

## 01

## 令和7年度総合健診(事前予約制)

【問い合わせ】

健康増進課(保健センター)

☎ 0291-34-6200

## ■ 体の異常や病気の「早期発見・早期治療」のために必ず受診を

「忙しいから」「何の症状もないから」「元気だから」と健診を受けずにいると、病気や異常を見逃してしまう可能性があります。この機会を逃さずに、ぜひ健診を受けましょう。

## ▼ 申し込み方法

以下のいずれかの方法でお申し込みください。

申し込み方法	申込先	受付時間	受付期間
健診 Web 予約サービス 	(1) Web <a href="#">健診 Web 予約</a> <input type="button" value="検索"/>  (2) QRコード▶  ※事前の利用者登録が必要です。	24 時間	3月 6日(木) ～ 11日(火)
電話 	健康増進課(保健センター) <b>0291-34-6200</b> ※受付開始時間直後で電話がつながりにくい場合には、しばらく時間をおいておかけ直しください。	9:00 ～ 17:00 (土日祝日を除く)	3月 11日(火) ～ 14日(金)

※混雑緩和のため、健診 Web 予約サービスの申し込みを先行して開始しますが、申し込み方法ごとに予約枠を設けているため、Web 申し込みのみで定員になることはありません。

※健診 Web 予約サービスでは、受診項目ごとに予約日時を選択する必要があります。必ず同一日時を選択してお申し込みください。

※各日程、定員になり次第締め切りとさせていただきます。

※健診受診日の約2週間前に、日時を記載した受診票を郵送します。受診票が届かない場合は、事前にご連絡ください。

## ▼ 日程・会場

日 程	会 場	受診項目	健診当日の受付時間		
6月	保健センター (山田 3282-10)	①基本健診 ②結核・肺がん検診 ③胃がん検診 ④大腸がん検診 ⑤前立腺がん検診 ⑥肝炎ウイルス検査 ⑦腹部超音波検査 ※詳細は、左のページ参照。	8:00～11:30		
1日(日)					
2日(月)					
3日(火)					
4日(水)					
12日(木)	地域包括支援センター (玉造甲 478-1)				
13日(金)					
14日(土)					
16日(月)					
7月	麻生公民館 (麻生 1221)				
4日(金)					
5日(土)					
7日(月)					

※各会場の健診初日および土・日曜日は、やや混雑します。ご了承ください。

※令和7年度から、視力・聴力セット検査の実施はありません。希望される方は、直接医療機関にお問い合わせください。

## ▼受診項目

項目		対象 (年齢は令和8年3月31日時点)	個人負担金	負担金免除	内容
① 基本 健 診	生活習慣病予防健診	19～39歳	1,000円		下記、健診内容
	特定健康診査	40～75歳誕生日日前で 国民健康保険加入者・ 社会保険被扶養者（※）	1,000円	国民健康保険加入者で40・45・ 50・55・60・ 65・70歳以上の方は無料	下記、健診内容 +腹囲測定
	高齢者健康診査	75歳以上	無料		下記、健診内容
②結核・肺がん検診		19歳以上	無料		胸部X線検査
③胃がん検診		40～74歳	1,000円		バリウム検査
④大腸がん検診		40歳以上	500円		2日間採便検査
⑤前立腺がん検診		50～74歳の男性	500円		血液検査
⑥肝炎ウイルス検査		40歳以上の未検者	1,000円	40・45・50・ 55・60歳は無料	血液検査
⑦腹部超音波検査		40～74歳の方で、年 度内偶数年齢	1,000円		超音波による肝 臓・胆のう・胆 管・脾臓・腎臓・ 脾臓等の検査

※社会保険被扶養者の方は、加入している健康保険組合によって個人負担金が異なります。

健診当日「健康保険証」と「特定健康診査受診券」をご提示ください。

## ▼健診内容

身体計測・尿検査・血圧測定・血液検査（※）・心電図・眼底検査

※血液検査（脂質・肝機能・血糖・貧血検査・腎機能等）

## ▼今後の健診

健診名	受診項目	日程	申込受付
住民健診	・健康診査 ・結核・肺がん・大腸がん・前立腺がん検診 ・肝炎ウイルス	10月～ 11月頃	3月頃
女性のための検診	・健康診査	11月頃	9月頃
1月総合健診	・健康診査 ・結核・肺がん・胃がん・大腸がん・前立腺がん検診 ・肝炎ウイルス・腹部超音波検査	令和8年 1月頃	11月頃

国民健康被保険者証をお持ちの方へ **医療機関健診のご案内**

特定健康診査

県内の契約医療機関で受診可能  
※令和8年2月末までにお申し込みください。

※詳細は、市報行方4月号をご確認いただくか、国保年金課へ  
ご連絡ください。

【問い合わせ】国保年金課（玉造庁舎）☎ 0299-55-0111



## 02 原付・軽自動車等の変更手続き

【問い合わせ】  
税務課 (麻生庁舎)  
☎ 0299-72-0811

### ■ 原付、軽自動車などの廃車・名義変更の手続きはお早めに

軽自動車税（種別割）は、毎年4月1日に車両等を所有されている方に課税されます。廃車や名義変更をする場合は、3月中に各届け出先で手続きを完了してください。

#### ▼ 行方市・(旧) 麻生町・(旧) 北浦町・(旧) 玉造町ナンバーの車両

種別	必要なもの		届け出先	問い合わせ先
原付 軽自動車 など	廃車	標識交付証明書、ナンバープレート、身分証明書（免許証、マイナンバーカード等）	総合窓口課 麻生総合窓口室 北浦総合窓口室	税務課
	所有者 変更	【旧所有者】 標識交付証明書、ナンバープレート、身分証明書（免許証、マイナンバーカード等）		
		【新所有者】 廃車証明書、譲渡証明書、身分証明書（免許証、マイナンバーカード等）		

※所有者以外が手続きをする場合、委任状が必要です。

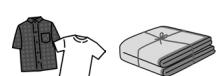
#### ▼ 上記以外の車両

種別	必要なもの	届け出先・問い合わせ先
二輪車（125cc超） 農耕車（水戸・茨ナンバー）	各届け出先にお問い合わせください。	関東陸運局茨城運輸支局 ☎ 050-5540-2017
三輪、四輪の軽自動車		軽自動車検査協会茨城事務所 ☎ 050-3816-3105

### 4月から布類の資源ごみ（古着古布）の出し方が変わります！

4月から布類の資源ごみ（古着古布）の回収日時と回収場所が変更になります。

3月までと同様に出してしまった場合は、回収されませんのでご注意ください。



#### ▼ 回収日時

現在
毎月第2土曜日 8:00～17:00

4月以降
毎月第2・第4週の土日 9:00～16:00

#### ▼ 回収場所

現在
市内23カ所

4月以降
麻生・北浦・玉造の各公民館

### 旧三町時代の広報紙を探しています！

旧三町（麻生町・北浦町・玉造町）の広報紙を集めて整理・保存し、市公式ホームページで皆さんのがいつでも見られるようにするため、過去の広報紙を探しています。不足分一覧等は、右のQRコードから市公式ホームページをご確認または以下までお電話ください。

【問い合わせ】政策秘書課 ☎ 0299-72-0811



## 03 休日窓口の変更

【問い合わせ】  
総合窓口課（玉造庁舎）  
☎ 0299-55-0111

### ■ 休日窓口の開庁日が第2・第4日曜日の午前中に変更となります

市では、休日窓口を4月から以下のとおり、開庁日および開庁時間を変更します。

#### ▼ 開庁日時

	変更前（3月まで）	変更後（4月から）
開庁日	毎週土曜日	第2・第4日曜日
開庁時間	8:30～17:15	8:30～12:00

※マイナンバーカードに関する業務やパスポートの交付は、予約制です。

#### ▼ 予約電話番号

マイナンバーカードに関する業務 ☎ 0299-55-0111（総合窓口課）  
旅券（パスポート）の交付 ☎ 0299-72-0811（麻生総合窓口室）

#### ▼ 開庁場所

麻生庁舎

## 04 パスポートの申請・交付の変更

【問い合わせ】  
麻生総合窓口室（麻生庁舎）  
☎ 0299-72-0811

### ■ 3月24日（月）から交付までの期間や手数料などが変更になります

パスポートの申請・交付は、3月24日（月）から以下のとおり変更となります。

#### ▼ 申請から交付までの期間が長くなります

現在	3月24日（月）以降
8日間	11日間

※いずれも、閉庁日を除きます。



▲ 詳細はこちから  
(外務省のホームページ)

#### ▼ 都道府県手数料が改正されます

申請方法	現在	3月24日（月）以降
書面申請	2,000円	2,300円
オンライン申請		1,900円

※オンライン申請と書面申請で、都道府県手数料（収入証紙）が異なります。

※国手数料（収入印紙）は、従来どおりです。

#### ▼ オンラインでの新規申請が可能になります

現在	3月24日（月）以降
マイナンバーカードを所持していれば、オンラインでの切替申請が可能	新規申請・期限切れの方も、オンラインでの申請が可能

広告



年金のお受け取りはJAで！

◎ JAで年金振り込みをご指定いただくと、素敵な特典をご用意しております！

年金お振込でご成約プレゼント 金利を優遇した定期貯金 お誕生月に記念品をプレゼント 年金友の会活動

J Aなめがたしおさい

詳しくは、お近くの支店へお問い合わせください。



大野支店 0299-69-0079 鹿嶋支店 0299-83-2181 神栖支店 0299-92-3881  
波崎支店 0479-48-0005 麻生支店 0299-72-0068 潮来支店 0299-63-1234  
北浦支店 0291-35-2211 玉造支店 0299-55-0010 本店 0299-93-5510



# 05 3月は自殺対策強化月間

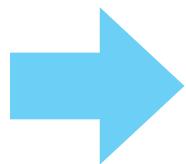
【問い合わせ】  
社会福祉課（玉造庁舎）  
☎ 0299-55-0111

## ■ 生きづらさを抱えていませんか？

国内の自殺者数は、昨年よりやや減少していますが、小中高生の自殺者数は統計開始以来、過去最多となっており、社会全体でこの問題と向き合うことが求められています。

### ▼ 見逃さないで こころの「SOS サイン」

- 不眠または過眠の症状がある
- 疲れやすく元気が出ない
- 不安で落ち着かない
- わけもなく悲しくなる
- 体調がすぐれない
- わけもなくイライラする
- ポーッとして集中できない
- 人とかかわるのがおっくう
- 自分のことを否定してしまう
- 何をしても楽しいと思えない
- 食欲がわからない、または食べすぎる
- お酒や刺激物の摂取量が増えた



### ▼ こころの「SOS サイン」に向き合うために

- 食生活を改善しよう  
→ 1日3食、多様な栄養素を摂取して体調を整える
- 運動習慣を身につけよう  
→ 頭と体のリフレッシュができる
- 心身の緊張を和らげよう  
→ 趣味に触れる時間などを作りリラックスする
- 不安な気持ちを書き出そう  
→ 置かれた状況を客観的に見て気持ちを整理する
- 相談しよう  
→ 第三者に相談することでより冷静な判断がしやすくなる  
↓ 相談したい人が周りにいないときは…  
○ 専門の機関に相談しよう

### ▼ 相談窓口

	名 称	連絡先	相談時間
	いばらきこころのホットライン	(月～金) ☎ 029-244-0556 (土・日) ☎ 0120-236-556	9:00～12:00、13:00～16:00 (月～金) 祝祭日および年末年始を除く毎日 (土・日) 年末年始を除く毎日
	よりそいホットライン	☎ 0120-279-338	毎日 24 時間
	いのちの電話	☎ 0120-783-556	毎日 16:00～21:00 毎月 10 日 8:00～翌 11 日 8:00
	子どもホットライン (18歳まで)	☎ 029-221-8181	毎日 24 時間
	生きづらびっと (LINE・Web 相談)	▼ LINE からの相談 こちらから▶ 	毎日 8:00～22:30 ※受付は 22:00 まで
		▼ Web からの相談 生きづらびっと <input type="button" value="検索"/>	

### 「こころの体温計」でこころの状態をチェック

パソコンやスマートフォン、携帯電話を利用して気軽にメンタルヘルスチェックができるシステムです。ぜひご利用ください。



広告

## 神栖・鹿島セントラル 法律事務所

お気軽にご相談ください

☎ 0299-91-1171

鹿島セントラルビル新館 5 階

〒314-0144 茨城県神栖市大野原4丁目7番11号

弁護士 瀧 智英  
弁護士 谷本 雅晃  
(茨城県弁護士会所属)

## うちの子「結婚」しないのかしら? 独身のお子様の結婚相談承ります



お子様の結婚に関するお悩み、  
プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談ください

☎ 029-835-3751

結婚相談所ムスベル

# 06 年金の学生納付特例制度

【問い合わせ】  
国保年金課（玉造庁舎）  
☎ 0299-55-0111

## ■ 未納のまま放置せず、学生納付特例を利用しましょう

学生納付特例制度とは、前年度所得が基準以下の学生を対象とした、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。学生で所得が少なく保険料を納められない時は、学生納付特例を申請しましょう。

### メリットは？

- ・老齢基礎年金を受け取るために必要な期間（受給資格期間）に算入されます。
- ・病気やけがで障害が残ったときに、障害基礎年金を受け取ることができます。



▲制度の詳細は  
こちらから

### ▼ 対象

大学（大学院）、短大、高等学校、高等専門学校等に在籍する学生等

### ▼ 申請

申請方法・届出先	
書類による申請	申請書を、国保年金課、麻生・北浦総合窓口室へ提出
電子申請	マイナポータルにアクセスし、必要事項を入力



▲マイナポータル  
はこちらから



▲電子申請の詳細  
はこちらから

- ・申請の際には、学生証の写しなどの添付書類が必要です。
- ・申請書は、日本年金機構のホームページ、国保年金課、麻生・北浦総合窓口室にあります。
- ・申請年度は、4月から翌年3月までです。令和7年度の申請は、4月から開始となります。

### 以下の点に注意しましょう！

- ・制度を利用した場合、受給期間にはカウントされますが、追納しないと老齢年金の受給額が増えることはありません。10年以内であれば、保険料を追納できます。
- ・手続きを行わないまま保険料を納めずにいると、障害基礎年金が受け取れない可能性があります。

## 「ねんきんネット」であなたの年金を確認してみましょう！

パソコンやスマートフォン等でご自身の年金情報を確認できます。  
マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルからの利用登録が便利です。ぜひご利用ください。



ねんきんネット 検索  
利用登録は左のQRコード  
またはWebから

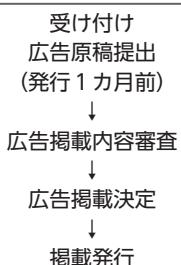
### 広告

**不動産無料相談** TEL: 0291-33-2128  
土地、建物を売りたい!!  
なんでも相談 … 無料 不動産を買いたい!!  
アパートを借りたい!!  
空き家、農地 … 相談してください  
茨城県知事 (8) 第 4708 号 宅地建物取引士  
**アイドル不動産 代表 村田 敬三**  
〒311-1517 茨城県鉾田市鉾田 2491-1 (水戸信用金庫隣)

### 広告募集

「市報行方」へ  
広告を掲載しませんか  
市では「市報行方」に有料広告を掲載していただける方を募集しています。  
詳しくは、政策秘書課まで。

☎ 0299-72-0811  
FAX0299-72-2174



# 07 児童手当改正に伴う申請

【問い合わせ】  
こども課（玉造庁舎）  
☎ 0299-55-0111

## ■ 制度改正に伴う申請を忘れずに

令和6年度の制度改正に伴う申請は、3月末までに申請を行うことで、令和6年10月分から支給可能となります。詳細は、市公式ホームページをご確認ください。

	対象	申請手続き	申請期限
1	高校生年代（平成18年4月2日から平成21年4月1日生）の児童を養育しており、現在児童手当を受給していない方	新規認定 請求	3月31日(月) ※郵送の場合は必着
2	制度改正前の所得上限超過により、児童手当を受給していない方		
3	現在児童手当を受給していて、児童の兄姉等（平成14年4月2日から平成18年4月1日生）があり、支給対象児童と合わせて3人以上養育している方	額改定請求	

※児童の兄姉等を養育していないまたは生計費の負担がない場合は、対象外です。

※令和7年4月以降に申請をした場合は、申請した翌月分からの支給となりますので、手続きがお済みでない方は、早めにお願いします。



▲詳細はこちらから

# 08 水道の開始・休止の届け出等

【問い合わせ】  
水道課（泉配水場）  
☎ 0299-55-1108

## ■ 4月1日(火) から開始・休止届の受付と開栓・閉栓の作業は、平日のみとなります

### ▼ 開始・休止するときは、3日前までに届け出を

来庁	水道課（泉配水場）または各庁舎の総合窓口へ
Web	いばらき電子申請・届出サービスで手続き

※来庁の場合、土日祝日および年末年始を除く。



▲いばらき電子申請・届出サービスはこちらから

### ▼ 開栓・閉栓の作業が、土日祝日および年末年始の場合

開始日	休日前の平日営業時間内に開栓
休止日	休日後の平日営業時間内に閉栓

※当日の開始・休止の届け出は、翌営業日以降の開栓・閉栓作業となりますので、早めの手続きをお願いします。

### 行方の魅力発信広報番組 「なめトーク」



Lucky FM 茨城放送（水戸局 94.6MHz、つくば・日立局 88.1MHz、水戸局 1197kHz）で、毎月第2・第4金曜日の午前10時35分から5分間放送しています（「HAPPYパンチ」の番組内）。

行方市民向けの募集・お知らせ情報や、行方市の観光・イベント情報など旬の情報をお知らせします！

※本市は、茨城放送およびエフエムかしまと、それぞれ「災害協定」を締結しています。地震や風水害などの大規模災害が発生した際には、放送エリア内において本市の情報をお知らせします。

### エフエムかしまの放送エリアは 鹿行地域でお聴きいただけます



ひるどきナルナの番組内「鹿行ナビ」、毎月第2火曜日の午前11時40分から10分間、行方市の魅力を生中継でお届けします。ぜひ聴いてください。

#### ■放送エリア

鹿行地域（鹿嶋市、潮来市、神栖市、行方市、鉾田市）

#### ■周波数 76.7MHz

# 09 飼い犬の登録・狂犬病予防集合注射

【問い合わせ】  
環境課（北浦庁舎）  
☎ 0291-35-2111

## ■ 令和7年度飼い犬の登録と狂犬病予防注射を実施します

犬を飼う場合には、生涯1回の登録（生後91日以上）と、年1回の狂犬病予防注射を受けることが義務付けられています。各地区を回って予防注射を行いますので、最寄りの会場へお越しください。なお、都合により各会場で接種できなかった場合には、動物病院または秋の集合注射をご利用ください。

### ▼ 狂犬病予防注射の日程

#### 麻生地区

4月 12日 (土)	9:00～9:10	五町田ふるさとコミュニティセンター
	9:20～9:40	西浦地区学習センター
	9:50～10:00	今宿農村集落センター
	10:10～10:20	橋門四番組集会所
	10:30～10:45	旧小高地区館
	10:55～11:10	島並農村集落センター
	11:25～11:40	本城会館
	13:00～13:15	(有)出沼喜之助商店前
	13:25～13:40	粗毛農村集落センター
	13:50～14:20	麻生公民館
	14:30～14:45	新原公民館
13日 (日)	9:00～9:15	井貝農村集落センター
	9:25～9:40	谷津農村集落センター
	9:50～10:05	四鹿杉平農村集落センター
	10:15～10:30	青沼ふるさとコミュニティセンター
	10:40～10:55	石神構造改善センター
	11:05～11:20	太田地区館
	11:30～11:45	白浜ウォーキングセンター
	11:55～12:10	大和地区館跡地
	12:20～12:35	天掛ふるさとコミュニティセンター

#### 北浦地区

4月 19日 (土)	9:00～9:10	小舟津バス停（①商店付近）
	9:20～9:35	金上農村集落センター
	9:45～9:55	長野江田園都市センター
	10:05～10:20	両宿コミュニティセンター
	10:30～10:45	JA 武田店跡キュアリング倉庫
	10:55～11:10	小貫地区学習センター
	11:20～11:35	④出荷組合
	11:45～11:55	南原生活改善センター
	13:00～13:10	行戸中央公民館
	13:20～13:30	前田商店脇
	13:40～14:00	要地区館
	14:10～14:20	南高岡農村集落センター
	14:30～14:45	繁昌地区学習センター
	14:55～15:05	吉川農村集落センター
20日 (日)	9:00～9:25	行方市役所北浦庁舎
	9:35～9:55	旧北浦幼稚園

#### 玉造地区

4月 20日 (日)	10:15～10:25	藤井集会所
	10:35～10:45	荒宿農村集落センター
	10:55～11:10	玉川地区学習センター
	11:20～11:35	新田ふるさとコミュニティセンター
	13:00～13:15	手賀地区学習センター
	13:25～13:35	高須一本松前
	13:45～14:00	玉造西地区学習センター
	14:15～14:30	行方市泉配水場前
	14:40～14:55	小座山農村集落センター
	9:00～9:15	沖洲集落センター
27日 (日)	9:25～9:40	羽生地区学習センター
	9:50～10:00	八木蒔地区学習センター
	10:10～10:25	澤屋商店前駐車場
	10:35～10:50	中山消防機庫
	11:00～11:10	上山農村集落センター
	11:20～11:35	榎本スポーツ交流センター
	11:45～11:55	若海農村集落センター
	12:10～12:40	行方市役所玉造庁舎

※麻生地区の「台矢幡集会場」と北浦地区の「中根農村集落センター」の2会場は、利用者が少ないため、令和7年度から廃止となります。近隣の会場へお越しください。

### ▼ 料金

飼い犬の登録有無	登録手数料	注射済票料	予防注射料金
登録済み	—		3,000円
未登録	2,000円		

※釣り銭のないようご協力をお願いします。

### ▼ 注意事項

飼い犬の排せつ物は、必ずお持ち帰りください。ティッシュ、ビニール袋をご持参ください。

### ▼ 届け出は環境課へ

登録犬が死亡したり、所在地や所有者に変更が生じた場合は、届け出をしてください。

# 10 市税等の納付

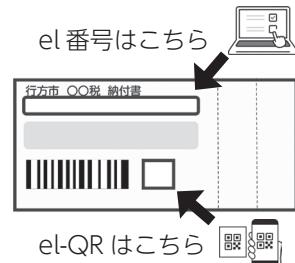
【問い合わせ】  
収納対策課（麻生庁舎）  
☎ 0299-72-0811

## ■ 便利な地方税統一 QR コードを利用した納付をしましょう

市では、令和5年度から市税の納付書に地方税統一QRコード（以下 el-QR）を印字しています。今回は、el-QRでの納付方法についてご案内します。

### 1 まず、地方税お支払いサイトにアクセスし、eL 番号を入力するまたは el-QR を読み取る

	アクセス方法	入力方法
パソコン 	Web 検索する▼ 	eL 番号入力画面から、eL 番号を入力する。
スマートフォン 	QR コードで 読み取る▶ 	el-QR 入力画面から、el-QR を読み取る。



### 2 次に、支払方法を選択し、メールアドレスを入力。通知先メールアドレス宛に送信される確認コード（6桁の数字）を入力する

支払方法	確認コード入力後	注意事項
クレジットカード インターネットバンキング	決済サイトへ移動	クレジットカードをご利用の場合は、納付額に応じてシステム利用料がかかります。
口座振替 (ダイレクト方式)	振込完了次第、 メールアドレスへ通知	利用者 ID の取得と口座の事前登録が必要です。（継続引き落としではありません）
Pay-easy (ペイジー)	支払い番号発行	

### ▼ 注意事項

- ・領収書は発行されません。
- ・通信にかかる費用は、別途利用者負担となります。
- ・納付書の使用期限（納期限）を過ぎている場合は、利用できることあります。収納対策課にご確認ください。



▲ 詳細はこちから



避難所は  
ここだね！

マイ・タイムラインでは  
避難開始ね！

～災害時に逃げ遅れないために～

### マイ・タイムラインを作成しましょう！

近年、台風などによる記録的な大雨が全国各地で相次ぎ、大規模な洪水災害や土砂災害が発生しています。災害時に逃げ遅れを防ぐため、自分に合った避難の準備から完了までの行動計画である「マイ・タイムライン」を作成しましょう。



マイ・タイムラインでは  
持ち物を確認する  
ことにしていたわね

わがまち  
ハザード  
マップ

マイ・タイム  
ライン作成  
支援動画