

## 一人で悩まず、相談してください 9月10日～16日は自殺予防週間です

悩みを抱えている方は、一人で悩まず、専門の相談機関にご相談ください。各種相談窓口は市ホームページにも掲載しています。



市ホームページ

### 【こころの健康相談】

かすみ保健福祉センターで専門医に相談ができます。相談無料、秘密厳守ですので、安心してご相談ください。



- ▶ **日時** 10月24日(木) 午前10時～
- ▶ **場所** かすみ保健福祉センター《ひまわり》
- ▶ **申込方法** 電話または直接窓口で予約

### 【こころの体温計】

ストレスや落ち込み度など、こころの健康状態がチェックできます。



こころの体温計

### 【お問合せ】

かすみ保健福祉センター《ひまわり》  
☎64-5240

## 市県民税の申告はお済みですか？

申告は、行政機関における証明書の交付や所得判定の根拠となります。未申告の場合、国民健康保険税の軽減が受けられない、証明書が発行されないなど不利益が生じる恐れがあります。未申告の方は、早めに申告しましょう。



### ▶ 必要な物

- ・身分証明書（マイナンバーカード、運転免許証等）
  - ・源泉徴収票 ※給与所得者、年金受給者
  - ・収支内訳書 ※営業、農業、不動産所得
  - ・生命保険料等の控除証明書や社会保険料（国民健康保険、国民年金等）の領収書等
- ※令和5年中の全ての所得を申告してください。

【お問合せ】 税務課 税務グループ ☎63-1111 内線132～134

## たすきで繋ぐ北浦一周ウォーキング

水辺沿い約6kmのコースをウォーキングしながらごみ拾いをしませんか？ご協力いただいた方には特産品などの参加賞をプレゼント！



- ▶ **日時** 10月20日(日) ※荒天中止  
午前8時30分～正午(予定)
- ▶ **場所** 鹿嶋市立豊郷公民館駐車場(集合・解散)
- ▶ **費用** 100円(保険料等)
- ▶ **必要な物** 軍手、飲み物、暑さ対策・ウォーキングに適した服装
- ▶ **申込方法** 電話・FAX・メールにてお申込みください。
- ▶ **申込期限** 9月30日(月)  
※定員の200名になり次第締切

### 【お問合せ】

北浦水質レスキュー隊連絡会議  
(茨城県鹿行県民センター環境・保安課)  
☎0291-33-6056 FAX:0291-33-5638  
メール:rokkose02@pref.ibaraki.lg.jp



県ホームページ

## 鹿行歴史館シンポジウム 「歴史館の果たすべき役割について」

鹿行地域における歴史館、郷土資料館等の役割と意義について理解を深めるためのシンポジウムを開催します。

### 【入場無料・申込不要(当日先着順)】

- ▶ **日時** 10月20日(日) 午後1時30分～4時45分
- ▶ **場所** レイクエコー(鹿行生涯学習センター) 大研修室
- ▶ **定員** 144名
- ▶ **主催** 鹿行地方文化研究会・鹿行文化財保護連絡協議会

【お問合せ】 鹿行地方文化研究会(五十嵐)  
☎080-5001-7193

## かしま灘楽習塾よりお知らせ

### 【あなたも講師に 市民講師募集】

生涯学習の場として活動を展開する当塾で、あなたの得意な分野を多くの方に教えてみませんか。

#### ▶説明会日時

10月11日(金)または12日(土)  
いずれも午後1時30分～

#### ▶説明会場所

鹿嶋市立中央公民館

#### ▶申込方法

事務局までお電話ください。

☎0299-85-2601

#### ▶申込期限

10月10日(木)



かしま灘楽習塾  
ホームページ

### 【公開講座

#### 「地唄三味線ってどんな楽器？」

講師による生演奏、地唄三味線の歴史や特徴に触れる講座です。

#### ▶日時 10月19日(土)

①午前10時～正午  
②午後2時～3時30分

#### ▶場所 鹿嶋市立中央公民館

#### ▶定員 各30名

#### ▶費用 一般 1,000円 学生以下500円 (塾運営費含む)

#### ▶講師 寺井結子 氏

(生田流箏曲宮城社 大師範)  
高橋将行 氏  
(かしま灘楽習塾講師)

#### ▶申込方法

☎090-6945-5244 (高橋)

または右記  
QRコードより



#### ▶申込期間

9月1日(日)～定員に達するまで

☎ かしま灘楽習塾事務局  
(鹿嶋市立中央公民館内)

☎0299-85-2601

(火～金曜日 午前9時～午後4時)

## 9月24日～30日は 結核・呼吸器感染症 予防週間です

結核は「昔の病気」のイメージがありますが、今でも1年間に1万人以上の方が国内で発症しています。定期的な健康診断等による早期発見が重要です。また、咳、微熱、体のだるさ等が2週間以上続く場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

#### ▶結核予防のために

健康的な生活が免疫力を高め、結核の予防につながります。

- ✓適度な運動
- ✓十分な睡眠
- ✓バランスの良い食事
- ✓タバコを吸わない
- ✓定期的な健診

☎ 茨城県潮来保健所 保健指導課  
☎66-2174

## 白十字看護専門学校 看護学生募集

#### ▶修業年限 3年(全日制)

#### ▶取得資格 看護師国家資格

#### ▶定員 一学年40名

#### ▶奨学金制度 有(3年間)

#### ▶試験期日

- ①推薦入試 10月19日(土)
- ②社会人入試 12月7日(土)
- ③一般第I期入試 令和7年1月18日(土)
- ④一般第II期入試 令和7年2月1日(土)

出願期間、試験科目等の詳細はホームページをご覧ください。



白十字看護専門学校  
ホームページ

☎ 白十字看護専門学校  
☎0299-92-3891

## 土地取引の後には届出を! 10月は土地月間です

10月は、土地に関する様々な普及啓発活動を行う「土地月間」です。

市内で一定面積以上の土地取引を行った場合、国土利用計画法に基づき、権利取得者(譲受人)は、市に届出を行う必要があります。

#### ▶届出の必要な面積

市街化区域 :2,000㎡以上  
市街化調整区域:5,000㎡以上

#### ▶届出の必要な取引

売買、交換、共有物持分の譲渡、一時金を伴う地上権、賃借権の設定または譲渡等

#### ▶届出期限

契約締結日を含めて2週間以内

詳細は市ホームページをご覧ください。



市ホームページ

☎ 企画政策課 企画政策グループ  
☎63-1111 内線213

## 鹿嶋ふるさとガイド 後期育成講座 受講生募集

鹿嶋ふるさとガイドは、鹿嶋市を訪れたお客様を「おもてなし」の精神でご案内する団体です。一緒に楽しく活動しませんか。

#### ▶日程

10月3日～12月19日の木曜日  
午前(全11回)

#### ▶内容

鹿嶋神宮、市内の名所、旧跡について学びます

#### ▶対象

受講後、鹿嶋ふるさとガイドに入会し、ボランティアとして活動できる20歳以上の方

#### ▶受講料 無料

#### ▶開講式 10月3日(木)午前10時～ 鹿嶋市役所

#### ▶申込方法 下記までお電話ください。

#### ▶申込期限 9月30日(月)

☎ 鹿嶋市観光協会 ☎0299-82-7730