



**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**  
(水)

## 保育施設利用希望者の認定申請受付開始

### 市内認定保育施設（保育所部分）の園児募集

令和8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申請が必要です。申請書は、こども課、各支所、川島出張所、各園で配布します。



詳しくは  
こちら

#### ■ 申込期間

- 【1次募集】11月4日（火）～10日（月）**  
・8日（土）はこども課でのみ午前中に受付。  
・9日（日）の受付はありません。  
**【2次募集】令和8年2月4日（水）～6日（金）**

#### ■ 申込先

こども課、各支所の窓口（川島出張所不可）

#### ■ 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

**【申】【問】** こども課（本庁1階）☎24-2104

### 市内認定保育施設（幼稚園部分）の園児募集

10月1日（水）から、市内認定こども園の令和8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4日（火）からです。入園手続きなど、詳しくは各園にお問い合わせください。

認定こども園  
せきじょう

**【申込期間】** ※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  
11月4日（火）～7日（金）午前9時～午後3時、8日（土）午前9時～正午

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

### 施設一覧

#### 保育所・小規模保育事業所（保育所部分のみ対象）

施設名	住所	電話番号
暁保育園・分園	関本上1393-1	37-6477
キッズハウス保育園	小川1391-549	28-5425

#### 私立認定こども園（保育所・幼稚園部分ともに対象）

施設名	住所	電話番号
さくらこども園	海老ヶ島2019	45-7851
明野保育園	海老ヶ島1018-1	52-0162
たけのこ保育園	吉田653-1	52-7788
まつばら子ども園	松原152-1	52-0270
ときわの杜	横塚795	57-1515
協和なかよし園	門井1975-4	57-5588
いずみ保育園	羽方186-1	24-5720
なかだて	中館456-2	24-3333

#### 私立認定こども園（保育所・幼稚園部分ともに対象）

施設名	住所	電話番号
たちばな保育園	五所宮384-2	22-6294
川島こども園	小川1845	28-5000
川島保育園	女方46-2	28-0419
しろはと保育園	西方1644-7	24-1308
筑子ファミリア保育園	西方1359-1	23-1212
西方いずみ幼稚園	野殿1336-1	24-0409
石田保育園	西石田1186	24-3525
大和保育園	下中山360-10	24-0698
ヒロキ・シティこども園	村田2108-1	47-8111
はぐる保育園	岡芹2086	24-9131
下館聖母	本城町甲301-4	22-3565
愛泉いずみこども園	二木成1273	22-2843
筑子保育園	下中山589-1	24-0252
下館幼稚園	本城町甲375	22-4115
英光幼稚園	女方241-1	28-0652

## 防災行政無線の戸別受信機を無償で貸与します

防災行政無線では、定時放送や災害の発生、避難情報などを放送しています。さまざまな理由により放送が聞こえにくい世帯又は施設に対し、屋内で放送を受信できる戸別受信機を無償で貸与します。

- **対象** 次のいずれかに該当する人
  - ①視覚障がい又は聴覚障がいを理由に、身体障害者手帳の交付を受けている人
  - ②浸水想定区域内及び土砂災害警戒区域内に所在する要配慮者利用施設（入所施設に限る）又は同区域内に居住する75歳以上の人
  - ③防災行政無線の放送が聞き取りにくいと認められる地域に居住する、75歳以上の人
- **貸与台数** 1世帯又は1施設につき1台
- **申込方法** 申請書を窓口を持参又は電話で  
※申請書はWebからダウンロードできます
- **注意事項** 戸別受信機の電池は、停電時の緊急放送受信のため年に1度交換が必要です。電池交換費用及び電気料金などは、個人負担となります。



申請書など詳しくはこちら

**【申】【問】**  
消防防災課（本庁4階）  
☎24-2132

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3日（金）～17日（金）  
▼対象 農業振興地域整備計画に定められた農用地区域の変更（除外及び編入）を予定している人  
▼申込方法 申出

### 農用地区域の変更申出を受け付けます

## 案内

書を農政課窓口へ持参 ※様式は窓口又はWebでダウンロードできます

申出農政課（本庁3階）  
☎20-1161  
詳しくはこちら

### 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10日（月）  
【下館・明野・関城地区】  
▼期日 11月11日（火）  
いずれも……

## 協和地区 成人集団健診

健診内容など、詳しくは健康カレンダー12～14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（11月）	会場
12日（水）	小栗コミュニティセンター
13日（木）	古里コミュニティセンター
14日（金）～15日（土）、 18日（火）～21日（金）、 26日（水）～28日（金）	協和コミュニティセンター

### 予約方法

- **電話** ☎0570-077-150  
10月2日（木）、3日（金）、6日（月）、7日（火）  
午前9時～午後5時
- **Web**（24時間受付）  
10月1日（水）午前9時から健診を受ける日の2日前（休日を除く）の正午まで



予約はこちら

### 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持っている人（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（水）から12月26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  
※郵便での申請を希望する人は、問い合わせてください

申出障がい福祉課（本庁1階）  
☎24-2105

### 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8年3月31日（火） ▼会費 一般900円、中学生以下

▼時間 午前9時～正午 ▼場所 J.A北つくば協和センター（八幡） ▼費用 70円/kg ▼申込方法 10月10日（金）までに窓口又は電話で

申出農政課（本庁3階）  
☎20-1161

## 高血圧のお話し会

高血圧の状態が続くと血管が傷つき、脳卒中や心筋梗塞をひきおこす恐れがあります。高血圧の予防について筑波大学の医師が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 10月27日(月)

午後1時30分～2時30分  
受付：午後1時15分～

■ 場 所 下館保健センター(小林)

■ 費 用 無料

■ 定 員 20人

■ 申込方法 10月20日(月)までに電話で

【申】【問】健康増進課(本庁2階)  
☎22-0506



## 男女共同参画フォトコン



テーマ つながる笑顔



年齢や性別に関係なく、家庭・地域・学校・職場など、さまざまな分野で活躍している人の笑顔の写真や、見た人が笑顔になれる写真を募集します。



2024最優秀賞

### ■ 応募資格

市内在住、在勤、在学又は市にゆかりのある人

### ■ 応募規定

- ①写真サイズは四つ切(254mm×305mm)
- ②JPEGデータで10MB以下のもの(加工・合成不可)
- ③他のフォトコンテストなどで未発表のもの

### ■ 申込方法

10月31日(金)までに持参、郵送又は申込フォームで(必着)



【申】【問】〒308-0031 筑西市丙372  
市民協働課(アルテリオ内) ☎23-1600

9月30日(火)までに返送して、  
▼申請方法Ⅱ必要事項を記入し、  
類が順次送付されています。

### 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。

▼対象Ⅱ後期高齢者医療制度に加入している窓口負担割合2割の人 ▼コールセンター設置期間Ⅱ令和8年3月31日(火)までの午前9時～午後6時(日曜、祝日、年末年始は除く)

☎0120・117・571

☎0120・117・571

### 後期高齢者医療制度の配慮措置終了

外来診療の負担軽減措置(配慮措置)が、9月30日(火)までの診療分で終了します。これにより、1か月の外来医療の負担増加額を3000円までに抑えるための医療機関窓口での支払上限や、差額の払い戻しがなくなります。

500円(9月30日以降の加入はそれぞれ半額) ▼申込方法Ⅱ市民安全課、各支所、川島出張所の窓口で

☎24・2131

☎24・2131

### 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てください。

ください(必着)。  
☎0570・05・4092

### 来日外国人不法就労・不法滞在防止対策

県警察では、来日外国人の不法滞在・不法就労防止対策に力を入れています。

外国人を雇用する際には、在留カードで「不法滞在ではないこと」、「就労資格があること」を必ず確認するよう、お願いします。



詳しくはこちら

☎24・9197

☎029・301・0110

### 台風接近前の対策に協力してください

ビニールやトタン、樹木などが電線に引っかかると長時間の停電の原因になる場合があります。台風接近前はしっかりと固定してください。

また、切れた電線や電柱に引っかかっているビニールなどを発見した場合は触らず、速やかに電話又はチャットで連絡してください。



詳しくはこちら

☎0120・995・007

## 募集

### 筑西地域職業訓練センター

【パソコンExcel習得講座(全14回)】

▼日時Ⅱ10月24日(金)～12月9日(火) 毎週火・金曜 午後6時30分～9時30分 ▼場所Ⅱ筑西地域職業訓練センター(桜川市) ▼定員Ⅱ15人 ▼受講料Ⅱ1万5000円(教材費別)

▼申込方法Ⅱ9月16日(火)から10月17日(金)に電話で

☎0296・75・1254

## 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、子どもを育ててくれる人を必要としています。



- 日 時 ① 10月9日(木) 午後2時～4時  
② 10月23日(木) 午前10時～正午
- 場 所 ① 古河福祉の森会館  
② 牛久市保健センター
- 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 Web で



【申】【問】 さくらの森乳児院 増子  
☎080-8434-3329

## 障がい者就労支援セミナー

障がいを持ちながらさまざまな形で就労している人達から、仕事の内容や悩みなどについて対話形式で話を聞くことができます。

- ▼日時 10月18日(土) 午前10時～午後0時10分 ▼場所 10イフサポートヒラソル(上平塚)
- ▼申込方法 電話
- ▼予約
- ※当日参加も可能
- ※詳しくはこちら
- ☎24・8939



## 明野ゴルフ大会

- ▼期日 11月13日(木) ▼場所 筑波学園ゴルフ倶楽部(桜川市)
- ▼対象 市内在住・在勤の人 ▼定員 80人(先着順)
- ▼参加費 3000円 ▼競技方法 新ペリア方式(前半9ホール集計) ▼申込方法 10月22日(水)までに電話で
- ※表彰式は行いません
- 申開明野地区ゴルフ大会連絡所(明野ゴルフ内) ☎52・1309

## 出合いパーティー

- ▼日時 10月26日(日) 午後1

## イベント

### 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5日(日) 午前9時～(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道の駅周辺で約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
- 関健康運動普及員会(健康増進課内) ☎22・0506

### 家族で健康ウォーク

- 1〜4kmコースの中から選んで、自分のペースで歩きます。
- ▼日時 10月26日(日) 午前9時～11時 ▼集合場所 ヒロサワ県西総合公園テニスコート南側(桑山) ▼対象 市内在住の人
- ▼持参品 タオル ▼申込方法 10月17日(金)までに電話で
- 申開養蚕地区健康推進員 水越 ☎090・4723・2241

### 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3日(金)～5日(日) 午前10時～午後6時 ▼場所 1イースつくば1階
- 関県技術革新課 ☎029・301・3585

### 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することができます。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 10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、ヨガマット又はバスタオル ▼参加費 無料 ▼申込方法 9月16日(火)から19日(金)に電話又は Web で
- 申開市社会福祉協議会 ☎22・5191



### 茨城県結城看護専門学校入学試験

- 令和8年度の入学希望者を対象に試験を実施します。
- 【公募制推薦入学試験】
- ▼試験日 10月18日(土) ▼場所 県結城看護専門学校 ▼対象 茨城県・栃木県内の高校を卒業見込の人など ▼受験料 1万円 ▼試験科目 国語、個人面接 ▼申込方法 9月22日(月)から10月7日(火)までの平日に願書を窓口へ持参又は郵送
- (必着)。
- 申開県結城看護専門学校 ☎0296・33・1922
- 〒307・0001
- 結城市大字結城1211・7



詳しくはこちら

## 明野地区文化祭・芸能発表会

市内で活動するさまざまな団体の日頃の練習の成果を披露します。

- 日 時 9月28日(日)  
午前10時～午後4時
- 場 所 イル ブリランテ **気軽に見に来てください**
- 入 場 料 無料
- 内 容 詩吟、日本舞踊、合唱、踊り、大正琴、楽器演奏、四つ竹踊り など



【問】明野コミュニティセンター ☎52-5333

## 上曾トンネル開通記念イベント

石岡市と桜川市にまたがる上曾トンネルの供用開始に先立ち、トンネル開通記念イベントを開催します。



【トンネルウォーク (全長 3.6 km)・スタンプラリー】

- 日 時 9月20日(土)午前10時～午後3時
- 場 所 上曾トンネル桜川坑口及び石岡坑口
- 【供用開始】
- 日 時 9月27日(土)午後3時～
- 場 所 上曾トンネル



【問】道路建設課 (本庁3階) ☎20-1173

## 演奏芸 IN カフェ



地域のアマチュア芸人たちが、郷土芸能や歌、大道芸などの楽しいショーを行います。

- 日 時 10月25日(土)  
午後0時30分～4時(開場:正午)
- 場 所 大田コミュニティセンター
- 入 場 料 200円
- 内 容 ガマの油売り口上、南京玉すだれ、手品、ひょっとこ踊り、源田踊り、ギターによる演歌演奏 など



【問】地域盛り上げ隊 堀江  
☎080-2122-5672

## 栃木矯正展

刑務所などの矯正施設に対する理解を深めていただくことを目的としたイベントです。刑務所作業製品の展示販売や所内見学などが行われます。

- ▼日時 10月19日(日) 午前9時30分～午後3時
- ▼場所 栃木刑務所(栃木市)
- ☎0282・27・9611

## 筑西リズム体操 下館教室体験会

- ▼日時 10月7日(火) から毎週火曜日(全10回) 午後1時30分

分々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、運動靴 ▼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

- ☎090・2679・5571

## スパイスパラダイス

香辛料をたくさん使ったインドカレーを作りながら、外国人と交流して料理を楽しみましょう。

- ▼日時 9月27日(土) 午前10時～午後1時
- ▼場所 しまちづ

## 筑西地方家族会

家族の心の病気で悩んでいる人が、他人には言えない悩みを相談したり、知識を身につけることができます。

### 【心の相談支援】

▼期日 10月15日(水)

### 【交流会】

▼期日 10月28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)

▼対象 家族の心の病気で悩んでいる人 ▼申込方法 開催日の前日までに電話で

【申】地方家族会 古池  
☎090・1122・4697

## 相 談

くりカフェピーチ(二木成) ▼対象 小学4年生以上 ▼定員 30人(先着順) ▼参加費 1000円(持ち帰りの場合は別途660円、高校生以下は無料) ▼持参品 エプロン、マスク、三角巾 ▼申込方法 電話又はWebで



【申】スパイスキッチン 野澤  
☎080・6806・1100

オレンジカフェ（認知症カフェ） ☎…費用無料 ☎…要予約 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
ぶらりサロン	10月1日(水)、15日(水) 13時30分～15時30分 ※参加費200円	1日 葉の働きや適切な飲み方について 15日 認知症のはなし	ギャラリーおっこの室 (大町)	ぶらりサロン(仁平) ☎080-6550-1579
あやめ ☎	10月5日(日) 13時30分～15時30分	ギター演奏を楽しむ、 リハビリ体操	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
笑福 ☎	10月19日(日) 10時～正午	介護者の健康とストレス	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
マハロ ☎予	10月28日(火) 10時～11時30分	コグニサイズ、作品づくり ※定員10人	スタバ道の駅グランテ ラス筑西店	高齢福祉課(本庁2階) ☎22-0526(予約☎:前日)

### 歌声ピーチひろば

▶日時=10月1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)

申問 NPO法人地球の保健室 高久 ☎090-1034-0117

### 無料税務相談

気軽に相談してください。

▼日時 10月1日・15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  
関東信越税理士会下館支部

☎25・5930

### 不動産無料相談会

不動産鑑定士に、不動産の価  
格などを相談できます。

▼日時 10月28日(火) 午前10  
時～10時30分/午前10時40分～  
11時10分/午前11時20分～11時  
50分 ▼場所 県南生涯学習セ  
ンター(土浦市) ▼持参品 公  
図写、固定資産課税書類など  
▼申込方法 10月20日(月)午  
後5時までに電話で

申問 (一社) 県不動産鑑定士協会

☎029・246・1222

### 結婚相談会 in 桜川

▼日時 10月12日(日) 午後1  
時～5時 ▼場所 真壁伝承館  
(桜川市) ▼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 ▼費用 無料 ▼申込方法  
11月22日(月)から10月1日

### 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8月号 2枚
- ②PHP 8月号 1枚

▶場所=市総合福祉センター(小林)

申問 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忍びの女・下巻 池波正太郎著 8本
- ②おせん 池波正太郎著 7本

▶場所=中央図書館

申問 中央図書館  
☎24-3530



### 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=10月3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

申問 たまり場・たろう 小松崎  
☎090-1797-3045



☎090・8044・5408  
県西地域活動協議会 木村  
申問 いばらきマリッジサポーター  
に電話で  
(水)の正午から午後7時まで

### ☐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	10月9日(木) 午後1時～4時	10月3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

## 9月の納付 納期限：9月30日(火)

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 3日・10日・17日・31日(金) 午後7時～  
② 5日・26日(日) 午後1時30分～  
③ 21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=① 5日・26日(日) 午前10時30分～  
② 10日(金) 午前9時30分～  
③ 13日(月・祝) 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=9月30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～
大田小学校の児童図書購入費として	
※川田 剛 様	…100,000円 (7月18日現在)

善意銀行	～市社会福祉協議会へ～
※滝田自動車商会 様	…2,369円 (8月15日現在)

### 災害義援金や救援金を受け付けています

- ※令和7年8月6日からの大雨災害義援金
  - ※令和6年9月能登半島大雨災害義援金
  - ※令和6年能登半島地震災害義援金
  - ※バングラディッシュ南部避難民救援金
  - ※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	10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)

相談日時	平日 午前9時30分～午後4時(要予約)
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

医療機関及び歯科医療機関(市内)での健診になります。

【問】母子保健課(本庁1階) ☎24-2115

**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	15日(水) 13:00～13:45	下館保健センター	1歳7か月になるお子さん ※対象者には個別に通知
	22日(水) 13:00～13:45	明野保健センター	
3歳児健康診査	8日(水) 12:50～13:45	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～ ママクラス～(定員有・要申込)	16日(木) 13:00～13:10	明野保健センター	妊婦さんとその夫
マタニティクラス～ ママクラス～(定員有・要申込)	29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) ☎24-2115

**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
3日(金)、23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) ☎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



**10月の健康運動教室(予約不要)**

地区	日時	会場
下館	3日・17日(金) 13:30～15:00	アルテリオ会議室 A・B
	2日・9日・16日・23日(木) 13:30～15:00 ※16日は認知症予防体操教室	下館武道館1階
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・14日・28日(火) 13:30～15:00 ※28日は認知症予防体操教室	明野保健センターホール
	21日(火) 13:30～15:00	あけの元気館 健康体操室
協和	3日・17日(金) 13:30～15:00	協和ふれあいセンター 集會室
	24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、運動用の上履き(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

**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	7日・21日・28日(火)、 10日・24日(金) 13:30～15:00	アルテリオ会議室 A・B ※10日は地下練習室、 24日は集會室
	10日・24日(金) 10:00～11:30	市総合福祉センター(小林) 多目的ホール
関城	7日・21日(火) 10:00～11:30	ペアーノ リハーサル室
	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大ホール
明野	6日・20日(月) 13:30～15:00	明野いきがいセンター多目的ホール
協和	1日・8日(水) 13:30～15:00	協和コミュニティセンター総合ホール

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。