

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

特定健康診査・基本健康診査「集団健診」のお知らせ ～後半日程～

- ◆対象者・検査項目・自己負担額 ※年齢は、平成29年3月31日現在(75歳になる方を除く)
◇40歳～75歳未満(下妻市国民健康保険加入者)および39歳以下
身体測定、血圧測定、尿検査、眼底検査、心電図検査、
血液検査(血中コレステロール・肝機能・血糖・貧血・尿酸・クレアチニン)・・・1,500円



- ◇75歳以上
身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査(血中コレステロール・肝機能・血糖・クレアチニン)・・・**無料**
心電図検査、眼底検査、貧血検査(希望制)・・・1,750円
《次の検診は、加入している健康保険の種類にかかわらず受診できます》
◇胸部レントゲン(65歳以上)・・・無料 (40歳～64歳)・・・300円 (39歳以下)・・・700円
◇大腸がん検診(30歳以上)・・・300円
◇前立腺がん検診(40歳以上の男性)・・・500円
◇肝炎ウイルス検査(40歳以上の今までに検査を受けたことがない方)・・・500円
◇肺がん喀たん検査(40歳以上で胸部レントゲンを受診する方)・・・容器代+検査代 800円
- ◎今年度75歳になる方は、受診日の年齢により健診内容、自己負担額が変わります。詳しくは、お問合せください。

- ◆持参するもの ①保険証②受診券(お手元がない場合は、下妻保健センターまでご連絡ください)③自己負担金

月日	会場	受付時間(番号札は30分前に出します)	
		午前9時30分～11時30分	午後1時30分～3時
9月1日(木)	下妻保健センター	小野子町・小野子・坂本・陣屋・千代川地区	坂本新田・大木新田・旭・大町・総上地区
2日(金)		新町・本宿・本宿町・豊加美地区	上町・西町・三道地・栗山・峰・高道祖地区
5日(月)		本城町・不動宿・新屋敷・相原山・上妻地区	上宿・田町・仲町・浦町・騰波ノ江地区
6日(火)		長塚(東部)・石の宮・横町・下町・大宝地区	長塚(西部)・砂沼新田・下子町
7日(水)		＜全地区 未受診者＞＜育児サポート健診【予約制】＞	
12日(月)		＜全地区 未受診者＞	
13日(火)		夜間健診【予約制】 受付時間 午後4時～8時【全地区】	
11月27日(日)		＜全地区 未受診者＞	

◎育児中の方必見「育児サポート健診」を実施します

9月7日(水)限定で健診の間、別室でお子さまをお預かりします。育児中の方も安心して健診にお越しください。
※ご希望の方は、事前に下妻保健センターにお申し込みください。各予約時間帯でお子さまを10人までお預かりできます。定員になり次第締め切ります
予約時間 ①午前9時30分～(予約満了) ②午前10時30分～ ③午後1時30分～ ④午後2時30分～

◎社会保険の扶養の方へ

健康保険の種類によっては、市の集団健診を受診できない場合がありますので、事前に健康保険証の発行元に確認してください。
※39歳以下の方であれば、健康保険の種類にかかわらず市の集団健診が受けられます

問 市保険年金課 ☎45-8124 市保健センター ☎43-1990

先着200人限定で「夜間健診」実施

日中、仕事や家事で忙しく時間が取れない方のために夜間健診を実施します。予約制となりますので、ご希望の方は必ずお早めにお申し込みください。

- ◆対象者 平成29年3月31日現在の年齢
◇40歳～75歳未満の下妻市国民健康保険加入者
◇39歳以下の方(健康保険の種類にかかわらず受診できます)
※社会保険の被扶養者、後期高齢者医療保険にご加入の方はお問い合わせください
- ◆健診日・会場 9月13日(火) 下妻保健センター
- ◆受付時間 午後4時～8時
※番号札は午後3時30分に出します
- ◆実施項目・自己負担額

健(検)診項目	健(検)診料金	自己負担額
特定健診・基本健康診査 +心電図検査・眼底検査・貧血検査	8,240円	1,500円
胸部レントゲン	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

- ◆申込期限 9月5日(月)まで
※定員になり次第締め切り
- ◆申込方法 電話または下妻保健センター窓口でお申し込みください。

問 申 市保健センター ☎43-1990

多面的機能支払交付金のお知らせ

農業・農村は、国土の保全、自然環境、良好な景観の形成など多面的機能を有しています。
多面的機能支払交付金とは、これらの地域資源や農業を支える共同施設(水路、農道、ため池など)を適切に維持管理する共同活動に対し支払われる交付金です。
詳細は下記までお問い合わせください。

問 市農政課 ☎44-0728

特定健診をまだ受けていない方へ 受診をお勧めする電話をします

今年度、まだ健診を受けていない方に『特定健診のお知らせ』のハガキを送付します。より多くの方に受診してもらえよう、40～75歳未満の下妻市国保加入者を対象に市が委託した業者のコールセンターから受診を勧めるお電話をします。

- ◆電話案内日時
8月22日(月)～9月4日(日)
午前9時～午後8時(土日含む)
- ◆使用する電話番号 ☎0120-067-002
- ◆委託業者 (株)現代けんこう出版
※市が委託している業者です

9月1日(木)から始まる下妻保健センターの集団健診を受ける方は、同ハガキと健康保険証、自己負担金を持参して受診ができます。
※医療機関での特定健診は、同ハガキでの受診はできません。受診券がない場合は下妻保健センターまでご連絡ください

問 市保険年金課 ☎45-8124
市保健センター ☎43-1990

不法投棄110番 ～廃棄物の不法投棄・ 残土の無許可埋立て～

産業廃棄物の不法投棄(散乱・埋め立て・積み上げ・焼却)、残土の無許可埋立てなどを見かけたら情報提供をお願いします。

こうした被害にあわないよう、自分の土地は自分で守りましょう。これらの責任や処理費用の負担は行為者だけでなく、土地所有者にも及ぶことがあります。定期的な見回り、進入防止柵や不法投棄禁止などの警告掲示板の設置が有効です。

※危険ですので、投棄をしている者とは接触しないでください

問 県不法投棄110番(フリーダイヤル)
☎0120-536-380
県不法投棄対策室
☎029-301-3033
県西県民センター環境・保安課
☎24-9127
市生活環境課 ☎43-8234
※休日や夜間は、下妻警察署
☎43-0110

「みんなの学校 上映会」開催

特別支援学級の対象になる発達障害のある子ども、自分の気持ちをうまくコントロールできない子ども、みんな同じ教室で学ぶ、公立小学校がモデルになっている映画です。ぜひお越しください。

- ◆開催日 8月28日(日)
- ◆開演時間
①午前10時～ ②午後2時～ ③午後6時～
- ◆場所 千代川公民館
- ◆料金 無料
- ※事前予約不要



問 発達障害と不登校を考える親の会
「すまいる」 ☎080-3019-0210(栗原)

「専門家による困りごと無料相談会」開催

くらしの中のさまざまな問題について弁護士、司法書士、行政書士、税理士、公認会計士、社会保険労務士、土地家屋調査士、不動産鑑定士が無料相談に応じます。

- ◆日時 9月4日(日)午前9時30分～午後3時
(受付は午後2時30分まで)
- ◆場所 茨城県産業会館[水戸市桜川2-2-35]
- ◆内容 法律、行政、税務、不動産などの相談
- ◆相談料 無料

◎事前予約は不要です。

問 茨城県弁護士会 ☎029-221-3501

個人事業税第一期分の納付

個人で事業を行っている方は、一定の所得を超えた場合に個人事業税(県税)が課税されます。

個人事業税の第一期分の納税通知書を8月中旬に送付しますので、8月31日(水)の納期限までに必ず納付してください。

※納税に便利な口座振替制度もあります。詳細は、県筑西県税事務所までお問い合わせください

問 課税について(課税第一課)
☎24-9192
口座振替について(総務課管理担当)
☎24-9184

不動産公売に参加してみませんか

茨城租税債権管理機構では、一般の方も参加できる入札により市税などの滞納処分のため差押している財産の公売を実施します。

- ◆日時 9月6日(火)午後1時20分～2時
- ◆場所 県水戸合同庁舎 2階 大会議室
[水戸市柵町1-3-1]
- ◆公売不動産 市内の案件のみ記載
◇売却区分番号 28-77
◇所在 高道祖(桜塚)
◇財産種別 土地付建物
◇地積 880.96㎡
◇見積価額 644万円
◇公売保証金 65万円
※案件の詳細および市外の案件は、直接お問い合わせください。
※中止になる場合もありますので、事前にお問い合わせください。



問 茨城租税債権管理機構
☎029-225-1221
HP <http://www.ibaraki-sozei.jp/>

飲用井戸の衛生確保

井戸水は、井戸周辺の環境に影響を受けやすく、施設の管理が不十分なことにより飲用に適さない恐れがあります。

個人の飲用井戸は、自己責任で管理・飲用することになっています。設置者および管理者は適正な管理に努めてください。

- ◆施設の管理
◇井戸のフタに施錠したり柵を設けるなど、井戸・取水場所やその周辺に人や動物が入らないようにしましょう。
◇井戸・取水場所や、その周辺を定期的に点検し、清潔にしておきましょう。
- ◆水質検査
◇定期検査
1年に1回、定期水質検査を受けましょう。
◇臨時検査
飲用に適さないことが疑われる場合は、臨時の検査を実施することとし、飲料水の安全を確認できない場合は、上水道への加入をおすすめします。

◎検査の詳細は、お問い合わせください。

問 一般社団法人 茨城県薬剤師会検査センター
☎029-306-9086

木造住宅耐震診断士派遣事業

住宅の耐震診断補助事業の受け付けを行います。

- ◆申込期間 8月15日(月)～31日(水)
- ◆事業対象住宅の主な要件
◇昭和56年5月31日以前に建築確認を受けている木造住宅
◇所有者が居住する戸建住宅で、地上階数が2階以下の木造住宅
※その他にも要件があり、要件すべてに該当する住宅のみが対象となります
- ◆申込方法
所定の申込書に必要事項を記入、押印の上、市役所建設課にお申し込みください。申し込みの際は、住宅の建築時期が確認できる書類(建築確認済証など)をご持参ください。
- ◆費用自己負担額 1件当たり 2,000円
- ◆派遣予定件数 9件 ※原則先着順
- ◆その他
◇同派遣事業は、被災者生活再建支援制度による被災度区分判定調査とは異なります。
◇市では、事業申し込みをされていない方に対する派遣や斡旋などは行っていません。診断士がご自宅に訪問する際は、「茨城県木造住宅耐震診断士認定証」を携帯していますので、ご確認ください。

問 市建設課 ☎45-8127



地震への備えは大丈夫？ ～昭和56年以前建築の 住宅所有者のみなさんへ～

建物が地震の揺れに耐える能力のことを「耐震性能」といいます。

昭和56年に建物の耐震基準(建築基準法)が大きく改正されました。昭和56年以前の旧耐震基準で建てられた住宅は、東日本大震災、阪神大震災などでも大きな被害を受けました。平成7年阪神淡路大震災において無被害・軽微な被害で済んだ建物の割合は、昭和56年以前建築の建物では34%でしたが、昭和57年以降建築の建物では75%であったと報告されています。

県および市では、住宅の耐震化を促進するため安心して相談できる技術者(木造住宅耐震診断士)を養成し、住宅の耐震化に対する補助制度を準備しています。今後予想される首都直下地震へ備えるため、建物の耐震性能を調べる耐震診断や耐震性能を向上させる耐震改修を実施しましょう。詳しくは、下記の連絡先へご相談ください。

問 耐震全般
(県土木部都市局建築指導課 企画グループ)
☎029-301-4716
補助窓口(市建設課) ☎45-8127

農家の皆様へ 米の放射性物質検査実施

県では、平成28年産の米の放射性物質検査を実施します。

安全性が確認され、市町村から連絡があるまで出荷・販売・譲渡は行わないようお願いします。

- ◇検査は、市町村単位で実施します。
- ◇検査結果が、国が定めた食品中の放射性セシウムの新基準(100Bq/Kg)以下であることを確認できるまで米の出荷・販売・譲渡をしないようお願いします。
- ◇農家の皆さまには安全性が確認されましたら、ホームページなどで公表します。
※出荷の際は、集荷業者にお問い合わせください

問 水田農業支援センター(農政課内)
☎44-0724

コスモスすまいるプロジェクト



コスモスを育ててくれる市内の個人・団体にはコスモスの種を無料配布します。

- ◆期間 8月1日(月)～31日(水)
※各施設が休みの日を除く
- ◆場所
①市役所本庁舎 1階 市民ホール②市役所第二庁舎 2階 都市整備課③市役所千代川庁舎 1階 ぐらしの窓口課④市立図書館
※申し込みの際に住所・氏名などを記入してください
※950袋。種が無くなり次第終了。(1世帯5袋、1団体10袋まで)
- ◆参加条件
◇市内で実施できる方。
◇種まきから開花後まで、一通り管理できる方。
◇種以外(プランター、土など)に管理に必要な物を準備できる方。
- ◆品種 センセーションミックス
※背丈約100cm、70日～80日で開花。プランターなどでも育成可能
- ◆種まきの時期
8月中に種まきをお願いします(開花時期を11月中に統一するため)。

問 市都市整備課 ☎45-8128

献血にご協力を



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 9月1日(木)
午前10時～午後4時
- ◆場所 市役所本庁舎 1階 市民ホール

※400ml献血を優先とします
※献血カードをお持ちの方は、献血可能日をお確かめください

問 市保健センター ☎43-1990

子育て講演会

「子育ての“ハッピーアドバイス” *子どもに気持ちを伝えるほめ方・ しかり方*」開催

子育て奮闘中のママ&パパ、お子さんとのかわり方に悩んでいませんか。ママやパパの少しの言葉かけで親子関係は変わります。お子さんに愛は伝わっていますか。お子さんも、ママやパパも、ちょっぴり幸せになれるコミュニケーションの方法について、人気の講師と一緒に学んでみませんか。ぜひご参加ください。

- ◆日時 9月14日(水)午前10時～11時30分
(受付 午前9時45分～)
- ◆場所 下妻保健センター
- ◆対象
◇市内在住の0歳～小学校入学前のお子さんを持つご家族(先着30人)
※希望者には、保育をしますので申し込み時にお申し出ください。(先着10人)
◇市内在住の妊婦さん
- ◆講師 親業訓練協会インストラクター 安のり子氏
- ◆申込受付 8月12日(金)～

問 申 市保健センター ☎43-1990

骨髄バンクドナー登録にご協力を

9月1日(木)の市役所での献血で、骨髄バンクドナー登録を実施します。1人でも多くのドナー登録を求めています。
ぜひ登録にご協力をお願いします。

- ◆ドナー登録できる方
◇骨髄・末梢血幹細胞の提供の内容を十分に理解している方。(パンフレット「チャンス」をお読みください)
◇年齢 18歳以上54歳以下の健康な方。
◇体重 男性45kg以上/女性40kg以上の方。
※お申し込みの際に、2mlの採血を行います
費用はかかりません

問 県筑西保健所 衛生課 ☎24-3913

「みんなの研ぎやさん、による 「刃物研ぎボランティア」開催

家庭でお使いの包丁は切れますか。会場まで来られない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 8月26日(金)午後1時～2時30分
- ◆場所 豊加美市民センター

問 下妻市社会福祉協議会 ☎44-0142

スズメバチの刺傷事故を防ぐために

スズメバチは、むやみに人をおそうわけではなく、害虫を含む多くの虫を捕食することで生態系の安定に役立っています。
スズメバチを正しく理解し、安全な森林散歩に役立てましょう。

- ◆巣はどんなところに多い
◇切株や土中 ◇茂みのなか ◇木のうろのなか
- ◆危ない時期
夏から秋にかけて働きバチが多くなり、攻撃性が高くなります。働きバチは越冬せず、巣は再び使われません。
- ◆攻撃前のサイン
◇周りをしつこく飛び
◇狙いをつけて空中で停止する
◇「カチカチ」とあごをかみあわせる
◇こういときは、手で振り払わず、じっとしてハチが飛び去るのを待ちましょう。
- ◆ハチにおそわれたら
巣を踏んだりゆらすと、たくさんの働きバチが襲ってきます。追いかけてくる距離は80mくらいなので、できるだけ遠くに逃げます。
※巣から離れた場所にいるハチは、わざわざ人間をおそうことはありません
- ◆ハチに刺されたら
◇毒を吸い出す ◇傷口を冷やす ◇処方薬を使う
※アンモニアや尿を塗るのは効果がないばかりか有害です
- ◆危険なハチ毒アレルギー
全身的な症状(吐き気、頭痛、腹痛など)が出たら危険な状況です。血圧低下や意識を失うアナフィラキシーショックでは、1時間以内に死亡する例があるので救急医療を受けなければなりません。
- ◆森林に出かける心がけ
◇白や黄色の服装、帽子を着用(黒は、真っ先に攻撃対象になる)
◇匂いに気をつける(化粧品や清涼飲料水に警報フェロモンの成分が含まれる)
◇ひとりで森林に入らない

問 市生活環境課 ☎43-8234

フィットネスパーク・きぬ(ほっとランド・きぬ)臨時休館、振替休館について

プールの水入替え、清掃および機械設備点検などにもない臨時休館します。ご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力をお願いします。

- ◆臨時休館日 9月5日(月)～9日(金)

※9月10日(土)から通常にご利用いただけます
※9月12日(月)は振替営業で通常にご利用できません

問 ほっとランド・きぬ ☎30-4126
HP <http://www.kouiki-shimotsuma.or.jp/>

ごみの不法投棄にご注意を

耕作していない農地や雑草が生い茂る空き地は、格好の不法投棄場所になってしまいます。雑草を除去するなどしてごみを捨てられないように注意しましょう。

不法投棄された廃棄物の処理は、投棄者が不明の場合は、土地の所有(管理)者が行うこととなっています。日頃より看板を設置するなどの対策を講じてください。

市では、不法投棄などを未然に防ぐためにボランティア監視員がパトロールしていますが、不法投棄は、多くの人の目を避けて夜間や人気のないところで行われます。美しい環境を守るため地域ぐるみで監視しましょう。

問 市生活環境課 ☎43-8289

下妻市公式ツイッター

市では、行政情報をより早く、より広く伝えるためにtwitter(ツイッター)を利用して情報を発信しています。

アカウントは「@shimotsuma_city」。
ぜひご覧の上、登録してください。



問 市秘書課 ☎43-2112

「甲種防火管理再講習会」開催

- ◆日時 10月7日(金)午後2時～4時
- ◆場所 古河市生涯学習センター総和
(とねミドリ館)[古河市前林1953-1]
- ◆テキスト代 1,350円
※申請受け付け時に徴収します
- ◆定員 70人
- ◆申請受付 9月5日(月)～30日(金)
午前8時30分～午後5時(土曜・日曜・祭日除く)
※印鑑持参・定員になり次第締め切り
- ◆申込方法
受け付け時に受講申請書に必要事項を記入し、直接申し込みとなります。

問 申 古河消防署予防係 ☎0280-47-0120
下妻消防署予防係 ☎43-1551
坂東消防署予防係 ☎0297-35-2129

「就職カレッジ(基礎編)」開催

ジョブカフェいばらきでは、「脱フリーター・脱無職」を目指している15歳～40代前半の方を対象とした就職支援セミナー「就職カレッジ」を開催します。

- ◆日程 8月25日(木)、26日(金)、
9月1日(木)、2日(金)、8日(木)、9日(金)
- ◆時間 各日 午前9時30分～午後4時30分
- ◆場所 土浦市亀城プラザ[土浦市中央2-16-4]
- ◆対象者 15歳からおおむね40代前半までの求職者で全日程参加できる方
- ◆定員 先着20人
- ◆受講料 無料
- ◎事前予約制(電話またはメールで受け付け)

問 NPO法人 雇用人材協会
☎029-300-1738
Eメール s-college@koyou-jinzai.org

ご存知ですか建退共制度

「建設業退職金共済制度」(建退共)は、建設業を営む中小企業が加入しやすい国の退職金制度です。

- ◆加入できる事業主 建設業を営む方
- ◆対象となる労働者 建設業の現場で働く人
- ◆掛金 日額 310円
※掛金の一部を国が助成します。掛金は事業主が負担し、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

問 独立行政法人 勤労者退職金共済機構
建退共茨城県支部 ☎029-225-0095

～60歳以上の方へ～ 『清掃スタッフ講習』受講者募集

無料で受講できます。ぜひご参加ください。

- ◆日程 10月19日(水)、20日(木) 2日間
- ◆会場 下妻公民館
- ◆講習内容
清掃業務の就業を目指す方向けの建物内清掃の知識や技術の習得
- ◆対象者
①シルバー人材センター会員または満60歳以上の入会希望者で就業希望の方
②講習の全日程に参加可能な方
- ◆定員 10人 ※選考有り
- ◆受講料 無料
- ◆募集締切 9月27日(火)

※定員に達しない場合や天候などにより講習を中止する場合があります

問 申 下妻地方広域シルバー人材センター
☎44-3198

<チケット好評発売中> 会館オープン40周年記念事業 「渡辺えり ろまんちっくコンサート ～歌とおしゃべりをあなたとともに～」開催

市民文化会館では、『渡辺えり ろまんちっくコンサート ～歌とおしゃべりをあなたとともに～』を開催します。

NHK朝ドラ「あまちゃん」で披露したシャンソンが大好評。舞台に映画、CMに大活躍中の実力派女優 渡辺えりさん。芸人よりおもしろい!?爆笑トークと表現力あふれる艶美声で贈るロマンチックなステージをご堪能ください。

- ◆日時 9月3日(土)
開場 午後3時～ 開演 午後3時30分～

- ◆場所 市民文化会館 大ホール

- ◆入場料 全席指定
◇シングル券 3,500円(3,000円)
◇ペア券 6,000円(5,000円)
※()内は友の会会員料金
※未就学児の入場はお断りします

問 市民文化会館 ☎43-2118



～聞こえて困っている方へ～ 「難聴相談会」開催

県立聴覚障害者福祉センターやすらぎでは、難聴相談会を開催し、聞こえに関する情報をお届けします。今お悩みの聞こえについて何かヒントがあるかもしれません。聞こえについて、ご家族も交えて一緒に考えてみませんか。

- ◆開催日時 8月20日(土)
午後1時30分～3時30分
- ◆会場
しもだて地域交流センターアルテリオ
2階 会議室[筑西市丙372]
- ◆内容
◇県立聴覚障害者福祉センターやすらぎについて
◇さまざまなコミュニケーション方法
…難聴当事者の話
◇要約筆記について…要約筆者の話
◇補聴器、補聴支援事業について
…補聴器取扱いの店の話
- ◆申込方法
FAXまたはメールでお申し込みください
(当日参加可)

問 申 県立聴覚障害者福祉センターやすらぎ
難聴相談会担当 ☎029-248-0029
FAX 029-247-1369
Eメール info@center-yasuragi.or.jp

「保護者相談会」開催

ジョブカフェいばらきでは、お子さまの就職に関する「保護者相談会」を開催します。お子さまの就職、お子さまとの関わり方についてご相談ください。

- ◆日時 8月20日(土)午後2時～4時
- ◆場所 土浦市亀城プラザ
[土浦市中央2-16-4]
- ◆対象者
15歳～おおむね40代前半のお子さまをお持ちの方
- ◆定員 先着10人
※お子さまと一緒にの参加も可
- ◆受講料 無料
- ◎事前予約制(電話またはメールで受け付け)

問 NPO法人 雇用人材協会
☎029-300-1738
Eメール s-college@koyou-jinzai.org

新しい出会いを探してみませんか



- <境町会場>
◇日時 9月4日(日)
午後1時30分～4時30分(受付 午後1時15分～)
- ◇場所 境町文化村公民館[境町上小橋540]
- ◇対象 独身男女 35～45歳以下の方
- ◇参加費 男性 3,000円 女性 1,000円
- <結城会場>
◇日時 9月10日(土)
午後1時30分～4時30分(受付 午後1時15分～)
- ◇場所 結城市民文化センターアクロス
[結城市中央町2-2]
- ◇対象 Aコース 独身男性 40歳以下の方
独身女性 38歳以下の方
Bコース 独身男性 41～54歳以下の方
独身女性 39～49歳以下の方
- ◇参加費 男性 3,000円 女性 1,000円
- <牛久会場>
◇日時 9月22日(木・祝)
午後1時30分～4時30分(受付 午後1時15分～)
- ◇場所 牛久中央生涯学習センター
[牛久市柏田町1606-1]
- ◇対象 独身男性 35～47歳以下の方
独身女性 30～45歳以下の方
- ◇参加費 男性 3,000円 女性 1,000円

- ◆申込締切 各会場とも開催日の3日前まで
- ◆後援 いばらき出会いサポートセンター
※前日、当日、無断キャンセルは、キャンセル料発生

問 申 NPO法人ベル・サポート(月曜休)
☎0280-87-7085
HP <http://www.bell-support.net/>
Eメール info@bell-support.net

放送大学『10月入学生』募集

放送大学では、平成28年度第2学期(10月入学)の学生を募集しています。放送大学はテレビなどの放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

- ◆出願期間 第1回 8月31日(水)まで
第2回 9月20日(火)まで
- ◆その他 資料を無料で配布
◎お気軽に放送大学茨城学習センターまでご請求ください。放送大学ホームページでも受け付けしています。

問 放送大学茨城学習センター
☎029-228-0683
HP <http://www.sc.ouj.ac.jp/center/ibaraki/>

砂沼サンビーチ 「下妻市民無料入場デー」実施

砂沼サンビーチでは、市民の皆さまの日頃のご愛顧とご協力に感謝し「下妻市民入場無料デー」を実施します。ぜひご来場ください。

- ◆実施日 8月24日(水)
- ◆対象者 市在住者
- ◆利用方法



実施日に砂沼サンビーチ特設窓口で、市内在住であることを証明できるものを提示してください。

- ◇大人
運転免許証など住所の確認ができる公的機関発行の身分証明書を提示
- ◇学生 学生証の提示など
- ◇中学生 生徒手帳の提示など
- ◇小学生以下
保護者と同伴。保護者は大人に準ずる証明書を提示

- ※証明できるものはコピーでも可
- ※駐車場、ロッカーなどを利用する場合は、規定の料金が必要となります
- ※最終入場は午後4時となります

問 市都市整備課 ☎43-8356
砂沼サンビーチ ☎43-6661

大井口土地改良区総代総選挙の 執行について(騰波ノ江・大宝地区)

- ◆選挙期日 9月12日(月)
- ◆立候補届出期間 9月5日(月)～6日(火)
(午前8時30分～午後5時)
- ◆立候補届出場所 市役所本庁舎 2階
市選挙管理委員会(総務課内)
※立候補届出用紙は、市選挙管理委員会に用意してあります
※印鑑をご持参ください
- ◆選挙すべき総代の数
第5選挙区(騰波ノ江地区) 7人
第6選挙区(大宝地区) 8人

問 大井口土地改良区事務所
☎22-3492
市選挙管理委員会(総務課内)
☎43-2115

『パソコン教室～後期～』受講生募集

パソコンの初心者からスキルアップを目指す方を対象に、パソコン教室を開催します。

- ◆日時 各午後1時～4時30分

開催日	コース	内容
9月10日(土)	①	ワードで表入り文書実用
9月18日(日)	②	ワードで絵入り文書実用
10月8日(土)	③	エクセルでグラフ(健康管理など)
10月16日(日)	④	デジカメとワード(写真挿入)
11月12日(土)	⑤	エクセルでテンプレート(雛型)
11月20日(日)	⑥	ワードでテンプレート(雛型)
12月4日(日)	⑦	年賀状
12月11日(日)	⑧	ワード中級(いろいろな機能)
1月14日(土)	⑨	エクセル中級(いろいろな機能)
1月29日(日)	⑩	ワードまとめと実用
2月12日(日)	⑪	エクセルまとめと実用

- ◆場所 下妻公民館 1階 視聴覚室

- ◆受講資格 市内在住・在勤の方

- ◆定員 各講座20人

- ◆参加費 1コース 500円(各講座テキスト代込)
※⑦年賀状講座のみ 1,000円

- ◆その他
◇原則としてパソコンの持ち込みはせず、視聴覚室のパソコンをお使いください。
◇Windows 7、Office 2013中心の授業です。
◇1人7コースまで受講可

- ◆申込受付
8月18日(木)～ ※定員になり次第締切

- ◎下妻公民館に直接来館または電話でお申し込みください。

問 申 下妻公民館 ☎43-7370
(受付 午前9時～午後5時)
※休館日(月曜日、祝日)を除く

しもつま砂沼フェスティバル 『事業者広場』参加者募集



- ◆日時
10月22日(土)午前10時～午後4時
10月23日(日)午前10時～午後3時30分
※1日のみでも結構です
- ◆場所 砂沼サンビーチ
- ◆募集事業所数 5事業所
- ◆内容
市内で営業をしている事業所を対象に、来場者に事業の内容などをPRできるスペースを設けます。商品などの販売はできません。出展料は無料です。
- ◆募集期間 8月17日(水)～9月2日(金)
各日 午前8時30分～午後5時
※閉庁日を除く
- ◎参加事業所の調整会議
◇開催日時 9月9日(金)午後3時～
◇場所 市役所千代川庁舎 第一会議室
※会議を欠席した場合、参加を取り消す場合があります

問 申 市商工観光課 ☎45-8993

しもつま砂沼フェスティバル 『市民ステージ』参加団体募集

- ◆日時 10月22日(土)
正午～午後3時30分(予定)
- ◆場所 砂沼サンビーチ ステージ
- ◆内容
演奏・踊りなどのジャンルは問いません。参加団体の皆様に発表の場を提供します。
※カラオケは除きます
- ◆募集团体数 10団体
- ◆募集期間 8月17日(水)～9月2日(金)
各日午前8時30分～午後5時
※閉庁日を除く
- ※応募多数の場合は、応募期間終了前でも締切となる場合がありますのでご了承ください
- ※個人または市外の団体は参加できません
- ◎参加団体代表者会議
◇開催日時 9月9日(金)午後4時～
◇場所 市役所千代川庁舎 第一会議室
※会議を欠席した場合、出演を取り消す場合があります
- ◆発表時間
参加団体代表者会議で調整を行います。

問 申 市商工観光課 ☎45-8993

「シルバーリハビリ体操指導士 養成講座」開催

現在55人のシルバーリハビリ体操指導士が、「元気な高齢者」を増やすことを目標に各地区で運動教室を開催しています。ご近所のお仲間同士、退職後、時間に余裕がありボランティアに興味がある方など大歓迎です。地域の高齢者と一緒に元気な高齢者を目指しましょう。

3級取得後、講習を受けてさらに2級・1級のシルバーリハビリ体操指導士になることが可能です。

- ◆日時・詳細

開催日	会場	講習内容
9月8日(木)	水戸健康プラザ	開講式、講義ほか
9月14日(水)	市役所 第二庁舎 2階 中会議室	解剖運動学、 シルバーリハビリ 体操ほか
9月21日(水)		
9月28日(水)		
10月5日(水)		運動実技の進め方 運動実技ほか
10月12日(水)		

各日 午前9時30分～午後3時45分
※初回は、茨城県健康プラザで開催。市からバスを出します
※全日程(6日間)参加し、レポートを提出すると3級認定を受けることができます

- ◆対象者
市内在住のボランティア活動に興味のある50歳以上の方
※緊急のやむを得ない事情を除き、全日程(6日間)に参加できる方
※常時の仕事についていない方
※養成講座終了後は体操指導士としてボランティアに参加できる方

- ◆定員 20人
※申し込み多数の場合、60歳以上を優先

- ◆申込方法
8月31日(水)までに電話でお申し込みください

- ◆持ち物
筆記用具、運動できる服装、昼食、
参加費1,000円(指導士年会費・保険代含む)

問 申 市介護保険課 ☎43-8338