

# 暮らしの情報

## Information

2016  
5.1

**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

**開庁時間**  
午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分  
※木曜日は午後 7 時まで (本庁のみ)

**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。  
☎防災安全課 ☎内線368・369

### 案内

**証明書自動交付機が  
平成29年3月31日で廃止**

平成28年秋頃に、マイナンバーカードによる諸証明書のコンビニ交付を開始します。これにより、証明書自動交付機は、平成29年3月31日(金)で廃止となります。コンビニ交付をご利用される人は、早めに利用者用電子証明の搭載されたマイナンバーカードの申請を行ってください。なお、印鑑登録をした市民カードは、引き続き窓口での印鑑登録証明書の申請の際に必要ですので、そのままお持ちください。ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願います。

☎市民課 (本庁1階) 内線220

### 情報公開条例・個人情報保護条例の施行状況

平成27年度における情報公開条例と個人情報保護条例の施行状況を公表します。

区分	情報公開	個人情報保護
開示請求	13件	23件
開示に関する決定		
①全部開示の決定	6件	19件
②一部開示の決定 (一部不存在を含む。)	7件	4件
③不開示の決定	0件	0件
④不存在	0件	0件
異議申立て	0件	0件
開示申出	13件	

☎総務課 (本庁2階) 内線331

### 下館地区学校開放利用団体調整会議

▼日時 5月20日(金) 午後6時30分(時間厳守)  
▼場所 下館総合体育館研修室  
▼内容

6・7月分の日程調整  
▼持参品 筆記具、代表者印、登録申請書  
☎スポーツ振興課 (下館総合体育館内) ☎28-15040

### 下館総合体育館トレーニングルーム利用者講習会

トレーニングルームの利用を希望する人は、次のいずれかの講習会を受講してください。  
▼日時 ①5月10・24日(火) 午前9時30分～ ②5月6・20日(金) 午後7時～ ③5月1・8・15・22・29日(日) 午後1時30分～ ※1時間程度 ▼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 ▼持参品 体育館用シューズ、運動のできる服装  
▼申込み 4月26日(火) 午前8時30分から、電話受付 ※各回10人先着順(1度の申込みで

**所得の少ない高齢者向け給付金の申請** (低所得の高齢者向け年金生活者等支援臨時福祉給付金の申請)  
☎社会福祉課(本庁1階) 内線249

「一億総活躍社会」の実現に向け、賃金引き上げの恩恵が及びにくい高齢者を支援するための給付金です。


**【対象】** 平成27年度の住民税が課税されていない人(課税されている人の扶養となっている場合や生活保護の受給者などは対象外)のうち、平成28年度中に65歳以上となる人(昭和27年4月1日以前に生まれた人)

**【申請期間】** 5月10日(火)～9月9日(金)

**【支給額】** 対象者1人につき30,000円(1回限り)

**【添付書類】** ①本人確認書類(運転免許証、パスポートなどのコピー)  
②振込先口座確認書類(通帳などのコピー)

※対象と思われる人には、課税課から申請書などを郵送予定です。(5月上旬予定)



第6回 全国エステティックサロンビューティーフォトコンテスト 優秀賞・審査員特別賞受賞!!

地域密着 1999年～最新マシンと老舗の技術と経験  
■無理な勧誘は致しません。お試し体験から始めるので安心!

## 美と健康

今話題の高濃度水素水洗浄の機械もあります!  
水素含有量 0.8-1.2ppm

**Tel:0296-21-0233 サロン・シエル**  
平日10:00-20:00 土日10:00-17:00 [水曜休] ☎予約 ☎筑西市一本松142番地12

ず～っと笑顔で“自分らしく、安心して暮らせる、快適な住まい”

高齢者向け住宅  
入居者募集中

お気軽に  
お問合せください!!

**Emiasu**

▼ 見学・入居のご相談を随時承ります ▼

介護付き  
高齢者向け住宅  
えみあす二木成 ☎0296-25-5851  
☎セキショウライフサポート  
筑西市二木成827 http://www.sekisho-ls.co.jp/emias/

**SEKISHO**  
セキショウグループ  
セキショウライフサポート  
Sekisho Life Support

2人受付可)  
**申** 閩 スポーツ振興課(下館総合  
 体育館内) ☎28-5040

# 募 集

## 就職を目指す方へ 職業訓練受講者

▼対象Ⅱ就職に必要な技能・技  
 術を身につけたい人 ▼コース  
 Ⅱテクニカルオペレーション科  
 (CAD/NCコース)、電気設  
 備技術科、CAD・ものづくり  
 サポート科(女性対象コース)、

生産設備メンテナンス科 ▼期  
 間Ⅱ7月1日(金)〜12月26日  
 (月)(6か月) ▼場所Ⅱポリテ  
 クセンター茨城(常総市水海道  
 高野町) ▼受講料Ⅱ無料(テキ  
 スト代など実費) ▼託児Ⅱ託児  
 を希望する人は、受講中は無料  
 (食費などは実費)で周辺の託  
 児施設にお子さんを預けること  
 ができます。 ▼申込みⅡ5月16  
 日(月)までに住所又は居所を  
 管轄するハローワークへ(延長  
 の可能性有り)  
**申** 閩 ポリテクセンター茨城  
 ☎0297-22-8845

## 20歳になる前に日本脳炎予防接種を受けましょう!

日本脳炎は、日本脳炎ウイルスの感染によって起こる病気です。症状が現れずに経過する場合がほとんどですが、症状が出る場合には、数日間の高熱、頭痛、嘔吐、けいれんなどが起き、20〜40パーセントが死亡に至る病気です。従来使用していた日本脳炎ワクチンで健康被害が否定できない症例があり、平成17年から平成21年度まで、積極的な勧奨を控えていたため、接種機会を逸してしまった人に**特例措置**が設けられています。母子健康手帳を確認し、接種を受けてない人は予防接種を受けましょう。

### 通常の接種方法

**【第1期初回】**3歳の誕生日前日から7歳6か月の前日までに、6日以上28日未満の間隔をあけて2回接種を受けます。(標準的接種年齢:3歳)

**【第1期追加】**3歳の誕生日前日から7歳6か月の前日までに、第1期初回終了後、6か月以上、標準的にはおおむね1年の間隔をあけて1回接種を受けます。(標準的接種年齢:4歳)

**【第2期】**9歳から13歳未満の1期を終了した人が受けることができます。1回接種します。(標準的接種年齢:9歳)

**【特例措置1】**①平成7年4月2日から平成19年4月1日までの間に生まれた人で、全4回の接種を終えてない人は、20歳未満で不足分を接種できます。②平成28年度に18歳となる人で、第2期の接種が未接種である人は不足分を接種できます。

**【特例措置2】**平成19年4月2日から平成21年10月1日までの間に生まれた人で、1期3回の接種を終えてない人は、9歳以上13歳未満の間に、不足分を接種できます。

**【問い合わせ】**保健予防課(スピカ3階) ☎22-0535

## ウォーキング・ハイキング

【5月1日(日) 市民ウォーク】  
 ▼集合Ⅱ市役所本庁舎玄関前・午前8時

【5月8日(日) さわやかロードウォーク】

▼集合Ⅱ関城体育館・午前8時  
 ▼参加費Ⅱ一般300円 ※会員無料

【5月11日(水) 下妻イオン館内ウォーキング(3キロ)】

▼集合Ⅱフォレストコート(ゲートCとDの間)・午前10時  
 ▼内容Ⅱ膝腰背筋鍛錬バラエティウォーク ▼参加費Ⅱ無料(イオンからの提供品有り)  
 ※毎月第1水曜開催

**申** イオンモール下妻 ☎30-1700

【5月22日(日) 佐原水郷巡り】  
 集合場所などはお問い合わせください。

【腰膝鍛えるダウントレッキング教室】

▼日時Ⅱ毎月第1・第3木曜日・午前10時〜正午 ▼場所Ⅱ河内公民館 ▼参加費Ⅱ無料

【毎月第2・4金曜日 筑波山登山教室】

▼集合Ⅱ筑波山神社拝殿前・午前9時 ▼参加費Ⅱ無料(要事前申込)

**申** 閩 市ウォーキングクラブ連

合会 鳥生 ☎20-3386  
 ☎080-1109015748

## ハーモニープライティ ばらき2016研修員

県は、国内・海外調査研修を通して政策・方針決定の場への参画や、地域で核となり、活動を展開する女性の人材を育成するために研修員を募集します。

▼研修期日Ⅱ①海外調査研修(欧州など)・②10月頃予定(6日程度) ③国内調査研修・4回程度

▼対象Ⅱ日本国籍を有し、県内に5年以上居住。平成28年4月1日現在満25歳以上満63歳以下の女性(書類及び面接などによる選考有り) ▼費用Ⅱ25万円程度(5万円補助有り) ▼申込期限Ⅱ5月22日(日)まで

**申** 閩 市民協働課(しもだて地域交流センター「アルテリオ」2階・月曜休) ☎23-1600

## 障がい児(者)親の会

障がい児(者)の保護者の情報交換の場です。

▼日時Ⅱ5月10日(火)午前10時〜正午 ▼場所Ⅱしもだて地域交流センター「アルテリオ」2階和室

**申** 閩 NPO法人いちごみ 小野瀬 ☎090-1771618781

## 春の生徒募集

**ヤマハ音楽・英語教室**  
 ■体験教室開催中(5月開講) ■見学実施中(5月開講以外)  
**初心者・大人のコース随時入会**  
 ピアノエレクトーン5回シリーズ 5,000円

**ヤマハピアノ・エレクトーン展示会**  
 5月28日(土)・29日(日)午前10時〜午後6時  
 結城市民文化センターアクロス



管楽器 新・在庫品 15% OFF! 管楽器の点検も致します。

**マルシン楽器** Tel 0296-22-2691 筑西市岡芹 2064 JA北つくば本店となり

2016年 7月29日(金)  
 開場/13:30 開演/14:00  
**山内恵介**  
**熱唱ライブ2016**  
 結城市民文化センターアクロス

【フリーガイド】  
 結城市民文化センターアクロス内 Smile Cafe プチアミール  
 結城SCつおとみ  
 ナガタヤ駅通店  
 マルシン楽器  
 薬園堂  
 チケットぴあ(コード290-0321) / ローソンチケット(Lコード72510) / e(イープラス)

☎(0296)54-5777  
 ☎(0296)32-3111  
 ☎(0296)32-3737  
 ☎(0296)22-2691  
 ☎(0280)86-6503

料金/全席指定 **5,800円** (消費税別)

お問合せ・お申し込み アイエムオープンプロモーション  
**☎(048)645-9009**  
 営業時間/平日10:00~18:00

かんたん・便利はこれ!  
**お電話1本でチケット宅配OK!!**  
(※別途送料)

**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】** 5月5・19・26日(木) 6・20・27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

**歴史講話(筑西市史を中心)** ⑥1

【生涯学習奨励単位認定事業】  
 28年度シリーズの第2回歴史講話を開催。

▼演題 戦国名族の条件 ▼講師 宮本朔夫氏(元下館市文化財保護審議会委員、市史資料集編纂委員) ▼日時 5月17日(火) 午後1時30分~3時 ▼場所 しもだて地域交流センター「アルテリオ」2階研修室  
 ▼参加費 500円(事前申込の場合300円)  
**申問** さらめく筑西市民の会 鳥生 ☎20-3386  
 ☎080-11090-5748

**母親支援・子育て支援**  
**【英語リトミック】**  
 ▼日時 5月11日(水) 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」

**筑西市不妊治療費助成事業**  
 市では不妊治療を受けたご夫婦に、治療費(保険外診療)の一部を助成しています。(平成28年4月から、国の制度改正に合わせて、助成額、交付対象が変わりました)  
**【対象となる治療】** 体外受精及び顕微授精(保険適用外の特定不妊治療) ※男性不妊治療の助成は対象になりません。  
**【助成内容】** 1回の特定不妊治療に要した費用のうち、県から受けた助成金額を差し引いた額について、7万5千円を限度に助成します。  
**【対象となる夫婦】** 次の全ての要件に該当している人が対象です。  
 ①法律上の婚姻をしている夫婦であること  
 ②夫婦とも又は一方が、申請する日において市内に引き続き1年以上住所を有すること  
 ③茨城県不妊治療費補助金の交付の決定を受けていること(平成28年度の決定を受けていること)  
 ④市税を完納していること  
**【申請方法】** 筑西保健所の茨城県不妊治療費助成事業補助金交付決定を受けた後、できるだけ**30日以内**に下記の必要書類を持参し申請窓口で申請書を記入してください。(やむを得ず期限を過ぎる場合はご相談ください)  
**【申請に必要な書類】**  
 ①平成28年度茨城県不妊治療費助成金交付決定及び額の確定通知書のコピー  
 ②申請者本人名義の通帳(夫婦どちらかの通帳)  
 ③印鑑(シャチハタ不可)  
**【申込み・問い合わせ】** 健康づくり課(スピカ3階) ☎22-0506

オー2階練習室 ▼定員 生徒3か月以上の親子15組(要予約)  
**【カラーセラピー体験】**  
 ▼日時 5月17日(火) 午前10時~11時30分 ▼場所 Tea Room Jasmine(川澄)  
**【百つぼジュエリー体験】**  
 ▼日時 5月30日(月) 午前10時~11時30分 ▼場所 Tea Room Jasmine(川澄)  
**申問** NPO法人いちなごみ市塚 ☎090-4810-9851

**「介護職員初任者研修会」の受講者**  
 ▼期間 6月19日(日)~12月4日(日)(20日間、130時間)

▼場所 茨城県母子寡婦福祉連合会母子・父子福祉センター内(水戸市) ▼対象 ひとり親家庭となっておおむね7年以内で全日程出席でき、今後就労を希望する人 ▼定員 22人 ▼受講料 6,000円(ポランテイア行事保険料が別途必要) ▼申込期限 6月3日(金)まで(消印有効) ▼申込方法 申込書に受講理由を添えて申込み ※申込書はこども課に有り ▼その他 託児所有り(2歳児以上)、所得に応じて交通費の一部補助有り  
**申問** 茨城県母子寡婦福祉連合会母子・父子福祉センター ☎029-1221-8497

**【あけの元氣館】**  
 ▼日時 5月19日(木) 午前10時~午後3時 ▼内容 子どもが健康に育つための食育を考える(栄養士の講話) ▼定員 親子15~20組程度 ▼参加費 親子1組につき200円

**イベント**  
**親子で学び、楽しく遊べる子育て支援イベント**  
 いずれの会場も... ▼対象 1歳~6歳の幼児と保護者  
**【しもだて地域交流センター】**  
 ▼日時 5月18日(水) 午前10時~午後2時 ▼内容 親子で体を動かしましょう ▼定員 30組程度 ▼参加費 親子1組につき200円(保険 宜食込)  
 ▼申込期限 5月12日(木) まで  
**【協和多目的研修センター】**  
 ▼日時 5月11日(水) 午前10時~午後1時 ▼内容 友達になろう ▼定員 30組程度 ▼参加費 親子1組につき200円 ▼申込期限 5月6日(金) まで  
**【あけの元氣館】**  
 ▼日時 5月19日(木) 午前10時~午後3時 ▼内容 子どもが健康に育つための食育を考える(栄養士の講話) ▼定員 親子15~20組程度 ▼参加費 親子1組につき200円

▼場所 茨城県母子寡婦福祉連合会母子・父子福祉センター内(水戸市) ▼対象 ひとり親家庭となっておおむね7年以内で全日程出席でき、今後就労を希望する人 ▼定員 22人 ▼受講料 6,000円(ポランテイア行事保険料が別途必要) ▼申込期限 6月3日(金)まで(消印有効) ▼申込方法 申込書に受講理由を添えて申込み ※申込書はこども課に有り ▼その他 託児所有り(2歳児以上)、所得に応じて交通費の一部補助有り  
**申問** 茨城県母子寡婦福祉連合会母子・父子福祉センター ☎029-1221-8497

**【あけの元氣館】**  
 ▼日時 5月19日(木) 午前10時~午後3時 ▼内容 子どもが健康に育つための食育を考える(栄養士の講話) ▼定員 親子15~20組程度 ▼参加費 親子1組につき200円

身近な法律問題のご相談は、お気軽にお問い合わせください。  
**つくばね法律事務所**  
 初回相談 **30分無料**  
 債務整理  
 交通事故  
 相続・遺言  
 〒304-0801 下妻市大園木2839-1大建ビル2階  
 電話受付時間: 平日 9時~18時 定休日: 土・日・祝日  
**TEL: 0296-30-5600**  
**www.tsukubane-law.com**

茨城県弁護士会所属: 門井 節夫、関 健太郎、高中 学、飯塚 夏樹

**相続個別相談会**  
 初回のみ **60分 相談無料**  
**日時** 随時開催  
**予約** お電話又はFAXにてご予約下さい  
**場所** 坂入税理士事務所 筑西市横島229-5  
**アドバイザー** 税理士 坂入 賢樹

相続手続きでお困りのこと、不安なこと、経験豊かな税理士、ファイナンシャルプランナーが、親身にアドバイスいたします!

**坂入税理士事務所** Tel: 0296(22)4155 FAX: 0296(25)1136

岡市地域女性団体連絡会明野支部 鈴木 電話 52-3624  
明野公民館 電話 52-5333

### 東日本震災復興支援オープンガーデン

東日本震災復興支援活動のオープンガーデンです。1コイン(500円)のご支援をお願いします。福島県浪江町に寄付します。ご協力いただいた人へバラのお花のプレゼントがあります。※入園無料 ▼日時 5月19日(木) 22日(日) 午前9時30分～午後4時30分  
▼場所 森添島1-176-8  
岡小林 電話 22-3847

### 筑西市民卓球あじさい大会

▼日時 6月5日(日) 受付 午前8時40分、競技開始 午前9時15分  
▼場所 下館総合体育館 ▼種目 男女混成シングルスマックスダブルス(抽選)

**第5回筑西健康パーク「健康づくり標語」入賞作品決定!**

健康パーク実行委員会会長賞  
よくかんで快食快腸栄養吸収  
(下館小4年 高野 滉太)

教育長賞  
朝ごはん体がめぐるまほつだよ  
(大田小4年 石島 菜々美)

市長賞  
「早ね 早起き、朝ごはん」  
守れたキミは金メダル  
(新治小4年 中野 ひかり)

※入賞者の学校名、学年は平成27年度時点です。(敬称略)

選でペアを決めます) ▼参加資格 市内在住・在勤の社会人及び市卓球協会登録の社会人 ▼参加費 1人1,000円 ▼申込期限 5月18日(水) まで  
申岡 筑西市卓球協会 市村 電話 22-3682

### 出会いパーティー開催

【結城市民文化センターアクロス】  
▼日時 5月28日(土) 午後1時30分～4時30分(午後1時15分受付) ▼対象 (A) 35歳以下の独身男女各15人程度、(B) 36歳～49歳の独身男女各20人程度 ▼参加費 男性3,000円、女性1,000円 ※当日徴収 ▼申込み 5月25日(水) まで ※キャンセルの場合、キャンセル料が発生します。  
NPO法人ベル・サポート 電話 0280-8717085

### インターネット有効活用標語コンテスト入賞作品発表!

会長賞  
ケータイも夜中は少し休みたい  
(大田小4年 永盛 夏美)

委員賞  
ネットは危険がいっぱいかくれんぼ  
おかあさんスマホ見るとわたしみて  
(長瀬小4年 小島 美咲)

つばやいて記憶と記録に消えぬ傷  
(下館中2年 田口 旭)

ネット依存そのけのけのけの邪魔  
考えて言葉のナイフ送らない  
(関城中2年 小島 瑞樹)

※入賞者の学校名、学年は平成27年度時点です。(敬称略)

### 初心者卓球教室

▼日時 6・7月の毎週土曜日(全9回) 午後7時～9時15分  
▼場所 下館総合体育館 ▼対象 市民で未経験者及び競技経験3年程度までの社会人男女  
▼参加費 無料(スポーツ安全保険料800円を第1回時に徴収します) ▼定員 20人 ▼指導者 市卓球協会員 ▼申込期限 5月18日(水) まで  
申岡 筑西市卓球協会 市村 電話 22-3682

### おこのタイプアート作品展

▼日時 5月17日(火)～22日(日) 午前9時30分～午後5時(最終日は午後3時まで) ▼場所 茨城県つくば美術館(つくば)  
富田屋酒店 電話 22-0567  
北島酒店 電話 22-2880  
岡あさひや酒店 電話 22-3484

### 親子でワクワク酒米づくり!! 2016

▼日時 5月22日(日) 午前9時～正午 ※小雨決行 ▼集合 竹島公民館 ▼定員 親子20組、一般参加30人予定 ※先着順 ▼参加費 大人1,000円、子ども500円(保険・昼食込み) ※幼稚園児無料 ▼内容 酒米の田植え体験。子どもたちには成人時にお酒をプレゼント ▼持参品 水筒、タオル、着替え、カップ  
申岡 ギャラリー「おこの室」を支える会 電話 22-5500

### 調理師及び製菓衛生師試験

【受験願書の配布】 ▶配布日時=5月16日(月) 午前8時30分～ ▶配布場所=筑西保健所衛生課 ▶郵送の場合=願書などの郵送を希望の場合は、封筒の表に「調理師試験受験願書希望」若しくは「製菓衛生師試験受験願書希望」と朱書きし、140円切手を貼って宛先を明記した返信用封筒(角形2号)を同封し、筑西保健所に請求してください。

【受験願書受付】 ▶受付日時=7月14日(木)・15日(金) 午前9時～正午、午後1時～5時 ▶受付場所=筑西保健所(郵送による出願は認めません。)

【試験】 調理師 ▶試験日=10月8日(土) ▶集合時間=午後1時 ▶試験会場=①茨城大学水戸キャンパス(水戸市文京) ②茨城県立医療大学(稲敷郡阿見町大字阿見) ※受験願書を提出する際に、希望会場をお聞きます。 ▶試験時間=午後1時30分～3時30分  
製菓衛生師 ▶試験日=10月13日(木) ▶集合時間=午後1時 ▶試験会場=水戸合同庁舎(水戸市柵町) ▶試験時間=午後1時30分～3時30分 ※試験会場には、使用できる駐車場はないので一般公共交通機関を利用してください。

【合格発表】 ▶日時=11月30日(水) 午前10時～ ▶発表場所=①茨城県庁行政棟14階保健福祉部生活衛生課及び各保健所に掲示 ②「いばらき食の安全情報Web Site」により合格者の受験番号の情報提供

【問い合わせ】 筑西保健所衛生課 電話 24-3913

## 無料法律相談会開催のお知らせ

日時: 5月29日(日) 9:00～17:00 完全予約制  
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が、初回相談の方を優先させていただきます。

# 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  
萩原 慎二 子  
萩原 平久  
萩原 野田 幹

筑西市乙28番3 SATOHビル2階(JR下館駅南口徒歩30秒)

## 街の身近な相談所

不動産・会社登記  
相続・遺言・預金解約  
登記法律相談 など

### 岡田司法書士事務所

Tel 0296-26-6151  
http://s-okada.com/

筑西市 岡田茂樹 検索

お気軽にご相談ください  
土日・祝日もご相談に応じます  
相談料初回無料



筑西市幸町3丁目9番8号

●里山・春の植物観察会

五郎助山を探索し、山菜を天ぷらにして試食します。

▼日時 5月7日(土) 午前10時～午後1時 ※小雨決行(荒天の場合は中止) ▼場所 五郎助山(上野・筑西消防署関城分署近く) ▼参加費(保険代・昼食代) 大人・中学生800円 / 小学生300円 / 幼児無料(保護者同伴) ▼定員 先着30人 ▼講師 小幡和男氏(茨城県自然博物館学芸員) ▼申込期限 5月5日(木・祝)まで

▼駐車場 里山山地内  
 申 関 NPO 法人里山を守る会  
 里山事務局  
 ☎090-7906-11082  
 五郎助管理舎 ☎37-1239  
 E: rksuseisatoyama@b203plala.or.jp

●あけの元気館1教室

【かけっこ教室】

▼日時 5月14・21日(土) ①午前9時20分～10時20分 ②午前10時40分～11時40分 ▼場所 ①協和の杜体育館 ②明野トレーニングセンター ▼対象 ①小学1～3年生 ②小学4～6年生 ▼定員 20人 ▼内容 運動会を前に走るコツ教えます!! ▼講師 竹内渉氏

(東洋大学陸上競技部出身) 他

▼申込み 4月30日(土) 正午(あけの元気館窓口受付(電話申込不可)) ※申込者多数の場合には整理券を配布。 ▼参加費 無料  
 関 あけの元気館 ☎52-7111

●春季交流会(ダンスパーティー)

▼日時 5月19日(木) 午後5時～8時30分 ▼場所 下館総合体育館メインアリーナ ▼費用 1,000円(当日入場可) ※ドリンク、お楽しみ抽選会、生バンド演奏有り  
 関 筑西市ASD協会 近藤  
 ☎090-2672-3335

●えほんとふれあい会

▼日時 5月26日(木) 午前10時30分～ ▼場所 いずみ保育園なかよし文庫 ▼対象 0～4歳の子どもと保護者 ▼テーマ みんななかよし ▼絵本 『あかちゃんたいそう』『おべんとうなあに』  
 申 関 未来ネットワーク  
 ☎24-8070

●子育てセミナー開催

「子供の性格がどんどんよくなる習慣」

♪対象 幼児・児童・保護者♪

【協和おはなし会】 ▼日時 5月7日(土) 午前10時30分～11時30分 ▼場所 協和公民館和室  
 関 小林  
 ☎57-3046  
 【まぐろの会】 ▼日時 5月14日(土) 午後2時～3時 ▼場所 関本公民館和室  
 関 小川  
 ☎37-3729  
 【読み聞かせの会「てくてて姫」】 ▼日時 5月21日(土) 午前10時30分～11時30分 ▼場所 協和公民館和室  
 関 吉妻  
 ☎57-3401  
 【野ばらの会】 ▼日時 5月21日(土) 午後2時～ ▼場所 中央図書館  
 内容 『えんぐくバス』(絵本)、『はしれーちターのごきぎ』(紙芝居)ほか  
 関 鶴見  
 ☎24-8376  
 【あすなるの会】 ▼日時 5月22日(日) 午後2時～ ▼場所 中央図書館  
 内容 『ボールをぼん』(絵本)、『すっといしよたよ』(紙芝居)、『折り紙』  
 関 手面  
 ☎24-4547

▼日時 5月14日(土) 午前10時～11時30分 ▼場所 市野辺児童館 ▼講師 大澤民子氏(一社) 倫理研究所) ▼費用 200円  
 申 関 (一社) 倫理研究所家庭倫理の会茨城西 江田  
 ☎090-4371-7879

●おうちでできる生(いのち)と性のおはなし

【ちびっかからいっしょでできる会】 ▼講師 上田美和氏(ここからいふ広場・和ごころ助産院主宰・院長) ▼日時 5月11

「たまり場・たろう」で開催

【布にお絵描きアート】 ▼日時 5月9日(月) 午後2時～4時 ▼参加費 300円+実費  
 【お気軽ギター弾き語り教室(月2回)】 ▼日時 5月10日・24日(火) 午後2時～4時 ▼参加費 300円  
 【アキラの説法カフェ】 ▼日時 5月13日(金) 午後2時～4時 ▼参加費 300円  
 【お気軽ウクレレ教室(月2回)】 ▼日時 5月17日(火) 午後2時～4時 ▼参加費 300円(ウクレレの用意あり)  
 【もったいない倶楽部ちくちく針仕事】 ▼日時 5月14日(土) 午後1時30分～4時 ▼参加費 300円  
 【手仕事工房】 ▼日時 5月19日(木) 午後2時～4時 ▼参加費 300円+実費  
 【筆遊び教室】 ▼日時 5月28日(土) 午後2時～4時 ▼参加費 1,000円  
 【たまり場カフェ】  
 ☎090-1797-3045

▼日時 5月17日(火) 午前10時～11時30分 ▼場所 市野辺児童館 ▼講師 大澤民子氏(一社) 倫理研究所) ▼費用 200円  
 申 関 (一社) 倫理研究所家庭倫理の会茨城西 江田  
 ☎090-4371-7879

●まちづくりカフェピーチ

会場はまちづくりカフェピーチ(二木成) 【親子リトミック・ピーチひろば】 ▼日時 5月17日(火) 午前10時～11時30分 ▼対象 未就学児とその保護者 ▼参加費 500円 ▼定員 20人 ▼講師 榎山祐子氏 ▼持参品 バスタオル、飲み物  
 【ヨガ・ピーチひろば】 ▼日時 5月18日(水) 午前10時～11時 ▼参加費 500円 ▼講師 鯨井陽子氏 ▼持参品 バスタオル  
 申 関 NPO 法人地球の保健室  
 ☎0800-16779-10846

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。



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。

**丁寧に相談対応致します** ○相談料  
 弁護士 菊池祥明(茨城県弁護士会所属) 1時間以内 5,000円

**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

**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	5月6日・20日(金) 13:30～15:00	しもだて地域交流センター「アルテリオ」会議室A
	5月12日・19日・26日(木) 13:30～15:00 ※19日は認知症予防教室。上履き持参。	下館武道館1階
関城	5月18日(水) 13:30～15:00	ペアーノリハーサル室
明野	5月17日(火) 13:30～15:00	あけの元気館健康体操室
	5月10日・24日(火) 13:30～15:00	宮山ふるさとふれあい公園ホール
	5月25日(水) 13:30～15:00 ※認知症予防教室。上履き持参。	明野いきがいセンター多目的ホール
協和	5月6日・20日(金) 13:30～15:00	協和ふれあいセンター集會室
	5月27日(金) 10:00～11:30 ※27日は認知症予防教室。上履き持参。	

▶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(※あけの元気館健康体操教室のみ先着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(スピカ3階) ☎22-0506  
 市健康運動普及員会会長 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	5月10日・17日・24日・31日(火) 13:30～15:00	下館武道館1階
	5月13日・27日(金) 13:30～15:00	しもだて地域交流センター「アルテリオ」13日は大練習室 27日は集會室
	5月24日(火) 10:00～11:30	総合福祉センター2階多目的ホール
関城	5月10日・17日(火) 10:00～11:30	ペアーノリハーサル室
明野	5月2日・16日(月) 13:30～15:00	あけの元気館健康体操室
協和	5月4日・18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(※あけの元気館健康体操教室のみ先着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(スピカ3階) ☎22-0506

**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
5月10日(火) 午前9時～10時30分	筑西保健所	☎24-3965
5月12日(木) 午後1時～3時	関城保健センター	健康づくり課 ☎22-0506
5月23日(月) 午後3時～5時	筑西保健所	☎24-3965

**法律相談(社協) \*要予約 \*秘密厳守・無料**

相談日時	5月20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	5月6日(金) 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)

薬物やアルコール、ギャンブルなどの依存症を理解し対応方法を学び、同じように悩んでいる家族と話し合うことで勇気づけられると思います。  
 依存症本人の回復のヒントがみつかるようご教室を利用ください

**アデイクション家族教室**

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。  
 ▼対象＝平成29年4月に小学校入学予定のお子さんの保護者  
 ▼相談＝毎週月曜日(電話予約)  
 甲 関指導課(スピカ3階)  
 ☎22-0184

**相談**

日(水) 午前10時30分～正午  
 ▼場所＝関城老人福祉センター(藤ヶ谷) ▼参加費＝1組500円 ※お子様連れ歓迎  
 甲 関ののはな自然育児の会  
 箱守  
 ☎090-11551-1638

**発達に心配のあるお子さんのための就学相談**

さい。(初回の参加は申込先へご確認ください)  
 ▼日時＝5月13日(金) 午後1時30分～3時30分 ▼場所＝筑西保健所 ※午前中に専門相談有り(予約制)。秘密厳守での個別相談に応じています。  
 甲 関 筑西保健所 ☎24-3965

**就職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  
 昨年度相談件数 1,368件  
 セミナー受講者数 1,339人  
 ▶日時＝毎週火～土曜日 午前10時～午後6時(日・月曜日、祝日は休館) ▶場所＝いばらき県西若者サポートステーション(西方) ▶対象＝就職で悩んでいる若者(15～39歳)又は保護者・関係者  
 【毎週火曜日(午後1時～4時)にハローワークにて出張相談会開催中】  
 甲 関 いばらき県西若者サポートステーション ☎54-6012

**青少年なんでも相談**

**友達のこと 学校のこと ひとりで悩んでいませんか?**  
 いじめなど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。保護者からの相談にも応じています。  
 ▶日時＝毎週月・水・金曜日 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)  
 甲 関 ☎24-6081(直通)

**ひきこもり相談**

\*要予約・秘密厳守・無料  
 5月26日(木) ※毎月第4木曜日  
 【専門相談】13:30～14:30  
 臨床心理士が相談を受け、対応などについて助言や情報提供を行います。  
 【家族教室】14:30～16:00  
 同じ悩みを持つ家族同士がひきこもりについて学び、交流を深め、解決の糸口を見つける場です。  
 ※家族教室への参加は、面接を行ってからとなります。  
 甲 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)で苦しめて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＝5月18日(水) 午後1時30分～5時 ▶場所＝しもだて地域交流センター「アルテリオ」2階研修室 ▶資料代＝300円(会員無料)  
 甲 関 アイネット 浅沼  
 ☎22-2441

**生活の困りごと相談(市) \*秘密厳守・無料**

【相談日時】5月26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	☆5月16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…	甲 関 人権推進課 内線253 / 行政・法律相談…	甲 関 広報広聴課 内線314