

## 新型コロナワクチン接種『キャンセル待ち登録者』募集



急なキャンセル発生時にワクチン破棄を防ぐため、すぐに接種を受けることが可能な方を募集します。

- ◆対象者 次の①～⑤すべてにあてはまる方
- ①下妻市に住民票がある方
- ②新型コロナウイルスワクチン接種を一度も受けていない方、接種予約を入れていない方
- ③市から連絡があった場合、ご自身で接種会場に30分程度で行ける方
- ④重度のアレルギーの既往がない方
- ⑤次の注意事項に同意する方

- ◆注意事項
- ◇ワクチン接種を確約するものではありません。
- ◇キャンセル待ちをしている間にご自身で医療機関などで予約が取れた場合は、ワクチン接種対策室まで必ずご連絡ください。

- ◇キャンセルが発生するのは、接種日当日になることがほとんどなので、電話をする時間は指定できません。
- ◇キャンセル発生時、市からの連絡は1回10コールのみです。10コールでつながらない場合は、次の順番の方へ連絡をします。
- ◇キャンセル待ちの順番などの問い合わせについては、受け付けません。
- ◇指定した日時に来ることができない場合は、その日の接種対象ではなくなります。
- ◇医療機関の指定はできません。
- ◇氏名、住所、生年月日、電話番号は、キャンセル枠で接種する医療機関へ情報提供します。

- ◆接種までの流れ
- 1. 市保健センターへ来所または郵送で申請してください。
- ※申請書は市保健センター窓口もしくは市ホームページからダウンロードできます
- 2. 申し込みの翌日から、市のキャンセル待ちリストに登録されます。
- 3. 市内の接種医療機関・集団接種のいずれかでキャンセルがあった場合、ワクチン接種対策室(☎0800-800-2526)から電話があります。
- 4. 接種クーポン券、予診票、身分証明書を持参の上、指定された時間に接種場所にお越しください。

問 申 ワクチン接種対策室(市保健センター内)  
☎0800-800-2526または☎43-1990  
FAX 44-9744

## 皆さまのご意見をお聞かせください～パブリック・コメント～

太陽光発電設備の適正な設置と維持管理を求めため、「下妻市太陽光発電設備の適正な設置及び管理に関する条例」を制定します。  
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。

- ◆条例の名称  
下妻市太陽光発電設備の適正な設置及び管理に関する条例
- ◆募集期間 8月27日(金)～9月16日(木)
- ◆閲覧場所など
- ◇市ホームページ
- ◇市役所本庁舎2階 生活環境課
- ◇市役所千代川庁舎1階 ぐらしの窓口課
- ◆募集対象
- ◇市内在住、在勤、在学している方
- ◇市内に事務所、事業所を有する個人または法人
- ◇その他本事案に利害関係を有する個人または法人

- ◆意見の提出方法  
所定の書式により、郵送・FAX・電子メール、または市役所生活環境課へ持参のいずれかの方法でご提出ください。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できません

問 市生活環境課  
☎43-8234 FAX 44-7833  
✉kankyo@city.shimotsuma.lg.jp

## 砂沼広域公園 観桜苑内の電気設備工事にご協力を

砂沼広域公園内の観桜苑敷地内において、電気設備工事を実施します。工事期間中は、工事車両などの出入りや停電が伴う場合があります。ご理解ご協力をお願いいたします。

- ◆工事期間 8月～11月上旬(予定)
- ◆工事箇所 砂沼広域公園 観桜苑

問 市都市整備課 ☎45-8128 FAX 43-2945

## しもつまエール2021 「下妻市プレミアム付商品券」を発行します

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている市民の生活を支援し、地域経済を活性化して地元事業者を応援するため、「下妻市プレミアム付商品券」を発行します。

- ◆販売単位  
1冊8,000円分の商品券を5,000円で販売
- ※1世帯2冊まで
- ※支払いは現金のみで、販売は1冊単位です
- ◆券種 1冊16枚綴り
- ◇共通券(取扱店全店で使用できます)  
500円券×10枚
- ◇専用券(大型店では使用できません)  
500円券×6枚
- ◆対象者  
令和3年8月1日現在、下妻市に住民登録がある全世帯
- ※9月初旬までに「購入引換券」が世帯主に特定記録郵便で届きます
- ◆販売・使用期間 9月1日(水)～11月30日(火)
- ◆取扱店  
登録申請のあった市内の事業所・店舗が対象
- ◆販売場所  
◇市内郵便局【平日のみ】午前9時～午後5時  
下妻郵便局、下妻砂沼郵便局、上妻郵便局、大宝郵便局、高道祖郵便局、千代川郵便局、大形郵便局
- ◇イオン下妻店【全日】午前9時～午後7時  
1階 サービスカウンター
- ◆追加販売  
今回は、販売状況により次の方法で追加販売を実施する予定です。
- ※追加申込可能冊数は1世帯1冊で、追加販売冊数は約5,000冊の予定です



対象者	当初の購入引換券(水色)で2冊商品券を購入済の世帯
申込期間	9月1日(水)～10月15日(金)
申込方法	2冊購入済の購入引換券(水色)を申込期間内に販売場所へ提出
当選方法	先着順ではありません。応募多数の場合は抽選となります。当選した世帯には、10月末頃に購入引換券(ピンク)が届きます。
購入・使用	11月30日(火)まで

- ◆注意事項
- ◇購入引換券の再発行は一切できませんので、大切に保管ください。
- ◇商品券の販売は先着順ではありません。全世帯に2冊ずつのご用意がありますので、販売場所には3密を避け余裕をもってお越しください。
- ◇取扱店チラシ掲載後に追加された取扱店情報は、市ホームページなどに掲載します。

問 申 市商工観光課  
☎44-0732 FAX 44-6004

## 『事業取扱店』募集～下妻市プレミアム付商品券～



市で実施する「しもつまエール2021下妻市プレミアム付商品券」事業に係る商品券取扱店を募集しています。今回の事業では、市商工会会員以外の事業者も登録ができます。ぜひ、ご登録ください。

- ◆登録要件 次のいずれにも該当する事業者
- ①市内で事業を営む店舗・事業所
- ②商品券使用期間が始まる前日までに、茨城県が導入している感染防止システム「いばらきアマビエちゃん」に事業者登録した店舗・事業所
- ◆募集期間 9月30日(木)まで
- ◆受付場所 下妻市商工会[本所 長塚74-1]
- ◆登録方法  
「取扱店登録申込書」に必要事項を記入し、下妻市商工会へ申し込みください。(FAXでも可。複数の店舗がある場合は、店舗ごとに申し込みをしてください)申込書は下妻市商工会窓口のほか、下妻市商工会ホームページ、市ホームページからもダウンロードできます。
- ◆対象外事業所 次のいずれかに該当する事業者
- ◇暴力団、暴力団員などとの関係があると認められるもの
- ◇金融業を営むもの
- ◇風俗業など、公序良俗に反するもの
- ◇宗教、政治団体と関わるもの
- ◇事業の目的に不相当と認められるもの
- ◆注意事項
- ◇申込み受付後、資格などを審査し、承認された事業所には通知します。
- ◇登録料、換金手数料などの費用はありません。
- ◇新型コロナウイルス感染防止対策のため、登録事業者の事業説明会は実施せず、資料を郵送します。



問 申 下妻市商工会(本所)  
☎43-3412 FAX 43-3168

## 見直そう、農業機械作業の安全対策

8月17日から9月30日は秋季農作業安全運動推進期間です。秋の農繁期を迎えるこの時期は、農作業事故の危険性が高くなります。事故防止のために、次のことを心がけましょう。

- ◆トラクターなどに乗る時はヘルメット・シートベルトを着用しましょう。
- ◆トラクターなどを公道で走行する場合は灯光器を設置しましょう。
- ◆農業機械は定期的に点検・整備をしましょう。
- ◆道路や農地の傾斜、路肩など、作業する周辺の安全確認をしましょう。
- ◆その日の天気や体調にあわせ、無理のない作業をしましょう。

問 市農政課 ☎44-0729 FAX 43-3239

## 国民健康保険人間ドック健診費助成事業

◆対象者  
国保加入者で健診日において30～74歳の方

- ◆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

◆申請期限 12月28日(火)まで  
※土・日曜日、祝日を除く  
※令和4年3月31日(木)までに健診を受けるものが助成対象です  
※健診日の2週間前までに申請してください  
(先着順ではありません)

- ◆健診までの流れ  
①市と契約したの健診機関にて、日帰り人間ドック健診を予約する。  
②本人が国民健康保険証、特定健診受診券(該当者のみ)を持参して市役所保険年金課(本庁舎1階)に来庁し、助成の申請を行う。  
③市から発行された助成券と国民健康保険証を持参し、健診を受ける。

◆契約健診機関

健診機関名	電話番号
平間病院 健診センター	☎49-8010
筑波大学附属病院 つくば予防医学研究センター	☎029-853-4205
筑波メディカルセンター つくば総合健診センター	☎029-856-3500
筑波記念病院 つくばトータルヘルスプラザ	☎029-864-3588
筑波学園病院 健診センター	☎029-836-1983
茨城県西部メディカルセンター 健診センター	☎24-9135
茨城西南医療センター病院 総合健診センター	☎0280-87-6635

※受診条件などの詳細は、健診機関にご確認ください  
※助成金の償還払いはできません。必ず事前に申請してください  
※申請時には国民健康保険であったが、健診日には社会保険など別の健康保険に加入している場合、助成は受けられません。助成券を使って健診を受けた場合、助成金は返還となりますので、ご注意ください

問 申 市保険年金課  
☎45-8124 FAX 43-2933

## 国民年金を増やしませんか ～年金の「未納・未加入・免除」期間がある60歳以上の方～

◆任意加入制度  
60歳までに老齢基礎年金の受給資格(120月以上)を満たしていない場合や、老齢基礎年金を納められなかった期間や国民年金に加入していなかった期間がある場合に、本人の申し出により60歳以上65歳未満の5年間に、納付月数480月まで国民年金保険料を納めることができる制度です。保険料の納付方法は原則口座振替となります。

◆対象者 次の①～④すべての条件を満たす方  
①日本国内に住所を有する60歳以上65歳未満の方  
②老齢基礎年金の繰り上げ支給を受けていない方  
③20歳以上60歳未満までの保険料の納付月数が480月(40年)未満の方  
④厚生年金保険に加入していない方

◆申請手続きに必要なもの  
①年金手帳またはマイナンバーカード  
②預金通帳および金融機関届出印

## 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1号被保険者および任意加入被保険者は、定額の保険料に付加保険料(月額400円)を納めると老齢年金に付加年金が上乘せされ、受給する年金額を増やせます。加算される付加年金の額は「200円×付加保険料を納めた月数」で計算され、2年以上受け取ると、支払った付加保険料以上の付加年金が受け取れます。  
支払った付加保険料は、社会保険料の控除の対象となります。

※国民年金基金へ加入している方や第3号被保険者の方は申し込みができません

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

## 稲わら・もみ殻は燃やさないでください

稲刈り後の「稲わら」や「もみ殻」の焼却に伴う煙や臭い、灰などが原因で、周辺住民の生活に悪影響を及ぼすおそれがあります。焼却はせず、再利用に回すか農地にすき込んでください。

問 市生活環境課 ☎43-8234 FAX 44-7833  
市農政課 ☎44-0724 FAX 43-3239  
◇火災の危険がある場合  
下妻消防署 ☎43-1551

## 水鳥に餌をあげないで



- ◆人が与える食物に依存し、自ら餌をとることができなくなる。
- ◆本来食べることのない添加物・油分などが含まれた餌を食べると病気になる心配がある。
- ◆餌付けされた水鳥のみが増加することにより、生態系のバランスが乱れる。
- ◆残った餌や大量のフンによる富栄養化(アオコの原因)により水質が悪化する。
- ◆人への警戒心が薄れ、感染症・農作物被害・衛生問題など、人間社会に害を及ぼす。

◎自然の動物は、そっと優しく見守りましょう。

問 砂沼環境連絡協議会事務局(市生活環境課内)  
☎43-8234 FAX 44-7833

## 使用済農ビの回収を有料で行います

使用済農業用塩化ビニールフィルム(農ビ)の回収を有料で行います。  
農ビの回収を希望する方は、9月17日(金)までに市役所農政課までご連絡ください。事前連絡のない方の回収はできません。

◆回収日時 9月28日(火)午前9時～午後4時  
※28日の搬出が難しい方はご連絡ください

◆回収場所  
JA常総ひかり 千代川野菜集出荷所[別府1240]  
☎43-7626

◆費用  
◇農ビ 56円(税込)/1kg  
◇農家登録料 1,000円

※園芸リサイクルセンター(茨城町)に直接搬入する場合は41.8円(税込)/1kg。1年を通して搬入できますので、手続きなどの詳細は市役所農政課までお問い合わせください

◆回収品目 使用済農ビ  
◇よく乾燥して泥などをできるだけ落とし、作物の残りがす、木片・金属などの異物を取り除き、つづら折りし、登録番号を記入した農ビのヒモで2カ所縛ってください。  
※適正な荷姿でないもの、異物の混入しているものは回収できません。持ち帰りとなります

※農業用ポリエチレン(農ポリ)の回収は、令和4年2月中旬を予定しています

問 市農政課 ☎44-0729 FAX 43-3239

## 上下水道の検針時に 納入通知書を現地投函しています



上下水道料金の「納入通知書」(請求書)をメーター検針時に「上下水道使用量のお知らせ」(検針票)と同時に発行しています。

- ◆検針時に発行する納入通知書(ロール紙タイプ)は封筒に入れてポストなどに投函します。
- ◆検針を実施しない月の納入通知書は、はがき(圧着タイプ)で送付されます。
- ◆検針は、国道125号の北側を偶数月、国道125号の南側と高道祖地区を奇数月に実施しています。
- ◆水道の使用場所と請求先の住所が異なる方は、後日はがきで納入通知書を送付します。
- ◆現在、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、案内事項については、緊急を要する場合以外は書面や電話にて行っています。

問 第一環境株式会社 下妻事務所(市上下水道料金徴収業務委託業者) ☎45-1211 FAX 30-4050

## 上下水道料金のお支払いは 口座振替が便利です

支払い忘れを防ぐことができます。手続きも簡単です。ぜひ口座振替をご利用ください。

◆口座振替日 毎月25日  
※金融機関が休業日の場合は、翌営業日  
◆取扱金融機関  
常陽銀行本支店、筑波銀行本支店、東日本銀行本支店、茨城県信用組合本支店、結城信用金庫本支店、中央労働金庫、常総ひかり農業協同組合、ゆうちょ銀行  
◎申し込みの手続きは、上記取扱金融機関の窓口で行ってください。詳細は、お問い合わせください。

問 第一環境株式会社 下妻事務所(市上下水道料金徴収業務委託業者) ☎45-1211 FAX 30-4050

## 不法投棄110番

産業廃棄物の不法投棄・焼却、不適正な土砂の盛土などを見かけたら、情報提供をお願いします。  
◎「県不法投棄110番」☎0120-536-380  
受付時間(平日)午前8時30分～午後5時15分  
(匿名の通報でも対応します)

問 県廃棄物規制課 ☎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  
◇休日や夜間の場合  
110番または下妻警察署 ☎43-0110

## 未就学児の保護者の方へ 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。室内遊具をご利用し、お待ちしておりますので、ぜひこの機会にご利用ください。

- ◆開催日 9月2日(木)、9日(木)、13日(月)、20日(月・祝)、23日(木・祝)、27日(月)、30日(木)
- ◆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いたします。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拡大状況によっては、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(休館日：水曜日)  
☎30-0070 FAX 48-6311

## 「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せんか



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す。会場まで来られないご近所の方の包丁も一緒に持ちください。切れる包丁で楽しくお料理をしましょう。

- ◆日時 9月24日(金)午後1時～2時30分
- ◆会場 (旧)JA常総ひかり 上妻[半谷427]  
※新型コロナウイルス感染症の影響により中止になる場合があります

※当日ご来場の際は、マスクの着用にご協力ください

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

## 【予約制】 びよびよ教室

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ます。定員は、親子10組です。10月から11月のどちらかを予約してください。

- ◆日にち 10月1日(金)または11月5日(金)
- ◆時間 午前10時～11時  
(受付時間 午前10時15分まで)
- ◆場所 市保健センター[本城町3-36-1]
- ◆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 バスタオルまたはレジャーシート
- ◆申込方法 電話予約
- ◆受付開始日 9月13日(月)午前8時30分～
- ※予約をしていない方、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

## 『花いっぱい運動定着化促進事業』 応募団体募集

花づくりを通し、環境美化教育や地域コミュニティの活性化を図るため、花いっぱい運動に継続して取り組んでいる、または取り組もうとしている各種団体・学校に対して支援を行います。  
応募を希望する団体・学校は、直接、チャレンジいばらき県民運動まで提出してください。

- ◆応募締切 9月30日(木)
- ※詳しい募集内容は、チャレンジいばらき県民運動事務局へお問い合わせください

問 チャレンジいばらき県民運動 事務局  
☎029-224-8120  
FAX 029-233-0030



## 9月および10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)を申請された方には、概ね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の受け取りについては、火・木曜の時間外交付および休日交付は予約が必要です。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。

9月および10月の交付日は次のカレンダーのとおりです。

※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となる場合があります

### 9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		
★	●	▲	●	●		

### 10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
×	●	▲	●	▲	●	■
31						
×						

- 【交付時間】
- =平日日中 午前9時～正午、午後1時～4時45分
- ▲=平日時間外交付(要予約) 上記に加え、午後5時～7時
- =休日交付(要予約) 午前9時～正午、午後1時20分～5時
- ★=休日交付(要予約)・申請補助サービス 午前9時～正午、午後1時20分～5時
- ※申請補助サービスは午前9時から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 FAX 43-2933

## 市立図書館 開館カレンダー/9月

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

※9月20日(月)は、祝日のため午後5時まで開館  
※9月21日(火)は、臨時休館日  
※9月23日(木)は、祝日のため午後5時で閉館  
※9月29日(水)は、館内整理日のため休館  
※新型コロナウイルス感染症の影響により開館・利用状況が変更となる場合があります

問 市立図書館 ☎43-8811 FAX 43-8855

## ふるさと博物館 開館カレンダー/9月

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

※新型コロナウイルス感染症の影響により開館・利用状況が変更となる場合があります

問 ふるさと博物館 ☎44-7111 FAX 44-7115

## 「第22回まちの美術展」開催

令和元年度・令和2年度茨城県芸術祭美術展覧会および第24回茨城県健康福祉祭わくわく美術展に入賞・入選した日本画・洋画・美術工芸・書・写真などの作品を展示します。市の風土が育んだアートの多彩さとその魅力をご鑑賞ください。

- ◆日時 9月10日(金)～19日(日) 午前9時～午後4時30分
- ※9月13日(月)は休館日、最終日は午後3時まで
- ◆場所 ふるさと博物館[長塚乙77]
- ※ピアスパークしもつま手前
- ※新型コロナウイルス感染症の影響により中止になる場合があります

問 下妻市文化団体連絡協議会  
☎43-3418 FAX 43-3418

## 認知症サポーター 「ステップアップ講座」開催

市の認知症サポーター養成講座を終了した方を対象に、講座で学んだ知識を深め、認知症の方や家族を地域で支える方法について学ぶ講座です。地域のボランティアとして活動できる方、ぜひ参加ください。

- ◆日時 9月22日(水)午後1時30分～3時  
(受付 午後1時～)
- ◆場所 千代川公民館 1階 ホール[鬼怒230]
- ◆対象 市内在住または在勤の方で市が開催する認知症サポーター養成講座を終了した方(オレンジリングを持っている方)
- ◆定員 15人 ※先着順
- ◆内容 ◇認知症への理解を深める  
◇チームオレンジについてなど
- ◆参加費 無料
- ◆申込方法 下妻市地域包括支援センターへ電話で申し込みください。



※事前にご自宅で体温を測り、体調のすぐれない方は参加をお控えください

※参加時のマスク着用をお願いします

※新型コロナウイルス感染症の影響などにより、中止になる場合があります

### 問 申

下妻市地域包括支援センター(市介護保険課内)  
☎43-8264 FAX30-0011

## イベント中止のお知らせ

新型コロナウイルス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。

- ◆「2021しもつま砂沼フェスティバル」  
10月16日(土)・17日(日)

問 市商工観光課 ☎45-8993 FAX 44-6004

- ◆「令和3年度下妻市文化祭」  
10月29日(金)～31日(日)

問 市文化祭実行委員会事務局(市生涯学習課内)  
☎45-8996 FAX 43-3519

- ◆「第33回砂沼マラソン大会」  
11月21日(日)

問 市生涯学習課 ☎45-8997 FAX 43-3519

## 『シルバーリハビリ体操指導士3級養成講座』参加者募集

シルバーリハビリ体操指導士となって地域の皆さんの健康を支える活動をしませんか。  
ご近所の仲間同士、退職して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。

- ◆シルバーリハビリ体操とは  
いつでも・どこでも・ひとりでもできる介護予防の体操です。生活動作が楽になる、肩痛、膝痛、腰痛、転倒を予防できるなどの効果が期待できます。
- ◆募集人数 20人
- ◆対象者  
◇市内在住の50歳以上の方  
◇常勤の職についていない方  
◇終了後に指導士としてボランティア活動に協力できる方
- ◆内容 講義：介護予防の推進  
解剖運動学(筋肉や骨、神経など) 他  
実技：いきいきヘルス体操  
いきいきヘルスいっばつ体操 他
- ◆講習会日程 5日間  
9月27日(月)、10月6日(水)、13日(水)、  
20日(水)、27日(水)
- ◆会場 市役所第二庁舎 3階 大会議室
- ◆申込締切 9月15日(水)まで
- ◆申込方法 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 FAX30-0011

## 犬・猫の避妊去勢手術費用を助成します

不幸せな命を生み出さないための放浪犬・猫の発生防止対策の一環として「犬・猫の避妊去勢手術助成事業」を実施します。

- ◆期間 9月1日(水)から先着1,200頭終了まで
- ◆助成金 避妊去勢手術助成1頭につき2,000円
- ◆対象 県内に在住する犬・猫の飼い主
- ◆対象動物  
令和3年9月1日以降に茨城県獣医師会会員の動物病院で避妊・去勢手術を受けた犬・猫  
※応募ハガキは、会員の動物病院にあります  
※犬の応募には、登録番号および注射済票番号の記載が必須です

問 公益社団法人茨城県獣医師会  
☎029-241-6242  
FAX029-241-6249



## 『シルバー人材センター』会員募集 ～あなたの経験活かせる仕事あります～

シルバー人材センターは「健康維持や生きがいのために働きたい」という意欲ある方々に、その希望と経験に合った臨時的・短期的な仕事を紹介していますので、シルバー会員として仕事をしてみませんか。

また、仕事以外にも各種イベントやボランティア活動も行っていますので、仲間づくりの場としても利用できます。

- ◆会員になるための要件  
◇下妻市、八千代町にお住まいで、当センターの目的に賛同し、健康で働く意欲のあるおおむね60歳以上の方
- ◇入会説明を受け、入会申込書を提出し、定められた年会費(3,000円)を納入した方

### 問 申

公益社団法人 下妻地方広域シルバー人材センター  
☎44-3198 FAX 44-6897

## 集積所への「かん」の出し方

飲食料用の「かん」は再生資源となります。集積所に「かん」を出す際は、次のことを守ってください。

- ◆中身は残さず、水ですすぐ
- ◆吸殻などその他のごみを入れない
- ◆プルタブをはずさない
- ◆袋に入れたまま出さない

「かん」収集コンテナに、飲食料用の「かん」以外のもの(スプレー缶、金属製不燃ごみ、びん、ペットボトルなど)が混入している集積所が見受けられます。資源の分別を徹底し、持続可能な社会づくりにご協力をお願いします。

問 市生活環境課 ☎43-8289 FAX 44-7833

## ごみ出しに「気遣い」を



指定ごみ袋でのごみ出しの際は、ごみ袋の口の部分を**必ず2方向結んで**、ごみの飛び出し、はみ出しがないように出してください。

きちんと結ぶことで新型コロナウイルス感染症から収集業務従事者を守り、ごみ収集業務を滞らせないために皆さんの協力が必要です。

ごみ収集業務従事者が安全に、かつ安心して作業できるようご理解ご協力をお願いします。

問 市生活環境課 ☎43-8289 FAX 44-7833

## 『プラスマ・トライアル』参加者募集

今、ポイ捨てなどにより河川などを通じて海に流れ込むプラスチックごみが海の環境を汚し、世界的に問題となっています。

一人あたりの使い捨てプラスチックごみの発生量が米国に次いで2番目に多い日本。いったい家庭でどのくらい、プラスチックごみを出しているのでしょうか。

環境保全茨城県民会議では、家庭から排出されるプラスチックごみを記録して、削減に取り組む「プラスマ・トライアル」の参加者を募集しています。  
※プラスマとは：プラスチックスマート(プラスチックの賢い使い方)

- ◆内容  
任意の1週間および排出削減や正しい分別に取り組んだあとの1週間のプラスチックごみの排出量を入力し、送付する。

- ◆募集対象  
概ね中学生以上の県内に居住または通勤・通学者

- ◆応募方法

①専用フォームからの応募

**HP** <https://www.ecodane.jp/plastics-smart.html>  
②手書き用トライアルシートで応募  
県民会議ホームページページからダウンロードまたは県内図書館にて配布予定  
◇募集期限 11月1日(月)まで  
※その他詳細は、県民会議ホームページページを参照するかお問い合わせください

### 問 環境保全茨城県民会議(県環境政策課内)

☎029-301-6118 FAX 029-301-2949

**HP** <https://www.ecodane.jp/>

## 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。

※屋外での煮炊きやバーベキュー、燻炭作りなどの際には、近隣住民の方にご配慮ください

問 市生活環境課 ☎43-8234 FAX 44-7833

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