

かすみがうら 広報 10 2017

kasumigaura public relations

お知らせ版

行政相談所を開設

毎日の暮らしの中で 困っていることや 悩み事はありませんか？

行政相談委員は、皆さんの身近な相談相手として、行政に関する相談の解決のための活動をしています。

日々の暮らしの中で「困っていること」や「悩みごと」がありましたら、予約は必要ありませんので、お気軽にご相談ください。相談は無料、秘密厳守です。

▶日時 10月20日(金)

午前10時～正午／午後1時～3時

▶場所 あじさい館

▶相談委員 小松崎正衛相談委員(田伏)
小倉征夫相談委員(新治)

☎ 秘書広聴課(千代田庁舎)



世界湖沼会議開催記念 ウォーキング大会 [要予約]

ウォーキング大会参加者募集！

来年10月に本県で開催される「第17回世界湖沼会議」を記念して、ウォーキング大会を開催します。参加者全員に記念品をプレゼントします。ご参加、お待ちしております。



▶日時 12月3日(日) 午前9時半～午後1時

▶集合場所 茨城県霞ヶ浦環境科学センター
(土浦市沖宿町1853)

▶コース 西浦コース(5ヶ所) ※霞ヶ浦湖畔

▶参加費 100円

▶募集人数 100人(先着順)

▶申込方法 電話でお申し込みください。



※北浦コース(9ヶ所)、涸沼コース(6ヶ所)も別日程で開催します。詳しくはお問い合わせください。

☎ 申問 霞ヶ浦問題協議会 ☎ 029-830-3338

かすみがうら わくわくフェスタ 2017

商工会の祭典！

かすみがうら わくわくフェスタ 2017 ～ dance & song ♪～

かすみがうら市商工会振興部会では、市の魅力を発信・発見していただけるイベント「かすみがうら わくわくフェスタ 2017～dance & song ♪～」を開催します。

▶日時 10月28日(日) 午前9時～午後3時

▶場所 日立建機(株)千代田ハウス跡地(新治1828-9)

▶内容

①歌謡ショー(カラオケ、大川あけみ&鈴木あき子の歌謡ショー)



②ライブステージ(キッズダンス、フラダンス、オニツカサリーさんと踊ろう!、フラッシュモブダンスなど)

③ハンドメイドマルシェ(手作り作品の展示、販売)

④PRマルシェ(商工会会員と各種団体のPR)

☎ 商工会 ☎ 0299-59-3755

弾道ミサイル落下時の行動

弾道ミサイル落下時の行動について

北朝鮮により弾道ミサイルが発射された場合、日本に飛来する可能性があるときには、関係する地域に対し、政府から全国瞬時警報システム(Jアラート)を使用して情報伝達されます。万が一弾道ミサイルが発射され、防災行政無線などから緊急情報が流れた場合には、直ちに以下の行動をとってください。

◎屋外にいる場合

- ・近くの建物の中、または地下に避難する。
- ・近くに適当な建物がない場合は、物陰に身を隠すか地面に伏せ頭部を守る。

◎屋内にいる場合

- ・できるだけ窓から離れ、できれば窓のない部屋へ移動する。

※詳しくは、国民保護ポータルサイトをご覧ください。




☎ 防災安全室(千代田庁舎)

くらし

窓口サービスの時間延長

千代田庁舎では、各種証明書の交付や納税相談などの一部事務の開庁時間を延長しています。(祝日・年末年始を除く)
日時 毎週木曜午後7時まで
開庁窓口 税務課・国保年金課・納税課
 市民課千代田窓口センター

住民票などのコンビニ交付

個人番号カードのマイナンバーカードを利用したコンビニ交付サービスをご存知ですか。住民票謄抄本、印鑑登録証明書を夜間や休日でも取得することができ大変便利なサービスです。ご利用ください。
対象コンビニ 全国のセブンイレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップ、サークルKサンクス、セブンイレブン、アコープ北東北
 ※マルチコピー機設置店舗に限りです。
利用時間 午前6時半～午後11時(12月29日～1月3日を除く)
発行手数料 各証明書1通200円(市役所窓口交付は300円)
 ※事前にマイナンバーカードを作成し暗証番号を登録する必要があります。

市民課(千代田庁舎)

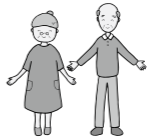
消費税軽減税率制度の説明会

事業者の方を対象に、消費税の軽減税率制度に関する説明会を開催します。
日時 10月27日(金)午前11時～正午・午後2時～3時
場所 つくば市役所
 (つくば市研究学園1-1-1)
 ☎ 0299(822)1100

募集

お達者教室

運動・口腔機能向上、栄養改善、認知症予防の教室を開催します。
 送迎あり。参加費無料です。
 ぜひ、皆さんと一緒に介護予防に取り組みましょう。
対象 ①会場近辺地区に在住の方(只倉1000番地以上、稲吉、稲吉南、稲吉東、新治18100～18000、下稲吉2273～23094、26005～26077、3931～4005)②75歳以上③介護保険の認定者および介護予防・日常生活支援総合事業の対象者を除く
日時 11月29日(木)、12月6日(木)・13日(木)・20日(木)、1月10日(木)・17日(木)・24日(木)・31日(木)
 午前10時～11時半



場所 平天神 安心村(安倉5000-3) 定員 20人(定員を超えた場合は抽選)
申込期間 10月5日(木)～20日(木)
申込方法 電話でお申し込みください。
会場 地域包括支援センター
 ☎ 0299(59)2111

「オレンジボンたすきリレーランナー募集

「児童虐待防止月間」にちなみ「子どもを守る」オレンジボンたすきリレー2017を実施します。約9キロのコースを走るランナーを募集します。
日時 11月2日(木)
 午前9時～正午頃
募集人数 10人
 ※詳しくは、お問い合わせください。
子ども未来室千代田庁舎



市民ゴルフ大会参加者募集

第13回かすみがうら市民ゴルフ大会を開催します。
期日 11月8日(木)
場所 センทรัลゴルフクラブ
参加費 4000円(当日納めください)
募集人数 120人(先着順)
申込期限 10月20日(木)
申込方法 申込用紙に必要事項を記入の上、FAX(02999-59-3421)で千代田ゴルフセンターへお申し込みください。
 ※申込用紙は、生涯学習課(霞ヶ浦市役所)へ



「茨城県畜産センター公開デー」開催

「畜産」への関心や理解を深めていただくため、ふれあい牧場やバターショップなどの各種体験や農畜産物の試食・販売などのイベントを開催します。
日時 10月21日(土)午前10時～午後3時
場所 茨城県畜産センター
 (石岡市根小屋1-2-34)
 ☎ 0299(34)3333



相談

なんでもかんでも相談

あなたの悩み事、無料で解決の一手を探しましょう。お気軽に「相談」ください。
日時 10月21日(土)午後1時半～4時半
場所 やまゆい館
 ※司法書士、行政書士による法律相談は予約制となります。
社会福祉協議会
 ☎ 0299(800)2527

県南エリアイベント情報

第42回牛久シテイマソン参加者募集

日時 平成30年1月8日(日)
会場 牛久運動公園
募集期限 ①振替払込：10月10日(日)②インターネット、事務局窓口：10月31日(火)
 ※詳しくは、牛久シテイマソンホームページをご覧ください。
牛久シテイマソン実行委員会事務局
 ☎ 0299(83)2486



有料広告欄

▶ 広告掲載企業を募集しています。会社やお店の宣伝、商品の紹介にご活用ください。対象や料金など、詳しくは情報広報課(霞ヶ浦市庁舎)にお問い合わせください。

有料広告欄

▶ ニセ電話詐欺にご注意ください。不審な電話を受けた時には、最寄の警察署もしくはニセ電話詐欺相談ダイヤル(☎ 029-301-0074)まで通報を!

りんりんフェスタ〜つくば霞ヶ浦サイクリング〜

歩崎公園でサイクリングイベント!

今回が初開催となる本イベントでは、「つくば霞ヶ浦りんりんロード」の魅力やサイクリングの楽しさを体感していただけるよう、無料レンタサイクルやクルーズ船を使ったサイクリング、メーカーによる自転車試乗会などさまざまな自転車体験のほか、お子さま向けの自転車教室や本県出身の「シューマツハ」「アントキの猪木」などによるステージイベントを開催します。



▶日時 10月14日(日) 午前9時～午後4時

▶場所 歩崎公園

※同日同会場では、エリア探索サイクリング「ライドハンターズ」、翌日15日(日)には、自転車耐久レース「かすみがうらエンデューロ」、また、霞ヶ浦周辺のグルメブースが出店する「霞ヶ浦まるごとグルメフェス」が2日間開催されます。

※詳しくは、「りんりんフェスタ」ホームページをご覧ください。



問 茨城県地域計画課 ☎ 029-301-2735

県南生涯学習センター「開所20周年記念講演会」[要予約]

テレビ番組などでおなじみ
池田清彦氏による講演会

県南生涯学習センターの「開所20周年記念講演会」で、生物学者・理学博士でありながら、テレビ番組への出演や、新聞、雑誌などで活躍中の池田清彦氏が講演します。「人生を楽しく生きる」ためのヒントとなるお話をします。参加費は無料。たくさんのご参加をお待ちしています。



▶日時 11月18日(日) 午後1時10分
(午後12時半開場)

▶場所 県南生涯学習センター(土浦市大和町9-1)

▶内容 演題：がんばらない生き方～人生を楽しく生きるために～

講師：池田 清彦 氏 (生物学者・早稲田大学教授)

▶定員 400人(先着順)

▶申込方法 電話でお申し込みください。

問 茨城県県南生涯学習センター ☎ 029-826-1101

「よく噛むこと」の8つの効果

ご存知ですか？よく噛むことの大切さ

よく噛むことは、食べ物の消化を助けたり、脳を刺激し発達を促したり、病気を予防するなど、さまざまな効果をもたらします。日頃から噛むことや、噛む回数を増やすように心がけましょう。

◎「卑弥呼の歯がいーぜ!」(ヒミコノハガイーゼ)

①肥満予防

脳にある満腹中枢が働き、食べ過ぎを防ぎます。

②味覚の発達

食べ物の味がよくわかります。

③ことばの発音がはっきり

口のまわりの筋肉が発達し、はっきりした発音ができるようになります。



④脳の発達

脳に流れる血液の量が増えるので、子どもの脳の発達を助け、高齢者の認知症予防に役立ちます。

⑤歯の病気予防

唾液がたくさん出て、口の中をきれいになります。この唾液の働きが虫歯や歯周病を防ぎます。

⑥がん予防

唾液中の物質には、発がん作用を消す働きがあります。

⑦胃腸快調

消化酵素がたくさん出て、消化を助けます。

⑧全力投球

力を入れて噛み締めると、全身に力が入ります。

※この他にも、よく噛むことで表情が豊かになったり、唾液に含まれるホルモンによってお肌が美しくなったり、ストレスを和らげる効果などがあります。「1日30回以上」噛むように心がけてみてください。

問 霞ヶ浦保健センター ☎ 029-898-2312

10月は「飼い主マナー向上推進月間」

あなたの街を犬の糞ゼロ
放し飼いゼロにしよう!

公共の場における飼い犬の排泄物やリード(引き綱)なしでの散歩など、飼い犬に関する苦情が多数寄せられています。このような状況を踏まえ、茨城県では10月を「飼い主マナー向上推進月間」と決めました。ぜひ、この機会に改めてペットの飼い方を見つめ直しましょう。



問 環境保全課(霞ヶ浦庁舎)