



**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

## 不妊治療費・不育症検査治療費の助成

助成限度額：上限 **5** 万円

妊娠・出産を望む人が、経済的な理由で新たな家族を迎えることを諦めることがないように、費用の一部を助成します。 **【申】【問】** 母子保健課（本庁1階）☎24-2115



### 【不妊治療費（先進医療分）の助成】

保険適用で実施した生殖補助医療と併用して行われた先進医療に係る一部の費用を助成します。



詳しくはこちら

#### ■ 対象となる先進医療

- ・登録医療機関で実施した先進医療
- ・1ワールの生殖補助医療（保険診療）と併せて実施した先進医療
- ・1ワールの開始日が令和7年4月1日以降

保険診療と併用して実施した先進医療分が該当

保険適用治療		先進医療
保険（7割）	自己負担（3割）	全額自己負担（10割）

助成対象

#### ■ 助成回数

保険診療の回数に準じます  
（妻の年齢が40歳未満は6回まで、40歳以上43歳未満は3回まで）

### 【不育症検査及び治療費の助成】

不育症と診断された人を対象に、保険適用外の不育症検査及び治療費に係る一部の費用を助成します。



詳しくはこちら

#### ■ 対象となる治療

- ・保険適用外の不育症の検査及び治療
- ・検査及び治療開始日が令和7年4月1日以降

#### ■ 助成回数

- ・夫婦1組につき、年度に1回のみ

いずれも……

#### ■ 対象 ※以下の全てに該当すること

- ・市内在住で申請日に一年以上住所がある夫婦（事実婚を含む）
- ・夫婦ともに市税を完納していること

#### ■ 申請書類

必須：助成金交付申請書、受診等証明書  
該当者のみ：戸籍全部事項証明書、事実婚関係に関する申立書

#### ■ 申込方法 窓口又は郵送で申請

詳しくは、Webをご覧ください。

## 案内

自衛隊への情報提供を望まない人へ

市では、法令に基づき、自衛官及び自衛官候補生の募集のために必要な情報（氏名、住所、生年月日、性別）を自衛隊に提供しています。市による自衛隊への情報提供を望まない人は、本人又はその代理人が除外申請をしてください。

▼対象Ⅱ平成19年4月2日から平成20年4月1日生まれの人／平成15年4月2日から平成16年4月1日生まれの人 ▼申込方法Ⅱ申請書を6月30日（月）までに提出

**申問** 消防防災課（本庁4階）☎24・2132



詳しくはこちら

マイナンバー関連業務の休止

6月22日（日）の休日開庁日は、システムメンテナンスに伴い、マイナンバー関連業務（交付・申請・更新など）ができません。

**問** 市民課（本庁1階）☎24・2101

## 国民健康保険税納税のお知らせ

### ■ 7月14日（月）に世帯主へ納税通知書を発送します

納税通知書は本人宛を確認のうえ、すべて開封し内容を確認してください。

また、6月24日（火）以降に転居や転出をする人は、納税通知書が市へ返戻されてしまう場合がありますので、郵便局の転居・転送サービスを利用してください。

### ■ 納税方法が変わる場合があります

納税方法が口座振替又は納付書から10月以降年金天引きに変わる場合があります。該当する人には、口座振替又は納付書と年金天引きの納税通知書が、別々に郵送されます。

前年度以前に遡っての国保加入や過年度の修正申告などの手続きをした場合、現年度分とは別に、過年度分の納税通知書も郵送されることがあります。過年度分については、現在、口座振替を利用中でも納付書での納付となりますので注意してください。

	年金天引きから 口座振替又は納付書へ変更となる人	口座振替又は納付書から 年金天引きへ変更となる人
対象	<ul style="list-style-type: none"> <li>1～4のいずれかに該当する人。</li> <li>今年度75歳になり、国民健康保険から後期高齢者医療制度に移行する人。</li> </ul>	1～4の全てに該当する人。
1	世帯主が国民健康保険以外に加入した(社会保険、後期高齢者医療制度など)。	世帯主が国民健康保険に加入している。
2	同一世帯内で国民健康保険に65歳未満の人が加入した。	同一世帯内で国民健康保険の加入者が全員65歳以上74歳以下である。
3	世帯主の対象年金受給額が年額18万円未満。	世帯主の対象年金受給額が年額18万円以上。
4	国保税と介護保険料を合わせた額が、対象年金の偶数月受給額の半分以上を越えている。	国保税と介護保険料を合わせた額が、対象年金の偶数月受給額の半分以上を越えていない。

### ■ 税率

	医療分	後期高齢者支援分	介護納付金分(40～64歳)
所得割(前年中の所得に対して)	7.8%	2.1%	1.8%
均等割(1人あたり) ※軽減・減免適用前	32,000円	13,000円	12,500円

### ■ 賦課限度額（国で定める国民健康保険税の課税上限額）

109万円 = 医療分【66万円】 + 後期高齢者支援分【26万円】 + 介護納付金分【17万円】

### ■ 軽減・減免制度

申請の有無や申請方法など、詳しくは納税通知書に同封するお知らせ又はWebをご覧ください。



【申】【問】 医療保険課（本庁1階）  
☎24-2103

女性集団検診

検診内容など、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

■ 検診日 7月3日(木)~5日(土)  
7日(月)、8日(火)

※要事前予約

■ 場 所 明野保健センター

予約方法

■ 電 話 ☎0570-077-150

5月26日(月)、27日(火)  
午前9時~午後5時

■ Web (24時間受付)

5月25日(日)から検診を受け  
る日の2日前(休日を除く)の  
正午まで



予約はこちら

国民年金の学生納付特例免除制度の更新

学生納付特例制度により国民年金保険料の納付猶予を受けている人で、令和7年度も在学予定の人は、日本年金機構から学生納付特例申請書(はがき)が送付されています。



詳しくはこちら

■ 引き続き学生納付特例を希望する人

必要事項を記入して返送してください。

■ ハガキが届かない人、在籍している学校に変更がある人、新たに学生納付特例を申請する人

窓口又はマイナポータルからの申請が必要です。

○ 持 参 品

学生証(コピー可・両面)又は在学証明書(コピー不可)、来庁者の身分証明書

※本人又は同一世帯の人以外が申請する場合は、委任状が必要です。

○ 申請場所 市民課窓口又は各支所

【申】【問】市民課(本庁1階) ☎24-2101

マイナ救急実証事業

筑西広域消防本部では、救急業務の円滑化、迅速化のため、マイナンバーカードを活用して通院履歴や服薬情報などの確認を行う実証事業を実施します。

マイナ保険証の利用登録やマイナンバーカードの提示に協力してください。

▼期間 5月中旬から令和8年3月末日まで



詳しくはこちら

☎24-4104

問 筑西広域消防本部

募 集

甲種防火管理者再講習

▼期日 7月10日(木) ▼場所 結城市民情報センター

▼申 込方法 5月29日(木)から6月5日(木)にWebで



申込みはこちら

☎24-4589

申 問 筑西広域防火管理協議会

消防設備士 受験準備講習

▼開催日 各類共通 7月14日(月) / 乙第6類 7月16日(水) / 甲・乙第1類 7月29日(火)

／甲・乙第4類 7月30日(水) いずれも……



申込みはこちら

申 問 (一社) 県消防設備協会 ☎029-226-9611

ひとり親家庭の母・父のためのパソコン講習会

▼日時 6月29日~8月10日 毎週日曜日(全7回) 午前9時30分~午後4時 ▼場所 県母子寡婦福祉連合会(水戸市)

▼対象 ひとり親家庭の母・父及び寡婦で全日程出席できる人 ▼定員 15人(応募多数の場合抽選) ▼費用 2200円(教材費) ▼申込方法 5月30日(金)までにFAXで

申 問 県母子寡婦福祉連合会 ☎029-221-8497

FAX 029-221-8618

母子家庭等 自立促進講習会

【介護職員初任者研修(全14回)】 ▼日時 8月2日~12月13日 毎週土曜日 午前9時~午後5時 ▼場所 県母子寡婦福祉連合会(水戸市) ▼対象 ひとり親家庭又は寡婦で全日程出席でき、就労を希望する人 ▼定員

20人(応募多数の場合抽選) ▼費用 7516円(教材費・保険料) ▼申込方法 6月1日(日)から7月3日(木)にFAXで ※託児有り

申 問 県母子寡婦福祉連合会 ☎029-221-8497

FAX 029-221-8618



詳しくはこちら

障がい児・者 福祉サービス説明会

市内や近隣市町村の福祉事業所が集まります。

▼日時 6月28日(土) 午前9時30分~正午 ▼場所 市社会福祉協議会(小林)

※要事前申込、当日参加可

申 問 サポートセンターはぐくみ 渡邊 ☎24-8939

筑西地域職業訓練センター

【パソコンword習得講座(全14回)】 ▼日時 6月20日(金)~8月8日(金) 午後6時30分~9時30分 ▼定員 15人 ▼費用 1万5000円(教材費別)

▼申込方法 5月19日(月)から6月13日(金)に電話で

申 問 筑西地域職業訓練センター ☎0296-75-1254

## あなたの家の安全を診断します

派遣  
無料

大地震による家屋の倒壊から生命を守るため、木造住宅耐震診断士による家の耐震診断を受けてみませんか？

■ 申込期間 **6月3日(火) ~ 17日(火)**  
※平日のみ

■ 実施期間 **7月中旬~**

■ 定員 15戸 (申込み多数の場合は抽選)

■ 持参品  
・筑西市木造住宅耐震診断申請書  
・納税証明書(完納証明)  
・建築確認申請又は台帳記載事項証明

■ 申込方法 必要書類を持参のうえ  
窓口で



詳しくはこちら

【申】【問】 まちづくり課 (本庁3階) ☎20-1181

### ■ 派遣対象

- 耐震診断を受けようとする者が所有し、現に居住しているもの
- 昭和56年5月31日以前に建築確認を受けて建築された住宅で、地上階数が2以下のもの
- 延べ面積が30㎡以上のもの
- プレハブ工法、丸太組構法、旧建築基準法38条に規定する認定構法により建築されていないもの
- 所有者が市税などの滞納をしていないこと



## 筑西市契約規則の一部改正について

地方自治法施行令の一部改正に伴い、市契約規則に規定する随意契約ができる範囲を下記のとおり改正しました。

### ■ 随意契約の範囲

(単位：万円)

契約の種類	少額随意契約の基準額		備考
	改正前	改正後	
工事又は製造の請負	130	<b>200</b>	工事、修繕 など
財産の買入れ	80	<b>150</b>	不動産、動産、特許権 など
物件の借入れ(年総額)	40	<b>80</b>	土地、建物、機械、器具
財産の売払い	30	<b>50</b>	不動産、動産
物件の貸付け	30	<b>30</b>	土地、建物、機械、器具
前各号に掲げるもの以外	50	<b>100</b>	委託、役務 など

■ 施行日 令和7年6月1日

【問】 契約検査課 (本庁4階) ☎24-2185

## 防犯カメラ設置補助金

安心安全なまちづくりのため、自治会などが設置する防犯カメラの費用の一部を補助します。

■ 補助金 **20万円(上限)**

※対象経費の2分の1

### ■ 補助対象要件

- ・年度内に着手、完了できること
- ・他の補助金制度を利用していないこと など

### ■ 申請方法

市民安全課と事前協議が必要です。  
詳しくはWebで。



【申】【問】 市民安全課 (本庁2階)

☎24-2131

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。お子さんは地域女性団体連絡会のみなさんと、保育士が見守ります。  
▼日時 6月5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6年4月2日以降生まれの赤ちゃんがいる母親(未就学児のきょうだいも預かります)  
▼定員 7人(新規優先) ▼持参品 赤ちゃんに必要なもの、飲み物、タオル、母子手帳、ヨ

### ママの息抜きヨガサロン

子どもいけばな体験コーナー  
▼日時 各日とも展示日の午前11時から花材がなくなり次第終了  
▼対象 中学生以下 ▼参加費 無料 ▼持参品 不要  
☎文化スポーツ課(本庁3階) ☎22-0183

### 筑西市芸術祭 いけばな展

▼日時 6月7日(土)、8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多目的室 ▼入場料 無料



## 民生委員・児童委員に気軽にご相談ください

民生委員・児童委員は、地域の身近な相談役として、さまざまな相談に応じ、誰もが安心して生活できる地域づくりのために日々活動しています。

### ○民生委員・児童委員とは？

厚生労働大臣から委嘱された非常勤の地方公務員ですが、給与の支給はなく、ボランティアとして活動しています。また、児童委員を兼ねており、子どもに関する問題を専門に対応する主任児童委員もいます。

民生委員・児童委員は、地域住民と同じ立場で相談を受け、必要な福祉制度や子育て支援サービスを受けられるように関係機関へつなぐ役割を果たします。

市では現在、216人の民生委員・児童委員（うち主任児童委員15人）が地域のために活躍しています。



### ○こんなときにはご相談ください

- ・身体の障がいや高齢により、暮らしや生活に不安がある
- ・医療や介護、生活困窮などの福祉サービス制度や窓口がわからない
- ・育児やこどものしつけで悩んでいるなど



### ○相談したい場合はどうしたらいいの？

民生委員・児童委員には、それぞれの担当区域があります。住んでいる地域の民生委員・児童委員がわからない場合は、社会福祉課へ問い合わせてください。

### 5月12日は民生委員・児童委員の日です

民生委員・児童委員の活動に対する理解を深めるとともに、更なる活性化につながっていくことを期待して、5月12日からの1週間は「活動強化週間」となっています。



### ○相談の秘密は守られます

民生委員・児童委員には秘密を守る義務があるため、相談内容がほかに漏れる心配はありません。安心して相談してください。

【問】社会福祉課（本庁2階） ☎ 22-0525

☎ 080・2238・9310

宮本 申問  
オリエンテーリング体験会  
詳しくは問い合わせください。

▼日時 6月8日（日）午前9時～正午（受付：午前8時30分）  
▼場所 五郎助山（上野）  
▼対象 個人又は2～3人のグループ  
▼参加費 1人200円（保険料、地図代など）  
▼申込期限 6月5日（木）  
※当日申込可。申込方法など、詳しくは問い合わせください。

### オリエンテーリング体験会

☎ 35・2284

閩 群青の会 川路

約50点の風景画や静物画などを展示します。  
▼日時 5月29日（木）～6月1日（日）午前10時～午後5時（最終日は午後4時まで）  
▼場所 スピカビル地下1階多目的スペース  
▼入場料 無料

### 日本画「群青の会」作品展

☎ 22・5191

申問 市社会福祉協議会

ガマット又はバスタオル  
加費 無料  
▼申込方法 5月19日（月）から23日（金）に電話又はWebで  
申込みはこちら



☎ 22・0506

閩 健康運動普及員会（健康増進課内）  
▼参加費 無料

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 6月1日（日）午前9時～（雨天中止）  
▼集合場所 市総合福祉センター（小林）  
▼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市総合福祉センターから五行川周辺、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

### 筑西市民ウォーク 筑西を歩こう

☎ 090・3510・7956

▼対象 小学生以上  
▼定員 20人  
▼参加費 無料  
閩 劇団明野ミュージカル 杉山  
申込みはこちら



いづれも……  
① 明野コミュニティセンター  
② 明野コミュニケーションセンター（野殿）  
③ 東西生涯学習センター（野殿）

### 劇団明野ミュージカル 体験・見学会

▼日時 ①5月24日（土）②6月7日（土）③6月21日（土）午後2時30分～4時30分  
▼場所 ①

**オレンジカフェ（認知症カフェ）** ☎…費用無料

認知症に関する心配事、悩み相談もできます。

団体	日時	内容	場所	申・問
あやめ ☎	6月1日(日) 13時30分～15時30分	知って得する健康講座 みんなで歌おう	川島コミュニティセンター	オレンジカフェあやめ(田嶋) ☎28-4339
ぶらりサロン	6月4日・18日(水) 13時30分～15時30分	4日 元気なうちから知っておきたい在宅医療 18日 介護の悩み相談	ギャラリーおっこの室(大町)	ぶらりサロン(仁平) ☎080-6550-1579 ※参加費200円
笑福 ☎	6月8日(日) 10時～正午	認知症を予防する	デイサービス笑福(細田) ※送迎要相談	デイサービス笑福(加賀谷) ☎48-8141

**相談**

**結婚相談会 in 筑西**

▼日時 6月8日(日) 午後1時～5時  
▼場所 市総合福祉センター(小林)  
▼対象 成人 独身男女及びその親族  
▼定員 10人(先着順)  
▼持参品 身分証明書  
▼申込方法 5月19日(月)から28日(水)の正午から午後7時の間に電話で  
申問 いばらきマリッジサポーター 県西地域活動協議会 木村  
☎090・8044・5408

**ハローワークにおける「看護の仕事」相談会**

▼日時 6月10日(火) 午後1時～3時  
▼場所 ハローワーク筑西  
▼内容 就業相談や進路相談  
関県ナースセンター  
☎029・221・7021

**筑西地方家族会**

家族の心の病気で悩んでいる人が、悩みを相談したり、知識を身につけたりできます。

**心の相談支援**

▼期日 6月18日(水)  
【交流会】

▼期日 6月24日(火) 問わずも……

▼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)  
▼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で  
申問 地方家族会 古池  
☎090・1122・4697

**歯のなんでも電話相談**

歯医者さんに関けないことや入れ歯、矯正など、歯に関する悩みや質問を受け付けます。  
▼日時 6月8日(日) 午前9時30分～午後0時30分  
【相談受付電話番号】  
☎029・823・7930

※相談無料  
関(一社) 茨城県保険医協会  
☎029・823・7930

**無料税務相談**

税に関することなら何でも相談してください。  
▼日時 6月4日・18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)  
※予約不要、直接会場へ  
関 関東信越税理士会下館支部  
☎25・5930

**市民活動∞井戸端かふえ**

市内で活躍中のボランティア団体との井戸端会議をしませんか。  
▶日時 6月6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  
関 たまり場・たろう 小松崎  
☎090-1797-3045

**歌声ピーチひろば**

▶日時 6月4日(水) 午前10時～  
▶場所 市シルバー人材センター 多目的ホール(二木成)  
▶持参品 飲み物  
▶参加費 200円(80歳以上無料)  
関 NPO 法人地球の保健室 高久  
☎090-1034-0117

**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文藝春秋4月号 1枚  
②PHP 4月号 2枚  
▶場所 市総合福祉センター(小林)  
関 朗読ボランティア野ばらの会 太田  
☎28-4886



**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	6月12日(木) 午後1時～4時	6月6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】 5月16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

**【やまびこ朗読ボランティア】**

①乳房 池波正太郎著 6本  
②まんぞくまんぞく 池波正太郎著 5本  
▶場所 中央図書館  
関 中央図書館 ☎24-3530

**5月の納付** 納期限：6月2日(月)  
※5月の納期限は6月最初の月曜日

税目・保険料など	担当課	問い合わせ
軽自動車税(種別割)	市民税課	☎24-2113

## 6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=①6日・13日・20日・27日(金)  
午後7時～
- ②8日・22日(日) 午後1時30分～
- ③11日(水)・24日(火) 午前9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(金) 午前9時30分～
- ②8日・22日(日) 午前10時30分～
- ③24日(火) 午後7時～
- ▶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=5月27日(火)から電話で

## 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

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



## 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	
…小学校及び義務教育学校(前期課程)16校へ 児童図書899,537円分 (2月12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～	
令和6年能登半島地震災害義援金	
*渡邊 聡志 様…20,000円	
*喫茶枝おり 様…5,400円	
*岡野 将司 様…3,000円	
令和6年9月能登半島大雨災害義援金	
*成田自治会桜まつり義援金 様…7,200円 (4月11日現在)	

### 善意銀行

～市社会福祉協議会へ～	
*茨城県立下館第二高等学校3学年会計 様 …3,073円 (4月15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	6月12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	随時行っていますのでお問い合わせください。
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
1か月児健康診査	内科診察、身体測定	1か月になるお子さん
3～8か月児健康診査	内科診察、身体測定 ※3～4か月を目安	3～8か月になるお子さん
9～11か月児健康診査	内科診察、身体測定	9～11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～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

**6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	5日(木) 13:00～13:55	明野保健センター	1歳7か月になるお子さん ※対象者には個別に通知
	25日(水) 13:00～13:55	下館保健センター	
3歳児健康診査	6日(金) 12:50～13:55	明野保健センター	3歳6か月になるお子さん ※対象者には個別に通知
マタニティクラス～パパママクラス～ (定員有・要申込)	12日(木) 13:00～13:10	明野保健センター	妊婦さんとその夫

【申】【問】母子保健課（本庁1階） ☎24-2115

**6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
4日(水)、20日(金) 9:30～11:00、13:30～15:00 ※時間は予約の時に伝えします	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
5月26日(月)	県西県民センター (筑西合同庁舎)	9:30～11:00
6月19日(木)	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



**6月の健康運動教室（予約不要）**

地区	日時	会場
下館	5日・12日・19日・26日(木) 13:30～15:00 ※19日は認知症予防体操教室	下館武道館1階
	6日・20日(金) 13:30～15:00	アルテリオ会議室 A・B
関城	4日(水) 13:30～15:00	関城コミュニティセンター大ホール
明野	3日・24日(火) 13:30～15:00 ※24日は認知症予防体操教室	明野保健センターホール
	10日・17日(火) 13:30～15:00	あけの元気館 健康体操室
協和	6日・20日(金) 13:30～15:00	協和ふれあいセンター 集会室
	27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＝「バランスのとれた体力づくり」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） ☎22-0506

**6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	3日・10日・17日・24日(火)、 13日・27日(金) 13:30～15:00 ※13日・27日は集会室	アルテリオ会議室
	13日・27日(金) 10:00～11:30	市総合福祉センター(小林)
関城	4日・11日・18日・25日(水) 10:00～11:30	関城コミュニティセンター
	10日・17日(火) 10:00～11:30	ペアーノ
明野	2日・16日(月) 13:30～15:00	明野いきがいセンター
協和	4日・18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。その他、地域で多くの会場があります。詳しくはホームページをご覧ください。また、体操の動画も配信していますのでぜひご活用ください。

【問】高齢福祉課（本庁2階） ☎22-0526



見やすいユニバーサルデザイン  
フォントを採用しています。

