ごか

2024
7月号
No.907
五霞町 広報
publicity GOKA

第2回いばらき玄関まつりフィナーレ

第2回いばらき玄関まつり
開催しました

今年は天候にも恵まれ、来場者は１万７千人と昨年に比べ多くの方が来場し、五霞町に大きな賑わいが訪れました。

日中はBINGO大会や飲食を楽しむ方の姿が目にとまり、日が暮れてからは優しい蛍の光が来場者の心を包み込みました。フィナーレには大迫力の花火が五霞町を大きく照らし、来場者のみなさんを魅了しました。

【いばらき玄関まつり】来場者にインタビュー！

Q何が楽しみですか？
Aビンゴが楽しみ！
友達と一緒に遊べるイベントが楽しい！
Qどんな五霞町になってほしいですか？
A買い物できるところがほしい！
交通事故ゼロのまちになってほしい！

五霞小学校のお友だち

出店者　田舎はちみつ あかぼっけ

Q玄関まつりへの参加理由を教えてください。
A五霞町でとれるはちみつの風味を知ってもらいたくて参加しました。
Qどんな五霞町になってほしいですか？
A今後はさらに視野を広くさまざまな新しい企画にも取り組んで、どんどん良くなっていってほしい。

他にもインタビューに参加してくださった方の動画はこちらからご覧になれます！！！

インタビューにご協力いただいたみなさん ありがとうございました！！！

ステージ・BINGO大会

実行委員さんにもインタビュー！

Q今年のテーマ・思いを教えてください。

A私のテーマは一言で言うと「やり切る」です。
商工会青年部長としてのプレッシャーもありましたが、最後までしっかりやり切りたいという思いが強かったです。

Q第１回目との違いはありますか。

A第１回目は実行委員として付いていく側でしたが、今回は部長として引っ張っていくという立場でした。色々と不安な面が大きかったですが、それを払拭するくらい若い部員が頑張ってくれたのでとても頼もしかったです。

Q第３回目以降はどのようなイベントにしたいですか。

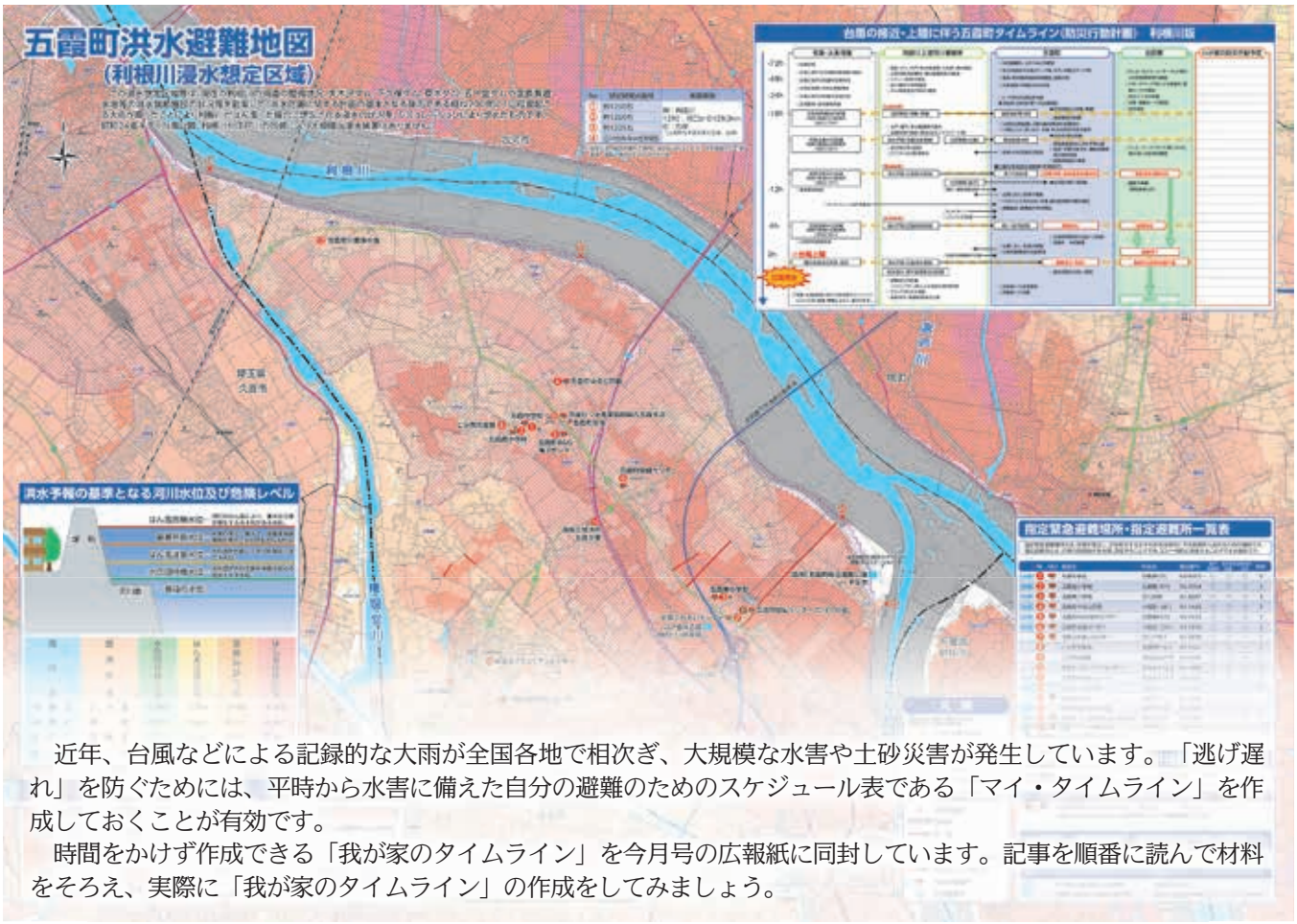
Aイベントの企画や運営に、積極的に参加する人が増えていってほしいと思います。玄関まつりに限らず、イベントの運営は大変なところもありますが、その反面、やり遂げたときの達成感や仲間との楽しい時間は掛け替えのないものです。

商工会青年部部長兼実行委員
久松伸一実行委員さん

水害が起こるかもしれない・・・・

そんな時

マイ・タイムラインが あなたと家族を守ります。



近年、台風などによる記録的な大雨が全国各地で相次ぎ、大規模な水害や土砂災害が発生しています。「逃げ遅れ」を防ぐためには、平時から水害に備えた自分の避難のためのスケジュール表である「マイ・タイムライン」を作成しておくことが有効です。

時間をかけず作成できる「我が家のタイムライン」を今月号の広報紙に同封しています。記事を順番に読んで材料をそろえ、実際に「我が家のタイムライン」の作成をしてみましょう。

我が家のマイ・タイムラインを作成しよう!!!

①ご家族の名前を記入しましょう

②水害が発生したときの避難先は?
家族内で共有しましょう!

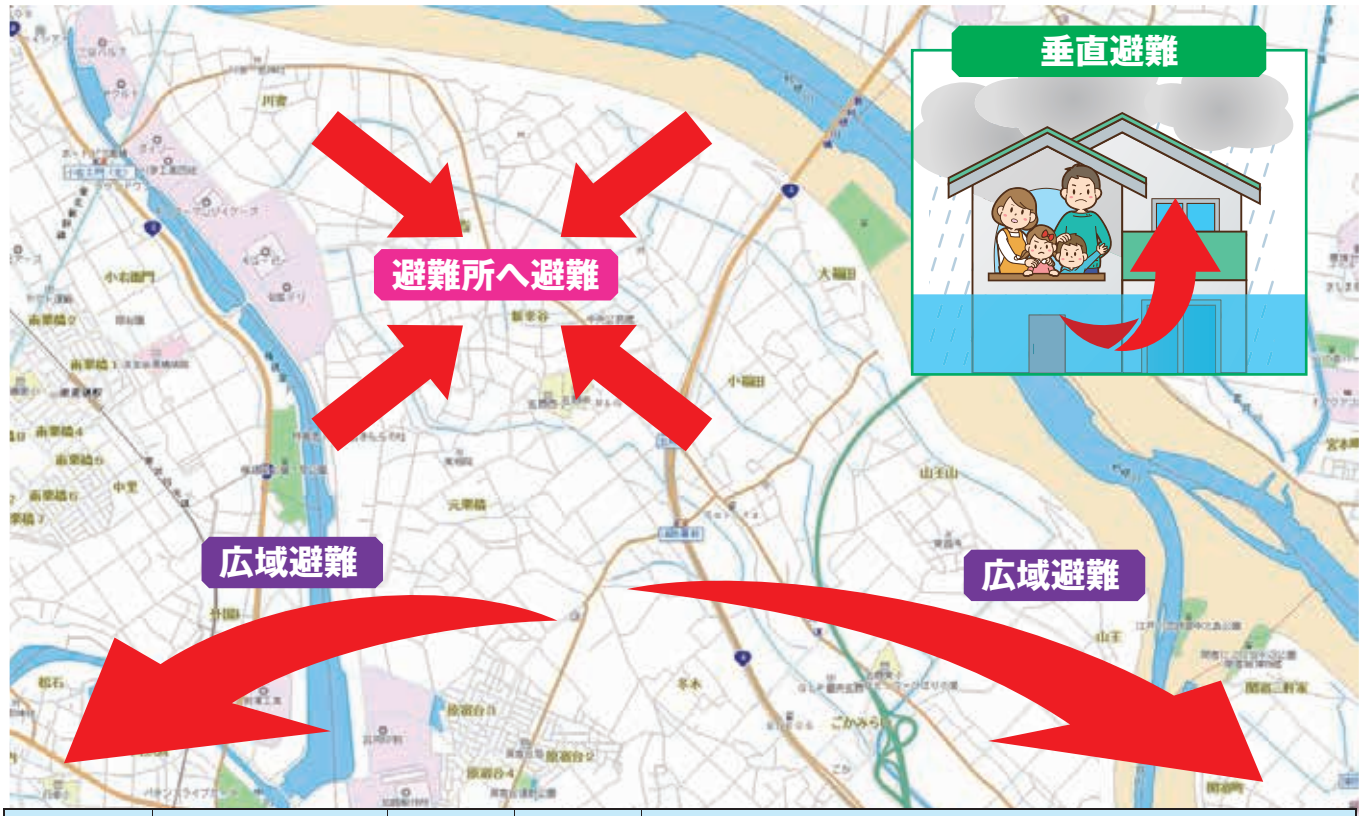
③避難先までの移動手段は?

④避難先までのおおよその移動時間は?

⑤避難するときに持って行くものを○で囲みましょう

⑥避難するタイミングを決めて○で囲みましょう

ご自身に合った避難先を選びましょう



優先順位	避難先	安全性	快適性	備考
1	広域避難	○	○	五霞町のほぼ全域が浸水エリアとなるので、被害が予測される時は被害がない地域（町外、県外）へ避難しましょう。
2	垂直避難	△	○	自宅の浸水深を確認し、2階以上の浸水を免れる部屋へ避難しましょう。
3	情報・防災ステーションごか	○	△	五霞町で唯一浸水しないエリア。一時避難所であるため、物資はありません。
4	避難所	△	△	全避難所が浸水エリアに位置する。備蓄物資に限りがあるため、快適度はやや低いです。

こんな時はここの避難所！

長期避難が想定される場合

- 五霞中学校
- 五霞小学校
- 旧五霞東小学校
- 中央公民館
- B&G海洋センター
- 保健センター
- 川妻浄水場

ペットを連れて避難所へ避難する方

- 中央公民館
- 情報・防災ステーションごか

※必ずケージに入れてください。

階段の昇降が不自由な方

- 五霞中学校
- 五霞小学校
- 中央公民館
- 保健センター
- 谷野ロジテム㈱

※エレベーターもしくは階段昇降機があります。レベル3（高齢者等避難）で開設します。

非常持ち出し品リスト（例）

非常持ち出し品は季節やその時の体調等によって変わってきます。定期的に見直しましょう。

マイナンバーカードを使うと避難所での入所手続きがスムーズになりますので、必ずマイナンバーカードを持参しましょう。

水食料	飲料水 水筒	1人1日3リットルが目安。2～3日は自力で生活することを考えましょう。
	食料品	缶づめ、ビスケット、チョコレート、インスタントラーメン、離乳食（赤ちゃんのいる家庭は、粉ミルクやほ乳びんなど）があります。
安心・安全	医薬品	持薬、消毒薬、傷薬、胃腸薬、脱脂綿、ばんそうこう、包帯など普段使用しているものを用意しましょう。
	貴重品	現金、預金通帳、印鑑など。電話用に10円玉も用意しましょう。
	ヘルメット等	落下物から頭を保護するものをすぐに取り出せる所に用意しましょう。
	手袋	ガレキの撤去や救助に、軍手など厚手のものを用意しましょう。
より良い生活環境のために	衣類	セーター、ジャンパー、下着など。雨具やタオルも用意しましょう。
	毛布	寝袋や、体温を逃さないサバイバルシートなども重宝します。
	ナイフ 缶切り	十徳ナイフなどの多機能ナイフが便利です。
あると便利	マッチ ライター	湿気やガス切れに注意。防水マッチなども市販されています。
	ろうそく	濡れないようにビニール袋に入れて保管しましょう。
	懐中電灯	夜間、すぐ手が届くところにも置いておきましょう。
	ラジオ	情報収集に欠かせない。懐中電灯と一体型のものもあります。
	乾電池	ラジオや懐中電灯に使用します。多めに準備しましょう。
	携帯 バッテリー	スマートフォン充電用のものです。

情報を入手しよう

事前準備（日頃からいざというときに備える）

マイ・タイムラインを作る

作成手順（県ホームページ）

作成支援動画

浸水深を調べる

浸水ナビ（国土交通省）

防災情報取得のための準備をする

町公式ホームページ

町メールマガジン

町公式SNS

町公式 LINE

ごかりんクラブアプリ

災害情報（大雨や台風が近づいたときに危険がないか調べる）

危険な地域を調べる

水害リスクライン

キキクル危険度分布（気象庁）

茨城県防災・危機管理ポータルサイト

河川の状態を調べる

川の防災情報（国土交通省）

避難情報（町が発令する緊急情報を調べる）

防災行政無線を確認する

町公式ホームページ
防災行政無線情報

☎（84）5010
☎（84）5011

町防災行政無線
テレフォンサービス

○お問い合わせ　生活安全課　防災G　☎（84）3618（直通）

国民健康保険税について

本年度の納税通知書の発送は7月12日㈮を予定しています。第1期の納期限は7月31日㈬です。納め忘れにご注意ください。

○税制改正に伴う変更があります

①税率の引き上げ

➡県の示す令和5年度標準保険料率に合わせ、所得割および均等割の税率が引き上げとなります。

②後期高齢者医療支援金分の賦課限度額（上限額）引き上げ

➡世帯主およびその世帯に属する被保険者について算定した所得割、均等割の合計額の上限が24万円に引き上げられます。(※国基準)

改正前

令和5年度	医療分	後期分	介護分
所得割	7.2%	2.2%	1.6%
均等割	29,000円	10,000円	10,000円
賦課限度額	650,000円	220,000円	170,000円

改正後　（参考）

令和6年度	医療分	後期分	介護分
所得割	**7.52%**	**3.08%**	**2.49%**
均等割	**41,800円**	**17,200円**	**17,900円**
賦課限度額	650,000円	**240,000円**	170,000円

○納税義務者は世帯主です

世帯主の方が国民健康保険以外の健康保険に加入している場合でも、世帯の中に国民健康保険の加入者が1人でもいれば、納税義務者（擬制世帯主）となります。

医療分、後期分および介護分を計算して合計したものが、世帯の1年間（４月から翌年３月まで）の国民健康保険税となります。年の途中で加入または脱退した場合は、その月数に応じて月割計算されます。

なお、医療分と後期分は加入者全員に、また、40歳から64歳までの加入者には介護分も含めて課税されます。

○加入・脱退には必ず届出を！

加入の届出が遅れると・・・

＊その間の医療費が全額自己負担

＊国民健康保険税についてはさかのぼって課税

➡職場の健康保険に加入した時など、国民健康保険を脱退する時も手続きが必要となります。

届出が遅れると・・・

＊本来支払う必要のない国民健康保険税が課税

➡加入している健康保険に異動があった場合は、14日以内に届出をお願いします。

〈届出の際に必要なもの〉

＊窓口に来る方の本人確認書類(免許証やマイナンバーカード等)

＊社会保険喪失証明書or退職証明書【加入の時】

＊新しく交付された保険証【脱退の時】

※別世帯の場合は委任状が必要となります！

国民健康保険税の納め方

	4月	5月	6月	7月	8月	9月
①普通徴収				●	●	●
②特別徴収	○		○		○	
	仮徴収					

	10月	11月	12月	1月	2月	3月
①普通徴収	●	●	●	●	●	
②特別徴収	◎		◎		◎	
	本徴収					

①普通徴収：現金または口座振替により納付（納期は８期）

②特別徴収：年金からの天引き

➡年金受給の際に、国民健康保険税を差し引きます。

※特別徴収対象者の要件

1. 世帯主が国民健康保険の被保険者
2. 世帯内の国民健康保険加入者が65歳以上74歳以下
3. 世帯主が年額18万円以上の年金を受給している
4. 世帯主に係る国民健康保険税と介護保険料の合算額が年金額の2分の1を超えていない

○こんな軽減措置があります！

＊低所得世帯に対する均等割額の軽減

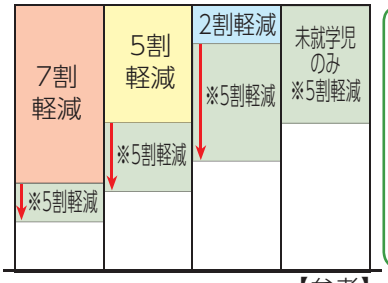
＊未就学児に係る均等割額の軽減

＊産前産後（一定期間）の軽減➡R6年1月より創設

国民健康保険税は、条件に応じて均等割または所得割が軽減措置の対象となる場合があります。

世帯被保険者のうち、税法上の被扶養者を除いて、町に前年中の所得情報の無い方(所得未申告者)がいる場合、国民健康保険税の正確な算定や軽減の判定ができませんので、ご注意ください。

また、未就学児については、均等割が５割軽減の対象となり、世帯の所得状況によっては、7割・5割・2割軽減後の均等割額がさらに５割軽減となります。



【参考】

※国民健康保険税の詳細については町公式ホームページを確認してください。➡

○お問い合わせ

町民税務課

【資　格】　町民G　☎(84)1965（直通）

【国民健康保険税】

税務G　☎(84)1966（直通）

国民健康保険に加入のみなさんへ

【8月1日から使える新しい保険証を送付します】

国民健康保険被保険者証（保険証）を7月中旬に特定記録郵便で、世帯主宛てに送付します。

送付には2週間程度時間がかかる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

なお、お手元に届かない場合は、町民税務課町民Gまでお問い合わせください。

現在お使いの保険証は、8月1日以降に破棄または返却してください。

●変更点

・有効期限

令和6年8月1日
～令和7年7月31日

●次に該当する方は、有効期限が異なります。

①70歳の誕生日を迎える方

・1日生まれ

誕生月以降の保険証は、誕生月の前月の月末までに送付します。

・2日以降生まれ

誕生月の翌月以降の保険証は、誕生月の月末までに送付します。

②75歳の誕生日を迎える方

誕生日以降の保険証については、誕生月の前月に「茨城県後期高齢者医療被保険者証」が交付されます。交付の際には、町から通知しますので、ご確認ください。

③国民健康保険税の滞納がある方

有効期限の短い保険証を発行します。

また、特別な理由がなく、1年以上保険税を滞納した場合には、保険証を返還していただき、医療費が全額自己負担となる「資格証明書」を交付する場合があります。

●70歳以上の方には、高齢受給者証との兼用証を送付します。

※①負担割合が記載されています。

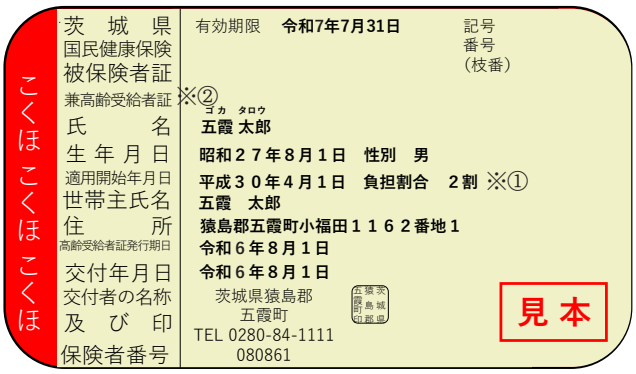
※②「兼高齢受給者証」の文字が明記されています。

【令和6年12月2日から紙の保険証は交付しません】

紙の保険証は令和6年12月2日に廃止され、廃止日以降は紙の保険証は交付されません。12月2日以降はマイナ保険証(保険証として利用登録されているマイナンバーカード)の提示が原則となります。マイナ保険証をお持ちでない人には、資格確認書を交付します。

○お問い合わせ

町民税務課　町民G
☎(84)1965（直通）



後期高齢者医療保険に加入のみなさんへ

【8月1日から使える新しい保険証を送付します】

茨城県後期高齢者医療保険被保険者証（保険証）を7月下旬に普通郵便で個人宛に送付します。

送付には1週間程度の時間がかかる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

なお、お手元に届かない場合は、町民税務課町民Gまでお問い合わせください。

現在お使いの保険証は、8月1日以降に破棄または返却してください。

○有効期限　令和7年7月31日

限度額適用・標準負担額減額認定証（減額認定証）を申請してください

令和6年度に住民税非課税世帯となった方は、町民税務課町民Gへ申請してください。医療機関の窓口に提示することで、負担が軽減されます。

すでに減額認定証をお持ちの方で、新年度も引き続き住民税非課税世帯の方は、手続き不要です。

○お問い合わせ

町民税務課　町民G
☎(84)1965（直通）

ごみ出しのルールの徹底を

〇お問い合わせ　生活安全課　くらし環境G　☎(84)3618

ごみ集積所は、それぞれの行政区に管理をお願いしていますが、分別等のルールが守られず、町に多くの相談が寄せられています。一人ひとりがごみ出しのルールを守ることで、集積所をきれいに保つことができます。

みなさんのご協力をお願いします。

〇ごみ出しに関する注意事項

・収集日の確認

ごみ出しをする際には、3月に配布しました「令和6年度ごみ収集カレンダー」を確認し、収集日を間違えないように気をつけてください。

・ごみの分別の徹底

ごみが混在していると収集できませんので、正しく分別してください。

・ごみ袋は中身が見えるように

45ℓ以下の透明のごみ袋に入れてください。

・収集日の当日午前8時までにごみ出しを

収集作業は、午前8時から開始されますので、それまでにごみ出しをしてください。

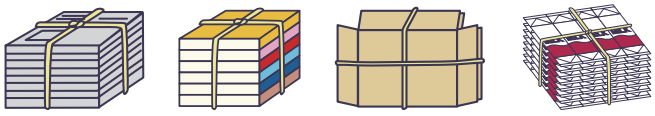
なお、ごみ出しの時間等については、各行政区、集積所のルールを定めている場合がありますので、ご確認ください。

あなたも勘違いしているかも!? 間違えやすいゴミの出し方

新聞紙や段ボールなど紙類

紙類の出し方

種類ごとに分けてひもで束ねて出してください。



新聞紙　雑誌　段ボール　牛乳パック

缶類と不燃ごみの区別

※缶類として出せないもの

次のものは、不燃ごみとして出してください。

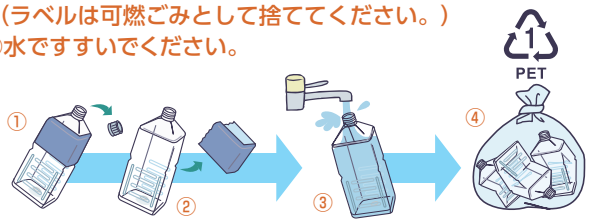
一斗缶　サラダオイルの缶　おかしの缶　粉ミルクの缶　さびた缶 汚れた缶

※ごみ収集カレンダーは町公式ホームページにも掲載しています。また、より細かな分別方法が記載された「ごみと資源の分別ガイド」を掲載しておりますので、分別がわからない時の参考にしてください。

ペットボトル

ペットボトルの出し方（無色透明なものに限る）

①キャップを外してください。
②ラベルをはがしてください。
（ラベルは可燃ごみとして捨ててください。）
③水ですすいでください。



※ペットボトルとして出せないもの

次のものは、可燃ごみとして出してください。

色付きのペットボトル　油性の物が入っていた容器　洗剤、シャンプーなどの容器

剪定した枝など

剪定枝

1本の太さが5㎝以下、長さが50㎝以下、束ねた直径が30㎝以下

※太さ5㎝以上15㎝以下、長さ50㎝以上2m以下については、毎月第4火曜日の可燃性粗大ごみとしてごみ集積所へ出してください。

五霞中学校

元気いっぱい！ ごかっ子情報

町内の小・中学校で行われた取組みや行事などを紹介します。
今月は、五霞中学校を紹介します。

体育祭　5月18日

悔しかった体育祭

1年　内田（うちだ）　茉希（まき）

私が体育祭で特に心に残ったことは、2つあります。

1つ目は、リレーです。学年全員リレーでは、3位で、とても悔しかったので、来年は絶対に1位を取りたいです。また、選抜リレーでは、私たちのチームは2位でした。あと少しで1位だったので、とても悔しかったです。どちらも悔しかったけれど、友達や先輩方とたくさん練習をしたバトンパスがうまくいって良かったです。

2つ目は、係活動を頑張ったことです。準備係として、競技で使う道具を準備するのが大変でしたが、練習から友達と協力してできて良かったです。

今年は悔しい思いをしたので、来年はリレーで1位を取って優勝したいです。

体育祭の思い出

2年　山下（やました）　陽菜乃（ひなの）

私は、中学校で初めて体育祭実行委員になりました。初めてで、上手くいかなかったことがたくさんありましたが、先生方や先輩方が優しく丁寧に教えてくださったり、他クラスの実行委員と協力しあったりしながら、練習を進めることができました。初めてみんなで練習した時、動きが合わず「当日までには完璧にできるのかな」と不安でした。でも、何度も練習を重ねるうちに、クラスの団結力や全体の動きがレベルアップしていき、当日は大成功させることができました。どの競技も全力で楽しめました。

来年も実行委員になって優勝も勝ち取り、最高の体育祭にしたいです。

中学校最後の体育祭

3年　青木（あおき）　芽生（めばえ）

私は体育祭を終えて、一番実感したことがあります。それは、クラスメイトはもちろん、全校生徒と助け合い、協力して絆を深めることができたということです。大変だったことも共に乗り越えることができました。体育の先生が私たちに問いかけていた「体育祭をやる意味」の私の答えは、「学校全体の絆を深めるためだ」と考えます。

また、体育祭の勝敗は得点で決まってしまいますが、私は、笑顔で楽しみ、全力で戦った人が勝ちだと思います。

先生方や保護者の皆さまに全力で戦う姿を見せることができて良かったです。中学校最後の体育祭、みんなが笑顔で終えることができて本当に良かったです。思い出に残る体育祭でした。

五霞町 Topics まちのわだい

5/24

シルバーリハビリ体操指導士に感謝状が贈呈されました

茨城県庁において、長きに渡りシルバーリハビリ体操指導士として、地域住民の健康づくりや介護予防の推進に貢献された方々に対して、謝意を表し、茨城県知事から感謝状が贈呈されました。

シルバーリハビリ体操の更なる普及に向け、指導士会のみなさんには、引き続き活発に活動し、町民の健康増進に寄与していただきたいと思います。

5/7

染谷森雄さんが旭日小綬章を受章されました

長きに渡り町政発展に努めた功績が認められ、前五霞町長の染谷森雄さんが旭日小綬章を受章されました。茨城県知事から勲章が伝達され、14日に皇居で天皇陛下への拝謁が行われました。

染谷さんは、平成７年４月、五霞村議会議員に当選し、以来平成19年４月までの長きに渡り在職し、特に平成15年５月から平成17年５月までの間は、五霞町議会議長として議会の円滑な運営に尽力されました。

その後、平成19年５月から令和５年４月までの間、五霞町長として町政の発展に尽力されました。この間、茨城県町村会長を平成29年11月から令和５年４月までの５年５か月に渡り歴任し、町内はもとより茨城県全体の発展に多大な貢献を果たしました。

今後とも、染谷さんの更なるご活躍を期待いたします。

5/26

環境美化運動が実施されました

行政区主催による環境美化運動が町内全域において実施されました。

当日は、午前８時から約1,400人が参加して、道路などに捨てられた空き缶・空きビンなどを拾い、合計で約1,730kgのごみを回収しました。

いつでもきれいな町を目指し、普段から環境美化に努めましょう。

5/11

ナガミヒナゲシの除去作業を実施しました

原宿台地区の香取神社境内で、地域のみなさんがボランティア活動としてナガミヒナゲシの除去作業を実施しました。数日にわたり多くの方が参加してきれいにしていただきました。

ナガミヒナゲシはポピーと似たオレンジ色の花ですが、外来植物で繁殖力が強いことから生態系に影響を与える植物とされています。また駆除する際には、素手で触るとかぶれる恐れがあります。十分に注意してください。

5|28

左側：㈱H2スマートテックジャパン 細田代表取締役

㈱H2スマートテックジャパンと包括連携協定を締結しました

五霞町と㈱H2スマートテックジャパンで包括連携協定を締結しました。「ラジコン」「水素」のノウハウを持つ同社と多岐にわたる分野に連携して取り組むことで、賑わいの創出を図り、また、次世代エネルギーの可能性を追求し、持続可能なまちづくりを進めていくことを目的としています。

具体的な連携事項について▶

5|26

ごかライオンズクラブが清掃活動

環境美化運動終了後にごかライオンズクラブのみなさんで集まり、新４号国道側道周辺の清掃活動が行われました。

当日は側道に捨てられたごみやペットボトルなどが回収されました。

道路がきれいになり、利用される方が気持ちよく走行できるようになりました。

5|31～6|2

五霞町さつき展示会が開催されました

道の駅ごかの道路情報館前において、町文化協会加盟団体である五霞町さつき会主催の「第十六回五霞町さつき展示会」が開催されました。

５月31日から６月２日までの３日間、町内および近隣市町の愛好家のみなさんが丹精込めて育てたさつきが数多く出展されました。色とりどりの花を咲かせた見事なさつきを、多くの来場者が鑑賞しました。

5|27

ひまわり畑５年目始動！

小手指地内において、今年も「ひまわり畑」の準備がスタートしました。地元ボランティアの葵会のみなさんが中心となり、ひまわりの舎のみなさんとともに種まきを行いました。約２か月をかけて手入れをし、７月下旬から８月上旬にかけて見頃を迎える予定です。今年の夏も満開のひまわりを咲かせられるよう、温かく見守ってください。

児童館 こどものひろば

GOKA_JIDOUKAN
インスタグラム
はじめました

南児童館　☎(84)3456

7月の行事予定

- 星に願いを！　3日(水)
- にこにこ広場・避難訓練　12日(金)
- わくわく工作　18日(木)
- 夏のお楽しみ会　30日(火)

西児童館　☎(84)2321

7月の行事予定

- 七夕３days!　3日(水)～5日(金)
- ちびっこ広場・HAPPYママ'sCAFÉ　5日(金)
- みんなで遊ぼう！　8日(月)
- ぴよぴよ広場・避難訓練　16日(火)
- HAPPYママ'sCAFÉ　17日(水)
- 夏のお楽しみ会　25日(木)

～南児童館「お気に入りできたよ！」～

5月の晴天の日、光の宝石箱作りを行いました。

牛乳パックで作った星型にアルミホイルをクルクル巻いて入れていきます。これは光の模様になります。中には音の出る宝石箱を作ろうと丸めたアルミホイルを入れているお友だちもいました。

カラーセロハン貼りでは「どんな色が部屋にあうかな？」など自分のお気に入りを作るために色々と考えている姿がかわいらしかったです。

完成した宝石箱を空に向けると、キラキラ輝く作品にみんな満足顔！上手にできてよかったね。

～西児童館「縁日ごっこ」～

7月になり暑い夏がやってきましたね。西児童館のちびっこ広場では、幼児向けの縁日ごっこをして夏気分を味わっています。

昨年はヨーヨー釣りや紐くじなどに挑戦！子どもたちは目をきらきらさせながら夢中になっていました。今年はどんな縁日ごっこにしようかな？お楽しみに！

季節を感じながら、ママやお友だちといろいろな経験ができるちびっこ広場。町内外問わず、少しずつ利用も増えています。いつでも見学に来てくださいね。

もしものときの小児医療情報

◆小児医療輪番制

小児輪番病院は、入院治療を必要とする子どもの救急医療を行っています。受診される際は、必ず、事前に医療機関へ電話で相談してください。

Please call the following contact in advance
when you want to have a consultation to the doctor.

輪番日
月～土曜日：午後６時～午後11時
日・祝：午前９時～午後４時　※第３日曜日：休診日

日	月	火	水	木	金	土
	7/1 西	2 西	3 西	4 西	5 赤	6 西
7 友	8 西	9 古	10 西	11 西	12 赤	13 西
14 赤	15 西	16 古	17 西	18 西	19 赤	20 西
21 古	22 西	23 古	24 西	25 西	26 赤	27 西
28 友	29 西	30 西	31 西			

西：茨城西南医療センター病院（境町）　☎(87)8111
赤：古河赤十字病院（古河市）　☎(23)7111
友：友愛記念病院（古河市）　☎(97)3000
古：古河総合病院（古河市）　☎(47)1010

※輪番の実施時間外の外来については、筑波メディカルセンター病院☎029(851)3511で小児救急医療を対応しています。

小児二次救急輪番についての詳細は、ホームページをご覧ください。

◆茨城県救急医療情報システム

「小児輪番検索」から、休日や夜間の子どもの急病時に対応している医療機関を検索できます。

◆茨城子ども救急電話相談

受付時間：24時間365日
短縮ダイヤル：☎#8000
または☎050(5445)2856

ごかのお知らせ

No.586

役場の代表電話は☎(84)1111です

おしらせ

国民健康保険税を滞納すると短期被保険者証等へ切り替えになります

国民健康保険税を滞納している被保険者に対し、通常の被保険者証に代えて「短期被保険者証」や「被保険者資格証明書」の交付が義務付けられています。

短期被保険者証への切り替えは、6月の時点で保険税を滞納している世帯へ「短期被保険者証への切替予告通知」を発送し、指定期日までに納付、相談等が無い場合、切り替えを8月1日に行います。

※短期被保険者証とは
通常の被保険者証より有効期間が短く、町との誓約等に基づいた定期的な更新(納税)が必要となります。

※被保険者資格証明書とは
国民健康保険に加入している事のみを証明するものです。医療機関で受診をした際、かかった医療費の10割を負担いただき、後日、領収証を役場窓口に持参し、療養費支給申請をしてください。7割分の償還払いが受けられます。

(町からのお願い)
国民健康保険は、加入者全員の相互扶助で成り立っている医療保険制度です。その財源となる国民健康保険税の収納確保は、制度を維持していくうえで、また加入者間の公平を図るうえで重要なことです。何卒、制度をご理解いただき、期限内納付にご協力ください。

○お問い合わせ
町民税務課　税務G
☎(84)1966(直通)

個人住民税の特別徴収(給与天引き)にご協力ください

個人住民税の特別徴収とは、事業主(給与支払者)が所得税の源泉徴収と同じように、従業員に代わり、毎月従業員に支払う給与から個人住民税を差し引き(給与天引き)、納入していただく制度です。

地方税法等の規定により、所得税を源泉徴収する義務のある事業主に実施が義務づけられており、茨城県と県内すべての市町村では、平成27年度から一斉に原則特別徴収により納めることになっています。

特別徴収の場合は、従業員が金融機関に出向く手間が省けるなど、納税者の利便向上につながります。事業主のみなさんには、ご理解ご協力をお願いします。

○お問い合わせ
町民税務課　税務G
☎(84)1966(直通)

後期高齢者医療保険料を発送します

後期高齢者医療保険料額決定通知書の発送は7月12日㈮を予定しています。保険料率は茨城県内一律となっており、医療費の増加等を反映し2年ごとに見直されます。

令和6年度・令和7年度の保険料率・均等割額は次のとおりです。

区分	令和4・5年度	令和6年度		令和7年度 ※所得割率は賦課のもととなる金額によらず、統一されます。
		賦課のもととなる金額が58万円以下の方	賦課のもととなる金額が58万円超の方	
均等割額	46,000円	47,500円 (+1,500円)		47,500円
所得割率	8.50%	9.00% (+0.50%)	9.66% (+1.16%)	9.66%

※賦課のもととなる金額とは、総所得金額から基礎控除額を差し引いた金額です。
賦課限度額は令和5年度の66万円から令和6年度は73万円(令和6年度に新たに75歳に到達する方は80万円)、令和7年度は80万円となります。

○令和6年度の均等割額の軽減について
世帯の所得水準にあわせて、次のとおり均等割額が軽減されます。

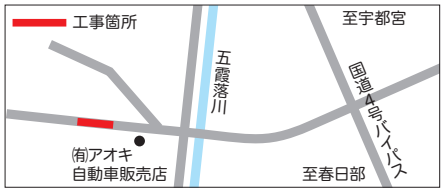
世帯(被保険者と世帯主)の総所得金額等の合算額が次の場合	軽減割合
①43万円+「10万円×(給与所得者等の数−1)」以下の世帯	7割
②43万円+「10万円×(給与所得者等の数−1)」+「29万5千円×世帯の被保険者数」以下の世帯	5割
③43万円+「10万円×(給与所得者等の数−1)」+「54万5千円×世帯の被保険者数」以下の世帯	2割

○お問い合わせ
町民税務課　税務G
☎(84)1966(直通)

道路工事を実施します

町道の修繕工事を次のとおり実施します。工事期間中は通行止め等で大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をよろしくお願いします。

①町道8号線
道路修繕工事
○工事期間
8月上旬まで
○工事箇所
幸主地内
○施工業者
小沢道路㈱



②町道9号線
道路修繕工事
○工事期間
8月上旬まで
○工事箇所
小手指地内
○施工業者
㈱阪東組

○お問い合わせ
都市建設課　建設・地籍G
☎(84)3347（直通）

休耕農地の管理は適正に

夏季は雑草が繁茂しやすい季節です。雑草が繁茂すると、次のようなことが想定されます。

・病害虫が発生し、近隣農地の営農に支障をきたすおそれ
・道路や歩道に雑草が伸び、歩行者等の安全確保に支障をきたすおそれ
・伸びた雑草により周囲の視界が遮られ、ゴミや産業廃棄物等の不法投棄を誘発するおそれ

地域の農地を保全するために草刈りを行うなど、農地の適正な管理をお願いします。

○お問い合わせ
産業課　農業委員会G
☎(84)2582（直通）

赤十字活動への支援のお願い

日本赤十字社は、災害救護活動をはじめ、人の命と健康を守るためのさまざまな活動を行っています。能登半島地震においては、発災当初から医療救護班の派遣、救護物資の配布等に取り組みました。それら活動の財源は、みなさんから寄せられる寄附（活動資金）で賄われています。

町では、赤十字活動に賛同し、ご支援いただける方を募集しています。

○寄附額　一口500円
個人でのご協力の場合は受領証をお渡しします。

○お問い合わせ
健康福祉課　社会福祉G
☎(84)0006（直通）

今年度金婚（結婚50年）を迎える方へ

今年度結婚50年を迎えるご夫婦に記念品をお配りし、お祝いします。該当される方はお申し込みください。

○対象者
今年度金婚（結婚50年）を迎える町内在住のご夫婦
※昭和49年4月1日から昭和50年3月31日までに婚姻届出をしたご夫婦

○お申し込み期間
8月16日㈮まで

○お申し込み方法
戸籍謄本（婚姻日確認のため）をご持参のうえ、健康福祉課⑦番窓口でお申し込みください。

○お問い合わせ
健康福祉課　高齢者支援G
☎(84)0006（直通）

旧五霞東小学校の備品無償譲渡会を開催します

旧五霞東小学校校舎内には、普通教室用の机や椅子、特別教室で使用していた机や角椅子、丸椅子などの備品があります。

教育委員会ではこれらの備品の有効活用を目的に「備品無償譲渡会」を開催します。なお、備品無償譲渡は先着順になります。

○開催日
7月26日㈮～28日㈰
午前9時～午前11時30分
午後1時30分～午後4時

○会場
五霞町江川200番地
旧五霞東小学校

○対象
五霞町に住所または事業所がある方

○譲渡備品
譲渡備品は、キズや汚れ、破損等の物もありますので、あらかじめご了承願います。

○譲渡条件（注意事項）
①譲渡したものは、当日中にお持ち帰りください。（取り置きはできません）
②上履き（サンダル以外）をお持ちください。
③搬出にかかる作業およびそれに伴う費用については、すべて個人負担となります。また、搬出中の事故について、町では責任を負いませんので、十分に注意して作業を行ってください。
④さび・キズ・動作不能による返品はお断りいたします。また、受け取り後に発生した故障や破損等により生じた損害について、町は一切の責任を負いません。
⑤大きい物品をお持ち帰りいただく場合には、大きさを想定してお持ち帰りのできる車両でお越しください。また、台車やひも等持ち出しに必要となる道具等はご自身で準備してください。
⑥校舎内は物が散乱している箇所があります。服装は、長袖・長ズボン・手袋を着用していただきケガにご注意ください。
⑦安全確保のため未就学児の入場はお断りします。
⑧インターネットにおけるショッピングサイト、オークションサイト、フリマアプリでの無償譲渡備品の転売はご遠慮ください。

○お問い合わせ
教育委員会　学校教育G
☎(84)1462（直通）

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。

口座振替のお申し込みは、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お手続きができます。

（ゆうちょ銀行は除く）

なお、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お問い合わせください。

○お問い合わせ
筑西県税事務所
総務課管理担当
☎0296(24)9184

相談

消費生活相談

現在、消費生活相談窓口を境町と共同開催しています。お互いの相談窓口が利用可能となり、対面で相談できる回数が増えます。

専門の相談員が、町民のみなさんの消費生活に関する問題やトラブルなどの相談に応じ、解決に向けたお手伝いをします。

相談は無料で、事前の予約は必要ありません。秘密は厳守しますので、ご活用ください。

○日時・場所（五霞町）
7月4日㈭・18日㈭
午前9時～午後4時30分
（正午～午後1時を除く）
役場1階　小会議室

○日時・場所（境町）
毎週火・水曜日
（祝日、年末年始は除く）
午前9時～午後4時30分
（正午～午後1時を除く）
境町社会福祉協議会

○お問い合わせ
生活安全課　くらし環境G
☎(84)3618（直通）

こども・おとなふくし心配ごと相談

障害やひきこもり、お子さんの発達に関することの他、生活や仕事等、専門の相談員へ気軽に話ができる場として、毎月第2火曜日に開催しています。

開催場所に来ることが難しい場合は、電話相談や自宅への訪問も可能です。希望される方は、お気軽にお問い合わせください。ぜひ、身近な相談窓口のひとつとしてご活用ください。

○日時　7月9日㈫
午後2時30分～午後4時

○場所　役場1階　小会議室

○お問い合わせ
健康福祉課　社会福祉G
☎(84)0006（直通）

募集

おやこの食育教室参加者募集

親子で料理をつくり、楽しいひとときを過ごしませんか？

○日時　7月27日㈯
午前10時～午後1時

○対象者
小学生と保護者（先着8組）

○参加費　1人100円

○場所　保健センター

○お申し込み期限
7月22日㈪まで

○お申し込み・お問い合わせ
食生活改善推進会事務局
健康福祉課内
☎(84)0006（直通）

介護予防教室調理実習　参加者募集

フレイルと夏バテを予防する食事を一緒に作ってみませんか。

フレイルとは、加齢に伴い心身の機能が低下した状態で、健康と要介護状態の中間の段階をいいます。

夏野菜を使って、体力も筋力も落とさない食べやすい食事をテーマに調理実習を行います。

○日時　7月18日㈭
午前10時受付

○場所　保健センター調理室

○対象　町内在住の65歳以上の方

○定員　15名
※定員を超えた場合は、初めて参加する方を優先します。

○締め切り　7月5日㈮

○参加費　300円

○お申し込み・お問い合わせ
地域包括支援センター
☎(84)0765（直通）

五霞町総合計画審議会委員を募集します

町では、現行の「第6次五霞町総合計画第1期基本計画」が令和6年度で終了することから、令和7年度から令和11年度までの第Ⅱ期基本計画の策定に取り組みます。

総合計画とは、〝町民と行政が協働で進める将来のまちづくり〟の指針となる町の最上位の計画です。

審議会委員は、計画策定に関する町長からの諮問に対し、町議会議員・学識経験者および住民の中から町長が任命した委員とともに審議に参加し、答申を行う非常勤特別職の職員です。

○募集人数　2名

○任期
令和6年8月～令和7年3月まで

○会議開催回数　4回程度

○報酬等　1回　3,200円

○応募資格
・町内に住所を有する満18歳以上の方（ただし、高校生を除く。）
・原則として平日の昼間に開催する会議に出席できる方
・町で設置した協議会、審議会など他の附属機関の委員でない方

○応募方法
町公式ホームページより、「応募申込書」を取得し、必要事項を記載し、郵送、Eメールまたは持参にてお申し込みください。
詳細は、町公式ホームページをご確認ください。

○お問い合わせ
まちづくり戦略課　政策G
☎(84)1111（内線212）

本を読もう！図書室へ行こう！

◯中央公民館図書室
［火曜日～金曜日］午前９時～午後８時
［土・日曜日・祝祭日］午前９時～午後５時
月曜日休館（祝日の場合、翌日休館）

だっこだっこらっこ

ねこしおり／文　植垣歩子／絵
［アリス館］

「だっこー！」大きな声でさけんだら、やってきたのは、らっこ？
「だっこだっこ、だこだこだこだこ」今度やってきたのは……なんとたこ？
「だっこ」と言うたびに、別のものがやって来て……。言葉遊びのだっこの絵本。

殺める女神の島

秋吉理香子／著
［KADOKAWA］

孤島に集められた７人のミスコン最終候補者。以後２週間、互いを高め合いながら最終審査の準備を行う。
だが主催者が瀕死で見つかり、やがて次々と殺人が。参加者の?も明らかになっていき…。

バナナにげる

よねやまゆうた／文　いそがいこういちろう／絵［ニコモ］

チョコバナナになりたいもぎたてバナナたち。だけど、みんなまざってバナナジュースになれと言われ…。
バナナジュースになるという運命に立ち向かうため、散り散りになって逃げていくバナナたちの物語。

◯お問い合わせ　教育委員会　生涯学習G　☎(84)1460(直通)

地域おこし協力隊活動報告 No.2

はじめまして！　地域おこし協力隊のさらちゃんこと皿谷（さらや）です。
五霞町に移住して、はや3か月が過ぎようとしていますが、みなさん人柄も良く、優しい方が多く、とても住みやすい町です。まさに住めば都(自分の中では天国です)とはこのことです。
さて、みなさんが気になるのは「この男は誰なのか？」そう言われてもおかしくないので簡単に私の自己紹介をしますと、元警察官で見た目とは裏腹に22歳ということです。冗談や嘘ではありません。れっきとした事実なのです。
みなさんが気になるのは元警察官ではないでしょうか？なぜそんな道を捨てても地域おこし協力隊を目指したかというと、まちづくりの常識を若さとアイデア力で変えたいという思いからです(皿ちゃんって変人なの？というみなさんの声が耳の中でこだましています)。

五霞町を調べたときに、こんなにも観光には充分な場所があるではないかと思いました(宿泊施設等々は除いて、、、)。そこを持ち前の明るさと若さとアイデア力で日本だけでなく世界にごか(GOKA)を広めようと日々活動をしています。
5月25日に商工会主催の「第2回いばらき玄関まつり」に微力ながらスタッフとして参加させていただきました。
蛍を関東で見られるとは思いませんでしたし、花火の迫力にとても感動したとともに、五霞町の思いも感じられました。
今後もさまざまな活動をして参りますので、ぜひ応援してくださると嬉しいです。
また、みなさんとさまざまな場面で関われるよう頑張ります!
ぜひ、町内で見かけた際は気軽に「皿ちゃん」とお声がけください！！

食改さんによる

健康レシピ Vol.24

レンジで簡単！夏野菜ラタトゥイユ

材料【4人分】

なす	2本
ズッキーニ	1本
かぼちゃ	150g
たまねぎ	1/4個
トマト（小）	2個
オリーブ油	大さじ2
塩	小さじ1/2
こしょう	少々
おろしにんにく	小さじ1/4

作り方

①材料を切る。
- なす、ズッキーニ、かぼちゃ、たまねぎ：2cm角に切る。
  ※なすは切ってすぐに調味料類と混ぜておく。
- トマト：ざく切りにする。

②調味料を大きめの耐熱容器に入れ、混ぜ合わせる。
切ったなすを入れ、混ぜておく。

③②に切った野菜をすべて入れる。よく混ぜ、ふんわりラップをかけて電子レンジで10分加熱する。一度取り出して、全体を混ぜ、ラップをかけずにさらに7分加熱する。

④全体を混ぜて粗熱をとる。

栄養価（1人分）	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分相当量
	122kcal	2.3ｇ	6.2g	15.2g	0.7g

ポイント 夏野菜をたっぷりと使って夏バテ予防に最適です。電子レンジで調理ができるので、台所が暑くなりません。材料は、同じくらいの大きさにそろえて切ると加熱ムラができにくく、おいしく仕上がります。

いよいよ今月、パリでオリンピックが開催されます。フランスの料理のラタトゥイユを食べて応援しましょう！

あなたの健康づくりを応援!!

The 健康応援隊

夏の暑さを乗り切るヒント

梅雨が明けると、いよいよ夏本番です。夏になると、「体がだるい」「食欲がない」「疲れやすい」など、体調不良をうったえる方が増えます。

私たちの体は、暑いと感じると、汗をかいて熱を放散し、体温を一定に保っています。これは、自律神経の働きによるものです。しかし、暑さの厳しい屋外と冷房の効いた屋内の温度差を繰り返し感じることで、自律神経の働きが乱れてしまいます。自律神経の働きの乱れは、体のさまざまな機能に影響をおよぼすため、胃腸の疲れや食欲不振、倦怠感などの「夏バテ」の症状が出てきます。また、汗をかくことによる水分・ミネラルの不足、寝苦しさによる睡眠不足も夏バテの原因になります。

【夏バテ予防のために】

①1日3食規則正しく食べる

規則正しい食事で生活リズムを保ち、睡眠をしっかりとり、疲れを残さないことが大切です。栄養のバランスにも気をつけて食事ができるとさらに効果的です。

②冷たいものは適度に、冷房の効かせすぎにも注意する

冷たい飲み物・食べ物をとる、冷房により体を冷やすことは、胃腸の働きを弱め、食欲低下につながります。温かいスープや飲み物を飲む、ひざかけや羽織るものを活用し、体が冷えすぎないようにしましょう。また、ぬるめのお風呂にゆっくり浸かることもおすすめです。体を温めることで自律神経が整います。

③夏野菜を食べる

旬の夏野菜には、夏バテ予防に役立つ、ビタミン・ミネラル・水分がたっぷり含まれています。

【食欲不振・疲れを感じたら】

①ビタミンB1を含む食事をする

ビタミンB1は、豚肉・レバー・うなぎ・玄米・大豆製品などに多く含まれ、疲労回復に効果があります。また、ねぎやにんにくと一緒に食べると体への吸収率が上がります。

②香辛料や酸味を効かせて食欲アップ

カレー粉やわさびなどの香辛料、しそやミョウガなどの香味野菜、レモンなどの柑橘類や酢は、食欲増進に役立ちます。

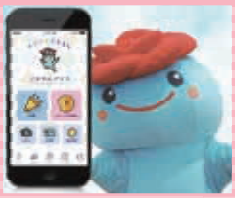
健康福祉課（管理栄養士）

2024年 7月 お知らせカレンダー

五霞町公式SNS 更新しています。

日	月	火	水	木	金	土
	1 乳幼児健康相談 (保健センター) 道の駅ごか定休日 可燃ごみ	2 缶　類	3 星に願いを! (南児童館) 七夕3days! (西児童館) 可燃ごみ	4 七夕3days! (西児童館) 消費生活相談 (役場1階小会議室) びん類・ペットボトル	5 【予約制】 特定健診・がん検診 (保健センター) 七夕3days! ちびっこ広場 HAPPY ママ's CAFÉ (西児童館) 可燃ごみ	6 【予約制】 特定健診・がん検診 (保健センター)
7 【予約制】 特定健診・がん検診 (保健センター)	8 みんなで遊ぼう! (西児童館) 可燃ごみ	9 ヨガ教室 (ふれあいセンター) こども・おとなふくし 心配ごと相談 (役場1階小会議室) 紙　類	10 可燃ごみ	11 生花教室 (ふれあいセンター) 不燃性粗大ごみ	12 にこにこ広場 避難訓練 (南児童館) 可燃ごみ	13
14	15 海の日 可燃ごみ	16 ぴよぴよ広場 避難訓練 (西児童館) 道の駅ごか定休日 缶　類	17 HAPPY ママ's CAFÉ (西児童館) 可燃ごみ	18 わくわく工作 (南児童館) 消費生活相談 (役場1階小会議室) びん類・ペットボトル	19 3～4か月児・ 1歳6か月児 5歳児健診 (保健センター) 可燃ごみ	20
21	22 可燃ごみ	23 ヨガ教室 (ふれあいセンター) 可燃性粗大ごみ	24 可燃ごみ	25 【予約制】 すくすく相談 (保健センター) 夏のお楽しみ会 (西児童館) 生花教室 (ふれあいセンター) 不燃ごみ	26 可燃ごみ	27 【予約制】 おやこの食育教室 (保健センター)
28	29 可燃ごみ	30 夏のお楽しみ会 (南児童館) 缶　類	31 よちよち相談 (保健センター) 可燃ごみ			

ごかりんクラブのダウンロードは町公式ホームページから



アプリの特典情報なども発信していきます。

7月の納税

▶納期限… 7月31日㈬まで

町県民税	随時	税務G	☎(84)1966
固定資産税	2期	税務G	☎(84)1966
国民健康保険税	1期	税務G	☎(84)1966
後期高齢者医療保険料	1期	税務G	☎(84)1966
介護保険料	1期	高齢者支援G	☎(84)0006

町公式ホームページ

人口と世帯 6月1日現在 住民基本台帳から

総人口 8,018人(375人) 男 4,115人(240人) 世帯数 3,456世帯(281世帯)

前月比 -1人(+13人) 女 3,903人(135人) ( )内は外国人登録で内数

ご意見・ご要望をお待ちしています。 まちづくり戦略課広報担当☎(84)1111(内線214) ✉kikaku@town.goka.lg.jp