

かすみがっら 広報 5 2020

kasumigaura public relations

お知らせ版

新型コロナウイルス感染症対策

一人ひとりの意識と行動が感染予防に重要です

新型コロナウイルス感染症は、発熱やのどの痛み、咳が長引くこと（1週間前後）が多く、息苦しさや強いだるさ（倦怠感）が大きな特徴です。感染は飛沫感染や接触感染が考えられ、インフルエンザや風邪などと同様の感染症対策が有効とされています。一人ひとりの意識と行動が感染拡大の予防につながります。

■ 健康づくり増進課

【予防意識】どう感染するのかを知ってください

現時点では、飛沫感染（ひまつかんせん）と接触感染（せっしょくかんせん）の2つが考えられます。

飛沫感染	感染者の飛沫（くしゃみ、咳、つば など）と一緒にウイルスが放出され、周りの方がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。 注意すべき場面：屋内などで、お互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすとき
接触感染	感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、自らの手で周りの物に触れると感染者のウイルスが付きまします。未感染者がその部分に接触すると感染者のウイルスが未感染者の手に付着し、その手で口や鼻を触ると感染者に直接感染しなくても感染します。 感染場所の例：電車やバスのつり革、ドアノブ、エスカレーターの手すり、スイッチなど

【予防行動】感染をどう予防するのかを知ってください

●手洗いを徹底しましょう

石けんと流水の手洗い、またはアルコール消毒剤を用いた手指消毒を行いましょう。石けんと流水の手洗いだけでは落としきれずに残ったウイルスや細菌を除去するために、さらにアルコール手指消毒を行うことも有効です。

●不要不急の外出は控えましょう

不要な外出は控え、①密閉空間（換気の悪い密閉空間である）②密集場所（多くの人が密集している）③密接場面（互いに手を伸ばしたら届く距離での会話や発声が行われる）となる空間で集まることは避けましょう。

●健康管理が重要です

バランスの良い食事を心掛け、十分な睡眠と規則正しい生活を送ることで、免疫力を高めておきましょう。

●咳エチケットを心掛けましょう

咳やくしゃみの飛沫により感染する感染症は数多くあります。咳エチケットは、他人に感染させないために、個人が咳・くしゃみをする際に、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえることです。特に電車や職場、学校など人が集まるところで実践することが重要です。

悪い例



そのまま咳やくしゃみをする



咳やくしゃみを手でおさえる

3つの咳エチケット



マスクを着用して咳やくしゃみをする



ティッシュやハンカチで覆って咳やくしゃみをする



服の袖で覆って咳やくしゃみをする

▶ マスク不足を解消するため、手作りマスクの作り方などを裏表紙で紹介します

くらし

マイナンバーカード申請のお手伝い

市では、マイナンバーカードの普及促進のため、申請のお手伝いを実施しています。職員がタブレット端末を利用し、写真撮影およびオンライン申請のお手伝いをします。手数料は無料ですので、ぜひご利用ください。

▼申請場所

市民課窓口（千代田庁舎、霞ヶ浦庁舎、中央出張所）
▼受付時間 午前8時半～午後5時15分
平日 月～金（祝、年末年始を除く）

▼必要な物

本人確認書類（運転免許証、健康保険証など）
※マイナンバーカードは出来上がるまでに約1カ月かかります。
※出来上がり次第、受け取りの案内通知を送付します。市へ事前予約の上受け取りに来てください。

図 市民課（千代田庁舎）

市公式LINEを開設しました

市では、SNSを活用したシティプロモーションを進めていくため、LINEの市公式アカウントを開設しました。市の特産品や観光地の紹介、かすみがうにやを活用した情報などを配信します。

今回、市公式アカウントLINE開設記念イベントとして、「お家で作ろう！みんなのかすみがうにや」を実施しています。この機会に、自分だけのかすみがうにやを作成してみませんか？詳細は市ホームページをご覧ください。

期間 5月31日回まで

内容 イラストなどを自作し、LINEに投稿してください。



市ホームページ



友達追加QRコード(LINE)

図 観光課（霞ヶ浦庁舎）

通学定期券購入費の一部助成

県内外の大学や専門学校などに通う学生の保護者を対象に通学定期券の購入費の一部を助成します。

▼助成要件

- ① 学生とその保護者が市内に住所を有している
- ② 学生の年齢が18歳以上30歳以下である
- ▼対象となる定期券

- ① 東日本旅客鉄道株式会社、その他の鉄道会社が発行する通学定期券（Suica定期券、磁気定期券など）
- ② 定期券の有効期限が令和2年4月1日以降のもの

▼申請方法

所定の申請書に必要な事項を記入し、次の必要書類とはんこを持参の上、政策経営課（千代田庁舎）で申請してください。

- ① 学生証の写し
- ② 在学証明書の写し
- ③ 通学定期券の写しまたは通学定期券の購入内容が確認できる書類

※申請書は政策経営課に用意しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。

※助成内容などの詳細は市ホームページをご覧ください。

図 政策経営課（千代田庁舎）



学生のためのお得な定期券「スクールパス」

霞ヶ浦広域バスでは、通常の通学定期券よりもさらにお得な特別割引定期券「スクールパス」を販売しています。

▼利用できる方

学校教育法に規定する小学校、中学校、高等学校、大学、高等専門学校などに通学する児童、生徒、学生

▼料金

利用期間	スクールパス
1カ月	1万円
3カ月	3万円

▼発売窓口

- ① 関鉄観光バス（株）土浦駅前サービスカウンター
- ② 関鉄グリーンバス（株）石岡営業所・鉾田営業所
- ③ かすみがうに市役所霞ヶ浦庁舎
- ④ 御菓子司吉田屋（バイシニア玉造店前）

※詳細は市ホームページをご覧ください。

図 政策経営課（千代田庁舎）



道路課からのお知らせ

▼道路に泥を落つなごってください

トラクターなどを使用した農作業後に田や畑から公道へ出る際には、必ず泥を落としてから走行するようにお願いします。車道や歩道に落ちた泥のかたまりは、自動車などの通行の妨げになり大変危険です。交通安全と環境美化のため、道路に泥を落とさないようにお願いします。

▼樹木の管理にご協力ください

道路上の樹木の張り出しは歩行者や車両の交通の妨げになりますので、安全確保のためにも樹木の管理にご協力をお願いします。

作業をする場合は、歩行者や車両の安全を十分確保し、事故や転落などに注意してください。電線などがある場所での作業は危険を伴うので、東京電力やN・Tに連絡をしてください。

▼道路側溝内の土砂堆積を見つけたら

市が管理する道路の側溝に土砂が堆積し雨水があふれている場所を見つけた場合は、道路課までご連絡ください。

図 道路課（霞ヶ浦庁舎）

「けし」の発見に「驚かす」

「けし」の仲間、春から色鮮やかで美しい花を咲かせ、観賞用として人気があります。しかし、「けし」の仲間には、

図 茨城県看護協会茨城県ナースセンター

☎ 029(221)7021

歯のなんでも電話相談

6月4日（木）10日（金）は歯と口の健康週間です。歯と口の健康に関する正しい知識を身につけていただくため、「歯のなんでも電話相談」を開設します。普段、歯医者で聞けないことやお子さんの歯の悩みなど無料で相談に応じます。

日時 6月14日（木）午後1時～4時

図 茨城県保険医協会 ☎ 029(826)7930

多重債務や金融などの電話相談

一人でも悩まず「相談ください」。
カードローンや住宅ローンなど借金でお悩みの方の相談に応じます。

時間 月～金（祝除く）

午前8時半～正午／午後1時～4時半

図 水戸財務事務所多重債務相談窓口

☎ 029(221)3100

▼金融関係

高齢者を狙った投資勧誘の詐欺やインターネットを利用した電子マネーを悪用した詐欺など金融トラブルでお悩みの方の相談に応じます。

時間 月～金（祝除く）

午前8時半～正午／午後1時～5時

図 水戸財務事務所投資勧誘相談窓口

☎ 029(221)3105

確定申告で振替納税をご利用の方へ

確定申告期限・納付期限が4月16日（木）まで延長されたことに伴い、預金口座からの振替日が、左記のとおり変更となりました。

▼所得税および復興特別所得税

5月15日（金）

▼消費税および地方消費税

5月19日（火）

※振替日の2～3日前には、預貯金口座の残高をお確かめください。

※詳細はお問い合わせください。

図 土浦税務署 ☎ 029(822)1100

退職後の健康保険のご案内

協会けんぽ加入者が退職した場合、健康保険任意継続に加入することがで

募集

きます。加入期間は2年であり、任意でやめることはできません。

【加入条件】

- 資格喪失日の前日（退職日）までに継続して2カ月以上の被保険者期間がある
- 申請書を資格喪失日（退職日の翌日）から20日以内に申請する

※詳細はお問い合わせください。

図 協会けんぽ茨城支部業務グループ

☎ 029(303)1582

統計調査員の募集

国勢調査など国の統計調査や各種統計調査に従事していただく方を随時募集しています。

※登録申請が必要となります。

※条件や報酬、申し込み方法など詳細はお問合せいただくか、市ホームページをご覧ください。

図 政策経営課（千代田庁舎）



あなたも里親になりませんか

全国には虐待や経済的な理由で親と暮らせなくなった子どもたちが約4万6千人います。子どもたちは児童養護施設や乳児院などで暮らしてきました。

国では、そのような子どもたちを特別養子縁組や里親制度などにより家庭に

相談

なんでもかんでも相談「要予約」

子ども将来や相続、不動産、離婚、障害者年金など、些細なことから専門的なことまであなたの悩みをお聞きます。

日時 5月16日（土）午後1時～4時半

場所 やまゆり館

※完全予約制となります。

図 社会福祉協議会 ☎ 029(808)2527

看護の仕事相談会

茨城県看護協会では、看護の仕事に関する、求職者の方や看護資格を取りたい方、求人施設の方の相談に応じます。事前申し込み、予約は不要です。

日時 毎月第2（金）※8月は第1（金）

次回6月12日（金）午後1時～3時

場所 ハローワーク土浦

（土浦市六塚18338）

※詳細はお問い合わせください。

手作りマスクの作り方

マスク不足を解消しましょう

マスクは、咳やくしゃみによる飛沫およびウイルスなどの病原体の飛散を防ぐ上で高い効果を持ちます。マスク不足が続く中、自宅でできる手作りマスクの作り方をご紹介します。

▶用意するもの

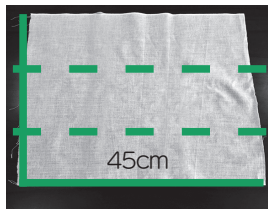
◎サラシまたはハンカチ（網目の細かいもの）

◎ストッキングまたはヘアゴム

【作り方】（サラシとストッキングで作る）

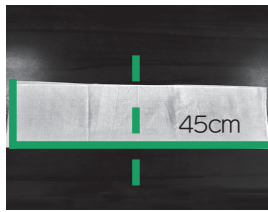
- ①サラシを 45cm に切り、三つ折りにする

45cm



- ②サラシを半分にする

15cm

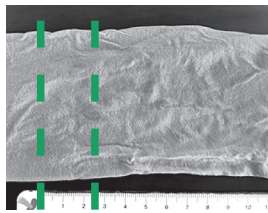


- ③ 22.5cm 幅にする

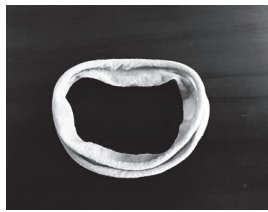
15cm



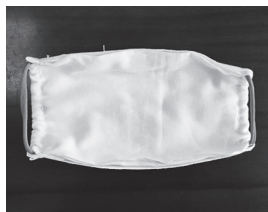
- ④ストッキングを幅 2～3cm に切る(2 本用意)



- ⑤輪になったストッキングを少し伸ばす



- ⑥両端にストッキングを入れて縫う



▶ハンカチを使ったマスク作りは動画で紹介しています

◎やってみよう！新型コロナウイルス感染症対策 みんなでできること



経済産業省の動画

布マスクの手入れ方法

布マスクを手入れしましょう

▶用意するもの

◎衣料用洗剤（水 2 ℓ に対し、0.7 g 程度：小さいスプーンだと 2 分の 1 ぐらい）

◎塩素系漂白剤（水 1 ℓ に対し、15 ml 程度）

◎清潔なタオル、大きめの桶、台所用手袋、洗濯ばさみ

▶洗ひ方

① 桶に水を入れて衣料用洗剤を溶かす

② ①の中にマスクを入れ、10 分間浸す

③ 10 分後、軽く押し洗いする（繊維を痛める可能性があるため、もみ洗いはしない）

④ 桶の洗剤を流す

⑤ 水道水ですすぎ、手で挟んで水気を切る

⑥ 洗濯ばさみでつるして日陰干しにする（乾燥機は使わない）

※汚れが気になる方は、塩素系漂白剤を使う（変色する可能性があるため、色物・柄物は注意）

⑦ 台所用手袋をはめて、桶に水を入れ塩素系漂白剤を溶かす

⑧ ⑦にマスクを入れて 10 分間浸す

⑨ 10 分後、桶の漂白剤を流す

⑩ 水道水で 2 回すすぎ、タオルで挟んで水気を取る

⑪ 洗濯ばさみでつるして日陰干しにする（乾燥機は使わない）

▶注意点

◎ 1 日 1 回手洗いをする

◎ 洗うことで、縮んでも品質に影響はない

▶布マスクの洗ひ方は動画で紹介しています

◎布マスクご利用のみなさまへ



経済産業省の動画

新型コロナウイルス感染症による対応

くらしの最新情報は市ホームページで

▶市税などの納付について減免や猶予の相談を受け付けています

市税、介護保険料、後期高齢者医療保険料、上下水道料金など

▶狂犬病予防集合注射について

狂犬病予防集合注射は延期となりました。今後の集合注射の開催は、確定次第、お知らせします。
※狂犬病予防注射は動物病院で受けられます。

☎ 生活環境課（霞ヶ浦庁舎）

▶生活福祉資金の特例貸付について

完全予約制ですので、事前に電話予約が必要です。

☎ 社会福祉協議会 ☎ 029 - 898 - 2527

◎新型コロナウイルス感染症に伴う各種対応や相談は市ホームページからご確認ください。

