

住民税非課税世帯に対する物価高騰給付金

1世帯

7万円

物価高騰の影響が大きい住民税非課税世帯（世帯全員が非課税）を支援するため、臨時特別給付金を支給します。
【申】【問】 社会福祉課（本庁2階） ☎22-0525

対 象

令和5年12月1日時点で、世帯全員の令和5年度住民税均等割が非課税の世帯

- ・世帯員全員が、住民税が課税されている者の扶養に入っている世帯は国の方針に基づき対象外となります。
- ・世帯員に住民税の未申告者がいる場合、確認書は送付していません。必ず住民税の申告をし、世帯員全員の住民税が非課税であることを確認後、連絡してください。
- ・対象であるにもかかわらず、確認書が届いていない場合は問い合わせてください。

申請方法・支給日

住民税非課税世帯臨時特別給付金（3万円給付）の受給の有無で手続き方法が異なります。

既に受給した世帯

住民税非課税世帯臨時特別給付金を受給した口座と同一の口座へ振り込む旨の通知を発送しています。書類の返送は不要ですので、振込日までお待ちください。

やむを得ない事情により支給口座の変更を希望する場合は、社会福祉課へ問い合わせてください。

支給日

1月下旬予定

口座変更者は3月上旬

受給していない世帯

新たに対象となった世帯には2月上旬に確認書を送付しますので、必要事項を記入して申請期限内に必ず返送してください。

申請期限 2月29日(木) ※必着

返送先 〒308-8616
筑西市田中町丙360番地

支給日

市が確認書を受理した日の翌月以降

給付金をかたった詐欺に注意

市や県、内閣府などの職員が、ATM（現金自動預払機）の操作をお願いしたり、支給のための手数料の振込みを求めたりすることは絶対にありません。不審な電話やメールなどを受け取った場合は、警察署や警察相談専用電話（#9110）に相談してください。

筑西市就学援助制度のお知らせ

【問】学務課（本庁3階） ☎22-0181

市に住民票があり、公立の小中学校に通学している児童・生徒がいる家庭で経済的に困りの人に対して、学用品費や学習支援費などの一部を援助しています。



援助の内容など詳しくはこちら

■ 申請方法 ※要事前申請

各小中学校で随時受け付けています。年度の初めから援助を希望する場合は、5月までに学校へ関係書類を提出してください。

現在援助を受けている人で、次年度も継続して受給を希望する場合も申請が必要です。学校から12月～1月ごろに連絡があります。

また、申請理由によっては地区担当の民生委員が家庭状況調査に伺うことがありますので、協力をお願いします。

■ 就学援助の対象 ※いずれかに該当する場合、援助を受けることができます。

申請理由	理由を証明する書類
生活保護を受給している	不要
生活保護が停止又は廃止になった	
児童扶養手当を受給している	
市民税が非課税又は減免されている	不要。ただし、市外へ単身赴任している人がいる場合はその人の課税（非課税）・所得証明書又は減免の決定通知書の写し
国民年金の保険料が減免されている	保護者及び生計を共にするすべての人の減免承認通知書の写し
国民健康保険税が減免されている	
固定資産税が減免されている	
雇用保険受給資格者証がある失業認定者又は日雇労働被保険者	雇用保険受給資格者証の写し又は日雇労働被保険者手帳の写し
その他（収入が少なく生活が困難であると教育委員会が認めた人）	不要。ただし、市外へ単身赴任している人がいる場合はその人の課税（非課税）・所得証明書

国内では未発生
のなし・りんごを
生産するみなさんへ

国内では未発生
のなし・りんごを
生産するみなさんへ

ごなどの重要病害である「火傷病」が中国で発生したため、中国産のなし・りんごの花粉などの輸入は停止されています。

火傷病菌が付着した花粉を授粉作業に使用すると、火傷病をまん延させるおそれがありますので、中国産のなし・りんごの花粉は、購入・使用しないようお願いし

案内

国内では未発生
のなし・りんごを
生産するみなさんへ

ほっとランド・きぬ
臨時休館

▼休館期間 2月1日（木）～15日（木）

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

☎ほっとランド・きぬ



☎30-4126

☎20-1161

また、現在お持ちの中国産花粉は全て買い上げますので、農政課まで連絡してください。

ます。

筑西広域入札参加資格審査申請受付

筑西広域市町村圏事務組合における令和6・7年度（定期）入札参加資格審査申請の受付を開始します。

■ 受付期間 2月1日（木）～29日（木）

■ 参加資格 令和6年6月1日（土）～令和8年5月31日（日）

■ 申込方法 郵送のみ
申請要項など、詳しくはホームページをご覧ください。



【申】【問】 〒308-0803 筑西市直井 1076 番
筑西広域市町村圏事務組合事務局
☎22-7979

パブリックコメントを実施します

～あなたの意見をお聞かせください～

第7期筑西市障害者福祉計画（案）と筑西市第9期高齢者福祉計画・介護保険事業計画（案）の内容について、多くの方から幅広い意見を募集します。

① 第7期筑西市障害者福祉計画（案）

筑西市におけるさらなる障害者福祉のまちづくりを推進するため、「第7期筑西市障害者福祉計画」を策定します。



【問】〒308-8616 筑西市田中町丙360番地
障がい福祉課（本庁1階）
☎ 24-2105 FAX 25-2401
✉ fsyogai@city.chikusei.lg.jp

② 筑西市第9期高齢者福祉計画・介護保険事業計画（案）

高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を送ることができるよう、高齢者施策を総合的に推進するため策定するものです。



【問】〒308-8616 筑西市田中町丙360番地
介護保険課（本庁2階）
☎ 22-0528 FAX 25-2913
✉ kaigo@city.chikusei.lg.jp

■ 対象

市内在住、在勤、在学の人

■ 提出方法

1月18日（木）から31日（水）までに
担当課に直接持参、郵便、FAX又はメールで

■ 閲覧場所

- ①障がい福祉課（本庁1階）
- ②介護保険課（本庁2階）、高齢福祉課（本庁2階）、
地域医療推進課（本庁2階）

【共通】各支所、ちくせい市民協働まちづくりサロン
（アルテリオ2階）、ホームページ

保育施設利用希望者の認定申請受付（2次募集）

4月から保育所、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の2次募集を行います。4月入所の申請は、今回が最終となります。認定申請書（各証明書含む）は、こども課、各支所、川島出張所、各園で配布します。ホームページからもダウンロードできます。



詳しくは
こちら

■ 申込期間

期 日	受付時間	
	こども課	各支所
2月7日（水）	8:30～17:00	
2月8日（木）	8:30～19:00	8:30～17:00
2月9日（金）	8:30～17:00	

■ 認定区分

- 2号認定（3歳以上で保育の必要なお子さん）
- 3号認定（3歳未満で保育の必要なお子さん）

■ 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
- 保育が必要な事由を確認できる書類など

■ 申込先

こども課、各支所の窓口
※川島出張所では申込みを受付していません。

【申】【問】 こども課（本庁1階） ☎ 24-2104

多子世帯保育料軽減事業の申請はお済みですか

3歳未満の第2子以降の保育料を助成します。対象世帯には、園を通して申請書が送付されていますので確認してください。申請がない場合、助成金の交付が受けられませんので、忘れずに申請してください（助成には要件があります）。

▼対象Ⅱ保育認定を受け、保育施設に入所している令和5年4月1日時点で3歳未満の第2子以降の児童

▼申請方法Ⅱ申請書を窓口直接持参

※詳しくは、ホームページをご覧ください



申問 ことも課（本庁1階）

☎24・2104

敬老金券の使用期限

9月に贈呈した敬老金券の使用期限が近づいていますので、早めの利用をお願いします。

▼使用期限Ⅱ1月31日（水）

※取扱店など、詳しくはホームページをご覧ください。



申問 高齢福祉課（本庁2階）

☎22・0526

プレミアム商品券の使用期限

筑西市応援プレミアム商品券の使用期限が近づいていますので、早めの利用をお願いします。

▼使用期限Ⅱ1月31日（水）

※取扱店など、詳しくはホームページをご覧ください。



申問 商工振興課（本庁3階）

☎54・7011

農業用ビニールなどの飛散防止にご協力ください

飛散した農業用ビニールなどが送電線に付着する事故が発生しています。風の強い日は使用している農業用ビニールを点検するなど、飛散防止に協力してください。

また、送電線に付着したビニールなどを発見した場合は、近寄らずに連絡してください。

申問 東京電力パワーグリッド

☎0120・995・007

高校生会が地域の活動をお手伝いします

市内の子ども会活動のお手伝いや、図書館など地域施設での読み聞かせなどをお手伝いします。

▼対象Ⅱボランティアを必要とする子ども会や団体など

▼申込方法Ⅱメールで

申問 筑西リーダーズ高校生会（生涯学習課内） ☎22・0182

shougak@city.chikusei.jp

茨城放送 AM が放送を休止します

茨城放送の AM 1458 ㎐の放送が休止します。FM 94.6MHz 及び 88.1MHz で今までと同様に聴くことができます。

▼休止日Ⅱ2月1日（木）

※詳しくは、ホームページをご覧ください



申問 (株) 茨城放送

intanken@lucky-ibaraki.com

募 集

県立盲学校入学者

▼対象Ⅱ幼稚部・平成30年4月2日～令和3年4月1日生まれの人／高等部本科・中学校を卒業した人又は令和6年3月卒業見込みの人／高等部専攻科・高等学校を卒業した人又は令和6年3月卒業見込みの人

▼申込期間Ⅱ2月7日（水）～9

日（金）午前9時～午後4時（最終日は正午まで）

※詳しくは、ホームページをご覧ください

申問 県立盲学校

☎029・221・3388

結城地区建設高等職業訓練校生徒

▼対象Ⅱ中学校、専門学校、高等学校を卒業した人（3月卒業見込み含む）、建築・大工に興味のある人など

▼申込方法Ⅱ3月下旬までに申込書を持参（申込書は訓練校に設置）

※詳しくは、ホームページをご覧ください



申問 結城地区建設高等職業訓練校

☎0296・32・3017

茨城いのちの電話 相談員養成講座生

電話で話を聞き、悩みを抱える人の支えになってくれる人を募集します。

▼研修日Ⅱ6月～令和8年3月の土曜日

※原則月3回、9月14日（土）～16日（月・祝）の宿泊研修は参加必須

▼対象Ⅱ23歳以上で、24時間受

信体制での活動に積極的に参加でき、所定の研修に必ず参加できる人（学歴、職業問わず）

▼内容Ⅱ月2～3回、電話センター（つくば市・水戸市）での電話相談（24時間体制）

▼定員Ⅱ40人程度

▼研修費用Ⅱ第1～5課程は各7000円（別途宿泊費、学生は各課程2000円）

▼申込方法Ⅱ2月1日（木）から4月8日（月）に郵送（必着）

※申込書など、詳しくはホームページをご覧ください。



申問 (福) 茨城いのちの電話

☎029・852・8505

〒305・8691

筑波学園郵便局私書箱60号

茨城いのちの電話事務局募集係

家庭教育講座

「うちの子大丈夫？ 学習・人間関係」

▼日時Ⅱ1月24日（水）午前10時～11時30分

▼場所Ⅱアルテリオ会議室 A

▼定員Ⅱ15人

▼費用Ⅱ500円

▼申込方法Ⅱ電話で予約

申問 (公社) スコーレ家庭教育

育振興協会 飯泉

☎080・5032・0305

糖尿病のお話し会

糖尿病は血糖値が高くなる病気です。筑波大学の医師が糖尿病予防の大事なポイントを分かりやすくお話しします。自分の健康を自分で守るために、お話し会に参加してみませんか。

日 時 **2月22日(木)**

午後1時30分～2時30分

受付：午後1時15分～

場 所 協和保健センター

定 員 20人

講 師 木村仁美氏

申込方法 2月15日(木)までに電話で

【申】【問】健康増進課(本庁2階) ☎22-0506



ひなまつり 親子おりがみ教室

親子で折り紙のおひなさまを作り、一緒にひなまつりを楽しみませんか。初めての人も気軽に参加してください。

日 時 **2月11日(日・祝)**

午前9時30分～11時30分

場 所 アルテリオ集会室

対 象 小学校低学年までの市内在住・在勤の親子など

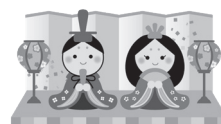
定 員 20組(先着順)

参加費 1組500円

申込方法 2月7日(水)までに電話で

【申】【問】筑西市ネットワーク協議会 野澤

☎090-9002-4128



茨城シニアマスターとして活躍しませんか

豊富な知識、経験、技術を持つ概ね60歳以上の人を茨城シニアマスターとして登録し、学校や福祉施設などの催しなどに派遣しています。ぜひ登録してませんか。

登録方法など詳しくは、ホームページをご覧ください。



申県社会福祉協議会茨城わかろくセンター
☎029-243-8989
☎029-301-3326
関県長寿福祉課



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 2月4日(日) 午前8時30分
集合場所 協和ふれあい健康プラザ
対象 市内在住で5〜7kmを歩ける人
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協和ふれあい健康プラザから小栗内外大神宮までの往復約5〜7km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

健康運動普及員会(健康増進課内) ☎22-0506

下館マンドリンクラブ
無料体験会

マンドリンなどの演奏の体験や見学をしてみませんか。

日時 1月20日(土) 午前9時〜11時30分

場所 協和公民館

対象 市内在住又はは在勤の人

※要事前連絡

申 下館マンドリンクラブ 永盛
☎090-2665-7329

ママの息抜きヨガサロン

日時 2月1日(木) 午前10時〜11時30分

場所 市総合福祉センター(小林)

対象 令和4年4月2日以降に生まれた赤ちゃんがいる母親

定員 7人(先着順)

持参品 赤ちゃんに必要なもの(オムツや飲み物など)、飲

み物、汗拭きタオル、母子手帳、ヨガマット又はバスタオル

参加費 無料

申込方法 1月22日(月)から電話又はインターネットで

申 市社会福祉協議会 ☎22-5191



英語であそぼ
楽しい英語教室

日時 2月3日(土) ①午後1時30分〜②午後2時40分

場所 アルテリオ練習室

対象 ①4歳〜年長②小学生

定員 各15人(先着順)

持参品 飲み物

参加費 無料

申込方法 電話で予約

申 NPO法人地球の保健室 高久
☎090-1034-0117

えほんのひろば

日時 1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 テーマ「お正月」、絵本『おもちゃのきもち』、『おしよ

うがっバス』

申 未来ネットワークボランティアサークル ☎24-8070

**筑西リズム体操
下館教室体験会**

▼日時 1月30日(火) 3月19日(火) 毎週火曜日 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 女性のみ

▼持参品 ヨガマット又はバスタオル

▼講師 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
関 筑西リズム体操 鈴木

☎52・2839

相談

**司法書士による全国一斉
生活保護無料相談**

▼日時 1月28日(日) 午前10時～午後6時

【相談ダイヤル】

☎0120・052・088

※予約不要、秘密厳守

関 茨城青年司法書士協議会

☎029・291・7856

ぶらりサロン

▼日時 2月7日・21日(水) 午後1時30分～3時30分

▼場所 2階ギャラリーおっここの室

▼対象 認知症の人やその家族及び地域の高齢者

▼内容 7日：感染症について学ぼう/21日：ひな祭りの歌を合唱

▼費用 2000円
※申込不要
関 ぶらりサロン 仁平

☎080・6550・1579

認知症カフェ「笑福」

▼日時 2月18日(日) 午前10時～正午

▼場所 デイサービス笑福(細田)

▼対象 認知症の人やその家族

▼内容 ①認知症・高齢者の行動と心理状態を知る ②健康リズム体操&笑い満載脳活性化レクリエーション

※申込不要、送迎は要相談
関 デイサービス笑福 加賀谷

☎48・8141

**オレンジカフェ
「恵(めぐみ)」**

▼日時 1月27日(土) 午前10時～11時30分

▼場所 三岳荘小松崎病院外来棟(中館)

▼対象 認知症の人やその家族又は認知症に関心のある人

▼定員 20人

▼費用 無料
▼申込方法 1月22日(月)までに電話で

関 三岳荘小松崎病院 認知症疾患医療センター ☎24・2410

**オレンジカフェ
「きーさんち」**

【楽しんで、学んで、相談できる】
▼日時 2月8日・22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 ①防災・非常食について

▼費用 3000円
※申込不要
関 きーさんち 間庭

☎090・3138・6445

筑西地方家族会

【相談支援】

▼期日 2月21日(水)

【交流会】

▼期日 2月27日(火)

いづれも……

▼時間 午後1時～3時

▼場所 市中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
関 筑西地方家族会 古池

☎52・2743

市民活動∞井戸端かふえ

- ▶日時 = 2月2日(金) 午前10時～11時30分
- ▶場所 = たまり場・たろう(薬師町)
- ▶参加費 = 無料

【問】 たまり場・たろう 小松崎

☎090-1797-3045



心配ごと無料相談 ※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	2月15日(木) 午後1時～4時	2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 【受付時間】 午後1時～3時	【要予約】 1月19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

朗読CD&テープ無料貸出

視覚障がい者、身体が不自由な人、高齢者などに貸し出します。※リクエスト要相談

【朗読ボランティア野ばらの会(1枚80分)】

- ①PHP12月号 1枚
- ②天声人語10月・11月号 2枚
- ③常陽藝文12月号 3枚
- ④文藝春秋12月号 3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 太田
☎28-4886

【やまびこ朗読ボランティア(1本90分)】

- ①日日是好日 森下典子著 4本
- ②おせん 池波正太郎著 7本

▶場所 = 中央図書館

【問】 中央図書館 ☎24-3530

1月の納付 納期限：1月31日(水)

税目・保険料など	担当課	問い合わせ
市・県民税(4期)	市民税課	☎24-2113
国民健康保険税(7期)	医療保険課	☎24-2103
後期高齢者医療保険料(7期)		

2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。

ザ・ヒロサワ・シティ体育館(下館総合体育館)

- ▶日時=①2日・9日・16日(金)・23日(金・祝) 午後7時～
②6日・20日(火) 午前9時30分～
③11日(日・祝)・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】ザ・ヒロサワ・シティ体育館 ☎28-5040

協和の杜体育館

- ▶日時=①6日(火) 午後7時～
②11日(日・祝)・25日(日) 午前10時30分～
③23日(金・祝) 午前9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=1月30日(火) から電話で

市体育施設 2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		

【問】ザ・ヒロサワ・シティ体育館 ☎28-5040

虐待から子どもを守ろう!! 秘密厳守・無料

【児童相談所 虐待対応ダイヤル】

☎189(いちはやく) ※24時間対応・通話料無料

【母子保健課・家庭児童相談室】

☎24-2612 ※8:30～17:15(平日のみ)

- ・虐待かな?と思ったら迷わずに連絡を!地域の皆様の見守りが必要です。
- ・子育ての悩みを抱え込まず、まずはご相談ください。一緒に考えましょう。

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～
✳匿名 様…200,000円	
✳下館一心会 会長 富山 一郎 様…100,000円	
✳匿名 様…76,859円	
✳協和ライオンズクラブ 協和レオクラブ 様…25,205円	
✳岡芹女性会・折り紙会 様…14,905円	
(12月7日現在)	

寄付	～筑西市へ～
福祉のために	
✳渡邊 せつ子 様…300,000円	
社会貢献活動として	
✳社会福祉法人 慶育会「ピュアの会」 様	
…石油ファンヒーター1台、リビング扇風機4台	
(12月18日現在)	

義援金・救援金受付報告

～日本赤十字社を通じて全額が被災地に届けられます～	
ウクライナ人道危機救援金	
✳喫茶枝おり 様…4,125円	
✳岡野 将司 様…1,000円	
イスラエル・ガザ人道危機救援金	
✳岡野 将司 様…1,000円	
(12月20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	2月8日(木) 午前10時～正午	
相談会場	本庁1階東側相談室(申込不要)	
相談員	人権擁護委員 (法務大臣委嘱)	行政相談委員 (総務大臣委嘱)
問い合わせ	人権推進課 ☎24-2102	広報広聴課 ☎24-2172

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
相談内容	体重や血圧などについて、食事の改善方法を管理栄養士がアドバイスします。
申込方法	電話で予約
申し込み	健康増進課(本庁2階)
問い合わせ	☎22-0506

女性相談(平日のみ) ※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)、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(本庁1階) ☎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。

医療機関での健康診査

健診の種類	内容	対象
3～4か月児健康診査	内科診察、身体測定	3か月～4か月になるお子さん
2歳児歯科健康診査	歯科診察、フッ素塗布、 歯科保健指導	2歳6か月～2歳9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

2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	6日(火) 13:00～13:55	下館保健センター	令和4年 7月生
	16日(金) 13:00～13:55	明野保健センター	
3歳児健康診査	13日(火) 12:50～13:55	下館保健センター	令和2年 8月生
	14日(水) 12:50～13:55	明野保健センター	
マタニティクラス ～ママクラス～ (定員有・要申込)	8日(木) 9:30～9:40	明野保健センター	妊婦さん

【申】【問】母子保健課（本庁1階） ☎ 24-2115

2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
2日(金)、15日(木)、 19日・26日(月) 9:30～11:00、13:30～15:00 ※時間は予約の時にお伝えします	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

【申】【問】母子保健課（本庁1階） ☎ 24-2115

愛の献血

月日	場所	時間
2月16日(金)	市役所(本庁1階)東側 エレベーターホール	10:00～15:30
2月21日(水)	関城支所	14:30～16:00

【問】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)

公式HP



2月の健康運動教室（予約不要）

地区	日時	会場
下館	1日・8日・15日・22日(木) 13:30～15:00 ※15日は認知症予防教室	下館武道館1階
	2日(金) 13:30～15:00	アルテリオ集会室
	16日(金) 13:30～15:00	アルテリオ会議室 A・B
関城	7日(水) 13:30～15:00	関本公民館 大ホール
明野	6日・13日・27日(火) 13:30～15:00	明野保健センター ホール
	20日(火) 13:30～15:00	あけの元気館 健康体操室
協和	2日・16日(金) 13:30～15:00	協和ふれあいセンター 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づくり」に関心のある人
▶持参品＝バスタオル、タオル、飲み物、運動靴、上履き
(下館武道館、関本公民館、協和ふれあいセンターのみ)
※市内居住地区、回数に制限はありません。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

2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・20日・27日(火) 9日(金) 13:30～15:00	アルテリオ
	9日・16日(金) 10:00～11:30	市総合福祉センター (小林)
関城	6日・20日(火) 10:00～11:30	ペアーノ
	7日・14日・21日・28日(水) 10:00～11:30	関本公民館
明野	5日・19日(月) 13:30～15:00	明野いきがい センター
協和	7日・21日(水) 13:30～15:00	協和公民館

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を公開しています。
ぜひご利用ください。

【問】高齢福祉課（本庁2階） ☎ 22-0526

