TSUKUBA CITY NEWS

広報つくば

2024 08

No.646

今月の主な内容

認知症などのおでかけ見守りシール…2 | 定額減税調整給付…3 | 山のレジャー注意喚起…16

まつりつくば 2024

市内最大の夏祭りを今年も開催します

問 観光推進課

日程 8月24日㈯・25日㈰ 12:00～21:00

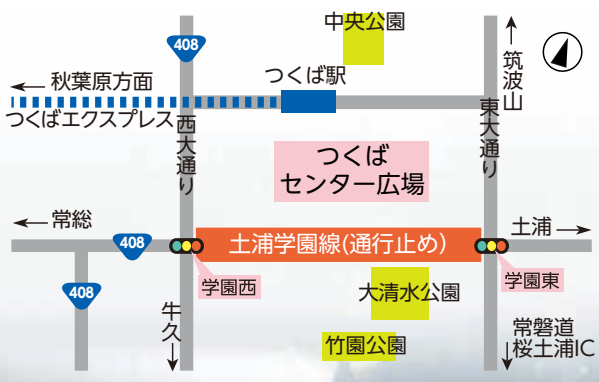
会場 つくば駅周辺

センター広場、大清水公園、トナリエつくばスクエア周辺、中央公園など

交通規制図

まつりつくば開催中の両日15:45～21:00

交通規制を行います。ご理解ご協力をお願いします。



詳細は、まつりつくば公式ホームページやチラシをご覧ください。

つくば駅前市民窓口センターからお知らせ

8月24日(土)は、まつりつくば開催のためつくば駅前市民窓口センターは閉庁します。
なお、本庁舎の土曜窓口は平常どおり開庁しておりますのでご利用ください。 問 市民窓口課

発　行｜つくば市 〒305-8555 研究学園一丁目1番地1
編　集｜市長公室広報戦略課　TEL｜029(883)1111 (代)

つくスマ
つくばスマートシティアプリ

マチイロ
広報紙をスマホでも

Multilingual Web Page
英語・中国語・韓国語・やさしい日本語

つくば市内の福祉事業所が魅力を持ち寄る店
融点（ゆうてん）が市役所1階にオープンしました

問 障害者地域支援室

6月27日にオープンした「融点」の店頭には、つくば市内の福祉事業所が作るパンや野菜などの食品や、アクセサリー、バッグなどの雑貨が数多く並びます。商品とともに、その背景にある、それぞれの事業所が大切にしている福祉に対する考え方も店内に展示されています。店舗に訪れる人と福祉事業所で働く人が出会い、障害や福祉について考えるきっかけの場となることを期待しています。詳細は市ホームページをご覧ください。

場 市役所１階東正面側玄関横
日 (月)～(金) 10:00～14:00営業
※(祝)、12月29日～1月3日を除く

▲市ホームページ

おでかけ見守りシールの読み取りにご協力ください

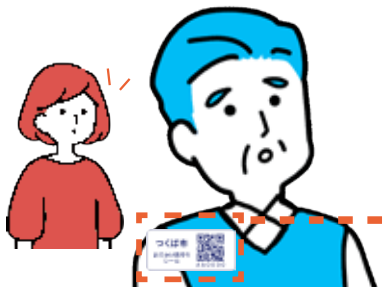
問 地域包括支援課

認知症などの症状で行方不明になる可能性がある方に「つくば市おでかけ見守りシール」を配布しています。シールを貼っている方を見かけたら優しく見守り、道に迷っているなど不安な様子が感じられる場合は、お声掛けした上でおでかけ見守りシールの2次元バーコードを読み取ってください。読み込むと、登録しているご家族などへ瞬時に通知メールが届き、「どこシル伝言板」を使って匿名でご家族などとやりとりすることで、早期発見・保護につながります。

ご家族などの事前準備▶▷▶①認知症高齢者等SOS（エスオーエス）ネットワークに登録②おでかけ見守りシール登録申込書を提出
既住症や保護時に注意すべきことを詳細に記入しておくことで、発見者がご本人に接する際の手助けになります。適切な情報の記入をしましょう。情報登録後、「おでかけ見守りシール」が配布されるので、衣服や所持品に貼り付けてください。詳細は市ホームページをご覧ください。

▲市ホームページ

① おでかけ見守りシールを貼っている方を発見



▲おでかけ見守りシールの貼付場所は右肩を推奨していますが、ご本人の意思で別の場所に貼られている場合があります。

② 2次元バーコードを読み込む

③「どこシル伝言板」に書き込む

▲ご家族などと発見者のみ閲覧可能な画面です。

④ 警察に通報または ご家族などの迎えにより保護

つくば市長選挙・つくば市議会議員一般選挙の期日前投票におけるタクシー運賃助成について

問 選挙管理委員会事務局

ご自宅から期日前投票所までの移動が困難な方の投票の機会を確保するため、期日前投票用タクシー助成券を現在タクシー運賃助成を受けている方に原則申請なしでご自宅に郵送します。利用方法の詳細は助成券郵送時に同封します。

▶配布時期 10月中旬頃　**▶期日前投票期間（助成券利用期間）** 10月21日(月)～26日(土)

助成額　自宅から最寄りの期日前投票所までの往復タクシー運賃

対象者　つくば市高齢者タクシー運賃助成やつくば市障害者タクシー運賃助成などを受けている方など
※自宅と最寄りの期日前投票所以外での乗り降りや買い物などには利用できません。
※現在助成申請を受けていない方も、申請すれば利用することが可能です。

日日時 場場所 対対象 講講師 定定員 費費用（無料は記載なし） 申申込方法 問問い合わせ F FAX E メールアドレス 担担当部署

定額減税を十分に受けられないと見込まれる方へ 調整給付(定額減税補足給付金)のお知らせ

「定額減税補足給付金」は、定額減税では減税しきれないと見込まれる方に対して、定額減税しきれない額を1万円単位に切り上げて給付するものです。定額減税と調整給付の詳細は市ホームページをご覧ください。

対象者

次の全ての要件に当てはまる方
- ▶定額減税対象者の方
- ▶定額減税可能額が「令和6年分所得税額(推計)※1」または「令和6年度個人住民税額(所得割)」を上回り、減税しきれない方
- ▶納税義務者本人の合計所得金額が1,805万円を超えない方

※1「令和6年分所得税額(推計)」＝令和5年分の所得や控除などの状況を基に算定した所得税額

定額減税可能額

所得税分 3万円×減税対象人数※2　個人住民税(所得割)分 1万円×減税対象人数

定額減税可能額 ＝ 合計 4万円 × 減税対象人数

※2 減税対象人数＝納税者本人、控除対象配偶者、扶養親族(16歳未満の扶養親族を含む)の合計人数(国外に居住する控除対象配偶者・扶養親族を除く)

調整給付額

令和6年分所得税額(推計)		令和6年度個人住民税額(所得割)	
定額減税可能額(3万円×減税対象人数)		定額減税可能額(1万円×減税対象人数)	
所得税額(推計)	減税しきれない額 ❶	住民税額	減税しきれない額 ❷

調整給付額 ＝ ❶ ＋ ❷

(❶と❷の合計額を、1万円単位に切り上げて給付されます)

問 つくば市調整給付金コールセンター
☎(0570)045007
※(土)(日)(祝)を含む8:30～20:00
※通話料が発生します。
担 市民税課

定額減税や給付金を装った詐欺にご注意ください

不審な連絡があった場合は、つくば市役所、警察本部・警察署または警察相談専用電話☎#9110にご連絡ください。

給付時期・給付方法

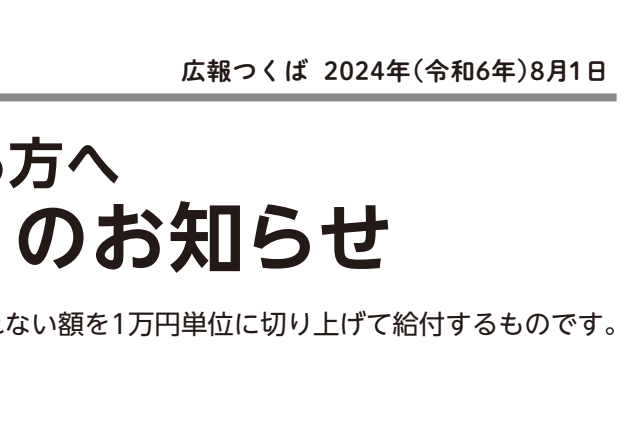
詳細が決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。また、調整給付の対象となる方には別途通知書を送付します。

市ホームページ▶

謎解き重ね押しスタンプラリー <科学暗号(サイエンスあんごう)を解読(かいどく)せよ!

累計発行部数3,500万部を超える(2024年3月現在)人気コミックのアニメイベント「SPY(スパイ)×FAMILY(ファミリー) in つくば ～どきどきだいさくせんっ！」との連動企画として、夏休み期間中、市内の研究教育機関を見学しながら楽しめる重ね押しスタンプラリーイベントを開催しています。謎解きをしながら市内を探求してみませんか。

▲ホームページ



©遠藤達哉／集英社・SPY×FAMILY製作委員会

対 象 者　小学生以上の方(推奨)
参 加 費　無料(バス乗車運賃、各施設により入場料が別途必要)
実施期間　9月1日(日)まで

参加方法

❶ 絵はがき台紙(ちびっ子博士パスポートと一緒に市内公立学校から配布)に記載された特設スタンプ設置場所10施設から、①～⑤施設ごとに行きたい方の施設を1つずつ選び、全部で5施設訪問しましょう。
- 施設①「地図と測量の科学館」または「サイバーダインスタジオ」
- 施設②「筑波実験植物園」または「食と農の科学館」
- 施設③「つくばエキスポセンター」または「高エネルギー加速器研究機構」
- 施設④「地質標本館」または「つくばジオミュージアム」
- 施設⑤「サイエンス・スクエア つくば」または「つくばわんわんランド」

❷ 最初に訪問した施設で、謎解き用の問題シートを入手してください。各施設を訪問し、施設内の展示などを見ながら、問題シートに記載されている「謎」を解き、同時に絵はがき台紙にスタンプを押していきましょう。
※絵はがき台紙は、つくば駅前観光案内所、つくば国際会議場でも配布しています。

❸ 5施設を巡ると、絵はがきの絵柄が完成します。
最後の問題を解き、つくば駅前観光案内所(BiVi(ビビ)つくば1階)でアンケートに回答していただいた方には、参加賞をプレゼントします(先着1,500人)。

参 加 賞　TV(テレビ)アニメ『SPY×FAMILY』のイラストを使用した「しおり」「うちわ」、「本物のアンモナイト化石」のうち、いずれか1つ

つくばサイエンスツアーバス 夏休み特別運行

6つの施設を循環する、乗り降り自由の路線バスです。
- ▷北回り＝国土地理院 地図と測量の科学館、筑波実験植物園
- ▷南周り＝つくばエキスポセンター、サイエンス・スクエア つくば、地質標本館、JAXA(ジャクサ)筑波宇宙センター

日 8月25日(日)まで ※(月)を除く
場 バス発着場所＝つくばセンターバスターミナル8番乗り場
費 190～320円(乗車ごとの区間運賃)

問 つくばサイエンスツアーオフィス
☎029(863)6868
※(土)(日)(祝)を除く9:00～17:00
担 観光推進課

令和6年能登半島地震
被災地での支援状況報告(第6回)

問 危機管理課

2024年1月1日に発生した、「令和6年能登半島地震」で被害に遭われた方々にお見舞い申し上げるとともに、被災された方々の安全と、一日も早い復旧をお祈り申し上げます。つくば市では1月3日から職員による被災地での支援を開始しており、7月18日までに29人を派遣しています。

能登町で市民部・福祉部職員が住家被害認定調査を支援

県からの要請を受け、5月14日につくば市を出発し、5月15～17日に被災した住宅を対象に、現地での住宅被害再調査および住家被害認定調査票作成に従事しました。

珠洲市で生活環境部職員が被災家屋の公費解体を支援

環境省からの要請を受け、5月19日につくば市を出発し、5月20～24日に被災家屋の公費解体に関する相談と受け付け業務に従事しました。

令和6年能登半島地震全般の情報はこちら

気象庁ホームページ
「令和6年能登半島地震の関連情報」▶

義援金を受け付けています

義援金は、日本赤十字社を通して、被災県が設置する義援金配分委員会に全額を送金します。詳細は市ホームページをご覧いただくか、お問い合わせください。

義援金箱設置場所
▷市役所1階総合案内(東側)
▷市役所2階社会福祉課41番窓口
問 日本赤十字社茨城県支部つくば市地区(市役所内社会福祉課担当)

義援金の受け付けや支援状況などの詳細はこちら

市ホームページ
「令和6年能登半島地震」▶

市長等の資産等報告書の要旨

問 法務課

つくば市長等政治倫理条例(平成13年つくば市条例第8号)第13条第1項の規定に基づき市長、副市長および教育長の資産等報告書の要旨を公表します。
※土地および建物の価格は、固定資産税評価額によるものです。また、資産等報告書は、法務課で閲覧できます。

※「資産」は2024年1月1日現在、「収入・受贈など」は2023年のもの

			市長　五十嵐　立青			副市長　飯野　哲雄			副市長　松本　玲子			教育長　森田　充		
資産	土地	宅地	1筆	166.51㎡	8,691千円	1筆	280.89㎡	5,784千円	5筆	2,932.57㎡	154,394千円	3筆	2,055.94㎡	11,796千円
		田・畑			―			―	14筆	8,615.50㎡	42,500千円	16筆	25,855.00㎡	1,797千円
		山林			―			―	2筆	989.00㎡	34千円	4筆	1,676.00㎡	58千円
		その他			―			―	5筆	2,001.71㎡	62,709千円	2筆	434.00㎡	15千円
		合計	1筆	166.51㎡	8,691千円	1筆	280.89㎡	5,784千円	26筆	14,538.78㎡	259,637千円	25筆	30,020.94㎡	13,666千円
	地上権など				―			―			―			―
	建物	居宅	1棟	107.64㎡	7,066千円	1棟	123.38㎡	1,956千円	3棟	231.76㎡	7,097千円	3棟	314.79㎡	7,198千円
		共同住宅			―			―			―			―
		その他			―			―	2棟	33.07㎡	377千円	3棟	163.95㎡	2,888千円
		合計	1棟	107.64㎡	7,066千円	1棟	123.38㎡	1,956千円	5棟	264.83㎡	7,474千円	6棟	478.74㎡	10,086千円
	預金貯金	預金			734千円			33,902千円			1,739千円			17,983千円
		貯金			―			―			5,282千円			―
	金銭信託				―			―			―			―
	有価証券	株券以外			1,914千円			2,588千円			5,199千円			―
		株券		1銘柄	1,000株		5銘柄	4,800株			―			―
	ゴルフ場利用権				―			―			3口			―
	貸付金				―			―			―			―
	借入金				26,767千円			―			―			―
	保証債務				―			―			―			―
収入・受贈など	収入・給与など				23,175千円			12,978千円			24,227千円			11,391千円
	受贈・受けた接待				―			―			―			―

日日時 場場所 対対象 講講師 定定員 費費用(無料は記載なし) 申申込方法 問問い合わせ F FAX E メールアドレス 担担当部署

第44回 つくばマラソン ボランティアを募集します

2023年度の様子

2023年度の様子

問 スポーツ振興課

11月24日(日)・25日(月)の2日間を通してランナーをサポートしませんか。ランナーからも、ボランティアの応援に励まされたという声が毎年届いています。個人だけでなく、企業・ご家族などのグループでの参加も大歓迎です。

活動内容

❶11月24日(日)7:00～16:00

※雨天決行(時間は担当箇所によって変わります)

※11月4日(祝)に市役所で説明会を予定しています。

▶給水所運営＝給水所でランナーに給水、給食を提供

▶記念品配布＝ゴール後のランナーに記念品を配布

▶会場案内＝筑波大学陸上競技場周辺での会場案内

▶ランナーサポート＝コース上で注意が必要な場所での呼びかけ

❷11月25日(月)9:30～12:00

※小雨決行

▶コース清掃

募集要項

定 ①1,000人程度②30人 ※いずれも先着

※中学生以下の方は保護者同伴

申し込み

8月31日(土)までに
インターネットで

▲ホームページ

ご参加いただいた方には
オリジナルのジャンパー
をお配りします。

▲2023年度版

不法投棄厳戒中

問 ▷環境衛生課▷茨城県不法投棄110番☎(0120)536380
▷(夜間・休日)つくば警察署☎029(851)0110

人目につきにくい場所や夜間の不法投棄が多発しています。不法投棄は法律で禁止されており、決して許されません。不法投棄を発見したら、茨城県不法投棄110番へ通報のご協力をお願いします。また、不法投棄された廃棄物の処理は、行為者が不明の場合、土地の所有者(管理者)の責任で適正に処理していただくこととなるため、不法投棄されにくい環境づくりが必要です。

適正に廃棄物を処分しましょう

ごみは産業廃棄物と一般廃棄物に分類されます。排出する際は、それぞれのルールに従い、所有者(排出者)が責任を持って適正に処分しなければなりません。処分方法で不明な点がある場合はお問い合わせください。

不法投棄されにくい環境づくりにご協力ください

▶草刈りや樹木の剪定(せんてい)などを定期的に行い、きれいな状態を維持する。

▶侵入防止用の柵などを設置し、第三者が容易に侵入できないようにする。

▶所有地(管理地)の定期的な見回りを行う。

不法投棄撲滅に向けて取り組んでいます

▶防犯・環境美化サポーターによる巡回パトロール

▶不法投棄禁止看板の無料配布

▶茨城県の不法投棄等機動調査員による
不法投棄・不適正残土案件に対する監視

▶警察によるパトロールの強化

▶警察や茨城県、他市町村との情報共有、
協力体制の構築

▲不法投棄禁止看板

健康・福祉

資格取得を目指す方への給付金

ひとり親家庭の父母が、就職に有利で生活の安定に役立つ資格の取得を目指し、養成機関で半年以上修学する場合、最高で月額14万円を支給します。※所得によって支給額は異なります。詳細は市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

問 こども政策課

ひとり親家庭の養育費確保支援

養育費は、子どもの健やかな成長のため、生活を支える大切なものです。市では、養育費に関する取り決めを促すとともに、養育費の継続した履行確保を図るため、公正証書の作成に係る費用や養育費保証契約に係る保証料、裁判外紛争解決手続(ADR)利用の費用に対して助成金を交付し、ひとり親の方を支援します。

問 こども政策課

児童扶養手当現況届の提出

7月下旬に、該当する方に通知を発送しました。8月30日(金)までに現況届の提出をお願いします。提出がない場合、2025年1月以降の手当てが受けられなくなります。詳細は通知をご覧ください。

問 こども政策課

つくば市敬老祝金のお知らせ

長寿を祝して、年度内に次の節目年齢になる方へ敬老祝金を給付します。対象の方には8月末～9月上旬に個別通知します。

口座振込▷77歳(3,000円)、88歳(1万円)、101歳以上(2万円)

ご自宅訪問または高齢福祉課窓口で直接▷100歳(3万円)※記念品とともに贈呈します。

問 高齢福祉課

介護職員の就労と研修受講への給付金

①介護職員就労スタートアップフォロー給付金

2023年7月1日～2024年6月30日に、市内の特定の介護事業所や障害福祉サービス事業所などに就職した方で、一定の条件を満たした方に給付します。詳細は市ホームページをご覧ください。

※申込者多数の場合は抽選

対 ▷常勤職員＝5万円、▷非常勤職員＝3万円

②介護職員キャリアアップ費用給付金

2023年6月30日以前から市内の特定の介護事業所や障害福祉サービス事業所などで働いている方で、一定の条件を満たした方に研修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。

※申込者多数の場合は抽選

対 介護職員初任者研修または実務者研修に要した費用の5割(上限5万円 ※1,000円未満切り捨て)

申 2025年2月3日(月)～28日(金)に申請書(高齢福祉課、市ホームページに用意)を郵送(必着)または直接

問 高齢福祉課

生活習慣病予防のための「ヘルシー教室」

ヘルシー教室ではコース別に食事と運動についての講話と実技を行います。健診結果が軽度異常のうちに生活習慣の見直しと改善に取り組みましょう。①コレステロールが気になる人②血圧・血糖が気になる人の2コースです。

日 ①栄養編▷8月23日(金)
運動編▷9月6日(金)
②栄養編▷8月30日(金)
運動編▷9月6日(金)
9:45～12:00(受付9:30～)

場 桜保健センター

対 市内に住民登録のある20～74歳の方
※①②ともに栄養編と運動編の2日間参加できる方

講 市保健師、市管理栄養士、運動インストラクター

定 各コース先着15人

申 ①8月21日(水)まで②8月28日(水)までに電話で

問 桜保健センター☎029(857)3931

ヒトパピローマウイルス感染症予防接種の任意接種償還払い

申請受け付けは**2025年3月31日(月)まで**です。

場 申請受付場所▷予防接種・感染症対策室、大穂・谷田部・桜保健センター

対 次の要件を全て満たす方
①2022年4月1日時点で市に住民登録のある方(転出者を含む)
②1997年4月2日～2005年4月1日生まれの女性の方
③高校1年生の年度末までに、ヒトパピローマウイルス定期予防接種(3回)を完了していないこと
④高校2年生相当～2022年3月31日に、日本国内でヒトパピローマウイルス感染症任意予防接種(2価または4価)を自費で接種した方
⑤償還払いを受けようとする接種回数分について、キャッチアップ接種を受けていないこと

費 自己負担額や領収書の有無によって異なります。※上限あり

申 申請書類などの詳細は、市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。

問 予防接種・感染症対策室

ヒトパピローマウイルス感染症予防接種キャッチアップ接種

ヒトパピローマウイルス感染症予防接種(HPVワクチン)のキャッチアップ接種は、**2025年3月31日(月)まで**です。対象の方には、5月末に通知をお送りしています。接種が完了するまでには3回接種(標準的スケジュールでは約半年)が必要ですので、ご注意ください。HPVワクチンについての詳細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 1997年4月2日～2008年4月1日生まれの女性の方で、3回接種が完了していない方

問 予防接種・感染症対策室

献血のお願い(つくば市役所会場)

400(ミリリットル)mlの全血献血を実施します。献血カードアプリ「ラブラッド」での事前予約(希望時間の3時間前まで予約可能)がおすすめです。

日 8月8日(木)9:45～11:45、13:00～16:00

場 市役所南側玄関付近

問 健康増進課

フレイルサポート教室

生き生きとした老後を過ごすためには、フレイル(虚弱)を予防することが大切です。さまざまな分野の専門講師が、あなたの健康をサポートします。講話と実践で楽しく学びましょう。

日 10月9日、11月13日(水)10:00～12:00

場 豊里交流センター2階研修室

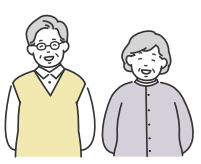
対 市内在住の65歳以上の方

定 各先着30人

申 9月2日(月)から電話で

問 大穂豊里地域包括支援センター
☎029(869)9527

担 地域包括支援課



大人の風しん任意予防接種

大人の風しん任意予防接種は、**2025年3月31日(月)まで**です。対象の方で風しん抗体検査の結果、抗体価が低い方は予防接種を受けることができます。予防接種を受けるためには、事前申請が必要です。詳細は市ホームページをご覧ください。

助成額

▷麻しん風しん混合ワクチン＝5,000円
▷風しんワクチン＝3,000円

場 大人の風しん任意予防接種協力医療機関

対 1990年4月1日以前に生まれた方で次に該当する方
①妊娠を希望している女性②妊娠している女性の配偶者(パートナー含む)
※2013年につくば市の助成を受けてワクチンを接種している方は対象外

問 予防接種・感染症対策室

風しん第5期抗体検査と予防接種

対象の方には、2024年6月にクーポン券をお送りしています。抗体検査を受けていない方は早めに受けましょう。**クーポン券の有効期限は2025年2月28日(金)です。**

場 風しん第5期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 1962年4月2日～1979年4月1日生まれの男性の方
※2013年につくば市の助成を受けてワクチンを接種している方は対象外

問 予防接種・感染症対策室

認知症フレンドリー講座(バーチャル・リアリティ体験)

認知症の方へのインタビュー動画や当事者視点のバーチャル・リアリティ体験を通じて、認知症への理解を深める講座です。認知症に馴染みがないという方も講座を通じて本人の気持ちに触れることができます。

日 9月14日(土)
10:00～11:30、13:30～15:00

場 市役所2階会議室203

対 市内在住・在勤・在学の方

講 坂田(さかた)一裕(かずひろ)氏(朝日新聞社)

定 先着30人/回

申 8月1日(木)～9月5日(木)に電話で

問 地域包括支援課

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、認知症の方や家族の支援を行う「認知症サポーター」を養成するための講座です。認知症の基礎知識や接し方を学ぶことができます。

日 9月7日(土)10:00～11:30

場 市役所2階会議室201

対 市内在住・在勤・在学の方

講 つくば市キャラバンメイト

定 先着50人

申 8月1日(木)～9月5日(木)に電話で

問 地域包括支援課

日日時 場場所 対対象 講講師 定定員 費費用(無料は記載なし) 申申込方法 問問い合わせ F FAX E メールアドレス 担担当部署

2024年度の国民健康保険被保険者証の受け取りがお済みでない方へ

2024年度の国民健康保険被保険者証を7月中旬から下旬にかけて世帯主宛ての簡易書留で郵送しました。受け取りができなかった方は、8月1日(木)以降に本人確認ができるものを持参し、窓口での受け取りをお願いします。

※別世帯の方が受け取る場合は世帯主からの委任状が必要です。

問 国民健康保険課

介護保険料の納入通知書を送付します

普通徴収者(納付書払いなど)の方に、令和6年度保険料額決定(納入)通知書(第3～6期分)を8月中旬に送付します。それぞれの納期限にご注意ください。

▷第3期＝9月2日(月)
▷第4期＝10月31日(木)
▷第5期＝12月25日(水)
▷第6期＝2025年2月28日(金)

問 介護保険課

音訳奉仕員養成講座受講生募集

ボランティア活動や視覚に障害のある方への理解を深め、文字などの情報を音声に換えて提供する「音訳」の技術を学びます。※全10回

日 9月2・9日、10月21・28日、11月11・25日、12月16・23日、2025年1月6・27日(月) 10:00～12:00
場 市役所会議室　対 市内在住の方
定 15人(抽選)
申 8月15日(木)までに受講申込書(社会福祉協議会、市ホームページに用意)を郵送(必着)または直接
問 社会福祉協議会〔〒300-3257筑穂1-10-4〕☎029(879)5898
担 障害者地域支援室

パソコン要約筆記奉仕員養成講座受講生募集

聴覚障害者に文字で情報を伝える技術を学び、情報伝達サポートのボランティアをしてみませんか。

日 9月5日～11月7日毎週(木)9:30～12:30 ※全10回、ほか現場実習1回あり
場 ボランティアセンター会議室〔筑穂1-10-4〕
対 市内在住のパソコンによる文字入力に慣れている方で、ノートパソコン(Windows10以上)を持参できる方 ※持参できない方は応相談
定 10人(抽選)　費 4,000円(テキスト代)
申 8月22日(木)までに受講申込書(社会福祉協議会、市ホームページに用意)を郵送(消印有効)または直接
問 社会福祉協議会〔〒300-3257筑穂1-10-4〕☎029(879)5898
担 障害者地域支援室

ゲートキーパー養成講座

身の回りで悩んでいる人に気付き、適切に声を掛け、話を聴き、必要に応じて専門家につなぎ、見守る「ゲートキーパー」を養成しています。自殺についての現状や、自殺を考える人の心理、ゲートキーパーの役割、声掛けの方法などを学んでみませんか。大切な人の命を守るために、あなたの力を貸してください。

日 9月3日、2025年3月18日(火) 10:00～11:00
場 市役所2階会議室203
対 市内在住の方
講 市保健師
定 先着50人/日
申 8月1日(木)から電話またはインターネットで
問 大穂保健センター ☎029(864)7841

募集

食生活改善推進員協議会養成講座

健康や栄養に興味がある方、地域での食育に関わりたい方、健康を支える活動をしませんか。(全5回)

日 10月23日(水)9:30～11:30、11月13日(水)9:30～14:30、12月4日(水)9:30～15:00、2025年1月29日(水)9:30～14:30、2月19日(水)9:30～15:00
場 桜保健センター
対 市内在住で養成講座終了後、市食生活改善推進員協議会に所属しボランティア活動ができる方
講 市管理栄養士、保健師など　定 先着20人
費 1,500円(テキスト代)
申 8月1日(木)～9月20日(金)に電話またはメールで
E wef050@city.tsukuba.lg.jp
問 健康増進課

運動普及推進員養成講座受講生

健康づくりのためのボランティアを養成する講座です。講義や実技を通して運動について学びます。運動を地域に広めたい方や、自分自身が運動を継続することで健康になりたい方の受講をお待ちしています。

日 9月30日(月)9:00～12:00、10月30日(水)9:00～12:00、13:00～16:00、11月28日(木)9:00～12:30、13:30～16:00、12月23日(月)9:00～12:00
場 健康増進施設いきいきプラザ
対 市内在住で74歳以下の方
講 健康運動指導士など　定 先着30人
申 8月30日(金)までに次のいずれかの方法で
①「住所・氏名・生年月日・電話番号」を電話またはメールで
②申込用紙(健康増進課、各交流センター、各保健センター、健康増進施設いきいきプラザ、市ホームページに用意)を記入し、郵送(必着)、FAXまたは直接
問 健康増進施設いきいきプラザ〔〒300-3253大曽根4067-1〕
☎029(864)5089
F 029(864)5093
E plz010@city.tsukuba.lg.jp

つくば市シルバー人材センター

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2～3日できる方を募集しています。

日 ①8月8日(木)②8月27日(火) 13:30～(13:00～受付)
場 ①大穂庁舎3階会議室②茎崎交流センター
対 市内在住で満60歳以上(2025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

親子すこやか宿泊研修事業参加者

県内の母子家庭のお母さんとお子さんが、広く地域を越えて交流と楽しい体験ができる「宿泊研修事業」の参加者を募集します。

日 9月21日(土)14:00～9月22日(日)13:00
場 常陸太田市西山研修所〔常陸太田市稲木町1699-8〕
対 県内在住の母子家庭で、児童が年長児～中学2年生の方 ※全日程に参加できる方
定 50人(抽選)　費 1,000円/世帯
申 8月9日(金)までに茨城県母子寡婦連合会に郵送またはFAXで
問 茨城県母子寡婦福祉連合会〔〒310-0065水戸市八幡町11-52〕
☎029(221)7505
F 029(221)8618
担 こども政策課

家庭生活支援員養成講習会

子育て支援をサポートする家庭生活支援員の養成講習会を実施します。詳細は市ホームページをご覧ください。

日 10日6日・20日、11月3日・17日、12月1日(日)9:30～16:30
場 茨城県母子寡婦福祉連合会母子・父子福祉センター会議室
対 家庭生活支援員に関心のある方
定 20人
申 9月6日(金)までに申込書(こども政策課、市ホームページに用意)を郵送(必着)またはFAXで
問 茨城県母子寡婦福祉連合会母子・父子福祉センター〔〒310-0065水戸市八幡町11-52〕
☎029(221)8497
F 029(221)8618
担 こども政策課

第19回筑波大学朝永振一郎記念「科学の芽」賞 作品募集

ノーベル物理学賞受賞者・朝永振一郎の功績を若い世代に伝え、自然や科学への関心を育むことを目的としたコンクールを開催します。自然現象の不思議を発見し、観察・実験して考えた作品を募集します。詳細はホームページをご覧ください。

対 小学3年生～高校3年生の個人・団体
申 8月19日(月)～9月17日(火)に申し込みフォームに必要事項を入力後、郵送(消印有効)で
問 筑波大学朝永振一郎記念「科学の芽」賞実行委員会
☎03(3942)6806
担 科学技術戦略課

乳児家庭教育学級「つくひな」秋学級

離乳食や赤ちゃんから始めたい性教育など、乳児期の子育てについて学ぶことができる全5回の講座です。仲間づくりもできます。

日 ①9月3・10・17日、10月1・15日(火)
②9月11・18・25日、10月9・16日(水)
③9月2・9日(月)、19日(木)、10月7・21日(月)
10:00～11:10
場 ①大穂交流センター②並木交流センター③茎崎交流センター
対 市内在住・在勤・在学の方で生後2～10カ月(9月2日時点)の子を持つ保護者の方
講 助産師、市管理栄養士、市社会教育指導員
定 各13組程度(抽選)
申 8月18日(日)までにインターネットで
問 生涯学習推進課

段ボールコンポスト無料配布

「燃やせるごみ」の中には生ごみが約30%含まれています。段ボールコンポストで手軽にたい肥化し、生ごみ減量にチャレンジしてみませんか。

日 8月31日(土)9:00～12:00
場 市役所コミュニティ棟東側スペース
対 市内在住の方　定 先着400人
申 8月9日(金)9:00～23日(金)16:00に電話またはインターネットで
問 環境衛生課

違反広告物を除却するボランティア団体

電柱などに違法に表示されたはり紙などを除却するボランティア団体(5人以上)を年間を通して募集しています。地域の清掃活動などと同時に行うことができるため、気軽に始められます。軍手など活動に必要な物品は支給します。

問 都市計画課

周辺市街地チャレンジショップ出店者

出店希望者は有識者による助言を受けてビジネスプランを提出します。選定されると出店経費補助を受け、「北条イリアイテラス(1店舗)」または「吉沼まちかどテラス(3店舗)」への出店ができます。詳細は市ホームページをご覧ください。

申 8月30日(金)までにインターネットで
問 周辺市街地振興課

パブリックコメント

詳細は市ホームページをご覧ください。

つくば市都市計画マスタープラン・つくば市立地適正化計画(案)

「つくば市都市計画マスタープラン2015」、「つくば市立地適正化計画」について、市の状況を踏まえ持続可能なまちづくりをさらに進めるため、一体的に改定します。皆さんのご意見をお待ちしています。

場 都市計画課、市役所1階情報コーナー、つくば市民センター、各窓口センター、各地域交流センター、市ホームページ
申 8月13日(火)～9月12日(木)に郵送(必着)、インターネット、FAX、メールまたは直接
F 029(868)7595
E ubn013@city.tsukuba.lg.jp
問 都市計画課

つくば市下水道事業経営戦略(案)

将来にわたって安定的に事業を継続するための中長期的な経営の基本計画となる、つくば市下水道事業経営戦略を改定します。皆さんのご意見をお待ちしています。

場 下水道総務課、市役所1階情報コーナー、つくば市民センター、各窓口センター、各地域交流センター、市ホームページ
申 8月6日(火)～9月5日(木)に郵送(必着)、インターネット、FAX、メールまたは直接
F 029(868)7619
E swr032@city.tsukuba.lg.jp
問 下水道総務課

(仮称)つくば市茎崎給食レストラン整備基本計画(案)

旧岩崎保育所用地に地場産物の貯蔵庫や加工施設、市民に向けた給食レストランなど、複合的な機能を備えた新しい給食施設を整備するため、基本計画を策定します。皆さんのご意見をお待ちしています。

場 健康教育課、市役所1階情報コーナー、つくば市民センター、各窓口センター、各地域交流センター、市ホームページ
申 8月13日(火)～9月12日(木)に郵送(必着)、インターネット、FAX、メールまたは直接
F 029(868)7613
E edc060@city.tsukuba.lg.jp
問 健康教育課

相談

全国一斉 子どものための養育費相談会

茨城県司法書士会、全国青年司法書士協議会と共催で、養育費に関する無料電話相談会を開催します。養育費でお悩みの方は、ぜひご相談ください。※秘密は厳守します。

日 8月31日(土)10:00～21:00
相談専用☎0120(567)301
問 茨城青年司法書士協議会
☎0296(48)9107(担当:太田(おおた))
担 こども政策課

住まいの相談会開催のお知らせ(予約制)

住宅リフォームなどの疑問・質問に、建築士がお答えします。

日 9月18日(水)10:00～16:00
場 市役所2階防災会議室3
対 茨城県南地区在住で、住宅リフォームなど検討されている方
定 先着10組
申 8月1日(木)～26日(月)にインターネットで ※難しい方は電話で
問 茨城県土木部都市局住宅課民間住宅・住宅指導グループ
☎029(301)4755
担 住宅政策課

空き家の無料相談会

空き家に関する相談に、宅地建物取引士、司法書士、建築士、市職員が応じます。

日 9月7日(土)13:00～17:00
場 市役所2階防災会議室2・3、職員研修室1
対 市内の空き家や空き家になることが予想される住宅の所有者など
定 先着12組
申 8月5日(月)～16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。

日 8月15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(のむら))
担 総務課

こころの健康相談

「気分が落ち込む」などの心の不調に関することや、医療機関への受診の必要性を精神科医に相談できます。ご自身のことだけでなく、家族の相談も受け付けます。

※治療中の方は、ご遠慮いただいています。まずは主治医にご相談ください。

日 8月21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 8月1日(木)から電話で
問 大穂保健センター☎029(864)7841

「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 こども未来センター

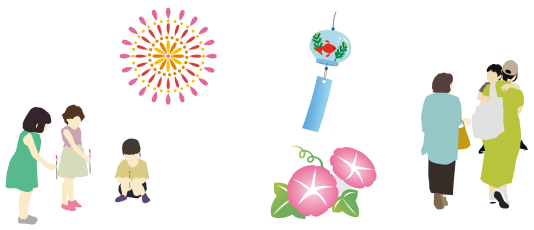
新たな市民活動拠点

コリドイオ情報

❶「終活と成年後見制度」講座

将来を安心して過ごすために備える「終活」を主題に、葬儀・遺言・金融資産・成年後見制度(特に任意後見)について、各界で活躍する専門家が解説します。※有料駐車場有り

日 9月3日(火)・4日(水)・5日(木)・9日(月)・10日(火)14:00～16:00
場 コリドイオ3階大会議室
対 市内在住・在勤で成年後見制度に関心のある方
講 葬儀会社代表、証券会社職員、終活カウンセラー、弁護士、司法書士など
定 各先着100人(複数回参加・グループ申込可)
申 9月2日(月)までに次のいずれかの方法で
①申込書(社会福祉協議会ホームページ、社会福祉協議会、地域包括支援課、障害者地域支援室に用意) をFAX、メールまたは直接 ※動画配信希望の方はメールで
②電話で
問 つくば成年後見センター(社会福祉協議会内)〔〒300-3257筑穂1-10-4〕
☎029(879)5511
F 029(879)5501
E tsukuba.koken@gmail.com
担 障害者地域支援室



つくば市民センターはコリドイオ〔吾妻1-10-1〕内にあります。
つくば市民センターでは「ヒアリングループ※」が使用できます。ご希望の方は、お知らせください。
問 つくば市民センター☎029(855)1171

※難聴の方の聞こえを支援する設備

❷クレヨンでアクセサリー・Tシャツ作り

使われなくなったクレヨンを生かして、自分だけのオリジナルアクセサリーやTシャツを作りましょう。つくば市民センターで7月に募集した、使われなくなったクレヨンを再利用します。

日 8月22日(木)
①アクセサリー作り▷10:00～12:00
②Tシャツ作り▷13:30～15:30
場 コリドイオ3階大会議室
対 市内在住・在勤・在学の小学生以上の方
※小学1～3年生は保護者同伴
講 塙千佳子(はなわちかこ)氏(デザイン咲)
定 各先着25人
費 各1,000円(材料費)
申 8月5日(月)12:00からインターネットで
問 つくば市民センター
☎029(855)1171

❸中高生ボランティア募集

❷の小学生向けの「クレヨン講座」を手伝っていただける中高生ボランティアを募集します。子どもたちと一緒に学び、小学生の成長をサポートしませんか。講座終了後に「ボランティア活動証明書」をお渡しします。

日 8月22日(木)
①アクセサリー作り▷10:00～12:00
②Tシャツ作り▷13:30～15:30
場 コリドイオ3階大会議室
定 各先着5人
申 8月5日(月)12:00からインターネットで
問 つくば市民センター
☎029(855)1171

❹市民活動助成金の案内と探し方

補助金や助成金を活用し、新たな事業展開を考えている市民活動団体向けに、個別対応形式で案内会を行います。活動分野や希望助成額などを事前にお知らせください。

日 8月27日(火)13:30～16:30
場 コリドイオ1階社会貢献活動支援室
対 社会貢献活動やボランティア活動を行っている方、これから始めようとしている方
定 先着3人 ※1人1時間程度
申 8月26日(月)までに電話で
※(土)(日)(祝)を除く9:00～17:00
問 つくば市民センター☎029(855)1171

❺第84回世界お茶のみ話 アルゼンチン編

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 8月17日(土)14:00～15:30
場 コリドイオ3階多文化共生ルーム
講 カミラ・バシェフィン氏
定 先着30人程度
申 8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
E event@inter.or.jp
担 国際都市推進課

❻市民活動のための「普通救命講習1」

9月1日は防災の日です。いざというときのための応急手当ての知識が、社会貢献活動につながるかもしれません。ボランティア活動のきっかけとして、気軽に参加してみませんか。

日 8月30日(金)9:00～12:00
場 コリドイオ3階大会議室
対 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方で、サークル活動やボランティア活動を行っている方、これから始めようとしている方
講 消防本部桜分署職員
定 先着30人
申 8月5日(月)12:00からインターネットで
問 つくば市民センター
☎029(855)1171

その他

オンブズマン制度

市民の市政に対する苦情をオンブズマンが公平・公正な立場で調査し、必要な場合は市に提言・勧告を行い、市民の権利・利益を保護します。

日 毎月第1～3(火)、第4(水)または(木)
13:30～17:00 ※要予約
場 オンブズマン事務局(大穂庁舎3階)
対 市のサービスやこれに関連する職員の行為に関して利害関係がある方
※法人・団体可
問 オンブズマン事務局
☎029(864)1980

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。

申 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
問 こども未来センター

8月は「電気使用安全月間」

経済産業省では、8月を「電気使用安全月間」と定めています。日頃からの電気の安全な使用を心掛けて、省エネを実践していきましょう。

問 関東電気保安協会茨城事業本部土浦事業所☎029(821)8929
担 環境政策課

地域共同で行う農地などの保全活動を支援します(多面的機能支払交付金)

農業者と地域住民などが共同で行う草刈り、水路の泥上げ、雑草対策、植栽活動、水路・農道の部分補修などを支援します。
2025年度からの支援を希望する方は9月20日(金)までにご相談ください。
問 土地改良課

みどりのプール　学校の夏休み期間中は営業時間が変わります

市内小中学校の夏休み期間中は、平日の午前中も一般利用ができます。水泳教室、水中ウォーキング、ヨガ、ストレッチ系など各種スポーツ教室も開催中です。詳細はホームページをご覧ください。

一般利用可能時間
▷9:00～21:00(第2・4(月)休館)
場 みどりのプール
問 スポーツ施設課

飼い主のいない猫のTNR相談会(アイラブつくば補助事業)

TNRとは野良猫に不妊去勢手術をして、元の場所に戻すことです。野良猫に餌をあげている方にTNR相談会を毎月実施します。

日 9月1日(日)13:00～15:00
場 レンタルスペースPUPPY〔苅間2031〕
問 ネコスペ事務局
☎080(2078)5199(担当:大塚)
担 環境保全課

市民意識アンケートにご回答ください

市の現状と課題、まちづくりについて、市民の皆さんの満足度などを把握するため、アンケート調査を実施します。調査票が自宅に届いた方は、回答へのご協力をお願いします。インターネット回答も可能です。

回答期限▷8月31日(土)
対 市内在住の18歳以上の男女3,000人(住民基本台帳から層化無作為抽出)
問 企画経営課

市内で自転車盗難が多発しています 必ず二重の施錠をしましょう

市内では1～3月に、100件以上の自転車が盗難被害に遭っています。無施錠駐輪は大変危険です。2つ以上の鍵を施錠し、自転車を守りましょう。

問 つくば警察署☎029(851)0110
担 防犯交通安全課

全国家計構造調査にご協力ください

法律に定められた基幹統計調査である全国家計構造調査を実施します。全国的な家計の実態を明らかにすることを目的とした国の重要な調査です。8月から統計調査員が対象地域内の各世帯を訪問しますので、調査へのご協力をお願いします。

問 企画経営課

木曜延長窓口のお知らせ

第2・4(木)は、一部の窓口業務について、19:30まで開庁時間を延長して受け付けています。
※延長は開庁日に限ります。
8月の木曜延長窓口開庁日は次のとおりです。

日 ①8月8日(木)②8月22日(木)
問 市民窓口課

納期限内の納付にご協力ください

9月2日(月)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市民税・県民税(第2期)②国民健康保険税(第2期)③介護保険料(第3期)④後期高齢者医療保険料(第2期)

問 ①▷納税課▷市民税課②▷国民健康保険課▷納税課③介護保険課④医療年金課

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。

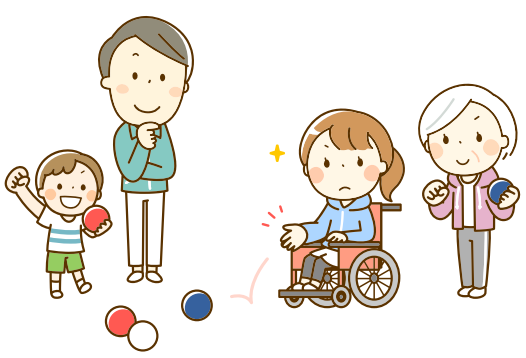
郵送先(申で指定のないもの)
〒305-8555
つくば市研究学園1-1-1　つくば市役所○○○○○課

スポーツ

カンタン・ボッチャ交流大会＆ユニカール体験

カンタン・ボッチャとは、年齢、性別、障害の有無にかかわらず全ての人が一緒に楽しめる競技「ボッチャ」を、より簡単にしたものです。その他、ユニカール(氷上競技カーリングの室内版)の体験も実施します。

日 9月20日(金)9:00～12:00
場 谷田部総合体育館
定 先着48人(3人/チーム)※1～2人でも参加可
費 300円/人
申 9月13日(金)までに「住所・氏名・年齢・電話番号」を記入しFAXまたはメールで
問 茨城県ニュースポーツ協会(担当:白馬)
F 029(828)5577
E hakuba0525@yahoo.co.jp
担 スポーツ振興課



洞峰公園オリエンテーリング大会

オリエンテーリングとは、会場内に設置されたチェックポイントを、地図とコンパスを使用してできるだけ短時間で走破するスポーツです。年齢や経験を問わずどなたでも参加できます。

日 8月25日(日)▷受付＝9:30～11:30
▷大会＝9:50～13:30
場 洞峰公園南駐車場付近〔二の宮2-20〕
費 1,000円/チーム ※1チーム3人まで
申 8月15日(木)までに「住所・氏名・年齢・電話番号・メールアドレス」を記入しメールで
問 茨城県オリエンテーリング協会第2支部(担当:宮本)
E miyamoto7m3fbs@yahoo.co.jp
担 スポーツ振興課

つくばリレーカーニバル2024

公園をリレー形式で周回するマラソン大会です。今回は、これまでのフルリレーの部(42km)と10kmリレーの部のほかに、親子マラソンの部(1km)を追加しました。

日 10月19日(土)8:15～14:40
場 研究学園駅前公園
申 9月8日(日)までにインターネットで
問 つくばリレーカーニバル事務局☎029(923)1251
担 スポーツ振興課

歌謡曲でダンス

歌謡曲に合わせて踊る教室です。初心者クラスと経験者クラスで分かれているので安心して参加できます。

日 8月3・17・24・31日(土)
①初心者クラス▷10:00～11:00
②経験者クラス▷11:15～12:15
場 つくばウェルネスパーク　対 高校生以上
講 谷田部あゆみ氏(文科省JDAC認定講師)
定 各先着15人　費 600円
申 2階総合受付に直接
問 つくばウェルネスパーク☎029(867)5210
担 スポーツ施設課

弱虫ペダルつくばBMXレースシリーズ supported by 沼尻産業　第5戦

サイクルパークつくばで、BMXレースが開催されます。迫力あるレースをぜひご覧ください。詳細はホームページをご覧ください。

日 8月18日(日)10:10～13:30
場 サイクルパークつくば
問 サイクルコミュニティ推進室

BMXレースの様子

健康

出前健康教室

インストラクターによる運動などを行います。シニアの方大歓迎です。
※同じ月に参加できるのは①イオンモールつくば②カスミ大穂店③カスミ学園店のいずれか一つです。

①イオンモールつくばで体操しよう
日 8月20日(火)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 先着18人
申 8月6日(火)9:00から電話で

②運動習慣始めませんか in(イン)カスミ大穂店
日 8月28日(水)10:00～11:00
場 カスミ大穂店東側スペース〔筑穂1-15-6〕
定 先着8人　申 8月19日(月)9:00から電話で

③カスミ学園店で体操しよう
日 8月27日(火)14:00～15:00
場 カスミ学園店2階イートインコーナー〔竹園2-12-1〕
定 先着10人　申 8月20日(火)9:00から電話で

対 市に住民登録がある40歳以上の方
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)

バランスコンディショニングピラティス

姿勢の基礎となる股関節などのバランスを改善し体幹を鍛えます。
日 8月7・21・28日(水)14:00～15:00
場 つくばウェルネスパーク
対 高校生以上の方　講 細田(ほそだ)麻美(あさみ)氏
定 各先着15人　費 600円/回(入館料別途)
申 つくばウェルネスパーク1階受付
問 つくばウェルネスパーク ☎029(867)5210
担 スポーツ施設課

気軽に楽しく健康づくり 体力測定会に参加しよう

中高齢者の方を対象とした体力測定会を行います(握力など全6種目)。普段から運動をしている方もそうではない方も、ご自分の体の状態を客観的に把握できる良い機会です。ぜひご参加ください。
日 9月10日(火)
①9:30～11:00(受付9:15～9:30)
②14:00～15:30(受付13:45～14:00)
場 健康増進施設いきいきプラザ
対 市に住民登録がある40歳以上の方
定 各先着30人
申 8月21日(水)9:00から電話で
問 健康増進施設いきいきプラザ ☎029(864)5089

催し

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。※各日2回公演
日 8月10・17・24・31日、9月7日(土)15:00～15:15、15:30～15:45
場 中央図書館　対 幼児～小学生の方
申 当日受付のみ
問 中央図書館☎029(856)4311

平沢官衙(ひらさわかんが)遺跡(いせき)万灯(まんどう)夏まつり

平沢官衙遺跡歴史ひろばの復元建物をライトアップし、色とりどりの万灯に火を灯します。太鼓の演奏など催しも行います。万灯展示は10:00から、点灯は18:00から行います。※復元建物再整備工事の進行状況により、ライトアップは変更になる場合があります。

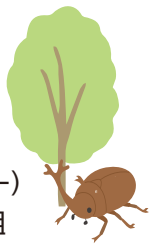
日 8月17日(土)17:00～20:00
※雨天・強風時翌日
場 平沢官衙遺跡歴史ひろば
問 ▷文化財課
▷平沢官衙遺跡歴史ひろば案内所(当日のみ)
☎029(867)5841

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 ①8月17日(土)9:00～15:00
②8月18日(日)9:00～12:00
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 ※どちらか1日のみ参加可
申 8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」を電話またはメールで
問 ふれあい筑波
☎080(3171)1950(担当:森(もり))
E fureai298@kyp.biglobe.ne.jp
担 鳥獣対策・森林保全室

筑波山麓(つくばさんろく)自然学校 「虫・むし探検隊　観察スケッチ編」

午前は筑波山麓の昆虫を採集します。午後は昆虫のスケッチを楽しみます。※昼食をお持ちください。



日 9月7日(土)9:30～14:30
場 筑波ふれあいの里
対 親子 ※年齢不問
講 秋山昌範(あきやままさのり)氏(環境カウンセラー)
定 12組(抽選)　費 1,000円/組
申 8月1日(木)～10日(土)にインターネットで
問 つくば環境フォーラム ☎029(879)8810
E tef298@tsukuba-ef.com
担 筑波ふれあいの里

星空の音楽旅 ～手作り楽器で音楽遊びをしよう～

星空をテーマにした朗読・音楽・工作の集いです。ヴァイオリンとピアノで星や月にまつわる曲を演奏します。手作り楽器(マラカス)を作るなど、小さなお子さんから家族みんなで楽しめます。
日 9月7日(土)10:30～(開場10:00)
場 ノバホール小ホール
対 未就学児～小学生の方
※ベビーカー入場可
定 先着50組　申 9月4日(水)までに電話で
問 創作逢 そうさくあい ☎050(3510)0808
(担当:大野(おおの))
担 文化芸術課

子ども向け 夏休みイベント

「里山でワクワク体験！」参加者募集

水質検査、魚釣り、ネイチャーゲームなど、自然を楽しむ企画が盛りだくさんです。夏の桜川で、楽しい思い出を作りましょう。
※活動内容は変更になる可能性があります。
日 8月21日(水)8:00～13:30
※荒天時中止
場 ▷集合場所=つくば市役所(バス移動あり)
▷活動場所=五郎助山(ごろすけやま)〔筑西市(ちくせい)上野(うえの)1073〕
対 市内在住の小学校・義務教育学校の4～6年生(保護者同伴可)
講 里山を守る会
定 15人(抽選)　費 100円/人
申 8月15日(木)16:30までにインターネットで
問 環境政策課

夏休み宿題もくもく会

学習サポーターに質問や相談をしながら、黙々と宿題に取り組む会です。自宅や一人ではやる気が出ない人、分からないところは質問しながら自分のペースで進めたい人は、ぜひご参加ください。
日 8月26日(月)～30日(金)9:00～12:00
※途中参加可
場 小田小交流プラザ〔小田3107〕
対 秀峰筑波義務教育学校1～6年生(保護者同伴可)
問 小田協議会 ☎029(844)9493
担 周辺市街地振興課

夏休みアート・マルシェ2024作品展

8月4日・5日のアート・マルシェに参加した子どもたちの作品が展示されます。絵画のほか、立体作品、彫刻など、多彩で独創的なアート作品をご覧ください。
日 ①8月24日(土)～31日(土)9:30～17:00
②9月1日(日)9:30～14:00
※8月26日(月)休館
場 つくば美術館〔吾妻2-8〕
問 つくば文化振興財団 ☎029(856)7007
担 文化芸術課

映画上映会「マイ・インターン」

若くして成功をつかんだものの、仕事に追われ、家族との時間を大切にできないことに悩む女性社長が、会社のシニアインターン制度によって新人として採用された70歳の男性と出会い、年齢や性別を超えて友情を育み、共に成長するお話です。※字幕のみ

日 9月2日(月)9:30～12:00
場 市役所2階会議室201
対 市内在住・在勤・在学の方
定 先着100人
申 8月5日(月)9:00から電話またはインターネットで
問 ダイバーシティ推進室

次世代型市民農園ハルファーム 現地見学会と農業体験

つくば市酒丸にある市民農園「ハルファーム」で野菜の収穫体験をしませんか。専用スマホアプリが野菜作りを支援します。種苗や農耕具、シャワーが無料で利用できる農園です。汚れてもいい服装でお越しください。
持ち物:帽子、長靴、軍手、飲み物

ハルファームの▲キャラクター「ハル」

日 8月7日(水)10:00～12:00
場 次世代型市民農園ハルファーム〔酒丸309-1〕
定 先着10組
申 8月6日(火)までにインターネットで
問 次世代型市民農園ハルファーム ☎080(1029)0162
担 農業政策課

貸農園FARMER'S BASE TSUKUBA 内覧・利用相談受付中

キャンプ滞在も可能な市認定貸農園の内覧、利用相談を随時受け付けています。農園での過ごし方の提案や作付けのアドバイスなど、初めての方にも安心いただけるよう専門のスタッフが対応します。※要予約
場 FARMER'S BASE TSUKUBA〔高須賀866-1〕
申 インターネットで
問 FARMER'S BASE TSUKUBA
E f-base@mynavi.jp
担 農業政策課

青パパイヤとさつまいも収穫体験

つくばの生産者と交流しながら、青パパイヤとさつまいもを収穫してみませんか。汚れてもいい服装(長袖、長ズボン)でお越しください。青パパイヤとさつまいもは持ち帰りできます。詳細は市ホームページをご覧ください。
持ち物:帽子、長靴、軍手、飲み物
日 9月21日(土)9:45～12:00(受付9:20～)
※小雨決行、荒天時翌日
場 ジミーfarm〔上郷6230〕
対 市内在住・在勤の方
定 70人程度(抽選)
費 ▷大人＝1,000円▷子ども(小・中学生)＝500円▷未就学児＝無料
申 8月1日(木)～14日(水)にインターネットで
問 農業政策課

第93回土浦全国花火競技大会

1925年から続く歴史ある大会で、全国から集まる花火師たちが、スターマイン、10号玉、創造花火の3部門で文字通り日本一をかけて腕を競い合います。詳細はホームページをご覧ください。
※JR土浦駅東口発シャトルバスあり(有料)

日 11月2日(土)17:30～20:00
※荒天時は11月3日(祝)または9日(土)に延期
場 桜川畔〔土浦市佐野子学園大橋付近〕
問 土浦市産業経済部商工観光課 ☎029(826)1111
担 広報戦略課

第69回とりで利根川大花火

取手の夏の風物詩である「第69回とりで利根川大花火」を開催します。ワイドスターマインや音楽花火など約1万発の花火とドローンショーで夏の夜空を彩ります。市内外から多くの方のご来場をお待ちしています。
※会場周辺は大変混雑するため、公共交通機関を利用してお越しください。

日 8月10日(土)19:00～20:20
※雨天・強風時は翌日に延期
場 取手緑地運動公園〔取手市取手1丁目地先〕
問 取手市観光協会 ☎0297(74)0217
担 広報戦略課

講 座

つくば美術館第5回土曜講座「陶芸の多様さを巡る」

陶芸の表現の多様さについて、茨城県陶芸美術館の企画展「タクミのセラミック・トラベル」の出品作品を通して紹介します。

日 8月10日(土)13:30～15:00
場 つくば美術館2階講座室〔吾妻2-8〕
講 塚田巧氏(茨城県陶芸美術館主任学芸主事)
定 先着50人(うち事前受け付け＝35人)
申 ▷事前受け付け=8月8日(木)までにインターネットで
▷当日受け付け=8月10日(土)13:00から直接
問 つくば美術館 ☎029(856)3711
担 文化芸術課

文化協会レクチャーコンサート 子供芸能体験ワークショップ

剣舞・詩舞、着付け・日舞・箏、フラダンスを子どもたちが体験し、その成果を10月5日(土)に開催する芸能祭のステージで発表します。詳細はホームページをご覧ください。

①剣舞・詩舞(全4回)

日 8月22・29日(木)、9月14・28日(土)
場 桜交流センター
講 中島園心氏(瀞和流吟剣詩舞道会)
定 先着10人
申 8月3日(土)から電話またはメールで
問 つくば市文化協会芸能部 ☎080(6550)1016(担当:中島)
E enshin.naka@gmail.com

②着付け・日舞・箏(全3回)

日 8月18・25日、9月22日(日)
場 竹園交流センター
講 ▷着付け・日舞:飯田靖子氏(みやび会)
▷箏:稲葉菜穂子氏(箏サークルAlba)
定 先着10人
申 8月3日(土)から電話またはメールで
問 つくば市文化協会芸能部 ☎090(8850)5716(担当:稲葉)
E inahomgky30@gmail.com

③フラダンス(全3回)

日 9月7・21・28日(土)
場 茎崎交流センター
講 大島裕美氏(モアナフラスタジオ)
定 先着20人
申 8月3日(土)からメールで
問 つくば市文化協会芸能部
E sho-happy220-taro@docomo.ne.jp

対 小中学生の方
問 つくば市文化協会芸能部 ☎090(8850)5716(担当:稲葉)
担 文化芸術課

見落としてる備えはない？ 多様な視点で防災力をアップ！

性別や年齢に限らず、多様な視点を取り入れ、自分だけでは見落としてしまう備えはないか一緒に考えてみませんか。
日 8月29日(木)10:00～12:00
場 市役所2階防災会議室
対 市内在住・在勤・在学の方
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 7月29日(月)9:00から電話またはインターネットで
問 ダイバーシティ推進室

ふれあいプラザ講座

①ワンコイン講座　終活に向けて

高齢者の皆さんが直面する可能性のある課題について理解を深めます。
日 9月14日(土)13:30～15:30
講 時任裕氏(司法書士)
定 20人(抽選)　費 500円

②体験　生成AIを身近に感じよう(スマホ持ち込み)

AIのいろはを学び、アプリを使って体験します。Copilotを使用します。
日 9月15日(日)13:30～16:30
対 18歳以上の方 ※スマホを持参できる方
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 1,800円

日日時 場場所 対対象 講講師 定定員 費費用(無料は記載なし) 申申込方法 問問い合わせ F FAX E メールアドレス 担担当部署

③体験　アクアズンバ(プール講座)
音楽に合わせて、楽しく全身を動かし、美しい体を目指します。
日 9月4日(水)10:30～11:30
講 海老根みゆき氏
定 5人(抽選)　費 1,200円

④体験　ごろんとストレッチ
リラックスした状態で、腹式呼吸で腹筋を鍛えながらストレッチしましょう。
日 9月13日(金)10:30～11:30
講 宮崎美智子氏
定 5人(抽選)　費 1,200円

⑤体験　子ども英語
ネイティブスピーカーの先生と一緒に、ゲームをしながら楽しく自然に英語に親しみましょう。
日 9月28日(土) 12:00～12:50
対 3～5歳　講 テラダ・ロウェナ氏
定 10人(抽選)　費 1,200円

⑥丁寧に学ぶ　PayPayの導入と使い方(スマホ持ち込み)
電子決済アプリ「PayPay」の導入と安全な初期設定を分かりやすく説明します。スマホで支払う「スマホ決済」にチャレンジしてみませんか。
日 9月5・12・19・26日、10月3・10日(木) 10:00～12:00
対 文字入力ができる方
※対応機器貸し出しはありません
講 花村直子氏(デジタルサポートオフィスインストラクター)
定 15人(抽選)
費 7,200円(別途教材費500円)

⑦片付けのプロが教えるキッチンの片付け方
料理のたびに片付けのストレスを感じる方や、もっと使い勝手をよくしたい方へ片付けの進め方やおすすめの配置、使いやすい収納のこつなどをお伝えします。
日 9月7日(土)13:30～15:00
講 坂本咲恵子氏(整理収納アドバイザー)
定 10人(抽選)　費 1,200円

⑧爽やかに香るアロマワックスバー
ドライフラワーやスパイスで彩られたアロマワックスバーを作りましょう。
日 9月8日(日)10:00～12:00
講 河原由美氏
(風花プリザーブドフラワー協会代表)
定 10人(抽選)
費 3,400円(教材費込み)

イメージ

⑨経絡に特化したセルフケア～秋の養生～
肺・大腸経絡の免疫を高める方法をお伝えします。講師の用意した特別なアロマ精油で経絡の流れを整え、免疫を高めるセルフケアを行います。※漢方アロマ精油の持ち帰りはできません。
日 9月10日(火)13:00～14:30
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)

⑩音楽で脳を活性化～大正琴～
好きな曲を弾いて、脳を喜ばせましょう。演歌だけでなく、ポピュラー音楽やクラシック音楽にも挑戦できます。大正琴は貸し出します。
日 9月12・26日、10月10・24日、11月14日(木)13:30～15:00
講 土屋峰裕氏(木村流師範)
定 5人(抽選)　費 6,500円(教材費込み)

⑪季節の苔玉　もみじ
季節に合わせて植物を厳選し、初心者でも味わいのある苔玉を作ることができます。
日 9月18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 3,400円(教材費込み)

⑫風花プリフラあれんじ教室　ハロウィン
毎年人気の風花フラワー協会のハロウィンアレンジです。プリザーブドフラワーの基礎やアレンジのこつなどを学べます。初心者の方もお気軽にご参加ください。
日 9月25日(水)10:00～12:00
講 中村道子氏(風花プリザーブドフラワー協会認定主任講師)
定 5人(抽選)　費 3,200円(教材費込み)

⑬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 9月15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)

⑭簡単・容器一つでパン生地作り　ナン
簡単な手順でナンを作ります。※生地の持ち帰りはできません。

日 9月18日(水)10:30～12:30
講 染谷麻希子氏(ナチュエット エヌぱん契約講師)
定 9人(抽選)　費 2,500円(材料費込み)

⑮初秋に楽しむ　平安時代の大饗料理
平安貴族の宴の膳を現代風に再現します。干し海鼠など、希少な食材も使用します。四種物を添えていただきます。
日 9月20日(金)10:30～13:30
講 井上舞衣氏(薬膳研究家)
定 12人(抽選)　費 2,700円(材料費込み)

⑯季節の和菓子　栗蒸し羊羹
旬の栗をたっぷり使って栗蒸し羊羹を作りましょう。

日 9月28日(土)
13:00～16:00
講 峯山涼子氏(管理栄養士)
定 10人(抽選)　費 2,100円(材料費込み)

⑰世界の料理　タイ編
タイ風の焼き鳥やパパイヤサラダを作ります。

日 9月29日(日)10:00～13:00
講 珠坪ナタヤ氏
定 12人(抽選)
費 2,700円(材料費込み)

⑱親子講座　はりねずみのスイートポテト
はりねずみ型のスイートポテト(アーモンド使用)と、お月見団子を作ります。
日 9月7日(土)14:00～16:00
対 小学生の親子(お子さん1人につき保護者1人)
講 藤澤ちひろ氏　定 6組12人(抽選)
費 2,500円(材料費込み)/組

⑲親子講座　フラダンス　フキラウソングを踊ろう
ハワイのパーティでよく踊られるフキラウソングをみんなで楽しく踊ります。
日 9月8日(日)・16日(祝)・29日(日)
10:00～12:00
対 小学生の親子(お子さん1人につき保護者1人)
講 大島裕美氏
定 6組12人(抽選)　費 4,500円/組

⑳親子講座　お茶をたててみよう　暑い夏に冷抹茶
道具は先生が用意します。手軽にテーブルで楽しく冷たい抹茶をたててみませんか。
日 9月16日(祝)10:30～12:00
対 小学生の親子(お子さん1人につき保護者1人)
講 長尾宗悦氏(江戸千家師範)
定 6組12人(抽選)
費 2,000円(材料費込み)/組

㉑親子講座　親子で楽しむ手相
手型にキラキラシールを貼って深層心理をのぞいてみましょう。自分の知らない新たな一面を発見しませんか。

日 9月29日(日)
9:30～11:00
対 小学4年生以上の親子(お子さん1人につき保護者1人)
講 森佐智子氏(HASTA手相学研究所カウンセラー)
定 6組12人(抽選)　費 2,000円/組

㉒親子講座　バスボム作り
口に入れても安心な材料とアロマオイルで良い香りのバスボムを作りましょう。
日 9月29日(日)10:30～12:00
対 5歳以上の親子(お子さん1人につき保護者1人)
講 内田桃子氏(メディカルアロマインストラクター)
定 6組12人(抽選)
費 2,000円(教材費込み)/組

イメージ

場 ふれあいプラザ
申 8月17日(土)までに「講座名・〒・住所・氏名・電話番号・年齢・性別(任意)」を郵送(必着)、インターネット、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 地域支援課

2024年度第3回「社会力コーディネーター」養成講座【スキルアップ版】

「コーディネーションの見える化」をテーマに、他の組織との協力の仕方について、ワークショップ形式で考えます。第3～5回の講座はシリーズとなっていますが、単発での参加も可能です。

第3回 ワークショップ形式講座
第4回 大人のインターンシップ参加
第5回 インターンシップ振り返り・発表会

日 9月19日(木)
18:30～20:30
場 市役所2階会議室202
講 武田直樹(たけだなおき)氏(フュージョン社会力創造パートナーズ理事長)

▲武田直樹氏

定 30人(抽選)
申 9月12日(木)までにインターネットまたは直接
問 生涯学習推進課

働く婦人の家講座

①黒ゴマ＆お芋のラウンドパン

ラウンド型を使った黒ゴマとさつまいものパンです。生地には黒ゴマをたっぷり、中にはさつまいもの甘煮を巻き込んでおいしいパンを作ります。

日 9月8日(日)10:00～13:00
対 市内在住・在勤の18歳以上の方
講 櫻井安子(さくらいやすこ)氏
定 8人(抽選) 費 2,100円

②着物リフォーム講座～チュニックを作ろう～

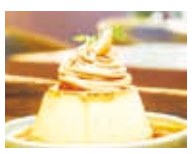
タンスに眠っている着物をリメイクしませんか。全5回の講座でチュニックにリメイクします。

日 9月12・26日、10月10・24・31日(木)9:30～12:00
対 市内在住・在勤の18歳以上の方
講 酒寄美保(さかよりみほ)氏
定 10人(抽選) 費 2,000円

③スイートポテトプリン

さつまいも蒸しプリンの上にさつまいもクリームをのせてモンブランのように仕上げます。
※1人当たりプリン型6個持ち帰りできます。

日 9月25日(水)10:00～13:00
対 市内在住・在勤の18歳以上の方
講 小林保子(こばやしやすこ)氏
定 8人(抽選) 費 1,600円



場 働く婦人の家
申 8月19日(月)までに「希望の講座名・住所・参加者氏名(フリガナ)・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
E fjn010@city.tsukuba.lg.jp

2024年度日本国際学園大学公開講座

さまざまな教育と研究の成果を発表する講座です。詳細はホームページをご覧ください。

場 日本国際学園大学〔吾妻3-1〕
費 500円/回
申 「申込者氏名・連絡先メールアドレス・電話番号・希望講座番号・講師名」を記入し、希望講座開催日の10日前までにメールで
問 日本国際学園大学公開講座担当
E kouza@japan-iu.ac.jp
担 生涯学習推進課

スマホでお買い物したい人をサポート

市内の中高生による『スマホお助け隊』が、カスミのスマホ決済Scan&Go(スキャンアンドゴー)の基本操作をサポートします。実際にスマホ決済の買い物も体験できます。

日 8月21日(水)13:30～15:00
場 イーアスつくば2階イーアスホール〔研究学園5-19〕
対 スマホをお持ちの方 定 20人(抽選)
申 8月8日(木)までに郵送(必着)、インターネット、FAXまたは直接
問 生涯学習推進課
F 029(868)7533

食育普及講座「やさいとなかよしクイズ」

親子で楽しくクッキングしましょう。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。
パッククッキング※メニュー:
無水夏野菜カレー、基本の麦ごはん、ちぎちぎサラダ、ウーロン茶ゼリー
※パッククッキング:耐熱性のポリ袋に食材を入れ、袋のまま鍋で湯せんする調理方法

日 ①8月20日(火)②8月22日(木)
10:15～13:00(受付10:00～)
場 東京ガスつくば支店〔研究学園2-1-2〕
対 市内在住の親子(4～6歳の未就学児)
講 市管理栄養士、市食生活改善推進員
定 各先着5組
申 8月9日(金)～13日(火)にインターネットで
問 健康増進課

若さをつくるキッチン「災害時の低栄養予防」

災害時にも、普段の食事づくりにも役立つレシピを紹介します。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。
パッククッキングメニュー:
無水夏野菜カレー、基本の麦ごはん、手作りカッテージチーズのサラダ、きんとん豆スムージー

日 8月29日(木)10:15～13:00(受付10:00～)
場 東京ガスつくば支店〔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 8月1日(木)～22日(木)に電話で
問 健康増進課

スマホで防災意識を高める講座

防災対策として、災害に遭ったときに利用すると便利なアプリを紹介します。その他にスマホの電池を長く持たせるこつなども解説します。(全6回)

日 8月23・30日(金)、9月6・13・20・27日(金)10:00～12:00
場 市民研修センター〔北条1477-1〕
対 市内在住・在勤・在学の方
講 片岡秀典(かたおかひでのり)氏 定 10人(抽選)
費 3,500円(教材費込み)
申 「希望講座名・住所・氏名・年齢・日中に連絡がつく電話番号」を記入し、8月15日(木)までに必着で往復はがきを市民研修センター宛てに郵送、または返信用の官製はがきを持参
問 市民研修センター☎029(867)1153
担 生涯学習推進課

科学技術

KEK(ケーイーケー)一般公開2024 ～加速器だから見える世界。～

世界最高の衝突性能を誇るSuperKEKB(スーパーケックビー)加速器や半世紀以上前に作られたコッククロフト・ウォルトン型加速器、フォトンファクトリーなど、高エネルギー加速器研究機構(KEK)つくばキャンパス内に点在する多くの実験施設を公開します。皆さんのご来場をお待ちしております。

日 9月7日(土)9:00～16:30
(開門8:45)
場 高エネルギー加速器研究機構つくばキャンパス〔大穂1-1〕
問 科学技術戦略課

▲SuperKEKB加速器の見学風景

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」に乗って説明付きで見学できるツアーです。

日 ①半日午前コース=8月6日(火)、17(土)、9月7日(土)9:00～12:45
②特別1日コース=8月21日(水)、23日(金)9:00～17:15
場 ①②地図と測量の科学館、筑波実験植物園
②つくばエキスポセンター、サイエンス・スクエア つくば、地質標本館
定 ①先着30人/日②先着19人/日
費 バス乗車券
①▷大人＝750円▷子供＝380円
②▷大人＝1,380円▷子供＝700円
①②幼児無料(保護者同伴)
※筑波実験植物園、つくばエキスポセンター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

フォトニュース

1　5月24日、市内の酒生産事業者が集まり、つくばのおさけ推進協議会設立総会を開催しました。地酒で乾杯する際は、ぜひ「#kampaitsukuba」をつけてSNSなどに投稿し、つくばのお酒を一緒に盛り上げていきませんか。

2　6月11日、日本ロード・メンテナンスから、企業版ふるさと納税制度を利用し、500万円の寄付を頂きました。寄付金は、勉学意欲がありながら経済的理由により就学が困難な高校生などを対象とする、返済不要の奨学金として活用します。

3　6月11日、ブックエース（TSUTAYAデイズタウンつくば）から、企業版ふるさと納税制度を利用し1,014,240円の寄付を頂きました。2023年10月からの半年で販売された書籍など1冊に当たり10円の寄付として頂いたもので、小学校図書館の蔵書充実に活用します。

4　5月28日に茨城ロボッツの松本礼太選手、西村大介代表取締役社長がシーズン終了を報告するため市長を表敬訪問しました。目標だったB1継続や、平均入場者数4,000人以上の達成などを報告していただきました。

8月の休日緊急診療医院

診療時間 9:00～16:00
診療を希望する場合は、必ず医療機関に電話連絡の上、受診してください。

4日（日）	前島レディースクリニック〔手代木2005-6〕/婦/☎029(859)0726 南大通りクリニック〔竹園2-16-24〕/内・外・消・小/☎029(851)3697
11日（祝）	サンシャインクリニック〔谷田部6107-14〕/内・循/☎029(839)3333 筑波病院〔大角豆1761〕/内/☎029(855)0777 ※内科のみで小児は不可となります。
12日（祝）	自由ヶ丘医院〔自由ヶ丘165-19〕/内・外・小/☎029(876)0888 木村クリニック〔作谷1125〕内・整外・リハ/☎029(869)1211
18日（日）	坂根Mクリニック〔松野木162-7〕/内・循内/☎029(836)6612 小田内科クリニック〔小田2951-5〕/内・循・神内・消内 /☎029(867)2471
25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

8月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
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	31

● 休館日　★開館17:00まで

※最新情報は市ホームページをご覧ください。

開館時間

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）
研究学園小学校図書室
中央図書館開館日の土・日・祝　9:30～17:00

救急車を呼ぶのを迷ったら救急電話相談へ

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、皆さん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

つくば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

フックン船長と学ぶ消防

～山の事故に気をつけよう編～

問 消防救助課

8月11日（日）は山の日です。

市内には、筑波山、宝篋山（ほうきょうさん）があります。どんな山に登るときも、きちんとした装備をした上で、登山届を提出してから安全に山を楽しみましょう。

山の事故を防ごう！（政府広報オンライン）

山岳遭難事故の防止（茨城県警察）

計画的に、安全な登山を

2023年度
筑波山・宝篋山 救助救急要請件数＝50件

要請のなかには、不十分な装備によるけが、体力に合わない無理な登山による体調不良（熱中症など）、日没による視界不良のための下山不能などがありました。計画的に安全な登山をお願いします。

筑波山での救助訓練の様子

「隠れ○○を探そう！」スタンプラリー

自然と触れ合いながら楽しめるフク！

筑波ふれあいの里、豊里ゆかりの森、茎崎こもれび六斗の森の3施設でイベントを開催しています。参加していただいた皆さんには、素敵な参加賞をお渡しします。自然豊かな施設を訪れ、夏から秋にかけて移りゆく景色を楽しみながら「隠れ○○」を探してみませんか。詳細は市ホームページをご覧ください。

期間 **8月1日（木）～10月31日（木）**※8月中は3施設ともに全日開館

内容

各施設でそれぞれの隠れ○○を探しましょう。見つけたらスマホなどで写真を撮ってください。

写真を施設の受付窓口のスタッフに見せてください。

スタッフから参加賞とスタンプラリーの台紙をお渡しします。

参加賞は各施設で内容が異なります

スタンプは各施設で絵柄が異なります

夏休み 遊びにおいでよ カブトムシより

筑波ふれあいの里

隠れ 生 物 を探そう！

ふれあいの里の敷地で、生物を探してみましょう。

ヒント 沢や散策路に行くと珍しい生物に出会うかも。見つけた生物について調べてみよう。

【開館】8:30～17:00 ※9月以降（火）休館

問 筑波ふれあいの里〔臼井2090-20〕
☎029（866）1519

豊里ゆかりの森

隠れ フクロウの石碑 を探そう！

ゆかりの森の敷地内に、フクロウの石碑があります。

ヒント ウッドデッキの近くに隠れていそう。市の鳥「フクロウ」の特徴を調べてみよう。

【開館】9:00～17:00 ※9月以降（月）休館。ただし（祝）の場合翌日（火）休館

問 豊里ゆかりの森〔遠東676〕
☎029（847）5121

茎崎こもれび六斗の森

隠れ 桜 の 木 を探そう！

六斗の森の敷地内に、桜の木があります。

ヒント 花が咲いていない桜の木はどんな特徴があるかな。桜の木について調べてみよう。

【開館】8:30～17:15 ※9月以降（火）休館

問 茎崎こもれび六斗の森〔六斗1002-1〕
☎029（876）5040

つくば市の人口
※（）内は前年同月比

人口 258,719人（＋3,567）〔男 129,798人　女 128,921人〕　世帯数 123,042（＋2,769）※2024年7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