

# 県民交通災害共済の加入受付開始

☎ 防災安全課 Tel.0299-90-1131

交通事故でけがまたは死亡した場合に、治療日数に応じ、一定の補償が受けられる制度です。  
※市内に住民登録のある小学生は、原則、市の費用負担で加入しています

共済期間=4月1日～2025年3月31日  
費用=高校生以上900円、中学生以下500円



詳しくは  
コチラ

申込場所	【新規加入】 本人確認できるものをご持参ください	【継続加入】 郵送した加入申込書をご持参ください
防災安全課(本庁舎)	○	○
市民生活課(波崎総合支所・防災センター)	○	○
矢田部出張所 若松出張所		○ ※3月29日(金)までの受付
大野原コミュニティセンター うずもコミュニティセンター 平泉コミュニティセンター		○ ※3月2日(土) 午前10時～午後3時に限り受付

# 特定健診は2月末まで！

☎ 健康増進課 Tel.0299-90-1331

高血圧、糖尿病などの生活習慣病は、健診を受けることで早期発見、予防につなげることができます。年に一度、特定健診をぜひ受診してください。



詳しくは  
コチラ

対象=神栖市国民健康保険に加入している40～74歳の方  
受診期限=2月29日(木)  
持ち物=特定健康診査受診券、神栖市国民健康保険証

## 特定健診を受診できる医療機関

いきすの森クリニック、かしまなだ診療所、鹿嶋ハートクリニック、神栖済生会病院、かみす消化器内視鏡クリニック、かみす中央メディカルクリニック、児玉医院、五郎台ファミリークリニック、坂本医院、東部地区健康管理クリニック、にへいなかよしくりニック、白十字総合病院、人見医院、皮フ科内科クリヤマクリニック、小田医院、済生会土合クリニック、すずきクリニック、永木外科胃腸科医院、宝山ハートクリニック、渡辺病院、小山記念病院、島田総合病院

# シルバーリハビリ体操 定期教室 新規参加者募集

☎ 長寿介護課 Tel.0299-91-1701

シルバーリハビリ体操は、介護予防を目的とし、関節の柔軟性を高め筋力を強化できる運動です。

定期的に体操をしてみたい方、同年代の皆さんと一緒に楽しく体を動かしてみませんか！4月からの新しい参加者を募集します。

対象=市内在住の65歳以上で、自分で通うことが可能な方

持ち物=運動しやすい服装、室内履き、水分補給用の飲み物、タオル、ヨガマット

募集人数=99人(抽選)

※今年度から先着順ではなく、申込者の中から抽選で参加者を決定します。抽選からもれてしまった方はキャンセル待ちとなります

申込方法=電話または窓口で申し込み

※申し込みは1教室のみです

申込期限=2月22日(木)

※予算の議決状況などにより内容が変更となる場合があります

教室名	会場	実施日	募集人数
かみす教室	保健・福祉会館	毎週月曜日 午前10時～11時30分	25人
うずも教室	うずもコミュニティセンター	毎週水曜日 午前10時～11時30分	4人
平泉教室	平泉コミュニティセンター	毎週金曜日 午前10時～11時30分	20人
大野原教室	大野原コミュニティセンター	毎週木曜日 午前10時～11時30分	3人
若松教室	若松公民館	毎週水曜日 午前10時～11時30分 午後1時30分～3時	午前5人 午後7人
矢田部教室	矢田部ふれあい館	毎週金曜日 午前10時～11時30分	10人
土合教室	はさき福祉センター	毎週木曜日 午前10時～11時30分	10人
はさき教室	はさき生涯学習センター	毎週木曜日 午前10時～11時30分	15人



# 応募締め切り迫る！かみす健康マイレージ

健康目標を3つ以上達成して応募しよう。  
抽選で850人に景品をプレゼント！

☎ 健康増進課 Tel.0299-90-1331  
〒314-0121 神栖市溝口1746-1

## 目標達成期間

2023年2月16日～2024年2月15日

## 応募期限

2月15日(木) ※消印有効

対象=対象期間と抽選日に、市内に住所を有する20歳以上の方

※年齢は2024年3月31日現在

応募方法=応募用紙に必要事項を明記し、応募箱に投函、問合先に郵送、またはいばらき電子申請・届出サービス

※応募用紙は市ホームページまたは応募箱設置場所で入手可能

応募箱設置場所=市役所本庁舎、保健・福祉会館、波崎総合支所・防災センター、各公民館、各図書館、かみす防災アリーナ、はさき保健・交流センター



- 目標1 健康診断を受診する
- 目標2 がん検診を1つ以上受診する
- 目標3 歯の検診を受診する
- 目標4 健康づくりに関する事業などに1つ以上参加する
- 目標5 個人の健康目標を立てて3カ月以上取り組む

※健康診断や健康づくり事業は市が行なうもの以外でも結構です

今年はこんな豪華景品が当たります！

EMS機器・自動調理鍋・電動歯ブラシ・折りたたみ自転車など

## 【2023年度協賛団体】 ※50音順

(株)agri new winds、(株)ADEKA鹿島工場、(株)伊藤園鹿嶋支店、(公財)茨城県総合健診協会、ウエルシア薬局(株)、花王(株)鹿島工場、(株)カネカ鹿島工場、神栖市歯科医師会、(株)クラレ鹿島事業所、昭和産業(株)鹿島工場、スポーツクラブルネサンス竜ヶ崎ニュータウン、(株)高木商店、(株)千葉薬品、(株)ニッスイファインケミカル総合工場、三菱ケミカル(株)茨城事業所、水戸ヤクルト販売(株)、(株)ユボ・コーポレーション鹿島工場、ライオンケミカル(株)ファインケミカル事業所