



広報小美玉

# お知らせ版

No.121

5

発行日 28.4.21

## 自然観察の旅・参加者募集

上毛三山・榛名山外輪にある信仰の山「相馬」を歩く

## 緑輝く初夏の榛名をハイキング



- 【日 時】** 6月5日(日) 小雨決行(荒天時は中止)  
生涯学習センター(コスモス) 出発 5:30 (集合 5:20)  
小川文化センター(アピオス) 出発 5:40 (集合 5:30)  
美野里公民館前 出発 6:00 (集合 5:50)
- 【場 所】** 群馬県高崎市(榛名山ハイキングコース)
- 【募集人員】** 120名 ※申し込み人数が定員を超えた場合には抽選となります。
- 【申込期間】** 5月12日(木)～5月19日(木) 9:00～17:00
- 【参加費】** 3,000円 ※説明会の時にお預かりします。
- 【申込方法】** 下記の受付窓口へ直接お申し込みください。(1人2名まで申し込みます)  
※電話やファックスからの申し込みは受け付けできません。  
※お子さまは、小学校高学年から参加できますが、保護者の同伴が必要です。
- 【受付窓口】** 美野里公民館(水曜休館)、小川公民館(休館無し)、玉里公民館(月曜休館)
- 【説明会および抽選会】** 期日: 5月27日(金) 19:30～  
会場: 小川文化センター(アピオス) 小ホール

### 【問い合わせ】

美野里公民館	☎: 0299-48-1110
小川公民館	☎: 0299-58-3111
生涯学習センター <b>コスモス</b>	☎: 0299-26-9111

# ご存知ですか？児童扶養手当・特別児童扶養手当

## 児童扶養手当

ひとり親家庭等の児童のための手当です。

### ■手当を受けられる方

日本国内に住んでおり（外国人を含む）、次のいずれかにあてはまる児童を養っている母または父、父母に代わって児童を養育している方。

- ・父母が婚姻を解消した児童
- ・父または母が死亡した児童
- ・父または母が一定の障がいの状態にある児童
- ・父または母が生死不明の児童
- ・父または母が1年以上遺棄している児童
- ・父または母が1年以上拘禁されている児童
- ・母が婚姻によらないで生まれた児童
- ・母が児童を懐胎したときの事情が不明である児童
- ・父または母が裁判所から配偶者の暴力による保護命令を受けた児童

※ここでの「児童」は、18歳以下の子どもを指します（18歳に達する日以後最初の3月31日まで）。ただし、身体や精神に障がいのある場合は、20歳未満まで手当が受けられます。

### ■手当の額

対象児童数が

1人のとき 月額 42,330円

2人のとき 月額 47,330円

3人以上のとき 1人につき月額 3,000円を加算。

※受給者または同居している方の所得が一定以上になると、手当の支給額が減額または停止される場合があります。

- 法改正により、年金額が児童扶養手当の額よりも低い方は、その差額分の児童扶養手当を受給できるようになりました。

## 特別児童扶養手当

障がいのある児童のための手当です。

### ■手当を受けられる方

日本国内に住んでおり（外国人を含む）、20歳未満で次のいずれかにあてはまる児童を養っている父または母、父母に代わって児童を養育している方。

特別児童扶養手当1級～重度の障がい～

- ・身体障がいがおおむね1級または2級程度
- ・療育手帳の判定が①またはA程度の知的障がいまたは同程度の精神障がい

特別児童扶養手当2級～中度の障がい～

- ・身体障がいがおおむね3級
- ・療育手帳の判定がB程度の知的障がいまたは同程度の精神障がい

※児童が障がいによる公的年金を受けることができるとき、施設などに入所しているときなどは、手当を受けることができません。

### ■手当の額

特別児童扶養手当1級

1人につき 月額 51,500円

特別児童扶養手当2級

1人につき 月額 34,300円

※受給者または同居している方の所得が一定以上になると、手当の支給が停止されます。

※上記の手当を受けるには、請求の手続きを行うことが必要です。

## 認定を受けている方へお知らせ

■平成28年4月分より手当の額が変更されます。

		平成27年4月～	平成28年4月～
児童扶養手当	全額支給（月額）	42,000円	42,330円
	一部支給（月額）	41,990円～9,910円	42,320円～9,990円
特別児童扶養手当	1級（月額）	51,100円	51,500円
	2級（月額）	34,030円	34,300円

### 【問い合わせ】

児童扶養手当に関する問い合わせ

子ども福祉課子ども福祉係（玉里総合支所内） ☎：0299-48-1111（内線3228）

特別児童扶養手当に関する問い合わせ

社会福祉課障がい福祉係（玉里総合支所内） ☎：0299-48-1111（内線3122）



平成28年10月から始まります！

## B型肝炎定期予防接種のご案内



10月より、B型肝炎ワクチンの定期予防接種が始まります。

B型肝炎はB型肝炎ウイルスによって起こる肝炎です。乳児期に感染すると肝臓に慢性持続感染を起こし、そのうち10～15%が長い年月を経て慢性肝炎や肝硬変、肝細胞癌を発症することが知られています。

なお、平成28年4月以降に生まれたお子さんから対象となります。詳細については、該当となるお子さんに9月以降、個人通知します。

### ◎対象者

平成28年4月以降に生まれたお子さん

### ◎標準的な接種期間

生後2か月から生後8か月

### ◎接種回数

3回（27日以上の間隔で2回、更に、初回接種から140日以上を経過した後に1回）



### 【問い合わせ】

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

## 都市計画公聴会を開催します

市では、小美玉都市計画区域における用途地域の変更等に関する都市計画案について、広く住民の皆さまからご意見をいただくため、下記のとおり公聴会を開催します。

なお、公聴会は公述申出人がいる場合にのみ開催します。

### ●都市計画素案の内容

- ・小美玉都市計画 用途地域の変更（羽鳥駅周辺地区）
- ・小美玉都市計画 準防火地域の指定（羽鳥駅周辺地区）
- ・小美玉都市計画 道路の変更（羽鳥駅東西自由通路線の追加、羽鳥停車場・池花線の変更）
- ・小美玉都市計画 交通広場の決定（羽鳥駅西口交通広場）

### ●都市計画素案の閲覧と公述申出書の提出

- ・閲覧および申出期間 5月13日（金）～23日（月） 8：30～17：15（土日を除く）
- ・閲覧および申出場所 小美玉市役所都市整備課

### ●公聴会

- ・日 時 5月30日（月） 15：00～
- ・場 所 市役所本庁2階 第2・第3会議室

### ●公述申出方法

素案の内容に対し、公聴会で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を提出してください。（郵送可 5月23日必着）

なお、公述人が多数の場合は、意見内容を考慮して選考します。

### ●提出先

〒319-0192 小美玉市堅倉835番地  
小美玉市長（小美玉市都市建設部都市整備課扱い）あて

### 【問い合わせ】

都市整備課 ☎：0299-48-1111（内線1411）

# 人間ドック・脳ドック費用助成のお知らせ

国民健康保険加入者の生活習慣病その他の疾病予防と早期発見のための健康健診に対し、健診費助成金を交付する健康づくり事業を実施します。

- 助成対象 次の要件すべてに該当する方。
  - 国民健康保険に加入している **30歳以上の方。(健診日現在)**
  - 申請時点で国民健康保険税を完納している世帯に属している方。
  - 40歳～74歳の方の人間ドックについては、今年度、市で実施する特定健康診査および個別健診を受診しない方

※なお、人間ドック・脳ドックの助成を重複して受けることはできません。  
申請後に、健診日までに国民健康保険の資格喪失した方は助成対象となりません。
- 健診実施期間 平成28年5月11日(水)～平成29年1月31日(火)  
※本年度より実施期間が変更となります。予約の際にはご注意ください。
- 受付期間 平成28年5月11日(水)から随時受け付け
- 申請方法
  - ①医療機関に直接、健診日を予約する
  - ②市役所医療保険課 小川・玉里総合支所総合窓口課のいずれかで申請をする
  - ③健診助成券を受け取る
- 申請に必要なもの
  - ・人間ドック 国民健康保険被保険者証 印鑑  
※特定健康診査受診券(40歳～74歳まで)
  - ・脳ドック 国民健康保険被保険者証 印鑑

## 医療機関一覧

	医療機関名	電話番号	健診料金	市助成金	自己負担金
人間ドック	(一財)茨城県メディカルセンター	029-243-1111	41,256円	20,000円	21,256円
	(総)土浦協同病院 予防医療センター	029-846-3731	41,040円		21,040円
	石岡市医師会病院	0299-23-4113	39,140円		19,140円
	石岡循環器科脳神経外科病院	0299-58-5211	42,120円		22,120円
	小川南病院	0299-58-1131	31,500円		11,500円
	希望ヶ丘ひきクリニック	0299-36-8101	36,720円		16,720円
	新澤医院	0299-48-0034	32,200円		12,200円
	小美玉市医療センター	0299-58-2711	36,800円		16,800円
	(公財)筑波メディカルセンター	029-856-3500	41,256円		21,256円
	石岡第一病院	0299-22-5151	43,200円		23,200円
	山王台病院	0299-26-3130	40,500円		20,500円
	(一財)霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター (東京医科大学茨城医療センター敷地内)	029-887-4563	41,040円		21,040円
	(公財)茨城県総合健診協会	029-241-0011	40,942円		20,942円
	水戸中央病院	029-309-8521	36,800円		16,800円
	脳ドック	石岡循環器科脳神経外科病院	0299-58-5211		25,920円
山王台病院		0299-26-3130	23,650円	13,650円	
小美玉市医療センター		0299-58-2711	24,000円	14,000円	
水戸中央病院		029-309-8521	24,000円	14,000円	

\* 健診当日は健診助成券・国民健康保険被保険者証・特定健康診査受診券(40歳～74歳まで)・自己負担金を必ずお持ちください。なお、健診料金以外の追加検査料金は自己負担となります。

### 【問い合わせ】

小美玉市役所 医療保険課 国保年金係 ☎：0299-48-1111 (内線1102)  
小川総合支所総合窓口課 玉里総合支所総合窓口課



# 特定健診は身近な医療機関で受診できます （個別健診）

- 対象者 国民健康保険に加入の40歳～74歳の方で、今年度、市で実施する特定健康診査および人間ドックを受診しない方
- 健診実施期間 平成28年5月11日（水）～平成29年1月31日（火）
- 受診方法 医療機関に直接、健診日を予約します。健診当日は「国民健康保険被保険者証」・「特定健康診査受診券」・「個人負担金（1,000円）」をお持ちになり受診してください。  
健診結果は医療機関より送付します。
- 検査項目 問診・身体計測（腹囲を含む）・血圧測定・血液検査（脂質・血糖・肝機能）・尿検査  
\*追加検査項目・・・医師が必要と認めた場合に実施する項目（心電図・眼底・貧血）

## 個別健診実施医療機関

医療機関名	住 所	電 話 番 号
石岡循環器科脳神経外科病院	小美玉市栗又四ヶ 1768-29	0299-58-5211
やまぐち医院	小美玉市栗又四ヶ 1747-10	0299-37-1055
小川南病院	小美玉市小川 733	0299-58-1131
新澤医院	小美玉市堅倉 995	0299-48-0034
小美玉市医療センター	小美玉市中延 651-2	0299-58-2711
希望ヶ丘ひきクリニック	小美玉市中台 843-10	0299-36-8101
おみたまクリニック	小美玉市羽鳥 2663-61	0299-46-7800
渡辺クリニック	石岡市東光台 4-14-30	0299-26-7633
石岡診療所	石岡市国府 2-4-9	0299-24-5080
柏木医院	石岡市石岡 2158-3	0299-22-2874
関クリニック	石岡市府中 3-1-6	0299-23-8300
ごとう内科	石岡市石岡 1-14-1	0299-36-0510
杉並クリニック	石岡市杉並 2-2-19	0299-27-6700
山王台病院	石岡市東石岡 4-1-38	0299-26-3130
石岡市医師会病院旭台分院	石岡市旭台 1-17-26	0299-26-2131
田中クリニック	石岡市鹿の子 1-11-10	0299-23-2288
岡崎内科医院	石岡市府中 1-3-21	0299-22-2014
芹澤医院	石岡市石岡 3165-17	0299-22-2035
府中クリニック	石岡市府中 5-11-1	0299-22-2146
藤井内科クリニック	石岡市鹿の子 2-1-36	0299-35-5005
石岡第一病院	石岡市東府中 1-7	0299-22-5151
石岡市医師会病院	石岡市大砂 10528-25	0299-23-4113
グリーンクリニック	石岡市柿岡 1547-7	0299-36-4120

★茨城県内の協力医療機関のうち、近隣の一部を掲載しました。  
他の医療機関については下記までお問い合わせください。

### 【問い合わせ】

医療保険課 国保年金係 ☎：0299-48-1111（内線 1102）

# いよいよ健診がスタートします！

# 健診を健康づくりに活かしましょう

6月より総合健診・住民健診・夜間健診が始まります。下記よりご希望の健診を選び、ぜひ受診しましょう。

## 1. 健診内容・個人負担金 「○」は実施 「×」は未実施

項目	総合健診	住民健診	夜間健診	対象となる方	個人負担金	内容
特定健診	○	○	○	40～74歳で 国民健康保険に加入している方	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
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
前立腺がん検診	○	○	○	50歳以上の男性	500円	血液検査
肺がん検診	○	○	○	40歳以上（結核検診を含む）	無料	胸部レントゲン検査
結核検診	○	○	○	65歳以上（肺がん検診を含む）		
肝炎ウイルス検査	○	○	○	40歳以上（過去未受診者）	500円	血液検査（B・C型肝炎検査）
歯科相談	×	○	×	40歳以上の希望者	無料	歯周病予防の個別相談

- 40～74歳で国民健康保険以外の方は、市で特定健診を受診できるかどうか、加入先の健康保険組合へお問い合わせください。
- 身体障がい者手帳1・2級、療育手帳A・A、生活保護の方は、すべての健診が無料となります。  
今年度75歳以上の方は、胃・大腸・前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査が無料となります。
- 『肝炎ウイルス検査無料受診券』を41歳・46歳・51歳・56歳・61歳の方へ郵送します。  
（過去未受診者のみ）総合健診・住民健診・夜間健診でご利用ください。※年齢：平成29年4月1日現在

## 2. 健診日程・申し込み

**（1）総合健診・夜間健診【要予約】 申し込み期間：5月30日（月）～6月3日（金） ※定員になり次第締め切り**

下記より健診日・受け付け時間を選び、申し込み期間内に各会場へ電話または窓口にてお申し込みください。  
※平成26年度または27年度に胃・大腸がん検診を受診された方、健康づくり健診（18～39歳）を受診される方は予約不要

### ■総合健診・夜間健診

6月	会場	7月	会場	8月	会場	9月	会場	11月	会場
15	水 美野里	24	日 玉里	7	日 美野里	5	月 小川	10	木 美野里
16	木 美野里	25	月 玉里	8	月 美野里	6	火 小川	※11/10（木）は 夜間健診 【受付】 16:00～19:30	
26	日 小川	27	水 玉里	9	火 美野里	9	金 美野里		
27	月 小川			23	火 小川	29	木 美野里		
						30	金 美野里		

【健診当日の受け付け時間】

- 7:00～7:20 ● 7:30～7:50 ● 8:00～8:20 ● 8:30～8:50
- 9:00～9:20 ● 9:30～9:50 ● 10:00～10:20 ● 10:30～10:50

### ■大腸がん検診のみ日程 ※採便容器の回収のみです（他の検診は実施しません）

6月	会場	7月	会場	8月	会場	9月	会場	10月	会場	11月	会場
24	金 美野里	5	火 小川	1	月 玉里	15	木 小川	3	月 美野里	14	月 美野里
28	火 美野里	11	月 玉里	5	金 玉里	16	金 美野里	7	金 美野里	21	月 美野里・小川
【受付時間】 9:00～11:00		13	水 小川	22	月 美野里	20	火 小川			24	木 美野里
		19	火 美野里	31	水 小川					25	金 玉里

**(2) 住民健診【予約不要】 ※胃がん検診・大腸がん検診を受診しない方は住民健診をお勧めします**

日程	会場	行政区		
		〔午前〕 9:30～11:30	〔午後〕 13:30～15:00	
6	22 水	美野里	佐才 世楽 堅倉 大曲 小岩戸 上小岩戸 仲丸 上鶴田 下鶴田	西明地 西郷地 清風台 柴高 先後 橋場美 三箇 長砂
	23 木		張星 部室 納場 江戸 羽刈 高田 手堤 大笹 寺崎	江戸住宅 北浦 五万堀
7	5 火	玉里	岡 大井戸平山 川中子 大宮	松山 第二東宝 田木谷駅前 田木谷 新田木谷
	7 木	小川	本田町 中田宿 大町 川岸 橋向 横町 坂下 坂上 二本松 下馬場 小埜 立延 中根 下田(一) 下田(二) 宮田 稻荷坪	野田本田 野田古新田 隠谷 新林 鷺沼 伏沼 上吉影 前原 飯前
	8 金		上合 前野 下吉影宿 下吉影荒地 下吉影本田 貝谷 下吉影南原 下吉影古新田 百里自営 百里開拓 与沢 与沢百里 倉数川前 倉数川向 外之内 山野 川戸	羽木上 幡谷 田中台 山川 清水頭 小川ニュータウン 各官舎および団地・住宅
	12 火	美野里	中台 希望ヶ丘 竹原 竹原下郷 竹原中郷 上馬場 中野谷	小曾納 花野井 中峰 大谷
	28 木	玉里	栗又四ヶ みどり野 第三東宝 玉里団地 野村田池 新高浜第一 新高浜第二	上高崎 下高崎 玉里中台
9	14 水	小川	地区指定なし	地区指定なし
9	27 火	美野里	十二所 羽鳥東 駅前 羽鳥 羽刈前 東平 旭	高場 金谷久保 花館 脇山 羽鳥市営住宅
	28 水		地区指定なし	地区指定なし

- ・行政区の指定日以外でも受診できます。
- ・ \_\_\_\_\_ の日は、午前のみ歯科相談を実施します。美野里・玉里地区は11月の住民健診で実施します。

**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（つり銭のないようお願いします）
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） <input type="checkbox"/> 大腸がん検診問診票（送られた方のみ）
身障1・2級、療育④・Aの方	<input type="checkbox"/> 該当の手帳
該当の方のみ	<input type="checkbox"/> 肝炎ウイルス検査無料受診券

**【総合健診 申し込み・問い合わせ】** 平日 8:30～17:15

胃がん検診 大腸がん検診 健康づくり健診 等	四季健康館（健康増進課）	☎：0299-48-0221
	小川保健相談センター	☎：0299-58-1411
	玉里保健福祉センター	☎：0299-48-1111(内線3310・3311)

**【特定健診、後期高齢者健診 問い合わせ】** 平日 8:30～17:15

特定健診（国民健康保険の方） 後期高齢者健診	医療保険課	☎：0299-48-1111(内線1102・1106)
特定健診（国民健康保険以外の方）	加入先の健康保険組合	

自分の予定に合わせて受けられ、とっても便利!

# 女性のがん検診(医療機関検診)のお知らせ

小美玉市では、女性のがん検診を登録医療機関でも実施しています。ご自身の予定に合わせて受診できるため、「集団検診は日程が合わない」「忙しくて時間がとれない」という方におススメです。受診にあたっては、事前に健康増進課窓口での手続きが必要です。詳しくは下記をご確認ください。

## 1. 対象者・内容・個人負担金

検診名	対象者	内容	個人負担金
子宮がん検診	20歳以上	頸がん検診	1,000円
		体がん検診(医師の指示による)	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 (検診は2年に1度)	1,500円	

◎次に該当する方は、医療機関検診の対象外となります。

- ・今年の4月以降に市の集団検診、人間ドック、職場等で受診済または受診予定の方
- ・自覚症状のある方、(不正出血、異常なおりもの、乳房のしこり・痛み、乳頭からの分泌物等)
- ・医療機関で経過観察中の方、毎回精密検査になる方

◎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。

◎子宮・乳がん検診無料クーポン券対象の方は、該当項目が無料です。

### <子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券 対象者>

検診名	年齢	生年月日
子宮頸がん検診	21歳	H 7.4.2～H 8.4.1
乳がん検診(無料:視触診・マンモグラフィ)	41歳	S50.4.2～S51.4.1 (※H27マンモグラフィ受診者は除く)

## 2. 申込手順

①登録医療機関(右面参照)へ予約をする



【検診期間】6月1日(水)～12月末日

- 11月以降の予約は、混雑により、12月末までに受診できない場合があります。平成29年1月以降は、全額自己負担となります。予約はお早めに!!

②健康増進課窓口で手続きをし、交付番号の入った問診票等、書類を受け取る

【窓口受付期間】6月1日(水)～12月28日(水) 土・日・祝日を除く

- 手続きの際は、予約日・医療機関名のメモ、個人負担金をご用意ください。  
※クーポン券による無料項目のみ受診される場合は、この手続きは不要です。  
クーポン券を持参の上、直接医療機関を受診してください。

③市から受け取った書類を持参の上、医療機関を受診する



### 3. 登録医療機関

#### ■子宮頸がん検診 登録医療機関

	住 所	電話番号
小埴医院	小美玉市田木谷 169-3	0299-58-3185
けやきクリニック	小美玉市張星 503-3	0299-36-7777
富田産婦人科医院	石岡市茨城 3-5-31	0299-23-0311
松葉産婦人科	石岡市府中 2-4-41	0299-23-2157
根本産婦人科医院	笠間市八雲 1-4-21	0296-77-0431
水戸済生会総合病院	水戸市双葉台 3-3-10	029-254-5151
石渡産婦人科病院	水戸市上水戸 1-4-21	029-221-2553
岩崎病院	水戸市笠原町 1664-2	029-241-8700
水戸赤十字病院	水戸市三の丸 3-12-48	029-221-5177
山縣産婦人科	水戸市千波町 371-4	029-241-6121
土浦産婦人科	土浦市中央 1-14-22	029-821-0068
霞ヶ浦医療センター	土浦市下高津 2-7-14	029-822-5050
筑波記念病院	つくば市要 1187-299	029-864-1212
なないろレディースクリニック	つくば市西大沼 637-6	029-860-7716
つくば総合健診センター	つくば市天久保 1-2	029-856-3500

#### ■乳がん検診 登録医療機関

	住 所	電話番号
石岡市医師会病院	石岡市大砂 10528-25	0299-22-4321
山王台病院	石岡市東石岡 4-1-38	0299-26-3130
北水会記念病院	水戸市東原 3-2-1	029-303-3003
霞ヶ浦医療センター	土浦市下高津 2-7-14	029-822-5050
つくばセントラル病院	牛久市柏田町 1589-3	029-872-1771

◎上記は登録医療機関の一部です。その他の医療機関をご希望の方は、健康増進課へお問い合わせください。



#### 【申し込み】 【問い合わせ】

平日 8:30～17:15

健康増進課 四季健康館

☎: 0299-48-0221

小川保健相談センター

☎: 0299-58-1411

玉里保健福祉センター

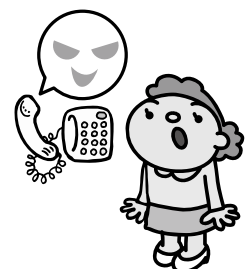
☎: 0299-48-1111 (内線 3310・3311)

## 女性の皆さま いたずら電話にご注意ください！！

例年、女性の方あてに、市役所や保健所職員等を装った男性から、「婦人科検診やエイズ検査の問い合わせ」と称したいたずら電話が、たびたびかかってくるようです。

小美玉市では、健診結果等に関する連絡は女性の保健師・看護師が行っており、**男性職員が連絡することは一切ありません。**

万が一このような電話があった場合は、すぐに電話を切り、最寄りの警察署までご連絡ください。




# 平成 28 年度

## 女性のがん検診（集団検診）のお知らせ

あなたは年に一度、がん検診を受けていますか？

諸外国の女性は、6～8割の人が定期的に検診を受け、「検診＝女性の習慣」となっているそうです。一方、日本は2～3割しか受けていないのが現実。がんが進行してから発見されるケースも少なくありません。検診をきちんと受けていれば、がんになる前の段階で発見できるため、子宮や乳房を取らずに済み、妊娠・出産などへの影響もありません。あなたの大切な身体を守るため、対象年齢になりましたら年1回は検診を受けましょう。

### 1. 検診日程・会場

子宮頸がん・乳がん検診（同時検診）				
受付時間	12:15～13:00(12:15～12:35・12:35～13:00の2段階制)			
会場	四季健康館	小川保健相談センター	玉里保健福祉センター	
日程	6月	30日(木)	5日(日) 6日(月) 7日(火) 19日(日) 20日(月)	
	7月	13日(水) 14日(木) 31日(日)	21日(木) 22日(金)	
	8月	1日(月) 31日(水)		2日(火) 3日(水)
	9月	1日(木) 8日(木) 12日(月) 13日(火) 15日(木)	16日(金)	
	10月	5日(水) 23日(日)	2日(日)	

乳がん検診のみ				
受付時間	10:00～10:45			
会場	四季健康館	小川保健相談センター	玉里保健福祉センター	
日程	6月	30日(木)	5日(日) 19日(日)	
	7月	14日(木) 31日(日)	21日(木)	
	8月	31日(水)		
	9月	13日(火)	16日(金)	
	10月	5日(水) 23日(日)	2日(日)	

子宮頸がん検診のみ			
受付時間	12:30～13:10		
会場	四季健康館	小川保健相談センター	玉里保健福祉センター
日程	6月12日(日) 10月16日(日) 10月24日(月)	9月7日(水)	7月3日(日)

## 2. 対象者・検診内容・個人負担金

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

- 自覚症状のある方(不正出血、異常なおりもの、乳房のしこり・痛み、乳頭からの分泌物等)、医療機関で経過観察中の方、毎回精密検査になる方は、直接医療機関を受診しましょう。
- 妊娠中の方および今年4月以降に人間ドック・病院・職場等で受診済または受診予定の方は、対象外です。
- 産後3か月までの方は、子宮頸がん検診は受けられません。
- 今年度75歳以上、身体障がい者手帳1・2級、療育手帳<sup>ア</sup>・A、生活保護の方は無料です。  
子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券対象の方は、該当項目が無料です。

### <子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券 対象者>

検診名	年齢	生年月日
子宮頸がん検診	21 歳	H 7 .4.2～H 8 .4.1
乳がん検診 (無料項目：マンモグラフィ)	41 歳	S50.4.2～S51.4.1 (※H27マンモグラフィ受診者は除く)

5月中旬頃  
クーポン券を  
郵送します!



◎クーポン券が届いても、初めて市の検診を受ける場合は申し込みが必要です。

## 3. 申し込み

**【申込期間】 5月23日(月)～5月26日(木)** ※定員になり次第締め切り

・ご希望の検診会場へお申し込みください。

**以下の方は申込不要です!** ◎検診日を指定した受診券を郵送します。(4月下旬頃)

- 平成27年度 子宮頸がん・乳がん検診(集団検診)を受診した方
- 平成26年度 乳がん検診(集団検診)を受診した58歳以上の方

【申し込み】  
【問い合わせ】

平日 8:30～17:15

健康増進課 四季健康館

小川保健相談センター

玉里保健福祉センター

☎: 0299-48-0221

☎: 0299-58-1411

☎: 0299-48-1111 (内線 3310・3311)



## ご存知ですか？“大動脈瘤”という病気

— ある日突然に現れる 危険な症状 —

### 症状の出にくい大動脈瘤

大動脈瘤は、体の中の大きな血管「大動脈」がこぶ状に膨らんだ状態のことをいいます。自覚症状がほとんどないため、知らないうちに大きく膨らんでいます。特に肥満によりお腹に脂肪がたまっていると、お腹の大動脈瘤（腹部大動脈瘤）に気付かないこともあります。

大動脈瘤が最も恐ろしいのは、破裂による大量出血で、その死亡率は、80%～90%にも上るといわれています。

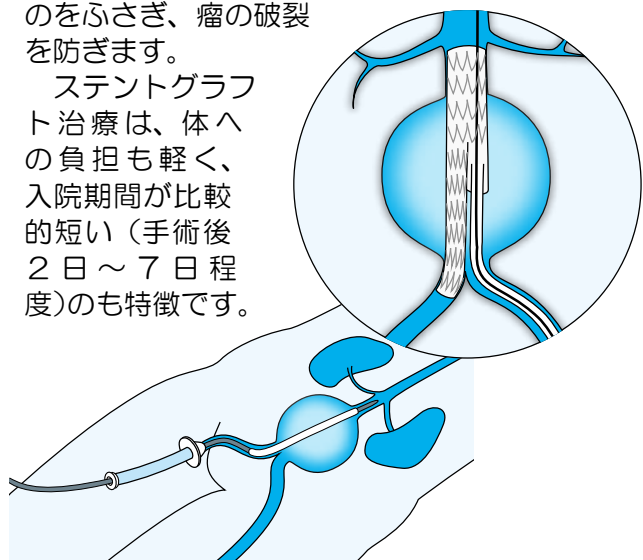
### 大動脈瘤は、治療が必要です！ ～手術【ステントグラフト内挿入】～

※ステントグラフト ⇒ 金属製の網状の筒に人工布を縫いつけた人工血管

大動脈瘤に対して、最近では、ステントグラフト治療があります。足の付け根あたりを3センチ～4センチ切開して、動脈にカテーテルを挿入し、瘤のところでステントグラフトを留置します。

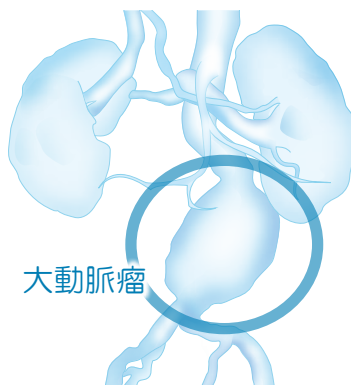
ステントグラフトを留置することで、瘤に血液が流れるのをふさぎ、瘤の破裂を防ぎます。

ステントグラフト治療は、体への負担も軽く、入院期間が比較的短い（手術後2日～7日程度）のも特徴です。



### 腹部大動脈瘤になりやすい人

大動脈瘤の発生には、動脈硬化が強く関係していると考えられていますが、男性の有病率は、女性の5倍となり、特に60歳以上になると増加することがわかっています。



また、喫煙習慣や高血圧、家族歴がある方も、腹部大動脈瘤になる可能性が高いといわれています。

### 腹部大動脈瘤の危険因子

- 高血圧
- 60歳以上
- 男性
- 家族歴
- アテローム性動脈硬化症<sup>※</sup>の既往歴
- 喫煙者又は喫煙歴

※動脈の内側に粥状の隆起が発生する状態

喫煙・高血圧の方は、一度検査を！

### 早期診断が重要です！

大動脈瘤は、小さいうちは無症状のため、健康診断などで胸部レントゲン写真を撮ったときに偶然発見されることがほとんどです。

大動脈瘤は、超音波検査・CT検査により確認することができますので、気になる方は、主治医などにご相談することをお勧めします。（小美玉市医療センターでもご相談を受付けています。）

大動脈瘤の正確な大きさを調べるには、造影CT検査、MRI（磁気共鳴画像）検査を行います。

小美玉市医療センター 循環器内科医 藤崎正之（毎週土曜日【午前】の診療を担当）

【循環器専門医 / 心臓血管外科専門医 / 脈管専門医 / ステントグラフト実施医】

### 【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） ☎：0299-58-2711

医療保険課 地域医療推進係

☎：0299-48-1111（内線 1107）



小美玉市では、百里飛行場の民間共用化に伴う航空機騒音を軽減するため、昨年度に引き続き、茨城県と共同で個人住宅の防音サッシ設置に要する工事費への助成を行います。対象となる工事および住宅等は以下のとおりです。ぜひ、ご活用ください。

## ◎申込対象となる住宅（図参照）

対象住宅	補助金限度額	備考
Lden62以上の区域において防衛施設庁告示（平成元年6月30日）後に新築された住宅	10万円	国による防音工事の助成を受けることのできない住宅に限る
Lden57～62の区域に存在する住宅	5万円	

## ◎対象となる工事

（新築のみならず増築・改築を含む）

- 防音ガラスを設置する工事
  - 防音サッシ（窓枠含む）を設置する工事
  - 内窓を設置する工事
  - その他遮音性および気密性の向上にかかる工事
  - 上記の工事に係る付帯工事 等
- 〔工事を行う業者の選定および契約等は、申請者が行ってください。〕

※対象となる住宅の所有者、補助金の助成を希望する方は、制度の内容および添付書類等を確認のうえお申し込みください。詳しくは、下記の申し込み・問い合わせ先までご連絡ください。

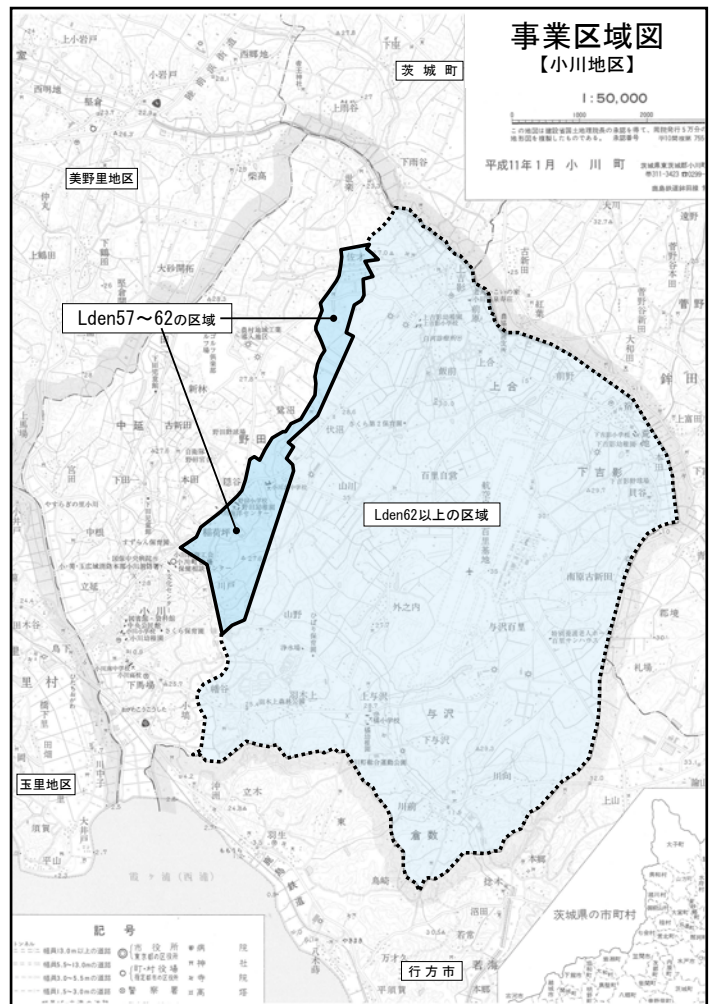
## ◎添付書類

- ・建物評価証明書、課税証明書または建物登記簿謄本の写し
- ・住民票謄本（申請地で居住していることの証明書）
- ・工事概要書（工事内容、工事箇所等を記載したもの）
- ・工事見積書
- ・使用材料一覧表（製造所および型番等を記載したもの、カタログの写し）

## ◎申し込み締め切り

平成29年1月20日（金）

※補助金の助成には限りがありますので、事前に問い合わせください。



**【申し込み】**  
**【問い合わせ】**

空港対策課 ☎：0299-48-1111（内線 1171）  
（申込用紙は市ホームページ、市役所および小川総合支所に備えてあります。）

# いばらき子育て家庭優待制度 「いばらき Kids Club」カードが 全国の協賛店舗で利用可能となります！

平成 28 年 4 月から、いばらき Kids Club カードが全国各都道府県の子育て家庭優待制度等の協賛店舗で利用できるようになりました。

茨城県外でいばらき Kids Club カードをご使用になる場合は、原則として全国共通ロゴマークが入った新カードが必要となります。

新カードについては、いばらき Kids Club カード発行窓口で旧カードと交換のうえ発行します。なお、県内でのカード使用については、引き続き旧カードの利用が可能です。

各都道府県における協賛店舗など全国共通利用の詳細につきましては、内閣府のホームページをご覧ください。

<http://www8.cao.go.jp/shoushi/shoushika/passport.html>

※茨城県外では協賛店舗によって旧カードが使用できない場合がありますので、不要のトラブルを避けるため県外で使用される場合は速やかに新カードへの交換をお願いします。



▲ 旧カード



▲ 新カード

## カード発行窓口

- ・子ども福祉課（玉里総合支所 2 階）・福祉事務所小川支所（小川総合支所内）
- ・福祉事務所美野里支所（四季健康館内）・医療保険課（本庁 1 階）・羽鳥出張所

**【問い合わせ】** 子ども福祉課（玉里総合支所 2 階） ☎：0299-48-1111（内線 3229）

## ●●● 4 月の環境放射線モニタ測定結果 ●●●

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

**【最高値】** 0.119 / 時（4 月 6 日計測）

**【平均値】** 0.091 マイクロシーベルト

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

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

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

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

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

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

65歳から始める

# いきいき健やか 運動クラブ

参加者募集



～教室の風景～



いつまでも健康で自立した生活が送れるように、運動機能を高める事を目的とした教室です。自宅でも行える簡単なストレッチや体操、認知症予防のためのレクリエーションなどを行います。

ぜひ、この機会に健康に対する意識を高め、元気なうちから介護予防につとめていきましょう。

## 【対象者】

市内在住65歳以上で  
要介護認定を受けていない方

## 【定員】

20名  
※定員を超えた場合は抽選になります。

## 【日程】

6月20日～9月26日までの毎週月曜日  
※7月18日・8月15日・9月19日  
を除く  
10月24日に振り返り教室実施

## 【費用】

無料  
※ただし、安全保険加入代の自己負担  
があります。

## 【時間】

13:30～15:00

## 【申込方法】

下記問い合わせ先までお電話をいただく  
か、または直接窓口にてお申し込みくだ  
さい。

## 【場所】

美野里公民館 堅倉835  
※交通手段がなくお困りの方はご相談く  
ださい。

## 【申し込み締め切り】

**5月16日(月)**

## 【問い合わせ】

介護福祉課 高齢福祉係 (玉里総合支所内)  
☎: 0299-48-1111 (内線 3111・3112)

# 生涯学習・スポーツインフォメーション



## 小川 B&G 海洋センター水泳教室 申込受付中!

小川 B&G 海洋センターで水泳教室を開催します。子どもから大人までプールで元気に水泳を楽しもう!

コース (各全9回)	定員	日にち	時間
Aコース (小学4・5・6年生)	60名	5月17日～7月12日 毎週火曜日	16:30～18:00
Bコース (小学2・3年生)		5月18日～7月13日 毎週水曜日	
Cコース (小学1年生)		5月19日～7月14日 毎週木曜日	
Dコース (幼児4・5歳児)	60名	5月20日～7月15日 毎週金曜日 ※4歳児(平成23年4月2日～24年4月1日生) ※5歳児(平成22年4月2日～23年4月1日生)	16:00～17:30
一般コース (18歳以上)		30名	

### 健康を目的に、水の特性を生かしたエクササイズです!

- ・水中ウォーキング・フィットネスコース (18歳以上) (定員30名)  
5月21日～7月16日 毎週土曜日 10:30～12:00



【受講資格】 市内に在住・在勤・在学の方

【申込期間】 現在受付中 5月9日(月)12:00まで ※各コース定員を超えた場合は抽選となります。

【受講料】 各コース3,000円

【申込方法】 ・インターネット(PC・スマートフォン・携帯)からお申し込みの場合

上記のQRコードを読み込むか、市ウェブサイト内で「水泳教室」で検索し申し込みサイトへお進みください。

・窓口からお申し込みの場合

下記窓口で申込用紙に記入しお申し込みください。

※A・B・Cコースを申し込まれる方へ

日程の都合が合わない場合、学年の枠を超えて別コースでの受講が可能です(条件あり)。スポーツ振興課までご相談ください。

★スポーツ振興課(小川総合支所2階) 8:30～17:15(土日祝日閉庁)

玉里 B&G 海洋センター 8:30～22:00(月曜休館)

小川 B&G 海洋センター 10:00～20:30(月曜休館) ☆5月1日オープン



【問い合わせ】 スポーツ振興課 ☎: 0299-48-1111 (内線 2251)

## 給食食材放射能測定結果 (3月測定分)

【検査件数】 学校給食: 48件 検出件数: 0件

【検出下限値】 10 Bq/kg 使用機器: TN300Bベクレルモニター

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

【問い合わせ】 学校給食課 ☎: 0299-56-4855



# ふるさと自慢 うた自慢

2016年6月10日(金)

開場17:00 / 開演17:40 / 終演20:00<sup>予定</sup>  
小美玉市四季文化館 みもの〜れ



新 沼謙治



神 野美伽

## 公開録音の観覧者募集のお知らせ

NHK水戸放送局と小美玉市と四季文化館企画実行委員会では、NHKのラジオ番組「ふるさと自慢うた自慢」の公開録音を実施します。この番組は2部構成で、第1部「ふるさと自慢うた自慢」では、地元出演者の皆さんが小美玉市の魅力を全国に紹介し、第2部「ふるさと自慢コンサート」では、ゲスト歌手のステージをたっぷりとお楽しみいただきます。観覧をご希望の方は以下の要領でお申し込みください。

- ◇出演：新沼謙治、神野美伽  
地元出演者、ふるさと審査員 ※一般公募はいたしません
- ◇司会：中澤 輝 アナウンサー
- ◇主催：小美玉市、四季文化館企画実行委員会、NHK水戸放送局

観覧希望の方

郵便往復はがき(私製を除く)でお申し込みください。

### 【応募条件】

- ◇応募多数の場合は、抽選の上、入場整理券(1枚で2名入場可)を送付します。
- ◇郵便往復はがき以外のお申し込みは無効とさせていただきます。
- ◇出場の募集はございません。
- ◇インターネットオークション等での転売を目的としたお申し込みは固くお断りいたします。

締切：5月19日(木)必着

<input type="checkbox"/> 【往信おもて】 319-0132 小美玉市部室1069 小美玉市四季文化館 (みの〜れ) 「ふるさと自慢うた自慢」係	<input type="checkbox"/> 【返信うら】 空欄 (※何も書かない)
<input type="checkbox"/> 【返信おもて】 ①郵便番号 ②住所 ③名前	<input type="checkbox"/> 【往信うら】 ①郵便番号 ②住所 ③名前 ④電話番号

※ご応募いただいた情報は、抽選結果のご連絡のほか、NHKでは受信料のお願いに使用させていただくことがあります。

お問い合わせ TEL 0299-48-4466 みもの〜れ  
〒319-0132 茨城県小美玉市部室1069

TEL 029-232-9722 NHK水戸  
(24時間 自動音声案内)

# 6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
2 木	四季健康館	4か月児健診(13:00～13:30)	美野里(平成27年12月～平成28年1月生)
3 金	四季健康館	育児相談(9:30～11:00)	乳幼児と保護者
4 土	四季健康館	ハローベビー教室:育児編(9:00～9:15)	妊婦およびご家族 ※要予約
9 木	玉里保健福祉センター	10か月児相談(9:30～10:00)	小川・玉里(平成27年7月～8月生)
15 水	小川保健相談センター	2歳児歯科健診(13:00～13:30)	小川・玉里(平成25年11月～平成26年1月9日生)
17 金	四季健康館	1歳6か月児健診(13:00～13:30)	美野里(平成26年9月21日～11月生)
21 火	玉里保健福祉センター	3歳児健診(13:00～13:30)	小川・玉里(平成24年12月～平成25年1月生)

## ●成人保健事業

とき	ところ	事業名(受付時間)	対象者
2 木	小川保健相談センター	こころのデイケア(9:30～10:00)	※事前登録(予約)制/注2
5 日	小川保健相談センター	乳がん検診(10:00～10:45) 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)
6 月 7 火	小川保健相談センター	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)
7 火	四季健康館	リハビリ教室	※事前登録(予約)制/注1
9 木	四季健康館	こころのデイケア(9:30～10:00)	※事前登録(予約)制/注2
12 日	四季健康館	子宮頸がん検診(12:30～13:10)	受診予約済みの方(受診券をお持ちの方)
14 火	四季健康館	リハビリ教室	※事前登録(予約)制/注1
15 水 16 木	四季健康館	総合健診(7:00～10:30)	受診予約済みの方(受診券をお持ちの方)
16 木	玉里保健福祉センター	こころの健康相談(9:30～11:00)	要予約(こころの病気に関する心配事がある方)
19 日	玉里保健福祉センター	乳がん検診(10:00～10:45) 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)
20 月	玉里保健福祉センター	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)
21 火	四季健康館	リハビリ教室	※事前登録(予約)制/注1
22 水 23 木	四季健康館	住民健診(9:30～11:30,13:30～15:00)	申し込み不要 ※直接健診会場にお越しください
26 日 27 月	小川保健相談センター	総合健診(7:00～10:30)	受診予約済みの方(受診券をお持ちの方)
28 火	四季健康館	リハビリ教室	※事前登録(予約)制/注1
30 木	四季健康館	乳がん検診(10:00～10:45) 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)

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

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

注2: こころの病気があり、グループ活動が可能な方

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

## ふれあいパーティー in ishioka

【日時】6月19日(日) 13:30～(受け付け13:00～)

【場所】グリーンパレス石岡(石岡市茨城3-16-20) ☎: 0299-23-2045

【会費】男性 3,000円 女性 1,500円

【募集】42歳以下の独身者 男・女、各15名

【申し込み先】☎: 090-4002-3565(押し) ☎: 0299-23-3829(大内)

【受け付け開始】5月29日(日) 8:00～締め切りは6月12日(日)

※6月13日以降はキャンセル料(全額)が必要です

【主催】マリッジサポーター石岡地域支部

【後援】マリッジサポーター県南地域活動協議会／(一社)いばらき出会いサポートセンター





# 図書館

# インフォメーション

Library information

## 火星が中接近

2年2か月ぶりに火星が接近します。5月31日に火星が地球に最接近します。火星は地球のひとつ外側にある惑星で、約780日(約2年2か月)の周期で地球への接近(会合)を繰り返しています。地球の軌道はかなり円に近い形をしていますが、火星の軌道は少しつぶれた楕円形をしています。また、周期がちょうど2年ではなく2年2か月であるため、火星と地球が接近する位置は毎回ずれ、距離も大きく変わります(最も近い位置での接近と最も遠い位置での接近では、距離が2倍ほど違います)。今回の最接近距離まで近づくのは、2005年11月20日以来です。さそり座のアンタレスの近くで、土星と一緒に輝いているのが観測出来ます。

## 関連本

火星の話

火星 最新画像で見る「赤い惑星」のすべて

人類を火星に! 火星探査の時代 NASA の最重要ミッション

Google Earth で行く火星旅行 オールカラー版

星と星座のふしぎ 親子で読みたい! 知りたい! 学びたい!

小嶋 陽太郎 著

ジャイルズ スパロウ 著

東京 ニュートンプレス

後藤 和久 著 小松 吾郎 著

荒船 良孝 著

## お知らせ

小川図書館は蔵書点検のため6月1日(水)~6月5日(日)まで休館になります。

## 小美玉市図書館・図書室カレンダー

5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				

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

- \* 〇は小川図書館・玉里図書館・ふれあいセンターの休館日です。
- \* 〻は小川・玉里図書館の図書整理日のため休館です。
- \* 〼は美野里公民館の休館です。
- \* 〼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)
- \* ○は小川図書館が蔵書点検のため休館です
- \* ○は玉里図書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
	祝日 9:30 ~ 17:00
玉里図書館	全日 9:30 ~ 18:00
美野里公民館図書室	全日 9:30 ~ 22:00
羽鳥ふれあいセンター	全日 9:30 ~ 22:00

## おはなし会 5月・6月の

### 小川図書館

小川図書館 2階 多目的室

- ・ 5月14日(土)・5月28日(土)
- ・ 6月11日(土)・6月25日(土)

開始時間(各会場) 10:30~

### 玉里図書館

生涯学習センター(コスモス)1階 和室

- ・ 5月21日(土)・6月18日(土)

### 美野里公民館図書室

美野里公民館 2階 講座室

- ・ 5月28日(土)・6月25日(土)

## <移動図書館ふれあい号運行予定表>

### Aコース

5月19日・6月16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

5月12日・26日 6月9日・23日

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

# 小美玉市民の日実行委員を募集します !!

小美玉市は、来年3月で11歳になります。合併記念日である3月27日を「小美玉市民の日」と定めて、毎年合併記念式典を実施しております。

市の誕生日を市民の皆さんとお祝いするための企画・運営をしてくれる方を募集します！



小美玉市民クイズ大会



おみたんぬりえ工房

【募集人員】15名

【応募資格】市内在住の18歳以上の方

※月1回程度の会議および市民の日記念事業当日に参加できる方

【任 期】委嘱の日から平成29年3月31日まで

【内 容】「小美玉市民の日」にふさわしい事業を企画立案して、運営をしていただきます。

【応募方法】住所・氏名・年齢・職業・電話番号を記入のうえ、郵送、FAX、Eメールのいずれかの方法で応募してください。

【応募先】〒319-0192 小美玉市役所 市長公室 秘書広聴課

FAX：0299-48-1199 Eメール info@city.omitama.lg.jp

【締め切り】5月27日（金）必着



【問い合わせ】

秘書広聴課 秘書係 ☎：0299-48-1111（内線1202・1204）

## 5月・6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		
5月 1日	(株)沼田機業	☎ 58-1715	6月 4日	(株)川名工務店	☎ 46-0305	湖北水道 事業団 ☎ 24-3232
5月 3日	(株)川名工務店	☎ 46-0305	6月 5日	(株)広瀬商事	☎ 53-0833	
5月 4日	(株)広瀬商事	☎ 53-0833	6月11日	(株)岡建設	☎ 58-3572	
5月 5日	(有)宮川建設	☎ 48-1709	6月12日	(株)中村. 建工	☎ 49-1466	
5月 7日	(有)大和田建設	☎ 48-3351	6月18日	金敷電設工業(有)	☎ 48-0211	
5月 8日	亀山建設(株)	☎ 58-2901	6月19日	(有)山口水工	☎ 58-0129	
5月14日	(株)内田工業	☎ 54-0041	6月25日	(株)大栄	☎ 58-5851	
5月15日	興和工業(株)	☎ 49-1103	6月26日	(株)勝樹設備	☎ 48-3552	
5月21日	(株)オカザキ	☎ 46-3930				
5月22日	(株)スズヤ	☎ 46-0007				
5月28日	(有)永作設備	☎ 58-2819				
5月29日	(有)共立建設	☎ 36-8015				

## 上下水道料金のお支払は口座振替が便利です【小川・美野里地区】

5月に検針する上下水道料金の口座振替日は5月27日です。

再振替日は6月10日です。

口座振替日前日までに通帳残高のご確認をお願いいたします。

【問い合わせ】小美玉市上下水道料金お客様サービスセンター ☎ 0299-36-8811

※なお、【玉里地区】は上記の口座振替日と異なりますので、詳しくは、湖北水道企業団お客様サービスセンター（☎ 0299-24-5558）へご確認をお願いいたします。



## 救急救命士からの「まめ知識」 (家庭でできる鼻出血の応急処置)



鼻血の大半は、鼻の奥にある細い血管が切れて出血します。

止血方法としては、座った状態でやや前かがみになって鼻翼（小鼻）の根元を10分間ほど親指と人差し指で強くつまむことによって、出血している部位を圧迫して止血します。ティシュペーパーや脱脂綿をつめてから鼻をつまんでも良いですが、つめたものを取り除くときに再度、出血することがあるので注意が必要です。

また、口に溜まった血液は飲み込まず、口から出すようにしてください。

この方法でも鼻血が止まらない時（30分以上）や、多量に出血する時は、早期に医療機関を受診してください。

\* A E Dの使用方法を含めた救急講習会等および防火教室について、随時各消防署において受け付けを行っていますので、受講希望者は下記までご連絡ください。

### 連絡先

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

### 小美玉市管内における火災・救急出場件数 平成28年火災発生・救急出場件数

区分	3月中	累計
火災	2	10
救急	148	496
急病	104	326
交通事故	13	53
一般負傷	13	59
その他	18	58

## 県や国等のお知らせ

### 自動車税は納期内に納めましょう

自動車税は毎年4月1日時点の登録（車検証）名義の人に課税されます。納税通知書は5月上旬に郵送されますので、納期限の5月31日（火）までに納税してください。

自動車税の納税は金融機関・郵便局・コンビニエンスストア・県税事務所でできます（納期限を過ぎますと、コンビニエンスストアでの納税はできませんのでご注意ください）。

また、5月2日（火）から6月30日（木）までの期間中は、パソコンやスマートフォンから「Yahoo! 公金支払」を利用して、クレジットカードでの納税ができます（1件につき324円の手数料がかかります）。

なお、心身に障がいのある方や、その方と生計を一にする方などが使用する自動車は一定の要件を満たす場合、申請によって自動車税が減免される制度があります。減免の申請手続は納期限の5月31日（火）までに行ってください。

詳しくは県税事務所までお問い合わせください。

### 【問い合わせ】

茨城県水戸県税事務所 収税第一課  
水戸市柵町1丁目3番1号  
☎：029-221-6605

### 婚活相談

NPO 法人新和会ではご本人・親御さまからの結婚に対しての悩みやご相談を無料で行っています。結婚のご相談・恋人と上手く交際できるアドバイスなどご本人・親御さま気軽にご相談ください。

【日時】5月22日（日）9:00～12:00

【会場】友部公民館1F 相談室（笠間市）

【会費】無料 ※予約制

【申し込み方法】お電話にてお申し込みください

【主催・問い合わせ】

NPO 法人新和会 ☎：0296-73-5185

### 石岡警察署からのお知らせ

4月13日未現在の小美玉市内の事故発生状況  
(前年比)

- 発生件数 47件（－8）
- 死者数 2件（＋2）
- 負傷者数 57件（－12）
- 物損件数 269件（－47）

※平成28年1月1日からの累計件数

## 行政書士無料相談会

【開催日】5月17日(火) 13:00~16:00  
予約は不要です。

(受付順・相談は1人30分程度でお願いいたします。)

【場所】市役所本庁舎 1階ロビー

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

【相談員】茨城県行政書士会水戸支部 会員

【問い合わせ】水戸支部事務局 木村 ☎:029-251-3101

## 対話の日

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

とき 5月30日(月) 10:00~12:00  
ところ 本庁2階 会議室

※対話は1人30分程度でお願いいたします。  
※事前にご予約をお願いします。

【問い合わせ】市長公室 秘書広聴課 広報広聴係  
☎:0299-48-1111 内線1212・1213

## 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。

5月17日	13:30~15:30 玉里総合支所 1階 相談室 大山 進 相談委員
5月18日	13:30~15:30 小川総合支所 1階 会議室 村尾 實 相談委員
5月19日	13:30~15:30 小美玉市役所 1階 ロビー 石崎 渡 相談委員

【問い合わせ】市長公室 秘書広聴課 広報広聴係  
☎:0299-48-1111 内線1212・1213

## 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)

5月25日※ 6月15日	社会福祉協議会小川支所 ☎:0299-58-5102
5月11日※ 6月1日	社会福祉協議会美野里支所 (四季健康館内) ☎:0299-36-7330
5月18日 6月8日※	社会福祉協議会本所 ☎:0299-37-1551

## 5月

### 休日診療当番医(外科)

◆受付 9:00~11:30・13:00~15:30			
日	場所	住所	電話番号
1	山王台病院	石岡市東石岡4-1-38	0299-26-3130
3	石岡第一病院	石岡市東府中1-7	0299-22-5151
4	石岡循環器科脳神経外科病院	栗又四ヶ1768-29	0299-58-5211
5	山王台病院	石岡市東石岡4-1-38	0299-26-3130
8	石岡市医師会病院	石岡市大砂10528-25	0299-22-4321
15	石岡市医師会病院	石岡市大砂10528-25	0299-22-4321
22	石岡市医師会病院	石岡市大砂10528-25	0299-22-4321
29	府中クリニック	石岡市府中5-11-1	0299-22-2146

## 5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

・軽自動車税 第1期

・国民健康保険税 第1期(暫定)

(※納期限は、5月31日です)

## 5月

### 緊急診療(内科・小児科)

緊急診療(石岡市医師会病院内) 0299-23-3515	
休日	1・3・4・5・8・15・22・29 ◆受付 9:00~11:30 13:00~15:30
夜間	1・3・4・5・7・8・14・15・21・22・28・29 ◆受付 18:00~21:30

## 人口と世帯数(平成28年4月1日現在)

人口	52,293人(-161)
男	26,500人(-105)
女	25,793人(-56)
世帯数	20,535戸(-6)

( )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/>

22 平成28年4月21日 お知らせ版

次回お知らせ版6月号の発行日は5月26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、環境に優しい植物油インキで印刷しています。