

# 広報しもつま お知らせ版

No.1



1/2

発行 下妻市役所 [〒304-8501 下妻市本城町2丁目22番地] 編集 秘書課  
市役所へのお問い合わせは ☎0296-43-2111 www.city.shimotsuma.lg.jp

案内

## セット健診・胃がん検診の予約受付が始まります

案内

日程	会場	内容	対象者 (平成28年3月31日現在の年齢)
4月21日(火)	下妻保健センター	A. セット健診 (健康診査+胃がん検診)	A. セット健診 ・30~39歳の方(保険証不問) ・40~74歳の方(国保加入者) 【条件】 健診と胃がん検診、両方を受診できる方に限ります。
4月22日(水) 23日(木)	千代川公民館		
6月18日(木) 19日(金) 20日(土)	下妻保健センター		
5月7日(木)	下妻保健センター	A. セット健診 (健康診査+胃がん検診)	B. 健康診査のみ ・39歳以下の方(保険証不問) ・40~74歳の方(国保加入者)
7月2日(木)		B. 健康診査のみ C. 胃がん検診のみ (バリウム検査)	C. 胃がん検診のみ ・30歳以上の方 ※75歳以上の方はお問合せください。

セット健診は「健康診査」と「胃がん検診」が同時に受けられます。両方ご希望の方は、「セット健診」を予約し、快適に健診を受診してください。胃がん検診のみ希望の方は5月7日(木)、7月2日(木)のどちらかを選びご予約ください。健康診査のみ希望の方は、5月からの集団健診でも受診可能(日程は4月10日号掲載予定)



### 健(検)診費用

健(検)診項目	健(検)診料金	自己負担額
セット健診 (健康診査+胃がん検診)	12,419円	2,000円
健康診査のみ	7,559円	1,500円
胃がん検診のみ	4,860円	500円

希望であれば、次の検診も一緒に受診できます。

検診項目	検診料金	自己負担額
肺がん・結核検診	1,404円	39歳以下 700円 40~64歳 300円 65歳以上 無料
前立腺がん検診 (40歳以上男性)	2,376円	500円
肝炎ウイルス検査 (40歳以上の未実施者)	3,240円	500円
大腸がん検診 (30歳以上)	1,728円	300円

## みんなであそぼう「遊びの広場」開催

子育て真っ最中のみなさん!子育てで困ったことはありませんか。ちょっとしたことを聞けるお友達や先輩ママがいる広場に来てみませんか。

日時 3月6日(金)午前10時30分~正午

場所 下妻市保健センター

参加費 無料

内容 ・作ってあそぼうコーナー  
・ぴよぴよコーナー(0歳~1歳児向け)  
・のびのびコーナー(2歳~就園前向け)  
・育児相談コーナー

主催 下妻市母子保健推進員協議会

問 市保健センター ☎43-1990

問 申 市保健センター ☎43-1990

## こころの健康づくり講演会

### 「気付いてください こころのサイン

~ストレスケア外来の最前線から~」開催

日時 3月14日(土)午後2時~3時30分

場所 千代川公民館 1階 ホール

講師 東京女子医科大学病院神経精神科教授

坂元 薫 氏

参加費 無料 申し込み不要

参加希望の方は、当日会場へお越しください。ご質問のある方はご連絡ください。

問 市福祉課 ☎43-8352

## 国民健康保険被保険者証(保険証)が更新されます

「国民健康保険被保険者証(保険証)」は、毎年4月1日に新しいものになります。平成27年度の保険証は世帯ごとに3月下旬に郵送します。個人ごとの保険証ですので、届いたら必ず保険証枚数と記載内容をご確認ください。

国民健康保険税が未納になっている世帯には、保険証は郵送されません。後日、納税相談の通知を郵送しますので、指定日に来庁してご相談ください。

### ~保険証郵送を簡易書留で希望する方~

保険証は普通郵便で送付しますが、簡易書留による送付を希望する方は事前にお申し込みください。26年度以前の国民健康保険税が完納されていない場合などは、郵送での対応はできません。

### 申込方法

・窓口で申し込む場合

保険年金課(本庁舎)またはくらしの窓口課(千代川庁舎)へ310円分の切手と保険証(番号確認のため)を持参してください。

・郵便で申し込む場合

世帯主氏名、住所、電話番号、保険証番号、簡易書留希望と明記のうえ、310円分の切手を同封して保険年金課へ送付してください。

### 申込期限

3月10日(火)必着

### 送付先

市保険年金課 ☎45-8124

〒304-8501 下妻市本城町2-22

## ~国民健康保険の手続き~14日以内に届出をお願いします

	こんな場合は手続きを	手続きに必要なもの
国保に加入	職場の健康保険をやめたとき	職場の健康保険をやめた証明書、印鑑
	下妻市に転入したとき	印鑑
	子どもが生まれたとき	母子手帳、保険証、印鑑
国保をやめる	生活保護を受けなくなったとき	保護廃止決定通知書、印鑑
	職場の健康保険に入ったとき	両方の保険者証(職場の保険証が未交付の時は加入したことを証明するもの)、印鑑
	後期高齢者医療に移るとき	
	下妻市から転出するとき	保険証、印鑑
その他	死亡したとき	
	生活保護を受けるようになったとき	保護開始決定通知書、保険証、印鑑
	市内で住所が変わったとき	
	世帯主や氏名が変わったとき	保険証、印鑑
	世帯を分けたり、一緒にしたとき	
	保険証をなくしたとき	身分を証明するもの(免許証など)、印鑑
	修学のため、別に住所を定めるとき	在学証明書、保険証、印鑑

問 市保険年金課 ☎45-8124

~ジェネリック医薬品希望カードをご利用ください~



ジェネリック医薬品とは

ジェネリック医薬品(後発医薬品)は、最初に作られた薬(先発医薬品:新薬)の独占販売期間が終了した後に発売が許可される医療用医薬品で、新薬より安価な薬です。

安全性は大丈夫?

新薬と同じ主成分のもとで開発・製造され、厚生労働省のジェネリック医薬品承認基準をクリアしている安心・安全な薬です。

ジェネリック医薬品希望カードの使い方

すべての薬にジェネリック医薬品があるとは限りません。治療内容によっては適さない場合もありますので、まずは医師に相談し、薬の選択や使用方法については薬剤師に相談してください。その際、カードを提示すると希望を伝えやすくなります。

~臓器提供意思表示にご協力ください~

臓器移植医療に対する理解を深めていただくよう保険証の裏面に「臓器提供意思表示欄」が設けられています。

意思表示欄への記入は任意であり、記入を義務づけるものではありませんが、少しでも多くの方のご協力をお願いします。



## プリザーブド・フラワーアレンジ教室 『受講生』募集

## 募集

プリザーブド・フラワーとは、生花でもドライでもない新しい花の形です。生花に独特の技術をほどこし、フレッシュなままの柔らかさと発色を長期間お楽しみ頂けます。永遠の美しさを演出してみませんか。

日にち 第1回 3月27日(金)春の訪れ  
第2回 4月17日(金)ありがとうの贈りもの  
第3回 5月15日(金)爽やかにナチュラルに  
第4回 6月12日(金)輝き  
時間 (午前の部)午前10時～正午  
(午後の部)午後1時30分～3時30分  
場所 砂沼サンビーチロビー  
定員 午前・午後 各20名(先着順)  
受講料 1受講につき2,500円(花材費等含む)  
キャンセル料金は、各受講日の1週間前から発生  
持物 新聞紙1枚、はさみ(文房具用でOK)、ピンセット  
申込期限 各開講日の1週間前まで

**問 申** 砂沼サンビーチ管理事務所 ☎43-6661

## 『春休み いけ花体験教室』参加者募集

春の思い出づくりに、お友達やご家族とお花を生けて楽しみませんか。

日時 3月28日(土)午前9時30分～11時  
場所 下妻公民館 2階 和室  
対象 幼児(5歳)～大人 幼児は、保護者同伴  
参加費 1人900円(教材費)  
準備物 新聞紙、タオル  
はさみ、器のある方は持参可  
申込期限 3月12日(木)まで

**問 申** 下妻市華道文化協会(高野)  
☎・Fax43-1775  
知り合いの華道文化協会の先生に申し込み可

## 『刃物研ぎボランティア』開催

## 案内

家庭でお使いの包丁は切れますか。ご近所の方の包丁も一緒にお持ちください。切れる包丁で楽しい料理をしましょう。

日時 3月27日(金)午後1時～2時30分  
場所 JA常総ひかり千代川センター

**問** 下妻市社会福祉協議会 ☎44-0142

## 『高齢者はつらつ百人委員会』委員募集

高齢者自らが委員となり、地域の高齢者を対象に健康づくり、生きがいづくりに関する事業を企画し実施する委員会です。ぜひご応募ください。

応募資格 県内に住んでいるおおむね60歳以上で、委員会の活動に出席できる方  
地方公共団体の長および議員は除く  
報酬・交通費なし  
任期 平成27年4月～平成29年3月末日までの2年間  
応募方法 はがきに住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別・電話番号と「応募の動機、活動の抱負、社会活動歴など」を明記し、3月13日(金)までにお申し込みください。(当日消印有効)

**問 申** (社福)茨城県社会福祉協議会  
茨城わくわくセンター  
☎029-243-8989  
Fax029-244-4652  
〒310-8586 水戸市千波町1918]

## 『ウォーキング大会』開催

日時 3月8日(日)  
受付：午前9時 出発：午前9時30分  
小雨決行  
集合場所 やすらぎの里しもつま  
ふるさと交流館「リフレこかい」  
コース 5kmコース・7kmコース  
主催 蚕飼地区まちづくり推進委員会  
その他 事前予約不要。参加賞や豚汁、おにぎりのサービスがあります。

**問** リフレこかい ☎30-0070



## 『短期集中特別訓練』開催

雇用保険を受給できない方で就業経験が少ない方等を対象とした短期(1か月)の職業訓練です。

3月開講日 3月16日(月)、31日(火)  
受講料 原則無料(テキスト代等は自己負担)  
ハローワークによる積極的な就職支援あり  
一定要件を満たせば、給付金を支給  
詳しくはハローワークにお問合せください。

**問** ハローワーク下妻 ☎43-3737

## 県立筑西産業技術専門学院 『学院生』募集(一般入学者選考試験)

募集訓練科 機械システム科・電気工事科  
(各10名程度)  
試験日 平成27年3月11日、18日、25日  
(毎週水曜日)  
出願期間 毎週金曜日まで随時受付  
(出願した翌週水曜日に選考試験)  
合格発表日 試験日当週の金曜日

定員を充足した場合は実施しませんので、出願前に下記まで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

## こころの健康電話相談

## 相談

茨城県臨床心理士会では日本臨床心理士会と協力して地域の皆さんの“こころの悩み”について臨床心理士による電話相談を実施します。家庭のこと、学校のこと、職場のことなど心配事や悩み事を抱えている方のご相談に応じます。

日時 3月1日(日)午前9時～午後5時  
相談料 無料(通話料金は自己負担)  
相談先 茨城県臨床心理士会  
☎029-232-3721  
☎029-232-3722  
当日限り



**問** ☎029-232-3721・029-232-3722

## 家畜の飼養状況の報告について

## 案内

愛玩用の家畜を飼育されている方は、家畜伝染病予防法により毎年2月1日現在の飼育頭羽数等を県に報告することになっています。報告が必要な家畜は、以下のとおりです。

・牛、水牛、鹿、めん羊、山羊、馬、豚、いのしし  
・鶏、あひる、うずら、きじ、だちょう、ほろほろ鳥、七面鳥

これらの家畜を1頭(羽)でも飼育していれば、ペットであっても報告の必要があります。犬、猫、うさぎ、インコなどは対象となりません。報告用紙など詳しいことは茨城県県西家畜保健衛生所までお問い合わせください。

**問** 茨城県県西家畜保健衛生所  
☎52-0345 Fax52-4870

## 『電話相談員』募集

## 募集

いのちの電話は、自殺予防を目的とし、さまざまな問題をかかえながら相談する人もなく、孤独の中にあって、助け、慰め、励ましを求めている一人ひとりに、よき隣人として「電話」という手段で対話することを主な目的とするボランティア活動です。秘密を守り、互いの思想、信条、宗教を尊重します。あなたもボランティア相談員になって、いのちの電話の活動に参加しませんか。

応募期間 5月8日(金)まで  
応募資格 いのちの電話の趣旨に賛同し、活動に積極的に参加してくださる方  
23歳～63歳の方  
定員 40名程度  
研修期間 2015年6月～2017年3月  
研修場所 つくば市周辺

**問 申** 社会福祉法人 茨城いのちの電話事務局  
つくば ☎029-852-8505  
(月～金 午前9時～5時)  
水戸 ☎029-244-4722  
(月～金 午後1時～5時)

## 『嘱託職員』募集

募集職種 一般事務(嘱託職員)  
定員 1名  
業務内容 生産調整に関する事務  
応募資格等 パソコン操作のできる人  
(初級のWord、Excel等)  
普通運転免許を有する人

勤務地 下妻市農業再生協議会  
(下妻市役所 農政課内)  
勤務時間 午前8時30分～午後5時15分  
(昼休み60分)  
賃金等 月額賃金制  
基本賃金 176,200円(上限)  
年齢により異なる  
賞与・通勤手当の制度あり  
社会保険なし・雇用保険加入  
雇用期間 平成27年4月1日～平成28年3月31日  
(勤務状況により更新あり)  
試験内容 面接 日時：3月17日(火)  
時間は別途連絡  
場所：下妻市役所千代川庁舎 会議室  
募集期間 3月11日(水)まで  
提出書類 履歴書 書類持参

**問 申** 市農業再生協議会(千代川庁舎農政課内)  
☎44-0724

# 広報しもつま お知らせ版

発行 下妻市役所 [〒304-8501 下妻市本城町2丁目22番地] 編集 秘書課  
市役所へのお問い合わせは ☎0296-43-2111 www.city.shimotsuma.lg.jp



2/2

## 『草取り交流会』参加者募集

### 募集

鬼怒川フラワーラインでは、昨年、皆さんにご協力いただき種蒔したポピーが、すくすく育っているところですが、草もたくさん生えてきました。花畑に素敵な花が咲くように、ご協力をお願いします。

日時 3月8日(日)午前9時開会  
雨天の場合3月15日(日)に延期  
場所 鬼怒フラワーライン[大形橋上流]  
その他 鎌、軍手、長靴は持参

問 花と一人の会事務局(市都市整備課)  
☎43-8356



## 『小さな春を見つけよう』参加者募集

あたたかくなると木の芽や草の芽が伸び、林の中の小動物や昆虫が活発に動き出します。野山に出て、小さな春を一緒に見つけませんか。

日時 3月29日(日)午前9時30分～正午  
雨天中止  
場所 小貝川大橋東側堤防および林  
(ネイチャーセンター駐車場集合)  
参加資格 3歳～小学6年生までの親子  
定員 100名程度  
参加費 無料  
持ち物 お弁当(おにぎり)・水筒・レジャーシート・はさみ、またはナイフ(草摘み用)  
申込期限 3月24日(火)

問 申 市生涯学習課 ☎45-8995

## 資源ごみの持ち去りについて

### 案内

全国各地において資源ごみ(古紙・かん・びん・ペットボトル)の持ち去り「盗難」が相次いで発生しています。不審な回収車を見かけたら、危険ですので声をかけずに車のナンバーや特徴を確認し、情報提供をお願いします。

問 市生活環境課 ☎43-8289

## 献血にご協力をお願いします

### 案内

献血は最も身近なボランティア。あなたのわずかな時間で救える命があります。

日時 3月19日(木)  
午前10時～午後4時  
場所 下妻市役所本庁舎 1階 市民ホール  
献血カード(または手帳)のある方は持参



問 市保健センター ☎43-1990

## 『下妻市グラウンドゴルフ協会』平成27年度会員募集

入会資格 市内在住・在勤者で60歳以上の方  
会費 年間2,000円  
スポーツ保険(別途1,000円)は希望者のみ加入  
申込方法 所定の入会申込書に必要事項を記入し、年会費を添えて申し込み  
申込締切 3月18日(水)午後5時まで  
締切後も随時受付

申 千代川運動公園ふれあいハウス  
☎43-8110  
月曜日を除く午前8時30分～午後5時

問 下妻市グラウンドゴルフ協会(大山)  
☎43-4045

## 生ごみ処理機購入補助金について

市では、生ごみの減量化と堆肥化の促進を図るため、生ごみコンポスト・機械式処理機を購入した方に補助金を交付しています。補助金を希望される方は、印鑑・通帳・領収書・仕様書を持参の上、生活環境課までお越しください。

問 市生活環境課 ☎43-8289

## 下妻市福祉センター「砂沼荘」利用予約受付開始について

昨年6月から改修工事のために閉館していた砂沼荘について、市の福祉センターとして4月にリニューアルオープンしますので、4月からの施設利用の予約受付を開始します。

受付開始日 3月3日(火)午前9時～  
受付時間 午前9時～午後4時(月曜日休館)  
受付場所 砂沼荘受付窓口[下木戸493-6]  
予約方法 直接受付窓口または電話予約  
予約できる施設  
・多目的室(フローリング、畳マット有約90㎡)  
・会議室1(畳敷き和室、約35㎡)  
・会議室2(カーペット敷き洋室、約40㎡)

問 申 砂沼荘 ☎44-5577

## 違法な不用品回収業者に注意

各家庭からでる一般廃棄物を収集・運搬・処分するには、下妻市の「一般廃棄物処理業の許可」が必要です。「産業廃棄物処理業の許可」「古物営業の許可」「貨物運送事業」の許可では、一般廃棄物を収集・運搬・処分することはできません。無許可の事業者による廃家電や粗大ごみなどの廃棄物の回収は違法となりますので、利用しないでください。

次のような「無許可」での廃棄物の回収行為は重大な犯罪行為です。  
トラック型回収  
拡声器などで案内しながら、軽トラックなどで市内を巡回して回収するもの  
チラシ型回収  
各家庭のポストなどにチラシを配布し、各家庭からの連絡を受けて回収するものやチラシ配布後に地域を巡回して回収するもの  
インターネット型回収  
インターネット上に回収の案内を出し、各家庭からの連絡を受けて回収するもの  
拠点型回収  
空き地等に拠点を構え、無料回収などと記載された看板や旗を掲げて回収するもの

無許可の回収業者に廃棄物を引き渡すと、不法投棄による環境汚染や高額な料金を請求されるなどのトラブルになりますので、注意してください。

問 市生活環境課 ☎43-8289

## 市立図書館 開館カレンダー / 3月 案内

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館	3	4	5	6	7
8	9 休館	10	11	12	13	14
15	16 休館	17	18	19	20	21
22	23 休館	24	25 休館	26	27	28
29	30 休館	31				

3月25日(水)は館内整理日のため休館します。

休館日でも図書のご返却のみの場合は、返却ポストを利用可。ただし、CDやDVD等AV資料の返却がある場合は、返却ポストは利用不可のため、開館日に直接カウンターへ持参

【図書館公式HP】  
<http://www.lib.shimotsuma.ibaraki.jp/>  
【図書館公式twitterアカウント】  
@shimotsuma\_lib

問 市立図書館 ☎43-8811

## 市立図書館 おはなし会

【おはなしの花たば】  
日時 3月14日(土)  
午前10時30分～11時30分  
午後2時～3時  
【にちようびのおはなし会】  
日時 3月22日(日)  
午前10時30分～11時30分

場所 市立図書館 児童室(おはなしコーナー)  
参加自由

問 市立図書館 ☎43-8811

## ふるさと博物館 開館カレンダー / 3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館	3	4	5	6	7
8	9 休館	10	11	12	13	14
15	16 休館	17	18	19	20	21
22	23 休館	24	25	26	27	28
29	30 休館	31				

問 ふるさと博物館 ☎44-7111