



1000m 女子



4×100m 男子

## 練習の成果を今、全力で出しきる

(利根町小学校陸上記録会)

—6月5日(木) 龍ヶ崎市陸上競技場たつこのフィールド—

(詳細については、14・15ページをご覧ください)



広報

とね

2014

No.604 (平成26年)

7

### 主な内容

- ・後期高齢者医療保険料率が  
決まりました 2P
- ・後期高齢者医療制度のお知らせ 3P
- ・町の話 12~15P
- ・大好き利根町写真展作品募集!! 18P

## 平成 26 年度および平成 27 年度の 後期高齢者医療保険料率が決まりました

平成 26 年 2 月 14 日に開催された平成 26 年第 1 回茨城県後期高齢者医療広域連合議会定例会において、平成 26 年度および平成 27 年度の後期高齢者医療保険料率および賦課限度額が決定されました。

後期高齢者医療制度の保険料率は、各都道府県で 2 年に一度見直しされることとなっています。

また、後期高齢者医療制度では、公費が約 5 割、現役世代からの支援金が約 4 割、被保険者の後期高齢者医療保険料が約 1 割を負担することにより、被保険者が受ける医療に係る給付等を行っています。

被保険者一人当たりの医療給付費については、年々増加傾向にあり、今後も増加が見込まれるところですが、平成 26・27 年度の保険料率を決定するに当たっては、保険料調整基金を活用することにより、保険料率の上昇を抑制したため、平成 24・25 年度から据え置きとなりました。

		平成 26・27 年度	平成 24・25 年度 (参考)
保険料	均等割額	39,500 円	39,500 円
	所得割率	8.00%	8.00%
保険料の賦課限度額 (上限額)		57 万円	55 万円

## 平成 26 年度および平成 27 年度の保険料の軽減について

### ①均等割額の軽減

世帯の所得水準に合わせて、次のとおり均等割額が軽減されます。

このたび軽減判定所得の基準が見直され、2 割・5 割の軽減対象が拡大されました。

世帯 (被保険者と世帯主) の総所得金額等が次の場合	均等割額の軽減割合	軽減後の均等割額
33 万円を超えない世帯で、被保険者全員が年金収入 80 万円以下の世帯 (※その他各種所得がない場合)	9 割	3,950 円
33 万円を超えない世帯	8.5 割	5,925 円
33 万円 + 「24.5 万円 × 世帯の被保険者数」を超えない世帯 ※世帯主である被保険者も対象者に拡大	5 割	19,750 円
33 万円 + 「45 万円 × 世帯の被保険者数」を超えない世帯 ※現行の 35 万円から 45 万円に拡大	2 割	31,600 円

※収入が公的年金のみの方は、年金収入額から公的年金控除 (年金収入額が 330 万円以下は 120 万円) を差し引き、65 歳以上の方は、さらに高齢者特別控除 (15 万円) を差し引いて判定します。

### ②所得割額の軽減

保険料の所得割額を負担している方で、基礎控除後の総所得金額等が 58 万円以下 (年金収入のみの方は、その額が 153 万円から 211 万円以下) の場合は、所得割額が 5 割軽減されます。

### ③その他の軽減

後期高齢者医療制度に加入する前に「会社などの健康保険の被扶養者」であった方は、均等割額が 9 割軽減され、所得割額の負担はありません。(国民健康保険、国民健康保険組合の加入者であった方は該当しません)

### ◎問い合わせ先

保険料の計算について：茨城県後期高齢者医療広域連合 事業管理課 TEL 029 - 309 - 1213

保険料の納付について：役場保険年金課 後期医療係 TEL 68 - 2211 (内線 239)

## 後期高齢者医療 制度のお知らせ

### 保険証の更新について

8月1日からの新しい「後期高齢者医療被保険者証」は、7月下旬被保険者個人あてに簡易書留で郵送します。被保険者証が届きましたら、記載事項に誤りがないか確認してください。

### 限度額適用・標準負担 額減額認定証について

後期高齢者医療被保険者の方が住民税非課税世帯の場合、高額な外来診療を受けたときや入院時の負担額や食事代等が軽減される制度があります。該当する方は、事前に保険年金課窓口で申請していただき、認定証を医療機関等に提示してください。認定証の適用は、申請月の初日または資格取得日からとなります。

現在『限度額適用・標準負担額減額認定証』をお持ちの方は、有効期限は毎年7月31日と記載されています。8月以降も引き続き該

当となる場合は、申請を省略して保険証と一緒に郵送します。

### 申請方法

本人の保険証・印鑑を持参の上、保険年金課窓口へ申請してください。また、過去12カ月月の入院日数が90日を超える場合は、入院証明書または領収書を持参してください。

### 保険料の納め方

保険料は、原則として年金から引かれて納めていただく方法（特別徴収）と、特別徴収ができない方は、納入通知書、または口座振替で納めていただく方法（普通徴収）になります。平成26年度の保険料は、7月に茨城県後期高齢者医療広域連合で本算定額が決定されます。

### 普通徴収

・年間の保険料を7月から平成27年2月までの8回に分けて納めていただきます。  
・納入通知書は、7月中旬ごろ発送予定です。

### 特別徴収

・次表のとおり10月以降に特別徴収される額については、8月中旬ごろお知らせします。

名称	徴収月	徴収額算出根拠
仮徴収	4月・6月・8月	平成25年中の所得に基づき算定されます。平成26年2月の徴収額と同じ額が、各月の徴収額となります。
本徴収	10月・12月・平成27年2月	平成25年中の所得に基づき算出した額から、仮徴収額を差し引いた残額を3回に分けて納めていただきます。

### ▽問い合わせ先

役場保険年金課  
後期医療係  
TEL 68-222-11  
(内線239)

## 国民健康保険に加入 されている皆さまへ

最近、柔道整復師（接骨院・整骨院）の施術を受けられる方に誤った受診が見受けられます。

柔道整復師は、医師ではないため、施術範囲が限定されており、保険証が「使える場合」と「使えない場合」がありますのでご注意ください。

### ○保険証が使える場合（施術範囲）

・打撲、ねんざ、挫傷（肉離れ等）に対する施術  
・医師の同意を得た上での骨折、脱臼（緊急時は、医師の同意は不要）

### ○保険証が使えない場合（全額自己負担）

・医師の同意がない骨折、脱臼  
・単純な疲労、肩こり、腰痛、体調不良等  
・神経痛、リウマチ、五十肩、関節炎、ヘルニアによる凝りや痛み  
・脳疾患後遺症等の慢性的症状

・仕事中や通勤途上の負傷（労災保険が適用されます）

### ○接骨院・整骨院で国民健康保険を使う場合の注意

・負傷の原因を正しく伝えて、使えるかどうか確認

しましょう。特に交通事故の場合、役場保険年金課に届け出が必要です。

・同一の負傷について、同時期に整形外科の治療と柔道整復師の施術を受けることはできません。重複した場合は、柔道整復師の施術料は全額自己負担となります。

・柔道整復師の施術が長期に渡る場合は、けがではなく病気などの内科的要因で痛みが続く場合がありますので、医師の診察を受けてください。

・未記入の書類に署名・押印しないください。月ごとに必要となる「療養費支給申請書」という書類に署名・押印する場合は、負傷名や施術回数を確認してください。  
・領収証は、必ず受け取ってください。

※国民健康保険の医療費支払財源にも限りがあります。健康保険制度を理解し、適切な受診をすることが、医療費の適正化にもなりますので、ご協力をお願いいたします。

### ▽問い合わせ先

役場保険年金課 国民健康保険係 TEL 68-222-11  
1 (内線255・256)

7月1日より平成26年度の一般免除申請を受け付けます。

## 国民年金の保険料免除制度

経済的な理由等で国民年金保険料を納付することが困難な場合には、申請により保険料の納付が免除・猶予となる「保険料免除制度」や「若年者納付猶予制度」があります。

また、保険料の免除や猶予を受けず保険料が未納の状態でも、万一、障害や死亡といった不慮の事態が発生すると、障害基礎年金・遺族基礎年金が受けられない場合があります。

### 《保険料免除制度とは》

所得が少なく本人・世帯主・配偶者の前年所得が一定額以下の場合や失業した場合など、国民年金保険料を納めることが経済的に困難な場合は、ご本人から申請書を提出いただき、申請後に承認されると保険料の納付が免除になります。

ただし、4分の1納付・2分の1納付・4分の3納付の場合、保険料を納めないとい、保険料を未納にした期間と同じ扱いになりますのでご注意ください。

免除される額は、次の4種類があります。

●全額(月1万円5,500円)が免除

全額免除の期間は、全額納付した場合の年金額の1/2が支給されます。

●所得基準(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円

●保険料の4分の1納付(月7,000円)

4分の3免除された期間は、保険料を全額納付した場合の年金額の5/8が支給されます。

●所得基準 78万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等

●保険料の2分の1納付(月7,000円)

2分の1免除された期間は、保険料を全額納付した場合の年金額の6/8が支給されます。

●所得基準 118万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等

●保険料の4分の3納付(月1万1,440円)

4分の1免除された期間は、保険料を全額納付した場合の年金額の7/8が支給されます。

●所得基準 158万円+扶養親族等控除額+社会保険料控除額等

### 《若年者納付猶予制度とは》

他の年齢層に比べて所得が少ない20歳代の方で、将来年金を受け取ることができなくなることを防止するため、保険料の納付が猶予される制度になります。30歳未満の本人と配偶者の所得が一定以下の場合、申請により保険料を後払いすることができま。

納付猶予の期間は、老齢基礎年金、障害基礎年金、遺族基礎年金を受け取るために必要な受給資格期間にカウントされますが、**老齢基礎年金額の受給額が増えることはありません。**

●所得基準(扶養親族等の数+1)×35万円+22万円

●持参していただくもの

・年金手帳(基礎年金番号の分かるもの)、印鑑(スタンプ式印鑑以外)(1月1日時点と申請時点の住所が異なる場合は、前年の所得を証明することができないため、前住所の市区町村長から前年の所得証明の交付を受け、申請書に添付)

※平成26年4月より申請時点の2年1カ月前の月分まで免除を申請できるようにになりました。

▽問い合わせ先

### 特定健診(集団健診)を受診できなかった方へ

町では、6月に40歳から74歳の国民健康保険加入者を対象とした、特定健診(集団健診)を行いました。が、健診期間中、ご都合により受診できなかった方は、県内の病院等で個別に受診することができます。詳細は次のとおりです。

●受診対象者  
40歳から74歳の国民健康保険加入者で、受診券をお持ちの方。ただし、今年度中に国民健康保険の助成で人間ドック・脳ドックを受診する方は除きます。

●健診期限  
平成27年3月末まで

●受診方法  
平成27年3月末までに受診できるように、早めに、ご自分で希望する病院等に予約してください。

●受診券  
《窓口持参のもの》

●国民健康保険被保険者証  
●自己負担金1500円  
●以前に特定健診を受診したことがある方は、その時の健診結果

### 《近隣の主な健診機関》

龍ヶ崎市 市外局番0297

●牛尾病院

Tel 66-61111

●竜ヶ崎医院

Tel 62-0550

●龍ヶ崎済生会病院

Tel 63-71111

●中村クリニク

Tel 64-6655

●大徳ヘルシークリニク

Tel 64-3133

●取手市 市外局番0297

●J Aとりで総合医療センター(旧取手協同病院)

Tel 74-5551

●戸田医院

Tel 78-3333

●東取手病院

Tel 74-3333

●宗仁会病院

Tel 85-8341

●飯泉内科クリニック

Tel 83-8818

●丸野医院

Tel 74-4199

### ▽問い合わせ先

役場保険年金課

国民健康保険係

Tel 68-2211

(内線256)

# 平成 26 年度 国民健康保険税 制度改正のお知らせ

## 1. 納付月と納付回数の変更

納付月が、7月から翌年2月までの毎月納付（8期）となります。なお、年金から天引きで納付されている場合は、変更ありません。

### 《納付月の変更内容》

平成 25 年度まで

変更前	納付月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
	納 期	1期	—	2期	—	3期	—	4期	—	5期	—	6期

※1期（4月）と2期（6月）は、暫定賦課のため前年度の年税額に応じて賦課していました。

平成 26 年度から

変更後	納付月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月
	納 期	廃止	—	廃止	1期	2期	3期	4期	5期	6期	7期	8期

※暫定賦課を廃止し、7月に年税額を確定の上での賦課となります。

### 《納税通知書の送付時期》

昨年度までは、4月中旬と8月中旬の年2回でしたが、平成26年度からは7月中旬の年1回の送付になります。

## 2. 資産割の廃止および課税限度額の改正

### ①資産割の廃止

これまで国民健康保険税の税額は、所得割、資産割、均等割、平等割の4つの合計額となっていました。資産割を廃止し、所得割、均等割、平等割の合計額になります。

なお、この3つの割合に変更はありません。

### ②課税限度額の改正

地方税法施行令の改正により、国民健康保険税の課税限度額が後期高齢者支援金分16万円、介護納付金分14万円に改正されました。

### 《課税方法の変更内容》

平成 25 年度まで

	医 療 給付費分	後期高齢者 支援金分	介 護 納付金分
所得割	6.6%	1.5%	1.3%
資産割	26.0%	4.0%	4.0%
均等割 (1人あたり)	21,000円	5,000円	9,000円
平等割 (1世帯あたり)	21,500円	5,500円	7,000円
課税限度額	510,000円	140,000円	120,000円

平成 26 年度から

	医 療 給付費分	後期高齢者 支援金分	介 護 納付金分
所得割	6.6%	1.5%	1.3%
資産割	廃止	廃止	廃止
均等割 (1人あたり)	21,000円	5,000円	9,000円
平等割 (1世帯あたり)	21,500円	5,500円	7,000円
課税限度額	510,000円	160,000円	140,000円

## 3. 軽減制度の改正

世帯の所得水準にあわせて、次のとおり均等割額および平等割額が軽減されます。

このたび、軽減判定所得の基準が見直され、2割・5割の軽減対象が拡大されました。

※所得の申告をしていない場合は、軽減判定ができません。所得のない方も忘れずに申告してください。

世帯（注1）の総所得金額等が次の場合	軽減割合
33万円を超えない世帯	7割
33万円 + (24.5万円 × 世帯の被保険者数と特定同一世帯所属者数の合算数) を超えない世帯 ◎世帯主である被保険者も対象者に拡大	5割
33万円 + (45万円 × 世帯の被保険者数と特定同一世帯所属者数の合算数) を超えない世帯 ◎現行の35万円から45万円に拡大	2割

(注1)「世帯」とは、世帯主と被保険者および特定同一世帯所属者（注2）のことを指します。

(注2)「特定同一世帯所属者」とは、国民健康保険から後期高齢者医療制度への移行者で、継続して同一世帯に属する方です。

◎問い合わせ先 役場保険年金課 国民健康保険係 TEL 68 - 2211 (内線 248・255・256)

# 減額認定証」の更新について

## 高齢受給者証に CSN

### 国民健康保険高齢 受給者証（青色）

現在、70歳以上75歳未満の方に交付している高齢受給者証の有効期限は、7月31日までとなっており、8月1日以降は、7月下旬に郵送される新しい受給者証をご使用ください。また、古い受給者証は8月1日以降、ご使用できませんので破棄されるようお願いいたします。

国民健康保険高齢受給者証	
交付年月日 平成 年 月 日	
記号	番号
世帯主	住所 氏名
対象被保険者	氏名 生年月日 年 月 日
一部負担金の割合	
発効期日	平成 年 月 日
有効期限	平成 年 月 日
保険者番号並びに保険者の名称及び印	080929 茨城県 利根町

（実物は青色です）

受給者証に記載されている自己負担割合は、前年（平成25年中）の所得により判定いたします。なお、負担割合は次のとおりです。

▼2割（※1）・・・住民税課税所得が145万円未満の方（一般）

▼3割・・・住民税課税所得が145万円以上の方（現役並み所得者）ただし、負担割合が3割と判定される所得であつても、70歳以上75歳未満の方が2人以上で、その収入の合計が520万円未満、または単独世帯で383万円未満の場合、申請により2割（※1）

負担になる場合があります。（※1）昭和19年4月1日以前生まれの方は1割。

## 限度額適用認定証、標準負担額減額認定証等について

### ① 国民健康保険限度額適用認定証

70歳未満の国民健康保険加入者の方が**限度額適用認定証**を提示し、医療機関を受診した場合、一つの医療機関（※2）での1カ月の医療費の支払いは、高額療養費自己負担限度額までとなります。

なお、入院時の食事代や保険適用外診療は支給対象外となっています。（※2）1医療機関・1診療科ごとに適用されます。2つ以上の医療機関での受診、入院・外来はそれぞれ別計算となります。

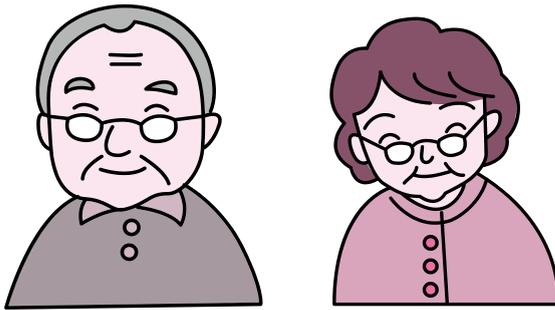
### ② 国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証

住民税非課税世帯の国民健康保険加入者で、70歳以上75歳未満の方（後期高齢者医療制度加入者を除く）および70歳未満の住民税非課税世帯の方が**国民健康保険限度額適用・標準負担額減額認定証**を提示し、医療機関を受診した場合も、上記同様、医療費の支払いが高額療養費自己負担限度額までとなり、入院の際には食事代が軽減されます。

### ③ 認定証等の更新について

現在交付されている前記①②の有効期限は、7月31日（木）までです。更新および新規交付を希望される方は、役場保険年金課窓口にて申請をしてください。限度額の適用は、申請した月の初日になります。国民健康保険税の未納がある場合は、認定証の交付はできません。

# 「高齢受給者証」「限度額適用・標準負担額



▽問い合わせ先  
 役場保険年金課  
 国民健康保険係  
 TEL 68 1 2 2 1 1  
 (内線 2 5 5 ・ 2 5 6)

・窓口負担が自己負担限度額を超えた分については、後日申請により払い戻しされます。

## 70歳未満の方の自己負担限度額（月額）

区 分	3回目まで	4回目以降
上位所得者（※3）	150,000円 + (医療費 - 500,000円) × 1%	83,400円
一般	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1%	44,400円
住民税非課税世帯	35,400円	24,600円

（※3）「上位所得者」とは、国民健康保険税の算定の基礎となる基礎控除後の総所得金額が600万円を超える世帯となります。なお、所得の申告がない場合は、上位所得者とみなします。

## 70歳以上 75歳未満の方の自己負担限度額（月額）

区 分	外来 + 入院（世帯単位）	
	外来（個人単位）	
現役並み所得者（※4）	44,400円	80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% 4回目以降は44,400円
一般	12,000円	44,400円
低所得者Ⅱ（※5）	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ（※6）		15,000円

- （※4）「現役並み所得者」とは、原則として同一世帯に住民税課税所得が145万円以上の、70歳以上75歳未満の国民健康保険加入者がいる方が該当します。
- （※5）「低所得者Ⅱ」とは、同一世帯の世帯主および国民健康保険加入者が住民税非課税である方が該当します。
- （※6）「低所得者Ⅰ」とは、同一世帯の世帯主および国民健康保険加入者が住民税非課税で、その世帯の各所得は必要経費・控除（年金の所得は控除額を80万円として計算）を差し引いたときに0円となる方が該当します。

## 重度心身障害者 介護慰労金制度の お知らせ

日常生活において介護を必要とする障害者（児）の方を在宅で介護されているご家族のうち、主に介護にあたる方に対し慰労金を支給します。

### ○重度心身障害者とは

- ①身体障害者手帳1級または2級
  - ②療育手帳(A)またはA
  - ③精神障害者保健福祉手帳1級
  - ④小児慢性特定疾患医療受給者または、一般特定疾患医療受給者（介護保険法に定める被保険者に該当しない方）
- ①～④のいずれかに該当し、常時寝たきりの状態、または、食事・排便および寝起きなど日常生活の大半に介助が必要な方をいいます。

### ○支給対象者

在宅で重度心身障害者を介護している家族のう

ち、主として介護にあたり、平成26年4月1日現在利根町に居住している方。

※ただし、前年度中に重度心身障害者の方が、障害者総合支援法による福祉サービスを利用していている場合や、90日を超えて病院に入院している場合には、対象となりません。

### ○慰労金支給額および申請の手続き

#### ・支給額

1世帯あたり年額4万円

#### ・申請方法

役場福祉課に申請書がありますので、ご記入の上、提出してください。

#### ・申請期限

7月31日（木）

#### ▽問い合わせ先

役場福祉課 社会福祉係

TEL 6812211

(内線332)

一般特定疾患医療受給者証をお持ちの皆様へ  
(電ヶ崎保健所よりお知らせ)

現在、国では、難病患者

に対する医療費助成制度の見直しが進められており、平成27年1月から、新しい医療費助成制度を施行できるように準備が行われていきます。これに伴い、有効期限が平成26年9月30日（火）までの受給者証をお持ちの方につきましては、更新手続きが一部変更になる見込みです。詳細が決まり次第、随時周知がされる予定です。当面の扱いについては、次のとおりとなります。

### 1. 受給者証の有効期限について

平成26年9月30日（火）が有効期限の受給者証は、平成26年12月31日（水）まで期限を延長し、そのままお使いいただく予定です。新たな受給者証は交付されませんが、有効期限到来後も破棄しないようご注意ください。

### 2. 平成27年1月以降の受給者証の更新手続きについて

平成27年1月以降も医療費助成を希望される方は、平成26年9月ごろより申請手続きを行っていただく予定です。これまでの更新手続きと同様の「臨床調査個

人票（更新）」が必要となりますので、医療機関を受診していただき、9月ごろまでにご用意ください。ようお願いいたします。その他の書類などの詳細につきましては、9月ごろまでに改めて周知される予定です。

### ▽問い合わせ先

電ヶ崎保健所 保健指導課

TEL 0297-62123

67 FAX 0297-641

2693

熱中症に  
負けないで！

稲敷広域消防本部では、平成25年中に、熱中症の傷病者を過去最高の162人搬送しました。このうち、57人が中等症以上と診断されています。特に高齢者や子どもは、体温調節が十分ではないので注意が必要です。熱中症のピークは7～8月ですが、それ以後も残暑により発症のおそれが高いため、熱中症予防のポイ

### 熱中症の予防法



ントを守って元気な夏を過ごしましょう！

※稲敷広域消防本部ホームページの「熱中症予防」リーフレットに詳しい予防法が掲載してあります。

### ▽問い合わせ先

稲敷広域消防本部 救急課（龍ヶ崎市3571-1）

TEL 0297-641

3846

HP <http://www.inashiki-kouiki.jp/>

kouiki.jp/

町では、こんな伝達手段で、町民の皆さまの生活に関連する情報を提供しています

伝達手段	内 容	備 考
①広報とね	行政機関等からのお知らせ情報や、暮らしに密着した記事を毎月とりまとめ、区長を通じ、各家庭に配布しています。	通常毎月第1金曜日発行
②各戸配布物	長期間保存していただきたいものや情報量が非常に多いもの、期限の関係で周知期間が間に合わないものなどは配布物として作成し、区長を通じ各家庭にお届けしています。	(例) 町税のしおり、こころの健康づくりカレンダー、社協だより、生涯学習ガイドブック、議会だよりなど
③回覧物	広報紙の発行日や原稿締切日の関係で、周知が間に合わないなどの理由により、目的達成ができない場合、随時回覧物を作成し、区長を通じ回覧しています。	(例) 放射線量対策関連のお知らせ、道路工事などに伴う通行規制のお知らせ、薬剤散布などのお知らせなど
④利根町公式ホームページ	掲載内容を大きく4つのカテゴリに大分類し、行政情報等を公開しています。また、トップページの画面中央では、行政機関からの最新情報を「お知らせ」として掲載しています。	<b>【4大カテゴリ】</b> 「くらし・環境」「歴史・文化」 「行政・財政」「イベント」
⑤情報メール一斉配信サービス	利根町から配信されるさまざまな行政情報を得ることができます。このサービスを受けるには、予めご利用する方の携帯電話やパソコンのメールアドレスを登録していただく必要があります。 ※メール受信に要する通信費(パケット通信料など)の費用は、利用者の負担となります。詳しくは、町公式ホームページをご覧ください。	<b>【メール配信項目】</b> ①「イベント・講座開催情報」 ②「子育て情報」③「健康情報」 ④「災害緊急情報」 ⑤「町道等道路情報」 ⑥「公園施設利用情報」 ⑦「その他の情報」

**一高齢者総合相談窓口**  
**こんなとき お役に立ちます！**  
 一人で抱え込んでいませんか？

- ★相談は無料です。
- ★電話で相談ができます。
- ★必要に応じて、ご自宅に伺いご相談に応じます。

**介護や健康のこと**

- ・介護サービスを利用したい
- ・生活機能(運動・口腔・栄養・もの忘れ等)の低下を予防したい・・・など

**さまざまな相談ごと**

- ・不安や心配ごとをどこに相談したらよいかわからない
- ・高齢者のサークルやサロンを知りたい・・・など

**権利を守ること**

- ・財産管理に自信がなくなった時
- ・虐待に遭っている人がいる
- ・悪質な訪問販売の被害に遭った・・・など

**利根町地域包括支援センター**

気軽にお電話ください Tel 68-8941 または、8291

相談時間：月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

1等・前後賞合わせて **6億円** **サマージャンボ**

7月4日 同時発売 各1枚 300円 **サマージャンボミニ 6000万**

●発売期間 / 平成26年7月4日(金)～25日(金)まで  
 ●抽せん日 / 平成26年8月5日(火)  
※この宝くじの収益金は利根町の明るく住みよいまちづくりに使われます。  
 ※宝くじは、ぜひ宝くじ場内でご購入ください。

1等4億円、前後賞各1億円

宝くじに関するお問合せ / 03-3535-9033[みずほ銀行] 公益財団法人 茨城県市町村振興協会

とね ワイワイ くらぶ

(利根町総合型地域スポーツクラブ)

# 8月の活動予定

「とね ワイワイ くらぶ」は、地域のスポーツ振興だけでなく、住民の健康づくりや体力増進、豊かなコミュニティづくりに寄与します。

☆クラブ活動に参加する際は、受け付けで「会員証」を提示してください(早朝の「楊名時太極拳」、「武術太極拳」、第1日曜日の「ウォーキング」では必要ありません)。  
 ☆ビジター参加費は、大人:300円/都度、子供(中学生以下):150円/都度です(早朝の「楊名時太極拳」「武術太極拳」、第1日曜日の「ウォーキング」は無料です)。

	日	月	火	水	木	金	土				
早朝						1 楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	2 武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)				
午前	<div style="border: 2px solid pink; border-radius: 15px; padding: 10px; display: inline-block;">                     入会は、随時受け付けております。申込書は「とね ワイワイ くらぶ クラブハウス」、「利根町生涯学習センター」、「利根町公民館」にあります。                      申し込み受け付けは、クラブハウスと各プログラムの活動場所(早朝の太極拳とウォーキングは除く)で行っておりますので、お気軽にお越しください。                 </div>					テニス教室 午前10時～正午 (利根浄化センターテニスコート)	健康体操 午前10時～11時30分 (利根町生涯学習センター)				
午後											バドミントン・韋球・ニュースポーツ 午前9時30分～正午 (文小学校体育館)
夜間											バドミントン・韋球・ニュースポーツ 午後1時30分～3時30分 (文小学校体育館)

	3	4	5	6	7	8	9
早朝	ウォーキング 午前7時30分～11時30分 (利根町公民館)	楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)	楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)	楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)
午前	グラウンドゴルフ 午前9時30分～正午 (文小学校グラウンド)			グラウンドゴルフ 午前9時30分～正午 (利根浄化センターグラウンド)	武術太極拳 午前10時～11時30分 (利根町生涯学習センター)	テニス教室 午前10時～正午 (利根浄化センターテニスコート)	バドミントン・韋球・ニュースポーツ 午前9時30分～正午 (文小学校体育館)
午後							バドミントン・韋球・ニュースポーツ 午後1時30分～3時30分 (文小学校体育館)
夜間			バドミントン 午後7時30分～9時30分 (文小学校体育館)	楊名時太極拳 午後7時～8時30分 (利根町公民館)			

	10	11	12	13	14	15	16
早朝		楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)	楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)	楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)
午前	グラウンドゴルフ 午前9時30分～正午 (文小学校グラウンド)			グラウンドゴルフ 午前9時30分～正午 (利根浄化センターグラウンド)		テニス教室 午前10時～正午 (利根浄化センターテニスコート)	健康体操 午前10時～11時30分 (文小学校体育館)
午後							バドミントン・韋球・ニュースポーツ 午後1時30分～3時30分 (文小学校体育館)
夜間			バドミントン・ニュースポーツ 午後7時30分～9時30分 (文小学校体育館)				

	17	18	19	20	21	22	23
早朝		楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)	楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)	楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)
午前	グラウンドゴルフ 午前9時30分～正午 (文小学校グラウンド)			グラウンドゴルフ 午前9時30分～正午 (利根浄化センターグラウンド)	武術太極拳 午前10時～11時30分 (利根町生涯学習センター)	テニス教室 午前10時～正午 (利根浄化センターテニスコート)	バドミントン・韋球・ニュースポーツ 午前9時30分～正午 (文小学校体育館)
午後			ジョイフル・スローピッチ・ソフトボール 午後1時30分～3時30分 (旧布川小学校グラウンド)				バドミントン・韋球・ニュースポーツ 午後1時30分～3時30分 (文小学校体育館)
夜間			バドミントン・ニュースポーツ 午後7時30分～9時30分 (文小学校体育館)	楊名時太極拳 午後7時～8時30分 (利根町公民館)			

	24	25	26	27	28	29	30
早朝		楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)	楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)	楊名時太極拳 午前7時～7時40分 (羽根野台運動公園)	武術太極拳 午前7時30分～8時 (早尾台第1公園)
午前	グラウンドゴルフ 午前9時30分～正午 (文小学校グラウンド)			グラウンドゴルフ 午前9時30分～正午 (利根浄化センターグラウンド)		テニス教室 午前10時～正午 (利根浄化センターテニスコート)	バドミントン・韋球・ニュースポーツ 午前9時30分～正午 (文小学校体育館)
午後							バドミントン・韋球・ニュースポーツ 午後1時30分～3時30分 (文小学校体育館)
夜間			バドミントン・ニュースポーツ 午後7時30分～9時30分 (文小学校体育館)	楊名時太極拳 午後7時～8時30分 (利根町公民館)			

	31
早朝	
午前	グラウンドゴルフ 午前9時30分～正午 (利根浄化センターグラウンド)
午後	
夜間	

☆ プログラムは当日の状況により予告なしに変更/中止することがありますのでご了承願います。  
 ☆ 会場の準備、片付けは参加者全員で行いましょう。  
 ☆ 途中入会者の傷害保険は、入会翌月から適用となります。

「とね ワイワイ くらぶ」クラブハウス (事務局)  
 〒300-1632 茨城県北相馬郡利根町下首根 321  
 TEL 090-1407-4480  
 FAX 0297-68-3812



## 春の叙勲

町内から次の方々を受章されました。

### ◇瑞宝小綬章◇

元山 一洋さん  
(羽根野)

元渋谷税務署長



### ◇瑞宝双光章◇

高橋 三郎さん  
(八幡台)

元柏市消防監



### ◇瑞宝単光章◇

寺田 穂積さん  
(八幡台)

元警視庁警部



大森 政範さん  
(布川)

元警視庁警部



瀬野尾 博司さん  
(奥山)

元防衛技官



## 交通安全教室 開催される

4月に新1年生が入学し、町内各小学校では、交通事故防止のために、交通ルール・マナーを学ぶ交通安全教室を実施しました(文小学校5月9日(金)・12日(月)、布川小学校5月7日(水)、文間小学校5月13日(火)実施)。

取手地区交通安全協会の指導員と利根町交通安全指導隊の方々により、交通安全のお話しや実際に模擬信号機を使用しての横断歩道の渡り方や、自転車の点検・乗り方の実践指導を受けました。



△渡る前に右・左 安全確認(布川小学校)

交通安全協会の指導員の方より、3つのお願として「止まる、見る、待つ」を必ず守ってください。また、「命は一つしかありません。交通事故で命を落とさないでください。青信号でも安全を約束されたものではありません。自分の目で安全を確認してください。今回学んだことを今日の帰りから実践して、交通事故に注意してください」とお話がありました。

文小学校2年生では、保護者の方も参加した交通安全教室が開催されました。また、5月23日(金)には、利根大和幼稚園(羽生丈夫園長)で保護者の交通安全



▷親子で交通安全を学ぶ(文小学校)

についての意識を高めるために、保護者を対象に映像を用いて交通安全協会指導員からお話しがあり、その後、紙芝居などを使って、親子で交通ルールを学びました。



▷交通安全協会の指導員と園児は「飛び出さない、信号を見て渡る」をお約束する。利根大和幼稚園

みんなで交通ルール・マナーを守って、事故のない町にしましょう。



元気なシニアの方が  
たくさんいます

## 「ゲートボール大会」 開催される！

5月8日(木)、利根町生涯学習センターゲートボール場において、利根町老人クラブ連合会主催による「第33回ゲートボール大会」が開催されました。

この大会は「ゲートボールが、初めての方でも楽しく参加できるように」を合言葉に町内の各老人クラブに加入されているゲートボールの愛好者や初心者約10チーム全50名が参加、クラブ間の交流と健康増進を図りました。

この日は新緑の風薫る中、参加した皆さんは若々しくコート内を走り回り元気なプレーで熱戦が繰り広げられました。

### ○試合結果

- \* Aクラス優勝 青空会
- \* Bクラス優勝 いずみ
- \* Cクラス優勝 親友会



△白熱した試合が繰り広げられました

○利根町老人クラブ連合会では、誰もが楽しめるイベントを開催しております。

つきましては、お近くの老人クラブへ加入することで各種イベントに参加できますので、ぜひ老人クラブに加入してみてください。

### ▽問い合わせ先

役場福祉課  
TEL 68 1 2 2 1 1  
(内線 3 4 3)

## 第85回 都市対抗野球大会

第85回都市対抗野球大会(毎日新聞社・日本野球連盟主催)の一次予選・茨城県大会2回戦が5月17日(土)に日立市民球場にて行われ、日本ウェルネススポーツ大学は鹿島レインボーズと対戦し、2対3で惜しくも敗戦しました。



▷力投する立松祐規投手

3回表、鹿島レインボーズに1点を先制され、5・6回にも追加点を許し、試合の主導権を握ることができまませんでした。なんとか追いつきたい日本ウェルネススポーツ大学は、打線が好機を作り、1点差まで追い詰めたものの、相手投手

を攻略することができませんでした。昨年初出場で二次予選・北関東大会へ駒を進め、今年も期待されていましたが、一次予選敗退となりました。



## 水害に備える 二組合合同水防訓練

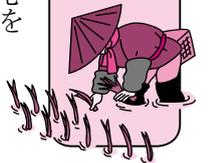
5月18日(日)、龍ヶ崎市小貝川市民運動公園において、稲敷広域市町村圏事務組合と利根川水系県南水防事務組合合同による水防訓練が実施されました。

訓練は、出水期にあたり、関係機関の協力体制を強化すると共に、水防技術の向上を図り、非常時に万全を期すことを目的としています。訓練には、利根町消防団員も参加し、水防工法訓練を行いました。



▷改良積み土の工法の訓練を行う  
う利根町消防団員

## 泥まみれになり田植え体験



5月23日(金) 布川小学校(巻島 久校長) 4年・5年生児童が、田植えに挑戦。同校は、毎年地元住民が所有する校門前の田んぼを借り、農家の方に指導を受け、泥に足を取られながら1本1本心を込めて植えました。子どもたちは、泥にまみれになりながらも、終始楽しそうに苗を植えていました。田植えが終わった後には「また、田植えがしたい!」という声が多く聞かれました。



▷苗の植え方の指導を受ける子どもたち

今回は遊び心を交え、色が異なる苗を植え、田んぼアートに挑戦しました。秋に穂が付き収穫前には、デザインした図柄が見られます。それまでお楽しみに!

秋の収穫祭では、ご飯の試食・販売を予定しています。ぜひ、子どもたちの作ったお米をお召し上がりください。



▷泥に足を取られながら苗を植える子どもたち

## あ!っとおどろきみんな 見てみて!

羽中の若泉さん宅で5月に収穫したキュウリが、**な・な・なんと**、キュウリの実の中央部分から葉が生えています。



▷5月5日撮影

「長年キュウリの栽培をしているが、こんなのは初めて」とびっくり。ゴールデンウィークを利用して集まった孫たちも、珍しいキュウリをしばし不思議そうに眺めていたとのこと。

## 利根町小学校陸上記録会



6月5日(木)、龍ヶ崎市陸上競技場たつのこフィールドにおいて、利根町小学校陸上記録会が開催されました。

昨年から龍ヶ崎市の陸上競技場施設での開催となり、今年は、新たに5年生も加わり、5・6年生が日ごろの練習の成果を発揮していました。

当日は、天候不順で時折、小雨の舞う中でしたが、開会式では、選手を代表して文小学校の真田 翔くんが「これまで支えてくれた先

生方、家族、下級生への感謝の気持ちを忘れずに、この陸上記録会で自分の力を全部出し切って、正々堂々と戦うこと誓います」と選手宣誓を行いました。

また、最後の400mリレーでは、男女共に布川小学校が優勝し、歴代記録の更新もありました。(男子は、二位の文小まで記録更新)

応援席からも、子供たちや保護者の熱い声援が競技ごとに送られていました。



△開会式の様子



△6年 100 m 男子

力強く選手宣誓をする真田くん(文小)▷





5年50mハードル 女子



6年50mハードル 男子

自己ベストを目指して



6年走り高跳び 男子



4×100m 女子  
4×100m 男女共歴代記録更新する



5年走り幅跳び 女子



ヤー!5年ボールスロー 男子



△仲間に声援を送る



1200m 男子

### 仮設トイレリースの 災害協定結ぶ

町は、災害時の仮設トイレのリースに関して、次の3社と協定を結びました。

- ・株式会社ティーアップ (茨城県石岡市)
- ・日野興業株式会社 (茨城県水戸市)
- ・株式会社レンタルのニッケン 龍ヶ崎営業所 (茨城県龍ヶ崎市)

これにより、災害時に仮設トイレを借りられるようになります。

### オンラインゲームの 決済トラブルに ご注意ください!

オンラインゲーム利用者  
が低年齢化し、トラブルの  
相談も増加しています。

事例…スマートフォン  
のゲームで小学生の子供を遊  
ばせていた。

有料アイテムを購入する  
際は、親がパスワードを入  
力してクレジットカードを  
使っていたが、後日カード  
会社から8万円もの請求額

が届いた。

事例のように、一度カー  
ド番号を入力すると、その  
後も有効なままになってい  
たり、子供が親のクレジット  
トカードを持ち出しして、  
番号を入力するケースなど  
があります。

保護者は、ゲームの体系  
や料金、決済方法について  
も確認し、子供と話し合い  
ましょう。

また、クレジットカード  
の仕組みを説明し、カード  
の管理にも注意しましよ  
う。

### ▽相談窓口

役場経済課

消費生活相談窓口

Tel 68-222-11

(内線326)

毎週水曜日 午前10時～正

午、午後1時～5時

水曜日以外は、茨城県消費

生活センターへ

Tel 029-2225-644

5

月曜日～金曜日、日曜日

午前9時～午後5時

なお、近隣市町村へのご

相談はご遠慮くださいます

ようお願いいたします。

# 保健福祉センターだより

TEL (68) 8291

**大腸がん検診検体容器の配布が始まります**

## ●検体容器配布期間

7月28日(月)～

午前8時30分～午後5時  
(土・日曜日、祝日を除く)

●**配布場所**…利根町保健福祉センター健康増進係へ容器を取りにお越しください。

●**対象者**…40歳以上の方  
●**検診料金**…500円  
(検体提出日に徴収)

※日程等詳細は、検体容器に同封しております。

※**がん検診無料クーポン券**をお持ちの方は、無料で受診できます。

## 大腸がん検診について

※**次の方は検診としてではなく、各自で医療機関を受診してください。**

- 1 大腸に関して、定期的に診察や検査を受けている方。また治療中の方
- 2 大腸の手術をしたことのある方
- 3 大腸がんになったことのある方
- 4 大腸がん検診の結果、要精密検査が必要と判断された方で、まだ精密検査を受けていない方
- 5 自覚症状のある方(出血・痛みなど)

**胃がん検診の予約が始まります**

## ●予約受付期間

8月1日(金)～

8月8日(金)  
午前8時45分～正午、午後1時～5時(土・日曜日、祝日を除く)

●**予約方法**  
電話予約してください。  
利根町保健福祉センター  
TEL 68-8291

●**対象者**…40歳以上の方  
●**検診料金**…1400円

胃がん検診日程	
日 程	会 場
9月3日(水)・4日(木)	利根町保健福祉センター
9月5日(金)	利根町生涯学習センター
9月7日(日)	利根町保健福祉センター
9月8日(月)・9日(火)・10日(水)	利根町民すこやか交流センター
9月11日(木)	利根町保健福祉センター
〈受付時間〉①午前7時～7時30分 ②午前8時～8時30分 ③午前9時～9時30分	

※生活保護世帯の方の大腸がん・胃がん検診料は免除となりますので、事前に利根町保健福祉センターへ申請してください。

**健診結果を見直し、今年も健康増進!**

6月10日(火)～19日(木)の特定健診(40歳～74歳)を受けた方で、国民健康保険の方の健診結果は次の方法で返却されます。

①生活習慣病発症のリスクがある方は、特定保健指導の対象です。  
特定保健指導面接日(7月下旬)の案内が届きます。予約された日に、面接で直接健診結果をお返しいたします。

●**保健指導の対象は、次にあてはまる方です。**

病気を引き起こす危険?



**腹囲** 男 85cm 以上・女 90cm 以上、または BMI 25 以上 (内臓脂肪の蓄積)



異常な **脂質**、**血糖**、**血圧** が1つ以上、または **喫煙** ありに当てはまる

②①に当てはまらない方や治療中の方は、7月中旬に健診結果を郵送いたします。

気になる結果の方は、同封の健康教室やヘルシー相談等の案内をご利用ください。

\*治療中の方は、医師の指示に従ってください。

## 喫茶ピア・しなやか

出前喫茶を  
開催します♪

この会は、脳卒中を体験した人とそれをサポートする人(現在の会員数10人、サポート4人)で構成されています。

仲間と一緒に身体も心もしなやかにということ。ピア・しなやかと名付けられました「五感を楽しみ育てつつ、時々ボランティア」をモットーに、みんな楽しく活動しています。

活動のひとつに、今回の「出前喫茶」があります。喫茶は、どなたでもご利用になれます。味わい深いコーヒーと手作りのおいしいクッキーをご用意してお待ちしています。気軽にお越しください。

## 「喫茶ピア・しなやか」

- とき…7月11日(金) 午前10時～午後2時
- ところ…利根町保健福祉センター ロビー
- 料金…2000円 コーヒー&クッキー

※ただいま、仲間となる会  
員を募集しています。

- ▽活動日…毎月第2金曜日
- ▽場所…利根町保健福祉センターほか

▽**会員の対象となる人**…  
脳卒中体験者で、おおむね自立している人。

▽年会費…1200円

▽問い合わせ先

代表 野口ヤスエ  
TEL 68-3171



**チエック票結果説明会  
& 介護予防教室体験会  
を開催します**

5月に皆さまから返信をいただいた「介護予防のための生活機能基本チエック票（以下チエック票）」の結果、生活機能に低下が見られた方を対象に実施する介護予防教室体験会のご案内を郵送いたします。（機能低下が見られなかった方には結果通知はありません）

「介護予防」とは、運動器の機能・口腔機能・低栄養・認知機能などの生活機能を維持・向上させ、介護が必要な状態になることを未然に防ぐための取り組みのことで、町では、運動器機能向上を目的とした「健脚くらぶ」、「元気アップ教室」、口腔機能向上を目的とした「かむカム栄養塾」、認知機能向上を目的とした「キラリ☆脳音楽くらぶ」を9月下旬～10月初旬ごろから開講します。

▽日時 7月28日（月）  
午前9時～正午  
▽場所 利根町保健福祉センター

**▽対象者**

「チエック票」の結果、各生活機能の低下が見られた方（対象者には通知あり）

**▽持ち物**

運動靴・タオル・飲み物

**▽その他**

運動器機能向上を目的とした「元気アップ教室」は外部に委託しているため、当日体験はありません。

**▽申し込み方法**

7月23日（水）までにお電話で、お申し込みください。

**女性のための**

**がん検診**

**がん検診未受診者へ無料クーポンを発行します！**

**▽対象者**

次の①②に当てはまる方は、該当する検診の無料クーポンを発行します。

①下記の生年月日に該当する方

②平成21年～25年度に乳がん、子宮がんの検診を受けていない方

**▽発行手続き**

無料クーポンを発行します。  
利根町保健福祉センター

に問い合わせの上、お越しください。

**▽検診受診方法** 契約医療機関において無料で検診が受けられます。

**▽検診受診期間**

平成27年2月28日（土）まで

子宮がん検診対象者	乳がん検診対象者
生年月日	生年月日
昭和63年4月2日～平成4年4月1日	昭和43年4月2日～昭和47年4月1日
昭和58年4月2日～昭和62年4月1日	昭和38年4月2日～昭和42年4月1日
昭和53年4月2日～昭和57年4月1日	昭和33年4月2日～昭和37年4月1日
昭和48年4月2日～昭和52年4月1日	昭和28年4月2日～昭和32年4月1日

**健診・相談など**

名称	日程	受付時間	予約方法	場所	
各種相談日	育児相談（歯科相談）	8月5日（火）	午前10時～11時	全乳幼児対象。各相談は当日の受付順 ワイワイサロン同時開催 歯科相談も開催（午前11時～）	利根町保健福祉センター
	ヘルシー相談	7月16日（水） 8月7日（木）	午前9時～11時30分のうちの予約した時間	血圧測定 管理栄養士・保健師による相談 前日までに予約	
	口腔相談	7月16日（水）	午前9時30分～午後2時30分のうちの予約した時間	歯科衛生士による口腔機能相談 前日までに予約	
	もの忘れ相談	7月22日（火）	午後1時～3時30分のうちの予約した時間	もの忘れの気になる方等の相談 前日までに予約	
	精神保健相談	8月12日（火）	午後1時30分～3時のうちの予約した時間	専門職による相談 1週間前までに予約	

名称	内容	日程	受付時間	場所・問い合わせ先
ワイワイサロン	乳幼児親子の遊び場	8月5日（火）	午前10時～11時	利根町保健福祉センター
介護者のつどい	介護している方のつどい（座談会）	7月16日（水）	午前11時30分～午後2時	場所：シュガーポット（立木1574-1） 問い合わせ先：利根町保健福祉センター
サロン・ド・いちょう	こころの健康づくり・居場所	7月17日（木）	午後1時30分～3時30分	場所：利根町保健福祉センター 問い合わせ先：利根いちょうの会 市村 TEL68-4035

**大人の風しんの  
予防接種の費用の  
一部を補助します**

風しんは、妊娠初期の女性がかかると、赤ちゃんにも感染し、耳が聞こえにくい、目が見えにくい、生まれてつき心臓に病気がある、発達がゆっくりしているなど「先天性風しん症候群」という病気にかかっています。妊婦の風しんを予防するために、大人の風しん予防接種費用の一部を補助します。

**補助の対象者となる方**

接種日および申請日において、利根町の住民基本台帳に記録されている平成24年4月1日以前に生まれた方で、次の項目のいずれかに該当する方。

- (1) 妊娠をしている女性の夫（内縁の夫および結婚予定者を含む）
- (2) 妊娠を希望している女性
- (3) 妊娠を希望している女性の夫（内縁の夫および結婚予定者を含む）

**補助の対象となるワクチン**

風しんワクチンまたは麻しん風しん混合ワクチンのいずれか1回

**補助の期間と請求受付期間**

平成27年3月31日（火）接種分まで（請求の受付期間：平成27年4月10日（金）まで）  
**補助の金額**

接種料金の2分の1の額を補助します。ただし、5000円を上限とします。（10円未満の端数が生じた時は、その額を切り捨てた額）

**補助の方法**

償還払い（医療機関の窓口で接種費用を全額支払い、その後、利根町に請求して費用の一部を還付します）  
**補助金請求時に必要な物**

- ① 予防接種にかかった費用の領収書（被接種者の氏名、医療機関名、予防接種名、接種日、領収金額、領収日の分かるもの）
- ② 銀行振込口座番号（ゆうちょ銀行を除く）
- ③ 印鑑（認印）
- ④ 利根町風しん予防接種費用補助金請求書（利根町保健福祉センター健康増進係窓口にあります）

\*領収書を紛失した場合  
は、医療機関が発行する予防接種済を証明する書類で、領収書に代えることができます。

**▽問い合わせ先**

利根町保健福祉センター  
健康増進係

TEL 68-18291

**大好き利根町写真展作品募集!!**

この秋開催する「大好き利根町写真展」の展示作品を募集します。

昨年に引き続き、秋の写真展は、利根写楽会と利根町の協働の取り組みにより「利根写楽会写真展（利根写楽会主催）」と「大好き利根町写真展（利根町主催）」の二つの写真展を「利根町写真展」として同時開催します。

応募資格	利根町在住または通勤、通学されている方
募集部門	① 大好き利根町部門 風景やイベント、暮らしのひとコマなど町内で撮影した作品に限ります。 ② フリーテーマ部門 撮影場所、テーマも自由です。
応募点数	募集部門各1点、計2点とします。 ただし、大好き利根町部門についてのみ応募の場合は、2点でも可とします。
作品規定	① カラーまたは白黒でプリントされたものであること ② 作品のサイズは四つ切、ワイド四つ切、A4のいずれかであること ③ 未発表の作品であること ④ 公序良俗に反しないものであること
応募方法	応募用紙に必要事項を記入し、作品と一緒に役場企画財政課へ提出してください。（郵送可） <b>応募用紙は、役場企画財政課、利根町生涯学習センター、利根町公民館、利根町図書館で配布しています。また、町のホームページからダウンロードすることもできます。</b>
応募期限	9月12日（金）必着 午前8時30分～午後5時15分（土・日曜日・祝日を除く）
展示期間	10月2日（木）～10月8日（水）土・日曜日も展示します。 午前9時～午後5時 ※最終日は午後3時まで
問い合わせ先	役場企画財政課 〒300-1696 利根町布川841-1 TEL 68-2211（内線228）

**お知らせ! 募集情報**  
 このコーナーの各項目は、次のように省略しています。**■**：申し込み先、**■**：問い合わせ先

**無料法律相談のお知らせ**

▽日時：8月4日(月)午前9時～午後1時▽相談内容：借金問題、離婚、相続・贈与の問題、土地(借地)・建物のトラブル、境界争い、夫婦・親子など家庭内の問題、近隣とのトラブル、セクハラ、DV問題、交通事故などでお困りの方の相談。  
 ▼相談受付件数：12件まで(1人20分程度)▼相談員：町で委託の弁護士▽申し込み方法：相談日前日までの電話予約とします。ただし、当日空きがある場合は、当日でも受け付けいたします。  
 ■ 関係場福祉課 社会福祉係 ☎68-22211(内線345)

**行政書士 無料相談会**

事前予約は不要です。  
 ▼日時：8月10日(日)午後

1時～3時▽会場：龍ヶ崎市市街地活力センター「まいん」2階▽相談内容：相続、遺言、農地転用、入国管理各種許可申請手続ほか  
 ▼相談員：行政書士数名  
 ■ 関佐川 ☎0297-6612243

**アイヌの方々からのお受けします**

公益財団法人 人権教育啓発推進センターでは、アイヌの方々のための全国一斉電話相談を行っています。日常生活での困りごと、嫌がらせ、差別など何でもご相談ください。ご希望によりアイヌの相談員が応じます。相談無料、匿名可能、秘密は厳守いたします。  
 ■ 相談専用電話フリーダイヤル 0120-7711208

**2008**

▽受付期間・時間：平成27年3月31日(火)まで(日曜日、祝日、8月10日～17日、12月27日～1月4日は、お休み)午前10時～午後5時 来訪によるご相談も受けします。(要予約)▼主催：公益財団法人 人権教育啓発推進センター  
 ◆本相談事業は、厚生労働

省の平成26年度社会福祉推進事業により実施するものです。

**平成26年度 茨城県立盲学校 地域巡回教育相談会のお知らせ**

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)を展示したり、相談会を行ったりします。小さなお子さま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。

入学には関わらない相談会ですので、お気軽にご参加ください。  
 ■ 相談は無料です。

▽日時：8月5日(火)午前10～午後3時▽場所：阿見町総合保健福祉会館「さわやかセンター」2階大会議室(稲敷郡阿見町阿見4671-1)▼その他：一週間前までにお申し込みください。申し込みなしで、当日の参加も可能ですが、お待ちいただくことがあります。  
 ■ 茨城県立盲学校 地域支援部 ☎029-22113388  
 ■ shien@ibarakishi.ed.jp

**龍ヶ崎地方家族会(ピア・かたつむり) 定例会のお知らせ**

ピア・かたつむりでは、精神障害の当事者を持つ保護者や兄弟が集まり、毎月第1土曜日に「家族を支える会」を開催しています。

この会は、家族や親族だけが参加できる会で、専門家や講師を迎え、病気や福祉制度についての勉強のほか、安心して悩みを話し合える場です。ご参加お待ちしております。事前申し込み不要、開催日、場所については「広報とね」で随時お知らせします。

▽日時：8月2日(土)午後1時30分～午後3時30分  
 ▼場所：稲敷市ふれあいセンター(稲敷市伊佐津3239-1)▼対象地区：利根町・龍ヶ崎市・稲敷市・河内町・その他▼主催：龍ヶ崎地方家族会(ピア・かたつむり)  
 ■ 龍ヶ崎地方家族会 会長 長瀬 ☎090-542512236

**「社会を明るくする運動」にご協力を!**

毎年7月は、法務省主催

の「社会を明るくする運動」の強調月間です。

この運動は、犯罪を犯した人々の立ち直りを支援し、犯罪のない安心安全な明るい社会づくりを目的としているものです。

毎年、更生保護女性会の会員が「愛の募金」活動に取り組んでおり、ご協力いただいた浄財は更生保護施設に届けられ、懸命に立ち直ろうとしている人たちのためにさまざまな形で役立たせていただいております。今年度も募金活動にご支援ご協力のほどよろしく願っています。

また、本年7月25日(金)午後1時から、第64回「社会を明るくする運動」取手地区大会を利根町公民館で開催しますので、ご参加ください。ようお知らせします。  
 ■ 利根町更生保護女性会 会長 川部チヅ子(利根町布川618-28) ☎68-5195

**人工肛門、人工ぼうこうの方の勉強会のお知らせ**

▽日時：8月3日(日)午前10時～午後2時30分▽場所：牛久市中央生涯学習

センター 1階大講座室  
(牛久市柏田町1606-1)  
1) (駐車場あり) 「かつぱ号」(運動公園行) ▽内容: 専門看護師から、日常のお手入れ、肌荒れの対策、医療相談員から介護保険制度について説明。悩み事、困り事の相談可。・装具の展示、相談あり。 ▽会費: 1000円(弁当、お茶、資料代) ▽申込締め切り日: 7月28日(月) ▽主催: (公社)日本オストミー協会茨城県支部

閏(公社) 日本オストミー協会茨城県支部 ☎0297-16217463

### 平成26年度 甲種防火管理者新規講習会の案内

#### ○講習会

▽日時: 9月4日(木)・5日(金) 両日とも午前9時30分〜午後4時30分▽場所: 龍ヶ崎市文化会館小ホール(龍ヶ崎市駒馬町2612) ▽定員: 10名(利根消防署枠) ▽その他: 講習は2日間です。

#### ○受講申し込み

▽受付日: 8月4日(月) 午前8時30分から(先着順)  
▽受付場所: 利根消防署(利根町布川2073) ▽受講

料: 5320円(テキスト代)  
※詳細については、稲敷地方広域市町村圏事務組合ホームページをご覧ください。問い合わせください。

5 閏利根消防署 ☎68-1375

### 大平野生植物園 ヤマユリ祭り開催



利根町大平地区にある大平野生植物園で、ヤマユリ祭りを開催いたします。園では、300株のヤマユリの花が皆さまのお越しをお待ちしております。

▽日時: 7月12日(土) 14日(月) 午前9時〜午後5時▽場所: 大平野生植物園(利根町大平462-1)

▽入園料: 無料▽その他: 自然の山を利用してありますので、運動靴などでお越しください。また、駐車場は6台ほど用意しておりますが、満車の場合は、利根町公民館第2駐車場をご利用ください。

閏大平野生植物園 石田 ☎68-17661

### 東日本大震災復興支援 巡回写真展

東日本大震災 被災地3年間の軌跡

2011年3月11日午後2時46分、マグニチュード9.0 過去最大クラスの大地震が起きました。1万8千人以上の方が津波の犠牲となり、いまだに2600人以上の方が行方不明となっております。復興、復旧、絆などの言葉が飛び交っていますが、大震災から丸3年が経過した現在「生活再建」、経済的な問題が被災された方々に大きくのしかかってきております。被災地の3年間の軌跡と題し、写真展、シンポジウムを開催いたしますので、ぜひご来場ください。

#### ●写真展

▽会期・場所: 7月10日(木)〜31日(木) 取手市藤代庁舎(取手市藤代700)

8月2日(土)〜16日(土) 牛久中央生涯学習センター(牛久市柏田町1606-1)

#### ●東日本大震災シンポジウム

▽日時: 8月9日(土) 午後2時50分〜▽場所: 牛久中央生涯学習センター「テーマ」そのとき子どもた

ちを守るために」パネラー 元釜石市立釜石東中学校長 平野 憲氏他

閏茨城県南生涯学習センター ☎029-1826-1101

### 自衛官募集のお知らせ

#### 【自衛官候補生】

▽受け付け: 男子 年間を通じて行っております。女子 8月1日(金) から9月9日(火) まで ▽受験資格: 平成27年4月1日現在、18歳以上27歳未満の方 ▽試験期日: 男子 受け付け時にお知らせします。女子 9月25日(木) から29日(月) までのうち指定する1日

#### 【一般曹候補生】

▽受け付け: 8月1日(金) から9月9日(火) まで ▽受験資格: 平成27年4月1日現在、18歳以上27歳未満の方 ▽試験期日: 1次 9月19日(金)・20日(土) のうち指定する1日 2次 10月9日(木) から15日(水) までの指定する1日

#### 【航空学生】

▽受け付け: 8月1日(金) から9月9日(火) まで ▽受験資格: 平成27年4月1日

現在、高卒(見込み含む) 21歳未満の方 ▽試験期日: 1次 9月23日(火) 2次 10月18日(土) から23日(木) までのうち指定する1日 3次 11月15日(土) から12月18日(木) までのうち指定する日

※試験場所については、別途各人に通知します。詳しくは、お問い合わせください。

申: 閏自衛隊茨城地方協力本部 龍ヶ崎地域事務所 (〒301-0836 龍ヶ崎市寺後3629-15) ☎0297-164-1335

HP <http://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/>

### 裁判所職員一般職試験のお知らせ

▽受付期間: 7月15日(火)〜24日(木) (7月24日消印有効) ※申込書は、必ず簡易書留郵便で提出してください。 ▽受験資格: 平成26年4月1日において、高等学校卒業後2年以内および平成27年3月までに高等学校を卒業する見込みの方 ▽第1次試験: 9月14日(日) ▽第1次試験種目: 基礎能力試験(多肢選択式)、作文試験 ▽第2次試

**▽第2次試験種目**…人物試験(個人面接)  
**▽水戸地方裁判所事務局**  
 総務課人事第一係 ☎029-1224-1842 [HP](http://www.courts.go.jp/) http://www.courts.go.jp/

**茨城県立土浦産業技術専門学院在職者訓練の受講生募集**

**▽講座名**…第二種電気工事士受験対策(筆記) B **▽日時**…9月2日(火)・4日(木)・9日(火)・11日(木)・16日(火)・18日(木)の6日間 午後6時~9時 **▽場所**…茨城県立土浦産業技術専門学院(土浦市中村西根番外50) **▽内容**…第二種電気工事士の筆記試験対策 **▽定員**…20名 **▽申込期限**…7月29日(火) 必着 **▽受講料**…2980円 **▽申し込み方法**…往復はがきに①講座名②氏名③住所④電話番号⑤年齢⑥職業(会社名)をご記入の上、当学院まで郵送。または、当学院ホームページからお申し込みください。定員を超えた場合は、抽選による選考となります。結果を返信はがき、またはメールで申込者に通知いたします。

で、当選者は受講決定通知を受け取った後、当学院窓口で、受講料を添えて申請をしてください。

**茨城県立土浦産業技術専門学院** ☎029-1841-3551 [HP](http://www.tgakun.ac.jp/) http://www.tgakun.ac.jp/

**荻野七宝焼きクラブ(利根町文化協会所属)からのお誘い**

身軽な服装の季節になりましたね。皆さん、自分のお好みの色に合わせてペリントやイヤリングなどを作り楽しまれてみてはいかがですか。いつでもお立ち寄りいただき、作品作りに挑戦してみてください。会員一同お待ちしております。

**▽日時**…毎月第2・4木曜日 午前10時~正午 午後1時30分~3時30分(午後は、60歳以上無料、材料費別) **▽場所**…利根町公民館2階会議室B  
**荻野七宝焼きクラブ** 橋本 ☎68-16873

**利根町交通安全母の会 会員募集**

交通安全母の会では、一

緒に活動して下さる会員を募集しています。

**▽応募資格**…利根町に在住する交通安全に関心のある女性 **▽募集人数**…若干名 **▽募集期間**…8月31日(日)まで **▽活動内容**…交通安全教室(保育園・幼稚園)、交通安全キャンペーン(年4回)、交通安全ゲートボール大会(秋)ほか  
 ※活動は、主に平日の昼間となります。

**利根町交通安全母の会** 会長 武田 ☎68-13428

**茨城県自然博物館 イベント案内**

**開館20周年記念企画展 新茨城風土記**

**「ひとと自然のものがたり」**

茨城には、北部の山々、南部の平野、東に広がる海など多様性に富んだ自然が存在します。そこに住む人々は自然からさまざまな恵みを享受して、産業を営み、また多くの伝承や祭りなどの文化を育んできました。開館20周年にあたり、本企画展では、人々の暮らしとのかかわりを中心に魅力ある本県の自然を紹介いたします。現代の風土記で茨城の魅力を再発見してく

ださい。

**▽会期**…7月12日(土)~11月24日(月) (7月12日は、午後1時から公開となります) **▽場所**…博物館内 **サンデーサイエンス**  
**○水草でアクアリウムをつくらう**

**▽日時**…7月の毎週日曜日、午前の部、午前10時30分~正午(申し込み時間、午前9時30分~10時20分) 午後の部、午後2時~3時30分(申し込み時間、午後1時~1時50分) **▽場所**…博物館1階ステイラム **▽対象**…どなたでも(主に小・中学生向け) ※幼児は保護者同伴 **▽定員**…各回30名(抽選) **▽材料費**…100円  
 ※申し込みの人数は、1グループ6名までとさせていただきます。

その他にもイベントを開催しておりますので、お問い合わせください。  
**関**ミュージアムパーク 茨城県自然博物館 〒306-10622(坂東市大崎700) ☎0297-13812000 [HP](http://www.natpreibaraki.jp/) http://www.natpreibaraki.jp/

**利根町図書館 映画会のお知らせ**

**「夏の夜は三たび微笑む」**  
 (1955年 スウェーデン)  
**▽日時**…7月26日(土) 午後1時 **▽場所**…利根町図書館 2階多目的ホール **▽入場料**…無料  
**○夏休み映画会**  
**「ロラックスおじさんの秘密の種」**  
**▽日時**…8月2日(土) 午後1時 **▽場所**…利根町図書館 2階多目的ホール **▽入場料**…無料  
 ※8月の休館日は、8月4日・11日・18日・25日です。  
**利根町図書館**(利根町下曾根278-1) ☎68-1868

**水資源情報**

平成26年6月17日午前0時現在の利根川上流8ダムの貯水状況をお知らせします。  
 インターネットによる水資源情報 国土交通省 関東整備局ホームページ <http://www.ktr.mli.go.jp>  
 ※水は限られた資源です。節水にご協力をお願いします。



夏の暑い日差しの中、ふと空を仰ぐと入道雲がモクモク。夏によく見かける入道雲は、大気の状態が不安定な気象条件で発生する積乱雲で、この積乱雲が発達すると急激な雨、雷、ひょう、竜巻などを引き起こすことがあります。そこで、今回のぼうさい掲示板は「**積乱雲に注意**」編です！



### 積乱雲が発達すると空に どんな変化が起こるの？

**雷**



- ①真っ黒い雲が近づき、周囲が急に暗くなる。
- ②雷鳴が聞こえたり、雷光が見えたりする。
- ③ヒヤッとした冷たい風が吹き出す。

このような気象の変化があったら、まもなく、激しい雨と雷がやってきます。さらに**ゴー**という音とともに、竜巻などの激しい突風が吹き荒れることもあります。

#### ◎雷鳴が聞こえたらどうする？

雷鳴が聞こえたら、建物や車の中に一時避難しましょう。雷鳴が遠くに聞こえている場合でも、いきなり自分の近くで発生することもあります。特に雨が降る前の雷は危険です。もし、近くに建物などの避難場所がない場合は、とにかく姿勢を低くすることが大切です！

周囲が開けた場所は、人にも雷が落ちる危険性が高まります。また、高い木の側や森の中は、落雷の危険性が高く、枝や葉から再放電される可能性があります（側撃雷）

#### ◎竜巻が発生しそうだと感じたらどうする？

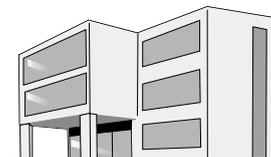
**屋外にいる場合**は、近くのコンクリートで作られた頑丈な建物に避難しましょう。

近くに建物がない場合や建物の中に避難できない場合は、飛散物から身を守るような構造物の側や側溝等に身を隠し、頭を抱えてうずくまるなど風を受けない姿勢をとりましょう。この時、車庫や物置、プレハブは吹き飛ばされる恐れがあるので、避難先としては不適です。



**屋内にいる場合**には、次の行動をとった後、飛散物から身を守るよう低い姿勢をとり、風の音が収まるまでじっとしていきましょう。

- ①シャッターやカーテンを閉め、窓やドア、外壁から離れる。
- ②地下室や最下階へ移動し、浴槽や頑丈な机の下など飛散物から身を守る場所で姿勢を低くする。



#### 豆知識

竜巻被害に関しては、最近では、平成24年に県内のつくば市で竜巻が発生し、大きな被害を出しました。また、平成21年には当町でも竜巻被害が出ています。竜巻は、最新の科学技術をもってしても、発生する場所や時刻を特定して予測するのは困難な現象であるため、事前に備えることが難しい災害です。竜巻のような突発的な災害や雷などに備えるには、個人の防災意識が重要になってきます。空模様が怪しいときや外出などするときには、気象情報をこまめに確認するなど気象の変化に注意しましょう。雷や竜巻の兆しとなる発達した積乱雲を確認した場合には、上記のとおりすぐ行動しましょう。

◎問い合わせ先 役場総務課 消防交通係 TEL 68-2211（内線501）

## 災害と男女共同参画 ～ 災害を体験した女性の声から考えてみましょう



男女共同参画ってなあに？ パート⑨

平成7年の阪神・淡路大震災、平成16年の新潟中越地震、そして平成23年の東日本大震災。これらの災害発生時の避難生活では、女性用物資等の備蓄や提供などに関する問題、性差の配慮に欠けた避難所の設計や運営などに関する問題（着替えなどを行う女性専用スペースが確保されていない、何十人もの食事の準備を女性に割り振られるなど）が指摘されました。

これらの問題の原因としては、避難所運営の責任者のような指導的地位に占める女性の割合が少ないため女性の視点が十分には生かされないことや、固定的な性別役割分担意識の存在が挙げられます。

避難所では限られた空間の中で、多くの人々が生活することになります。さらに、災害の規模が大きくなればなるほど、避難所生活を余儀なくされる期間も長期化し、女性なり、男性なりの不自由さが顕著化します。一人一人が、日ごろから男女共同参画の視点を持ち、社会全体として男女共同参画に対する意識を向上させることは、災害時に男女が危険に遭う可能性を低減させることにつながります。男女が互いの特性やニーズの違いを理解し、認め合い、尊重しながら、みんなで災害という困難を乗り越えることができる安心・安全なまちづくりを推進することが重要です。

### 茨城県南水道 企業団職員募集

#### 【試験日】

9月21日(日)

#### 【職種・採用人数】

土木技師…1名、電気技師…1名、一般事務職員…若干名

【採用予定日】

平成27年4月1日

#### 【申込受付期間】

8月1日(金)～15日(金)

#### ※受け付けは、郵送のみ。

受験資格・試験内容などの詳細は、当企業団ホームページ、またはお問い合わせください。

▽申し込み・問い合わせ先  
茨城県南水道企業団  
総務課  
TEL 0297-66151  
31  
HP <http://www.jnananw.w.ne.jp/>

## 健康教室

C型肝炎について

取手市医師会  
TEL 0297(78)6111

「肝臓は沈黙の臓器」といわれることがあります。国民病とも言われるC型肝炎は、症状のない持続感染患者（キャリアー）を含めると、日本に200万人もの患者がいると推測されています。自然に治ることとはなく徐々に進行し、10年から30年で肝硬変、肝臓がんに進行していきます。慢性肝炎では無症状の方が多いため、検査を受けなければ気付かないうちに病気が進行し、肝硬変や肝臓がんが発生してはじめて発見されることになります。肝臓病は進行するまで症状が出ない、これが「沈黙の臓器」といわれるゆえんです。

C型肝炎ウイルスにはいくつかのタイプがあります。日本に多いセロゲループ1は、これまでウイルスを排除するためのインターフェロン治療に抵抗性で難治といわれておりました。しかし、昨今の医療の進歩は目覚ましく、特にC型肝炎ウイルスの増殖を直接抑えるDAAs (direct-acting antiviral agents) と呼ばれる新薬の登場により、インターフェロンとの併用でセロゲループ1のC型肝炎でも、高率に治癒できるようになりました。以前のインターフェロン治療で治らなかった方でも、この新しい治療により治る可能性が十分にあります。他にも新たな有望な薬剤が開発されつつあり、将来的にはインターフェロンなしでの治療で治すことができるようになるといわれています。

C型肝炎の診断は、まず血液でC型肝炎ウイルス抗体の検査から始まり、決して分かりません。肝臓の数値が高いと言われたことがある方、特に平成4年以前に輸血や血液凝固因子製剤を投与されたことがある方、また肝機能検査が一見正常の感染者もいますので、これまで一度も肝炎ウイルス検査を受けたことがない方は、一度C型肝炎ウイルス抗体検査を受けることをお勧めします。もし感染が判明した場合、治療は年々変化し、新薬も次々と登場しているため、担当医とよく相談され、適切な治療を選択することが大切です。

## 夏の「電気の手順な使い方」

日ごろより節電へのご理解とご協力をいただき、厚くお礼申し上げます。  
今夏については、お客さまにご協力いただいている節電の効果などにより、電気の安定供給を確保できる見通しです。お客さまにおかれましては、引き続き、無理のない範囲で節電へのご協力をお願いいたします。

電気を効率よくお使いいただくための省エネのポイントをご紹介します。

ご家庭のお客さまへ

### エアコン



- 設定温度の調整を適温に
- フィルターの掃除はこまめに
- ブラインドや緑のカーテンなどで日射の進入をカット
- 風向きは上向きに



### 冷蔵庫



- 設定温度の再確認を
- 扉の開閉は短く、少なく
- できるだけ放熱スペースを

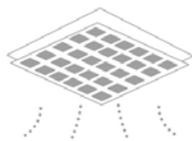
### 照明



- 電球の取り換え時には省エネ性の高いランプに
- 調光機能を使う

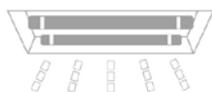
ビル・工場などのお客さまへ

### 空調



- 設定温度の調整を

### 照明



- 使用していないエリアは消灯を
- 照明の取り換え時には省エネ型を

### パソコン



- 電源設定の見直しを

電気ご使用量を知って省エネについて考えてみませんか？

## でんき家計簿

毎月の電気ご使用量と料金をはじめ、お客さまのライフスタイルに合った料金メニューや省エネなどのアドバイスをインターネットで簡単にご確認いただけるサービス（登録無料）です。

- 電気料金がひと目で分かる。
- おトクな料金メニューが選べる。
- 光熱費の試算ができ、機器の買い替えに役立つ。
- 24時間いつでも引越し手続きがまとめてできる。

でんき家計簿のお申し込みはこちら  
【ホームページ】<http://www.tepco.co.jp/kakeibo/>

東京電力 でんき家計簿

検索

### ◎お問い合わせ先

東京電力茨城カスタマーセンター  
TEL 0120-995-332

受付時間：月曜日～土曜日（日曜日、祝日を除く）午前9時～午後5時



△第10回フリフリ交流会

フリフリグッパ―体操  
『地区運動集会』  
主催：利根フリフリクラブ

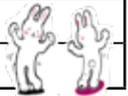
◆フリフリグッパ―の効果  
3月に開催されたフリフリグッパ―交流会で、この体操の考案者である筑波大学の征矢教授から、最近の研究結果の報告がありました。それによると、運動は仲間とともに楽しく行うと、さらにその効果が高まることがわかったそうです。これをエンパシー (empathy ≡ 共感する力) といい、自分のためだけでなく、それが隣人のためにもなるということを実感するところにポイントがあるようです。その点からいっても、フリフリ運動集会はエンパシーにあふれた雰囲気であるといえるでしょう。楽しく笑いの絶えない各地区の会場へ、ぜひお越しください。

\*\*\*フリフリ地区運動集会予定\*\*\*

場 所	日 程	開 催 日 (7月15日～8月31日までの予定)	時 間
利根町公民館	第1、3木曜日	7月17日(木)、8月7日(木)	午前10時～11時 *参加無料 *飲み物、 室内履き持参
利根町民すこやか交流センター	第1、3火曜日	7月15日(火)、8月5日(火)	
利根町生涯学習センター	第2、4水曜日	7月23日(水)、8月27日(水)	

【講師】 筑波大学 兵頭先生・諏訪部先生 \*福祉バス・利根町ふれ愛タクシーをご利用ください。

【問い合わせ先】 利根町保健福祉センター TEL 68-8291



介護予防  
『シルバリーハビリ  
体操教室』の紹介②

今回は『腰痛予防』体操を紹介します。

【体操の効果】  
臀部～大腿部周辺の筋肉を強化します。先月紹介した体操と基本型は同じですが、片足を組むことでさらにバランス感覚を養います。

【手順】  
① 仰向けになり、力を抜いて寝ます。

② 両膝を立てて、お腹の上で手を組みます。

③ 片脚を反対側の脚に組み腰を軽くゆっくり上げます。④この時息は、止めないでください。

④ 腰をゆっくり下ろします。  
⑤ 2回目は少し長めに(6秒位) 腰を浮かします。



△白鷺の街集会所での体操の様子

▽問い合わせ先

利根町保健福祉センター  
いきがい支援係  
TEL 68-8291

商工会  
たより

利根町商工会

TEL(68)7417  
FAX(68)3177

□利根町内小学校グリーンカーテン設置事業への募金協力をお願い

このたび利根町商工会・青年部を中心とした活動として布川小学校・文小・学校・文間小学校にグリーンカーテンを設置することを計画し、5月11日(日)に実施いたしました。これにより児童に少しでも涼しい中で授業を受けてもらえればと思います。またこの取り組みは、単年度の事業とはせず長期にわたる事業になるよう考えております。つきましては、商工会および協賛店にグリーンカーテン設置事業用の募金箱を設置しておりますので、趣旨にご賛同の上、ご協力をお願い申し上げます。お近くの協賛店のお問い合わせは、利根町商工会までお電話ください。

□自動車共済のご案内

・自動車共済は、組合員である中小企業の皆さまの相互扶助の理念で運営されています。  
・利益を追求しない掛金設

定を行っており、経費削減にお役立てください。基本的な補償内容は、損害保険会社と同様になっています。  
・当面の間、年別別掛金を導入しません。  
・損保や他共済からも無事故割引を継承します。  
・万が一事故が起こった場合は、専任のスペシャリストがサポート・処理します。  
・夜間・休日緊急事故受け付けサービスを行います。  
・24時間365日安心のロードサービスを行っています。※無料ロードサービスの提供は一定の条件があります。

満期更改時は、見直しのチャンスです！お見積り・お問い合わせ・お申し込みは、利根町商工会までお気軽にお電話ください。

# 第37回 利根町民納涼花火大会

今年も利根町民納涼花火大会を利根川栄橋下の河川敷を会場に開催いたします。今年で37回目を迎え、利根町の夏の風物詩として、毎年多くの方のご参加をいただいております。川面をただよい流れる灯ろう流し・夏の夜空を彩る打上花火。今年も素敵な思い出を残しましょう。

**開催日 8月23日(土)**  
(雨天・強風時は翌日24(日)日に順延)

◎賛助金・メッセージ花火の申し込み・問い合わせ先  
利根町観光協会【役場経済課内】  
TEL 68-2211 (内線324)  
利根町商工会 TEL 68-7417

## みんなで花火大会を盛り上げよう!

打上花火の輪にあなたも参加しませんか?  
利根町民納涼花火大会にご賛同いただける方の賛助金を募集しております。

## 打上花火に想いを託して...

### ～メッセージ花火参加者募集～

打上花火(4号)	5,000円
スターメイン(小)	100,000円
スターメイン(大)	200,000円

## 農地の利用状況調査を実施します!

利根町農業委員会では、経済課と合同で、農地の利用状況を把握するため、利用状況調査を8月から11月ごろまで実施いたします。

この調査は、遊休農地や違反転用の有無および贈与税、または相続税の納税猶予制度の適用を受けた農地(特例農地)の状況を年一回確認するものです。

農地の権利を有する方(所有権・賃借権等)は、農地を農地として利用する責務が農地法で定められていますので、農地を耕作していただくかまたは、常に耕作できる状態にしてくださいますようお願いいたします。

なお、農地の利用についてお困りの方は、地元の農業委員や農業委員会事務局にご相談ください。

特例農地に作物が栽培されていない場合(耕作の放棄)や譲渡および貸し付けならびに転用した場合、贈与税・相続税の納税猶予が打ち切りとなる場合がありますのでご注意ください。

### ▽問い合わせ先

利根町農業委員会 TEL 68-2211  
内線 323

## 皆さまのご意見・ご要望を受け付けます

ご意見・ご要望の概要とその回答は、町民全体の課題として共有していただくため、役場1階の情報公開コーナーで公開させていただく場合もあります。

### 町長へのホットライン

留守番電話・ファックス (TEL 0297-68-8059)

### 電子メール

アドレス (info@town.tone.lg.jp)

◎ご意見・ご要望には、必ず氏名・住所・電話番号をご記入ください。

問い合わせ先 役場総務課 秘書広聴係 TEL 68-2211 (内線507)

### 投書箱(町内6カ所に設置)

利根町役場、利根町公民館、文間地区農村集落センター、利根東部農村集落センター、布川地区コミュニティセンター、利根町生涯学習センターの各敷地内に設置

## 【7月の納税等】

- ・固定資産税・都市計画税 2期
- ・国民健康保険税 1期
- ・後期高齢者医療保険料 1期

人口と世帯 (住民基本台帳人口) 6月1日現在 ( ) 内は前月比	○総人口	17,278(+ 2)
	○男性	8,475(+ 4)
	○女性	8,803(- 2)
	○世帯数	6,875(+ 11)

「広報とね」は、通常毎月第1金曜日発行です。  
発行…利根町役場 編集…役場総務課 秘書広聴係  
〒300-1696 茨城県北相馬郡利根町布川841-1

TEL 0297-68-2211 FAX 0297-68-7990  
利根町のホームページ <http://www.town.tone.ibaraki.jp/>  
モバイル版 (i-mode用) <http://www.town.tone.ibaraki.jp/mobile.php>

広報とねに掲載した写真データがほしい方は、役場総務課 秘書広聴係 TEL 68-2211 (内線507)にご連絡ください。

## 編集後記

私が行く映画館では、上映されてから、10日ぐらい過ぎて、夜の部を見に行くと、とてもゴージャスな映画鑑賞ができる時がある。と言ったのも私一人のために上映と思わせる時があり、ちょっと得した気分になります。映画は、大画面で迫力のある音響設備の下で、見るのが一番。テレビとでは、同じ作品でも伝わり方が違うように思える。良い映画を見た後に映画評論家の「いやあ、映画って本当に良いものですね!」の名ゼリフが頭に浮かんで来ます。よかったですね!一度味わってみたいかがでしようか。(ま)

## 利根町民憲章

わたくしたちは、大利根の豊かな流れと緑に恵まれた大地をふるさととする利根町民です。

この郷土と歴史を誇りとし、人の和と力を集め、いっそう住みよいまちづくりをめざして、ここに町民憲章を定めます。

- 一、自然を守り、水と緑の豊かなまちをつくりましょう。
- 一、教養を深め、伝統ある文化をそだてましょう。
- 一、人を愛し、ふれあいの輪をひろげましょう。
- 一、体をきたえ、仕事にはげみ、明るい家庭をさざきましょう。
- 一、心を合わせ、未来にはばたく若い力をのばしましょう。

町の木サクラ・町の花カンナ・町の鳥ヨシキリ