

広報筑西ピープル

発行 / 筑西市 〒308-8616 筑西市下中山 732-1 ☎0296-24-2111 <http://www.city.chikusei.lg.jp>

本庁 ☎24-2111

筑西市下中山 732 番地 1

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

第2回クリーン作戦

快適な環境づくりを目的に、道路等のごみ拾いを実施します。市民のみなさんのご協力をよろしく願います。

各地区ごとに実施方法が異なりますのでご注意ください。

※詳細については、各地区回覧通知をご確認ください。

▼実施日 11月30日(日)
 固生活環境課

内線404・405

悪質な訪問販売にご注意

ください!!

巧妙な手口で市の依頼を受けてきたかのように装い、宅地内の水質などを「このまま放っておくと大変なことになる」などと言って、給水管や排水管の洗浄作業、浄水器の設置・修繕等を行い、高額な作業代金を請求するなどの訪問販売が発生しています。

市ではみなさんからの依頼無しに、訪問による水質の検査、給水管・排水管の洗浄作業等を行うことはありません。不審に思ったら、水道業務課

又は下水道業務課へご連絡ください。もし、高額な商品を買ってしまった場合は、消費生活センターへご相談ください。

下水道業務課 ☎22-05001

消費生活センター ☎21-0745

全国瞬時警報システム放送試験を実施します

地震や武力攻撃などの緊急情報を、国から人工衛星を介して瞬時に伝達する全国瞬時警報システム(J-ALERT)の放送試験を防災無線により実施します。

▼日時 11月28日(金) 午前11時

▼放送内容 「これは、テストです」を3回繰り返し放送します。全国的な実施のため、近隣市町村などでも同様の内容が放送されます。

固消防防災課 内線369

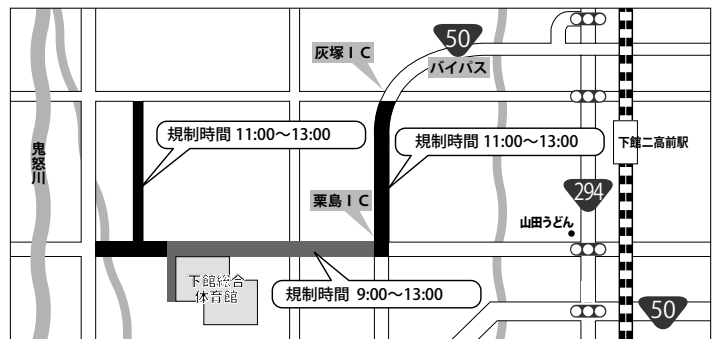
下館地区学校開放利用団体調整会議

▼日時 11月28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 12月・1月分の日程調整 ▼持参品 筆記具、代表者印、登録申請書

●スポーツ振興課からのお知らせ●

交通規制のお知らせ

第10回ちくせいマラソン大会開催のため、車の進入ができません。
 【日時】12月14日(日) 午前9時~午後1時
 【場所】下館総合体育館北側及び国道50号下館バイパス(下図参照)



トレーニングルーム臨時休業

マラソン大会開催のため、下館総合体育館トレーニングルームが12月13日(土)・14日(日)終日臨時休業となります。

ご利用のみなさんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。 固スポーツ振興課 ☎28-5040

固スポーツ振興課(下館総合体育館内) ☎28-5040

下館総合体育館トレーニングルーム利用者講習会

▼日時 ①12月2日・9日・16日・23日(火) 午前10時~11時
 ②12月5日・12日・19日・26日(金) 午後7時~8時
 ③12月7日・21日(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
 ▼持参品 体育館用シューズ、

市体育施設休館日 12月の休館日=■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			

施設予約は1月6日(火)から受け付けます
 スポーツ振興課 ☎28-5040

運動のできる服装
 ▼申込み 11月26日(水) 午前8時30分から、電話でスポーツ振興課へ(各回10人先着順。1度の申込みで2人まで受付可)
 固スポーツ振興課(下館総合体育館内) ☎28-5040

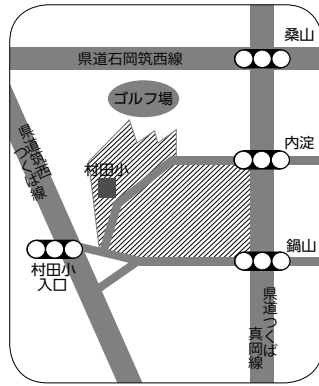
農政課からのお知らせ

狩猟期間について

▶ 狩猟期間 = 11月15日(土)～平成27年2月15日(日)
 ※イノシシは3月15日(日)まで延長

狩猟者のみなさんは、地域住民の迷惑にならないよう関係法令やマナーを守り、安全の確保に十分注意してください。山野で活動する人は、目立つ服装を着用し携帯ラジオをかけるなど、自分の存在を狩猟者に知らせるよう心がけてください。

特定猟具使用(銃猟)禁止区域の指定について



鳥獣の保護及び狩猟の適正化に関する法律第35条第1項の規定により、明野地区の一部が新たに特定猟具使用禁止区域(銃)の指定になりました。

これにより、狩猟期間(11月15日(土)～平成27年2月15日(日))であっても銃器を使用した鳥獣の捕獲ができなくなります。

【存続期間】平成26年11月1日～平成46年10月31日

【区域面積】103ヘクタール

【区域】村田から内淀・鍋山までの区域(地図をご参照ください)

関農政課 ☎ 20-1161

11月は労働保険適用促進強化期間です

労働者(アルバイトを含む)を1人でも雇っている事業主は、労働保険(労災保険・雇用保険)に加入する義務があります。

【労働保険とは】

労災保険と雇用保険を総称したもので、労働者とその家族更

には事業主を守るための制度です。

【労災保険とは】

労働基準法の災害補償の規定に基づく使用者責任を代行する機能をもった制度で、業務災害や通勤災害を受けた労働者の負傷・病气・死亡等に対して事業主に代わって必要な保険給付を行い、被災者・遺族を援護するものです。また、社会復帰の促

進、福祉の増進を図る事業も行っていきます。

【雇用保険とは】

労働者が失業した場合や雇用継続が困難となる事由が生じた場合に失業給付を行うとともに、再就職を促進するための必要な給付を行うものです。また、景気の変動などにより事業活動の縮小を余儀なくされた場合に、労働者を休業させたり、教育訓練を受けさせたりした事業主等に対しての雇用調整助成金などがあります。

【申請】茨城労働局労働保険徴収室

☎ 029-2224-6213

【申請】筑西労働基準監督署

☎ 22-4580

【申請】ハローワーク筑西

☎ 22-2188

下館税務署からのお知らせ

税務署では、青色申告決算書及び白色収支内訳書作成に当たっての注意点などについての説明会を開催しますので、この機会にぜひご出席ください。説明に必要な書類は会場で配布します。

【青色申告決算説明会】

▼開催日・場所 12月1日(月)・

結城市民文化センター(アクロス) / 2日(火)・県西生涯学

習センター(野殿) / 3日(水)・下妻公民館(下妻市) / 4日(木)・常総市生涯学習センター

【白色収支内訳書作成のための決算説明会】

▼開催日・場所 12月10日(水)・

下妻市立千代川公民館 / 12日

(金)・県西生涯学習センター(野殿)

▼時間 11時～12時 / 事業所得又は不動産所得を有する人は、午後2時～4時 ※開催時間の30分前から受付開始。

【申請】下館税務署個人課税部門

☎ 24-2121

※自動音声に従い「2」を選択してください。

個人事業税の納付について

個人で事業を行っている人は、一定の所得を超えた場合は、個人事業税が課税されます。

第2期分の納付書を11月中旬に送付しますので、納期限までに必ず納付してください。

▼納期限 12月1日(月)

関筑西県税事務所課税第一課

☎ 24-9192

自賠責保険・自賠責共済のご案内

誰もが交通事故の被害者にも

11月の納期

国民健康保険税 (5期)

関医療保険課 内線 241

後期高齢者医療保険料 (5期)

関医療保険課 内線 243

納期限：12月1日(月)

不正軽油の製造・使用は犯罪です

軽油に灯油や重油等を混ぜて「不正軽油」を製造・販売・購入・使用すると、刑事罰の対象となります。不正軽油の使用者等を見かけたらご連絡ください。

【不正に軽油を製造する等の罪】

10年以下の懲役又は100万円以下の罰金(併科)

関筑西県税事務所課税第一課

☎ 24-9192

関国土交通省関東運輸局茨城運輸支局輸送監査部門

☎ 029-247-5244

朗読・録音テープ&CDの
無料貸出

▼テープ「『正論11月号』90分
3本 ▼CD「『PHP10月
号』75分1枚、『樞の木は残った
(下)』75分9枚(圧縮版有り)」
▼対象「視覚障がい者、ねたさ
りの人、視力のおちた高齢者な
ど」

※テープは市総合福祉センター
(小林)で無料貸出
閻野ばらの会 鶴見
☎24-8376

募 集

楽しい育児学級参加者募集

「赤ちゃんとのふれあいで笑
顔になれた」と評判の楽しい育
児学級です。

妊婦さんも参加しますので、
みんなで育児についてお話しし
ましょう。

▼日時「12月4日(木)午後1
時〜3時30分 ▼場所「明野保
健センター(あけの元気館内)」

▼対象「生後5か月頃から1歳
までの赤ちゃんとその家族」
▼持参品「母子健康手帳、飲み物、
バスタオル」

☎健康づくり課 ☎22-0506

Sマーク(標準営業約款)を
ご存知ですか?



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」は
厚生労働大臣認可の安全・
安心なお店です。

☎(公財)茨城県生活衛生営業指導センター
☎029-225-6603
http://www.seiei.or.jp/ibaraki/

健康講座「運動で100
歳までいきいき」

▼日時「12月23日(火・祝)午
前9時30分〜11時30分 ▼場所
「関本公民館」 ▼講師「野村武
男氏(筑波大学名誉教授)」 ▼定
員「50人(申込多数時抽選)」 ▼
対象「市内在住、在勤者でおお
むね40歳以上」 ▼参加費「無料」
▼持参品「筆記用具、飲み物、
動きやすい服装」 ▼申込期限「
12月5日(金)まで」

☎閻野ばらの会 ☎23-1616

あけの元気館教室開催

【女性のためのヨガ】

▼日時「12月1日(月)〜平
成27年2月9日(月) 午後7

時30分〜8時45分 ※月曜日
全8回(1月5日・12日・26
日は除く) ▼講師「中山美代
子氏」 ▼定員「12人」 ▼参加
費「10,000円(入館料
込)」 ▼内容「生理痛、生理不順、
更年期障害、尿漏れなどの改
善・緩和を目的としたヨガで、
はじめての人や年齢問わず女
性向けの教室です。」 ▼申込開
始「11月17日(月)〜(電話
申込可)」

【定期レッスン】「はじめてのヨ
ガ」

▼日時「毎週月曜日 午前11時
50分〜午後0時35分 ▼講師「
谷貝朋美氏」 ▼定員「10人」 ▼
参加費「400円(別途入館料
必要)」 ▼内容「呼吸を意識しな
がらポーズをとり、リラクゼー
ション、柔軟性を向上させます。
▼申込み「当日窓口で直接お願
いします。」

☎閻野ばらの会 ☎52-7111

グラウンドゴルフ大会
参加者募集

▼日時「11月23日(日) 午前9
時〜(雨天中止) ▼場所「協
和球場(細田)」 ▼定員「先着
100人」 ▼対象「市内在住・
在勤者」 ▼参加費「無料(保険

は主催者で加入します)

☎閻野市スポーツ推進委員会事
務局(下館総合体育館内)
☎28-5040
☎28-8776

協和の杜体育館
☎57-6600

第34回筑西市民ウォーク

【生涯学習奨励単位・健康づく
り奨励単位認定該当事業】
▼日時「12月7日(日) 午前8

時〜10時(雨天中止)

▼場所「市役所本庁舎駐車場
▼内容「正しい歩き方を習得し
てさっそうと歩こう」 ①ウォー
キング教室(靴の履き方、歩き
方、準備体操など約30分) ②
ウォーキング実践(約6キロ)

▼参加費「無料」
▼持参品「水、帽子、歩きやす
い服装」

☎閻野市健康運動普及員会 鳥生
☎080-1090-5748

下館さくら商店街
第3回まち絆ゼミナール
講師店募集

【開催期間】平成27年1月24日(土)〜3月8日(日)

【開催場所】ゼミ参加店舗(参加費用無料)

【お宝特別講座出品場所】出品店舗の一角(展示費用無料)

◆まちの活性化を図るため、講師となるお店「商店街のプライベートブラン
ド」を募集!

まちの商店が教室になって、専門の知識やコツをお客様に無料で教えます。

▶講師店申込期限=12月10日(水)まで

◆「我が家のお宝特別講座」に店舗の一角を提供できるお店募集!

お店の一部を作品の出品場所に提供できるお店を募集します。我が家
のとおきのお宝をお店の一角に展示することで、新たなお客様の増
員、コミュニケーションの場になりお店の活性化が図れます。

▶申込期限=12月10日(水)まで

「我が家のお宝特別講座」に興味などの品物を出品できる人募集!

製作品、収集品(昆虫採集・手工芸品・写真・絵画・書道・彫刻品・
絵手紙・折り紙・染物切れ端の袋物・ブリキの玩具・趣味の作品等)を
「我が家のお宝」として商店街のお店の一角をお借りして作
品を展示します!

▶作品展示申込期限=12月15日(月)まで

☎閻野「まち絆ゼミナール」&「我が家のお宝特別講座」
実行委員長 行本 ☎24-9544

● 第1回マラソン教室参加者募集

▼日時 11月30日(日) 午前9時～正午 ▼場所 関城東小学校(雨天時は体育館) ▼対象 小・中学生(運動できる服装でお越しください) ▼参加費 500円(保険代・飲み物代含む) ▼申込み 住所、氏名、年齢、学年、電話番号を記入の上 FAXかメールで
申請 NPO法人体育の時間 (やまぐち薬局 関城店)
 ☎ 37-8011
 ☎ 37-8033

● 元気いばらき就職面接会を開催します!

学生を除く若年者や離職され求職中の人を対象に、合同就職面接会を開催します。複数の企業の人事担当者と直接会えるチャンスです。
 履歴書を複数枚持参の上参加してください。
 ▼日時 12月11日(木) 午後1時30分～3時30分(受付は1時)
 (▼場所 県筑西合同庁舎(二木成)) ▼対象 学生を除く若年者や求職者 ▼参加事業所数 約20社

● 関いばらき就職支援センター 西地区センター

☎ 23-3811

● 筑西地域職業訓練センター 12月・1月の講座

【第3回ヨガ教室】

▼日時 12月5日(金) ～平成27年3月20日(金) 午後7時30分～9時 ※金曜日全15回(1月2日(金)は除く)
 ▼講師 大町美智子氏(大町ヨガ教室)
 ▼定員 30人(先着順)
 ▼受講料 10,000円
 ▼申込期間 11月25日(火)～12月1日(月)
 ▼フリワーアレンジメント1dayレッスンは「お正月アレンジメント」
 ▼日時 12月27日(土) 午前9時～正午
 ▼講師 安藤和代氏(日本フリワーデザイナー協会 NFD認定講師)
 ▼定員 20人(先着順)
 ▼受講料 4,500円(教材費込)
 ▼申込期間 11月17日(月)～12月12日(金)
 【初めての人のためのパソコン基礎講座】
 ▼日時 平成27年1月10日(土)～3月14日(土) 午前9時～午

後4時 ※土曜日全10回

▼講師 沼田立人氏(つくばビジネススカレッジ専門学校非常勤講師)
 ▼定員 20人(先着順)
 ▼受講料 25,000円(教材費別)
 ▼申込期間 12月1日(月)～26日(金)
 ☎ 0296-75-1254

● 福祉のお仕事地区別就職面接会

▼日時 12月9日(火)・10日(水) 午後4時30分～6時30分
 ▼場所 土浦わかものハローワーク
 ▼対象 福祉の職場に就職希望の人
 ▼参加費 無料 ※事前予約不要、当日会場で受付
 関県社会福祉協議会茨城県福祉人材センター
 ☎ 029-1244-4544

● イベント

● 協働のまちづくりシンポジウム2014

▼日時 12月6日(土) 午後1時30分～4時 ▼場所 しもだ

12月1日は、世界エイズデーです

関筑西保健所 ☎ 24-3965

日本では、1日あたり約4人がHIVに新たに感染しています。感染のほとんどが性的接触によるものです。検査を受けなければ感染しているかどうかはわかりません。自分と大切な人を守るために、あなたから検査を受けませんか。筑西保健所では、無料・匿名で検査と相談を行っています。必ず電話で予約をしてください。

日時 ①毎週水曜日 午前9時～11時
 ②毎月第4火曜日 午後5時～7時

※キャンペーン期間の12月3日(水)は、午後1時～4時まで時間拡大!

場所 筑西保健所 甲114(大町)

2014年度キャンペーンテーマ
「AIDS IS NOT OVER」
 ～まだ終わっていない～

治療法の進歩により、HIVに感染した人が長く生きていくことが期待できるようになりました。職場や学校、医療機関など生活の様々な場所でエイズに対する差別や偏見の解消などを図り、感染した人が社会で安心して生活できるよう、環境を整えることが一層重要となっています。新規HIV感染者や患者数は地域的、年齢的にも広がりを見せており、予断を許さない状況です。(エイズ予防情報ネットより一部抜粋)



「レッドリボン」は、エイズに関する理解と支援のシンボルです。あなたがエイズに関して偏見をもっていない、エイズとともに生きる人々を差別しないというメッセージです。

● 第20回全国報徳サミット「真岡市大会」

二宮尊徳翁ゆかりの17市町村が一堂に集い、これからのまちづくり・ひとづくりについて学びあい、思いを伝えあいます。
 ▼日時 11月29日(土) 午前8時45分(受付は8時30分)
 ▼場所 真岡市民会館 ▼テーマ 報徳仕法をいかした、ひとづくり・まちづくり

て地域交流センター(アルテリオ) ▼内容 ①ちくせい市民討議会2014わが町ルールを作ろうZ報告会 ②活動事例発表(NPO法人筑西ファミリースポーツセンターまなま、たまり場・たろう) ③講演 池田幸也氏(常磐大学コミュニケーション振興学部教授)「みんなの力でまちづくり」 ▼入場無料
 関市民協働課(月曜日休)
 ☎ 23-1600

駅からウォーク in 下館

鮭の遡上と鉄道フェスティバルで
秋の自然と鉄道の魅力を再発見!!

▶日時= 11月23日(日) ※雨天決行
▶受付時間= 午前8時30分～10時30分
▶集合場所= 下館駅南口(車での来場不可) ▶
参加費= 無料(会場までの交通費・飲食代各自負担) ▶定員= 300人(先着順) ▶申込方法= ①駅窓口 ②電話 ③ホームページ(http://www.kantetsu.co.jp) ▶特典= ①しもだて美術館・板谷波山記念館入館料割引 ②ドリンク提供サービス

ウォーキングコース(約9.3キロ・約2時間)

下館駅	しもだて美術館	板谷波山記念館	羽黒神社	薬師坂	妙西寺	上羽黒神社	中館観音寺	仙在橋(鮭の遡上)	大日如来寺	下館駅南口
-----	---------	---------	------	-----	-----	-------	-------	-----------	-------	-------

※当日は、しもだて商工まつりと下館駅なか・駅まえフェスティバス開催!

申込 関東鉄道(株) 鉄道部業務課
☎029-822-3718

虹色の音コンサート

▼日時= 12月7日(日) 午前11時開演(10時30分開場) ▼場所= 県西生涯学習センター(野殿)

☎22-2317

下館マンドリンクラブ 第9回定期演奏会

▼日時= 11月30日(日) 午後1時30分開演(1時開場) ▼場所= 明野公民館大ホール(イル・ブリランテ) ▼曲目= 「木曾節に基づく小狂想曲」「組曲 樺太の旅より」「ドレミの歌」ほか

▼入場無料

☎22-2848

閩真岡市大会実行委員会事務局
☎0285-8317731
生涯学習課 ☎22-0183

第45回みんなの生活展

賢い消費者としての知識習得

▼日時= 12月4日(木)～7日(日) 午前10時～午後6時(最終日は5時まで)
▼場所= 文化ギャラリー(スピカ6階)

▼入場無料

閩佐藤 ☎24-5770

シルエット・しもだて 第34回写真展

▼日時= 12月4日(木)～7日(日) 午前10時～午後6時(最終日は5時まで)
▼場所= 文化ギャラリー(スピカ6階)

▼入場無料

閩虹色の音実行委員会 向田 ☎22-2848

演奏内容= ピアノ、ギター、尺八、篠笛、ウクレレ、オカリナ、合唱、ヴィオラ、ジャズほか

▼入場無料

ボランテア活動報告会 「ケニアに通って20年」

▼日時= 12月2日(火) 午後1時30分～3時30分
▼場所= しもだて地域交流センター(アルテリオ)

▼講師= 加藤木志津枝氏(NGO 世界平和女性連合)

▼内容= 20年間のケニア滞在の場として、パネル展示や資料の配布を行います。

▼日時= 11月22日(土)・23日(日) 午前10時～午後4時(23日は3時まで)

▼場所= しもだて地域交流センター(アルテリオ) 1階ロビー

▼テーマ= 目指そう! 健康で安全・安心な生活を

閩商工観光課 ☎54-7011

おしゃべり会

育児のことなどいろいろな話題について、楽しくおしゃべりしませんか。

▼日時= 11月18日(火) 午前10時～正午

▼場所= 関城老人福祉センター(藤ヶ谷)

▼参加費= 1組500円 ※お子様連れ歓迎

閩なのはな自然育児の会 箱守 ☎090-11551-1638

認知症予防教室開催

認知症になりにくい生活について作業療法士がたのしく、面白くお伝えします。

▼日時= 12月13日(土) 午後2時～4時

▼場所= しもだて地域交流センター(アルテリオ)

▼定員= 先着30人

▼参加費= 無料

閩協和中央病院リハビリター ☎090-11551-1638

障がいを持つ人の年金や手当の手続き勉強会

自閉症スペクトラム障がいや知的障がいを持つ人の生活保障を考えます。

▼日時= 11月30日(日) 午後2時～4時

▼場所= しもだて地域交流センター(アルテリオ) 地下大練習室

▼参加費= 会員無料、会員外500円(当日会員登録可)

閩県自閉症協会 大島 ☎080-6559-1594

活動を紹介

▼対象= 海外ボランテア及びアフリカに興味のある人

▼参加費= 無料

閩ピースマクラブ 江田 ☎090-9847-6706

子育てセミナー「友達とケンカしたら? 親はどうする?」

子育てママと楽しくティートイムをしながら学びませんか。

▼日時= 11月28日(金) 午前10時30分～正午

▼場所= 県西生涯学習センター(野殿)

▼参加費= 200円(スイーツ代) ※託児有(おやつ付)

閩家庭倫理の会茨城西ちぢまつ ☎090-1127-9448

筑西ファミリーサポートセンター まんま協力会員養成講座

▼日時= 12月7日(日) 午前10時～午後3時

▼場所= 県西生涯学習センター(野殿)

▼講師= 武藤幸枝氏(日本カウンセリング学会認定カウンセラー)

▼テーマ= 『心の発達とその問題』～こどもの社会力を育てる～

※昼食、飲み物等は各自でご用意ください。託児有(要予約)

閩NPO法人筑西ファミリーサポートセンター まんま 北原 ☎080-8719-5788

シヨン科作業療法士 菱沼

☎57-7221

子育てママと楽しくティートイムをしながら学びませんか。

▼日時= 11月28日(金) 午前10時30分～正午

▼場所= 県西生涯学習センター(野殿)

▼参加費= 200円(スイーツ代) ※託児有(おやつ付)

閩家庭倫理の会茨城西ちぢまつ ☎090-1127-9448

シヨン科作業療法士 菱沼

☎57-7221

子育てママと楽しくティートイムをしながら学びませんか。

▼日時= 11月28日(金) 午前10時30分～正午

▼場所= 県西生涯学習センター(野殿)

▼参加費= 200円(スイーツ代) ※託児有(おやつ付)

閩家庭倫理の会茨城西ちぢまつ ☎090-1127-9448

筑西ファミリーサポートセンター まんま協力会員養成講座

▼日時= 12月7日(日) 午前10時～午後3時

▼場所= 県西生涯学習センター(野殿)

▼講師= 武藤幸枝氏(日本カウンセリング学会認定カウンセラー)

▼テーマ= 『心の発達とその問題』～こどもの社会力を育てる～

※昼食、飲み物等は各自でご用意ください。託児有(要予約)

閩NPO法人筑西ファミリーサポートセンター まんま 北原 ☎080-8719-5788

シヨン科作業療法士 菱沼

☎57-7221

子育てママと楽しくティートイムをしながら学びませんか。

▼日時= 11月28日(金) 午前10時30分～正午

▼場所= 県西生涯学習センター(野殿)

▼参加費= 200円(スイーツ代) ※託児有(おやつ付)

閩家庭倫理の会茨城西ちぢまつ ☎090-1127-9448

シヨン科作業療法士 菱沼

☎57-7221

● うたごえピーチひろば

▼日時 12月5日(金) 午前10時

▼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

▼場所 筑西市シルバー人材センター (二木成)

▼申込 NPO法人地球の保健室 ☎ 080-6779-0846

● えほんといれあい会

▼日時 11月27日(木) 午前10時30分

▼場所 いずみ保育園なかよし文庫

▼対象 0〜4歳の子どもと保護者

▼テーマ 秋を感じよう

▼絵本 『もりのかくれんぼ(大型)』『あめのひのえんそく(大型)』

▼申込 関来ネットワーク ☎ 24-8070

● 子育てピーチひろば「英語であそぼ・楽しい英語教室」

▼日時・対象 12月6日(土)

午後1時30分から・5歳〜小学2年生 / 午後2時40分から・小学3年〜6年生

▼場所 しまだて地域交流センター (アルテリオ)

▼定員 20人

▼参加費 無料

▼持参品 飲み物

▼申込 NPO法人地球の保健室 ☎ 080-6779-0846

● 出合いパーティー

▼日時 12月13日(土) 午後1時30分〜4時30分 (受付は1時〜)

▼会場 結城市民文化センター (アクロス)

▼対象 Aコース 30〜40代の男女各20人程度 (20代の女性も参加可) / Bコース 50〜60代の男女各15人程度

▼参加費 男性4,000円、女性2,000円 (当日徴収)

▼申込 NPO法人ベル・サポート ☎ 0280-87-7085

● ときめき婚活クリスマスパーティー

▼日時 12月14日(日) 午後1時30分〜4時30分 (受付は午後0時50分〜)

▼場所 ダイヤモンドホール (玉戸)

▼対象 40歳以下の独身男女各20人 (先着順)

▼参加費 男性6,000円、

● 相談

● 平成26年度身体障がい者(児)補装具巡回相談

▼日時 12月2日(火) 午前9時30分〜11時30分

▼場所 市総合福祉センター (小林)

▼持参品 身体障害者手帳、印鑑

▼内容 補装具(義肢・補聴器等) 交付・修理巡回相談を実施します。

※当日、交付を希望する人は事前に申請してください。

▼申込 関障害福祉課 内線226

● 国保・医療・介護なんでも電話無料相談

▼日時 11月22日(土) 午前9時30分〜午後0時30分

▼相談内容 医療・介護サービスの利用、費用・保険料負担の困りごと、負担軽減策など

▼相談員 ケアマネジャー、ケースワーカー、医療・福祉団体スタッフ

▼受付電話番号 ☎ 029-

女性1,800円
▼申込 NPO法人メドウルミートクラブ事務局 ☎ 25-2678

864-2548 ※無料
▼申込 関県社会保険推進協議会 ☎ 029-2228-0600

● 児童虐待を防止するにはまず相談を!

▼11月は児童虐待防止推進月間です

虐待を受けている子どもはサインを送っています。「おかしいな」と感じたなら、ためらわずに子どもを守るための行動を起こすことが大変重要です。

「あなた」からの児童相談所や市への連絡が、子どもを虐待から守るための大きな一歩となります。

また、虐待を受けているとき、子育てについて不安を持っているとき、そんなときも、ひとりで悩まず連絡をしてください。

※連絡をした人が特定されないように、秘密は守られます。

▼申込 関筑西児童相談所 ☎ 24-1614

いばらき虐待ホットライン ☎ 0293-22-0293 内線254

こども課 内線254

● 県西地方交通事故相談所

交通事故に遭い、損害賠償や示談の仕方等でお困りの人の相談に無料で応じます。

治療と仕事の両立を図ることができるよう、社会保険労務士が仕事に関する様々な相談を無

● 働きながらがん治療を受けている人の就労相談案内

労災・退職金・賃金等の労働問題の他、年金相談等無料で相談に応じます。

▼労働問題等の無料相談を実施しています

▼日時 12月3日(水)・17日(水) 午後1時30分〜4時30分

▼場所 市役所1階会議室 ※予約不要、直接会場へ

▼申込 関東信越税理士会下館支部 長谷川 ☎ 48-9701

▼相談日時 毎週第1・第3木曜日(祝日除く) ※電話又は面接

▼専用電話番号 ☎ 029-1228-2660

▼申込 関茨城県社会保険労務士会 ☎ 029-226-3296

▼日時 12月3日(水)・17日(水) 午後1時30分〜4時30分

▼場所 市役所1階会議室

※予約不要、直接会場へ

▼申込 関東信越税理士会下館支部 長谷川 ☎ 48-9701

▼相談日時 毎週第1・第3木曜日(祝日除く) ※電話又は面接

▼専用電話番号 ☎ 029-1228-2660

▼申込 関茨城県社会保険労務士会 ☎ 029-226-3296

治療と仕事の両立を図ることができるよう、社会保険労務士が仕事に関する様々な相談を無

治療と仕事の両立を図ることができるよう、社会保険労務士が仕事に関する様々な相談を無

治療と仕事の両立を図ることができるよう、社会保険労務士が仕事に関する様々な相談を無

不用品リサイクル

※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『不用品活用センター』（スピカビル4階）☎22-0507で受け付けています。

ゆずります 10月30日現在

品名	規格・内容	備考(円)
布団(敷と掛け)	中古・上下組	1,000円
毛布	中古	500円
絵画袋	25×15cm	応談
ワープロ感熱紙	B5-1袋 A4-1袋	無償
ワープロ用ラベルシート	A4サイズ	〃
フロッピーディスクケース	中古	〃
植木鉢(素焼、瀬戸)	大、小	〃
石油ファンヒーター(6畳用)	トヨトミ	〃
開運福小判飾	92.5×43cm	〃
クッキングテーブル(LPG)	123×80cm	3,500円位
座卓(木製)	123×78cm	1,000円
下駄箱(両引戸)	120×40cm	無償
回転椅子(木製)	中古・2個	500円/個
介護用ベッド	中古	応談
ベビージム	〃	無償
チャイルドシート	〃	〃

ゆずってください

ベビーベッド、電気カミソリ、エレクトーン、コードレスステレホン、川島保育園(男)制服上下・運動服、ガスコンロ、ダンベル(5kg)、加湿器、電気ポット、自動車後部子ども乗せ籠、小型耕うん機、ミシン(卓上可)、車椅子(リクライニング付)、無線機(144MHzトランシーバー)、卓球台、50cc原付バイク、きねと臼、自転車(大人、子供用各種)

虐待から子供を守ろう!! *秘密厳守 *無料

【こども課・家庭児童相談室】
☎内線254・251
【筑西児童相談所】
☎24-1614
【児童相談所全国共通ダイヤル】
☎0570-064-000
【いばらき虐待ホットライン】24時間
☎0293-22-0293

女性問題相談 *秘密厳守 *要予約 *無料

■DV、夫婦関係、セクハラなどの相談
▶日時=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)▶場所=市役所1階相談室▶相談員=女性の専門相談員▶申込み=上記日時に電話で家庭児童相談室へ。または、平日昼間にこども課(内線254)まで。
☎こども課家庭児童相談室☎24-2613

DV被害者支援ホットライン *秘密厳守 *無料

■ドメスティックバイオレンス(DV)被害に悩む女性のための電話相談
▶日時=毎週土曜日 午前10時～午後3時
▶相談員=DV被害に悩む女性の支援活動グループ WESTらいず
▶電話相談=☎25-3902

多重債務

返しきれない借金にひとりで悩んでいませんか?

関東財務局水戸財務事務所では、「多重債務相談窓口」を設置しています。



- 相談無料(何度でも)
- 秘密厳守
- 必要に応じ専門家へ紹介

きちんとした手続をすれば、多重債務は必ず解決します。まずはお電話でご相談ください。

相談専門ダイヤル
☎029-221-3190
平日 8:30～12:00
13:00～16:30
※直接、専門相談員につながります。

料でお受けしています。お気軽にご利用ください。
▼場所=がん診療連携拠点病院(県内9か所)のがん相談支援センター
▼対象=がん患者及びその家族
※病院への電話等による事前予約者が優先となりますので日程等詳しくはお問い合わせください。
☎029-1301-13224

「11月の窓」談話室へ
ねゆく日々をすこやかに
お気軽に何でもご相談ください。
▼日時=11月27日(木)午後2時～5時
▼場所=スピカ6階東側会議室
▼相談員=Masako K(メンタルケアアドバイザー)
▼秘密厳守・無料
☎Masako K ☎45-16608

お礼とご報告

台風被害への義援金

台風被害への義援金を、社会福祉課で受け付けています。集まった義援金は日本赤十字社を通して被災地へお届けします。

京都府豪雨災害義援金 *岡本貞利様…10,000円
広島県大雨災害義援金 *岡本貞利様…10,000円

(10月31日現在)

東北地方への義援金

東北地方への義援金を、社会福祉課で受け付けています。集まった義援金は日本赤十字社を通して被災地へお届けします。

*喫茶枝おり様…4,300円 *四川厨房ふう様…11,700円 (10月21日現在)

善意銀行

～市社会福祉協議会への寄附のお礼とご報告～

*カラオケ友の会雅様…120,835円 *大木清司様…100,000円 *JA北つくば下館女性部様…55,120円 *関城地区シルバー人材センター親睦会様…19,000円 *匿名…50,000円 (10月20日現在)

☎市社会福祉協議会 ☎22-5191

生活の困りごと相談(市)

※秘密厳守・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	12月17日(水)	関城支所3階委員会室	人権擁護委員(法務大臣委嘱)	事前申込不要(来訪順に受付)	関城支所 ☎37-6111
行政	午前10時～正午		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	12月11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	12月5日(金)午前10時～正午 ☆予約は11月25日(火)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)	

12月の乳幼児健診・健康体操スケジュール

※乳幼児健診、健康体操等の問い合わせは健康づくり課（☎22-0506）、予防接種は保健予防課（☎22-0535）へ。

下館保健センター

事業名	期日	受付時間	対象者
離乳食相談	9日(火)	9:30～9:40	26年7月生まれの人
3歳児健康診査	10日(水)	13:00～13:20	23年10月生まれの人
こころの健康相談	11日(木)	相談時間 13:00～15:00	こころの問題で悩んでいる人やその家族(要予約)
2歳児歯科健康診査	12日(金)	13:00～13:20	24年11月生まれの人
1歳6か月児健康診査	16日(火)	13:00～13:20	25年5月生まれの人
1歳児健康相談	24日(水)	9:20～9:40	25年11月生まれの人
3～4か月児健康診査	25日(木)	13:00～13:20	26年8月生まれの人
離乳食相談	25日(木)	9:30～9:40	26年7月生まれの人

健康体操（スピカビル3階 健康ひろば）

事業名	期日	時間	対象者
男の健康運動教室	1日(月)	13:30～15:00	男性
いきいきヘルス体操教室	3日(水)	13:30～15:00	おおむね60歳以上の市民 ※スピカビル1階西側フロアで行います
健康運動教室	8日(月)	13:30～15:00	市民
いきいきヘルス体操教室	10日(水)	13:30～15:00	おおむね60歳以上の市民 ※スピカビル1階西側フロアで行います
男の健康運動教室	15日(月)	13:30～15:00	男性
いきいきヘルス体操教室	17日(水)	13:30～15:00	おおむね60歳以上の市民 ※スピカビル1階西側フロアで行います
健康運動教室	22日(月)	13:30～15:00	市民
いきいきヘルス体操教室	24日(水)	13:30～15:00	おおむね60歳以上の市民 ※スピカビル1階西側フロアで行います

愛の献血

月日	場所	時間
11/19(水)	筑西市役所	10:00～12:00 13:15～15:30
11/23(日)	筑西しもだて合同庁舎 下館税務署玄関前 (しもだて商工まつり開催日)	9:30～11:30 13:00～15:00
12/7(日)	新治小学校 西門内 (小栗判官まつり開催日)	9:30～12:00 13:00～15:00

現在、輸血用血液が不足しています。

輸血を必要としている患者さんのために、ぜひ献血のご協力をお願いします。

☎保健予防課 ☎22-0535

明野保健センター

事業名	期日	受付時間	対象者
3～4か月児健康診査	3日(水)	13:00～13:20	26年8月生まれの人
楽しい育児学級	4日(木)	13:00～13:10	おおむね1歳までの赤ちゃんとその家族
マタニティクラス②	4日(木)	13:00～13:10	妊婦
育児相談	11日(木)	9:20～11:00	乳幼児等
3歳児健康診査	15日(月)	13:00～13:20	23年10月生まれの人
2歳児歯科健康診査	18日(木)	13:00～13:20	24年11月生まれの人
1歳6か月児健康診査	19日(金)	13:00～13:20	25年5月生まれの人
マタニティクラス③	22日(月)	13:00～13:10	妊婦

☆保健センターで実施する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。

生活習慣病予防のための栄養相談

月日	場所	時間
12/3(水) 12/17(水)	スピカ3階健康ひろば	9:00～11:30
※要予約 申込健康づくり課 ☎22-0506		

市民病院 11月の健康講座

カロリーコントロールをしよう！

講師：栄養科 管理栄養士 新井 優子

カロリーオーバーが気になって食べる量を控えめにしようと思っても、「どれぐらいの量に減らしたらよいのか？」よく分かりませんよね。

食べ物のカロリーの目安がしっかりしていないと、上手に食事量をコントロールすることはできません。1単位＝80キロカロリーを食べる量の「ものさし」とした食事管理方法について、簡単にお話しします。

▶日時＝11月26日(水) 午後3時～4時

▶場所＝筑西市民病院2階会議室(入場無料)

☎市民病院総務課 ☎28-2261

発行 / 筑西市 編集 / 市長公室広報聴課

〒308-8616 茨城県筑西市下中山732-1 ☎0296-24-2111(代表)

メール kouhou@city.chikusei.lg.jp

公式ホームページ http://www.city.chikusei.lg.jp