

People お知らせ版 12.15

2025



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



年末年始の業務について



施設名など	12月					令和8年1月							問い合わせ
	27(土)	28(日)	29(月)	30(火)	31(水)	1(木)	2(金)	3(土)	4(日)	5(月)	6(火)	7(水)	
市役所（本庁・支所・出張所） 出生・死亡・婚姻などの届出は、本庁1階総合案内で日直職員が受付。28日（日）の休日窓口は実施しません。	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	○	市民課 ☎24-2101
キッズコーナー「ちっくんひろば」	○	○	休	休	休	休	休	休	○	○	○	○	こども課 ☎24-2104
上下水道料金お客様センター	○	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	○	☎22-0505
ちっくんステーション	○	○	休	休	休	休	休	休	○	○	○	○	産業戦略課 ☎24-2161
デマンド交通「のり愛くん」 予約受付も休止。1月5日（月）の予約は12月25日（木）から、1月6日（火）の予約は12月26日（金）から。	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	○	のり愛くん予約センター ☎23-6666
消費生活センター	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	○	☎21-0745
西部メディカルセンター 24時間体制で救急対応を行っています。電話で問い合わせのうえ、来院してください。	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	○	☎24-9111
筑西診療所	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	○	☎28-2261
市体育施設	○	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	ザ・ヒロサワ・シティ体育館 ☎28-5040
あけの元気館	○	○	○	○	休	休	○	○	○	○	○	○	☎52-7111
アルテリオ、ペアーノ、各コミュニティセンター	○	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	アルテリオ ☎23-1616 ペアーノ ☎37-7803
ちくせい市民協働まちづくりサロン	○	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	市民協働課 ☎23-1600
図書館（中央・明野・各分館）	○	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	中央図書館 ☎24-3530 明野図書館 ☎52-2466
しもだて美術館	○	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	☎23-1601
板谷波山記念館	○	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	☎25-3830
環境センター △12月28日（日）・1月4日（日）は一般ごみのみ受入れ、12月29日（月）、30日（火）は委託車・許可車のみ受入れ。 年末年始は、受付待ちの車両で混雑します。可能であれば時期をずらしてお越しください。	休	△	△	△	休	休	休	休	△	○	○	○	☎33-3755
筑西遊湯館 △午前10時から午後6時までの短縮営業。	○	○	○	○	△	休	○	○	○	○	○	○	☎33-5151
ヒロサワ県西総合公園 12月29日（月）、30日（火）、1月2日（金）、3日（土）はインターネット予約休止。各当日分の電話予約及び窓口受付のみ。	○	○	○	○	休	休	○	○	○	○	○	休	☎57-5631
きぬ聖苑 △12月31日（水）は告別式及び火葬業務のみ受付、通夜は受付不可。1月3日（土）は火葬業務のみ受付。	○	○	休	○	△	休	休	△	休	○	○	○	☎33-6635
ほっとランド・きぬ	○	○	休	休	休	休	休	休	○	休	○	○	☎30-4126
道の駅グランテラス筑西	○	○	○	○	○	休	○	○	○	○	○	○	☎45-5055
宮山ふるさとふれあい公園 キャンプ場の最終宿泊日は12月26日（金）。	○	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	○	☎52-3610
総合福祉センター 関城老人福祉センター（☎20-3310）、明野いきがいセンター（☎52-1381）、協和ふれあいセンター（☎57-3888）の3施設は12月27日（土）から1月4日（日）まで休館。	○	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○	○	☎22-5191

年末年始の救急のお知らせ

体調不良の時や、子どもが熱を出した時などに利用してください。

休日一次救急診療

- 診察日 12月28日(日)、31日(水)
1月1日(木・祝)～4日(日)
- 受付時間 9:00～12:30 (電話対応は受付時間のみ)
- 診療科目 内科・小児科
- 場所 下館保健センター (小林)

日頃から手洗いとうがいを心がけよう



持ち物

- マイナ保険証又は資格確認書
- スマートフォン ● 医療福祉費受給者証
- 母子健康手帳 ● お薬手帳 など
- ※ カード決済不可

【問】 夜間休日一次救急診療所 ☎45-5526

県救急電話相談 (24 時間受付)

急な病気やケガで対応に迷ったときなどに相談できます。

おとな電話相談 (15 歳以上) : #7119

子ども電話相談 (15 歳未満) : #8000

つながらないときには ☎050-5445-2856

ちくせい健康ダイヤル 24 (24 時間受付)

健康・医療・子育て・介護などについて、医師や保健師などの専門職に、無料で相談できます。

☎0120-08-2941

※ 非通知設定からは利用不可



詳しくはこちら

【問】 地域医療推進課 (本庁2階) ☎22-0535

入札参加資格審査申請の追加受付

令和8年度(追加)入札参加資格審査申請 令和8年度(追加)小規模業務(工事・物品・役務)

市が発注する建設工事、建設コンサルタント業務、物品・役務、小規模業務(工事・物品・役務)に係る競争入札への参加や随意による契約を希望する事業者(法人・個人を問わず)は、申請書を提出してください。令和8年度の追加受付のため、すでに申請をしている場合は手続の必要はありません。要項や様式はWebからダウンロードできます。



受付期間

2月2日(月)～13日(金) ※当日消印有効

申請方法

郵送のみ ※窓口での受付は行いません

封筒に「入札参加資格審査申請書在中」と朱書きで表記し、返信用封筒(110円切手を貼付)を忘れずに同封してください。

【申】【問】 〒308-8616 筑西市田中町丙360番地
契約検査課 (本庁4階) ☎24-2185

2月

成人集団健診・骨粗しょう症検診

成人集団健診

健診日	会場
2日(月)～5日(木)	下館保健センター

骨粗しょう症検診

検診日	会場
18日(水)	協和ふれあいセンター
19日(木)	明野保健センター
20日(金)	関城保健センター
25日(水)～27日(金)	下館保健センター

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。



予約方法

■ 電話 ☎0570-077-150

1月7日(水)～9日(金) 午前9時～午後5時

■ Web (24 時間受付)

1月6日(火) 午前9時から受診日の2日前(休日を除く)の正午まで



予約はこちら

【問】 健康増進課 (本庁2階) ☎22-0506

奨学金の返還支援

奨学金を返還しながら働く若者を応援し、経済的不安を軽減するため助成金を支給します。



■ 対象 全てに該当する人

- ①助成対象の奨学金を利用して大学などを卒業した
- ②令和8年3月31日現在において満30歳以下
- ③令和8年1月1日現在において筑西市に住民登録がある
- ④常時雇用者、個人で農業その他事業を営む者又はその事業専従者（就業先の所在地は不問）

■ 対象期間 令和7年1月から12月までに支払った奨学金返還金対象（市内に居住していた期間分）

■ 支給額 年間返金額の2分の1（最大18万円）



詳しくはこちら

■ 申込方法 2月9日（月）から3月6日（金）までに窓口へ必要書類を持参

【申】【問】 地方創生課（本庁4階） ☎ 22-0500

多子世帯の保育料助成

3歳未満の第2子以降の保育料を助成します。対象世帯には園をとおして申請書を配布しています。



詳しくはこちら

■ 期限 12月19日（金）

■ 助成内容

年収や上の子の年齢に関係なく、3歳未満の第2子以降の保育料を全額助成します。（要件あり）

■ 申込方法

市内在園の場合は保育施設へ、市外在園などの場合はこども課窓口へ申請書を提出

【申】【問】 こども課（本庁1階）

☎ 24-2104

申告はマイナポータル連携を使ったe-Taxを利用してください

■ マイナポータル連携とは

マイナポータル経由で、控除証明書などのデータを一括取得し、各種申告書の該当項目へ自動入力する機能です。

連携前

- ①控除証明書などの書面の収集・管理・提出が必要
- ②書面の控除証明書を1件ずつ確認しながら記入、入力



連携後

- ①控除証明書などの書面の管理、保管が不要
- ②取得したデータを申告書の所定の項目に自動入力

※マイナポータルとの連携は初回のみ事前準備が必要です。詳しくはWebを確認してください。



■ e-Taxのメリット

- ①自宅で確定申告手続きができます。
- ②マイナポータルアプリと連携することで、必要な情報が一括入力されます。
【入力される情報】
給与・年金などの収入、医療費控除やふるさと納税などの寄附金控除
- ③医療費の領収書やふるさと納税の受領証明書などの収集・保管・入力が不要となり、時間がかからず簡単に作成ができ大変便利です。

※書面による申告書などを提出する場合は、控えに収受日付印の押なつを行いません。自身での記録・管理をお願いします。

【問】 下館税務署 ☎ 24-2121

☎ 20・1167
閩農業委員会（本庁3階）

受付締切日	利用権の始期
1月30日（金）	6月1日（月）
3月31日（火）	8月1日（土）
5月29日（金）	10月1日（木）
7月31日（金）	12月1日（火）
9月30日（水）	令和9年2月1日（月）
11月30日（月）	4月1日（木）

農地中間管理（農地バンク）事業による農地の貸借の受付は、次の期間になります。市街化区域の農地は対象外です。

農地中間管理事業の利用権設定の受付

☎ 24・2101
閩市民課（本庁1階）

年末年始期間は、マイナナンバーカードを利用したコンビニ交付サービスが利用できません。
▼期間 12月27日（土）～1月4日（日）

コンビニ交付サービス休止

案内

下水道を正しく使いましょう

下水道設備の故障を減らすために、次のことを守って使用をお願いします。 【問】 下水道課(本庁3階) ☎22-0503

①水洗トイレにトイレットペーパー以外のものは流さない

水に溶けない紙や布類、マスクやおむつを水洗トイレに流すと下水道のマンホール内に設置しているポンプが故障する原因になります。



②油や残飯を流さない

油や残飯などを流すと下水道管が詰まったり、水質が悪化したりして下水処理場の機能低下につながります。



③有害物質を流さない

ガソリンやシンナーなど揮発性の高い危険物を流すと、下水道管を傷めるだけでなく、爆発の原因になります。



指定難病患者福祉手当の申請をお忘れなく

▼対象Ⅱ申請日に市内に住所を有し、有効な指定難病特定医療費受給者証を所有している人(生活保護受給者、市税及び国民健康保険税の滞納者を除く)
▼手当額Ⅱ年額2万円 ▼持参品Ⅱ指定難病特定医療費受給者証の写し、認印、本人名義の通帳の写し ▼申請方法Ⅱ12月26日(金)までに障がい福祉課又は各支所に直接持参(川島出張

所を除く)

※受付は平日のみ。郵送での申請を希望する人は、問い合わせてください。
【問】障がい福祉課(本庁1階) ☎24-2105



詳しくはこちら

下館・結城都市計画地区計画原案の縦覧

下館第一工業団地西地区の地区計画について、原案の縦覧を行います。当該原案にかかる区域内の土地所有者やその他利害

関係を有する人は、意見書を出できます。

▼縦覧期間Ⅱ1月8日(木)～21日(水)午前8時30分～午後5時15分(平日のみ) ▼縦覧場所Ⅱ都市計画課 ▼意見書提出方法Ⅱ1月8日(木)から28日(水)までに意見書

に必要事項を記入し持参又は郵送で

【問】都市計画課(本庁3階) ☎20-1178



詳しくはこちら

募集

かんたんスマホ教室

基本的な操作やLINEの使い方が学べます。

▼期日Ⅱ①12月23日(火) ②12月24日(水) ③1月6日(火) ④1月7日(水) ▼場所Ⅱ①②中央図書館 ③④協和コミュニティセンター ▼内容Ⅱ①②③④

はじめてのLINE③はじめてのスマホ

いずれも……

▼時間Ⅱ午前10時～正午 ▼定員Ⅱ各回10人(先着順) ▼持参品Ⅱスマートフォン(持っている人) ▼申込方法Ⅱ各開催日3

日前(土日・祝日、年末年始を除く)までに市公

式LINE又は電話で

【問】情報DX推進課(本庁4階) ☎24-2206



詳しくはこちら

旧陸海軍の史料はありませんか

旧陸海軍に関する史料の収集・保存や展示を行っています。遺品や写真などの史料を持っている人は連絡してください。

【問】茨城郷土部隊史料保存会 高 029-254-3520

下館税務署 短期非常勤職員

▼勤務期間Ⅱ1月下旬から3月下旬までのうち1、2か月程度

▼勤務内容Ⅱ①確定申告会場のスマホ申告補助など ②パソコン入力、書類整理など ▼勤務時間Ⅱ①午前9時～午後4時30分 ②午前9時～午後5時のうち5時間半 ▼時給Ⅱ①1180円 ②1160円(給与法改正などにより変更される場合があります) ▼募集人数Ⅱ①15人 ②24人

いずれも……

▼勤務地Ⅱ下館税務署 ▼待遇Ⅱ別途交通費補助あり ▼資格

文化活動事業費の助成

県内で美術展や演奏会などの文化活動を行っている団体又は個人が、令和8年度に実施する事業の費用を一部助成します。

▼対象Ⅱ県内に活動拠点があり、一定の文化活動の実績をもつ団体 ▼申込期限Ⅱ1月18日(日)

※令和7年度に助成を受けた団体は対象外

【問】(公財)いばらき文化振興財団 ☎029-305-0161



詳しくはこちら

令和8年茨城県結城看護専門学校入学試験

▼試験区分Ⅱ一般(第1回) / 自己推薦(第2回) / 学士・社会人(第2回)

いずれも……

▼試験日Ⅱ1月24日(土) ▼受験料Ⅱ1万円 ▼申込期間Ⅱ12月15日(月)～1月14日(水)まで(平日のみ)



詳しくはこちら

【問】県結城看護専門学校 ☎0296-33-1922

波山ファミリーが紡ぐ美の調べ

板谷波山記念館 所蔵品展

10 回シリーズの展覧会の 5 回目です。今回のテーマは「波山と家族」。波山に大きな影響を与えた父や、制作活動を支えた妻、息子の作品をともに紹介します。



- 開催期間 3月22日(日) まで
10:00～18:00(入場は17:30 まで)
- 休 館 日 月曜日、12月28日(日)～1月5日(月)
※1月12日・2月23日は開館し、翌日休館
- 場 所 板谷波山記念館
- 入 場 料 一般：210 円
団体(10 名以上)：160 円
高校生以下：無料



詳しくはこちら

【問】板谷波山記念館 ☎ 25-3830



下館大町通り筑西だるま市

新年の活力を感じよう！

商店街の活性化と商売繁盛を願い、だるまの販売やステージイベントなどを行います。



■ 日 時 1月12日(月・祝)
9:00～17:00

■ 場 所 下館大町通り、アルテリオ前庭

楽しいイベント盛りだくさん！

- ・だるまの販売 ・和太鼓演奏
- ・伊達組による新春神輿渡御
- ・お子さんコーナー
(和太鼓体験、バドミントンなど)
- ・各種ステージ発表



【問】筑西だるま市実行委員会 新井
☎ 090-5541-4708

県立盲学校入学者

入学を希望する人は、事前に学校に連絡してください。

- ▼願書受付期間 2月5日(木)～9日(月) 午前9時～午後4時(最終日は正午まで) ▼対象 幼稚園・令和2年4月2日から令和5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8年3月卒業見込みの人又は令和8年3月卒業見込みの人又は令和8年3月卒業見込みの人

問 県立盲学校
☎ 029-221-3388



令和8年 筑西市消防団出初式

▼日時 1月11日(日) 午前9時～(小雨決行) ▼場所 二ツヒロサワ・シティ体育館

※実施する場合は、午前7時に防災無線でサイレンを鳴らします

【放水訓練】

▼時間 正午ごろ

(式典終了後)

▼場所 二ツヒロサワ

問 消防防災課(本庁4階)

☎ 24-2132



詳しくはこちら

英語であそぼ 楽しい英語教室

生きてはたらく英語を学びます。

▼日時 1月10日(土) ①午後1時30分～②午後2時40分
▼対象 ①4歳～年長 ②小学生
いずれも……

▼場所 アルテリオ研修室

▼定員 各回15人 ▼持参品 飲み物 ▼参加費 無料 ▼申込方法 電話で予約

問 NPO法人地球の保健室 高久
☎ 090-1034-0117

明野美術会作品展

▼日時 1月11日(日)～18日(日) 午前10時～午後4時(最終日は午後3時まで) ▼場所 明野図書館 ▼展示

作品 ①油彩、水彩、パステル画

問 明野美術会 谷中

☎ 52-2057



詳しくはこちら

ふるさとの森を守ろう 里山整備体験&焼き芋

みんなで楽しく里山をきれいにしましょう。作業の後には、豚汁や焼き芋もあります。

▼日時 1月24日(土) 午前9時～正午 ▼場所 五郎助山

(上野) ▼定員 150人(先着順) ▼参加費 無料 ▼申込方法 1月21日(水)までに電話、Web又はFAX

※雨天順延

問 NPO法人里山を守る会 竹澤

☎ 090-8859-0468

FAX 45-4071



詳しくはこちら

相談

行政書士による 無料相談会

相続問題や農地のこと、その他困りごとの相談を受け付けます。

▼日時 12月20日(土) 午前10時～午後3時 ▼場所 中央図書館

※予約不要、秘密厳守

問 県行政書士会県西支部 木村
☎ 090-4050-7925

無料税務相談

▼日時 1月14日・21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

問 関東信越税理士会下館支部

☎ 25-5930

オレンジカフェ（認知症カフェ） 無…費用無料 予…要予約 どなたでも、気軽に参加してください。

団 体	日 時	内 容	場 所	申・問
笑福 無	1月11日(日) 10時～正午	認知症の人や高齢者の感 染予防	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
あやめ 無	1月11日(日) 13時30分～15時30分	バザーを楽しむ	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	1月21日(水) 13時30分～15時30分	感染症について学ぼう ※参加費 200円	ギャラリーおっこの室 (大町)	ぶらりサロン(仁平) ☎080-6550-1579
恵 無 予	1月24日(土) 10時～11時30分	絵馬作り ※定員 20人	三岳荘小松崎病院 外来棟地下1階	同左 ☎24-2410 ※5日前までに予約
マハロ 無 予	1月27日(火) 10時～11時30分	脳トレ、コグニサイズ ※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 ※前日までに予約

歌声ピーチひろば

▶日時＝1月7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

朗読 CD&テープ無料貸出

視覚障がい者、身体が自由な人、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。

【やまびこ朗読ボランティア】

仕掛人 藤枝梅安 1～7巻 池波正太郎著 33本
孤独を生ききる 瀬戸内寂聴著 4本

▶場所＝中央図書館

問 中央図書館

☎24-3530



申問 地方家族会 古池
☎090-1122-4697

の 前日までに電話で
▼対象Ⅱ家族の心の病気で悩
みのある人 ▼申込方法Ⅱ開催日
の 前日までに電話で
▼時間Ⅱ午後1時～3時 ▼場
所Ⅱ市心身障害者福祉センタ
ー NPO法人つばさ(小林)
▼対象Ⅱ家族の心の病気で悩
みのある人 ▼申込方法Ⅱ開催日
の 前日までに電話で

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Ⅱ1月21日(水)
【定例会】
▼期日Ⅱ1月27日(火)
いづれも……

筑西地方家族会

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＝1月9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



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

の 間に電話で
▼申込方法Ⅱ12月22日(月)か
ら28日(日)の正午から午後7
時の間に電話で
▼費用Ⅱ相談料・登録料無料
▼持参品Ⅱ身分証明書
▼対象Ⅱ成人独身男女及
びその親族 ▼定員Ⅱ10人(先
着順) ▼場所Ⅱ結城市立公
民館

茨城県から委嘱を受けている
マリッジサポーターが個人面談
を行います。気軽に参加してく
ださい。
▼日時Ⅱ1月11日(日)午後1
時～5時 ▼場所Ⅱ結城市立公
民館

結婚相談会 in 結城

☐ **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	1月8日(木)午後1時～4時	1月9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】12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

無理なく上手に冬の省エネルギー

保温設定温度を下げ
便座のふたは閉めましょう

関東電気保安協会 KDH

12月の納付 納期限：12月25日（木）

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（4期）	資産税課	☎22-0527
国民健康保険税（6期）	医療保険課	☎24-2103
後期高齢者医療保険料（6期）		
介護保険料（5期）	介護保険課	☎22-0528

1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 6日・27日（火）午前9時30分～
② 9日・16日・23日・30日（金）午後7時～
③ 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＝① 6日・20日（火）午後7時～
② 9日（金）午前9時30分～
③ 25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＝12月23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（いちばやく）※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～

教育活動のために

※(有)湖月庵 様…10,826円

筑西市のために

※どすこいペア2025チャリティーバルーン

瀧田 和身 様…10,698円 （10月31日現在）

善意銀行

～市社会福祉協議会へ～

※古河ヤクルト販売(株) 様…119,000円

※昭和32年卒第10回同窓会(下館第二中学校) 様
…21,828円

※下館山野草会 様…2,402円 （11月15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

※喫茶枝おり 様…3,200円 （11月10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	1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、Webサイトなどでお知らせします。

①医療機関での健康診査

健康診査	内 容	お子さんの年齢
1 か月児	内科診察、身体測定	1 か月
3～8 か月児	内科診察、身体測定 ※ 3～4 か月を目安	3～8 か月
9～11 か月児	内科診察、身体測定	9～11 か月
2歳児歯科	歯科診察、フッ素塗布、 歯科保健指導	2歳6か月～9か月

医療機関及び歯科医療機関(市内)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。

②1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(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
3歳児 健康診査★	9日(金) 12:50～13:45 14日(水) 12:50～13:45	下館 保健センター 明野 保健センター	3歳6か月になるお子さん
マタニティクラス ～パパマクラス～ (定員有・要申込)	15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)	28日(水) 9:30～9:40	明野 保健センター	妊婦さん
離乳食教室 (要申込)★	22日(木) 9:45～10:00	明野 保健センター	4～6か月になるお子さん

★…対象者には個別に通知

③1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個別相談です。市公式LINEから予約してください。(前日まで)

日 時	会 場
13日・27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

①②③【問】母子保健課(本庁1階) ☎24-2115

1月愛の献血

期 日	場 所	時 間
13日(火)	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



1月の健康運動教室(予約不要)

地区	日 時	会 場
下館	16日(金) 13:30～15:00	アルテリオ会議室 A・B
	8日・15日・22日(木) 13:30～15:00 ※15日は認知症予防体操教室	下館武道館1階
関城	7日(水) 13:30～15:00	関城コミュニティ センター大ホール
明野	6日・13日・27日(火) 13:30～15:00 ※27日は認知症予防体操教室	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	16日(金)13:30～15:00	協和ふれあいセンター 集会室
	23日(金)10:00～11:30 ※23日は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

1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・23日(金) 13:30～15:00	アルテリオ集会室
	9日・23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	6日・20日(火) 10:00～11:30	ペアーノ リハール室
	7日・14日・21日・28日(水) 10:00～11:30	関城コミュニティ センター大ホール
明野	5日・19日(月) 13:30～15:00	明野いきがいセン ター多目的ホール
協和	7日・21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

