

花壇づくり支援団体募集

花いっぱいのもちづくりに参加しませんか？花壇づくりをおとした地域コミュニティの再生・活性化を図るため、花壇づくりを応援します。

- ▼対象 花いっぱい運動を継続して取り組む（取り組もうとしている）意欲ある団体・学校
- ▼支援内容
 - 1 団体・学校あたり5万円以内
- ▼締め切り 9月30日(火)
- ▼その他 規定の応募書類に基づき審査選考。応募用紙などはチャレンジいばらき県民運動のホームページからダウンロード可。

チャレンジいばらき県民運動事務局
 ☎029・224・8120
<https://challenge-ibaraki.jp/action/flowerpromotion/>




相談

無料法律相談会

▼日時 10月6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、当日でも受け付けします。

関係課 社会福祉係
 ☎68・2211（内線122）

介護者のつどい

「介護者のつどい」は、介護者同士が集まり、毎月第2水曜日に開催しています。座談会や食事会などをおして情報交換を行い、お互いの交流を図っています。

また、利根町社会福祉協議会との共催で日帰り旅行や新年会などのリフレッシュ企画もありますので、気軽にご参加ください。

▼日時 10月8日(水) 午後1時30分～3時

▼場所 利根町保健福祉センター

▼内容 懇談会

▼参加費 無料（申し込み不要）

※イベント時は実費負担あり

関係課 利根町地域包括支援センター
 ☎68・2211（内線131）

行政書士無料相談会

▼日時 9月14日(日) 午後1時30分～4時30分

▼場所 利根町文化センター 1階講座室

▼相談受付 事前予約（6組まで）

▼相談内容 相続、遺言、農地転用、外国人の在留資格、官公署の許可全般

※相談日の3日前までに電話で申し込み
 関係課 ☎090・1603・7374

龍ヶ崎地方家族会

（ピア・かたつむり）定例会

家族の中に精神障害の当事者を持つ父母や兄弟が集まって、毎月1回「家族を支える会」を開催しています。「支える会」は家族や親戚だけが参加出来る会で、安心して悩みを話し合い、多くの参考意見が聞ける場です。初めて参加される方も気軽にお立ち寄りください。

▼日時 10月11日(土) 午後1時30分～3時30分

▼場所 河内町中央公民館 大会議室（稲敷郡河内町長竿3693・2）

▼対象地区 利根町・龍ヶ崎市・稲敷市・河内町・つくば市・その他

▼主催 龍ヶ崎地方家族会（ピア・かたつむり）
 関係課 龍ヶ崎地方家族会会長
 竹之内 ☎090・1614・2371

その他

後期高齢者医療の医療費負担の配慮措置終了について

これまで、医療費の窓口負担割合が2割となる方には負担を抑える配慮措置がされてきましたが、本措置は令和7年9月30日をもって終了します。

これに伴い、1カ月の外来医療の負担増加額の上限（3000円まで）や、高額医療費としての差額の払い戻しがなくなりま

す。なお、配慮措置の終了については、厚生労働省がコールセンターを設置しておりますのでご利用ください。

【厚生労働省コールセンター】
 ☎0120・117・571
 （フリーダイヤル）

・設置期間 令和8年3月31日まで（日曜日・祝日、年末年始は除く）

・対応時間 午前9時～午後6時

茨城県後期高齢者医療広域連合給付課
 ☎029・309・1214

マイナンバー（個人番号）カード 休日交付専用窓口開設

▼開設日時 9月7日・28日、10月5日・26日の日曜日 午前8時30分～正午

※必ず本人がお越しください。

※交付申請は受け付けていません。ただし、マイナンバーカードの記載内容変更・電子証明書の更新・暗証番号の再設定は受け付けます。

▼交付場所 役場1階 住民課
 関係課 窓口係
 ☎68・2211（内線162）

高齢ドライバーの皆さまへ

取手警察署からのお知らせです。今年に入ってから、75歳以上の高齢ドライバーによる事故が増加しています。車に乗車した際には、必ずシートベルトを締めてください。

また、スーパリーの駐車場などでは、後退時の後方安全確認をしっかり行いましょう。

関係課 取手警察署 交通課
 ☎0297・77・0110

循環器疾患を予防しましょう

県では、循環器疾患（心臓や血管の病気）による死亡率が他都道府県と比較して高い割合であることを踏まえ、9月を「循環器疾患予防月間」と定めています。

市町村および県医師会などの関係団体と連携し、「1に運動、2に食事、3に禁煙、4に睡眠、5に健康寿命の延伸」をスローガンに掲げ、循環器疾患を主とした生活習慣病予防の普及活動を重点的に実施します。

定期的な運動や適切な量の塩分摂取はできていますか？適切な塩分量は、男性7・5g未満、女性6・5g未満です。

生活習慣病の怖さは自覚症状がないまま進行し、ある日突然命に関わる重篤な病気を発症することです。健康診査を受け、定期的に体の状態を振り返り今後へ生かしていくことが大切です。生活習慣の見直しは、管理栄養士によるヘルシー相談をご利用ください。（個別相談・予約制）

関係課 利根町保健福祉センター
 ☎68・8291

行政書士無料相談会

▼日時 9月14日(日) 午後1時30分～4時30分

▼場所 利根町文化センター 1階講座室

▼相談受付 事前予約（6組まで）

▼相談内容 相続、遺言、農地転用、外国人の在留資格、官公署の許可全般

※相談日の3日前までに電話で申し込み
 関係課 ☎090・1603・7374

龍ヶ崎地方家族会

（ピア・かたつむり）定例会

家族の中に精神障害の当事者を持つ父母や兄弟が集まって、毎月1回「家族を支える会」を開催しています。「支える会」は家族や親戚だけが参加出来る会で、安心して悩みを話し合い、多くの参考意見が聞ける場です。初めて参加される方も気軽にお立ち寄りください。

▼日時 10月11日(土) 午後1時30分～3時30分

▼場所 河内町中央公民館 大会議室（稲敷郡河内町長竿3693・2）

▼対象地区 利根町・龍ヶ崎市・稲敷市・河内町・つくば市・その他

▼主催 龍ヶ崎地方家族会（ピア・かたつむり）
 関係課 龍ヶ崎地方家族会会長
 竹之内 ☎090・1614・2371

9月10日(水)～16日(火)は 自殺予防週間です

9月10日は、世界自殺予防デーです。自殺を防ぐための普及啓発活動に取り組んでいます。毎年、年間2万人を超える自殺者がいるのが現状です。自殺を防ぐために、私達にできることを考えましょう。

こんなサインに注意!!

あなたの周りでSOSを発している人はいませんか？

- 口数が減って元気がない
- 孤立している
- 「消えてしまいたい」などと口にする
- 大量のお酒を飲む
- 自暴自棄な行動

悩みごとは、なかなか他人に打ち明けるにくいものです。声かけにより、ふと我に返り、自殺を思いとどまることもありま

また、助言や結論は急がず、話をゆっくり聴きましょう。

専門機関に相談してみませんか？

茨城いのちの電話…つくば
 ☎029・855・1000（毎日24時間体制）

・自殺予防いのちの電話 フリーダイヤル
 ☎0120・783・556（毎日午後4時～9時/毎月10日午前8時から翌11日午前8時まで）

・「いのちの健康づくりカレンダー」28ページや町公式ホームページに相談窓口の案内がありますのでご利用ください。

・「いのちの体温計」町公式ホームページからご利用いただけます。

関係課 利根町保健福祉センター
 ☎68・8291

あなたの 現状のまま 家・不動産買取ります。

☎ 0120-36-7082

即金買取 諸経費0円

※物件・査定状況により異なります

支払い最短 48時間

あなたの家

HOUSEDO

ハウズドゥ 取手戸頭 (株式会社JOB HOPE)

ハウズドゥ取手戸頭 買取

検針員募集中!

WワークOK!

お気軽にお問い合わせください。

テスコ株式会社 ☎029-893-4027

茨城県牛久市神谷6-41-28

