

今月の主な内容

ワクチン接種後の感染症予防…2 | スマート申請…2 | つくばクラフトライフ…12



新型コロナウイルスワクチンの接種をすすめています

新型コロナウイルスワクチン接種対策室

市では、これまでの感染状況を踏まえ、基礎疾患のある方、介護保険事業所・障害福祉事業所等の従事者に加え、保育士・小中学校教員などへの優先接種を行っています。接種券の優先発送を希望する場合は、事前に申請が必要です。※申請されない場合でも、年齢別に順次接種券を発送します。

※6月17日時点の情報です。
※国のワクチン供給状況などにより、変更になる場合があります。最新情報は市ホームページにも掲載しています。

基礎疾患がある方・優先接種対象事業所従事者の方

接種券優先発送には事前に申請が必要です

接種までの流れ

接種券優先発送の申請

接種券の到着

接種予約

接種

▼接種券優先発送の対象となる方(いずれもつくば市に住民登録がある方)▼

- ▶ 2022年4月1日までに65歳に達しない方で、基礎疾患で通院・入院している方
- ※ 診断書等の証明書は必要ありません。
- ※ ご心配のある方は、医師等にご相談ください。



- ▶ 介護保険等事業所・障害福祉サービス等事業所などの従事者の方
- ▶ 保育士・小中学校教員などの方
- ※ 市内の事業所の従業員は、市外居住の方も対象になりますが、事業所ごとにまとめて申請になります。



※ 接種券優先発送の対象範囲や申請方法については、市ホームページをご確認ください。

64歳以下の方(優先発送対象外の方)

接種券の発送を順次行っています

！ 接種券発送・接種予約開始スケジュール

年齢区分	接種券発送	接種予約開始
60～64歳	6月21日(月)	6月24日(木)
50～59歳	6月24日(木)	6月28日(月)
40～49歳	6月29日(火)	7月2日(金)
39歳以下	7月上旬予定	7月中旬予定

64歳以下の方についても、順次接種券の発送を行っています。最新の情報は市ホームページにも掲載します。



- Q ワクチンは2回接種するということですが、予約も2回する必要がありますか？
- A 1回目だけ予約してください。
2回目の接種は、1回目接種時に市と医療機関が連携して予約をします。そのため、予約フォームで2回目を予約する必要はありません。

ワクチン接種の予約方法

接種券に同封している「つくば市からのお知らせ(接種協力機関一覧)」で、予約できる医療機関と予約先(「つくば市役所」または「医療機関」)を確認し、以下のとおり予約してください。

予約先が「つくば市役所」の場合

- ▶ **インターネットで予約**
市ホームページの専用予約フォーム、またはQRコードから
- ▶ **電話で予約 ☎029(883)1391**
8:30～17:15 ※(土)(日)(祝)を除く
※コールセンターへの電話が繋がりにくくなっています。
可能な方はインターネットでのご予約をお願いします。



予約先が「医療機関」の場合

接種を希望する医療機関に、直接お問い合わせください。
お電話の際は、お掛け間違いのないよう、番号をよくお確かめください。

ワクチン接種に関する問い合わせ先

つくば市
コロナワクチン接種対策コールセンター
☎029(883)1391
8:30～17:15 ※(土)(日)(祝)を除く

AIチャットボット(24時間対応)
スマホやPCで、AI(人工知能)と対話しながら問い合わせできるサービスです。



新型コロナウイルスワクチン接種後も感染症予防は大切です

新型コロナウイルスワクチンを接種した方は、新型コロナウイルス感染症の発症を予防できると期待されていますが、他人への感染をどの程度予防できるかは、まだわかっていません。また、ワクチン接種が始まったばかりの初期段階では、すぐに多くの方が予防接種を受けられるわけではないため、ワクチンを接種した方も接種していない方も、共に社会生活を営んでいくことになります。このため、ワクチン接種後も一人ひとりが感染症予防を継続していくことが大切です。

☒ 感染症対策室

感染防止方法

くしゃみや咳などのしぶきである「飛沫^{ひまつ}」や、それを手で押さえた後、周りの物に触れることでウイルスが他人に移る「接触」による感染が考えられています。インフルエンザと同様に、人混みを避け、手洗いや咳エチケットなどの対策が重要です。

正しいマスクの着用

会話中にマスクがずれていませんか。鼻と口の両方を隙間がないよう確実に覆いましょう。

熱中症の予防はできていますか

暑い日・時間帯の外出時は熱中症に特に注意し、無理のない範囲で活動しましょう。マスク着用時は、激しい運動を避け、のど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)。周囲の人との距離が十分に確保できる場合(2メートル以上)は、適宜マスクを外しましょう。

☒ 健康増進課

こまめな手洗い・うがい

ドアノブや電車のつり革などさまざまな物に触れることで、自分の手にもウイルスが付着する可能性があります。帰宅時や調理の前後、食事前などに流水と石けんで手首や爪・指の間まで入念に手洗いやうがいをしっかり行いましょう。手が洗えない場合は手指消毒剤で消毒しましょう。

家庭内感染が疑われる場合

体調に異常を感じたら、家庭内でもマスクなしでの会話を避けましょう。手の消毒を全員がこまめに行い、できるだけ別々の部屋で過ごすようにしましょう。

3密(密閉・密集・密接)の回避

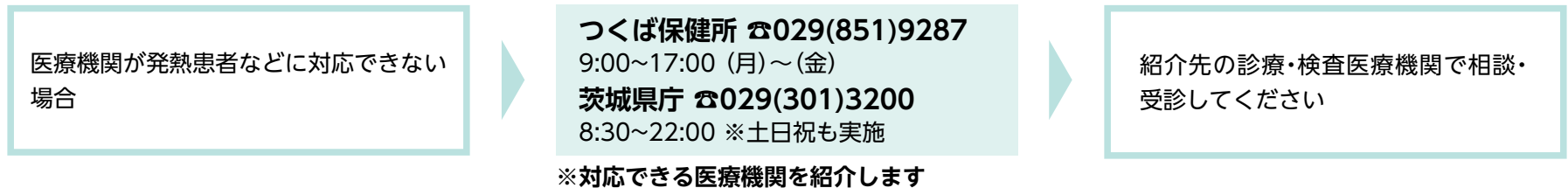
常時または定期的に窓やドアを開け、換気をしましょう。他の人とは互いに手を伸ばして届かない十分な距離(2メートル以上)を保ち、会話をしましょう。屋外でも、密集・密接には注意し、人混みに近づくことや大きな声で話しかけることは避けましょう。

会食での注意点

会食の際に感染が生じやすいと言われています。会話をする時はマスクを着用するようにしましょう。また、大皿盛りの場合には、箸をせず、取り箸を使用しましょう。

発熱などの症状がある場合の受診方法

発熱などの症状がある場合、まずは「医療機関」に電話の上、相談・受診してください。



スマホで印鑑登録証明書の請求ができます

☒ 市民窓口課

市では、スマートフォンから「いつでも・どこでも」可能な行政手続きを目指し、住民票の請求や転出の届け出ができる「スマート申請」を実施しています。この度、7月1日から新たに印鑑登録証明書の請求もできるようになりました。決済後に郵送で受け取ることができます。名前、生年月日、住所はマイナンバーカードから自動読み取りを行います。※スマートフォンアプリ(Graffer Identity)のインストールが必要となります。詳細は市ホームページをご覧ください。

印鑑証明書を請求する場合の操作イメージ



○スマホでできる手続き

印鑑登録証明書・住民票の請求、転出の届け出

○必要なもの

スマートフォン、マイナンバーカード、有効な署名用電子証明書(暗証番号が必要)、クレジットカード(転出届手続きは不要)

○交付までの日数

申請後、4~7日(郵送での発送)



▲印鑑証明書



▲住民票



▲転出届

証明書コンビニ交付サービス

マイナンバーカードを使用して、全国のコンビニエンスストアなどの店舗に設置してあるマルチコピー機で各種証明書を取得できる「証明書コンビニ交付サービス」を実施しています。利用条件などの詳細は市ホームページをご覧ください。



▲証明書コンビニ交付サービス

○コンビニ交付で取得できる証明書

住民票の写し(個人・世帯)、印鑑登録証明書、課税証明書・非課税証明書、所得証明書

○必要なもの

マイナンバーカード、有効な利用者証明用電子証明書(暗証番号が必要)、手数料(1通150円)

○利用時間

6:30~23:00

2022年 つくば市成人の集いは2日に分けて開催します 生涯学習推進課

次世代のつくば市を担う新成人の皆さまの門出をお祝いする「つくば市成人の集い」を開催します。新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、2日に分けて開催します。卒業された中学校ごとに参加できる日時が異なります。入場方法などの詳細は、広報つくば12月号に掲載予定です。※感染症の拡大状況により、内容を変更することがあります。

- 日** 2022年1月9日(日)・10日(祝)
※詳細は右表をご覧ください
- 場** つくばカピオ(竹園1-10-1)
- 対** 2001年4月2日から2002年4月1日生まれの新成人



日時

日付	時間	午前の部 開会 11:00 (受付 10:30 ~)	午後の部 開会 14:30 (受付 14:00 ~)
1月9日(日)		<ul style="list-style-type: none"> 大穂中学校 竹園東中学校 筑波東中学校 荃崎中学校 市外の中学校など 	<ul style="list-style-type: none"> 手代木中学校 桜中学校 並木中学校 吾妻中学校 筑波西中学校
1月10日(祝)		<ul style="list-style-type: none"> 豊里中学校 高山中学校 谷田部東中学校 高崎中学校 春日学園義務教育学校 	<ul style="list-style-type: none"> 谷田部中学校 並木中等教育学校 茗溪学園中学校

2020年度 情報公開・個人情報開示実施状況、会議公開制度による公表状況 総務課

※受付と決定内容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。

情報公開 開示請求受付件数…118件
審査請求件数…0件

決定内容 | 開示…94件 部分開示…39件 不開示…48件

個人情報開示 開示請求受付件数…25件
審査請求件数…1件

決定内容 | 開示…12件 部分開示…5件 不開示…12件

主な請求内容	件数	不開示(部分開示)理由	件数
上下水道工事関係	40	市情報公開条例第5条	
道路、公園、公共工事関係	37	1号(個人情報)	31
建築・開発、都市計画関係	27	2号(法人等の事業活動情報)	24
学校、教育施設、給食関係	21	3号(公共安全維持情報)	2
廃棄物、公害、水質関係	12	4号(審議・検討等情報)	1
その他	44	5号(事務事業情報)	22
	合計(延べ) 181	文書不存在	29
		合計(延べ) 109	

主な請求内容	件数	不開示(部分開示)理由	件数
市民窓口、男女共同関係	18	市個人情報保護条例第16条	
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)	4
学校関係	3	3号(法人等の事業活動情報)	2
その他	3	文書不存在	12
	合計(延べ) 29	合計(延べ) 18	

会議公開

2020年度に公開の対象となった会議のうち、48の審議会などで延べ113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は、市ホームページに掲載されています。今後も、市政運営の透明性の向上を図るとともに、市民の市政への理解と信頼の向上に資するため、会議の公開に努めていきます。

つくばサイエンスツアーバス～夏休み特別運行～

科学の街つくばでのサイエンスツアーを楽しんでいただくため、研究機関などを巡る1日乗降自由の循環バスを運行しています。研究所を回ってクロスワードパズルを完成させるイベント「科学の王国で秘密の暗号をさがせ！」を同時開催します。詳細は、ホームページをご覧ください。



スタッフガイド同乗コース(予約制)

- 通常は第1・3(土)実施
※7月実施分の詳細は、P11をご覧ください
- 夏休み期間中は、次の日程で特別に実施します
- 8月1日(日)、7日(土)、21(土)
- 8月11日(水)午前のみ
- 8月12日(木)午後のみ

- 日** 7月21日(水)～8月31日(火)
※(月)を除く。ただし、8月9日(祝)は運行、8月10日(火)は運休。上記期間以外は(土)(日)(祝)のみ運行
- 場** つくばセンターバスターミナル8番乗り場
※関東鉄道つくば学園サービスセンター(Biviつくば1階)で乗車券を販売(8:30～16:30)
- 費** ▷大人500円▷小学生250円▷幼児無料(保護者同伴に限る) ※別途、入館料がかかる場合があります。

観光推進課

▷運行=関東鉄道つくば中央営業所
☎029(836)1145

▷スタッフガイド同乗コース=
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



2021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、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。なお、それぞれ軽減などを受けられる場合があります。



国民健康保険税

決め方

国民健康保険加入者の人数と前年の所得に応じて、世帯単位で算出され、「所得割+均等割+平等割」で決定されます。

	医療分	後期高齢者支援分	介護分(40歳以上65歳未満の方)
所得割	7.36%	2.42%	1.93%
均等割	22,400円	8,000円	12,800円
平等割	20,500円	6,000円	なし
賦課限度額	63万円	19万円	17万円

※世帯主と加入者の前年中の合計所得金額が基準を下回る場合、均等割額と平等割額が軽減されます。軽減を受けるには、世帯主と加入者全員の所得の申告が必要です。

納付方法

▶ 普通徴収の方(納付書、口座振替での納付)

7月から翌年3月までの毎月、年9回に分けて納付します。納期限は、各月の末日(12月のみ25日)で、末日が休日の場合は翌営業日です。

▶ 特別徴収の方(年金からの天引きによる納付)

年6回、年金支給日(4月・6月・8月・10月・12月・2月)に、年金からの天引きにより納付します。特別徴収から口座振替へ変更できる場合があります(納付書による納付は選択できません)。

国民健康保険課

※2021年度から、国民健康保険税・後期高齢者医療保険料の軽減制度の判定方法などが変更になりました。詳細は納付書に同封する案内をご確認ください。

申請は
2022年6月まで

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、私たちの生活が損なわれることのないよう、皆さま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歳未満の全ての人が加入することになっています。

▶ 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16,610円/月(2021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

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 (※)	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 (減額あり)	含まれる (減額あり)	含まれない	含まれない

※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します。追納する場合、年金事務所への申し込みが必要です。

後期高齢者医療保険料

保険料率(2021年度)

均等割額	46,000円	※保険料率は2年ごとに見直され、茨城県内は均一の保険料率です。
所得割率	8.50%	

決め方(個人ごと)※賦課限度額(上限)64万円

$$\text{1年間の保険料額 (100円未満切り捨て)} = \text{均等割額 46,000円} + \text{所得割額 (賦課の基となる金額) } \times 8.50\%$$

賦課の基となる金額 = 総所得金額等 - 基礎控除額

総所得金額等 = 前年の収入 - 必要経費(公的年金控除額や給与所得控除額など)

※年度の途中で後期高齢者医療制度の対象になった方は、資格取得月からの月割りで保険料額が計算されます。

納付方法

▶ 普通徴収の方(納付書、口座振替での納付)

7月から翌年2月までの毎月、年8回に分けて納付します。納期限は、各月の末日(12月のみ25日)で、末日が休日の場合は翌営業日です。

国民健康保険税を口座振替で納めていた方で、後期高齢者医療制度加入後も口座振替を希望する方は、改めて手続きが必要です。※口座振替の申込用紙は、市内金融機関に用意

▶ 特別徴収の方(年金からの天引きによる納付)

年6回、年金支給日(4月・6月・8月・10月・12月・2月)に、年金からの天引きにより納付します。特別徴収から口座振替へ変更を希望する場合は、手続きが必要です(納付書による納付は選択できません)。

国民年金の計算 ▶ 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



申請できる期間

2021年7月から2022年6月まで ※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可。

申請に必要なもの

- 年金手帳、納付書などの基礎年金番号がわかるもの、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)
- 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々年6月分まで。
- 本人以外が来所する場合は、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 = 医療年金課または各窓口センターへ
- ▶ 郵送 = 医療年金課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

国民年金事務所 ☎ 300-0812 土浦市下高津2-7-29

☎ 029(825)1170

※(土)(日)(祝)を除く 8:30 ~ 17:15

国民年金課

日本年金機構ホームページ ▶▶▶



健康・福祉

**基本健診
集団健診の申し込み受け付け**

健診を受ける機会のない方を対象とする集団健診の申し込み受け付けを開始します。詳細は、3月下旬に送付した個人通知または市ホームページをご覧ください。

対 市に住民登録のある20~39歳(2022年3月31日時点)の方 ※学生を除く

関 健康増進課



国民健康保険被保険者証の発送

国民健康保険被保険者証を、7月中旬から、順次、簡易書留で郵送します。受け取れなかった方も、8月2日(月)以降に本人確認書類(マイナンバーカードなど)を市役所に持参することで直接受け取ることができます。※受け取りに別世帯の方が来庁する場合は、世帯主からの委任状が必要です。

関 国民健康保険課

国民健康保険限度額認定証の更新申請受け付け

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日です。8月1日以降も使用するためには更新の申請が必要です。限度額適用認定証を事前に申請することで、1カ月の医療費の自己負担を限度額までに抑えることができます。詳細はお問い合わせください。

対 7月1日(木)から、申請書(国民健康保険課、市ホームページに用意)、保険証*、マイナンバーカード(通知カード可)*、来庁者の本人確認書類(運転免許証*など)を、国民健康保険課、各窓口センターに郵送または直接 ※…郵送の場合は写し

関 国民健康保険課

介護保険負担割合証の郵送

要介護(要支援)認定を受けている方に、自己負担割合が記載された「介護保険負担割合証」を、7月下旬に郵送します。負担割合を確認の上、介護保険被保険者証と併せて大切に保管してください。

関 介護保険課

**児童手当
現況届の郵送提出にご協力ください**

6月分以降の児童手当を受給するためには、現況届の提出が必要です。対象者には、案内通知を6月中旬に郵送しています。提出が遅れると、10月の支払いができない場合がありますので、早めの提出をお願いします。

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、郵送での提出にご協力をお願いします。

関 こども政策課

幼児教育・保育の無償化に係る償還払い請求(還付請求)の受け付け

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・センター事業利用料の償還払い請求を受け付けます。

対 請求書、領収証、特定子ども・子育て支援

提供証明書、活動報告書(ファミリー・サポート・センター事業を利用した場合)を、7月1日(木)~30日(金)必着で郵送または直接 ※請求者と口座名義人が異なる場合は、委任状が必要です

関 幼児保育課

聴覚や発音に障害がある方も電話がかけられる「電話リレーサービス」開始

聴覚や発音に障害のある方が、手話通訳オペレーターなどを介して電話をかけることで、通話の相手方との意思疎通ができる公共サービスが開始されます。詳細はホームページをご覧ください。

対 7月1日(木)から

関 日本財団電話リレーサービス

☎03(6275)0910

☎03(6275)0913

✉info@nftrs.or.jp

関 障害者地域支援室



募集

市民委員

市民の皆さまから広く意見をいただき、市政に反映させるため、市民委員の公募を行っています。選考は書類審査と面接審査を行います。

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。



①つくば市文化芸術審議会

文化芸術創造拠点の施設整備について意見をいただくため、2023年8月までの任期で市民委員を募集します。

※各年度4回程度実施予定。

②つくば市景観審議会

良好な景観の形成に関する重要事項や屋外広告物に関する重要事項について意見をいただくため、2023年8月までの任期で市民委員を募集します。

※各年度4回程度実施予定。

③つくば市一般廃棄物減量等推進審議会

一般廃棄物に関する市の取り組み状況や災害時の廃棄物処理に関する計画の策定について意見をいただくため、2023年8月までの任期で市民委員を募集します。

※各年度2~3回程度実施予定。

④つくば市学校給食の在り方懇談会

今後の市の学校給食の在り方について意見をいただくため、2022年3月までの任期(再任あり)で市民委員を募集します。

※今年度5回程度開催予定。

対 市内在住・在勤・在学の18歳以上*(2021年①7月1日②③4月1日現在)の方で、会議に出席でき、市が設置する他の付属機関・懇談会などの市民委員を2つ以上兼任していない方 ※④は年齢要件なし

関 ①3人②1人③6人④4人

- 申** ①履歴書、小論文(廃校を利用して実施したい事業 ※800字程度)を、7月1日(木)~16日(金)必着で郵送または直接
- ②履歴書、小論文(応募の動機、つくば市の景観について ※800字程度)を、7月1日(木)~14日(水)必着で郵送または直接
- ③履歴書と応募の動機(400字以内)を、7月1日(木)~14日(水)必着で郵送または直接
- ④履歴書と応募の動機(800字以内)を、7月2日(金)~16日(金)必着で郵送または直接

関 ①文化芸術課②都市計画課③環境衛生課④健康教育課

市消防本部特別高度救助隊の愛称

2019年4月に発足した特別高度救助隊の愛称を公募します。研究学園都市や緑豊かな自然を管轄し、市民の安全・安心を守る砦として活動する部隊の愛称をお待ちしています。なお、訓練の様子をQRコードから動画でご覧いただけます。

対 市内在住・在勤・在学の方

申 愛称とその理由を、8月31日(火)までに市ホームページから、または必着で郵送、FAX、メールで ※採用者には電話かメールでお知らせするとともに、決定した愛称は、広報つくば・市ホームページ、市公式SNSなどで公表します。

関 消防救助課

☎029(851)2042

☎029(851)0091

✉fst140@city.tsukuba.lg.jp



第15代つくば観光大使

市の観光PRなど、積極的に活動する観光大使を募集します。詳細はホームページをご覧ください。

活動内容 ▶ 各種キャンペーン・イベント、メディア、SNSなどで、市の観光PRを行う(任期2年)

対 18~40歳の明るく健康な方(性別不問) ※高校生不可

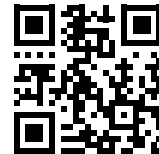
定 3人

申 応募用紙(ホームページに用意)を7月26日(月)必着でつくば観光コンベンション協会に郵送

関 つくば観光コンベンション協会 [筑穂1-10-4]

☎029(869)8333

関 観光推進課



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

募集

子育て総合支援センター指定管理者

2022年4月1日からの指定管理者を募集しています。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。

申込書配布期間 ▶ 7月19日(月)～8月20日(金) ※申込書は市ホームページ、こども政策課に用意

☎ こども政策課

環境美化ボランティア

市では、通学・通勤路、公園や事業所周辺などで、自主的に清掃活動を行う市民や事業所の方を支援しています。清掃活動を行う際のごみ袋や軍手などを支給しています。みんなできつくばをきれいなまちにしましょう。詳細はお問い合わせください。



☎ 環境保全課

成年後見制度市民研修会

認知症高齢者や障害のある方などが、その人らしく生活するため、関心が高まっている成年後見制度の仕組みや具体例などについて説明します。説明内容は動画でも公開します。

☎ 7月21日(水) 13:30～15:00

☎ 市役所2階 会議室201

☎ 市内在住・在勤の方

☎ 吉岡隆久氏(弁護士) ☎ 定 先着70人

☎ 申込書(ホームページ、地域包括支援課、障害者地域支援室、社会福祉協議会に用意)を7月16日(金)必着でつくば成年後見センター(社会福祉協議会内)にFAXまたは直接もしくは電話で ※動画視聴の申し込みは7月30日(金)までにメールで

つくば成年後見センターを開設しています

市では、成年後見制度利用促進のための中核機関として、つくば成年後見センターを開設しています。①相談、②申し立て支援、③制度の普及啓発、④後見人のサポートの役割を担います。

☎ 社会福祉協議会 ☎ 029(879)5511

☎ 029(879)5511

☎ tsukuba.koken@gmail.com

☎ 障害者地域支援室

市営住宅

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

☎ 入居申込書1部、84円切手2枚を、7月2日(金)～15日(木)に茨城県住宅管理センターつくばセンターへ郵送(簡易書留)または直接

☎ 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

☎ 住宅政策課

普通救命講習1

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

☎ 7月18日(日) 9:30～12:30(受付9:15～)

☎ 大穂交流センター

☎ 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方

☎ 救急救命士、応急手当指導員

☎ 定 先着15人

☎ 7月1日(木) 9:00～7月15日(木) 17:00に市ホームページから

☎ 北消防署

☎ 029(867)2355



①自衛隊航空学生(海上・航空)

②自衛隊一般曹候補生

③自衛隊自衛官候補生

詳細はホームページをご覧ください。

※③については、随時募集を行っています。

☎ 1次試験=①9月20日(祝)②9月16日(木)～19日(日)のうちいずれか1日

☎ ①海上=18～22歳、航空=18～20歳で、高校を卒業または高専3年次を修了した方(見込み含む)

②18～32歳の方(32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない方)

☎ ①9月9日(木)②9月6日(月)までに、自衛隊茨城地方協力本部(〒310-0011 水戸市三の丸3丁目11-9)に必着で郵送

☎ 自衛隊茨城地方協力本部土浦地域事務所 ☎ 029(821)6986

☎ 総務課

相談

こころの健康相談

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

☎ 7月14日(水) 9:00～11:00

☎ 大穂保健センター ☎ 定 先着2人

☎ 7月1日(木)から電話で

☎ 大穂保健センター ☎ 029(864)7841

男性のための電話相談

仕事、離婚、生き方、夫婦・家族・人間関係など、1人で悩まずご相談ください。男性の産業カウンセラーが対応します(秘密厳守)。

※当日専用ダイヤル ☎ 029(883)1188

☎ 7月8日(木) 18:00～20:30

☎ 市内在住・在勤・在学の男性の方

☎ 申し込み不要

☎ 男女共同参画室

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。

☎ 7月15日(木)、8月5日(木) 13:00～16:00 ※相談時間は1件あたり30分程度を予定

☎ 市役所3階会議室302

☎ 8:30～9:30に電話で ※(土)(日)(祝)を除く

☎ 茨城県行政書士会県南支部

☎ 090(2663)8541

☎ 総務課

つくば市結婚相談会

出会い・結婚の相談に応じます

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

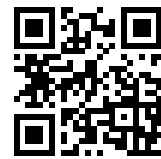
☎ 7月18日(日) 10:00～15:00

☎ 市役所2階 会議室

☎ 定 先着8人(要予約)

☎ 7月16日(金)までに市ホームページからか電話で

☎ こども政策課



空家の無料相談会

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

☎ 8月21日(土) 13:00～17:00

☎ 市役所2階 防災会議室2・3

☎ 市内の空家や空家になることが見込まれる住宅の所有者など

☎ 定 先着12組(要予約)

☎ 7月20日(火)～30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

☎ 住宅政策課

☎ 029(868)7642

☎ evm060@city.tsukuba.lg.jp

社会貢献活動のビジネス化に関する相談

皆さまが行っている社会貢献活動をビジネス化してみませんか。企画書の作り方や成功事例の紹介、ビジネス化に向けたマッチングなどに関する相談ができます。※要予約

☎ 7月16日(金) 13:30～15:00

☎ 市民活動センター

☎ 市内在住・在勤・在学の方 ☎ 定 先着5人

☎ 住所、氏名、☎、相談内容を、電話またはFAXで

☎ スマイル・ステーション ☎ 080(6562)1800

☎ 029(858)8303

☎ 市民活動センター ☎ 029(855)1171

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている事業者の皆様へ

経済支援のご案内や、中小企業診断士による経営相談、社会保険労務士による労務相談が無料でできる「経営支援ワンストップ窓口」を開設しています。利用者の8割以上から「相談してよかった」との評価をいただいています。まずはお気軽にご相談ください。

専用ダイヤル ☎ 029(883)1378

☎ (月)～(金) 8:30～17:15 ※(祝)を除く

☎ 市役所コミュニティ棟1階

☎ 経済支援室

新型コロナウイルス感染症に関する経済支援の情報は、市ホームページで随時更新しています。




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

パソコン・スマートフォン・タブレットに関する相談

パソコンやスマートフォン、タブレットに関する困り事(動かない、使い方がわからないなど)に関する相談ができます。

☎ 毎週(水) 13:00~18:00

📍 市民活動センター

👤 市内在住・在勤・在学の方  森正治氏

👥 4人(1人1時間程度)

📞 住所、氏名、☎、相談内容を電話で

📍 市民活動センター ☎029(855)1171

2021年度

茨城県立盲学校地域巡回教育相談会

視覚に障害のある方を対象に、教育相談会を開催します。見えにくさを補うための補助具の展示も行います。小さなお子さんや保護者の方だけでなく、成人の方や関係機関の方も参加できます。入学を前提としておりませんので、お気軽にご参加ください。

☎ 7月27日(火) 11:00~15:00

📍 土浦合同庁舎本庁舎3階 第2会議室(土浦市真鍋5-17-26)

📞 7月20日(火)までに電話またはメールで

📍 県立盲学校視覚障害教育支援センター

☎029(221)3388

📧 shien@ibaraki-sb.ibk.ed.jp

📍 障害者地域支援室

自衛官募集相談

市内在住の自衛官募集相談員に、自衛官の応募に関する相談ができます。詳細はお問い合わせください。

📍 自衛隊茨城地方協力本部土浦地域事務所 ☎029(821)6986

📍 総務課

その他

東京2020オリンピック聖火リレーが つくば市で実施されます

リレー当日は、コース周辺で交通規制が実施されますので、ご協力をお願いいたします。なお、新型コロナウイルス感染症の感染状況などにより、実施方法に変更が生じる場合があります。詳細はホームページをご覧ください。

☎ 7月5日(月)

交通規制時間帯=18:20頃~20:30頃

📍 茨城県オリンピック・パラリンピック課

☎029(301)2020

📍 オリンピック・パラリンピック推進室



つくば地区交通安全母の会より ランドセルカバーが配布されました

つくば地区交通安全母の会から、今年も新1年生全員にランドセルカバーを配布いただきました。母の会には、交通安全キャンペーンなどを通じて、立哨活動など交通安全運動にご尽力いただいています。

📍 防犯交通安全課



7月は「社会を明るくする運動」強調月間

地域の皆さんに、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たちの立ち直りを導き、助け、再び犯罪や非行に陥るのを防ぐ仕組みのことです。

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・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=女性として、母親としての立場から、明るい社会の実現に向けた活動を行っています。

📍 市民活動課

休日のマイナンバーカード申請サポート

マイナンバーカード用の顔写真の撮影と申請ができます。本人確認書類(運転免許証1点または保険証やマル福、生年月日入り診察券などから2点)を持参し、本人が申請してください。

☎ 7月18日(日) 8:30~17:15

📍 市役所1階30番窓口

👤 市に住民登録がある方

📍 市民窓口課



元気いばらき就職面接会(シニア対象)

50歳以上で求職中の方を対象に、合同就職面接会を開催します。約15社の人事担当者と直接話せる機会ですので、ぜひご参加ください。

☎ 7月29日(木) 13:30~15:30

📍 茨城県土浦合同庁舎本庁舎3階第1会議室(土浦市真鍋5-17-26)

📍 申し込み不要

📍 いばらき就職支援センター県南地区センター ☎029(825)3410

📍 産業振興課

つくば市公安系公務員合同説明会

公安系公務員への就職を希望する方を対象に警察・消防・海上保安庁・自衛隊による合同説明会を開催します。

☎ 7月24日(土) 10:00~14:30

📍 市役所2階会議室201 📍 申し込み不要

📍 自衛隊茨城地方協力本部土浦地域事務所 ☎029(821)6986

📍 総務課

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市ホームページから(クレジットカード決済可)②寄付申込書(市ホームページに用意)を郵送または直接

📍 こども未来室



つくば市子ども体験事業補助金

市内の青少年健全育成団体が、子ども(満4歳~中学3年生)の健全育成を進めるために実施する子どもの体験活動事業に対して、その経費の一部を補助します。

📍 1事業につき対象経費の3分の2以内

※上限あり

📍 必要書類(市ホームページ、生涯学習推進課に用意)を事業実施の14日前までにメールまたは直接

📍 生涯学習推進課

📧 edc074@city.tsukuba.lg.jp

7月は屋外広告物適正表示推進月間

幹線道路沿いに無許可で設置されている広告物が多く見られます。これらは景観への影響が大きいので、主要な交差点部から重点的に是正指導します。また、電柱や歩道上などに違法に表示されている広告物は、パトロールを強化して撤去します。

📍 都市計画課

自動車盗難対策は「プラス2」

自動車盗難事件が、市内で多発しています。ドアの施錠をした車が被害に遭うこともあるため、駐車場所や鍵の保管方法などを見直し、必ず2つ以上の防犯対策を行いましょう。

📍 防犯交通安全課



令和2~4年度一般(指名)競争入札参加資格審査申請【追加受付】

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、あらかじめ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。詳細は市ホームページをご覧ください。※登録期間=10月1日~2023年5月31日

📍 8月2日(月)~6日(金)に、市ホームページから電子申請で ※今回は期間内必着で、郵送による申請も可(申請書は市ホームページ、契約検査課に用意)

📍 契約検査課

2020年度公益通報者保護制度運用状況

2020年度の外部公益通報は1件、職員等公益通報の通報件数は0件でした。市は、事業者内部での法令違反行為のうち、市に権限があるものを労働者が通報する通報先として、公益通報窓口を設置しています。

📍 総務課

納期限にご注意

8月2日(月)の納期限は次のとおりです。納期限内に納付してください。

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

- 📍 ①▷資産税課▷納税課
- ②▷国民健康保険課▷納税課
- ③医療年金課

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

イベント情報

希望講座・コース
希望日・時間

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

ハガキ・ファックスなどの記入例

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

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

スポーツ

スポーツ鬼ごっこ教室

初めての方でも、気軽に楽しめるスポーツです。
みんなで一緒に体を動かしませんか。

日 7月17日、8月21日(土) 9:30～11:30

場 筑波総合体育館

対 市内在住で小学生の方

定 先着30人 費 200円

申 7月12日(月)までにメールで

問 スポーツ協会スポーツ鬼ごっこ連盟

E TAG.tsukuba@gmail.com

担 スポーツ振興課

つくばウェルネスパーク子ども向け教室

こども短期水泳教室

お子さんの苦手克服に向け、サポートします。

日 ①8月2日(月)～4日(水) 16:00～17:00

②8月23日(月)～25日(水) 16:00～17:00

対 ①小学生1年生～6年生までの方

②満3歳～未就学児までの方

定 各先着10人 費 4,140円

申 ①7月11日(日)～31日(土)②8月2日(月)

～20日(金) 9:00～22:00に直接

※10:00以降は電話予約可

こどもキックボクシング教室無料体験会

9月4日(土)から毎週土曜日に開催するこどもキックボクシング教室の無料体験会を行います。初めてのお子さんでも、安心してご参加頂けます。

日 ①8月21日(土)②8月28日(土)

15:00～16:00

対 小学生1年生～6年生までの方

※参加者1人につき同伴者1人まで

講 岡田清治氏(キックボクシング元チャンピオン)

定 各先着20人

申 7月11日(日)から9:00～22:00に直接

(当日受付可)

※10:00以降は電話予約可

場 つくばウェルネスパーク

問 つくばウェルネスパーク

☎029(867)5210

担 スポーツ施設整備室



健康

「つくばウォークの日」

公園散歩道オリジナルコース

洞峰公園発着のコース(約4.6Km)を運動普及推進員と一緒に歩きましょう。動きやすい服装で、マスク、飲み物、タオル、帽子、保険証、雨具をお持ちください。

日 7月4日(日) 9:15集合 ※雨天中止

場 洞峰公園記念館前(二の宮2-20)集合

対 ウォーキングに興味のある方

申 申し込み不要

問 健康増進施設いきいきプラザ

☎029(864)5089

当日連絡先☎090(9241)1823

(当日は7:00～9:30)

ウェルカフェ栄養サロン

最近の離乳食事情

健康な身体づくりのためには、毎日の食事が大切です。管理栄養士、薬剤師がテーマに合った食事づくりのポイントを紹介します。

日 7月6日(火) 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、ウエルシア薬局管理栄養士、ウエルシア薬局薬剤師

定 先着10人

申 7月5日(月)までに電話で(当日参加可)

問 健康増進課

出前健康教室

インストラクターによる体操を行います。
※いずれかのみ参加可

イオンモールつくばで体操しよう

日 7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15人

申 7月12日(月)9:00から電話で

BiVi 駅前健康交流サロンで体操しよう

日 7月29日(木) 14:00～15:00

場 つくば市交流サロン(BiViつくば2階)

定 先着10人

申 7月19日(月)9:00から電話で

対 市内在住の方

問 健康増進施設いきいきプラザ

☎029(864)5073

豊里ゆかりの森工芸館健康教室

シェイプアップエクササイズ教室

運動不足を感じる、どんな運動をすれば良いのかわからないと悩んでいる方向けの教室です。

日 7月27日、8月3・10・17・24日(火)

13:00～15:00(全5回)

場 豊里ゆかりの森工芸館

対 20歳以上の方 ※市内在住の方を優先

講 加藤孝二氏(ダイエットアドバイザー)

定 先着10人

費 ▷市内在住の方=550円/回

▷市外在住の方=1,100円/回

申 7月2日(金)～9日(金)9:00～17:00に電話で

問 豊里ゆかりの森工芸館☎029(847)5122

※(月)休館

脳元気アップ教室(全8回)

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

日 9月1日・8日・15日・29日、10月6日・13日、11月10日・24日(水)

場 市役所2階 会議室201

※10月6日のみつくばスタイル館(研究学園駅前公園内)

対 市内在住で認知症の診断を受けていない65歳以上の方

定 先着16人 費 600円

申 7月1日(木)～8月13日(金)までに電話で

問 地域包括支援課

旗 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絵本の読み聞かせなどを行います。

日 7月3・10・17・24・31日(土)

①15:00～15:15②15:30～15:45

場 中央図書館 対 幼児～小学生の方

定 各先着10人

パネルシアターかくれんぼ公演

おはなしボランティア「パネルシアターかくれんぼ」の皆さんによるパネルシアターです。映画のスクリーンのような舞台にイラストや文字を動かして物語を演じます。

日 7月10日(土)

①10:30～11:10②11:30～12:10

※開場は10分前

場 中央図書館2階アルスホール

対 幼児～小学校低学年の子どもとその保護者の方

定 各先着50組

おはなしぶんぶん(乳幼児向けおはなし会)

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

日 7月30日(金)

①10:00～10:20②10:40～11:00

場 中央図書館 対 乳幼児と保護者の方

定 各先着6組

問 中央図書館☎029(856)4311

野菜の収穫体験と窯焼きピザ作り

旬野菜の収穫と石窯で焼くピザ作りの体験イベントです。エプロン、三角巾、マスク、スリッパ、飲み物をお持ちください。

日 7月10日(土)9:30~12:30
 場 六斗の郷(六斗939)
 定 先着12組 費 5,000円/組
 申 7月1日(木)~8日(木)9:00~17:00に電話で ※(土)(日)を除く
 問 六斗の郷 ☎070(4819)0769
 担 農業政策課



認知症カフェ

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

日 ①7月15日(木)13:30~15:30
 ②7月16日(金)10:00~12:00
 ③7月26日(月)13:30~15:30
 ④7月27日(火)13:30~15:30
 ⑤7月28日(水)13:30~15:30
 ⑥7月30日(金)14:00~16:00
 場 ①広岡交流センター
 ②荻崎交流センター
 ③つくば市交流サロン(BiViつくば2階)
 ④大穂豊里地域包括支援センター
 ⑤筑波中央病院(北条5118)
 ⑥とよさと病院(田倉4725)
 対 市内在住の方 定 先着10人程度
 申 7月1日(木)~各開催日前日に電話で
 問 地域包括支援課

第1回 Hack My Tsukuba 2021

ディスカッションとデータ分析を行い、様々な地域課題の解決策を提案するオンラインワークショップです。今年度のテーマは「コロナとデータとまちづくり」です。

日 7月17日(土)10:00~17:00
 定 先着30人
 申 7月16日(金)までに市ホームページから
 問 統計・データ利活用推進室



筑波山自然環境教育事業

第1回 里山の生きもの調査

夏休みに、市中心部の平地林で、昆虫の調査のお手伝いをするお子さんを募集します。

日 7月24日(土)8:00~12:00
 ※予備日25日(日)
 場 葛城地区大規模緑地(学園の森3丁目隣接)
 ※現地集合(詳細は別途お知らせします)
 対 市内在住の小学3年生~中学3年生(9年生)
 ※児童・生徒のみ
 定 先着24人
 申 7月5日(月)12:00~9日(金)にホームページから
 ※2人まで同時申し込み可
 問 環境政策課



つくばメディアアートフェスティバル2021

見て、体験して、学べる科学×アートの祭典です。著名アーティストや、未来を担う学生クリエイターの作品が集合し、最先端の技術を体感できます。期間中に、中央公園でのプロジェクトマップも開催予定です。

日 7月30日(金)~8月9日(祝)9:30~17:00
 ※初日は11:00開館、最終日は13:00閉館、8月2日(月)は休館
 場 つくば美術館(吾妻2-8)など
 問 文化芸術課

夏休み子どもイベント

おもしろ理科実験

針を通して割れない風船、水の入ったビニール袋に鉛筆を通す、手を触れずに空き缶を潰すなど、おもしろ理科先生が驚きの実験をします。

日 7月31日(土)10:00~11:30
 対 市内在住の小学生の方
 定 先着15人 費 100円

コワナツ(怖い話を聞く夏の夕べ)

本当にあった怖い話や昔から語り継がれている不思議な話を、語り部が聞かせてくれます。

日 8月7日(土)18:00~19:30
 対 市内在住・在学の幼稚園児~小学生とその保護者の方
 定 先着25人

場 市民研修センター
 申 7月5日(月)~22日(祝)に市民研修センターに電話または直接
 問 市民研修センター ☎029(867)1153
 担 生涯学習推進課

筑波山麓自然学校

沢の生きもの観察&竹水鉄砲づくりと沢遊び
 沢の生物を観察したり、竹で水鉄砲を作って遊びます。お弁当をお持ちください。

日 7月31日(土)9:30~14:30
 定 小学生以上の親子8組(抽選) ※市内在住の方優先

虫・むし探検隊

筑波山麓の昆虫探しや観察、スケッチします。お弁当をお持ちください。

日 8月21日(土)9:30~14:30
 定 親子8組(抽選) ※市内在住の方優先

費 500円/人
 場 筑波ふれあいの里
 申 7月7日(水)までにホームページから
 問 つくば環境フォーラム ☎029(879)8810
 担 筑波ふれあいの里



講座

7月調理講習会

初心者でも楽しみながら調理できる簡単メニューを学びます。エプロン、三角巾、布巾、手拭きタオル、白米半合・筆記用具・飲み物をお持ちください。
 ※申し込みは1人1講座まで

65歳からの料理教室「若さを作るキッチン」
 メニュー:タコライス、人参ドレッシングサラダ、マンゴーゼリー

日 7月15日(木)10:15~13:00 (受付10:00~)
 対 市内在住で65歳以上の方
 申 7月1日(木)~8日(木)に電話で

食育普及講座「元気な夏休みの過ごし方」
 メニュー:おさかなベーグル、マセドアンサラダ、ヨーグルトパーク

日 8月3日(火)・19日(木)10:15~13:00 (受付10:00~)

対 市内在住の親子
 申 7月1日(木)~27日(火)に電話で

場 東京ガスつくば支店(研究学園2-1-2)
 講 市管理栄養士・市食生活改善推進員
 定 各先着12人
 問 健康増進課

男女共同参画セミナー

性的マイノリティ当事者から見たダイバーシティ
 性同一性障害を自認し、戸籍上の性別を女性から男性に変更した講師自身の経験をもとに、個性を尊重できる社会の実現のためのヒントをお話しいたします。

日 7月15日(木)14:00~15:30
 場 市役所2階 会議室201
 対 市内在住・在勤・在学の方
 講 井上健斗氏(G-pit代表取締役)
 定 先着30人
 申 7月13日(火)までに市ホームページからまたは電話で
 問 男女共同参画室

つくば美術館 第4回土曜講座

夏企画テーマ「土イジリ」

陶磁器の材料である粘土の特長は、可塑性といわれる「ものをカタチづくる」性質です。のぼす・積む・曲げる・切るなどの「土イジリ」から現代陶芸を紹介します。

日 7月31日(土)13:30~
 場 つくば美術館2階アルスホール(吾妻2-8)
 講 岩井基生氏(茨城県陶芸美術館主任学芸主事)
 申 申し込み不要
 問 つくば美術館 ☎029(856)3711
 担 文化芸術課



岩井基生氏「archetype91021-93100」2019年

働く婦人の家講座

つくってあそぼう! PART1

牛乳パックからオリジナルの手すき和紙を作って楽しみましょう。昼食はピザトーストを作ります。

日 8月25日(水)10:00~15:00
 場 働く婦人の家
 対 市内在住の小学生の方
 講 働く婦人の家職員
 定 4人(抽選) 費 300円
 申 希望講座名、郵便番号、住所、氏名、年齢、☎を記入し、7月26日(月)必着で往復はがきを郵送、メール、または返信用の官製はがきを直接持参
 問 働く婦人の家 [〒300-4353 沼田40-2] ☎029(866)2127 E fjn010@city.tsukuba.lg.jp



ふれあいプラザ講座

①便利に使いこなす スマホ・タブレット

活用編(スマホ・タブレット持込)

よく使う文字の辞典登録、コピー・貼り付けの方法、ラジオアプリや印刷アプリ、バッテリーの節約術を紹介し、災害時のスマホ利用に役立てましょう。

日 8月5・12・19・26日、9月2・9日(木)
10:00~12:00

対 文字入力ができる方 講 花村直子氏

定 15人(抽選)

費 7,200円(別途教材費500円)

②ワード活用と図形の扱いと飾り文字の活用(PC持込)

図形の挿入・編集など文章を華やかに仕上げるコツと操作を丁寧に解説します。ワードアートという飾り文字の使い方も学びます。

日 8月6・20・27日、9月3・10・17日(金)
18:30~20:30

対 ワードの基本操作ができる方

講 片岡秀典氏 定 15人(抽選)

費 7,200円(別途教材費1,300円)

※対応機器貸出相談

③撮影した写真の活用

～パソコン管理・修整・印刷～(PC持込)

Windows10の機能を利用して、写真の取り込み、管理、明るさや色の修整、印刷のコツを解説します。

日 8月7・21・28日、9月4・11・18日(土)
14:00~16:00

対 文字入力ができる方

講 片岡秀典氏 定 15人(抽選)

費 7,200円(別途教材費500円)

※対応機器貸出相談

④アロマの香りで虫除けスプレーとクリーム作り

爽やかなアロマの香りで、虫除けスプレーと虫刺されクリームを作ります。蚊の嫌いな香りを学んで、暑い季節を乗り切りましょう。

日 8月8日(日) 10:30~12:00

講 小松崎広美氏 定 10人(抽選)

費 2,200円(教材費込み)

⑤にじみを活かした水彩画

水彩の技法であり魅力でもある「滲み」の表現を中心に、水彩技法を学びます。柔らかく透明感のある水彩画を基本から指導します。

日 8月8・22日、9月5・19日、10月3日(日)
13:30~16:00

講 古屋野良一氏 定 10人(抽選)

費 6,000円

⑥プリザーブドで仏花

デンファレ、小菊を使用したプリザーブドフラワーでお仏壇飾りを作ります。※作品は1つです。

日 8月8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世界の見方が変わる歴史教室

～日本の領土・領海～

国境の歴史と各国の考え方、海外からみた領土問題について学び、国境の変遷を歴史的に

再評価します。

日 8月11・25日(水) 10:30~12:20

講 平井光之氏(歴史学習コンサルタント)

定 15人(抽選) 費 2,600円(教材費込み)

⑧ヘデラの吊り玉の苔玉

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

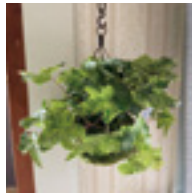
日 8月18日(水) 13:00~15:00

対 小学生以上の方

講 宮内伶氏(日本農業園芸造園研究所代表)

定 10人(抽選)

費 2,700円(教材費込み)



⑨そば屋が教える天ぷらのこつ

季節の野菜を使った天ぷらを作ります。おいしく揚げるコツを学びます。

日 8月3日(火)

10:00~14:00

講 高松勇氏 定 9人(抽選)

費 2,400円(材料費込み)



⑩⑪豆乳黒みつプリンと蒸しケーキ

家庭で簡単に出来る玉子の入らないプリンと蒸しケーキを作ります。豆乳を使用しヘルシーに仕上げます。黒みつをかけていただきます。

日 ⑩8月19日(木) 13:00~15:00

⑪8月26日(木) 13:00~15:00

講 板倉祐子氏 定 9人(抽選)

費 2,200円(材料費込み)



⑫親子講座

豆腐白玉団子でフルーツポンチ

絹ごし豆腐を入れた柔らかい白玉団子を丸めて、冷たいフルーツポンチを作ります。

日 8月1日(日) 13:00~15:00

対 年長~小学生の親子

講 渡辺光代氏

定 5組10人(抽選)

費 2,300円(材料費込み)



⑬親子講座

論理的思考を養う講座

PCやタブレットを使わずに、論理的思考力、創造性、問題解決能力を育成します。

日 8月1・22日、9月5日(日) 13:00~14:00

対 年長~小学2年生の親子

講 保坂徹氏 定 10組20人(抽選)

費 4,500円

⑭親子PC持込 はじめてのスクラッチ基礎

小学校でのプログラミング教育のツールとして取り入れられている、スクラッチの操作をあらかじめ学んでおきましょう。

日 8月1・22日、9月5日(日) 14:30~16:00

対 小学3年生~6年生の親子

講 保坂徹氏 定 8組16人(抽選)

費 4,500円 ※PCの貸出はありません

⑮親子講座

クラフトバンドで自立するフォトフレーム

再生紙のクラフトバンドで、しっかりした2面のフォトフレームを作ります。夏の思い出の写真を飾るほか、夏休みの宿題にもおすすめです。

日 8月8日(日) 10:00~12:00

対 年長~小学生の親子

講 富田留美子氏

定 5組10人(抽選)

費 1,800円(教材費込み)



⑯ふれあい学園おもしろ実験

ストロージョイント

関節や腱のしくみを考えながら簡単なロボット工作します。想像力、創造力も養われます。

日 8月15日(日) 10:00~11:30

対 年長~小学生の方

※未就学児は保護者同伴

講 保坂徹氏 定 10人(抽選)

費 1,550円(教材費込み)

⑰親子でプレバレエ

プレバレエとは本格的なバレエをする前の段階で、親子でストレッチとリズムを楽しむことを目的とします。

日 8月22日、9月5・19日、10月3日(日)
17:00~18:30

対 2歳~小学生の親子

講 中間美妃氏 定 5組10人(抽選)

費 6,000円

⑱親子講座

ヨーグルトで作るかんたんピザ

ビニール袋を用い、ヨーグルトを入れることで、発酵が要らないかんたんピザを作ります。

日 8月25日(水) 10:00~12:30

対 小学生以上の親子

講 染谷麻希子氏

定 5組10人(抽選)

費 2,500円(材料費込み)



⑲親子講座 陶芸

1kgの粘土を使用し食器や花器や置き物などを作ります。完成は10月過ぎの予定です。

日 8月29日(日) 13:30~15:30

対 年長~小学生の親子

講 赤井洋一氏 定 10組20人(抽選)

費 3,000円(教材費込み)

⑳はじめてのラテンダンス

体幹を鍛えて美しい姿勢を作ります。ラテンのリズムにのって楽しく優雅に踊りましょう。

日 8月29日(日) 13:30~15:00

講 坂本真紀氏 定 12人(抽選)

費 1,200円

場 ふれあいプラザ

申 希望講座名、郵便番号、住所、氏名、年齢、

☎を記入し、7月23日(祝)必着で郵送、

FAXまたは直接

問 ふれあいプラザ

〔〒300-1273下岩崎2164-1〕

☎ 029(876)2311

F 029(876)2396

担 文化芸術課

講演

第12回 天文宇宙の七夕講演会

七夕に合わせて、天文・宇宙の専門家によるオンライン(Zoom)講演会を開催します。最先端の研究内容を、一般の方にもわかりやすく解説します。※通信料は自己負担。

日 7月11日(日) 13:30~16:30

対 中学生以上の方
 講 橋本拓也氏(筑波大学助教)
 森正夫氏(筑波大学准教授)
 申 7月10日(土)までにメールで
 問 筑波大学宇宙観測研究室
 ☎029(853)5080
 目 kuno.nario.gt
 @u.tsukuba.ac.jp
 担 科学技術振興課



つくばSDGsパートナー講座
 (個人会員)

「教育とSDGs」をテーマに、オンライン(YouTubeLive)で講演を行います。※当講座の受講で個人会員に認定。詳細はホームページを

ご覧ください。
 目 7月31日(土)18:00~19:30
 対 市内在住・在勤・在学の方
 講 石森広美(宮城県仙台二華高等学校教諭)
 定 先着40人
 申 7月25日(日)17:00までに
 ホームページから
 問 持続可能都市戦略室



研究機関

サイエンスツアーバス
 スタッフガイド同乗コース
 スタッフガイド付きで見学できるコースです。

目 7月3日(土)・17日(土)9:00~16:00
 ※半日参加可(▷午前=9:00~12:05
 ▷午後=13:00~16:00)
 場 ▷午前=地図と測量の科学館、筑波実験植
 物園 ▷午後=地質標本館、サイエンス・ス
 クエアつくば、筑波宇宙センター
 定 先着19人
 費 ▷大人=500円 ▷子供=250円
 ▷幼児=無料(保護者同伴) ※別途入園
 料が必要
 申 各開催日前日の12:00までにホームペー
 ジから
 問 つくばサイエンスツアーオフィス
 ☎029(863)6868
 担 観光推進課



📷 フォトニュース



1 2018年から閉館していたクレオショッピングセンターが、5月19日「tonarieCREO」として新たにオープンしました。あわせて「つくばQ't」「つくばMOG」も「tonarieQ't」「tonarieMOG」に改称され、3施設一体で「tonarieつくばスクエア」として生まれ変わりました。



2 6月4日、茨城県出身の荒磯親方(元横綱稀勢の里関)が市長を表敬訪問しました。荒磯親方は、今年の8月に田子ノ浦部屋から独立し、茨城県内に「荒磯部屋」を創設する予定です。部屋の完成までは、つくば市に一時的に部屋を構え、筑波大学を拠点に活動されます。

7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



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	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) 9:30~17:00(土・日・祝)
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

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

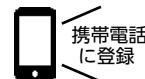


救急車を呼ぶ前に、まずは救急電話相談へ

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

24時間365日
受け付け

おとな #7119
こども #8000



連載企画 [第1回] 自らの手で生活をつくる

つくばクラフトライフ

「クラフトライフ」とは、「地域に密着し、新たな仕事や生活を自らの手で『つくる』ライフスタイル」のこと。広報つくばでは、市内で充実したクラフトライフを送る人々を、数回に分けて紹介していきます。

問 広報戦略課

「つくばスタイル CRAFT」

クラフトライフをはじめ、市内周辺地域の魅力的な情報を紹介しています。市役所・各窓口センターなどで配布しています。

市HPにも掲載中 ▶



01 地域の人に愛されるカフェで自家菜園の野菜を提供

池田弘江さん | 豊里地区

「大好きな筑波山が見える場所でカフェを始めたかったんです」

市内生まれの池田さんは、都内でインテリアデザインを学んだ後、Uターンしてカフェを創業しました。山並みが一望できる場所にスタイリッシュな外観の店舗を建て、店内には檜林だったこの地をイメージしたくつろぎの空間を実現しました。池田さんが提供するの、無農薬にこだわった自家菜園の野菜や、手作り味噌を使用した健康志向の上質なメニュー。敷地内の広い芝生スペースではヨガ教室、店内ではフラワー教室を開催するなど、地域の人たちとの交流の場としても利用しています。『健康的なライフスタイルを自らつくり、発信していく場を目指していきたいです』と笑顔で語り、クラフトライフを楽しんでいます。

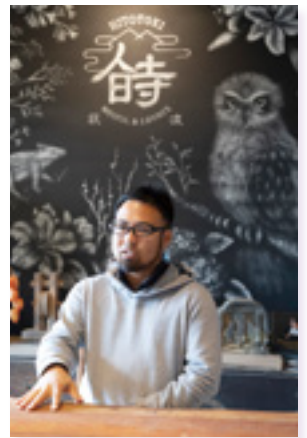


02 再生古民家で生まれるコミュニティ体験をプロデュース

野堀真哉さん | 筑波地区

「筑波山から見える最高の夕日に感動し、地元の魅力を再発見しました」

野堀さんは筑波山に魅せられ、登山の後に一息つけるせんべいカフェや、築120年以上(!)という趣ある商家をリノベーションした民泊施設を開業しました。民泊施設は宿泊のほか、テレワークで利用できるコワーキングスペースとしても提供しており、観光客だけにとどまらない新しいニーズに応える地域資源を作り出しました。『筑波山の観光といえば大型バスによるツアーや登山がメインでしたが、風土や歴史の魅力もダイレクトに伝えたい。2つの空間を駆使して、ここでしかないコミュニティ体験、宿泊体験を提供していきます』と話す野堀さん。筑波山で最高のクラフトライフを満喫しています。



03 つくば産の食材と向き合い地産地消の美味しさを発信

下野剛さん | 荃崎地区

「畑と厨房の距離が近いこの場所なら、自分の料理を突き詰められます」

野菜の美味しさを直に伝えるために、新鮮な野菜にこだわった料理をレストランで提供している下野さん。厨房に近い畑で自家菜園に取り組むほか、市内の農家とも連携し、朝採りのものを仕入れ、店内では菜園、農家直送の野菜も販売しています。『野菜を収穫するタイミングや、どんな野菜を育ててもらおうかを農家と相談しながら仕入れています。朝採り野菜は甘みも旨みも断然違うので、旬の美味しさをお客様に伝えることができるんです』と語る下野さんが創り出すのは、旬の食材と向き合った色彩豊かなひと皿。シェフとして理想のクラフトライフを実現しています。

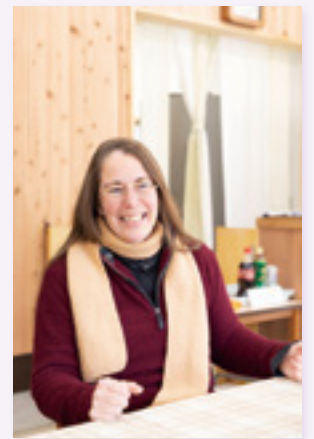


04 自らの手で作る菓子や住まいで心地よい生活をデザイン

アン・コーツさん | 筑波地区

「生活と仕事を自分らしくデザインできる。それがつくばの魅力だと思います」

アメリカ出身のアンさんは、小田米を加工した米粉など地元の素材を使用して、フルーツの食感と香りが生きたサクサクのパイや、可愛いマフィンなどを手がけています。『私の住む地域は、国際的な研究機関に属する多国籍の研究者が多いので、住民の皆さんは外国人にフレンドリーです。また、オーガニックを意識した農家が多いため、グルテンフリーベーカーには最適な環境でした』と語るアンさん。建築設計のスキルを生かし、店舗キッチンを自ら設計したり、自宅もDIYでリフォームしたりと、クラフトライフをデザインし続けています。



つくば市医師会からのお願い

発熱などの症状で医療機関を受診するときは...

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

つくば市の常住人口

※()内は前年同月比

人口 248,578人(+5,111) [男 125,948人 女 122,630人] 世帯数 112,980(+3,810) ※2021年6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