

### ③農業集落排水（下水道）工事に伴う交通規制のお知らせ

農業集落排水（下水道）工事に伴い、交通規制を行います。付近にお住まいの方、通行される方には大変ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

#### <友部地区>

#### ①平成21年度友部北部Ⅰ期地区第4工区管路施設工事（小原地内）

**工事期間** 平成22年1月～3月  
**工事場所** 館古宿公民館付近 542m  
**規制内容** 全面通行止および片側通行止（夜間開放）  
**施工業者** ㈱大平商事

#### ②平成21年度友部北部Ⅰ期地区第5工区管路施設工事（小原地内）

**工事期間** 平成22年1月～3月  
**工事場所** 久保宿地内の県道杉崎・友部線 162m  
**規制内容** 全面通行止（夜間開放）  
**施工業者** ㈱大平工務店

#### ③平成21年度友部北部Ⅰ期地区第6工区管路施設工事（小原地内）

**工事期間** 平成22年1月～3月  
**工事場所** 久保宿地内の県道杉崎・友部線および市道 166m  
**規制内容** 全面通行止（夜間開放）  
**施工業者** 芳野工業㈱



※工期と通行規制には、準備期間等によりずれが生じます。

問 下水道課（内線 71112）

### ④国民健康保険退職者医療制度への切替えについて

笠間市国民健康保険にご加入中の被保険者の方で、下記の要件に該当する方は、退職者医療制度への切替え手続きが必要となります。

年金証書（年金手帳ではありません）・国民健康保険被保険者証（退職本人・退職被扶養者）・印鑑・運転免許証またはパスポートを持参の上、最寄りの担当課で手続きをしてください。

#### 退職本人の要件（すべてに該当する方）

- ①国民健康保険に加入している方。
- ②65歳未満の方。
- ③厚生年金、各種共済組合などの老齢・退職年金受給者または受給資格取得者で、その加入期間が20年以上、もしくは40歳以上での加入期間が10年以上ある方。  
\*国民年金は対象外となります。

#### 退職被扶養者の要件（すべてに該当する方）

- ①国民健康保険に加入している方。
- ②65歳未満の方。
- ③同一世帯で、主に退職被保険者により生計を維持している方。
- ④年間収入が130万円未満（60歳以上では180万円未満）の方。

**手続き** 笠間支所市民窓口課（内線 72103）  
 岩間支所市民窓口課（内線 73183）

**手続・問** 保険年金課（内線 139・140）

### ⑤第2回腰痛講演会の開催

自分の腰痛の原因を知り、予防法を身につけ、すがすがしい毎日を送りましょう。

**日時** 平成22年1月29日（金）  
 午後1時30分～3時

**場所** 笠間保健センター  
**講師** 水戸赤十字病院 理学療法士 古田英二郎（ふるた えいじろう）さん

**内容** 腰痛のメカニズムに関する講話、腰痛体操

**定員** 20名（定員を超えた場合は抽選）

※初回参加者を優先します。  
 ※体操のできる服装でご参加ください。

**参加費** 無料

**申込期限** 平成22年1月21日（木）

**申・問** 笠間保健センター Tel. 0296-72-7711

### ⑥ゆかいふれあいセンター「第4回健康水中運動教室」の参加者募集

コース	開催日	曜日	時間
アクアビクス (昼間)	平成22年2月 2、4、9、16、18、 23、25日	火・木	13:00 ～ 13:50
	3月2、4、9日 全10回		
アクアビクス (夜間)	平成22年2月 3、5、10、12、 17、19、24、26日	水・金	18:00 ～ 18:50
	3月3、5日 全10回		

**会場** ゆかいふれあいセンター25m室内温水プール

**講師** 日本体育施設協会 水泳指導管理士  
**内容** 水に潜らずに、音楽に合わせて水中運動を行います。

**対象者** 16歳以上の健康な方

**定員** 各コース25名（定員を超えた場合は抽選）

※定員に満たない場合は随時受け付けます

**受講料** 昼間5,000円、夜間3,000円（入館料）

**申込期間** 平成22年1月20日（水）～  
 24日（日）の5日間

※午前9時～午後7時、日曜日のみ午後5時まで。

**申込方法** 印鑑を持参の上、ゆかいふれあいセンターへご来館ください。

**申込結果** 平成22年1月29日（金）までに郵便で通知します。受講が決定した方は、第1回目の受講日に受講料5,000円（夜間3,000円）をご持参ください。

**申・問** 笠間・水戸環境組合 ゆかいふれあいセンター Tel. 0296-78-3796