



## 教室・講座のご案内

※料金の記載がないものは無料。

## オンライン開催

### ひまわりの館講座



#### スクエアステップ教室

日時：1月20日・2月17日・3月17・31日

( 全4回) 午前10時～11時15分

定員：20人 講師：前嶋さく氏

#### ママと一緒にえいごあそび

日時：1月25日・2月1・15日・3月1・8日( 全5回)

①午前9時30分～10時10分

②午前10時20分～11時20分

対象：①3か月～ハイハイ ②あんよ～3歳

定員：①②ともに10組の親子

講師：鈴木愛理氏

#### 共通事項

申込方法：12月15日 ～28日 に電話で申し込み

ふれあいの里石岡ひまわりの館 Tel. 35-1126

### 糰・味噌づくり教室 (朝日里山学校)

#### ①糰づくり

日にち：1月13日 ～15日

参加料：1人2,500円(1日目昼食付き)

定員：10人

#### ②味噌づくり

日にち：1月28日 ・30日 ・2月11日 ・

12日 ・13日

参加料：1人5,500円(昼食付き)

定員：各回20人

朝日里山学校 Tel. 51-3117

### 乳幼児期親力アップ講座

日々の子育てで様々な悩みをお持ちの皆さん、子育てのポイントを一緒に学びましょう。

#### 日時・講座内容

第1回：1月19日 午前10時～11時

「子育てのイライラ～私が悪いの?～」

第2回：1月26日 午前10時～11時

「話を聞くと、愛が伝わる」

第3回：2月16日 午前10時～11時

「私を伝えると、相手が動く」

第4回：2月24日 午前10時～11時

「空気読みすぎて息が詰まる…」

対象：乳幼児期の子を持つ保護者や家庭教育に興味・関心のある人

定員：50人(先着順)

講師：青木きよ子氏(親業訓練シニアインストラクター1級)

申込方法：1月10日 までに右の申込フォームまたはメールにて申し込み



生涯学習課(内線：1475)

### 交通ルールを再確認「安全運転講座」



交通ルールは変わっています。安全な運転につなげるため、一緒に学びましょう。

日時：1月14日

午後1時30分～3時

場所：ふれあいの里石岡ひまわりの館

定員：15人

社会福祉協議会 Tel. 22-2411

# 健康・相談カレンダー

健康 相談 納税情報

日にち	行事名 (時間・場所)	問合せ先
1月 19 ㊟	㊟ 健診結果説明会【要予約】 9:30～11:00 八郷保健センター	八保
	㊟ 2歳児母子歯科健診 (令和元年10月生) 12:50～ 石岡保健センター	石保
	✍ 身体障害者(児)・戦傷病者補装具等巡回相談 13:30～15:00 ワークヒル土浦	社会
	① 夜間納税相談 17:15～19:00 石岡市役所	収納
20 ㊟	✍ 心配ごと相談 13:00～15:00 八郷総合支所	社八
	✍ 女性のための困りごと(家族問題など)相談【要予約】 13:30～16:00 石岡市役所	政策
21 ㊟	㊟ 健診結果説明会【要予約】 9:30～11:00 石岡保健センター	石保
22 ㊟	① 休日納税相談 9:00～16:00 石岡市役所	収納
23 ㊟		
24 月		
25 ㊟	✍ 法律相談(1人30分)【要予約】 13:00～16:00 石岡市役所	秘書
26 ㊟	㊟ 3歳児健診(平成30年10月生) 12:50～ 石岡保健センター	石保
	① 夜間納税相談 17:15～19:00 石岡市役所	収納
27 ㊟	✍ 女性のための困りごと(家族問題など)相談【要予約】 13:30～16:00 石岡市役所	政策
28 ㊟	✍ 心配ごと相談 13:00～15:00 石岡市役所	社本
29 ㊟	① 休日納税相談 9:00～16:00 石岡市役所	収納
30 ㊟		
31 月		

## 年末年始の休日診療当番医(歯科)

日にち	当番医	電話番号
12月29日	はぎわら歯科クリニック	56-7570
30日	吉田歯科医院(かすみがうら市)	029-831-0503
31日	医療法人 幕内会 山王台病院 歯科・口腔外科	26-3130
1月1日	タキタデンタルクリニック	56-4618
2日	医療法人 幕内会 山王台病院 歯科・口腔外科	26-3130
3日	吉田歯科医院(石岡市)	22-2209

## 問い合わせ先一覧

**■石岡市役所本庁** Tel 23-1111  
**秘書** 秘書広聴課 Tel 23-7274  
**政策** 政策企画課 Tel 23-7277  
**収納** 収納対策課 Tel 23-7296  
**社会** 社会福祉課 Tel 23-5569  
**■保健センター**  
**石保** 石岡保健センター  
 Tel 24-1386  
**八保** 八郷保健センター  
 Tel 43-6655  
**■社会福祉協議会**  
**社本** 本所 Tel 22-2411  
**社八** 八郷支所 Tel 36-4311

## 子育て相談室【要予約】

子育てに関する不安や悩み、困りごとを相談  
**日時** / 月～㊟ 9:00～16:00  
**㊟** 子育て世代包括支援センター  
 石岡保健センター内 Tel 24-1390  
 八郷保健センター内 Tel 43-6655

## 教育相談

**①教育相談**  
**日時** / 月～㊟ 9:30～12:00・13:00～17:00  
**㊟** 教育相談室  
 府中小学校内 Tel 24-5519  
**②幼児教育相談**  
**日時** / ㊟～㊟ 10:00～12:00・13:00～17:00  
**㊟** 幼児教育相談室  
 府中小学校内 Tel 23-4881

## 家庭教育相談【要予約】

**日時** / 相談者と相談の上決定  
**㊟** 生涯学習課 Tel 43-1111

◆受付: 午前9時～11時30分・午後1時～3時30分

## 緊急診療の案内・相談窓口

日曜・祝日・年末年始は、  
こども休日診療を開設し  
ています（内科は、現在  
も休止中）。詳しくは、市  
ホームページをご覧ください。また、以下の案内・  
相談窓口も利用できます。



## 茨城おとな救急電話相談 茨城子ども救急電話相談

急な病気で不安なとき(24時間365日)  
プッシュ回線の固定電話、携帯電話からは  
おとな こども  
#7119 #8000  
その他の電話からは  
TEL 050-5445-2856

## 茨城県救急医療情報システム

病院・診療所など県内の  
医療機関に関する情報を  
提供



## 石岡薬剤師会

石岡薬剤師会 HP で日  
曜、祝日に空いている薬  
局（調剤）をご案内



## 医療相談アプリ 「LEBER」

いつでもどこでも医師に  
健康の相談ができるスマ  
ホアプリ  
0～3歳のお子さんがい  
る世帯の人は令和4年  
3月末まで無料  
〒石岡保健センター  
TEL 24-1386



## 消防署

石岡消防署 TEL 23-0119  
八郷消防署 TEL 43-6491

日にち	行事名（時間・場所）	問合先
1月		
1 ㊦		
2 ㊧		
3 月		
4 ㊨	✍️ 法律相談（1人30分）【要予約】 13:00～16:00 八郷総合支所	秘書
5 ㊩	① 夜間納税相談 17:15～19:00 石岡市役所	収納
6 ㊪	✍️ 心配ごと相談 13:00～15:00 八郷総合支所	社八
	✍️ 行政・許認可・境界相談 13:00～15:00 石岡市役所	秘書
7 ㊫	㊦ 1歳児健康相談（令和3年1月生） 12:50～ 石岡保健センター	石保
8 ㊬	① 休日納税相談 9:00～16:00 石岡市役所	収納
9 ㊭		
10 月		
11 ㊮	㊦ ころといのちの電話相談 9:00～12:00・13:00～16:00	八保
	㊦ 4～5か月児健診（令和3年8月生） 12:50～ 石岡保健センター	石保
	✍️ 法律相談（1人30分）【要予約】 13:00～16:00 石岡市役所	秘書
12 ㊯	㊦ 精神デイケア 9:30～11:00 八郷保健センター	八保
	㊦ ころの健康相談【要予約】 13:30～15:30 八郷保健センター	八保
	① 夜間納税相談 17:15～19:00 石岡市役所	収納
13 ㊰	✍️ 女性のための困りごと（家族問題など）相談【要予約】 13:30～16:00 石岡市役所	政策
14 ㊱	✍️ 心配ごと相談 13:00～15:00 石岡市役所	社本
15 ㊲	① 休日納税相談 9:00～16:00 石岡市役所	収納
16 ㊳	㊦ パパママスクール【要予約・定員あり】 8:45～12:00 石岡保健センター	石保
17 月	㊦ ころの健康相談【要予約】 13:30～15:30 石岡保健センター	石保
18 ㊴	㊦ 1歳6か月児健診（令和2年6月生） 12:50～ 石岡保健センター	石保
	✍️ 法律相談（1人30分）【要予約】 13:00～16:00 石岡市役所	秘書

### 新春講演会

## 「日本の先駆者 (パイオニア) ～新紙幣肖像画に選ばれた3人のはなし～」



2024年度の上半期に発行が予定されている新紙幣の肖像画に選ばれた3人(渋沢栄一、津田梅子、北里柴三郎)の功績などについて「日本史を分かりやすく楽しく」がモットーの河合氏が解説します。

**日時:** 1月27日(金) 午後3時～4時30分  
**場所:** 石岡プラザホテル **聴講料:** 無料  
**講師:** 河合敦氏 (歴史作家・歴史研究家)  
**定員:** 100人 (先着順) ※オンライン視聴も可  
**申込方法:** 石岡商工会議所のHP・窓口にある聴講申込書にご記入の上、ファクスまたは電話で申し込み  
**石岡商工会議所** **TEL** 22-4181 **FAX** 22-6321

### くらし・手続き

## 10～12月分 紙おむつ購入費助成

対象/次の項目すべてに該当する人

- ① 市内在住・在宅(グループホームやケアハウスで生活している人を含む)
- ② 今年度住民税が非課税世帯
- ③ 介護保険で要介護1以上に認定されている人

※要介護1～3の場合は、さらに要件あり。詳しくはHPを確認またはお問い合わせください。



助成対象商品/紙おむつ・尿とりパッド・リハビリパンツ

助成上限額/月3200円

申請方法/1月11日(木)まで

に、次の①～③を本庁高齢福祉課または支所市民窓口課に持参

① 10月～12月に購入した、品

### おしらせ

## 2022年版 おまつりカレンダー



- ① 目が記載されたレシートまたは領収書
- ② 対象者または介護者の振込先口座番号がわかるもの
- ③ 認め印

石岡市高齢福祉課  
TEL 23・7326

▼市観光協会では「2022年版おまつりカレンダー」(B3版)を販売中です。

販売場所/本庁観光課・観光案内所・まち蔵藍・市観光協会HP



料金/1200円

※500部の限定生産のため、お早めにお買い求めください。

石岡観光課

TEL 23・7741

### 土浦税務署

## 非常勤職員募集

▼土浦税務署では、1月13日(金)から3月31日(金)の期間で、申告相談会場でのスマホ・パソコン操作補助や事務補助、パソコンによるデータ入力、書類の整理などを行う非常勤職員の募集をしています。詳細については、お問い合わせください。

石岡市土浦税務署 総務課

TEL 029・822・1100 (内線410・411)

※自動音声案内で2を選択してください。

石岡本庁舎 TEL 23-1111 (代)

〒315-8640

石岡市石岡一丁目1番地1

石岡八郷総合支所 TEL 43-1111 (代)

〒315-0195

石岡市柿岡5680番地1

開庁時間: 月～金 8:30～17:15

※水曜日は午後7時まで(一部業務のみ)

### 1月の納税

市・県民税・・・第4期  
国民健康保険税・・・第7期  
後期高齢者医療保険料・・・第7期

納期限: 1月31日(月)

### 10月の差押件数

預貯金	21人	不動産	0人
給与	2人	計	26人
年金	3人	累計	80人

### 放射線量 (11月15日測定)

石岡保健センター	0.047 $\mu$ Sv/h
柏原	0.050 $\mu$ Sv/h
三村	0.051 $\mu$ 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  $\mu$  Sv/hです。現在、基準値を超える値は測定されていません。

石岡市収納対策課 TEL 23-7296

石岡市生活環境課 TEL 23-7301