



かなえつ認定こども園



かわち認定こども園

主な内容

国民健康保険と後期高齢者医療保険

からお知らせ P4

農家の皆さまへ～台風等による農業用施設の

被害防止の備えについて～ ... P8

【写真】認定こども園での運動会

5月27日(土)、晴れ渡った空のもと、かわち・かなえつ認定こども園にて運動会が行われました。今年度中にこども園が統合されるため、両園として最後の運動会となりました。いきいきとした表情をたくさん見せてくれました。

● 定例相談 ●

心配ごと相談

日時 8月1日(火) 午前10時～正午
場所 第2地区共同利用施設(福祉センター隣)
※弁護士相談(要予約)

問合せ先 河内町社会福祉協議会
☎84-2830

教育相談

日時 月・火・木曜日 午前9時～正午
場所 教育委員会事務局
問合せ先 ☎84-3322 ☎84-4730

成田空港に関する相談

日時 火～金・日曜日 午前9時～午後5時
【休み：月曜日(月が祝日の場合はその翌平日)土曜日、祝日、年末年始】
場所 河内町産業観光交流拠点施設
”かわち夢楽”1階
問合せ先 ☎0297-79-5815
0120-84-5013(フリーダイヤル)

交通事故相談

日時 月・水・木・金曜日
午前9時～正午 午後1時～4時45分
弁護士相談 第3水曜日
午後1時～4時(要予約)
場所 土浦合同庁舎 本庁舎2F
問合せ先 県南地方交通事故相談所
☎029-823-1123

● 交通事故発生状況 ●

町内の交通事故5月発生状況

(累計)
発生件数(人身事故) 1件(5)
死者数 0人(0)
負傷者数 2人(7)
竜ヶ崎警察署調べ

● 戸籍の窓 ●

5月届出分
おめでた 0人 転入 9人
おくやみ 12人 転出 21人

● 人口・世帯 ●

令和5年6月1日現在
人口 8,043人(-24)
男 3,995人(-7)
女 4,048人(-17)
世帯数 3,387世帯(-9)

● TELガイド ●

役場	☎84-2111	教育委員会事務局	☎84-3322
	☎84-4357	中央公民館	☎84-2843
水道事務所	☎84-2361	福祉センター	☎84-3699
つつみ会館	☎86-2090	保健センター	☎84-4486
地域包括支援センター	☎60-4071	防災かわち(音声案内)	☎84-2212
社会福祉協議会	☎84-2830	シルバー人材センター	☎84-5455

● 休日診療当番医(8月) ●

8月	稲敷地区	龍ヶ崎地区	
6日	江戸崎眼科 ☎029-892-0262	いしかわクリニック ☎62-0378	松葉クリニック ☎65-7282
11日	宮本病院 ☎029-979-2114	さくらクリニック ☎65-1211	竜ヶ崎医院 ☎62-0550
13日	いなしきクリニック ☎029-892-3372	秋本脳神経外科 ☎64-3311	中村クリニック ☎64-6655
20日	鈴木クリニック ☎029-892-3640	山本医院 ☎66-3348	松本クリニック ☎62-4747
27日	佐倉クリニック ☎029-892-7011	斎藤クリニック ☎64-3527	山村医院 ☎66-0555

*休日当番医は変更することがあります。診療を受ける際は、必ず電話でご確認ください。

県救急医療情報システム：24時間お医者さんを探すことができます。

おとな救急電話相談 #7119
子ども救急電話相談 #8000 または 03-6667-3377

救急医療情報システム
ホームページ：<http://www.qq.pref.ibaraki.jp/>
携帯サイト：<http://qq.pref.ibaraki.jp/kt/>

● ごみ収集日(8月) ●

資源回収日	燃えないごみ収集日
A地区 1・15・29 C地区 8・22	A地区 12 C地区 26
B地区 3・17・31 D地区 10・24	B地区 D地区
燃えるごみ収集日	粗大ごみの予約収集日
全地区 毎週月・水・金曜日	8月中の予約→9月2日

広報かわち Kawachi

令和5年7月1日発行

編集・発行 河内町役場秘書広聴課
〒300-1392 茨城県稲敷郡河内町源清田1183
ホームページアドレス <https://www.town.ibaraki-kawachi.lg.jp/>
モバイル版アドレス <https://www.town.ibaraki-kawachi.lg.jp/mobile/index.html>

河内町モバイルホームページ
QRコード
※QRコードは読みとれない場合もあり
ますのでご了承ください。



国民年金

◆問合せ先
町民課年金医療福祉係
☎ 84-6983
土浦年金事務所
☎ 029-825-1170

～保険料免除制度があります!～

経済的な理由などで、国民年金の保険料を納めることが困難な場合には、保険料が免除される「保険料免除制度」があります。

全額免除・・・保険料の全額を免除 ※令和5年度は月額16,520円

一部免除・・・保険料の一部を免除(4分の3免除・半額免除・4分の1免除)

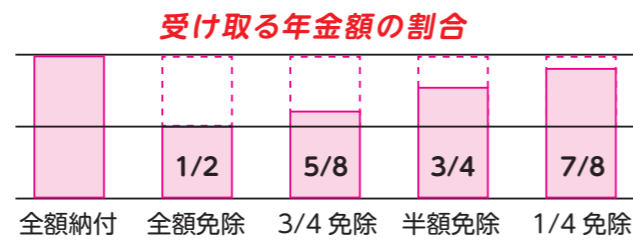
〈免除が承認された場合の保険料額〉

保険料 (月額)	全額免除	4分の3免除	半額免除	4分の1免除
	0円	4,130円	8,260円	12,390円

※減額された保険料を納めていない期間は、未納扱いとなります。

〈将来の年金への影響〉

免除期間は全額納付した場合と比べ、受け取る老齢基礎年金が少なくなります。



免除の承認を受けた期間の保険料について、10年以内であれば、過去10年にさかのぼって納めることができる「追納制度」もあります。詳しくは年金事務所にご相談ください。

☆納付猶予制度について

50歳未満の方で、本人・配偶者の前年の所得が一定額以下のとき、申請により保険料の納付が猶予されます。

※猶予期間は、受給資格期間に含まれますが、年金額には反映されません。

☆申請の手続き

町民課国民年金担当窓口または土浦年金事務所にて受け付けいたします。

手続きに必要なもの・・・基礎年金番号がわかるもの・身分証明書

☆免除等の承認を受けている方へ

免除期間は、毎年7月から翌年の6月までとなります(申請受付は7月から)。

保険料を未納のまま放置すると、将来の老齢基礎年金を受給できなくなったり、いざという時の障害基礎年金や遺族基礎年金を受給することができなくなる場合があります。

お早めにマイナンバーカードを受け取り、
マイナポイントを申込みください!

① マイナポイントの申込期限は、
2023年9月末です。

9月末よりも早く
申込みを締め切る
決済サービスも
あるから注意!



② ポイントの申込みには、2023年2月末までに
申請したマイナンバーカードが必要です。
市区町村から交付通知書が届いたら、
お早めにカードを受け取りにお越し下さい。

※ ポイント申込期限(9月末)間際には窓口が混雑します。
マイナンバーカードのお受け取りはお早めに!!



マイナンバーカードを受け取るには

○受取り場所等

- ・河内町役場 町民課窓口
- 平日の午前8時30分から午後5時まで

○受取りに必要なもの

- ・交付通知書(ハガキ)
- ・本人確認書類(運転免許証、パスポートなど)
- ・通知カード(薄い緑色の紙のカード)

※通知カードを紛失された方は、受取りの際に申し出てください。

《《お問合せ先》》 町民課 住民係 ☎ 84 - 6984

医療費適正化にご協力ください

◆問合せ先 町民課 国保高齢者保健係 ☎84-6983

医療費節約のために

◇かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医とは日頃から診てもらっている身近なお医者さんのことで、風邪などの日常的な病気の診療や健康管理などの相談にのってもらえます。そのため、病歴や健康状態などをきちんと把握でき、病気を早期発見して治療できる可能性が高くなります。また、大きな病気入院や精密検査などが必要な場合は、専門医のいる病院を紹介してもらえます。

◇重複受診はやめましょう

同じ病気で複数の医療機関を受診することは控えましょう。医療機関を変更すると、医療費が増加するばかりではなく、同じ検査や投薬により、かえって体に悪影響を及ぼす心配もあります。

◇休日・夜間の受診は控えましょう

休日や夜間に開いている医療機関は、緊急性の高い方を受け入れるためのもので、医療費も高く設定されていて、自己負担も高くなります。休日や夜間に受診しようとする際には、平日の時間内に受診することが出来ないのか、もう一度考えてみましょう。

◇年に一度は健診を受けましょう

毎年定期的に健康診断を受けることで、病気の予防や早期発見につながり症状が重くなる前に治療ができますので、年に一度は特定健診（40歳以上）や各種健診を受けましょう。

◇ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品とは、先発医薬品（新薬）の特許が切れた後に販売される新薬と同じ有効成分を持つ医薬品のことです。新薬より一般的には安価で皆さんの窓口負担の軽減、保険財政の改善につながります。ジェネリック医薬品を希望する場合は、まず医師に相談してみましょう。

なお、すべての薬にジェネリック医薬品があるわけではなく、治療内容によっては適さない場合もあります。

◇柔道整復師に正しくかかりましょう

柔道整復師等（接骨院・整骨院など）の施術は、医師の治療に当たる行為ですが、ケガなどで施術を受ける場合、国保等の保険が使えるのは一定の条件を満たす場合に限られます。正しい利用を心掛けて、医療費の無駄な支出を抑えましょう。

○保険で施術が受けられる場合

・打撲、捻挫、挫傷（肉離れ等）、骨折、脱臼（応急手当のみ）

×保険で施術が受けられない場合

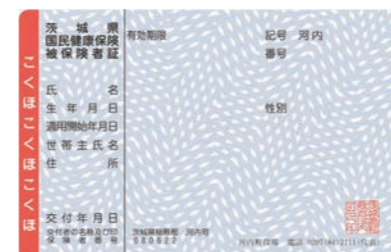
※全額自己負担となります。
・日常生活での肩こりや筋肉疲労、スポーツなどによる肉体疲労、神経痛、リウマチ、関節炎、ヘルニアなどの病気が原因の痛み、加齢による腰痛や五十肩の痛み、脳疾患後遺症などの慢性病、労災保険が適用となる仕事中や通勤途上での負傷など

国民健康保険と後期高齢者医療保険からお知らせ

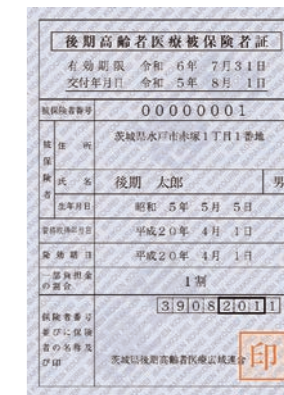
◆問合せ先 町民課 国保高齢者保健係 ☎84-6983

☆新しい「被保険者証」を郵送します

国民健康保険または後期高齢者医療に加入している方は、7月下旬に新しい被保険者証を郵送します。8月になりましたら、古い被保険者証を処分し、新しい被保険者証をお使いください。



国民健康保険被保険者証の見本



後期高齢者医療被保険者証の見本

☆令和5年度の「国民健康保険税」「後期高齢者医療保険料」の納税（納入）通知書・決定通知書を7月中旬に郵送します

～通知書が届いたら、内容をご確認ください～

○納税（納入）通知書について

年金から保険税（料）が天引きされる「特別徴収」以外の方（納付書で直接または口座振替により納付されている方）の最初の納期限は、7月31日（月）です。

口座振替で納付されている方は、納期限の日が振替日ですので、預貯金の残高不足にご注意ください。
※口座振替にするには、金融機関で手続きが必要になります。

○普通徴収納期限

期別	1	2	3	4	5	6	7	8
納期限	令和5年 7月31日	8月31日	10月2日	10月31日	11月30日	12月25日	令和6年 1月31日	2月29日

○特別徴収について

特別徴収（年金天引き）は4月・6月・8月の「仮徴収」と10月・12月・翌年2月の「本徴収」により納付していただきます。

仮徴収は前年度の2月分と同額を天引きし、残額分を本徴収として3回に分けて天引きします。

仮徴収			本徴収		
4月	6月	8月	10月	12月	2月

☆稲敷広域
消防職員募集

- ◆試験日 令和5年9月17日(日)
- ◆試験会場 龍ヶ崎消防署
- ◆職種 消防吏員(地方公務員)
- ◆採用予定人数 若干名
- ◆採用期日 令和6年4月1日
- ◆受付期間 令和5年8月1日(火)から8月18日(金)まで
- ◆受付場所 稲敷広域消防本部 総務課(龍ヶ崎市3571番地の1) ☎64-3743



Information on a Kawachi Life

☆カモ類・オオバンの農作物被害対策について

- 【鳥獣被害防止対策事業】有害鳥獣による販売を目的とした農作物の被害を防止するため、農業者が実施する鳥獣被害防止対策に対して補助金を交付します。
- ◆募集期限 7月31日(月)まで
- ◆対象経費 設置費用および資材費の合計が24万円以上の防鳥ネット
- ◆補助額 12万円(定額)
- ◆事業対象者 ①町内に住所を有する認定農業者 ②町税等に未納がない者(生計同一者を含む)
- ◆募集件数 10件
- ◆問合せ先 農政課 ☎84-6975

☆電話予約による諸証明書の休日交付を
ついでです

- 町では、平日にお仕事などで役場に来られない方のために、電話予約による住民票の写しや印鑑登録証明書の休日交付を行っています。ご利用ください。
- ◆申込 平日の午後4時までに町民課住民係へお電話ください。
- ◆対象 本人または本人と同一世帯の方のみとなります。
- ◆交付 ※第三者は対象となりません。請求者が希望する土日などの役場閉庁日(午前8時30分~午後5時)になります。場所は、役場1階窓口となります。
- ◆持参するもの ①官公署発行の写真付き身分証明書 (運転免許証など本人確認のために必要となります。) ②印鑑登録証 (印鑑登録証明書の場合) ◆各手数料 ・住民票謄本:300円



☆戸籍の窓口での「本人確認」に協力ください

戸籍の窓口では、運転免許証やマイナンバーカードなどの官公署が発行した顔写真付の証明書による「本人確認」が法律上のルールです。皆様のご協力をお願いします。(マイナンバー通知カードは、本人確認書類にはなりませんのでご注意ください。) なお、官公署が発行した顔写真付の証明書をお持ちでない方は、事前にお問い合わせください。

◆問合せ先 町民課住民係 ☎84-6984

☆農業委員会からの
お知らせ

農地の売買、農地の転用(農地以外の利用)には農業委員会からの許可が必要です。 ※許可前に農地の無断転用を行うと、懲役3年以下または300万円以下(法人は1億円以下)の罰金の対象となります。 農地の売買、農地の転用をお考えの方は、農業委員会までご相談ください。 農地の耕作放棄は止めてください。耕作をせず適正な管理を怠ってしまうと雑草の繁殖や害虫等が増えてしまい、更にその状態のまま管理を怠ると、悪臭や汚水の発生源、また火災の発生源にもなります。近隣農業者や周辺住民に大きな迷惑となる可能性があります。

◆問合せ先 農業委員会事務局 (農政課内) ☎84-6975

☆特別児童扶養手当について

精神、知的または身体に障害のある20歳未満の児童を家庭において監護している父、または母(いずれか所得の多い方)、もしくは父母に代わってその児童を養育している方が手当を受けることができます。

- ◆手当の額(児童1人につき) ・1級 月額53,700円 ・2級 月額35,760円
- ◆手当を受けるための手続きについて 認定請求の申請をし、県知事の認定を受けることで、手当を支給されます。 ※ただし、所得、等級等による制限があります。 【申請に必要な書類】 (1) 特別児童扶養手当認定請求書 (2) 請求者と対象児童の戸籍謄本(抄本) (3) 所定の診断書 ※ただし、次の場合には診断書の添付を省略出来る場合があります。 ・療育手帳の判定がA・Aである場合
- ◆問合せ先 福祉課障害福祉係 ☎84-6982

手当を受けている方の届出について

所得状況届	障害状況届	額改定請求書
受給者の方(支給停止となっていない方も含む)は、毎年8月12日から9月11日までの間に所得状況届を提出してください。この届出により8月以降の手当の支給の可否が決定されます。なお、2年間提出しない場合は、受給資格がなくなる場合があります。 ※8月に入りましたら受給者あてに所得状況届用紙を送付します。	児童の障害認定にあたっては、期間(有期)が設けられています。期間満了の月までに診断書等必要な書類を添付のうえ提出してください。なお、この届出が期間内に提出されないと、期間満了の翌月から手当の支給が停止となる場合があります。	対象となる児童数が増加した場合、または障害の程度が重くなったために手当等級が上がる可能性があります。

サマージャンポ 7億円 3千万円 同時発売 7月4日(火) 発売期間/7月4日[火]~8月4日[金] 抽せん日/8月18日[金] 各1枚300円

夏の交通事故防止県民運動 スローガン:見る止まる 歩行者優先 心がけ 7月20日(木)から31日(月)まで

農業・農村を未来へつなぐ 地域の連携で守り次世代へ！

～ 多面的機能支払交付金事業活動紹介 ～

過疎化や高齢化などの多様な課題があるなか、農地や水路などの地域資源や農村環境の保全を地域の農業者だけで守るのは難しくなりつつあります。

このため、多面的機能支払交付金事業を活用し、地域で行う農地維持や農業用水路などの保管理とともに担い手の負担の軽減を図るため、河内町では現在7つの活動組織が様々な取組みを実践しています。

今後も河内町のすばらしい農業・農村を次の世代へ引き継ぐ活動を目指す為、活動組織及び取組面積の拡大が予定されていますので、ご理解ご協力をお願い致します。

【多面的機能支払交付金の事業内容】

■農地維持支払交付金

- ①地域資源の基礎的な保全活動（農地法面の草刈り、水路の泥上げ、施設の点検など）
- ②地域資源の適切な保管理のための推進活動（地域資源保管理構想の策定など）

■資源向上支払交付金

- 1) 地域資源の向上を図る共同活動
 - ①施設の軽微な補修等（水路のひび割れの補修、農道の部分補修、施設の機能診断など）
 - ②農村環境保全活動（植栽活動、水質調査、地域住民との交流など）
 - ③多面的機能の増進を図る活動（遊休農地の有効活用、地域住民による直営施工など）
- 2) 施設の長寿命化のための活動
 - 老朽化が進む農地周りの農業用排水路、農道などの施設の長寿命化のための補修・更新等の活動

◆取組活動写真◆



《農地・水路の草刈り》



《施設の点検》

○取組み活動組織：50 音順 (単位：ha)

NO.	活動組織の名称	取組面積
1	金江津地区農地を未来につなぐ会	120.57
2	源清田地区農地と共に生きる会	259.48
3	天領保存会	34.32
4	長竿地区農地を考える会	267.99
5	平川を守る会	86.88
6	生板地区農地を守る会	213.12
7	生板水土里の会	40.63

多面的機能支払交付金 ロゴマーク



多面的機能支払交付金事業による活動に興味のある方は、お問い合わせください。

◆問合せ先 農政課 ☎ 84 - 6975



農家の皆さまへ

～台風等による農業用施設の被害防止の備えについて～

近年、台風等の強風などにより町内でも多くの農業被害が生じており、営農に大きな影響を与えています。すでに十分な対策をされていることと存じますが、台風等による強風などの被害防止策等について改めてご確認ください。

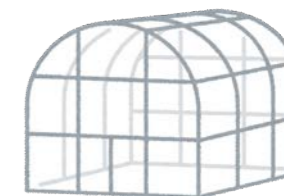
なお、暴風雨・異常出水時には、人命を最優先に行動し、二次災害の防止に努めてください。

また、過去に例のないような甚大な気象災害が発生した場合には、被災農業者向けの支援事業が発動される場合があります。

制度には様々な要件がありますが、支援事業が開始された場合に備えて、以下の書類の保存をお願いします。

■ハウスの倒壊等、被害の状況がわかる写真

- ・デジタルカメラ（携帯電話でも可）等で、**撮影日**がわかるようにする
- ・施設等の撤去や復旧を行う前に、被災した**施設全体**、**被害箇所**、**サイズ等**がわかるように撮影する
- ・パイプハウスの場合は、**パイプの径**や**間隔**がわかるように撮影する
- ・作物等の**被害の様子**がわかるように撮影する



■修繕などをした費用の証拠書類

- ・**見積書**、**発注書**、**納品書**、**請求書**、**領収書**、**作業日誌**などの保管

◎お願い◎

被災農業者向けの支援事業が発動された場合は、事業完了後に園芸施設共済（民間の保険も可）への加入が必要となります。

また、すでに補助を受けて復旧した施設等については、処分制限期間内（例：パイプハウスの場合 10 年間）は、以下を厳守願います。

- ・園芸施設共済等への加入の継続
- ・補助金交付の目的外使用の禁止（許可を得ない譲渡・貸付・取り壊し等）

台風等の気象災害により、施設の損傷などの農業用施設への被害や生産物に対する被害があった場合には、農政課までご連絡ください。



◆連絡・問合せ先 農政課 ☎ 84 - 6975

受章おめでとうございます 令和5年 春の叙勲・褒章

長年にわたり各分野でご活躍された方々に贈られる「春の叙勲・褒章」が発表され、町内で、2人の方が受章されました。



藍綬褒章

高橋 博さん (62歳)
消防功績
現 河内町消防団長



瑞宝双光章

大野 繁さん (74歳)
教育功労
元公立中学校長

俳句 かわち俳句会

- 納豆の糸の伸びきる梅雨の卓 寺田節子
- 花苜蓿嫁入り船を際立てて 宮澤由紀江
- 三世代現地集合花苜蓿 大野志げ子
- 独りごとと言ってかざしてさくらんぼ 篠原富子
- 炒飯にチーズふりかけ薄暑かな 石毛節子
- 若竹や思いの丈は空に有り 野田美智子
- ふるさとの思い届いたさくらんぼ 大野順子
- 二・八蕎麦七味きかして街薄暑 神崎かずお
- 親子連肩車して初夏の雲 遠藤正雄
- デジタルは苦手や老の夕薄暑 田中康夫

自衛官募集相談員委嘱状 交付式

5月22日(月)、自衛官募集相談員の委嘱状交付式が行われました。

相談員には、再任で櫻井文夫さん(金江津地区)と野高治さん(生板地区)の2名が河内町長と自衛隊茨城地方協力本部長の連名により委嘱されました。自衛官募集相談員は、自衛官志願者の相談に応じて、募集内容などの情報提供を行っています。任期は、令和5年4月1日から令和7年3月31日までの2年間です。よろしくお願いいたします。



再任された櫻井文夫さん(写真左から2番目)と野高治さん(写真左から3番目)

包括連携協定の締結式が行われました

6月5日(月)、大塚製薬株式会社と「包括連携協定」を締結しました。本協定は河内町と大塚製薬株式会社が、緊密な連携と協力関係を構築し、健康維持増進をはじめとする幅広い分野にわたってそれぞれの人的・物的資源を有効に活用し、町民の安全・安心な暮らしの確保に資することを目的としています。



協定書を持つ野澤町長と田仲支店長(写真左)

税金はどう使われているの?

6月8日(木)、かわち学園の6年生を対象に租税教室が開催されました。

教室では、町税務課の職員が講師となり、税金の種類や税金が社会のためにどのように使われているのかなどを学習しました。

「マリンとヤマトの不思議な日曜日」というアニメ鑑賞を通じて、税金の大切さと納税の重要性について、理解を深めました。

また、1億円分の1万円札(見本)を児童のみなさんに持ってもらうなど、普段では出来ない体験をしました。



租税教室は、次世代を担う児童のみなさんに税金についての正しい理解をしてもらうことを目的に行っています。

新庁舎検討委員会が開催されました

5月19日(金)、河内町新庁舎検討委員会第4回会議が開催されました。

本委員会は、役場庁舎の老朽化や防災拠点としての機能を踏まえ、必要な事項について、調査及び審議を行い、新庁舎の必要性を含めたその結果を町長に答申することを目的に設置されたものです。

今回の会議では、新庁舎の建設位置、事業費及び財源などについて協議が行われました。

詳しくは、町ホームページに掲載していますので、ご覧ください。



新庁舎検討委員会の様子

< 竜ヶ崎保健所からのお知らせ > ～食中毒に注意しましょう～

- よく手を洗いましょう
食中毒予防の基本は手洗いです。石鹸を使ってしっかり手を洗いましょう。指先、指の間、爪、手のしわ、手首など、洗い残しの多い箇所は特に注意が必要です。
- 調理した食品はすぐに食べましょう
作った料理を室温で長時間放置すると、食中毒の原因となる微生物が増殖します。温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに食べましょう。調理後すぐに食べない場合は、冷蔵庫に入れましょう。
- お肉は十分に火を通したものを食べましょう
生や加熱不十分な肉料理は危険です。肉の色が変わるまでしっかり加熱しましょう。また、生の肉を触った箸やトングで、調理品を触らないようにしましょう。
- 有毒植物による自然毒に注意
有毒植物を食べて食中毒になる事例が確認されています。有毒植物には、スイセンの球根を玉ねぎと誤認するなど、野菜や食用植物と非常に似たものがあります。食用と確実に判断できない植物は、絶対に「採らない、食べない、売らない、人にあげない」ようにしましょう。

◆問合せ先◆ 茨城県竜ヶ崎保健所 衛生課 ☎62-2163

< 消防本部からのお知らせ > 熱中症を防ぐ4つのポイント

これから暑い夏がやってきます。稲敷広域消防本部では、令和4年中に熱中症の傷病者を193人搬送しました。熱中症は予防法を知れば防ぐことが可能です。そこで、熱中症を防ぐ4つのポイントを紹介いたします！

- こまめな水分・塩分補給
喉が渇いたと感じる前に水分・塩分補給を実施してください。
- 暑さを避ける
適切に冷房を使用し、外出時は日傘の使用や帽子の着用など、暑さを避ける工夫が必要となります。新型コロナウイルス対策の為に、冷房時にも換気を行いましょ。う。
- 暑さに負けない体力をつける
日頃からバランスの良い食事を摂ることや、体力づくりを心がけましょ。う。
- マスクを使用している場合は熱中症を防ぐために外すようにしましょ。う。
この4つのポイントに注意し、楽しい夏を過ごしてください！

◆問合せ先◆ 稲敷広域消防本部 救急課
住所：龍ヶ崎市 3571-1 ☎64-3846



道路上に張り出している樹木等の適切な管理をお願いします

道路上に樹木の枝や草が張り出していると、歩行者や自動車の通行に支障をきたすほか、道路標識やカーブミラー等が見えにくくなり、交通事故の原因となります。

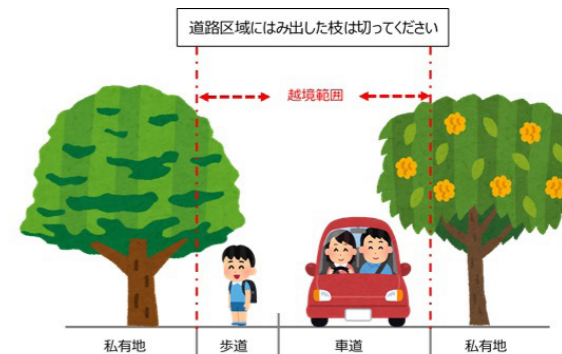
また、子どもたちが登下校の際に利用する道路や歩道の安全確保に支障をきたす恐れもあります。私有地に生育している樹木等は、土地所有者に所有権がありますので、個人の管理責任のもと、適切な管理をお願いします。

※土地所有者が賠償責任を問われる場合があります。

○道路に張り出した樹木や生垣等の倒木・枝の落下などの原因で、歩行者がけがをしたり、自動車が損傷した場合は所有者が賠償責任を問われる場合があります。

※作業を行う場合の留意点

- 作業に当たっては、通行車両、歩行者等の安全に十分注意してください。
- 電線や電話線がある場合は、電気事業者や通信事業者事前に相談してください。



◆問合せ先
都市整備課 ☎84-6957
教育委員会 ☎84-3322

散歩にはリードをつけてあなたと犬の命綱

飼い主は、周囲への迷惑や危害を及ぼさない心くばりとしつけが大切です。ご近所の人すべてが、犬・ねこが好きな方とは限りません。そんな方々からも理解を得られるよう、責任をもって飼いましょ。う。

！ 迷惑ですよ！ 犬のフン放置

・公園利用者や道路通行者等が不快な思いをする。
・フンの中の寄生虫や病原菌で犬の病気が蔓延する原因となる。

！ 危険！ 犬の放し飼い

・人に咬み付いたり、驚かせてけがをさせたりする原因となる。
・愛犬が野良犬に咬まれたり交通事故にあたりする。
・不妊去勢手術をしていない場合、発情期に交尾や闘争行動を起こす。

飼い主ルール① 散歩中のフン処理

散歩のときにフンをしてしまったら、ビニール袋に入れて持ち帰りましょ。う。

- ・家で排泄させてから散歩に出かけましょ。う。
- ・周辺の環境美化に配慮した責任ある行動をとらましょ。う。

飼い主ルール② 犬の散歩

必ず引き綱（リード）をつけましょ。う。

- ・「散歩」と称して「放し飼い」をしない。
- ・首輪には必ず鑑札・注射済票をつける。
- ・不妊去勢手術をして不幸な命を産ませない。
- ・不妊去勢手術には補助金が出ます。ぜひご活用ください！

◆問合せ先 都市整備課 ☎84-6956

全国瞬時警報システムの全国一斉情報伝達試験の実施

住民の方への情報伝達体制について万全を期すため、全国一斉の情報伝達試験を実施します。実際の災害等とお間違えのないようご注意ください。

実施日時：8月23日（水）午前11時00分

◆問合せ先◆ 総務課 ☎84-6979



自衛官等採用のお知らせ

募集種目	応募資格	受付期間	試験期日
航空学生 海上・航空 自衛隊	海：18歳以上23歳未満の方 (高卒者(見込含))又は高等専 門学校3年次修了者(見込含) 空：18歳以上21歳未満の方 (高卒者(見込含))又は高等専 門学校3年次修了者(見込含)	令和5年 7月1日(土) ～ 令和5年 9月7日(木) (締切日必着)	1次：9月18日(月) 2次：10月14日(土)～19日(木) ※いずれか1日を指定されます 3次：(海)11月17日(金)～ 12月13日(水) (空)11月11日(土)～ 12月14日(木)
一般曹 候補生	18歳以上33歳未満の方 (32歳の方は、採用予定月の末 日現在、33歳に達していない方)	令和5年 7月1日(土) ～ 令和5年 9月5日(火) (締切日必着)	1次：9月15日(金)～24日(日) 2次：10月14日(土)～11月5日(日) ※いずれか1日を指定されます
自衛官 候補生	18歳以上33歳未満の方 (32歳の方は、採用予定月の末 日現在、33歳に達していない方)	年間を通じて 行っています	受付時にお知らせします

※その他、7月1日から防衛大学校学生、防衛医科大学校学生も受け付けています。
応募資格年齢の起算日は、募集種目ごとに異なっていますので、それぞれの要項で確認して
下さい。詳しくは、お問い合わせ下さい。

◆問合せ先

茨城県龍ヶ崎市寺後 3629-5 龍ヶ崎ビル 1階
自衛隊茨城地方協力本部龍ヶ崎地域事務所

☎ 0297-64-3351 URL <http://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/>



《子どもたちがSNSによる犯罪に巻き込まれないように!》

中学・高校生が親に黙ってSNSで知り合った人と連絡をとったり会ったりするなどして、
誘拐や性犯罪の被害にあう事件が増えています。

また、誘われて大麻などの違法薬物に手を出してしまうことがあります。
夏休みなど気をつけてください。

◆SNS被害から自分を守る3つの約束

- 1 SNSで知り合った人と直接会わない!
- 2 住所や名前など自分のことを載せない!
- 3 自分や友達の写真を送らない!

※ 大麻や違法薬物は1回でもダメです。先輩や友達から誘われてもきっぱり断る!



◆お子様がスマホで何をしているか、どこに出かけて、誰と会っているか把握していますか?

家族でルールを決めましょう。
お子様のスマホには、悪いサイトにつながらないようにフィルタリング機能を使いましょう。

◆問合せ先 竜ヶ崎警察署 生活安全課 ☎ 62-0110



◇ 巡回連絡とは・・・

地域住民の皆さんの安全で平穏な生活を確保するため、
交番や駐在所の警察官が、それぞれ担当する地域の家庭
や事業所を訪問する活動です。

警察からは、身近で発生した事件や事故に関する情報を
提供したり、ニセ電話詐欺や自動車盗、住宅窃盗の被害防
止など、防犯に役立つアドバイスをを行うとともに、地域のみ
なさんから警察に対する意見や要望、日ごろから不安に感
じている地域の問題などをお伺いしています。



◇ 高齢者総合安全対策

県警では6月から、巡回連絡を活用した**高齢者
総合安全対策**を推進します。

犯罪の被害者や交通事故の当事者となりやすい
65歳以上の高齢者が居住するご家庭を中心に、
ニセ電話詐欺・住宅侵入窃盗に対する防犯指導、
交通事故防止を目的とした安全指導、災害発生時
における対応要領等、様々な事象に対する個別具
体的な指導やアドバイスを行っていきますので、
ご協力をお願いいたします。



◇ 連絡カードについて

巡回連絡では、皆様のご協力をいただきまして、
ご家族の異動などについてお聞きし、「連絡カード」
を作成しています。

皆さんからお聞きして作成した「連絡カード」は、
災害、事件、交通事故等の非常の場合等に役立た
せるためのものです。

第三者に見せることは**絶対にありません**ので、
カードを作成する際は、ご協力をよろしくお願いします。



NEWS

出張講座のお知らせ

町内2か所で定期的開催している出張講座に、茨城県金融広報委員会より講師をお招きし、「振り込め詐欺にあわない為の対策」についてお話を伺います。未だ減らない振り込め詐欺。私たちの身近なところでも起こっています。明日は我が身！この機会にしっかり学んで、被害を未然に防ぎましょう。ぜひご近所の方などをお誘い合わせのうえご利用ください。また、詳細についてはお気軽にお問い合わせください。



令和5年7月14日(金) 午後2時～3時 中金江津集会所
7月24日(月) 午後2時～3時 河内町公民館第1分館

ご活用ください 出張講座!

私たちはコロナウイルス感染拡大によるたくさんの制約を経験して、あらためて人とつながりを持つことの大切さを感じました。ふたたび友人・知人と気軽に集まり、楽しい時間を過ごすために、包括支援センター職員が出向き、体を動かしたり、集中して何か作品を作ったり、最新の健康情報のお話などもさせていただいています。お気軽にご活用いただけます。



【実施日時】 平日の午前10時～午後4時の間、30分から1時間程度

【会場】 近所の集会所、数名集まっても大丈夫な部屋

- <講話内容>
- 健康長寿のために・・・健康長寿には「フレイル」予防を
 - 認知症を知ろう・・・大好評!認知症紙芝居
 - 体と心を元気に・・・笑って楽しく脳活性化
など、その他ご要望に応じます。

- <手芸内容>
- 折り紙、大人の塗り絵、
かんたん小物づくり など



◆問合せ・申込先 河内町地域包括支援センター ☎60-4071



◆問合せ
福祉課
☎84-6982
担当 篠田・荒井

「お友だちが近くにいないの!」「ママ友がほしい!」「遊ぶ所がない!」と悩んでいる方、遊びに来てください!みんなで子育ての輪を広げましょう。
お部屋に入る前に、手・指の消毒等をお願いしています。検温、マスクの着用は、個人(お子さんの着用は保護者)の判断とします。



8月の予定

日	曜日	イベント・スケジュール
2	水	作って遊ぼう!素敵な風鈴
4	金	
7	月	エンジョイ!親子ピクス
9	水	ぐりぐらのおはなしなあ〜に?
18	金	自由遊び
21	月	お祭りごっこ
23	水	
25	金	あかちゃんひろば・ すまいる育児相談
28	月	
30	水	

利用時間・持ち物

- ・月、水、金曜日(予約不要)
(祝日・お盆休み・年末年始の休みを除く)
- ・時間:午前9時30分から午後2時30分まで
- ・対象:0歳から就学前のお子様と保護者
- ・持ち物:着替え、水筒(飲み物)など
- ・ごみ、オムツ等は持ち帰りをお願いします。

8/2(水)4(金)【作って遊ぼう!素敵な風鈴】

シールをベタベタ!可愛い色のシールを貼って風鈴を作りましょう。鈴もつけて、「チリン♪」いい音がするね。
時間:10時30分から

どんな風鈴を作ろうかな?



8/7(月)【エンジョイ!親子ピクス】

時間:午前10時30分から午前11時まで
持ち物:汗ふきタオル、飲み物(親子分)
※動きやすい服装をお願いします。



親子で音楽にあわせて体を楽しく動かしましょう♪

8/9(水)【ぐりぐらのおはなしなあ〜に?】

絵本の読み聞かせやシアターをします。
どんなお話かな?
時間:午前10時30分から午前11時頃まで

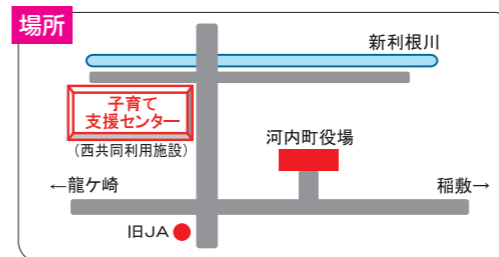
8/21(月)23(水)25(金)【お祭りごっこ】

魚釣り・おめん屋さん・スイーツ屋さん・輪投げ・玉入れ・お化けをやっつける!などなど楽しいお店がいっぱいだよ!時間:10時頃から



8/30(水)【あかちゃんひろば】【すまいる育児相談】

すくすく成長しているかな?身長、体重を測ってもらいましょう!今月はその他に保健師による個別相談も行います。遊びにきたついでにちょっと話がしたい、聞いてほしいという方、お喋りしてスマイル♡になって帰ってくださいね。
時間:午前10時30分から正午まで
参加費:無料 予約不要
※今年度は、あかちゃんひろばの際に育児相談や栄養相談を開催予定です。日程の詳細は、広報やHPをご覧ください。



河内町子育て支援センター「おひさま」
住所:河内町源清田5893(西共同利用施設内)
電話番号:080-7722-2670

食育だより VOL.142

～こころとからだを育む食育～

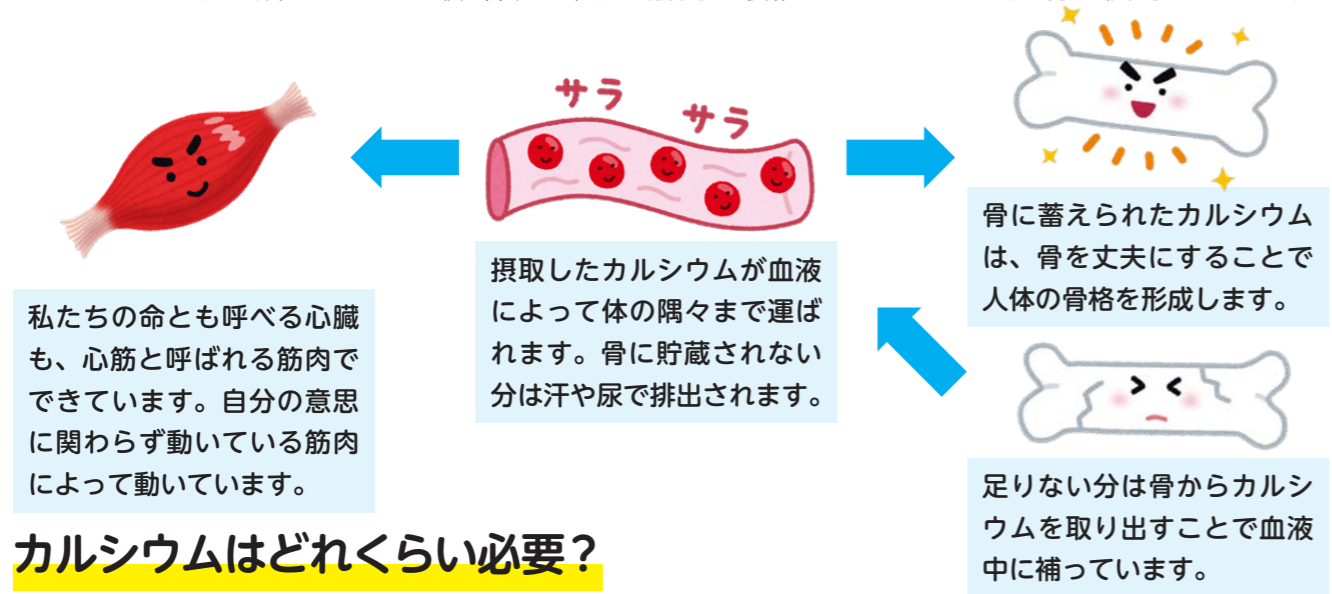
「食事から骨を強くしましょう」

◆ 問合せ先 保健センター ☎84-4486

私たちが将来にわたり健やかな日々を送るためには健康な骨が欠かせません。カルシウムが不足した生活習慣が続くと、歯や骨が弱くなり、骨粗しょう症になってしまうリスクが高まります。骨粗しょう症になるリスクは誰もが持っていますので、まずは食事から気を付けてみましょう。

カルシウムのはたらき

カルシウムは、骨や歯の形成に必須のミネラルです。人間の体を構成するミネラルのうち最も多く存在し体重の1～2%を占めています。体内にあるカルシウムの99%は骨や歯などにたくわえられています。残り1%は血液、神経の伝達、筋肉の収縮などにかかわる大切な役割があります。



カルシウムはどれくらい必要？

カルシウムの推奨量 (mg / 日) 日本人の食事摂取基準 (2020年版)

年齢(歳)	1～2	3～5	6～7	8～9	10～11	12～14	15～17	18～29	30～74	75歳以上
男	450	600	600	650	700	1,000	800	800	750	700
女	400	550	550	750	750	800	650	650	650	600

骨をつくるために欠かせない主な栄養素は、①カルシウム(骨の材料) ②ビタミンD(腸管からカルシウムの吸収を助ける) ③ビタミンK(体内に取り込んだカルシウムの骨沈着の際に必要)が必要です。カルシウムは、ビタミンDやビタミンKなども併せて摂ることで効率よく体に吸収されます。

それぞれの栄養素が多く含まれている食品

①カルシウム

牛乳、乳製品、海藻、大豆製品など

②ビタミンD

卵、鮭、しらすなど

③ビタミンK

納豆、ブロッコリー、ほうれん草、モロヘイヤなど



保健センターだより

気をつけよう 夏の感染症

日本の夏は「高温・多湿」。汗をかくと体力を消耗し、暑さで食欲が落ちたり睡眠不足になったり体調を崩しやすくなります。熱中症以外にも、この時期気をつけてほしいのが夏の感染症。主に子どもに見られる感染症ですが、大人に感染することもありますので、症状や予防法についてお伝えします。

ヘルパンギーナ

高熱が出て、喉が赤く腫れます。小さな水疱がたくさんでき、痛みをとまいません。



潜伏期間：2～5日間

咽頭結膜熱(プール熱)

39℃前後の高熱と喉の痛みのほか、目の痛み、充血など結膜炎のような症状があります。



潜伏期間：5～7日間

手足口病

手のひらや、足の裏、口の中に小さな発疹や水疱ができます。あまり高い熱が出ることはありませんが、まれに髄膜炎など重い合併症を起こすことがあります。



潜伏期間：2～5日

これらの症状が見られたら早めに受診しましょう。脱水症状にならないように、こまめな水分補給を心がけ、のど越しや消化の良い食事を取りましょう。

予防方法

- ★マスクの着用や手洗いうがいなどの基本的な感染症対策が有効です。手を洗う際は石けんを使ってしっかり洗いましょう。タオルは共有しないようにしましょう。
- ★患者の便にはウイルスが含まれる為注意が必要です。回復後も2～4週間続くので、オムツ替えの際手袋を着用し、交換後もしっかり手を洗うなど対策をとりましょう。オムツを捨てる際は、ビニール袋に入れて密閉して捨てましょう。

かゆみのある湿疹は「とびひ」かもしれません。

虫刺されや湿疹などで傷ついた肌を汚れた爪で引っかくと、傷口に細菌が感染し、「とびひ」になります。「傷がじゅくじゅくしている」「なかなか傷が治らない」というのがとびひの始まりのサインで、やがて膿をもった水疱ができ強いかゆみができます。水疱をかき壊して破れるととびひが広がってしまうので、水疱ができたらガーゼで覆い皮膚科を受診しましょう。

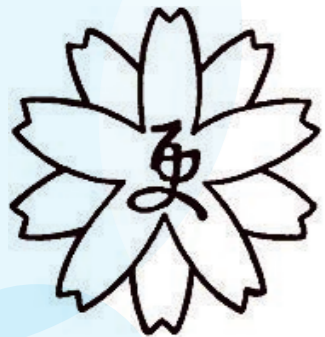


▲ とびひになってしまったら ▲

- じゅくじゅくした部分はガーゼで覆う。皮膚科で処方された薬があれば塗ってからガーゼで覆う。
- お風呂では湯舟につからず、シャワーで洗い流して清潔を保つ。拭く時はこすらないようにやさしく拭き取る。
- 爪は短く切り、手や爪の間をよく洗い清潔を保つ。

患部が乾燥すればうつる心配はありません。乾燥するまでガーゼで覆うなど対策を続けましょう。

◆ 問合せ先 保健センター ☎84-4486



河内町更生保護女性会

更女だより

更生保護女性会とは、女性の立場から地域における犯罪予防の活動や子どもたちの健全育成のための子育て支援活動などを行うボランティア団体です。

犯罪や非行をした人の立ち直りを社会の中で見守り、地域のチカラで支えていく。それが「更生保護」です。

社会の中で必要な支援を受けられず、再び犯罪や非行を重ねてしまう人たちがいます。犯罪や非行からの立ち直しには、彼らを見守り支える地域社会のあたたかい心が必要です。

皆さんの地域でも、様々な立場から立ち直し支援に協力する「更生保護ボランティア」が活動しています。

明るい地域社会づくりをめざす“愛の募金”にご協力を!!

<愛の募金の使い道は>

昨年、皆様から寄せられた募金は、県内の下記施設へ教育資材や図書、衣類などを施設の要望に応じて寄贈いたしました。また、私たちの地域の犯罪予防活動にも役立たせていただいております。

<寄贈先>

・水戸刑務所・茨城農芸学院・水府学院・水戸少年鑑別所・茨城学園・茨城県福祉相談センター・(更)有光苑・茨城就業支援センター・茨城ダルク・茨城ダルク家族会・NGO 未来の子どもネットワーク・就農支援基金・自立支援ホームみらい・女性シェルター

<主な活動>

- ・かわち学園でのあいさつ声かけ運動
- ・夏休み期間中の「座禅と茶道」体験
- ・夏休み期間中の児童クラブへの支援
- ・かわちドリームフェスティバルに参加
- ・矯正施設の行事への参加と協力
- ・保護司会とのキャンペーン活動への参加
- ・各種研修会への参加
- ・茨城農芸学院にマスク寄贈



消費生活相談員通信

VOL. 135

ステロイドが検出された健康茶等にご注意! — 飲用されている方は、医療機関にご相談を —

国民生活センターで受け付けている「医師からの事故情報」の窓口に寄せられた情報で、ある種の健康茶のなかに医薬品成分のステロイドであるデキサメタゾンが含まれていることがわかり、2023年4月12日にプレスリリースし、消費者への注意喚起を行いました。当該健康茶は「ジャム・ティー」という表示でした。

しかし、医師からの被害情報の届けがあった商品以外にも、インターネット通信販売で、「ジャム・ティー」と名のつく商品があったため、国民生活センターでその3種類を購入してテスト室で調べてみました。

結果、2種類からデキサメタゾンが検出されました。飲用している人は注意が必要と思われます。

【1】「ジャム・ティー・ブラック (無糖タイプ)」

加工者：香塾堂株式会社 (法人番号：6120001228069)
大阪府大阪市北区松ヶ枝町 6-17



【2】「森澤混合茶 (ジャム・ティーブレンド ショウガ+)

加工者：澤森 (法人番号：3120001171395)
大阪府大阪市中央区谷町六丁目 17 番地 5 号

国民生活センターでは、ホームページの「注意喚起」→ステロイドが検出された健康茶の類似商品でも検出! — 検出された銘柄を飲用の方は、医療機関にご相談を— に、詳しく掲載されています。心配な方はご参照ください。



消費者へのアドバイス!

- 医薬品成分のステロイドが含まれていた健康茶を飲用されている方は、医療機関を受診するようにしましょう。
- ステロイドを含む健康茶を継続的に飲用されている方が、急に止めると身体への影響が出るおそれもありますので、医療機関を受診し、医師に相談するようにしましょう。

困ったときには、1人で悩まずお早めにご相談ください

◆問合せ先 まちづくり推進課 ☎84-6976

消費生活相談係 相談日：火曜日、木曜日 9:30~16:30 (12:00~13:00を除く)



7月の納税等

固定資産税(第2期) 納期限は
国民健康保険税(第1期) 7月31日です。
後期高齢者医療保険料(第1期)

—お知らせ—

※納税等は、便利な口座振替をご利用ください。

行政書士による無料相談(要予約)

- ◆日時 7月22日(土) 午前10時から正午まで
- ◆会場 河内町農村環境改善センター 営農相談室
- ◆内容 相続や遺言、農地法の許可、その他各種行政手続きに関する疑問、お悩みについてアドバイスいたします。※予約は、前日の午後5時まで
- ◆予約・問合せ先 茨城県行政書士会県南支部 ☎090-8509-3622(塚本)

元気いばらき就職面接会(中・高年・シニア)

開催のご案内

中・高年・シニア離職者などで、求職中の方を対象に、合同就職面接会を開催いたします。複数の企業の人事担当者とは直接お会いできるチャンスですので、ぜひご参加ください。事前予約不要、参加費無料です。

- ◆日時 7月27日(木) 午後1時30分から(受付:午後1時から)
- ◆場所 土浦合同庁舎 本庁舎3階 第1会議室(土浦市真鍋5-17-26)
- ◆対象者 中・高年・シニア離職者などの求職者
- ◆参加企業 約20社
- ◆問合せ先 いばらき就職支援センター 県南地区センター ☎029-825-3410

令和5年度 第1回里親制度説明会のお知らせ

- ◆日時 8月26日(土) 午前10時から午後12時30分まで
- ◆会場 つくば同人会子どもセンター地域交流スペース
- ◆内容 ①里親制度の説明 ②里親さんの体験談
- ◆参加費 無料
- ◆参加方法 ①会場参加(定員30名) ③動画視聴参加(Youtubeにて期間限定で公開)
- ◆申込方法 ①チラシに記載のQRコードより申し込み(チラシは福祉課にございます) ②電話 080-8434-3329 ③Mail fostercare.kidskohoo@doujinkai.or.jp
- ◆申込締切 8月19日(土)
- ◆問合せ先 つくば同人会子どもセンター 担当 増子 ☎080-8434-3329



河内町高齢者タクシー運行中!!



70歳以上で、自動車を運転できない方または、日中運転してくれる家族がいない方を対象に、1か月の利用6回を上限にタクシー運賃の一部(最大1,500円)を助成します。※要申請

◆問合せ先 福祉課 ☎84-6981

町長の動静

～6月の主な行事～

- 1日 庁議
- 2日 河内町社会福祉協議会理事会
- 5日 保護司会来庁 大塚製薬株式会社包括連携協定式
- 8日 議会定例会(15日まで)
- 12日 年金者連盟支部総会
- 19日 認定農業者協議会定例総会
- 20日 シニアクラブ連合会県外研修会(21日まで)
- 22日 防犯連絡員協議会総会 学校給食運営委員会
- 26日 社会貢献応援債受領式
- 28日 シニアクラブ連合会雑巾寄贈 河内町青色申告会通常総会 出荷者協議会役員会
- 29日 龍ヶ崎地方衛生組合議会臨時会 3組合統合・複合化協議会

令和5年度茨城県立盲学校地域巡回教育相談会

視覚に障害のある方の見えにくさを補うための補助具(レンズや拡大読書器など)の展示や相談会を行います。小さなお子様や保護者の方だけでなく、成人の方や関係機関からの参加もお受けしています。入学を前提としない相談会ですので、お気軽にご参加ください。相談無料です。※予約制となっております。事前に予約してからお越しください。

- ◆日時 7月25日(火) 午前11時から午後3時まで
- ◆場所 土浦合同庁舎 本庁舎3階 第2会議室(土浦市真鍋5-17-26)
- ◆申込先 茨城県立盲学校 視覚障害教育支援センター 担当:吉田・武政 ☎029-221-3388 申込み締切 7月20日(木)

通信制大学
教養学部/大学院文化科学研究科



2023年10月入学生募集中!

出願期間

第1回募集: 6/10(土)～8/31(木) (必着)

第2回募集: 9/1(金)～9/12(火) (必着)

卒業生総数10万人超の実績!放送大学で学んでみませんか?

■ポイント1 自分に合ったスタイルで学べます!

放送授業は、BS放送、インターネット等で視聴でき、また、パソコンとインターネット環境があれば学習できるオンライン授業もあります。講師から直接学ぶ「面接授業(スクーリング)」も多数開講され、全国57カ所にある学習センター・サテライトスペース等で他の学生と一緒に受講できます。その他、サークル活動や学生同士の交流もできます。

■ポイント2 目的に合わせて在学期間や科目を選択できます

興味のある分野から特定の科目のみ、1科目から学べます。また、所定の期間在学し、かつ所定の単位を修得し卒業すると「学士(教養)」の学位が取得できます。さらに、大学院で「修士」や「博士」の学位の取得も目指せます。

■ポイント3 学費を抑えて学べます

入学金は7,000円～、授業料は1単位5,500円。入学金と受講したい科目数だけ授業料を納めればよいので、無駄がありません。また、半学期ごとに受講する科目の授業料だけを払う仕組みも魅力のひとつです。

資料請求・詳細は放送大学ウェブサイトにて



出願前のご相談、見学だけでも歓迎。お気軽にお越しください。(電話相談も受付けています)

放送大学茨城学習センター

〒310-0056 水戸市文京2-1-1
☎029-228-0683