

# 情報ひろば

## INFORMATION

### 住基カード無料交付のお知らせ

平成20年10月1日から平成23年3月31日の期間は、手数料が無料です。

期間中に住民基本台帳カード(住基カード)の申請をされた方は、交付手数料が無料になります。住基カードは、写真付と写真なしの2種類があります。写真付きのカードは、運転免許証などと同様に公的な身分証明書として広くご利用いただけます。住基カードの有効期限は、交付後10年間です。詳しくは、総合窓口課にお問い合わせいただくか、市のホームページをご覧ください。

問 総合窓口課(玉造庁舎)  
☎ 0299-5510111

### 人権擁護委員による特設人権相談を実施します

人権擁護委員は地域住民の人権が侵害されないよう常に注意を払い、もし、人権が侵害されたときは、その相談を受け、被害救済のために速やかに適切な処理を行います。

期日  
12月2日(火) 麻生公民館  
12月9日(火) 北浦公民館  
12月10日(水) 玉造公民館  
時間 午前10時～午後3時  
主催 鹿嶋人権擁護委員協議会・水戸地方事務局鹿嶋支局

### 祝日等のごみ収集について

11月3日(月・文化の日) 24日(月・振替休日) 麻生地区の燃えるごみの収集を実施します。  
※集積所へは、朝8時までに出示してください。  
※燃えるごみ以外は収集しませんので、集積所へは出さないうでください。  
※環境美化センターは両日も休業日ですので、一般ごみの受け入れは行いません。

問 環境美化センター  
☎ 0299-7211853

### 宝くじの助成金で備品を整備

横須賀区(玉造地区)では、宝くじの助成を受けて、地域活動を充実させるための備品(テレビ・パソコン・エアコン・調理器具・刈払機など)を横須賀ふるさとコミュニティセンターに整備しました。

横須賀ふるさとコミュニティセンターは、横須賀区の地域活動の拠点でもあり、今後さらなる活動の充実が期待されます。

この助成は、宝くじの普及及び広報を目的としてコミュニティ活動に必要な施設や備品を整備するためのものです。

企画課(麻生庁舎)  
☎ 0299-7210811

### 11月は児童虐待防止推進月間です

虐待を受けたと思われる子どもを見つけたときは、児童相談所や市町村の窓口などに連絡(通告)してください。連絡した人の秘密は法律で守られています。出産や子育てに悩んでいたら、児童相談所や市町村の窓口にご相談ください。

問 福祉相談センター(鹿行児童分室)  
☎ 0299-113314119  
社会福祉課(玉造庁舎)  
☎ 0299-5510111

### 人権週間記念フェスタ

人権週間(12/4～10)期間中に記念フェスタを開催します。

日時 12月6日(土) 午後1時～(開場12時)

場所 石岡市民会館 ホール(石岡市総社1-2-15)

内容 ①平成20年度人権啓発ポスターコンクール表彰式 ②平成20年度人権メッセージュ表彰式 ③人権メッセージュ・人権作文朗読(人権作文は、全国中学校人権作文コンテスト茨城大会優秀作品) ④アトラクション ⑤講演:重松清氏(作家)「日常の家族の風景から」  
費用 入場無料  
申込方法 電話、Eメール、fax及びハガキの際は、催事名(人権週間記念フェスタ)・住所・氏名・電話番号・合計参加人数を明記のうえ申込み願います。先着順で受付し、定員900名になり次第終了します。

問 茨城県人権啓発推進センター(水戸市笠原町978-16)  
☎ 029-130113136  
☎ 029-130113138  
HP koso5@pref.ibaraki.lg.jp

**家づくりは、正しい知識を得てからはじめましょう!**

ホームページより家づくりの正しい知識、詳しくわかる「お助け本」を差し上げてますこの本を読んで、失敗や後悔のないように家づくりをじっくりと考えましょう!

無理のない資金計画・チラシのカラクリ・住宅会社の選び方  
家づくりの落とし穴・建築費のムダ・さまざまなポイント

ネット検索は **とんぼ住宅** 検索

※家づくりをお考えのあなた! 後悔する前に行動してください。

年金聞きたい放題

**常陽 年金相談コーナー**

日時: 11月19日(水)  
午前10時～午後3時

場所: 常陽銀行麻生支店  
☎0299(72)0551

社会保険労務士が無料でご相談に応じます。

【ご相談の主な内容】  
○年金のお受取り手続きについて(年金請求書の記入方法や必要書類など)  
○年金受給に必要な資格期間や年金受給見込額について  
(ただし、年金調査には1～2週間程度かかります。)  
○60才以降も勤務する場合の年金について  
○失業給付を受けた時の年金について  
○加給年金について(配偶者や子に関する加算)  
○その他年金に関するご質問  
ご相談の際は、基礎年金番号通知書・年金手帳(本人・配偶者)、預金通帳、印鑑(認印)、職歴メモをご持参ください。なお、お持ちの方は社会保険業務センターより送付された年金請求書、加入記録のお知らせ・見込額、雇用保険被保険者証、年金証書を併せてご持参ください。

ベストパートナーバンク  
麻生支店 0299(72)0551  
北浦支店 0291(35)2121  
玉造支店 0299(55)0101

## 「女性の人権ホットライン」強化週間

職場における男女差別やセクハラ、夫やパートナーからの暴力、ストーカーなどの女性に対するあらゆる人権侵害について相談を受け付けています。

秘密は厳守いたします。

**期間** 11月17日(月)～同月23日(日)までの7日間

**時間** 午前8時30分から午後7時まで(ただし、土日は午前10時から午後5時まで)

**☎** 057010701810  
**相談員** 人権擁護委員・法務局職員

## 11月11日は「介護の日」です

今年から11月11日は「介護の日」となりました。茨城県では、11月11日に県庁舎と茨城県総合福祉会館で講演会や介護・健康相談及びシルバリーハビリティ体操のデモンストラーションを実施いたします。また、県庁舎2階県民ホールでは、11月10日から14日まで介護関係団体によるパネ

ルや福祉用具の展示を実施します。参加費は無料ですので、是非ご参加ください。(詳しくは市介護福祉課リーフレットがありますのでそちらをご覧ください。)

**問** 茨城県介護保険室

**☎** 029130113332  
**http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/hoken/kaigo/**

## 環境影響評価書の縦覧について(東関東水戸線)

都市計画道路潮来鉾田線の環境影響評価についての調査・予測・評価の結果を記載した「環境影響評価書」が作成されましたので、次のとおり縦覧に供します。

**縦覧期間** 11月27日(木)まで【午前8時30分から午後5時】(土曜日、日曜日及び祝日を除きます。)

**縦覧場所** 市建設部都市計画課・茨城県土木部都市局都市計画課

**縦覧内容** 環境影響評価についての調査・予測・評価の結果を記載した環境影響評価書

**問** 市都市計画課(玉造庁舎)  
**☎** 029915510111

## 生活総合調査にご協力ください

国土交通省では、都道府県、市町村の協力のもとに12月1日、全国各地において「平成20年住生活総合調査」を行うことにしています。

この調査は、住生活基本法に基づく住生活の安定・向上に係る総合的な施策を推進する上で必要となる基礎資料を得るために、居住環境を含めた住生活全般に関する実態や居住者の意向・満足度等を総合的に調査するもので、5年ごとに実施するものです。

今回は、10月に実施された住宅・土地統計調査(総務省)に回答いただいた世帯の中から一部を抽出し、全国で10万世帯を対象に行います。本県では、一定の抽出方法により無作為抽出した約5,700世帯に調査をお願いすることとなっています。11月24日から12月7日まで、統計調査員証を持った調査員が、対象となった世帯を訪問しますので、調査をお願いする皆様には重ねてお手数をおかけすることとなりますが、ご協力のほどよろしくお願ひします。

## 男女共同参画コーナー⑭

### 講演会のご紹介

〈男と女ハーモニフォーラム〉

荒木由美子さんの介護実体験を語る講演をメインにアトラクションを展開

**日時** 11月23日(日)

午後1時～午後4時

**会場** 牛久市中央生涯学習センター

**申込み** 県南総合事務所

**☎** 029182217026

※参加費無料。託児要予約。

〈レイクエコー主催の講演会〉

地域における子育て支援について考える講演会

**日時** 12月7日(日)

午前の部 10時30分から12時

橋本 由美子(茨城県保健福祉部子ども家庭課長補佐)

午後の部 1時から2時30分

浜尾 朱美(キャスター・エッセイスト)

**会場・申込み** レイクエコー

**☎** 029917312300

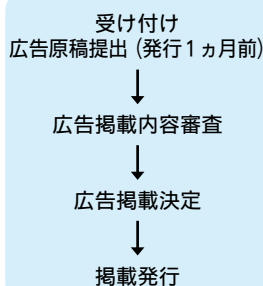
※参加費無料。託児(3歳から就学前まで・要予約)

11月は男女共同参画推進月間です。

## 広告募集

「市報行方」へ  
 広告を掲載しませんか

行方では、「市報行方」に有料広告掲載される方を募集しています。詳しくは、行方市役所 秘書広聴課まで  
 〒311-3892 行方市麻生1561-9  
**☎** 0299-72-0811 FAX 0299-72-2174



## 年金相談会のお知らせ

社会保険労務士による「無料年金相談会」です。

**日時** 11月18日(火)  
 午前9時～午後3時

**場所** 茨城銀行 麻生支店  
 行方市麻生171-8  
**TEL**: 0299-72-0781



年金相談にご来店の際は  
 ・年金手帳(ご夫婦分)  
 ・年金証書(ご夫婦分)  
 ・印鑑  
 をご持参下さい。  
 ※(1)年金加入記録のお知らせ  
 ※(2)年金見込額のお知らせ  
 ※(3)年金請求書 などを  
 お持ちの方は、こちらも  
 忘れずにご持参下さい。

◎電話にてご予約をお願いいたします。

茨城銀行

# 手軽な簡単レシピ (副菜編) 〔1〕

野菜不足を補う一品料理を作ってみましょう♪

【チンゲンサイと干しエビのおひたし】 ～スマートダイエット教室レシピより～

**【材料：4人分】**

干しエビ	大さじ2 (20 g)
水	大さじ3
チンゲンサイ	4 株
サラダ油	大さじ1/2
塩	少々
長ねぎ	5 cm
干しエビの戻し汁	大さじ2
しょうゆ	大さじ1
酒	大さじ1/2
ごま油	少々

**【作り方】**

- ①干しエビはきれいに洗い、分量の水につけてやわらかく戻す。
- ②チンゲンサイは縦に6～8等分に切る。  
中華鍋か鍋に湯を沸かしてサラダ油と塩を入れ、チンゲンサイを軸のほうから入れてかためにゆでる。水にさらして水気をしぼり、食べやすく切る。
- ③長ねぎはみじん切りにし、やわらかく戻した干しエビは粗いみじん切りにする。干しエビの戻し汁にしょうゆ、酒、ごま油を合わせ、長ねぎと干しエビを混ぜてたれを作る。
- ④チンゲンサイを器に盛り、③のたれをかける。



ビタミンC	ビタミンCを多く含む風邪予防に最適でしょう。
ベータカロテン	豊富なカロテンは、体内でビタミンAの動きを活発にし皮膚や粘膜を健康にします。
カルシウム・カリウム 鉄分・食物繊維	これらのアルカリ性ミネラルは、ストレス解消、胸焼け解消、骨粗鬆症、貧血予防、高血圧、浄血剤、利尿作用、便秘予防などに役立ちます。
漢方・薬効	熱さまし、胸やけを取るとされ、胃がむかつく時に最適です。

※女性に嬉しい効果!!メラニンの生成を抑制するので、美肌作りに最適です!!

**【緑黄色野菜と淡色野菜のとり方】**

野菜類は、減量中でもお腹いっぱい食べることができる食品であり、食事をボリュームアップさせたり、お腹を満足させたりするために積極的にとりたい食品でもあります。

野菜は、濃い赤、緑、黄色の緑黄色野菜（切っても色の濃い野菜）と色の薄い淡色野菜の2種類に分けられます。どちらも私たちのからだに必要な、ビタミンやミネラルといった栄養素をたくさん含んでいます。一方で、それぞれの野菜が持つ栄養素の種類や量には大きな差があります。

そこで、野菜を食べるときには、何か1種類の食品ばかりを食べるのではなく、多種類の野菜を組み合わせるようにしましょう。1日に食べたい量として、緑黄色野菜が150g、淡色野菜が200g、合わせて350gといわれています。350gというと両手にあふれるくらいの山盛り1杯というのが目安になります。ぜひ、野菜を季節感も味わいながら食べていきましょう。

## 総合健診のお知らせ

今年度、健診を受診していない方を対象に総合健診（健診定数360人）を実施します。  
健康増進課（北浦保健センター）へ直接お電話でお申し込み下さい。

期 日	平成21年1月16日(金)・17日(土)	健診項目	対象者	料 金
受付時間	午前6:30～午前10:00	結核検診	19歳以上	無 料
		肺がん検診(レントゲン)	40歳以上	無 料
		肺がん検診(喀痰検査)	40歳以上	500円
場 所	玉造保健センター	生活習慣病予防健診	19歳～39歳	500円
		特定健診(国保加入者)	40歳～69歳	500円
申込期間	12月15日(月)～19日(金)	特定健診(国保加入者)	70歳～74歳	無 料
		高齢者健診	75歳以上	無 料
		胃がん検診	30歳～74歳	1,000円
問 合 せ 及 び 申 込 先	健康増進課(北浦保健センター) ☎0291-34-6200	大腸がん検診	30歳以上	500円
		肝炎ウイルス検査	40歳及びもれ者	500円
		前立腺がん検診	50歳～74歳の男性	500円

※特定健診は国保加入者のみ受診できます。国保以外の方は医療保険者に確認をお願いします。



# 税金 収納対策課よりのお知らせ

## 今月の税金 (11月)

- 固定資産税 第4期
- 国民健康保険税 第5期

納付期限(口座振替)は  
12月1日です。  
忘れずに納付  
しましょう。

## 来月の税金 (12月)

- 市・県民税 第4期
- 国民健康保険税 第6期

納付期限(口座振替)は  
12月25日です。

### 11月及び12月は滞納整理強化月間です。

この期間は、特に滞納整理の減少に向けた取組として納税催告を行います。この間に納付又は納税相談に応じない悪質な滞納者に対しては、財産(給与・預貯金・動産等)調査を行い、差押や換価処分などの滞納整理を行います。また、収納対策推進本部により本年度分で納付されていない約1,000名の方の自宅を訪問して徴収業務に当たります。

### 行方市収納対策推進本部について

市では、不良債権化している各課の未収金を回収するため、今年7月に副市長を本部長として収納対策推進本部を設立しました。各課で所管する使用料等の未収金は現在約9億円に上り、市ではこれらの現状を重く受け止め、最重要課題として問題解決に向け市全体で取組む事を決めました。今後は部長を始めとして市の管理職等による催告兼ねた戸徴収などを行う予定です。

### ・市の未収額 平成19年度末現在

名称	未収金(千円)
住宅使用料等	3,667
一般税	377,643
国民健康保険税	437,642
保育料等	10,268
学校給食費等	1,816
下水道使用料等	17,000
介護保険料等	8,309
水道料金	50,818
合計	907,163

### ○不動産公売情報

- ・9月3日実施の不動産公売について5件中1件が売却されました。

見積価格 380,000円  
売却決定金額 1,050,500円

- ・次回公売日  
平成20年11月5日(水曜日) 場所・・・行方合同庁舎  
平成21年3月3日(火曜日) 場所・・・行方合同庁舎

### 市の差押実績比較 (単位:件)

項目	平成19年度	平成18年度
不動産	80	88
債権	預貯金	59
	給与	0
	その他	21
動産	6	0
計	278	168

### ◇市税等の支払いは口座振替をご利用下さい。

口座振替とは、市税等を金融機関または郵便局の預貯金から納付期限の日に自動振替で納税できます。納期ごとに金融機関等へ出向く必要もなく、納め忘れがないので安心です。一度手続きすると毎年継続されますので大変便利な制度です。

#### 【申し込み手続きについて】

預金通帳と印鑑〔届出印〕を持参の上、金融機関または郵便局の窓口へ直接お申込下さい。口座振替依頼書は、市役所 麻生庁舎・玉造庁舎・北浦庁舎、取扱金融機関、郵便局に備えてあります。

#### 【口座振替の変更について】

口座振替依頼書の取消(廃止)と口座振替依頼書の申込(新規)に必要な事項を記入・押印して、ご利用の金融機関及び郵便局の窓口へ直接お申込下さい。

#### 【残高不足で引き落とせなかったら】

再振替は行っていません。振替不能通知書及び納付書を送りますので、それを持参して市役所窓口、金融機関、コンビニまたは郵便局で納付してください。

#### 【口座振替の利用できる市税等は】

市・県民税・固定資産税・軽自動車税・国民健康保険税・介護保険料・保育所保育料・放課後児童クラブ納付金・老人保護措置費負担金・下水道受益者負担金及び分担金使用料・自給センター搬入手数料・市営住宅使用料・後期高齢者医療保険料