

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

冷蔵庫・エアコン・テレビ対象

## 省エネ家電への買換えに助成金を交付します

1世帯  
最大  
2万円

家庭から出る二酸化炭素の排出量を削減するため、既存の家電製品から省エネ家電製品への買換えに助成金を交付します。

詳しくは、ホームページをご覧ください。



### 対象者

- ・ 4月1日以降に筑西市内の店舗から新品の助成対象省エネ家電製品を合計10万円(税込)以上購入した人
- ・ 申請日時点で市に住民登録がある人
- ・ 自ら居住する市内の住宅に対象家電を設置した人
- ・ 既存の家電を省エネ家電に買い換え、かつ、既存の家電を指定引取場所で廃棄した人
- ・ 世帯員全員が市税などを滞納していない人

※1世帯あたり1回限り。今までに助成の交付を受けた人及び世帯は対象外です。

### 対象家電

下記の目標年度で省エネルギー基準達成率100%以上の省エネ家電製品

- ・ 冷蔵庫 (2021年度)
- ・ エアコン (2027年度又は2029年度)
- ・ テレビ (2026年度)

緑色のこのマークが目印です!



目標年度〇〇〇〇年度

※目標年度にご注意ください。

### 助成額

購入費用の合計額に応じて助成します。

※設置工事費、処分料は対象外

購入額(税込)	助成額
10万円以上20万円未満	1万円
20万円以上	2万円

### 提出書類

- ・ 交付申請書兼請求書
- ・ メーカー発行の保証書の写し
- ・ 省エネ基準100%以上が確認できる書類
- ・ 領収書
- ・ 特定家庭用機器廃棄物管理票(リサイクル券)の写し
- ・ 振込指定口座の通帳の写し など

※各書類の注意事項は、ホームページをご覧ください。

### 申請方法

5月7日(火)以降に提出書類を環境課窓口にて持参してください。

※受付は、予算枠に達するまでの先着順になります。

【申】【問】環境課(本庁2階) ☎24-2130

案内

家庭用蓄電システム  
設置費用の一部補助

▼補助額Ⅱ上限5万円 ▼定員

Ⅱ予算枠に達するまで(先着

順)▼申込方法Ⅱ設置工事着工

7日前までに申請書を窓口にて持

参

※詳しくは、ホーム

ページをご覧ください

い。

申問環境課(本庁2階)

☎24・2130



### 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、課税標準額に、土地又は住宅を取得した場合に3パーセント、住宅以外の家屋を取得した場合に4パーセントをそれぞれ乗じた額です。

なお、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。詳しくは、問い合わせください。

関 筑西県税事務所 ☎24・9197

## 成人集団健診 女性集団検診

健診内容など、詳しくは健康カレンダー12～18ページをご覧ください。  
**【問】**健康増進課(本庁2階) ☎22-0506



### 成人集団健診(明野保健センター)

健診日 5/15(水)～17(金)、5/19(日)～24(金)

### 女性集団検診(下館保健センター)

検診日 5/29(水)～6/1(土)、6/3(月)～7(金)

#### 予約方法

**電話** 4/23(火)～26(金) 9:00～17:00

☎0570-077-150

#### インターネット

4/22(月)～健診(検診)を受ける日の2日前(休日を除く)の正午まで



## 児童扶養手当額の変更

全国消費者物価指数の実績値の引き上げ(3.2%)に伴い、令和6年度の児童扶養手当額が増額となります。

		3月分まで	4月分から
本体額	全部支給	44,140円	45,500円
	一部支給	44,130円 ～10,410円	45,490円 ～10,740円
加算額 第2子	全部支給	10,420円	10,750円
	一部支給	10,410円 ～5,210円	10,740円 ～5,380円
加算額 第3子以降	全部支給	6,250円	6,450円
	一部支給	6,240円 ～3,130円	6,440円 ～3,230円

※新しい証書は送付せず、5月10日(金)支給の4月分から変更となります。

**【問】**こども課(本庁1階) ☎24-2104

## 農業委員会からのお知らせ

### 農業労働力賃金標準額

特殊な作業や作業条件及び難易度などにより、当事者間で料金の調整をお願いします。

■ 労働賃金 一般作業 7,700円(1日8時間)  
 請負作業料金(10アールあたり)

作業内容	金額(税込)	適用
田耕起	5,500円	耕起1回
畑耕起	5,500円	
代かき	11,000円	
苗代	880円	
田植え	8,000円	植え付けのみ
麦播種	6,000円	ロータリーシーダー
稲刈取り	22,000円	倒伏、湿田は25,000円 多収穫品種は3割増
麦刈取り	14,000円	
蕎麦刈取り	14,000円	汎用コンバイン
大豆刈取り	16,000円	汎用コンバイン
レベラー	15,000円	
乾燥もみすり	880円	玄米30kgあたり 高水分は割増

### 10アールあたりの農地の賃借料情報(年額)

農地法の改正により標準小作料が廃止され、農地の賃借料情報を提供することになりました。

■ 田 18,000円 ■ 畑 7,000円

※上記の金額は令和5年に公告された賃借料の平均金額です。実際の賃借料は地域により、圃場条件や耕作の条件が異なりますので、地主と耕作者の話し合いで決定してください。

### 農業委員会総会開催予定日

開催日及び総会で審議が必要な各種申請書類の提出期限

	総会開催日	提出期限
令和6年	6/10(月)	5/15(水)
	7/10(水)	6/17(月)
	8/9(金)	7/16(火)
	9/2(月)	8/15(木)
	10/10(木)	9/17(火)
	11/11(月)	10/15(火)
	12/11(水)	11/15(金)
令和7年	1/10(金)	12/16(月)
	2/10(月)	1/15(水)
	3/10(月)	2/17(月)

いずれも…

■ 開催時間 午後1時30分～

■ 開催場所 全員協議会室(本庁4階)

総会の傍聴及び議事録が縦覧できます。議事録はホームページで公開しています。



**【問】**農業委員会(本庁3階) ☎20-1167

令和6年10月1日・令和7年4月1日採用予定者

## 筑西市職員採用試験

### 申込方法

期 間 4月22日(月)～30日(火)

提出方法 インターネットで受付

※申込方法など詳しくは、  
ホームページをご覧ください。



### 試験日程 (一次試験)

5月10日(金)～20日(月)のいずれか1日

※テスト方式については、受験区分により異なります。

### 採用予定・受験資格

事務職 (社会人経験者) : 5人程度  
令和6年10月1日採用予定

技術職 (社会人経験者) : 3人程度  
令和6年10月1日採用予定

事務職 (公務員経験者) : 3人程度  
令和6年10月1日又は令和7年4月1日採用予定

いずれも…

平成5年4月2日から

平成11年4月1日までに生まれた人

試験区分を重複して申し込むこと(併願)はできません。受験資格の詳細(学歴・必要な資格など)は試験案内を確認してください。

【申】【問】 人事課 (本庁4階) ☎24-2180

### 75歳になる世帯主のみなさんへ

国民健康保険に加入していて、今年度75歳になる世帯主は、誕生月から「後期高齢者医療制度」に移行します。これに伴い、国民健康保険税は、年金天引きから納付書又は口座振替での納付に変更となります。

▼初回納付月 7月

※税額は、75歳の到達前月までで計算されています。詳しくは、7月中旬に送付する納税通知書を確認してください。

☎24-2103

### 新型コロナウイルス感染症電話センターの運用終了

県新型コロナウイルス感染症電話相談センターは、3月末で運用を終了しました。今後は医療機関へ直接問い合わせるか、茨城緊急電話相談のおとな救急電話相談、こども救急電話相談などへ相談してください。

【おとな救急電話相談】

#7119

【こども救急電話相談】

#8000

☎22-0506

☎22-0506

## 募 集

### 市社会福祉協議会 職員採用試験

▼一次試験 5月16日(木) 午前10時～ ▼応募資格 ①から③全てに該当する人…①社会福祉士の資格を有する人又は令和7年3月31日までに取得見込みの人②平成5年4月2日以降に生まれた人③普通自動車免許の資格を有する人 ▼定員 若干名 ▼採用予定日 令和6年7月1日(月) ▼申込期限 5月2日(木)

※エントリーシートや申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

☎22-5191

### 筑西地域職業訓練センター

【パソコン基礎講座(全6回)】  
▼期間 5月9日(木)～6月13日(木) 午後6時30分～9時30分 ▼定員 20人 ▼講師 小林香葉氏(スマイルぷらす教室長) ▼費用 1万円(教材費別) ▼申込方法 4月15日

(月)から5月2日(木)までに電話で

☎0296-75-1254

### ボイラー関係講習

年間をとおして講習を実施しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。



☎029-225-6185

## イベント

### ママの息抜きヨガサロン

▼日時 5月2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5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 赤ちゃんとに必要なもの(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 4月22日(月)から電話又はインターネットで



☎22-5191

## 筑西市国民健康保険・後期高齢者医療制度

# 人間ドック健診費の一部を助成します

生活習慣の変化などにより、糖尿病などの生活習慣病の人又はその予備群が増加しています。年に一度は健診を受け、自分の体の状態を確認しましょう。 **【申】【問】 医療保険課（本庁1階） ☎24-2103**

### 対象

- ・40歳以上の筑西市国民健康保険の人（国保税を完納している）  
※ドック健診の当日までに、社会保険などに加入した人を除く
- ・市内在住の後期高齢者医療制度の人（後期高齢者医療保険料を完納している人）

### 健診内容

短期人間ドック、脳ドック、併診ドック（短期人間ドック+脳ドック）  
※脳ドック、併診ドックの助成は3年に1回です。令和4・5年度に脳ドック、併診ドックの助成を受けた人は、今年度は短期人間ドックのみが対象となります。

### 助成対象期間

筑西市国民健康保険の人：  
6月1日（土）～令和7年3月31日（月）  
後期高齢者医療制度の人：  
6月1日（土）～令和7年1月31日（金）

### 助成額

種類	助成額
短期人間ドック	20,000円
脳ドック・併診ドック	25,000円

### 健診医療機関（11か所）

茨城県西部メディカルセンター、協和中央病院、城西病院、平間病院、結城病院、自治医科大学健診センター、さくらがわ地域医療センター、筑波記念病院、筑波大学附属病院、筑波メディカルセンター、とちぎ健診プラザ

### 申請方法（オンライン申請も可能になりました）

#### ①紙での申請

健診の予約後、人間ドック健診費助成金交付申請書に記入し、医療保険課又は各支所に提出してください。申請書の提出は、**下の表の期限**までに行ってください。申請期限を過ぎた場合は、**人間ドック健診費を助成できない**ことがあります。申請期間内に提出できない場合は、連絡してください。



申請書のダウンロードはこちら

健診月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2・3月
提出期限	4月末	5月末	6月末	7月末	8月末	9月末	10月末	11月末	12月末

※後期高齢者医療制度の人は、助成対象期間が令和7年1月31日（金）までです。**必ず11月末までに申請書を提出してください。**申請書は窓口又はホームページからダウンロードできます。

#### ②オンライン申請（筑西市国民健康保険のみ）

申請にはマイナンバーカードと、カードの暗証番号が必要です。



オンライン申請はこちら

### 注意！

- ・4月1日（月）から令和7年3月31日（月）の期間内に、市が実施する健診又は医療機関健診を受診した人（する人）には、人間ドック健診費の助成はできません。二重受診が確認された場合には、助成が取り消しとなり、助成額を返還していただきます。
- ・人間ドック検査項目の中に、胸部X線・胃部X線・便潜血がない場合には、集団検診で実施する肺がん検診・胃がん検診・大腸がん検診が受診できますので、事前に確認してください。
- ・受診後の助成はできませんので、必ず受診前に申請してください。

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 5月5日(日・祝) 午前8時30分  
▼集合場所 宮山ふるさとふれあい公園  
▼対象 市内在住で5kmから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宮山ふるさとふれあい公園周辺で約5kmから7kmのウォーキングを行います。  
▼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(市健康増進課内)  
☎22・0506

ちくせいフォトコン  
2023受賞作品展示

236点の応募作品の中から選出された『写真部門』の入賞作品を展示します。

【アルテリオ】  
▼期間 4月18日(木)〜5月1日(水)

【協和コミュニティセンター】  
▼期間 5月3日(金・祝)〜16日(木)

【あけの元気館】

▼期間 5月18日(土)〜6月3日(月)

関城支所

▼期間 6月5日(水)〜18日(火)

中央図書館

▼期間 6月20日(木)〜7月3日(水)

スピカビル1階憩の広場

▼期間 7月5日(金)〜18日(木)

市観光協会事務局(商工観光課内)  
☎20・1160

英語であそぼ  
楽しい英語教室

▼日時 5月11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  
▼参加費 無料  
▼持参品 飲み物  
▼申込方法 電話で予約

申園NPO法人地球の保健室 高久  
☎090・1034・0117

親子で学び、楽しく  
遊べる子育てイベント

①こいのぼりを作る

▼日時 4月24日(水) 午前10時〜正午  
▼場所 明野いきがいセンター  
▼申込方法 4月17日(水)までに電話で予約

②ファミリープレゼントづくり

▼日時 5月8日(水) 午前10時〜正午  
▼場所 協和多目的研修センター  
▼申込方法 5月5日(日)までに電話で予約  
いづれも…

▼対象 1〜6歳の幼児と保護者  
▼定員 20組  
▼参加費 親子1組につき200円(保険代込)

申園 地域女性団体連絡会

①明野支部 鈴木  
☎090・4395・2759

②協和支部 田中  
☎57・3553

中央図書館読み聞かせ

▼日時 4月28日(日) 午後2時〜

▼場所 中央図書館おはなしコーナー  
▼内容 絵本『ちいさなねこ』、紙芝居『きつねのつかい』、エプロンシアター『やさしいパーティー』、折り紙

▼参加費 無料

読み聞かせあそびの会  
☎24・4547

劇団明野ミュージカル  
体験・見学会

▼期日 ①4月20日(土) ②5月18日(土) ③6月15日(土)

▼場所 ①②アルテリオ地下大練習室 ③東西生涯学習センター

(野殿)  
いづれも…

▼参加費 無料  
▼申込方法 インターネットで  
申園 劇団明野ミュージカル 杉山  
☎090・3510・7956



春の植物観察会

五郎助山を探索し、山菜を天ぷらにして試食します。  
▼日時 5月12日(日) 午前10時〜午後0時30分(小雨実施)  
▼場所 五郎助山(上野)  
▼定員 30人  
▼参加費 高校生以上800円、中学生500円(保険・昼食代含む)  
▼講師 小幡和男氏(県霞ヶ浦環境科学センター)  
▼申込方法 5月8日(水)までに電話、FAX又はメールで  
申園 NPO法人里山を守る会 竹澤  
☎090・7906・1082  
FAX 45・4071  
tikuseisatoyama@bz03.plala.or.jp

春のバラ展

▼日時 5月25日(土)、26日(日) 午前10時〜午後4時(最終日:午後3時30分まで)  
※最終日午後4時に飾りバラの

無料配布(先着順)

▼場所 道の駅グランテラス筑西多目的室  
関茨城バラ会 県西 小林  
☎090・8117・5611

相談

行政書士による  
無料相談会

相続問題、農地、建設業、飲食業などの営業許可、その他困りごとの相談をお受けします。  
▼日時 4月20日(土) 午前10時〜午後3時  
▼場所 中央図書館創作室  
※申込不要、秘密厳守  
関 県行政書士会 県西支部 増戸  
☎25・1907

オレンジカフェ  
「あやめ」

▼日時 5月5日(日・祝) 午後1時30分〜3時30分  
▼場所 川島コミュニティセンター  
▼対象 認知症の人やその家族又は認知症に関心のある人  
▼内容 ①床ずれについて ②頭の体操ほか  
▼持参品 飲み物  
▼費用 無料(申込不要)  
関 オレンジカフェあやめ 田嶋  
☎28・4339

ぶらりサロン

認知症の人やその家族、地域の方が気軽に参加できる交流場所です。心配事なども相談してください。

▼日時 5月1日・15日(水) 午後1時30分～3時30分 ▼場所 IIギャラリーおっこの室  
▼対象 II介護に悩んでいる人や地域の人 ▼内容 II 1日・光輪花 自分の生活体力・身体年齢を知ろう / 15日・口腔ケアの重要性を知ろう ▼費用 II 200円

義援金・救援金受付報告  
(令和6年能登半島地震災害義援金)

- ～日本赤十字社を通じて全額が被災地に届けられます～
- ＊同友クラブ、(一社)下館青年会議所、下館商工会議所 青年部、筑西市商工会青年部 様…72,162円
  - ＊健康大学千歳学級 様…32,500円
  - ＊まちあかり文化祭運営チーム一同 様…18,600円
  - ＊筑西遊湯館 様…18,332円
  - ＊飯塚 守 様…10,000円
  - ＊川島地区女性学級 様…10,000円
  - ＊田谷 甫 様…10,000円
  - ＊川島自治会 様…8,000円
  - ＊菅谷自治会第5班 様…6,116円
  - ＊岡野 将司 様…5,000円
  - ＊川島地区女性学級 有志一同 様…4,000円
- (3月15日現在)

※申込不要  
☎ 080・6550・1579  
関ぶらりサロン 仁平

オレンジカフェ  
「恵(めぐみ)」

認知症について、日頃の悩みや思いをお話しませんか。簡単なレクリエーションも行います。  
▼日時 II 4月27日(土) 午前10時～11時30分 ▼場所 II 三岳荘小松崎病院外来棟(中館) ▼対象 II 認知症の人やその家族又は認知症に関心のある人 ▼定員

II 20人 ▼費用 II 無料 ▼申込方法 II 4月22日(月)までに電話で  
☎ 24・2410  
申 三岳荘小松崎病院 認知症疾患医療センター

無料税務相談

税のことなら、何でも相談してください。  
▼日時 II 5月8日・15日(水) 午後1時30分～4時30分 ▼場所 II 市役所204会議室(本庁2階)  
※予約不要、直接会場へ  
関 関東信越税理士会下館支部  
☎ 25・5930

筑西地方家族会

家族、兄弟、姉妹の精神障がいや悩んでいる人は、相談してください。

【心の相談支援】

- ▼期日 II 5月15日(水)
- ▼期日 II 5月28日(火)
- いづれも……
- ▼時間 II 午後1時～3時 ▼場所 II 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 II 電話又はFAXで  
申 関 筑西地方家族会 古池  
☎ 52・2743

市民活動∞井戸端かふえ

- ▶日時 = 5月10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



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文藝春秋3月号 3枚
- ②常陽藝文3月号 2枚
- ③天声人語1・2月号 2枚
- ④PHP3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 太田  
☎ 28-4886

【やまびこ朗読ボランティア(1本90分)】

- ①カレーライス 重松清著 4本
  - ②男振(おとこぶり) 池波正太郎著 7本
- ▶場所 = 中央図書館  
【問】 中央図書館 ☎ 24-3530

☐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	5月9日(木) 午後1時～4時	5月10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】 4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

## 4月の納付 納期限：4月30日(火)

税目・保険料など	担当課	問い合わせ
介護保険料(1期)	介護保険課	☎22-0528
固定資産税・都市計画税(1期)	資産税課	☎22-0527

## 5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

- ▶日時=①10日・17日・24日・31日(金)午後7時～  
②14日・28日(火)午前9時30分～  
③19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=①10日(金)午前9時30分～  
②14日・28日(火)午後7時～  
③19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=4月23日(火)から電話で

## 市体育施設 5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	

【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

寄付

～筑西市へ～

子どもたちの健やかな成長のために

※茨城スバル自動車(株)

代表取締役社長 大槻 秀樹 様

…小学校15校へ児童図書795,298円分

(3月7日現在)

## 災害義援金や救援金を受け付けています

※令和6年能登半島地震災害義援金

※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	5月9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 問い合わせ	健康増進課(本庁2階) ☎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

## 5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	21日(火) 13:00～13:55	下館保健センター	令和4年10月生
	29日(水) 13:00～13:55	明野保健センター	
3歳児健康診査	16日(木) 12:50～13:55	下館保健センター	令和2年11月生
	27日(月) 12:50～13:55	明野保健センター	
マタニティクラス ～パパママクラス～ (定員有・要申込)	8日(水) 13:00～13:10	明野保健センター	妊婦さんとその夫
離乳食教室 (要申込)	30日(木) 10:00～10:15	明野保健センター	令和5年11月～ 令和6年1月生

【申】【問】母子保健課（本庁1階） ☎ 24-2115

## 5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
10日(金)、15日(水)、 23日(木)、28日(火) 9:30～11:00、13:30～15:00 ※時間は予約の時にお伝えします	こども家庭センター 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
4月21日(日)	DCM(株)筑西横島店	10:00～12:15 13:30～16:00
4月24日(水)	市役所(本庁1階)東側 エレベーターホール	10:00～12:00 13:15～16:00

【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



## 5月の健康運動教室（予約不要）

地区	日時	会場
下館	2日・9日・16日・23日(木) 13:30～15:00 ※16日は認知症予防教室	下館武道館1階
	17日(金) 13:30～15:00	アルテリオ会議室 A・B
関城	1日(水) 13:30～15:00	関城コミュニティセンター大ホール
明野	7日・28日(火) 13:30～15:00	明野保健センター ホール
	14日・21日(火) 13:30～15:00	あけの元気館 健康体操室
協和	17日(金) 13:30～15:00	協和ふれあいセンター 集会室
	24日(金) 10:00～11:30 ※認知症予防教室	

### 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=「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

## 5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	10日・24日(金)、 14日・21日・28日(火) 13:30～15:00	アルテリオ
	10日・24日(金) 10:00～11:30	市総合福祉センター (小林)
関城	1日・8日・15日・22日(水) 10:00～11:30	関城コミュニティセンター
	14日・21日(火) 10:00～11:30	ペアーノ
明野	13日・20日(月) 13:30～15:00	明野いきがいセンター
協和	1日・15日(水) 13:30～15:00	協和コミュニティセンター

### 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

