

案内

● 国民健康保険証が4月1日から更新になります

4月1日から国民健康保険の被保険者証（保険証）が更新となります。保険証はこれまでと同様、世帯主にまとめて3月下旬に簡易書留郵便で送付されます。ただし、保険税に納め忘れのある世帯は別に通知します。

【保険証が届いたら】保険証に記載されている内容に間違いがないか、また、加入者全員分があるか確認してください。

【資格異動の手続】社会保険に加入したときなどは、届出が必要です。国民健康保険証と加入した健康保険証の両方を持参し、手続を行ってください。

世帯主、住所等が変更となる

場合も世帯全員の保険証を持参してください。

【就学や施設入所のため住民票が市内にない場合】在学、入所証明書等を持参のうえ、手続を行ってください。

※後期高齢者医療の保険証の有効期限は7月末日までなので、今回は郵送されません。

● 医療保険課 内線245

● 使用していない原付等は廃車手続をしてください

軽自動車税は、毎年4月1日現在の所有（使用）者に課税されます。

壊れて動かないなど、今後使用しないときは、4月1日までに原付等の廃車手続をしてください。4月2日以降に廃車にすると、その年の軽自動車税は課税されますのでご注意ください。

● 市民税課 内線474

本庁
☎ 0296-24-2111（代表）
筑西市下中山 732 番地 1

関城支所
☎ 0296-37-6111（代表）
筑西市舟生 1040 番地

明野支所
☎ 0296-52-1111（代表）
筑西市海老ヶ島 1300 番地

協和支所
☎ 0296-57-2511（代表）
筑西市門井 1962 番地 2

防災無線 再応答サービス
フリーダイヤル
0120-0296-99
▶ 防災行政無線で放送した内容を再度聞くことができます。
消防防災課 ☎ 内線368・369

筑西市長選挙及び筑西市議会議員補欠選挙

- ▶ 告示日(立候補届出日) = 4月7日(日)
- ▶ 投票日 = 4月14日(日)
- ▶ 時間 = 午前7時～午後6時
(投票所閉鎖時間が2時間繰り上がりました)

【期日前投票】
投票日の当日、仕事や旅行、出産予定など、やむを得ない事情で投票所に行けない人は、入場券が届く前でも宣誓書などの手続をし、期日前投票ができます。

- ▶ 期間 = 4月8日(月)～13日(土)
- ▶ 時間 = 午前8時30分～午後8時

筑西市長選挙・筑西市議会議員補欠選挙 立候補予定者説明会

- ▶ 日時 = 3月19日(火) 午前10時～
 - ▶ 場所 = 市役所本庁舎2階研修室
- ※立候補を予定している人は、本人又は代理人が出席してください。当日立候補届出に必要な書類を配布します。

● 市選挙管理委員会（総務課内）内線332

● 原動機付自転車などの標識の交換について

原動機付自転車及び小型特殊自動車で登録時と違う車両に入替えた人、所有者が死亡した車両を相続した人は、新しい標識に交換しますので申告してください。

また、小型特殊自動車（フォークリフト、乗用装置のある農

耕作用自動車等）は、道路で運行しなくても課税の対象となりますので申告してください。

● 市民税課 内線474

● 茨及び土浦ナンバーの小型特殊自動車廃車届出

平成24年4月2日～25年4月1日に、茨城県運輸支局で次の表に該当する小型特殊自動車（茨及び土浦ナンバー）の廃車

普通車 (AT・MT) **卒業予定コース**
受付実施中！ お急ぎでない方も、卒業するまでの予約はおまかせ下さい。
個別送迎 **無料** 託児室完備 **無料**

茨城県西自動車学校 TEL:0296-37-6012(代)
上筑波自動車学校 TEL:029-869-0931(代)

茨城県自動車学校協会 <http://www.kenseljikou.co.jp/>

茨城県西自動車学校
〒303-0181 茨城県取手市北町5-296 ☎ 0296-37-6012(代)

上筑波自動車学校
〒300-4201 茨城県つくば市南町1-298-2 ☎ 029-869-0931(代)

手続をした人及び予定している人は、4月1日(月)までに市民税課に届け出てください。

※現在では、市役所でも廃車手続ができるようになりました。廃車手続の際は、ナンバーと印鑑を持参してください。

	農業用トラクター	産業建設車両
長さ	制限なし	4.70m以下
幅	制限なし	1.70m以下
高さ	制限なし	2.80m以下
最高速度	時速35km未満	時速15km以下
総排気量	制限なし	制限なし

市民税課 内線474

●市税等の口座振替の申込み・変更・廃止手続

市税等の納付には、安全・便利・確実な口座振替をご利用ください。申込みは、市内の金融機関、市収税課・各支所・川島出張所で受け付けます。既に口座振替をしている人で、振替口座・振替方法を変更又は廃止するときは、収税課管理グループまでご連絡ください。

※残高不足等により当初の振替日に振替ができなかった場合、再度振替をすることはできません。収税課から振替できなかった理由を記載した口座振替不能通知書を発送しますので、同通

知書で納付してください。

収税課 内線444・449

●3歳児健康診査を受診しましょう

3歳児健康診査は、市が行う最後の乳幼児の集団健診です。身体計測、歯科・内科診察、尿検査などを実施します。お子さんのからだやこころの発達、成長を確認するために、ぜひ受診してください。

健診通知は、3歳2か月になる月に送っています。4月に保育園・幼稚園に入園予定で、健診日に3歳を迎えているお子さんも繰り上げて受診できます。健診票一式を送りますので、事前にご連絡ください。

健康づくり課 ☎22-0506

●東西総合公園の開園時間延長のお知らせ

通常、東西総合公園の開園時間は、12〜3月は午前8時30分〜午後5時、4〜11月は午前8時30分〜午後9時ですが、開園時間延長を前倒しし、3月1日から午後9時まで開園します。

※3月中の各有料施設の予約は、電話のみの受付です。

東西総合公園管理事務所

☎57-5631

ご存じですか？ 障害者(児)制度

申請・問い合わせ 障害福祉課 内線295

☆障害のある児童を養育している人へ……………

【特別児童扶養手当】 身体や精神に障害のある20歳未満の児童を家庭で養育している父母又は養育者に支給します。

障害の程度	手当等級と手当額
①身体障害の程度が身体障害者手帳のおおむね1級又は2級程度の人(内科的疾患を含む) ②療育手帳の判定がA、A程度の知的障害(重複障害を含む)又は同程度の精神障害がある人	【1級】 対象児童1人につき 月額50,400円
①身体障害の程度が身体障害者手帳のおおむね3級程度の人(内科的疾患を含む) ②療育手帳の判定がB程度の知的障害(重複障害を含む)又は同程度の精神障害がある人	【2級】 対象児童1人につき 月額33,570円

※手帳を所持していなくても、上記程度の障害があれば該当します。

▶対象とならない場合=児童、父母又は養育者が日本国内に住所がない/児童に対し障害を要件とする年金が支給されている/児童が児童福祉施設等(保育所、通園施設を除く)に入所している

【在宅障害児福祉手当】 障害のある在宅の20歳未満の人を養育している父母又は養育者に支給します。

▶対象=身体障害者手帳が1〜2級の人、療育手帳A・Aの人、精神障害者手帳1級の人、特別児童扶養手当1級の人 ▶手当の額=月額3,000円 ▶対象とならない場合=障害児が施設に入所している/障害の程度が軽くなったとき/障害児福祉手当を受給している

☆障害者(児)の人へ……………

【特別障害者手当】 日常生活で常時特別の介護を必要とする20歳以上の人(本人)に支給します。

▶対象=おおむね身体障害者手帳2級以上が2つ以上ある人、おおむね身体障害者手帳2級以上で3級以上が2つある人 ※原則、受給資格認定基準と所定の診断書により判定します。▶手当の額=月額26,260円 ▶対象とならない場合=身体障害者福祉施設等に入所している/病院又は診療所(老人福祉施設を含む)に継続して3か月を超えて入院している

【障害児福祉手当】 日常生活で常時の介護を必要とする20歳未満の人(本人)に支給します。

▶対象=身体障害者手帳1級程度の人(単独)、療育手帳A程度の人(単独) ▶手当の額=月額14,280円 ▶対象とならない場合=障害を支給事由とする政令で定める年金受給者/児童福祉施設等に入所している

※所得による支給制限があります。

※手当はすべて、本人・家族からの申請がないと支給されません。また、認定になった場合は、申請した翌月から手当支給の対象となります。

筑西市の話題はコミュニティチャンネル! 地上デジタル 111ch

★小・中学校卒業式特集★

卒業式特集Ⅰ 放送日: 3月25日(月)〜3月31日(日)
放送時間: 9:00〜/21:00〜 他

卒業式特集Ⅱ 放送日: 4月1日(月)〜4月7日(日)
放送時間: 9:00〜/21:00〜 他

筑西ケーブルテレビ 〒300-0041 茨城県筑西市乙87 筑西ビル1F
※筑西市が比率する第3セクターの会社です。 ☎0120-09-1811 ☎0296-38-7711

川島駅前地区の地域サービス提供中!

下館駅前地区の地域サービス提供中!



地上デジタル 111ch

地上デジタル 111ch

地上デジタル 111ch

● 関城・協和・明野地区
体育施設利用者会議

各会場とも：◆対象は各地区内の社会体育施設を定期的に利用している団体又は今後利用を計画している団体の代表者 ◆内容 4～9月までの定期利用の調整、施設利用にあたっての諸注意など ※時間厳守

- 【関城地区】▼日時 3月12日 (火) 午後7時 ▼場所 関城体育館トレーニング室
- 【協和地区】▼日時 3月13日 (水) 午後7時 ▼場所 協和多目的研修センター研修室
- 【明野地区】▼日時 3月15日 (金) 午後7時 ▼場所 明野公民館研修室

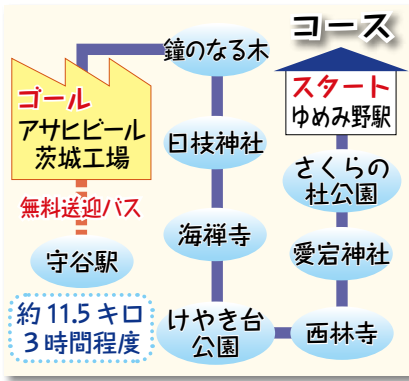
☎ 28-5040
関スポーツ振興課

募集

● 関東鉄道常総線「駅からウォーク」参加者募集

『爽やかな春の息吹に誘われて早春ウォーキング』
▼開催日 3月16日(土) ※雨天決行 ▼受付時間 午前9時～11時 ▼集合場所 関東鉄道常総線ゆめみ野駅 ▼定員

300人(先着順) ▼参加費 無料 ※会場までの交通費・飲食代は各自負担 ▼申込方法 ① 駅窓口 ② 電話の場合、平日の午前8時30分～午後5時30分 ③ ホームページ (<http://www.kantetsu.co.jp>) ▼特典 ドリンクサービス、アサヒビール茨城工場見学(ビールの試飲があるため、車での参加不可)



☎ 029-822-3718
関東鉄道鉄道部業務課

● 生きがいと創造の事業
講座生募集

▼開講期間 5月～平成26年3月 ▼会場 市総合福祉センター(小林) ▼講座(定員) 陶芸(40人) / 竹・籐工芸(30人) / 革工芸(40人) ※応募者多数抽選(後日連絡) ▼対象 60歳以上の市内在住者 ▼費用

無料(材料費等実費負担有り) ▼申込み 高齢福祉課・各支所 総合窓口課・川島出張所で3月11日(月)～15日(金)の午前9時～午後4時まで受付
申問 高齢福祉課
内線 224-227

● 歴史講話(筑西市史を中心) ②③ 参加者募集

【生涯学習奨励単位認定該当事業】今年度12回目。▼演題 関ヶ原合戦とは何か ▼講師 宮本朔夫氏(元下館市文化財保護審議委員) ▼日時 3月19日(火) 午後1時30分～3時30分 ▼場所 市生涯学習センター(ペアーノ) ▼定員 50人程度 ▼参加費 5000円(資料、会場借料など実費) ▼申込期限 当日午前中まで
申問 さらめく筑西市民の会
鳥生 ☎ 20-3386
☎ 080-11090-5748

● 新春歴史特別講話

【生涯学習奨励単位認定該当事業】▼演題 NHK大河ドラマ「八重の桜」▼講師 宮本朔夫氏 ▼日時 3月26日(火) 午前10時～午後1時30分 ▼場所 千石や ▼定員 30人程度 ▼参加費 1,800円(懇親昼食

ASKスポーツクラブ館西
《バドミントン、卓球、ビーチボールバレー等の軽スポーツ、バランスボール教室、太極拳教室に参加しませんか?》
【日時】 3月7・14・21・28日(木)、1・8・29日(金) 午後7時～ 【場所】 下館総合体育館 【年会費】 小・中学生4,000円 高校生・一般5,000円(保険料含む) 【持参品】 体育館用シューズ、運動のできる服装
申問 ASKスポーツクラブ館西事務局 (下館総合体育館内) ☎ 28-5040

● ウォーキング・ハイキング
【市民ウォーク 3月3日(日)】
▼集合 宮山ふるさとふれあい公園正面口前に午前8時
【栃木の節分草観賞ウォーキング 3月10日(日)】
▼集合 関城体育館前に午前8時、旧市民会館前に8時15分、結城信用金庫川島支店前に8時25分
【古河花桃ウォーク 3月24日(日)】
▼集合 関城体育館北側駐車場に午前7時 ▼申込期限 3月10日(日)まで
【筑波山ハイキング 毎週金曜日】
3時間かけゆつくり登りま

申問 さらめく筑西市民の会
鳥生 ☎ 20-3386
☎ 080-11090-5748

ヤマハ音楽教室・英語教室春クラス開講 レッスン見学実施中！
マルシン楽器 イベント情報 個人レッスン開始 入会受付中。お気軽にお問い合わせください。
3月24日(日) わくわく春演奏会
10:00 春りんごコース (2歳)・幼児科 (4,5歳)・えいごでいっしょ (1歳)・ポップコーントーク (3歳)
11:00 おとあそびやばこ (1歳)・おんがくふゆりコース (3歳)・リズムポケット (2歳)・えいごではなご (4,5歳)
3月24日(日) 11:00 おんがくあそびコンサート
元NHKおかあさんといっしょのエレクトーンのあゆみさん(川田悦子)さんによる
みんなであそびたいおどろいたりのしいエレクトーンコンサート。
入場無料(0歳児から参加できます)
マルシン楽器 ☎ 0296-22-2691
<http://www.marushin-gakki.jp/> 筑西市西岸2064 (JR北つばき駅となり)

特選 黒蝶真珠フェア開催中!
ずっと前から 欲しかったんです。
スペシャルプレゼント 黒蝶イヤリング
黒蝶真珠ネックレス
パールの手替え 特別価格で実施中! 99,800円
ジュエリーマーノ 岩瀬常福銀行ヨコ 桜川市岩瀬113-3
☎ 0296-76-2110

しょう。▼集合Ⅱ筑波山神社前
午前9時 ※現地が登山予定
時間帯に降雨予報の場合中止
申問 筑西市ウォーキング連合会
鳥生 ☎ 20-3386
080-11090-5748

●母親支援・子育て支援

◆時間は全て午前10時〜正午
【場所Ⅱつくし保育園学童ルーム】
①『プリザーブドフラワー教室
〜コサージュ〜』(子連れOK)
▼日時Ⅱ3月13日(水)▼費用
Ⅱ800円 ▼定員Ⅱ8人 ▼
持参品Ⅱレジャーシート、あれ
ばワイヤーが切れるはさみ

【場所Ⅱ関城保健センター】

①『0歳1歳児交流会』▼日時
Ⅱ3月4日(月)
②『タイ式ヨガで心身リフレッ
シユ』(子連れOK)▼日時Ⅱ
3月6日(水)▼費用Ⅱ800
円 ▼定員Ⅱ10組 ▼持参品Ⅱ
ヨガマット又はバスタオル、飲
料水、動きやすい服装
③『ベビーマッサージ教室』生
後2か月〜 ▼日時Ⅱ3月11日
(月)▼費用Ⅱ800円 ▼定
員Ⅱ10組 ▼持参品Ⅱバスタオ
ル・タオル各1本、赤ちゃんの
飲料水(ミルクなど)
④『英語リトミック』▼日時Ⅱ
3月27日(水)▼定員Ⅱ15組

▼対象Ⅱ年少〜小学3年生
⑤『子育て広場』▼日時Ⅱ3月
8・15・29日(金)、18日(月)
申問 NPO法人いちなごみ北原
090-8816-9996

●劇団明野ミュージカル
エキストラ・スタッフ募集

夏の公演『人魚姫』のエキス
トラとスタッフを募集します。
▼公演予定日Ⅱ8月24日(土)、
25日(日)▼募集Ⅱエキストラ
(ダンス・歌・芝居)、スタッフ(音
響・照明・衣装等)▼対象Ⅱ原
則高校生以上 ▼参加費Ⅱ4,
000円 ▼活動日時Ⅱ毎週日

茨城放送開局 50 周年記念チャリティー文化講演会

寅さんの伝言

〜倍賞千恵子さんを迎えて〜

3月24日(日)
開演 13:30
開場 13:00
明野公民館

■講演会(トークショー)
倍賞千恵子さん×小泉信一さん
■映画『男はつらいよ』上映会
【入場料】1人1,500円(全席自由)
【チケットお求め・お問い合わせ】
明野公民館 ☎ 52-5333
茨城放送営業部 ☎ 029-244-3997

曜日(3〜8月本番まで)午後
1時〜5時 ▼場所Ⅱ明野公民
館 ▼申込期限Ⅱ4月29日(月)
申問 福田
090-7226-2977

●2013つくば100
キロウォーク大会

▼日時Ⅱ5月25日(土) 午後1
時〜26日(日) ※24時間 ▼場
所Ⅱ筑波山口スタート・ゴール
▼コースⅡつくば古道・りんり
んロードコース ▼対象Ⅱ15歳
以上 ▼参加費Ⅱ5,000円
▼定員Ⅱ500人(先着順)
申問 つくば100キロウォー

♪ た ま り 場 楽 校

全て「たまり場・たろう(甲67)」で開催。
【ふれあいお勝手ランチ】老若男女
のほっとひと息ランチタイム▼日
時Ⅱ3月2・16日(土) 午前11時30
分〜午後3時 ▼参加費Ⅱ500円
【読んだり聞いたりしゃべったり】
紙芝居・ポエム・新聞記事などをテ
マにフリートーク▼日時Ⅱ3月3
日(日) 午後1時30分〜3時30分
▼参加費Ⅱ200円
【3・11復興をあんどんの灯りに込
めて】▼日時Ⅱ3月11日(月) 午後
2時〜5時 ※駐車場で開催
【アキラの説法かぶえ】▼日時Ⅱ3
月13・27日(水) 午後2時〜4時
▼参加費Ⅱ200円
【筆遊び教室】▼日時Ⅱ3月23日(土)
午後2時〜4時 ▼参加費Ⅱ1,
300円
【昭和の歌声カフェ】▼日時Ⅱ3月
31日(日) 午後1時30分〜3時30分
▼参加費Ⅱ200円
岡小松崎 ☎ 090-1797-3045

ク実行委員会 今井
☎ 080-33532-8941
http://tsukuba100km.web.
fc2.com/

●スポーツ空手教室
(初心者・初級者)

▼日時Ⅱ毎週水・土曜日 午後
4時30分〜6時(多少変更有り)
▼場所Ⅱ明野武道館 ▼内容Ⅱ
スポーツ空手の黒帯までの技術
▼対象Ⅱ市内の小学生以上の男
女初心者(大人含む)
※詳しくは練習場で直接説明し
ます。指導補助員も募集中です。
申問 吉川 ☎ 52-3167

読み聞かせ

♪対象Ⅱ幼児・児童・保護者♪
【夢くらぶ】▼日時Ⅱ3月9日
(土) 午後2時〜3時 ▼場所Ⅱ
関本公民館図書室
岡小川 ☎ 37-3729
【読み聞かせの会(ててて)】▼日時
Ⅱ3月16日(土) 午前10時30分〜11
時30分 ▼場所Ⅱ協和公民館和室
岡飯山 ☎ 57-6782
【野ばらの会】▼日時Ⅱ3月16日
(土) 午後2時〜 ▼場所Ⅱ中央
図書館おはなしコーナー
岡菅原 ☎ 28-6651
【あすなろの会】▼日時Ⅱ3月24
日(日) 午後2時〜 ▼場所Ⅱ中
央図書館おはなしコーナー
岡手面 ☎ 24-4547
【協和おはなし会】▼日時Ⅱ3月
26日(火) 午前10時30分〜11時30
分 ▼場所Ⅱ協和公民館和室
岡岩淵 ☎ 57-4498

家族問題 相続問題 債権整理
あらゆる法律問題の解決をお手伝いさせていただきます。
お気軽にご相談ください
弁護士 菊池祥明(茨城県弁護士会所属)
菊池法律事務所
筑西市菅谷1763 ☎ 0296-24-5677
(下船平事務所ウチ)

土地建物登記 会社登録
各種許可申請 測量全般
債務整理手続 相続手続
財産管理のパートナー
司法書士 行政書士 土地家賃調査士
堀江潔事務所
筑西市大井町4丁目136-6
TEL 0296-24-0234
土曜・日(午前中)も開業しております。
お気軽にご相談ください。



イベント

ののほな自然育児の会

『おはなし会』▼日時＝3月13日

(水) 午前10時～正午 ▼内容＝

おしっこ・うんちでたのしいコ

ミュニケーション～おむつ・お

むつなし育児 ▼場所＝関城老

人福祉センター(藤ヶ谷) ▼対

象＝妊婦さん、子育て中のママ

※要予約、子連れ歓迎。できれ

ばおにぎり・お茶を持参。

関小島 ☎37-6874

日用品即売会(筑西市生活学校) ※会員も募集中

▼日時＝3月16日(土) 午前9

時～ ▼場所＝しもだて地域交

流センター前まちかど広場 ▼

品名＝味噌、ひしお、花、手作

り小物等

【筑西市生活学校 会員募集】

▼活動日＝毎月第1・第3木曜

日 ▼場所＝しもだて地域交流

センター研修室 ▼内容＝小物

作りなどをしながら、省エネの

工夫などを楽しく勉強します。

【甲関八幡 ☎22-2365

▼日時＝3月24日(日) 午前10

家庭倫理講演会

▼日時＝3月24日(日) 午前10

時～11時30分 ▼場所＝県西生
涯学習センター多目的ホール
(野殿) ▼内容＝明るい社会、
地域、家庭づくりを推進するた
め、(社) 倫理研究所研究員に
よる講演と会員による実績報告
▼費用＝1,000円
関家庭倫理の会茨城西
佐藤 ☎28-3821

生涯学習セミナー「心新たに生きる」

▼日時＝3月9日(土) 午後1

時～(受付は午後0時30分)

▼場所＝しもだて地域交流セン

ター会議室 ▼講師＝公益財団

法人モラロジー研究所社会教育

講師 篠原真一氏・望月昭一氏

▼参加費＝1,500円(資料

費等含む)

【甲関筑西モラロジー事務所 関谷

☎090-3242-7148

まちづくりカフェ・ピーチ

●会場は全てまちづくりカ

フェ・ピーチ(二木成)

【うたごえピーチひろば中止の

お知らせ】3月6日(水) 開催

予定分は、中止となりました。

【3ガ・ピーチひろば】▼日時

＝3月13日(水) 午前10時～

▼参加費＝500円 ▼講師＝

鯨井陽子氏 ▼持参品＝バスタ

平成24年度新しい公共の場づくりのための提案型モデル支援事業

小栗城跡森林に遊びに来ませんか

(小栗宮本地区)
今年度整備された小栗城跡森林で、イベントを行います。国指定文化財小栗内外大神宮も近接する森林で、山歩きなどを楽しみませんか?



出合いのバーベキュー

小栗城跡森林の散策とバーベキュー大会を開催します。
▶日時＝3月9日(土) 午前10時～ ▶参加費＝男女とも1,000円 ▶定員＝40人 ▶持参品＝軍手

小栗城山にいらっしやい

▶日時＝3月10日(日) 午前9時30分受付
▶内容＝①午前10時～ 森林整備を楽しもう
②正午～ ランチ ③午後1時～ 歴史散策
▶参加費＝無料 ▶持参品＝軍手、動きやすい靴

【甲関NPO法人地球の保健室 ☎080-6779-0846

「ひきこもりさんのたまり場」

ひきこもりの人の相談に応じま

す。▼日時＝毎週火曜日 午後

1時～5時 ▼参加費＝200

円 ▼相談員＝「アイネット」

浅沼氏

【甲関NPO法人地球の保健室

☎080-6779-0846

第23回春蘭展

▼期間＝3月16日(土) 午前9

時～午後5時、3月17日(日)

午前9時～午後4時 ▼場所＝

川島公民館2階

【甲関川島蘭友会

宮田 ☎28-0320

犬・猫の譲渡会

▼日時＝3月10日(日) 午前10

時～正午 ▼場所＝市役所駐輪

場 ※譲りたい人は事前申込み

が必要。受付は3月1日(金)～。

【甲関アニマルプラン

☎090-19641-1857

相談

身体障害者(児) 補装具巡回相談

補装具(義肢・補聴器等)の

交付・修理巡回相談です。

▼日時＝3月5日(火) 午前9

無料交通事故法律相談会開催のお知らせ
 日時：3月16日(土) 10:00～17:00
 場所：弁護士法人萩原総合法律事務所
 予約制です。どなたでもお気軽にご連絡ください！
☎0296-48-8875

弁護士法人 萩原総合法律事務所
 茨城県弁護士会所属
 弁護士 萩原 穂
 弁護士 平久 元
 弁護士 鈴木 元

Peopleに広告を掲載しませんか？
 発行部数 35,500部！ 大きな宣伝効果が期待できます
 市では、新たな財源の確保と地域経済の活性化を図ることを目的として、広報紙「People(ピープル)」に有料の広告枠を設けています。ぜひ、ご利用ください。

■掲載料 ①下1段(縦45mm×横180mm) 20,000円(税込)
 ②下1段1/2(縦45mm×横88mm) 10,000円(税込)
※料金は1か月当たり、この額は税別です。

■申込方法など詳しくは… 広報広聴課まで(内線312・313)

健康運動教室 (筑西はつらつパラエティー体操)

地区	開催日	会場
下館	3月7日(木) 13:30～15:00	地域交流センター セミナールーム
	3月11日・25日(月) 13:30～15:00	スピカ3階 健康ひろば
	3月4日・18日(月) 13:30～15:00 ※男性のみ	
関城	3月6日(水) 13:30～15:00	ペアーノ リハーサル室
明野	3月5日・19日(火) 13:30～15:00	あけの元気館 健康体操室
	3月12日・26日(火) 13:30～15:00	宮山ふるさとふれ あい公園ホール
協和	3月1日・15日(金) 13:30～15:00	協和総合センター

▶対象＝「均衡(バランス)のとれた体力づくり」に関心のある人 ▶定員＝各先着30人(※明野会場のみ先着20人) ▶服装＝運動のできる服装、運動靴 ▶持参品＝バスタオル、タオル、飲み物
 健康づくり課 ☎22-0506
 市健康運動普及員会会長 鳥生厚夫 ☎080-1090-5748

いきいきヘルス体操教室

地区	開催日	会場
下館	3月8日・22日(金) 13:30～15:00	地域交流センター
	3月6日・13日・27日(水) 13:30～15:00	スピカ3階 健康ひろば
関城	3月7日・21日(木) 13:30～15:00	ペアーノ 1階会議室
明野	3月4日・18日(月) 13:30～15:00	あけの元気館 健康体操室
協和	3月6日・27日(水) 13:30～15:00	協和公民館 ホール

▶対象＝おおむね60歳以上 ▶定員＝各先着30人(※明野会場のみ先着20人) ▶服装＝動きやすい服装 ▶持参品＝タオル、飲み物
 健康づくり課 ☎22-0506
 市いきいきヘルス会会長 渡邊吉孝 ☎090-1995-9584

青少年なんでも相談

子どもたちのいろいろな悩みについて、専門の相談員が電話相談・面接相談に応じます。
 ▶日時＝毎週月・水・金曜日の午後1時～5時(祝日除く) ▶場所＝市青少年センター(スピカ3階)
 ☎24-6081(直通)

こころの健康相談 *要予約 *秘密厳守・無料

相談日時	相談会場	予約先
3月14日(木) 午後1時～3時	協和保健センター	健康づくり課 ☎22-0506
3月12日(火) 午前10時～11時	筑西保健所	筑西保健所 ☎24-3911 (代表)
3月25日(月) 午後4時～5時		

法律相談(社協) *要予約 *秘密厳守・無料

相談日時	3月15日(金) 午前10時～正午
相談会場	協和総合センター(門井)
相談員	弁護士
予約	3月5日(火) 午前9時から、社会福祉協議会(☎22-5191)で電話受付開始(市内在住の人・定員5人、受付順)

時30分～11時30分 ▼会場＝市総合福祉センター(小林) ▼持参品＝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。
申問 障害福祉課 内線2226

●**高齢者についての心配**
 「どう、どう相談ください」市地域包括支援センター(市高齢福祉課内)に直通電話が開設しました。
【電話番号】 ☎24-2115
 平日午前8時30分～午後5時15分
 高齢者について、困ったことや心配ごとはなんでもご相談ください。ご自宅へも伺います。また、「虐待かもしれない」と思うことがあったら、早期に

ご相談ください。
 ※通報者・相談者に関する情報の秘密は守られますので、安心してお気軽にお電話ください。
申問 高齢福祉課 内線2224

●**3月は「自殺防止月間」**
 自殺は「孤立の病」ともいわれていることから、現在、県では市町村及び各種団体等と連携を図り、「つながる、わが、ささえる、わが、茨城いのちの絆キャンペーン」を実施しています。周囲との絆を回復することが、自殺防止につながります。心に悩みを抱えている人がいたら、声をかけてみませんか。
申問 筑西保健所保健指導課
 ☎029-1301-3368

●**ひきこもり講演会**
 一人で悩まず、一緒に解決の糸口を探しませんか。
講演 ①「安心ひきこもりライフ」講師・勝山実氏・伊藤書佳氏 ②「家族からのメッセージ」発表者・ひきこもり親の会、スマイルアップ元気会会長
 ▼日時＝3月15日(金) 午後1時30分～4時(受付は1時～)
 ▼会場＝県生涯学習センター多目的ホール(野殿) ▼対象＝ひきこもり状態にある人、その家族、支援に関わる人 ▼申込み＝3月11日(月)までに電話・FAXで申込み。▼参加費無料
申問 筑西保健所保健指導課
 ☎24-3965 FAX 24-13928

ひきこもり相談

*要予約 *秘密厳守 *無料
 ▶実施日＝3月14日(木)
 ・専門相談＝13:30～14:30
 ・家族教室＝14:30～16:00
【ひきこもり当事者の居場所】
 ひきこもりの本人が、自宅以外に過ごせる場所をはじめました。
 ※家族教室と居場所への参加は事前に面接を行ってからとなります。
申問 筑西保健所 ☎24-3965

不登校・ひきこもりの解決にむけて

お子さんの問題行動(不登校・ひきこもり・家庭内暴力等)で苦しめられている保護者及び当事者のための相談会を開催します。
 ▶日時＝3月20日(水) 午後1時30分～5時 ▶場所＝しもだて地域交流センター2階研修室 ▶資料代＝300円
申問 アイネット 浅沼
 ☎090-3140-4865

生活の困りごと相談(市) *秘密厳守・無料

【相談日時】 3月28日(木) 午後1時～3時(法律相談は4時まで)
【場所】 下館武道館2階

相談員	申込み
人権相談 人権擁護委員 (法務大臣委嘱)	事前申込不要 (当日来訪順受付)
行政相談 行政相談委員 (総務大臣委嘱)	
法律相談 (市内在住の人) 弁護士	☆3月18日(月) 午前9時から、広報広聴課にて電話予約受付開始(先着8人)
人権相談… 申問 人権推進課 内線253	行政・法律相談… 申問 広報広聴課 内線314