

産前産後期間の国民年金保険料が免除 となります！

- ▶免除期間** 出産予定日または出産日が属する月の前月から4か月間の国民年金保険料が免除されます。なお、多胎妊娠の場合は、出産予定日または出産日が属する月の3か月前から6か月間、免除されます。
※出産とは、妊娠85日(4か月)以上をいいます(死産、流産、早産された方も含みます)。
- ▶対象者** 国民年金第1号被保険者の方(20歳以上60歳未満の自営業者等)で出産日が平成31年2月1日以降の方
- ▶必要書類** ①年金手帳またはマイナンバーがわかる書類 ②印鑑 ③本人確認書類(運転免許証等)
※出産前に届出をする場合は、母子健康手帳または妊娠届出書(写)等が必要となります。
※被保険者と子が別世帯の場合は、出生証明書など出産日及び親子関係を明らかにする書類が必要となります。
- ▶届出時期** 出産予定日の6か月前から届出可能となります。
ただし、届出ができるのは、平成31年4月からとなります。
※平成31年4月から日本年金機構ホームページより届出用紙をダウンロードすることができる予定です(日本年金機構ホームページ: <http://www.nenkin.go.jp>)。

【届出・問合せ先】 保険課 医療年金グループ ☎ 029-240-7113(直通)

3月は自殺防止月間です

「自殺防止つながる“わ”・ささえる“わ”茨城いのちの絆キャンペーン」実施中！

県内の1年間の自殺者数は約480人という深刻な状況です。つらいこと・苦しいことは一人で抱えず、悩みを相談しましょう。あなたには相談できる人がいます。
茨城県では「いばらきこころのホットライン」を開設し、うつ病などの精神疾患や、こころの健康に関する相談をお受けしています。周囲で悩みを抱えている方に紹介してください。

▶茨城いのちの電話

- つくば ☎ 029-855-1000 (毎日24時間)
- 水戸 ☎ 029-350-1000 (毎日24時間)
- フリーダイヤル ☎ 0120-783-556 (毎月10日 午前8時～翌日8時)

▶いばらきこころのホットライン

- 平日 ☎ 029-244-0556 (午前9時-正午/午後1時-4時) (祝日・年末年始休)
- 土日フリーダイヤル ☎ 0120-236-556 (午前9時-正午/午後1時-4時) (年末年始休)

【問合せ先】 社会福祉課 ☎ 029-240-7112(直通)

不動産鑑定士による不動産無料相談会

不動産鑑定士が、不動産の価格などのご相談に無料でお応えします。

- ▼日時 4月2日(火) 午前9時30分～正午
- ▼場所 茨城県開発公社1階中会議室 (水戸市笠原町978-25)
- ▼申込方法 当日会場にてお申し込みください。
- ▼問合せ先 一般社団法人茨城県不動産鑑定士協会 ☎ 029(246)1222

キャンパインレ Spring Rally 2019

- 開催地 酒沼自然公園キャンプ場において、キャンパインレ「Spring Rally 2019」が開催されます。
- 町内外の人気飲食店やおしゃれなショップが出店します。入場は有料。キャンプ場宿泊者以外の方でも入場できるので、ぜひ遊びに来てみてはいかがでしょうか。詳細はビブラントホームページ (<https://www.vibrant.co.jp>) をご覧ください。左記までお問い合わせください。
- ▼日時 3月30日(土)午前9時～3月31日(日)午後3時(予定)
- ▼主催 ビブラント株式会社
- ▼協力 茨城県 商工観光課
- ▼問合せ先 ☎ 029(240)7124 (直通)



認定こども園

4月

長…長岡幼稚園 さ…さくらこども園 沼…沼前幼稚園 い…いばらき幼稚園 ま…まさみ幼稚園 飯…飯沼こども園 中…いばらき中央認定こども園

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	さ 室内大型遊具で遊ぼう	さ 室内大型遊具で遊ぼう	さ 室内大型遊具で遊ぼう	さ 室内大型遊具で遊ぼう	さ 室内大型遊具で遊ぼう ま お外で遊ぼう	
7	8	9	10	11	12	13
	さ 園内案内 ま ベビーマッサージ ※要予約	ま おはなし会 飯 身体測定 おはなし会 さ 園内案内	ま リトミック(ペンギンコース10:00~/イルカコース10:45~) 飯 新聞紙であそぼう! さ 園内案内	さ 園内案内 中 はじめまして♪ (みんなで遊ぼう)	長 はじめましての会 ま イベントいちごパイキング ※要予約 飯 マットでゴロゴロ… 運動遊び さ 園内案内	ま 土曜日の園庭開放 9:00~14:00
14	15	16	17	18	19	20
	長 読み聞かせ ま サーキット遊び ※要予約 さ ティータイム	沼 みんなともだちの会 ま お外で遊ぼう 飯 園児と一緒にリトミック(年長児) い はじめまして♪ (新聞紙をどりに破って遊ぼう)	長 親子ふれあいタイム(砂場開放・身体測定) ま こいのぼりを作ろう 飯 シールあそび さ 手形足形製作	沼 なかよしひろば ま こいのぼりを作ろう さ 手形足形製作 中 つくって遊ぼう(こいのぼり)	ま こいのぼりを作ろう 飯 園庭でのびのびあそぼう! ~外遊び~ さ 室内大型遊具で遊ぼう	ま 土曜日イベント イースターをお祝いしよう ※要予約
21	22	23	24	25	26	27
	長 つくってあそぼう(こいのぼり) ま ベビーマッサージ ※要予約 さ ティータイム	沼 みんなで遊ぼう(4月の誕生会) 少人数クラス ま こいのぼりを作ろう ※登録制 飯 4月生まれのお友達! 園児と“お誕生会”(要予約) さ ティータイム さい つくって遊ぼう(こいのぼり)	長 誕生会 ま リフレッシュタイム	ま 親子体操 さ 誕生会 ※要予約 中 親子ヨガ	長 こどもの日の集い わくわくりサイクル(こいのぼり) ま 誕生会 ※要予約 飯 こどもの集い(園行事参加) さ 室内大型遊具で遊ぼう	
28	29	30				

- 長岡幼稚園** ☎ 029(292)4019
☆活動時間 午前10時~11時
☆うさぎ組の開放時間 各活動日の午前9時~午後2時
☆うさぎ組の開放時間 各活動日の午前9時~午後2時
☆おむつ交換用バスケット等をお持ちください。
☆おむつ交換用バスケットの西駐車場をご利用ください。
☆育児相談を随時実施中です。お気軽にお声掛けください。
☆つくってあそぼうの活動は材料を持参していただきます。
☆詳細はお問い合わせください。
- 沼前幼稚園** ☎ 029(293)9209
☆活動時間 午前10時~11時
☆いちご組の活動日 各活動日の午前9時~午後2時
☆持ち物等 23:親子手紙
☆おむつ交換用バスケットの西駐車場をご利用ください。
☆育児相談を随時実施中です。お気軽にお声掛けください。
☆つくってあそぼうの活動は材料を持参していただきます。
☆詳細はお問い合わせください。
- まさみ幼稚園** ☎ 029(293)7111
☆活動時間 午前10時~15時は午前10時30分
☆リトミック:ペンギンコース(歳半くらいまで)、イルカコース(歳半から)
☆サーキット遊び:イベント誕生会・ベビーマッサージの参加申込み(4月1日)
☆17日・19日は、同じ作品を作ります。ご都合のよい日にお越しください。
☆少人数クラスの活動(登録制) 10組限定
☆園庭開放・子育て相談(毎日) 午前9時~午後2時
☆子育て相談を随時実施中です。お気軽にお声掛けください。
☆詳細はHPをご覧ください。お問い合わせください。
- 飯沼こども園** ☎ 029(292)6868
☆要予約の受付 1日から4日の間 午前10時~午後4時
☆園庭開放(看護師等) 11・18・25日
☆育児相談(栄養士等) 11・18・25日
- さくらこども園** ☎ 029(219)0007
☆活動時間(ティータイム、制作など) 午前10時~
☆要予約の受付 25日(月)の受付10時~11時、午前10時~午後6時
☆育児相談は、事前に電話で相談内容をお知らせください。
☆お外であそぼう・育児相談(土・日・祝日を除く毎日)
- いばらき幼稚園** ☎ 029(292)0162
☆トドラーズクラブ 親子で一緒に楽しく遊ぼう♪
☆毎週火曜日 午前10時30分~11時30分
☆面談'sクラブ 心も身体もリフレッシュ☆(パパママ向け)
☆毎週金曜日 午前10時30分~11時30分
☆その他(園庭開放・子育て相談(毎日) 午前9時~午後2時
※初めてのの方はお問い合わせください。
- いばらき中央認定こども園** ☎ 029(292)1207
☆お外であそぼう 親子で一緒に楽しく遊ぼう♪(満1歳~2歳対象)
☆園庭開放・子育て相談 毎日 午前10時30分~午後1時30分
※初めてのの方はお問い合わせください。