



広報小美玉

お知らせ版

No.114
10
発行日 27.9.25



市民協働による 総合防災訓練を実施します

今年の総合防災訓練は、昨年に引き続き実践的
市民参加型訓練式で行います。

- ① 自宅でご家族の身の安全を確保する【自助】
- ② ご近所や地域の皆さんと助け合い災害を乗り
切り生き残る【共助】
- ③ 市や消防など公的機関が行う【公助】

この3つのいずれか1つが欠けても大災害を生き
延びる安全・安心なまちづくりは実現できません。

総合防災訓練の充実と更なる進化を市民の皆さ
まと一緒に目指します。

※当日は、8:30に防災行政無線にて訓練開始の
周知放送をします。



【日 時】

11月29日(日) 8:30~



【場 所】

各ご家庭および各行政区集落公民館

○指定避難所開設訓練会場○

①美野里公民館 ②小川小学校

※指定避難所については、どなたでも来場いた
だけます。

【問い合わせ】

防災管理課 ☎：0299-48-1111 (内線 1013)

小川総合支所庁舎耐震補強工事に伴う駐車場のご案内

小川総合支所庁舎は、現在、耐震補強工事が本格的に始まっているため、庁舎周辺の駐車場の利用を制限しております。

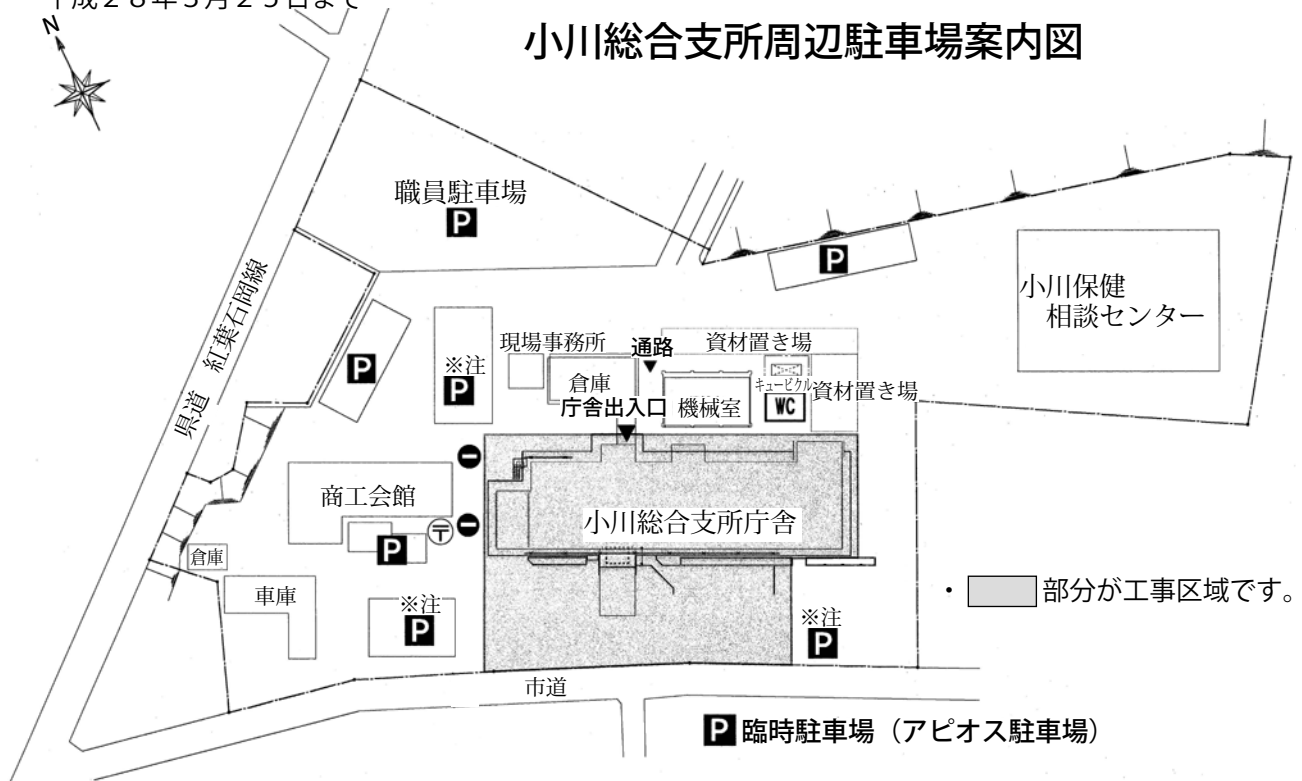
来庁の際には、下図の駐車場または臨時駐車場（アピオス駐車場）をご利用ください。

工事期間中、大変ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

■工事期間

平成28年3月25日まで

小川総合支所周辺駐車場案内図



※注意：工事の内容によっては、「※注」のついた駐車場は使用できない場合がございますので、ご来庁の際は、なるべく臨時駐車場をご利用ください。

【問い合わせ】

小川総合支所 総合窓口課 ☎：0299-48-1111（内線 2107）

土地月間、国土法届出の普及啓発

10月は土地月間です！～土地取引の後には届出を！～

国においては、毎年10月を「土地月間」と定め、土地に関する知識を深め、土地の有効利用を考えていただく機会となるように、土地に関する様々な普及啓発活動を行っています。

特に、企画調整課では国土利用計画法に基づく届出制度の周知に取り組んでいます。小美玉市において、一定面積（市街化区域以外の都市計画区域 5,000㎡）以上の土地について売買などの取り引きを行った場合、国土利用計画法に基づき、権利取得者（譲受人）は契約締結日から2週間以内に、企画調整課に届出を行う必要があります。詳しくはホームページをご覧ください。下記までお問い合わせください。

【問い合わせ】

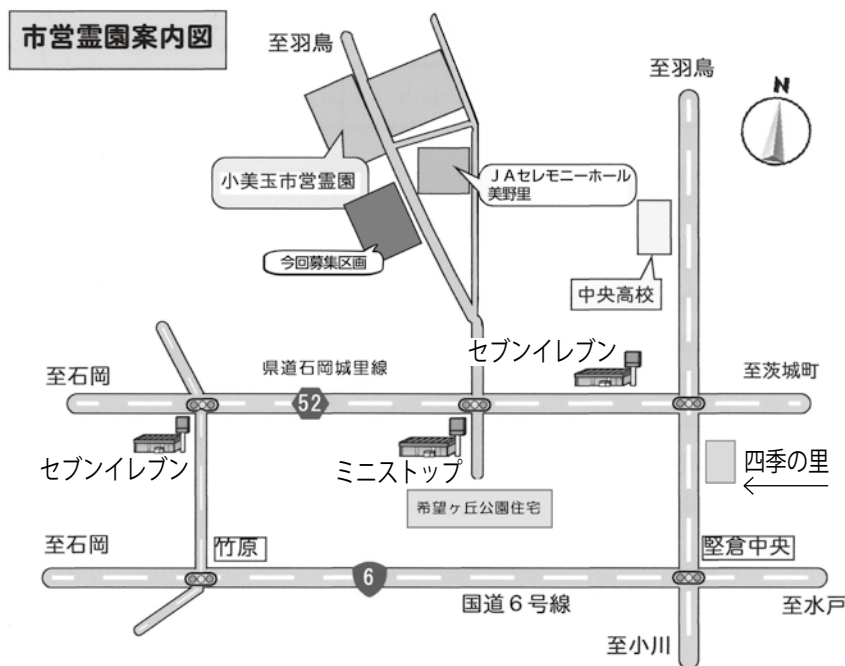
企画調整課 ☎：0299-48-1111（内線 1233）

小美玉市美野里霊園使用者募集

市内に住所を有する方で、かつ、小美玉市美野里霊園の既存区画を使用していない方を対象に霊園の新規使用者を募集します。

- ①仮受付期間
10月1日(木)～10月19日(月)まで
(上記期間は仮受付期間とし、下記抽選に当選した方を対象に本受付を行います。)
- ②仮受付場所
小美玉市役所環境課(本庁1階)
※全区画とも抽選により決定します。
先着順ではありません。
- ③抽選日
10月30日(金)9:30～
(抽選の詳細については、後日、仮受付を受理した方に文書でお知らせします。)
- ④霊園の場所
小美玉市花野井地内
- ⑤募集区画数
4区画(区画番号2025・2046・2047・2049)
- ⑥申込数の制限
1世帯(住民登録上の世帯)につき1区画とします。
- ⑦永代使用料
280,000円
- ⑧年間管理料
初年度分については、本受付時点での月割り計算となります。

※永代使用料および初年度分管理料は、本受付時にお支払いいただきます。
詳しくは、下記問い合わせ先にお問い合わせください。



- ◎霊園(大きさ・環境・設備等)について、実際にご自身で現地をご確認いただいた後にお申し込みください。なお、小美玉市役所環境課に縦覧図をご用意しますので現地確認の際の参考としてください。
- ◎既存区画(JAセレモニーホール美野里の北側)にも返還になった空き区画があります。こちらにも使用者を随時募集しています。詳しくは小美玉市役所環境課までお問い合わせください。
- ◎残りの区画については、毎年6月頃に50区画を目安に募集予定です。



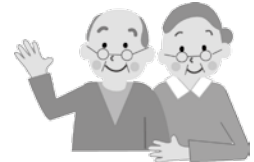
【問い合わせ】

環境課 ☎: 0299-48-1111 (内線 1141・1142)

インフルエンザ予防接種の助成を行います

助成の実施期間は、10月1日(木)から12月31日(木)まで

市では、下記のとおりインフルエンザ予防接種料金の一部助成を行っています。
対象となる方には必要書類を郵送しておりますので、接種を希望される方は内容をご確認の上、なるべく流行前の12月上旬までに接種することをお勧めします。
※予防接種後、抵抗力がつくまで約2週間程度かかり、その効果は約5か月程度持続するとされています。



■高齢者のインフルエンザ予防接種

<この予防接種は法律に基づいた**定期予防接種**となります。>

| 対象者 | 助成額 | 医療機関 |
|--|---------------------|---------------------------------------|
| ① 65歳以上 (接種日65歳を迎えている方) ② 60歳以上65歳未満の方で下記に該当する方※ | 1回 2,000円 (1回助成) | 市内医療機関 石岡市医師会加入医療機関 県医師会加入医療機関等 |

※心臓、じん臓または、呼吸器の機能およびヒト免疫不全ウイルスにより内部障がい1級またはそれに相当する方。

■子どものインフルエンザ予防接種

<この予防接種は保護者の責任に基づく**任意予防接種**となります。>

| 対象者 | 助成額 | 医療機関 |
|-------------|-----------------|---------------|
| 満1歳～小学6年生 | 1回 1,000円(2回助成) | 市内医療機関 |
| 中学1年生～中学3年生 | 1回 2,000円(1回助成) | 石岡市医師会加入医療機関等 |

(注意事項) 予防接種要注意者等により、上記の医療機関で接種できない場合は、問い合わせ先にご連絡ください。



—共通事項—

- 事前に医療機関にご予約の上、接種を受けてください。
- 医療機関で定めた金額より、助成額を引いた金額を医療機関へお支払いください。
- 生活保護を受給されている方は、下記問い合わせ先で事前に手続きが必要です。
- 詳細については、届いた通知文および説明書でご確認ください。
- ワクチンの改良にともない、個人負担が上がる場合があります。

【問い合わせ】

健康増進課(四季健康館) ☎: 0299-48-0221(内線 4003)
小川保健相談センター ☎: 0299-58-1411(直通)
玉里保健福祉センター ☎: 0299-48-1111(内線 3310)

出前講演会

小美玉市では男女共同参画推進事業として、茨城県女性プラザが開催する、著名人の講演事業に参加します。参加費は無料ですので、皆さまの参加をお待ちしています。

「女性が輝く社会を作るために ～フランスの男女平等から学ぶ～」

11月14日(土) 14:00～15:30

【集合出発】

- 12:00 小美玉市役所 本庁
- 12:20 小川文化センター(アピオス)
- 12:30 玉里B & G 海洋センター

【場 所】

茨城県南生涯学習センター 多目的ホール
土浦市大和町9番1号 ウララビル5階

【交 通】バスをご用意しています。

【申し込み】

10月8日(木)から10月30日(金)までに、
下記担当まで電話にてご連絡をお願いします。

【募集人数】

20名(※先着順で定員になり次第締め切らせていただきます。)

【その他】

食事については早めに済ませるか、車中にておとりください。



エッセイスト・国際ジャーナリスト

ドラ・トーザン

Dora Tauzin

ソルボンヌ大学、パリ政治学院卒業。国連広報部勤務後、NHKテレビ「フランス語会話」の出演をきっかけに日本に住むようになる。現在、日本とフランスの架け橋として、執筆や講演など多岐に渡って活躍中。『ママより女』、『パリジェンヌ流今を楽しむ!自分革命』、『フランス人は年をとるほど美しい』など著者多数。

【申し込み】 【問い合わせ】

市民協働課 男女共同参画推進係 ☎: 0299-48-1111 (内線 1253・1252)
FAX: 0299-48-1199 E-mail: kyodo@city.omitama.lg.jp

技能講習受講者募集

60歳以上の方であれば無料で受講できますので、ぜひご応募ください。

【講習内容】

●清掃業務技能講習

内 容 建物内清掃作業(床・窓等)の
基礎知識の習得と実技

開催日 11月4日(水)～5日(木)
2日間

会 場 グリーンパレス石岡

【受講資格】

- ・60歳以上の方
- ・シルバー人材センターに会員登録している方
または入会を希望する方
- ・応募する講習について、全日程出席できる方

【受講料】 無料(交通費、昼食代等は自己負担)

【募集人員】 10名

【募集期間】 10月27日(火)まで受け付け。
ただし定員に達した場合締め切ることがあります。

平日のみ受け付け 9:00～17:00

※所定の申込書へ記入し、お申し込みください。

※本人確認ができるもの(運転免許証など)を持参してください。

【申し込み・問い合わせ】

(公社)石岡地方広域シルバー人材センター

☎: 0299-23-3399



マイナンバーを、きちんと受け取って活用するために。

あなたのマイナンバーは、平成 27 年の 10 月中旬から 11 月末までの間に、簡易書留で送付されます。4 つのポイントを確認して確実に受け取り、有効に利用しましょう。

※世帯主へ、世帯全員分をまとめて送付します。

※簡易書留はご本人以外にも同居する家族による受け取りが可能です。

但し、転送不要扱いとなっていますので、転送はされません。

point
1

住所確認

原則として、マイナンバーは住民票の世帯ごとにお送りします。住民票の住所と異なるところにお住まいの方は、受け取ることができない可能性がありますのでご注意ください。

point
2

書留の中身を確認

マイナンバーは簡易書留で届きます。
以下の 3 つが入っているか確かめましょう。

- マイナンバーの「通知カード」
- 「個人番号カード」の申請書と返信用封筒
- 説明書

通知カードは
大切に保管し
てください！



point
3

個人番号カードを申請

個人番号カードを申請しましょう。申請方法は主に 2 通りあります。

①郵送で申請

個人番号カードの申請書にご本人の顔写真を貼り、返信用封筒に入れてポストへ

②オンラインで申請

スマートフォンで顔写真を撮影し、所定のフォームからオンラインで申請

※その他の方法も検討中

point
4

個人番号カードを受け取る

平成 28 年 1 月以降、ご本人が市町村の窓口で受け取れます。

無料で受け取れますが、その際には、以下の 3 つが必要となります。

①大切に保管していた「通知カード」

②個人番号カードの準備ができたことを知らせる「交付通知書」

③運転免許書などの本人確認書類

※受け取る際、オンラインでの本人確認等に使う「パスワード設定」が必要になります。



文・絵 くぼっち

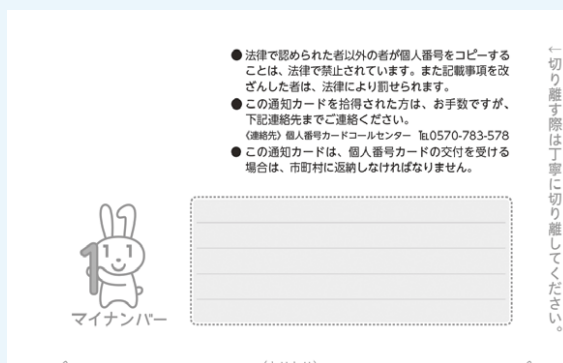
住民票を有する方に、マイナンバーが通知されます。

ポイント 捨てない！失くさない！むやみに教えない！

- マイナンバーが書かれている通知カードを無くしてしまうと、本人の行政手続きに支障をきたしてしまうほか、本人が家族に扶養されている場合、扶養者が家族分のマイナンバーを会社に提出することができなくなります。【捨てない！失くさない！】
- マイナンバーは、税と社会保障、災害対策以外には利用できません。官公庁のほか、勤め先などの担当者以外に教える必要はありません。【むやみに教えない！】



【おもて面】



【うら面】

■マイナンバー制度のお問い合わせは

コールセンター(全国共通ナビダイヤル)

マイナンバー
0570-20-0178

【受付時間】平日 9:30 ~ 17:30 (土日祝日・年末年始を除く)

■通知カード・個人番号カードのお問い合わせは

小美玉市役所市民課 (マイナンバー担当) ※ 10月1日より開設

0299-36-7755

【受付時間】平日 9:00 ~ 17:00 (土日祝日・年末年始を除く)

国民年金の種別変更の届出をお忘れなく

国民年金には、日本国内に住所のある 20 歳以上 60 歳未満のすべての方が、職業や収入を問わず加入します。国民年金被保険者の種別は職業などによって次の種類に分かれ、届出は加入時だけでなく種別が変わったときにも必要です。

種別変更の届出を忘れると年金が受け取れないこともありますので、忘れずに行いましょう。

■種別

| 種 別 | 対 象 者 |
|-----------|--|
| 第 1 号被保険者 | 自営業、農林漁業者、無職、学生など |
| 第 2 号被保険者 | 会社員、公務員など |
| 第 3 号被保険者 | 第 2 号被保険者に扶養されている配偶者 |
| 任意加入被保険者 | 下記に該当する方が希望して加入する制度 ・ 60 歳以上 65 歳未満の方で、60 歳になるまでに老齢基礎年金受給資格期間 25 年を満たしていない方、既に満たしているが年金額を満額に近づけたい方。 ・ 生年月日が昭和 40 年 4 月 1 日以前の方で、老齢基礎年金受給資格期間 25 年を満たしておらず、65 歳以上 70 歳未満の間で受給資格期間を満たす方。 ・ 海外に住んでいる日本人で 20 歳以上の方。 |

■届出が必要になるのはこんなとき

| | こんなとき | 変更後の被保険者種別 | 届出先 | 持 ち 物 |
|---------------|--|------------|---------|---|
| 20 歳になった方 | 学生、自営業、無職などであるとき | 第 1 号 | 市役所 | ①日本年金機構から届いた封書等 ②印鑑 |
| | 厚生年金保険や共済組合等に加入している配偶者に扶養されているとき | 第 3 号 | 配偶者の勤務先 | ※配偶者の勤務先にお問い合わせください。 |
| 現在第 1 号被保険者の方 | 就職して、厚生年金保険や共済組合等に参加するとき | 第 2 号 | 勤務先 | ※勤務先にお問い合わせください。 |
| | 収入減・結婚などにより、厚生年金保険や共済組合等に参加している配偶者の扶養になるとき | 第 3 号 | 配偶者の勤務先 | ※配偶者の勤務先にお問い合わせください。 |
| 現在第 2 号被保険者の方 | 60 歳になる前に会社を退職したとき | 第 1 号 | 市役所 | ①年金手帳 (基礎年金番号通知書) ②厚生年金保険や共済組合等からはずれた日付を確認できる書類 (資格喪失証明書、退職証明書など) ③印鑑 |
| | 60 歳になる前に会社を退職し、厚生年金保険や共済組合等に参加している配偶者の扶養になるとき | 第 3 号 | 配偶者の勤務先 | ※配偶者の勤務先にお問い合わせください。 |
| 現在第 3 号被保険者の方 | 配偶者が勤務先を退職したとき | 第 1 号 | 市役所 | ①年金手帳 (基礎年金番号通知書) ②扶養からはずれた日付を確認できる書類 (資格喪失証明書など) ③印鑑 |
| | 収入増・離婚などにより、厚生年金保険や共済組合等に参加している配偶者の扶養からはずれたとき | | | |
| 60 歳以上の方 | 年金の受給資格期間を満たしたい、年金額を満額に近づけたいとき | 任意加入 | 市役所 | ①年金手帳 (基礎年金番号通知書) ②預金 (貯金) 通帳と届出印 ※戸籍謄本等が必要になる場合もございますので、市役所にご相談ください。 |

| | こんなとき | 変更後の被保険者種別 | 届出先 | 持ち物 |
|-------------------------|------------------------------|------------|-----|-----------------------------------|
| 海外へ出国、 海外から入 国する方 | 海外へ出国するとき(日本人、外国人) | 資格喪失 | 市役所 | 出国する前に市役所で転出の手続きをしてください。 |
| | 海外へ出国する日本人が、引き続き国民年金に加入したいとき | 任意加入 | 市役所 | ①年金手帳(基礎年金番号通知書) ②預金(貯金)通帳と届出印 |
| | 海外から小美玉市へ転入し、住所を有するようになったとき | 第1号 | 市役所 | ①年金手帳(基礎年金番号通知書) ②印鑑 |

■届出先

医療保険課国保年金係、小川総合支所総合窓口課、玉里総合支所総合窓口課

| | | |
|----------------|------------------------------|---|
| 【問い合わせ】 | 医療保険課国保年金係 日本年金機構水戸南年金事務所 | ☎ : 0299-48-1111 (内線 1104・1105) ☎ : 029-227-3278 |
|----------------|------------------------------|---|

給食素材放射能測定結果（8月測定分）

【検査件数】学校給食：3件 検出件数：0件

【検出下限値】10 Bq/kg 使用機器：TN300Bベクレルモニター

8月の測定結果では、基準値を上回る放射性物質は検出されませんでした。

市では、給食食材及び市民持込の市内産農産物の放射能測定を行っています。測定結果は市ホームページで公表されています。

| | |
|----------------|------------------------|
| 【問い合わせ】 | 学校給食課 ☎ : 0299-56-4855 |
|----------------|------------------------|

夕方のチャイム放送が切り替わります

10月1日（水）から夕方のチャイム放送時間が18:00から17:00に切り替わります。

| 現在のチャイム放送時間 (4月1日から9月30日まで) | | 10月1日からのチャイム放送時間 (10月1日から3月31日まで) | |
|--------------------------------|-------|--------------------------------------|-------|
| 朝 | 6:00 | 朝 | 6:00 |
| 昼 | 12:00 | 昼 | 12:00 |
| 夕方 | 18:00 | 夕方 | 17:00 |

| | |
|----------------|---|
| 【問い合わせ】 | 防災管理課 危機管理室 ☎ : 0299-48-1111 (内線 1013・1014) |
|----------------|---|

ラクラクお支払い!
市税等の納付は、**口座振替**なら

安心

便利

簡単

自動引落し
で納め忘れ
がないから
安心

納めに行く
手間や時間
が省けて
便利

手続きは
一度だけで
OKだから
簡単



申込方法 ①市内の金融機関にて
②小美玉市役所収納課にて

- ①通帳・印鑑・納税通知書をご持参いただき、市内の金融機関に備え付けの口座振替依頼書に必要事項をご記入の上、お申し込みください。
 - ②金融機関のキャッシュカードをご持参いただき、小美玉市役所収納課の窓口でお申し込みください。
- ※口座振替できる税金等…固定資産税／軽自動車税／市・県民税／国民健康保険税／介護保険料／後期高齢者医療保険料
- ※口座振替できる金融機関…常陽銀行、茨城県信用組合、水戸信用金庫、筑波銀行、東日本銀行、中央労働金庫、JA新ひたち野、ゆうちょ銀行
- ※口座振替依頼書(申込用紙)は市内の金融機関及び小美玉市役所収納課・各支所総合窓口課にあります

市税滞納者の差押財産を公売します

不動産会場公売のお知らせ

市税収入の確保と滞納抑制のため、差押えた不動産の公売を下記により実施します。公売で落札された物件の買受代金は、滞納者の未納税にあてられます。

◆日時:11月17日(火) 9:50 受付
10:20 入札
◆会場:小美玉市役所本庁2階

| 売却区分番号 | 所在地 | 地目 | 地積 | 見積価格 | 公売保証金 |
|--------|----------------|----|---------------------|----------|---------|
| 27-1 | 高田字高田 418 番 | 田 | 3204 m ² | 670,000円 | 70,000円 |
| 27-2 | 張星字表谷津 915 番 1 | 田 | 1037 m ² | 270,000円 | 30,000円 |
| 27-3 | 上合字大砂原内 1442 番 | 田 | 2160 m ² | 440,000円 | 50,000円 |

※農地のため、入札には「買受適格証明書」が必要です。10月23日(金)までに小美玉市農業委員会に証明願等を提出してください。
※滞納税の納付があった場合等、公売は予告なく中止になる場合があります。



【問い合わせ】 収納課 ☎ : 0299-48-1111 (内線 1186・1187)

いきいき脳を活性化！まだ間に合う65歳からの認知症予防

脳の元気教室 参加者募集

最近「もの忘れが多くなった、覚えが悪くなった」と思うことはありませんか。この教室では、認知症予防に効果があるウォーキングと料理で、仲間と楽しく脳を活性化させます。いつまでも元気でいきいきと生活するために、教室に参加してみませんか。

【日時・会場】 全6回 金曜日

| | | |
|----------------------|--------|---------------------|
| 10月23日 | 11月13日 | 10:00 ～ 12:00 |
| 10月30日 | 11月20日 | |
| 11月 6日 | 12月 4日 | |
| 玉里保健福祉センター 上玉里1122番地 | | |



【対象者】

65歳以上で要支援・要介護認定を受けていない方
(1年以内に受講された方は対象外です)

【講師】

NPO 認知症予防サポートセンター 城 直美氏

【内容】

1. 脳の健康診断
自分の脳の状態と鍛え方を知ろう
2. ウォーキングで脳を鍛える
歩く効果と、効果的な歩き方
3. 料理で脳を鍛える
レシピを考えて作ってみよう

【募集定員】

20名(定員を超えた場合は抽選になります)

【費用】

無料(ただし、安全保険加入代がかかります)

【申込締切】

10月9日(金)

【その他】

開始後、歩数計をご用意いただきます。
会場までのご自身で来ていただきます。
(交通手段がない方は、ご相談ください)



【申し込み 問い合わせ】

8:30～17:15 土日祝日を除く
介護福祉課 地域包括支援センター (玉里総合支所内)
☎: 0299-48-1111 (内線 3114) ☎: 0299-58-1282 (直通)

平成27年度 最終!!

住民・総合・夜間健診のお知らせ

平成27年度、あなたは健診を受けましたか？

まだ健診を受けていない方を対象に、11月に住民健診・総合健診・夜間健診を実施します。

健診結果は、健康で過ごすためにどのような生活が良いか、運動・食事・受診は必要かと、様々な方法を考えることができるヒントがたくさん詰まった、あなただけの情報源です。

健診を受けられるのは年1回です。下記よりご希望の健診を選び、必ず受診しましょう。なお今年4月以降に、市の集団健診・人間ドック・病院・職場等で受診済または受診予定の方は受けられません。

1. 健診内容・個人負担金 「○」は実施 「△」は一部実施 「×」は未実施

| 項目 | ① 住民 健診 | ② 総合 健診 | ③ 夜間 健診 | 対象となる方 | 個人 負担金 | 内 容 |
|----------|---------------|---------------|---------------|---------------------------|-----------|-------------------------------|
| 特定健診 | ○ | ○ | ○ | 40～74歳で国保の方 | 1,000円 | 血圧測定・血液検査・尿検査・計測（腹囲あり）・心電図・眼底 |
| | | | | 40～74歳で生活保護の方 | 無料 | |
| 後期高齢者健診 | ○ | ○ | ○ | 満75歳以上の方、一定の障がいがある65歳以上の方 | 無料 | 血圧測定・血液検査・尿検査・計測（腹囲なし） |
| 健康づくり健診 | ○ | ○ | ○ | 18～39歳 | 1,000円 | 特定健診に同じ |
| 肺がん検診 | ○ | ○ | ○ | 40歳以上 | 無料 | 胸部レントゲン検査 |
| 結核検診 | ○ | ○ | ○ | 65歳以上 | | |
| 前立腺がん検診 | ○ | ○ | ○ | 50歳以上の男性 | 500円 | 血液検査 |
| 肝炎ウイルス検査 | ○ | ○ | ○ | 40歳以上（過去未受診者） | 500円 | 血液検査（B・C型肝炎検査） |
| 胃がん検診 | × | ○ | × | 40歳以上 | 500円 | バリウム検査 |
| 大腸がん検診 | × | ○ | ○ | 40歳以上 | 500円 | 2日間採便検査 |
| 歯科相談 | △ | × | × | 40歳以上の希望者 | 無料 | 歯周病予防のための健康相談 |

◎40～74歳の国保以外の方で特定健診もご希望の方は、市で特定健診を受診できるかどうか、加入先の健康保険組合へお問い合わせください。

◎後期高齢者健診対象の方で基本健診を受診される方は、希望により、心電図・眼底・貧血・尿酸・クレアチニン検査を追加できます。（心電図・眼底・貧血は3項目セットで1,750円、尿酸・クレアチニンは各210円。）ただし、これだけでの検査はできませんのでご了承ください。

◎身体障がい者手帳1・2級、療育手帳A・A、生活保護の方は、すべての健診が無料となります。

今年度75歳以上の方は、胃・大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査が無料となります。

◎下記の年齢に該当する方は、大腸がん検診・肝炎ウイルス検査無料クーポン券を利用できます。この機会にぜひご利用ください。大腸がん検診は無料クーポン券が届いた方でも事前予約が必要です。

《大腸がん検診・肝炎ウイルス検査無料クーポン券 該当者》

※年齢：H28.4.1現在

| | |
|-----|-----------------|
| 41歳 | S49.4.2～S50.4.1 |
| 46歳 | S44.4.2～S45.4.1 |
| 51歳 | S39.4.2～S40.4.1 |
| 56歳 | S34.4.2～S35.4.1 |
| 61歳 | S29.4.2～S30.4.1 |

2. 健診日程・会場

①住民健診 【予約不要】

| 日 程 | 会 場 | 受付時間 |
|-----------|------------|---------------------------|
| 11月11日(水) | 小川保健相談センター | 9:30~11:30 13:30~15:00 |
| 11月16日(月) | 玉里保健福祉センター | |
| 11月17日(火) | 四季健康館 | |
| 11月19日(木) | | |

※11/11・16・17は午前のみ、40歳以上の希望者に、歯科相談を実施します。(20名程度)

②総合健診 【要予約】 申込期間：10月21日(水)～27日(火)

| 日 程 | 会 場 | 受付時間 |
|-----------|-------|------------------------------|
| 11月18日(水) | 四季健康館 | 7:00~10:50 (*30分ごとの時間予約制) |

※定員になり次第締め切ります。四季健康館へ電話または窓口にてお申し込みください。

③夜間健診 【要予約】 申込期間：10月21日(水)～27日(火)

| 日 程 | 会 場 | 受付時間 |
|-----------|-------|-------------|
| 11月20日(金) | 四季健康館 | 16:00~19:00 |

※四季健康館へ電話または窓口にてお申し込みください。

3. 健診当日持参するもの

| | |
|----------------|---|
| 全 員 | <input type="checkbox"/> 健康手帳(お持ちの方) <input type="checkbox"/> 個人負担金 |
| 特定健診を受診する方 | <input type="checkbox"/> 特定健診受診券 <input type="checkbox"/> 被保険者証 |
| 後期高齢者健診を受診する方 | <input type="checkbox"/> 後期高齢者健診受診券 <input type="checkbox"/> 被保険者証 |
| 健康づくり健診を受診する方 | <input type="checkbox"/> 健康づくり健診受診券(届いている方) ない場合でも受診可能 |
| 胃・大腸がん検診を受診する方 | <input type="checkbox"/> 総合健診受診券 <input type="checkbox"/> 採便容器(大腸がん検診受診者) |
| 身障1・2級、療育④・Aの方 | <input type="checkbox"/> 該当の手帳 |
| 該当の方(5月に送付済み) | <input type="checkbox"/> 大腸がん検診クーポン券 <input type="checkbox"/> 肝炎ウイルス検査クーポン券 |

【申し込み・問い合わせ】 平日 8:30~17:15

| | | |
|--|--------------|-------------------------------|
| 特定健診(国保の方)、後期高齢者健診 | 医療保険課 | 0299-48-1111 (内線1102・1106) |
| 特定健診(国保以外の方) | 加入先の健康保険組合 | |
| 健康づくり健診、胃がん・大腸がん検診 肺がん・結核検診、前立腺がん検診 肝炎ウイルス検査 | 四季健康館(健康増進課) | 0299-48-0221 |
| | 小川保健相談センター | 0299-58-1411 |
| | 玉里保健福祉センター | 0299-48-1111 (内線3310・3311) |

女性のがん検診 【集団検診】のご案内

今年最後の
チャンス

子宮頸がん・乳がん検診、今年はもうお済みですか？ 他の先進諸国の女性は、6～8割の人が定期的ながん検診を受け、「検診＝女性の習慣」となっているそうです。一方、日本は2～3割しか受けていないのが現実。がんが進行してから発見されるケースも少なくありません。検診をきちんと受けていれば、がんになる前の段階で発見できるため、子宮や乳房を取らずにすみ、妊娠・出産などへの影響もありません。

あなたの大切な身体を守るため、今年度まだ受けていない方は、ぜひお申し込みください。

1. 対象者・検診内容・個人負担金

※クーポン券対象の方、75歳以上、身障手帳1・2級、療育手帳㊤・A、生活保護の方は無料

| 検診名 | 対象者 | 内 容 | 個人負担金 |
|--------|--------|----------------------------|--------|
| 子宮がん検診 | 20歳以上 | 頸がん検診 | 500円 |
| HPV検査 | 31歳 | ヒトパピローマウイルス検査（子宮がん検診と同時実施） | 無 料 |
| 乳がん検診 | 30～39歳 | 超音波 | 500円 |
| | 40～56歳 | 超音波（前年マンモ受診者） | 500円 |
| | | 超音波＋マンモグラフィ | 1,000円 |
| | 57歳以上 | マンモグラフィ（2年に1度） | 500円 |

2. 検診日程・会場・申し込み

◎クーポン券が届いた方でも、初めて市の検診を受ける場合は申し込みが必要です。

| | |
|--------|------------------------------------|
| 日 程 | 11月27日（金） 【受付時間】12：15～13：00 |
| 会 場 | 四季健康館 |
| 申し込み期間 | 10月21日（水）～27日（火）土・日を除く ※定員になり次第締切り |
| 申し込み先 | 四季健康館（健康増進課） TEL0299-48-0221 |

<忘れていませんか？ 子宮・乳がん検診無料クーポン券>

■子宮頸がん検診クーポン券対象者

| 生年月日 | 該当者 |
|-----------------|---|
| H 6.4.2～H 7.4.1 | 全 員 |
| H 4.4.2～H 5.4.1 | 平成21～26年度に 市の子宮頸がん検診を 一度も受診していない方 |
| S62.4.2～S63.4.1 | |
| S57.4.2～S58.4.1 | |
| S52.4.2～S53.4.1 | |

■乳がん検診クーポン券対象者

| 生年月日 | 該当者 |
|-----------------|---|
| S49.4.2～S50.4.1 | 平成21～26年度に 市のマンモグラフィ検査を 一度も受診していない方 |
| S47.4.2～S48.4.1 | |
| S42.4.2～S43.4.1 | |
| S37.4.2～S38.4.1 | |
| S32.4.2～S33.4.1 | |

対象の方には、クーポン券を
送付済です（5月）。
有効期間は12月末日まで。
ぜひご利用ください！

- ◎集団検診・医療機関検診のいずれかを選び、受診しましょう。
- ◎自覚症状のある方（不正出血、異常なおりもの、乳房のしこり・痛み、乳頭からの分泌物等）、医療機関で経過観察中の方、毎回精密検査になる方は、直接医療機関を受診しましょう。
- ◎妊娠中および今年4月以降に人間ドック・病院・職場等で受診済・受診予定の方は対象外となります。産後3か月までの方は、子宮頸がん検診は受けられません。

女性のがん検診 【医療機関検診】のご案内

12月末終了!

女性のがん検診を登録医療機関で受診する場合、市の助成があります。低料金で受けられ、とてもお得です。集団検診ではご都合の合わない方はご活用ください。

1. 対象者・検診内容・個人負担金

※クーポン券対象の方、75歳以上、身障手帳1・2級、療育手帳④・A、生活保護の方は無料

| 検診名 | 対象者 | 内容 | 個人負担金 |
|--------|--------------------|---------------------|------------|
| 子宮がん検診 | 20歳以上 | 頸がん検診 | 1,000円 |
| | | 体がん検診（医師の指示がある場合のみ） | 1,000円（後日） |
| 乳がん検診 | 30～39歳 | 視触診＋超音波 | 1,500円 |
| | 40～56歳（*） | 超音波（前年マンモ受診者） | 1,000円 |
| | | 超音波＋マンモグラフィ | 2,000円 |
| 57歳以上 | 視触診＋マンモグラフィ（2年に1度） | 1,500円 | |

*40～56歳で乳がん検診クーポン券対象の方は、上記検診のほか、視触診も受診できます（無料）。ただし、超音波はクーポン券対象外のため、有料（1,000円）となります。

2. 申し込み手順

①登録医療機関（下記）へ予約をする 【検診期間】12月末日まで

●早めに予約をとりましょう。（11月以降の予約は、混雑により12月末日までに受診できない場合があります。平成28年1月以降は、全額自己負担となります。）

②健康増進課窓口で手続きをし、受診券等を受け取る 【受付期間】12/28（月）まで ※平日のみ

●手続きの際は、予約日・医療機関名のメモ、個人負担金をご用意ください。
●クーポン券による無料項目のみ受診される方は、窓口での手続きは不要です。クーポン券を持参し、直接受診しましょう。

③受診券等を持参し、医療機関を受診する

3. 登録医療機関 ▼下記以外の医療機関については、健康増進課へお問い合わせください。

| 子宮がん検診 | 住所 | 電話番号 |
|----------|---------------|--------------|
| 小埴医院 | 小美玉市田木谷169-3 | 0299-58-3185 |
| けやきクリニック | 小美玉市張星503-3 | 0299-36-7777 |
| 富田産婦人科医院 | 石岡市茨城3-5-31 | 0299-23-0311 |
| 松葉産婦人科 | 石岡市府中2-4-41 | 0299-23-2157 |
| 根本産婦人科医院 | 笠間市八雲1-4-21 | 0296-77-0431 |
| 岩崎病院 | 水戸市笠原町1664-2 | 029-241-8700 |
| 乳がん検診 | 住所 | 電話番号 |
| 石岡市医師会病院 | 石岡市大砂10528-25 | 0299-22-4321 |
| 山王台病院 | 石岡市東石岡4-1-38 | 0299-26-3130 |
| 石岡第一病院 | 石岡市東府中1-7 | 0299-22-5151 |



【申し込み・問い合わせ先】 平日 8:30～17:15

| | | |
|--------------|--------------|---------------------------|
| 四季健康館（健康増進課） | 小川保健相談センター | 玉里保健福祉センター |
| 0299-48-0221 | 0299-58-1411 | 0299-48-1111（内線3310・3311） |



超音波検査

超音波検査とは、超音波（耳で聞こえる音よりも周波数が高い音）を用いて体の内部を観察する検査法です。

検査部位にゼリーを塗り、超音波を受発信する探触子（プローブ）を肌に

当てて検査をします。検査時間は約20～30分です。

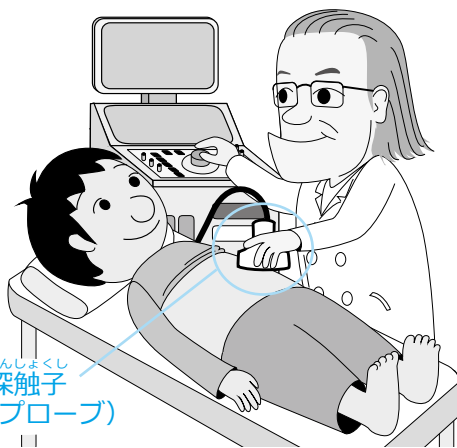
超音波検査は、身体への害はないとされていますので、どなたでも安心して受けていただけます。



この検査で、^{たんのう}肝臓、^{じんぞう}胆嚢、^{すいぞう}膵臓、^{すいぞう}膀胱、^{すいぞう}前立腺、子宮や卵巣なども調べることができます。

超音波検査については、かかりつけ医にご相談ください。

また、小美玉市医療センターでも超音波検査ができますので、お気軽にご相談ください。



小美玉市医療センター
放射線科 新谷・小森

【問い合わせ】

小美玉市医療センター（指定管理者：医療法人財団 古宿会）
医療保険課 地域医療推進係

☎：0299-58-2711

☎：0299-48-1111(内線 1107)

パーキンソン病 講演会・交流会を開催します

【日時】

10月22日（木）

13：30～16：15 ※受け付け 13：00～

【場所】

ひたちなか市 ヘルス・ケア・センター 3階 大会議室
（ひたちなか市松戸町 1-14-1）

【内容】

第1部 13：30～15：00

講演「パーキンソン病の患者・家族に伝えたいこと
～臨床医の立場から～」

講師（株）日立製作所ひたちなか総合病院
神経内科主任医長 柴垣泰郎 先生

第2部 15：15～16：15

講演「日常生活でできるリハビリテーション」

講師（株）日立製作所ひたちなか総合病院
リハビリテーション科理学療法士 佐藤 誠 先生

【対象者】 パーキンソン病の患者・家族等

【参加費】 無料

【申し込み】

参加を希望される方は、10月13日（火）までに、茨城県水戸保健所保健指導課へ電話またはFAXでお申し込みください。

【申し込み先】

水戸保健所 保健指導課 難病担当

☎：029-241-0100 FAX：029-241-5313





図書館

インフォメーション

Library information

小美玉市小川図書館「図書館まつり」

- 日時 10月24日(土) 10:00～16:00
 会場 小川図書館および小川公民館
 内容
- 除籍本の配布 (10:00～、小川公民館大ホール)
図書館で利用しなくなった本を無償で配布します。
 - おはなし会 (10:30～、13:30～、2F多目的室)
絵本の読み聞かせ、エプロンシアター、
パネルシアター
 - DVD鑑賞会 (11:10～、資料館映像コーナー)
館内で上映可能なアニメ作品を中心に上映
 - 模擬店 (11:00～、駐車場)
コーヒーやパンの販売など
 - 風船の配布
来場された小学生以下のお子さんにおみたん風船
などを配布
 - ブックコート体験 (10:00～随時、館内)
お気に入りの本を持ってきてください。
ブックコートを体験してみましよう。
- 問い合わせ 小川図書館 (☎: 0299-58-5828)

蔵書点検による 臨時休館のお知らせ

美野里公民館図書室は蔵書点検のため、下記の期間休館します。
 公民館は通常通り開館しています。
 休館期間
 10月19日(月)～27日(火)
 小川図書館、玉里図書館、羽鳥ふれあいセンターをご利用ください。



小美玉市図書館・図書室カレンダー

| 10月 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| | | | | 1 | 2 | 3 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

| 11月 | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 |
| 29 | 30 | | | | | |



- * 〇 は小川図書館・玉里図書館・ふれあいセンターの休館日です。
- * ■ は小川・玉里図書館の図書整理日のため休館です。
- * □ は美野里公民館の休館日です。
- * ● は玉里図書館・美野里公民館・ふれあいセンターの休館日です。
(小川図書館は開館)
- * ○ は美野里公民館の蔵書点検のため休館です。

開館時間

- 小川図書館 全日 9:30～20:00
 祝日 9:30～17:00
- 玉里図書館 全日 9:30～18:00
- 美野里公民館図書室 全日 9:30～22:00
- 羽鳥ふれあいセンター 全日 9:30～22:00

おはなし会 10月・11月の

- 小川図書館
 小川図書館 2階 多目的室
- ・10月10日(土)・11月28日(土)
 - ・11月14日(土)

開始時間(各会場) 10:30～

- 玉里図書館
 生涯学習センター(コスモス)1階 和室
- ・10月10日(土)・11月7日(土)

- 美野里公民館図書室
 美野里公民館 2階 講座室
- ・10月24日(土)・11月28日(土)

<移動図書館ふれあい号運行予定表>

Aコース
 10月1日・15日 11月5日・19日

| 巡回場所 | | 時間 |
|-------|----------------|-------------|
| 小川・玉里 | 玉里保育園前 | 9:30～10:00 |
| | 老人ホームハートワン駐車場 | 10:45～11:10 |
| | 野田官舎前 石崎商店駐車場 | 11:20～11:50 |
| 美野里 | 十二所公民館前 | 13:30～14:00 |
| | ミーム保育園(羽鳥東)駐車場 | 14:15～15:00 |
| | エコス美野里店 駐車場 | 15:10～15:30 |

Bコース
 10月8日・22日 11月12日・26日

| 巡回場所 | | 時間 |
|-----------------|-----------------|-------------|
| 清風台団地中央公園前 | 清風台団地中央公園前 | 10:30～11:00 |
| | ケアハウスほうせんか駐車場 | 11:10～11:40 |
| | 北浦公民館前 | 13:15～13:45 |
| 江戸住宅コミュニティセンター前 | 江戸住宅コミュニティセンター前 | 13:55～14:25 |
| | 小美玉敬愛の杜 駐車場 | 14:45～15:20 |

生涯学習・スポーツインフォメーション



小美玉市サッカーフェスティバル(一般の部) 参加チーム募集!

- 【日 時】 11月 1日(日) 1日目(小雨決行) 11月 8日(日) 2日目(小雨決行)
11月 29日(日) 予備日
- 【会 場】 ふれあい運動広場(中野谷)、玉里運動公園(要又四ヶ)
- 【参加資格】 市内在住・在勤の高校生、社会人
- 【参加費】 1チーム 2,000円
- 【応募締切】 10月 18日(日) までに下記問い合わせ先にてお申し込みください。
※募集枠がいっぱいになり次第、応募を締め切らせていただきます。



【問い合わせ】 小美玉市サッカー協会 山井 ☎: 090-5206-6437

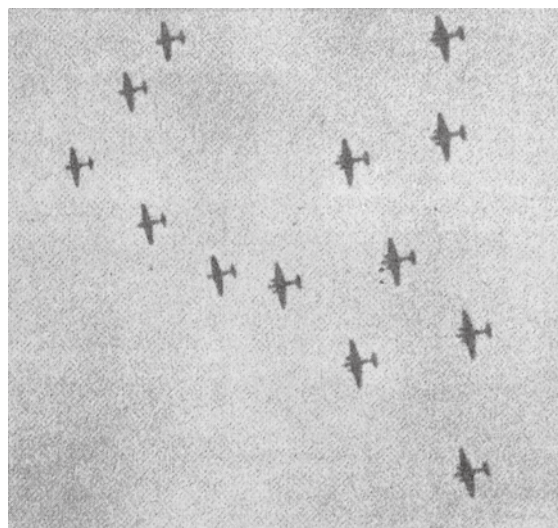
戦争体験講演を開催します

戦後70年を迎えた今年、戦争の悲惨さや現実を後世に語り継いでもらいたいと、小美玉市出身の戦争体験者などによって「太平洋戦争の体験を伝える会」が発足しました。

今回の戦争体験講演では、「太平洋戦争の体験を伝える会」の会員の方々などを講師に招き、それぞれの体験談や平和への想いなどについて語っていただきます。

- 【日 時】 10月 3日(土)
10:00～16:40(受付:9:30～)
- 【会 場】 生涯学習センター(コスモス)集会室
小美玉市高崎 291-3 ☎ 0299-26-9111
- 【入 場 料】 無 料
- 【講演内容】

- ①北支派遣軍隼第一五三〇五部隊
10:20～11:10
- ②ミッドウェー海戦
11:10～12:00
- ③敵機邀撃(ようげき)と飛行場防衛(飛行機嵐の発想)
13:00～13:50
- ④学徒動員六ヶ月
13:50～14:40
- ⑤飛行機と特攻隊
14:50～15:40
- ⑥筑西市における戦争体験報告
15:40～16:30



主催: 太平洋戦争の体験を伝える会
共催: 小美玉市教育委員会
小美玉市玉里史料館

【問い合わせ】 玉里史料館(生涯学習センターコスモス内) ☎: 0299-26-9111

おやこでたのしむファミリーコンサート 笛の音楽隊 with 真珠のハーモニー

『おやこでたのしむファミリーコンサート』

0歳から優れた音楽の生演奏を聴く機会があれば、どれほど豊かな人生のスタートとなるでしょう。

また、小さなお子さまがいるとなかなかコンサートに行く機会もない方たちが、

自分自身のためにも良い音楽を聴くことができれば、

子どもと過ごす時間がどれほど豊かになるでしょう。

ご家族で、おじいちゃんおばあちゃんと、心癒されるたのしいひとときを過ごしてみたい方はぜひどうぞ。

【日時】 11月7日(土)

開場 13:30

開演 14:00

【会場】 生涯学習センター(コスモス)

【入場料】 無料(ご入場にはチケットが必要です)

○チケット配布 10月3日(土)より

○チケット配布場所

生涯学習センター(コスモス) 0299-26-9111

小川文化センター(アピオス) 0299-58-0921

四季文化館(みの〜れ) 0299-48-4466

小川公民館 0299-58-3111

美野里公民館 0299-48-1110

Ensemble carosello アンサンブル・カロセッロ

○指導・フルート 一村誠也 ○ピアノ 一村誠子

○ハープ 堀米綾

○演奏 小美玉市笛の音楽隊ピッコロ

小美玉市笛の音楽隊ワークショップメンバー

プログラム

○第1部 真珠のハーモニー

出演: アンサンブル・カロセッロ

○第2部 笛の音楽隊

出演: 小美玉市笛の音楽隊ピッコロ

○第3部 笛の音楽隊

出演: 小美玉市笛の音楽隊ワークショップメンバー



■主催: 小美玉市 / 小美玉市教育委員会

■協力: 取手笛の音楽隊 / コスモスプロジェクト

【問い合わせ】 生涯学習センター **コスモス** ☎: 0299-26-9111

自主講座 ボールエクササイズ会員募集

20cm くらいのボールを使って、イスに座ったり、マットの上でストレッチをする健康体操です。肩こり解消、転倒防止などの効果もあります。

【講師】 佐藤 直子 先生

【練習日】 第2・4金曜日(第1・3金曜の場合もあります)

【時間】 13:30 ~ 15:00

【場所】 農村環境改善センター 多目的ホール

【会費】 2か月で3,000円位

【連絡先】 福田ゆかり 0299-47-0241
体験や見学、お気軽にどうぞ



百里原海軍航空隊ゆかりの地をめぐる

【日 時】 11 月 8 日 (日) 9:00 ~ 16:30 (予定)

【行 程】 玉里総合支所 (集合) ⇒ 百里原海軍航空隊旧正門 ⇒ 百里神社 ⇒ 試射場跡
⇒ 長波方位測定所跡 ⇒ 旧百里原海軍飛行場掩体壕 ⇒ 空のえきそ・ら・ら (昼食)
⇒ 予科練平和記念館 ⇒ 玉里総合支所 (解散)



【集合場所】 玉里総合支所 (9:00 出発)

【参加費】 500 円 (入館料・保険代・公用バス燃料代等) ※当日徴収

【参加対象】 市内在住・在勤・在学の方
20 名 (定員になり次第、締め切ります。)
※中学生以下は、保護者の同伴が原則となります。

【持ち物】 動きやすい服装と靴。昼食 (代)。雨具など

【申込方法】 生涯学習センター (コスモス) にお申し込みください。(電話申込不可・FAX 可)

【申込期間】 10 月 14 日 (水) ~ 10 月 28 日 (水) 9:00 ~ 17:00
※月曜日 (10/19・26) は、休館日となります。

【その他】 小美玉市公用バスを利用して実施します。
荒天の場合は中止となります。

【問い合わせ・申し込み先】

玉里史料館 (生涯学習センターコスモス内)

☎: 0299-26-9111 FAX: 0299-26-9261

キリトリ

平成 27 年度史料館歴史探訪講座 参加申込書 NO. _____

| | | | |
|----------|-----|----------|---|
| ふりがな | | | |
| 氏 名 | (歳) | | |
| | 性別 | 男 | 女 |
| 住 所 | | | |
| 連絡先 (自宅) | | 連絡先 (携帯) | |

★こちらの情報は、「史料館歴史探訪講座」事業以外には、使用いたしません。

さっちゃんの、フラワーアレンジメント教室 ～季節のお花を自分らしく彩ろう♪～

現在お花に関するお仕事をし、コスモスプロジェクト委員でもある渡邊祥子さん。彼女を講師として、フラワーアレンジメント教室を開催します。「玄関をおしゃれに演出したいな～」「今さら教室なんて通えないし…」「ちょっとしたコツが分かればな～」と、思っている方に、楽しく簡単にアレンジできるポイントを教えてください。

フラワーアレンジに関心があるけれどその一歩が踏み出せない方、「お花」を通して新しいコミュニケーションを作りたい方、この機会にぜひご参加ください！

わたなべさちこ
渡邊 祥子（フラワーデザイナー）

都内商社勤務の傍ら恵泉フラワースクール教師資格、カラーコーディネーター2級を取得。その後、2003年に英国・コンスタンススプライフラワースクールにてサーティフィケート取得。帰国後は東京・汐留のホテル内フラワーショップ勤務等、様々な場所やイベントでの装花・活け込み、ウエディング、レッスン等を経験。結婚を機に2年前より小美玉市民となりました。

【日 時】 10月21日（水） 13:00～15:00

【会 場】 生涯学習センター（コスモス） 展示資料室

【募集定員】 20名

【参加費】 2,500円（材料&お茶代）

【募集期間】 10月6日（火）～13日（火）

【用意する物】 はさみ・タオル

【講義内容】 ①お花についての「華やかな座学」
②季節のお花を使った「華やかな実践」
③アレンジした作品から読みとる「華やかな私心」

【主 催】 コスモスプロジェクト

【申し込み方法】 お電話または直接窓口へお申し込みください（先着順）



【申し込み】
【問い合わせ】

生涯学習センター **コスモス** ☎：0299-26-9111

市民講座

男の味料理教室参加者募集（全5回）

初めて料理にチャレンジされる方、ぜひご参加ください。包丁の使い方から食材の扱い方まで料理の基礎・基本を分かりやすくご紹介します。定番料理を覚えて手作りの美味しさをご体験ください。

【開 講 日】 11月11日（水） 18:30～

【受 講 日】 毎週水曜日 18:30～20:30
ただし、12月2日（水）を除く

【会 場】 小川公民館

【募集期間】 10月19日（月）～10月28日（水）
9:00～17:00まで

【費 用】 受講料 2,000円/1組（受付時に徴収します）
材料費 5,000円/1組
（5回分・開講日に預かります）

【受付窓口】 小川公民館

【募集定員】 8組（16名）

お一人様の参加でも大丈夫です。
受付順 定員になり次第終了します。

【対 象】 小学生から大人まで、友達・親子・夫婦での参加も可。

ただし、市内在住、在勤、在学の方。

【講 師】 石田 雅之 先生

【持 ち 物】 エプロン・三角巾・筆記用具等



【問い合わせ】

小川公民館 ☎：0299-58-3111

「俳句であそぼう !! ～見たこと・思ったことを5・7・5!～」

一見「難しそう」・「高齢者向け」と思われがちな俳句。実は自分の感情を手短に、分かりやすく、そして美しく伝える表現方法であり、楽しく遊べる言葉の世界です。目の前に起きている現象を自分の中で感じ、限られた文字数の中で、みなさんと遊んでみませんか？学校で俳句を学んだ小学校高学年の親子での参加もお待ちしております。そして鑑賞後、お茶とお菓子をいただきながら「和文化」を感じてみませんか？



【俳句コーディネーター：野口初江氏】

平成2年に開講された、公民館の俳句講座に入会。その後、講座の会員で玉里俳句『おたまじゃくしの会』を発足させる。毎月発行の「^か蚪」は19号から前会長より引き継ぎ、9月現在で266号になりました。俳句結社『対岸』会員。

「俳句を作っていると季節の移り変わりに敏感になり、美しいものに感動する心を育ててくれます。豊かな自然を自分の言葉で、5・7・5に表してみませんか？皆さまのご参加をお待ちしております。」

【開催日時】

11月8日（日） 13:30～15:30

【開催場所】生涯学習センター（コスモス） しみじみの家

【募集定員】30名

【参加費】100円（お菓子代）

【募集期間】10月7日（水）～14日（水）

【用意するもの】筆記用具

【講義内容】①「ことばって面白いね♪」事前に提出していただいた句を鑑賞し、意見交換

②「和文化って素敵だね♡」言葉の世界を楽しみながら、和菓子とお茶をいただく

【主催】コスモスプロジェクト

【申し込み方法】お電話または直接窓口へお申し込みください（先着順）

※受付時間 9:00～17:00（10月12日（月）は除きます。）

【申し込み先】小美玉市生涯学習センター（コスモス） 小美玉市高崎 291-3

☎：0299-26-9111 / Fax：0299-26-9261

※申し込みされた方は、当日の鑑賞会に向け事前に俳句を作り提出していただきます。

下の俳句用紙に俳句を記入し、10月21日（水）までにコスモスへ郵送か窓口提出、あるいはファックス（0299-26-9261）にて提出してください。親子で参加等、複数でのお申し込みの場合、下の俳句用紙ではなく、任意の用紙にそれぞれの俳句とお名前（お子様の場合は小学校名）を記入したものでかまいません。

キリトリ

「俳句であそぼう !!」俳句用紙

| | |
|--------------------------------|-------------|
| お題「秋を詠む」（秋に関する想いを思い浮かべ書いてください） | |
| 句 | |
| お名前 | 学校名（お子様の場合） |



シビックガーデン かかし祭り&収穫感謝祭

●かかし祭り

展示会場 美野里シビックガーデン駐車場周辺
 展示期間 10月10日(土)～10月29日(木)

●収穫感謝祭

期 日 10月24日(土) 9:30～
 主 催 シビックガーデン運営委員会・(一財)小美玉農業公社

【問い合わせ先】一般財団法人 小美玉農業公社 ☎:0299-48-3971



『茨城県畜産センター公開デー』を開催します！

「畜産」への関心や理解を深めていただくため、研究成果紹介、畜産ミニ講座、ふれあい牧場、バターづくりなど各種体験、農畜産物の試食・販売などのイベントを開催します。ぜひご来場ください！

【日時】10月31日(土)
 10:00～15:00
 【会場】茨城県畜産センター
 【住所】石岡市根小屋1234
 【入場】無料
 【問い合わせ】



茨城県畜産センター企画情報室
 ☎:0299-43-3333
 HP・Facebook:「茨城県畜産センター」で検索

10・11月の漏水修理当番

平日の漏水当番については、お客様センター(☎36-8811)までお問い合わせください。

| 当番日 | 小川地区・美野里地区 当番業者名・連絡先 | | 当番日 | 小川地区・美野里地区 当番業者名・連絡先 | | 玉里地区 連絡先 |
|--------|-------------------------|-----------|--------|-------------------------|-----------|----------------------|
| 10月 3日 | 倉田電気商会 | ☎ 58-2909 | 11月 1日 | (有)清司工務店 | ☎ 48-2389 | 湖北水道企業団 ☎ 24-3232 |
| 10月 4日 | (株)川名工務店 | ☎ 46-0305 | 11月 3日 | 倉田電気商会 | ☎ 58-2909 | |
| 10月10日 | (有)マツカワ設備工業 | ☎ 46-2154 | 11月 7日 | (株)出沼興業 | ☎ 58-2467 | |
| 10月11日 | (有)尾形工務店 | ☎ 58-1701 | 11月 8日 | (株)スズヤ | ☎ 46-0007 | |
| 10月12日 | (株)中村 建工 | ☎ 49-1466 | 11月14日 | (株)エイブルコーポレーション | ☎ 47-0882 | |
| 10月17日 | (株)本田工業 | ☎ 54-0158 | 11月15日 | (株)内田工業 | ☎ 54-0041 | |
| 10月18日 | 金敷電設工業(有) | ☎ 48-0211 | 11月21日 | (株)岡建設 | ☎ 58-3572 | |
| 10月24日 | (株)美野里建設 | ☎ 47-0780 | 11月22日 | (株)オカザキ | ☎ 46-3930 | |
| 10月25日 | (株)大栄 | ☎ 58-5851 | 11月23日 | (有)大和田建設 | ☎ 48-3351 | |
| 10月31日 | (有)永作設備 | ☎ 58-2819 | 11月28日 | 亀山建設(株) | ☎ 58-2901 | |
| | | | 11月29日 | 坪井林業(有) | ☎ 47-0707 | |

11月のほけんがいど

●母子保健事業

| とき | ところ | 事業名 (受付時間) | 対象者 |
|------|------------|----------------------------|--------------------------------|
| 4 水 | 小川保健相談センター | 育児相談 (9:30 ~ 11:00) | 乳幼児と保護者 |
| 5 木 | 四季健康館 | 10 か月児相談 (9:30 ~ 10:00) | 美野里 (平成 26 年 12 月 ~ 27 年 1 月生) |
| 6 金 | 四季健康館 | 3 歳児健診 (13:00 ~ 13:30) | 美野里 (平成 24 年 5 月 ~ 7 月 5 日生) |
| 7 土 | 四季健康館 | ハローベビー教室：出産編 (9:15 ~ 9:30) | 妊婦およびご家族 |
| 10 火 | 玉里保健福祉センター | 1 歳 6 か月児健診 | 小川・玉里 (平成 26 年 3 月 ~ 4 月生) |
| 11 水 | 四季健康館 | 2 歳児歯科健診 (13:00 ~ 13:30) | 美野里 (平成 25 年 4 月 18 日 ~ 6 月生) |
| 17 火 | 小川保健相談センター | かばちゃん教室 (13:00 ~ 13:20) | 小川・玉里 (平成 23 年 4 月 ~ 7 月生) |
| 26 木 | 小川保健相談センター | 4 か月児健診 (13:00 ~ 13:30) | 小川・玉里 (平成 27 年 6 月 ~ 7 月生) |

●成人保健事業

| とき | ところ | 事業名 (受付時間) | 対象者 |
|------|------------|--|---------------------------|
| 2 月 | 四季健康館 | リハビリ教室 | ※事前登録 (予約) 制 / 注 1 |
| 4 水 | 四季健康館 | 健診結果説明会 (12:00 ~ 13:00) | 9・10 月に四季健康館で総合・住民健診を受けた方 |
| 5 木 | 玉里保健福祉センター | こころのデイケア (9:30 ~ 10:00) | ※事前登録 (予約) 制 / 注 2 |
| 10 火 | 四季健康館 | リハビリ教室 | ※事前登録 (予約) 制 / 注 1 |
| 11 水 | 小川保健相談センター | 住民健診 (9:30 ~ 11:30、13:30 ~ 15:00) | 申し込み不要 ※直接会場へお越しください |
| 12 木 | 四季健康館 | こころのデイケア (9:30 ~ 10:00) | ※事前登録 (予約) 制 / 注 2 |
| 16 月 | 四季健康館 | リハビリ教室 | ※事前登録 (予約) 制 / 注 1 |
| 16 月 | 玉里保健福祉センター | 住民健診 (9:30 ~ 11:30、13:30 ~ 15:00) | 申し込み不要 ※直接会場へお越しください |
| 17 火 | 四季健康館 | 住民健診 (9:30 ~ 11:30、13:30 ~ 15:00) | 申し込み不要 ※直接会場へお越しください |
| 18 水 | 四季健康館 | 総合健診 (7:00 ~ 10:30) | 受診予約済みの方 (受診券をお持ちの方) |
| 19 木 | 四季健康館 | 住民健診 (9:30 ~ 11:30、13:30 ~ 15:00) | 申し込み不要 ※直接会場へお越しください |
| 19 木 | 小川保健相談センター | こころの健康相談 (9:30 ~ 10:00) | ※要予約 (こころの病気に関する心配事がある方) |
| 20 金 | 四季健康館 | 夜間健診 (16:00 ~ 19:00) | 受診予約済みの方 (受診券をお持ちの方) |
| 24 火 | 四季健康館 | リハビリ教室 | ※事前登録 (予約) 制 / 注 1 |
| 26 木 | 四季健康館 | こころの健康相談 (9:30 ~ 10:00) | ※要予約 (こころの病気に関する心配事がある方) |
| 27 金 | 四季健康館 | 子宮頸がん・乳がん検診 (12:15 ~ 13:00) | 受診予約済みの方 (受診券をお持ちの方) |
| 30 月 | 小川保健相談センター | 骨粗しょう症検診 (10:00 ~ 11:00、13:00 ~ 14:00) | 受診予約済みの方 (受診券をお持ちの方) |

※事前登録 (予約) 制・要予約の事業につきましては、各会場へお申し込み下さい。

注 1：脳血管疾患等の後遺症があり、機能訓練が必要な方 (要介護認定者を除く)

注 2：こころの病気があり、グループ活動が可能な方

| | |
|----------------|--|
| 【問い合わせ】 | 平日 8:30 ~ 17:15 |
| | 四季健康館 健康増進課 ☎：0299-48-0221 |
| | 小川保健相談センター ☎：0299-58-1411 |
| | 玉里保健福祉センター ☎：0299-48-1111 (内線 3310・3311) |

●●● 9月の環境放射線モニタ測定結果 ●●●

市内 6 3 施設で、ガンマ線の空間線量を測定しました。測定の結果、放射線量の最高値と平均値は以下の通りです。なお、保育園・幼稚園・小学校・運動公園の子ども広場は地表から 5 0 c m、それ以外の施設は 1 m の位置で測定しています。

【最高値】 0.120 / 時 (9 月 9 日計測)

【平均値】 0.085 マイクロシーベルト

国が定めた除染基準は 0.23 マイクロシーベルト / 時を下回るものです。

市では、追加被ばく線量「年間 1 ミリシーベルト以下」を目指して放射線対策に取り組んでいます。

※測定には「PA-1000 Radi (株式会社 堀場製作所)」を使用しています。

※今後も定期的な測定を行い、ホームページにて公表するほか、市内各庁舎にも結果を掲示します。

なお、市ホームページにはより詳しい情報が掲載されています。 <http://city.omitama.lg.jp/>

| | |
|----------------|--|
| 【問い合わせ】 | 防災管理課 放射線対策係 ☎：0299-48-1111 (内線 1013・1014) |
|----------------|--|

全国秋季火災予防運動

実施期間 11月9日（月）～11月15日（日）まで
全国統一防火標語 「無防備な 心に火災が かくれんぼ」

これから火災が発生しやすい季節を迎えます。火災予防運動は、市民のみなさんに防火に対する意識を一層高めていただき、火災の発生を防止することにより、尊い生命や貴重な財産の損失を防ぐことを目的としています。

<住宅防火いのちを守る 7つのポイント>

3つの習慣

1. 寝たばこは、絶対やめる。
2. ストープは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
3. ガスこんろなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

1. 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
2. 寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
3. 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器等を設置する。
4. お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。

<放火されない環境づくり>

- ① ごみは収集日の朝、決められた場所に出す
- ② 家の周りに燃えやすいものを置かない
- ③ 夜間照明等で、家の周りを明るくする
- ④ 物置や車庫には施錠をする
- ⑤ 洗濯物の取り込みを忘れない
- ⑥ 車等のボディカバーは防災製品にする
- ⑦ 郵便受けに新聞等をためないようにする
- ⑧ ご近所どうして協力する

住宅用火災警報器を設置し 大切な「命」や「財産」を守りましょう

「住宅用火災警報器」を設置すべき場所は、すべての寝室と2階以上にある寝室へ通じる階段です。台所への設置は任意であり、ガス漏れ警報器と勘違いしている場合がございます。

消防法により、平成23年6月1日からすべての住宅に設置および維持が義務づけられました。



住宅用火災警報器は取り付けただけではダメ！

- ・ ボタンを押す、またはひもを引いて音が鳴るか定期的に確認しましょう。
- ・ 音が鳴らない場合は電池がきちんとセットされているか確認します。
電池切れや本体の故障の場合は取扱説明書をご覧ください。メーカーや販売店へお問い合わせください。
- ・ 住宅用火災警報器はホコリや虫などが入ると誤作動を起こすことがあります。
定期的にお掃除をしましょう。



怖い！火災による CO(一酸化炭素)中毒

建物火災による焼死者は一酸化炭素中毒により、動けなくなったり、意識を失ったりして焼死し、また、中毒死する人がほとんどだと言われています。

- ・ CO(一酸化炭素)は、無色・無臭で感知しにくい気体ですが、毒性は強力です。
- ・ 手足がしびれて動けなくなることもあります。
- ・ 重症になると、脳神経細胞を破壊したり、意識不明や死亡に至ることもあります。
- ・ 軽い中毒は、頭痛、吐気、気分が悪いなど風邪の症状に似ています。

一酸化炭素中毒症状

| 空気中における一酸化炭素濃度 | 吸入時間と中毒症状 |
|----------------|---------------------------------|
| 0.04% | 1～2時間で前頭痛や吐き気、2.5～3.5時間で後頭痛がします |
| 0.16% | 20分で頭痛・めまい。吐き気がして、2時間で死亡 |
| 0.32% | 5～10分で頭痛・めまい、30分で死亡 |
| 1.28% | 1～3分で死亡 |

移住者の声を募集



小美玉市では、実際に本市へ移住された方の声を随時募集しています。
※移住…小美玉市に魅力を感じ自らの意思により市内に転入された方

移住を検討されている方へ「移住のきっかけ」や「小美玉の魅力」、「移住検討の際の有益な情報」など、実際に移住された方の経験に基づく情報をお届けするため、小美玉市に移住された方の声を募集します。

ご協力いただける方は、下記の問い合わせ先にご連絡をいただければと思います。
担当者が直接お伺いし、お話を聞かせていただきます。

【問い合わせ】 政策調整課 人口減少対策・定住推進室 ☎：0299-48-1111（内線 1213）

「届けよう
地域の課題
行政に」

行政相談

～ 10/19（月）～10/25（日）は行政相談週間 ～

毎日の暮らしの中で、「道路標識がわかりにくい」、「遺産相続した土地・建物の名義を変更したい」、「賃金未払いやセクハラなど職場でトラブルがある」など困っていること、望んでいることはありませんか？

そんな時は行政相談員にご相談ください。

行政相談委員は、法律に基づいて総務大臣から委嘱され、皆さんの相談役として国の仕事に関する苦情などの相談を受け付け、助言や関係機関に対する通知を行っています。

総務省では、国の行政等に対する苦情や意見要望等を受け付け、公正・中立の立場から関係行政機関等に必要なあっせんを行い、その解決・実現の促進に努めています。

小美玉市では次の3名の方々が行政相談委員として活動されています。
相談は無料です。お気軽にご相談ください。



むらお みのる
村尾 實 さん
☎：0299-47-0738
【小川地区担当】



いしざき わたる
石崎 渡 さん
☎：0299-58-3881
【美野里地区担当】



おおやま すすむ
大山 進 さん
☎：0299-58-1287
【玉里地区担当】

10月20日（火）は特設行政相談会を開催します

行政相談員制度を多くの方に知ってもらい、利用してもらうため、10月19日（月）から10月25日（日）までの一週間を「行政相談週間」と定め、全国各地で行政相談所等が開催されます。

小美玉市でも、より多くの市民の皆様には行政相談週間を知ってもらい、利用してもらうために10月20日（火）に特設行政相談会を開催します。当日は3名の行政相談員と行政評価事務局の職員、行政書士が相談に応じます。

場所 小美玉市役所 玄関ロビー（個室での相談も可能です）

時間 13：00～16：00

【問い合わせ】 秘書広聴課 広報広聴係 ☎：0299-48-1111（内線 1212）

県や国等のお知らせ

高齢者・障がい者のための成年後見相談会

成年後見の専門家である司法書士・社会福祉士が共同で「成年後見に関する無料相談会」を開催します。

【日 時】10月24日(土) 10:00～15:00

【相談内容】成年後見・遺言・相続 等

【場 所】

水戸会場→茨城司法書士会館(水戸市五軒町1-3-16)

つくば会場→LALA ガーデンつくば1F コミュニティ
ルーム(つくば市小野崎字千駄苅278-1)
他4会場

【方 法】面談による相談を行います。予めの予約が必要です。

【予約方法】下記に電話で予約してください。
(公社)成年後見センター・リーガルサポート
茨城支部 ☎:029-302-3166

※その他:会場や時間の都合により、相談に応じられる件数に限りがあります。前日までにご予約ください。

ひとり親家庭の母・父のための就業支援講習

「パソコン Excel 初級講座」

【内 容】エクセル基本操作、表の作成等を学びます。

【日 時】10月17日(土)、24日(土)の2日間

【時 間】9:30～16:30

【場 所】クリエート PC 教室

水戸市北見町8-12 ※無料駐車場有り

【定 員】15名程度(定員になり次第締め切り)

※託児付き(要予約・2歳以上)

【対象者】ひとり親家庭の母・父の方で、パソコン初心者(簡単な文字入力が可能で、2日間とも出席できる方)

【自己負担】1,000円

【募集期間】10月8日(木)まで

【申し込み・問い合わせ先】

茨城県母子家庭等就業・自立支援センター

水戸市三の丸1-7-41

☎:029-233-2355

E-mail: shienboshi@ibaboren.or.jp

石岡警察署からのお知らせ

8月末現在の小美玉市内の事故発生状況
(前年比)

○発生件数 123件(+12)

○死者数 1名(+1)

○負傷者数 158名(+12)

○物損件数 695件(-1)

※平成27年1月1日からの累計件数

職業訓練で就職へのステップを

平成28年度学院生(H28.4月入校生)募集

【内 容】

募集訓練科:①プラント保守科(2年訓練)

②生産CAD科(1年訓練)

試験日:10月30日(金)

※出願締切10月23日(金)

その他、出願については、以下まで
問い合わせ願います。

【問い合わせ先】茨城県立鹿島産業技術専門学院

〒311-2223 鹿嶋市林572-1

☎:0299-69-1171 担当:鈴木

自賠責の期限切れに気を付けて!

交通事故による死傷者数は年々減少傾向にあるものの、平成26年の事故発生件数は約57万件、死傷者数は約71万人と、国民の誰もが交通事故の被害者にも加害者にもなり得る極めて深刻な状況となっています。

交通事故は車社会の負の部分であり、被害者にとっても加害者にとっても悲惨な結果をもたらすものです。

自賠責保険・共済は、すべてのクルマ・バイク1台ごとに加入が義務づけられており、加害者の賠償責任を担保することで、被害者の基本的な賠償を保障する制度であり、被害者の救済を目的としています。

一人一人が、より一層自賠責制度の役割や重要性、保険金・共済金の支払いのしくみなどを十分に理解・認識することがとても大切です。

自賠責保険・共済なしでの運行は法令違反です!

自賠責保険・共済は、万一の自動車事故の際の基本的な対人賠償を目的として、自動車損害賠償保障法に基づき、原動機付自転車を含むすべての自動車に加入が義務づけられており、自賠責保険・共済なしで運行することは法令違反ですのでご注意ください!

小美玉市管内における火災・救急出場件数

平成27年火災発生・救急出場件数

| 区 分 | 8月中 | 累 計 |
|------|-----|-------|
| 火 災 | 2 | 21 |
| 救 急 | 200 | 1,327 |
| 急 病 | 138 | 870 |
| 交通事故 | 23 | 163 |
| 一般負傷 | 24 | 142 |
| その他 | 15 | 152 |

行政書士無料相談会

【開催日】10月20日(火) 13:00～16:00
 予約は不要です。
 (受付順・相談は1人30分程度でお願いいたします。)

【場所】市役所本庁舎 1階ロビー
 【相談内容】遺産分割・相続・遺言関係の相談や土地活用、国籍、各種契約などに関すること
 (必要に応じ、行政書士以外の専門家、専門機関の紹介なども行います)
 【相談員】茨城県行政書士会水戸支部 会員
 【問い合わせ】水戸支部事務局 木村 ☎: 029-251-3101

対話の日

より豊かで魅力あるまちづくりのための意見を、市長に直接お話ししてみませんか?

と き 10月28日(水) 10:00～12:00
 ところ 本庁1階 相談室

※対話は1人30分程度でお願いします。
 ※事前にご予約をお願いします。

【問い合わせ】市長公室 秘書広聴課 広報広聴係
 ☎: 0299-48-1111 内線 1212

行政相談

国の仕事に関する苦情・要望などの相談を伺います。相談は無料で秘密は厳守されます。予約は不要です。

10月は特設行政相談会を開催します。
 詳しくは26ページをご覧ください。

【問い合わせ】市長公室 秘書広聴課 広報広聴係
 ☎: 0299-48-1111 内線 1212

心配ごと相談

悩んでいること、困っていることなどがありましたら、お気軽にご相談ください。

相談は無料です。
 相談内容: 健康、医療、教育、福祉、財産等について
 ※は弁護士が相談に応じます。事前にご予約ください。
 【時間】13:30～16:30 (お一人様20分)

| | |
|---------|--------------------------|
| 11月4日 | 社会福祉協議会小川支所 |
| 11月25日※ | ☎: 0299-58-5102 |
| 10月21日 | 社会福祉協議会美野里支所 (四季健康館内) |
| 11月11日※ | ☎: 0299-36-7330 |
| 10月28日※ | 社会福祉協議会本所 |
| 11月18日 | ☎: 0299-37-1551 |

10月 休日診療当番医 (外科)

| ◆受付 9:00～11:30・13:00～15:30 | | | |
|----------------------------|------------|----------------|--------------|
| 日 | 場所 | 住所 | 電話番号 |
| 4 | 石岡市医師会病院 | 石岡市大砂 10528-25 | 0299-22-4321 |
| 11 | 滝田整形外科 | 石岡市府中 2-2-12 | 0299-23-2071 |
| 12 | 山王台病院 | 石岡市東石岡 4-1-38 | 0299-26-3130 |
| 18 | 石岡市医師会病院 | 石岡市大砂 10528-25 | 0299-22-4321 |
| 25 | 八郷整形外科内科病院 | 石岡市東成井 2719 | 0299-46-1115 |

10月 緊急診療 (内科・小児科)

| 緊急診療 (石岡市医師会病院内) 0299-23-3515 | |
|-------------------------------|--|
| 休日 | 4・11・12・18・25 ◆受付 9:00～11:30 13:00～15:30 |
| | 夜間 3・4・10・11・12・17・18・24・25・31 ◆受付 18:00～21:30 |

10月の納税・納付

～税や料金などの納付は口座振替が便利です～
 口座振替は納付忘れや納付場所に行く手間が省けます

- ・市県民税 第3期
- ・国民健康保険税 第6期
- ・介護保険料 第4期
- ・後期高齢者医療保険料 第4期

(※納期限は、11月2日です)

人口と世帯数 (平成27年9月1日現在)

人口……………52,594人 (- 58)
 男……………26,684人 (- 32)
 女……………25,910人 (- 26)
 世帯数……………20,457戸 (+ 21)

()は前月比
 ※住民基本台帳法の改正により、平成24年9月から外国人住民も含んだ数値になっています。

携帯電話から市政情報をご覧になれます。
<http://www.city.omitama.lg.jp/m/>

28 平成27年9月25日 お知らせ版

次回お知らせ版11月号の発行日は10月22日(木)です。



〈編集・発行〉小美玉市役所秘書広聴課
 ☎ 0299-48-1111 内線 1212



この広報紙は、環境に優しい大豆インキで印刷しています。