しています。異国情緒あふれる環境で英語での会話に挑戦し、「思いが伝わった喜び」を実感した経験は生徒の大きな自信となっています。さらに３年生では、その学びを発展させシンガポールで海外語学研修を行いました。



海外語学研修３

多様な文化が共存する現地で異文化に直接触れた体験は、生徒の世界への視野を広げる貴重な機会となりました。それと同時に、外の世界を知ったからこそ、自分たちの育つ地域の素晴らしさや日本文化のもつ価値を改めて再認識するという、深い学びにもつながっています。

多様な体験を経てたくましく成長する生徒たちの姿は、本校の大きな誇りです。これからも地域に根ざしつつ、未来へ力強く羽ばたく生徒たちを育んでまいります。町民の皆さまには、今後とも本校への温かいご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

問 教育委員会事務局学校教育担当　☎ 79-0170

茨城県立大子清流高校 VOL.53

探究しよう、未来のわたし

Pickup!　輝く青春、今ここに

10月16日・17日に輝流祭を開催しました！
一般公開日である17日には、生徒こだわりの模擬店や文化的発表が並びました。総合学科2年生と町内飲食店の共同開発商品、農林科学科農業科学コースの生徒が育てた農作物の販売や、森林科学コース制作の滑り台や食器の展示など、学びを生かした企画が盛りだくさん！さらに、大子ラクダマーケットの皆さんにもご協力いただき、大いに賑わいました！ご来場いただいた地域の方々ありがとうございました！





輝流祭の一コマ！

前日準備！



各クラスで、展示の仕方や装飾にこだわり試行錯誤しながら準備を進めました！

スペシャルライブ！



1日目は、クラスのステージ発表や福島清香さんのスペシャルライブが開催され、会場は大盛り上がりとなりました！

閉会式！



文化祭での投票で、模擬店部門では2AF、文化的発表の部門では、2AF・1AF合同の実習記録展示が最優秀賞を受賞！

情報はこちらから！

学校コーディネーター
インスタグラム
DAIGO_SEIRYU_DAYS

公営塾ことのば
インスタグラム
DAIGO_KOTONOBA

大子町公営塾ことのば

3年生、進路実現に向けて！

今年度、3年生はそれぞれの進路実現に向けて着々と準備を進めてきました！
ことのばでは、志望理由書の作成や面接練習、科目指導などのサポートを行ってきました。就職試験に向けて黙々と自習に取り組む生徒や、大学入試に向けて受験勉強に熱心に励む姿が多く見られ、一人ひとりが本気で対策を重ねています。自分の進路に対してどこまでも真剣に向き合い、夢や目標に向かって努力を続ける3年生。その努力が実を結ぶよう、最後まで伴走し、応援していきます。

問　まちづくり課 ☎ 72-1131

大子町
こども家庭センター

ひとりで抱え込んでいませんか？
～産後の心と体を支える「産後ケア」をご利用ください～

出産後の心と体はとてもデリケートで、寝不足やホルモン変化から誰でも「産後うつ」のような不安や疲れを感じやすくなります。これは決して「気持ちの弱さ」や「努力不足」などではありません。一人で抱え込まず、周りのサポートを受けながら心と体を休めましょう。当町では、お母さんが心身を休め、笑顔で子育てに向き合えるよう専門家によるサポート（「産後ケア事業」）を行っています。



「産後ケア事業」とは

≪事業の内容≫

・助産師等による心身のケア・授乳や赤ちゃんのお世話の指導
・赤ちゃんを預けて、お母さんがしっかり休息できる時間の提供
・育児不安や体調に関する相談　　など

産婦本人からの申請はもちろん、「妻を休ませてあげたい」「サポートの仕方がわからない」という家族からの相談も受け付けています。お気軽にご利用ください。



≪利用できる方≫

大子町に住所があり出産後１年を経過しないお母さんと赤ちゃんで、次のいずれかに当てはまる方

・出産後家族などから家事や育児のサポートが受けられない方
・産後の心身の不調や育児に不安がある方

≪利用の流れ≫

利用する前に健康こども政策課に相談した上で、申請してください。
①申請書を提出いただき、審査のうえ利用決定通知をお送りします。
②利用決定後に、利用する方自身で、利用施設と利用日時を調整していただきます。
※利用後は、健康こども政策課と利用施設で、情報交換を行い、継続した支援を行います。

≪利用料（自己負担額）と利用可能日数≫

利用形態	利用料金（自己負担額）	利用可能日数
居宅訪問型ケア	１回　１,０００円	居宅訪問型ケア・通所型ケア・短期入所型ケア 通算利用　７日以内
通所型ケア	１日　１,０００円	
短期入所型ケア（１泊）	１泊　３,０００円 連続１泊毎　２,０００円	

※生活保護世帯の方は、利用料金はかかりません。
※利用時間については、施設により異なります。

その他、利用施設や交通費の助成など、詳しくは、町公式ホームページをご覧ください。

（大子町産後ケア事業）

問 健康こども政策課 こども家庭センター　☎72−6611

大子町消費生活センターだより

気を付けましょう！年末年始の消費者トラブル

年末年始は役場など公的な機関が閉庁に入ります。その期間を狙って、悪質商法の事業者が、電話をかけてきたり自宅にやってくる可能性があります。「自分は大丈夫」と思わず、契約をする場合は慎重に行動しましょう。また、帰省した時に「高齢の家族が消費者トラブルに巻き込まれているのに気付いた」との相談が入ることがあります。

ケース①　「以前購入してもらったお客様に電話をしています」と言って、海産物を勧める電話がかかってきた。断ったが、もし届いたらどうすればいいか心配だ。

電話勧誘販売で契約してしまっても、契約書面が届いた日を1日目として8日以内なら、クーリング・オフが可能です。断ったのに商品が届いた場合は、「受取拒否」をして代金を支払わないようにしましょう。もし、注文していない商品を受け取ってしまった場合は、自由に処分することができます。

ケース②　年末に実家に帰省したら、未使用の健康食品（サプリ）が大量に置いてあった。高齢の母に聞いても、いつどうやって購入したのかわからない。

解約・返品をご希望であれば、なるべく早くご相談していただくことをお勧めします。もし、物忘れがひどいなど認知症の恐れがある場合は、地域包括支援センターなどと連携して相談対応に当たります。持病や体質によっては、健康食品を摂取したことで体調に異変がありましたらすぐに摂取をやめましょう。症状が重かったり続くようであれば、商品やパッケージ等を持って医療機関を受診してください。

問　大子町消費生活センター（生活環境課内）☎(72)1124（直通）
9時～12時、13時～16時（土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

国保情報 えがお

ご存じですか？ジェネリック医薬品

新薬（先発医薬品）の特許期間が切れた後に発売される、同じ有効成分を同量含み、同等の効き目があると認められた医薬品をジェネリック医薬品といいます。

☆薬の有効性や安全性はすでに認められたものです。
先発医薬品と薬の主成分が同じなので、効能・効果に変わりはありません。

☆先発医薬品より安価な価格が設定されています。
開発や研究にかかる時間やコストが少ないので、その分安価になります。
※すべての医薬品にジェネリック医薬品があるわけではありません。



まずはお医者さん・薬剤師さんに相談してみましょう。

思い当たることはありませんか？重複服薬

重複服薬とは、同じ効能の薬を複数の医療機関で処方されて服用することです。
重複服薬は、体への負担はもちろん、自分が支払う医療費（薬代）の負担が大きくなります。
重複する薬を減らすことで、体の負担も医療費の負担も減らすことができます。
お医者さんや薬との付き合い方について、かかりつけ医、かかりつけ薬局（薬剤師）へ相談してみましょう。

問　町民課 国保年金担当　☎76－8125

知っておきたい！糖尿病は誰でもなりうる病気

糖尿病という名前は聞いたことがあっても、どんな病気なのか、どんな症状なのかを知っている方は多くありません。糖尿病は誰でもなりうる病気だからこそ、原因を知り、生活習慣の見直しを行うことで予防することができます。糖尿病は大きく分けて、１型糖尿病、２型糖尿病、二次性糖尿病、妊娠糖尿病の４種類に分けられます。糖尿病の中で９割を占めるともいわれている「２型糖尿病」について紹介します。

２型糖尿病とは？

インスリン…体内で血糖値を下げることができる唯一のホルモンです。膵臓から分泌されます。

２型糖尿病は、**インスリンが出にくくなったり、働きが悪くなることで血糖値が高くなってしまう病気です。**遺伝的な影響もありますが、食べ過ぎや運動不足、肥満などの生活習慣の乱れによって起こるとも言われています。

糖尿病の症状とは？

糖尿病は「血液中のブドウ糖の濃度が高い状態」のことなので、初期の段階では自覚がほとんどありません。そのため糖尿病になっていても自覚症状が無く、気づいていないという方も多いのです。

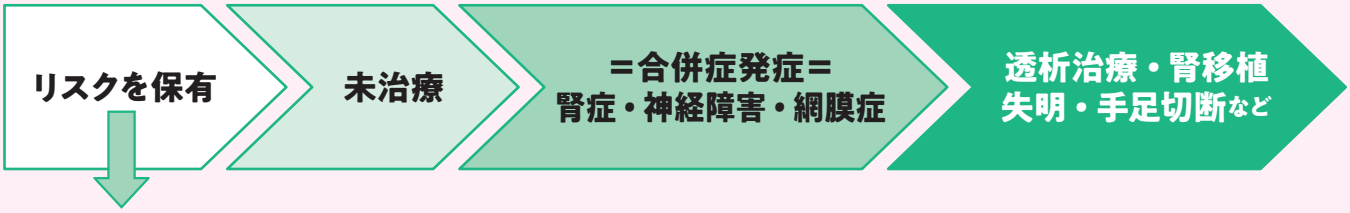
自覚症状が出にくい糖尿病ですが、以下のような症状があったら、高血糖を疑いましょう。

・喉が渇く、水をよく飲む　・尿の回数が増える　・体重が減る　・疲れやすい

糖尿病の合併症が怖い

高血糖の状態が何年も続くと、血管が傷つき、**心臓病や失明、腎不全、足の壊疽（組織が死んでしまうこと）といった、より重い病気に繋がってしまいます。**また、高血圧、脂質異常症なども糖尿病を悪化させるリスクになります。

放置しておくと、合併症のリスクが上昇！！



自分のリスクをチェック！健診結果を確認してみよう！

糖尿病のリスクは**血液検査**と**尿検査**で判断します。**毎年１回は健診を受けて、健診結果を確認してみましょう。**リスクがある方は放置せず、早めの受診と治療により、合併症を予防し、重症化を防ぎましょう。

検査項目	基準値	保健指導判定値	受診勧奨判定値
HbA1c（血液検査）	5.6 未満	5.6 ～ 6.4	6.5 以上
尿糖（尿検査）	（－）	（±）	（＋）以上

標準的な健診・保健指導プログラム（令和６年度版）より引用



リスクを予防するためにできること

バランスの良い食事
甘いもの、脂っこいものを控え、野菜や海藻、きのこを摂りましょう。

運動の習慣をつける
有酸素運動や筋トレは血糖値を下げる効果が期待できます。

健診を毎年受ける
自身の健康状態を確認しましょう。

健康相談をご利用ください

保健センターでは、保健師・管理栄養士による健康相談を実施しています。健診結果の見方が分からない、糖尿病予防の食事について聞きたいなど、健康に関する相談に応じています。

予約が必要となりますので、事前にお問い合わせください。

問　健康こども政策課（大子町保健センター）　☎72－6611

こんにちは、地域包括支援センターです

介護保険サービスについて

地域包括支援センターでは、高齢者、家族、地域住民の悩みを総合的に相談できる窓口として、介護保険サービスに関する相談も受けています。

令和7年度介護保険相談件数　145件

（例）足腰が弱り、近所との行き来がほとんどなくなった。
入院中だが、退院後の在宅介護が不安である。

介護保険は、高齢の方などが寝たきりや認知症などで常に介護を必要とする状態になったり、家事や身支度など日常生活に支援が必要になったりした時に、介護サービスを受けることができる制度です。

○介護保険サービス利用までの流れ

介護保険サービスを利用するには、町の介護保険担当課へ要介護認定の申請が必要です。

申請の窓口　福祉課高齢介護担当
電話番号　72－1135

1．申請

申請には、「マイナンバー（個人番号）」が必要です。
40歳～64歳の方は、国が指定した16種類の特定疾患が原因の場合に限定されます。

2．認定調査

町の認定調査員が、申請者の心身状態などについて調査を行います。
町は主治医に対して、介護を必要とする原因疾患などについて記載した、意見書の作成を依頼します。



3．審査・認定

所定の審査後に、認定結果通知と介護保険証を送付します。

○要介護認定（要支援認定）を受けたら

要介護1～5、要支援1～2の認定を受けた方は、認定の区分に応じて、在宅で介護サービスを利用することや、施設に入所しサービスを受けることができます。在宅でサービスを受ける場合、まずは要介護の認定の場合は居宅介護支援事業所のケアマネジャー、要支援の認定の場合は地域包括支援センターへご相談ください。

施設入所を希望する場合は、直接介護施設へ申し込むことが出来ますので、直接ご相談することも可能です。

介護や支援が必要かもしれないと感じた時は、早めの相談が大切です。「まずはどこに連絡したらいいのかわからない」、「詳しく説明を受けたい」など、お困りの場合は、福祉課高齢介護担当や地域包括支援センターへお問い合わせください。



問　地域包括支援センター　☎72－1175

久慈川だより

久慈川緊急治水対策プロジェクトに盛り込まれた河川対策の進捗やソフト対策の検討状況をお知らせします

令和８年１１月
第７７号

ともに築こう まち・みらい

編集・発行
国土交通省 常陸河川国道事務所
国土交通省 久慈川緊急治水対策河川事務所

【深まる秋、久慈川沿いを彩る紅葉】
〇大子町の県境付近を流れる久慈川沿いでは、周囲の山々が色づき、秋の深まりを感じる季節となりました。赤や黄に染まった樹木と穏やかな川の流れが調和し、豊かな自然の景観が広がっています。 朝晩の冷え込みが増す時期ですので、体調管理に気をつけながら、身近な秋の散策を楽しんでみてはいかがでしょうか。



堤防整備、工事用道路撤去などの工事を実施しています。

Ｒ７久慈川右岸頃藤北地先築堤工事／樋口土木株式会社

大子町頃藤北地先/久慈川右岸50.7ｋ付近　（R8.10撮影）



工事箇所の全景（下流から）



工事箇所の全景（上流から）



築堤の盛土作業を行っています

Ｒ６久慈川右岸南田気地区整備工事／アルソシア建設株式会社

大子町南田気地先/久慈川右岸59.0k付近　（R8.10撮影）



工事箇所の全景（下流から）



工事箇所の全景（上流から）


大型ブロックを設置しています


集水枡のコンクリート打設を行っています

Ｒ６久慈川左岸川山地先築堤工事／株式会社 新井組

大子町川山地先/久慈川左岸67.5ｋ付近　（R8.10撮影）



工事箇所の全景（右岸から）



工事箇所の全景（上流から）


大型ブロックを設置しています


盛土の整形を行っています

Ｒ７久慈川常陸太田周辺整備工事／株式会社 鶴田組

常陸大宮市高渡地先/久慈川右岸26.5ｋ付近　（R8.10撮影）



工事箇所の全景（上流から）



工事箇所の全景（上流から）


整地を行っています


工事用道路の撤去作業を行っています

常陸大宮市の塩原地区・小倉地区 １０月度の進捗状況になります。

Ｒ７久慈川左岸塩原地区築堤工事／昭和建設株式会社



工事箇所の全景（下流から）


築堤の盛土作業を行っています

Ｒ７久慈川左岸小倉地区築堤工事／松崎建設株式会社



工事箇所の全景（下流から）


水路の床掘作業を行っています

「道の駅奥久慈だいごWEST」オープン。

○ 竣工式典の様子

　10月10日に、大子町にて「道の駅奥久慈だいごWEST」の竣工式典が盛大に執り行われました。会場には町関係者をはじめ多くの参列者が集まり、祝辞や工事経過の報告などが行われました。地域の期待が集まるなか、施設の完成と今後の円滑な運営、そして地域のさらなる発展を参加者全員で祝福していました。



竣工式典の様子


久慈川と押川との合流から撮影


NATURE BASE DAIGO


全天候型イベント広場
まちなかスクウェア

○ 施設の概要

　大子町の観光とアウトドアアクティビティの拠点となり、災害時には防災道の駅として、広域防災拠点の機能も併せ持つ防災とにぎわいの道の駅です。
　災害時の機能として、地下に貯水槽が埋設され、飲み水の確保や非常用発電設備も確保しています。また、水害時に備え、雨水貯留機能と排水ポンプなども設置してあります。

プロジェクトに関するお問い合わせはこちらです

久慈川緊急治水対策河川事務所　検索



国土交通省　関東地方整備局
久慈川緊急治水対策河川事務所
TEL:0294－72－1151

〒313-0015
茨城県常陸太田市
木崎一町700-1



国土交通省　関東地方整備局
常陸河川国道事務所　流域治水課
TEL:029－240－4069

〒310-0851
茨城県水戸市
千波町1962-2

ROYAL PASSPORT

2026.7.10 プレリリース

那須 NASU TOWN ロイヤル パスポート

泊まるほど、巡るほど、那須がもっと楽しくなる。

訪れるたび、広がる特典。新しい旅のかたち。

何度も那須を訪れるほど特典が充実します！

宿泊回数でランクアップ



ブロンズ会員	シルバー会員	ゴールド会員	プラチナ会員	ブラック会員	ロイヤル会員
登録時	（5泊）	（10泊）	（15泊）	（20泊）	（30泊）

お得なクーポン

ランクに応じた限定クーポンがもらえる！

COUPON

色々な施設のお得な特典を配信！

スタンプラリー

対象施設を巡ってスタンプを集めよう！



達成者には那須ぐるチケ（共通チケット）などのプレゼント企画も実施予定です。



デジタル観光マップ

那須の施設を簡単検索！

掲載カテゴリー

・宿泊 ・グルメ ・体験
・レジャー ・日帰り温泉
・ペット同伴OK

AI観光コンシェルジュ

なんでもお聞きください

24時間いつでも観光案内！おすすめスポットや施設情報などをAIがご案内します。

登録はコチラから

LINE

八溝山周辺地域 定住自立圏

お問い合わせ

一般社団法人 那須町観光協会（登録 DMO）

〒325-0301 栃木県那須郡那須町湯本182　Tel.0287-76-2619

CALENDER
2026年12月

連　絡　先

役	大子町役場	72-1111
公	中央公民館	72-1148
保	保健センター	72-6611
総	総務課	72-1114
ま	まちづくり課	72-1131
財	財政課	72-1119
税	税務課	72-1116
農	農林課	72-1128
観	観光商工課	72-1138
建	建設課	72-2611
福	福祉課	72-1117
包	地域包括支援センター	72-1175
健	健康こども政策課	72-6611
生環	生活環境課	76-8802
消費	消費生活センター	72-1124
環	環境センター	72-3042
衛	衛生センター	72-3076
町	町民課	72-1112
議	議会事務局	72-1115
学	学校教育担当	79-0170
水	水道課	72-2221
消防	消防本部	72-0119
社協	社会福祉協議会	72-2005
文	文化福祉会館「まいん」	72-2005

◆ 救急協力当番病院 ◆

月　日	病　院
12月 1日～ 6日	保内郷メディカルクリニック
7日～ 13日	慈泉堂病院
14日～ 20日	久保田病院
21日～ 27日	保内郷メディカルクリニック
28日～ 31日	久保田病院

慈泉堂病院　☎72－1550
久保田病院　☎72－0023
保内郷メディカルクリニック　☎72－0179

日付	行事	場所	時間	対象者	担当課
1日 火					
2日 水					
3日 木	特設人権相談	文	10：00～15：00	一般	福
4日 金					
5日 土					
6日 日					
7日 月	お知らせ版12月7日号発行				
	健康教室	文	13：30～15：00	一般	健
8日 火	1日年金事務所（出張年金相談）	役	10：00～14：00	要予約	
9日 水					
10日 木					
11日 金	巡回労働相談(ハローワーク常陸大宮)	公	10：00～14：30	一般	観
12日 土					
13日 日					
14日 月					
15日 火					
16日 水	高齢者講習送迎			要予約	生環
17日 木					
18日 金					
19日 土					
20日 日					
21日 月	お知らせ版12月21日号発行				
	広報だいご1月号発行				
	健康教室	文	13：30～15：00	一般	健
	こころの相談	保	13：00～16：00	要予約	健
22日 火					
23日 水					
24日 木	物忘れ（認知症）相談	役	13：00～16：00	要予約	包
25日 金	巡回労働相談(いばらき就職支援センター)	公	10：00～15：00	一般	観
26日 土					
27日 日					
28日 月					
29日 火					
30日 水					
31日 木					

12月の納付

固定資産税	第3期
国民健康保険税	第6期
介護保険料	第6期
後期高齢者医療保険料	第6期

税務課　☎76－8070

健康相談

どなたでも利用できる健康相談を随時行っています。保健師や管理栄養士がご相談に乗ります。※予約制
場　所　大子町保健センター
予約先　健康こども政策課　☎72－6611

12月の広域無料法律相談のお知らせ

日　時　12月10日(木)13：30～16：30
場　所　トコトコ大田原3階市民交流センター（大田原市中央1－3－15）
予約先　大田原市総務課　☎0287-23-1111（8：30～17：15）
受　付　12月3日(木)から予約を受け付けます(先着18人)。
注意事項　申し込み多数につき、利用回数は年度内1回までです。

延長窓口
毎週水曜日午後7時まで

＊町民課　☎72－1112
＊福祉課　☎72－1117
＊税務課　☎72－1116

取扱いができない業務もありますのでご了承ください。
詳しくは各担当課に事前にお問い合せください。

町の人口と世帯

（令和8年11月1日現在）(前月比)

★人　口	13,677人	(－ 37)
男	6,823人	(－ 24)
女	6,854人	(－ 13)
★世帯数	6,820戸	(－ 9)



袋田の滝キャラクター「たき丸」公式LINEスタンプ販売中！

DAIGO 広報だいご No.820 豊かな資源をつむぎ 人々が豊かに暮らし、訪れるまち 奥久慈に輝く日本 幸せなDAIGO
2026年12月号
発行/大子町役場 まちづくり課 タウンプロモーションチーム
〒319-3521 茨城県久慈郡大子町大字北田気662番地
Tel/0295-72-1111(代)/0295-72-1131(直通) Fax/0295-72-1167 E-mail/town-pr@town.daigo.lg.jp HP/https://www.town.daigo.ibaraki.jp

奥久慈クロス2026開催！

10月17日・18日の２日間、「Okukuji X ～Ride&Trail～2026」が開催されました。初日は八溝山の激坂に挑むサイクリング、２日目は常陸国ロングトレイルを駆け抜けるトレイルランニングが行われ、全国から集まった選手が奥久慈の豊かな自然を舞台に熱戦を展開。地元自慢のエイド食も力に、多くの選手が笑顔でゴールしました。






acosta!@茨城県大子町

10月24日、町内各所を会場に、コスプレイベント「acosta!@ 茨城県大子町」が開催されました。当日は、350人を超えるコスプレイヤーが参加し、中心市街地をはじめ、藤田観光りんご園や大子おやき学校など、町内のさまざまなスポットで撮影や交流を楽しみました。素敵な衣装に身を包んだ参加者で町内は華やかな雰囲気に包まれ、普段とはひと味違った風景が広がりました。参加者にとっては、大子町ならではの自然や歴史ある街並みなど、町の新たな魅力を発見する機会となりました。







本格的な忍者体験で大賑わい！「常陸国忍者学校 秋の陣」

11月１日、道の駅奥久慈だいご WEST のまちなかスクウェアで「常陸国忍者学校 秋の陣」が開催されました。会場では手裏剣投げやクナイ作りなどの修行体験をはじめ、SNS で話題の江戸走り研究家・大場克則先生による「江戸走り」体験や甲賀五十三家おもてなし忍者隊による迫力あるパフォーマンスが行われました。また、「和み市」や忍者モチーフの限定フードも人気を集め、多くの参加者で会場は賑わいました。





※「広報だいご」に掲載されている写真を希望の方は、まちづくり課 ☎72-1131へご連絡ください。