

安全で安心なまちづくりに関する協定を締結しました

小美玉市、株式会社セイミヤ、茨城県石岡警察署の三者は、3月17日（火）に「安全で安心なまちづくりに関する協定」の締結式を行いました。

今回の協定により、子どもや高齢者、障がい者の見守りをはじめ、防犯や交通安全など、地域住民の安全・安心に係る活動について、株式会社セイミヤが運営する「とくし丸」の営業のなかで情報共有と連携を図る協力体制を構築してまいります。



移動スーパー「とくし丸」



左から株式会社セイミヤ加藤代表取締役社長、島田市長、角田石岡警察署長

常陽銀行美野里支店が 新入児童へ防犯ブザーを寄贈



子どもたちの防犯のため役立ってます

新ひたち野農業協同組合が 新入児童へ交通安全帽子を寄贈



子どもたちが安全に通学できるよう役立ってます

広報おみたま 4月号に掲載した「わだい」の記事に、お名前の誤りがありました。

◆ P15 (正) 磯部 斗真さん (誤) 磯部 斗間さん お詫びして訂正いたします。 教育委員会 指導室

アミ戸張替え 2%割引セール

税別価格表示



畳表替

3,500円~

アミ戸張替

大サイズ
2,000円

障子張替

厚口紙 大サイズ
2,300円

襖貼替

2,500円~

感染対策
行っています

相川畳店

☎0299(26)0669
石岡市旭台 1-15-1

お庭の外構工事はお任せください！

- 駐車場コンクリート舗装
- フェンス・境界ブロック
- 雑草対策(砕石敷き・レンガ敷き)
- 天然芝・人口芝
- カーポート・テラス屋根
- ウッドデッキ

お気軽にご相談ください
お見積り無料

外構工事専門店
伊勢山 エクステリア
石岡市東成井 911

伊勢山 エクステリア



☎ 090-5410-0304

(株) 沼田機業が 幼児教育振興に 200 万円を寄贈



幼児教育振興のため大切に使います

ボランティア有志のみなさんが 手作り布マスク 500 枚を寄贈



ボランティア 24 名を代表して来庁したみなさん。
マスクは必要としている施設に届けます

新広域ごみ処理施設の愛称は 「霞台クリーンセンターみらい」に決まりました！

愛称募集を昨年末に行ったところ 200 点以上の応募が集まりました。多くの作品のご応募をいただきありがとうございました。今後も地域に寄り添い親しみを持てる施設となるよう事業推進に努めていきます。

【愛称の由来】

地域のごみ処理を担っていく素敵な施設になってほしいとの思いから、構成市町である小美玉市の「み」、かすみがうら市の「ら」、石岡市・茨城町の「い」を取り、「みらい」と名付けられました。

【霞台クリーンセンターみらいとは】

- ・石岡市、小美玉市、かすみがうら市、茨城町のごみ・資源物を処理する新広域ごみ処理施設
- ・小美玉市高崎地区に建設中
- ・令和 3 年 4 月から 4 市町のごみ処理を開始予定



命名者の加納雅忠さん：前段右端
(かすみがうら市在住)

問い合わせ

霞台厚生施設組合 建設計画課 ☎：0299-56-7773
小美玉市役所 環境課 ☎：0299-48-1111(内線 1145)

フォルム株式会社

◆本社

〒233-0066
横浜市港北区高田西 1-1-47
☎ 045-591-6001

◆茨城工場

〒311-3416
小美玉市与沢 1556-2
☎ 0299-54-0131

70回目のありがとうを乗せて

70th
Anniversary

フォルム 自動車部品 検索

畳・襖・障子貼替え受付中

住宅のお困り事も何でもご相談ください！

トイレ・浴室・キッチン・洗面台等の水廻り

外壁塗装・屋根・増改築・手摺取付

・壁紙・カーテン・畳 建具などなど

見積無料

お電話ください

創業 160 余年の信用と実績

☎ 0120-141-593

(株) イシイ 畳
リフォーム

石岡本店 石岡市大谷津 3-10
つくば店 つくば市高野台 3-20-1
ひたちなか店 ひたちなか市高場 2332-1



肺の生活習慣病 慢性閉塞性肺疾患（COPD）が増えています！

喫煙が主な原因とされている慢性閉塞性肺疾患（COPD）は日本では40歳以上の8.6%にあたる約530万人の罹患者がいるとされています。しかし、大半が未診断・未治療であるのが現状です。現在、日本でCOPDによる死亡は全体で9位、男性では7位となっており、今後増加するといわれています。

■ COPD とは？

別名「たばこ病」と言われ、原因の90%以上が喫煙によるものです。受動喫煙を含め、たばこの煙などに含まれる有害物質を吸うと、肺や気管支が炎症を起こし呼吸がしにくくなります。その結果、酸素不足となり、息切れを起こす病気をCOPDといいます。影響は肺だけでなく、心疾患や骨粗しょう症、糖尿病などを併発しやすくなります。



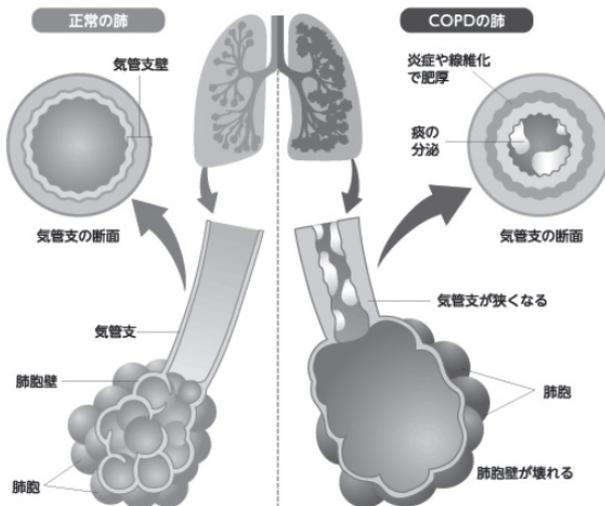
■ 症状

- 歩行や階段の上り下りなどの動作で息が切れる
- 呼吸のたびにゼーゼー、ヒューヒューする
- 風邪でもないのにせきや痰が出る など

*重症化すると、じっとしていても息苦しさを感ずるようになり、日常生活に支障をきたします。

長期の喫煙歴があり、上記の症状がある時は病院で相談しましょう。

■ 正常な肺と COPD の肺のそれぞれの状態



気管支は左右の肺の先端にある肺胞（ぶどうの房状の小さな袋）まで空気を運ぶ働きをしています。しかし、有害物質が原因で気管支に炎症が起こると、痰が過剰に分泌されたり、気管支がむくんだりするため、空気の通りが悪くなります。

肺胞では酸素を血液中に取り込んで、二酸化炭素を排出する「ガス交換」が行われています。しかし、有害物質が肺胞にまで及んで炎症を起こすと、肺胞の壁が壊されて弾力がなくなり、空気を上手く吐き出せなくなります。

図：独立行政法人 環境再生保全機構 HP より

■ 早期診断・早期治療が重要！

COPDは進行性の病気で、現在のところ根本的な治療法はありません。しかし、早期治療により、肺の機能低下を食い止めることができます。喫煙している限り病気の進行を止めることはできません。まずはきっぱりとたばこをやめることが重要です。

禁煙後	体の変化
20分	血圧や脈拍が正常化する
12時間	血液中の一酸化炭素が正常になる
2～3週間	心機能が改善する・肺機能が回復する
1～9か月	せき・息切れ・疲れやすさが改善される
1年	上昇していた冠動脈疾患のリスクが半減する
5年	脳卒中のリスクが非喫煙者と同じレベルになる

禁煙直後から体には禁煙の効果が出始めます。禁煙をすることでCOPD以外にもがんや脳梗塞、心筋梗塞などの病気にかかるリスクを下げるができます。



令和2年6月の窓口業務延長日は **3、10、17、24日** (毎週水曜日) です。19:00まで

実施場所	実施している課
小美玉市役所本庁	市民課、医療保険課、会計課、税務課 (税に関する証明)、収納課 (納付書再発行)
小川総合支所	総合窓口係
玉里総合支所	(戸籍関係、住民票関係、印鑑登録、印鑑証明、税の証明、納付書再発行、国民健康保険関係、医療福祉関係 (マル福)、後期高齢者医療関係、市税等の収納)

※他市町村や関係機関への照会、確認が必要な場合は、即日対応できない場合もあります。あらかじめご了承ください。
※ご不明な点については、事前に担当課へお問い合わせください。

茨城県単造林事業の補助をご活用ください

今年度、森林を整備するため植林等の補助を希望される方に、県から補助金を交付します。申し込みをされる方は、下記までお問い合わせください。

■対象

市内で5アール以上の森林等へ植林 (75本以上 / 5アール当たり)、下刈 (林齢1~5年生)、除間伐 (林齢11~60年生)・枝打ち (林齢11~30年生) を行う予定の方。

■補助の条件

- ・植林は5年間下刈をすること及び森林保険に加入すること。
- ・除間伐は森林保険に加入すること。
- ・農地 (開墾地等) への造林は必ず農業委員会で農地転用手続きをしてから植林してください。

■申し込み期限

6月5日 (金) 17:15 まで

■申請後の流れ

申請後 (申請者が自己負担で) 植林や間伐を行った後、市に報告願います。その後、市と県で現地確認後、経費の一部を補助します。

問い合わせ 農政課 振興係 ☎: 0299-48-1111 (内線 1154)

茨城美野里環境組合 クリーンセンターでの 5月31日の特別受け入れを中止します

美野里地区一斉クリーン作戦の実施に伴う、5月31日 (日) の特別受け入れ日は、中止となります。新型コロナウイルスの県内一部地域における発生を鑑みましての判断となりますので、何卒ご理解ご協力をいただきますようお願い申し上げます。
なお、月曜日から金曜日にかけての祝祭日は通常通り営業しておりますので、引き続きご利用をお待ちしております。

問い合わせ 環境課 ☎: 0299-48-1111 (内線 1144・1145)
茨城美野里環境組合 クリーンセンター ☎: 0299-48-1571



棚一枚でもお気軽にどうぞ!

株式会社 **笹光建設**

〒311-3416 茨城県小美玉市与沢253-37
TEL 0299-54-0618 FAX 0299-54-0421

www.sasamitsu.co.jp/

ささみつ

検索

新築/増改築/小さなリフォームなど

外壁・屋根…うちもそろそろかな…?

色々なところから営業が…
どこに頼めばいいの…?

そんなあなたも
お気軽にご相談下さい!
外装点検・お見積り無料



一級塗装技能士による住まいの塗り替え

(有)中嶋塗装工業

茨城県知事許可 第31532号 本社 石岡市半/木14159-5
中嶋塗装 検索 TFL0299-57-1641

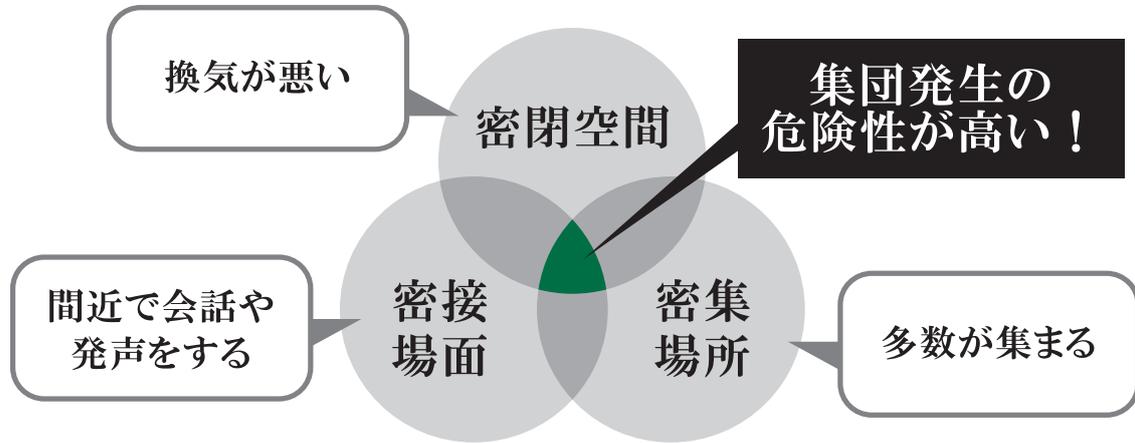


新型コロナウイルス感染予防に努めましょう！



新型コロナウイルスの感染予防、集団発生防止にはひとりひとりのご協力が不可欠です。

3つの密を避ける



石鹸による手洗いと換気をする

- ・洗っていない手で目や鼻、口を触らないようにしましょう
- ・適度に窓を開け、換気しましょう

みんなが手で触れる部分は消毒する

- ・共用部分（ドアの取っ手、ノブ、手すりなど）は、薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤（主成分が次亜塩素酸ナトリウムであるもの）で拭いた後、水拭きしましょう
- ・家庭用塩素系漂白剤（塩素濃度約5%）で0.05%の消毒液を作る場合の例
ペットボトル + 水 500ml + ペットボトルキャップ 1杯分の塩素系漂白剤

不要不急の外出は避ける

- ・特に3つの「密」が重なる場所は極力避けましょう
- ・体調が悪い場合は、特に外出は避けましょう

注意

37.5℃以上の発熱が4日以上（高齢者等は2日以上）続く、強いだるさや息苦しさがある場合は、下記相談窓口にご連絡ください。

電話相談窓口（帰国者・接触者相談センター）

相談窓口	電話番号	受付時間
茨城県庁（専用電話）	029-301-3200	24時間（土日含む）
茨城県中央保健所	029-241-0100	9時～17時（平日）

市、県のホームページで新型コロナウイルス関連情報をご確認ください→



小美玉市
ホームページ

問い合わせ

健康増進課 健康推進係 ☎: 0299-48-0221（内線 4001）

四季の歌

～季節を詠む 時流を詠む～

小川短歌会

うららかな日差し集めて福寿草しづもる庭に黄の花明かり
 つつしみの何時しか失せたり夕食後の睡魔に逆らえぬ齡となりて
 齡米寿あかつき三時の極寒に目覚めて今日も無事を祈れり
 漸くに検査も終り帰路につきはじめて気付く梅の香りを
 光国の水戸学の道歩みたり思いのままの梅も咲きいて

石田 啓子
 幡谷 喜代子
 永作 智恵子
 根本 良子
 中根 良子

美野里短歌クラブ

竹を切り夫は花入れ作りたり蟬梅を挿し春を言祝ぐ
 散歩するシニアの姿さまさまに老化に抗う気概を見せる
 朝六時起こしてくれる老猫は時報のごとく耳元で鳴く
 新型コロナウイルス恐ろしく不要不急の外出ひかえる
 氷雨降り春の陽気は定まらず身体の調子整わぬなり

菱沼 清子
 岩崎 健次郎
 宇都宮 和子
 碓谷 清香
 白根 清香

玉里短歌会

春早き庭に顔出すふきのとう目をさらにして二つ目さがす
 湖の岸春めき蘆の立枯れにさみどりの芽が針のごと見ゆ
 春たてば庭の沈丁花のかたわらに鳩は小枝をくわえ見張れり
 ポジティブに生きてる友は見ぬというテレビ・新聞・週刊文春
 ふきのとう庭の片隅に二つ三つ夕べの天麩羅の主役となりぬ

高田 久子
 石橋 吉生
 遠藤 黎子
 松田 通喜
 高見 沢こ

寄稿

工事中回り道して気が付いた枝垂れ桜の花の舞かな
 二つなき友の訃報に駆け付けて悲しみこらえ死に化粧を整える

藤田 久子
 上野 和子

みづうみ俳句会

しだれ梅誇らしく咲く庭先に
 菜の花やクレヨン黄が塗りつぶす
 五月晴マスクをつけて空を見る
 散歩道口ずさみつつ「春よ来い」
 旅プランキャンセルにして春惜しむ

茅場 久美子
 長島 美奈子
 内田 久美子
 長島 昭

みのり俳句会

昨日今日コロナの風評悩みけり
 楽隊の揃ふがごとし黄水仙
 手庇の中に納めし春の山
 辻褄の合わぬ話や日なたばこ
 味噌汁に香豊かにふきのたう

立原 千代
 塚田 文江
 友水 清
 井坂 光

櫻の会

春の陽が長生きせよと俺の背に
 五月病人間だもの風に問う
 嵩上げの土がふるさと黄水仙
 古寺や茶筌の塚に散る桜
 野遊びや地球大きな観覧車

鈴木 貞一郎
 矢口 富久
 網代 奈津江
 塚田 忠強
 阿久津 強

くるみ俳句会

幼児の髪に散り降る桜蕊
 春風彼方へ飛ばせコロナ菌
 咲き満ちて石楠花雨にゆれにけり
 箭を鋏一振りに掘る漢
 阿波路行く写真の夫に春の雨

松崎 淑宣
 大曾根 栗山
 荒井 昭子
 安彦 昭子
 小原 エミ

玉里俳句会

不気味なるコロナウイルス花の冷え
 鐘の音の途切れ途切れに春の暮
 炒飯の赤・黄・緑春休み
 草を食み和牛十頭のどかなり
 コロナかと疑ってみる春の風邪

長谷川 光男
 鶴町 文男
 野口 初江
 矢口 敦子
 正木 敦子

小美玉川柳会

ウイルスを桜吹雪で吹きとばそ
 ギヤマンの窓から覗く夢昭和
 コロナ風散歩の距離も少し増え
 世界からコロナ消えてとマスク縫う
 ランドセル背負えず部屋のインテリア

谷川 予史江
 原井 富貴子
 石井 昭夫
 澄井 遊江
 小林 遊江

遺族の行政手続きワンストップ

3庁舎に「おくやみデスク」を新設 通知が届いたら事前予約を

遺族の行政手続きの負担を減らす実証運用が始まりました。故人によって手続きが異なるため、「おくやみデスク」が事前に関係各課と調整を図り、手続きする書類を揃え、遺族が1か所で手続きを済ませることができるサービスです。



4月から実証運用を始めた「おくやみデスク」。

「おくやみデスク」の流れ

- ✓ 死亡届を市が受理
- ✓ 市が必要な手続きを調べる
- ✓ 約1週間後に、遺族に通知を発送
- ✓ 遺族は都合の良い日時に予約を取る
- ✓ 遺族がおくやみデスクを訪れ手続き

問い合わせ

市民課 ☎ 0299-48-1111 (内線1115)
 小川総合支所 ☎ 0299-48-1111 (内線2104~2105)
 玉里総合支所 ☎ 0299-48-1111 (内線3101~3104)

小美玉市民がつくる
魅力発信誌

Watashi Omitama

私、小美玉
渡し、小美玉

市民編集者を育てる5回講座の成果

デザイン、記事、写真、SNS発信を学ぶ講座を開き、実際に市民がまちの魅力を見つけ、取材したものをまとめたのがこのタブロイド誌。3庁舎をはじめ、市内公共施設や様々なお店に置いていただいています。



「まちにマジになる人を増やす」小美玉のシティプロモーションは、市民自身がまちの魅力を見つけ、磨き、光をあてる活動を応援しています。

「イイね小美玉!」の声

広報おみたま4月号のグラビア(表紙写真)、大変感動しました。コロナで気持ちが暗く沈んでいる中、躍動感あふれる子どもたちに癒されました。 ハガキより

原付バイクのナンバープレートがまだ玉里村のままなので、これを機にオリジナルナンバープレートに交換します。ナンバーも希望します! 60代



ヨーグルトはスイーツの側面もあるので、これからは乾杯だけでなく「締めにヨーグルト」とかどうですかね!?

30代

隣の市出身ですが、小さい頃から小美玉で遊んでいて、良い思い出がたくさんあります。いつか必ず小美玉に住みます!

企画調整課 郡司 (入庁1年目)

広報 おみたま
令和2年5月号

編集・発行 小美玉市役所企画調整課
 TEL 0299-48-1111 〒319-0192 小美玉市堅倉835
 FAX 0299-48-1199 <https://www.city.omitama.lg.jp>

