

# ちびっこあつまれ 9月

楽しい遊びの場・仲間づくりの場・相談の場としてご利用ください。

日 時	内 容	場 所	対 象	予 約 受 付
9月5日(金) 10:00～11:30	《広いお庭であそぼう!》 ・持参品…飲み物	やまゆり保育所	1歳～就学前児 とその保護者 《育児相談可》	9月1日(月) 午前9時～
9月11日(木) 10:00～11:30	《赤ちゃんマッサージ》 ・持参品…飲み物、バスタオル	青少年ホーム (15組)	2カ月～ハイハイ 前の乳幼児と その保護者	9月4日(木) 午前9時～
9月26日(金) 10:00～11:30	《小麦粉粘土を作ってあそぼう!》 ・持参品…飲み物	稲吉児童館	1歳～就学前児 とその保護者 《育児相談可》	9月17日(水) 午前9時～
子育てサロン	<b>やまゆり館で楽しくあそびましょう!</b> 〈簡単なおもちゃの製作をしている日もあります〉 ★お子さんについて気がかりなことがありましたら お気軽にお電話またはご来館ください。 【子育てサロン開館日】 毎週月～金曜日 9:30～11:30 / 14:00～16:30 祝祭日は休館です。	やまゆり館 ※7月からやまゆり 館のご利用は有 料となりました。	0歳～3歳児と その保護者	予約不要

申込 & 問い合わせ先 やまゆり館 ☎ 029-832-5601

## 健康管理

## 市長随想

⑤



坪井透市長

私は、生まれて初めての入院生活をしたことにより、健康の大切さ、ありがたさを実感した。これまで健康であることが取りえで、風邪や少しくらいの体調不良でも病院にも行かず、健康を自負していたのである。

市長に就任して初めて健康診断(人間ドック)を受診したところ、消化器系に疾患が見つかり、治療を要する指導を受けての入院であった。

急を要することではなかったが、6月定例議会や重要公務を果たし、入院、自宅静養を含め、一カ月弱の休暇となった。今では、すっかり完治し、元気に公務に復帰させていただいている。市民の皆様には、ご心配とご迷惑をおかけしたことを、心からお詫び申し上げます。

入院をしたことにより、人間は生きている限り「誰もが、いつ

病気になるかわからない」ということを、また、「健康は自分で守る」ということを学んだ、良い経験だと思っている。

健康で長生きするには、病気になることから医者で治せるといふ、頼る心構えよりも、毎日の健康管理と生活習慣が大事であろう。健康管理は、バランスの摂れた食生活や適度な運動、生活のリズムを作ることだといわれている。理解はしているが、実践することはたやすいことではないが、自分の体は自分でしか守れないということをお忘れはならないと思う。

市民の皆さんにも、年に1回は健康診断を受診してもらいたいと思う。予防や初期の疾患であれば簡単な処置で済むものが、病気が進むと重症や致命症になることも多いからである。何人も、病気になる確率があることを忘れないで欲しい。

市外にお住まいのご親族などからの「ふるさと応援寄附金」によるご支援をお待ちしています!



**Q** かすみがうら市へ「ふるさと納税」をしたいのですが?

**A** 「ふるさと応援寄附金」としてお申し込みいただいた後、専用振込用紙などで振り込むことができます。

平成20年度の地方税法の改正により、「ふるさと納税」制度が創設されました。この制度は、出身地や以前にお住まいになっていたかどうかなどに限らず、「ふるさと」として「応援したい」「貢献したい」という皆さまのあたたかいお気持ちを

寄付金という形にさせていただくものです。皆さまから「ふるさと応援寄附金」として寄せられた「想い」は、これからのまちづくりのために活用させていただきます。皆さまからのご支援をお待ちしています。

### 寄附手続きのながれ

#### 1 寄附申込書のダウンロード

市のホームページから寄附申込書をダウンロードするか、電話などで市へ請求いただければお送りいたします。

#### 2 寄附の申し込み

寄附申込書を電子メール、郵送、FAXなどの方法で送付してください。【あて先は下記】  
※市総合計画の5つの施策から寄附金の用途を選択することができます。

#### 3 払込用紙などの受け取り

寄附申込書の到着後、市から寄附受入書と払い込みに必要な専用振込用紙、または市の指定口座の通知をお送りします。

#### 4 寄附金の払い込み

市公金収納取扱金融機関から振り込みすることができます。【取扱金融機関は下記】  
※取扱金融機関以外をご利用の場合は、別途手数料などがかりますのでご了承ください。

#### 【問い合わせ・寄附申込書のあて先】

〒315-8512 かすみがうら市上土田461  
かすみがうら市役所 市長公室企画課  
☎ 0299-59-2111/029-897-1111  
内線 1560～1564  
FAX 0299-59-2130  
e-mail kikakuka@city.kasumigaura.ibaraki.jp

#### 【かすみがうら市公金収納取扱金融機関】

関東つくば銀行 常陽銀行  
三菱東京UFJ銀行 りそな銀行  
埼玉りそな銀行 茨城銀行 東日本銀行  
茨城県信用組合 水戸信用金庫  
中央労働金庫 茨城千代田農業協同組合  
土浦農業協同組合 茨城県信用漁業協同組合連合会 ゆうちよ銀行・郵便局

#### 税金が控除されます

寄附をしていただいた場合、翌年の確定申告の手続きにより、5千円を越える部分について、所得税や居住地の住民税が一定の限度額まで控除されます。払い込み後に、市から送付される寄附金受領証明書を大切に保管してください。

#### 寄附のお礼として

5,000円以上の寄附をお寄せいただいた方には、市郷土資料館と市水族館の共通入館招待券を5枚お送りいたします。また、ご希望があれば市の広報誌を1年間送付させていただきます。



## 市のことが知りたい

第5回

## 「ふるさと納税」

このコーナーでは、市役所各課に寄せられた皆さまからの質問や提言に対して法律や市の制度などをお知らせします。

参加費 (保険料含) 各日200円 中学生以下100円 ●会員無料 ※スペシャルイベントを除く

KSC なかよしスポーツクラブ 田園大和 ☎090-2417-8502

- 1 スポーツ広場(バドミントン・ピンポンなど) 14日【日】9:00~12:00 千代田B & G 海洋センター体育館
2 なかよし硬式テニス体験 毎週日曜日9:00~11:00 第1常陸野公園テニスコート
3 バドミントン&ラケットテニス体験 毎週日曜日9:00~12:00 千代田B & G 海洋センター体育館
4 なかよしピンポン体験 毎週土曜日12:30~17:00 毎週木曜日19:00~22:00 (ピンポンのみ) 千代田B & G 海洋センター体育館
5 なかよし太極拳体験 毎週水曜日19:30~21:00 プルミエールひたち野2号館
6 ファミリーフットサル(小学生以下とその保護者) 毎週日曜日15:00~18:00 わかくり運動公園(スパイクシューズ使用不可)
7 健康体操 12日【金】10:00~11:30 26日【金】10:00~11:30 働く女性の家
8 よさこいダイエット! 29日【月】19:00~20:00 勤労青少年ホーム
9 ウォーキング 28日【日】9:00~現地集合 偕楽園と千波湖周辺



KSC エンジョイスポーツクラブ 田園高田 ☎090-2420-7846

- 1 エンジョイスポーツデー (バドミントン・ピンポンなど) 28日【日】9:00~12:00 体育センター
2 ソフトバレーボール教室 毎週火曜日(16、23日を除く)20:00~22:00 体育センター
3 グラウンドゴルフ体験 毎週火曜日(16日を除く)9:00~11:30 あじさい館コミュニティ広場
4 弓道体験 毎週木曜日13:30~17:00 17:00~19:00 (要事前申込) 多目的運動広場弓道場
5 リフレッシュ体操教室 12日【金】、26日【金】14:00~15:00 あじさい館(講座室)
6 ターゲット バードゴルフ大会 28日【日】12:45受付、13:30開始 コース:あじさいコース(あじさい館東側) 参加費:一般1,000円、会員800円(保険代込) 定員:先着40人 申込締め切り:9月15日【月】 ※クラブ、マット、羽根は準備してあります。(左用のクラブ無) 賞品多数あり!

※都合により日程が変更になる場合があります



スポーツ成績

第2回かすみがうら市長杯ソフトテニス大会

[6月14日 多目的運動広場・第1常陸野公園] 成績:【高学年男子の部】◎菅澤一成②飯田浩晶 ③中島賢也、奥村健太郎【高学年女子の部】◎菊池瞳(龍ヶ崎ドラゴン)②小倉春風(潮来)③篠塚優華(潮来)、額賀美優(MCD) 【低学年男子の部】◎山口貴倫②金子大佑(MCD) ③幸坂泰輔(MCD)、仁田誠人【低学年女子の部】◎吉川莉未(玉造山王)②櫻井沙菜③山本悠稀奈(潮来)、金子怜(MCD) ※所属未記入者は、霞ヶ浦ソフトテニススポ少、MCDは取手市のチーム。

第2回かすみがうら市長杯空手道大会

[6月15日 千代田B & G 海洋センター] 成績:【児童初級の部】◎萩原孝哉(笠間)②岩瀬亮 ③小松崎幸希(笠間) 【児童上級の部】◎岡野祐斗②村岡可奈子③荻野谷美月【中学生の部】◎佐藤つかさ(笠間)②佐藤秀人(笠間)③上村拓矢【団体戦】◎かすみがうらE ②笠間F ③かすみがうらG ※所属未記入者は、千代田空手少年団。(◎...優勝、②...準優勝、③...第3位)

新刊図書案内

《市立図書館本館》



毎日新聞社(刊)

ミヤマ物語(あさのあつこ) この闇は、なんて深いんだー。深い山(ミヤマ)には、いろんなモノタチがうごめいている。ウンヌ、雲濡という同じ響きをもった2つの世界をめぐる少年、ハギと透流の物語。『毎日小学生新聞』連載を単行本化。

【一般書】「歴史有名人の兄弟姉妹」「十七歳」「老嬢は今日も上機嫌」「ラン」「抜け参り薬草旅」「決壊上・下」「一朝の夢」「地の日天の海上・下」「星野富弘ことばの雫」「チベット問題とは何か」ほか 【児童書】「100かいだての家」「ミラート年代記1」「くいしんぼなめれおん」「ドラキュラーってこわいの?」「うさこちゃんびじゅつかんへいく」ほか

開館時間 9:00~17:00 休館日 毎週日、祝日、毎月末日(末日が土日の場合は、日、月が祝日の場合は、その翌日)

《市立図書館千代田分館》



講談社(刊)

車いすの旅人が行く! 「心のバリアフリー」を求めて日本縦断(木島英登) 高校3年生の時、ラグビー部の練習で脊髄損傷を負い、車いす生活になった元電通マン。その彼が、車いすで日本縦断旅行を敢行。日本のバリアフリーの現状を書き下ろす。

【一般書】「ほほえみの四季日本の名景ベスト50 保存版」「アメリカ狂乱」「サハラ」「日本人のこころ」「古事記と日本書紀」「家庭介護のプロのコツ」「禅を楽しむ本」「失くした記憶の物語」「こうふくあかの」ほか 【児童書】「ぼくの羊をさがして」「アリスは友だちをつくらない」「先生と老犬とぼく」「はじめてのおりがみ」「地獄はめっちゃらくちゃらの巻」ほか

開館時間 9:00~17:00 休館日 毎週日(月が祝日の場合は、その翌日)

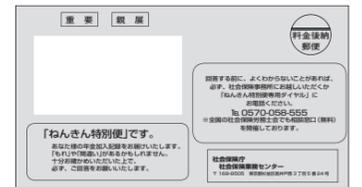
今月のテーマ 「ねんきん特別便」

現役加入者の皆さまへ

緑色の封筒でお届けします。本年6月から10月までの間に、すべての現役加入者の方々に「ねんきん特別便」をお届けします。自営業、専業主婦、学生などの方には直接ご本人の住所へ、会社勤めの方には会社のご協力が得られた場合お勤めの会社を通じてお届けします。

3月までに青色の封筒で届いた方は、年金記録にもれがある可能性が高いです。まず、ねんきん特別便専用ダイヤルにお電話ください。結びつく可能性のある記録についての具体的な情報を提供します。

年金記録のご確認をお願いします。年金記録に「もれ」や「間違い」がないか十分にご確認をお願いします。「もれ」や「間違い」がある場合も、ない場合も、必ずご回答くださいますようお願いいたします。平成8年以前に旧姓で年金に加入していた方はご注意ください。



通常は緑色の封筒で届きます



3月までに青色の封筒で届いたら、まずお電話ください。

結婚などにより氏名を変更されている方の記録が、いわゆる持ち主不明であった「5万件」の記録の中に多数存在することが見込まれています。これらの年金記録は、皆さまからの申し出により、速やかに記録に結びつけることができますので、ご協力をお願いします。

住所変更の手続きをお願いします。「ねんきん特別便」を確実にお届けするためには、正しい住所の届出が必要です。住所異動の際は、変更の手続きを忘れずにお願ひします。 ★ねんきん特別便専用ダイヤル ☎0570-058-555 ☎0570-058-555 ☎0206-8226 ☎0206-23000