

### 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

**第1号被保険者  
(65歳以上)対象**

## 介護保険料の減免・猶予制度

新型コロナウイルス感染症により介護保険料を納付することが困難となった場合に、令和4年4月分から令和5年3月分までの介護保険料の全額又は一部を減免する制度があります。

**新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者（同じ世帯の中で一番収入のある人）が下記の①又は②に該当する人**

- ①死亡又は重篤な傷病（1か月以上の治療を要する場合）を負った場合
- ②事業収入など（事業収入、不動産収入、山林収入又は給与収入）の減少が見込まれ、下記のア及びイのいずれにも該当する場合

ア 事業収入などの減少額（保険金、損害賠償などにより補填されるべき金額を控除した額）が、前年の当該事業収入などの額の10分の3以上である。

イ 合計所得金額のうち、減少することが見込まれる事業収入などに係る所得以外の前年の所得の合計額が400万円以下である。

▶ **申込期限＝令和5年3月31日（金）**

災害や生活困窮などにより介護保険料を納付することが困難となった場合に、介護保険料の減免又は徴収を猶予する制度があります。

### 災害などにより収入が著しく減少した場合

下記のいずれかに該当し、減免又は徴収の猶予が必要と認められる人

- ・震災、火災などの災害により、財産に著しい損害を受けた場合
- ・死亡又は心身の重大な障がい、長期入院したことにより収入が著しく減少した場合
- ・事業の休廃止、失業などにより収入が著しく減少した場合
- ・災害などによる農作物の不作により収入が著しく減少した場合

▶ **申請期間＝随時受付**

### 生活が著しく困窮している場合

市民税非課税世帯のうち、下記のすべてに該当し、減免が必要と認められる人

- ・世帯全員の所得金額がないこと
- ・世帯全員の前年の収入金額が生活保護基準以下であること
- ・市民税課税者に扶養されていないこと
- ・市民税課税者と生計を一にしていないこと
- ・一定額以上の預貯金や自宅以外に資産を所有していないこと
- ・保険料に未納がないこと

▶ **申込期限＝9月30日（金）**

▶ **申込方法＝申請書類を電話で申し込むか、ホームページからダウンロードして介護保険課に提出又は郵送してください。詳しくは、ホームページをご覧ください。**



【申】【問】 〒308-8616 筑西市丙 360 番地 介護保険課（本庁2階） ☎22-0528

下館地区・明野地区

成人集団健診のお知らせ

下館地区の成人集団健診、明野地区の追加健診を実施します。年に一度の健康診断を、ぜひ受診してください。受診するには予約が必要です。



費用など  
詳しくは  
こちら

| 健診日 |               | 胃がん検診 | 会場       |
|-----|---------------|-------|----------|
| 9月  | 20日（火）～22日（木） | なし    | 下館保健センター |
|     | 26日（月）        |       |          |
|     | 28日（水） ※追加健診  | あり    | 明野保健センター |
| 10月 | 17日（月）～21日（金） | なし    | 下館保健センター |
|     | 26日（水）～29日（土） | あり    |          |
|     | 31日（月）        |       |          |
| 11月 | 15日（火）～18日（金） |       |          |

電話予約 **0570-077-150**

▶受付期間 8月22日(月)～26日(金)  
午前9時～午後5時

Web予約 ※24時間受付

▶受付期間  
8月21日(日) 午前9時～  
29日(月) 正午



【問】健康増進課(本庁2階)  
☎22-0506

案内

どういふペアの開催中止

今年のどういふペアは、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止します。

関市観光協会(観光振興課内)  
☎20-1160

育児グッズプレゼント

出産後の育児を支援するため、授乳用インナーと授乳服のセット又はマザーズバックを贈呈します。

▼対象Ⅱ妊娠20週以降の妊婦

マイナンバーカード  
出張申請受付

マイナンバーカードの出張申請受付を行います。  
この機会にぜひご利用ください。

日時: 9月3日(土) 午前10時～午後4時

場所: 道の駅グランテラス筑西 総合案内すぐそば

持参品: 運転免許証、健康保険証など、本人確認ができるもの

休憩、買い物の  
ついでにお立ち  
寄りください



カードに使用  
する顔写真を  
撮影します

※申請から受取りまで1か月程度かかります。

【問】市民課(本庁1階) ☎24-2101

下館地区学校体育施設  
定期利用者会議

▼日時Ⅱ8月28日(日) 午後6時30分  
▼場所Ⅱ下館総合体育館サブアリーナ  
▼対象Ⅱ現在、下館地区内の学校体育施設を定期的に利用している団体又は今後利用を計画している団体の代表者  
▼内容Ⅱ下館地区学

▼持参品Ⅱ母子健康手帳  
▼申込方法Ⅱ直接窓口へ  
※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



小学校休業等対応助成金

【①小学校休業等対応助成金】

新型コロナウイルス感染症による臨時休校などで、仕事を休まざるをえない労働者に対して有給休暇を取得させた事業主に、助成金を支給しています。

▼対象期間Ⅱ4月1日～9月30日(金)

※取得させた期間により申請期限が異なります。詳しくは、ホームページをご覧ください。

【②小学校休業等対応助成金に関する相談窓口】



市税の納税猶予制度

災害などにより被害を受け、市税を一時に納付することができないときは、納税が猶予(納税の先送り)される場合があります。詳しくは、ホームページをご覧ください。

関 収税課(本庁2階)

☎24-2316



校施設開放会議及び予約システム説明会  
▼持参品Ⅱ体育館用シューズ、筆記用具、スマートフォン又はタブレット  
関 文化スポーツ課(本庁3階)  
☎22-0183

①を企業に利用してもらいたい労働者に対し、電話での相談を受け付けています。

▼期間 12月28日(水)まで(平日のみ)

※詳しくは、ホームページをご覧ください。



問①コールセンター

0120・876・187

②茨城労働局雇用環境・均等室  
029・277・8295

## ほっとランド・きぬ臨時休館

プールの水入替えや清掃、機械設備点検を行うため休館します。

▼期間 9月6日(火)～11日(日)

※9月5日・12日(月)は定期休館日です。詳しくは、ホームページをご覧ください。



問 ほっとランド・きぬ

030・4126

## 個人事業税第1期分の納付

個人で事業を行っている人は、所得が一定の額を超えた場合に個人事業税(県税)が課税されます。納税通知書を8月中

旬に送付しますので、忘れずに納付をお願いします。

納税に便利な口座振替制度もあります。詳しくは、問い合わせてください。

▼納期限 8月31日(水)

問 筑西県税事務所

024・9192

## 霞ヶ浦水質浄化強調月間

県では、7月18日から9月1日(木)を「霞ヶ浦水質浄化強調月間」とし、さまざまなイベントを行っています。

※詳しくは、ホームページをご覧ください。



問 霞ヶ浦環境科学センター

029・828・0960

## 募集

### 下妻特別支援学校看護師

▼勤務日 児童・生徒が登校する日の午前8時40分～午後3時(土日祝日、長期休業中は休み)

▼対象 正・准看護師の資格を持つ人

▼勤務内容 児童・生徒の医療的ケア(経管栄養・たんの吸引・導尿など)など

▼時給 1100円～1650円(資格・経験者優遇)

※交通費支給、見学可。申込方法など、詳しくは問い合わせください。

問 県立下妻特別支援学校 豊崎  
0296・44・1800

## 新型コロナウイルス感染症対応潜在看護職研修

新型コロナウイルス感染症に対応できる看護職の人材確保を目的に、研修を行います。

▼日時 10月7日(金) 午前10時～午後3時

▼場所 県西生涯学習センター(野殿) ▼対象

II 新型コロナウイルス感染症に関する看護業務に従事した又は従事を希望する看護職の人

▼内容 II 医療安全、感染管理

▼定員 II 30人 ▼参加費 II 無料

※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

問 (公社) 県ナースセンター

029・221・7021

## 看護職再就業支援研修カムバック支援セミナー

再就業への不安を解消し、円滑な職場復帰のために必要な研修を開催します。

【ステップ1: 講義研修・コミュニケーション研修】

▼期間 10月4日(火)～8日

(土) ▼場所 II 県西生涯学習センター(野殿) ▼対象 II 離職後

ブランクがある未就業看護職員又は復職後就業1年未満で看護技術に不安がある人

▼定員 II 30人 ▼費用 II 3000円(医療材料費)

【ステップ2: 実務研修】

▼期間 II 5～10日間程度 ▼内容 II 県内の施設などで看護技術の習得

【ステップ3: 試用研修】

▼期間 II 1か月以内(賃金の支給あり) ▼内容 II 実務研修で学びきれなかった看護実践技術の習得

※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

## 親子すこやか宿泊研修

県内の母子家庭の親子が、地域を越えた交流や楽しい体験ができる宿泊研修を行います。

▼日時 10月8日(土) 午後2時～9日(日) 午後1時

▼場所 II 水戸市少年自然の家(現地集合、現地解散) ▼対象 II 県内在住の年長から中学2年生までの母子家庭の親子

▼定員 II 50人 (応募多数の場合は抽選)

問 (公社) 県ナースセンター

029・221・7021

甲種防火管理者講習

【新規講習】

▼期日 II 10月19日(水)、20日(木) ▼場所 II 結城市民情報センター ▼申込期間 II 9月6日(火)～13日(火)

▼費用 II 1組500円 ▼申込方法 II 9月2日(金)までに電話で  
申問 (福) 県母子寡婦福祉連合会  
029・221・7505

## 危険物取扱者保安講習会

【オンライン講習(一般)】

▼期日 II 10月5日(水) ▼申込期間 II 9月14日(水)～21日(水)

※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) 県危険物安全協会連合会

029・301・7878

## 甲種防火管理者講習

【新規講習】

▼期日 II 10月19日(水)、20日(木) ▼場所 II 結城市民情報センター ▼申込期間 II 9月6日(火)～13日(火)

【再講習】

▼期日 II 10月19日(水) ▼場所 II 結城市民文化センターアクロス展示室 ▼申込期間 II 9月5日(月)～12日(月)

いずれも……

▼申込方法 II ホームページから

申問 筑西広域防火管理協議会

024・4589



## 「協和台原公園墓地」の新規使用者を随時受け付けています

市では、市営墓地「協和台原公園墓地」の使用者を随時受け付けています。申込みには使用資格を満たしていることが必要です。受付状況や空き区画は、市ホームページから確認できます。  
※ほかの市営墓地の受付状況などもご覧いただけます。



### 区画・使用料（1使用者につき1区画）

| 区画   | 広さ    | 使用料(許可時のみ) |
|------|-------|------------|
| 英字区画 | 4.5㎡  | 36万円       |
| 数字区画 | 9.91㎡ | 45万円       |

### 管理料 年間 3,200 円

### 使用資格

① 祭祀を主宰すべき人で、使用許可申請の日において本市の住民基本台帳に継続して1年以上記録されている人



② ①に該当せず、祭祀を主宰すべき人で、その代理人となる成年者が本市の住民基本台帳に記録されている人

【申】【問】環境課（本庁2階） ☎24-2130

### 家庭生活支援員 養成講習会

ひとり親家庭の子育て支援を行う、家庭生活支援員を養成する講習会の受講生を募集します。

▼日時 10月1日・15日・11月5日・19日(土) 午前9時30分～午後0時30分、午後1時30分～4時30分(他に3時間の実習あり) ▼場所 母子・父子福祉センター会議室(水戸市) ▼対象 ひとり親家庭の保護者で全日程参加出来る人 ▼定員 20人 ▼参加費 無料 ▼申込方法 9月9日(金)までに申込書を郵送又はFAXで

※託児あり(2歳以上、要事前申込)。申込書など、詳しくはホームページをご覧ください。



【申】(福) 県母子寡婦福祉連合会母子・父子福祉センター

☎029・221・8497

FAX 029・221・8618

〒310・0065

水戸市八幡町11・52



### 公民館体験教室

【おもしろ理科実験教室】

スライムやピーピー笛を作っ

たり、ビニールロケットを飛ばしたりしましょう。

▼日時 9月10日(土) 午前10時～正午 ▼場所 協和公民館総合ホール ▼対象 幼児から小学生とその保護者 ▼定員 10組 ▼講師 荒巻英栄氏(おもしろ理科先生) ▼参加費 300円程度 ▼申込方法 8月31日(水)までに来館又は電話で

【申】協和公民館 ☎57・2515

### ひまわりキャンドルナイト

ひまわり畑を照らし出す、キャンドルナイトイベントを開催します。昼間とは違った夜の風景をお楽しみください。

▼日時 8月27日(土) 午後6時～8時 ▼場所 明野ひまわりの里(宮山ふるさとふれあい公園周辺)

【問】市ネットワーカー協議会

会長 大竹

☎070・4149・7100

070・4149・7100

070・4149・7100

### 筑西市民ウォーク 「筑西を歩こう」

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 9月4日(日) 午前8時30分～ ▼集合場所 明野公民館 ▼対象 市内在住の人で

民館

5～7kmを歩ける人 ▼内容 ①靴の履き方、歩き方、準備体操など ②明野公民館からひまわりフェスティバル会場までをウォーキング ▼持参品 飲み物、帽子、歩きやすい服装 ▼参加費 無料 ※申込不要、雨天中止

【問】健康増進課(本庁2階)

☎22・0506

### いばらき就職・転職フェア

就職・転職希望者向けの企業説明会です。県西の企業20社から直接話を聞ける機会ですので、お気軽にご参加ください。

▼日時 9月17日(土) 午後1時30分～4時 ▼場所 日ダイヤモンドホール(玉戸) ▼対象 15歳～40代前半 ※申込不要。詳しくは、ホームページをご覧ください。

【問】NPO法人 雇用人材協会

☎029・300・1738

029・300・1738

### 保育士さんの就職 転職フェア in 筑西

保育内容や職場環境をわかりやすく説明します。市内の保育園、こども園17園が参加します。3園の説明に参加した人にはプレゼントがあります。



▼日時 9月3日(土) 午後1時～4時(お好きな時間に参加してください) ▼場所 2ダイヤモンドホール(玉戸) ▼参加費 無料 ▼申込み 原則不要(市保育研究会ホームページから申し込みをした人)は特典があります。 ※託児あり

▼市保育研究会(協和なかよし園) 中島 ☎57・5588



## 弓道体験会

武道の一つである弓道を体験してみませんか。

▼日時 9月4日(日) 午前10時～正午 ▼場所 2下館武道館弓道場 ▼対象 2県西地区在住の社会人 ▼定員 20人(先着順) ▼参加費 無料

※申込不要。運動しやすい服装で参加してください。

▼市スポーツ協会弓道部 正根寺

☎090・6018・6086

## 全日本写真連盟 第32回茨城県西支部写真展

▼日時 9月1日(木)～4日(日) 午前9時30分～午後5時(初日は午後1時から、最終日は午後4時まで) ▼場所 2スピカビル地下1階多目的スペース

▼入場料 無料

▼全日本写真連盟茨城県西支部 谷島 ☎22・6456

## 筑西母親クラブ

【さつまいも掘り】

▼日時 9月25日(日) ①午前10時～②午前11時 ▼対象 2乳幼児とその保護者 ▼定員 2①②あわせて30組 ▼持参品 2軍手、袋 ▼参加費 無料

▼申込方法 2LINEで

※場所など、詳しくはLINEでお知らせします。



▼申 2筑西母親クラブ 大谷

☎090・6547・3414

## 家庭教育セミナー

▼日時 9月7日(水) 午前10時～11時30分 ▼場所 2アルテリオセミナー室 ▼テーマ 2子どもの反抗と上手に向き合う 2幼児期ver.1 ▼定員 210人 ▼参加費 2無料 ▼申込方法 2電話で予約

▼申 2(公社)スコレ家庭教育振興協会 飯泉

☎080・5032・0305

## 筑西リズム体操 下館教室体験会

▼日時 8月30日(火)～11月

8日(火) 毎週火曜日 午後1時30分～3時(9月20日・10月11日は除く) ▼場所 2下館トレーニングセンター(二木成) ▼対象 2女性のみ ▼持参品 2ヨガマット又はバスタオル

▼講師 2竹江みゆき氏(羽田モダンバレエ研究所講師) ※初回無料、申込不要

▼申 2筑西リズム体操 鈴木 ☎52・2839

## 茨城県立歴史館

『企画展2 関東天台く東国密教の歴史と造形』

▼期間 29月4日(日) まで

▼時間 2午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで) 休館日 2月曜日(祝日の場合はその翌日) ▼場所 2県立歴史館(水戸市) ▼入館料 2一般350円、満70歳以上170円、大学生180円、高校生以下無料

※詳しくは、ホームページをご覧ください。



▼申 2県立歴史館

☎029・225・4425

## 茨城県近代美術館

『どっちがどっち? いわいとしお×岩井俊雄』100かいだての

いえとメディアアートの世界」

▼期間 29月19日(月・祝) まで ▼時間 2午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで) 休館日 2月曜日(祝日の場合はその翌日) ▼場所 2県近代美術館(水戸市) ▼入館料 2一般1000円、満70歳以上500円、高校生・大学生730円、小中学生370円(9月15日(木)～19日(月・祝)は満70歳以上の入館無料) ※詳しくは、ホームページをご覧ください。



▼申 2県近代美術館

☎029・243・5111

## 英語であそぼ 楽しい英語教室

▼日時 9月3日(土) ①午後1時30分～②午後2時40分 ▼場所 2アルテリオ練習室 ▼対象 2①4歳～年長②小学生 ▼定員 2各15人 ▼参加費 2無料 ▼持参品 2飲み物 ▼申込方法 2電話で予約

▼申 2NPO法人地球の保健室 高久

☎090・1034・0117

## がんに関する市民公開講座

オンラインで開催します。

▼日時 9月10日(土) 午後2

時～3時 ▼テーマ 2ご存知ですか? 陽子線治療 2切らずにがんを治すという選択とQOLについて一緒に考えてみませんか ▼定員 2100人 ▼参加費 2無料 ▼申込方法 29月9日(金) までにホームページ

※詳しくは、ホームページをご覧ください。



▼申 2筑波大学附属病院 陽子線治療センター

☎029・853・7100

## 出会いパーティー

▼日時 8月28日(日) 午後2時～4時(受付 2午後1時15分～) ▼場所 2千代川公民館レストハウス(下妻市) ▼対象 2Aコース 230歳～40代の男女/Bコース 250歳以上の男女 ▼定員 2各5人 ▼参加費 2男性3000円/女性1000円 ▼申込方法 2開催日の2日前までに電話で

※開催前日以降のキャンセルはキャンセル料が発生します。

▼申 2NPO法人ベル・サポート

☎0280・87・7085

※受付時間 2火・金曜日 2午後3時～5時/土・日曜日 2午前10時～午後4時(月・水・木曜日)

## えほんのひろば

▼日時 8月25日(木) 午前10時30分  
▼場所 いずみ保育園  
▼対象 4歳以下の子どもと保護者  
▼内容 2テーマ「なつ」、絵本『ともだちや』、『れいぞうこ(あけて・あけてえほん)』

▼未来ネットワークボランティアサークル ☎24・8070

## 相談

### 「子どもの人権110番」強化週間

いじめや児童虐待などの悩みを持ったお子さんや保護者からの相談を受け付けます。

▼期間 8月26日(金)～9月1日(木) 午前8時30分～午後7時(土日は午前10時～午後5時)

### 【相談窓口】

☎0120・007・110 ※秘密厳守、相談無料

関人権推進課(本庁2階)

☎24・2102

## 県八士会無料相談会

法律、司法、行政、税務、社会保険、不動産などさまざまな困りごとに対し、各分野の専門

家が連携して相談に応じます。

▼日時 9月4日(日) 午前9時30分～午後3時(受付・午後2時30分まで)  
▼場所 県産業会館大会議室(水戸市)

※予約不要、相談時間は原則30分以内。詳しくは、ホームページをご覧ください。

関茨城司法書士会 ☎029・225・0111



## オレンジカフェ「きーさんち」

【楽しんで、学んで、相談できる】  
介護に関して困りの人は、相談してください。

▼日時 8月25日(木) 午後1時～3時  
▼場所 オレンジカフェ「きーさんち」(中上野)

▼対象 認知症の人やその家族  
▼内容 認知症とお薬について  
▼費用 300円

※申込不要

関オレンジカフェきーさんち 間庭 ☎090・3138・6445

## 筑西地方家族会

家族、兄弟、姉妹の精神障害で悩んでいる人は、相談してください。

## 【相談支援】

▼期日 9月21日(水)  
【定例会】

▼期日 9月27日(火)  
いずれも……

▼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で  
申関 筑西地方家族会 古池 ☎52・2743

## 無料税務相談

税に関することなど、何でも相談してください。

▼日時 9月7日・21日(水) 午後1時30分～4時30分  
▼場所 市役所本庁2階204会議室(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

8月は経済産業省主唱の電気使用安全月間です!

電気安全で快適ライフ!

濡れ手は危険! 使わない時スイッチOFF!

一般財団法人 関東電気保安協会  
https://www.kdh.or.jp/

## 朗読 CD& テープ無料貸出

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に貸し出します。リクエストについては相談してください。

### 【朗読ボランティア野ばらの会(1枚80分)】

- ①天声人語6月号 1枚
- ②文芸春秋7月号 1枚
- ③常陽芸文7月号 2枚
- ④PHP7月号 1枚



▶場所=市総合福祉センター(小林)

【問】朗読ボランティア野ばらの会 杉目

☎37-4458

### 【やまびこ朗読ボランティア(1本90分)】

- ①風の市兵衛(1～4巻) 辻堂魁著 27本
- ②万引き家族 是枝裕和著 4本
- ③散り椿 葉室麟著 8本
- ④母の待つ里 浅田次郎著 7本

▶場所=中央図書館

【問】中央図書館 ☎24-3530

## 筑西保健所 無料相談・家族教室

| 内容                                              | 日時                                    |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------|
| 精神科医による精神保健相談                                   | 9月7日(水)<br>15:30～                     |
| 精神保健指定医による<br>ひきこもり専門相談                         | 9月7日(水)<br>15:30～16:00                |
| 飲酒・薬物・ギャンブルなどに<br>悩む人への依存専門相談                   | 9月9日(金)<br>13:00～14:00<br>15:00～16:00 |
| ひきこもり家族教室                                       | 8月25日・9月22日(木)<br>13:30～15:00         |
| 依存に悩む家族のための教室<br>「依存症の回復について知る」<br>～治療につながるために～ | 9月9日(金)<br>14:00～15:00                |

▶場所=筑西保健所第4相談室(筑西合同庁舎内、二木成) ※依存に悩む家族のための教室のみ合同庁舎内大会議室

▶申込方法=電話で予約

【申】【問】筑西保健所 ☎24-3965

## 8月の納付 納期限：8月31日(水)

| 税目・保険料など       | 担当課   | 問い合わせ    |
|----------------|-------|----------|
| 市・県民税（2期）      | 市民税課  | ☎24-2113 |
| 国民健康保険税（2期）    | 医療保険課 | ☎24-2103 |
| 後期高齢者医療保険料（2期） |       |          |
| 介護保険料（3期）      | 介護保険課 | ☎22-0528 |

## 9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＝①2日・9日・16日・30日(金) 午後7時～  
②6日(火)、21日(水) 午前9時30分～  
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＝①6日(火) 午後7時～  
②9日・16日(金) 午前9時30分～  
③11日・25日(日) 午前10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＝8月30日(火) から電話で

## 市体育施設 9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 |    |

図 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（いちばやく）

【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～

※下館第一中学校昭和32年度卒 学年同窓会 様  
…40,125円

※女方女性会 様…10,000円 （7月19日現在）

### 災害義援金や救援金を受け付けています

※令和2年7月豪雨災害義援金

※バングラデシュ南部避難民救援金

※アフガニスタン人道危機救援金

※令和4年アフガニスタン地震救援金

※ウクライナ人道危機救援金 など

【受付場所】社会福祉課(本庁2階) ☎22-0525

### 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<br>(法務大臣委嘱) | 行政相談委員<br>(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<br>☎24-2102  | 広報広聴課<br>☎24-2172  |

### 心配ごとと無料相談

※秘密厳守

※よろず相談承ります。

| 区 分   | 一般・電話相談                                     | 法律相談                                     |
|-------|---------------------------------------------|------------------------------------------|
| 相談日時  | 9月8日(木)<br>午後1時～4時                          | 9月2日(金)<br>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   | 【一般相談】※来訪順<br>午後1時～3時<br>【電話相談】<br>☎25-6141 | 【要予約】<br>8月19日(金)<br>午前9時～<br>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<br>アドバイスします。 |
| 申込方法          | 電話で予約                             |
| 申し込み<br>問い合わせ | 健康増進課(本庁2階)<br>☎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)、<br>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)<br>※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<br>健康診査 | 内科診察、身体測定             | 3か月～4か月になる<br>お子さん     |
| 2歳児歯科<br>健康診査  | 歯科診察、フッ素塗布、<br>歯科保健指導 | 2歳6か月～2歳9<br>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

## 9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<br>健康診査                     | 6日(火)<br>13:00～13:55  | 下館保健<br>センター | 令和3年<br>2月生    |
|                                    | 8日(木)<br>13:00～13:55  | 明野保健<br>センター |                |
| 3歳児<br>健康診査                        | 9日(金)<br>12:50～13:55  | 明野保健<br>センター | 平成31年<br>3月生   |
|                                    | 27日(火)<br>12:50～13:55 | 下館保健<br>センター |                |
| マタニティクラス<br>～ハイママクラス～<br>(定員有・要申込) | 12日(月)<br>13:00～13:10 | 明野保健<br>センター | 妊婦さんと<br>その夫   |
| 離乳食教室<br>(要申込)                     | 13日(火)<br>10:00～10:15 | 明野保健<br>センター | 令和4年<br>3月～5月生 |

会場で実施する事業は、感染症予防に十分配慮して行います。

【申】【問】母子保健課（本庁1階） ☎ 24-2115

## 9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、問い合わせてください。

| 日 時                                                                        | 会 場                               |
|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|
| 1日(木)、7日(水)、<br>16日(金)、26日(月)<br>9:30～11:00、13:30～15:00<br>※時間は予約の時にお伝えします | 子育て世代包括支援<br>センター相談コーナー<br>(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

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)

公式HP



## 9月の健康運動教室（予約不要）

| 地区     | 日 時                                             | 会 場                     |
|--------|-------------------------------------------------|-------------------------|
| 下<br>館 | 15日(木)<br>13:30～15:00<br>※認知症予防体操教室             | アルテリオ<br>集会室<br>(上履き持参) |
|        | 1日・8日・22日(木)、<br>2日・16日(金)<br>13:30～15:00       | アルテリオ<br>会議室            |
| 関<br>城 | 7日(水)<br>13:30～15:00                            | 関本公民館<br>大ホール           |
| 明<br>野 | 6日・13日・27日(火)<br>13:30～15:00                    | あけの元気館<br>健康体操室         |
|        | 20日(火)<br>13:30～15:00                           | 明野保健センター<br>ホール         |
| 協<br>和 | 2日・16日(金)、26日(月)<br>13:30～15:00<br>※26日は男性のみの教室 | 協和ふれあいセンター<br>集会室       |

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（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、上履き（アルテリオ会議室、あけの元気館、明野保健センターを除く）  
※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

## 9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<br>館 | 6日・13日・27日(火)、<br>9日・30日(金)<br>13:30～15:00 | アルテリオ<br>集会室            |
|        | 9日・30日(金)<br>10:00～11:30                   | 市総合福祉センター(小林)<br>多目的ホール |
| 関<br>城 | 6日・13日(火)<br>10:00～11:30                   | ペアーノ<br>リハール室           |
|        | 7日・14日・21日・<br>28日(水)<br>10:00～11:30       | 関本公民館<br>大ホール           |
| 明<br>野 | 5日・26日(月)<br>13:30～15:00                   | 明野いきがいセンター<br>多目的ホール    |
| 協<br>和 | 7日・21日(水)<br>13:30～15:00                   | 協和公民館<br>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65歳以上 ▶持参品＝タオル、飲み物  
※どの教室にも、月何回でも無料で参加できます。  
ホームページで体操の動画配信をしています。  
ぜひご利用ください。

【問】高齢福祉課（本庁2階） ☎ 22-0526

