

広報しろさと

# お知らせ版

I N F O R M A T I O N

城里町役場 〒311-4391 東茨城郡城里町石塚1428-25

☎029-288-3111(代) FAX029-288-3113

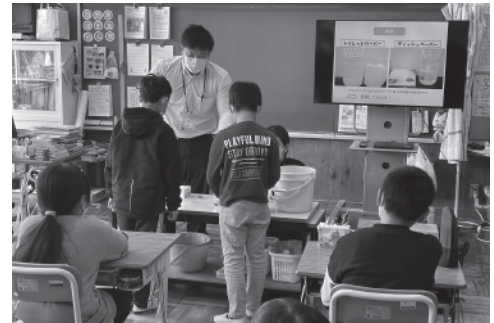
桂支所 ☎029-289-2211

七会町民センター ☎0296-88-3111

編集・発行/まちづくり戦略課

3月15日発行 No.216

3  
月号  
令和5年  
2023



## 2/14 下水道出前講座

七会小学校

水の循環や下水道の仕組み、役割を学ぶ出前講座を実施しました。普段は見えない下水道についての正しい使い方などを知ることができ、大切な環境教育の機会となりました。

本紙に掲載されている催し物等については、新型コロナウイルス感染拡大を防止するため、延期や中止になる場合があります。開催に関する問合せは、各問合せ先まで連絡してください。

### ひきこもり問題でお悩みの方へ 出張相談を開催します



茨城県ひきこもり相談支援センターでは、ひきこもり問題でお悩みのご本人やご家族の方を対象に、無料の出張相談を開催します。「外出することに不安を感じている」「何をどうすればいいのかわからない」など、ひとりで悩みを抱え込まず、お気軽にご相談ください。

日時 4月26日(水)

①午後1時～ ②午後2時～ ③午後3時～

※1件の相談につき、50分

場所 城里町役場 1階 相談室3

申込方法 4月25日(火)までに申込先まで電話またはメールでお申し込みください。

申込先・問合せ 茨城県ひきこもり相談支援センター

☎0296-48-6631 ✉info@ibahiki.org

※火曜～土曜日、午前9時～午後6時

### 令和5年度 総合・集団健診は 完全予約制です



受診を希望する方は、次の期間内にご予約ください。

Web予約 <https://kenko-link.org/>

4月1日(土)～30日(日)

電話予約 ☎0570-077-150

4月3日(月)～7日(金) 午前9時～午後5時

問合せ 健康保険課(常北保健福祉センター内)

☎029-240-6550

### マスク着用は個人の判断が 基本となります



新型コロナウイルス感染症対策としてのマスク着用の考え方が見直され、3月13日以降、マスクの着用は個人の判断が基本となりました。本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないよう、個人の主体的な判断が尊重されるよう配慮をお願いします。ただし次のような場面では、マスクを着用しましょう。

#### マスク着用が効果的な場面

- ・医療機関を受診するとき
- ・高齢者など重症化リスクの高い方が多く入院、生活する医療機関や高齢者施設などを訪問するとき
- ・通勤ラッシュ時など、混雑した電車やバス(おおむね全員の着席が可能である新幹線、通勤ライナー、高速バス、貸切バスなどを除く)に乗車するとき
- ・新型コロナウイルス感染症の流行期に重症化リスクの高い方が混雑した場所へ行くとき
- ・高齢者など重症化リスクの高い方が多く入院、生活する医療機関や高齢者施設などの従事者の勤務時

#### 症状がある場合などの対応

症状がある方、新型コロナウイルス感染症の検査で陽性となった方、同居する家族に陽性者がいる方は、感染を広げないため外出を控え、通院などでやむを得ず外出する場合は、マスクの着用をお願いします。

問合せ 健康保険課(常北保健福祉センター内)

☎029-240-6550

## 全国健康保険協会(協会けんぽ) 加入者の皆さんへ



協会けんぽでは、健診や保健指導など健康づくりの推進や、ジェネリック医薬品の使用促進などをはじめとする医療費適正化の取り組みを行っており、県民の健康増進や医療費削減に努めています。

### 《令和5年度保険料率のお知らせ》

協会けんぽの健康保険料率は、加入者の皆さんの医療費などに基づき都道府県ごとに設定されています。協会けんぽ茨城支部の健康保険料率について、令和5年度は、現状の9.77%から9.73%に引き下げとなります。また、介護保険料率(全国一律)については、現状の1.64%から1.82%に引き上げとなります(令和5年3月分[4月納付分]より変更)。また、平成30年度から都道府県ごとの加入者および事業主の健康に対する取り組みが2年後の健康保険料率に反映される「インセンティブ(報奨金)制度」が導入されています。健診を受診したり、ジェネリック医薬品を使用したりすることが、茨城支部の健康保険料率に反映されます。

問合せ 協会けんぽ茨城支部 企画総務グループ

☎029-303-1580

### 《お得に健診が受けられます》

協会けんぽ加入の被保険者(35~74歳)を対象に「生活習慣病予防健診」を実施し、年度内にひとり1回、健診費用の一部を補助しています。補助金額が令和5年度から増額され、自己負担額がこれまでの最高7,169円から最高5,282円に軽減され、お安く健診を受けることができます。また、被扶養者(40~74歳)を対象に特定健診を実施しており、こちらも健診費用の一部を協会けんぽが補助しています。各市町村の集団健診会場では各種がん検診も実施していますので、併せて受診をお願いします。健診は、生活習慣病など疾病の予防や早期発見、早期治療に欠かせないものであり、日頃の生活習慣を見直すチャンスでもあります。年に一度、必ず健診を受診しましょう。

問合せ 協会けんぽ茨城支部 保健グループ

☎029-303-1584

### 《保険証を使えるのは退職日までです》

協会けんぽ加入の方が保険証を使用できるのは退職日までです。ご家族(被扶養者)の保険証も同様に、被保険者の退職日の翌日から使用できなくなります。ご家族(被扶養者)が就職などにより扶養から外れる場合は、外れた日から保険証を使用できなくなります。

問合せ 協会けんぽ茨城支部 業務グループ

☎029-303-1582

## あなたも里親になりませんか



「里親」とは、さまざまな事情により家庭での養育を受けることができない子どもたちを、自分の家庭に迎え入れ、温かい愛情と家庭的な雰囲気の中で育てていただく方のことです。茨城県では、子どもたちの健やかな成長のために、里親制度を積極的に推進し、里親になっていただける方を広く募集しています。里親制度についての無料説明会を開催しますので、関心がある方は、ぜひこの機会にご参加ください。

日時 4月16日(日) 午後2時~4時

※受付は午後1時30分から

場所 内原同仁会子どもセンター  
(水戸市小林町1186-84)

内容 里親制度説明、里親体験談ほか

定員 30名

申込方法 電話またはメールにてお申し込みください。

申込先・問合せ

(福)同仁会 児童家庭支援センターあいびー

☎029-291-3770 ✉satoriku@doujinkai.or.jp

🌐<https://doujinkai.or.jp/blog/aibi/>

## 茨城県陶芸美術館 企画展のお知らせ



茨城県陶芸美術館において、20世紀から現在までのフィンランドを代表する8人のデザイナーによる、北欧の自然や風土を想起させるガラス作品およそ130点を紹介する企画展「フィンランド・ガラスアート 輝きと彩りのモダンデザイン」と、自然に寄り添い仲間とともに生きるムーミンの世界を、フィギュアや原画を交えて紹介する「ムーミンの食卓とコンヴィヴィアル」展が同時開催されます。

期間 3月18日(土)~6月11日(日)

※毎週月曜日休館。ただし、5月1日(月)は開館。

開館時間 午前9時30分~午後5時

※最終入館は、午後4時30分まで

場所 茨城県陶芸美術館(笠間市笠間2345)

入館料 一般840円/70歳以上420円/高校・大学生630円/小・中学生320円

※春休み期間を除く土曜日は高校生以下無料

※身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳・指定難病特定医療費受給者証をご持参の方および付き添いの方(1人につき1人まで)は無料

※3月25日(土)、5月27日(土)は70歳以上の方無料

問合せ 茨城県陶芸美術館 ☎0296-70-0011

## 令和5年度 シルバーリハビリ体操指導士3級養成講習会 受講生募集



茨城県立健康プラザでは、シルバーリハビリ体操の3級指導士を養成する講習会の受講生を募集しています。

日 程 235コース:4月10日(月)、13日(木)、17日(月)、20日(木)、24日(月)

236コース:5月 9日(火)、12日(金)、16日(火)、19日(金)、23日(火)

時 間 各コース午前9時30分～午後3時45分 会 場 茨城県立健康プラザ

受講資格 次の①～③のすべてに該当する方

①50歳以上の茨城県民 ②常勤の職に就いていない方 ③地域で体操普及のボランティア活動ができる方

申込方法 往復ハガキまたはメールに①郵便番号、住所 ②氏名(ふりがな) ③生年月日、年齢 ④電話番号 ⑤受講コース番号を記入のうえ、申込先までお申し込みください。

申込期限 各コース初日の10日前

申込先・問合せ 茨城県立健康プラザ 介護予防推進部(〒310-0852 水戸市笠原町993-2)

☎029-243-4217 ✉kaigo1@hsc-ijp

## 遺言と相続に関する無料相談会 開催のお知らせ



茨城県弁護士会では、遺言の大切さや弁護士の役割などを広く知ってもらうため、「遺言と相続に関する無料相談会」を開催します。遺言や相続の手続きについて知りたいことや心配ごとなど、お気軽にご相談ください。

日 時 4月14日(金) 午後1時～4時 ※1件の相談につき、30分

会 場 茨城県弁護士会館 水戸相談センター(水戸市大町2-2-75)

申込方法 3月27日(月)の午前10時から予約が開始されます。水戸相談センターへ電話でお申し込みください。

申込先 水戸相談センター ☎029-227-1133

問合せ 茨城県弁護士会事務局 ☎029-221-3501

\*\*\*\*\*

### 入札結果(2月分)

価格は全て税抜き、最低制限価格は一般競争入札のみに設定するものです。詳しくは城里町ホームページ内「入札・契約情報」をご覧ください。

| 工 事 名 等                                       | 場 所    | 落 札 者       | 予 定 価 格     | 落 札 価 格     |
|---|--------|-------------|-------------|-------------|
|   |        |             | 最低制限価格      |             |
| 令和4年度 道維第64号<br>町道1281・1528号線道路補修工事           | 増井地内   | 常北建設工業(株)   | 7,460,000円  | 7,350,000円  |
|   |        |             | 6,620,000円  |             |
| 令和4年度 道維委託第21号<br>町道0202号線 道路設計業務             | 石塚地内   | 城北測量設計(株)   | 3,890,000円  | 3,650,000円  |
|   |        |             | —           |             |
| 令和4年度 道維委託第23号 町道3224号線<br>道路維持補修工事測量設計補償調査業務 | 上古内地内  | 城北測量設計(株)   | 3,640,000円  | 3,430,000円  |
|   |        |             | —           |             |
| 令和3年度 町単道改第7号<br>ストックヤード整備工事                  | 石塚地内   | 常北建設工業(株)   | 1,920,000円  | 1,870,000円  |
|   |        |             | —           |             |
| 令和4年度 国補住建第4号 町営南団地<br>建替工事D-21・22・23・25号棟 ※  | 石塚地内   | 常北建設工業(株)   | 60,090,000円 | 60,000,000円 |
|   |        |             | 55,260,000円 |             |
| 令和4年度 水道維持第11号<br>小勝配水場法面復旧工事                 | 小勝地内   | (株)三陽造園土木   | 16,270,000円 | 16,080,000円 |
|   |        |             | 14,590,000円 |             |
| 令和4年度<br>石塚浄水場他配水施設撤去工事                       | 石塚地内外  | (有)大竹建設工業   | 7,370,000円  | 7,250,000円  |
|   |        |             | 6,690,000円  |             |
| 令和5年度 環境センターばい煙・ダイオキシン類測定業務                   | 環境センター | (株)環境測定サービス | 2,390,000円  | 2,320,000円  |
|   |        |             | —           |             |

※「令和4年度 国補住建第4号 町営南団地建替工事D-21・22・23・25号棟」の入札結果については、予定価格が5,000万円以上であるため、『城里町議会の議決に付すべき契約及び財産の取得又は処分に関する条例(平成17年城里町条例第46号)』に基づく、議会の議決が必要な契約となります。

問合せ 財務課 ☎029-288-3111(内線235) 🌐 <https://www.town.shirosato.lg.jp/page/dir000036.html>



## 御前山ダム施設見学ツアー 開催のお知らせ



ダム管理所(操作室)および監査廊(ダム堤体内部)を案内する、御前山ダム施設見学ツアーを開催します。なお、小さなお子さんが見学される場合は、必ず保護者の方が同伴してください。

日時 4月8日(土) ①午前10時～ ②午後1時～

集合場所 御前山ダム管理所前  
(常陸大宮市下伊勢畑2216-2)

問合せ 関東農政局 那珂川沿岸農業水利事業所  
☎029-227-7571

## 国民年金だより<sup>(173)</sup>

### 学生納付特例の継続申請は ハガキの返信が必要です

日本年金機構では、令和4年度において学生納付特例制度により保険料納付を猶予されている方で、引き続き令和5年度も在学予定の方へ、「国民年金保険料学生納付特例申請書」を3月末にお送りしています。申請書はハガキ形式になっており、必要事項を記入してポストに投函することで、令和5年度の学生納付特例を申請することができます。この場合、在学証明書または学生証の写しを添付する必要はありません。ただし、在学している学校などに変更がある方については、このハガキで申請することはできません。通常の申請書に在学証明書または学生証の写しを添付しての申請が必要となります。

問合せ 健康保険課  
☎029-288-3111(内線607)  
水戸南年金事務所 国民年金課  
☎029-227-3278

## まごころ

### 社協善意銀行

- ▷コカ・コーラボトラーズジャパン株式会社  
水戸南セールスセンター 様  
地域福祉向上のため 2,813円
- ▷平原 清子 様 ふとん一式
- ▷水戸ヤクルト販売株式会社 様  
スタッキングチェア 10脚

## 消費生活だより<sup>(136)</sup>

### 高齢者とその周囲の方に気をつけてほしい 消費者トラブル10選

高齢者の被害が多い「消費者トラブル10選」を紹介いたします。

- ①不適正な勧誘による屋根や外壁、水回りなどの住宅修理
- ②「保険が使える」といって住宅修理を勧誘する保険申請サポート業者との契約
- ③インターネット回線や電話、電力、ガス会社の契約切替の勧誘
- ④契約・解約時のトラブルや、操作に慣れていないことによるスマートフォン関連のトラブル
- ⑤健康食品や化粧品、医薬品などの詐欺的な定期購入商法
- ⑥パソコンに偽の警告文を表示させ、有償サポートなどの契約を迫るセキュリティサポート詐欺
- ⑦架空請求の偽メール・偽SMS
- ⑧在宅時に突然の訪問勧誘・電話勧誘
- ⑨「不安をあおる」「同情や好意につけこむ」といった手口の勧誘
- ⑩大手インターネット通販サイトなどを装う、「詐欺サイト」

### <ひとこと助言>

- ①困ったことがあれば、消費生活センターの消費者ホットライン(☎188)へご相談ください。
- ②消費生活センターなどへは、家族やホームヘルパー、地域包括支援センターなどの職員を通じても相談することができます。トラブルに気づいた場合には、できるだけ早く相談してください。

※消費生活センターの出前講座をご希望の団体等は、下記までご連絡ください。費用は無料です。

◇◆◇ 心配なことがありましたら、  
ひとりで悩まず、ご相談ください ◆◆◇

## 城里町消費生活センター

(城里町役場本庁舎 2階 まちづくり戦略課内)

☎029-288-3111(内線226)

相談日:月・水・金曜日 午前9時～午後4時