

People 8.15 2007

お知らせ.....	2
ほけんカレンダー.....	8

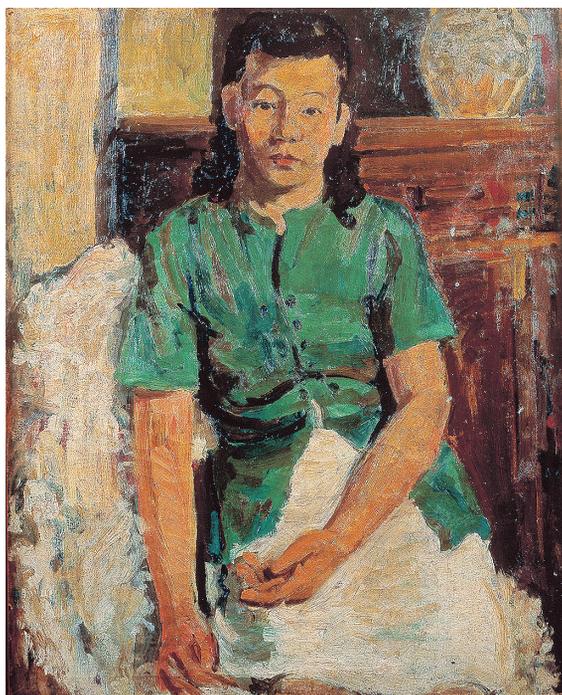
多くのみなさまに愛されて 入館者200万人

あけの元気館



7月23日、健康増進施設の『あけの元気館』が来館者200万人を達成しました。

幸運な200万人目の来館者は、大村小学校5年生の佐藤タカシさん。古宇田和夫副市長から花束や元気館入場券などの記念品が贈られました。「200万人目になってとてもうれしい」という佐藤さんは元気館が大好きで「元気館の水泳教室で25メートル泳げるようになりたいな」と夏休みの目標も話してくれました。あけの元気館は、平成12年12月に開館。天然温泉や温水プール、スポーツジムなどの健康増進施設を備え、1日平均900人の入館者で賑わっています。



「坐る」 1947年 しもだて美術館蔵

洋画家・森田茂先生の画業をたどる 百歳記念 森田茂展

茨城県近代美術館

水戸市千波町・月曜休館
Tel. 029-243-5111

筑西市名誉市民で文化勲章受章者の洋画家・森田茂先生（東京都・筑西ふるさと大使）の百歳記念展が県近代美術館で開催されています。森田先生は明治40年、筑西市（旧下館市）生まれ。昭和51年には日本芸術院会員、平成5年には文化勲章を受章。現代洋画界の頂点をきわめ、100歳を迎えた今日もなお、活躍し続けています。今回の展示では森田芸術誕生から今日に至る軌跡が紹介されています。会期は9月24日まで。ぜひ、ご覧ください。



は文化勲章を受章。現代洋画界の頂点をきわめ、100歳を迎えた今日もなお、活躍し続けています。今回の展示では森田芸術誕生から今日に至る軌跡が紹介されています。会期は9月24日まで。ぜひ、ご覧ください。

案内

敬老（長寿褒賞）事業が変わります

市は、長寿をお祝いするため9月1日以降、該当者に『敬老金券』を贈呈していますが、本年度は左記のように変わります。

敬老祝品	年度内に75歳になる人（昭和7年4月1日から昭和8年3月31日までに生まれた人）	和3,000円 相当の敬老金券
長寿褒賞	年度内に88歳（米寿）になる人（大正8年4月1日から大正9年3月31日までに生まれた人）	7,000円 相当の敬老金券
	年度内に100歳以上になる人（明治41年3月31日以前に生まれた人）	20,000円 相当の敬老金券

▼敬老金券は、市内の取扱店でのみ使用できます。

▼有効期間は、平成20年1月31日までです。▼緑色の敬老金券（昨半分）は使用できません。

問い合わせ

- 高齢福祉課 TEL 24-21111
- 関城福祉課 TEL 37-61111
- 明野福祉課 TEL 52-5252
- 協和福祉課 TEL 57-25111

都市計画と畜場の変更案縦覧

▼日時 8月13日（月）～27日（月）、土・日・祝日を除く午前8時30分～午後5時15分 ▼変更内容 都市計画と畜場の名称及び区域の変更 ▼区域 下川島字小森境の一部、下川島字御料境の一部 ▼縦覧場所及び意見書の提出 8月27日（月）までに左記まで

問い合わせ

都市計画課都市計画グループ
 TEL 20-11178

建築物が完成したら『完了検査』

建築確認を受けた建築物が完成したら完了検査を受けることになっていきます。これは建築物の強度や避難などの基本的な性能が建築基準法による関係規定に適合しているかを、法定の機関が現地で検査するものです。

▼検査を受けるには、工事完了時に『完了検査申請書』を「所轄の行政機関」または「指定確認検査機関」へ提出してください。▼検査後に発行される『検査済証』は、建築物の安全性などが確認された適合建築物の証で、建築

物の売買や融資を受ける際に提示を求められることがあるので、大切に保管してください。

問い合わせ

県西地方総合事務所建築指導課
 TEL 24-9149

9月1日は『霞ヶ浦の日』です

私たちのかけがえない財産、霞ヶ浦について考えてみませんか。私たちが使った水は、川をとおる霞ヶ浦に流れ込みます。その流れ込んだ水を浄化して、霞ヶ浦から再び私たちのもとに戻ります。

▼洗剤を減らしたり、食べ物を残さないようにしたりして、家庭で水を汚さない工夫に取り組みましょう。

問い合わせ

生活環境課公害対策室 内線418

動物愛護月間

9月1日～30日は、動物愛護月間です。動物の愛護と正しい飼い方についての関心と理解を深めましょう。

▼動物を飼うときは、習性をよく理解し、終生責任を持って飼いましょう。

▼人と動物の調和のとれた豊かな環境づくり心がけましょう。▼動物をいたわり、命を大切にしましょう。▼飼い主は、迷子札をつけるなど所有者明示をし、逸走防止に努めましょう。

▼動物をみだりに虐待、または遺棄した人は罰金（50万円以下）に処せられます。

【大好きいばらぎ動物愛護フェスティバル2007】

▼日時 9月22日（土）午前10時～午後2時 ▼会場 茨城県三の丸庁舎広場（旧県庁） ▼内容 動物の正しい飼い方展、子犬の譲渡（事前予約制）、動物なんでも相談、動物ふれあいコーナー、表彰式典、他

【動物愛護絵画・ポスター・標語コンクール優秀作品展示会】

▼日時 ①8月20日（月）～24日（金）午前8時30分～午後5時15分 ▼会場 県庁11階アトリウム / ②9月11日（火）～22日（土）午前9時～午後8時（土・日は午後5時まで）、18日（火）は休館日 ▼会場 県立図書館エントランスホール

問い合わせ

茨城県動物指導センター
TEL 0296-172-1200

● 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される人は、次のいずれかの講習会を受講してください。

▼日時(募集人数・先着順) ①9月4日、11日の各火曜日午前11時～正午
②9月7日、14日、21日、28日の各金曜日 午後8時～9時 ③9月2日、16日の各日曜日午後1時30分～2時30分 ▼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 ▼必需品 体育館用シューズ、運動のできる服装、筆記用具 ▼申し込み 8月28日(火) 午前8時30分から、電話で市スポーツ振興課へ ※各回先着10人(1回の申し込みで2人まで受付可)

■問い合わせ
スポーツ振興課(下館総合体育館内)
TEL 28-5040

● ほっとランド・きぬ臨時休館

▼休館日 9月4日(火)～5日(水)
※3日(月)は通常休館

■問い合わせ
ほっとランド・きぬ
TEL 30-4126

イベント

● しもだて美術館「夏の夜の美術館!懐中電灯で海中探検!」

企画展「竜宮物語:伊東昭義海中写真展」関連イベントを開催します。▼

日時 8月18日(土)、25日(土) 午後6時～8時(入館は午後7時30分まで) ▼会場 しもだて美術館 ▼内容 しもだて美術館企画展関連イベントとして、夜の美術館鑑賞会を開きます。照明の消えた展示室を、懐中電灯で照らしながら鑑賞し、海中探検を疑似体験します。 ▼参加方法 自由参加です。懐中電灯をご持参ください。 ※一般(大学生以上)の人は入館券が必要です。

■問い合わせ
しもだて美術館 TEL 23-1601

● 筑西市芸術祭 書道・絵画・写真

【書道展・絵画展】 ▼日時 9月13日(木)～16日(日) 午前10時～午後5時(最終日は午後4時まで)

【写真展】 ▼日時 9月27日(木)～30日(日) 午前10時～午後5時(最終日は午後4時まで) ▼会場 筑西市文化ギャラリー(スピカビル6F) ▼主催 筑西市文化協議会

■問い合わせ
文化課文化振興係 TEL 22-0183

● 絵本とふれあい会

▼日時 8月23日(木) 午前10時30分

▼場所 はずみ保育園なかよし文庫 ▼対象 0歳から4歳の子どもと保護者 ▼テーマ みるみる ▼内容 絵本『にんじんごぼうだいこん』『おやゆびひめ』

■問い合わせ
未来ネットワーク
栗原 TEL 24-8070

● 読みがたり

▼日時 8月18日(土) 午後2時～
▼場所 中央図書館おはなしコーナー
▼内容 絵本『うみのきらきらやまのきらきら』、紙芝居『おばけやしき』ほか

■問い合わせ
野ばらの会 小葉 TEL 22-4369

● 朗読録音テープ

▼作品 『死顔』吉村昭、『歴史をさわがせた女たち』永井路子、『二宮尊徳』奈良本辰也 ▼対象者 視覚障害者、ねたきりの人、視力のおちた高齢者の人など ※テープは市総合福祉センターで貸し出しています(無料)

■問い合わせ
野ばらの会 小葉 TEL 22-4369

● 読み聞かせ

▼日時 8月26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『さぶちゃんの日』『おふろのうみ』、紙芝居『わっしょいわっ

しよいぶんぶんぶん』折り紙あそび
■問い合わせ
読み聞かせ『あすなるの会』
手面 TEL 24-4547

● いきいきふれあうほっとなまち

▼日時 8月26日(日) 午前10時～
▼場所 関城支所(どすこいピア会場)
▼内容 ①「お誕生日おめでとう」のすすめ ②車いす体験 ③かき氷

■問い合わせ
健康推進員連絡協議会関城支部
小島 TEL 37-3581

● 第8回フォト銀画Ⅱ写真展

自由作品のほか、テーマ作品「筑西市の水のある風景」も展示
▼日時 8月24日(金)～27日(月) 午前10時～午後6時(最終日は午後4時まで) ▼会場 筑西市文化ギャラリー(スピカビル6F)

■問い合わせ
平石 TEL 22-3450

● 金曜会合唱団55周年記念事業

『塩田美奈子、井ノ上了吏&金曜会合唱団』ジョイント・コンサート
▼日時 9月30日(日) 開場午後1時、開演午後1時30分 ▼会場 市民会館大ホール ▼曲目 混声合唱組曲「家族」からオペラ「椿姫」ハイライトほか ▼入場 無料(整理券が必要) ▼整理券は梅山ホビーショップ、C

Dショップ・ナガタヤ、荒七酒店にあります。)

■問い合わせ
荒川 TEL22-2038

●『霞ヶ浦環境科学センター夏まつり2007』

▼日時 8月25日(土) 午前10時～午後3時30分 ▼会場 茨城県霞ヶ浦環境科学センター(土浦市沖宿町1853) ▼入場料 無料 ▼内容 環境展示、研究室の一般公開、体験教室、クイズラリー、物産の販売、ミニコンサートなど

■問い合わせ
茨城県霞ヶ浦環境科学センター
TEL029-8288-0961

●弾きかたり・わたしの戦争体験

▼日時 8月26日(日) ①午後3時～②午後7時 ▼場所 荒為・蔵スペース(田町) ▼チケット 2,000円(小・中・高生無料) ※収益は(除却経費)はユニセフに寄付
■問い合わせ 高瀬 TEL52-6028
TEL090-3698-1189

募 集

●体験作文・障害者週間ポスターの募集

誰もが相互に人格と個性を尊重し支え合う共生社会を目指し、障害者に

対する理解を深めるため、作文とポスターを募集します。

【作文】▼応募部門(原稿枚数) 小・中学生部門(2～4枚)、高校生・一般県民部門(4～6枚) いずれも400字詰め原稿用紙に縦書き

【ポスター】▼応募部門(規格) 小・中学生部門(B3または四つ切)

▼申し込み 市障害福祉課備え付けの応募用紙に記入のうえ、9月5日(水)(必着) までに茨城県保健福祉部障害福祉課(〒310-8555水戸市笠原町978番6)へ直接応募してください。小学生、中学生、高校生、福祉・看護専門学校生は学校へ

■問い合わせ
茨城県保健福祉部障害福祉課
TEL029-301-3363

●平成20年度茨城県立農業大学校学生募集

茨城県立農業大学校では、高校等卒業者(及び見込者)を対象に、農業部(農学科・畜産学科・経営情報学科・果樹園芸学科)50人、園芸部(野菜園芸学科・花き園芸学科)30人の学生を募集します。

▼願書受付 推薦・10月2日(火)～17日(水) / 一般前期・12月18日(火)～平成20年1月17日(木) / 一般後期・平成20年2月7日(木)～26日(火)
▼試験日 推薦・10月26日(金) / 一般前期・平成20年1月31日(木) / 一

般後期・平成20年3月6日(木)

■問い合わせ
茨城県立農業大学校
TEL029-292-0010

●地域交流・夏休み／つくってあそぶ折り紙教室参加者募集

折り紙でカブトムシなどを作ります。
▼日時 8月28日(火) 午前10時～正午 ▼場所 しもだて地域交流センター・クラフト室 ▼募集定員 先着30人(保護者同伴可) ▼参加費 200円程度(当日徴収) ▼持参物 新聞紙数枚 ▼申込み 8月17日(金)午前9時から

■問い合わせ・申し込み
しもだて地域交流センター
交流支援グループ TEL23-1616

●家族介護者リフレッシュ教室参加者募集

▼対象 市内在住のおおむね65歳以上の在宅の寝たきりまたは認知症高齢者を介護している家族や近隣の援助者等
▼募集定員 各会場20人 ▼申し込み期限 8月31日(金)

【下館地区】
▼日時 10月3日(水) 午前10時～午後1時 ▼場所 アルテリオ2階会議室 ▼内容 リハビリ体操(介護予防体操)、ビデオ視聴、懇談会
■問い合わせ・申し込み
在宅介護支援センターしらとり

越渡、田嶋、五町 TEL28-1277

【関城地区】
▼日時 9月20日(木) 午前10時～午後1時 ▼場所 大圃病院4階会議室 ▼内容 ビデオ視聴、講話「疲れを和らげる食事、スタミナがつく食事の提案」、レシピ紹介、懇談会

■問い合わせ・申し込み
関城在宅介護支援センター大圃病院
関 TEL37-7797

【明野地区】
▼日時 9月26日(水) 午前10時～正午 ▼場所 明野老人福祉センター和室 ▼内容 講話「高齢者の食事と栄養」、介護者のための腰痛予防体操、意見交換、介護についての質疑応答

■問い合わせ・申し込み
明野在宅介護支援センター
山口 TEL52-5308

【協和地区】
▼日時 9月29日(土) 午前11時～午後2時 ▼場所 県西せいかん荘 ▼内容 講話「楽しい在宅介護」、交流会(意見交換)

■問い合わせ・申し込み
協和在宅介護支援センター
三浦 TEL57-6531

●さあみんなでシェイプアップ!

バランスボール、スポーツチャラン教室を開催します。お子様連れ歓迎。
▼日時 8月25日(土) 受付午前9時～(当日受付可) ▼場所

■ 下館総合体育館サブアリーナ
▼ 募集人数 50人 ▼ 費用 1人500円(保険料含む) ▼ 持参品 体育館用シューズ、水分補給用の飲み物

■ 問い合わせ・申し込み
市総合型地域スポーツクラブ設立準備委員会事務局(下館総合体育館内)
TEL 28-5040

● 『緊急サポートセンターいばらき』 預かり会員登録研修会

▼ 日時 8月24日(金)・25日(土)・26日(日) 午前10時～午後4時(25日は午後5時まで) ▼ 場所 市民会館
▼ 内容 保育の心、子どもの栄養と食生活、子どもの遊び、心の発達とその問題、小児看護の基礎知識 ▼ 費用 無料 ▼ 申込期限 8月23日(木)

■ 問い合わせ
緊急サポートセンターいばらき事務局 筑西支部
平林 TEL 24-5643

● ボランティア初級日本語講師養成講座生募集

▼ 日時 9月29日(土)～12月15日(土) 毎週土曜日 午後2時～4時 全10回
▼ 場所 アルテリオ ▼ 対象 講座修了後、基本的に筑西市内で日本語ボランティア講師として参加できる人 ▼ 費用 テキスト代実費 ▼ 定員 30人(応募多数抽選) ▼ 申込期限 9月15日(土)

■ 問い合わせ・申し込み
下館国際交流友の会
平沢 TEL 24-6000

● どすこいペアウォーク参加者募集

梨の実りを見ながら歩き、ゴールでどすこいペアに合流します。
▼ 期日 8月26日(日) 午前9時集合
▼ 集合場所 市生涯学習センター・ペアーノ駐車場 ▼ 費用 無料 ▼ 持ち物 雨具、飲み物、弁当 ▼ 申込期限 8月19日(日)(当日参加も可能)

■ 問い合わせ・申し込み
市ウォーキングクラブ連合会
鳥生 TEL・FAX 20-33386

● バドミントン教室参加者募集

▼ 日時 9月4日(火)～ 火曜日・全8回 午後7時～9時 ▼ 場所 下館総合体育館 ▼ 対象者 中学生以上 ▼ 募集人数 30人程度 ▼ 費用 2,500円(保険料含む) ▼ 申し込み 8月31日(金)までに電話で
■ 問い合わせ・申し込み
市バドミントン協会 直江
TEL 22-7183 (午後5時まで)

● あいさつ運動ポスター・標語募集

あいさつの輪を広げることを目的に、ポスターと標語を募集します。
▼ 募集作品(規格) ポスター(八つ切り・縦横自由)、標語(はがき又は

便せんを使用。一人2作品以内) ▼ 対象 市内在住または在勤・在学の人

▼ 応募方法 下館商工会議所へ持参するか、郵送・ファックスで(住所・氏名・電話番号を明記)
▼ 募集期間 9月10日(月)まで(当日消印有効)

■ 問い合わせ・申し込み
下館商工会議所
〒308-0031
筑西市丙360(スピカビル6階)
TEL 22-4596 FAX 25-0412

● 下館地区文化祭合同音楽会
ソロ部門出場者募集

▼ 日時 11月18日(日) 午前9時30分
▼ 場所 市民会館 ▼ 募集人数 5人(応募多数選考) ▼ 演奏時間 7分 ▼ 参加費 2000円 ▼ 申込期限 9月17日(月)
■ 問い合わせ・申し込み
合同音楽会代表
奈良部 TEL 22-4222

● 筑西産業技術専門学院
講座生募集

【JW-CAD応用】▼ 日時 9月11日(火)～14日(金) 午後6時～9時 ▼ 定員 20人 ▼ 申込期間 8月13日(月)～31日(金) 【第一種電気工事士受験対策】▼ 日時 9月19日(水)～22日(土) 午後6時～9時 (22日は午前9時～午後6時) ▼ 定員

10人 ▼ 申込期間 8月13日(月)～9月5日(水) 【デジタル写真の編集I】▼ 日時 9月25日(火)～28日(金) 午後6時～9時 ▼ 定員 10人 ▼ 申込期間 8月27日(月)～9月14日(金) ▼ 受講料(いずれも) 2900円(教材費含む) ▼ 申し込みは、土日祝日を除く午前9時～午後5時に電話で

■ 問い合わせ・申し込み
県立筑西産業技術専門学院
TEL 24-1714

● 筑西地域職業訓練センター
講座生募集

【PC検定3級資格取得講座】▼ 日程 9月8日・15日・22日の土曜日 ▼ 受付 8月17日(金)～31日(金) 【アクセス習得講座】▼ 日程 9月1日・8日・15日の土曜日 ▼ 受付 8月10日(金)～24日(金) 【管理監督者訓練】▼ 日程 9月10日(月)～14日(金) ▼ 受付 8月20日(月)～9月3日(月) 【デジタルカメラ基礎講座】▼ 日程 9月22日・29日・10月6日の土曜日 ▼ 受付 9月3日(月)～14日(金) 【マクロ基本講座】▼ 日程 9月29日・10月6日・13日・20日・27日の土曜日 ▼ 受付 9月7日(金)～21日(金) 【新入社員フォロアップ研修】▼ 日程 10月5日(金)・6日(土) ▼ 受付 9月14日(金)～28日(金) ▼ 各講座有料
■ 問い合わせ・申し込み

筑西地域職業訓練センター
TEL 0296-7511254

●フリーマーケット出店者募集

▼日時 10月21日(日) 午前9時～午後3時
▼場所 県西総合公園・筑西広域イベント「やっぺえ」会場内
▼対象 筑西広域圏在住で18歳以上の人(業者不可)
▼募集数 80組
▼費用 無料
▼内容 生活用品の販売(生物・食物・自作加工品の販売及びくじ引き行為は不可)
▼募集期間 9月1日(土)～15日(土)(当日消印有効)
▼申し込み 往復はがき(住所・氏名・年齢・電話番号・出店内容を明記)で県西総合公園へ。1家族1通まで。代理人不可。返信はがきに宛先のないものは無効。応募者多数の場合、9月23日(日)午前10時に公開抽選を行い、結果は返信はがきで通知します。

■問い合わせ 309-11127
筑西市桑山2818 県西総合公園
管理事務所 TEL 57-5631

●県西総合公園無料体験講座

【ヨガ講座】▼日時 9月24日(月) 午前10時～11時30分
▼場所 和室
▼持参品 トレーニングウェア、タオル
【エアロビクス講座】▼日時 9月22日(土) 午後3時～4時
▼場所 体育室
▼持参品 トレーニングウェア、シューズ、飲み物、タオル

生活の困りごと相談		市		*人権・行政相談 *費用=無料 *秘密厳守 *対象=市内在住の人	
区分	相談日時	相談会場	相談員	申し込み	問い合わせ
人権相談	9月3日(月) 午前10時～正午	明野支所 1階会議室	(人権擁護委員) 星野治子 横川日成	事前申込不要 (当日来訪順に受付)	明野支所総務課 TEL 52-1111 内線 223
行政相談	9月3日(月) 午前10時～正午	明野支所 1階会議室	行政相談委員		明野支所総務課 TEL 52-1111 内線 223
	9月12日(水) 午前10時～正午	協和公民館 総合ホール	(総務大臣委嘱)		協和支所総務課 TEL 57-2511 内線 203

心配ごと相談窓口		社協		*財産問題、離婚問題など *秘密厳守・無料 *相談は来訪順	
区分	相談員	相談日時	相談場所・予約先		
一般相談 電話相談	民生委員 学識経験者	9月6・13・20・27日(木) 午後1時～4時 ◇直通ダイヤル◇ TEL 25-6141	筑西市総合福祉センター TEL 22-5191		
法律相談	弁護士	9月14日(金) 午前10時～正午 ■予約=9月3日(月) 午前9時から電話にて受付 (市内在住の人・5人で締め切ります。 順番は当日9時から受付順となります。)			

●青少年なんでも相談

子どもたちのいろいろな悩み、交友

【初心者テニス講座】▼日程 9月20日(木)～11月29日(木) 毎週木曜日 全10回 午前9時～正午
▼場所 テニスコート
▼費用 保険料・ボール代等実費
▼対象 (各講座とも) 筑西市・桜川市・結城市在住の人
■問い合わせ 県西総合公園管理事務所 TEL 57-5631

相 談

関係、学校生活、いじめ、性など身近な問題について、専門の相談員が電話相談、面接相談に応じます。
▼期日 9月3日(月)・5日(水)・7日(金)・10日(月)・12日(水)・14日(金)・19日(水)・21日(金)・26日(水)・28日(金) ※17日(月)は敬老の日、24日(月・秋分の日)は振替休日
▼時間 午後1時～午後5時
▼場所 市青少年センター(スピカ分庁舎3階)
▼秘密 厳守
▼費用 無料
■問い合わせ 市青少年センター TEL 24-6081

今月の納期
介護保険料(3期)
納期限 8月31日(金)
納付に便利な口座振替をご利用ください。※2年以上滞納すると、未納期間に応じて本来1割である利用者負担を3割に引き上げや、高額介護サービスを受けられないことがあります。
問 介護保険課係内線 217

木造住宅簡易耐震診断相談
▶受付=随時募集 ▶日時=申込受付後、後日連絡 ▶場所=本庁舎エントランスホール ▶相談員=(社)茨城県建築士会筑西支部 ▶相談内容=わが家の耐震診断(問診表)による相談 ※申込受付後、事前に現地で簡易的な予備調査を行います。▶費用=無料
■問い合わせ・申し込み 建築課係 TEL 20-1177

健康
健康運動普及員を派遣します
常陽銀行下館支店 TEL 22-3131

年金相談
▼相談日 8月23日(木) 午前10時～午後3時
▼会場 常陽銀行下館支店 ※常陽銀行顧問の社会保険労務士が相談に応じます。
■問い合わせ 常陽銀行下館支店 TEL 22-3131

補装具(義肢・補聴器) 交付 修理巡回相談
▼日時 9月4日(火) 午前9時30分～午前11時30分
▼場所 市総合福祉センター(小林355 TEL 22-5191)
▼必要品 身体障害者手帳、印鑑 ※当日、交付を希望する人は事前に申請してください。
■問い合わせ 障害福祉課更生支援グループ 内線 226

税務相談
▼期日 9月5日・19日の各水曜日
▼時間 午後1時30分～4時30分
▼場所 市役所1階相談室 ▼相談員 税理士 ▼予約不要、直接会場へ
■問い合わせ 関東信越税理士会下館支部 青木 TEL 24-3630

生活習慣病についてのシリーズ講座・Vol.2

筑西・みんなで健康づくり

～わかつちやいるけどやめられねえ♪

生活習慣病の改善～

- 日時＝8月23日(木) 午後1時30分～午後3時
- 会場＝スピカ分庁舎3F 健康ひろば
- 内容＝生活習慣病～アルコール、喫煙、睡眠、運動不足
高血圧、糖尿病との因果関係について～
- 講師＝上の原病院 小松崎 薫 先生
- 問い合わせ＝健康増進課 (TEL 22-0506)

参加無料

市では、健康運動普及員(30人)を委嘱し、健康運動の普及や健康づくりに積極的に取り組んでいきます。ウォーキング・ストレッチング教室や筋力アップ運動などを計画している地区の組織やグループへ普及員を派遣しますので申し込みください。また、毎月1回、健康運動教室やウォーキング教室を開催します。【健康運動教室】▼日時＝9月25日(火)、10月22日(月)、11月27日(火)、12月25日(火)、1月22日(火)、2月25日(月)、3月25日(火) 午後1時30分～3時 ▼場所＝スピカ分庁舎3階・健康ひろば ▼参加人員＝25人 【ウォーキング教室】▼日時＝12月25日(火) 午後1時30分～3時 ▼場所＝市総合福祉センター ▼参加人員＝80人 ▼服装＝各教室とも運動のできる服装、運動靴 ▼持参物＝バ

スタオル、タオル、飲み物

■問い合わせ・申し込み

健康増進課健康づくりグループ

TEL 22-0506 市健康運動普及

員会長 鳥生厚夫 TEL 20-3386

8月の健康講座

▼日時＝8月29日(水) 午後3時～4時

▼場所＝市民病院2階会議室

▼演題『薬の正しい飲み方・使い方』

講師＝薬剤科 荒川博久科長補佐

■問い合わせ 市民病院庶務課

TEL 28-2261 内線317

市民病院の『土曜日』診療

土曜日の診療は、第2・第4土曜日で、内科と外科で診療しています(予約不可)

▼受付時間＝午前8時30分～11時

▼診療時間＝午前9時～正午

■問い合わせ 市民病院庶務課

TEL 28-2261 内線317

転倒骨折予防教室

▼対象者＝65歳以上の人(下館地区)

▼日時＝9月3日(月)、6日(木)、10日(月)、13日(木)、20日(木)、27日(木) 午後1時30分～3時

定員 20人

▼場所＝市総合福祉センター

▼内容＝高齢者向けの軽い運動

持参物＝飲み物、タオル、運動しやすい服装、靴

■問い合わせ・申し込み

市社会福祉協議会 TEL 22-5191

不要品リサイクル

■ゆずります

7月27日現在

品名	規格・内容	備考(円)
掃除機(シャープ)	E C I F 250 W	中古 2,000
粉ミルク(和光堂)	950g缶	1,000
粉ミルク(携帯用)	スティック10本入×2箱	各100
ロッキングチェア	木製	中古 1,000
ベビーベッド	ベッドガード付き	中古 2,000
サークルメリー	ティズニー	中古 1,500
小型冷蔵庫	1ドア	中古 1,000
ゆりかご		中古 無償
すべり台		中古 1,000
ベビーベッド		中古 1,000
オイルヒーター	モリタ	中古 3,000
籐製イス		中古 1,000
電気釜	圧力釜IH5合、半年使用	中古 6,000
電気ストーブ	ナショナル	中古 無償
テーブル用幼児イス		中古 2,000
自転車取付用幼児イス		中古 無償

■ゆずってください

健康ぶら下がり器、歩行器、ベビーカー(A、B)、足踏みマシン、冷風機、小型冷蔵庫(2ドア)、ジャングルジム、電子レンジ、ジュニアシート、自転車取付用幼児イス(前用・後用)、パソコン、幼児用オマール、コンビラック、幼児用絵本、車椅子、ポータブルトイレ(大人用)、介護用ベッド、パウンサー、チャイルドシート、大正琴

※毎週月曜日・水曜日の午前9時30分～正午に『下館消費者友の会』が運営する『不要品活用センター』(下館駅前スピカビル4階) TEL22-0507で受け付けています。

【寄付】▶福祉事業基金へ＝きらら会七夕コンサート様

12,250円 【善意銀行】▶市社会福祉協議会へ＝立正佼成会下

館教会様 30,000円/つくば野草会様 20,000円/ゆうき

動物病院様 10,000円/フォレストクラブ様 68,640円/ブルー

ベリージャム様 1,235円/昭和17年度川島小学校卒業生様

103,500円/ボランティアひまわり会様 86,868円/スポーツ

クラブ友遊様 100,000円/協和アグリミセス連絡会様 10,000円/岩淵君江様(蓮沼)

タオル50本/竹村董様(関本肥土) 雑巾段ボール7箱/菊池庸一様(栄町) 点字版/茨

城県退職公務員連盟真壁郡支部明野班様 タオル100本/第9回ふるさとカラオケ祭様

70,298円/匿名 897円/匿名 636円/日立化成工業労働組合(我孫子市) 30,000

円/国府田猛様(稲野辺) 3,000円 ▶市心身障害者福祉センターへ＝グランド麗都様(南

町) お菓子段ボール1箱/ニュー麗都様(西谷貝) お菓子・段ボール2箱/セブンイレブ

ン明野中上野店様 キャラクターグッズ・段ボール2箱 ▶県西せいかん社へ＝匿名 米

60kg ▶市総合福祉センターへ＝稲見豊次様(岡芹) 手作りの宝船・ひょうたん ▶関城

老人福祉センターへ＝関館なかよし会様 牛乳パックの椅子15個 ▶ことぶき壮老人ホーム

へ＝古奈 陽様(桜町) 米10kg、ワカメ1袋 ▶旧下館・協和の福祉施設へ＝茨城県退

職公務員連盟下館支部様 タオル446本、手ぬぐい8本、ビニール袋21枚他3点

お礼とご報告



節電にご協力をお願いします

新潟県中越沖地震により、柏崎刈羽原子力発電所の設備に被害が発生し、お客様をはじめ社会のみなさまに大変ご心配とご迷惑をおかけしていることを心からお詫び申し上げます。現在、弊社といたしましては、発電所の安全確保を最優先に取り組むとともに、追加供給の確保に全力を注いでまいります。これから猛暑となり気温が著しく上昇した場合には、電力供給が不足する恐れがありますので、節電にご協力をお願いします。

◎平日昼間の冷房温度を28℃を目安に設定 ◎ブラインドやカーテンの活用 ◎不要な照明の消灯、OA機器の節電モードの設定、未使用時の電源OFF、エレベーターの運転台数の調整 ◎需給調整契約への加入

■問い合わせ 東京電力株式会社下館支社 TEL 40-2701・2702



9月 健康カレンダー



1 土	
2 日	
3 月	
4 火	④ 3～4か月児健康診査 (受付=13:00～13:20 対象=平成19年5月1日～6月4日生まれ)
5 水	
6 木	④ BCG (受付=13:00～14:00 対象=生後3か月になる前日～6か月になる前々日まで)
7 金	④ 育児相談 (受付=9:30～11:00 対象=乳幼児) ④ マタニティクラス (受付=13:00～13:10 対象=妊婦とその夫) 要予約
8 土	
9 日	
10 月	④ 1歳6か月児健康診査 (受付=13:00～13:20 対象=平成17年12月・平成18年1・2月生まれ)
11 火	④ 育児相談 (受付=9:30～11:00 対象=乳幼児) ④ 1歳6か月児健康診査 (受付=13:00～13:20 対象=平成18年2月生まれ)
12 水	④ ポリオ (受付=13:00～14:00 対象=生後3か月になる前日～7歳6か月になる前々日まで)
13 木	④ 3～4か月児健康診査 (受付=13:00～13:20 対象=平成19年5月11日～5月31日生まれ)
14 金	④ マタニティクラス (受付=9:30～9:40 対象=妊婦) ④ 3歳児健康診査 (受付=13:00～13:20 対象=平成16年5・6・7月生まれ)
15 土	

16 日	
17 月	敬老の日
18 火	④ 3歳児健康診査 (受付=13:00～13:20 対象=平成17年7月生まれ)
19 水	④ 育児相談 (受付=9:30～11:00 対象=乳幼児) ④ 2歳児歯科健康診査 (受付=13:00～13:20 対象=平成17年8月生まれ)
20 木	④ 離乳食相談 (受付=9:30～9:45 対象=平成19年月生まれ) ④ 2歳児歯科健康診査 (受付=13:00～13:20 対象=平成17年6・7・8月生まれ)
21 金	④ 離乳食相談 (受付=9:30～9:45 対象=平成19年月生まれ) ④ BCG (受付=13:00～14:00 対象=生後3か月になる前日～6か月になる前々日まで)
22 土	
23 日	秋分の日
24 月	振替休日
25 火	④ ポリオ (受付=13:00～14:00 対象=生後3か月になる前日～7歳6か月になる前々日まで) ④ 健康運動教室 (受付=13:30～15:00 場所=スピカ分庁舎3階・健康広場 *要申込)
26 水	
27 木	④ こころの健康相談 (受付=13:00～15:00) 要予約
28 金	④ 育児相談 (受付=9:30～11:00 対象=乳幼児)
29 土	
30 日	

問い合わせ・開催場所

■乳幼児の健康診査について…お住まいの地区の保健センター以外で受診を希望される場合は、ご連絡ください。

健康増進課
(スピカ分庁舎3階)
〒308-0031 丙360
TEL22-0506

④ 下館分室
(下館保健センター)
〒308-0806 小林355-1
TEL24-2266

④ 関城分室
(関城保健センター)
〒308-0126 関本中1078-2
TEL37-6044

④ 明野分室
(明野保健センター)
〒300-4516 新井新田48-1
TEL52-5252

④ 協和分室
(協和保健センター)
〒309-1103 久地楽260
TEL57-9131