



▲観光果樹園にて(昨年6月25日撮影)

主 な 内 容

- 平成 22 年度前期
いきいきのびのび生涯学習情報 P2
- 平成 22・23 年度
後期高齢者医療の保険料率が据え置きに P4
- 建物火災発生件数が急増
火の取り扱いに注意を P5
- 7月7日 クールアース・デー
七夕ライトダウンに協力ください P7

ブルーベリーが 色づき始めました

八郷地区では、6月下旬から8月中旬まで、甘酸っぱくさわやかな風味のブルーベリー狩りが楽しめます。アントシアニンやポリフェノールを多く含むブルーベリーは、青紫色が濃くなるほど甘味が増します。

● 問い合わせ 商工観光課
☎ 43-1111 (内線 1132)

● 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、高浜駅においてあります。



各種講座・その他



各種相談

石子連幹部講習会	まちかど学習会 市民講師制度 歴史の里いしおか 市民講師制度	朗読ボランティア 養成講座	中学生ボランティア 体験講座	地域介護ヘルパー 養成研修	コケ玉作り体験	まゆクラフト体験	やまゆりの楽しみ方	上手なハラの作り方	ミニギャラリー	パソコン教室	まちかど学習会 (健康・介護など)	グローバルハーツ 日本語教室	ちりめん小物	折り紙交流会	手あそびつたを学ぼう	こどものくに	おたのしみ教室	心の健康相談	女性のための 困りごと相談	登記・行政相談	人権相談	市民相談	法律相談
8月12・24・25・31日	通年	8月10日(全10回) 12月21日	8月	7月11日、8月22日	9月12日	8月1日	7月11日	9月4日、8月26日、7月11日	不定期	2か月に1回	金曜日	第1・3土曜日	第4土曜日	7月13日	木曜日(月3回)	6月24日、9月30日	第1水曜日	8月16日	毎週木曜、第4火曜日	7月9日、9月10日	6月28日	閉庁日を除く毎日	第1～4火曜日
小学5・6年生	市内在住・在勤・在学者(5人以上のグループ)	市民25名	中学生40名	中学生以上40名	入園者	入園者30名	入園者	入園者	一般	一般10名	一般30名	一般15名	一般20名	幼児以上20名	一般30名	小学1～3年生20名	よび家族3組	心の悩みを持つ本人および家族	各回2名	一般	市民	1日7名(要予約)	
生涯学習課		社会福祉協議会			フラワーパーク					まちかど情報センター				中央図書館	児童館		八郷保健センター	石岡保健センター	企画課		秘書広聴課		



夏休み行事



スポーツ・健康

「楽しく学べる「キッズ英会話」講座	子ども「アトリエ」講座	子ども「習字」講座	「のつどい」	「絵画教室」	「習字教室」	「工作教室」	「絵画教室」	「工作教室」	夏休み習字教室	運動指導事業 第2弾	秋季サイクリング大会	ソフトボール大会	八郷総合運動公園プール	海洋センター温水プール	石岡小学校 屋内温水プール	海洋センター アリーナ・トレイニングルーム開放	初心者ソフトテニス教室	心と体の健康相談 おしやべり交流室	ダイエット倶楽部	健康クラブ	スポーツあそび
8月7・21・28日	8月5・12・19日	248月31日、10・17	8月	8月上旬			7月下旬		7月下旬	8月5日、10月28日	9月下旬予定	7月4日	7月17日、8月31日	通年	8月1日	6月20日、7月4・11・18・25日、7月20日	水曜日	9月6・13日	8月2・9日、7月12・26日、7月21・28日	6月21・28日、7月5日	月曜日(月2回)
小学生10名	小学生10名	小学生30名	小学生20名	小学生15名	小学生20名	小学生15名	小学生20名	小学生20名	小学3～6年生15名	市内在住で65歳以上の入会者30名	小学3年生以上40名	一般	一般	一般	市内・在勤者50名	市内・在勤者50名	一般50名	メタバの30名	今度こそやせたい・脱メタバの人30名	運動経験がない・苦手な人30名	小学1～3年生20名
旭台会館		児童センター		児童センター			児童館		児童館	社会福祉協議会	八郷総合運動公園	石岡運動公園	八郷総合運動公園	海洋センター	石岡小プール	石岡運動公園	まちかど情報センター	石岡保健センター		児童館	

歯周病を防ぐ生活習慣

歯周病って、どんな病気

歯周病とは、歯と歯肉（歯ぐき）との間にたまった歯垢（プラーク）の中で細菌が増え、歯ぐきやそれを支える歯槽骨に炎症をひきおこす病気です。

歯を失う原因といえども歯周病を真っ先に考えがちですが、実は歯周病も大きな原因のひとつで、特に40歳以上に限ると、歯が抜ける原因の約60%が歯周病なのです。

また歯周病は、たんに口の中の病気にとどまらず、心筋梗塞や肺炎・喘息によるリスクを高めたり、糖尿病を悪化させる、また低出生体重児や早産の原因となったり、あるいは骨粗しょう症になりやすくなる、寿命を縮める……というデータもあります。たかが歯ぐきの病気で甘く考えず、すぐに改善と治療にとりかかしましょう。



歯周病の危険因子はコレ!

〈全身的な因子〉

- 歯周病になりやすい体質の遺伝
- 精神的なストレス
- 偏食 ●免疫力の低下
- 悪い生活習慣

〈歯や歯ぐきの因子〉

- 歯みがきが十分に行われていない。
- 軟らかいものばかり食べ過ぎて、噛む回数が足りない。
- 歯ぎしり、口呼吸などのクセがある。
- 歯ならびや噛み合わせが悪い。
- 歯冠の高さが合っていない。



危険因子を取り除く法

歯周病の危険因子はたくさんあるものの、引き金になるのは歯垢（プラーク）です。このプラークさえ取り除くことができれば歯周病は防げるので、正しいブラッシングを心がけましょう。あわせて、日頃から歯や歯ぐきに悪い生活習慣の改善に努めましょう。



正しい歯みがきで、歯垢を除去

問い合わせ
石岡保健センター
☎24・1386

- 機械的にみがかないで、ポイントを押さえた効果的なブラッシングを。
- たばこはやめよう。
- ふだんから意識して、口を開けて呼吸しないよう心がけよう。
- 歯ぎしりのある人はストレスをためないよう心がけるとともに、歯科医に相談しよう。
- 半年から1年に1回は、歯科医で歯石の除去をしてもらおう。
- 不正咬合、悪い歯ならび、歯に合っていない歯冠などは、できるだけ治しておこう。
- 食事は偏食せず、栄養バランスを考えて食べよう。
- 軟らかいものばかり食べず、両側の歯で均等に、よく噛んで食べよう。
- 糖分をとりにすぎないようにしよう。
- 規則正しい食事や運動を習慣にし、免疫力を高めよう。

平成22・23年度 後期高齢者医療の保険料率が据え置きに

平成22年の第1回茨城県後期高齢者医療広域連合議会定例会で、平成22・23年度の後期高齢者医療保険料率が決定され、保険料率は前年度（平成20・21年度）と同率で据え置きとなりました。

◆平成22・23年度 保険料率

均等割額	37,462円
所得割額	7.60%

※保険料率は、県内一律で2年ごとに見直されます。

平成22年度の保険料額は、7月中旬以降に市が送付する保険料額決定通知書で確認ください。

◆問い合わせ
県 後期高齢者医療広域連合 事業課
☎029-309-1213

人間ドック・脳ドックの助成 水戸済生会総合病院が助成の対象に!

5月1日から国民健康保険加入者は、人間ドック・脳ドックの助成を水戸済生会総合病院でも受けられます。

※注意事項
年度途中から助成対象となりましたので、受診種別によっては予約できないことがあります。

●水戸済生会総合病院
水戸市双葉台3-3-10
☎029・254・9044

●問い合わせ
保険年金課 ☎23・1111
(内線164)

受診種別	助成額	本人負担額
日帰り人間ドック	20,000円	19,900円
日帰り脳ドック (特定健康診査あり)	25,000円	32,750円

建物火災発生件数が急増

火の取り扱いに注意を！

本年1月1日から5月18日までの間に、市では25件（昨年27件）の火災が発生しています。その内訳は、建物火災16件、林野火災1件、車両火災3件、その他の火災が5件です。

特に建物火災に関しては、昨年1年間の発生件数16件にすでに達していて、住宅など18棟が全・半焼しています。

火災は何らかの過失が原因となつて出火する例が多く見受けられます。火の取り扱いに十分注意するなど、火災予防に心がけてください。



住宅用火災警報器の設置PRのため

市消防団・婦人防火クラブが 各家庭を訪問します

◆**知っていますか？**
市消防団員と各地区の婦人防火クラブ員が、住宅用火災警報器の設置PRのため、6月から平成23年5月にかけて皆さんの家庭を訪問します。

◆**悪質な訪問販売に注意を！**
住宅火災による死者の減少を図るため、石岡市火災予防条例が改正され、一般住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられました。皆さんの住宅も、平成23年5月末日までに設置が必要となります。

◆**悪質な訪問販売に注意を！**
消防本部では、設置のお願いはしていますが、販売や斡旋はしていません。消防署員を名乗る消火器や住宅用火災警報器の販売に注意しましょう。

問い合わせ

市消防本部予防課 ☎23・0119

住宅用火災警報器相談室 ☎0120・565・911

（午前9時～午後5時／日曜・祝日を除く）

わたしもやってみよう！

ひまわりの館 体験教室

テコンドー教室

オリンピック種目のテコンドーを通して、楽しく心と体を鍛えよう！

講師 鈴木高広先生

日時 7月27・29日、8月3・5・

10・12・17・19・24・26・31日

の毎週火・木曜日 全11回

午前10時～11時15分

定員 小学生20名

受講料 無料

ストレッチ体操

大人気のストレッチ体操！市民みんなで楽しくリフレッシェ&シェイプアップ！

講師 木村幸子先生

日時 7月7・14・21・28日、8

月4・11・18・25日、9月1・8日

の水曜日 全10回

午後6時30分～8時

定員 50名

受講料 無料

ビーズステッチ教室

ビーズは細かくて…と、敬遠されがちですが、針と糸を使い、作品を仕上げていきまですので、やさしく作る事ができます。

講師 宮内洋子先生

日時 7月11日、8月8日、9

月12日の日曜日 全3回

午前10時～正午

定員 10名

教材費 5500円（針・糸含む）

*3種類のステッチを使い

プレスレット・ネットクレス・

チョーカーを作ります。

ルンゴの作り教室

いらなくなつたTシャツ3枚で色とりどりのぞうりが出来ちゃう優れもので、とつてもエコロジーです！

講師 塚田ヒロ子先生

日時 7月3・10日の土曜日

全2回

午前10時～正午

定員 15名

受講料 無料

*Tシャツ3枚は各自用意

かんたんフランス

家庭料理講座

はじめての人でも簡単にフランス家庭料理を自宅で楽しめるようになります。

講師 加藤裕子先生

日時・料理

①7月11日（日）

午前10時～午後1時

チキンときのこのフリカッセ

②8月7日（土）

午前10時～正午

クレープシュゼット&オレンジ

ティー

③9月12日（日）

午前10時～午後1時

レンズ豆とソーセージの煮込み

定員 各20名

教材費 ①・②1000円、

③1200円

※一つの申し込みも可能です。

申込方法 電話で申し込みください。

申込期間 6月18日（金）から

で定員になり次第締め切ります。

※受付時間は、午前8時30分

から午後5時15分までです。月曜

日は休館のため、受け付けでき

ません。

申し込み・問い合わせ

ふれあいの里石岡ひまわりの館

☎35・1126

情報 ネットワーク

● 石岡市役所 ☎ 23-1111
 ● 八郷総合支所 ☎ 43-1111
 ● 石岡消防署 ☎ 23-0119
 ● 八郷消防署 ☎ 43-6491
 ● 火災情報 ☎ 24-1818
 ● テレホンサービス ☎ 080-0800-7766

地上アナログ放送
 2011年
 7月24日までに終了



イベント

7月17日

恋瀬川探検隊



恋瀬川の河口にあたる霞ヶ浦沿岸（小美玉市 玉里地区）で、楽しい探検をしませんか。

日時 7月17日（土）

午前9時～午後3時（予定）

※午前8時30分に市役所に集合してください。雨天時は内容を変更して実施します。

内容 霞ヶ浦の歴史を学んだり、自然観察や魚の探索などをします。 ※動きやすい服装・はきなれた靴で参加ください。

参加資格 市内在住の小学4年生以上の人

募集

身近なみどり整備推進事業
**豊かな森林環境づくり
 のために提案を！**

市では、県の森林湖沼環境税

※保護者同伴の場合、4年生未満の人も参加できます。

定員 30名

参加費 無料

申込方法 電話で、参加者の住所・氏名・学年・電話番号をお知らせください。

申込締切 6月30日（水）

※定員になり次第締め切ります。

申し込み・問い合わせ

環境対策課

☎ 23・1111（内線142）

を活用した「身近なみどり整備推進事業」を実施します。

この事業は、皆さんの提案により、通学路・公共施設・住宅

団地周辺の森林をきれいにして、自然体験活動の場としての森林環境づくりを進めることを目的としています。

●対象になる森林

- ・通学路、公共施設周辺の森林
- ・市街地における緑の創出、保全に資する森林
- ・農地周辺の里山として保全する森林 などです。

整備にあたっては、市と森林

所有者などとの間で10年間の森林保全に関する協定を結ぶことが条件

で、整備に関



しての個人負担はありません。

大切な森林を将来に引き継ぐ

ため、ぜひ提案ください。提案

書は、八郷総合支所農政課ま

たは市役所経済部石岡事務所

に備えてあります。

また、市のホームページから

もダウンロードできます。

提案書締切日 8月31日（火）

提案先・問い合わせ

八郷総合支所農政課林務担当

☎ 43・1111（内線1144）

市役所経済部石岡事務所

☎ 23・1111（内線485）

http://www.city.ishikaga.jp/

第2弾

ひまわり体操

介護予防を目的とした体操

に、参加してみませんか？

初めての人も大歓迎です！

日時 8月5・12・19・26日、

9月2・9・16・30日、10月7・

14・21・28日の木曜日 全12回

午後3時30分～5時

場所 農村高齢者センター（柿

岡2155）

対象者 市内在住の65歳以上で

心疾患がなく、医師から運動を

制限されていない人

広告掲載欄

募集人員 30名
内容 ダンベル、ボールなどを使用したストレッチ体操

講師 木村幸子先生
費用 無料

申込方法 6月28日(月)から、直接または電話で申し込みください。なお、定員になり次第締め切ります。

※土・日・祝日は除きます。

申し込み・問い合わせ

市社会福祉協議会

☎22・2411

7月23日 ボランティア入門講座

退職を機に人生を豊かに過ごすため「自分を知り、地域社会で何かできることを探す」気づきの講座です。ぜひ、参加ください。

日時 7月23日(金)

午前10時～午後4時

場所 ふれあいの里石岡ひまわりの館 介護研修室

対象者 市内在住で、地域社会福祉ボランティア活動に関心のある人

定員 25名

受講料 無料

申込方法 電話で申し込みください。なお、定員になり次第締め切ります。

申し込み・問い合わせ
市社会福祉協議会

☎22・2411

ジョブカフェいばらき 「就職カレッジ」開催

ジョブカフェいばらきでは、フリーターなどの若者を対象とした就職支援セミナー「就職カレッジ」を開催します。

日時 7月15日(木)・16日(金)・22日(木)・23日(金)・29日(木)

午前9時30分～午後4時30分

場所 つくば国際会議場(つくば市竹園2-10-3)

対象者 概ね15～34歳の求職者で、全日程に参加できる人

内容 コミュニケーション能力、ビジネスマナー、職業理解、面接対策など

参加費 無料

申込方法 電話または電子メールで申し込みください。

申し込み・問い合わせ
NPO法人雇用人材協会

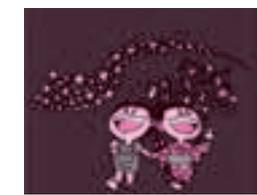
☎029・300・1738

✉s.college@koyou-jinzai.org

その他

7月7日クールアース・デー セタライトダウンに 協力ください!

地球温暖化防止のため、7月7日(水)の午後8時から10時までの2時間、家庭や企業でのあかりを消してもらおうと呼びかけています。



地域や家庭で、天の川を眺めながら、地球環境について語り合いませんか? 理解のうえ、協力願います。

お問い合わせ
環境対策課
☎23・1111 (内線142)

開発許可を受けて工事を行う人 工事後は 必ず完了検査を!

都市計画法第29条の規定に基づき開発許可を受けた人は、工事が完了したときには、市に完了届を提出し、完了検査を受ける必要があります。

検査済証の交付を受けていないと、将来の増改築や用途の変更などをする際に支障が生じる場合がありますので、必ず完了検査を受けてください。

お問い合わせ
建築住宅指導課

☎23・1111 (内線422)

下水道・農業集落排水 3年以内の接続に 補助金を交付

下水道や農業集落排水に接続する人(新築住宅を除く)で、平成20年4月以降に使用可能となった日から、3年以内に接続をする人には、申請により上限4万円の接続補助金を交付します。なお、交付対象地区がありますので、詳しくは問い合わせください。

申請時の必要書類

・排水整備等計画(変更) 確認申請書

・市税完納証明書
お問い合わせ

市役所下水道課
☎23・1111 (内線283)

八郷総合支所下水道課
☎43・1111 (内線1160)

広告掲載欄

広告掲載欄

2010 国勢調査

10月1日 (金)

国勢調査を実施します!



●問い合わせ

企画課 統計担当

☎ 23-1111

(内線 222)

7月から マル福受給者証が更新

7月から母子・父子家庭、重度心身障害者のマル福医療福祉費受給者証が新しくなります。(妊産婦・乳幼児は除く)

現在使用している受給者証は、6月30日で有効期限が切れ、7月1日以降は使用できません。

新しい受給者証は、6月下旬に対象者に郵送します。(未申告者は除く)

なお、受給者証の交付には所得の確認が必要となるので、平成21年分の申告をしていない人は、早めに申告してください。

また、1月2日以降に転入した人は、1月1日在住の市町村の課税証明書(所得金額、扶養

人数の記載のあるもの)または、非課税証明書を持参ください。

問い合わせ

市役所 保険年金課

☎ 23・1111 (内線137)

八郷総合支所 市民窓口課

☎ 43・1111 (内線1123)

ペットボトルのキャップ エコキャップ運動に 協力ください!



エコキャップ運動とは、何もしなければただゴミになってしまうペットボトルのキャップをリサイクルし、その売却益で世界の子どもたちにワクチンを届ける運動です。キャップを集めた人は、次の窓口にぜひ持参ください。

受取窓口

・市社会福祉協議会 本所(ふれあいの里石岡ひまわりの館内)

・市社会福祉協議会 支所(農村高齢者センター内)

・市役所 環境対策課

・八郷総合支所 総務課

持参するときの注意点

・飲料水のキャップであること(それ以外は不可)

・キャップにシールなどが貼られていないこと

・水洗いをしてあること

問い合わせ

☎ 23・1111 (内線144)

環境対策課

食品取扱者へ 保菌検査(検便)を 実施します

茨城県食品衛生法施行条例第2条の管理運営基準に基づき、保菌検査(検便)を次のとおり実施しますので、食品取扱者はもれなく受診して下さい。次の日程で都合が悪い場合は、毎週水曜日(午前9時~11時)に土浦保健所内 食品衛生協会でご受け付けています。

7月				受付日時	会場
27日	15日	27日	22日		
午後1時30分~3時	午後1時30分~3時	午前10時~11時30分	午後1時30分~3時	午前10時~11時30分	石岡保健センター
		午前10時~11時30分			八郷保健センター

対象者 食品の製造・調理・販売または取り扱いに従事する人(パート・アルバイトを含む)

持参するもの

・検体(便)

・腸内病原細菌検査申込書

・食品衛生責任者管理記録簿

・検査料金

1 検体につき 800円(0~157・赤痢・サルモネラ)

検査容器などの配布

・会員には、食品衛生協会各支部・各地区の食品衛生推進員を通して配布する予定です。

・大型施設・会員以外の人などは、事前に土浦保健所に取りに来て下さい。

検査実施機関

(財)茨城県総合健診協会

問い合わせ

土浦保健所 衛生課

☎ 029・821・5364

土浦食品衛生協会

☎ 029・822・4127



欄 載 掲 告

7月3日開店15周年記念
石岡そだち

感謝祭を開催

今年で石岡そだちは、開店15周年を迎えました。地域の皆さんに感謝をこめて、直売所会員が生産した「新鮮で安全」な農産物を豊富にそろえて、スタッフ一同お待ちしております。



当日は、先着400名に粗品の進呈と、5000円以上購入した人に、タマネギのつかみ取り券(数量限定)をプレゼントします。

日時 7月3日(土)

午前9時～午後4時

場所 農産物直売センター「石岡そだち」(八軒台11-36)

お問い合わせ ひたち野農業協同組合本店 営農課
☎23・6700

相談ください

茨城子ども

救急電話相談

子どもが急な病気にかかって

心配なとき、ぜひ相談ください。

相談時間

◆毎日の夜間

午後6時30分～11時30分

◆休日の昼間(日・祝日・年末年始)

午前9時～午後5時

相談電話

・すべての電話から

☎029・254・9900

・プッシュ回線・携帯電話から

☎#8000(短縮ダイヤル)

*相談は無料です。ただし、通話料がかかります。

◆救急医療機関を探すときは、

茨城救急医療情報コントロール

センターへ(年中無休24時間対応)

☎029・241・4199

毎月第4金曜日

生活支援・出張相談会を開催

いばらき就職・生活総合支援センターでは、就職を目指す人に、生活支援相談員(社会福祉士)が生活支援に関する制度の情報提供や相談を開催します。

日時 毎月第4金曜日

午前9時～午後4時

場所 県南地区就職支援セン



ター(土浦市真鍋5-17-26 浦合同庁舎内)

主な相談内容

・生活福祉資金など貸付制度

・生活保護制度などの要件や手続き

・県営住宅や雇用促進住宅の情報提供、入居手続き など

費用 無料

※電話相談(平日・土曜日の午前9時～午後5時)も受けていますので、気軽に相談ください。

☎029・232・1245

お問い合わせ

県労働政策課 雇用促進対策室

☎029・301・3645

6月28日～7月4日

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

法務省と全国人権擁護委員連

合会では、「いじめ」や児童虐

待など、子どもをめぐる様々な

人権問題に積極的に取り組むこ

とを目的に、全国一斉「子ども

の人権110番」強化週間を実

施します。

秘密は守ら

れますので悩

みを持ってい



る人は、安心して相談ください。

期間 6月28日(月)～7月4

日(日)

相談時間 午前8時30分～午後

7時(土・日曜日は午前10時～

午後5時)

相談員

・法務局職員

・人権擁護委員

相談電話

全国共通フリーダイヤル

☎0120・007・110

県立土浦産業技術専門学院

オープンキャンパス

日時 7月3日(土)・23日(金)、

8月26日(木)・27日(金)

午後1時30分～(7月3日の

み午前9時30分)

場所 県立土浦産業技術専門学

院(土浦市中村西根番外50)

内容 体験学習、学院紹介、在

校生からのメッセージなど

申込方法 電話またはフアック

スで申し込みください。

※詳しくは、問い合わせください。

申し込み・問い合わせ

県立土浦産業技術専門学院

☎029・841・3551

FAX029・841・4465

広告掲載欄

広告掲載欄

7月

無料相談・納税・献血

休日・緊急診療・健診など

問は問い合わせ先

石岡市役所 ☎ 23-1111 ・ 石岡保健センター ☎ 24-1386
 八郷総合支所 ☎ 43-1111 ・ 八郷保健センター ☎ 43-6655

★無料相談★

【法律相談（要予約）】
 ・6日（八郷総合支所）
 ・13・20・27日（市役所）
 午後1時～4時

【登記・行政相談】

・9日（市役所）
 午後1時～3時
 秘書広聴課

【心配ごと相談】

・2・9・16・23・30日
 （国府地区公民館）
 ・1・8・15・22・29日
 （中央公民館）
 午後1時～3時

問 社会福祉協議会

石岡本所 ☎ 22-2411
 八郷支所 ☎ 36-4311



【消費生活相談】
 ・月～金曜日
 ・午前10時～正午
 ・午後1時～4時30分
 消費生活センター（市役所内）
 ☎ 22-2950

【育児相談（電話・来所）】
 ・月～金曜日
 午後1時～4時

問 地域子育て支援センター
 ☎ 44-8011

【教育相談】

・月～金曜日
 ・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）
 ☎ 24-5519

【年金相談（要予約）】

・常陽銀行 石岡支店
 ・6日 午前10時～午後3時
 問 ☎ 23-1202

◎郵便局

・20日 石岡郵便局
 ・7日 八郷郵便局
 午前9時～午後4時

問 石岡郵便局 ☎ 22-2406
 八郷郵便局 ☎ 43-0001



【精神クリニック（要予約）】

・第2・3金曜日
 午後2時～4時

問 土浦保健所
 ☎ 029-821-5516

【交通事故相談】
 ・月～金曜日
 ・午前9時～正午
 ・午後1時～4時45分

【交通事故弁護士相談（要予約）】
 ・第1・第3水曜日
 午後1時～4時

問 県南地方交通事故相談所
 ☎ 029-823-1123



【身体障害者（児）・戦傷病者補
 装具等巡回相談】

・21日 午後1時30分～3時
 ・会場：ワークヒル土浦
 （土浦市木田余東台4-1-1）
 ※身体障害者（戦傷病者）手帳
 と認め印を持参

問 土浦市役所障害福祉課
 ☎ 029-826-1111

★献血★

*6日（火）

茨城理容美容専門学校
 ・午前9時30分～正午
 ・午後1時～4時

*9日（金）市役所

・午前9時30分～正午
 ・午後1時～4時

*13日（火）

八郷農業協同組合
 ・午前9時30分～11時30分
 カドヤ八郷店
 ・午後1時30分～3時30分

*23日（金）山王台病院
 ・午後1時～3時30分

★イベント★

◎Kーマルシェ

・午前8時30分～10時30分

【いしおかイベント広場】
 ・7月10日（土）・25日（日）
 ※25日のみ午後3時～6時

（いしおか七夕まつりに参加）
 【八郷総合支所駐車場・日曜日】
 ・7月11日・25日

問 農業委員会事務局
 ☎ 43-1111

◎やまゆりまつり

・7月10日（土）～25日（日）
 県フラワーパーク

問 ☎ 42-4111



広告掲載欄

★今月の納税など★

- 固定資産税・都市計画税 ……第2期
 - 国民健康保険税 ……第2期
 - 後期高齢者医療保険料 ……第1期
- ★納期限 8月2日(月)

★休日・緊急診療★

- 休日診療当番医
- 受付 午前9時～11時30分
午後1時～3時30分
- 外科

25日(日)	19日(月)	18日(日)	11日(日)	4日(日)
石岡第一病院 ☎22・5151	山王台病院 ☎26・3130		石岡市医師会病院 ☎22・4321	

● 緊急診療所
(内科・小児科)



夜間	休日
受付 午後6時～9時30分 19:30・24:25 10:31・11:17 3:18	4・11・18・19・25日 受付 午前9時～11時30分 午後1時～3時30分

● 緊急診療所(医師会病院内)
☎23・3515

★健康診査など★

石岡地区・八郷地区

● 母子



- マタニティスクール(要予約)
- 石八【1課】12日
八郷保健センター
午前9時～正午
- 石八【2課】26日
石岡保健センター
午前9時30分～正午

- 子育て相談室
- 石八(0～1歳3か月児)
6・13日 石岡保健センター
14日 八郷保健センター
午前9時～10時30分

- 4か月児健診
- 石八(平成22年2月生まれ)
6日 石岡保健センター
午後1時～1時30分

○ 1歳児健康相談

- (平成21年7月生まれ)
- 石 13日 石岡保健センター
午後1時～1時30分
- 八 2日 八郷保健センター
午前9時30分～10時

- 1歳6か月児健診
- 石八(平成20年12月生まれ)
20日 石岡保健センター

午後1時～1時30分

- 2歳児母子歯科健診
- 石(平成20年4月生まれ)
7日 石岡保健センター
- 八(平成20年5・6月生まれ)
16日 八郷保健センター
午後1時～1時30分

- ピカピカ歯みがき教室(要予約・フッ化物塗布を希望する未就学児)
- 石 7日 石岡保健センター
午後1時～1時30分

- 3歳児健診
- 石八(平成19年4月生まれ)
28日 石岡保健センター
午後1時～1時30分

● 成人



- 地区健診(要保険証・受診券)
- 午前：午前9時30分～11時
午後：午後1時30分～3時
- 石 15・16日 東地区公民館
- 八 30日 八郷保健センター

- 健康相談
- 八 12日 八郷保健センター
午前9時30分～11時

- ダイエット倶楽部夏コース(要予約)
- 石 12・26日 石岡保健センター

午後1時30分～3時30分

- 生活習慣改善指導(要予約)
- 石 21日 午前9時30分～11時
29日 午後1時～3時
- 石岡保健センター
- 八 26日 午前9時30分～11時
八郷保健センター

- 通所リハビリテーション(要予約)
- 石 2・9・16・23・30日
石岡保健センター
午後1時～3時
- 八 1・8・15・22・29日
八郷保健センター
午前9時30分～11時30分

● 精神



- 心の健康相談(要予約)
- 八 14日 八郷保健センター
午後1時30分～3時30分

- 精神デイケア(要予約)
- 八 21日 八郷保健センター
午前9時30分～11時30分

■ お詫びと訂正

* 広報いしおか5月15日号「今月の納税など」の介護保険料の納期は、正しくは第2期でした。
* 広報いしおか6月1日号裏表紙の下野晃大さんの読み仮名は、正しくはあきひろさんでした。
お詫びして訂正いたします。

広告掲載欄

募集中

市民の広場 投稿を待っています

「広報いしおか」がより身近になるよう『市民の広場』を開設しています。わたしの一言、はがき絵画、いしおかメモリーなどにあなたの作品を投稿してください。

■ 投稿先・問い合わせ

〒315-8640

石岡一丁目1番地1

市役所秘書広聴課広報担当宛

☎23・11111 (内線213)

はがき絵画



川又 小河原 猛 (66)

集中豪雨「キャッ！」

市民の広場



地域子育て支援センターだより



4月から、やさど中央保育所内に地域子育て支援センターが開設されました。センターでは、楽しく子育てができるようサポートしていきます。子どもたちが楽しく過ごせる遊びの場を提供したり、心配ごとを一緒に考えたりしま

す。友達づくりの場としても、ぜひ利用ください。

7月のカレンダー

【要予約】・各親子先着15組

♥ わくわくベビー 1・20日

♥ 対象・0〜1歳6か月未満

♥ わくわくキッズ 6・13日

♥ 対象・1歳6か月以上

♥ 出前保育(ひまわりの館) 30日

・午前10時〜11時20分

* 予約は、6月22日(火)から受け付けます。電話か来所で申し込みください。

【自由参加】・午前10時30分〜

♥ おはなしシアター

2・9・16日

☎44・8011

地域子育て支援センター

(柿岡2155)

『オアシス運動』 標語の部入選作品

ありがとうございます かんしゃのきもち

ゆうきのみなもと

井村 大星(東小4年)

朝のあいさつ 明るい笑顔で 元氣よく

古宇田 愛実(三村小4年)

● オアシス運動

オオはようございます

アありがとうございます

シしつれいします

スすみません

■ 問い合わせ

生涯学習課

☎43・11111 (内線1238)

市では、地域の誰もが声を掛け合い、より明るく和やかな潤いのある家庭や地域づくりを進めるため、オアシス運動を展開しています。その一環として、毎年オアシス作文・標語を小中学校、高等学校、一般から募集しています。

今回は、標語の部の優良賞のうちの2作品を紹介しました。なお、今回紹介していない優良賞作品は、随時紹介します。