

きっと、もっと守谷が好きになる

広
報

MORIYA

6

広報 もりや
2023 No.708





今月の表紙

大野小学校の田んぼリレーで猛ダッシュする男の子。手にはバトンの役割をする麦わら帽子をしっかり握りしめ、泥を跳ね飛ばしながらも、表情からは笑顔がこぼれています。ほかの写真は、6・7ページをご覧ください。

各種情報はここから

守谷市公式
サイト



守谷市公式
アプリ
Morinfo



Twitter
守谷市公式
アカウント



Facebook
守谷市公式
アカウント



Instagram
守谷市公式
アカウント



YouTube
守谷市公式
アカウント



メールもりや



※問合先のGはグループの略表記

C O N T E N T S

3 特集1 里山で笑顔に

6 特集2 泥んこでつなぐ麦わら帽子

- 8 児童手当・特例給付を受給している方へ
若年がん患者の在宅療養生活を支援します
- 9 子育て世帯生活支援特別給付金
- 10 令和5年10月採用 守谷市職員採用試験
ひとり暮らし高齢者等緊急通報サービス
- 11 介護認定を受けている方へ
自転車に乗る時はヘルメット着用を！
固定資産税の減額手続き
- 12 国保・後期 令和5年度 健康診査(集団健診)
- 13 マル福(医療福祉費)受給者証を更新します
- 14 国保・後期 高額な医療費負担を軽減できる制度があります
- 15 国民年金保険料免除・納付猶予制度
- 16 ウィッグ、乳房補整具購入費用助成
女性のための骨粗しょう症検診
- 17 令和5年度後期学校体育施設の定期使用
暮らしのコーナー
- 18 公園・街路樹の樹木を消毒します
公園等里親表彰
企業版ふるさと納税による寄附を頂きました
- 19 飼い主のいない猫の不妊去勢手術を助成します
情報ひろば

26 子育て支援サービス

- 28 子育てだより
- 29 地域の子育てを応援するサポーターになりませんか？
ARCUS
- 30 図書館へ行こう
- 31 市民活動サロン
- 32 こちら地域包括支援センターです！
- 33 もりやのLUNCH TIME みんなキラリと
- 34 MORIYA滞在記 フォトニュース
- 35 もりんフォト 読者アンケート
- 36 もりやの技

休日・夜間 緊急診療所

お
と
な

取手北相馬保健医療センター
医師会病院(小児科除く)
☎0297-78-6111

こ
い
れ

・JAとりで総合医療センター
(小児科:水曜日除く)
☎0297-74-5551
・総合守谷第一病院(小児科:日・水曜日のみ)
☎45-5111

人口と世帯数
(2023年5月25日現在)

		前月比
世帯	30,024戸	(+25戸)
人口	70,451人	(-30人)
男	35,263人	(-20人)
女	35,188人	(-10人)
前年同月人口	70,111人	

特集

里山で笑顔に😊



市役所から徒歩15分ほどの位置にある「立沢里山」。

薬師台の住宅地に隣接しているとは思えないほどの、豊かな自然の風景が広がっています。

今回は発展が進む守谷で、里山を守り続けている「立沢里山の会」の活動をご紹介します。

特集

里山で笑顔に😊

立沢里山とは？

人の手によって守られた美しい風景が広がる立沢里山。散策やザリガニ捕りなど、地域の家族連れに親しまれる現在の姿になる前は、この土地は作物の栽培をしていない休耕田となっており、大小さまざまなごみが不法投棄されていました。

そこで、2000年12月、「田んぼを再生し、子どもたちに自然と触れ合える場所を作ろう」と地域のボランティアの皆さんで結成されたのが「立沢里山の会」です。



里山の誕生

結成当初の数年间は、さまざまなボランティア団体の協力をもらいながら、ひたすらごみ拾いを行い、その総量はトラック数台分にもなったそうです。

その後、水田の再生や、井戸掘り、散策路の整備など、数々の作業を経て、カエルや野鳥の声が賑やかな、現在の「里山」の姿が誕生しました。

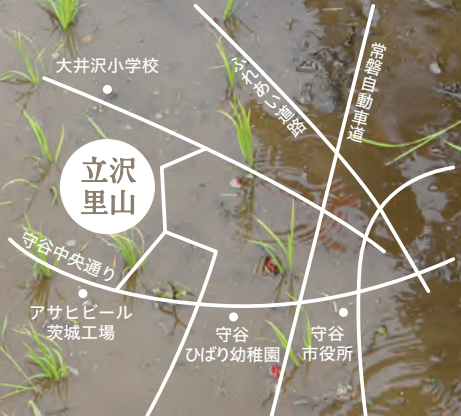
そして約20年間、立沢里山は会のメンバーを中心に、地域の皆さん、そして代々の子どもたちによって親しまれ、守られてきました。

メインイベント！

立沢里山での活動の中心は、近隣にある大井沢小、御所ヶ丘小、松前台小の子どもたちによる稲作体験学習です。2004年に始まり、今では子どもたちが待ちわびる恒例の行事となっています。

そして今年5月12日、コロナ禍を経

足が泥にはまって
抜けなくなったけど、
楽しかった！



特集 里山で笑顔に😊

最初は少し
怖かったけど、
入ってみたら
気持ち良かった
です！



て4年ぶりの開催には、総勢200人の小学5年生たちが立沢里山にやってきました。

立沢里山の会の皆さんからのレクチャーを受け、いよいよ初めての田植え作業を始めた子どもたち。「わー！」「足が抜けない！」「動けない！」といったところで絶叫が…！ 泥の中で足が思うように動かせず、尻もちをついてしまう子も。しかし、慣れてくるに従い集中力も増していき、最後には列になって一生懸命取り組むことができました。

田植えを終えて、井戸の水で手足を洗い流す子どもたちの顔つきは、達成感からか、来たときよりもとても輝いて見えました。秋には収穫体験も行う予定だそうです。

Interview

立沢里山の会 会長
清野 修さん



立沢里山で活動するようになったきっかけは？

近所に住んでおり、井戸掘りの見学に立沢里山へ行ったことが参加のきっかけです。関東の伝統技術である上総堀の井戸ということで、地元新聞にも取り上げられていました。

どのような想いで活動を？

ほとんどの会員は素人です。ボランティア活動なので、メンバーの個性を発揮し、皆で協力して無理せず焦らず楽しくやっていくことを大切にしています。

立沢里山はどんな場所？

地域の子どもたちや家族が身近に自然と触れ合い楽しめる場所。人の作った自然である里山が、住み良さを実感し、守谷を象徴する存在であってほしいです。

里山ではどのような活動を？

里山活動に定型はありません。皆でやりたいことを話し合いながら取り組み、やり方や形態は変わっても継続していくことが大切だと考えています。

思いに残っていることは？

農業や自然との触れ合いを体験した際の、子どもたちの屈託のない笑顔が本当に素晴らしいですね。

これからの里山は？

里山の会として、20年間何とか継続できました。コロナ禍で田植えなどへの子どもたちの参加を取りやめたとき、小学生の頃里山を体験したという高校生が手伝いに来てくれたこともありました。

里山は自然とともに、あらゆる生き物、多様な人々が交流し循環する場所でもあります。

初期に里山を体験した子は、もう30歳前後になっていると思います。将来は里山に帰ってきて、これからの里山活動を担ってもらえたら最高ですね。

お米を作るのに、
こんな苦労があるとは
知らなかった！



泥

んこで

つなぐ

麦わら帽子



子どもたちも満面の笑みを浮かべて「田んぼがどのくらい深いかわからなくてドキドキした」「思ったより泥が温かくてびっくりました」「転んで泥だらけになったのが楽しかった」と、口々に感想を教えてくださいました。大野小学校では、今回の田んぼリレーに続いて、田植え、除草、稲刈り、天日干しで稲を乾燥させる「おだかけ」、脱穀・籾摺りなど、年間を通して本格的な米作り体験学習を行っています。

出来上がったお米は子どもたちひとりひとりに配られ、思い出さばいのお米を家で味わえるそうです。秋の豊作をお祈りしています。

「早く早く！ がんばれー!!」
「大人チームだけでは負けるな〜」など、歓声が上がリ、大人も子どもも一緒になって、大盛り上がり。五感で自然と戯れているようでした。「久しぶりの田んぼリレーで子どもたちの表情を見て、やっぱり自然の力はすごいと思いました。これからも自然と触れ合える機会を作っていきたいですね。」と話す大野小協力の会の高橋甚一郎さん。

まずは足から田んぼにそつと入って、土の感触を確かめる子どもたち。かと思いきや、すぐに思いきり泥に身を投げ出して、全身で「田んぼ」を楽しんでいました(笑)。

田んぼリレーは、麦わら帽子がバトン代わり。チームに分かれ、対抗戦でスピードを競います。保護者や先生の「大人チーム」も参加して、よいドン！

5月30日、大野小学校の4年生25人による田んぼリレーが行われました。

「大野小協力の会」ボランティアの皆さんにより、伝統的に実施されてきたこの行事も、コロナ禍を経て、4年ぶりの開催となりました。当日、この日を楽しみにしていた子どもたちが、列になって田んぼにやってきました。この田んぼリレーは、田植えのため土を柔らかくする「代かき」の意味もあるそうです。

児童手当・特例給付を受給している方へ



1 児童手当・特例給付の現況届の提出

児童手当・特例給付を受給している方が、受給要件を満たしているかどうか、毎年6月1日時点の状況を確認しています。

令和4年度から、現況届の提出は**原則不要**となりましたが、確認のとれない方は、現況届の提出が必要です。対象者には現況届を発送しましたので、提出してください。

▶ **提出期限** 6月30日(金)当日消印有効

※窓口へ持参する場合は、6月30日(金)17:15まで

▶ **提出方法** 郵送または窓口へ提出

▶ **注意事項** 期日までに提出がない場合、6月分以降の支払いが遅れる場合があります。

▶ **対象者** 現況届の提出が必要な方（以下のいずれかの世帯にのみ送付済）

(1) 離婚協議中で配偶者と別居中の方

(2) 配偶者からの暴力などにより、住民票の住所地が実際の居住地と異なる方

(3) 児童の戸籍や住民票がない方

(4) 法人である未成年後見人、施設・里親の受給者

(5) その他、市が提出が必要と判断した方



2 児童手当・特例給付の再申請

所得上限限度額を超過し、令和4年度の児童手当・特例給付が消滅となった方でも、令和4年中の所得が所得上限限度額の基準内となった場合は、再度申請することで、令和5年度の給付を受けられます。

▶ **申請方法** 認定請求書と添付書類を郵送または窓口へ提出

▶ **注意事項** 所得上限限度額や添付書類などは、世帯の状況によって異なります。詳しくはホームページをご覧ください。

▶ **申請・問合せ先** 市役所のびのび子育て課 こども家庭支援G 内線562、564

サービス利用料の一部を助成



若年がん患者の在宅療養生活を支援します

若年がん患者の方が、自宅で安心して自分らしい生活ができるよう、在宅療養に必要なサービス利用料の一部を助成します。

▶ **対象者** 次の条件をすべて満たす方

(1) 市内在住の40歳未満の方

(2) がん患者（医師が回復の見込みがないと判断し、治癒を目的とした治療を行わない方に限る）

▶ **助成対象費用**

・医師の意見書作成料全額（上限4,400円）

・サービス利用料（訪問介護、訪問入浴介護、福祉用具レンタル、特定福祉用具購入）の9割（上限72,000円）

※生活保護受給の方は10割（上限80,000円）

▶ **申請方法** 申請書類（窓口または市ホームページから取得）を郵送または窓口へ提出

詳しくは市ホームページまたはお問い合わせください。

▶ **申請・問合せ先** 保健センター保健・管理G ☎48-6000 〒302-0109 守谷市本町631-1

ひとり親・所得の低い子育て世代の方へ

子育て世帯生活支援特別給付金

食費等の物価高騰に直面し、特に影響を受ける所得の低い子育て世帯を支援するため、お子さん1人当たり5万円の生活支援特別給付金を支給します。

▶対象児童 平成17年4月2日～令和6年2月29日までに出生した児童

※一定の障がいをお持ちの児童は20歳未満

ひとり親
世帯分

▶給付金額 児童1人当たり5万円

▶申請期間 7月3日(月)～令和6年2月29日(木)

※令和6年2月中に出生した児童は令和6年3月15日(金)まで

	支給対象者	申 請
1	令和5年3月分の児童扶養手当を受けている方	申請不要 5月22日に 児童扶養手当の振込口座に振込済み。
2	公的年金等を受給により、令和5年3月分の児童扶養手当を受けていない方 ※児童扶養手当の申請をしていない方も、令和3年中の収入(公的年金の額を含む)が児童扶養手当を受けられる水準となっていれば対象となります。	申請必要 申請方法は、 市ホームページをご確認ください。 
3	令和5年1月以降、食費等の物価高騰の影響を受けて家計が急変し、児童扶養手当を受けられる方と同じ水準の収入の方	

ひとり親世帯
以外の
子育て世帯分

▶給付金額 児童1人当たり5万円 ※ひとり親世帯対象の給付金を受けた方は対象外

▶申請期間 7月3日(月)～令和6年2月29日(木)

※令和6年2月中に出生した児童は令和6年3月15日(金)まで

	支給対象者	申 請
1	「令和4年度低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金」を受けている方	申請不要 5月25日に 「令和4年度低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金」の振込口座に振込済み。
2	児童の養育者で、以下のアまたはイに該当する方 ア 令和5年度の住民税(均等割)が非課税の方 イ 令和5年1月以降、食費等の物価高騰の影響を受けて家計が急変し、住民税(均等割)が非課税相当の収入の方	申請必要 申請方法は、 市ホームページをご確認ください。 ※両親などのうち収入が高い方が申請者となります。 

申込は6月23日(金)正午まで！

令和5年10月採用 守谷市職員採用試験



- ▶試験区分 一般事務 ※「令和6年4月採用 守谷市職員採用試験」(7月上旬に公開予定)を併願することはできません。
- ▶採用予定人数 若干名
- ▶年齢 昭和49年4月2日から平成17年4月1日までに生まれた方で高校卒業以上の学力を有すると認められる方
- ▶試験日程(予定)
 - ①エントリー審査
6月23日(金)正午までにWEBで申し込む
 - ②第一次試験
7月15日(土)または7月16日(日)
適性検査および集団口述試験
 - ③最終試験
8月7日(月)～10日(木)面接試験
応募状況などにより変更になる場合があります。
結果通知は8月中旬頃を予定しています。
- ▶採用予定日 10月1日(日)(初出勤日は10月2日(月))
- ▶その他 自筆のエントリーシート提出があるため、余裕を持って準備してください。詳細は市ホームページ掲載の受験案内をご覧ください。
- ▶問合先 市役所総務課 職員G 内線222～224



いざという時のために！

ひとり暮らし高齢者等緊急通報サービス

▶サービス内容

(1)緊急通報

急病などの緊急事態に「緊急ボタン」を押すと、アルソックのコールセンターに繋がります。警備員がすぐに自宅へ駆け付け、必要に応じて救急車の出動を要請します。

(2)日常の健康相談

「相談ボタン」を押すと、保健師などに繋がり、健康相談できます。

(3)安否確認センサー

自宅内1カ所にセンサーを設置し、24時間反応がなかった場合に、自動でアルソックに緊急通報が発信されます。

(4)熱中症予防

部屋の温度・湿度が一定以上になると、自動音声で熱中症の注意喚起をします。

(5)緊急速報メール読み上げ

災害時などに国や県が発信する緊急速報メールを自動音声で読み上げます。

▶対象 市内在住でひとり暮らしの65歳以上の方

▶料金 導入時1万円(市民税が非課税の方は負担なし)

▶申込方法 市役所健幸長寿課窓口で申し込む

▶申込・問合先 市役所健幸長寿課 長寿支援G 内線172



緊急通報システム

介護認定を受けている方へ

1 負担限度額認定証の更新を

介護保険施設などで利用した食事代や部屋代などの負担が軽減される「負担限度額認定証」には、有効期限があります。6月9日現在で負担限度額認定を受けている方には、6月下旬に更新申請の通知を発送します。

通知が届いたら、必要な方は申請をお願いします。期限を過ぎても申請は可能ですが、認定の期間は申請を受理した月の初日からとなります。

▶申請期限 7月7日(金)

2 食費・居住費の特例減額措置

現在、介護保険負担限度額認定証をお持ちでない方でも、以下の要件をすべて満たせば負担軽減措置の対象となる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

- ・2人以上の市民税課税世帯
- ・世帯の年間収入から施設の利用者負担の見込額を除いた額が80万円以下
- ・世帯の預貯金などの額が合計450万円以下
- ・介護保険施設に入所し、現在、負担限度額認定を受けていない
- ・日常生活に供する資産以外に資産がない
- ・介護保険料を滞納していない

▶申請・問合先 市役所介護福祉課 介護保険G 内線183



ヘルメットの着用が努力義務化

自転車に乗る時はヘルメット着用を！

道路交通法の改正により、4月から自転車利用時のヘルメット着用が努力義務化されました。

平成30年～令和4年に自転車に関係する交通事故で亡くなった方のうち、61%が頭部の負傷が原因です。自転車利用時は、ヘルメットをしっかり着用して頭部を守りましょう。

▶問合先 市役所交通防災課 交通・防災G 内線139



認定長期優良住宅の

固定資産税の減額手続き



県の認定を受けて新築された長期優良住宅は、手続きをすることで、固定資産税の減額期間が新築後3年間から5年間に延長され、居住部分の120㎡までの固定資産税が2分の1に減額されます。

申請の有無が不明の場合は、市から送付した「令和5年度固定資産税・都市計画税納税通知書」の課税明細書のページを確認してください。申請済みの場合、備考欄に「長期新築軽減適用」と記載されています。

▶申請方法 長期優良住宅認定通知書(写し)と固定資産税減額申請書(市役所税務課または市ホームページから取得)を提出

▶申請期限 令和6年2月29日(木)

▶申請・問合先 市役所税務課 資産税G 内線202～204

国民健康保険・後期高齢者医療被保険者の方へ

令和5年度 健康診査(集団健診)

国民健康保険・後期高齢者医療被保険者の方には、7月上旬に受診券を発送します。詳細は同封の通知をご覧ください。

「肺がん検診」など、
保険の種類を問わず、
受けられるものもあります！

▶健康診査の種類(対象年齢は令和6年3月31日時点)

	健康診査の種類	料 金	対 象
ア	特定健康診査	無料	40歳以上の国民健康保険被保険者で守谷市から受診券が届いた方
イ	後期高齢者医療健康診査	無料	後期高齢者医療被保険者で守谷市から受診券が届いた方
ウ	社会保険の被扶養者の方の健診	無料*1	社会保険の被扶養者で、加入している保険組合から受診券が届いた方 *1 加入している健康保険により自己負担額が発生する場合があります。
エ	肺がん検診(胸部X線検査)	無料	40歳以上の方
オ	健康づくり健康診査	610円	19～39歳の方
カ	肝炎ウイルス検診	820円*2	40～75歳の方のうち、過去に同検診を受けていない方 *2 40・45・50・55・60・65・70・75歳の方は無料。
キ	前立腺がん検診(PSA検査)	1,330円	50歳以上の男性

※今年度、ミニドック健診または人間ドック・脳ドック検診、医療機関健診を受診した方、受診する予定がある方は受診できません。

■集団健診

▶健診当日の受付時間

①9:00 ②9:30 ③10:00 ④10:30 ⑤11:00
⑥13:00 ⑦13:30 ⑧14:00

※受診当日は、感染症対策のため、体調確認やマスク着用などのご協力をお願いします。

▶予約方法

インターネット

▶申込期間 7月10日(月)9:00～30日(日)23:59 ※24時間可能

▶申込方法 申込期間中に、スマートフォンかパソコンで、Morinfoのトップページから①「予約・申請」、②「もりや健康ナビ」へ進んで申し込む
※申込期間中の予約方法についての問合せ先
☎ 0120-084-489(9:00～16:00 土・日曜日、祝日を除く)



インターネット申込▶

電 話

▶申込期間

・8月26日(土)～9月8日(金)の健診予約 → 7月10日(月)9:00～28日(金)16:00
・9月9日(土)～9月23日(土)の健診予約 → 7月20日(木)9:00～28日(金)16:00

▶申込方法 予約専用電話番号 ☎ 0120-084-489 委託先: ㈱両備システムズ
(フリーダイヤル・9:00～16:00 土・日曜日、祝日を除く)

申込期間中に、上記の予約専用電話番号へ電話し、健康診査の種類(上記ア～キ)、保険の種別(国保・後期高齢者医療など)、希望の日時・会場を伝えて申し込む

※市役所や保健センターへの電話、または窓口での申込はできません。

※予約初日から数日間、特に午前中は電話が集中して、かかりにくい状況になります。

※インターネットと電話の予約枠は別のため、一方の予約枠が埋まっても、もう一方の予約枠は空いている場合があります。

▶日程

健診日程	会 場
8月26日(土)	守谷市役所
8月27日(日)	
8月28日(月)	もりりん郷州
8月29日(火)	
8月30日(水)	
8月31日(木)	
9月4日(月)	もりりん北守谷
9月5日(火)	
9月6日(水)	
9月7日(木)	
9月8日(金)	
9月9日(土)	守谷市役所
9月10日(日)	
9月11日(月)	もりりん高野
9月12日(火)	
9月14日(木)	
9月15日(金)	
9月19日(火)	もりりん中央
9月20日(水)	
9月21日(木)	
9月22日(金)	
9月23日(土)	

■ 集団健診以外の健康診査

1. 医療機関健診

医療機関に直接電話し、ご自身の都合に合わせて受診できます。

- ▶ **対象** 「健康診査の種類ア・イ」に該当の方
▶ **料金** 1,000円

2. かかりつけ医からの診療情報等提供事業

生活習慣病の治療中の方で、診療時に測定された特定健康診査に該当する検査結果データを、本人の申し出により、かかりつけ医が市へ提供することで健診を受けたことになります。

- ▶ **対象** 「健康診査の種類ア」に該当の方
▶ **料金** 無料

- ▶ **問合先** 〔国民健康保険の特定健康診査〕 市役所国保年金課 国保・年金 G 内線106
〔後期高齢者医療健康診査〕 市役所国保年金課 後期・医療福祉 G 内線107
〔がん検診・健康づくり健康診査など〕 保健センター ☎48-6000
※社会保険の被扶養者の方は、ご加入の社会保険へお問い合わせください。

ひとり親家庭・重度心身障がい者の方へ

マル福（医療福祉費）受給者証を更新します

医療福祉費支給制度「マル福」のうち、ひとり親家庭・重度心身障がい者の受給者証は6月末日で有効期限が切れるため、7月1日以降分の受給者証を、6月下旬に送付します。

なお、更新時の判定には、受給者と扶養義務者（配偶者・同居の直系親族など）の令和4年中の所得金額の確認が必要です。所得がない方でも、税法上の扶養となっていない場合は、必ず税務申告をしてください。

※判定の結果、資格要件に該当しなくなった方には、その旨の通知を送付します。

※令和5年1月1日現在、市外に住所があった方は、所得照会が必要なため、7月上旬に送付します。

ひとり親家庭「マル福」

- ▶ **対象期間** 児童が18歳になる年度末まで（重度心身障がいの場合・高校在学の場合などは20歳になる年度末まで）

▶ 対象者

- ・離婚・死別などにより配偶者のない（事実婚は除く）方で、対象期間内の児童を養育している方とその児童
- ・父母のいない対象期間内の児童
- ・父母のいない対象期間内の児童を養育している配偶者のない方
- ・配偶者が重度心身障がい者マル福を利用している方で、対象期間内の児童を養育している方とその児童

重度心身障がい者「マル福」

健康保険	障がいの程度（いずれかに該当）				
【65歳未満の方】 各種健康保険に加入	身体障害者手帳	療育手帳	精神障害者 保健福祉手帳	障害年金	特別児童 扶養手当
【65歳以上の方】 後期高齢者医療保険に加入	1・2級、 内部障がい3級	①判定 A判定	1 級		
	身体障害者手帳3級かつ 療育手帳 B				

※資格要件を満たさなくなった場合はご連絡ください。対象外の方が利用した場合は、助成額の返納が必要です。

新たに医療福祉費支給制度「マル福」の認定を希望する方

現在上記のマル福に認定されておらず、新たにマル福の認定を希望する方は、市役所国保年金課に申請が必要です。

※受給者本人と同一生計者の所得制限があります。生活保護受給者は対象外です。

- ▶ **申請に必要なもの** 受給者の健康保険証、印鑑、母子父子家庭の方は戸籍謄本（本籍が守谷市以外の方のみ）、重度心身障がい者の方は障がい者手帳など。詳細はお問い合わせください。

- ▶ **申請受付時間** 8:30～16:30（平日12:00～13:00、土・日曜日、祝日、年末年始を除く）

- ▶ **申請・問合先** 市役所国保年金課 後期・医療福祉 G 内線109

国民健康保険・後期高齢者医療に加入している方へ

高額な医療費負担を軽減できる制度があります

同じ月内に同じ医療機関で支払う医療費が高額になる場合、**限度額適用認定証**または**限度額適用・標準負担額減額認定証**を医療機関の窓口で提示することで、支払いを自己負担限度額で済ませることができます。

※入院時の食事代や差額ベッド代、保険外診療は除きます。

※マイナンバーカードを保険証として利用する場合、認定証の提示は不要です（ただし、対応している医療機関に限ります）。



▶認定証の交付申請に必要なもの 申請書、保険証、マイナンバーが確認できるもの

▶申請方法

国民健康保険

7月18日(火)以降に申請書（窓口または市ホームページで取得）を記入し、窓口、郵送で申請
※現在使用中の認定証は7月31日(月)が有効期限です。8月以降も認定証が必要な方は、申請してください。

後期高齢者医療

7月上旬に市から送付する申請書を記入し、郵送または窓口で申請
※既に認定証の交付を受けている方で、8月1日(火)以降も該当する方は申請不要です。

医療費の自己負担限度額（8月～令和6年7月診療分が対象）

1 70歳未満の国民健康保険被保険者

所得*1			申請	自己負担限度額（月額）
ア	課税世帯 住民税	901万円～	必要	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1% 【140,100円*2】
イ		600万円～ 901万円		167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1% 【93,000円*2】
ウ		210万円～ 600万円		80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% 【44,400円*2】
エ		210万円		57,600円 【44,400円*2】
オ	住民税非課税世帯（世帯主と加入者）			35,400円 【24,600円*2】

2 70歳以上75歳未満の国民健康保険被保険者、後期高齢者医療被保険者

住民税課税所得*3			申請	自己負担限度額（月額）	
				外来（個人単位）A	外来 + 入院（世帯単位）B
現役並み所得者	Ⅲ	690万円～	不要	252,600円 + (医療費 - 842,000円) × 1% 【140,100円*2】	
	Ⅱ	380万円～	必要	167,400円 + (医療費 - 558,000円) × 1% 【93,000円*2】	
	Ⅰ	145万円～		80,100円 + (医療費 - 267,000円) × 1% 【44,400円*2】	
一般		～ 145万円未満	不要	18,000円*4 【年間限度額 144,000円】	57,600円 【44,400円*5】
低所得者Ⅱ		住民税非課税 （後期：世帯全員 国保：世帯主と加入者）	必要	8,000円	24,600円
低所得者Ⅰ*6		住民税非課税 （年金収入 80万円以下など）			15,000円

*1 所得とは「総所得金額等」から「住民税の基礎控除額」を差し引いた金額です。所得の申告がない場合は正しい判定ができず、所得区分アとみなされます。

*2 過去12カ月以内に限度額を超えた支給が3回以上あった場合の、4回目以降の限度額。

*3 住民税課税所得とは「総所得金額等」から「住民税の所得控除額」を差し引いた金額です。

*4 後期高齢者医療の2割負担の方は、令和7年9月まで、外来の自己負担上限額は、18,000円または「6,000円 + (医療費 - 30,000円) × 10%」の低い方となります。

*5 過去12カ月以内にBの限度額を超えた支給が3回以上あった場合の4回目以降の限度額。

*6 低所得者Ⅰは、世帯全員（国民健康保険は世帯主と加入者のみ）が住民税非課税、かつ各種収入から必要経費・控除を差し引いた所得が0円となる方（公的年金の控除額は80万円で計算。給与がある場合は、給与所得からさらに10万円を控除します）。

▶申請・問合せ 市役所国保年金課 【国民健康保険】国保・年金 G 内線100、103、104
【後期高齢者医療】後期・医療福祉 G 内線107、108

国民年金保険料を納めることが困難な方へ

免除・納付猶予制度

国民年金保険料を納めることが困難な場合、**免除制度**と**納付猶予制度**があります。令和5年度の申請は、7月1日以降受付開始です。年金事務所または市役所国保年金課で早めに申請してください。

※学生の場合は、「学生納付特例制度」をご利用ください。詳しくは、日本年金機構ホームページをご覧ください。

免除制度

本人と配偶者、世帯主の前年所得が一定以下の場合、納付が免除される制度です

前年所得の範囲	免除額
(扶養親族等の数 + 1) × 35万円 + 32万円	全額
88万円 + 扶養親族等控除額と社会保険料控除額等の合計	4分の3
128万円 + 扶養親族等控除額と社会保険料控除額等の合計	半額
168万円 + 扶養親族等控除額と社会保険料控除額等の合計	4分の1

▶所得基準

申請者本人、配偶者、世帯主の前年所得が次の金額の範囲内

※一部免除制度を受ける方には通知書を送りますので、**減額後の保険料を納入**してください。

納付猶予制度

50歳未満の方（学生を除く）で、本人と配偶者の前年の所得が一定以下の場合、納付が猶予され後払いできる制度です。

▶所得基準 申請者本人、配偶者の前年所得が次の範囲内であること。

(扶養親族等の数 + 1) × 35万円 + 32万円 ※猶予期間中は年金受給資格期間に含まれますが、年金額の計算上は含まれません。

▶申請方法

電子申請

マイナンバーカードを利用して電子申請ができます。詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。

電子申請▶



窓口・郵送

申請書に以下の必要書類を添付し、窓口または郵送で申し込む

- ・基礎年金番号通知書または年金手帳
- ・本人確認書類（マイナンバーカード・運転免許証・パスポート・在留カードなど）
- ・[退職（失業）したことにより申請する場合] **次のいずれか1点**
- ・**雇用保険被保険者離職票** ・**雇用保険受給資格者証** ・**雇用保険被保険者資格喪失確認通知書**
(いずれもハローワークの公印が押してあり、離職日が記載されているもの) ※公務員だった方は退職辞令
- ・[本人および世帯主以外の方が窓口で申請する場合] 委任状
- ・[申請書にマイナンバーを記入された場合] マイナンバーカード、または通知カード

10年以内に免除等を受けた方へ

保険料免除や納付猶予を受けた場合、全額納付と比べて**年金額が低く**なります。しかし、免除期間をさかのぼって10年前の分まで**納付(追納)**すると、年金額を増やせます。

ただし、免除等期間の翌年度から3年度目以降に追納する場合、経加算額が保険料に上乗せされますので、早めに追納してください。

アプリでのお支払い

スマートフォンアプリを使用したキャッシュレス決済での納付ができるようになりました。

▶対象決済アプリ

auPAY、d払い、PayPay、PayB、楽天ペイ



▶申請・問合せ先

- ・日本年金機構 土浦年金事務所 〒300-0812 茨城県土浦市下高津2-7-29
☎029-825-1170 🌐<https://www.nenkin.go.jp/>
- ・市役所国保年金課 国保・年金G 内線105



日本年金機構

ウィッグ、乳房補整具購入費用助成



▶対象となる製品

[ウィッグ]ウィッグ本体、装着に必要な装着用のネット ※付属品、ケア用品および毛髪が付いた帽子は対象外

[乳房補整具]乳房補整パッド、人工ニップル、人工乳房、補整下着 ※付属品、ケア用品および体内に挿入する人工乳房は対象外

▶対象者

次の全ての項目に該当する方

- ・市内在住の方（ウィッグなどの購入から申請までの期間）
- ・市税の滞納がない方
- ・がんの治療による脱毛または乳房の切除などに対処するためにウィッグなどを購入した方
- ・同種の助成などを受けていない方（ただし、いばらきがん患者トータルサポート事業補助金との併用可）

▶助成額

対象購入経費の2分の1（ウィッグは2万円、乳房補整具は1万円が上限）

▶助成回数

ウィッグ、乳房補整具それぞれ1回ずつ

▶申請方法

購入日の翌日から1年以内に必要書類を保健センター窓口提出する

▶必要書類

書 類 名	説 明
守谷市がん患者ウィッグ等購入費用助成金交付申請書兼請求書	保健センター窓口または市ホームページから取得（請求書には認め印が必要）
がん治療の受診を証明する書類の写し	診療明細書、治療方針計画書など
購入した金額の明細が分かる書類の原本	宛名・購入日・購入金額・金額の内訳・領収証発行者の名称および住所の記載されたもの
本人確認書類の写し	マイナンバーカード、運転免許証など
振込先口座が確認できる書類の写し	銀行名・名義・口座番号が確認できるもの（通帳など）
「いばらきがん患者トータルサポート事業（社会参加サポート事業）交付決定通知書」の写し	支給を受けている方のみ必要

▶申請・問合せ先 保健センター ☎48-6000

あなたの骨は大丈夫？

女性のための骨粗しょう症検診

骨量は、体の成長が終わる20歳頃まで増加し続け、40歳を過ぎると減少していきます。女性はもともと男性より骨量が低く若いうちから骨量を保つ生活習慣を身につけておくことが大切です。

いつまでも健康であり続けるために、この検診をきっかけに骨粗しょう症予防を始めませんか。

▶日程

8月8日(火)または9日(水) 8:45～受付／9:00～12:00講話・検診

▶場所

市役所 大会議室

▶対象者

市内在住の40～70歳の女性（令和6年3月31日時点） ※骨粗しょう症で治療中・経過観察中の方は除く。

▶内容

- (1)骨粗しょう症についての講話（講師：総合守谷第一病院医師）
- (2)栄養士による講話
- (3)骨粗しょう症検診（足のかかとの超音波検査）

▶定員

100人 ※超過の場合抽選

▶料金

500円（40・45・50・55・60・65・70歳の方は無料） ※令和6年3月31日時点

▶申込期間

7月3日(月)～7日(金)

▶申込方法

QRコードまたは電話、窓口で申し込む

▶申込・問合せ先

保健センター ☎48-6000

電子申請▶



申請受付中！

令和5年度後期 学校体育施設の定期使用



▶対象期間 令和5年10月1日(日)～令和6年3月31日(日)使用分

▶対象 以下の全てに該当する団体
・市内在住、在勤、在学の方10人以上
・当該団体の監督者として成人が含まれる

▶申込期限 6月28日(水) (必着)

▶使用団体代表者会議

7月13日(木) 19:00～(40分程度)
もりりん中央 ホール ※代表者は必ず出席してください。

▶注意事項 施設を破損した場合、団体の責任で原状回復
(スポーツ安全保険などに加入していることが望ましい)

▶申込方法

学校体育施設定期使用申込書、学校体育施設使用
団体登録申請書(窓口または市ホームページから取
得)に必要な事項を記入し、メール、郵送または窓口
で申し込む

※御所ヶ丘小体育館は改修工事により令和5年7月～令
和6年3月まで使用できません。

※守谷小、郷州小、松前台小体育館は、エアコン設置工事の
ため、令和5年10月～令和6年1月まで使用できません。

※郷州小の開放時間は21:00まで。

▶主な開放施設・時間

施設		グラウンド	体育館		卓球場	格技場
区分		小学校	小学校	中学校	中学校	中学校
開放時間	月～金曜日		17:00～22:00	18:00～22:00	18:00～22:00	18:00～22:00
	土・日曜日、祝日	9:00～17:00	9:00～22:00			
使用料(1時間当たり)		無料	150円	150円	50円	50円

※同時に複数の施設を使用することはできません。

※体育館の平日17:00～19:00の時間帯は、子どもの活動が主となる団体のみ使用可。

※使用希望日が重複した場合は、抽選になることがあります。

▶申込・問合せ先 市役所生涯学習課 スポーツ推進室 内線275
〒302-0198 守谷市大柏950-1 ☒ sports@city.moriya.ibaraki.jp

暮らしのコーナー

突然の訪問による リフォーム工事の契約は、慎重に！

事例

突然来訪したリフォーム業者に「屋根瓦が浮いている。無料で点検する」と言われ、了承した。屋根の写真を見せられ「このままでは台風がきた時に瓦が飛んで大変なことになる。火災保険を使えば自己負担なく修理ができる」と言われ、高額な屋根工事を契約してしまった。

アドバイス

- すぐに契約することは控えましょう。
- 「火災保険が使える」と勧められても、まずは自分自身で加入している保険会社に確認しましょう。保険金の申請は自分で行うことができます。
- 複数の事業者から工事の見積もりを取ったうえで慎重に検討しましょう。
- 安心して依頼できる事業者について、日ごろから情報を集めておくことも大切です。
- 契約してしまっても、クーリング・オフを行うことができる場合があります。困ったら市消費生活センターにご相談ください。



トラブルに あったら…

市消費生活センター ☎45-2327
(市役所2階経済課内)
月～金曜日9:00～12:00、13:00～16:00
(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

消費者ホットライン ☎188(全国共通)

9:00～17:00(年末年始を除く)
土曜・祝日は国民生活センター、
日曜日は茨城県消費生活センターにご案内します。

消費者庁
消費者ホットライン
イメージキャラクター イヤヤン



ご協力をお願いします

公園・街路樹の樹木を消毒します

今年も公園・街路樹などの管理に伴う樹木の消毒を実施します。
ご迷惑をお掛けしますが、ご理解をお願いします。

▶実施場所 市内全域
近隣にお住まいの方には、実施日前に施工業者から
ポスティングにてお知らせします。
※詳しい実施場所・日程は市ホームページをご覧ください。

▶散布時間帯 8:30～17:00

▶使用薬剤 ロックオンフロアブル水和剤

※この薬剤は、散布された葉などを食べることによる殺虫のため、効き目が現れるまで数日かかりますが、約2～3カ月の長い間効果が持続します。また、「チョウ目の毛虫のみ」に効果があるため、人体への影響や、哺乳動物やミツバチ、その他昆虫などにも影響はありませんが、散布作業中は、念のため洗濯物などを取り込んでいただくようお願いします。

▶散布回数 年2回(6月上旬～9月末)
なお、毛虫などが想定以上に発生してしまった場合は、都度散布にて対応します。
発見した際はご連絡ください。

▶問合せ先 市役所建設課 管理G 内線 254



公園等里親表彰



左からふれあい小径をつくる会越悦治さん、松丸市長、シルバー人材センター勝村秀樹さん

4月22日守谷市役所で、10年継続して市の公園等里親事業に参加し、市内の環境美化や緑化推進に協力していただいた2団体を表彰しました。

また、当日は、41団体が出席し、団体の表彰、講習会および意見交換を行いました。日頃より市内の緑化推進へのご協力ありがとうございます。

▶受賞団体 ・ふれあい小径をつくる会
・公益社団法人シルバー人材センター



▶問合せ先
市役所建設課
管理G
内線254



企業版ふるさと納税による寄附を頂きました

株式会社ウォーターエージェンシー様(本社:東京都新宿区)から、企業版ふるさと納税を活用して100万円を寄附していただきました。寄附金は、第2期守谷市まち・ひと・しごと創生総合戦略の「新しい人の流れをつくる事業」のために活用させていただきます。ご協力ありがとうございました。

▶問合せ先 市役所企画課 企画・統計G 内線333

飼い主のいない猫の

不妊去勢手術を助成します

守谷市動物愛護協議会では、飼い主のいない猫の不妊去勢手術費用の助成を行っています。

「野良猫が増えて困る」「ふん尿被害に困っている」「子猫を保護してほしい」など、飼い主のいない猫についてはさまざまな相談が寄せられます。しかし、全てに対応することは難しく、猫は繁殖力が非常に強いため、保護されても殺処分の対象となってしまうことがあります。

このような問題への対応策として、当協議会では、野良猫の繁殖を制限するTNR活動（猫を捕まえ（Trap）、不妊去勢手術をし（Neuter）、元の場所へ戻す（Return）こと）を進めています。

殺処分をすることなく自然に野良猫の頭数を減少させるため、不妊去勢手術にご協力をお願いします。



▶市内協力動物病院

病院名 (50音順)	所在地	連絡先
おおかわ動物病院	立沢235-11	☎21-1299
岡田動物病院	松ヶ丘4-3-5	☎45-3895
けやき台動物病院	けやき台1-27-10 ユウアイグランデ南守谷101	☎48-8199
新守谷動物病院	松前台2-2-3	☎45-9926
杉山動物病院	松並1877-9	☎45-8166
つむぎ動物病院	みずき野5-5-16	☎38-7181
とまと動物病院	御所ヶ丘2-11-6	☎37-5437
ふれあい動物病院	けやき台3-9-1	☎21-1502
守谷フォレスト動物病院	けやき台6-16-16	☎46-1701
ゆりがおか動物病院	百合ヶ丘2-2779-216	☎45-1966

▶対象

〔対象者〕市内在住の方 〔対象猫〕市内に生息する飼い主のいない猫

※捕獲・不妊去勢手術後に飼い猫として室内飼育する、または、譲渡目的で保護した場合も助成の対象とします。

▶助成金額

オス7千円、メス1万円を上限とした不妊去勢手術費用（抗生剤含む） ※予算がなくなり次第終了

▶申請方法

- ①申請用紙（市内協力動物病院または市役所生活環境課窓口で取得）を記入し、病院へ猫を搬入する際に提出する。
- ②猫を病院から搬出する際、耳先のカットまたはマイクロチップの装着を確認し、申請用紙の動物病院記入欄に記入と署名をしてもらう。また、手術の明細書を受け取る。
- ③猫を元の場所へ戻した後、申請用紙に「リリース後の猫の状況」（例：翌日に餌を食べにきた、家で飼うことにした、譲渡目的で保護するなど）と振込先を記入する。
- ④申請用紙と手術の明細書を市役所生活環境課に提出する。

▶申請期限

令和6年3月29日(金)必着

▶申請先

市役所生活環境課 環境・廃棄物 G 内線145

▶問合先

守谷市動物愛護協議会・TNR助成金担当（一木）

☎090-9373-6283

✉doubutsuaigo.moriya@gmail.com



▶未手術の猫と区別するために、手術の際に片方の耳先（オスは右耳、メスは左耳）をカットします。カットした耳の形が桜の花びらに似ているため、「さくら猫」と呼ばれます。

情報 ひろば

INFORMATION

イベント

野鳥観察会

- 日 6月25日(日) 9:00～12:00
※小雨決行
場 小さな鳥の資料館前
内 森の中でキビタキを探そう
講 池田昇氏(小さな鳥の資料館館長)
定 先着10人程度
主 市観光協会、守谷野鳥のみち自然園
持 双眼鏡、運動靴など
申 6月19日(月)～23日(金)に電話で申し込む
問 池田 090-1465-8177

おもしろ理科先生 ～Dr.ナダレンジャーの 自然災害科学実験教室

- 雪崩、地震、突風などの自然災害がどうして起きるのか、わかりやすく実験しながら学んでみよう。
日 7月2日(日) 14:00～15:30
場 もりりん高野
対 年少～小学生と保護者
定 50人(1組4人まで)
※超過の場合抽選
講 納口恭明氏(おもしろ理科先生)
申 6月19日(月)12:00までにQRコードまたはもりりん中央窓口(官製はがき持参)で申し込む
問 もりりん中央 48-6731

筋トレ&ストレッチ

もりりん郷州

6月22日(木)・7月11日(火)
11:00～11:15受付/先着15人

もりりん高野 6月26日(月)

13:00～13:30受付/先着15人

もりりん北守谷 7月6日(木)

13:00～13:30受付/先着15人

もりりん中央 7月20日(木)

9:30～9:45受付/先着14人

持 飲み物、タオル、ストレッチマット(ある方)

服 運動のできる服装

申 各会場とも当日受付

定員になり次第開始(45分間)

問 もりりん中央 48-6731

「夢みる小学校」上映会

「夢みる小学校」に登場するのは、ありのままの自分でいられる子どもファーストな3つの学校。そこでは宿題もテストもありません。おとなもワクワクするドキュメンタリー映画。乳幼児も一緒に鑑賞OK。両日ゲストの講演もあります。

日 6月30日(金)、7月1日(土)

各日13:00開場

場 取手ウエルネスプラザ

多目的ホール(取手市新町2-5-25)

定 300人

料 1,000円(高校生以下無料)

申 6月1日(木)～7月1日(土)に申し込む

問 夢みる小学校自主上映取手

実行委員会

090-4925-6695 福井

yumemiru.toride

@gmail.com



ウィンドアンサンブル守谷 第20回定期演奏会

市内で活動する吹奏楽団「ウィンドアンサンブル守谷」です。クラシックからポップス、ラテンまで、幅広いジャンルの曲を演奏します。

日 7月16日(日) 13:30開場/14:00開演

場 取手市民会館 ホール

(取手市東1-1-5)

定 先着1,000人

内 ラフマニノフ交響的舞曲第3楽章、時代劇絵巻、ライオンキングメドレー ほか

問 ウィンドアンサンブル守谷

090-4751-4641

横瀬



第21回若い芽のコンサート オーディション開催

「第21回若い芽のコンサート」をコロナ禍前の形で開催決定。参加者のオーディションを行います。詳細はホームページをご確認ください。

日 8月20日(日) 10:00～

場 もりりん中央 ホール

対 市内在住・在学・在勤の小学生～30歳まで

料 4,000円(オーディション参加費)

申 6月20日(火)～7月25日(火)(必着)に、市役所生涯学習課に申込書(音楽部会ホームページで取得)を郵送、または窓口で申し込む

問 守谷市文化協会音楽部会

moriyasiongakubukai

@gmail.com

田中美香



有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載していません)



キ・ターレカブトムシプレゼント

かっこいいカブトムシを育ててみよう！

日 7月22日(土) 13:30～17:00

対 3歳～小学生

定 先着50人程度

持 虫かご

申 7月7日(金)9:00～14日(金)に電話
で申し込む

場・問 北守谷児童センター
☎45-2278



子ども映画会「SING2」

日 7月30日(日) 9:30開場／10:00開演
(上映時間110分)

対 市内在住のお子さんとその家族4席
まで

定 先着250人

申 7月10日(月)9:30～QRコード、窓
口または電話で申込む

場・問 もりりん中央
☎48-6731



茶道一日体験

七夕の趣向を凝らしたお席で武家茶道
を楽しみませんか。

日 7月1日(土) 10:00～12:00

場 もりりん中央 2階 和室

対 市内在住・在勤・在学の方

定 先着20人

料 500円(お菓子・お茶代)

申 6月16日(金)～27日(火)までに、電話
またはメールで申し込む

講・問 市文化協会茶道部会 大和遠州流
竹村秀翠 ☎45-4603

✉chieco.take12@docomo.ne.jp

夏休み特別企画 キ・ターレ将棋教室

守谷将棋クラブの先生やお友達と将棋
で楽しく遊ぼう！

わからないことは先生が教えてくれる
ので初心者でも安心！

日 7月25日(火)～29日(土)
14:00～16:00

※5日間参加できなくても可

対 小学生以上

定 先着20人

申 7月10日(月)～23日(日)9:00～電話
で申し込む

場・問 北守谷児童センター
☎45-2278



Rainbow Link コンサート

土橋創(バリトン)、中山修伍(ピアノ)、
Dolce (女声コーラス)による、ジャン
ルや世代を越えて楽しめるコンサート
です。歌に生き、愛に生きた、ソプラ
ノ・鈴木厚子さんによる、最後のプロ
デュースコンサート、皆さんぜひお越
しください。

※1月29日のチケットをお持ちの方
は、そのままお使いいただけます。

日 7月2日(日)
13:00開場／13:30開演

場 もりりん中央 ホール

内 マスカーニのアヴェ・マリア、エリ
ザベートより「私だけに」、虹の彼方
に、「魔笛」ハイライト…他

定 200人

料 [前売券] 一般／1,500円、中学生以
下／500円 [当日券] 一般／2,000
円、中学生以下500円

問 Dolce 澄川 ☎090-7402-0094

令和5年度 茨城県障害者スポーツ大会 「団体競技・レクリエーション競技」

令和5年度茨城県障害者スポーツ大会
「団体競技・レクリエーション競技」へ
の参加者を募集します。詳細はお問い
合わせください。

申 6月5日(月)～7月12日(水)に申込書
(県ホームページで取得)を記入し
市役所社会福祉課に申し込む

問 県障害者スポーツ・文化協会

☎029-301-3375
FAX029-301-3378



令和5年度 守谷市の花 山百合展示会

昨年11月に鉢植え講習会を受講した
市民の皆さんが育てた守谷市の花「山
百合」をぜひご覧ください。

日 6月27日(火)13:00～7月3日(月)12:00

場 市役所1階ロビー、TX守谷駅構内

主 守谷山百合の会、高野公民館

高野山百合の里鑑賞会

日 7月6日(水)～10日(月)
9:00～15:00

場 高野山百合の里(もりりん高野裏)

問 もりりん高野 ☎45-5411



有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載しておりません)

講座・講演会

読書感想文 書き方講座

書き方のコツを聞いて、読書感想文に挑戦しよう。

日 7月29日(土) 10:00～11:30

場 もりりん北守谷

内 読書感想文の書き方を学びます。
※講座中に感想文は完成しません。

対 市内の小学3～6年生と保護者

定 30組 ※超過の場合抽選

講 横山悦子氏(川村学園女子大学教授)

持 室内用シューズ、筆記用具

申 7月13日(木)17:00までにQRコード
(<https://forms.gle/hzz82APFqK6sKu9m7>)で申し込む

問 もりりん中央

☎48-6731



シニア向け スマートフォン入門教室

基本操作からインターネットの使い方を説明します。

日 7月3日(月) 14:00～16:00

対 スマホ未経験者、初心者

定 20人 ※超過の場合抽選

講 KDDI認定講師

申 6月19日(月)17:00までに官製はがきを持参し窓口で申し込む

場・問 もりりん中央 ☎48-6731

夏休み親子料理講座 「パンダの米粉入りちぎりパンと フルーツゼリー」

日 7月26日(水) 14:00～16:30

場 もりりん北守谷

対 市内小学生と保護者

定 6組12人 ※超過の場合抽選

料 500円/親子

講 堀祐子氏

(NPO日本食育インストラクター)

持 エプロン・三角巾・ふきん・マスク・
ハンドタオル・飲み物・パンの持ち
帰り用ビニール袋か容器・ゼリー
150cc入れる容器2個

申 7月11日(火)12:00までにQRコード
(<https://forms.gle/nSzoCKhwpmX8fEaX9>)で申し込む

問 もりりん中央

☎48-6731



キ・ターレ夏祭り2023

ふれる、つなが、ミライへ もりもり守
谷!! みんなでキ・ターレ!!

日 7月15日(土)・16日(日)

①10:00～11:30

②13:30～15:00

対 3歳～小学生

内 縁日、工作、ゲームなど

定 各回先着140人

料 縁日セット券100円

持 大きめのバッグ

申 申込不要、当日受付

場・問 北守谷児童センター

☎45-2278



子育て体験教室 高校生ボランティア

子どもが大好きな高校生の皆さん。
保育所でかわいい子どもたちと、触れ合
いながら一緒に過ごしてみませんか？

日 8月1日(火)～31日(木)の希望日

9:00～16:00

※土・日曜、8月14日(月)～16日(水)は
除く

対 市内在住・在学の高校生

内 遊びの相手、絵本読み、身支度など
のお手伝い

申 応募用紙(各保育所または市ホーム
ページで取得)に記入し7月3日(月)
～14日(金)までに希望する保育所へ
申し込む

場・問

・土塔中央保育所 ☎48-1876

・北園保育所 ☎48-4897

※受付時間 8:30～17:15

守谷市卓球大会

日 8月20日(日)

9:00集合/9:30試合開始

場 常総運動公園 総合体育館

内 ①シングルス男女別1部(卓球経験が
浅い方、試合経験の少ない方など)

※初級者の申込人数が少数の場合、
中級者以上の部での参加になる場
合があります。②シングルス男女別

2部(中級者以上)、③シングルス男
女混合3部(50歳以上) ④ダブル

ス男女別

対 市内在住の方、市スポーツ協会卓球
部所属の方、市内学校体育施設開放
使用団体登録の方

料 [市民]一般/1人1,000円、中学生
以下/500円、[市外在住の方]一般
/1人1,500円、中学生以下/1人
750円 ※当日集金

申 7月21日(金)までに、市スポーツ協会
ホームページから申し込む

問 (一社)守谷市スポーツ

協会事務局 内線540



ふるさ都市もりや朝市

今回は「夏フェス2023」と題して、夏
を満喫できる朝市を開催します！

フラステージを筆頭に総勢70店舗の
出店者と、皆さんのお越しをお待ちし
ています！ 詳しくは公式Instagram
またはLINEをご確認ください。

日 7月2日(日)10:00～14:00

(毎月第1日曜開催)

場 守谷駅西口駅前広場

問 (一社)もりや循環型

農食健協議会

代表 伊東明彦

☎090-2650-8671



有料広告スペース

(WEB版では広告を掲載しておりません)



交通遺児育英会 奨学金制度

保護者などが道路での交通事故で死亡したり、重い後遺障害で働けず、経済的に修学が困難な生徒・学生に対して奨学金を貸与する制度があります。応募資格や奨学金の金額など、詳細はホームページをご覧ください。

申 応募書類を公益財団法人交通遺児育英会奨学課に電話で申し込む

問 公益財団法人交通遺児育英会

☎0120-521286
(フリーダイヤル)



アプリで不法投棄の通報に ぜひご協力ください！

モバイル端末からアプリで、不法投棄された状況の写真やコメントなどを、簡単に投稿できます。

投稿は、リアルタイムで県に提供されます。不法投棄の通報にご協力をお願いします。

不法投棄通報アプリ:PIRIKA

世界最大規模のごみ拾いアプリ。地域の清掃活動に活用され、これまでに約80万人以上が参加し、累計1.4億個以上のごみが回収されています。

※詳細はホームページをご覧ください。

不法投棄通報専用ダイヤルへ

☎0120-536-380(平日8:30

～17:15/受付時間外は最寄りの警察署へ)

問・市役所生活環境課 環境・廃棄物G
内線144

・県廃棄物規制課
不法投棄対策室

☎029-301-3035



大切な人を亡くした方の集い (グリーンケア)

大切な家族を亡くした方が、心の痛みや悲しみを分かち合う集いです。

日 6月27日(火) 13:30～15:30

場 もりりん中央

定 20人程度

対 市内在住の方

問 NPO法人とうかつ生と死を考える会
世話人 星野幸子

☎0120-910-171

✉shoshino1963@gmail.com

子どもの成長と 教育環境のつながりとは (家庭教育講座)

教育現場の最前線から見た子どもたち

自己肯定感の高い子はどのように育つのか、周囲に与える影響力とは。一方、自己肯定感の低い子が抱える心身のストレスとは。講師は市内5校で児童生徒の成長に深く関わってきた先生です。最新の教育情報から一緒に子育てを考えてみませんか。

日 7月13日(木)

10:00受付/10:30～12:00講座

場 もりりん中央

対 18歳以上

講 小池義寿氏(前守谷中学校長)

申 6月10日(土)～7月3日(月)までに電話
またはQRコードで申し込む

問 市役所生涯学習課

生涯学習G 内線272



その他

守谷おもちゃ病院

子どものおもちゃを修理します。

日 7月5日(水) 10:00～12:00

場 もりりん中央 ※事前または当日
に直したいおもちゃを持参

対 市内在住家庭の子ども用おもちゃ

備 【取り扱えないもの】一般家電・エア
ガン・ゲーム機器・パソコン関係・そ
の他直接100V電源につながるもの

問 もりりん中央 ☎48-6731

認知症の方の家族のつどい

認知症の方の家族だからこそその悩みや不安を一人で抱え込まず、話してみませんか。

日 7月18日(火) 14:00～15:30

場 中央図書館 集会室1

対 市内在住の認知症の方の家族

定 10人程度

申 7月14日(金)までに、窓口、電話またはメール(住所・氏名・連絡先を記入)で申し込む

問 市役所健康長寿課 地域ケア推進G
内線174、175

✉kenkou@city.moriya.ibaraki.jp

親子で浴衣の着付け講座

親子で学んで、お祭りへ出かけよう！

日 ①6月24日 ②7月8日

③7月22日(全3回すべて土曜日)

14:00～16:00

場 もりりん高野 対 親子

定 15組 ※超過の場合抽選

料 1,500円(3回)

講 渡来つやこ氏(ハクビ着付講師)

内 ①一緒に浴衣を着てみよう

②子どもの着付

③まとめ

持 (親子共に)浴衣・裾除け・肌襦袢・モ
スリン3本・帯板・伊達締め・半幅帯・
長めのタオル

申 6月20日(火)12:00までにQRコード
(☞<https://forms.gle/qWwUenfsTbUXwfXu8>)で申し込む

問 もりりん中央

☎48-6731



あした大作戦！ 今日から始める オーラル・フレイル予防 ～知っておきたい、 高齢者のお口のあれこれ～

おいしく食べ、おしゃべりし、思いっきり笑う

体の健康に深いつながりがあるお口のあれこれを知って、元気な生活を続けるために「オーラル・フレイル予防」を一緒に始めてみませんか。

日 7月27日(木) 14:00～16:00

場 市役所 大会議室

内・オーラル・フレイル予防

・全身疾患に繋がる歯周病

・歯科金属アレルギー

・歯科定期健診の必要性

・お口の体操、咀嚼力検査と

反復唾液嚥下テスト

対 市内在住の方

定 30人

講 井野俊之氏

(茨城県歯科医

師会介護保険委員会歯科医師)

持 筆記用具・飲み物・タオル・手鏡

申 6月19日(月)～7月18日(火)にメール、
電話または窓口で申し込む

問 市役所健康長寿課

地域ケア推進G 内線174、175

✉kenkou@city.moriya.ibaraki.jp



令和6年度 自治公民館建設補助

令和6年度に自治公民館の新改築・増築・修繕をする際は、建設補助制度を申請してください。

【対】〈新改築〉延べ床面積が50㎡以上
〈増築〉建築から5年以上経過
〈修繕〉事業費が10万円を超えるもの

【料】事業費の2分の1

※延べ床面積・工事費などで補助金の限度額があります。

【申】交付申請書（市役所市民協働推進課窓口または市ホームページで取得）に必要書類（設計書・見積書など）を添え、7月20日（木）までに提出する

【備】【実績】フロア、屋根、内装修繕など
【問】市役所市民協働推進課 協働推進G 内線133



ご存知ですか？ 高次脳機能障害

高次脳機能障害とは、事故や転落による外傷や、脳卒中等の病気で脳に受けたダメージを原因とした後遺症です。

<主な症状の例>

- ・新しいことが覚えられなくなった
- ・気が散りやすく作業を長く続けられない
- ・段取りよく仕事ができなくなった
- ・ささいなことで怒ったりイライラする

【問】【相談先】茨城県高次脳機能

障害支援センター

☎029-887-2605

（平日9:00～17:00）



誰でもなりうる障がいです。
1人で悩まずお気軽に
ご相談ください。

もりやをきれいにしよう会

毎月1回、市内の清掃活動を行っています。皆さんの参加をお待ちしています。

【日】7月1日（日）9:00～

【場】ローソンつくばみらい簡戸店から松並青葉方向約500mの区間

【問】市役所生活環境課 環境・廃棄物G 内線142

元気いばらき就職面接会 （中高年・シニア対象）

求職中の中高年・シニア離職者などを対象に、合同就職面接会を開催します。複数の企業の人事担当者と直接会えるチャンスですので、ぜひご参加ください。

事前予約不要、参加費無料です。

【日】7月27日（木）

13:00受付／13:30～15:30

【場】県土浦合同庁舎 本庁舎3階（土浦市真鍋5-17-26）

【対】中高年・シニア離職者などの求職者

【備】参加企業約20社

【問】いばらき就職支援センター

県南地区センター

☎029-825-3410

新守谷駅周辺バリアフリー 基本構想策定 アンケートを実施します

新守谷駅、駅周辺の主要な施設および経路となる道路のバリアフリー化を進めるため、バリアフリー基本構想を策定する予定です。策定にあたり、皆さんから広くご意見をいただくため、アンケート調査を実施します。新守谷駅利用者、無作為に抽出した方へ郵送で実施する予定です。ご協力をお願いします。

【日】【アンケート実施時期】

7月～8月（予定）

【バリアフリー基本構想策定期間】

令和6年3月（予定）

【問】市役所都市計画課 内線243

産前産後サポート事業が 始まりました

妊娠中から産後1年未満までの方を対象とした相談をお受けします。赤ちゃんの体重は増えているのかな？ おむつのサイズはこれでいいのかな？ 服は何枚着せるのかな？ 抱っこしてもオムツを替えても泣き止まない。産前・産後は気になる事が多いものです。電話で、ご自宅で、保健センターで、ご希望に合わせて相談できます。1人で抱え込まず、保健センターまで、お気軽にお電話ください。

【問】保健センター 母子・予防G

☎48-6000

茨城県行政書士会 無料相談会

【日】7月8日（土）13:00～16:00

※予約不要

【場】もりりん中央

【内】相続・遺言・会社設立・許可申請・農地転用・ビザ・公正証書・後見・離婚協議など

【問】茨城県行政書士会 県南支部

☎48-5349

私たちとお話しませんか

子供に障がいがあることを人に言えない、もやもや、落ち込み…。一人で抱え込まないで、私たちとお話しませんか。

【日】7月20日（木）10:00～12:00

【場】市役所 大会議室

【対】障がい児のいる家族

【主】ぽかぽかの会

（守谷市障がい児父母の会）

【問】市役所社会福祉課 障がい福祉G

内線164

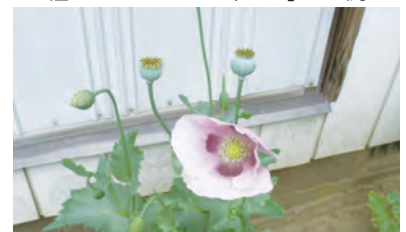
植えてはいけない 「けし」の発見にご協力ください

「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、法律で栽培が禁止されているものがあります。植えてはいけない「けし」を発見した場合は、竜ヶ崎保健所まで御連絡ください。

【問】県竜ヶ崎保健所衛生課

☎0297-62-2163

植えてはいけない「けし」の一例



アツミゲシ（セティゲルム種）



ゲシ（ソムニフゲルム種）



7月 各種相談

法律相談

日 6日(木)・20日(木) 13:00~16:00

場 文化会館 ※要予約(平日のみ)

問 人権推進課 ☎48-7911

予約状況は市ホームページ
でご確認ください。



税務相談

日 12日(水) 13:00~16:00

場 市役所

問 7月3日(月)~6日(木)に要予約

税務課 内線205~207 ※先着6人

若者就労支援相談

日 22日(土) 13:00~17:00

場 もりりん中央

問 3日前までに要予約

いばらき県南若者サポステ

☎029-893-3380

✉info@saposute-tsukuba.jp

こころの健康相談

日 6日(木) 13:30~15:30

場 保健センター

問 1週間前までに要予約 ☎48-6000

教育相談・不登校相談

日 月~金曜日 9:00~16:30

※祝日・年末年始除く

場 総合教育支援センター

(もりや学びの里内)

問 ☎0120-78-3018

※固定電話のみ通話可 ☎46-2341

家庭児童相談

日 月~金曜日 8:30~17:15

※祝日・年末年始除く

場 家庭児童相談室(市民交流プラザ内)

問 ☎45-2314

年金・労務相談

日 10日(月) 14:00~16:00

場 いきいきプラザ・げんき館

(社会福祉協議会)

問 相談日前週の金曜日までに要予約

☎45-0088

電話相談

日 金曜日 10:00~15:00

場 いきいきプラザ・げんき館

(社会福祉協議会)

問 ☎48-5555

茨城県立伊奈特別支援学校 会計年度職員(調理員)募集

日 令和6年3月31日まで(次年度へ更新の場合あり)

内 学校給食の調理等(調理室の清掃、片付けなど含む)

定 3人(下記勤務内容 各1人)

料 ①週29時間勤務

月額118,000円~170,000円

②週19時間20分勤務

月額78,800円~113,600円

③週25時間勤務

時給950円~1,400円

※①~③全て年2回の賞与あり

※賃金は、経験・経歴を鑑み決定します。

※通勤費、労災保険加入、有給休暇あり(条件付き)

※詳細はお問い合わせください。

場・問 県立伊奈特別支援学校 事務室
(つくばみらい市青古新田300)

☎0297-58-8727

第1回甲種防火管理新規講習

日 7月11日(火)・12日(水)の2日間

※全日程受講者のみ資格付与

場 ポリテクセンター茨城

(常総市水海道高野町591番地)

内 防火管理の意義および制度

・火気管理

・施設・設備の維持管理

・防火管理に係る訓練および教育

・防火管理に係る消防計画

定 60人 ※超過の場合抽選

料 5,800円(常総地方防火協会加入事業所の防火管理者は5,300円)

申 6月19日(月)~22日(木)に受講申請書(各消防署またはホームページから取得)を記入し、窓口へ申し込む

問 常総地方広域市町村圏事務組合
消防本部予防課

☎0297-23-0904



サークル応援事業

もりや

NATSUのコンサート

参加団体募集!!

もりりん・もりや学びの里・東板戸井集会所を利用している音楽団体(定期サークル)の皆さんに、もりりん中央ホールで発表していただくコンサートです。ぜひご応募ください!

▶日時 8月19日(土) 9:00~17:00

リハーサル...18日(金)

▶場所 もりりん中央 ホール

▶対象 もりりん・もりや学びの里・東板戸井集会所を利用する定期サークル ※多数の場合抽選

▶申込方法

6月26日(月)までに申込用紙(各もりりん窓口で配布)に記入し、各もりりん窓口で申し込む

▶問合先

もりりん中央 ☎48-6731



子育て世代 包括支援センター

(市役所1階
のびのび子育て課内)

子育て世代包括支援センターでは、母子健康手帳の交付のほか、安心して妊娠、出産、子育てができるよう、面談や助成金の交付などのサポートをしています。



今年度から「伴走型相談支援」と
「出産・子育て応援ギフト」が始まりました!



伴走型相談支援

妊娠期から子育て期にわたり、面談などによる相談支援を行います。

- ①妊娠期 妊娠届出時に、アンケートと面談を実施し、保健師・助産師が今後の見通しなどをお話します。
- ②妊娠8カ月頃 アンケートを送付し、回答内容により電話での相談や訪問を実施します。
- ③子育て期 産後2～3カ月頃に、お近くの子育て支援拠点(キ・ターレ、ミ・ナーデ、エ・ガーオ、ねっこもりや、soramai Kids、夢っ子ひろば)で開催するグループ交流会の招待状を送ります。同時期に生まれた赤ちゃんや保護者の方たちと子育ての楽しさや大変さを気軽に話してみませんか?



お気軽に
ご相談ください!

保健師の
寺田主任と武藤主任

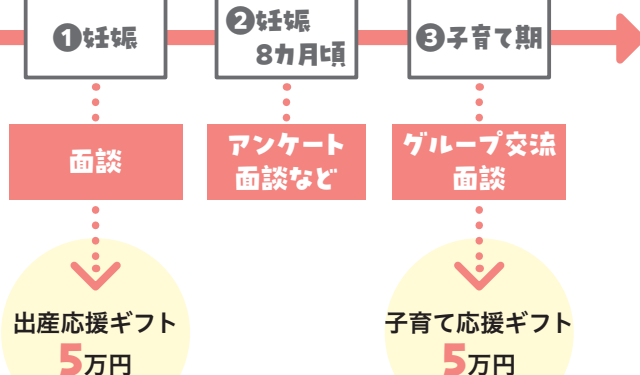
出産・子育て応援ギフト

- ・出産応援ギフト
妊娠届を提出し、保健師・助産師と面談後、申請した方に5万円を支給します。
- ・子育て応援ギフト
産後2～3カ月頃のグループ交流会(上記)に参加後、ギフトの申請をした方に5万円(双子の場合は10万円)を支給します。

妊産婦子育て応援助成券

妊娠届を提出した方に、妊産婦子育て応援助成券を交付しています。

- ▶対象者 妊娠届を提出した妊婦の方
- ▶助成内容 1枚700円の助成券を10枚交付
- ▶利用できる施設 ・守谷市内のタクシー事業者
・もりやファミリーサポートセンター
- ▶利用期限 助成券を交付した日から、生まれたお子さんの2歳のお誕生日まで



妊産婦子育て
応援助成券
700円×10枚



初回妊婦健康診査受診料助成

非課税世帯または生活保護受給世帯の方は、初回の妊婦健康診査受診料を助成します。
※妊婦健康診査受診票をもらう前に自費で受診したものに限りです。

守谷市の

子育て支援 サービス

▶問合せ 市役所のびのび子育て課 内線157



家庭児童 相談室

(守谷市市民交流プラザ内)

0歳から18歳までのお子さんや家庭のこと
でお悩みがありましたら、ご相談ください。

守谷市御所ヶ丘5-25-1
(市民交流プラザ内) ☎45-2314

▶相談日時 月曜日～金曜日(祝日は除く)
8:30～17:15



出張相談も
開催しています!

南守谷児童センター(ミ・ナーデ)

▶相談日時 毎週金曜日10:00～12:00 ☎21-1224

守谷駅前親子ふれあいルーム(エ・ガーオ)

▶相談日時 毎月第2水曜日10:00～12:00 ☎21-4545 ※電話予約が必要です。



ファミリー サポート センター



利用料減免が
スタート!

対象

- 以下のいずれかに当てはまる方
- ①生活保護受給世帯(全額免除)
 - ②市民税非課税世帯(全額免除)
 - ③ひとり親世帯で児童扶養手当の受給世帯(半額免除。ただし第3子以降は全額免除)

支援内容

- ①送迎援助(保育所、幼稚園、小学校への送迎のみ)
※塾や習い事などの送迎は除く)
- ②センター援助、集会室援助(ただし保育所、幼稚園などに所属していない方) ※交通費、おやつ代などの実費は自己負担。

育児を「お手伝いしてほしい人」と、「お手伝いしたい人」の支え合いで親子を応援する、子育て支援サービスです。

利用会員に登録すると、サポーター会員による在宅援助と施設援助「ぴよぴよ」(市民交流プラザ内)と「ぴよぴよほくえん」(北園保育所集会所)を利用できます。詳しくは、ホームページをご覧ください。



お手伝いしてくれる方
(サポーター会員)を
募集しています!
詳しくはP.10をご覧ください。



7月のピックアップ講座 ★は要予約



ミ・ナーデ (南守谷児童センター)

☎21-1224



講座名 親子クッキング★

季節のメニューを親子で作しましょう。2歳以上の未就学児親子対象。自分で作るご飯は最高！ 食への関心も芽生えます。



講座名 幼児水遊び★

ミ・ナーデのデッキで水遊び。水鉄砲やじょうろなど、お友達やおうちの方と夏を楽しみましょう。



講座名 幼児工作会★

たくさんの牛乳パックで作るいすは、お子さんのさまざまな日常の場面で使えること間違いなし！ 大好評のイベントです。



エ・ガオ

(守谷駅前親子ふれあいルーム)

☎21-4545

- 講座名
- ・セタウィーク★
 - ・エ・ガオ夏祭り★



soramai KIDS

(そらまい守谷保育園子育て支援センター)

☎45-7255

- 講座名
- ・英会話教室★
 - ・親子で体操遊び★



夢っ子ひろば

(地域子育て支援センター)

☎45-2462

- 講座名
- ・絵本って楽しいね♪～パパの読み聞かせ講座～★
 - ・ママのためのウェーブストレッチ★



ちきんえぐ

(守谷どろんこ保育園子育て支援センター)

☎44-9028

- 講座名
- ・出前保育(栄町公園)
 - ・寺親屋(離乳食のいろは)



キ・ターレ

(北守谷児童センター)

☎45-2278

- 講座名
- ・キ・ターレ夏祭り2023
 - ・キ・ターレカブトムシプレゼント★



ねっこ守谷

(まつやま保育園子育て支援センター)

☎45-8828

- 講座名
- ・ボディペイント(松並東自治会館)★
 - ・まつやまプレイルーム(中央図書館)

子育てコラム

●モヤモヤ解消法

子育て中は、嬉しい・愛おしい気持ちになることがたくさんある反面、さまざまなモヤモヤした気持ちも生まれますよね。せっかく作った離乳食を食べてくれないとき…。育児本には「8カ月頃になるとこんな言葉を話しますよ」と書いてあるのに…。職場復帰をしても、以前のような時間配分で働けないジレンマ…。

つい周りと比べてしまうことは誰もが経験したことがあると思います。

育児本や周りを参考にすることは、成長過程の見通しや知識を得るのに役立ちます。しかし、1番大切なことは、その子自身の日々の様子を受け止めることです。「昨日は食べられなかったものを食べてくれた！」「駄々をこねられても、ママ・パパとずっと一緒にいたい心の声かもしれない、だからもう少し付き合ってみよう！」など、一度大きく深呼吸をして「決して焦らない」を心がけると少し心に余裕ができますよ。

そして、自分の中の「合格点」を下げることもおすすめです。子育てを通じて自分の幼い頃を思い出したり、自分にはなかった世界観を子どもの中に見出し、そして「よく頑張っているね」と自分を褒めてあげることで、モヤモヤした気持ちが少しずつ晴れやかになりますよ。

一度大きく深呼吸を
してみましょう！



地域の子育てを応援する サポーターになりませんか？



もりやファミリーサポートセンターでは、育児の援助を受けたい（利用会員）と援助を行いたい人（サポーター会員）をつなぎ、その支え合いによる子育てを応援しています。

子どもが好きな方、講座を受講してサポーターになりませんか？

- ▶活動内容 一時預かり施設「ぴよぴよ」「ぴよぴよほくえん」での託児、保育所・学童などへの送迎、サポーター会員宅での預かりなど
- ▶対象 市内在住で健康な方、講座受講後にサポーターとして活動してくれる方
- ▶報酬 600円～800円／1時間 ※有償ボランティア
- ▶会員登録方法 サポーター育成講座（全4日間）を受講後に、申請書を記入し、登録する
※保育士、看護師、それに類する有資格者は受講免除あり（要相談）

第33回 サポーター育成講座（全4日間）

日 程	時 間	場 所
7月18日(火)	9:30～15:00	市民交流プラザ
7月19日(水)	9:30～15:00	市民交流プラザ
7月20日(木)	9:30～12:00	市民交流プラザ
7月30日(日)	13:30～16:30	守谷消防署

▶内容

サポーターとしての心構え、子どもの健康・病気・栄養、遊びと遊ばせ方、普通救命講習Ⅲなど ※講座修了後、後日実習があります。

▶受講料 無料

▶募集人数 15人 ※応募者多数の場合は抽選

▶申込方法 7月3日(月)までに電話で申し込む

- ▶申込・問合せ もりやファミリーサポートセンター 守谷市御所ケ丘5-25-1 市民交流プラザ内
☎45-2432（平日・土曜日・祝日9:00～17:00）

現在のアート・芸術文化を守谷から。



- 問合せ アーカススタジオ（もりや学びの里内）
☎46-2600（10:00～18:00）
✉arcus@arcus-project.com



詳細はこちらから▶



ヒビノホスピタルVol.78の様子

ヒビノホスピタルVol.80を開催します！

記念すべき80回目となるヒビノホスピタル！

▶日時 7月9日(日) 14:00～16:30

▶会場 アーカススタジオ

この夏、5組の芸術家が守谷にやってきます！

日本への入国制限が大幅に緩和され、最近は海外からの訪問客をよく見かけるようになりましたね。アーカスでも、2つのレジデンス事業がこの夏から始動します！

まず、エクスチェンジ・レジデンシー・プログラム。韓国のセマ・ナンジレジデンシーとのパートナーシップによる本プログラムでは、ソン・ヘミンとリュ・ソユンによるアーティストグループ、^{ライス・ブリューイング・シスターズ}Rice Brewing Sisters Club（韓国）が6月9日(金)～8月9日(水)にアーカススタジオで制作に取り組みます。そして、^{セガ・ヒコウサキ}永田康祐を9月15日(金)～11月14日(火)の約2カ月間韓国に派遣します。11月には日韓のアーティストによる合同の活動報告会を予定しています。

2つ目は、アーカス・リサーチ。アーティストだけでなく、さまざまな芸術分野の創作活動を担う人を対象とした短期滞在型のプログラムで、エリック＝オマール・カマレナ（メキシコ）、クロエ・ヴィトン（フランス）、レオーネ＝アレックス・マゾー（フランス）、ノエミエ・ソウラ（英国／フランス）の4人が、6月9日(金)～8月9日(水)にそれぞれ約1カ月間、守谷で調査・制作に取り組みます。どのアーティストも国際的に活躍している人ばかり。「アートやアーカスのことはあまり知らないけれど、何だか少し気になる」「アーティストに守谷や日本のことを伝えてみたい」など、アーティストとの交流やアートに興味がある方は、ぜひこの機会に遊びに来てください！



図書館へ行こう

▶問合先

守谷中央図書館 ☎ 45-1000 FAX 45-7500

📧 <https://www.city.moriya.ibaraki.jp/tanoshimu/library/>

図書館
ホームページ



おはなし会
スケジュール



休館日

中央図書館

7月3日📅

各公民館図書室

7月3日📅・12日📅

その手があつたか！💡

電子図書館

第3回 種類別活用法

お手持ちのスマートフォンやパソコンから読書が楽しめる守谷市の電子図書館をご存じですか？

第3回は、電子書籍の種類別活用法をご紹介します。



電子図書館
ホームページ

電子雑誌を待ち合わせ場所で

「TRC-DL マガジン 電子雑誌閲覧サービス」では、約100タイトルある雑誌の中から、好きなものを読むことができます(最新号は、図書館か公民館図書室にいる場合のみ読めます)。

トレーニング中に音声で

守谷市電子図書館内の「資料を探す」の右隣「+詳細検索」をクリックすると、「絞り込み条件検索」ができます。「音声読み上げ」のみにチェックをして検索をすると、自動読み上げで聴ける書籍が表示され、何かをしながら書籍を「聴く」ことができます。

羅生門

あくとがわりゅうのすけ まつおきよらか
芥川龍之介／著 松尾清隆／翻訳 理論社



リッチコンテンツで

子どもと一緒に絵本を楽しむ

リッチコンテンツとは、初めから絵や動画や音声や音楽が入っている電子書籍で、絵本がより楽しくなります。「+詳細検索」で「リッチコンテンツ」を検索してください。

こっそり読む!?

テーブルの上に、借りてきた本を置いておけないような場合に、電子書籍はオススメです。

図解 親ともめずにできる
これがリアルな実家の片づけです。

ないとうりとし
内藤久／著 ディスカヴァー・トゥエンティワン



読み放題パックを学校の友達と同時に読む

通常の電子書籍は、同じタイトルを同時に読める人数が限られますが、電子図書館のトップページにある、読み放題パック(児童書)の本は、何人でも同時に読めます！

検索豆知識

書籍検索のとき、並び替えで「出版年降順」を選択すると、最近出版された本が先に表示され、お探しの本が見つかりやすくなりますよ。

電子図書館は守谷市に在住・在勤・在学で、図書館利用カードをお持ちの方なら誰でも利用できます。詳しくは、図書館のホームページをご覧ください。

英語のおはなし会

国際交流員シュテファニーさんによる英語のおはなし会を開催します。シュテファニーさんのおはなし会は、これで聞き納めとなりますので、みなさんぜひ聞きにいらしてください。

▶日時 7月11日(火) 14:00~14:30

▶場所 中央図書館 1階 おはなしのへや



もしもの時の手続き・相続完全ガイド

のやくにひろ
野谷邦宏／著 クロスメディア・パブリッシング

身近な人が亡くなったら何をしたらいいの…？ 家族の前では少し聞きづらいこの本も、電子書籍なら大丈夫！ さまざまな手続き、相続の進め方を初めての方でもわかりやすく、ポイントを絞って紹介しています。早めの行動で、もしもの時に備えましょう。

オススメの
一冊！

市民活動サロン

▶ 問合せ 守谷市民活動支援センター
HP <https://www.moriya-cac.org/>
✉ moriyaborantia1@themis.ocn.ne.jp

守谷市御所ヶ丘5-25-1 (市民交流プラザ2F)
☎46-3370 FAX 46-3320 10:00~18:00開館
休館日：月曜日、年末年始 (左記以外の祝日は開館)



デジタル講座 ～実践編～

実際にアプリケーションを使って、散歩をしたり、買い物をしたり、楽しく体験する講座です。

- ▶ 日時 10:00～12:00 全3回コース ①7月15日(土) 講義
②8月3日(休) アプリ体験
③8月4日(金) アプリ体験
- ▶ 会場 市民活動支援センター会議室および校外
- ▶ 参加費 無料
- ▶ 定員 先着16人 ※3回すべて参加できる方優先
- ▶ 持ち物 スマートフォン (iPhoneまたはandroid) ※らくらくホンは不可
- ▶ 講師 スマートライフ倶楽部SLC 上西義行氏、佐藤はるみ氏
- ▶ 申込方法 6月16日(金)10:00以降に申込フォームから申し込む
- ▶ 申込・問合せ 市民活動支援センター



申込フォーム



夏休み小学生対象！ もりや寺子屋プラス

夏サンマ (学び、遊びの時間・空間・仲間) を体験し、強く・たくましくなろう！
算数・国語の学習ドリル、運動、昔の遊びなど。

日時	7月26日(水) 10:00～12:00	7月27日(木) 10:10～12:30	7月28日(金) 10:10～12:30
会場	松前台小学校体育館	市民活動支援センター会議室	市民活動支援センター会議室
内容	・マナーキッズ ※夜に星空観察検討中	・夏休みの学習課題 ・漢字計算ドリル	昔遊び、読書他
持ち物	運動ができる服装、タオル、水筒	筆記用具、水筒	筆記用具、水筒

- ▶ 定員 15人 (3日間参加できる方のみ)
- ▶ 参加費 無料
- ▶ 主催 守谷稲門会 (早稲田大学校友会)
- ▶ 申込方法 7月10日(月)必着で、往復はがきに児童氏名 (読み仮名)、性別、学年、学校名、電話番号を記入し、市民活動支援センター内もりや寺子屋宛に郵送して申し込む ※超過の場合抽選し、後日郵送で連絡します。
- ▶ 問合せ 村田 ☎090-5395-2567 養田 ☎080-3274-8552

学習支援ボランティア
募集中！
(1日でもOK)

写真展示会

花だより

花の写真を展示しています。小規模の展示会となりますが、ぜひいらしてください。

- ▶ 期間 6月16日(金)～29日(休)
- ▶ 会場 市民活動支援センター フリースペース
- ▶ 主催 フォトクラブ四季
- ▶ 問合せ 鬼形 ☎080-3450-8949



守谷市地域包括支援センターは、高齢者の皆さんの「なんでも相談窓口」です。
具体的にどんな相談が寄せられているのかをご紹介します。

相談内容ランキング

(令和4年度 守谷市北部・南部地域包括支援センター 相談実件数)

- 1位 介護保険..... 868件
- 2位 認知症 117件
- 3位 高齢者福祉 52件
- 4位 権利擁護※ 50件

※成年後見制度についてや高齢者虐待など

最近、足腰が弱ってきたかな…
よく転ぶし…
医者には、介護保険で
リハビリを勧められたけど…



最近母親のものが忘れがひどい、
怒りっぽくなった…
言ったことを覚えてなくて
どうしたらいいんだろう…

お隣のおばあちゃんが
いつも怒鳴られているけど、
大丈夫かしら…



独り暮らしだけど、
何かあったら
どうしよう…

親の介護をしながら
仕事を続けるには
どうしたらいいか…

地域包括支援センターでの相談は…

- 1 困りごとを一緒に整理します。
- 2 本人・家族にとって何が最善かを一緒に考えます。
- 3 困りごとの1つ1つに向き合い、本人の状況の変化に合わせて継続的に支援します。



相談無料

電話や窓口の他に、ご自宅への訪問でもご相談を伺っています。必要に応じて、介護保険の申請のお手伝いのほか、専門医の受診の提案や紹介をします。

▶相談時間 平日8:30～17:15

北部

守谷市北部地域包括支援センター

(特別養護老人ホームやまゆりの郷内)

☎21-2824 守谷市大山新田149-1

担当

北守谷地区…松前台、久保ヶ丘、御所ヶ丘、薬師台
大井沢地区…板戸井、立沢、大山新田、大木、緑二丁目
大野地区…野木崎、大柏、緑一丁目

南部

守谷市南部地域包括支援センター

(ひがしクリニック慶友内)

☎38-4345 守谷市松並1630-1

担当

守谷地区…中央、百合ヶ丘、松並、松並青葉、本町、
ひがし野、小山、同地、赤法花
高野地区…高野、鈴塚、乙子、美園、けやき台、松ヶ丘
みずき野地区…みずき野

もりやの LUNCH TIME

給食センターのメニューから、
オススメのレシピを紹介！

大人気！

とり肉のレモン煮

子供たちから大人気のレモン煮です。
もも肉は、鶏肉のから揚げをレモンソースで煮
て作っていたので、「レモン煮」という名前になり
ました。今は、揚げたてのから揚げ
にレモンソースをかけていま
す。

材料
(4人分)

鶏もも肉	250g	レモンソースの材料	
塩	0.5g	★砂糖	10g
酒	5g	★しょうゆ	20g
片栗粉	15g	★みりん	10g
揚げ油	適量	★レモン汁	15g
ねぎ	お好みで	★水	15cc

作り方

- ①鶏もも肉を食べやすい大きさに切る。
- ②もも肉に塩・酒で下味をつける。
- ③片栗粉をまぶしておく。
- ④鍋に★を入れ、ひと煮立ちさせて、レモン
ソースをつくる。
- ⑤鍋で油を熱し、③を180℃の油で揚げ、か
ら揚げを作る。
- ⑥熱いうちにレモンソースをかける。
- ⑦お好みでねぎをのせてください。



▶問合先 学校給食センター ☎48-0253

ダイバーシティもりやへ

みんなキラリと

市では、誰もが自分らしく暮らすことのできるまち「ダイバーシ
ティもりや」の実現を目指し、守谷市ダイバーシティ宣言を制定
しました。このコーナーでは、さまざまな多様性を自分ごとと
して見つめてもらうため、毎回異なるテーマをご紹介します。



vol.3 アンコンシャス・バイアスの対処法

参照：一般社団法人アンコンシャスバイアス研究所ホームページより

前回、アンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み）は、日常にあふれていて、誰にでもあるものだとご紹介し
ました。今回は、ネガティブな影響をおよぼさないようにするための「対処法」を3つご紹介します。

1 「決めつけ」はしない

アンコンシャス・バイアスは、「こ
うあるべきだ」「普通はそうだ」「こ
うに決まっている」といった決めつ
けの言動にあらわれやすいです。
例えば、「力仕事は男性が行うべき
だ」、「女の子だからお人形遊びが
好きなはず」など、相手や自分に対
する決めつけはないだろうか？と、
疑ってみてください。

2 サインを見逃さない

アンコンシャス・バイアスの影
響は、相手の表情や態度の変化に
あらわれることがあります。例え
ば、「表情が曇った」「声のトーンが
変わった」「目を合わさなくなった」
「挨拶が消極的になった」などに気
づいたなら、1対1での対話をする
など、違和感をそのままにせず、対
応することを心がけましょう。

3 意識して気付こうとする

アンコンシャス・バイアスは、無
意識がゆえに気付きにくいので、
「気付こう」とすることが大切です。
「100人が同じでも、101人は違う
かもしれない」「100回の結果が同
じでも、101回は違うかもしれない」
「過去と、今、未来とでは違うか
もしれない」など、ぜひ、一人一人、
その時々と向き合うことを大切に
してみてください。

アンコンシャス・バイアスに気づこうとすることは多様性を認め合
う社会の実現に向けた大きな一歩となります。少しずつ、小さなことか
らでもいいので「これってアンコンシャス・バイアスかな？」を合言葉
に、気付き、考えることから始めてみましょう。

NEXT

vol.4 多様な性とLGBT

▶問合先 市役所人権推進課（文化会館） 人権推進 G ☎48-7911

MORIYA 滞在記

似ているようでちょっと違う

「四季といえば、日本」といったイメージが強いですが、ドイツをはじめ世界の多くの国には日本と同じようにはっきりとした美しい春夏秋冬がありますね。

春の花と、夏の暑さ、秋の落ち葉と、冬の雪は、ドイツとさほど変わりません。もちろん、花と木々の種類が違ったり、日本の方が気温と湿度が高かったりしますが、基本的な四季は似ていると言っても過言ではありません。

一方、私の母国であるドイツにないのは、「梅雨」です。ドイツでは、天気が不安定な春と秋には雨がたくさん降る日があり、夏にも時々雷雨や土砂降りが発生しますが、毎年決まった時期に集中的に雨が降ることはありません。

地球温暖化の影響か、ここ数年は欧州の夏が異常に暑くなり、雨量が少ないといったニュースをよく耳にします。日本の梅雨は確かに少し厄介な時期ですが、6月の雨のおかげで水の確保ができ、お米をはじめおいしい農作物が育ちます。

逆に、ドイツでは6月に日が長くなり、気



▲四季の里公園のアジサイ



▲ドイツの春夏秋冬

温も穏やかなのでとても過ごしやすい期間です。クリスマスマーケットを目当てに12月にドイツを旅行する夢を持つ日本人は少なくないようですが、ドイツの冬は日が短くて暗いうえに関東平野の冬よりかなり寒いです。真冬なら、昼間でも氷点下の気温は珍しくありません。そのため、ドイツに行ってみたい人に12月はあまりお勧めできません。ということで、雨が降り続ける薄暗い梅雨からいつか逃げたいと思う方は、ぜひ6月のドイツ旅行をご検討ください！

四季があること自体はよく似ていると言っても、日本とドイツの四季を細かく比べてみれば、梅雨の有無をはじめ、たくさんの違いに気づくはずですが、いうまでもなく、両国の「似て非なる物」は季節だけではありません。守谷に来て1年目の頃、まだ慣れていない梅雨を乗り越えることは大きなチャレンジのように感じましたが、いつの間にか4年が経ち、ジメジメしている梅雨も生活の一部になりました。今年の梅雨もみんなで元気に乗り越えましょう！

Moriya Photo News

青空の下で真剣勝負!!

わくわくスポーツ大会 (5月18日)

常総運動公園でシニア向けのスポーツ大会が開催され、60～70代を中心におよそ340人が参加しました。当日は快晴となり、水分補給や休憩をこまめにとりながらスポーツに熱中していました。

優勝チームは県大会へ推薦されるとのことで、ゲートボール、グラウンドゴルフ、ペタンク、ワナゲの4競技では白熱した試合が繰り広げられていました。





あなたが見つけた
とっておきの守谷の写真を、
スマートフォンなどを使って
投稿してください。

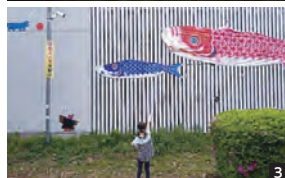
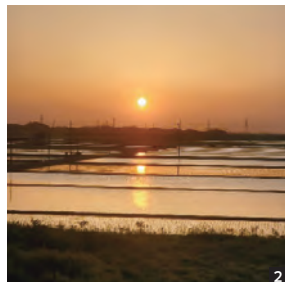
今回は7月号に掲載！

詳しくは
こちら



問合先

市役所秘書課
シティプロモーションG 内線323



- 1 カルガモの引っ越し？
[場所]薬師台 [名前]ぐるーむ
- 2 水田に写る夕日
[場所]板戸井 [名前]キナ五
- 3 ミナーデのこいのぼりにびっくり！
[場所]けやき台(ミナーデ) [名前]はー母
- 4 雨でもテントウムシみつけた♪
[場所]松並青葉 [名前]カーくんママ
- 5 よーし、その調子だ！
[場所]守谷駅 [名前]デジカメサークル守谷
- 6 藤棚と週末喫茶
[場所]大山公園 [名前]レイとカイ

読者アンケート

アンケートにお答えいただいた方の中から、抽選で守谷市オリジナルグッズをプレゼントします。当選された方は、引換券を市役所秘書課に持参し、プレゼントと交換してください。※当選者の発表は、引換券の発送をもってかえさせていただきます。

今月のプレゼント 守谷市オリジナルミニトートバッグ

抽選で5名様に
プレゼント!!



【Morinfo】
こちらから簡単に
応募できます！



- ▶応募方法 必要事項を記入し、Morinfoまたは郵送で応募する
- ▶記入事項 郵便番号、住所、名前、年齢、電話番号、アンケートの回答
- ▶アンケート内容

- Q1.今月号で良かった内容は？
- Q2.災害時のために備えていることがあれば教えてください。
- Q3.広報紙に特集してほしい内容、ご意見、ご感想など

- ▶応募期限 6月26日(月) 当日消印有効
- ▶応募先 【郵送】〒302-0198 守谷市大柏950-1 守谷市役所秘書課「6月号アンケート係」

アンケート紹介 回答ありがとうございます！

5月号

- ・ボランティアでこいのぼりをあげてくださってる皆さまの温かい気持ちが伝わって、ほっこりしました。(40代女性)
- ・アンコンシャス・バイアスの記事は、読んでみてはっとしました。自分ではそんなつもりでないのに、無意識に思い込んでいたんだと気付かされました。(50代女性)
- ・しっかりホチキス留めされていてめくりやすくなりました。(60代女性)
- ・広い世代に読まれるよう意識された上で改善されているように感じます。(30代男性)
- ・月に複数回出していたときより、情報がまとまって見られるので良いと思った。(30代女性)

Q.広報紙に特集してほしい内容、ご意見、ご感想など

- A. ・新しい入居者に守谷に住んでみた感想
- ・守谷のサークル活動
- ・LGBTQについて
- ・子供が遊べる公園特集

見据える先は、
春夏連覇。

守谷高校剣道部

なかむら さくらこ
中村桜子さん

3月に開催された全国選抜剣道大会、女子団体の部で日本一に輝いた守谷高校剣道部。同大会で守谷高校が優勝したのは、18年ぶり2度目のこと。

この大会で副将として出場したのが、守谷中学校出身で3年生（大会当時2年生）の中村桜子さん。決勝戦では、自軍のリードを、最後まで守り抜きました。

中村さんが5歳の頃、父・裕（ゆ）さんが剣道をする姿を見て「剣道ってカッコいいー!」と思ったのが、始めたきっかけ。裕さんも同校出身で、昨年春に第70回全日本都道府県対抗剣道優勝大会の茨城県代表として、団体戦で初優勝を果たしたそうです。「お父さんが日本一になってすぐ、娘も日本一に。父親に負けたくないという想いもあったのは（笑）」と総監督の塚本浩一（つかもとこういち）さん。中村さんは、同校を選んだ理由を「カッコいい剣道をしているから。守谷高校の先輩方は、いつでも攻めに行く姿勢で、面を打つのがすごく綺麗でした」と話してくれました。

剣道をしていて楽しいと思う瞬間を伺うと、「チームが一つになったとき」と話す中村さん。今回の優勝も、チームで一体感

を持って臨めたことが良かったそうです。「試合場に立ったら一人一人の戦いですが、やっぱりチームワークは影響します」と話してくれました。優勝を決めた試合終了のブザーが鳴った瞬間は、みんな感情が溢れて泣いてしまったそうです。

「日本一になって、両親や祖母たち、支えてくれたたくさんの人に恩返しができただかなって思うと嬉しいですね」と、振り返ります。将来の夢は、中学校の教員になり、剣道部の顧問として剣道を教えていくことだそうです。

今、見据えている目標は、インターハイで優勝しての春夏連覇。「あまりオフはないです」と苦笑いしつつ、「でも、やっぱり剣道が好きなんだと思います」と、きっぱり言い切り、最後は素敵な笑顔を見せてくれました。



▲全国から64校が参加し、見事優勝を果たしました。

皆さんの身近で「技」を持っている
守谷市民・出身の方がいらっしゃいましたら、
ご紹介ください。

