

# しいばらき

**チェンジ・ザ・生活習慣！**


## 糖尿病予防教室・高血圧予防教室

**参加費  
無料**

糖尿病や高血圧などの生活習慣病は、肥満や運動不足、塩分・糖分のとりすぎ、野菜類の摂取不足などが引き金となり、自覚症状がないまま進むと言われていますが、生活習慣の改善によって予防できる病気です。

生活習慣病予防のために、生活習慣や食習慣を見直してみませんか！

	糖尿病予防教室	高血圧予防教室
日 付	10月4日 (水)	10月25日 (水)
時 間	受付 午前9時45分～10時 講話・運動実技・試食 午前10時～正午	
場 所	茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内 保健センター 1階 健診室	
対 象	町内在住の40歳～64歳の方 ・血糖値や血圧値の数値を改善したい方（ご本人もしくはご家族） ・興味のある方	
持参するもの	水分補給用の飲み物、汗拭きタオル、ヨガマット（お持ちの方）※ 空ペットボトル（500ml）2本※ ※糖尿病予防教室のみで使用します。 ヨガマットをお持ちでない方は健康増進課で貸し出しますので、バスタオルをご持参ください。	
定 員	各教室10名（定員になり次第締め切ります）	
申 込 期 間	9月15日 (金)～9月26日 (火)	9月15日 (金)～10月17日 (火)
運動実技講師	健康運動指導士	茨城県公認ウオーキング指導員
そ の 他	<ul style="list-style-type: none"> <li>・どちらか一方、または両日のご参加でもかまいません。</li> <li>・運動のできる服装、靴（ひもタイプがあれば）でご参加ください。</li> <li>・受付時に体調確認を実施します。</li> <li>・やむを得ない状況により、日程が変更・中止になる場合があります。</li> </ul>	

※茨城県公式健康推進アプリ「元気アップ！りいばらき」ポイント対象事業です。  
当日、教室に参加された方には、ポイントが付与されます。



【申込み・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  
(土・日・祝日を除く、午前8時30分～午後5時15分)

## 65歳から74歳で一定の障がいがある方は 後期高齢者医療制度に加入できます(障害認定)

後期高齢者医療制度の被保険者は、75歳以上の方および65歳～74歳で一定の障がいについて認定を受けた方です。この障害認定を受けて後期高齢者医療制度に加入した方は、後期高齢者医療保険料を納付し、給付を受けることができます(現在加入している医療保険(国民健康保険、社会保険等)から脱退する手続きが必要になります)。65歳～74歳の下記の障害認定の基準を満たす方で、後期高齢者医療制度への加入を希望される場合は、保険課(1階5番窓口)で申請をしてください。

### ▶障害認定の基準

次のいずれかの手帳または年金の受給権を取得している方が対象となります。

- 身体障害者手帳 1・2・3級
- 身体障害者手帳4級のうち、音声機能または言語機能の障がいがあるとき
- 身体障害者手帳4級のうち、次の下肢障がいに該当するとき
  - ・1号(両下肢のすべての指を欠くもの)
  - ・3号(1下肢を下腿の2分の1以上で欠くもの)
  - ・4号(1下肢の機能の著しい障害)
- 療育手帳 A・A ○精神障害者保健福祉手帳 1・2級 ○障害年金 1・2級

### ▶申請に必要なもの

- 障害認定の基準を満たすことが確認できる手帳または年金証書等
- 障害認定される方のマイナンバーが確認できるもの
- 来庁者の本人確認書類(マイナンバーカード、運転免許証等)

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

## 消費生活センター

## 気づきと見守りが高齢者の消費トラブルを防ぐ ～長寿時代のリスク管理～

高齢者の消費トラブルが年々増加しています。「健康」「お金」「孤独」という高齢者の3つの不安をねらったトラブルや被害が多くみられます。家族や周囲の人の協力で被害を防ぐことができるよう“気づき”と“見守り”のためのチェックポイントをお伝えします。

### 事例

◆高齢の母宛てに、たくさんの健康食品が届いていた。見本を送ってもらったことがきっかけとなり、電話勧誘を受け、代引きでお金を支払ったようだ。

### ▲ “気づき”と“見守り”のためのチェックポイント

#### 居室・居室のようす

- 玄関先に契約書・請求書などの書面や、宅配の不在通知などがある
- 大量の健康食品・新品のふとんなど、同じような商品がある
- 屋根や外壁、電話機周辺などに工事の形跡がある
- コンビニなどでプリペイドカードを大量に購入した形跡がある
- 不審な事業者が出入りしている形跡がある

#### 高齢者本人の言動や態度など

- 知人や親せき以外の人から頻繁に電話がかかってくる
- 生活費が不足するなど、お金の困っている様子が見受けられる
- 預金通帳などに不審な出金の記録がある

チェックポイントにひとつでも当てはまったら、トラブルや被害にあっている可能性がありますので、消費生活センターなどへ相談しましょう。消費生活センターは、高齢者本人からだけでなく、家族からも相談することができます。


#### 困ったときは早めに消費生活センターへ

【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)  
消費者ホットライン ☎188(局番なし) 午前9時～午後4時



## インフルエンザ予防接種のお知らせ

小児・高齢者のインフルエンザ予防接種の費用を一部助成します。希望する方は助成期間内に予防接種を受けましょう。

	小児(任意接種)	高齢者(定期接種)
助成期間	10月1日(日)～令和6年1月31日(水)	
対象となる方	茨城町に住民登録があり、助成期間内に1歳以上 中学3年生まで 	茨城町に住民登録があり、接種日に ①65歳以上の方 ※昭和33年10月1日以降に生まれた方は、65歳の誕生日の前日から接種できます。 ②60歳から65歳未満で特定の障害のある方 身体障害者手帳(内部機能障害)1級に相当する方
助成額及び回数	1回につき1,000円を助成(2回まで) ※実施医療機関に1,000円を差し引いた額をお支払いください。 生活保護世帯または町民税非課税世帯の方は、実施医療機関へ証明書類を提出することで、無料で接種ができます。	2,000円を助成(1回限り) ※実施医療機関に2,000円を差し引いた額をお支払いください。
受け方	①町内又は水戸市内にある医療機関(予診票に同封している医療機関一覧を参考にしてください)へ予約をとります。 ②接種日に医療機関へ本人確認書類・予診票・母子健康手帳をご持参ください。	①県内の医療機関(茨城県医師会協力医療機関)へ予約をとります。 ②接種日に医療機関へ予診票・被保険者証をご持参ください。
予診票について	対象の方には9月中に予診票を郵送します。 下記に該当する方で予防接種を希望される方は、健康増進課までご連絡ください。 ①予診票を紛失された方 ②9月以降に転入された方 ③昭和34年1月生まれの方	



## 令和5年度 介護保険料額決定通知兼特別徴収額通知書が 生活保護世帯・町民税非課税世帯の証明書類として利用できるようになりました。

生活保護世帯・町民税非課税世帯の方は、下記のいずれかの書類1点を接種時に実施医療機関へ提出することにより、無料でインフルエンザ予防接種ができます。

証明書類	備考
1 令和5年度 介護保険料額決定通知兼 特別徴収額通知書の写し	・令和5年度発行の最新のもの ・ <b>所得段階が第1～3段階の記載があるもの</b> ※ <b>紛失した場合は再発行できません。</b> 該当でない方、紛失した方は2～5の書類をご利用ください。
2 生活保護受給者証の写し	有効期限内のもの
3 生活保護受給証明書(原本)	令和5年度発行の最新のもの
4 町民税非課税証明書(原本)	世帯全員分が必要
5 個人負担免除券(原本)	健康増進課で申請が必要 (詳細は予診票に同封している通知またはホームページをご確認ください)

【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 保健センター

# 男の料理教室

「食べるのは好きだけど、作るのはちょっと…」、「いろいろな料理を学んでみたい！」など、普段の食生活で感じている男性の方必見！

茨城町食生活改善推進員が講師となり、身近な食材を使って、誰でも簡単に作れる、おいしい健康食レシピをお教えします。料理の経験がある方もない方も、お気軽にご参加ください。



- ▶日 時 **10月14日(土)** ●受付 午前9時15分～9時30分  
●講話・調理実習 午前9時30分～正午終了予定
- ▶場 所 茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内 保健センター 2階 栄養指導室
- ▶対 象 町内在住の男性（定員16名）※定員になり次第締め切ります。
- ▶内 容 「簡単に作れるおいしい健康食レシピ」  
旬の食材を使用し、食改さんが丁寧に指導します！
- ▶参加費 200円（材料費）※教室当日にお預かりします
- ▶持参するもの エプロン、三角巾、米1合、手拭き用のタオルなど  
※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。
- ▶申込方法 9月19日(火)～10月5日(木)までに健康増進課または、お近くの食生活改善推進員にお申し込みください。

【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

## 受けていますか？ 胃がん検診

～病院で受ける胃カメラ検査のご案内～



町では、今年度**51歳以上の奇数年齢の方を対象**に「胃カメラ検査」の助成をおこなっています。検診費用20,271円のうち、町からの助成を受けて下記の金額で受診することができます。  
**【51歳から69歳の方】 4,000円** ※町の無料クーポン券（6月上旬発送）対象の方は、無料です。  
**【71歳以上の方】 2,000円**  
 実施・申込期間は、**令和6年2月29日(木)**まで となっていますが、早めの受診をお勧めしています。

- ◆ 年齢基準日は令和6年3月31日時点です。
- ◆ 胃や食道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。
- ◆ 受診方法・実施医療機関等の詳細は、広報いばらき6月1日号、町ホームページをご覧ください。
- ◆ 町民税非課税世帯・生活保護世帯の方は、申請により自己負担金が全額免除されます。健康増進課窓口での申請が必要です。

【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

## 小児・児童を対象とした医療福祉費支給制度(マル福)制度改正のお知らせ

### ○ 所得制限を撤廃します

現在、0歳から18歳（高校3年生）までの小児・児童の区分では、父母、その他の同世帯の方の所得を判定し、所得制限額以内の方を対象としています。令和5年10月1日から所得制限を撤廃し、対象年齢のすべての小児・児童がマル福を受給できるように対象者を拡充します。

対象者には、「医療福祉費受給者証交付申請書」を送付していますので、申請がお済みでない方はお手続きをお願いします（郵送による申請も可能です）。

### ○ 未就学児の医療機関での自己負担金を無償化します

現在、0歳から3歳未満までのお子様を対象に外来での医療費を実質無料としています。令和5年10月1日受診分より対象年齢を拡大し、0歳から6歳未満までに引き上げます。

併せて、入院自己負担金についても0歳から6歳未満まで実質無料とし、未就学児の医療費を外来、入院ともに全額無料とします。

対象者には「医療福祉費自己負担金支給申請書 兼 口座振込依頼書」を送付していますので、申請がお済みでない方はお手続きをお願いします（郵送による申請も可能です）。

※保険適用外（入院時の食事代や差額ベッド代等）は対象外です。

※外来・入院自己負担金は医療機関受診時に一旦お支払いいただきますが、後日指定口座に振り込みます。

【問合せ先】保険課 医療年金グループ ☎ 029-240-7113（直通）

## 障害年金のご案内

障害年金は、病気やけがによって生活や仕事などが制限された場合に、現役世代の方も含めて受け取ることができる年金です。

### ▶まずは初診日を確認してください

障害年金の相談をする前に、「初診日」の確認をお願いします。初診日とは、障がいの原因となった病気やけがで初めて医療機関を受診した日です。障害年金の請求をするうえで非常に重要な事項なので、必ず確認しましょう。

### ▶相談窓口へ相談してみましょう

初診日に加入していた年金制度によって、相談先が異なります。水戸南年金事務所は事前予約制が必要です。茨城町保険課に来庁する場合も、手続きには時間がかかるため（2～3時間程）、事前に来庁日等をご連絡いただくことで申請がスムーズに進められます。時間に余裕をもってご来庁ください。

初診日に加入していた年金制度	請求手続きの相談窓口	予約
厚生年金	水戸南年金事務所	必要
国民年金	第3号被保険者	茨城町保険課 医療年金グループ (⑤番窓口)
	第1号被保険者 60歳以上65歳未満の方	
20歳前の方		おすすめします

※初診日以外にも請求にあたっての要件等があります。該当の相談窓口でご確認ください。

保険料の納め忘れはありませんか？

国民年金の保険料に未納があると、障害年金を受け取れない場合があります。保険料の納付、または免除の手続きをお願いします。



【問合せ先】水戸南年金事務所 ☎ 029-227-3278  
茨城町保険課 医療年金グループ ☎ 029-240-7113

# 一般健康診査 及び 総合健康

# 診査（後期）を実施します



事前の予約が必要です。期間内にお申し込みをお願いします。

定員に達した場合は、申込期間内でも受付することはできません。

	【一般健康診査】								
	【総合健康診査】								
	「胃がん検診」で受けられます 詳しくは8ページをご覧ください								
	生活習慣病 予防健診	特 定 健 診	後期高齢者 健 診	肺がん 結 核	肝 炎 ウ イ ル ス	前立腺 が ん	大 腸 が ん	胃がん	腹 部 超 音 波
19～39歳	●								
40～49歳		●		●	●		●	●	●
50～74歳		●		●	●	●	●	●	●
満75歳以上			●	●	●	●	●	●	●
対象条件 (年齢は 令和6年 3月31日 時点)	茨城県に 住民票が ある方	茨城県国 民健康保 険加入者 ※社会保 険被扶養者 →右ペー ジをご覧 ください	健診当日 に満75歳 以上(後期 高齢者医 療保険加 入者)	40歳以上	40歳以上 で過去未 受診者	50歳以上 の男性	40歳以上	40歳以上 (既往等 によりお断 りすること あり)	41歳以上 奇数年齢 (令和4年 度未受診 の偶数年 齢可)
自己負担額	1,000円	1,000円	無料 【追加項目】 ※1) 2,200円 ※2) 220円	無料	500円	500円	500円	1,000円	1,000円
検査内容	問診 身体計測 血圧測定 血液検査 尿検査 心電図 眼底(両眼) 貧血検査	問診 身体計測 血圧測定 血液検査 尿検査 心電図 眼底(両眼) 貧血検査	胸部 レントゲン 検査	血液検査 (B型C型 肝炎ウイ ルス検査)	血液検査 (前立腺 特異抗原 PSA検査)	便潜血 反応検査 (2日採便法)	胃部 レントゲン 検査 (バリウム 検査)	肝臓・胆の う・すい臓 ・腎臓・ひ 臓の超音波 検査	
申込先 申込期間	<b>WEB申請 (24時間受付)</b> 右の二次元バーコードまたは町ホームページから (初めてご利用の方は、「利用登録」が必要です) 利用登録や申込みができない場合は健康増進課へ お問い合わせください。								
	<b>10月21日(土)～31日(火)</b>								
	<b>健診予約センター (オペレーター対応) 10月23日(月)～26日(木)</b> ☎ 0570-077-150 午前9時～午後5時								
	健康増進課 ☎ 029-240-7134 (直通)・窓口 保険課 ☎ 029-240-7113 (直通)・窓口 ※お問い合わせもこちらに願います。								
	<b>10月30日(月)・31日(火)</b> (定員に達しない場合のみ受付) 午前8時30分～午後5時15分								

【一般健康診査の日程・会場】		
月日(曜日)	会場	受付時間 (30分毎時間指定)
11月11日(土)、14日(火)、30日(木) 12月7日(木)、11日(月)、12日(火)	茨城県総合福祉センター 「ゆうゆう館」内保健センター	9:30～11:30、13:30～15:00
12月15日(金)		15:30～19:30
12月18日(月)		9:30～11:30、13:30～15:00
11月17日(金)	桜の郷コミュニティセンター	9:30～11:30、13:30～15:00
11月27日(月)	下雨ヶ谷ふるさとコミュニティセンター	9:30～11:00
	旧川根小学校体育館	14:00～15:30
持ち物	①茨城県発行の各種健康診査受診券 (5月中旬に郵送) ②本人確認のできるもの (健康保険証 等) ③個人負担金 ④健康診査予約票 申込内容により⑤尿容器、⑥大腸がん検査キット	

【総合健診の日程・会場】		
月日(曜日)	会場	受付時間
11月13日(月)、29日(水) 12月6日(水)	茨城県総合福祉センター 「ゆうゆう館」内 保健センター	午前8時～正午
持ち物	①茨城県発行の各種健康診査受診券 (5月中旬に郵送) ②本人確認のできるもの (健康保険証 等) ③個人負担金 ④総合健康診査予約票 申込内容により⑤尿容器、⑥大腸がん検査キット	

**社会保険被扶養者の方**

ご加入の医療保険者等に受診の可否、自己負担額等をご確認ください。  
 受診の際の持ち物  
 上記①～④に加えて、医療保険者発行の「特定健康診査受診券」、「健康保険証」が必要です。

**自己負担金免除制度について**

次の条件①②に該当する人は、申請により「特定健診」「後期高齢者健診の追加項目」以外の自己負担金が全額免除となります。健診当日、受付時にお申し出ください。  
 ①生活保護世帯 ②町民税非課税世帯

**その他**

- ◆国民健康保険、社会保険(被扶養者に限る)にご加入の40～74歳の方は、「特定健診」を指定の医療機関で受けることができます。ただし、町で実施する健診の内容と異なる場合がありますので、医療機関にお問い合わせのうえ受診してください。
- ◆人間ドック等補助対象者、すでに健診を受けた方は受付できません。
- ◆当日はマスクの着用をお願いします。体調がすぐれない場合は受診をお控えください。
- ◆健診の詳細、最新の実施状況については、町ホームページ等をご確認ください。

予約が正常に完了した場合は、健診日の1週間位前までに「健康診査予約票」または「総合健康診査予約票」を発送します。  
 届かない場合は、ご連絡ください。



# 小美玉市・茨城町・リーテム協働 小型家電等回収促進プロジェクトを開催します



茨城町では環境にやさしい社会を実現するため、町から排出されるごみの再資源化（リサイクル）の取組みを行っています。

その取組みのひとつとして、小美玉市・(株)リーテムと協働して、不要となった小型家電や金属製品等を回収する小型家電等の回収イベントを開催します。この機会にぜひリサイクルへの協力をお願いします。

**事前申込みが必要**となりますので、ご了承ください。

- 開催日時 **10月22日(日) 午前9時～正午**  
※天候により中止とさせていただく場合があります。中止の場合には、当日午前8時に町ホームページ、防災行政無線によりお知らせしますのでご注意ください。
- 開催場所 小川文化センター「アピオス」第2駐車場（小美玉市小川225番地）
- 申込期間 9月7日(木)～10月18日(水)
- 申込方法 電話または町みどり環境課窓口にて、**氏名・住所・電話番号・予約時間帯・持込予定のもの**をお伝えください。

## 回収可能な金属製品

※以下の品目以外は回収できない場合があります。

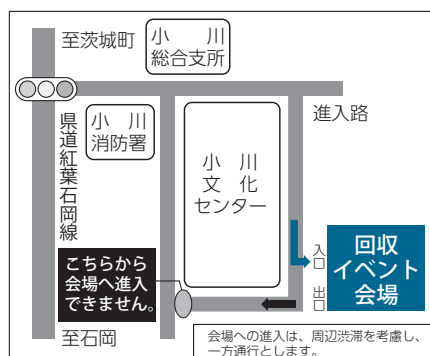
No.	品目
1	ガスレンジ・ガステーブル
2	カセットコンロ ※ボンベを外すこと
3	ストーブ(ガス・石油) ※燃料を抜くこと
4	ファンヒーター(ガス・石油) ※燃料を抜くこと
5	刈払い機・チェーンソー ※燃料を抜くこと
6	工具類・脚立・はしご
7	ゴルフクラブ
8	ダンベル・鉄アレイ・バーベル
9	雨戸・サッシ(金属製) ※木製は取り不可
10	一輪車(運搬用台車) ※タイヤを外すこと

## 回収可能な小型家電

※以下の品目以外は回収できない場合があります。

No.	品目	No.	品目
1	電話機・FAX	11	電子ジャー・電子レンジ・トースター・ミキサー
2	携帯電話・スマートフォン ※データを消去すること	12	食器洗い機・食器乾燥機
3	カーナビ・ETC	13	扇風機・温風機
4	ラジオ・オーディオ機器・携帯用音楽プレーヤー	14	電気ストーブ
5	デジタルカメラ・フィルムカメラ	15	空気清浄機
6	プレーヤー・レコーダー(ビデオ・DVD・BD)	16	電気掃除機 ※バッテリーを外すこと
7	パソコン・ハードディスク ※データを消去すること	17	電気アイロン・ヘアドライヤー
8	電子書籍・電卓・電子辞書	18	電気カミソリ
9	電気ミシン	19	照明器具・電気スタンド ※電球・蛍光灯を外すこと
10	電子式ヘルスメーター・クッキングヒーター	20	電気時計・電子楽器・ゲーム機

## アクセス



## 注意事項

- ① 回収可能品目以外のものにつきましては、お持ち帰りいただく場合があります。  
例：家電4品目(テレビ、冷蔵庫、エアコン、洗濯機)、パソコン用ブラウン管モニター、温水洗浄便座など
- ② 電池入りのものは、事前に電池を抜いてください。

【問合せ・申込み先】みどり環境課(1階9番窓口)  
☎029-240-7135(直通)

## ゆうゆう館で受ける

# 胃がん検診・大腸がん検診・腹部超音波検診を実施します!

検診は、症状のない  
「今」こそ受けるタイミングです!

検診日	受付時間
11月22日(水)	午前8時～正午(30分ごとの予約制)

検診名	検査項目	対象者	自己負担金
胃がん検診	バリウムによる胃部レントゲン検査	40歳以上	1,000円
大腸がん検診	便潜血反応検査(2日採便法)	40歳以上	500円
腹部超音波検診	肝臓・胆のう・すい臓・腎臓・ひ臓の超音波検査	41歳以上奇数年齢 ※令和5年度は経過措置として、昨年度未受診の偶数年齢の方も対象となります。	1,000円

年齢は令和6年3月31日時点



- ◆病院で受ける胃がん検診・人間ドック等で胃がん検診を受診された方や受診を予定されている方はお受けできません。
- ◆自覚症状のある方、治療中の方は対象となりません。
- ◆大腸がん検診を単独でご希望の方は、健康増進課へお申し込みください。  
上記日程以外でも検査キット配布及び回収の日程を設けております。また、一般的な健康診査等の日程においても健診時間内に会場で回収します。
- ◆町民税非課税世帯等の方は、申請により自己負担金が免除されます。検診当日受付でお申し出ください。

**検診会場** 茨城町総合福祉センター「ゆうゆう館」内 保健センター  
**申込方法** WEB申請・電話・窓口のいずれかでお申し込みください。  
(申込期間によって申込先が異なりますので、ご注意ください。)

申込期間	申込先
10月21日(土)～31日(火)	<b>WEB申請</b> (24時間受付) 右の二次元バーコードまたは町ホームページからお申し込みください。 ※初めてご利用の方は「利用登録」が必要となります。 (転入された方やカナ氏名が一致しない等の理由で、一部登録できない場合もあります。その際は健康増進課へお問い合わせください。)
10月23日(月)～26日(木)	<b>健診予約センター</b> ☎0570-077-150 午前9時～午後5時 オペレーターが対応します
10月30日(月)・31日(火)	<b>健康増進課</b> ☎029-240-7134(直通)・窓口 午前8時30分～午後5時15分



- ◆申込者には後日、検診票を通知します。また、各日定員になり次第締め切ります。
- ◆一般の健康診査と一緒に胃がん検診・腹部超音波検診を受けることができるのは、「総合健康診査」です。

【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

## 地区計画の原案の縦覧について

町では、茨城中央工業団地の地区計画を変更するため、下記のとおり原案の縦覧を行います。  
地区計画の原案にご意見のある方（町民または利害関係者に限る）は、意見書を提出できます。

- ▶ **案の内容** 水戸・勝田都市計画地区計画（茨城中央工業団地地区）の変更
- ▶ **縦覧期間** 9月12日（火）～26日（火）  
※土・日・祝日を除く 午前8時30分～午後5時15分
- ▶ **縦覧場所** 都市整備課（1階11番窓口）  
また、町ホームページにも掲載しています。
- ▶ **意見書提出期間** 9月12日（火）～10月3日（火）  
※土・日・祝日を除く 午前8時30分～午後5時15分
- ▶ **意見書提出方法** 意見書を提出される方は、上記の期間内必着で、郵送または上記縦覧場所へ提出してください。  
※意見書の様式は、都市整備課窓口で配布しています。  
また、町ホームページからもダウンロードが可能です。

【問合せ先】 都市整備課 ☎ 029-240-7116（直通）

## 水戸・勝田都市計画に関する公聴会の開催について

町では、水戸・勝田都市計画用途地域の変更案の作成にあたり、町民の皆様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。公聴会では、原案に対して、公述人として意見を述べることができます。申出者が多数の場合、意見内容を考慮のうえ代表者を選考させていただきます。なお、**公述申出者がいない場合は、公聴会は開催されません。**

開催の有無の最新情報については、町ホームページをご確認ください。

- ▶ **公聴会の内容** 水戸・勝田都市計画用途地域（茨城中央工業団地地区）の変更
- ▶ **公聴会開催日時・場所**  
日時 9月27日（水）午前10時～  
場所 茨城町役場 2階 農業委員会室
- ▶ **公述申出期間** 9月12日（火）～9月20日（水）  
※土・日・祝日を除く 午前8時30分～午後5時15分
- ▶ **公述申出書の提出及び原案の閲覧場所** 都市整備課（1階11番窓口）  
また、町ホームページにも掲載しています。
- ▶ **公述申出方法** 公聴会で意見を述べたいことを希望される方は、公述申出期間内（郵送の場合は期間内必着）に公述申出書を都市整備課（1階11番窓口）に提出してください。  
※公述申出書の様式は、都市整備課窓口で配布しています。また、町ホームページからもダウンロードが可能です。

【問合せ先】 都市整備課 ☎ 029-240-7116（直通）

## 事業主の皆さま、「ハラスメント防止対策」対応は万全ですか？

～全ての企業にパワハラ防止対策が求められています！～

ポータルサイト「あかるい職場応援（<https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/>）」では、職場におけるハラスメントに関する動画や研修用資料などの情報を随時発信しています！  
社内の体制整備に是非ご利用ください！

※解説動画 URL: <https://www.no-harassment.mhlw.go.jp/movie/index>

明るい職場応援団HP

検索



【法律に関する問合せ先】 茨城労働局雇用環境・均等室 ☎ 029-277-8295



# 認定こども園

10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	4	5	6	7	
		ま ☆製作 飯 リトミック 器遊び	長 親子ふれあいタイム 飯 マラカスを作って ま ☆製作	沼 読み聞かせ（ボラ ンティア） ま ☆製作	飯 サーキット遊び	ま 運動会（園行事に 参加）	
8	9	飯 身体測定 おはなしの会 沼 なかよしひろば ま サーキット遊び い 10:30～ ※要予約 たくさん遊ぼう！	ま ピクニックごっこ リズムで遊ぼう！ お母さんが楽しめるク レパスアート（要予約） 長 読み聞かせ（読み聞 かせボランティア） さ 大きくなったかな（身体 測定）、ランチタイム	沼 子育て講座（栄養士 体を動かそう （フィットネス空 手）、ランチタイム ま クッキング：蒸し パン ※要予約	ま しらゆきひめによ るおはなし会 ※要予約 飯 お散歩・お茶会	ま 土曜日イベント： パパベビーマッ サージ ※要予約	
15	16	さ 誕生会（10月生ま れのお友達）、ラン チタイム ま ベビーマッサージ ※要予約	飯 10月生まれのお友達！園児と “お誕生会”（要予約）9:45～ い ポールで遊ぼう！ 長 つくってあそぼう（小麦粉粘土） 沼 散歩（雨天時室内遊び） ま ●母子分離の活動：先生 と遊ぼう ※登録制	中 みんなで遊ぼう！ ま リトミック（ペンギンコース10:00 ～/イルカコース10:50～） さ 作って食べよう（板豆とチーズの いもち）、ランチタイム 飯 センサーボールを作ってみ よう！	長 親子ふれあいタイム 沼 10月の誕生会 さ やってみよう（親子手形 製作）、ランチタイム ま 親子体操	ま 誕生会 ※要予約 飯 親子でしゃぼん玉！	21
22	23	ま イベント：さつま いも掘り ※要予約 さ 行ってみよう（秋 のお散歩）	い 親子ヨガ ま ●母子分離の活 動：先生と遊ぼう ※登録制 長 戸外遊び 沼 なかよしひろば	ま ☆イベント：ハロウィン パーティー ※要予約 飯 【制作】おばけかぼ ちゃのお面 中 やってみよう（親子手形 製作）、ランチタイム さ	ま ☆イベント：ハロ ウィンパーティー ※要予約 さ 元気にあそぼう （秋の運動会）、ラ ンチタイム 沼 サーキット遊び	28	
29	30	さ 楽しく遊ぼう（ハロウィン パーティー）、ランチタイム ま ☆イベント：ハロウィン パーティー ※要予約 中 ベビーマッサージ（要予 約 ☎029-292-0162）	飯 ハロウィンパーティー （要予約）9:45～ 長 親子ふれあいタイム ま ●母子分離の活動：ハロウィン パーティー ※登録制 沼 わくわくリサイクル				

**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  
☆予約不要（町内在住の方）  
☆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。  
☆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。  
☆育児相談は、長岡小学校下をご利用ください。  
☆「つくってあそぼう」の活動は、チラシをご覧のうえ材料をお持ちください。

**沼前幼稚園** ☎029(293)6209  
☆活動時間 午前10時～11時  
☆いちご組（室内）の開放時間 各活動日の午前9時～午後1時  
☆園庭開放 各活動日の午後2時まで  
☆予約不要（町内在住の方）おやつ・昼食を持参しての参加も歓迎します。  
☆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。  
☆育児相談は、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、チラシをご覧のうえ材料をお持ちください。

**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、10月3日（火）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、母子分離の活動（登録制）です。  
☆活動は午前10時から行います。  
※詳しくは目を覽たい。お問い合わせは電話または1戸内（あり）までお願いします。

**飯沼こども園** ☎029(292)6868  
☆要予約の受付 10月2日（月）10日（火）午前10時～電話受付  
☆13日（金）お散歩・お茶会、帽子・水筒（飲み物）の用意をお願いします。  
☆園庭開放：育児相談（看護師等） 5.2.12.16.19.23.26.30日  
☆育児相談（栄養士等） 5.2.12.16.19.23.26.30日

**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）※予約不要  
☆室内開放時間 午前8時～午後1時（月・金）  
☆月水木曜日の活動は事前予約が必要です。参加した日の週前日から予約できます。  
☆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。  
☆12日（木）は、母子分離の活動です。

**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～11時30分  
☆ベビーマッサージ 親子でスキンシップ（生後2か月～1歳未満対象）  
☆年5回予定 午前10時～11時30分 ※要予約（園までご連絡ください）  
☆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)12007  
☆活動の会場は、いばらき中央認定こども園旧園舎になります。  
☆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。  
☆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。  
☆ベビーマッサージ（親子でスキンシップ）生後2か月～1歳未満対象  
☆年5回予定 午前10時～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。

**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  
こちら↓



**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)

**行政相談・行政書士相談会を開催します**

**行政相談**

「どこの窓口申請すればよいか教えてほしい」など、行政に対する手続き等で困っていることはありませんか。町では総務大臣から委嘱された2人の行政相談委員が活動しており、下記の日程で相談会を行います。

- ▶日 時 10月11日(水) 午後1時～4時
- ▶場 所 茨城町役場2階 第2会議室
- ▶行政相談委員 石井 敏幸、海老澤 栄子
- ▶その他 事前申込不要(受付順)、無料

**【問合せ先】** 秘書広聴課 協働推進グループ  
☎029-291-8802(直通)

**行政書士無料相談会**

遺言、相続、各種許可等の行政手続き相談など、行政書士が、下記の日程にて相談会を行います。

- ▶日 時 10月11日(水) 午後1時～4時
- ▶場 所 茨城町役場2階 第1会議室
- ▶その他 事前申込不要(受付順)

**【問合せ先】** 茨城県行政書士会 水戸支部事務局  
☎029-303-5812

**※注意事項**

・相談時間は最大30分間を目安とし、長時間の相談はお控えください。

**茨城県主催「自営型テレワーカー養成講座」 受講者募集中!**

県では、育児や介護等により就業機会が制約されやすい女性に対し、柔軟で多様な働き方が可能な就業支援を行うため、パソコンやインターネットを活用し、自宅などで自営型テレワーカーとして働くための知識やデジタル技術の習得を支援する「自営型テレワーカー養成講座」を実施します。

**●入門コース**

自営型テレワーク(在宅ワーク)を始めるための基礎知識や心構えを習得できる2時間のオンライン講座(サテライト会場での受講も可能)です。

▼対象 県内在住で自営型テレ

ワークに興味のある女性  
▼日時 10月6日(金)  
午前10時～正午

▼場所 (サテライト会場) 県三の丸庁舎(水戸市)

**▼定員 60名**

**●スキルアップコース**

専門的なスキルを習得するための6日間の講座とホームワーク(eラーニング+疑似業務)を行います。「Webライティングコース」と「Webサイト制作コース」の2コースから選択できます。

▼対象 県内在住で自宅にインターネット環境とパソコンがあり、自営型テレワークを始めたい女性

▼開催日 10月31日(火)～12月4日(月)のうち6日間

▼場所・時間 初日・最終日…会場開催(県三の丸庁舎(水戸市))  
午前10時～正午

2、5日目…オンライン開催  
午前10時～午後3時(正午～午後1時お昼休憩)

▼定員 各コース20名

▼申込・問合せ等 Webまたは電話でお申し込みください。

(株)キャリア・ママ 茨城県自営型テレワーカー養成研修事務局

☎042(389)0220(午前9時～午後5時、土・日・祝日を除く)

**【問合せ先】**

茨城県産業戦略部労働政策課労働経済・福祉グループ  
☎029(301)3635



**個別的労使紛争のあっせんに係る無料労働相談会**

解雇、パワハラなど労働関係のトラブルについてお悩みの方を対象に、県労働委員会の委員が相談に応じます。

秘密は厳守します。相談日前日までにご予約ください。

▼日時 ①10月11日(水) 午後2時～午後5時

②10月19日(木) 午後5時～午後7時

③10月27日(金) 午後2時～午後5時

※電話相談も行います。

▼場所 茨城県庁舎23階 県労働委員会事務局(水戸市笠原町978-16)

▼費用 無料

▼予約受付時間 午前8時30分～午後5時15分(土・日・祝日を除く)

▼予約・問合せ先

茨城県労働委員会事務局  
☎029(301)5563

