



広報小美玉

お知らせ版

No.102
10
発行日 26.9.25



将門まつり×街コンに参加しませんか？ ROAD TO 坂東

☆坂東市とのコラボ企画☆

当日は坂東市からも男女合わせて40人が参加します！

真剣に結婚を考えているあなた。

「岩井将門まつり」を楽しみながら新たな出会いを見つけませんか。
おまつりの熱気を感じながらお食事やトークで盛り上がりましょう。

- 【とき】 11月9日(日)
- 【ところ】 イタリアンカフェ アルティアほか(坂東市辺田642)
- 【募集人員】 男性20名・女性20名(男女ともに45歳までの方)
*男性は石岡市・小美玉市に在住していることが条件です。
*応募者多数の場合は抽選とし、抽選結果については後日通知します。
- 【参加費】 男性 4,000円 女性 2,000円
*参加費は当日徴収します。
- 【申し込み】 10月6日(月)～24日(金)
直接または電話(平日の8:30～17:15)によりお申し込みください。直接窓口へ申し込みできない方は、ファックス・メール・はがき等で氏名・性別・年齢・住所・職業・連絡の取れる電話番号を記載の上、下記に申し込みください。

【問い合わせ・申し込み先】

〒311-3495
小美玉市上玉里1122番地
小美玉市福祉部子ども福祉課
(TEL 0299-48-1111 内線3227) (FAX 0299-58-4846)
Mail: kodomo@city.omitama.lg.jp

- 【主催】 石岡地方結婚相談所運営協議会
- 【後援】 いばらき出会いサポートセンター
- 【協力】 坂東市



国民年金の種別変更の届出をお忘れなく

国民年金には、日本国内に住所のある 20 歳以上 60 歳未満のすべての方が、職業や収入を問わず加入します。

国民年金被保険者の種別は職業などによって次の 3 種類に分かれ、届出は加入時だけでなく種別が変わったときにも必要です。

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

■加入種別

種 別	対 象 者
国民年金第 1 号被保険者	自営業、農林漁業者、フリーアルバイター、無職の方、学生など
国民年金第 2 号被保険者	会社員、公務員など
国民年金第 3 号被保険者	会社員などに扶養されている配偶者

■届出が必要になるのはこんなとき

こんなとき	被保険者の種別	届出先	持 ち 物
20 歳になったとき	第 1 号	市役所	①日本年金機構からきた封書等 ②印鑑
厚生年金保険や共済年金への加入者が 20 歳になったとき	第 2 号	/	※勤務先から厚生年金保険等の資格取得届を提出されているので、国民年金の届出は不要です。
就職して、厚生年金保険や共済年金に加入したとき	第 1 号(または第 3 号)から第 2 号へ変更	勤務先	※勤務先にお問い合わせください。
収入減・結婚などにより、厚生年金保険や共済年金に加入している配偶者の扶養になったとき	第 1 号から第 3 号へ変更	配偶者の勤務先	※配偶者の勤務先にお問い合わせください。
60 歳になる前に退職したとき	第 2 号から第 1 号へ変更	市役所	①年金手帳(基礎年金番号通知書) ②退職証明書や離職票など退職の日付を証明できる書類 ③印鑑
自分を扶養している配偶者が勤務先を退職したとき	第 3 号から第 1 号へ変更	市役所	①年金手帳(基礎年金番号通知書) ②扶養からはずれた日付を確認できる書類(資格喪失証明書など) ③印鑑
収入増・離婚などにより、厚生年金保険や共済年金に加入している配偶者の扶養からはずれたとき	第 3 号から第 1 号へ変更	市役所	①年金手帳(基礎年金番号通知書) ②扶養からはずれた日付を確認できる書類(資格喪失証明書など) ③印鑑
60 歳以上で任意加入したいとき	任意加入者(※)	市役所	①本人と配偶者の年金手帳(基礎年金番号通知書) ②預金(貯金)通帳 ③通帳の印鑑 ④戸籍謄本(不要な場合もあります)
海外へ転出する方が、小美玉市から住所を異動するとき	(資格喪失)	/	※特に手続きはありません。
海外へ転出する方が、引き続き国民年金に加入するとき	第 1 号から任意加入者(※)へ変更	市役所	①年金手帳(基礎年金番号通知書) ②印鑑
海外から小美玉市へ転入し、住所を有するようになったとき	第 1 号	市役所	

※任意加入者(希望で加入できる方)とは…

- ・海外に住んでいる日本人で 20 歳以上 60 歳未満の方。
- ・60 歳以上 65 歳未満の方で、60 歳になるまでに老齢年金受給資格期間 25 年を満たしていない方、既に満たしているが年金額を増やしたい方。(高齢任意加入)
- ・生年月日が昭和 40 年 4 月 1 日以前の方で、老齢年金受給資格期間 25 年を満たしておらず、65 歳以上 70 歳未満の間で受給資格期間を満たす方。(特例任意加入)

■届出先 医療保険課国民年金係、小川総合支所総合窓口課、玉里総合支所総合窓口課

【問い合わせ】	医療保険課国保年金係	☎ : 48-1111 (内線 1105)
	日本年金機構水戸南年金事務所	☎ : 029-227-3253

インフルエンザ予防接種の助成を行います

市では、下記のとおりインフルエンザ予防接種料金の一部助成を行っています。

対象となる方には必要書類を郵送しておりますので、接種を希望される方は内容をご確認の上、なるべく流行前の12月上旬までに接種することをお勧めします。

※予防接種後、抵抗力がつくまで約2週間程度かかり、その効果は約5か月程度持続するとされています。

◎高齢者のインフルエンザ予防接種

◆この予防接種は法律に基づいた**定期予防接種**となります。

対象者	助成額	医療機関	接種期間
① 65歳以上 (接種日65歳を迎えている方) ② 60歳以上65歳未満の方で下記に該当する方※	1回2,000円 (1回助成)	市内医療機関、石岡市医師会加入医療機関、県医師会加入医療機関等	10月1日(水)から 12月31日(水)まで

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

◎子どものインフルエンザ予防接種

◆この予防接種は保護者の責任に基づく**任意予防接種**となります。

対象者	助成額	医療機関	接種期間
満1歳～ 小学6年生	1回1,000円 (2回助成)	市内医療機関、石岡市医師会加入医療機関等	10月1日(水)から 12月31日(水)まで
中学1年生～ 中学3年生	1回2,000円 (1回助成)		

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

—共通事項—

- 事前に医療機関にご予約の上、接種を受けてください。
- 医療機関で定めた金額より、助成額を引いた金額を医療機関へお支払いください。
- 生活保護を受給されている方は、個人負担免除券を発行いたしますので、問い合わせ先で事前に手続きをしてください。
- 詳細については、届いた通知文および説明書等でご確認ください。

成人用肺炎球菌予防接種指定医療機関の追加について

成人用肺炎球菌指定医療機関について、お知らせ版9月号で掲載したところですが、ご協力いただける医療機関の追加がありましたのでお知らせします。

医療機関	住所	電話番号
久保田病院	石岡市行里川 26-3	35-5010
江畑医院	石岡市柿岡 2019	43-0016

【問い合わせ】

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

臨時職員(看護師)を募集します

- 【勤務先】 小美玉市国民健康保険白河診療所(飯前589-3)
- 【業務内容】 外来診療における医師の補助業務
- 【雇用期間】 平成27年3月31日まで
- 【雇用条件】 毎週月・火・木・金曜日の週4日午前中勤務
勤務時間8:00~12:00
- 【賃金】 時給1,200円
- 【募集人員】 1名
- 【資格】 看護師または准看護師の資格を有する方
- 【提出書類】 履歴書(市指定の様式)
※事前に下記までお問い合わせください。
- 【募集期間】 特にありません。



【問い合わせ】

白河診療所 ☎: 53-0014

今年度最終 !!

住民・総合・夜間健診のお知らせ

今年度、まだ健康診断を受けていない方を対象に、11月に住民健診・総合健診・夜間健診を実施します。健診結果は、日頃の生活や身体の中を映す鏡です。「何の症状もないから心配ない」「若いから受けなくても大丈夫」という方、新年を迎える前に身体の中を総点検してみませんか？
下記よりご希望の健診を選び、受診しましょう。なお今年4月以降に、市の集団健診・人間ドック・病院・職場等で受診済または受診予定の方は受けられません。

1. 健診内容・個人負担金 「○」は実施 「×」は未実施

項目	① 住民 健診	② 総 合 健 診	③ 夜 間 健 診	対象となる方	個 人 負 担 金	内 容
特定健診（集団、個別、人間ドックいずれか一つ）	○	○	○	40～74歳で国保の方	1,000円	血圧測定・血液検査・尿検査・計測（腹囲あり）・心電図・眼底
				40～74歳で生活保護の方	無料	
後期高齢者健診	○	○	○	満75歳以上の方、一定の障がいがある65歳以上の方	無料	血圧測定・血液検査・尿検査・計測（腹囲なし）
健康づくり健診	○	○	○	18～39歳	1,000円	特定健診に同じ
肺がん・結核検診	○	○	○	40歳以上（65歳以上の方は結核検診含む）	無料	胸部レントゲン検査
前立腺がん検診	○	○	○	50歳以上の男性	500円	血液検査
肝炎ウイルス検査	○	○	○	40歳以上（過去未受診者）	500円	血液検査（B・C型肝炎検査）
胃がん検診	×	○	×	40歳以上	500円	バリウム検査
大腸がん検診	×	○	○	40歳以上	500円	2日間採便検査

- ◎40～74歳の国保以外の方で特定健診もご希望の方は、市で特定健診を受診できるかどうか、加入先の健康保険組合へお問い合わせください。
- ◎後期高齢者健診対象の方で基本健診を受診される方は、希望により、心電図・眼底・貧血・尿酸・クレアチニン検査を追加できます。（心電図・眼底・貧血は3項目セットで1,750円、尿酸・クレアチニンは各210円。）ただし、これだけの検査はできませんのでご了承ください。
- ◎身体障がい者手帳1・2級、療育手帳④・A、生活保護の方は、すべての健診が無料となります。今年度75歳以上の方は、胃・大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査が無料となります。
- ◎下記の年齢に該当する方は、大腸がん検診・肝炎ウイルス検査無料クーポン券を利用できます。この機会にぜひご利用ください。 大腸がん検診は無料クーポン券が届いた方でも事前予約が必要です。

《大腸がん検診・肝炎ウイルス検査無料クーポン券 該当者》 ※年齢：H 26.4.1 現在

41歳	S 48.4.2～S 49.4.1
46歳	S 43.4.2～S 44.4.1
51歳	S 38.4.2～S 39.4.1
56歳	S 33.4.2～S 34.4.1
61歳	S 28.4.2～S 29.4.1

2. 健診日程・会場

①住民健診【予約不要】

日 程	会 場	受付時間
11月 5日 (水)	小川保健相談センター	9:30~11:30 13:30~15:00
11月10日 (月)	玉里保健福祉センター	
11月11日 (火)	四季健康館	
11月13日 (木)		

②総合健診【要予約】 申込期間：10月15日 (水) ~ 10月21日 (火)

日 程	会 場	受付時間
11月12日 (水)	四季健康館	7:00~10:50 (*30分ごとの時間予約制)

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

③夜間健診【要予約】 申込期間：10月15日 (水) ~ 10月21日 (火)

日 程	会 場	受付時間
11月14日 (金)	四季健康館	16:00~19:00

※四季健康館へ電話または窓口にてお申し込みください。

3. 健診当日持参するもの

全 員	<input type="checkbox"/> 健康手帳 (お持ちの方) <input type="checkbox"/> 個人負担金
特定健診を受診する方	<input type="checkbox"/> 特定健診受診券 <input type="checkbox"/> 被保険者証
後期高齢者健診を受診する方	<input type="checkbox"/> 後期高齢者健診受診券 <input type="checkbox"/> 被保険者証
健康づくり健診を受診する方	<input type="checkbox"/> 健康づくり健診受診券 (送られた方のみ)
胃・大腸がん検診を受診する方	<input type="checkbox"/> 総合健診受診券 <input type="checkbox"/> 採便容器 (大腸がん検診受診者のみ)
身障1・2級、療育 [Ⓐ] ・Aの方	<input type="checkbox"/> 該当の手帳
年齢該当の方のみ	<input type="checkbox"/> 大腸がん検診クーポン券 <input type="checkbox"/> 肝炎ウイルス検査クーポン券

【申し込み・問い合わせ】 平日 8:30~17:15

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

今年度最終 !!

子宮・乳がん検診（集団・施設検診）のお知らせ

** 集団検診 **

子宮・乳がん検診（集団検診）の申し込みをされていない方を対象に、今年度最後の募集を行います。自覚症状のない状態で受けることで、早期発見・早期治療が可能となるため、年に一度の検診が非常に重要です。「痛そうで嫌だ」「抵抗がある」「若いから必要ない」という方も、この機会にぜひ受診しましょう。

なお今年4月以降に、市の集団検診・人間ドック・病院・職場等で受診済または受診予定の方は受けられません。

1. 日程・会場

検診日	11月21日（金）
受付時間	12:15～13:00
会場	四季健康館



2. 対象者・検診内容・個人負担金

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

◎集団検診における視触診検査（乳がん検診）は、正確な画像診断を重視し、より多くの方に乳がん検診を受けていただくため平成25年度より廃止となりました。ご了承ください。

◎今年度75歳以上、身体障がい者手帳1・2級、療育手帳④・A、生活保護の方は無料です。
無料クーポン券対象の方は、該当項目が無料です。

◎平成25年度に乳がん検診を受診した57歳以上の方の乳がん検診は、次回平成27年度です。

◎次に該当する方は、直接医療機関を受診しましょう。

・不正出血、異常なおりもの、乳房のしこりや痛み等自覚症状のある方、毎回精密検査になる方

【子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券 該当者】※クーポン券該当の方も事前予約が必要です。

■子宮頸がん検診（頸部細胞診）

※年齢：H26.4.1現在

対象者	
20歳（H5.4.2～H6.4.1）	全員
22～25歳（S63.4.2～H4.4.1）	平成21～25年度に市の子宮がん検診（集団・施設）を 全く 受診していない方
27～30歳（S58.4.2～S62.4.1）	
32～35歳（S53.4.2～S57.4.1）	
37～40歳（S48.4.2～S52.4.1）	

■乳がん検診（マンモグラフィ検査）

対象者	
40歳（S48.4.2～S49.4.1）	平成21～25年度に市のマンモグラフィ検査（集団・施設）を 全く 受診していない方
42～45歳（S43.4.2～S47.4.1）	
47～50歳（S38.4.2～S42.4.1）	
52～55歳（S33.4.2～S37.4.1）	
57～60歳（S28.4.2～S32.4.1）	

3. 申し込み期間

10月15日(水)～10月21日(火)

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

施設検診

市では指定医療機関での子宮・乳がん施設検診も実施しています。「集団検診では日程が合わない」という方は、ご自身の予定に合わせ予約をとることで、機会を逃さずに受診できます。

受診を希望される場合は、事前に医療機関へ予約の上、健康増進課窓口での手続きが必要です。詳しくは、下記までお問い合わせください。

1. 対象者・検診内容・個人負担金

検診名	対象年齢	内容	個人負担金
子宮がん検診	20歳以上	子宮頸がん検診	1,000円
		体がん検診(医師の指示による)	1,000円(後日)
乳がん検診	30～39歳	視触診+超音波	1,500円
	40～56歳	超音波(前年マンモ受診者)	1,000円
		超音波+マンモグラフィ	2,000円
57歳以上	視触診+マンモグラフィ(※2年に1度)	1,500円	

2. 申し込み期間

12月26日(金)まで

★予約はお早めに!

上記金額で受診できるのは、**12月末日まで**です。11月以降の申し込みの場合、12月末日までに予約がとれないことがあります。ご注意ください。

【申し込み・問い合わせ】

平日 8:30～17:15

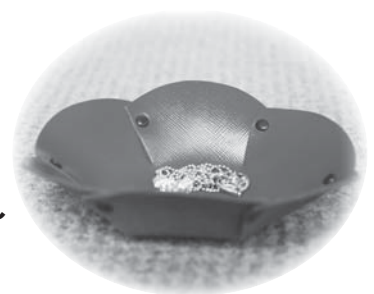
四季健康館(健康増進課)	小川保健相談センター	玉里保健福祉センター
48-0221	58-1411	48-1111(内線3310・3311)



手作り講座 受講生募集

革で作る小物入れ

～革の感触を生かした小物入れを作ろう!～



- 【講師】 岩船教子先生
【日時】 10月28日(火) 13:30～15:30
【定員】 15名 ※先着順とし、定員になり次第締め切らせていただきます。
【場所】 羽鳥ふれあいセンター
【受講料】 900円 ※材料費500円を含む
【持参するもの】 ○はさみ ○筆記用具
【申し込み】 受講をご希望の方は、受講料をご持参のうえ下記問い合わせ先に直接お申し込みください。
※電話、FAX、メール等での申し込みは受付できません。

《対象》 市内在住・在勤・在学の方

《受付期間・受付施設》

10月8日(水)～10月15日(水) 受付時間:9:00～17:00

○羽鳥ふれあいセンター…火曜日は午後からの受け付けです。月曜日・祝日は受け付けできません。

【問い合わせ】 羽鳥ふれあいセンター ☎:46-4748



糖尿病とダイエット

……前号での糖尿病の話に続いて……

ダイエットは、辞書で引くと、規定食という意味であり、健康保持や美容のために、食事の量や種類を制限することあります。つまり、ダイエットは、痩せることではなく食事療法の一環なのです。

日本人は、統計的に見ると栄養過多の傾向があり、(例えば腎臓病患者数などと比較して) 肥満に陥ってしまっている人の数が非常に多く、結果としてダイエットを行う人の比率を見ると痩せるために行っている人が多いので、「ダイエット」が「痩せるための規定食」、という意味で使われている比率が多

いです。

でも、ダイエット(規定食)は、肥満以外の疾病対策としても行われることがあるので、それらについても併せて解説します。

病気の増悪防止や予防、治療効率の向上を目的として行うダイエットには、病気とダイエットの関係で代表的な、高血圧の人に対する塩分の制限があります。そして、医療講演でお話しする、糖尿病の人に対しての、砂糖の制限をはじめとした、総カロリーの制限があります。

ダイエットには、具体的に2つの方法があります

① 総摂取カロリーをコントロールする方法

摂取カロリーを身長(身体)に見合った量にする。

生活習慣病の予防、痩身、またそれに伴う関節などへの負担を減少させ関節症などの症状を和らげること、特定の治療効率の増大、などを目的として、食事の総カロリー量に一定の上限を設定する。

摂取カロリー



消費カロリー

この状態を保つことにより、体重が減少することを目的として行うものです。

② 食事の内容成分をコントロールする方法

過大な成分を減らす方法です。

・・・肥満の人・・・

◇特に脂質(油脂や油を含んだ食品)を減らす。

脂質を「油脂」と漠然と呼ばず、それを飽和脂肪酸と不飽和脂肪酸にしっかり区別して、血管内壁に付着し健康への害が大きいとされる飽和脂肪酸を極力避ける

◇脂質及び糖分をともに制限する。

◇脂肪や炭水化物の摂取を制限する。

◇食品全般の量を減らし、代わりに非常に低カロリーで食物繊維質を多く含む食品(たっぷりの水・湯で戻したわかめ、こんにゃく、キャベツ、豆腐等)に置き換える。

◇食品全般の量を減らし、代わりに水をたっぷり摂る。

(例えば1日あたり2～5リットル程度。フランスのモデル育成所などが定番的に用いているダイエット手法)

◇時間的な制限を行う。

(例、就寝3時間前以降は水以外は摂らない。夜7時以降は口にもものを入れず水だけにする、等々)

現在の食事習慣では、身体的に朝、昼に摂った炭水化物や脂肪で十分であることが多く、運動量が収束に向かう夕方以降に摂取された炭水化物や脂肪は、消費されにくいため、これらを制限することにより糖尿病や肥満の防止につながるという考えに基づくものです

◇脂肪や炭水化物を控え、代わりにタンパク質を摂る。

高タンパク質の食事を摂取すると、飢餓抑制ホルモンのレベルが増大し、高脂肪、高炭水化物の食事と比較して、空腹感も大幅に抑えられるとした研究があります

◇炭水化物を減らす。

低炭水化物ダイエット

※2003～2004年ごろに流行した『アトキンスダイエット』では、通常200～300gである炭水化物の摂取量を20～40gと非常に少なくし、糖分の代わりに脂肪がエネルギーとして使われる状態に誘導すると考えられましたが、その後様々な問題があることが明らかになりました。

10月15日に小美玉市医療センターで行う医療講演では、現時点で問題がないとされる、マイルドな糖質制限についても触れます。

小美玉市医療センター総合診療科医/内科医：長戸孝道【日本プライマリケア連合学会指導医/日本肝臓学会専門医】

【問い合わせ】

小美玉市医療センター(指定管理者：医療法人財団 古宿会)

☎：58-2711

医療保険課 地域医療推進係

☎：48-1111(内線1107)

土地取引の後には届出をしましょう

10月は、土地に関する様々な普及啓発活動を行う「土地月間」です。

一定面積以上の土地取引を行った場合、国土利用計画法に基づき、権利取得者（譲受人）は市へ届出を行う必要があります。

○届出の必要な面積

5,000㎡以上（小美玉市の場合）

○届出の必要な取引

売買、交換、共有持分の譲渡、一時金を伴う地上権、賃借権の譲渡または設定等

○届出期限

契約締結日から2週間以内

※詳しくはホームページをご覧ください。企画調整課までお問い合わせください。

【問い合わせ】

企画調整課 まちづくり戦略室 ☎：48-1111（内線 1233）

児童扶養手当を受給されている方の就労を支援します

茨城県では、児童扶養手当を受給されている方の自立に向けた就労を支援するため、母子自立支援プログラム策定員が就労の相談をお受けする「母子自立支援プログラム策定事業」を実施しています。

【内 容】 自立目標や支援内容（プログラム）をつくり、必要な情報提供やアドバイスなどの支援をハローワークとともにを行います。

【対 象】 児童扶養手当を受給している方で、就労を希望する方
（生活保護法による扶助を受けている方は対象になりません）

【申し込み】 下記申し込み先にご相談ください。児童扶養手当受給者証を持参してください。

【問い合わせ】

茨城県福祉相談センター 地域福祉課 ☎：029 - 226 - 1295
子ども福祉課 子ども福祉係（玉里総合支所内） ☎：48 - 1111（内線 3228）

10月は飼い主マナー向上推進月間です

あなたの街を犬のフンゼロ・放し飼いゼロにしよう！

県には、多数の犬猫に関する苦情や相談が寄せられています。そのほとんどは犬のフンの放置や放し飼いに対するものです。ペットとの楽しい生活を送るために、飼い主のあなたが近所の方や動物の苦手な方に配慮して飼うことが必要です。

※「迷惑ですよ！犬のフン放置」

散歩中犬がフンをし、公園利用者や道路通行者等が不快な思いをしています。

飼い主のルール① 散歩中のフン処理

常にエチケット袋を携帯しフンは持ち帰りましょう。

☆「ワン」ポイント

家で排泄させてから散歩にでかけましょう。

※「危険！！犬の放し飼い」

放し飼いは人に咬みついたり、驚かせてけがをさせたりする原因となります。愛犬が野良犬に咬まれたり、交通事故にあたりします。

飼い主のルール② 犬の散歩

「散歩」と称して「放し飼い」をしない。首輪には必ず注射済票をつける。

☆「ワン」ポイント

「散歩にはリードをつけて あなたと犬の命綱」

平成26年度 犬の登録と狂犬病予防注射（追加集合注射） ～あなたの愛犬、予防注射はお済みですか？～

○狂犬病予防法により、生後91日以上飼育された犬は「登録」と「狂犬病予防注射」が義務付けられています。（すべての犬が対象です。）

小美玉市では4・5月に実施した集合注射のほかに、来られなかった犬などの未接種犬のために、追加で狂犬病予防注射を実施します。なお、登録や予防注射を行わなかった場合、狂犬病予防法の規定により20万円以下の罰金に処せられることがあります。

	日時	場所
10月26日(日)	9:00～9:20	羽鳥公民館駐車場
	9:40～10:05	小美玉市役所車庫前
	10:30～10:55	小川総合支所駐車場
	11:10～11:25	玉里総合支所駐車場

○当日は、首輪・引綱をつけ、犬を確実に制御できる人が会場に連れて来ててください（注射時には飼い主が自力で犬を抑える必要があります）。交通やその他の事情により、開始・終了時間が多少前後する場合がありますのでご了承ください。

○狂犬病予防注射は、当日以外にも動物病院で受けることができます。注射料金は病院ごとに異なりますので、各病院にご確認ください。

○登録している犬の死亡及び所有者・所在地変更などがある場合は環境課へご連絡ください。

	登録していない犬（新規登録）	登録している犬
対象	新しく飼うことになった犬 (生後91日を経過した犬)	登録はしているが、今年度狂犬病予防注射を受けていない犬
料金	5,400円 内訳…登録料 2,000円 注射料 3,000円 注射済票交付手数料 400円	3,400円 内訳…注射料 3,000円 注射済票交付手数料 400円

※料金はお釣りのないようお願いします。

【問い合わせ】	環境課 ☎：48-1111（内線1141）
----------------	-----------------------

不動産会場公売のお知らせ

茨城租税債権管理機構では、一般の方も参加できる入札により不動産公売を実施します。
なお、公売は予告なく中止になる場合がありますので、事前に問い合わせ先までご確認ください。

【日時】 11月4日(火) 12時50分受付開始 13時20分入札開始

【場所】 水戸合同庁舎2階大会議室(水戸市柵町1丁目3番1号)

◆公売対象不動産

《財産の種類別》 土地付建物 《売却区分番号》 26-88

(土地) 《見積価格》 1,560,000円(公売保証金160,000円)

所在	地番	地目	地積
佐才字御立間	696番11	宅地	503.29㎡

(建物)

所在	家屋番号	種類	構造	床面積
佐才字御立間696番地11	696番11	居宅	木造瓦葺2階建	1階 69.56㎡ 2階 28.98㎡

◆お問い合わせ先：茨城租税債権管理機構（水戸合同庁舎5階） ☎：029-225-1221

パブリックコメントを実施します！ ～皆さまのご意見をお寄せください～

市では、このほど次の事案を取りまとめました。これをよりよいものとするため、市民の皆さまのご意見を募集するパブリックコメントを実施します。

お寄せいただいたご意見を参考に事案策定の意思を決定し、意見の概要や意見に対する市の考え方などは後日公表します。

◆条例設置の背景

小美玉市は農畜産業を基幹産業と位置づけており、中でも酪農においては、約6千頭の乳牛が飼育され、規模・品質ともに全国でも有数の酪農地帯を誇っています。また、県内における生乳生産量は常に第1位にランクしています。

このような状況を踏まえ、生活習慣として身近な乾杯の機会に「乳製品で乾杯」を合言葉に、乳製品の普及拡大を目指しています。

そのためには、多くの皆さまに健康増進と地域振興という趣旨をご理解いただく必要があるため、本条例を制定し、地域に根ざした活動の推進を目的とするものです。

小美玉市「乳製品で乾杯」を推進する条例（素案）

公表資料の閲覧場所

- ①産業経済部農政課窓口（本庁舎1階）
- ②本庁舎、小川総合支所、玉里総合支所の各玄関ロビー
- ③市のホームページ

意見募集期間

10月6日（月）～11月5日（水）

意見提出方法

意見提案用紙に住所、氏名（団体名）、電話番号を明記のうえ、以下のいずれかの方法でご意見ください。

- ①郵便
- ②FAX
- ③電子メール
- ④閲覧場所にある提案箱に投函

【郵 送】

小美玉市役所 産業経済部 農政課 宛
〒319-0192 小美玉市堅倉 835 番地（本庁舎内）

【問い合わせ】

E-mail : nosei@city.omitama.lg.jp
☎ : 48-1111（内線 1156・1157） FAX : 48-1199

小美玉市産のお米の安全性が確認されました ～米の放射性物質検査の結果について～

茨城県では、平成26年産米の安全性を確認するため、県内市町村で放射性物質（放射性セシウム134、137）の検査を実施しています。

市は、市内1箇所ですべて採取した玄米の検査を行い、8月21日に「検出せず」との結果が公表されました。これにより、市内のお米の安全性が確認され、出荷・販売等ができるようになりました。

大字名	採取日	検査日	セシウム134	セシウム137	セシウム合計
栗又四ヶ	8月19日	8月21日	検出せず (< 3.9)	検出せず (< 4.2)	検出せず (< 8.1)

※「検出せず」の下の（ ）内の数値は検出下限値です。

※「検出せず」とは、放射性物質が存在しない、または検出下限値未満であることをいいます。

【問い合わせ】

茨城県 農林水産部 産地振興課 農業振興グループ ☎ : 029-301-3921
農政課 振興係 ☎ : 48-1111(内線 1153)

防災行政無線放送内容のメール配信、ウェブサイト掲載を行っています。

小美玉市では、防災行政無線で放送される市からののお知らせ等を市内外にかかわらず、電子メールで配信を行っています。パソコンおよび携帯電話（メールの送受信のため、契約が必要な場合があります。）で、メール配信を受けるには、登録が必要です。放送内容は、小美玉市公式ウェブサイトからもご覧いただけます。

○メール配信を受けるには

- (1) お手持ちのメールソフトを起動します。
- (2) メール編集画面でメールを作成します。
 - ① 「mml@city.omitama.ibaraki.jp」を宛先に入力します。
(右のQRコードをご利用ください。)
 - ② 件名は空白のまま何も記入しないでください。
 - ③ メール本文に
「**Subscribe**（半角スペース）**bosai**（半角スペース）**登録用ID**（※1）」と入力して、メールを送信します。
（※1）登録用IDは、自由入力となります。任意の文字を入力してください。



宛先 mml@city.omitama.ibaraki.jp
件名
本文 **Subscribe bosai** ○○○○
↓
登録用ID

登録用アドレス用QRコード



- (3) 送信後、件名が「subscribe message」のメールが受信されれば登録完了です。

○メール解除方法

mml@city.omitama.ibaraki.jp 宛のメール本文に、
「**Unsubscribe**（半角スペース）**bosai**」を入力してください。件名は空欄のままで結構です。
上記メールを送信後、件名が「Successful Unsubscribe」のメールを受信されれば解除完了です。

○ウェブサイトを確認するには

小美玉市公式ウェブサイトトップページ「防災行政無線放送内容」からご覧ください。

※ 消防本部からお知らせする火災情報は、メール配信、ウェブサイト掲載がされません。火災情報のメール配信をご希望の方は、「火災情報Eメール配信サービス」をご利用ください。

※ 上記のほか、全国瞬時警報システム（J-ALERT）をはじめとした緊急放送は、メール配信およびウェブサイト掲載が行われません。

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

防災行政無線電話応答サービスについて

小美玉市では、災害情報などの重要な情報を市民の皆さんにお伝えするために、防災行政無線による放送を行っています。住宅の高気密化などや気象条件によって、放送内容が聞き取りづらい場合があります。こうした場合への対応として、防災行政無線で放送された内容を電話で確認できるサービスを行っています。

【専用電話番号】

0800-800-8445（無料・市内固定電話のみ）

0299-48-4061（有料・市外電話・携帯等）

【操 作】

電話で放送内容を聞いている間に、放送内容を最初から聞きなおしたり、現在聞いている内容と異なる前の放送内容を聞きたいときには次のとおりです。

- (1) 1つ前の放送内容に戻る…………… # 1
- (2) 現在聞いている放送内容を最初から聞き直す…… # 2
- (3) 次の放送内容を聞く…………… # 3
- (4) 最初の放送内容に戻る…………… # 0



【留意点】

- (1) 放送内容は、放送終了後から利用できます。
- (2) 放送内容は、12時間を経過すると再生されません。
- (3) 12時間放送がなかった場合、『こちらは、小美玉市防災行政無線電話応答サービスです。現在保存されている放送はありません』というメッセージが流れます。
- (4) 定時のチャイム（のぼら・エーデルワイス・夕焼け小焼け）は聞くことができません。
- (5) 放送内容は、地区（小川・美野里・玉里地区）を限定して放送を行う場合があるため、お住まいの地区以外に向けた放送が再生される場合があります。
- (6) 回線が混み合っている場合には、つながりにくいことがあります。しばらくしてから、おかけ直してください。

夕方のチャイム放送が切り替わります

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

現在のチャイム放送時間
（4月1日から9月30日まで）

朝	6:00
昼	12:00
夕方	18:00

10月1日からのチャイム放送時間
（10月1日から3月31日まで）

朝	6:00
昼	12:00
夕方	17:00

【問い合わせ】

防災管理課 危機管理室 ☎：48-1111（内線 1013・1014）

参加費無料

小美玉市男女共同参画推進事業 公開講演

市では男女共同参画推進事業として、下記のとおり行方市のレイクエコーで行われる著名人の公開講演事業に参加します。バスをご用意しています。皆さまの参加をお待ちしています。



「私のチャレンジ ～女性の力を社会に～」

講師 しらい あや
白井 文

前尼崎市市長・グンゼ（株）社外取締役

全日本空輸株式会社客室乗務員として11年間勤務する。

退職後、起業し人材育成コンサルタントとして活動。

無所属で尼崎市議会議員を2期務め、2002年12月全国最年少女性市長（当時）として尼崎市市長に就任。公開と協働参画を基本として、財政再建と福祉のバランスのとれた市政運営を目指し2期8年間取り組み、稲村和美市長にバトンをつなぐ。（2代続けて女性市長は全国初）

2011年6月から、グンゼ株式会社社外取締役。講演、新聞コラム執筆やテレビ情報番組のコメンテーターとして活動中。

豊富な実績と経験を積み、幅広く活躍されている白井文氏に女性が社会で活躍することの大切さを学びます。

【日時】 10月26日（日）



9:30 小美玉市役所 集合出発
10:00 玉里B&G 集合出発
10:10 小川文化センターアピオス 集合出発
（講演時間は13:00～15:00です）

【場所】 〈レイクエコー〉茨城県鹿行生涯学習センター・茨城県女性プラザ
茨城県行方市宇崎1389 ☎: 0299-73-2300

【交通】 バスをご用意しています。

【申込方法】 下記担当課まで住所・氏名・連絡先・昼食希望の有無をご連絡ください。

【募集定員】 先着20名 ※先着順で定員になり次第、締め切らせていただきます。

【申込締切】 10月17日（金）まで

【その他】 昼食を希望される方は、レイクエコー内のレストランの日替わりランチ（820円）を予約いたします（※自己負担となります）。

『にぎわいフェスタ in 鹿行』（野菜・花・佃煮等の物産展やバザーその他楽しいイベント）が同時開催されます。



【問い合わせ】

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

おみたまふるさと塾 塾生募集

「まちづくりの主役は住民一人ひとり！自分の住むまちを自らが参加してより良くしていこう」そんな願いを込めて今年で9回目となるおみたまふるさと塾は、『市民協働のまちづくり』を担う人材の育成を目指します。まちづくりに興味・関心をお持ちの方ならどなたでも入塾できます。受講は無料です。

【研修期間】平成26年11月～平成27年3月（計6回）

【研修内容】時間（19：00～21：00、2時間/回）

- ① 11月19日（水）◇四季文化館（みの〜れ） ・開講式・講話
- ② 12月17日（水）◇四季文化館（みの〜れ） ・「まちづくり組織活動」の事例発表
- ③ 1月18日（日）◇市内施設等 ・市内施設見学等（9時00分～15時00分）
- ④ 2月 5日（木）◇四季文化館（みの〜れ） ・グループ討議◇まちづくりについて考えてみよう①
- ⑤ 2月26日（木）◇四季文化館（みの〜れ） ・グループ討議◇まちづくりについて考えてみよう②
- ⑥ 3月17日（火）◇四季文化館（みの〜れ） ・閉講式、修了証授与・講話

※3月17日の講話は、常磐大学コミュニティ振興学部「林寛一」教授による「市民協働のまちづくりについて」を予定しています。

※会場や内容につきましては、変更となる場合がございます。

【募集対象】市内在住の成人男女

【募集人員】30名（先着順）

【募集期間】10月1日（水）～10月27日（月）まで（土・日・祝日を除く8：30～17：15まで）

【応募方法】電話またはFAXかE-mailで下記問い合わせ先に、住所・氏名・年齢・職業・電話番号をお知らせください。

主催 小美玉市（塾長：島田 穰一 市長） 後援 小美玉市まちづくり組織連絡会



【問い合わせ】

市民協働課 市民協働係 ☎：48-1111（内1252）
FAX：48-1199 E-mail:kyodo@city.omitama.lg.jp



HEIWA x PGM
CHAMPIONSHIP

2014.11.6(Thu) 7(Fri) 8(Sat) 9(Sun)

美浦ゴルフ倶楽部

茨城県稲敷郡美浦村大字土浦字蔵後2568-19 Tel.029-840-0001

賞金総額：2億円 優勝賞金：4,000万円

主催：株式会社平和 PGMホールディングス株式会社
共催：一般社団法人日本ゴルフツアー機構

後援：（公財）日本ゴルフ協会 （一社）日本ゴルフトーナメント振興協会
（一財）日本プロゴルフ殿堂 茨城県 美浦村 （株）BS朝日
協力：かすみがうら市 土浦市 稲敷市 行方市 石岡市 潮来市 小美玉市
阿見町 美浦ゴルフ倶楽部 （公財）ジュニアゴルファー育成財団

前売券好評発売中!!

¥5,000 (税込)

2枚つづり・各日共通、
同伴者(1名様)特別入場券、
PGMプロショップ優待券付

関東のPGM各ゴルフ場、
プレイガイドで11月5日(水)まで発売。

前売券情報・お問い合わせ
<http://heiwa-pgm-championship.jp>

HEIWA・PGM CHAMPIONSHIP
大会事務局 TEL：03-3839-0721

HEIWA PGM 検索



HEIWA・PGM CHAMPIONSHIP in 霞ヶ浦

男女共同参画推進委員を公募しています

市では、男女が互いに人権を尊重し合い、あらゆる分野で能力と個性を発揮できる社会を実現するために、『いるとりどりパレットプラン』を策定しています。プランの推進を図ることを目的に、市民の皆さんから委員を募集しています。

市の男女共同参画の推進に関する取組みに理解と熱意のある方はぜひご応募ください。

- 応募資格** 以下のすべてに該当している方
 - ①市内在住で20歳以上の方
 - ②県および市議会の議員でない方
 - ③男女共同参画の推進に関心を持ち、年数回の推進委員会に出席可能である方
- 応募方法** 応募申込書に必要事項を記入のうえ、市民協働課までご提出（持参またはファクス、電子メール）ください。応募申込書は市民協働課にあります。また、市のホームページ「募集・開催案内」からもダウンロードできます。
<ホームページアドレス <http://city.omitama.lg.jp> >
- 応募先** 持参 小美玉市役所2階 市民協働課
郵送 〒319-0192
小美玉市堅倉835 小美玉市役所 市民協働課 あて
ファクス 48-1199
Eメール kyodo@city.omitama.lg.jp
- 応募締切** 10月3日（金）
- 選考方法** 書類選考のうえ決定します。書類選考の結果については、応募者本人に通知いたします。
- その他** 委員の任期は2年間です。
活動に伴う報酬・旅費等の費用弁償の支給はありません。
ボランティアで活動していただける方のご協力をお願いします。



【問い合わせ】 市長公室 市民協働課 ☎：48-1111（内線 1253）

シビックガーデン かかし祭り作品募集 & 手打ちそば教室

かかし祭り

秋の収穫感謝祭で、かかし祭りを実施します。皆さんのアイデアをいかした、手作り作品を募集します。企業、団体、個人等多数の出品をお待ちしています（出品者全員に参加賞を進呈します）。

【会場】 美野里シビックガーデン駐車場周辺

【展示期間】 10月11日（土）～10月23日（木）

【主催】 シビックガーデン運営委員会・（一財）小美玉農業公社

【募集作品】 手作りの「かかし」とし、1m以上で展示期間中屋外で耐えられるもの（ビニール等で覆う）
※かかしの名前、出品者名を書いた看板を立ててください。

【申込方法】 出品希望者は下記公社までお問い合わせください。

【表彰式】 10月19日（日） 9：30～

【作品搬出】 10月24日（金） 9：00から搬出してください。

手打ちそば教室

初心者でも気軽に楽しめる体験教室です。ぜひご参加ください。

【日時】 10月19日（日） 10：00～

【場所】 シビックガーデン研修館

【定員】 15名

【参加料】 無料 ※そばを持ち帰る場合には材料代として600円いただきます。

【申込期間】 9月29日（月）～10月9日（木） 9：00～16：00

【問い合わせ・申し込み】 一般財団法人 小美玉農業公社 ☎：48-3971

「めざそう
住みよい
まちづくり」

行政相談

— 10/20（月）～10/26（日）は行政相談週間 —

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

そんな時は行政相談員にご相談ください。

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

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

小美玉市では次の3名の方々が行政相談委員として活動されています。

相談は無料です。お気軽にご相談ください。



むらお みのる
村尾 實 さん

☎：47-0738

【小川地区担当】



いしざき わたる
石崎 渡 さん

☎：58-3881

【美野里地区担当】



おおやま すすむ
大山 進 さん

☎：58-1287

【玉里地区担当】

10月21日（火）は特設行政相談会を開催します

行政相談員制度を多くの方に知ってもらい、利用してもらうため、10月20日（月）から10月26日（日）までの一週間を「行政相談週間」と定め、全国各地で行政相談所等が開催されます。

小美玉市でも、より多くの市民の皆さまに行政相談週間を知ってもらい、利用してもらうために10月21日（火）に特設行政相談会を開催します。当日は3名の行政相談員と行政評価事務局の職員、行政書士が相談に応じます。

場所 小美玉市役所 玄関ロビー（個室での相談も可能です）

時間 13：30～15：30

【問い合わせ】 秘書広聴課 広報広聴係 ☎：48-1111（内線1212）

「くらしの困りごと相談所」を開設します

日時：10月24日（金）10：30～15：00

会場：水戸市会場（茨城県市町村会館 1階講堂）

（水戸市笠原町978-26 ※茨城県庁の北隣）

※受付は先着順です。相談をお待ちの方が多数いる場合は、相談時間の制限や受付を早期に終了することもあります。

くらしの困りごと相談所では、法務局、労働局、茨城県、茨城県警、水戸市、弁護士、司法書士、税理士、などが参加して、皆さまの相談にお答えします。

◆「くらしの困りごと相談所」ではこんなことが相談できます。小さなことからお気軽にどうぞ！

○道路…道路や側溝を補修してほしい ○安全…通学路に危険な箇所がある ○年金…ねんきん定期便の見方を教えてほしい ○税金…遺産相続したときの税金はどのくらいに？ そのほか登記・労働・法律など

★行政相談委員および行政相談についての問い合わせ

総務省 茨城行政評価事務所 行政相談課 ☎：029-221-3347（代）

行政に関する電話でのご相談 ☎：0570-090110
おこまりならまるくじょーひやくとおぼん

生涯学習・スポーツインフォメーション



やすらぎ里まつり 参加者募集!

催し物・模擬店等への協力団体を募集します。日頃やすらぎの里小川を利用している方、やすらぎ里まつりに興味・関心のある方の参加をお待ちしています。

- 【主催】やすらぎ里まつり実行委員会
- 【日程】11月30日(日)(雨天決行)
- 【場所】やすらぎの里小川
- 【対象者】市内の団体
- 【申し込み期間】10月1日(水)～10月10日(金)
- 【申し込み方法】下記問い合わせ先まで、電話または直接お申し込みください。
受付時間8:30～17:15(月曜日は休館日です。)



【問い合わせ】やすらぎの里小川 ☎: 58-4580

コスモス20歳記念 平成26年度参考展

「常陸大掾氏と園部氏」^{だいじょう} ～園部川をはさんだ群雄伝～

玉里史料館では、生涯学習センターコスモス開館20周年に併せて、参考展「常陸大掾氏と園部氏」～園部川をはさんだ群雄伝～を開催します。

小美玉市での戦国時代のような城館跡の発掘調査出土品の展示のほか、平成24年度に取手山館跡で実施した発掘調査出土品を初公開します。皆さまのご来館をお待ちしています。入場は無料です。

■詳細

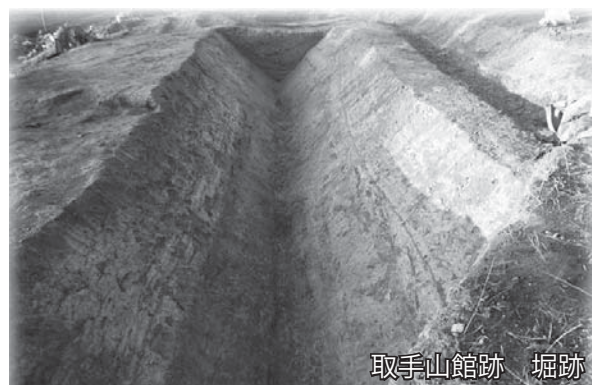
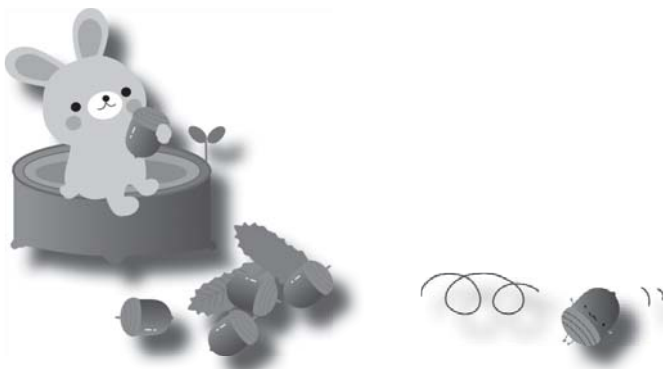
- 【会場】玉里史料館 展示室
- 【会期】10月18日(土)～11月16日(日)
- 【開館時間】9:30～18:00まで
- 【休館日】10月20日(月)、10月27日(月)、11月10日(月)



■会期中のイベント

学芸員によるギャラリートーク

- 【日時】①10月19日(日) 13:00～ ②11月 9日(日) 13:00～
- 【会場】玉里史料館 展示室



取手山館跡 堀跡

【問い合わせ】玉里史料館 ☎: 26-9111

姿勢教室 ～健康は美姿勢から～

美しい姿勢と健康に対する知識を学びましょう

骨盤は人間の土台です。家庭でもできる体操で『骨磨き』して、一緒に若々しさを保ちましょう！！
年齢は問いません。小さなお子さま連れの方はお問い合わせください。

- 【日 程】 11月20日、11月27日、12月4日（毎週木曜日） 計3回
- 【時 間】 10：00 ～ 11：30
- 【場 所】 やすらぎの里小川 華道棟
- 【定 員】 10名程度 ※定員になり次第締め切ります。
- 【対 象 者】 市内に在住・在勤している方
- 【参 加 料】 1,200円
- 【申込方法】 電話またはやすらぎの里へ直接お申し込みください。
- 【申込期間】 10月15日（水）～10月24日（金） 9：00～17：00
※月曜日は除く
- 【持 ち 物】 動きやすい服装、タオル、飲み物、筆記用具
- 【講 師】 新堀里奈 先生



【問い合わせ】 やすらぎの里小川 ☎：58-4580

文学と歴史散歩 参加者募集 !!

～天心記念五浦美術館、白水阿弥陀堂、 草野心平記念文学館～

- 【日 時】 11月21日（金）
 - ・集合場所時刻 生涯学習センターコスモス 7：00
 - 小川文化センターアピオス 7：10
 - 小美玉市役所 7：30
 - ・帰着予定時刻 18：30～19：00頃
- 【場 所】 天心記念五浦美術館、白水阿弥陀堂、草野心平記念文学館
- 【参 加 料】 3,000円（入館料・入場料等）
- 【募集期間】 10月4日（土）～10月19日（日） 受付時間 9：00～17：00
- 【説明会および抽選会】 10月24日（金） 19：00～
会場：生涯学習センターコスモス 2階 展示資料室
※申し込み者は必ずご出席ください。※参加料は説明会時にお預かりします。
- 【申し込み】 窓口にある申し込み用紙に記入の上、下記公民館窓口までお申し込みください。
（ファクス申し込み可、電話・メール不可。）
（申し込み者1名につき2名まで申し込みめます。）



- | | |
|------------------------|-----------------------|
| ・小川公民館 | ☎：58-3111 |
| ・美野里公民館（水曜・10月13日祝日休館） | ☎：48-1110 |
| ・玉里公民館（月曜・10月14日振替休館） | ☎：26-9111 FAX：26-9261 |

【問い合わせ】 生涯学習課 生涯学習センターコスモス ☎：26-9111

小美玉市民体育祭中止のお知らせ

例年行ってきました「小美玉市民体育祭」は、玉里運動公園の改修工事などの諸事情から今年度の開催を見送ることいたしました。

なお、来年度の新たなスポーツイベント開催に向け、スポーツ推進委員を中心に検討を重ねておりますので、ご理解くださいますようお願いいたします。

【問い合わせ】 スポーツ振興課 ☎：48-1111（内線 2252）

ZUMBA® フィットネス参加者募集！

人気のダンスエクササイズ ZUMBA®（ズンバ）フィットネスで体を楽しく動かしながら、ストレス発散・体力アップを目指しましょう！

ZUMBA® フィットネスとは…

ZUMBA® フィットネスはラテン系の音楽とダンスを融合させた新しいダンスフィットネスエクササイズです。

心肺機能の向上や、カロリーを大量に消費して脂肪を燃焼させるといった効果が期待でき、レジスタンストレーニングと組み合わせることにより主要な筋肉を鍛えることもできます。

うまく踊る必要はありません。ラテンのリズムに乗って、体を動かすことの楽しさを体感してください！



【日 時】 11月12・19・26 12月3・10・17・24 毎週水曜日（全7回）10：00～11：30

【場 所】 玉里 B&G 海洋センター体育館 栗又四ヶ2406-4

【対象者】 市内在住もしくは在勤、在学している方（未経験の方を優先します）

【定 員】 40名 ※定員を超えた場合は抽選とします。

【講 師】 新井友紀恵 先生（AFAA 認定 ZUMBA® フィットネスインストラクター）

【受講料】 2,800円

【申込方法】 市のウェブサイト、または玉里 B&G 海洋センター窓口からお申し込みください。

スマートフォン・携帯電話の方は QR コードからのお申し込みも可能です。

【申込期間】 10月11日（土）9：00から10月26日（日）の17：00まで

【問い合わせ】 スポーツ振興課 ☎：48-1111（内線 2252）

小美玉市サッカーフェスティバル（一般の部） 参加チーム募集！

小美玉市サッカー協会が主催の大会です。皆さん奮ってご参加ください！

【日 時】 11月 9日（日）1日目

11月16日（日）2日目

11月30日（日）予備日

【会 場】 ふれあい運動広場、旧小川高校

【参加資格】 市内在住・在勤の高校生、社会人

【参加費】 1チーム 2,000円

【応募締切】 10月19日（日）まで ※定員になり次第、締め切ります。

【申し込み・問い合わせ】

小美玉市サッカー協会第一種書記 山井 ☎：090-5206-6437





図書館

インフォメーション

Library information

図書館まつり開催

小川図書館で図書館まつりを開催します。遊びにきてね。

【日 時】 11月8日(土) 10:00~16:00まで

【場 所】 小川図書館

【内 容】 ★除籍本の配布(10:00~16:00)

・図書館で不用になった本を無料で差し上げます。

★おはなし会(10:30~、14:00~)

・絵本の読み聞かせ、パネルシアター、エプロンシアターなどを行います。

★DVD上映会(11:20~)

・図書館にあるDVDを上映します。



美野里公民館図書室からのお知らせ

10月20日(月)から10月28日(火)まで、蔵書点検のため休館になります。

小川図書館からのお知らせ

小川図書館では、9月から祝日も開館することになりました。開館時間は、9:30~17:00までです。多くの方のご利用をお待ちしております。

小美玉市図書館・図書室カレンダー

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

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



* ■ は小川図書館・玉里図書館・ふれあいセンターの休館日です。

* □ は美野里公民館の休館日です。

* ■ は小川・玉里図書館が図書整理のため休館です。

* ■ は玉里図書館・美野里公民館・ふれあいセンターの休館日です。(小川図書館は開館)

* ○ は美野里公民館が蔵書点検のため休館です。

開館時間

小川図書館 全日9:30~20:00

玉里図書館 全日9:30~20:00

美野里公民館図書室 全日9:30~22:00

羽鳥ふれあいセンター 全日9:30~22:00

おはなし会の10月・11月

小川図書館

小川図書館 2階 多目的室

- ・10月11日(土) 10:30~
- ・10月25日(土) 10:30~
- ・11月8日(土) 10:30~
- ・11月22日(土) 10:30~

どなたでも参加いただけます。ぜひお越しください。

玉里図書館

生涯学習センター(コスモス)1階 和室

- ・10月11日(土) 10:30~
- ・11月8日(土) 10:30~

美野里公民館図書室

美野里公民館 2階 講座室

- ・10月25日(土) 10:30~
- ・11月15日(土) 10:30~

<移動図書館ふれあい号運行予定表>

Aコース

10月2日・16日 11月6日・20日

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

Bコース

10月9日・23日 11月13日・27日

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

「難病患者福祉見舞金」の申請をしましょう

市では、難病患者とその家族の福祉増進を図るために見舞金の支給を行っています。受給するためには毎年の申請が必要となりますので、該当される方はお早めに申請してください。

【支給額】年額 30,000円

【対象】平成26年10月1日現在、小美玉市に住所を有する難病患者（特定疾患治療研究事業対象の56疾患）。ただし、12月1日現在で次のいずれかに該当する方は、支給対象となりません。
 ・死亡したとき ・市内に住所を有しなくなったとき ・難病患者でなくなったとき

【申請期間】10月1日（水）～12月1日（月）【期限厳守】

【申請手続】申請書は各窓口を用意してあります。申請に必要なものを持参の上、手続をお願いします。
 《申請に必要なもの》

- (1) 難病患者（56疾患）であることを証明する次のいずれかのもの
 - ①「一般特定疾患医療受給者証」の写し（有効期間が平成26年9月30日までのもの）
 - ②「特定疾患登録者証」の写し
 - ③対象疾患を証明する医師の「診断書」（3カ月以内のもの）
- (2) 印かん
- (3) 対象者または保護者の振込先金融機関通帳等の写し（口座番号等の確認のため）

【申請場所】社会福祉課 障がい福祉係（玉里総合支所内） ☎：48-1111（内線3121）
 福祉事務所 小川支所（小川総合支所内） ☎：48-1111（内線2111・2112）
 福祉事務所 美野里支所（四季健康館内） ☎：48-0221（内線4008・4009）

対象疾患（特定疾患治療研究事業対象の56疾患）

	疾患名		疾患名		疾患名	
1	ベーチェット病	2 1	アミロイドーシス	4 1	亜急性硬化性全脳炎	
2	多発性硬化症	2 2	後縦靭帯骨化症	4 2	バット・キアリ (Budd-Chiari) 症候群	
3	重症筋無力症	2 3	ハンチントン病	4 3	慢性血栓塞栓性肺高血圧症	
4	全身性エリテマトーデス	2 4	モヤモヤ病（ウィリス動脈輪閉塞症）	4 4	ライソゾーム病 (1) ライソゾーム病 (ファブリー病を除く) (2) ライソゾーム病 (ファブリー病)	
5	スモン	2 5	ウェゲナー肉芽腫症			
6	再生不良性貧血	2 6	特発性拡張型（うっ血型）心筋症	4 5	副腎白質ジストロフィー	
7	サルコイドーシス	2 7	多系統萎縮症	4 6	家族性高コレステロール血症 (ホモ接合体)	
			(1) 線条体黒質変性症		4 7	脊髄性筋萎縮症
			(2) オリーブ橋小脳萎縮症		4 8	球脊髄性筋萎縮症
8	筋萎縮性側索硬化症	2 8	表皮水疱症 (接合部型及び栄養障害型)	4 9	慢性炎症性脱髄性多発神経炎	
			(3) シャイ・ドレーガー症候群	5 0	肥大型心筋症	
9	強皮症／皮膚筋炎及び多発性筋炎	2 9	膿疱性乾癬	5 1	拘束型心筋症	
10	特発性血小板減少性紫斑病	3 0	広範脊柱管狭窄症（※）	5 2	ミトコンドリア病	
11	結節性動脈周囲炎 (1) 結節性多発動脈炎 (2) 顕微鏡的多発血管炎	3 1	原発性胆汁性肝硬変	5 3	リンパ脈管筋腫症 (LAM)	
				5 4	重症多形滲出性紅斑 (急性期)	
12	潰瘍性大腸炎	3 2	重症急性膵炎	5 5	黄色靭帯骨化症	
13	大動脈炎症候群	3 3	特発性大腿骨頭壊死症	5 6	間脳下垂体機能障害 ① PRL 分泌異常症 ② ゴナドトロピン分泌異常症 ③ ADH 分泌異常症 ④ 下垂体性 TSH 分泌異常症 ⑤ クッシング病 ⑥ 先端巨大症 ⑦ 下垂体機能低下症	
14	ビュルガー病 (バージャー病)	3 4	混合性結合組織病			
15	天疱瘡	3 5	原発性免疫不全症候群	20	神経線維腫症Ⅰ型／神経線維腫症Ⅱ型	
16	脊髄小脳変性症	3 6	特発性間質性肺炎			
17	クローン病	3 7	網膜色素変性症			
18	難治性肝炎のうち劇症肝炎	3 8	プリオン病	3 9	肺動脈性肺高血圧症	
			(1) クロイツフェルト・ヤコブ病			
			(2) ゲルストマン・ストロイスラー・シャインカー病 (3) 致死性家族性不眠症			
19	悪性関節リウマチ	3 9	肺動脈性肺高血圧症			
20	パーキンソン病関連疾患 (1) 進行性核上性麻痺 (2) 大脳皮質基底核変性症 (3) パーキンソン病	4 0	神経線維腫症Ⅰ型／神経線維腫症Ⅱ型		注意事項 (※) 広範脊柱管狭窄症 頸椎部、胸椎部または腰椎部のうち、いずれか2つ以上の部位において脊柱管狭小化を認めるもの（頸胸椎移行部または胸腰椎移行部のいずれか1つのみに狭小化を認めるものは除く）。	

～石岡市・小美玉市就職説明会に参加する企業を募集します～

平成27年3月に大学等卒業予定者および既卒未就職者を対象とした、就職説明会の参加企業を募集します。

【開催日】11月6日(木)

【募集期間】9月17日(水)～10月10日(金)

【参加要件】平成27年度採用予定のある茨城県内に事業所を有する企業

※但し、高校生への面接は、石岡市・小美玉市内のいずれかに事業所を有する企業となります。

※ハローワークへ求人申し込みをしていない企業は、企業説明のみとなります。

【募集数】30社程度

※詳しくは、市ホームページでご確認ください。

【会場】石岡運動公園体育館(石岡市南台3-34-1)

【申し込み】市ホームページ内「就職説明会」で検索。こちらからお申し込みください。

【問い合わせ】 商工観光課 商工観光係・企業誘致係 ☎：48-1111 (内線1162)

「就職説明会 就活! 2014」を開催します

大学・短大・専門学校・高校などを平成27年3月に卒業予定の方、および卒業後おおむね3年以内の方を対象に「就職説明会 就活! 2014」を開催します。

石岡市民または小美玉市民でなくても参加できます。事前申し込みや参加費は不要です。

なお、参加企業等については、就職面接会ホームページで公開します。ご不明な点は、下記までお問い合わせください。

【期 日】11月6日(木)

【時 間】受付12:30～ 説明会13:00～16:00

【対象者】①大学・短大・専門学校を平成27年3月に卒業予定の者、および未就職の者(おおむね既卒3年以内)

②高校(ハローワーク石岡・土浦・笠間・水戸管内)を平成27年3月に卒業予定の者

【会 場】石岡運動公園体育館(石岡市南台3-34-1)

【準備物】上履き

【問い合わせ】 小美玉市商工観光課 ☎：48-1111 (内線1162)
石岡市商工観光課 ☎：23-1111 (内線482)

「求職者支援訓練」で早期就職!

雇用保険を受給できない方等を対象に、早期就職に向けたスキルアップのための職業訓練の案内をしています。受講料は原則無料です。パソコンや介護分野など各種訓練があります。ハローワークが積極的に就職支援を行います。お問い合わせは最寄のハローワークへ。

◆ハローワーク石岡 ☎：26-8141 (石岡市東石岡5-7-40)

【問い合わせ】 商工観光課 商工観光係・企業誘致係 ☎：48-1111 (内線1162)

「茨城県畜産センター公開デー」を開催します!

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

【日 時】10月25日(土)10:00～15:00

【会 場】茨城県畜産センター

【入場料】無 料

【問い合わせ】

茨城県畜産センター企画情報室

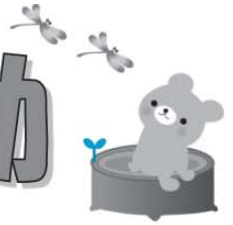
☎：0299-43-3333 (石岡市根小屋1234)

ホームページ：「茨城県畜産センター」で検索





秋季火災予防運動



- 実施期間 11月9日(日)から11月15日(土)まで
- 防火標語 「もういいかい 火を消すまでは まあだだよ」(全国统一標語)

住宅用火災警報器

住宅用火災警報器(じゅうたくようかさいけいほうき)は、火災報知機の一つで、主に一般住宅に設置され、火災の際、煙や熱を感知して音声やブザー音で警報を発するものです。

消防法により、平成23年6月1日から全ての住宅に設置及び維持が義務付けられました。

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



住宅用火災警報器(煙式)



【火災に早く気づき、命を取り止めることができた事例】

○ 居住者が2階寝室で就寝中、寝室に設置していた住警器が鳴動し、1階の物置部屋から炎が出ているのを発見した。炎の勢いが激しいため初期消火は断念し、119番通報した。

【早く気づき、火災発生または拡大に至らなかった事例】

○ 居住者が調理中のガスコンロを放置したため、煙が発生し、居間に設置されていた住警器が鳴動した。警報音に気づき、水道水で初期消火し、119番通報した。

茨城県の条例適合率は(61.5%)

平成26年6月1日現在

☆お問い合わせ先☆

小美玉市消防本部	☎58-4541
小川消防署	☎58-4611
美野里消防署	☎48-2266
玉里消防署	☎58-0555



わたしを守ってえ〜!

長年使っている家電製品の劣化に注意！

● 家電製品を正しく使おう

家電製品は、今の生活に欠かすことのできないものですが、取扱いや管理上の不注意による火災が例年多く見られます。また、長年ご使用の家電製品は熱・湿気・ホコリなどの影響により、内部部品が劣化し、発煙・発火の恐れがあります。家電製品の安全な取扱方法についての知識を深めましょう。

換気扇・扇風機



- 1 スイッチを入れてもファンが回らない。
- 2 ファンが回っても異常に回転が遅かったり不規則。
- 3 回転するときに異常な音や振動がする。
- 4 モーター部分が異常に熱かったり焦げくさいにおいがする。
- 5 電源コードが折れ曲がったり破損している。
- 6 電源コードに触れるとファンが回らなかったり回ったりと不安定。

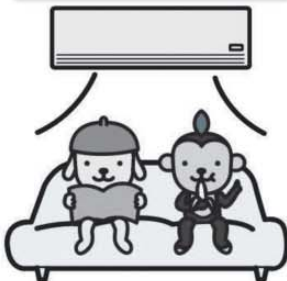


洗濯機



- 1 脱水中に蓋を開けても15秒以内で止まらないことがある。
- 2 給水ホース、蛇口の継ぎ手から水漏れや洗濯機の床面に水漏れの痕跡がある。
- 3 焦げくさいにおいがする。
- 4 スイッチを入れても動かない。
- 5 長年、電源プラグを挿したままになっていて、ホコリや湿気がたまっている。
- 6 アース線がアース端子に確実に取り付けられていない。
- 7 運転中に異常な音や振動がする。

エアコン



- 1 電源コードやプラグが異常に熱い。
- 2 電源プラグが変色している。
- 3 焦げくさいにおいがする。
- 4 プレーカーが頻繁に落ちる。
- 5 架台や吊り下げ等の取付部品が腐食していたり、取付がゆるんでいる。
- 6 室外機から水漏れがする。

電気こたつ



- 1 スイッチを入れても正常に作動しない。
- 2 ヒーター部分に座布団や洗濯物などが触れないようにする。
- 3 就寝時や外出時は、コンセントを抜いておく。
- 4 電気コードの折れ曲がりや、電気コードの上に家具等の重いものを置かないようにする。
- 5 電源コードに触れるとヒーターがついたりつかなくなったりと不安定。

家電製品の共通点！

コンセントやテーブルタップの場所が家具の裏側や湿気の多いところ、水漏れしやすい所にあると、溜まった埃が湿気を呼び、付着した埃と湿気によって、プラグの両極間で火花放電が繰り返し発生し火災になります。こまめに清掃しましょう！また、家電製品のコードが家具の下敷きになったり、コードの折れ曲がりも火災発生原因となる恐れがありますので注意しましょう！

各ご家庭で使用している家電製品のリコール情報については、下記を参照してください。

・各家電メーカーのホームページ

・Nite(ナイト)独立行政法人 製品評価技術基盤機構のホームページ(社告・リコール)

●●● 9月の環境放射線モニタ測定結果 ●●●

市内63施設で、ガンマ線の空間線量を測定しました。測定の結果、放射線量の最高値と平均値は以下の通りです。なお、保育園・幼稚園・小学校・運動公園の子ども広場は地表から50cm、それ以外の施設は1mの位置で測定しています。

【最高値】0.136/時（9月10日計測）

国が定めた除染基準は0.23マイクロシーベルト/時を下回るものです。

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

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

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

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

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

給食素材放射能測定結果（8月測定分）

【検査件数】学校給食：3件 検出件数：0件

【検出下限値】10Bq/kg 使用機器：TN300Bベクレルモニター

8月の測定結果では、基準値を上回る放射性物質は検出されませんでした。

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

【問い合わせ】 学校給食課 ☎：56-4855

備えて安心!! 戸別受信機

市防災行政無線の戸別受信機の設置については、平成26年度末の市内全域完了を目指しています。設置希望のお申し込みは随時受け付けていますので、申請がお済みでない方は、お急ぎください。



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

11月・12月の漏水修理当番

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

当番日	小川地区・美野里地区		当番日	小川地区・美野里地区		玉里地区
	当番業者名・連絡先			当番業者名・連絡先		連絡先
11月 1日	金敷電設工業（有）	☎ 48-0211	12月 6日	（株）大栄	☎ 58-5851	湖北水道企業団 ☎ 24-3232
11月 2日	（有）山口水工	☎ 58-0129	12月 7日	勝樹設備	☎ 48-3552	
11月 3日	金藤水道工事店	☎ 48-4440	12月 13日	亀山建設（株）	☎ 58-2901	
11月 8日	（株）岡建設	☎ 58-3572	12月 14日	坪井林業（有）	☎ 47-0707	
11月 9日	（株）オカザキ	☎ 46-3930	12月 20日	倉田電気商会	☎ 58-2909	
11月 15日	（有）永作設備	☎ 58-2819	12月 21日	（株）川名工務店	☎ 46-0305	
11月 16日	（有）大和田建設	☎ 48-3351	12月 23日	（株）クボタ総建	☎ 46-0006	
11月 22日	（株）出沼興業	☎ 58-2467	12月 27日	（有）マツカワ設備工業	☎ 46-2154	
11月 23日	（株）スズヤ	☎ 46-0007	12月 28日	（有）尾形工務店	☎ 58-1701	
11月 24日	（株）内藤工務店	☎ 58-2050	12月 29日	（株）常陸開発工業	☎ 49-1466	
11月 29日	（株）エイブルコーポレーション	☎ 47-0882	12月 30日	中村工業（株）	☎ 58-3025	
11月 30日	（株）内田工業	☎ 54-0041	12月 31日	（株）エイブルコーポレーション	☎ 47-0882	

11月のほけんがいで

●母子保健事業

とき	ところ	事業名(受付時間)	対象者
4 火	小川保健相談センター	育児相談(9:30~11:00)	乳幼児と保護者
5 水	四季健康館	10か月児相談(9:30~10:00)	美野里(平成25年12月~26年1月生)
7 金	四季健康館	3歳児健診(13:00~13:30)	美野里(平成23年5月~6月生)
11 火	小川保健相談センター	かばちゃん教室(13:00~13:30)	小川・玉里(平成22年4月~7月生)
14 金	小川保健相談センター	ハローベビー教室:出産編(9:15~9:30)	妊婦及びご家族
18 火	玉里保健福祉センター	1歳6か月児健診(13:00~13:30)	小川・玉里(平成25年3月~4月生)
19 水	四季健康館	2歳児歯科健診(13:00~13:30)	美野里(平成24年6月~7月24日生)
26 水	小川保健相談センター	4か月児健診(13:00~13:30)	小川・玉里(平成26年6月~7月生)

●成人保健事業

とき	ところ	事業名(受付時間)	対象者
5 水	小川保健相談センター	住民健診(9:30~11:30、13:30~15:00)	申し込み不要(希望者は直接健診会場へ)
6 木	小川保健相談センター	こころのデイケア(9:30~10:00)	希望者※要予約
10 月	玉里保健福祉センター	住民健診(9:30~11:30、13:30~15:00)	申し込み不要(希望者は直接健診会場へ)
11 火	四季健康館	住民健診(9:30~11:30、13:30~15:00)	申し込み不要(希望者は直接健診会場へ)
12 水	四季健康館	総合健診(7:00~10:50)	受診予約済みの方(受診券をお持ちの方)
13 木	四季健康館	住民健診(9:30~11:30、13:30~15:00)	申し込み不要(希望者は直接健診会場へ)
13 木	玉里保健福祉センター	こころの健康相談(9:30~11:00)	希望者※要予約
14 金	四季健康館	夜間健診(16:00~19:00)	受診予約済みの方(受診券をお持ちの方)
20 木	四季健康館	こころの健康相談(9:30~11:00)	希望者※要予約
21 金	四季健康館	子宮頸がん・乳がん検診(12:15~13:00)	受診予約済みの方(受診券をお持ちの方)
27 木	四季健康館	こころのデイケア(9:30~10:00)	希望者※要予約

●大広間健康相談・健康教室

とき	ところ	内容
18 火	四季健康館	シルバーリハビリ体操
19 水		

とき	ところ	内容
20 木	四季健康館	シルバーリハビリ体操
21 金		

県や国等のお知らせ

調停相談会を実施します

【日時】
10月19日(日)
10:00~15:00
【場所】
ひたちなか市総合福祉センター
ひたちなか市西大島3丁目-16-1
☎:029-274-3241

【相談内容】
土地・建物に絡む紛争、金銭消費貸借等の紛争、多重債務に関する事、夫婦関係、離婚、親族間の紛争、子の養育、扶養など 相続、遺産分割に関する紛争など 民事・家事の調停手続きなどに関する相談

【相談担当者】
民事調停委員、家事調停委員(弁護士、不動産鑑定士、税理士、建築士、司法書士などの専門委員を含む)

【主催者】水戸調停協会 普及委員会
☎:029-224-8270

平成26年火災発生・救急出場件数

区分	8月中	累計
火災	0	11
救急	202	1,315
急病	130	850
交通事故	19	135
一般負傷	28	165
その他	25	165

「腎臓病全般の食事療法」講演会・交流会

【日時】
10月31日(金) 13:30~15:30(受付:13:00~)

【場所】
茨城県立健康プラザ 3階「会議室1・2」
水戸市笠原町993-2

【対象者】
・慢性腎疾患の児を持つ保護者等
・水戸保健所管内市町職員(保健師・栄養士)、幼稚園教諭、保育士、教育関係者等

【内容】
①講演会「腎臓病全般の食事療法」
13:40~14:40
〈講師〉県立こども病院 管理栄養士 加藤 かな江先生
②交流会 14:50~15:30

【問い合わせ】
水戸保健所 健康増進課
小児慢性特定疾患担当 小坪
☎:029-244-2828(課直通)
FAX:029-241-5313

電話番号、間違いありませんか?

小美玉市役所は、
48-1111
です。



最近、間違い電話が多くなっています。
お電話のさいには、もう一度電話番号をお確かめください。

行政書士無料相談会

【開催日】10月21日(火) 13:00~16:00
予約は不要です。(受付順)

(受付順・相談は1人30分程度でお願いします)

【場所】市役所本庁舎 1階ロビー

【相談内容】遺産分割・相続・遺言関係の相談や土地活用、国籍、各種契約などに関すること
(必要に応じ、行政書士以外の専門家、専門機関の紹介なども行います)

【相談員】茨城県行政書士会水戸支部 会員

【問い合わせ】水戸支部事務局 木村 ☎:029-251-3101

10月

休日診療当番医(外科)

◆受付 午前9時~11時30分・午後1時~3時30分

日	場所	住所	電話番号
5	石岡市医師会病院	大砂 10528-25	22-4321
12	滝田整形外科	府中 2-2-12	23-2071
13	斉藤病院	旭台 1-17-26	26-2131
19	石岡市医師会病院	大砂 10528-25	22-4321
26	山王台病院	東石岡 4-1-38	26-3130

行政相談

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

10月は特設行政相談会を開催します。
詳しくは17ページをご覧ください。

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

10月の納税・納付

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

・市県民税 第3期

・国民健康保険税 第6期

・介護保険料 第4期

・後期高齢者医療保険料 第4期

(※納期限は、10月31日です)

対話の日

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

とき 10月29日(水) 10:00~12:00
ところ 本庁1階 相談室

※対話は1人30分程度でお願いします。
※事前にご予約をお願いします。

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

10月

緊急診療(内科・小児科)

緊急診療(石岡市医師会病院内) 23-3515

休日	5・12・13・19・26 ◆受付 午前9時~11時30分 午後1時~3時30分
夜間	4・5・11・12・13・18・19・25・26 ◆受付 午後6時~9時30分

心配ごと相談

悩んでいること、困っていることなどがありましたら、お気軽にご相談ください。

相談は無料です。

相談内容:健康、医療、教育、福祉、財産等について
※は弁護士が相談に応じます。事前にご予約ください。

【時間】13:30~16:30(お一人様20分)

11月5日	社会福祉協議会小川支所
11月26日※	☎:58-5102
11月12日※	社会福祉協議会美野里支所
12月3日	(四季健康館内) ☎:36-7330
11月19日	社会福祉協議会本所
12月10日※	☎:37-1551

石岡警察署からのお知らせ

8月末現在の小美玉市内の事故発生状況
(前年比)

○発生件数 111件(+1)

○死者数 0名(-1)

○負傷者数 146名(-7)

○物損件数 700件(-32)

※平成26年1月1日からの累計件数

人口と世帯数(平成26年9月1日現在)

人口.....52,959人(-93)

男.....26,853人(-40)

女.....26,106人(-53)

世帯数.....20,262戸(-33)

()は前月比

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

携帯電話から市政情報をご覧になれます。

<http://www.city.omitama.lg.jp/m/>

28 平成26年9月25日 お知らせ版

次回お知らせ版11月号の発行日は10月30日(木)です。



〈編集・発行〉小美玉市役所秘書広聴課

☎0299-48-1111 内線1212



この広報紙は、環境に優しい大豆インキで印刷しています。