広報さかい
Sakai town news

お知らせ版

2023
7.1号
No.509

Sakai town web https://www.town.ibaraki-sakai.lg.jp/

■発行／境町役場
■編集／秘書広聴課
〒306-0495
茨城県猿島郡境町 391-1
電話 0280-81-1329

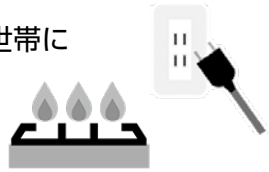
申…申込み・申請　問…問合せ先

7月の納税

固定資産税　2期
国民健康保険税　1期
後期高齢者医療保険料　1期
介護保険料　1期
納期限日：7月31日（月）
※口座振替をご利用の方は、預金残高のご確認をお願いします。
＜土曜・日曜・祝日の納税＞
土日祝日の閉庁時も、日直が税金をお預かりします。
※領収書は後日郵送します。
問税務課　電話 81-1302
　保険年金課　電話 81-1306
　介護福祉課　電話 81-1323

電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金について

エネルギー・食料品価格等の物価高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯（住民税非課税世帯）に対し、1世帯あたり3万円を給付します。
◆給付額　1世帯3万円　※支給は1回のみです。
◆受付期間　**7月3日（月）～9月29日（金）**
◆給付対象者　令和5年6月1日において、境町の住民基本台帳に記録されている方で、同一世帯の全員が令和5年度の住民税均等割非課税である世帯の世帯主となります。
◆申請方法　対象世帯には確認書を郵送します。必要事項を記入のうえ、必要書類を添えて返送してください。
※令和5年1月2日以降の転入者が含まれる世帯については、社会福祉課へ問合せください。



問社会福祉課　電話 81-1305

利根川大花火大会チケットの町民先行抽選販売について

9月16日（土）に利根川大花火大会が開催されます。これに伴い、町民への先行抽選販売を以下の通り実施します。
なお、新型コロナウイルス感染症対策のため、境町役場や道の駅でのチケット販売は行いませんのでご注意ください。

◆販売方法　チケットサイトＣＮプレイガイドを通して購入
◆申込期間　**7月12日（水）10：00～7月23日（日）23：59まで**
　※クレジットカード決済のみ
◆当落発表日　7月26日（水）登録されたメールへ送信。
　※チケットは配送での受取りとなります。
　※8月以降は一般販売となります。
【ウェブサイト】
https://www.cnplayguide.com/tonegawaoohanabi/
問境町観光協会　電話 81-1319

QRコード

一時預かり事業のご案内

【利用要件】　外での就労や、就学などでお子さんを保育できない時。
　病気や出産、冠婚葬祭などでお子さんを保育できない時。
　育児に伴う心理的・肉体的負担を軽減したい時。
　リフレッシュしたい時、上の子の学校行事に参加する時など。
◆対象者　境町に住民登録がある概ね1歳～就学前のお子さん
◆利用料　1日1,600円（8：30～16：30）
　半日800円（8：30～12：30または12：30～16：30）
　※給食費（おやつ代含む）として、1人あたり別途250円がかかります。
◆実施場所　おおぞら保育園（境町長井戸1688-1）電話 81-0319
　はなぶさ（境町若林2342-1）電話 86-5535
◆申込方法　上記施設へ直接申込み
問子ども未来課　電話 81-1301

国民健康保険・後期高齢者医療保険の保険証が更新になります

現在使用している国民健康保険・後期高齢者医療保険の保険証は、有効期限が**7月31日（月）**までとなっています。**令和５年度分の新しい保険証**を郵送しますので**8月1日（火）**からは、新しい保険証を使用ください。保険証が届かなかった場合には、役場保険年金課へご連絡ください。

また、国民健康保険証と後期高齢者医療保険証で配達方法が異なります。

◆配達方法　〈国民健康保険証〉　**簡易書留**　対面手渡しでの受け取りとなります。不在の場合は、数回訪問後に不在票が投函されます。再配達は不在票の電話番号へ問合せください。

〈後期高齢者医療保険証〉　**特定記録郵便**　自宅の郵便ポストへ投函されますが、配達の記録を追跡できます。

※**有効期限が７月31日**までの保険証は、**8月1日**以降は使用できませんので、必ず処分してください。

※国保の新しい保険証が届いた方で、社会保険等に加入した方は国保喪失の手続きが必要となります。保険年金課まで問合せください。

問【国保・後期について】保険年金課　電話 81-1306

【後期について】茨城県後期高齢者医療広域連合　電話 029-309-1212

保険税（料）軽減措置の拡充・賦課限度額を引き上げます

世帯の前年中の所得が決められた所得基準を下回っている場合は、保険税（料）の均等割額について所得の判定区分に応じて７割・５割・２割を軽減します。

今回、保険税（料）の５割軽減及び２割軽減の対象となる世帯の軽減判定所得の引き上げを行います。

軽減割合	所得に基づく軽減判定基準
7割	世帯所得の合計金額が43万円＋【(給与所得者等の数－1）×10万円】（※1）以下
5割	世帯所得の合計金額が43万円＋【(給与所得者等の数－1）×10万円】（※1） ＋（29万円×被保険者及び特定同一世帯所属者の合計）（※2）以下
2割	世帯所得の合計金額が43万円＋【(給与所得者等の数－1）×10万円】（※1） ＋（53.5万円×被保険者及び特定同一世帯所属者の合計）（※2）以下

※１　給与所得者等の数　給与所得を有する方（給与収入が55万円を超える方）及び公的年金等の支給（60万円を超える方（65歳未満）又は125万円（15万円特別控除を含む）を超える方（65歳以上））を受ける方。
【(給与所得者等の数－１）×10万円】については、世帯内の給与所得者等の数が２以上の場合のみ適用となります。

※２　特定同一世帯所属者　国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行後も継続して同一世帯に属する方。
世帯主に変更があった場合は、特定同一世帯所属者ではなくなります。

＊未申告者を含む世帯は、判定が行われません。

＊後期高齢医療保険料の５割軽減、２割軽減も同様の改正となります。

◎国民健康保険税の賦課限度額が変わります。

国民健康保険税賦課限度額	令和４年度	令和５年度
	102万円	104万円

問【国保制度・後期について】　保険年金課　電話 81-1306

【国保税について】　税務課町民税係（国保税担当）　電話 81-1302

国民健康保険限度額適用認定証等のご案内

現在使用している国民健康保険限度額適用認定証または限度額適用・標準負担額減額認定証の有効期限は、**7月31日（月）**となっています。更新及び交付を希望する方は、申請が必要となります。

ただし、所得審査がありますので、所得内容によっては認定区分が変更になる場合があります。

※「限度額適用・標準負担額減額認定証」を医療機関に提示すると、入院時の食事療養費の自己負担額が減額、高額療養費の自己負担限度額が低くなります。

問保険年金課　電話 81-1306

「地震防災対策の現状調査に係る住民向けアンケート」のご案内

地震防災対策では、減災目標の達成を目指し、地域の特性に応じて、対策が進められているところです。この度、内閣府では、今後の防災対策に向けて、皆さんの声を反映させるため避難意識等に関する調査を実施します。一人でも多くの方にご回答いただきたく、ぜひご意見お聞かせください。ご協力のほどよろしくお願いします。

◆回答フォーム　https://en.surece.co.jp/kaiko2023/

回答フォーム
QR コード

◆実施期間　7月～8月頃を予定　※回答の際、以下の点にご注意ください。

・回答は 1 人 1 回限りとなります。
・回答の途中で、回答状況を一時保存することはできません。
・選択式の設問は該当する選択肢をチェックしてください。また、記述式の設問は可能な限り具体的に回答してください。
・回答内容は、個人が特定できないようとりまとめた後、今後の防災対策の検討に活用します。

問内閣府政策統括官（防災担当）付参事官（防災計画担当）付　大竹、吉田　電話 03-3501-6996

知ろう・語ろう・相談しよう！オレンジカフェを開催します

認知症に関心のある方が気軽に参加できます。お茶を飲みながら一緒に過ごしませんか。
（ミニ講話：『認知症と薬の管理、薬の飲み方・飲ませ方』について）

◆日程　7月12日（水）13：30～15：00
◆場所　社会福祉協議会　2階多目的ホール（長井戸 1681-1）
◆対象者　認知症の方とそのご家族、認知症に関心のある方等
◆申込方法　事前に電話にて受付

問介護福祉課　電話 81-1323

裁判所職員採用一般職試験のご案内（裁判所事務官、高卒者区分）

◆受験資格

（1）令和5年4月1日において、高等学校または学校教育法に基づく中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して2年を経過していない方。及び令和6年3月までに高等学校または中等教育学校を卒業する見込みの方。
（2）最高裁判所が（1）に掲げる方に準ずると認める方※具体例など詳しくは裁判所ウェブサイト内の採用情報ページをご覧ください。

◆試験日及び種目

試　験　日		試験種目
一次試験	9月10日（日）	基礎能力試験（多肢選択式） 作文試験（記述式）
二次試験	10月12日（木） ～10月25日（水）	人物試験（個別面接）

◆申込方法　インターネット申込み
（https://www.courts.go.jp/saiyo/index.html）
◆受付期間　**7月3日（月）10:00～7月12日（水）まで（受信有効）**
※詳しくは裁判所ウェブサイトに掲載されている受験案内をご覧いただくか、問合せください。

問水戸地方裁判所事務局　総務課人事第一係
電話 029-224-8417

健康推進課からのご案内

◎熱中症を予防しよう

暑さが厳しい季節となりました。熱中症の予防のため、以下のことに心がけましょう。

【こまめに水分を摂りましょう】

一度にたくさんの水分を摂ると尿として排泄されてしまうため、喉が渇いていなくても、少しずつ頻回に摂るように心がけましょう。

【塩分も必要です】

コーヒー、お茶などカフェインを多く含むものは利尿作用があり、また、ミネラルウォーターだけでは体に水分が吸収されにくいため、麦茶やイオン飲料などがおすすめです。

【適切に冷房を使用しましょう】

高温（28℃以上）でなくても、湿度が70％を超える時は注意が必要です。

問健康推進課（保健センター）
電話 87-8000

介護老人保健施設「夢彩の舎」より 第６回夢彩ずっと元気教室のご案内

参加費無料

今回の夢彩ずっと元気教室では、認知症予防教室を開催します。認知症という言葉は知っているものの、具体的にどういった症状を指すのかご存じでない方も多いのではないでしょうか。

認知症とは、「今まで出来ていた日常生活や社会生活が、なんらかの脳の障害によって持続的に低下し、生活に支障をきたすようになった状態」と定義されています。

つまり、認知症というのは“状態”のことであり、特に認識力や記憶力、判断力といった社会生活や対人関係に欠かせない能力が衰え、生活に支障をきたす状態を指します。大切なことは、認知症を正しく理解し、その予防法を知ることです。そうすることで、皆さんの健康長寿を延ばすことが期待できます。

参加費は無料ですので、どなたでもお気軽にご参加ください。

物忘れと認知症の違い

	もの忘れ	認知症
原因	加齢による物忘れ	認知機能の障害
記憶	体験の一部を忘れる	体験そのものを忘れる
時間や場所	見当がつく	見当がつかない
自覚	忘れたことの自覚はある	自覚がない
症状の進行	進行はない	著しく進行することも
生活への影響	大きな支障はない	支障が生じる

◆日時　７月30日（日）10：30～11：30（予定）
◆定員　30名程度
◆対象者　境町及び周辺地域に在住の方
◆申込方法　電話または窓口受付（8：30～17：30）
※当日まで予約可能です

問申 医療法人駿仁会　介護老人保健施設　夢彩の舎
デイ・リハビリテーションセンターメダカゆかい（境町若林 2269-1）
電話 0280-33-7300

参加者の皆さんへ

①マスクを着用ください。
② 37.5℃以上の発熱のある方、体調のすぐれない方は参加をお控えください。
③新型コロナウイルス感染予防のため、ご自宅で検温のうえ、ご来場ください。
※今後の新型コロナウイルス感染状況により、開催が中止となる場合があります。予めご了承ください。

「アルバイトの労働条件を確かめよう！」キャンペーン ～４月１日から７月31日まで～

茨城労働局では、特に多くの新入学生がアルバイトを始める４月から、「労働契約の際の労働条件の明示」など、学生アルバイトの労働条件を確保する上で重要な事項についての周知・啓発などのキャンペーンを実施しています。

【おかしい！！と思ったら、ネットで検索＆電話で相談】
◎労働条件ポータルサイト「確かめよう 労働条件」
https://www.check-roudou.mhlw.go.jp/
◎総合労働相談コーナー（若者相談コーナー）
茨城労働局雇用環境・均等室
電話 029-277-8295
または最寄りの労働基準監督署
※月～金（祝日・年末年始を除く）
8：30～17：15
◎労働条件相談ほっとライン
フリーダイヤル　0120-811-610
※月～金　17：00～22：00
土・日・祝日　9：00～21：00

各種相談（無料）

相談項目	日　時	場　所	問合せ先
法律相談	7月26日（水）10：00～15：00 予約日：7月19日（水）8：30～ ※先着8名	境町中央公民館　2階 小会議室	秘書広聴課　電話 81-1329
行政相談	7月25日（火）9：00～10：00	境町社会福祉会館	秘書広聴課　電話 81-1329
人権相談	8月17日（木）10：00～15：00	境町中央公民館2階 小会議室	住民課 人権・協働ハーモニー室 電話 81-1337
消費生活相談	・毎週水曜日　※祝日除く ・第1、第3木曜日　※祝日除く 9：00～12：00 13：00～16：30 ※リモートや電話での相談も可能です	境町社会福祉会館 （毎週水曜日のみ） 五霞町役場 （第1・第3木曜日のみ）	境町役場　まちづくり推進課 電話 81-1314 五霞町役場　生活安全課 電話 0280-84-3618
子どもの 教育相談	毎週月～金　※祝日除く 9：00～17：00	境町教育委員会（役場3階） 文化村公民館教育支援センター	境町教育委員会　電話 86-6022 文化村公民館教育支援センター 電話 86-7844
認知症に関する 相談	毎週月～金　※祝日除く 9：00～17：00	境町地域包括支援センター ファミール境 介護福祉課（役場1階） 境町社会福祉会館	境町地域包括支援センター ファミール境　電話 87-7111 介護福祉課　電話 81-1323 境町社会福祉協議会 電話 87-2525
心配ごと相談 （身障相談も含む）	毎週火曜日　※祝日除く 13：00～16：00	境町社会福祉会館	境町社会福祉協議会 電話 87-2525
ＤＶ相談	毎週月～金　※祝日除く 9：00～16：00	社会福祉課（役場1階）	社会福祉課　電話 81-1305
こころの 健康相談	7月8日（土）・22日（土） 14：00～16：00 予約日：相談日前日の10：00まで	地域活動支援センター煌（きらめき） （坂東市）	地域活動支援センター煌 電話 0297-30-3071
	毎週月～金　※祝日除く 9：00～17：00	社会福祉課（役場1階） 境町保健センター	社会福祉課　電話 81-1305 健康推進課　電話 87-8000
ひきこもり 専門相談	7月12日（水）13：30～14：30 ※要予約	古河保健所1階相談室（1）	古河保健所　電話 32-3068
ひきこもり 家族教室	7月21日（金）14：30～16：00 ※初回のみ要予約	古河保健所2階大会議室	古河保健所　電話 32-3068
精神保健相談	7月19日（水）14：00～ 8月4日（金）13：30～ ※要予約	古河保健所1階相談室（1）	古河保健所　電話 32-3068

個人事業税の納税は便利な口座振替で

個人事業税の口座振替納税は、公共料金と同じように預金口座から自動的に納税ができ、安全で大変便利です。

口座振替の申込みは、8月に県税事務所から送付する納税通知書同封の申込用ハガキで簡単に手続きができます。（ゆうちょ銀行は除く）

ゆうちょ銀行での口座振替希望（別手続き）の方や、ご不明な点がある方は問合せください。

問茨城県筑西県税事務所
総務課　管理担当　電話 0296-24-9184

行政書士無料なんでも相談会

相続、遺言、農地、VISA、各種許認可申請など、暮らしのなかの諸手続きに関する相談に、行政書士がお答えします。
お気軽にご相談ください。
※予約不要
（資料があればお持ちください。）

◆日時　7月30日（日）
13：00～16：00
◆場所　境町中央公民館
2階小会議室

問肥後　電話 090-3043-1916

健康推進課からのご案内

◎**育児広場**
お子さんの身長や体重を測りたい、離乳食やその他、育児の疑問やお悩みなどをお気軽にご相談ください。
なお、**事前に電話での予約をお願いします。**

◆日時　8月4日（金）9：30～11：30
（11：00まで受付）
1組あたり30分程度8組まで
◆場所　境町保健センター
◆電話予約受付　7月26日（水）～8月2日（水）8：30～17：15

◎**健康相談**※予約不要
体の健康についての相談に保健師・管理栄養士が対応します。希望者には血圧測定、体脂肪測定、尿検査を行います。

◎**思春期相談**※事前予約制
思春期についての悩みや相談に保健師が対応します。プライバシーは厳守されます。お気軽にご相談ください。
◆日時　7月25日（火）9：30～11：00
◆場所　境町保健センター

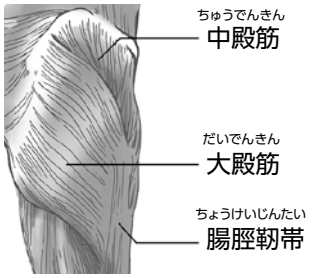
◎**愛の献血**
献血は身近に取り組めるボランティアです。現在、少子高齢化や新型コロナウイルスの影響で献血の協力者が減っています。また、血液は人工的に造ることができず長期間保存することもできません。
輸血に必要な血液をいつでも十分に確保しておくためにも、皆さんのご協力をお願いします。

◆日時　7月22日（土）10：00～12：00
13：15～15：30
◆場所　ＤＣＭ境店
問申健康推進課（保健センター）電話 87-8000

シルバーリハビリ体操をやってみよう！

片足ブリッジ　目的：お尻回りの筋力強化、バランス力の強化、転倒予防

①仰向けになり、両ひざを立てます。
②右足を左足の膝の上にのせ、足を組みます。
③ゆっくりとお尻を持ち上げ、その状態で5秒間継続します。
ゆっくりとお尻を下ろします。
④反対側も同じように行います。



ここがポイント　お尻の上げ下げは、ゆっくりと行いましょう。腰を痛めることを防ぎます。

問介護福祉課　電話 81-1323

モデル：シルバーリハビリ体操指導士　森谷　真知子さん