

広報筑西ピープル

発行/筑西市 〒308-8616 筑西市田中町丙 360 番地 ☎0296-24-2111 <https://www.city.chikusei.lg.jp>

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

## 令和4年度 入園願書受付について

令和4年4月から新たに、保育施設の利用を希望する人の受付を開始します。

### 認定こども園せきじょう 1号認定（教育部分）

#### 【申込期間】

期 日	受付時間
11月 7日（日）～8日（月）	9：00～15：00

#### 【申込方法】

- ・願書に必要な事項を記入し、認定こども園せきじょうに提出してください。
- ・願書は同園で配布しています。

※期間内に願書を提出することが難しい人は、事前に下記まで連絡してください。



【申】【問】 認定こども園せきじょう  
☎37-3320

### 保育園・認定こども園（保育部分）・ 小規模保育事業所



#### 【申込期間 / 場所】

期 日	こども課窓口	各支所窓口
11月 4日（木）	8：30～19：00	8：30～17：00
11月 5日（金）	8：30～17：00	
11月 6日（土）	9：00～11：30	受付していません
11月 7日（日）		
11月 8日（月）	8：30～17：00	8：30～17：00
11月 9日（火）		
11月10日（水）		

※川島出張所では受付できません。

#### 新型コロナウイルス感染防止のためお願い

- ・密を避けるため申請はできるだけ一人でお越しください。
- ・窓口の数を減らして受付をしますので、時間には余裕をもってお越しください。

【申】【問】 こども課（本庁1階）☎24-2104

### 明野幼稚園

#### 【申込期間】

期 日	受付時間
11月 7日（日）～8日（月）	9：00～15：00

#### 【募集要件】

保育期間	5歳児クラス (1年保育)	4歳児クラス (2年保育)
定員	若干名	60人
対象	H28.4.2～H29.4.1生 H29.4.2～H30.4.1生 保護者が市内在住の人	

【申】【問】 明野幼稚園 ☎52-0147

#### 【持参品】

- ・印鑑、入園希望児の生年月日が分かるもの（保険証など）
- ・家族全員のマイナンバーが分かるもの
- ・申請する保護者のマイナンバーカード（両面）のコピー又は個人番号通知カードと運転免許証のコピー

#### 【申込方法】

- ・明野幼稚園で願書に必要な事項を記入し提出してください。願書などは、**10月15日（金）**から配布します。
- ・面接を兼ねているためお子さんと一緒にお越しください。

#### 明野幼稚園の閉園について

明野幼稚園は令和6年3月末で閉園予定です。これに伴い、令和5年度は4歳児クラスの募集は行いません。

# 不妊治療費一部助成



特定不妊治療に要した費用の一部を助成します

## 助成内容

- ①特定不妊治療を行った場合…10万円
- ②男性不妊治療を行った場合…10万円
- ※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、それぞれ10万円を上限に助成します。

## 対象となる夫婦

- 次のすべての要件に該当している人
- ①法律上の婚姻をしている夫婦、事実上婚姻関係にある人
  - ②夫婦ともに筑西市民であり、申請する日において市内に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決定を受けていること
  - ④市税などを完納していること

## 対象となる治療

- 体外受精及び顕微授精
- 男性不妊治療（特定不妊治療の過程で行う精子を採取するための手術）

## 申請方法

茨城県の不妊治療費補助金交付決定を受けた後、**30日以内**に下記の必要書類を持参し、母子保健課に申し込んでください。  
※やむを得ず期限を過ぎる場合は相談してください。

## 必要書類

- ①不妊治療費補助金交付申請書
- ②令和3年度茨城県不妊治療費補助金交付決定及び額の確定通知書の写し
- ③茨城県不妊治療費助成事業受診等証明書の写し
- ④申請者本人名義の通帳（夫婦どちらかの通帳）
- ⑤印鑑（シャチハタ不可）

※申請書は窓口には設置していません。市ホームページからダウンロードできます。詳しくはホームページをご覧ください。



【申】【問】 母子保健課（本庁1階） ☎24-2115

# 案内

## ちくせいサプライズ 花火の実施

市でがんばるすべての人へ、市からのプレゼントとして「ちくせいサプライズ花火」を実施します。当日は、5分程度の打ちあげとなります。ご自宅やご自宅近くで夜空を見上げてみてください。

▼日時 10月23日（土）午後7時（同時実施）

※荒天の場合順延

▼場所 市内6か所（非公表）  
●ちくせい花火大会実行委員会（市観光振興課内）

☎20・1160

## 下館・結城都市計画 地区計画変更案の縦覧

都市計画法に基づき、下館・結城都市計画地区計画（田宿地区地区計画）について変更案の縦覧を行います。

▼日時 10月26日（火）～11月9日（火）午前8時30分～午後5時15分（平日のみ）

▼縦覧場所 都市整備課

※住民及び利害関係人で意見のある人は、窓口備え付けの意見

書に必要事項を記入し、持参又は郵送で提出してください。  
●都市整備課（本庁3階）  
☎20・1178

令和4年版農業日誌・ファミリア日誌・新農家暦販売

【農業日誌 1450円】

最新農業情報の解説。各県の郷土料理なども紹介しています。  
【ファミリア日誌 1450円】

農業情報、家計簿、贈答品控え、住所録などを掲載しています。

【新農家暦 500円】

1年の備忘録として最適。

「12カ月暦」、「農作業暦」、「生活便利メモ」など、農作業・日常生活に役立つ情報満載です。

▼申込方法 10月28日（木）までに企画課窓口又は電話で

●企画課（本庁4階）

☎24・2197

## ダメ！不正軽油

ディーゼル自動車に使用する軽油には、1ℓあたり32・1円の軽油取引税が課せられ、生活の向上のために使われています。

不正軽油を製造・販売・使用することは、環境を汚染するとともに脱税行為であり、刑事罰の対象となります。

# 119番映像通報システム (Live119) の試行開始

迅速な災害現場の状況把握や、通報者への正確な口頭指導をするために、119番通報時に映像の送信をお願いします。みなさんのご協力をお願いします。



詳しくは  
ホームページを  
ご覧ください。

## 1 119番通報



119番通報すると消防指令センターにつながります。

## 2 Live119の利用案内



現場状況確認のため、  
撮影にご協力いただけ  
ますか。

わかりました。  
撮影に協力します。



消防指令センターで撮影の必要性を判断し、通報者の安全、撮影協力の可否を確認します。

## 3 URLの送信、撮影開始



ショートメッセージでURLを送信します。注意事項を確認し、撮影を開始してください。

【問】 県防災・危機管理部 消防安全課 ☎029-301-2873

不正軽油を使用している疑いのあるトラックやガソリンスタンドの情報があれば、通報してください。

問 筑西県税事務所

☎24・9192

不正軽油110番

☎0120・241・744

小栗判官まつり開催中止

今年の「小栗判官まつり」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開催を中止します。

問 市観光協会（観光振興課内）

☎20・1160

雇用調整助成金などの要件緩和

業況特例などの対象となる中小企業が、事業場内で最も低い時間あたり賃金を一定以上引き上げる場合の要件を緩和します。活用を検討する事業主はご相談ください。

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

問 ハローワーク筑西

☎22・2188



朗読テープ&CD無料貸出

① 文芸春秋9月号

② PHP9月号

3枚

1枚

③ 常陽文芸9月号 1枚

④ おもかげ 浅田次郎著 9枚

※1本80分、リクエストは要相談

▼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、視力のおちた高齢者など

問 野ばらの会 杉目

☎37・4458

募集

令和4年度茨城県立農業大学校入学生

【農学科、畜産学科、園芸学科】

▼申込期間 一般入試前期 11月15日（月）～12月10日（金）

／一般入試後期 令和4年1月31日（月）～2月25日（金）

▼試験日 一般入試前期 12月16日（木）／一般入試後期 令和4年3月3日（木）

【研究科】

▼申込期間 11月15日（月）～12月10日（金）

▼試験日 12月16日（木）

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

問 県立農業大学校

☎029・292・0010



## 噛むかむ レシピコンテスト

噛む回数が増えるレシピを募集します。

▼内容 Ⅱ 「噛ミング30、一口30回噛もう！噛む回数が増えるメニュー」

▼使用食材 Ⅱ いわし

▼募集期限 Ⅱ 12月10日(金) 必着

▼対象 Ⅱ 県内在住・在学・在勤の人

▼応募方法 Ⅱ 郵送又はメールで  
※詳しくはホームページをご覧ください。

申問 県歯科医師会事務局

☎ 029・252・2561



## 空き家対策セミナー

空き家の発生抑制や利活用について、カードゲームを通して実践的な悩み解決を図ります。

▼日時 Ⅱ 10月31日(日) 午後1時30分～4時

▼場所 Ⅱ アルテリオ集会所

▼対象 Ⅱ 空き家所有者、住宅所有者など空き家対策に関心がある人

▼定員 Ⅱ 25人

健康づくり奨励単位認定事業  
生涯学習奨励単位該当事業

## 筑西市民ウォークの日 自分たちの街を歩こう

振興協会 飯泉

☎ 080・5032・0305

健康づくり奨励単位認定事業  
生涯学習奨励単位該当事業

▼費用 Ⅱ 無料

▼講師 Ⅱ 須藤直美氏(住教育推進機構茨城支部長・一級建築士)

▼申込方法 Ⅱ 申込用紙に記載し FAXで

※申込用紙は空き家対策推進課(本庁2階)に設置のほか、ホームページからダウンロードできます。詳しくはホームページをご覧ください。

申問 (一社) 住教育推進機構茨城支部

☎ 43・2637 FAX 44・6510

## 家庭教育講座

Zoomを使用してライブ配信を行います。初心者もサポートします。

▼日時 Ⅱ 11月16日(火) 午前10時～11時15分

▼テーマ Ⅱ 「子どものやる気にスイッチオン！ ～自己肯定感の育て方～」

▼費用 Ⅱ 無料

申問 (公社) スコーレ家庭教育

振興協会 飯泉

☎ 080・5032・0305

健康づくり奨励単位認定事業  
生涯学習奨励単位該当事業

▼日時 Ⅱ 11月7日(日) 午前9時～11時

▼集合場所 Ⅱ 下館庁舎前

▼対象 Ⅱ 市内在住の人で5～6kmを歩ける人

▼内容 Ⅱ ①ウォーキング教室約30分(靴の履き方、歩き方、準備体操など) ②五行川沿いなど約6kmをウォーキング

▼持参品 Ⅱ 飲み物、帽子、歩きやすい服装

▼費用 Ⅱ 無料

※申込不要

申問 筑西市健康運動普及員会長 鳥生

☎ 080・1090・5748

## 子育て講座

お子さんとの楽しい時間が増えるように、一緒に学んでみませんか。

▼日時 Ⅱ 11月10日(水) 午前10時～11時30分

▼場所 Ⅱ 明野保健センター

▼対象 Ⅱ 1歳6か月～3歳の幼児と保護者(保護者のみの参加も可)

▼内容 Ⅱ 子どもの「ほめ方」、「かわり方」のポイントについて

▼定員 Ⅱ 20組

▼持参品 Ⅱ 母子健康手帳

▼費用 Ⅱ 無料

▼申込方法 Ⅱ 11月2日(火)ま

## 令和4年度放課後児童クラブ入所児童募集

11月15日(月)～12月3日(金) ※平日のみ

午前8時30分～午後5時15分(木曜日は午後7時まで)

### 1次募集 申請日時

■ 対象

昼間に保護者のいない家庭の小学生  
※応募多数の場合、1～3年生が優先されます。

■ 開設場所

保育所・認定こども園、小学校内

■ 開設時間

下校時刻～午後6時  
※時間延長しているクラブもあります。

■ 利用料

無料(飲食物費、教材費、保険料などは実費負担)

■ 持参品

申請書、児童世帯状況調書、父母などの雇用証明書など。

■ 申請方法

こども課窓口へ提出

※必要書類はこども課窓口に設置のほか、ホームページからダウンロードできます。



【申】【問】 こども課(本庁1階) ☎ 24-2104

でに電話で予約

申問 母子保健課(本庁1階)

☎ 24・2115

## えほんのひろば

▼日時 Ⅱ 10月28日(木) 午前10時30分

▼場所 Ⅱ いずみ保育園なかよし

文庫

▼対象 Ⅱ 4歳以下の子どもと保護者

▼内容 Ⅱ テーマ「おばけ」、絵本『おばけなんてないさ』、『ねないこだれだ』

申問 未来ネットワークボランティアサークル

☎ 24・8070



## 沈金講座

漆のお箸に模様を彫り、その彫り溝に金粉を埋めて作品を作ります。

■ 日 時 11月13日(土)  
午前10時～正午

■ 費用 3,500円(材料費)

■ 場 所 協和公民館

■ 講師 大西未穂氏(漆芸家)

■ 対 象 市内在住又は在勤の人

■ 申込方法 10月30日(土)までに来館又は電話で

■ 定 員 8人

※応募多数の場合は抽選

【申】【問】 協和公民館 ☎57-2515



## プリザーブドフラワー講座

オリジナルクリスマスリースを作ります。

■ 日 時 11月20日(土)、28日(日)  
午前9時30分～正午

■ 持参品 はさみ、新聞紙、筆記用具

■ 場 所 明野公民館研修室

■ 費用 3,000円(材料費)

■ 対 象 市内在住又は在勤の人

■ 講師 小松陽子氏

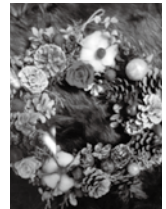
(ヨーロッパアンフラワーアレンジメント講師)

■ 定 員 各15人

※応募多数の場合は抽選

■ 申込方法 10月30日(土)までに来館又は電話で

【申】【問】 明野公民館 ☎52-5333



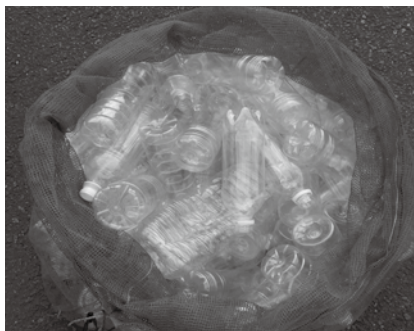
ペットボトル  
空き缶

## 資源ごみの正しい出し方に協力をお願いします

使用済みペットボトルや空き缶など(古布を除く)の資源物を出すときは、ビニール袋などに入れず、ごみ集積所などに設置してある専用の青いコンテナや網に入れてください。

### 【ペットボトルの出し方】

- ・中を水ですすぐ。
- ・キャップとラベルをはがす。
- ・指定のコンテナや網に入れる。



### 【空き缶の出し方】

- ・中を水ですすぐ。
- ・アルミ、スチールに分ける。
- ・指定のコンテナに入れる。



ご協力をお願いします。



その他資源ごみの出し方はホームページをご覧ください。



【問】環境課(本庁2階) ☎24-2130



# LINE 公式アカウント

## 友だち募集中!!

イベント・子育て  
支援情報などを  
不定期で配信中♪



登録はこちら

**参加  
無料**

## 地球のステージ ～コロナの時代をどう生きるか～

コロナの時代をどう乗りきっていけばいいのか。心の健康のために  
できることを考える講演会です。

**開催日時** 11月23日(火・祝) 午後2時～4時10分予定

**場所** スピカビル6階コミュニティプラザ

**内容** ・ライブ音楽、大画面映像、語りのステージ (90分)  
出演者 桑山紀彦氏 (地球のステージ代表・心療内科医)  
・歯科講話 (30分)  
講師 海老澤俊一氏 (県西歯科医師会)

**定員** 先着 100人

**申込方法** 健康増進課へ電話で予約

※入場時の検温、マスク着用にご協力ください。

【申】【問】健康増進課 (本庁2階) ☎22-0506



**来場者が選ぶ  
写真コンテスト**

来場者が優秀作品を選ぶコン  
テストを開催します。みなさん  
の投票をお待ちしています。

▼日時 10月20日(水)～30日(土)

▼場所 県西生涯学習センター(野殿)

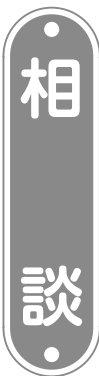
▼テーマ 常陸秋そばの花と筑波山  
NPO法人梨想の会担当窓口  
090-1614-2480

### 第17回筑西市 ウォークラリー大会

地図を使って問題を解きながら、下館地区を歩きます。家族

Free, One-Day Legal  
Consultation for Foreigners  
in Chikusei  
外国人の抱える問題を解決するため、弁護士相談(通訳付き)を実施します。  
▼日時 11月14日(日) 午前10時～午後3時(受付は午後2時30分まで)  
▼場所 2アルテリオ

### 外国人のための一日 無料弁護士相談in筑西



▼申込方法 10月16日(土)から11月7日(日)までに電話又はFAXで  
※参加無料(参加賞有り)、小雨決行  
申 関市レクリエーション協会  
秋田 ☎28-4958

▼日時 11月10日・24日(水)

### 無料税務相談

0120-187-643  
0120-187-745

▼日時 10月30日(土) 午前10時～午後4時  
※相談件数により電話が繋がりにくくなる可能性があります。  
関 リーガルサポート茨城支部

成年後見制度の有効な利用を促進するために、司法書士による成年後見、遺言、相続などの相談会を開催します。申込みは不要です。気軽に相談してください。

### 成年後見無料電話相談会

070-4002-2547  
当日の連絡先

外国人相談センター  
029-244-3811

※秘密厳守、面談方式、予約不要  
関 (公財)茨城県国際交流協会  
外国人相談センター



### 筑西地方家族会

親・夫・妻・子ども・きょうだいなどの心の病気で悩みの人は、相談してください。  
【相談支援】  
▼日時 11月17日(水) 午後1時～3時  
▼場所 市心身障害者福祉センター内NPO法人つばさ(小林)  
▼申込方法 電話又はFAXで

※予約不要、直接会場へ  
関 関東信越税理士会下館支部 原  
☎57-3540

### 「なんども電話相談」

▼日時 10月28日・11月11日(木) 午後2時～5時  
▼相談員 Masako.K (メ)

ンタルケアアドバイザー)  
※秘密厳守、相談無料  
関 Masako.K

☎45-6608

## 10月の納付 納期限：11月1日(月)

税目・保険料など	担当課	問い合わせ
市・県民税(3期)	市民税課	☎24-2113
国民健康保険税(4期)	医療保険課	☎24-2103
後期高齢者医療保険料(4期)		
介護保険料(4期)	介護保険課	☎22-0528

## 11月の体育館トレーニング室利用者講習

トレーニング室を利用するには講習会の受講が必要です。

### 下館総合体育館トレーニング室

- ▶日時=①5日・12日・19日・26日(金)午後7時～  
②7日・21日(日)午後1時30分～  
③9日(火)、24日(水)午前9時30分～

▶定員=各先着10人(1度に2人まで申込み可)

【申】【問】下館総合体育館 ☎28-5040

### 協和の杜体育館トレーニング室

- ▶日時=①7・21日(日)午前10時30分～  
②9日(火)午後7時～  
③26日(金)午前9時30分～

▶定員=各先着5人(1度に2人まで申込み可)

【申】【問】協和の杜体育館 ☎57-6600

いずれも…

- ▶対象=高校生以上
- ▶持参品=体育館用シューズ、運動のできる服装
- ▶費用=310円(高校生210円)※当日徴収
- ▶申込み=10月26日(火)から電話で

## 市体育施設 11月の休館日 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				

☎下館総合体育館 ☎28-5040

## 虐待から子どもを守ろう!! 秘密厳守・無料

【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(いちはやく)

【いばらき虐待ホットライン】24時間

☎0293-22-0293

子ども虐待防止  
オレンジリボン運動



虐待かな?と  
思ったら迷わず  
連絡を!

## 消費生活センターに相談を!! 秘密厳守・無料

振り込み詐欺、多重債務などの消費者問題の相談を行っています。

【消費生活センター】

☎21-0745 平日午前9時～正午、午後1時～4時

【消費者ホットライン】

☎188(いやや) ※お近くの消費生活窓口を案内します

## お礼とご報告

善意銀行	～市社会福祉協議会へ～
※匿名 様…3,162円	(9月16日現在)
義援金	～日本赤十字社を通じて 全額が被災者に届けられます～
令和3年7月大雨災害義援金として	
※筑西市役所義援金募金箱…3,651円	(9月17日現在)

## 生活の困りごとと無料相談(市)

生活の困りごとと無料相談(人権・行政相談)は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当分の間中止とします。

問い合わせ【人権相談】人権推進課 ☎24-2102

【行政相談】広報広聴課 ☎24-2172

## 心配ごとと無料相談 ※よろず相談承ります。 ※秘密厳守

区分	一般・電話相談	法律相談
相談日時		11月5日(金) 午前10時～正午
相談会場		市総合福祉センター (小林)
相談員	一般・電話相談は、 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、 当分の間中止します。	弁護士
申込み		【要予約】 10月15日(金) 午前9時～ 市内在住者、先着5人
問い合わせ		社会福祉協議会 ☎22-5191

## 生活習慣病予防のための栄養相談(市)

相談日	毎週木曜日(別日も相談可)
相談場所	健康増進課窓口
相談員	管理栄養士
相談内容	体重や血圧などについて、食事の改善方法を アドバイスします。
申込方法	電話で予約
申し込み 問い合わせ	健康増進課(本庁2階) ☎22-0506

## 女性相談 (祝日休み) ※秘密厳守 ※要予約 ※無料

相談日	毎週月曜日	毎週木曜日
相談時間	午前9時30分～正午	午後1時30分～4時
相談員	女性の専門相談員	
相談内容	DV(ドメスティック・バイオレンス)、 夫婦関係、セクシャルハラスメントなど	
相談予約	☎24-2613(直通) ※上記の時間以外は母子保健課に転送	
問い合わせ	母子保健課(本庁1階) ☎24-2115	





新型コロナウイルス感染症拡大状況により、掲載内容に変更がある場合があります。変更があった場合は、ホームページなどでお知らせします。体調不良の場合、参加はご遠慮ください。

## 医療機関での健康診査

健診の種類	内容	対象
3～4か月児健康診査	内科診察、身体測定	3か月～4か月になるお子さん
2歳児歯科健康診査	歯科診察、フッ素塗布、 歯科保健指導	2歳8か月～2歳11か月になるお子さん

市内医療機関及び歯科医療機関での健診になります。郵送した受診票を使って、受診してください。

【問】母子保健課（本庁1階） ☎24-2115

## 11月の乳幼児健診など

健診の種類	期日・受付時間	会場	対象
1歳6か月児健康診査	2日・30日(火) 13:00～13:55	下館保健センター	令和2年3月～4月生
	10日・24日(水) 13:00～13:55	明野保健センター	
3歳児健康診査	16日(火)、 19日(金) 12:50～13:55	下館保健センター	平成30年3月～4月生
	26日(金) 12:50～13:55	明野保健センター	
マタニティクラス～ パパママクラス～ (定員有・要申込)	15日(月) 13:00～13:10	明野保健センター	妊婦さんとその夫
離乳食教室 (要申込)	11日(木) 10:00～10:15	明野保健センター	令和3年5月～7月生

【申】【問】母子保健課（本庁1階） ☎24-2115

## 11月の育児相談（要予約）

☆お子さんの身長や体重を測定できる予約制の個別相談です。日程など都合が合わない場合は、別日でも相談に応じますので、問い合わせください。

日時	会場
1日(月)、9日(火)、 17日(水)、25日(木) 9:30～11:00、13:30～15:00 ※時間は予約の時にお伝えします	子育て世代包括支援センター相談コーナー (本庁2階)

▶持参品＝母子健康手帳、バスタオル ▶内容＝身体測定、離乳食の進め方、子育て、発達についての相談など

【申】【問】母子保健課（本庁1階） ☎24-2115

## 愛の献血

月日	場所	時間
11月4日(木)	市役所(本庁舎)1階東側エレベーターホール	10:00～15:30
11月10日(水)	ホテルニューつたや	10:00～12:00 13:15～16:00

【問】健康増進課(本庁2階) ☎22-0506

発行/筑西市 編集/市長公室広報聴課

〒308-8616 茨城県筑西市田中町丙360番地

☎0296-24-2111(代表)

公式HP



## 11月の健康運動教室(予約不要)

地区	日時	会場
下館	5日・19日(金) 13:30～15:00	アルテリオ会議室A
	4日・11日・18日・25日(木) 13:30～15:00 ※4日・11日は筋力アップ健康運動教室 18日は認知症予防体操教室	下館武道館1階
関城	10日(水) 13:30～15:00	関本公民館 大ホール
明野	2日・16日(火) 13:30～15:00	明野保健センター ホール
	9日(火) 13:30～15:00	宮山ふるさとふれあい 公園ホール
協和	24日(水) 13:30～15:30 ※認知症予防体操教室	明野いきがいセンター 多目的ホール
	5日・19日(金)、22日(月) 13:30～15:00 ※22日は男性のみの教室	協和ふれあいセンター 集会室
26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＝「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 ▶持参品＝バスタオル、タオル、飲み物、運動靴、上履き(アルテリオ、宮山ふるさとふれあい公園を除く)  
※市内居住地区、回数に制限はありません。どの教室にも、月何回でも無料で参加できます。

【問】健康増進課(本庁2階) ☎22-0506

## 11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	2日・9日・16日・30日(火)、 12日・26日(金) 13:30～15:00	アルテリオ集会室
	12日・26日(金) 10:00～11:30	市総合福祉センター(小林) 多目的ホール
関城	2日・16日(火) 10:00～11:30	ペアーノ リハーサル室
	10日・17日・24日(水) 10:00～11:30	関本公民館 大ホール
明野	1日・15日(月) 13:30～15:00	明野いきがいセンター 多目的ホール
協和	3日・17日(水) 13:30～15:00	協和公民館 総合ホール

### 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＝おおむね60歳以上 ▶持参品＝タオル、飲み物  
※市内居住地区、回数に制限はありません。どの教室にも、月何回でも無料で参加できます。

【問】高齢福祉課(本庁2階) ☎22-0526