

くらし・手続き

マル福制度を

ご利用ください

▼マル福（医療福祉費支給）制度は、保険で病院などを受診した場合、県や市が自己負担相当額を助成する制度です。県外の医療機関を受診する場合は、マル福受給者（証医療福祉費受給者証）を使用することができません。一度自己負担分を支払い、その後、市役所窓口で払い戻しの手続きを行います。

対象者／①妊産婦

②小児（0歳から18歳まで）※18歳に達する日以降の最初の3月31日まで

③ひとり親家庭（18歳未満の児童などを養育している父母など）

④重度心身障がい者

※①・②については、県の所得制限を超えている場合でも市の独自事業として同様の助成が受けられます。

自己負担額／

・外来…1日600円まで。
月2回を限度（1医療機

関ごと

・入院…1日300円まで。
月3000円を限度（1医療機関ごと）

※重度心身障がい者は外来・入院の自己負担はありません。

※助成の対象は、保険適用分になります。保険外負担や、食事療養費などは対象外となります。

注意事項／妊産婦で県の所得制限を超えている人（特例妊産婦）の助成方法は、県外の医療機関を受診したときと同様、支払い後に、市役所で払い戻しの手続きが必要です。詳しくはお問い合わせください。

問 本 保険年金課

Tel 23・7318

募 集

市スポーツ協会加盟

競技専門部会員募集

▼市スポーツ協会には、23種目の競技専門部が加盟しており、それぞれの競技ごとに、スポーツ活動を行っています。健康増進や親睦を図る場として、競技専門部の

活動に参加してみませんか？

競技専門部

弓道部・ソフトテニス部・軟式野球部・ソフトボール部・卓球部・バレーボール部・硬式テニス部・陸上競技部・バドミントン部・剣道部・スキー部・バスケットボール部・ゲートボール部・サッカー部・ゴルフ部・柔道部・クレール射撃部・ターゲットバードゴルフ部・グラウンドゴルフ部・空手道部・スポーツウエールネス吹矢部・ソフトバレーボール部・重量挙げ部

問 市スポーツ協会事務局

Tel 26・7210（同祝休み）

県障害者スポーツ大会

参加者募集

▼令和3年度県障害者スポーツ大会「団体競技・レクリエーション競技」が開催されます。参加希望の人はお申し込みください。

申込期間／6月14日（月）～7月21日（金）午後5時締切

申込方法／6月9日（金）午後6時から、県障害福祉課ホー



ムページに掲載される内容をご確認ください▼

問 県障害者スポーツ・文化協会（島田）

Tel 029・301・3375

消防設備士受験準備講習

講習区分	実施日	定員
法令（共通）	7月8日（金）	100人
甲乙種第1類	8月10日（日）	各30人
甲乙種第4類	8月11日（月）	
乙種第6類	7月28日（金）	

実施会場：県建設技術研修センター（水戸市青柳町 4193）

申込受付期間：6月7日（月）～18日（金）

※期間内必着。定員になり次第締切。申込方法および詳細は、協会ホームページをご確認ください▶



問 （一社）県消防設備協会
Tel 029-226-9611

広告掲載欄

講座・教室

ひまわりの館

シルバーリハビリ体操

体験教室（要申込）

日時／7月2日～9月29日の

①（11回）・②（10回）・③（12回）

①午後1時15分～1時55分

②午後2時15分～2時55分

※①・②は同じ内容

場所／ふれあいの里石岡ひまわりの館

定員／各回20人

※定員を超えた場合は抽選

申込期間／6月1日～15日

申込方法／午前8時30分～午後5時に電話で申し込み

（月曜休館）

ふれあいの里石岡ひまわりの館

Tel 35・1126

シル・リハ体験教室

@中央公民館

▼生涯現役プラチナ応援事業の対象教室です。

日時／6月4・18日・7月2・16日・8月6・20日

①午後1時30分～2時15分

（受付は午後1時～）

②午後2時30分～3時15分

（受付は午後2時～）

※①・②は同じ内容

場所／中央公民館2階

第1・2講座室

対象者／65歳以上の市内在住の人

定員／各回30人程度

申込方法／事前申し込み不要。直接お越しください。

※開催の有無は、お問い合わせ

せまたは市ホームページをご確認ください

▼

認ください

図地域包括支援センター

Tel 35・1127

初心者ソフトテニス教室

図

初心者ソフトテニス教室

図

初心者ソフトテニス教室

図

初心者ソフトテニス教室

図

初心者ソフトテニス教室

図

初心者ソフトテニス教室

図

初心者ソフトテニス教室

図

初心者ソフトテニス教室

図

初心者ソフトテニス教室

図

初心者ソフトテニス教室

図

日（回・全7回）

※予備日8月8・22日

場所／柏原野球公園内テニス場

参加費／1000円（保険代

込み）

対象者／市内在学の小4年

生から在住在勤の一般成人

定員／50人

申込方法／6月4日～16日

図に参加料を添えて、石岡

運動公園体育館または八

郷総合運動公園で申し込み

（月曜休館）

図スポーツ振興課

（内線1232）

みんなの

ターゲットボードゴルフ

図

みんなの

ターゲットボードゴルフ

図

みんなの

ターゲットボードゴルフ

図

みんなの

ターゲットボードゴルフ

図

みんなの

ターゲットボードゴルフ

図

みんなの

ターゲットボードゴルフ

図

みんなの

ドゴルフ場

定員／45人

※定員を超えた場合は抽選

申込期間／6月1日～15日

図

申込方法／直接または電話で

お申し込みください

図ふれあいの里石岡ひまわりの館

Tel 35・1126

相

談

行政書士による

無料相談会

図

日常生活で困っているこ

と、将来に対する不安など、

お気軽にご相談ください。

日時／6月19日

午後1時～4時

場所／国府地区公民館

（国府5・7・1）

相談内容／遺言、相続、許可

申請、農地関連手続など

※前日までに電話で要予約

図県行政書士会 県南支部

Tel 43・0536（若山）

健康

イベント・催し

健康

イベント・催し

健康

イベント・催し

健康

イベント・催し

広告掲載欄

広告掲載欄