

## 「ふるさと下妻寄附制度」にご協力ください



市では、「輝く自然・あふれるやさしさ・活力みなぎるまち しもつま」を目指して、さまざまな取り組みを展開しています。

その一つとして、「ふるさと下妻寄附制度」をスタートさせました。

この制度は、本市にゆかりのある方、愛着のある方、故郷に貢献したいという皆さまの想いを、本市への寄附というかたちで、「ふるさと下妻」を応援していただくものです。

市外に住んでいる親類やお知り合いの方に、ぜひお勧めくださるようお願いいたします。(同窓会などを開催される場合には、市で資料を用意しますので、ご活用ください)

皆さまからの寄附金(ふるさと納税)は、各種の施策に活用させていただきます。

皆さまの応援をお待ちしています。

### ◆確定申告の際、控除対象となります◆

この制度により、市に対して寄附を行なった場合、5,000円を超える部分は、住民税所得割額の概ね1割を限度として所得税と合わせて税額控除されます。(税額控除には上限があります)

### ～ご注意ください！～

「ふるさと下妻寄附制度」の取り組みは、皆さまの「ふるさと下妻」を応援したいという善意を形にいただくための取り組みであり、決して寄附を強要するものではありません。

「ふるさと下妻寄附制度」をかたった寄附の強要や詐欺行為には十分ご注意ください。市が発行する納付書以外の振込用紙による振り込みをお願いすることは一切ありません。

寄附金の払い込みにあたり、何か不安に思うこと等がありましたら、お気軽にご相談ください。

問 企画課 ☎内線1313

## 防犯ボランティアパトロールにご協力ください ～安全で安心できる地域社会を実現するために～

市では、防犯ボランティアパトロールが平成17年6月に発足、8月末現在で843名の方が登録しています。

この事業は、防犯ボランティアとして登録した市民の皆さんが「下妻市防犯ボランティアパトロール」の帽子をかぶってパトロールを行ない、自ら安全で安心な地域づくりに貢献することを目的としています。

防犯ボランティアパトロールの募集は随時行っており、ボランティアとして登録した方を対象に、万が一に備えボランティア保険に加入します。(保険料は市で負担します)

なお、すでに登録している方で、ボランティアパトロールの帽子が汚れ・破損している場合については、新しいものと交換します。

都合により、防犯パトロール活動が困難になってしまった場合は、脱退手続きをしますので、帽子を市民安全課までお届けください。

皆さまのご協力をお願いします。

※県警ホームページ(<http://www.pref.ibaraki.jp/kenkei/>)には「地域安全マップ」や「市町村別大字単位犯罪マップ」など、防犯に役立つ情報が掲載されています。あわせてご覧ください。

問 申 市民安全課  
☎内線1433



## 農振農用地区域からの除外申請を 予定している方へ

平成21年度より農業振興地域整備計画の変更(総合見直し)を予定しています。

このため、平成21年度・22年度については、農用地区域の除外・編入等に係る申請の受付ができません。この期間に申請を予定している方は、平成20年12月の受付で申請するよう、ご準備ください。次回12月が総合見直し前の最後の受け付けになります。

問 市農政課 ☎内線2624・2625

## 国民健康保険制度について

◆65歳以上75歳未満の方のみの世帯に係る国民健康保険の納付方法が変更となっています

今年度から、下記の条件を満たす世帯主の方は、国民健康保険税の納付方法が年金からの天引き(特別徴収)となっています。

※特別徴収とは、世帯主の年金が指定口座へ振り込まれる前に、年金保険者(社会保険庁等)が国民健康保険税を差し引き、市へ納入する制度です。

- ①世帯主が、年額18万円以上の年金を受給している場合
- ②世帯主の介護保険料と国民健康保険税の合計額が年金支給額の1/2を超えない場合

※世帯主が社会保険等に加入している場合は、特別徴収の対象となりません。

### ◆特別徴収の方の納付方法が変更できます

下記の条件を満たしている場合は、申し出により、国民健康保険税を口座振替による納付に変更することができます。

- ①過去2年間の国民健康保険税を滞納なく納付している場合
- ②今後の国民健康保険税を口座振替により納付する場合



※後期高齢者医療制度の保険料の特別徴収についても同様に納付方法を変更することができます。詳しくは、お問い合わせください。

問 保険年金課 保険係 ☎内線1516

## 国税に関する質問・相談は「電話相談センター」へ

11月4日(火)から、納税者の皆さまからの電話による国税に関する質問・相談は、国税局「電話相談センター」でお受けします。

これにともない、税務署の代表電話が自動音声案内に変わります。

具体的な操作については、音声案内に従っていただきますようお願いいたします。

なお、10月24日(金)をもって、税務相談室水戸分室は閉鎖します。

問 下館税務署 ☎0296-24-2121

## シルバー人材センターの会員になってみませんか

案内

全国で約77万人もの会員が、豊富な経験・能力を活かし元気に活躍しています。健康で働く意欲のある原則60歳以上の方ならどなたでも入会できます。



※シルバー人材センターとは

- ・高齢者にふさわしい仕事を家庭・企業・公共団体等から引き受け、会員に提供する県知事許可の公益法人です。
- ・会員の『自主・自立』『共働・共助』を理念とした組織で会員自ら役員を選び、組織や事業運営に参画します。
- ・就業や収入の保障はありませんが、各人の希望と能力に応じた働き方ができます。

### ◆シルバー人材センターをご利用ください

- 高齢者の経験・能力を生かせる仕事があるとき。
- 臨時的仕事ができて、高齢者に向いていると思われたとき。
- 裸・障子・網戸張り、簡単な大工仕事、ペンキ塗り、樹木の手入れ、除草、草刈、樹木の殺虫剤・除草剤の散布、室内外清掃、軽作業などお引き受けできます。

※入会の申し込み、仕事のご依頼などお気軽にお問い合わせください。

問 申 シルバー人材センター ☎44-3198

## 東京電力から停電事故防止のお願い

農事用ビニール、防虫ネットなどの送電線への飛来付着等による停電事故にご注意ください。

### 【農事用防虫ネットなどの舞い上げ防止】

- ・風で飛び上がった、ビニールやネットが電線に接触して停電事故を起こすことがあります。
- ・防虫ネットにはアルミ箔が付いていて電気をよく通しますのご注意ください。
- ・使用済みのビニールなどは回収してください。
- ・使用中のものは、飛散しないように、もう一度お確かめください。

### 【移動式クレーンなどの接近防止】

- ・送電線に近づいただけで放電がおこり、電気が流れ感電するとともに、停電事故を起こします。
- ・送電線の付近で移動式クレーン等を使用される場合は、必ず東京電力へ連絡をお願いします。  
《その1本の電話が、事故・災害を防ぎます》

※故意や過失により送電線に付着または接近し「停電事故」が発生した場合は、被害を受けた方から責任を問われる場合があります。

問 (連絡先) 東京電力株式会社 下館支社 ☎25-3860

## 11月の相談

区分	日時	場所	問い合わせ
心配ごと相談	11月4日・11日・18日・25日(火) 午後1時30分～3時30分 受付 午後1時15分～3時 ※法律相談は11日と25日(予約制)	下妻公民館 2階 小会議室 ※4日は第二庁舎3階 中会議室 (法律相談は2階学習室)	市社会福祉協議会 ☎44-0142
行政相談	11月14日(金) 午後1時30分～3時30分	千代川公民館 1階 小会議室	市秘書課 ☎内線1212
	11月21日(金) 午後1時30分～3時30分	下妻公民館 1階 和室	
人権相談(困りごと)	11月21日(金) 午後1時30分～3時30分	千代川公民館 1階 小会議室	市人権推進室 ☎内線1583
納税相談	夜間納税相談 11月6日(木) 午後5時30分～7時30分 休日納税相談 11月30日(日) 午前8時30分～午後5時	本庁舎1階 収納課	市収納課 ☎内線1363 ～1365
こころの健康相談	11月12日(水) 午後1時～3時(予約制)	第二庁舎3階 小会議室	市福祉事務所 ☎内線1573

## ピアスパークしもつま 入浴料金値上げにご協力ください



ピアスパークしもつまは、9周年を迎えることができましたが、原油高騰や原材料の値上がりに対応するため、やむなく入浴料金を値上げすることになりました。なお一層のサービス向上と経営改善に努めていきますので、ご協力をお願いします。

種類	現行料金	改定料金(H21.1.1～)	備考
大人入浴料(中学生以上)	700円	800円	
小人入浴料(小学生)	400円	500円	
大人回数券(11枚綴り)	7,000円	8,000円	
小人回数券(11枚綴り)	4,000円	5,000円	
パスポート(1年有効)	50,000円	60,000円	有効期間内は、入浴回数に制限はありません。(本人に限る)
パスポート(6か月有効)	30,000円	35,000円	
パスポート(3か月有効)	20,000円	25,000円	
70歳以上(市内在住者のみ)	550円	650円	フロントで購入
身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳をお持ちの方および介護者1名	550円	650円	フロントで購入

※既に当社が発行した優待券でのご利用は、従来どおりです。

問 ピアスパークしもつま ☎30-5121

## 『茨城FPフォーラム2008inつくば』を開催します

- 日時 11月23日(日)
- 場所 つくば国際会議場
- 内容
  - (1)パネルディスカッション(定員120名)  
10:00～11:50  
見つけよう「私ならではのライフプラン」～本当の自立のために～  
パネラー 平野国美氏、木皿昌司氏、奥村彰太郎氏
  - (2)ファイナンシャル・プランナーによる個別相談会(定員 各時間帯6組)  
12:00～12:50、13:00～13:50、14:00～14:50  
※事前申し込み優先、当日受付可
- 参加費 パネルディスカッション、個別相談会とも無料
- 申込方法 メールまたはFAXにてお申し込みください。

問 申 NPO法人日本FP協会茨城支部  
☎029-232-4420  
Fax029-228-0306  
E-mail ibaraki bb@jafp.or.jp

## 県立霞ヶ浦聾学校 学校公開

地域の皆さんに、聴覚障害を有する子供達の学習する場である聾学校を参観していただき、聴覚障害についてご理解いただくため学校を公開します。

- 日時 11月7日(金)  
午前9時20分～午後12時20分  
※受付 午前9時
- 場所 県立霞ヶ浦聾学校
- 内容 授業公開・施設公開
- 対象 本校学区内に居住する方、療育センター・保育所・保育園・幼稚園・小中学校・特別支援学校等関係機関の職員等
- 申込方法 10月24日(金)までにFaxにてお申し込みください。

※詳しくは、本校ホームページ  
(<http://www.kasumigaura-sd.ed.jp/>)  
をご覧ください。

問 申 県立霞ヶ浦聾学校  
(杉浦, 岡田, 大窪)  
☎029-889-1555  
Fax029-889-2413

## あたらしい出会いを探してみませんか

NPO法人ベル・サポートでは、いばらき出会いサポートセンターと共催により、ふれあいパーティを開催します。



※いばらき出会いサポートセンターは、県と(社)茨城県労働者福祉協議会が共同で設立した組織です。

- 【さしま会場】
- ◆日時 11月8日(土)11:00～15:30(受付10:00～)
- ◆場所 県立さしま少年自然の家[境町伏木2095-3]
- ◆対象者 40歳以下の独身者
- ◆定員 男性15名 女性15名
- ◆内容 バーベキュー
- ◆参加費 男性4,000円 女性2,000円  
※当日徴収します
- ◆申込開始 10月8日(水)～  
※定員になり次第締め切ります。

- 【結城会場】
- ◆日時 11月23日(日)13:30～17:00(受付12:30～)
- ◆場所 結城市民情報センター[結城市国府町1-1-1]
- ◆コース
  - Aコース 対象者 40歳までの独身者  
定員 男性15名 女性15名  
参加費 男性4,000円 女性2,000円  
※当日徴収します
  - Bコース 対象者 40歳以上の独身者  
定員 男性10名 女性10名  
参加費 男性4,000円 女性2,000円  
※当日徴収します
- ◆申込開始 10月23日(木)～  
※定員になり次第締め切ります。

- 【つくば会場】
- ◆日時 11月30日(日)13:30～17:00(受付12:30～)
- ◆場所 ホテルグランド東雲[つくば市小野崎448-1]
- ◆コース
  - Aコース 対象者 40歳までの独身者  
定員 男性15名 女性15名  
参加費 男性4,000円 女性2,000円  
※当日徴収します
  - Bコース 対象者 40歳以上の独身者  
定員 男性10名 女性10名  
参加費 男性4,000円 女性2,000円  
※当日徴収します
- ◆申込開始 10月30日(木)～  
※定員になり次第締め切ります。

問 申 NPO法人ベル・サポート  
☎0280-87-7085  
E-mail info@bell-support.net

## 最適なライフステージで 快適な暮らし始めて見ませんか

案内

下妻東部第一土地区画整理事業により造成した宅地を分譲しています。市役所・体育館・文化施設・公園などの公共施設や保育園に隣接し、常総線下妻駅や下妻小学校、商店・病院・金融機関などがある市街地に近く利便性の良い宅地です。

下妻駅から徒歩10分 坪単価16.49万円より8区画  
つくばエクスプレス TX「守谷駅」經由  
常総線「下妻駅」⇄「都心」約70分

- ◆分譲概要
- 【所在】本宿町2丁目、田町1丁目、田町2丁目
- 【分譲区画】8区画(全41区画・分譲済33区画)
- 【分譲面積】  
189.49㎡(約57坪)～333.43㎡(約101坪)
- 【価格】1,050.43万円台～1,922.31万円台
- 【坪単価】16.49万円～19.47万円
- 【最多価格帯】1,100万円台 5区画
- 【上下水道完備】加入負担金・受益者負担金あり

- ◆現地見学会開催
- 【日時】10月18日(土)・19日(日)  
午前10時～午後4時
- ※ご来場の方に花の種(ポピー・スイートピー)を差し上げます。
- 【受付場所】  
下妻東部第一土地区画整理事業地内テント  
(保健センター地先、信号付近)  
※台風等悪天候の場合は中止します。  
※現地見学会開催日以外も随時受付、現地案内をしています。



## ◆分譲価格表<8区画>

宅地番号	面積(㎡)	販売価格(円)	用途地域
2	196.71	10,504,314	②
3	232.06	11,579,794	②
4	333.43	17,171,645	②
5	326.37	19,223,193	③
6	216.47	11,451,263	①
8	189.49	11,066,216	③
9	189.49	11,066,216	③
10	189.49	11,066,216	③

※用途地域・容積率/建ぺい率

- ①第一種住居地域 200/60
- ②第一種低層住居専用地域 100/50
- ③第二種中高層住居専用地域 200/60

問 申 市都市整備課 区画整理係 ☎内線1726

## 図書館まつり

市立図書館では、「図書館まつり」を開催します。小学生以下のお子さんを対象に「図書館まつりスタンプラリー」も行ないます。楽しい催し物がいっぱいですので、ぜひご来館ください。



- とき 10月19日(日)
- ところ 市立図書館
- 内容 10時～ おりがみ体験コーナー  
10時30分～ 対面朗読見学体験  
11時～ おはなしの花たば  
雑誌の付録リサイクル  
紙芝居おじさん  
12時～ 本のリサイクルフェア  
13時30分～ 子どもの映画会  
14時～

問 市立図書館 ☎43-8811

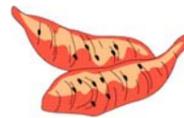
## 『第18回ポピーの種まき& さつまいも掘り大会』を開催します

秋も深まり、ポピーの種まき大会の季節になりました。今年も種まき大会に合わせて、6月に皆さんで植えたさつまいもの収穫祭と試食会を兼ねて、さつまいも掘り大会を開催します。また、焼きいもの試食と温かい豚汁も用意しますので、皆さまのご参加をお待ちしています。

- 日時 10月19日(日)午前9時～ ※雨天の場合は10月26日(日)に延期
- 場所 鬼怒フラワーライン
- 主催 花と1万人の会

※さつまいも掘り用の袋は、花と1万人の会で準備しますので軍手・長靴をご持参ください。

問 花と1万人の会事務局 (市都市整備課内) ☎内線1722



晩秋の野道を  
楽しく歩いて  
みませんか!

## 参加者を募集します

### 『第7回ふれあいウォークフェスティバル』～歩く会～

歩くことをとおし、多くの市民の皆さんに体力増進や健康維持に関する意識を高めていただき、あわせて地域間交流・世代間交流を深めていただくことを目的に開催します。

参加受付は、当日会場でおこないます。ご家族・お友達を誘ってぜひご参加ください。

- ▼日時 10月26日(日)午前8時 開会式 受付 午前7時30分～
- ※小雨決行
- ▼場所 千代川公民館前広場 [千代川庁舎隣り]
- ▼参加費 無料
- ▼コース 晩秋の野道ふれあいコース (約7km)

千代川公民館⇒ほっとランド東⇒ヘキサホール 入口交差点⇒鬼怒川堤防⇒食肉センター前⇒鬼怒川堤防⇒ほっとランド南⇒千代川公民館

※ゴール後は、千代川公民館での “千代川地区文化祭・ステージ発表” にもお立ち寄りください。

問 第7回ふれあいウォークフェスティバル 実行委員会(スポーツ振興課内) ☎内線2863

### 『第1回協会杯市民パークゴルフ大会』

- ▼とき 11月9日(日)午前8時集合 ※小雨決行
- ▼ところ 小貝川ふれあい公園 パークゴルフ場
- ▼参加資格 市内在住・在勤の方
- ▼試合方法 36ホール ストロークプレー
- ▼参加費 500円 ※参加費は当日ご持参ください (プレー代は無料です)

▼募集人員 定員70名  
▼申込締切 11月1日(土) ※先着順。定員になり次第締め切ります。 ※参加されるご本人がお申込ください。 ※当日の参加申込はできません。

申 ネイチャーセンター ☎45-0200

問 下妻市パークゴルフ協会 (山中) ☎44-4334

### 『アクアビクス教室』

好評のアクアビクス教室を開催します。水中運動をして、普段の運動不足を解消しましょう。初めての方、泳げない方でも大丈夫です。みんなで楽しく運動しましょう。

- ▼日時 11月6日・13日・20日・27日・12月4日・11日(木) 午前10時～正午
- ▼会場 ほっとランドきぬ[中居指1126]
- ▼講師 ほっとランドきぬ フィットネストレーナー
- ▼内容 ストレッチ体操 音楽に合わせた水中運動など
- ▼受講対象 市内在住、在勤の方
- ▼募集人数 20名
- ▼参加費 1人500円(保険代) ※ほっとランドきぬ利用料金が別途かかります。(1回500円)
- ▼申込方法 電話にてお申し込みください。定員になり次第締め切ります。
- ▼持参物 水着、帽子、バスタオルなど
- ▼申込期間 10月16日(木)～31日(金)

問 申 市スポーツ振興課 ☎内線2863

### 『はつらつエクササイズ教室』

日頃の運動不足解消を目的に、はつらつエクササイズ教室を開催します。昼間はなかなか運動ができない方、みんなで一緒に身体を動かして楽しく運動しましょう。



- ▼日時 11月6日・13日・20日・27日・12月4日・11日(木) 午後7時～8時30分
- ▼会場 市総合体育館
- ▼講師 佐藤玲子(エアロビクスインストラクター)
- ▼内容 エアロビクス・ストレッチなど
- ▼受講対象 市内在住、在勤の方
- ▼募集人数 30名
- ▼参加費 1人500円 (保険代として事前にいただきます)
- ▼申込方法 電話にてお申し込みください。定員になり次第締め切ります。
- ▼持参物 運動靴、タオル、飲み物、ストレッチマット(お持ちの方)
- ▼申込期間 10月16日(木)～31日(金)

問 申 市スポーツ振興課 ☎内線2863

## 市文化祭／参加者を募集します

### 『茶道無料体験』

～抹茶をおいしく点てるコツを 学びませんか～

- とき 11月2日(日)・3日(祝) 午前10時～午後3時
- ところ 下妻公民館2階 研修室
- 定員 各日100名(先着順)

※昨年度と開催場所が変更になっていますので、ご注意ください。

問

下妻市茶道連盟 香出水会(増田) ☎44-4855



### 『市民将棋大会』

- とき 11月9日(日)午前9時～
- ところ 下妻公民館1階 和室
- 参加費 1,000円(弁当代等) ※当日持参してください。

問

下妻将棋会 (鈴木) ☎44-3430



### 『市民囲碁大会』

- とき 11月16日(日)午前9時～
- ところ 下妻公民館2階 和室
- 参加費 2,000円(弁当代等) ※当日持参してください。

問

常総清娛会 (小林) ☎44-2522



## インフルエンザの予防接種を実施します

- ◆対象者
  - ・下妻市に住民登録をしている方で、接種当日満65歳以上の方
  - ・60歳以上65歳未満の方のうち、心臓・じん臓・もしくは呼吸器の機能に障害を有する方、またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害を有する方
- ◆接種期間 10月15日(水)～平成21年1月31日(土)
- ◆接種回数 公費負担(3,000円)が行なわれるのは1回のみです。
- ◆個人負担金
  - 多少の個人負担金(1,000円程度)がかかりますので、各医療機関にご確認ください。



### ◆実施医療機関

#### ①市内指定医療機関

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
古橋耳鼻咽喉科医院	☎45-0777	軽部病院	☎44-3761
菊山胃腸科外科医院	☎44-2014	坂入医院	☎43-6391
砂沼湖畔クリニック	☎43-8181	中山医院	☎43-2512
加倉井皮膚科クリニック	☎30-5007	宇津野医院	☎45-0311
渡辺クリニック	☎43-7773	平間病院	☎43-5100
とやまクリニック	☎30-5010	浅田医院	☎44-3957
湖南病院・とき田クリニック	☎44-3232	古橋医院	☎44-2792
		下條整形外科	☎43-3666

#### ②市外広域予防接種協力医療機関

市外医療機関での接種を希望する方は、事前に下妻市保健センターに申し込み、予防接種券および予診票等の交付を受け、これを持参して接種を受けてください。

- ※市内医療機関で接種される方は、接種券等は必要ありません。
- ※予防接種希望の方は、医療機関に予約をしてください。
- ※年齢確認のため健康保険証を持参してください。
- ※流行する前の12月中頃までに接種することをお勧めします。

### ～ご注意ください！～

- ◇昭和18年10月～12月および昭和19年1月生れの方は誕生日から接種ができます。
- なお、昭和19年2月1日以降生れの方は、今年度の補助対象になりませんので、ご注意ください。
- ◇当日の体調不良により接種できない場合、診察料がかかることもありますので、ご了承ください。

問 申 市保健センター ☎43-1990

## 子宮がん・骨粗しょう症の集団検診を実施します

子宮がんおよび骨粗しょう症の集団検診を実施します。  
なお、骨粗しょう症の検診は、下記の年齢の方が対象で、検査方法はかかとの超音波検査です。



- ◆受付時間 午後1時～1時30分
- ◆対象者
  - 子宮がん検診・・・20歳以上の女性
  - 骨粗しょう症検診・・・40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳、70歳の女性(平成21年3月31日現在の年齢)
- ◆検診料 子宮がん検診 500円 骨粗しょう症検診 500円
- ◆検診日程・会場等
  - ◎今年度の骨粗しょう症検診は、  
千代川保健センター 11月10日(月)、  
下妻市保健センター 11月17日(月)、12月2日(火)に実施します。  
子宮がん検診と両方希望する方・骨粗しょう症検診のみ希望する方は、この日程で受診してください。

月日	曜	検診会場	実施地区
◎11.10	月	千代川保健センター	鎌庭・長萱・伊古立 <骨粗>
11.11	火	千代川保健センター	村岡・別府・五箇・皆葉・本宗道・鬼怒・見田・唐崎
11.12	水	千代川保健センター	田下・下栗・羽子・原・大園木・鯨・宗道・渋田
11.14	金	下妻市保健センター	黒駒・柴・江・関本下・平方・桐ヶ瀬・前河原・半谷 南原・赤須
◎11.17	月	下妻市保健センター	大木・尻手・渋井 <骨粗>
11.20	木	下妻市保健センター	高道祖地区・下妻戊・砂沼新田
11.25	火	下妻市保健センター	総上地区・長塚・石の宮
11.26	水	下妻市保健センター	豊加美地区・下妻丙
11.27	木	下妻市保健センター	騰波ノ江地区・下妻丁・下妻甲
11.28	金	下妻市保健センター	下妻乙・田町・本城町・本宿町
12.1	月	下妻市保健センター	平川戸・横根・坂井・比毛・堀籠・大串・平沼・福田・下木戸・北大宝
◎12.2	火	下妻市保健センター	大宝・坂本新田・大木新田・小野子町 <骨粗>

- ※子宮がん・骨粗しょう症検診は加入されている健康保険の種類にかかわらず受診できます。
- ※今年度、医療機関で子宮がん検診をすでに受診されている方は受けられません。
- ※子宮がん検診の受診券は、平成19年度に受診された方に送付します。
- 新たに希望される方はお申し込みください。

### ～検診の注意点～

- ◇当日はスカートを着用するか持参してください。
- ◇生理(月経)中の方も受診することができます。

問 申 市保健センター ☎43-1990

## 生活習慣病予防教室

### ～話題のメタボを理解しよう～

食事・運動などあなたの日々の生活が招く生活習慣病。

心臓病や脳卒中を合わせた循環器の病気を引き起こす原因は“動脈硬化”であり、その動脈硬化の危険因子は肥満・・・特にお腹まわりに蓄積した脂肪は要注意です。

そこで、メタボリックシンドロームとは何か？健康への影響や予防法など学んでみましょう。

- 日時 11月11日(火) 午後1時30分～4時
- 場所 下妻市保健センター
- 参加費 100円(保険代)
- 内容
  - 『メタボリックシンドローム、生活習慣病について』  
平間病院 院長 平間敬文 先生
  - 『リズム体操で運動不足を解消』  
下妻スポーツクラブ  
インストラクター 沼尻祐子 氏
- 申込期限 10月31日(金) ※先着50名

問 申 市保健センター ☎43-1990

## 講演会を開催します

### 「こどもの救急ってどんなとき～上手なお医者さんのかかり方～」

現在、子育て真っ最中の方や妊婦さん、また興味・関心がある方、ぜひお越しください

- とき 11月27日(木) 午前10時～11時30分
- ところ 下妻公民館
- 講師 まつだこどもクリニック 院長 松田恭寿 先生
- 内容 子どもの健康管理と急な症状の対処方法、救急外来を受診する際のポイントなど
- 募集人数 30名
- 申込締切 11月21日(金)
- ※保育希望の方は申し込み時にお申し出ください。(先着15名)

問 申 市保健センター ☎43-1990

## 『第18回 健康ウォーキング大会』参加者募集

健康ウォーキング大会を開催しますので、皆さまのご参加をお待ちしています。

- ◆日時 11月1日(土) 午前8時10分から受付開始
- ※雨天中止。
- ※受付終了後に血圧測定・準備体操を行いません。
- ◆集合場所 市保健センター
- ◆コース 保健センター～真壁街道～旧国道294号～大宝八幡宮を往復(片道2.5km)
- ◆参加資格 市内在住・在勤の方
- ◆募集人員 150名
- ◆参加費 無料
- ◆申込方法 10月20日(月)までに、電話または直接保健センターへお申し込みください。
- ※保険加入のために事前に申し込みが必要です。(当日の申し込みは参加できません)
- ◆主催 下妻市

※『平成20年度文化祭』のチラシ(A3版橙色)では、11月2日(日)開催となっておりますが、11月1日(土)に変更になりますのでご了承ください。

問 申 市保健センター ☎43-1990

### 市外の催し

## 筑西遊湯館『芸能発表会』

- 日時 10月26日(日) 午前11時～午後3時(予定)
- 内容 舞踏や和太鼓などの発表

問 筑西遊湯館 ☎33-5151 [筑西市下川島471-2]

## 案内

### 『親子まつり』を開催します

下妻母親クラブでは、親子まつりを開催します。  
どうぞご家族そろって、ご参加ください。

- 日時 10月25日(土)午前10時～午後2時
- 会場 リフレこかい[やすらぎの里内]
- 対象 未就学児とその家族
- 内容 10:00～ オープニング  
10:30～ 親子体操  
11:00～ パネルシアター  
11:30～ ゲーム  
12:30～ 英語で遊ぼう  
13:00～ 親子エアロビ

親子で楽しい  
時間を過ごし  
ませんか!

その他に工作、リサイクルバザー、タイムカプセル、  
赤ちゃんの手形ペッタン、パン屋の移動販売等。

- 参加費 無料(一部実費あります)
- ※授乳室等用意してあります。
- ※ゴミは各自お持ち帰りください。

問 下妻母親クラブ(諸井) ☎43-9595  
下妻市社会福祉協議会 ☎44-0142

### 石下高校・上郷高校は統合して 「石下紫峰高校」になります

平成21年4月より石下高校と上郷高校が統合して新しいタイプの単位制普通科高校がスタートします。

#### ◆新校の5つの特徴

- ①自由選択科目  
(カレッジ系・ビジネス系・ライフ系・ライセンス系)
- ②企業・大学や専門学校との連携
- ③2人担任制
- ④習熟度別・少人数での「わかる」授業
- ⑤体験学習

◎学校説明会(第2回説明会)  
日時 11月8日(土)  
午前9時30分～  
場所 石下高校



問 新校準備事務局(石下高校内) ☎0297-42-3118

## 募集

### 生涯学習ボランティア講師募集

市教育委員会では、市民のさまざまな学習活動を支援・指導して下さるボランティア講師を募集します。

- 応募条件 市内在住・在勤で、幅広い分野で専門的な知識・技能等をお持ちの方
- 応募内容 ボランティア講師の活動に意欲のある方は、応募してください。  
選考・審査後、正式に登録が決定したとき、市生涯学習ボランティア講師登録者として認定されます。  
※選考・審査結果に関する個別の問い合わせには応じられません。
- 応募受付 随時受け付けています。
- 報酬等 ボランティア講師の活動に対しては無償です。
- 保険加入 公民館で傷害保険に加入します。

問 申 下妻公民館 ☎43-7370  
千代川公民館 ☎44-3141

### 働く婦人の家『漬物講座』参加者募集

- 日時 10月25日・11月1日・8日・15日(土)  
午後2時～4時
- 場所 働く婦人の家
- 受講資格 市内在住・在勤の方
- 定員 15名
- 受講料 無料  
※ただし、材料代および利用者運営費をいただきます。
- 申込方法 10月22日(水)までに来館または電話でお申し込みください。  
定員になり次第締め切ります。



問 申 働く婦人の家 ☎43-7929  
受付時間 午前9時～午後5時  
※月曜日および祝日の翌日は休館日

### 平成21年度 一般入学者募集

- 訓練科名 自動車整備科
- 募集定員 10名
- 訓練期間 2年
- 訓練内容 2級自動車整備士の試験合格を目標に、エンジン・シャシの分解整備、故障診断・点検・検査など専門的な知識技能を学びます。
- 応募手続き  
◇応募資格 高等学校を卒業した方(平成21年3月に高等学校卒業見込みの方を含む)  
◇受付期間 10月27日(月)～11月7日(金)  
◇提出書類 入学願書、調査書、健康診断書(過年度卒業者のみ)  
◇試験日 11月14日(金)  
◇選考内容  
・国語(「国語総合」の近代以降の文章(国語表現Ⅰにも配慮する))  
・数学Ⅰ(方程式と不等式、二次関数、図形と計量)  
・面接  
◇試験場所 県立古河産業技術専門学院  
◇合格者発表 11月21日(金)

問 申 県立古河産業技術専門学院  
☎0280-76-0049  
〒306-0126[古河市諸川1844]

### 平成21年度 学院生募集

- 学科名 機械システム科、電気工事科
- 応募資格 高等学校を卒業した方(平成21年3月卒業見込み含む)
- 受付期間 10月27日(月)～11月7日(金)
- 試験日 11月14日(火)  
※詳細については、お問い合わせください。

問 県立筑西産業技術専門学院  
☎24-1714

### 「いばらき営農塾」受講者募集

## 募集

県では、県内で近く農業を始める方や農業を始めて間もない方を対象に、農業技術の基礎を体系的に学べる研修を行ないます。

- 研修内容と対象者  
【営農支援研修Bコース】  
期間 12月5日(金)～平成21年3月17日(火)  
※原則週2回(火曜日・金曜日の夜間および一部平日の日中)  
対象者 本格的な農業経営を目指す概ね45歳までの方
- 場所 県立農業大学校園芸部 [坂東市岩井5205-3]
- 内容 農業基礎知識の講義と実習
- 定員 40名
- 受講料 無料(ただし、テキスト代等は受講者負担)
- 申込方法 もよりの農業改良普及センターを経由して、県立農業大学校に申し込んでください。  
申込者多数の場合は選考のうえ、決定します。
- 申込締切 11月14日(金)必着

問 県立農業大学校 ☎029-292-0010  
ホームページ  
<http://www.ibanodai.ac.jp>



### 平成20年度自衛官募集

種目	2等陸・海・空士
受付期間	年間を通じて行なっています
応募資格	18歳以上27歳未満の男子(平成21年4月1日現在)
試験期日	12月13日(土)、平成21年1月10日(土)・2月7日(土) ※都合により変更する場合あり。
合格発表	試験毎に実施
入隊等の時期	平成21年3月下旬または4月上旬
初任給等	159,500円(学歴、職歴等により異なります) 期末手当 年2回(6月・12月) 4.5月分
衣・食・住	全員自衛隊内の宿舎に入居(宿舎費無料) 平日の課業時間終了後および休・祝日は、外出可能。 食事、制服・作業服・靴・ワイシャツ・その他の被服類、寝具等も支給または貸与あり。
休日・休暇	年次休暇(年間24日)、夏季および年末年始の特別休暇等あり。週休2日制。
その他	陸上は2年、海上・航空は3年を1任期として任用されますが、引き続き自衛官として勤務を希望する場合は、選考により2年を任期として継続任用されます。

問 自衛隊筑西地域事務所 ☎22-7239  
ホームページ <http://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/>