



本庁 ☎24-2111
筑西市田中町丙360番地

明野支所 ☎52-1111
筑西市海老ヶ島1300番地

関城支所 ☎37-6111
筑西市舟生1040番地

協和支所 ☎57-2511
筑西市門井1962番地2

申請書
配布開始
10/1
(火)

保育施設利用希望者の認定申請受付開始

市内認定こども園（保育所部分）の園児募集

令和7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が必要です。



詳しくはこちら

※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。

【申】【問】 こども課（本庁1階） ☎24-2104

● **申込期間**

- 【1次募集】11月1日（金）～8日（金）**
※2日（土）はこども課でのみ午前中に受付
※3日（日・祝）・4日（月・振休）の受付はありません。
- 【2次募集】令和7年2月5日（水）～7日（金）**
※詳細は後日ホームページなどでお知らせします。

● **必要書類**

- 認定申請書 児童の問診票
- 児童世帯状況調査書 納付誓約書
- 保育が必要な事由を確認できる書類など
- ※申請時に申請者（保護者）のマイナンバーカードを確認します。

● **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）

● **申込先**

こども課、各支所の窓口
※川島出張所では申込を受付していません。

市内認定こども園（幼稚園部分）の園児募集

10月1日（火）から、市内認定こども園の令和7年度幼稚園部分（1号認定）の申込書類を配布します。願書受付は11月1日（金）からです。入園手続きなど、詳しくは各園に問い合わせてください。

認定こども園せきじょう **【申】【問】** 認定こども園せきじょう 黒子216-7 ☎37-3320

- **申込期間** 11月1日（金）午前9時～午後3時、2日（土）午前9時～正午
※期間内に願書を提出することが難しい人は、事前に連絡してください。

私立認定こども園

施設名	住所	電話番号	施設名	住所	電話番号
さくらこども園	海老ヶ島2019	45 - 7851	筑子ファミリア保育園	西方1359-1	23 - 1212
明野保育園	海老ヶ島1018-1	52 - 0162	西方いずみ幼稚園	野殿1336-1	24 - 0409
たけのご保育園	吉田653-1	52 - 7788	石田保育園	西石田1186	24 - 3525
ときわの杜	横塚795	57 - 1515	大和保育園	下中山360-10	24 - 0698
協和なかよし園	門井1975-4	57 - 5588	ヒヨウ・シティこども園	村田2108-1	47 - 8111
いずみ保育園	羽方186-1	24 - 5720	はぐる保育園	岡芹2086	24 - 9131
なかだて	中館456-2	24 - 3333	下館聖母	本城町甲301-4	22 - 3565
たちばな保育園	五所宮384-2	22 - 6294	愛泉いずみこども園	二木成1273	22 - 2843
川島こども園	小川1845	28 - 5000	筑子保育園	下中山589-1	24 - 0252
川島保育園	女方46-2	28 - 0419	下館幼稚園	本城町甲375	22 - 4115
しろはと保育園	西方1644-7	24 - 1308	英光幼稚園	女方241-1	28 - 0652

浄化槽をお使いのみなさんへ

浄化槽は、微生物などの働きを利用して生活排水をきれいにする装置です。浄化槽の機能を十分に発揮させるため、**定期的な維持管理（清掃・保守点検）の実施と法定検査を受検することが法律により義務付けられています。**

清掃

- ・浄化槽内の汚泥などの抜き取りを行います。
- ・年に1回以上（全ばっ気方式は6か月に1回以上）行う必要があります。
- ・市の許可を受けた清掃業者に依頼してください。

法定検査（県指定検査機関による）

- ・浄化槽の保守点検と清掃がきちんと行われ、きれいな水が放流されているかを検査します。
- ・最初の検査は浄化槽の使用開始から4～8か月以内に1回、2回目以降は年に1回行う必要があります。
- ・未受検の場合、県から受検指導文書が送付されます。
- ・県指定検査機関である（公社）県水質保全協会（☎029-291-4000）に申し込んでください。

※清掃、保守点検、法定検査を一括して契約することもできます。保守点検、清掃業者又は（公社）県水質保全協会（☎029-291-4000）に問い合わせてください。

保守点検

- ・浄化槽内の機器、送風機やタイマーなどの点検を行います。また、消毒剤を定期的に補充し、放流水が不衛生にならないようにします。
- ・10人槽以下の家庭用浄化槽の場合、3～4か月に1回行うことが必要です。
- ・県に登録している業者に依頼してください。

転換（単独処理浄化槽から合併処理浄化槽へ）

- ・単独処理浄化槽は汚水のみを処理し、生活雑排水はそのまま放流されてしまいます。合併処理浄化槽に転換することで、汚れの量をおよそ8分の1に減らすことができます。身近な水環境の保全のため、合併処理浄化槽への転換をお願いします。

【問】下水道課（本庁3階） ☎22-0503

県環境対策課 ☎029-301-2966

案内

アルテリオの開館

アルテリオは空調設備の故障により、臨時休館をしていますが、10月1日（火）から通常開館します。

なお、空調設備については、修繕中のため、一部使用ができない場合があります。

関しもだて地域交流センター

☎23-1616

休日開庁日について

休日開庁日の9月22日（日）

下館駅東駐車場・駐輪場の閉鎖

下館駅東（平面）駐車場及び下館駅東自転車等駐車が11月1日（金）から閉鎖となります。



①～③は今後も利用することができます。
①下館駅前（立体）駐車場／②下館駅北自転車等駐車場／③下館駅南自転車等駐車場

【問】④市民安全課（本庁2階） ☎24-2131

⑤都市計画課（本庁3階） ☎20-1178

農用地区域の変更申出を受け付けます

祝（は）はシステムメンテナンスのため、マイナンバー関連の手続き（カードの交付、有効期限更新手続きなど）を行うことはできませんので、注意してください。

☎24-2101

変更を希望する人は、事前に農政課へ相談のうえ、書類を提出してください。

▼期間 10月4日（金）～18日（金）

▼対象 農業振興地域整備計画に定められた農用地区

の変更（除外及び編入）を予定している人 ▼申込方法 申出書を農政課窓口まで持参するほか、ホームページからもダウンロードできます。

☎20-1161

リサイクルできない農業用プラスチックの回収

【協和地区】
▼期日 11月11日（月）
【下館・明野・関城地区】
▼期日 11月12日（火）

いずれも……

▼時間 午前9時～正午 ▼場所 J A北つくば協和カントリエレベーター（八幡） ▼費用 70円/kg ▼申込方法 10月11日（金）までに窓口又は電話で

☎20-1161

下館・結城都市計画地区計画案の縦覧

徳持・大塚地区地区計画案を縦覧します。地区計画案に対して意見がある住民及び利害関係者は、縦覧期間中に意見書を提出してください。

成人集団健診

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



● 健診日

10月30日（水）～11月1日（金）、
5日（火）～8日（金）、12日（火）～15日（金）

● 場 所 下館保健センター

予約方法

● 電 話 ☎ 0570-077-150
10月8日（火）～11日（金）
午前9時～午後5時

● インターネット（24時間受付）
10月7日（月）午前9時～健診を受ける
日の2日前（休日を除く）の正午まで



予約はこちら

▼女性検診の会場一部変更
ピープルお知らせ版8月15日号で掲載した女性検診の会場が、一部変更になりますので注意してください。
▼期日 10月22日（火）、23日（水）

女性検診の会場一部変更

☎ 20-1178

▼縦覧期間 9月24日（火）～10月8日（火） 午前8時30分～午後5時15分（平日のみ）▼縦覧場所 都市計画課



指定難病患者福祉手当の支給

▼対象 市内在住で、指定難病特定医療費受給者証をお持ちの人（申請日時点）▼手当額 年間2万円 ▼持参品 指定難病特定医療費受給者証、認印、本人名義の通帳 ▼申請方法 10月1日（火）から12月27日（金）に、障がい福祉課又は各支所（川島出張所は除く）の窓口で

▼変更前 川島出張所
▼変更後 健診協会県西センター
▼健康増進課（本庁2階）
☎ 22-0506

※郵便での申請を希望する人は、問い合わせてください。
【申請】障がい福祉課（本庁1階）
☎ 24-2105

年金生活者支援給付金

新たに受給の対象となる人には、9月初旬より日本年金機構から、はがきサイズの請求用書類が順次送付されています。
▼申請方法 必要事項を記入し、9月30日（月）までに返送（必着）
☎ 0570-05-4092

狂犬病予防集合注射の会場変更

狂犬病予防集合注射の実施会場が一部変更となります。
▼期日 10月6日（日）
【変更前】関城支所
【変更後】関城コミュニティセンター

※詳しくは、ホームページをご覧ください。



不動産取得税

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

環境課（本庁2階）
☎ 24-2130

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。

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。

台風接近前の対策にご協力ください

トタンやアンテナなどはしっかりと固定しましょう。電線に引っかかっているビニールなどを発見した場合は、速やかに電話又はチャットで連絡してください。詳しくは、ホームページをご覧ください。



東京電力パワーグリッド
☎ 0120-995-007

県民交通災害共済加入受付中

会員が共済期間中に交通事故により災害を受けた場合、見舞金を支払う制度です。
▼共済期間 加入日の翌日～令和7年3月31日（月）▼会費

一般900円、中学生以下500円（9月30日以降の加入はそれぞれ半額）▼申込方法 市民安全課、各支所、川島出張所の窓口で
☎ 24-2131

秋の全国交通安全運動

～気をつけよう 危険がひそむ 慣れた道～
▼期間 9月21日（土）～30日（月）

【運動の重点】

- ① 反射材用品等の着用推進や安全な横断方法の実践等による歩行者の交通事故防止
- ② 夕暮れ時以降の早めのライト点灯やハイビームの活用促進と飲酒運転等の根絶
- ③ 自転車・特定小型原動機付自転車利用時のヘルメット着用と交通ルール遵守の徹底

ヒロサワ県西総合公園 有料施設の料金改正

11月1日（金）から有料施設の利用料金が改正となります。

新料金については、ホームページをご覧ください。



☎ 57-5631

里親制度説明会

子どもたちの里親になり、安心・安全な家庭環境のもとで、子どもを育ててくださる人を必要としています。



- 日 時 ① 10月8日(火) 午前10時~正午
② 10月23日(水) 午後2時~4時

- 場 所 ①牛久市保健センター保健指導室
②古河福祉の森会館研修室

■ 対 象 里親に関心がある人

■ 内 容 里親制度説明と里親体験談

■ 定 員 各回10人

■ 費 用 無料

■ 申込方法 開催一週間前までにホームページで



【申】【問】 さくらの森乳児院 増子
☎080-8434-3329

子ども・子育て会議委員

申込期限

10/3(木)
必着

筑西市子ども・子育て会議の市民委員を募集します。子育てを経験されたみなさんの声を、市の子育て支援に反映してみませんか。

■ 対 象 ①~③全てに該当する人

- ① 市内在住で、任期期間中も市内在住予定
- ② 子育て経験者で子育て支援に意欲がある
- ③ 国又は地方公共団体の議員・職員ではない

■ 任 期 11月1日(金)~令和8年10月31日(土)

■ 募集人数 3人程度

■ 会議回数 年2回程度

■ 申込方法 詳しくは、ホームページをご覧ください。



【申】【問】 こども課 (本庁1階) ☎24-2104

募 集

障がい者就職面接会

▼日時 9月26日(木) 午後1時~3時30分 ▼場所 所ダイヤモンドホール(玉戸) ▼費用 無料 ▼申込方法 事前に窓口で紹介・予約

申 関 筑西ハローワーク

☎22-2188

親子力アップセミナー

「子どもがわかる! 気をつけた声のかけ方その対応」

▼日時 10月2日(水) 午前10時~11時30分 ▼場所 所アルテリオ研修室 ▼定員 15人

▼費用 500円(資料代)

▼申込方法 電話で

申 関 (公社) スコーレ家庭教育振興協会 飯泉

☎080-5032-0305

筑西地域職業訓練センター

「パソコンExcel習得講座(毎週火・金曜全14回)」

▼期間 10月15日(火)~11月29日(金) 午後6時30分~9時

▼定員 20人 ▼講師 塚本まや氏(職業訓練講師)

☎57-5631

▼費用 1万5000円(教材費別) ▼申込方法 9月17日(火)から10月4日(金)の間に電話で

申 関 筑西地域職業訓練センター

☎0296-75-1254

JICA海外協力隊

開発途上国で現地の人と生活をしながら、国づくりに貢献するボランティアを募集します。

▼対象 20歳から69歳までの日本国籍を持つ人 ▼申込方法 10月1日(火)から31日(木)までにホームページで

※詳しくは、ホームページをご覧ください。

申 関 JICA筑波 菅谷

☎029-838-1117

ヒロサワ県西総合公園バードウォッチング講座

▼日時 10月26日(土) 午前9時~11時30分 ▼場所 所ヒロサワ県西総合公園 ▼定員 20人

(先着順) ▼持参品 動きやすい服装、筆記用具、双眼鏡(持参できる人) ▼参加費 無料

▼申込方法 10月3日(木)~19日(土)までに窓口で

申 関 ヒロサワ県西総合公園

☎57-5631

かんたん無料スマホ教室

市主催のスマホ教室を、ケーブルテレビ(株)との連携により開催します。

▼期日 ①10月5日(土) ②12日(土) ▼時間 各日とも午前10時~正午(初級編・基本操作)

午後1時30分~3時30分(中級編・LINEの操作) ▼場所 ①川島出張所 ②関城コミュニティセンター学習室 ▼対象 市内在住、在勤、在学の18歳以上

▼定員 各日午前10人、午後10人(先着順) ▼申込方法 開催日3日前までに電話で

申 関 ケーブルテレビ筑西

☎0120-09-1811

関 行 革DX推進課(本庁4階)

☎54-7012

明野健康パーク

血管年齢測定、筋力・姿勢のチェック、遊び感覚のマットス運動、食事の話など、健康に関するイベントです。

▼日時 10月26日(土) 午前9時~午後1時 ▼場所 所明野いきがいセンター ▼持参品 動きやすい服装、上履き、タオル、

☎57-5631

イ ベ ン ト

飲み物 ▼参加費 無料
健康推進員連絡協議会明野支部 (健康増進課内)
 ☎22・0506

**神山芳子バレエスクール
パフォーマンス2024**

▼日時 9月22日(日・祝) 午後3時30分開演 ▼場所 結城市民文化センターアクロス
 ▼定員 1100人 ▼入場料 無料

閩神山芳子バレエスクール
 ☎070・4072・5686

**ちくせいスポーツフェス
スポーツテスト2024**

さまざまなスポーツ体験や、スポーツテストを実施します。
 ▼日時 10月14日(月・祝) 午前9時30分〜午後3時 ▼場所 二ツサ・ヒロサワ・シティ体育館

内容 バスケットボールなど
 ▼持参品 運動できる服装、体育館シューズ ▼参加費 無料
閩ザ・ヒロサワ・シティ体育館
 ☎28・5040

下館愛らん会洋蘭展

▼日時 10月4日(金)〜6日(日) 午前10時〜午後5時(最終日は午後4時まで) ▼場所 道の駅グランテラス筑西 ▼入

場料 無料

閩下館愛らん会 和田
 ☎24・6201

県伝統工芸品展

職人による立ち会い販売のほか、製作体験ワークショップや実演も予定しています。
 ▼日時 10月4日(金)〜6日(日) 午前10時〜午後6時 ▼場所 二ツサつくば

閩県技術革新課
 ☎029・301・3585

難病フェスタ2024

難病についての理解・普及啓発を目的として開催します。
 ▼日時 10月6日(日) 午後0時30分〜3時30分 ▼場所 七キショウ・ウエルビーイング福祉会館(水戸市) ▼入場料 無料

※詳しくは、ホームページをご覧ください。


閩県難病団体連絡協議会
 ☎029・244・4535

中央図書館読み聞かせ

▼日時 9月22日(日・祝) 午後2時〜 ▼内容 『絵本『タイロンなんかこわくない』、『かもとりごんべえ』、折り紙 ▼場

所 中央図書館おはなしコーナー ▼参加費 無料
閩読み聞かせあすなろの会
 手面 ☎24・4547

ママの息抜きヨガサロン

お子さんを預けて、母親だけでヨガに参加できます。
 ▼日時 10月3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(新規優先) ▼持参品 赤ちゃんに必要なもの(オムツや飲み物、おもちゃ1つ)、飲み物、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 9月24日(火)〜30日(月) までに電話又はインターネットで

閩市社会福祉協議会
 ☎22・5191

**かむレシピ
コンテスト**

歯や口の健康のためによく噛むメニュー(単品)で、今年度のテーマ食材を使い、他の食材もできるだけ茨城の品目を取り入れたレシピを募集します。
 ▼募集区分 小学生以下の部

中学生・高校生の部、一般の部
 ▼テーマ食材 豚肉 ▼対象 県内在住・在学・在勤の人
 ▼申込期間 10月1日(火)〜令和7年1月10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。


閩県歯科医師会事務局
 ☎029・252・2561

**森のこども食堂
地産地消のピザ作り**

▼日時 9月23日(月・振休) 午前10時〜午後1時 ▼場所 五郎助山(上野) ▼定員 30人 ▼参加費 大人200円、子ども100円 ▼申込方法 インターネットで
閩ももちの会 佐藤
 ☎080・5498・2291



**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 10月6日(日) 午前8時30分〜(雨天中止) ▼集合場所 道の駅グランテラス筑西 ▼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道の駅グランテラス筑西周辺、約5kmから7kmのウォーキング ▼持参品 飲み物、帽子、歩きやすい服装 ▼参加費 無料
閩健康運動普及員会 (健康増進課内) ☎22・0506

**スパイスキッチン
交流会・こども食堂**

本場のパキスタンカレーを楽しむイベントを9月26日(木)に開催します。
「インターナショナル交流会」
 ▼時間 午前10時〜午後1時
 ▼定員 20人(先着順) ▼参加費 1000円(材料費)
 ▼申込方法 9月25日(水)までに申込フォームで
「こども食堂」
 ▼時間 午後5時〜7時 ▼定員 25人 ▼参加費 大人200円、子ども100円
 ▼申込方法 9月25日(水)までに申込フォームで



いずれも……
 ▼場所 まちづくりカフェピーチ(二木成)
閩スパイスキッチン 野村
 ☎080・6229・9027

相談

無料税務相談

▼日時 10月2日・16日(水)
午後1時30分～4時30分 ▼場
所 市役所204会議室(本庁
2階)
☎25・5930

職場のトラブル無料相談会

解雇、パワハラなど労働関係
のトラブルについての相談に応
じます。電話相談も行います。
▼期日 ①10月9日(水) ②10
月17日(木) ③10月25日(金)
▼時間 ①③午後2時～5時 ②
午後5時～7時 ▼場所 県労
働委員会事務局(水戸市) ▼申
込方法 前日までに電話で

申請 県労働委員会事務局

☎029・301・5563

くらしの困りごと相談会

行政機関の手続きに関する質
問や、法律相談を行います。
▼日時 10月11日(金) 午後1
時～3時50分 ▼場所 下妻公
民館 ▼費用 無料 ▼申込方
法 9月27日(金)～10月7日
(月)までに電話で(平日のみ、

当日受付可)

申請 総務省行政相談センター

☎029・253・1100

筑西地方家族会

【心の相談支援】

▼日時 10月16日(水) 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) ▼対象 家族の心
の病気で悩みのある人 ▼申込
方法 開催日の前日までに電話
又はFAXで

申請 筑西地方家族会 古池

☎FAX 52・2743

ぶらりサロン

▼日時 10月2日・16日(水)
午後1時30分～3時30分 ▼場
所 〓ギャラリーおっここの室
▼対象 介護に悩んでいる人や
地域の人 ▼内容 2日・薬の
働きや適切な飲み方について/
16日・認知症のはなし ▼費用
2000円

〓ぶらりサロン 仁平

☎080・6550・1579

オレンジカフェあやめ

▼日時 10月6日(日) 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など

▼内容 〓高齢者向け住まい、リ
ズム体操 ▼持参品 飲み物
▼費用 無料
〓オレンジカフェあやめ 田嶋
☎28・4339

福祉相談会

福祉の専門職(有資格者)に
相談できます。

▼日時 9月26日(木) 午前9
時～正午 ▼場所 〓総合福祉セ
ンター(小林) ▼対象 〓市内在
住の人 ▼定員 〓5人程度
▼費用 〓無料
※要予約、秘密厳守

申請 社会福祉協議会

☎22・5191

司法書士法律相談会

借金や相続などに関する相談
に応じます。

▼日時 10月5日(土) 午前10
時～午後3時 ▼費用 〓無料

【①面談による相談】

▼場所 〓結城市民情報センター
【②電話相談】
☎0120・187・643

【③Zoomによる相談】

▼申込方法 〓Zoom
m相談のみインター
ネットより事前予約
〓茨城司法書士会

☎029・225・0111



市民活動∞井戸端かふえ

- ▶日時=10月4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8月号 4枚
- ②常陽藝文8月号 1枚
- ③PHP 8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あきない世傳 金と銀(12)
高田郁著 7本
- ②源氏物語巻4(薄雲・朝顔・乙女・玉鬘・
初音・胡蝶) 瀬戸内寂聴著 6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	10月10日(木) 午後1時～4時	10月4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】 9月20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

9月の納付 納期限：9月30日(月)

税目・保険料など	担当課	問い合わせ
固定資産税・都市計画税(3期)	資産税課	☎22-0527
国民健康保険税(3期)	医療保険課	☎24-2103
後期高齢者医療保険料(3期)		

10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=① 4日・11日・18日・25日(金) 午後7時～
② 8日・22日(火) 午前9時30分～
③ 20日・27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=① 8日・22日(火) 午後7時～
② 11日(金) 午前9時30分～
③ 20日・27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=9月25日(水)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		

【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

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～

令和6年能登半島地震災害義援金

- ✳馬場 泰則 様…7,500円
- ✳筑西遊湯館 様…4,560円
- ✳匿名 様…4,537円
- ✳県西総合公園 様…3,520円 (8月8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
- ✳イスラエル・ガザ人道危機救援金
- ✳アフガニスタン人道危機救援金
- ✳ウクライナ人道危機救援金
- ✳バングラディッシュ南部避難民救援金
- ✳中東人道危機救援金 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	10月10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、食事の改善方法を栄養士がアドバイスします。
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） ☎ 2 4 - 2 1 1 5

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	18日(金) 13:00～13:55	明野保健センター	令和5年 3月生
	22日(火) 13:00～13:55	下館保健センター	
3歳児健康診査	9日(水) 12:50～13:55	明野保健センター	令和3年 4月生
	29日(火) 12:50～13:55	下館保健センター	
マタニティクラス ～ママクラス～ (定員有・要申込)	16日(水) 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） ☎ 2 4 - 2 1 1 5

10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、別日や電話・オンライン相談にも応じますので、問い合わせてください。

日時	会場
2日(水)、10日(木)、 15日(火)、24日(木) 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） ☎ 2 4 - 2 1 1 5

愛の献血

月日	場所	時間
10月16日(水)	協和コミュニティセンター	9:30～12:00 13:00～15:30

【問】健康増進課（本庁2階） ☎ 2 2 - 0 5 0 6

10月の健康運動教室（予約不要）

地区	日時	会場
下館	3日・10日・17日・24日(木) 13:30～15:00 ※17日は認知症予防教室	下館武道館1階
	4日・18日(金) 13:30～15:00	アルテリオ会議室 A・B
関城	2日(水) 13:30～15:00	関城コミュニティセンター大ホール
明野	1日・15日(火) 13:30～15:00	明野保健センター ホール
協和	4日・18日(金) 13:30～15:00	協和ふれあいセンター 集会室
	25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、関城コミュニティセンター、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） ☎ 2 2 - 0 5 0 6

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	1日・8日・22日・29日(火)、 11日・25日(金) 13:30～15:00	アルテリオ
	11日・25日(金) 10:00～11:30	市総合福祉センター（小林）
関城	1日・22日(火) 10:00～11:30	ペアーノ
	2日・9日・16日・23日(水) 10:00～11:30	関城コミュニティセンター
明野	7日・21日(月) 13:30～15:00	明野いきがいセンター
協和	2日・16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60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） ☎ 2 2 - 0 5 2 6

