

暮らしの情報

Information

2017
4.1

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。
☎ 防災安全課 ☎ 24-2132

案内

認定こども園せきじょう 子育て支援センター開設

5月から、関城地区でも子育て支援センターが始まります。絵本の読み聞かせ、音楽に合わせてリズム体操、室内遊びなどで楽しく過ごしたいと思いますので、お出かけください。

▼場所 市立認定こども園せきじょう
▼対象 市内在住の未就園児の親子
▼申込み 4月3日(月)から随時受付
▼申請 認定こども園せきじょう

☎ 37-3320

児童扶養手当額変更・支給

【児童扶養手当の手当額が変更になります】

平成 29 年度児童扶養手当額

が、平成 28 年全国消費者物価指数の実績値により 0.1 パーセントの引き下げとなり、4 月分から手当額が左記のように変更(減額)になります。

	3月まで	4月から
本体額		
全部支給	42,330 円	42,290 円 (- 40 円)
一部支給	42,320 円 ～ 9,990 円	42,280 円～ 9,980 円 (- 40 円～ - 10 円)
第2子加算額		
全部支給	10,000 円	9,990 円 (- 10 円)
一部支給	9,990 円 ～ 5,000 円	9,980 円～ 5,000 円 (- 10 円～ 0 円)
第3子加算額		
全部支給	6,000 円	5,990 円 (- 10 円)
一部支給	5,990 円 ～ 3,000 円	5,980 円～ 3,000 円 (- 10 円～ 0 円)

※新しい証書は送付しません。
【児童扶養手当を支給します】

4月11日(火)に平成 28 年 12 月から 3 月までの手当を指定された金融機関の口座に振り込みます(変更前の手当額)。

※個別に支払の通知はしませんので、通帳でご確認ください。
☎ 24-2104

固定資産課税台帳の閲覧 土地・家屋縦覧帳簿の縦覧

閲覧・縦覧場所は課税課資産税グループです。運転免許証などの本人確認ができるものを持参してください。

【固定資産課税台帳の閲覧】

▼期間 4月3日(月)～平成 30 年 3 月 30 日(金)
▼閲覧できる人 納税義務者、借地人、借家人
※代理人は委任状、借地人・借家人は契約書などが必要

【土地・家屋縦覧帳簿の縦覧】

▼期間 4月3日(月)～5月1日(月)
▼縦覧できる人 納税者
※代理人は委任状などが必要

☎ 24-2113

都市計画道路 中島・西榎生線 開通



都市計画道路中島・西榎生線が開通し、市役所やしもだて地域交流センター「アルテリオ」など中心市街地へのアクセスが向上します。

【開通日】 3月22日(水) 午後1時
【場 所】 榎生一丁目～一本松茂田線

☎ 20-1173

ず～っと笑顔で“自分らしく、安心して暮らせる、快適な住まい”

高齢者向け住宅
入居者募集中

お気軽に
お問合せください!!

Emiasu

介護付き 高齢者向け住宅
えみあす二木成

☎ 0296-25-5851

http://www.sekisho-ls.co.jp/emiasu/

SEKISHO
セキショウグループ

Sekisho Life Support

高橋博之 公認会計士 税理士 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

☎ 20-1880

TEL 0296-24-1880

筑西市二木成 1291 営業日 平日 午前 8:30～午後 5:30

●春の全国交通安全運動

スローガン「一人でも ちゃん
と守るよ 交通ルール」

▼期間 4月6日(木)～15日

(土) ▼運動の基本 2子どもと

高齢者の交通事故防止・事故に

あわない、おこさない ▼運

動の重点 ①通学路における安

全確保 ②歩行中・自転車乗用

中の交通事故防止(自転車につ

いては、特に自転車安全利用五

則の周知徹底) ③後部座席を含

めた全ての座席のシートベルト

とチャイルドシートの正しい着

用の徹底 ④飲酒運転の根絶

▼防災安全課(本庁2階)

☎24-2131

●国税専門官採用試験 (大卒程度)

国税局や税務署において、税
のスペシャリストとして働く国
税専門官(国家公務員)を募集
します。

▼試験日 第1次試験日…6月

11日(日) 第2次試験日…7

月12日(水) 19日(水)のい

ずれか ▼受験資格 ①昭和62

年4月2日～平成8年4月1日

生まれの人 ②平成8年4月2

日以降生まれの人で次に掲げる

人 ①大学を卒業した人及び平

成30年3月までに大学を卒業す
る見込みの人 ②人事院が①に

掲げる人と同等の資格があると

認める人 ▼試験の程度 大学

卒業程度 ▼申込方法 原則イ

ンターネット申込み ([http://](http://www.jinji-shiken.go.jp/juken.html)

www.jinji-shiken.go.jp/juken.html

へアクセスし、説明に従っ

て入力) ▼申込期間 3月31日

(金) 午前9時～4月12日(水)

受信有効

▼インターネット申込みについ

て…人事院人材局試験課(午前

9時30分～午後5時(平日のみ)

☎03-3581-5311

▼右記以外の問い合わせ…関東信越

国税局人事第二課試験係(平日のみ)

☎048-600-3111

●水稲の「育苗箱施用剤」 による病害虫防除

市内でイネ蒔葉枯病が発生
し、今後更なる拡大が懸念され
ており、ウイルスを媒介するヒ

メトビウンカの防除が重要と

なっています。発病すると収量

が大幅に減収する可能性があります

▼適切な防除を実施しましょう。

▼水田農業振興課(本庁3階)

☎23-1800

農業普及センター

☎24-9214

募集

いけばな親子体験教室

▼日時 4月15日(土)～12月

23日(土) 午前10時～正午(お

おむね第2土曜日 全10回) ▼

場所 しもだて地域交流セン

ター「アルテリオ」クラフト

室 ▼対象 幼稚園年長～小

学6年生と保護者 ▼費用 1

回500円(花代)、発表会

800円

▼申込 いけばな教室かんよう会

☎22-7371

カルチャー講座5月開講受講生

各講座とも…▼場所 しもだて

国民年金保険料が後払いできる 学生納付特例制度

学生本人の収入が一定額以下のときには、申請により保険
料の納付が猶予される「学生納付特例制度」があります。

対象 大学(大学院)、短期大学、高等学校、高等専門
学校、専修学校及び各種学校など(夜間・定時制課程
や通信課程の学校も対象)に在学する20歳以上の学
生で、学生本人の前年の所得が118万円以下の人(修
業年限1年以上。一部対象外の学校あり)

年金の取扱い 学生納付特例が承認された期間は、年
金を受給するための期間には反映されますが、将来受
給される老齢年金の額には計算されません。追納する
ことによって老齢年金額に計算されます。

※承認を受けてから10年以内は、後からさかのぼって保険
料を納めることが可能。承認を受けた期間の翌年度から起算
して3年度目以降は当時の保険料に加算金がつくため、早め
に追納してください(市役所又は年金事務所ですぐ必要)。

必要品 ①年金手帳 ②在学期間の確認できる学生証の写
し又は在学証明書 ③認印(本人が署名する場合には不要)

申請手続 平成29年度の申請は4月から下館年金事
務所、市役所市民課又は各支所(関城・明野・協和)で受
付(申請は毎年必要)。

※日本年金機構からはがき形式の申請書が送付された人は、必要事項を
記入のうえ返送することで、平成29年度の申請が可能。はがきが送付
されない人、初めて申請される人などは窓口で申請が必要。※学生納付
特例の承認期間は、4月又は国民年金資格取得月から翌年3月まで。

▼下館年金事務所 ☎25-0829/市民課 ☎24-2101

地域交流センター「アルテリオ」

▼対象 市内在住者又は在勤者

▼申込み 4月9日(日)まで

に地域交流センター(月曜休)

に電話又は直接申込(初心者優

先。応募多数の場合抽選。応募

少数は開催しないこともあり)

【茶道講座 石州流 宗猿系(第

1・第3日曜日 全10回) ▼

日時 5月7日(日)～9月17

日(日) 午後1時30分～3時30

分 ▼定員 10人 ▼費用 5,

000円(お菓子・お茶代)

▼持参品 袱紗、扇子、楊枝、

懐紙、白ソックス

【華道教室 小原流(第2・第

4土曜日 全10回) ▼日時 5

月13日(土)～9月30日(土)

午後1時30分～3時 ▼定員 10

相続個別相談会

意外なモノが
相続財産に…!?

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。

日程

随時開催

予約

お電話又はFAX

場所

にてご予約下さい

アドバイザー

坂入税理士事務所

〒304-0801

下妻市大園2839-1大建ビル2階

TEL:0296-30-5600

電話受付時間:平日9時～18時

www.tsukubane-law.com

定休日:土・日・祝日

茨城県弁護士会所属:門井 節夫、関 健太郎、高中 学、飯塚 夏樹

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

初回のみ60分相談無料

坂入
税理士
事務所
Sakai Licensed Tax Accountant Office

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

債務整理

交通事故

相続・遺言

〒304-0801

下妻市大園2839-1大建ビル2階

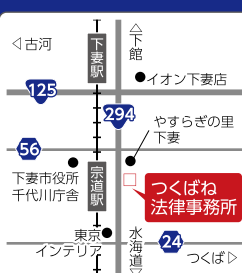
TEL:0296-30-5600

電話受付時間:平日9時～18時

www.tsukubane-law.com

定休日:土・日・祝日

茨城県弁護士会所属:門井 節夫、関 健太郎、高中 学、飯塚 夏樹



参加者募集!

元気ぷらす教室

介護予防のために筋力アップや筋力維持を目指す運動教室です。
■時間＝午前の部：午前10時～11時30分／午後の部（□色）：午後2時～3時30分 ■対象＝市内在住の65歳以上で医師による運動制限のない人 ■内容＝スポーツインストラクターによる運動指導・専門家による健康指導 ■参加無料

【問い合わせ】 筑西市社会福祉協議会
下館本所 ☎22-5191
関城支所 ☎20-3310
明野支所 ☎52-1381
協和支所 ☎57-3888

地区	会場	開催予定日
下館	市総合福祉センター (小林) 午前	月3回月曜日
	市総合福祉センター (小林) 午後	※午前・午後どちらか
	伊讃公民館	第4金曜日
	川島公民館	月3回木曜日
	養蚕公民館	第2・4金曜日
	五所公民館	第1・3水曜日
	中公民館	第2・4火曜日
	河間公民館	第2金曜日
	大田公民館	月3回水曜日
	嘉田生崎公民館	第3金曜日
関城	関本公民館	月3回木曜日
	河内公民館	第1・3火曜日
	黒子公民館	第2・4火曜日
明野	明野いきがいセンター	月3回月曜日
	宮山ふるさとふれあい公園	第1・3金曜日
協和	協和ふれあいセンター (久地楽)	月3回火曜日
	協和ふれあい健康プラザ (小栗)	第1・3木曜日
	協和公民館	第2・4水曜日

10人 ▼費用＝1回1,000円 (花代) ▼持参品＝花ばさみ、花包み、エプロン、筆記用具など
【初心者】のヨガ講座 (おおむね第1・第3木曜日 全10回)
▼日時＝5月11日 (木) ～ 9月21日 (木) 午後1時30分～3時
▼定員＝50人 ▼費用＝無料
▼持参品＝ヨガマット (バスタオル可)、汗ふきタオル、動き

やすい服装、飲み物
【ちびっこ合唱隊 (おおむね第2・第4土曜日 全15回)】
▼日時＝5月13日 (土) ～ 12月9日 (土) 午前10時～11時30分
▼対象＝4歳～小学6年生 (小学2年生以下は保護者同伴) ▼定員＝20人 ▼費用＝無料
【申問】 地域交流センター (月曜休) ☎23-1616

高齢者学級生募集

なかまと一緒に、趣味や健康づくりで楽しみませんか?
■日程＝4月～平成30年3月 (月1回程度) ■場所＝各地区公民館 ■対象＝市内在住で60歳以上の人

申込先	電話番号
関本公民館	☎37-6626
河内公民館	☎37-6556
黒子公民館	☎37-6809
明野公民館	☎52-5333
協和公民館	☎57-2515

申込先	電話番号
しもだて地域交流センター	☎23-1616
伊讃公民館	☎25-1794
川島公民館	☎28-5604
竹島公民館	☎25-1790
養蚕公民館	☎25-1452
五所公民館	☎22-6130
中公民館	☎25-1887
河間公民館	☎25-1434
大田公民館	☎22-6132
嘉田生崎公民館	☎22-6131

樋口一葉文学講座 (文学散歩)

▼日時＝5月7日 (日) ～ (月) 1回 第1日曜日 午後2時～4時 ▼場所＝協和公民館 ▼講師＝桐原光明氏 (長塚節研究会) ▼内容＝『たけくらべ』『ごりえ』『十三夜』『日記』などの作品鑑賞、一葉記念館などへの文学散歩、一葉ゆかりの筑西市などの人物について学ぶ (吉江政次、西村釦之助、穴沢清次郎、飯村丈三郎) ▼費用＝資料代など
【申問】 大山 岩淵 ☎57-2409 ☎57-4498

「筑西市郷土史を考える」委員会

▼日時＝5月13日 (土) ～ (毎月2回 第2土曜日・第4日曜日) 午前9時30分～11時30分 ▼場所＝しもだて地域交流センター「アルテリオ」 ▼費用＝年会費4,000円 (資料代) ▼内容＝太平洋戦争、夏目漱石と奥田悌、二宮金次郎、与謝蕪村、桜田門外の変と天狗党の挙兵、加波山事件、青木繁、北畠親房、親鸞などについて学ぶ
【申問】 筑西市郷土史を考える会 桐原 ☎24-6450 杉山 ☎24-7676

ウォーキング・ハイキング

【4月2日 (日) 市民ウォーク】 ▼集合＝県西総合運動公園・午前9時 ▼内容＝運動公園からザ・ヒロサワ・シテイマラソンコースを歩く ▼費用＝無料
【4月5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時受付 ▼内容＝膝腰背筋鍛錬 バラエティウォーク 費用＝無料 (イオンからの提供品あり) ※毎月第1水曜開催
【申問】 イオンモール下妻 ☎30-1700

【4月9日 (日) 梨の花まつりウォーク】 ▼集合＝ペアーノ (市生涯学習センター) 駐車場
【4月23日 (日) 総会プレウォーク】 ▼集合＝関城体育館前・午前8時
【毎月第1・第3木曜日 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 ▼費用＝無料
【筑波山登山教室・ノルディックウォーク教室】 ▼費用＝無料
【申問】 市ウォーキングクラブ連合会 鳥生 ☎080-1109015 FAX 20-3386 ☎20-3386

土地建物登記 会社登記
各種許可申請 測量全般
債務整理手続 相続手続

財産管理のパートナー

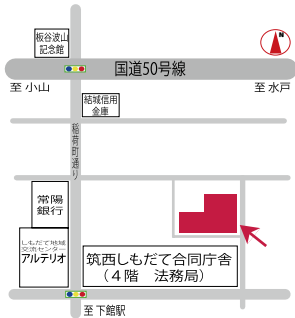
司法書士 行政書士 土地家屋調査士

堀江潔事務所

筑西しもだて合同庁舎北隣 (筑西市丙136-6)

Tel 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。



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

○相談料

弁護士 菊池祥明 (茨城県弁護士会所属)

1時間以内 5,000円

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

ASKスポーツクラブ館西

《バドミントン、卓球、ビーチボールバレーなどの軽スポーツ、ヨガ・バランスボール・太極拳教室を行っています。見学大歓迎！》

【日時】4月13・20・27日(木)、14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

古文書に親しむ会会員

年2回(5月・10月)の移動研修と、12月に食事も開催。お気軽に参加してください。

▼日時 毎月第3日曜日 午後1時30分～4時30分 ▼場所 中央図書館和室 ▼申込み 随時受付

申問 高橋 ☎24-5957

筑西リズム体操下館教室生

▼日時 4月4日(火) 午後1時30分～3時(毎週火曜日 全12回) ▼場所 下館トレーニングセンター ▼講師 竹江みゆき氏 ▼対象 市内在住・在勤の女性 ▼費用 3,000円 ▼持参品 バスタオル又はヨガマット ▼申込み 直接会場受付

申問 筑西リズム体操下館教室 生井 ☎24-2877

イベント

関本肥土第5回浦島草まつり

琵琶の弾き語りなどの各種ステージ、ポニーのふれあい体験、肥土名物にらうどんと抹茶(ごぼうの甘納豆付)の無料配布などを行います。

▼日時 4月16日(日) 午前10時～午後3時 ▼場所 本郷集落内竹林と本郷農村集落センター(関本肥土) 関本肥土会 岩崎 ☎080-1156-00592

親子で学び、楽しく遊べる子育てイベント

【主催】筑西市地域女性団体連絡会 【新庁舎で遊びましょう】 ▼日時 4月19日(水) 午前10時～午後2時 ▼場所 しもだて地域交流センター「アルテリオ」 ▼対象 1歳～6歳の幼児と保護者 ▼費用 親子1組200円(保険・昼食込) ▼定員 30組 ▼申込期限 4月13日(木)まで 申問 下館支部 石嶋 ☎28-3794

子育てセミナー

テーマ「子供とおけいこ 勉強が好きな子に育てるには」

▼日時 4月14日(金) 午前10時～11時30分 ▼場所 結城市民文化センター「アクロス」展示室 ▼講師 佐々木裕子氏(一社)倫理研究所 ▼費用 200円(託児あり) 申問 家庭倫理の会 茨城西 宮田 ☎32-6660

しもだてアパートメントでお茶会vol.7

春の和風マフィンと下館珈琲。おはぐろ団子のつぶ餡と黒蜜使様のマフィンと、下館珈琲のセットがワンコイン。そのほか、「喫茶ばるれつと」が季節野菜のちらし丼を販売(限定15食)。持ち帰り用のお菓子・珈琲の販売もあり。お気軽にどうぞ。

▼日時 4月17日(月) 正午～午後5時 ▼場所 しもだてアパートメント(下館大町郵便局隣) 申問 ☎090-8052-5730

犬・猫の譲渡会

▼日時 4月16日(日) 午前10時～正午 ▼場所 下館庁舎(旧市役所本庁舎) 駐車場 ※譲りたい人は、4月9日(日)から事前申込が必要。スタッフ募集中です。

申問 アニマルプランズ ☎090-9641-1857

たまり場楽校

★以外は「たまり場・たろう」で開催。
【たまり場かふえ】 ▼日時 4月1日・15日(土)、5日・12日・19日・26日(水) 午前11時～午後5時 ▼参加費 100円～500円
【お気軽ギター弾き語り教室】 ▼日時 4月3日・17日(月) 午後2時～4時 ▼参加費 300円 ▼持参品 ギター
【お気軽ウクレレ教室】 ▼日時 4月7日・21日(金) 午後2時～4時 ▼参加費 300円(ウクレレの用意あり)
【勝手にたまり場楽校始業式】 ▼日時 4月8日(土) 午前11時～午後1時 ※昼食は各自持参
【もったいない倶楽部ちくちく針仕事】 ▼日時 4月8日(土) 午後1時30分～4時 ▼参加費 300円
【アキラの説法カフェ】 ▼日時 4月14日(金) 午後2時～4時 ▼参加費 300円
【手仕事工房】 ▼日時 4月28日(金) 午後2時～4時 ▼参加費 300円
【筆遊び教室】 ▼日時 4月29日(土) 午後2時～4時 ▼受講料 1,000円
【★昭和の歌声カフェ】 ▼日時 4月30日(日) 午後1時30分～3時30分 ▼参加費 200円 ▼場所 レストラン下館(菅谷) 申問 小松崎 ☎090-1797-3045

梨の里版画展

▼日時 4月19日(水)～22日(土) 午前10時～午後5時(初日は正午～) 最終日は午後4時まで ▼場所 スピカ地下1階 多目的スペース 申問 武藤 ☎090-7709-8601

まちづくりカフェピーチ

【親子リトミック・ピーチひろば】 ▼日時 4月18日(火) 午前10時～11時30分 ▼対象 未就学児とその保護者 ▼定員 20人 ▼講師 檜山祐子氏 ▼持参品 バスタオル、飲み物 ▼参加費 500円 申問 NPO法人地球の保健室 檜山 ☎090-88008-10552
【ピーチ・ピーズ教室】 ▼日時 5月4日・18日(日) 午前10時～午後1時(第3木曜日) ▼講師 福田博子氏 ▼定員 各回5人 ▼持参品 はさみ、小物入れ、メジャー(ある人) ▼費用 材料費(各自) 申問 NPO法人地球の保健室 福田 ☎080-6593-6386
【ピーチこどもまつり】 ▼日時 4月23日(日) 午前10時～11時 ▼定員 親子15組 ▼持参品 飲み物 ▼参加費 無料
【うたええピーチひろば】 ▼日時 5月5日(金) 午前10時～11時 ▼持参品 マイカップ、スリッパ ▼参加費 200円(80歳以上無料) 【英語であそぼ・楽しい英語教室】 ▼日時 5月6日(土) 4歳～7歳長さん・午後1時30分～小学生・午後2時40分 ▼定員 各15人 ▼持参品 飲み物 ▼参加費 無料 申問 NPO法人地球の保健室 ☎090-11034-10117

読み聞かせ

【対象】幼児・児童・保護者
【協和おはなし会】 ▼日時 4月1日(土) 午前10時30分～11時30分 ▼場所 協和公民館和室 申問 小林 ☎57-13046
【夢の国】 ▼日時 4月8日(土) 午後2時～3時 ▼場所 関本公民館図書室 申問 小川 ☎37-37229
【野ばらの会】 ▼日時 4月15日(土) 午後2時～3時 ▼場所 中央図書館おはなしコーナー ▼内容 「はけたよはけたよ」(絵本)、「びっくりたまごはだれのもの」(紙芝居) ほか 申問 鶴見 ☎24-18376

あけの元気館 教室申込一覧 甲 甲けの元気館 ☎52-7111

申込 開始日	教室名 時間	料金 入館料	レッスン開始日 期間・回数	電話 定員
4月1日 (土) 13:00～	シェイプアップ教室 19:30～20:30/ 19:30～20:15	4,000円 —	4月13日(木)～ 5月25日(木)・12回	不可 25人
	女性のためのヨガ 19:30～20:45	10,000円 300円	4月10日(月)～ 5月29日(月)・8回	可 12人
	幼児・小学生運動教室 17:00～18:00、18:10～19:10	8,000円 —	4月11日(火)～ 5月30日(火)・8回	不可 15人
4月15日 (土) 13:00～	Gガール 19:00～20:00	8,000円 300円	5月6日(土)～ 6月24日(土)・8回	不可 15人
	成人はじめてスイミング 12:30～13:20	8,000円 300円	5月9日(火)～ 6月27日(火)・8回	不可 8人
	成人初級水泳 14:30～15:20	8,000円 300円	5月9日(火)～ 6月27日(火)・8回	不可 8人
	成人種目別水泳教室 20:00～20:45	4,000円 300円	5月13日(土)～ 6月3日(土)・4回	不可 12人
	ジュニア水泳教室 8:45～9:45	10,000円 —	5月6日(土)～ 6月24日(土)・8回	不可 20人
	幼児・小学生わくわく水遊び 17:00～18:00	6,000円 —	5月9日(火)～ 6月13日(火)・6回	不可 10人

※詳細は <http://akenogenkikan.jp/> をご覧ください。

結 婚 相 談 会

日時 4月23日(日) 午後1時～4時30分 (1人30分～45分) **場所** しもだて地域交流センター「アルテリオ」
対象 結婚を希望する独身男女12人程度 **持参品** 身分証明証(運転免許証・健康保険証可)、写真(L判)
※公開プロフィールカードの作成希望者 費用 無料 申込期間 4月10日(月)～19日(水) **※予約制・先着順**
甲 甲けの元気館 いばらきマリッジサポーター県西地域活動協議会(正午～午後7時)
 森川 ☎090-1039-9811 長屋 ☎090-6122-5677
 後援: 筑西市、桜川市、下妻市、結城市、(一社) いばらき出会いサポートセンター

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
平成29年2月現在
相談件数1,028件 セミナー受講者数1,118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 甲けの元気館 いばらき県西若者サポートステーション
 ☎54-6012

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対応方法を学び、同じように悩んでいる家族と話し合う教室です。依存症本人の回復のヒントがみつかるようにご利用ください。(初回の参加は申込先へ確認してください。)
▶日時=4月14日(金) 午後1時30分～3時30分 ▶場所=筑西保健所
※教室の開催日の午前中には専門相談を設けています(要予約)。
甲 甲けの元気館 筑西保健所 ☎24-3965

ひきこもり相談

▶日時=4月27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 甲けの元気館 筑西保健所 ☎24-3965

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)で苦しめられて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=4月19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 甲けの元気館 アイネット 浅沼 ☎22-2441

生活の困りごと相談(市) *秘密厳守・無料 *法律相談は先着8人まで

	相談日時	相談会場	相談員	申込み	問い合わせ
人 権 ・ 行 政	4月19日(水) 午前10時～正午	明野支所 会議室	人権擁護委員 (法務大臣委嘱)	事前申込不要 (来訪順受付)	明野支所 ☎52-1111
	4月27日(木) 午後1時～3時	下館武道館 2階	行政相談委員 (総務大臣委嘱)		人権推進課 (本庁1階) ☎24-2102
法 律	4月27日(木) 午後1時～4時		弁護士	4月17日(月) 午前9時～電話予約	広報広聴課 (本庁4階) ☎24-2172

生涯学習奨励単位／健康づくり奨励単位認定該当事業

健康運動教室 (筑西はつらつバラエティー体操)

地区	開 催 日	会 場
下館	4月7日・21日(金) 13:30～15:00	しもだて地域交流センター「アルテリオ」会議室A
	4月6日・13日・20日・27日(木) 13:30～15:00 ※上履き持参。6日は男性のみ。 20日は認知症予防体操教室。	下館武道館1階
関城	4月5日・19日(水) 13:30～15:00	ペアーノリハーサル室
	4月4日・18日(火) 13:30～15:00	あけの元気館健康体操室
明野	4月11日・25日(火) 13:30～15:00	宮山ふるさとふれあい公園ホール
	4月26日(水) 13:30～15:00 ※認知症予防体操教室。上履き持参。	明野いきがいセンター多目的ホール
協和	4月7日・21日(金) 13:30～15:00	協和ふれあいセンター集会室
	4月28日(金) 10:00～11:30 ※認知症予防体操教室。上履き持参。	

▶対象=「均衡(バランス)のとれた体力づくり」に関心のある人 ▶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 ※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参加できます。 **※予約不要**
甲 健康づくり課 ☎22-0506
 市健康運動普及委員会会長 鳥生 ☎080-1090-5748

シルバーリハビリ体操教室

地区	開 催 日	会 場
下館	4月4日・11日・18日・25日(火) 13:30～15:00	下館武道館1階
	4月14日・28日(金) 13:30～15:00	しもだて地域交流センター「アルテリオ」集会室
関城	4月11日・25日(火) 10:00～11:30	総合福祉センター2階多目的ホール
	4月4日・18日(火) 10:00～11:30	ペアーノリハーサル室
明野	4月3日・17日(月) 13:30～15:00	あけの元気館健康体操室
協和	4月5日・19日(水) 13:30～15:00	協和公民館ホール

▶対象=おおむね60歳以上 ▶服装=動きやすい服装 ▶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参加できます。 **※予約不要**
甲 健康づくり課 ☎22-0506 ※4月1日以降は地域包括支援センター(☎24-2115)に変更

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。▶日時=毎週月・水・金曜日の午後1時～5時(祝日除く)▶場所=市青少年センター(スピカ3階) **甲 甲けの元気館** ☎24-6081(直通)

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
4月11日(火) 午前9時～10時30分	筑西保健所	☎24-3965
4月13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
4月24日(月) 午後3時～5時	筑西保健所	☎24-3965

法律相談(社協) *要予約 *秘密厳守・無料

相談日時	相談会場	相 談 員
4月21日(金) 午前10時～正午	関城老人福祉センター(藤ヶ谷)	弁護士
予 約	4月7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)	