

お知らせ版

新生活運動を推進

新生活運動はあなたが主役です!

かすみがうら市新生活運動推進協議会では、健康で住み良い地域社会の建設に寄与することを目的として、地域社会で生活をともにするお互いが自分たちの生活課題を自ら発見し自主的努力によって解決することや、市民が自らの創意と良識により日常生活をより合理的、文化的に高めようとする運動を「新生活運動」と位置づけ、積極的に推進しています。



閸 霞ヶ浦中地区公民館 🕿 029-897-0511

真に豊かな生活のために次のことを申し合わせしましょう!

見栄・無理・無駄をなくし互いに助け合う、 生活を見直す運動

葬儀

【会葬者の心得】

- ▶葬祭は故人に対して、哀悼の意を表すとともに、相互 扶助の精神を持ち、心よりお見舞いしましょう。
- ▶葬祭の花輪などはポスターにして、その分当家のためになるようにしましょう。(ポスターは千代田庁舎と霞ヶ浦庁舎の窓口センターにて10枚1組300円で販売しています。)

【施主の心得】

▶香典に対する返礼は、過分にならないように礼状を利用しましょう。

見舞い

【会葬者の心得】

- ▶病気見舞いに対する返礼は、過分にならないように礼状を利用しましょう。
- ▶火災見舞いは、あくまでも当家を見舞うもので、近火 見舞いはやめましょう。

結婚祝い

▶結婚披露宴は心のこもった簡素で実のあるものとなる ようにして、教育・健康・仕事など、本当に意義のあ るものにお金を使いましょう。

心のふれあいを大切にし、生きがいのある 運動

健康で明るいまちづくり

- ▶一人ひとりが互いに支え合う心を育てていきましょう。
- ▶地域の奉仕活動や行事に、すすんで参加しましょう。
- ▶元気なあいさつで一日を始めましょう。
- ▶定期的な健康診断や歯科検診を受け、健康に関心を 持ちストレスや悩みをため込まない、心にゆとりのある 生活をしましょう。

住みよい環境づくり運動

環境美化

- ▶自然はみんなの共有財産です。一人ひとりが水と緑を 大切にしましょう。
- ▶家の周りを整理して、花と緑で飾りましょう。

平成 29 年度の努力目標

【環境美化】

- ⇒道路、農地、屋敷の木障(こさ)払いをしましょう。
- ⇒ゴミを作りだすのは自分自身です。ゴミを「作らない・ 出さない」ように心がけ、資源のリサイクルにつとめま しょう。

国家公務員募集

圓 生涯学習課

029

(897)

ますます便利に! コンビー交付

らミストップでも始まりました。 利用したコンビー交付サー 個人番号カード(マイナンバー ービスが、 力 1月か ド)を

登録証明書を夜間や休日でも取得できる 大変便利なサ なお、ご利用にあたっては、事前にマイ コンビニ交付は、住民票謄抄本、印鑑 ービスです。

する必要がありますのでご注意ください 対象コンビー 全国のセブン-イレブン、ロ-―カ―ドを作成し暗証番号を登録 ニストップ、サークルドサン ソン、ファミリーマ =

クス、セイコーマー プ北東北 機が設置されている店舗に - K, A] —

> 会費 そろで加え

共済期間

4月1日国から平成30年3月

[中学生以下]50

発行手数料 利用時間 午前6時半~午後11時(12月 所窓口交付は300円) 各証明書1通200円(市役 月3日を除く)

お問い合わせいただくか、 -ジをご覧ください。 カードの作成方法について

市民課(千代田庁舎)

国民健康保険証の郵送

4月1日国からお使いいただく新しい保

閰 国保年金課(千代田庁舎) 有効期限が3月31日となっております。 ださい。なお、現在お手元にある保険証は、 に指定された郵便局で手続きを行ってく されますので、その内容に従い保管期間内 は「郵便物等お預かりのお知らせ」が投函 宛てに郵送します。 配達時に不在の場合 険証を、3月下旬に「簡易書留」で世帯主

「県民交通災害共済」加入受付開始

を支払う制度です。 を支払う制度です。万一数に応じた共済見舞金 故により災害を受けた場合に、 県民交通災害共済は、加入者が交通事

の交通事故に備え、家族 [高校生以上]900円 しましょう。 万

第4月1日以降加入の場合は、 期間となります。 翌日から平成30年3月31日までの共済 31 日 生 申込日の

・治療実日数3日 … 2 万 円

治療実日数181 <u>+</u> 30 万 円

会費を添えて、総務課(千代 田庁舎)・情報広報課(霞ヶ浦 庁舎)・中央出張所でお申し

圖 防災安全室(千代田庁舎)

子育て支援サイト&アプリ

"子育てをがんばる あなたのパー

子育て支援サイト「かすみつ湖」 期に必要な情報を分かりやすくご案内 く変化する子育て環境。それぞれの時 妊娠・出産・乳幼児期と目まぐる

するための子育て支援に





特化したサイトです。

子育て支援アプリ

クロピラリドによる生育障害

リです。 軽に

「入手することができる無料のアプ する情報を「いつでも」「どこでも」「手 市が発信するさまざまな子育てに関 ルしてください 次のQRコードを読み取りイン







子ども未来室(千代田庁舎)

畜産農家の皆さんへ

①輸入粗飼料を購入する際には、

履歴

を確認しましょう。

圕

組んでみましょう。 経営の状況を客観的につかむための重要 な手続きです。 されました。青色申告は、ご自分の農業 を対象とした収入保険制度の導入が決定 部において、 トもありますので、早速、取り 青色申告を行っている農業者 税制上のメリッ



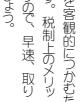
□ 農林水産課(霞ヶ浦庁舎)

きりした堆肥を選びま

しょう

肥製造業者などに確認し、履歴のはつ

が堆肥中に残留している可能性を堆





青色申告を始めましょう 政府の農林水産業・地域の活力創造本

③マメ科牧草に肥料などを施用する際

には、留意が必要です。

には、情報を伝達しましょう。

【耕種農家の皆さんへ】

①堆肥を購入する際は、

クロピラリド

された農薬成分(クロピラリド)により、

由来の堆肥を使用.

した場合、

海外で使用

輸入粗飼料を給与した家畜の排せつ物

メ科牧草などの生育に障害を起こす可能

などの園芸作物や、

abla

LED 防犯灯の異常を発見したら・

不点灯などの異常を発見した場合 下記宛てに管理番号(管理番号がない場 合は電柱番号)のご連絡をお願いします。

0120-592-118 [藤井産業株]

※受付時間は午前9時から午後5時 (土日祝日と年末年始などは除く)

圆 防災安全室(千代田庁舎)

治療実日

見舞金額の例

100万円

申込方法

込みください

アスタッフを募集します。

フルマラソンのコースで、1キロごと

にキロ標示看板を持つていただきま

なお、2人以上のグループで

では、この大会を支えてくれるボランティ 月16日回に開催します。 大会実行委員会

髙

人事院関東事務局

048 (740)

2006

細なことから専門的なことまであなたの悩

る」「障害年金について知りたい」など、

些

「相続や不動産、離婚問題などで困ってい

「ひきこもっている子どもの将来が心配」

みをお聞きします。

第27回となるかすみがうらマラソンが4

※申し込みはインターネットに

第1次試験 受付期間

9月3日回

一般職試験(高卒者試験・社会人試験)

6月19日月

6月28日||水

なんでもかんでも相談

第1次試験 受付期間

6月18日

4月7日金~4月19日水

閰 茨城県保健福祉部障害福祉課

☼ ○N๑ (ल०-) ოო७∞

より行ってください

キロ表示ボランティア募集

3月は自殺防止月間

閰 社会福祉協議会

8

029

(898) 8

2527

予約制となります。

※司法書士、行政書士による法律相談は

やまゆり館

3月18日田午後1時半~4時半

※当日着用するオリジナルスタッフジャン ※代表者が電話でお申し込みください

お申

し込みください

3月15日水

-を進呈

で抱えず、 す。つらいことはひとり 関する相談を行っていま 気軽にご相談

すみ がうらマラソン 国際盲人マラソン HP



【茨城いのちの電話】 つくば(毎日24時間)

水戸(毎日午後1時~8時) (STOTO) (SONO (S)

1000

いばらきこころのホットライン】

午後1時 土日フリ ダイヤル(午前9時) 4 時) (N44) ~正午• 4時)

フリーダイヤル(毎月10日 8時~翌日8時) **3** (OCJW) (ONO (D) 20 (788) DUG 1000

平日(午前9時~正午・午後~時

採用試験を行います

人事院は平成29年度中に国家公務員

総合職試験(院卒者試験·大卒程度試験)

3月31日金

4月10日月

一般職試験(大卒程度試験)

第1次試験 受付期間

4月30日回

精神保健相談・ひき」もり専門相談(要予約)

あなたの悩みに精神科医師がお応えし

【精神保健相談】

日 時 神、 毎月第3

金午後2時 半(老人精神) 毎月第1四午後2時半 4時(一般精 - ~ 4 時

【ひきこもり専門相談】

日 時 ※相談日は、相談員の都合により変更す る場合があります。 毎月第3四午前10 時~正午

予約電話番号 029 (821 ※相談場所は、両相談とも土浦保健所 -) 1515

土浦保健所保健指導課

有料広告欄

▶広報かすみがうらは、かすみがうら市ホームページで掲載しているほか、市内公共施設やスーパー、コンビニ、金融機関などにも設置しています(一部コンビニ除く)

②堆肥(排せつ物)を販売・譲渡する際

筑波山地域ジオパーク応援まち映画完成上映会

市民とともに創り上げる ジオパーク応援まち映画

昨年9月に筑波山地域ジオパークが「日本ジオパー ク」に認定されたことを記念して、市民とともに創り上 げるまち映画「いしつちみずと、だいちのこえ」が製作 されました。地元の子どもたちが出演し、関係各市の さまざまな名所が舞台となっています。完成上映会 が次の日程で開催されますので、ぜひご覧ください。

- 3月30日雨午後6時50分開場
- ▶場所 つくばカピオホール(つくば市竹園 1 10 1)









※詳しくはホームページをご覧ください。

- 圆 政策経営課(千代田庁舎)
- ⑤ 筑波山地域ジオパーク推進協議会 ☎ 029 883 1358

茨城県弁護士会憲法講演会

テレビ番組などでおなじみ 木村草太先生による講演会

シャープな切り口でのコメントで テレビ番組などでもおなじみの木 村草太先生に、憲法にかかわる旬 の話題についておおいに語っていた だきます。後半では参加者からの 質疑も予定しています。多くのご参 加をお待ちしています。



- ▶日時 **3**月 **18**日田午後 1 時半(午後 1 時開場)
- ▶場所 県南生涯学習センター(土浦市大和町 9-1)
- ▶定員 100 人(先着順)

※詳しくは、お問い合わせください。

圆 茨城県弁護士会 ☎ 029 - 221 - 3501

眠を見直そう!

質の良い睡眠を毎日心掛け 心身の健康を保ちましょう

心身の健康を保つために必要不可欠な睡眠。睡 眠中は脳や体の休息はもちろん、記憶の定着や体の メンテナンスも行っています。これが睡眠不足で滞る と生活に関わるさまざまな悪影響が現れます。

毎日を気持ちよく過ごすためにも、 今の睡眠を見直してみてはいかが ですか。

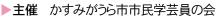
【睡眠の質を高めるために】

- ・睡眠前のテレビやスマホの使用を控える。
- ・食事は就寝の2時間前までに済ませる。
- ・就寝8時間前以降はカフェインの摂取を控える。
- ・就寝前にぬるめのお湯でゆっくり身体を温める。
- ・朝起きたら朝日を浴びて体内時計を整える。
 - 問 霞ヶ浦保健センター ☎ 029 898 2312

風情ある古民家で 琴と舞による癒しの時間を

国指定文化財の椎名家住宅は、かすみがうら市が 誇る東日本最古の古民家です。この素晴らしい文化 財を舞台として、大正琴の演奏と子供たちによる日 本舞踊の発表「古民家和の祭典」を開催します。

- ▶日時 3月26日 回午後1時半
- ▶場所 国指定文化財 椎名家住宅(加茂 4148)
- ▶出演団体 ①大正琴 ひまわりの会 ②かすみがうら日舞子供体験教室





問 歴史博物館 ☎ 029 - 896 - 0017