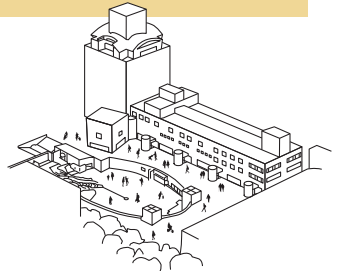




今月の主な内容

筑波山梅まつりのお知らせ…3 | 令和6年二十歳の集い特集…4~5 | 給付金に関するお知らせ…6

新たな市民活動拠点 **コリドイオ** 誕生  
Corridoio



2月12日(祝)  
オープン



コリドイオ 外観



和室



フリースペース



調理・実習室



大会議室

つくばセンタービルの公共施設をリニューアルし、新たな市民活動拠点「コリドイオ」が2月12日(祝)にオープンします。複数の公共施設を一体化し、市民の皆さんにとって親しみやすく、気軽に立ち寄れる施設として整備しましたので、ぜひご利用ください。

※2月12日(祝)は開所式・内覧会のため、開館時間が10:00~16:00となり、通常の開館時間と異なります。施設の貸し出しは2月13日(火)からです。

☎(仮称)市民センター準備室 ☎029(855)1171

コリドイオとは

吾妻交流センター・市民活動センターの機能を併せた施設「つくば市民センター」と「つくば市消費生活センター」「国際交流拠点」の3つを一体化した新しい市民活動拠点のことです。「コリドイオ」はイタリア語で「回廊」を意味しており、多様な人々が集う「回廊」のような場となること、故磯崎新氏がローマの「カンピドリオ広場」をモチーフとして設計したつくばセンター広場へ続く「回廊」であることなどの意味が込められており、市民公募で名称を決定しました。

コリドイオの魅力

たくさんの方が使いやすい施設

さまざまな市民の活動や発表、交流、相談などができる施設となっています。複数の公共施設が一体化しているため、利用しやすいだけでなく、新たな交流が生まれやすい環境になっています。



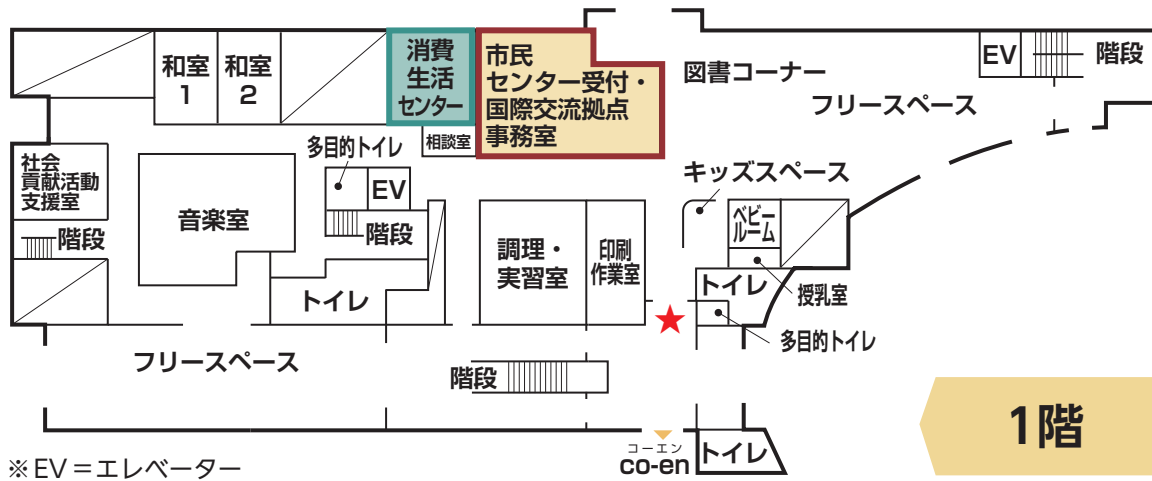
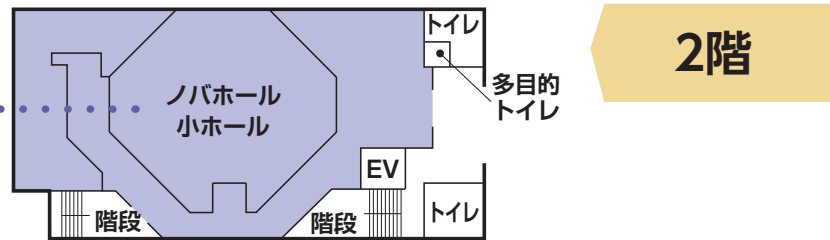
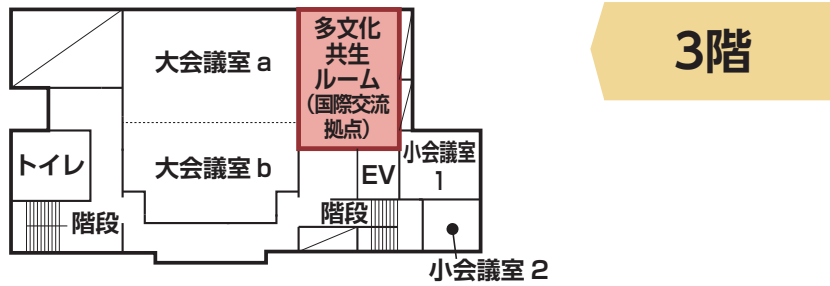
このほか、エレベーターを新設し、バリアフリーにも配慮しているため、これまで以上に多様な方が集いやすい場所となっています。

次のページでコリドイオの概要を紹介します



※点線はペDESTリアンデッキ

## コリドイオ フロア簡略図



※EV = エレベーター

### ノバホール「小ホール」も同時にリニューアルオープンします

コリドイオのオープンに伴い、これまで1階にあった「小ホール」が2階(大ホール入り口隣)に移り、新しく利用が始まります(全体の規模はこれまでと同等です)。

※小ホールの管理(受付)は、隣接するノバホール事務所でを行います。

- ▶照明性能や防音性能が向上します。
- ▶楽屋数が増え、3室になります。更衣スペースや洗面スペースもあります。
- ▶ステージ、舞台袖、舞台裏を整備しました。

☎ ノバホール ☎029(852)5881 ※(月)を除く ☎ 文化芸術課

### つくば市民センター

これまでの地域交流センター・市民活動センターの機能をはじめ、より多くの市民が話し合いや交流、学習に使用できるフリースペースの拡充や、会議室、キッズスペース、図書コーナーなどを設置します。

**特徴1** 聴覚障害のある方の情報の伝達・保障を促進するため、ヒアリンググループ(磁気誘導ループ)を導入しています。

**特徴2** 16歳以上18歳未満の青少年のみで構成される団体でも、5世帯以上の団体で保護者の同意があれば使用できます(音楽室は2~4人の少人数団体でも使用できます)。

☎ 開館=9:00~22:00 ※年末年始を除く  
☎ (仮称)市民センター準備室 ☎029(855)1171

### 消費生活センター

消費生活の安定を図り、消費者の利益を守るために、消費生活センターを設置します。商品やサービスなど消費生活全般に関する苦情や問い合わせなど、消費者からの相談に専門の相談員が対応します。

☎ 相談受付=9:00~12:00、13:00~16:00  
※(土)(日)(祝)、年末年始を除く  
☎ 消費生活センター ☎029(861)1333

### 国際交流拠点

一般財団法人つくば市国際交流協会と市が連携し、多文化共生推進の拠点として、幅広い世代の外国人・日本人が集い、交流できる場の創出を目指します。多文化共生コーディネーターを配置し、外国人市民への情報発信や案内などを行います。

☎ 時間=8:30~17:15  
※(土)(日)(祝)、年末年始を除く  
☎ 国際都市推進課

## コリドイオ オープン記念イベント

### 開所式・内覧会

コリドイオのオープンを記念し、テープカットを行います。

☎ 2月12日(祝)▷開所式10:00~▷内覧会10:00~16:00  
☎ ▷開所式=コリドイオ フリースペース▷内覧会=コリドイオ

### みんなで宇宙をつくろう

自分で書いた絵をマグネットにして壁に飾ります。

☎ 2月12日(祝)10:30~  
☎ コリドイオ キッズスペース  
☎ 年中~小学2年生の方※保護者同伴  
☎ 先着10人  
☎ 2月5日(月)12:00からインターネットで

☎ (仮称)市民センター準備室 ☎029(855)1171

### 外国人による日本語スピーチ大会

国際交流拠点のオープンと、つくば市国際交流協会設立10周年を記念したスピーチ大会です。外国人が日本語で語る「自分の経験をもとに、つくばをもっと住みやすい街にするアイデア」をぜひお聞きください。ナディーシャ・ニルミニ氏によるスリランカ古典舞踊と、高崎中学校箏曲部による琴演奏もあります。

☎ 3月3日(日)14:00~16:30  
☎ コリドイオ 3階大会議室 ☎ インターネットで  
☎ 国際都市推進課

## つくば市民センターの利用について

### 4~5月利用分の予約受け付け

つくば市民センター各施設の4月1日(月)~5月31日(金)の予約受け付けを開始します。予約受け付けは先着順のため、上記フロア簡略図1階の★印のドア前にお並びいただいた順に受け付けます。

- 1 大会議室、小会議室、和室、調理・実習室、音楽室**  
☎ 2月16日(金)8:30~ ※先着順  
☎ 市内在住で、5世帯以上で構成される団体(音楽室は2世帯以上で使用可能ですが、予約開始日が使用日の42日前からとなります)
- 2 社会貢献活動支援室**  
☎ 2月16日(金)8:30~ ※先着順  
☎ 社会貢献活動団体(当日団体申請可能)

### ロッカーの貸し出し

4月1日(月)~2025年3月31日(月)分の貸し出しを開始します(応募者多数の場合は抽選)。

☎ 2月16日(金)受付8:45まで ※抽選9:00~  
☎ つくば市民センター団体登録をしている団体(当日申請可能)

※2月13日(火)~3月31日(日)の予約も受け付けています。詳細は市ホームページをご覧ください。

☎ (仮称)市民センター準備室 ☎029(855)1171

# 筑波山梅まつり

## 日本百名山—筑波山を彩る春の訪れ

**期間** 2月17日(土)～3月17日(日) 9:00～16:00

梅の開花に合わせて約1カ月間、周遊イベントやアウトドアイベント、期間限定のグルメ企画など、紅白の美しい梅と共にたくさんのイベントが楽しめます。ぜひご来場ください。

筑波山梅林は標高約250m<sup>メートル</sup>に位置し、白梅や紅梅などの約30品種の梅の木が、約1,000本園内に広がっています。また、筑波石と呼ばれる斑れい岩の巨石と紅白の梅のコントラストが素晴らしく、独特の趣があります。

見どころ!



最上部の「展望あずまや」からは筑波山麓の田園風景や研究学園都市、天候によっては東京スカイツリーや富士山まで見渡すことができます。



園内は傾斜地となっています。歩きやすい履き物でご来場ください。



▲グルメ企画(名物つくばうどん、梅食など)



▼筑波山捺し巡り御朱印



筑波山神社編



筑波山大御堂編



▲フォレストアドベンチャー・つくば 梅林100mジップスライド

▼焚き火カフェ ※期間中(土)(日)(祝)



▲新酒de筑波山地酒フェス 3月3日(日) 10:00～15:00 筑波山水系酒蔵の地酒を新酒で楽しめます。

◀筑波山地域ジオパークの日 3月2日(土) 10:00～15:00 筑波山地域ジオパーク認定商品の販売や謎解き、ガイド案内

### 車両通行止め

梅まつり期間中、林道沼田新田酒寄線は車両通行止めとなります。

🚫 車両通行止め

区間＝林道沼田新田酒寄線(梅まつり会場～酒寄丁字路)

日時＝梅まつり期間中の9:00～16:00

### アクセス

#### 直行筑波山シャトルバス

つくばセンター(TXつくば駅前バスターミナル)から直行筑波山シャトルバス(①番のりば)に乗り、筑波山神社入口で下車(約36分)梅林入口まで徒歩約5分

運賃(片道)＝大人740円、小人370円

#### つくバス北部シャトル+つくばね号

つくばセンター(TXつくば駅前バスターミナル)からつくバス北部シャトル(③番のりば)に乗り、筑波山入口で下車(約55分)、筑波山入口でつくばね号に乗り、筑波山神社入口で下車(約6分)梅林入口まで徒歩約5分  
運賃(片道)＝大人600円、小人300円(つくバス北部シャトルとつくばね号の合計)※つくばね号は乗車定員8人のワゴン車です。

※交通渋滞緩和のため、公共交通機関の利用にご協力をお願いします。

つくバスとつくばね号の時刻表や路線図など詳細は市ホームページをご覧ください▶



「筑波山梅まつり」の詳細はホームページをご覧ください▶



#### P 市営駐車場料金

普通車＝ 500円(第1駐車場、第3駐車場、第4駐車場)

大型車＝ 2,000円(第1駐車場、第3駐車場)

二輪車＝ 250円(第2駐車場)

※障害者手帳をお持ちの方は申請によって駐車場料金の減額を受けることができます。

問 観光コンベンション協会 ☎029(869)8333

担 観光推進課

# 祝 二十歳の集い



## 新たな 門出

次世代のつくば市を担う二十歳になる方の門出を祝い、社会の一員としての自覚と責任感を促す機会として「令和6年つくば市二十歳の集い」を1月7日につくばカピオで開催しました。

式典を開催するに当たり、今回、二十歳になる方によって結成された実行委員会が、市職員と共に約半年にわたり準備を進め、企画・運営しました。

☎ 生涯学習推進課

## 令和6年つくば市二十歳の集い 実行委員にインタビュー!

実行委員の皆さんは、市内の中学校を卒業され、各校から2人ずつ選ばれた36人です。さまざまなアイデアを元に「楽しく、記憶に残る式典」を目指しながら、素敵な演出を仲間と協働でつくりあげる役割を担いました。

この度、二十歳を迎えた皆さんの代表として、実行委員長の中嶋さん、副実行委員長の矢島さん、司会の大川さん、杉山さん、海老原さんに、実行委員の活動や二十歳を迎えた思い、つくば市の未来などについてインタビューしました。

—どのような経緯で実行委員を引き受けることになったのですか

**矢島さん** 中学校でお世話になった先生から実行委員のお誘いの連絡がありました。当時、生徒会長などを務め、人の前に立って活動していたことを評価していただき、その期待に応えたいと思い引き受けました。

—他の皆さんも矢島さんのように生徒会などの経験があるのでしょうか

**杉山さん** 生徒会で会長、部活で部長をしていました。



第1回実行委員会：役割決めの様子

—以前からリーダーシップを発揮されている皆さんですが、今回、大役を任されたことで気持ちに変化はありましたか

**中嶋さん** 実行委員のお話をいただいた頃から委員長をやらせていただけたらと考えていました。委員長に着任したときは、人生の節目の式典を担うということで一層身の引き締まる思いがしました。

**大川さん** 自分が二十歳を迎えるということを改めて実感しました。二十歳の集いは、本当に多くの人たちに支えられて運営されているのだと知り、実行委員としての責任感を持つようになりました。



第1回実行委員会：企画決めの様子

—実行委員の活動や役割について教えてください

**海老原さん** 基本的に役割ごとに活動します。事前準備をする役割と当日に仕事をする役割があります。

**杉山さん** 役割には委員長、副実行委員長、司会のほかに、写真、アトラクション、しおり担当などがあります。人生の門出となる式典を滞りなく、思い出に残るものにするため、みんなで話し合い、方針を決めました。

**矢島さん** 全体で集まる2回の委員会を通し、思い出VTRやアトラクション企画、式典のしおりのデザインなどを準備します。

**中嶋さん** 充実した式典になるように市職員の方と共に活動しました。

—思い出VTR、アトラクション企画とはどのような内容ですか

**矢島さん** 思い出VTRは、各中学校から収集した当時のイベントや日常の写真などをスライドにし、入場から式典開始までの間スクリーンに流します。アトラクション企画は、中学校の恩師からのメッセージ動画を上映します。

—実行委員の活動で良かった点や苦労した点などありましたか

**海老原さん** メッセージ動画の収集に関して、こちらの連絡に不備などもあり多少つまずいたことがありました。

**杉山さん** メッセージ動画を撮りに行くなど、恩師とゆっくりお話する機会があり、活動をして良かったなと感じました。

—2022年4月から成年年齢が18歳に引き下げられましたが、心境の変化や環境の変化などありましたか

**大川さん** 一番大きな変化は、親の同意がなくても契約が結べるようになり、自由の幅が広がったことだと思います。自分で責任を負わなければいけない分、大人としての責任を感じるようになりました。

**海老原さん** 選挙権のような「社会人や大人としての責任」を手にする年齢が早まったため、少しだけ気が引き締まったような心境になりました。



▲今回は2,792人の方が二十歳を迎えられました。  
式典開始までの間スクリーン上に流れる思い出VTRで会場を演出しました。



二十歳の代表者が「誓いの言葉」を述べました。▶



◀司会・会場アナウンスが、式典を円滑に進行します。



アトラクション企画では、恩師からのメッセージ動画を上映しました。▼



—20年間を振り返ってみて、一番影響を受けた人を教えてください

**杉山さん** 小・中学校の音楽の先生です。音楽の楽しさ、自由さを教えてくださいました。

**大川さん** 中学生の時に生徒会長、部活の副部長などを務め、毎日がとても忙しくつらい時期でしたが、先生の言葉に助けられ、乗り越えることができました。私も先生のように人を助け元気を与えられるような大人になりたいと思います。

**海老原さん** 中学校の国語の先生です。現在私は大学で国語や日本文学などについて学んでいます。もともと興味関心がありましたが、中学時代の先生から受けた影響が非常に大きいです。

**中嶋さん** 高校の先生です。高校時代たくさんつらいことがありましたが、あらゆる手を尽くして寄り添い救っていただきました。具体的な理想の医師像が決まったきっかけでもあります。



第2回実行委員会：所作指導の様子

—学校の先生の言葉は皆さんの未来に大きく影響を与えたそうですね。将来の目標や夢などを教えてください

**中嶋さん** 医学部に所属しているため、将来は医師になる予定です。たくさんの経験を積み、共感力を養い、たとえ体験したことのないことでも人の気持ちに寄り添えるような医師になりたいです。

**大川さん** 私は公認会計士になることです。企業や組織の経営を支援し、社会に貢献したいという思いがあります。専門知識を生かし、企業がビジネスを成功させるためのサポートをしたいです。

**矢島さん** 哲学に興味があるので、大学院に進み哲学の研究をしたいと思っています。将来は大学で学んだことを生かせる仕事に就き、哲学の大切さや素晴らしさを広められたらと考えています。

—皆さんの心に残るつくば市の思い出を教えてください

**中嶋さん** 小・中学生の時、つくばちびっ子博士に参加しましたが、無料のバスが出ていて体験の機会が豊富に与えられていることに感動した思い出があります。

**海老原さん** よく友人と筑波山登山に出かけました。自然と触れ合うのはとても楽しかったです。身近な公共交通機関を使い気軽に行けることはありがたいと感じています。

**大川さん** 小学生の時に、まつりつくばでオープニングパレードに参加し、多くの人が関わり、まつりを盛り上げていることを実感しました。大学で経営学部に入り「祭りによる地域ブランド価値共創」のフレームワークについて考えるきっかけになったのはこの経験があったからです。

—素敵なエピソードをありがとうございます。最後に、未来のつくば市をどんなまちにしたいと思いますか

**杉山さん** 小さい子どもたちが夢や目標に向かって努力することができる環境が整っているまちにしたいです。

**中嶋さん** 以前「とかいなか」というキャッチフレーズがあったと思いますが、これを推進していきたいです。緑あふれ、横のつながりもありながら、交通アクセスが良く利便性も高い。そんなつくばにしていけたらと思います。

**大川さん** 子どもも大人も生き生きと過ごすことができる自然豊かなまちにしたいです。そのためにも、自分にできることを少しずつ取り組んでいきたいなと思います。

**矢島さん** つくば市は外国人が多く、国際色あふれるまちですが、さらにこの特徴を進化させ、日本の国際交流をリードするようなまちにしたいと考えます。その上で、多様な価値観を持つ人々が互いに尊重し、手を取り合って暮らしていけるまちになればと思います。



式典終了

実行委員の皆さん、貴重なお話をありがとうございました。

大学の授業で忙しい中、長期間にわたる実行委員の活動を大変お疲れさまでした。今回のインタビューを通して、皆さんが、素晴らしい目標や夢に向かって活躍する姿が想像できます。あらためて、二十歳を迎えた皆さん、おめでとうございます。



# 2023年度の住民税非課税世帯に対する 物価高騰対応重点支援給付金

**給付額** 1世帯当たり7万円

物価高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい低所得世帯(2023年度住民税非課税世帯)に対して、1世帯当たり7万円を支給します。詳細は市ホームページをご覧ください。

☎ 社会福祉課 ☎029(883)1366 8:45~16:30 ※(土)(日)(祝)を除く

詳細は市ホームページをご覧ください。  
情報は随時更新しています。



## 給付対象者

### 住民税非課税世帯の世帯主

2023年12月1日時点で、つくば市に住民登録があり、かつ世帯全員の2023年度住民税均等割が非課税である世帯(生活保護受給世帯も含む)の世帯主。※対象となる見込みの方には、1月中旬に通知しています。

### 以下に該当する場合は対象外です

- 世帯の中に、住民税が課税となる所得があるにも関わらず、未申告の方がいる場合
- 世帯の中に、租税条約に基づき、課税を免除された方がいる場合
- 世帯が、住民税が課税されている方の扶養親族などのみからなる場合(一人暮らしの学生や、2023年に大学などを卒業され、就職された方などは、扶養状況を家族に確認してください)

### 配偶者やその他の親族等からの暴力を理由に 避難している方(DV等避難者)

配偶者やその他の親族などからの暴力を理由に避難している方(DV等避難者)で、住民票を移すことができない場合でも、配偶者や親族と生計を別にし、収入が非課税世帯相当額である方は、今お住まいの市区町村にお問い合わせください。

※申請には、DV等避難者であることを証明する書類などが必要です。詳細はお問い合わせください。

## ！ 給付金を装った詐欺にご注意ください

市町村や都道府県・国などから「現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること」「受給に当たり、手数料の振り込みを求めること」「メールを送り、URLを開いて申請手続きを求めること」はありません。その他、**不審な電話や郵便物にはご注意ください。**

## 申請方法

申請期限=4月30日(火) ※郵送の場合は当日消印有効

### 2023年1月1日時点で、市に世帯全員の住民登録がある世帯

- ①「給付金に関するお知らせ」送付対象世帯  
1月中旬にお知らせを送付しました。口座情報などに変更がなければ、1月末ごろから順次振り込みを開始しています。
- ②「支給要件確認書」送付対象世帯  
1月中旬に確認書を送付しました。**確認書に記載の支給要件に該当する場合のみ**、返信用封筒にて返送してください。

### 2023年1月2日以降の転入者があり、市に住民税の情報がない方を含む世帯

市ホームページに申請書を掲載しています。「給付対象世帯」に該当する場合のみ、必要事項を記入し、提出してください。

※申請書様式の郵送を希望する場合はお問い合わせください。

## 給付金の審査・支給日

- ▶ 受け付けした確認書・申請書は、順次審査を行い、支給・不支給を決定します。振り込みは受け付け後、3週間~1カ月後以降に行いますが、混雑状況により前後することがあります。
- ▶ 具体的な支給日は、支給決定後に各世帯宛てに発送する「支給決定通知書」で確認してください。
- ▶ 記載内容や添付書類に不備があると、支給ができない場合があります。申請前に不備がないかを確認してください。
- ▶ 原則、世帯主以外の口座には振り込みできません。

## 今後の低所得者支援のための給付金を準備しています

国の低所得者支援対策として報道されている「令和5年度住民税均等割のみの課税世帯」や「低所得者の子育て世帯への加算」に関する給付金については、国からの通知に基づき、事業の実施に向けて準備を進めています。詳細が決まり次第、市ホームページや広報つくばなどでお知らせします。

# ひとり親家庭養育費確保助成金の 助成対象を追加しました

☎ こども政策課

2023年12月から、ひとり親家庭の方への支援拡充のため、現在実施しているひとり親家庭養育費確保助成金の助成対象を追加しました。新しい助成対象を確認の上、申請してください。

## 2023年12月からの追加助成対象

養育費に関する裁判外紛争解決手続(ADR)<sup>エーディーアール</sup>を利用する際に必要な経費のうち、申込料や依頼料、調停に係る経費

**注意点** 書類の代理作成費用、申立者または相手方の要望により弁護士会または認証ADR事業者が用意する場所以外で調停を行う場合の賃借費用、交通費その他実費は対象外です。

## 申請方法

以下の必要書類を提出してください。

- ▷ つくば市ひとり親家庭養育費確保助成金交付申請書兼請求書
- ▷ 本人および対象児童の戸籍謄(抄)本、世帯全員の住民票の写しまたは児童扶養手当認定通知書の写し
- ▷ 助成対象経費の額が確認できる領収書などの写し
- ▷ ADRで養育費の取り決めを行ったことまたは合意が成立しなかったことを確認できる書類の写し
- ▷ 市税に滞納がないことを証する書類

支給要件やその他の助成対象などの詳細は市ホームページをご覧ください。



### 「ひとり親家庭養育費確保助成金」とは

養育費に関する取り決めで公正証書などを作成した際に要した費用(公証人手数料や収入印紙代など)や、養育費保証契約の初回保証料の一部を助成する制度です。

### 【支給要件】

- ① 市内に居住し、住民基本台帳に記載されていること
- ② 養育費の取り決めの対象となる児童を現に扶養していること
- ③ 助成金の対象となる経費を支出したこと
- ④ 市税に滞納がないこと

### 「裁判外紛争解決手続(ADR)」とは

裁判によることなく、法的なトラブルを解決する方法、手段などの総称。

例:仲裁、調停、あっせんなど

2023  
年度

# つくばクオリティを 認定しました

産業振興課

「つくばクオリティ認定制度」は、市内の優れた商品やサービスを市が「つくばクオリティ」として認定し、商品やサービスの魅力を国内外に広く発信していくことで、その販路開拓・販売促進を支援する制度です。

2023年度は一般部門と特別部門「テーマ:環境・脱炭素」の2部門で募集を行い、新たに7商品・サービスを認定しました。

## 一般部門



新菱冷熱工業株式会社

商品名 **ホルムアルデヒド除去システム**  
発散抑制気流システムと除去装置を組み合わせた独自技術で、安全で省エネルギー性の高い空調換気システムを提供します。



株式会社明日櫻

商品名 **おさらい着**  
誰でも身に着けるだけで、着物の持つ文化や伝統や魅力を手軽に感じ楽しむことができる、ユニバーサルデザインの着物エプロンです。



株式会社 Bloom Act

商品名 **資料動画化サービス「SPOKES」**  
紙の資料(PowerPoint)をアップロードすると、1分で合成音声ナレーション付きの動画に自動で変換できるクラウドサービスです。



株式会社 BeeBeans Technologies

商品名 **ロジックシンセサイザー**  
ブロードワン  
BRoaD1シリーズ

手軽に各種ロジック信号を生成、合成、分配するシステムです。ネットワーク経由で、遠隔地でもロジック信号の変更が可能です。

※ロジック信号=事象の状態を0と1で表し、電子回路で扱いやすくしたものです。



株式会社グリーン・パイロラント

商品名 **花火の原理がわかる**  
手持ち花火Ⅰ「色火剤」

カメラと分光シートを使って撮影することで、肉眼では分からなかった炎の色成分が可視化され映し出される、特徴的な花火です。

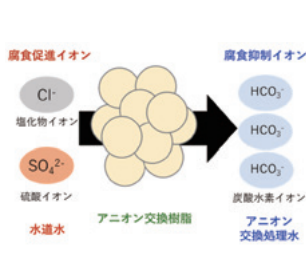


株式会社 amulapo

商品名 **バーチャル宇宙飛行士選抜試験**

VR(仮想現実)やAR(拡張現実)などのデジタル技術を用いた宇宙体験を通して、宇宙飛行士選抜試験をバーチャルに体験できるコンテンツです。

## 特別部門



新菱冷熱工業株式会社

サービス名 **無薬注型防食システム**  
Corro-Guard®

「金属を腐食させにくい水」「無排水フラッシング」「腐食の見える化」の3つの技術で設備機器配管の腐食を防止するシステムです。



TSUKUBA QUALITY

商品・サービスなどの詳細は、市ホームページでも紹介しています。



# つくばSDGsパートナーズ会員交流会を開催します

持続可能都市戦略室

持続可能なまちづくりの実現に向けて、つくばSDGsパートナーズ会員同士の連携を促進するため、会員交流会を開催します。これまではオンラインで開催していましたが、今回初めて対面で開催します。交流会に加え、「つくばSDGs アワード」で応募のあった優れた取り組みの表彰や、市民有志による課題解決活動「SDGs TRY」の最終発表もあります。一般の方も含め、多くの皆様のご参加をお待ちしています。

### プログラム

- ▶ つくばSDGs アワード 表彰式
- ▶ SDGs TRY 最終発表
- ▶ 交流会

日 2月17日(土) 13:00~16:00

場 市役所本庁舎2階会議室203

対 つくばSDGsパートナーズ会員の方、SDGsに関心のある方

定 先着30人程度

申 2月12日(祝) 17:00までにインターネットで



「つくばSDGs アワード」では、2023年9月1日~11月30日に、皆さんが実践するSDGsの取り組みを募集しました。たくさんのご応募ありがとうございました。



## 第24回 つくばSDGsパートナー講座

「つくばの生き物の多様性を知ろう! ~生物多様性を未来につなげるために~」をテーマに、講座を開催します。オンライン開催ですので、ぜひお気軽にご参加ください。



▲上條隆志氏

日 3月1日(金)  
18:30~20:00

場 オンライン  
ユーチューブライブ  
(YouTube Live)

講 上條隆志氏(筑波大学  
生命環境系教授)

申 2月28日(水) 17:00までにインターネットで



# つくばR8シン・アイデアソン活動紹介

## R8でこんなアイデアが実証されています

☒ 周辺市街地振興課

つくばR8シン・アイデアソンは、R8での地域づくりに挑戦したい人が集まり、企画から実証までを行う実践型ワークショップです。3つのテーマ(イベントづくり・商品開発・誘客促進)ごとにチームが結成され、それぞれが作り上げた企画への挑戦が行われています。また、2022年度に開催したつくばR8アイデアソンの参加チームのうち、3チームが2023年度も継続して活動しました。それぞれのチームが2023年度に取り組んできたアイデアを紹介します。

**R8(周辺市街地)**…合併前の旧町村時代から、それぞれの地域で生活の拠点として発展してきた市の周辺部に位置する8つの市街地のこと。

**アイデアソン**…「アイデア」と「マラソン」を組み合わせた造語で、みんなでアイデアを出し合いまとめていく形式のイベントのこと。



### 各チームの アイデア

#### イベントづくりチーム「つくマルジョン」

2023年11月4日に開催されたワニナルフェスで「しあわせとまち」をテーマとするワークショップ「ミニ・アイデアソン」に参加できるブースを出展しました。自分の幸せや自分が住むまちについて考えつつ、R8の魅力に触れることができる企画で、さまざまな背景を持つ方が参加しました。今後は単日ではなく定期的に開催し、より多くの方に「R8について知る・考えるきっかけ」を提供することを目指します。



▲ミニ・アイデアソンの様子

#### 北条アースワーク(2022年度からの継続)

2022年度に続き、12月のクリスマスシーズンに合わせて「北条アースワーク展」を開催しました。北条にあるつくばワイナリーで、ぶどうの蔓や竹などの天然素材、普段なら捨てられてしまうような廃材などを使用したさまざまなサステナブルアート\*を展示しました。また、ワークショップやトークショーなども行い、多くの来場者でにぎわいました。



▲ワークショップの様子



Instagram▶

\*サステナブルアート…廃棄物を使った芸術作品のこと。

#### 商品開発チーム「を結びチーム」

荃崎第一小学校のシンボルで、文化財・天然記念物に指定されているシイの木の実(どんぐり)を使ったご当地商品開発に挑戦しています。2023年11月4日には、どんぐりを使った射的や宝探しに挑戦できる「どんぐり縁日」を実施し、多くの方が参加しました。また、どんぐりを製粉し、唐揚げ・パンケーキ・ワッフル・コーヒーなどの食品開発にも取り組んでいます。



▲どんぐり縁日(射的、通称どんパチ)の様子



Instagram▶

#### 小田から子育て応援隊(2022年度からの継続)

2022年度に続き、遊びを通じて郊外地域と市内外のアーティストやTX沿線の子育て世帯をつなげる機会を創出しています。毎回テーマを変えながら、あそびの学校「PlaySchool2023」を4回実施し(「とびこんでみよう、たんぼの泥と糞」[WassaWassa!親子でアフリカダンス]など)、計201人の子どもたちやその保護者の方が主体的な遊びを楽しみました。



▲自分たちで作ったわら小屋におにぎりを食べる様子

#### 誘客促進チーム「R8 縁JOY club」

R8を中心に、飲食店やお出かけスポットなどを通じてつくばの魅力を発信するウェブメディア「motto!つくば」やInstagramアカウント、LINEオープンチャットの運営を行っており、それぞれフォローや参加者を随時募集中です。また、周辺市街地活性化協議会への動画制作講座なども行っています。



▲動画制作講座の様子



ウェブメディア「motto!つくば」▶

#### 子ども食堂2.0 チーム高見原(2022年度からの継続)

2022年度は、荃崎地区の高見原で地域の防災力を上げるキッチンカー子ども食堂を開催しましたが、2023年度は、R8の各地域で開催されるイベントとコラボレーションし、子どもたちに無料でおいしいご飯を提供しました。第1回は栄で行われたまち歩きイベント、第2回は高見原で行われたハロウィンイベントで、それぞれお弁当の提供を行い、多くの子どもたちが地域の方々と交流とグルメを楽しみました。



▲ハロウィンイベントでのSDGsを題材としたゲームの様子

## 3/2(土) つくばR8シンポジウム2024を開催します

「Re think~[私]から広がる[地域]づくり~」をテーマに、講演やパネルディスカッション、周辺市街地での活動紹介を行う「つくばR8シンポジウム」を開催します。今回は、東京都台東区谷中でギャラリーやカフェ、宿泊施設を展開するHAGISOの代表で建築家の宮崎晃吉氏による講演が行われます。まちづくりに興味がある方、建築・不動産・デザインなどの専門的知識を生かした活動をしたいと考えている方、空き家や空き店舗の活用を進めたい方などは、お気軽にご参加ください。

☒ 3月2日(土) 13:00~16:00 場 市民ホールやたべ

☒ 2月29日(木)までにインターネットで

☒ ミカミ ☎029(253)9015

☒ 周辺市街地振興課

申し込みはこちらから



▲講師 宮崎晃吉氏



つくばR8地域活性化プランコンペティション2020 地域ぐるみ活動創生コース採択事業

# 農家実習付き家庭菜園教室 「栄地区ふるさと菜園s」参加者募集

農業指導のプロが野菜栽培の技術と魅力を分かりやすく伝えます。実習では、地域の方が丁寧にサポートします。筑波山を望む美しい田園風景のなかで家庭菜園を楽しみながら、地域の方との交流を通じて歴史や文化を知り、栄地区をあなたのふるさとにしませんか。



## 現地説明会(無料)申し込み方法

2月29日(木)までにインターネットで

※内容を理解いただいた上で、ふるさと菜園sのプログラム(有料)に正式に申し込みいただきます。



問 栄地区ふるさと菜園s事務局

E furusato.veg.garden@gmail.com

担 周辺市街地振興課

**内容** 講習会(年間6回)▶果物や野菜を中心に約15品目を栽培予定 ※講習会以外の指定の(土)に地域のサポーターによる技術指導を受けられます。

日 現地説明会=3月9日(土)、第1回講習会=4月13日(土)

場 金田667(TXつくば駅から車で10分、つくバス小田シャトル「こんだひがし金田東」バス停から徒歩5分)

対 ▶家庭菜園を始めたい方、野菜栽培の技術を学びたい方▶つくばの豊かな自然のなかで農作業を楽しみたい方▶地域との交流を通じて、食と自然、伝統を体験したい方

## 予約制

# 2024年度 春の集団健診を行います

初期の生活習慣病やがんは、自覚症状がほとんどありません。症状が出てからでは、すでに病気が進行してしまっていることがあります。症状のない小さな病気を未然に防ぐためにも、必ず年に一回は健診を受けましょう。

問 ▶健康増進課▶国民健康保険課▶医療年金課



健診項目	対象者 (2025年3月31日時点の年齢)	内容	自己負担金※ <sup>1</sup>
特定健診 後期高齢者健診	40歳以上で次のいずれかの方 ①つくば市国民健康保険加入者 ②後期高齢者医療保険加入者 ③社会保険加入者の被扶養者※ <sup>2</sup>	身体計測(腹囲は特定健診のみ)、血圧、尿検査、血液検査(血糖・脂質・肝機能・腎機能・貧血)、心電図、眼底検査	①②の方は無料 ③の方は保険者指定料金
肺がん検診	40歳以上の方	胸部レントゲン検査	500円
胃がん検診	40歳以上の方	胃部レントゲンバリウム検査	1,300円
胃がんリスク検診	40・45歳で未受診の方	血液検査(ピロリ菌検査含む)	1,000円
大腸がん検診	40歳以上の方	便潜血検査(2日法)※ <sup>3</sup>	800円
前立腺がん検診	50歳以上の男性の方	血液検査	1,000円
肝炎ウイルス検診	40歳以上で未受診の方	血液検査	700円※ <sup>4</sup>
基本健診	学生を除く、20~39歳で健診を受ける機会のない方	身体計測、血圧、尿検査、血液検査(血糖・脂質・肝機能・貧血)	無料

※<sup>1</sup> 40歳の方は、肺がん・胃がん・大腸がん検診が無料です。70歳以上の方は対象の検診全てが無料です。

※<sup>2</sup> 社会保険加入の方の被扶養者が特定健診を受診する場合、特定健診受診券(集合契約B)が必要です。市の集団健診を受診できるかは医療保険者にお問い合わせください。なお、社会保険加入の被保険者本人は特定健診を受診できません。

※<sup>3</sup> 2024年度から採便容器は申込者全員に郵送します。

※<sup>4</sup> 40・45・50・55・60・65歳の方と、70歳以上の方は無料です。

## 3つの申し込み方法から選択してください (申込期間は下部日程表のとおり)

電話申し込みの混雑を解消するため、先行してインターネットで申し込みを受け付けます。

### 1 インターネット 申し込み初日0:00~最終日17:00

▶インターネット予約が初めての方は、事前登録が必要です。本人のほかご家族の方も2人まで登録できます。

▶ご家族の方など本人以外でも代理で予約できます。

インターネット予約は  
こちらから  
(健診Web予約サービス)



### 2 予約専用はがき

予約専用はがきを健康増進課、各保健センター、窓口センター(荳崎・豊里・筑波・つくば駅前)で事前に入手し、切手を貼付の上、郵送してください(消印有効)。

### 3 電話(期間中9:00~17:00受け付け)

茨城県総合健診協会健診予約センター

☎0570(077)150

## 健診会場・日程表

当日の受付時間 8:00~12:00 (胃がん検診は11:30まで)※30分ごとの完全予約制です。

会場	谷田部 保健センター	荳崎 保健センター	市民ホール つくばね	桜 保健センター	つくば市役所	大穂 保健センター	豊里 交流センター
日程	4月22日(月)~ 26日(金)、 5月7日(火)	5月8日(水)~ 10日(金)、 13日(月)~ 15日(水)	5月11日(土)、 12日(日)	5月16日(木)、 17日(金)、 20日(月)~ 22日(水)	5月25日(土)、 26日(日)	5月30日(木)、 31日(金)、 6月5日(水)	6月27日(木)、 28日(金)
申込期間	② 予約専用はがき	2月9日(金)~ 21日(水)	2月14日(水)~21日(水)		2月16日(金)~21日(水)		
	③ 電話	2月13日(火)~ 15日(木)	2月15日(木)~17日(土)		2月19日(月)~21日(水)		

## 2024年度健診受診券の 発送予定

▷40歳以上の国民健康保険加入者=3月下旬(緑色封筒)▷後期高齢者医療保険加入者=3月下旬(緑色封筒)

▷基本健診対象者=3月下旬(はがき)▷40歳以上の社会保険加入者=5月下旬(ピンク色封筒)



# 2023年度 つくば市市民意識調査の結果概要

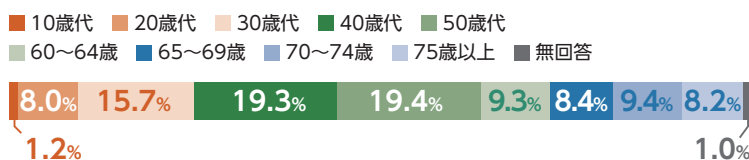


統計・データ活用推進室

市の現状やまちづくりに関する満足度、市の取り組みに対するご意見を伺うために実施した市民意識調査の結果概要をお知らせします。全ての設問の調査結果は、市ホームページや市役所1階情報コーナーなどで公表しています。※集計結果の%は、小数点第2位を四捨五入し、第1位までの表記としているため、合計が100%に満たないまたは100%を超える場合があります。

期間▶2023年8月10日～31日  
対象▶住民基本台帳に記載された18歳以上の男女3,000人(層化無作為抽出)  
方法▶郵送・インターネット  
回答▶1,447通(1,751通) 48.2%(58.4%)  
※( )内は前回(2021年度)の状況

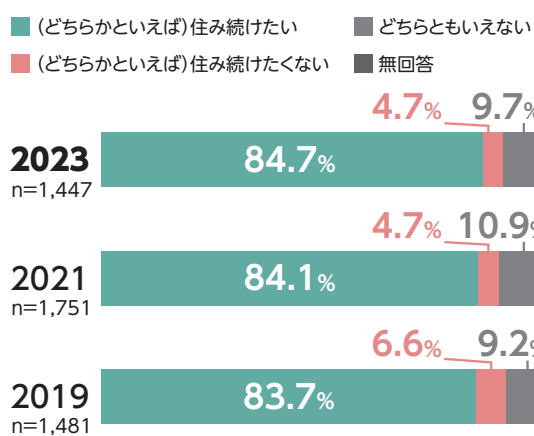
## 回答者属性 (年齢構成)



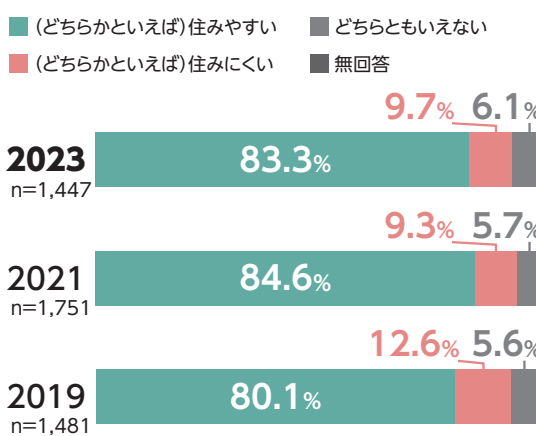
## 住環境

定住意向、住み心地、つくば市への愛着は、3回の調査を通して大きな変化は見受けられませんが、各回共に、好意的な意見が80%を超えています。

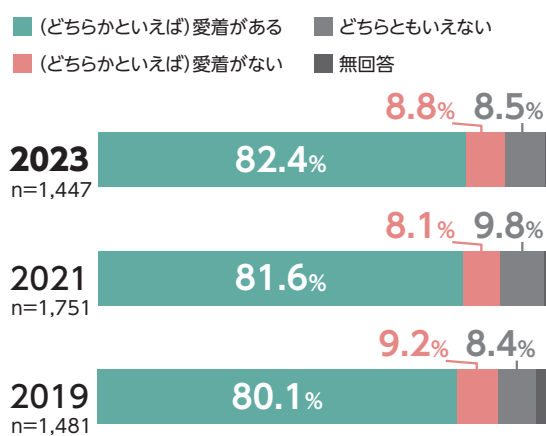
### Q1 これからもつくば市に住み続けたいと思いますか？



### Q2 つくば市の「住み心地」についてどう感じていますか？



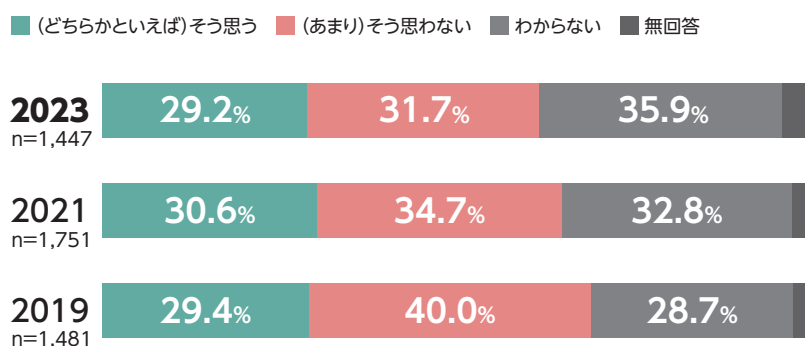
### Q3 つくば市に愛着を持っていますか？



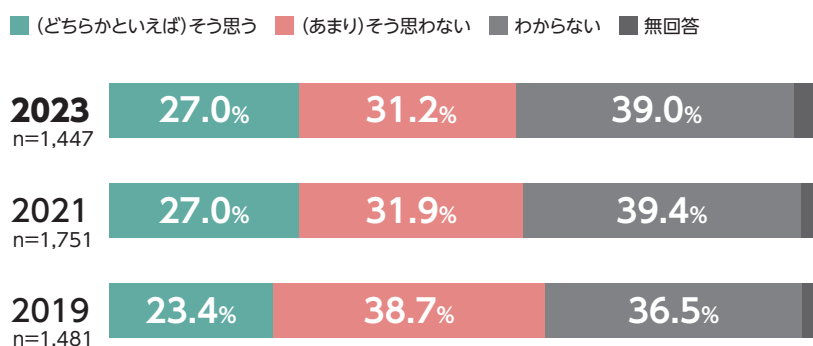
## 市政

Q1では、「(どちらかといえば)そう思う」と答える割合には前回、前々回と比較して大きな変化は見られませんが、「(どちらかといえば)そう思わない」と答える割合が前回比で3.0ポイント、前々回比で8.3ポイント減少しました。Q2では、前回と比較して大きな変化は見られませんが、前々回比で「(どちらかといえば)そう思う」と答える割合は3.6ポイント増加し、「(どちらかといえば)そう思わない」は7.5ポイント減少しました。

### Q1 つくば市には、市政に市民が参加できる環境が整っていると思いますか？



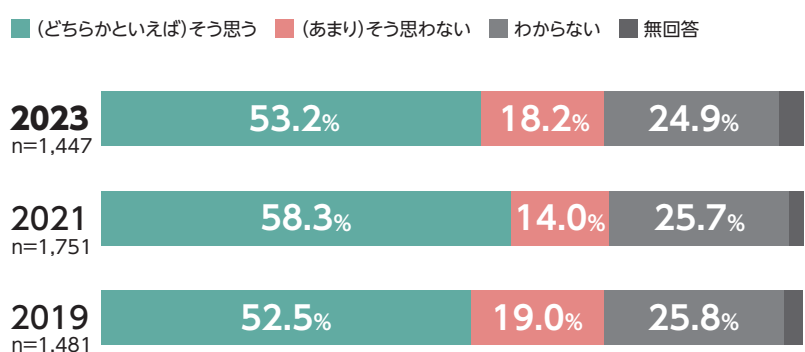
### Q2 つくば市の市政には、市民の声が生かされていると思いますか？



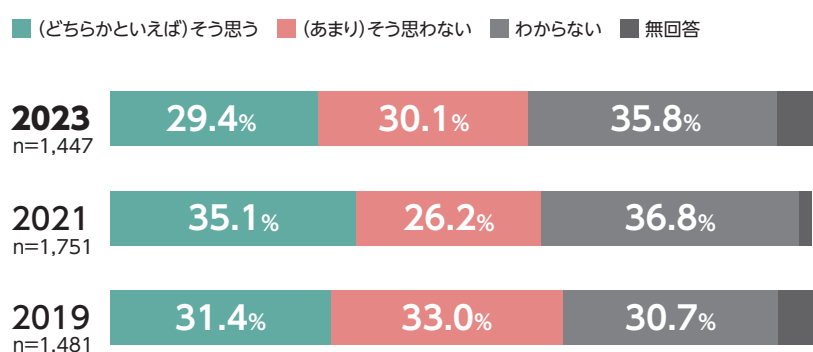
## 少子高齢化

Q1では、「(どちらかといえば)そう思う」と答える割合は前回比で5.1ポイント減少していますが、前々回比では大きな変化は見られません。Q2では、「(どちらかといえば)そう思う」と答える割合は、前回比で5.7ポイント、前々回比で2.0ポイント減少しています。

### Q1 つくば市には安心して子どもを産み育てられる環境が整っていると思いますか？



### Q2 つくば市には高齢者が安心して住み続けられる環境が整っていると思いますか？

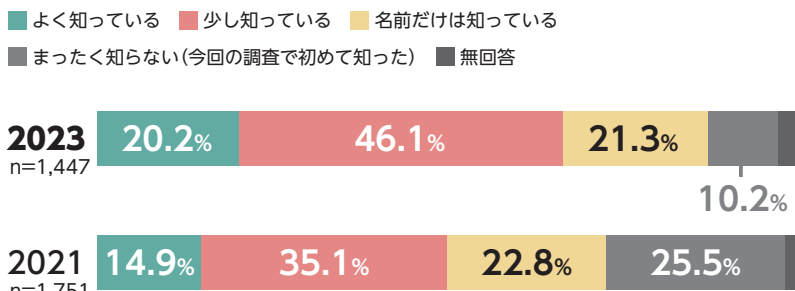




エスディージーズ  
**SDGs**

Q1では、前回比で「よく知っている」は5.3ポイント、「少し知っている」は11.0ポイント増加し、「まったく知らない」は15.3ポイント減少しています。Q2では、前回比で「子どもを中心とした貧困の解消」の割合が5.8ポイント減少しています。

Q1 SDGsについて知っていますか？



参考:全国調査での「SDGsという言葉聞いたことがない」は13%(2023年朝日新聞社調べ)

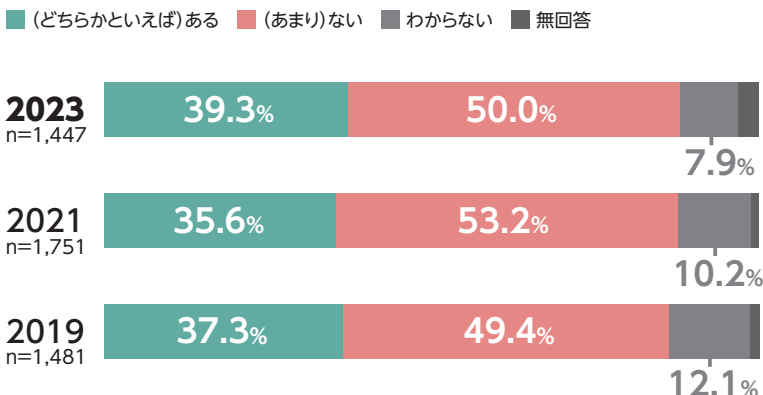
Q2 SDGsや持続可能都市に関することで、関心が高いことは何ですか？【上位5項目】※( )内は2021年度

- 1 食品ロスの削減による資源の有効活用や環境負荷の低減 **52.8%** (53.6%)
- 2 地産地消の推進による地元農業の推進と環境負荷の低減 **40.8%** (38.8%)
- 3 子どもを中心とした貧困の解消 **36.6%** (42.4%)
- 4 脱プラスチックの推進による海洋汚染等の防止 **33.5%** (34.3%)
- 5 生涯学習や科学教育など全世代への質の高い教育の実施 **29.0%** (27.5%)

**科学のまち**

「(どちらかといえば)ある」と答える割合は、前回比で3.7ポイント増加しています。

Q あなたは、つくばが「科学のまち」であることの恩恵を感じることがありますか



**つくば駅周辺**

「日常の用事」と答えた割合が前回比で5.1ポイント減少しています。また、「移動・乗り換え」と答えた割合が前回比で3.0ポイント増加しています。

Q 主にどのような目的でつくばセンター地区を訪れますか？ ※( )内は2021年度

- 1 日常の用事 **47.3%** (52.4%)
- 2 移動・乗り換え **18.9%** (15.9%)
- 3 娯楽 **12.7%** (10.2%)
- 4 仕事 **6.6%** (5.9%)
- 5 趣味 **4.1%** (5.5%)
- 6 その他 **6.5%** (8.3%)

**つくば市のまちづくりの取り組みに関する満足度**

※( )内は2021年度

「満足」「どちらかといえば満足」と答える割合は、前回と比較して各項目とも大きな変化は見られず、また60%を超える上位6項目にも変化はありません。「不満」「どちらかといえば不満」と答える割合は、前回と比較して「つくば駅周辺のにぎわい」が5.3ポイント減少しました。また、30%を超える上位5項目に変化はありません。

満足割合が高い順に上位10項目まで表示

- 1 病院・診療所などの医療 **75.2%** (77.0%)
- 2 住宅環境 **71.4%** (73.0%)
- 3 生活環境対策 **70.9%** (72.5%)
- 4 公園・広場・遊び場の数 **62.9%** (65.5%)
- 5 上水道整備 **62.6%** (64.0%)
- 6 下水道整備 **62.0%** (64.4%)
- 7 広報紙による情報発信 **58.8%** (59.0%)
- 8 道路整備 **51.0%** (50.7%)
- 9 国際化の推進 **46.9%** (47.0%)
- 10 ロボットの街つくば **46.7%** (41.7%)

不満割合が高い順に上位10項目まで表示

- 1 公共交通 **47.6%** (45.7%)
- 2 つくば駅周辺のにぎわい **41.3%** (46.6%)
- 3 道路整備 **41.1%** (41.0%)
- 4 交通安全環境 **38.6%** (39.4%)
- 5 観光の振興 **30.9%** (30.2%)
- 6 防犯対策 **29.6%** (27.6%)
- 7 地域交流センター・図書館 **26.0%** (25.4%)
- 8 教育環境の整備 **23.6%** (21.2%)
- 9 商工業の振興 **23.0%** (22.3%)
- 10 公園・広場・遊び場の数 **22.8%** (20.9%)

# 令和6年度 市・県民税申告 / 令和5年分 所得税(国税)確定申告

問▷市・県民税、申告相談日程に関すること＝市民税課

▷所得税確定申告全般に関すること＝土浦税務署 ☎029(822)1100 (自動音声) またはインターネットで「国税庁」で検索

**！ 市役所会場の予約枠には限りがあります。ご自宅からの確定申告にご協力ください。**

現在は、申告会場に行かずスマートフォン(スマホ)などを使って自分で所得税確定申告(e-Tax)をするのが主流となっています。これからの市の申告相談会場は、スマホなどの操作が容易ではない方や、税務署まで行けない高齢者の方などのための場でありたいと考えています。日頃からスマホに慣れている方は、「自宅からスマホでe-Tax申告」をしていただくよう、ご協力をお願いします。確定申告書は、国税庁ホームページ内「**確定申告書等作成コーナー**」から作成することができます。作成した申告書はe-Taxで電子送信(提出)するか、郵送で土浦税務署に提出してください。さらに還付申告をe-Taxで申告すると、書面と比べて早く還付されます。ぜひご利用ください。

▼ 確定申告に関する相談はこちらから ▼

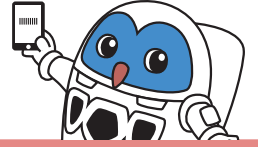


国税庁  
確定申告書等  
作成コーナー



チャットボット

イータックス  
e-Tax・作成コーナー  
ヘルプデスク  
☎0570(01)5901



## 予約前に必ず注意事項の確認をお願いします

- ▶ 市役所では、ご自身で手書きまたはe-Taxなどで作成した確定申告書の、内容確認・預かりは行っていません。市役所に持参せず、土浦税務署に郵送などで提出してください。  
**提出先**〔〒300-8601土浦市城北町4-15 土浦税務署〕
- ▶ e-Taxの操作方法に関する質問や、e-Taxで作成途中の申告書のスマートフォン・パソコン画面上での内容確認は、市役所ではお受けできません。これらの質問は、e-Tax・作成コーナーヘルプデスク ☎0570(01)5901、または土浦税務署にお問い合わせください。
- ▶ 市役所で相談できない申告(配当所得、株式の譲渡所得など)に関する質問はお受けできません。土浦税務署にお問い合わせください。

- ▶ 還付申告は、確定申告期間以外の期間でもできます(該当年の翌年1月1日から5年間申告可能)。お急ぎでない方は、混雑する申告期間(1~3月)を避けて、土浦税務署にご予約の上で、ご相談ください。
- ▶ 令和5年中に無収入の方で、いわゆる「所得0円申告書(市・県民税申告書)」を提出する方は、ご自身で申告書を作成し市民税課に郵送するか、混雑する申告期間を避けて市民税課にお越しください。なお、郵送で提出された添付資料などは返却できませんので、あらかじめご了承ください。  
※「所得0円申告書」は申告期間以降でも随時、市民税課窓口で受け付けます。

## 申告相談の際に必要なもの

事前に作成が必要なものもあるため、お時間に余裕を持ってご準備ください。

- 1 令和5年中の収入が分かる書類**  
(例) 給与や公的年金などの**源泉徴収票(原本)**、支払調書、事業(営業等・農業)所得や不動産所得がある方は**収支内訳書(必ず相談前に作成してください)**  
※源泉徴収票は、扶養親族分もお持ちください。  
※事業所得(営業等・農業)や不動産所得のある方について、前年に引き続きこれらの所得がある場合は、前年申告時の収支内訳書のコピーを必ずお持ちください。  
※収支内訳書の作成に関する相談はお受けできません。土浦税務署にお問い合わせください。
- 2 令和5年中に支払った控除証明書または領収書**  
(例) 生命保険料・介護医療保険料・地震保険料(旧長期損害保険料含む)・国民健康保険税・介護保険料・国民年金保険料など  
▶ 医療費控除の適用を受ける方＝**医療費控除の明細書(必ず相談前に作成してください)**  
※医療費控除におむつ代を含める場合「おむつ使用証明書」が別途必要です。  
▶ セルフメディケーション税制(スイッチOTC薬控除)の適用を受ける方＝**セルフメディケーション税制の明細書(必ず相談前に作成してください)**  
※医療費控除とセルフメディケーション税制の併用はできません。  
※領収書は自宅5年間保存をお願いします。  
▶ 2年目以降の住宅借入金等特別控除(住宅ローン控除)の適用を受ける方＝**令和5年分給与所得者の(特定増改築等)住宅借入金等特別控除申告書兼(特定増改築等)住宅借入金等特別控除計算明細書**または**令和5年分(特定増改築等)住宅借入金等特別控除計算明細書(必ず相談前に作成してください)**および**住宅取得資金に係る借入金の年末残高等証明書**

- ※住宅借入金等特別控除(住宅ローン控除)関連の書類作成に関する相談はお受けできません。土浦税務署にお問い合わせください。
- ▶ 寄附金控除の適用を受ける方＝**寄附金の受領証明書または寄附金控除に関する証明書など**  
※ワンストップ特例制度を申請した方も、改めて全てのふるさと納税の金額を寄附金控除に含めて申告する必要があります。
- ▶ 障害者控除の適用を受ける方＝**障害者手帳など**
- ▶ 65歳以上の方で、介護認定を受けており、障害者控除の適用を受ける方＝**障害者控除対象者認定書** ※障害者手帳を持っていない方
- 3 金融機関の口座番号が分かるもの(申告者本人のもの)**
- 4 「確定申告のお知らせはがき」※税務署から届いた方のみ**
- 5 ボールペン(消えないタイプ)**
- 6 マイナンバー関係書類**

### 申告書には、マイナンバーの記載が必要です

- ▶ マイナンバーカードをお持ちの方は持参してください。お持ちでない方は、以下の番号確認書類と身元確認書類を1つずつ用意してください。※被扶養者・専従者もマイナンバーの記載が必要です。
- ▶ 番号確認書類…通知カード、マイナンバーの記載がある住民票の写しなど
- ▶ 身元確認書類…運転免許証、パスポート、在留カード、公的医療保険の被保険者証、身体障害者手帳など
- ※市役所申告会場では、所得税の確定申告書をe-Taxを使って、土浦税務署に電子データで引き継ぎしています。申告相談の結果、確定申告となった方で、利用者識別番号未取得の方は、申告相談後、会場にて利用者識別番号を取得していただきます。

### 問 市役所の問い合わせ先

▷国民健康保険税＝国民健康保険課▷後期高齢者医療保険料＝医療年金課▷介護保険料(65歳以上)・障害者控除対象者認定書＝介護保険課

▷身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保険福祉手帳＝障害福祉課▷戦傷病者手帳＝社会福祉課

### その他の問い合わせ先

▷公的年金の源泉徴収票、国民年金保険料＝日本年金機構土浦年金事務所 ☎029(825)1170(自動音声)またはインターネットで「日本年金機構」で検索

▷生命保険料、介護医療保険料、地震保険料など＝加入している保険会社

## 市役所が実施する申告相談

予約受付期間 2月8日(木)～3月14日(木)

※希望日の2週間前から予約可

市役所会場の混雑緩和を図るため、

**インターネット・電話での「事前予約制」**です(出張申告相談を除く)。

事前の予約がない場合、申告相談を行うことができません。

必ず予約をしてお越しください。

**予約方法** ※1日当たりの予約人数には限りがありますので、ご希望に添えない場合があります。また、複数日の予約はできません。**インターネット(スマートフォン)**

市ホームページまたは右の二次元バーコードから

受付時間=8:30～20:00

※3月14日(木)は17:00で予約受付を終了します。

**予約専用ダイヤル☎0570(55)0325** ※通話料が発生します。

受付時間=2月8日(木)～3月14日(木)8:30～17:00 ※(土)(日)(祝)を除く

※受付時間開始直後や(月)午前中は電話が集中し、つながりにくくなる場合があります。その場合は、時間帯を改めておかけ直してください。

予約した時間帯の15分前から受け付けを開始します。会場の混雑緩和のため、受付開始時刻に合わせてお越しください(予約時間帯に不在の場合は予約をキャンセルします)。予約があってもお待ちいただく場合がありますのでご了承ください。

**① 市・県民税申告相談、所得税確定申告相談****事前予約制**

☎ 2月16日(金)～3月15日(金)9:00～11:00、13:00～15:00

☒ 市役所本庁舎2階会議室201

※(土)(日)(祝)を除く。ただし、2月25日(日)は実施。

**予約受付期間**

2月8日(木)～3月14日(木) ※希望日の2週間前から予約可

**② 出張申告相談(市・県民税申告のみ)****予約不要**

☎ 2月14日(水)9:00～11:00、13:00～15:00

☒ 荃崎交流センター、市民ホールつくばね

☒ 市から市・県民税申告書が届いた方で、市役所への交通手段がない方

※混雑状況により、予定より早く受け付けを終了する場合があります。

※**所得税の確定申告の相談は対応できません**。所得税の確定申告をする方は、土浦税務署会場、または事前予約をした上で左記①の日程で申告してください。

## 以下の申告は市役所で相談できません。土浦税務署が開催する会場でご相談ください。

※以下の申告についての質問は、土浦税務署☎029(822)1100にお問い合わせください。

- ▶ 申告日時点でつくば市に住民登録がない方の確定申告
  - ▶ 今回初めて事業所得(営業等・農業)、不動産所得を計上する申告
  - ▶ 太陽光発電を事業所得で計上する申告(ただし、ご自身で収支内訳書を作成済の方は申告可能)
  - ▶ 青色で確定申告を行う事業主の申告
  - ▶ 雑損控除の適用を受ける申告
  - ▶ 配当所得のうち特定口座年間取引報告書を必要とする申告
  - ▶ 暗号資産(仮想通貨)取引に関する申告
  - ▶ 分離課税(不動産、株式などの譲渡所得、上場株式などの配当所得、先物取引に係る雑所得など)の申告
  - ▶ ストックオプションに関連する申告
  - ▶ 外国税額控除の適用を受ける申告
  - ▶ 変動所得・臨時所得の平均課税を選択する申告
  - ▶ 令和5年中に亡くなった方の申告(準確定申告)
  - ▶ 令和4年分以前の確定申告、更正の請求、修正申告
  - ▶ 日本国外に居住する親族に係る扶養控除、配偶者控除、配偶者特別控除、障害者控除等の申告
  - ▶ 損益通算や繰越控除のある申告
  - ▶ 贈与税、消費税の申告
  - ▶ 住宅借入金等特別控除(住宅ローン控除)※や住宅関連特別控除※など、住宅税制の適用を受ける申告
- ※1 「令和5年分給与所得者の(特定増改築等)住宅借入金等特別控除申告書」を作成済みで、連帯債務でない方、借入金の借り換えをしていない方の申告相談は受け付けます。
- ※2 住宅関連特別控除…住宅耐震改修・住宅特定改修(バリアフリー改修工事、省エネ改修工事等)・認定住宅などの借入金等特別控除、特別税額控除

## 土浦税務署が実施する申告相談

☎ 土浦税務署個人課税第一部門 ☎029(822)1100(代表)

**① 所得税確定申告相談(還付申告のみ)****整理券が必要**

☎ 2月15日(木)まで ※(土)(日)(祝)を除く

☒ 土浦税務署庁舎3号館[土浦市城北町4-15]

※ 贈与税の申告相談は、2月1日(木)から受け付けます。

**② 所得税確定申告相談****整理券が必要**

☎ 2月16日(金)～3月15日(金)

※(土)(日)(祝)を除く。ただし、2月25日(日)は実施。

☒ 土浦市亀城プラザ[土浦市中央2-16-4] ※昨年度とは異なる会場です。

※ 来場者用の駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

※ 確定申告会場の入場には、事前に **国税庁LINE公式アカウント** から取得した入場整理券(または当日配布の入場整理券)が必要です。

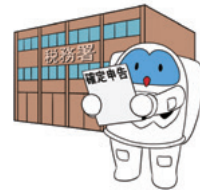
※ 受付時間は9:00～16:00ですが、入場整理券の配布状況により相談受け付けを終了する場合があります。

**土浦税務署会場の注意事項**

- ▶ スマートフォンをお持ちの方は、基本的にスマートフォンを利用して申告書を作成していただきます。
- ▶ 混雑状況により、受け付けを早めに終了する場合があります。
- ▶ マイナンバーカードを利用して申告する場合は、パスワード2種類(①数字4桁②英数字6～16桁)が必要です。
- ▶ **2月16日(金)～3月15日(金)の期間の申告相談は、土浦税務署庁舎ではなく土浦市亀城プラザで実施しますのでご注意ください。**



▲国税庁LINE公式アカウント



ノバホール開館40周年記念

# ぱんだウインドオーケストラ×ノバホール with 中高生特別バンド



▲ぱんだウインドオーケストラ©Kosuke Atsumi

サクソフォン奏者・上野耕平氏がコンサートマスターを務める吹奏楽団「ぱんだウインドオーケストラ」がノバホールに登場します。また、同楽団メンバーによるレッスンを受けた中高生特別バンドも特別出演します。「ぱんだウインドオーケストラ」と「中高生特別バンド」の2バンドによる、寒さを吹き飛ばす熱い演奏をお楽しみください。

📍 つくば文化振興財団 ☎029(856)7007

📌 文化芸術課

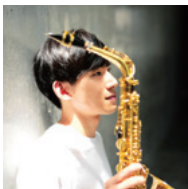


▲公演の詳細はこちら

- 📅 2月18日(日) 16:00開演(15:30開場)
- 📍 ノバホール
- 💰 全席指定  
▷一般=3,850円 ▷学生=2,000円  
※未就学児入場不可 ※つくばシニア割対象公演
- 📞 電話またはインターネットで

## 上野耕平氏(サクソフォン奏者)

8歳から吹奏楽部でサクソフォンを始め、東京藝術大学器楽科を卒業。第28回日本管打楽器コンクールサクソフォン部門で史上最年少で第1位と特別大賞をダブル受賞。



## ぱんだウインドオーケストラ

2011年、東京藝術大学の1年生有志で創立。活動初期から上野耕平氏がコンサートマスターを務め、吹奏楽の次世代を切り開く活動を精力的に続けている。

## 中高生特別バンド

ぱんだウインドオーケストラの指導を受け、4カ月間練習を重ねたこの日限りのスペシャルバンドです。学校や学年の垣根を越え、共に音楽をつくる楽しさを学びました。



# つくばショートムービー コンペティション2024

10分以内の短編映画のための映画祭「つくばショートムービーコンペティション2024」上映会をつくばエキスポセンタープラネタリウムホールで開催します。

📌 文化芸術課

## 最終ノミネート作品上映会

今年も審査員長につくば市出身の映画監督・中村義洋氏(代表作「決算!忠臣蔵」など多数)を迎え、最終ノミネート作品の上映会と受賞者への表彰式を開催します。表彰式では、中村監督によるトークセッションも開催します。来場いただいた皆さんから、中村監督に直接質問できるコーナーもあります。

📅 3月2日(土) 13:30~(13:00開場)

📍 つくばエキスポセンター内プラネタリウムホール(吾妻2-9)

3/2(土)



▲イベントの詳細はこちら

## 市民審査員募集

当日の投票により市民審査員賞を決定します。

- 📌 対 中学生以上で、最終ノミネート作品約10本を上映会にて観賞していただける方
- 📌 定 先着50人
- 📌 申 2月16日(金)までにインターネットで



▲過去開催時のトークセッションの様子

## 旧田水山小学校(水守620)

# つくば市文化芸術創造拠点の整備を進めています

市では、文化芸術に関するプラットフォーム\*を体現し、その機能を推進する基盤となる施設として「つくば市文化芸術創造拠点」の整備を進めています。

この施設は「出会う・つながる・創造する」をコンセプトに、右のような5つの機能を備えていきます。具体的には、創作室やスタジオ、展示スペースなどのハード面の充実に加え、文化芸術活動に関する相談や文化芸術に触れる機会を創出するための企画など、ソフト面の充実も図ります。

市と市民の皆さんで、相互に関わり合いながら、共に市の文化芸術を育てていきましょう。

※諸活動の土台や基盤となる環境のこと。

計画の詳細はこちら▶



## プラットフォームに求められる機能

- 1 市内の各種機関などとの連携によるネットワークの構築
- 2 アーティスト、市民の創作・発表・鑑賞などのコーディネート機能
- 3 文化芸術に携わる人材への支援・育成機能
- 4 市が関連する文化芸術の情報発信・アーカイブ構築
- 5 文化芸術をする・見る・支える場の提供

## 市民説明会(事前申し込み不要)

「文化芸術創造拠点」のコンセプト、機能・役割などを定める「つくば市文化芸術創造拠点基本計画」などについてお話しします。

📅 3月9日(土) 10:30~12:00(10:00開場) 📍 旧田水山小学校

## ワークショップ(要事前申し込み)

「文化芸術創造拠点」をより良い施設にするためのワークショップを行います。

📅 3月9日(土) 14:00~16:00(13:30開場)

📍 旧田水山小学校

📞 2月25日(日)までにインターネットで

申し込みはこちら▶



▲旧田水山小学校



健康・福祉

里親制度説明会

さまざまな事情で自分の家族と暮らせない子どもたちが、温かい家庭を必要としています。里親制度を広く知っていただくため、説明会を開催します。

日 3月2日(土) 10:00~12:30

場 さくらの森乳児院敷地内交流スペース [高崎802-1]

定 先着30人

申 電話またはインターネットで

問 さくらの森乳児院

☎080(8434)3329

(担当:増子)

担 こども未来課



高齢者肺炎球菌予防接種

「肺炎球菌」という細菌が引き起こす肺炎は、成人肺炎の約3割を占め、特に高齢者は重症化しやすく注意が必要です。2023年度の定期接種対象者への助成は2024年3月までです。希望する方は早めに接種を受けましょう。詳細は個人への通知または市ホームページをご覧ください。

場 市予防接種協力医療機関

対 2023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がない方

問 桜保健センター

☎029(857)3931



わたしの生き方ノート(エンディングノート)を配布しています

「わたしの生き方ノート」は万一のことがあったときに備えて、自分に関するさまざまな情報をまとめておくノートです。自分らしい生き方のために、これまでの自分のこと、これからの人生への思いなどをまとめてみませんか。

※なくなり次第配布終了となります。

場 地域包括支援課、各地域包括支援センター

対 市内在住の方

問 地域包括支援課



後期高齢者の方が保険証を使用して交通事故などの治療を受ける場合は届け出を

後期高齢者医療制度の保険証を使用して、交通事故や他人のペットにかまれたなど第三者(自分以外)から受けた傷病の治療を受ける場合、「第三者行為による被害届」の提出が必要となります。該当する場合には必ず届け出をしてください。

問 医療年金課

児童手当2月支給分

2023年10月分~2024年1月分の振込日は2月9日(金)です。支払い通知は送付しませんので、記帳してご確認ください。※振込時間は金融機関によって異なります。

問 こども政策課



介護職員キャリアアップ費用給付金

2022年6月30日以前から市内の特定の事業所で働いている方で、条件を満たした方に、2023年度に受講した介護職員初任者研修または実務者研修の費用の一部を給付します。詳細は市ホームページをご覧ください。※申込多数の場合は抽選

申 2月1日(木)~29日(木)に申請書を郵送(必着)または直接 ※(土)(日)(祝)を除く。

問 高齢福祉課

介護職員スタートアップ給付金

2022年7月1日から2023年6月30日に市内の特定の事業所へ就職した方で、一定の条件を満たした方に給付金を交付します。詳細は市ホームページをご覧ください。※申込多数の場合は抽選

申 2月1日(木)~29日(木)に申請書を郵送(必着)または直接 ※(土)(日)(祝)を除く。

問 高齢福祉課



第2回ペアレントメンターカフェ

発達に心配のある子どもの子育てを経験している「ペアレントメンター」を交えて、参加者同士で話し合います。同じ立場の仲間と日頃の悩みを話したり、先輩保護者の話を聞いてみませんか。※飲み物持参

日 3月19日(火) 10:00~12:00

場 市役所5階ミーティング室

対 市内在住で発達に配慮を必要とする子の保護者(発達障害の診断の有無は問いません)

定 10人程度(抽選)

申 2月8日(木)~3月5日(火)に「保護者氏名・子の年齢・電話番号・メールアドレス・日頃の悩みや質問・子の同伴の有無(有の場合は年齢および託児の必要の有無)」を記入し、メールで

問 障害福祉課

E wef025@city.tsukuba.lg.jp



ひとり親家庭向け支援制度

ひとり親になった際に利用できる制度(児童扶養手当、ひとり親家庭等児童福祉金制度など)について、市職員が説明します。オンライン裁判外紛争解決サービス「Teuchi」の使い方も紹介します。※Zoomを使用します。

日 2月27日(火) 12:10~12:50

対 市内在住でひとり親の方、離婚を考えている方、養育費に関心のある方

定 先着20人程度

申 2月27日(火) 11:59までにインターネットで

問 ミドルマン

E support@middleman.jp

担 こども政策課



化学物質過敏症をご存知ですか

問 健康増進課

化学物質過敏症は合成洗剤や柔軟剤、化粧品などに含まれる「合成香料(化学物質)」が原因で、頭痛や吐き気などの多くの不快な症状に悩まされる病気です。誰でも突然発症する可能性があるため、「合成香料(化学物質)」をできる限り使わないようご配慮をお願いします。

例えば……これらに含まれる化学物質が原因です



洗剤



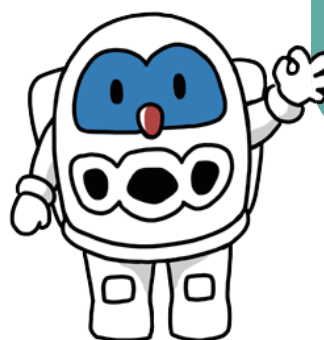
シャンプー  
リンス



芳香剤



香水



天然由来の洗濯石鹸なども試してみたいフク!



募集

2024年度 会計年度任用職員

以下の会計年度任用職員を募集します。それぞれの詳細は、市ホームページをご覧ください。



①統計・データ利活用推進室 事務補助員

統計調査業務を含む事務補助に従事する方を募集します。

対 ワード、エクセルなどのパソコン操作が可能な方

定 2人(予定)

申 2月13日(火)までに履歴書(6カ月以内に撮影した顔写真添付)を郵送(必着)または直接

問 統計・データ利活用推進室

②図書館専門員

③図書館内部事務員

④資料配送員

⑤カウンター業務補助員 週5日勤務

⑥カウンター業務補助員 週1日勤務

定 ②12人(予定)③1人(予定)④3人(予定)⑤6人(予定)⑥24人(予定)

申 2月8日(木)までに申込書兼履歴書(中央図書館、市ホームページに用意)を郵送(必着)または直接

問 中央図書館 ☎029(856)4311



⑦児童館・児童センター 事務補助員

⑧児童館・児童センター 用務員

児童館、児童センターで、事務補助・用務に従事する方を募集します。

定 ⑦20人(予定)⑧16人(予定)

申 2月9日(金)までに履歴書を希望する施設またはこども育成課に郵送(必着)または直接

問 こども育成課

⑨農業政策課 事務補助員

農業政策課で事務補助に従事する方を募集します。

定 4人(予定)

申 2月9日(金)までに履歴書(6カ月以内に撮影した顔写真添付)を郵送(必着)または直接

問 農業政策課

2024年度 雑誌スポンサー

図書館に並ぶ雑誌の最新号カバーなどにスポンサー名や広告の掲載を希望する、つくばの教育を応援する企業、個人の事業所や団体などを募集しています。

日 4月1日(月)～2025年3月31日(継続可)

費 年間15,000円/1誌(月額1,250円)

申 2月20日(火)から申込書(市ホームページ、中央図書館に用意)を郵送または直接

問 中央図書館

☎029(856)4311



シルバービューティーアップセミナー

美容専門家によるメイク方法の説明・アドバイスを受け、各自でメイクを行います。シルバー人材センター入会ガイダンスもあります。



日 2月28日(水) 13:30～16:30(受付13:00)

場 ホテルブランド東雲[小野崎488-1]

対 市内在住者で、満60歳以上(2024年3月31日時点)の女性で、新たにシルバー人材センターに入会して働く意欲のある方

定 先着20人

申 2月20日(火)までに「氏名・住所・電話番号」を電話で

問 シルバー人材センター ☎029(879)5199

担 高齢福祉課

地域コーディネーター講習会(入門)

人とのつながりを創るために

～つくば市の中でのありたい姿を考えよう～

ブロック玩具を活用して、参加者同士で対話していく参加型の講座です。これまで地域活動などをしたことがなかった方も、すでに地域の中で活動している方も、ブロック玩具を通じて一緒に考えていきませんか。

日 3月3日(日) 9:30～12:00

場 市役所2階防災会議室2・3

講 植竹智央氏(LEGO® SERIOUS PLAY® メソッドと教材活用トレーニング修了認定ファシリテーター)

定 先着30人

申 2月1日(木)～20日(火)に電話またはインターネットで

問 地域支援課



▲植竹智央氏



つくば市公安職公務員合同説明会

公安職公務員への就職を希望する方を対象に、警察・消防・自衛隊による合同説明会を開催します。車両の展示も予定しています。

※服装・入退場自由

日 2月17日(土) 10:30～15:00

場 デイズタウンつくば4階会議室「あーる」[竹園1-9-2]

問 自衛隊土浦地域事務所

☎029(821)6986

担 総務課



シルバー人材センター会員

入会を希望される方や興味のある方は、ぜひ「入会説明会」にご参加ください。特に、洗車などの屋外作業や清掃などの屋内作業を、週に2～3日できる方を募集しています。

日 ①2月8日(木) 13:30～(受付13:00)

②2月13日(火) 13:30～(受付13:00)

場 ①大穂庁舎3階会議室

②桜総合体育館

対 市内在住者で、満60歳以上(2024年3月31日時点)の健康で働く意欲のある方

問 シルバー人材センター ☎029(879)5199

担 高齢福祉課

～周辺市街地チャレンジショップ～

つくばのまちをレンタル着物で散策

問 ▷周辺市街地振興課▷広報戦略課

11月からチャレンジショップ「北条イリアイテラス」でレンタル着物ショップ「きもの遊び ぼたん」が来店しています。店主の中澤由佳さんが、親切・丁寧な接客で個性に合わせたコーディネートをご提案します。式典やお祝い事のおきだけでなく、「着物をもっと気軽に着てほしい」という思いから、「ぶらり街歩き」プランも設けています。この機会に、豊かな自然と歴史ある街並みをレンタル着物で散策しませんか。



親子でお揃いの着物も



周辺市街地  
チャレンジショップ

周辺市街地の活性化を目的として地域の空き店舗などを活用し、出店者が一定期間試験的な開業に挑戦できる施設です

きもの遊び ぼたん

営業日 (水)～(金) 10:00～14:00

※(土)(日)(祝)は不定期に営業

場 所 北条イリアイテラス

iriai Tempo内[北条145]

連絡先 ☎090(6792)6117(担当:中澤)





### シニアのための生き生き就職セミナー

シニア向けの仕事・職種、シニア世代を取り巻く課題・労働環境、応募書類・面接対策、求人票の見方などを解説します。ハローワークの求職活動実績にもなります。

日 2月27日(火) 10:00~12:00 (受付9:30)

場 市役所2階会議室203

対 50歳以上の方

講 茨城県キャリアカウンセラー

定 先着40人

申 2月26日(月)までに電話またはインターネットで

問 産業振興課



### 相談

### 「ヤングケアラー」を知っていますか

「ヤングケアラー」とは、ケアを必要とする人(障がいや病気のある家族、幼いきょうだい)などのために、本来大人が担うと想定されているような家事や家族の世話などを、日常的に行っている子どものことです。「自分は(あの子は)ヤングケアラーかもしれない」と思ったら、お話を聞かせてください。

問 こども未来課



### 結婚相談会

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その親の相談に応じます。

日 2月18日(日) 10:00~15:00

場 大穂交流センター研修室

対 結婚を希望する独身者やその親

定 先着8人(要予約)

申 2月16日(金)までに電話またはインターネットで

問 こども政策課



### 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 2月14日(水) 9:00~11:00

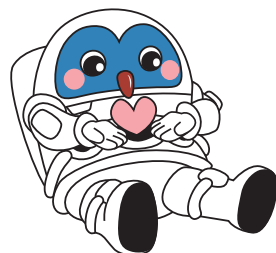
場 大穂保健センター

対 市内在住の方

定 先着2人

申 2月1日(木)から電話で

問 大穂保健センター ☎029(864)7841



### ひきこもり出張相談会

ひきこもりは誰にでも起こり得ます。ひきこもりの問題を抱える方を対象に、専門の相談員による出張相談を行います。相談者の秘密は守られますので、安心してご相談ください。

日 2月28日(水) ①13:00~13:50

②14:00~14:50 ③15:00~15:50

場 大穂庁舎1階社会福祉協議会ミーティングルーム

対 ひきこもり問題でお困りの方やその家族

講 茨城県ひきこもり相談支援センター相談員

定 先着3件

申 2月27日(火)までに茨城県ひきこもり相談支援センターに電話またはメールで

問 茨城県ひきこもり相談支援センター

☎0296(48)6631

E info@ibahiki.org

担 健康増進課



### 事業承継に関する個別相談会

事業を引き継ぐ際に何から始めればよいか分からない、事業の後継者を探している、といった事業承継の悩みや準備の方法などを、茨城県事業承継・引継ぎ支援センターのコーディネーターに相談できます。

日 ①2月20日(火) ②2月21日(水)

10:00~11:30、13:00~14:30、14:30~16:00、16:00~17:15

場 市役所コミュニティ棟3階会議室B

対 市内で事業を行っている方、事業を引き継ぐ予定の方

定 ①②各先着4人

申 2月16日(金)までにインターネットで

問 産業振興課



### 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。

日 2月22日(木) 13:00~16:00

場 市役所3階会議室302

定 先着12組

申 9:00~10:00に茨城県行政書士会県南支部に電話で ※(土)(日)(祝)を除く。

問 茨城県行政書士会県南支部(つくば会場担当) ☎090(3291)1215(担当:野村)

担 総務課

### その他

### 都市計画の決定について

研究学園都市計画地区計画(吾妻第五地区地区計画)の決定について、2023年11月16日付で告示しました。詳細はホームページ、都市計画課で縦覧できます。

問 都市計画課



### パブリックコメント手続き実施結果の公表

※市ホームページでは公開期間以降もご覧いただけます。



### つくば市高齢者福祉計画(第9期)(案)

日 2月9日(金)~22日(木)

場 市役所1階高齢福祉課、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、つくば市民センター、市ホームページ ※つくば市民センターは2月12日(祝)から公開

問 高齢福祉課

### つくば市国民健康保険計画(案)

▷つくば市国民健康保険データヘルズ計画(第3期)

▷つくば市特定健康診査等実施計画(第4期)

日 2月9日(金)~22日(木)

場 市役所1階国民健康保険課、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、つくば市民センター、市ホームページ ※つくば市民センターは2月12日(祝)から公開

問 国民健康保険課

### つくば市障害者プラン改定版(案)

▷第3次つくば市障害者計画

▷第7期つくば市障害福祉計画

▷第3期つくば市障害児福祉計画

日 2月9日(金)~22日(木)

場 市役所2階障害福祉課、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、つくば市民センター、市ホームページ ※つくば市民センターは2月12日(祝)から公開

問 障害福祉課

### 第2期つくば市成年後見制度利用促進基本計画(案)

日 2月9日(金)~22日(木)

場 市役所2階障害者地域支援室、市役所1階地域包括支援課、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、つくば市民センター、市ホームページ ※つくば市民センターは2月12日(祝)から公開

問 ▷障害者地域支援室  
▷地域包括支援課

### 第2次つくば市スポーツ推進計画(案)

日 2月9日(金)~22日(木)

場 市役所5階スポーツ振興課、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、つくば市民センター、市ホームページ ※つくば市民センターは2月12日(祝)から公開

問 スポーツ振興課

### 茨城放送 AM1458kHz 放送を休止

2月1日(木)からFM放送への転換の影響を調べるため、AM1458kHz放送は運用休止となりました。FM88.1MHzとFM94.6MHzは今までと同様に聴くことができます。



問 茨城放送

E fmtenkan@lucky-ibaraki.com

担 広報戦略課



### つくば市再生可能エネルギー発電設備の適正な設置及び管理に関する条例

土地に自立して設置される太陽光発電設備および風力発電設備を対象に、禁止区域、適正な設置、事業の周知、適正な管理、届け出などに関する事項を定めた条例が2024年4月1日から施行されます。詳細は市ホームページをご覧ください。

☎ 都市計画課



### 2024年度県民交通災害共済の加入受け付けを開始します

2024年度の県民交通災害共済の加入受け付けを2月1日(木)から開始します。市民であれば誰でも加入することができ、会員が交通事故や災害に遭い、けが・死亡した場合に見舞金を支払う相互共済制度です。

※共済期間=4月1日~2025年3月31日(4月1日以降の加入の場合は、申込日の翌日~2025年3月31日)

☎ 900円 ※9月30日(月)以降の加入は半額  
☎ 2月1日(木)から防犯交通安全課または各窓口センターに直接

☎ 防犯交通安全課

### ごみ分別アプリ「さんあ〜る」

収集日をお知らせしたり、分別方法などを確認できるスマートフォン向けアプリです。

※通信料自己負担

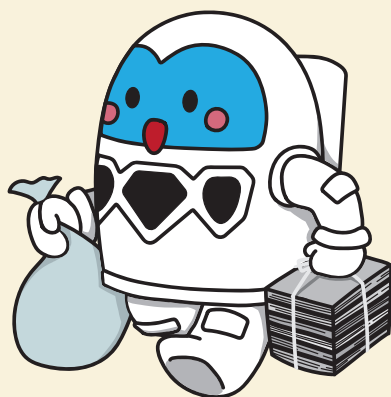
- ▶通知機能  
指定したごみの収集日をお知らせします。
- ▶ごみ分別辞典  
分別方法や注意点を品目ごとに確認できます。
- ▶ごみの出し方カレンダー  
収集日程をカレンダー形式で確認できます。

☎ 環境衛生課

### ごみの出し方カレンダーを配布します

2024年度のごみの出し方カレンダーを、2月1日(木)~29日(木)に市内全戸に配布します。各窓口センター・交流センターなどでの配布は、3月1日(金)以降に行います。

☎ 環境衛生課



### 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、世代を超えた貧困の連鎖を断ち切るとともに、全ての子どもたち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。

☎ ①インターネットで(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)を郵送または直接

☎ こども未来課



### 戸籍の届け出への戸籍謄本の添付が不要になります

3月1日(金)から、婚姻届や転籍届などの戸籍届け出の際に、戸籍謄本の添付が不要になります。詳細については市ホームページをご覧ください。

☎ 市民窓口課

### みんなの食堂の運営に市の補助金をご活用ください

市では、みんなの食堂の運営団体に補助金を交付しています。詳細は、市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

☎ こども未来課



### みんなの食堂にあそびに行ってみよう

みんなの食堂は、子どもから高齢の方まで誰でも行くことができるみんなの居場所です。市内9カ所にある食堂の詳細は、市ホームページをご覧ください。

※事前予約を優先する食堂があります。あらかじめ各団体にお問い合わせください。

☎ こども未来課



### 法務局における自筆証書遺言書保管制度

自筆で書いた遺言書を法務局に保管することで、大切な遺言書の紛失や改ざんなどを防止できます。

☎ 水戸地方法務局土浦支局総務課

☎ 029(821)0783(9:00~17:00)

※(土)(日)(祝)を除く。

☎ 市民窓口課



### ニセ電話詐欺の予兆電話に注意

ニセ電話詐欺には留守番電話が有効です。効果的に活用するための3つのポイントに注意して、ニセ電話詐欺を撃退しましょう。

☎ つくば警察署 ☎ 029(851)0110

☎ 防犯交通安全課



### 木曜延長窓口のお知らせ

第2・4木曜日は、一部の窓口業務について、19:30まで受付時間を延長しています。※延長は開庁日に限ります。

2月の木曜延長窓口開庁日は次のとおりです。

☎ ①2月8日(木)②2月22日(木)

☎ 市民窓口課

### 納期限にご注意

2月29日(木)の納期限は次のとおりです。納期限までに納付してください。

①固定資産税・都市計画税(第4期)②国民健康保険税(第8期)③介護保険料(第6期)④後期高齢者医療保険料(第8期)

☎ ①▷資産税課▷納税課②▷国民健康保険課▷納税課③介護保険課④医療年金課



### 「筑波山ゲートパーク」の動画を紹介します

☎ 広報戦略課

2023年11月3日にオープンした「筑波山ゲートパーク(北条4160)」を紹介する動画を公開しています。遊びに行った方も、これから遊びに行こうと考えている方も、ぜひ動画をご覧ください。雰囲気をお楽しみください。



YouTubeつくば市かわら版チャンネル「筑波山ゲートパークオープン!」

筑波山ゲートパークについて詳しく知りたい方は

つくば市かわら版第28号「筑波山ゲートパーク オープン!」をご覧ください。



# 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・FAX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、在学の人は学校名・所在地を記入してください。申し込みは原則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

## スポーツ

### スポーツ協会各種イベント

#### ①ファミリーサイクリング

家族でサイクリングを楽しみましょう。真壁で行われるひな祭りも見られます。

日 2月24日(土)9:00～(8:30集合)

※予備日2月25日(日)

場 小田城跡歴史広場駐車場集合

対 筑波地区在住・在勤の方

定 先着30人 費 500円

申 2月13日(火)までに「大会名・住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別(任意)・電話番号」を郵送またはFAX(要着信確認)で  
 ※連絡がない場合は参加できません。



#### ②スポーツ講演会「知るを楽しむ」

元スピードスケート金メダリストの小平奈緒氏による講演会を開催します。※当日参加可

日 3月5日(火)18:30開演(受付17:30～)

場 ノバホール 対 市内在住・在勤の方

講 小平奈緒氏 定 先着700人

申 3月1日(金)までに「講演会名・住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別(任意)・電話番号」をメールまたは直接

#### ③宝篋山ハイキング

宝篋山に登ってパノラマの絶景を楽しみませんか。

日 3月9日(土)9:00～(8:30集合)

※予備日3月10日(日)

場 小田小交流プラザ[小田3107]

対 市内在住・在勤の方

定 先着35人 費 500円

申 2月26日(月)までに「大会名・住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別(任意)・電話番号」を郵送またはFAX(要着信確認)で  
 ※連絡がない場合は参加できません。



#### ④マスターズバレーボール大会

日頃の練習の成果を発揮して、バレーボールを楽しみませんか。

日 3月10日(日)受付8:30～

場 桜総合体育館

対 市内在住・在勤の方、スポーツ協会登録者の方

費 ▷スポーツ協会登録チーム=1,000円

▷一般参加チーム=3,000円

申 2月26日(月)までに「大会名・参加者全員の氏名(代表者を記入)・住所または勤務先・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号」を郵送またはFAX(要着信確認)で



問 スポーツ協会事務局(市役所内)

☎029(854)8511

F 029(854)8531

E tukubashitaiky01@bz01.plala.or.jp

担 スポーツ振興課

### 令和5年度モルック体験会

老若男女問わず気軽に楽しめるスポーツ「モルック」の体験会を開催します。

日 2月23日(祝)10:00～12:00(受付9:30～)

場 谷田部総合体育館

対 市内在住・在勤・在学の方、スポーツ協会会員の方 定 36人(抽選)

申 2月1日(木)8:45～9日(金)

16:30にインターネットで

問 スポーツ振興課



### 令和5年度低学年かけっこ教室

男子走り高跳び日本記録保持者で、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会では決勝へ進出した戸邊直人氏が代表を務める「To Be Athlete Club」の方々に、短距離走の走り方や練習法を学びます。

日 2月28日(水)、3月6・13日(水)

16:30～17:30(受付16:00～)

場 桜総合体育館

対 市内在住・在学の小学1～3年生の方

講 戸邊美歩氏ほか 定 30人(抽選)

費 600円(3回分)

申 2月1日(木)8:45～16日(金)

16:30にインターネットで

問 スポーツ振興課



### つくばウェルネスパークプログラム

#### ①バランスコンディショニング(BC)

医学・スポーツ科学に基づき体の機能を改善するプログラムです。

日 毎週(火)13:00～14:00

講 細田麻美氏 定 先着15人

#### ②リセットヨガ

力を抜いてポーズを取り、体の軸を意識して体幹を鍛えます。

日 毎週(金)14:00～15:00、

2月5・19日(月)19:00～20:00

講 中山美代子氏 定 各先着15人



場 つくばウェルネスパーク

対 高校生以上の方

費 600円/回(入館料別途) 申 当日1階窓口で

問 つくばウェルネスパーク☎029(867)5210

担 スポーツ施設課

## 健康

### つくばウォークの日(研究学園オリジナルコース)

楽しく健康づくりをするために、ウォーキングイベントを開催します。5.0km程度のコースを歩きます。ショートコースは3.9km程度です。

※予約不要。動きやすい服装で、飲み物、健康保険証、タオル、雨具、帽子をお持ちください。

日 3月3日(日)受付9:00～9:15 ※雨天中止

場 市役所(芝生広場)集合

対 ウォーキングに興味がある方

問 健康増進施設いきいきプラザ

▷☎029(864)5089

▷当日7:00～9:30☎090(9241)1823

### 出前健康教室

成人の方(学生は除く)を対象に、健康づくりのきっかけとして各地区でさまざまなメニューの運動を行います。

※同じ月に参加できるのは、カスミ大穂店、イオンモールつくば、市民ホールやたべ、カスミ学園店、桜保健センターのいずれか一つです。

#### カスミ大穂店で体操しよう

握力測定もできます。

日 3月13日(水)14:00～15:00

場 カスミ大穂店東側スペース[筑穂1-15-6]

定 先着8人 申 2月28日(水)9:00から電話で

#### イオンモールつくばで体操しよう

日 ①2月19日(月)14:00～15:00

②3月4日(月)14:00～15:00

場 イオンモールつくば3階イオンホール[稲岡66-1]

定 各先着18人

申 ①2月9日(金)9:00から電話で

②2月26日(月)9:00から電話で

#### 市民ホールやたべで体操しよう

日 2月20日(火)14:00～15:00

場 市民ホールやたべ 定 先着15人

申 2月19日(月)までに電話で

#### カスミ学園店で体操しよう

日 ③2月27日(火)14:00～15:00

④3月19日(火)14:00～15:00

場 カスミ学園店2階イトインコーナー

[竹園2-12-1]

定 各先着10人

申 ③2月13日(火)9:00から電話で

④3月5日(火)9:00から電話で

対 市に住民登録がある方

問 健康増進施設いきいきプラザ

☎029(864)5073(出前健康教室専用)



### ウエルカフェ栄養サロン「おいしく適塩生活」

健康な体づくりのためには、毎日の食事がとても大切です。テーマに合わせた食事のポイントを紹介します。体組成と血圧、血管年齢の測定もできます。※当日参加可

日 2月9日(金)10:00～11:00

場 ウエルシアつくば桜店[桜1-14-1]

対 市内在住の方

講 市管理栄養士、ウエルシア管理栄養士

定 先着10人 申 2月8日(木)までに電話で

問 健康増進課

### 2024年度いきいきプラザ 運動教室参加者募集

年齢に合わせた適切な運動習慣を身に付けましょう。※説明会と体験会を行いますので、まずはお気軽にお問い合わせください。

- ▷75歳以上の方向け＝「元気はつらつ運動教室」
- ▷65～74歳の方向け＝「いきいき運動教室」
- ▷40～64歳の方向け＝「アクティブ運動教室」

**日** 週1回程度(年間43回)

**場** 健康増進施設いきいきプラザ

**対** 市に住民登録があり次に該当する方

- ▷医師に運動を止められていない
- ▷重篤な心臓病・脳卒中などの既往歴がない
- ▷健診結果または主治医の意見書を提出できる

**費** 1,000円/月(3カ月ごとに集金)

**問** 健康増進施設いきいきプラザ  
☎029(864)5089

### 旗 催し

#### 楽しく体験して知ろう 筑波地区防災イベント ～生活支援体制整備事業～

子どもからお年寄りまで、楽しく防災について学ぶイベントです。▷自然災害体験車▷煙体験▷アルミ缶でお米を炊く▷心肺蘇生体験▷新聞紙で作るスリッパ・器▷消防車などの展示ほか

※詳細はホームページをご覧ください。

**日** 2月18日(日) 10:00～12:00

**場** 市民ホールつくばね

**対** 防災に興味がある方

**問** 社会福祉協議会  
☎029(879)5500

**担** 地域包括支援課



#### 食と酒の祭りin吉沼

吉沼の魅力であるグルメ、お酒、音楽、ダンス、お囃子などのパフォーマンスが楽しめます。また、会場近くの浦里酒造では甘酒を用意しています。

**日** 2月25日(日) 10:00～14:00

**場** ミートショップ  
いちむら前広場  
[吉沼996-8]

**問** 吉沼、元気!協議会  
✉ yoshinuma.genki@gmail.com

**担** 周辺市街地振興課



#### みんなの登校日2024 「筑波山ゲートパーク体験イベント」

各種体験や見学、筑波地区のお店を集めたマルシェ、トークイベントなどを行います。新たに誕生した施設と一緒に盛り上げましょう。

**日** 2月24日(土) 10:00～15:00

**場** 筑波山ゲートパーク[北条4160]

**問** 北条街づくり振興会青年部会  
✉ minnano.toukoubi298@gmail.com

**担** 周辺市街地振興課



### 中央図書館イベント

#### おはなし会

おはなしボランティアによる読み聞かせなどを行います。※当日受け付けのみ

**日** 2月10・17・24日(土)・25日(日)、3月2日(土)

①15:00～15:15 ②15:30～15:45

※17日(土)のみ1回(15:00～)

**対** 幼児～小学生の方 **定** 先着15人/回

#### 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歳から楽しめる赤ちゃん向けのおはなし会です。

※各日2回公演、当日受け付けのみ

**日** 2月16日(金)・22日(木)

①10:30～10:50 ②11:00～11:20

**対** 乳幼児と保護者の方 **定** 先着8組/回

**場** 中央図書館

**問** 中央図書館☎029(856)4311



#### つくばアートラボ2024～親子で囃す～ 「寄席」

「つくばアートラボ2024～親子で囃す～」に参加した親子5組と筑波大学出身の落語家・立川志のぼん氏による落語会です。親子5組は、全2回のワークショップを経て、普段のエピソードから制作したオリジナル落語を披露します。

**日** 2月12日(祝) 13:30～(13:00開場)

**場** つくばカピオ和室

**講** 立川志のぼん氏(落語家)

**定** 先着15人程度

**問** 文化芸術課



▲立川志のぼん氏



#### 八神純子 Live キミの街へ ～for all living things～

「みずいろの雨」「パープルタウン」などの名曲を圧倒的な声量で歌い上げます。

**日** 2月23日(祝) 16:00～(15:30開場)

**場** ノバホール

**費** 6,000円(全席指定)

※未就学児入場不可

※つくばシニア割対象公演

**申** 電話またはインターネットで

**問** つくば文化振興財団  
☎029(856)7007

**担** 文化芸術課



#### 第23回チャレンジアートフェスティバル inつくば

障害のある方が制作した絵画や造形物などの「①アート作品展」、ダンスや劇などの「②舞台発表」をぜひご覧ください。「③ポニー乗馬体験」と障害者就労施設などによる「④物品販売」も行います。

**日** ①3月5日(火)～9日(土) 9:30～17:00、  
3月10日(日) 9:30～15:00

②3月2日(土) 10:00～15:00(9:30開場)

③3月2日(土) 11:00～15:00 ※雨天中止

④3月2日(土) 11:00～15:00

**場** ①つくば美術館[吾妻2-8] ②つくばカピオホール③④大清水公園 ※④雨天時、つくばカピオ内ホワイエ

**問** 社会福祉協議会  
☎029(879)5500

**担** 障害者地域支援室



### つくばの森づくり!

#### 森林保全ボランティア体験

森の間伐や枝打ち下草刈りなどを体験し、森を育てる活動を楽しく安全に学びませんか。

**日** ①2月17日(土) 9:00～15:00  
②2月18日(日) 9:00～12:00

※1日のみの参加可

**場** 高崎自然の森

**対** 市内在住・在勤・在学で18歳以上の方

**定** 各先着15人

**費** 500円

**申** 2月9日(金)までに「参加希望日・住所・氏名・生年月日・性別(任意)・電話番号・メールアドレス」をメールまたは電話で

**問** ふれあい筑波  
☎080(3171)1950(担当:森)

**E** fureai298@kyp.biglobe.ne.jp

**担** 鳥獣対策・森林保全室



### 講座

#### つくば美術館第9回土曜講座 「ガラスアートの兆し ～20世紀後半、ガラス表現の展開」

作家の意思をより反映した造形「スタジオグラス・ムーブメント」をけん引した代表的な作家を紹介し、その表現の魅力に迫ります。

**日** 2月10日(土) 13:30～15:00

**場** つくば美術館2階アルスホール

**講** 名村実和子氏  
(茨城県陶芸美術館副主任学芸員)

**定** ▷事前申し込み＝先着50人  
▷当日受け付け(13:00～)＝先着30人

**申** ▷事前申し込み＝2月8日(木)までにインターネットで

**問** つくば美術館  
☎029(856)3711

**担** 文化芸術課



#### 若さをつくるキッチン「おいしく適塩生活」

いつまでも元気に過ごすための食事づくりを学びます。白米半合、エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、筆記用具、飲み物、マスクをお持ちください。

メニュー:ピリッと鶏肉のチリソース煮、本格中華スープ、ぷるぷる豆乳プリン、麦ご飯

**日** 2月20日(火) 10:15～13:00(受付10:00)

**場** 東京ガス株式会社つくば支店[研究学園2-1-2]

**対** 市内在住で65歳以上の方

**講** 市管理栄養士、市食生活改善推進員

**定** 先着16人

**申** 2月8日(木)～13日(火)に電話で

**問** 健康増進課

#### まなぼう!つくば市の都市計画2023

つくば市の都市計画の基礎を学びます。その後、実際にまち歩きし、それらが市のまちづくりにどう関わっているかを学びます。

※中型バスで移動します。

**日** 2月17日(土) 13:00～17:00(予定)

**場** 市役所2階会議室204

**対** 市内在住・在勤・在学の15歳以上の方

※応募者以外の方の同行不可

**定** 先着20人

**申** 2月1日(木)～12日(祝)に電話またはインターネットで

**問** 都市計画課



ふれあいプラザ講座

①新社会人メイクレッスン

社会人としてふさわしい基本のベースメイクと眉スタイリングを学びます。メイクで彩り鮮やかな春を迎えましょう。

日 3月10日(日) 13:30~15:30

講 大畑戸子氏

定 8人(抽選)

費 500円(別途教材費500円)



②体験 ストレッチ体操

肩凝りほぐし、フットマッサージなどで体の柔軟性を高め、関節可動域を広げる運動をします。

日 3月7日(木) 10:00~11:00

講 北岡玲子氏(ストレッチインストラクター)

定 5人(抽選)

費 1,200円

③体験 体幹ボディバランスⅡ

体幹エクササイズにより、姿勢を改善し、肩凝り腰痛予防、足腰、体幹の筋力強化をします。

日 3月2日(土) 11:00~12:10

講 岡田清治氏(柔道整復師)

定 5人(抽選)

費 1,200円



④短期習得 ネットショッピングの基礎 (スマホ・タブレット・PC持ち込み)

インターネットショッピングを安全に利用するための初期設定を解説します。注文や発注・受け取り・キャンセルなどができるようになります。

日 3月2・9・16・23日(土) 9:30~12:30

対 文字入力ができる方

※対応機器貸し出し応相談

講 片岡秀典氏(デジタルサポートオフィス代表)

定 15人(抽選)

費 7,200円(別途教材費500円)

⑤大人太鼓 太鼓をたたいてストレス解消

荳崎音頭やつくば音頭を演奏してみましょう。

日 3月1・8日(金) 10:30~12:00

講 憩い組 定 10人(抽選)

費 2,400円(別途バチ代500円)



⑥アートフラワーとプリザーブドフラワーで作るお仏壇アレンジ

春らしい色のお仏壇飾りをアートフラワーとプリザーブドフラワーで作ります。

日 3月3日(日) 14:00~15:30

講 河原由美氏

(風花プリザーブド

フラワー協会代表)

定 10人(抽選)

費 4,500円(教材費込み)



⑦免疫を高める・経絡に特化したセルフケア ~カッサ体験~

カッサは民間療法の一つです。専用のヘラと漢方アロマ精油を使用し、肩凝りをカッサで緩和しませんか。

※カッサ体験で首・肩などが赤くなります。

漢方アロマ精油の持ち帰りはありません。

日 3月12日(火) 11:00~12:30

講 小林沙緒氏

(ホリスティック漢方アロマ協会認定講師)

定 8人(抽選)

費 2,000円(教材費込み)

⑧桜の苔玉

季節に合わせて植物を厳選し、初心者の方でも味わいのある苔玉を作ることができます。

日 3月13日(水) 10:30~12:00

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 3,950円(教材費込み)



⑨万葉集から常陸国を紐解く

講師が国連で行った講演をもとに、万葉集の中から常陸の国の人たちが海外に向けた進取の歌や東歌、防人の歌を解説します。

日 3月16日(土)・24日(日) 10:30~12:00

講 布浦万代氏(万葉集研究家)

定 20人(抽選) 費 2,700円(教材費込み)

⑩筑波山神社を知ろう

筑波山神社で行われる御座替祭を中心に年中行事を紹介します。参拝作法や豆知識を雅楽(講師の笛の演奏)を交えながら解説します。

日 3月22日(金) 13:30~14:30

講 筑波山神社神職

定 20人(抽選) 費 500円

⑪フレッシュフラワーアレンジメント

バスケットに春のお花をアレンジします。贈り物にもおすすめです。

日 3月24日(日) 14:00~15:30

講 河原由美氏(風花プリザーブドフラワー協会代表)

定 10人(抽選)

費 4,500円(教材費込み)



⑫⑬手作りみそ

国産大豆を使用しみそ(8.5kg程度)を作ります。熟成は1年後になります。

日 ⑫3月1日(金) 10:00~12:00

⑬3月10日(日) 10:00~12:00

講 秋葉節夫氏(秋葉味噌会長)

定 各12人(抽選)

費 5,300円(材料費込み)



⑭初心者のためのそば打ち

そば打ち名人から手打ちそばの技と極意を教わりステップアップしませんか。

日 3月3日(日) 9:30~12:30

講 細淵賢三氏(つくば蕎麦愛好会)

定 10人(抽選)

費 2,200円(材料費込み)



⑮世界の料理 日本編 春のお祝い膳

簡単ちらし寿司、はまぐりのすまし汁、菜の花辛し和え、桜餅を作ります。

日 3月7日(木) 10:00~13:00

講 藤澤ちひろ氏

定 12人(抽選)

費 3,000円(材料費込み)

⑯容器一つでパン生地作り お花ハムぱん

ボウル一つで作った生地を冷蔵庫で発酵させ、お花ハムぱんを作ります。

日 3月6日(水) 10:30~12:30

講 染谷麻希子氏

(ナチュラルエヌぱん契約講師)

定 10人(抽選)

費 2,500円(材料費込み)



⑰薬膳 楊貴妃のアフタヌーンティータイム

楊貴妃が愛したといわれるツバメの巣をはじめ、美肌や美髪に良いとされる食材で作るスープ、ゴマおこしなどを蜜香烏龍茶で楽しみます。

日 3月15日(金)

14:00~15:30

講 井上舞衣氏(薬膳研究家)

定 10人(抽選)

費 2,500円(材料費込み)



⑱バーオソル

音楽に合わせて無理なく体を動かすだけで、自然と骨盤調整や体幹トレーニングができます。

日 3月6・13日(水) 13:00~14:30

講 中間美妃氏(バーオソルオフィシャルトレーナー)

定 10人(抽選)

費 2,400円



⑲癒しのリラックスヨガ

初めての方でも気軽に参加できるヨガクラスです。体がほぐれる心地の良い感覚を一緒に楽しみましょう。

日 3月17・24日(日)

13:30~14:30

講 小島万実氏(柔道整復師)

定 10人(抽選)

費 2,400円



⑳親子講座 タイル工作を楽しもう

ミニテーブル

大きさ15cm×25cm、高さ8cmのミニテーブルをタイルで作ります。

日 3月17日(日) 10:00~12:00

対 小学生の親子

講 住吉恵理子氏(あとリエなみき代表)

定 5組10人(抽選)

費 2,500円(教材費込み)/組



㉑親子講座 フライパンで肉まん作り

3種類の皮で見た目が楽しい肉まんを親子で作ります。

日 3月20日(祝) 10:00~13:00

対 小学生の親子

講 柳生麻衣子氏(管理栄養士)

定 6組12人(抽選)

費 2,200円(材料費込み)/組



場 ふれあいプラザ

申 2月17日(土)までに「講座名・郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢・性別(任意)」を郵送(必着)、FAX、直接、またはインターネットで

問 ふれあいプラザ【〒300-1273下岩崎2164-1】

☎029(876)2311

F 029(876)2396

担 地域支援課



男女共同参画セミナー

がんばりすぎない家仕事  
「家族でシェアするお片付けとお掃除術」

家族みんなが心地よく暮らせるお家に近づくヒントや、部屋をきれいに保つ方法とコツをお伝えします。

日 2月28日(水) 10:00~12:00

場 市役所2階防災会議室2

講 高橋さなえ氏  
(整理収納アドバイザー)

定 先着30人

申 2月26日(月)までに電話  
またはインターネットで



いざという時「あってよかった!」

備蓄のアイデア

避難所の物資には限りがあります。避難生活のためにどんな備えが必要か具体的にお伝えします。

日 3月5日(火) 10:00~12:00

場 市役所2階防災会議室3

講 橘敦子氏(ak parkつくば  
セルフ防災ラボ代表)

定 先着30人

申 3月1日(金)までに電話  
またはインターネットで



対 市内在住・在勤・在学の方

問 男女共同参画室

働く婦人の家講座

①おひなさまの桃あんぱん

おひなさまの顔を描き、オリジナルのちぎりパンを作りましょう。

日 3月3日(日) 10:00~13:00

講 櫻井安子氏 定 8人(抽選)

費 2,100円



②桜の蒸しカステラ

浮島という和風の蒸しカステラです。パウンド型を1人1本持ち帰りできます。

日 3月24日(日) 10:00~13:00

講 小林保子氏 定 8人(抽選) 費 2,000円



場 働く婦人の家

対 市内在住・在勤の成人の方

申 2月19日(月)までに「希望の講座名・住所・参加者氏名・年齢・電話番号(必須)」を働く婦人の家宛てに郵送(往復はがき)、メールまたは官製はがき(裏白紙)を直接持参

問 働く婦人の家(沼田40-2)

☎029(866)2127

📧fjn010@city.tsukuba.lg.jp

ファーストブック講座を実施します

図書館専門員が乳幼児におすすめの本を紹介します。乳幼児と一緒にご参加いただけます。

日 3月17日(日)・23日(土)

①10:30~11:30②14:00~15:00

場 中央図書館2階集会室

対 市内在住で0~2歳のお子さんがある方

講 図書館専門員 定 各7組(抽選)

申 2月14日(水)~29日(木)  
にインターネットで

問 中央図書館

☎029(856)4311



第78回 世界お茶のみ話 韓国編

毎月ゲストを招き、歴史や文化習慣などについてお話いただく国際理解講座です。

日 2月17日(土) 14:00~15:30

場 コリドイオ3階多文化共生ルーム  
〔吾妻1-10-1〕

講 ジョン・ソヨン氏

定 先着50人程度

申 2月16日(金)までに「氏名・参加人数・電話番号」をメールで

問 国際交流協会

☎029(869)7675

📧event@inter.or.jp

担 国際都市推進課



つくば日中協会

2024年度中国語講座受講者募集

中国語を学びながら、日中の交流を通じて中国文化への理解を深めましょう。詳細はホームページをご覧ください。※講師・会場・定員は都合により変更することがあります。

コース:①入門②初級③中級1④中級2

日 4月15日(月)~2025年3月24日(月)

※全40回

場 竹園交流センター

講 筑波大学大学院中国人留学生

定 各コース先着12人

費 ▷一般の方=45,980円

▷日中協会会員=40,480円

※別途教材費などがかかります。

申 2月1日(木)~3月29日(金)にインターネットで

問 つくば日中協会

☎050(5276)2253

📧tjca@tsukubajca.com

担 国際都市推進課



アイラブつくばまちづくり支援事業

Zallysセミナー「アメリカザリガニから考える食資源の学びと地元食資源」

テーマごとに講師の方々がセミナーを行います。

①アメリカザリガニから学ぶ環境科学教育と食

②アメリカザリガニのスープなどの試食

③地元食資源で満腹

日 2月10日(土) 11:00~14:00

場 荳崎高等学校卓球場(体育館1階)

〔荳崎447-8〕

講 ①武田晃治氏(東京農業大学教授)

②関正貴氏(Zallys代表理事)

③高木圭介氏(ガラパゴス工房社長)

定 先着10組程度

費 1,000円/人(材料費・資料費)

申 2月9日(金)までにインターネットで

問 地域創生人財育成学舎(Zallys)

☎050(5848)3182

(担当:関)

担 市民協働課



講演

楽楽大学第68回講演会

認知症の予防や認知症の方への寄り添いの大切さ、脳トレなどについて講演をします。

日 3月9日(土) 13:30~16:00

場 並木交流センター

講 田中喜代次氏(筑波大学名誉教授)

定 先着80人 費 200円(資料代)

申 3月9日(土)までに「氏名・お住まいの地域」を電話またはメールで ※メール推奨

問 スマイル・ステーション

☎090(4420)3328(担当:神田)

📧kanda234@ybb.ne.jp(神田)  
matukan18@yahoo.co.jp(松浦)

担 地域包括支援課

地域の絆フォーラム2024

見守りで紡ぐ地域の安心・広げよう見守り活動

▷基調講演=次の担い手をどう見つけていったらよいのか

▷シンポジウム=地域活動における仲間や担い手づくりについて(3人の参加者から発表)

日 2月19日(月) 13:00~16:00

場 文部科学省研究交流センター〔竹園2-20-5〕

対 地域活動に関心のある方

講 和秀俊氏(田園調布学園大学教授)

定 先着170人

申 2月13日(火)までに電話またはインターネットで

問 社会福祉協議会

☎029(879)5500

担 社会福祉課



科学技術

サイエンスツアーバス  
スタッフガイド同行コース

市内6つの研究施設を巡る「つくばサイエンスツアーバス」に乗って、ガイド付きで見学できるコースです。

日 2月17日(土)・23日(祝)、3月2日(土)  
9:00~16:00

場 地図と測量の科学館、筑波実験植物園、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30人

費 バス乗車券▷大人=500円▷子ども=250円

▷幼児=無料(保護者同伴)

※筑波実験植物園は別途入園料が必要

申 参加希望日の前日15:00までにインターネットで

問 つくばサイエンスツアー

オフィス☎029(863)6868

担 観光推進課



「7時だヨ!つくば駅前へ、全員集合!」

金夜サイエンスカフェ

市内に数ある研究教育機関がコラボするサイエンスカフェを毎週(金)に開催中です。各回さまざまな研究者が気軽に科学についてお話しするイベントです。簡単なワークショップや英語でのお話なども行います。

※申し込み不要(2月9日(金)のみ事前予約制)

日 3月8日(金)までの毎週(金) 19:00~20:00

※休催日あり

場 co-en〔吾妻1-10-1つくばセンタービル1階〕

定 先着30人程度/回

問 つくばサイエンスツアー

オフィス☎029(863)6868

担 観光推進課



# ノロウイルス感染症にご注意

ノロウイルス感染症は吐き気、おう吐、腹痛、下痢などの症状をもたらす感染症です。主に食品や人から感染します。冬場は特に感染しやすいため、予防しましょう。

問 新型コロナウイルス対策室



▲ノロウイルス情報  
(厚生労働省)

## ノロウイルス感染症予防のポイント

①健康管理



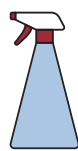
症状があるときには食品を直接取り扱わない

②手洗い



特に食事前、調理前、トイレの後などには念入りに手洗い

③調理器具の消毒



次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素消毒液で調理器具の消毒

④食品の十分な加熱



食品は中心部まで十分に加熱

## 新型コロナウイルスワクチン 2023年秋接種はお済みですか

接種を希望する方で予診票がお手元のない方は申請が必要です。詳細は市ホームページをご覧ください。お問い合わせください。

予診票の発行申請:3月15日(金)まで

接種終了日:3月31日(日)

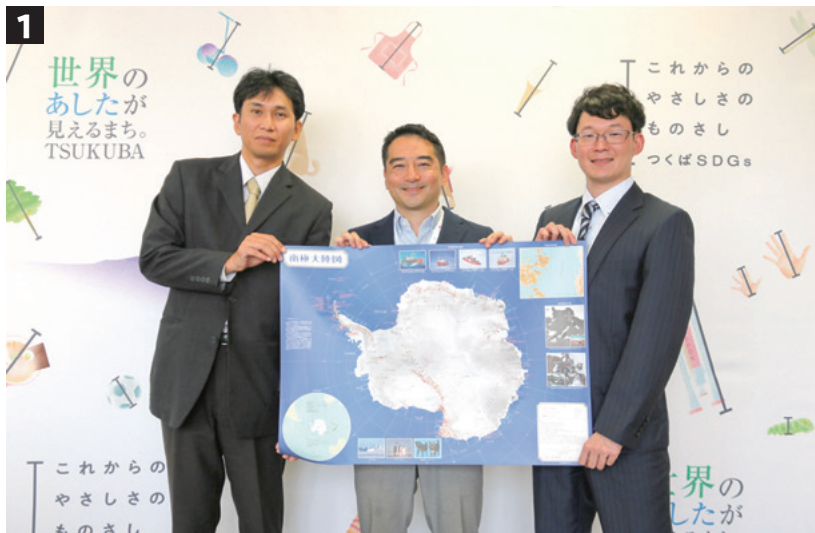
対象者:生後6カ月以上の全ての方

ワクチン:オミクロン株(XBB.1.5)

問 コロナワクチン接種  
対策コールセンター  
☎029(883)1391



## フォトニュース



1 2023年10月25日、つくば市に縁のある第65次南極地域観測隊員が、市長を表敬訪問しました。越冬隊の齋藤樹 隊員(気象担当:気象庁/写真右)と夏隊の鈴木啓 隊員(測地担当:国土地理院/写真左)は、11月に日本を出国し、現在南極で活躍しています(夏隊は3月に帰国予定)。南極地域観測隊員の活動は、つくば市の地域資源となっています。



2 2023年11月14日、ハワイ大学バレーボール部の皆さんがつくば市を訪問し、松本副市長と面会しました。筑波大学開学50周年記念特別企画の交流試合のため来日し、今後のキャリアや翌日の試合に向けた意気込みなどを語っていただきました。また、前日には小・中・高校生を対象としたバレーボール教室が開催され、親睦を深めました。

## 2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) ちかつクリニック[学園の森2-40-1]/内・糖・代内/☎029(828)8700  
寺崎クリニック[吉沼1437-1]/内・小/☎029(865)0034

11日(祝) 筑波胃腸病院[高見原1-2-39]/消・外・内・肛/☎029(874)3321  
林医院[北条19-2]/内/☎029(867)0114

12日(祝) 大野医院[島名634]/内/☎029(848)0888  
倉田内科クリニック[栗原3443]/内・小/☎029(857)8181

18日(日) 宮川内科・胃腸科医院[二の宮2-2-26]/内・胃・循・呼・小/  
☎029(855)8777  
小倉医院[沼田181]/内/☎029(866)0108

23日(祝) 筑波学園病院[上横場2573-1]/内・神内・呼・消・循・小・皮・外・消外・形外・  
眼・整外・泌・産婦・耳鼻/☎029(836)1355  
ヒルトップクリニック[佐1004]/内・消・小・外・整外/  
☎029(877)3130

25日(日) つくば双愛病院[高崎1008]/内/☎029(873)2511  
いちほら病院[大曾根3681]/内・整外/☎029(864)0303

## 2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	5	6	7	8	9	10	4交流センター図書室 9:30~19:00(火~金)
11	12	13	14	15	16	17	9:30~17:00(土・日・祝)
18	19	20	21	22	23	24	研究学園小学校図書室 図書館開館日の土・日・祝 9:30~17:00
25	26	27	28	29			

● 休館日 ★ 開館17:00まで

※2月6日(火)~9日(金) 特別館内整理のため休館  
(返却ポストは利用可能)

※2月1日(木)から筑波交流センター図書室利用不可  
(空調設備改修のため)



## 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

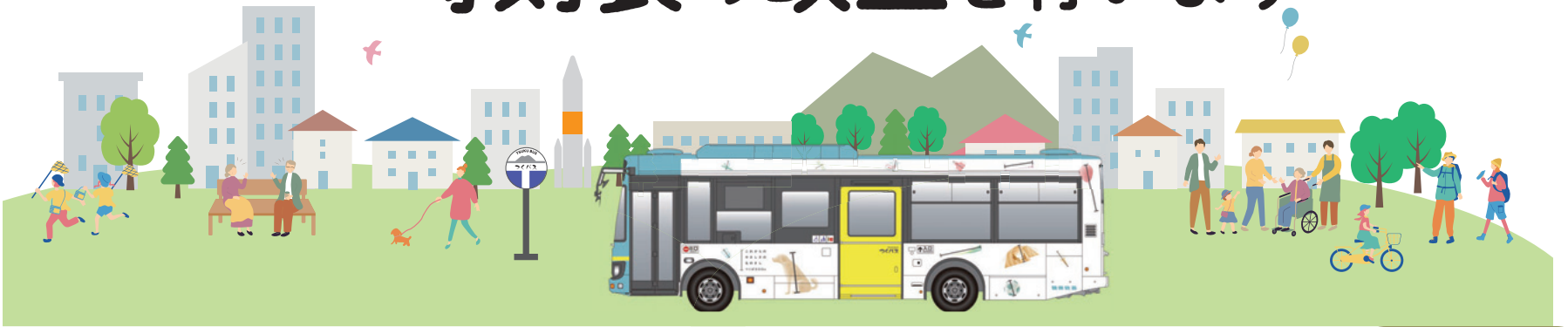


4月1日から  
春の時刻表改正



# つくバス全シャトル

## 時刻表の改正を行います



つくバスは、バス運転士の労働環境改善に係る「改善基準告示」の改正と運行事業者である関東鉄道株式会社のバス運転士不足のため、4月1日に減便を伴う時刻表の改正を行います。

バスの減便や運転士不足などは、つくば市だけの問題ではなく、全国的な問題です。

### 時刻表の改正を行う理由

バス運転士の長時間・過重労働は、長年、全国的な問題となっており、この状況を改善するため、**2024年4月1日より「改善基準告示」が改正され、時間外労働時間が大幅に制限されます。**これにより、バス運転士の労働時間が減少し、さらに近年、運転士の人材確保が難しくなっていることから、全国各地で減便を伴う時刻表の改正や路線の見直し、廃線などが行われています。



### つくバス時刻表改正のポイント

1

通勤・通学などにより混雑する時間帯(朝便、夜便)の便数を優先的に確保しつつ、(月)～(金)の昼間便および(土)(日)(祝)の減便を行います。

2

4月の改正後、(月)～(金)と(土)(日)(祝)は、それぞれ別の時刻表になります。

3

利便性向上のため、バス停を4つ新設します。

- 北部シャトル ▷①一ノ矢交差点
- 南部シャトル ▷②高崎中学校
- 自由ヶ丘シャトル▷③羽成児童公園、④荃崎高校北

### 各シャトルの便数の変更

シャトル名	便数		
	改正前	改正後(月)～(金)	改正後(土)(日)(祝)
北部シャトル	57便	49便	41便
小田シャトル	30便	22便	16便
作岡シャトル	34便	28便	22便
吉沼シャトル	22便	20便	16便
上郷シャトル	24便	20便	18便
西部シャトル	20便	18便	10便
南部シャトル	58便	52便	38便
谷田部シャトル	30便	27便	22便
自由ヶ丘シャトル	20便	18便	14便
荃崎シャトル	22便	20便	16便
全10シャトル	317便	274便	213便

### 4月からのつくバス時刻表

各シャトルの時刻についての詳細は市ホームページ「コミュニティバス『つくバス』利用案内」をご覧ください。



※1月下旬から新時刻表を掲載中

●時刻表については、市ホームページのほか、本庁舎や各窓口センター、つくバス車内などに設置している時刻表チラシをご覧ください。

※1月下旬から設置

●時刻表の冊子「つくバスガイド(2024年4月版)」は3月下旬に本庁舎、各窓口センターなどで配布する予定です。

### よくある質問



つくタク、つくばね号、民間路線バスの運行に何か変更がありますか？

つくタク、つくばね号に変更はありません。民間路線バスは、減便や廃線など運行の改正を順次行っています。詳細は各バス会社にお問い合わせください。



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
- マスクの着用をお願いします

つくば市の人口  
※()内は前年同月比

人口 256,526人 (+3,036) [男 128,717人 女 127,809人] 世帯数 121,002 (+2,238) ※2024年1月1日現在

これからのやさしさのものを  
つくばSDGs



つくばSDGsポータルサイト