

暮らしの情報

Information

2017
1.1

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)

市民ダイヤル：☎ 25-7313

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

水道管の凍結破損にご注意ください

寒い日が続くと、凍結による水道管や水道メーター器の破損が予想されます。

屋外の露出している水道管や日の当たらない北側、また風通りの良い場所は特に凍結しやすいので十分ご注意ください。

給水装置は個人の所有物であり、凍結破損の修理はお客様の費用負担になるだけでなく、生活に多くの不便が生じます。

「水道管に保温材や布類を巻く」、「水抜きをする」など、凍結対策を工夫し、ご家庭の水道管を凍結から守りましょう。

☎ 水道課 (スペカ1階)

☎ 22-0501

下館地区学校開放利用 団体調整会議

▼日時 1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 2・3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) ☎ 28-5040

下館総合体育館の使用中止のお知らせ

アリーナの床改修工事とトレーニングルームの照明交換工事のため、使用できなくなります。ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をよろしくお願います。会議室及び研修室は、通常どおり使用できます。

【アリーナ】▼期間 2月7日 (火) ～ 3月3日 (金)

住宅用火災警報器交換

新築住宅に住宅用火災警報器の設置が義務化されてから10年が経過しました。古くなると電子部品の寿命や電池切れなどで、火災を感じしないことがあるため、とても危険です。交換しましょう。住宅火災により、毎年約1,000人が亡くなっています。その7割が高齢者です。「設置年月」又は本体にある「製造年」で設置時期を確認してください。

☎ (一社) 日本火災報知機工業会 ☎ 0120-565-911

(フリーダイヤル) 筑西消防署 ☎ 24-4504

1月の納期

市・県民税 (4期)
☎ 課税課 内線 464

国民健康保険税 (7期)

☎ 医療保険課 内線 241

後期高齢者医療保険料 (7期)

☎ 医療保険課 内線 243

納期限：1月31日 (火)

平成28年度障害者就職面接会 (後期)

障がい者の就職促進・就職機会の拡大のため開催します。

※求職登録が済んでない人は1月13日 (金) までに障害者手帳を持参して、筑西公共職業安定所に申し込んでください。

▼日時 2月8日 (水) 午後 1 時～3時 30 分 (受付は午後 0 時 30 分) ▼場所 結城市民情報センター

☎ 筑西公共職業安定所 ☎ 22-2188 ☎ FAX 25-6992

職員募集だよ!

障害! 高齢! 福祉の仕事に興味ある方!!
資格も大切ですが、あなたの気持ちが一番です!
障害者も 高齢者も 明るく・楽しく・暮らす村づくり!!

♥♥♥ 高齢者グループホーム入居者募集中 ♥♥♥

♥♥ 来春、新規事業 (新施設) OPEN 予定 ♥♥

【職種】 介護職員、支援員、指導員、相談員
【待遇】 昇給年1回、資格手当、社会保険完備、寮完備、有休・交通費規定内支給、処遇改善手当支給、処遇改善一時金支給 (年2回)
【勤務時間】 シフト制 [応募] まずは、電話にてご連絡下さい。

新卒 OK!

NPO法人 歩実 ☎ 0296-48-6001 (障害) ☎ 0296-48-6002 (高齢)
筑西市吉田 643-3 筑西市吉田 640-16

入居申込受付中

その人らしい生活ができるように
お手伝いさせていただきます。

資料請求・入居相談など、お気軽にご連絡ください。

職員募集中
未経験者も大歓迎!
丁寧に指導致します

【希望職種】 看護職員、介護職員、厨房職員
【待遇】 昇給年1回、資格手当、社会保険完備、寮完備、有休・交通費規定内支給
介護職員のみ... 処遇改善手当支給、処遇改善一時金支給 (年2回)
【勤務時間】 シフト制 [応募] まずは電話で

社会福祉法人向日葵福祉会 ひまわり苑 筑西市吉田 641-3 ☎ 0296-52-5088
特別養護老人ホーム

書きそんじハガキ キャンペーン

ユネスコ世界寺子屋運動では、書き間違えたりして投函しなかつたはがきを集めて、学びの場を世界に広げていく運動を行っています。ご協力をお願いします。

▼回収方法 市役所本庁・各支所、市内各公民館などに設置された回収ポストにはがきを入れる
▼回収期限 3月末
茨城県西地方ユネスコ協会
渡邊 37-3708
原 24-9434

募集

平成29年度生活指導員 心の教室相談員

市教育委員会では平成29年度の生活指導員、心の教室相談員を募集します。

▼勤務 1日5時間程度 ▼報酬 時給1,000円(学校の授業日が勤務日) ▼募集期間 1月5日(木)～20日(金) ▼応募方法 履歴書(写真貼付)を教育委員会指導課に直接持参するか、郵送(〒308-0041筑西市丙360番地ス

ピカ分庁舎 筑西市教育委員会指導課)してください。面接日は後日、連絡します。

申問指導課(スピカ2階)
22-0184

カルチャー講座 平成29年2月開講

各講座とも：▼場所 しもだて地域交流センター「アルテリオ」▼対象 市内在住・在勤の人 ▼申込み 1月22日(日)までに電話か来館(月曜日休館)
「ふわふわパンケーキとナッツ いっぱいブラウニーを作ろう」
▼日時 2月9日(木) 午前9時～午後1時30分 ▼講師 宮本千枝子氏 ▼材料費 1,000円程度 ▼定員 20人
▼持参品 エプロン、マスク、三角巾、布巾、台布巾、筆記用具、持ち帰り用容器

「多肉植物の寄せ植え講座」

▼日時 2月11日(土・祝) 午前10時～正午 ▼講師 栗原氏(ところらフラワー) ▼参加費 2,000円 ▼定員 20人 ▼持参品 エプロン、花ばさみ、シヤベル、ゴム手袋(薄めのもの)
申問しもだて地域交流センター「アルテリオ」 23-1616

ファミリー教室

「親子バレンタイン教室」

手作りスコーン(チョコ・キヤラメル)を作ろう。
▼日時 1月28日(土) 午前9時30分～正午 ▼場所 協和公民館 ▼対象 年長～小学生の親子先着8組(幼児の同伴可)
▼材料費 1,000円 ▼持参品 エプロン、三角巾、布巾、台ふきん、筆記用具
申問協和公民館 57-2515

筑西市の見どころ再発見 見バスツアー

▼日時 1月28日(土) 午前8時40分～午後4時 ▼集合場所 市役所本庁駐車場 ▼案内人 ちくせい観光ボランティアガイド協会及び報徳壹圓塾 ▼参加費 無料(※昼食代別途) ▼定員 先着30人 ▼申込期限 1月19日(木)まで
申問商工観光課(スピカ1階)
20-1160

パブリックコメント

(筑西市第3次地域福祉計画)

(筑西市第3次協働のまちづくり推進計画)

①筑西市第3次地域福祉計画(案)と②筑西市第3次協働のまちづくり推進計画(案)についてのご意見を募集します。

●募集期間=①1月25日(水)まで ②1月6日(金)～2月5日(日)

●閲覧=市ホームページ、各支所、各担当課、ちくせい市民協働まちづくりサロン(しもだて地域交流センター「アルテリオ」2階) ※業務時間内の閲覧・配布

●提出方法=意見募集期間中に、各担当課へ郵便、FAX、電子メール、直接持参

問①社会福祉課(本庁1階)内線237
②市民協働課(月曜休)
23-1600

新春お楽しみ抽選会&正月太り解消エクササイズ!

◆日時=1月9日(月・祝) 午前10時～午後7時
◆場所=ほっとランド・きぬ館内ロビー ◆対象=当日館内を利用した人
◆参加費=入館料のみ(大人600円、65歳以上300円、小中学生200円)
◇新春スタジオ特別プログラム(※開始30分前からジムにて受付)
①11:00～12:00 ZUMBA(先着28人)
②13:00～14:00 正月太り解消YOGA(先着30人)
③15:00～16:00 カラダスキャンセルフマッサージ(先着20人)
◇プールにあの「アクアチューブ」再登場!
①11:00～12:00 ②13:00～14:00 ③15:00～16:00
◇お楽しみ大抽選会(空クジなし)
ジム1時間パーソナルレッスン券、整体券、ほっとランド・きぬ入館無料券など。その他、おしゃれな「マルシェ」や「初売りセール」など開催。
問ほっとらんど・きぬ 30-4126



高橋博之 公認会計士 事務所

お気軽にお問い合わせください



法人税 所得税
相続税 贈与税
会社設立



ご相談の際に「ピープルを見た」とお伝えください。
TEL 0296-24-1880 筑西市二木成 1291 営業日 平日 午前8:30～午後6:30

運命の赤い糸を結ぶために、心を込めてお手伝いします

成婚重視
明朗な料金
疲れず楽しく温もりのある婚活
さりげない良識を伝授
徹底した個人情報の管理



Chapel 結婚情報 & 相談室 チャペル
古河市東 3-5-13 10:00～20:00 [完全予約制]
MARRIAGE HOUSE 思いだったら TEL.0280-30-7070



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】1月5・12・19・26日(木) 1月13・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

平成29年度真壁医師会 准看護学院入試

- 〔一般入試〕▼定員 40人
- ▼修業年限 2年間
- ▼受験資格 中学校卒業以上の人
- ▼出願期間 2月1日(水)~16日(木)
- ▼試験日及び試験科目 ①2月17日(金) 国語・数学・作文
- ②2月19日(日) 面接
- ▼試験会場 真壁医師会准看護学院(二木成)
- 申問 真壁医師会准看護学院募集要項A係 ☎22-7702

ウォーキング・ハイキング

- 〔1月8日(日)深川七福神詣で〕
- ▼参加費 一般5,000円
- ※詳細はお問い合わせください
- 〔1月11日(水)下妻イオン館内ウォーキング(3キロ)〕
- ▼集合 1 フォレストコート(ゲートCとDの間) 午前10時受

付 ▼内容 膝腰背筋鍛錬バラエティウォーク ▼参加費 無料(イオンからの提供品有り) ※毎月第1水曜開催

申問 イオンモール下妻 ☎30-1700

〔1月22日(日)ホームロードウォーク〕

※詳細はお問い合わせください

〔毎月第1、第3木曜 膝を痛めず鍛える階段降り方教室〕

▼集合 河内公民館 午前10時~正午

▼参加費 無料

〔筑波山登山教室・ノルディックウォーク教室〕

▼参加費 無料

申問 市ウォーキングクラブ連合会 鳥生 ☎20-3386

☎080-11090-5748

第12回筑西市民スキー・スノーボードバスツアー

▼日時 3月5日(日) 午前5時30分に市役所駐車場を出発、午後7時帰着予定

▼場所 会津高原たかつねスキー場(福島県) ※変更の場合有り

▼定員 160人(小学3年生以下は、保護者同伴)

▼参加費 6,500円(バス代、保険料などを含む) リフト代、貸しスキー、ボードなどは別途

▼受付 1月29日(日) 午前9時~11時30分(先着順) 下館地区..

しもだて地域交流センター「アルテリオ」2階会議室、協和地区・協和の杜体育館(受付期間以降は問合せ先にて受付、参加料と印鑑持参)

申問 ホーム寝装杉山 ☎24-4653

☎090-7288-8678

川田理容店 ☎22-3611

ヤジマ・ベーカリーハウス ☎57-2205

イベント

下館地区高齢者健康大学 作品展

▼日時 1月19日(木)~22日(日) 午前9時30分~午後4時30分

▼場所 しもだて地域交流センター「アルテリオ」1階集会所

しもだて地域交流センター「アルテリオ」 ☎23-1616

ときめきパーティー in 結城

▼日時 2月5日(日) 午後1時~4時30分

▼場所 結城市民情報センター

▼対象 25歳~45歳までの独身男女各15人

▼参加費 男性2,000円、女性1,000円

▼申込期間

1月9日(月・祝)~22日(日) ※応募者多数の場合は抽選、1月29日(日)までに参加決定の通知が届きます。

申問 いばらきマリッジサポーター 県西地域活動協議会 森川 ☎090-11039-9811

☎090-6122-5677

(正午~午後7時受付、つながらない場合はショートメールでご連絡ください)

ときめき婚活バレンタインパーティー

▼日時 2月12日(日) 午前11時30分~午後3時30分(受付は午前11時~)

▼場所 ORANGE CAFE LOG(下関崎二丁目)

▼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

▼申込期間 1月10日(火)~2月6日(月) 午前9時~午後7時

申問 NPO法人メドウルミートクラブ事務局 ☎25-2678

筑西産業観光ツアー

▼日時 2月9日(木) 午前9時10分出発

▼集合場所 下館武道館前

▼見学先 大和ハウ

相続個別相談会

初回のみ 60分 相談無料

日程 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 筑西市横倉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!

土日のご予約も承ります!

所得税・法人税もお問い合わせください

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

つくばね法律事務所

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。

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

ス住宅体験館 (D room プラザ館夢)、下館工房 (昼食)、来福酒造 (新酒づくり見学)、モリーテック、せんべい筑波大塚店、正栄デリシィ (アウトレット)、JAきらいち筑西店

▼定員 20人 ▼参加費 1人1,000円 ▼申込方法 はがきに住所、氏名、年齢、職業又は勤務先、電話番号、FAX番号を記入し、下館商工会議所「筑西産業観光ツアー係」(丙360番地スピカ6階)まで郵送 (世帯で1枚2人まで) 応募多数の場合抽選 ▼申込期限 1月11日 (水) まで消印有効

甲 関 下館商工会議所
☎ 22-4596 ☎ 25-0412

親子で学び、楽しく遊べる子育て支援イベント

▼対象 1歳〜6歳の幼児と保護者 ▼参加費 親子1組につき200円 (保険・昼食込)

「ゲームやリズムで遊ぼう」

▼日時 1月11日 (水) 午前10時〜午後1時 ▼定員 30組

▼場所 協和多目的研修センター
1 ▼申込み 1月6日 (金) までに協和支部飯村へ

「パン作り」

▼日時 1月18日 (水) 午前10時〜午後2時 ▼定員 30組

▼場所 しもだて地域交流センター「アルテリオ」▼申込み 1月12日 (木) までに下館支部石嶋へ

「子どもの食育を考える・調理実習 (子どもは女性会員と遊ぶ)」

▼日時 1月20日 (金) 午前10時〜午後3時 ▼定員 20組

▼場所 明けの元気館 ▼講師 栄養士 ▼申込み 1月13日 (金) までに明野支部鈴木又は明野公民館へ

甲 関 筑西市地域女性団体連絡会
下館支部石嶋 ☎ 28-3794
協和支部飯村 ☎ 57-2570
明野支部鈴木 ☎ 52-3624
明野公民館 ☎ 52-5333

えほんといふれあい会

▼日時 1月26日 (木) 午前10時30分〜 ▼場所 (認) いずみ保育園なかよし文庫 ▼対象 0歳〜4歳の子どもと保護者

▼テーマ あったまろう
関 未来ネットワーク
☎ 24-8070

3企画合同イベント in だるま市

① ダルマルシエVOL. 8
② しもだてアパートメント企画
③ 下館珈琲まちなかプロジェクト (中澤時計店にて)

▼日時 1月9日 (月・祝) 午前10時〜午後4時 (雨天決行)

▼場所 しもだてアパートメント (下館大町郵便局隣)
関 滝
☎ 090-8052-5730

しもだてアパートメントでお茶会VOL. 4

人気パティシエが作る和風マフィンと下館珈琲のセットがワンコイン (500円) で楽しめる。

▼日時 1月16日 (月) 正午〜午後5時 ▼場所 しもだてアパートメント (下館大町郵便局隣)
関 滝
☎ 090-8052-5730

英語リトリミック

▼日時 1月12日 (木) 午前10時〜11時30分 ▼会場 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 (要予約)

甲 関 NPO法人いちなぎみ市塚
☎ 090-4810-9851

母親支援 (母親リフレッシュ企画)

いずれのイベントも…

▼場所 Tea Room Jasmine (川澄) ※要予約

「カラーセラピー体験」

▼日時 1月13日 (金) 午前10時〜11時30分

「プリアーブドフラワーアレンジメント体験」

▼日時 1月17日 (火) 午前10時〜正午

甲 関 NPO法人いちなぎみ市塚
☎ 090-4810-9851

▼日時 1月9日 (月・祝) 午前10時〜午後4時 (雨天決行)

▼場所 しもだてアパートメント (下館大町郵便局隣)
関 滝
☎ 090-8052-5730

しもだてアパートメントでお茶会VOL. 4

人気パティシエが作る和風マフィンと下館珈琲のセットがワンコイン (500円) で楽しめる。

▼日時 1月16日 (月) 正午〜午後5時 ▼場所 しもだてアパートメント (下館大町郵便局隣)
関 滝
☎ 090-8052-5730

英語リトリミック

▼日時 1月12日 (木) 午前10時〜11時30分 ▼会場 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 (要予約)

甲 関 NPO法人いちなぎみ市塚
☎ 090-4810-9851

無料法律相談会開催のお知らせ

日時: 1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 萩原真子
茨城県弁護士 萩原真子
茨城県弁護士 萩原真子
茨城県弁護士 萩原真子

〒488-0001 茨城県筑西市乙828番3 SATOHビル2階 (JR下館駅南口徒歩30秒)

労働問題、最近耳にしませんか?

問題が起きる前にご相談ください。

社会保険労務士法人ワークアップ
筑西市乙815-2階

☎ 0296-54-4330

社会保険・労働保険・就業規則・労働契約書などについてもご相談ください。

犬・猫の譲渡会

▼日時 1月15日(日) 午後2時～4時 ▼場所 市役所駐輪場 ※譲りたい人は、1月8日(日) から事前申込が必要です。

スタツフ募集中です。

☎アニマルプラン 090-9641-1857

ドリームコンサート

▼日時 1月28日(土) 午後5時開場、5時30分開演 ▼場所 県西生涯学習センター多目的ホール(野殿) ▼出演 ドリ

あけの元気館 第3期教室案内

申込み開始日	教室名と時間	曜日と場所	料金(入館料)	レッスン回数・期間	電話と定員	内容
1月9日(月・祝) 13:00～	シェイプアップ教室 19:30～20:30 月/20:15木	月曜 木曜 げんき広場	4,000円(無料)	全12回 2月2日(木)～3月13日(月)	不可 25人	月:サーキットトレーニング 木:エアロビクス
1月9日(月・祝) 13:00～	女性のためのヨガ 19:30～20:45	月曜 スタジオ	10,000円(300円)	全8回 1月30日(月)～3月27日(月)	可 12人	女性のためのヨガクラス
1月10日(火) 13:00～	成人はじめてスイミング 12:30～13:20	火曜 プール	8,000円(300円)	全8回 1月31日(火)～3月21日(火)	不可 8人	初心者を対象とした水泳レッスン
1月10日(火) 13:00～	幼児・小学生運動教室 17:00～18:00、18:10～19:10	火曜 げんき広場	6,000円 小・200円	全6回 2月7日(火)～3月14日(火)	不可 15人	リズム遊び、跳び箱など
1月13日(金) 13:00～	JOYビートボディデザイン 19:30～20:30	金曜 げんき広場	8,000円(300円)	全8回 2月3日(金)～3月24日(金)	不可 20人	JOYBEATとサーキットトレーニングを融合
1月14日(土) 13:00～	ジュニア水泳教室 8:45～9:45	土曜 プール	8,000円(300円)	全6回 2月4日(土)～3月18日(土)	不可 20人	上と教本を絞って指導し、泳ぎ
1月14日(土) 13:00～	成人種目別水泳教室 20:00～20:45	土曜 プール	4,000円(300円)	全4回 2月4日(土)～3月4日(土)	不可 12人	種目を絞って指導し、泳ぎ

詳細はHP (<http://akenogenkikan.jp/>) をご覧ください。

☎あけの元気館総合受付 52-7111

農業後継者の結婚について

農業者の結婚について、市の委嘱を受けた農業後継者組対策委員が相談に応じます。相談者のお住まいに応じて相

相談

ム合唱団、筑西ペアー合唱団

▼内容 音楽で旅する世界一周・子供たちの合唱ほか ※入場無料

☎調 (しらべ) 52-3164

筑西市男女共同参画いきいきセミナー

働きやすい職場って? ワーク・ライフ・バランス社会の実現を目指して

企業が実践している男女共同参画推進への取り組みについて一緒に学びませんか?

▶日時 2月5日(日) 10:00～

▶場所 しもだて地域交流センター「アルテリオ」2階会議室

▶講師 我妻優子氏(株)筑波銀行人事総務部人材開発室 ※入場無料、託児あり(1月26日(木)までに申込)

☎市民協働課 23-1600 (月曜休)

たまり場楽校

福島県からの移住者との交流会を開催します。震災後、福島県から移住されているみなさんと楽しい時間を共有することからスタートしたいと思います。※印された日曜日は交流会です。もちろん、市民のみならず、市民以外の方も参加できます。

★以外には「たまり場・たろう」で開催

【たまり場かふえ】

ライフ出演、読み聞かせ出演、どなたでも参加OK。ランチあり、おしゃべりありのコミュニケーションかふえ開催。▼日時 1月7日(土)・21日(土)・18日(土)・25日(土) 午後11時～午後5時 ▼参加費 500円

【アキラの読書カフェ】

▼日時 1月13日(金) 午後2時～4時 ▼参加費 300円

【もったいない倶楽部ちくちく針仕事】

ペストをつくろう! ▼日時 1月14日(土) 午後1時30分～4時

【お気楽ギター弾き語り教室】

▼日時 1月16日(月) 午後2時～4時 ▼持参品 ギター

【お気楽ワクレレ教室】

▼日時 1月20日(金) 午後2時～4時 ▼参加費 300円(ワクレレの用意あり)

【スクエアダンス体験教室】

▼日時 1月20日(金) 午後1時30分～3時30分 ▼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階練習室 (編み物、その他)

【手仕事工房(編み物、その他)】

▼日時 1月27日(金) 午後2時～4時 ▼参加費 1,000円

【筆遊び教室】

▼日時 1月28日(土) 午後2時～4時 ▼参加費 1,000円

【★昭和の歌声カフェ】

▼日時 1月29日(日) 午後1時30分～3時30分 ▼場所 レストランレ下館(菅谷)

☎小松崎 090-179713045

まちづくりカフェピーチ

【英語であそぼ・楽しい英語教室】

▼日時 2月4日(土) ①4歳～7歳 ②7歳～10歳 ③11歳～15歳 午後1時30分～3時30分 ▼参加費 無料 ▼持参品 飲み物

【ピッチ・ピース教室(月2回)】

▼日時 1月17日(火) 午前10時～11時30分 ▼対象 小学生とその保護者 ▼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

【ピッチ・ピース教室(水)】

▼日時 1月18日(水) 午前10時～11時30分 ▼参加費 500円 ▼講師 榎井陽子氏 ▼持参品 バスタオル

【ピッチ・ピース教室(金)】

▼日時 1月20日(金) 午前10時～11時30分 ▼参加費 200円(80歳以上の人は無料) ▼持参品 マイカップ、スリッパ

【ピッチ・ピース教室(土)】

▼日時 1月21日(土) 午前10時～11時30分 ▼参加費 200円(80歳以上の人は無料) ▼持参品 マイカップ、スリッパ

【ピッチ・ピース教室(日)】

▼日時 1月22日(日) 午前10時～11時30分 ▼参加費 200円(80歳以上の人は無料) ▼持参品 マイカップ、スリッパ

☎NPO法人地球の保健室 080-1677910846

読み聞かせ

【対象 幼児・児童・保護者】

【協和おはなし会】 ▼日時 1月7日(土) 午前10時30分～11時30分 ▼場所 協和公民館和室

【夢くらぶ】 ▼日時 1月14日(土) 午後2時～3時 ▼場所 関本公民館和室

【読み聞かせの会(てくてくてくて)】

▼日時 1月21日(土) 午前10時30分～11時30分 ▼場所 協和公民館和室

【野ばらの会】 ▼日時 1月21日(土) 午後2時～3時 ▼場所 中央図書館

【あすなろの会】

▼日時 1月22日(日) 午後2時～3時 ▼場所 中央図書館 おはなしコーナー

☎24-4547

土地建物登記 会社登記
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 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

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	1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」 6日:会議室A 20日:研修室
	1月5日(木) 13:30～15:00 ※男性のみの教室。上履き持参。	下館武道館1階
	1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。	
関城	1月18日(水) 13:30～15:00	ペアノリハーサル室
明野	1月10日・17日(火) 13:30～15:00	あけの元気館健康体操室
	1月24日(火) 13:30～15:00	宮山ふるさとふれあい公園ホール
	1月25日(水) 13:30～15:00 ※認知症 予防体操教室。上履き持参。	明野いきがいセンター多目的ホール
協和	1月6日・20日(金) 13:30～15:00	協和ふれあいセンター集会室
	1月27日(金) 10:00～11:30 認知症予防教室。上履き持参。	

▶対象＝「均衡(バランス)のとれた体づくり」に
関心のある人 ▶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 ※市内居住地区、
回数にこだわらず、どの教室にも月何回でも無料参加で
きます。※**予約不要**
☎健康づくり課(スピカ2階) ☎22-0506
市健康運動普及委員会 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	1月10日・24日(火) 10:00～11:30	総合福祉センター 2階多目的ホール
	1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」 集会室
	1月17日・24日・31日(火) 13:30～15:00	下館武道館1階
関城	1月17日・24日(火) 10:00～11:30	ペアノ リハーサル室
明野	1月16日(月) 13:30～15:00	あけの元気館 健康体操室
協和	1月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 ▶服装＝動きやすい服装 ▶
持参品＝タオル、飲み物 ※市内居住地区、回数にこだわら
ず、どの教室にも月何回でも無料参加できます。※**予約不要**
☎健康づくり課(スピカ2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
1月10日(火) 午前9時～10時30分	筑西保健所	☎24-3965
1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
1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	1月20日(金) 午前10時～正午
相談会場	関城老人福祉センター(藤ヶ谷)
相談員	弁護士
予約	1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、キャンブ
ルなどの依存症を理解し、同じ
ような境遇の家族と話し合いま
す。※秘密厳守、個別相談、初
回の参加は申込先へ確認

アデイクション教室

▼日時＝毎月第1・第3水曜
日 午前9時30分～ ※要予約
▼場所＝スピカ2階健康ひろば
☎健康づくり課(スピカ2階)
☎22-0506

**生活習慣病予防のため
の栄養相談**

▼日時＝毎月第1・第3水曜
日 午前9時30分～ ※要予約
▼場所＝スピカ2階健康ひろば
☎健康づくり課(スピカ2階)
☎22-0506

▼日時＝1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)
☎筑西保健所 ☎24-3965

**ひきこもり支援フオー
ラム**

▼日時＝1月26日(木) 午後1
時～4時30分 ▼場所＝県西生
涯学習センター(野殿) ▼内容
＝【第1部】困難を乗り越えら
れた保護者の発表【第2部】個
別相談会・結城二高・翔洋学園
高校などの先生方と各支援団体
(予約不要、参加無料) ▼主催
＝筑西保健所、(社)アイネット
(社)アイネット
☎22-2441

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]
☎☎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

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2階)
☎☎24-6081(直通)

**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当事者及び
保護者のための相談会を開催します。
▶日時＝1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)
☎アイネット 浅沼 ☎22-2441

障害年金をご存知ですか?

①～③の条件を満たしている障がいのある人は、国民年金・
厚生年金保険の障害基礎年金や障害厚生年金を受給できます。
①**年金制度加入中に初診日があること**
20歳前や、60歳以上65歳未満で日本在住
の間に初診日があるときも含まれます。
②**一定の障害の状態にあること**
障害認定日に、国民年金・厚生年金保険の障
害等級に該当していること
③**保険料納付要件を満たしていること**
前々月までの被保険者期間のうち、保険料納付済
と保険料免除の期間を合わせた期間が3分の2以
上あることなど保険料の未納期間がないこと。
※**障害年金を受けるには、年金の請求手続が
必要になります。お近くの年金事務所へご相
談ください。**
【ご注意ください!】
「障害者手帳の障害等級」と「国民年金・厚生
年金保険障害等級」は、判断基準が異なるた
め障害年金は受けられないこともあります。
詳しくはお近くの年金事務所にご相談ください。
☎下館年金事務所 ☎25-0829
市民課(本庁1階)内線235・261

ひきこもり相談

※要予約・秘密厳守・無料
1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。
※日程等の詳細はお問い合わせください。家族
教室への参加は、面接を行ってからとなります。
☎☎筑西保健所 ☎24-3965

生活の困りごと相談(市) ※秘密厳守・無料

【相談日時】1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	☆1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…☎人権推進課 内線253 / 行政・法律相談…☎☎広報広聴課 内線314	