



新型コロナワクチン接種について

【接種状況について】 3月25日現在（暫定集計）

3回目接種	接種者数	接種率
	9,119人	68.0%

※令和4年1月1日時点で2回目接種が完了した13,414人から算出

■追加接種（3回目接種）について

3月24日に開催された厚生科学審議会において、追加接種の対象年齢が満12歳まで年齢が引き下げられました。

3月31日付で、2回目接種から6か月以上経過している満12歳以上の方へ接種券（予診票）を送付しています。併せて、4月4日（月）から予約を開始しました。お手元に接種券（予診票）が届いていない方は、大子町コールセンターまでお問い合わせください。

■追加接種の予約がまだお済みでない方へ

現在、町内医療機関において追加接種を進めていますが、予約期間を4月29日（金）までとし、追加接種の接種終了時期を4月30日（土）とします。追加接種を希望する方で、予約がお済みでない方は直接町内医療機関へ4月29日（金）までにお申し込みください。5月以降の接種体制については決まり次第、広報紙や町ホームページでお知らせします。

■お願い

新型コロナワクチン接種は強制ではなく、さまざまな事情で接種を受けていない方もいます。職場や周りの方などに接種を強制したり、接種を受けていない方へ差別的な扱いをすることがないようお願いいたします。

問合せ 大子町コールセンター TEL 76-8076 開設日時：月～金曜日（祝日除く。）8:30～17:00



資源物を集団回収する団体に補助金を交付します

ごみ減量および資源物の有効な活用を図ることを目的とし、自主的に資源物を分別回収して環境センターに搬入する事業を実施する団体に対して補助金を交付します。

■補助金額 月額5,000円 ■対象者 10世帯以上からなる営利を目的としない団体

■資源物 カン類、紙類（新聞紙・雑誌・段ボール）、ペットボトル、ビン類、容器包装廃プラスチック

■補助要件

- (1) 月1回以上の資源物集団回収を年度内に3月以上実施すること
- (2) ひと月の資源物集団回収において、回収する資源物のいずれかひとつが目標値を超えること

※目標値とは団体の構成世帯数に1世帯あたりの回収量を乗じたものです。1世帯あたりの回収量は、カン類が1kg、紙類が3kg、ペットボトルが0.5kg、ビン類が1kg、容器包装廃プラスチックが1kgです。

■申請方法 所定の申請書がありますので、生活環境課で申請の手続きをしてください。

申込・問合せ 生活環境課 TEL 76-8802





新型コロナウイルス対策～身のまわりを清潔にしましょう～

新型コロナウイルス感染拡大を防ぐためには、身のまわりを清潔にすることが効果的です。

■手洗い

石けんやハンドソープを使い、丁寧に手洗いを行うことで、十分にウイルスを除去できます。

手洗い		残存ウイルス 
手洗いなし		約100万個
石けんやハンドソープで10秒もみ洗い後、流水で15秒すすぐ 	1回	約0.001%（数十個）
	2回（繰り返す）	約0.0001%（数個）

■消毒

食器・手すり・ドアノブなど身近な物の消毒には、アルコールよりも、熱水や塩素系漂白剤が有効です（新型コロナウイルスだけでなく、ノロウイルスなどにも有効です。）。

▽食器やはしなどは、80℃の熱水に10分間さらすと消毒ができます。

※やけどに注意してください。

▽ハイター、ブリーチなど塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）を濃度0.05%に薄めた上で拭くと、消毒ができます。

※使用にあたっては、商品パッケージ等をご確認ください。 ※金属は腐食することがあります。

※家事用手袋を着用して行ってください。 ※換気をしてください。 ※他の薬品と混ぜないでください。

マスクの着用、3密（密閉・密集・密接）回避等の感染予防対策についても継続しましょう。

問合せ 健康増進課 TEL 72-6611



高齢者肺炎球菌ワクチン定期予防接種について

令和4年度の高齢者肺炎球菌ワクチン定期接種対象者の予防接種が4月から始まりました。対象者は、次の表のうち高齢者肺炎球菌ワクチンを一度も受けていない方です。

対象者には4月上旬に案内文を送付しますので、内容を確認し有効性とリスクについて理解したうえで希望する方は接種してください。

■令和4年度接種対象者

65歳となる方	昭和32年4月2日生～昭和33年4月1日生
70歳となる方	昭和27年4月2日生～昭和28年4月1日生
75歳となる方	昭和22年4月2日生～昭和23年4月1日生
80歳となる方	昭和17年4月2日生～昭和18年4月1日生
85歳となる方	昭和12年4月2日生～昭和13年4月1日生
90歳となる方	昭和7年4月2日生～昭和8年4月1日生
95歳となる方	昭和2年4月2日生～昭和3年4月1日生
100歳となる方	大正11年4月2日生～大正12年4月1日生
その他	接種日において60歳以上65歳未満の者であって、心臓・腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能に重度の障害を有する方

■接種期間 令和4年4月1日～令和5年3月31日

■その他

- ・過去に、高齢者肺炎球菌ワクチン接種の助成を受けたことがある方は、対象外となります（転入者も同様です。）。
 - ・新型コロナワクチン接種との同時接種はできません。新型コロナワクチン接種を行う場合は、前後2週間の間隔をあけて接種してください。

問合せ 健康増進課 TEL 72-6611



令和4年度不妊治療費助成のご案内

令和4年4月1日から不妊治療が保険適用となりました。これに伴い、町の不妊治療費助成の内容も変更となります。なお、令和4年3月31日までに治療を開始した場合は、経過措置の適用となり、令和3年度までの不妊治療費助成事業で対応します。

■対象となる治療 保険適応外で受けた特定不妊治療（体外受精および顕微授精）

※男性不妊治療（治療に至る過程の一環として行われる精子を精巣または精巣上体から採取する手術）をした方も助成対象になります。

■助成対象者 年齢の制限なし

次のすべてに該当する方が対象となります。

- 1 法律上の婚姻をしている方、または生まれてくる子の福祉に配慮する、事実婚関係にある方で、夫または妻のいずれかの住所が太子町にあり、治療が終了した時点で太子町に住所がある期間が1年以上ある方
- 2 特定不妊治療以外の治療法によっては妊娠の見込みがない、または極めて少ないと医師に診断され、特定不妊治療を受けた方
- 3 夫および妻のいずれにも町税等の滞納がない方

■助成内容 1回の治療につき、20万円まで（通算5回）

■申請期間 令和4年度内に治療が終了した方の申請期間は、令和5年3月31日（金）までです。

※令和3年度までに助成を受けた回数は含みません。

※治療終了日から起算して60日以内に申請をしてください。

※令和5年2月または3月に治療が終了した方に限り、令和5年4月以降も申請を延長できる場合がありますので、必ず令和5年3月中に健康増進課までご相談ください。

※申請手続、必要書類その他詳細については、健康増進課にお問い合わせください。

申請・問合せ 健康増進課 TEL 72-6611



子宮頸がんワクチン（HPVワクチン）接種について

【定期接種の積極的勧奨の再開について】

平成25年6月から積極的勧奨を差し控えていた子宮頸がんワクチン接種が、今般、積極的勧奨を再開することになりました。対象者は次のとおりです。中学1年生以上の対象者には、4月上旬に案内文を通知しますので、内容を確認し有効性とリスクについて理解したうえで希望する方は接種してください。

■対象者 小学6年生～高校1年生相当の学年の方 ※標準的な接種期間は、中学1年生の方

■接種回数 3回 ■接種費用 無料

【キャッチアップ接種について】

積極的勧奨の差し控えにより接種機会を逃した方に対して、公平な接種機会を確保するため、今後3年間において、定期接種の対象年齢を超えて接種を行うことが決まりました。対象者、キャッチアップ接種期間は、次のとおりです。対象者には、6月上旬に案内文を通知しますので、内容を確認し有効性とリスクについて理解したうえで希望する方は接種してください。

■対象者 平成9年4月2日生まれ～平成18年4月1日生まれの方

■キャッチアップ接種期間 令和4年4月1日～令和7年3月31日

※接種回数、接種費用については、定期接種と同様です。



【その他】

- ・ワクチンの供給が間に合わず、接種を希望してもすぐに接種ができない可能性があります。が、ワクチンは順次供給されますので、慌てずご予約ください。
- ・新型コロナワクチン接種との同時接種はできません。新型コロナワクチン接種を行う場合は、前後2週間の間隔をあけて接種してください。

問合せ 健康増進課 TEL 72-6611



骨髄移植提供者への助成金交付について

骨髄または末梢血幹細胞（以下「骨髄等」という。）の移植の推進を図るために、骨髄等を提供した方（ドナー）に助成金を交付します。対象の方は、健康増進課までお問い合わせください。

■対象者 次のすべてに該当する方

- (1) 骨髄等の提供時に大子町に住民票を有する方
- (2) バンクが実施する骨髄バンクにおいて骨髄等の提供を完了し、バンクが発行する証明書の発行を受けた方
- (3) 骨髄等の提供に関し、他の助成金を受けていない方
- (4) ドナー休暇制度（「ドナー特別休暇制度」、「ボランティア休暇制度」、その他名称に関わらず、骨髄バンクのドナーとなるための休暇制度）を設ける企業または団体等に属さない方

■助成額 対象者が骨髄等提供のために、通院・入院した日数に応じて支給されます。
1日につき2万円、ただし7日間を限度とします。

問合せ 健康増進課 TEL 72-6611



免疫が消失した20歳未満の方へ再予防接種費用を助成します

骨髄移植等の医療行為を受けた方は、接種済みの定期予防接種で得られた免疫機能を失うことがあります。

医師の判断で再予防接種が必要とされた20歳未満の方に再接種費用を助成します。

■接種対象者 次のすべてに該当する方

- (1) 骨髄移植等の医療行為により、接種済みの定期予防接種の予防効果が期待できず、再接種が必要と医師により判断されている方
- (2) 予防接種を受ける日において住民票を有する20歳未満の方

■助成対象者 接種対象者の保護者

■対象とする予防接種 予防接種法に基づく定期予防接種のうち、接種済みであるもの

■申請について

該当する方は、母子健康手帳を持参の上、健康増進課（保健センター内）へお越しください。手続などの詳細についてご説明します。

問合せ 健康増進課 TEL 72-6611



ガソリンの取り扱いに注意しましょう！

ガソリンは、気温が－40℃でも気化し、小さな火源でも引火し爆発的に燃焼する物質です。貯蔵や取り扱いの方法を間違えると、甚大な被害を及ぼす恐れがあります。

ガソリンを携行缶で保管して取り扱う際には、次のポイントに注意してください。

- ① 灯油用ポリエチレン容器に、ガソリンを入れることは絶対にやめてください。
- ② ガソリンを携行缶に入れて長期間または不必要に保管することは極力避けてください。
- ③ 携行缶は、直射日光の当たる場所や高温の場所に置かないでください。
- ④ ガソリンを取り扱う場合には、周囲の安全確認を行ってください。
- ⑤ 携行缶のふたを開ける前は、確実にエア抜きを行ってください。
- ⑥ セルフスタンドでは、利用者自らがガソリンを携行缶に入れることはできません。

ガソリンの適切な使用を徹底するため、携行缶で購入する際は、ガソリンスタンドの事業者が利用者の本人確認や使用目的などの確認を行いますので、ご理解とご協力をお願いします。

問合せ 消防本部予防課 TEL 72-0119

令和4年度 町税等納期一覧

町税等は、納期限内に納めましょう。

月	税目等	期別	納期限および口座振替日	納税通知書の送付
4月	固定資産税	第1期	5月2日（月）	4月中旬にお送りします。
5月	軽自動車税	全期	5月31日（火）	5月上旬にお送りします。
6月	町県民税	第1期	6月30日（木）	6月中旬にお送りします。
7月	固定資産税 国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	第2期 第1期 第1期 第1期	8月1日（月）	国民健康保険税・介護・後期高齢者医療保険料納税通知書は、7月中旬にお送りします。
8月	町県民税 国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	第2期 第2期 第2期 第2期	8月31日（水）	
9月	国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	第3期 第3期 第3期	9月30日（金）	
10月	町県民税 国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	第3期 第4期 第4期 第4期	10月31日（月）	
11月	国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	第5期 第5期 第5期	11月30日（水）	
12月	固定資産税 国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	第3期 第6期 第6期 第6期	令和5年1月4日（水）	
1月	町県民税 国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	第4期 第7期 第7期 第7期	令和5年1月31日（火）	
2月	固定資産税 国民健康保険税 介護保険料 後期高齢者医療保険料	第4期 第8期 第8期 第8期	令和5年2月28日（火）	
3月	通常納期のものではありません。			

- ・納付には口座振替が便利です。口座振替は、町内各金融機関または郵便局へ直接申し込むか、税務課収納対策室にご相談ください。
- ・納期限内に限りコンビニエンスストアで納付できます。
- ・スマートフォンアプリ(PayPay、LINE Pay、PayB)で納付することができます。
※領収書は発行されません。
- ・固定資産税は、パソコンやスマートフォンを利用しクレジットカードで納付することができます。



国民健康保険税の賦課方式が変わります

「茨城県国民健康保険運営方針」により、令和4年度から大子町国民健康保険税の賦課方式が4方式から2方式に変更になります。

所得割、資産割、均等割、平等割の4つで賦課していたものを、2方式、所得割、均等割の2つで賦課するものです。それに伴い、令和3年度と比べ、税額が増減する場合があります。一般的には、固定資産がある世帯は減額になる傾向、所得がある世帯、人数が多い世帯は増額になる傾向です。

大子町国民健康保険では、税額の急激な変更を抑えるため基金から2千万円を負担する予定です。また、子育て世代の家庭を支援するため、18歳未満の子どもに対して、均等割額を1/2にする軽減策を予定しています。未就学児については、均等割額が国の政策により1/2減額となりますので、合わせて均等割額が免除になる予定です。

国民健康保険の健全な運営のため、必要な変更となりますので、被保険者の皆様のご理解をお願いします。

問合せ 町民課国民年金担当 TEL 76-8125



結婚新生活応援補助金について

若者の婚姻に伴う新生活を経済的に支援することにより、婚姻および定住の促進を図るため、新婚世帯に対し住居費および引越費用の一部を補助します。

■対象となる方

- ・婚姻届日が補助金申請日の属する年度内または婚姻届日が補助金申請日の6か月以内であること。
- ・婚姻届日において、年齢が夫婦いずれも満50歳以下であること。
- ・夫婦の双方または一方が町内に住所を有していること。 ・市町村民税等を滞納していないこと。
- ・他の公的制度による家賃補助等を受けていないこと。

■対象となる経費

- ①住居費（新築・購入・増改築）：婚姻を機に新たに町内の住宅を取得する際に要する費用
- ②住居費（賃貸）：婚姻を機に新たに町内の賃貸住宅を賃借する際に要する家賃（夫婦が勤務先から住宅手当の支給を受けている場合は、当該手当分を除く。） ※町営住宅、子育て支援住宅は対象外
- ③その他の経費：敷金、礼金、共益費、仲介手数料および引越費用

■補助金の額

- ①住居費（新築・購入・増改築）：1世帯当たり720,000円を上限とします（初年度に1回限り）。
 - ②住居費（賃貸）：1世帯当たり月額20,000円を上限とします。
初年度の補助金申請日の属する月から起算して36か月を限度とします。
 - ③その他の経費：1世帯当たり合計額180,000円を上限とします（初年度に1回限り）。
- ※②および③の補助を受ける場合は、合わせて720,000円を上限とします。

■申請に必要なもの

- ・結婚新生活応援補助金交付申請書
- ・住宅の売買契約書もしくは請負契約書または賃貸住宅の賃貸借契約書の写し
- ・住宅手当支給証明書 ・夫婦の所得証明書および市町村民税完納証明書
- ・貸与型奨学金の返還額が分かる書類

■補助金の申請および請求時期

▽申請時期 初年度：随時 次年度以降：毎年4月末まで

▽請求時期 9月（4月～9月分）、3月（10月～翌年3月分）の年2回

※特段の事情があると認められる場合は、請求期間に関わらず請求できるものとします。



問合せ まちづくり課 TEL 72-1131



各種住宅助成金制度のご案内

本年度に建設課が実施する各種住宅助成金制度について、制度を拡充しました。住宅リフォーム助成金は新たに助成対象工事費用を20万円以上から10万円以上に拡充、各種住宅助成金の助成期間の制限を助成後3年から2年に短縮になりましたのでご案内します。

■住宅リフォーム助成金【拡充】

▽助成要件 工事費用が10万円（税込み）以上で、町内に自ら居住するための住宅を増築・リフォームすることまたは賃貸住宅の所有者が町内に自ら所有する賃貸住宅の機能向上をするためにリフォームすること。

▽助成金額 ※限度額500,000円

工事費用（税込み）	補助率
10万円以上20万円未満の工事	10分の3
20万円以上24万円未満の工事	6万円
24万円以上の工事	4分の1



■子育て世帯住宅建設助成金【拡充】

▽助成要件 18歳以下の児童がいる世帯で、町内に自ら居住するための新築住宅を建設または購入する（ただし、建設後1年以内の新築住宅に限る。）こと。

▽助成金額 建設の場合、床面積1㎡につき20,000円を助成（限度額2,000,000円）
購入の場合、床面積1㎡につき15,000円を助成（限度額1,500,000円）

■木造住宅建設助成金【拡充】

▽助成要件 茨城県産材の木材を2分の1以上使用して、町内に自ら居住するための新築住宅を建設すること。

▽助成金額 床面積1㎡につき10,000円を助成（限度額1,000,000円）

■空き家バンクリフォーム助成金【拡充】

▽助成要件 工事費用が20万円（税込み）以上で、空き家バンクへ登録した物件を空き家入居者または空き家所有者が増築・リフォームすること。

▽助成金額 工事費用（税込み）の1/2（限度額 空き家入居者700,000円）
（限度額 空き家所有者500,000円）

※各種住宅助成金制度の助成期間の制限を助成後2年へ短縮

【注意事項】

- ・助成金の申請書は、工事着工前に必ず提出してください。
- ・町内業者による工事分が助成対象です。
- ・リフォームの場合は、工事前、工事後の写真を忘れずに必ず撮影してください。
- ・空き家バンクリフォーム助成金の対象物件は、空き家バンクへの登録が必要です。

問合せ 建設課 TEL 72-611



Dカフェ（認知症カフェ）

認知症の方とその家族、介護分野の専門家が集うカフェを開催します。認知症や介護に関する講話や音楽鑑賞、ワークショップなどのイベントを行っています。申し込みは不要です。認知症について一緒に学んだり、介護について共有したり、新たな人と出会ってみませんか？

■日時 4月24日（日）13:30～15:00（受け付け13:15～） ■参加費 無料

■テーマ もしバナゲームで人生会議

■場所 文化福祉会館「まいん」観光交流ホール

※当日はマスクの着用をお願いします。また、感染症対策のため飲食の提供を制限しています。

なお、感染症等の状況により中止となる場合がありますので、ご了承ください。

問合せ 地域包括支援センター TEL 72-1175



商店街空き店舗等活用支援事業補助金

町の商店街の活性化を図るため、当該商店街の空き店舗等を活用して、当該商店街のにぎわい創出および振興に資する活動を行う方に対し、予算の範囲内において補助金を交付します。

■**補助対象者** 次のすべてに該当する方 ※政治活動および宗教活動を行う方については、補助対象としない。

- (1) 商店街の空き店舗等を取得し、もしくは賃借している方で、中小企業者として開業しようとしている、もしくは開業している者または商店街の振興に資する活動を行っている
と町長が認める団体
- (2) 補助金の交付を受けたことがない方。ただし、町長が商店街の振興に寄与すると認めた
場合はこの限りではない。
- (3) 市町村民税を滞納していない方

■**補助対象事業** 町の商業環境の向上に資すると認められる事業で、次のいずれかに該当するものとする。

- (1) 小売業、サービス業その他これらに類する事業
- (2) 前号に掲げるもののほか、町長が適当であると認める事業

■**補助対象経費および補助額**

▽事業期間 1年以上

【店舗改修費】限度150万円（改装費の2分の1以内）

内装工事、外装工事、給排水衛生設備工事、空調設備工事、サイン工事および電気照明等の設置工事に要する経費

【店舗賃借料】限度5万円×最大12か月

店舗（来客者用駐車場を含む。）の賃借料（敷金、礼金、保証金、管理費、共益費およびその他これらに類する費用を除く。）

▽事業期間 1年未満 ※経費については、1年以上と同様

【店舗賃借料】実費10分の10を補助するものとし、上限20万円とする。

申請方法等、詳しい内容については観光商工課にお問い合わせください。



問合せ 観光商工課 TEL 72-1138



大子町浄化槽整備事業を実施しています

大子町浄化槽整備推進事業は、町が事業主体となり合併処理浄化槽の設置から維持管理までを行う事業です。

この事業による浄化槽設置は、個人設置に比べ費用負担が大きく軽減されます。

申請については、随時受け付けていますので、設置を希望する方はお申し込みください。

浄化槽区分	加入分担金（1基当たり）
5人槽	90,000円
7人槽	110,000円
10人槽	140,000円

- ・浄化槽設置時に加入分担金を徴収し、設置工事を町が行います。
- ・既設の単独浄化槽や汲み取り便槽を撤去する場合、工事費用のうち、限度額90,000円まで町が負担します。
- ・その他の配管工事や宅内工事などは自己負担となります。
- ・浄化槽使用開始後は使用料（1月当たり2,750円）を徴収し、維持管理を町が行います。

申請書は生活環境課にあります。詳しくは生活環境課へお問い合わせください。

申込・問合せ 生活環境課 TEL 76-8802



大子町観光誘客イベント事業補助金

民間主体・発想による観光誘客イベント事業を支援し、観光客の誘客を図るため、町内においてイベントを実施する団体または個人に対し、当該事業に要する経費について、予算の範囲内で補助金を交付します。

■対象者

町内において自ら企画・運営する観光誘客イベント事業を実施する団体等であって、次のいずれにも該当すること。

- (1)町内に事務所または活動拠点を置き、主に町内で活動していること。
- (2)政治活動および宗教活動を目的とする団体等でないこと。
- (3)暴力団員その他の反社会的団体に属する者でないこと。

■対象事業

町の資源である伝統文化または美術工芸品等の体験会、展示会等であって、次のいずれにも該当する事業

- (1)単なる物品販売または営利を目的とする事業でないこと。
- (2)公の秩序または善良の風俗を害するおそれがある事業でないこと。
- (3)国または地方公共団体が支出する他の補助金の交付または交付決定を受けている事業でないこと。

■対象経費

報償費、旅費、消耗品費、通信運搬費、印刷製本費、備品購入費、使用料・賃借料、広告宣伝費、保険料

■補助金の額等

【補助率】1/2 【補助上限額】一の事業につき5万円 ※同一年度内に2回まで申請可能

申請手続など、詳しくは観光商工課までお問い合わせください。

問合せ 観光商工課 TEL 72-1138



司法書士による無料法律相談会

相続・借金・不動産トラブルなどを、くらしの法律家である司法書士に相談してみませんか。お気軽にご相談ください。

■日時 5月10日（火） 9:30～11:30 ※相談は1件あたり40分程度です。

■場所 役場会議室（個別に案内） ■定員 3人（要予約・先着順）

■申込期間 4月19日（火）～5月6日（金）

申込・問合せ 観光商工課 TEL 72-1138



生活自立相談窓口

仕事や生活などにお困りの方向けに、予約制の巡回相談を行なっています。ひとりで抱え込まず、お気軽にご相談ください。専門の相談員と一緒に考え解決のお手伝いをします。ご家族や周りの方からの相談でも結構です。相談内容は、一切漏らしません。

■日時 4月27日（水）、5月25日（水）、6月22日（水） 10:00～15:00

■場所 文化福祉会館「まいん」1階 高齢者活動室

■相談員 県北県民センター相談支援員 ■相談料 無料

■申込み 予約制ですので、相談日の前日までに、県北県民センター地域福祉室または大子町福祉課へお申し込みください。

※随時相談を受け付けていますので、相談日に都合の悪い方は、県北県民センター地域福祉室までお気軽にご連絡ください。

問合せ 県北県民センター地域福祉室 TEL 0294-80-3320
大子町福祉課社会福祉担当 TEL 72-1117



大子町消費生活センターのご案内

消費生活センターでは、消費生活に関するさまざまな相談を受け付けています。消費者トラブルに巻き込まれたときはもちろん、トラブルになっていない場合でも、契約する前に分からないこと、不安なことがあれば、お気軽にご相談ください。
皆さんと一緒に考え、解決のためのお手伝いをします。

■相談方法

電話での相談のほか、相談窓口で相談員に契約書などを見せながら対面で相談することもできます。事前にご連絡いただくと、相談室をご用意することができます。相談は無料です。特別な事情のある場合は、手紙、はがきなどによる文書相談も受け付けています。相談する方の秘密は守られますのでご安心ください。

■消費生活に関する相談事例

- ・自宅のリフォーム工事を勧められ契約したが、解約したい。
- ・光回線からアナログ回線に戻す工事を契約したら、身に覚えのない請求が届くようになった。
- ・通信販売で健康食品を購入したら、1回で終わらず、定期的に商品が届いて困っている。
- ・友人や知人に誘われセミナーや展示会に参加し、高額な教材や商品を購入してしまった。
- ・借金を返済することができない。
- ・携帯電話に身に覚えのない内容のメールやメッセージが来た。

■消費者トラブルから身を守る心構え

- ・「自分は大丈夫」と思わない。 ・見かけで人を信用しない。
- ・信頼する人からの勧誘にも注意する。 ・その契約が本当に必要なのか契約前に考える。
- ・不要だと思ったら「はっきり」「きっぱり」「丁寧に」断る。
- ・「あなただけに特別に安く売る」など特別感を強調した売り込みやうまい話には注意する。
- ・クーリング・オフ制度など消費者の味方になるルールを身につける。
- ・困ったときは家族や友人、消費生活センター等に相談する。

▽相談日時 月～金曜日（祝日、年末年始を除く。） 9:00～12:00、13:00～16:00
▽所在地 大子町役場2階 観光商工課内



問合せ 大子町消費生活センター TEL 72-1124



特殊詐欺対策電話機等購入費補助金

振り込め詐欺、還付金詐欺などの特殊詐欺や、悪質な電話勧誘などの被害を未然に防ぐため、令和4年4月1日以降に購入した特殊詐欺対策電話機等の購入費の一部を補助します。

■特殊詐欺対策電話機等とは

警察等が提供する迷惑電話番号情報を用いて、振り込め詐欺に関する着信を自動で拒否したり、ランプ等で警告したりする機能や、「この電話は犯罪被害防止のため録音されます」と相手方に警告メッセージを流し、録音する機能を備えた固定電話機または固定電話機に接続して用いる装置です。

■対象者 次の要件をすべて満たす方またはその方の属する世帯の世帯員が対象です。

- ・大子町に居住し、かつ大子町の住民基本台帳に記録されている65歳以上の方。
- ・特殊詐欺対策電話機等を購入していること。
- ・世帯員全員が町税等を滞納していないこと。
- ・暴力団員その他の反社会的団体に属する者でないこと。

■補助金額 購入費用の2分の1以内の額（上限5,000円）100円未満切り捨て

※令和4年4月1日以降に購入した特殊詐欺対策電話機等が補助の対象です。

申請方法など、詳しくは観光商工課までお問い合わせください。

問合せ 観光商工課 TEL 72-1138



令和4年度募集案内

元気なまちづくりチャレンジ支援事業補助金

日頃の思いやアイデアを活かした『まちづくり』に仲間と一緒にチャレンジしてみませんか？

町では、人口減少社会において未来へつなげる“持続可能なまちづくり”を推進するため、課題解決に主体的に取り組む団体等を支援する事業として「元気なまちづくりチャレンジ支援事業補助金」を交付しています。

住民の主体的な地域づくりを支援するとともに、協働によるまちづくりを推進するため、地域課題の解決や地域活性化に向け協働で取り組む、自主的・自立的・公益性のある活動に要する経費に対し、補助金の交付を行うものです。

地域に対する愛情を持ち、地域を自分たちの力でより良いものにするため、持続的かつ主体的に取り組む団体等を募集します。

皆さんの知識・経験、発想を活かした、アイデアあふれる企画をお待ちしています。

1 募集テーマ

住みよい地域社会の実現に向けた、地域の課題解決や活性化を目的とする、計画的かつ継続可能な取組で、新たにチャレンジする事業。

『地域のコミュニティづくり』、『地域の特性を活かしたまちづくり』、『生活環境の向上』、『文化・スポーツ・生涯学習の振興』、『健康・福祉の向上』、『安全・安心な地域づくり』など

※ 令和4年度から新たに取り組む事業であれば、既存の団体でも対象となります。

※ 補助金交付終了後も事業継続が可能な、将来的には自走化を見据えた事業が対象となります。

※ ただし、既存事業又は他の制度から補助金等の交付を受けている事業は、補助対象事業から除くものとします。

2 補助対象者

補助金の交付を受けることができる団体等は、次のいずれかに当てはまることが条件です。

- (1) 町内に事業所を有する社会福祉法人、特定非営利活動法人及び医療法人
- (2) 地域の団体、グループ等（5人以上で過半数が町内に在住、在勤していること。）
- (3) 行政連絡区（班）などの自治組織
- (4) 大学、高等学校等の学生で構成されたグループ

※ ただし、営利活動、宗教活動、政治活動又は選挙活動を行う団体等については、補助対象者から除くものとします。

3 補助内容

補助金の交付は、1補助対象団体につき一つの年度において1回限りとし、同一事業を継続する場合の補助対象期間は、5年度を限度とします。

【補助金の額】

- (1) 補助対象期間中における交付限度額 120万円
- (2) 一つの年度における交付限度額 50万円

※ 予算の範囲内で交付するため、申請された金額から減額することもあります。

【対象経費】

費 目	内 容
(1) 人件費	※ 総事業費の25%の金額を限度とする。
(2) 謝礼及び旅費	外部講師又は指導者等に対する謝金及び交通費 ※適正な金額とすること。
(3) 購入費	燃料、資材等
(4) 使用料	会場使用料等
(5) 賃借料	車両及び機材のリース等
(6) 印刷費	広報用チラシ・ポスター、活動書類の印刷代
(7) 保険料	構成員及びイベント参加者等に対する損害保険料
(8) 研修費	構成員が参加する講習会、研修等の負担金

※ ただし、団体等の運営に要する経費や、参加者から徴収することが妥当である経費、公的資金の使途として社会通念上不適切であると判断される経費は補助金の対象から除きます。

4 応募方法

応募締切期日までに、次の書類を まちづくり課へ提出してください。

【提出書類】

- (1) 補助金等交付申請書
- (2) 事業計画書（様式第1号）
- (3) 事業収支予算書（様式第2号）
- (4) その他補助金の交付に関し参考となる書類（事業内容の詳細、予算の根拠資料、団体の構成員名簿 など。）

※ 提出書類は、町ホームページからダウンロードいただくか、まちづくり課にて入手してください。

【応募締切】 令和4年5月31日（火）

5 審査、交付決定及び進捗管理

- (1) 大子町元気なまちづくりチャレンジ支援事業補助金審査運営委員会において、応募内容の書類審査を行い、審査結果に基づいて町長が交付決定します。
- (2) 採択された事業について、審査運営委員会において進捗管理し、必要に応じて助言等を行います。
- (3) 2年目以降継続して事業を実施する場合は、毎年度交付申請手続きをしていただく必要があります。

6 補助金の支払い

基本的には、実績報告後に補助金額を確定し支払いとなりますが、事業の性質上必要と認める場合は、前払いとして交付を受けることができます。

※ 前払いで交付を受けた場合、実績報告時において交付された補助金に残額が生じた場合は、残金分を返還することになります。

7 実績報告

事業終了後、速やかに以下の書類をご提出いただきます。

【提出書類】

- (1) 補助事業等実績報告書
- (2) 事業報告書（様式第3号）
- (3) 事業収支決算書（様式第4号）
- (4) その他補助金の実績に関し参考となる書類



8 提出先及び問合せ先

大子町役場 まちづくり課 〒319-3526 大子町大字大子866番地
電話番号 0295-72-1131（直通） / メールアドレス machi@town.daigo.lg.jp



大子町中小企業者経営改善支援事業補助金

町内における地域経済の活性化を図るため、社会情勢等の変化に応じた持続的な経営に向けて「新商品開発・販路開拓事業」、「人材不足対策事業」、「新型コロナウイルス感染症対策事業」のいずれかの事業を行う方に対し、補助金を交付します。

■**対象者** 町内に事業所を有する中小企業者であって、次の要件をすべて満たす方

- (1)町税等を滞納していない者方
- (2)同一の事業に対して、町または他の団体から別に補助金の交付を受けていない方

※ただし、次の要件に該当する場合は、対象外となります。

- ・公序良俗に反する事業を行う方
- ・宗教活動、政治活動または選挙活動を行うことを主たる目的としている方

■**対象事業** 次のいずれかの事業に該当するもの

- (1)新商品開発・販路開拓事業
競争力の強化等を目的として、新市場への参入および新規顧客の獲得に向けた販売方法の導入、商品の改良または開発を行う事業

【活用例】新商品の開発のために、新たに機械装置等の導入をする場合など

- (2)人材不足対策事業
人材不足解決を目的として、IT等を活用した生産性向上（付加価値向上・業務効率化）に資する事業

【活用例】業務効率化のために、新たにITツールの導入をする場合など

- (3)新型コロナウイルス感染症対策事業
新型コロナウイルス感染症の拡大防止を目的として、新しい生活様式の実践に向けて取り組む事業

【活用例】店舗の安心安全の向上のために、飛沫防止用のアクリル板等を購入する場合など

■**補助金の額等**

【補助率】1/2または2/3 【補助上限額】25万円または50万円

申請方法等、詳しい内容については観光商工課にお問い合わせください。



問合せ 観光商工課 TEL 72-1138



危険物取扱者試験のお知らせ

【危険物取扱者試験（B日程）】

■**試験種類** 甲種・乙種（第1類～第6類）・丙種

試験日	会場	受験願書の受付期間
6月25日 (土)	水戸啓明高等学校	書面申請 5月6日(金)～5月16日(月)
	ホテルクリスタルパレス	電子申請 5月3日(火)～5月13日(金)

※試験案内、受験願書等は消防本部予防課にあります。



問合せ 一般財団法人消防試験研究センター茨城県支部 TEL 029-301-1150
<https://www.shoubo-shiken.or.jp/>



物忘れ（認知症）相談

地域包括支援センターでは、物忘れや認知症に関する相談日を設けています。最近物忘れが気になるようになった方や認知症の症状のある方を介護している方は、お気軽にご相談ください。

■**日時** 4月28日(木) 13:00～16:00 ■**場所** 保健センター研修室

■**担当者** 地域包括支援センター職員

■**申込み** 4月26日(火)までに電話等で下記までお申し込みください。

申込・問合せ 地域包括支援センター TEL 72-1175





太子町創業支援補助金

町内における創業を促進し、地域活性化と雇用の創出を図るため、町内で「創業」、「第二創業」および「新分野展開」を行う方に対し、補助金を交付します。

■定義

「創業」…事業を営んでいない個人が開業の届出をして町内において新たに事業を開始することまたは町内に法人を設立して新たに事業を開始すること。

「第二創業」…既に町内において事業を営んでいる個人または法人の事業を承継し、経営革新または事業転換等の新たな取り組みを開始すること。

「新分野展開」…既に町外で事業を営んでいる個人または法人が、新たな製品、商品またはサービス等により、町内において新たに事業を開始すること。

■対象者 町内で創業等する個人または法人で、次の要件をすべて満たす方

- ・補助対象事業の完了までに開業の届出または法人登記が行われている方
- ・申請時において創業等の日から5年を経過しない方

※ただし、次の要件に該当する場合は、補助対象外となります。

- ・納期が到来している町税等に未納があるとき。
- ・フランチャイズ、チェーンストアその他これらに類する契約に基づく事業を行い、または行おうとするとき。
- ・仮設または臨時の事業所等その設置が恒常的でない事業所等で事業を行い、または行おうとするとき。
- ・暴力団員その他の反社会的団体に属する者でないこと。
- ・その他町長が適当でないと認めるとき。

■補助率および補助額

区分	補助率	上限額
創業・第二創業・新分野展開	1/2以内	25万円
創業のうち特定創業支援事業の支援を受けた証明を有する場合	1/2以内	50万円

その他、対象経費や申請手続など、詳しくは観光商工課までお問い合わせください。

問合せ 観光商工課 TEL 72-1138



図書館「プチ・ソフィア」からのお知らせ

無料で本・雑誌の貸出しを行っています。1人5冊まで2週間利用できます。開館時間は10:00から18:00までです。（休館日：毎週月曜日、木曜日）

■新しく入った一般書

「一万円選書 北国の小さな本屋が起こした奇跡の物語」岩田徹著

「頼朝と義時 武家政権の誕生」呉座勇一著

「一生お金に困らないお金ベスト100」荻原博子著

「笠原将弘の毎朝父さん弁当」笠原将弘著

「スリルライフ」新庄剛志著

「名探偵・浅見光彦全短編」内田康夫著

「はじめての」島本理生、辻村深月、宮部みゆき、森絵都著

■新しく入った児童書

「どっちが強い！？オランウータンVSセンザンコウ ジャングルの技あり対決」ジノ作、ブラックインクチーム画、成島悦雄監修

「キミの答えで結末が変わる 5分間思考実験ストーリー」北村良子作

「やさいのがっこう いちごちゃんはやさいなの？」なかやみわ作

■新しく入った雑誌

「きょうの健康」NHK出版

「E S S E」扶桑社

「こどものとも0.1.2」福音館書店

※インターネットで所蔵が検索できます。
(<http://www.lib-eye.net/daigo/>)



問合せ 図書館「プチ・ソフィア」 TEL 72-6123



大子町地域人材育成事業補助金

未就職者を正規雇用し、地域ニーズに応じた人材を育成する企業に対しこれに要する経費について補助金を交付します。

■対象者 次のすべてに該当する企業

- (1) 新規雇用者数が1人以上であること。
- (2) 町税等を滞納していないこと。
- (3) 次の対象業種のいずれかに該当すること。

①製造の事業 ②ソフトウェア業 ③旅館業（下宿営業を除く。） ④医療・福祉業 ⑤教育・学習支援業
 ⑥農業・林業 ⑦建築・土木・設備工事業 ⑧造園業 ⑨道路旅客・貨物運送業 ⑩卸売・小売業
 ⑪自動車販売・整備業 ⑫廃棄物処理・衛生の事業 ⑬飲食サービス業（風俗営業等の規制および業務の適正化等に関する法律第2条第1項に規定する風俗営業に該当するものを除く。） ⑭その他町長が特に必要と認める業種

【定義】

(1) 未就職者

町内に住所を有する者で、学校教育法第1条に規定する学校を卒業し、または事業主の都合により離職し、求職活動を行っているものをいう。

(2) 正規雇用 次のいずれにも該当する雇用をいう。

（※パートタイム労働者も次のいずれにも該当する場合には対象となります。）

- ア 事業主に直接雇用されていること。 イ 雇用期間の定めのないこと。
 ウ 雇用保険法第4条第1項に規定する被保険者であること。
 エ 賃金が労働した時間によって算定されないこと。

(3) 企業

町内に事業所を有し、かつ、労働者が雇用される事業を営む法人または個人をいう。

(4) 新規雇用者

新規に正規雇用された未就職者で、11月以上継続的に雇用されているものをいう。

■対象経費 補助金の交付の対象になる経費は、人材育成に係る研修費とする。

Off-JT（研修機関）：入学科・授業料、教材費、研修機関に通う交通費等
 Off-JT（事業所内）：外部講師謝金・旅費、研修に必要な資材等
 OJT：既存従業員が指導にあたる間の賃金、使用する資材等

■補助金の額等

- ①補助金の額は、新規雇用者1人につき15万円を限度とし、一の企業につき同一年度内において200万円を限度とする。
- ②補助金の交付は、新規雇用者1人につき1回限りとする。

■申請方法

- ①正規雇用した日から起算して30日以内に町に登録申し込みをします。
- ②正規雇用した日から11月を経過した日から起算して30日以内に町に申請をします。
- ③事業が完了したとき、または補助金の交付決定に係る会計年度が終了したときは町に実績報告をします。その後、町から補助金が交付されます。

関係書類は、町ホームページからもダウンロードできます。



問合せ 観光商工課 TEL 72-1138



【協会けんぽ】健康診断を受けましょう

協会けんぽでは、加入者のご家族（40～74歳の被扶養者）を対象に特定健診を実施しています。

健診は、疾病の予防や早期発見に欠かせないものであり、日ごろの生活習慣を見直すチャンスです。年に一度、健診費用の一部を協会けんぽが補助しますので、必ず健診を受診しましょう。各市町村の集団健診会場では、各種がん検診も実施していますので、併せて受診をお願いします。※がん検診については各市町村へお問い合わせください。

加入者ご本人（被保険者）には「生活習慣病予防健診」を実施しています。ご案内は勤務先へお送りしています。

問合せ 協会けんぽ茨城支部 保健グループ TEL 029-303-1584



大子町タクシー利用助成事業について

町では、自動車を運転することができない高齢者や障がい者等を対象に、乗降場所および運行経路が町内である場合に限り、利用料金を助成する「タクシー利用助成事業」を行っています。

令和4年度も、新型コロナウイルス感染症の影響により自粛を余儀なくされている高齢者等の外出を支援するため、登録している方全員に一律で4分の3助成券を交付します。

■対象者 次の①～③のいずれかに該当し、かつ、④～⑥のすべてを満たす方

- ①満65歳以上の方
- ②身体障害者手帳もしくは療育手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方
- ③自立支援医療費もしくは障害年金または特別障害給付金の受給を受けている方
- ④大子町に住民票があり、かつ、現に居住している方
- ⑤自動車を所有していないまたは自動車を所有しているが運転できない方
- ⑥町税等を滞納していない方

■助成金の額 タクシーの利用1回につき、利用料金の4分の3（令和4年度限り）

■申請方法

申請書に必要事項を記入し、まちづくり課または町民課窓口もしくは各地区コミュニティセンターへ提出してください。なお、運転免許を自主返納している方は、運転経歴証明書等返納の事実が確認できる書類の写しを添付してください。

※運転経歴証明書等運転免許を自主返納したことを証明する書類をお持ちでない方は、まちづくり課にご相談ください。

■助成券について 月4枚交付（年間最大48枚）

申請を受け、町での審査が通過した後、申請月から数えて年度分を一括で郵送します。

【例：7月に申請した場合 9か月（7月～翌年3月）×4枚/月＝36枚】

■利用できるタクシー会社

有限会社滝交通 TEL 72-0073

茨城交通株式会社 TEL 72-0055

有限会社ドリーム TEL 76-0313

古谷ケアタクシー TEL 72-3016

※古谷ケアタクシーは、自力歩行が困難な方が対象です。

問合せ まちづくり課 TEL 72-1131



春の全国交通安全運動がはじまります

スローガン「小さな手 大きくあげて わたろうね」

■期間 4月6日（水）～4月15日（金） 10日間

- 目的
- ・広く県民に交通安全思想の普及・浸透を図り、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けること。
 - ・県民自身による道路交通環境の改善に向けた取り組みを推進することにより、交通事故防止の徹底を図ること。

■運動の重点

- (1)子どもをはじめとする歩行者の安全確保
- (2)歩行者保護や飲酒運転根絶等の安全運転意識の向上
- (3)自転車の交通ルール遵守の徹底と安全確保



4月10日は「交通事故死ゼロを目指す日」

県民一人ひとりが交通ルールを守り、交通マナーを実践するなど、交通事故に注意して行動し、交通事故の発生を防止することを目的として設定されています。

横断歩道は歩行者優先です

- ・ドライバーの方は、歩行者がいたら必ず止まりましょう。
- ・歩行者は、道路を横断する時は必ず止まって安全を確認し、無理な横断はやめましょう。

問合せ 大子警察署 TEL 72-0110



令和4年度 だいき健康アドバイザーによる健康教室

だいき健康アドバイザーとは町民の方が生活習慣病や介護予防のための食生活や運動を積極的に行えるように支援するボランティアです。

健康教室では生活習慣病や介護予防のための食事アドバイスや楽しい健康体操、レクリエーションなどを行います。

■日程および会場

▽文化福祉会館「まいん」 13:30～15:00

4月	4日・25日	7月	11日・25日	10月	3日・31日	1月	16日・30日
5月	16日・30日	8月	29日	11月	14日・28日	2月	13日・27日
6月	6日・27日	9月	5日・26日	12月	12日・26日	3月	27日

▽下小川コミュニティセンター 13:30～15:00

4月	22日	7月	22日	10月	28日	1月	27日
5月	27日	8月	26日	11月	25日	2月	24日
6月	24日	9月	30日	12月	23日	3月	24日

▽山田集会所 13:30～15:00

4月	7日	7月	7日	10月	6日・20日	1月	5日
5月	12日	8月	-	11月	10日	2月	2日
6月	2日	9月	1日	12月	1日	3月	2日

▽黒沢コミュニティセンター 13:30～15:00

4月	8日	7月	-	10月	14日	1月	-
5月	-	8月	-	11月	-	2月	10日
6月	10日	9月	9日	12月	9日	3月	-

▽生瀬コミュニティセンター 13:30～15:00

4月	-	7月	-	10月	17日	1月	-
5月	-	8月	-	11月	-	2月	-
6月	20日	9月	12日	12月	19日	3月	-

▽前冥賀集会所 13:30～15:00

4月	-	7月	-	10月	-	1月	-
5月	18日	8月	-	11月	16日	2月	15日
6月	-	9月	21日	12月	-	3月	-

■対象者 健康づくりに興味のある方（年齢は問いません。） ■参加費 無料

■持ち物 上履き、運動しやすい服装、水などの飲み物

■その他 参加を希望する方は、当日会場へお越しください。

感染対策のため、マスクの着用、手指消毒、検温実施にご協力ください。

※随時参加できます。内容は毎回違いますので、ぜひ参加してください。天候や新型コロナウイルスの感染状況などにより中止・変更になる場合もあります。

問合せ 健康増進課 TEL 72-6611



「楽しいエクササイズ」のお知らせ

楽しいエクササイズの参加者を募集します。毎日の生活の中に運動を取り入れ、楽しく健康づくりができる教室です。食事や健康の話があるほか、健康運動指導士から誰でも簡単に取り組める運動が学べ、日々の生活習慣を見直すことができます。

■日程および内容 各日とも受付時間は13:30～13:50です。

日時 すべて火曜日	会場	健康について学ぼう (14:00～14:20)	からだを動かそう (14:20～15:30)
4月12日	中央公民館講堂	大子町の現状について	ストレッチ エアロビクス リズムエクササイズ 筋力トレーニング など
4月19日		運動の効果、実施上の注意点	
5月10日	リフレッシュセンター	禁煙について	
5月31日	中央公民館講堂	体内時計とリズム「時間栄養学について」	
6月14日		歯と口腔機能について	
6月28日		サルコペニアとは	
7月 5日		夏場の運動と熱中症予防について	
7月12日		食中毒と免疫について	
8月 2日		お酒と塩分について	
8月30日		骨粗しょう症予防	
9月 6日		循環器疾患予防について	
9月27日	リフレッシュセンター	認知症について	
10月 4日	中央公民館講堂	がん予防について	
10月18日		活動量を増やすポイント	
11月 1日	リフレッシュセンター	糖尿病について	
11月22日	中央公民館講堂	冬場運動の注意点、水分補給について	
12月 6日		動脈硬化について考えよう	
12月13日		年末年始の過ごし方	
1月10日		冷え性改善メソッド	
1月17日		お悩み解消！痛み改善運動	
2月 7日	リフレッシュセンター	ラジオ体操の効果について	
2月21日		睡眠について	
3月14日		自殺予防対策について「ストレスケア」	
3月28日	中央公民館講堂	女性の健康「アンチエイジング」	

■対象者 町内に住所を有し、主治医に運動を禁止されていない方

※「ナイトエクササイズ」に参加している方は参加できません。

■参加費 無料 ■講師 一般財団法人日本健康財団 健康運動指導士

■持ち物 ・運動しやすい服装 ・室内用の運動靴（室外用の運動靴の底を拭いて使用可）
・水などの水分 ・タオル

※新型コロナウイルスの感染拡大状況により日程が変更になる可能性があります。

※毎回、運動前後・運動中に体調チェックを行います。

※会場が中央公民館講堂の場合は、人数を制限して行います。参加者の皆さんはマスクの着用、検温、手指消毒をお願いします。また、会場は換気などの感染症対策を行います。発熱等の症状がある時は無理をせず、お休みしましょう。安全に参加していただくため、ご協力をお願いします。

申込・問合せ 健康増進課 TEL 72-6611



「ナイトエクササイズ～夜活で運動不足を解消しよう～」のお知らせ

日中は忙しく運動の時間が取れないという方も、夜の時間を有効に使って、楽しく健康づくりができる教室です。運動不足解消に、健康づくりの第一歩に、ナイトエクササイズに参加してみましょう。

■日程および内容 各日とも受付時間は18:00～18:20です。

	日時 すべて火曜日	健康について学ぼう (18:30～18:45)	からだを動かそう (18:45～20:00)
1回	4月19日	大子町の現状について	ストレッチ エアロビクス リズムエクササイズ 筋力トレーニング など 
2回	5月10日	運動の効果、実施上の注意点	
3回	6月28日	体内時計とリズム「時間栄養学について」	
4回	7月 5日	夏場の運動と熱中症予防について	
5回	8月30日	お酒と塩分について	
6回	9月 6日	循環器疾患予防について	
7回	10月 4日	活動量を増やすポイント	
8回	11月 1日	糖尿病について	
9回	12月13日	動脈硬化について考えよう	
10回	1月17日	冷え性改善メソッド	
11回	2月 7日	睡眠について	
12回	3月14日	自殺予防対策について「ストレスケア」	

※新型コロナウイルスの感染拡大状況により日程が変更になる可能性があります。

■定員人数 先着20人 ※年間を通して参加できる方 ■参加費 無料

■対象者 町内に住所を有し、20歳以上の方で医師に運動を禁止されていない方

※「楽しいエクササイズ」に参加している方は参加できません。

■講師 一般財団法人日本健康財団 健康運動指導士

■持ち物 ・運動しやすい服装 ・室内用の運動靴（室外用の運動靴の底を拭いて使用可）
・水などの水分 ・タオル ・テキスト（初日にお渡しします。）

■申込み 4月5日（火）～ ※定員になり次第、締め切ります。

申込・問合せ 健康増進課 TEL 72-6611



400ml献血

期日	時間	場所	対象者
4月13日（水）	10:00～11:45	大子町役場 駐車場	男性17～69歳、女性18～69歳（体重50kg以上） の健康な方 ※65歳から69歳までの方は、60歳から64歳までに 献血の経験がある方に限られます。
	13:00～16:00		

■持参するもの

献血手帳または献血カード（お持ちの方）、本人確認ができるもの（運転免許証など）

■予約方法

献血Web会員サービス『ラブラッド』（<https://www.kenketsu.jp>）から
献血の予約ができます。三密回避のため、予約献血にご協力をお願いします。



問合せ 健康増進課 TEL 72-6611



人間ドック・脳ドックの一部助成について

4月1日現在で40歳以上の大子町国民健康保険の加入者および大子町後期高齢者医療の加入者を対象に、令和4年度の間人ドック、脳ドック健康診査費の一部助成（7割助成（上限3万円））を行います。※前年度までの国保税や保険料に未納がないことが条件です。

■申請期間 4月7日～（予約の前に必ず申請をお願いします。）

■受診期間 来年の3月末まで

■申請窓口 町民課 国保年金担当

※同一年度内に「人間ドック」、「脳ドック助成」、「国保特定健康診査」、「後期高齢者健康診査」とは重複して受けられません。

人間ドック	健診実施機関	対象ドック	助成額	本人負担額
	志村大宮病院	日帰ドック	29,000円	13,000円
	日立総合病院	日帰ドック	29,000円	12,800円
	茨城県メディカルセンター	日帰ドック	29,000円	12,800円
	水戸済生会総合病院	日帰ドック	29,000円	12,800円
	水戸赤十字病院	日帰ドック	30,000円	12,900円
	東関東クリニック	日帰ドック	29,000円	12,800円
	いばらき健康管理センター	日帰ドック	29,000円	12,800円
	水戸協同病院	日帰ドック	29,000円	12,800円
	国際医療福祉大学病院	日帰ドック 1泊ドック	29,000円 30,000円	12,800円 34,900円
	筑波大学附属病院 つくば予防医学研究センター	上部消化管経 有 鼻内視鏡検査 無	30,000円 30,000円	38,200円 25,000円

※やむを得ず上記健診機関以外で受診する場合も助成の対象となります。取り扱いが上記医療機関と異なりますので希望する方は町民課国保年金担当へご連絡ください。（助成額上限2万8千円）

※婦人科健診等のオプション項目は、助成の対象外です。希望する場合は自己負担で追加受診となります。

※脳併診ドックは、助成の対象外となります。

脳ドック	健診実施機関	助成額	本人負担額
	ブレインピア南太田	16,100円	6,900円
	聖麗メモリアル病院	20,790円	8,910円
	聖麗メモリアル高鈴	20,790円	8,910円
	水戸ブレインハートセンター	16,100円	6,900円
	那須脳神経外科病院	25,410円	10,890円
	国際医療福祉大学病院	30,000円	12,900円

問合せ 町民課国保年金担当 TEL 76-8125



森林の温泉送迎事業について

在宅高齢者の健康増進および社会参加の促進を図ることを目的として、自宅と大子温泉保養センター森林の温泉間での送迎事業を行っています。事前にお申し込みのうえ、ぜひご利用ください。

対象者	料金
町内に住所を有する65歳以上の在宅高齢者	無料※送迎以外の費用（入館料等）は自己負担です。

問合せ 大子温泉保養センター森林の温泉 TEL 72-3200