



石岡地域に必要な医療体制についての意見交換会

石岡地域市民医療シンポジウム を開催します

岡地域医療対策室（本庁舎）
Tel 23-1111(内線 7179)

石岡市、かすみがうら市、小美玉市の3市は、昨年度開催した「石岡地域市民医療懇談会」で明らかになった緊急医療の拡充や産科・小児科を求める声などを受け、昨年6月に3市の市長と石岡市医師会長で構成される「地方医療対策カンファレンス」を立ち上げました。



▲緒方会長（右）から報告書を受け取る今泉市長

具体策を検討するにあたり、地域医療関係者や有識者など12名による専門委員会（会長・緒方剛土浦保健所長）を設置し、協議を行った結果が11月29日、石岡地域医療計画（案）報告書として提出されました。

市民の皆さまに地域医療の実情を伝え、石岡地域で医療を存続させていくためにながら必要かを考えるきっかけとするためシンポジウムを開催します。どなたでも参加できますので、ご家族・友人お誘い合わせの上、ぜひお越しください。

日時：2月9日(日) 午後1時30分～4時30分

第1部：公聴会（意見交換会）

第2部：講演会「地域に医療を残すために」

城西大学経営学部 伊関友伸教授

会場：ふれあいの里石岡ひまわりの館

申込不要
傍聴のみも
大歓迎！

公聴会で発言していただける人を募集します！

内容：1人3分間で「石岡地域に必要な医療体制」についてお話をいただきます。

対象者：3市内に在住または在勤・在学の18歳以上の人

定員：15人程度

申込方法：1月29日(木)までに電話で申し込み。

主な情報

- ・令和元年分確定申告・令和2年度分住民税申告…P2
- ・ふるさと石岡映像コンテスト受賞作品感想文コンクール表彰式……………P7
- ・大相撲石岡場所を開催…P9
- ・親ができる結婚応援…P16

これって何の数字？

【今月の数字 vol.22】

29 世帯

市内で販売を目的にいちごを作付している世帯数です(2015年農林業センサス)。その面積は7ヘクタール。東京ドームの約1.5倍です。

世帯数・面積とも県内上位。これから最盛期を迎える特産のいちごを楽しんでみてはいかがでしょうか。

最新のデータを調査するため、今月から農林業センサスの調査員がお宅を訪問します。調査へのご協力をよろしくお願いいたします。詳しくは10ページ。

本市では福祉から産業まで石岡の暮らしに関わる統計情報を「統計いしおか」としてまとめ、ホームページで公開しています。



令和元年分確定申告・令和2年度分住民税申告

申告相談

国税務課（市民税担当）
TEL 23・5584

申告期間と相談時間

2月17日（月）

3月16日（月）の平日

※2月24日（祝）は休日相談実施

■午前部：午前8時45分～正午

■午後部：午後1時～

5時15分

受付時間

午前8時～午後4時

※午前部は約90人程度で締め切ります。午前中に午後部の受付も可能です。

申告会場

①石岡市役所本庁舎1階

メロディアスホール

②八郷総合支所1階103会議室

今年から石岡の申告会場が、市民会館から石岡市役所本庁舎へ変更になりました。
また、受付時間が8時からに変更になりましたので、ご注意ください！

すべての申告に**マイナンバー**

と**認め印**が必要です（①・②の

いずれかを必ずご持参ください）

①マイナンバーカード

（個人番号カード）

②通知カードまたはマイナンバー

バー付き住民票と運転免許証

などの写真付き本人確認書類

※控除対象配偶者や扶養親族、

事業専従者のマイナンバーも

必要

所得税が還付される場合

申告する人の**通帳**または**口座**

番号の分かるものが必要です。



マイナンバー・マイナちゃん

収入別に

確認しよう！



その1 無収入・非課税収入でも 申告が必要な人

①遺族年金・障害年金のみを受給している人

②市外在住の人の税制上の扶養に入っている人

③国民健康保険・後期高齢者医療保険・介護保険の加入者

（正しい算定のため、住民税の申告をしてください）

申告の必要がない人

令和2年1月1日現在、石岡市に住民登録がある人の税制上の扶養に入っている人。

必要なもの

□マイナンバー

□認め印



ご注意ください！

国保や後期・介護保険料等の加入者で、所得が少ない人は、状況に応じ税額（料）が軽減されます。申告がなければ、軽減措置が受けられません。

その2

会社員やパートタイムで働く人など

給与所得者の申告

申告が必要な給与所得者

- ① 医療費控除等の所得控除の追加がある人
- ② 2か所以上の支払者から給与をもらった人で主たる給与以外の給与収入が20万円を超える人や日雇い・パート収入の人など
- ③ 事業所得、不動産所得、年金など、給与以外の所得が20万円を超える人

必要なもの

- マイナンバー
- 認め印
- 給与所得の源泉徴収票
- 給与以外の所得がある場合は収入(帳簿等)と経費(領収書等)が分かるもの
- 各種控除を受ける人は生命保険料や地震保険料、社会保険料などの支払証明書、医療費控除の明細書
- 障害者控除を受ける人は障害者手帳・障害者控除対象認定書など証明できるもの

申告の必要がない給与所得者

令和元年中の所得が給与だけで、勤務先で年末調整し、所得控除の追加がなく勤務先から石岡市に給与支払報告書が提出されている人
※転職した人は、前職分の給与も年末調整に含まれている場合に限ります。



こんな場合も・・・

会社などの年末調整では、医療費控除等、精算されないものもあるので、確定申告を行ってください。

その3

国民年金や厚生年金など

公的年金所得者の申告

申告が必要な公的年金所得者

- ① 令和元年中の公的年金収入が400万円を超える人
- ② 給与所得や事業所得、不動産所得など公的年金以外の所得が20万円を超える人

申告の必要がない公的年金所得者

令和元年中の公的年金収入が400万円以下で年金以外の所得が20万円以下の人で所得控除の追加がない人。
※所得税を源泉徴収されている人は申告すれば所得税が還付される場合があります。
※医療費控除や社会保険料控除など各種控除を受ける場合、申告が必要です。

必要なもの

- マイナンバー
- 認め印
- 令和元年分の公的年金などの源泉徴収票
- 各種控除を受ける人は生命保険料や地震保険料、社会保険料などの支払証明書、医療費控除の明細書
- 障害者控除を受ける人は障害者手帳・障害者控除対象認定書など証明できるもの

注目情報！

複数の公的年金を受給している人は合計収入金額が400万円以下かどうかで判断してください。確定申告書を提出する必要のない人でも、住民税申告をすることで住民税が軽減される場合がありますので、ご注意ください。忘れがちなのが個人年金や日当で支払われた報酬などの源泉徴収票。還付の可能性もあるので必ずご持参を！



その4 農業や営業・不動産などで収入のある人 事業所得者の申告

申告が必要な

事業所得者等

市役所では白色申告の人のみ受け付けます。

(青色申告の人は市役所では受け付けできません。5ページの土浦税務署の案内をご確認ください)

必要なもの

- マイナンバー
- 認め印
- 収支内訳書
- 収入金額が分かるもの
- 支出金額(経費)がわかるもの
- 帳簿や領収書等
- 各種控除をうける人は生命保険料や地震保険料、社会保険料などの支払証明書、医療費控除の明細書
- 障害者控除を受ける人は障害者手帳・障害者控除対象者認定書など証明できるもの



お願い

各収入・経費を算出し、収支内訳書の作成をお願いします。計算をせずに相談した場合は、計算をしてからの再相談をお願いします。予定納税をされている人は税務署からの通知をご持参ください。

次の控除を受けたい人はお忘れなく!

住宅借入金等特別控除 (住宅ローン控除)

- 必要なもの
- 借入金の年末残高証明書
- 家屋・土地の登記事項証明書
- 土地の売買契約書(要印紙)
- 家屋の売買契約書または工事請負契約書(要印紙)

寄附金控除

必要なもの

- 寄附した団体発行の寄附金受領証明書
- ※寄附金税額控除にかかるワンストップ特例申請をした人で、所得や控除の追加がない場合は確定申告の必要はありません。
- ただし6か所以上に寄附した場合や所得控除の追加をした場合などは確定申告をする必要があります。

平成30年分確定申告(平成31年度住民税申告)から 配偶者控除・配偶者特別控除 が変わっています

▶平成30年分の確定申告から、配偶者控除を追加する際に申告者本人の所得も控除額の算定に関わるようになりました(右表のとおり)。

一方、配偶者特別控除の対象となる配偶者の合計所得金額は38万円超76万円未満でしたが、平成30年分の申告から38万円超123万円以下になり、申告者本人の合計所得金額によって控除額が異なるようになりました(なお申告者本人の合計所得金額が1,000万円を超える場合は、配偶者特別控除の適用はありません。詳しくは国税庁のホームページをご確認ください)。

変わったポイント

配偶者控除は所得制限が設けられ、配偶者特別控除は拡充されました。

◆ 配偶者控除一覧

申告者本人の合計所得金額	控除対象配偶者(市・県民税控除額)	老人控除対象配偶者(市・県民税控除額)
900万円以下	38万円 (33万円)	48万円 (38万円)
900万円超 950万円以下	26万円 (22万円)	32万円 (26万円)
950万円超 1,000万円以下	13万円 (11万円)	16万円 (13万円)
1,000万円超	適用外	適用外

※老人控除対象配偶者とは、控除対象配偶者のうち、令和元年12月31日現在で70歳以上の人をいいます。

**医療費控除は
明細書の提出が必須！**

▼平成29年分の確定申告から医療費控除を受ける際、領収書の提出が不要となる代わりに**医療費控除の明細書の添付が必要**となりました(猶予期間として、今年の確定申告までは領収書による医療費控除を受けることも可能です)。ただし、税務署から確認を求められる場合がありますので、領収書はご自身で5年間保存してください。
おむつ使用証明書、在宅介護費用証明書など医師が発行

する証明書の提出は、従来どおり必要です。
医療費控除の明細書は、確定申告書等と同様に様式が指定されています。

時間がない人におすすめ
e・Taxの利用手続が簡単に

▼税務署から発行されるID・パスワードがあれば、パソコンやスマートフォンで簡単に申告ができます。

ID・パスワードはお近くの税務署にて10分程度で発行することができます。
申請の際は、運転免許証(写

しでも可)等の本人確認書類を持参してください。

詳しくは、土浦税務署(Tel 029・822・1100)にお問い合わせください。

・IDの人から
・パスワードをお持ちから



**土浦税務署から
お知らせのしが届きます**

▼これまで市役所や税務署で申告をした人には、税務署から申告書や収支内訳書等が送

付されていきました。しかし、平成29年分の確定申告からは、これらの申告書等に代わり**確定申告のお知らせ**のしが送付されます。

医療費控除の明細書や申告書・収支内訳書等は国税庁のホームページもしくは**1月28日(火)**以降、市役所本庁舎税務課、支所市民窓口課に備えます。



▲こちらから税についてのよくある質問が調べられます。

次の相談は土浦税務署へ

- ①青色申告 ②土地建物株などの譲渡所得の申告(収用を除く) ③過年度分 ④先物取引の申告 ⑤繰越控除の申告 ⑥自衛隊若年退職者給付金の申告 ⑦連帯債務の住宅借入金特別控除の申告 ⑧住宅関連の特別控除の申告 ⑨雑損控除の適用を受ける申告(台風による住宅被害等) ⑩国外居住親族の扶養控除等に係る申告 ⑪仮想通貨に関する申告 ⑫贈与税・消費税・相続税の申告 ⑬配当に関する申告

土浦税務署からのお願い

▶土浦税務署では確定申告会場を次のとおり設置します。

申告会場：新治ショッピングセンター「さん・あぴお」2階(土浦市大畑1611番地)

期間：2月17日(月)～3月16日(日)の平日(2月24日(祝)、3月1日(日)のみ申告相談を実施)

受付時間：午前9時～午後4時(混雑状況により終了時間を早める場合があります)

※開設期間中は土浦税務署庁舎での申告相談は実施しません。「さん・あぴお」へのお問い合わせはご遠慮ください。

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」からも確定申告書を作成できます。

☎土浦税務署
Tel 029-822-1100



**☎高年齢福祉課
Tel 23・7326**

※申請者と対象者が異なる場合は両方の認め印が必要です。

障害者控除対象者に申告用の認定書を交付します。
▼確定申告の際に障害者控除を受けられる認定書を交付します。
対象者／介護を要する人、または身体障害者手帳・療養手帳など持っていない65歳以上で、税法上の障害者控除に該当する人
申込方法／対象者の介護保険証と認め印を持参して、高年齢福祉課または支所市民窓口課で申請してください。



問1石岡市役所本庁舎 問2八郷総合支所 Tel 43-1111（代表）

※料金の記載のないものは無料。

講師／鈴木愛理氏
 定員／①・②各15組
 場所／ふれあいの里石岡ひまわり館

①午前9時～10時（対象…3か月～ハイハイまで）
 ②午前10時15分～11時15分（対象…あんよ～3歳まで）

日時／2月6・13・27日、3月5・12・19日
 午前10時30分～正午

講師／佐藤直子氏
 参加費／4回で1000円
 対象／生後2～10か月までの赤ちゃんとその親

ママと一緒にえいごであそぼ
 ▼産後の母体回復や発達の促しをリズムに合わせて行います。

日時／2月28日、3月6・13・27日
 午前10時30分～正午



募集
 親子向け
 ひまわりの館講座

日時／2月1日（土）午後2時～3時30分
 対象／小学1年～4年
 場所／柏原サッカー公園（柏原3番地）

募集
 小学生
 サッカー教室

申込期間／1月15日（土）～29日（土）
 ※受付時間は午前8時30分～午後5時。定員を超えたら抽選。月曜休館。

ふれあいの里石岡ひまわり館
 Tel 35・1126



原3番地）
 参加費／500円
 定員／30人（先着順）
 服装／運動靴・動きやすい服
 持ち物／着替え・飲み物
 講師／飯田秀正氏（石岡アセンプルFC）

申込期限／1月22日（土）
 柏原管理事務所（月曜休館）
 Tel 23・8158

必要書類／支給認定申請書・入所申込書ほか
 ※市ホームページからダウンロード

お知らせ
**令和2年度
 保育所（園）入所**

▼令和2年4月入所（園）の2次募集を行っています。

申込締切／2月14日（金）
 受付時間／午前8時30分～午後5時15分（水曜日は午後7時まで延長）
 受付場所／石岡市役所こども福祉課・八郷総合支所市民窓口課

問1こども福祉課
 Tel 23・5583

シールド可。保育所（園）を利用するには入所基準（保護者が就労・疾病・就学等の理由で家庭で保育できない理由があること）を満たし、2・3号の支給認定が必要です。

注意事項／保育所（園）の状況に依りて「保育の必要性」の認定基準の高い人から入所（園）を決定します。申し込み順ではありません。

子育てのお悩み解消

乳幼児期 親力アップ講座

▶言葉が遅い、噛み癖がある、かんしゃくをおこす、好き嫌いが激しい、寝かしつけが大変…などの悩みを共有し、家庭教育に関するポイント



に参加者で学び合いましょう！

- 第1回：1月29日（土）
「言葉だけではないコミュニケーション」
- 第2回：2月16日（日）
「みんなで子育て、共育ち」
- 第3回：2月28日（金）
「どうしてこうなの！
本当に伝えたいことは？」
- 第4回：3月4日（土）
「空気読みすぎて息が詰まる！
みんな仲良くってあり得るの？」

（時間は、全て午前10時～11時）
 場所：こども図書館本の森 おはなしのへや（授乳室・おむつ交換台あり）

講師：青木きよ子氏
 （親業訓練シニアインストラクター）

対象：乳幼児期の子を持つ保護者（出産予定の人も含む）
 ※家庭教育に興味のある人の参加も歓迎。

定員：各回10組程度（先着順）
 申込方法：開催日の前日までに電話・メール・申込フォーム（二次元コード）から

問2生涯学習課（内線1363）



ありがとう 優しさ育てる 合言葉

ありがとう その一言に 愛がある

西村里菜 (石岡中1年)

小林葵斗 (八郷中3年)

子どもたちが考えた「ふるさと」のこと

ふるさと石岡映像コンテスト
受賞作品感想文コンクール表彰式

▶市内の小中学生を対象に、ふるさと石岡映像コンテスト(平成29～30年度石岡市主催)受賞作品を鑑賞して、考えたこと感じたことに関する感想文コンクールを実施し、174作品の応募がありました。

厳正な審査を経て受賞作品が決定したことに伴い表彰式を開催します。

当日は各部門受賞者の表彰のほか、ふるさと石岡映像コンテスト受賞作品の上映(1作品)を行います。事前申し込みは不要です。ぜひお越しください。

日時: 1月25日(土)

正午～午後1時30分

場所: 中央図書館 3階読書室

※表彰式終了後、午後2時から同会場では枝裕和監督「海よりもまだ深く」(シネマ@図書館)が上映されます。

問1 秘書広聴課 Tel 23-7275



日時/2月17日(日)午前9時30分集合
集合場所/いしおかイベント広場
見学先/茨城県庁・茨城新聞社(水戸市)
参加費/200円(昼食は茨城県庁で自己負担)
定員/20人(定員を超えたら抽選)
申込期間/1月15日(土)～31日(金)
問1 政策企画課
Tel 23-7277

募 集
新企画
ボランティア講座



▼保育ボランティア養成講座

▼保護者が市内の講座や会議に参加している間、会場で託児をするボランティアを養成する講座です。

日時/3月4日(水)

午前10時～正午
場所/ふれあいの里石岡ひまわりの館

講師/清水範子氏(保育士)

対象/市内で保育ボランティア

アとして活動できる人

定員/15人

申込期限/2月10日(月)

▼車椅子ボランティア養成講座

▼小中学校等で福祉体験の支援をする車椅子ボランティアを養成する講座です。子どもとのふれあいを通して、新しい自分

出会いませんか?

日時/3月12日(日)午前10時～

正午・19日(日)午後1時30分

分/3時30分

場所/ふれあいの里ひまわりの館

講師/戸塚知孝氏(石岡市特別養護老人ホームのぞみ

副施設長・介護福祉士)

対象/市内でボランティアとして活動できる人

定員/20人程度

申込期限/2月10日(月)

円市社会福祉協議会

Tel 22-2411

募 集
石岡ハーモニーネット主催
男女共同参画講座

石岡ハーモニーネットとは
食・福祉・子育て・環境など幅広い分野で活動しているグループで作られた市内の団体です。

食卓から高血圧を防ごう!

あなた(男)とわたし(私)で作る食事

▼男と女料理教室を開催します。高血圧を予防できる調理を学び、成人病にならない食生活を送りま

しょう。

日時/2月15日(土)午前9時30分

分/正午

場所/府中地区公民館

定員/20人(先着順)

持ち物/三角巾・エプロン・筆記用具

申込期間/1月15日(土)～31日(金)

円石岡ハーモニーネット(担当:谷島)

Tel 090-10032-6946

▼大人の社会科見学

▼男女共同参画社会の実現を目指して「大人の社会科見学」を実施します。今回は茨城県庁の見学と茨城新聞社で女性記者からお話を伺います。

日時/2月17日(日)午前9時30分

分集合

集合場所/いしおかイベント広場

見学先/茨城県庁・茨城新聞社(水戸市)

参加費/200円(昼食は茨城県庁で自己負担)

定員/20人(定員を超えたら抽選)

申込期間/1月15日(土)～31日(金)

問1 政策企画課

Tel 23-7277

問1石岡市役所本庁舎 問2八郷総合支所 Tel 43-1111（代表）

※料金の記載のないものは無料。

法定後見制度



ほとんど自分で判断できない方



判断能力が著しく不十分な方



判断能力が不十分な方

後見人

すべての法律行為を代行します。

保佐人

裁判所が定めた重要な契約や財産管理の代理や判断の確認をします。
（本人の同意が必要）

補助人

裁判所が定めた特定の契約や財産管理の判断の手助けをします。
（本人の同意が必要）

任意後見制度



現在は判断能力が十分な方

任意後見人

本人の判断能力が不十分になってから、あらかじめ契約しておいた内容で支援します。

お知らせ

知っておきたい 成年後見制度

▼成年後見制度とは、認知症・精神障がい・知的障がいなどにより、判断能力が十分でない人が、本人の権利を守る援助者を選び、

法的に支援する制度です。成年後見制度は「法定後見制度」と「任意後見制度」の大きく2つに分類されます。
法定後見制度…家庭裁判所によって選ばれた人が判断能力が不十分な人の支援

一人で抱え込まず地域の相談窓口へ

それは虐待かもしれません

▶介護疲れによるストレスから虐待が始まることも少なくありません。一人で抱え込まず、地域の相談窓口にご相談ください。



身体的虐待：たたく、無理やり食事を口に入れる、ベッドに縛りつける、意図的に薬を過剰に与える

介護・世話の放棄：空腹、脱水、劣悪な状態や環境の中に放置する、必要な医療・介護サービスを制限する

心理的虐待：排泄の失敗を笑い話にして恥をかかせる、怒鳴る、侮辱する、子ども扱いする、無視する

性的虐待：排泄の失敗に対して懲罰的に下半身を裸にして放置する、性器への接触や性的行為を強要する

経済的虐待：本人のお金にも関わらず必要額を渡さない、年金や預貯金、不動産を本人の意思・利益に反して利用する

●家族からの虐待に関すること

①高齡福祉課：Tel 23-7326

●介護サービスや制度に関すること

①介護保険室：Tel 23-7327

●共通窓口：地域包括支援センター

Tel 35-1127

募集

シル・リハ体験教室 @中央公民館

▼シルバリーハビリ体操の体験です（生涯現役プラチナ応援事業対象）。

任意後見制度…元気なうちに将来に備えて支援者や支援内容を自分で決めておく制度。公正証書で支援者と契約をします。
問1地域包括支援センター
Tel 35・1127

募集

高齡者世帯への「弁当配達」業者

▼一人暮らしの高齡者で調

日時／2月7日金・21日金、3月6日金・27日金 午後1時30分～2時30分
場所／中央公民館1階和室
※2月7日金のみ2階講座室で行います。
定員／40人程度
※事前申込不要。当日は午後1時から受け付けします。
問1地域包括支援センター
Tel 35・1127

相談

社労士無料年金相談（要予約）

日時／1月21日（石岡郵便局）26日（八郷郵便局）
※両日、時間は午前9時～午後4時
問1 高齡福祉課
Tel 23・7326

問1 高齡福祉課
Tel 23・7326

大相撲石岡場所を開催



▶ 12月6日、石岡場所開催PRのため、二子山親方が市役所を訪問されました。親方は「巡業では、本場所で見られない行事ごとや力士の稽古姿・ファンサービスが楽しめ、近づいて写真をとることができるのが見所です」と話しました。

2014年8月、石岡・小美玉場所以来、約6年ぶりの開催です。当日は公開稽古・初切・相撲甚句・やぐら太鼓実演・弓取り式など実施予定。県内出身の高安関をはじめ、横綱白鵬・鶴竜など力士270名が石岡市にやってきます。

日時：4月17日(金)午前9時～午後3時
場所：石岡運動公園体育館

チケット販売場所：

石岡駅交番前トヨペット跡（国府1-3-3）
※タマリ席S（14,000円）～2階イス席B（6,000円）まで計10種類

問大相撲石岡場所実行委員会事務局

Tel 56-2955 または 56-2988

FAX 23-1220

※詳細は主催者ホームページから。

<https://sumo-ishioka.com/>



広告掲載欄

広告掲載欄

募集
シルバー人材センターで
仕事を探しませんか

▼週に数日、1日のうち数時間など働き方は様々。70代も活躍中です。

入会条件／①石岡・小美玉市に在住の人②60歳以上の健康で働く意欲がある人③シルバーの基本理念に賛同できる人④所定の会費を納入できる人

受付場所／シルバー人材センター

ター（茨城3・8・14）

受付時間／(月)～(金)

午前9時～午後5時

問(公社)石岡地方広域シルバー

人材センター

Tel 23・33399

募集
介助を学べる
介護技術講習会

▼石岡市役所の介護保険室による出前講座「介護保険の現状」と、体に麻痺がある人への介助方法を学ぶ介護教室の2本立てです。

日時／2月19日(木)午前10時～午後2時

場所／大雅荘(三村25952)

※昼食は施設で用意します。

問大雅荘(安田)

Tel 24・0731

お知らせ
交通事故に
あつたら届出を

対象／国民健康保険・後期高齢者医療制度被保険者

▼交通事故などの第三者行為でケガをした時の治療費は加害者負担が原則です。業務上や通勤災害によるものでなければ、健康保険で治療を受けることができますが、加害者が支払うべき治療費を健康保険が立て替えることになりません。加害者に費用を請求する際「第三者行為による傷病届」が必要と

問1保険年金課

国民健康保険の被保険者は
Tel 23・5557

後期医療制度の被保険者は
Tel 23・7318

なりますので、すみやかに提出をお願いします。

県南地方交通事故相談所
(土浦合同庁舎内)
損害賠償や示談の進め方など。相談料は無料。弁護士相談(事前予約)も行っています。
Tel 029-823-1123
平日午前9時～正午・午後1時～4時45分
(火曜閉庁)

問1石岡市役所本庁舎 問2八郷総合支所 Tel 43-1111（代表）

※料金の記載のないものは無料。

募集
第2期総合戦略
ご意見募集

▼第2期まち・ひと・しごと創生石岡市総合戦略（案）に対する意見を募集します。意見は個人を特定できない形で公表し、意見に基づき修正した場合もその内容を公表します。個別の回答はしません。

募集期間／1月15日（水）～28日（火）
閲覧場所／本庁政策企画課、支所総務課

対象／市内在住、在学、在勤者、市内に事務所または事業所を有する個人・法人その他団体、意見公募手続きに係る事案に利害関係を有する団体

提出方法／郵送・FAX・メール・直接持参のいずれかで提出してください。

※総合戦略の素案や意見の送付先は市ホームページをご確認ください。

※電話や口頭での受付はできません。

問1政策企画課
Tel 23・7277



空き家は定期的に管理しましょう

あなたの空き家は大丈夫ですか？

石岡市の空家等は 1,361 件

▶平成28年度に実施した「空家等実態把握調査」によると、市内の空家等件数は1,361件（石岡地区893件、八郷地区468件）で、空家率が5%でした。このうち、特定空家等に指定される候補は286件あります。

特定空家等とは？

▶適切に管理されず管理不全な空家等は特定空家等に認定されることがあります。認定後、指導を受けても改善されず勧告を受けた場合、住宅用地の特例がなくなり、土地の固定資産税が高くなる場合があります。

空き家管理のポイント

▶冬は枯れた雑草や枝が火災の原因に。屋根や軒裏、外壁等の破損箇所は飛散することがあります。窓ガラスやドアの破損は不審者が侵入する原因となります。

定期的な管理をお願いします。

問1生活環境課
Tel 23-7301



石岡市では空き家を所有されている人にパンフレットを窓口で配布しています。

お知らせ

農林業センサスにご協力を

▼全国一斉に「農林業の国勢調査」といわれる

「2020年農林業センサス」が2月1日現在で実施されます。

この調査は農林業の生産構造や就業構造を明らかにし、今後の農林業の政策に役立てるため5年ごとに実施される極めて大切な統計調査です。

1月中旬から農林業を営

募集
空家バンクに
登録しませんか



▼空家バンクは、空家を売り

んでいる皆さんのところに統計調査員が訪問しますので、ご協力をお願いします。

問1政策企画課
Tel 23・7277

たい・貸したいと考える所有者と、買いたい・借りたいと考える利用希望者の橋渡しをする制度です。

石岡市では平成30年度から空家バンクをスタートしました。登録件数は12件（準備中含む）、成約件数は3件でした。

登録物件は、市ホームページから確認できます。

問1建築住宅指導課
Tel 23・5526



広告掲載欄

ヘルスメイトのレシピ紹介

きのこのジュレソース

▶常備菜になるので時間がなくてもおすすめ。白身魚や豆腐などにかけて食べてもOK。朝食は1日のパワーの源です。しっかり取りましょう！



材料 (6人分)

ぶなしめじ 100g・えのきたけ 100g・まいたけ 100g・かにかま 2本・おくら 2本・A{みりん大さじ1・酒大さじ2・しょうゆ大さじ1・砂糖大さじ1・だし汁 100cc}・ゼラチン 5g・水 250cc

作り方

- ①きのこ類は、1cmのあらみじん切りにする。
 - ②かにかまは、1cm幅に切る。おくらは、塩(分量外)を入れ茹で、輪切りにする。
 - ③鍋に①とAを入れ煮る。
 - ④ジュレソースを作る。鍋に水を入れ火にかけあたため、火を止めてゼラチンを入れよく混ぜて溶かす。
 - ⑤平らな容器に③を入れ、上から粗熱を取った④をかけ冷蔵庫で冷やし固める。
 - ⑥フォークなどで荒く崩し、②を加える。
- (1人分:エネルギー 37kcal・塩分相当量 0.5g)

募集 優しい味付けのポイントを学ぼう

▼食生活改善推進員が考えた予防食料理の発表会です。体に優しい味付けや調理のポイントを紹介します。

食生活改善推進員 ヘルスメイト

「私たちの健康は私たちの手で」をスローガンに地域で調理講習会などを開催している全国的なボランティア団体です。

日時／2月13日(困)午前11時～午後1時(受付10時45分～11時)
場所／八郷保健センター
定員／30人(先着順)

申込期限／1月31日(金)
八郷保健センター
Tel 43・6655

募集 筋肉調整とスロートレーニング教室

▼筋肉調整とスロートレーニング教室を受講したことがある人を対象にしたコースです。

日時／2月7日・12日・18日・21日・26日(午後6時30分～8時30分(受付は午後6時から))
場所／石岡運動公園 体育館
参加費／500円

講師／磯野武夫氏(公社)日本ボディビル・フィットネス連盟公認一級公認指導員

対象／市内在住、在勤の成人(未経験者は申込不可)
定員／各30人
申込期間／1月15日(水)～31日(金)
申込場所／①石岡運動公園 体育館(Tel 26・7210) ②八郷総合運動公園(Tel 43・6884)

※受付時間は午前8時30分～午後5時15分。月曜休館(月曜が祝日の場合は火曜)。

講師／磯野武夫氏(公社)日本ボディビル・フィットネス連盟公認一級公認指導員

講師／石岡アレックスステニスクラブ部員(代表松塚憲二氏) 柏原管理事務所
Tel 23・8158

募集 初心者向け硬式テニス教室



日時／2月4日・6日・13日・18日・20日、3月3日・5日・10日・12日・17日
午前10時～正午
場所／柏原野球公園(テニスコート)

持ち物／動きやすい服装・テニスシューズ・硬式テニスラケット・ボール(無料貸出あり)

参加費／500円(1回)

講師／石岡アレックスステニスクラブ部員(代表松塚憲二氏) 柏原管理事務所
Tel 23・8158

募集 自衛官募集(自衛官候補生)

応募資格／18歳以上33歳未満
募集期間／年間を通じて受付
自衛隊茨城地方協力本部 土浦地域事務所
Tel 029・821・6986

広告掲載欄

広告掲載欄

問1石岡市役所本庁舎 問2八郷総合支所 TEL 43-1111（代表）

※料金の記載のないものは無料。

お知らせ
普通自動車税減免
申請出張窓口

▼心身に障がいのある人は
県税である普通自動車税、
自動車取得税の減免を受
けることができます。次
の日にちに限り、石岡市
で手続きが行えます。

日時／2月7日金・3月6日金
午前10時～正午・午後1
時～4時

場所／石岡市役所1階相談室
対象／身体障害者手帳・精
神障害者手帳・療育手帳・

戦傷病者手帳を持つてい
る人のために使用する車
※減免申請は年間を通じて県
税事務所まで受付中。障が
いのある人の軽自動車の
減免は4月1日以降、石
岡市役所税務課まで。

問1社会福祉課
TEL 23・5569

お知らせ
平成30年度調査
府中一地区の
法定閲覧

▼国土調査法に基づき、府中
I地区の法定閲覧を実施
します。地区内対象者に

は通知でお知らせします。
①1月31日金～2月8日土
場所／府中地区公民館（午前
9時～午後4時）

※2月3日日は公民館休館の
ため地籍調査課。

②2月10日月～19日水
場所／石岡市役所2階地籍
調査課（午前8時30分～
午後5時15分）

※2月9日金、11日水、15日
土はお休みします。
問1地籍調査課
TEL 23・5506

お知らせ
体育協会
スポーツ大会結果

第14回石岡市議長杯
ターゲットバードゴルフ大会
11月30日・八郷総合運動公園
T B G場

男子の部優勝／菊地昭
女子の部優勝／高橋ちが子
石岡市ニュースポーツクラブ

第56回石岡市ふれあいの里
T B Gチャンピオン大会
11月27日・ふれあいの里
石岡T B G場

男子の部優勝／鈴木清
女子の部優勝／広原しづ江

11月の入札結果

130万円以上の工事の入札結果を掲載。（単位：万円） 問1契約検査課 TEL 23-7286

事業名〔履行場所〕	予定価格	落札金額	請負業者
R元市単公下第5号工事〔正上内〕	1,851	1,622	株松永工務店
R元市単特環舗装本復旧第2号工事〔真家・東成井〕	1,037	904	株岡崎土建
R元市単特環第3号管渠工事〔山崎〕	452	450	佐藤造園土木株
R元市単公下流量計移設工事〔正上内〕	626	616	太陽計測株つくば営業所
R元市単特環マンホールポンプ設置第2号工事〔山崎〕	1,309	1,280	株進貢
R元市単特環マンホールポンプ設置第1号工事〔下林〕	1,244	1,070	株アクアプラントテック
R1市道B7557号線（上林・上曾線）樹木伐採工事〔小屋〕	857	819	株岡崎土建

2月の納税

固定資産税・都市計画税……第4期	国民健康保険税……第8期	後期高齢者医療保険料……第8期	介護保険料……第6期
納期限 3月2日金			

問1収納対策課 TEL 23-7296

11月の差押件数

預貯金	7件	計	11件
給与	3件	累計	233件
年金	1件		

放射線量（12月15日測定）

石岡保健センター	0.047 μ Sv/h
柏原	0.051 μ Sv/h
三村	0.051 μ Sv/h

除染の基準（国の基準）は追加被ばく線量を年間1mSv以下を目標とし、1時間あたりに換算すると0.23 μ Sv/hです。現在、基準値を超える値は測定されていません。

問1生活環境課 TEL 23-7301

広告掲載欄

広告掲載欄

「ひびき」

各地区で研修会

▶石岡4地区・八郷8地区で、新たに区長になった方のために、区長の役割や業務、地域の声を行政に届けるための窓口などを学ぶ研修を開催しました。

5月28日 防犯をテーマに講演会

▶講師に関千都子警部を招き、「石岡警察署管内の犯罪情勢」をテーマに、昨今の犯罪情勢と、防犯への取り組みを学びました。

7月24日 行政懇談会

▶ふれあいの里石岡ひまわりの館で、区長約80人と市長と市執行部が出席し、地域の問題や市が抱えている問題などを市長に提起する行政懇談会を実施しました。今年度は、一地区の統一質問と各地区からの要望など合計8問を提言・要望しました。

10月7日～25日 市内8会場で市民懇談会

▶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

めの意見を交換する市民懇談会を開催しました（城南地区は台風21号接近の影響で中止）。市長をはじめ市執行部と市民が直接意見を交わし、多くの貴重な提言等がなされました。

11月11日・12日 宮城県多賀城市を訪問

▶石岡市と災害時相互応援協定を締結している多賀城市で、石岡市・多賀城市両市長も出席し、台風19号・21号への対応や震災復興の取り組みに加え、地域コミュニティの活性化に関する意見交換を行ったほか、特別史跡多賀城跡の視察を行いました。



▲今泉文彦市長とともに訪問し、多賀城市長と災害対応などについて意見交換を行いました。

区長会 会報誌「ひびき」第24号（年2回発行）

まちづくり協働課 Tel 23-7304



有効期限が過ぎたら無効です。

TEL 23・5569
① 社会福祉課

※1月17日で販売終了。

内容／最大2万5000円の
商品券を2万円で購入可

に生まれた子のいる世帯

② 2016年4月2日～
2019年9月30日まで

（均等割）が課税されてい
ない人

対象／①住民税非課税者
（2019年度の住民税

プレミアム付商品券

① 商工課

TEL 23・5501

※予定枚数に達し販売終了。

対象／一般消費者

未来いしおか商品券

お知らせ

利用期限は

1月31日まで

広告掲載欄

広告掲載欄

問 石岡保健センター TEL 24-1386 八郷保健センター TEL 43-6655

妊娠中・子育て中のみなさん

行事名	対象者	日にち	時間	会場
マタニティスクール (要申込)	バースビクス	28日(金)	9:30～12:00	八郷保健センター
	パパママスクール	15日(土)	8:30～12:00	
4～5か月児健診	令和元年9月生	4日(火)	12:50～13:20	石岡保健センター
1歳児健康相談	平成31年2月生	7日(金)	12:50～13:20	八郷保健センター
1歳6か月児健診	平成30年7月生	18日(火)	12:50～13:20	石岡保健センター
2歳児母子歯科健診	平成29年11月生	19日(水)	12:50～13:20	石岡保健センター
3歳児健診	平成28年11月生	26日(水)	12:50～13:20	石岡保健センター
子育て相談室 (要申込)	妊産婦・乳幼児	月～金 (祝日を 除く)	9:00～16:00	子育て世代包括支援センター 石岡 TEL 24-1390 八郷 TEL 43-6655

こころの健康

精神デイケア (要申込)

- 日にち：12日(水) (八郷保健センター)
- 時間：9:30～11:00

こころの健康相談 (要申込)

- 日にち：5日(水) (八郷保健センター)
17日(水) (石岡保健センター)
- 時間：13:30～15:30

こころといのちの電話相談

- 日にち：18日(水)
- 時間：9:00～12:00・13:00～16:00
TEL 43-6655 (八郷保健センター内)

健康相談・健診結果説明会 (要申込)

- 日にち：10日(水) (八郷保健センター)
27日(水) (石岡保健センター)
- 時間：9:30～11:00

内科・小児科緊急診療

- 問 石岡市医師会病院 TEL 23-3515
- 〈休日〉2・9・11・16・23・24日
受付：9:00～11:30・13:00～15:30
- 〈夜間〉1・2・8・9・11・15・16・22・23・24・29日
受付：18:00～21:30

休日診療 (休日診療当番医)

受付：9:00～11:30・13:00～15:30
〈外科〉

日にち	当番医	電話番号
2・16	石岡市医師会病院	22-4321
9	滝田整形外科	23-2071
11	山王台病院	26-3130
23	石岡第一病院	22-5151
24	石岡循環器科脳神経外科病院	58-5211

急な病気やケガのとき

- 茨城子ども救急電話相談
短縮ダイヤル# 8000
またはTEL 03-5367-2367
- 茨城おとな救急電話相談
短縮ダイヤル# 7119
またはTEL 03-5367-2365
(共通) 相談日時/24時間 随時受付

■夜間・土日祝日に診察できる病院の案内

- 問 石岡消防署 TEL 23-0119
八郷消防署 TEL 43-6491
- ※日曜、祝日に開いている薬局
(調剤) は石岡薬剤師会 HP から
<http://ishiokayakuzai.blog.fc2.com>



2月の市役所相談

法律相談(要申込・1人30分)

日時/4・18・25日(火)

午後1時~4時

場所/4日(火)は八郷総合支所、その他は石岡市役所

問 秘書広聴課(本庁)

Tel 23・7274

行政相談・登記相談・

許認可相談

日時/6日(木)午後1時~3時

場所/中央公民館

問 秘書広聴課(本庁)

Tel 23・7274

女性のための困りごと相談

日時/13・20・27日(木)(要申込)

午後1時30分~4時

場所/石岡市役所

問 政策企画課(本庁)

Tel 23・7277

休日納税相談

日時/1・8・15・22・29日(土)

午前9時~午後4時

夜間納税相談

日時/5・12・19・26日(木)

午後5時15分~7時

場所(共通)/石岡市役所

問 収納対策課(本庁)

Tel 23・7296

2月の各種相談

心配ごと相談

日時/7・21日(金)

午後1時~3時

場所/国府地区公民館

日時/13・27日(木)

午後1時~3時

場所/農村高齢者センター

※受付は午後2時30分まで

問 社会福祉協議会

Tel 22・2411

身体障害者(児)・戦傷病者

補装具等巡回相談

日時/19日(木)

午後1時30分~3時

場所/ワークヒル土浦

問 社会福祉課(本庁)

Tel 23・5569

教育相談

日時/月~金 午前9時30分

~正午・午後1時~5時

問 教育相談室(府中小学校内)

Tel 24・5519

家庭教育相談

日時/相談者と相談の上決定

(要申込)

問 生涯学習課(支所)

Tel 43・1111

生活ホットライン

身近な消費生活トラブルの予防と対策

20歳になると、契約にあたって親の同意は必要なく、自分の意思で自由に契約をすることができますが、契約でトラブルになった場合は、みなさん自身が



成人式を迎えるみなさんへ
消費者トラブルに巻き込まれない大人になろう!

問 消費生活センター

(市役所本庁舎内) Tel 22-2950

受付時間/月~金の午前10時~正午
午後1時~4時30分

責任を負うことになりま。成人になったばかりのみなさんを狙い打ちする悪質業者による消費者トラブルも多数発生しています。また、今や、生活の一部になっているスマートフォンやSNSで消費者トラブルになることもあります。

① 通信販売の定期購入
スマートフォンでの広告を見て、お試し1000円のダイエット食品の申し込みをした。後日、申し込んだ覚えのない2回目の商品発送のお知らせメールが届いたので問い合わせたところ「4回の購入が契約の条件になっている。定期購入の支払総額は3万円、1回でやめるには通常価格1万円を支払わなければならない」と言われた。

お試し価格に惑わされず、広告ページや申し込みの最終確認画面等で、定期購入が条件となっていない

② 友人からのもうけ話
高校時代の友達からSNSで連絡があり、ファミレスで会うことになった。そこには見知らぬ男性も一緒にいて投資用ソフトの勧誘を受けた。「お金がない」と断ったところ、消費者金融での借金を勧められ「友達1人勧誘すれば20万円入るので、すぐに返済できる」と言われた。消費者金融で50万円を借りて契約したが、投資用ソフトでは儲けられず、友達も誘えなくて借金だけが残った。

トラブル事例

「アドバイス」
「簡単にもうかる」「大金を稼げる」といったうまい話は通常あり得ません。友人や先輩から勧誘されても、安易な気持ちで飛びつかないようにしましょう。自分が誘う側になると、友人と人間関係を壊すおそれがあるので注意が必要です。

親がわが子の幸せを
願うことは当たり前
お子さんの結婚のために
親は何ができるのか

親ができる 結婚応援

～婚活への道しるべ～

2月26日(水)

午後2時～3時30分
(午後1時30分開場)

ふれあいの里石岡ひまわりの館
(大砂 10527-6)

参加無料
定員 80 人 (先着順)

講師：NPO 法人花婿学校

代表 大橋 清朗 氏

(一社) 日本婚活コミュニケーション協会代表理事。「婚活」の言葉が誕生する前から、約16年間結婚活動を支援し、セミナー開催数日本一を誇る。

著書「わが子の結婚のために親ができること - 親御さんのための婚活本 -」ほか多数出版
テレビ「ガイアの夜明け」「ホンマでっか!? TV」など出演



対象者：未婚の子を持つ親や家族等

申込方法：2月25日(火)までにまちづくり協働課に電話またはメールで申し込み。



☎まちづくり協働課 Tel 23-7304

主催 石岡地方結婚相談所運営協議会
後援 いばらき出会いサポートセンター
※生涯現役プラチナ応援事業対象