



広報

つくばみらい



力を合わせて!



晴天に恵まれた6月1日、豊小学校、三島小学校、東小学校、板橋小学校、福岡小学校、小絹小学校で運動会が開催されました。

各小学校には、保護者やおじいちゃん、おばちゃんに応援に駆けつけ、力のこもった声援が飛び交う中、子どもたちは全力で走り抜けました。(写真：小絹小学校)

●主な内容

- | | |
|----------------------------|--------------------|
| P 2 環境に優しい 快適なまちへ | P12 文化祭参加者募集 |
| P 4 『市長と“みらい”を語る集い』を開催 | P14 市内の出来事 |
| P 6 平成26年度市立幼稚園園児募集 | P22 生き生きクラブ参加者募集! |
| P 7 参議院議員通常選挙のお知らせ | P23 保健だより |
| P 8 人間ドック・脳ドック助成制度をご利用ください | P28 子ども特派員 わが街を行く! |



6月1日現在人口・世帯数 (前月比)

総人口47,377人 (+90) 男23,752人 (+52) 女23,625人 (+38) ・世帯数17,632世帯 (+76)

常総広域圏内の ごみ・資源物の搬入状況

単位：トン

種別	平成24年度	平成23年度	増減率	
可燃ごみ	52,561	53,753	△2.2%	
不燃ごみ	8,934	12,958	△31.1%	
粗大ごみ	1,586	4,685	△66.1%	
資源物	あき缶	807	752	7.3%
	あきビン類	1,861	1,857	0.2%
	プラ容器	1,962	—	—
	ペットボトル	568	—	—
有害ごみ	83	67	23.9%	
生ごみ	849	793	7.1%	
合計	69,211	74,865	△7.6%	

私たちの家庭から出されたごみは、平成24年度から常総環境センターの新施設で処理され、これに伴い、ごみの分別の細分

化が図られました。市民の皆さんの取り組みにより、それまで「不燃ごみ」の中に含まれていた「ペット

ボトル」と「プラスチック製容器包装（プラ容器）」が資源として分別されていますので、不燃ごみが減少し、資源物が増加しています。

常総環境センターでは、つくばみらい市、取手市、守谷市、常総市から出されたごみを処理し、平成23年度と比較して7.6%の減量になりました。

つくばみらい市で出されたごみの量を見ると、不燃ごみが645トン削減され、可燃ごみが2トン、資源物が292トン増加しました。粗大ごみについては、平成24年度から有料化されることから、平成23年度中に排出されたご家庭が多かったことで、大幅に増加していますが、平成24年度では、前年度比10分の1ほどに減少しています。

環境に優しい 快適なまちへ

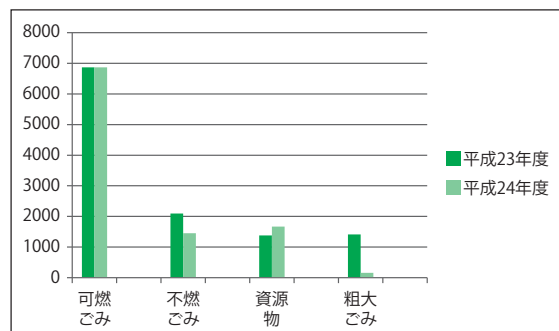
つくばみらい市の収集量の比較

単位：トン

種別	平成24年度	平成23年度	増減量
可燃ごみ	6,864	6,862	2
不燃ごみ	1,436	2,081	△645
資源物	1,655	1,363	292
粗大ごみ	141	1,394	1,253

きちんと分別されたのに…

これまでの「不燃ごみ」から、資源物として分別された「ペットボトル」と「プラ容器」は、環境センターに運ばれた後、選別員が異物を取り除いていきます。資源物で出された物のリサ



イクル率は「ペットボトル」が約80%と高い数字なのに対し、「プラ容器」は約32%と低く、いまだにルールが守られていないのが現状です。資源物として回収された物のうち、リサイクルに適さない物は、約3分の2にも上りました。

具体的には「プラスチック」として出された中に、中身が残ったままのパックや汚れがついたままの食品トレイがあります。さらには、注射針などの医療系廃棄物、配線コードなどが混入しているケースも見受けられます。

このように分別が不十分ではリサイクルされませんので、今一度お手元の「分別の手引き」をご覧ください。

き、ご協力ください。また、医療系廃棄物については、注射針が選別員の手に刺さるといった事故が起きていますので、かかりつけの医療機関に返却し、ごみとして出さないようにお願いします。

リサイクル率 単位：トン

品名	処理量	搬出量	リサイクル率
ペットボトル	541	433	80.0%
プラスチック	1,853	587	31.7%

生ごみの水分量

夏場の生ごみは、どうしても水分が多く重くなっているうえ、腐敗するのが早く、1回でも出し損なうと大変な悪臭が部屋に充満するなど、家の中の住環境に悪影響を及ぼす恐れがあります。

また、可燃ごみとして出される生ごみの水分量が増えると、

焼却施設で燃やす時に、多くのエネルギーを使ってしまうことになりやすくなります。夏場は特に、しっかりと水切りすることも大事です。じゃがいもなど野菜や果物は、皮をむいた後で水洗いをするようにすれば、生ゴミになる皮に余分な水分が付きません。このようになちよとした工夫により、環境にも配慮できますので、ご協力ください。

集積所は清潔に

分別がされていないごみ袋や、指定袋を使用せずに集積所

空き地の適正な管理をお願いします

市では、快適で住みよい環境のまちづくりを目指し、また健康的で文化的な生活が営めるよう、環境保全の基本的事項を定めた「つくばみらい市環境保全条例」を制定しています。

その中で、近隣住民の生活環境と安全を守るために、空き地などの所有者または管理者に適正な管理を義務づけています。

空き地は、その所有者（管理者）が管理しなければなりません。管理を怠ると雑草の繁茂や樹木が自生するなど近隣の方々に不快感を与え、病害虫が発生する原因にもなりかねません。また、ごみの不法投棄や不審火

に出されたごみが見受けられます。そうしたごみは「収集できませんので、お持ち帰りください」というシールが貼られ、集積所に置かれたままになります。そうすると、においの原因になったり、ガラスや犬猫に袋を破られ、ごみが散乱してしまい、集積所周辺のご家庭にご迷惑をおかけすることにもなります。

ごみの分別は最低限のごみ出しのマナーです。みんなでルールを守り、集積所を清潔に保つよう、ご協力ください。

空き地所有者（管理者）の皆さんへ

雑草は5月に入ると成長が始まり、梅雨の時期にその勢いが加速し、10月頃まで成長を続けます。このため、年1回の除草では十分でないため、雑草の種類や成長に応じて、年2回以上の除草をお願いします。

管理が不十分だと草陰にごみが投棄されることがあります。ごみを放置すると、次々に大量のごみが投棄される恐れがあります。不法投棄されたごみは、空き地の所有者が管理責任として処分しなければなりません。

このため、空き地の定期的な見回り、不法投棄防止柵の設置などの適正な管理を心がけてください。

節電し、地球温暖化を阻止しよう

現在の電力供給は、原子力発電所の停止に伴い、大部分を火力発電によりまかなっている状態です。今夏の東京電力管内では、皆さんが例年実施している節電効果や新規電源開発の着実な推進などにより、安定的な供給を確保できる見通しになっています。

市では、昨年同様に照明の削減、消費電力の削減、グリーンカーテンの推進などを実施し、地球温暖化対策としても電力の使用量を抑え、温室効果ガス削減に努めます。市民の皆さんも、引き続き無理のない範囲で節電にご協力ください。

普段、何気なく使用している家電製品、一工夫するだけで節電効果は生まれます。

電気の手順な使い方

■エアコン

- ・設定温度は調節を適温に
- ・フィルターの掃除はこまめに
- ・ブラインドや緑のカーテンなどで日射の進入をカット
- ・風向きは上向きに

ご自身で除草ができない場合は、専門の業者などに依頼しての除草作業を定期的に行ってください。

■冷蔵庫

- ・設定温度の再確認を
- ・扉の開閉は短く、少なく
- ・できるだけ放熱スペースを

■照明

- ・電球の取り換え時には省エネ性の高いランプに
- ・調光機能を使う



『市長と“みらい”を語る集い』開催

谷原地区、福岡地区の方を対象に5月18日『市長と“みらい”を語る集い』を開催しました。

谷原地区の会場となった谷和原保健福祉センター、福岡地区の会場となった谷和原公民館福岡分館には、それぞれ約30人の方が訪れ、今後のつくばみらい市のまちづくりについて、ご提案ご提言をいただきました。

懇談会でご提案ご提言いただいた内容をお知らせします。

男性 これからの子どもたちには、学校教育などで目標を見つけてさせていただいて、意欲を持つ



▷市長に提案・提言を行う参加者（福岡地区）



市長に提案・提言を行う参加者（谷原地区）

たせ、維持させることが大切だと思ふ。それには学校だけではなく、保護者や地域が応援する環境づくり、まちづくりが必要となってくる。地域に根ざした人材教育を推進してほしい。

男性 我々の年頃になると便利になることはいいことかもしれないが、忘れてはいけないものがあるんじゃないかとも思う。市内には、昔ながらの田畑や里山があり、そのような風景の中で、子どもたちを伸び伸びと育てていくことが必要ではないか。みらい平地区などはほとんどでは里山風景を残したまちづく

りをしてもらいたい。

男性 子どもが誇れるまち、教育といった視点で施策を進めていただき、これからは担っていく子どもたちのため、教育を一番の柱にしていきたい。つくばみらい市は東京には40分で行ける、また、隣には国際都市のつくば市があるという、国際性も兼ね備えている市、誇れるまちになっていると思う。小学5、6年生から英語教育が始まるという中で、今後世界に羽ばたいていくには絶対的に英語が必要になってくる。留学生などの外国人を活用しながら、寺子屋などでもいいですから、そういう場を作っていたら、いつでも英語に親しめる環境づくりを教育に取り入れていただきたい。

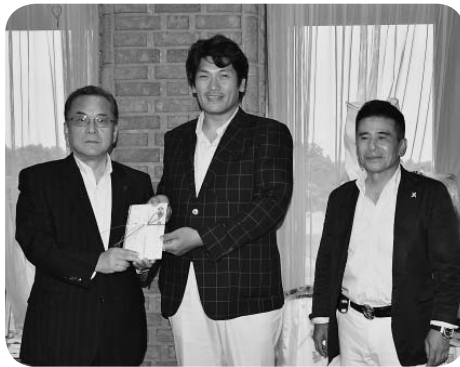


▷市の将来像を語る片庭市長

善意の寄附をいただきました

〔立浪部屋関東後援会様より〕

市内にある立浪部屋の関東後援会（塚田純夫会長）様より、青少年育成に役立ててほしいと、10万円が市に寄附されました。



▷片庭市長（左）に目録を手渡す立浪親方（中央）と塚田会長（右）
〔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大会事務局様より〕

5月9日から12日まで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収益金42万7655円が、スポーツ振興に役立ててほしいと、市に寄附されました。



片庭市長（左）に目録を手渡す小林浩美女子プロゴルフ協会会長（右）

市では、同大会で優勝した茂木宏美選手に副賞として、つくばみらい市産コシヒカリ3俵を贈呈しました。



▷茂木選手（左）に市産コシヒカリを贈呈する片庭市長（右）

みらい平配水場が完成

水道の安定供給を開始

このほど、みらい平地区へ水道水を供給するための「みらい平配水場」が完成し、5月27日、片庭市長はじめ関係者約30人が出席し、竣工式が行われました。

この配水場は、平成23年12月に着工し、今年3月末に竣工、4月からみらい平地区の一部区域4000人以上の方に配水を開始しています。建設費用は、約11億円で、3分の1は国の補助、3分の2は茨城県の負担金でまかなわれています。

この施設の大きな特徴は、大地震にも対応できる耐震性と、震災時にも飲料水と消防用水の



▷配水池の前でテープカットを行う片庭市長（中央）と関係者の皆さん

最低限の備蓄が可能な構造となつていきます。震災時には、市民約5万人の3日分の飲料水（500m³）が確保できます。竣工式で片庭市長は「この最

災害時の緊急救援物資輸送体制を確保

市では、大規模な災害時に、食糧・生活必需品・衣料品・防災資機材などの緊急救援物資輸送体制を確保するため、茨城県トラック協会常総支部（高塚孝一支部長）と「災害時の緊急救援物資輸送に関する協定書」を締結しました。

市長は調印式で「茨城県トラック協会常総支部様と本協定



▷協定書を調印した平田三郎副支部長（左）と片庭市長（右）

新式の配水場の完成により、みらい平地区のまちづくりにも弾みがつくものと期待しています。また、災害時には、市全体のライフラインの一端を担うことも可能となり、大変喜ばしいことであると思つていきます」とあいさつしました。

を取り交わすことは、社会の安心・安全を守る立場として、誠に心強く、また、大変嬉しい限りです」とあいさつしました。

取手地方広域下水道組合では、市民の組合行政参加の促進と開かれた組合行政の実現に資することを目的として「取手地方広域下水道組合情報公開条例」を、また、公正で信頼される組合行政を推進し、個人の基本的な権利を擁護することを目的として「取手地方広域下水道組合個人情報保護条例」を制定しています。

取手地方広域下水道組合情報公開制度・個人情報保護制度の実施状況

24年度の実施状況を公表します。

○情報公開制度

請求件数1件のうち、部分公開を決定したものが1件でした。

○個人情報保護制度

個人情報の開示請求はありませんでした。

つくばみらい市情報公開制度・個人情報保護制度の実施状況

表します。

○情報公開制度

決定状況
つくばみらい市情報公開条例に基づく、公開請求に関する決定状況は次のとおりです。

公開請求件数5件のうち、公開・部分公開を決定したものが5件、非公開が0件という状況でした。

公開結果	件数
公開	1
部分公開	4
非公開	0
合計	5

◆請求先の内訳

市長部局あてが4件（政策秘書課1件、生活環境課2件、都市計画課1件）、農業委員会あてが1件という状況でした。

○個人情報保護制度

つくばみらい市個人情報保護条例に基づく、開示請求に関する決定状況は、市長部局（市民窓口課）あての開示請求件数1件に対して、不存在の決定という状況でした。

問 取手地方広域下水道組合
総務課 ☎0297-744125

問 伊奈庁舎総務課 ☎582111（内線1214）

平成26年度

市立幼稚園

園児募集

募集要項

◎入園資格

平成26年4月1日現在、つくばみらい市に住所（転入予定含む）があり、次の期間に生まれた幼児

・年長組（5歳児）

平成20年4月2日～平成21年

4月1日

・年中組（4歳児）

平成21年4月2日～平成22年

4月1日

・年少組（3歳児）

平成22年4月2日～平成23年

4月1日

◎受付日時

8月19日（月）～28日（水）

午前8時30分～午後5時

※土、日の受け付けはできません。

◎受付場所

- ・わかくさ幼稚園
- ・すみれ幼稚園
- ・谷和原幼稚園



◎申込用紙配布場所

7月1日（月）から配布します。

・各幼稚園

・教育委員会（学校教育課※伊奈庁舎向かい）

・谷和原庁舎（市民窓口課）

◎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）

月額3500円

◎授業料

月額6000円

◎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。

一各幼稚園の募集園児数および区域一

幼稚園	3歳児	4歳児	5歳児	通園区域
わかくさ幼稚園	60人	30人	18人	小張・板橋小学校区
すみれ幼稚園	40人	20人	20人	谷井田・豊・三島・東小学校区
谷和原幼稚園	60人	-	-	谷原・十和・福岡・小絹小学校区

◆問い合わせ先

- ◎わかくさ幼稚園 ☎58-00014
- ◎すみれ幼稚園 ☎58-3425
- ◎谷和原幼稚園 ☎52-2330

新規採用市職員（後期）を募集します

◆募集職種

①一般事務（身体に障がいがある方を含む）

②保育士・幼稚園教諭

◆受験資格

①②共通 ①高校・短大・大学卒業以上の学力を有し（卒業見込み者を含む）、昭和53年4月2日以降に生まれた方

② ①保育士資格および幼稚園教諭免許（1種または2種）をあわせて有する方または平成26年3月31日までに資格取得見込みの方

※日本国籍を有しない方および地方公務員法第16条に規定する欠格条項に該当する方は、受験できません。

◆募集人員

① 2人程度

② 5人程度

◆試験方法

◎一次試験

教養試験（筆記試験、論文・作文）

◎二次試験

口述試験、集団討論、適性検査、体力検査（ただし、障がいのある方を除く）

◆試験日および会場

◎一次試験

日時：9月22日（日）

場所：茨城大学（水戸市文京2-1-1）

◎二次試験

日程などは、一次試験合格者に別途通知します。

◆応募手続

◎申込用紙の交付
所定の受験申込書などについては、市役所総務課において7月1日（月）から交付します。

郵便で請求する場合は、封筒の表に、職員採用試験申込用紙請求と学歴区分（大卒、短大卒、高校卒）を朱書きし、140円切手を貼った宛先明記の返信用封筒（角形2号240mm×332mm）を同封し郵送ください。

◎受験申込期間

7月1日（月）～31日（水）

総務課に持参する場合は、月（金曜日（祝日除く）の午前9時から午後5時までとし、郵便の場合は、7月31日（水）までに必着のものに限ります。

◆申し込み・問い合わせ先

伊奈庁舎総務課（〒300-2395） つくばみらい市福田195 ☎58-2111（内線1210～1212）

参議院議員通常選挙 投票日は7月21日(日)

※予定

投票時間 午前7時～午後7時

選挙は、皆さんが政治に参加するための大切な機会です。必ず投票しましょう！

◆投票日◆

7月21日(日) ※予定
(6月14日現在)

投票日については、変更の可能性がありますが、郵送される入場券に記載されている投票日をご確認ください。

◆投票時間◆

午前7時～午後7時

投票日の投票時間が午前7時～午後7時までと変更になりません。お間違えのないようお越しください。

※期日前投票の投票時間に変更はありません。

◆公示日◆

7月4日(木) ※予定

◆投票資格◆

つくばみらい市で投票できる方は、次のすべてに該当し、当市の選挙人名簿に登録されている方です。

●投票日翌日までに満20歳の誕生日を迎える方

●公示日の前日から3カ月前までにつくばみらい市に転入の届出をし、引き続き3カ月以上市内に住所を有する方

◆投票するには◆

投票所の入場券は、皆さんのご自宅へ郵送します。

投票日当日は、入場券を持参し、入場券に記載されている投票所(地図あり)で投票してください。なお、入場券は、世帯全員分を一通(7人以上は2通)

《投票することが困難な方へ》

※不在者投票の手続きには日数が必要です。お早めに市選挙管理委員会にご連絡ください。

◆不在者投票制度◆

■市外の選挙管理委員会における不在者投票

市外に滞在・旅行中の方が、

で発行しますので、投票の際にはご自分の分を切り取って投票所にご持参ください。

入場券が届かなかつたり、紛失した場合でも、選挙人名簿に登録されていれば投票することができますので、投票所の係員にお申し出ください。

滞在・旅行先の市区町村の選挙管理委員会で投票できる制度です。投票用紙は、市選挙管理委員会にご請求いただいた後、滞

在先へ郵送しますので、お早めにご請求ください。

■指定病院などにおける不在者投票

都道府県選挙管理委員会が、不在者投票のために指定した病院などで、入院などしている方が、その施設内で投票できる制度です。投票用紙は、病院長などを通じて請求することができますので、病院などにお申し出ください。

■郵便などによる不在者投票

身体に重度の障がいがあるため、投票所に向いて投票できない方が、自宅から郵便で投票できる制度です。

郵便投票を行うには、市選挙管理委員会発行の「郵便等投票証明書」が必要ですので、お早めにお問い合わせください。

成年被後見人の選挙権および被選挙権が回復します

成年被後見人の選挙権の回復等のための公職選挙法等の一部を改正する法律が、5月31日に公布され、今回の選挙から適用されます。

問 市選挙管理委員会(伊奈庁舎総務課内) ☎58・2111

(内線1214)

期日前投票制度

投票日当日に、仕事・旅行などの予定がある場合は、「期日前投票」ができます。

■受付期間

7月5日(金)～20日(土)

※投票日が7月21日の場合(公示日:7月4日)

■時間

午前8時30分～午後8時

■場所

市役所伊奈庁舎1階ロビー

市役所谷和原庁舎1階ロビー

■注意

入場券を持参してください。

人間ドック・脳ドック

助成制度をご利用ください

市では、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ので、ぜひご利用ください。

定員

国民健康保険に加入されている方
 ・人間ドック⇨先着100人
 ・脳ドック⇨先着30人
 後期高齢者医療保険に加入されている方
 ・人間ドック⇨先着15人
 ・脳ドック⇨先着15人
 ※定員になり次第締め切ります。

助成額

・人間ドック⇨1万7千円
 ・脳ドック⇨2万8千円

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

申し込み方法

・後期高齢者医療保険料を滞納している方
 ・平成25年度に「みらい健診」を受診された方および受診予定の方

受付窓口

助成申請書（受付窓口へ備え付け）に、必要事項を記入の上、提出してください。
 なお、申し込みの際は、印鑑、保険証および健康診査受診券を持参してください。

ご注意ください

・伊奈庁舎国保年金課
 ・谷和原庁舎市民窓口課
 午前9時～午後5時（土、日、祝日を除く）
 ・人間ドック、脳ドックを受診される方は、市が行う健康



診査（みらい健診）を受けるとはできません。両方受診した場合は、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。
 ・脳ドックの助成は、3年に1回となります。平成23・24年度に脳ドックの助成を受けられた方は、平成25年度は助成対象になりません。
 ・助成は、人間ドック、脳ドックのどちらか一方になります。
 ・詳しい検査項目・本人負担額などは、各医療機関にご確認ください。

申問 伊奈庁舎国保年金課 ☎
 58・2111（内線1185・1187）

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（つくば市）	029 - 836 - 1355	○	○	○	○
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	○	○	○	○
つくば白垂クリニック（つくば市）	029 - 837 - 0208	○	—	○	—
総合守谷第一病院《健康増進センター》（守谷市）	0297 - 45 - 5111	○	○	○	○
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 - 5551	○	○	○	○
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	—	○	—	○
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	○	○	○	○
つくばセントラル病院《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（龍ヶ崎市）	0297 - 63 - 7111	○	○	○	○

国民健康保険

限度額適用認定証のご案内

医療機関にかかる場合、窓口
に限度額適用認定証または限度
額適用・標準負担額減額認定証
を提示すると、医療費の支払い
が自己負担限度額までとなりま
す。(ただし、食事代や保険適用
外の差額ベッド代などは、別途
負担になります)

■ 認定証を提示せずに医
療機関に医療費を支払った場合
は、限度額を超えた金額が高額
療養費として後日支給されます。
■ 交付を受けることがで
きる方

市の国民健康保険に加
入している次のいずれか
の方

- ① 70歳未満の方
- ② 70歳以上75歳未満の住
民税非課税世帯の方
(70歳以上75歳未満の非
課税世帯以外の方は保
険証と高齢受給者証を
提示することで、医療
費の支払いが自己負担
限度額までとなります)

※国民健康保険税を滞納
している世帯に属する方
には交付されません。

■ 申請に必要なもの

- ① 認定を受ける方の国民健康保
険被保険者証
- ② 印鑑

■ 申請場所

伊奈庁舎国保年金課

問 伊奈庁舎国保年金課 ☎58
2111 (内線1183)

自己負担限度額 (月額)

●70歳未満の方の場合

所得区分	限度額 ※各医療機関ごとに別々に計算します ※入院と外来は別々に計算します
一般	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%
上位所得者※	150,000円 + (医療費 - 500,000円) × 1%
住民税非課税世帯	35,400円

※基礎控除後の総所得金額が600万円を超える世帯および所得の申
告をしていない世帯の方

●70歳以上75歳未満の方の場合

所得区分	外来	外来+入院
一般	12,000円	44,400円
現役並み所得者※ 1	44,400円	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%
低所得者Ⅱ※2	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ※3	8,000円	15,000円

※1 同一世帯に住民税課税所
得額145万円以上の国保被保
険者がいる方

※2 同一世帯の世帯主および国
保被保険者が住民税非課税の方

※3 同一世帯の世帯主および
国保被保険者が住民税非課税
で、その世帯の各所得が必要経
費・控除(年金所得は控除額を
80万円として計算)を差し引い
たときに0円になる方

後期高齢者(長寿) 医療制度

のお知らせ

新しい被保険者証を7月中旬に
送付します。

現在ご使用の被保険者証は、
7月31日(水)が有効期限となつて
います。

8月1日(木)からは、新しい被
保険者証をお使いください。

●平成25年度後期高齢者医療保
険料の普通徴収分(納付書払い・
口座振替払い)の納入通知書を
7月中に発送します。

●災害により著しい損害を受け
たときや、病気などで収入が著
しく減少する世帯で、保険料を
納めることが困難な方は、申請
すると後期高齢者医療保険料が
減免になることがあります。

※減免は、申請すると必ず受け
られるものではありません。
詳しくは、国保年金課までお
問い合わせください。

高齢受給者証が更新されます

70歳以上75歳未満の方へ

現在、医療機関窓口で被保険
者証と一緒に提出していただい
ている高齢受給者証は、7月31
日(水)で使用できなくなります
のでご注意ください。
70歳以上75歳未満の方で、国
民健康保険に加入をしている方
につきましては、8月1日(木)か
らお使いいただく高齢受給者証
を7月下旬に郵送します。

●自己負担割合について
医療機関で支払っていただく

自己負担割合は、平成26年3月
まで『1割負担』に据え置かれ
ます。ただし、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。

なお、8月1日(木)からの自己
負担割合は、平成24年中の所得
および収入で判定します。

問 伊奈庁舎国保年金課 ☎58
2111 (内線1183)

問 伊奈庁舎国保年金課 ☎58
2111 (内線1187)

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25年度分（平成25年7月～平成26年6月）の「保険料免除」および「若年者納付猶予（30歳未満の方の保険料猶予）」の申請を受け付けます。

受付期間（平成25年7月～平成26年7月）内に申請をして、免除対象となる所得基準に該当し承認されると、平成25年7月より免除されます。ただし、申請以前に納付さ

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、一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	3,760円
・半額納付	7,520円
・4分の3納付	11,280円

※免除がない場合の納付額は、15,040円です。

れている月分については、適用されません。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、申請はお早めに手続きしてください。

※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。（平成25年度分受付期間：平成25年4月～平成26年4月）

・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

・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

●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。

- ・全額免除 2分の1
- ・4分の1納付 8分の5
- ・半額納付 8分の6
- ・4分の3納付 8分の7

若年者納付猶予

若年者納付猶予（30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30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。

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、ただし、承認を受けた年度から起算して3年度目以降に追納する場合は、加算額が上乘せられます。

申請は毎年度必要

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「若年者納付猶予」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」「若年者納付猶予」共通

◆年金手帳

◆印鑑（認印）

平成25年1月1日以降に転入された方は「平成25年度課税証明書（※）」

※ご本人の課税証明書とあわせて、世帯主および配偶者の方の課税証明書が必要です。

・平成24年度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 日本年金機構ホームページ
<http://www.nenkin.go.jp/>
 /土浦年金事務所 ☎029-824-7121 /伊奈庁舎国保年金課 ☎58-2111（内線1186）

食品の放射性物質検査が

より利用しやすく

市では、市民の食の安心安全を確保するため、個人で消費される食品について、放射性物質検査を無料で行っています。

これまでは、食品を1リットル程度用意していただく必要がありました。検査機器のバリエーションにより、より少ない量(500ミリリットル程度)で検査が可能になりました。家庭菜園などで、十分な量を確保できなかった方も、ぜひご利用ください。(※ただし、1リットル

ル検査のほうがより精密な検査ができます)

なお、これまでの市の検査では、国の基準である100ベクレルを超えた例のある食品は、「原木シイタケ」「タケノコ」「野生のキノコ(ヒラタケ、ハツタケなど)」のみとなっています。

問 市放射能対策室(伊奈庁舎 安心安全課内) ☎ 581244
2111(内線1242)

各施設放射線量率測定結果

単位：毎時マイクロシーベルト

施設別	施設名称(所在地)	測定日(6/3~7日)		
		測定値(地上50cm)	測定値(地上1m)	
保育所	1 伊奈第1(山王新田)	0.08	0.09	
	2 伊奈第2(小張)	0.09	0.08	
	3 伊奈第3(長渡呂新田)	0.08	0.07	
	4 伊奈第4(狸穴)	0.10	0.09	
	5 谷和原第1(仁左衛門新田)	0.08	0.08	
幼稚園	6 谷和原第2保育所 谷和原幼稚園(上小目)	0.11	0.11	
小学校	7 すみれ(下島)	0.09	0.08	
	8 わかくさ(板橋)	0.08	0.09	
	9 小張(小張)	0.11	0.10	
	10 豊(豊体)	0.12	0.11	
	11 谷井田(谷井田)	0.12	0.11	
	12 三島(下島)	0.11	0.10	
	13 東(足高)	0.10	0.10	
	14 板橋(板橋)	0.12	0.11	
	15 谷原(加藤)	0.11	0.11	
	16 十和(上長沼)	0.10	0.10	
	17 福岡(福岡)	0.10	0.10	
	18 小絹(小絹)	0.10	0.10	
	中学校	19 伊奈(市野深)	0.10	0.10
		20 伊奈東(南太田)	0.14	0.13
		21 谷和原(古川)	0.12	0.13
		22 小絹(絹の台)	0.12	0.11

地区別	施設名称	測定日(6/3~7日)	
		測定値(地上50cm)	測定値(地上1m)
小張	23 総合運動公園	0.12	0.12
	24 常総アイデンティグラウンド	0.07	0.07
	25 消防団第1分団器具置場	0.17	0.17
豊	26 伊奈庁舎	0.11	0.10
	27 県立伊奈高等学校	0.08	0.09
	28 県立伊奈特別支援学校	0.12	0.12
	29 青木コミプラ	0.20	0.18
	30 豊南部地区処理場	0.14	0.14
谷井田	31 谷井田コミュニティセンター	0.15	0.16
	32 中平柳地先	0.13	0.15
三島	33 間宮林蔵記念館	0.23	0.21
	34 山王新田農村公園	0.18	0.17
	35 中島公民館	0.11	0.11
東	36 消防団第4分団器具置場	0.16	0.15
	37 浅間神社	0.18	0.14
板橋	38 さるまい自然公園	0.19	0.17
	39 勤兵衛新田児童公園	0.13	0.12
	40 きらくやまふれあいの丘	0.17	0.16
	41 歴史公園	0.17	0.16
	42 高岡・狸穴処理場	0.16	0.14
	43 板橋コミュニティセンター	0.15	0.13
	44 消防団第6分団器具置場	0.18	0.16
谷原	45 谷和原庁舎	0.12	0.11
	46 下小目処理場	0.18	0.16
	47 上小目中継ポンプ場	0.18	0.16
十和	48 谷和原公民館十和分館	0.14	0.13
	49 城山運動公園	0.13	0.12
	50 樫木農村公園	0.15	0.13
	51 真木集落改善センター	0.12	0.10
福岡	52 谷和原公民館福岡分館	0.12	0.11
	53 福岡塚さくら公園	0.14	0.13
	54 消防本部東部出張所	0.13	0.12
小絹	55 小絹コミュニティセンター	0.15	0.14
	56 西ノ台桜の公園	0.18	0.16
	57 小絹児童クラブ (ふれあいセンター内)	0.17	0.15
	58 絹の台桜公園	0.14	0.14
	59 細代新農村集落センター	0.16	0.14
	60 古民家松本邸	0.22	0.19
	61 絹ふたば文化幼稚園	0.07	0.07
	62 ピジョンランド常総保育園	0.09	0.10
	63 ちびっこハウスエンジェル	0.14	0.13
	64 みらい平ふたばランド 幼稚園・保育園	0.09	0.08
みらい平	65 ちょうちょう公園	0.14	0.15
	66 石の公園	0.12	0.12
	67 てんとうむし公園	0.12	0.13

※2月より第1月曜日週のみ、測定を実施しています。

文化祭参加者募集

市では、11月2日(土)、3日(日)に開催する文化祭に参加する団体、個人の方を募集します。

▼参加資格：市内で文化活動をしている団体・個人

▼参加費用：300円/人(文化協会所属団体は除く)

▼参加部門

○発表の部(団体のみ)

舞踊・民謡・コーラス・ダンス・楽器演奏 など

○展示の部(団体・個人)

手工芸・書道・写真・陶芸・生け花 など

▼会場(次の会場を予定しています)

・きらくやまふれあいの丘世代ふれあいの館

・きらくやまふれあいの丘すこやか福祉館

・谷和原公民館

▼申込用紙：次の窓口に備え付けの申込用紙に必要事項を記

谷和原公民館講座参加者募集

■体験！親子で「レッツダンス」
「シング」ヒップホップを踊ってみよう！

▼日時：7月30日(火) 午後2時～3時

▼対象者：市内在学の小学1年生

成人式を自分たちの手で

成人式実行委員を募集

平成26年1月に開催される成人式に向け、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。

一生に一度の成人式を自分たちの手で企画・運営してみませんか。

▼対象者：平成5年4月2日から平成6年4月1日までに生まれた方で、市成人式に出席される方(同級生に声をかけ、グループで参加されても結構

です)

▼活動期間：8月下旬から平成26年1月まで(月1回程度、実行委員会を開催します)

▼活動内容：成人式の企画・運営など

▼募集人員：25人程度

▼申込締切：7月26日(金)

【申請】教育委員会生涯学習課

☎58・2111(内線9312・9313)

入の上、提出してください。
生涯学習課/伊奈公民館/谷和原公民館

▼申込み期限：7月18日(木)

※8月に全体説明会を実施予定

【申請】市文化協会事務局(教育委員会生涯学習課) ☎58・2111(内線9311)

サマーコンサートinやわら心

生(6年生の親子(2人1組))
▼定員：親子30組
▼費用：保険代として300円
▼講師：高橋麻里子氏

▼日時：7月31日(水) 午前10時30分～正午
▼対象者：市内在住・在勤者
▼定員：30人
▼費用：無料
▼公演者：音の泉の皆さん

【共通事項】

▼受付期間：7月2日(火)～10日(水)

▼月曜日は休館となります。

▼申し込み方法：谷和原公民館窓口のみでの受け付けとなります。

※郵便ハガキをお持ちいただくか、ハガキ代50円をご持参ください。

常総地方広域市町村圏事務組合消防職員募集

常総地方広域市町村圏事務組合消防職員募集

常総地方広域市町村圏事務組合では、平成26年4月1日付採用の消防職員を次のとおり募集します。

▼受験資格：昭和63年4月2日から平成8年4月1日までの生まれで、高等学校卒業またはこれと同程度以上の学力を有する方(平成26年3月卒業見込みの方を含む)。なおかつ、身長160cm以上/体重50kg以上/胸囲1身長のおおむね2分の1以上/視力Ⅱ左右とも0.8以上(矯正含む)で、色覚正常であること/聴力Ⅱ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。

※電話での申し込みはできませんのでご注意ください。

定員を超えた場合は、受験者を抽選にて決定します。(抽選日は、7月12日(金)谷和原公民館にて行います)

▼受験の申し込み：受験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します。また常総広域ホームページからもダウンロードできます。

▼願書受付期間：7月18日(木)から8月7日(水)まで(土、日を除く午前8時30分から午後5時まで)

▼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Ⅱ筆記試験(教養・作文)、体力測定/第二次試験Ⅱ面接試験

▼試験日および試験会場：第一次試験Ⅱ9月22日(日)、県立水海道第一高等学校(常総市水海道亀岡町2543)/第二次試験Ⅱ第一次試験合格者に、後日通知します。

▼合格発表：可否にかかわらず、文書で受験者全員に通知します。

【申請】常総地方広域市町村圏事務組合消防本部 ☎0297・23・0902

【申請】谷和原公民館 ☎52・2141

農業機械および農業生産

施設整備経費の一部を補助

農業の生産性の向上および効率化を図ることにより、農地集積を推進するため、生産組織などが行う農業機械および農業生産施設整備に対し、予算の範囲内で購入に要する経費の一部を補助します。

補助の対象は、農家3戸以上の農業者で組織する団体および農業を営む法人で、生産調整を達成している団体・法人です。

■補助率（消費税を除く）

補助対象経費	農地集積目標区分	補助率
農業機械などの購入 および 農業生産施設整備に 要する経費	10ヘクタール以上	30%以内
	5ヘクタール以上	20%以内
	10ヘクタール未満	10%以内
	1ヘクタール以上	
	5ヘクタール未満	

今年度は、昨年度に実施した

事業仕分けの結果を踏まえ、要綱の一部を改正しました。これにより、農業機械等購入事業および農業生産施設整備事業共に、農地集積目標区分に応じた補助率になります。なお、目標

盗難・不審者にご注意ください

市内で、貨物自動車・トラックターなどの盗難事件が多発しています。

被害にあわないために、カギかけはもちろんのこと

①車体や駐車場に大きな音の出る警報機や人感センサーライトを複数設置する（光と音で警告しましょう）

②GPS装置の取り付け（万が一、盗まれても戻ってくる可能性があります）

③盗難防止器具の取り付け
など二重三重の防犯対策が重要です。

また、市内やその周辺で不審者による被害が発生しています。不審者は、あなたの一瞬のスキを狙っています。被害にあわないために、防犯ブザーの携

の期間については、5年間の計画となります。

■申請場所

谷和原庁舎産業経済課

■申請期限

8月2日(金)

■申請 谷和原庁舎産業経済課

☎ 58・2111（内線8157）

農振除外申請期間のお知らせ

農業振興地域の整備に関する法律に基づく農業振興地域整備計画に定められた農用地区域内の土地を、農用地以外の用途にする場合には、農用地区域から除外する手続きが必要です。

市では、農用地区域内農地の除外申請を次のとおり受け付けます。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。

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の受け付けすることできませんので、事前に産業経済課までご相談ください。

※土、日、祝日は除く

■8月受付期間 8月1日(木)から8月30日(金)まで
■12月受付期間 12月2日(月)から12月27日(金)まで

身近なみどりの整備・保全の提案募集

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・

市農業再生協議会事務所を移転

これまで、市農業再生協議会

では、JA茨城みなみの旧三島支所を事務所として業務を行っていましたが、7月1日(月)より、次のとおり事務所を移転します。ご不便、ご迷惑をおかけいたしますが、よろしくお願いたします。

茨城南部支所

■移転先電話番号：☎58・5747（従前の電話番号と変更ありません）
詳しくは、お問い合わせください。

公共施設・住宅団地周辺の身近なみどりの維持・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。

58 問 谷和原庁舎産業経済課 ☎ 2111（内線8157）

58 問 谷和原庁舎産業経済課 ☎ 2111（内線8153）

市内の出来事

市内小中学校で一貫教育を推進

市では、平成23年度から小絹小学校、小絹中学校でモデル校として先行実施してきた、小中一貫教育を今年度からは市内全小中学校で実施しています。

学校では、①学力の向上（学習過程の不連続）②人間関係の希薄化（規範意識および人間形成能力の低下）③不登校児童生徒の増加（不安定な人間関係および生活環境）④中一ギャップ（中学校生活への抵抗感）などが問題になっています。

これらの問題に対応するため、小中学校間の垣根を低くし、小中学校が同じ方向を向いて学習習慣、生活習慣を確立し、児童の心理的負担を軽減して、安心して9年間を学ぶことができるように、小中一貫教育を推進していきます。

各学校では、市教育重点施策「つくばみらいいきいきプラン」を基に、小中学校の9年間を通して、知・徳・体のバランスのとれた、たくましい児童生徒の育成をめざします。

①小中学校でめざす児童生徒像を共有し、生きる力の育成を図ります。

②小中の接続を円滑にし、学び

の連続性の中で個性を伸ばします。

③小中学校間の教職員の連携と協働を進め、専門性を生かした教育を推進します。

谷和原中学校区

谷和原中学校では「あいさつ日本一」を旗印に、社会性を高め、良好な人間関係づくりを築いていくために、年間を通して谷原小学校・十和小学校・福岡小学校・小張小学校と連携、協力して、合同あいさつ運動を展開しています。6月10日には、中学3年生が各小学校に出向き、小学生とともに、登校する



▷谷原小学校前であいさつ運動を行う児童、生徒たち

児童たちを「おはようございます」と明るくあいさつで迎えました。

小絹中学校区

小絹中学校では、大地震発生と通信手段の断絶を想定して6月10日、小絹小学校と合同の引き渡し避難訓練を実施しました。当日は、午後2時5分に地震が発生したことを想定し、中学生は小学校体育館に一時避難、その後、兄弟のいる教室に行き、保護者の迎えを待ちました。この訓練は、兄弟の安否が一箇所でもわかり保護者への引き渡しができるというねらいと



教室前に集まる生徒や保護者

グラウンド・ゴルフ大会

グラウンド・ゴルフ大会が5月11日、総合運動公園野球場で、91人が参加し開催されました。成績は次のとおりです。

男子の部	優勝	飯島 照夫
	準優勝	西原 功
	第3位	高梨 治男
女子の部	優勝	金河 弥生
	準優勝	松崎 絹子
	第3位	古谷 よし江

【敬称略】



▷入賞された皆さん

話題を提供してください！

伊奈庁舎政策秘書課 ☎ 58-2111 (内線1202~1203)

※紙面の都合上、投稿いただいた情報が必ずしも掲載できるとは限りませんので、ご了承ください。

混合バレーボール大会

混合バレーボール大会が5月



優勝したANGELSの皆さん

12日、総合運動公園体育館で、8チームが参加し開催されました。成績は次のとおりです。

- 優勝 ANGELS
- 準優勝 シルキーズ
- 第3位 TWICE
- クラシマーズ

春季ソフトバレーボール大会

春季ソフトバレーボール大会が5月26日、総合運動公園体育館で、市内外から28チームが参加し開催されました。市内から参加した3チームが各部門で優

勝されました。

- レディース (55歳以上) の部 M & R
- レディースの部 HAPPY CLOVER
- 20歳以上の混合の部 PEACE

少年少女空手道選手権大会

茨城県空手道連盟第13回少年少女空手道選手権大会が5月3日、水戸市の県立武道館で開催され、市体育協会所属剛和会の色川華音さんが、小学生2年女子の部「組手」で優勝し、4年生男子の部「組手」では、飯塚

琉伊さんが準優勝、6年生女子の部「組手」では、田村麗奈さんが3位入賞を果たしました。色川さんと飯塚さんは、8月に東京武道館で開催される全国大会に、茨城県代表として出場します。全国大会での活躍を期待しています。



入賞した皆さん (前列) と剛和会の先生方

ゲートボール選手権大会

ゲートボール選手権大会が4月28日、きらくやまふれあいの丘ゲートボール場で、9チームが参加し開催されました。成績は次のとおりです。

- 優勝 高波チーム
- 準優勝 絹の台チーム
- 第3位 グリーンズチーム



優勝した高波チームの皆さん



優勝した皆さん



情報

お知らせ

— Information —

募 集 し ま す

親子で楽しむ 食育料理教室

市内でも栽培され、たんぱく質やカルシウムたっぷりの「大豆」をテーマに、親子で一緒に栄養のお話を聴いたり、大豆食品を使った調理を体験しながら、おいしく、楽しく学べる食育料理教室を開催します。望ましい食習慣を身につけてほしい大切なこの時期に、親子で参加して食の大切さを実感してください。

- ◇親子クッキング教室(小学生)
 - ▼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 ①7月20日(日) 午前10時～午後2時 ②8月2日(金) 午前10時～午後2時
 - ▼会場 谷和原保健福祉センター
 - ▼メニュー おからハンバーグ、もやしサラダ、油揚げのみそ汁
 - ▼費用 2,000円/人
 - ▼定員 各日20人ずつ(先着順)
 - ▼申込期間 7月1日(月)～3日(水)
 - ※①または②のどちらか一方をお選びください。
- ◇コアラクッキング教室(3歳～未就学児)
 - ▼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 ①7月31日(水) 午前10時～午後2時 ②8月10日(日) 午前10時～午後2時
 - ▼会場 谷和原保健福祉センター
 - ▼メニュー くるくる肉巻き食パン、カラフルサラダ、お豆のスープ
 - ▼費用 2,000円/人
 - ▼定員 各日20人ずつ(先着順)
 - ▼申込期間 7月8日(月)～10日(水)
 - ※①または②のどちらか一方をお選びください。

事業仕分け ～今年も実施します～

市では昨年度に引き続き、3回目となる事業仕分けを実施します。限りある財源を有効活用することをはじめ、市民感覚、民間の発想をもとに外部の視点から事務事業を評価し、現在取り組んでいる事業について、必要性や実施主体のあり方などを再検討することを目的としています。

当日は、会場を公開し、どなたでも傍聴することができますので、皆様のご来場をお待ちしています。

【日時】7月27日(土) 午前9時～午後5時(予定)

【場所】谷和原公民館(大会議室)

問 伊奈庁舎企画課 ☎58-2111 (内線1221)

申問 健康増進課(谷和原保健福祉センター内) ☎25-2100

健康な体は食事から ヘルシークッキング教室

時間をかけずにおいしくヘルシーなメニューを調理実習してみませんか。料理が苦手な方もお気軽にご参加ください。今回のテーマは「免疫力を高める食事」です。

▼日時 7月29日(月) 午前10時～午後1時

▼会場 谷和原保健福祉センター
▼メニュー 豚肉のねぎみそ焼き、ごぼうとこんにゃくの含め煮、すりおろしれんこんスープ

▼費用 2,000円/人
▼定員 20人(申込多数の場合は抽選)
▼申込期限 7月12日(金)

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

谷和原テニスクラブ 入会者募集

谷和原テニスクラブは、谷和原と名前が付いていますが、テニスを通して市のスポーツ推進に協力している団体です。

日ごろの運動不足を気にしている方、トレーニングに汗を流されている方も多いと思いますが、屋外でのスポーツの爽快さは格別です。

当クラブは初級者から中級者まで、広々とした環境で毎週土曜日、日曜日に練習とゲームをしています。

テニスに興味ある方は、ぜひご連絡ください。見学参加も随時受け付けています。

▼申込期間 随時
▼練習日時 土曜、日曜の午後

1時～5時

▼場所 古川テニスコート

▼会費 6000円/年

▼対象者 市内在住、在勤者

▼**申問** スポーツ推進室 ☎25

・4005/友森 ☎090・

4968・3432/布施 ☎

090・4363・2843

ご利用ください

常陽銀行 年金相談

常陽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、無料でご相談に応じ、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ください。

◎予約電話 ☎58・5552

▼日時 7月4日(木) 午前10時

午後3時

▼場所 常陽銀行伊奈支店

▼**申問** 常陽銀行年金センター

☎029・300・2844

谷和原郵便局 年金相談

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ください。

▼日時 7月21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。

▼**申問** 谷和原郵便局 ☎52・2001

中学生議会を開催!

市内の中学生12人が議会議員となり、市の執行部に一般質問を行う模擬議会を開催します。中学生の皆さんが、行政への疑問や思いを質問し、市政を熱く語ります。

中学生が議会体験を通じ、市(地方自治)の仕組みや市議会の役割を学習し、市政や市議会への関心を深め、まちづくりへの参加意欲を高めてもらうとともに、今後の学校教育や生徒会活動に役立ててもらうことを目的に行うものです。ぜひ、傍聴ください。

- 日時 7月22日(月) 午後2時開始(予定)
- 会場 市議会議事堂(谷和原庁舎3階)
- ご注意 傍聴席には限りがあります。傍聴席に入りきれない場合は、庁内の会議室などでモニター観覧になることをあらかじめご了承ください。

お知らせします

人権講演会開催

人間が生まれながらにして持っている、自分らしく幸福に生きる権利が人権ですが、現在も偏見や差別、いじめといった多くの人権問題があります。教育委員会生涯学習課では、その問題解決の一助となり、人権に対する正しい理解と認識を深めていただけるよう、今回は、子どもの人権についての講演会を開催します。皆さんのご来場を心からお待ちしています。

▼日時 8月10日(土) 午前10時

30分～正午

▼場所 谷和原公民館

▼講師 幸島美智子氏

▼演題 子どもの人権について

考える 親と子どもたちの絆をよりいっそうふかめるために

▼参加申込 不要

▼定員 150人

▼入場料 無料

▼**問** 教育委員会生涯学習課 ☎58・2111(内線9315)

農業委員会各種申請

7月の各種申請の受付期間は次のとおりです。

▼受付期間 7月10日(水)～12日(金)

※定例総会は、7月25日(木)の予定です。

▼**申問** 谷和原庁舎農業委員会

事務局 ☎58・2111(内線

8120)8122)

出会いをサポート 嫁に來ないか

結婚したいが、異性と出会う機会がなかなかない:

身の回りで結婚をお世話してくれる人がいなくなった:

真剣に結婚や出会いを希望している方は、まずは、市に登録してみませんか?

結婚相談、お相手探し、イベント情報の提供などあなたの結婚をサポートします。まずは、一步踏み出してみませんか。

市ホームページ婚活(嫁に來ないか)にて、詳細説明や、申請書などがダウンロードできます。

▼**申問** 谷和原庁舎市民サポート課 ☎58・2111(内線

8141)

外国人住民の方についても 住基ネットが運用開始

7月8日(月)から、外国人住民の方についても住民基本台帳ネットワークシステム(住基ネット)の運用が開始されます。これにより、外国人住民の方は(次ページへ)

～おかしな電話勧誘を受けた時は、市消費生活センター(☎25-3288)までご連絡ください～

住民登録地の市区町村で住民基本台帳カード(住基カード)の交付や公的個人認証サービス(電子証明書)などを受けることができるようになります。(別途手数料がかかります)

また、住基ネットの運用開始後に外国人住民の方へ住民票コードを通知する予定です。
参考URL(総務省)
http://www.soumu.go.jp/main_sosiki/jichi_gyousei/c-gyousei/pdf/121130_01.pdf

問 伊奈庁舎市民窓口課 ☎58-2111(内線1113)

みんなで夏を楽しもう! なつまつり開催

知的・発達障がいのある支援の必要な子どもたちと、ゲームをしたり冷たいものを食べながら触れ合ってみませんか?どなたでもお気軽にご参加ください。
▼日時 7月21日(日) 午前9時30分〜正午

▼場所 谷和原公民館
▼内容 うちわ作りやミニゲーム、かき氷など
▼持ち物 上履き、タオル、飲み物

▼主催 伊奈特別支援学校つくばみらい地区会

申問 社会福祉協議会ボランティア市民活動センター ☎25-2101

夏の交通事故防止 県民運動

7月20日(土)から8月20日(火)までの32日間、夏の交通事故防止県民運動が実施されます。この時期は、学校が夏休み期間に入ることに伴う児童・生徒の交通事故が心配されるとともに、夏の開放感や暑さからくる疲労など、注意力の低下に伴う交通事故の多発が懸念されます。

県民一人ひとりが交通安全について考え、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの向上に取り組み、交通事故を防止していきましょう。

人工肛門、人工ぼうこう の方の勉強会

日本オストミー協会茨城県支部では、人工肛門・人工ぼうこうの方のための勉強会を開催します。(茨城県委託事業)

▼日時 8月4日(日) 午前10時〜午後2時30分

▼会場 牛久市中央生涯学習センター(牛久市柏田町1606-1/029-871-2300 無料駐車完備)

▼会費 1000円(弁当代他)
▼内容 日常の手入れ方法、夏の対策、老後の対策、医療ソーシャルワーカーの制度説明、装具の実物展示、悩み事・困

問 自衛隊龍ヶ崎地域事務所 ☎0297-64-3351

自衛官募集

受験種目	自衛官候補生	一般曹候補生	航空学生
受験資格	平成26年4月1日現在、18歳以上27歳未満の方		平成26年4月1日現在、高卒(見込含)21歳未満の方
受付期間	・男子：通年 ・女子：8月1日(日)〜9月6日(金)	8月1日(日)〜9月6日(金)	
試験期日	・男子：受付時にお知らせします。 ・女子：9月22日(日)〜26日(木)の間の指定する1日	・1次 9月16日(日)、17日(火)のいずれか指定する1日 ・2次 10月5日(土)〜11日(金)の間の指定する1日	・1次：9月21日(土) ・2次：10月12日(土)〜17日(木)の間の指定する1日 ・3次：11月9日(土)〜12月12日(木)の間の指定する1日
場所	別途各人に通知します。		

福祉・介護職場 就職相談会開催

福祉・介護職場への就労を希望する方を対象に、茨城県社会福祉協議会が就職相談会を開催します。

▼日時 7月24日(水)／8月28日(水)／9月25日(水)／10月23日(水)

▼方法 電話による事前予約制
▼費用 無料

り事の相談他
▼申し込み方法 事前にお電話でお申し込みください。
▼申込期限 7月29日(月)
申問 公益社団法人日本オストミー協会茨城県支部 山之内 ☎0297-62-7463
▼場所 茨城県つくばみらい市神生530)
▼内容 求職に関する相談／福祉の仕事・資格などの相談／求人に関する相談
▼対象 福祉の職場に就職を希望する方／福祉の仕事・資格取得に関心のある方／求人事業所の方

申請 茨城県社会福祉協議会
茨城県福祉人材センター ☎
029・244・4544

警備業務技能講習会

▼対象 1 つくばみらい市または近隣市にお住まいの、55歳以上で公共職業安定所に求職登録をし「ハローワークカード」をお持ちの方

▼日時 7月12日(金)～23日(火)
(土、日、祝日を除き面接会を含む全7日間出席できる方)
講習時間：午前9時30分～午後4時30分

▼内容 警備業務全般（施設警備・交通誘導など）および救急法基礎講習

※講習最終日に面接会を開催
▼場所 常総市シルバー人材センター（常総市水海道天満町2472）

▼費用 無料（会場までの交通費・昼食は自己負担になります）

▼定員 20人（書類選考の上、就職意欲の強い方を優先的に決定します。趣味・教養のための申し込みでない方。申込者が定員の半数以下の場合、中止することがあります）

▼申込期限 6月28日(金)まで（延長の場合あり） 午前9時～午後5時（土、日を除く）の間に、ハローワークカードおよび運転免許証など本人が

確認できるものをお持ちの上、市シルバー人材センターへお申し込みください。

※申込書は同センターにあります。

申請 市シルバー人材センター
古川1015・1 ☎25・2102

税理士による 無料税務相談会

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。予約制となりますので、事前に電話でご連絡をお願いします。

▼日時 7月9日(火)・23日(火)
※1人、40分程度

▼場所 関東信越税理士会土浦支部税務相談所（土浦市東真鍋町2・5 土浦市民会館東隣）

※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。

申請 関東信越税理士会土浦支部 ☎029・824・5055

茨城県不妊専門 相談センター

「グループ（おしゃべり会）」

不妊治療を受けている（受けていた）なかで「仕事と治療の両立について他の人はどうしているのだろうか?」「ご家族・友人には治療のことを伝えている

のかな?」「わかってもらえなくて辛かった」など、同じ悩みを感じている人と話をしたい、話しを聞いてみたい人たちのグループカウンセリングを実施します。

▼日時 ①7月28日(日)②9月22日(日)③11月24日(日)④平成26年1月26日(日) ともに午後2時20分～4時20分

▼会場 茨城県三の丸庁舎（旧県庁） 1階相談室101

▼内容 ①不妊治療を初めて間もない女性②不妊に悩む女性

③治療をやめたが悩んでいる女性④不妊症に悩む女性

▼定員 10人

▼プログラム 受付：午後2時20分～35分/プレマタニティ

ビクス：午後2時35分～50分
/グループカウンセリング：午後2時50分～4時20分

▼スタッフ 茨城県不妊専門相談センターの助産師・不妊カウンセラー

▼参加費 無料

▼参加方法 開催日の前々日（2日前）までにお電話にてお申込みください。

申請 茨城県産婦人科医会 ☎029・241・1130（不妊相談センター専用電話）

月～金曜日 午前9時～午後3時
ホームページ <http://www.ihaojip>

「高次脳機能障がい
ご存じですか?」

頭を強くぶついたり、脳卒中などの病気で倒れた後に「新しいことが覚えられない」「人が変わった」「今までと違う」ということを感じたら、高次脳機能障がいかもしれません。

この障がいは、外見からはわかりづらく、まわりから見過ごされたり、本人も気づかないことがあります。

県立リハビリテーションセンターでは、専任の支援コーディネーターによる相談、自立訓練や就労移行支援などの訓練を行っています。お気軽にご相談ください。

問 茨城県立リハビリテーションセンター ☎0296・78・2605（高次脳機能障がい支援相談専用）

**県立農業大学校
学生募集**

専修学校であり、大学への編入学の受験資格が得られます。

県立農業大学校では、高校等卒業生（もしくは見込者）を対象に、農業部（農学科40人・畜産学科10人）、園芸部（園芸学科30人）の学生を募集します。

また、農業大学校卒業生、短期大学等の卒業生（もしくは見込者）も募集します。

込者)を対象として、研究科(作物・園芸・畜産の専攻コース)10人を募集します。

▼入学願書の受付期間

・推薦入学(各学科)：10月1日(火)～16日(水)

・一般入学、前期(各学科)：12月11日(水)～平成26年1月10日(金)

・一般入学、後期(各学科)：平成26年2月7日(金)～26日(水)

・研究科：10月1日(火)～16日(水)

▼入学試験日

・推薦入学(各学科)：10月25日(金)

・一般入学、前期(各学科)：平成26年2月4日(火)

・一般入学、後期(各学科)：平成26年3月5日(水)

・研究科：10月25日(金)

▼県立農業大学校 ☎029-292-0010 FAX 029-292-0903 農大ホームページ <http://www.pref.ibaraki.jp/nourin/nodai/>

裁判所職員

採用一般職試験

▼受付期間 7月16日(火)～25日(水) (消印有効)

※申込書は、必ず簡易書留郵便で提出してください。

▼受験資格 平成25年4月1日において、高等学校卒業後2年以内の方および平成26年3月までに高等学校を卒業する

見込みの方

▼試験日 ①第一試験日：9月15日(日) ②第二試験日：10月中旬から下旬

▼試験科目 ①基礎能力試験(多肢選択式)、作文試験 ②人物試験(個別面接)

▼申請 水戸地方裁判所事務局 総務課人事第一係 ☎029-224-8421 ホームページ <http://www.courts.go.jp/>

第9回「コミセンまつり」

小絹地域で行われる楽しい催しです。市内の小中学校や各音楽サークルなどが出演します。ぜひお越しください。

▼日時 7月7日(日) 午後1時～5時20分

▼場所 小絹コミュニティセンター

▼主催 コミセンまつり実行委員会(代表「音の泉」)

▼出演 小絹中学校吹奏楽部 / いなば書道教室 / 小絹小学校合唱団 / ひまわりコーラス / おはなし会「たんぼぼけつと」 / クラリネットアンサンブル / 「グリーンリリーフ」 / 谷和原幼稚園長廣瀬先生による人形劇 / コーラスしゃぼん玉 / オカリナサークル「つくば音」 / 太極拳「やわら太極の会」 / フルートと歌とピアノ「音の泉」 / 楽しいハーモニカ /

大正琴を楽しむ会

※駐車場がせまいので、徒歩、自転車でお越しください。

▼音の泉 ☎52-7524

多重債務

相談窓口を開設

水戸財務事務所では、多重債務に陥ってしまった方からの相談を受けています。状況をお聞きし、債務整理方法のアドバイスや、必要に応じ法律の専門家への引き継ぎも行っています。一人で悩まず、お電話ください。相談無料。

▼事務所 財務省関東財務局水戸財務専用ダイヤル029-221-3190 平日午前8時30分～正午、午後1時～4時30分

国立環境研究所

「夏の大公開」開催

普段は見ることができない施設を公開するほか、パネル展示、体験型イベントや「国立環境研究所絵画コンテスト」応募作品の展示など、さまざまな企画を多数準備しています。

※来場者にはオリジナルエコバックをプレゼント。

▼日時 7月20日(日) 午前9時30分～午後4時

▼国立環境研究所企画部広報室 (つくば市小野川16-2) ☎

大正琴体験コンサート

演歌からポップス、ジャズまで、いろいろな曲を演奏します。大正琴の世界が変わります。興味のある方はぜひいらしてください。男性の方、大正琴をやってみませんか? 大歓迎!

▼日時 ①7月9日(火) ②12日(金) ①②午前10時30分

▼場所 ①板橋コミュニティセンター ②小絹コミュニティセンター

▼申し込み 土屋 ☎090-7284-1049

第6回 親子サマーコンサート

地元の子どもたちに生の音色を! 地元プロ音楽家によるさまざまな楽器の演奏です。皆さまぜひお越しください。

▼日時 7月13日(日) 午後2時開演 (午後1時30分開場)

▼場所 さらくやまふれあいの丘世代ふれあいの館(神生530)

▼料金 中学生以上：1000円 / 小学生以下：500円 (収益の一部は、東日本大震災被災地への寄附とさせていただきます)

▼問い合わせ <http://www.nies.go.jp/>

子どもおもしろサイエンス倶楽部

子ども科学・ものづくり塾

今回は先生方と近くの池や小川に出かけ、網を使ったり水を汲んだりして、その中の生き物たちを顕微鏡でのぞいてみようという楽しい講座です。専門の先生方が解りやすく教えてくれますので、安心してご参加ください。

▼日時 7月21日(日) 午後1時30分

▼場所 取手市福祉交流センター1階会議室A・B

▼対象 小学生40人(親子での参加も可)

▼講師 加地浩成氏(つくばエクスプレスセンター講師、学術博士)

▼参加費 700円(教材費別途)

▼応募 〓氏名(ふりがな)、住所、電話番号(あればFAX、E-mailも)、年齢、学校名、学年をお知らせください。

▼申し込み NPO次世代教育センター事務局 ☎090-3137-5511 FAX0297-78-7310 E-mail: jisedai@jcom.home.ne.jp

図書館だより

楽しもう！絵本&おてて絵本

絵本作家サトシさんやってきました！

- ▼日時：8月16日(金) 午後2時
～(1時間半くらい)
- ▼会場：図書館(本館) 2階会議室
- ▼定員：市内在住の親子60人
(申込順。定員になり次第締切ります)
- ▼申込受付：7月2日(火)から
本館の電話またはカウンターで受け付けします。
- ▼講演会終了後、サイン本の即売会を予定しています。

【講師紹介】
1962年新潟県出身。絵本

作家(元コピーライター)。「おてて絵本普及協会」設立。新しい親子遊び「おてて絵本」の普及と子どもたちの「おてて絵本」ストーリーの採取・紹介に力を入れています。著作に、絵本「うんこ！」(絵：西村敏雄 文：文堂)「とこやにいったライオン」(絵：おくはらゆめ 教育画劇)などがあります。

本を探してポイントカードで ポイントを集めてみませんか？

下記の期間、希望者に「ポイントカード」を配布しています。図書館(本館・分館)を利用するごとに、スタンプを押します(1日1回)。※ポイントカード、スタンプはカウンターで受け付けをしています。

- ▼実施期間：7月16日(火)～9月8日(日)まで
- ▼対象：3歳くらいから小学校6年生まで

課題図書の貸出・予約について ～ご協力ください～

7・8月は課題図書の貸出・予約が集中しますので、貸出期間・予約方法は、より多くの人に利用してもらうため、下記のとおりとさせていただきます。

- ▼実施期間：7月2日(火)～8月31日(土)
- 貸出：1人1冊 1週間(延長はできません)
- 予約：窓口でのみの受付
- ※電話・インターネットからの予約はできません。

夏休み映画会を開催します

親子で楽しめる映画を上映します。入場無料でどなたでもご覧いただけます。申し込みは必要ありません。当日は先着順の自由席になり、出入りも自由です。

■場所：図書館(本館) 2階視聴覚室(63席)

日程	時間	上映作品
8月4日(日)	午後2時～2時53分 (開場：午後1時30分)	チップとデール りすのいたずら合戦
	午後4時～4時53分 (開場：午後3時30分)	
8月11日(日)	午後2時～2時50分 (開場：午後1時30分)	おじゃる丸 満月ロード危機一髪
	10分休憩	
8月25日(日)	午後3時～3時50分	銀河がマロを呼んでいる ふたりのねがい星
	午後2時～2時45分 (開場：午後1時30分)	ハローキティとオズの魔法の国
	15分休憩	
	午後3時～3時39分	恐竜大研究

図書館休館日

7月1日(月) 8日(月)
15日(月) 22日(月)
26日(金) 29日(月)

おはなし会

7月13日(土) 虹の会
27日(土) 図書館
午後2時
3歳ぐらゐから

開館時間

午前10時～午後6時

図書館へのお問い合わせ

みんなのとしよかん
☎58-3710



介護一次予防事業

生き生きクラブ参加者募集!

いつまでもイキイキとした生活を送るために、「介護予防（介護が必要な状態にならないようにすること）」に取り組んでみませんか？シルバリーハビリ体操指導士が、介護予防のために考えられた【いきいきヘルス体操】（日常生活に欠かせない動作を楽に行えるようにするもの）で、座りながらでもできる体操）や【いきいきヘルスいっぽつ体操】（体の柔軟性を高めたりする体操）を行います。肩こり・腰痛・膝痛・転倒などを一緒に楽しく予防していきましょう。

【いきいきヘルス体操】【いきいきヘルスいっぽつ体操】は、誰でも簡単に自宅でもできる体操ですので、体力に自信がない方も安心して参加できます。また、仲間作りや気分転換したい方の参加も大歓迎です。

▼開催場所：谷和原公民館
▼開催日時：毎週火曜日（9月上旬～3月下旬）／午前9時45分～11時30分
受付は、午前9時15分から開始し、希望者のみ血圧測定を行います。

お申し込みいただいた方には、後日詳しい案内を郵送します。

簡単な体操ですが、念のため病気にかかられている方は、かかりつけの医師に参加の可否をご確認ください。

▼対象者：市内に住んでいる65歳以上の方

▼定員：50人

※定員になり次第締め切りますので、あらかじめご了承ください。

▼参加費：無料

介護者家族会「かるがも」

介護者家族会「かるがも」では、介護者、介護経験者が集まり、仲間同士の交流と情報交換の場を提供しています。

毎日の介護で感じている不安や不満など、「かるがも」で共有したり、普段の介護を忘れるひと時をもちませんか？

▼日時：7月12日（金） 午前10時～午後3時

▼内容：介護者同士の交流・情報交換など

▼送迎：有

※送迎できる人数に限りがあります。停留所・時間は、後日お知らせします。

※駐車場に限りがありますので、自家用車でお越しの方は、できるだけ乗り合わせてお越しください。

▼申込期間：7月16日（火）～8月9日（金）（土、日を除く）

▼申込先：介護福祉課（伊奈庁舎1階）窓口または電話でお申し込みください。

58 申問 伊奈庁舎介護福祉課 ☎ 2111（内線1175）

問 伊奈庁舎介護福祉課 ☎ 58 2111（内線1175）

くらしのQ&A

訪問購入のルール

Q

自宅を訪問して貴金属などを買い取る「訪問購入」のルールができたと言いましたが、どんな内容ですか。（60代女性）

A

特定商取引法が改正され、新たにルールができました。主なルールを紹介します。

1 事業者は、飛び込みの勧誘ができなくなりしました。

● 査定のみを依頼した場合に査定を超えた勧誘、依頼した品以外の買取り、断った人への勧誘も禁止です。

2 事業者は、書面を交付しなければなりません。

● 連絡先、物品の種類、買取り価格、クーリング・オフ、クーリング・オフ期間中は物品の引渡し拒否できることを記載した書面が交付されます。

売却はよく考えて

3 消費者は、クーリング・オフができます。

● 書面を受け取ってから8日間は、無条件で契約の解除ができ、事業者が物品を第3者に引き渡した場合は、その情報が消費者に通知されます。

ただし、自動車（二輪を除く）、本、CDやDVD、ゲームソフト類、家具、有価証券、家電（持ち運びが簡単なものを除く）は、規制の対象外です。

買取りを依頼する前に、よく考えましょう。詳しくは、市消費生活センターまでお問い合わせください。



問 市消費生活センター（谷和原庁舎1階） ☎ 25 3288

楽・楽フィットネス教室に 参加してみませんか？

「毎日忙しい」、「運動はちょっと苦手」、「でも健康になりたい」、そんな皆さんのために、健康増進課では、楽・楽フィットネス教室を開催します。この教室は、生活習慣病予防に必要な運動の知識の習得と運動の継続を目標に、実際に身体を動かしながらご自分にあった運動を身につけていきます。

内容は、健康増進室を利用し、バランスボールやチューブ、マシンを活用した筋トレ、有酸素運動と自分自身で行える身体のメンテナンス法になります。ぜひご参加ください。

申 問 健康増進課（谷和原保健福祉センター内） ☎25 - 2100




■参加できる方

市内に住所のある18歳以上66歳以下の方

※下記の日程すべてに参加可能な方

※医師から運動を禁止されていない方

■日時・内容

	日程	時間	内容	
第1回	9月2日(月)	午前9時20分～ 11時45分	血圧・体重・体脂肪測定 体力テスト、健康増進室利用について	
第2回	9月9日(月)		血圧・体重・体脂肪測定 運動指導（筋トレ・ダンベル運動およびマシン）、セルフメンテナンスワンポイント講座	
第3回	9月30日(月)		血圧・体重・体脂肪測定 運動指導（筋トレ・チューブ運動およびマシン）、セルフメンテナンスワンポイント講座	
第4回	10月7日(月)		血圧・体重・体脂肪測定 運動指導（筋トレ・バランスボール運動およびマシン）、セルフメンテナンスワンポイント講座	
第5回	10月23日(水)			血圧・体重測定 運動指導（身体メンテナンス法および筋コンディショニング法）
第6回	11月25日(月)			血圧・体重・体脂肪測定、体力テスト、運動指導（フットセラピー）

■場 所 谷和原保健福祉センターおよび谷和原公民館

■定 員 30人（先着順）

■講 師 健康運動指導士 おかの ようすけ 岡野 陽介氏（株式会社ビート）

■参加料 無料

■申し込み

(1) 申込先 健康増進課（谷和原保健福祉センター）

☎25 - 2100

(2) 申込期間 7月8日(月)～31日(水)

午前8時30分～午後5時15分（土・日・祝日を除く）

毎日の生活に運動の
習慣を取り入れよう！



定期予防接種を 受けるときの注意

接種場所

定期予防接種は、住民票がある市区町村で受けることが原則です。接種日当日に、つくばみらい市に住民票のない場合（接種日当日の異動も含む）は、公費で接種できません。全額自己負担となります。

年齢の考え方

年齢に関する法律では「誕生日の前日」に1つ歳をとることになっていきます。

《から、至るまでの間》

ヒブ、小児用肺炎球菌、BCG、四種混合、MR第1期、日本脳炎第1期の各予防接種は、定められた月齢になる当日まで接種できます。

（例）平成24年4月2日生まれのお子さんの場合

生後12月から生後24月に至るまでの間（MR第1期）の考え方

方：1歳の誕生日の前日～2歳の誕生日の前日、つまり、平成25年4月1日当日から平成26年4月1日当日までが対象になります。

ます。

《以上、未満》

日本脳炎第2期、DT第2期の各予防接種は、定められた年齢になる当日は期間外となり接種できず、定められた年齢になる前日まで接種できます。

（例）平成24年4月2日生まれのお子さんの場合

11歳以上13歳未満（DT第2期）の考え方

：11歳の誕生日の前日～13歳の誕生日前々日、つまり、平成35年4月1日当日から平成37年3月31日当日までが対象となります。

予防接種について

理解しましょう

小冊子「予防接種と子どもの健康」を読んで、予防接種の必要性、効果、副反応などについて理解しておきましょう。小冊子を紛失された方は、谷和原保健福祉センターで再交付できます。

※定期予防接種の協力医療機関

8月に実施するみらい健診①（予約制・胃がん検診あり）

実施日	会場	申込期間	健診当日受付時間
8月3日(土)	伊奈公民館※	7月16日(火)～19日(金)	①午前7時～7時30分 ②午前8時～8時30分 ③午前9時～9時30分 ④午前10時～10時30分
8月8日(木)	谷和原保健福祉センター		※①～④より選択してください。 ※各時間50人まで

※伊奈公民館は、2階で健診を行います。



10月末から実施するみらい健診②には、胃がん検診の項目は含まれていません。胃がん検診をご希望の方は、ぜひ8月のみらい健診①をお申し込みください。

胃がん検診をご希望の方へ

みらい健診①では、基本健康診査・特定健康診査・後期高齢者の健康診査のほかに、肺・胃・大腸・前立腺の各がん検診も実施しています。がん検診は、ご加入の健康保険の種類に関係なく受診することができます。

みらい健診①を受けましょー！

など詳細については、市ホームページまたは市健康管理予定表でご確認ください。

未成年者は原則 保護者の同伴が必要

予防接種は、体調のよいときにお子さんの健康状態を確認し、責任をもって予診票に記入しに受けましょう。保護者とは、

親権を行う者または後見人になります。やむを得ない事情で保護者が同伴できない場合は、委任状が必要です。事前に保護者が委任状を記入し、接種日当日同伴する親族が医療機関にご持参ください。また、13歳以上の方が、保護者の同伴なしに予防接種を受けるには、同意書も必要になります。

※同意書は、健康増進課窓口、委任状は、健康増進課窓口、協力医療機関窓口でお受け取りになるか、または市ホームページからダウンロードしてご利用ください。

みらい健診①申し込み方法

- 申込受付専用電話
☎25-2983
(につこり つくばみらい)
- 谷和原保健福祉センター窓口
- 申込受付時間：午前9時～午後5時（土、日、祝日を除く）
- ※右記以外の方法による受付は行いません。また、同一世帯のご家族以外の申込受付はできません。
- ※受付開始30分は、電話が集中し大変かかりにくくなります。
- ※申込期間中であっても、定員になり次第締め切らせていただきます。ご了承ください。
- ※各検診の対象者、負担額などは、平成25年度健康管理予定表や市ホームページをご確認ください。

問 健康増進課（谷和原保健福祉センター内） ☎25-2100

問 健康増進課（谷和原保健福祉センター内） ☎25-2100

保健だより

【健康増進室8月スケジュール】

健康増進室のご利用案内

- 火～土…午前9時～午後8時30分
- 日曜日…午前9時30分～午後7時30分(月曜日休室)
- 料 金…1回あたり150円(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※1」を受けてください。

	期 日	開始時間	使用料
健康増進室 利用講習会※1 (1時間30分程度)	2日(金)	午後1時	無料
	4日(日)	午後1時	
	23日(金)	午後6時30分	
	31日(土)	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。
- 定員＝各日8人(予約制)
- 申し込み方法＝電話または窓口で直接お申し込みください。申し込みは、本人、家族のみです。

	期 日	開始時間	使用料
肩こり・ 腰痛体操 (1時間程度)	6日(火)	午前11時	150円
	13日(火)		
	20日(火)		
	27日(火)		
バランスボール・ シェイプアップ (1時間程度)	7日(水)	午前11時	150円
	14日(水)		
	21日(水)		
チューブ運動 (1時間程度)	1日(木)	午前11時	150円
	8日(木)		
	22日(木)		
	29日(木)		
バランスボール・ リフレッシュ (1時間程度)	2日(金)	午前11時	150円
	16日(金)		
	23日(金)		
	30日(金)		

- ◎ミニ教室※2の使用料には、健康増進室使用料を含みます。
- 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(予約制・定員になり次第終了)
- 申し込み方法＝電話でお申し込みください。2日目以降は窓口でも可。申し込みは、本人、家族のみです。(都合により、休講または変更する場合があります)※バランスボールはどちらか一方

<講習・ミニ教室申込期間>

7月11日(木)から受け付けます。(土・日・祝日を除く)
午前8時30分～午後5時15分

①健康増進課 ☎25-2100

～がん対策室通信～

肝炎は原因により、ウイルス性肝炎、薬剤性肝炎、アルコール性肝炎、自己免疫性肝炎の4種類に分けられます。そこで、今回は日本で1番多い、ウイルス性肝炎のお話です。

ウイルス性肝炎とは、肝炎ウイルスに感染して、肝臓の細胞が壊れていく病気です。本来、肝臓は再生能力が高く、例えば、手術でその半分以上を切り取っても、元の大きさまで再生できるほど丈夫な臓器ですが、この病気になると徐々に肝臓の機能が失われていき、ついには肝硬変や肝がんといった、再生すらも不可能な病気に進行してしまいます。

肝炎ウイルスにはA・B・C・D・E型の5種類があります。詳しい症状とそれを起こしやすいい肝炎ウイルスの型は、次のとおりです。

- 1 急性肝炎：A型、B型、E型肝炎によるものが多い。急速に肝細胞が破壊されるために、発熱、全身倦怠感、黄疸などの症状があるが、自然経過で治癒することが多い。
- 2 劇症肝炎：急性肝炎のうち、発症から8週間以内に高度の肝機能障害を起こし、脳症などを併発するため集中的な医学管理を要する。生存率は30%程といわれる。
- 3 慢性肝炎：B型、C型肝炎

ウイルスによるものが多い。長期間にわたり軽度の肝障害が続く。徐々に肝臓が線維化し、肝硬変や肝臓がんに至ることがある。

肝炎ウイルスのうち、B型およびC型肝炎ウイルスの国内患者・感染者は合わせて300万人を超えており、国内最大の感染症とも言われています。

市では、みらい健診や医療機関検診で「40～74歳で、今までに肝炎ウイルス検診を市の検診で受けたことがない方」を対象に、B型およびC型肝炎ウイルス検診を実施しています。受診されたことがない方は、ぜひ検討されてはいかがでしょうか。

保健カレンダー(7月)

○子どもの健診・教室など

会場：谷和原保健福祉センター

事業名	期 日	時 間	対 象
3～4カ月児健診	10日(水)	午後1時～2時	平成25年3月生
1歳6カ月児健診	17日(水)	午後1時～2時	平成23年12月生
2歳児歯科健診	11日(木)	午後1時～2時	平成23年6月生
3歳児健診	30日(火)	午後1時～2時	平成22年5月生
パパママ教室(予約制)	27日(土)	午前9時～正午	妊娠中の夫婦
離乳食教室(前半)	4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)※	9日(火)	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。

○相 談

	日 時	会 場
移動健康相談(予約不要)	10日(水) 午前9時30分～11時30分	弥柳第2公民館 ※車での来場はご遠慮ください。
こころの健康相談(予約制)	3日(水) 午後1時30分～3時30分	谷和原保健福祉センター

※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。

粗大ごみ収集・申込日（7月）

地区	収集日	申込日
小張・豊、小絹、絹の台	7月10日(水)	7月1日(月)～3日(水)
板橋、紫峰ヶ丘・富士見ヶ丘	7月17日(水)	7月8日(月)～10日(水)
三島・東、谷原、陽光台	7月24日(水)	7月16日(火)～17日(水)
谷井田、福岡・十和	8月7日(水)	7月29日(月)～31日(水)

※申し込み専用 ☎ 52-3152 午前9時から午後5時まで

休日当番病院（7月）

日	病院名	所在地	連絡先
7日(日)	きぬ医師会病院	常総市	0297-23-1771
14日(日)	宗仁会病院	取手市	0297-85-8341
15日(祝)	きぬ医師会病院	常総市	0297-23-1771
21日(日)	JAとりで総合医療センター	取手市	0297-74-5551
28日(日)	取手医師会病院	取手市	0297-78-6111

小児科救急当番病院（7月）

日	病院名	所在地	連絡先
毎週水曜日	総合守谷第一病院	守谷市	0297-45-5111
水曜日以外	JAとりで総合医療センター	取手市	0297-74-5551

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）

日曜日開庁のお知らせ（7月）

谷和原庁舎	7日・21日
伊奈庁舎	14日・28日

開庁時間：午前8時30分から正午まで

業務内容：窓口業務の一部（下記のとおり）

【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
市税、各種使用料および手数料など（納付書持参
の場合のみ）の収納

【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
申請などの手続きはできません。

なお、第2第4日曜日の開庁時間のみパスポート
の交付が可能です。

問い合わせ先：市民窓口課 ☎58-2111

伊奈庁舎（内線1111～1115）

谷和原庁舎（内線8110～8112）

市社会福祉協議会心配ごと相談（7月）

- 7月2日(火) 法律相談(弁)・・・谷和原保健福祉センター
9日(火) 法律相談(弁)・・・すこやか福祉館
16日(火) 法律相談(司)・・・谷和原保健福祉センター
17日(水) 心配ごと相談・・・すこやか福祉館
" 心配ごと相談・・・谷和原保健福祉センター
23日(火) 法律相談(弁)・・・すこやか福祉館

◎法律相談(弁)(司)

弁護士・司法書士による相談(要予約) 午後1時～4時

◎心配ごと相談

相談員による相談 午後1時～3時

予約・問い合わせ先

(社)つくばみらい市社会福祉協議会(すこやか福祉館内)

☎57-0123

行政相談（7月）

毎日の暮らしの中で、例えば「道路の案内標識が見えにくい」など、困っていることはありませんか？こんなとき、行政相談委員にご相談ください。

日時 7月18日(木) 午後1時30分～3時30分

場所 谷和原公民館 福岡分館『和室』

また、随時相談を受け付けています。

問い合わせ先 行政相談委員

いまがわかずひろ

今川和宏さん ☎52-2525 筒戸1749-1

あいじま ひろし

相島 宏さん ☎58-0676 下平柳828-3

教育相談（7月）

家庭教育や子育てに関すること・不登校・友人関係・受験・カウンセリングなど何でも結構ですのご利用ください。来所相談のほか、電話相談も受け付けています。

伊奈公民館	小絹コミュニティセンター
3日(水)・11日(水)・17日(水)・24日(水)・31日(水)	2日(火)・4日(木)・16日(火)・23日(火)・30日(火)
午前9時～午後5時	
☎57-0983(相談室直通)	☎52-7566(相談室直通)

●相談員 はた さとる 羽田 暁さん

消費生活相談

市消費生活センターでは、消費生活に関する苦情や問い合わせを、専門の相談員が受け付けています。消費生活についてのトラブルに巻き込まれたり、迷ったりしたときには、お気軽にご相談ください。

日時 毎週月～金曜日 午前9時～正午、午後1時～4時30分

※祝日・年末年始は除く

場所 市消費生活センター（谷和原庁舎1階）

☎25-3288(センター直通) FAX 57-2288

人権相談（7月）

家庭内の問題、いじめ、セクハラ、近隣関係など、心配ごとや困っていることがありましたら、お気軽にご相談ください。プライバシーは厳守されます。

日時 7月2日(火) 午前10時～正午

場所 板橋コミュニティセンター

また、随時相談を受け付けています。

問い合わせ先 人権相談員

あいじま ひろし

相島 宏さん ☎58-0676 下平柳828-3

おかの みちこ

岡野 美智子さん ☎52-2636 下長沼228-1

7月の納税など

固定資産税	2	期	分
国民健康保険税	1	期	分
後期高齢者医療保険料	1	期	分
保育料	7	月	分
児童クラブ	7	月	分
住宅使用料	7	月	分
地代	7	月	分
上下水道料	5	月	分
下水道使用料(取)	4	月	分

☆納期限は7月31日(水)です。

(取)：取手地方広域下水道組合

火災・救急統計

●火災	5月分	25年分
建物	1件	4件
車両	1件	1件
その他	1件	3件
計	3件	8件
●救急	5月分	25年分
交通事故	15件	83件
急病	72件	405件
その他	26件	139件
計	113件	627件

～水道工事は市指定給水装置工事事業者へ～

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事業者により、上下水道課へ届け出をしてください。

市内の指定給水装置工事事業者は下記のとおりです。また、市外の事業者を知りたい場合は別途お問い合わせください。

なお、市ホームページにも一覧が掲載されています。

(トップページ→上下水道→水道工事・修理→給水装置工事事業者)

＜市内給水装置工事事業者一覧＞ 問 上下水道課 ☎58-2111 (内線8207)

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256	58-6213	常磐興業(株)	筒戸3178	52-2203
伊奈工業(株)	城中359	58-6168	(株)豊島産業	川崎213-3	52-3335
いなほ工業(株)	上島848	58-0382	(株)直井造園土木	日川571	52-2600
大久保水道工業	谷井田1403-3	58-8177	成島建設(株)	板橋3101	58-1131
オービー建設(株)	谷井田750-1	47-7000	浜野商事(株)	伊丹161	58-2416
(有)片見設備工業	福岡1425-1	52-5804	原信田建設(株)	板橋1783	58-0018
(有)川口商事	鬼長526-1	52-3286	常陸管工	上長沼617	52-5579
久下設備	城中55	58-0418	(有)福新設備工業	台198	52-5011
(有)坂本設備工業	豊体612-2	58-0070	(株)武平	福原188	57-0600
常総土木工業(株)	福岡1383-1	52-5357	(有)文倉建設	鬼長1231-2	52-5622
常業エンジニアリング(株)	田村450	52-7633	松本工業(株)	板橋2536	58-2187
(株)新みらい	絹の台2-2-3	34-1088	(有)丸斉建設	真木106	52-2627
(株)誠勝	筒戸1987-11	20-5470	(株)山田組	城中952	58-2351
関建設(株)	上島168-2	58-2138	谷原建設(株)	下長沼118-1	52-2298
塚本建設工業(株)	東櫛戸980-1	52-3681	吉田設備	樫木45-3	52-5830
(株)寺田興業	南927-2	52-5809			

【水道メーターの検針にご協力を】

検針員が正しく検針を行えるように、メーターは見やすい状態にしてください。また、犬などのペットはメーターボックスから離して、紐などでつないでください。

市長5月の動静(5月1日～31日)

ここでは、市長の月間の主な動静を情報公開します。

- 1日(水) 庁議
- 5日(日) 身体障害者福祉協議会総会
- 8日(水) 第2回県市長会
- 9日(木) 女子プロゴルフサロンパスカップ大会本部挨拶
- 10日(金) ボランティア連絡協議会総会・立浪部屋激励会
- 12日(日) 女子プロゴルフサロンパスカップ表彰式
- 14日(火) 防犯協会総会
- 15日(水) 青少年育成市民会議総会・県議会土木委員会現地視察団に対する要望
- 16日(木) 全国市長会関東支部総会
- 17日(金) 食生活改善推進協議会総会
- 18日(土) 『市長と「みらい」を語る集い』
- 19日(日) 春季野球大会開会式・ガールスカウト第38団総会
- 20日(月) 県トラック協会常総支部との災害協定調印式
- 21日(火) 遺族会総会・TX沿線都市連絡協議会総会
- 22日(水) 商工会通常総代会・つくば交流会講演
- 23日(木) 穀物改良協会総会・県南政経懇話会
- 24日(金) 社会福祉協議会評議員会・観光大使第1次審査会
- 25日(土) 伊奈中学校体育祭・シルバー人材センター定期総会・体育協会総会
- 26日(日) 三組合水防訓練・文化協会総会・水海道ロータリークラブ創立50周年記念式典
- 27日(月) みらい平配水場竣工式・高年クラブ総会・市町村自治研究会
- 28日(火) 更生保護女性会
- 29日(水) 担い手育成総合支援協議会総会・定例記者会見・総合型スポーツクラブみらい第1回総会
- 30日(木) シルバーリハビリ体操指導士3級要請講習会・観光協会伊奈町バラ園見学会・立浪部屋関東後援会様からの寄附金受領
- 31日(金) 要保護児童対策地域協議会

子ども特派員 わが街を行く!

この紙面は、自分の住んでいる街や校内活動を、自分たちで取材・編集する「子ども特派員」とともに編集しています。

今回の「子ども特派員」は、谷井田小学校5年生の蛭原千佳さん（前列左）、関上陽汰さん（前列中央）、鴻巣隼也さん（前列右）、平田陽世さん（後列左）、手塚望絵さん（後列中央）、倉持陽太さん（後列右）が、谷井田小学校の郷土資料室を紹介します。



谷井田小の宝部屋

私たちの谷井田小学校には、昔の人たちが使った、本や機械などたくさんの物が郷土資料室にあります。それは、谷井田小学校創立100周年のときに、地域の皆さんがきふしてくれたものです。そのとききふしてくれた、海老原敦世さん、結城稔雄さん、斉藤実さんに、道具、機械の使い方や昔のあそびなどを聞きました。



私たちは、インタビューをして昔の人はすごくちえがあったんだと思いました。昔の生活がしたいと思いますが、私たちが昔の人だったら、大変な毎日になりそうです。だから、昔の人をそんけいするべきだと思いました。いつもは考えていなかったのも、もっと歴史について学びたいと思いました。

海老原さん、結城さん、斉藤さん、地域の皆さんがきふをしてくれたから、今の郷土資料室があるんだと思います。3年生の時に社会の勉強で郷土資料室を見学しましたが、改めてきふしてくれた方々に感謝して、大切にしていきたいと思いました。

郷土資料室には、小さいものから大きいものまでたくさんの道具、機械があります。例えば、「万能」は、田や畑の土をおこすのに使い、今でも使うことがあるそうです。「やす」という道具は、大きな魚をとる「もり」です。どんな大きな魚でもとれるそうです。「ネコあなか」は、ネコを温めるものではなく、炭を入れて、上からふとんをかけて体を温めるものでした。

郷土資料室にあったビー玉で昔の遊びを教えてくださいました。ビー玉を手でころがして、的になっているビー玉に当てるゲームなどたくさんの遊び方を教えてくださいました。助ビー玉遊びが、こんなにも面白いとは思いませんでした。



05

問 小絹中学校 ☎52・05

- ▼対象：小絹中学校区
- ▼集積場所：小絹中学校
- ▼方法：各地区ごとの集積場所または直接中学校までお持ちください。
- ▼回収物：新聞／雑誌／段ボール／アルミ缶／ビール瓶
- ▼日時：7月20日(日) 午前8時～※小雨決行(悪天候時は翌日)
- ▼回収物：新聞／雑誌／段ボール／アルミ缶／ビール瓶

03

問 小張小学校 ☎58・00

- ▼対象：小張小学校区
- ▼集積場所：小張小学校
- ▼方法：各地区ごとの集積場所または直接小学校までお持ちください。
- ▼回収物：新聞／雑誌／段ボール／アルミ缶／古着・布類
- ▼日時：6月29日(土) 午前8時～※小雨決行(悪天候時は翌日)

|| 学校通信 ||

このコーナーでは、市内小中学校のお知らせ情報を掲載します。