

石岡の『今』を伝える

**広
報**

石 岡

2017

11/15

NO.291



あき、かき、いきいき

提供：石岡まちづくりアカデミーⅢ

西村、松本、次郎。まるで人の名前のようにですが、実は市内で生産されている柿の名前。由来はやはり生産者の苗字や名前からとられたものだそう。

このほかにも、サクサクした食感の太秋柿や、甘味の王様と知られる富有柿など、一口に柿といっても、種類に富んでいて、昔から「柿が赤くなると医者が青くなる」といわれるほど栄養価のある、すごい果物なのです。

1950年代半ば、真家地区の生産者が富有柿を宮内庁に納めたのをきっかけに、皇室への

献上柿の郷として知られるようになりました。1969年からは、旧八郷町の事業となり、合併後には石岡市の事業として継続しています。

毎年、献上柿の審査会を行い、宮内庁にお届けしています。今年は11月13日に審査を行い、翌14日に宮内庁へ。

富有柿の旬は11月末まで。皆さんはもう食べましたか？

冬本番が到来する前に、果物王国・石岡の秋の味覚、柿を食べて、いきいき！

寒い冬を乗り切りましょう！

主な内容

- 市の行政サービスをどう思う？市民満足度調査の結果をご紹介します……………P 2
- 石岡市長選挙は無投票 現職の今泉文彦市長が再選……………P 3
- 市民懇談会日程変更のお知らせ……………P 3

● 市の木 しい ● 市の花 ゆり ● 市の鳥 ひばり

* 「広報いしおか」は、最寄りの公共施設、金融機関、市内コンビニエンスストア、石岡駅、高浜駅に置いてあります。

市民満足度調査 結果報告

調査方法

地区別の人口比率、男女、年齢などの属性を考慮し無作為に抽出した市内在住 18 歳以上の男女 4,000 人に調査票を郵送して実施。(回答者は無記名)

調査期間

6 月 15 日～ 30 日

回答状況

有効回答 1,396 件 (回答率 34.9%)

満

足度を知り、今後の業務改善につなげるために市の行政サービスについて、市民の皆さんにアンケート調査を行いました。

■調査内容

石岡市の政策を **1**都市基盤 **2**産業・経済 **3**生活・環境 **4**消防・防災 **5**健康・福祉 **6**教育・文化 **7**行政運営・経営の 7 つに分け、これに基づく 47 の基本政策の満足度と重要度について調査し、業務改善必要度を計算しました。

業務改善必要度の高い施策	
1 位	交通安全の推進
2 位	商業の振興・中心街地の活性化
3 位	防犯対策の充実
4 位	道路の整備
5 位	企業誘致の推進・工業の振興

■業務改善必要度

この数値が高いほど、期待に對し満足度が低く、業務改善が必要であることを意味します。上位は例年同様でしたが、5 位に「企業誘致の推進・工業の振興」が入りました。

■満足度・重要度の結果

それぞれ 5 点満点で調査しました。平均値の 3 を超え、数値が高いほど、満足度・重要度が高い施策であることを意味します。

昨年と比較して、平均満足度は若干下がりましたが、重要度は逆に若干上がっています。平均重要度が上がるということは市民の皆さんが施策全般に関心を持ち重要であると感じているということになります。

今回の調査結果をしっかりと分析し、満足度を上げていくよう、今後の施策や事業につなげていきます。

今年度の結果 (全施策平均)

	平均満足度	平均重要度
今回	2.90	3.93
前回 (28 年度)	2.91	3.90
前回差	- 0.01	+ 0.03

重要度の高かった施策

順位	基本施策	点数
1	交通安全の推進 3 生活・環境	4.40
2	地域医療の充実 5 健康・福祉	4.37
3	防犯対策の充実 3 生活・環境	4.34
4	健康づくりの推進 5 健康・福祉	4.32
5	消防・救急体制の充実 4 消防・防災	4.30

満足度の高かった施策

順位	基本施策	点数
1	健康づくりの推進 5 健康・福祉	3.38
2	消防・救急体制の充実 4 消防・防災	3.28
3	駅周辺・市街地の整備 1 都市基盤	3.21
4	生涯スポーツの推進 6 教育・文化	3.08
5	生涯学習の推進 6 教育・文化	3.08

■寄せられたご意見

▼自由記述欄に記載されたご意見の一部をご紹介します。
○道路環境が良くない。改善して欲しい。(70代男性)
○企業誘致を積極的に行って欲しい。(40代男性)
○介護している人へのケアが必要。(40代女性)
○働く母親が増えたので、乳幼児健診や予防接種を平日だけでなく土日も実施して欲しい。(30代女性)

○あらゆる防災時の対応策を一つにしたマニュアルを作成して欲しい。(40代男性)
○石岡には文化財産がたくさんあるし、歴史も古いのにお祭り以外知られてないのが残念です。もっとアピールしてください。(50代女性) など、たくさんのご意見が寄せられました。今後の施策の参考としていきます。
※詳しい調査結果は市ホームページに掲載しています

■問 政策企画課

☎ 23・1111
(内線 226)

石岡市長選挙は無投票

現職の今泉文彦市長が再選

▼10月22日執行の石岡市長選挙は、10月15日目に告示されました。

届出のあった候補者が1人であったことから公職選挙法第100条第4項の規定により無投票となりました。

■届出のあった候補者

届出番号	候補者氏名	党派
1	今泉文彦	無所属

■当選人の決定

10月23日(日)に選挙会が行われ、届出のあった現職の今泉文彦市長が当選人に決定しました。

市長任期は平成33年11月5日までとなります。

■石岡市選挙管理委員会

(総務課内)

☎ 23・1111

(内線255)

市民懇談会 日程変更のお知らせ

▼11月1日号でお知らせしました、市民懇談会の日程に一部変更がありましたのでお知らせします。

■日程変更となった会場

国府地区公民館

(変更前) 11月21日(火)



(変更後) 11月24日(金)

※開催時間(午後7時~8時30分)に変更はありません。

大変ご迷惑をおかけしますが、お間違えないようご来場ください。



■石岡市市長会事務局

(まちづくり協働課内)

☎ 23・1111

(内線141)

フラワーパーク ウィンターイルミネーション開催中



期 間 11.15(水)~2018.1.14(日)
点灯時間 午後5時~9時
入園料 大人500円 小人250円
休園日 月曜日(祝休日の場合は翌日)
※12月31日・1月1日は休園

バラの妖精が織りなす光の世界へ

今シーズンはエリアを拡大!新しい演出のきらめく光・音・香りで五感を刺激します。この冬大切な人と忘れられない体験がここに!

☎ 茨城県フラワーパーク ☎ 42-4111
石岡市下青柳 200 番地

まちづくりシンポジウム 2017 「景観とデザインのまちづくり」

▶まちづくりについて一緒に考えてみませんか?入場無料、事前申込不要です。



日 時 11.25(土) 午後1時~4時30分
(受付午後0時30分~)

会 場 石岡市民会館

■基調講演

「インフラとしての
高質な景観とデザイン」



講師 藤川昌樹氏
(筑波大学教授)

■パネルディスカッション

「景観とデザインのまちづくり」

■茨城県うるおいのある

まちづくり顕彰事業表彰式

主催 / 茨城県・石岡市・茨城県都市計画協会

■県土木部都市局都市計画課

☎ 029-301-4583

都市計画課 ☎ 23-1111 (内線293)

市役所へのお問い合わせは…

- 1 石岡市役所
☎ 23-1111 (代表)
- 2 八郷総合支所
☎ 43-1111 (代表)
テレホンサービス
☎ 0800-800-7766
石岡市公式ホームページ
<http://www.city.ishioka.lg.jp/>

イベント

ナイスハートふれあい
フェスティバル2017

▼12月3日～9日は障がい者週間です。障がい児(者)による音楽・ダンス発表や作品展示を行います。

日時/12月7日(困)～11日(開)
場所/県立県民文化センター
(水戸市千波町東久保697)

☎ 県障害者スポーツ・文化協会 (県障害福祉課内)
☎ 029・301・3375

第21回石岡市「芸能祭」

▼伝統芸能愛好家が、日頃の練習成果を発表します。

日時/11月26日(開)
午前9時30分から

場所/中央公民館 大講堂
種目/民謡・舞踊・詩吟
☎ 文化振興課
(内線1322)

募 集

障がい児(者)
「クリスマス集い」

日時/12月23日(開)
午前10時～11時30分

場所/ふれあいの里石岡 ひまわりの館 ふれあいホール

対象/市内在住で身体障害者・療育手帳所持者とその家族

参加費/無料

定員/200名(先着順)

申込方法/12月1日(金)までに直接または電話で申し込み

☎ 市社会福祉協議会
☎ 22・2411

石岡地方斎場組合

職員募集

採用人数/1人

受験資格/昭和57年4月2日

～平成12年4月1日に生まれた人で、高等学校または同程度以上の学歴を有する人(来春卒業予定者を含む)

試験日/平成30年1月14日(開)

申込方法/11月15日(開)～12月15日(金)に窓口・郵送で申し込み
受付時間/平日
午前9時～午後4時
※要項など詳しくはホームページに掲載

☎ 石岡地方斎場組合
☎ 36・0770

☎ <http://park15.wakwak.com/~isiokathousaijo/>

お知らせ

高齢者対象

無料歯科健診を実施

▼高齢者の疾病予防のため、無料の歯科健診を12月31日(休診日を除く)まで実施

しています。対象者で未受診の方はぜひ受診しましょう。

対象/後期高齢者医療被保険者で前年度に満75・80・85歳の人

※対象者には受診券を送付しています
申込方法/案内に同封している「実施歯科医療機関」の中から希望の歯科医院に予約のうえ受診

☎ 県後期高齢者医療広域連合
☎ 029・309・1212

野焼きはやめましょう

▼野焼きは法律により原則禁止となっています。例外規定の野焼き(農業者の行う稲わらの焼却等)であっても、市役所に苦情が入れば行政指導の対象となります。落ち葉は燃やさず、堆肥などに再利用しましょう。

※八郷地区の野焼きに関する相談は八郷総合支所総務課までお問い合わせください

☎ 生活環境課
(内線144)

☎ 総務課 (内線1335)

耕作放棄地を再生してみませんか?

▼荒廃した農地を再生する取組に助成しています。

助成条件/5年間耕作すること

助成額/

再生経費が10aあたり4万円以上10万円未満の場合
3万円/10a
10万円以上の場合
6万5000円/10a

※詳しくはお問い合わせください

☎ 農政課 (内線1153)

広告掲載欄

年末調整・事業所得者決算説明会

①年末調整説明会（法人課税第二部門）

日時／11月22日（日） 午後2時～4時

場所／石岡市民会館

対象／石岡・かすみがうら市の源泉徴収義務者

②確定申告に係る決算説明会（個人課税第一部門）

	対象者	開催日	日時
青色申告	農業所得を有する人	12月4日（日）	午前10時～11時30分
	営業所得を有する人		午後1時30分～3時
白色申告	農業所得を有する人	12月5日（日）	午前10時～11時30分
	営業所得を有する人		午後1時30分～3時

場所／県土浦合同庁舎第一分庁舎3階第3会議室

対象地区／石岡市・土浦市・かすみがうら市

☎土浦税務署

☎029-822-1100（自動音声案内）

※案内に従い「2」を選択してください。

ミサイル発射時の放送内容が変更

▶弾道ミサイルに注意が必要な地域にはJアラートのメッセージを防災行政無線で特別な警報音とともに放送します。また携帯電話にも緊急速報メールで放送内容をお知らせします。弾道ミサイル発射直後の放送内容が変更となりました。

変更となった放送内容

旧)頑丈な建物や地下に避難して下さい。
新)建物の中、又は地下に避難して下さい。

茨城県への情報伝達

東北・関東・中部地方に向け、弾道ミサイルが発射された場合

☎1 防災対策課

（内線258）



詳しくは
コチラ

住宅用火災警報器設置

状況調査を行います

▼消防職員と婦人防火クラブ員が無作為に戸別訪問し、設置の有無・作動状況をお尋ねします。ご協力をお願いします。

調査期間／11月下旬

対象地区／石岡一丁目・二丁目、東石岡一丁目・二丁目、柿岡地内

☎消防本部 予防課

☎23・0119

（内線231）



駅前マンション家賃助成

▼所得に応じて家賃の一部が助成され、市営住宅と同等の負担で入居できます。今年度から新婚世帯も対象世帯に加わりました。

対象物件／第14SYビル

（国府二丁目1番4号）

対象世帯／高齢者（同居）世帯、子育て世帯、障がい者世帯、新婚世帯

☎1 建築住宅指導課

（内線424）

入居については

三栄建設株式会社茨城支店

☎22・4174

第2回いきいき活動事業 参加者募集

▼飛行機好き集まれ！同じ趣味の方と交流を深めよう！

日時／12月19日（日）

午前8時20分（イベント広場集合）

対象／外出する機会の少ない65歳以上の人、高齢者を支援する人

内容／航空科学博物館見学、成田山新勝寺周辺散策

定員／約25人（超過時は抽選）

参加費／入館料400円
昼食代は自己負担

申込方法／11月27日（日）～12月8日（金）に直接または電話で申し込み

※申込者1人につき1人まで付添者の申し込みが可能

＊生涯現役プラチナ応援事業

☎1 高齢福祉課

（内線153）



広告掲載欄

思いやる心が支援の第一歩
11月25日～12月1日は犯罪被害者週間です

- ▶被害にあわれてお悩みの方のための相談窓口です。
- (公社) いばらき被害者支援センター ☎ 029-232-2736
- 性暴力被害者サポートネットワーク茨城
※女性相談員が対応します
☎ 029-350-2001
- 茨城県警察本部/性犯罪被害相談「勇気の電話」
☎ 029-301-0278
- 茨城県/犯罪被害者相談窓口 ☎ 029-301-7830



市役所へのお問い合わせは…

- ① 石岡市役所
☎ 23-1111 (代表)
- ② 八郷総合支所
☎ 43-1111 (代表)
テレホンサービス
☎ 0800-800-7766
石岡市公式ホームページ
<http://www.city.ishioka.lg.jp/>

家を取壊したらご連絡を

▼固定資産税は1月1日時点の土地・家を所有している人に課税されます。そのため、取壊しが年内に確認できないと次の年度も課税されてしまいます。取壊した場合は、早めにご連絡ください。
また、家の用途を変更した場合もご連絡ください。

問1 税務課 (内線118)

小美玉都市計画案の縦覧を行います

▼新広域ごみ処理施設整備業に伴う、変更案の縦覧を行います。意見書の提出も可能です。

計画内容/小美玉都市計画
ごみ焼却場の変更

縦覧期間/12月5日(火)～19日(土)
(土日・祝日を除く)

縦覧場所/小美玉市 環境課
石岡市 生活環境課

かすみがうら市・茨城町・霞台厚生施設組合

※意見書は各窓口にて提出方法に記載

問 小美玉市市民生活部環境課
☎ 48-1111

講座・講習

石岡市ジオパーク講演会

▼八郷盆地の底力・ヤマト政権との関係から江戸を支える諸産業の歴史。参加無料

日にち/12月9日(土)
場所/城南地区公民館

講師/千葉隆司氏
申込方法/11月20日(日)～12月8日(金)に電話で申し込み

問2 観光課 (内線1134)

旭台会館・生け花講習会

①クリスマスを彩る日にち/12月16日(日)
参加費/1500円

②お正月を生ける日にち/12月27日(日)
参加費/1800円

①②共通

時間/午前10時～正午
定員/10人(超過時は抽選)

講師/広瀬紀子氏
申込方法/11月21日(火)～12月7日(日)に直接・電話・FAX

たはメールで申し込み
asahidai@smile.ocn.ne.jp

FAX 26-1780

問 石岡市旭台会館
☎ 26-1366

在宅医療介護連携

推進講演会(申込不要)

日時/11月23日(日)・祝日
午後1時～2時
お薬相談・楽しい体験など
・午後2時～3時
講演会「薬剤師ってこんなことができるんだよ」

講師/薬剤師 石塚照代氏
場所/ふれあいの里石岡 ひとまわりの館

定員/200人

問 生涯現役プラチナ応援事業
地域包括支援センター
☎ 35-1127

正しい効果的な歩き方教室

日時/12月17日(日)
午後2時～3時30分
場所/ふれあいの里石岡 ひとまわりの館

参加費/300円
定員/50人(先着順)

申込方法/11月15日(日)～12月1日(金)受付は午前8時30分～午後5時

に石岡運動公園または八郷総合運動公園へ参加費を添えて申し込み

生涯現役プラチナ応援事業

問2 スポーツ振興課
(内線1232)

☎ 1232

広告掲載欄

130万円以上の工事の入札結果を掲載しています。

問 1 契約検査課（内線 273）
（単位：万円）

9月入札結果

事業名	予定価格	落札金額	請負業者
28・29 国補公下単独合併第 1 号工事	2,365	2,067	(株)岡崎土建
29 単・市道 B111 号線道路改良工事	2,158	1,893	白田組土木(株)
H29 市道 B7557 号線（上林・上曾線）道路改良工事 1 工区	1,969	1,734	(株)木村工務店
29 国林小幡・中山線林道改築工事	1,851.8	1,777	(株)川又造園土木
28・29 国補特環合併第 1 号管渠工事	1,476	1,287	常南グリーンシステム(株)
29 単・市道 B8616 号線道路改良工事	1,096	960	(株)創活
29 単林小幡中山線支障木伐採第 1 号工事	749	672	(有)浅野工務店
29 単・高浜地区排水路整備工事	570	495	(株)松永工務店
平成 29 年度単市土地改良事業大塚地区農道改良工事	559	486	(株)技研
29 単・市道 A3129 号線圧送管布設工事	554	482	(有)塚田埋設工事
H29 国補せせらぎパーク公園施設（木製階段）長寿命化実施工事	504	436	(株)鬼沢組
29 単・青田排水路整備工事	483	418	宮建設(有)
H29 国補市営池の台団地（14 号、15 号棟）長寿命化改修工事	4,249	3,790	アオキ(株)
29 国補・市道 B3755 号線道路舗装工事	2,555	2,241	白田組土木(株)
29 国補・市道 A0114 号線道路舗装補修工事	1,189	1,038	(株)長谷川工務店
29 単・市道 B1476 号線 -7 道路舗装工事	999	872	(株)木村工務店
H29 国補石岡市運動公園施設（格子フェンス）長寿命化実施工事	380	335	(有)磯設備工業
29 単・市道 B210 号線排水整備工事	348	323	(有)谷島組土木
平成 29 年度単市土地改良事業山根地区農道改良工事	333	305	(有)山田土建
29 単・市道 A2293 号線排水整備工事	321	288	(株)堀越
平成 29 年度単市土地改良事業北之内地区農道改良工事	305	292	(株)足立工務店
29 市単公下第 1 号工事	296	257	(有)福田工務店
平成 29 年度単市土地改良事業小倉地区農道改良工事	236	228	佐藤造園土木(株)

12月の納税

固定資産税 都市計画税	第3期
国民健康保険税	第6期
後期高齢者 医療保険料	第6期
介護保険料	第5期
納期限	12月25日(月)

問 1 収納対策課（内線 166）

9月の差押件数

預貯金	20 件	生命保険	1 件
給与	6 件	合計	30 件
年金	2 件	累計	186 件
不動産	1 件		

問 1 収納対策課（内線 166）

放射線量（10月15日測定）

石岡保健センター	0.047 マイクログレイ
柏原	0.055 マイクログレイ
三村	0.056 マイクログレイ

問 1 生活環境課（内線 169）

広告掲載欄

ひびき

第20号

ひびきは、石岡市区長会の活動を発信する広報紙(年2回)です。会長の挨拶と区長会の活動をお伝えします。

地方創生のまちづくりを目指して

石岡市区長会 会長 大槻 光一

本年度から区長会会長を仰せつかりました大槻です。市民の皆様には平素から「明るく住みよいまちづくり」の実現のためにご支援・ご協力を頂き、篤く御礼申し上げます。本会は、市内各地区(町内会)298地区により組織されています。

「農業から始まる地方創生・町づくり」とは、本年の市区長会講演会でお話いただいた幕内進氏の言葉であります。地方創生とは、一足飛びに実現できるものではなく、地域を耕し、人を育てることから育まれるものであると考えています。

そのために、区長の皆様におかれましては、地域の環境づくり・地域住民の融和など、様々な取り組みを行っていただいております。

編集発行
石岡市区長会事務局
まちづくり協働課
☎ 23-1111
(内線 141)



市区長会におきましても、地域の声を行政に届ける行政懇談会や市民懇談会の開催など、より積極的な活動を進めてまいりたいと存じます。今後一層のご指導・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

石岡市区長会

会長 大槻 光一



石岡市区長会 平成29年度事業

講演会の開催

5月16日の総会前に、講師として幕内進氏をお招きし、講演会を開催しました。「農業から始まる地方創生(町おこし)」と題して、地域づくり・まちづくりに関する講演となりました。



▲講演会「農業から始まる地方創生(町おこし)」を開催

研修視察の実施

7月4日から5日に長野県佐久市を訪れ、空き家バンクを中心とした、まちづくりの取り組みに関する研修視察を実施しました。

広報紙「ひびき」の発行
本会の活動状況や各地区の出来事などをお知らせし、情報を共有するため、広報紙「ひびき」を発行します。

行政懇談会の開催

8月22日、ふれあいの里石岡ひまわりの館において行政懇談会を開催しました。区長約60人と市長をはじめ、市執行部が出席しました。地域の問題や市が抱えている問題などを市長に提起し、豊かで住みよい地域づくりについて話し合いました。

今年度は、2地区の統一質問(石岡地区・八郷地区)と各地区からの要望など、合計8つの提言・要望を頂きました。

市民懇談会の開催

市民の皆さんと行政がお互いの情報を交換し合い、よりよいまちづくりを進めるために開催します。(11月開催)

まちづくり事業

安全で安心できるまちづくりを進めるため、各種事業への参加依頼に、地域の代表として積極的に参加します。

東地区公民館まつり

期日／11月25日(土)～26日(日)

場所／東地区公民館

☎ 東地区公民館
26・6503

11月26日(日)

■作品展示

午前9時～午後3時

■実技発表

・大正琴霞琴の会

・竹桐会(三曲)

・オカリーナ

・修青会(三曲)

・Fiesta

・講座 みんなの歌声広場

・Fiesta

・フィットネスダンス

・バザー(陶芸、木彫り、洋裁作品など)

11月25日(土)・26日(日)

午後2時から

午前10時から

午後1時30分から

午後1時から

午後1時30分から

午後2時から

午後1時30分から

午後2時から

午後1時30分から

午後2時から

午後1時30分から

午後2時から

午後1時30分から

午後2時から



中央公民館まつり

期日／12月1日(金)～3日(日)

場所／中央公民館

☎ 中央公民館
43・6262

12月1日(金) 前夜祭

●社交ダンス

(八郷DSC同好会)

12月2日(土)

●作品展示

午後1時～4時

●実技発表

午後1時30分～4時

●体験コーナー

クリスマスリース・折り紙

●チャリティーバザー

午後1時30分～4時

●スタンプラリー

午後1時30分～3時30分

●お楽しみ抽選会

午後3時30分～4時

※お楽しみ抽選会はスタンプラリー参加者限定

12月3日(日)

●作品展示

午前9時～午後3時

●実技発表

午前10時～午後1時

●体験コーナー

クリスマスリース・折り紙

●チャリティーバザー

午前9時から

●スタンプラリー

午前9時～午後2時30分

●お楽しみ抽選会

午後2時30分から



12月2日(土)限定!

図書リサイクルフェア

▼除籍図書のリサイクルフェアを行います。必ず住所を

確認できるもの(図書館利用カード、運転免許証、保

険証等)をお持ちください。

時間／午後1時30分～4時

※1人(1グループ)10冊まで

場所／中央公民館 相談室

対象／

市民・広域利用協定市町民

時間制限／10分

※当日整理券を配布

問 中央図書館

☎ 24・1507

広告掲載欄

広告掲載欄

子育て相談室 (要申込)

随時、受付中!

気軽に相談してね

▶子育ての不安や悩みがあったら一人で悩まずご相談ください。専任の保健師・保育士が常駐しています。

日時/月～金 (午前9時～午後4時)

※祝日を除く

場所/子育て世代包括支援センター
(石岡保健センター内)

申し込み・問い合わせ/☎ 24-1390 (直通)



健康・相談 カレンダー

☎ 問い合わせ

石岡保健センター

☎ 24-1386

八郷保健センター

☎ 43-6655

子育て中の皆さん

マタニティ体操 (要申込)

22日金 (八郷保健センター)

午前9時30分～正午

パパ・ママスクール (要申込)

18日月 (八郷保健センター)

午前8時45分～正午

4～5か月児健診

(平成29年7月生まれ)

5日火 (石岡保健センター)

1歳児健康相談

(平成28年12月生まれ)

1日金 (八郷保健センター)

1歳6か月児健診

(平成28年5月生まれ)

19日火 (石岡保健センター)

2歳児母子歯科健診

(平成27年9月生まれ)

20日水 (石岡保健センター)

3歳児健診

(平成26年9月生まれ)

13日水 (石岡保健センター)

※印の健診・相談の受付時間は午後1時～1時20分です

成人

健診結果説明会 (要申込)

20日水 (石岡保健センター)

11日月 (八郷保健センター)

午前9時30分～11時

こころの健康

精神デイケア (要申込)

13日水 (石岡保健センター)

午前9時30分～11時

こころの健康相談 (要申込)

6日水 (八郷保健センター)

18日月 (石岡保健センター)

午後1時30分～3時30分

こころのいのちの電話相談

12日火 (八郷保健センター内)

午前9時～正午

午後1時～4時

☎ 43-6655



12月の献血

冬場は血液が不足します! 献血にご協力ください!



19日火 (国府地区公民館)

午前10時～11時45分

午後1時～4時

22日金 (石岡保健センター)

午前9時30分～11時45分

28日水 (ピアシテイ石岡)

午前10時～11時45分

午後1時～4時



12月の休日・夜間診療

■休日診療当番医

〈外科〉午前9時～11時30分・午後1時～3時30分

日にち	当番医	電話番号
3・10・17日	石岡市医師会病院	22-4321
23日	石岡第一病院	22-5151
24日	八郷整形外科内科病院	46-1115
30日	石岡循環器科脳神経外科病院	58-5211
31日	山王台病院	26-3130

〈歯科〉午前9時～11時30分・午後1時～3時30分

日にち	当番医	電話番号
29日	南台歯科医院	26-7687
30日	幕内会山王台病院歯科	26-3130
31日	千葉歯科クリニック	22-5752

■緊急診療〈内科・小児科〉石岡市医師会病院 ☎ 23-3515

〈休日〉3・10・17・23・24・30・31日

受付 午前9時～11時30分・午後1時～3時30分

〈夜間〉2・3・9・10・16・17・23・24・30・31日

受付 午後6時～9時30分

急な病気やケガのとき

経験豊富な看護師がアドバイス!

■茨城子ども救急電話相談

短縮ダイヤル# 8000

(プッシュ回線・携帯電話から)

相談日時/

平日 午後6時30分～翌朝8時

休日 午後8時～翌朝8時

■夜間・土・日・祝日に診察してくれる病院のご案内

・石岡消防署 ☎ 23-0119

・八郷消防署 ☎ 43-6491

※日曜、祝日に開いている薬局

(調剤)は、石岡薬剤師会

ホームページから

☎ <http://ishiokayakuzai.blog.fc2.com>

12月の市役所相談

法律相談 (要申込・1人30分)

5日(八郷総合支所)

12・19・26日(石岡市役所)

午後1時～4時30分

問 秘書広聴課

女性のための困りごと相談

(要申込)

14・21・28日(石岡市役所)

午後1時30分～4時

問 政策企画課

休日納税相談

2・9・16・23日(土)

午前9時～午後4時

夜間納税相談

6・13・20・27日(木)

午後5時15分～7時

問 収納対策課

結婚相談 (要申込)

▼市が委嘱している石岡地方

結婚相談所の結婚相談員を

ご紹介します。

問 まちづくり協働課

12月の各種相談

教育相談 (月～金 午前9時30分～正午・午後1時～5時)

問 教育相談室(府中小学校)

24・5519

問 秘書広聴課

心配ごと相談

1・15日(ふれあいの里 石岡ひまわりの館)

7・21日(農村高齢者センター)

午後1時～3時

※申し込みは2時30分まで

問 社会福祉協議会

22・2411

問 社会福祉協議会

身体障害者(児)・戦傷病者

補装具等巡回相談

20日(ワークヒル土浦)

午後1時30分～3時

※身体障害者(戦傷病者)

手帳と認め印を持参

問 社会福祉課

ひきこもり専門相談 (要申込)

14日(午前10時～正午)

問 土浦保健所

029・821・5516

問 社会福祉課

年金相談 (要申込)

7日(午前10時～午後3時)

問 常陽銀行石岡支店

23・1202



■石岡市役所 ☎23・1111

身近な消費生活トラブルの予防と対策

生活ホットライン

■問い合わせ

消費生活センター (市役所本館内)

☎22-2950

受付時間/月～金曜日

・午前10時～正午

・午後1時～4時30分

スマホから情報漏えい?

アップロードとダウン

ロードによるトラブル

アップロードでの漏えい

■事例

スマートフォンのカメラを使って自宅でペットの写真を撮り、友人と共有するつもりでブログの掲示板にアップしたら、知らない人から自宅の住所を言い当てられた。ネット上にさらされていたらどうしよう!

■アドバイス

スマートフォンにはGPS機能が有り、撮った写真には、緯度・経度の位置情報が含ま

れます。撮影場所が特定される可能性があるので、インターネット上に公開するならスマホの「設定」から位置情報をOFFにしておきましょう。



ダウンロードでの漏えい

■事例

スマートフォンで「電池が長持ちするアプリ」をインストールした。その後、覚えのない請求などの迷惑メールがたくさん来るようになった。なんだか自分のメールアドレスや電話番号が漏れたような気がする。

■アドバイス

アプリをインストールするときにアクセスを許可した情報はスマホから抜き取られ、アプリ開発者へ自動的に送られ、更に第三者に送信される可能性があります。インストールするときの「許可する

権限」を必ず確認して、怪しいと思ったらインストールをやめましょう。また、アプリのレビューで、開発元の信用性や偽アプリの存在を調べましょう。

用語解説

アップロード：手元の端末の保存データを他の端末へ送信すること。ブログの開設や更新、動画サイトへの投稿、SNSや掲示板への書き込みなど。

ダウンロード：他端末の保存データを手元の端末で受信や保存すること。アプリのインストールやメールの添付ファイルを開くこと、サイトの動画を保存・再生することなど。





栄養成分(1人分)
(エネルギー 283kcal、塩分 1.0g)

材料 (4人分)

- 合いびき肉230g・切り干し大根16g・たまねぎ大1/3個(80g)・大葉7枚(4g)
- A** パン粉32g・卵2/3個(32g)・牛乳50g・んにく4g・こしょう少々
- 酒小さじ1・サラダ油小さじ2
- 【ソース】**
- B** しょうが4g・しょうゆ大さじ3/4・みりん大さじ3/4・だし汁50ml
- かたくり粉小さじ1/2・水大さじ1・1/2
- 【付け合せ】**
- C** さつまいも120g・砂糖大さじ1・1/3・レモン汁小さじ1強
- ブロッコリー80g・塩少々

作り方

- ①たまねぎはみじん切りにして、テフロン加工のフライパンで空いりする。水分が飛んだら、冷ましておく。
- ②切り干し大根をさつと洗って10分位戻し、みじん切りにする。
- ※食感を楽しみたい人は粗めに切る。
- ③大葉をみじん切りにする。
- ④ひき肉に①、②、③と**A**を合わせよく混ぜる。
- ⑤④を4等分して、手に油をつけ形を整える。
- ⑥フライパンに油を熱し、⑤を入れて焼く。
- ⑦両面に焼き目がついたら、酒を加え、ふたを閉めて蒸し焼きにする。中まで火が通ったら完成。
- ※ハンバーグから出た肉汁はソースに使う。
- 【ソース】**
- ハンバーグを焼いたフライパンに**B**の調味料を加え火にかけ、煮立ったら、かたくり粉でとろみをつける。
- 【付け合せ】**
- ①ブロッコリーを一口大の小房に分け、電子レンジで加熱する。
- ②サツマイモを一口大に切り、**C**の調味料にひたひたの水を加え、軟らかくなるまで煮る。

ヘルスメイト主催・料理教室

①おやこ料理教室

日時/12月9日(土)

午前9時30分〜午後1時

対象/小学生の親子

定員/子ども15人

②生涯骨太クッキング

日時/12月11日(日)

午前9時30分〜午後1時

対象/市内在住の人

定員/25人

①・②共通

場所/八郷保健センター調理室

参加費/無料

持ち物/エプロン・三角巾(親子分)

申込方法/12月1日(金)までに

八郷保健センターへ電話ま

たは直接申し込み

※定員になり次第締め切り



平成28年度「オアシス運動」 標語の部 入賞者

<優良賞>

- あいさつで みんながえがお うれしいな
- ありがとう 伝える伝わる かんしゃとぬくもり
- ありがとう その一言が 笑顔の近道

- 永吉 彩香 (小幡小)
- 飯島 娃美 (小桜小)
- 淀縄 美園 (石岡中)