

くらし・手続き

ひとり親家庭・重度心身障がい者

マル福受給者証の更新

▼7月から「医療福祉費受給者証」が新しくなります。新しい受給者証は6月下旬に郵送します。

（妊産婦・小児は除く）

受給者証交付のため、令和4年分（1～12月）の収入の申告がまだの人は早めに申告してください。

※1月2日以降に転入した人は、1月1日現在に住所があった市町村の課税証明書（所得金額、扶養人数が書かれたもの）または、非課税証明書を持参してください。

国民年金課

TEL 23・7318

農業者年金の現況届を

をご提出ください

▼毎年5月下旬に農業者年金基金から現況届が届きます。必要事項をご記入の上、農業委員会事務局（八郷総合支所3階）へご提出ください。

さい。郵送でも受付します。申請期間／6月30日迄まで

※提出がない場合、年金支給が止まるおそれがあります。

農業委員会事務局

（内線1338）

アルバイトの労働条件

を確かめよう！

7つのポイント

- ① アルバイトを始める前に、労働条件を確認しましょう
- ② バイト代は、毎月決められた日に、全額支払いが原則です
- ③ アルバイトでも、残業手当があります
- ④ アルバイトでも、条件を満たせば有給休暇が取れます
- ⑤ アルバイトでも、仕事中のけがは労災保険が使えます
- ⑥ アルバイトでも、会社都合の自由な解雇はできません
- ⑦ 困ったときは、総合労働相談コーナーに相談を

困ったときの相談先

茨城労働局雇用環境・均等室

TEL 029・277・8295

または最寄りの労働基準監督署

※ 9時～17時30分

後5時15分（祝・年末年始を除く）

労働条件相談ほっとライン TEL 0120・811・610

※ 9時～17時

TEL 029・277・8295

募集

石岡市生活支援体制

整備事業協議体委員

▼高齢者の在宅生活を支えるため、ボランティア、NPO、社会福祉法人、社会福祉協議会など多様な主体間の情報共有および連携強化を行う協議体の委員を募集します。

定員／1人（選考あり）

申込資格／次の①～③をすべて満たす人

- ① 市内在住・在勤・在学の人
- ② 平日昼間の会議に出席可能な人
- ③ 他の協議体委員などに委嘱されていない人

任期／令和5年8月1日～令和7年7月31日

申込方法／指定の申込書に必要事項を記入の上、窓口へ直接、郵送またはファクス

TEL 029・277・8295

で提出 ※申込書は本庁高齢福祉課・支所市民窓口

課の窓口または市ホームページから

申込締切／7月14日

TEL 23・7326

高齢福祉課

令和5年度

よい歯のコンクール募集

① 8020高齢者

よい歯のコンクール

対象者／昭和18年3月31日以前の生まれで、自分の歯を20本以上保っている人（治療していても可）

② 親と子の

よい歯のコンクール

対象者／満3歳～6歳（平成29年4月2日～令和2年4月1日までの間に生まれた未就学の幼児）の子と
もと母親または父親
※喫煙習慣のある親は対象外

①・② 共通

応募期限／7月21日迄

※本コンクールで入賞歴のある人および親子の再応募はご遠慮ください。



岡県歯科医師会

TEL 029・252・2561



スキルアップセミナー

受講生募集

第一種電気工事士受験対策

（筆記）

対象者／電気関係の基礎知識がある人
持参品／筆記用具

日時／8月27日・9月3・10日（回）の3日間

午前9時～午後4時

申込期間／6月19日～7月10日

定員／20人

受講料／3040円

申込方法／学院ホームページ

「スキルアップセミナー」ページ

から申し込み

TEL 029・841・3551

岡県立土浦産業技術専門学院

TEL 029・841・3551



※※料金の記載のないものは無料※※

募集

JICA海外協力隊 2023年度春募集

▼独立行政法人国際協力機構 (JICA) は、開発途上国で現地の人々と同じ生活をしながら、ともに働き、国づくりに貢献するボランティアを募集しています。詳しくはJICA 筑波ホーム ページから▼



応募期限/7月3日(日)まで
 関JICA筑波連携推進課
 ボランティア担当 河津
 Tel 029・838・1117
 JICA茨城デスク 新井
 (公財)茨城県国際交流協会内
 Tel 029・241・1611

講座・教室

ひまわりの館で学ぼう

①体がいいケイラク体操
 ▼ツボとツボを結ぶラインをストレッチなどで刺激する体操です。

日時/7月25日・8月8日・22日・9月12日・26日・10月3日(因・全6回)

午前10時～11時10分

定員/30人

講師/栃本恵子氏

②はじめてのギター教室

▼初心者や久しぶりにギターを弾く人向けの教室です。

日時/7月28日・8月4日・18日・9月8日・29日(金・全5回)

午前10時～正午

定員/10人

講師/角圭司氏

共通事項

場所/ふれあいの里石岡ひまわりの館

申し込み

申込方法/6月15日(因)～30日(金)に電話で申し込み

関ふれあいの里石岡ひまわりの館(月曜休館)

Tel 35・1126

第1回

水中ウォーキング教室

日時/7月21日・25日・8月1日・4日・8日・18日・22日(因・全6回)

午前10時30分～正午

場所/石岡海洋センター(染谷1415)

参加費/1000円(保険代込み)

対象者/市内在住・在学・在勤の20歳以上

定員/30人

講師/井上清子氏(金)・齋藤美津枝氏(因)

申込方法/6月20日(因)～7月5日(因)に石岡運動公園または八郷総合運動公園まで参加料を添えて申し込み(月曜休館)

関スポーツ振興課

(内線1443)

保健センター健診

日にち・場所

石岡保健センター

胃がん検診あり…8月8日(因)

胃がん検診なし…8月7日(因)

八郷保健センター

胃がん検診なし…8月18日(金)・9月25日(因)・26日(因)

受付時間

胃がん検診あり…午前8時～11時30分

胃がん検診なし…午前9時30分～11時

・午後1時30分～2時30分

※健診項目は、市ホームページおよび保健センター年間予定表をご確認いただくか、各保健センターにお問い合わせください。

申込方法:

①6月22日(因)～6月28日(因)に

Web予約サービスで申し込み▶

※24時間対応。土日でも申込可。

②6月23日(金)・26日(因)～28日(因)の午前9時～午後5時に予約センター(Tel 0570-077-150)へ電話

③6月29日(因)以降は八郷保健センターへ問い合わせ

関八郷保健センター Tel 43-6655



相談

常陽銀行無料年金相談会

▼常陽銀行委託の社会保険労務士がご相談に応じます。

日時/7月4日(因) 午前10時～正午・午後1時～3時

場所/常陽銀行石岡支店

申込方法/事前に電話で申し込み

関常陽銀行石岡支店

Tel 23・1202

精神の不安でお悩みの人へ

6～7月の精神保健相談

日時/6月23日・7月28日(金) 午後3時～4時

7月4日(因)午後2時30分～4時30分

担当/塚原達也医師(金) 桜井礼二医師(因)

場所/茨城県土浦保健所

申込方法/電話で申し込み

関茨城県土浦保健所

Tel 029・821・5516

くらし・手続き

募集

講座・教室

相談

おしらせ

健康

イベント・催し