

大雨や台風などの災害に備えて もしも住まいが被害を受けてしまったとき

被害状況を写真で記録しましょう！

災害で住まい等が被害を受けたときは、片付けや修理をする前に、**家の被害状況を写真に撮って保存**しましょう。
これは、後々町へ「**り災証明書**」の申請をするときや、保険会社に損害保険を請求する際に役立ちます。
ポイントは、**家の外観と内部の写真を撮ること**です。



外観の撮り方

- カメラ・スマホなどなるべく**4方向から撮る**ようにしましょう。
- 浸水した場合は、**浸水の高さが分かるように撮り**ましょう。

※メジャーなどをあてて「**引き**」と「**寄り**」の写真を撮ると、被害の大きさが良く分かります。



内部の撮り方

- 家の中の被害状況写真は、
①被災した**部屋ごとの全景写真**
②被害箇所の「**寄り**」の写真を撮影しましょう。

★被害を受けた箇所は**すべて撮影**しましょう。

「り災証明書」が必要になったときは、新型コロナウイルス感染症の感染拡大抑制のため、**郵便による申請や、電子申請をご活用ください！**



【問合せ先】 税務課 資産税グループ ☎ 029-240-7114 (直通)

骨を元気に！ 骨粗しょう症予防教室

みなさんの“骨”の状態は健康ですか？

『骨粗しょう症』とは加齢とともに骨の量が減って、スカスカになる状態のことを指し、女性に多く見られる病気です。

体を支える大事な骨。骨を強くするための食生活や運動を心がけ、体の土台を元気にしましょう！

▶日 時 **9月30日(水)** 受付 午前9時45分～10時
講話・調理実習 午前10時～午後0時30分
運動実技 午後1時～3時

▶場 所 ゆうゆう館内保健センター 栄養指導室(2階)、健診室(1階)
▶対 象 町内在住の女性(40～74歳の方)
▶持参するもの 米1合、エプロン、三角巾
運動のできる服装、運動靴、汗拭きタオル、水分補給用の水分等
※マスクの着用にご協力をお願いします。

▶参加費用 無料
▶定 員 12名 ※定員になり次第締め切らせていただきます。
▶申込期間 9月1日(火)～9月18日(金)
▶その他 **受付時に、検温と体調確認を実施します。**
また、新型コロナウイルス感染症の状況により、日程が変更・中止になる場合があります。

【申込み・問合せ先】 健康増進課 ☎ 029-240-7134 (直通)
(土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時15分)



医療機関で受ける胃がん検診のご案内

- 検査項目** 胃内視鏡(胃カメラ)検査 + リスク層別化検査
対 象 令和3年3月31日現在の年齢が**51歳以上の奇数年齢の方(51歳、53歳、55歳…)**
※胃に自覚症状のある方や治療中及び経過観察中の方は対象となりません。
※リスク層別化検査は、初回受診以降は節目年齢で実施します。今年度51歳、55歳、61歳、65歳…の方が対象です。
- 実施期間** 令和2年9月1日(火)～令和3年3月15日(月)
申込期間 令和2年9月1日(火)～令和3年2月26日(金)
※新型コロナウイルス感染症の状況により、日程が変更・中止となる場合があります。
申込方法 茨城町健康増進課 窓口または電話でお申込みください。☎ 029-240-7134
いばらき電子申請システムでも申請できます。
右のコードまたは茨城町ホームページからお申込みください。
- 受診方法** 申込制。申込みをされた方に、受診券を交付します。
受診券と健康保険被保険者証等を持って、下記医療機関で受診してください。
- 自己負担金** 51歳から69歳の方 4,000円
71歳以上の方 2,000円
※医療機関の窓口でお支払いください。
※町の無料クーポン券は医療機関検診では使用できません。



【実施医療機関一覧】 (予約が必要な医療機関があります。電話等でご確認ください。)

	医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
茨城町	井出整形外科内科クリニック	029-219-2556	桜の郷クリニック	029-291-1555
水戸市	相川内科	029-243-2311	三愛クリニック	029-259-1717
	会沢内科クリニック	029-247-2331	上甲医院	029-221-5752
	あいん常澄医院	029-240-5000	城南病院	029-226-3080
	石井外科内科医院	029-243-0121	住吉クリニック病院	029-247-2251
	石田外科医院	029-221-5538	丹野病院	029-226-6555
	いちょう坂クリニック	029-306-7251	長田医院	029-259-5711
	岩崎病院	029-241-8700	葉梨外科内科	029-247-2232
	打越内科クリニック	029-221-2000	原外科医院	029-221-3080
	小野クリニック	029-240-0810	藤原内科医院	029-244-3111
	かさの内科医院	029-222-3111	古川胃腸肛門科クリニック	029-247-2228
	神代内科医院	029-241-0148	北水会記念病院	029-303-3005
	金敷内科医院	029-305-7211	松本クリニック	029-309-6655
	金子医院	029-304-0288	水戸うちはら内科クリニック	029-259-1710
	兼子内科クリニック	029-222-5511	水戸共立診療所	029-241-8050
	神長クリニック	029-305-9555	水戸赤十字病院	029-221-5177
	クリニック健康の杜	029-305-6655	水戸中央病院健診センター百合が丘	029-309-8521
	こじま内科クリニック	029-297-3311	水戸病院	029-353-7077
	小関外科胃腸科医院	029-241-2662	皆川医院	029-243-5521
	さかと内科胃腸科クリニック	029-247-3375	宮川内科クリニック	029-302-5220
	坂本内科医院	029-241-3939	見和中央クリニック	029-227-1235
佐藤クリニック	029-244-1970	柳澤クリニック	029-232-0430	

【問合せ先】 健康増進課 ☎ 029-240-7134 (直通)