



お知らせ版

霞ヶ浦ふれあいランドイベント Waku!Waku!フェスタ

ゴールデンウィークに、楽しいイベントで皆さまをお待ちしています！

- 5月7日まで
 - ・風船サービス
 - ・コイツリ体験 1竿 300円
- 5月3日
 - ・ストライダー教室&パフォーマンスショー
 - ・JAZZ イバラキ BAND 演奏
 - ・大道芸ショー (練歩き)
 - ・パラセーリング&ペダルポート
- 5月4日
 - ・北浦童太鼓演奏
 - ・上町はやし連饗宴
 - ・THE DUETS LIVE
 - ・パラセーリング&ペダルポート
- 5月5日
 - ・濱町囃子連饗宴
 - ・Y.O.K.O.quartet バンド演奏
 - ・パラセーリング&ペダルポート
- 5月6日
 - ・大道芸ショー (練歩き)
 - ・パラセーリング&ペダルポート
- 5月7日
 - ・時空戦士「イバライガー」ショー

○レンタサイクル貸出中 (9:30 ~ 16:30)
 大人 (高校生~) 500円
 子ども (小学生~) 300円

○5月3日~5月5日
 観光物産館「こいこい」にて、
 地場産品特売実施！

※詳しくは、ホームページ (<http://www.city.namegata.ibaraki.jp/page/page000682.html>) をご覧ください。

問 行方市開発公社 ☎0299-55-3927

献血のお知らせ



尊い命を救うために、皆さまの温かいご協力をお願いします。

◇ベシア玉造店
 5月15日(月) 13:45 ~ 16:00

問 健康増進課 (北浦保健センター内)
 ☎0291-34-6200

自動車税は納期限 (5月31日) までに納めましょう！

自動車税は毎年4月1日現在で自動車を所有している方に課税されます。



今年の納期限は5月31日(水)です。お近くの金融機関、郵便局、コンビニエンスストアまたは県税事務所で納期限までに納付してください。

■自動車税のクレジットカード納税が可能に！
 平成27年度から定期課税分の自動車税がクレジットカードで納付できるようになりました。パソコンやスマートフォンから「Yahoo! 公金支払い」のポータルサイトへ接続し、クレジットカード情報等を入力することにより、自宅や外出先から24時間いつでも利用できます。
 ※詳しくは、納税通知書に同封されるチラシまたは茨城県税務課ホームページをご覧ください。

問 茨城県行方県税事務所 収税課
 ☎0299-72-0482

植えてはいけない「けし」と植えてもよい「けし」の見分け方

けしの仲間には、法律で栽培が禁止されているものがあります。外観の特徴から、園芸用のけしと区別ができます。

〈簡単なけしの見分け方〉

	草丈	葉	毛	果実
植えてはいけない	高い (1m以上になるものが多い)	・緑が不規則な大きさ ・茎上部の葉は茎を抱き込む	少ない	花が終わると、だ円または球形の大きな果実 (径3~6cm)
植えてもよい	低い (1m以下のものが多い)	・深い切れ込みがある ・一般に小さめ	全体が粗い(細かい)毛で覆われている	花が終わると、小さな果実 (径1~2cm)



“植えてはいけないけし”を見かけましたら、保健所にご連絡ください。

問 茨城県鉾田保健所 ☎0291-33-2158

平成 29 年度 定期予防接種

ワクチン	回数	対象年齢
H i b ワクチン	4回	生後2カ月~5歳未満
肺炎球菌ワクチン	4回	生後2カ月~5歳未満
B型肝炎ワクチン	3回	生後2カ月~1歳未満
4種混合ワクチン	4回	生後3カ月~7歳6カ月未満
B C G ワクチン	1回	~1歳未満
M R ワクチン1期	1回	1歳~2歳未満
M R ワクチン2期	1回	5歳~7歳未満で小学校入学前1年間(年長児) 今年度対象者は、平成23年4月2日~平成24年4月1日生まれの方
水痘ワクチン	2回	1歳~3歳未満
日本脳炎1期初回・追加2期	3回 1回	3歳~7歳6カ月未満 9歳~13歳未満(小学4年生に勧奨) ※平成19年4月2日~平成20年4月1日生まれの方は、不足分(1期3回分)の接種を2期接種対象年齢内に限り、公費で接種が可能。 ※対象者の方には通知を送りました。
ジフテリア・破傷風	1回	11歳~13歳未満(小学6年生に勧奨) 今年度対象者は、平成17年4月2日~平成18年4月1日生まれの方 ※対象者の方には通知を送りました。
ヒトパピローマウイルス感染症(子宮頸がん)	3回	小学6年生~高校1年生相当の女子 ※現在、積極的勧奨は行っておりません。定期予防接種ですので、ご希望の方は公費で予防接種を受けることができます。

平成 29 年度 高齢者定期予防接種

ワクチン	回数	対象者
インフルエンザワクチン	年度内1回	・65歳以上の方 ・60歳以上65歳未満の者であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方 ※接種費用の一部を助成します。対象者には通知を送ります。
高齢者の肺炎球菌感染症	一生涯1回	・平成29年度内に下記の年齢に到達する方 65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳 ・60歳以上65歳未満の者であって、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能障害またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に障害を有する方 ・肺炎球菌の予防接種を受けたことがない方 ※接種費用の一部を助成します。対象者には通知を送りました。

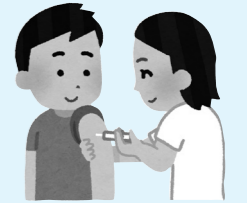
平成 29 年度 任意予防接種

ワクチン	回数	対象者
小児インフルエンザ	年度内1回	1歳~中学校3年生まで ※接種費用の一部(1回2,000円)を助成します(2回目を接種する方は全額自己負担)。対象者には10月頃通知を送ります。
おたふくかぜ	1回	1歳~5歳未満 ※接種費用の一部(3,000円)を助成します。
大人の風しん	1回	下記の全ての条件を満たす方 ・行方市に住所のある方 ・妊娠を希望する女性もしくは妊娠をしている女性または妊娠を希望する女性の夫 ・平成2年4月1日以前に生まれた方で、年度内年齢45歳未満の方 ・風しんに罹患したことがない方または予防接種を受けたことがない方 ※該当される方には接種費用の一部を助成します。 風しんワクチン 3,000円 MRワクチン 5,000円

《予診票を紛失した方へ》

予防接種予診票再交付申請書の提出が必要となります。健康増進課(北浦保健センター内)に電話連絡をするか、直接窓口へお越しください。

- ・定期予防接種は、茨城県内の医療機関で接種することができます。
- ・任意予防接種については契約医療機関となりますので、下記までお問合わせください。



問・申 健康増進課 (北浦保健センター内)
 ☎0291-34-6200 FAX 0291-34-6003

歯周疾患検診のお知らせ

お口の健康を守ることは、全身の健康管理への入り口です。この機会に検診を受け、自分に合った口腔ケアの方法を知りましょう。

対象者 今年度内に30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方
 検診内容 現在の歯の状況・歯石・歯周疾患の状況等
 料金 無料 ※検診結果に基づく治療を行う場合は保険診療扱い
 実施期間 5月1日(月)~平成30年2月28日(水)
 実施歯科医院 市内の歯科医院

申込方法 下記まで電話または市ホームページ等でお申し込みください。

問・申 健康増進課 (北浦保健センター内) ☎0291-34-6200



乳がん・子宮（頸部）がんの医療機関検診のお知らせ

市では、がん検診の受診促進を図るとともに、がんの初期発見と正しい健康意識の普及啓発、そして健康保持および増進を目的として、医療機関検診の助成を行っています。

この機会にぜひ検診を受けましょう。

実施期間 5月1日（月）～平成30年2月28日（水）

申込期間 5月1日（月）～平成30年2月22日（木）

※お電話、市のホームページからの申し込みの場合、受診券を郵送するため、届くまでに時間がかかります。

検診項目 ※予約制 対象年齢の基準日は、平成30年3月31日現在です。

検診項目		対象者	個人負担金	内容等
乳がん	超音波検査	30歳～59歳	1,000円	
	乳房X線検査 (マンモグラフィ)	40歳以上	1,000円	2年に1回
子宮（頸部）がん		20歳以上	1,000円	子宮頸部の細胞診

受診の流れ

(1) 北浦保健センターへ来所・電話または市のホームページ等から申し込み

(2) 「医療機関受診券」等が届いたら、病院へ予約

※受診券は指定の医療機関でのみ利用できます。指定医療機関については、受診券と同封する医療機関一覧、市のホームページをご覧ください。

(3) 「医療機関受診券」等を持参し受診

※負担金は、病院の窓口でお支払いいただきます。

詳細は下記までお問い合わせください。

☎健康増進課（北浦保健センター内） ☎0291-34-6200

鹿島産業技術専門学院 スキルアップセミナー

《アーク溶接特別教育》

期 日 6月21日（水）、22日（木）、
23日（金）の3日間

時 間 午前9時～午後5時

申込期間 5月1日（月）～5月24日（水）

定 員 15人

《第二種電気工事士受験対策講座（技能）》

期 日 7月3日（月）、4日（火）、
6日（木）、10日（月）、11日（火）、
13日（木）の6日間

時 間 午後6時～午後9時

申込期間 5月15日（月）～6月7日（水）

定 員 20人

受講料 いずれも2,980円（テキスト代含む）

申込方法 往復はがきまたは鹿島産業技術専門学院ホームページからお申し込みください。

※詳細はお問い合わせください。

☎・☎ 茨城県立鹿島産業技術専門学院
鹿嶋市林 572-1 ☎0299-69-1171

http://business2.plala.or.jp/kasigise/

こころの健康相談のご案内

市では、毎月「こころの健康相談」を実施しています。

もやもや・人間関係・お酒の

問題・ひきこもり・こころの病気の心配など、一人で悩まずに、ぜひご連絡ください。

場 所	時 間	日 程
北浦保健センター	午後1時～ 午後4時	5月17日（水）
		6月14日（水）
		7月19日（水）

対 象 者 ・こころの問題を抱えるご本人、ご家族（ご家族のみの相談も可）
・自分や家族のこと、人間関係などで悩んでいる方など

内 容 精神保健福祉士による個別相談。相談は無料。相談内容は一切お持ち帰りしません。

申込方法 前もって予約が必要です。電話等でお申し込みください。

☎・☎ 健康増進課（北浦保健センター内）

☎0291-34-6200

麻生運動場体育館1階に トレーニングルームがオープンしました

麻生運動場体育館（南269-1）のトレーニングルームに、エアロバイク4台を設置しました。

利用時間 午前8時30分～午後10時
※毎週月曜日は休館

利用料金

1時間あたり 市内在住・在勤者 100円
市外在住者 200円

※ご利用の際は、トレーニングシューズ（上履き）をお持ちください。

☎生涯学習課スポーツ推進室玉造運動場

☎0299-55-3211

■麻生運動場体育館・北浦運動場体育館 トレーニングルームを利用される方へ

利用する前に申請書を書いていただきます。回数券の場合は、職員が記録します。個人情報の保護について慎重に行ってまいりますので、ご協力よろしくお願いします。

精神ケアについて

市では、こころの病をもつ方のためにグループ活動ディケアを実施しています。

まずは家以外に居場所をつくり、社会復帰のためのワンステップとして参加していませんか。

期 日 毎月2回（基本的に第1・第3金曜日）

時 間 午前9時30分～午前11時30分

場 所 市内保健センター等

対 象 者 精神科に通院中で症状が安定しており、回復期にある方

内 容 スポーツ・カラオケ・園芸・料理など、内容は話し合いで決定

費 用 原則として無料

申込方法 下記までご連絡ください。

☎・☎ 健康増進課（北浦保健センター内）

☎0291-34-6200

チャレンジデー2017

日 時 5月31日（水）

午前0時から午後9時まで

5月31日（水）の午前0時から午後9時まで、市内でスポーツを推進する本イベントに取り組みます。チャレンジデーとは、15分以上継続して運動やスポーツを行った住民の参加率を競い合う、住民参加型のスポーツイベントです。

同じ人口規模の市町村との参加率を競います。今年は、秋田県北秋田市と対戦します。

バランスボール・体幹トレーニング体験

体幹を、楽しみながらトレーニングしてみませんか？

チャレンジデーは、運動のきっかけ作りと習慣付けを積極的に応援します。

期 日 5月31日（水）

時 間

バランスボール教室 午前10時～

体幹トレーニング第1部 午後7時～

体幹トレーニング第2部 午後8時～

対 象 バランスボール教室のみ60歳以上

人 数 定員各30人

場 所 北浦運動場 体育館

参 加 費 無料

申込方法 電話、FAXまたは市ホームページから申し込むことができます。氏名・住所・電話番号を準備の上、下記までお申し込みください。

※当日はトレーニングシューズ（上履き）、飲み物をお持ちになり、運動のできる格好でお越しください。

☎・☎ 生涯学習課スポーツ推進室

☎0291-35-2111 FAX0291-35-1785

パソコン困りごとと無料相談会

パソコン基本操作・書類作成・インターネット等、困りごと解決方法の相談無料

期 日 5月23日（火）

時 間 午後7時～午後8時30分

資料代等 2,000円

後 援 行方市

※事前に電話での申し込みが必要です。

☎・☎ 行方幕府

〒311-1724 行方市小貫 30-2

☎0291-35-4321

婚活ナビ☆パーティー情報☆

(一社) いばらき出会いサポートセンター主催

みんなでしゃべらないと!

日 時 6月16日（金）19:00～21:00

場 所 茨城県三の丸庁舎 3階会議室
(水戸市三の丸1-5-38)

対 象 30代の独身男女各15人
(応募者多数は抽選)

申込期間 5月16日（火）～5月30日（火）

※詳しくは、お問い合わせください。

ざ・飲み会

日 時 6月17日（土）18:00～20:30

場 所 宮戸（水戸市三の丸1-4-18）

対 象 40歳以上の独身男女各6人
(応募者多数は抽選)

申込期間 5月16日（火）～5月30日（火）

※詳しくは、お問い合わせください。

☎・☎ (一社) いばらき出会いサポートセンター
☎029-224-8888

いばらき出会いサポートセンター入会登録料の一部5,000円を助成します

「一般社団法人いばらき出会いサポートセンター」は、皆さまが結婚し幸せな家庭を築けるよう、平成18年に、茨城県と（一社）茨城県労働者福祉協議会が共同で設立しました。

会員登録制によるパートナー探しの協力支援やふれあいパーティなど、多くの出会いの場を提供しています。会員は約3,000人で、登録するとビックデータによるマッチングシステムでお相手を探すことができます。

入会登録料は3年間有効で、10,500円です。市では、その内の一部5,000円を助成します。

■助成対象

市内に住所があり、現在、婚姻をしていない方
市税を滞納していない方

※ただし、平成29年4月1日以降に入会登録した方に限ります。

☎・☎ 政策秘書課まちづくりグループ（麻生庁舎）

☎0299-72-0811 FAX0299-72-2174

