

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

案内

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（木）～12月28日（月）※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

申請障がい福祉課（本庁1階）

☎24・2105

児童扶養手当の現況届を提出してください

児童扶養手当の現況届を提出していない人は、1月支払いの手当が受けられなくなり、早めの提出をお願いします。

なお、未提出のまま2年間経過すると、受給権がなくなり、すのでご注意ください。

申請こども課（本庁1階）

☎24・2104

「戦没者等の遺族に対する特別弔慰金」の請求受付

戦没者などの遺族に、第11回特別弔慰金が支給されます。

▼対象Ⅱ令和2年4月1日（基準日）において、「恩給法による公務扶助料」や「戦傷病者戦没者遺族等援護法による遺族年金」などを受ける人（戦没者などの妻や父など）がいない人で、戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人など

※支給対象者によって必要な申請書類が異なりますので、事前に社会福祉課に相談してください。

▼支給内容Ⅱ額面25万円、5年償還の記名国債

▼請求期限Ⅱ令和5年3月31日まで

※新型コロナウイルスの感染拡大が危惧されています。請求期間には余裕がありますので、来庁の時期には十分ご注意ください。

▼請求方法Ⅱ社会福祉課又は各支所窓口で

※郵送での申請も可能です。詳しくは問い合わせください。

申請社会福祉課（本庁2階）

☎22・0525

ワークステーション

仕事駅ちくせい

をご利用ください
筑西市就労支援・企業情報発信サイト

「ワークステーションちくせい」は、市内企業の製品・サービスなどの企業情報や求人情報の発信、検索ができるサイトです。就職支援情報や事業者向けの補助制度なども発信しています。

事業者のメリット

- ①求人情報や企業情報（自社製品PR）を自由に掲載することができます。例えば、ハローワークなどへの求人と併用し、広く募集をするときにおすすめです。
- ②その他にも、企業見学（インターンシップ情報）や企業からのお知らせなど幅広く活用できます。



新規登録方法は
こちら



活用方法は
こちら

登録料・利用料
無料



求職者のメリット

雇用形態や業種などの条件を指定して、検索することができます。

求人情報や企業情報を簡単に検索することができます！



ホームページはこちら

ワークステーションちくせい

検索

関商工振興課（本庁3階）☎54-7011



令和3年度 入園・入所 申込みを開始します



保育施設の利用案内について

令和3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」を受けると同時に、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（木）から配布します。市ホームページからもダウンロードできます。申込時に申請者のマイナンバーを確認します。マイナンバーカードや通知カードなど、マイナンバーがわかるもの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5日（木）～12日（木）……7日（土）、8日（日）はこども課でのみ受付。

【2次募集】2月8日（月）～10日（水）

※受付時間など、詳細は後日お知らせします。

申請こども課（本庁1階） ☎24-2104

市内認定こども園（幼稚園部分）の園児募集

10月1日（木）から、市内認定こども園の令和3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2日（月）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
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
たけのご保育園	吉田653-1	52-7788
ときわの杜	横塚795	57-1515
協和なかよし園	門井1975-4	57-5588
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

施設名	住所	電話番号
筑子ファミリア保育園	西方1359-1	23-1212
西方いずみ幼稚園	西方1813-21 ※来年度移設予定	24-0409
石田保育園	西石田1186	24-3525
大和保育園	下中山360-10	24-0698
ヒロワ・シティこども園	村田2108-1	47-8111
はぐろ保育園	岡芹2086	24-9131
下館聖母	本城町甲301-4	22-3565
愛泉いずみこども園	二木成1273	22-2843
筑子保育園	下中山589-1	24-0252
下館幼稚園	本城町甲375	22-4115
英光幼稚園	女方241-1	28-0652

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27年4月2日～平成28年4月1日生	平成28年4月2日～平成29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18日（日）～20日（火） 午前9時～午後3時	
問い合わせ	明野幼稚園 ☎52-0147	

【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連絡をお願いします。

子育て世帯への 臨時特別給付金

公務員以外の人には、7月2日に給付金を振り込みました。公務員は申請が必要です。もなく期限となりますので、お早めに申請をお願いします。

▼申請期限 9月30日(水)
▼提出場所 2こども課

※郵送でも申請できます。各支所、川島出張所では受け付けできません。

【申問】こども課(本庁1階)
☎24・2104

ダメ！不正軽油

ディーゼル自動車に使用する軽油には1リットルあたり32・1円の軽油引取税が課せられ、みなさんの生活の向上のために使われます。

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。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。

【申問】筑西県税事務所

☎24・9192

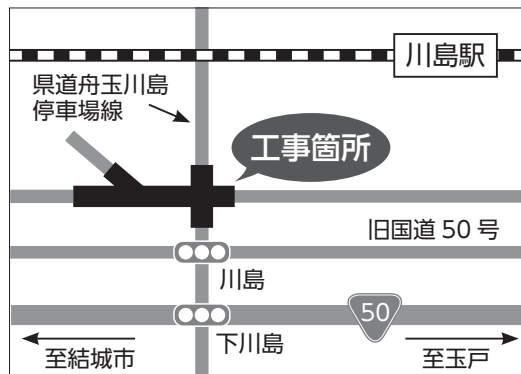
不正軽油110番

☎0120・241・744

水道工事による 交通規制

老朽化した水道管の布設替工事に伴い、県道舟玉川島停車場線の交通規制を行います。ご迷惑をおかけしますが、ご協力をお願いします。

▼期間 9月上旬～12月上旬



【申問】水道課(本庁3階)
☎22・0501

公共下水道・農業集落 排水の接続補助金

▼対象 供用開始から3年以内の区域で、本年度中に接続工事を完了する人

※4年以降も対象となる場合があります。

▼補助額 税抜工事費20分の3

に相当する額(上限3万円) ※霞ヶ浦流域内の接続者は、県補助金(最大32万円)を上乗せできる場合があります。詳しくは問い合わせてください。

【申問】下水道課(本庁3階)

☎22・0503

農業集落排水課(本庁3階)
☎20・1163

排水設備を正しく 使しましょう

下水道は流すものに十分注意して使用することで、故障の原因を減らすことができます。次のことに注意した使用をお願いします。

①油や残飯を流さない

残飯などを流すと排水管の詰まりや水質の悪化、下水処理場の機能低下を引き起こします。また、グリーストラップなどの除害施設がある場合には、こまめに清掃してください。

②有害物質を流さない

ガソリン、シンナーなど揮発性の高い危険物を流すと、排水管を傷めるだけでなく、爆発の原因につながります。

③水洗トイレにはトイレトペーパー以外のものは流さない

水に溶けない紙や紙おむつ、たばこやガムなどを流すと詰まりの原因となります。

りの原因となります。
【申問】下水道課(本庁3階)
☎22・0503

市税の徴収猶予制度

新型コロナウイルス感染症の影響により収入に相当の減少があった人で、市税などを一時に納付することができない場合、徴収猶予(納税の先送り)を受けけることができますので、ご相談ください。

【申問】収入課(本庁2階)

☎24・2316

不動産取得税について

土地や家屋を売買、贈与、交換などにより取得したときや家屋を新築したときは、不動産取得税が課税されます。

税額は、課税標準額(固定資産課税台帳に登録されている価格又は固定資産評価基準により評価し決定した価格)に、土地又は住宅を取得した場合は3%、住宅以外の家屋を取得した場合は4%をそれぞれ乗じた額です。ただし、宅地及び宅地評価土地を令和3年3月31日までに取得した場合は、課税標準額が2分の1に軽減されます。
住宅や住宅用土地を取得した人は、一定の要件のもとで税額

が軽減される場合があります。
【申問】筑西県税事務所課税第二課
☎24・9197

秋の全国交通安全運動

～夜道こそ 自分をアピール 反射材～
9月21日(月・祝)から30日(水)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。

【運動重点】

①子供を始めとする歩行者の安全と自転車等の安全利用の確保
②高齢運転者等の安全運転の励行
③夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転等の危険運転の防止

【申問】市民安全課(本庁2階)
☎24・2131

犬・猫の避妊去勢手術 助成

▼助成頭数 先着1,000頭
▼助成対象 9月1日以降に茨城県獣医師会の動物病院で避妊・去勢手術を受けた犬、猫の飼い主(県内在住の人)

▼助成金額 2,000円/1頭

【申問】(公社)茨城県獣医師会
☎029・241・6242

●新しい働き方・休み方が始まっています

時間単位の年次有給休暇を導入しましょう

新型コロナウイルス感染症対策として、新しい生活様式が求められています。

新しい働き方、休み方を実践するためには、事業主による時間単位の年次有給休暇制度や年次有給休暇の計画的付与制度の導入が効果的です。

詳しくは問い合わせください。

☎茨城労働局雇用環境・均等室
029・277・8294

●福祉のつどいの開催中止

毎年10月に開催している「福祉のつどい」は、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、開催中止とします。

☎関市社会福祉協議会
022・3760

●募 集

●ヘルシーメニュー

外食でも健康を考えた食事を選択することができますように、

飲食店や給食施設などで活用できる「おいしく減塩&手軽に野菜がとれる一品メニュー」を募集します。入賞者には賞状及び記念品を贈呈します。

▼応募条件 ①次の①～③全てを満たすこと

- ①野菜量70g以上で食塩量1.2g以下の主菜又は野菜量70g以上で食塩量0.5g以下の副菜いづれか1品
- ②1品の調理時間30分以内
- ③1次審査を通過した場合に、2次審査会場(日立市)で作品の調理ができる人

▼対象 県在住又は在勤・在学の人

▼申込期限 10月16日(金)

※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。



☎申問 (公社) 茨城県栄養士会
ヘルシーメニュー募集担当
029・228・1089

●市子ども・子育て会議委員

任期満了に伴い、新たな委員を募集します。

この会議は、子育て支援に意欲のある市民が参画し、子育て支援の施策に関する幅広い提言や、市子ども・子育て支援計画

の策定及び実施について審議するものです(報酬あり)。

▼募集期間 9月16日(水)～10月2日(金)

▼応募条件 市内在住の子育て経験者で、子育て支援に意欲のある人(委嘱期間中も引き続き市内在住予定の人)

▼定員 3人程度

▼委嘱期間 2年間

▼会議開催回数 年2回程度

▼申込方法 応募用紙に必要事項を記入し、こども課へ直接持参、郵送、FAX又はメールで

※応募用紙は、こども課窓口、各支所、川島出張所に設置のほか、市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)
024・2104 024・2209

☎kodomom@city.chikusei.jp

●筑西地域職業訓練センター

フラワーアレンジメント

1 DAY レッスン「秋の野山をイメージして生けよう」

▼日時 10月17日(土) 午前9時～正午

▼定員 20人

▼講師 安藤和代氏(フラワー

装飾一級技能士)

700MHz利用推進協会によるテレビ受信対策工事

テレビ放送がアナログ方式からデジタル方式に移行したことにより余った電波帯域(700MHz帯)を、10月8日(木)から、携帯電話事業者が携帯電話の通信に使用する予定です。これに伴い、一部地域でテレビ映像が「乱れる」、「映らない」などの受信障害が発生する可能性があります。そのため、700MHz利用推進協会が影響を防止するための対策工事を行います。

【700MHz 利用推進協会の対応】

受信障害が発生する可能性がある地域のご家庭へは、お知らせチラシが投函されます。

10月8日(木)以降に受信障害が発生しましたら、下記のコールセンターまでご連絡ください。無償で対策工事を行います。

※対策工事にかかる費用を工事業者などが請求することは一切ありません。

問い合わせ

700MHzテレビ受信障害対策コールセンター 午前9時～午後10時(フリーダイヤル) 年中無休

☎0120-700-012

※IP電話などで上記番号につながらない場合は、☎050-3786-0700にお掛けください。



詳しくはホームページをご覧ください。

▼受講料 4,000円(材料費込)

▼申込期間 9月14日(月)～10月7日(水)

【後期ヨガ教室(木曜・全11回)】

▼期間 10月8日(木)～令和3年3月25日(木) 第2、第4

木曜午後7時30分～8時30分

▼定員 15人

▼講師 松田文平氏(ヨガインストラクター)

▼受講料 6,500円

▼申込期間 9月14日(月)～10月2日(金)

☎申問 筑西地域職業訓練センター
0296・75・1254

参加無料

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。

開催日時

10月11日(日) 午後1時30分～4時

場所

アルテリオ集会室

定員

30人

対象

空き家問題に関心がある人や空き家所有者

申込方法

申込用紙に記載し、10月2日(金)までにFAXで
※申込用紙は空き家対策推進課(本庁2階)窓口に設置のほか、ホームページからもダウンロードできます。



申込 ㈱住教育推進機構茨城支部
☎43-9591 FAX44-6510

参加無料

子育て講座「ほめ方・かかわり方」

～子育てがちょっとラクになるヒント～

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。

開催日時

10月5日(月) 午前10時～11時30分

場所

明野保健センター

定員

15組

対象

1歳6か月から3歳の幼児と保護者

持参品

母子健康手帳

申込方法

10月1日(木)までに電話で

申込 母子保健課(本庁1階) ☎24-2115



イベント

筑西リズム体操下館教室無料体験会

日時 9月29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、直接会場へ

申込 筑西リズム体操 鈴木

☎52-2839

えほんのひろば

日時 9月24日(木) 午前10時30分～

場所 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「のりもの」、絵本『でんしゃごっこ』ほか

申込 未来ネットボランティアサークル ☎24-8070

読み聞かせ「あすなるの会」

日時 9月27日(日) 午後2時～

場所 中央図書館おはなしコーナー

申込 あすなるの会 手面

☎24-4547

読み聞かせ「協和おはなし会」

日時 10月3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(児童)と保護者

申込方法 電話で

申込 協和おはなし会 小林

☎57-3046

母親リフレッシュ企画「子育て支援企画」

アロマ芳香剤作り体験

日時 9月23日(水)

場所 ジュエリー体験

日時 9月30日(水)

いずれも…

時間 午前10時～11時30分

場所 Tea Room Jasmine (川澄)

申込方法 電話で ※要予約

申込 NPO法人いちなごみ市塚

☎090-4810-9851

市民ウォーク

健康づくり奨励単位認定事業

日時 10月4日(日) 午前8時～10時

集合場所 県西総合公園東正面ゲート

内容 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ウォーキング実践(約6km)

対象 市内在住の人(5～6km歩ける人)

持参品 飲み物、帽子 ※参加無料、予約不要

申込 市健康運動普及員会長 鳥生

☎080-1090-5748

相談

無料税務相談

日時 10月7日、21日(水)

午後1時30分～4時30分

場所 スピカビル2階204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

横井 ☎32-5125

生活習慣病予防のための栄養相談

日時 10月7日・21日(水) 午前9時30分～

場所 健康増進課窓口

※相談無料、要予約

申込 健康増進課(本庁2階)

☎22-0506

「いこくじん」
「なごりせ」相談

▼日時 9月24日(木) 午後2時～5時

▼場所 2階 303会議室

▼相談員 Masako.K (メタルケアアドバイザー)

▼費用 無料

▼秘密厳守、要予約
申問 Masako.K
☎45・6608

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んでいる人は、相談してください。

相談支援

▼期日 10月21日(水)

▼期日 10月27日(火)

▼時間 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

※開催期日の変更になる場合がありますので、開催予定日の前日までに連絡してください。

申問 筑西地方家族会 古池
☎ FAX 52・2743

中小企業・小規模事業者のための「特別相談」

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている事業者向けに、市と県よろず支援拠点が連携した、経営士による無料の相談窓口を開設しています。

日時：毎週火曜日 午前9時～正午

※予約状況により、開催を中止する場合があります。必ず電話で申込みをお願いします。

場所：本庁3階303会議室

相談内容：持続化給付金、家賃支援給付金、雇用調整助成金、その他経営に関する事など

定員：1日3人

相談時間：1人1時間程度

申込方法：商工振興課に電話で

相談無料
要予約



◀詳細はホームページから

申問 商工振興課 (本庁3階) ☎54-7011

がいこくじん きゅうじつむりょうべんごしそうだん
外国人のための休日無料弁護士相談

Free Legal Consultation for Foreigners On Telephone and Video Call

県内に住む外国人の抱える問題を解決するために電話・オンライン方式による無料弁護士相談を実施します。※秘密厳守・通訳あり

日時：10月4日・11日(sun) 10:00AM～3:00PM

※受付は2:30PMまで

相談方法：電話又はビデオ通話 (LINE、Skype、Messenger)

※ビデオ通話で相談をする人は、事前に①名前、②言語、③使用する通話ツールをメールで連絡してください。

(mail : iia_consul@ia-ibaraki.or.jp)

☎ 029-244-3811



◀対応言語での説明はこちら

対応言語：日本語、英語、中国語、タイ語、タガログ語、ポルトガル語、韓国語、スペイン語、インドネシア語、ベトナム語

☎ (公財) 茨城県国際交流協会外国人相談センター ☎029-244-3811

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（水）

10月の体育館トレーニング室利用者講習会

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=①6日・20日（火）午前9時30分～
 ②2日・9日・16日・23日・30日（金）
 午後7時～
 ③11日・25日（日）午後1時30分～
- ▶定員=各先着10人（1度に2人まで申し込み可）
- ▶申込 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=①6日・20日（火）午後7時～
 ②16日（金）午前9時30分～
 ③11日（日）午前10時30分～
- ▶定員=各先着5人（1度に2人まで申し込み可）
- ▶申込 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=9月29日（火）から電話で

市体育施設 10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	31

■ 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！

消費生活センターに相談を!! 秘密厳守・無料

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。一人で悩まず、相談してください。

- ▶相談時間=平日午前9時～正午、午後1時～4時
 ※当面の間、電話相談のみとなります。
- 消費生活センター ☎21-0745

お礼とご報告

善意銀行	～市社会福祉協議会へ～
*大内ひろこピアノ教室様…2,000円 (8月15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2年7月豪雨災害義援金として *ケーブルテレビ(株)様…20,000円 *谷中 幸雄様…100,000円 *(有)コヤノ商店様…3,432円 東日本大震災義援金として *喫茶 枝おり様…3,560円 (8月17日現在)	

☐生活の困りごとと無料相談(市) ※秘密厳守

区分	人権	行政
相談日時	9月24日（木）午前10時～正午 10月8日（木）午前10時～正午	
相談会場	本庁1階東側相談室	
相談員	人権擁護委員 (法務大臣委嘱)	行政相談員 (総務大臣委嘱)
申込み	事前申込不要（来訪順に受付）	
問い合わせ	人権推進課 ☎24-2102	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	10月8日（木） 午後1時～4時	10月2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	民生委員	弁護士
申込み	来訪順	【要予約】 9月18日（金） 午前9時～ 市内在住者、先着5人
問い合わせ	直通ダイヤル ☎25-6141	社会福祉協議会 ☎22-5191

☐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	ドメスティック・バイオレンス（DV）、 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☎24-2115	



※掲載内容に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。

10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	9日(金) 13:00~14:00	明野 保健センター	当初の対象者とは異なりますので、個別に通知します
	13日(火) 13:00~14:00	下館 保健センター	
	14日(水) 13:00~14:00	下館 保健センター	
3歳児健康診査	16日(金) 12:45~14:00	明野 保健センター	
	28日(水) 12:45~14:00	下館 保健センター	
マタニティクラス ※パパママクラス	2日(金) 13:00~13:10	明野 保健センター	
健診の種類	期日・受付時間・対象		
3~4か月児健康診査	医療機関での健診になります。郵送した受診券を使って、受診してください。		
離乳食教室	今年度は開催を見合わせます。相談のある人は、下記の育児相談などを利用してください。		
1歳児健康相談			
2歳児歯科健康診査			

※健診会場では、感染症対策に十分配慮します。
☎ 母子保健課(本庁1階) ☎ 24-2115

10月の育児相談(要予約)

☆育児相談は予約制になりました。身長、体重も測定できる個別相談をぜひ利用してください。

- ▶ 日 時=10月12日(月)、22日(木)、30日(金)
9:30~11:00、13:30~15:00
※時間は予約の時にお伝えします。
- ▶ 場 所=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
※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、問い合わせてください。

☎ 母子保健課(本庁1階) ☎ 24-2115

愛の献血

月 日	場 所	時 間
10月7日(水)	協和公民館	9:30~12:00 13:00~15:30

☎ 健康増進課(本庁2階) ☎ 22-0506

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>

10月の健康運動教室(予約不要)

地区	日 時	会 場
下館	2日・16日(金) 13:30~15:00	アルテリオ 会議室A
	1日・8日・15日・22日(木) 13:30~15:00 ※1日は男性のみの教室 ※8日は筋力アップ健康運動教室 ※15日は認知症予防体操教室	下館武道館1階
関城	7日(水) 13:30~15:00	関本公民館 大ホール
明野	6日・20日(火) 13:30~15:00	あけの元気館 健康体操室
	13日・27日(火) 13:30~15:00	宮山ふるさとふれあい 公園 ホール
	14日・28日(水) 13:30~15:00	明野いきがいセンター 多目的ホール
協和	2日・16日(金)、26日(月) 13:30~15:00 ※26日は男性のみの教室	協和ふれあいセンター 集会室
	23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)
- ▶ 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、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。体調不良の場合はご遠慮ください。

☎ 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	6日・13日・20日・27日(火) 9日・23日(金) 13:30~15:00	アルテリオ集会室
	9日・23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	6日・20日(火) 10:00~11:30	ペアーノ リハーサル室
	7日・14日・21日・28日(水) 10:00~11:30	関本公民館 大ホール
明野	5日・19日(月) 13:30~15:00	明野いきがいセンター 多目的ホール
協和	7日・21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
- ▶ 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。マスクを着用して、参加してください。体調不良の場合はご遠慮ください。

☎ 高齢福祉課(本庁2階) ☎ 22-0526