

本庁 ☎24-2111

筑西市田中町丙360番地

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

公民館の夜間早期閉館

10月1日(火)から、夜間の利用予約がない日は、午後5時で閉館します。ご理解とご協力をお願いします。

▼該当施設Ⅱペアアノ、関城地区公民館、明野公民館、協和公民館

☎ペアアノ ☎37・7803

明野公民館 ☎52・5333

協和公民館 ☎57・2515

あけの元気館臨時休館

設備点検と清掃のため、次の期間を臨時休館とします。

▼休館期間Ⅱ9月24日(火)～28日(土)

☎あけの元気館 ☎52・7111

指定難病患者福祉手当を支給します

▼対象Ⅱ市内在住で、指定難病特定医療費受給者証をお持ちの人(10月1日時点)

▼手当額Ⅱ年額20,000円

▼申請期間Ⅱ10月1日(火)～12月27日(金) ※平日のみ

▼受付場所Ⅱ障がい福祉課又は各支所 ※郵便での申請を希望

する人は、問い合わせてください。

▼持参品Ⅱ指定難病特定医療費受給者証の写し、認印、本人名義の通帳の写し

☎申問障がい福祉課(本庁1階) ☎24・2105

マイナンバー関係業務休止について

10月1日(火)は、機器のメンテナンスのため、次の業務を休止します。

▼休止業務Ⅱマイナンバーカードの交付と関連業務、電子証明書の発行・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・転出手続き

☎申問市民課(本庁1階) ☎24・2101

人間ドック費用一部助成のキャンセル待ち受付

▼対象Ⅱ40歳以上の国民健康保険の被保険者(国保税を完納している人)

▼申込方法Ⅱ10月2日(水)午前9時から電話で ※キャンセルがない場合は、助成を受けられません。詳しくは問い合わせください。

☎申問医療保険課(本庁1階) ☎24・2103

浄化槽をお使いのみなさまへ

☎下水道課(本庁3階) ☎22-0503
☎環境対策課 ☎029-301-2966

浄化槽の使用には、保守点検や清掃などの定期的な維持管理と法定検査が法律によって義務付けられています。浄化槽の機能を十分に発揮させるためにも、維持管理や検査を忘れずに行ってください。

保守点検

- 浄化槽内の機器、送風機やタイマーなどの点検、消毒剤の充填。
- 10人槽以下の家庭用浄化槽の場合、3～4か月に1回。
- 県に登録している保守点検業者に委託。

清 掃

- 浄化槽内の汚泥などの抜き取り。
- 年に1回以上(全ばっ気方式は6か月に1回以上)。
- 市の許可を受けた清掃業者に委託。

法定検査

- 浄化槽の保守点検・清掃がきちんと行われ、きれいな水が放流されているかを検査。
- 初回は浄化槽の使用開始から3～8か月以内に1回、2回目以降は年に1回。
- (公社)茨城県水質保全協会に申込み ☎029-291-4004

一括契約システム

保守点検、清掃、法定検査を一括して契約できます。契約を仲介する保守点検・清掃業者又は(公社)茨城県水質保全協会に申し込んでください。

単独処理浄化槽から合併処理浄化槽への転換

生活雑排水も処理できる合併処理浄化槽へ転換することで、汚れの量を8分の1に減らすことができます。水環境保全のためにも、合併処理浄化槽への転換をお願いします。

保育施設（2号・3号認定）の認定申請のお知らせ

令和2年4月から、新たに保育所、認定こども園（保育所部分）、小規模保育事業所の利用を希望する人は、**施設型給付・地域型保育給付の「教育・保育給付認定」**を受け、希望する施設の利用申請をする必要があります。

- ◆**認定区分**…2号認定（3歳以上で保育の必要な人）、3号認定（3歳未満で保育の必要な人）
- ◆**必要書類**…認定申請書、児童の問診票、児童世帯状況調書、納付誓約書、保育の必要な事由を確認する書類など ※認定申請書（各証明書含む）はこども課、各支所、川島出張所、各施設で10月1日（火）から配布します。市ホームページからもダウンロード可。申込時に申請者のマイナンバーの確認をしますので、通知カードなどを持参してください。
- ◆**申込先**…こども課、各支所 ※川島出張所では、受け付けできません。
- ◆**申込期間**…【1次募集】11月7日（木）～14日（木）※9日（土）、10日（日）はこども課でのみ受付。
【2次募集】2月12日（水）～14日（金）※詳細は、後日お知らせします。

申問こども課（本庁1階） ☎24-2104

市立明野幼稚園の園児募集

保育期間	1年保育	2年保育
定員	若干名	60人
対象	平成26年4月2日～平成27年4月1日生	平成27年4月2日～平成28年4月1日生
	保護者が市内に在住の人	
願書の受付期間	10月19日（土）～21日（月） 午前9時～午後3時	

【**申込み**】
明野幼稚園で「願書」に必要事項を記入してください。

- 【**持参品**】
- ①印鑑、入園希望児の生年月日がわかるもの（保険証など）
 - ②家族全員の個人番号（マイナンバー）がわかるもの
 - ③申請する保護者の（ア）又は（イ）のコピー
（ア）個人番号カードの両面
（イ）個人番号通知カードと運転免許証

※自宅から園までの地図を書いていただきます。
※期間内に手続きができない場合は、必ず連絡をお願いします。

申問 明野幼稚園 ☎52-0147

市健康運動普及員養成講座

運動をしながら、健康づくりに必要な知識を学びます。たくさんの仲間と楽しみながら健康づくりの輪を広げてみませんか。

【**期日**】11月8日（金）、12日（火）、14日（木）、18日（月）※全4回

【**場所**】下館武道館、筑西広域消防本部

【**対象**】市内在住で運動の制限がなく、おおむね全ての講座に参加できる人

【**定員**】先着30人程度 【**持参品**】運動靴、飲み物

【**申込み**】10月31日（木）までに電話で

申問 健康増進課（本庁2階） ☎22-0506

市内認定こども園（幼稚園部分）の園児募集

10月1日（火）から、市内認定こども園の令和2年度の幼稚園部分の園児募集を開始します（願書受付は11月1日（金）から）。
入園手続など、詳しくは各園まで。

	施設名	住所	電話番号
既 存	せきじょう(公立)	黒子216-1	37-3320
	さくらこども園	海老ヶ島2019	45-7851
	明野保育園	海老ヶ島1018-1	52-0162
	ときわの杜	横塚795	57-1515
	いずみ保育園	羽方186-1	24-5720
	なかだて	中館456-2	24-3333
	たちばな保育園	五所宮384-2	22-6294
	川島こども園	小川1845	28-5000
	川島保育園	女方46-2	28-0419
	しろはと保育園	西方1644-7	24-1308
	石田保育園	西石田1186	24-3525
	大和保育園	下中山360-10	24-0698
	ヒョウ・ソイこども園	村田2108-1	47-8111
	下館聖母	本城町甲301-4	22-3565
新 設	愛泉いずみこども園	二木成1273	22-2843
	下館幼稚園	本城町甲375	22-4115
	西方いずみ幼稚園	西方1813-21	24-0409
	英光幼稚園	女方241-1	28-0652
	協和なかよし園	門井1975-1	57-5588 転送先:いずみ保育園
	たけのこ保育園(仮)	吉田653-1	52-7788
	筑子保育園(仮)	下中山589-1	24-0252
※ 移 行 予 定	はぐろ保育園(仮)	岡芹2086	24-9131
	筑子ファミリア保育園(仮)	西方1359-1	23-1212

※令和2年4月から認定こども園に移行予定

朗読CD無料貸出

- 『PHP8月号』 80分1枚
- 『常陽藝文8月号』 80分1枚
- 『文藝春秋8月号』 80分5枚
- 『潮鳴り』 75分8枚

※ほかにも、無料貸出テープ、CDがあります。ご希望の本がある場合は、ご相談ください。
▼場所 市総合福祉センター(小林)

▼対象 視覚障がい者、身体が不自由な人、視力の落ちた高齢者など

▼開催 閩野ばらの会 杉目
☎ 37・4458

秋の全国交通安全運動

▼夕暮れは明るい服と反射材
9月21日(土)から30日(月)は秋の全国交通安全運動期間です。交通ルールやマナーを守って運転しましょう。

▼開催 閩市民安全課(本庁2階)
☎ 24・2131

募集

糖尿病予防に役立つ料理教室

食生活改善推進員による糖尿病予防に関する講話と、簡単に

作れて糖尿病を予防できる、おいしいメニューを学びます。

▼日時 10月9日(水) 午前9時30分～午後2時

▼場所 関本公民館調理室

▼対象 市内在住の人

▼定員 25人

▼持参品 エプロン、三角巾

▼費用 無料

▼申込方法 10月2日(水)までに電話で

▼開催 閩健康増進課(本庁2階)
☎ 22・0506

下館地区文化祭 合同音楽会出演者

▼日時 11月24日(日)

▼場所 市イル・ブリランテ

▼募集人数 ソロ部門(声楽、器楽) 5人

▼演奏時間 8分

▼参加費 2,000円(CD作成代など)

▼申込期限 9月30日(月)

▼開催 閩金曜会 荒川 ☎ 22・2038

甲種防火管理者講習会

▼期日 10月23日(水)、24日(木)

▼場所 結城市民文化センター

▼定員 200人

▼申込期間 9月17日(火)～

27日(金) 午前9時～午後4時
※詳しくは問い合わせてください

▼開催 閩 筑西広域防火管理協議会
☎ 24・4589

就職面接会(学生向け)

県内企業を集めた「チャレンジいばらき就職面接会(後期)」を開催します。外国人留学生の参加も歓迎です。詳しくは問い合わせてください。

▼開催 10月2日(水) 水戸会場

▼場所 ホテルレイクビュー

▼参加予定社数 午前、午後各100社

▼開催 10月21日(月) 土浦会場

▼場所 ホテルマロウド筑波

▼参加予定社数 午前、午後各67社

▼開催 いずれも:
時間 午前部 午前10時30分～午後0時30分 / 午後部 午後2時～4時

▼対象 令和2年3月卒業予定者と既卒未就職者(おおむね卒業後3年以内) ※高校生を除く

▼持参品 履歴書複数枚

※参加無料、申込不要
▼開催 閩 県労働政策課
☎ 029・301・3645



秋季いばらき都市緑化フェスティバル フリーマーケットの出店者募集

【日時】 10月27日(日) ※雨天決行
午前10時～午後3時

【場所】 県西総合公園
コミュニティクラブハウス前広場

【対象】 18歳以上(業者以外)

【販売品】 生活不用品(生き物、食べ物、販売目的で作成した物又は購入した物の販売、くじ引き行為などは禁止)

【出店料】 1店舗 150円(返金はできません)

【申込み】 9月25日(水)～10月4日(金)
午後1時～5時に公園管理事務所窓口へ
※先着50店舗

▼開催 閩 県西総合公園管理事務所 ☎ 57・5631

第15回 ちくせいマラソン大会 参加ランナー募集

12月8日(日) 午前9時30分 スタート

【開会式】 午前8時50分～

【コース】 下館総合体育館北側道路、国道50号バイパス(1.5km～10km)

【申込み】 10月11日(金)までに、以下の①又は②の方法で参加費をお支払いください。

- ①専用振替払込用紙で申込み(下館総合体育館、市役所などで入手可) ※市内小・中学生は各学校で申込可
- ②インターネットサイト「RUNNET」、携帯サイトから(<http://runnet.jp/>)

【参加費】 ●小・中学生 200円
●親子、高校生 1,000円
●一般 2,000円



▼開催 閩 下館総合体育館 ☎ 28・5040

● 噛むかむレシピ コンテスト


噛む大切さを啓発するため、「納豆」をテーマにした、おいしく噛む回数が増えるレシピを募集します。詳しくはホームページをご覧ください。

▼応募資格 県内に在住又は通勤、通学している人

▼申込期間 10月1日(火)～12月10日(火) 必着

▼申込方法 応募用紙を郵送又はメールで

※応募用紙は、ホームページからダウンロードできます。



〒310・0911
水戸市見和2丁目292・1
☎029・252・2561

● スキルアップセミナー

【第二種電気工事士技能試験の受験対策】

▼期日 11月9日・16日・23日(土)

▼定員 20人(申込多数の場合は抽選)

▼申込期限 10月9日(水) 必着

【第一種電気工事士技能試験の受験対策】

▼期日 11月17日・24日・12月1日(日)

▼定員 15人(申込多数の場合は抽選)

▼申込期限 10月16日(水) 必着

いづれも：

▼時間 午前9時～午後5時

▼場所 県立筑西産業技術専門学校

▼受講料 3,040円

▼申込方法 ホームページ又は往復はがきで

※詳しくはホームページをご覧ください。

〒24・1714
☎1714



子どもふれあい 体験教室

野外炊飯や和太鼓の演奏、木の実のクラフトなどの体験教室を行います。

▼日時 10月14日(月・祝) 午前8時45分～午後3時40分

▼場所 宮山ふるさとふれあい公園

▼対象 小学3年生以上(保護者の参加可)

▼費用 1,000円(材料費)

第4回 SD(市民団体)カフェ

「下館青年会議所」と「下館さくら商店街振興組合」の活動内容紹介やイベントPRなどを行います。どなたでも無料で参加できます。

▶日時 = 10月4日(金) 午後1時30分～

▶場所 = たまり場・たろう

※飲食物の持ち込み可

☎ 市民協働課 ☎23-1600

男女共同参画セミナー バスツアー

フリーアナウンサーでナレーター近藤サト氏のセミナー「私らしい生き方～グレイヘアという選択～」に参加しませんか。地域で活動する女性団体や起業家を作るハンドメイド雑貨などのオリジナル商品を販売するイベントも同時に開催されます。

▶期日 = 10月27日(日)

▶集合 = 市役所下館庁舎 午前7時

▶行先 = レイクエコー(行方市)

▶定員 = 先着30人

▶費用 = 840円(昼食代)

▶申込方法 = 9月20日(金)～10月18日(金)の期間に電話で

☎ 市民協働課 ☎23-1600

県西総合公園無料講座受講生

【青空ヨガ講座】

▶日時 = 9月29日(日) 午後1時～2時

▶場所 = 県西総合公園ローンプレイフィールド(雨天時は会議室)

▶定員 = 先着50人

▶持参品 = 敷物(ヨガマットなど)、飲み物、運動ができる服装

▶申込期限 = 9月28日(土) 午後5時

【フラダンス講座】

▶日時 = 10月19日(土)

午後1時30分～2時30分

▶場所 = 県西総合公園会議室

▶定員 = 先着15人

▶持参品 = 筆記用具、運動ができる服装

▶申込期間 = 9月15日(日)～10月18日(金) 午前8時30分～午後5時

【エアロビクス&ストレッチ講座】

▶日時 = 10月26日(土)

午後1時30分～2時30分

▶場所 = 県西総合公園会議室

▶定員 = 先着30人

▶持参品 = 敷物(ヨガマットなど)、飲み物、運動ができる服装、室内用シューズ

▶申込期間 = 9月15日(日)～10月25日(金) 午前8時30分～午後5時

いづれも…

▶申込方法 = 公園管理事務所窓口又はFAX(講座名、住所、氏名、電話番号、年齢、性別を明記)

☎ 県西総合公園管理事務所

☎57-5631 FAX57-5881

- ▼申込方法 9月30日(月)までに電話又はFAXで
- 申 茨城県西地方ユネスコ協会
090・3040・0994
FAX 24・9434
- ライオンズ平和ボスター・コンテスト展
「平和の道のり」をテーマにした絵画展を開催します。
▼期間 10月2日(水)～6日(日) 午前10時～午後5時(初日は午後1時から、最終日は午後4時まで)
▼場所 2スピカビル地下1階多目的スペース
ライオンズクラブ国際協会 飯泉 22・2643
- 第14回筑西市文化協議会芸術祭 歌謡発表会
▼日時 9月29日(日) 午前9時開演
▼場所 2イル・ブリランテ ※入場無料
文化課(本庁3階) 22・0183
- 母親リフレッシュ企画
【紅茶教室体験】
▼期日 9月24日(火)
【百つぼジュエリー体験】
▼期日 9月25日(水)

- いずれも:
▼時間 午前10時～11時30分
▼場所 2 Tea Room Jasmine (川澄) ※要予約
申 NPO 法人 いちなごみ市塚
090・4810・9851
- 明野ミュージカル 第16回公演『人魚姫』
▼日時 10月19日(土) 午後6時開演(通し稽古:午後1時～) 20日(日) 午後0時30分開演
▼場所 2県西生涯学習センターホール(野殿)
▼入場料 一般1,000円(通し稽古:700円) / 小学生以下無料
▼申込方法 2インターネットで
申 明野ミュージカル 阿久津 090・6506・6916
- 秋季交流会 (ダンスパーティー)
▼日時 10月18日(金) 午後5時～8時30分
▼場所 2下館総合体育館
費用 1,000円(景品代)
申 筑西市アマチュアスポーツダンス協会 近藤 090・2672・3335

ほっとランド・きぬ 10月のイベント

【THE・体力測定】

- ▶期 日= 10月14日(月・祝) 午前10時～午後4時
- ▶内 容= ①カラダスキャンマシンを使って基礎代謝量などを測定
②握力などの体力測定
③キッチンカー&占いブース(有料)
④自動車シミュレーターで道路での正しい走行方法を体験。クイックキャッチで反射神経を手軽に測定。
- ▶対 象= 6歳～99歳
- ▶費 用= 入館料(大人:600円/65歳以上:300円/小中学生:200円)
- ▶申込方法= 当日フロントで

【グラウンドゴルフ大会】

- ▶日 時= 10月31日(木)(雨天順延) 午前8時30分～午後1時
- ▶場 所= グラウンドゴルフ場
- ▶競技方法= 24ホールストロークマッチプレー(個人賞・参加賞あり)、1組9人でプレー
- ▶対 象= 市内在住又は在勤の人
- ▶定 員= 先着216人
- ▶費 用= 1人500円(利用料、保険料)
- ▶申込開始= 9月26日(木) 午前9時から
- ▶申込方法= 3人1組で参加費を添えてフロントへ
- 申 2 ほっとランド・きぬ 30・4126

読み聞かせイベント

【あすなろの会】

- ▶日 時= 9月22日(日) 午後2時～
- ▶場 所= 中央図書館おはなしコーナー
- ▶内 容= 絵本『あらいぐまのまあさん』
紙芝居『たべられたやまんば』
折り紙
- 申 あすなろの会 手面 24・4547

【えほんのひろば】

- ▶日 時= 9月26日(木) 午前10時30分～
- ▶場 所= 認定こども園いずみ保育園 なかよし文庫
- ▶対 象= 4歳以下の子どもと保護者
- ▶内 容= テーマ「秋っていいね」
絵本『14ひきのあきまつり』
『もりのかくれんぼう』
- 申 認定こども園いずみ保育園 24・5720

【協和おはなし会】

- ▶日 時= 10月5日(土) 午前10時30分～11時30分
- ▶場 所= 協和公民館和室
- ▶対 象= 幼児及び児童と保護者
- 申 協和おはなし会 小林 57・3046

自由民権加波山事件 講演会

館野芳之助の子孫、平井良直氏（古河市文化財保護審議会委員）を講師に招きます。

▼日時 9月29日（日）午前10時30分

▼場所 中央図書館視聴覚室
※入場無料

甲 自由民権加波山事件研究会
白石
☎090・4131・3281

筑西リズム体操教室 無料体験会

▼日時 10月1日（火）午後1時30分～3時

▼場所 下館トレーニングセンター（二木成）

▼対象 女性
▼持参品 ヨガマット又はバスタオル

※申込不要

甲 筑西リズム体操下館教室
鈴木
☎52・2839

相談

生活習慣病予防のための 栄養相談（要予約）

栄養士が体重や血圧などに

いて、食事の改善方法をアドバイスします。

▼日時 10月2日（水）午前9時30分

▼場所 健康増進課窓口
▼費用 無料

甲 健康増進課（本庁2階）
☎22・0506

無料税務相談

税に関する事なら何でもご相談ください。

▼日時 10月2日・16日（水）午後1時30分～4時30分

▼場所 市役所本庁2階204会議室

※申込不要、直接会場へ
甲 関東信越税理士会下館支部
横井
☎32・5125

不動産鑑定士による 不動産無料相談会

不動産鑑定士が、不動産の価格などの相談にお答えします。

【つくば会場】
▼日時 10月4日（金）午前9時30分～正午

▼場所 筑波銀行つくば副都心支店セミナールーム2

【日立会場】
▼日時 10月7日（月）午前10時～正午

▼場所 日立シビックセンター

501号室 「水戸会場」

▼日時 10月8日（火）午前9時30分～正午

▼場所 茨城県開発公社中会議室

【土浦会場】
▼日時 10月9日（水）午前9時30分～正午

▼場所 県南生涯学習センター
小講座室1

▼申込み 当日会場で
甲 （一社）茨城県不動産鑑定士協会
☎029・246・1222

「なんでも相談」 「くろの窓」

▼日時 9月26日（木）午後2時～5時

▼場所 スピカビル6階東側会議室

▼相談員 Masako・K
（メンタルケアアドバイザー）

▼費用 無料 ※秘密厳守、要予約

甲 Masako・K
☎45・6608

筑西地方家族会

家族が心の病気で悩んでいる人は、お気軽にご連絡ください。

▼日時 相談支援：10月16日

（水）午後1時～3時
▼場所 相談支援：NPO法人つばさ

甲 筑西地方家族会 古池
☎52・2743

司法書士による 無料法律相談

借金や土地、建物、相続、裁判、会社などに関することや登記の相談に応じます。

▼日時 10月5日（土）午前10時～午後3時

▼場所 アルテリオ研修室、セミナー室

▼申込方法 当日会場
※電話相談も同時開催
甲 茨城司法書士会
☎029・225・0111

無料労働相談

解雇やパワハラなど労働関係のトラブルに悩んでいる人を対象に、県労働委員会が相談に応じます。※秘密厳守

▼日時 10月17日・11月21日（木）午後5時～7時

▼場所 県庁23階労働委員会事務局

▼申込方法 開催日前日までに電話で

甲 県労働委員会事務局
☎029・301・5563

Sマーク(標準営業約款制度)をご存じですか

このマークのある「理容店」「美容店」「クリーニング店」「めん類飲食店」「一般飲食店」は、厚生労働大臣の認可を受けた約款に基づき営業している安全・安心なお店です。

Sマーク登録店では…

- サービス・メニューについて表示しています。
- 資格者の氏名を表示しています。
- 万が一の事故の場合、賠償するための保険に加入しています。
- 業種ごとに定められた様々な基準を遵守しています。

甲 (公財) 茨城県生活衛生営業指導センター ☎029-225-6603



9月の納付

固定資産税・都市計画税（3期）

課税課（本庁2階） ☎ 22-0527

国民健康保険税（3期）

後期高齢者医療保険料（3期）

課税課（本庁1階） ☎ 24-2103

納期限：9月30日（月）

10月の下館総合体育館 トレーニング室利用者講習会

トレーニング室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＝①16日（水）、22日・29日（火）午前9時30分～②18日・25日（金）午後7時～③13日・20日（日）午後1時30分～

▶場所＝下館総合体育館トレーニング室
▶定員＝各回先着10人（1度の申込みで2人まで受付可）

▶持参品＝体育館用シューズ、運動のできる服装

▶費用＝300円（高校生200円）当日徴収

▶申込み＝9月25日（水）から電話で

☎ 下館総合体育館
☎ 28-5040

市体育施設10月の休館日

（下館総合体育館は国体のため11日まで休館）

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		

☎ 下館総合体育館
☎ 28-5040

お礼とご報告

善意銀行

～市社会福祉協議会への寄付のお礼とご報告～

＊樋口ゴルフ愛好会様…21,000円

＊大内ひろこ様…2,000円

（8月15日現在）

災害義援金・救援金を受け付けています

＊令和元年8月豪雨災害義援金 ほか

受付場所：社会福祉課（本庁2階）☎ 22-0525

生活の困りごと相談（市）

10月7日から13日は行政相談週間です。

毎日の暮らしの中で、困っていること、望んでいることはありませんか。市では下記の日程で行政相談所を開設しますので、ご相談ください。

※秘密厳守 ※費用＝無料

区分	相談日時	相談会場	相談員	申込み	問い合わせ
人権	10月10日（木） 午前10時～正午	関城支所 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）	広報広聴課 ☎ 24-2172
行政			行政相談委員 （総務大臣委嘱）		

心配ごと相談（社協）

※よろず相談承ります。 ※秘密厳守・無料 ※相談はいずれも来訪順

区分	相談員	相談日時	相談会場
一般・電話相談	民生委員	10月10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	10月4日（金）午前10時～正午 ☆予約は9月20日（金）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）	

女性問題相談

※秘密厳守 ※要予約 ※費用＝無料

相談日時	相談会場	相談員	申込み	問い合わせ
【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	市役所 相談室	女性の 専門相談員	電話で家庭児童相談室又は平日昼間に母子保健課	家庭児童相談室 ☎ 24-2613 母子保健課 ☎ 24-2115

消費生活センターに相談を!

あなたの暮らしの中にある、消費者トラブル解決のお手伝いをします。

振り込め詐欺、多重債務などの消費者問題の相談を行っています。一人で悩まず、ご相談ください。

▶相談時間＝午前9時～正午、午後1時～4時

※平日のみ

▶場所＝市役所本庁3階

消費生活センター☎ 21-0745

＊秘密厳守
＊無料

虐待から子どもを守ろう!

【母子保健課・家庭児童相談室】

☎ 24-2612

【筑西児童相談所】

☎ 24-1614

【児童相談所全国共通ダイヤル】

☎ 189

【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
迷わず連絡を!

＊秘密厳守
＊無料

10月の乳幼児健診など

会場	健診の種類	期日・受付時間	対象
下館保健センター	1歳6か月児健康診査	15日(火) 13:00~13:30	平成30年 3月生まれの人
	1歳児健康相談	21日(月) 9:20~9:40	平成30年 9月生まれの人
	離乳食相談	29日(火) 9:20~9:40	令和元年 5月生まれの人
	3~4か月児健康診査	29日(火) 13:00~13:30	令和元年 6月生まれの人
	3歳児健康診査	30日(水) 13:00~13:30	平成28年 8月生まれの人
	2歳児歯科健康診査	31日(木) 13:00~13:30	平成29年 9月生まれの人
明野保健センター	マタニティクラス③	7日(月) 13:00~13:10	妊婦さんと その夫
	3~4か月児健康診査	9日(水) 13:00~13:30	令和元年 6月生まれの人
	3歳児健康診査	16日(水) 13:00~13:30	平成28年 8月生まれの人
	2歳児歯科健康診査	17日(木) 13:00~13:30	平成29年 9月生まれの人
	育児相談	24日(木) 9:20~11:00	乳幼児など
	1歳6か月児健康診査	25日(金) 13:00~13:30	平成30年 3月生まれの人

☆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。

☎ 乳幼児健診は母子保健課（本庁1階） ☎24-2115

☎ 予防接種は健康増進課（本庁2階） ☎22-0506

愛の献血

月日	場所	時間
10月9日(水)	協和公民館	9:30~12:00 13:00~15:30
10月14日(月・祝)	市役所下館庁舎前 (しもだて商工まつり会場)	9:30~11:30 13:00~15:00

☎ 健康増進課(本庁2階) ☎22-0506

10月のいきいき寺子屋

インフルエンザについて

▶日時=10月16日(水)午後6時30分~8時

▶場所=中公民館 会議室

▶講師=大窪 勝一郎先生(西部メディカルセンター内科部長)

※午後6時から血圧測定と健康相談を行います

これからの寒い時期、インフルエンザが流行します。特に高齢者、病気を持っている人は要注意です。重症感染の併発、肺炎、心筋炎、脳炎で発症する重症のインフルエンザ感染の可能性もあります。インフルエンザの不安、疑問などをわかりやすく解説します。

☎ 地域医療推進課（本庁2階） ☎22-0535

10月の健康運動教室(予約不要)

地区	日時	会場
下館	4日・18日(金) 13:30~15:00	アルテリオ 会議室A
	3日・10日・17日・24日(木) 13:30~15:00 ※3日は男性のみの教室 ※17日は認知症予防体操教室	下館武道館1階
	2日(水) 13:30~15:00	関本公民館大ホール
明野	1日・15日(火) 13:30~15:00	あけの元気館 健康体操室
	8日・22日(火) 13:30~15:00	宮山ふるさとふれあい 公園ホール
	9日・23日(水) 13:30~15:30 ※認知症予防体操教室	明野いきいきセンター 多目的ホール
協和	4日・18日(金)・28日(月) 13:30~15:00 ※28日は男性のみの教室	協和ふれあい センター集会室
	25日(金) 10:00~11:30 ※認知症予防体操教室	

健康づくり奨励単位認定事業/生涯学習奨励単位該当

▶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、上履き(アルテリオ、あけの元気館、宮山ふるさとふれあい公園を除く)※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で参加できます。

☎ 健康増進課(本庁2階) ☎22-0506

10月のシルバーリハビリ体操教室(予約不要)

地区	日時	会場
下館	11日・25日(金) 13:30~15:00	アルテリオ
	1日・8日・22日・29日(火) 13:30~15:00	下館武道館1階
	8日・22日(火) 10:00~11:30	市総合福祉センター(小林) 1階会議室
関城	1日・29日(火) 10:00~11:30	ペアーノ リハーサル室
	2日・9日・16日・23日(水) 10:00~11:30	関本公民館 大ホール
明野	7日・21日(月) 13:30~15:00	あけの元気館 健康体操室
協和	2日・16日(水) 13:30~15:00	協和公民館 総合ホール

▶対象=おおむね60歳以上 ▶定員=各先着30人(あけの元気館のみ先着20人) ▶服装=運動のできる服装 ▶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で参加できます。

☎ 高齢福祉課(本庁2階) ☎22-0526

発行/筑西市 編集/市長公室広報広聴課

〒308-8616 茨城県筑西市田中町丙360番地

☎0296-24-2111(代表) メール kouhou@city.chikusei.lg.jp

公式ホームページ <https://www.city.chikusei.lg.jp>