

相談無料！
子ども家庭総合支援拠点を設置しました

専門的な相談対応や訪問など、継続的な支援を実施するため「小美玉市子ども家庭総合支援拠点」を子ども課内に設置しました。児童虐待の予防や早期発見、「子育て世代包括支援センター」と連携し、妊娠期から子育て期までの支援体制を整えました。相談は無料で秘密は厳守しますので、安心してご相談ください。

■相談内容

0歳から18歳までの子どもの学校や家庭での悩み、家庭内のトラブル、育児ストレス、妊産婦の出産に対する不安や悩みなど様々な相談を受け付けます。

日時	月曜日から金曜日（祝祭日、年末年始を除く）の8時30分から17時まで
場所	玉里総合支所 2階 子ども課内
方法	来庁、または電話

問 子ども課 相談係
☎ 0299-48-1111（内線 3245・3246）

進学・進級時には要注意！
子どもの非行・犯罪被害を防ぎましょう

■深夜は非行・犯罪被害の危険が高まります

卒業や進学・進級を迎えるこの時期は、生活環境の変化に伴い、深夜の外出や非行に走る子どもが増加する傾向にあります。深夜の外出は犯罪被害に遭う危険が高まり、喫煙・飲酒に手を出すきっかけにもなります。喫煙・飲酒は健康に悪影響を及ぼすおそれもあります。門限を設ける、夜遅くに子どもだけで外出しないなど、子どもと約束事を決めましょう。

■インターネットを介した犯罪被害に遭わないために
インターネット、携帯電話、SNSなどは便利ですが、使い方を間違えてしまうと犯罪被害に遭う可能性があります。被害に遭わないために次のことを徹底しましょう。

- ①SNSで知り合った人と直接 **会わない！**
- ②住所や名前など個人情報 **を載せない！**
- ③自分や友達の写真を **送らない！**

■子どもの非行・犯罪被害などの相談先

少年サポートセンター
☎ 029-231-0900
メール keishonen@pref.ibaraki.lg.jp



問 石岡警察署生活安全課
☎ 0299-28-0110

小美玉市すまいる赤ちゃんクーポン
乳幼児紙おむつ支給事業を開始します




子育て世帯の経済的な負担を軽減し、安心して子育てができる環境を整えるため、乳幼児用紙おむつの購入費用を一部助成します。クーポン券は市内の指定取扱店で使用できます。詳しくは市ホームページをご確認ください。

支給額	15,000円分（クーポン券）
対象	次の①②を満たす方 ①市内に住所があり、居住している方 ②令和5年4月1日以降に出生した、満1歳に満たない乳児と同居する保護者
申請先	・子ども課 支援係（玉里総合支所 2階） ・福祉事務所 美野里支所（市役所本庁 1階） ・福祉事務所 小川支所（小川総合支所 1階）
購入できる商品	テープ型、パンツ型の乳児用紙おむつ

※随時、新しい取扱店を募集しています。興味がある事業者の方は下記までお問い合わせください。

問 子ども課 支援係
☎ 0299-48-1111（内線 3244・3243）

詳細はこちら ▶ 
ID 009668

窓口延長日は毎週水曜日です
(19時まで) ※祝日を除く

実施場所	実施している課
小美玉市役所 本庁	市民課、医療保険課、会計課、税務課（税に関する証明）、収納課（納付書再発行）
小川総合支所	総合窓口係（戸籍関係、住民票関係、印鑑登録、印鑑証明、税の証明、納付書再発行、国民健康保険関係、医療福祉関係（マル福）、後期高齢者医療関係、市税等の収納）
玉里総合支所	



初めての方や体が硬い方でも大歓迎！
リラククスヨガ教室



アロマの香りに癒されながら、心身の緊張や疲れをほぐすやさしいヨガを行います。
健康な心身を保つためには、ストレスを上手に解消していくことが大切です。一緒にリフレッシュしませんか？

内容	・運動 (アロマヨガやストレッチ・筋トレなど) ・栄養講話 (ストレスに負けない食事のコツ)
日時	3回コース 6月6日(火)・20日(火)・27日(火) 13:30～15:00(受付13:00～)
場所	小川保健相談センター
対象	30歳～74歳までの方
定員	15名(先着順)
料金	無料
講師	上田 和代 氏 (健康運動指導士・ヨガインストラクター)
申込方法	インターネット・窓口・電話
申込期間	5月10日(水)～15日(月)

インターネット申し込みはこちら▶



問 小川保健相談センター
☎ 0299-58-1411



男性にもおすすめ！シニアのヨガ教室
体幹トレーニング 参加者募集



こんな方におすすめです！
・良い姿勢になりたい
・集中力を高めたい
・いくつになっても趣味を楽しみたい

呼吸や筋肉、姿勢を意識しながらゆっくりと、体を動かします。
ヨガを楽しみながら、ケガをしにくい強くしなやかな体を目指してみませんか？

内容	ヨガ、ストレッチ など
日時	7月4日(火)～9月26日(火) 毎週火曜・全12回(8月15日を除く) 10:00～11:30
場所	玉里総合支所3階
対象 / 要件	以下の全てに該当する方 ・要介護認定(事業対象者を含む)を受けていない、65歳以上の方 ・運動制限のない方
定員	20名(新規の方優先)
料金	無料
講師	三好 拓己 氏(健康運動実践指導者)
申込方法	インターネット・窓口・電話
申込期限	5月19日(金)

インターネット申し込みはこちら▶



問 介護福祉課 高齢福祉係
☎ 0299-48-1111(内線 3112)



普段の食事で予防しよう！
病態別料理教室を開催します



調理実習・試食を通して、普段の食事に取り入れられる予防ポイントをご紹介します！


■骨粗しょう症予防コース

6月9日（金）10:00～13:00（9:45受付）

■減塩コース

6月28日（水）10:00～13:00（9:45受付）

場所	四季健康館
定員	15名
料金	無料
持ち物	エプロン、三角巾、マスク、米1/2合、筆記用具、室内履き
申込方法	インターネット・窓口・電話 ※開催日の1週間前までにお申し込みください。

健康増進課 健康支援係 申し込みはこちら ▶  ID 009712
☎ 0299-48-0221（内線 4002）



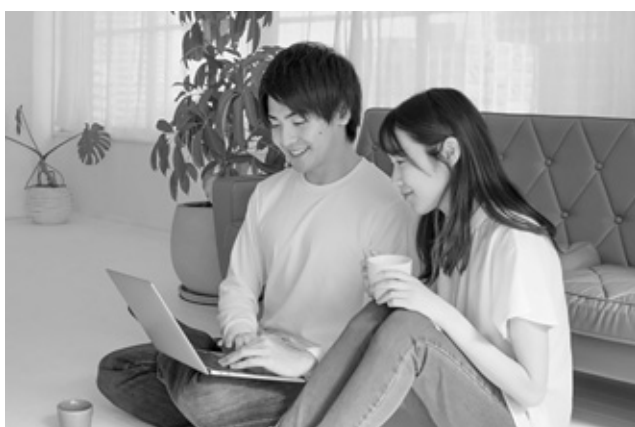
ご両親の相談も可能です
無料結婚相談会

日時	5月21日（日）10:00～15:00
場所	石岡市東地区公民館 （石岡市東石岡 4-6-24）
持ち物	身上書、写真（L判1枚）
申込方法	予約不要。直接ご来場ください。
主催	マリッジサポーター石岡地域支部

大内喜枝子
☎ 0299-23-3829



いばらき出会いサポートセンターの
会員登録料を助成します




結婚を誠実に希望する独身男女に出会いの機会を提供する、茨城県の公的な結婚支援サービス「いばらき出会いサポートセンター」。このサービスの会員登録料を助成します。

■サービス内容

会員制のパートナー探しの支援や、パーティー・イベントの支援、マリッジサポーターによる出会いの相談・仲介、AIマッチングシステムによる相手探しなど、さまざまな出会いの場を提供しています。

助成金	入会登録料 11,000円（1回限り）
対象	次の項目をすべて満たす方 ・市内在住で、本市に住民登録している ・令和5年4月以降に入会し、申請時点で退会していない ・未婚 ・市税等を滞納していない ・暴力団員等でない
申請方法	センターに入会后、下記の書類をご用意のうえ、政策企画課（市役所本庁 2階）の窓口で申請してください。 ・入会登録料の領収書 ・口座名義人ご本人の通帳の写し

政策企画課 地方創生推進係 詳細はこちら ▶  ID 009750
☎ 0299-48-1111（内線 1231）

スマホで広報おみたま



スマホ・パソコンから、
広報おみたまの最新号や
バックナンバーが
ご覧いただけます！

バックナンバーはこちら ▶  ID 001532



5月28日は水戸ホーリーホック「小美玉市の日」が開催！

小美玉市PR大使

市町村の日

小美玉市の日

5/28(日) 15:00 15:00 レノファ山口FC

小美玉市に在住・在学・在勤の方は
通常より最大75%お得

	一般当日価格	優待価格
メインサイド自由席	¥3,300	¥1,500
バックホーム自由席	¥2,800	¥1,000
ゴール裏ホーム自由席	¥2,000	¥500

LET'S FIGHT TOGETHER

市内在住・在学・在勤の方は一部座席が「市町村の日」優待価格で購入できます。この機会に、水戸ホーリーホックをスタジアムで応援しましょう。当日は来場者全員にヨーグルトをプレゼントします。全員で「勝利の乾杯ヨーグルト」を味わいましょう！

■対象試合

2023 明治安田生命 J2 リーグ 第 18 節
水戸ホーリーホックホームゲーム レノファ山口 FC 戦

日時	5月28日(日) 15:00 試合開始
場所	ケーズデンキスタジアム水戸
優待対象	市内在住・在学・在勤の方
定員	先着 1,000 名
優待価格	メインサイド自由席：¥1,500 バックホーム自由席：¥1,000 ゴール裏ホーム自由席：¥500 ※大人価格のみ。小中高シニアの設定はありません。
発売日	5月1日(月) 16:00 ~

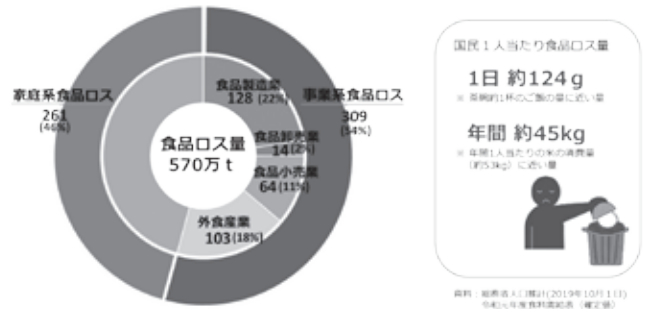
チケット購入はこちら ▶

☎ スポーツ推進課

☎ 0299-48-1111 (内線 2253)



ごみ減量・家計節約に！
コンポスト・生ごみ処理機の購入を助成



本来食べられるのに捨てられる食品ロスは国内で年間570万tと推計され、その半分が家庭からのものです。ごみの減量と地球にやさしい暮らしを促進するため、生ごみを堆肥化する処理機の購入費用を助成します。
※先着順。予算額に達し次第終了。

利用者アンケート結果
生ごみ減量できた方が続出！



アンケート結果 ▶
ID 009448

■助成額

種類	助成額
生ごみ処理容器(コンポスト)	購入価格の1/2(限度2,000円)
生ごみ処理機	購入価格の1/2(限度20,000円)

■補助対象者

市内に住所があり(1世帯当たり1基を限度)、市税に滞納がない方

■条件

- ・販売業者から購入した未使用品
- ・申請の日から2年以内に購入したもの
- ・有効容量10ℓ以上
- ・屋内設置が可能 ※生ごみ処理機のみ
- ・耐水性と耐久性があるもの
- ・ふたがあるもの(臭気・雨水対策)

■手続方法

①申請・実績報告

以下の書類をご用意のうえ、環境課(市役所本庁)、小川総合窓口課・玉里総合窓口課のいずれかの窓口で申請してください。

- ・領収書(支払をしたことを証する書類でも可)
- ・保証書の写しなど、製造番号が分かるもの
- ・形状、規格等が分かるもの
- ・設置状況が分かる写真
- ・助成金の振込先が分かるもの

②交付決定・補助金交付(環境課から通知します)

☎ 環境課 廃棄物対策係

☎ 0299-48-1111
(内線 1144・1145)

申請はこちら ▶
ID 001088



消防団員になって 地域に貢献してみませんか



■消防団って？

普段は会社員や農業など自分の仕事をしていますが、火災や大地震、台風などが発生した際に消防車に乗って出動。消火作業や救出活動を行い、地域の安全な暮らしを守っています。

■誰でもできますか？

以下の条件を満たせば誰でも入団できます。

- ① 18 歳以上
- ② 市内在住か在勤の方

■活動時の服装は？報酬はありますか？

- ・ 団員になると、消防団の活動服が貸与されます。
- ・ 年額報酬のほか災害出動に対する手当や、一定期間消防団として活動すると退職金も支払われます。
- ・ 災害時のけがなどには公務災害補償制度により一定の治療費が支払われます。

■消防団員になりたいと思ったら

下記までご連絡ください。また、知り合いに消防団員の方がいればその方にご相談ください。あなたの入団をお待ちしています！！

問 消防本部 総務課 地域消防係
☎ 0299-58-4541



令和5年火災・救急出場件数

区分	3月中	累計
火災	7件	16件
救急	177件	643件
急病	135件	482件
内訳		
交通事故	14件	32件
一般負傷	14件	74件
その他	14件	55件

■防火教室・救急講習会

随時各消防署で受け付けています。受講希望者は下記までご連絡ください。

問 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



小美玉市防災ハザードマップ(改定版) を配布しています



小美玉市防災ハザードマップを改定しました。下記の施設で配布しています。
防災管理課（市役所本庁）
小川総合窓口課
玉里総合窓口課

ウェブで見る ▶ ID 009716

問 防災管理課 危機管理係
☎ 0299-48-1111
(内線 1013・1014)



令和6年4月1日付採用予定(前期募集) 小美玉市職員を募集します

申込期間	5月8日(月)～31日(水) 必着 祝日を除く平日 8:30～17:15
募集区分等	一般行政事務、一般行政事務(障がい者枠)、保健師、一般事務キャリア枠
試験方法	WEB試験
試験内容	SPI試験
試験日	7月3日(月)～7日(金)

■申込方法

採用試験の申し込みは、申し込みページからのインターネット登録となります。申込方法や採用試験の詳細は市ホームページを参照してください。

問 人事課 人事・研修係 詳細はこちら ▶ ID 004819
採用担当(本庁舎2階) ☎ 0299-48-1111(内線 1286)



石岡警察署からのお知らせ 3月末現在の市内の事故発生状況

件数(令和5年1月1日からの累計)	前年比
発生件数	26件 +1
死者数	0件 ±0
負傷者数	32件 ±0
物損件数	265件 +30

登録は簡単！
行政メールを活用ください

どこにいても、防災無線のお知らせなどの市の情報をメールで受け取れます。

登録は簡単！
申し込みページでメールアドレスを入力するだけ！



カテゴリ (複数選択可能)	配信内容
防災	気象情報、災害情報、避難情報
火災	出火・鎮火に関する情報
市からのお知らせ	市政情報やイベント情報など
防犯	犯罪発生情報、犯罪等の予兆情報

問 魅力発信課 シティプロモーション係
☎ 0299-48-1111 (内線 1252)

予約不要・無料で相談できます
特設人権相談所をご利用ください

いじめ・ハラスメント・DVなどのトラブルに悩んでいませんか？地域の人権擁護委員が一緒に考え、解決のお手伝いをします。個人の秘密は固く守りますので、安心してご相談ください。

日時	5月12日(金) 10:00～15:00
場所	小川保健相談センター 2階 研修室 (小川2-1)
料金	無料
申込	予約不要(直接会場にお越しください)

■電話・インターネットでも相談できます

電話相談(平日8:30～17:15受付)

- ・みんなの人権110番 ☎ 0570-003-110
- ・子どもの人権110番 ☎ 0120-007-110
- ・女性の人権ホットライン ☎ 0570-070-810

インターネット人権相談(24時間受付)▶
<https://www.jinken.go.jp/>



問 社会福祉課 社会福祉係
☎ 0299-48-1111 (内線 3225)

漏水修理当番

■小川地区・美野里地区

当番日	当番業者名	連絡先
5/3(水)	㈱広瀬商事	☎ 0299-53-0833
4(木)	㈱大栄	☎ 0299-58-5851
5(金)	㈱小林工業	☎ 0299-48-2375
6(土)	㈱内田工業	☎ 0299-54-0041
7(日)	㈱スズヤ	☎ 0299-46-0007
13(土)	㈱美野里建設	☎ 0299-47-0780
14(日)	中村工業㈱	☎ 0299-58-3025
20(土)	㈱岡建設	☎ 0299-58-3572
21(日)	(有)尾形工務店	☎ 0299-58-1701
27(土)	㈱小林工業	☎ 0299-48-2375
28(日)	㈱内田工業	☎ 0299-54-0041
6/3(土)	㈱出沼興業	☎ 0299-58-2467
4(日)	㈱美野里建設	☎ 0299-47-0780

※平日の漏水修理当番はお客様サービスセンターにお問い合わせください。☎ 0299-36-8811

■玉里地区

湖北水道企業団 ☎ 0299-24-3232

上下水道料金のお支払いは
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29日(月)**です。再振替日は6月12日(月)です。口座振替日前日までに通帳残高のご確認をお願いします。

問 小美玉市上下水道料金 お客様サービスセンター
☎ 0299-36-8811

■玉里地区は上記の口座振替日と異なります

詳しくは、湖北水道企業団お客様サービスセンターにご確認ください。
☎ 0299-24-5558

3月の給食食材の放射能測定結果

基準値を上回る放射性物質は検出されませんでした。

学校給食食材(1検体/月)と市民持込の市内産農産物の放射能測定を行い、結果は市ホームページで公表しています。

詳細はこちら▶
ID 001637



問 教育指導課 給食係 ☎ 0299-56-4855



相談・対話

行政書士無料相談

遺産分割・相続・遺言関係の相談、土地活用、国籍、契約など（必要に応じ、行政書士以外の専門家、専門機関の紹介も行います）。予約不要。※1人30分程度
相談員：茨城県行政書士会水戸支部 会員（2名）

🕒 5月16日（火）13:00～16:00

📍 美野里公民館 大会議室

📞 茨城県行政書士会水戸支部事務局 久保
☎ 029-303-5812

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。相談無料。秘密厳守。予約不要。※1人30分程度
行政相談員：大山進、島田誠志

🕒 5月15日（月）13:30～15:30

📍 美野里公民館 大会議室

📞 秘書課 秘書広聴係
☎ 0299-48-1111（内線1202・1211）

心配ごと相談

悩みや困り事など、お気軽にご相談ください。相談無料。※1人30分程度
法律相談は弁護士が応じます（事前予約制）。

🕒 5月10日（水）13:30～16:30 法律相談

📍 社会福祉協議会本所 ☎ 0299-37-1551

🕒 5月24日（水）13:30～16:30 法律相談

📍 社会福祉協議会小川支所 ☎ 0299-58-5102

🕒 5月31日（水）13:30～16:30

📍 社会福祉協議会美野里支所 ☎ 0299-36-7330

対話の日

「対話の日」は、市民の皆さんと市長が直接語り合う日です。まちづくりに対する建設的なご意見や、具体的なお提案などをお聞かせください。※1人（団体）30分以内

🕒 5月30日（火）10:00～12:00

📍 市役所本庁 2階 市長応接室

👤 市内に在住・在学・在勤の方（団体も可）

📞 開催日2週間前までに電話で申し込み。申し込み時に住所・氏名・職業・連絡先・対話したい内容をお知らせください（個人的相談、誹謗中傷、個人間の紛争解決や仲裁などは不可とします）。

📞 秘書課 秘書広聴係
☎ 0299-48-1111（内線1202・1211）



夜間・土日祝日の診療・相談

■緊急診療（小児科）

こども休日診療 日曜・祝日 8:30～11:30	石岡第一病院 ☎ 0299-22-5151
-----------------------------	--------------------------

■電話相談 24時間/随時受付

茨城子ども救急電話相談	☎ #8000 ☎ 050-5445-2856
茨城おとな救急電話相談 （受診できる病院の案内も可能）	☎ #7119 ☎ 050-5445-2856

■緊急時は消防署でも受診できる病院をご案内できます

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



納税・納付は口座振替が便利です 納付忘れや納付に行く手間が省けます

税・料金	納期限
軽自動車税	1期 5月31日(水)
後期高齢者医療保険料	随時

納税通知書に口座振替はがきを同封しています

税金の納付方法が納付書払いの方を対象に、令和5年度の軽自動車税の納税通知書に口座振替依頼書（はがきタイプ）を同封しています。必要事項を記入してポストに投函すれば、簡単に口座振替の手続きができます。口座振替のご登録がまだの方はぜひご利用ください。また、納税通知書の封筒裏側に税目ごとの納期一覧表を記載しています。税金の納付期限の管理にご活用ください。

ネット申し込み ▶ 
ID 008887

📞 収納課 収納係
☎ 0299-48-1111（内線1188）



人口と世帯数（令和5年4月1日現在）

	人数/戸数	前月比	人口増減の内訳
人口	48,985人	(-145)	出生 25
男	24,722人	(-87)	死亡 58
女	24,263人	(-58)	転入 276
世帯数	21,541戸	(+5)	転出 388

