



小美玉
シテイ
ダイヤモンド
見つける。
みかく。
光をあてる。

小美玉の今を伝えるマガジン

2022年
May

5

第193号

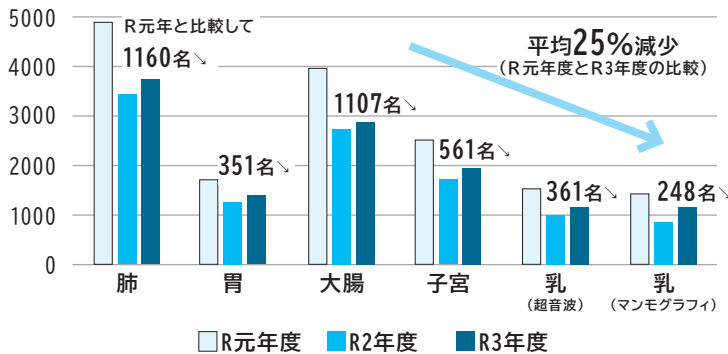
広報
おみ
たま
お知らせ版



「健診はコロナが落ち着いてから」でいい？
いいえ！ コロナ禍でも
健診は毎年必ず受けましょう！

健診会場は感染対策を徹底しています！あなたの健康を守るため、今年も健診を受けましょう。
次ページで健診の受け方をチェック！

市内のがん検診受診率の推移



市が実施するがん検診の受診者数をコロナ前(令和元年度)と比較すると、令和3年度は延べ**3,788名減少**していることが分かりました。コロナの影響により、依然として受診を控えている方が多い状況です。

■がん診断件数が全国的に減少

検診受診者数の減少により、令和2年の全国のがん診断数は前年と比較し**8,154件(9.2%)減少**しています。

特に早期がんの発見数の減少が顕著

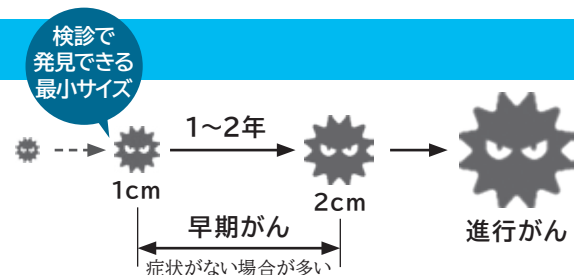
今後進行がんの発見が増えるおそれあり

肺がん 6.4%減少	胃がん 13.4%減少	大腸がん 10.2%減少
子宮頸がん 4.8%減少	乳がん 8.2%減少	全体 9.2%減少

日本対がん協会、がん関連3学会(日本癌学会・日本癌治療学会・日本臨床腫瘍学会)による全国調査より

自覚症状がなくても毎年検診を受けましょう

早期がんと言われる状態で見つけられる期間は1~2年です。しかし初期には自覚症状がない場合が多いため、発見には毎年の検診が重要になります。「2人に1人ががんになる」と言われています。毎年の検診を習慣にしましょう。部位による違いはありますが、早期がんで発見された場合約90%が完治します。



市の集団健診は、がん検診も特定健診もとってもお得です！

■50歳男性(国保加入)の場合



- 特定健診 1,000円
- 肺がん・結核検診 無料
- 胃がん検診 500円
- 大腸がん検診 500円
- 前立腺がん検診 500円

【通常の健診料金】

合計 20,306円

【集団健診の料金】

合計 2,500円

17,806円 お得!!

がん検診受診をすすめる動画
(厚生労働省)

ショート ver

ロング ver



集団健診 【完全予約制】受診までの流れ



- * 密集を避けるために、**受診を希望する方は全員予約が必要です。**
- * 電話（健診予約センター）またはインターネットからお申込みください。詳細は下記をご覧ください。
- * 予約された方に予約券・採便容器等を送付します（前年度受診者への事前送付はありません）。

ステップ1 受ける健診（検診）を選ぶ

- 胃・大腸がん検診を含めた検診を受けたい
- 胃・大腸がん検診以外の検診のみ受けたい
- 大腸がん検診のみ受けたい
- 子宮頸・乳がん、骨粗しょう症検診を受けたい

- ▶ **総合健診（⇒ P.3）**
- ▶ **住民健診（⇒ P.3）**
- ▶ **大腸がん検診のみ（⇒ P.3）**
- ▶ **女性のがん検診（⇒ P.4）**

それぞれのページで
健診日程・予約期間・対象者を
チェックしましょう！

ステップ2 予約する

各健診日程表で予約期間を確認し、期間内に下記のいずれかの方法でご予約ください。
※定員になり次第、締め切ります。 ※予約期間中、保健センター（電話・窓口）での予約受付はできません。



スムーズに予約できておすすめです

ネットで予約

健診 Web 予約サービス ▶▶▶
<https://kenko-link.org/>



ネット予約だけの便利なポイント

- ・電話予約に先行して申し込める！
- ・家族の分もまとめて予約 OK（本人含めて3名まで）
- ・空かない日程もキャンセル待ち OK

受付時間 24 時間（初日 9:00 ～ / 最終日 17:00 まで）
予約手順 次の手順で簡単に予約ができます。

1. 利用登録（初めて利用する方のみ※）⇒ 2. 希望する日時を選択⇒ 3. 受診項目を選択
- ※事前に利用登録（氏名などの必要事項の登録）をしておく、予約がスムーズです。



電話で予約

健診予約センター（茨城県総合健診協会）

電話番号 0570-077-150
受付時間 9:00 ～ 17:00 ※予約期間内のみ受付

※予約以外に関するお問い合わせは、各保健センターへご連絡ください。

▼予約の際は以下をお伝えください

- ・保険証の種類
- ・氏名、生年月日、住所、電話番号
- ・希望日時、受診項目

ステップ3 予約券（女性のがん検診は検診票）が届く

健診日の約 1 ～ 2 週間前までに届きます。持ち物や当日の流れは、予約券や検診票でご確認ください。

■新型コロナ感染防止にご協力ください

- 入館前の体調確認・体温測定
- マスク着用・こまめな手指消毒
- 受診者ご本人のみの入館（付き添いが必要な方は同伴可）
- 予約時間に合わせたの来館

■注意事項

- ・当日、体調がすぐれない場合は受診を見合わせましょう。
- ・感染状況によっては中止する可能性もあります。その際は防災無線・市ホームページでお知らせします。

P.1～4の 問い合わせ先

四季健康館 ☎ 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）

集団健診 6～7月 総合健診・住民健診の予約

1. 予約期間 定員になり次第締め切ります

ネット予約 5月10日(火)～13日(金)

電話予約 5月11日(水)～13日(金)

※予約期間終了後は、各健診会場へお問い合わせください。

申込方法の詳細はP.2をご確認ください

2. 健診日程 健診はすべて完全予約制です

	総合健診 ※今年度から受付開始 8:00		住民健診 ※地区指定日なし		大腸がん検診のみ		
対象	胃がん・大腸がん検診を含めた検診を受けたい方		胃がん・大腸がん検診以外の検診のみ受けたい方		大腸がん検診のみ受けたい方		
受付時間	8:00～11:30 (30分ごとの予約制)		9:30～11:00/13:30～15:00 (30分ごとの予約制)		9:00～11:00		
実施日	6月	7日(火) 美	6月	6日(月) 美	6月	14日(火) 美	
		16日(木) 美		15日(水) 美		23日(木) 美	
		19日(日) 小		7月		15日(金) 玉	29日(水) 小
		20日(月) 小				21日(木) 小	25日(月) 玉
		22日(金) 小	29日(金) 小				

健診会場 **美**: 四季健康館 **小**: 小川保健相談センター **玉**: 玉里保健福祉センター

3. 健診内容・個人負担金等

	総合健診	住民健診	大腸がん	対象者	内容	個人負担金 ※2
健康づくり健診	○	○	×	19～39歳	血圧・尿・計測・採血・心電図・眼底・貧血	各1,000円
特定健診 ※1	○	○	×	40～74歳国保ご加入の方		
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	血圧・尿・計測・採血 (希望者のみ)心電図・眼底・貧血	無料 1,000円
大腸がん検診	○	×	○	40歳以上	2日間採便検査	各500円
胃がん	バリウム検診	○	×	40歳以上	バリウム検査	
	リスク検診	○	×	40・45・50・55・60・65・70歳 バリウム検診受診者	血液検査(ピロリ菌検査等) ※バリウム検診とセット	
前立腺がん検診	○	○	×	50歳以上の男性	血液検査	無料
肺がん検診	○	○	×	40歳以上(結核検診を含む)	胸部レントゲン検査	
結核検診	○	○	×	65歳以上(肺がん検診を含む)		
肝炎ウイルス検査	○	○	×	40歳以上過去未受診者	血液検査(B・C型肝炎検査)	500円

※1 40～74歳で国保以外の方は、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。

※2 今年度75歳以上、身障1・2級、精神1・2級、療育A・A、生活保護受給者は、全ての健診が無料です(ただし、後期高齢者健診の希望による有料健診項目は除く)。

■注意事項

- ・自覚症状がある方、医療機関で経過観察中・治療中の方は医療機関等での検査をおすすめします。
- ・今年4月以降に人間ドックや職場等で受診済・受診予定の方は対象外です。

今後の健診の予定

	8月	9月	10月	11月	12月	1月
総合健診	○	○	○	○	○	
住民健診	○	○	○	○	○	
大腸がん検診日	○	○	○	○	○	○

広報紙掲載予定

お知らせ版 6月号

(5月26日発行)

お知らせ版 9月号

(8月25日発行)

お知らせ版 11月号

(10月27日発行)

健診日程・予約期間は、
▶市ホームページ
▶特定・後期高齢者健診受診券に
同封のチラシ
をご覧ください。

市ホームページ



集団検診 6～7月 女性のがん検診の予約

1. 予約期間

定員になり次第締め切ります

ネット予約 5月15日(日)～18日(水)

電話予約 5月16日(月)～18日(水)

※予約期間終了後は、各検診会場へお問い合わせください。

申込方法の詳細はP.2をご確認ください

2. 検診日程

検診会場 **美**：四季健康館 **小**：小川保健相談センター **玉**：玉里保健福祉センター

6月	17日(金) 小	7月	5日(火) 美
	22日(水) 美		6日(水) 美
	24日(金) 玉		骨 8日(金) 美
	27日(月) 美		12日(火) 小
骨 ：骨粗しょう症検診実施日			13日(水) 小
			骨 31日(日) 玉

■当日の受付時間

【乳がん検診のみ】10:00～10:10, 10:20～10:30

【子宮頸・乳がん検診】

12:30～12:40, 12:50～13:00, 13:10～13:20

【骨粗しょう症検診のみ※】13:40～13:50

※同日に女性のがん検診も希望する方は、がん検診の受付時間で一緒に受診できます。

3. 検診内容・個人負担金等

対象者年齢 令和5年3月31日基準	子宮頸がん検診	乳がん検診		骨粗しょう症検診	受診間隔	個人負担金
		超音波	マンモ			
20～29歳	○	—	—	○	1年に1度	1項目 500円
30～39歳	○	○	—	○		
40～56歳	○	○	○	○	マンモは	
57歳以上	○	—	○	○	2年に1度	

※個人負担金が無料の方

- ・クーポン対象の方
- ・75歳以上の方
- ・身障手帳1・2級
- ・精神手帳1・2級
- ・療育手帳A・A
- ・生活保護受給者

- ・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・痛み等)、医療機関で経過観察中の方、毎回精密検査になる方は、医療機関を直接受診しましょう。
- ・妊娠中の方、令和4年4月以降に人間ドックや職場等で受診済・受診予定の方は対象外です。
- ・産後3か月までの方は子宮頸がん検診が受けられません。

今後の検診の予定

	8月	9月	10月	11月
女性のがん検診	○	○	○	○
骨粗しょう症検診	○		○	

広報紙掲載予定 **お知らせ版 6月号** (5月26日発行) **お知らせ版 7月号** (6月23日発行) **お知らせ版 8月号** (7月28日発行) **お知らせ版 9月号** (8月25日発行)

市ホームページ

検診日程・予約期間は、市ホームページでもご覧いただけます。



女性のがん医療機関検診も始まります

検診期間：6月1日(水)～令和5年2月28日(火)

■登録医療機関 下記以外は健康増進課へお問い合わせください。

所在地	医療機関	電話番号	子宮	乳
小美玉市	小埴医院	0299-58-3185	○	—
	けやきクリニック	0299-36-7777	○	—
石岡市	富田産婦人科医院	0299-23-0311	○	—
	松葉産婦人科	0299-23-2157	○	—
	山王台病院	0299-26-3130	—	○
水戸市	北水会記念病院	029-303-3005	○	○
	水戸中央病院	029-309-8521	○	○
土浦市	霞ヶ浦医療センター	029-822-5050	○	○

■対象年齢・検診項目

集団検診と同じです

※集団検診を受診した方は対象外

■受診の流れ

①登録医療機関へ予約

②保健センターへ

電話・ネット・窓口で

受診券申し込み

※電話・ネットは検診日2週間前まで

③医療機関で検診→会計→終了

※個人負担金 1項目 1,000円

受診券申し込み



国民健康保険に加入している方へ 個別健診（医療機関健診）を受けましょう

■対象者

個別健診を受けられるのは、次の全てに該当する方です。

- ・市の国民健康保険に加入している40歳～74歳の方
- ・今年度、「市の総合健診と住民健診で実施する特定健診」「人間ドック」「脳ドック」のいずれも受診しない方

※通院中の方も特定健診の対象です。通院先が個別健診実施医療機関であれば、通院先で受診できます。

■健診実施期間

5月11日(水)～令和5年3月31日(金)

■検査項目

問診・身体計測(腹囲を含む)・血圧測定・血液検査(脂質・血糖・肝機能)・尿検査

※医師が必要と判断した方には詳細項目(心電図、眼底検査、貧血検査)を実施します。

■近隣の協力医療機関(一部)

下記以外は市ホームページの「個別健診実施医療機関一覧表」をご覧ください。

医療機関名	所在地	電話番号
石岡循環器科脳神経外科病院	小美玉市栗又四ヶ 1768-29	0299-58-5211
やまぐち医院	小美玉市栗又四ヶ 1747-10	0299-37-1055
小川南病院	小美玉市小川 733	0299-58-1131
小美玉市医療センター	小美玉市中延 651-2	0299-58-2711
希望ヶ丘ひきクリニック	小美玉市中台 843-10	0299-36-8101
おみたまクリニック	小美玉市羽鳥 2663-61	0299-46-7800
渡辺クリニック	石岡市東光台 4-14-30	0299-26-7633
石岡診療所	石岡市国府 2-4-9	0299-24-5080
柏木医院	石岡市石岡 2158-3	0299-22-2874
杉並クリニック	石岡市杉並 2-2-19	0299-27-6700
山王台病院	石岡市東石岡 4-1-38	0299-26-3130
旭台病院	石岡市旭台 1-17-26	0299-26-2131
岡崎内科医院	石岡市府中 1-3-21	0299-22-2014
芹澤医院	石岡市石岡 3165-17	0299-22-2035
府中クリニック	石岡市府中 5-11-1	0299-22-2146
藤井内科クリニック	石岡市鹿の子 2-1-36	0299-35-5005
石岡第一病院	石岡市東府中 1-7	0299-22-5151
グリーンクリニック	石岡市柿岡 1547-7	0299-36-4120
山王台病院附属石岡共立病院	石岡市大砂 10528-25	0299-22-4321



■受診方法

- ①医療機関に直接、健診日を予約します。
- ②当日持参するものをお持ちになり受診してください。
健診結果は医療機関から送付します。

■当日持参するもの

国民健康保険被保険者証、特定健康診査受診券、個人負担金(1,000円)

市ホームページ



問い合わせ(5～6ページ) 医療保険課 国保年金係 ☎ 0299-48-1111(内線 1102・1103・1104)

国民健康保険に加入している方へ 人間ドック・脳ドック費用を助成します

生活習慣病などの疾病予防・早期発見にご利用ください。

■助成対象

次の要件すべてに該当する方

- ・市の国民健康保険に加入する30歳以上の方(健診日現在)
- ・申請時点で国民健康保険税を完納している世帯の方
- ・40歳から74歳で、今年度、市の総合健診と住民健診で実施する特定健診や個別健診を受診しない方

※人間ドック・脳ドックの助成は重複して受けられません。

※申請後、健診日までに国民健康保険の資格を喪失した方は助成対象となりません。資格喪失後の受診が判明した場合は、助成金を返還していただきます。

■健診実施期間

5月11日(水)～令和5年3月31日(金)

■受付期間 ※受付期間を過ぎると、助成券を発行できません

5月9日(月)～令和5年1月31日(火)

■申請方法(手順)

- ①医療機関に直接、健診日を予約します。
- ②健診を受ける前に、市役所医療保険課、小川・玉里総合支所総合窓口係のいずれかで申請し、健診助成券を受け取ります。

■申請に必要なもの

国民健康保険被保険者証、特定健康診査受診券(40歳から74歳の方)

■健診当日の持ち物

健診助成券・国民健康保険被保険者証・特定健康診査受診券(40歳～74歳の方)・自己負担金

※健診料金以外の追加検査料金は自己負担となります。また、医師の判断で特定健診の詳細項目を行う場合の料金は、自己負担となる場合があります。

	実施医療機関名	電話番号	健診料金	市助成金	自己負担金
人間ドック	(一財)茨城県メディカルセンター	029-243-1111	42,020円	20,000円	22,020円
	(総)土浦協同病院 予防医療センター	029-846-3731	41,800円		21,800円
	石岡循環器科脳神経外科病院	0299-58-5211	42,900円		22,900円
	小川南病院	0299-58-1131	33,000円		13,000円
	新澤医院	0299-48-0034	33,000円		13,000円
	小美玉市医療センター	0299-58-2711	40,480円		20,480円
	(公財)筑波メディカルセンター	029-856-3500	44,440円		24,440円
	石岡第一病院	0299-22-5151	44,000円		24,000円
	山王台病院	0299-26-3130	41,250円		21,250円
	(一財)霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター	029-887-4563	41,800円		21,800円
	(公財)茨城県総合健診協会	029-241-0053	41,690円		21,690円
	水戸中央病院	029-309-8521	42,900円		22,900円
	(独)国立病院機構 霞ヶ浦医療センター	029-822-5050	39,600円		19,600円
	筑波大学附属病院	029-853-4205	68,200円		48,200円
	(株)日立製作所 土浦診療健診センタ	029-831-5838	40,700円		20,700円
	(総)水戸協同病院	029-233-9930	41,800円		21,800円
	茨城県立中央病院(定員あり)	0296-77-1121	44,000円		24,000円
山王台病院附属石岡共立病院	0299-23-4113	39,870円	19,870円		
脳ドック※	石岡循環器科脳神経外科病院	0299-58-5211	38,500円	20,000円	18,500円
	山王台病院	0299-26-3130	36,000円		16,000円
	水戸中央病院	029-309-8521	44,000円		24,000円
	小美玉市医療センター	0299-58-2711	44,000円		24,000円
	(公財)筑波メディカルセンター	029-856-3500	55,000円		35,000円
	(一財)霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター	029-887-4563	55,000円		35,000円
	(総)水戸協同病院	029-233-9930	44,000円		24,000円

※令和4年度より、脳ドックの内容が特定健診の項目を含むものになりました。

＼必要としている方はご利用ください／ 市内公共施設で生理用品を無償で配布します

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、経済的な理由から生理用品の入手が困難になっている女性の負担を軽減するために、市内公共施設に生理用品を設置しています。

▶生理用品を設置している公共施設

女性用トイレにご用意しています。

小美玉市役所本庁／小川総合支所／玉里総合支所

四季文化館みの〜れ／小川文化センターアピオス

生涯学習センターコスモス／四季健康館

小川保健相談センター／玉里保健福祉センター

空のえき そ・ら・ら／小川運動公園

タスパジャパンミートパーク（玉里運動公園）

希望ヶ丘公園／小川海洋センター／美野里公民館

羽鳥ふれあいセンター／羽鳥公民館／農村女性の家

農村環境改善センター／やすらぎの里小川

小川図書館・資料館／小川公民館／元気っ子幼稚園

すべての小美玉市立小学校・中学校・義務教育学校

問い合わせ

市民協働課 男女共同参画推進係

☎ 0299-48-1111（内線 1251）

詳細はこちら

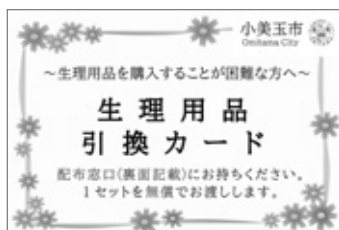


■配布窓口で受け取り

多くを必要とする方には、窓口で紙袋（昼・夜各1パック）をお渡ししています。受け取り方法は2通りあります。

①施設内の洗面所に置いてあるカードを配布窓口へ渡す

②スマートフォンなどでカードを撮影し、配布窓口へ提示する



◀カードを見せるだけで、声に出さなくても大丈夫です。

カードを設置している施設	配布窓口
小美玉市役所本庁	市民課
小川総合支所	総合窓口
玉里総合支所	総合窓口
四季文化館みの〜れ	受付
小川文化センターアピオス	受付
生涯学習センターコスモス	受付

令和4年度 動物愛護活動支援補助金 犬と猫の避妊・去勢手術費を補助します

無秩序な繁殖の抑制と、周囲への危害・迷惑防止のため、市は飼い犬と飼い猫の避妊・去勢の手術費用の一部を補助しています。



■対象 / 要件

①市内に住所がある方

②飼い犬の場合、登録と狂犬病予防注射を受けていること

■補助金額

避妊手術：4,000円、去勢手術：3,000円

■申請窓口

環境課（小美玉市役所内）、小川総合支所総合窓口係、玉里総合支所総合窓口係

■申請の流れ

①補助金申請

手術の1週間前までに申請してください（手術後の申請は対象外）。申請後、手術に必要な書類を郵送します。

②手術の実施

手術後、獣医師から手術実施証明書をもってください。

③必要書類の提出

手術後、1か月以内に実績報告書と請求書を申請窓口へ提出してください。
※飼い猫は、確認用の写真をご用意ください。

詳細はこちら



問い合わせ 市民生活部環境課 環境衛生係 ☎ 0299-48-1111（内線1142）

予約
受付中

接種費用
無料

新型コロナウイルスワクチン接種 初回接種（1・2回目接種）

5～11歳 初回接種を進めています

対象

▶ 5歳以上の方

予診票の
発送

▶ 新たに5歳を迎える方の予診票は、誕生月に発送予定です。
※予診票が無い方は、コールセンターへご連絡ください。

使用ワクチン

▶ **5～11歳**：5～11歳用ファイザー社製 ※
12歳以上：ファイザー社製、武田/モデルナ社製
※ワクチンの種類（5～11歳用、12歳以上用）は、1回目の接種時の年齢によって決まります。また、1回目と2回目のワクチンは同じ種類になります。

接種当日の
持ち物

- ▶ 初回接種（1・2回目接種）の予診票
- ▶ 初回接種（1・2回目接種）の予防接種済証（予診票に同封しています。そのまま持参してください）
- ▶ 本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証など）
- ▶ お薬手帳（お持ちの方のみ）
- ▶ 母子健康手帳（5～6歳の未就学児は必須）



接種可能な会場

初回接種・追加接種 共通

■5～11歳の方

▶市内での接種

- ・市内の医療機関
- ・集団接種：生涯学習センターコスモス

▶市外にかかりつけの医療機関がある方

→各医療機関にご相談ください。

■12歳以上の方

▶市内での接種

- ・市内の医療機関
接種できる医療機関と予約方法は、予診票の同封チラシや市ホームページでご確認ください。

・集団接種会場

小川文化センターアピオス、四季文化館みの～れ、
生涯学習センターコスモス、茨城県福利厚生棟（茨城県庁敷地内）

▶市外にかかりつけの医療機関がある方

→各医療機関にご相談ください。

予約方法

初回接種・追加接種 共通

予約は、予診票の到着後受け付けます。予約の際は「接種券番号」が必須となります。予診票同封の資料や市ホームページを確認し、ご予約ください。



混雑なし！スムーズに予約できておすすめです

ネット予約

コロナワクチン接種予約サイト ▶
受付時間 24時間



電話予約

コロナワクチン接種コールセンター

電話番号 ☎ 0299-57-3309

受付時間 平日 8:30～17:00（土日祝日除く）

最新情報は

小美玉市ホームページ、
行政メールで

市ホームページ



行政メール

新型コロナ情報や防災無線の内容など、小美玉市からの情報をメールで受け取れます。

登録はこちら ▶▶▶
メールアドレスを入力して登録します



予約
受付中

接種費用
無料

12～17歳の追加接種を開始しました 追加接種（3回目接種）

2回目の接種から6か月経過した方が対象です

対象

国内で承認されたワクチンを
2回接種した12歳以上の方

予診票の
発送

令和3年11月15日までに2回目接種を終えた方の予診票は発送済みです。予診票は接種可能日までに発送予定です。
※令和3年11月15日までに2回目接種を終えた方で予診票が無い方は、コールセンターへご連絡ください。

使用ワクチン

12～17歳：ファイザー社製
18歳以上：ファイザー社製、武田/モデルナ社製

予約上の
注意

接種日は2回目の接種から6か月経過後です

接種当日の
持ち物

- ・追加接種（3回目接種）の予診票
- ・追加接種（3回目接種）の予防接種済証（予診票に同封しています。そのまま持参してください）
- ・本人確認書類（マイナンバーカード、運転免許証、健康保険証など）
- ・お薬手帳（お持ちの方のみ）
- ・母子健康手帳（12～17歳でお持ちの方のみ）



◀ 接種可能な会場・予約方法は左のページをご覧ください

問い合わせ 健康増進課（四季健康館） ☎ 0299-48-0221

令和5年4月1日付採用予定（前期募集） 小美玉市職員を募集します

■申込方法

- ①提出書類を市ホームページからダウンロードするか、下記申し込み先に郵送で請求する。
- ②提出書類を郵送か窓口へ直接提出する。

[申し込み先]

〒319-0192 茨城県小美玉市堅倉 835
小美玉市役所 総務部人事課人事係（採用担当）

■申込期間

5月6日（金）～5月31日（火）必着
祝祭日を除く平日 8:30～17:15

問い合わせ

人事課 人事係 採用担当（本庁舎2階）
☎ 0299-48-1111（内線1287）

詳細はこちら



	募集区分	予定数	受験資格
行政職	一般事務 A区分	若干名	平成5年4月2日以後に生まれた人
	一般事務 A区分（身体障がい者）		
	保健師 A区分		昭和61年4月2日以後に生まれた人
	一般事務 キャリア枠		昭和50年4月2日～昭和61年4月1日に生まれた人 ※令和4年10月1日採用予定
保健師 キャリア枠			
試験方法	WEB試験 ※詳細は市ホームページを参照		
試験内容	SPI試験		
試験日	7月10日（日）		

国民健康保険税率を改正しました

■国民健康保険税率の改正を実施

現在、市は医療費適正化、保険税の収納強化に取り組み、赤字削減を進めています。

県の運営方針により、県内に住む同じ所得の人は同じ保険料(税)となることを目指し、次のとおり国民健康保険税率の改正を行いました。

被保険者の皆様に納めていただく保険税は、大切な財源となっています。ご理解とご協力をお願いします。

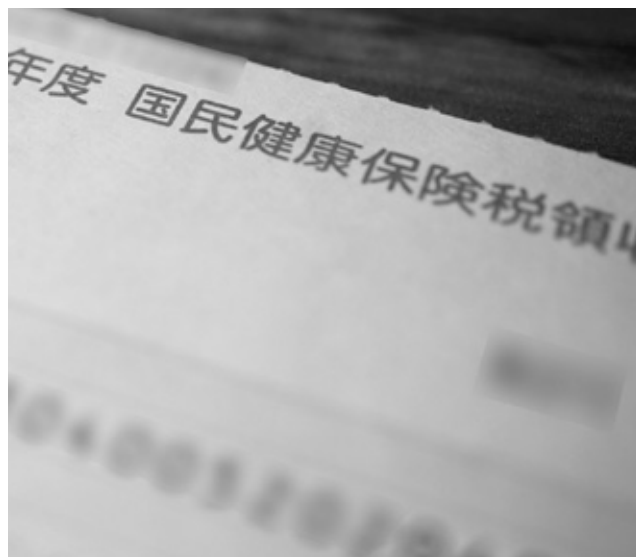
改正点① 保険税の賦課方式を変更

賦課方式を3方式(所得割・均等割・平等割)から2方式(所得割・均等割)に変更しました。

※所得割...世帯の所得額に応じて負担する金額

均等割...加入者1人が負担する金額

平等割...加入世帯1世帯が負担する金額



年度別保険税比較表

①医療分、②後期高齢者支援金等分、③介護分の合計額が年間保険税額です。

区分		令和3年度	令和4年度	比較	標準保険料率※ (市町村算定基準)
①医療分	所得割	6.4%	6.2%	0.2% ↓	6.22%
	均等割	22,000 円	35,000 円	13,000 円 ↑	36,650 円
	平等割	21,000 円	廃止	21,000 円 ↓	
	限度額	630,000 円	650,000 円	20,000 円 ↑	
②後期高齢者支援金等分	所得割	2.1%	2.6%	0.5% ↑	2.87%
	均等割	8,000 円	15,000 円	7,000 円 ↑	16,393 円
	平等割	7,000 円	廃止	7,000 円 ↓	
	限度額	190,000 円	200,000 円	10,000 円 ↑	
③介護分 40 歳以上 65 歳未満	所得割	2.0%	1.8%	0.2% ↓	2.59%
	均等割	15,000 円	15,000 円	—	18,784 円
	限度額	170,000 円	170,000 円	—	

※標準保険料率...茨城県が市町村のあるべき保険料水準の「見える化」を図るため、全市町村統一の算定基準で集めるべき相当額を算出し、保険料率に換算した参考値。

改正点② 18 歳までの被保険者への減税(子育て支援)

子育て世帯への支援のため、18歳までの被保険者の均等割を5割軽減(減免)します。

■国民健康保険制度の仕組み

平成30年度以降、市町村にかわり都道府県が国民健康保険財政の運営主体となりました。この国保広域化に伴い、県から示された国民健康保険事業費納付金を市町村が県へ納付し、保険制度を支えあう仕組みとなっています。

保険税率は、県の運営方針や標準保険料率を参考に、県への事業費納付金が納められる額となるよう市町村が定めています。

国民健康保険税の軽減・減免制度があります

■保険税の軽減・減免制度があります

▶一定基準所得以下の世帯

基準所得以下の場合、保険税の均等割が軽減されます。※世帯の中に未申告の方がいると受けられません。

軽減割合	基準(世帯の被保険者と、特定同一世帯所属者の総所得金額の合計額)
7割	43万円 + (給与所得者等※の数 - 1) × 10万円
5割	43万円 + (給与所得者等※の数 - 1) × 10万円 + 28万5千円 × 被保険者数
2割	43万円 + (給与所得者等※の数 - 1) × 10万円 + 52万円 × 被保険者数

※給与所得者等... 次のいずれかの方を指します。

- ①給与所得者(専従者を除く)で収入が55万円超
- ②公的年金等を受給しており、収入が65歳未満で60万円超
- ③公的年金等を受給しており、収入が65歳以上で110万円超。特別控除(15万円)の対象になる方は125万円超

▶18歳までの方

令和4年度から、18歳までの被保険者の保険税の均等割が5割軽減(減免)されます。

▶非自発的失業者で65歳未満の方

雇用保険適用となっている65歳未満の方で、雇用保険受給資格者証の離職理由コードが「11.12.21.22.23.31.32.33.34」の場合、申請により保険税の軽減が受けられます。該当の方は問い合わせ先までご連絡ください。

▶その他の減免

以下のような場合、申請により減免を受けられることがあります。該当の方は問い合わせ先までご連絡ください。

- ・被用者保険(会社の健康保険など、被雇用者が加入する健康保険)から後期高齢者医療制度に加入した方の扶養者が、国民健康保険に加入した場合
- ・り災されたなど特別な事情がある方

■令和4年度国民健康保険税納税通知書を7月中旬に発送します

保険税は、毎年4月から翌年3月までの1年間の税額を、7月から3月の9期に分けて納付していただきます。年度の途中で加入や脱退があった場合、月割で計算します。保険税は世帯単位で課税され、世帯主が全員分の保険税の納税義務者となります。

ご自分の世帯の保険税を知りたい方は、市ホームページ内の「国民健康保険税概算計算シート」をご確認ください。

■保険税の納付方法

保険税のお支払いは、原則、口座振替となります。(年金特別徴収の方は除く。)

手続きをされていない方は、早めに金融機関の窓口で口座振替の申し込みをお願いします。

※申し込みに必要な口座振替依頼書/自動払込利用申請書は、市内の金融機関にも置いてあります。

市ホームページ



問い合わせ

医療保険課 国保年金係

☎ 0299-48-1111 (内線 1102・1103・1104・1105)

■国民健康保険税概算計算シート					【令和4年度分】
※世帯軽減や課税限度額などが適用される場合がありますので、あくまで目安の計算となります。					
被保険者	4月1日現在の年齢	収入	所得(※)	賦課対象所得額(所得-43万円)	40歳以上65歳未満の方の賦課対象所得額
1					
2					
3					
4					
5					
世帯の所得合計				(A)	(B)
※源泉徴収票の「給与所得控除後の金額」、申告書の「所得金額等の合計」等となります。					
所得割	対象者	税率	計算式	算定額(100円未満切捨)	
医療分	被保険者全員	6.2%	(A)の額×0.062=		
支援金等分		2.6%	(A)の額×0.026=		
介護分	40歳以上65歳未満の方	1.8%	(B)の額×0.018=		
世帯の所得割額合計				(C)	
均等割	対象者	人数	計算式	算定額	
医療分	被保険者全員	人	35,000円×人数=		
支援金等分		人	15,000円×人数=		
介護分	40歳以上65歳未満の方	人	15,000円×人数=		
世帯の均等割額合計				(D)	
均等割の軽減・減免	対象者	割合	対象者数	計算式	算定額
医療分	18歳まで(※)	50%	人	35,000円×0.5×対象者数=	
支援金等分		50%	人	15,000円×0.5×対象者数=	
世帯の均等割の軽減・減免額の合計				(F)	
※18歳以後の最初の3月31日までの方、4月1日現在で18歳となっている方は対象となりません。未就学児(小学校入学前)は国による軽減、小学生以上18歳までは市による減免となります。					
国民健康保険税の年間課税額(4月分~3月分)				(C) + (D) - (F) =	
※上記の年間保険税を9期(7月~3月)で納付いただくことになります。					

国民健康保険税概算計算シート

住宅リフォーム工事費を一部補助します

自宅をリフォーム工事する際、市内施工業者を利用する方には工事費用の一部を補助します。

■補助対象者の条件

- ・市内に住所がある方
- ・工事を行う住宅の所有者であり、その住宅に継続して2年以上居住している方
- ・市税の滞納が無い方
- ・市が実施する他の同様の補助金を受けていない方
- ・過去にこの補助金を受けていない方

■補助対象となる工事の条件

- ・個人住宅(店舗併用住宅等の場合は住宅部分のみ対象)のリフォーム工事であること
- ・施工業者が市内に事業所等を有する業者であること
- ・対象工事費が10万円(税抜き)以上であること
- ・工事着工前であること
- ・補助金交付決定通知書の交付後に着工すること
- ・年度内に工事が完了し、補助金請求手続きを終えられること

補助対象工事	補助対象外工事
☑ 住宅の増改築	☑ 門扉や塀等の外構工事
☑ 床・内壁・天井等の内装工事	☑ 車庫や物置等の工事
☑ 建具工事	☑ 太陽光発電設備設置工事
☑ 畳の取替・襖の張替	☑ 電話・インターネット接続工事
☑ 外壁塗装工事	☑ テレビアンテナ設置工事
☑ 浴室・台所・トイレ等の住宅設備工事	☑ リフォームを伴わない備品等設置工事

■補助金額・限度額

対象工事費(税抜き)の10%(千円未満は切り捨て)
※限度額10万円

■申請期間

事前申請期間 5月16日(月)～6月15日(水)
本申請期間 6月20日(月)～7月29日(金)
※申込多数の場合は抽選を行います。
抽選日 6月20日(月)10:00

■事前申請に必要な書類

- ・補助金交付事前申込書(都市整備課で配布)
- ・リフォーム工事の見積書の写し

■本申請に必要な書類

- ・補助金交付申請書
- ・住民票の写し(世帯全員のもの・発行後3か月以内)
- ・固定資産評価額証明書(リフォーム工事申請建物)
- ・未納がないことを証する納税証明書(直近のもの)
- ・リフォーム工事着工前の現場写真(住宅全体と施工予定部分)

■申込方法

- ① 交付申請書を都市整備課窓口か、市ホームページからダウンロードする。
- ② 申請書に必要事項を記入のうえ、添付書類を添えて都市整備課(市役所本庁 分庁舎)に提出。

問い合わせ

都市整備課 建築係
☎0299-48-1111(内線1413・1414)

詳細はこちら



洪水で逃げ遅れないために...

マイ・タイムラインをつくろう!

マイ・タイムラインとは、台風・豪雨等で洪水が起こる前に、家族の誰が情報を調べ、いつ避難するか、などを事前に決め、用紙に記入し準備することです。

霞ヶ浦流域大規模氾濫に関する減災対策協議会



小美玉市



国土交通省

「マイ・タイムライン」のWebサイト

入力するだけで簡単にマイ・タイムラインが作れるサイトです。解説動画や、あなたのまちの洪水ハザードマップ、河川情報へもアクセスできます。
<https://www.ktr.mlit.go.jp/river/bousai/index00000043.html>



お問い合わせ 小美玉市 防災管理課 ☎0299-48-1111
国土交通省 霞ヶ浦河川事務所 調査課 ☎0299-63-2411

小美玉市に移住する方へ 最大50万円 移住促進住宅取得補助金をご活用ください

小美玉市に移住する方(転入者)の住宅取得費や取得した住宅の改修工事に対して補助金(加算額を含めた場合、最大50万円)を交付します。



■新築する・住宅を購入する場合

補助限度額	<p>▶新築する・新築住宅を購入する場合 30万円 (土地代を除いた購入経費の4%以内の額)</p> <p>▶中古住宅を購入する場合 20万円 (土地代を除いた購入経費の20%以内の額)</p> <p>▶加算額</p> <ul style="list-style-type: none">補助対象者が45歳未満の場合、10万円加算補助対象者の世帯に16歳未満の子を有する場合、10万円加算
必要書類	<ul style="list-style-type: none">小美玉市移住促進住宅取得補助金交付申請書(様式第1号)申請者の戸籍の附表の写し(過去5年間の住所地在証明できるもの)申請時に住民登録をしていた自治体の市町村税の納税証明書誓約書兼同意書(様式第2号)住宅の取得契約書の写し住宅敷地の売買契約書の写し補助対象住宅の案内図

■購入補助を受けた中古住宅の改修工事をする場合

補助限度額	10万円(工事の20%以内の額)
必要書類	<ul style="list-style-type: none">小美玉市移住促進住宅改修補助金交付申請書(様式第3号)住宅改修工事に係る見積書の写し(施工業者は市内に事業所を有する業者であること)補助対象住宅の平面図(住宅改修予定箇所を明示したもの)住宅改修工事に着手する前の当該工事箇所の写真

■対象者・対象となる住宅

- 令和2年4月1日から令和5年3月31日までに対象住宅に居住開始し転入届を済ませることができる方
- 転入日、申請日のいずれか早い日から起算して過去5年以内に、小美玉市の住民基本台帳に記録されたことのない方
- 申請時に住民登録をしていた自治体の市町村税に滞納がない方
- 取得した住宅に5年を超えて居住しようとする方
- 令和2年4月1日以降に市内で取得契約をした住宅とし、令和5年3月31日までに所有権の保存または移転の登記が完了する住宅。完成日が令和2年4月1日以降の住宅で、居住されたことのないものは新築住宅として扱います。

※以下に該当する場合は補助対象となりません。

- 賃貸、販売などの営利を目的とする場合
- 住宅や敷地が贈与・相続したものである場合
- 市の他の補助制度を利用している場合
- 住宅や敷地が2親等以内の親族から賃借・購入したものである場合

■申込期間

6月1日(水)～30日(木) 必着

■申込方法

①交付申請書を下記窓口で受け取るか、市ホームページからダウンロードする。

②申請書類を下記へ持参・郵送ください。

[郵送先]

〒319-0192 茨城県小美玉市堅倉835
都市整備課 建築係 宛て

問い合わせ

都市整備課 建築係

☎ 0299-48-1111 (内線 1413・1414)

市ホームページ



地震への備えは大丈夫？ 木造住宅の耐震費用の一部を補助します

木造住宅耐震診断士派遣事業・耐震設計改修費補助事業の一環として、木造住宅の耐震断・耐震設計・耐震改修工事の費用の一部を補助します。

■耐震診断（木造住宅耐震診断士派遣事業）

小美玉市が契約した茨城県木造住宅耐震診断士がご自宅を訪問し、一般診断をします。

募集期間	6月1日（水）～ 30日（木）
募集戸数	4戸 ※先着順ではありません。 応募多数の場合は抽選です。
対象住宅	①昭和56年5月31日以前に着工された木造の一戸建て住宅。（店舗などの用途を兼ねるものは、住宅部分の床面積が過半を超えるもの） ②在来工法・枠組壁工法によるもので、延べ床面積が30㎡以上。 ③その他要件あり。
自己負担額	2,000円

■耐震設計

募集期間	6月1日（水）～ 30日（木）
募集戸数	3戸 ※先着順ではありません。 応募多数の場合は抽選です。
対象住宅	耐震改修工事の設計費の2分の1の額を補助（限度額10万円）

問い合わせ

都市整備課 建築係
☎ 0299-48-1111（内線 1413・1414）

■耐震改修工事

小美玉市が契約した茨城県木造住宅耐震診断士がご自宅を訪問し、一般診断をします。

募集期間	6月1日（水）～ 30日（木）
募集戸数	3戸 ※先着順ではありません。 応募多数の場合は抽選です。
対象住宅	耐震診断の対象住宅と同じ。
対象要件	①耐震診断の結果、上部構造評点が1.0未満とされたもので、耐震設計・耐震改修工事によって上部構造評点を1.0以上とするもの。 ②茨城県木造住宅耐震診断士等が耐震設計を行うものであること。 ③耐震改修工事については、建設業法（昭和24年法律第100号）第2条第3項に規定する建設業者に請け負わせて行うものであること。 ④所有者及びその世帯員が市税の滞納がないこと。
補助額	耐震改修工事費の23%の額を補助（限度額 50万円）

■申込方法

- ①申込用紙を都市整備課窓口か、市ホームページからダウンロードする。
- ②各申請書に必要事項を記入のうえ、添付書類を添えて都市整備課（市役所本庁 分庁舎）に提出。

市ホームページ



犬・猫の飼い主の皆さんへ 犬や猫のマイクロチップ情報の登録が義務になります

6月1日（水）に「改正動物愛護管理法」が施行され、販売される犬や猫へのマイクロチップの装着・登録が義務付けられます。犬や猫を家族に迎え入れた飼い主の方は、自分の住所や氏名を登録する必要があります。また、他者から犬や猫を譲り受けた時には、マイクロチップを装着し、忘れずに登録をしましょう。詳しくは、公益社団法人日本獣医師会ホームページをご確認ください。

問い合わせ 市民生活部環境課 環境衛生係
☎ 0299-48-1111（内線1142）

■マイクロチップとは

直径1.2mm×長さ8mm程度の電子記録装置です。所有者の情報を登録することで、迷子や災害時にはぐれてしまったときに身元を確認することができます。



詳細はこちら



公共下水道の利用できる区域（供用開始区域）を拡大します

4月1日から、**小川、中延、山野、中台、中野谷、栗又四ヶ**の一部区域で公共下水道が利用できるようになります。区域の地図は、市ホームページか下水道課（小川総合支所1階）で閲覧できます。

区域地図は
こちら



公共下水道は、清潔で快適な生活環境を確保し、川や海などの水質を守り地域環境を豊かにするものです。公共下水道の役割を十分にご理解いただき、できるだけ早く下水道に接続しましょう。

■公共下水道への接続は3年以内

「公共下水道が利用できるようになった区域は、くみ取り便所は3年以内、浄化槽は速やかに公共下水道に接続しなければならない」と下水道法で定められています。

■受益者負担金とは？

公共下水道が利用できるようになった区域の皆さんに、下水道の建設にかかる費用の一部を負担していただく制度です。

今回、利用できるようになった区域にお住まいの方や土地を所有している方には、令和4年度から5年間の分割（年4期）か、一括で受益者負担金を納付していただきます。

なお、各年度の1期分の納期限までに一括納付していただくと、納期前に納付した納期数に応じた割合で算出した一括納付報奨金が交付されます。

受益者負担金は市指定の取扱金融機関の預貯金口座から口座振替により納付することができ、便利です。

■排水設備工事は指定工事店へ

下水道への接続工事は、市の指定を受けた「排水設備指定工事店」でのみ行うことができます。

■**接続工事助成金・融資あっせん制度**をご利用ください
公共下水道が利用可能になってから3年以内に下水道へ接続する方は、市の支援制度を受けることができます。助成金の交付か、融資あっせんのいずれかを利用できます。法人・事務所の場合や、住宅新築に伴う工事は対象外です。

▶排水設備等設置工事資金助成金

使用可能になってから	助成額	
	従来制度	拡充制度
1年以内	40,000円	対象工事費か350,000円のいずれか少ない額
2～3年以内	20,000円	対象工事費か330,000円のいずれか少ない額

※拡充制度は世帯収入等の助成要件あり

※4年以上が経過している世帯でも補助の適用となる場合があります。下水道課までお問い合わせください。

従来制度▶ 助成額: 2万円・4万円	詳細はこちら 	拡充制度▶ 助成額: 33万円・35万円	詳細はこちら
--------------------------	------------	----------------------------	------------

▶水洗化工事資金の融資あっせん

水洗化工事に係る借入金の利子分を市が全額補助する制度です。

問い合わせ

- ・受益者負担金のこと
下水道課 業務係
☎ 0299-48-1111（内線 2121・2122）
- ・接続工事や融資あっせんのこと
下水道課 管理係
☎ 0299-48-1111（内線 2125・2126）

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くなるよ

質問はこちらから▶



小美玉市図書館だより

ひとみキラキラ 本にドキドキ ～こどもの読書週間～

「こどもの読書週間」(4月23日～5月12日)の期間中は、世界中で関連イベントが行われます。図書館には子どもに人気の図書がたくさんそろっています。お子さんと一緒にぜひお越しください。

子ども向け図書 貸出数ベスト3(21年4月～22年3月)



第1位 貸出数：35回
もりの100かいだてのいえ
 著者：いわいとしお 出版：偕成社

だれが住んでいるのかな？この本を読んだら、100までかぞえることができちゃうね。



第2位 貸出数：34回
ノラネコぐんだん ケーキをたべる
 著者：工藤 ノリコ 出版：白泉社

からだがちいさくなくてもポジティブにいきましょう。好きなだけケーキが食べられるでしょ？



第3位 貸出数：31回
パンどろぼう
 著者：柴田 ケイコ 出版：KADOKAWA

パンどろぼうはおいしいパンを探し求める、パンそっくりのおおどろぼう。いただくパンはひとつだけ。いただくときはかんしゃをこめて。

■移動図書館ふれあい号 運行予定表

毎週木曜日に地域の皆さんの近くへ移動図書館車が巡回し、図書の貸出しを行っています。

Aコース 5月19日、6月2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 市道脇駐車場	11:20～11:50
美野里	十二所公民館前	13:30～13:50
	ミーム保育園(羽鳥東) 駐車場	14:00～14:20
	はとり保育園 駐車場	14:30～14:50
	エコス美野里店 駐車場	15:00～15:30

Bコース 5月12日・26日、6月9日・23日

	巡回場所	時間
美野里	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	13:55～14:25
	小美玉敬愛の杜(美野里) 駐車場	14:45～15:20

5月の図書館カレンダー						
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				

小川・玉里図書館・羽鳥ふれあいセンターの休館日
 美野里公民館図書室の休館日
 小川のみ開館(17:00閉館)
 図書整理日(小川・玉里休館)

施設名/連絡先	開館時間
小川図書館 ☎0299-58-5828	9:30～20:00(全日) 9:30～17:00(祝日)
玉里図書館 ☎0299-26-9111	9:30～18:00
美野里公民館図書室 ☎0299-48-1110	9:30～18:00
羽鳥ふれあいセンター ☎0299-46-4748	9:30～18:00

感染症防止対策を行ったうえで開館しています

■図書館を利用する際は以下にご協力ください

- ・マスクの着用
- ・手指の洗浄、消毒、咳エチケット
- ・マイバッグを持参
- ・体調のすぐれない方は、入館をご遠慮ください。

※密集を避けるため、閲覧席・学習席・視聴覚ブースの座席数を減らしています。

■おはなし会

大きな絵本やパネルシアターを使って、おはなしの楽しさを伝えます！何歳からでも参加できます。
 参加費：無料
 参加方法：予約不要



場所	日時
小川図書館 2階 多目的室	5月14日(土) 10:30～ 5月28日(土) 10:30～
玉里図書館 生涯学習センターコスモス 1階 和室	5月21日(土) 10:30～
美野里公民館図書室 美野里公民館 1階 大会議室	5月28日(土) 10:30～

消防団員になって地域に貢献してみませんか



■消防団って？

普段は会社員や農業など自分の仕事をしていますが、火災や大地震、台風などが発生した際に消防車に乗って出動。消火作業や救出活動を行い、地域の安全なくらしを守っています。

■誰でもできますか？

以下の条件を満たせば誰でも入団できます。

- ① 18歳以上
- ② 市内在住か在勤の方

■活動時の服装は？報酬はありますか？

団員になると、消防団の活動服が貸与されます。報酬もあります。災害出場に対する手当や、一定期間消防団として活動すると退職金も支払われます。災害時のケガなどには公務災害補償制度により一定の治療費が支払われます。

■消防団員になりたいと思ったら

小美玉市消防本部 地域消防係 (0299-58-4541) にご連絡ください。また、知り合いに消防団員の方がいればそちらにご相談ください。あなたの入団をお待ちしています！！

小美玉市の令和4年 火災・救急出場件数

区分	3月中	累計
火災	3件	14件
救急	164件	514件
急病	113件	360件
内訳		
交通事故	15件	30件
一般負傷	16件	70件
その他	20件	54件

■防火教室・救急講習会

随時各消防署で受け付けています。受講希望者は下記の連絡先まで御連絡下さい。

問い合わせ

小川消防署 ☎ 0299-58-4611
美野里消防署 ☎ 0299-48-2266
玉里消防署 ☎ 0299-58-0555

手話奉仕員養成講座（基礎課程）の受講者を募集します！



聴覚障がいなどの意思疎通に支障がある方に対し、手話で日常会話を行うための語彙や表現技術を学ぶ講座を開催します。

内容	聴覚障がいなどがある方との初歩的なコミュニケーション方法を学習し、手話であいさつ・自己紹介ができるレベルを目指します。
日時	6月7日～令和5年2月21日 (毎週火曜・全28回) 13:30～15:30
場所	玉里地区学習等供用施設 大会議室 (玉里総合支所3階)
対象	以下のすべてを満たす方が対象です。 ①市内に在住か在勤の方 ②手話初心者の方(手話サークル等に所属している方は除く) ③市登録奉仕員を目指して、向上心を持って受講できる方
定員	20名程度(先着順)
料金	無料(テキスト代3,300円は受講者負担)
申込方法	窓口
申込期間	5月12日(木)～31日(火)

問い合わせ

社会福祉課 相談支援係
☎ 0299-48-1111 (内線 3234)

詳細はこちら





初めての方や体が硬い方でもOK！
リラクソヨガ教室



アロマの香りに癒されながら、心身の緊張や疲れをほぐすやさしいヨガを行います。
天気が良ければ、芝生の上で青空ヨガも行う予定です！
健康な心身を保つためには、ストレスを上手に解消していくことが大切です。一緒にリフレッシュしませんか？

内容	・運動 (アロマヨガやストレッチ・筋トレなど) ・栄養講話 (ストレスに負けない食事のコツ)
日時	3回コース 6月14日(火)・21日(火)・28日(火) 13:30～15:00(受付13:00～)
場所	四季健康館
対象	30歳～74歳までの方
定員	15名(先着順)
料金	無料
講師	上田 和代 氏 (健康運動指導士・ヨガインストラクター)
申込方法	インターネット・窓口・電話
申込期間	5月23日(月)～26日(木)

問い合わせ
四季健康館

☎ 0299-48-0221 (内線 4002)

インターネット
申込はこちら



感染症対策をしています

- マスク着用 ●体調確認 ●検温 ●物品・手指消毒
- 十分な距離の確保 ●換気 ●対面しない席配置



「もったいない」を「ありがとう」に
余った食品はきずなBOXへ！



このような
食品が
重宝されて
います

■「きずなBOX」とは

市と社会福祉協議会は、NPO法人フードバンク茨城と連携し、市内公共施設に「きずなBOX」を設置しています。「きずなBOX（食品収集箱）」は、ご家庭で少し余分になってしまう食品をご提供いただき、社会支援を必要とする方たちへ食の支援を行うものです。食べられるものが廃棄される食品ロス解決の取り組みとしても注目されています。ぜひ皆さまのご協力をお願いします。

■設置場所

四季健康館 (小美玉市部室 1106)

受付時間 8:30～17:15 (年末年始は休館)

☎ 0299-36-7330 (社協美野里支所)

玉里保健福祉センター (小美玉市上玉里 1122)

受付時間 平日8:30～17:15 (祝日・年末年始を除く)

☎ 0299-37-1551 (社協本所)

■ご寄付いただきたい食品

- ・缶詰 ・瓶詰め ・お米 ・インスタント食品 ・飲料
 - ・レトルト食品 ・パスタ、うどん、そば(乾) ・調味料
- ※未開封で賞味期間が2か月以上あり、常温管理できるものに限りです。
※缶詰・レトルト食品などすぐに「おかずになる」食品が不足しています。

詳細はこちら

問い合わせ NPO法人フードバンク茨城

☎ 029-874-3001

(月、水、金曜日 10:00～16:00)





5月21日は水戸ホーリーホック「小美玉市の日」 市民優待チケットで試合観戦しませんか！



小美玉市に在住・在学の方は一部座席が「市町村の日」優待価格で購入できます。この機会に、水戸ホーリーホックをスタジアムで応援しましょう！
小美玉市のホームタウンPRリーダー、梅田魁人選手とコラボしたイベントも実施予定です。お楽しみに！

対象試合	J2リーグ 2022 第17節 水戸ホーリーホックホームゲーム いわてグルージャ盛岡 戦
日時	5月21日(土) 16:00 試合開始
場所	ケーズデンキスタジアム水戸
優待対象	市内在住か在学の方
定員	先着 1,000名
優待価格 (前売・当日)	メインサイド自由席:¥1,500 バックホーム自由席:¥1,000 ゴール裏ホーム自由席:¥500 ※大人価格のみ。小中高シニアの設定はありません。

問い合わせ

スポーツ推進課 スポーツ推進係
☎ 0299-48-1111 (内線 2253)

チケット購入はこちら



ご両親の相談も可能です 無料結婚相談会

日時	5月15日(日) 10:00 ~ 15:00
場所	石岡市東地区公民館 (石岡市東石岡 4-6-24)
持ち物	身上書、写真(L判1枚)
申込方法	予約不要。直接ご来場ください。
主催	マリッジサポーター石岡地域支部

問い合わせ

大内喜枝子
☎ 0299-23-3829



ソフトバレーボール大会の参加者を募集します！

日時	6月5日(日) 8:45受付、9:00開会式、9:15試合開始
場所	小川南小学校体育館 (小美玉市小川 686-1)
参加資格	市内在住(小学生以上)か在勤の方で構成されるチーム
定員	24チーム(先着)
参加料	1チーム1,000円
申込方法	希望ヶ丘公園管理棟、スポーツ推進課(小川総合支所2階)に申込書を設置しています。
申込期間	4月28日(木) ~ 5月22日(日)

問い合わせ 小美玉市バレーボール協会

大概 ☎ 090-6030-0991 (18:00 ~ 20:00)



企業対抗！個人参加も可！ さつきラン&ウォーク オンライン

オンラインイベントなので、密にならずに行えます。5月の1か月間、ランニングの距離やウォーキングの歩数がランキングになるので、楽しみながら運動が続けられます！勤務先がエントリーしている場合は、企業対抗戦にも参加可能です。



期間	5月1日(日) ~ 31日(火)
参加資格	どなたでも参加可能
参加部門	・ランニングの部 ・ウォーキングの部
参加方法	①参加アプリを大会ホームページでダウンロード <small>大会ホームページ</small> ・ランニングの部 「TATTA」 ・ウォーキングの部 「スポーツタウン WALKER」 ②アプリを起動した状態で走ったり歩いたりすると、走行距離や歩数をカウントすることができます。
参加費	無料(スマートフォンの通信料などはご自身の負担となります)



問い合わせ スポーツ推進課 スポーツ推進係

☎ 0299-48-1111 (内線 2253)

**クリーン作戦に参加しませんか？
環境美化サポーターを募集しています**

■地域の環境美化にご協力を

市内で年間約7,000kgのごみが道路周辺に捨てられています。地域の環境美化をより一層進めるために、皆様のご理解とご協力が欠かせません。



随時、不法投棄監視・環境美化サポーターを募集しています。

地域の清掃活動への参加を通して、環境美化保全への関心を深め、ポイ捨て、不法投棄のないきれいなまちを目指しましょう。

■環境美化活動を支援します

令和4年度の一斉クリーン作戦を以下のとおり実施します。各地域で清掃活動に取り組む団体に対して、ごみ袋の提供などを通じて環境美化活動を支援しています。

実施時期	▶一斉クリーン作戦実施日 5月22日(日)、12月4日(日) ▶不法投棄強化月間 6月、11月 ▶その他 各団体が独自で活動する場合など
対象団体	行政区、子ども会、スポーツ少年団、老人クラブ、学校、企業、官公庁、福祉施設、ボランティア団体など
実施場所	市内の道路、河川、公園など
回収対象	・市が提供するごみ袋に入る大きさの、ポイ捨てされたごみ ・粗大ごみ、家電、タイヤなどの大型のものは対象外 (環境課に状況を報告してください) ※回収したごみは市が定めるごみ種ごとに分別してください
申込方法	実施する5日前までに実施計画書を事務局に提出してください。 ※計画提出前に事前にご相談ください 計画書の提出の際に、必要な方には回収用ごみ袋を提供します。 各種様式はホームページからダウンロードできます。
報告	実施後10日以内に実績報告書を環境課に提出してください。

問い合わせ

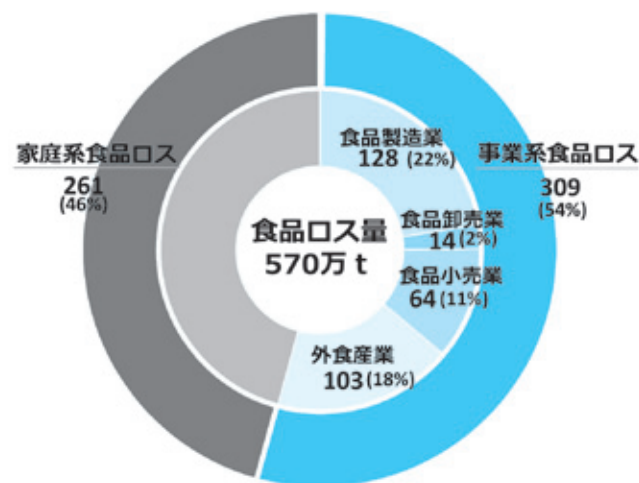
環境課 廃棄物対策係

☎ 0299-48-1111 (内線 1144・1145)

市ホームページ



**地球にやさしい生活 はじめませんか？
コンポスト・生ごみ処理機の購入を助成**



本来食べられるのに捨てられる食品ロスは国内で年間570tと推計され、その半分が家庭からのものです。

ごみの減量と地球にやさしい暮らしを促進するため、生ごみを堆肥化する処理機の購入費用を助成します。

※先着順。予算額に達し次第終了

国民1人当たり食品ロス量

1日 約124g

※茶碗約1杯のご飯の量に近い値

年間 約45kg

※年間1人当たりの米の消費量(約53kg)に近い値

資料：総務省人口統計(2019年10月1日) 令和元年産食料需給表(確定値)

■補助対象

市内に住所がある方(1世帯当たり1基を限度)

種類	生ごみ処理容器(コンポスト)	生ごみ処理機
助成額	購入価格の2分の1 2,000円を限度	購入価格の2分の1 20,000円を限度
条件	・販売業者から購入した未使用品 ・申請の日から2年以内に購入したもの ・耐水性と耐久性があるもの ・ふたがあるもの(臭気と雨水対策) ・有効容量10ℓ以上 ・屋内設置が可能※生ごみ処理機のみ	

■手続方法

①申請・実績報告

環境課(本庁)、小川・玉里各支所窓口にて受付申請の際は以下の書類の提出をお願いします。

- ・領収書(支払をしたことを証する書類でも可)
- ・保証書の写しなど、製造番号が分かるもの
- ・形状、規格等が分かるもの
- ・設置状況が分かる写真

②交付決定・補助金交付

問い合わせ

環境課 廃棄物対策係

☎ 0299-48-1111 (内線 1144・1145)

詳細はこちら





周りへの配慮と安全対策を忘れずに！ 農作業による事故を防止しましょう



■道路に落とした泥は必ず清掃を！

トラクターなどを使用した農作業後に、田んぼや畑から公道へ出る際には、必ず泥や土を落としてから走行してください。

車道や歩道に落ちた泥や土のかたまりは、自動車だけでなく歩行者・バイク・自転車などの通行の妨げとなり大変危険です。周辺住民にも大きな迷惑をかけることになります。

万が一泥や土で道路を汚してしまった場合は、放置せず速やかに泥の撤去・清掃をお願いします。

■安全確認・安全対策の徹底を！

市内で農作業中の事故が多発しており、ケガだけでなく死亡事故も発生しています。

作業する際には安全確認・対策をしっかりと行い、無理な作業は決してしないでください。

また、機械の定期的な点検整備も忘れずに行いましょう。

■荷台に人を載せていませんか？

トラックの荷台に人を乗せる行為は、荷物の監視や警察署の許可を得ている場合以外は違反です。

問い合わせ

農政課 振興係

☎ 0299-48-1111 (内線 1155)



窓口延長日は毎週水曜日です (19時まで) ※祝日を除く

実施場所	実施している課
小美玉市役所 本庁	市民課、医療保険課、会計課、税務課（税に関する証明）、収納課（納付書再発行）
小川総合支所	総合窓口係 （戸籍関係、住民票関係、印鑑登録、印鑑証明、税の証明、納付書再発行、国民健康保険関係、医療福祉関係（マル福）、後期高齢者医療関係、市税等の収納）
玉里総合支所	



農薬を使うときのマナー

■散布前に周知する

農薬散布のトラブルは、事前に周知しなかったことが原因で発生しています。

農薬を使用する目的、散布日時、農薬の種類、農薬使用者の連絡先を、隣接して別の作物を栽培している人や周辺の住民へ事前に知らせておきましょう。

■飛散防止対策

- ・風の弱い時間帯、周辺作物等に影響の少ない風向きのとときに散布する。
- ・飛散低減ノズルを使う。
- ・強風が予想される場合には、無理はせずに散布を控える。

■周辺への影響を防ぐ

- ・土壌くん蒸剤を使用した時は、速やかに被覆する。
- ・水田に農薬を使用した時は、1週間程度は落水やかけ流しを避ける。水が漏れださないように畦波シートなどを活用する。

問い合わせ

農政課 振興係

☎ 0299-48-1111 (内線 1155)



無料相談 お気軽にお電話ください！ 歯の何でも電話相談

匿名で県保険医協会の歯科医師にご相談できます。

▼こんなお悩みはありませんか？

- ・入れ歯のこと
- ・歯周病
- ・インプラント
- ・矯正
- ・口臭の悩み
- ・顎関節症
- ・お子さんの歯の悩み
- ・ブラッシングの仕方
- ・料金のこと



日時	6月5日(日) 13:00 ~ 16:00
電話番号	☎ 029-823-7930
回答者	歯科医師
相談料	無料

問い合わせ

一般社団法人 茨城県保険医協会

☎ 029-823-7930



朝ごはんを食べて1日をスタートさせよう
～朝ごはんの役割～



私たちの体は、眠っている間も働き続けているため、朝起きた時にはエネルギーが不足している状態です。1日を元気に過ごすためには、朝ごはんを食べることが重要なポイントです。

■朝ごはんの役割

- ・脳のスイッチ（集中力アップ）
脳にエネルギーが補充され、活発に動き出します。
- ・体のスイッチ（体温上昇）
1日を元気に動き出す準備が整います。
- ・お腹のスイッチ（排便促進）
腸が動き出すことで排便促進につながります。

朝ごはんを食べる習慣がないという人は、牛乳や果物など、何か一品でも口に入れることから始めてみましょう。

簡単にできる朝ごはんのレシピや学校給食の献立をアレンジしたものなどをホームページで紹介しています▶



問い合わせ

教育指導課 給食係
☎ 0299-56-4855

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！



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ソーの登録商標です。



ごみの減量に努めましょう
～5月30日はごみゼロの日～



5月30日は、ごみゼロの日です。ちょっとした心がけがごみを減らすことにつながります。この機会にリサイクルやごみの減量に取り組んでみませんか。

■家庭から出るごみを減らすには

- ・エコバックを利用してレジ袋はもらわない
- ・裏紙の利用
- ・過剰な包装や使い捨て製品を避ける
- ・ごみになるものをもらわない

■資源ごみを分別しましょう

これまで可燃ごみとして捨てられていたプラスチック容器や食品トレイなどの中には、資源ごみとしてリサイクルできるものがあります。できる範囲で分別して、身近なエコショップやスーパーのリサイクルステーションなどの店頭回収をご利用ください。

問い合わせ

環境課 環境衛生係
☎ 0299-48-1111（内線 1141）



コンビニ交付サービスを一時停止します

サービス停止期間	再開日時
5月20日（金） 9:00～12:00	▶ 5月20日（金） 12:00

対象の 証明書	<ul style="list-style-type: none"> ・住民票の写し ・印鑑登録証明書 ・住民税課税証明書 ・所得証明書
停止理由	システムメンテナンスのため



問い合わせ

市民課 ☎ 0299-48-1111（内線1111・1112）



そのブロック塀は安全ですか？ ブロック塀の撤去費用を補助します

通学路や指定緊急輸送道路に面する危険なブロック塀等の撤去にかかる費用の一部を補助します。撤去をお考えの方は、まずは下記問い合わせに事前相談してください。

補助対象	・危険ブロック塀等の高さが道路面から80cmを超えるもの ・小美玉市の通学路等に面するもの
対象者	危険ブロック塀の所有者、共有者
施工者	小美玉市に本店・支店・営業所等がある建設業者か解体工事業者
補助金額	以下のうち、少ない額の2/3 ※上限10万円 ①補助対象工事費 ②撤去する塀の長さ(m) × 14,000円
申込期間	6月1日(水)～12月20日(火) ※先着順。予算がなくなり次第終了

問い合わせ

都市整備課 建築係

☎ 0299-48-1111 (内線 1413・1414)



納税・納付は口座振替が便利です 納付忘れや納付に行く手間が省けます

税・料金	納期限
軽自動車税	5月31日



4月の給食食材の放射能測定結果

検査件数	1件
検出件数	0件
検出下限値	3 Bq/kg
使用機器	TN300B ベクレルモニター

詳細はこちら



- 基準値を上回る放射性物質は検出されませんでした。
- 学校給食食材(1検体/月)と市民持込の市内産農産物の放射能測定を行い、結果はホームページで公表しています。

問い合わせ

教育指導課 給食係 ☎ 0299-56-4855



漏水修理当番

■小川地区・美野里地区

当番日	当番業者名	連絡先
5/1(日)	(有)共立建設	☎ 0299-36-8015
3(火)	(株)勝樹設備	☎ 0299-48-3552
4(水)	興和工業(株)	☎ 0299-49-1103
5(木)	(株)本田工業	☎ 0299-54-0158
7(土)	(有)山口水工	☎ 0299-58-0129
8(日)	(有)清司工務店	☎ 0299-48-2389
14(土)	(株)美野里建設	☎ 0299-47-0780
15(日)	中村工業(株)	☎ 0299-58-3025
21(土)	(有)尾形工務店	☎ 0299-58-1701
22(日)	(株)小林工業	☎ 0299-48-2375
28(土)	(株)本田工業	☎ 0299-54-0158
29(日)	(株)スズヤ	☎ 0299-46-0007
6/4(土)	金藤水道工事店	☎ 0299-48-4440
6/5(日)	(株)沼田機業	☎ 0299-58-1715

※平日の漏水修理当番はお客様サービスセンターにお問い合わせください。☎ 0299-36-8811

■玉里地区

湖北水道企業団 ☎ 0299-24-3232



上下水道料金のお支払いは 口座振替が便利です【小川・美野里地区】

5月に検針する上下水道料金の口座振替日は**5月27日(金)**です。再振替日は6月10日(金)です。口座振替日前日までに通帳残高のご確認をお願いします。

問い合わせ

小美玉市上下水道料金 お客様サービスセンター
☎ 0299-36-8811

■玉里地区は上記の口座振替日と異なります

詳しくは、湖北水道企業団お客様サービスセンターにご確認ください。

☎ 0299-24-5558



石岡警察署からのお知らせ 3月末現在の市内の事故発生状況

件数(令和4年1月1日からの累計)	前年比
発生件数	25件 +4
死者数	0件 -1
負傷者数	32件 +8
物損件数	235件 +22

行政書士無料相談会

日時	5月17日(火) 13:00～16:00 ・予約不要、受付順です ・相談は1人30分程度でお願いします
場所	小美玉市役所 2階 第3会議室
相談内容	遺産分割・相続・遺言関係の相談、土地活用、国籍、契約各種などに関すること (必要に応じ、行政書士以外の専門家、専門機関の紹介も行います)
相談員	茨城県行政書士会水戸支部 会員(2名)

問い合わせ

茨城県行政書士会水戸支部事務局 久保
☎ 029-303-5812

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。

【時間】13:30～15:30

5月17日(火)	玉里総合支所 1階 相談室 大山 進 相談委員
5月18日(水)	小川総合支所 1階 会議室 村尾 實 相談委員
5月19日(木)	市役所本庁 1階 第1会議室② 伊野 美也 相談委員

問い合わせ

秘書政策課 秘書広聴係
☎ 0299-48-1111 (内線 1202・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30分)

5月11日※	社会福祉協議会美野里支所 (四季健康館内) ☎ 0299-36-7330
5月18日	社会福祉協議会小川支所 ☎ 0299-58-5102
5月25日※	社会福祉協議会本所 ☎ 0299-37-1551

夜間・土日祝日の診療・相談

■緊急診療

こども休日診療 石岡第一病院
日曜・祝日 8:30～11:30 ☎ 0299-22-5151

■電話相談 24時間/随時受付

茨城子ども救急電話相談 ☎ #8000
☎ 050-5445-2856

茨城おとな救急電話相談 ☎ #7119
(受診できる病院の案内も可能) ☎ 050-5445-2856

人口と世帯数 (令和4年4月1日現在)

	人数/戸数	前月比	人口増減の内訳	
人口	49,184人	(-110)	出生	31
男	24,784人	(-85)	死亡	55
女	24,400人	(-25)	転入	284
世帯数	21,159戸	(-15)	転出	370

使いやすく生まれ変わりました！ 小美玉市公式ホームページ

小美玉市公式ホームページが、2022年4月にリニューアル。幅広い分野の豊富な情報量はそのままだ、見やすく便利なサイトになりました。

■進化した3つのポイント

1. スマホで見やすく
2. 知りたいことを目的別で見つけやすく
3. 多言語&やさしい日本語対応でみんなにやさしく



市ホームページ

問い合わせ

企画調整課 シティプロモーション係
☎ 0299-48-1111 (内線 1234)



スマホで広報おみたま



スマホ・パソコンから、広報おみたまの最新号やバックナンバーがご覧いただけます！

バックナンバーはこちらから▶▶

