



# お知らせ版

## ひとり親世帯サポート ～お弁当支援第1弾～

チームエールが、行方市の食材をふんだんに使用したお弁当支援（限定50食・事前予約制）で、ひとり親世帯、支援を必要としている方々を応援します。市内外の企業からのプレゼントもあります。ぜひご利用ください。なお、お弁当のアレルギー対応はできませんので、ご了承ください。

- ▼ 日時  
4月7日(日) 16:00～17:00
- ▼ 場所  
麻生公民館ロビー (麻生 1221)
- ▼ 対象  
行方市在住の支援を必要としている方
- ▼ 申し込み方法  
下記連絡先へメールかFAXで①～④を記載し、お申し込みください。(定員になり次第、締め切り) ①お名前、②電話番号、③住所、④必要個数

問・申 地域ボランティア団体「チームエール」  
(代表：中城かおり)  
メール  
yell\_namegata2020@yahoo.co.jp  
FAX 0299-73-2469

**青少年に深夜外出させないで!!**  
深夜：午後11時～翌午前4時まで

映画館・カラオケボックス・まんが喫茶・インターネットカフェへの深夜入場は…

**親が一緒でもいけません!**

茨城県青少年の健全育成等に関する条例 茨城県

## 奈良崎正明の屋カラ歌っちゃいまショー♪ 番組出演者募集!

なめがた大使で歌手の奈良崎正明さんがMCを務める市民参加型の歌番組です。皆さんの自慢の歌声を披露してみませんか♪  
※収録の観覧定員は、10人です。観覧を希望される方は、下記までご連絡ください。



- ▼ 収録日  
4月27日(土)  
13:00～16:00
- ▼ 収録場所  
情報交流センター
- ▼ 募集人数  
6組
- ▼ 申し込み方法  
下記申込先までお電話ください。
- ▼ 申込期限  
4月17日(水)

問・申 事業推進課 (なめがたエリアテレビ)  
☎ 0299-72-0811

**なめがた NAMEGATA**  
お仕事情報局  
JOB INFORMATION AGENCY

行方市公式の企業情報発信サイト「なめがたお仕事情報局」。事業者の皆さん、求職者の皆さん、それぞれの目的に合わせて利用いただけます。詳細はこちらから▶

掲載事業は、中止や変更となる場合があります。事前にお問い合わせください。

## 令和6年度「からだと脳の健幸くらぶ」 参加者募集

脳活性化のエクササイズ、介護予防・転倒予防などの体操、個別メニューのエクササイズを行います。

- ▼ 期日  
5月22日(水)～8月28日(水)  
毎週水曜日、全14回
- ▼ 時間  
10:00～11:30
- ▼ 場所  
保健センター
- ▼ 対象  
市内在住のおおむね65歳以上の方で、認知症予防をしたい方や身体機能低下を予防したい方、腰痛・膝痛・肩痛など体に不調のある方
- ▼ 定員  
20人
- ▼ 参加費  
無料
- ▼ 持ち物  
筆記用具、タオル、飲み物(水分補給)、室内シューズ
- ▼ 申し込み方法  
下記申込先までお電話ください。
- ▼ 申込期限  
4月26日(金)
- ▼ 講師  
Rise total support 所 圭吾 先生 (理学療法士)

問・申 健康増進課  
☎ 0291-34-6200  
FAX 0291-34-6003

**茨城県警察防犯アプリ**  
いばらきポリス

ダウンロードはこちらから  
※茨城県警察のホームページにリンクします。

茨城県警察 令和5年3月から配信中!

問・申 介護福祉課  
☎ 0299-55-0111

## 笑顔で楽しく体を活性化! 「活き活き健康教室」受講生募集!

集中的に必要な応じた介護予防のためのプログラムを提供することにより、活動的な生活を目指すものです。笑顔やコミュニケーションが生まれ、楽しく続けられるのが特徴です。「転倒予防体操」「脳を活性化させるレクリエーション」「専門職による栄養のとり方や口腔ケア、福祉用具などのアドバイス」などを行っています。

- ▼ 期日  
6月6日(木)～8月8日(木)  
毎週木曜日、全10回
- ▼ 時間  
14:00～15:30
- ▼ 場所  
地域包括支援センター  
※希望者には、送迎があります。
- ▼ 対象  
市内在住65歳以上の事業対象者(生活機能に不安を抱えている方等)および要支援認定者  
※原則、通所型サービスを利用している方を除く。初めての方優先
- ▼ 定員  
15人  
※定員になり次第、締め切り
- ▼ 参加費  
1回につき300円  
※所得に応じて600円または900円
- ▼ 持ち物  
筆記用具、タオル、飲み物、室内用シューズ
- ▼ 申し込み方法  
下記申込先までお電話ください。
- ▼ 申込期限  
5月10日(金)
- ▼ 講師  
アール医療専門職大学など

問・申 介護福祉課  
☎ 0299-55-0111

## 税務署からのお知らせ

令和6年度税制改正法案が成立・施行された場合、令和6年6月から定額減税(源泉所得税関係)が実施されることに伴い、源泉徴収義務者向けの説明会を開催します。説明会においては、DVD上映を中心に制度の概要および事務手続きについて説明する予定です。  
なお、国税庁ホームページに定額減税制度に係る各種情報を掲載(掲載情報は随時更新)している「定額減税特設サイト」が開設されていますので、併せてご活用ください。当該特設サイトにおいても説明会で使用するDVDと同じ内容の動画を配信していますので、パソコンやスマートフォンでもご覧いただけます。

- ▼ 会場  
潮来税務署 2階会議室
- ▼ 日時  
4月12日(金) 10:00～11:00(90分)  
14:00～15:30(90分)  
4月23日(火) 10:00～11:00(90分)  
14:00～15:30(90分)  
5月10日(金) 10:00～11:00(90分)  
14:00～15:30(90分)  
5月15日(水) 10:00～11:00(90分)  
14:00～15:30(90分)
- ▼ 定員  
各回30人  
LINEによる事前予約制▶  
詳細は特設サイトへ
- ▼ その他  
会場の駐車場に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

問 潮来税務署 法人課税第一部門  
☎ 0299-66-6934 (内線75)



多言語翻訳音声  
読み上げ対応  
電子版市報行方配信中!

豊かな湖へ 安らかな湖へ 清らかな湖へ  
河川愛護モニターの募集

国土交通省は、河川をやさしく見守ってくださる河川愛護モニターを募集します。

- ▼ **活動期間**  
7月1日(木)～令和8年6月30日(木)  
※2年間
- ▼ **対象**  
北浦または霞ヶ浦付近にお住まいの満20歳以上の方
- ▼ **申し込み方法**  
下記申込先まで応募用紙を郵送してください。
- ▼ **申込期限**  
4月1日(月)～5月15日(水)  
※17:00必着
- ▼ **その他**  
謝礼は、実費程度お出しします。

※応募者の個人情報は、当目的以外には使用しません。また、選考終了後の処分は厳重に行います。

問・申 〒311-2424  
茨城県潮来市潮来 3510  
国土交通省霞ヶ浦河川事務所  
占用調整課(河川愛護モニター担当)  
☎ 0299-63-2419  
FAX 0299-63-2430  
HP <https://www.ktr.mlit.go.jp/kasumi/>

行方市公式 LINE  
市の情報を配信中!



なめテレ  
ON DEMAND



なめがたエリアテレビが放送した番組の一部を、パソコンやスマートフォン、タブレット等に無料で配信する動画配信サービス「なめテレオンデマンド」。  
見逃してしまった番組や、もう一度見たい過去に放送した番組を、いつでも好きな時間に視聴することができます。  
※インターネットへの回線接続費および通信料は各自負担となります。

鹿島産業技術専門学院  
スキルアップセミナーのご案内

- 《 **アーク溶接特別教育** 》
- ▼ **内容**  
労働安全衛生法に基づく特別教育  
※修了者には修了証を交付
- ▼ **日時**  
6月17日(月)、18日(火)、19日(水)  
8:50～17:00 (3日間 計21時間)
- ▼ **定員**  
10人 ※定員を超える場合、抽選
- ▼ **受講料**  
HPにて確認または下記申込先までお電話ください。
- ▼ **申し込み方法**  
下記ホームページまたは郵送
- ▼ **申込期間**  
4月15日(月)～5月8日(水)(必着)

《 **第二種電気工事士受験対策(学科)A講座** 》

- ▼ **内容**  
第二種電気工事士(学科)受験対策・練習問題解説
- ▼ **日時**  
5月13日(月)、14日(火)、16日(木)、  
20日(月)、21日(火)、23日(木)  
18:00～21:00 (6日間 計18時間)
- ▼ **定員**  
20人 ※定員を超える場合、抽選
- ▼ **受講料**  
HPにて確認または下記申込先までお電話ください。
- ▼ **申し込み方法**  
下記ホームページまたは郵送
- ▼ **申込期限**  
4月10日(水)(必着)

問・申 茨城県立鹿島産業技術専門学院  
〒311-2223 鹿嶋市大字林 572-1  
☎ 0299-69-1171  
FAX 0299-69-6455  
HP: <https://www.pref.ibaraki.jp/shokorodo/kasansen/kunren/index.html>

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。

「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。

▼ **植えてはいけないけし**

- ・一般に高い(1m以上になるものが多い)
- ・縁が不規則なぎざぎざ
- ・茎上部の葉は茎を抱き込む
- ・毛が少ない
- ・花が終わると楕円または球形の大きな果実(径3～6cm)



＜アツミゲシ(セティゲルム種)＞



＜ケシ(ソムニフェルム種)＞

- ▼ **植えてもよいけし**
- ・一般に低い(1m以下のものが多い)
- ・深い切れ込みがある
- ・葉は一般に小さめ
- ・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)

問 茨城県潮来保健所  
☎ 0299-66-2116

パーキンソン病友の会(鹿の会)  
ミニ交流会

- ▼ **日時**  
4月19日(金) 13:30～15:30
- ▼ **場所**  
神栖市保健福祉会館 2F 研修室  
☎ 0299-90-1331  
※エレベーターあり。  
※神栖市役所前の建物です。
- ▼ **申し込み方法**  
前日までに下記申込先までお電話ください。
- ▼ **その他**  
・マスクの着用をお願いします。  
・会員以外の方も、ぜひ参加をお待ちしています。

問・申 パーキンソン病友の会  
鹿の会世話役 発知一夫  
☎ 090-1851-7799

パソコン操作困りごと無料相談

パソコン操作、書類作成などご相談ください。

- ▼ **電話受け付け**  
平日 9:00～19:00
- ▼ **相談時間**  
1時間(日時は電話で要相談)
- ▼ **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  
行方市小貫 30-2  
☎ 0291-35-4321

茨城救急電話相談  
子ども #8000 24時間受付 #7119 おとな

急な病気やケガで、すぐに受診したほうがよいのか様子を見ても大丈夫なのか不安なときや救急車を呼ぶか迷ったとき、ご相談ください。夜間や休日など受診可能な医療機関のご案内します。

☆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。

独身者限定!  
なめがた社会人サークル「チアフル」  
会員募集のご案内

なめがた社会人サークル「チアフル」を設立しました。ニコニコ、出会いや交流の場として年代別、趣味別のイベントを実施するサークルです。サークル活動を通して、気軽に友達づくり、異業種交流、恋活をしてみませんか?

- ▼ **活動内容**  
年代別、趣味別のイベントの実施(興味のあるものみの参加可)
- ▼ **入会資格**  
独身で満18歳以上の方(市内市外問いません)
- ▼ **会費等**  
会費無料。希望するイベントに参加する際に、参加費のみご負担いただきます。
- ▼ **入会方法**  
こちらのQRコードからお申し込みください。またはホームページから申請書類をダウンロードして提出してください。
- ▼ **必要書類**  
本人確認書類  
※市外の方は、戸籍謄本または独身証明書も必要です。



問 事業推進課(情報交流センター内)  
☎ 0299-72-0811

「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、県が労働団体と共同で設立した団体で、結婚を希望する独身の方を対象に、会員登録制によるパートナー探しの支援をおこなっています。登録料11,000円(2年間)

「行方市結婚支援団体等加入時助成金」

市では、上記登録料の11,000円を全額助成します。

問 事業推進課(情報交流センター内)  
☎ 0299-72-0811