

いしおか

4・1

No.156



提供：石岡まちづくりアカデミーⅢ

常陸風土記の丘の シダレザクラと古代家屋

(染 谷)

風土記の丘では、複元された古代家屋や出土した土器などを見学できます。

また、四季折々の花が植えられ、4月はソメイヨシノ、シダレザクラ、ボタンザクラと、1か月にわたって桜を楽しむことができます。

● 問い合わせ

常陸風土記の丘 ☎ 23-3888

主 な 内 容

- 公民館講座に申し込みを P2
- 市内各施設の放射線量測定値 P6
- 石岡市乗合いタウンメイト
4月から利用登録票の提出先が変更 P12
- 石岡市消防団員を募集しています P16
- 別冊 平成24年度石岡市予算特集



公民館講座に申し込みを!

講座生募集

中央公民館と府中・東・城南・国府の各地区公民館では、4月下旬から開講する講座の受講生を募集します。新たな趣味や余暇の過ごし方を見つけてみませんか。



★ 申込期間

4月6日(金)～15日(日)
午前9時～午後5時

*4月9日(月)は、休館日のため各公民館とも受け付けできません。

*受講対象は、市内在住か在勤者です。

*各講座とも受講希望者が定員を超えた場合は、抽選により決定します。

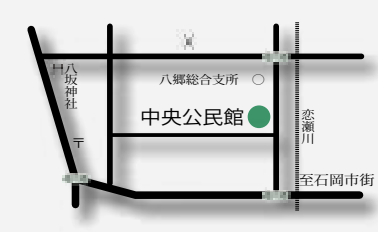
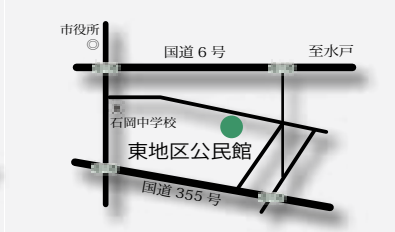
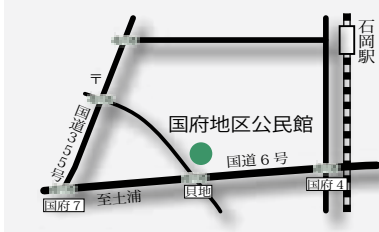
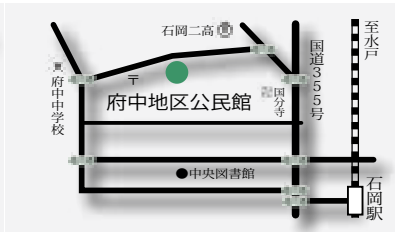
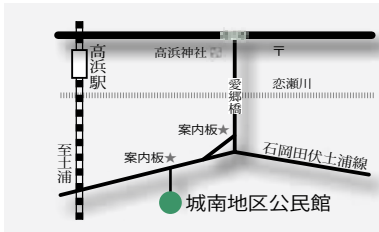
★ 申込方法

希望する講座を開催する各公民館の窓口へ、直接申し込みください。

*電話、ファックス、ハガキでの申し込みはできません。

*けやき学級・ひまわり学級は、同一館での重複申し込みはできません。また、他館への同じ学級は申し込みできません。

※重複申し込みは、すべて無効になります。



中央公民館 柿岡 5680 番地 1 ☎ 43-6262

講座名	講座内容	講師	曜日	開催日	時間	定員	費用
パソコン(初心者)	基本操作方法からインターネットの使用ができるまでを学びましょう。	石井広行	土(全8回)	8/4・7/26・9/23 5/7・21・25 7/28	午前9時～11時30分	20人	資料代 100円
デジタルカメラ入門	デジタルカメラの初心者や、使い方でお悩みの方、撮影しながらコツを学びましょう。	太田 晃	金(全5回)	7/20・8/18・8/22 5/7・21 7/24	午前9時～正午	20人	デジカメ持参 資料代 200円
懐かしい唱歌	日本と世界の懐かしい名曲を楽しく歌いましょう。	白井珠枝	木(全6回)	9/13・12/24・8/6・2 7/5・19 9/23	午前10時30分～正午	25人	教材・資料代 2,500円 (テキスト持参者 1,500円)
和太鼓	勇ましく和太鼓を叩いて心も体もリフレッシュしましょう。(小学生から)	平井 隆	土(全8回)	7/14・2/19・21・16・26・23・30 6/5・19 8/27	午後1時10分～3時10分	15人	保険・資料代 268円
アンチエイジング体操	ストレッチやエクササイズをおしていつまでも若々しい体を保ちましょう。	鴻田良枝	水(全8回)	7/4・6/16・13・23・20・30・27 6/5・19 8/27	午前10時～正午	20人	資料代 100円
楽しいエコクラフト	紙バンドを使い、便利なバックや小物を作ってみましょう。	宮澤郁子	火(全10回)	9/11・7/10・12/22・25・28・24・26・29 8/7・21 7/28	午前9時30分～11時30分	20人	材料・資料代 1,100円
素敵なネクタイリフォーム	ネクタイを利用して小物を作ってみましょう。	大林哲子	木(全4回)	7/5・7・19・21 6/6・20 8/27	午前10時～正午	20人	ネクタイ持参 資料代 50円
おしゃれな手編み	簡単に素敵な編み物を楽しみましょう。(基礎編みからベスト、セーターまで)	吉田純子	火(全7回)	9/4・3/15・31・5/21・19 7/7・21 8/27	午前9時30分～11時30分	20人	各自持参 資料代 100円
楽しいバランス食作り	メタボも解消し、おもてなし料理にもなるバランス食を作りましょう。	櫻井裕子 他3名	木(全5回)	9/6・12/31・8/9・14 7/5・19 8/27	午前9時30分～午後0時30分	24人	材料・資料代 4,100円
館外研修	歴史と伝統に彩られた袖の里、結城で機織・藍染体験と史跡めぐりで遊気な気分を味わいましょう。	結城市観光ボランティアガイド協会	木	6/28	午前8時～午後5時	30人	参加費 (体験・昼食・保険代) 2,750円



府中地区公民館

府中五丁目5番17号

☎ 24-1530

講座名	講座内容	講師	曜日	開催日	時間	定員	費用
ペン・硬筆の基礎と小作品作り	ひらがなやカタカナの基本を学び、小作品を作りましょう。	石塚よし江	木(全6回)	7/5・12・19・26・10/21・28	午後1時30分～3時30分	20人	短冊・色紙・資料代500円
水墨画(2)	水墨画の知識と技法を身につけ、絵を描いてみましょう。	市川 正	土(全5回)	7/7・14・21・28・10/23	午後1時30分～3時30分	20人	資料代100円
アロマ(コスメ作り)で心も体もリフレッシュ	手作りの香りでのフレッシュ、ストレスを解消しましょう。	木村 幸子	日(全5回)	6/5・12・19・26・10/27	午後1時30分～3時	20人	材料・資料代2,850円
はじめての韓国語(2)	ハンゲルの読み書きや発音を学び、簡単な会話を楽しみましょう。	朴 河娜	水(全5回)	7/7・14・21・28・10/16	午前10時～正午	20人	資料代150円
絵てがみ(2)	身近な画材を選んで、絵と短文で絵てがみを描きましょう。	杉山富美子	金(全5回)	6/5・12・19・26・10/29	午後1時30分～3時30分	20人	画仙紙代1,440円
座ったままできる楽々ボール体操	イスに座りながらボールを使い、楽しく気持ちよく体操しましょう。	佐藤直子	火(全5回)	7/7・14・21・28・10/19	午後1時30分～3時30分	35人	ボール代900円
楽しいコーラス(5)	誰にでも親しめる懐かしい名曲を、コーラスで楽しみましょう。	佐藤 榮二	水(全6回)	7/7・14・21・28・10/18・25	午前10時～正午	50人	資料代100円
やさしい英会話	やさしい英語でコミュニケーションするおもしろさを体験しましょう。	木村 芙美子	木(全5回)	7/6・13・20・27・10/24	午前10時～正午	20人	資料代50円
地産地消「わが家の食卓2」	身近な食材で家族の喜びイマドキ料理を、学びましょう。	石塚ナツ子	火(全5回)	7/6・13・20・27・10/24	午前10時～午後1時	20人	材料・資料費4,050円
はじめてのパソコン	パソコンの基本操作・文字入力などパソコン活用の基礎を学びましょう。	小熊 静	金(全6回)	6/5・12・19・26・10/15・22・29	午前10時～正午	18人	教材費600円
ひまわり学級(女性対象)	活力ある人生を送るため、心身の安定を目指し学びましょう。	社会教育指導員 専門講師	木(全7回)	11/7・14・21・28・12/5・12	午前10時～正午	50人	連絡用ハガキ代300円 他は実費
けやき学級(高齢者対象)	生きがいを持って元気に日々を送るために、お互いに学びあいましょ。	社会教育指導員 専門講師	木(全7回)	9/7・14・21・28・10/15・12	午前10時～正午	50人	連絡用ハガキ代300円 他は実費



東地区公民館

東石岡四丁目6番24号

☎ 26-6503

講座名	講座内容	講師	曜日	開催日	時間	定員	費用
親子リトミック(2・3歳児対象)	フラフープやボールを使い、リズムに合わせて遊びながら発達を促します。	福田可奈子	火(全5回)	7/10・17・24・31・10/26	午前10時～正午	15組	教材費など750円(写真代含む)
ひとりでお出掛け	今年の夏は自分で浴衣を着て、夏祭りや花火大会に行きましょう。	桜井定子	土(全3回)	7/7・14・21・28・10/30	午前10時～正午	20人	資料代50円
日本の心を歌う童謡	懐かしい童謡や叙情的な名曲に親しみましょう。	杉本左登子	木(全7回)	7/5・12・19・26・10/14・21・28	午前10時～正午	40人	教材費など200円
まゆクラフト	小さなまゆを使ってプロイチや季節の花を作りませんか。	田崎 秀子	木(全3回)	8/6・13・20・27・10/17	午前9時30分～11時30分	15人	教材費1,500円(3回分)
かんたん「手づくりパン」講座	パン作りは難しいと思っいていませんか？簡単に作れるパンを学びましょう。	竹村 啓子	木(全5回)	7/12・19・26・10/28	午前9時30分～正午	24人	材料・資料代4,050円
お父さんがんばって！メンズ・エクササイズ	日頃の運動不足を解消し、体力アップを目指しましょう。	木村 幸子	日(全6回)	8/5・12・19・26・10/22・29	午後2時～4時	20人	無料
体力をつくる 低山登山	近くの山に登り、自然に親しむとともに、仲間づくりや体力づくりをしましょう。	飯塚正雄	水・土(全3回)	7/7・14・21・28・10/16	その都度計画	26人	ハガキ・保険・資料代303円
はじめてのエクセル	表やグラフ作成の基礎を学びましょう。(文字入力できる人)	小熊 静	金(全10回)	7/6・13・20・27・10/13・20・27・11/3・10・17・24	午後2時～4時	20人	教材費600円
楽しさを味わう陶芸	器や人形の制作を通して、陶芸の楽しさを見つけましょう。	清水正章 清水俊子	木(全4回)	7/5・12・19・26・10/28	午前9時30分～11時30分	16人	材料費3,500円
小学生バラエティ教室	物作り、習字、ダンス、マナー教室、館外活動など欲ばって学びましょう。	社会教育指導員 専門講師	土(全8回)	12/9・16・23・30・1/6・13・20・27・10/19・26・11/2・9・16・23・30・12/3・10・17・24	午前9時30分～11時30分	24人	参加費1,100円 館外は実費
ひまわり学級(女性対象)	館外学習などを通して夢ある仲間づくりや見聞を広げましょう。	社会教育指導員 専門講師	水(全7回)	10/7・14・21・28・11/4・11・18・25	午前10時～正午	50人	連絡用ハガキ代ほか350円 館外は実費
けやき学級(高齢者対象)	心身ともに健康な毎日を送るために、心豊かに幅広く学習しましょう。	社会教育指導員 専門講師	水(全7回)	10/7・14・21・28・11/4・11・18・25	午前10時～正午	50人	連絡用ハガキ代ほか350円 館外は実費

城南地区公民館 三村 7109 番地 ☎ 26-3341

講座名	講座内容	講師	曜日	開催日	時間	定員	費用
げやき学級 (高齢者対象)	時代の変化の中で楽しく学ばせよう。 (館外研修もあります)	社会教育指導員 専門講師	主(全金)	2/7、26、 7/6、 12/7	午前または午後	50人	連絡用ハガキ代 300円 他は実費
ひまわり学級 (女性対象)	生きがいのある生活づくりのために知識の習得をしましょう。 (館外研修もあります)	社会教育指導員 専門講師	木(全7回)	2/9、26、 7/10、 11/7、 19/19	午前または午後	50人	連絡用ハガキ代 300円 他は実費
霞ヶ浦の環境と歴史を学ぶ講座	霞ヶ浦を取り巻く歴史・文化・自然などについて見聞を広めましょう。 (館外研修もあります)	社会教育指導員 専門講師	水・金(全6回)	11/16、18、26、 2/10、19、 5/30	午前または午後	50人	連絡用ハガキ代 250円 他は実費
パソコンワード中級	ワードの基礎を活用し、図形描画機能を使用してオリジナルイラストを作成します。	糸賀 芳子	木(全8回)	6/5、14、17、 21、24、 28、31	午前9時30分～11時30分	20人	教材費 700円
男性の料理 (かんたん・美味朝ごはん)	いろいろな朝食を簡単に作り、家庭でも腕をふるってみましょう。	竹村 啓子	土(全5回)	7/7、16、12、 30、26	午前9時30分～	16人	材料・資料代 4,100円
らくらくダイエットごはん料理	500キロカロリーの、健康的な家庭料理をつくりましょう。	杉田 守英	木(全5回)	6/5、14、10、 21、24、 28	午前9時30分～午後0時30分	20人	材料・資料代 5,100円
木工品作り	木材で木(忍)の温もり、癒しを感じる木工品(イーストテーブル)を制作してみしましょう。	関口 昌之	日(全5回)	7/8、10、20、 24、27	午前9時30分～正午	15人	材料・資料代 3,600円
里山ウォーキング	春・初夏の里山を楽しく歩きながら、ウォーキングの基礎を学びましょう。	伊藤 政男	火(全4回)	6/5、12、15、 26、29	午後1時30分～4時	40人	保険料ほか 400円
楽しいパッチワーク	パッチワークの基礎を学び、花の作品(あじさいのポーチとタリヤのバック)をつくってみましょう。	渡辺 敬子	火(全6回)	7/6、5、10、12、8、 24、26、22	午後1時30分	15人	材料・資料代 3,300円
楽しく歌おう	懐かしい童謡や唱歌、抒情歌を大きな声で歌い楽しみましょう。	磯前 容子	金(全6回)	7/7、6、5、13、8、11、 27、22、25	午前9時30分～11時30分	30人	テキスト代 1,050円
太極拳	健康な体づくりのために太極拳をはじめてみませんか。	関 一夫	土(全8回)	6/5、2、12、 9、19、 16、26、 23、30	午前10時～正午	20人	資料代 200円
名画を読む	19世紀から20世紀に活躍した巨匠3人の名画を、わかりやすい解説を聞きながら読み解きましょう。	齊藤 泰嘉	金(全3回)	6/5、8、11、 25	午後1時30分～3時30分	30人	資料代 100円
ゲーム入門	ゲームの基本とルールを学び、ゲームを楽しみましょう。	浅野 宏文	土(全6回)	6/5、2、12、 9、19、 16、26	午前9時～正午	20人	資料代 100円

国府地区公民館 国府五丁目7番1号 ☎ 22-2940

講座名	講座内容	講師	曜日	開催日	時間	定員	費用
げやき学級 (高齢者対象)	健康で豊かな人生を送るための学習を通じて仲間づくりをしましょう。 (館外研修もあります)	社会教育指導員 専門講師	木(全7回)	11/9、27、10、 6/10、 11/21、 7/19	午前または午後	50人	連絡用ハガキ代 300円 他は実費
ひまわり学級 (女性対象)	心豊かな生活を送るために、仲間と楽しく学びましょう。 (館外研修もあります)	社会教育指導員 専門講師	木(全7回)	11/9、6、10、 31、 7/5、 10/16、 7/10	午前または午後	50人	連絡用ハガキ代 300円 他は実費
パソコンワード応用	ワードを使って写真を取り入れ、見栄えのするフレーム・絵はがき・アルバムなどを作成してみしましょう。	糸賀 芳子	火(全8回)	7/3、5、15、 12、22、 19、29、 26	午前9時30分～11時30分	20人	資料代 700円
篆書・篆刻	篆書の基本用筆を学び、日常で使用できる雅印を刻みましょう。	高安 功訓 (高 黄鵬)	火(全7回)	7/10、12、15、 24、26、29、 31	午後1時30分～3時30分	15人	篆刻セット(含資材) 3,800円 印材・用紙代(全員) 800円
すっきり快適! 整理術	身の回りの物モノを見直し、すっきりと快適な暮らしをするために家の中を整理し、収納する方法を学びましょう。	中村 信子	火(全5回)	7/10、12、22、 24、26	午後1時30分～3時30分	15人	資料代 1,000円
ヘルシーメニュー	満腹なのに太らない? 低カロリーで健康的な家庭料理を作りましょう。	杉田 守英	水(全3回)	7/18、20、16	午前10時～午後1時	16人	材料・資料代 3,100円
プラント・ドール (植人物人形)	乾燥させた植物の木の実・葉を利用して愛らしい人形を作りましょう。	大園 恵美子	木(全5回)	7/12、14、24、 26、28	午前9時30分～11時30分	15人	材料費 3,000円
(続)源氏物語	源氏物語の本文を通して登場する女性たちの魅力をさぐりましょう。	吉澤 中正	木(全6回)	7/12、7、10、 26、21、24	午後1時30分～3時30分	20人	資料代 300円
日本と世界のうた	日本や世界の名歌に親しみ、みんなで楽しく歌いましょう。	佐藤 榮二	金(全8回)	8/3、6、1、11、 10、20、15、18	午前9時30分～11時30分	60人	テキスト・資料代 1,100円
歴史探訪 史跡めぐり	歴史と文化が息づく関東の街を散策することにより、教養を深め楽しい仲間作りをしましょう。 参加は1人1か所のみ。	地域ボランティア	金	9/7、13、8、 (古河市) (旧水海道市)	午前8時～午後5時	各31人	連絡用ハガキ代 50円 他は実費
エクササイズ エクササイズ☆	メタボ対策や運動不足解消にビートがきいた音楽でエクササイズしましょう。	木村 幸子	日(全8回)	8/5、8、10、13、 26、22、24、27	午前10時～11時30分	50人	無料

旭台会館 講座生募集

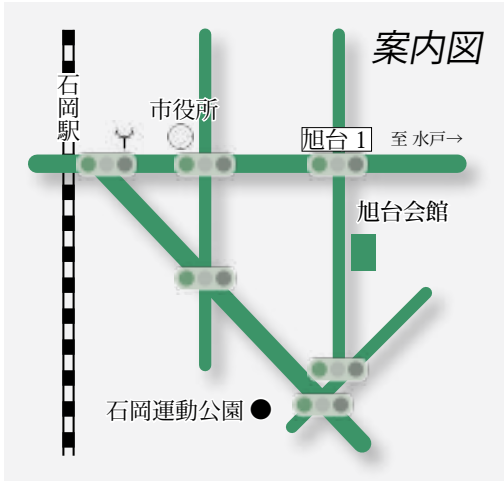
「暮らしを楽しむ」講座に参加を

申込期間

4月7日(土)～21日(土)
午前9時～午後5時

申込方法

受講希望者は、旭台会館に直接申し込みください。電話・ファックス・電子メールでも申し込みできます。
ただし、月曜日は休館となりますので申し込みはできません。
※各講座とも、定員を超えた場合は、抽選により決定します。
また、申し込みが少数の場合は、中止することもあります。



*各講座の参考作品を展示しています。



■申し込み・問い合わせ
旭台会館
旭台二丁目18番3号
☎26・1366
☎26・1780
✉asahidai@smile.ocn.ne.jp

講座名	講座内容	講師	曜日	開催日	時間	定員	費用
オンリーワン マイブレンッド コーヒー講座 (ケーキ付)	毎日のことだから、おいしく飲みたいものです。	鈴木 誉志男	日 (全1回)	5 / 27	午前10時 ～ 正午	20人	500円
楽しい篆刻を はじめませんか! 初心者:	石を彫って遊んでみませんか? 世界でたったひとつの刻印を作りましょう!	高安 功訓 (高 黄鵬)	金 (全7回)	8 7 6 5 / 10 13 8 25 24 27 22	午後1時30分 ～ 3時30分	10人	4,500円
着物着付け 講座	着物着付けの基礎基本から応用をめざします。さらに立ち振舞いを習得します。	小池 俊枝	土 (全6回)	6 5 / 2 19 9 26 16 23	午後1時30分 ～ 3時30分	15人	無料
誰でも簡単な おしゃれなニッ トソーイング 講座	簡単おしゃれ、きれいなオリジナル服作りを楽しみましょう。	金敷 久代	火 (全6回)	6 5 / 5 22 12 29 19 26	午後1時30分 ～ 2時30分	15人	5,000円
エンジョイ! 英会話講座	英会話を一から学びたい方のための講座です。	澤田 布美子	土 (全6回)	6 5 / 2 19 9 26 16 23	午後1時 ～ 2時	10人	資料代 200円
大人のための バレエ 入門講座	新しい仲間と一からバレエを始めませんか? 気楽にどうぞ!	照屋 るみこ	土 (全6回)	6 5 / 2 19 9 26 16 23	午後7時 ～ 8時30分	15人	無料
エコクラフト で楽しく作る う!講座	エコクラフトは、作り方をさえ知っていれば誰でも地球に優しいものが作れます!	宮澤 郁子	金 (全4回)	7 6 5 / 29 1 18 15	午前9時30分 ～ 11時30分	15人	500円
ルールから始 める囲碁入門 講座	今日からあなたも「囲碁ガール・囲碁ボーイ」です。	箱田 善保	火 (全6回)	6 5 / 5 15 12 22 19 29	午後1時30分 ～ 3時30分	10人	資料代 200円

市内各施設の放射線量測定値

公共施設などの放射線量測定結果

測定器：簡易測定器 単位：マイクロシーベルト/時

●問い合わせ 放射線対策室 ☎ 23-1111 (内線 141)

主な公共施設 毎月第2・4週測定 測定器 PA-1000 Radi	3月第2週			主な公共施設 平日毎日測定										
	地表	地上 0.5m	地上 1m	測定場所	市役所		旭台 会館	城南 地区 公民館	龍神山 霊園	八郷 総合 支所	自然 休養村 センター	恋瀬 出張所	園部 出張所	
測定日	県の測定		簡易測定器 PA-1000 Radi (地上 1m)											
	地上 2.4m	地上 1m												
国府地区公民館	0.249	0.205	0.199	2/28 火	—	—	0.170	0.195	0.236	0.191	0.152	0.202	0.112	0.158
芦穂地区多目的研修センター	0.184	0.143	0.158	29 水	—	—	0.182	0.192	0.251	0.178	0.172	0.188	0.115	0.143
瓦会地区多目的研修センター	0.157	0.132	0.139	3/1 木	—	—	0.187	0.177	0.210	0.183	0.151	0.192	0.111	0.152
石岡学校給食センター	0.274	0.199	0.202	2 金	—	—	0.159	0.187	0.228	0.182	0.145	0.197	0.128	0.147
農村資料館	0.110	0.110	0.116	5 日	—	—	0.188	0.194	0.243	0.215	0.166	0.236	0.124	0.149
ふれあいの里石岡ひまわりの館	0.214	0.183	0.180	6 火	—	—	0.160	0.202	0.246	0.191	0.157	0.192	0.104	0.163
まちかど情報センター	0.123	0.127	0.130	7 水	—	—	0.167	0.180	0.228	0.220	0.160	0.207	0.107	0.152
常陸風土記の丘	0.238	0.228	0.227	8 木	—	—	0.163	0.182	0.204	0.190	0.162	0.200	0.125	0.154
茨城県フラワーパーク	0.167	0.132	0.147	9 金	—	—	0.191	0.182	0.214	0.212	0.159	0.200	0.132	0.160
つくばねオートキャンプ場	0.170	0.170	0.157	12 日	—	—	0.187	0.189	0.230	0.195	0.144	0.189	0.120	0.155
朝日里山学校	0.224	0.208	0.195	13 火	—	—	0.170	0.189	0.232	0.173	0.145	0.183	0.115	0.164
石岡運動公園	0.265	0.243	0.244	14 水	0.079	0.157	0.156	0.182	0.214	0.178	0.150	0.196	0.121	0.147
八郷総合運動公園	0.155	0.118	0.123											
柏原野球公園	0.351	0.312	0.308											
柏原サッカー公園	0.183	0.170	0.190											
小井戸運動広場	0.191	0.202	0.212											
国府公園	0.284	0.235	0.211											
石岡ステーションパーク	0.167	0.166	0.141											
いしおかイベント広場	0.109	0.099	0.093											
やさと温泉ゆりの郷	0.209	0.200	0.195											
柏原池公園	0.316	0.296	0.308											
八軒向第3公園	0.291	0.222	0.225											
フローラル西公園	0.216	0.173	0.167											
ばらき台第2公園	0.208	0.186	0.195											

※簡易測定器の測定値は、各測定器ごとに差異があるため、同じ測定器の測定値で、放射線量の変化をとらえることとします。

可搬型モニタリングポスト



市役所
分庁舎
仮設庁舎
駐車場



▲可搬型モニタリングポスト



▲電光表示板

放射線量を24時間測定 可搬型モニタリングポストを 設置しました

東京電力(株)福島第一原子力発電所の事故による、茨城県全市町村の空間放射線量を継続的に把握するため、文部科学省が可搬型モニタリングポストを設置しました。石岡市では、市役所敷地内へ設置しました。

可搬型モニタリングポストは、地表1メートルの放射線量を24時間測定し、測定値を電光表示板に表示します。

※可搬型モニタリングポストの電光表示板に表示される数値は、 μ Gy/h (マイクログレイ/時) です。
0.8 をかけると μ Sv/h (マイクロシーベルト/時) にすることができます。

※ 1μ Gy/h (マイクログレイ/時) は、 0.8μ Sv/h (マイクロシーベルト/時) です。

●例 電光表示板の表示が 0.108μ Gy/h (マイクログレイ/時) のときは、 0.0864μ Sv/h (マイクロシーベルト/時) になります。

※原子力安全委員会「環境放射線モニタリング指針」より

学校・幼稚園などの測定値


保育所・幼稚園・小中学校

測定器：簡易測定器 単位：マイクロシーベルト/時

測定値：グラウンドの5か所（東西南北・中央）の平均

 保育所 など 測定器 PA-1000 Radi	測定値（園庭中央）			
	3月第1週		3月第2週	
	地上0.5m	地表	地上0.5m	地表
第1保育所	0.187	0.294	0.201	0.262
第2保育所	0.173	0.230	0.212	0.237
園部保育所	0.123	0.170	0.147	0.179
みなみ保育所	0.181	0.200	0.180	0.167
やさと中央保育所	0.140	0.153	0.151	0.152
石岡明照保育園	0.123	0.237	0.145	0.158
泉ヶ丘保育園	0.151	0.206	0.160	0.171
国分台ふたば保育園	0.170	0.171	0.163	0.183
ひかり保育園	0.127	0.142	0.137	0.156
わかさ保育園	0.203	0.231	0.195	0.267
しらゆり保育園	0.181	0.169	0.183	0.197
そとの保育園	0.096	0.081	0.084	0.086
石岡ひまわり保育園	0.174	0.182	0.228	0.248
りんりん保育園	0.164	0.223	0.186	0.207
ことりの森保育園	0.097	0.128	0.101	0.104
児童館	0.205	0.210	0.206	0.196
児童センター（入口）	0.124	0.123	0.121	0.113

※掲載は園庭中央ですが、園庭の四隅と砂場も測定しています。ホームページで確認できます。

 幼稚園 測定器 PA-1000 Radi	測定値（園庭中央）			
	3月第1週		3月第2週	
	地上0.5m	地表	地上0.5m	地表
府中幼稚園	0.148	0.111	0.171	0.117
国分寺幼稚園	0.200	0.227	0.217	0.240
石岡善隣幼稚園	0.098	0.090	0.115	0.136
ばらき台幼稚園	0.137	0.137	0.122	0.135
石岡幼稚園	0.178	0.252	0.189	0.202
恋瀬ほしのみや幼稚園	0.097	0.128	0.101	0.104
八郷幼稚園	0.130	0.156	0.148	0.151
東幼稚園（園庭）	0.187	0.243	0.168	0.237

中学校 測定器 A 2700	測定値（グラウンド）			
	3月第1週		3月第2週	
	地上1m	地表	地上1m	地表
石岡中学校	0.140	0.164	0.148	0.159
府中中学校	0.207	0.228	0.210	0.250
城南中学校	0.175	0.207	0.188	0.217
国府中学校	0.157	0.184	0.147	0.169
園部中学校	0.161	0.167	0.168	0.184
有明中学校	0.092	0.108	0.100	0.122
柿岡中学校	0.108	0.113	0.101	0.116
八郷南中学校	0.161	0.187	0.156	0.185

小学校 測定器 A 2700	測定値（グラウンド）			
	3月第1週		3月第2週	
	地上0.5m	地表	地上0.5m	地表
石岡小学校	0.193	0.177	0.195	0.198
府中小学校	0.180	0.183	0.173	0.183
高浜小学校	0.166	0.149	0.164	0.150
東小学校	0.130	0.129	0.125	0.127
三村小学校	0.191	0.222	0.184	0.185
関川小学校	0.204	0.207	0.194	0.195
北小学校	0.181	0.182	0.187	0.193
南小学校	0.170	0.193	0.171	0.170
杉並小学校	0.154	0.163	0.151	0.149
園部小学校	0.155	0.155	0.159	0.168
東成井小学校	0.161	0.182	0.166	0.162
瓦会小学校	0.114	0.114	0.114	0.122
林小学校	0.118	0.119	0.130	0.120
恋瀬小学校	0.104	0.115	0.104	0.114
葦穂小学校	0.134	0.137	0.132	0.140
吉生小学校	0.136	0.156	0.140	0.146
柿岡小学校	0.134	0.152	0.138	0.140
小幡小学校	0.140	0.148	0.141	0.147
小桜小学校	0.152	0.160	0.156	0.162

●最新の測定結果は、市のホームページで見ることができます。☎ <http://www.city.ishioka.lg.jp/>

☎ 23・1111（内線141）
放射線対策室

●問い合わせ

※詳しくは、問い合わせください。

必要です。

※利用には、事前の申し込みが

必要です。

※測定には、準備から片付けま

で約1時間を要します。

※利用時間 土日祝日を除く、

平日午後1時30分から3件程度

※測定には、準備から片付けま

で約1時間を要します。

※利用には、事前の申し込みが

必要です。

※測定には、準備から片付けま

で約1時間を要します。

※利用時間 土日祝日を除く、

平日午後1時30分から3件程度

※測定には、準備から片付けま

で約1時間を要します。

※利用には、事前の申し込みが

必要です。

※測定には、準備から片付けま

で約1時間を要します。

※利用時間 土日祝日を除く、

平日午後1時30分から3件程度

※測定には、準備から片付けま

で約1時間を要します。

※利用には、事前の申し込みが

放射能を測定できます
食品（個人生産）や飲料水

65歳以上の人へ 平成24年度から介護保険料が変更に

皆さんが納めている介護保険料は、介護が必要な人へのサービスや介護を予防するための費用として使われています。

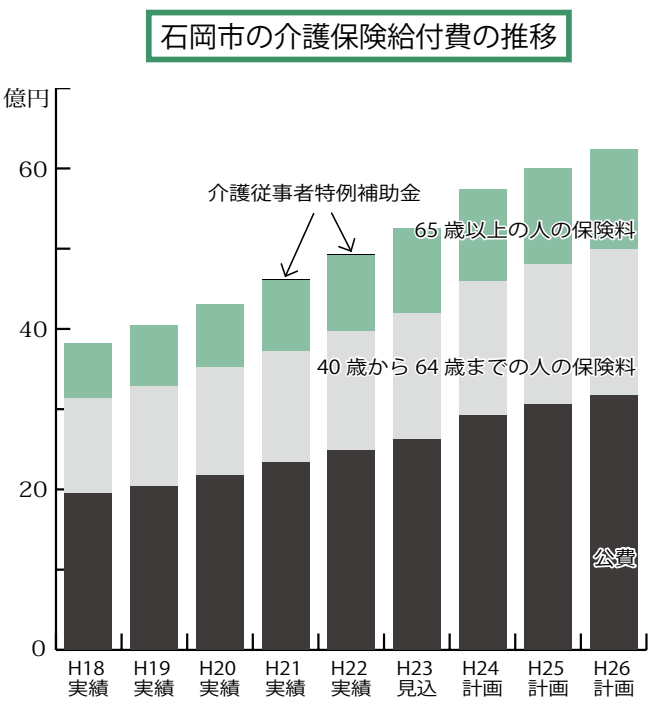
介護保険料は、3年ごとに見直され、今年度からは第5期介護保険事業計画（平成24～26年度）の新しい保険料になります。

今期は、高齢化に伴う介護保険の利用者の増加や介護報酬の

改定、65歳以上の人の保険料負担割合の変更（20%が21%に）、地域区分の見直し、保険料軽減措置の終了などにより、保険料の増加が見込まれています。

*65歳以上で、介護保険料が年4月の中旬に第1期分（4月末日納期）と第2期分（6月末日納期）の納付書が届きます。

の増加が見込まれています。



● 第5期介護保険事業計画の石岡市の計画値 ●

総額の約21%分を、第1号被保険者保険料でまかなくなります。

年度	事業計画 給付費総額 A (千円)	地域支援 事業費 B (千円)	総額 A + B (千円)	65歳以上 の人口※ (人)
24	5,742,332	74,650	5,816,982	20,559
25	6,010,304	78,134	6,088,438	21,018
26	6,241,639	81,141	6,322,780	21,475
計	17,994,275	233,925	18,228,200	63,052

※ 実際見込んでいる65歳以上の人口から所得段階別に補正した結果の人数

◆平成24年度～26年度までの介護保険料（第5期）

- 石岡市介護保険料基準額
- 5万9760円
- (月額4980円)

左の表で分かるように、第5期介護保険事業計画で見込んだ3か年の必要額は182億2820万円です。このうち、37億6800万円を下所得段階別保険料にもとづき65歳以上の人の保険料でまかなうこととなります。



● 問い合わせ 介護保険室
☎23・1111 (内線154)

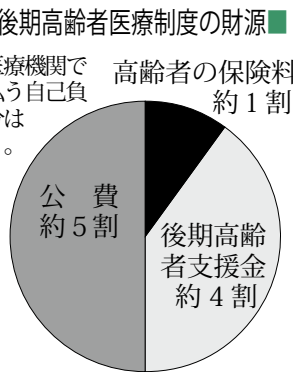
第9段階	第8段階	第7段階	第6段階	第5段階	第4段階	第3段階	第2段階	第1段階	所得段階	
本人が市民税課税で、合計所得金額が500万円以上の人	本人が市民税課税で、合計所得金額が200万円以上500万円未満の人	本人が市民税課税で、合計所得金額が125万円以上200万円未満の人	本人が市民税課税で、合計所得金額が125万円未満の人	本人が市民税非課税（世帯の誰かは課税）で、第4段階に該当しない人	本人が市民税非課税（世帯の誰かは課税）で、前年の合計所得金額と年金収入が80万円以下の人	世帯全員が市民税非課税で、第2段階に該当しない人	世帯全員が市民税非課税で、前年の合計所得金額と年金収入が80万円以下の人	市民税非課税の人	生活保護受給者または、老齢福祉年金受給者で、世帯員全員が市民税非課税の人	対象者
1.8	1.5	1.25	1.15	1.0	0.9	0.75	0.5	0.5	保険料率	
107,560	89,640	74,700	68,720	59,760	53,780	44,820	29,880	29,880	保険料額 (年額)	

◆所得段階別保険料（9段階）

後期高齢者医療制度の 保険料が変更になります



後期高齢者医療制度の財源（被保険者が医療機関などで支払う自己負担を除いた分）は、国・県・市が約5割、現役世代からの支援が約4割、残りの約1割を被保険者が納付する保険料でまかっています。



保険料は、被保険者全員が負担する「均等割額」と被保険者ごとの所得に応じて負担する「所得割額」を合計して、個人単位で計算され、被保険者全員が個人ごとに納付します。保険料の計算のもとになる保険料率は、制度を運営する県の後期高齢者医療広域連合が決定し、2年ごとに見直すこととされています。

今年度は、保険料率の見直しが行われ、平成24・25年度の保険料率が決まりました。今回の見直しで、均等割額は3万7462円が3万9500円に、所得割率も7・6%が8%にそれぞれ上昇しました。

保険料率が上昇する 主な理由

- ①平成20～22年度までの県の被保険者1人当たりの医療給付費平均増加率が約3・4%で、医療給付費が増加傾向にあること
- ②国が定める後期高齢者負担率が、10・26%（平成22・23年度）から10・51%（平成24・25年度）に上昇したこと

*後期高齢者負担率は、被保険者が負担する保険料が医療給付費などの費用にしめる割合。世代間負担の公平性の観点から、若年人口が減少すると後期高齢者負担率（保険料の負担割合）が上昇する仕組みになっています。

個人ごとの保険料額の 決め方

$$1 \text{ 年間の保険料額 (100円未満切捨て)} = \text{《均等割額》} 39,500 \text{ 円} + \text{《所得割額》} \text{ 保険料のもとになる金額} \times 8\%$$

個人ごとの保険料額は、上記の式で求められます。保険料のもとになる金額は、総所得金額（前年の収入から必要経費を差し引いた額）から基礎控除33万円を引いた額です。保険料額の上限は、55万円です。

所得の低い人や、これまで被用者保険の被扶養者であったため、保険料を負担する必要がなかった人については、保険料の軽減措置があります。

※詳しくは問い合わせください。

● 問い合わせ

・保険料の計算について
後期高齢者医療広域連合
029・309・1213

・保険料の納付について
市役所 保険年金課
23・1111（内線145）

23・1111（内線145）

寄贈ありがとうございます
ごさいます

表彰おめでとう
ごさいます

寺島薬局（株）が
マスク9万枚を寄贈



▲市長に目録を手渡す寺島常務取締役

2月15日、寺島薬局株式会社（水野秀晴代表取締役社長）から、市内施設のインフルエンザ予防対策に役立てて欲しいと不織布マスク9万枚が寄贈されました。

当日は、寺島薬局株式会社の寺島さと子常務取締役が市役所を訪れ、市長に目録を手渡しました。

寄贈されたマスクは、市内の小学校・保育所・幼稚園などに配布しました。

統計調査員13人が
県統計功労賞受賞



▲統計功労者表彰式に出席した受賞者代表

平成23年度茨城県統計功労者表彰式が、2月17日茨城県庁で開催され、長年統計調査に尽力した方々が表彰されました。石岡市では、13人が受賞しました。（順不同・敬称略）

【総務大臣表彰】

小松崎芳榮・本圖利男・小松崎誠志・池田貞夫

【茨城県知事表彰】

吉田光男・井坂弘・山口貞雄

【茨城県統計協会総裁表彰】

真家巖・菱沼成房・藤田幸一・宮幸一・位田俊臣・比氣憲治

また、平成23年秋の叙勲受章者として、式典の中で廣瀬桂一郎さんと大槻肇さんが紹介されました。

まちの 話題 できごと

吉生小の児童が劇団員 とともにオペラに参加

2月23日、吉生小学校の児童



▲自分たちで作ったマツユキ草を手に劇団員と共演する児童

当日は、児童や教職員のほか保護者や地域の人も訪れ、舞台を間近で鑑賞しました。また、児童らは自分たちで作ったマツユキ草を手に劇団員と共演したり、歌を歌ったりと、本物の舞台芸術を体験しました。

これらの体験をした児童からは「オペラとふつうのお芝居の違いがわかった」「劇団員の人の歌がうますぎてびっくりした」「声の出し方や踊り方をいっぱい教えてもらえた」「大きな声でみんなで歌って楽しかった」などの声が聞かれました。

71人が、オペラシアターこんやぐ座による「森は生きている」の舞台を鑑賞し、一部に参加する事業が行われました。

これは、文化庁の「次代を担う子どもの文化芸術体験事業」として行われたもので、児童はその準備のため、1月20日にワークショップでオペラ出演のための事前指導を受けました。

そば打ち大会に 1500人が来場



▲訪れる人のために次々とそばを打ついわせ蕎麦の会

2月11日に、朝日里山学校で「第4回筑波路そば打ち大会」が開催され、筑波山周辺のそば打ちの4団体が参加して、自慢の腕を振りました。

この大会は、抽選で選ばれた人がそばを試食し、その後行われる投票で順位を決定。今年は、土浦市の下坂田そば愛好会が優勝しました。

当日は、市内外から1500人が訪れ、打ちたてのそばやピザ、杵つきの餅などを味わいました。中には、何種類ものそばを味わいたいと、量を減らしてもらおう人の姿もみられました。

筑波山を望む棚田で アート作品を鑑賞



▲棚田に展示されたアート作品を鑑賞する来場者

2月4日から12日まで、上青柳で「アートサイト八郷2012」が開催されました。このイベントは、武蔵野美術大学の学生で作る「八郷探検隊」と地元住民が協力して、地域の活性化を図ろうと、里山の棚田や山林の竹、間伐材を活用して「自然環境循環型のアート作品」を展示するもので、今年で3回目になりました。

今回は、プロのアーティストも参加してこのイベントを支援。また、5日と12日には茅草民家で、滝沢慶盟さんによる尺八の演奏会も行われました。

県内26消防本部の代表 が集い意見発表会開催



▲石岡市消防本部代表の田上さんの意見発表

2月15日、中央公民館で「全国消防職員意見発表茨城県大会」が開催され、発表者や来賓、観客など350人が訪れました。

意見発表には、県内26の消防本部から選ばれた消防職員が出席し、業務に対する提言や、消防職員として取り組むべき課題などについて発表しました。

今回は、昨年の大震災を受け、災害現場での活動やその時に感じたことなどをテーマにした発表が多くありました。消防職員としての使命感や勇気、常に緊張と向かい合いながら職務を遂行している姿が伝わってくる、熱心な意見発表会でした。

携帯などをテーマに園部中で親子が意見交換

2月8日、園部中学校で「親子ふれあいミーティング」が開催され、1年生の親子48組が参加しました。

これは、青少年育成茨城県民会議の「親子ふれあいミーティング事業」を受けて、青少年を育てる石岡市民の会（潮田昌造会長）が主催したもの。

当日は「どう使う？携帯、パソコン」をテーマに茨城大学非常勤講師の土屋陽介さんの進行により「中学生が携帯やパソコンを使うことは良いか、悪いか」



▲全員が輪になって行った全体会の様子

について意見を交換しました。

土屋さんは「答えはないので、学校で出た意見を家庭に持ち帰り、親子で共通の話題として考えてもらえれば」と話しました。

三村小・小桜小で自然観察のための森が完成



▲校庭で行われた記念植樹（三村小）

学校敷地内に児童が自然観察などを行う施設を整備していた三村小学校と小桜小学校で、施設が完成し、2月21日と3月2日にそれぞれ完成式典が開催されました。

これは、茨城県の森林湖沼環境税を活用した子ども森づくり推進事業の支援を受けて整備したもので、三村小は「みんな



▲完成式典で行われた緑の講話（小桜小）

の森」と名付けて、校庭内に自然観察台と観察用のテーブルやイスを設置するとともに、樹木を植栽。小桜小では「ふれあいの森」として、校庭内に遊歩道を整備し、ベンチを設置して樹木を植栽しました。

今後、両校では整備した施設を利用して、野外観察や自然体験などに取り組んでいくとともに、保護者や地域の協力を得ながら、施設の維持や拡充に努めていきます。

文化財を火災から守るため消防訓練実施

1月30日、国分寺で文化財の消防訓練が実施されました。

これは、1月26日が「文化財防火デー」に定められていることにちなんだものです。

この訓練は、石岡消防署・教育委員会・国分寺などの協力により行われました。

市では、祖先から引き継いだ貴重な文化財を後世に継承できるように、今後も定期的に訓練を実施し、保護・保存活動に取り組んでいきます。



▲国分寺境内での消防訓練

県道石岡つくば線のバイパス全線開通

1月17日、県道石岡つくば線バイパスが全線開通しました。

平成22年に、府中橋―かずみがうら市西野寺間が開通し、今回、府中橋―国道355号間（約



▲開通した石岡つくば線バイパス（国道355号から府中橋を望む）

400m）が開通したため、全線開通（延長1.8km）となりました。

今後、国道6号の恋瀬橋付近の渋滞緩和が期待されます。

東日本大震災への寄付など

災害への支援ありがとうございました

*3月4日現在（敬称略・順不同）

●日本赤十字社茨城県支部へ

●原田うわ子

●県の共同募金会へ

●木村フィットネススクール発
表会バザー

●市への義援金

●匿名



景観に配慮したまちづくりを目指して

石岡市が景観行政団体に

● 問い合わせ
都市計画課
☎233・1111
(内線293)



政団体になりました。

● 景観行政団体と景観

景観行政団体とは、景観に基づき地域づくりの担い手となる地方公共団体のことで「景観計画」を自ら策定することができ、石岡市の「景観計画」では、市内全域を景観計画区域として定め、良好な景観形成を図ります。

● 景観計画区域では

市の現況に合わせ、良好な景観計画や八郷都市計画の決定・変更

◆ 景観計画や八郷都市計画の決定・変更

✿ 住民説明会を開催

市では、景観計画の策定および景観条例の制定を進めています。景観計画では、市全域を計画区域に定めていく予定です。

また、八郷地区においては、朝日トンネルの開通で乱開発に伴う景観の乱れが懸念されることから、八郷都市計画地域を、特定用途制限地域に決定し、八

平成16年に景観法が制定され、良好な景観の形成や保持のための法律が整備されました。市では、これまでアンケートやワークショップなど景観に関する調査を行ってきました。また、平成21年には景観基本計画を策定するなど、市民の皆さんの協力のもと、景観に配慮したまちづくりを行ってきました。さらに、今後は朝日トンネルの開通で乱開発による景観の乱れが懸念されることから、今まで以上に良好な景観の形成を図っていく必要があります。

そこで、市では景観法に基づいた具体的な施策を独自に行うために、今年3月20日に景観行

観との調和を考慮しながら、適切な誘導・規制を行っていきます。一定基準以上の建築や開発などを行う場合には、設計や施工方法などに対して、届出・勧告を行い、景観を誘導します。その他にも、景観計画に沿って様々な施策を実施します。

今年度は、地元説明会やパブリックコメントなどを行い、地域の意向や地域特性を調査しながら景観計画の策定や景観条例の制定を行います。また、八郷都市計画区域においては、特定用途制限地域の決定と用途地域の変更を行う予定です。

◆ 問い合わせ

都市計画課
☎233・1111
(内線293)

郷都市計画用途地域の変更も行っていく予定です。

つきましては、住民説明会を開催しますので、ぜひ参加ください。

【日時・会場】

- ① 4月18日(水) 中央公民館
- ② 4月19日(木) 国府公民館

・午後7時～

石岡市乗合いタウンメイト

4月～ 利用登録票の提出先が変更!



● 4月1日以降の

利用登録票提出先

市社会福祉協議会

石岡市大砂10527-6

(ふれあいの里石岡

ひまわりの館内)

☎222・2411

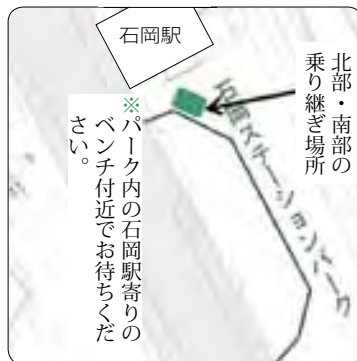
FAX222・2440

● 4月16日以降の石岡地区

北部・南部の乗り継ぎ場所

石岡ステーションパーク内

北部・南部の
乗り継ぎ場所



※パーク内の石岡駅寄りのベンチ付近でお待ちください。

● 予約受付

石岡市乗合いタウンメイト

受付センター

☎233・5500

FAX233・7500

◆ 問い合わせ

市社会福祉協議会

☎222・2411

市役所企画課

☎233・1111 (内線223)

市独自の医療福祉費支給制度 (マル福)があります

市では、福祉の充実や少子化対策の一環として、市独自に小学4年生から中学3年生までの児童・生徒の入院にかかる保険診療の自己負担額の一部を助成しています。さらに、第3子以降の小学4年生から6年生の児童については、外来・調剤にかかる医療費も助成しています。



◆小学4年生から中学3年生までの児童・生徒

【対象者】 次のすべてに該当する児童・生徒

① 市内に住所を有し、健康保険に加入している

② 小学4年生～中学3年生（9歳に達する日の翌日以後における最初の4月1日から、15歳に達する日以後の最初の3月31日までの児童・生徒）

③ 父もしくは母、または扶養義務者のそれぞれの所得が制限額を超えない

【助成内容・方法】

医療機関などで健康保険証を

に加入している

② 第3子以降の児童（ただし、18歳に達する日以後の最初の3月31日までの子から第1子と数える）

③ 小学4～6年生の児童（9歳に達する日の翌日以降の最初の4月1日から12歳に達する日以後の最初の3月31日までの児童）

④ 父もしくは母、または扶養義務者のそれぞれの所得が制限額を超えない

【助成内容・方法】

提示し、医療保険の一部負担金を支払った後、領収書などを持参して市役所担当窓口で医療福祉費の支給申請をしてください。病院で支払った医療保険適用の入院費のうち、定められた基準額が助成されます。

◆ 第3子以降の小学4年生から6年生の児童

【対象者】 次のすべてに該当する児童

※マル福の申請後、該当者には郵便で「医療福祉費受給者証」を交付します。

① 市内に住所を有し、健康保険

県内の医療機関などにかかる

ときは「健康保険証」と「医療福祉費受給者証」を一緒に提示してください。医療保険が適用となる入院や外来診療費、医師の処方箋により処方された薬代などが助成の対象となり、マル福自己負担金のみ負担となります。

県外では医療福祉費受給者証は使えません。医療保険の一部負担金を支払った後、領収書などを持参して、市役所担当窓口で医療福祉費の支給申請をしてください。定められた基準額が助成されます。

《所得の制限額》

● 父母の所得

(所得が多い方で判定)

扶養親族数	0人	1人	2人	3人
所得額 (万円)	401	431	461	491

※扶養親族1人につき30万円加算(当該扶養親族が、所得税法に規定する老人控除対象配偶者または老人扶養親族1人の場合は36万円加算)

《マル福自己負担金》

◎ 外来

・医療機関ごとに1回600円
・1か月2回(1200円)まで入院

◎ 入院

・医療機関ごとに1日300円
・1か月3000円まで
◎ 調剤薬局：自己負担金なし

《支給申請に必要なもの》

・医療機関で発行した領収書
・健康保険証
(対象者本人のもの)

● 扶養義務者の所得

・1000万円
(第3子以降の児童のみ)

※扶養義務者とは、父母と生計を同じくする人。1000万円以上の所得がある場合は、該当になりません。

(支給決定通知書など)

※平成22年1月2日以降、石岡市に転入した人は、所得証明書(控除・扶養人数の記載のあるもの)が必要になる場合があります。事前に問い合せください。

● 認め印

《マル福申請に必要なもの》

・健康保険証(子の名前が記載されているもの)

・戸籍謄本

・認め印

■ 申請先・問い合わせ

・市役所保険年金課
☎ 23・1111

(内線138)

・八郷総合支所市民窓口課
☎ 43・1111
(内線1128)



国民健康保険・後期高齢者医療制度の加入者へ

受給には申請が必要です

人間ドック・脳ドックに助成

5月～

●助成対象

- ・国民健康保険加入者は、30歳以上75歳未満で国保税を完納している世帯の人
- ・後期高齢者医療制度加入者は、75歳以上で市税と後期高齢者医療保険料を完納している人

●受診期間

- ・5月1日から平成25年1月31日まで（補助対象事業のため）

●申請方法

- ・受診種別を一つ選んで医療機関に予約のうえ、次の①～④を持参して申請ください

- ① 国民健康保険被保険者証 または
- ② 後期高齢者医療被保険者証

③ 予約票

- ・特定健康診査受診券 または健康診査受診券

（4月末に送付予定）

④ 認め印



国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者		医療機関	種別	助成額
石岡市医師会病院 石岡市大砂 ☎233・4113	日帰り人間ドック 一泊人間ドック	医療機関名	有	2万円
石岡第一病院 石岡市東府中 ☎222・5151	日帰り脳ドックA	種別	有	2万5000円
石岡ひかりクリニック 石岡市東大橋 ☎266・8055	日帰り脳ドックB	種別	有	2万5000円
山王台病院 石岡市東石岡 ☎266・3130	日帰り脳ドックA	種別	有	2万5000円
土浦協同病院 土浦市真鍋新町 ☎029・826・3221	日帰り脳ドックB	種別	有	2万5000円
筑波メディカルセンター つくば市天久保 ☎029・856・3500	日帰り脳ドックA	種別	有	2万5000円
茨城県メディカルセンター 水戸市笠原町 ☎029・243・1111	日帰り脳ドックB	種別	有	2万5000円
石岡循環器科脳神経外科病院 小美玉市栗又四ヶ ☎58・5211	日帰り脳ドックA	種別	有	2万5000円
	日帰り脳ドックB	種別	有	2万5000円
	特定健康診査 または健康診査	種別	無	1万3000円

注意事項

- 基本検査項目以外は別料金です。
- 人間ドック、特定健康診査、健康診査は、年度内にいずれか1回しか受診できません。重複して受診した場合は、重複分を返還していただくことになりますので、ご注意ください。



国民健康保険加入者のみ

医療機関名	種別	本人負担額
神立病院 土浦市神立中央 ☎029・831・9711	日帰り 一泊 脳ドックA 脳ドックB	1万7800円 4万4050円 2万4350円 1万8500円
牛久愛和総合病院 牛久市猪子町 ☎029・873・4334	日帰り 一泊 脳ドックA 脳ドックB	1万7800円 4万6675円 2万2250円 1万8500円
筑波記念病院 つくば市要 ☎029・864・3588	日帰り 一泊 脳ドックA 脳ドックB	1万8850円 4万1950円 3万2750円 2万9000円
霞ヶ浦成人病研究事業団 阿見町中央 ☎029・887・4563	日帰り 一泊 脳ドックA	1万9900円 4万1950円 2万7500円
水戸済生会総合病院 水戸市双葉台 ☎029・254・9044	日帰り 脳ドックA	1万9900円 3万2750円

●申請・問い合わせ

市役所保険年金課

☎23・1111

- ・国民健康保険（内線164）
- ・後期高齢者医療制度（内線145）

八郷総合支所市民窓口課

☎43・1111

（内線1123）

★特定健康診査 ★健康診査

5月～
早めの受診を!

国民健康保険
40～74歳

後期高齢者医療制度
75歳以上

特定健康診査
人間ドックと重複受診はできません。

健康診査
人間ドックと重複受診はできません。

特定健診は、生活習慣病をより効果的に予防するための健診です。健診結果により予防が必要な人には、専門家による特定保健指導で、自らが生活習慣病を改善できるようにします。

生活習慣病の早期発見、早期治療で、健康の維持と安定した生活の向上を目的としたものです。

- 受診の種類
・ 集団健診
・ 医療機関健診
・ 保健センター年間予定表参照
(医療機関へ要予約)
- 受診期間
・ 5月1日から平成25年1月31日まで (補助対象事業のため)
- 受診当日持参するもの
・ 特定健康診査受診券
(4月末送付)
- ・ 国民健康保険被保険者証
・ 負担金1000円
(70歳以上無料)

- 受診の種類
・ 集団健診
・ 医療機関健診
・ 保健センター年間予定表参照
(医療機関へ要予約)
- 受診期間
・ 5月1日から平成25年1月31日まで (補助対象事業のため)
- 受診当日持参するもの
・ 健康診査受診券 (4月末送付)
・ 後期高齢者医療被保険者証



- 問い合わせ
保険年金課
☎23・11111
- ・ 国民健康保険 (内線164)
- ・ 後期高齢者医療制度 (内線145)
- 石岡保健センター
☎24・1386
- 八郷保健センター
☎43・6655

石岡市医師会病院 石岡市大砂 ☎22・4321	石岡市医師会病院 石岡市大砂 ☎22・4321	石岡循環器科脳神経外科病院 小美玉市栗又四ヶ ☎58・5211	石岡第一病院 石岡市東府中 ☎22・5151	岡崎内科医院 石岡市府中 ☎22・2014	柏木医院 石岡市石岡 ☎22・2874	グリーンクリニック 石岡市柿岡 ☎36・4120	ごとう内科 石岡市石岡 ☎36・0510	齊藤病院 石岡市旭台 ☎26・2131	山王台病院 石岡市東石岡 ☎26・3130	関クリニク 石岡市府中 ☎23・8300
芹澤医院分院 石岡市石岡 ☎22・2035	寿皇会石岡診療所 石岡市府中 ☎24・5080	杉並クリニック 石岡市杉並 ☎27・6700	田中クリニック 石岡市鹿の子 ☎23・2288	土浦協同病院 土浦市真鍋新町 ☎029・826・3221	藤井内科クリニック 石岡市鹿の子 ☎35・5005	府中クリニック 石岡市府中 ☎22・2146	やまぐち医院 小美玉市栗又四ヶ ☎37・1055	渡辺クリニック 石岡市東光台 ☎26・7633		

- ・ 40～74歳の「特定健康診査」は、上記の実施機関以外にも県医師会と県国民健康保険団体連合会との集合契約が締結されている県内の医療機関で受診できます。
- ・ 受診を希望する医療機関に問い合わせください。

介護予防基本チェックリスト
65歳以上の人へ

● 介護予防基本チェックリスト
返信のお願い
対象者には、特定健康診査および健康診査の受診券と、介護予防基本チェックリストを同封します。必要事項を記入のうえ、返信用封筒で返送ください。

● 介護予防基本チェックリスト
実施について
この結果により日常生活での心身の健康の度合いを把握し、将来の介護について推測します。推測などの結果に基づき、地域包括支援センターから各種介護予防事業などの案内を通知します。

● 問い合わせ
地域包括支援センター
☎35・1127