



**こころの相談会のご案内**

心の病気に関することや社会復帰を支援するサービス・施設に関することなどについて、悩みを抱える人やそのご家族を対象に、こころの相談会を実施します。

相談には精神保健福祉士・保健師が応じ、秘密は厳守されます。

※左記に示す日時では都合がつかない方に対しても、可能な範囲で日程調整して応じますのでご連絡ください。

**日時** 1月27日(火)

午後1時30分～4時30分  
(相談時間は1時間程度)

**場所** 常北保健福祉センター

**申込方法** 事前に左記までお申し込みください。

**申込先・問合せ** 健康福祉課  
☎029-240-6550

**肩こり予防教室のご案内**

水戸赤十字病院の作業療法士を講師に迎え、肩こり予防教室を行います。参加をご希望の方は事前に左記までお申し込みください。

**日時** 3月6日(金)

午後1時30分～3時

**場所** 常北保健福祉センター

**対象** 町内に在住の方

**問合せ** 保険課(内線372)  
☎029-288-3111

**毎月第3日曜日に家庭ごみの搬入を受け付けます**

城北環境センターでは、第3日曜日に家庭ごみの搬入を受け付けます。搬入する際は、燃やせるごみ・不燃ごみ・資源ごみ・粗大ごみに分別して搬入してください。

**受入日時** 毎月第3日曜日

午前8時～午後4時

**対象** 家庭ごみ(許可業者の搬入は除く)

**問合せ** 城北環境センター  
☎029-288-5525

**町税は納期限内に納めましょう**

町税(町県民税・法人町民税・固定資産税・軽自動車税)は、地方税法に基づき納

税義務者に課された税金で納めず。

町では、納税義務者が納付するのに支障がないよう期限を分割し納付をお願いしています。

税の納付は、納税義務者の公平性を保持するため、納期限内に納付されない方には、督促状・催告状を送付いたします。それでも納付されない方に対しては、給与・預貯金・不動産等の差押等、地方税法に基づき厳しい処分を行うこととなります。町税は必ず納期限内に納付してください。

なお、特別な事情により期限内に納められない場合は、左記までご相談ください。

**問合せ** 税務課(内線122)  
☎029-288-3111

**文化財を火災から守りましょう**

1月26日は文化財防火デーです。昭和24年に法隆寺の金堂が火災となったことを契機として、文化財を守り継承していくことの重要性を認識し、このようなことが再び繰り返されないように、文化庁及び消防庁は、昭和30年から毎年1月26日を「文化財防火デー」として定め、全国的に

文化財を火災から守る運動を展開しています。

貴重な文化財は、私たちの共有財産であり、文化財を守ることは、私たちの大切な役割でもあります。文化財周辺でのたき火や喫煙はしないように、また、文化財周辺にはごみや紙くずなどを捨てないようにしてください。身近にある文化財の保存・保護にご理解とご協力をお願いします。

**問合せ** 教育委員会事務局  
☎029-288-3135

**放送大学4月入学生募集**

放送大学は、テレビ・ラジオによる授業と面接授業を受けて単位を修得する通信制の大学です。教養学部と大学院があり、入学試験はありません。資料請求は無料です。興味のある方は左記までお問い合わせください。

**出願期限** 2月28日(土)

**資料請求・問合せ**  
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

広告

## ジェネリック医薬品 をご存知ですか？

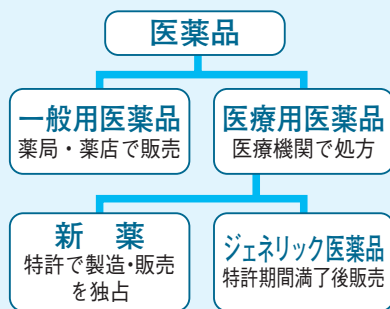
お医者さんから処方される薬には、同じ成分・同じ効き目で価格の「高い薬」「安い薬」があります。高い方の薬は、「新薬（先発医薬品）」と呼ばれるのに対し、安い方の薬は、「ジェネリック医薬品（後発医薬品）」と呼ばれます。

### ジェネリック医薬品とはどんな薬？

「新薬（先発医薬品）」として最初に発売された薬は特許に守られ、開発したメーカーが独占的にその薬を製造販売することができます。しかし、20～25年の特許期間が過ぎると、他の会社も新薬と同様の成分・効果の薬の製造販売が可能になります。ジェネリック医薬品とは、新薬の特許が切れたあとに後発で製造販売され医療機関で処方される医療用医薬品のことをいいます。



### 医薬品の分類



### 安全性・効き目は？

品質・有効性・安全性は厚生労働省が承認しています。新薬と同レベルの品質、有効性、安全性が確保され、治療学的にも同レベルであると厚生労働省から承認された薬だけが流通しています。

### ジェネリック医薬品 使用のメリットは？

製品化までに比較的時間も費用も少なく済むジェネリック医薬品は、価格も新薬の2割～8割程度と安価です。高脂血症（脂質異常症）や高血圧、糖尿病といった生活習慣病などは、その治療に長期的な服薬が必要な慢性疾患です。患者さんの薬代の自己

負担は積み重なれば大きな負担になります。ジェネリック医薬品に移行することは、個人の薬代の負担が軽減でき、家計の助けとなります。また、膨らみ続ける日本の医療費の抑制にも効果があります。

### どうすれば処方してもらえますか？

ジェネリック医薬品を使用するには、医師の処方が必要ですので、まずは掛かりつけ医師にご相談ください。いくら後発医薬品といっても、長く飲みなれた新薬を一気にジェネリック医薬品に変更するのは少し不安が残るといふ場合は、長期にわたる処方の方を、とりあえず1週間分の処方にして様子を見るといった「お試し調剤」を受けられることもできます。

ジェネリック医薬品への切り替えは、ご本人の意思を第一に優先するものであり、これにより切り替えを強要するものではありません。医師や薬剤師と相談してご検討ください。

問合せ 保険課(内線372)  
029-288-3111

## Dr. 健康コラム

国保七会診療所  
白土 綾佳

### 健康食品について

外来の患者さんに「この健康食品は効きますか？」と聞かれて、正直困ってしまうことがあります。「わかりません」と答えざるをえないことがあるからです。

その理由の1番目は、健康食品の種類の多さにあります。毎日、数多くの健康食品が発売されては消えていくので、それらを全て把握するのは不可能と断言していいでしょう。

2番目の理由は、健康食品は医薬品と違い、必ずしもEBM（根拠に基づいた医療）に基づいていないということ

です。医薬品というのは、必ずその薬を使った人たちは使わなかった人たちよりも効果があらたという証拠が数字で示されたものでなければなりません。隣のおばさんがいくら

「この薬すごく効くわよ！」と熱弁しても、数字で証拠が示されない医薬品には認められないのです。また、安全性も重要です。副作用の絶対に出ない安全な薬というのはありませんが、命に関わる重大な副作用の起きる確率が低いことを証明しなくては、医薬品として販売することができないのです。

一方、健康食品と言われるものには、医学的な効能において医薬品のような厳密な基準が求められてはいません。基準がないため、絶対に効くとも効かないとも言えません。ですから、「効きますか？」と聞かれても「わからない」という答えになるのです。健康食品は中身も玉石混合です。利益を得ることを目的にして、誤った記述や大げさな表現をすることがまれにあります。われにもする思いで頼りたくなる気持ちはよくわかるのですが、高額な商品もあるのです。よく考えてから購入するようにしましょう。



# 住民登録は正しく行われていますか？

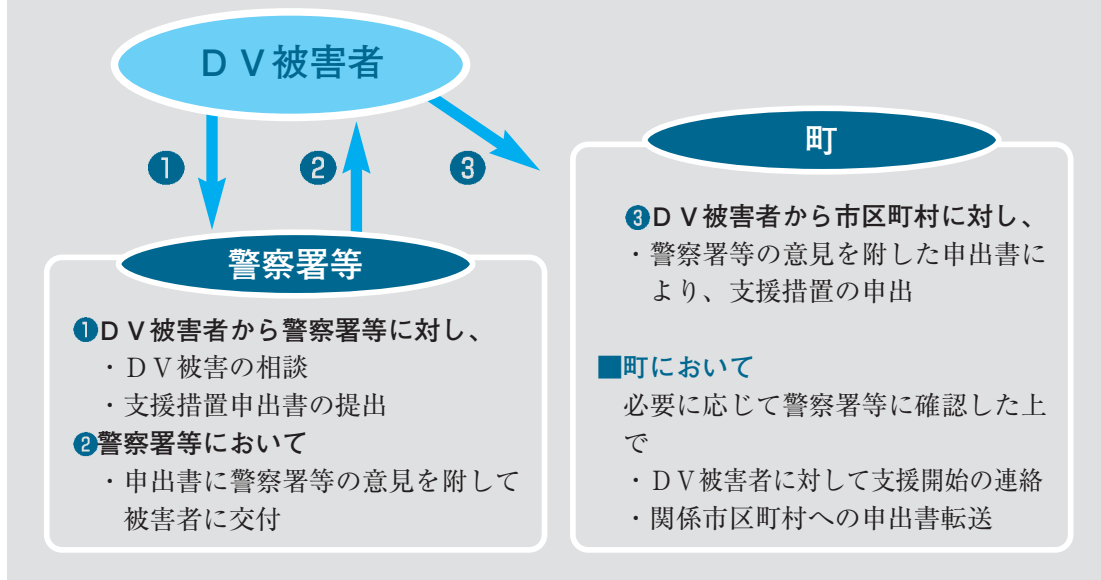
- 住民登録は氏名、生年月日、性別、住所、世帯主との続柄などが記録され、国民健康保険、国民年金、児童手当など各種行政サービスの基礎となっています。
- 町の行政サービスを確実に受けられるようにするために、引っ越しなどにより住所を移した方は、速やかに住民登録の届け出を行ってください。
- また、現住所で住民登録をしていない方や登録が抹消されたままの方は、正しい住民登録が必要となります。

## 家庭内暴力(DV)等が原因で正しい住民登録ができないままになっている方へ

家庭内暴力(DV)の被害者の方を保護するため、住民基本台帳の閲覧等を制限することができます。

- ◎DV被害者の方については、警察署等に相談を行った上で、町に対して支援措置の実施を申し出ることにより、加害者である配偶者等による住民基本台帳の一部の写しの閲覧や住民票の写しの交付等について、制限を設けることとしています。
- ◎転出先で住民登録を行ったとしても、市区町村に支援措置の実施を申し出ることにより、転出先の住所等が加害者である配偶者等に明らかになることはありません。
- ◎支援措置を受けるための手続の流れは、以下のようになります。詳しくは、笠間警察署または町民課までお問い合わせください。

### 【支援措置を受けるための手続の流れ】



【問合せ】 町民課 ☎029-288-3111 (内線110)  
笠間警察署 ☎0296-73-0110

# 城里町及び町教育委員会の 非常勤特別職員、嘱託職員、臨時職員を募集します

- 募集期間** 1月13日(火)～23日(金) 午前9時から午後5時30分(土日を除く・郵送の場合は当日消印有効)
- 雇用期間** 平成21年4月1日～平成22年3月31日
- 応募資格** 次の①～③の欠格事項に該当しない方、臨時職員については④にも該当しない方
- ①成年被後見人または被保佐人
  - ②禁錮以上の刑に処せられ、その執行を終わるまでまたはその執行を受けることがなくなるまでの方
  - ③日本国憲法またはその下に成立した政府を暴力で破壊することを主張する政党その他の団体を結成したまたはこれに加入した方
  - ④臨時職員については、町の臨時職員に1年間採用されたのち退職後3か月を経過していない方(ただし、採用後連続して6か月経過していない方は応募できます)
- 申込方法** 市販の履歴書に記入・写真貼付の上、**各申込先**へ直接持参または郵送にてお申し込みください。
- その他** 採用は口述試験による選考により決定します。申し込まれた方に、後日試験日程をお知らせします。

## 城里町が募集する臨時職員の職種及び採用予定人数等

### ◆臨時職員

職 種	勤務場所と人数	勤務時間等	賃 金 等	備 考
子育て支援業務 (子育て支援センター なかよしクラブ)	かつら保育所 (2人)	週4日(月曜から金曜の午前8時30分～午後5時30分)	資格あり→日額7,000円 資格なし→日額6,000円	保育士免許を有する方を優先 シフト制あり

**申込先・問合せ** 健康福祉課 (〒311-4303 城里町石塚1428-1) ☎029-240-6550 (直通)

## 町教育委員会が募集する非常勤特別職員等の職種及び採用予定人数等

### ◆非常勤特別職員

職 種	勤務場所と人数	勤務時間等	賃 金 等	備 考
社会教育指導員	七会公民館 (1人)	週3日 (土・日を含む)	月額90,000円	各種講座の計画業務等 パソコン入力できる方
地区公民館長	坏地区公民館 (1人)	週3日 (土・日を含む)	月額100,000円	各種講座の計画業務等 パソコン入力できる方

### ◆嘱託職員

学校給食センター 調理補助員	常北学校給食センター (2人) 桂学校給食センター (1人)	週5日	日額6,000円	学校給食調理業務
-------------------	-----------------------------------	-----	----------	----------

### ◆臨時職員

学校給食センター 調理補助員	常北学校給食センター (3人)	週5日	自給750円	学校給食調理業務 常北学校給食センターのみシフト制あり
	桂学校給食センター (2人)	週5日		
	七会学校給食センター (1人)	週3日		
学校給食配膳 パート	常北幼稚園 (2人) 各小学校 (13人) 各中学校 (5人)	1日3時間	時給700円	給食配膳業務 石塚小、常北中、桂中はシフト制あり
日直代行員	常北公民館 (2人) 桂公民館 (2人) コミュニティセンター城里 (2人)	月曜を除く毎日 午後5時30分～午後10時	時給700円	シフト制あり
臨時清掃用務員	常北公民館 (1人)	1日4時間 週3日	時給750円	清掃業務 (屋外トイレほか)

※勤務内容の詳細につきましては、各勤務場所に問い合わせてください。

**申込先・問合せ** 教育委員会事務局 (〒311-4304 城里町下青山1-1) ☎029-288-7010