



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

2024年  
令和6年

7

第219号

広報  
おみたま  
お知らせ版

小美玉市独自の子育て応援策が  
はじまりました！

# 家事支援 サービス 助成金

利用してみませんか？



助成額 1回最大2,000円

※利用額の1/2が上限

月2回まで年間最大24回利用可能！

就学前の子がいる保護者や妊婦を対象に、家事支援サービス利用料を助成します

## ■支給対象サービス

食事の準備・後片付け

家の掃除・整理整頓

衣類の洗濯

生活必需品の買物

育児の補助

外出時の付き添い

※市によるサービス提供者の紹介・案内は行いません。

## ■支給対象者

次のいずれかに該当する方

- ① 母子健康手帳の交付を受けた妊婦
- ② 就学前のお子さまを監護・養育している方
- ③ 18歳までのヤングケアラー（※）

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

## ■申請方法

家事支援サービスの利用後 90 日以内に、利用したサービスの内容がわかる領収証の写しを持参のうえ以下の窓口で申請してください。

- ・ こども課（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）

## ※ヤングケアラー

本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っているこどものこと。責任や負担の重さにより、学業や友人関係に影響が出てしまうことがあります。

ヤングケアラーが申請する際は、ヤングケアラーであることが分かる書類（教育機関、児童福祉部署が発行した意見書など）を提出してください。

詳しくはこちら ▶

ID 010581



## おみたまっ子の未来を創るまち

小美玉市は未来を担う子どもたち=おみたまっ子を応援する子育て支援として、「おみたまっ子応援パッケージ」に取り組んでいます。

おみたまっ子  
応援パッケージ

ID 010622



## 国民健康保険に加入している方へ 国民健康保険税は期限までにきちんと納めましょう

### ■国民健康保険制度とは

国民健康保険制度は、病気やけがをしたときに安心して医療を受けられるように、加入者が保険税を出し合いお互いを助け合う医療保険制度です。国保を支える貴重な財源ですので、納期限までにきちんと納めましょう。

※令和6年度国保税率は別表をご覧ください。

### ■国保税は期限までにきちんと納めましょう

- ・国保税は資格が発生した月からかかります。出生日・転入日・職場の健康保険を喪失した日などから資格が発生します。
- ・納税義務者は世帯主です。世帯主が国保に加入してなくても、世帯内に国保加入者がいれば、世帯主が納税義務者となります。
- ・納税通知書を7月中旬に世帯主へ発送します。年税額、徴収方法を確認し、納期限までに納付してください。

#### ▶特別徴収

世帯内の国保加入者全員が65歳以上75歳未満の場合は、世帯主の年金から年6回天引きします。

#### ▶普通徴収

口座振替が原則です。まだ口座振替にしていない方は、お早めに手続きをお願いします。

#### ▶納期限（第1期～第9期）

- ①7月31日(水) ②9月2日(月) ③9月30日(月)
- ④10月31日(木) ⑤12月2日(月) ⑥12月25日(水)
- ⑦令和7年1月31日(金) ⑧2月28日(金) ⑨3月31日(月)

### 別表：令和6年度国保税率

	所得割※1	均等割※2	賦課限度額※3
①医療にあてる分	6.20%	35,000円	65万円
②後期高齢者支援金分	2.60%	15,000円	24万円
③介護費用にあてる分 (40歳以上65歳未満)	1.80%	15,000円	17万円

### ■軽減措置があります

#### ▶所得が少ない世帯の負担軽減

前年の世帯所得金額が表の基準以下の世帯は、均等割額が軽減されます。軽減を受けるには、前年分の所得の申告が必要です。

軽減対象となる世帯所得の基準（令和6年度）	軽減割合
43万円+(給与所得者等※の数-1)×10万円	7割
43万円+(給与所得者等※の数-1)×10万円 +29万5千円×被保険者数	5割
43万円+(給与所得者等※の数-1)×10万円 +54万5千円×被保険者数	2割

※給与所得者等…次のいずれかの方を指します。

- ①給与所得者（専従者を除く）で収入が55万円超
- ②公的年金等を受給しており、収入が65歳未満で60万円超
- ③公的年金等を受給しており、収入が65歳以上で110万円超  
特別控除（15万円）の対象になる方は125万円超

#### ▶18歳までの被保険者への減税（子育て支援）

子育て世帯への支援のため、18歳までの被保険者の均等割を5割軽減（減免）します。

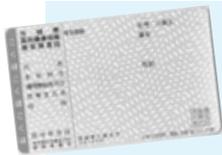
#### ▶産前産後の軽減制度

被保険者が出産する場合、産前産後期間相当分（単胎4か月、多胎6か月）の保険税が軽減されます。出産予定日の6か月前から届出が可能です。出産（予定）日がわかるもの（母子手帳など）、世帯主・被保険者のマイナンバーがわかるもの、身分証明書を持参して窓口で申請してください。

※1：被保険者それぞれの前年中の総所得金額から、基礎控除額（前年の合計所得により最高43万円）を差し引いた金額に掛け算します。

※2：被保険者の人数に掛け算します。

※3：計算された額が賦課限度額を超える場合は限度額までの額となります。



### 8月1日以降は新しい保険証 をご利用ください

◀えんじ色です

現在お使いの国民健康保険の保険証の有効期限は、7月31日までです。8月1日以降は、医療機関等に新しい保険証を提示してください。

新しい保険証は、7月5日頃から簡易書留で郵送します。保険証を受け取ったら、記載内容を必ず確認してください（保険税の滞納があると、通常より有効期限が短い保険証が発行されます）。旧保険証は裁断して破棄するか市役所・各総合支所・出張所まで返還してください。

### ■不在で受け取れなかったときの問い合わせ先

#### ▶7月31日(水)まで

石岡郵便局コールセンター（番号は不在票に記載）

#### ▶8月2日(金)以降

医療保険課 国保年金係 ☎ 0299-48-1111（内線 1103・1105）

#### 受取窓口

8月2日(金)～7日(水)：市役所本庁医療保険課

8月8日(木)午後以降

美野里地区分…市役所本庁 医療保険課

小川地区分…小川総合支所 小川総合窓口課

玉里地区分…玉里総合支所 玉里総合窓口課

持ち物 本人確認書類（運転免許証など）か旧保険証

※別世帯の方が受け取る場合は委任状が必要です。

おわび 5月上旬に送付した国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者向けの健診チラシに、健診会場の記載誤りがありました。正しくは、11月15日(金)の住民健診は【玉里】会場、11月28日(木)の住民健診は【美野里】会場となります。

☎ 医療保険課 国保年金係 ☎ 0299-48-1111（内線 1103・1105）

# 75歳以上の方、一定の障害があると認定された65歳以上の方へ 後期高齢者医療保険料率が改定されました

令和6・7年度の保険料が以下のとおり改定となります（県内一律）。

	令和4・5年度		令和6年度	令和7年度	(★) 賦課のもととなる金額 = 総所得金額等 - 基礎控除額 総所得金額等…前年の収入から必要経費（公的年金控除額や給与所得控除額など）を差引いたもので、社会保険料控除、配偶者控除などの各種所得控除前の金額。遺族年金や障害年金は、収入に含まない。 基礎控除額…前年の合計所得金額が、2,400万円以下の場合は43万円。	
均等割額	46,000円		47,500円	47,500円		
所得割率	8.50%	▶	賦課のもととなる金額(★)が58万円以下の方 <b>9.00%</b>	賦課のもととなる金額(★)が58万円超の方 <b>9.66%</b>		9.66%
賦課限度額	66万円		73万円	80万円		

個人ごとの保険料額の決め方

$$\begin{array}{c} \text{均等割額} \\ 47,500 \text{円} \end{array} + \begin{array}{c} \text{所得割額} \\ \text{賦課のもととなる金額(★)} \times \text{所得割率} \end{array} = \begin{array}{c} \text{年間保険料} \\ (100 \text{円未満切り捨て}) \end{array}$$

※年度の途中で被保険者になった方は、資格取得月からの月割りで保険料額を計算。

## ■令和6年度の保険料軽減措置

### 1. 所得が低い方に対する均等割額の軽減

世帯の所得水準にあわせて、次のとおり均等割額が軽減されます。

②と③の軽減の基準が変わり、対象者が拡大されました。

	世帯（被保険者と世帯主）の総所得金額等	軽減割合	軽減後の均等割額
①	43万円 + [10万円 × (給与所得者等の数 - 1)] 以下の世帯	7割	14,250円
②	43万円 + [10万円 × (給与所得者等の数 - 1)] + [29万5千円 × 世帯の被保険者数] 以下の世帯	5割	23,750円
③	43万円 + [10万円 × (給与所得者等の数 - 1)] + [54万5千円 × 世帯の被保険者数] 以下の世帯	2割	38,000円

※収入が公的年金の方は、年金収入額から公的年金控除（年金収入額が330万円未満は110万円）を差引き、65歳以上の方は、さらに高齢者特別控除（15万円）を差引いて判定します。

### 2. 被用者保険の被扶養者であった方に対する軽減

後期高齢者医療制度に加入する前日に「会社などの健康保険の被扶養者」であった方は、均等割額が5割軽減（加入後2年間）されます。また、所得割額の負担はありません。

※国民健康保険、国民健康保険組合の加入者であった方は該当しません。

※「1. 所得が低い方に対する均等割額の軽減」の対象となる場合は、軽減割合が高い方が優先されます。

保険料率の改定について

詳しくはこちら ▶

ID 010510



## 【後期高齢者医療保険】

**8月1日以降は新しい保険証  
をご利用ください**

◀ えんじ色です

現在お使いの後期高齢者医療保険の保険証の有効期限は、7月31日までです。8月1日以降は、医療機関等に新しい保険証を提示してください。新しい保険証は、**7月31日までに簡易書留で郵送**します。保険証を受け取ったら、有効期限や負担金割合などの内容を必ず確認してください（保険料の滞納があると、通常より有効期限が短い保険証が発行されます）。旧保険証は裁断して破棄してください。

### ■限度額適用・標準負担額減額認定証(黄色)

認定証をすでにお持ちで、令和6年度も同一世帯の全員が住民税非課税の方には、保険証と一緒に新しい認定証をお送りします。

### ■限度額適用認定証(水色)

認定証をすでにお持ちで、令和6年度も該当の方には、保険証と一緒に新しい認定証をお送りします。

### ■現行の保険証が廃止されます

マイナンバーカードと保険証の一体化に伴い、

**令和6年12月2日付で現行の保険証が廃止**されます。

ただし、今回お送りする保険証は、12月2日以降、有効期限（最長で令和7年7月31日）までは使用可能です。

※令和6年12月2日以降、転居等で保険証の記載内容が変わった場合、現行の保険証は使えなくなり、マイナ保険証が資格確認書をご利用いただくこととなります。

問 ▶ 保険料率に関すること：茨城県後期高齢者医療広域連合 事業課 ☎ 029-309-1213

▶ 保険料の納付に関すること：医療保険課 医療福祉係 ☎ 0299-48-1111 (内線 1106・1108)

＼ちょこっと！図書館だより／

## 子どもの学びを後押し！図書館夏休みイベント



詳しくはこちら  
図書館だより7月号



### ■夏休みイベント

- ・親子で取り組む読書感想文（小川、美野里）  
小川：7月24日（水）、美野里：8月4日（日）
- ・おりがみ教室（玉里）  
7月28日（日）、8月10日（土）
- ・子ども図書館員体験（小川）  
8月7日（水）、8月18日（日）
- ・小美玉市図書館スタンプラリー（全館）  
7月20日（土）～9月1日（日）
- 読書感想文課題図書 7月1日（月）～貸出開始  
対象学年のみ・1人1冊・貸出期間1週間です。

### 7月の図書館スケジュール

- ▶おはなし会（絵本読み聞かせ）  
小川図書館…13日、18日、27日 10:30～  
玉里図書館…27日 10:30～  
美野里公民館…27日 10:30～

### ▶休館日

- 小川図書館…月曜日（15日は開館）、16日、31日
- 玉里図書館…月曜日、16日
- 美野里公民館図書室…水曜日、15日
- 羽鳥ふれあいセンター図書室…月曜日、16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…4日、18日
- Bコース…11日、25日

☎ 小川図書館・資料館 ☎ 0299-58-5828

図書館  
ホームページ



## 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



## 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



## 国民年金保険料の納付が難しい方へ 免除や猶予の申請ができます

所得が低いなどの理由から保険料を納めることが困難な場合は、申請すれば納付が免除・猶予される制度があります。令和6年度分（7月分から翌年6月分までの国民年金保険料）の免除納付猶予の申請受付は**7月1日（月）**から始まります。

### ■対象者

▶**免除申請**：本人・配偶者・世帯主それぞれの所得が基準額以下の方

▶**納付猶予申請**：50歳未満で、本人と配偶者の所得が基準額以下の方

※所得の基準額は下記別表をご覧ください。

### ■申請に必要なもの

①基礎年金番号がわかるもの（基礎年金番号通知書など）

②【失業者のみ】雇用保険受給資格者証など

【り災者のみ】り災証明書など

※②は該当する審査対象者のみ必要で、その方の所得を除外して免除等審査が行われます。

### ■申請窓口

医療保険課（市役所本庁1階）、小川総合窓口課（小川総合支所1階）、玉里総合窓口課（玉里総合支所1階）

※申請日の2年1か月前の月分までさかのぼって免除等を申請できます。令和6年6月以前にも未納期間がある方は、あわせて市役所にご相談ください。

☎ 日本年金機構 水戸南年金事務所

☎ 029-227-3278（自動音声）

ねんきん加入者ダイヤル

☎ 0570-003-004

医療保険課 国保年金係

☎ 0299-48-1111（内線1104）



## 認知症になっても大丈夫 「ふらっとカフェ」で話しませんか



認知症の方もそうでない方も気軽に立ち寄れる休憩所を用意しました。普段話にくいことや相談がある方、「ふらっとカフェ」でちょっと一息つきませんか？ケアマネジャーや保健師の相談会、認知症予防講話も併せて開催します。

日時	7月29日（月）、9月20日（金）、 11月25日（月）、令和7年1月31日（金）、 3月14日（金） 13:30～15:00
場所	空のえきそ・ら・ら ホールB （山野1628-44）
定員	10名程度（申込不要）
料金	無料

詳しくはこちら ▶

ID 004522



☎ 介護福祉課 高齢福祉係

☎ 0299-48-1111（内線3111）

### ■別表1：免除制度ごとの令和6年度保険料と所得基準額の目安

免除制度の種類	令和6年度保険料	所得基準額の目安
4分の1免除	12,740円	168万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等
半額免除	8,490円	128万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等
4分の3免除	4,250円	88万円 + 扶養親族等控除額 + 社会保険料控除額等
全額免除・納付猶予	0円	(扶養親族等の数 + 1) × 35万円 + 32万円

### ■別表2：免除・納付猶予の違い

	4分の1免除	半額免除	4分の3免除	全額免除	納付猶予	学生納付特例
対象者	60歳未満				50歳未満	学生
年金受給資格期間として算入されるか	算入されます ただし、免除後の保険料を納付しなかった場合は免除が無効（未納）になります。			算入されます		
老齢基礎年金額に反映される割合	87.5% (8分の7)	75% (8分の6)	62.5% (8分の5)	50% (8分の4)	反映なし	反映なし
追納 (後から保険料を納めること)	老齢基礎年金を満額に近づけるために、10年以内であれば追納することができます (3年度目以降は当時の保険料に一定の金額が加算されます)					

**学用品費や給食費の負担で困っていませんか？  
就学援助制度をご利用ください**

**■就学援助制度とは**

お子さんが市内の小中学校に通う上で経済的に困っている保護者に対して、学用品費や給食費などの援助を行っています。援助を受けたい方は申請が必要です。事前に学校か教育委員会にご相談ください。

**■援助の内容**

学用品費、通学用品費、新入学児童生徒学用品費、卒業アルバム代、校外活動費、修学旅行費、学校給食費、医療費など。教育委員会が定めた金額を、認定された日の翌月分から、原則として年3回に分けて支給します。

**■援助を受けることができる方**

市に住所を有し公立の小・中・義務教育学校に在籍している児童生徒の保護者で次のいずれかに該当する方

- ①生活保護を受けている
- ②これに準ずる程度に困窮し、援助が必要と認められる

**■申請方法**

申請書と必要書類を各地区の担当民生委員に提出してください。

※担当の民生委員は、教育委員会や学校で確認できます。

詳細はこちら ▶  ID 004810

問 教育指導課 学務係  
☎ 0299-48-1111 (内線 2222)

**小美玉市民の日 実行委員募集**

令和7年3月23日(日)に開催予定の「小美玉市民の日」記念事業を企画立案・運営する実行委員を募集します。記念日を市民の皆さんで楽しくお祝いしてみませんか。

会議予定	第1回実行委員会は、市役所本庁で8月開催予定。以降は月1回程度の会議があります。
場所	小美玉市役所本庁(堅倉835)
対象	市内在住の方で、月1回程度の会議と記念事業当日に参加できる方
定員	15名(任期1年)
申込方法	インターネット
申込期限	7月22日(月)

申込はこちら ▶ 

問 秘書課 秘書広聴係  
☎ 0299-48-1111 (内線 1211)

**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」の会員登録手数料を助成します。

**■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、魅力発信課(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

詳細はこちら ▶  ID 009750

問 魅力発信課 移住定住推進係  
☎ 0299-48-1111 (内線 1251・1253)



## 第24回百里基地音楽祭 観覧希望者を募集します

日時	9月14日(土) 開場12:45 開演13:45(15:50終演)
場所	小川文化センターアピオス(小川225)
演奏	航空自衛隊中部航空音楽隊、茨城県警察音楽隊
対象	市内在住の小学生以上の方
料金	無料
申込方法	往復はがきに必要な事項を記入してご応募ください。はがき1枚につき4名分まで申し込みできます。応募者多数の場合は抽選となります。応募方法の詳細は百里基地ホームページをご覧ください。 必要事項: 往信用…応募者代表の㉞住所、㉟氏名、㊱電話番号、㊲同行者全員の氏名・年齢、㊳車のナンバー(車でお越しの方)、㊴車いす利用者数(該当者がいる場合) 返信用…応募者代表の宛先 送付先: 〒311-3494 小美玉市百里170 航空自衛隊百里基地 第7航空団司令部 監理部渉外室
申込期間	7月1日(月)~7月26日(金) 当日消印有効

百里基地ホームページ ▶

問 航空自衛隊百里基地  
第7航空団司令部監理部渉外室  
☎ 0299-52-1331 (内線2450・2587)  
受付時間：平日9:00~16:30



## 茨城県里親登録1000人プロジェクト 里親制度説明会

茨城県は、子どもたちの健やかな成長のために、里親制度を積極的に推進しています。子どもたちの未来のために里親制度を知ることからはじめてみませんか？

日時	7月21日(日)14:00~16:00 受付13:40~
場所	銚田中央公民館(銚田市銚田1444-1)
定員	30名
参加費	無料
申込方法	電話・メール

問 社会福祉法人同仁会 児童家庭支援センターあいびー  
里親リクレーター 新山  
☎ 029-291-3770  
メール satoriku@doujinkai.or.jp



## コスモス30歳記念式典

今年、生涯学習センター コスモスが開館から30周年を迎えるにあたり、コスモスの30歳をお祝いする記念式典を開催します。

式典では、コスモス20歳コーラス隊と笛の音楽隊ピッコロによる合奏や、玉里創作太鼓の演奏もあります。

また、式典後には屋外のイベント広場で人文字を作り、ドローン撮影をする予定です。申し込み不要でどなたでも参加できますので、ぜひ一緒にコスモス30歳をお祝いしましょう！

※式典の内容等は変更になる場合があります。

日時	7月21日(日) 10:00~12:00
場所	生涯学習センターコスモス(高崎291-3)
その他	10月6日(日)には記念イベントも予定しています。

問 生涯学習センターコスモス ☎ 0299-26-9111



## 令和6年度自衛官等採用案内

受験種目	応募資格
①自衛官候補生	18歳以上33歳未満の者 ※採用予定月の末日に33歳に達していない者
②一般曹候補生	18歳以上23歳未満の者
③航空学生(海上)	※高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)
④航空学生(航空)	18歳以上24歳未満の者 ※高卒者(見込含)または高専3年次修了者(見込含)

### ■受付期間

- ①年間を通じて行っています。
- ②7月1日(月)~9月3日(火) 締切日必着
- ③④7月1日(月)~9月5日(木) 締切日必着

詳しくは、下記までお問い合わせください。

問 自衛隊茨城地方協力本部 百里分駐所  
(航空自衛隊百里基地内)  
☎ 0299-52-1366



## 指定難病受給者証の更新申請を 忘れずに

受給者証をお持ちの方は、有効期間満了前に更新申請が必要です。受付期間内に手続きを行ってください。詳しくは茨城県中央保健所から5月頃にお送りした個別通知をご確認ください。

問 茨城県中央保健所 ☎ 029-241-0100

## 血糖コントロールのコツをお伝えします！ 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きます。生活の中で実践できるコツを学んでみませんか？

日時	7月29日(月) 13:30～15:00(受付13:15～)
場所	四季健康館
内容	保健師・管理栄養士による健康講座
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)
料金	無料
申込方法	インターネット・電話・窓口
申込期間	7月10日(水)～16日(火)

問 健康増進課 健康支援係 申込はこちら ▶   
☎ 0299-48-0221  
(内線 4001～4004)

## サラサラ血管づくりをはじめましょう！ 血液サラサラ教室

脂質異常は、中性脂肪が高いタイプと、コレステロールに異常があるタイプでは改善策が異なります。自身の特徴を知り、生活の中でできることを一緒に考えましょう！

日時	9月13日(金) 13:30～15:00(受付13:15～)
場所	小川保健相談センター
内容	保健師・管理栄養士による健康講座
対象	次のいずれかに該当する方 ・血圧 最高血圧130mmHg以上 または最低血圧85mmHg以上 ・HDL 39mg/dl以下 ・LDL 120mg/dl以上 ・中性脂肪 150mg/dl以上
定員	15名(先着順)
料金	無料
申込方法	インターネット・電話・窓口
申込期間	8月20日(火)～23日(金)

問 健康増進課 申込はこちら ▶   
小川玉里保健係(小川保健相談センター内)  
☎ 0299-58-1411

## 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・栄養士とゆっくり相談ができます。あなたに合った生活習慣改善の方法と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・基礎代謝量などのからだ分析やストレスチェックも受けられます。



日時	7月30日(火)、9月17日(火) ① 9:30～ ② 10:30～ ③ 13:30～ ④ 14:30～ ※1人30～45分程度
場所	7月30日：四季健康館 9月17日：小川保健相談センター
対象	健診を受けた方、健康について相談したい方
定員	各日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
申込期間	相談日前日まで

問 健康増進課  
▶ 7月30日をご希望の方  
四季健康館 ☎ 0299-48-0221  
▶ 9月17日をご希望の方  
小川保健相談センター ☎ 0299-58-1411

## 健康づくりに関するアンケート調査 にご協力ください

今後の健康づくり施策に活用するため、市民を対象としたアンケート調査を実施します。対象となる方には調査票を6月下旬に郵送しますので、回答のご協力をお願いします。

調査目的：おみたま健康いきいきプラン(第4次健康増進計画・食育推進計画・自殺対策行動計画)の策定、健康づくり施策での活用

### ■調査対象者

20歳以上の小美玉市在住者のうち、住民基本台帳から無作為に抽出した約2,500人  
※アンケートは無記名です。個人が特定されることはありません。

### ■回答方法

アンケートに記入し、同封の返信用封筒に入れて投函してください。アンケートに記載のある二次元コードからも回答可能です。

回答期限：令和6年7月8日(月)

問 健康増進課 健康支援係 詳しくはこちら ▶   
☎ 0299-48-0221 ID 010711  
(内線 4003)

## 健康づくりに関する計画の策定委員を募集

市第2次総合計画に掲げる基本目標「誰もがいきいきと暮らせる社会づくり」を進めるため、健康づくりに関する計画の策定委員を募集します。

対象となる計画は「小美玉市健康増進計画」「食育推進計画」「自殺対策行動計画」の3つです。これらは市民の誰もが住み慣れた地域で健やかに暮らしていくための、健康づくりや食育に関する取り組みの基本となります。地域の健康づくりへの理解と熱意のある方の応募をお待ちしております。

任期	2年間（令和6年11月21日～令和8年11月20日）
報酬	日額 5,000 円
人数	若干名
応募資格	以下の条件をすべて満たす方 ・市内在住で20歳以上の方 ・県議会、市議会の議員でない方 ・健康増進計画・食育推進計画・自殺対策行動計画に関心を持ち、年数回の策定委員会に出席可能な方（平日昼間に開催予定）
応募方法	インターネット・窓口 申込書は健康増進課の窓口や市ホームページで入手できます。 [応募先] 健康増進課（四季健康館内） （小美玉市部室 1106）
応募期限	7月19日（金）
選考方法	書類選考のうえ、結果は応募者本人に通知します。なお、選考の際の確認のため電話連絡することがあります。

詳しくはこちら ▶  **健康増進課 健康支援係** ID 010706  
☎ 0299-48-0221（内線 4003）

## 納税・納付期限

税・料金	納期限
固定資産税 2期	7月31日（水）
国民健康保険税 1期	
後期高齢者医療保険料 随時・1期	

☎ 税務課 収税係  
☎ 0299-48-1111（内線 1188）

## 自分や家族の健康づくりに活かせる食生活改善推進員養成講座

医師・栄養士などの専門職から健康による食生活について学びます。講話や調理実習を通して学んだ知識は、仲間と一緒に地域の健康づくりに活かしていきましょう！



内容	健康や食生活に関する講話、調理実習など
日時・場所	① 8月27日（火）13:30～15:30 四季健康館 ② 9月6日（金）9:30～15:30 小川保健相談センター ③ 9月20日（金）9:30～15:30 四季健康館 ④ 10月3日（木）9:30～15:30 玉里保健福祉センター ⑤ 10月9日（水）13:30～15:30 四季健康館
対象・要件	食やボランティア活動に興味がある市内在住者で、全5回の講座に参加できる方
定員	12名程度
料金	無料
申込方法	インターネット・電話・窓口
申込期間	7月8日（月）～8月9日（金）

詳しくはこちら ▶  **健康増進課 健康支援係** ID 006874  
☎ 0299-48-0221（内線 4004）

## 料理にチャレンジしませんか？ 男性のための料理教室

栄養士と一緒に料理を作る教室です。全3回ですが、1回だけの参加も可能です。食事バランスが気になる方、料理にチャレンジしたい方など、ご参加お待ちしております。

日時	8月21日（水）、10月31日（木）、 12月4日（水） 9:30～13:00（受付 9:15～）
場所	四季健康館 栄養指導室
対象	市内在住の男性
定員	各回先着10名
料金	無料
持ち物	エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、 米1/2合、スリッパなどの室内履き
申込方法	インターネット・電話・窓口
申込締切	それぞれ開催日の1週間前まで

詳しくはこちら ▶  **健康増進課 健康支援係**  
☎ 0299-48-0221

**小川公民館 市民講座**  
**親子体験まごころ講座**

**■藍染め体験（ハンカチ、エコバッグ）**  
日時 7月27日(土) 9:00～12:00  
会場 小川公民館1階 調理室・大ホール  
定員 5組(10名程度)(先着順)  
参加費 受講料：400円、材料代：1,200円

**■ゆかた着付け体験**  
日時 7月27日(土) 10:00～11:30  
会場 小川公民館2階 和室(小川1661-1)  
定員 16名(先着順)  
参加費 無料(ゆかた貸出：クリーニング代1,100円)

**■アイスの棒でミニハウス作り**  
日時 8月3日(土)  
9:30～11:30  
会場 小川公民館1階 大ホール  
定員 10組(先着順)  
参加費 材料代：700円



申込方法	インターネット
申込期間	7月1日(月)～12日(金)
その他	参加費は受講当日にご持参ください。

詳しくはこちら ▶   
ID 010750

☎ 小川公民館 ☎ 0299-58-3111

**小川公民館 親子移動教室**  
**さいたま水族館・キューピー工場見学**

日時	7月29日(月) 集合8:15、出発8:30
発着地	やすらぎの里小川 駐車場(中延1508-1)
行き先	さいたま水族館、キューピー五霞工場
定員	15組(先着順) ※小学生と保護者で1組
参加費	子ども1,600円、大人2,600円 (昼食代込み)

**■申込方法**  
▶一次募集…インターネット(7組)  
申込期間：7月1日(月)～7日(日)  
フォームで申込後、参加費を小川公民館窓口でお支払いください(納付期限：7月12日)。

▶二次募集…窓口(8組)  
申込期間：7月8日(月)～12日(金)  
小川公民館窓口で申込書に記入し、参加費を添えてお申し込みください。

詳しくはこちら ▶   
ID 010750

☎ 小川公民館 ☎ 0299-58-3111

**夏休みの自主学习に！**  
**小川公民館会議室を無料開放**

夏休み期間中、自主学习をする児童・生徒・学生を対象に、図書館に隣接する小川公民館の会議室を特別に無料開放します。受験勉強や夏休みの宿題にご活用ください。

日時	7月20日(土)～9月1日(日) 9:00～17:00
場所	小川公民館 1階会議室
その他	上履きをご持参ください

☎ 小川公民館 ☎ 0299-58-3111

**やすらぎの里小川 夏休み講座**  
**自然観察教室**

やすらぎの里小川内を探検し、自然とふれあいながら植物や昆虫などを観察します。

日時	7月28日(日) 9:00～11:00 雨天中止
場所	やすらぎの里小川 敷地内(中延1508-1)
定員	30名(先着順) ※小学生以下は保護者の同伴が必要です
参加費	無料
講師	小美玉生物の会
服装	帽子、動きやすい靴(運動靴または軽登山靴、長靴など)、長ズボン、長袖シャツ(半袖の場合はアームカバーをする)、作業用手袋か軍手
持ち物	メモ用紙、筆記用具、飲み物
申込方法	窓口・電話
申込期間	7月6日(土)～7月21日(日) 9:00～17:00(月曜日を除く)

☎ やすらぎの里小川 ☎ 0299-58-4580

**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、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	

**日本文化や自然と触れ合おう！  
やすらぎ里まつり**

第15回やすらぎ里まつりが、やすらぎの里サポーターズ主催により開催されます。やすらぎの里小川は、事務棟・文芸棟・華道棟・茶道棟・書画棟の5つの建物を中心に構成され、園内は紫陽花や山百合など四季折々の花が咲き乱れ、自然と触れ合うことのできる施設です。里まつり当日は、園内を拠点に活動する各種団体などの作品展示、体験、飲食販売などがあります。

日時	7月7日(日) 10:00~15:00 雨天時一部中止
場所	やすらぎの里小川(中延1508-1)
料金	入場無料
送迎バス	小川総合支所から無料送迎バスがあります。詳細は市ホームページをご覧ください。

**■ステージイベント**

10:00 開会セレモニー  
10:45 よきこいソーラン  
11:30 ストリートダンス  
13:00 パネルシアター・ガマの油売り口上  
13:45 詩吟の披露  
14:30 お楽しみじゃんけん大会(景品あり)

**■わくわく体験**

園内自然観察・探検会、はたおり体験(本間邸)、うちわ作り体験(書画棟)、茶道体験(茶道棟)  
※各棟でスタンプを押した方に素敵な景品をプレゼントするスタンプラリーも開催します。

**■ちびっこひろば**

バルーンアート、竹ぼっくりをつくろう、弓道体験

**■食のひろば**

キッチンカー、旬の野菜の販売など

**■作品展示**

事務棟：パッチワーク、陶芸、スケッチ水彩画、俳句  
書画棟：水墨画、絵手紙、書道

詳しくはこちら ▶

ID 009901

問 やすらぎの里小川 ☎ 0299-58-4580

**県央地域の公共施設をご活用ください  
公共施設の広域利用促進スタンプラリー**

**いばらき県央地域**  
CENTRAL AREA OF IBARAKI PREF.

いばらき県央地域連携中枢都市圏の連携事業として、公の施設の広域利用を促進するため、スタンプラリーを実施します。県央地域(水戸市、笠間市、ひたちなか市、那珂市、茨城町、大洗町、城里町、東海村)では、住所地を問わず、同じ条件で市外施設を利用することができます。ぜひ、この機会に、他市町村の施設もご利用ください。

**■期間**

7月1日(月)～令和7年1月31日(金)

**■応募方法**

応募用紙に、異なる4つの市町村のスタンプを押して、施設に提出するか、事務局へ郵送してください。  
※応募用紙は下記の施設か県央地域ガイドホームページからダウンロードしてください。

**■応募用紙設置場所**

小川地区	小川運動公園、小川海洋センター、小川文化センターアピオス、小川図書館、やすらぎの里小川
美野里地区	つくば電気通信希望ヶ丘公園、四季文化館みの〜れ
玉里地区	タスパジャパンミートパーク、生涯学習センターコスモス、玉里図書館

**■賞品**

県央地域の特産品が抽選で9名様に当たります。

**■事務局**

水戸市役所 政策企画課(水戸市中央1-4-1)

問 政策企画課 政策推進係 [詳しくはこちら](#) ▶

☎ 0299-48-1111(内線1231)

**県障害者スポーツ大会に出場しませんか？  
団体競技・レクリエーション競技 受付中**

令和6年度茨城県障害者スポーツ大会「団体競技・レクリエーション競技」の申し込みを受け付けています。詳細は茨城県障害福祉課ホームページをご覧ください。

申込期限 7月19日(金) 17:00

詳しくはこちら ▶

問 社会福祉課 障がい福祉係

☎ 0299-48-1111(内線3234)

## 7月7日（日）山王台病院内に開所 石岡地域休日緊急診療センター

休日や年末年始の急な体調不良やけがの診察をする診療センターが、7月7日（日）にオープンします。

### ■診療科目

総合診療（内科・外科）

### ■診療日

休日（日曜日・祝日）、年末年始（12月30日～1月3日）

### ■受付時間

① 9:00～11:30 ② 13:00～15:30

### ■場所

医療法人幕内会 山王台病院（石岡市東石岡 4-1-38）

☎ 0299-26-3130

※入口は「休日緊急診療入口」をご利用ください。

### 周辺図



詳しくはこちら ▶  ID 001832

問 健康増進課 地域医療対策係

☎ 0299-48-0221（内線4007）

## テレビ・ネット授業の通信制大学 放送大学 10月入学生募集

放送大学は、2024年10月入学生を募集しています。10代から90代の幅広い世代、8万5千人の学生が、「大学を卒業したい」「学びを楽しみたい」など、さまざまな目的で学んでいます。心理学・福祉・経済・歴史・文学・情報・自然科学など、300以上の幅広い授業科目があり、1科目から学ぶことができます。

資料を無料で差し上げています。お気軽に下記までご請求ください。

### ■出願期限

第1回 2024年8月31日（土）必着

第2回 2024年9月10日（火）必着

詳しくはこちら ▶ 

問 放送大学茨城学習センター

☎ 029-228-0683

## 県立IT短大オープンキャンパス

茨城県立産業技術短期大学校は、ITのプロフェッショナル育成を目指し、開校以来17年連続就職率100%。卒業生は主に県内優良IT企業で活躍しています。ITに興味のある方、技術を身に付けたいと考えている方は、ぜひこの機会にご参加ください。

日時	7月20日（土）、8月3日（土）、 8月24日（土） 9:00～、13:00～ ※8月3日は女性対象
場所	茨城県立産業技術短期大学校 （水戸市下大野町6342）
対象	ITに関心を持つ高校生、保護者など
申込方法	インターネット

申込はこちら ▶

問 茨城県立産業技術短期大学校

☎ 029-269-5500



## ご両親の相談も可能です 無料結婚相談会

日時	7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

問 大内喜枝子 ☎ 0299-23-3829

## 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

## 早めに気づいて重症化を防ぐ！ 熱中症を予防しよう

熱中症は、気温が高い環境下で体温調節がうまく働かず、体内に熱がこもってしまうことで起こります。

### ■熱中症の症状

I 軽度 →応急処置と見守り	めまい、筋肉痛、筋肉の硬直、大量の発汗、手足のしびれ、気分の不快
II 中度 →医療機関へ	頭痛、吐き気、嘔吐、体がぐったりする、力が入らないなど「いつもと何か様子が違う」
III 重度 →すぐ救急車を！	意識がない、呼びかけに対して返事がおかしい、まっすぐ歩けない、体に触ると熱い、体がガクガクとけいれんしている

### ■熱中症を予防するために

#### ①暑さを避ける

涼しい服装を心掛け、日傘や帽子を活用。屋外ではなるべく日陰へ。

#### ②家庭内ではエアコンを使用する

家の中ではエアコンを活用。換気も適切に行いましょう。

#### ③こまめな水分補給

水分補給とともに、大量に汗をかいたときは塩分の摂取も忘れずに。

### ■応急手当の方法

熱中症が疑われる場合は、次のような応急手当を行いましょう。熱中症は急速に症状が進行します。早めに気づくこと、気づいてあげることが大切です。

#### ①風通しの良い日陰や涼しい場所へ移動させる

衣服をゆるめ安静に寝かせます。

#### ②脱衣と冷却

衣類を脱がせて、体内の熱を外に出します。うちわや扇風機などで風をあて、氷まくらで首やわきの下、太ももの付け根を冷やし、体温を下げます。



#### ③水分と塩分を補給

飲めるようであれば、冷たい水、特に塩分も同時に補える経口補水液やスポーツ飲料などを飲ませます。

- 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

## お住まいの水害リスクを把握しましょう 巴川・園部川の浸水想定区域

茨城県は、4月30日付で新たに巴川と園部川の浸水想定区域を指定しました。浸水想定区域の内容や図面は、市ホームページや防災管理課、各支所の窓口で確認できます。日頃から、お住まいの地域の水害リスクを把握し、災害時の危険箇所や避難経路などを確認してください。

### ■今回指定された浸水想定区域（大字別）

※浸水想定区域は下記大字の一部となります。

巴川浸水想定区域	大笹、高田、納場、寺崎、部室、小岩戸、堅倉、西郷地、柴高、世楽、上吉影、佐才、飯前、上合、下吉影
園部川浸水想定区域	羽鳥、大谷、竹原、竹原中郷、上馬場、宮田、中延、栗又四ヶ、田木谷、上玉里、小川、下馬場、川中子、下玉里、高崎

小美玉市防災ハザードマップ ▶   
ID 009716

問 防災管理課 危機管理係

☎ 0299-48-1111（内線 1013・1014）

## 令和6年火災・救急出場件数

区分	5月中	累計
火災	1件	12件
救急	171件	1,001件
急病	117件	714件
内訳		
交通事故	13件	55件
一般負傷	26件	133件
その他	15件	99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

## 石岡警察署からのお知らせ 5月末現在の市内の事故発生状況

件数（令和6年1月1日からの累計）	前年比
発生件数	45件 +7
死者数	0件 ±0
負傷者数	50件 +7
物損件数	424件 -31

**適正に処分しましょう  
農業用廃プラスチックの回収**

■農業用ビニール

ビニールに(農ビ)マークがついています

回収日・場所	7月4日(木) 美野里ライスセンター 8月22日(木) 中央家畜市場 9月4日(水) 小川営農経済センター 令和7年 1月9日(木) 小川営農経済センター 2月3日(月) 玉里れんこん集出荷場
時間	9:00 ~ 12:00
負担金 (※1・2)	軽トラック1台(350kg) 13,000円 39.2円/kg 小型トラック1台(800kg) 31,000円 2トントラック1台(2,000kg) 78,000円

■農業用ポリエチレン

ポリ、マルチ、育苗箱、肥料袋など

回収日・場所	8月7日(水) 小川営農経済センター 9月11日(水) 中央家畜市場 10月31日(木) 小川営農経済センター 令和7年 1月8日(水) 美野里ライスセンター 1月27日(月) 小川営農経済センター 2月3日(月) 玉里れんこん集出荷場
時間	9:00 ~ 12:00
負担金 (※1・2)	軽トラック1台(350kg) 14,000円 42.4円/kg 小型トラック1台(800kg) 33,000円 2トントラック1台(2,000kg) 84,000円

■登録料(ビニール・ポリエチレン共通)

令和6年度 年間登録料 1,000円

※最初の排出時に登録が必要です。登録した方には登録証を発行しますので、排出時には必ず提示してください。

■注意事項

- ・緑マルチは回収不可。他のマルチに混入しないでください。
- ・泥や汚れは、振るい落としや洗浄を徹底してください。
- ・ヤケや劣化があるものは、リサイクルできず回収できません。
- ・補修用テープなどは必ず剥がしてください。
- ・荷造りはつづら折りにし、同一素材のひもで縛ってください。
- ・農ポリのうち、「畦シート、ブルーシート」は回収できません。
- ・過積載、回収場所付近での路上駐車はご遠慮ください。

※1: 処分料金の急激な高騰を緩やかにします

資材等の高騰をふまえ、激変緩和措置を行い農家負担の軽減を図っています。令和6年度は7割、令和7年度は8割負担とし、令和8年度から本来の負担額とします。

※2: 料金区分を一部変更します

処分料金の適正化を目的として、一部料金区分を見直しました。なお、最大積載量3,000kg(中型)以上のトラックで排出する方は、事前にご連絡ください。

問 農政課 振興係

☎ 0299-48-1111 (内線1153・1155)

詳細はこちら ▶

ID 005716



**無人ヘリコプターによる  
水稻農薬空中散布**

■使用薬剤

トップジンスタークルフロアブル、ブラシキクラップフロアブル

対象病害虫: カメムシ、いもち病

■小川地区

実施日時	7月20日(土) 5:00 頃 ~ 11:00 頃
対象地区	本田町、立延、中根、二本松、宮田、下馬場、川岸、仲田宿、小埜、幡谷、羽木上、山野、川戸、稲荷坪、隠谷、下田一、下田二、野田本田、新林、野田古新田、鷲沼、伏沼
実施日時	7月21日(日) 5:00 頃 ~ 11:00 頃
対象地区	外之内、与沢、倉数川向、倉数川前、世楽、上吉影、佐才、飯前、前原、上合、前野、下吉影宿、荒地、貝谷、下吉影本田、南原

問 JA新ひたち野 小川営農経済センター

☎ 0299-58-5600

■美野里地区

実施日時	7月27日(土) 5:00 頃 ~ 11:00 頃
対象地区	美野里地区全域

問 JA新ひたち野 美野里営農経済センター

☎ 0299-48-1691

■散布日を順延する可能性があります

雨天の時、または散布までの天候の都合により順延する場合があります。その際は、防災無線でお知らせします。

■安全のためにご協力ください

- ・散布後2~3日は水田に入らないでください。
- ・水田付近でたばこを栽培している方は、散布日前に収穫をしてください。
- ・養魚池などは散布日にかけて流しをしてください。
- ・水田付近で家畜の放し飼いはせず、飼料などは事前に確保してください。
- ・散布地域付近の野菜などは、14日以上おいてから使用してください。
- ・飲料水・食物はビニールなどで覆い、薬剤がかからないように注意してください。
- ・自動車などに直接薬剤がかかった場合は、すぐに水洗いをしてください。
- ・通勤、通学者は、ご注意ください。
- ・水田付近で洗濯物・ふとんなどを干す場合には、散布時間をさけてください。

問 農政課 振興係

☎ 0299-48-1111 (内線1153・1155)



## いばらきカミキリみっけ隊に参加しませんか

特定外来生物クビアカツヤカミキリ、ツヤハダゴマダラカミキリによる被害を防止するため、茨城県は成虫を発見、退治する「いばらきカミキリみっけ隊」活動を推進しています。

6月～9月の期間中、退治した外来カミキリムシを窓口にお持ちいただいた方に、数に応じて奨励金や限定グッズを贈呈します。詳しくは茨城県生物多様性センターホームページをご覧ください。

実施期間	9月30日（月）まで
対象	小学生以上の茨城県民
参加方法	地域の公園・学校・街路などで見つけた対象のカミキリムシの成虫をその場で退治し、退治したカミキリムシを環境課窓口まで持参してください。
贈呈品	▶奨励金 10匹につきプリペイドカード 500 円分 ▶グッズ 10匹未満の場合は限定グッズ（先着順）
注意事項	・生きたまま個体を持ち運ぶことは法律で禁止されています。捕まえたら必ずその場で退治してください。 ・けがや事故に気をつけてください。 ・無断で私有地に入らないでください。 ・樹木などを折らないでください。

詳しくはこちら ▶



問 環境課 環境衛生係

ID 010738

☎ 0299-48-1111（内線 1141）



## 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
7/6（土）	（有）清司工務店	☎ 0299-48-2389
7（日）	（株）本田工業	☎ 0299-54-0158
13（土）	（有）山口水工	☎ 0299-58-0129
14（日）	興和工業（株）	☎ 0299-49-1103
15（月）	（株）広瀬商事	☎ 0299-53-0833
20（土）	（株）内田工業	☎ 0299-54-0041
21（日）	（株）中村、建工	☎ 0299-49-1466
27（土）	（株）美野里建設	☎ 0299-47-0780
28（日）	（株）出沼興業	☎ 0299-58-2467
8/3（土）	（株）勝樹設備	☎ 0299-48-3552
4（日）	（有）永作設備	☎ 0299-58-2819

※水道メーターより宅地内での漏水修理には修理費用が発生します。

※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】

7月に検針する上下水道料金の口座振替日は**7月29日（月）**です。再振替日は8月13日（火）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。

▶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

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

## 一斉催告実施中！未納のある方に催告書を発送しています

税金は決められた期限内に自主的に納めていただくものです。未納のまま税金を放置した場合、事前に知らせることなく財産調査や滞納処分を行います。

※病気や失業・生活困窮など、やむを得ない事情で納付が難しい場合はご相談ください。

### ■滞納処分の流れ



問 税務課 収税係 ☎ 0299-48-1111（内線 1186・1187・1188）



## 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）

- 🕒 7月16日（火）13:00～16:00
- 📍 市役所本庁 1階ロビー 打ち合わせスペース
- 🏢 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  
行政相談委員：大山進、伊野美也

- 🕒 7月12日（金）10:00～12:00
- 📍 美野里公民館 1階 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）。

- 🕒 7月3日（水）13:30～16:30
- 📍 社会福祉協議会美野里支所 ☎ 0299-36-7330
- 🕒 7月10日（水）13:30～16:30 法律相談
- 📍 社会福祉協議会本所 ☎ 0299-37-1551
- 🕒 7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

### 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

- 🕒 7月17日（水）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

#### こども休日診療（石岡第一病院）

	受付時間	診療科
休日	日曜日・祝日 8:30～11:30	小児科

#### 🏢 石岡第一病院（石岡市東府中1-7）

☎ 0299-22-5151

#### 石岡地域休日緊急診療センター（山王台病院）※7月7日開所

	受付時間	診療科
休日	日曜日・祝日・年末年始 (12月30日～1月3日) 9:00～11:30 13:00～15:30	総合診療（内科・外科）

#### 🏢 医療法人幕内会 山王台病院（石岡市東石岡4-1-38）

☎ 0299-26-3130

#### 水戸市休日夜間緊急診療所

	受付時間	診療科
休日	日曜日・祝日 9:00～11:45 13:00～15:15	内科・外科・歯科・ 小児科（内科系のみ）
夜間	毎日 19:30～22:15	内科・小児科（内科系のみ）

#### 🏢 水戸市休日夜間緊急診療所（水戸市笠原町993-13）

内科・外科・小児科 ☎ 029-243-8825

歯科 ☎ 029-243-8840

### ■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



## 人口と世帯数（令和6年6月1日現在）

	人数/戸数	前月比	人口増減の内訳	
人口	48,538人	(-23)	出生	14
男	24,549人	(-9)	死亡	56
女	23,989人	(-14)	転入	151
世帯数	21,858戸	(+11)	転出	132

