

今月の主な内容

2021年度在宅高齢者福祉事業…3 | 安心の子育て支援特集…4～5 | farm to tableつくば…12

一人ひとりが幸せな人生を送れるよう、教育に力を入れています



つくば市は子どもたちに、一人ひとりの個性が受容され、幸せな人生を送りながら、持続可能な社会の実現に向けて行動できる力を獲得してほしいと願っています。このため、市の教育の根幹となる「つくば市教育大綱」を策定することで、教育の方向性を大きく転換することを表明しました。これからの時代は、困難でひとつの正解がないからこそ、多くの可能性にも満ちています。次世代を担う子どもたちが、未来を自ら創っていけるよう、これからも誰一人取り残さない学びの環境を整え、新しいつくばの教育を通して、「世界のあしたが見えるまち」の実現を目指します。



つくば市長 五十嵐 立青

問 総務課

つくば市教育大綱

「一人ひとりが幸せな人生を送ること」を最上位目標とし、2020年3月に策定しました。一人ひとりの違いが受容され、多様で豊かな個性が発揮される環境の下、自己実現ができ、社会力が育つことを目指します。市の教育では、知識の教え込みではなく次のような考え方への転換を目指しています。

- 1 「教え」から「学び」へ：一斉・一方向教育から個別・双方向の学びへ
 - 2 「管理」から「自己決定」へ：受動から能動へ
 - 3 「認知能力偏重」から「非認知能力の再認識」へ：知識偏重の教育から全人教育（※）へ
- ※人間が持つ諸資質を、全面的かつ調和的に育成しようとする教育のこと

つくばの教育の柱：問いから始める学び

- ①自分自身は何者なのか（自己を知る）
自分自身についてさまざまなことを問いながら、自己決定権を手に入れる
- ②周りは何者なのか（他者を知る）
違いに目を向け、他者の価値を認め、協働する力を手に入れる
- ③社会をどうやってつくるのか（社会を知り働きかける）
環境と社会に目を向け、より良い社会をつくるための学びの機会を得る

つくばでの「学び」の特徴：持続可能な社会を目指すための教育

- ①一斉・一方向ではなく、個別・双方向の学び
一人ひとりの学びを大切に、本人の成長に基づいた評価を行う

②科学技術や合理的精神を尊重する学び

つくばの多様な資源を生かした科学技術や合理的精神に基づいた学びを推進

③批判的精神を大切に学ぶ

批判的思考を持ち、対話をしながら合意点を見つけ行動する学びを推進

④実体験を大切に学ぶ

実体験を通して学ぶことにより、対話的・協働的な学びの基礎をつくる

⑤遊びによる、非認知能力を高める学び

さまざまな遊びの経験を通して、創造的学びを得られる機会をつくる

⑥持続可能な社会への視座を獲得する学び

持続可能な社会をつくるために必要な感性や視点、技術に関する学びを推進

つくばが目指す「学び」の場：学びの場の転換を推進

- ①学びたくなる場所
学ぶことは楽しいと体感し、通いたくなる学校、学びたくなる社会をつくる
- ②こどもが自らつくる場所
大人は子どもを管理するのではなく、主体的に取り組むことを支援する
- ③挑戦が称賛される場所
自ら変化を生み出す経験ができるよう、安心してリスクを取れる環境をつくる

つくばの「学び」実現に向け、今必要なこと

保護者・学校・地域・行政が協力し、社会全体で子どもの育ちの場を支える

教育局の取り組み

問 ▷ 学び推進課 ▷ 総合教育研究所 ☎029(867)1080

個別・双方向の学びの推進

どんな状況下でも、双方向による問題解決学習が展開できる環境を整備し、これからのスタンダードな学びにしていきます。

- 学校からでも家からでも授業を受けることができる、クラウド型教育グループウェア「スタディノート10」を活用した問題解決学習を展開します。
- 「つくば教育クラウドでのeラーニングシステム」で、学習履歴を取ることができるよう改良し、個別最適な学びを推進します。



つくばスタイル科

児童生徒に身に付けてもらいたい「つくば次世代型スキル」を育成するため、市の教育資源を生かしながら、学びの3つのステップ「In（課題を見つける）・About（情報を集める）・For（何ができるか考え、発信する）」を意識した学習を展開しています。



- 「第2期つくば市プログラミング教育 for PBL」を定め、市が取り組むSDGsや地域の身近な課題をテーマに、プログラミングを活用した課題解決学習（PBL）を行っています。

新型コロナウイルスワクチン接種の準備を進めています

問 新型コロナウイルスワクチン接種対策室

国からのワクチン供給が遅れているため、接種時期が当初想定していた時期から変更になっています。3月10日現在、65歳以上の高齢者への接種券の送付は4月以降を予定しています（ワクチンの供給量によって変更の可能性あり）。それ以外の方は、決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。

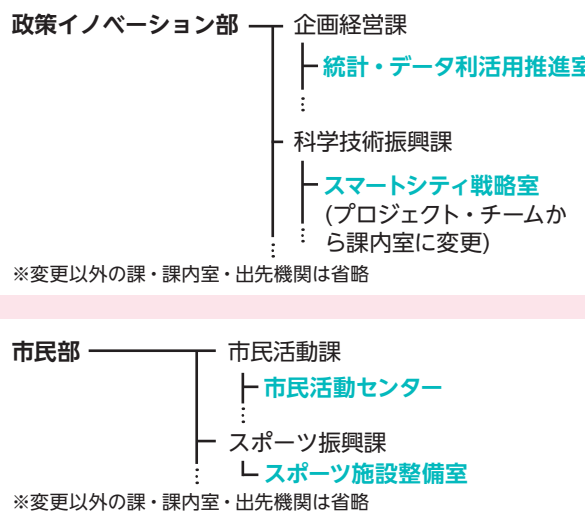
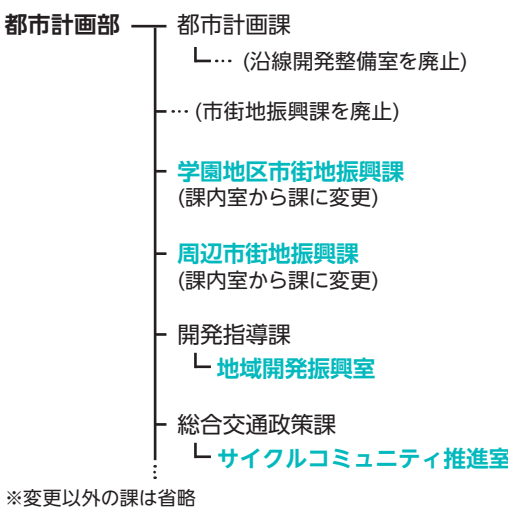
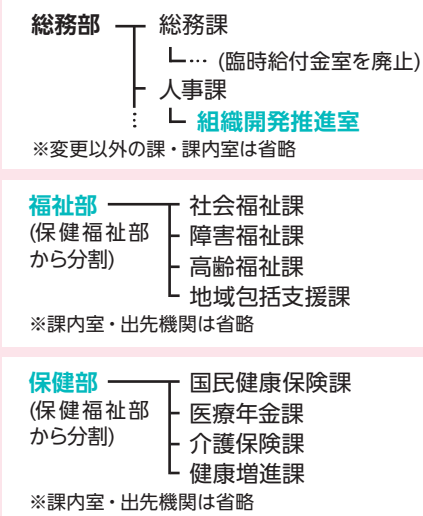


つくば市行政組織の改編を行いました

総務課

2021年度の改編概要をお知らせします。

※**青字**は2021年度新設部署です。



2021年度 固定資産税・都市計画税 納税通知書を発送します

資産税課

2021年度固定資産税・都市計画税納税通知書は、4月12日(月)に発送する予定です。納税通知書が届いたら、次の点に注意し、課税明細書に記載されている固定資産(土地・家屋)の内容確認をお願いします。

- ① 賦課期日である2021年1月1日現在で所有している固定資産(土地・家屋)が全て記載されているか
- ② 2020年12月31日以前に取り壊した家屋や、所有者を変更した資産が含まれていないか
- ③ 土地の地目や家屋の種類が現状と合っているか
- ④ 住宅やアパートの敷地として使用されている土地の場合、住宅用地の特例適用表示がされているか

※ 郵便事情により届くまでに時間を要する場合があります。1週間たっても届かない場合は、お問い合わせください。

※ 誤って他人宛ての納税通知書が配達されたときや、それを誤って開封してしまった場合には、最寄りの郵便局へ連絡してください。

納付方法

納税通知書の記載内容を確認し、同封の納付書または口座振替、クレジットカード納付、スマートフォンアプリ納付(PayPay、LINEPay、PayB)により、各納期限までに納付をお願いします。

各期の納期限は次のとおりです。口座振替の場合の振替日は、各納期限日になりますので、それまでに預貯金残高の確認をお願いします。

▷全期＝4月30日(金)▷第1期＝4月30日(金)▷第2期＝8月2日(月)▷第3期＝12月27日(月)▷第4期＝2022年2月28日(月)

都市計画税該当区域の一部拡大

都市計画税は、「市街化区域」および「市街化調整区域内の公共下水道処理区域」の土地・家屋に課税されます。2020年中に個別に公共下水道が利用可能になった区域の土地と家屋に対し、2021年度から新たに都市計画税が課税されます。

医療機関健診

2021年度の医療機関健診は、20～39歳を対象とした基本健診が追加されました。右表の健診が、4月1日～2022年2月28日までの期間に協力医療機関で受診できます。

※ 医療機関により受診可能な健診が異なります。詳細は、対象者への個人通知または市ホームページをご覧ください。

受診券の申し込み先

- ①国民健康保険課に直接、②医療年金課に直接、③健康増進課に直接、または市ホームページから
- ☎ ①国民健康保険課、②医療年金課、③健康増進課**

乳がんマンモグラフィ・子宮がん検診が無料の方

乳がん:1980年4月2日～1981年4月1日生まれ

子宮がん:2000年4月2日～2001年4月1日生まれ

※2021年度の一部がん検診未受診者について、受診期間延長措置があります。詳細は、市ホームページをご覧ください。

	種類	健診年齢 ※2022年3月31日時点	検査項目	自己負担金 ★70歳以上・生活保護受給者	受診券について
①	特定健康診査	40～74歳(つくば市国保加入者)	身体計測・血圧・検尿・血液検査など(心電図・眼底検査は医師の判断により検査)	無料	国保・後期保険加入者には3月下旬に郵送済み(届いていない方で受診希望の方は要申請)
②	後期高齢者健診	75歳以上(後期保険加入者)		無料	
③	結核検診	65歳以上	胸部レントゲン検査	無料	国保・後期保険加入者には3月下旬に郵送済みその他の方は、5月下旬に郵送(4・5月に受診希望の方は要申請)
	B型・C型肝炎ウイルス検診	40・45・50・55・60・65・70歳(今まで受けたことのない方)	血液検査	無料	
	大腸がん検診	40歳以上	便潜血反応2日法	800円(40歳と★は無料)	
	前立腺がん検診	50歳以上の男性	血液検査	1,000円 ★は無料	
	胃がんリスク検診	40・45歳	血液検査	1,000円	
	胃内視鏡検診	50歳以上の偶数年齢	内視鏡検査	50～68歳:5,000円 ★は1,500円	対象者に、5月下旬に郵送(4・5月に受診希望の方は要申請)
	乳がん検診	36・38歳	超音波検査	2,000円 ★は無料	
		40～64歳の偶数年齢	超音波検査・マンモグラフィ(40歳代は2方向撮影)	3,500円 ★は無料	
		66歳以上の偶数年齢	マンモグラフィ	1,500円 ★は無料	
	子宮がん検診	20歳以上	子宮頸部細胞診(医師の判断による該当者に体部)	1,500円 ★は無料	3月下旬に郵送済み(届いていない方で受診希望の方は要申請)
	基本健診	20～39歳で健診を受ける機会のない方(学生は除く)	身体計測・血圧・検尿・血液検査	無料	
	歯科健診	30・40・50・60・70歳	歯周病・むし歯に関する口腔内検査	無料	

2021
年度

在宅高齢者福祉事業

※いずれの事業も、入院・入所中の方は利用できません。

申・問 高齢福祉課



助成券事業

在宅要介護高齢者等紙おむつ購入費助成事業

紙おむつなどを購入する費用の一部を助成します。助成券は、取扱事業所で利用できます。

給付額 24,000円(1,000円券×24枚)

※申請時期により給付枚数が異なります。

- 対** 65歳以上の市民税非課税の方で、次のいずれかに該当する方
▷要介護1～3の認定者で、かつ、排尿・排便に介助などが必要であると認められる方▷要介護4・5認定者で、かつ、日常生活でおむつなどを必要とされる方 ※要支援の方は対象になりません。

！ 2021年度からの変更点

- ▷要介護4・5認定者で市民税非課税世帯に属する方の給付額が、最大48,000円(1,000円×48枚)から最大24,000円(1,000円×24枚)になりました。
▷市民税が課税の方は、対象外になりました。

高齢者日常生活支援事業(すけっとくん)

日常生活を送る上で、自ら行うことが困難な部屋掃除や草取りなどの軽易な作業を依頼する費用の一部を助成します。助成券は、取扱事業所で利用できます。

給付額 6,000円(500円券×12枚)

※助成券は、1世帯につき12枚の交付となります。

- 対** 次のいずれかに該当する方
▷75歳以上のひとり暮らしの方▷75歳以上の高齢者だけでお住まいの方 ※同一敷地内/隣接地に、親族その他の者が居住している方は対象になりません。

ねたきり高齢者理美容料助成事業

理美容店に行けない寝たきりの方が、家で理美容を受ける費用の一部を助成します。助成券は、取扱事業所で利用できます。

給付額 8,000円(4,000円券×2枚)

- 対** 65歳以上で、要介護4・5認定者または寝たきり状態の方

注意点

- 申請書(高齢福祉課と各窓口センター、市ホームページに用意)を高齢福祉課または各窓口センターに提出してください。郵送でも受け付けますので、高齢福祉課まで申請書を送付してください。

安否確認・その他の事業

※同一敷地内/隣接地に、親族その他の者が居住している方は対象になりません。

宅配食事サービス事業

安否確認や健康保持のため、調理や買い物の困難な高齢者に、夕食を希望の曜日に手渡しで配達します。

費 普通食400円/1食※生活保護世帯300円

- 対** 心身の障害などの理由により、調理や買い物が困難な方で、次のいずれかに該当する方
▷65歳以上のひとり暮らしの方▷65歳以上の高齢者だけでお住まいの方
※愛の定期便利用者は利用できません。



愛の定期便事業

安否確認・健康保持・孤独感の解消のため、乳製品を週3回まで手渡しで配達します。

費 乳製品代金の半額

- 対** 見守りを必要とする70歳以上のひとり暮らしの方
※宅配食事サービス利用者は利用できません。



緊急通報システム事業

急病などの緊急時に迅速・適切に対応するため、ひとり暮らしの高齢者に緊急通報機器を貸与します。
※設置には固定電話が必要です。

費 ▷生活保護世帯・市民税非課税世帯＝0円
▷市民税課税世帯＝7,560円/年

※電話基本料金、通話料金は自己負担

- 対** 次のいずれかに該当する方▷65歳以上で病弱または重度の身体障害のあるひとり暮らしの方▷75歳以上のひとり暮らしの方



注意点

- 安否確認が取れなかった際に、様子を確認しに行ける方(協力員)の登録が必要になります。
○申請書(高齢福祉課、市ホームページに用意)を郵送または直接提出してください。

安全・安心と快適性を備えた院内助産システム

つくば市バースセンター

バースセンターとは、合併症がなく、妊娠・出産に対するリスク(危険性)が低い妊産婦を対象に、妊婦健診から出産まで、助産師とのコミュニケーションをしっかりと図りながら、出産や育児に必要な心と身体づくりをお手伝いする院内助産システムです。

助産師が妊婦健診を行う中で、本人の望む出産について、一緒に考え、サポートしますので、ぜひご利用ください。

※出産時には、必ず産科医師が立ち会います。

市ホームページ▶



- 申 筑波大学附属病院(産科外来)
(月)(火)(木)(金) 9:00~15:00
※(水)のみ13:00まで。(土)(日)(祝)、年末年始休診。

電話で「バースセンターを利用したい」とお伝えください。

- 問 筑波大学附属病院(産科外来)
[天久保2-1-1] ☎029(853)3878

担 健康増進課



木目調の落ち着いた分娩室。医療機器などは収納され、家庭的な雰囲気の中で出産できます。



個室にはトイレとシャワーを完備。



交流の場となるデイルーム。



出産後には「ねぎらい膳」を提供。

子育て総合支援センター10周年記念 メッセージや写真をお寄せください

2011年4月のオープン以来、「あつまる・広がる・子育ての輪」をモットーに、子育て親子の集いの広場や子育て相談、一時預かり保育、子育て支援者育成講座など、さまざまな事業に取り組んできました。当センターは、2021年度で10年を迎えます。これまでにセンターを利用してくれた小学生や保育所・幼稚園のお友達、保護者の皆さまからのメッセージや写真を募集しています。いただいたメッセージや写真は、センター内に掲示します。

問 こども政策課

メッセージ・写真の投稿はこちらから▶



子育て総合支援センター▶

子育てに役立つお得な情報

不育症検査・治療費の助成

不育症検査・治療にかかった費用の一部を助成します。詳細は市ホームページをご覧ください。

- 対 不育症検査・治療を行う夫婦
- 申 申請書を健康増進課へ提出
- 問 健康増進課



妊産婦タクシー利用費用の助成

妊産婦の方が、妊婦一般健康診査、産婦健康診査などのために医療機関に通院した際に利用したタクシーの料金を助成します。詳細は市ホームページをご覧ください。

- 対 タクシー利用時に、市に住民登録がある市内在住の妊産婦
※里帰り先での利用も対象
- 費 上限3,000円/回 ※1回の妊娠で10回まで
- 問 健康増進課

つくバス・つくタク・支線型バスの割引

4月1日から、つくバス・つくタク・支線型バスに半額で乗車できる「出産支援運賃割引証」が使えるようになりました。詳細は市ホームページをご覧ください。

- 対 市に住民登録がある妊婦、または3歳未満の子どもがいる母親
- 問 総合交通政策課

つくば子育てハンドブック

市と株式会社ゼンリンの官民協働事業として、市が実施している子育て関連サービスや情報を1冊にまとめた「子育てハンドブック」を発行しました。妊娠から子育てまで役立つ情報をわかりやすく紹介していますのでぜひご利用ください。

- ※4月1日(木)から以下の場所で配布します。
- 場 各地域子育て支援拠点、各保健センター、各地域交流センター、各窓口センター、こども政策課
- 問 こども政策課



子育てハンドブック表紙▶

子育て支援サービス つくっこ！すくすくアプリ



4月1日から、子育て支援アプリの提供を開始しました。市の子育て情報のチェックや予防接種のスケジュール管理、お子様の成長の記録など、子育てに役立つ機能を無料で使うことができます。

問 健康増進課

ダウンロードは
こちらから



幼児2人同乗自転車購入費用の補助

- 対 市内在住で、6歳未満の幼児を2人以上養育し、本人・同一世帯の方が市税などを滞納していない方で、幼児2人同乗用自転車(「幼児2人同乗基準適合車」基準適合マークが貼付されたもの)を購入予定の方
- 定 50件 ※予算がなくなり次第終了
- 費 上限20,000円(購入費用の2分の1)
- 申 購入前に申込書(市ホームページ、総合交通政策課に用意)を原則直接
- 問 総合交通政策課



児童自転車用ヘルメット 購入費用の補助

- 対 市内在住で、本人・同一世帯の方が市税などを滞納していない、18歳までの児童が着用する自転車用ヘルメット(SGマーク、JCFマーク、CEマーク、GSマーク、CPSCマーク、MIPSマークが貼付されたもの)を購入予定の方
- 定 250件 ※予算がなくなり次第終了
- 費 上限2,000円(購入費用の2分の1)
- 申 購入前に申込書(市ホームページ、総合交通政策課に用意)を原則直接
- 問 総合交通政策課



SGマーク



JCFマーク



CEマーク



GSマーク



CPSCマーク



MIPSマーク

経済的に困難を抱える小・中学生を応援します

問 こども未来室

つくばこどもの青い羽根学習会 利用者募集

教育の格差を解消するため、無料の学習支援や居場所の提供を行います。曜日、時間などの詳細はお問い合わせください。

- 対** 生活保護、就学援助受給世帯の児童・生徒
4～9年生
※利用児童・生徒の兄弟(1～3年生)は対象



子どもの学習塾代の助成

経済的に困難を抱える世帯の負担を軽減するため、学習塾の利用に係る費用の一部を助成します。

- 対** 生活保護または就学援助を受給する7～9年生の保護者 ※つくばこどもの青い羽根学習会利用者は対象外
費 申請のあった月から2022年2月までの期間で学習塾へ支払った授業料 ※上限5,000円/月
定 20人 ※定員を超えた場合は9年生を優先
申 6月30日(水)までに申込書(市ホームページ、こども未来室に用意)を郵送または直接

つくばこどもの青い羽根基金 寄付のご協力をお願いします

子どもの未来を支援するための「つくばこどもの青い羽根基金」に寄付のご協力をお願いします。寄付金は、貧困や格差の世代を超えた連鎖を断ち切るとともにすべての子ども達が夢と希望を持って成長していけるよう事業に活用します。なお、寄付金はふるさと納税と同様の寄付金控除が適用されます。

- 申** ①市ホームページから(クレジットカード決済可) ②寄付申込書(市ホームページに用意)をこども未来室に郵送③こども未来室に直接



健康・福祉

障害児を監護している保護者や、 障害者に支給している手当

① 特別児童扶養手当(国制度)

日常生活において常時介護を必要とする、20歳未満の在宅障害児を監護している父母または養育者に支給されます。

- 日** 4・8・11月 ※申請月の翌月分から支給
費 ▷1級 52,500円/月▷2級 34,970円/月

② 障害児福祉手当(国制度)

重度の障害があるため、日常生活において常時介護を必要とする20歳未満の在宅障害児に支給されます。

- 日** 2・5・8・11月 ※申請月の翌月分から支給
費 14,880円/月

③ 特別障害者手当(国制度)

著しく重度の障害があるため、日常生活において常時特別の介護を必要とする在宅の20歳以上の方に支給されます。

- 日** 2・5・8・11月 ※申請月の翌月分から支給
費 27,350円/月

④ つくば市在宅障害児福祉手当(市制度)

20歳未満の在宅障害児と同居している保護者に支給されます。

- 日** 4・8・12月 ※申請月の翌月分から支給
費 5,000円/月

※支給対象となる障害の程度など、詳細は市ホームページをご覧ください。

問 障害福祉課

2021年度難病患者福祉金 支給申請受け付け

市では、難病患者の福祉の増進を図ることを目的に、難病患者福祉金を支給しています。2020年度に受給された方には、2021年度分の申請に関する案内を3月末に郵送しました。申請は毎年度必要となるため、届いたら4月中に申請してください。

- 対** 指定難病特定医療費受給者証か一般特定疾患医療受給者証の交付を受けた方で、次

の2つの要件をいずれも満たす方

- ①市内在住で住民登録のある方
②生活保護法による扶助を受けていない方
費 3,000円/月 ※申請受付日の属する月分から給付。
申 申請書(障害福祉課・各窓口センター・市ホームページに用意)、受給者証の写し(申請日時点で有効なもの)、難病患者本人名義の振込口座がわかるものの写しを郵送または障害福祉課・各窓口センターに直接
問 障害福祉課

麻しん風しん 年度当初の予防接種

麻しん風しんは感染力が強い感染症です。2期は小学校入学前に早めに受けましょう。

場 市予防接種協力医療機関 ※医療機関の詳細は、個人通知または市ホームページをご覧ください。

- 対** ▷1期=1歳以上2歳未満
▷2期=2015年4月2日～
2016年4月1日生まれの方

問 桜保健センター ☎029(857)3931



成人の予防接種 期間内接種のお願い

①高齢者肺炎球菌

2021年度の定期接種対象者への助成は2022年3月までです。早めに接種を受けましょう。



②大人の風しん

抗体検査・予防接種が無料で受けられるクーポン券を、2020年度に未検査の方へ6月頃再度送付します。2022年2月までに受けましょう。手元にない方はお問い合わせください。



場 市予防接種協力医療機関 ※詳細は、個人通知または市ホームページをご覧ください。

- 対** ①2021年度末の年齢が65、70、75、80、85、90、95、100歳の方で高齢者肺炎球菌ワクチン(23価)を一度も接種したことのない方②1962年4月2日～1979年4月1日生まれの男性

問 桜保健センター ☎029(857)3931

新中学生の方へ

[4月1日～]小児マル福受給者証の更新

茨城県が定める所得制限内の方には、「入院のみ有効」・「外来のみ有効」と記載された2枚の受給者証が交付されます。所得制限を超過する方には、これまでと同様に、入院・外来共に有効な緑色の受給者証1枚を交付します。

問 医療年金課

全国健康保険協会(協会けんぽ) 加入者へのお知らせ

①2021年度の健康保険料・介護保険料率

2021年度の協会けんぽ茨城支部の健康保険料は、現状の9.77%から9.74%に引き下げとなります。また、介護保険料率(全国一律)は、現状の1.79%から1.80%に引き上げとなります。※2021年3月分(4月納付分)から適用。

②健康診断を受けましょう

協会けんぽでは、加入者本人を対象に、「生活習慣病予防検診」を実施しています(勤務先に案内を送付)。また、加入者の家族(40～74歳の被扶養者)を対象に特定健診を実施しています。健診費用の一部を協会けんぽが補助します(年1回)ので、必ず受診しましょう。

③高額療養費制度

医療費が高額となった場合、自己負担限度額を超えた分の払い戻しを受けることができます。医療費が高額となることが予想される場合は、保険証と「限度額適用認定証」を併せて医療機関窓口へ提示することで、医療機関ごと(1カ月単位)の窓口負担額が法定の自己負担額までとなります。詳細はお問い合わせください。

問 協会けんぽ茨城支部

- ①企画総務グループ ☎029(303)1580
②保健グループ ☎029(303)1584
③業務グループ ☎029(303)1582

問 健康増進課

※新型コロナウイルス感染症の今後の感染の広がりや状況の変化に合わせて、中止、延期または規模縮小など、変更が生じる場合があります

健康・福祉

国民年金保険料の学生納付特例制度

学生本人の所得が一定額以下であり、国民年金保険料の納付が困難な場合には、保険料の納付が猶予される特例制度があります。

※申請手続きは毎年度必要です。

申 申込書(医療年金課または日本年金機構ホームページに用意)と、申請期間中の在学が確認できる学生証のコピーまたは在学証明書を土浦年金事務所・医療年金課に郵送か、医療年金課・各窓口センターに直接
※日本年金機構から、はがき形式の「申請書」が送付された方は、日本年金機構埼玉広域事務センターに郵送

問 土浦年金事務所 ☎029(825)1170

担 医療年金課

生活支援体制整備事業
「地域支えあい会議」説明会

「地域支えあい会議」は、互いに支える地域づくりを皆さんで考える場です。会議の概要の説明と、各地で取り組んでいる内容の紹介を行います。

日 ①5月11日(火) ②5月13日(木) ③④5月14日(金) ⑤5月17日(月) ⑥5月18日(火) 13:30～※③のみ10:30～

場 ①栗原交流センター②大穂交流センター
③豊里交流センター④市民ホールつくばね
⑤荃崎交流センター⑥市民ホールやたべ

定 各会場約30人

申 住所、氏名、電話番号、希望会場を電話またはFAXで

問 社会福祉協議会〔〒300-3257筑穂1-10-4〕
☎029(879)5500 ㊟029(879)5501

担 地域包括支援課

みんなの食堂事業補助金

みんなの食堂(つくば市版子ども食堂)は、食を通じて地域の子どもと大人が交流することができるみんなの居場所です。市では、みんなの食堂を運営する団体に対し補助金を交付します。

対 食材費、消耗品費、保険料など

費 ▷月1回実施＝上限50,000円/年
▷月2回実施＝上限100,000円/年

※予算がなくなり次第終了

申 申込書(市ホームページ、こども未来室に用意)を直接

問 こども未来室



募集

市民委員

詳細は市ホームページをご覧ください。
なるか、お問い合わせください。



①つくば市特別職報酬等審議会市民委員

つくば市議会議員の報酬などを検討するための審議会の開催にあたり、市民委員を募集します。選考は書類審査と面接審査を行います。
※年度内4回程度実施予定。(1回目は6月開催予定)

②つくば市科学技術・イノベーション振興指針策定懇話会市民委員

つくば市科学技術・イノベーション振興指針の策定に当たり、広く市民の皆さまの意見を反映させるため、市民委員を募集します。選考は書類審査と面接審査を行います。
※年度内4回実施予定。

対 市内在住で4月1日現在18歳以上の方、会議に出席できる方、市が設置する他の附属機関、懇談会の市民委員を2つ以上併任していない方

定 ①3人②4人

申 ①履歴書、小論文「応募の動機及び議員報酬の在り方について(増額・減額の両方の視点から)」を4月14日(水)必着で郵送または直接

②申込書、小論文「応募の動機と市民が科学技術を身近に感じるために必要な施策について」を4月5日(月)～18日(日)までに
いばらき電子申請・届出システムから

問 ①人事課

②科学技術振興課



②の申込みはこちら

結婚支援ボランティア
いばらきマリッジサポーター

茨城県では、独身者の結婚を支援するため、地域における出会いの相談や仲介などの活動を行うボランティアとして、新規のいばらきマリッジサポーターを募集します。

申 4月30日(金)必着で郵送またはメールかFAX
詳細はホームページをご覧ください。

問 茨城県少子化対策課

☎029(301)3261

担 こども政策課



普通救命講習 1 受講者

救命率向上を目指し、応急手当を習得するための講習を開催します。心肺蘇生(成人)・AED・止血法・異物除去法を学びます。

日 4月18日(日)9:30～12:30(受付9:15～)

場 大穂交流センター

対 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方

講 救急救命士・応急手当指導員

定 先着 15 人

申 4月1日(木) 9:00～15日(木) 17:00までに市ホームページから

問 北消防署 ☎029(867) 2355

2021年度つくば市高校奨学生

市では、意欲がありながらも経済的理由により修学が困難な高校生などを対象に、月額6,000円を支給する制度を設けています。詳細は市ホームページをご覧ください。
なるか、お問い合わせください。

対 高等学校、中等教育学校後期課程、高等専門学校に在学中である方(2021年度入学予定者を含む)など

定 若干名

申 申込書を4月1日(木)から郵送または直接

問 教育総務課

自衛隊一般曹候補生

詳細は、ホームページをご覧ください。

日 ▷1次試験:5月21日(金)～30日(日)のうち1日▷2次試験:6月18日(金)～7月4日(日)のうち1日

対 採用月(3月または4月)の1日現在で18歳以上33歳未満の方 ※32歳の方は、採用予定月の末日現在で33歳に達していない方

申 申込書を5月11日(火)必着で郵送または直接

問 自衛隊茨城地方協力本部土浦地域事務所
☎029(821)6986

担 総務課

まつりつくば2021
ポスターデザインコンテスト

コンテストで最優秀賞に選ばれた作品を、まつりつくば2021の公式デザインとして採用します。詳細はホームページをご覧ください。
お問い合わせください。※制作・申込みに要する費用は応募者負担。

申 申込書(まつりつくば公式ホームページに用意)と応募作品をまつりつくば大会本部事務局(観光推進課内)に郵送または直接

問 まつりつくば大会本部事務局

(観光推進課内)

☎029(883)1111

担 観光推進課



市営住宅

4月の市営住宅定期募集を行います。募集予定住宅は、金田住宅、戸ノ山団地、駒形団地(四階建)、駒形団地(三階建)、ひがし谷田川団地、要害住宅です。詳細は、市ホームページ、入居申込案内書(各窓口センターなどに用意)をご覧ください。

申 入居申込書1部、84円切手2枚を4月2日(金)～15日(木)必着で、茨城県住宅管理センターに郵送(簡易書留)または直接

問 茨城県住宅管理センターつくばセンター〔〒305-0032 竹園3-18-3竹園ショッピングセンター〕☎029(853)1369

※3月29日事務所が移転しました

担 住宅政策課

相談

こころの健康相談

自分や家族のこころの健康に関すること、医療機関への受診の必要性などを精神科医に相談できます。※治療中の方は、まず主治医にご相談ください。

日 4月28日(水) 9:00～11:00

場 大穂保健センター

定 先着2人 **申** 4月1日(木)から電話で

問 大穂保健センター☎029(864)7841

※新型コロナウイルス感染症の今後の感染の広がりや状況の変化に合わせて、中止、延期または規模縮小など、変更が生じる場合があります

相談

いばらきマリッジサポーター結婚相談会
出会い・結婚の相談に応じます

茨城県から委嘱された結婚を支援するボランティア「いばらきマリッジサポーター」が、結婚を希望する独身者や親の相談を受け付けます。

日 4月18日(日)10:00～15:00

場 市役所2階 定 先着8人(要予約)

申 市ホームページからか電話で

問 こども政策課



空家の無料相談会

空家に関することを、宅地建物取引士、司法書士、建築士、市職員に相談できます。

日 6月5日(土)13:00～17:00

場 市役所2階防災会議室2,3

対 市内の空家や空家になることが見込まれる住宅などの所有者など

定 先着12組(予約制)

申 4月26日(月)～5月14日(金)に申込書(市ホームページに用意)をFAXまたはメールで

問 住宅政策課

F 029(868)7642

E evm060@city.tsukuba.lg.jp

行政書士無料相談会

相続、遺言、法人設立、許認可関係全般、農地転用、帰化、永住・在留資格関係、権利義務・事実証明に関する相談ができます。

※予約制、先着順。

日 4月15日(木)13:00～16:00

※相談時間は30分程度を予定

場 市役所3階 会議室302 定 12人

申 電話で

問 茨城県行政書士会県南支部

☎090(2663)8541

※(土)(日)(祝)を除く8:30～9:30

担 総務課

その他

パブリックコメント手続実施結果の公表

①つくば市SDGs未来都市計画(2021-2023)

②第3次つくば市生涯学習推進基本計画

日 ①～4月15日(木)②～4月25日(日)

※市ホームページでは①4月15日(木)②4月25日(日)以降もご覧いただけます。

場 各担当課室、市役所1階情報コーナー、各窓口センター、各地域交流センター、市ホームページ

問 ①持続可能都市戦略室 ②生涯学習推進課

アイラブつくばまちづくり補助事業

個性豊かで活力のあるまちづくりに自主的に取り組む活動に補助金を交付します。

対 市内で活動し市内在住・在勤・在学の方が2人以上所属する市民活動団体

申 ▷第1回＝4月20日(火)▷第2回＝7月20日(火)▷第3回＝10月20日(水)までに申込書(市ホームページに用意)を直接

問 市民活動課

防犯カメラ設置補助事業

安全安心なまちづくりを推進するため、自主防犯活動の補完として、区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。

対 市内の住民自治組織(区会、自治会など)、商店会、消防団、自主防犯活動団体、その他これらに準ずる団体

問 防犯交通安全課

市内事業者に対する融資制度

市内事業者に対し、市町村中小企業融資制度や中小企業労働者共済会融資制度等のご案内をしています。詳細は市ホームページをご覧ください。

問 産業振興課



つくば市文化芸術ポータルサイト
「つくばアートチャンネル」開設

つくば市文化芸術ポータルサイト「つくばアートチャンネル」を開設しました。市主催のイベント情報、市内の文化芸術団体や文化施設の紹介など、コンテンツが盛りだくさんです。

問 文化芸術課



荃崎こもれび六斗の森
サニタリー棟新設

牛久沼周辺のアウトドア拠点整備の一環として、キャンプ場内にシャワー室や温水が利用できる洗い場などを備えたサニタリー棟(snow peak監修による)を整備しました。詳細は市ホームページをご覧ください。

問 荃崎こもれび六斗の森

☎029(876)5040



スズメバチの営巢の駆除

自己用住宅の敷地内や、通学路に面した場所に作られたスズメバチの営巢の駆除を、専門業者への委託により実施しています。詳細は市ホームページをご覧ください。

問 すぐ対応室

2021年度

犬の登録・狂犬病予防注射(集合注射)

日程・会場の詳細は、通知はがき、市ホームページ、区会回覧などでお知らせいたします。国

または茨城県より、つくば市を対象とする緊急事態宣言や外出自粛要請などが発令された場合には、延期・中止となりますので、実施状況については、市ホームページをご覧ください。期間内に集合注射実施会場で注射を受けられない場合は、お近くの動物病院などで必ず受けてください。

※犬の登録と狂犬病予防注射の接種は、狂犬病予防法で義務付けられています。

申 4月13日(火)から

問 環境保全課



2020年中の火災・救急の概要の公表

火災発生件数 63件(66件)

救急出場件数 8,013件(9,554件)

※()内は2019年中の件数

より詳細な火災発生件数・救急出動件数などは、市ホームページに掲載しています。今後も、緊急を要する人のために、救急車の適正利用にご協力をお願いします。

問 予防広報課・救急課



住宅用火災警報器の適正な維持管理を

住宅用火災警報器の設置義務化から10年が経過しています。電池交換など、適正な維持管理をお願いいたします。

問 予防広報課



納期限にご注意

4月30日(金)の納期限は次のとおりです。納期限内に納付してください。

資産税・介護保険料(第1期)

問 ▷資産税課▷介護保険課

茨城県独自システム

「いばらきアマビエちゃん」

店舗やイベント会場でコロナ対策！市民の皆さんも事業者の方も、登録をお願いします。

※茨城県条例で、一部の事業者や、事業所などの利用者の「いばらきアマビエちゃん」の登録が義務化されました。

問 茨城県中小企業課

☎029(301)5472

担 産業振興課



イベント情報

希望講座・コース
希望日・時間

- ①〒／住所※
- ②氏名(ふりがな)
- ③年齢(学年)
- ④電話番号
- その他必要事項

ハガキ・ファックスなどの記入例

①～④をすべて記入してください。
※在勤の人は勤務先・所在地、在学の方は学校名・所在地を記入してください。申込は原則1人1通。往復ハガキの場合は、返信用の住所・氏名も記入してください。
郵送先(〒で指定のないもの)
〒305-8555
つくば市研究学園1-1-1
つくば市役所○○○○○課

※新型コロナウイルス感染症の今後の感染の広がりや状況の変化に合わせて、イベントの中止、延期または規模縮小など、変更が生じる場合があります

スポーツ

第31回つくばウォークラリー大会

「コマ図」という地図を頼りに、問題を解きながらゴールを目指します。入賞者には賞品もあります。

日 5月15日(土) 受付8:30～9:15

※雨天時は翌日に順延

場 豊里多目的広場周辺

対 市内在住の方 定 先着100組

費 200円/人(保険料込み、大会当日集金)

申 市ホームページから、または申込書(スポーツ振興課窓口、各交流センター、市内公園・体育館に用意)を4月1日(木)～16日(金)に必着で郵送または直接

問 スポーツ振興課

ビギナーズテニス教室

テニス初心者対象の教室です。これを機にテニスを始めてみませんか。

日 5月22・29日、6月5・12日(土)
10:00～12:00(予備日6月19日)

場 谷田部テニスコート

対 市内在住・在勤・在学の高校生以上の方

講 つくば市スポーツ協会

定 30人(抽選) 費 2,000円

申 5月6日(木)までに市ホームページから、または往復はがきに住所、氏名、年齢、☎、運動習慣の有無(ある場合は具体的に)を記入し、必着で郵送

問 スポーツ振興課

体幹ムーブメント教室

体幹部にアプローチした動きで体のバランスを整え、姿勢改善・腰痛予防・筋力アップ・疲労軽減などを目指します。初めての方大歓迎です。

日 5月26日、6月2・9・16・23・30日(水)
19:30～21:00

場 東光台体育館

対 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方

講 浅井麻里氏(筑波大学大学院博士課程在学)

定 30人(抽選)

費 3,000円

申 5月6日(木)までに市ホームページから、または往復はがきに住所、氏名、年齢、☎、運動習慣の有無(ある場合は具体的に)を記入し、必着で郵送

問 スポーツ振興課

つくばウェルネスパーク

子ども向け教室

つくばウェルネスパークでは、水泳教室、運動教室、フラダンス、キックボクシングなどの子ども向け教室を開催しています。詳しくはホームページ、Twitterをご覧ください。

場 つくばウェルネスパーク

申 つくばウェルネスパークへ直接

問 つくばウェルネスパーク

☎029(867)5210

担 スポーツ振興課



ホームページ



Twitter

2021年度各種スポーツ教室

トレイルラン、ランニング、バドミントン、車いすバスケなど様々な教室の開催を予定しています。教室の詳細は市ホームページでご確認ください。

問 スポーツ振興課



健康

出前健康教室

健康づくりに取り組むための出前健康教室事業の関連イベントとして実施する教室です。

イオンモールつくばで体操しよう!

日 4月13日(火) 14:00～15:00

場 イオンモールつくばウエストコート

定 先着15人 申 4月5日(月)9:00から電話で

BiVi 駅前健康交流サロンで体操しよう!

日 4月23日(金) 14:00～15:00

場 つくば市交流サロン(BiVi つくば2階)

定 先着10人 申 4月13日(火)9:00から電話で

対 市内在住の方

問 健康増進施設いきいきプラザ

☎029(864)5073

脳元気アップ教室(全8回)

65歳から始める認知機能向上のための講話と実践を行います。簡単な認知機能チェックもできます。

日 5月20・27日、6月10・17・24日、7月8・15日、
8月19日(木) 10:00～12:00(受付9:45～)

場 大穂交流センター2階研修室

対 市内在住65歳以上の方

定 先着16人 費 600円/8回

申 5月7日(金)までに電話で

問 地域包括支援課



障害児運動教室

障害児や発達に遅れのある児童の体力増強、ストレス解消、健康増進、交流を図るため、インストラクターによる運動教室を開催します。

日 6月5日、7月3・31日、9月4日、10月2日、
11月6日、12月4日、2022年1月8日、2月
5日、3月12日(土)

▷前半クラス=10:00～10:45

▷後半クラス=11:00～11:45

場 健康増進施設いきいきプラザ

対 集団活動ができる小学1～6年生の障害がある児童(障害者手帳の有無は問いません)

定 先着24人(各クラス12人)

費 1,000円

申 4月5日(月)～12日(月)に電話で

問 障害者地域支援室

旗 催し

中央図書館

おはなし会

おはなしボランティアによる絵本の読み聞かせなどを行います。

日 4月3・10・17・24日(土)・25日(日)
①15:00～15:15②15:30～15:45
(2回公演)

対 幼児～小学生の方 定 各先着10人

おはなしぶんぶん(乳幼児向けおはなし会)

司書による手遊びなども交えた、0歳から楽しめる小さい子ども向けのおはなし会です。

日 4月23日(金)・28日(水)10:30～10:50

対 乳幼児と保護者の方 定 各先着6組

場 中央図書館

問 中央図書館 ☎029(856)4311

認知症カフェ

認知症の方とその家族、地域の方など誰でも気軽に参加できる交流の場です。認知症に関する相談も受け付けます。

日 ①4月16日(金) 10:00～12:00
②4月23日(金) 14:00～16:00
③4月26日(月) 13:30～15:30
④4月27日(火) 13:30～15:30
⑤4月28日(水) 13:30～15:30

場 ①荃崎交流センター

②とよさと病院

③つくば市交流サロン(BiVi つくば2階)

④大穂豊里地域包括支援センター

⑤筑波中央病院

対 市内在住の方 定 先着10人程度

申 4月1日(木)から電話で

問 地域包括支援課

たけのこ掘り&窯焼きピザ作り体験教室

たけのこ掘りと、石窯で焼くピザ作りの体験教室です。長靴、手袋、飲み物、エプロン、三角巾、マスク、スリッパをお持ちください。

日 4月24日(土)9:00～12:30
場 六斗の郷〔六斗939〕
定 先着10組
費 8,000円/組
申 4月5日(月)～21日(水)9:00～17:00に電話で ※(土)、(日)を除く
問 六斗の郷 ☎070(4819)0769
担 農業政策課

食・農・暮らしをテーマとした「市(ICHU)」

栄地区の魅力を発信するため、地元飲食店の出店や農作物の販売、染色体験など、長屋門と古民家を活用したマルシェを開催します。

日 4月24日(土)・25日(日) 10:00～16:00
場 塚本邸〔大576〕
問 市(ICHU)事務局(株式会社青木住設内) ☎(0120)473967
担 周辺市街地振興室

講座

男女共同参画セミナー

自宅を災害に強くする備えのヒント

災害時は、防犯や感染症予防の観点から、在宅避難が推奨されています。安心して自宅で過ごせるよう防災の知識や備えのヒントを学びます。

日 4月20日(火)14:00～16:00
講 橘敦子氏(つくばセルフ防災ラボ代表)
申 4月19日(月)までに市ホームページから、または電話で

離婚に伴うお金の問題について

夫婦の話し合いだけではなかなか解決しない、養育費や財産分与、感謝料などの問題を弁護士が解説します。

日 5月12日(水)14:00～16:00
講 二井矢 旬子氏(弁護士)
申 5月10日(月)までに市ホームページから、または電話で

場 市役所2階会議室204
対 市内在住・在勤・在学の方 定 各先着30人
問 男女共同参画室

4月調理講習会

初心者でも楽しみながら調理できる簡単メニューを学びます。エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、白米半合、筆記用具、飲み物をお持ちください。

※申し込みは1人1講座までです。

①男の料理教室「俺の台所」

牛丼、チンゲンサイのスープ、俺のジンジャーエール

日 4月22日(木)10:15～13:00
場 大穂保健センター
対 市内在住で65歳以上の男性 定 先着9人
申 4月1日(木)～15日(木)に電話で

②65歳からの料理教室「若さをつくるキッチン」

彩りねばねば丼、かんぴょうdeアラビアータ、

抹茶寒天

日 4月27日(火)10:15～13:00
場 桜保健センター
対 市内在住で65歳以上の方 定 先着12人
申 4月1日(木)～20日(火)に電話で

講 市管理栄養士
問 健康増進課

つくば美術館 第1回土曜講座

オールドノリタケと若林コレクション

多種多様な意匠、技法、器種のオールドノリタケを網羅する若林コレクションを、さまざまな視点から紐解き、その魅力に迫ります。

日 4月24日(土)13:30～
場 つくば美術館〔吾妻2-8〕
講 芦刈 歩氏(茨城県陶芸美術館学芸員)
問 つくば美術館 ☎029(856)3711
担 文化芸術課



いろ え きんもり ば ら もんかざりつぽ
色絵金盛薔薇文 飾 壺 1891-1921年頃
若林コレクション

昆虫の自然史講座

昆虫の観察や採集を通じて自然を学びます。

日 4月25日、5月16・23日、6月13・27日、7月11日(日)(全6回) ※4月17日(土)11:00～12:00に、豊里ゆかりの森昆虫館で講座の説明会を行います。(予約不要)

場 豊里ゆかりの森昆虫館
定 先着10組程度 申 説明会に参加後、直接
問 豊里ゆかりの森昆虫館 ☎029(847)5061

市民研修センター講座

①初心者パソコン講座(ワード編)

ワードを中心に基礎からパソコン操作を学びます。

日 5月6・13・20・27日、6月3・10・17・24日(木)10:00～11:30
対 市内在住・在勤・在学の方でパソコンを持参できる方
講 酒井はつこ氏 定 20人(抽選) 費 4,000円

②木彫り仏像創作講座

一度体験したら夢中になる木彫りの仏像を作ります。

日 5月6・20日、6月3・17日、7月1・15日、8月5・19日、9月2・16日(木)13:30～15:30 ※第1・3(木)
対 市内在住・在勤・在学の方
講 那花 定慶氏 定 24人(抽選)
費 5,000円(材料費込み)

③週末のヨガ講座

ヨガで心身の疲れを癒し、リフレッシュしてみませんか。

日 5月8・15・22・29日、6月5・12・19・26日(土)10:30～12:00

対 市内在住・在勤・在学の方
講 枝せつ子氏 定 22人(抽選) 費 4,000円

④自力整体講座1

腰痛や肩こりをほぐす体操を行います。日頃の疲れがたまりやすい方におすすめです。

日 5月10・17・24・31日、6月7・14・21・28日(月)10:00～12:00
対 市内在住・在勤・在学の方
講 阿部京子氏 定 20人(抽選) 費 4,000円

⑤自力整体講座2

骨盤のゆがみを整える体操を行います。日頃の疲れがたまりやすい方におすすめです。

日 5月11・18・25日、6月1・8・15・22・29日(火)10:00～12:00
対 市内在住・在勤・在学の方
講 阿部京子氏 定 20人(抽選) 費 4,000円

⑥アビ先生と英語で遊ぼう(2歳～未就学児)

アビ先生と一緒に遊びながら、親子で楽しく英語を学びます。

日 5月12・19・26日、6月2・9・16・23・30日(水)13:30～14:30
対 市内在住・在勤・在学の親子
講 アブラム・ランドゥ氏 定 10組(抽選)
費 4,000円
申 希望講座名、〒、住所、氏名、年齢、日中連絡の付く☎を記入し、4月20日(火)必着で往復はがきを郵送、または官製はがきを持参して直接

場 市民研修センター
〔〒300-4231北条1477-1〕
問 市民研修センター ☎029(867)1153
担 生涯学習推進課

新茶のつみ取り・手もみ体験

新茶をつみ取り、火を入れて、手もみのお茶作りを体験します。長袖・長ズボンの動きやすい服装で、昼食、飲み物、マスク、エプロン、タオル、帽子をお持ちください。

日 5月8日(土)9:00～15:00
※小雨決行、荒天時は翌日に順延
場 沢辺茶園〔要244〕 定 先着30人
費 ▷大人～中学生＝2,000円
▷小学生＝1,000円
▷小学生未満＝無料
申 4月30日(金)までに電話、または申し込み用紙(市ホームページに用意)をFAXで ※(日)を除く
問 沢辺茶園 ☎029(864)0989
担 農業政策課

コンテナガーデン教室

コンテナを使ってさまざまな花を植えるコンテナガーデンを学びます。

日 5月16日、6月20日、7月18日、9月19日、10月17日、11月21日、12月19日、2022年2月20日、3月20日(日)(全9回)
場 豊里ゆかりの森工芸館 講 池野ひとみ氏
定 先着12人(市内在住の方優先)
費 550円/回(市外在住の方1,100円/回)
※別途材料費
申 4月6日(火)～13日(火)9:00～16:00までに電話で ※(月)休館
問 豊里ゆかりの森工芸館 ☎029(847)5122

働く婦人の家講座

季節の和菓子～フルーツ大福～

その時期で最も旬のフルーツで大福を作ります(5～6個予定)。

- 日** 5月21日(金)
10:00～13:00
対 市内在住・在勤の方
講 小林保子氏
定 6人(抽選)
費 1,700円



素足にやさしい布草履

2日間で紐作りから行う講座です。素敵な柄の履きやすい草履を自分で作ります。

- 日** ①5月22・29日(土)13:30～15:30
②5月24・31日(月)13:30～15:30
対 中学生以上の市内在住・在勤・在学の方
講 飯村孝子氏
定 各6人(抽選)
費 1,100円



場 働く婦人の家

- 申** 希望講座名(希望講座の日程も必ず記入)、〒、住所、氏名、年齢、性別、☎を記入し、4月19日(月)必着で往復はがきを郵送、メール、または返信用の官製はがきを直接持参
問 働く婦人の家〔〒300-4353沼田40-2〕
☎029(866)2127
E fjn010@city.tsukuba.lg.jp

ふれあいプラザ講座

①初めてのPayPayと安全な銀行口座登録(スマホ持込)

PayPayを安心して使用できるように、安全な銀行口座開設と連携について丁寧にわかりやすく解説します。

- 日** 5月7・14・21・28日、6月4・11日(金)
10:00～12:00(全6回)
対 スマホを持参できる方
講 片岡秀典氏
定 15人(抽選) **費** 7,700円(教材費込み)
※貸出はありません。

②丁寧に学ぶ スマホ・タブレット実践活用(スマホ・タブレット持込)

アプリの導入や使い方のこつを解説します。生活に役立つアプリ(防災・クーポン・カレンダー)が使えるようになります。

- 日** 5月18・25日、6月1・8・15・22日(火)
10:00～12:00(全6回)
対 文字入力ができ、スマホまたはタブレットを持参できる方
講 花村直子氏 **定** 15人(抽選)
費 7,700円(教材費込み)
※対応機器貸出応相談

③脳トレ ワード&エクセル上達(PC持込)

脳のトレーニングのためのワードとエクセルの基本操作のこつ(表作成・計算術)を解説します。データ素材は用意されているため、編集操作を主に行います。

- 日** 5月18・25日、6月1・8・15・22日(火)
13:30～15:30(全6回)
対 ワード・エクセル経験者
講 花村直子氏 **定** 15人(抽選)
費 7,200円(別途テキスト代1,200円)
※対応機器貸出応相談

④体験 子ども英語 Pre-Kids

ネイティブスピーカーの講師と歌ったり、ゲームをしたりして英語にふれあいます。

- 日** 5月1日(土)9:00～9:50
対 3歳から未就学児の方 **講** 帖佐マリ氏
定 10人(抽選) **費** 1,250円

⑤体験 初めての英会話2

ゆっくりと英語の基礎を身につけていく初心者専門のクラスです。やさしい単語の組み合わせによるコミュニケーションを楽しみます。

- 日** 5月11日(火)10:00～11:40
対 中学卒業程度の語学力の方(英検3級程度)
講 内藤道子氏 **定** 5人(抽選) **費** 1,250円

⑥⑦プリザーブドで母の日アレンジ

プリザーブドフラワーのバラやカーネーションを白いウッドフレームにアレンジします。

- 日** ⑥5月2日(日)14:00～15:30
⑦5月7日(金)10:30～12:00
講 河原由美氏(風花プリザーブドフラワー協会代表)
定 各10人(抽選) **費** 4,500円(教材費込み)

⑧世界の見方が変わる歴史教室～宗教はむずかしくない～

宗教を知らずに世界は語れません。キリスト教、イスラム教、仏教などの歴史を学びます。

- 日** 5月12・26日(水)10:30～12:20(全2回)
講 平井光之氏(歴史学習コンサルタント)
定 15人(抽選) **費** 2,600円(教材費込み)

⑨体験 誰でもできる楽しい習字

漢字・かなの基礎を学びます。初めての方から経験者まで、お気軽にご参加ください。

- 日** 5月12日(水)13:30～15:30
講 大場絹尹氏 **定** 5人(抽選)
費 1,250円(教材費込み)

⑩自分だけの日傘作り

日傘を作ってみませんか。紫外線要注意の季節に、自分で作った日傘で街歩きができます。

- 日** 5月13・20・27日(木)10:00～12:00(全3回)
講 岡田百合子氏
定 10人(抽選)
費 8,600円(教材費込み)



⑪アジサイの苔玉作り

丸い形が愛らしい緑の苔玉を作ります。自然の中からそのまま切り出てきたような姿が、見る人の心を和ませます。

- 日** 5月19日(水)13:00～15:00
対 小学生以上の方
講 宮内 伶氏(日本農業園芸造園研究所代表)
定 10人(抽選) **費** 2,700円(教材費込み)

⑫紫陽花とかたつむりの太巻き祭り寿司

千葉県の郷土料理を作ります。玉子で紫陽花、のりでかたつむりの形に巻いてみましょう。

- 日** 5月22日(土)13:00～16:00
講 川野泰子氏 **定** 各10人(抽選)
費 3,200円(材料費込み・別途巻きす代450円)

⑬うちでおいしいコーヒーの入れ方

ハンドドリップで入れます。入れ方のこつを覚えて、自宅で美味しさを味わいましょう。※お土産付き

- 日** 5月27日(木)13:30～15:30
講 細谷ひとみ氏 **定** 8人(抽選)
費 2,700円(材料費込み)

⑭親子講座 クラフトバンドで作るカラフルなミニカゴ

クラフトバンドという再生紙のテープで、自由に色を選んでオリジナルのカラフルなカゴを作ります。

- 日** 5月2日(日)10:00～12:00
対 小学生の親子
講 富田留美子氏
定 5組10人(抽選) **費** 2,000円(教材費込み)



⑮親子料理教室 米粉クッキー作り

乳製品、卵不使用のアレルギー対応の米粉を使用し、コロコロクッキーを作ります。親子で楽しいひと時をお過ごしください。

- 日** 5月5日(祝)13:00～15:00
対 小学生の親子
講 渡辺光代氏
定 5組10人(抽選)
費 2,200円(材料費込み)



⑯ふれあい学園 おもしろ実験 バランスバード工作

中心と重心の違いを確認しながらヤジロベエなどのバランストイを工作します。思考力や集中力も養われます。

- 日** 5月16日(日)10:00～11:30
対 年長～小学生の方
※未就学児は保護者同伴
講 保坂徹氏 **定** 10人(抽選)
費 1,450円(教材費込み)

⑰体験 癒やしのゆったりヨガ 土曜

本格的なヨガを楽しみながらゆったりとした癒しの時間を過ごします。

- 日** 5月1日(土)13:30～15:30
講 皆川京子氏 **定** 5人(抽選)
費 1,250円

⑱体験 リフレッシュ健康3B体操

ボール・ベル・ベルターを使用し、音楽に合わせて、体に無理のない有酸素運動や筋肉作りのための運動、ストレッチを行います。

- 日** 5月11日(火)13:30～15:00
講 友岡和子氏 **定** 12人(抽選)
費 1,250円

⑲やさしいダンスストレッチ

楽しく音楽に乗って、気持ち良くストレッチを行います。初めての方も大歓迎です。

- 日** 5月12・26日(水)10:00～11:30(全2回)
講 坂本真紀氏 **定** 12人(抽選)
費 2,400円

申 希望講座名、〒、住所、氏名、年齢、☎を記入し、4月23日(金)必着で郵送、FAXまたは直接

- 問** ふれあいプラザ
〔〒300-1273下岩崎2164-1〕
☎029(876)2311
F 029(876)2396
担 文化芸術課



研究機関

ゴールデンウィークのサイエンスツアー参加者募集

市内の研究教育施設を巡る「つくばサイエンスツアーバス」に乗って、スタッフガイド同行で見学するコースです。詳細はホームページをご覧ください。

日 1日コース=4月29日(祝)、5月1日(土)・3日(祝) 9:15~16:00

▷午前コース=5月5日(祝) 9:15~12:00
▷午後コース=5月4日(祝) 13:10~16:00
場 午前:地図と測量の科学館、筑波実験植物園
午後:地質標本館、サイエンス・スクエア つくば、筑波宇宙センター
定 各日先着19人
費 バス乗車券▷大人=500円
▷子ども=250円(幼児無料)
※別途入園料が必要
申 各日、前日の12:00までにホームページから

問 つくばサイエンスツアー
オフィス ☎029(863)6868
組 観光推進課



県南自治体のイベント情報

県南自治体9市のイベント情報を、相互紹介する取り組みを行っています。市ホームページで随時情報を更新していきますので、ぜひご覧ください。

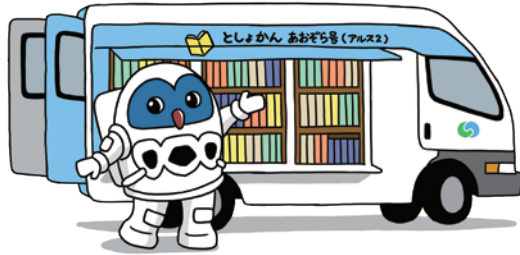
問 広報戦略課



自動車図書館を利用してみませんか

問 中央図書館 ☎029(856)4311

皆さんの地域を2週間に1度、自動車図書館が巡回しています(荒天時は運休)。市内在住・在勤・在学の方は利用カードを登録すると、誰でも本を借りることができます。小さなお子さんに読み聞かせる絵本から暮らしに役立つ一般図書、小説まで取りそろえています。詳細はお問い合わせください。



2021年度前期日程表(4~9月)

13:00 ~ 13:40	14:00 ~ 14:40	15:00 ~ 15:40	曜日	4月	5月	6月	7月	8月	9月
みどりの学園義務教育学校 ※13:00~14:00	緑が丘団地バスターミナル ※14:20~14:50	自由ヶ丘団地 ※15:10~15:40	火	13日 27日	11日 25日	22日	6日 20日	3日 17日 31日	14日 28日
九重小学校 ※10:10~10:50	学園の森義務教育学校 ※13:00~14:00	豊里の杜(せせらぎ公園集会所) ※14:30~15:30							
葛城小学校	ビレッジハウス東光台	沼崎小学校	水	14日 28日	12日 26日	23日	7日 21日	4日 18日	1日 15日 29日
栄小学校	旧桜庁舎前駐車場	桜南児童館							
要小学校	前野小学校	小田児童館	木	1日 15日	13日 27日	24日	8日	5日 19日	2日 16日 30日
秀峰筑波義務教育学校 ※13:00~13:50	筑波園 ※14:10~14:40	沼田保育所							
桜南小学校	桜ニュータウンバスターミナル	上広岡保育所前	金	2日 16日 30日	14日 28日	25日	9日	6日 20日	3日 17日
栗原小学校	★新つくばホーム(学園の森)	つくば市役所							
手代木南小学校	JICA 筑波国際センター(高野台)	稲岡保育所	火	6日 20日	18日	1日 15日 29日	13日 27日	24日	7日
荃崎第一小学校	ケアハウスくきの里	荃崎第二小学校							
吉沼小学校	介護老人保健施設なでしこ	作岡保育所	水	7日 21日	19日	2日 16日 30日	14日 28日	11日 25日	8日 22日
今鹿島小学校	上郷郵便局職員駐車場	上郷小学校							
大曽根小学校	陽の見公園	上ノ室保育所	木	8日 22日	20日	3日 17日	1日 15日 29日	12日 26日	9日
谷田部南小学校	柳橋小学校	上横場保育所							
東小学校	つくば保健所	小野川小学校	金	9日 23日	7日 21日	4日 18日	2日 16日 30日	27日	10日 24日
島名小学校	つくばデイサービスセンター	真瀬小学校							
	つくば市役所 ※14:30~15:30		土	10日 24日	8日 22日	5日 19日	3日 17日 31日	28日	11日 25日

※の時間に運行するステーションがありますのでご注意ください(★は新しく追加されたステーション)



4月の休日緊急診療医院

診療時間 9:00~16:00 医療機関の都合で診療時間や診療科目が変更になる場合がありますので、受診前に電話で確認してください



4日(日)

こまつ内科クリニック[上横場1178]/内・小・神内/
☎029(838)2400
竹園ファミリークリニック[竹園2-8-19]/内・外・小・整外/
☎029(851)4635

11日(日)

庄司クリニック[中野158-1]/婦・小/☎029(836)0405
のぐち内科クリニック[妻木635-1]/内・呼内/
☎029(852)3001

18日(日)

川井クリニック[東平塚715-1]/内/☎029(854)1881
さくら内科・呼吸器内科クリニック[桜2-15-1]/内・呼内/
☎029(869)8090

25日(日)

つくば白亜クリニック[みどりの2-40-2]/内/☎029(837)0208
北條医院[花畑3-28-8]/内・小・消/☎029(864)0006

29日(祝)

サンシャインクリニック[谷田部6107-14]/内・循/
☎029(839)3333
倉田内科クリニック[栗原3443]/内・小/☎029(857)8181



4月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土	開館時間
				1	2	3	中央図書館 9:30~19:00 4交流センター図書室 9:30~19:00(火~金) 9:30~17:00(土・日・祝)
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		● 休館日

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、開館予定は変更になる場合があります。最新情報は市ホームページを確認してください。



救急車を呼ぶ前に、まずは救急電話相談へ

救える命が失われる可能性があります。1人でも多く救うために、皆様のご協力をお願いします。

24時間365日
受け付け

おとな #7119
こども #8000

携帯電話
に登録



新型コロナウイルス感染症の影響を受けた事業者に対する市独自支援制度のご案内

問 経済支援室

中小企業等販路拡大補助金

市内事業者が新型コロナウイルス感染症の影響を乗り越えるために実施する新しい取り組みに対し、経費の一部を補助する制度です。

交付額 ▶中小企業者など(小規模事業者を除く)＝最大100万円
▶小規模事業者など＝最大50万円

雇用促進交付金

失業した市民や市内在住の学生の雇用先を確保するため、新規に雇用した市内事業者に対し、交付金を交付する制度です。

交付額(1人につき)
▶中小法人・個人事業者＝常勤:20万円、非常勤:10万円
▶大法人など＝常勤:10万円、非常勤:5万円



市HP

各制度の詳細やこのほかの新型コロナウイルス感染症に関する経済対策は、市ホームページで随時更新しています。

経営支援ワンストップ窓口(市役所コミュニティ棟1階)
☎029(883)1378(月)～(金)8:30～17:15 ※(祝)を除く

市で実施している支援制度のほか、国や県の支援策も含め、事業者に適した支援策のご案内や申請をサポートします。また、経営の相談には、専門家が無料で相談に応じます。詳細は、窓口または電話でお問い合わせください。

専門家による相談例

- ・資金繰りを改善したい
- ・売り上げアップのため事業計画を見直したい
- ・労務関係の手続きについて知りたい
- ・テレワークのため就業規則を見直したい など

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、物資を寄贈いただきました

問 感染症対策室

市では、マスクなど医療物資の不足を少しでも解消するため、市民や市内事業者の皆さんなどから物資の寄贈を受け付けています。寄贈された物資は、市内医療機関や、市内で必要性が高い機関・施設に対して随時配布を行っています。

寄贈を受けた法人・団体と物資一覧(2月4日～3月9日※敬称略)

日付	法人・団体	寄贈物資	数量
2月4日	谷田部母親クラブ つくし	手作りマスク	70枚

つくばの地産地消店をウェブで公開中 Farm to Table つくば

問 農業政策課

つくばの食の魅力を発信するウェブサイト「Farm to Table つくば」では、つくば市の農産物や、おいしい食材を作る生産者、それらを使って料理を作るシェフなどのほか、新たな食の魅力として発展する地酒(日本酒、ワイン、ビール)も紹介しています。ウェブサイトをご確認の上、ぜひ各店に足を運んでいただき、地産地消の推進にご協力をお願いします(テイクアウトが可能な店舗もあります)。

これからも市では、つくばの自然の恵みを多くの方に味わっていただく機会を通して、市の農産物や地酒の消費拡大を実現し、持続可能なまちづくりを進めていきます。



▲酒づくりへのこだわりなども紹介しています



特集ページ

サイト内の「特集」ページでは、カテゴリ別に「スペシャリテ(対談)」「料理する人(お店)」「育てる人(農家)」「醸す人(地酒)」のページを設け、つくばの食に関わるさまざまな方のインタビューを掲載しています。

市内の地産地消レストランで旬を楽しもう

野菜の美味しさの一つの大きな要因は「旬」です。旬という言葉には、季節的な「旬」と、食べ頃という意味の「旬」、2つの意味があります。市内の地産地消レストランでは、季節的な「旬」だけでなく、食べ頃の「旬」も味わうことができます。

また、本市は多国籍レストランも多く、豊富な「旬」の食材をさまざまな料理で味わうことができます。



▲ウェブサイトイメージ

「Farm to Table つくば」とは

その肥沃な大地からの贈り物である「農産物(Farm)」と、その恵みに感謝して、食材をおいしく食べるレストランや家庭の「食卓(Table)」までを「つくば」でしよう、というメッセージを込めた、つくばが推進する「地産地消」のキャッチフレーズです。

つくば市の農産物や地酒を提供している店舗の方へ 市認定地産地消店の募集を行っています

つくば市の農産物や地酒を提供している飲食店や販売店を市が認定し、ウェブサイトなどで紹介しています。皆さんからのご応募をお待ちしています。

対 次の要件を全て満たす店舗▶市内のお店であること(チェーン店など、本社が市内でなくても可)
▶つくば市産の食材(農産物または農産加工品など)を使用していること

申 市ホームページから



市HP

つくば市医師会からのお願い

発熱などの症状で医療機関を受診するときは・・・

- ➡ 必ず事前に医療機関に電話相談をしてから来院してください
- ➡ 来院時間は厳守してください
- ➡ 必ずマスクを着用してください

つくば市の人口
※()内は前年同月比

人口 246,647人(+4,494)〔男 124,835人 女 121,812人〕世帯数 111,245(+3,227) ※2021年3月1日現在

これからの
やさしさの
ものさし
つくばSDGs



つくばSDGs
ポータルサイト