

## 令和3年度 市税等納期一覧表 (普通徴収)

納期	税目(期別)					納期限および口座振替日	
4月	固定資産税(1)					4月30日(金)	
5月		軽自動車税(種別割)(全)				5月31日(月)	
6月			市・県民税(1)			6月30日(水)	
7月	固定資産税(2)		国民健康保険税(1)	介護保険料(1)	後期高齢者医療保険料(1)	8月2日(月)	
8月			市・県民税(2)	国民健康保険税(2)	介護保険料(2)	後期高齢者医療保険料(2)	8月31日(火)
9月			国民健康保険税(3)	介護保険料(3)	後期高齢者医療保険料(3)	9月30日(木)	
10月			市・県民税(3)	国民健康保険税(4)	介護保険料(4)	後期高齢者医療保険料(4)	11月1日(月)
11月	固定資産税(3)		国民健康保険税(5)	介護保険料(5)	後期高齢者医療保険料(5)	11月30日(火)	
12月	固定資産税(4)		国民健康保険税(6)	介護保険料(6)	後期高齢者医療保険料(6)	12月27日(月)	
1月			市・県民税(4)	国民健康保険税(7)	介護保険料(7)	後期高齢者医療保険料(7)	令和4年1月31日(月)
2月					後期高齢者医療保険料(8)	2月28日(月)	

### 【口座振替納付の方へ】

「口座振替領収済通知書」の送付は行っていません。預金通帳の記帳などをご確認ください。

### ◆納付場所 納付書をご持参の上、納付してください。

下妻市役所、常陽銀行、筑波銀行、茨城県信用組合、結城信用金庫、中央労働金庫、常総ひかり農業協同組合、ゆうちょ銀行(郵便局)、東日本銀行、コンビニエンスストア

### ◆クレジットカード納付 パソコンやスマートフォンを利用して納付ができます。

※介護保険料、後期高齢者医療保険料は取り扱い不可

### ◆スマートフォンアプリ納付 スマートフォンアプリを利用して納付ができます。

利用可能なアプリ：PayPay、LINE Pay請求書支払い、PayB

### ※税金は期限内に納めましょう

### ※市税などの納付は便利な口座振替で

問 <納付に関する事> 市収納課 ☎43-8274 FAX44-9411

<課税に関する事> 次の一覧のとおり

問い合わせ内容	問い合わせ先
固定資産税	市税務課 固定資産税係 ☎43-8193 FAX 44-9411
軽自動車税	市税務課 税政係 ☎43-2294 FAX 44-9411
市県民税	市税務課 市民税係 ☎43-8192 FAX 44-9411
国民健康保険税	市保険年金課 保険年金係 ☎45-8124 FAX 43-2933
後期高齢者医療保険料	市保険年金課 医療福祉係 ☎43-8326 FAX 43-2933
介護保険料	市介護保険課 介護管理係 ☎45-8122 FAX 30-0011



## 4月からの国民年金保険料は月額16,610円です

国民年金第1号被保険者および任意加入被保険者の令和3年度の保険料は、16,610円です。年収や年齢に関係なく全国一律です。納めた保険料は、全額が社会保険料控除の対象となります。

### ◆保険料の納付方法

- ①納付書(現金)払い②口座振替納付③クレジットカード納付④電子納付などがあります。
- ◇口座振替やクレジットカード納付は、毎月金融機関へ行く手間が省け、納め忘れがありません。
- ◇口座振替またはクレジットカードでの納付を希望する場合は、事前にお申し込みが必要です。年金手帳、通帳、金融機関届出印、クレジットカードなどを持参し、年金事務所または市役所保険年金課(本庁舎1階)のいずれかでお申し込みください。

### ◆前納でお得に納付

保険料を前もってまとめて納付する「前納」で納めると割引があります。「2年前納」を利用すると毎月納付する場合に比べ2年間で15,000円程度の割引になります。

※お申し込み期限がありますのでご注意ください

### ～受け取る年金額が増える

### 「付加保険料」の納付もおすすめです～

国民年金保険料に加えて付加保険料(月額400円)を納めると、将来受け取る老齢基礎年金に付加年金が上乗せされます。

付加年金の額は「200円×付加保険料納付月数」で計算され、2年間で支払った付加保険料と同額になるため、それ以上受け取ると支払った付加保険料以上の付加年金が受け取れます。付加保険料の納付はお申し込みが必要です。詳しくは、お問い合わせください。※国民年金基金へ加入している方は、お申し込みできません

問 日本年金機構 下館年金事務所 ☎25-0829  
市保険年金課 ☎45-8124 FAX 43-2933

## 令和3年度農用地区域変更の申し出受け付けは休止となります

令和3年度は、農業振興地域整備計画の総合見直しに伴い「農用地区域の除外・編入・用途変更」の受け付けは行いません。

### ◆休止期間

4月1日(木)～令和4年3月31日(木)

※除外・編入の受付再開は、令和4年6月からを予定しています

問 市農政課 ☎45-8992 FAX43-3239

## 国民健康保険加入の皆さまへ 資格喪失後受診にご注意ください



就職などにより職場の健康保険に加入すると、国民健康保険証は使えなくなります。

〔※職場の健康保険の資格取得日にさかのぼって、国民健康保険の資格を喪失します〕

就職後、職場の保険証が手元に届かないうちに受診する場合は、医療機関の窓口で保険の切り替え中であることを伝えてください。

誤って国民健康保険証を使って受診すると、資格喪失後受診となり、市が負担した医療費を返納してもらう場合があります。

健康保険は自動で切り替わりません。職場の健康保険に加入したら、速やかに国民健康保険証を返却し、国民健康保険をやめる届出をしてください。

### ◆必要な物

- ◇職場の健康保険証または加入を証明するもの
- ◇国民健康保険証
- ◇限度額適用認定証(交付されている方のみ)
- ◇マル福受給者証(交付されている方のみ)
- ◇印鑑

問 申 市保険年金課  
☎45-8124 FAX 43-2933

## 皆さんの意見をお聞かせください ～パブリックコメント～



市では、国際社会の共通目標であるSDGs(持続可能な開発目標)に基づく持続可能なまちづくりを推進するための条例案を公表し、市民の皆さまの意見を聞くパブリックコメントを実施します。

### ◆計画案の名称

下妻市SDGsに基づく持続可能なまちづくり推進条例(案)

### ◆募集期間 3月25日(木)～4月14日(水)

### ◆閲覧場所など

市役所企画課(本庁舎2階)、市役所くらしの窓口課(千代川庁舎1階)、市ホームページ

### ◆募集対象

- ◇市内在住・在勤・在学している方
- ◇市内に事務所または事業所を有する個人および法人、その他の団体

### ◆意見の提出方法

郵送・FAX・電子メールまたは市役所企画課(本庁舎2階)へ持参のいずれかの方法で提出してください。書式は、閲覧場所にあるもの、または市ホームページからダウンロードしてご利用ください。

※電話や口頭でのご意見、住所・氏名などが明記されていないものは受け付け不可

問 申 市企画課  
☎43-2113 FAX 43-1960  
✉kikaku@city.shimotsuma.lg.jp

## 令和3年度固定資産税

### ◆縦覧

他の土地や家屋の価格との比較を通じて自分の土地や家屋の評価が適正かどうかを判断するため、固定資産税の納税者は、課税対象となる市内の土地および家屋の価格が記載された縦覧用帳簿を縦覧することができます。

◇縦覧期間 4月1日(木)～30日(金)

※土・日曜日、祝日を除く

◇縦覧時間 午前8時30分～午後5時15分

◇縦覧場所 市役所本庁舎 1階 税務課

◇縦覧できるもの

土地価格等縦覧帳簿および家屋価格等縦覧帳簿

◇縦覧対象者

市内に所在する土地、家屋の固定資産税の納税者、同居の親族、納税管理人、代理人(代理人の場合は委任状が必要です。)

※土地の納税者は土地の、家屋の納税者は家屋の、両資産の納税者は両方の縦覧帳簿を見ることができます

◇持参するもの

本人確認のできるもの(運転免許証、マイナンバーカードなど)、委任状(代理人の場合)

※法人の代表者以外が縦覧する場合は、委任状と代理人の本人確認のできるものが必要です

### ◆納期限

令和3年度固定資産税「第1期」または「全納」の納期限は、4月30日(金)です。納税通知書・課税明細書および納付書は4月中旬に発送する予定です。

### ◆固定資産税の減免

次のような場合、固定資産税を減免する制度があります。

1. 貧困により生活のため公私の扶助を受ける者の所有する固定資産
2. 公益のために直接専用する固定資産(有料で使用するものを除く。)
3. 市の全部または一部にわたる災害または天候の不順により、著しく価格を減じた固定資産

※“公益のため”とは、自治会の公民館敷地として土地を無償で提供している場合などです

※“災害または天候の不順による著しい価格の減”とは、火災や河川の氾濫などで焼失・損壊した場合です

※減免を受ける場合は、4月30日(金)までに申請書を税務課固定資産税係(本庁舎1階)へ提出してください

**問** 市税務課 ☎43-8193 FAX44-9411

## 補助金申請受け付け

4月1日(木)から令和3年度の住宅用太陽光発電システム設置事業、蓄電池設置事業、浄化槽設置事業の補助金申請を受け付けます。

※先着順。予算がなくなり次第、受付終了

※補助を受けるための条件や申請書類は市ホームページにてご確認ください

**問** 市生活環境課 ☎43-8234 FAX44-7833

## 傷病手当金を支給します(適用期間の延長)～国民健康保険・後期高齢者医療制度～

新型コロナウイルス感染症に感染したなどにより、働くことができなくなった国民健康保険または後期高齢者医療制度に加入している被用者の方に、傷病手当金を支給します。

◆支給対象者 次の(1)から(3)のすべてに該当する方  
(1)国民健康保険または後期高齢者医療制度の被保険者である方

(2)雇用されており給与などの支払いを受けている方

(3)新型コロナウイルス感染症に感染(発熱などの症状があり感染が疑われる場合も含む。)し、療養のため働くことができない方

◆支給額(日額)

$$\frac{\text{直近の継続した3月間の給与収入の合計額}}{\text{就労日数}} \times 2/3$$

※休業期間中に傷病手当金より多い給与などを受けることができる場合は、傷病手当金は支給されません

※傷病手当金の額より給与などの額が少ない場合は、その差額が支給されます

※支給額(日額)は上限があります

### ◆適用期間

令和2年1月1日から令和3年6月30日までの間で、療養のため働くことができない期間(ただし、入院が継続する場合などは、最長1年6カ月まで)

### ◆申請方法

市役所保険年金課(本庁舎1階)窓口備付けの申請書類または市ホームページからダウンロードした申請書類により申請ください。

**問 申** 市保険年金課  
国民健康保険  
☎45-8124 FAX43-4214  
後期高齢者医療  
☎43-8326 FAX43-2933

## 後期高齢者健康診査「医療機関健診」が始まります

生活習慣病を早期に発見し、健康で安心して過ごせるよう、市保健センターで実施する集団健診とあわせて市内医療機関において後期高齢者健康診査を実施します。

◆期間 5月1日(土)～令和4年3月31日(木)

◆対象者 後期高齢者医療保険加入者

◆自己負担額 無料

◆検査項目

身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査(血中脂質・肝機能・血糖)

※上記以外の検査は、検査料がかかります

※実施医療機関や受診方法などの詳細は、4月10日号お知らせ版で案内します

**問** 市保険年金課 ☎43-8326 43-2933

## 障害者福祉タクシー助成券を交付します

### ◆対象者

◇身体障害者手帳1～3級の所持者(視覚・下肢障害は4級以上)

◇療育手帳④およびAの所持者

◇精神障害者保健福祉手帳1級および2級の所持者

※次の方は該当しません

◇自動車税、軽自動車税の減免を受けている方

◇高齢者福祉タクシー助成券の交付を受けている方

### ◆利用条件

助成券裏面に記載されているタクシー事業者および介護タクシー事業者が利用できます(障害者本人のみ)

### ◆助成内容

◇助成券1枚につき初乗運賃相当額を助成します。

◇1回の乗車につき、1人最大2枚まで使用できます。

◇年間最大48枚を交付します。

※助成券を紛失した場合、再交付不可

◆申請受付開始日 3月26日(金)～

※4月1日(木)から使用できます

### ◆申請方法

障害者手帳を持参の上、次の窓口で申請してください。

◇市役所第二庁舎 1階 福祉課

◇市役所千代川庁舎 1階 ぐらしの窓口課

※令和2年度のタクシー券(黄色)が残っている場合、要返還

※令和3年度から、タクシー助成券を交付された方が、複数人で同じタクシーを利用した場合には、利用した方がそれぞれ最大2枚まで使用できます

例) 2人乗車 ⇒ 最大4枚

3人乗車 ⇒ 最大6枚

**問** 市福祉課 ☎43-8352 FAX43-6750

## はり・灸・マッサージ助成券を交付します

### ◆対象者

◇70歳以上の方

◇65歳以上で身体障害者手帳1・2級所持の方

◆利用条件 市内の登録施術機関で利用できます。

### ◆助成内容

施術費として1回につき1,200円分を助成します。

◇4～9月に申請した方 12枚

◇10～3月に申請した方 6枚

※助成券を紛失した場合、再交付不可

◆申請受付 3月26日(金)～

※4月1日(木)から使用できます

### ◆申請方法

本人確認書類(保険証など)を持参の上、次の窓口にて申請してください。

◇市役所第二庁舎 2階 介護保険課

◇市役所千代川庁舎 1階 ぐらしの窓口課

**問** 市介護保険課 ☎45-8123 FAX30-0011

## 高齢者福祉タクシー助成券を交付します

### ◆対象者

◇75歳以上の方で自動車の運転免許証を保有していない方

◇65歳以上の方で自動車の運転免許証を自主返納した方

※次の方は該当しません

◇自動車の運転免許証を保有している方

◇障害者福祉タクシー助成券の交付を受けている方

◇自動車税または軽自動車税の減免を受けている方

### ◆利用条件

助成券裏面に記載されているタクシー事業者および介護タクシー事業者が利用できます(本人のみ)

### ◆助成内容

◇助成券1枚につき初乗運賃相当額を助成します。

◇1回の乗車につき、1人最大2枚まで使用できます。

◇4～9月に申請した方 24枚

◇10～3月に申請した方 12枚

※助成券を紛失した場合、再交付不可

◆申請受付開始日 3月26日(金)～

※4月1日(木)から使用できます

### ◆申請方法

本人確認書類(保険証など)、65歳以上で運転免許証を自主返納した方は「運転経歴証明書」や「申請による運転免許取消通知書」などの運転免許証を返納したことが分かるものを持参の上、次の窓口にて申請してください。

◇市役所第二庁舎 2階 介護保険課

◇市役所千代川庁舎 1階 ぐらしの窓口課

※令和3年度から、タクシー助成券を交付された方が、複数人で同じタクシーを利用した場合には、利用した方それぞれ最大2枚まで使用できます

例) 2人乗車 ⇒ 最大4枚

3人乗車 ⇒ 最大6枚

**問** 市介護保険課 ☎45-8123 FAX30-0011

## ごみ(廃棄物)の野外焼却は禁止

家庭ごみ、雑草、枝・葉、野菜くず、店舗や会社から出たごみを野外で燃やさないでください。野焼きを原因とした煙や臭いで近隣の方が迷惑し、たくさんの苦情が市に寄せられています。

野焼きは「廃棄物処理法」で一部の例外を除いて禁止されています。廃棄物の適切な処理にご理解ご協力をお願いします。

**問** 市生活環境課 ☎43-8234 FAX44-7833

休日や夜間の場合

110番または下妻警察署 ☎43-0110

火災の危険がある場合

119番または下妻消防署 ☎43-1551

## 文化祭『参加者・参加団体』募集

市文化祭実行委員会では、令和3年度文化祭の参加者・参加団体を募集します。

- ◆募集期間 4月1日(木)～16日(金)
- ◆募集内容 【ステージ発表】
- ◇発表日 10月30日(土)、31日(日)
- ◇会場 千代川公民館ホールまたは市立総合体育館前



- 【作品展示】
- ◇展示期間 10月29日(金)～31日(日)
- ◇会場 市立総合体育館

- 【体験学習】
- 文化祭に参加希望の団体で、来場した方が参加できる体験学習を実施可能な団体
- ◇実施期間 10月30日(土)、31日(日)
- ◇会場 市立総合体育館
- ◇募集団体数 2団体程度

※体験学習は、実施団体に経費の一部を助成しますが、場合によっては助成対象にならないこともありますので予めご了承ください

※募集する団体の予定数を超えた場合は、市文化祭実行委員会と協議し、結果をお知らせします

- ◆申込方法  
市役所生涯学習課(千代川庁舎2階)窓口備付けの申込書、または市ホームページからダウンロードした申込書に必要事項を記入の上、お申し込みください。

- ※受付時間：午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)
- ※郵送・FAX・メール可
- ※新規参加希望者・新規参加団体は、市文化祭実行委員会の承認が必要な場合があります。事前にお問い合わせください
- ※新型コロナウイルス感染症の影響により中止となる場合があります

問 市文化祭実行委員会事務局(市生涯学習課内)  
☎45-8996 FAX43-3519  
✉shougai@city.shimotsuma.lg.jp

## 鯉のぼりを鬼怒川に泳がせよう『鯉のぼり』募集



今年も鬼怒フラワーラインで満開のポピーの上に鯉のぼりを泳がせるため、家庭でいらなくなった鯉のぼりを募集します。市役所都市整備課(第二庁舎2階)または市役所商工観光課(千代川庁舎1階)までお持ちください。なお、「吹き流し」の受け取りおよび設置はできませんのでご了承ください。皆さんの鯉のぼりを鬼怒川で泳がせてみませんか。

- ◆設置日 4月18日(日)
- ◆場所 鬼怒フラワーライン(鬼怒川左岸大形橋上流河川敷)

※新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、今回は設置参加者の募集は行いません

問 花と一万人の会事務局(市都市整備課内)  
☎43-8356 FAX43-2945

## 「第50回下妻砂沼桜まつり」開催中止

4月4日(日)に予定していましたが「第50回下妻砂沼桜まつり」は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から開催を中止します。

なお、3月26日(金)～4月9日(金)の間中は、砂沼南岸遊歩道に約400灯のアンドンを灯します。今年も砂沼を囲む桜を満喫し、夜はアンドンの灯りとともに、昼間と違った砂沼の桜をお楽しみください。※ご来場の際は、感染症対策をした上でご覧ください

- ◆アンドン点灯期間 3月26日(金)～4月9日(金)
- ※4月4日(日)の催事は中止
- ※桜の開花状況により、期間が変更となる場合があります

- ◆点灯時間 日没～午後10時

- ◆点灯場所 砂沼遊歩道 南岸付近



問 <イベント>  
市商工観光課 ☎44-0732 FAX 44-6004  
<アンドン点灯>  
下妻市商工会 ☎43-3412 FAX43-3168

## こころの健康相談



カウンセラーによるこころの健康相談を実施しています。こころの問題について、本人はもちろん、家族など周囲の人も気軽に相談できる窓口です。一人で悩まずに、ぜひご利用ください。

- ◆日にち 全日水曜日

令和3年4月14日	10月13日
5月12日	11月10日
5月26日	11月24日
6月23日	12月22日
7月14日	※令和4年1月12日
7月28日	※1月26日
8月25日	2月9日
9月8日	3月2日
9月22日	3月23日

- ◆時間 午後1時～5時(完全予約制)
- ※1人45～60分程度

- ◆場所 市役所第二庁舎 3階 小会議室(表の※印は市役所第二庁舎 3階 中会議室)

- ◆対象 市内在住の方

- ◆参加費 無料

- ◆申込方法  
希望の日にちを電話でお申し込みください。匿名でも受け付けています。
- ◎医師による「こころの健康相談」もあります。ご希望の方はご連絡ください。

問 申 市福祉課 ☎43-8352 FAX43-6750

## 「多賀谷時代まつり」開催中止

4月11日(日)に多賀谷城跡公園で開催予定であった「多賀谷時代まつり」は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から開催を中止します。ご理解ご協力をお願いします。

問 多賀谷時代まつり実行委員会事務局(市商工観光課内) ☎44-0732 FAX44-6004

## 「鬼怒川流域交流Eポート大会」開催中止

5月16日(日)に開催予定であった「鬼怒川流域交流Eポート大会」は、新型コロナウイルス感染症感染拡大防止の観点から、開催を中止します。ご理解ご協力をお願いします。

問 鬼怒川流域交流Eポート大会実行委員会事務局(市商工観光課内) ☎44-0732 FAX44-6004

## 4月のマイナンバーカード(個人番号カード)の窓口交付日



マイナンバーカード(個人番号カード)を申請した方には、おおむね1カ月程度で「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書(はがき)」(以下、交付通知書)を封書(ピンク)にて送付しています。

マイナンバーカード受け取りには、予約が必要です。インターネットまたは専用ダイヤル(☎45-8129)にて予約を取り、受け取りをお願いします。交付日は平日の時間外および休日も設けています。4月の交付日は次のカレンダーのとおりです。

- ※マイナンバーカード申請時、郵送で受け取りを希望した方は予約の必要はありません
- ※交付および申請補助サービスの日程は、新型コロナウイルス感染症の影響により、変更が生じる場合があります。ご理解ご協力をお願いします

<注意>  
マイナンバーカードは、交付通知書を送付した日から一定期間保管し、その後廃棄処理を行います。お早めにご予約をお取りください。

## 4月のマイナンバーカード交付日カレンダー

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

- 【交付時間】
- =平日日中のみ  
午前9時～正午、午後1時20分～5時
- ▲=平日時間外交付日  
上記に加え、午後5時～7時
- =休日交付日  
午前9時～正午、午後1時20分～5時
- ★=休日交付日・申請補助サービス  
午前9時～正午、午後1時20分～5時
- ※カード申請補助サービスは、午前9時～11時30分まで実施します
- ×=カード交付・申請補助サービスは行いません



問 申 市民課 ☎43-8196 FAX43-2933

## 新しい民生委員・児童委員さんを紹介します

前民生委員・児童委員の退任に伴い、新たな委員が就任しました。民生委員・児童委員は、各担当地域において社会福祉の増進に努め、市民生活のさまざまな相談に応じます。今回委嘱された委員は、次の方です。(敬称略)

氏名	齊藤 修一
担当地域	本宗道・鬼怒
委嘱日	令和3年3月1日
任期	令和4年11月30日まで

**問** 市福祉課 ☎43-8249 FAX 43-6750

## 下妻市福祉センター「シルピア別館」廃止

下妻市福祉センター「シルピア別館」は、昭和58年に建設され、37年間、地域福祉の増進を図ることを目的として運営してきましたが、利用者が減少し、施設の老朽化も進んでいることから、令和3年3月31日をもって廃止することとなりました。

**問** 市介護保険課 ☎45-8123 FAX 30-0011

## 令和3年度

### 「市民ソフトテニス(軟式テニス)教室」開催

市ソフトテニス連盟では、初めての方から経験者まで、ソフトテニス(軟式テニス)を気軽に親しみ、楽しみながら健康増進を図るとともに、愛好者の普及拡大と地域の活性化を目的に、ソフトテニス教室を次のとおり開催します。経験の有無は問いません。お気軽にご参加ください。

- ◆日時 4月11日(日)～12月26日(日)  
毎週日曜日、午前9時～正午(雨天中止)
  - ◆場所 市営柳原球場 テニスコート[柳原791-1]
  - ◆対象者 初心者、初級者、中級者で市内在住または在勤の小学生から中高年の方および市ソフトテニス連盟に加入している方
  - ◆年会費  
◇大人 1,000円(スポーツ保険は別途)  
◇小学生 1,500円(スポーツ保険加入料を含む)
  - ◆用意する物  
ソフトテニス用ラケット、テニスシューズ、運動できる服装
- ※ラケット貸し出し有り  
※新型コロナウイルス感染症の対策などにより、教室の開催が中止となる場合があります

**問 申** 市ソフトテニス連盟  
☎090-4620-8570(大内)  
FAX 43-3519(市生涯学習課)  
※当日会場でも受け付けます



## ふれあいサロン(視覚障害当事者相談)を開設します

4月から視覚障害者のための「ふれあいサロン」を開設します。障害者の立場から、視覚障害当事者が相談をお受けします。障害者として、地域で生活している経験を活かして対応します。聞きたいこと、悩みなどがありましたら、お気軽にお越しください。

- ◆日時 4月21日(水)、5月19日(水)、6月16日(水)  
(毎月第3水曜日)午後1時30分～  
※予定は変更する場合があります。事前に電話などでご確認ください
- ◆場所 茨城県立視覚障害者福祉センター 2階  
[水戸市袴塚1-4-64]
- ◆対象 県内在住の視覚障害者とその家族および視覚障害者を支援する立場にある方

**問** 茨城県視覚障害者協会  
☎029-221-0098 FAX 029-221-0234

## 「相続登記無料電話相談」開催

茨城司法書士会では、相続登記無料電話相談を4月から電話回線を増設して開催します。相続に関する問題でお困りの方は、ぜひご相談ください。

- ◆相談日時 毎週水曜日(年末年始期間を除く)  
午後2時～4時
- ◆相談電話番号  
☎029-212-4500、☎029-212-4515
- ◆相談内容 相続登記など相続に関する相談

**問** 茨城司法書士会  
☎029-225-0111 FAX 029-225-2545

## 「行政書士による無料法律相談会」開催

茨城県行政書士会県西支部では、暮らしと役所の諸手続きについて、面談により相談に応じます。

- ◆日時 4月17日(土)午前10時～午後3時
- ◆場所 筑西市中央図書館 ボランティア活動室  
[筑西市下岡崎1-11-1]
- ◆相談内容 相続問題、農地のこと、建設業および飲食業などの営業許可、その他困りごと  
※行政書士には守秘義務があり、秘密は厳守します  
※事前予約は不要です

**問** 茨城県行政書士会県西支部  
☎25-1907(増戸) FAX 25-1802

## 未就学児の保護者さまへ ふるさと交流館「リフレこかい」で遊ぼう

多目的ホール無料開放デーを設けました。室内遊具をご用意し、お待ちしております。ぜひこの機会にご利用ください。

- ◆開催日 4月1日(木)、5日(月)、8日(木)、12日(月)、19日(月)、22日(木)、26日(月)、29日(木・祝)
- ◆開催時間 午前9時～正午
- ◆利用規則 原則、保護者1人につきお子さまは2人まで  
※ご来場の際は、必ず保護者の方の同伴をお願いします。詳細は、お問い合わせください  
※当日はマスクの着用と入場時の検温にご協力ください  
※新型コロナウイルスの感染症の影響により、中止となる場合があります

**問** ふるさと交流館リフレこかい  
☎30-0070 FAX 48-6311  
(休館日：水曜日)



## 注意、あなたの土地が狙われています

「一時的に資材置場として貸してほしい」、「良い土で埋め立てます」などと「うまい話」を持ちかけられ、安易に同意してしまった結果、廃棄物を不法投棄されたり、無許可で質の悪い建設残土を埋め立てられたりする事例が多発しています。これらの責任や処理費用の負担は、行為者だけではなく、土地所有者に及ぶこともあります。廃棄物の不法投棄、違法焼却、不適正な埋立てなど発見した場合は、「不法投棄110番」まで通報をお願いします。

◎「不法投棄110番」☎0120-536-380  
(受付時間は平日の午前8時30分～午後5時15分)

**問** 県廃棄物対策課 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 FAX 44-7833  
下妻警察署(休日や夜間) ☎43-0110

## 「みんなの研ぎやさん」巡回活動いつもお使いの包丁は切れますか

ボランティアサークル「みんなの研ぎやさん」が、ご家庭でお使いの包丁を研磨して切れ味抜群の包丁に蘇らせまします。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。切れる包丁で楽しくお料理をしましょう。

- ◆日時 4月9日(金)午前9時30分～11時
- ◆会場 砂沼荘[下木戸493-6]

**問** 下妻市ボランティアセンター(下妻市社会福祉協議会) ☎44-0142 FAX 44-0559

## 『古河市中央運動公園陸上教室』 参加者募集

◆期日(全12回) ※雨天中止

日にち	
令和3年	5月8日(土)
	6月12日(土)
	7月17日(土)
	8月28日(土)
	9月11日(土)
	9月19日(日)
令和4年	11月14日(日)
	11月27日(土)
	12月4日(土)
	1月29日(土)
	2月12日(土)
3月19日(土)	

- ◆時間 午前10時～正午
- ◆場所 古河市中央運動公園 陸上競技場  
[古河市下大野2528]
- ◆対象 西南地方広域市町村管内(下妻市、古河市、坂東市、常総市、八千代町、五霞町、境町)に在住する小学生
- ◆定員 ◇1・2年生 30人  
◇3・4年生 15人  
◇5・6年生 15人
- ◆費用 無料
- ◆申込開始 4月5日(月)午前9時～
- ◆申込締切 4月16日(金)午後5時まで
- ◆申込方法 電子申請にて申し込み  
※定員を超える応募の場合、抽選となります  
※抽選結果は4月21日(水)に古河市ホームページに掲載します(当選者には通知を送付)



電子申請QRコード



**問** 古河市スポーツ振興課(古河市中央運動公園総合体育館内)  
☎0280-92-0555 FAX 0280-92-8383  
※午前9時～午後5時(土・日曜日、祝日を除く)



発行◆下妻市役所 [〒304-8501 下妻市本城町二丁目22番地] 編集◆秘書課  
市役所へのお問い合わせは ☎0296-43-2111(代) FAX0296-43-4214(代)  
HP <http://www.city.shimotsuma.lg.jp/>

## 市立図書館開館カレンダー/4月

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

※4月28日(水)は、館内整理日のため休館  
※4月29日(木)は、祝日のため午後5時で閉館

問 市立図書館 ☎43-8811 FAX 43-8855

## ママサポしもつまアプリ

(電子母子手帳)をご利用ください  
~紙の母子健康手帳と一緒に使って、  
楽しく記録、思い出メモリー~



市保健センターでは、ママサポしもつまアプリ(電子母子手帳)を配信しています。このアプリは妊娠中の健康記録やお子さんの予防接種スケジュール、成長記録をご自身のスマートフォンなどで一括管理ができます。地域のイベントや子育て情報、災害情報などもお知らせします。アプリを使って妊娠から出産、育児を楽しみ、思い出を記録してください。



【android用】



【iPhone用】

問

下妻市子育て世代包括支援センターにじいろ(下妻市保健センター内) ☎45-5161 FAX 44-9744

## ふるさと博物館開館カレンダー/4月

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

問 ふるさと博物館 ☎44-7111 FAX 44-7115

## びよびよ教室は予約制です

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、規模を縮小して実施しています。感染予防のため、定員親子10組、予約制です。4月から5月のどちらかで参加したい月のご予約をしてください。

◆日時 4月2日(金)、5月7日(金)  
午前10時~11時(受付時間 午前10時15時まで)

◆場所 市保健センター[本城町三丁目36-1]

◆対象 市内在住の概ね生後6か月~就園前の児と家族

◆内容 保育士と室内で楽しく遊びます

◆参加費 無料

◆持ち物 バスタオルもしくはレジャーシート

◆申込方法 電話予約

◆受付開始日時 3月29日(月)午前8時30分~  
※予約のない方、体調不良、発熱のある方は参加できません  
※保護者はマスクをして参加してください  
※受付で体調確認をします

問 申

下妻市子育て世代包括支援センターにじいろ(下妻市保健センター内) ☎45-5161 FAX 44-9744

## 脳検診の受診料を補助します

医療機関で脳検診を受ける方に受診料の2分の1(限度額15,000円まで)を補助します。

- ◆対象者 次の全ての要件を満たす方
- ◇下妻市に住民登録をしている
- ◇受診日現在40~74歳
- ◇5月7日(金)~令和4年2月28日(月)に受診できる
- ◇医療機関で受診し、健康保険の適用を受けていない
- ◇脳検診で他機関などからの助成を受けていない
- ◇令和2年度に当該補助を受けていない
- ◇市税を滞納していない

◆対象となる検診内容  
脳関連検査(MR | 脳実質撮影、MRA脳血管撮影、  
頸椎X線撮影)

◆定員 110人 ※定員を超えた場合は抽選

- ◆受付期間
- ◇4月5日(月)~16日(金)  
平日午前8時30分~午後5時15分
- ◇4月17日(土)  
午前8時30分~正午

◆申込方法  
市保健センターに来所し、お申し込みください。  
※先着順ではありません  
※電話での受け付けはできません



問 市保健センター ☎43-1990 FAX 44-9744

## 子育て講座を動画配信しています

令和2年12月から令和3年2月までに行われた子育て講座①~③をYoutubeで動画配信しています。ぜひご覧ください。次のQRコードからもアクセスできます。

◆講師 海老名 悠希 氏(臨床心理士・公認心理師)

◆内容  
◇子育て講座①  
「食べる」と「しゃべる」は賢さを生む  
ちょっと新しい食育の話



◇子育て講座②  
イヤイヤ期以降の、  
こころを育てる言葉かけ



◇子育て講座③  
いっぱいまで育てましょう  
こころの落ち着いた子を育てるには



問

下妻市子育て世代包括支援センターにじいろ(下妻市保健センター内) ☎45-5161 FAX 44-9744

## 市禁煙外来治療費助成事業 禁煙に挑戦する方をサポートします

市では、禁煙外来にかかる治療費を助成する事業を実施しています。この事業は医療機関で健康保険が適用される禁煙外来治療を終えた方に、自己負担額の2分の1(限度額1万円まで)を助成するものです。  
ご自身の健康のため、また周囲の人を受動喫煙から守るため、この機会に禁煙にチャレンジしませんか。

- ◆対象者 次の全ての要件を満たす方
- ◇治療完了時に20歳以上で市内に住民登録をしている
- ◇医療機関において健康保険の適用となった禁煙外来治療を終了している
- ◇市税を滞納していない
- ◇過去に助成金の当該交付を受けていない

※助成は1人1回限り  
◆受付開始 4月1日(木)~  
※土・日曜日、祝日を除く  
◆申請方法  
禁煙外来治療終了日から2カ月以内に市保健センターに来所し、申請してください。



- ◆申請に必要なもの
- ①医療機関・薬局発行の領収書・診療明細書
- ②禁煙外来治療が完了したことが確認できるもの
- ③印鑑
- ④助成金振込先の口座が確認できるもの

問 市保健センター ☎43-1990 FAX 44-9744

## 令和3年度国民健康保険 人間ドック健診費助成事業

疾病の早期発見や生活習慣病の予防など健康管理に努めていただくことを目的とし、国民健康保険加入者に対し、日帰り人間ドック健診費の助成を行います。

- ◆対象者 健診日において30~74歳の国保加入者
- ◆条件 次の全てに該当する方
- ◇申請日において国民健康保険税に滞納がない世帯に属している方
- ◇市または医療機関で行う特定健康診査を受診しない方
- ◇市脳検診補助金の交付を受けない方
- ◆助成額 2万円
- ◆受付日 5月6日(木)~
- ※6月1日以降に健診を受けるものが対象となります  
※市と契約した医療機関での人間ドック健診が対象となります(医療機関名については4月10日号お知らせ版に掲載予定です)

問 申 市保険年金課  
☎45-8124 FAX 43-2933

## 4月14日(水)から「セット健診」と「特定・基本健診」の予約受付開始

令和3年度の健診は予約制です。受診を希望する方は、予約方法を事前にご確認し、ご予約ください。「セット健診」は、「健康診査」と「胃がん検診」が同時に受けられる健診です。「特定・基本健診」では、「結核・肺がん検診のみ」の受診を希望している方なども受けられます。

### ◆予約方法

- ①「胃バリウム検査」を受けるかどうか決める。
- ②右側の表から、健診日・健診受付時間を決める。
  - ・胃バリウム検査を希望する方・・・表1を参照。
  - ・胃バリウム検査を希望しない方・・・表2を参照。
- ③4月14日以降にコールセンターに電話、またはインターネットにて予約する。



<p>◆電話で予約する場合</p> <p>◇コールセンター ☎0570-077-150</p> <p>※ナビダイヤルのため、通話料が発生します。通話料は、予約者本人の負担となります</p> <p>※時間帯によっては、つながりにくいことがあります</p> <p>◇予約受付期間 4月14日(水)～19日(月) 各日 午前9時～午後5時(日曜除く)</p>	<p>◆インターネットで予約する場合 [QRコード]</p>  <p>[健康診断・検診予約サイト] <a href="https://kenko-link.org/">HP</a> <a href="https://kenko-link.org/">https://kenko-link.org/</a></p> <p>※予約サイトにアクセスし、事前に利用登録を済ませてから申し込みください</p> <p>※通話料は、予約者本人の負担となります</p> <p>◇予約受付期間 4月14日(水)午前9時～20日(火)午後5時</p>
<p>予約受付期間以降は、市保健センターにお問い合わせください。</p>	

◎ご希望であれば、次の検診も一緒に受診できます。

検診項目	対象者(令和4年3月31日時点の年齢)	自己負担額
特定健康診査	40～75歳未満(下妻市国保加入者)	1,500円
	40～75歳未満(社会保険被扶養者・被保険者で、市の集団健診を受けることができる方) ※詳しくは、ご加入の社会保険組合にお問い合わせください	社会保険組合によって異なります
基本健康診査	39歳以下の方	1,500円
	75歳以上の方、後期高齢者医療保険加入者	無料
肺がん・結核検診	妊娠中および妊娠の可能性のある方以外	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	500円
肝炎ウイルス検査	40歳以上の未実施者	500円
大腸がん検診	30歳以上	300円
胃がんリスク検査(ピロリ菌検査)	当日に胃バリウム検査受診かつ40～70歳の5歳刻みの年齢 <次の条件に当てはまる方は受けられません> 胃の治療をしている方、胃の切除をした方、ピロリ菌の除菌をした方、腎不全の方	1,500円

【表1：胃バリウム検査を希望する方(セット健診) 会場：市保健センター】

検査項目	健診日	健診受付時間
胃がん検診 胃がんリスク検査 特定健康診査基本健康診査 結核・肺がん検診 大腸がん検診 前立腺がん検診 肝炎ウイルス検査	6月22日(火) 23日(水) 24日(木) 25日(金) 27日(日)	・午前7時30分 ・午前8時 ・午前8時30分 ・午前9時 ・午前9時30分 ・午前10時 ・午前10時30分 ・午前11時



【表2：胃バリウム検査を希望しない方(特定・基本健診) 会場：市保健センター】

検査項目	健診日	地区割	健診受付時間
特定健康診査 基本健康診査 結核・肺がん検診 大腸がん検診 前立腺がん検診 肝炎ウイルス検査	5月17日(月)	柳原・谷田部・山尻・肘谷・樋橋・平方・江・黒駒・柴・前河原	・午前8時45分 ・午前9時15分 ・午前9時45分 ・午前10時15分 ・午後0時45分 ・午後1時15分 ・午後1時45分 ・午後2時15分
	5月18日(火)	高道祖・桐ヶ瀬・赤須・尻手・渋井	
	5月19日(水)	半谷・南原・大木・高道祖	
	5月20日(木)	袋畑・古沢・二本紀・今泉・中居指・小島	
	5月21日(金)	下宮・数須・筑波島・下田・中郷・若柳・神明	
	5月25日(火)	大宝・横根・平川戸・大串・堀籠	
	5月26日(水)	大園木・鯨・見田・唐崎・長萱・伊古立・加養・亀崎・新堀	
	5月27日(木)	田下・下栗・宗道・本宗道・原・羽子・鬼怒・渋田	
	5月28日(金)	鎌庭・別府・皆葉・五箇・村岡	
5月29日(土)	平沼・坂井・比毛・北大宝・福田・下木戸		

※地区割はあくまでも目安です。対象地区での予約ができない場合は、他の日程でも予約ができます  
※新型コロナウイルス感染症の影響により、日程を変更または中止する場合があります

【大腸がん検診のみをご希望の方へ】  
健診の際の予約は不要です。ご希望の方には、検査容器を郵送しますので、市保健センターまでご連絡ください。

【育児サポート健診をご希望の方へ】  
今年度の健診では、新型コロナウイルス感染症の影響により、実施できません。利用を希望していた方には申し訳ありませんが、ご了承ください。

問 市保健センター ☎43-1990 FAX 44-9744