

# 暮らしの情報

## Information

2014  
11.1

### 案内

#### 平成27年成人式日程

▼日時 平成27年1月11日(日)  
受付…午後1時～/式典…午後2時～3時/記念撮影…午後3時10分～4時30分 ▼場所 〔下館地区〕ダイヤモンドホール

〔関城地区〕ペアーノ(市生涯学習センター) 〔明野地区〕明野公民館大ホール(イル・ブリランテ) 〔協和地区〕協和公民館(協和総合庁舎内) 総合ホール ▼対象 平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれの人 ※市外転出者も参加可能(11月以降に電話連絡が必要)

#### 農業施設・設備を対象とした補助を行っています

▼対象農作物 県青果物銘柄産地・銘柄推進産地指定品目(梨、こだますいか、きゅうり、トマト、いちご、にら) ▼補助対象施設・設備 多目的防災網(網のみ)、フェロモン剤、スピードスプレーヤー、パイプハウス(被覆資材等消耗品を除くパイプ資材のみ)、病害虫防除ネットなど ※スピードスプレーヤーは、生産部会又は任意組合

#### 使用済み農業用ビニール・ポリエチレンの収集

▼日時 12月7日(日) 午前9時～午後2時 ▼場所 J A 北つくば協和カントリエレベーター ▼費用 1キログラム ※詳しくはお問い合わせください。 関農政課 ☎20-11161

#### 11月17日(月)から協和地区健康診査が始まります

胃がん検診を希望する人は早朝健診の日程で、しない人は40歳からの健診の日程で受診してください。 ▼持参品 受診券、保険証、自己負担金

#### 介護予防のためのチェックリストを郵送します

平成27年3月31日までに65歳以上となる人(介護認定を受けている人を除く)に、介護予防が必要かを判断する「介護予防のためのチェックリスト」を郵送します。質問票に答えて、同封の返信用封筒で11月25日(火)までに返送してください。

#### 11月の納期

国民健康保険税(5期) 関医療保険課 内線241  
後期高齢者医療保険料(5期) 関医療保険課 内線243  
納期限: 12月1日(月)

#### 秋季全国火災予防運動

期間中は午前7時に防災無線によるサイレンを吹鳴します。火災予防運動中、消防自動車による火災予防啓発パレードを行いますので火災と間違わないでください。 ▼期間 11月9日(日)～15日(土) ▼防火標語 もまあだだよ 火を消すまでは

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。  
関消防防災課 ☎内線368・369

相続・遺言書、車庫証明、建設業許可、運送業許可、農地転用、外国人関係他

**1人で悩まず気軽に電話相談**

あなたのまちの法律家  
**茨城県行政書士会 市民相談センター**  
☎029-305-3731

毎週月曜日と木曜日(祝日、年末年始を除く)午後1時～午後5時  
行政書士には法律で守秘義務が課せられています。安心して、ご相談ください。  
詳しくはホームページをご覧ください。 茨城県行政書士会 検索

働くお母さんを応援



筑西市小川1391-549  
電話 0296-28-5425

「知育 体育 徳育」それぞれをバランスよく育みます  
少人数制 キッズハウス保育園

## 給付金の申請期限を 2か月延長しました

### 臨時福祉給付金

申請期限 **12月26日(金)まで**

平成26年度分市税(均等割)が課税されていない人が対象になります。対象者には6月下旬に市民税課から申請書が郵送されています。

☎社会福祉課 内線264

### 子育て世帯臨時特例給付金

申請期限 **12月24日(水)まで**

平成26年1月分の児童手当(特例給付を含む)の受給者で、平成25年中の所得額が児童手当の所得制限に満たない人が対象になります。

☎こども課 内線254・256

※受け取ることができるのはどちらか1つの給付金です。(臨時福祉給付金が優先されます)詳しくは市ホームページをご覧ください。  
(<http://www.city.chikusei.lg.jp/news.php?code=2163>)

「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、ご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見

●11(い)月30(み)日は「年金の日」

☎地域包括支援センター(高齢福祉課内) 内線218・262

介護予防が必要と認められる人には、市の介護予防事業のご案内を郵送します。※この事業は市がアシスト(株)に委託し実施しています。結果は、介護予防事業実施に必要な範囲で地域包括支援センター及び介護予防委託事業所に提供します。

「ねんきん定期便」や「ねんきんネット」で、ご自身の年金記録と年金受給見込額を確認し、未来の生活設計について考えてみませんか。「ねんきんネット」をご利用いただくと、いつでもご自身の年金記録を確認できるほか、将来の年金受給見込額について、ご自身の年金記録を基に様々なパターンの試算をすることもできます。※詳しくは、日本年金機構のホームページをご覧ください。お問い合わせください。

●筑西市プレミアム商品の販売を開始します

☎25-0829

下館年金事務所

## 募集

### カルチャー講座

各講座とも：▼場所〓しもだて地域交流センター(アルテリオ)

▼応募者多数の場合は抽選

「スマートフォン講座(安心・安全編)」▼日時〓11月30日(日) 午前10時30分～11時30分 ▼対象〓市内在住・在勤の保護者(成人サイト等の説明もあるため、お子様連れ不可) ▼定員〓50人 ▼参加費〓無料 ▼申込期限〓11月7日(金)まで

「そば打ち教室」▼日時〓12月6日(土)・7日(日)のいずれか1日 午前9時30分～午後1時30分頃 ▼対象〓市内在住・在勤者 ▼参加費〓1人1,000円程度 ▼定員〓各日12人(初参加者優先) ▼持参品〓エプロン、三角巾、マスク、ふきん、台ふきん、筆記用具 ▼申込期限〓11月14日(金)まで

「おもしろ理科教室 おもちゃをいろいろ作ろう!冬の工作まつり」①キーホルダー ②スライム ③ビニールロケット ▼日時〓12月14日(日) 午前10時～正午 ▼対象〓幼児・小学1～3年生とその保護者(市内在住・在勤) ▼定員〓親子20組 ▼参加費〓子ども1人300円程度 ▼申込期限〓11月19日(水)まで

「みそ作り講座」▼日時〓12月6日(土) 午前の部：午前9時30分～午後の部：午後1時30分 ▼場所〓関本公民館調理室 ▼対象〓市内在住・在勤者 ▼定員〓各30人(応募者多数の場合は抽選) ▼費用〓3,800円(材料費) ▼持参品〓筆記用具、エプロン、三角巾、米1合 ▼申込期限〓11月14日(金)まで

「ファミリー教室 クリスマス飾りを作ろう」▼日時〓11月29日(土) 午前10時～正午 ▼場所〓協和公民館(協和総合庁舎内) 美術工作室 ▼定員〓幼児～小学生の親子10組 ▼参加費〓1,000円 ▼内容〓親子で小さなクリスマスツリーを作ります。▼持参品〓はさみ、持ち帰り用袋 ▼申込期限〓11月22日(土)まで

☎関本公民館(月曜休) 37-6626

☎25-0829

☎23-1616

☎57-2515

☎57-2515

☎57-2515

☎57-2515

☎57-2515

## 無料法律相談会開催のお知らせ

日時：11月30日(日) 9:00～17:00

場所：弁護士法人萩原総合法律事務所  
どなたでも無料でご相談いただけます

☎0296-48-8875



弁護士法人 萩原総合法律事務所

筑西市乙828番3 SATOHビル2階(JR下館駅南口徒歩30秒)

茨城県弁護士会所属  
萩原 慎二 元子  
萩原 鈴野 幹  
萩原 鈴野 幹

## 坂入税理士事務所

★相続税 ★所得税  
★法人税 ★その他税務

お気軽にご相談ください!

筑西市横島229-5

Tel 0296(22)4155 FAX 0296(25)1136

HP <http://sakairikaikei.tcnf.com/pc/>



「ちくせい市政懇談会」参加者募集！

日時：11月19日（水）午後6時30分～  
会場：関本公民館大ホール

【テーマ】

- ① 関城支所の空きスペースの有効活用について
- ② 安心・安全に生活するための環境整備について  
(防犯灯の整備及び空き家対策)

内容：上記設定したテーマを踏まえた意見交換、地域の課題についてフリートーク

対象：原則、対象地域に在住・在勤・在学している人  
定員：50人程度

参加方法：当日参加もできますが、会場準備のため事前に用紙又は電話で申し込んでください。(申込用紙は広報広聴課、各支所総合窓口課に備え付けてあります。市ホームページからもダウンロードできます。)

申込期限：11月10日（月）まで

※団体を対象にした懇談会も開催します。ご希望の団体は、下記問い合わせ先までご連絡をお願いします。ご応募をお待ちしています。

【問い合わせ・申込み】

広報広聴課 内線314 Fax: 24-2513  
mail:kouhou@city.chikusei.lg.jp

参加費 親子1組200円（保険・昼食込）

申関 市地域女性団体連絡会

明野支部 広瀬 ☎52-13802  
明野公民館 ☎52-15333

●歴史講話（筑西市史を中心に）④参加者募集

【生涯学習奨励単位認定事業】

26年度シリーズ8回目。▼演題 筑西地方の宗教と文化

講師 宮本朔夫氏（元下館市文化財保護審議委員、市史資料集編纂委員）▼日時 11月11日（火）午後1時30分～3時30分

▼場所 しもだて地域交流センター（アルテリオ）2階研修室 ▼定員 30人程度 ▼参加費 500円（事前申込者300円）

申関 きらめく筑西市民の会 鳥生 ☎20-13386

080-1090-5748

●明日を拓く「創業塾」

▼日時 11月29日（土）、12月6日（土）、13日（土）午後1時30分～4時30分

▼場所 下館商工会議所研修室（スピカ6階）

▼対象 これから創業、開業を目指す人、開業して間もない人、女性、若手、シニア、在職中の人 ▼参加費 無料

定員 先着20人 ▼講師 川村浩司氏（中小企業診断士）

申関 下館商工会議所

☎22-14596 ☎25-10412

●筑西地域職業訓練センター12月の講座

各講座とも：▼申込期間 11月4日（火）～28日（金）▼定員 先着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）

【第2回簿記入門講座】▼日時 12月5日（金）～平成27年1月30日（金）午後6時30分～9時30分（火・金曜日全14回）※12月23日（火・祝）・30日（火）、1月2日（金）は除く ▼受講料 15,000円（教材費別）

【パワーポイント習得講座】▼日時 12月6日・13日・20日・27日（土）午後1時～5時 ▼受講料 10,000円（教材費別）

申関 筑西地域職業訓練センター ☎2096-75-1254

●自衛官募集（高等工科学校生徒）

【推薦】▼試験日 平成27年1月10日（土）～12日（月・祝）のいずれか1日 ▼対象 男子で中卒（見込含）17歳未満の成績優秀で生徒会活動等に顕著な実績を納め、学校長が推薦できる人 ▼募集人員 約60人 ▼受付期間 11月1日（土）～12月5日（金）【一般】▼試験日 1次：平成27年1月24日（土）▼資格 男子で中卒（見込含）17歳未満の人 ▼募集人員 約260人 ▼受付期間 11月1日（土）～平成27年1月9日（金）

申関 自衛隊茨城地方協力本部筑西地域事務所 ☎22-17239

●結城特別支援学校「ビジネス・ライフ科」新設

高等部に、軽度の知的障害の生徒を対象とした就職率100パーセントを目指す専門学科が新設されます。

▼設置年月日 平成27年4月1日（水）▼対象 中学校若しくは特別支援学校の中学部を来春卒業見込み又は卒業した人 ▼定員 16人 ▼選考方法 検査（知的・運動・社会生活能力など）、面接など ▼選考時期 平成27年3月上旬（県立高等学校と同じ日）※事前に教育相談を受ける必要があります。

【学校公開】▼日時 11月5日（水）・7日（金）・10日（月）

▼内容 小学部・中学部・高等部の授業参観、ビジネスライフ

▼体力作り「親子で運動会」

▼対象 1～6歳の幼児と保護者

親子で学び、楽しく遊べる子育て支援イベント

申関 NPO法人いちなごみ北原 ☎090-8816-9996

母親支援・子育て支援英語リトミック

▼日時 11月13日（木）午前10時～11時30分 ▼場所 しもだて地域交流センター（アルテリオ）2階練習室 ▼定員 生徒3か月以上の親子15組 ▼持参品 飲み物

申関 市地域女性団体連絡会 協和支部 中島 ☎57-6657

080-11036-8663

【紅葉の落ち葉の中を親子でウォーキング・自然観察・美しい落ち葉の採集・紅葉絵作り・どんぐりこまづくり】

▼日時 11月25日（火）午前10時～午後3時 ▼場所 あげの元気館 ▼定員 30組程度

▼日時 11月12日（水）午前10時～午後1時 ▼場所 協和多目的研修センター ▼定員 30組程度 ▼参加費 親子1組200円（保険・昼食込）▼申込期限 11月6日（木）まで

申関 市地域女性団体連絡会

080-11036-8663

【紅葉の落ち葉の中を親子でウォーキング・自然観察・美しい落ち葉の採集・紅葉絵作り・どんぐりこまづくり】

▼日時 11月25日（火）午前10時～午後3時 ▼場所 あげの元気館 ▼定員 30組程度

科説明会、個別相談会など  
● 県立結城特別支援学校

☎ 32-7991

● 看護職員の再就業研修  
生を追加募集します

▼実務研修 県西地域の医療機関で5〜10日間の再就業に必要な技術研修を実施 ▼雇用一体型試用研修 希望の医療機関で働きながら最長3か月間研修ができ、給料も支給されます。※研修後も引き続き研修施設で勤務(パート可)できる人 ▼定員 先着7人程度  
● 茨城県看護教育財団(茨城県結城看護専門学校内)

☎ 33-1922

● 市長杯ビーチボールバレー大会参加チーム募集

▼日時 11月30日(日) 受付: 午前8時30分〜 ▼場所 下館総合体育館 ▼対象 連盟登録チーム及び未登録(近隣)チーム ※各自スポーツ保険に加入していること ▼種目 女子の部・リリーダー(55歳以上)、ミドル(45〜54歳)、ヤング(44歳以下) / 男女混合の部 ▼参加費 連盟登録チーム1,000円、未登録(近隣)チーム2,000円 ▼申込期限

11月14日(金)まで

● 市市民ウォーク(5〜7キロ) 11月2日(日) ▼集合 関城体育館前午前8時

● ウォーキング・ハイキング

▼下妻イオン館内ウォーキング(2〜3キロ) 11月5日(水) ▼集合 フォレストコート(ゲートCとDの間) 午前10時 ▼参加費 無料(イオンからの提供品有り) ※第1水曜開催

● 眞岡線S&Lと鮭の遡上観賞ウォーク(12キロ) 11月9日(日) ▼集合 下館駅北口午前9時15分(出発10時) ▼参加費 一般500円 / 会員100円(大抽選会有り)

☎ 30-1700

● 碓波山ハイキング 毎月第2・4金曜日 3時間かけ励ましながらゆつくり登りましょう。 ▼集合 筑波山神社事務所 前午前9時 ※現地が登山予

定時間帯に降雨予報の場合は中止 ▼参加費 無料  
● 市市民ウォーキングクラブ連合会 鳥生 ☎ 20-3386  
☎ 080-11090-5748

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の軽スポーツ、ヨガ・バランスボール・太極拳教室に参加しませんか?》  
【日時】 11月6日・13日・20日・27日(木)、7日・21日・28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  
● 市市民ウォーキングクラブ連合会 鳥生 ☎ 20-3386  
☎ 080-11090-5748

イベント

● 第9回下館・結城 日本画教室展

▼日時 11月14日(金)〜16日(日) 午前9時30分〜午後4時まで(最終日は3時まで) ▼場所 川島公民館2階展示ホール ▼入場無料

● 家事家計講習会〜暮らしを支える家計簿〜

▼日時 11月12日(水) 午前10時〜正午 ▼場所 結城市民文化センター(アクロス) ▼費用

500円(資料代) ▼託児 1歳以上のお子様300円(おやつ・保険料含む) ※要予約  
● 市市民ウォーキングクラブ連合会 鳥生 ☎ 20-3386  
☎ 080-11090-5748

● 婚活パーティー

▼日時 11月23日(日) 午後3時〜7時 ▼場所 農家レストラン「カサ・デ・ロサ」(西保末) ▼対象 20〜45歳の独身男女各20人(先着順) ▼参加費 男性4,000円 / 女性2,000円(当日徴収) ▼内容 バーベキュー、イベント

● 筑西市関城商工まつり

▼日時 11月3日(月・祝) 午前9時〜午後3時 ▼場所 ペアノ(市生涯学習センター) 南側特設会場 ▼内容 キヤラクターショー、プロ歌手ショー、よさこいソーランの演技、フリーマーケット、抽選会等

● 第9回筑西市教育の集い

▼日時 11月16日(日) 午前8

時30分〜正午 ▼場所 明野公民館大ホール(イル・ブリランテ) ▼内容 市内小中学校による活動・学校紹介、講演会他 ▼入場無料

● 英語で楽しく発表する会

▼日時 11月30日(日) 午前9時〜 ▼場所 関本公民館2階大ホール ▼対象 小・中学生 ▼定員 20人程度 ▼費用 無料 ▼発表内容 日常での出来事や楽しかったこと、歌、ダンスなどテーマは自由

● 筑西市関城商工まつり

▼日時 11月3日(月・祝) 午前9時〜午後3時 ▼場所 ペアノ(市生涯学習センター) 南側特設会場 ▼内容 キヤラクターショー、プロ歌手ショー、よさこいソーランの演技、フリーマーケット、抽選会等

● 第9回筑西市教育の集い

▼日時 11月16日(日) 午前8

鮭の産卵を見に来ませんか

今年も鮭が産卵のために勤行川に遡上する季節となりました。市街地で遡上する鮭の姿が見られるのは、非常に珍しいことです。この期間に鮭の遡上を見学し、生命の神秘を感じてください。  
【問い合わせ】 企画課 内線490  
期間 11月上旬〜12月上旬  
場所 勤行川新橋他



●わっしょい市2014

①筑西市を音楽で元気に！「秋空のもとで街かどコンサート」  
 ▼日時 11月3日(月・祝) 午前10時～午後3時 ▼場所 シビック広場 ▼出演者 NAGAMINA、高下めぐみ、丸山敏雄、カイワレ他 筑西ミュージックアイランドメンバー  
 ※フリーマーケット参加者を参加費1組500円(先着20組)で募集します。

②駅まえ・駅なかフェスティバル応援企画「下館駅前コンサート」  
 ▼日時 11月23日(日) 午前10時～午後3時30分 ▼場所 下館駅前スピカ正面入口付近特設ステージ ▼出演者 B OGEY、石塚美咲、クロスロード他 ▼特別ゲスト(午前中) 中井精也氏(鉄道写真家)  
 ▼特別企画 ①当地キャラ大集合・写真撮影会  
 ②わっしょい市実行委員会

●筑西遊湯館  
 「県民の日」感謝デー  
 ▼日時 11月13日(木) 午前10時～午後10時30分 ▼内容 入館料半額の割引 ※回数券・前売券利用者は対象外  
 「休館日」11月4日(火)・5日(水)・27日(木)  
 筑西遊湯館 ☎33-5151

●犬・猫の譲渡会  
 ▼日時 11月9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が必要です。  
 関アニマルブン ☎090-9641-1857

●本場結城絨織物協同組合  
 結城絨体験フェア  
 ▼日時 11月8日(土)・9日(日) 午前9時～午後5時 ▼場所 結城市民情報センター ※入場・体験料は無料  
 関本場結城絨織物協同組合事務局 ☎32-1108

●うたごえピーチひろば  
 ▼日時 11月7日(金) 午前10時～ ▼場所 筑西市シルバー人材センター(二木成) ▼参加費 200円(80歳以上無料) ▼持参品 マイカップ、スリッパ  
 関NPO法人地球の保健室 ☎080-6779-0846

相談

●くらしの困りごと相談  
 ▼日時 10月29日(水) 午前10時30分～午後3時(受付は10時～) ▼場所 下妻公民館2階大会議室 ▼相談内容 くらしの中で困ったこと、知りたいこと  
 関総務省茨城行政評価事務所 ☎029-1221-3347

●外国人のための「一日無料弁護士相談」IN筑西  
 ▼日時 11月16日(日) 午前10時～午後3時(受付は2時30分まで) ▼場所 しもだて地域交流センター(アルテリオ) ▼相談内容 在留資格、労働関係、国際結婚、税金、保険、その他生活全般(無料、面談方式) ※秘密は厳守します。 ▼対応言語 日本語、英語、中国語、タイ

●読み聞かせ  
 対象 幼児・児童・保護者  
 場所 協和公民館(協和総合庁舎内) 和室  
 野ばらの会 ▼日時 11月15日(土) 午後2時～ ▼場所 中央図書館おはなしコーナー  
 関鶴見 ☎24-8376  
 関あすなろの会 ▼日時 11月23日(日) 午後2時～ ▼場所 中央図書館おはなしコーナー  
 関手面 ☎24-4547

★以外には「たまり場・たろう」で開催。  
 「読んで聞いたり絵本の日」▼日時 11月2日(日) 午後1時30分～3時30分 ▼参加費 200円  
 「もったいない倶楽部のちくちく手づくり教室」▼日時 11月8日(土) 午後1時30分～4時 ▼参加費 300円  
 ▼持参品 糸、針、はさみ等  
 「お気軽ギター弾き語り教室」▼日時 11月11日(火) 午後2時～4時 ▼参加費 300円 ▼持参品 ギター  
 「ナナのお気軽ボイストレーニング」▼日時 11月15日(土) 午後1時～3時 ▼参加費 500円  
 「お気軽ウクレレ教室」▼日時 11月18日(火) 午後2時～4時 ▼参加費 300円(ウクレレの用意有り)  
 「あきらの説法カフェ」▼日時 11月19日(水) 午後2時～4時 ▼参加費 200円  
 「筆遊び教室」▼日時 11月22日(土) 午後2時～4時 ▼参加費 1,000円  
 「★東日本大震災による避難者交流会」▼日時 11月29日(土) 午後1時～4時 ▼参加費 無料 ▼場所 しもだて地域交流センター(アルテリオ) 2階会議室A・B  
 「★昭和の歌声カフェ」▼日時 11月30日(日) 午後1時30分～3時30分 ▼参加費 200円 ▼場所 レストランレ下館  
 関小松崎 ☎090-11797-3045

家族問題 相続問題 債務整理  
 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 ○相談料 1時間以内 5,000円  
 弁護士 菊池祥明(茨城県弁護士会所属)  
**菊池法律事務所** 下館年金事務所のウラです  
 筑西市菅谷 1763 ☎0296-24-5677

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 土地家屋調査士  
**堀江潔事務所**  
 筑西しもだて合同庁舎北隣(筑西市内 136-6)  
 TEL 0296-24-0234  
 土曜日(午前中)も営業しております。  
 お気軽にご相談ください。

生涯学習奨励単位／健康づくり奨励単位認定該当事業

**健康運動教室 (筑西はつらつバラエティー体操)**

地区	開催日	会場
下館	11月6日・20日(木) 13:30～15:00	地域交流センター 会議室B 20日は2階練習室
	11月10日・17日(月) 13:30～15:00	スピカ3階 健康ひろば
	11月17日(月) 13:30～15:00 ※男性のみ	スピカ4階 東会議室
関城	11月5日・19日(水) 13:30～15:00	ペアーノ リハーサル室
明野	11月4日・25日(火) 13:30～15:00	あけの元気館 健康体操室
	11月11日・18日(火) 13:30～15:00	宮山ふるさとふれ あい公園ホール
協和	11月7日・21日(金) 13:30～15:00	協和ふれあい 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  
 関健康づくり課 ☎22-0506  
 市健康運動普及委員会 会長 鳥生 ☎080-1090-5748

**シルバーリハビリ体操教室**

地区	開催日	会場
下館	11月14日・28日(金) 13:30～15:00	地域交流センター
	11月5日・12日・19日・26日(水) 13:30～15:00	スピカ1階 西側フロア 19日・26日は スピカ3階健康ひろば に変更になりました。
関城	11月6日・20日(木) 13:30～15:00	ペアーノ リハーサル室
明野	11月17日(月) 13:30～15:00	あけの元気館 健康体操室
協和	11月5日・19日(水) 13:30～15:00	協和公民館(協 和総合庁舎内) 総合ホール

▶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  
 関健康づくり課 ☎22-0506

**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)  
 関 ☎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
11月13日(木) 午後1時～3時	協和保健センター	健康づくり課 ☎22-0506
11月11日(火) 午前9時～10時30分	筑西保健所	筑西保健所 保健指導課 ☎24-3965
11月17日(月) 午後3時～4時30分		

**法律相談(社協) \*要予約 \*秘密厳守・無料**

相談日時	11月21日(金) 午前10時～正午
相談会場	明野農村環境改善センター(新井新田)
相談員	弁護士
予約	11月5日(水) 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)

親御さんだけでも大丈夫です。▼日時＝11月30日(日) 午前10時～午後4時 ▼場所＝しもだて地域交流センター(アルテリオ) ▼申込期間＝11月1日(土)～15日(土)  
 関 県西地域第1ブロックマ  
 リッジサポート

**いばらきマリッジサ  
ポーター結婚相談会**

外国人相談センター  
 ☎029-1244-3811  
 【平日のみ】  
 ☎090-12645-6448

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  
 関(公財)茨城県国際交流協会

**成人用肺炎球菌予防接種に関するお詫びと訂正**

平成26年度の成人用肺炎球菌(23価)予防接種の対象者に送付しました接種助成券に同封の「市内協力医療機関一覧表」の中で、電話番号の表記誤りとご案内の不備がありましたので、お詫びして訂正いたします。

下館病院 誤：☎22-7588 正：☎22-7558	長倉内科・外科クリニック 誤：☎22-3081 正：☎54-5551
----------------------------------	--

【追加】接種助成券が届いた人で、過去に肺炎球菌ワクチンの接種を受けたことがある人は助成の対象外となります。

関保健予防課 ☎22-0535

淀縄 ☎090-4623-1122  
 上河原 ☎080-1222-1101

**就職・進路の悩みはサポステで解決!**

\*厚生労働省認定事業 \*無料・前日までに予約  
 いばらき県西若者サポートステーション相談員が就職・進路で悩んでいる若者(15～39歳)やその保護者等の相談をお受けします。カウンセラーとの相談、無料講座や職業体験など役立つ情報を提供します。  
 ▶日時＝毎週火～土曜日 午前10時～午後6時 ※土曜日は午後7時まで ▶場所＝いばらき県西若者サポートステーション(西方)  
 関 ☎54-6012  
 ※初心者パソコン講座開催中

**消費生活センター出張相談窓口**

振り込み詐欺・多重債務等の消費者問題出張相談を行っています。  
 【開催日・場所】  
 ①11月14日(金) 協和公民館小会議室(協和総合庁舎内)  
 ②11月21日(金) 明野支所多目的室  
 ③11月28日(金) 関城支所第5会議室  
 【相談時間】  
 午前9時30分～正午  
 関市消費生活センター ☎21-0745

**ひきこもり相談**

【専門相談】\*要予約・秘密厳守・無料  
 ▶日時＝11月27日(木) 13:30～14:30  
 【家族教室】  
 ▶日時＝11月27日(木) 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。  
 関 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)で苦しんでいる当事者及び保護者のための相談会を開催します。  
 ▶日時＝11月19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  
 関 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 \*法律相談は先着8人まで**

	相談日時	相談会場	相談員	申込み	問い合わせ
人権	11月20日(木) 午前10時～正午	協和公民館 総合ホール	人権擁護委員 (法務大臣委嘱)	事前申込不要 (来訪順受付)	協和支所 ☎57-2511
	11月27日(木) 午後1時～3時	下館武道館2階			人権推進課 内線253
行政	11月20日(木) 午前10時～正午	協和公民館 総合ホール	行政相談委員 (総務大臣委嘱)		協和支所 ☎57-2511
	11月27日(木) 午後1時～3時	下館武道館2階			広報広聴課 内線314
法律	11月27日(木) 午後1時～4時	下館武道館2階	弁護士	11月17日(月) 午前9時～電話予約	広報広聴課 内線314