



特集

子育てのまち

〜広がれ! 『地域ぐるみ子育て』の輪〜



特集

子育てのまち 広がる「地域ぐるみ子育て」の輪

日 本社会全体として少子高齢化が進む昨今、経済・地域社会などに与える大きな影響が懸念されています。幸いにも、本市では、みらい平地区を中心に人口の増加が進んでおり、今後もしばらくは増加が見込まれています。

子育てを取り巻く環境を数字で見ると、核家族化が進んでおり、平成26年のデータでは、一世帯あたりの人員は2.77で、平成20年の3.02から毎年少しずつ減少しています（茨城県常住人口調査から）。

本市で行ったアンケートによれば、就学前の児童がいる家庭で「日常的に祖父母などの親族に見てもらえる」と答えたのは全体の4分の1近い約23%、「緊急時には見てもらえる」と答えたのは過半数の約59%で、親族の協力が得られる家庭が比較的多いという結果が得られました。しかしながら、「いずれもない」と回答した家庭も全体の

2割近い約18%あり、子育て世帯への支援が必要とされている実情がわかりました。

また、就学前の児童がいる家庭の母親の就労状況は、半数に近い約48%の世帯で「仕事に就いていない」と回答。加えて、6歳未満の子どもを持つ男性の育児時間は、1日平均で約40分程度と言われています。これらの数字からは、幼いわが子と日中ずっと二人きりで、育児や家事に追われる母親の姿が浮かび上がってきます。

待機児童の解消や子育て世代への経済的支援などは、行政の取り組むべき重要な課題です。しかしながら、核家族化が進む今だからこそ「地域で子どもを育てる」という考え方も大切になってくるのではないのでしょうか。

今回の特集では、さまざまなかたちで子育て支援に関わる方のインタビューを交えながら、地域ぐるみでの子育て支援について考えていきます。



リラックスした表情で、子どもとのふれあいを楽しむ参加者

01 つながる

午 前10時。保健福祉センターの一室に、赤ちゃんを連れてママたちが集まって来た。中には首がすわったばかりの子もいる。畳敷きの部屋には20組の親子が5つのテーブルに分かれて座った。少し緊張した面持ちだ。

この日は、今年スタートした「はぐはぐ教室」の第1回目。「はぐはぐ教室」は生後1カ月から6カ月までの子を持つ親を対象に、子どもとのふれあいや交流を中心とした教室だ。全3回の教室を年に4度開催する。担当課職員の話では、申込開始後すぐに定員がいっぱいになったとのこと。

お互いの簡単な自己紹介の後、ふれあい遊びが始まった。歌に合わせて、子どもの身体に両手でやさしく触れる。撫でたり、



くすぐったり、抱きしめたり、キスをする。初めは少し硬かったママたちの表情も柔らかくなり、部屋は次第に温かい雰囲気になりました。

6カ月になる娘と一緒に参加した根本さんは「普段はほかのお母さんと会う機会も少ない。同じくらいの月齢の子たちが集まるので楽しそうと思って」と参加の動機を話してくれた。

ふれあい遊びの後は、グループごとに「最近の楽しかったこと」や「家族で行ってみたいところ」などをテーマに、参加者同士の交流の時間となった。



せた。

村上さんも「同じ月齢の子が集まっていて、離乳食の話で盛り上がった」と喜んだ。

教室の最後には連絡先を交換する姿も見られた。参加したママたちは終始笑みを浮かべ、同じ気持ちをつながちを分かちあえる仲間と「つながることの喜びが溢れていた」。

ともに5カ月で、同じテーブルになった齊藤さんと村上さん。齊藤さんは「まだ引越してきたばかりだが、参加してみたら楽しかった。お母さん同士のふれあいができてよかった」と充実した表情を見せた。

4カ月になる息子を抱いて参加した磯村さんは「同年代のママ友ができた。息抜きにもなった」と笑顔を見せてくれた。子どもの月齢が



VOICE ~声~



助産師・佐藤 理恵さん

紫峰ヶ丘の助産院「BIO HOUSE」で母乳育児の相談を受けるほか、新生児訪問などさまざまな支援活動を行う。自身も子育て中で、2児の母。

市の産後ケア事業で、訪問型産後ケアを行う「BIO HOUSE」の佐藤理恵さんと通所型産後ケアを行う「ベビーヘルシー美蕾」の瀬井房子さんに話を伺った。

—どんな支援をされているんですか。

佐藤 母乳相談、身体のメンテナンスや肩こり、骨盤など、身体的なトラブルを診ています。はぐはぐ教室での母乳相談、赤ちゃん訪問、県の出張助産師として地域を回ったりしています。

最近では、近くに親が住んでいない方も多いですね。なので、近くにいる人が手伝ってあげられたら、力になればいいなと思って活動しています。相談に乗ってあげること、ママが抱えていることを吐き出せば、気持ちも楽になると思います。

お母さんが笑顔でいることが一番。周りをもっと頼って欲しいですね。

—最近の「子育て」について思うことは。

佐藤 子育ての悩みを相談できる人が身近にいないお母さんが多くいると思います。特に赤ちゃんの月齢が低いときは、外出するのも大変ですよ。赤ちゃんと1対1になりがちで、悩みもひとりで抱え込んでしまふ。でも、そんなときは、何かなんでも自分でやるんだ、と決めつけないで、周りをもっと頼って欲しいですね。周りの誰かに相談してほしい。

例えば、子育て支援室に出かけてみたり、ファミリーサポートセンターに相談してみたり。やっぱりお母さんが笑顔でいることが一番です。子どももそれが一番うれしいですよ。地域で子育て」という雰囲気広がればいいなと思います。

02 みちびく

~2人の助産師に聞いた「子育てのコツ」~

■産後ケア事業って？

出産後のママの育児を支援するため、この4月から始まった事業です。助産師による自宅訪問または助産院に通所してもらうことで、母子のケアや授乳指導、育児相談などが受けられます。

—どんな相談を行っていますか。

瀬井 授乳に関しての相談が多いですね。十分に飲んでいないかとか、授乳間隔はどうかとか。子どもが泣くのはどうしたらいいのかなという相談もあります。あとは、ここ（助産院）で少し寝たいとか、子どもをみてほしいとか、そういった希望にも対応しています。

—たくさんのお母さんたちを見てきて、感じることは。

瀬井 そうですね。お母さんたちが外に出ず、引きこもってしまったら、赤ちゃんが泣くことを怖がっていると感じています。原因としては、隣近所に対しての配慮がありますよね。子どもの泣き声がうるさいと言われる。子どもってしっかりと大声で泣かせた方が、発散するからいいんですよ。だからいつもこうアドバイス

VOICE ~声~



助産師・瀬井 房子さん

南太田にある助産院「ベビーヘルシー美蕾」院長。助産師として30年以上お産の現場に立ち、これまで3,000人を超える赤ちゃんを取り上げた。4月から市の通所型産後ケアを担当している。

赤ちゃんは泣きたいだけ泣かせてあげる。それが理解する近道。

—子どもが産まれたら、隣近所に「子どもが産まれました。声が聞こえてご迷惑かけます」といってあいさつをしておく。そうしておけば泣かせられる。泣かせているうちにこの子の泣き方がわかってきて、理解できるようになる。赤ちゃんは泣きたいだけ泣かせてあげる。これが子育ての第一のコツじゃないかな。それをね、教えてあげると皆さん楽になる。

あと、パパたちにいつも言っているのは、ママに息抜きの時間をあげてください。休みの日に3時間でもいいから時間をやってくださいって言うんです。授乳の合い間の時間とか。1週間に一回でもいいから、ママに子どもから離れた自分だけの時間をあげる。そういうことに協力して欲しいですね。

03 つどう

市内各所にある子育て支援室は、今日も小さい子どもを連れてママ、パパでにぎわう。子育て支援室「フラワー」と小絹児童館を訪ね、保育士、児童館の館長それぞれに話を伺った。



利用者も巻き込んで
楽しい支援室に

支援室を担当する保育士の寺田さんに話を聞くことができ、「以前フラワーでお昼寝アートを開催したんです。たまたま利用者さんの中にプロカメラマンの方と、おむつアートをやっている方がいたのがきっかけですね。知り合いのママに声をかけて、5人くらい集まって。みんな準備をして、お昼寝アート当日は100人以上の方が集まってくれました。協力してくれたママたちは今でも仲が良く、支援室に遊びに来てくれます。1回で終わりにしないで、また次も、利用者さんを巻き込んだ企画を考えて、楽しい支援室にしていきたいですね」

話すだけ、共感するだけで
気持ちが楽に

フラワーのある谷和原第2保育所の青木所長は子育て支援室についてこう話す。「もつと話したい、というお母さんがフラワーを利用してくれますね。保育所の先生たちも、利用者とのマンツーマンの関わりを大切にしているから。子育てってすごく大変なことの連続なんですよね。思うようにいかないのは分かっているけれど、そのときは

夢中で気がつかない。だけど、話すだけで、共感してもらえただけで、気持ちが楽になるっていう方がいっぱいいると思うので。いつ来ても、いつ帰ってもいい、実家に来るような気持ちで来てくれたら」



子育て支援室「フラワー」の保育士の皆さん

VOICE ~声~



かわばた さち
川畑 沙知さん
はる
波琉くん (3歳)

2歳になるまでは、みらい平コミセンの子育て支援室を利用していました。リズムあそびなどのイベントがある時に参加したり。見てくれる人がいるので助かります。お気に入りはいくらもやま。外のベンチなど食事ができる場所があったので、午前中に支援室で遊んで、お昼を食べて、車で寝かせて帰る、というのがお決まりのコースでした。今回、久しぶりに支援室に来てみたら、子どももすごくうれしそうにしていました。

VOICE ~声~



みやざわひろあき
小絹児童館・館長 宮澤宏樹さん
中学校の教師から、より主体的に働ける場所を求め、NPO 法人 ワーカーズコープへ。これまで学童保育や学習支援などに携わり、この4月から小絹児童館の館長として勤務している。

一緒に遊んで、
よりよい環境づくりを

児童館(子育て支援室)をより良くするアイデアは利用者の皆さんからも出してもらっています。先日、ハイハイをしているお子さんのお母さんの「ハイ

ハイで競争がしたい」のひと言から、「よいいどん」っていうイベントをやりました。部門を「ハイハイ」「よちよち」「かけっこ」に分けて、遊戯室の中で、みんなでよいいどんって。「ハイハイ」が一番盛り上がりましたね。反対方向にいつちゃったりして(笑)。この日はたくさんの方に参加していただいて、皆さんすごく喜んでくれました。子どもの成長ってあつという間じゃないですか。だからその時期にしか味わえないことをしたいですね。

今、お母さんたちも子育てに悩んでいる方が多いので、そういう悩みを解消する手助けをしたいと思っています。イベントにたくさんのお母さんが来てくれて、お母さん同士で「大変よね」って話をするだけでも、状況は変わるかなって思うんです。親同士のつなげ役っていうのも、児童館で担っていかけて思っています。

★各子育て支援室のイベントは、毎月の広報つくばみらいに掲載しています(今月は28・29ページに掲載)。

04 ささえる



土岐さんご家族と片見さん（左から、土岐優真くん、愛美さん、和暉くん、片見礼子さん）

ファミリーサポートセンターをご存じだろうか。子育ての援助をしてほしい人を、援助をしたい人がサポートする事業で、仕事を持つ保護者はもちろん、子育て中の保護者が、安心して子育てができるよう「地域ぐるみで支え合う」事業だ。

利用会員の土岐愛美さん、協力会員の片見礼子さんに話を伺った。

本

本市に引っ越してきて約4年。自身は茨城出身の土岐さん。結婚して都内に住むも、環境の良い田舎で子育てがしたいと思い、つくばみらいに引っ越してきたという。取材に伺ったこの日、協力会員の片見さんが、2カ月半になる土岐さんの二男・和暉くんを抱きながらあやしていた。

—実際に利用してみてどうでしたか。

土岐 誰が来るのかわからないっていうのと子どもとの相性が少し心配でしたね。最初は、来てもらって色々やってもらうことを考えていたんですけど、送り迎えだけやってもらうのが、子どもに一番負担がないかなって。試しに1カ月使ってみただんです。そうしたら、自分もすごく楽になった。でも、片見さんの車に長男（優真くん）がどうしても乗れなくて（笑）。どうしても乗れなくて（笑）。片見 乗ってくれなかったね（笑）。それならお母さんが優真くんを送り迎えして、私が和暉くんを見ていた方がいいんじゃない、って。

土岐 それを提案してもらって「あ、そういう使い方もあるのか」って思いました。そういう使い方は、私も片見さんに言われるまで想定していなかったの

で、結果的に誰に対してもストレスがなくなっただけでいけるのかなって思います。

VOICE ~声~

ファミリーサポートセンターの協力会員さんに聞きました！
「やりがい」はどんなところですか？



すぎた みどり
杉田 緑さん

最近は核家族が多いですよ。誰の手も借りられない方もいて、ちょっとその辺に買物に行くのも行けない。赤ちゃんだと少しの時間でも目を離せないで、1時間とか2時間とか見てあげると、「ありがとうございます」と感謝してもらえるので、すごくうれしいですね。

子どもの成長が見られるところですね。言葉を話せなかった子が、何カ月かお付き合いしていくと「ぶーぶー」って言えるようになったり、初めは顔を見ると泣かれちゃったりっていうのがあったんですけど、それが途中から私の姿を見ると笑顔で飛びついてくるようになって。そういうのがうれしいですね。

あきやま のぶえ
秋山 宣江さん



—「すごく楽になった」のは具体的にどういうところですか。

土岐 保育園の送り迎えは私が行くので、まず優真の精神状態が良くなって、安定したっていうのがありますね。あとは、夕方の方の買物です。やっぱり一人で行った方が早いので、買物に行きたいときは早めに家を出て、その足で保育園にお迎えに行つてと言う風に、ちよつと好きに使える1時間になっています。和暉もずっと寝ているわけでは

ないので、泣いたらあやしてくれる。一人ではどうしても作業を中断してしまうので。短くても何かやりたいことに使える1時間が確保できているというのが、すごくありがたいですね。

今 回の取材では、土岐さんと片見さんの信頼関係を感ずることができた。これもまた「地域ぐるみで子育て」の一つの形であると思う。子育て支援の新しい形を知るいい機会になった。



紙ふうせんの皆さんによるパネルシアター



パネルシアターに見入る参加者の親子



いつも元気なソレイユの皆さん

05 よりそう

おじいちゃん、おばあちゃんに代わる存在になれたらー。

毎月第4金曜日。谷和原公民館谷原分館に、楽しそうに笑い声が響く。託児ボランティア「ソレイユ」の皆さんが、月に1回開催している子育てサロン「かんがるうひろば」。このサロンでは小さい子どもを連れてママやパパたちが集い、一緒に遊びながら交流する。

取材に訪れたこの日は、あいくの雨模様にもかかわらず、15組の親子が参加し、ソレイユの皆さんと一緒に手遊びや歌を楽しんでいた。

サロンに参加するのは4回目という井川さんは、娘さんと一緒に参加。「おじいちゃん、おばあちゃんに遊んでもらえるところが魅力」と話してくれた。「ソレイユ」は託児を担うボ



託児ボランティア「ソレイユ」代表 菩提寺 宗子さん

ランティア団体で、「かんがるうひろば」のほか、きらくやまふれあいの丘すこやか福祉館の子育て支援室で「ハッピーデイズ」を開催している。このほか、赤ちゃんフェスタも主催するなど、子育てに関わるさまざまなイベントを精力的に行っている。



この日は「ソレイユ」の皆さんのほかに、ボランティアサークル「紙ふうせん」の皆さんによるパネルシアターの公演も行われた。「次は何がでてくるのかな」。パネル上に

次々と現れる動物やおもちやお菓子に子どもたちも興味津々だ。参加した親子も一緒に歌ったり、身体を動かしたりして楽しんだ。

「ソレイユ」の代表を務める菩提寺さんは次のように話す。

「サロンに参加してくれた方が、私たちを親の代わりみたいにして、ひとり抱えていて話をしてくれる。それがとてもうれしいですね」

核家族が進む今の時代だからこそ、「ソレイユ」のような地域のじいじ、ばあば」が求められ、自然と若い世代が集まってくるのだろう。



06 ひろがる

今回の取材を通じて、さまざまな形で子育て支援に関わる人の話を聞くことができた。皆さんに共通していたのは、「ひとりで抱え込まないで」というメッセージだ。子育ては一人でするものではない。今回取り上げた、はぐはぐ教室、子育て支援室、ファミリースポーツセンター、かんがるうひろばのほかにも、さまざまな子育て支援の輪が広がっている。

子育てに正しい答えなんてない。完璧もない。誰だって迷い、悩み、もがきながら、試行錯誤の日々を過ごしている。そんな胸の内を、支援室で出会ったママと共感し合う、あるいは保育士に相談する。時には「地域のじいじ、ばあば」を頼ったりすることで、「また、がんばろう」と気持ちをリセットすることができるのではないだろうか。

地域ぐるみ、まちぐるみで子育ての輪を広げていくことが、今もそしてこれからも大切だと気付かされた。

平成30年度 市立幼稚園入園申し込みの お知らせ

園 教育委員会学校教育課

☎ 58・2111 (内線7107)

平成30年度に新たに市立幼稚園へ入園する
幼児の申し込みを次のとおり受け付けます。

募集要項

■入園資格

つくばみらい市に住所があり、(転入予定者は平成30年4月1日に住所があること) 次の表の期間に生まれた幼児

組	生まれた期間
年長組 (5歳児)	平成24年4月2日 ～平成25年4月1日
年中組 (4歳児)	平成25年4月2日 ～平成26年4月1日
年少組 (3歳児)	平成26年4月2日 ～平成27年4月1日

■受付日時

7月18日(火)～24日(月) 午前9時～午後4時
※土、日を除く

■受付場所

わかくさ幼稚園、すみれ幼稚園、谷和原幼稚園、すみれ幼稚園

■申し込み用紙配布

7月3日(月)から配布します。

申し込み用紙は、わかくさ幼稚園、すみれ幼稚園、谷和原幼稚園および教育委員会学校教育課、谷和原庁舎(市民窓口課)に用意してあります。

■通園方法

幼稚園バスまたは保護者送迎

■給食

給食を実施しています。(平成29年度は月額3600円)

■保育料

保護者の所得などに応じた保育料となります。詳細は、下記の表「月額保育料」をご覧ください。

■募集園児数および区域

次の表のとおり。(平成29年5月1日現在。4歳児・5歳児の募集人数は、今後の転出入などにより変動する場合があります)

幼稚園	3歳児	4歳児	5歳児	通園区域(小学校区)
わかくさ幼稚園	60人	30人	21人	小張・板橋
すみれ幼稚園	40人	40人	23人	谷井田・豊・三島・東
谷和原幼稚園	60人	0人	3人	谷原・十和・福岡・小絹

みらい平地区(陽光台・紫峰ヶ丘・富士見ヶ丘)にお住まいの方は、わかくさ幼稚園または谷和原幼稚園のどちらか1園に応募してください。



※定員を超えた場合は抽選となります。抽選日は8月19日(土)を予定しています。

抽選の詳細は7月31日(月)以降に通知およびホームページなどに掲載します。

※応募申し込みは、通園区域の1園のみです。

保育の公開

来年度入園を希望している幼児を対象に、保育の公開を行います。見学希望の方は各幼稚園にご連絡ください。

【公開日】

わかくさ幼稚園：7月6日(木)、7日(金)、12日(水)、14日(金)、18日(火)、19日(水)／すみれ幼稚園：随時／谷和原幼稚園：7月7日(金)、10日(月)、11日(火)、12日(水)、13日(木)

◎問い合わせ先

わかくさ幼稚園 ☎ 58・0014
すみれ幼稚園 ☎ 58・3425
谷和原幼稚園 ☎ 52・2330
(受付時間：午前9時～午後4時／土、日、祝日を除く)

■月額保育料

市民税所得割課税額による区分	保育料		
	第1子	第2子	第3子～
①生活保護世帯	0円	0円	0円
②非課税世帯(所得割非課税世帯含む)	2,500円	0円	
③所得割課税額 77,100円以下	6,000円	3,000円	
④所得割課税額 211,200円以下	7,500円	3,700円	
⑤所得割課税額 211,201円以上	9,500円	4,700円	

◎金額の見方

年少から小学校3年生までの範囲内に子どもが2人以上いる場合、最年長の子どもを第1子、その下の子どもを第2子とカウントします。ただし、②非課税世帯および③所得割課税額77,100円以下の世帯については、「小学校3年生まで」の年齢制限はなくなります。

◎市民税所得割課税額は、園児と同一世帯の父母および「家計の主宰者」である扶養義務者の課税額を合算します。



手続き・申請

犬の予防接種と変更届

問 谷和原庁舎生活環境課 ☎58・2111 (内線3302)

■ 狂犬病予防集合注射で接種できなかつた方へ

狂犬病予防法により、年1回の狂犬病予防注射が義務付けられています。5月の予防集合注射で接種を行わなかつた方は、動物病院で接種していただき、市役所への登録が必要となりますのでご注意ください。

◎ 市内の動物病院で接種した場合
↓ 病院で登録を代行します。

市役所での登録は不要です。

◎ 市外の動物病院で接種した場合
↓ 動物病院で発行される「狂

犬病予防接種証明書」を持参の上、生活環境課窓口(谷和原庁舎)で登録を行ってください。

▼ 手数料など

○ 注射料金：動物病院の注射料金は、市の集合注射料金と異なる場合があります。

○ 注射済証交付手数料：400円
※ 犬の登録をする場合、別途登録手数料(2000円)が必要です。

■ 死亡・住所変更などの届け出

飼い犬が死亡した場合、または飼い主が住所変更などをした場合の届け出は、次のとおりで

す。届け出の際は、犬の登録簿札があるとスムーズな手続きができます。

変更事項	届出方法
犬の死亡	生活環境課窓口(谷和原庁舎)への届け出が必要になります。電話でも受け付けています。
市内住所変更 市内への転入	生活環境課窓口(谷和原庁舎)への届け出が必要になります。
市外への転出	転出先の市区町村への届け出が必要になります。詳しくは転出先の市区町村へお問い合わせください。



お知らせ

【男女共同参画計画】アンケートにご協力を

問 谷和原庁舎市民サポート課 ☎58・2111 (内線3201)

6月下旬に調査票を郵送

市では、男女共同参画社会の早期実現のために、平成19年度に策定した「つくばみらい市男女共同参画計画」に基づき、各種施策事業の推進に努めてきました。次の新たな計画策定に向け、市民の皆さんの声を反映させ、さらなる向上が図れるようアンケート調査を実施します。

無作為抽出した市内在住の18歳以上の男女2350人の方に、6月下旬に調査票を郵送します。

調査票が届いた方は、調査にご協力くださいますようお願いいたします。

なお、回答内容をほかに漏らすことや、目的外に使用することはありませんので、調査にご協力いただいた方にご迷惑をおかけすることはありません。



健康

高額療養費の上限額が変わります

問 伊奈庁舎国保年金課 ☎58・2111 (内線4408)

国保に加入している70歳から75歳未満の方が対象

高額療養費制度は、1カ月に支払った医療費の一部負担金が一定額を超えた場合に、その超えた金額を支給する制度です。

8月の診療分から、70歳から75歳未満の方の高額療養費の自己負担限度額が左表のとおり変更になります。

※ 70歳未満の方の上限額に変更はありません。

高額療養費の支給対象になつた方には、診療月の約3カ月後に申請通知を送付しますので、医療機関の領収書を持参の上、伊奈庁舎国保年金課で申請してください。

※ 社会保険の場合、所得要件および支給の方法が異なります。詳しくは勤務先または加入している健康保険組合などにお問い合わせください。

【計算上の注意】

外来は個人ごとに計算。入院を含む場合は、世帯単位で入院と外来を合算し計算。入院時差額ベッド代、食事代および保険外診療は対象外。交通事故や業務上の怪我(労災)は該当になりません。

70歳から75歳未満の方の自己負担額限度額(月額)

適用区分		外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)
現役並み 所得者	医療費が3割負担の方	8月から→57,600円 ※現在：44,400円	80,100円 ※変更なし
一般	医療費が2割または1割負担で市民税課税の方	8月から→14,000円 ※現在：12,000円 (年間上限額：144,000円)	8月から→57,600円 ※現在：44,400円
住民税 非課税		変更なし	

◎ 過去12カ月以内にひとつの世帯で高額療養費の支給が4回以上あった場合、4回目以降は限度額が44,400円に下がります。年間上限額は8月から翌年7月までの計算。



お知らせ

三世帯同居・近居を始める方に助成金を交付

伊奈庁舎みらいまちづくり課 ☎58・2111 (内線1205)

この事業は、「三世帯で同居または近居」を始める「三世帯家族」に対して、住宅の取得など(新築・購入・増改築・リフォーム)の費用の一部について助成

金を交付するものです。

※申請できる期間は、転入日から12カ月以内かつ住宅の取得などの日から4カ月以内です。

助成金額

助成金額

三世帯同居などの種別	助成金の上限額			
	新築・購入		増改築・リフォーム	
	地元事業者	地元以外の事業者	地元事業者	地元以外の事業者
同居 (市内の同一住宅に居住)	100万円	60万円	70万円	50万円
近居 (同居以外で市内に居住)	80万円	60万円	60万円	50万円

※地元事業者：市内に本社・本店がある事業者

らいまちづくり課までお問い合わせください。

○親世帯または子世帯の一方がつくばみらい市に継続して1年以上同居していること。

○親世帯または子世帯の一方が市外に1年以上居住し、転入の日が平成28年4月1日以降であること。

○18歳未満の孫がいること(出産予定の胎児を含む)。

○三世帯で同居または近居を3年以上継続する見込みがあること。

○住宅の取得などの日が、平成28年4月1日以降であること。



健康

高齢受給者証の更新のお知らせ

伊奈庁舎国保年金課 ☎58・2111 (内線4402)

70歳以上75歳未満の国民健康

保険加入者に交付している「高齢受給者証(青色の証書)」の有効期限は7月31日(月)までとなっています。8月1日(火)から使用する高齢受給者証は7月下旬に郵送します。

高齢受給者証は医療機関窓口で自己負担割合を示す証書です。医療機関を受診する際には、必ず被保険者証と合わせてご提示ください。

▼自己負担割合

○昭和19年4月1日までに生まれた方：1割負担

○昭和19年4月2日以降に生まれた方：2割負担

※同一世帯に住民税課税所得145万円以上の70歳以上75歳未満の国民健康保険加入者がいる方は「3割負担」となります。

※8月1日からの自己負担割合は、平成28年中の所得および収入で判定します。



お知らせ

高齢者の運転免許自主返納を支援します

伊奈庁舎安心安全課 ☎58・2111 (内線2503)

市では、高齢者の運転による交通事故の減少を図るため、運転免許を自主返納した方に、公共交通機関の利用券などを交付する支援を行っています。

選択できます。

①デマンド乗合タクシー「みらいくん」の冊式利用券

②コミュニティバス「みらい号」の冊式回数券

③関東鉄道株式会社が運行する路線バスの冊式回数券

▼対象者

①住民基本台帳に記載されている方で、運転免許の有効期限内に、都道府県公安委員会にすべての種類の運転免許を自主返納した方

②平成29年4月1日以降に自主返納した方で、自主返納したときに満年齢65歳以上の方

▼支援内容

支援は1人1回とし、次の①②③の公共交通機関の冊式利用券および回数券のうち、1万円を上限として

【自主返納に関する問い合わせ】

常総警察署 ☎0297・220110
伊奈庁舎安心安全課 ☎58・2111 (内線2503)



健康

【後期高齢者医療】保険証更新のお知らせ

伊奈庁舎国保年金課 ☎58・2111 (内線4407)

毎年7月末は、保険証の切り替え時期です。現在お使いの「後期高齢者医療被保険者証」の有効期限は、7月31日(月)までとなっています。新しい保険証は、

7月末までに被保険者宛に郵送します(特定記録)。お手元に届きましたら記載内容をご確認いただき、8月1日(火)からは新しい保険証で受診してください。



お知らせ

消費者月間街頭キャンペーンを実施

問 谷和原庁舎市民サポート課

☎ 58・2111 (内線3201)

行動しよう消費者の未来へ

～安心・安全な社会に～

5月の消費者月間にあわせ、5月18日の早朝、つくばエクスプレスみらい平駅前で、被害防



キャンペーンの様子



お知らせ

谷和原庁舎の改修工事をを行います

問 伊奈庁舎財政課

☎ 58・2111 (内線2205)

【工事期間】

7月上旬～平成30年2月下旬

市では谷和原庁舎の老朽化に伴い、庁舎の屋根および外壁の改修工事を実施します。

工事期間中は、工程や内容により、駐車場の位置やコミュニケーションバスの停留所が変更になることがあります。随時、案内看板などでお知らせいたします。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。



お知らせ

自衛官募集相談員を委嘱しました

問 伊奈庁舎安心安全課

☎ 58・2111 (内線2504)

止への街頭啓発活動を実施しました。当日は、消費者団体として活動している「つくばみらい市くらしの会」の皆さんのご協力の

下、通行者に悪質商法や詐欺の被害防止を訴え、啓発チラシとグッズを配りました。また、買物や契約などで困ったときには消費生活センターに相談するよう呼びかけました。◎消費者ホットライン ☎ 188 身近な消費生活相談窓口につながります。

市では5月15日、自衛官募集相談員として、鈴木邦彦さん(小絹)、稲葉茂さん(青古新田)、大藤弘至さん(福岡)、青木一郎さん(板橋)の4人を委嘱しました。自衛官募集相談員とは、自衛官志願者に関する情報の提供、自衛隊地方協力本部の

行う自衛官募集の広報活動への支援や、防衛意識の普及などにも貢献していただくなど、重要な役割を担われています。



△委嘱状を手にする自衛官募集相談員の皆さん

くらしのQ&A

原野商法の二次被害

Q

「原野商法」の二次被害が多いと聞きましたが、どのようなことですか？ (70代・男性)

A

「原野商法」とは、「値上がりする」などといって、ほとんど価値のない原野や山林を高値で売りつける商法をいいます。「二次被害」とは、一度被害に遭った人に新たな契約を持ちかけ、再び被害を生むことをいいます。

「原野商法の二次被害」では、業者が「以前購入した土地が高く売れる」などと勧誘し、測量や整備の契約を勧めたり、「将来は太陽光発電の会社が買い取るので、別の山林を一旦購入し併せて売れば高く売れる」などと新たな土地の購入を持ちかけたりします。

本当に売却できますか？

「土地を売りたい人がいる」「高値で売却できる」などという業者のセールストークはうのみにせず、現地を確認し、契約内容については必ず書面で説明を求めましょう。

契約を検討する場合は、その土地がある自治体などに土地の状況を問い合わせる情報を収集し、不審な点があれば契約しないようにしましょう。

おかしいと気づいたり、トラブルにあつてしまったら、消費生活センターにご相談ください。

消費生活センターイメージキャラクター『まみりん』



問 市消費生活センター (谷和原庁舎1階) ☎ 25 3288



集 募
シルバーハビリ体操指導士3級養成講習会
問 伊奈庁舎介護福祉課 ☎58・2111 (内線4306)

元気なつくばみらい市をつくるために介護予防事業を担うボランティアを募集します！

「シルバーハビリ体操」は、茨城県立健康プラザ医師太田仁史先生が考案した体操で、介護予防に効果があり、いつでもどこでも、どなたでもできる体

操です。

シルバーハビリ体操指導士は、地域住民の介護予防推進のため、地域のコミュニティセンターや集会所などで楽しく活動しています。また、学習会や定例会、懇親会などを通じて仲間づくりも大切にしています。

あなたもシルバーハビリ体操指導士になって一緒に活動しませんか？

▼対象者 50歳以上の方で、常勤の職についていない方。受講後地域でボランティア活動ができる方

「受講者の声」

定年退職してから何かやれることを探していました。参加者の方とともに体操をしていると社会に貢献していると実感します。

自分の趣味活動の合間をぬって活動しています。参加者と一緒に体操することで自分の健康維持にもつながり一石二鳥！

参加者の方から「ありがとう」と言ってもらえるとやりがいを感じます。

講習会日程

開催日	開催時間	開催場所
① 9月12日(火)	午前9時30分～午後3時45分	茨城県立健康プラザ
② 9月15日(金)	午前9時45分～午後4時	谷和原公民館
③ 9月19日(火)	午前10時～午後4時	谷和原公民館
④ 9月22日(金)	午前10時～午後4時	谷和原公民館
⑤ 9月26日(火)	午前10時～午後4時	谷和原公民館
⑥ 9月29日(金)	午前10時～午後4時	谷和原公民館

- ▼講習会日程 左上表のとおり
- ▼受講料 無料(交通費、昼食代は各自負担)
- ▼募集人員 25人
- ※定員を超えた場合は抽選となります。ご了承ください。
- ※原則、全日程に参加できる方



集 募
生き生きクラブ参加者を募集
問 伊奈庁舎介護福祉課 ☎58・2111 (内線4305・4306)

生き生きクラブでは、ボランティアのシルバーハビリ体操指導士と一緒に、介護予防のために考えられたシルバーハビリ体操を行います。

この体操は、だれでも簡単にできますので、体力に自信のない方も安心して参加できます。足腰の筋力を維持する体操だけでなく、飲み込む力を強化するえんげ体操や発声練習などを通して、体全体を整え腰痛や肩こりを予防します。

毎回参加者から大好評の体操です。ぜひ、体験してみませんか？

- ▼開催場所 谷和原公民館
- ▼日時 毎週火曜日(9月下旬～3月下旬)の午前9時45分～午前11時30分
- ※申込者には、後日詳しい案内を郵送します。
- ※車など自力で来られる方は、

- に限りません。
- ※受講後は、指導士会に加入し、会を通して活動していただきます。
- ※初日の12日のみ送迎あり。集合時間は午前8時前後。
- ▼講習内容 講話：高齢者の病気や老化について、骨や筋

- 肉の仕組みについて ほか
- 実技：シルバーハビリ体操 など
- ▼申込期限 9月1日(金)
- ▼申し込み 介護福祉課(伊奈庁舎1階) 窓口または電話でお申込みください。
- ※希望する方は申し込み時にお伝えください。定員になり次第締め切ります。停留所、時間などは後日お知らせします。
- ▼参加費 無料
- ▼申し込み 介護福祉課(伊奈庁舎) 窓口または電話でお申し込みください。
- ▼申込期間 7月3日(月)～14日(金) (平日午前8時30分～午後5時15分)



集 募
成人式実行委員を募集します
問 教育委員会生涯学習課 ☎58・2111 (内線7302・7304)

大人への旅立ちを、自分たちの手で演出してみませんか？

市では、平成30年1月に開催される成人式を企画・運営する実行委員会のメンバーを、新成人の皆さんから募集します。個人でも、友達と一緒に結構です。奮ってご参加ください。

- ▼対象者 平成9年4月2日～平成10年4月1日に生まれた

- 方で、市成人式に出席する方
- ▼活動期間 8月下旬～平成30年1月(月1回程度、実行委員会を開催します)
- ▼活動内容 式典内容の企画、記念品の選定、記念冊子の作成など
- ▼募集人員 30人程度
- ▼募集期限 7月21日(金)
- ▼申し込み 問合せ 教育委員会生涯学習課

■提出先

案件	提出先	原案の閲覧場所
◎県決定案件 福岡地区の区域区分の見直し・ 下水道区域の拡大について	茨城県知事 橋本昌 〒310-8555 水戸市笠原町 978-6 茨城県土木部都市局都市計画課扱い 宛	県都市局都市計画課 または市都市計画課
◎市決定案件 福岡地区の土地区画整理事業・ 用途地域の設定、谷井田地区の 用途地域の変更について	つくばみらい市長 片庭正雄 〒300-2492 つくばみらい市加藤 237 つくばみらい市都市計画課扱い 宛	市都市計画課



お知らせ

問 谷和原庁舎都市計画課

☎58・2111 (内線5106)

都市計画に関する公聴会を開催します

福岡地区の福岡工業団地土地
区画整理事業区域内の都市計画
(区域区分の見直し・下水道区
域の拡大・土地区画整理事業・
用途地域の設定)の決定、また
谷井田地区の用途地域の変更に
あたり、公聴会を開催します。

公聴会では、原案に対して、
公述人として意見を述べること
ができます。意見を述べること
を希望する方は、提出期間内に
公述申出書(都市計画課にあり
ます)を提出してください。な
お、公述申出書の提出がない場
合は、公聴会は開催されません。

- ▼期日・場所 7月28日(金) 谷
和原庁舎2階第1・2会議室
- ▼時間
○県決定案件：午前10時30分～
○市決定案件：午後1時30分～



健康

骨粗しょう症予防教室を開催します

問 健康増進課(保健福祉センター内) ☎25・2100

市では、骨粗しょう症につ
いてより深く知ってもらうため、
骨粗しょう症予防教室を開催し
ます。骨粗しょう症とは、骨量
が低下し骨折しやすくなる病気
です。一度低下した骨量を回復
させるのはとても大変です。
家族と自分の骨を守るため、
日々の生活習慣を見直し、骨量
の低下を予防することで、いつ
までも健康的な生活を送るきつ
かけにしましょう。

- ▼日時 7月20日(木) 午後1時
30分～3時30分
- ▼提出先 左上表のとおり
- ▼提出方法 7月13日(木)～7月
21日(金)に郵送(必着)または
直接持参 ※閉庁日を除く
- ▼公述人の決定 公述人が多数
の場合、選定されないことも
ありますので、あらかじめご
了承ください。
- ▼原案の閲覧期間 7月13日(木)
～7月21日(金) ※閉庁日を除く
- ▼閲覧場所 左上表のとおり
- 【問い合わせ】
◎谷和原庁舎都市計画課 ☎58
・2111 (内線5106)
◎県土木部都市局都市計画課
☎029・301・4592
※県決定案件のみ
- ▼会場 保健福祉センター
- ▼定員 40人(先着順)
- ▼内容 骨密度測定(負担額：
200円、希望者のみ) / 骨粗
密度測定の結果の見方 / 骨粗
しょう症予防のための食生活
(講話) / いつまでも丈夫な骨
でいるために(講話)
- ◎当日は簡単な運動を行います
す。動きやすい服装でお越し
ください。
- ▼申し込み方法 7月10日(月)ま
でに健康増進課へ電話でお申
し込みください。



イベント

問 J A茨城みなみ営農経済部 ☎58・5118

じゃがいも掘り大会を開催します

- 掘って・食べて！初夏の恵み
を堪能！谷和原庁舎の近くで
「じゃがいも掘り大会」を開催
します。ぜひ、ご家族でふるつ
てご参加ください。
- ▼日時 7月8日(土) 午前10時～
午後0時30分(じゃがいもがな
くなり次第終了)
- ※小雨決行。大雨時は中止。
※中止の場合は市観光協会ホー
ムページでお知らせします。
- ▼会場 川崎地先(市役所谷和
原庁舎近く)
- ▼参加費 200円(じゃがい
も1株分、約1kg)
- ▼その他 汚れてもいい服装、
軍手やスコップなどをご用意
ください。
- ※駐車場は、J A茨城みなみ谷
和原低温倉庫をご利用ください。

こんにちは！ 地域包括支援センターです！

問 地域包括支援センター(伊奈庁舎内) ☎57・0203

昨年度から始まった地域包括
支援センターのコラムも、今回で
6回目となりました。今回お知ら
せするのは「出前講座」です。
出前講座とは、その名の通り、
参加しやすい身近な公民館や集
所に、地域包括支援センターの職
員が伺い、健康や介護に関する講
座を開催し、学んでいただくこと
を目的に実施しています。会場は
公民館などだけでなく、5人程度
集まっていたいただければご自宅にも
お伺いしています。

昨年度はいずれも少人数でし
たので、皆さまの意見を伺いな
がら楽しく開催できました。
今年度も継続して実施してい
ますので、地区のサロンでの集
まり、お茶のみなどのちよつと
した集まりに声をかけていただ
けたらと思っています。

例えば、「認知症ってどんな
病気？予防できるの？」「介護
保険制度や成年後見制度につ
いて」「消費者被害」「高齢者の虐
待とは」などのテーマでお話し
ます。お気軽に、ご相談ご連絡
をお待ちしています。

■基礎コース（全1回）受講時間：120分程度

開催日時	開催場所	内容	定員
第1回 8月20日(日) 午後1時30分～	図書館（本館） 視聴覚室	カメラ撮影の 技術指導	45人 ※先着順

■専門コース（全4回）受講時間：各回120分程度

開催日時	開催場所	内容	定員
第1回 8月20日(日) 午後1時30分～	図書館（本館） 視聴覚室	カメラ撮影の 技術指導	15人程度 ※原則、全4回受 講できる方に限り ます。
第2回 9月10日(日) 午後1時30分～		・音響効果・動画 編集の指導 ・作成する作品 テーマの発表	
第3回 10月29日(日) 午後1時30分～		・試作品の視聴 ・作品の製作指導	
第4回 11月26日(日) 午後1時30分～		作品上映会	

※専門コース受講者は、撮影・編集に係る機材（ビデオカメラ・パソコンなど）をお持ちの方に限ります。市での機材の貸付は行っておりません。
※専門コース受講者は、市主催の「動画コンテスト」（平成29年度開催予定）に作品の展出をお願いします。



募 集
問 伊奈庁舎みらいまちづくり課 ☎58・2111（内線1205）
プロから学ぶみらい映像講座

NHKのテレビ番組などの映像制作に携るプロの方々から、ビデオカメラの撮影技術や撮影した映像の編集技術を教えていただく講座を開講します。
「あなたの思い」をこの講座を通して、記憶にのこる一味

違った映像にしてみませんか。今回も昨年度に引き続き、基礎コースと専門コースの2つの講座を用意しました。皆さんのご応募をお待ちしています。
▼募集期間 7月3日(月)～28日(金)
▼対象者 市に住民登録のある方

▼日程 左記表のとおり
▼受講料 無料
▼申し込み方法 みらいまちづくり課までお電話でお申し込みください。



募 集
問 常総地方広域市町村圏事務組合 消防本部 総務課
☎0297・23・0902
消防職員を募集します

常総地方広域市町村圏事務組合では、平成30年4月1日付採用の消防職員を、次のとおり募集します。

- ▼採用予定人数 16人
- ▼受験資格 平成4年4月2日～平成12年4月1日生まれで、高校卒業または同程度以上の学力を有する方（平成30年3月卒業見込みの方を含む）。なおかつ、視力 両眼で0.8以上（矯正を含む）かつ一眼でそれぞれ0.5以上で、赤・青・黄色の色彩が識別できること/聴力 左右正常である方
- ▼申し込み制限事項 日本国籍を有しない方など制限事項があります。詳しくは、お問い合わせください。
- ▼受験の申し込み 願書は常総地方広域市町村圏事務組合消防本部総務課、水海道消防署、守谷消防署、つくばみらい消防署で配布。ホームページからもダウンロードできます。申し込みは、受験願書（最近3カ月以内に撮影した上半身
- ▼脱帽の写真を貼付）、卒業証明書（または卒業見込み書）、成績証明書、現在所有している資格・免許証の写しを同封し、受付場所に持参してください。
- ▼願書受付期間 7月10日(月)～8月4日(金)（土、日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分）
- ▼受付場所 常総地方広域市町村圏事務組合消防本部総務課（常総市水海道山田町808番地）
- ▼試験内容 第一次試験：筆記試験（教養・作文）、体力測定/第二次試験 面接試験
- ▼試験日および試験会場 第一次試験：9月17日(日)、県立水海道第一高等学校/第二次試験：第一次試験合格者に後日通知します。
- ▼合格発表 合否にかかわらず文書で受験者全員に通知します。



募集

親子DE認知症サポーター養成講座

伊奈庁舎介護福祉課 ☎ 58・2111 (内線4305)

日本の高齢化は、世界で類を見ない速さで進んでいます。本市も高齢者人口が年々増加し、今年4月1日現在の高齢化率は25・2割です。それに伴い、認知症になる方も増加すると予測されています。認知症は誰にでも起こり得る脳の病気です。認知症の人は誰よりも悲しみ、これからどうなるのだろうかという不安な気持ちになっています。

この講座では、お芝居や記憶力ゲームなどを通して「認知症」について、わかりやすく解説します。ご参加いただいた方には、



募集

【社会福祉協議会】職員を募集します

社会福祉協議会 ☎ 57・0123

▼募集職種①介護支援専門員
②社会福祉士③保育士④栄養士⑤1人

▼対象者①小学校1年生～3年生の児童と保護者
②参加費用③無料
④定員⑤15組程度(申込人数が多い場合は抽選)
⑥申し込み⑦7月10日(月)までに、介護福祉課窓口または電話でお申込ください。(市内公立小学校の対象学年の方は、各小学校を通じて申し込んでください)



募集

農業体験で素敵な出会いを

谷和原庁舎市民サポート課 ☎ 58・2111 (内線3202)

そばの種まきから刈り取りまでの農作業や、刈り取ったそばの実を製粉し、自分で作ったそば粉でのそば打ち体験などを行います。地元野菜を使った昼食や新鮮な野菜のお土産付き。農業体験とおして、今までにない、最高の出会いがまっていること間違いなし！皆さまのご参加をお待ちしています。

▼期間①8月～翌年1月までの

▼採用予定日①平成30年4月1日
②の社会福祉士については平成29年10月1日を予定。
詳しくは社会福祉協議会ホームページをご覧ください。
不明な点は社会福祉協議会までお問い合わせください。

介護予防カレンダー（7月）

○地域体操クラブ

シルバーリハビリ体操指導士によるいきいきヘルス体操

【実施時間：午前10時～11時30分】

会場	実施日
板橋コミュニティセンター	6日(木) 13日(木) 20日(木) 27日(木)
谷井田コミュニティセンター	6日(木) 13日(木) 20日(木) 27日(木)
みらい平コミュニティセンター	4日(火) 11日(火) 25日(火)
きらくやますこやか福祉館	7日(金) 14日(金) 21日(金) 28日(金)
青木自治会館	3日(月) 10日(月) 24日(月)
谷和原公民館 谷原分館	4日(火) 11日(火) 18日(火) 25日(火)
谷和原公民館 福岡分館	6日(木) 13日(木) 20日(木) 27日(木)
内宿公民館(筒戸)	10日(月) 24日(月)
西ノ台倶楽部	5日(水) 12日(水) 19日(水) 26日(水)

○すこやか貯筋教室

65歳～70歳前半の方を対象とした、筋力アップのためのややきつめの運動

※ヨガマットなどの敷物を持参してください。

※ひとり1会場の参加とします。

会場	実施日
伊奈公民館 午前10時～11時30分	6日(木) 13日(木) 20日(木) 27日(木)
谷和原公民館 午後1時30分～3時	

■参加費…無料

■持ち物…タオル、飲み物

※事前申し込みは不要です。

※悪天候時や災害時などは休講になる場合があります。参加者への個別連絡は原則行いません。

※開催の可否は介護福祉課へお問い合わせください。

伊奈庁舎介護福祉課 ☎ 58 - 2111 (内線4306)

問い合わせの多い

ごみの分別方法

をご案内します

市にお問い合わせの多いごみの分別の方法についてご案内します。分別が不十分なごみがあると、処理場の機械が故障したり、作業効率が低下したりしますので、分別徹底のご協力をお願いします。なお、除草した草、伐採した枝・葉を皆さんが直接処理場へ搬入する「直接搬入」は、

放射性物質の関係で受け入れを行っていません。

ごみの分別と収集日などについては、「常総広域圏家庭ごみ分別の手引き」または市ホームページでご確認いただけます。ご不明な場合は生活環境課へお問い合わせください。

問 谷和原庁舎生活環境課 ☎ 58 - 2111 (内線 3304)

種類	大きさ	区分	出し方
草、葉	可燃の袋に全体が入り、袋の口がしぼれるもの	可燃ごみ	可燃ごみの袋に入れて集積所へ。 【注意点】 ・土をよく落とし、一週間以上乾燥させてください。 ・放射性物質の関係で直接搬入はできません。
木の枝	直径 5cm 以内で長さ 50cm 以内のもの	可燃ごみ	持ち運びできる大きさで束ね、ひもでしばって集積所へ ※可燃ごみの袋に入れる必要はありません。 【注意点】 ・一週間以上乾燥させてください。 ・放射性物質の関係で直接搬入はできません。
	直径 5cm を超えるか長さ 50cm を超えるもの	収集不可	民間業者へ依頼し、自己負担で処分してください。
木製の加工された板材 (合板、ベニヤ板)	可燃の袋に全体が入り、袋の口がしぼれるもの	可燃ごみ	可燃ごみの袋に入れて集積所へ。
	可燃の袋に全体が入らず、袋の口がしぼれないもので 2m × 90cm × 5cm 以内のもの	粗大ごみ	・生活環境課への事前予約と収集券の購入が必要です。 ・「大きさ」の基準内であれば 1 点扱いです。 【注意点】 建築物の解体により発生した廃木材などは、処分対象とならない場合があります。
	2m × 90cm × 5cm を超えるもの	収集不可	民間業者へ依頼し、自己負担で処分してください。 ※ 2m × 90cm × 5cm 以内に細断すれば粗大ごみとして出せます。
加工されている柱状の木材 (材木、角材、木片、木くず)	可燃の袋に全体が入り、袋の口がしぼれるもの	可燃ごみ	可燃ごみの袋に入れて集積所へ。
	可燃の袋に全体が入らず、袋の口がしぼれないもので、束ねたときの外径が 15cm × 長さ 3m 以内のもの	粗大ごみ	生活環境課への事前予約と収集券の購入が必要です。 【注意点】 建築物の解体により発生した廃木材などは、処分対象とならない場合があります。
布団、マットレス、カーペット類	綿・羽毛製品 可燃の袋に全体が入り、袋の口がしぼれるもの	可燃ごみ	可燃ごみの袋に入れて集積所へ。 ※収集できるのは、押し込まずに袋に入るものに限りです。
	化学繊維製品 不燃の袋に全体が入り、袋の口がしぼれるもの	不燃ごみ	不燃ごみの袋に入れて集積所へ。 ※収集できるのは、押し込まずに袋に入るものに限りです。
	ごみ袋に全体が入らず、袋の口がしぼれないもの	粗大ごみ	生活環境課への事前予約と収集券の購入が必要です。 ※ 1 枚 (巻) あたり 1 点の扱いです。 【注意点】 空気圧縮袋を利用した布団を出さないでください。
ストーブ、ファンヒーター、電子レンジ	不燃の袋に全体が入り、袋の口がしぼれるもの	不燃ごみ	不燃ごみの袋に入れて集積所へ。
	不燃ごみの袋に全体が入らず、袋の口がしぼれないもの	粗大ごみ	生活環境課への事前予約と収集券の購入が必要です。 ※ストーブ、ファンヒーターは必ず燃料を抜き、乾電池は有害ごみとして処分してください。
ベッド、棚、机などの木製家具類	可燃の袋に全体が入り、袋の口がしぼれるもの	可燃ごみ	可燃ごみの袋に入れて集積所へ出してください。
	可燃ごみの袋に全体が入らず、袋の口がしぼれないもの	粗大ごみ	生活環境課への事前予約と収集券の購入が必要です。 【注意点】 ・組立式家具は分解しても 1 点扱いです。 ・ベッドのマットレスと枠組みはそれぞれで 1 点扱いです。 ・棚類は引き出しなども含めて一式で 1 点扱いです。 ・机とイスはそれぞれで 1 点扱いです。 ・ 1 点の重さは 50kg 以内です。



環境・くらし

カセット式ボンベ、ライターなどの捨て方

問 谷和原庁舎生活環境課

☎ 58・2111（内線3304）

中身が残ったカセット式ボンベ、スプレー缶、ライターをそのままごみ収集に出すと、ごみ収集車やごみ処理施設での火災発生の原因となります。

場合によっては、人命にかかわる事故になります。大変危険ですので、中身のガスを残したまま出さないでください。

ごみ収集に出すときは、中身のガスを空にしてから、カセット式ボンベやスプレー缶は必ず穴を開けて資源物（あき缶）として、ライターは不燃ごみとして出してください。

ガスの処分方法

- ◎ 作業時の厳守事項
- ◆ 十分に広い屋外で、風通しの良い場所で行う。
- ◆ 周囲に火の気の無いことを必ず確認する。

【カセット式ボンベの処分方法】

◎ 注意点

カセット式ボンベの中身はブタンガスです。ガスが入った状態で穴を開けたり、切り込みを

入れると液体が噴出し、事故につながりますので、中身のガスが入っているときは穴を開けないでください。

■ ガス抜き作業

- ① キヤップを外し、ボンベを逆さまにして、ボンベ先端の突出部（金属製ノズル）を、石やコンクリートなどの硬いものに押し付ける。
- ② ノズルから気化したガスが噴出する。
- ③ 押し付けるのを止めればガスは止まります。

※ 未使用の場合、10分程度で抜けます。

③ ガスの有無を確認する。

※ 振ってみて中の音を聞いてください。「シャカシャカ」という液体音がしなくなれば、中身のガスは全部抜けています。

- ④ 缶に穴を開ける。
- ⑤ 資源物（あき缶）として出す。キヤップは資源物（プラスチック）として出す。

【問い合わせ】

不明な点など問い合わせは、
（社）日本ガス石油機器工業会 力

セットボンベお客様センター
☎ 0120・14・9996（フリーダイヤル）まで。
【ライターの処分方法】

◎ 注意点

可燃性の高圧ガスが使用されていますので、分解せずにガスを抜いてください。

■ ガス抜き作業

- ① 周囲に火の気が無いこと、長時間、子どもの手が届かないことを確認する。
- ② 操作レバーを押し下げる。着火した場合はすぐに吹き消す。
- ③ 粘着力の強いテープなどで、押し下げたままレバーを固定する。
- ④ 「シュー」という音が聞こえればガスが噴出している。聞こえない場合は炎調整レバーをプラス方向にいっぱい動かす。
- ⑤ この状態のまま、付近に火の気の無い、風通しの良い屋外に半日から1日置く。
- ⑥ 着火操作をして、火が着かなければガス抜きは完了。
- ⑦ 不燃ごみとして出す。

【問い合わせ】

不明な点など問い合わせは、
（社）日本喫煙具協会 ☎ 03・3845・6121 まで。

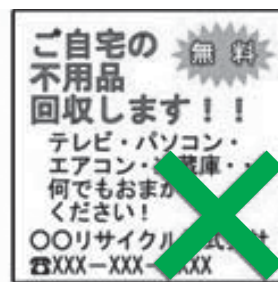


環境・くらし

無許可の不用品回収業者にご注意を！

問 谷和原庁舎生活環境課

☎ 58・2111（内線3304）



チラシ型不用品回収



拠点型不用品回収



トラック型不用品回収

不用になった家電製品を処分するときは、廃棄物処理法の許可を得ない無許可の不用品回収業者には、依頼しないでください。

軽トラックなどで一般家庭や事業者などから戸別回収したり、空き地など特定の場所を指定して持ち込ませたり、チラシを配布したりして使用済みの家電製品などを回収する業者のほとんどは、一般廃棄物収集運搬業の許可や市の委託を受けておらず、廃棄物処理法に抵触するものです。

家電製品にはフロンガスや鉛などの有害物質を含むものがあり、不用品回収業者に回収されたものは、適正な処理が行われているかが確認できません。家電製品は市の分別の手引きに従って処分をお願いします。

また、テレビやエアコン、冷蔵庫・冷凍庫・洗濯機・乾燥機といった家電4品目の回収は、家電リサイクル法のルールに従って処分してください。

国民年金保険料を納めることが困難な方は 未納のままにせず申請を

経済的な理由などで国民年金保険料を納めるのが困難な方のために、平成29年度分（平成29年7月～平成30年6月）の「保険料免除」および「納付猶予（50歳未満の方の保険料猶予）」の申請を7月から受け付けます。

申請をして、免除対象となる所得基準に該当し承認されると、7月から免除されます。ただし、申請以前に納付されている月分については、適用されません。

保険料免除

免除の種類

免除の種類は「全額免除」と3種類の「一部納付制度」があり、1カ月あたりの納付額は下表のとおりです。

「一部納付制度」は、納付すべき保険料を納付しなかった場合、未納期間と同じ扱いとなりますので、納付をお忘れにならないようご注意ください。

免除対象となる所得基準

本人・配偶者・世帯主の前年所得（1月から6月までに申請される場合は、前々年の所得）が、次の金額以下の場合、免除の対象となります。

【免除の種類および保険料】

（納付額/月）	
・全額免除	0円
・4分の1納付	4,120円
・半額納付	8,250円
・4分の3納付	12,370円

※免除がない場合の納付額は、16,490円です。

また、さかのぼって承認された免除期間については、障害年金や遺族年金の請求をするための基準に含まれない場合がありますので、お早めに手続きしてください。

※過去2年（申請月の2年1カ月前の月分）までさかのぼって申請ができません。

※学生および任意加入被保険者の方は対象外です。学生の方で、国民年金保険料を納付することが困難な場合は、学生納付特別制度をご利用ください。

- ・全額免除
（扶養親族等の数+1）×35万円+22万円
- ・4分の1納付
78万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等
- ・半額納付
118万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等

免除期間中の年金の計算

免除を受けた期間の老齢基礎年金は、保険料を全額納めた場合と比べて、次のように計算されます。

- ・4分の3納付
158万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等
- ・全額免除
2分の1
- ・4分の1納付
8分の1
- ・半額納付
8分の6
- ・4分の3納付
8分の7

納付猶予

納付猶予（50歳未満の方の保険料の猶予）は、本人と配偶者の前年所得が次の金額以下の場合、納付が猶予されます。

- ・納付猶予となる所得基準
（扶養親族等の数+1）×35万円+22万円
- ※注1 年度途中で50歳に到達する場合は、到達する月の前月まで（1日生まれの場合は、前々月まで）が猶予されます。
- ※注2 猶予を受けた期間は、老齢基礎年金を受給するための期間には含まれますが、年金額には反映されません。
- ※注3 対象年齢が30歳未満から50歳未満に拡大されたことに伴う平成37年6月30日までの制限措置となります。

保険料の追納

免除された保険料は、10年以内に納付（追納）することができ、承認を受けられた年度から起算して3年度目以降に追納する場合は、加算額が上乘せされます。

申請は毎年度必要です

免除申請は、原則として毎年度必要です。ただし、失業や災害以外の理由で「全額免除」ま

たは「納付猶予」の承認を受けた方が、翌年度以降も引き続き同様の免除・猶予の承認を希望される場合は、あらかじめ継続の意思を示すことにより申請があったものとして取り扱い、自動的に審査を行います。

※承認の区分が変更されたときや、所得の確認ができない場合は、改めて申請が必要です。

申請に必要なもの

（「保険料免除」「納付猶予」共通）

- ◆年金手帳
- ◆印鑑（認印）
- ・平成28年以降に失業したこと、を理由とする場合は「雇用保険被保険者離職票」「雇用保険受給資格者証」などの写し

【問い合わせ】

日本年金機構ホームページ
<http://www.nenkin.go.jp/>
 /土浦年金事務所 ☎029-825-1170 /伊奈庁舎国民年金課 ☎58-2111（内線4402）



チャリティー募金をいただきました

女子プロゴルフ サロンパスカップ大会事務局様から

5月4日～7日に市内の茨城ゴルフ倶楽部で開催された、ワールドレディスチャンピオンシップサロンパスカップでのチャリティー収益金38万8,158円を、スポーツ振興に役立てて欲しいと、市に寄付されました。



日本女子プロゴルフ協会の小林ひろみ浩美会長こぼやしひろみから目録を受け取る片庭市長



優勝したキム・ハヌル選手（韓国）に、副賞として市内産コシヒカリ3俵と市認証特産品「みらいプレミアム」を贈呈しました。



▲昔ながらの「早乙女」姿で田植えに臨む学生の皆さん

田んぼに描く巨大なアート

NPO 法人古瀬の自然と文化を守る会が主催

色の異なる種類の苗を使い、田んぼに絵を描く「田んぼアート」の田植えが5月21日、市内の水田（下小目）で行われました。この日は、早稲田大学大学院の学生や、市内外から50人を超える皆さんが参加。田んぼに立てられた下絵の目印に沿って、苗を手で植えていきました。同大学院の古庄ふるしよう純基あつきさんは「田植えは小学校以来の体験。どんな絵柄になるか楽しみ」と笑顔で話してくれました。見頃は6月下旬から。TX 下り守谷～みらい平間の車窓からも見ることができます。

各種スポーツ大会結果

市内各所で行われた大会の結果です

■市春季ソフトボール大会

▶期日：4月16日(日) ▶場所：総合運動公園野球場
▶参加チーム：5チーム ▶大会結果：優勝…リリース／準優勝…イレブンスターズ

■第23回市ゲートボール選手権大会

▶期日：4月16日(日) ▶場所：きらくやまふれあいの丘ゲートボール場 ▶参加チーム数：6チーム ▶大会結果：優勝…グリーンズチーム／準優勝…高波チーム／3位…板橋チーム



▲優勝したグリーンズチームの皆さん（市ゲートボール選手権大会）



人権講演会を開催

講師に木内幸男さん、高校野球をテーマに

きらくやまふれあいの丘世代ふれあいの館ホールで4月23日、人権講演会を開催しました。当日は、取手二高や常総学院高野球部の監督を務め、甲子園で春夏通算3度の優勝に導いた木内幸男さんを講師に迎え、「高校野球は最高の教育現場」をテーマに講演をいただきました。またこの日は、優勝時のメンバーで教え子の中島彰一なかじましょういちさん（元・取手二高）と飯島秀明いひじまひであきさん（元・常総学院高）も一緒に登壇。当時の思い出などを語りました。



常総広域消防・県防災航空隊 合同水難救助訓練

安心・防災

常総広域消防本部では下記のとおり訓練を計画しています。訓練両日は、訓練会場上空に防災ヘリが飛来し、地域住民の皆さまにヘリによる騒音などでご迷惑をお掛けする事が予想されます。つきましては、訓練内容などをご理解の上、ご配慮方よろしくお願いいたします。

▶日時：7月24日(月) 午前10時～正午
／7月25日(火) 午前10時～正午

▶会場：小貝川福岡堰付近

▶内容：①水難救助想定訓練／②消防隊員ヘリ搭乗、状況調査

☎ 常総地方広域市町村圏事務組合消防本部 警防課 仲林 ☎ 0297 - 23 - 0119



健康な体は食事から ヘルシークッキング教室

募集

今回のテーマは『高血圧症予防食』です。塩分控えめでもおいしく栄養バランスのとれたメニューをご紹介します。

▶日時：7月28日(金) 午前10時～午後1時

▶会場：保健福祉センター

▶メニュー：パセリ風味のポークソテー、カレーオニオンスープ、スナックプエンドうとトマトの和え物、りんごのデザート

▶費用：300円/人

▶定員：20人(申込多数の場合は抽選)

▶申込期限＝7月12日(水)

☎ 市食生活改善推進協議会事務局(保健福祉センター内) ☎ 25 - 2100



親子で楽しむ 食育料理教室

募集

子どもの食を充実させることは、健康なからだ作りの基礎となります。今回は、よく噛んで食べると体にとってどんな効果があるのかを親子で一緒に学び、一緒に料理を楽しみながら、食への興味を高めていきましょう。ぜひご参加ください。

【親子クッキング教室】

▶対象者：市内在住の小学生とその保育者(対象外のお子さんをお連れの場合は必ずご相談ください)

▶日時：①または②を選択してください。

①7月30日(日) 午前10時～午後2時

②8月1日(火) 午前10時～午後2時

▶会場：保健福祉センター

▶メニュー：カラフル野菜の肉づめ、えのきの卵とじスープ、かむかむ海藻サラダ、ヨーグルトゼリー

▶費用：300円/人

▶定員：各日20人(申込多数の場合は初参加の方を優先して抽選)

▶申込期間：7月3日(月)～5日(水)

【コアラクッキング教室】

▶対象者：市内在住の3歳以上の未就学児とその保育者(対象外のお子さんをお連れの場合は必ずご相談ください)

▶日時：①または②を選択してください。

①8月2日(水) 午前10時～午後2時

②8月5日(土) 午前10時～午後2時

▶会場：保健福祉センター

▶メニュー：冷製豆乳サラダうどん、ちくわと根菜のきんぴら、ヨーグルトゼリー

▶費用：300円/人

▶定員：各日20人(申込多数の場合は初参加の方を優先して抽選)

▶申込期間：7月10日(月)～12日(水)

☎ 市健康増進課(保健福祉センター内) ☎ 25 - 2100

くらしの 情報

「市からのお知らせ」や「募集」「イベント」など、暮らしに関するさまざまな情報をお届けします。



お知らせ

中学生議会を 開催します

市内の中学生12人が議会議員となって模擬議会を開催します。中学生の皆さんが日頃感じている行政への疑問や思いを質問し、市政について熱く語ります。ぜひ、傍聴にお越しください。

▶日時：7月28日(金) 午後2時開始(予定)

▶市議会議事堂(谷和原庁舎3階)

☎ 伊奈庁舎政策秘書課 ☎ 58 - 2111 (内線1105)



お知らせ

デマンド乗合タクシー 「みらいくん」をご利用ください

市では、自宅から目的地(市内に限る)までドアツードアで行くことができるデマンド乗合タクシー「みらいくん」を運行しています。利用するには、事前に利用者登録をする必要があります。「伊奈庁舎みらいまちづくり課」と「谷和原庁舎市民窓口課」および「各コミュニティセンター」、「きらくやまふれあいの丘(すこやか福祉館)」で随時受け付けています。非常に利便性が高い公共交通です。皆様のご利用をお待ちしています。

☎ 伊奈庁舎みらいまちづくり課 ☎ 58 - 2111 (内線1203)

～道路の陥没、段差、路肩の崩れなどを見つけた時は、建設課(☎58 - 2111 内線5203～5212)までご連絡ください～



身近なみどりの整備・ 保全の提案を募集

環境・暮らし

住民の身近な安らぎの場や美しい景観の維持など、多くの公益的機能をもつ平地林や里山林が開発や管理放棄などにより、減少と荒廃が進んでいます。そこで市と県では、平成20年度から茨城県が導入した「森林湖沼環境税」を活用し、森林所有者や森林ボランティアの提案を受け、自然体験活動を行うための森林の整備または通学路・公共施設・住宅団地周辺の身近な緑の維持・保全を支援しています。整備の条件として、市と森林所有者などにおいて、10年間の森林の維持・保全に関する協定を結びます。身近なみどりを守るためのご提案に興味のある方は、お問い合わせください。

☎ 谷和原庁舎産業経済課 ☎ 58 - 2111 (内線 3106)



農振除外の申請

手続き・申請

市では、今年度農用地区域内農地の除外申請を次のとおり受け付けします。転用事業計画のある方は、受付期間内(期限限守)に申請願います。なお、申請書類に記入漏れまたは不備などがある場合には、それらの修正を行ってからでないことと受け付けることができませんので、事前に市産業経済課まで相談するようお願いいたします。

▶ 8月受付期間：8月1日(火)～31日(木)

▶ 12月受付期間：12月1日(金)～28日(木)

☎ 谷和原庁舎産業経済課 ☎ 58 - 2111 (内線 3601)



農業委員会 各種申請

手続き・申請

7月の各種申請の受け付け期間は次のとおりです。

▶ 受付期間：7月21日(金)～25日(火)

※定例総会8月10日(木)の予定です。

☎ 農業委員会事務局 ☎ 58 - 2111 (内線 6300～6302)



市体協バドミントン部 会員を募集します

スポーツ

市体育協会バドミントン部では、会員を募集しています。大会の開催や、年2回の合宿なども行い技術の向上や親睦を深め、年代を問わず楽しく活動しています。初心者から上級者まで、興味のある方はご連絡ください。

▶ 活動日

毎週火曜…翔太クラブ 午後7時～9時

毎週水曜…ウィング 午前11時～午後1時

※特に募集中。30代～50代位の主婦が中心。

毎週木曜…若草クラブ 午後7時～9時

毎週金曜…I & ABC 午後7時～9時

▶ 練習場所：市総合運動公園体育館

▶ 会費：◆火曜・木曜(代表：諸岡^{もろおか})

ビジター400円/回、体協部員200円/

回◆水曜(代表：鴻丸^{こうまる}) 500円/回、1,500

円/月(体験または遊び程度300円/回)

◆金曜(代表：金井^{かない}) ビジター500円

/回、体協部員400円/回、700円/月

※体協部員の登録には登録料として

別途500円/年がかかります。

☎ 諸岡^{もろおか} ☎ 090 - 6540 - 5016

※平日午後6時以降または土日

☎: tsukubamiraibad@yahoo.co.jp

※随時(連絡先記載してください)

<http://inabad.blog129.fc2.com/>



小絹中学校 資源回収

お知らせ

▶日時：7月15日(土) 午前8時～(小

雨決行) ※荒天時は翌16日(日)に順延

▶回収物：新聞(広告込可)、雑誌、段ボール、アルミ缶、ビール瓶

▶集積場所：午前8時までに、各家庭の玄関先、各地区集積場所に出しておいてください。

☎ 小絹中学校 ☎ 52 - 0505



伊奈中学校 資源回収

お知らせ

▶日時：8月5日(土) 午前8時～(小

雨決行) ※荒天時は翌6日(日)に順延

▶回収物：新聞、雑誌、段ボール、アルミ缶

▶集積場所：伊奈中学校、三島小学校

▶お願い：新聞・雑誌はひもでしばってください。資源物は、午前7時30分までに自宅前を出しておいてください。PTA役員が回収に伺います。

☎ 伊奈中学校 ☎ 58 - 0201



十和小学校 資源回収

お知らせ

▶日時：8月19日(土) 午前8時～10時

(小雨決行) ※荒天時は翌20日(日)に順延

▶回収物：新聞、雑誌、段ボール、アルミ缶、ビール瓶

※詳細については回覧でお知らせします。

☎ 十和小学校 ☎ 52 - 4332



簡単にはじめられる！ いきいきヨガ教室

いつまでも健康でいきいきと生活することを旨として、初心者でも簡単に始められるヨガを学びませんか？習得した知識で生活の幅を広げ、家庭や地域で活かしましょう！全3回のコースです。

- ▶日時：8月21日(月)、28日(月)、9月4日(月) 各回午後1時30分～3時
 - ▶会場：保健福祉センター機能回復訓練室
 - ▶対象・定員：市内在住のおおむね50歳～70歳の方／15人(先着順)
 - ▶参加費：無料
 - ▶持ち物：バスタオル、飲み物、動きやすい服装
 - ▶募集期間：7月3日(月)～8月4日(金)(定員になり次第締め切り)
- ☎ 市社会福祉協議会支所 ボランティア市民活動センター ☎ 25 - 2101



お知らせ

新農業人フェア in いばらき

茨城県内で「農業をはじめたい」「農業法人などに就職したい」方のためのセミナー・相談会です。求人のある農業法人などが20数社、地域の就農支援協議会、農業の専門学校、JAやハローワークなどが出展し、さまざまな就農の相談に応じます。

- ▶日時：7月16日(日)
 - ◎セミナー…正午～午後1時
 - ◎相談会…午後1時～4時
 - ▶場所：イーアスつくば2階イーアスホール(つくば市研究学園5-19)
 - ▶その他：予約不要(セミナーは要予約)、入場相談料無料、服装自由。
- ☎ 公益社団法人茨城県農林振興公社 ☎ 029 - 239 - 7131



お知らせ

取手地方広域下水道組合 競争入札参加願追加申請

取手地方広域下水道組合では、平成29・30年度の競争入札参加追加申請を受け付けします。工事の請負、設計・測量・地質調査などの業務委託、物品・役務の提供など、その他の競争入札に参加を希望する事業所または個人は、次の申請書類を提出してください。

- ▶提出書類：申請書および添付書類一式(詳細は提出要領をご覧ください。様式はホームページからもダウンロードできます)
 - ▶電算入力用紙(取手市と共通の様式)
 - ▶受付期間：8月1日(火)～3日(木)
 - ▶受付時間：午前9時30分～11時30分/午後1時30分～4時
 - ▶受付場所：取手地方広域下水道組合3階大会議室(取手市小文間173)
- ☎ 取手地方広域下水道組合 総務課 契約検査係 ☎ 0297 - 74 - 4174



イベント

城山の夏まつり 森とあそぼう2017

城山を考える会では、自然豊かな里山の中で、森に親しむオリエンテーション(参加賞あり)などのイベントを行います。ご家族・ご友人をお誘いあわせの上、森の中でのドキドキ冒険あそびを楽しんでみませんか？

- ▶日時：7月30日(日) 午前9時～午後3時(雨天中止)
 - ▶場所：城山運動公園野球場周辺
 - ▶料金：入場料無料
 - ※飲食物の提供はありません。各自でご用意ください。
- ☎ NPO 法人城山を考える会 よこた横田 ☎ 090 - 8039 - 9090 / <http://farm.jp/sy/pc/>



スポーツ

ターゲットバードゴルフ大会 参加者を募集します

- ▶日時：7月15日(土) 午前8時30分～受付(午前9時30分～試合開始)
 - ※小雨実施。延期の場合は22日(土)
 - ▶場所：市総合運動公園野球場
 - ▶参加資格：市内在住、在勤の方。または市内のクラブに所属する方。
 - ▶募集定員：50人
 - ▶参加費：1000円(ボール代を含む)
 - ▶その他：用具がない方はスポーツクラブにあります。
 - ▶申し込み：スポーツクラブみらい川口 かわぐち(☎ 090 - 5209 - 8295) または こじま小島 (☎ 090 - 3347 - 2003) まで
- ☎ スポーツクラブみらい ☎ 58 - 4566



募集

障がいのある子をサポート 支援員養成講座

障がいのある子たちが、安心して自由時間を過ごしたり、社会参加のための活動ができるようサポートを行う支援員を養成します。支援員として必要な知識を習得し、地域活動への参加と交流を広げてみましょう！全3回のコースです。

- ▶日時：7月19日(水)・29日(土)、8月29日(火) 各回午前10時～正午
 - ▶会場：谷和原公民館研修室または大会議室
 - ▶内容：①発達障がい児(者)概論②夏祭り参加(障がい児参加の活動)③発達障がい児(者)への理解と対応
 - ▶対象者：市内在住の方
 - ▶受講料：無料
 - ▶募集期限：7月10日(月)
- ☎ 市社会福祉協議会支所 ボランティア市民活動センター ☎ 25 - 2101



福岡納涼盆踊り 参加者募集

福岡盆踊り保存会では、恒例の盆踊りを開催します。今年も豪華景品（空くじなし）をご用意して皆さまのご来場を会員一同お待ちしております。ご近所お誘い合わせの上、ふるってご参加ください。なお、抽選会は踊っている方にリストバンドをお渡しして行います。

▶日時：8月15日(火) 午後7時～

▶場所：福岡大楽寺境内

☎ 福岡盆踊り保存会 飯泉 いひずみ ☎ 090 - 3497 - 9189



混声合唱コール古秘 会員を募集します

趣味・サークル

現在、女性3人、男性6人在籍しています。特に女性の方の見学をお待ちしています。現在、11月に向けて練習に励んでいます。

▶活動日：毎月第2・第4金曜日 午後7時～9時

▶場所：伊奈公民館 第1会議室

☎ 久積 ひさづみ ☎ 58 - 6086



人工肛門・人工膀胱の方のための オストミー講習会

健康

▶日時：7月30日(日) 午前10時～午後2時30分 (午前9時30分～受付)

▶場所：牛久市生涯学習センター1階大講座室 (牛久市柏田町1606-1)

▶内容：人工肛門・人工膀胱保有者のためのオストミー講習会①講演会・相談②オストメイト同士の懇談会③ストーマ用装具展示・説明

▶申し込み：7月21日(金)までに電話でお申し込みください。

☎ 日本オストミー協会茨城県支部南部地区センター 北村 きたむら ☎ 029 - 876 - 6838



税理士による 無料税務相談

相談

関東信越税理士会土浦支部では、税に関する無料相談を行います。

▶予約方法：事前に電話で申し込み

▶日時：8月1日(火)・8日(火)・17日(木)

※1人40分程度。各日3人まで。

▶場所：関東信越税理士会土浦支部 (土浦市中央1-11-19) ※相談予約受付時間は、月～金曜日、午前10時～午後2時(祝日を除く)です。

☎ 関東信越税理士会土浦支部 ☎ 029 - 824 - 5055



防災行政無線を メールや電話で

安心・防災

防災情報や防災行政無線の放送内容をメールで受け取ることができます。また、電話でも確認できます。

▶登録方法

① sg-m.jp ドメインおよび URL 付きメールの受信を許可する

② 下の QR コードにアクセス

③ 画面表示に従い「メールを送信する」を押す

④ 各登録終了後、「登録ありがとうございました」と表示がでたら登録完了



【電話で確認するときはこちら】

☎ 0297 - 47 - 6377

☎ 伊奈庁舎安心安全課 ☎ 58 - 2111 (内線 2506)



常陽銀行 年金相談

相談

常陽銀行年金相談コーナーでは、常陽銀行顧問の社会保険労務士が無料で相談に応じ、年金請求手続きの代行をしてくれます。

▶予約方法：事前に電話で申し込み

☎ 予約電話 ☎ 58 - 5552

▶日時：7月5日(水)、8月7日(月) 午前10時～午後3時

▶場所：常陽銀行伊奈支店

☎ 常陽銀行年金センター ☎ 029 - 300 - 2844



谷和原郵便局 年金相談

相談

谷和原郵便局では、毎月無料の年金相談会を実施しています。

▶予約方法：事前に電話で申し込み

▶日時：7月16日(日) 午前9時～午後4時

▶場所：谷和原郵便局

※年金請求書の作成、届出代行などの社会保険労務士の業務は行っていません。

※郵便局は、ゆうちょ銀行の商品・サービスを取り扱う銀行代理業者です。

☎ 谷和原郵便局 ☎ 52 - 2001



取手調停会 調停相談会

相談

取手調停会では無料の調停相談会を実施します。秘密厳守、予約不要です。

▶日時：7月23日(日) 午前8時30分～受付

▶場所：取手市福祉交流センター (取手市役所内)

☎ 取手調停協会 ☎ 0297 - 72 - 0156 ※調停相談の問い合わせとお伝えください。



第10回 小絹コミセンまつり

小絹地区での楽しい催しです。ご家族、お友達とお誘い合わせの上、お越しください。なお、駐車場が手狭のため、徒歩、自転車でお越しください。

▶日時：7月2日(日) 午後1時～4時30分

▶場所：小絹コミュニティセンター

▶出演：小絹小合唱団／いなば書道教室（題字作成）／ひまわりコーラス／楽しいハーモニカ／コカリナ木の香／グリーンリーフ&小絹中吹奏楽部クラリネットパート／おはなし会たんぼぼけつと／やわら大極の会／オカリナつくば音／人形劇 廣瀬一峰先生／歌とピアノ 音の泉

▶問合せ：高橋 ☎ 52 - 7524



県立盲学校 地域巡回教育相談会

視覚に障がいのある方の見えにくさを補うための補助具（レンズや拡大読書器など）を展示したり、相談会を行います。小さなお子さんや保護者だけでなく、大人の方や関係機関からの参加も受け付けています。相談は無料です。お気軽にご参加ください。

▶日時：7月24日(月) 午前11時～午後3時

▶場所：県南県民センター第1分庁舎3階第3会議室（土浦市真鍋5-17-26）
※相談をご希望の方は、事前にお申し込みください。

▶問合せ：県立盲学校視覚障害教育支援センター ☎ 029 - 221 - 3388



下妻特別支援学校 学校公開・ふれあい教室

▶日時：【学校公開】7月7日(金) 午前9時15分～受付、午後2時30分終了

【ふれあい教室】7月25日(火) 午前9時30分～受付、正午終了

▶対象者：地域の方、運動機能に障がいのある就学前のお子さんと保護者など

▶会場：県立下妻特別支援学校（下妻市半谷492-4）

▶内容：【学校公開】授業公開、教材教具の展示、児童生徒の作品展示
【ふれあい教室】みんなで遊ぼう、情報交換会、学校見学（希望者）

▶申し込み：FAXまたは電話で下妻特別支援学校までお申し込みください。

▶問合せ：県立下妻特別支援学校 ☎ 0296 - 44 - 1800 / FAX 0296 - 43 - 9174



あそびのひろば

就学前の乳幼児とその保護者および出産前後の妊産婦の方を対象に「あそびのひろば」を実施しています。お気軽にお越しください♪

◆毎月各施設で誕生会を行います。誕生月のお子さんだけでなく誰でも参加できます。◎誕生月のお子さんには、プレゼントがあります。◆子育て支援室以外の5施設共通のポイントカードを発行します。ポイントを集めてプレゼントをゲットしましょう♡

◎月に1度、身体測定が受けられます。

◎「あそびのひろば」のほかに毎日、園庭開放も行っています。ぜひ、ご利用ください。

◎あそびのひろば 時間：午前10時～11時

	7月	8月	9月	10月
伊奈第1保育所 山王新田 1253 ☎ 58 - 2422	21日(金) 夏祭りを 楽しもう	28日(月) 8月♪ 誕生会	29日(金) お店屋さんごっこ に参加しよう	19日(木) パネルシアター を楽しもう
伊奈第2保育所 小張 4705 ☎ 58 - 1025	耐震工事のため中止します			
伊奈第4保育所 狸穴 1072 - 45 ☎ 58 - 6002	3日(月) ふれあい遊びを 楽しもう	22日(火) 砂場で 遊ぼう	5日(火) 運動会ごっこ をしよう	25日(水) 10月♪ 誕生会
谷和原第1保育所 仁左衛門新田 641 ☎ 52 - 2100	24日(月) 7月♪ 誕生会	17日(木) パネルシアター を楽しもう	22日(金) お店屋さんごっこ に参加しよう	10日(火) 秋のお散歩 に行こう
ふれあい第1保育園 (旧伊奈第3保育所) 長渡呂新田 715 ☎ 58 - 1597	4日(火) おはなし会に 参加しよう	23日(水) パネルシアター を観よう	20日(水) 9月♪ 誕生会	13日(金) 人形劇鑑賞 をしよう
谷和原第2保育所内 子育て支援室 上小目 600 ☎ 52 - 3966	子育て支援室 「フラワー」	月～金曜：午前9時30分～11時30分 月・水・金曜：午後1時～4時 (午後2時30分～4時は園庭で遊べます)		
	出張子育て支援室 「キラキラ」	月～金曜：午前9時30分～正午/午後1時～3時30分 【出張場所】月：谷和原公民館谷原分館/火・木：伊奈公民館 /水：伊奈第1保育所/金：谷和原公民館福岡分館		

～第10回特別弔慰金の申請を平成30年4月2日(月)まで受付中。申請はお早めに。(伊奈庁舎社会福祉課 ☎58 - 2111)～



図書館を利用して スタンプを集めよう

図書館では、7月1日(土)から9月3日(日)までの間、希望者に「ポイントカード」を配布します。図書館を利用することに、ポイントカードにスタンプを押します。(1日1回)。ポイントカードとスタンプはカウンターで受け付けをしています。

▶対象：3歳くらいから小学生まで

📍 図書館（本館） ☎ 58 - 3710

図書館からのお知らせ

◆図書館休館日（全館共通）

7月3日(月) 10日(月) 18日(火)
21日(金) 24日(月) 31日(月)

◆おはなし会（本館）

7月8日(土) (虹の会)
7月22日(土) (図書館)
午後2時～（3歳ぐらゐから）

◆おはなし会（みらい平）

7月15日(土) (図書館)
午前11時30分～（3歳ぐらゐから）

◆ちょちょちおはなし会（本館）

7月28日(金) (図書館)
午前11時～（0～2歳と保護者）

◆読書感想文課題図書の出貸・予約

・実施期間：7月1日(土)～8月31日(木)
・貸出期間：1週間
・貸出・予約冊数：各1冊
・貸出対象者：読書感想文を書く方
※予約の受け付けは、来館予約のみです。

◆開館時間

午前9時～午後6時

◆図書館へのお問い合わせ

☎ 58 - 3710（本館）



みらい平コミュニティセンター 講座受講生募集

【癒しのヨガ】

▶日時：7月4日(火) 午後7時30分～8時30分

▶対象：中学生以上

▶定員：20人

▶受講料：500円

【賢く活用！ライフプランの知って得するいいはなし（第3回）】

▶日時：7月9日(日) 午前10時～正午

▶対象：18歳以上

▶定員：12人

▶内容：家計のリスクマネジメント

▶受講料：無料

【パワーヨガ】

▶日時：7月13日(木) 午後7時30分～8時30分

▶対象：中学生以上

▶定員：20人

▶受講料：500円

【サンデースマイルヨガ】

▶日時：7月23日(日) 午前10時30分～11時30分

▶対象：中学生以上

▶定員：20人

▶受講料：500円

【各講座の申し込み方法】

窓口で所定の申込書に受講料を添えて申し込んでください。定員になり次第締め切りとします。

◎イベント開催のお知らせ

【なつまつり】

▶日時：7月30日(日)

※詳しくは館内掲示やホームページをご覧ください。

📍 みらい平コミュニティセンター

☎ 38 - 7240



広報つくばみらいに 広告を掲載しませんか？

広報紙は、市内の約19,000世帯に配布しています。会社やイベントなどのPRにご利用ください。

▶募集する掲載月：11月号～翌年4月号

▶受け付け：随時。定数になり次第締め切り。

▶申し込み：掲載を希望する月の1カ月前までに、申込書に必要事項を記入し、広告デザインを添えて伊奈庁舎政策秘書課までお申し込みください。詳しくは市ホームページまたはお電話にてお問い合わせください。

広告料	■半枠	10,000円/月
	□全枠	20,000円/月
規格	■半枠	縦45mm×横89mm
	□全枠	縦45mm×横182mm
※刷り色は黒1色		
掲載位置 および枠数	・市が指定するページの最下段 ・半枠指定換算で最大12枠/月	

📍 伊奈庁舎政策秘書課 ☎ 58 - 2111
(内線1104)



ボランティア入門講座 「やってみよう！ボランティア」

県南県民センターでボランティアの入門講座が開催されます。要事前申し込み。

▶日時：7月15日(土) 午前9時30分～午後0時30分

▶場所：県南生涯学習センター（土浦市大和町9-1）

▶対象・定員：16歳以上/定員40人

▶内容：はじめの一歩をみんなと一緒に考えましょう

▶講師：常磐大学 いけだゆきなり 池田幸也教授

📍 県南生涯学習センター ☎ 029 - 826 - 1101

人間ドック・脳ドック 助成制度をご利用ください

問 伊奈庁舎国保年金課 ☎ 58・2111 (内線4405・4407)

国民健康保険および後期高齢者医療保険に加入されている皆さんに、疾病の早期発見や生活習慣病の予防など、健康管理に努めていただくため、人間ドック・脳ドック健診の助成を実施しています。ぜひご利用ください。



★受診する1ヵ月前までにお申し込みください。
先着順ではありません。

対象者

○ 満年齢40歳以上（健診当日）の国民健康保険加入者

○ 後期高齢者医療保険加入者

ただし、次の方は助成を受けることができません。

・ 国民健康保険税を滞納している方

・ 後期高齢者医療保険料を滞納している方

・ 平成29年度に市が行う健康診査（みらい健診）を受診する方

・ 脳ドックの助成は、3年に1回です。平成27・28年度に脳ドックの助成を受けた方は、今年度の脳ドックの助成対象にはなりません。

申し込み窓口

・ 伊奈庁舎国保年金課

・ 谷和原庁舎市民窓口課

申し込み期限

平成30年2月28日(水)

※受付時間：午前9時～午後5時（土、日、祝日、年末年始を除く）

受診期限

平成30年3月31日(土)

助成額

・ 人間ドック 1万7千円

・ 脳ドック 2万8千円

申し込み方法

申し込み窓口に備え付けの助成申請書に、必要事項を記入し、提出してください。電話での申し込みはできません。

申し込みの際に必要なもの

印鑑、健康保険証、健康診査受診券（4月上旬に郵送済）

ご注意ください

・ 同年度内で助成が受けられるのは、人間ドック、脳ドックのいずれかです。両方を受けた場合は、脳ドックのみの助成となります。

・ ドックの助成を受けた方は、同年度内のみらい健診を受診することはできません。

・ 同年度内に重複受診した場合は、助成金を返還していただくこととなりますので、ご注意ください。

・ 詳しい検査項目や本人負担額などは、各医療機関にご確認ください。

実施医療機関	電話番号	国民健康保険加入者		後期高齢者医療保険加入者	
		人間ドック	脳ドック	人間ドック	脳ドック
筑波学園病院《健診センター》(つくば市)	029 - 836 - 1983	○	○	○	○
筑波記念病院《つくばトータルヘルスプラザ》(つくば市)	029 - 864 - 3588	○	○	○	—
筑波メディカルセンター《つくば総合健診センター》(つくば市)	029 - 856 - 3500	○	○	○	○
筑波大学附属病院《つくば予防医学研究センター》(つくば市)	029 - 853 - 4205	○	—	○	—
つくば白亜クリニック (つくば市)	029 - 837 - 0208	○	—	○	—
総合守谷第一病院 (守谷市)	0297 - 45 - 9912 (直通)	○	○	○	○
守谷慶友病院 (守谷市)	0297 - 21 - 9101	○	○	○	○
JAとりで総合医療センター《健診管理センター》(取手市)	0297 - 74 - 0622 (直通)	○	○	○	○
取手北相馬保健医療センター医師会病院 (取手市)	0297 - 71 - 9500	○	○	○	○
ハートフルふじしろ病院 (取手市)	0297 - 83 - 7177	○	—	○	—
丸野医院 (取手市)	0297 - 74 - 4199	—	○	—	○
宗仁会病院 (取手市)	0297 - 85 - 8341	○	—	○	—
きぬ医師会病院 (常総市)	0297 - 23 - 1771	○	○	○	○
牛久愛和総合病院《総合健診センター》(牛久市)	029 - 873 - 4334	○	○	○	○
セントラル総合クリニック《健診センター》(牛久市)	029 - 874 - 7985	○	○	○	○
鳥越クリニック (牛久市)	029 - 874 - 8823	○	○	—	○
霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター (阿見町)	029 - 887 - 4563	○	○	○	○
龍ヶ崎済生会病院《総合健診センター》(龍ヶ崎市)	0297 - 63 - 7178	○	○	○	○

健康増進室 8月スケジュール

【健康増進室】

- 火～土…午前9時～午後8時30分（月曜日休室）
 - 日曜日…午前9時30分～午後7時30分
 - 料 金…1回あたり200円（年齢などにより減額制度あり）
- ※初めて健康増進室を利用する場合は、事前に「健康増進室利用講習会」を受けてください。

【利用講習会】

講習日時 (1時間程度)	期 日	開始時間
	4日(金)	午後1時
	12日(土)	午後1時
	20日(日)	午後1時

- 対象者＝市内在住・在勤・在学者で15歳以上の方（中学生を除く）
- ※障害者手帳をお持ちの方はご持参ください。
- ※市外在住で当市に在勤・在学の方は、それを証明できるものをご持参ください（会社の身分証明書や生徒手帳など）。
- 定員＝各日10人（予約制） ●受講料＝無料
- 申し込み方法＝下記の申込受付開始日から電話または窓口でお申し込みください。申し込みは、本人、家族のみです。

【ミニ教室】

教室名	日時（時間：午前11時～正午）			
肩こり・腰痛体操	1日(火)	8日(火)	15日(火)	22日(火)
ダンベル体操	2日(水)	9日(水)	16日(水)	23日(水)
疲労回復体操	3日(木)	10日(木)	17日(木)	24日(木)
バランスボール	4日(金)	11日(金)	18日(金)	25日(金)

- 対象者＝健康増進室利用講習会を受けたことのある方
- 定員＝各日22人（肩こり・腰痛体操のみ25人）
- 受講料＝200円（年齢などにより減額制度あり）
- 申し込み方法＝下記の申込受付開始日から電話または窓口でお申し込みください。申し込みは、本人、家族のみです。
- ※一人2種類、2回まで。

◎申込受付開始日：7月12日(水)

- 受付時間＝午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日を除く）

申 健康増進課（保健福祉センター内） ☎25-2100

○相 談

	日 時	会 場
移動健康相談 (予約不要)	28日(金) 午前9時30分～11時	谷和原公民館福岡分館
こころの健康相談 (予約制)	19日(水) 午後1時30分～3時	保健福祉センター

	日 時	会 場
献 血	14日(金) 午後1時30分～4時	谷和原庁舎（敷地内）

がん対策室通信

セカンドオピニオン

セカンドオピニオンとは、納得のいく治療法を選択する事ができるように、治療の進行状況、次の段階の治療選択などについて、現在治療を受けている担当医とは違う医療機関の医師に「第2の意見」を求めることです。医師や医療機関によって、提供できる医療内容が異なる場合があります。

■まずファーストオピニオンを大切に

複数の医師の意見を聞き、どの治療法を選んでよいか分からなくなってしまうことのないように、最初に求めた担当医の意見「ファーストオピニオン」で「自分の病状、進行度、なぜその治療法を勧めるのか」などに

ついてよく確認することが重要です。

■セカンドオピニオンを受ける医師や医療機関の選び方

セカンドオピニオンをどこで受けるか迷う場合には、「がん診療連携拠点病院などの「がん相談支援センター」に問い合わせると、地域でセカンドオピニオン外来を行っている医療機関などの情報を得ることができま

す。このほか、「放射線治療を検討したい」など具体的な治療方法に関する希望がある場合、がんの放射線治療専門の医師によるセカンドオピニオンを受けるという方法もあります。セカンドオピニオンは、診察ではなく専門的な相談ですので自費の

診察となり費用も医療機関ごとに違います。料金についても事前に確認してください。また、セカンドオピニオンを希望する場合は担当医にその旨を伝え紹介状を作成してもらってください。

■セカンドオピニオンを受けた後

セカンドオピニオンを受けたら、別の医師の意見を聞いたことよって、病気や治療方針についての考えが変化したかどうか、担当医に報告した上で、これからの治療法について再度相談しましょう。セカンドオピニオンに対する担当医の考えを聞くことで病状や治療法の理解はさらに深まります。その上で納得のいく選択をしてください。

保健カレンダー 7月

○子どもの健診・教室など 会場：保健福祉センター

事業名	期 日	時 間	対 象
3～4カ月児健診	5日(水)	午後1時～2時	平成29年3月生
1歳6カ月児健診	26日(水)	午後1時～2時	平成27年12月生
2歳児歯科健診	21日(金)	午後1時～2時	平成27年6月生
3歳児健診	27日(木)	午後1時～2時	平成26年5月生
パパママ教室(予約制)	8日(土)	午前9時～正午	出産を控えた夫婦
のびのび教室	25日(火)	午前10時～11時30分	平成28年6月生
離乳食教室(前半)	6日(木)	午後1時～2時	5カ月～8カ月児向け
離乳食教室(後半)	(予約制)	午後2時30分～3時30分	9カ月～12カ月児向け
ひよこ広場(ピヨピヨ組)※	20日(木)	午前10時～11時30分	1カ月～8カ月児と保護者
ひよこ広場(コッコ組)			9カ月～12カ月児と保護者

※ピヨピヨ組は谷和原公民館が会場です。

※健診などの詳しい内容は、「健康管理予定表」をご覧ください。



子育てひろば

子育てひろばでは、子育て支援室の
情報を中心にお届けします。

子育て中のママ・パパたち！子育て支援室でお友達
をつくりませんか？市内各所にある「子育て支援室」
では、手づくりの遊具やアットホームなかわいい部
屋作りをして、子育て支援担当の保育士が皆さんを
お待ちしております。いろいろな催しも企画していま
すので、お気軽にお越しください。

子育て支援室が市内各所に出張します。皆さん遊びに来てくださいね！

出張支援室
「キラキラ」

【開館時間】 午前9時30分～正午／午後1時～3時30分

月曜日	谷原分館	木曜日	伊奈公民館
火曜日	伊奈公民館	金曜日	福岡分館
水曜日	伊奈第1保育所		

おひさま
出張支援室

【開館時間】 午前10時～午後3時

火曜日	谷井田コミュニティセンター
金曜日	板橋コミュニティセンター

木	金	土	日
<p>※各支援室のイベントは変更になる場合があります。詳細はホームページをご覧ください。</p> <p>子育て支援室 QRコード▶ </p>		<p>1 き：キッズカット抽選 【午前11時～】HP参照 ください。</p>	<p>2</p>
<p>6 き：キッズヘアカット②【午前10時30分～11時30分】※3歳未満、1日抽選分 ル：読み聞かせ【午前11時～】 ★：伊奈公民館【午前9時30分～】 富：マット遊び【午前10時～】 小：プレイパーク【午前10時30分～11時】</p>	<p>7 ル：ベビーDay（1・2歳）【午前9時30分～正午】 ☀：板橋出張支援室【午前10時～】 ☀：おはなし会【午前10時30分～10時50分】 ☀：おはなし会【10時45分～】 ★：福岡分館【午前9時30分～】 富：七夕の短冊作成【午前10時～】 小：りすくらす（0歳～1歳2カ月）みずあそび【午前10時30分～11時30分】</p>	<p>8</p>	<p>9</p>
<p>13 き：骨盤調整ヨガ【午前10時30分～予約制】 ル：読み聞かせ【午前11時～】 ☀：誕生会【午前10時30分～11時30分】 ★：伊奈公民館【午前9時30分～】 富：マット遊び【午前10時～】 小：プレイパーク【午前10時30分～11時】</p>	<p>14 ル：ベビーDay（1・2歳）【午前9時30分～正午】 ☀：板橋コミュニティセンター【午前10時～】 ★：福岡分館【午前9時30分～】 富：おやつ作り【午前10時～】 小：うさぎくらす（1歳～2歳2カ月）みずあそび【午前10時30分～11時30分】</p>	<p>15</p>	<p>16</p>
<p>20 ル：るんるんみずあそび【午前10時～予約制・8組】 ☀：水あそび（2歳～）【午前10時～11時】 ☀：ふたごちゃんあつまれ【午後1時～】 ★：伊奈公民館（誕生会）【午前9時30分～】 富：マット遊び【午前10時～】 ☀：成長記録【午前10時～午後3時】</p>	<p>21 き：みずあそび【午前10時30分～】 ル：ベビーDay（1・2歳）【午前9時30分～正午】 ☀：板橋出張支援室【午前10時～】 ☀：リズムあそび【午前10時30分～11時30分】 ★：福岡分館（誕生会）【午前9時30分～】 ◎：伊奈第1保育所 夏祭りを楽しもう【午前10時～】 小：きりんくらす（2歳～）【午前10時30分～】 みずあそび【午前10時30分～11時30分】 富：身体測定【午前10時～】</p>	<p>22</p>	<p>23</p>
<p>27 ル：読み聞かせ【午前11時～】 ☀：誕生会【午前10時30分～11時】 ☀：パネルシアター鑑賞会【午前10時30分～】 ★：伊奈公民館【午前9時30分～】 富：マット遊び【午前10時～】 小：プレイパーク【午前10時30分～11時】</p>	<p>28 き：キッズカット抽選（8月分）【午前11時～】 HP参照 ル：英語教室「ストロベリー」【午前10時～予約制】 ☀：板橋出張支援室（成長記録）【午前10時～】 ★：福岡分館【午前9時30分～】 富：プール遊び【午前10時～】</p>	<p>29 ル：夏祭り【午後5時30分～】</p>	<p>30</p>

支援室だより

出張支援室「キラキラ」でリズムあそび

緑あふれる素晴らしいロケーションの谷和原公民館の谷原分館にて、5月8日にリズムあそびを行いました。たくさんの親子が「ラーメン体操」や「バスに乗って」などの音楽に合わせて元気いっぱい身体を動かしました。参加した親子は、心豊かなひと時を過ごすことができ、親子のきずなもさらに深まりました。子育て支援室は市内各施設に出張に行っています。子育てカレンダーで出張場所を確認し、いろいろな施設に遊びに行くといった楽しみ方もお勧めです。



月	火	水
子育て支援カレンダー 7 月	【子育て支援室の表記】 き：きらくやまふれあいの丘（相生） み：みらい認定こども園（筒戸） ＊：子育て支援室フラワー（上小目） ル：認定こども園ルンビニー学園（陽光台） ◎：あそびのひろば（公立保育所＋ふれあい第1保育園）	富：富士見ヶ丘認定こども園（富士見ヶ丘） ※完全予約制 小：小絹児童館（小絹） ＊：子育て支援室おひさま（紫峰ヶ丘） ★：キラキラ（出張支援室）
3 ル：ベビー Day (0・1歳)【午前9時30分～正午】 ＊：おもちゃ病院【午前9時30分～11時30分】 ★：谷原分館【午前9時30分～】 ◎：伊奈第4保育所 ふれあい遊びを楽しもう【午前10時～】 富：七夕の短冊作成【午前10時～】	4 き：つくってあそぼう【午前10時30分～】 ル：七夕に願いを込めて【午前10時～】 ＊：谷井田出張支援室【午前10時～】 ★：伊奈公民館【午前9時30分～】 ◎：ふれあい第1保育園 おはなし会に参加【午前10時～】 富：七夕の短冊作成【午前10時～】 ＊：身体測定【午前9時30分～11時30分】	5 き：キッズヘアーカット①【午前10時30分～11時30分】※3歳未満、1日抽選分 ル：読み聞かせ【午前11時～】 ★：伊奈第1保育所【午前9時30分～】 富：七夕の短冊作成【午前10時～】
10 ル：ベビー Day (0・1歳)【午前9時30分～正午】 ★：谷原分館リズム遊び【午前10時30分～】 富：おやつ作り【午前10時～】 ＊：ポケットの日【午前9時30分～11時30分】	11 き：ハッピーデイズ（成長記録）【午前10時30分～正午】、野菜販売【午前11時15分～】 ル：読み聞かせ【午前11時～】 ＊：谷井田出張支援室【午前10時～】 ★：伊奈公民館【午前9時30分～】 富：おやつ作り【午前10時～】 小：成長記録会【午前10時30分～11時】 ＊：作ってあそぼう【午前10時45分～11時30分】	12 き：アロマ講座【午前10時30分～予約制】 ル：ママリフレッシュ「タッセル作り（予約制）」【午前10時30分～】5組 ＊：せいさく「アイスキャンディー」【午前10時30分～11時】 ★：伊奈第1保育所【午前9時30分～】 富：おやつ作り【午前10時～】 小：親子映画会「アンパンマン」【午前10時30分～】
17 小：プレイパーク【午前10時30分～11時】 【海の日】	18 ル：読み聞かせ【午前11時～】 ★：伊奈公民館（誕生会）【午前9時30分～】 富：身体測定【午前10時～】 ＊：水あそび（0・1歳）【午前10時～11時】	19 き：みずあそび【午前10時30分～】 ル：読み聞かせ【午前11時～】 ★：伊奈第1保育所（誕生会）【午前9時30分】 富：身体測定【午前10時～】 小：誕生会【午前10時30分～11時】
24 ル：ベビー Day (0・1歳)【午前9時30分～正午】 ★：谷原分館リズム遊び【午前10時30分～】 ◎：谷和原第1保育所 7月♪誕生会【午前10時～】 富：プールあそび【午前10時～】	25 き：ハッピーデイズ（誕生会）【午前10時30分～正午】、お菓子販売【午前11時15分～】 ル：読み聞かせ【午前11時～】 ＊：谷井田出張支援室（成長記録）【午前10時～】 ＊：水あそび（0・1歳）【午前10時～11時】 ★：伊奈公民館【午前9時30分～】 富：体操教室（2・3歳）【午前10時～】 み：おはなしクラブ【午前11時～予約制】	26 き：リズム遊び【午前11時20分～】 ル：読み聞かせ【午前11時～】 ＊：発育相談【午前10時～11時30分】 ★：伊奈第1保育所【午前9時30分～】 富：ボールプールあそび【午前10時～】 小：木のおもちゃであそぼう【午前9時～】
31 ル：ベビー Day (0・1歳)【午前9時30分～正午】 ＊：夏まつり【午前9時30分～11時30分 / 午後1時～4時】 富：プールあそび【午前10時～】		

消費生活相談

～消費者契約に関するトラブルなどの相談～

- 日 時 毎週月～金曜日 ※祝日は除く
午前9時～正午、午後1時～4時30分
- 場 所 消費生活センター（谷和原庁舎1階）
- 問い合わせ 消費生活センター ☎ 25-3288（センター直通）
FAX 57-2288

人権相談

～日常生活でのトラブルやもめごとなど人権に関する相談～

- 日 時 7月5日(水) 午前10時～正午
- 場 所 板橋コミュニティセンター 和室
- 相談員 おおよし みちこ ひとみ さねとし
大好 三智子さん、人見 実俊さん
- 問い合わせ 社会福祉課 ☎ 58-2111（内線 4104）

子ども福祉相談

～18歳未満の子どもの養育、虐待、DV、ひとり親家庭などに関する相談～

- 日 時 毎週月～金曜日 ※祝日は除く 午前9時～午後5時
- 相談方法 電話または面接
- 場 所 伊奈庁舎1階 子ども福祉課
- 問い合わせ 子ども福祉課 ☎ 58-2111（内線 4206・4207）
※予約可能な方は、事前に連絡願います。

教育相談

～子どもの心身の健康や不登校など教育に関する相談～

- 日 時 毎週月～金曜日 ※祝日は除く 午前9時～午後4時
- 場 所 教育支援センター

<移動教育相談>

◎夏休み期間中（7月21日(金)～8月31日(木)）はお休みとなります。

- 日程・場所

日 程	会 場
毎週火曜日	小絹コミュニティセンター
毎週木曜日 ※祝日は除く	板橋コミュニティセンター
毎週金曜日 ※祝日は除く	みらい平コミュニティセンター

 - 時 間 午後1時～4時
 - 問い合わせ 適応支援教室なのはな ☎ 57-0983

水道工事

水道工事（新設・改造・修繕など）は、市の指定を受けた「給水装置工事事業者」でなければ、行うことができません。工事の際は、指定を受けた業者に依頼し、上下水道課に届出をしてください。

<市内の給水設置工事事業者一覧>

☎ 谷和原庁舎上下水道課 ☎ 58 - 2111（内線 5309）

工事業者名	所在地	電話番号	工事業者名	所在地	電話番号	工事業者名	所在地	電話番号
(株)赤塚土木興業	長渡呂252	58-6213	常総土木工業(株)	福岡1383-1	52-5357	原信田建設(株)	板橋1873	58-0018
伊奈工業(株)	城中359	58-6168	(株)新みらい	絹の台2-2-3	34-1088	常陸管工	上長沼617	52-5579
いなほ工業(株)	上島848	58-0382	(株)誠勝	筒戸1987-11	20-5470	(有)福新設備工業	台198	52-5011
大久保水道工業	谷井田1403-3	58-8177	塚本建設工業(株)	東檜戸980-1	52-3681	(株)武平	福原188	57-0600
オービー建設(株)	谷井田750-1	47-7000	(株)寺田興業	南927-2	52-5809	(有)文倉建設	鬼長1231-2	52-5622
(有)片見設備工業	福岡1425-1	52-5804	常磐興業(株)	筒戸3178	52-2203	(有)丸斉建設	真木106	52-2627
(有)川口商事	鬼長526-1	52-3286	(株)豊島産業	川崎213-3	52-3335	(株)山田組	城中952	58-2351
久下設備	城中55	58-0418	(株)直井造園土木	日川571	52-2600	谷原建設(株)	下長沼118-1	52-2298
(有)坂本設備工業	豊体612-2	58-0070	成島建設(株)	板橋3101	58-1131	(株)ユーエス設備工業	伊奈東33-229	44-6237
常栄エンジニアリング(株)	田村450	52-7633	浜野商事(株)	伊丹161	58-2416			

*市外の事業者については、別途お問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

つくばみらい市 給水装置工事事業者 で検索!

7月の 各種無料相談

法律相談（弁護士・司法書士）

～日頃困っていること、悩んでいることなど法律に関する相談～

- 日 時 弁護士：7月4日(火)、11日(火)、18日(火)、25日(火)
- 時 間 午後1時～4時
- 場 所 きらくやまふれあいの丘すこやか福祉館（4日、18日）
保健福祉センター（11日、25日）
- 予 約 つくばみらい市社会福祉協議会（すこやか福祉館内）
☎ 57-0123 当日の正午までに要予約

心配ごと相談

～日頃困っていること、悩んでいることなど福祉全般の相談～

- 日 時 7月12日(水) 午後1～3時
- 場 所 保健福祉センター
- 予 約 つくばみらい市社会福祉協議会（すこやか福祉館内）
☎ 57-0123 前日の午後5時までに要予約

行政相談

～行政の業務に対する意見・要望など～

- 日 時 7月20日(木) 午後1時30分～3時30分
- 場 所 みらい平コミュニティセンター 相談室
- 問い合わせ 行政相談委員 いまがわ かずひろ 今川 和宏さん ☎ 52-2525
あいじま ひろし 相島 宏さん ☎ 58-0676
- 備 考 随時相談を受け付けています。

結婚相談

～お相手探し、イベント情報など結婚に関する相談～

- 日 時 7月16日(日) 午後1～3時（予約不要）
- 場 所 谷和原庁舎1階 相談室
- 相談員 よこた まよこ おぐま ちえこ 横田 喜代子さん、小熊 千恵子さん
- 問い合わせ 市民サポート課 ☎ 58-2111（内線 3202）

休日救急当番病院

日	病院名	所在地	連絡先
2日(日)	きぬ 医師 会 病 院	常総市	0297-23-1771
9日(日)	宗 仁 会 病 院	取手市	0297-85-8341
16日(日)	J A と り で 総 合 医 療 セ ン タ ー	取手市	0297-74-5551
17日(月)	宗 仁 会 病 院	取手市	0297-85-8341
23日(日)	取 手 医 師 会 病 院	取手市	0297-78-6111
30日(日)	守 谷 慶 友 病 院	守谷市	0297-45-3311



くらしの カレンダー

納税等カレンダー 納期限：7月31日(月)

項目	期分	納期限	月分
固定資産税	2期分	7月31日	7月分
国民健康保険税	1期分	7月31日	7月分
後期高齢者医療保険料	1期分	7月31日	5月分
保育料 <small>認定こども園・小規模保育を除く</small>	7月分	7月31日	7月分
児童クラブ	7月分	7月31日	7月分

※取手地方広域下水道組合分を含む。

小児科救急当番病院

休日(昼)	受付時間	病院名	所在地	連絡先
水曜日	午前8時～ 午後6時	総合守谷第一病院	守谷市	0297-45-5111
水曜日 以外	午前8時30分～ 午後6時	JAとりで総合医療センター	取手市	0297-74-5551

夜間	受付時間	病院名	所在地	連絡先
水曜日	午後6時～ 翌朝8時	総合守谷第一病院	守谷市	0297-45-5111
水曜日 以外	午後6時～ 午後11時	JAとりで総合医療センター	取手市	0297-74-5551

※JAとりで総合医療センターは、4月から小児救急体制が変更になりました。深夜23時～翌朝8時30分までは、救急搬送される患者に限定されます。

粗大ゴミ収集・申込日

地区	収集日	申込日
小張・豊、 小絹、絹の台	7月12日(水)	7月3日(月)～5日(水)
板橋、紫峰ヶ丘・ 富士見ヶ丘	7月19日(水)	7月10日(月)～12日(水)
三島・東、 谷原、陽光台	7月26日(水)	7月18日(火)～19日(水)
谷井田、 福岡・十和	8月2日(水)	7月24日(月)～26日(水)

※申し込み専用 ☎ 52-3152 午前9時～午後5時まで

くみとり

業者名	指定地区
(株)シイナクリーン ☎ 0297-48-2336	旧谷和原村全域 小張・豊・谷井田・三島 (戸茂・ 戸崎・根柄を除く)・板橋 (高岡)・ 東 (東栗山・城中)
関東商事(株) ☎ 029-836-3007	板橋 (高岡を除く)・東 (足高)・ 三島 (戸茂・戸崎・根柄)

市内の火災・救急

() は平成29年の累計

火災	5月分	救急	5月分
建物	0件(4件)	交通事故	14件(68件)
車両	0件(0件)	急病	90件(528件)
その他	0件(2件)	その他	16件(131件)
計	2件(6件)	計	120件(727件)

日曜開庁日のお知らせ

谷和原庁舎：2日・16日
伊奈庁舎：9日・23日
開庁時間：午前8時30分～正午

■業務内容

税務関係	納税証明書、所得証明書、評価証明書、 軽自動車車検用納税証明書などの発行
納税等関係	市税および各種使用料の納付 ※ただし各種使用料については、納付書をご持 参の場合に限ります。
住民関係	戸籍謄本・抄本、住民票の写し、身分証明書、 印鑑登録および印鑑登録証明書などの発行

※住民票の異動(転入・転出など)およびパスポートの申請等の
手続きはできません。

※第2・第4日曜日の開庁時間のみパスポートの受け取りが
可能です。

■問い合わせ 市民窓口課 ☎ 58 - 2111
・伊奈庁舎 (内線3401～3406)
・谷和原庁舎 (内線3450～3452)

30日(火) 周年記念式典
29日(月) 商工会通常総代会、茨城県企業局創立50
27日(土) ち合わせ会議
26日(金) 身体障害者福祉協議会総会、小学校運動会
24日(水) 性会総会、常総地区防犯協会伊奈支部総会
22日(月) 第32回手をつなぐ育成会総会、更生保護女
21日(日) 常総地区防犯協会谷和原支部小絹分会総会
10日(水) 第2回市長会
7日(日) ロンパスカップ表彰式
1日(月) 立浪部屋立浪親方・力真関・明生関来訪
ワールドレディスチャンピオンシップサ

市長動静 (5月)

市長の主な動静を情報公開します。



りあさん (豊小学校)



はるくん (豊小学校)



今月も、たくさんの笑顔をお届けします!



やひろくん・さわさん (豊小学校)



稲葉さん親子 (豊小学校)



小絹児童館で楽しく遊ぶ姿を、パチリ♪

★市民参加型企画★

皆さんの写真を
募集します!

■応募方法

写真に住所、氏名、連絡先、写っている人やグループの名前(ふりがな)を記入(メールの場合は本文に記載)して郵送またはメール(3MB以内)で送付してください。応募は市内在住・在勤・在学者に限ります。写真の返却はできません。

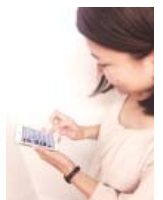
■応募・問い合わせ

〒300-2395 つくばみらい市福田195 つくばみらい市役所みらいまちづくり課「みらいをつくらば」係 ☎58-2111(内線1205)

▶QRコードから簡単に応募ができます



広報つくばみらいが アプリで読める!



これまで、冊子での全戸配布、市ホームページでのPDF閲覧のみだった「広報つくばみらい」ですが、市ではこのたび、株式会社ホープと協定を結び、同社の運営するアプリ「マチイロ」で、「広報つくばみらい」が読めるようになりました。

このアプリをスマートフォンやタブレットなどにインストールし、簡単な初期設定を済ませるだけで、毎月25日に、最新号がPush通知で届くようになります。ぜひ、ご利用ください。

▶登録方法: playストアやAppStoreで「マチイロ」で検索し、ダウンロードしてください。登録、利用料は無料です。右記のQRコードからもダウンロードできます。

▶問い合わせ: 伊奈庁舎政策秘書課 ☎58-2111(内線1104)

※アプリ「マチイロ」について…株式会社ホープ ☎092-716-1404

※通信にかかるパケット料金などをご負担ください。

