

**本庁 ☎24-2111**

筑西市下中山 732 番地 1

**関城支所 ☎37-6111**

筑西市舟生 1040 番地

**明野支所 ☎52-1111**

筑西市海老ヶ島 1300 番地

**協和支所 ☎57-2511**

筑西市門井 1962 番地 2

## 案内

### ● 微小粒子状物質 (PM<sub>2.5</sub>) の注意喚起について

環境省では、微小粒子状物質 (PM<sub>2.5</sub>) の環境基準を、1年平均値15μg/m以下で、1日平均値35μg/m以下と設定しています。また、注意喚起のための暫定的な指針となる値を1日平均値70μg/mとしています。市では、注意喚起時に防災無線を放送します。その際は、次の①～③の行動を目安にしてください。

- ① 屋外での長時間の激しい運動や外出をできるだけ控える。
  - ② 屋内でも換気や窓の開閉を必要最小限にするなど、外気の侵入をできるだけ減らす。
  - ③ 特に呼吸器系や循環器系疾患のある人、小児、高齢者は、体調に応じて慎重に行動する。
- 【環境基準】人の健康を保護する上で維持されることが望ましい基準であり、基準値を超過した場合であっても直ちに人の健康に影響が現れるものではありません。

環境保全課 内線428

### ● 農用地区域除外申出の受付

農業振興地域整備計画に定められた農用地区域からの変更 (除外) を予定している人は申請してください。なお、申請する場合は資料を持参し、事前相談をお願いします。※現在農業振興地域整備計画を策定中 (総合見直し) です。26年度の申請は総合見直し作業が終了するまで受付できません。

▼第1回申請期間 5月10日 (金) ～27日 (月) ※次回は10月を予定 ▼申請場所 農政課 (スピカ4階) ▼書類の提出部 数 正本1部、副本3部 ▼申請書 農政課又は市ホームページから入手してください。

### ● 空き地等の適正管理をお願いします

【空き地の草刈りはお早めに。土地所有者 (又は管理者) が責任を持って管理しましょう。】

市では、「筑西市空き地等の環境保全に関する条例」に基づき、空き地などに雑草が生い茂り近隣のみなさんに迷惑が掛からないよう、土地の所有者 (又は管理者) に空き地等の適正な

管理をお願いしています。

雑草は春頃から伸び始め、梅雨時期を過ぎると一気に成長します。10月頃から枯れ始め、火災発生の危険性が高まります。年2回以上の定期的な雑草除去をお願いします。

【隣家への枝の張り出しにご注意を】自宅の庭などにある樹木の枝が隣家まで張り出し、落ち葉や害虫による被害が多発しています。所有者はご近所のみならず、さんに迷惑が掛からないよう、伐採や枝払いを行いましょ。

環境保全課 内線428

### ● 住宅用太陽光発電システム設置補助金の受付開始

▼対象 ①～③を満たす人

▼申請 環境保全課 内線428

22日 (月) ～

### ● 福島第一原子力発電所事故被災者のみなさんへ 介護保険料減免・介護サービス利用料免除期間が延長されます

減免・免除を受けるためには、市に申請が必要です。(すでに申請した人は、再申請の必要はありません)

▶対象 = ①～③のいずれかの被保険者  
①避難指示等対象地域の人 ②警戒区域・計画的避難区域及び緊急時避難準備区域の人 ③特定避難勧奨地点に居住していたため避難を行っている人

▶対象期間 = 平成26年2月までの利用料、平成26年3月までの保険料  
※詳しくは、介護保険課にご相談ください。

▶申請期限 = 平成26年2月未まで

介護保険課 内線222・216

# 自治会に加入しましょう

筑西市には現在 442 の自治会があり、各自治会が様々な活動を行いながら、よりよい地域づくりに取り組んでいます。

少子高齢化が進む中で、地域での助け合いが日々の生活の中でますます大切になってきています。私たちの生活に最も身近な団体「自治会」に加入し、ご近所に住む住民同士が助け合い、協力しあって“地域のまちづくり”を進めましょう。



## 情 報を伝える活動



市の広報紙や回覧板で、地域で大切な情報をお届けします。

## 生 活環境を保全する活動



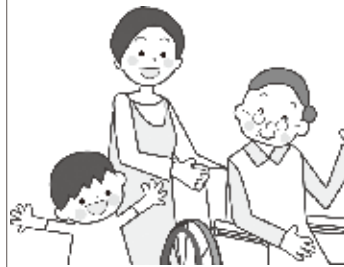
環境美化活動や資源ごみのリサイクル、ごみ集積所の管理など、きれいなまちづくりに努めています。

## 人 と人との交流を深める活動



お祭りやスポーツ大会のほか、子ども会や老人クラブの行事など、様々な活動を行い、地域に住む住民の親睦を図っています。

## 相 互助け合い活動



一人暮らしのお年寄りや身体の不自由な方への訪問、声かけなどをして、地域で支え合っています。

## 犯 罪から地域を守る活動



児童・生徒の登下校の防犯パトロールや防犯灯の管理など、犯罪予防に努めています。

## 災 害時に備えた自主防災活動



火災、震災——。いざという時に頼りになるのはご近所です。災害に備えた地域ぐるみの活動を実施します。

## 地 域の要望を取りまとめる活動



地域の要望や意見などを取りまとめ、関係機関へ提出します。

■自治会の加入については、お住まいの地区の自治会長にお申し込みください。

■転入等で自治会長がわからない場合は、広報広聴課（☎ 24-2111 内線 314）までご連絡ください。

筑西市自治会連合会

市民課からのお知らせ

**本人確認** 戸籍等不正取得・届出を防ぐため、「来庁者の身分証」をみせていただきます。

**印鑑登録証明書** 証明書の取得には、「印鑑登録証または市民カード」が必要です。

**顔写真入り住基カード**  
顔写真入りの公的身分証をお持ちでない人にお勧めです。  
岡市民課 内線220・233

市体育施設休館日

5月の休館日 = ■色

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

スポーツ振興課 ☎28-5040

岡スポーツ振興課 ☎28-5040  
申込みで2人まで受付可  
分からは、電話でスポーツ振興課へ ※各回10人先着順(1度の申込みで2人まで受付可)  
み 4月30日(火) 午前8時30分  
ズ、運動のできる服装 ▼申込み  
収) ▼持参品 体育館用シューズ、運動のできる服装 ▼申込み  
ム ▼費用 3000円(当日徴収)  
ム ▼費用 3000円(当日徴収)  
ム ▼費用 3000円(当日徴収)

下館総合体育館トレーニングルーム利用者講習会

▼日時 ①5月7・14・21・28日の火曜日 午前10時〜11時  
②5月3・10・17・24・31日の金曜日 午後7時〜8時 ③5月5・19日の日曜日 午後1時30分〜2時30分 ▼会場 下館総合体育館内トレーニングルーム  
▼費用 3000円(当日徴収)  
▼持参品 体育館用シューズ、運動のできる服装 ▼申込み

4月の納期

固定資産税・都市計画税(1期)  
岡資産税課 内線416・420

介護保険料(1期)  
岡介護保険課 内線221

納期限 4月30日(火)

市役所等がATMの操作を求めるとは絶対にありません。

ATMの操作を求める電話や手紙は「詐欺」と考え、相手が伝えた電話番号には連絡せずに、すぐに警察に通報してください。  
岡県警察振り込め詐欺対策室 ☎029-1301-0074

医療費等の還付金詐欺に注意してください。

市役所や社会保険事務所の職員を名乗る人から「医療費(等)の過払分があります」などの電話があり、教えられた番号に電話を掛けると、現金自動預払機(ATM)に行くよう指示されます。ATMに行き、相手の指示どおりに操作すると、戻らぬままにお金をだまし取られてしまいます。  
!医療費や保険料(税)の還付、高額療養費の支給は、本人からの申請や市役所等からの通知が無いのに、電話だけで連絡することは絶対にありません。

農事用ビニール等による停電事故防止のお願い

送電線に農事用ビニール等が附着するトラブルが多発しています。大規模停電事故につながる可能性が高く大変危険です。強風や突風の予報が出た場合は、事前に使用中の農事用ビニール等を今一度点検するなど、舞い上がり(飛散)防止にご協力をお願いします。  
岡東京電力茨城カスタマーセンター ☎0120-995-332

5月開講公民館講座

各講座とも：▼場所 しもだ

朗読・録音CD&テープの無料貸出し  
▼CD 『PHP3月号』75分1巻 ▼テープ 『正論4月号』90分2本 ▼対象 視覚障害者、ねたきりの人、視力のおちた高齢者など ※テープは市総合福祉センター(小林)で無料貸出します。  
岡野ばらの会 菅原 ☎28-6651

【華道教室(流派：龍生派)】  
▼日時 5月18日(土) 午後1時30分〜3時30分(主に第1・3土曜日/全10回) ▼定員 13±土曜日/全10回 ▼費用 1000円(材料費) ▼持参品 花ばさみ、花包み、エプロン、筆記用具等(花ばさみをお持ちでない人は先生が相談に応じます)  
【小学生のチャレンジ茶道教室(流派：裏千家)】  
▼日時 5月18日(土) 午前10時〜正午(主に第1・3土曜日/全10回) ▼定員 10人 ▼費用 2,500円(10回分のお菓子とお茶代)  
申 岡 23-1616(月曜休館)

あけの元気館水泳教室

子どもスイミング教室  
▼日時 5月11日(土)〜6月29日(土) 午前10時20分〜11時10分(土曜日/全8回) ▼対象 小学1〜3年生(4年生以上も可) ※1・2年生の参加は、保護者がプールサイドで見ていることが必須(入館無料) ▼定員 先着25人 ▼参加費 5,000円 ▼内容 顔がつけられない、潜れない子どもへの水慣れ、顔つけから水泳基礎指導(2クラス編成) ▼申込開始 4月27日(土) 午前11時  
【ジュニア水泳教室】  
▼日時 5月11日(土)〜6月29日(土) 午後1時〜1時50分(土曜日/全8回) ▼対象 小学4〜6年生(3年生以下も可。けのび・バタ足で10m進めること) ▼定員 先着20人 ▼参加費 5,000円 ▼内容 基礎の復習からクロールの習得、上達が目標です。今より上手になりたい、もう少し長く泳げるようになりたい子どもを募集します。 ▼申込開始 4月27日(土) 午前11時  
申 岡 あけの元気館 ☎52-7111

て地域交流センター ▼対象 市内在住・在勤者 ※茶道教室は小学4〜6年生 ▼申込期限 5月2日(木)まで ※応募者多数の場合抽選  
【陶芸教室】  
▼日時 5月14日(火)〜午前10時〜正午(主に第1・2火曜日/全14回) ▼定員 20人 ▼費用 材料費(粘土代、釉薬代、道具類) ▼持参品 エプロン、タオル、古タオル、古新聞、ビニール袋(30ℓ)、筆記用具等

【子どもスイミング教室】  
▼日時 5月11日(土)〜6月29日(土) 午前10時20分〜11時10分(土曜日/全8回) ▼対象 小学1〜3年生(4年生以上も可) ※1・2年生の参加は、保護者がプールサイドで見ていることが必須(入館無料) ▼定員 先着25人 ▼参加費 5,000円 ▼内容 顔がつけられない、潜れない子どもへの水慣れ、顔つけから水泳基礎指導(2クラス編成) ▼申込開始 4月27日(土) 午前11時  
【ジュニア水泳教室】  
▼日時 5月11日(土)〜6月29日(土) 午後1時〜1時50分(土曜日/全8回) ▼対象 小学4〜6年生(3年生以下も可。けのび・バタ足で10m進めること) ▼定員 先着20人 ▼参加費 5,000円 ▼内容 基礎の復習からクロールの習得、上達が目標です。今より上手になりたい、もう少し長く泳げるようになりたい子どもを募集します。 ▼申込開始 4月27日(土) 午前11時  
申 岡 あけの元気館 ☎52-7111

あけの元気館水泳教室

子どもスイミング教室  
▼日時 5月11日(土)〜6月29日(土) 午前10時20分〜11時10分(土曜日/全8回) ▼対象 小学1〜3年生(4年生以上も可) ※1・2年生の参加は、保護者がプールサイドで見ていることが必須(入館無料) ▼定員 先着25人 ▼参加費 5,000円 ▼内容 顔がつけられない、潜れない子どもへの水慣れ、顔つけから水泳基礎指導(2クラス編成) ▼申込開始 4月27日(土) 午前11時  
申 岡 あけの元気館 ☎52-7111

【子どもスイミング教室】  
▼日時 5月11日(土)〜6月29日(土) 午前10時20分〜11時10分(土曜日/全8回) ▼対象 小学1〜3年生(4年生以上も可) ※1・2年生の参加は、保護者がプールサイドで見ていることが必須(入館無料) ▼定員 先着25人 ▼参加費 5,000円 ▼内容 顔がつけられない、潜れない子どもへの水慣れ、顔つけから水泳基礎指導(2クラス編成) ▼申込開始 4月27日(土) 午前11時  
【ジュニア水泳教室】  
▼日時 5月11日(土)〜6月29日(土) 午後1時〜1時50分(土曜日/全8回) ▼対象 小学4〜6年生(3年生以下も可。けのび・バタ足で10m進めること) ▼定員 先着20人 ▼参加費 5,000円 ▼内容 基礎の復習からクロールの習得、上達が目標です。今より上手になりたい、もう少し長く泳げるようになりたい子どもを募集します。 ▼申込開始 4月27日(土) 午前11時  
申 岡 あけの元気館 ☎52-7111

【子どもスイミング教室】  
▼日時 5月11日(土)〜6月29日(土) 午前10時20分〜11時10分(土曜日/全8回) ▼対象 小学1〜3年生(4年生以上も可) ※1・2年生の参加は、保護者がプールサイドで見ていることが必須(入館無料) ▼定員 先着25人 ▼参加費 5,000円 ▼内容 顔がつけられない、潜れない子どもへの水慣れ、顔つけから水泳基礎指導(2クラス編成) ▼申込開始 4月27日(土) 午前11時  
【ジュニア水泳教室】  
▼日時 5月11日(土)〜6月29日(土) 午後1時〜1時50分(土曜日/全8回) ▼対象 小学4〜6年生(3年生以下も可。けのび・バタ足で10m進めること) ▼定員 先着20人 ▼参加費 5,000円 ▼内容 基礎の復習からクロールの習得、上達が目標です。今より上手になりたい、もう少し長く泳げるようになりたい子どもを募集します。 ▼申込開始 4月27日(土) 午前11時  
申 岡 あけの元気館 ☎52-7111

## 筑西市商店街再生・中小企業サポート事業の募集

市民のニーズ対応や商店街の活性化、中小企業発展のため、事業を新規に立ち上げようとする商工業者のグループ等に対し、市が経費の一部を補助します。

### ○筑西市商店街再生事業サポート補助金 (次のいずれか1事業のみ)

対象事業名	対象事業内容	対象	補助率及び期間
空き店舗等活用事業	空き店舗、空スペース等を活用し、コミュニティサロンや軽カフェ等により市民の交流拠点立ち上げ等を行う事業	・振興組合 ・協同組合 ・商店主 など	総事業費の1/2  【限度額】 年間：25万円 期間：3年間
買い物サポート事業	高齢者や交通弱者が買い物しやすい環境づくり等に取り組む事業		
組合等設立支援事業	商店街や小売商店事業主が組織化し、組合等を設立する事業		

### ○筑西市中小企業サポート補助金 (次のいずれか1事業のみ)

対象事業名	対象事業内容	対象	補助率及び期間
新事業創出グループ支援事業	異業種3社以上の中小企業者がグループを結成し、各々の特色を生かし生産から販売までを展開し取り組む事業	・中小企業者 ・団体	総事業費の1/2  【限度額】 年間：25万円 期間：3年間
販路拡大事業	3社以上の中小企業者がグループを結成し、共同で自社製品販路拡大のために取り組む事業	※については1事業主でも可	
技術開発・伝承支援事業※	市内の製造業やものづくり技術者が技術の伝承により、技術の普及と向上を図るため展開する事業		

- ▶ 募集期間 = 5月1日(水)～31日(金)
- ▶ 提出書類 = ①提出書類補助金交付申請書 ②事業計画書 ③収支予算書 ④見積書等 ⑤その他必要書類
- ▶ 提出先 = 商工振興課

※応募多数の場合は審査のうえ、結果を通知します。  
※申請書類は、商工振興課にあります。  
(市のホームページからもダウンロードできます)

【問い合わせ】商工振興課 ☎54-7011

## ●男の健康運動教室

【生涯学習奨励単位・健康づくり奨励単位認定該当事業】

健康づくりのため、筑西はつらつバラエティー体操を開催します。  
▼日時 5月13日・20日(月) 午後1時30分～3時  
▼場所 13日はスピカ4階東会議室、20日はスピカ3階健康ひろば  
▼対象 「均衡(バランス)のとれた体力づくり」に関心のある男性30人  
▼持参品 バス

タオル、タオル、飲み物、運動のできる服装、運動靴

市健康運動普及員会 鳥生  
☎080-1109015748

## ●硬式テニス講座

▼日時 5月9日(木)～7月11日(木) 午前9時～正午(木曜日/全10回) ※期間内に雨天等による中止の場合は予備日に実施  
▼場所 県西総合公園テニスコート  
▼対象 初・中級者  
※筑西広域圏(筑西市、結

城市、桜川市) 内在住者 ▼定員 30人 ▼講師 枝弘道氏(元水戸一高体育教諭) ▼申込期間 4月21日(日)～30日(火)  
▼費用 2,500円程度(ポール代・スポーツ保険)  
申 県西総合公園管理事務所 ☎57-5631

## ●アーク溶接特別教育A セミナー受講生募集

▼日時 6月8・15・22日の土曜日 午前9時～午後5時

定員 20人 ※申込者多数の場合抽選  
▼申込み ①インターネットで筑西産業技術専門学院ホームページから ②往復はがきにセミナー名、氏名、年齢、住所、電話番号、職業を記入し郵送(玉戸1336-54) ▼申込期限 5月13日(月) 必着  
▼受講料 2,900円  
申 県立筑西産業技術専門学院 ☎24-1714

## ●筑西地域職業訓練センター 5月講座

### 【パソコン基礎講座】

▼日時 5月7日(火)～8月9日(金) 午後6時30分～9時30分(火・金曜日/全28回) ▼定員 20人 ▼講師 富岡彰氏(元小学校教諭) ▼受講料 30,000円(教材費別) ▼申込期限 4月30日(火) まで  
【宅建物取引主任者合格講座】  
▼日時 5月10日(金)～9月9日(月) 午後7時～9時30分(月・金曜日/全34回) ※7月15日(月)・8月16日(金)は除く ▼定員 20人 ▼講師 沼田立人氏(つくばビジネスカレッジ専門学校非常勤講師) ▼受講料 30,000円(教材費別) ▼申込期限 4月30日

(火)まで

## 【ワードで楽しく文書作成講座】

▼日時 5月11日(土)～6月22日(土) 午前9時～午後4時(土曜日/全7回) ▼定員 20人 ▼講師 沼田立人氏 ▼受講料 20,000円(教材費別) ▼申込期限 4月30日(火) まで  
※各講座とも定員になり次第締切  
申 筑西地域職業訓練センター ☎0296-75-1254

## ●まごころ在宅福祉サービス 協力会員養成講座(無料)

▼日時 5月14日(火)～午前10時～正午(全4回) ▼場所 市総合福祉センター(小林)ほか ▼対象 市内在住で心身ともに健康であり、本会事業を理解して在宅福祉サービスの協力員として実践できる人 ▼定員 30人 ▼内容 事業説明や調理実習など  
申 市社会福祉協議会 ☎22-5191

## ●25年度「県大卒等未就職者 人材育成事業」参加者募集

▼研修期間 5月1日(水)～12月31日(火) ※土日・祝日は休み ▼対象 大学・短大・専

修学校・高校を卒業後、おおむね3年以内の未就職者（職歴がある人も可）で県内での就職を希望する人 ▼定員 50人 ▼研修内容 ①基礎研修（約2か月） ②実務研修（約6か月） ▼申込期限 4月30日（火）まで  
**申開**（株）セキシヨウキャリア プラス  
 ☎029-860-5080

「筑西郷土史を考える会」  
**会員募集**

平将門、北畠親房、水谷政村の時代、加波山事件、太平洋戦争等の郷土の事件を考え、二宮尊徳、関熊太郎等個人の業績を知り、新治・筑波を通過した日本武尊を古事記や日本書紀で称えたように、与謝蕪村、板谷波山、樋口一葉、青木繁、森田茂、飯野農夫也等文化人を顕賞し、にぎわいあるまちをつくり、市民文化を築きます。郷土の歴史を学びましょう。

▼活動日時 5月11日（土）午前9時30分～11時30分（毎月第2土曜日・第4日曜日）▼場所 しまだて地域交流センター ▼年会費 4,000円（24回分）  
**申開** 筑西郷土史を考える会 桐原  
 ☎24-6450

米粉de野菜スイーツ  
 5回コース（お土産付）

▼日時 5月14日（火）午前10時～ ※2回目以降第2火曜日 ▼定員 先着15人 ▼参加費 1回1,000円 ▼持参品 エプロン、スリッパ、密閉容器  
**申開** NPO法人地球の保健室  
 ☎080-6779-0846

クラフト・A4対応が  
 作り 3回コース

▼日時 5月9日（木）午後1時～ ※2回目以降第2木曜日 ▼定員 先着15人 ▼参加費 初回1,500円（材料代込）、2回目以降500円 ▼持参品 クラフト用はさみ、メジャー又はものさし、紙、木工用ボンド、新聞紙2枚、洗濯ばさみ20個、スリッパ  
**申開** NPO法人地球の保健室  
 ☎080-6779-0846

イベント

あけの元気館こどもの日  
 サービスキャンペーン

▼期間 5月3日（金）～6日（月） ▼対象 小学生以下

内容 入館料無料（通常300円）  
**申開** あけの元気館 ☎52-7111

第33回梨の里版画展

▼日時 4月18日（木）～21日（日） 午前10時～午後5時（初日は正午～）最終日は午後4時まで ▼場所 関本公民館2階 ▼入場無料  
**申開** 武藤 ☎28-1427

茨城マンドリンフェス  
 ティバル

▼日時 5月12日（日） 午後1時30分～（開場1時） ▼場所 県西生涯学習センター（野殿） ▼出演団体 下館マンドリンクラブ、ラ・ジュネス、フィオリーナマンドリンアンサンブル、マンドリンアンサンブルわをん、リバーシテイマンドリーノ ▼入場無料  
**申開** 下館マンドリンクラブ 中里 ☎22-2317

ぴよぴよんトランポリン  
 & プールはじめて体験会

◆各クラスとも ▼開催日 5月12日（日） ▼場所 ぽっとランド・きぬ館室内プール ▼定員 先着20人 ※定員を超えた場合抽選 ▼申込開始 4月20日（土） 午前11時～ ▼申込方法 参加者本人がぽっとランド・きぬに来館し申込み（電話受付不可） ▼参加費 入館料のみ ※身長130cm未満の人はフイックス着用 ※小学3年生以下は保護者同伴  
**申開** ぴよぴよんトランポリン（当日自由参加）  
 ▼時間 午後2時～3時30分  
 ▼内容 キッズアクアビクス（水の上においた浮き島やトランポリンでおもいっすりあそびましょう！）  
**プールはじめて体験会（大人のみ・事前予約）**  
 ▼時間 1部：午前11時～11時50分（水慣れクラス）、2部：正午～午後0時50分（バタ足クラス）

こども環境フェスティバル2013

▼日時 5月5日（日） 午前9時30分～午後3時 ▼場所 県霞ヶ浦環境科学センター（土浦市） ▼テーマ 未来にのこそう美しい湖 美しい地球 ▼入場無料 ※土浦駅東口から無料送迎バスを運行します。  
**申開** 県霞ヶ浦環境科学センター 環境活動推進課  
 ☎029-828-0961  
<http://www.kasumi.gaura.pref.ibaraki.jp/>

10 筑西遊湯館  
 周年感謝イベント

☆プレゼントキャンペーン☆

抽選ですてきな商品をプレゼント！  
 2,000点以上をご用意しています。

日時 4月28日（日）～5月4日（日）

午前10時開館

対象 有料入館者全員



☆入館料半額券プレゼント☆

日時 4月28日（日）～30日（火）

午前10時開館

対象 有料入館者全員

【問い合わせ】

筑西広域市町村事務組合 筑西遊湯館

☎33-5151

● 小栗内外大神宮  
● 春祭「太々神楽奉奏」

▼日時 4月21日(日) 午前11時30分頃  
▼場所 小栗内外大神宮

※国重要文化財の内宮・外宮・御遷殿が一般公開されます。  
※午後1時30分頃から流鏝馬も行います。

☎ 57-22232  
● 関太々神楽保存会 小栗

● いばらきちびっ子オセロ  
● キャラバン筑西・桜川大会

▼日時 5月12日(日) 午後1時～(受付・0時30分) 会場 Ⅱピアしらとり地域交流ホー

ムあじさい(小堀) ▼対象 筑西市、桜川市の小学1～6年生100人 ▼参加費 無料(事前登録制) ▼申込み F A X (25-6504) 又はメール

(info@shimodate-jc.jp) で ▼申込期限 4月30日(火) まで  
▼(社) 下館青年会議所 向田  
☎ 090-8808-4302  
坂本

● 出会いパーティー

▼日時 5月25日(土) 午後1

☎ 090-4938-5382

時30分～4時30分(受付・1時) ▼場所 Ⅱピアスパークしもつま ▼対象 30・40代の男女各20人 ▼参加費 男性4,000円 女性1,000円  
※当日徴収

☎ 0280-87-7085  
● 関NPO法人ベルサポート

● ときめき婚活  
● さつきパーティー

▼日時 5月12日(日) 午前11時30分～午後3時頃(受付・11時) ▼場所 Ⅱホテルニューつたや ▼対象 40歳以下の独身男女各16人(先着順) ▼参加費 男性6,000円 女性1,800円

● 関NPO法人メドウルミートクラブ 小池 ☎ 25-2678

● 第15回ふるさとカラオケ祭

▼日時 5月19日(日) 午前9時30分開演 ▼場所 Ⅱ市総合福祉センター(小林) ▼入場無料  
● 関ふるさとカラオケ祭実行委員会 古谷野 ☎ 22-2657

● えほんとふれあい会

▼日時 4月25日(木) 午前10時30分  
▼場所 Ⅱいずみ保育園  
園なかよし文庫 ▼対象 0～

4歳の子どもと保護者 ▼テーマ Ⅱなかよし ▼絵本 Ⅱ『99ひきのきょうだい』『おおきなかぶ』(大型)  
● 関未来ネットワーク 栗原 ☎ 24-8070

● 読み聞かせ「あすなるの会」

▼日時 4月28日(日) 午後2時～ ▼場所 Ⅱ中央図書館おはなしコーナー ▼内容 Ⅱ『ウルトラジロちゃん』『やまのじぞうさん』(絵本)  
● 関あすなるの会 手面 ☎ 24-4547

● 健康

● 明野地区成人健康診査開始・調査研究協力をお願い

対象者には4月中旬頃受診券を郵送します。受診券が届かない人で健診を希望する場合は、保健予防課までご連絡ください。

▼日時 5月8日(水) 1  
▼対象 ①今年度40・41・46・51・56・61歳になる人 ②23・24年度に成人健康診査を受けた16歳以上の人 ▼持参品 Ⅱ受診券、保険証、自己負担金  
※胃がん検診を受ける人は「早

朝健診」の日程で、胃がん検診を受けない人は「40歳からの健診」の日程で受診してください。  
※受診券には、日時指定をしています。都合が悪い場合は、指定日以外でも受けられますので、直接会場にお越しください。

● 特定健診・長寿健診・生活習慣病予防健診又はがん検診が同日に受診できます。  
【大学等が行う健診の調査研究への協力をお願いします】

市民のみなさんの健康管理に役立てるため、国立がん研究センター、大阪大学及び筑波大学が共同で研究する「筑西次世代多目的コホート研究」を実施しています。この調査は、23年度から27年度までの5年間をかけて生活習慣に関するアンケート等を行うもので、25年度は明野地区で実施します。対象者には、アンケート等を郵送します。ご協力いただける人は同意書とアンケートに記入し、健診当日に持参してください。

● 関保健予防課 ☎ 22-0535

● マタニティクラス

● パパが主役の妊婦体験!

▼日時 4月30日(火) 午後1時～4時  
▼場所 Ⅱ明野保健セ

ンター(あけの元気館内) ▼持参品 Ⅱ母子健康手帳、飲み物  
● 関健康づくり課 ☎ 22-0506

● 相談

● 発達に心配のあるお子さんのための就学相談

心やからだ、ことばの発達に心配のあるお子さんのための就学相談を行います。  
▼相談日 Ⅱ毎週月曜日 ▼場所 Ⅱ教育委員会相談室(スピカ3階) ▼対象 Ⅱ平成26年4月に小学校入学予定のお子さんの保護者

● 関指導課 ☎ 22-0184

● 無料税務相談

▼日時 5月8・22日の水曜日 午後1時30分～4時30分  
▼場所 Ⅱ市役所本庁舎1階会議室  
▼予約不要、直接会場へ  
● 関関東信越税理士会下館支部 長谷川 ☎ 48-9701

● 家族の心のお悩み相談

筑西市、結城市、桜川市在住で親、夫、妻、子どもの心の病気で悩みの人はお気軽にお電

話ください。

## 【筑西地方家族会の定例会】

▼日時＝5月28日・7月23日・9月24日・11月26日・平成26年1月28日・3月25日の火曜日午後1時30分～  
▼場所＝筑西保健所

筑西地方家族会 古池

☎090-11122-4697  
☎52-2743

## ●すこやか妊娠ほっとライン

予期せぬ妊娠や産みたいけど育てられるか心配など、妊娠に関する様々な悩みに応じます。

▼開設日時＝平日 午前10時～午後6時（12月28日（土）～平成26年1月5日（日）を除く）

【相談専用電話番号】

☎029-221-1124

関（社）茨城県看護協会

☎029-221-16900

## ■不用品リサイクル

※毎週月曜日・水曜日の午前9時30分～正午に『下館消費者友の会』が運営する『不用品活用センター』（スピカビル4階）☎22-0507で受け付けています。

■ゆずります

3月25日現在

品名	規格・内容	備考(円)
マウンテンバイク	中古	無償
歴史時代小説	〃(文庫本)	〃
ベッド	〃(折りたたみ)	〃
自転車用椅子	〃(幼児用)	〃
ジュニアシート	〃	〃
電話機	〃	1,000円
日本文学全集	〃(47巻)	無償
色紙額	〃	〃
植木鉢	〃(素焼き)	〃
綿のみ	〃(4本)	〃
五月人形	〃(4段)	〃
エプロン	〃	〃
石うす	〃	〃
かるた・ぬいぐるみ	〃(幼児用)	〃
ベビー布団	〃	〃
ベビィチェア	〃	〃

■ゆずってください

ベビーベッド、ベビーカー、マットレス、ピアノ、ブランコ、餅つき器、三輪車、自転車、チャイルドシート、タオル、米の低温貯蔵庫、カーテン、客用座布団、幼児用自転車（3～4歳）、瀬戸焼植木鉢、CDプレーヤー、電気こたつ（75cm）、シャンデリア、いずみ保育園男児制服・帽子・バッグ

## 虐待から子供を守ろう!! \*秘密厳守・無料

【こども課・家庭児童相談室】  
☎内線254・251  
【筑西児童相談所】  
☎24-1614  
【児童相談所全国共通ダイヤル】  
☎0570-064-000  
【いばらき虐待ホットライン】※24時間  
☎0293-22-0293

虐待かな?  
と思ったら連絡を

## 女性問題相談

\*要予約  
\*秘密厳守・無料

■DV、夫婦関係、セクハラなどの相談に応じます  
▶日時＝毎週月曜日(午前9時30分～正午)、毎週木曜日(午後1時30分～4時)▶場所＝市役所1階相談室▶相談員＝女性の専門相談員▶申し込み＝上記日時に電話で家庭児童相談室へ。または、平日昼間にこども課(内線254)まで。

関こども課家庭児童相談室 ☎24-2613

## DV被害者支援ホットライン

■ドメスティックバイオレンス(DV)被害に悩む女性のための電話相談  
▶日時＝毎週土曜日 午前10時～午後3時▶相談員＝DV被害に悩む女性の支援活動グループ WESTらいず ▶電話相談＝☎25-3902 \*秘密厳守・無料

## ●お礼とご報告●

**東北地方への義援金** 東北地方への義援金を、社会福祉課で受け付けています。集まった義援金は日本赤十字社を通して被災地へお届けします。

\*市役所本庁舎・各支所義援金募金箱…7,578円 \*匿名…20,000円  
\*しもだて美術館義援金募金箱…1,259円 (順不同・3月31日現在)

東北地方への義援金の受付は平成26年3月末まで延長になりました。

## 善意銀行

～市社会福祉協議会への寄付のお礼とご報告～

\*館とよ子と仲間の集い様…57,400円 \*下館陶芸講座様…20,000円  
\*チャリティーとまとはうす下館店様…30,324円 \*下館聖母幼稚園様…10,415円  
\*匿名…3,192円 (順不同・3月31日現在)

関市社会福祉協議会 ☎22-5191

## □生活の困りごと相談(市)

※秘密厳守 ※費用＝無料

区分	相談日時	相談会場	相談員	申し込み	問い合わせ
人権	5月8日(水) 午前10時～正午	明野支所 1階会議室	人権擁護委員 (法務大臣委嘱)	事前申込不要 (来訪順に受付)	明野支所 ☎52-1111
	5月14日(火) 午前10時～正午	協和公民館 総合ホール			協和支所 ☎57-2511
行政	5月8日(水) 午前10時～正午	明野支所 1階会議室	行政相談委員 (総務大臣委嘱)		明野支所 ☎52-1111
	5月14日(火) 午前10時～正午	協和公民館 総合ホール			協和支所 ☎57-2511

## □心配ごと相談(社協)

※よろず相談承ります。 ※秘密厳守・無料 ※相談は来訪順

区分	相談員	相談日時	相談会場
一般・電話相談	民生委員 学識経験者	5月9日(木) 午後1時～4時 直通ダイヤル ☎25-6141	市総合福祉センター (小林)
法律相談	弁護士	5月10日(金) 午前10時～正午 ☆予約は4月25日(木) 午前9時～ 社会福祉協議会(☎22-5191)で電話 受付(市内在住者、先着5人)	

## 5月の乳幼児健診・健康体操スケジュール

※乳幼児健診、健康体操等の問い合わせは健康づくり課(☎22-0506)、予防接種は保健予防課(☎22-0535)へ。

### 下館保健センター

事業名	期日	時間	対象者
1歳6か月児健康診査	7日(火)	13:00～13:20	23年10月生まれの人
2歳児歯科健康診査	9日(木)	13:00～13:20	23年4月生まれの人
3～4か月児健康診査	14日(火)	13:00～13:20	25年1月生まれの人
離乳食相談	15日(水)	9:30～9:40	24年12月生まれの人
1歳児健康相談	16日(木)	9:30～9:40	24年4月生まれの人
3歳児健康診査	21日(火)	13:00～13:20	22年3月生まれの人
離乳食相談	29日(水)	9:30～9:40	24年12月生まれの人
育児相談	30日(木)	9:30～11:00	乳幼児等

### 明野保健センター

事業名	期日	受付時間	対象者
3～4か月児健康診査	1日(水)	13:00～13:20	25年1月生まれの人
1歳6か月健康診査	22日(水)	13:00～13:20	23年10月生まれの人
2歳児歯科健康診査	23日(木)	13:00～13:20	23年4月生まれの人
3歳児健康診査	27日(月)	13:00～13:20	22年3月生まれの人
マタニティクラス①	28日(火)	9:30～9:40	妊婦(要予約)

### 市民病院 4月の健康講座

#### 肝を丈夫にする春の食養生

講師：総合診療科医師 関根沙耶花

春、この季節、何となくソワソワウキウキしませんか？  
 冬の間眠っていた植物が一斉に芽吹く季節です。東洋医学から見ると、春は肝の季節です。体の中に眠っていたものが外に吹き出し、体調を崩す人も多いと思います。  
 そこで、春を元気に過ごすために、家庭で簡単にできる食養生をお伝えします。

▶日時＝4月24日(水) 午後3時～4時

▶場所＝筑西市民病院2階会議室(入場無料)

☎市民病院総務課 ☎28-2261

### 関城保健センター

事業名	期日	時間	対象者
こころの健康相談	9日(木)	相談時間 13:00～15:00	要予約
育児相談	13日(月)	9:30～11:00	乳幼児等

### 健康体操(スピカビル3階 健康ひろば)

事業名	期日	時間	対象者
いきいきヘルス体操教室	1日(水)	13:30～15:00	おおむね60歳以上の市民
いきいきヘルス体操教室	8日(水)	13:30～15:00	おおむね60歳以上の市民
男の健康運動教室	13日(月)	13:30～15:00	男性 ※スピカ4階会議室で行います。
健康運動教室	13日(月)	13:30～15:00	市民
いきいきヘルス体操教室	15日(水)	13:30～15:00	おおむね60歳以上の市民
男の健康運動教室	20日(月)	13:30～15:00	男性
健康運動教室	27日(月)	13:30～15:00	市民

☆保健センターで実施する乳幼児健診の整理番号は、当日午後0時30分に発行します。

### 愛の献血

月日	場所	時間
4/22(月)	とりせん下館店	10:00～12:00
5/13(月)	ホームセンター山新下館店	13:15～16:00
5/16(木)	県西県民センター (筑西合同庁舎)	10:00～12:00 13:00～15:30

現在、輸血用血液が不足しています。

輸血を必要としている患者さんのために、ぜひ献血のご協力をお願いします。  
 ※花粉症の薬(抗アレルギー剤・抗ヒスタミン剤)、降圧剤(血圧の薬)1種類の服用は献血可能です。

☎保健予防課 ☎22-0535

- 保健予防課(スピカ分庁舎3階 ☎22-0535)
- 健康づくり課(スピカ分庁舎3階 ☎22-0506)
- 医療保険課(本庁舎 ☎24-2111)
- 筑西市民病院(☎28-2261)

発行/筑西市 編集/市長公室広報広聴課

〒308-8616 茨城県筑西市下中山732-1 ☎0296-24-2111(代表)  
 メール kouhou@city.chikusei.lg.jp

