

案内

●安定した米づくりのため米の生産調整を実施しましょう

米の在庫が年々増加する一方、米価は10年前に比べて60kgあたり4,400円程度下がっています。今後米の供給過剰が続き米価の下落が続くと、農家の稲作経営が立ち行かなくなります。生産者の皆さん、米価の安定を図るため農協や集荷業者などが作成している生産方針に、一人一人が自分たちの問題として捉え、生産調整にしっかりと取り組みましょう。

■問い合わせ 農政課水田農業振興室
 TEL23-11800

●『教育ローン』と『利子補給制度』のお知らせ

【ろうぎんの教育ローン】▼対象 幼稚園から大学・専門学校までの受験料や入学金、授業料、学用品、下宿の敷金、留学費用（6ヶ月以上）▼融資額 最高500万円（労金の会員は1,000万円まで）▼返済期間 最長

10年、元金据置期間5年 ▼金利 1.9%（平成19年11月1日現在）【育英基金の利子補給制度】▼前記の金利に対して在学中（最長4年以内）お子様1人あたり100万円（1世帯300万円）までの融資に対し、年1%の金利が軽減されます。 ※保証料は原則個人負担ですが、市では保証料の給付を行っています。（保証料交付の融資限度額300万円）

■問い合わせ 市商工観光課
 TEL20-11160 中央労働金庫下館支店 TEL24-15221

●農業者年金に加入しましょう

▼60歳未満の国民年金第1号被保険者で、年間60日以上農業に従事している人は誰でも加入できます。

▼少子化時代に強い年金 自ら積み立てた保険料とその運用益により将来受け取る年金額が決まる「積立方式（確定拠出型）」で、保険料を自由に決められます。（月額2万円～6万7千円）▼終身年金で80歳までの保証付き 農業者高齢年金は、原則65歳から生涯受け取ることができます。仮に80歳前に

亡くなられた場合でも、80歳までに受け取れるはずであった農業者高齢年金を死亡一時金としてご遺族に支給します。▼税の特例 支払った保険料は、全額（最高年額80万4千円）が社会保険料控除の対象で所得税・住民税が節税になります。将来受け取る農業者年金には公的年金等控除が適用されます。▼認定農業者など担い手の皆さんは保険料の国庫補助が受けられます。

■問い合わせ 農業委員会事務局
 TEL20-11167

●平成19年度障害者控除対象者認定の申請について

介護保険法の要介護認定を受け、福祉事務所長から障害者に準ずると認定された65歳以上の人は、障害者手帳などの交付を受けていない場合でも、所得税や市県民税の障害者控除が受けられます。申告の前に印鑑を持参のうえ市障害福祉課または各支所福祉課で障害者控除対象者認定の申請をしてください。障害者手帳などの交付を受けている人は、手帳による控除が受けられますので、申請の必要はありません。

■問い合わせ

障害福祉課更生支援グループ
 内線226

●下館総合体育館トレーニングルーム利用者講習会

▼日時（募集人数・先着順） ①12月4日、11日、18日の各火曜日午前11時～正午 ②12月7日、14日、21日の各金曜日 午後8時～9時 ③12月2日、16日の各日曜日午後1時30分～2時30分 ▼費用 300円（当日徴収）

▼場所 下館総合体育館内トレーニングルーム ▼必要品 体育館用シューズ、運動のできる服装、筆記用具 ▼申し込み 11月28日（水）午前8時30分から、電話で市スポーツ振興課へ※各回先着10人（1回の申し込みで2人まで受付可）

■問い合わせ

スポーツ振興課（下館総合体育館内）
 TEL28-15040

●国民年金保険料の税務申告は証明書の添付が必要です

▼国民年金保険料は、全額が社会保険

12月4日(日)~10日(土)は 人権週間です

1948年(昭和23年)12月10日、国連総会で世界人権宣言が採択されたのを記念し、毎年12月10日は『人権デー(Human Rights Day)』と定められました。法務省と全国人権擁護委員連合会では、人権デーを最終日とする12月4日から10日までを『人権週間』として各種の人権啓発活動を行っています。

筑西市内4会場で 特設相談所を開設 《啓発活動》も実施

▶相談内容=相続、扶養、離婚、いじめ、体罰、借地、借家、境界、差別、金銭貸借、登記の問題、その他 ▶相談日程=12月8日(土)、6頁『生活の困りごと相談』の日程表参照
《啓発活動》▶日程=12月8日(土)
▶かましん下館店前=午前10時~午後3時
▶エコス関本店・スーパー塚田、あけの元気館、カスミ協和店=午後1時~3時

小学校人権書道コンクール 『優秀作品展』

市内20校の5、6年生から1,510点の応募があり、優秀作品40点(各学年20点)を展示。
▶中央図書館=11月16日(金)~21日(水)
▶生涯学習センター(ペアーノ)ロビー=11月27日(火)~12月2日(日)
▶あけの元気館=12月5日(水)~11日(火)
▶協和公民館1階ロビー=12月13日(木)~19日(水)

■問い合わせ 広報広聴課
TEL 24-2111 内線314

人権週間記念講演会

▶日時=12月8日(土)午後1時~4時
開場12時20分 ▶会場=東海文化センター
▶内容=人権啓発ポスター・メッセージ表彰式、人権作文朗読、アトラクション(人権クイズ)、講演=講師:高橋元太郎氏(俳優)
▶対象者=一般県民、企業、運動団体、教育・行政関係者など800人 ▶入場=無料

■問い合わせ・申し込み
茨城県人権啓発推進センター
TEL 029-301-3136

人権擁護委員が法務局に常駐

▼常駐時間=毎週月曜日(祝日を除く)午前10時~午後3時 ▼常駐場所=水戸地方法務局下妻支局別館(下妻市下妻乙12412) TEL43-3935 ▼常駐委員=下妻人権擁護委員協議会所

料控除(非課税)の対象です。▼年末調整や確定申告で国民年金保険料を申告する場合は、『社会保険料(国民年金保険料)控除証明書』の添付が必要で、『社会保険料(国民年金保険料)控除証明書』は、11月上旬に社会保険庁から送付されますので、申告の時まで大切に保管してください。
■問い合わせ
社会保険庁控除証明書専用ダイヤル
TEL0570-00019911
(11月1日~平成20年3月14日の平日午前9時~午後5時)



勤行川(五行川)で鮭が見られます

今年も、勤行川(五行川)に鮭が帰ってきました。産卵のために、利根川、小貝川、勤行川と、太平洋からはるばる150kmもの距離を遡って来ました。勤行川では、川岸や橋の上から、遡上する魚影や産卵の姿を手軽に見ることが

属の人権擁護委員 ※電話相談や午前8時30分~午後5時は支局職員による相談なども行っています。

五行川の測量を行います

茨城県では、五行川の浸水想定区域図を作成するため、河川の現況測量を行います。測量にあたっては調査員が一時的に私有地に立ち入って作業をする場合がありますので、ご理解とご協力をお願いします。

▼測量期間=12月1日(土)~平成20年1月24日(木) ▼測量箇所=栃木県境(桂橋)~小貝川合流点まで

■問い合わせ
筑西土木事務所
道路河川整備第二課
TEL 24-9275

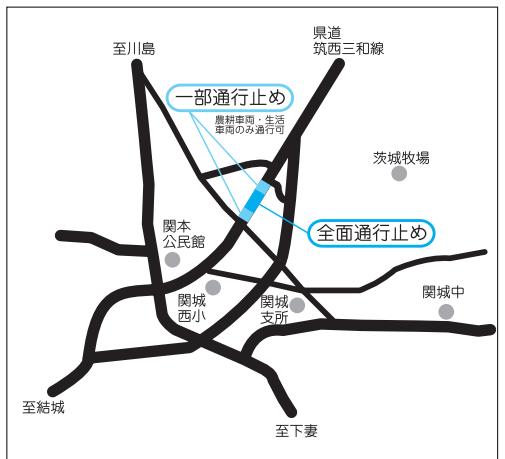
『落とし物』の取り扱いが 12月10日から変わります

▼持ち主のわからない落とし物や忘れ物は、3か月経過すると拾った人がその物件を引き取ることができます。▼落とし物や忘れ物が県警のホームページで公開され、探しやすくなります。▼動物愛護法による引取りの対象となった所有者の判明しない犬や猫は、遺失物の対象外となり、県などが引き取るようになります。※落とし物や忘れ物をしたり、拾ったりした場合は、警察署や交番・駐在所に届けて下さい。

■問い合わせ
筑西警察署 TEL24-0110

交通規制(全面通行止め)

経営体育成基盤整備事業布川地区の県道横断暗渠工事により、全面通行止



めとなります。▼期間 11月9日(金)～平成20年2月29日(金) ▼場所 舟生地先(県道筑西三和線)

茨城県筑西土地改良事務所
工務第一課 TEL24-9244

イベント

第3回筑西市民囲碁大会

▼日時 11月23日(金・祝日) 受付・午前9時～ 試合・午前9時30分～午後4時30分 ▼場所 2階アルテリオ2階会議室 ▼参加費 2,000円(昼食付き) 小中学生は無料
■問い合わせ・申し込み
佐藤 TEL28-7314

筑西市芸術祭芸能発表大会

▼日時 12月1日(土) 午前10時
▼場所 明野公民館(イル・ブリランテ)

▼主催 筑西市文化協議会
■問い合わせ 教育委員会文化課
TEL22-0183

生涯学習センター クリスマスコンサート

▼日時 12月9日(日) 午後2時開演
(開場・午後1時30分) ▼会場 市立生涯学習センター(ペアーノ) ▼出演 関城吹奏楽団(茨城県吹奏楽コンクール金賞受賞) ▼内容 クリスマスソングほか(入場無料)
■問い合わせ 市立生涯学習センター
TEL37-7803

農協まつり輪投げ大会

▼日時 12月1日(土)、2日(日)
▼午前10時～ ▼場所 上平塚グラウンド
▼内容 個人戦、団体戦は午後1時～！一チーム4人、受付は正午～誰でも参加可、成績により農協から賞品あり
■問い合わせ 下館輪投げの会
大和田 TEL22-4506

親子で楽しむ クリスマスコンサート

▼日時 12月8日(土) 午後5時開演
(開場・午後4時30分) ▼場所 宮山ふるさとふれあい公園内管理センター
▼出演 ソプラノ・大和田夕紀 テノール・大島豪 ドリウム合唱団ほか
▼内容 クリスマスソングほか(入場無料)

■問い合わせ ドリウム合唱団調(しらべ) TEL52-3164

日用品即売会 筑西市生活学校

▼日時 12月6日(木) 午前9時～
▼場所 アルテリオ前まちかど広場
▼販売品目 味噌、ひしお、花、手作り小物、不用品リサイクルなど
■問い合わせ しもだて地域交流センター TEL23-1616

講演会『芸人』という仕事

▼日時 12月3日(月) 午後2時～3時30分 ▼会場 ダイヤモンドホール(玉戸) ▼内容 講演会「芸人」という仕事～三味線だいて35年～ ▼講師 寄席音曲・柳家小菊氏 ▼主催 下館商工会議所女性会 ※入場無料
■問い合わせ 下館商工会議所
TEL22-4596

下館マンドリンクラブ 第2回定期演奏会

▼日時 12月2日(日) 午後2時開演
開場・午後1時30分 ▼会場 スピカ6階コミュニケーションプラザ ※入場無料
■問い合わせ
下館マンドリンクラブ
TEL57-19273

下館法人会女性部主催 『人形浄瑠璃』真壁白井座

▼日時 12月5日(水) 午後1時～

▼場所 ダイヤモンドホール(玉戸)
▼内容 真壁白井座による人形浄瑠璃「傾城阿波乃鳴門」 ※入場無料(チャリティー)
■問い合わせ
(社) 下館法人会下館地区会女性部会
TEL22-4596(商工会議所内)

西城慶子50周年記念 チャリティーコンサート

▼日時 12月1日(土) 午後6時～
▼会場 ダイヤモンドホール(玉戸)
▼料金 12,000円
■問い合わせ
K・Sオフィス TEL24-0028

シルエットしもだて 第27回写真展

▼日時 12月1日(土)～4日(火)
▼午前10時～午後6時(最終日は午後5時まで) ▼場所 筑西市文化ギャラリー(スピカ6F)
■問い合わせ
シルエットしもだて
佐藤 TEL24-5770

家計講習会・見直してみませんか？ わが家のお金の使い方

▼日時 11月21日(水) 午前10時～正午 ▼場所 地域交流センター・アルテリオセミナー室 ▼内容 講習会「どの年代でも役立つ家計簿」「CO2削減をねがって」 ▼会費 資料代と

して500円、託児あり(1歳以上) 300円(保険代・おやつ付き) ▼
主催 全国友の会下館支部
■問い合わせ 渡辺 TEL24-02255

読み聞かせ

▼日時 11月25日(日) 午後2時
▼場所 中央図書館おはなしコーナー
▼内容 紙芝居『やさいもほかほか』
絵本『くじらのクーはくいしんぼ』『三
びきやぎのガラガラドン』、折り紙あ
そび
■問い合わせ 読み聞かせ『あすなろ
の会』 手面 TEL24-4547

募 集

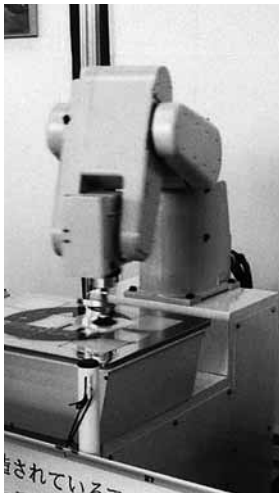
2008版SLカレンダー

▼サイズ 縦595mm・横425mm ▼

ファナック(株) ロボット展示

ファナック(株)では、つくば明野北部工業団地(松原)の新工場の操業開始を記念し、筑西市文化祭に同社の主力製品であるロボットの展示を行います。この機会に、世界に誇る同社の最先端技術をぜひご覧ください。

- 期間 = 11月22日(木) ~ 25日(日)
- 時間 = 午前10時 ~ 午後5時(25日は午後3時まで)
- 場所 = スピカ6Fエントランスホール
- 問い合わせ = 都市計画課 (TEL 20-1178)



ファナック(株)は、平成17年に茨城県開発公社が整備を進めていた、つくば明野北部工業団地(市内松原)の全用地(24.6㌖)を同社1社で取得。今年6月から工場の建設を進めていました。同社の名誉会長・稲葉清右衛門氏(名誉市民・筑西ふるさと大使)は市内向上野の出身。

価格 1,000円 ▼販売場所 真岡駅、久下田駅、益子駅、茂木駅、真岡駅西口SL館、SL列車内 ▼郵送申込み可
■問い合わせ
真岡鐵道株式会社 総務課
TEL 0285-84-2911

早川義孝展ワークショップ 「ランプシェードを作ろう」

▼内容 早川義孝先生と一緒にランプシェードを作ります。完成した作品は、1月6日(日)まで美術館に展示します。▼日時 12月22日(土) 午後3時 ~ 4時30分 ▼場所 アルテリオ・1階集会室 ▼募集人数 50人(応募多数抽選) ▼材料費 1人500円 ▼対象 どの年齢でも参加できます ▼持参物 鉛筆、消しゴム、墨汁または水彩絵の具一式、古タオル ▼申し込み 12月1日(土) ~ 12日(水) 午前10時 ~ 午後6時に、住所・氏名・年齢・電話番号を電話またはメール(darehi@city.chikusei.jp)に。
■問い合わせ・申し込み
しもだて美術館 TEL23-1601

は水彩絵の具一式、古タオル ▼申し込み 12月1日(土) ~ 12日(水) 午前10時 ~ 午後6時に、住所・氏名・年齢・電話番号を電話またはメール(darehi@city.chikusei.jp)に。
■問い合わせ・申し込み
しもだて美術館 TEL23-1601

地域交流「はじめてのパソコン教室」参加者募集

▼内容 パソコン(Word)の操作を基礎から学習します。▼日時 平成20年1月23日、30日、2月6日、13日、20日の水曜日 全5回 午前9時 ~ 正午 ▼場所 しもだて地域交流センター・研修室 ▼対象 市内在住・通勤の人(学生は除く) ▼募集人数 20人(応募多数抽選) ▼受講料 資料代200円程度 ▼持参物 筆記用具等 ▼申込期間 11月20日(火) ~ 23日(金) 午前9時 ~ 午後5時
■問い合わせ・申し込み
しもだて地域交流センター
交流支援グループ TEL23-1616

地域交流「親子クリスマスケーキづくり教室」参加者募集

▼内容 「デコレーションケーキ」を作ります。▼日時 12月8日(土) 午後1時30分 ~ 4時30分 ▼場所 しもだて地域交流センター・調理室 ▼対象 小学生とその保護者 ▼募集人数 18組 ▼材料費 2,000円

程度(当日徴収) ▼持参物 エプロン、三角巾、ふきん、ハンドタオル、筆記用具等 ▼申込受付 11月21日(水) 午前9時
■問い合わせ・申し込み
しもだて地域交流センター
交流支援グループ TEL23-1616

地域交流「スポーツ吹矢体験教室」参加者募集

▼日時 12月12日(水) 午後1時30分 ~ 4時30分 ▼場所 しもだて地域交流センター・集会室 ▼募集人数 先着30人程度 ▼参加費 無料 ▼持参物 タオル、筆記用具等 ▼申込受付 11月28日(水) 午前9時
■問い合わせ・申し込み
しもだて地域交流センター
交流支援グループ TEL23-1616

ファミリー教室「ミニクリスマスツリーを作ろう」参加者募集

▼内容 針葉樹の枝や木の葉を使ってクリスマスツリーを作ります。▼日時 12月1日(土) 午前10時 ~ 正午 ▼場所 協和公民館・1階ホール ▼対象 幼児から小学2年生の子どもとその保護者 ▼募集人数 先着20組 ▼材料費 親子1組につき1,000円(当日徴収) ▼持参物 はさみ・ビニール袋 ▼申込期限 11月28日(水)
■問い合わせ・申し込み 協和公民館 TEL57-2511 内線333

いばらきの森林づくり活動参加者募集

▼内容 講習会と森林整備活動(整理伐)
▼日時 12月15日(土) 午前9時～
▼場所 筑西市桑山地区(古里小学校西側の森林)
▼募集人数 100人
▼参加費 無料
▼申込期限 11月30日(金)

■問い合わせ 県西地方総合事務所
農林課 TEL24-9176

男女共同参画チャレンジ支援セミナー

▼日時 12月3日(月) 午前10時～正午
▼場所 茨城県女性プラザ男女共同参画支援室
▼内容 講演「大切にしたいわたしの時間ー学ぼう収納術ー」
▼講師 吉田俊子氏(収納カウンセラー)
▼募集人数 先着30人
▼参加費 無料

■問い合わせ・申し込み

茨城県女性青少年課プラザ
男女共同参画支援室
TEL029-2333-3982

講座生募集

▼講座 ①簿記:12月4日(火)～平成20年1月29日(火)、毎週火・金曜日、午後6時30分～9時30分 全14回
受付 11月27日(火)まで
②JW-CAD 初級:12月4日(火)・5日(水)・6日(木)、午前9時～午後4時 受

付 11月27日(火)まで ③インターネット活用講座:12月18日(火)、19日(水)、20日(木)、午前9時～午後4時 受付 11月20日(火)～12月11日(火) ▼受講料 6,000円から12,000円
■問い合わせ・申し込み
筑西地域職業訓練センター
TEL0296-7511254

相談

青少年なんでも相談

▼期日 12月3日(月)・5日(水)・7日(金)・10日(月)・12日(水)・14日(金)・17日(月)・19日(水)・21日(金)・26日(水) ※24日(月)天皇誕生日の振替休日のため休みます
▼時間 午後1時～午後5時
▼場所 市青少年センター(スピカ分庁舎3階) ▼秘密 厳守 ▼費用 無料
■問い合わせ
市青少年センター TEL24-6081

補装具(義肢・補聴器等)交付・修理巡回相談

▼日時 12月4日(火) 午前9時30分～11時30分
▼場所 市総合福祉センター(小林)
▼必要品 身体障害者手帳、印鑑 ※当日交付を希望する人は、事前に申請してください。
■問い合わせ

障害福祉課更生支援グループ
内線226

税務相談

▼期日 12月5日・19日の各水曜日
▼時間 午後1時30分～4時30分
▼場所 市役所1階相談室 ▼相談員 税理士 ▼予約不要、直接会場へ
■問い合わせ

生活の困りごと相談(市)					
区分	相談日時	相談会場	相談員	申し込み	問い合わせ
人権相談	12月8日(土) 午前10時～正午	関城支所 3階委員会室	遊佐行弘 津田幸夫	事前申込不要 (当日来訪順に受付)	関城支所総務課 TEL 37-6111 内線 371
		明野支所 2階相談室	星野治子 水柿修成		明野支所総務課 TEL 52-1111 内線 223
	協和公民館 1階総合ホール	中島文夫 橋本良子	協和支所総務課 TEL 57-2511 内線 203		
	12月8日(土) 午前10時～午後3時	市民会館 2階会議室	田崎善彦 鬼澤和江 大林浩潔 加藤清位 堀江 横川日成		市広報広聴課 TEL 24-2111 内線 314
行政相談	12月8日(土) 午前10時～正午	協和公民館 1階総合ホール	行政相談委員 (総務大臣委嘱)		協和支所総務課 TEL 57-2511 内線 203

心配ごと相談窓口(社協)			
区分	相談員	相談日時	相談場所・予約先
一般相談 電話相談	民生委員 学識経験者	12月6・13・20・27日(木) 午後1時～4時 ◇ 直通ダイヤル ◇ TEL25-6141	筑西市総合福祉センター TEL22-5191
法律相談	弁護士	12月14日(金) 午前10時～正午 ■予約=12月3日(月) 午前9時から電話にて受付(市内在住の人・5人で締め切ります。順番は当日9時から受付順となります。)	

関東信越税理士会下館支部
青木 TEL24-13630

『ジョブカフェいけんせい』

▼就職活動支援サービス 就職相談・カウンセリング、職業紹介、内職相談、求人情報の提供
▼企業支援サービス パートナーカンパニー(若年求職者のスキルアップ協力企業)の登録:若

年者インターシップ支援、人材募集、採用支援、人材紹介、合同企業説明会・企業向けセミナーの開催、社員定着支援
▼相談時間 平日午前9時～正午 午後1時～4時 ▼費用 無料
■問い合わせ 筑西合同庁舎分庁舎1階 職業紹介等 TEL23-3811
内職相談等 TEL24-9141

社会保険事務所年金相談 受付時間の変更

▼土曜日の開庁 午前9時30分～午後4時
▼月曜日の窓口延長 午後7時

木造住宅簡易耐震診断相談

過去の地震で比較的古い木造住宅が数多く倒壊し、多数の人が犠牲となりました。いつ起こるかわからない地震に備えて建物が安全かどうか、専門家(相談員)が会場で相談に応じます。一緒に確認してみましょう。
▶受付=随時募集 ▶日時=申込受付後、開催日などを後日連絡します。▶場所=本庁舎エントランスホール ▶相談員=(社)茨城県建築士会筑西支部 ▶相談内容=わが家の耐震診断(問診表)による相談 ※申込受付後、事前に現地で簡易的な予備調査を実施 ▶費用=無料
■問い合わせ・申し込み
建築課建築係 TEL 20-1177

第4回筑西市民病院学会開催

▶日時：12月1日(土) 午後12時30分～午後5時 ▶場所：コミュニティプラザ(下館駅前スピカビル6階) ▶内容：一般演題発表、特別講演：済生会栗橋病院副院長・NPO法人医療制度研究会副理事長 本田 宏先生 ▶入場＝無料 ■問い合わせ：市民病院庶務課 TEL 28-2261

まで ※月曜日が休日の場合は、翌火曜日に実施 ▼年金電話相談センター (TEL 0570-051165) は、午前8時30分～午後5時15分 ▼ねんきんあんしんダイヤル(TEL 0120-657830) は24時間対応。

■問い合わせ 社会保険事務所 TEL 25-0811

●多重債務者向け無料相談会

▼日時 12月10日(月) 午前10時～午後4時 ▼場所 茨城県筑西合同庁舎(二木成615) ▼対象者 多重債務者 ▼定員 先着30人 ※事前予約 ▼費用 無料 ▼申込期限 12月7日(金) ■問い合わせ・申し込み 茨城県生活文化課 TEL 029-1301-2829

●外国人のための一日無料弁護士相談 in 筑西

▼日時 12月2日(日) 午前11時～午後4時(3時30分受付終了) ▼場所 11もだて地域交流センター・アルテリオ ▼当日の連絡先 TEL 090-2645-6448 ▼対象者 外国人または外国人に係わる日本人 ▼

●小児科の診療を開始しました

▼診療日 11月8日から毎週木曜日のみ ▼受付時間 午前7時30分～11時(初診は午前8時) ■問い合わせ 市民病院庶務課 TEL 28-2261 内線317

相談内容 在留資格、労働関係、研修、国際結婚、税金、保険、その他生活全般 ▼相談言語 日本語、英語、中国語、タイ語、タガログ語、ポルトガル語、韓国語、スペイン語、インドネシア語 ▼秘密厳守、無料 ■問い合わせ (財)茨城県国際交流協会 TEL 029-244-3811

健康

●健康運動教室

健康づくりのため、筑西はつらつブラエティー体操を開催します。運動のできる服装・運動靴で気軽に参加してください。▼日時 11月27日(火) 午後1時30分～3時 ▼場所 スピカ分庁舎3階「健康広場」▼対象者 運動のできる人(定員25人程度) ▼持参物 バスタオル、タオル、飲み物 ■問い合わせ・申し込み 健康増進課 TEL 22-0506 健康運動普及員会 会長 鳥生厚夫 TEL 20-3386

●免疫的疾患に悩む市民のための健康講座

▼日時 11月30日(金) 午後3時30分～5時(開場・午後3時) ▼会場 地域交流センター・アルテリオ1F集会室 ▼内容 講演「更年期女性の不定愁訴と目・口腔乾燥症を考える」講師・筑波大学付属病院・伊藤聡先生

▼入場無料 ■問い合わせ 膠原病リウマチアレルギー内科・伊藤聡 TEL 029-853-3186

●インフルエンザが流行する季節になりました

インフルエンザは冬に流行します。インフルエンザの予防は流行前に予防接種を受けることが大切です。日常生活でできるインフルエンザの予防として：①人混みへ出かけるのをできるだけ避ける ②外出から帰ったら、うがいと石鹸での手洗いを習慣づける ③加湿器などを使って室内の湿度を保つ：などが基本です。なお、市では65歳以上の人がインフルエンザ予防接種を受けた場合、1,000円の補助をしています。 ■問い合わせ・申し込み 健康増進課 TEL 22-0506

●11月の健康講座

▼日時 11月28日(水) 午後3時～4時 ▼場所 市民病院2階会議室 ▼演題 「医療崩壊！勤務医不足はなぜおこった」～みんなで考えてみよう～ ▼講師 市民病院・古谷政一院長 ■問い合わせ 市民病院庶務課 TEL 28-2261

●愛の献血

▼日程 11月21日(水) 筑西市役所明野支所、午前10時～正午 ▼11月29

日(木) 筑西市役所、午前10時～正午、午後1時30分～午後3時30分 ■問い合わせ 保健推進課 TEL 22-0535

●転倒骨折予防教室

▼対象者 65歳以上の人(下館地区) ▼日時 12月3日(月)、6日(木)、10日(月)、13日(木)、17日(月)、20日(木) 午後1時30分～午後3時 ▼定員 先着20人 ▼場所 筑西市総合福祉センター ▼持参する物 飲み物、タオル、運動しやすい服装、靴 ■問い合わせ・申し込み 市社会福祉協議会 TEL 22-5191

お礼とご報告

【寄付】青少年育成へ 関城未来クラブ様 35,000円 / 大田小学校へ 黒沢輝一様(西方) 名入れポケットブルベスト(大田子ども安心ネットワーク交通安全見守り隊用) 30着(150,000円相当) / 市社会福祉協議会へ 稲荷町自治会様 8,770円 / ゆうき動物病院様 10,000円 / 明野ジョギングクラブ様 28,397円 / 石田隆様(舟生) 5,000円 / 本城町女性会様 5,000円 / 21年会様 59,429円 / 『日本の青空』上映実行委員会様 30,000円 / (株)ナカザワ様 タオル100本 / ことぶき荘老人ホームへ 古奈陽様(桜町) 米10kg