

暮らしの情報

Information

2018
3.1

本庁

☎ 0296-24-2111 (代表)
筑西市田中町丙360番地

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。
☎消防防災課 ☎24-2132

案内

防災行政無線を用いた 情報伝達訓練の実施

地震や津波、武力攻撃などの発生時に備え、全国瞬時警報システム(Ｊアラート)を用いた情報伝達訓練を行います。

▼日時 3月14日(水) 午前11時頃
☎消防防災課(下館庁舎2階)

☎24-2132

マイナンバー関連業務の休止

システムメンテナンスのためマイナンバー関連業務を一時休止します。

▼期間 3月13日(火)・14日(水)

▼休止業務 ①マイナンバーカードの交付及び関連業務、電子証明書の発行及び失効、マイナンバーカード又は住基カード

を利用した転入届・転出届
☎市民課(本庁1階)

☎24-2101

献血による通行止め

3月23日(金)、市役所本庁舎で献血を実施します。献血バスが駐車するため、一般車両の通行ができなくなります。ご不便とご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

▼日時 3月23日(金) 午前9時～午後5時
▼場所 市役所本庁舎と駅前立体駐車場の間の通路(全面)

関保健予防課(本庁2階)

☎22-0535

いばらき身障者等用 駐車場利用証の返却

いばらき身障者等用駐車場利用証は、身体障がい者、知的障がい者、精神障がい者、高齢者、

4月1日から国民健康保険の被保険者証(保険証)が更新されます

国民健康保険制度の改正により、保険証の表示内容や有効期限が変更になり、70歳～74歳の人にお送りしていた高齢受給者証が保険証と一体になります。

▶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。

【保険証の有効期限は】 平成31年7月31日(水) ▼次に当てはまる人は有効期限が異なります。

- ・誕生日で70歳になる人…誕生月の月末(1日生まれの人は前月末)
- ・退職被保険者の人…65歳の誕生月の月末(1日生まれの人は前月末)
- ※ただし、退職被扶養者の人で、平成30年7月31日(火)で切り替えとなる人がいます。
- ・誕生日で75歳になる人…誕生日の前日
- ・外国人…在留期間の満了の日
- ・保険税に納め忘れのある世帯は有効期限の短い保険証が送付されます。

【社会保険等に加入したときは】 届出が必要です。国民健康保険証と加入された健康保険証の両方を持参し、国保の喪失手続を行ってください。

【世帯主や住所が変更になるときは】 世帯全員の国民健康保険証を持参し変更手続を行ってください。

【就学や施設入所のため住民票が筑西市にないときは】 在学、入所証明書などを持参のうえ、手続を行ってください。

【国保の各種届出などの手続は】 世帯主が申請者となります。世帯主以外の方が手続をする場合、委任状が必要です。※詳細はお問い合わせください。

【問い合わせ】医療保険課(本庁1階) ☎24-2103

地上デジタル111ch・112ch リモコンボタンは11

特別番組「筑西市議会生中継」のお知らせ

筑西ケーブルテレビでは、2月28日(水)から開会する筑西市議会の模様を生中継いたします。

【放送内容】開会日・一般質問・議案質疑・閉会日

※議会日程については筑西市ホームページなどでご確認ください。

放送
チャンネル

コミュニティチャンネル
112チャンネル

※3月2日・5日・6日・22日は111チャンネルで放送します。

視聴
方法

テレビリモコンで「11」を選局し、チャンネル上ボタンを押すとご覧いただけます。

筑西ケーブルテレビ

事務所移転のお知らせ

平成30年2月3日(土)より下記の住所に移転致します。

新事務所

住所: 筑西市丙360 スピカビル5階(筑西市役所の建物)
電話: 0296-38-7711
FAX: 0296-38-7722



難病患者のみなさんに対して交付基準に適合しなくなるまで、妊産婦に対しては産後6か月までを有効期限として交付しています。有効期限が過ぎた利用証は、対象者自らが発行市町村へ返却することになっていきますので、利用証の返却にご協力をお願いいたします。

▼返却場所 障がい福祉課（本庁1階）、関城支所、明野支所、協和支所

障がい福祉課（本庁1階）

☎ 24-2105

農用地区域の変更(除外)申請の受付

農用地区域からの変更(除外)申請を受け付けます。申請する場合は、資料を持参のうえ、必ず事前に農政課までご連絡をお願いいたします。申請期間中にすべての書類の提出ができなかった場合、受付できませんので、ご注意ください。

▼申請期間 4月9日(月)～20日(金) ▼申請場所 農政課

▼提出書類/部数 正本1部、副本3部 ▼申込み 申請書を農政課窓口又はホームページから入手してください。

申用農政課(本庁3階)

☎ 20-1161

下館地区学校開放利用団体調整会議

▼日時 3月22日(木) 午後6時30分
▼場所 下館総合体育館研修室
▼内容 4・5月の日程調整
▼持参品 筆記用具、代表者印、登録申請書

園スポーツ振興課(下館総合体育館内)

☎ 28-5040

関城・協和・明野地区体育施設利用者会議

▼日時 3月6日(火) 午後7時(時間厳守)
▼場所 関城体育館トレーニング室

関城地区

協和地区

▼日時 3月7日(水) 午後7時(時間厳守)
▼場所 協和多目的研修センター研修室

明野地区

▼日時 3月9日(金) 午後7時(時間厳守)
▼場所 明野公民館創作展示室

いづれも：▼対象 現在、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月～9月までの定期利用の調整、施設利用の諸注意

園スポーツ振興課(下館総合体育館内)

☎ 28-5040

家庭で血圧を測りましょう!

医療機関で月に1～2回測定するだけでは、判断のつかないタイプの高血圧があります。日常的に血圧を測定することで、高血圧を発見することができます。正しい血圧測定の方法を覚えましょう。

測定方法

朝:起床後1時間以内で、トイレの後、食事・内服の前に、2分くらい安静にした後
夜:就寝前
*心臓と同じ高さで測定し、記録します。

■筑西市では公共機関などに血圧測定コーナーを設置しています。

ピンク色の「のぼり旗」が目印です。情報提供の「ポスター」、正しい血圧の測り方や予防法と測定の記録ができる用紙も設置しています。ご自身の健康管理のために、ご利用ください。

【問い合わせ】健康づくり課(本庁2階)
☎ 22-0506

ひとり親家庭のお母さん・お父さんの資格取得を支援します ～ひとり親家庭高等職業訓練促進給付金等支給事業～

【次のすべての要件を満たす人】

- ①筑西市に住民登録のあるひとり親家庭の母又は父
- ②児童扶養手当の支給を受けている人又は同様の所得水準にある人
- ③養成機関で1年以上のカリキュラムを修業し対象資格取得が見込まれる人
- ④就業(又は育児)と修業の両立が困難であると認められる人
- ⑤市町村民税、国民健康保険税及び保育料に滞納がない人
- ⑥過去にこの事業による給付を受けたことがない人(趣旨を同じくする給付を含む)

訓練促進給付金

父子家庭の父や母子家庭の母が、経済的自立に効果的な資格を取得するため養成機関で修業する場合、給付金を支給します。

▶支給期間=修業する全期間(上限3年) ▶支給額=市町村民税非課税世帯:月額10万円、市町村民税課税世帯:月額70,500円

【対象資格】看護師(准看護師)、介護福祉士、保育士、理学療法士、作業療法士、歯科衛生士、歯科技工士、その他福祉事務所長が必要と認める国家資格

【申込み】子ども課で事前相談を受ける必要があります。各支所・川島出張所での受付不可

*申請のあった月分から対象となり、翌月から支給を開始します。

*状況によっては修了支援給付金が支給される場合もあります。

【問い合わせ】子ども課(本庁1階) ☎ 24-2104



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

筑西 公認会計士 検索



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5:30

相続個別相談会

意外なモノが
相続財産に...!?

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 筑西市横島229-5

アドバイザー 税理士 坂入 賢樹

初回のみ
60分
相談無料

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

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

SHIBUI LICENSED TAX ACCOUNTANT OFFICE

平成30年度浄化槽設置費補助金の仮受付及び抽選会を実施します

- 補助対象地域：公共下水道事業認可区域・農業集落排水事業採択区域を除く市全域
- 補助対象用途：専用住宅及び店舗等併用住宅（住宅部分の床面積が総床面積の2分の1以上であること）
- 補助対象浄化槽：環境配慮型浄化槽 ※現在流通している浄化槽のほとんどが環境配慮型浄化槽です。

項目	第1回	第2回
仮受付	4月2日(月)～16日(月) 対象：浄化槽設置工事着工予定が平成30年8月31日(金)まで 申請者：本人又は家族、代理申請者 ※「仮申込書」の提出をお願いします	4月23日(月)～9月3日(月) 対象：浄化槽設置工事完了が平成31年2月28日(木)まで 申請者：本人又は家族、代理申請者 ※「浄化槽設置費補助金交付申請書」の提出が必要です
抽選会	4月22日(日)：しもだて地域交流センター「アルテリオ」1階集会室 受付：午前9時20分～ 抽選：午前10時～ 抽選人：本人又は家族	9月9日(日)：コミュニティプラザ（スピカ6階） 受付：午前9時20分～ 抽選：午前10時～ 抽選人：本人又は家族
補助金申請書受付期間	4月23日(月)～7月31日(火) 申請者：本人又は家族、代理申請者 ※「浄化槽設置費補助金交付申請書」の提出が必要です	9月10日(月)～11月30日(金)

■補助金額

項目	霞ヶ浦流域外（通常型）		霞ヶ浦流域内（高度処理型）	
	新築・転換	新築	新築	転換
5人槽	294,000円	533,000円	645,000円	645,000円
7人槽	342,000円	644,000円	772,000円	772,000円
10人槽	459,000円	787,000円	959,000円	959,000円

※転換の場合に単独浄化槽を撤去する人は、左記の補助金額に加えて1基につき9万円を限度に補助されますので、併せて撤去費補助申請をおすすめします。

【申込み・問い合わせ】下水道課（本庁3階） ☎22-0503

初心者向けの陶芸、竹籐・革工芸講座、生きがいと創造の事業を行っており、講座生を募集します。

▼日時 5月～平成31年3月（おおむね月2回）▼場所 ①陶芸・協和ふれあいセンター（久地楽）②竹籐工芸・③革工芸・市総合福祉センター（小林）▼対象 市内在住のおおむね65歳以上の人 ▼定員 ①25人 ②

募集

渡良瀬遊水地ヨシ焼きを実施します

- 日時：3月17日(土) 午前8時30分～
※悪天候などで実施できない場合、3月18日(日)又は3月24日(土)に延期
- 実施・延期の決定：当日の午前6時
- 実施範囲：渡良瀬遊水地全域
※前日の午後5時からヨシ焼き終了後に安全が確認されるまでの間（午後5時までを予定）、ゴルフ場などを除く全域が立ち入り禁止になります。

【お願い】
当日及び実施後当分の間は、風向きや上昇気流により、灰や煙が広範囲に飛散し、洗濯物への付着、庭や屋根への降灰など、大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

【ヨシ焼きの実施状況について】（一財）渡良瀬遊水地アクリメーション振興財団ホームページ（<http://watarase.or.jp>）又は自動音声案内（☎0282-62-0915）から
【当日の問い合わせ】渡良瀬遊水地ヨシ焼き連絡会 ☎0282-62-1161

マタニティクラス2コース
▼日時 3月12日(月) 午後1時～3時30分頃 ▼場所 明野保健センター（あけの元気館内）▼対象 市内在住の妊婦 ▼内容 ①お産の経過（呼吸法・補助動作） ②妊婦体操 ③お産

30人 ③40人（申込多数の場合抽選）▼費用 無料（材料費は別途必要）▼申込み 3月5日（月）～9日（金）に高齢福祉課、各支所又は川島出張所で
申園 高齢福祉課（本庁2階） ☎22-0526

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

弁護士 菊池祥明（茨城県弁護士会所属） ○相談料 有料

菊池法律事務所

筑西市菅谷 1763 ☎0296-24-5677

下館年金事務所
のウラです

財産管理のパートナー

土地建物登記 会社登記 相続手続 測量全般 債務整理手続 各種許可申請



司法書士 行政書士 土地家屋調査士

堀江 潔事務所

筑西市内 136-6（筑西しもだて合同庁舎北隣）



☎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。

鬼怒川・小貝川河川愛護モニター

河川をやさしく見守っていただける河川愛護モニターを募集します。

- 期間：7月1日(日)～平成32年6月30日(火)
- 活動範囲：国土交通省下館河川事務所が管轄する鬼怒川又は小貝川で日常生活の中で無理なく活動できる範囲
- 対象：活動範囲から2キロ以内に居住する、活動可能な満20歳以上の人
- 定員：10人
- 手当：実費程度(通信・連絡費程度)
- 申込み：下館河川事務所のホームページ又は土木課窓口(本庁3階)に備え付けの「河川愛護モニター募集要綱」をお読みのうえ、「応募用紙」に必要事項を記入し郵送(二本成1753番地)
- 申込期限：5月7日(月)必着

【問い合わせ】国土交通省下館河川事務所
占用調整課河川愛護モニター担当係
☎25-2151 FAX 25-2170

■自衛隊茨城地方協力本部
筑西地域事務所 ☎22-7239

■西館河川事務所
〒57-5631 FAX 57-5881

【一般公募・技能公募】
▼試験日 4月14日(土)～18日(水)の間で指定する1日
▼対象 一般公募・18歳以上34歳未満の人 技能公募・18歳以上で国家資格免許等を保有する人(資格により年齢の上限あり) ▼申込期限 4月6日(金)まで ※詳細はお問い合わせください。

■西館河川事務所
〒57-5631 FAX 57-5881

予備自衛官補採用試験

☎22-0506

の準備 ▼持参品 母子健康手帳、飲み物
※体操ができる服装で
健康づくり課(本庁2階)

硬式テニス初心者講座

▼日時 4月10日(火)～6月12日(火) 午前9時～正午 ※初回開校日は午前8時30分から受付(火曜日・全10回) ▼場所 県西総合公園テニスコート
▼講師 田崎健太郎氏(元筑波大学人間総合科学研究科教授)
▼定員 先着30人 ▼持参品 硬式テニスラケット、シューズ、運動ができる服装 ▼費用 3,000円(保険・ボール代)
▼申込み 3月1日(木)～31日(土) 午前8時30分～午後9時に、公園管理事務所窓口又はFAXで

ASKスポーツクラブ館西

〈バドミントン、卓球、ビーチボールパレーなどの軽スポーツ、ヨガ・バランスボール・自強術教室を行っています。見学大歓迎!〉
【日時】3月1・8・15・22・29日(木)、9・16・30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(クラブ年会費・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

■申問 アニマルブンブン
☎090-9641-1857

犬・猫の譲渡会
▼日時 3月18日(日) 午後2時～4時 ▼場所 下館庁舎駐輪場 ※譲りたい人は、3月11日(日)から事前申込が必要で、飼い方の向上に努める人にお譲りします。

犬・猫の譲渡会

■申問 つくば森林づくりの会事務局 中主
☎090-5543-4252

つくば森林づくりの会

当会は地域の森づくり活動を行っています。環境整備や自然と触れ合ってみたい人、森林ボランティア活動に参加してみませんか。
▼活動日 毎月第2土曜日、第4日曜日(月2回) ▼場所 栗崎山(古里小学校南側) ▼費用 年会費5,000円

犬・猫の里親になりませんか

犬・猫の里親になってもらえ、人を随時受け付けています。詳しくはお問い合わせください。
■申問 もつ子クラブ 吉田
☎090-3133-4906

ボーイスカウト筑西第1団

【入団説明会】
▼日時 3月18日(日) 午後6時～ ▼場所 光徳寺(泉町乙512) ▼対象 4月の新小学1～6年生の男子
■申問 光徳寺 相馬 ☎22-4209

イベント

水戸ホーリーホックを応援に行こう! 筑西市招待デー

J2リーグ公式試合に無料招待
▼日時 4月1日(日) 午後2時キックオフ ▼場所 ケーズデンキスタジアム水戸 ▼対象 市内在住・在学(在勤は対象外) ▼申込不要 ※当日、試合会場特設ブースで市内在住・在学を証明できるものの提示と引き換えに入場券をお渡しします。

■申問 企画課(本庁4階)
☎24-2197

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
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

無料法律相談会開催のお知らせ

日時：3月25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
初回相談の方限定とさせていただきます。事情によりお断りさせていただくこともございます。

☎0296-48-8875
弊所HPよりお問い合わせください https://www.hagiwara-law.or.jp

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 真子、萩原 真子、萩原 真子、萩原 真子、萩原 真子、萩原 真子、萩原 真子、萩原 真子、萩原 真子、萩原 真子

筑西市乙828番3 SATOHビル2階(JR下館駅南口徒歩1分)

ウォーキング・ハイキング

【3月7日(水) 下妻イオン館内ウォーキング(3キロ)】

▼集合||フォレストコート(ゲートCとDの間) 午前10時

▼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あり)

※毎月第1水曜日開催

【3月11日(日) さわかろドウォーク】

▼集合||関城体育館 午前6時

【3月24日(土) ノルディックウォーク教室】

▼集合||下館総合体育館内催し・健康パーク 午前10時30分

【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】

【関市ウォーキングクラブ連合会鳥生】

080-11090-5748

FAX 20-3386

菜の花鑑賞ウォーク

▼日時||4月1日(日) 午前9時

▼集合||認定こども園せきじょう東側駐車場

▼コース||駐車場、千妙寺、積善院、

黒子橋、小貝川堤防、黒子駅、

駐車場(5.8キロ) ▼費用||

大人500円、子ども200円

(軽食代・保険料)

【関NPO法人梨想の会事務局】

037-7596 FAX 37-4323

筑西イングリッシュアイランド テーブルトーク

少人数のグループで英会話

(フリートーク)を行います。

▼日時||3月3日・10日・17日・

24日・31日(土) 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」研

修室ほか

▼費用||一般300円/1回、学生無料

【関篠崎】

090-4072-8337

chikuseienglish@gmail.com

出合いパーティー わく?ドキー!恋愛教習所!

茨城県出身のお笑い婚カツ芸人・すいたんすいこうプレゼンツ!~嬉しい・楽しい・ドキドキの恋愛をしてみませんか?

費用||男性5,000円、女性3,000円(当日徴収)

▼共催||いばらき出合いサポーター

▼申込期限||3月8日(木)まで

【関NPO法人ベル・サポート】

0280-87-7085

第81回市民将棋大会

▼日時||3月17日(土) 午前9時

▼場所||しもだて地域交流センター「アルテリオ」1階集

会室

▼費用||1,500円(当日徴収・昼食代込) ※小学生以下は無料(昼食代は自己負担)

賞状・景品あり

【関菊池】

22-4107

彩遊会アルテリオ展

【水彩画・パステル画の展示】

▼日時||3月6日(火)~24日(土)

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」喫茶スペース

▼入場無料

【関久保田】

★以外は「たまり場・たろう」で開催。

【お気軽ギター弾き語り教室】

▼日時||3月1日・15日(木) 午後2時~4時

▼参加費||300円

▼持参品||ギター

【ウクレレ教室】

▼日時||3月2日・16日(金) 午後2時~午後4時

▼参加費||300円

【たまり場かふえ】

▼日時||3月3日・17日(土)・14日・28日(水) / ランチなし

3月7日・21日(水) 正午~午後5時

▼参加費||100円

【もったいない倶楽部ちくちく針仕事】

▼日時||3月10日(土) 午後1時30分~4時

▼費用||300円

【アドラーかふえ】

▼日時||3月18日(日) 午後1時30分~3時

▼参加費||500円

【手仕事工房】

▼日時||3月23日(金) 午後2時~4時

★まちづくりカフェ・ピーチ(木成)で開催。

【うたごえ・ピーチひろば】

▼日時||4月6日(金) 午前10時~

▼持参品||マイカップ、スリッパ

▼参加費||200円(80歳以上の人は無料)

【子育て・楽しい英語教室】

▼日時||4月7日(土) 4歳~

年長~午後1時30分~

▼小学生以下 午後2時40分~

▼定員||各15人

▼持参品||飲み物

▼参加費||無料

【まちづくりカフェ・ピーチ】

▼日時||3月15日(木) 午前10時~

▼内容||ビーズでオリジナルの飾り作り

▼定員||各回5人

▼持参品||はさみ、小物入れ、メジャー(ある人)

▼参加費||材料費(各自)

【関NPO法人地球の保健室福田】

080-16593-6386

NPO法人いちなぎみ

予約) ▼場所 県西生涯学習センター(野殿) ▼講師 平島幸子氏(一社) 倫理研究所生涯局講師) ▼費用 2テキスト代200円

甲 家庭倫理の会 茨城西 江田
090-4371-7879

★以外はTea Room Jasmine(川澄)で開催。すべて要予約。

「親子でスマイルタッチケア体験」
▼日時 3月5日(月) 午前10時~11時30分

「★英語リトミック」
▼日時 3月9日(金) 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 生後3か月以上の親子15組

「母親支援(母親リフレッシュ企画)」
▼日時 3月13日(火) 午前10時~11時30分

「★プリザーブドフラワーアレンジメント体験」
▼日時 3月15日(木) 午前10時~正午

甲 NPO法人いちなぎみ 市塚
090-4810-9851

★特別な支援を要する子を持つ親の会

育児やお子さんの発達の悩みなどを話したりしています。
▼日時 3月14日(水) 午前10時~正午 ▼場所 しもだて地域交流センター「アルテリオ」2階和室

甲 NPO法人いちなぎみ 小野瀬
090-17716-18781

認知症カフェ「笑福」

認知症ケア上級専門士・看護師による認知症の症状や対応例などの講話、心配ごと相談を行います。

▼日時 3月18日(日) 午前10時~正午 ▼場所 通所介護事業所「笑福」(細田) ▼対象 認知症の人やその家族又は認知症に関心のある人 ▼内容 「認知症の人への介護の考え方」 「健康リズム体操&笑い満載脳活性化レクリエーション」 ※申込不要(送迎は要相談)

甲 加賀谷 48-8141

認知症カフェ「オハナ」

介護の専門職ケアマネージャーによる認知症カフェです。介護の相談もお受けします。

▼日時 3月10日(土) 午前9時30分~11時30分 ▼場所 特別養護老人ホームしらとりアロハルーム ▼対象 認知症の人やその家族又は認知症に関心のある人 ▼定員 15人 ▼内容 昔懐かしい田舎まんじゅう作り、お茶会 ▼持参品 エプロン、三角巾(お持ちの人) ▼費用 1人500円

甲 居宅しらとり 清野
28-11277

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・家庭内暴力など)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=3月21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 アイネット 浅沼 ☎22-2441

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。お気軽にお電話ください。
▶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(本庁3階)
甲 ☎24-6081(直通)

アディクション教室

薬物やアルコール、ギャンブルなどの依存症を理解し、同じように悩んでいる家族と話し合う教室です。(初回の参加は申込先へ確認してください)
▶日時=3月9日(金) 午後1時~3時30分 ▶場所=筑西保健所
*開催日の午前中は専門相談あり(要予約)。
甲 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 1,163件
セミナー受講者数 968人
▶日時=毎週火~土曜日 午前10時~午後6時 ▶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15~39歳の若者又は保護者・関係者
『毎週火曜日(午後1時~4時)にハローワークで出張相談会開催中』
甲 いばらき県西若者サポートステーション ☎54-6012

ひきこもり相談

▶日時=3月15日(木)
【専門相談】 午後1時30分~2時30分
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】 午後2時30分~4時
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。
*要予約・秘密厳守・無料。家族教室への参加は、面接を行ってからとなります。
甲 筑西保健所 ☎24-3965

生活の困りごと相談(市)

	相談日時	相談会場	相談員	申込み	問い合わせ
人権	3月22日(木) 午後1時~3時	本庁1階 東側相談室	人権擁護委員(法務大臣委嘱)	事前申込不要(来訪順受付)	人権推進課 ☎24-2102
			行政相談委員(総務大臣委嘱)		広報広聴課 ☎24-2172
法律	3月22日(木) 午後1時~4時		弁護士	3月12日(月) 午前9時~電話予約	広報広聴課 ☎24-2172

相談

生活習慣病予防のための栄養相談(要予約)

体重や血圧などが気になる人は食事改善してみませんか。栄養士が改善方法をアドバイスします。※前日までに予約

▼日時 3月7日(水) 午前9時30分~ ▼場所 本庁2階
甲 健康づくり課(本庁2階)
22-0506

「あなた」と「暮らし」のFPくらしの相談会

FP(フィナンシャル・プランナー)がお金に関する個別相談にお答えします。
▶日時=毎月第2土曜日 午後1時~4時(相談時間50分間)
▶場所=しもだて地域交流センター「アルテリオ」
▶内容=資産運用の留意点、老後や年金の不安など
▶申込み=平日 午前10時~午後4時 ※相談無料
甲 日本FP協会茨城支部 ☎029-302-5320

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8日(木) 午後1時~3時	下館保健センター	健康づくり課(本庁2階) ☎22-0506
3月13日(火) 午前9時~10時30分	筑西保健所	☎24-3965
3月26日(月) 午後3時~5時		

法律相談(社協) *要予約 *秘密厳守・無料

相談日時	3月23日(金) 午前10時~正午
相談会場	協和ふれあいセンター(久地楽)
相談員	弁護士
予約	3月9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)