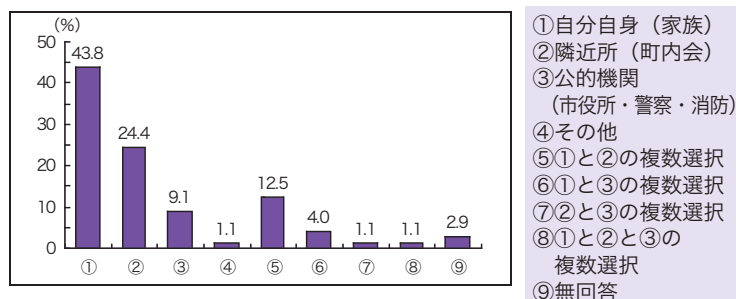
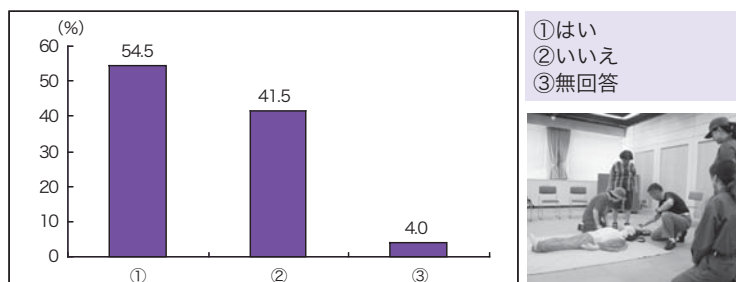


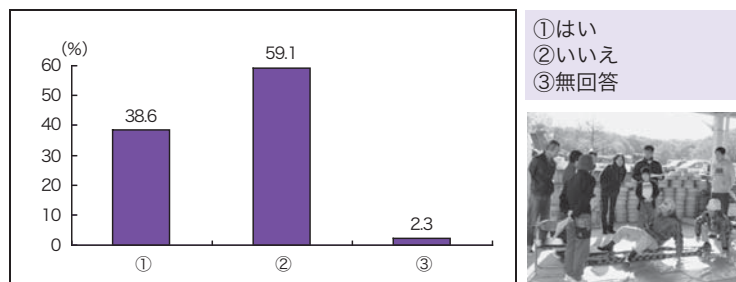
(1)大地震が起こったら、一番頼りになるのは何だと思いますか？



(2)震災時、近所の人を助けられる自信はありますか？



(3)震災等いざとなったとき、近所の人と助け合う環境づくりはできていますか？



平成23年10月2日(日)に、中央公民館で開催した防災シ
ンポジウムにおいて、参加者に「防災についてのアンケート
調査」を実施し、176人の方から回答をいただきました。
この調査結果の一部をお知らせします。

自主防災組織で災害に強いまちを目指して
**防災についての
アンケート調査結果**

(1)の「大地震が起こった
ら、一番頼りになるのは何
だと思いますか？」という
調査では、約4割を超える
方から「一番頼りになるの
は、自分自身や家族」との
回答をいただきました。ま
ずは、個人レベルでの防災
意識が高くなっているのが
伺えます。次いで、隣近所
や町内会の回答率が高く
なっています。

また、他の設問では、東
日本大震災発生時は、約6
割の方が自宅から外出して
いたことが分かりました。
外出中に大地震に見舞われ
た際、家族との連絡手段や
集合場所を決めておくな
ど、家庭で話し合ってみて
はいかがでしょうか。
今後は、地域で助け合う
環境を整えていくことが重
要となってきます。
皆さんの地域で、防災の
ための組織（地域自主防
災組織等）を立ち上げる
などの計画がありました
ら、市民協働推進課（内線
134）までお問い合わせ
ください。

市内で生産された

農畜産物等の

放射性物質測定を実施

「JA茨城みなみ取手市

守谷市つくばみらい市東京電力原発事故農畜産物損害賠償対策協議会」では、共同で放射性物質の測定器を購入しました。

▼測定場所

JAガス事業所
(薬師台3-21-1)

▼測定対象

市内に住所を有し、市内で生産された農畜産物等(野菜、穀類、果樹、農

地土壌等)

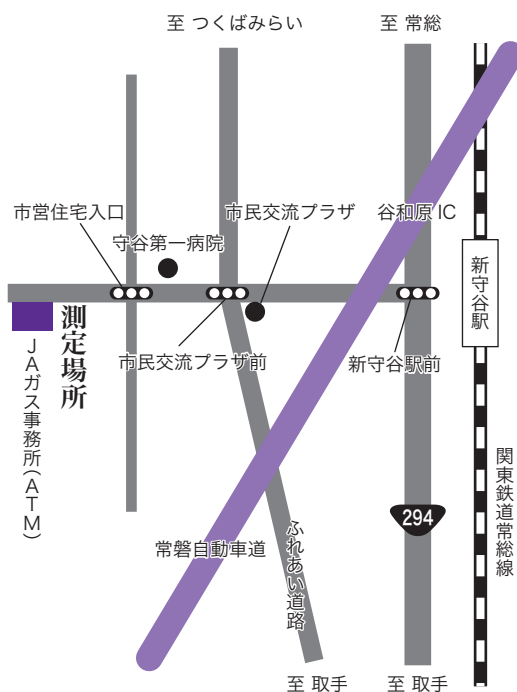
※家庭菜園、市民農園含む
／購入物・譲り受けた物
など農畜産物以外の検査
は不可

▼検査

2月15日以降
毎週水曜日

午前9時30分～正午、
午後1時～4時30分
(1検体当たり45分間)

※水曜日が祝日の場合は、
検査日を変更



▼予約申請方法

市役所経済課に電話または窓口で予約後、検査当日に申請書を記入する

※検査は、1回1サンプルのみ／次回予約は当該検査終了後

▼予約受付

2月6日(月)以降
午前9時～正午、午後1時～5時

▼料金

無料

▼検体持込方法

予約した検査当日にサンプル1kgを細かく砕き、ビニール袋かプラスチック容器などに入れて、測定場所へ持参する

※測定後、サンプルは返却

▼検査機器

日立アロカメディカル(株)製(シンチレーション検出器)

▼検査対象放射性物質

・放射性ヨウ素131
・放射性セシウム134・137

※どちらも検出限界は、30

ベクレル/kg前後

▼予約・問合先

市役所経済課
☎45・2096 (直通)

放射能に関する講演会

▼日時 2月18日(土)
午前10時～11時30分

▼会場 取手グリーンズ
ポーツセンター

※車で来場する方は、東・北駐車場を利用

▼対象 市内在住・在勤の方

▼定員 先着80人

※室内履きと靴袋を持参

▼内容 「日常生活における身近な放射能について」(県立医療大学准教授)

授 佐藤 斉氏

▼参加費 無料

▼申込期間 2月1日(水)～10日(金)(土・日曜日を除く)

午前8時30分～午後5時15分

▼申込方法 電話、または窓口で申し込む

▼主催 取手・守谷・利根地域医療協議会

▼申込・問合先 保健センター ☎48・6000

放射線量計の貸出方法が変わります

▶変更点

- ・2月1日から専用電話(☎20-6544)に加え、生活環境課窓口でも予約することができます。
- ・3月1日から1日単位(9:00～16:00)で貸し出します。

▶対象者 市内在住の方

▶貸出日 土・日曜日、祝日も貸出可※予約者のみ

▶貸出・返却場所

- ・平日 市役所生活環境課
- ・土曜日・祝日 市役所守衛室(中央図書館側)
- ・日曜日 市役所総合窓口課

▶貸出受付時間 9:00～9:30

▶返却時間 15:30～16:00

▶借用方法 予約日当日に貸出場所で申請書に必要事項を記入の上、借用する

▶問合先 市役所生活環境課 内線143・147

報 情 ひろば

くらし・環境・交通

届出・証明・税・年金

子ども

高齢者

教室・講座・イベント

情報・参加・交流

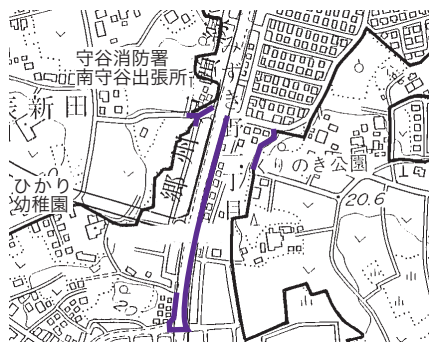
仕事

お知らせ

上下水道工事

工事期間中、ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

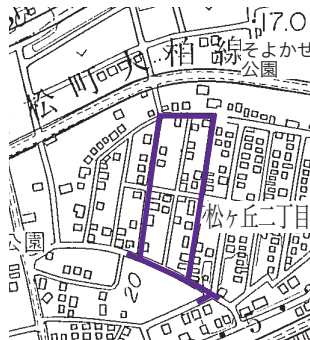
① H23 上水布設替第1号工事
▽場所 みずき野地内ほか
▽請負者 (株)大山設備



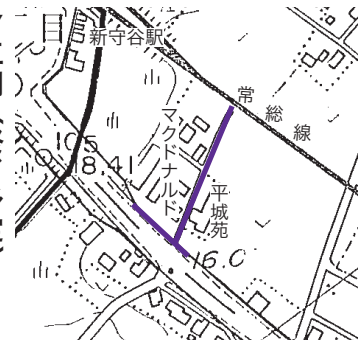
② H23 上水布設替第2号工事
▽場所 みずき野地内ほか
▽請負者 (有)浅井設備工業



③ H23 上水布設替第5号工事
▽場所 松ヶ丘地内
▽請負者 (有)斉藤設備工業



④ H23 上水布設替第11号・市公下第5号合併工事
▽場所 立沢地内
▽請負者 (有)協伸機工



▼工期(終了予定) 3月23日金

▼問合先 上下水道事務所
事業G ☎48・1842

東日本大震災被害による所得税の軽減

▼手続きに必要な書類

①被害を受けた資産、取得時期、取得価額の分かるもの(建物の請負契約書等)
②被害を受けた家屋の取得価額が分からない場合は、その面積が分かるもの(登記事項証明書等) ③被害を受けた資産の取壊費用、除去費用、修繕費用などの分かるもの(請求書、領収書等) ④被害を受けたことにより受ける保険金等の金額

が分かるもの(保険金の支払通知書等) ⑤消防署等から「り災証明書」の交付を受けている場合には、その

証明書⑥還付金を受ける場合の振込先金融機関名、支店名、口座番号の分かるもの(申告される方名義の通帳等) ⑦平成22年分所得税の確定申告書を提出した方はその控え※確定申告書を提出していない方は平成22年分または平成23年分の所得金額や所得控除額の分かるもの(源泉徴収票や社会保険料控除証明書など) ⑧認め印▼受付時間 午前8時30分〜午後5時(土・日曜日、祝日を除く)

▼問合先 竜ヶ崎税務署 個人課税部門(竜ヶ崎市川原代町118215) ☎0297・66・1303 (自動音声案内)

基礎支援金申請期限の延長

東日本大震災に係る被災者生活再建支援金(基礎支援金)の茨城県における申請期限が、平成24年4月10日から平成25年4月10日に延長されました。

▼対象 住宅が全壊・大規模半壊、または半壊により解体した世帯▼支援額(複数世帯の場合) 基礎支援金 全壊・半壊解体100万円/大規模半壊50万円/加算支援金 建設・購入200万円、賃借50万円

▼申込・問合先 社会福祉課 社会福祉G 内線161

家計消費状況調査

家計消費状況調査は、私たちの消費動向を把握する調査です。

購入頻度が少ない高額商品、電子マネーの利用頻度、サービスなどの消費の実態を調査し、結果は今後さまざまな行政施策等に使用される重要な調査です。

調査員(調査員証を携帯)が伺いましたら、調査にご協力をお願いします。

▼対象地域 松ヶ丘四・五・六丁目的一部、けやき台二丁目的一部、本町(仲町・上町)の一部、美園二丁目

の一部▼調査開始 2月から順次▼調査委託法人 社団法人新情報センター ☎0120・00・4612

▼問合先 総務省統計局 ☎03・5273・1011

**永住帰国した中国・樺太
残留邦人の皆さんへ**

中国残留邦人および樺太
残留邦人の方々に、満額の
老齢基礎年金を支給する制
度があります。申請受付期
間は要件に当てはまってい
たら5年間です。この制度が
始まった平成20年1月1日
時点で、次の全ての要件に
当てはまる方の申請締切り
は平成24年12月31日です。
まだ、申請が済んでいない
方は、厚生労働省に連絡し
てください。

▼要件 ①明治44(1911)年4月2日～昭和21

(1946)年12月31日に生
まれた方②永住帰国した日
から引き続き1年以上日本
国内に住所のある方③昭和

36(1961)年4月1日以
後に初めて永住帰国した方
※昭和22(1947)年1

月1日以後に生まれた方
で、対象となる場合あり

▼問合せ 厚生労働省中国
孤児等対策室(中国語可)

☎03・5253・1111
内線3468

☎http://www.mhlw.go.jp/bunya/
engo/seido02/

郷州公民館図書臨時休室

郷州公民館まつりの開催
に伴い、郷州公民館図書室
を臨時休室します。

なお、中央図書館、他の
各公民館図書室は通常どお
り開館していますので、そ
ちらをご利用ください。

▼休室日 2月19日(日)

▼問合せ 中央図書館
☎45・1000

茨城県特定最低賃金改定

▼改定後の特定最低賃金

①鉄鋼業 799円
②はん用機械器具、生産用
機械器具、業務用機械器
具製造業 783円

③計量器・測定器・分析機
器・試験機・理化学機械
器具、医療用機械器具・
医療用品、光学機械器具・

レンズ、電子部品・デバ
イス・電子回路、電気機
械器具、情報通信機械器
具、時計・同部分品製造
業 776円

④各種商品小売業 750円

▼効力発生日 平成23年12
月31日

▼問合せ 茨城労働局労働
基準部賃金室

☎029・224・6216
☎http://ibaraki-roudoukyoku.
jstie.mhlw.go.jp/

開 催

ふるさと都市もりや朝市
市民の皆さんに地元の野
菜や特産品を販売します。

▼日時 2月5日(日)午前10
時～午後2時※小雨決行

▼会場 守谷駅西口駅前広場

▼問合せ 地場産品販売
促進事業担当(石澤) ☎

090・3148・5370
/市役所経済課 商工・観
光G 内線262

元氣いばらき就職面接会

▼開催会場・期日 鹿嶋
勤労文化会館(鹿嶋市宮中
325-1) 2月21日(火) /

水戸合同庁舎(水戸市柵町
1-3-1) 3月21日(水)

▼時間(両会場) 面接会
対策事前セミナー 午後

0時30分～1時15分(受
付は正午)※事前予約
制(※キャリアプラス ☎

029・212・3305)
/面接会 午後1時30分～

3時30分(受付は午後1時

※面接予約不要▼対象
者 若年者(学生を除く)
や離職者等の求職者※履歴
書は複数持参▼参加企業数
各会場約20社

▼問合せ 県労働政策課
☎029・301・3645

☎http://www.pref.ibaraki.
jp/bukyoku/syoutkou/rosei/
h23mensei/index.html

全国一斉!
法務局休日相談所

▼日時 2月12日(日)午前10
時～午後4時※受付は午後

3時まで▼会場 水戸地方
法務局龍ヶ崎支局(龍ヶ崎
市2985)▼相談内容
土地の境界争い、相続・贈
与・売買などの登記手続、
抵当権の抹消手続、地代家
賃の供託手続、戸籍の届出
方法、成年後見制度、サラ
金の取立問題、夫婦・親子
など家庭内の問題、近隣と
のトラブル、セクハラ、子
どものいじめ、DV問題等
▼相談員 法務局職員、司
法書士、土地家屋調査士、
人権擁護委員▼料金 無料
▼問合せ 水戸地方法務局
総務課
☎029・227・9911

**がんばっぺー茨城
就職面接会**

▼日時 2月17日(金)午前10
時～午後4時▼会場 ホテ
ルマロウド筑波(土浦市城
北町2-24) / ホテルレイ
クビュー水戸(水戸市宮町
1-6-1)▼対象 平成24
年卒業予定の大学生等(お
おむね3年以内の既卒者含
む)▼主催 茨城労働局・
ハローワーク・茨城県

▼問合せ 茨城労働局職業
安定課
☎029・224・6218

認知症の方の家族の集い

認知症介護の悩みを介護
者同士がお互いに話し合
い、耳を傾ける場です(偶数
月には臨床心理士が出席)。

▼日時 2月8日(水)午後1
時30分～3時▼会場 市役
所和室▼対象 市内在住の方

▼問合せ 地域包括支援セ
ンター 内線177
☎45・1744(直通)



MIFA世界を知るシリーズ第19回 スロヴァキア共和国特命全權大使講演会

東ヨーロッパの歴史、現況、文化を理解する絶好の機会です。

▼日時 2月25日(土)午後1時30分～3時※受付は午後1時～
▼内容 ドウラホミール・シュトス大使講演



「スロヴァキア その歴史と文化」※懇談会あり(午後3時10分～4時)▼参加費 無料※懇談会費300円(学生は無料)▼会場 国際交流研修センター(ログハウス)▼定員 80人

▼申込方法 大使講演会参加希望と記入の上、氏名、連絡先、市国際交流協会会員か非会員か、懇談会参加希望の有無を明記し、電子メールまたはFAXで申し込む

▼申込・問合先 市国際交流協会 ☎ mifa@fureai.or.jp FAX 47・0188

ドイツ語講座(初心者向け パート2)

前回の初心者向け講座では、自己紹介と数の数え方等を学びました。今度は、基本的なドイツ語を学びませんか?

▼日時 2月29日～6月6日の隔週水曜日(全8回)午前10時15分～11時45分

▼会場 国際交流研修センター(ログハウス)▼定員 10人※超過の場合抽選▼受講料 無料(教材費は実費負担)▼申込方法 2月21日(火)までに直接窓口で、または電話で申し込む

▼申込・問合先 市役所市民協働推進課 内線133

税理士会 還付申告無料相談

税理士記念日の2月23日(木)に、税理士会では少額な還付申告相談・申告書の作成を無料で行います。

▼対象者 年金を受けている方、給与所得者で医療費控除を受ける方、年の途中で退職または就職された方など▼申込方法 最寄りの税理士事務所へ電話で申し込む※税理士名簿は市役所税務課、または関東信越税理士会竜ヶ崎支部のホームページ(<http://www.rjuzel.or.jp>)で閲覧可▼受付時間 月～金曜日午前9時30分～午後4時

募集

音訳ボランティア・ステッピングアップ講座

音訳ボランティアとして活動している方々の音訳スキル向上を目指した講座を開催します。

▼日時・会場 2月23日(木)午前9時30分～午後5時・県立点字図書館(市役所からバス送迎)、3月21日(水)午後1時～3時30分・中央図書館▼内容 DAISY資料の作成に必要な基礎知識・機器の操作▼応募条件 両日参加可能な市内在住の方で、音訳または朗読による録音資料作成などを行っている方▼募集人数 20人※超過の場合抽選▼参加費

昼食代500円(2月23日のみ)▼申込方法 2月17日(金)までに中央図書館へ直接または電話で申し込む▼申込・問合先 中央図書館 ☎ 45・1000

平成24年度ブックスタートボランティア

市では、ブックスタート事業のボランティアを募集します。

ブックスタートとは「赤ちゃんとその親が、絵本を介してコミュニケーションをとることを応援する」事業です。

▼作業内容 保健センターでの3～4か月児健康診査時に、簡単な説明や絵本の読み聞かせなどを交えながら参加者(赤ちゃんとその保護者)へブックスタートパックを手渡す(活動は平日の午後1時30分～4時)

▼応募条件 市内在住で、年6回程度のブックスタートに協力できる方▼募集人数 若干名※応募多数の場合は、面談などにより決定／募集人数に達しない場合、申込期間後も随時受付

▼申込方法 2月10日(金)までに中央図書館に直接または電話で申し込む

でに中央図書館に直接または電話で申し込む

食育事業5 ひなまつりメニュー親子クッキング

▼日時 2月25日(土)午前9時30分～※受付は午前9時15分～▼会場 保健センター▼応募資格 市内在住の4・5歳児(年中・年長児)とその保護者※1家族2人

▼募集人数 18組36人※超過の場合は抽選▼費用 親子1組500円程度▼主催 市役所児童福祉課、地域子育て支援センター・夢つ子

▼申込方法 はがきに住所、保護者と児童の氏名(ふりがな)、児童の年齢、電話番号を記入の上、2月13日(月)必着で申し込む／参加者への決定通知は2月15日(水)発送予定／託児を希望する場合は、託児希望の児童名・年齢を記入

▼申込・問合先 〒302・0198 守谷市大柏950-1 市役所児童福祉課「ひなまつりメニュー親子クッキング」係 内線152

広報もりやおしらせ版 2012.1.25

Moriya 市民大学（仮称） 募集 準備委員会メンバー

市では、協働のまちづくり事業を推進するため、人材育成を目的とした「Moriya 市民大学（担い手育成事業）」を開設することとなり、準備委員会を立ち上げます。

この準備委員会にご参加いただける方を募集します。

- ▶ **応募資格** 市内在住・在勤の方で当事業に関心を持ち、Moriya 市民大学開設に積極的に参加していただける方
- ▶ **申込方法** 住所、氏名、年齢、職業、電話番号、電子メールアドレス、応募の動機（400 字以内）を明記の上、直接窓口へ、または郵送、FAX、電子メールで提出する
- ▶ **募集人数** 5 人程度
- ▶ **申込締切** 2 月 24 日（金）午後 5 時（必着）
- ▶ **報酬** なし
- ▶ **活動期間** 2 年程度
（設立初期の運営支援を含む）
- ▶ **選考方法** 書類・面接審査
- ▶ **申込・問合せ先** 〒302-0198
守谷市大柏 950-1 市役所市民協働推進課 内線 132 FAX 45-6526
☒ kyoudou@city.moriya.ibaraki.jp

▼ **期日** 2 月 24 日（金）▼ **行程**
守谷駅中央西口前（午前 8 時 30 分発）→ 天心記念五浦美術館→ 平潟港民宿（アンコウ鍋）→ ショッピング→ 中郷温泉通りやんせ→ 守谷駅中央西口前（午後 6 時 10 分到着予定）▼ **参加費** 6,500 円※アンコウ鍋定食、美術館入館料（企画展鑑賞は別途料金）、温泉入浴料含む▼ **定員** 40 人（最少催行人数 25 人）▼ **申込方法** 電話で申し込む▼ **申込**

北茨城市震災復興支援
「平潟港アンコウ鍋と中郷温泉通りやんせ」ツアー

市の公募により選定された認知症高齢者グループホームが開所します。申込方法などの詳細は、直接事業所にお問い合わせ



認知症高齢者
グループホーム

☎ 0294-72-2266

期間 2 月 1 日（水）～ 10 日（金）
午前 9 時～午後 5 時※詳しくはお問い合わせいただくか、ホームページ（http://www.greenful.jp/tour/）を参照

▼ **申込・問合せ先**（助グループ）

ンふるさと振興機構（茨城県出資団体）

番地（1）▼ **事業内容** 認知症の方が共同で生活する

住居の中で、介護や日常生活を支援▼ **募集対象** 市内在住で、要介護認定が「要

支援 2」以上と認定された

認知症の方 18 人▼ **受付時間** 平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 30 分

ください。

▼ **開所予定** 2 月 2 日（木）

▼ **事業所名** グループホーム・アンダンテ（本町 402

番地）▼ **事業内容** 認知症の方が共同で生活する

住居の中で、介護や日常生活を支援▼ **募集対象** 市内在住で、要介護認定が「要

支援 2」以上と認定された

認知症の方 18 人▼ **受付時間** 平日午前 8 時 30 分～午後 5 時 30 分

▼ **申込・問合せ先**（株）コスモ

内開設準備室 倉持・堤

☎ 52-2268

▼ **担当課** 介護福祉課

介護福祉 G 内線 172

平成 24 年度から出し方が変わる

ごみの出し方質問箱（指定袋・粗大ごみ編②）

● **問合せ先** 市役所生活環境課
内線 148

今回は「1 点」の基準についてお答えします。今までの基準と変わるものもありますので注意してください。

【1 点の基準例：参考】 平成 24 年 4 月申込分から

品 物	1 点の考え方	品 物	1 点の考え方
トタン板・波板・カーテンレール	1 枚が縦 200cm × 横 90cm 以内で、5 枚（本）まで	スピーカー、ダンベル	1 対
モップ・ほうき・バット ※竹刀・釣竿も同様	5 本まで	園芸支柱	10 本まで
ゴルフクラブ	1 セット（ゴルフバッグ込）	剣道防具	1 式
布団・カーペット・ござ	1 枚	スキー用品（ブーツ除く）	1 組（板・ストック）
カーテン	1 窓分	タイヤ	1 本
ベッド、ラック類 （マットレスは除く）	1 個体 ※ 2 段ベッドは 1 段ごと	タイヤチェーン	1 組
コンパネ・ベニヤ板・ガラス板	1 枚が縦 200cm × 横 90cm 以内で、重ねた厚さが 5cm まで	衣装ケース	1 個
畳	1 枚	応接セット	各々 1 点
座布団・クッション・枕	5 枚（個）まで	角材・廃木材	1 束（長さ 3m 以内） ※ 束は直径 15cm 以内
コンボ	1 式	鎖、ロープ	1 本（長さ 3m 以内）
こたつ	1 式（天板含む）	ウレタン積み木	5 個まで
		雨どい	5 本まで（長さ 2m 以内）
		物干し竿	5 本まで（長さ 3m 以内）
		物置き	1 棟（180cm × 90cm の解体物）

は、指定袋に入れば、素材に合わせて、「可燃ごみ」または「不燃ごみ」として出せます。

2月は省エネルギー月間です!



暮らしのコーナー

ネット上のチケット詐欺!? 相手と連絡が取れない!!

事例1

携帯電話でコミュニティサイトを利用し、個人からコンサートチケットを購入したが届かず、その後何度も相手に電話したがつながらなかった。お金を返して欲しい。(16歳 女性)

事例2

ファンが集まるサイトで「コンサートチケット売ります」という書き込みを見つけ、代金を相手の口座へ振り込んだ。チケットが届かず、電子メールで問い合わせると「普通郵便で送った。その後の責任はない」と返信があり、以後連絡しても相手にされない。だまされたと思う。(17歳 女性)

アドバイス

- ・インターネットの掲示板等に「コンサートチケットあります」などの情報を見つけ、相手に代金を振り込んだ途端に連絡が取れなくなる被害が後を絶ちません。
- ・ネット上の見知らぬ相手との個人間の取り引きには大きなリスクが伴います。特に代金先払いの場合は、取り引きを行うかどうか慎重に検討しましょう。
- ・少なくとも相手の電子メールアドレスや携帯の電話番号、住所、固定電話番号も確認するなど、身元を確かめておきましょう。
- ・代金を支払ったのにチケットが届かない、返金を求めても応じないなど、お金をだまし取ることが目的であると疑われた場合は、最寄りの警察署に相談してください。

トラブルにあったら

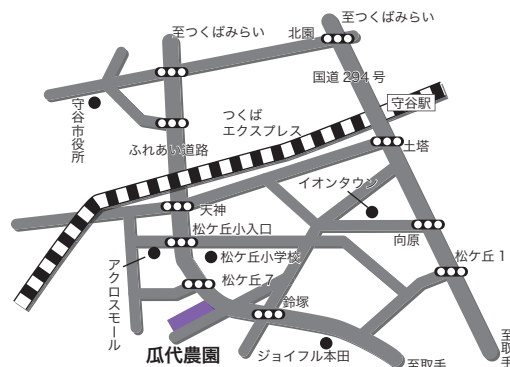
- ・市消費生活センター ☎45-2327
(市役所2階経済課内) 月～金曜日
9:00～12:00 13:00～16:00
※土・日曜日、祝日、年末年始は除く
- ・消費者ホットライン
☎0570-064-370
※土・日曜日、祝日の10:00～16:00は国民生活センターを案内します

利用者募集! 瓜代農園・土に親しむ農園

土を耕すことから始まる農作業は、自然を相手にする楽しさを実感できます。自分の手で収穫する野菜は味わいもひとしおです。土や水とふれあい、野菜や花を育ててみませんか?

- ▶使用期間 4月1日～平成25年3月31日
※更新可(最長5年)
- ▶対象 農業従事者以外の方で、野菜・花などの栽培に意欲がある方
- ▶申込方法 2月8日(水)以降に窓口で直接申し込む
※②土に親しむ農園は2月21日(火)まで
- ▶申込・問合先 市役所経済課 農業振興G
内線263・264

①瓜代農園 (高野地内)



- ▷設備 水道、トイレ、農機具(ミニ耕運機有り)、休憩施設、駐車スペース
- ▷募集区画 先着60区画(1区画30㎡)
※複数区画利用可
- ▷年間使用料 12,000円

②土に親しむ農園 (立沢地内)



- ▷設備 農具、洗い場、駐車スペース
- ▷募集区画 61区画
(20㎡22区画/30㎡32区画/50㎡7区画)
※利用区画決定抽選会 3月4日(日)9:00～
- ▷年間使用料
20㎡4,800円/30㎡7,200円/50㎡12,000円

あと2か月です!!

子宮頸がんワクチンを 接種していない高校1・2年生へ

高校1・2年生が子宮頸がんワクチンを無料で受けられるのは、3月31日までです。

対象の方に個別通知をしています。まだ接種していない方は、この期間に1回でも接種しましょう。

▶注意事項（接種間隔）

接種間隔を守り、3回接種することで効果が得られます。

◎サーバリックス（2価ワクチン）

1回目 2回目 3回目



◎ガータシル（4価ワクチン）

1回目 2回目 3回目



1回目と2回目の接種間隔があいてしまった人は、3回目の接種時期について保健センターまたは主治医にお問い合わせください。

▶接種方法 市内指定医療機関に予約し接種する

▶持参品 予診票、母子健康手帳または予防接種記録カード、保険証

▶問合先 保健センター ☎ 48-6000

「知って得する

やって得する健康講座」

生活習慣病予防の観点から、脳梗塞について学ぶ講座です。

40歳以上の4人に1人は、小さい脳梗塞があり、さらに高血圧、糖尿病、高脂血症など動脈硬化の危険因子をもつ人は、若くても脳梗塞になりやすいとも言われています。

生活習慣病予防には、継続して運動をすることが大切です。ウォーキングを体験し、体を動かす楽しさを味わってみませんか。

▶対象 市内在住・在勤者

▶定員 先着50人

※運動制限がある方はウォーキング不可

▶申込方法 2月6日(月)～3月9日(金)に直接窓口、または電話で申し込む

※土・日曜日、祝日を除く

▶申込・問合先 保健センター ☎ 48-6000

◎スケジュール

日程	内容	会場
3月15日(木) 10:00～11:30 ※小雨決行	市内ウォーキング ～自分のペースで6kmを 楽しく歩きましょう～	常総運動公園
3月22日(木) 10:00～11:30	講話 「脳梗塞は予防できる!? あなたの血管は大丈夫ですか?」 佐藤 弘茂氏 (さとう内科脳神経外科クリニック院長)	保健センター

動脈硬化について

取手市医師会健康教室

胸痛発作、動悸、息切れなどの自覚症状を感じたとき、受診するのは循環器内科です。病名は、狭心症、心筋梗塞、心不全、不整脈など、難しい名前が並びますが、原因の多くが動脈硬化により起きています。

動脈硬化を辞書で引くと「動脈の壁が硬くなり、弾力を失う病気」と書いてあります。事実、血管壁にカルシウムが沈着したり（石灰化）、血管の蛇行や狭窄、拡張が出現したりします。

また、血管の中では、血管内皮といわれる細胞層が障害を起こし、血液凝集から生じる血栓が形成され、血流を途絶させることがあります。これが心筋梗塞や脳梗塞です。

動脈硬化の原因は、全てがはっきりしている訳ではないのですが、コレステロールが血管壁に沈着し、そこにマクロファージとい

われる炎症細胞が集積し、粥腫（プラーク）が形成され、その他の要因も加わり硬化が進行すると考えられています。

現代は、高齢化、栄養過剰、運動不足が原因で、高血圧症、高コレステロール血症、糖尿病などの動脈硬化危険因子を持つ方が増えています。喫煙も危険因子とされ、また、仕組みは分かっていますが、歯周病のある人ほど動脈硬化による心疾患が多くなることが分かっています。

動脈硬化に対しては、降圧薬としてACE阻害薬やアンジオテンシン受容体拮抗薬（ARB）、コレステロール治療薬としてのスタチン類、糖尿病に対してインスリン抵抗性改善や抗血小板薬などが使用されます。

しかし、薬は万能ではありません。過食を避け、適切な運動を行い、煙草を吸わないこと、毎食後と寝る前にきちんと歯みがきをする習慣を付けることが動脈硬化予防の基本、長生きの秘訣ではないでしょうか。

第40回小平記念作文で奨励賞を受賞



外岡あかりさん
(愛宕中3)

「第40回小平記念作文」で、外岡あかりさんの作品が応募作品2万54点から奨励賞に選ばれました。「小平記念作文」事業は、県内小・中学生を対象に、日々

の生活や社会、環境、文化等についての観察、またその観察で感じ取ったことを文章に表すことにより、豊かな心を持ち、かつ表現力に優れた人間になることを目的としています。

外岡さんは、市で実施している青少年海外派遣事業に参加した経験をもとに、国際交流の大切さを作文にし、入選したものです。おめでとうございます。

良好な居住環境を目指して

土地区画整理事業の起工式



守谷市原東土地区画整理事業の起工式が平成23年12月13日に、守谷市松並土地区画整理事業の起工式が15日に、各事業を施行する組



合により行われました。守谷駅周辺（北側）に隣接した良好な居住環境づくりを目指して、新しい市街地整備が始まりました。

地域で安全・安心なまちづくりを目指して

●問合先 市役所市民協働推進課 安全・安心対策室 内線 135

「一日警察署長」募集

取手警察署では、春の全国交通安全運動の前に「一日警察署長」を募集します。

- ▶日時 4月5日(木)午前9時～正午
- ▶場所 取手警察署・守谷市役所
- ▶内容 委嘱状交付式、署員に対する訓示、市長訪問等
- ▶対象 市内に在住し、4月に小学校へ入学する児童 男女各1人
- ▶応募方法 はがきに住所・氏名(ふりがな)・生年月日・性別・入学予定の小学校名、保護者の住所・氏名・年令・職業・電話番号を記入の上、郵送する
- ▶申込期間 3月1日(木)～15日(木)必着
- ▶当選発表 当選者には後日、電話または文書で連絡します
※選外者には連絡しません
- ▶申込・問合先 〒302-0017
取手市桑原 955-1
取手警察署交通課「一日警察署長」係
☎ 0297-77-0110

2月1日から受付開始 県民交通災害共済

平成24年度(4月1日～平成25年3月31日)の県民交通災害共済の受付を開始します。県民交通災害共済は営利を目的とせず、少額な会費で交通事故に遭われた会員に見舞金を支払う共済制度です。年齢や身体障害による加入制限などは無く、どなたでも加入できます。

- ▶会費 大人 900円／中学生以下 500円
- ▶申込期間 2月1日(木)～随時
- ▶申込方法 平成23年度の会員証、または必要事項を記入した県民交通災害共済申込書(各戸配布)を持参し、会費を添えて申し込む
- ▶申込・問合先 市役所市民協働推進課
安全・安心対策室 内線 134・135

◎出張受付日程

期 日	時 間	会 場
2月15日(木)	9:30～11:30	保健センター
	13:30～15:30	高野公民館
2月16日(木)	9:30～11:30	郷州公民館
	13:30～15:30	文化会館

守谷市の交通事故発生状況(12月) 件数 20件 死者数 1人 負傷者数 20人

2月 FEBRALY

1 水	
2 木	缶・ビン収集日
3 金	人権相談 (13:00～16:00 文化会館)
4 土	
5 日	守谷市議会議員一般選挙
6 月	粗大ごみ戸別収集申込期間 (～10日)
7 火	おはなし会 (・10・11・15・24日 11:00～中央図書館)
8 水	認知症の方の家族の集い (13:30～15:00 市役所) 粗大ごみ戸別収集日
9 木	紙・布類収集日
10 金	家庭児童相談室出張相談(10:00～12:00 南守谷児童センター) こころのりハビリ (9:30～11:30 保健センター)
11 土	※建国記念の日
12 日	守谷ハーフマラソン
13 月	
14 火	おはなし会 (15:00～中央公民館)
15 水	職業相談 (9:30～11:30 文化会館)
16 木	所得税確定申告期間 (～3/15) 缶・ビン収集日
17 金	
18 土	
19 日	
20 月	粗大ごみ戸別収集申込期間 (～24日) 公民館休館日
21 火	
22 水	粗大ごみ戸別収集日
23 木	家庭児童相談室出張相談(10:00～12:00 南守谷児童センター) 紙・布類収集日
24 金	こころのりハビリ (9:30～11:30 保健センター)
25 土	
26 日	
27 月	
28 火	
29 水	納期限:固定資産税・都市計画税(4期)、国民健康保険税(8期)、 後期高齢者医療保険料(8期)、介護保険料(6期)

※毎週日曜日は総合窓口課の窓口が開庁(8:30～12:00・13:00～17:15)しています
※2月12日(日)の市役所窓口開庁と中央図書館開館は14:00～となります

2月の各種相談 ※法律相談は、同一事案の相談は受け付け ていません	法律相談	21日 9:00～12:00	市役所	14日9:00から要予約 ☎45-1249
	行政相談	13日 13:00～16:00		—
	教育相談 (ラポールルーム)	日～金曜日 9:00～16:30		☎0120-783018
	若者就労支援相談	25日(第4土曜日) 13:00～17:00	中央公民館	要予約 いばらき若者サポステ ☎029-259-6860
	不登校相談 (はばたぎ)	火～金曜日 8:30～17:15	もりや学びの里内	☎45-2655
	こころの健康相談	16日 13:30～15:30	保健センター	1週間前までに要予約 ☎48-6000
	家庭児童相談	月～金曜日 8:30～17:00	家庭児童相談室 (市民交流プラザ内)	☎45-2314
	心配ごと相談	14:00～16:00 ・ふくし 6日 ・年金・労務 13日	いきいきプラザ・ げんき館 (社会福祉協議会)	☎45-0088
	電話相談	金曜日 10:00～15:00		☎48-5555
	消費生活相談	月～金曜日 9:00～16:00	消費生活センター (市役所内)	☎45-2327 12:00～13:00は除く
	生活機能相談	月・火・水・金曜日 10:00～17:00	市役所介護福祉課	要予約 ☎45-1111 内線172・176

※直通電話がない課は市役所(代表)番号におかけください

機 関 名	電話番号	FAX番号
市役所(代表)	45-1111	
秘書課	45-2240	45-6529
企画課	45-2309	
総務課	45-1883	
財政課	45-1795	
税務課	45-1564	45-2590
収納推進課		45-6525
総合窓口課		
国保年金課		
市民協働推進課	45-2389	
会計課		45-1113
経済課	45-2096	45-5703
消費生活センター	45-2327	45-1286
農業委員会		45-5703
学校教育課	45-2195	
生涯学習課	45-2174	
指導室	45-2184	
社会福祉課	45-1691	45-6527
介護福祉課	45-1744	
地域包括支援センター	45-1679	
児童福祉課	45-5339	
生活環境課	45-1963	45-2804
都市計画課	45-2094	
建設課		
議会事務局		
上下水道事務所	48-1842	48-6087
保健センター	48-6000	48-6319
保健センター(諸証明収納担当)	48-1133	20-6201
中央図書館	45-1000	45-7500
中央公民館(仮予約☎48-6732)	48-6731	45-8003
郷州公民館(仮予約☎48-6724)	48-6711	46-0310
高野公民館(仮予約☎45-5419)	45-5411	20-6311
北守谷公民館(仮予約☎48-2606)	47-0111	47-0112
文化会館	48-7911	20-6017
もりや学びの里	48-0525	45-0625
国際交流研修センター(ログハウス)	48-2255	48-2255
市民活動支援センター	46-3370	46-3320
テニスコート受付	45-0271	
学校給食センター	48-0253	48-5388
市民交流プラザ(キ・ターレ)	45-2278	45-4062
南守谷児童センター(ミ・ナーデ)	21-1224	21-1277
家庭児童相談室	45-2314	45-2920
地域子育て支援センター・夢っ子	45-2462	48-8804
土塔中央保育所	48-1876	48-8799
北園保育所	48-4897	48-8794
もりやファミリー・サポート・センター	45-2432	45-2705
障害者福祉センターひこうせん	45-9801	45-9802
こども療育教室	47-0220	
いきいきプラザ・げんき館	45-2940	48-5554
社会福祉協議会	45-0088	
(社)シルバー人材センター	48-8591	
守谷地区交番	46-0110	
久保ヶ丘交番	48-0110	
南守谷交番	45-0110	
守谷消防署	46-0119	48-1981
守谷消防署南守谷出張所	20-0119	
常総運動公園	48-5675	45-7365
白寿荘	48-3217	48-2503

※問合先のGはグループの略表記 10



環境に優しい大豆インキを使用しています。再生紙を使用しています。