

「Eポート体験会」開催

「第31回花とふれあいまつり」において「Eポート体験会」を開催します。例年開催している「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の影響により、今回は体験会となります。

- ◆日時 5月15日(日)午前10時～午後3時
- ※雨天・荒天中止
- ◆場所 鬼怒フラワーライン(鬼怒川大形橋上流左岸)
- ◆対象 小学生以上
- ◆内容 大会用ゴムボートで手漕ぎまたは遊覧体験
- ◆持参物 感染症対策としてマスク・手袋など

◎体験会は時間や人数を制限しながら開催します。発熱などの症状や体調に不安がある場合は、参加をご遠慮ください(当日検温あり)

- ※事前予約・申込み不要、参加無料
- ※天候や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

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

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ています。皆さまの鯉のぼりを満開のポピーの上で泳がせてみませんか。

都市整備課(第二庁舎2階)または商工観光課(千代川庁舎1階)までお持ちください。
※「吹き流し」の受取りおよび設置は行っていません

- ◆設置期間 4月17日(日)～5月22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

成年年齢の引き下げ

～18歳になったら契約は慎重に～

令和4年4月1日から成年年齢が20歳から18歳に引き下げられました。これにより、18歳になると一人で有効な契約をすることが可能となり、未成年者であることを理由とした契約の取り消しができなくなります。

アルバイトなどの契約をする際には、契約内容をよく確認し、トラブルに遭わないように注意しましょう。また、何か困ったことが起きた場合には、一人で悩まず、相談しましょう。

【相談窓口】

- ◆契約に関する相談
◇下妻市消費生活センター
・市役所千代川庁舎内[鬼怒230]
・連絡先 ☎44-8632 FAX44-9370
・受付時間 月・火・木・金曜日
午前9時～正午、午後1時～4時30分
- ※労働契約に関する相談は除きます



問

市民協働課 ☎43-2114 FAX43-1960

4月は

「若年層の性暴力被害予防月間」です

4月は入学や就職など若者の生活環境が大きく変わり、性犯罪・性暴力被害に遭うリスクが高まる時期です。10代、20代の若者に対する性暴力の手口が巧妙になっています。「被害にあっているかも」と思ったら、一人で悩まずご相談ください。

【相談窓口】

- ◆性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター
☎#8891(はやくワンストップ)
- ◆性暴力に関するSNS相談
「キュアタイム(Cure time)」と検索

※プライバシーは守られますので安心して相談してください

問

市民協働課 ☎43-2114 FAX43-1960

学生で国民年金保険料の納付が困難な方へ 学生納付特例制度をご利用ください

◆学生納付特例制度とは
前年所得が基準額以下の学生を対象として、保険料を社会人になってから納めることができる制度です。
承認されると将来の年金受給資格期間の確保や、万一の事故などにより、障害を負ったときの障害基礎年金の受給資格を確保することができます。

- ◆申請は毎年必要です
- ◇申請受付期間
4月(または20歳の加入月)～翌年3月

※日本年金機構から「国民年金保険料学生納付特例申請書」のはがきが届いた方は、必要事項を記入して返送することで申請ができます

◆保険料の後払い(追納)をお勧めします
承認された期間は、年金額には算入されません。そのため老齢基礎年金の額が納付した場合と比べて低額になります。10年以内であれば追納することができます。

◆申請手続きに必要なもの
在学期間がわかる学生証のコピー(両面)または在学証明書

※日本年金機構ホームページから申請書をダウンロードし、郵送による提出もできます

問

日本年金機構 下館年金事務所 ☎25-0829
市保険年金課 ☎45-8124 FAX43-2933

「かん・びん」はリサイクルしましょう

市では、飲食料品用の「かん・びん(びんは化粧品用を含む)」を、リサイクル品として回収しています。しかし、「かん・びん」が不燃ごみとして集積所へ排出されていることが多く見受けられます。

不燃ごみ専用袋に入れられている場合には、不燃ごみとしての処理となり、一部はリサイクルされず、埋め立て処分となってしまいます。

「かん・びん」は、それぞれ分別し、専用の回収コンテナに入れてください。現在は、不燃ごみ専用袋に、かんやびんが混入している状態でも回収していますが、今後は、「収集できませんシール」を貼り、収集しないことを検討中です。

資源の分別徹底にご協力をお願いします。

問

市生活環境課 ☎43-8289 FAX44-7833

生ごみ処理機器購入補助金を 交付しています



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。

希望する方は、印鑑・通帳・領収書・カタログ(機械式のみ)を持参の上、生活環境課(本庁舎2階)までお越しください。

- ◆対象となる主な要件
◇家庭内の生ごみの堆肥化を目的とすること
◇市税などを滞納していないこと
◇過去5年以内に本補助金を受けていないこと

- ◆補助金の額など
◇生ごみコンポスト
1世帯2基まで、1基当たり3,000円を限度として、購入価格の2分の1に相当する額
- ◇機械式生ごみ処理機
1世帯1基まで、1基当たり20,000円を限度として、購入価格の3分の1に相当する額
- ※100円未満の端数は切り捨て

- ◆申請期日
購入日から60日以内または当該年度の3月31日までのいずれか早い日まで

問

市生活環境課 ☎43-8289 FAX44-7833

難病患者福祉手当を支給します

- ◆対象者 次の条件全てを満たす方
◇保健所発行の指定難病特定医療費受給者証をお持ちの方
◇市内に住所を有している方
◇市税、後期高齢者医療保険料および介護保険料を滞納していない方
◇生活保護を受けていない方

- ◆支給額 30,000円(年額)

- ◆必要なもの
◇保健所発行の指定難病特定医療費受給者証(写し可)
※有効期限が切れていないもの
◇振込口座の通帳(難病患者本人のもの)
※通帳が発行されていない方で、WEB口座(通帳アプリなど)をご利用の方は、口座情報を紙に出力したもの(金融機関名・支店名・預金種目・口座番号・口座名義人が確認できるもの)をご持参ください

- ◆申請窓口 市役所第二庁舎 1階 福祉課

- ◆受付期間 令和5年3月31日(金)まで
※土・日曜日、祝日を除く午前8時30分～午後5時15分

問

市福祉課 ☎43-8352 FAX43-6750



あなたの預金・年金が狙われています 「還付金があります」「電話を持ってATMに」 という電話に注意

市役所職員や金融機関職員を名乗って、「還付金(払戻金)があります」という電話がかかってきたら、「詐欺」の可能性がります。
電話の内容をきいて、落ち着いて対応しましょう。

き 切る
必ず一旦電話を切り、還付金(払戻金)が生じているかを確認する

い 言わない・行かない
・かかってきた電話で口座番号などを言わない
・電話の指示でATMに行かない

て 手渡さない
相手が訪問してきても、金融機関の通帳やキャッシュカード・現金を手渡さない

◆医療費や保険料の払戻金(還付金)を受け取るために、市役所職員などがATM(現金自動預払機)に行くように求めることは絶対にありません。

◆詐欺の電話は複数回かかってくることもあります。親切な職員を装って何度も電話をする、市役所職員を名乗る人物からの電話の後に、金融機関職員を名乗って電話をかけて信用させるなど、詐欺と悟らない手口で電話をかけてきますので、注意しましょう。

問 市保険年金課 ☎45-8124 FAX43-2933

“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。切れる包丁で楽しくお料理をしましょう。

◆日時 4月22日(金)午後1時～2時30分
◆会場 リフレこかい[大園木251-1]
※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
※ご来場の際は、マスクの着用にご協力ください

◎みんなの研ぎやさん会員募集中
ボランティア活動に興味のある方は、活動日にお気軽にお越しください。

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 FAX44-0559

後期高齢者医療の被保険者の方へ マイナンバーカードをつくりませんか

◆対象者 次の全てに該当する方
◇茨城県後期高齢者医療広域連合から「マイナンバーカード交付申請書送付のご案内」通知書が届いている方(3月上旬に郵送しています)
◇マイナンバーカードを取得していない方

◆申請方法
(1)～(3)のいずれかにより申請してください。
(1)郵送申請
広域連合からの通知書に同封された交付申請書に記入し、同封の封筒で郵送

(2)オンライン申請
スマートフォンまたはタブレットで通知書に記載の交付申請QRコードを読み取り、必要事項を入力
※QRコード読み取り後、交付申請書に記載されている「申請書ID」の入力が必要です
※証明写真機からの申請には対応していません

(3)窓口申請 市民課に通知書を持参
※オンライン申請のため、申請時に写真撮影(無料)します

◆マイナンバーカード申請に便乗した詐欺に注意
◇カードの申請などに便乗し、口座番号や個人情報を聞き出そうとする詐欺にご注意ください
◇ATM(現金自動預け払い機)の操作や現金・クレジットカードなどの提出を求めることは絶対にありません

問 <申請の手続き内容に関すること>
マイナンバー総合フリーダイヤル
☎0120-95-0178
平日：午前9時30分～午後8時
土・日曜日、祝日：
午前9時30分～午後5時30分
<後期高齢者医療に関すること>
市保険年金課 ☎43-8326 FAX43-2933



不法投棄110番

産業廃棄物の不法投棄・焼却、不適正な土砂の搬入などを見かけたら、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

問 県廃棄物規制課不法投棄対策室
☎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 FAX44-7833
◇休日や夜間の場合
110番または下妻警察署 ☎43-0110

ひとり親家庭等自立促進講習会 介護職員初任者研修

母子家庭等の自立促進を図るため、就労支援の一助として、介護職員初任者研修を実施します。

◆対象
母子家庭の母、父子家庭の父、寡婦で全日程出席でき、今後就労を希望する方

◆場所 県母子寡婦福祉連合会 ラーク・ハイツ会議室
[水戸市八幡町11-52]

◆申込方法
申請書に必要な事項を記入の上、下記問い合わせ先に郵送またはFAXでお申込みください。申込書は子育て支援課(第二庁舎2階)にあります。または茨城県母子寡婦福祉連合会のホームページ(https://www.w.ibaboren.or.jp/)からダウンロードできます。

◆研修期間
6月5日～9月25日の日曜日 14日間
レポート提出4回(全130時間)

◆時間 午前9時～午後5時(昼休み1時間)

◆募集人数 20人

◆受講料
◇テキスト代 6,000円
◇ボランティア保険加入代 392円

◆申込期限 5月12日(木)まで ※必着

◆その他
◇託児所を利用できます(2歳児以上・要事前登録)
◇ひとり親家庭となって7年未満で、所得が一定以下の方は、交通費の一部が支給されます。

問 申 社会福祉法人茨城県母子寡婦福祉連合会(母子・父子福祉センター ラーク・ハイツ内)
〒310-0065 水戸市八幡町11-52
☎029-221-8497
FAX029-221-8618

「お知らせ版3月10日号」掲載記事の訂正

「勤労青少年ホーム『令和4年度講座生』募集」の記事中、「プチイラスト&カラーセラピー」の講座を実施する曜日に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

誤) 第1・3木曜日 午後2時～4時
正) 第1・3土曜日 午後2時～4時

問 申 勤労青少年ホーム
☎43-7423 FAX45-0520

調理技術技能評価試験の実施

調理技術技能評価試験は、調理師のステップアップのために国家試験として設けられた制度です。

	前期	後期
実施調理作業	すし料理 中国料理 給食用特殊料理	日本料理 西洋料理 麺料理
受験案内および受験申請書の郵送による配布	4月22日(金)まで 当日消印有効	8月18日(木)～ 9月22日(木) 当日消印有効
	※窓口、ホームページによる配布もあります	
受験申請書の受付	5月6日(金)まで 当日消印有効	9月1日(木) ～10月7日(金) 当日消印有効
実技試験日	7月31日(日) ～8月20日(土)の 間で指定する日	令和5年1月14日(土) ～2月12日(日)の間で 指定する日
学科試験日	8月2日(火)	令和5年1月15日(日)

※前期、後期それぞれいずれかの1料理のみ受験可

【受験資格】
実務経験年数のうち調理師の免許を有していた期間が3年以上で、その他実務経験年数の規定があります。
※詳細は調理技術技能センターホームページ(http://www.chouri-ggc.or.jp)や、窓口や郵送による受験案内などでご確認ください

問 公益社団法人 調理技術技能センター
☎03-3667-1867(平日午前9時～午後5時)
FAX03-3667-1868

「ごみ分別アプリ」をご活用ください



「下妻市ごみ分別アプリ」では、収集カレンダーやごみ分別辞典など日常で役に立つ情報を得ることが出来ます。

指定ごみ袋引換券の引換期限のお知らせや災害などの緊急時のごみ収集についてのお知らせなどの通知機能も搭載しています。

スマートフォンやタブレット端末をお持ちの方は、ぜひご活用ください。



Android用



iPhone用

問 市生活環境課 ☎43-8289 FAX44-7833

国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者の方へ 年に一度は健診で健康チェック「医療機関健診」実施

「医療機関健診」は、保健センターで実施している集団健診の日時では都合が合わない場合や、かかりつけ医で受けた方など、自分の都合の良いときに受けた方にお勧めです。

- ◆期間 5月1日(日)～令和5年3月31日(金)
- ◆対象者 ◇国民健康保険加入者(40～74歳) ◇後期高齢者医療保険加入者
- ※次の方は、医療機関健診は受けられません
 - ・令和4年度「集団健診」の受診を予約した方
 - ・国民健康保険加入者で人間ドックの補助を受けて受診予定の方



【国民健康保険加入者】

- ◆自己負担額 1,500円
- ◆検査項目
- ◇基本項目
身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査(血中脂質・肝機能・血糖・クレアチニン)
- ◇医師が必要と認めた場合の追加項目
眼底検査、心電図検査、貧血
- ◆実施医療機関(市内)
医療機関にご予約の上、受診してください

医療機関名	電話番号
軽部病院	44-3761
菊山胃腸科外科医院	44-2014
坂入医院	43-6391
とき田クリニック	44-3232
中山医院	43-2512
平間病院	43-5100
三津山クリニック	48-9131

- ◆持参するもの
受診券、国民健康保険証、自己負担金
- ※受診券の発行については、保健センターまでお問い合わせください
- ※市外の医療機関での受診を希望する場合は、お問い合わせください

【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)
- ※上記以外の検査については、検査料がかかります
- ◆実施医療機関(市内)
医療機関にご予約の上、受診してください

医療機関名	電話番号
浅田医院	44-3957
宇津野医院	45-0311
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
とき田クリニック	44-3232
とやまクリニック	30-5010
中山医院	43-2512
平間病院	43-5100
古橋医院	44-2792
三津山クリニック	48-9131

- ◆持参するもの 受診券、後期高齢者医療被保険者証
- ※受診券の発行については、保健センターまでお問い合わせください
- ※市外の医療機関は対象外です

問 <医療機関健診に関すること>市保険年金課 国民健康保険 ☎45-8124 FAX 43-2933
後期高齢者医療保険 ☎43-8326 FAX 43-2933
<受診券に関すること>市保健センター ☎43-1990 FAX 44-9744

【定期予防接種】高齢者肺炎球菌予防接種費用の助成をします

市では、高齢者肺炎球菌予防接種について接種費用の一部を助成しています。令和4年4月1日から、令和4年度に定期接種の対象となる方の助成を開始しています。接種を希望する方は、送付された接種券を医療機関に持参して接種を受けてください。



- ◆対象接種期限 令和5年3月31日(金)まで
- ◆公費助成額 3,000円(1回のみ)
- ◆定期接種対象者
◇令和5年3月31日の年齢が、65・70・75・80・85・90・95・100歳の方
◇接種日に60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能・ヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害を有している方
- ※ただし、対象年齢の方でも、過去に高齢者肺炎球菌の予防接種を受けたことがある方は助成の対象外です(自費で接種している場合も助成の対象となりません)
- ◆接種券の送付
定期接種対象の方には3月末に接種券などを送付しています。必ず送付された接種券と保険証を医療機関に持参し、接種を受けてください。接種券を紛失してしまった場合は、接種する方の保険証を持参し、事前に保健センターで再発行の申請をしてください。
- ◆接種できる市内協力医療機関

医療機関名	電話番号	医療機関名	電話番号
浅田医院	44-3957	とき田クリニック	44-3232
宇津野医院	45-0311	とやまクリニック	30-5010
加倉井皮膚科クリニック	30-5007	中山医院	43-2512
軽部病院	44-3761	平間病院	43-5100
菊山胃腸科外科医院	44-2014	古橋医院	44-2792
湖南病院	44-2556	古橋耳鼻咽喉科医院	45-0777
坂入医院	43-6391	三津山クリニック	48-9131
砂沼湖畔クリニック	43-8181	渡邊クリニック	43-7773
つむぎ在宅クリニック【※】	48-7039		

※訪問診療患者に限ります

◎市外の広域予防接種協力医療機関については事前に保健センターに確認してください。

問 市保健センター ☎43-1990 FAX 44-9744



『にこにこ体操教室』参加者募集

介護保険課では、高齢者の方がいつまでも元気で楽しく過ごせるよう、介護予防事業として、体操教室を開催しています。体操は、椅子に座って行う、自宅でも手軽にできる軽運動(約1時間)です。

- ◆日時 各教室毎月1回(4・8月を除く)
午前10時～11時(受付 午前9時40分～)

場所	開催日
下妻公民館	第4水曜日(11月は第5水曜日、12月は第3水曜日)
大宝公民館	第3金曜日
騰波ノ江市民センター	第3水曜日(12月は第2水曜日、1月は第1水曜日)
上妻市民センター	第4金曜日(9月は第5金曜日)
働く婦人の家(総上)	第1木曜日(5・11月は第2木曜日)
豊加美市民センター	第1金曜日
高道祖市民センター	第2金曜日
別府コミュニティセンター	第3火曜日(3月は第1火曜日)
リフレこかい	第4月曜日

- ◆対象
市内在住の65歳以上で介護保険の要介護認定を受けていない方(要支援1・2の方は参加可能)

◆保険料 300円(年間)

- ◆申込方法 各教室で受け付け
- ※「別府コミュニティセンター」と「リフレこかい」は新規会場のため、事前にお電話でお申込みください

- ◆持ち物
運動できる服装、飲み物、上履き(下妻公民館以外)

問 市介護保険課 ☎43-8338 FAX 30-0011

「下妻市生き生き出前講座」を利用してみませんか

◆出前講座とは

市民の生涯学習意識の高揚とまちづくりの振興を図るため、市役所の各課の職員などが身につけた専門知識を無料で研修会や学習の場にお届けするものです。

【申込みの流れ】

①メニューから講座を選ぶ

市政全般から身近な暮らしの内容まで、いろいろな講座をご用意しています。「下妻市生き生き出前講座メニュー」から、希望する講座を選びましょう。

②申込内容の確認・日程調整

希望する講座担当課に問い合わせ、講座内容および日程の調整をしてください。

③出前講座を申し込む

出前講座利用申込書に必要事項を記入して、出前講座を希望する1カ月前までに生涯学習課または講座担当課までお申込みください。開催場所は、主催者をご用意ください。

④出前講座の講師派遣決定通知書の送付

講師派遣決定通知書が、市から申込者に送付されます。内容をご確認ください。

⑤出前講座の開催

職員を派遣し、申込みのあった講座の内容について分かりやすく説明します。

⑥出前講座受講結果報告書の提出

講座終了後、受講結果報告書を生涯学習課または講座担当課へ提出してください。(今後の講座内容のあり方についての参考とします)

※出前講座の詳しい資料(メニュー表・出前講座利用申込書)は、総合案内(本庁舎1階)、くらしの窓口課(千代川庁舎1階)、生涯学習課(千代川庁舎2階)、公民館、各市民センターにあります。市ホームページからもダウンロードできます

【注意】

企業が顧客などを集めて出前講座を開催する場合は、企業の営利行為にあたると思われるため、実施することができません。ただし、社員が自主的に企画する研修などの場で活用することは可能です。

◆申込方法

事前に希望する講座担当課へお問い合わせください。担当課と講座の内容や日程などを調整してから、受講を希望する1カ月前までに所定の申込用紙に記入の上、生涯学習課または講座担当課へ提出してください。

No.	講座名	担当部署 電話番号
1	介護保険のしくみについて	介護保険課 45-8122
2	シルバーリハビリ体操	介護保険課 43-8338
3	認知症サポーター養成講座	介護保険課 43-8264
4	支え合いのまちづくり ～地域包括ケアシステムとは～	
5	高齢者の権利を守る ～安心な老後のために～	
6	終活ノート(エンディングノート)を活用しましょう	
7	高齢福祉サービスについて	介護保険課 45-8123
8	子育て応援隊～子どもの健康づくり～	保健センター 43-1990
9	感染症を予防しよう	
10	早期発見が決め手！がん予防	
11	自分でできる熱中症予防	
12	健康で元気に生活するためのコツ	
13	出張健康測定	子育て支援課 45-8120
14	子ども・子育て支援制度について	
15	社協ってどんなところ？	社会福祉協議会 44-0142
16	もう一つの目線から街を見てみよう	
17	生活困窮者自立支援制度と生活保護制度について	福祉課 43-8249
18	障害福祉サービス	福祉課 43-8352
19	誰でもゲートキーパー	
20	ヘルプマークを知っていますか??	人権推進室 43-8246
21	人権教室	
22	国民健康保険のしくみ	保険年金課 45-8124
23	国民年金のしくみ	
24	後期高齢者医療制度のしくみ	保険年金課 43-8326
25	医療福祉(マル福)制度のしくみ	
26	犬と猫を飼うときのルールとマナー	生活環境課 43-8234
27	下妻市のごみの分け方・出し方	生活環境課 43-8289
28	今日からできる「ごみ減量」	
29	リサイクルとその先へ	
30	バキュームカーの使い方	

◆利用できる方

原則として、市内に在住・在勤・在学する10人以上の市民グループです。ただし、公の秩序や善良な風俗を害する恐れがある場合、政治活動や宗教布教活動または営利目的の事業の一環と考えられる場合は、申込みを受付けることはできません。

◆費用 無料(教材費、材料費が必要な場合あり)

No.	講座名	担当部署 電話番号
31	生活道路が整備されるまで	建設課 45-8125
32	道路とくらし	
33	公園のはなし ～使おう！守ろう！みんなの公園～	都市整備課 43-8356
34	水洗化で快適生活	上下水道課 44-5311
35	知っていますか？下水道ができるまで	
36	水道水はどうつくられるの？	
37	知っていますか？あなたの市・県民税	税務課 43-8192
38	家を建てる前に 固定資産税のしくみ	税務課 43-8193
39	市税の納付方法と滞納処分について	収納課 43-8274
40	悪質商法にあわないために	商工観光課 44-8632
41	知っておきたい選挙の知識	総務課 43-2115
42	知っておきたい18歳選挙権	
43	図書館の便利な利用法	図書館 43-8811
44	読み聞かせ講座 ～実践！読み聞かせのポイント～	
45	地域ぐるみで取り組もう！青少年健全育成	生涯学習課 45-8995
46	家庭教育の重要性 ～子育てに対する「やる気」と「喜び」を!!～	
47	みんなで守る文化財～文化財保護について～	生涯学習課 45-8996
48	下妻にもある国指定文化財(大宝城跡)	生涯学習課 45-8997
49	自分の体力を知ろう	
50	農業者年金制度について	農業委員会 45-8991
51	農地法について①(耕作目的編)	
52	農地法について②(農地転用編)	消防交通課 43-2119
53	防災のはなし	
54	交通事故防止のポイント	消防交通課 43-8309
55	覚えよう！いざ！という時の応急手当 ①「救命入門コース」(参加証発行。小学生高学年～中学生対象) ②「救命講習」(修了証発行なし)	下妻消防署 43-1551
56	市の財政状況は どうなっているの？	財政課 43-2158
57	庁舎等整備事業について	財政課 43-2235
58	公共施設の将来を考えてみませんか	

◆開催場所

市内の公共施設や民間施設とします。会場は、主催者をご用意ください。

◆開催日時

祝日・年末年始を除く午前10時～午後5時
1回2時間以内(一部講座を除く)

※午後5時以降希望の場合は講座担当課に要相談

No.	講座名	担当部署 電話番号
59	“男女共同参画社会、ってなに”	市民協働課 43-2114
60	公共交通の役割と大切さ	企画課 43-2113
61	市の総合計画ってなに？	
62	マイナンバー制度について	議会事務局 43-8364
63	議会のしくみ	

【下妻市と明治安田生命との包括連携メニュー】

No.	講座名	担当部署 電話番号
1	「睡眠」と「健康」の知恵袋講座	秘書課 43-2112
2	女性のための「健康づくり栄養」講座	
3	加齢に負けない！ フレイル予防講座	
4	楽しく学ぶ！ 認知症予防講座	
5	わたしと家族の 「そうぞく」講座	
6	スマホでつながり力を高めて 健康長寿講座	
7	今から、取り組もう！ 防災講座	

令和3年11月に締結した「下妻市と明治安田生命保険相互会社との包括連携協定」に基づき、令和4年度から連携事業として生き生き出前講座のメニューに、明治安田生命保険相互会社の社員が講師を務める講座を新たに設けました。

明治安田生命保険相互会社の持つノウハウを、講座を通して市民の皆さまへ提供することで、市民サービスの向上や地域の活性化を目指しています。

※生き生き出前講座において、明治安田生命保険相互会社が営業行為を行うことはありません

◆お願い

- ◇時間内で終わるようご協力をお願いします。
- ◇質問に対して、その場で回答できない場合がありますので、ご了承ください。
- ◇各課が担当する業務の説明に関する質疑や意見交換は可能ですが、苦情などを言う場ではありませんので、ご理解ください。
- ◇災害などが発生した場合は、講座を中止することがありますので、ご了承ください。



ボランティア活動を支援しています

砂沼広域公園のゴミ拾い活動をしていただけるボランティアの方への支援を昨年12月から試行的に実施しています。

◆支援内容
ゴミ袋の配布および収集したゴミの回収

◆実施日 毎週月曜日

◆実施時間
◇ゴミ袋配布 午前9時～午後3時
◇ゴミの回収 午後4時まで

◆配布・回収場所
砂沼広域公園管理事務所[長塚乙4-1]
(旧砂沼サンビーチ駐車場内)



問 市都市整備課 ☎43-8356 FAX 43-2945
砂沼広域公園管理事務所
☎43-6661 FAX 45-5370

「春の女子会2022」 子どもたちによる『コドモマーケット』開催

市内で活動する女性団体Shi♡shimai(ししまい)が主催する「春の女子会2022」にて、子どもたちだけのフリーマーケット「コドモマーケット」を開催します。

子どもたちだけで「お店を出す」という小さな社会体験を通して、金銭感覚やコミュニケーション能力を育むことを目的としています。
「コドモマーケット」に出店してみませんか。

◆日時 6月4日(土)
◇春の女子会 午前10時～午後3時
◇コドモマーケット 午前11時～午後0時30分を予定

◆会場 Waiwaiドームしもつま[下妻丁91]

◆対象 小学3～6年生(1区画に2人まで可)
※5月15日(日)午後からの出店説明会に参加できる方(保護者同伴)

◆ブースの広さ 横1.5m×奥行1.5m/1区画

◆出店料 500円/1区画

◆出店募集数 10区画 ※先着順

◆申込締切 5月7日(土)まで

◆申込方法
申込みフォーム(<https://ssl.form-mailer.jp/fms/271261ba262004>)からお申込みください。



申込みQRコード



◇申込担当 子どもTo共育ラボ(谷島)
tomoiku.lab@gmail.com

問 市民協働課
☎43-2114 FAX 43-1960

近隣市町シニア ビーチボールバレーリーグ戦 『参加チーム』募集

◆日程 5月22日(日)～9月4日(日)
リーグ戦(全4回)

◆場所 市立総合体育館[本城町3-36]

◆種目 一般男女混合の部
※参加チームが3チームに満たない場合は中止となります

◆参加資格
【男子】50歳以上 【女子】年齢制限なし
※年齢により特別ルールがあります

◆参加費 1チーム 5,000円
※締め切り後の返却は行いません

◆申込方法
所定の用紙に必要事項を記入し、下記へお申込みください

◆申込場所
◇市役所生涯学習課(千代川庁舎2階)
※土・日曜日、祝日を除く
◇市立総合体育館 ※月曜日を除く
◇受付時間 いずれも午前8時30分～午後5時

◆申込締切 4月30日(土)午後5時まで

※新型コロナウイルス感染症の影響により開催が中止となる場合があります

問

下妻市ビーチボールバレー連盟(リーグ戦事務局)
☎090-7827-1756(澤部)
FAX 43-0830

土砂などを用いて埋め立てる場合は許可が必要です



土砂などを用いて“埋立て・盛土・たい積”を行う場合は、「市土砂等による土地の埋立て等の規制に関する条例」の規定を順守する必要があります。

◆許可が必要な埋立て等の面積
5,000㎡未満の事業全て
※5,000㎡以上の事業は県へ申請
◆搬入する土砂など
◇茨城県内から発生した土砂などで一時保管場所(資材置場・ストックヤード)を経由しないもの
◇「土壌の汚染に係る環境基準(29項目)」および水素イオン濃度の規制基準をクリアしたもの
◇「改良土」の禁止
◆許可基準
◇申請者の欠格事項に関する基準
◇過積載車両、不正改造車両の禁止など

第34回連盟杯争奪ビーチボールバレー大会 『参加者』募集

◆日時 5月8日(日)午前8時30分
※抽選会は当日午前8時から行います

◆場所 市立総合体育館[本城町3-36]

◆種目 一般男女混合の部、一般女子の部
※参加チームが3チームに満たない場合は中止となります

◆参加資格
市内在住・在勤者およびこれに準ずるチーム(スポーツ保険加入者)

◆参加費 2,500円
※締め切り後の返却は行いません

◆申込方法
所定の用紙に必要事項を記入し、下記へお申込みください

◆申込場所
◇市役所生涯学習課(千代川庁舎2階)
※土・日曜日、祝日を除く
◇市立総合体育館 ※月曜日を除く
◇受付時間 いずれも午前8時30分～午後5時

◆申込締切 4月28日(木)午後5時まで
※新型コロナウイルス感染症の影響により開催が中止となる場合があります

問

下妻市ビーチボールバレー連盟
☎090-4074-6659(山本)
FAX 44-3153

問 市生活環境課 ☎43-8234 FAX 44-7833