

今月の主な内容

メディアアートフェスティバル…2 | 小規模認定校制度導入…7 | 秋の集団検診…10

Science x Art

つくばで芸術を楽しもう

8 / 1(金)~11(祝)
9:30~17:00
(入場は閉館30分前まで)

OPEN

芸術文化が皆さんにとってより身近なものとなるよう、基本理念を「アートで編む」とするつくば市文化芸術推進基本計画を策定し、多様な領域の専門家と連携した取り組みを行っています。8月1日(金)~11日(祝)に開催する「つくばメディアアートフェスティバル」は今年で7回目を迎え、出展者数がおよそ40人にも上り、過去最大規模になる予定です。夏休みのお出かけ先に、ご家族やお友達とぜひお立ち寄りください。涼しい美術館でお待ちしています。

☎ 芸術文化推進課

—科学と芸術の融合—

つくばメディアアートフェスティバルを今年も開催!

$$f = -k_1 x \quad f = -k_2 x$$



▲フェスティバルに参加するクワクポリョウタの過去の展示風景 [参考画像]クワクポリョウタ《以心分身》2019年 撮影:山口 伊生人



▲KEKアーティスト・イン・レジデンスの展示風景 片岡純也《P波またはS波の繰り返し運動》



▲猪瀬陽・内山俊朗《KANZOO》



▲KEKアーティスト・イン・レジデンスの展示風景 片岡純也《めくりあう本》 撮影:河津晃平



▲長谷川泰斗《テトテ》



▲山下采夏《コトバズーカ》

「つくばメディアアートフェスティバル2025」の詳細は次のページで紹介します

つくばメディアアートフェスティバル 2025

問 芸術文化推進課

日程 8月1日(金)～11日(祝)

※4日(月)=休館、11日(祝)=13:00まで

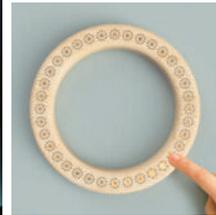
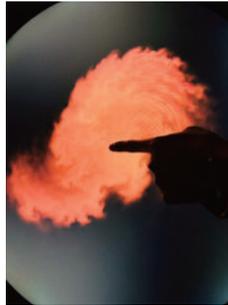
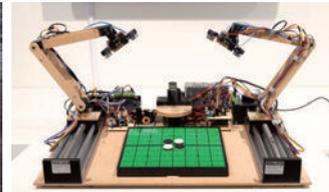
場所 茨城県つくば美術館〔吾妻2-8〕

科学技術を使って生み出された芸術作品「メディアアート」の展覧会です。世界で活躍するアーティストや、クリエイターを目指す学生たちによる作品を展示します。詳細はホームページをご覧ください。



メディアアート作品展

アーティスト▷クワクポリョウタ氏 以心分身 つくば美術館 ver を出展
▷筑波大学学生・卒業生の若手クリエイター



筑波大学在学・卒業生の若手クリエイターの作品

サイエンスハッカソン2025 ※本作は8月10日(日)までの展示

アーティスト▷片岡純也氏+岩竹理恵氏

ともに2010年、筑波大学大学院博士前期課程芸術専攻を修了。2013年のパリでのアーティスト・イン・レジデンス(芸術家による滞在型創作活動のプログラム)を機に、アートユニットとして活動。4月から高エネルギー加速器研究機構(KEK)〔大穂1-1〕に1カ月滞在し、研究者たちとのさまざまな対話からインスピレーションを得て作品を完成させ、本フェスティバルで展示。



撮影:河津晃平

特別インタビュー 片岡純也氏+岩竹理恵氏

お二人の作品はそれぞれどのような着想から生まれているのでしょうか？

片岡・岩竹▷身の回りのささやかな出来事をシンプルな現象で再現するキネティック作品(動く美術作品)と、写真や図鑑から想像や類推でイメージを展開させていく平面作品を組み合わせた空間構成が特徴的で、素材や図案の出会いに物語を生み個々の作品の題材がゆるやかに響きあう手法を使います。

KEKに滞在してサイエンスとアートの接点にどのような可能性や魅力を感じましたか？

片岡▷研究者の方々の話がとても面白かったですね。粒子に対して何かまるで人格を持っているかのように話をされているところがすごく面白くて、今回の作品にも反映してみようと思っています。



岩竹▷数式についても、とても面白いお話が聞けました。数式もその現象の全てを表すことはできないから、要素を抜き出して抽出して式にしているという話が、美術の切り取り方や視点と似ていると思います。物理とか数学は世界や宇宙の摂理の解明だとしたら、美術は世界や宇宙の解釈・翻訳または対話だと考えています。また、研究者の方に「感動する数式ってどういうものですか？」と尋ねた際に、「一見無関係だと思っていた現象がイコールで表せるとき」という答えに、とても感動しました。



作品の楽しみ方を教えてください。

岩竹▷美術作品を分かりにくいとか、分からないって言われることもありますけど、私たちが他の人の作品を理解しているわけではなく、分か

らない状態で何かを受け止めているんですね。だから作品には何か切り取られた世界がこの中にあるんだと、見ていただくのもいいなと思います。

アーティストの立場から、市にどのような役割や支援を期待されますか？

片岡・岩竹▷アーティストと地域の文化資源をつなぐため、相互の理解や協力の架け橋となる役割や、作品制作のためにアーティストが希望する材料や技術の提案、支援を期待します。

大変貴重なコメントをありがとうございました。作品は今後どこで見ることが出来ますか？

片岡・岩竹▷完成した作品は「つくばメディアアートフェスティバル2025」で8月10日(日)まで展示され、その後、8月14日(木)～20日(水)の間、大阪・関西万博でも展示されます。

サイエンスハッカソンとは…

アーティストと科学者のコラボレーションにより新たなメディアアート作品をつくる、つくば市のプロジェクト。※ハッカソン(hackathon)とは、ハック(hack)とマラソン(marathon)を掛け合わせて造られた造語

やってみよう! アートプログラミング

筑波大学発スタートアップ「Griteen」と、筑波大学アートデザインプロデュース(ADP)チームが企画する、プログラミングを体験できるワークショップを開催します。テーマは「夏祭り」。初めての方も楽しく参加でき、制作した作品が展覧会を彩ります。

日 8月3日(日) 13:00～16:00(最終入場15:30) ※所要時間最大60分

場 つくば美術館講座室 対 5歳以上の方 ※小学校低学年までは保護者同伴

※事前申し込みは不要です。講座室に直接お越しください。

※定員に達した場合、受け付け終了



つくばをアートの街に!

2018年に閉校した旧田水山たみやま小学校を活用した新しい芸術文化創造拠点^{たみやま}が2026年度の後半にオープンします。つくば拠点のアーティストや、つくばで活動や発表をしたいアーティストが伸び伸び創作できる環境を目指して準備を進めています。



地域づくりを、みんなで学び、実践する R8まちづくり学校開校中！

「R8 まちづくり学校」は、R8* (周辺市街地) をもっと元気にするために多様な人材が集まり、地域の未来を創造するコミュニティの共創を目指します。参加者は「R8メイト」となり、地域の中で自由に学んだり、アイデアを出し合って活動することができます。詳細はホームページをご覧ください。

☑ 周辺市街地振興課

※R8とは旧町村時代に生活の拠点として発展してきた地域です。8つの市街地があることから愛称でR8(アールエイト)と呼んでいます。



R8まちづくり学校特設サイト



現在9つの部活動が立ち上がり、それぞれの部で地域づくりが実践されています。



つくば屋台部▷各所

R8の地域資源を生かした屋台を出店するなど地域を盛り上げています。



地球温暖化たまり場▷各所

月に1回ワークショップを開き、地球沸騰化の始まりの今、どう変容していくべきか、市内でできる地域づくりを、参加者と話し合っています。



R8Film&Travel.agcy▷各所

市の神社、廃校、古民家などの風光明媚な景観を舞台にコスプレ撮影会を実施し、R8を通じた地域の魅力発信と集客に貢献しています。



子ども食堂2.0▷高見原

高見原を拠点に、子ども食堂での食事提供(写真はハロウィンイベント)など、地域全体で子どもを見守る活動をしています。



くらしといる▷小田

体験型ワークショップ(写真は古民家リノベーションの様子)を通じて、地域の魅力を再発見し、みんなの地元となるような心地よい暮らしを育んでいます。



にんにんヒーローだうんエクササイズ部▷北条

北条を拠点に、ダウン症の方向けの療育エクササイズを実施し、インクルーシブな地域社会づくりに貢献しています。*「インクルーシブ」について7頁で紹介しています。



吉沼自然工房▷吉沼



身近な自然環境を生かし、ワークショップの開催やアップサイクル*製品の製造に取り組んでいます。*廃棄されるものに手を加えて、今までよりも価値あるものに変える

つくばキッズ空港アドベンチャー部▷各所



R8の豊かな自然環境を舞台に、子どもたちが冒険心を存分に発揮できるようなアウトドアイベントの開催に取り組んでいます。

1から作ろう憩いの場▷上横場



花壇づくりや野菜づくり、看板の設置などを通して、何もなかった更地に地域の方々の憩いの場を作っています。

「つくばR8シンポジウム2025」を開催しました！

「ウェルビーイング*とまちづくり」をテーマに、特別講演のほかトークセッション、ポスターセッションを3月16日に実施しました。トークセッションでは、R8の地域づくりを実践する4人の登壇者が、自身の活動を振り返りながら、まちづくりが自分自身や地域にとってのウェルビーイングにつながるために何が必要かを話しました。また、R8まちづくり学校の活動報告として、周辺市街地活性化協議会を含む団体の取り組みをポスターセッション形式で紹介するなど、参加者にとって新たな視点を得る機会となりました。

*ウェルビーイングとは、体の健康や心の安定、社会的なつながりが良好な状態を意味します。



トークセッション



ポスターセッション



▲シンポジウムの詳細はこちら

R8メイト募集中!

R8まちづくり学校では現在、一緒に活動する仲間(R8メイト)を募集しています。あなたの「やってみたい!」を持ち寄り、今よりちょっと楽しい未来(あした)を一緒につくりませんか?

以下のカリキュラムに参加することができます。

- ゼミ 地域づくりについて学ぶ
- 実習 実際に地域を訪問する
- 部活動 地域づくりを実践する
- 生徒会 学校運営にチャレンジする

お申し込みはこちらから▶





our journey through life in Tsukuba

コース紹介
連載 第3回

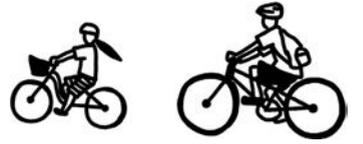
～伝えたくなるのは、こんなつくば。～

観光推進課

つくば市内周遊観光モデルコースを使って 休日はつくばのおでかけを楽しもう！



今月のオススメ 手ぶらで筑波山麓サイクリング



自転車でつくばの四季折々の美しい景色を楽しみませんか。「筑波山ゲートパーク」では子どもから大人まで初心者でも手軽に楽しめるレンタサイクルがあります。「つくば霞ヶ浦りんりんロード」で筑波山麓地域の景色を眺めながら、安心して快適にサイクリングが楽しめます。また、歴史的な史跡や商店街の散策など、自転車で訪れるからこそ発見できる魅力があり、日常から離れた旅気分を味わえるコースです。

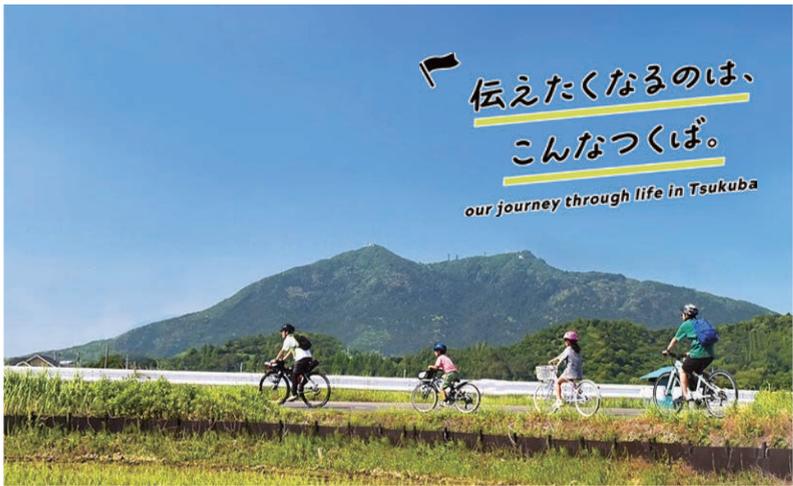


モデルコースを詳しく紹介しています！

モデルコース

筑波山ゲートパークへの移動はつくバスをご利用できます！

- 01 筑波山ゲートパーク／サイクルパークつくばでレンタサイクル
- 02 平沢官衙遺跡を散策
- 03 山麓地域に点在するワイナリーでお買い物
- 04 古民家カフェ／サイクリストに人気の洋食店でランチ
- 05 自転車を押しながら商店街巡り
- 06 つくば霞ヶ浦りんりんロード(旧筑波鉄道側)でサイクリング
- 07 山麓のこだわりパンをお土産に
- 08 筑波山ゲートパーク／サイクルパークつくば(自転車返却)
- 09 筑波山地域ジオパーク拠点 体験型施設「つくばジオミュージアム」



伝えたくなるのは、
こんなつくば。
our journey through life in Tsukuba



コース情報

最適な曜日 (月)(金)(土)(日)

所要時間 約6時間(バスルート①つくば駅発着北部シャトル※片道約40~50分)
約7時間(バスルート②つくば駅発着小田シャトル※片道約50~70分)
※いずれも往復のバス乗車時間を含む

移動 レンタサイクル、つくバス、マイカー

訪問エリア 筑波山麓、東部、市内中心部

9月・10月開催のガイド付きツアー予定(8/15~募集開始)

9月20日(土)開催

つくばの良いもの探しドライブルート ~西回り編~
※つくばのお酒試飲付き

10月4日(土)開催

手ぶらで筑波山麓サイクリング ~ワイナリーでピクニック~

「TSUKUBA おでかけ journey!」をもっと楽しもう！

モデルコースは、個人やグループなどで自由に巡っていただけますが、今年度はガイド付きツアーも実施しています。ツアーならではの特別な体験や食事もあります。ガイドと一緒に新しい観光体験を楽しみませんか。各ツアーの詳細・申し込みは市ホームページをご覧ください。



つくばの魅力が味わえる地産地消レストランへ足を運ぼう！

農業政策課



つくばは、地元で採れた食材を地元で味わえる「豊かな食のまち」です。そんな地産地消の魅力あふれるメニューが楽しめるレストランを紹介しているのが「Farm to Table つくば」です。せっかくの夏休み、地産地消レストランを巡って、おいしい地元の食材を味わってみませんか。



「Farm to Table つくば」で、地産地消レストランを探そう！

Farm to Table つくば ウェブサイトから「地産地消店を探す」をクリック



行きたいエリアを選択

「店舗詳細を見る」をクリック

「おすすめポイント・メニュー」から地産地消メニューをチェック！

今年の夏休みも つくばちびっ子博士で 科学歴史文化 を楽しもう!

開催期間 7月19日(土)から8月31日(日)まで

対象 全国の小中学生

さまざまな研究機関・企業・文化施設を見学し、楽しく学ぶイベントです。スマホなどの端末を活用しながら、つくばちびっ子博士2025専用サイトでポイントを集め、最優秀つくばちびっ子博士を目指しましょう。

問 生涯学習推進課

つくばちびっ子博士2025

- 学習者用端末またはスマートフォンなどを用意してください。
- アカウント登録が必要です(2024年度のデータ引き継ぎ方法については、2025年度のチラシまたは専用サイトをご覧ください)。
※市立小中学校等の児童・生徒は、学習者用端末のIDとパスワードを利用してください。このIDとパスワードは、ご家庭のスマートフォンなどでもご利用できます。
※チラシは市役所や各交流センターなどに設置しています。市立小中学校等の児童・生徒には夏休み前に学校を通して配布します。
- 現地見学での「あいことば」の入力や「ちび博おでかけノート」の作成、動画クイズへの回答でポイントを集め、その数に応じてちびっ子博士各号が認定されます。認定された方には記念品があります。

最優秀つくばちびっ子博士 ▶ ポイント数が20以上

優秀つくばちびっ子博士 ▶ ポイント数が15以上

つくばちびっ子博士 ▶ ポイント数が5以上

その他遊び方の詳細は、つくばちびっ子博士2025専用サイトをご覧ください。



※一部施設では、事前予約や入場料などが必要なほか、保護者の同伴が必要な場合があります。
※熱中症対策を十分に行いましょう。

つくばサイエンスツアーバス夏休み特別運行



つくばちびっ子博士の参加などにも便利な6施設を循環する路線バスです。

サイエンスツアーバス バスルート

運行期間 7月19日(土)～8月17日(日)
※(月)運休。(月祝)の場合は翌日運休。

運賃 190円～320円 ※乗車ごとの区間運賃

バス発着 つくばセンターバスターミナル8番乗り場



ガイド付き午前半日コース(北回りルート2施設見学)

つくばセンターからガイドがバスに同乗し、北回りの2施設を説明付きで案内します(要予約)。中国語での案内日もあります。

- 日 日本語案内 ▶ 7月5日(土)、20日(日)
- 8月2日(土)、16日(土) 9:00～12:45
- 中国語案内 ▶ 7月19日(土)、8月9日(土) 9:00～12:45
- 場 北回りルート ▶ 地図と測定の科学館、筑波実験植物園
- 費 各施設入場料 申 前日までにインターネットで

アニメ「宇宙人ムームー」コラボ企画 つくば謎解きサイエンス まぼろしの夜行列車を追え! ~to the Science Pavilion 40 years ago~



市内4つの研究機関などを見学しながら行う謎解きゲームを開催します。問題シートを入手して「ムームー」と一緒に謎解きをしながら、科学の街つくばを探求してみませんか。謎解きを達成された方には、つくば駅前観光案内所で「解説シートと参加賞」を先着で配布します。

- 日 7月19日(土)～8月31日(日)
- 費 無料※各施設入場料は別途必要です。
- 謎解き解説コース
- 日 7月29日(火)、30日(水)、8月15日(金)
- ※7月30日(水)はムームーに会えます。
- 申 前日までにインターネットで

各詳細はホームページをご覧ください



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

7月1日から 高校生遠距離通学支援事業の申請が始まります

高校生の適性、興味関心にあった進路の選択肢を広げるため、市は遠距離通学をしている高校生を支援します。なお、2025年度は通学定期券購入支援事業と自転車等通学支援事業を統合し、学校の対象地域を制限しないことで、要件を拡張して実施します。  教育総務課

支給額=30,000円(2025年度)

対象者

通学手段の制限はありません。徒歩、自転車、公共交通機関、スクールバス、自家用車など、どの通学手段でも対象となります。

以下の全てに該当する方

- ①つくば市の住民基本台帳に記録されている
- ②自宅から学校までの通学距離が片道6km以上
※通信制の方=学校または通信教育連携協力施設(サポート校)におおむね週1回以上通学しており、当該通学先までの距離が片道6km以上
- ③2007年4月2日以降生まれ
※定時制または通信制の方=2006年4月2日以降生まれ

家から学校までの最短距離は片道6km未満だけど、実際に通学している経路は片道6km以上あるんだ。これは交付金の対象になるの？

交付金の対象として認められる場合がありますので、申請の際に実際に使用している通学経路図を添付してください。

私立の高等学校なども対象になるの？

はい。対象になります。

交付金の振込先口座の名義は子ども本人じゃないと駄目ですか？保護者の私の口座を指定したいです。

振込先口座の名義には、高校生本人またはその保護者を指定できます。

いばらき電子申請・届出サービスの利用者登録は子どもの名前で登録しないと受理されないかもしれない……。

いばらき電子申請・届出サービスの利用者登録は高校生本人またはその保護者のどちらの名前でも問題ありません。ただし、交付金の申請フォームは高校生本人の名前で入力するため、新規に利用登録する場合は高校生本人の名前で登録した方が円滑に申請できます。

申請期限・申請方法

7月1日(火)~2026年1月31日(土)に、次のいずれかの方法で

- ▶インターネットで
- ▶教育総務課(市役所本庁舎4階)に郵送(消印有効)または直接

必要書類

- 申請書(市ホームページに用意)
- 学生証または在学証明書の写し
- 振込先口座を確認できる書類の写し
- 住民票の写し(市が住民記録を確認することに同意する場合は不要)

※申請後、市から「交付決定通知書」または「不交付決定通知書」が届きます。申請から振り込みまで2~3カ月かかります。



オンライン

中高生対象

タウンミーティングを開催します



オンライン タウンミーティング

市長がつくば市の取り組みを紹介後、市政に関する話題について自由な意見交換を行います。オンラインでの開催のため、場所を問わずご参加いただけます。ぜひお気軽にお申し込みください。

日時 9月6日(土) 10:00~11:30(入室9:40~)

場所 オンライン方式
(WEB会議ツール「Zoom」使用)

対象 市内在住・在勤・在学の方

定員 先着30人

申し込み 7月10日(木)~8月25日(月)にインターネットで



※できるだけ多くの方に市長とお話いただくため、すでに2025年度の対面方式のタウンミーティングに参加された方は、今回のオンラインタウンミーティングへの参加はご遠慮ください。

市長と話そう！ タウンミーティング with 中高生

市長がつくば市の取り組みを紹介後、皆さんからの意見や質問に直接お答えします。聞くだけの参加も可能です。ご参加をお待ちしています。

日時 8月27日(水) 14:00~15:30(開場13:40~)

場所 コリドイオ1階フリースペース内[吾妻1-10-1]

対象 市内在住・在学の中学生・高校生の方

定員 先着20人

申し込み 7月10日(水) 10:00からインターネットで



あなたの「生の声」を聞かせてください！



2026年度 栗原小学校と谷田部南小学校が 小規模特認校になります

問 ▷ 学び推進課
▷ 学務課

市は2026年度から「小規模特認校」を、栗原小学校と谷田部南小学校で導入します。
詳細は市ホームページをご覧ください。



小規模特認校って？

少人数ならではの、特色ある教育活動を進める学校です。通学区域に関係なく、市内のどこからでも就学できます。

特色1

自分のペースで確実に学ぶ
少人数だからできるきめ
細かな学習支援

特色2

友人・先生と深く関わる
異学年との学びで対話力・
協働力UP

特色3

問いにとことん向き合う
体験・探究を取り入れた
児童が中心の学び

特色4

わくわくが盛りだくさん
自然、人、英語やICTに
ふれる機会がいっぱい

特色5

活躍と挑戦の機会がある
児童が役割を自覚し、
創り上げる学校生活



つくば市小規模特認校 5つの特色

小規模特認校説明会

栗原小学校と谷田部南小学校で導入する「小規模特認校」について、就学手続きや教育活動に関する説明会を実施します。

日 8月3日(日)10:15~11:00(受付=10:00~)

場 市役所本庁舎会議室201

対 市内在住の方

合 A C D F G H K

申 7月18日(金)までに電話またはインターネットで

問 ▷ 教育内容に関すること = 学び推進課
▷ 就学手続きに関すること = 学務課



連載企画

第2回 つくば Diversity & Inclusion (D & I)

問 ダイバーシティ推進室

Tsukuba D&I ▶▶ #02 インクルージョンって何？

第1回のおさらい:ダイバーシティって何？

「つくばダイバーシティ&インクルージョン(D&I)」の第1回(5月号)では、「ダイバーシティ(多様性)」について紹介しました。これは、年齢などの「目に見える違い」だけでなく、性自認・性的指向や価値観などの「目に見えない違い」も含め、多様な個性を持つ人々が集まっている状態を指します。今回はD&Iのもう一つの大切な要素、「インクルージョン(包摂性)」について紹介します。



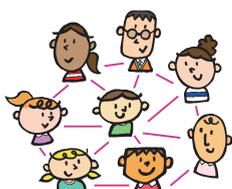
「インクルージョン」って何？

「インクルージョン」とは「包摂性」のことで、多様な「違い」を持つ人々が、それぞれの「違い」を尊重し、自分らしく安心していられる環境を指します。ただ存在するだけでなく、誰もが「ここにいていい」と感じ、つながりを持つ状態です。



ダイバーシティ

多様な「違い」を持つ人々が集まっている状態



インクルージョン

それぞれが「違い」を受け入れ、安心してつながりを持った状態



インクルージョンな環境をつくるにはどうしたらいいの？

「自分がこうだから相手もこうだ」と思い込むのではなく、「人はそれぞれ異なる価値観を持っている」ことを理解し、対話を通じて「相手が何を望むか」を確認しながら、お互いの「違い」を認め、話し合える信頼関係を築いていくことが重要です。



「D&I」が実現されていない状態だとどうなるの？

多様な個人が存在していても、一部の「違い」を持つ少数派の人たちの存在が見えにくく、意見が埋もれてしまったり、疎外感を感じてしまったりする状態です。多数派の考え方や進め方が中心になり、少数派の視点や声が届きにくくなります。



「D&I」が実現された社会ってどんなイメージ？

D&Iが実現されると、多様な人たちがお互いの「違い」を尊重し、個性を生かしながら調和し、より良い社会を共に築いている状態になります。一人一人の個性やそれぞれの強みを生かしながら豊かな関係性を築くことで、誰もが自分らしくいられる社会になります。



過去の連載記事は
市ホームページをご覧ください▶▶



家庭訪問型子育て支援 ホームスタート ボランティア養成講座受講生を募集します

問 こそだて kosodateはぐはぐ ☎029(856)6658
担 こども政策課

「家庭訪問型子育て支援(ホームスタート)」では、地域の子育て家庭と一緒に支えていってくださるボランティアの養成講座の受講生を募集しています。※ホームスタートは市がkosodateはぐはぐに委託し、実施している事業です。

ホームスタートって？

妊婦の方や未就学児のいる家庭に、研修を受けた子育て経験のあるボランティアが訪問し、支援する事業です。傾聴(相手に寄り添い、耳と心を傾けて相手の話を聴く)と協働(一緒に家事や育児、外出などをする)などを行います。利用申し込みについてはホームページをご覧ください。



利用の流れ

事前手続

- 1 インターネットで利用申し込みをします。
- 2 メールで訪問日を調整します。



訪問支援

- 3 訪問1 オーガナイザー*がホームスタートの説明に伺います。
- 4 訪問2 オーガナイザーと一緒に活動内容を決めます。
- 5 訪問3 オーガナイザーがボランティアを紹介し、活動内容確認と日程調整をします。
- 6 訪問4~7 ボランティアが支援活動を行います。(1日2時間、4回程度)
- 7 訪問8 オーガナイザーと一緒に活動内容を振り返ります。

※利用者とボランティアのやりとりを円滑に進めるため、調整する職員

■ ボランティア養成講座申し込み方法

- 日時** 以下の日程表をご確認ください。
- 場所** ドコモショップつくば研究学園店(研究学園3-23-4)
※10月14日(火)開催の第3回のみ、つくば市子育て総合支援センター(流星台61-1)
- 対象** 以下の全てを満たす方
①子育て経験がある方
②普通自動車第一種運転免許を取得している方
③全講座(全6回+面談1回)に出席できる方
④全講座終了後、ボランティアとしての活動意思がある方
- 定員** 先着20人
- 期日・方法** 9月9日(火)までにインターネットで



■ ボランティア養成講座日程表(全6回+面談1回)

	日時	内容
1	9月30日(火) 10:30~15:00	●オリエンテーション ●ホームスタートの意義と支援原則
2	10月7日(火) 10:30~15:30	●家庭とは何か、親とは何か ●子どもの理解
3	10月14日(火) 10:30~15:30	●傾聴の意義と方法
4	10月21日(火) 10:30~15:00	●訪問家庭で安全に活動するには ●地域の子育て支援と関係機関を知る
5	10月28日(火) 10:30~14:30	●家庭の中で活動する傾聴と協働の現状
6	11月4日(火) 10:30~14:30	●講座内容振り返り、意見共有 ●修了式、交流会
面談		●個別に日程調整し、実施します。

..... ボランティア養成講座受講生の声



自分の子育て経験を生かして活動できることが嬉しいです。



ボランティアAさん

受講生の皆さんの温かい雰囲気のおかげで助けられました。新しい仲間ができたことも嬉しいです。



ボランティアCさん

..... ホームスタート利用者の声

いろいろな話をしながら出産準備を一緒にできて、安心感が得られました。



利用者Bさん

子どもを連れて一緒に公園で遊びました。よい気分転換になりました。



利用者Dさん

2025年度 国民健康保険税・後期高齢者医療保険料 の納付書を送付します

国民健康保険税・後期高齢者医療保険料は、加入している方が病気やけがをしたときに、経済的な心配を抱えることなく安心して医療を受けるための大切な財源です。各納付書は7月中旬に送付します。7月下旬になっても届かない場合は、お問い合わせください。



国民健康保険税の決め方(世帯ごと)

加入者は
75歳未満

均等割額 (医療分+後期高齢者 支援分+介護分)	+	所得割額 (医療分+後期高齢者 支援分+介護分)	=	1年間の 国保税

	医療分	後期高齢者 支援分	介護分(40歳以上 65歳未満の方)
均等割	38,500円	15,500円	15,500円
所得割	7.70%	3.15%	2.50%

※18歳以下の方の均等割額は半額に軽減・減免します。

※医療分の賦課限度額は66万円、後期高齢者支援分は26万円、介護分(40歳以上65歳未満の方)は17万円です。

低所得者への軽減制度 ※申請不要

世帯の合計所得が下表の基準を下回る場合、均等割額が軽減されます。

43万円+10万円×(給与所得者などの数 ^{※1} -1)以下	7割軽減
43万円+30.5万円×(加入者数+特定同一世帯所属者数 ^{※2}) +10万円×(給与所得者などの数 ^{※1} -1)以下	5割軽減
43万円+56万円×(加入者数+特定同一世帯所属者数 ^{※2}) +10万円×(給与所得者などの数 ^{※1} -1)以下	2割軽減

※1…一定の給与所得および公的年金などに係る所得を有する者の合計数

※2…国民健康保険から後期高齢者医療制度の加入者になった方で、世帯主が変わることなく引き続きその世帯にいる者の合計数

その他の軽減・減免制度 ※要申請

- ▶ リストラや倒産などの会社都合で離職を余儀なくされた方を対象とした軽減措置があります。
- ▶ 出産予定の方や出産した方を対象とした軽減措置があります。
- ▶ やむを得ない事情により納付が困難な方は、申請により減免を受けられる場合があります。 国民健康保険課

後期高齢者医療保険料の決め方(個人ごと)

加入者は原則
75歳以上

均等割額 47,500円	+	所得割額 (賦課の基となる金額 ^{※1}) ×9.66%	=	1年間の 保険料
-----------------	---	--	---	-------------

※1…総所得金額等^{※2}から基礎控除額^{※3}を差し引いたもの

※2…前年の収入から必要経費(公的年金控除額や給与所得控除額など)を差し引いたもの

※3…地方税法第314条の2第2項に規定されている金額(前年の合計所得金額が2,400万円以下の場合は43万円)

▶ 保険料額の賦課限度額は、80万円です。

低所得者への軽減制度 ※申請不要

世帯の所得水準が下表の基準を下回る場合、均等割額が軽減されます。

43万円+10万円×(給与所得者などの数 ^{※1} -1)以下	7割軽減
43万円+30.5万円×世帯の被保険者数 +10万円×(給与所得者などの数 ^{※1} -1)以下	5割軽減
43万円+56万円×世帯の被保険者数 +10万円×(給与所得者などの数 ^{※1} -1)以下	2割軽減

※一定の給与所得および公的年金などに係る所得を有する者の合計数

▶ 収入が公的年金の方は年金収入額から公的年金控除を差し引き、65歳以上の方はさらに高齢者特別控除を差し引いて判定します。

▶ 保険料の賦課期日である4月1日(年度途中で後期高齢者医療制度に加入した人は資格取得日)の世帯状況で判断します。

▶ 保険料の計算 = 茨城県後期高齢者医療広域連合 ☎ 029(309)1213
▶ 保険料の納付 = 医療年金課

国民年金保険料の「免除制度」「猶予制度」について

国民年金は老後の基礎年金のほか、事故や病気や障害が残ったときなどに私たちの生活が損なわれることのないよう、皆さんで保険料を出し合い、お互いを支え合う制度です。日本国内に住んでいる20歳以上60歳未満の全ての方が加入することになっています。経済的な理由などにより保険料の免除・猶予を受けたい方は申請が必要です。詳細はお問い合わせください。



日本年金機構
ホームページ

制度の種類

免除制度(本人・配偶者・世帯主の前年所得を審査)

経済的な理由などにより国民年金保険料17,510円/月(2025年度)の納付が困難な方は、保険料の全額または一部の納付が免除されます。

納付猶予制度(本人・配偶者の前年所得を審査)

50歳未満の方は、一定期間の納付が猶予されます。

学生納付特例制度(本人の前年所得のみで審査)

学生は、一定期間の納付が猶予されます。※免除・納付猶予制度は申請不可

法定免除制度

障害年金や生活保護法による生活扶助を受けている方は、納付が免除されます。

▲ 納付状況別の年金への影響

納付状況など 年金への影響	納付	全額 免除	一部 免除	納付猶予 学生納付特例	未納
老齢・障害・遺族基礎年金の受給資格期間に	含まれる	含まれる	含まれる ※2	含まれる	含まれない
老齢基礎年金額の計算に	含まれる	含まれる ※1	含まれる ※1,2	含まれない	含まれない

※1 保険料を納めた場合と比べて、受け取る年金額が減少します。

※2 一部免除が承認された場合の保険料を納めていない期間は、未納と同様の扱いとなります。

保険料の追納 保険料の納付を免除・猶予された期間については、10年以内であれば後からさかのぼって納めること(追納)ができます。ただし、承認を受けた年度から3年度目以降に追納する場合は、当時の保険料に加算金が付きます。追納を希望する方は、年金事務所への申し込みが必要です。

申請できる期間

2025年7月～2026年6月 ※過去の期間についても、申請日から原則2年1カ月前までさかのぼって申請することができます。

申請に必要なもの

- ① 年金手帳、基礎年金番号通知書、基礎年金番号が分かるもの(納付書など)またはマイナンバーカード(通知カードの場合は、本人確認ができる運転免許証やパスポートなどが必要)
- ② 失業などを理由とする場合は、次の書類のいずれか(写しも可)
 - ▶ 雇用保険被保険者離職票 ▶ 雇用保険受給資格者証
 - ▶ 雇用保険被保険者資格喪失確認通知書
 - ▶ 雇用保険被保険者資格取得届出確認照会回答書
 ※失業を理由として申請できるのは、失業日(離職日の翌日)を含む月の前月分から翌年6月分まで
- ③ 本人以外が来所して申請する場合は、委任状(日本年金機構ホームページからダウンロード可)

申請方法

- ▶ 直接 = 医療年金課国民年金係または各窓口センターへ
- ▶ 郵送 = 医療年金課国民年金係または土浦年金事務所へ
- ※ 申請書は日本年金機構ホームページからダウンロード可



☎ ▶ 医療年金課

▶ 土浦年金事務所(〒300-0823土浦市小松1-3-33 ハトリビル1・2階)
☎ 029(825)1170 ※(土)(日)(祝)を除く8:30～17:15

戸籍に記載する氏名の振り仮名の確認通知を送付します

つくば市に本籍がある方へ、確認通知書(はがき)を7月28日(月)に発送します。通知書が届いたら必ず内容をご確認ください。※2025年5月26日現在のデータにより作成しています。※つくば市以外に本籍がある方は、本籍地の市区町村から通知が届きます。発送日は、本籍地により異なります。

- ☎ 制度趣旨、一般的なこと＝法務省振り仮名コールセンター ☎0570(05)0310
- ▶ マイナポータルのこと＝マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120(95)0178
- ▶ 個別事情・個人情報確認を要すること＝市民窓口課

振り仮名が正しい場合

届け出の必要はありません。
2026年5月26日(火)以降に通知のとおり振り仮名が戸籍に記載されます。

振り仮名が誤っていた場合

2026年5月25日(月)までに、以下のいずれかの方法で届け出をしてください。
詳細は、法務省ホームページまたは市ホームページをご覧ください。



▲法務省HP



▲市HP

発送後1～2カ月は窓口が大変混雑することが予想されます。マイナポータルや郵送による届け出にご協力ください。

マイナポータルで	窓口で	郵送で
<p>マイナポータルアプリをインストールしたスマートフォンを使って、オンラインで届け出ができます。詳細は法務省ホームページをご覧ください。</p> <p>必要なもの</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ マイナンバーカード ▶ 利用者証明用電子証明書(数字4桁の暗証番号) ▶ 署名用電子証明書(英数字6桁以上の暗証番号) 	<p>本籍地の市区町村または住所地の市区町村の戸籍担当窓口で届け出ができます。届出人が署名・記入した届け出であれば、ご家族による提出も可能です。</p> <p>必要なもの</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 氏の振り仮名の届 ▶ 名の振り仮名の届 ▶ 窓口に来る方の本人確認書類 <p>※氏名の読み方が一般の読み方ではない場合、その読み方が通用していることを証する書面(パスポートや預金通帳など)が必要です。</p>	<p>本籍地の市区町村宛てに、郵送で届け出ができます。郵送方法の詳細については、本籍地の市区町村へお問い合わせください。</p> <p>必要なもの</p> <ul style="list-style-type: none"> ▶ 氏の振り仮名の届 ▶ 名の振り仮名の届

<p>氏と名それぞれで届出人が異なります</p>	<p>氏の振り仮名が誤っていた場合 戸籍の筆頭者が単独で届け出ます。 ※筆頭者が除籍されている場合はその配偶者、配偶者も除籍されている場合はその子</p>	<p>名の振り仮名が誤っていた場合 戸籍に記載されている方が届け出ます。 ※15歳未満の場合は法定代理人</p>
---------------------------------	--	---

2025年度 秋の集団健診を行います(予約制)

健康増進課

健診項目	対象者 (2026年3月31日時点の年齢)	自己負担金 (特定健診を除き、70歳以上・生活保護受給者は無料)
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※1	①②の方は無料 ③の方は医療保険者指定料金
肺がん・結核検診	40歳以上	無料
胃がん検診 (バリウム検査)	40歳以上	1,300円 ※40歳は無料
胃がんリスク検診	40歳・45歳の未受診者	1,000円
大腸がん検診	40歳以上	500円 ※40歳は無料
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1,000円
肝炎ウイルス検診	40歳以上の未受診者	700円 ※5歳節目年齢は無料
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	無料

※1 社会保険加入者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。市の集団健診が利用できるかは医療保険者にお問い合わせください。なお、社会保険加入者本人は特定健診を受診できません。

インターネット または 予約専用はがき で申し込む方

- ☑ つくば市役所(A)・谷田部保健センター・荃崎交流センター会場
=7月25日(金)～7月31日(木)
- つくば市役所(B)・大穂保健センター・桜保健センター会場
=8月15日(金)～21日(木)

☑ インターネット＝右の二次元バーコードから、健診Web予約サービスで
受付時間▶ 申込初日0:00～申込最終日17:00
予約専用はがき＝健康増進課・保健センター(大穂・桜・谷田部)・窓口センター
(筑波・豊里・荃崎・つくば駅前)で事前に入手し、郵送(消印有効)で
※申し込み多数の場合、受診日を調整させていただく場合があります。



電話 で申し込む方 受付時間＝9:00～17:00

- ☑ つくば市役所(A)・谷田部保健センター・荃崎交流センター会場＝7月28日(月)～7月31日(木)
- つくば市役所(B)・大穂保健センター・桜保健センター会場＝8月18日(月)～21日(木)
- ☑ 茨城県総合健診協会健診予約センター ☎(0570)077150(ナビダイヤル)

日程	会場	当日受付時間	
9月	谷田部保健センター	26日(金)	
		28日(日)	
		29日(月)	
		30日(火)	
10月	つくば市役所(A)	4日(土)	
		5日(日)	
	荃崎交流センター	7日(火)	▶ 8:00～8:30
		8日(水)	▶ 8:30～9:00
		9日(木)	▶ 9:00～9:30
		10日(金)	▶ 9:30～10:00
	谷田部保健センター	14日(火)	▶ 10:00～10:30
		15日(水)	▶ 10:30～11:00
		18日(土)	▶ 11:00～11:30
	つくば市役所(B)	19日(日)	▶ 11:30～12:00
		22日(水)	
大穂保健センター	23日(木)		
	28日(火)		
	29日(水)		
	30日(木)		
11月	桜保健センター	4日(火)	
		5日(水)	
		6日(木)	

※荃崎交流センター・大穂保健センター・桜保健センターは、階段を使用する場所があります。車いすをご利用の方や介助が必要な方は、予約後に健康増進課にご連絡ください。



2024年度 情報公開・個人情報開示、会議公開実施状況 総務課

情報公開		個人情報開示	
決定内容		決定内容	
開示…161件 部分開示…88件 不開示…15件		開示…16件 部分開示…15件 不開示…9件	
主な請求内容	件数	不開示(部分開示)理由	件数
学校、教育施設、給食関係	81	市情報公開条例第5条	
道路、公園、公共工事関係	41	1号(個人情報)	68
上下水道工事関係	26	3号(法人等の事業活動情報)	36
文化・スポーツ施設関係	24	4号(公共安全維持情報)	2
建築・開発、都市計画関係	21	5号(審議・検討等情報)	5
固定資産税、管財関係	13	6号(事務事業情報)	11
廃棄物、公害、水質関係	12	7号(法令秘情報)	2
火災、救急関係	11	市情報公開条例第8条	3
その他	35	文書不存在	19
合計(延べ) 264		合計(延べ) 146	

個人情報開示		会議公開	
決定内容		決定内容	
開示…16件 部分開示…15件 不開示…9件		開示…72件 部分開示…12件 不開示…16件	
主な請求内容	件数	不開示(部分開示)理由	件数
市民窓口関係	13	個人情報の保護に関する法律第78条第1項	
学校関係	6	1号(生命、健康、生活又は財産侵害情報)	1
介護保険、国民健康保険関係	5	2号(第三者権利利益侵害情報)	15
子育て相談関係	5	3号(法人等の事業活動情報)	1
広聴関係	3	6号(審議・検討等情報)	1
その他	8	7号(事務事業情報)	3
合計(延べ) 40		文書不存在	8
		合計(延べ) 29	

※請求と決定の件数が一致しないのは、1件の請求に対し、複数の決定を行うことがあるためです。

会議公開 2024年度に公開の対象となった会議のうち、72の審議会などで延べ205回の会議が公開されました。各審議会などの詳しい会議公開状況については、市ホームページに掲載しています。今後も、市政運営の透明性の向上を図るとともに、市民による市政への理解と信頼の充実のため、会議の公開に努めていきます。



合理的配慮の提供(合) に関して はイベント情報に掲載しています。13ページをご覧ください。



健康・福祉

認知症本人・家族交流会

認知症のご本人やご家族の方が集まり、自由に語り合う交流の場です。当日はご本人のグループとご家族のグループに分かれて交流会を実施します。

日 7月30日(水) 10:00~11:30
 場 市役所本庁舎2階防災会議室2・3
 対 認知症のご本人または認知症の方を介護しているご家族の方
 定 先着15人程度
 合 ABCDEGHIK
 申 7月28日(月)16:30までに電話で
 問 地域包括支援課



介護保険負担割合証の発送

要介護(要支援)認定をお持ちの方、サービス・活動事業対象者の方に、自己負担割合を記載した「介護保険負担割合証」を7月下旬に送付します。負担割合をご確認の上、介護保険被保険者証と併せて大切に保管してください。

対 8月1日以降の要介護(要支援)認定の有効期間を有している方、サービス・活動事業対象者の方
 問 介護保険課

ペアレント・トレーニング講座

子どもの困った行動にどう対応するか、演習などを通して、子育てのヒントをつかみます。

日 7月30日、8月13日・27日(水)、9月11日(木)、9月24日、10月15日(水)
 場 市役所本庁舎3階会議室302など
 対 市内在住のおおむね3歳~6歳の児童の保護者で、全日程に参加できる方
 講 市公認心理師 定 先着6人
 合 ABCDEGHI
 申 7月1日(火)~7月11日(金)に「保護者の氏名・住所・児童の年齢・電話番号・メールアドレス」を電話またはメールで
 問 こども未来センター
 E wef044@city.tsukuba.lg.jp

里親制度説明会

制度を広く知っていただくため説明会を開催します。

日 7月27日(日) 10:00~12:00
 場 つくば同仁会子どもセンター(高崎802-1)
 申 電話、インターネットまたはメールで
 問 つくば同仁会子どもセンター
 ☎080(8434)3329(担当:増子)
 E fostercare.kidskohoo@doujinkai.or.jp
 担 こども未来センター



2025年度 養育費などの離婚に関する司法書士無料相談会

養育費の取り決めや離婚後の親子交流などについて、司法書士による無料相談会を実施します。

日 8月13日(水) 14:00~17:00
 場 市役所本庁舎 ※詳細は参加者に後日通知
 対 市内在住のひとり親の方または離婚を考えている方
 定 先着3人 合 ABCDEGHI
 申 8月7日(木)までに電話または直接
 問 こども政策課



ひとり親家庭の養育費確保支援

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)利用費用について助成金を交付します。

問 こども政策課



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。

問 こども政策課



2025年度 茨城県立盲学校 地域巡回教育相談会

視覚に障害がある方の見えにくさを補うための補助具(レンズや拡大読書器など)の展示や相談会を行います。どなたでも参加できます。

日 7月24日(木) 11:00~15:00
 場 土浦合同庁舎本庁舎3階第2会議室(土浦市真鍋5-17-26)
 対 茨城県南地域在住の方 合 C

申 7月17日(木)までに電話・メールで
 問 茨城県立盲学校視覚障害教育支援センター
 ☎029(221)3388
 E shien@ibaraki-sb.ibk.ed.jp
 担 障害福祉課

発達に心配のある子のためのペアレント・トレーニング講座

講義やグループワーク、ホームワークを通して、発達に心配のあるお子さんの褒め方、行動の見方、声掛けの仕方などを学びます。

日 9月11日・25日、10月9日・23日、11月6日(木) 10:00~12:00
 場 市役所5階ミーティング室
 対 市内在住の発達に心配のある子ども(年少~年長)の保護者で、全日程に参加できる方
 講 市臨床心理士など 定 10人
 合 ABCDEGHIK
 申 7月31日(木)までに「保護者の氏名・住所・子どもの氏名・児童の生年月日・電話番号」をメールで
 問 障害福祉課
 E wef025@city.tsukuba.lg.jp

幼児教育・保育の無償化に係る償還払い請求を受け付けます

幼稚園・認定こども園預かり保育事業、認可外保育施設、一時預かり事業、病児保育事業、ファミリーサポートセンター事業を利用した場合の請求を受け付けます。

日 7月1日(火)~31日(木)
 申 請求書、委任状(請求者と口座名義人が異なる場合)、領収証、特定子ども・子育て支援提供証明
 問 幼児保育課

つくば市民のための「健康と生活調査」ご協力をお願い

筑波大学は、つくば市民の健康寿命を伸ばす最新の健康増進プログラム開発のため「健康と生活調査」を行っています。6月下旬に、無作為抽出した45歳~89歳の方に調査票を発送しました。調査へのご協力をお願いします。

問 つくばハピネスライフ研究事務局 ☎090(1562)8372
 担 科学技術戦略課



国民健康保険限度額適用認定証の更新時期です

現在交付している限度額適用認定証の有効期限は7月31日(木)までです。マイナ保険証を利用すると、認定証の更新手続きが不要になります。紙面での交付を希望される方のみ、更新の申請が必要です。詳細はお問い合わせください。

- 対** つくば市国民健康保険の被保険者の方
- 申** 7月1日(火)から申請書(国民健康保険課、市ホームページに用意)、被保険者証または資格確認書(有効期限までのもの)*、マイナンバーカード*、申請者の本人確認書類(運転免許証*など)を郵送、インターネットまたは直接 ※郵送の場合は写しを提出。各窓口センターでは直接申請のみ受け付けし、後日郵送交付となります。
- 問** 国民健康保険課

フレイル予防相談

運動や生活についての相談を受け付けます。心身の機能に衰えを感じ始めた方や、元気な方も早いうちからフレイル(虚弱)の予防をしましょう。

- 日** 7月16日(水)9:00~12:00
- 場** 大穂保健センター **対** 市内在住の方
- 定** 先着3人 **合** A B D
- 申** 7月14日(月)までに「住所・氏名・年齢・電話番号」を電話で
- 問** 健康増進施設いきいきプラザ ☎029(864)5089



募集

第18代つくば観光大使募集

つくば市の魅力を広く発信する業務に従事する「つくば観光大使」を募集します。活動内容▷イベント・キャンペーンなどでのPR、SNSを活用した情報発信
任期▷2025年9月1日~2027年8月31日

- 定** 3人 ※面接・書類審査あり
- 申** 7月22日(火)までに申込書(ホームページに用意)を郵送(必着)またはインターネットで
- 問** つくば観光コンベンション協会 [〒300-3292筑穂1-10-4] ☎029(869)8333
- 担** 観光推進課



つくば観光ボランティアガイド募集

つくば市内の観光施設などのガイドに従事する「つくば観光ボランティアガイド」を募集します。

- 対** 4日間の研修を修了可能な方 **定** 先着5人
- 申** 7月31日(木)までに「住所・氏名(フリガナ)・年齢・電話番号・メールアドレス」をメールで(必着)
- 問** つくば観光ボランティアガイド298事務局 (つくば観光コンベンション協会内) [筑穂1-10-4] info@ttca.jp
- 担** 観光推進課



つくば市子育て総合支援センター 子育て支援ボランティア

子どもが好きな方、子育て経験がある方など、ボランティアに興味のある方はぜひご応募ください。

- 申** 電話で
- 問** つくば市子育て総合支援センター ☎029(857)9037
- 担** こども政策課



第2回段ボールコンポスト無料配布会

生ごみをたい肥化できる段ボールコンポストを無料配布します。ごみ減量に取り組んでみませんか。

- 日** 7月26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350人 **合** B D E
- 申** 7月4日(金)9:00~18日(金)16:30までにインターネットまたは電話で
- 問** 環境衛生課



市民委員

詳細は市ホームページをご覧ください。



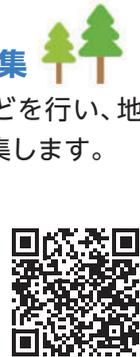
- ①つくば市立幼稚園のあり方検討委員会**
任期=2025年9月1日~2026年11月30日(予定)
- 対** 市内在住・在勤・在学の方で、市の附属機関などの公募による市民委員を2つ以上兼務しておらず、平日開催の会議に出席でき、保育・幼児施設に子どもが通っている、または通っていた方で、保育・幼児教育に関心がある方
- 定** 2人 ※面接・書類審査あり
- 申** 7月15日(火)16:30までに履歴書・応募の動機(400字以内)を郵送(必着)または直接
- 問** 学務課

- ②つくば市一般廃棄物減量等推進審議会**
ごみ減量およびリサイクルなどの推進について、意見をいただくため市民委員を募集します。
任期=2025年9月1日~2027年8月31日
- 対** 2025年4月1日時点で市内在住・在勤・在学の満18歳以上の方で、市の附属機関などの公募による市民委員を2つ以上兼務しておらず、年2、3回の会議に出席できる方
- 定** 5人 ※面接(7月28日)・書類審査あり、男女共同参画の観点から男性を2人までとします。
- 申** 7月16日(水)16:30までに履歴書、応募の動機(100字以上200字以内)を郵送(必着)、インターネットまたは直接
- 問** 環境衛生課

緑の表彰事業の応募団体募集

都市の緑の保全や創出、清掃などを行い、地域社会へ貢献している団体を募集します。

- 申** 9月30日(火)までに応募用紙(市ホームページ、公園・施設課に用意)を郵送(必着)または直接
- 問** 公園・施設課



シルバー人材センター会員募集

入会を希望される方や関心のある方は、ぜひ「入会説明会」にご参加ください。

- 日** 7月10日(木)13:30~(受付13:00)
- 場** 大穂庁舎3階会議室
- 対** 市内在住で、満60歳以上(2026年3月31日時点)の健康で働く意欲のある方
- 合** K
- 問** シルバー人材センター ☎029(879)5199
- 担** 高齢福祉課

市営住宅定期募集

7月の市営住宅定期募集を行います。募集予定団地は戸ノ山団地、ひがし谷田川団地、駒形団地、要害住宅、金田住宅、大曾根住宅です。詳細は、市ホームページまたは入居申込案内(住宅政策課、各窓口センターなどに用意)をご覧ください。

- 申** 7月2日(水)~15日(火)に入居申込書1部、同意書1部、110円切手2枚を郵送(簡易書留)または直接
- 問** 茨城県住宅管理センターつくばセンター [〒305-0032竹園3-18-3竹園ショッピングセンター] ☎029(853)1369
- 担** 住宅政策課

その他

7月は「社会を明るくする運動」強調月間

非行や罪を犯した人の立ち直りについて理解を深めてもらい、犯罪や非行のない地域社会を作ろうという運動が全国で行われています。7月は、市役所をシンボルカラーの黄色にライトアップします。**7月1日は更生保護の日**

更生保護とは、罪を償い、再出発しようとする人々を支え、再犯・再非行を防ごうとする活動です。

- 立ち直りを支えるボランティア団体**
▷つくば地区保護司会
非行や罪を犯した人の相談・助言、立ち直りの支援や犯罪予防の啓発活動を行っています。
- ▷つくば市更生保護女性会
地域社会の犯罪予防と更生保護の活動に協力し、明るい社会の実現に向けた活動を行っています。
- 問** 市民協働課

路線バス・つくバス・つくばね号 利用者アンケートの実施について

つくば市内を運行するバス路線(路線バス、つくバス、つくばね号)の車内で利用者アンケートを実施しています。市ホームページからも回答できます。ご協力をお願いします。

- 問** 総合交通政策課



農業用廃プラスチックを回収します

不法投棄や不適正な排出による負担金増額を避けるため、適正処理にご協力をお願いします。

- 日** ▷ビニール=7月24日(木)9:00~11:00
▷ポリエチレン=7月28日(月)9:00~11:00
- 場** 豊里ライスセンター [木俣389-3]
- 対** 市内在住の方
- 費** ▷負担金=ビニール40円/kg・ポリエチレン50円/kg(100円未満切り捨て)
▷登録料=1,000円(年度内初回のみ)
- 問** 農業政策課

熱中症を予防しましょう

暑い日の外出は、できる限り避け無理のない範囲で活動しましょう。また、激しい運動を避け、喉が渇いていなくてもこまめに水分補給をしましょう。
※1日当たり1.2リットルが目安

- 問** 健康増進課



令和5~8年度一般(指名)競争入札 参加資格審査申請【追加受け付け】

市が発注する建設工事、業務委託、物品納入などの契約を希望する事業者は、個人・法人を問わず、定められた期間中に入札参加資格審査の申請を行い、有資格者名簿に登録をすることが必要です。

- 申** 8月1日(金)~7日(木)に申請書(市ホームページ、契約検査課に用意)を郵送(必着)またはインターネットで
- 問** 契約検査課



つくば子どもの青い羽根基金

子どもの未来を支援するため、寄付のご協力をお願いします。

- 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
- 子ども未来センター



「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。

子ども未来センター



投票所変更のお知らせ

7月20日(日)の参議院議員通常選挙で、従来の投票所から変更になる投票所があります。詳細は投票所入場券をご確認ください。

選挙管理委員会事務局

7月は屋外広告物適正表示推進月間です

市では、良好な景観や安全性確保のため、主要な交差点や幹線道路の違法な広告物を重点的に是正指導しているほか、パトロールを強化して違法な立て看板などの広告物を撤去しています。

都市計画課



- 合理的配慮の提供 (A~他)
- A 身障者等用駐車場
 - B スロープありまたは段差なし
 - C 車いす対応エレベーター
 - D 多目的トイレ
 - E オストメイト対応トイレ
 - F 筆談対応
 - G 車いす貸し出し
 - H 手話通訳など
 - I 授乳室
 - J オンライン配信
 - K 途中入退室可
 - 他 その他

法律により「合理的配慮の提供」が義務化されたことに伴い、広報つくば内でも各イベントなどに提供状況を掲載します。
※合理的配慮の提供=障害のある人にとっての社会的なバリア(活動の制限)を取り除くために、負担が過重でない範囲で、必要かつ合理的な対応をすること

スポーツ

スポーツ協会イベント

①スポーツ鬼ごっこ体験会

スポーツ鬼ごっこの体験会を実施します。

7月20・27日(日)9:00~11:00

場 桜南小学校体育館

対 小学生 定 先着各日20人

費 200円/日 合 回

申 インターネットで



②なぎなた初心者講習会

日本古来の武道のひとつ「なぎなた」は、年齢、性別を問わず楽しめます。

7月26日(土)13:00~15:00

場 桜総合体育館柔剣道場

対 市内在住・在勤・在学の方

費 200円 合 A B D

申 7月15日(火)までに「事業名、住所、氏名、年齢、電話番号」を郵送またはFAXで



問 スポーツ協会事務局(市役所内)

☎029(854)8511

☎029(854)8531

担 スポーツ振興課

つくば市結婚相談会

茨城県から委嘱されたボランティア「いばらきマリッジサポーター」による相談会を実施します。

7月27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 7月25日(金)までに電話またはインターネットで

問 子ども政策課



外来種のカミキリムシを捕獲した方に奨励金やグッズを贈呈します

茨城県では特定外来生物のクビアカツヤカミキリ、ツヤハダゴマダラカミキリの成虫を退治する「いばらきカミキリみつけ隊」活動の参加者を募集しています。退治した数に応じて奨励金やグッズが贈呈されます。

対 小学生以上の茨城県民の方

問 環境保全課



カーシェアリングステーション設置場所が増えました

地球温暖化対策として、自家用車の保有台数減少を目的としたカーシェアリング普及事業を行っています。新たに以下の施設内にステーションを設置しましたので、ぜひご利用ください。

場 産業振興センター〔吾妻2-5-1〕、管路輸送センター〔吾妻1-2-1〕

担 環境政策課



申し込みの記入例

「①住所」「②氏名(ふりがな)」「③年齢(学年)」「④電話番号」「⑤希望講座・コース」「⑥希望日・時間」「⑦その他必要事項」
※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 つくば市役所〇〇〇〇〇課

つくばウェルネスパークプログラム

①マットサイエンス

全身の筋強化・柔軟性・バランスを高め姿勢の改善を目指します。

7月5・12・19・26日(土)13:00~14:00

講 櫻井純子氏 定 先着15人/日 費 600円/回

②腰痛・股関節改善ヨガ

股関節の筋肉の柔軟性を高めることで、腰への負担を軽減していきます。

7月7・14・28日(月)13:00~13:45

講 菊地智子氏 定 先着15人/日 費 500円/回

場 つくばウェルネスパーク 対 高校生以上の方

合 A B D E I 申 2階受付窓口に直接

問 つくばウェルネスパーク☎029(867)5210

担 スポーツ施設課

つくばリレーカーニバル2025

1周1kmの園内コースをチームで周回し、フルマラソン完走を目指しましょう。10kmリレーコースの他、親子マラソンも開催します。

9月14日(日) 場 研究学園駅前公園

定 先着100組/コース

費 参加種目によって異なります。詳細はホームページをご覧ください。

生け垣設置奨励補助金をご利用ください

緑豊かな街並みの形成や災害に強い街づくりのため、道路に面した部分に生け垣を設置する方に補助金制度を設けています。



申 2月15日(日)までに申請書(市ホームページまたは窓口に用意)を郵送(必着)、メールまたは直接

問 公園・施設課

E ubn020@city.tsukuba.lg.jp



荃崎老人福祉センター入浴施設などの改修工事を行います

高齢者の健康増進、生きがいづくりの支援に向けて、7月から改修工事を行います。詳細は決まり次第、市ホームページでお知らせいたします。

問 高齢福祉課

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。

7月の木曜延長窓口開庁日は次のとおりです。

7月10日(木) 7月24日(木)

問 市民窓口課

納期限内の納付にご協力ください

7月31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2期)

②国民健康保険税(全期・第1期)

③後期高齢者医療保険料(全期・第1期)

問 ①資産税課②国民健康保険課③医療年金課

合 回 申 8月10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大会

実行委員会☎0299(23)1251

担 スポーツ振興課



みどりのプールイベント

①初級ハワイアンフラ

7月1日・8日・15日・22日・29日(火)

13:00~13:50

対 高校生以上の女性 定 先着15人

講 フラ・ハラウ・ピカケ・テルヌマ(法人)



②放課後★キッズ

鉄棒、マット運動、ボールなどで遊びながら体を動かします。運動が苦手なお子さまでも安心です。

7月1日・8日・15日・22日・29日(火)

7月3日・10日・17日・24日・31日(木)

①16:00~16:50②17:00~17:50

対 小学生 定 ①②先着15人/日

場 みどりのプール 費 6,050円

合 A B D G I 申 インターネットで

問 みどりのプール

☎029(896)6870

担 スポーツ施設課



サイクルパークつくばイベント

①沼尻産業つくばBMXレースシリーズ supported by 弱虫ペダル

BMXレースがサイクルパークつくばで開催されます。施設の屋上からも観戦できます。
日 7月6日(日) 10:00~13:30



②初心者向けBMXスクール開講

BMXレーシングは楽しい反面、けがも伴うスポーツです。安全に楽しむために受講しませんか。
日 7月12日(土)、27日(日) 10:00~12:00

対 満5歳以上の方
講 深川匠氏(2023全日本選手権男子エリート4位)

定 先着10人 費 4,400円/日
申 当日9:30までに直接



場 サイクルパークつくば
問 サイクルパークつくば
☎029(883)0035
E BMX298@icloud.com
担 サイクルコミュニティ推進室



健康と福祉

出前健康教室

インストラクターによる体操などを行います。シニアの方大歓迎です。※同じ月に参加できるのは①、②のいずれか一つです。

①カスミ学園店で体操しよう

日 7月22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 先着15人
申 7月15日(火)9:00から電話で



②カスミ大穂店で健康体操

日 7月30日(水) 10:00~11:00
場 カスミ大穂店イトインコーナー[筑穂1-15-6]
定 先着8人
申 7月22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
合 A D

※7月14日、8月18日(月)のイオンモールつくばでの教室は会場の都合により中止となります。

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)

健康栄養サロン 脂質異常症「しなやか血管」のための食習慣

食事のポイントを管理栄養士が紹介します。

①管理栄養士による栄養講話
②体組成・血圧計・血管年齢計の測定
日 7月11日(金)①10:20~、11:00~
②10:00~11:45

場 ブランデつくば並木店[並木4-3-2]

対 市内在住の方
講 市管理栄養士、ウエルシア管理栄養士、カスミ管理栄養士

定 ①先着15人/回②15分ごとに3人
合 A B D E G K
申 7月10日(木)までに電話で(当日参加可)
問 健康増進課



ウエルカフェ栄養サロン おいしく健康「適塩生活」

健康のためには、毎日の食事が大切です。食事のポイントを紹介し、試食の提供を行います。希望する方は体組成が測定できます。



日 7月13日(日) 10:00~11:00
場 ウエルシアつくば豊里店[豊里の杜2-1-1]
対 市内在住の方 講 ウエルシア栄養士
定 先着10人 合 A B D E G K
申 7月11日(金)までに電話で(当日参加可)
問 健康増進課

2025年度いきいきプラザ運動教室 参加者追加募集

年齢に合わせた運動習慣を身に付けましょう。予約制で説明会を行っています。

▷75歳以上の方=「元気はつらつ運動教室」
▷65~74歳の方=「いきいき運動教室」
▷40~64歳の方=「アクティブ運動教室」
日 週1回程度 場 健康増進施設いきいきプラザ
対 市に住民票があり、以下に該当する方

▷医師に運動を止められていない
▷重篤な心臓病・脳卒中などの既往がない
▷健診結果または主治医の意見書が提出可能

費 1,000円/月(3カ月ごとに集金)
合 A D
問 健康増進施設いきいきプラザ
☎029(864)5089



相談・説明会

男性のための電話相談

夫婦、家族、職場などの人間関係や生き方など、一人で悩まずご相談ください。男性の相談員が対応します。※予約不要、秘密厳守

日 7月10日(木) 18:00~20:30
対 市内在住・在勤・在学の男性
申 相談専用☎029(883)1188
問 ダイバーシティ推進室



こころの健康相談

ご自身やご家族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。※治療中の方は主治医にご相談ください。

日 7月23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 7月1日(火)から電話で
問 大穂保健センター☎029(864)7841

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 8月5日(火) 10:00~16:00
場 稲敷市役所本庁舎3階322会議室 [稲敷市犬塚1570番地1]
対 茨城県南地区在住で住宅リフォームなどを検討している方
定 先着10組
申 7月1日(火)~31日(木)までに電話またはインターネットで
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



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 7月17日(木) 13:00~16:00
場 市役所3階302会議室 定 先着12組
合 A B C D E G I
申 9:00~12:00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(1650)8505 (担当:木村)
担 総務課



催し

中央図書館イベント



①おはなし会

ボランティアによる読み聞かせなどを行います。
日 7月12・19・26日(土)・27日(日)、8月2日(土) 15:00~15:30 ※当日受け付けのみ
対 幼児から小学生の方 合 A B D G I K

②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。

日 7月18日(金)・24日(木)
①10:30~10:50 ②11:00~11:20
※各日2回公演、当日受け付けのみ
対 乳幼児と保護者の方 合 A B D G I K

③ジュニア図書館員大募集! ~図書館マスターになろう~

本の探し方など、図書館の上手な使い方を学ぶ小学生向けイベントです。

日 7月30日(水)・31日(木) 9:30~12:00
対 市内在住又は在学の小学5~6年生
定 24人/回(抽選)
合 A B C D G I
申 7月15日(火)までにインターネットで



場 中央図書館
問 中央図書館☎029(856)4311



ふれあいプラザ 夏休み子どもイベント

①どきどき!家族館内ツアー

暗闇の中、家族ごとに館内を探検します。
日 8月10日(日) 受付19:00~
対 4歳~小学3年生までの親子
定 20組(抽選) 費 500円



②納涼肝試しツアー

館内を使用し子どもだけで肝試しを行います。
日 8月11日(祝) 受付17:30~
対 小学生
定 100人(抽選) 費 1,200円



場 ふれあいプラザ
合 A B C D F G I K
申 7月31日(木)までに「講座名・郵便番号・住所・氏名・電話・年齢・性別(任意)」を郵送(必着)、FAX、インターネットまたは直接
問 ふれあいプラザ[〒300-1273 つくば市下岩崎2164-1]
☎029(876)2311
F 029(876)2396
担 地域支援課



文化財課イベント

飯塚伊賀七の木製和時計

江戸時代後期に谷田部で活躍した飯塚伊賀七が製作した木製和時計の復元品を動かします。
日 8月3・10日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00
場 谷田部郷土資料館

夏休み考古学体験教室2025

収蔵庫や整理調査風景の見学や、市内遺跡から出土した土器の洗浄・拓本体験などを行います。
日 8月19日(火) ①10:00~12:00、②14:00~16:00
場 出土文化財管理センター(平沢81)
対 小学5年生~中学3年生 ※小学生は保護者同伴
定 16人程度/回(保護者含む)(抽選)
合 A B D
申 7月27日(日)までにインターネットで

万灯をデザインしよう! & 復元建物特別開扉

8月に平沢官衙遺跡で開催する「万灯夏まつり」の万灯を、イラストや文字でデザインしましょう。実物大復元建物の特別開扉も行います。
日 7月19日(土)・20日(日) 10:00~12:00、13:00~15:00
※特別開扉は天候により中止の場合あり
場 平沢官衙遺跡歴史ひろば
合 A B D G

問 文化財課

小田城跡イベント

①小田城夏の陣~水かけ大合戦~
2チームに分かれて色水を撃ち合う水鉄砲合戦を行います。汚れてもいい白色のTシャツでお越しください。キッチンカーも楽しめます。
②オリジナル御城印づくり
イラストや文字、スタンプなどでオリジナルの小田城御城印を作りましょう。当日受け付けのみ。
日 7月26日(土) ①14:00~18:00 ②10:00~12:00、13:00~16:00 ※荒天時翌27日(日)へ延期
場 ①小田城跡歴史ひろば遺構復元広場
②小田城跡歴史ひろば案内所
対 ①小学生以上 ②小・中学生 定 ①先着80人
費 水鉄砲合戦のみ500円(保険代)
合 A B D G
申 ①7月1日(火)~21日(祝)までにインターネットで

問 > 文化財課
> 小田地域まちづくり推進機構
☎080(4062)9498(鈴木)

つくばSTEAMコンパス夏の探究イベント

意欲ある子どもたちの探究を市内の研究者やサイエンスコミュニケーターがサポートします。
日 ①7月27日(日) ②8月17日(日)
※①・②で実施内容は異なります。
場 市役所 ※場所はホームページをご覧ください
対 小学4年生~高校2年生 合 A B C D G
申 7月22日(火)までにインターネットで
問 科学技術戦略課

水辺も!陸も!牛久沼で大冒険!(カヌー体験など)

環境学習やキャンプ場でのアウトドア体験も楽しめます。
日 7月27日(日) 9:00~16:00
※雨天予備日は8月3日(日) 9:00~16:00
場 荃崎こもれび六斗の森、谷田川

対 市内在住の小学生 ※保護者同伴不要
定 20人程度(抽選) 費 3,000円 合 D
申 7月13日(日)までにインターネットで
問 観光推進課

鳥獣対策・森林保全室イベント

①つくばの森を楽しむワークショップ
微生物と昆虫の関係を学んだり、枝葉を使ったアロマ系ワークショップを行います。※時間はホームページで、場所は申込者へお知らせします。
日 7月19日(土)、20日(日)
場 市内森林 定 先着10組 合 K
申 7月16日(水)までにインターネット、電話またはメールで

②高崎自然の森で自然体験!第1回里山のしみ隊
森の生き物調査やスケッチを通じた観察をします。
日 7月30日(水) 8:00~12:00(受付7:30~)
※雨天時は翌日開催

場 高崎自然の森 対 市内在住・在学の小学生以上
講 つくば環境フォーラム 定 24人(抽選)
費 500円 合 A D K
申 7月16日(水)までにインターネットで

③親子木育おもちゃ講座

木のおもちゃ広場や、親子のワークショップを行います。
日 ①7月23日(水)、②7月24日(木)、③8月4日(月)、④8月5日(火) ※時間、人数などは市ホームページでお知らせします。
場 ①筑波交流センター多目的室 ②谷田部交流センター大会議室 ③④市役所コミュニティ棟1階
対 6歳以下の子どもとその保護者
講 子育てネットワークまもり
申 ②インターネットで ※①~④ごとに申込期限が異なります。ホームページをご覧ください。

④森林活用アイデアソン

つくばの森でどのようなことができるのか、一緒に楽しいアイデアを考えませんか。
日 7月18日(金) ①10:00~11:00、②19:00~20:00 ※①②の内容は同一
場 市役所コミュニティ棟1階会議室
対 市内の森林所有者、森林に興味がある方など
定 先着各回30人
合 A B C D E I K
申 7月17日(木) 17:00までにインターネット、電話またはメールで

⑤高崎自然の森ブルーベリー摘み取り体験
ブルーベリーの摘み取りと試食が楽しめます。※果実の持ち帰り不可。実り具合により時間短縮の場合あり。雨天中止。当日受け付けのみ。
日 7月5日~8月16日(土)までの毎週(土)
①10:00~10:30、②10:30~11:00
場 高崎自然の森 定 先着30人/回
費 中学生以上=300円、小学生=200円
合 A D K

問 ①②③④鳥獣対策・森林保全室
E eco025@city.tsukuba.lg.jp
⑤つくばブルーベリー協議会
☎090(5752)5558(久松)
担 鳥獣対策・森林保全室

環境保全課イベント

夏休み企画 葛城の森で生き物探し!
市街地に隣接した24haの葛城の森で生き物調査やスケッチを通じた観察を行います。
日 8月7日(木) 8:00~12:00 ※予備日は8月8日(金)、天候により中止の可能性あり
場 葛城の森(学園の森3丁目)
対 市内在住の小学3年生~中学3年生
講 つくば環境フォーラム 定 24人(抽選) 合 K
申 7月11日(金)~24日(木)にインターネットで
問 つくば環境フォーラム
E tef298@tsukuba-ef.com

ホテルと出会う すそみ沢の夕涼み
筑波山麓の田んぼで沢の手入れを体験します。作業後は夕涼みとホテル観賞を行います。
日 7月27日(日) 16:00~20:00
※予備日:8月3日(日)

場 田井地区 対 市内在住の高校生以上
講 つくば環境フォーラム 定 先着15組 合 K
申 7月10日~17日(木)にインターネットで
問 つくば環境フォーラム

水生生物観察会 in 金田台の歴史緑空間
湧水が流れ込む池・小川でトンボやカエルなど水辺の生き物を観察しましょう。

日 7月20日(日) 8:30~10:30 ※雨天時は翌21日(祝)に同日程で実施
場 歴史緑空間の砂利駐車場集合(さくらの森29)
対 小学生以上の親子 ※大人のみも可
講 中西康介氏(国立環境研究所) 定 先着8組
費 500円/組 合 K
申 7月15日(火)までに「氏名・住所・お子さんの年齢・電話番号」をメールで
問 金田台の生態系を守る会
E rekisimidori@gmail.com

担 環境保全課

筑波山麓の水のめぐみを学ぼう!
筑波山麓のジオまち探検、霞ヶ浦の生き物講座、水質検査体験などを行います。

日 8月8日(金) 8:15~13:00
場 集合場所=市役所 ※バス移動あり
活動場所=つくばジオミュージアム(北条4160) ※9:00に現地集合可
対 市内在住の小学4~6年生(保護者同伴可)
講 市ジオパーク専門員など 定 先着15人
費 100円 合 B D I
申 7月15日~29日(火)にインターネットで
問 環境保全課

2025夏休み企画「知っちゃおうツアー」

「そうなんだ!」がいっぱい詰まったさまざまな福祉体験を行います。詳細はホームページをご覧ください。
日 7月23日~8月20日(水) ※全10回
場 老人福祉センターとよさと、市内大学など
対 市内在住の小学4~6年生 合 A B D
申 7月1日(火)~18日(金)に電話またはメールで
問 社会福祉協議会 ボランティアセンター
☎029(879)5898
E tvcc@tsukuba-swc.or.jp
担 社会福祉課

周辺市街地振興課イベント

祇園祭と同時開催 夜の吉沼マルシェ in 県信前四ツ角 & 川根さん宅

吉沼祇園祭とあわせて開催します。地域のグルメやステージパフォーマンスが楽しめます。

日 7月26日(土)・27日(日) 17:00~22:00

場 吉沼四ツ角バス停付近 合 区

問 吉沼、元気!協議会

E yoshinuma.genki@gmail.com

長屋門みちあるき2025(第2回)

中心市街地のモダンな建築群を巡り、桜地区吉瀬にある長屋門を目指します。

日 7月5日(土) 10:00~15:00

場 集合場所▷つくば駅A3出口ポスト付近 [吾妻2-128]

対 10km程度歩ける方 定 先着20人

費 高校生以上▷3,000円

中学生以下・留学生▷1,000円

合 区

申 7月4日(金)までにインターネットで

問 つくば建築研究会

E info@tsukuba-arch.org



おやこであそぼう青写真

感光紙に日光を当て、上に置いた物の影を写し取ります。プルシャンブルーの絵画のような作品が仕上がります。

日 7月26日(土) 10:00~12:00

場 小田小交流プラザ [小田3107]

対 小学生の親子 定 先着10組20人

費 500円(材料費込み) 合 区

申 インターネットで

問 小田協議会

☎029(844)9493

E contact@odasho.org



担 周辺市街地振興課

センター広場イベント

つくばクラフトビアフェスト2025

日本全国のクラフトビールを飲んで体験できるイベントです。食事やソフトドリンクも楽しめます。

日 ▷8月1日(金) 15:00~22:00

▷8月2日(土) 11:00~22:00

▷8月3日(日) 11:00~18:00

※ラストオーダーは終了時間の1時間前

合 ABCDEFGHIK

問 つくばクラフトビアフェスト実行委員会

E info@tsukuba-craftbeerfest.com

ウォーターアドベンチャー2025

in つくばセンター広場

小学生未満は保護者の見守りが必須です。着替え用テントや休憩スペース(有料)もあります。

日 7月19日(土)~8月3日(日) 11:00~17:00

※7月22日(火)~24日(木)、28日(月)~31日(木)は点検・清掃のため運休

対 スライダー & プール=4歳~小学6年生

※3歳以上向け幼児用プールもあり

バンジー=3歳以上

費 スライダー & プール=800円/30分

バンジー=1,000円/2分

合 ABCDEFGHIK

問 センター広場賑わい創出実行委員会

(事務局:つくばまちなかデザイン)

☎029(869)7229

場 つくばセンター広場

担 学園地区市街地振興課

つくば市文化協会芸術部ワークショップ

子どもが楽しめる文化ワークショップです。

①お茶の作法体験

日 8月2日(土) 10:00~12:00

場 松代交流センター

対 小中学生(保護者同伴可) 定 先着20組

②樹脂粘土マカロンづくり

日 8月3日(日) 10:00~12:00

場 大穂交流センター

対 5~15歳(保護者同伴可) 定 先着30組

合 区 申 当日会場で受け付け

問 つくば市文化協会

①☎029(836)1237(担当:富田)

②☎090(2675)8426(担当:桃井)

担 芸術文化推進課

つくば美術館第4回土曜講座 再興院展110年の歴史

岡倉天心の遺志を継いで、横山大観らによって再興された日本美術院の院展の歩みや歴史を振り返り、現代の院展の見所をご紹介します。

日 7月12日(土) 13:30~15:00

場 つくば美術館2階アルスホール [吾妻2-8]

講 永宮勤士氏

(茨城県天心記念五浦美術館主任学芸員)

定 先着80人(うち事前申込50人)

合 ABCDEFGHIK

申 7月10日(木)までにインターネットで

問 つくば美術館

☎029(856)3711

担 芸術文化推進課



第18回つくばで第九合唱団員募集

年末の風物詩つくばで第九。ベートーヴェンの傑作を5カ月かけて練習し、プロの音楽家たちと共演します。

対 ▷中学生以上▷12月29日(月)の公演、前日のリハーサルに参加できる方▷練習に10回以上参加できる方 ※初回8月3日(日) 18:30予定

費 一般11,000円、学生4,400円 合 CDG

申 7月9日(水) 10:00から電話で※各パート定員に達し次第終了

問 つくば文化振興財団

☎029(856)7007

担 芸術文化推進課



渡辺貞夫グループ2025「ランデブー」

ジャズ界スーパー・レジェンドの至高のサウンドをお楽しみください。

日 9月23日(祝) 16:00開演(15:30開場)

場 ノバホール

費 全席指定一般9,500円 ※未就学児入場不可

合 BDEG 申 インターネットまたは電話で

問 つくば文化振興財団

☎029(856)7007

担 芸術文化推進課



講座

夏休み親子でエコ・フッキング体験

家庭で実践できる環境に配慮した料理方法などについて、楽しく学んでみませんか。

日 ①8月13日(水)②19日(火)各回10:00~13:00

場 東京ガスつくば支店 [研究学園2-1-2]

対 市内在住の小学3年生~中学3年生の子どもと保護者(原則2人1組)

定 先着8組16人 費 500円/組 合 ABCD

申 7月1日(火)~18日(金)まで

にインターネットで※両日の申し込みは不可

問 環境政策課



食育普及講座「やさいとなかよしクイズ」

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:じゃがいものニョッキ、豆乳トマトクリームソース、はんぺんツナサラダ、バナナ蒸しケーキ

日 7月28日(月) 10:15~13:00(受付10:00~)

場 桜保健センター

対 市内在住の4~6歳の親子(未就学児)

講 市食生活改善推進員 定 先着4組

合 ADGK

申 7月7日(月)~14日(月)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

「フレイル予防のための運動と食事」

エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、筆記用具、白米半合、飲み物、マスクをお持ちください。

メニュー:豆苗入りチャプチェ、麦ごはん、トマトの塩昆布和え、なめらか牛乳プリン

日 7月31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 合 ABCDK

申 7月1日(火)~24日(木)に電話で

問 健康増進課

市民研修センターイベント

スマホLINE基礎と活用&防災講座

スマホに少し慣れた方を対象に、LINEの活用、Google フォトの基礎、防災アプリの使い方を分かりやすく解説します。

日 8月29日、9月5・12・19・26日、10月3日(金) 10:00~12:00

対 市内在住・在勤・在学の方 講 片岡秀典氏

定 10人(抽選) 費 3,500円(教材費込み)

合 ABCDG

申 7月25日(金)までに「希望講座名・郵便番号・住所・氏名・年齢・日中に連絡がつく電話番号」を記入した往復ハガキを市民研修センター宛に郵送(必着)、または返信用の官製ハガキを持参

おもしろ理科実験

空気砲を作った的当てゲームをしたり、スライムを作ったりして遊びましょう。

日 8月1日(金)①10:00~11:30 ②13:00~14:30

対 市内在住の小学生 講 山本真実氏

定 先着各回20人 費 300円(参加費)

合 ABCDG

申 7月7日(月) 9:00~18日(金) 17:00に市民研修センターに電話で ※複数回の申込みは不可

場 市民研修センター

問 市民研修センター [〒300-4231北条1477-1]

☎029(867)1153

担 生涯学習推進課

ふれあいプラザ講座

①ワンコイン講座安来節

ドジョウすくいを踊ろう

島根県安来市民謡、ドジョウすくいの男踊りを楽しくみんなで体験してみませんか。

日 8月6日(水) 10:30~12:00

講 島根たね氏 定 20人(抽選) 費 500円

②体験 子ども英語Pre-KidsⅡ

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英語に親しみましょう。

日 8月30日(土) 11:00~11:50

対 3歳~5歳 ※子どものみの参加

講 テラダ・ロウェナ氏

定 5人(抽選) 費 1,200円

③スマホを楽しく便利に 無料動画アプリとSNS(スマホ・タブレット持ち込み)

ネット動画や、見逃したTV番組を見ることができるアプリの使い方、ネット交流を楽しむSNS(インスタグラム)を丁寧に解説します。※機器の貸し出しはありません。

日 8月5・19・26日、9月2・9・30日(火) 10:00~12:00

対 文字入力ができる方

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 7,700円(教材費込み)

④ワード&エクセル活用Ⅰ(パソコン持ち込み)

ワードとエクセルの活用方法(案内文書作成・帳簿作成)を解説します。元データを用意しますので編集操作を繰り返し練習できます。※対応機器貸し出し応相談

日 8月5・19・26日・9月2・9・30日(火) 13:30~15:30

対 ワード・エクセル経験者(どちらか)

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 8,600円(教材費込み)

⑤ゆるゆる経絡ストレッチ

夏(エアコンの冷え)の養生

エアコンの冷えに特化したセルフケアをお伝えします。特別な漢方アロマ精油を使用し、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ありません。

日 8月19日(火) 13:00~14:30

講 野堀あや子氏(ヨガインストラクター)

定 8人(抽選) 費 2,000円(教材費込み)

⑥映えるミラーレス一眼レフカメラ撮影中級(ミラーレス一眼レフ持ち込み)

撮影の上達を目指す方向けに、露出・構図の決定、色の調整方法などを実践を交えて分かりやすく解説します。※機器の貸し出しはありません。

日 8月9・23・30日・9月6・13・20日(土) 14:00~16:00

対 ミラーレスまたは一眼レフカメラを持参できる方

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 7,700円(教材費込み)

⑦季節の和菓子 葛饅頭

見た目涼しい、つるんとした葛饅頭を作ります。

日 8月2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)

⑧ハーブでおもてなし料理

爽やかなハーブを使った料理で夏のおもてなし。ローズマリーのフォカッチャ、セージのミニハンバーグ、ハーブクッキーなどを作ります。

日 8月7日(木) 10:00~13:00

講 藤澤ちひろ氏 定 12人(抽選)

費 3,200円(材料費込み)

⑨世界の料理タイ編 トムヤムクン

タイの定番トムヤムクンと人気のアイススイーツ、タプティムクローブ(クワイのコリコリした食感が面白い涼しげなデザート)を作ります。



日 8月30日(土) 10:00~13:00

講 珠坪ナタヤ氏 定 10人(抽選)

費 2,700円(材料費込み)

⑩小学生講座 キックボクシング

キックボクシング元チャンピオンが講師です。基本動作を確認し、グローブをつけてパンチやキックを打ち込むことで全身運動・筋力アップが見込めます。

日 8月13日(水) 10:30~12:00

対 小学生 ※子どものみの参加

講 岡田清治氏(元キックボクシングチャンピオン)

定 20人(抽選) 費 1,200円

⑪親子ペア講座 タイル工作を楽しもう 貯金箱

カラフルなタイルを使用し貯金箱を1つ作ります。



日 8月13日(水)

10:30~12:00

対 小学生の親子 ※子ども1人につき保護者1人

講 住吉恵理子氏 定 6組12人(抽選)

費 2,500円(教材費込み)

⑫親子ペア講座 牛乳パックで万華鏡

オリジナルの万華鏡を2個作ります。



日 8月13日(水) 13:30~15:00

対 小学生以上の親子 ※子ども1人につき保護者1人

講 黒木あす香氏(ひとり劇団ほんとうと)

定 6組12人(抽選) 費 2,000円(教材費込み)

⑬親子ペア講座

飛び出すメッセージカード作り

作って楽しい、もらってうれしい飛び出すメッセージカードを1枚を作ります。お土産付き。



日 8月14日(木) 10:30~12:00

対 小学生の親子 ※子ども1人につき保護者1人、大人1人での参加も可

講 千代田美代子氏 定 5組10人(抽選)

費 2,000円(教材費込み)

⑭親子ペア講座 多肉植物の寄せ植え

直径8センチの湯飲み茶わんで、親子で1個の多肉植物の寄せ植えを作ります。

日 8月14日(木) 10:30~12:00

対 小学生以上の親子 ※子ども1人につき保護者1人、大人1人での参加も可

講 宮内伶氏(日本農薬園芸造園研究所代表)

定 6組12人(抽選) 費 3,000円(教材費込み)

⑮親子ペア講座 革のキーホルダー

革細工で刻印を打ったり、絵を描いて色付けし、オリジナルのキーホルダー2個を作ります。

日 8月14日(木) 13:30~15:00

対 小学生以上の親子 ※子ども1人につき保護者1人、大人1人での参加も可



講 一木雅裕氏(モリノ夢工房代表)

定 6組12人(抽選) 費 2,500円(教材費込み)

⑯親子ペア講座 プリザのデコレーション鉛筆

プリザーブドフラワーのかすみ草やスターチスなどを使用して、飾りのついた鉛筆を2本作ります。



日 8月22日(金) 10:30~12:00

対 小学生以上の親子 ※子ども1人につき保護者1人、大人1人での参加も可

講 和田紗智氏(curl flower shop代表)

定 6組12人(抽選) 費 2,200円(教材費込み)

⑰親子ペア講座 ソフト粘土で作る小物入れ

ソフト粘土でカラフルに海のモチーフを作り、壁に掛けられる小物入れを1個作ります。



日 8月24日(日) 10:30~12:00

対 5歳~小学生までの親子 ※子ども1人につき保護者1人、大人1人での参加も可

講 柴田紀子氏(DECOCREATIVEクラフトアカデミー講師)

定 5組10人(抽選) 費 2,200円(教材費込み)

⑱親子ペア講座 親子でマジックを楽しもう

身の回りのものを使い、簡単に楽しく演じることができるマジックに挑戦しましょう。

日 8月3日(日) 13:30~15:00

対 小学生の親子 ※子ども1人につき保護者1人

講 大西重信氏 定 5組10人(抽選)

費 2,000円(教材費込み)

⑲親子ペア講座 ワンタン作り

簡単に作れておいしいワンタンと野菜海鮮サラダ、フルーツヨーグルトを作ります。



日 8月3日(日) 10:00~12:00

対 小学生以上の親子 ※子ども1人につき保護者1人

講 阿久津明子氏(料理研究家)

定 5組10人(抽選) 費 3,500円(材料費込み)

⑳親子ペア講座 季節を感じる薬膳スイーツ

季節の特徴や食材の効能を学びながら、カカオバターから作るチョコレート、黒ゴマあんのよもぎ白玉だんごなどを作ります。



日 8月22日(金) 11:00~14:00

対 小学生以上の親子 ※子ども1人につき保護者1人

講 井上舞衣氏(薬膳研究家)

定 6組12人(抽選) 費 2,500円(材料費込み)

合 ABCDFGJK 場 ふれあいプラザ

申 7月15日(火)までに「講座名・郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢・性別(任意)」をふれあいプラザに郵送(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



認知症サポーター養成講座

認知症の基礎知識や認知症の方と接する際のポイントを学びます。

日 8月6日(水) 10:00~11:30

場 市役所2階会議室202

対 市内在住・在勤・在学の方

講 市キャラバン・メイト 定 先着40人

合 ABCDEGHI

申 7月1日(火)~8月4日(月) 16:30

に電話またはインターネットで

問 地域包括支援課



いつまでも

おじいちゃんおばあちゃん大好きだよ！ 教室(つくばちびっ子博士参加企画)

講義やVR体験、アニメーション鑑賞などを通して認知症の方への思いやりや対応力を育みます。

日 ①7月27日(日) 9:30~12:00

②8月19日(火) 13:00~15:30

場 ①市役所2階会議室202

②市役所2階会議室201

対 市内在住の小学4~6年生とその家族

定 先着小学生30人/日 合 ABCDEGIK

申 ①は7月7日(月)~25日(金)、

②は7月7日(月)~8月18日

(月)に電話またはインターネットで

問 地域包括支援課



高校生のためのビジネスプラン作成講座

ビジネスプラン作成の基本を学びながら課題解決力を養う全2回の講座です。

日 7月29日、8月5日(火) 13:30~15:30

場 つくばスタートアップパーク

対 市内在住・在学の高中生

講 菊池友博氏(タスキー)、星野雄一氏(インディージャパン)

定 20人(抽選) 合 ADGK

申 7月22日(火)までにインターネットで

問 スタートアップ推進室



初歩からはじめる古文書講座初級コース

市域に関する江戸時代の古文書が題材です。初めての方向けのコースです。

日 8月6・20日、9月3・17日(水) 10:00~11:30

場 小田城跡歴史ひろば案内所学習室

対 市内在住・在勤・在学の方

講 文化財専門員

定 28人(抽選) 費 300円 合 ABCDG

申 7月18日(金)までに「住所ま

たは勤務先所在地・氏名・電話番号」を往復はがきに記入し、郵送(当日消印有効)またはインターネットで

問 文化財課



科学技術

SATフォーラム2025

ゴリラの研究で著名な人類学者・霊長類学者の講師が「ゴリラから学んだ人類の過去と未来」について講演します。

日 7月16日(水) 15:00~16:30

場 つくば国際会議場[竹園2-20-3]

講 山極壽一氏(総合地球環境学研究所所長)

定 先着1,000人

費 1,000円 ※学生、つくばサイエンス・アカデミー会員とその家族は無料

合 ABCDEGHI

申 7月11日(金)までにインターネットで

問 つくばサイエンス・アカデミー事務局

☎029(861)1206

担 科学技術戦略課



スマホを使って「続けられる運動習慣」を今日から手に入れませんか？

人口知能研究室で開発したオンラインシステムで運動の「継続習慣」をサポートします。希望者にはメールで使い方の説明を行います。

対 市内在住の50歳以上で、次の全てに当てはまる方▷自身のスマートフォンを所有し簡単な操作が可能▷毎日15分程度の動画再生およびメールの送受信ができる▷歩行および日常生活が自立している▷運動実施を医師から止められていない

講 鈴木康裕氏

定 先着50人 合 自宅から参加可能

申 7月8日(火)までにインターネットで

問 筑波大学システム情報系

鈴木オフィス

☎029(853)6181

担 科学技術戦略課



コリドイオ

①第3回親子でペーパークラフト講座

「まつりつくばとフックン船長」を作ります。

日 8月2日(土) 10:15~12:00

場 コリドイオ3階大会議室 対 小学生の親子

講 クラフトピーボックス

定 18組(抽選) 合 CDEGI

申 6月28日(土)~7月23日(水)

にインターネットで

問 広報戦略課



②輝け! 中高生わくわく企画 「中高生向け防災講座」& 「小学生のための防災教室」

中高生が、クイズやカードを用いて防災について小学生に教える教室です。

日 8月6日(水) ①中高生9:00~15:30

②小学生14:00~15:00

場 コリドイオ1階調理室、3階大会議室

対 市内在住・在学の中高校生と小学生

定 ①15人程度②30人程度

合 ABCDEGIK

申 7月21日(祝)までにインターネットで

問 生涯学習推進課



③第94回世界お茶のみ話 カンボジア編

毎月ゲストを招き、講師の経験や、国の歴史・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 7月19日(土) 10:00~11:30

場 コリドイオ3階多文化共生ルーム

講 ラック・チャンクンティ氏 定 先着30人程度

合 ABCDEGHI

申 7月1日(火)~18日(金)にメールまたは電話で

問 国際交流協会

☎029(869)7675

E info@inter.or.jp

担 国際都市推進課



④夏休み大作戦! 夢に向かって「マンダラチャート」を作ろう!

あのメジャーリーガーも目標達成のために活用したマンダラチャートを作成します。

日 7月24日(木) 10:00~12:00

場 コリドイオ3階大会議室

対 市内在住・在学の小学1~6年生

※うち1~4年生は保護者同伴

講 中山純子氏(原田メソッド認定講師)

定 先着30人 合 BCDEGIK

申 7月3日(木) 12:00からインターネットで



⑤保護猫ボランティア体験会

ぬいぐるみの猫で、捕獲機を使った保護から譲渡までの疑似体験を行います。

日 8月9日(土) 13:30~15:30

場 コリドイオ3階大会議室

対 市内在住・在学の小学4~6年生

※保護者の参加も可

講 ネコスぺ事務局

定 先着30組

合 BCDEGIK

申 7月3日(木) 12:00からインターネットで



⑥中高生ボランティア募集(④⑤講座)

④⑤講座をサポートしてくれる中高生ボランティアを募集します。終了後には「ボランティア活動証明書」をお渡しします。

日 ④7月24日(木) 9:15~12:30

⑤8月9日(土) 12:45~16:30

場 コリドイオ3階大会議室 対 市内中高生

定 ④先着6人⑤先着5人

合 BCDEGI

申 7月3日(木) 12:00からインターネットで



⑦社会貢献活動に関するサポート

社会貢献活動の相談対応を行います。

日 7月17日(木) 13:30~16:30

場 コリドイオ1階社会貢献活動支援室

対 現在社会貢献活動を行っている方(団体)や、これから行いたいと考えている方

定 先着3人 合 BCDEGIK

申 7月3日(木)から電話で

※9:00~17:00(土)(日)(祝)を除く

⑧誰でもできる

簡単な情報共有サイトの作り方

効率的な無料のグループ内情報共有サイトの作成方法を学びます。※ノートパソコン持参の上、参加者のGoogleアカウントが必要です

日 8月2日(土) 14:00~16:00

場 コリドイオ3階大会議室

対 市内在住・在勤・在学の方

講 小林明人氏(アイコー21代表取締役)

定 先着30人 合 BCDEGIK

申 7月3日(木) 12:00からインターネットで



つくば市民センターでは「ヒアリンググループ*」が使用できます。ご希望の方は、お知らせください。

※難聴の方の聞こえを支援する設備

問 ④⑤⑥⑦⑧つくば市民センター

☎029(855)1171

つくば市内にサテライトオフィスを構えるアニメ制作会社

WIT STUDIO × つくば

つくば観光コンベンション協会

☎029(869)8333

📺 観光推進課

WIT STUDIO 特別展 2026年 2月28日(土)まで
@つくばジオミュージアム2階(北条4160)

● 作品紹介

2013年の創業以来手掛けてきた作品のキービジュアルを展示しています。

● スタジオ紹介

制作スタジオをパネルで紹介しています。茨城出身の創業者の、つくば愛溢れるメッセージもご覧いただけます。

● アニメ制作工程紹介

アニメ映像ができるまでを、14の工程に分けて解説しています。

● 「動画」工程体験ワークショップ

昨年小学生向けに開催したワークショップを、全年齢向けにリニューアルして開催します。

📅 7月19日(土) ①11:00~②13:30~③15:00~

📍 つくばジオミュージアム1階発見発信ラボ

🗣️ WIT STUDIO所属アニメーター

👤 各15人/回(抽選) 合 回 1回 費 1,000円

📅 6月25日(水)~7月10日(木)にインターネットで



ローリング☆ガールズ in つくば 7月19日(土)から 2026年2月28日(土)まで

WIT STUDIO初のオリジナルアニメ「ローリング☆ガールズ」。2015年1月から放送された本作の10周年を記念し、コラボイベントを開催します。詳細はホームページをご覧ください。

● デジタルスタンプラリー

市内の観光スポットを巡るスタンプラリーを開催します。各スポットでオリジナルフォトフレーム、全スポット達成でクリアファイル(A5サイズ)が入手できます。※8月31日(日)まで

● 「ローリング☆ガールズ」特別展

制作現場の臨場感溢れる原画展示、キャラクターデザイン設定資料など、作品を知っている人はもちろん、初めて見る人もアニメの制作過程が楽しく分かる特別展です。

● オリジナルグッズ

つくばジオミュージアム、つくば駅前観光案内所などで販売

● オリジナルステッカー(全13種)

対象の宿泊施設や店舗でお買い上げ金額1,000円ごとに1枚プレゼント



📷 フォトニュース

1 5月18日、つくばフェスティバル国際交流ステージにて、国連難民高等弁務官事務所 (UNHCR) が主催するグローバルキャンペーン「難民を支える自治体ネットワーク」加入の署名式を行いました。6月12日~6月29日には「世界難民の日」を記念し、本庁舎のブルーライトアップを行いました。



🇨🇷 7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。※医療機関によって選定療養費がかかる場合があります。



つくば休日当番 検索

6日(日) ありたクリニック(小野崎759-6)/内視鏡内・胃腸内・肛門外・ペインクリニック内・外・内/☎029(828)6339
かつらぎクリニック(苅間196-1)/内・小/☎029(852)1105

13日(日) がじゅまるクリニックつくば[みどりの中央67-7]/内・呼内・アレルギー・感染症内/☎029(893)4159
おおつか内科クリニック消化器内科・腎臓内科(梅園2-20-9)/消内・腎内・内/☎029(859)7060

20日(日) つくば消化器・内視鏡クリニック(春日3-1-1つくばクリニックセンタービル3階)/胃腸内・炎症性腸疾患・消・内/☎029(886)9798
つくば心臓血管内科メイクリニック(下広岡1055-280)/内・循内/☎029(869)5480

21日(祝) B-leaf メディカル内科小児科クリニック(小野崎446-1)/内・小/☎029(869)8317
つくば平山クリニック(花室836-2)/内・漢方内・腎内・循内・アレルギー内/☎029(897)3081

27日(日) むらした内科クリニック(みどりの東12-7)/内・消内/☎029(801)1658
中川医院(篠崎2272-1)/内・胃腸・呼・外・皮/☎029(864)7760

📖 7月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土	開館時間
		1	2	3	4	5	中央図書館 9:30~19:00
6	7	8	9	10	11	12	4交流センター図書室 9:30~19:00(火~金)
13	14	15	16	17	18	19	9:30~17:00(土・日・祝)
20	21	22	23	24	25	26	研究学園小学校図書室 みどりの南小学校図書室
27	28	29	30	31			中央図書館開館日の土・日・祝 9:30~17:00

● 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。



🌙 休日夜間小児デジタル急患センター

遠隔医療アプリLEBERで、医療相談とオンライン診療が受けられます。



対 0歳~中学3年生

※アプリ登録必須、詳細は市ホームページをご覧ください。



🚑 救急車を呼ぶのを迷ったら救急電話相談へ

救急車の適正利用にご協力をお願いします。

24時間365日 受け付け

おとな #7119

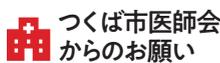
子ども #8000



携帯電話に登録



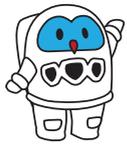
または☎050(5445)2856(おとな・子ども共通)



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



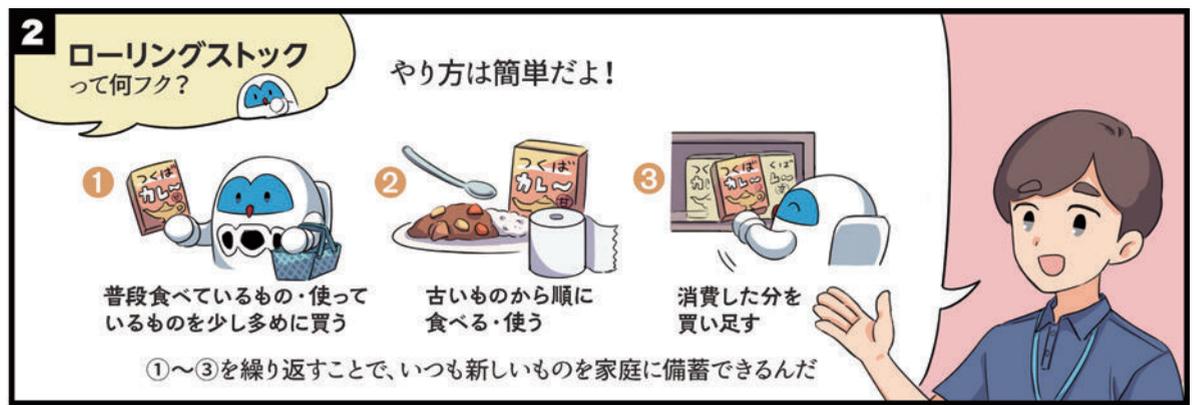
～備蓄のススメ編～

せんちょう
フクン船長と学ぶ



災害が発生したときは、避難が必要ではなくても停電や断水により、日常生活が送れない場合があります。平時からできる備えを考えましょう。

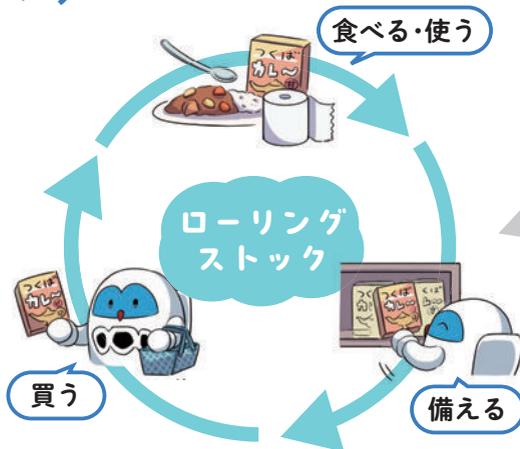
☒ 危機管理課



※自宅で家族などが行う医療的生活援助行為に用いる物品

日常備蓄(ローリングストック)

日常備蓄(ローリングストック)とは、普段使っている日用品や食料品などを多めに買い置きし、消費期限の近いものから消費して、使用した分を補充する備蓄方法です。備蓄の基準は最低3日分、できれば7日分程度とされています。日常備蓄を活用することで、災害用に特化したものを特別に準備しなくても、7日分の備蓄を用意することができます。自分と家族のために、いつもの買い物を少しだけ工夫して備えてみましょう。



日常備蓄を活用した災害時の食事の例

- 1～3日目
⇒ 冷蔵庫中のご飯やパン、野菜、冷凍食品など
- 4日目以降
⇒ 買い置きしている乾麺、非常食など

災害対策をまとめた市ホームページはこちら
「災害から身を守ろう(自助)」



医療的ケアが必要な方の防災 ☒ 障害福祉課

医療的ケアが必要な方はさまざまな機器を使用しており、災害時の長時間の停電や断水は生命の危機に直結しかねません。市では、想定される災害を知り、対策を立てられるよう「災害時対応ガイドブック」や「災害時対応ノート」、「災害時連携シート」を用意しています。市ホームページ、障害福祉課窓口から入手できますので、ぜひこの機会に確認してみましょう。



災害時医療的ケア用品保管事業

在宅避難ができない場合に備えて、市は医療的ケア用品約1日分をお預かりし、災害時に市内避難所などに可能な限りお届けしています。詳細はお問い合わせください。



災害時対応ガイドブック

医療的ケアが必要な方は機器を扱うため、避難所ではなく自宅に避難する方(在宅避難)が適切な場合があります。在宅避難の方法など、災害時対応の基本的な情報を掲載しています。



災害時対応ノート

普段の医療的ケアの内容、停電時の電源確保の方法などをあらかじめ記入しておき、災害時に冷静に行動する助けとするものです。



災害時連携シート

本人、家族、関係機関などが災害時に円滑に連携できるよう、連絡先などを記入し、関係者同士で共有するものです。



つくば市の人口
※ () 内は前年同月比

人口 261,773人 (+3,556) [男 131,256人 女 130,517人] 世帯数 125,737 (+3,012) ※2025年6月1日現在