

# お知らせ版

## 第10回ツインレイクミーティング IN 行方

霞ヶ浦周辺で一番の夕日のビュースポットである天王崎公園に、全国からハーレーダビッドソンをはじめとする大型バイクが集まり、キャンプを行い、語り合うイベントです。

イベントを盛り上げるステージイベントや、飲食ブースなどの出店も多数予定しています。全国各地から集結するなかなか見ることのできない、工夫を凝らした珍しいカスタムバイクをぜひご覧ください。

▶期日 5月11日(土) 10:00~21:00  
12日(日) 8:00~15:00

▶場所 天王崎公園  
▶参加費 11日 2,500円 12日 1,500円  
見学のみ 1,000円

※市内在住の方は見学無料。住所が確認できるものをお持ちください。

問 商工観光課(北浦庁舎)  
☎0291-35-2111

## 献血のお知らせ

◆5月22日(水)  
9:30~12:00 / 13:00~14:00  
行方市役所北浦庁舎  
15:00~16:00  
JA なめがたしおさい麻生支店

◆5月31日(金)  
10:00~12:00 行方警察署  
問 健康増進課(行方市保健センター内)  
☎0291-34-6200

## パソコン・インターネット 困りごと無料相談

パソコン・インターネット・書類作成などご相談ください。

▶電話受付 平日 9:00~19:00  
▶相談時間 1時間(日時は電話で相談)  
▶資料代等 2,000円

※事前に、電話での相談日時打ち合わせが必要です。

問・申 行方幕府 ☎0291-35-4321  
〒311-1724 行方市小貫30-2

## 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(金)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。

■自動車税はクレジットカード納税ができます  
定期課税分の自動車税は、クレジットカードでも納付できます。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(納期限までに限ります)。

※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)	縁が不規則な大きさ ・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」”を見かけたら、保健所にご連絡ください。

問 茨城県銚田保健所  
☎0291-33-2158

## グリーンカーテンで、省エネとCO2削減を!

環境保全行方市民会議では、楽しみながらエコになるグリーンカーテン作りを推奨しています。グリーンカーテンは屋内への直射日光を遮り、冷房機器の電気使用量を抑えることにより、二酸化炭素排出量を削減し、地球温暖化防止に役立ちます。

移植苗をご希望の方は、電話またはFAXで下記までお申し込みください。本年度の種苗はゴーヤのみとなります。苗の本数には限りがありますのでご了承ください。

配布は北浦庁舎において、5月23日頃(生育により前後します)の予定です。

▶申込期間 5月7日(火)~5月17日(金)

問・申 環境課(北浦庁舎)  
☎0291-35-2111 ☎0291-35-3258

## シルバーリハビリ体操指導士 3級養成講習会受講者募集

シルバーリハビリ体操を地域で指導するボランティアを養成するための講習会です。

▶応募資格 ・おおむね60歳以上の常勤の職を持たない方  
・受講後、地域で活動できる方

▶講習日 6月6日(木)、6月20日(木)、  
6月25日(火)、6月27日(木)、  
7月2日(火)、7月4日(木)  
※原則、全日程に参加できる方

▶場所 初日：茨城県立健康プラザ(水戸市)  
※送迎あり

2日目以降：  
行方市地域包括支援センター  
(旧玉造保健センター)

▶時間 おおむね10:00~15:45

▶料金 無料  
※会場までの交通費・昼食等は自己負担

▶申込方法 下記までお申し込みください。

▶申込締切 5月24日(金)  
問・申 行方市地域包括支援センター(旧玉造保健センター)  
☎0299-55-0114



## 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(水)~令和2年2月29日(土)

▶申込期間 5月1日(水)~令和2年2月21日(金)

※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、令和2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	2,000円
	乳房X線検査(マンモグラフィ)	40歳以上	2,000円
子宮(頸部)がん	20歳以上	2,000円	子宮頸部の細胞診

### ▶受診の流れ

- 行方市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
- 「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。
- 「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。  
問・申 健康増進課(行方市保健センター内) ☎0291-34-6200

## 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 今年度内に30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる方

▶内容 現在の歯の状況・歯石・歯周疾患の状況等の検診

▶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7日(火)~  
令和2年2月29日(土)

▶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からお申し込みください。

問・申 健康増進課(行方市保健センター内)  
☎0291-34-6200



## (公社)日本リウマチ友の会茨城支部 公開講座(医療講演会・医療相談会)

▶期日 5月25日(土)  
▶時間 13:00~16:30(受付12:30~)  
▶場所 東海村総合福祉センター「絆」  
(那珂郡東海村村松2005)

▶参加費 無料(申込不要)

▶内容  
・茨城支部会員による体験発表  
・医療講演会  
演題「リウマチと上手く付き合っていく為に自分たちが出来ること」  
講師 富士山内科クリニック 山形 俊昭先生  
・医療相談会(希望者/個別)

問 (公社)日本リウマチ友の会茨城支部  
あいさわ 會澤 ☎0297-58-5075



## 参加者募集！ チャレンジデー 2019

▶日時 5月29日(水) 午前0時～午後9時



5月29日(水)の午前0時から午後9時まで、行方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」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。

今年は、秋田県大館市と対戦します。皆さんの力をお貸しください！！

問・申 生涯学習課スポーツ推進室(北浦庁舎内)  
☎0291-35-2111 FAX0291-35-1785

### ヨガストレッチ・ 体幹トレーニング体験

チャレンジデーに、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運動の習慣付けを積極的に応援します。

- ▶期日 5月29日(水)
- ▶時間 ヨガストレッチ教室 19:00～  
体幹トレーニング 20:00～
- ▶定員 各30人
- ▶場所 北浦運動場 体育館
- ▶参加費 無料
- ▶申込 下記まで電話またはFAX、市ホームページから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)をお持ちになり、運動のできる格好でお越しください。

問・申 NPO法人なめがたふれあいスポーツクラブ  
☎090-2561-0486(クラブ専用携帯)  
玉造 B&G 海洋センター  
☎0299-55-3211 ※月曜除く

### NPO法人なめがたふれあいスポーツクラブ 6月開始教室

- 卓球教室 毎月第1・3土曜日
- バドミントン教室 毎月第2・4土曜日
- ▶時間 18:00～20:00
- ▶場所 麻生公民館体育室
- ▶対象 子どもから大人まで
- ▶定員 先着20人
- ▶参加費 高校生以上 300円/回  
中学生以下 200円/回
- ▶申込 下記までお申し込みください。

※参加申込による個人情報  
は、目的外には  
使用しません。



### 鹿島産業技術専門学院 スキルアップセミナー

#### 《第二種電気工事士受験対策(技能)講座》

- ▶期日 7月1日(月)、2日(火)、4日(木)、  
8日(月)、9日(火)、11日(木)  
の6日間
- ▶時間 18:00～21:00
- ▶内容 第二種電気工事士(技能)受験対策・  
練習問題解説  
持参品:試験で使う工具等
- ▶申込期間 5月13日(月)～6月5日(水)
- ▶定員 20人(抽選)
- ▶受講料 2,980円(テキスト代含む)
- ▶申込方法 鹿島産業技術専門学院ホーム  
ページまたは往復はがきでお  
申し込みください。

※詳細は、お問い合わせください。

問・申 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/



### NPO法人霞ヶ浦アカデミーからのお知らせ 「生き物アカデミー」生徒募集

生き物アカデミーでは、霞ヶ浦の水辺で元気に楽しく、水辺の体験学習を行います。

伝統的な漁業・カヌー体験・葦舟つくりを通して、自然環境の大切さとともに、生きる力、問題解決型能力、自主性をはぐくみます。

- ▶期日 毎月第3日曜日
- ▶時間 9:30～12:00
- ▶対象 小学生以上
- ▶集合場所 道の駅たまつくり  
(玉造甲 1963-5)
- ▶参加費 無料
- ▶各回のテーマ  
5月19日 「たかっぱ」製作と魚とり  
6月16日 「たかっぱ」引き上げと「笹  
浸し」製作  
7月21日 「笹浸し」引き上げと魚とり  
8月18日 カヌー体験  
9月22日 カヌー体験

※テーマは変更する場合があります。

▶申込方法 参加者全員の名前と住所、電話番号を、下記まで電話またはメールでお知らせください。

問・申 NPO法人霞ヶ浦アカデミー事務局(菊地)  
☎080-6607-1309  
kasumigaura.academy@gmail.com

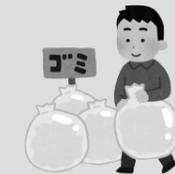
### 10月1日から、市指定ごみ袋の価格を改定します

10月1日から、市指定ごみ袋の価格を改定し、新旧のごみ袋を判別するためデザインも一新します。

10月1日からは「新しいごみ袋」での回収になります。古いごみ袋での回収や新旧のごみ袋の交換は行いません。ご家庭において、古いごみ袋の在庫管理をお願いします。

#### ■価格改定内容

ごみ袋の種類	現行(税込)	改定後(税込)
可燃ごみ袋(大) 45ℓ/10枚	180円	250円
可燃ごみ袋(中) 30ℓ/10枚	150円	200円
有害ごみ袋 20ℓ/10枚	100円	150円



問 環境課(北浦庁舎) ☎0291-35-2111

### 全国パーキンソン病友の会茨城県支部 第6回鹿行地区患者・家族のミニ交流会

- ▶期日 5月19日(日)
- ▶時間 13:30～15:30
- ▶場所 鹿嶋勤労文化会館1階 研修室1
- ▶内容 病気の悩み、薬、介護、その他のことを、患者・家族で話をする。
- ▶参加費 無料
- ▶申込方法 開催日の1週間前までに、下記までご連絡ください。

問・申 茨城県パーキンソン病友の会  
のりすえ 則末 ☎0299-83-0162

### 「集まれば元気!語り合えば勇気!」 鹿行地区ひきこもり家族会例会

- ▶期日 5月11日(土)  
6月22日(土)
- ▶時間 13:30～
- ▶場所 鉾田市中央公民館
- ▶対象 当事者・家族の皆さん
- ▶参加費 200円

問・申 ひきこもり・不登校/つながり・考える  
鹿行の会 世話人 小林幸弘  
☎080-3277-2002

### ☆行方市からの婚活情報☆

市の結婚支援事業と、近隣で開催されるパーティー情報をお知らせします。

#### いばらき出会いサポートセンター主催

#### 「であいバ!

#### 本気(マジ) de ふれあい Party10]

日時 6月15日(土) 14:00～15:00  
場所 茨城県三の丸庁舎 3階 B会議室  
対象 35～43歳の独身男女各10人  
※応募者多数は抽選

【男性向け事前説明会(13:00～)があります】

受付期間 5月10日(金)～5月31日(金)

申込方法 下記までお申し込みください。

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

▶その他パーティー情報は…  
(一社) いばらき出会いサポート  
センターのホームページでご確  
認ください。



### 「いばらき出会いサポートセンター」 に登録しませんか

同センターは、県や市町村等の支援を受けた公的な団体で、登録制によるパートナー探しの支援を行っています。

■登録料 10,500円(3年間) ※相談無料

■問い合わせ&申し込み

(一社) いばらき出会いサポートセンター  
☎029-224-8888

鹿行センター(鹿島セントラルビル本館8階)  
☎0299-92-8888

♥市では、上記登録料の一部5,000円を助成します。

「行方市結婚支援団体等加入時助成金」

問 企画政策課(麻生庁舎) ☎0299-72-0811

