



小美玉  
シテイ  
ダイヤモンド  
見つける。  
みがく。  
光をあてる。

小美玉の今を伝えるマガジン

2023年  
November

11

第211号

広報  
おみ  
たま  
お知らせ版

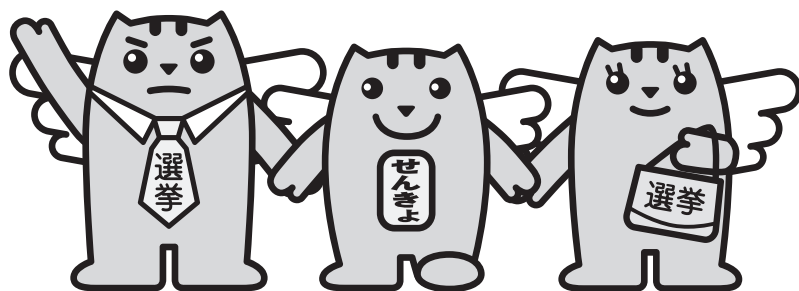
小美玉市議会議員

投票日

一般選挙

11月19日 日 7:00~18:00

あなたと私の  
未来のための  
この一票



期日前投票ができます

11月13日 月 ~ 18日 土 8:30~20:00

期日前投票所

小美玉市役所本庁 / 小川総合支所 / 玉里総合支所

■移動期日前投票所を設置します

投票箱や記載台を設置した車内で投票することができます。

11月15日(水) 14:00~18:00 エコス 小川店

11月16日(木) 14:00~18:00 ヨークベニマル 羽鳥東店

11月17日(金) 14:00~18:00 セイミヤ アスタ玉里店

問 小美玉市選挙管理委員会事務局 (総務課内)

☎ 0299-48-1111 (内線 1274)

これまで旧JA新ひたち野堅倉支店で  
投票していた方へ

投票所の場所が変わります

今回の選挙では、第2投票区の投票所が次の通り  
変更となります。

変更前：旧JA新ひたち野堅倉支店



変更後：上小岩戸ふるさとコミュニティセンター  
(小岩戸 410)

■該当する行政区

小岩戸区、上小岩戸区、先後区

## 国民健康保険に加入中の方へ 医療費の適正化にご協力を！

国民健康保険が負担している医療費の主な財源は、皆さんに納めていただいている保険税です。医療費が増大し、収支のバランスが崩れると、国民健康保険税の負担が増えることにもつながってしまいます。一人ひとりの心がけや取り組みで、医療費の適正化を行きましょう。

### ■セルフメディケーションで健康管理

セルフメディケーションとは、「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」です。適度な運動、バランスの取れた食事など、体調管理に取り組み、軽度な体調不良は市販薬（OTC医薬品）を使うなどして自分で手当てをしましょう。

### ■かかりつけ医・かかりつけ薬局を持つ

かかりつけ医を持つと、普段の健康状態や病歴、症状を把握してもらえるので、その人に合った健康管理のアドバイスが受けられます。また、かかりつけ薬局を持つことで複数の医療機関で処方された薬の重複や飲み合わせを確認してもらうことができます。

### ■低価格なジェネリック医薬品を上手に活用

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは、特許期間が過ぎた先発医薬品と同じ有効成分を含み、同等の効能・効果があると認められた医薬品のことです。先発医薬品と比べて低価格というメリットがあります。



### ■繰り返し使えるリフィル処方箋

リフィル処方箋とは、症状が安定している人に対して医師が認めた期間・回数内であれば、その都度診察を受けなくても繰り返し薬を受け取ることができる処方箋のことです。通院にかかる時間や体の負担のほか、経済的負担も軽減できます。

問 医療保険課 国保年金係  
☎ 0299-48-1111（内線 1104）

## 国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入中の方へ 交通事故、傷害事件などで保険証を使うときは、まず届け出を

交通事故や傷害事件などの第三者（加害者）行為によるけが・病気の治療に国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険証を使用する場合、市医療保険課へ届け出が必要です。

### ■第三者行為によるけがや病気

- ・相手がいる交通事故
- ・傷害事件に巻き込まれた
- ・他人の飼い犬にかまれた
- ・飲食店などで食中毒にあった など

第三者行為に起因する医療費は加害者が負担することが原則です。健康保険が一時的に立て替えた後、加害者に請求します。届け出に必要な書類などをご案内しますので、原則、医療機関を受診する前に、必ず市医療保険課へご連絡ください。

### ■こんなときは保険証が使えません！

- ・工作中や通勤中の事故（労災保険の対象となります）
- ・飲酒運転や無免許運転などの不法行為による事故
- ・けんかや泥酔によるけが
- ・示談を済ませてしまったとき など

問 国民健康保険のこと  
医療保険課 国保年金係  
☎ 0299-48-1111（内線 1104）  
後期高齢者医療制度のこと  
医療保険課 医療福祉係  
☎ 0299-48-1111（内線 1106・1108）

# 社会保険料(国民年金保険料)控除証明書をご確認ください

## ■保険料の控除証明書が発行されます

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」は、その年に納付された国民年金保険料の納付額(10月以降の分については納付見込み額)を証明する書類です。国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象になります。手元に届きましたら大切に保管し、年末調整や確定申告の際にご使用ください。

発送時期	対象
11月上旬	令和5年1月1日から9月30日までの間に、国民年金保険料を納付した方
令和6年2月上旬	令和5年10月1日から12月31日までの間に、今年はじめて国民年金保険料を納付した方

## ■ねんきんネットによる再交付申請

ねんきんネットのIDを取得している方は、インターネットでいつでも再交付申請をすることができます(申請受付から発送までに1週間程度かかります)。

## ■電子データの控除証明書

書面で交付していた控除証明書をe-TAXでの確定申告などに利用できる電子データとして、マイナポータルで受け取ることができます。

## ■社会保険料控除証明書の相談窓口

### ▶ねんきん加入者ダイヤル

☎ 0570-003-004(ナビダイヤル)

※050で始まる電話番号から発信する場合は、☎ 03-6630-2525

受付時間 月～金曜日 8:30～19:00

第2土曜日 9:30～16:00

※祝日(第2土曜を除く)、12月29日～1月3日はご利用いただけません。

## ■社会保険料(国民年金保険料)控除証明書の見本(令和4年11月発送<はがき版>)

表面



裏面



年金は「お年寄りのためのもの」と思いがちですが、実は若い人にも大切です。老齢年金のほか、若くても万が一のときは障害年金や遺族年金が受け取れる、心強い制度です。

問 水戸南年金事務所

詳しくはこちら ▶

☎ 029-227-3278

医療保険課 国保年金係

☎ 0299-48-1111(内線1102)



## スマートフォンをお持ちの方!



QRコード  
読み取ってみよう!

広報おみたまを見る ▶

ID 001532



### ■QRコードの使い方

- ①スマホでカメラやQRコード読み取りアプリを起動
- ②QRコードにスマホをかざす
- ③画面に読み取り結果が出てきたら、そこをタップ!

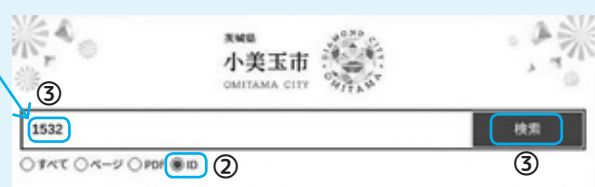
より詳細な情報をお伝えするため、市ホームページと連携しQRコードを掲載しています。\*QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

## QRコード以外のアクセスも簡単!

QRコードの読み込みができない端末でも簡単に目的のページを見つけられるよう、市公式サイト内のページIDを併記しています。

### ■ページIDの使い方

- ①スマホやパソコンで市公式サイトを開く
- ②ページ上部の検索窓で項目【ID】を選択
- ③検索窓にID番号を入力して【検索】を押す



## 小美玉市をきれいなまちに！ 一斉クリーン作戦を開催します

小美玉市では、年間約7,000kgのごみが道路周辺に捨てられています。地域の環境美化をより一層進めるために、皆様のご理解とご協力が欠かせません。地域の清掃活動への参加を通して、環境美化保全への関心を高め、ポイ捨て、不法投棄のないきれいなまちを目指しましょう。

### ■市内一斉クリーン作戦

#### ▶実施時期

日時	12月3日(日) 小雨決行 ※荒天などで中止とする場合があります(市ホームページ、防災無線放送でお知らせします)。
場所	市内の道路、河川、公園など
回収対象	・市が提供するごみ袋に入る大きさの、ポイ捨てされたごみ ・粗大ごみ、家電、タイヤなどの大型のものは対象外(事務局に状況を報告ください) ※回収したごみは市が定める分別ごとに分けてください。

### ■環境美化サポーター募集

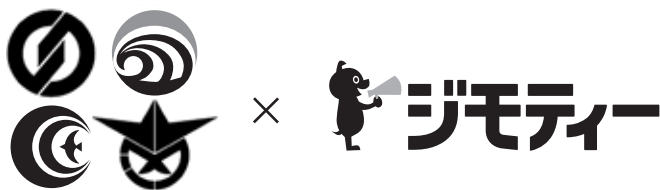
各地域で主体的に清掃活動に取り組む団体に対して、ごみ袋の提供などを通じて環境美化活動を幅広く支援しています。現在、団体個人合わせて396名の方がサポーター登録中です。随時、環境美化サポーターを募集しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。

対象団体	行政区、子ども会、スポーツ少年団、老人クラブ、学校、企業、官公庁、福祉施設、ボランティア団体など
申込方法	①登録申請書を提出してください。行政区関連団体(老人会、子ども会など)の場合は各行政区長にご相談ください。 ②実施する5日前までに実施計画書を提出してください。登録申請書と同時提出も可能です。
その他	実施後、活動報告書を提出してください

詳しくはこちら ▶ [ID 010142](#)  
 環境課 廃棄物対策係  
 ☎ 0299-48-1111 (内線 1144・1145)



## 循環型社会の形成に向けて ジモティーを活用して不用品をリユースしましょう



小美玉市・石岡市・かすみがうら市・茨城町・株式会社ジモティーは、環境負荷の少ない循環型社会の形成に寄与することを目的に、令和5年9月に「リユースに関する協定書」を締結しました。不用品も譲り手を見つければ資源となります。ぜひこの機会にジモティーをご活用ください。

#### ▶取引の流れ



### ■ジモティーとは

ジモティーは「誰もが気軽に使える地域の掲示板」をコンセプトに無料で商品を出品したり、それらを探したりすることができるプラットフォームです。出品カテゴリーはさまざままで、家電、家具、ファッション、雑貨品などが含まれます。地域ごとに検索が可能で、より近所での取引ができます。

詳しくはこちら ▶ [ID 010042](#)  
 環境課 廃棄物対策係  
 ☎ 0299-48-1111 (内線 1144)



## ～家庭や職場、身近なところから進めましょう～ 男女共同参画でみんながイキイキと暮らせる社会へ

■11月は茨城県男女共同参画推進月間です  
推進月間に合わせ、パネル展示やパープル・ライトアップを行います。

▶男女共同参画推進パネル展、啓発品の配布  
期間 11月13日(月)～24日(金)  
場所 小美玉市役所本庁 1階ロビー



昨年のパネル展

▶パープル・ライトアップ  
女性に対する暴力根絶のシンボルカラーである紫色で、市役所本庁をライトアップします。パープル・ライトアップには、女性に対するあらゆる暴力の根絶と、被害者に対して、「ひとりで悩まず、まずは相談をしてください」というメッセージが込められています。

期間 11月10日(金)～25日(土)  
場所 小美玉市役所本庁 正面外観  
点灯時間 日没～21:00まで

■小美玉市の取り組み  
令和2年3月に策定した、第2次小美玉市男女共同参画推進計画(いそとりどりパレットプラン)の中で、「認め合い、高め合い、ともに目指そう男女平等のまち」を基本理念に掲げ、男女共同参画社会の実現に向けた取り組みをしています。

第2次小美玉市男女共同参画推進計画(いそとりどりパレットプラン)は市ホームページでご覧いただけます▶



■暴力は決して許されない行為です

- ▶パートナーからの暴力
- ▶性犯罪・性暴力
- ▶セクシュアル・ハラスメント
- ▶AV出演強要、JKビジネス
- ▶ストーカー行為など

毎年11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものです。いかなる理由があろうとも、決して許されません。

☎ 市民協働課 男女共同参画推進係  
☎ 0299-48-1111(内線1131)

内閣府  
男女共同参画  
ホームページは  
こちらから▼



### ひとりで悩んでいませんか？ 相談窓口があります

女性に対する暴力などの相談を受け付けています。悩みや心配ごとをひとりで抱え込まず、まずはご相談ください。あなたの周りには相談できる場所があります。あなたはひとりではありません。



▶母子・女性相談(子ども課相談係)  
DV問題を含めた女性問題の相談窓口です。  
☎ 0299-48-1111(内線3246)  
受付時間 月～金 9:00～17:00  
(土・日・祝日・年末年始を除く)

▶女性相談センター(配偶者暴力相談支援センター)  
☎ 029-221-4166  
受付時間 平日 9:00～21:00  
土・日・祝日 9:00～17:00

## おみたまネットモニター

### 登録者募集中

市民モニターとしてパソコンやスマホから簡単なアンケートにご協力いただけます。皆様からの貴重なご意見は小美玉市のまちづくりへと活用させていただきます。

市内在住・在勤・在学中で  
ネット、メールが使える  
16歳以上ならOK!

詳しくは  
こちらから▶



スマホアンケート

手軽に市政参加

—小美玉市図書館—

# 美野里公民館図書まつり 11月26日(日)に開催!

＼ちょこっと! 図書館だより／



図書館だより  
11月号全文は  
こちら▼



■美野里公民館図書まつりを開催します

日時 11月26日(日) 9:30~14:00

除籍本配布会、おはなし会、バルーンアートパフォーマンス、しおり・防災スリッパ作成体験、移動図書館がやってくる!、マジックショーなど、楽しいイベントが盛りだくさんです。

## 11月の図書館スケジュール

▶休館日

小川図書館…月曜日、30日  
玉里図書館…月曜日、3日、23日、30日  
美野里公民館図書室…水曜日、3日、23日  
羽鳥ふれあいセンター図書室…月曜日、3日、23日  
※詳しくは図書館だよりをご確認ください。

▶移動図書館 運行日

Aコース…11月2日、16日  
Bコース…11月9日

▶おはなし会(絵本読み聞かせ)

小川図書館…11月11日、25日 10:30~  
玉里図書館…11月18日 10:30~  
美野里公民館…11月26日(図書まつり)

☎ 小川図書館・資料館 ☎ 0299-58-5828

図書館  
ホームページ



## 1日でも納期限を過ぎると滞納になります

「納めていたと思ってた…」  
「つい、うっかり忘れてしまった」



### 税金は、市民の生活を支えるための貴重な財源です。

納期限までに納めた方との公平性を保つため、滞納すると本来の税額のほかに延滞金が加算されたり、差押などの滞納処分の対象となったりします。今一度、自分が納める税金の納期限を確認しましょう。

口座振替なら納め忘れがなく安心です  
ネット申込みもできます  
詳しくはこちら▶



☎ 収納課 管理係

☎ 0299-48-1111 (内線 1186・1187・1188)

住民票をとるには?

引っ越しの手続き

小美玉市の魅力は?



元気?

ごみの出し方

観光の情報?

その問い合わせ、  
**AIおみたん**に  
聞こう!



みんなの質問で  
かしこくなるよ

質問はこちらから▶





### 美野里公民館 手づくり講座 羊毛フェルト講座



羊毛フェルトとは、特殊な針で羊毛の繊維を絡め合わせて作品をつくる手芸の一種です。ふわふわの羊の毛を針でチクチクして、手のひらサイズのかわいい子ブタを作ってみませんか。

日時	令和6年1月13日(土)10:00~12:00
場所	美野里公民館(堅倉835)
対象	市内在住・在勤・在学の方
定員	8名(先着順)
受講料	400円
材料代	1,500円(受講日に集金します)
講師	保立 恵美子 氏
持ち物	はさみ(刃先がとがったもの)、木工用ボンド、千枚通し(お持ちの場合)
申込方法	美野里公民館窓口へ受講料を添えてお申し込みください。
申込期間	11月10日(金)~28日(火) 9:00~17:00(水曜日・祝日を除く)

☎ 美野里公民館 ☎ 0299-48-1110



### 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	小川総合窓口課、玉里総合窓口課 (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	



### 美野里公民館 手づくり講座 飾り巻きずし講座



飾り巻きずしは、日本の伝統料理「巻きずし」で絵柄を表現したものです。今回作る四海巻は、昔からある細工ずしの一つで、四海とは四方の海を意味しており、四隅のすじは波紋を表しています。お祝い事に華やぐ一品を学んでおもてなししませんか。

日時	令和6年1月22日(月)13:00~15:00
場所	美野里公民館(堅倉835)
対象	市内在住・在勤・在学の方
定員	8名(先着順)
受講料	400円
材料代	1,500円(受講日に集金します)
講師	菅谷 友美 氏
持ち物	まきす、エプロン、マスク、ハンドタオル、持ち帰り用容器、保冷剤・保冷バッグ、清潔なふきん
申込方法	美野里公民館窓口へ受講料を添えてお申し込みください。
申込期間	11月10日(金)~28日(火) 9:00~17:00(水曜日・祝日を除く)
その他	キャンセルの場合、連絡時期によっては、材料費をいただくことがあります。

☎ 美野里公民館 ☎ 0299-48-1110

## 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





## 小川公民館 市民まごころ講座 年末親子特別講座

### ■松ぼっくりで作るミニクリスマスツリー&正月飾り

松ぼっくりにビーズや綿雪、電飾を付けたミニクリスマスツリーと、折り紙や松の枝等を付けた正月飾りを作ります。自分だけの作品を作ってみませんか。



日時 12月2日(土) 9:30~11:30  
会場 小川公民館1階 大ホール(小川1661-1)  
講師 宇野 和夫 氏  
定員 10組(20名程度) ※先着順  
参加費 受講料:1組400円 材料代:1作品 500円  
持ち物 はさみ、作品を入れる袋、上履き(運動靴)

### ■クリスマスケーキ作り

今年のクリスマスは、プロが教えるクリスマスケーキにチャレンジしてみませんか。スポンジケーキの作り方も同時に行います。

日時 12月2日(土) 9:30~11:30  
会場 小川公民館 調理室(小川1661-1)  
講師 永井 誠 氏(菓子工房Nagai)  
定員 8組(16名程度) ※先着順  
参加費 受講料:1組400円 材料代:3,000円(ホール+スポンジケーキ)  
持ち物 エプロン、三角巾、マスク、ゴム手袋、上履き(運動靴)

### ■フラワーアレンジメント

「花は、心を癒し、心を育てる」。きれいな花で素敵なクリスマス仕様のフラワーアレンジメントを作しましょう。

日時 12月17日(日) 13:00~15:00  
会場 小川公民館 大ホール(小川1661-1)  
講師 大越 和子 氏  
定員 10組(20名程度) ※先着順  
参加費 受講料:1組400円 材料代:1作品2,100円  
持ち物 作品を入れる袋、上履き(運動靴)

### ■講座の申込

対象	市内の小中学生とその保護者 ※大人の方で希望する方はお問い合わせください。
申込方法	参加費と材料代を添えて、小川公民館窓口にお申し込みください。
申込期間	11月1日(水)~17日(金) 9:00~17:00(土日祝日を除く) ※先着順。定員になり次第締め切ります。
お願い	上履きの持参にご協力ください。

☎ 小川公民館 ☎ 0299-58-3111



## 親子移動教室参加者募集



親子で同じ体験をしながら絆を深めることを目的に親子移動教室を開催します。千葉県成田方面に向かい、大型模型や飛行機を身近に感じる体験や参加型体験博物館で房総の伝統的な生活様式や技術を体験し、当時の様子を学びます。

内容	①航空科学博物館 ②房総のむら ③末廣農場(昼食)
日時	12月9日(土)8:15~17:00
集合場所	やすらぎの里小川駐車場(中延1508-1)
対象	市内在住の親子(小中学生と保護者)
定員	15組(30名以内) ※先着順
参加料	子ども1,000円、大人1,500円
申込方法	参加費を添えて、小川公民館窓口にお申し込みください(申込用紙は、公民館でお渡します)。
申込期間	11月1日(水)~17日(金) 9:00~17:00(土日祝日を除く)
その他	・荒天や感染症拡大などにより、変更または中止する場合があります。 ・申し込みの際に希望する昼食メニュー(別料金)を確認します。

☎ 小川公民館 ☎ 0299-58-3111



## 9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。

☎ 教育指導課 給食係  
☎ 0299-56-4855

詳細はこちら  
ID 001637







## 血糖値が気になる方へ 血糖スリム教室

高血糖を放っておくと、自覚症状がなくても糖尿病・合併症を引き起こします。「ちょっと高い」と思った今がチャンス！血糖コントロールは早期ほど上手いいきます。生活の中で実践できる「コツ」を学んでみませんか？ご家族での参加也大歓迎です。

内容	保健師・管理栄養士による健康講座 「高血糖がカラダに及ぼす影響」、「高血糖・肥満になりにくい食事、食生活改善のポイント」
日時	12月21日(木) 13:30～15:00(受付13:15～)
場所	四季健康館(部室1106)
対象	次のいずれかに該当する方 ・HbA1c 5.6%以上 ・BMI 25以上 ・腹囲 男/85cm以上、女/90cm以上
定員	15名 ※先着順
申込方法	インターネット・電話・窓口
申込期間	11月29日(水)～12月4日(月)

申込はこちら▶



健康増進課 健康支援係

☎ 0299-48-0221 (内線 4001)



## 健康のお悩みご相談ください！ 生活習慣病予防相談会

健診結果の見方や体調の悩みについて、保健師・栄養士にゆっくり個別相談ができます。あなたに合った生活習慣改善の方法を一緒に考えましょう。ご希望の方は無料で筋肉量・内臓脂肪量・基礎代謝量測定やストレスチェックも受けられます。

内容	個別の健康相談、健康チェック(体組成計でのからだ分析、ストレスチェック)
日時	12月25日(月)※1人30～45分程度 ①9:30 ②10:30 ③13:30 ④14:30
場所	四季健康館(部室1106)
対象	健診を受けた方、健康について相談したい方
定員	10名程度
料金	無料
持ち物	健診結果表(健診を受けた方のみ)
申込方法	電話
申込期限	相談日前日まで

健康増進課 健康支援係

☎ 0299-48-0221 (内線 4001)



## これからの自分のために今日から始める！ 代謝アップ教室～体引き締めコース～



40歳以上は代謝や筋力が落ちやすくなります。以下の項目に1つでも当てはまる方は、ぜひ、一緒に健康的な体づくりを始めましょう。

- 痩せにくくなった
- お腹まわりが目立ってきた
- 疲れやすくなった
- 健診結果が悪くなり始めた
- 肩こり・腰痛が酷い

内容	健康チェック(腹囲・体力・骨密度測定)・運動(ウォーキング・筋トレなど)・栄養講話
日時	全5回のコース ①1月12日(金) ②1月19日(金) ③1月26日(金) ④2月2日(金) ⑤2月9日(金) 13:30～15:00(受付13:00)
場所	玉里保健福祉センター(上玉里1122)
対象	40歳～59歳までの方
定員	20名 ※先着順
料金	無料
講師	健康運動指導士・管理栄養士 花谷 遊雲子 氏
申込方法	インターネット・電話・窓口
申込期間	12月19日(火)～12月22日(金)

申込はこちら▶



小川保健相談センター

☎ 0299-58-1411



地元のれんこんを味わおう！  
れんこん料理フェア2023を開催

日本一の生産量を誇る霞ヶ浦の「れんこん」をより美味しく、身近に食べていただくため、れんこん料理フェアを開催します。

フェア実施期間中は、霞ヶ浦の周辺市町村の飲食店でれんこん料理を味わえます。市内では2店舗がれんこん料理を提供しますので、ぜひご賞味ください。

■フェア実施期間

11月1日(水)～30日(木)

■市内の参加店舗

とんかつ美沢	☎ 0299-58-6716 (川戸 650-2) 火曜定休
橋本旅館	☎ 0299-58-2038 (中延 1) 不定休

詳しくはこちら▶  
いばきれんこん広域銘柄化推進  
協議会ホームページ



☎ 農政課 振興係 ☎ 0299-48-1111(内線 1153)



無料で相談できます  
暮らしの困りごと相談会

登記、年金、雇用、税金など行政機関で行う手続きに関するご質問やご相談のほか、相続、離婚、多重債務などの法律相談も行います。

なお、匿名での相談も受け付けており、秘密は厳守します。相談は無料です。

日時	11月9日(木) 10:30～14:50
場所	ワークヒル土浦2階(土浦市木田余東台4-1-1)
申込	不要(当日受付可) ※ただし、事前予約優先とします。
参加機関	水戸地方法務局、茨城労働局、日本年金機構土浦年金事務所、茨城県、茨城県警察本部、土浦市、茨城県弁護士会、茨城司法書士会、関東信越税理士会茨城県支部連合会、行政相談委員、総務省行政相談センターきくみみ茨城
その他	事前予約を希望する方は問い合わせ先までご連絡ください。

☎ 総務省行政相談センターきくみみ茨城  
☎ 0570-090-110 または 029-253-1100



一緒に茨城空港をPRしませんか？  
茨城空港応援大使募集中



市内や県内外のイベント・キャンペーンを中心に、メディアへの出演や就航先への訪問など、茨城空港の魅力を発信する、茨城空港応援大使を募集しています。

内容	①茨城空港のPR活動、利用促進キャンペーン ②情報発信活動(SNSの更新)
任期	令和6年2月1日～令和8年3月31日 (2年2か月)
報酬	1日 12,000 円/半日 6,000 円
応募資格	①小美玉市近郊に居住する(車で1時間程度)満18歳以上の方(高校生は不可) ②茨城空港や小美玉市が好きで、その魅力をPRできる方 ③茨城空港などでのイベントに積極的に参加できる方 ④インターネット・Eメール・SNSを活用でき、積極的にSNSでの広報活動ができる方 ⑤明るく健康的な方 ⑥普通運転免許を持ち、自家用車で小美玉市内に通勤できる方 ⑦家族・学校・職場の理解と協力を得られる方 ⑧他の観光大使・キャンペーンガールの任期と重複しないこと
応募方法	応募用紙に必要事項を記入し、上半身と全身写真を各1枚添えて、下記のお問い合わせ先まで郵送または持参してください。(応募用紙は市ホームページよりダウンロードしてください)
応募締切	12月8日(金) ※必着

詳しくはこちら▶  
ID 010087



☎ 小美玉市茨城空港利用促進協議会  
(基地・空港対策課内)  
☎ 0299-48-1111 (内線 2141)

**スポーツ優秀選手・団体の推薦を募集  
スポーツ優秀選手等を表彰します**

スポーツ活動を奨励し、スポーツ水準の向上・振興を図るため、市は全国スポーツ大会などに出場した個人・団体を表彰しています。

**■表彰対象（以下の全てを満たすこと）**

- ▶市内在住者、市内に所在するスポーツ協会・スポーツ少年団加盟団体のいずれか
  - ▶令和4年10月1日～令和5年9月30日に開催された全国大会・関東大会※1に出場した個人や団体（当該年度の国民体育大会を含みます）
  - ▶県大会等の予選会を経て出場した個人や団体※2
- ※1 国・地方公共団体、日本スポーツ協会やその加盟団体のいずれかが主催する大会  
 ※2 競技団体から推薦を得て出場した場合も表彰対象とする

**■対象となる大会の条件**

最終的に出場した大会が、上記の期間内に実施された大会に限ります。

例) 令和5年7～8月に県・関東大会を経て10月の全国大会に出場した場合は、全国大会の開催日が期間外のため、来年度の表彰対象となります。

**■推薦書の提出方法**

提出期限	11月22日(水)
提出書類	・申請書(推薦書) 申請書はホームページからダウンロードできます。 ・出場大会要項・結果(全て) ・県予選など勝ち抜き経過の分かる書類(賞状など) ※競技団体から推薦を得て出場した場合、その推薦状
提出先	スポーツ推進課(小川総合支所2階)

**■表彰**

表彰者は、市スポーツ推進審議会が審議し決定します。



☎ スポーツ推進課 スポーツ推進係  
☎ 0299-48-1111(内線 2253)

**令和5年度 放課後児童クラブ  
冬休み・春休み期間利用児童の募集**



放課後児童クラブは、保護者の就労などで放課後の家庭保育が困難な児童を対象に、適切な「遊び」と「生活」の場を提供し、児童の健全な育成を図ることを目的として開設しています。

対象	市内の小学校・義務教育学校（前期課程）に在学する児童のうち、その父母や同一敷地内に住む65歳未満の祖父母が、次の①～⑦のいずれかに該当する方 ①就労 ②求職活動など ③妊娠 ④産後間もない ⑤病気負傷 ⑥心身の障がい ⑦親族などの看護
申込期間	10月30日(月)～11月24日(金) 平日 8:30～17:15
利用期間	・冬休み期間 12月23日(土)～令和6年1月6日(土) ・春休み期間 令和6年3月23日(土)～3月30日(土) ※日曜・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)を除く ※春休み期間(令和6年4月1日～6日)の利用を希望する場合は、令和6年度利用募集の際にお申し込みください。
申込方法	申請書を次の窓口にご提出ください。 ・子ども課(玉里総合支所2階) ・福祉事務所小川支所(小川総合支所1階) ・福祉事務所美野里支所(市役所本庁1階) ・利用を希望する放課後児童クラブ ※申請書は上記の窓口や市ホームページで取得できます。
ご注意	・羽鳥小学校放課後児童クラブは定員に空きがないため、申し込みできません。 ・市内の在学中の小学校・義務教育学校に併設された放課後児童クラブに限ります。 ・玉里学園義務教育学校区は民間運営のため、施設へ直接お申し込みください。

☎ 子ども課 育成係   
☎ 0299-48-1111(内線 3247)

詳細はこちら ▶ ID 006946



水戸ホーリーホック2023シーズン最終戦  
11月12日は「15市町村の日」開催！

**MITO HOLLYHOCK 2023  
LAST HOME GAME**

2023 明治安田生命 J2リーグホーム最終戦

**ホームタウン15市町村特別優待**

**11/12 13:00 KICK OFF VS 清水エスパルス**

THANKS MATCH **KE ケーズデンキ**

ホームタウン15市町村に在住・在学・在勤の方は  
通常より **最大75% お得!**

	優待価格	一般価格		優待価格	一般価格
大人	¥2,000	¥3,800	メインサイド自由席	¥1,500	¥3,300
シニア	¥1,500	¥2,800	バックホーム自由席	¥1,000	¥2,800
小中高	¥1,000	¥2,300	ゴール裏ホーム自由席	¥500	¥2,000

**LET'S FIGHT TOGETHER**

市内在住・在学・在勤の方は一部座席が「15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！当日は観戦者を対象にホームタウン15市町村の特産品が当たる「ガラポン抽選会」が実施されます。

■対象試合

2023 明治安田生命 J2リーグ第42節  
水戸ホーリーホックホームゲーム 清水エスパルス 戦

日時	11月12日(日) 13:00 試合開始
場所	ケーズデンキスタジアム水戸(水戸市)
優待対象	市内在住・在学・在勤の方
優待価格	<ul style="list-style-type: none"> <li>・S席 大人 2,000円 シニア 1,500円 小中高生 1,000円</li> <li>・メインサイド自由席：¥1,500</li> <li>・バックホーム自由席：¥1,000</li> <li>・ゴール裏ホーム自由席：¥500</li> </ul> ※S席以外は大人価格のみ。小中高シニアの設定はありません。
受付期間	試合開始 75分前まで ※申込状況により受付を終了する場合があります。

チケット購入はこちら ▶

問 スポーツ推進課 スポーツ推進係  
☎ 0299-48-1111(内線 2252)



知っていますか？建退共制度

■建退共制度とは？

中小企業退職金共済法に基づき、建設現場労働者の福祉の増進と建設業を営む中小企業の振興を目的として設立された制度です。この制度は、事業主の方々が労働者の働いた日数に応じて掛け金となる共済証紙または退職金ポイントを積み立て、その労働者が建設業界で働くことをやめたときに建退共から退職金を支払うという、いわば業界全体での退職金制度です。電子申請方式の活用で、手続きも便利になっています。

▶特徴

- ・国の制度なので安全、確実、申し込み手続は簡単です。
- ・経営事項審査で加点評価の対象となります。
- ・掛け金の一部を国が助成します。
- ・掛け金は事業主負担となりますが、法人は損金、個人では必要経費として扱われ、税法上全額非課税となります。
- ・掛け金は、インターネットを利用した電子申請での納付も可能です。
- ・事業主が変わっても退職金は企業間を通算して計算されます。

■電子申請方式

- 電子申請方式で共済証紙にかかる事務負担が軽減します。
- ・金融機関での共済証紙の購入が不要となり、社内のパソコンで退職金ポイントを購入できます。
  - ・共済証紙の共済手帳への貼付、消印や下請けへの交付、確認が不要となり、購入した退職金ポイントから自社や下請の被共済者に掛け金として充当されます。
  - ・退職金ポイント購入額や掛け金充当額などがサイト上で自動管理されるので、残高管理の負担が軽減します。
  - ・電子申請方式で発行する掛け金収納書などは公共事業における工事関係書類の電子化に対応しています。

建退共から事業主の皆様へ

- ①共済証紙は、労働者の就労日数に応じて適正に貼付してください。
- ②電子申請方式の場合は、労働者の就労日数に応じて退職金ポイントを適正に充当してください。
- ③「建設業退職金共済手帳」を持つ労働者が、建設業界を引退するときは、忘れずに退職金を請求するように指導してください。

問 独立行政法人 勤労者退職金共済機構  
茨城支部  
☎ 029-225-0095



## 新型コロナワクチン接種 秋開始接種を実施しています



### ■秋開始接種

#### ▶実施期間

9月20日(水)～令和6年3月31日(日)


#### ▶接種対象者

初回接種が完了し、前回接種から3か月以上経過した方

#### ▶使用ワクチン

オミクロン株(XBB.1.5)対応1価ワクチン

#### ▶予診票


対象となる方に、順次発送 詳しくはこちら ▶   
 予定です。発送スケジュール ID 009672  
 は市ホームページをご確認ください。

### ■初回接種(6か月～4歳は3回、5歳以上は2回)

生後6か月以上の方を対象に、引き続き実施しています。使用ワクチンなど、詳しい情報は新型コロナワクチン最新情報をご確認ください。

### ■接種場所と予約方法

予約方法はお手元に届いた予診票に同封される案内をご確認ください(お手元に未使用の予診票がある場合、新たな予診票は届きません)。予診票を紛失した方は市コールセンターへお問い合わせください。

ワクチン情報はこちら ▶ 

問 小美玉市コロナワクチン接種コールセンター  
☎ 0299-57-3309



## おかしい?と思ったらまず相談! 悪質商法被害を防止しましょう



高齢者は、健康やお金、孤独などの不安を抱えているとされています。悪質業者は言葉巧みにそういった不安をあおり、貴重な財産を狙っています。被害を防ぐには、家族だけでなくご近所や周りの方々にも高齢者の様子を気にかけることが大切です。次のチェックリストに当てはまるとしたら、消費生活センターに相談を促して、悪質商法から高齢者を守りましょう。

### ■見守りチェックリスト

- 1 家の外観
  - 訪問販売員や工事事業者など、見慣れない人や車がたびたび出入りしている
  - 宅配便で荷物が頻繁に届いている
- 2 家の中
  - 見慣れないカタログや商品、段ボールが増えたり、定期的に同じ商品が届いている
  - インターネット接続や電話、電力・ガスなど見慣れない契約書や請求書が届いている
  - 大切にしていた着物など貴重品がなくなっている
- 3 高齢者の様子
  - 長時間、電話で誰かと不審なやりとりをしている
  - 急に株や投資、土地などのもうけ話がなくなった

### いやや! ☎ 消費者ホットライン 188

※最寄りの市町村や都道府県の消費生活センターなどをご案内する全国共通の電話番号です。

国民生活センター公式 LINE アカウントでも、さまざまな消費者トラブルの情報を発信しています▶



### 問 商工観光課 消費生活センター

☎ 0299-35-7802

※相談受付時間

9:00～12:00、13:00～16:00(土日祝日を除く)

**ひとりで悩んでいませんか？  
女性の人権ホットライン強化週間**



法務省と全国人権擁護委員連合会は、夫・パートナーからの暴力やストーカーなど女性をめぐるさまざまな人権問題の解決を図るための人権相談活動を強化することを目的として、全国一斉「女性の人権ホットライン」強化週間を実施し、悩みを持った女性からの相談に応じます。秘密は守られますので、安心してご相談ください。

**■女性の人権ホットライン**  
☎0570-070-810

日時	11月15日(水)～21日(火)の1週間 平日 8:30～19:00 土日祝 10:00～17:00
相談員	人権擁護委員・法務局職員

☎ 水戸地方法務局 人権擁護課  
☎029-227-9919

**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

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

**冬は感染症にご注意！**



空気が乾燥するとウイルスや菌が空気中を漂いやすく、鼻や喉の粘膜を保護しているバリア機能も低下して感染症が流行しやすくなります。

**■感染を防ぐためには？**

うがいや手洗い、十分な睡眠やバランスの良い食事、適度な運動を行うなど、日頃から清潔で免疫力を高める生活習慣をつける必要があります。

**■救急車を呼ぶ前に**

感染症が流行すると救急車の出動件数も増加しますが、救急搬送された約半数は入院を必要としない軽症の方です。救急車を呼ぶ前に救急電話相談などを活用し、救急車の適正利用にご協力ください。

**▶救急電話相談**

☎ おとな救急電話相談 (15歳以上) # 7119  
☎ 子ども救急電話相談 (15歳以下) # 8000

感染症予防情報はこちら ▶



☎ 小美玉市消防本部 ☎ 0299-58-4541

**県立石岡特別支援学校の学校公開を開催します**

「特別支援学校ってどんな学校？」「どんな学習をしているの？」授業の様子のほか、本校ならではの教育活動などを公開いたします。

日時	11月20日(月)・21日(火) 9:10～12:30
場所	県立石岡特別支援学校(石岡市下青柳716-1)
申込み	インターネット

☎ 県立石岡特別支援学校  
☎ 0299-42-3570 (担当：根崎)

申込みはこちら ▶





**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
国民健康保険税 第5期	11月30日(木)
後期高齢者医療保険料 第5期	

問 収納課 管理係

☎ 0299-48-1111(内線 1186・1187・1188)



**Sマーク（標準営業約款制度）を  
ご存じですか？**

このマークのある「理容店」「美容店」「クリーニング店」「めん類飲食店」「一般飲食店」は厚生労働大臣の認可を受けた約款に基づき営業している安全・安心なお店です。



#### ■Sマーク登録店の取り組み

- ・サービス、メニューについて表示
  - ・資格者の氏名を表示
  - ・万が一の事故の場合、賠償するための保険に加入
  - ・業種ごとに定められたさまざまな基準を遵守
- ※Sマークは消費者の皆様にご利用いただく際の安全・安心の目印です。登録店には標識が掲示されています。

問 (公財) 茨城県生活衛生営業指導センター

☎ 029-225-6603



**11月8日は「いい歯デー」  
歯の何でも電話相談**

普段、なかなか歯医者さんに聞けないこと、入れ歯のこと、お子さんの歯の悩み、インプラント、矯正、口臭の悩み、顎関節症、歯周病、ブラッシングの仕方、料金のことなど、歯に関する悩みや質問について無料で電話相談に応じます。匿名でも大丈夫ですので、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

11月12日(日)13:00~16:00

※少しでも多くの方にご相談いただくため、一人当たりの相談時間は10分程度になります。

#### ■受付電話番号

☎ 029-823-7930

問 (一社) 茨城県保険医協会 ☎ 029-823-7930



**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
11/3 (金)	㈱中村.建工	☎ 0299-49-1466
4 (土)	㈱出沼興業	☎ 0299-58-2467
5 (日)	㈱美野里建設	☎ 0299-47-0780
11 (土)	㈱本田工業	☎ 0299-54-0158
12 (日)	㈱岡建設	☎ 0299-58-3572
18 (土)	㈱大栄	☎ 0299-58-5851
19 (日)	㈱小林工業	☎ 0299-48-2375
23 (木)	興和工業㈱	☎ 0299-49-1103
25 (土)	㈱中村.建工	☎ 0299-49-1466
26 (日)	㈱出沼興業	☎ 0299-58-2467
12/2 (土)	(有)清司工務店	☎ 0299-48-2389
3 (日)	㈱本田工業	☎ 0299-54-0158

※水道メーターより宅地内の場合は費用が発生します。  
※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】**

11月に検針する上下水道料金の口座振替日は**11月27日(月)**です。再振替日は12月11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



**石岡警察署からのお知らせ  
9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	70件 -11
死者数	0件 -2
負傷者数	84件 -28
物損件数	801件 119



## 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）

🕒 11月21日（火）13:00～16:00

📍 小美玉市役所本庁 1階ロビー打合せスペース

🏢 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

🕒 11月20日（月）13:30～15:30

📍 小川総合支所 1階 会議室

🏢 秘書課 秘書広聴係

☎ 0299-48-1111（内線1202・1211）

### 心配ごと相談

悩みや困りごとなど、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）。

🕒 11月1日（水）13:30～16:30

📍 社会福祉協議会小川支所 ☎ 0299-58-5102

🕒 11月8日（水）13:30～16:30 法律相談

📍 社会福祉協議会美野里支所 ☎ 0299-36-7330

🕒 11月22日（水）13:30～16:30 法律相談

📍 社会福祉協議会本所 ☎ 0299-37-1551

### 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

🕒 11月21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）



## 令和5年火災・救急出場件数

区分	9月中	累計
火災	1件	32件
救急	241件	1,956件
急病	175件	1,420件
内訳		
交通事故	15件	113件
一般負傷	30件	234件
その他	21件	189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。

🏢 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



## 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 石岡第一病院  
日曜・祝日 8:30～11:30 ☎ 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 ☎ #7119  
（受診できる病院の案内も可能） ☎ 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



## 人口と世帯数(令和5年10月1日現在)

	人数／戸数	前月比	人口増減の内訳	
人口	48,877人	(-16)	出生	15
男	24,701人	(-3)	死亡	50
女	24,176人	(-13)	転入	144
世帯数	21,701戸	(+18)	転出	125

