

エクササイズ教室参加者募集

健康増進課では、運動習慣を身につけて、いつまでも若々しいところと体を保つためのエクササイズ教室を実施します。無理なく楽しく体を動かして、ところと体を健康に保ちましょう！

【実施内容等】

コース名・日時	運動内容	定員・対象※	場 所
①お腹すっきり 体幹トレーニング Aコース 月曜 13:15~14:15	お腹まわりの脂肪を燃焼させる筋トレです。体幹を鍛えたい方、お腹まわりが気になる方におすすめです。 運動量 ★★★☆☆	20名 (40~74歳の方)	茨城町総合福祉センター ゆうゆう館 2階 娛樂室
②お腹すっきり 体幹トレーニング Bコース 月曜 14:35~15:35			
③しなやかストレッチング Aコース 金曜 9:30~10:30	初めての方でもできる、簡単なストレッチです。これから運動を始める方、無理なく運動を続けたい方におすすめです。 運動量 ★☆☆☆☆	各20名 (65~74歳の方)	
④しなやかストレッチング Bコース 金曜 10:50~11:50			

※ただし町に住民票のある方で、医師から運動制限されていない方。

※年齢基準日は令和6年3月31日となります。

- ▶ **日 時** 6月23日(金)~12月8日(金) 毎週月曜日または金曜日 (全16回)
(日程はコースにより異なるため、参加決定通知とあわせてお知らせします。また、やむを得ない状況により実施時期を延期する場合がありますので、ご了承ください。)
- ▶ **料 金** 2,000円 ※前半8回分と後半8回分で分割の納入をお願いします。
初回の教室では1,000円を納入してください。
- ▶ **申込方法** 申請書に必要事項を記入し、健康増進課窓口へ提出してください(土・日を除く)。
※申請書は健康増進課窓口で配布、または町ホームページからダウンロードできます。
※申込者が多数の場合には、昨年度エクササイズ教室に参加されていない方を優先とし、それでも多数の場合には抽選とします。
- ▶ **申込期間** 5月22日(月)~6月2日(金) 正午

【問合せ先】 健康増進課 ☎ 029-240-7134 (直通)
茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内

茨城町国民健康保険加入中の方へ

医療費のお知らせ(医療費通知)の送付回数が変わります

送付回数が、令和5年度分(令和5年1月診療分以降)より 年5回から年2回になります

送付回数	送付月	診療月
1回目	令和6年2月上旬送付予定	令和5年1月から10月診療分
2回目	令和6年3月下旬送付予定	令和5年11月から12月診療分

○用紙の大きさが変わります

ハガキサイズからA4サイズに変わるため、封筒に入れて郵送します。

○今までと変わらないこと

医療費控除申告の際、11月・12月診療分は今までどおり、お手元に保管いただいている領収書での対応をお願いします。

○よくあるお問合せ

- ・本通知書は、医療機関等へ受診された際、医療機関等から町へ請求された診療報酬明細書(レセプト)を基に作成してあります。医療機関等から町へレセプトの請求が遅れている場合等、同じ診療月であっても本通知書に記載されていないものがあります。
- ・本通知書は、保険診療におけるもののみ記載している関係上、差額室料等の保険外診療分の支払額は含まれておりません。また、医療機関等の窓口では、診療の度に10円未満を切り上げまたは切り捨てした金額を支払うため、本通知書に記載されている金額との間に、差が生じることがあります。

〈医療費を上手に節約しましょう〉

医療費は、年々増加傾向にあります。医療費が増えると、その費用を補うために国民健康保険税の引き上げも考えられます。そうならないためにも、以下のことなどを心掛けて、日常的に、医療費の節約に努めましょう。

薬を適切に管理して服用する

多くの薬を服用しているために副作用を起したり、きちんと薬が飲めなくなったりしている状態を「ポリファーマシー」といいます。
「ポリファーマシー」を防ぐために、複数の病院に通っている場合でもお薬手帳を1冊にまとめ、処方されている薬がわかるようにしましょう。

セルフメディケーションに取り組む

定期的な健診受診※などを通して、自分の健康に関心を持ち、生活習慣病の予防や改善など、健康の維持を心がけましょう。
軽度な身体の不調に対しては、処方箋なしで購入できる市販薬(OTC医薬品)を活用しましょう。

※健診について、国民健康保険加入中の40歳以上の方は特定健診を、19歳以上40歳未満の方については生活習慣病予防健診を、町で受診することができます。生活習慣病の多くは自覚症状がなく進行していくため、早期発見し治療することが大切です。まずは、健診を受診して自分自身の体を知ることが、健康のための第一歩です。健康管理のため、年に1度の健診受診を習慣化しましょう！

安い!安心! ジェネリック医薬品を利用しましょう
【問合せ先】 保険課 国保グループ ☎029-240-7113 (直通)

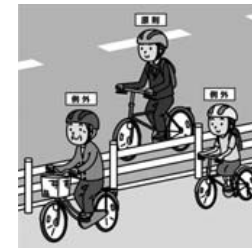
自転車安全利用五則を守りましょう

新年度が始まり、通学や通勤で自転車に乗る機会が増えた方も多いのではないでしょうか。自転車は、道路交通法上の「軽車両」で、車の仲間です。車と同じように、運転する人が守らなければならない交通ルールがあります。改めて自転車の正しい乗り方を確認して、安全に利用しましょう。また、歩行者や車の運転者も自転車のルールを知り、お互いに安全を心がけましょう。

① 車道が原則、左側を通行 歩道は例外、歩行者を優先

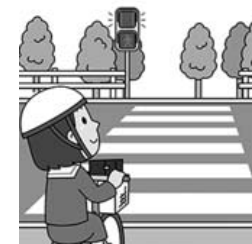
「車の仲間」である自転車は、歩道と車道の区別がある道路では車道通行が原則です。車道を通行する場合は、左側に寄って通行しなければなりません。

歩道を通行できる場合は、車道寄りの部分をすぐに停止できる速度で通行します。歩行者の通行を妨げるときは一時停止しなければなりません。



② 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認

信号機のある交差点では、信号に従って安全を確認し通行しましょう。道路標識等により、一時停止すべきとされている場所では、必ず一時停止し、安全を確認しましょう。



③ 夜間はライトを点灯

夜間は必ずライトを点灯しましょう。



④ 飲酒運転は禁止

自転車も飲酒運転は禁止です。

⑤ ヘルメットを着用

自転車を利用するすべての人は、自転車事故による被害を軽減するために、乗車用ヘルメットを着用しましょう。

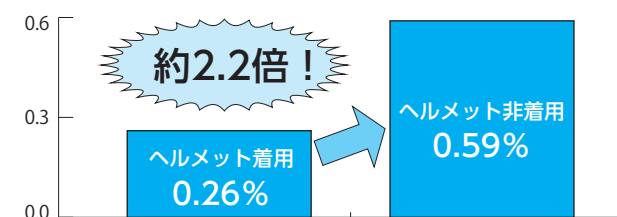
幼児・児童を保護する責任のある人は、幼児・児童を自転車に乗せるときには、乗車用ヘルメットを着用させるようにしましょう。



ヘルメットはあなたの命を守ります!

ヘルメット非着用で自転車事故により亡くなった人の約6割は頭部を損傷しています(平成29年~令和3年合計)。また、ヘルメット非着用時の致死率*は、着用時と比べて約2.2倍も高くなっています。自転車事故による被害を軽減するためには、頭部を守ることが大変重要です。

◆ 自転車乗用中のヘルメット着用状況別の致死率(警視庁資料により)



*致死率とは死傷者のうち死者の占める割合をいいます。



【問合せ先】 地域政策課 ☎029-215-8003 (直通)

家族介護用品支給事業の利用について

在宅で、寝たきりや認知症の高齢者等を介護している家族に対し、家族の身体的・経済的負担の軽減を図るため、介護に必要なおむつやその他の用品を購入する際の費用を一部補助します。

- 支給対象者 65歳以上の高齢者のうち、介護保険制度で、要介護4または5の認定を受けている方を在宅で介護している家族であって、高齢者及び介護者ともに茨城町内に住所を有する方
- 支給額 ①非課税世帯 月額5,600円以内
②課税世帯 月額4,000円以内
※世帯とは、住民基本台帳を基本とします。介護者が別世帯の場合は、介護者の世帯も含まれます。紙おむつ、尿とりパット、使い捨て手袋、清拭剤（液体、泡タイプ）、お尻拭き、からだ拭き次の町指定業者で購入して頂きます。
- 補助対象介護用品
- 利用店 ①みずぎ薬局 石崎店（上石崎） ②カワチ薬品 茨城町店（長岡）
③カワチ薬品 桜の郷店（桜の郷） ④コスモ調剤薬局こづる（小鶴）
⑤ツルハドラッグ 水戸南店（長岡） ⑥ツルハドラッグ 茨城桜の郷店（桜の郷）
⑦ケーヨーデイツー 茨城町店（長岡）
- 利用券の返却 支給対象者が、介護度の変更・入所・入院・転出等により対象要件に該当しなくなったときは、介護用品利用券を返却してください。
- 更新申請 毎年6月に更新申請があります。
 - ・受付期間 6月1日(木)～9日(金)
 - ・申請場所 長寿福祉課（1階4番窓口）で申請してください。
 - ・持参するもの 介護保険証、申請に来る方の身分証

【問合せ先】 長寿福祉課 ☎029-291-8407(直通)

消費生活センター

その通販サイト本物ですか!? ～“偽サイト”の見分け方を知り危険を回避しましょう～

インターネット通販で「販売業者の連絡先がわからない」「注文後に偽通販サイトだと気が付いた」などの相談が寄せられています。

事例

- ◆通販サイトでクレジットカード決済をしたが、商品は届かず、クレジットカードを不正利用された。
- ◆通販サイトから指定された銀行口座に代金を振り込んだのに商品が届かない。

⚠ “偽サイト” かどうかのチェックポイント

- サイトのURLの表記がおかしい。 日本語の字体、文章表記がおかしい。
- 販売価格が大幅に値引きされている。 事業者の住所の記載がない。住所がデタラメや無関係。
- クレジットカード決済のみ、銀行口座等への前払いのみ、代金引換サービスのみなど、支払い方法が限定されている。

☆もし偽サイトから注文したことに気が付いたら、電子メール等でキャンセルの連絡をしたうえで、下記の支払い方法に応じて素早く対処しましょう。

- ①クレジットカードの場合 すぐにクレジットカード会社に連絡します。カードの利用明細は定期的に確認し、不正利用の被害を早期に把握しましょう。
- ②銀行口座等への前払いの場合 すぐに振込先金融機関の窓口で連絡し、合わせて最寄りの警察に被害を届けるようにしましょう。
- ③代金引換サービスの場合 代金引換サービスで荷物が届いた場合でも、宅配事業者に代金を支払う前に、送り状の「依頼人」の情報を確認し、注文した販売業者とは違う場合または注文した覚えがない場合は代金を支払わず、受取拒否をしましょう。

困った時は早めに消費生活センター等に相談しましょう。

【相談・問合せ先】 茨城町消費生活センター ☎029-291-1690(直通)
相談受付時間 午前9時～正午 午後1時～4時(土・日・祝日を除く)

高齢者世帯対象

特殊詐欺被害を防ぐための電話機等の購入を補助します！

高齢者をターゲットにした特殊詐欺や不審電話等が多発しています。町では、特殊詐欺による被害を未然に防ぐため、防犯機能の付いた電話機等の購入経費の一部を補助します。

■補助金を受けられる方（補助対象者）

下記の①～③の要件をすべて満たす場合に限りです。

- ①茨城町に住所を有し、現に居住されている方
- ②令和5年度中において、満70歳以上の方のみで構成されている世帯の方（同じ世帯に70歳未満の方が含まれている場合は、対象外となります。）
- ③町税等を滞納していない方

■対象となる電話機等

次のいずれかの機能をもつ固定電話機、または固定電話機に接続して使用する機器。

- (1) 通話録音装置 電話着信時に警告アナウンスが流れ、通話を自動で録音する機能
- (2) 着信拒否装置 指定した番号・非通知・公衆電話からの着信を拒否する機能
※別途ナンバーディスプレイの契約が必要となります。

注) 申請前に購入した電話機等は対象となりません。

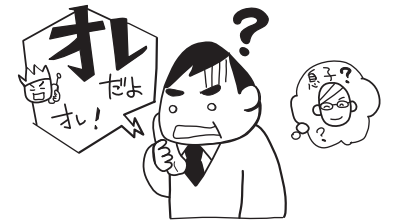
■補助金額

購入・設置費用の5分の4（上限10,000円、100円未満は切り捨て）

(例) 12,500円で購入・設置（消費税込み）

12,500円×4/5＝10,000円

補助額 10,000円、個人負担費用は2,500円



- 申請方法 電話機等の購入及び設置前に、秘書広聴課へ申請をお願いします。（郵送または窓口にて受付）

〈申請時に必要なもの〉

- ①特殊詐欺等被害防止対策機器整備事業補助金交付申請書（様式第1号）
- ②購入予定機器の機能が確認できる書類の写し（カタログ等）
- ③購入予定額を確認できる書類（見積書等）
- ④町税及び税外収入金の納付状況等の調査を認める同意書（様式第2号）
- ⑤印鑑

※代理申請の場合は、①～⑤に加えて

- ⑥委任状（様式第3号）
- ⑦代理の方の本人が確認できる身分証明書（運転免許証等）
- ◎上記申請書類は、秘書広聴課で配布または、町ホームページからダウンロードできます。

- 申込期限 6月30日（金）
※閉庁日を除く午前8時30分～午後5時15分（郵送のみ締切日当日消印有効）
※申請多数の場合、抽選となります。

- 受付窓口 秘書広聴課 協働推進グループ（2階13番窓口）

【問合せ先】 秘書広聴課 ☎029-291-8802(直通)

公共下水道の供用開始区域が拡大されました

町では、公衆衛生の向上や、溜沼など公共用水域の水質保全を図るため、市街化区域を中心として公共下水道の整備を進めています。

今回新たに、3.11haの区域（令和5年3月31日供用開始：長岡地区）において、公共下水道を使用することができるようになりました。拡大された区域にお住まいの皆様は、公共下水道への早期接続にご協力をお願いします。

▶ 公共下水道への接続は3年以内

下水道法では、公共下水道が利用できるようになると、くみ取り便所は3年以内、浄化槽は速やかに公共下水道へ接続しなければならないことになっています。

▶ 接続工事補助金・融資あっ旋制度をご利用ください

供用開始後3年以内に下水道へ接続された方は、町の支援制度として、補助金の交付または融資のあっ旋が利用できます。詳細は、町下水道課までお問い合わせください。

【問合せ先】 下水道課 公共下水道グループ ☎ 029-240-7127（直通）



下水道マスコットキャラクター「スイスイ」

令和5年度 茨城町住宅リフォーム資金助成事業

を実施します

町では、町内の施工業者を利用して自己用住宅のリフォーム工事を行う町民の方に対して、その工事金額の一部を助成します。申請方法や添付書類等は都市整備課までお問い合わせ下さい。

▶ 助成対象者の要件

- (1) 町内に住民登録をしており、リフォームを行おうとする個人住宅を所有し、申請時においてその住宅に3年以上居住していること。事務所・店舗併用住宅は、個人の住居部分のみ。アパート、貸家は除く。
- (2) 申請時において、町税等、その他町に対する債務を滞納していないこと。
- (3) 過去に住宅リフォーム助成や他の補助金等の交付を受けていない方。

▶ 助成対象リフォーム工事

- (1) 町内に住所を有する業者に依頼して、消費税を含んだ総額が100万円以上の工事。
- (2) 助成対象工事は住宅の外装・内装工事、建具工事、住宅設備工事等。
- (3) 申込み後、町より助成認定通知書が送られた後に工事を開始し、翌年2月末日までに終了する工事（既に着工している、もしくは工事完了済の住宅は対象になりません）。
- (4) 過去に住宅リフォーム助成や他の補助金等の交付を受けていない住宅。

※助成の対象とならない工事の例は次のとおりです。他の工事についても助成の対象とならない場合がありますので、事前に十分確認してください。

(例) 物置や車庫等の別棟工事、家電製品等の備品購入や取付け、門扉や塀等の工事、造園工事、シロアリ駆除等防虫工事、下水道・農業集落排水・合併処理浄化槽接続のための屋外配管工事 等

▶ 受付期間 5月15日(月)～6月16日(金)

午前8時30分～正午、午後1時～午後5時15分（土・日・祝日を除く）

▶ 募集件数 24件

ただし募集件数を超える申込みがあったときは、抽選により助成対象者を決定します。

▶ 助成額 助成金の額は一律20万円です。

【問合せ先】 都市整備課 住宅・営繕グループ ☎ 029-240-7116（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 6月28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、多目的室

▶ 持参するもの

米1合、エプロン、三角巾、手拭きタオル

運動のできる服装、汗拭きタオル、水分補給用の飲み物、ヨガマット（お持ちの方）

※お持ちでない方は健康増進課で貸し出しますので、バスタオルをお持ちください。

調理実習中は、衛生面に配慮して、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

16名 ※定員になり次第締め切らせていただきます。

▶ 申込方法

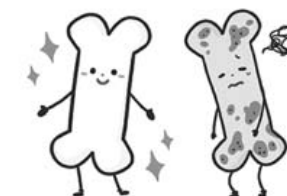
電話または窓口でお申し込みください。

▶ 申込期間

5月22日(月)～6月9日(金)（土・日を除く 午前8時30分～午後5時15分）

【申込・問合せ先】 健康増進課 ☎029-240-7134(直通)

茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内



令和5年度 ゆうゆうカフェ開催のお知らせ



ゆうゆうカフェとは

町在住の認知症の方やその家族、認知症予防に関心がある方など、どなたでも自由に集えるカフェです。参加をご希望の方は、長寿福祉課までお申し込みください!

どんなことをするの？

- ① ボランティアの人や仲間と楽しいおしゃべり
- ② 認知症予防体操やレクリエーション
- ③ 認知症や介護について情報交換や相談

▶ 開催日

令和5年6月15日(木)、7月13日(木)、8月17日(木)、9月21日(木)、
10月26日(木)、11月9日(木)、12月14日(木)

令和6年1月18日(木)、2月15日(木)

▶ 場 所

駒場庁舎2階 会議室5-1、5-2

▶ 時 間

10時～11時30分（9時45分受付）

▶ 申込方法

各開催日の前日正午までに長寿福祉課へお申し込みください。

▶ 参加費

無料

▶ その他

参加する際は体調確認を実施します。

新型コロナウイルスの感染状況等により、日程が変更または中止になる場合があります。

【問合せ先】 長寿福祉課 ☎029-291-8407(直通)

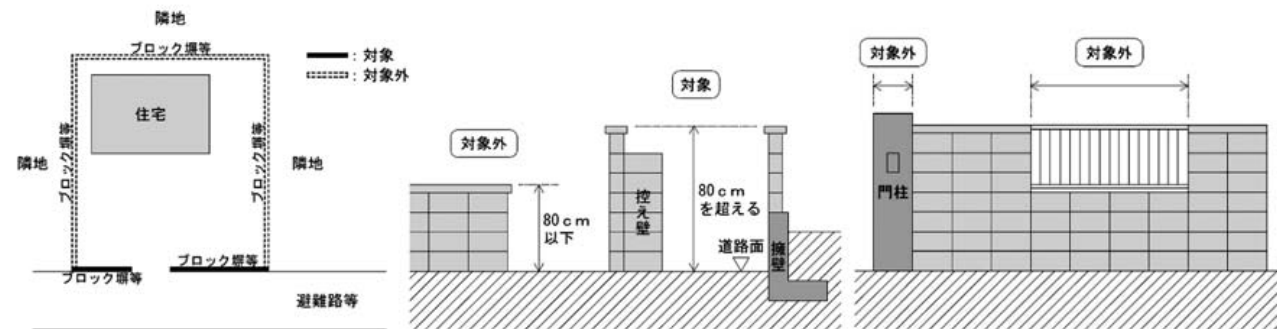
危険ブロック塀等の撤去費用の一部を補助します

町では、地震発生時における危険なブロック塀等の倒壊を未然に防止し、通行者の安全を確保するために、避難路等に面するブロック塀等を解体する費用の一部を補助しています。

▶対象となるもの（次の条件を全て満たすもの）

- ・避難路等（※）に面したものであること
- ・危険ブロック塀等に該当（道路面からの高さが80cmを超える組積造またはコンクリートブロック塀で、町による事前調査で危険と判断されたもの）

※「避難路等」とは、茨城町地域防災計画に定める**緊急輸送道路**または**通学路**を指します。

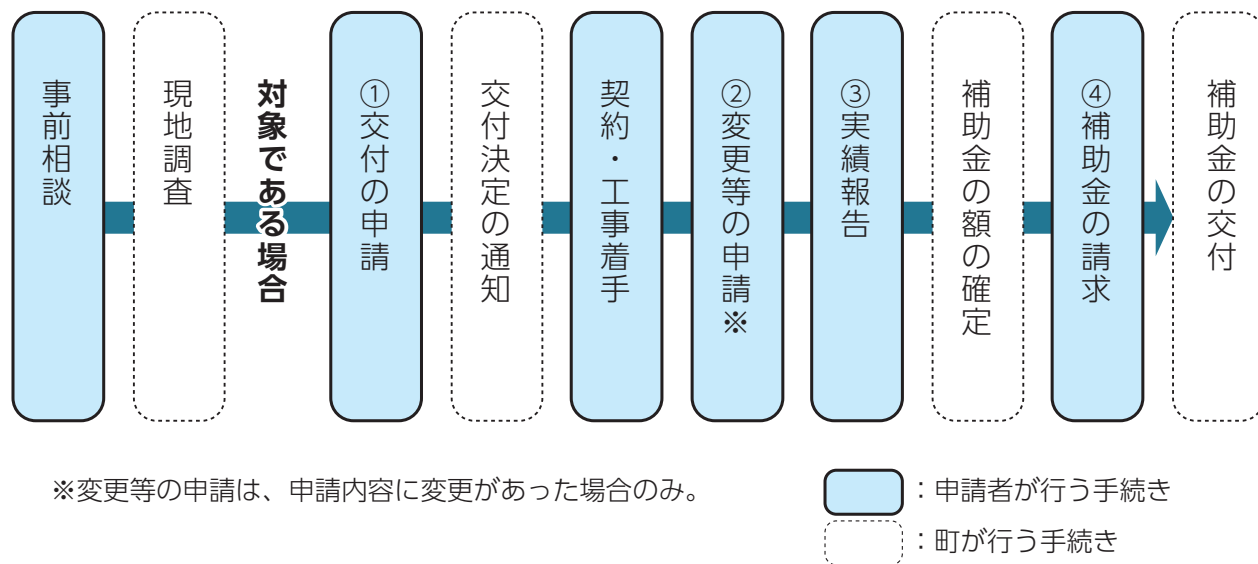


▶補助金額

撤去費用※の2/3を補助（最大10万円）

※1メートルあたり15,000円を上限

▶手続きの流れ



▶申請方法 町ホームページからダウンロード、または町都市整備課の窓口で配布する申請書に必要事項を記載し、都市整備課の窓口まで持参してください。

※申請には一定の基準がありますので、都市整備課（1階11番窓口）までお問い合わせください。

▶申請期間 6月1日(木)から8月31日(木)まで（土・日・祝日を除く）

午前8時30分～正午、午後1時～5時15分

▶補助件数 **1件（先着順となります）**

【問合せ先】 都市整備課 住宅・営繕グループ ☎ 029-240-7116（直通）

お家の健康を守るために

木造住宅の耐震診断・耐震改修費補助希望者を募集します

町では、昭和56年5月31日以前に建築された木造住宅にお住まいの方を対象に「茨城県木造住宅耐震診断士」の派遣及び耐震改修費の補助を実施しています。

耐震診断士派遣事業

耐震診断士派遣事業とは、町内の木造住宅の所有者が耐震診断を受ける場合、耐震診断士を派遣して派遣費用の一部を補助している事業です。

申込資格	木造住宅の所有者 兼居住者 で、町税等を滞納していない方
対象となる住宅	次に掲げる 全ての要件に該当 すること ① 町内 にある一戸建ての木造住宅または店舗等併用住宅 ②丸太組構造及び型式適合認定によるプレハブ工法 以外 により建てられたもの ③階数が2階以下かつ延べ床面積が30平方メートル以上のもの ④ 昭和56年5月31日以前 に適法に着工されたもの ⑤東日本大震災により被災した住宅で、罹災証明が半壊以上 でない もの
申込期間	6月1日(木)～10月31日(火) （土・日・祝日を除く） 午前8時30分～正午、午後1時～5時15分
診断費用	申込には 自己負担額として2,000円 がかかります

耐震改修設計と耐震改修工事

耐震改修設計とは、耐震診断士等が診断した結果から、補強するための設計書を作成することをいいます。
 耐震改修工事とは、その設計書を基に、基礎や土台、柱、筋交い、梁、壁等を補強する工事のことをいいます。

申込資格	木造住宅の所有者 兼居住者 で、町税等を滞納していない方	
対象となる住宅	次に掲げる 全ての要件に該当 すること ①耐震診断士派遣事業の対象となる住宅の 全ての要件 に該当すること ②設計を行う場合は、耐震診断の結果、上部構造評点が1.0未満と診断され、改修設計後の上部構造評点が1.0以上となるもの ③工事を行う場合は、耐震診断の結果、上部構造評点が1.0未満と診断され、改修設計後の上部構造評点が1.0以上となるもので、改修工事により上部構造評点が1.0以上になるもの ④ 令和6年2月末日 までに設計または工事が完了するもの	
申込期間	6月1日(木)～8月31日(木) （土・日・祝日を除く） 午前8時30分～正午、午後1時～5時15分	
補助金額	耐震改修設計 設計に要する費用の 3分の2 (限度額：100,000円)	耐震改修工事 工事に要する費用の 23% (限度額：230,000円)

補助件数と申込受付

補助件数
 耐震診断士派遣事業 **1戸**
 耐震改修設計 **1戸**
 耐震改修工事 **1戸**
 （全て**先着順**となります）

申込受付及び問合せ先

申込受付
 茨城町役場 都市整備課（1階11番窓口）

【問合せ先】 都市整備課 住宅・営繕グループ ☎ 029-240-7116（直通）



認定こども園

6月

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、予定が変更になる場合があります。

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

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				ま さつまいもの苗を植えよう 沼 リズムでルンルン さ 作ってあそぼう (ココロ 鈴落とし)、ラン チタイム	長 親子ふれあいタイム ま さつまいもの苗を植えよう 飯 【制作】ととろ時計	
4	5	6	7	8	9	10
ま	しゃぼん玉遊び さ ハングルの世界へ ようこそ (初めての 挨拶・親子分離、 ランチタイム	沼 わくわくりサイクル (びよんびよんカエル) 長 読み聞かせ (こころ ちゃんの会) ま ●母子分離の活動 (登録制): さつまいもの苗を植えよう 飯 リトミック、親子ふれあい体験 い サーキット遊びをしよう!	飯 【制作】ふわふわおばけ 中 みんなで楽しく遊ぼう! さ 大きくなったかな (身体 測定)、ランチタイム ま しゃぼん玉遊び	ま ☆父の日のプレゼント作り 沼 ママのためのエクササイズ さ やってみよう (手形製 作)、ランチタイム 長 子育て講座 (救命士)	ま ☆父の日のプレゼント作り 飯 親子でしゃぼん玉!	
11	12	13	14	15	16	17
ま	サーキット遊び さ 10:30~ ※要予約 い みんなでお祝い (6月生 まれのお友達誕生会)、 ランチタイム い ベビーマッサージ (要予約 ☎029-292-0162)	飯 身体測定、おはなしの会 長 さつまいもの苗植え い つくって遊ぼう! (父 の日のプレゼント) 沼 なかよし広場 ま ●母子分離の活動 (登 録制):しゃぼん玉遊び	飯 6月生まれのお友達! 園児と "お誕生会" (要予約) 9:45~ さ やってみよう (手形製 作)、ランチタイム ま リトミック (ペンギンコース10:00 ~11:00) 50~ 中 つくって遊ぼう! (父の日 のプレゼント)	沼 子育て講座 (保健師) さ 作って食べよう (おとうふ ケーキ)、ランチタイム 長 なかよしあそぼう (新聞紙遊び) ま 親子体操	飯 【制作】あじさい ま しらゆきひめによ るおはなし会 ※要予約	
18	19	20	21	22	23	24
ま	ベビーマッサージ ※要予約	長 誕生会 ま ●母子分離の活動 (登録制):製作 い 楽器で遊ぼう! 沼 なかよしひろば (身体測定) 飯 リトミック、ボール プール遊び	中 リズムで遊ぼう! ま ☆製作 飯 どんご遊びを楽しもう!	ま ☆製作 沼 6月の誕生会 長 サーキット遊び	飯 トンネル遊び ま イベント:じゃがいも 掘り ※要予約	
25	26	27	28	29	30	
さ	涼しくなるう (水遊び) ま クッキング (予定) ※要予約 長 親子ふれあいタイム (園庭開放、身体測定)	ま ●母子分離の活動 (登 録制):先生と遊ぼう 沼 読み聞かせ (個人ボランティア) 飯 身体測定 エプロ ンシアター い 楽器をつくって遊ぼう!	長 つくってあそぼう (七夕飾り) ま ☆七夕飾り作り 中 親子ヨガ 飯 手型定型アート (かたつ むり・かえる) さ 作って飾ろう (七夕う ちわ)、ランチタイム	沼 みんなで遊ぼう (触れ合い遊び) ま ☆七夕飾り作り さ 作って飾ろう (七夕う ちわ)、ランチタイム	ま 誕生会 ※要予約 飯 お散歩・お茶会	

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
☆うさぎでも予約なしで参加できます。
☆おむつ換えやベッドをご利用の方は、衛生上バスタオルをお持ちください。
☆保育園は、長岡小学校下を「利用」してください。
☆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」の活動は材料をお持ちいただきますので、チラシをご覧ください。

沼前幼稚園 ☎029(293)9209
☆活動時間 午前10時~11時
☆いちょう組の開放時間 各活動日の午前9時~午後2時
☆おむつ換えやベッドをご利用の方は、衛生上バスタオルをお持ちください。
☆育児相談を随時実施しています。お気軽にお声掛けください。
☆「つくってあそぼう」の活動は材料をお持ちいただきますので、チラシをご覧ください。

まさみ幼稚園 ☎029(293)7111
☆園庭開放・子育て相談(毎日) 午前9時~午後2時
随時実施しております。お気軽にご相談ください。
☆予約は、6月1日(木)午前9時から受け付けます。
☆表内☆印は、同じ内容の活動を行います。いずれかをお選びください。
☆表内●印は、登録制の母子分離の活動です。詳細はお問い合わせください。
☆活動は午前10時から行います。
※詳しくは目を覗きたいお問い合わせは電話またはメール(16時以内)までお願いします。

飯沼こども園 ☎029(292)9898
☆14日誕生会(予約) 6月1日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆15日誕生会(予約) 6月8日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆16日誕生会(予約) 6月15日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆17日誕生会(予約) 6月22日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆18日誕生会(予約) 6月29日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆19日誕生会(予約) 7月6日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆20日誕生会(予約) 7月13日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆21日誕生会(予約) 7月20日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆22日誕生会(予約) 7月27日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆23日誕生会(予約) 8月3日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆24日誕生会(予約) 8月10日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆25日誕生会(予約) 8月17日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆26日誕生会(予約) 8月24日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆27日誕生会(予約) 8月31日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆28日誕生会(予約) 9月7日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆29日誕生会(予約) 9月14日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆30日誕生会(予約) 9月21日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付
☆31日誕生会(予約) 9月28日(木)7日(水) 午前10時~午後4時電話受付

さくらこども園 ☎029(219)0007
☆園庭開放時間 午前8時~午後6時(月~金)
☆室内開放時間 午前8時~午後6時(月~金)
☆月水木日の活動は事前予約が必要です。参加したい日の一週間前から予約できます。
(予約受付時間 午前9時~午後6時(月~金)) ※5組まで
☆制作などの活動は午前10時から行います。
☆誕生会は、誕生月のお子様以外も参加できます。
☆26日(月)は、雨天時「作ってあそぼう」(ココロ鈴落とし)です。

いばらき幼稚園 ☎029(292)0162
☆活動の会場は、いばらき幼稚園旧園舎になります。
☆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
☆ベビーマッサージ 親子でスキップ生後2か月~1歳未満対象
年5回予定 午前10時30分~11時30分 ※要予約(園まで連絡ください)
☆その他 園庭開放・子育て相談(毎日) 午前8時~午後1時
※初めて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)12007
☆活動の会場は、いばらき幼稚園旧園舎になります。
☆おどろくで、親子と一緒に楽しく遊ぼう!(満1歳~対象)
毎週水曜日 午前10時30分~11時30分
☆ベビーマッサージ 親子でスキップ(生後2か月~1歳未満対象)
年5回予定 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
※初めての方はお問い合わせください。

町産春メロンのスタート

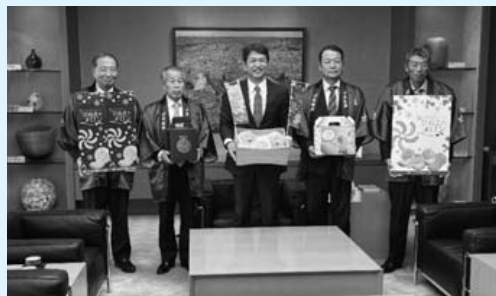
3/27初出荷! 3/31 JA水戸茨城町メロン部会が大井川県知事を表敬訪問

JA水戸茨城町メロン部会(鳥羽田剛部会長)が3月27日(月)に初出荷を迎え、相田幸夫さんと清水伊織さんが生産した「オトメメロン」473箱を市場へ出荷しました。

また、31日(金)にはJA水戸園部代表理事専務と小林町長ほか関係者が大井川和彦茨城県知事を表敬訪問し、初出荷を迎えた事を報告しました。大井川県知事からは「愛ちゃんメロンにトップランナーとして頑張ってもらいたい」と激励を受けました。

今回出荷されたオトメメロンは、緑色の果肉ですっきりとした甘みの特徴です。同部会では他に「アンデス」「レノン」「イバラキング」などの品種を生産しています。同部会のメロンは、町内の直売所やネット販売でも購入できますので、ぜひご賞味ください。

愛ちゃんメロン:
正式名称「ひめまの恵み愛ちゃんメロン」。JA水戸茨城町メロン部会で生産されるメロンのうち、特別栽培農産物の認証を受けたメロンのブランド名。アンデス、レノン、イバラキングを作っている。



【問合せ先】 農業政策課 ☎ 029-240-7118(直通)

生ごみ処理容器等購入費補助制度のお知らせ

生ごみ処理容器等購入費補助制度について

町では、環境にやさしい循環型社会の実現を目指して、5R(不要なものを買わない・もらわない(Refuse)、減量(Reduce)、再使用(Reuse)、修理(Repair)、資源化(Recycle))を推進しています。

5Rを推進する施策として、生ごみの減量化及び資源化を図るため、生ごみ処理容器等の購入費用の一部を補助します。

補助額	種類	補助額
	生ごみ処理容器(コンポスト)	購入費の2分の1(100円未満切り捨て)とし、3,000円を限度とします。
	電気式生ごみ処理機	購入費の2分の1(100円未満切り捨て)とし、1万5,000円を限度とします。

▶ 申込期限

令和5年4月1日~令和6年3月31日(土・日・祝日を除く)

※受付数に限りがありますので、申請を検討されている方は、購入前にお問い合わせください。

▶ 補助金の交付対象(以下の要件をすべて満たす方)

1. 申請日が属する年度内に生ごみ処理容器等を購入する方
2. 過去5年以内にこの補助金を受けたことがない方
3. 町内に住民記録がある方
4. 申請者と申請者の同一世帯員が町税や使用料を滞納していない方
5. 生ごみ処理容器で生産した堆肥を適正に処理することができる方

過去の交付実績

種類	令和3年度	令和4年度
生ごみ処理容器(コンポスト)	20件	19件
電気式生ごみ処理機	12件	9件
合計	32件	28件

詳しい補助要件や必要書類等については、下記までお問い合わせください。

【問合せ先】 みどり環境課 ☎ 029-240-7135(直通)

防災行政無線の放送内容の確認にご利用ください

登録制メール配信サービス

放送内容を、放送と同時にメールで配信します。

登録用二次元バーコードは



防災行政無線テレフォンサービス

放送内容が、自動音声で流れます。

☎0800(800)8848(無料)

また、町ホームページにも放送内容を掲載しています。

【問合せ先】

総務課 防災・危機管理グループ
☎029(240)7125(直通)

働く意欲のあるシルバー世代の皆さん、一緒に働きませんか！

茨城町シルバー人材センターでは、会員を募集しています。

健康で働く意欲があり、センターの目的・趣旨に賛同される60歳以上の方々の入会をお待ちしています。

▼急募(令和5年5月現在)

①除草作業(手取り・草刈り)

②集積作業

③カート回収作業

右記の仕事以外にも、一般企業から人材派遣の要請が入ります。仕事の内容に興味のある方は、詳しくご説明しますので、お気軽に茨城町シルバー人材センターまでご連絡下さい。

【問合せ先】

(一社)茨城町シルバー人材センター
(担当:齋藤)

☎029(292)8627

ひきこもり相談

厚生労働省のデータによると、全国でひきこもりの問題を抱える方の内、2%の方しか相談にうつれる方はいません。ひきこもりの相談は、非常にハードルが高い問題です。あなたもその2%に入りませんか。茨城県ひきこもり相談支援センターのひきこもり専門相談員が相談に応じます。

相談料は無料です。相談者の秘密は守られますので、安心してご相談ください。※事前予約制

▼日時 8月26日(土)、2月17日(土) 午後1時〜4時

※相談時間は一人50分

▼場所 茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」2階 相談室

▼予約締切 開催日の2日前まで

【予約・問合せ先】

茨城町社会福祉協議会
☎029(292)7141

茨城県農業総合センター 女性農業経営者育成講座 開催

新たな経営に取り組む女性農業者のため、講義・グループワーク、事例紹介等を通じて実践的な知識を学び、「経営発展モデル(経営計画)」を作成する講座です。夢の実現のためにチャレンジする女性農業者を応援します！

▼開催時期

令和5年7月〜令和6年2月(全6回)

▼場所

茨城県農業総合センター
(笠間市安居3165-1)

▼内容 農業経営に必要な知識の習得、実践可能な経営計画の作成、仲間づくり

▼定員 16人

▼参加費 無料

▼その他 詳細は「いばらき農業アカデミー」ホームページ(<https://www.agriacademy.pref.ibarak.jp>)を参照ください。



【問合せ先】

茨城県農業総合センター
いばらき農業アカデミー事務局
☎0299(45)8321

国保・医療・介護なんでも電話相談室

医療や介護サービスの利用で困っていることや、負担軽減策などについて、医療・福祉団体のスタッフなどが無料で相談を受け付けます。

▼日時 6月10日(土)

午前9時30分〜午後0時30分

▼受付電話番号

☎029(228)0600

【問合せ先】

茨城県社会保険推進協議会
☎029(228)0600

「みんな知ってる？電波の不正利用は犯罪なんだよー」

総務省では、6月1日から10日まで「電波利用環境保護周知啓発強化期間」として、電波を正しく利用していただくための周知・啓発活動及び不法無線局の取り締まりを強化します。

電波は暮らしの中で欠かせない大切なものです。電波のルールはみんなで見守りましょう。

【問合せ先】 関東総合通信局

●不法無線局による混信・妨害

☎03(6238)1939

●テレビ・ラジオの受信障がい

☎03(6238)1945

歯のなんでも電話相談

6月4日〜10日は、「歯と口の健康週間」です。普段、歯医者さんに聞けないこと、入れ歯のこと、ブラッシングの仕方など、歯に関する悩みや質問を無料で電話相談します。

匿名で結構ですので、お気軽にお電話ください。歯科医師がご相談に応じます。

▼日時 6月11日(日)

午後1時〜4時

▼受付電話番号

☎029(823)7930

▼相談料 無料

【問合せ先】

一般社団法人茨城県保険医協会
☎029(823)7930