

※掲載している情報については、新型コロナウイルス感染症の拡大状況に応じて中止または変更になる場合があります。

おしらせ

2021年国家公務員
採用試験日程



▼人事院は2021年度に次の国家公務員採用試験を行います。

総合職試験(院卒者・大卒程度)
受付期間 / 3月26日(金) ~ 4月5日(月)

第1次試験日 / 4月25日(日)
一般職試験(大卒程度)
受付期間 / 4月2日(金) ~ 14日(木)

第1次試験日 / 6月13日(日)
一般職試験(高卒者・社会人)
受付期間 / 6月21日(日) ~ 30日(木)

第1次試験日 / 9月5日(日)

※申し込みは、インターネットから
▼



閩人事院関東事務局

Tel 048-740-2006

職業能力の向上のため
スキルアップセミナー

第二種電気工事士

受験対策(技能) A

実施日時 / 6月12・19・26日

田午前9時~午後4時

申込期間 / 4月12日(日) ~ 5月10日(日)

定員 / 20人

申込方法 / 土浦産業技術専門学院ホームページの「スキルアップセミナー」のページから電子申請で申し込み(定員を越えた場合は抽選)

受講料 / 3040円

閩県立土浦産業技術専門学院

Tel 029-841-3551

健康

令和3年度

健康体操教室について

▼申し込みは5月11日(日)から開始予定です。

詳しくは広報いしおか5月1日号をご確認ください。

閩石岡保健センター

Tel 24-1386

八郷保健センター

Tel 43-6655

地域包括支援センター
介護予防教室



◆いきいき活躍教室

▼シルバリーハビリ体操を行い、気軽に運動を続けられるコツをお伝えします。また、地域の様々な活動もご紹介！いくつになっても元気に活躍できる場を増やしましょう！

日時 / 5月10・17・31日(日) から全20回(6月以降の日程は、申込者に直接通知)

午前10時~11時(受付9時30分から)

会場 / 石岡保健センター

料金 / 無料

対象 / 65歳以上で、介護予防

教室に参加しておらず運動習慣を身に付けた人(医師から運動制限の指示を受けていない人)

閩地域包括支援センター

Tel 35-1127

定員 / 20人

申込方法 / 4月15日(日)までに、直接または電話で申し込み(応募多数の場合は抽選)

毎日元気な、若々しく生活するためにはどうしたら良いのか。運動、栄養、歯科、物忘れ予防など、健康のために今すぐできることをお伝えします。理想の自分を目指して、仲間づくりをしませんか。

◆楽しく若返る！
健康かつぱ教室

▼毎日を元気に、若々しく生活するためにはどうしたら良いのか。運動、栄養、歯科、物忘れ予防など、健康のために今すぐできることをお伝えします。理想の自分を

目指して、仲間づくりをしませんか。

日時 / 5月13・20・27日・6月3・10・17・24日・7月1・6・15・29日・8月5・12・19・26日(全15回) ※7月6日のみ(午前10時~11時(受付9時30分から))

会場 / 国府地区公民館

料金 / 無料

対象 / 65歳以上で、医師から運動制限の指示を受けていない人

定員 / 20人

申込方法 / 4月15日(日)までに、直接または電話で申し込み(応募多数の場合は抽選)

閩地域包括支援センター

Tel 35-1127

定員 / 20人

申込方法 / 4月15日(日)までに、直接または電話で申し込み(応募多数の場合は抽選)

閩地域包括支援センター

Tel 35-1127

定員 / 20人

申込方法 / 4月15日(日)までに、直接または電話で申し込み(応募多数の場合は抽選)

閩地域包括支援センター

Tel 35-1127

定員 / 20人

申込方法 / 4月15日(日)までに、直接または電話で申し込み(応募多数の場合は抽選)

閩地域包括支援センター

Tel 35-1127

定員 / 20人

申込方法 / 4月15日(日)までに、直接または電話で申し込み(応募多数の場合は抽選)

閩地域包括支援センター

Tel 35-1127

広告掲載欄

広告掲載欄

クーポン券の利用はお早めに！

風しんの抗体検査はお済みですか？

風しんとは—主な症状は発熱と発しんで、飛沫感染により感染します。妊娠中の女性が風しんに感染すると、子どもに目や耳などの障害を含む先天性風しん症候群が生じる可能性があります。風しんの予防およびまん延防止のため、令和元年度から3年間「風しんに関する追加的対策」を行っています。

対象：昭和37年4月2日から

昭和54年4月1日生まれの男性

※対象者にはすでにクーポン券を送付済です。

費用：対象者は抗体検査、予防接種（抗体検査の結果、抗体値が規定値以下の場合のみ）ともにクーポン利用にて無料です。

クーポン券の有効期限：令和4年3月31日 困

令和元年度にクーポン券が送られてきた人は、有効期限を令和4年3月まで延長しています。お手持ちのクーポン券を確認し、早めに検査を受けましょう。紛失された場合などは、保健センターにご連絡ください。

成人風しん等予防接種の助成

▶今回の追加的対策の対象男性以外も、助成が受けられます。

詳しくは保健センターにお問い合わせください。

対象：妊娠を予定または希望している女性と配偶者・妊娠している女性の配偶者

助成額：風しんワクチン……………3,000円
麻しん風しん混合ワクチン…5,000円

予防接種の費用の一部を助成

流行性耳下腺炎(おたふくかぜ)
対象／満1歳〜就学前の幼児
助成額／3,000円(1回のみ)
高齢者肺炎球菌

▼定期接種対象者には、必要書類を4月中旬に発送する予定です。

定期接種対象／①令和3年度中に65歳・70歳・75歳・80歳・85歳・90歳・95歳・100歳で過去に23価肺炎球菌ワクチンの接種歴(自費接種含む)のない人
②60歳以上65歳未満で心臓や腎臓・呼吸器・免疫機能

おいしいレシピをありがとう ヘルスメイトさんご紹介

ヘルスメイトの健康レシピ(P23参照)でおなじみの食生活改善推進員(ヘルスメイト)は「私たちの健康は私たちの手で。のばそう健康寿命、繋ごう郷土の食」を合言葉に、幅広い年代に向けて、食を通じた健康づくりを推進しているボランティア団体です。



調理実習なども行っています(現在中止中)

等に重い病気のある人(身体障害者手帳1級所持者)で過去に23価肺炎球菌ワクチンの接種歴のない人
任意接種対象(希望者は保健センターで手続きが必要)／65歳以上の定期接種対象者以外で過去に23価肺炎球菌ワクチン接種歴(自費接種含む)のない人
助成額／4,000円(1回のみ)
※石岡市医師会に加入している医療機関以外で接種した場合は、支払い後に保健センターで助成額(4,000円)の償還払いの手続きが必要です。
申請期限／令和4年3月31日 困

広告掲載欄

広告掲載欄