

●感染症予防対策にご協力ください

掲載されているイベント等にご参加される際は、**自宅での検温、会場での感染症予防対策**にご協力をお願いします。当日、**体温が37.5℃以上ある場合や、咳等の症状がある場合は参加をお控えいただきますようお願い**します。また感染症の状況により、急遽内容の変更や中止および延期となる場合もありますことをご了承ください。

●施設の利用について

開館や利用情報は施設ごとに異なります。詳しくはホームページをご覧ください。



◀牛久市HP
施設の閉鎖・
利用制限
および再開

市からのお知らせ

「牛久市男女共同参画推進基本計画・実施計画第4次」(案)

意見(パブリックコメント)を募集します

市では、男女共同参画社会基本法第14条、牛久市男女共同参画推進条例第7条に基づき「牛久市男女共同参画推進基本計画・実施計画第4次」の策定を進めています。この計画案のご意見を募集します。お寄せいただいたご意見は、計画の最終案策定の際の参考にさせていただきます。※ご意見に対する個別の回答は行いません。

▼**閲覧場所**／①市民活動課窓口
②情報公開統合窓口(市役所本庁舎3階) ③総合福祉センター ④中央生涯学習センター



牛久市メールマガジン「かっぱメール」

感染症、市政イベント、防災・防犯、各学校などの情報をメールでお届け。ご利用の際は必要な情報の「配信カテゴリ」をお選びください。ぜひ登録をお願いします。

かっぱメールを新規登録する方



配信カテゴリを追加・変更する方



問 広報政策課 ☎内線3221、3222

公式 Twitter

根本市長 牛久市
@nemoto_youji @ushiku_city
牛久市シティプロモーション
@ushikucitypromo

ポータルサイト、アプリで「広報うしく」が読めます!

イバラキイーブックス
地域特化型電子書籍
ポータルサイト



マチイロ
スマートフォン、
タブレット対象アプリ



「広報うしく」は、毎月1日号(行政区配布)と15日号(全戸ポスティング)の月2回発行。市ホームページでも全ての内容を掲載しています。

浄化槽をお使いの皆さまへ

浄化槽は、微生物の働きを利用して生活排水をきれいにする装置です。そのため、浄化槽の機能を十分に発揮させるには、定期的な維持管理(保守点検・清掃と法定検査)が必要となり、特に法定検査は年1回の実施が法律により義務付けられています。保守点検、清掃、法定検査については一括で契約できる「一括契約システム」がありますので、ぜひご利用ください。システムの詳細については、保守点検業者または清掃業者にお問い合わせください。適正な維持管理と法定検査を行い、浄化槽を正しく使っていただくようご協力をお願いします。

問 環境政策課 ☎内線1561



FMうしくうれしく放送

牛久市の情報を盛りだくさんにお伝えしています!

市役所敷地内
保健センター2階から放送中!



UUラジオ854(生放送)

月～金曜日午前10時～正午(再放送:午後5時～7時)※牛久市広報番組「広報うしく」午前10時30分～11時30分(再放送:午後2時～3時)

感染症情報

月～金曜日午前11時～(再放送:午後2時30分～、午後6時～) 感染症患者発生状況などをお知らせします。

スマートフォンでもラジオが聴けます! 詳しくは公式ホームページ(<http://www.fmuu.jp>)

問 NPO法人牛久コミュニティ放送 ☎875-8541 FAX875-8686 E ushiku@fmuu.jp

年末の交通事故防止 県民運動

12月1日(木)～15日(木)

スローガン「大丈夫 そんな油断が命とり」

▼運動の重点／①子どもと高齢者の交通事故防止(特に横断歩行者の保護)②夕暮れ時と夜間の交通事故防止③飲酒運転の根絶
 岡地域安全課 ☎内線1642

生活のしづらさなどに 関する調査の実施



この調査は、障害児・者等(障害者手帳所持者、難病等患者、長引く病気やけが等により生活のしづらさがある者)を対象に行う調査で、障害児・者の福祉施策を改善するための基礎資料を得るために厚生労働省が実施するものです。

▼調査方法／調査員が12月中に訪問。趣旨説明、調査対象となるか確認の上、調査票の配布をします(※調査員は、県交付の調査員証を携帯)。調査票には個人を特定できる質問はなく、記入された内容は、統計上の目的以外に使用しません。調査票の提出は任意です。

ご回答いただけない場合でも不利益が生じることはありません。ご協力をお願いします。

▼対象地域／さくら台二丁目の一部、上柏田三丁目の一部、ひたち野西一丁目の一部
 ※詳細は、市ホームページをご確認ください。

岡厚生労働省 調査担当窓口
 ☎03・5253・111
 1内線3029、社会福祉課 ☎内線1712

牛久市議会報告会を YouTubeで配信

今年度の議会報告会は昨年度に引き続き、YouTubeで配信することとなりました。常任委員会ごとに「市民の皆さまにお知らせしたいこと」をテーマに動画を作成しましたので、ぜひご覧ください。

▼テーマ／総務企画「ふるさと応援寄附金について」他、教育文化「公立中学校部活動の現状と課題」、保健福祉「保健福祉所管事項の紹介」、環境建設「グリーンエネルギーについて」
 岡議会事務局 ☎内線3532



▲牛久市議会ホームページ



▲牛久市議会公式YouTube

牛久駅エスカレーター 停止のお知らせ

牛久駅のエスカレーターを部品交換工事のため運転を停止します。ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いします。

▼停止期間／【東口】12月21日(水)・22日(木)午前9時～午後5時、【西口】12月23日(金)午前9時～午後5時
 岡都市計画課 ☎内線2523

ヒートショックを 予防しよう！

急激な温度変化がもたらす身体への影響を「ヒートショック」といいます。部屋の移動や入浴に伴う室温と浴槽のお湯の温度差により、血圧が大きく変動し、意識消失や、脳卒中、心筋梗塞への危険が高まります。冬場に多く見られ、高齢者は特に注意が必要です。

▼予防策／①入浴前に浴室や脱衣所を事前に温めておく。②お湯の温度を41℃以下に設定する。③飲酒後・食事直後・深夜の入浴は控える。④入浴前にご家族や周りの人に声をかける。
 岡稲敷広域消防本部救急課 ☎0297・64・3846

第15回うしくゴッ都市 (フリーマーケット)

日12月11日(日)午前9時～午後2時※小雨決行荒天中止
 所中央生涯学習センター駐車場
因イベント／①恒例の数量限定格安販売を実施(正午ごろ予定)※イベントの詳細は当日お知らせします。

※次回開催令和5年2月12日(日)
 岡商工観光課 ☎内線1522

歯あとふるライフ教室 参加者募集

歯周病を予防し、口腔機能の向上を目指す3日間の教室です。歯やお口の健康は、イキイとした表情や美しい笑顔をつくり、誤嚥性肺炎等の病気の予防にもつながります。お口のセルフケアを学んでみませんか。

日令和5年1月17日(火)・24日(火)・31日(火)午前9時30分～11時30分

所保健センター保健指導室(2階)
 ※エレベーターは改修工事のため使用できません。
因歯周病予防や口腔機能アップについての講話、効果的なブラッシング方法、舌のケア方法、口腔機能検査、口腔体

操、唾液腺マッサージなど。
 ※参加者には口腔ケア用品をプレゼント！

因40歳以上の市民
定・費10人(先着・2000円)
申12月8日(木)～22日(木)の期間に窓口、または電話で申し込み(平日のみ)。

岡医療年金課 ☎内線1728

ご存知ですか、障がい者 週間(12月3日～9日)

障がいは、病気やケガなどにより誰にでも起こり得るものです。また、障がいは多種多様で、同じ障がいでも一人ひとり違います。外見では分からない場合もあります。一人ではできなくても、周囲の理解や配慮があればできることがたくさんあります。困っている場面を見かけたら一声かけて自分にできるサポートをしたり、障がいがあるからと決めつけず、それぞれの個性や能力を活用できるように考えたりすることが大切です。障がいのある人もない人も、誰もが人格と個性を尊重し支え合うまちをつくりましょう。
 岡社会福祉課 ☎内線1711
 11713

かっぱつ脳トレ教室 「検査編」参加者募集

認知症予防は今の自分の状態を知り、無理なく予防法を実践することが大切です。認知機能を測定する45分程度の検査(フアイブ・コグ検査※)と、認知症予防法をお伝えする2日間の教室です。

※フアイブ・コグ検査とは：映像と音声を用いた記入式の検査で、記憶・注意・思考などの認知機能を測定します。

日・内【1日目】令和5年1月10日(火)：認知機能検査(フアイブ・コグ検査)※

【2日目】令和5年1月26日(木)：認知機能検査の結果説明、認知症予防講話

※各日午前10時～11時30分(受付：午前9時45分)

所保健センター研修室(2階)※エレベーターは改修工事のため使用できません。

※65歳～84歳の市民(今年度参加していない方)

定・¥20人(先着)・無料
持眼鏡(必要な方)、飲み物、マスク着

申12月8日(木)～22日(木)の期間に電話で申し込み(平日のみ)。

申医療年金課 ☎内線1728

歳末助け合い托鉢運動

感染症拡大のため自粛していましたが「歳末助け合い托鉢行脚」を実施します。集まりました浄財は牛久市社会福祉協議会を通じて歳末の助け合いに使用させていただきます。心からのご協力よろしく願います。

日12月9日(金)午前9時～正午予定

▼行程／観成院→薬師寺→牛久駅→牛久市役所

主牛久市仏教会
観成院(古渡) ☎872・0631

労働保険の成立手続きを忘れていませんか

一人でも雇ったら、労働保険(労災保険・雇用保険)の成立手続きが必要です

「労働保険」とは、「労働者災害補償保険(労災保険)」と「雇用保険」により構成される制度で、労働者の福祉の向上を目的としています。労働保険は、政府が管掌する強制保険であり、労働者(パート・アルバイト含む)を一人でも雇用していれば、原則として業種・規模を問わず

労働保険の適用事業となり、事業主は成立手続きを行い、労働保険料を納付しなければなりません。労働者を一人でも雇用されている事業主の方で、まだ労働保険の手続きを行われていない場合は、茨城労働局までご相談ください。

茨城労働局 ☎029・224・6213

相談

特設人権相談所開設

12月4日から10日までは人権週間です

1948年(昭和23年)12月10日、国連総会で世界人権宣言が採択されたのを記念し、毎年12月10日は「人権デー(Human Rights Day)」と定められました。

法務省と全国人権擁護委員連合会では、12月4日から10日までの「人権週間」として各種の人権啓発活動を行っています。人権週間(当たり、人権は、自分と同じように他の人にもあることを考え、お互いに相手の立場を考え、豊かな人間関係をつくりましょう。なお、市では人権週間にあわせて特設人権相談所を開設し、人権擁護委員が人権に関わる心配ごとや困りごとの相談をお受けします。相談は無料です。秘密は厳守します。

人材募集・就職支援

いばらき女性活躍・働き方応援ポータルサイト

あなたにエール!

県では、女性の活躍や働き方改革に関する情報を発信するポータルサイトを新たに開設しました。優良企業の取組事例や女性ロールモデルのインタビュー、各種支援策等を掲載しています。ぜひご利用ください。※二次元コードからアクセス、または「茨城県働き方ポータルサイト」で検索してください。



問県労働政策課 ☎029・301・3635

オミクロン株対応 新型コロナワクチン接種について

11月2日から3・4・5回目接種に使用するファイザー社製ワクチンは、オミクロン株BA.4-5対応型ワクチンになりました。モデルナ社製ワクチンについては、薬事承認され、12月上旬からBA.4-5対応型に切り替わります。接種券が届き次第早めに予約をお取りください。

問 健康づくり推進課 ☎869-5959

牛久市 新型コロナワクチン 🔍 検索

引き続き、
感染対策も
お願いします!



マイナンバーカードで マイナポイント

第2弾

最大20,000円分のマイナポイントがもらえます!

マイナンバーカードを取得した方を対象にした、マイナポイント第2弾が実施されています。
ポイント申し込みの対象となるマイナンバーカードの申請期限：12月末まで

1 マイナンバーカード新規取得等で…

- ※マイナンバーカード取得済でマイナポイント第1弾に申し込んでいない方も含みます。
- ※ポイント申し込み後、選択したキャッシュレス決済サービスでチャージやお買い物をする必要があります。
- ※令和3年12月末までにマイナポイント第1弾に申し込んだ方で、まだ20,000円のチャージやお買物をやっていない方は、引き続き上限(5,000円相当)までポイントの付与を受けることができます。

最大
5,000円

相当のポイント付与

ポイント申込期限
令和5年2月末

2 健康保険証としての利用申し込みで…

- ※既に利用申し込みを行っている方も対象となります。

それぞれ
7,500円

相当のポイント付与

ポイント申込期限
令和5年2月末

3 公金受取口座の登録で…

- ※マイナポータルで公金受取口座の登録をすることができます。

登録方法については
デジタル庁ホームページ
をご確認ください▶



! マイナポイントを受け取るには、マイナンバーカードを使ってマイナポイントの申し込みを行う必要があります。

マイナポイント
予約・申し込み
支援について

- マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178
(平日：午前9時30分～午後8時、土・日・祝日：午前9時30分～午後5時30分)
- 総合窓口課 ☎内線1625～1628 (平日：午前8時30分～午後5時15分)

マイナポイントに関する
最新情報はマイナポイント
ホームページへ▶

マイナポイント 🔍



いばらき県南若者サポート
ステーション就労相談

日 12月27日(火)午後1時～5時

所 ひたち野リフレ第2会議室

対 15歳～49歳の若年無業者お
よびその家族※相談無料。

申 電話、FAX、Eメールで相談

日 3日前までに連絡。右記の
日程以外も別会場にて相談可。

所 いばらき県南若者サポート
ステーション(一般社団法
人アイケイつくば) ☎89

3・3380 FAX 893・3
381 info@saposute-
tsukuba.jp

茨城県南水道企業団
職員募集

▼試験日/令和5年1月22日(日)

▼職種・採用人数/土木技師、
一般職員・2人

▼採用予定日/令和5年4月
1日(土)

▼申込受付期間/12月15日
(木)～令和5年1月10日(火)

※必着、申し込みは郵送のみ。
※詳細はホームページをご覧
になるか、お問い合わせくだ
さい。

所 茨城県南水道企業団総務課

☎0297・66・5131

メンバー募集

牛久スクエアダンス
サークル

初心者講習会のお誘い

スクエアダンスは有酸素運動
と脳トレに最高!楽しい毎日を。

日 毎月第1・2・4木曜日午
後2時30分～4時(令和5
年1月5日(木)～)

所 三日月橋生涯学習センター
第3研修室

定・料 10人・月1000円

申 12月28日(水)までに電話で申し込み
問 古川090・4669・6365

催し・講座

平地林の手入れ作業
「森林ボランティア」

日 12月18日(日)午前8時30分
～正午

所 牛久市井ノ岡町(要問い合わせ)

内 下草刈り、伐採、枝打ち

持 ナタ、カマ、ノコギリ、作
業服、手袋、飲み物、昼食

料 保険代1人300円(1家
族500円)

主・岡木とふれあうネットワー
ク事務局(阿部) ☎873・6424

ゴスペル
クリスマスコンサート

3年ぶりの開催。クリスマス
ソングと一緒に楽しみましょう。

日 12月10日(土)午後2時～3
時(開場：午後1時30分)

所 エスカードホール

対・料 どなたでも・無料

主・岡ゴスペル同好会VOUK
(田原) ☎874・0320

歴史を語り合う会

日 12月18日(日)午後1時30分～5時

所 エスカード生涯学習セン
ター第1講座室(4階)

内 日本に負ける戦争をさせたのは
誰?…それは山本五十六?開
戦当初、真珠湾を襲撃しなければ、
米国は対日戦を開始できなかった。

講 津田征八氏

定・料 先着30人・300円(資料代
別)

申 電話で事前申し込み

主・岡牛久史談会(板宮) ☎0
90・2327・6304

掲載されている
イベント等について
感染症拡大防止のため、
中止または延期となる
ことがあります。開催
可否などの最新情報は
各問い合わせ先にご確
認ください。