

デジタル化で もっと便利に!

問 企画課デジタル化推進室(内線305)



市の行政情報を丸ごと詰め込んだ「じょうづるさんナビ」

じょうづるさんナビでは、行政情報の確認やオンライン申請をいつでもどこでも簡単に行うことができます。災害時には緊急情報が自動で届き、必要な情報だけをプッシュ通知でお知らせします。市の手続きをよりスムーズに、便利に利用できるアプリです。



■ アプリの便利機能



プッシュ通知機能

災害等の緊急情報がお持ちのスマートフォンに自動で届きます。通常の新着情報も、事前に知りたい情報を選択しておくだけで、情報が自動で届きます。



申請・予約・納税

住民票の取得や転入転出、児童手当・介護認定申請、各種補助金の申請、市税等のPayPayを利用した納税等、手続きがオンラインで行えます。



広報・観光・イベント

広報紙や観光、果樹園、スポーツ、文化振興、生涯学習等、各種情報を確認できます。



行政情報

ごみ・生活環境や税金・収納、国民健康保険・国民年金、建設、公共交通、上下水道、図書館等、各種行政情報を確認できます。



健康・福祉

市の健(検)診情報や休日当番医、フレイル予防等、健康・福祉に関する情報を確認できます。



消防・防災

市の災害情報や防災行政無線の内容等、消防・防災に関する情報を確認できます。



■ インストール方法



iOS端末の場合「App Store」、
Android端末の場合「Google Play Store」で、
「じょうづるさんナビ」を検索してください。



こちらからもダウンロードできます→

電子申請サービス

紙面で提出していた申請や届出等の行政手続きが、スマートフォンやパソコンからいつでもどこでも行えます。 *一部の申請手続きは、利用者登録やマイナンバーカードが必要です。

■ 電子申請の例

- 定期予防接種費用助成金交付申請書・請求書
- 上下水道使用(開始届・中止届・変更届)
- おくやみ窓口
- 自転車駐車場使用登録申請書 等

■ アクセス方法(スマートフォンの場合)



① 「じょうづるさんナビ」を開く



② トップページ「申請・予約・納税」をタップ



③ 「その他の手続き」をタップ

コンビニ交付サービス

マイナンバーカード*1を利用して、コンビニエンスストア等のマルチコピー機で休日や夜間等でも証明書等が取得できるサービスです。

*1 市内に住民登録している方で、マイナンバーカード取得時に設定した、利用者証明用電子証明書の4桁の暗証番号が必要です。

取得できる証明書等

- 住民票 ●印鑑登録証明書 ●所得証明書
- 課税証明書

ポイント

- 市役所に行かなくても取得できます
- 早朝や夜間、土・日・祝日等、市役所が閉庁日の場合も取得できます*2
- 申請書の記入が不要です

*2 利用時間…午前6時30分～午後11時(12月29日～1月3日と機械メンテナンス日を除く)



子育て支援「じょうづるアプリ」

市の子育てサービスの情報が入手できることはもちろん、お子さんの成長を記録することもできる子育て支援アプリです。

こんなことができます

- 妊娠期から子育て期まで、市の子育てサービス情報を手軽に検索
- 予防接種のスケジュールをAIが自動作成
- 母子手帳の記録を入力して、電子での管理も可能
- 予防接種や健診の案内をプッシュ通知でお知らせ
- ファーストバースデイ祝品や各種相談・教室の申し込み
- マタニティ・サポート119の登録届出
- 子育て世帯から寄せられる「よくある質問」の掲載

NEW!!



Google Play Store



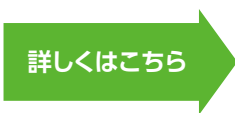
App Store



☎ こども家庭センターここキララ(72-1100)

その他の市アプリもご活用ください

市では、上記以外にも暮らしに役立つスマートフォンアプリを配信しています。



市議会議員一般選挙 が行われます



令和7年度
明るい選挙啓発ポスターコンクール

市長賞

岩間 千尋さん(太田小)



投票日

7月26日(日)
午前7時～午後6時

*投票日における投票所は、住民票の住所地により指定しています。
各世帯に郵送する投票所入場券をご確認ください。

*投票所入場券は7月中旬に発送予定です。

期日前 投票

7月20日(月・祝)～25日(土)
午前8時30分～午後8時

投票所

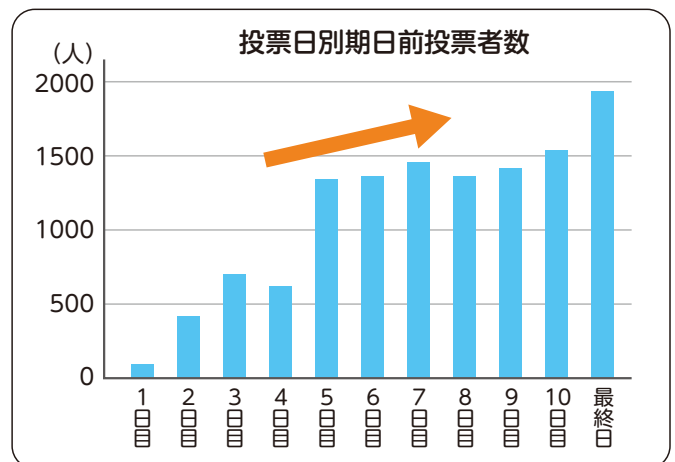
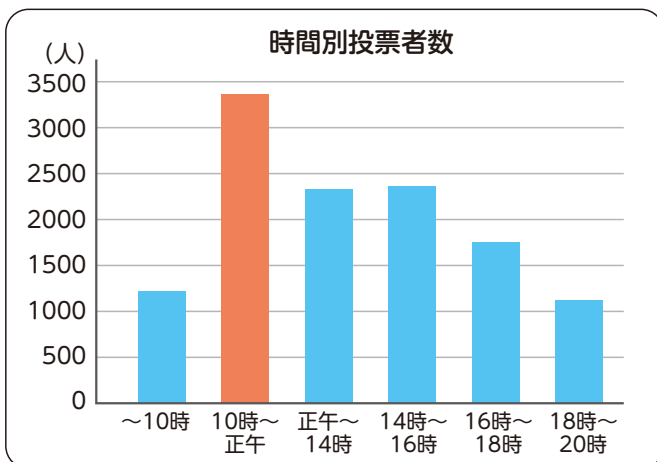
市役所本庁、金砂郷支所、
水府支所、里美支所

*期日前投票は、住所地による投票所の指定はありませんので、どの投票所でも投票できます。

期日前投票の混雑状況(参考)

10時～正午は比較的投票者数が多いです。

期間の後半になるほど投票者数は多くなります。



グラフデータ…2月8日執行 衆議院議員総選挙(市役所本庁)

期日前投票をご利用の方は、上記を参考に、混雑する時間帯を避けてお越しいただくことをおすすめします。

不在者投票

滞在先で行う場合

投票日に仕事や学業等で市外に滞在中、投票に行くことができないと見込まれる方は、滞在先の選挙管理委員会にて不在者投票ができます。あらかじめ、「不在者投票宣誓書兼請求書」で市選挙管理委員会に投票用紙を請求してください。投票用紙の郵送に時間がかかりますので、請求は早めをお願いします。「不在者投票宣誓書兼請求書」は市ホームページからもダウンロードできます。

病院等で行う場合

都道府県選挙管理委員会が指定した病院や老人ホーム等に入院・入所の方は、施設内で不在者投票ができます。詳しくは、施設にお問い合わせください。

郵便等で行う場合

表1にあてはまる方は、郵便や信書便等で投票できます（投票用紙は必ず本人が記入してください）。投票には事前に市選挙管理委員会に申請・登録が必要です。該当する方はお問い合わせください。

【表1】

	障がい名等	等級等
身体障害者手帳をお持ちの方	両下肢・体幹・移動機能の障がい	1・2級
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸の障がい	1・3級
	免疫・肝臓の障がい	1～3級
戦傷病者手帳をお持ちの方	両下肢・体幹の障がい	特別項症～第2項症
	心臓・じん臓・呼吸器・ぼうこう・直腸・小腸・肝臓の障がい	特別項症～第3項症
介護保険被保険者証をお持ちの方	被保険者証の「要介護状態区分等」の欄	要介護5

表1と表2のどちらにもあてはまる方は、代理記載が認められます。あらかじめ、市選挙管理委員会に届け出た「代理記載人」（選挙権を有する方）1人に代筆させて郵便投票することができます。

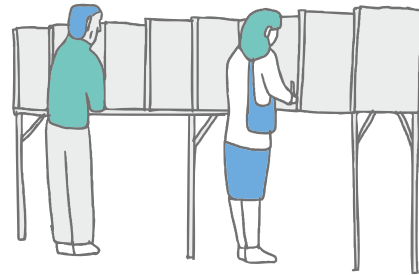
【表2】

	障がい名	等級等
身体障害者手帳をお持ちの方	上肢または視覚の障がい	1級
戦傷病者手帳をお持ちの方	上肢または視覚の障がい	特別項症～第2項症

投票できる方

以下のすべてに該当する方

- 日本国籍の方
- 本市に引き続き3カ月以上住所のある方
- 満18歳以上の方
- *投票日までに本市から市外へ転出された方は投票できません。
- *転出入の時期、その他の理由により投票できる場合が異なりますので、詳しくは市選挙管理委員会にお問い合わせください。



投票用紙への記入が困難な方

代理投票

ご自身で投票用紙への記入が困難な方は、代理投票で投票ができます。代理投票は、投票所の係員が代筆します。投票の秘密は固く守られますので、遠慮なく投票所の係員にお申し出ください。

点字投票

投票所には、点字投票用の投票用紙や点字器を用意しており、点字での投票もできます。

選挙公報

立候補者の経歴等を掲載した選挙公報を期日前投票開始後、準備が整い次第、本庁および各支所で配置します。また、市ホームページによる公開および新聞折込で配付予定です。

開票

- ◆とき：7月26日（日）午後8時～
- ◆ところ：交流センターふじ

市ホームページでも選挙に関する情報を掲載しています。



しゅつ すい き

出水期に備える

出水期(梅雨時期や台風シーズン)を迎える前に、私たちが取るべき対策や準備を再確認することが重要です。家庭や地域でできる対策を紹介します。

防災気象情報の見方と使い方を知って自分や家族の命を守りましょう

避難に関する情報

気象の警報等が大きく変わりました

変更点のポイント



警報・注意報の情報名に「レベル」の数字が付与

レベルの数字を見るだけで、災害の切迫度や取るべき避難行動がすぐわかるようになります。
*例…大雨警報→レベル3大雨警報 等

「危険警報」を運用(警戒レベル4相当の情報)

市町村によるレベル4避難指示の発令等の目安となります。

河川氾濫危険度の伝え方が変化

「洪水警報」「洪水注意報」を廃止し、河川の状況に応じた伝え方に変わりました。また、「レベル5氾濫特別警報」を新設しました。
*例…洪水警報→「レベル3氾濫警報」「レベル3大雨警報」(河川の種類によって変わります)

警戒レベル	市民の皆さんが取るべき避難行動	避難情報(市が発令)	気象情報(気象庁)(警戒レベル相当情報)
高 5	命の危険 直ちに安全確保 <ul style="list-style-type: none"> 災害が発生または切迫した状況です。 命を守るための最善の行動をとる。 	緊急安全確保	レベル5 <ul style="list-style-type: none"> 大雨特別警報 土砂災害特別警報 氾濫特別警報
警戒レベル4までに必ず避難			
4	危険な場所から全員避難 <ul style="list-style-type: none"> 速やかに危険な場所から避難する。 移動が危険な場合は、近くの安全な場所や自宅内のより安全な場所に避難する。 	避難指示	レベル4 <ul style="list-style-type: none"> 大雨危険警報 土砂災害危険警報 氾濫危険警報
3	危険な場所から高齢者等は避難 <ul style="list-style-type: none"> 避難に時間を要する方(高齢者、障がいのある方等)は避難する。 その他の方は、避難の準備を整え、気象情報や避難情報に注意する。 	高齢者等避難	レベル3 <ul style="list-style-type: none"> 大雨警報 土砂災害警報 氾濫警報
2	<ul style="list-style-type: none"> 避難に備え、自らの避難行動を確認(ハザードマップ等)する。 	-	レベル2 <ul style="list-style-type: none"> 大雨注意報 土砂災害注意報 氾濫注意報
低 1	<ul style="list-style-type: none"> 防災気象情報等の最新情報に注意する。 	-	レベル1 <ul style="list-style-type: none"> 早期注意情報

情報の入手方法を確認



テレビのデータ放送



防災無線



市ホームページ・SNS・
じょうづるさんナビ・
気象庁ホームページ 等

フェイク情報に
惑わされないよう
にしましょう。

事前に確認

- ✓ お住まいの地域の危険箇所をハザードマップで確認
- ✓ 避難所・避難経路を確認
- ✓ 家族との連絡方法を定める
- ✓ 非常持ち出し品を準備



市ホームページ
(ハザードマップ)

「自分の命は自分で守る」という意識をもって、早めの行動に心がけましょう。

安心して過ごせる避難所を目指して

避難所の環境を整えるため、市では、パーテーション等を800組整備しています。今年度は移動式エアコンを購入し、避難所環境を整備します。

避難所に備えている主なもの

- 非常食 ●毛布 ●パーテーション ●段ボールベッド
- 移動式エアコン(今年度整備) *市立小・中学校体育館に設置



これまでの避難所

- プライバシーの確保が難しい
- 床に直接寝る
- 暑さ・寒さ対策が不十分

避難所の環境は変わっています

現在の避難所

- プライバシー確保のためのパーテーション
- 段ボールベッド

プライバシーの確保、暑さ・寒さ対策等心身の負担を軽減します



なぜ、避難所の環境改善が必要?

- 健康を守るため
- 心の負担を減らすため
- 長期避難に備えるため
- 誰もが安心して過ごすため

災害時に安心して過ごすためには、日頃からの備えと助け合いが大切です。

自主防災会の防災資機材 整備・修繕を支援します

◆実施期間：令和8年度～令和10年度

◆対象資機材(例)

- 情報伝達…ラジオ・拡声器、トランシーバー等
- 照明・電源…発電機、ドラムリール等
- 避難誘導・安全装備…ヘルメット等
- 救助・救出…ジャッキ、担架等
- 生活支援・避難所運営…テント、簡易トイレ等
- 炊き出し・給水…炊き出し用釜、給水タンク等
- その他…大型扇風機、消火器等

◆補助金額：1自主防災会に対し、上限10万円(3年のうち1回限り)

*今年度補助対象となる自主防災会には、個別に連絡します。

◆申・問：防災対策課(内線351)



地域の実情に合わせて、必要な資機材を整備できます



我が家の防災

みんなで学び 身につける



じょうづるさんの



ワンポイント

ハザードマップを確認し、避難所の確認や持ち出し袋の準備を事前に行いましょう。災害が起きる前に自分の住んでいる地域のリスクを理解しておくことで、いざという時に冷静に行動できるようになります。

*ハザードマップは4月に全世帯へ配布しました。

8月1日から使用する国民健康保険と 後期高齢者医療制度の資格確認書等を送付します

国民健康保険・後期高齢者医療制度加入の方に、「資格確認書」または「資格情報のお知らせ」を7月中旬に送付します。医療機関等へ受診の際は、マイナ保険証または資格確認書をご利用ください。

◆国民健康保険に加入の方

	送付書類	
	69歳以下	70歳以上
マイナ保険証をお持ちの方	*1	資格情報のお知らせ
上記以外の方	資格確認書*2	

*1…お持ちの「資格情報のお知らせ」に有効期限がないため、郵送物はありません。

*2…世帯に資格確認書該当者がいる場合、簡易書留で送付します。

◇後期高齢者医療制度に加入の方

	送付書類	
	84歳以下	85歳以上
マイナ保険証を 普段から利用している方*3	資格情報のお知らせ	資格確認書
上記以外の方	資格確認書	

*3…以下の条件をすべて満たす方

○過去1年間で6回以上マイナ保険証を利用されている方

○おおむね直近3カ月以内にマイナ保険証を利用された方

(利用状況は、新たな資格確認書等を作成する時点の情報で判定します)

* 特定記録郵便で送付します。

【共通】

* 年齢は8月1日時点

* 資格情報のお知らせが交付される方で、マイナ保険証での受診が困難な場合は、申請により資格確認書を発行します。

◆窓口で受け取りを希望する方：6月30日(火)までに電話等でお手続きください。

* 昨年度窓口で受け取った方でも、今年度窓口受け取りを希望する場合には改めて手続きが必要です。

○受取期間…7月17日(金)～31日(金)

○受取場所…保険年金課、各支所

○持参する物…受領する方の本人確認書類(マイナンバーカード等)

* 国民健康保険に加入の方については、原則として世帯主に交付します(世帯主以外の方が受け取りの場合は、代理人の本人確認書類と世帯主の委任状が必要です)。

◆問：国民健康保険について…保険年金課国保係(内線114)

後期高齢者医療制度について…保険年金課年金医療係(内線118)

国民健康保険税

国民健康保険制度は、会社等の健康保険や後期高齢者医療制度等に参加していない全ての市民の方を対象とした医療保険制度です。令和8年度の保険税より、「子ども・子育て支援金分」が課税されます。保険税は国保加入者の人数や所得に応じて世帯単位で決定し、7月中旬頃に通知します。

◆国民健康保険税の内訳(年額／一人あたり)

区分	均等割額	所得割額*1	賦課限度額
医療保険分	34,800円	6.9%	67万円
後期高齢者支援分	13,800円	2.7%	26万円
介護保険分	15,600円	2.1%	17万円
新設 子ども・子育て支援金分	1,600円	0.3%	3万円



18歳以上の被保険者に課税されます

*1 令和7年中の総所得金額から基礎控除を除いた額に対して計算します。

◆**納税義務者**：保険税は世帯主が納めることになっています。世帯主が職場の健康保険に参加している場合でも、家族が国保に加入していれば、世帯主に納税通知書が送付されます。

◆**所得の申告を忘れずに**：保険税の決定や減額、入院時の食事代、高額療養費の算出にあたっては世帯員全員の所得の申告が必要です。収入が無くとも、確定申告や住民税の申告等をしていない人がいる世帯は、下記の均等割の軽減が受けられませんので、必ず申告をしてください。

◆保険税の軽減

- 均等割額の軽減**…令和7年中の収入に応じて、均等割額の7割・5割・2割が軽減されます。
- 未就学児の軽減**…国の軽減措置により未就学児(小学校入学前)の均等割額の2分の1が軽減されます。
- 産前産後の免除**…加入者の産前産後期間4カ月分の税額について、申請により全額免除します(届出が必要です)。
- 非自発的失業者の軽減**…**65歳未満の方**で、勤務先の倒産や解雇、雇用止め等、事業主の都合により失業したことを理由として雇用保険を受給している方は、給与所得を100分の30として保険税を算定します(申請が必要です)。
- その他の減免**…災害にあったとき、失業し世帯員全員が所得皆無となったとき、経営する会社が倒産したとき、傷病により就労できないとき、刑事施設に入所しているとき等は、保険税が減免される場合があります(申請が必要です)。

◆納付方法

- 特別徴収**…国保加入者全員が65歳以上75歳未満の世帯は、原則世帯主の年金から差し引かれます。
 - 普通徴収**…納付書または口座振替により納付します。納期は7月～2月の年8回です。
- *年度内に普通徴収から特別徴収へ変更になる方は、7月中旬頃に送付する納税通知書でお知らせします。

◆**納付方法の変更**：特別徴収の世帯は、申請により口座振替へ納付方法を変更することができます。なお、口座振替への変更時期は、申請日により異なりますので、早めの申請をお願いします。

◆**問**：保険年金課国保係(内線114)

後期高齢者医療制度の保険料

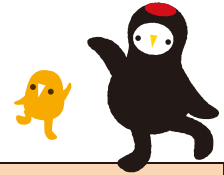
後期高齢者医療制度は、高齢者の方が安心して医療を受け続けられるよう、公費約5割、現役世代からの支援金約4割、被保険者の保険料約1割を負担し、社会全体で支える医療保険制度です。令和8年度より、従来の保険料(医療分)に子ども・子育て支援納付金分(子ども分)を加算して賦課します。なお、令和8年度の保険料は、7月中旬頃に通知します。

* 保険料率は県内一律です。

◆保険料の計算方法

【医療分】

1年間の保険料額 (100円未満切捨て) * 賦課限度額(上限額)…85万円	=	均等割額	+	所得割額
		被保険者一人あたり 49,500円		賦課のもととなる金額*1 ×9.32%



【子ども・子育て支援納付金分(子ども分)】

1年間の保険料額 (100円未満切捨て) * 賦課限度額(上限額)…2万1千円	=	均等割額	+	所得割額
		被保険者一人あたり 1,400円		賦課のもととなる金額*1 ×0.28%

*1 賦課のもととなる金額…総所得金額等*2 - 基礎控除額*3

*2 総所得金額等…前年の収入から必要経費(公的年金控除額や給与所得控除額等)を差し引いたもので、社会保険料控除、配偶者控除等の各種所得控除前の金額です(遺族年金や障害年金は収入に含みません)。

*3 基礎控除…2,400万円以下…43万円 / 2,400万円超～2,450万円以下…29万円 / 2,450万円超～2,500万円以下…15万円 / 2,500万円超…0円

* 前年の合計所得金額に基づきます。

* 年度の途中で被保険者になった方は、資格取得月から月割りで保険料額を計算します。

◆保険料の軽減

①均等割額の軽減…世帯(被保険者と世帯主)の令和7年中の収入に応じて、「医療分」と「子ども分」それぞれの均等割額を7割・5割・2割軽減します。

* 令和8年度の「医療分」の7割軽減については、さらに0.2割を軽減します。

②その他の軽減…後期高齢者医療制度に加入する前日に、会社等の健康保険の被扶養者であった方は、加入後2年間に限り均等割額が5割軽減され、所得割額の負担はありません。

* 国民健康保険や国民健康保険組合の加入者であった方は該当しません。

* ①の対象となる場合は、軽減割合の高い方が優先されます。

◆納付方法：年金からの天引きをする特別徴収と納付書により納付する普通徴収に分かれています。

○特別徴収…公的年金受給額が年額18万円以上で、一定の条件を満たした方は、年金から差し引かれます。

* 前年度に普通徴収だった方(75歳到達による新規資格取得者等)も、随時特別徴収に切り替わります。

○普通徴収…年度途中で資格を取得した方や特別徴収の条件に該当しない方等には、納付書を個別に送付します。

* 普通徴収の方は、納め忘れや納めに行く手間が省ける口座振替をおすすめします。

◆納付方法の変更：後期高齢者医療保険料は、特別徴収の条件を満たす方については、原則特別徴収となりますが、申請により口座振替へ変更することができます。なお、口座振替への変更時期は、申請日より異なりますので、早めの申請をお願いします。

○申請窓口…保険年金課年金医療係 / 各支所

◆問：保険料の計算について…県後期高齢者医療広域連合(029-309-1213)
保険料の納付について…保険年金課年金医療係(内線118)

森林環境譲与税を活用しています

本市は、面積の4分の3を森林が占めており、現況森林面積は県内1位です(令和2年調査)。しかし、手入れのされない森林が増えていることから、森林整備を行う財源を確保するため「森林環境譲与税及び森林環境税に関する法律」が施行され、令和6年度からは年間1,000円を個人住民税に上乗せする形で、森林環境税の課税が始まりました。森林環境税は、森林環境譲与税として市に配分されています。ここでは、市に配分された森林環境譲与税の主な使い道について紹介します。

森林整備



○ 森林経営管理制度による森林整備

- 実施年度 ▶ 令和5・7年度
- 実施場所 ▶ 徳田町、天神林町、島町、粟原町地内
- 内 容 ▶ 手入れのされていない森林を対象に、適切に日光が当たるよう間伐
- 面 積 ▶ 5.6ha



○ M-プルーフの森づくり

- 実施年度 ▶ 令和4～7年度
- 植栽面積 ▶ 4,000㎡
- 内 容 ▶ ●プラトーさとみ周辺へのサトウカエデの植樹
●包括連携協定企業等のワークショップ



○ 荒廃竹林整備補助

- 実施年度 ▶ 令和6・7年度
- 申請件数 ▶ 9件
- 内 容 ▶ 荒廃した竹林の伐採・運搬・撤去をする場合に、その費用の2分の1を補助(区分による上限あり)
*詳しくは市ホームページをご確認ください。

市ホームページ
(荒廃竹林補助)



木材利用

○ 小・中学校の机の天板作製

- 実施年度 ▶ 令和3・5～7年度
- 内 容 ▶ 市内小・中学校の机の天板を市産スギを利用した天板に交換
*令和9年度までに全市立小・中学校で交換を予定



○ 市産材利用住宅建築助成

- 実施年度 ▶ 令和4～7年度
- 申請件数 ▶ 28件
- 内 容 ▶ 市内に市産材を利用した住宅を新築する方を対象に、市産材の使用量に応じて60万円まで助成
*詳しくは市ホームページをご確認ください。

市ホームページ
(市産材住宅助成)



熱中症に十分注意しましょう!



熱中症は、屋外だけでなく屋内でも発症します。正しい知識を身につけ、健康被害を防ぎましょう。

熱中症予防サイト
(厚生労働省)



1. 熱中症にならないための予防行動

- のどが渇く前にこまめに水分補給 (目安は1日1.2L)
- 程よく塩分を摂取
- 扇風機やエアコンで室内温度をこまめに調節
- 遮光カーテン・すだれの利用、打ち水の実施
- 通気性の良い衣服を着用
- 保冷剤・氷・冷たいタオル等で体を冷やす



2. 熱中症の症状と対処方法

熱中症がすすむと頭痛や嘔吐、倦怠感、虚脱感等の症状があらわれます。

- エアコンが効いている室内等に避難する
- 衣服を緩め体を冷やす
- 経口補水液の補給



応急対応をして症状が改善されない場合は
医療機関を受診しましょう

3. 熱中症(特別)警戒アラート

危険な暑さが予想される場合に、「熱中症警戒アラート」および「熱中症特別警戒アラート」が国から発表されます。

*暑さ指数(WBGT)…「気温」「湿度」「輻射熱(ふくしゃねつ:日光を浴びた時に受ける熱や地面・建物から出る熱のこと)」を取り入れた熱中症予防のための指標です。WBGTの数値が高いほど熱中症リスクが高くなります。



熱中症予防情報サイト

熱中症警戒アラート(WBGT33)が発表されたら

- 外での運動は、原則、中止または延期しましょう。
- 外出はできるだけ控え、暑さを避けましょう。
- 高齢者や小さいお子さん等、熱中症になる危険性が高い方に注意を呼びかけましょう。
- 普段以上に上記の「熱中症にならないための予防行動」を実践しましょう。



熱中症特別警戒アラート(WBGT35)が発表されたら

● 広域的に過去に例のない危険な暑さとなり、多くの人に重大な健康被害が生じる恐れがあります。周囲の人が見守り・声掛け等を積極的に実践し、自分と身近な人の命と健康を守りましょう。

- クーリングシェルターをご利用ください。

熱中症特別警戒アラートが発表された場合に備え、市は、危険な暑さから避難することができる指定暑熱避難施設(クーリングシェルター)として市内に76カ所指定しています。熱中症特別警戒アラートが発表された場合で、外出の必要がある方や、冷房が故障して使用できない、自宅に冷房がない場合等にご利用ください。



市指定暑熱避難施設
(クーリングシェルター)

問 熱中症について…健康づくり推進課(73-1212) / クーリングシェルターについて…環境政策課(内線180)

長生き上手 常陸太田

健康づくり推進課フレイル対策室(73-1212)

フレイル予防で 元気に長生き!!

*フレイルとは健康と要介護の間の状態のことです。

フレイル予防弁当リニューアル! 第5弾

テーマ「1食で整う、彩り豊かなバランス弁当」

かわねや木崎本店・フェスタ店 じょうづる亭弁当
「九彩和膳」 646円(税込)



【栄養価】

- ・エネルギー:625kcal
- ・たんぱく質:24.2g
- ・脂質:16.3g
- ・炭水化物:98.2g
- ・食塩相当量:3.0g

鶏肉や鯖、豆腐等さまざまなたんぱく質源と彩り豊かな副菜を詰め合わせた9マス弁当です。和惣菜を中心とした優しい味付けで、少しずつおかずを楽しめる飽きのこない内容となっています。

全日食チェーン金砂郷久米店 じょうづる亭弁当
「色菜むすび」 650円(税込)



【栄養価】

- ・エネルギー:637kcal
- ・たんぱく質:21.1g
- ・脂質:17.5g
- ・炭水化物:98.0g
- ・食塩相当量:3.2g

フレイル予防の食事時に大切な10種の食品群のうち7品目を使用し、彩りや味わい豊かな副菜を少しずつ楽しめる少量多品目のおにぎり弁当です。1食分のたんぱく質と野菜量がしっかりと摂れます。



インフォメーション

INFORMATION

消費生活相談

不安をあおって契約させる 給湯器の点検商法に注意

事例

数日前、突然業者が訪問してきて「ガス給湯器の点検に回っている」といわれた。話を聞くと、業者は給湯器を見て「すぐに交換しないと危ない」と説明してきた。お風呂が使えなくなったら困ると思い、承諾してしまった。費用は約50万円と高額で、不審に感じたため、契約をやめた。

トラブルにあわないために

- 点検を口実に訪問し、消費者の不安をあおって新たに製品を購入させる手口です。安易に点検に応じないようにしましょう。
- 点検後に製品の購入をすすめられても、その場ですぐに契約しないようにしましょう。不安な場合、本当に交換が必要か契約先のガス事業者やメーカー等に相談しましょう。
- 契約してしまったら、クーリング・オフができる場合があります。困ったときは、消費生活センター等にご相談ください。

◆問:市消費生活センター(市民協働推進課内 70-1322)





令和8年度公民館長、
地域コミュニティ会長を
紹介します

* 敬称略

〔常陸太田地区〕

機初公民館…樫村毅
西小沢公民館…梶山雅彦

幸久公民館…寺門正夫

佐竹公民館…篠原陽一

誉田公民館…郡司正人

佐都公民館…岡部利美

世天公民館…磯野伸之

河内公民館…福地雅久

太田地区コミュニティ…菊池保裕

〔金砂郷地区〕

郡戸公民館…綿引優

金砂公民館…菊池明徳

久米の郷住み良い地域をつくる会…

小澤元

コミュニティ金郷…堆勝一

〔水府地区〕

山田コミュニティ…茅根仁始

染和田コミュニティ…菊池健一

天下野コミュニティ…小川守

高倉地域づくりの会…佐川憲一郎

〔里美地区〕

小里コミュニティ推進会…佐藤健一

賀美を愛する会…深谷富一男

新たに
民生委員・児童委員が
委嘱されました

民生委員・児童委員が6月1日付けで厚生労働大臣および県知事から委嘱されました。お住まいの地域の民生委員・児童委員については、社会福祉課にお問い合わせください。
* 敬称略

氏名	担当地区
大内 勝美	大森町

◆ 問…社会福祉課社会福祉係
(内線141)

市公式Instagram更新中!

フォローしてほしすぎ~

hitachiotacity

お知らせ

水道料金の基本料金を
3カ月分減免します

原油価格高騰や物価高騰の影響等を踏まえ、水道料金の基本料金を減免します。請求時に基本料金を差し引いて請求するため、事前申請等の手続きは必要ありません。

◆ 対象…市内の水道使用者
(国・地方公共団体が管理する施設は除く)

◆ 減免金額…水道料金(基本料金+超過料金)のうち基本料金(超過料金は対象外)

◆ 減免期間…7月~9月検針分(8月~10月請求分)

* 工業用水道料金・下水道使用料金等は減免対象外です。

* 減免について、市から電話やメール、訪問等を行うことはありません。

◆ 問…上下水道総務課料金係
(内線511)

市ホームページ
(水道料金)

産業活性化
コーディネーター

産業活性化コーディネーターは、市内の企業や商店・個人事業者・創業者のために市が委託している、事業支援の専門家です。お気軽にご相談ください。

◆ 主な活動内容

- ホームページ・SNS活用、パソコン活用、セキュリティ対策等
- 人材・外注先探し
- 新規事業・創業・販路開拓の支援(補助金活用等)
- 事業承継・確定申告等の実務支援
- 知的財産の保護・活用アイデアやデザインの権利化
- ◆ 産業活性化コーディネーター…渡邊多美夫氏



◆ 相談料…無料

◆ 問…090-8452-9798

メール ta-watanabe@htc.co.jp

LINEID watanabetamio

◆ 市関係課…商工振興・企業誘致課

農薬空中散布

地区	日程	町名
常陸太田	7月23日(木)	下河合町 上河合町 藤田町 栗原町 島町 磯部町 稲木町 幡町 三才町 金井町 木崎二町 山下町 西宮町 田渡町 長谷町 高貫町 岡田町 小沢町 馬場町 新宿町 増井町 下大門町 上大門町
	7月24日(金)	谷河原町 天神林町 小目町 亀作町 真弓町 大森町 内田町 落合町 堅磐町 上土木内町 沢目町 瑞龍町 里野宮町 白羽町 茅根町 常福地町 春友町 町屋町 西河内下町 西河内中町
金砂郷	7月25日(土)	小島町 中野町 松栄町 薬谷町 大里町 新地町 花房町 大平町 大方町の一部(南) 久米町の一部 藤田町の一部(若宮地区)
	7月26日(日)	玉造町 芦間町 高柿町 千寿町 岩手町 竹合町 箕町 下利員町 中利員町 上利員町 下宮河内町 上宮河内町 赤土町 大方町の一部(北) 久米町の一部
水府	7月28日(火)	山田地区 染和田地区(一部を除く)
里美	7月29日(水)	里美地区全域(岡見・笠石・田平地区を除く)



*時間…午前4時半～正午(散布当日の気象条件により、日程・時間が変更となる場合があります(日程変更の際は、防災行政無線等でお知らせします))。

◆**使用農薬**：アミスタートレボンSE

◆**農薬の特徴**：カメムシ類に効果がある殺虫剤と、いもち・紋枯病予防に効果のある殺菌剤の混合剤で、もんがれびょう10aあたり0.8L散布します。また、薬剤については有機リン系以外の薬剤を使用しています。

◆**注意事項**

- 防除実施中は、付近の人家の方、通勤・通学される方は、十分ご注意ください。
- 防除作業中、付近へは関係者以外の方は立ち入らないでください。
- 毒性の低い農薬を使用していますが、薬剤が直接皮膚にかかった場合はすぐに洗ってください。
- 水田に隣接する人家、養魚池、畜舎等はできるだけ雨戸を閉めビニール等で覆いをし、散布終了後清掃してください。
- 水田に隣接する場所に露天駐車をする車はできるだけカバーをしてください。また、散布により薬剤がかかった車は、すぐに薬剤を洗い流してください。
- 水田の水管理者は当該農薬が流出することを防止するため1週間程度水のかけ流しはしないでください。
- ミツバチに対して毒性がありますので、散布当日および1日後はミツバチを移動させるか巣箱を閉じてください。

◆**問**：市農薬空中散布実施協議会(JA常陸金砂郷支店内 70-3110(午前9時~午後4時))

◆**市関係課**：農政課

あなたらしく わたしらしく

男女共同参画

問 少子化・人口減少対策課(内線314)

6月23日～29日は「男女共同参画週間」です。

今年のキャッチフレーズは「あなたらしさが、社会のチカラ」です。

すべての人が、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するには、一人ひとりの理解と取り組みが必要です。

*男女共同参画社会とは…「男だから」「女だから」という固定観念にとらわれず、すべての人が自分らしく生きられ、社会のあらゆる場面で誰もが自分らしく、個性と能力を発揮できる社会のことです。

例えば…

- 女性も男性も、やりたい仕事に就ける
- 育児や介護は男女で協力する
- 意思決定の場に女性の声が反映される 等



YouTube
(男女共同参画関連動画)
(アンコンシャス・バイアスについて)



「第4次市男女共同参画推進計画」を策定しました

市は令和8年度～令和12年度を計画期間とする、「第4次常陸太田市男女共同参画推進計画」を策定しました。この計画は、性別に関わりなく人権と能力が尊重され、男女が対等に政策決定や家庭・社会生活に共同参画することができる社会の実現に向けて、必要な取り組みを推進するためのものです。

会員募集中



問 高齢福祉課高齢福祉係(内線131)

市内でいきいきと活動している老人クラブを紹介します。市内5支部のうち今回は常陸太田北支部の2クラブにスポットをあてます。

三才町長寿会

動いて、食べて、遊んで、会話して。一世紀人生を目標に、みんなで長生き上手をめざしながら、フレイル予防のために「げんきあっぷ」に活動中です。

◆活動内容

- プランター植栽継続活動(県指定「花と緑の町づくり」団体)
- 研修旅行 ○茶会研修

◆問:三才町長寿会 石川(72-1093)

会員には、なんと100歳を超える方が2人もいます。



太田南部高砂会

鯨ヶ丘を中心に東・西・南の7町内会の仲間からの組織です。

あ～明るく!、た～楽しく!、ま～前向きに!の「頭」をモットーに活動しています。

◆活動内容

- バス旅行(春・秋) ○グラウンド・ゴルフ(週3回)
- 神社境内・道路の環境美化活動 ○健康チェック(年2回会員宅を訪問等)

◆問:太田南部高砂会 青木(72-3745)

入会して、頭を使って、絆を深めましょう。



#推し活 ひたちおおた

市内の意外と知られていないお気に入りスポット、季節ごとの美しい風景、イベントでの1枚等、市民の皆さんが撮影した「推し写真」を紹介します。

市内で撮影した
素敵な写真を募集します

選考の上、広報ひたちおおたや市SNSで紹介します。採用された方に、粗品を差し上げます。

申込方法

応募写真にペンネーム、コメント(50字以内)、氏名、住所、連絡先(電話、メールアドレス)を明記の上、次のいずれかの方法でお申し込みください。

申込フォーム

右記QRコードからお申し込みください。



窓口・郵送

任意の様式に必要事項を記入の上、写真を添えて申込先へ持参・郵送してください。

○窓口…広報広聴課シティプロモーション係(本庁3階)

○郵送…〒313-8611
金井町3690

*持参・郵送いただいた写真は返却できませんのでご了承ください。

わたしの好きは

巨峰園の藤棚(増井町)



市内にこんな藤棚があったとは…！奥行きが難しかったです。

ペンネーム じょうづるさん大好きさん

申込時の 注意事項

- 申込者が撮影した写真であること
- 人物や他人の所有物等がはっきりと映る場合は撮影許可を得ること
- 危険な場所や私有地、撮影禁止の場所で撮影しないこと

*第三者の権利を侵害するものや公序良俗に反するもの、営利目的の広告、その他広報紙への掲載がふさわしくないものは掲載できません。

えんじたちの SMILE

すいふこども園



竜神大吊橋にいつてきたよ!



おめでとうございます

元気にスクスク

はじめてのお誕生日 6月で1歳です



さわ
益子 紗羽さん
6月3日生まれ/寿町



たかや
村上 拓哉さん
6月3日生まれ/真弓町



ふうか
吉澤 楓華さん
6月9日生まれ/東染町



ゆずき
佐藤 柚葵さん
6月10日生まれ/大森町



ふうり
茅根 楓李さん
6月10日生まれ/金井町



とうか
篠原 東叶さん
6月15日生まれ/谷河原町



いおと
大内 依音さん
6月16日生まれ/磯部町



みなみ
佐々木 湊海さん
6月24日生まれ/幡町



満1歳のお子さんの写真大募集!!



1歳の記念にお子さんやお孫さんの写真を市報に掲載してみませんか？右下のQRコードからスマートフォン等で撮影した写真を添えてお申し込みください。プリントした写真を持参や郵送していただくことも可能です。

お申し込みいただいた方に、粗品を差し上げます。

*応募された写真は返却しませんのでご了承ください。

*男女平等・多様性尊重の観点から、敬称を「さん」に統一しています。

対象 市内に住所を有する
令和7年8月生まれのお子さん(8月号掲載分)

必要事項 お子さんの氏名(ふりがな)・生年月日・住所、
応募者(保護者)の氏名、電話番号

申込期限 7月10日(金)

申・問 広報広聴課シティプロモーション係(内線303)



イベント等で着用しているはっぴをリニューアルしました。「空があるまち常陸太田」をイメージしたスカイブルーで、じょうづるさんが「常陸太田市」「常陸秋そば」「チーズ」等を案内しています。今後のイベント等で着用し、本市PRにしっかりと取り組んでまいります。

広報ひたちおた
発行/常陸太田市 編集/広報広聴課
常陸太田市役所
〒313-8611 茨城県常陸太田市金井町3690
電話 0294-72-3111 (代表)

常陸太田市
ホームページ・SNS



ホームページ



X エックス



Instagram



facebook



YouTube

*QRコードは(株)デンソーウェブの登録商標です。