

今月の主な内容

秋の集団健診…4 | つくばクラフトライフ…12 | 周辺市街地パネル展…12



16歳以上の方まで予約受付を開始しました

新型コロナウイルス
ワクチン接種対策室

市では、市内在住の16歳以上の方までワクチン接種の予約受付を開始しました。現在、国からのワクチン供給が見通せない状況となっているため、12～15歳の方の接種券の発送・予約開始日時は未定です。国から十分な量のワクチンが供給されるようになり、予約受付が可能となりましたら、接種券の発送時期をあらためてお知らせします。なお、12～15歳の方は予約開始まで市や医療機関での予約はできませんが、職域接種等で接種券の提出を求められた方や、今後予約枠ができた際に備え準備しておきたい方などには、接種券を発送しますので、市へ申請してください。

接種券発送・接種予約開始スケジュール

- ▶30～39歳 7月8日(木) 発送済 7月14日(水) 予約開始 12～15歳の
- ▶16～29歳 7月15日(木) 発送済 7月20日(火) 予約開始 接種券事前発送▶



市内の新型コロナウイルスワクチン接種状況

65歳以上の方の接種状況

接種回数	接種人数	接種率
1回目	33,450人	70.9%
2回目	21,597人	45.8%

※接種状況はV-sys(ワクチン接種円滑化システム)上の情報です

40歳以上の方の予約状況

予約件数	予約率
96,842件	75.8%

接種状況および予約状況には、医療従事者は含まれません。

新型コロナウイルスワクチン接種を希望する妊婦の皆さまへ

妊婦の方のワクチン接種について、日本産婦人科学会、日本産婦人科医会および日本産婦人科感染症学会から、

「希望する妊婦さんはワクチンを接種することができますが、**あらかじめ健診先の医師に相談のうえ、接種してよいと言われていれば、その旨を接種会場の問診医に伝えて、接種を受けてください。**」と示されています。

なお、接種会場には、予診票などのほかに、**母子健康手帳をお持ちください。**



LEBER for Businessを導入 副反応などの医療相談ができるアプリ

アプリを登録した方は、ワクチン接種後に、接種に関する情報を入力すると、接種後の体調を自動でモニタリングされるほか、副反応に合わせて医療相談ができます。詳細は、市ホームページをご覧ください。

- ▶使用期間 ～2022年3月31日
- ※接種後に医療機関から配布されるチラシから登録した方は3か月間無料



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。



掲載内容は**7月13日時点**の情報です。最新情報は市ホームページをご覧ください。



よくある質問

Q **新型コロナワクチンの接種を望まない場合、受けなくてもよいですか？**

A 接種は強制ではなく、あくまでご本人の意思に基づき接種を受けていただくものです。

Q **未成年の接種の場合、親の同意書は必要ですか？**

A 未成年者であっても、16歳以上の方については、親の同意書は必要ありません。15歳以下の方の接種には、予診票に保護者の署名が必要になります。

Q **新型コロナワクチンにはどのような効果がありますか？**

A 新型コロナウイルス感染症の発症を予防する高い効果があり、また、重症化を予防する効果が期待されています。

Q **副反応は1回目より2回目の接種後の方が強いと言われるのはどうしてですか？**

A 1回目のワクチン接種でいくらか免疫がつくことで、2回目の接種の方が、免疫反応が起こりやすくなるため、発熱や倦怠感、関節痛などの症状が出やすくなります。

Q **ワクチン接種後に新型コロナウイルスに感染することはありますか？**

A ワクチン接種後でも新型コロナウイルスに感染する場合があります。ワクチンを接種して免疫がつくまでに1～2週間程度かかり、免疫がついても発症予防効果は100%ではありません。

新型コロナウイルス
に関するQ&A



短時間アルバイトの学生やひとり親の雇用事業者への支援を拡充

学生アルバイト・失業した市民の方々を雇用した市内事業者へ交付金を支給しています

経済支援室

市では、新型コロナウイルス感染症の影響で雇用をためらう事業者を支援し、学生や市民の方々の積極的な雇用を促すため、新たに従業員を雇用した事業者へ交付金を支給しています。7月に制度拡充を行い、短時間アルバイトの学生を新たに対象としたほか、雇用した市民がひとり親の場合に交付額を上乗せします。本交付金を活用した積極的な雇用をお願いします。詳細は、市ホームページをご覧ください。経営支援ワンストップ窓口にお問い合わせください。

学生アルバイト雇用促進交付金

短時間アルバイトの学生を対象に追加

交付額(新規雇用1人につき)

中小法人 ▶ 勤務時間が週10時間以上=10万円 ▶ 勤務時間が週5時間以上10時間未満=5万円
 大法人 ▶ 勤務時間が週10時間以上=5万円 ▶ 勤務時間が週5時間以上10時間未満=2.5万円

主な要件 市内在住の学生を2020年6月10日以降に新規に雇用 など

雇用促進交付金

非常勤のひとり親の場合、以下の額を上乗せ

交付額(新規雇用1人につき)

中小法人 ▶ ①常勤=20万円 ②非常勤=10万円
 大法人 ▶ ①常勤=10万円 ②非常勤=5万円

勤務時間が週20時間以上30時間未満=10万円
 勤務時間が週30時間以上=15万円

主な要件 2020年3月1日以降に失業した市民を2020年6月10日以降に新規に雇用 など

経営支援ワンストップ窓口

事業者の皆さまからお話を伺い、それぞれのお悩みに適した支援制度をご案内します。また、中小企業診断士や社会保険労務士などの専門家による経営相談や労務相談も無料でできます。まずはお気軽にご相談ください。

専門家による相談例

中小企業診断士による相談例

- 補助金申請のアドバイスが欲しい
- 経営計画を策定したい など

社会保険労務士による相談例

- 雇用維持のため助成金を活用したい
- 就業規則を見直したい など

場 市役所コミュニティ棟1階

問 ☎029(883)1378

(月)～(金)8:30～17:15 ※(祝)を除く

制度の詳細や、その他の支援制度についての情報は、市ホームページで随時更新しています



2021年度「つくばクオリティ」認定制度

つくば市発の優れた商品やサービスを募集します



市では、“つくば市発”の優れた商品・サービスを、『つくばクオリティ』として認定し、販路開拓、販売促進を支援しています。この度、2021年度の募集を行いますので、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。産業振興課

募集部門 ▶ 一般部門 ▶ 特別部門

※2021年度の特別部門のテーマは、『新型コロナウイルス感染症対策』です。

募集期間 ▶ 8月4日(水)9:00～31日(火)17:00

対象者 ▶ 市内に事業所を有し、かつ市税の滞納がない事業者

対象商品・サービス

- 商品 ▶ 製品の特徴的な部分を市内で開発または製造し、既に実用化されているもの(食品を除く)。
- サービス ▶ サービスの特徴的な部分を市内で開発し、既に実用化されているもの。

※現在も製造・提供されている商品・サービスに限ります

申請方法 ▶ つくばクオリティ認定申請書(市ホームページに用意)、申請に必要な添付書類を産業振興課へ郵送または直接

つくばクオリティ認定で得られる特典

- 1 つくばクオリティ認定ロゴマークの付与
- 2 認定商品・サービスを紹介するパンフレットの発行
- 3 市ホームページ・SNS・プレスリリースなどによる情報発信
- 4 認定商品・サービスをPRできる場の提供
- 5 認定商品・サービスに対する専門家による個別相談・アドバイス
- 6 認定商品・サービスを有する事業者と関係企業・機関の交流会などの開催
- 7 地方自治法に基づく政策的随意契約による市の試験購入・評価
 ※要件を満たし、市や関係機関での利用希望があった場合

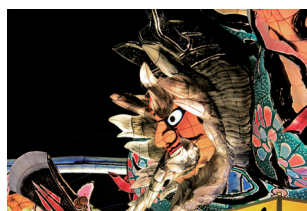
制度の詳細、2020年度の認定商品・サービス、募集要項は、市ホームページをご覧ください



まつりつくば2021はARイベントなどで開催します

まつりつくば2021は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、従来のパレードや飲食などの出店イベントは開催せず、AR(拡張現実)によるイベントなどで開催します。各イベント企画の詳細は、公式ホームページをご覧ください。

AR(拡張現実)とは…スマホなどのカメラ機能を通じて映し出された映像上に、別の画像・動画・アニメーションなどを表示させる技術。



イベント企画の概要

ARフォトコンテスト 8月7日(土)▶31日(火)

AR技術により、スマホ上にねぶたや神輿などが現れて、お祭りの雰囲気を感じられます。その写真をSNSに投稿すると、入賞者へ賞品をプレゼントします。

オンラインステージ 8月28日(土)▶29日(日)

お囃子やよさこいなどのパフォーマンスをライブ配信します。また、当日ご覧になれなかった方も、後日、視聴することができます。

8/7(土)▶31(火)

スマホスタンプラリー

期間中に市内の参加店舗でスタンプを集めて応募すると、抽選で賞品をプレゼントします。

- ▶ グルメ賞(つくば物産品セット)
- ▶ ショッピング賞(お買い物券)

まつりつくば2021
公式ホームページ



問 まつりつくば大会本部事務局
(観光推進課内)
担 観光推進課

9月5日(日) 茨城県知事選挙 問 選挙管理委員会事務局

任期満了に伴う茨城県知事選挙が、9月5日(日)に執行されます。選挙は私たちがよりよい社会づくりに参加できるように定められた大切な権利です。なお、選挙当日に投票所に行くことができない方は、「期日前投票」や「不在者投票」の制度を活用することができます。

※投票所では、お待ちになる際の列の間隔の確保、記載台や投票者が触れる部分の消毒などを実施するほか、従事者はマスクを着用するなど、新型コロナウイルス感染症対策を実施していきます。投票へお越しになる皆さまも、マスク着用や周りとの距離の確保にご協力をお願いします。持参した筆記用具(鉛筆、シャープペンシルを推奨)を使っていただくこともできます。

投票期日

9月5日(日) ※告示日=8月19日(木)

期日前投票

8月20日(金)～9月4日(土)

投票日に投票することができない方は、期日前投票をご利用ください。期日前投票の際は、お手元に届いた投票所入場整理券(8月16日発送予定)裏面の期日前投票宣誓書に、あらかじめ必要事項をご記入の上、持参してください。投票所などの詳細は、「選挙だより」や市ホームページでお知らせします。



投票できる方

満年齢18歳以上の日本国民で、つくば市の選挙人名簿に登録されている方

選挙人名簿登録要件

年齢 2003年9月6日以前に出生していること

住所 2021年6月1日までに、つくば市に住民票が作成されていること

県内他市町村から転入された方

2021年6月2日以降に、つくば市に転入届をされた方は、従前の市町村での投票になります。従前の市町村選挙管理委員会に名簿登録の有無をご確認ください。

不動産公売に参加してみませんか

市では、県内の他の市や町と合同で、一般の方も参加できる不動産公売(入札)を実施します。中止になる場合もありますので、事前にお問い合わせください。詳細は、「公売参加のご案内」冊子(納税課に用意)または市ホームページをご覧ください。

公売不動産

売却区分番号	見積価額	公売保証金	所在(つくば市)	地番	地目	地積
つくば3-1	650,000円	70,000円	上郷字大境	6828番2	畑	194㎡
つくば3-2	2,370,000円	240,000円	高野字木根橋	273番3	畑	463㎡
つくば3-3 (※)建物あり	2,290,000円	230,000円	小荃字高下 小荃字高下	194番3 201番5	宅地	134.49㎡ 282.89㎡
つくば3-4	770,000円	80,000円	手子生字海道西	2178番	畑	2,546㎡
つくば3-5	250,000円	30,000円	作谷字十五耕地	2183番	畑	902㎡
つくば3-6	620,000円	70,000円	作谷字十七耕地	2293番4	畑	2,275㎡
つくば3-7	570,000円	60,000円	中菅間字東田	2292番	田	2,028㎡
つくば3-8	490,000円	50,000円	田水山字三耕地	756番	田	1,672㎡
つくば3-9	1,730,000円	180,000円	谷田部字福田前	2666番2	畑	1,214㎡

(※)つくば3-3の建物情報

所在 小荃字高下201番地4、194番地2
家屋番号 201番4
種類 居宅
構造 木造瓦葺2階建
床面積 ▷1階106.85㎡▷2階33.12㎡

日 10月26日(火) 12:50～(受付開始)

場 市役所2階会議室202

問 納税課

売却区分番号が「つくば3-1・2、3-4～9」の公売に参加するためには、市農業委員会が発行する買受適格証明書が必要です。

申請期限=毎月20日※9月は17日(金)まで

茨城租税債権管理機構では、一般の方も参加できる不動産公売(入札)を実施します。中止になる場合もありますので、事前にお問い合わせください。

売却区分番号:3-23 見積価額:5,940,000円 公売保証金:594,000円

所在(つくば市)	地番	地目	地積
下広岡字向山	1055番163	雑種地	17㎡
下広岡字向山	1055番664	雑種地	497㎡
下広岡字向山	1055番665	雑種地	190㎡
下広岡字向山	1055番666	雑種地	234㎡
下広岡字向山	1055番699	雑種地	236㎡

日 9月7日(火) 13:20～14:00(12:30～受付開始)

場 茨城県水戸合同庁舎2階大会議室(水戸市柵町1-3-1)

問 茨城租税債権管理機構 ☎029(225)1221 担 納税課

他にも公表されている物件があります。

詳細は、ホームページまたは公売広報(納税課に用意)をご覧ください。



2021年度 つくば市敬老福祉大会は中止となります 問 高齢福祉課

新型コロナウイルス感染症の感染拡大状況の長期化により、参加される皆さまの安全を最優先とし、「つくば市敬老福祉大会」を中止します。大会の開催に代わり、以下のとおり祝品をお送りします。

祝品

クオ・カード1,000円分 ※9月中旬頃に発送します

対象者

70歳以上の方(9月20日の敬老の日時点)



敬老祝金の対象者が変わります

例年、75歳以上の方に敬老祝金として「つくば市いきいき商品券」を贈呈していましたが、対象者の見直しを行い、節目年齢である77歳(3,000円)、88歳(10,000円)、100歳(30,000円/手渡し)、101歳以上(20,000円)の方へ、敬老祝金を給付します。対象者には9月に個別通知します。※100歳の方以外は指定口座に振り込み

2021年度 「秋の集団健診」を行います(予約制) 健康増進課▷国民健康保険課▷医療年金課

社会保険加入者・つくば市国民健康保険加入者・後期高齢者医療保険加入者で健診未受診の方を対象に、秋の集団健診を行います。なお、秋の集団健診は「予約制」です。

対象者

- ▶ 社会保険加入者(予約専用はがきおよび詳細については、5月下旬に送付しています)
- ▶ つくば市国民健康保険または後期高齢者医療保険の加入者で、春の集団健診・医療機関健診・人間ドック・脳ドックを未受診の方(対象者には8月上旬にお知らせのはがきを送付します)

健(検)診名	対象者 ※健診年齢=2022年3月31日現在	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
大腸がん検診	健診年齢40歳以上	800円 ※健診年齢40歳は無料
前立腺がん検診	健診年齢50歳以上の男性	1,000円
肺がん・結核検診	健診年齢40歳以上	500円 ※健診年齢40歳は無料
胃がん検診	健診年齢40歳以上	1,300円 ※健診年齢40歳は無料
肝炎ウイルス検診	健診年齢40~70歳の未受診者	700円 ※5歳節目年齢は無料
特定健診 後期高齢者健診	健診年齢40歳以上で次のいずれかの方 ①社会保険加入者の被扶養者 ②つくば市国民健康保険加入者③後期高齢者医療保険加入者	①保険者指定料金 ②③の方は無料

予約方法 ※申込期間=8月19日(木)~27日(金)

電話・インターネットでの予約は、定員になり次第締め切ります。

電話
茨城県総合健診協会健診予約センター
☎0570(077)150
9:00~17:00 ※8月22日(日)除く

インターネット
健診Web予約サービス
(茨城県総合健診協会)
8月19日(木)9:00~27日(金)23:59



はがき郵送
申込期間内(消印有効)に、予約専用はがきを郵送してください。社会保険加入者の方には、はがきを5月下旬に送付しているほか、健康増進課・保健センター(大穂・桜・谷田部)・窓口センター(荃崎・豊里・筑波)にも用意しています。申し込み多数の場合は受診希望日を調整します。

日程	会場	
10月	5日(火)	荃崎保健センター
	6日(水)	
	9日(土)	つくば市役所
	10日(日)	
	12日(火)	荃崎保健センター
	19日(火)	大穂保健センター
	20日(水)	
	21日(木)	
	22日(金)	桜保健センター
	23日(土)	
	25日(月)	
26日(火)		
27日(水)	谷田部保健センター	
28日(木)		
29日(金)		
30日(土)	つくば市役所	
31日(日)		
11月	1日(月)	谷田部保健センター
	2日(火)	保健センター
12月	20日(月)	つくば市役所
	21日(火)	

※ライフプランすこやかなどに掲載している健診スケジュールに12月の日程を追加しました。

市長等の資産等報告書の要旨 法務課

つくば市長等政治倫理条例第13条第1項の規定に基づき公表します。※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。※2021年1月1日時点に、その職にない松本副市長については、第8条の規定に基づき、公表はありません。

		市長 五十嵐 立青			副市長 飯野 哲雄			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	3筆	2,055.94㎡	17,128千円
		田・畑	—			—			16筆	25,855.00㎡	1,797千円
		山林	—			—			4筆	1,676.00㎡	58千円
		その他	—			—			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	25筆	30,020.94㎡	18,998千円
	地上権など		—			—			—		
	建物	居宅	1棟	107.64㎡	7,097千円	1棟	123.38㎡	1,956千円	3棟	314.79㎡	7,720千円
		共同住宅	—			—			—		
		その他	—			—			3棟	163.95㎡	3,003千円
		合計	1棟	107.64㎡	7,097千円	1棟	123.38㎡	1,956千円	6棟	478.74㎡	10,723千円
	預金	預金	769千円			22,041千円			10,399千円		
		貯金	—			—			—		
	金銭信託		—			—			—		
	有価証券	株券以外	413千円			4,173千円			—		
		株券	1銘柄	1,000株	—	2銘柄	10,000株	—	—		
ゴルフ場利用権		—			—			—			
貸付金		—			—			—			
借入金		25,862千円			—			—			
保証債務		—			—			—			
収入・受贈など	収入・給与など	15,611千円			12,970千円			10,877千円			
	受贈・受けた接待	—			—			—			

健康・福祉

健康フォーラムつくば+ (プラス)

健康や医療、介護のさまざまな知識と知恵をまとめたわかりやすい動画を、YouTubeで配信しています。筑波メディカルセンターと市が、皆さまの健やかな暮らしをサポートします。



☎ 地域包括支援課

「ひきこもり」のことでお困りの方へ

ひきこもりとは、さまざまな要因によって社会と交流を避け、6カ月以上にわたって概ね家庭にとどまり続けている状態です。焦りや不安を抱え込まずにご相談ください。相談することで一歩を踏み出しましょう。



☎ 健康増進課

ひきこもり相談

ご家族のひきこもり問題で悩んでおられる方を対象に出張相談を行います。お気軽にご相談ください。

☎ 8月17日(火) 13:00～16:00

※相談1件につき50分程度

☎ 社会福祉協議会 相談室(筑穂1-10-4)

☎ 県内在住でひきこもり問題にお困りの本人や家族

☎ 先着3組

☎ 8月14日(土)までに電話またはメールで

☎ 茨城県ひきこもり相談支援センター

☎ 0296(48)6631 ※ (火)～(土) 9:00～18:00

☎ info@ibahiki.org

☎ 大穂保健センター ☎ 029(864)7841

ひきこもり講演会～ひきこもりの理解と対応～

ひきこもりの概要や、ひきこもりの方への接し方について学んでいきましょう。

☎ 10月22日(金) 10:00～12:00

☎ 市役所2階会議室201 ☎ 市内在住の方

☎ 浅沼秀司氏(茨城県ひきこもり相談支援センター長)

☎ 先着30人

☎ 8月2日(月)から電話で

☎ 大穂保健センター ☎ 029(864)7841

新型コロナウイルス感染症の影響による保険税(料)の減免

新型コロナウイルス感染症の影響を受け、一定の要件に該当する方は、申請により保険税(料)の減免が受けられる場合があります。対象は、2021年4月1日から2022年3月31日までの間に納期限が設定されている、原則2021年度分の①国民健康保険税②後期高齢者医療保険料③介護保険料です。減免額は、対象の保険税(料)額や所得金額によって決定されます。詳細は市ホームページをご覧ください。※前年の事業所得等が0円以下の場合には減免の対象とはなりません。

☎ ①国民健康保険課②医療年金課③介護保険課

児童扶養手当現況届の提出

該当する方に通知を発送しました。8月31日(火)までに現況届の提出をお願いします。提

出がない場合、11月以降の手当が受けられなくなります。詳細は通知をご確認ください。※11月～12月分の手当は1月支給予定。

☎ こども政策課

母親クラブでお友達を見つけませんか

母親クラブは「まちの子はみんなわが子」を合言葉に、地域ぐるみでボランティア活動をする全国組織です。各児童館に拠点を置き、自主運営で季節にあったさまざまな活動を通して、交流を深めています。



☎ こども育成課

募集

「つくばマラソン」大会タイトルロゴ

つくばマラソンの魅力を広くPRするため、大会タイトルロゴを募集しています。最優秀作品は各種広報物や大会オリジナルグッズなどで使用します。詳細は大会公式ホームページをご覧ください。

☎ 市内在住・在勤・在学の方

☎ 8月31日(火)必着で、作品、申込書、市内在住・在勤・在学を証明するものの写しを、つくばマラソン事務局(スポーツ振興課内)に郵送または直接



☎ スポーツ振興課

つくば市男女共同参画推進標語

「愛ことば」

「性別にかかわらず、個性を発揮することができる社会」をテーマに20字以内の標語を募集します(1人1作品まで)。優秀な作品には、表彰などを予定しています。

☎ 市内在住・在学の、小・中・義務教育学校に通学している児童生徒

☎ 9月10日(金)必着で、ホームページからまたは「標語、氏名、住所、電話番号、年齢、学校名、学年」を記入しFAXまたは郵送で



☎ 男女共同参画室

☎ 029(868)7586

なるほど! 成年後見制度入門講座

認知症やひとり暮らしの高齢者、障害のある方などがその人らしく生活する権利を守る制度です。将来の備えとして、法律面や生活面で支援する身近な仕組みを学びませんか。

☎ ①8月30日(月) 10:00～12:00 ②8月31日(火) 10:00～12:00 ③9月1日(水) 10:00～12:00 ④9月2日(木) 10:00～12:00 ⑤9月3日(金) 10:00～12:00 ⑥9月6日(月) 14:00～16:00

☎ ①市民研修センター ②大穂庁舎2階ボランティアセンター会議室 ③荃崎交流センター大会議室 ④市民ホールやたべ大会議室1 ⑤老人福祉センターとよさと ⑥市役所コミュニティ棟会議室A

☎ 市内在住、在勤で制度に関心のある方

☎ 各回先着10人

☎ 8月25日(水)までに電話、または申込書(社協ホームページ、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

☎ つくば成年後見センター(社会福祉協議会内) [筑穂1-10-4]

☎ 029(879)5511 ☎ 029(879)5501

☎ tsukuba.koken@gmail.com

☎ 障害者地域支援室

音訳奉仕員養成講座

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。

☎ 9月2日～2022年2月3日の第1・3木曜日 10:00～12:00(全10回) ※1月6日休講

☎ 市役所会議室

☎ 市内在住の方 ☎ 15人程度

☎ 8月18日(水)必着で、申込書(社会福祉協議会・ホームページに用意)を郵送または直接

☎ 社会福祉協議会 [〒300-3257 筑穂1-10-4] ☎ 029(879)5898

☎ 障害者地域支援室

「子育てのヒント」を学ぶ子育て応援講座

子どもの発達や困った行動に悩んでいませんか? 子どもへの関わり方や、子育てに役立つヒントをお伝えします。

☎ 9月3日(金) 13:30～15:00

☎ 市役所2階会議室201

☎ 市内在住で3～4歳の子どもを持つ保護者

☎ 先着30組(先着10人まで保育あり)

☎ 8月27日(金)までに電話で

☎ 桜保健センター ☎ 029(857)3931

家庭訪問型子育て支援ボランティア養成講座

未就学児がいるご家庭に訪問し、家事や育児などをサポートするボランティアの養成講座です。

☎ 10月1・8・15・22・29日、11月5・19日(金) 9:00～15:00前後(全7回) + 面接1回(日時未定)

☎ 子育て総合支援センター[流星台61-1]

☎ 養成講座全課程修了後、訪問活動ができる子育て経験者の方

☎ 先着12人 ☎ ホームページから

☎ kosodateはぐはぐ

☎ homestarttsukuba@gmail.com

☎ こども政策課



防衛大学校学生

☎ 受付期間▷一般=10月27日(水)必着▷推薦・総合選抜=9月5日(日)～9月10日(金)必着

試験日▷一般=1次:11月6日(土)、7日(日)▷総合選抜=1次:9月25日(土)▷推薦=9月25日(土)、26日(日)

☎ ▷一般・総合選抜=18歳以上21歳未満の者で、高卒者(見込含む)または高専3年次修了者(見込含む)▷推薦=18歳以上21歳未満の者で、高卒者(見込含む)または高専3年次修了者(見込含む)で成績優秀かつ生徒会活動などに顕著な実績を修め、学校長が推薦できる者

☎ 自衛隊茨城地方協力本部土浦地域事務所 ☎ 029(821)6986

☎ 総務課

※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

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つくば市スポーツ推進審議会

スポーツに関する事業や取り組みなどについて意見をいただくため、2023年9月30日までの任期で、市民委員を募集します。

②つくば市指定管理者候補者選定検討会議

公の施設の管理を担う「指定管理者候補者」の選定について意見をいただくため、2022年3月31日までの任期で、市民委員を募集します。

③自転車のまちつくば推進委員会

自転車のまちづくりについて意見をいただくため、2023年8月23日までの任期で、市民委員を募集します。

対 市内在住・在勤・在学の18歳以上(2021年8月1日現在)の方で、会議に出席でき、市が設置する附属機関・懇談会などの市民委員を2つ以上兼任していない方。※③は、加えて日常生活や通勤通学趣味などで自転車を利用している方。

定 ①3人②2人③3名

申 ①履歴書と小論文「応募の動機およびつくば市におけるスポーツの振興について」(800字程度)を8月2日(月)～20日(金)に必着で郵送または直接②履歴書と小論文「市民が利用する施設の管理運営について期待すること」(800字程度)を8月5日(木)～19日(木)に必着で郵送または直接③履歴書と小論文「市民の自転車利用を推進するのに重要なこと」(800字程度)を8月1日(日)～10日(火)に必着で郵送または直接

問 ①スポーツ振興課②企画経営課③サイクルコミュニティ推進室

乳児家庭教育学級(秋学級)

初めて子育てを経験する保護者を対象として、子どもの発育や離乳食などの子育てに役立つ講座を開講します。

日 ①9月21、28日(火)、10月5、12、19日(火)
②9月16、30日(木)、10月7、14、21日(木)
③10月1、8、15、22、29日(金)

場 ①大穂交流センター②吾妻交流センター
③市民ホールやたべ

対 市内在住・在勤・在学の方で、各学級の開催初日現在、生後2カ月から10カ月の第1子の親子

講 市管理栄養士、市消防士、市図書館司書

定 各学級10組程度(抽選)

申 8月4日(水)9:00～23日(月)17:00に市ホームページから

問 生涯学習推進課

シルバー人材センター

入会説明会

入会説明会を開催します。植栽の維持、施設管理・清掃、自転車修理販売、障子・網戸の張り替え、大型スーパーでの品出し・レジ打ち、子育て支援などを行っています。

日 ①8月5日(木)②8月16日(月)③9月9日(木)④10月4日(月)⑤10月14日(木)
13:30～

場 ①③⑤大穂庁舎、②荃崎交流センター、④豊里交流センター

対 市内在住の60歳以上の方

「障子・襖張り」講習会

障子張りとは襖張りの基本を学びます。

日 9月16日(木)・17日(金)10:00～16:00

場 桜総合体育館1階中会議室

対 60歳以上で、シルバー人材センターの会員として就業でき、全日程参加可能な方

定 10人 **申** 9月2日(木)までに、申込書を直接

問 シルバー人材センター〔〒300-3257 筑穂1-10-4〕☎029(879)5199

担 高齢福祉課

食生活改善推進員養成講座

健康や栄養に興味がある方、一緒に市の皆さんの健康を支える活動をしませんか?

日 ①10月28日(木)9:30～11:30 ②11月18日(木)9:30～14:30 ③12月9日(木)9:30～15:00 ④1月27日(木)9:30～14:30 ⑤2月24日(木)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、食生活改善推進協議会に所属し活動できる方

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2日(月)～9月30日(木)に電話で

問 健康増進課

普通救命講習1

救命率向上を目指し、心肺蘇生法(成人)・AED・止血法・異物除去法を学びます。

日 8月22日(日)9:30～12:30※受付9:15～9:30

場 大穂交流センター

対 市内在住・在勤・在学の中学生以上の方

講 救急救命士・応急手当指導員

定 先着15人

申 8月1日(日)9:00～19日(木)17:00に市ホームページから

問 北消防署☎029(867)2355

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張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。身近な地域を自分たちの手で美しく保ち、素敵なまちにしませんか。なお、軍手・ゴミ袋など除却活動に必要な物品は支給します。

問 都市計画課

放送大学に入学しませんか

幅広い世代がさまざまな目的で学ぶ放送大学では、2021年10月入学生を募集しています。

費 1科目の授業料11,000円(入学金別)

申 出願期間中(第1回=8月31日(火)まで)

第2回=9月14日(火)までに願書をホームページからまたは郵送※入学試験なし

問 放送大学茨城学習センター〔〒310-0056 水戸市文京2-1-1(茨城大学構内)〕

☎029(228)0683

担 生涯学習推進課

相談

こころの健康相談

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

日 8月11日(水)9:00～11:00

定 先着2人 **申** 8月2日(月)から電話で

問 大穂保健センター☎029(864)7841

子どもの人権110番

いじめや児童虐待など子どもをめぐるさまざまな人権問題に積極的に取り組む「子どもの人権110番」強化週間を実施します。プライバシーは厳守しますので、安心して相談してください。

日 8月27日(金)～9月2日(木)8:30～19:00
※(土)(日)=10:00～17:00

申 全国共通フリーダイヤル☎0120(007)110

問 水戸地方法務局・茨城県人権擁護委員連合会☎029(227)9919

担 市民活動課

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)がありましたらご相談ください。

日 毎週水曜日13:00～18:00

場 市民活動センター

対 市内在住・在勤・在学の方

講 森正治氏 **定** 先着4人※1人1時間程度

申 氏名、住所、電話番号、相談内容を電話で

問 市民活動センター☎029(855)1171

税理士による無料税務相談

税理士による無料税務相談が開催されます。事前に電話で予約してください。

日 8月3・10・17日、9月7・14・21日(火)

場 関東信越税理士会土浦支部〔土浦市中央1-11-19〕

問 関東信越税理士会土浦支部

☎029(824)5055

担 市民税課

つくば市結婚相談会

～出会い・結婚の相談に応じます～

茨城県から囑託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」が無料で相談に応じます。※要予約

日 8月8日(日)10:00～15:00

場 市役所2階会議室

対 結婚を希望する独身者やその親

定 先着8人

申 8月6日(金)までに市ホームページからまたは電話で

問 こども政策課



※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

その他

介護職員就労スタートアップフォロー給付金

2020年7月1日～2021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で雇用された方で、一定の条件を満たした方に給付金が支給されます。詳細は市ホームページをご覧ください。

給付額▷常勤職員=50,000円▷非常勤職員=30,000円※予算額を超過した場合は抽選

■ 2022年2月1日(火)～28日(月)必着で、申請書(高齢福祉課または市ホームページに用意)を郵送または直接

■ 高齢福祉課

介護職員キャリアアップ費用給付金

2020年6月30日以前に、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で雇用された方で、一定の条件を満たした方に、研修に要した費用に対して給付金が支給されます。詳細は市ホームページをご覧ください。

給付額▷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50,000円、1,000円未満切り捨て)※予算額を超過した場合は抽選

■ 2022年2月1日(火)～28日(月)必着で、申請書(高齢福祉課または市ホームページに用意)を郵送または直接

■ 高齢福祉課

地域共同で行う農用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、水質保全、農道の舗装などに対し支援します。2022年度からの支援を希望する場合は、9月30日(木)までにご相談ください。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。

■ 土地改良課

幼児2人同乗用自転車購入費用の補助

幼児2人同乗用自転車(「幼児2人同乗基準適合車」基準適合マークが貼付されたもの)をこれから購入する方に、購入費用の2分の1の額(上限20,000円)を補助します。

■ 市内在住で、6歳未満の幼児を2人以上養育し、本人・同一世帯の方が市税などを滞納していない方

■ 先着50人

■ 購入前に申込書(市ホームページ「サイクルコミュニティ推進室」に用意)を原則直接

■ サイクルコミュニティ推進室



自転車通勤に関する市民アンケート

自転車通勤支援施策の検討を目的として、アンケートを実施します。

■ 8月1日(日)～31日(火)

■ 市内在住で通勤のために自転車で日常移動をしている方 ※通学除く

■ 市ホームページから

■ サイクルコミュニティ推進室



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。

■ 8月22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



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



2021年度市民意識調査にご協力ください

市の現状や課題、まちづくりなどについて、市民の皆さんの満足度などを把握し、今後の市政運営の参考とするために、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、回答にご協力をお願いいたします。

■ 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)

■ 統計・データ利活用推進室

パブリックコメント手続き実施結果の公表

2021年5月12日～6月13日に実施した、つくば市国土強靱化地域計画(案)のパブリックコメント手続き実施結果を公表しています。

■ 8月2日(月)～31日(火)まで※市ホームページを除く

■ 危機管理課、情報コーナー(市役所1階)、各窓口センター、各地域交流センター、市ホームページ

■ 危機管理課

法務局における自筆証書遺言書保管制度

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

■ 水戸地方法務局土浦支局総務課

☎029(821)0783

■ 市民窓口課

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。

■ 毎月第1(水)または(木)、第2～第4(木)

いずれも13:00～17:00※要予約

■ オンブズマン事務局(大穂庁舎3階)

■ 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

■ オンブズマン事務局 ☎029(864)1980

出前講座を利用してみませんか

市民が主催する学習会などで、市の職員が講師となり市政などに関する講座を行います。

■ 市内に在住・在勤・在学の10人以上で構成された団体など

■ 市の職員など

■ 会場使用料、材料費など

■ 申込書(生涯学習推進課または市ホームページに用意)を希望日の20日前までにメールまたは直接

■ 生涯学習推進課

シェイクアウト訓練2021

同時刻一斉にそれぞれの場所で、ラジオ放送(LuckyFM茨城放送FM88.1MHzまたはAM1458kHz)を聞きながら、地震発生時の自分の命を守る行動を訓練することで、自宅や会社などでの防災対策を再確認しましょう。

■ 9月1日(水)10:50～

■ それぞれの自宅、学校、職場など

■ 市内在住・在勤・在学の方

■ ホームページから

■ 危機管理課



【10月1日～】つくバス時刻表変更

10月1日(金)からつくバスの時刻表が変わります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

■ 総合交通政策課



8月は電気使用安全月間

8月は高温多湿のため、感電などの電気事故が起こりやすい時期です。日ごろから電気の安全を心がけて、省エネに取り組みましょう。

■ 環境政策課

海難事故を防ぎましょう

海水浴は開設された海水浴場で

海水浴で事故にあわないためにも、海水浴をする際は、必ず開設された海水浴場に行きましょう。

立入禁止エリアに入らないようにしましょう

泳ぐ人や釣人が海で亡くなったり、行方不明になったりする事故が起きています。特にヘッドランド(T字型の人工岬)の周りでは、離岸流が発生することがあるため、絶対に泳がないようにしましょう。

■ 鹿島海上保安署(神栖市東深芝9)

☎0299(90)0050

■ 総務課

納期限にご注意

8月31日(火)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・全納)

④後期高齢者医療保険料(第2期)

■ ①▷市民税課▷納税課

②▷国民健康保険課▷納税課

③介護保険課

④医療年金課

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

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

スポーツ

第26回茨城県健康福祉祭 いばらきねりんスポーツつくば市大会

【予選】グラウンド・ゴルフ予選(個人戦)

- 日 ①大穂・豊里・桜・筑波地区予選
9月2日(木) 予備日: 9月3日(金)
- ②谷田部・荳崎地区予選
9月7日(火) 予備日: 9月8日(水)
- 場 ①大池公園②荳崎運動公園

【本大会】ゲートボール、ペタンク、輪投げ
(団体戦)、グラウンド・ゴルフ(個人戦)

- 日 9月15日(水) 予備日: 9月16日(木)
- 場 荳崎運動公園
- ※種目によって競技者の人数・年齢・性別の要件が異なります。種目の重複参加不可。

- 対 市内在住で1963年4月1日以前生まれの方
- 申 8月18日(水)までに電話の上、参加申込書を郵送または直接※市内のシルバークラブ代表者には申込案内を郵送します。
- 問 社会福祉協議会(筑穂1丁目10-4)
☎029(847)0231
- 担 高齢福祉課



車いすバドミントン体験& 障スポサポーター養成講座

競技用の車いすに乗って「車いすバドミントン」を体験しながら、障害者スポーツやそのサポート方法について学びましょう。

- 日 ①9月29日、10月6日(水) 19:00～20:30
②10月2日・9日(土) 10:00～11:30
- 場 東光台体育館
- 対 ①定期的にバドミントンをしている方 ②バドミントンの経験がない方※中学生以上の方のみ。中高生は保護者の同意が必要。
- 講 松原 豊氏、齊藤まゆみ氏、牛木鮎子氏(筑波大学)
- 定 各8人(抽選)
- 申 8月31日(火)までに市ホームページからまたは郵送で
- 問 スポーツ振興課



スポーツ協会各種イベント

つくば市民テニス大会

- 日 10月2日(土)・3日(日) 9:00～17:00
予備日: 10月9日(土)・10日(日) 9:00～17:00
- 場 市内テニスコート 対 市内在住・在勤の方
- 費 3,000円
- 申 8月22日(日)～9月5日(日)にホームページから



つくば市スポーツ鬼ごっこ大会

- 日 10月3日(日) 場 つくばカピオ
- 対 市内在住・在勤・在学の方
- ①U-9(小学3年生以下) ②U-12(小学6年生以下) ③シニア(中学生以上)
- ※1チーム人数7～12人
- 定 ①②12組 ③6組 費 2,000円/組
- 申 大会名、チーム名、参加者全員の氏名(フリガナ)、住所、年齢、☎を記入し、9月15日(水)必着でスポーツ協会に郵送またはFAX(要着信確認)で
- 問 スポーツ協会(市役所内)
☎029(854)8511 F029(854)8531
- 担 スポーツ振興課

健康

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
- BiVi 駅前健康交流サロンで体操しよう
- 日 8月5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 電話で

イオンモールつくばで体操しよう

- 日 8月17日(火) 14:00～15:00
- 場 イオンモールつくば3階イオンホール
- 定 先着15人 申 8月10日(火)9:00から電話で
- 対 市内在住の方
- 問 健康増進施設いきいきプラザ
☎029(864)5073

脳元気アップ教室(全8回)

- 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17日・24日、10月1日・8日・22日・29日、11月19日、12月17日(金)
- 場 市民ホールやたべ(1・8回目)、谷田部総合運動公園※雨天時体育館(2～7回目)
- 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 8月2日(月)～9月3日(金)までに電話で
- 問 地域包括支援課

催し

つくばまちなかアート

- MA-NanoArt マノアート展
- 電子顕微鏡などでしか見えない、ナノスケール(髪の毛の太さの10万分の1の大きさ)の物

質が織りなすアート作品を展示しています。

- 日 7月20日(火)～8月19日(木) 6:30～24:00
- 場 つくばセンタービル 1階通路
- 問 つくばセンター地区活性化協議会
☎029(883)0251
E info@tsukucen.net
- 担 学園地区市街地振興課



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教室です。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 8月7日(土) 9:30～12:30 定 先着12組
- 場 六斗の郷(六斗939) 費 5,000円/組
- 申 8月2日(月)～8月5日(木) 9:00～17:00に電話で
- 問 六斗の郷☎070(4819)0769
- 担 農業政策課



中央図書館イベント

- おはなし会
- おはなしボランティアによる絵本の読み聞かせなどを行います。
- 日 8月7・14・21・28日(土)・29日(日)
- 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
- 問 中央図書館☎029(856)4311

夏休み 歴史・文化財相談室

- つくば市の歴史や文化財について、日ごろから感じている疑問や、夏休みの宿題・自由研究などの相談にお答えします。
- 日 8月12日(木)・13日(金) 9:00～16:30
- 場 市役所4階会議室401
- 対 小・中学生の方 講 市職員(文化財専門員)
- 問 文化財課

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 ①8月20日(金) 10:00～12:00 ②8月23日(月) 13:30～15:30 ③8月24日(火) 13:30～15:30 ④8月25日(水) 13:30～15:30 ⑤8月27日(金) 14:00～16:00
- 場 ①荳崎交流センター②BiViつくば③大穂豊里地域包括支援センター④筑波中央病院⑤とよさと病院
- 対 市内在住の方 定 先着10名程度
- 申 8月2日(月)から電話で
- 問 地域包括支援課

平沢官衙遺跡万灯夏まつり

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。なお、今年度は太鼓演奏などのイベントは中

止となります。

日 8月21日(土) 18:00~20:00
(万灯展示10:00~)

※雨天・強風時翌日順延

場 平沢官衙遺跡歴史ひろば
問 文化財課



夏休みアート・デイキャンプ2021展

「夏休みアート・デイキャンプ2021」絵画コンクールに応募された子どもたちの作品を展示します。ぜひお越しください。

日 8月24日(火)~29日(日) 9:30~17:00
※最終日は14:00まで

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

親子すこやか宿泊研修

県内の母子家庭の皆さまで、広く地域を超え、楽しい体験や交流をしましょう。

日 10月9日(土) 14:00~10日(日) 13:00
※遅刻・早退不可

場 常陸太田市西山研修所(常陸太田市稲木町1699-8) ※現地集合・現地解散

対 年長~中学2年生までの親子

定 50組(抽選) 費 500円/組

申 9月3日(金)までに電話で

問 茨城県母子寡婦福祉連合会
☎029(221)8497

担 こども政策課

講座

つくば美術館 第5回土曜講座

いわさきちひろの作品と生涯

戦後の困難な時代を、絵描きとして、一人の女性として、力強く生きた、いわさきちひろ氏の作品と生涯を詳しく紹介します。

日 8月14日(土) 13:30~

場 つくば美術館2階アルスホール(吾妻2-8)
講 吉田衣里氏(茨城県近代美術館首席学芸員)

定 先着100人

問 つくば美術館
☎029(856)3711

担 文化芸術課



赤い帽子の女の子 1971年 ちひろ美術館

プレスクール・プレクラス

~つくばの学校生活や日本語の勉強~

つくばでの学校生活や日本語の勉強について、オンライン(Zoom)で学べます。詳細はホームページをご覧ください。

日 8月21日・28日(土)

対 市内の小中学校に入学または在籍する外国籍の児童生徒と保護者の方など

申 開催日の前日までにメールで

問 つくば国際交流協会
☎029(869)7675

E event@inter.or.jp

担 国際交流室



和の文化を学ぶ 国際交流のための着付倶楽部 ミニコース

国際都市つくばで、和の文化を学びながら交流しませんか。男性・外国人の方も大歓迎です。

日 ①週末ゆったり3回コース=8月21日(土)、9月12日(日)、10月30日(土) 14:00~16:00

②木曜じっくり5回コース=9月30日、10月7日・14日・21日・28日(木) 9:00~11:00

場 春日交流センター 定 各先着10人

費 日本人(外国人)=①6,000円(2,500円)、②10,000円(4,000円)、①+②15,000円(6,000円)

申 開催日の1週間前までにメールまたはホームページから

問 SWiTつくばで交流しよう

E ticr298@gmail.com

担 国際交流室



初歩からはじめる古文書講座

江戸時代の市域に関する古文書を題材に、古文書講座を開催します。古文書を読んだことがない方も参加できます。

日 9月1・8・15・22・29日、10月6・13日(水) 10:00~11:30

場 小田城跡歴史ひろば案内所

対 市内在住・在勤・在学の方 講 市文化財専門員

定 18人(抽選) 費 500円(教材費込み)

申 市ホームページから、または、往復はがきに住所または勤務先所在地、氏名、☎を記入し、8月11日(水)までに郵送(消印有効)

問 文化財課

社会福祉協議会

ボランティアセンター講座

身近な人に寄り添うための傾聴講座

家族や地域など、身近にある繋がりを大切にし、小さな変化に気づけるよう、傾聴の基本を学んでみませんか。

日 9月1日(水) 13:30~16:00

場 市役所2階 会議室201

対 市内在住の方 定 先着40人

人と人との交流を繋げるオンライン講座

コロナ禍で気軽に会えない人や仲間とZoomを使って交流してみませんか。初心者の方を対象にZoomの使い方を解説します。

日 9月10日・17日(金) 10:00~12:00

場 社会福祉協議会ボランティアセンター(筑穂1-10-4)

対 市内在住で、スマホ、PC、タブレットのいずれかの持参が可能なZoom初心者の方 定 10人(抽選)

申 8月18日(水)までに電話で

問 社会福祉協議会ボランティアセンター
☎029(879)5898

担 社会福祉課

9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。※1人1講座まで

第1回男の料理教室「俺の台所」

メニュー:俺の豚キムチ丼、ねばねばサラダ、キウイ寒天ゼリー

日 9月2日(木) 10:15~13:00(受付10:00~)

場 筑波交流センター 定 先着16人

申 8月2日(月)~26日(木)に電話で

第2回男の料理教室「俺の台所」

メニュー:鯖のソテーきのこソース、麦ごはん、3色野菜の中華風、ブルーベリー甘酒ヨーグルト

日 9月14日(火) 10:15~13:00(受付10:00~)

場 小野川交流センター 定 先着10人

申 8月2日(月)~8月31日(火)に電話で

対 市内在住で65歳以上の男性

講 市管理栄養士・市食生活改善推進員

問 健康増進課

働く婦人の家講座

ヨーヨーキルトのエコバッグ

全3回講座でヨーヨーキルトを使った素敵なエコバッグを作りましょう。

日 9月16日・10月7・21日(木) 10:00~12:00

対 市内在住・在勤の方 講 藤田歌子氏

定 10人(抽選) 費 2,300円



季節の和菓子~黒糖饅頭~

黒(黒糖)と白(プレーン)の饅頭を合わせて6~8個作ります。

日 9月17日(金) 10:00~13:00

対 市内在住・在勤の方 講 小林保子氏

定 6人(抽選) 費 1,700円

親子でうどんを作ろう!

うどんの生地を手でこねる・足で踏む作業は子どもでも楽しく参加できます。親子でおいしいうどんを作りましょう。

日 9月26日(日) 9:30~12:30

対 市内在住・在勤・在学の親子 講 山崎巖氏

定 6組(抽選) 費 1,000円/組

ハロウィンアレンジメントを作ろう

10月31日はハロウィンです。カボチャやハロウィンをイメージさせるお花を使って、季節感たっぷりのアレンジメントを作ります。

日 10月1日(金) 19:00~21:00

対 小学生以上の市内在住・在勤・在学の方(低学年は保護者同伴)

講 福田恵美子氏

定 8人(抽選) 費 2,000円



働く婦人の家

申 希望講座名、〒、住所、氏名、年齢、☎を記入し、8月23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

問 働く婦人の家(〒300-4353沼田40-2)

☎ 029(866)2127

E fjn010@city.tsukuba.lg.jp

市民活動センター講座

初めてZoomに挑戦する市民活動団体のための初級体験講座です。

※インターネットに接続可能なPCを持参、なければスマホ・タブレットを持参。

日 ▷第1回 使い方を解説

9月21日(火) 14:00~16:00

▷第2回 ウェブ会議を体験

9月28日(火) 14:00~16:00

場 つくばイノベーションプラザ 定 先着15人

対 市内で社会貢献活動やボランティア活動を行っている市内在住の方

講 つくばパソコンボランティアサークル

申 8月23日(月)~30日(月)に団体名、住所、申込者の氏名、☎、Eを記載しメールで、または申込書(市ホームページに用意)をFAXもしくは直接

問 市民活動センター ☎029(855)1175

E ctz015@city.tsukuba.lg.jp

ふれあいプラザ講座

①電子決済はじめの一歩

docomo・au・ソフトバンク編(スマホ持込)
電子決済を安心して使用できるように、安全な設定のこつやチャージの方法を丁寧に分かりやすく解説します。
日 9月3・10・17・24日、10月1・8日(金)
10:00~12:00
対 スマホを持参できる方※貸出はありません。
講 片岡秀典氏 定 15人(抽選)
費 7,200円(別途教材費500円)

②初めてでも安心 LINE基礎(スマホ持込)
ラインの導入・安全な設定方法を丁寧に解説します。友だちの追加やブロック、メッセージの送受信やTV電話ができるようになります。
日 9月7・14・28日、10月5・12・19日(火)
10:00~12:00
対 スマホを持参できる方※貸出はありません。
講 花村直子氏 定 15人(抽選)
費 7,200円(別途教材費500円)

③ワード実践
案内状の作成~住所録の活用(PC持込)
住所録(Excelのデータ)を活用し、ワード文書に取り込み案内状を作成します。ページ番号の挿入や脚注の編集もできるようになります。
日 9月7・14・28日、10月5・12・19日(火)
13:30~15:30
対 ワードの基本操作ができる方
※対応機器貸出相談
講 花村直子氏 定 15人(抽選)
費 7,200円(別途教材費1,300円)

④クラフトバンドで作るゴミ箱
カラフルな再生紙でできたクラフトバンドを編んで好きな大きさのゴミ箱を作りましょう。
日 9月3・17日(金) 13:30~15:30
講 富田留美子氏 定 10人(抽選)
費 2,900円(教材費込み)

⑤小さな木の笛 森のオカリナ樹・音
手の中に納まる小さな木の笛。笛の持ち方から始め、簡単な童謡唱歌が奏でられるようになります。※笛はソプラノカバリトンの2種類から選びます。
日 9月3・10・17・24日(金) 13:30~15:00
講 川崎くみ氏 定 10人(抽選)
費 4,800円(別途教材費7,500円)

⑥日本の女性の歴史
日本史においての女性の立場や活躍を、古代の天皇、中世の女人禁制、近世の結婚や旅、近現代の女性活躍など時代を追って学びます。
日 9月4・11・18・25日(土) 13:30~15:00
講 千葉隆司氏(かすみがうら市歴史博物館館長)
定 15人(抽選) 費 5,200円(教材費込み)

⑦プリザーブドで仏花
優しい色合いの菊とカーネーションを使用し、プリザーブドフラワーでお仏壇飾りを作ります。
日 9月5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)



⑧リボンクラフト タッセルorバックチャーム
リボンやさまざまな素材を使用し、30cm程度の大きさのタッセルまたはバックチャームを2個作ります。
日 9月12・19日(日) 10:00~12:00
講 松田順子氏
定 10人(抽選)
費 5,400円(教材費込み)



⑨ガジュマルの苔玉
丸い形が愛らしい「緑の苔玉」。自然の中からそのまま切り取ったような姿が見る人の心を和ませます。味わいのある苔玉が作れます。
日 9月15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 2,700円(教材費込み)



⑩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。プリザーブドフラワーの基礎やアレンジのこつなど、初心者の方でも学べます。
日 9月19日(日) 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 3,000円(教材費込み)

⑪季節の和菓子 栗蒸し羊羹
旬の栗を甘く煮て、手作りならではの栗をたっぷり入れた贅沢な栗蒸し羊羹を作りましょう。
日 9月5日(日) 13:00~15:00
講 峯山 涼子氏(管理栄養士)
定 10人(抽選) 費 2,000円(材料費込み)

⑫簡単 容器一つでパン生地作り
ゴマチーズ ドデカパン
面倒な作業なし。スプーンで混ぜるだけの生地作り。ゴマとチーズの入ったパンを作ります。
日 9月15日(水) 10:30~12:30
講 柴谷麻希子氏
定 10人(抽選) 費 2,000円(材料費込み)

⑬ふれあい学園 おもしろ実験
空気の流れ 空気砲
空気の流れや閉じこめられた空気について考察しながら、空気砲を工作します。
日 9月19日(日) 10:00~11:30
対 年長~小学生の方※未就学児は保護者同伴
講 保坂 徹氏 定 10人(抽選)
費 1,450円(教材費込み)

⑭ごろんとストレッチ
寝た状態で腹式呼吸を行い、腹筋強化とストレッチをしていきます。腰痛がある方もない方もリハビリとして体を整える運動をしていきます。
日 9月3・17日(金) 10:30~11:30
講 宮崎美智子氏 定 10人(抽選)
費 2,400円

⑮やさしいダンスストレッチ
楽しく音楽に乗って気持ち良くストレッチしましょう。初めての方も大歓迎です。
日 9月8・22日(水) 10:00~11:30
講 坂本真紀氏 定 12人(抽選)
費 2,400円

⑯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 9月12日(日) 13:30~15:00
講 坂本真紀氏 定 12人(抽選)
費 1,200円

⑰体験 かなづちからの水泳
水が怖い方でも大丈夫。水慣れから始め、25m泳げるようになることを目指すクラスです。
日 9月2日(木) 13:00~14:00
講 永木友紀氏 定 6人(抽選)
費 1,250円

⑱体験 楽しい水中運動
膝・腰が痛い方、水の浮力を利用して関節や筋肉をほぐしながら優しい運動ができます。
日 9月3日(金) 10:30~11:30
講 新宮香織氏 定 10人(抽選)
費 1,250円

⑲体験 ダイエットウォーキング
足に負担のかかるジャンプや走るといった動きを水中で行います。足の負担を軽減しながら心拍数を上げ、体力と体幹を鍛えていきます。
日 9月4日(土) 10:30~11:30
講 内田珠実氏 定 5人(抽選)
費 1,250円

⑳体験 親子で覚える水泳Ⅱ
親が子どもに水泳を教えている姿をよく見かけます。どのように教えれば良いか、こつを教えます。
日 9月4日(土) 12:30~13:30
対 3歳~未就学児の親子
講 内田珠実氏 定 5組10人(抽選)
費 1,250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、8月20日(金)必着で郵送、FAXまたは直接
問 ふれあいプラザ
〔〒300-1273下岩崎2164-1〕
☎ 029(876) 2311
F 029(876) 2396
担 文化芸術課

講演

健康アップ講演会
~防ごう「糖尿病」と「合併症」~
市内医療機関で働く糖尿病専門医による講話を開催します。
日 8月11日(水) 13:30~15:00(受付 13:15~)
場 市役所2階会議室202 対 市内在住の方
講 川井紘一氏(川井クリニック糖尿病専門医)
定 先着50人 申 8月9日(月)までに電話で
問 桜保健センター☎029(857)3931

第13回つくば市食育講演会
「10歳からできる私を輝かせる朝食づくり」
忙しい人への優しい暮らしの知恵や、子どものうちから自分で朝食を用意する力を育てるポイントを動画でご紹介します。
日 10月1日(金)~10月31日(日)
対 市内在住の方

講 大瀬由生子氏 (日本糀文化協会代表理事)

申 8月2日(月)~9月9日(木)にホームページから

問 健康増進課



ただし、8月9日(祝)運行、8月10日(火)運休
 場 地図と測量の科学館、筑波実験植物園、つくばエキスポセンター、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
 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



▷午後コース=8月12日(木) 13:00~16:00

場 ▷午前コース=地図と測量の科学館、筑波実験植物園 ▷午後コース=地質標本館、サイエンス・スクエアつくば、筑波宇宙センター

定 各先着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



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

研究機関

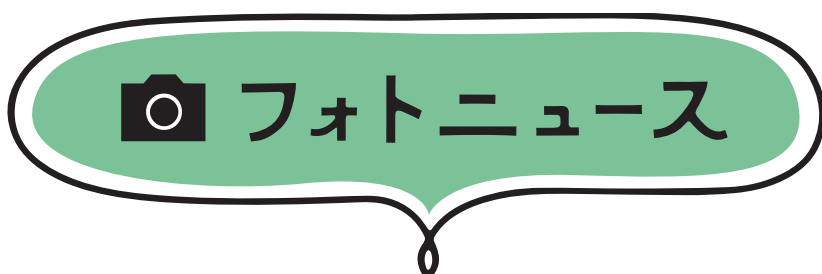
サイエンスツアーバス

「科学の王国で秘密の暗号を探せ!」開催中
 「つくばサイエンスツアーバス」に乗って、6つの研究所をまわり、クイズに答えながらクロスワードパズルを完成させるイベントです。参加者には先着1000名に参加賞を贈呈します。
 日 7月21日(水)~8月31日(火) ※ (月)運休。

スタッフガイド同乗コース

スタッフガイド付きで、市内の研究施設を見学できるコースです。

日 ▷1日コース=8月1日(日)、7日・21日(土) 9:00~16:00
 ▷午前コース=8月11日(水) 9:00~12:05



1 6月8日、男子プロバスケットボールチームの茨城ロボッツの選手・スタッフが市長を表敬訪問し、Bリーグ1部昇格を報告しました。県南出身の鶴巻選手からは、「北関東の他県には負けたくない」という頼もしい言葉もありました。今後のロボッツの更なる躍進が期待されます。



2 7月5日、オリンピック聖火リレーがつくば市内で実施され、全20人のランナーが、聖火をつなぎました。2日間にわたる県内リレールート最終区間となっていたつくば市では、フィニッシュ地点の研究学園駅前公園で、セレブレーションが催され、さまざまなステージプログラムが実施されました。

8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



1日(日)	ユーカリ医院[大井1622]/内・外・整外/☎029(874)1531 林医院[北条19-2]/内/☎029(867)0114
8日(祝)	ちかつクリニック[学園の森2-40-1]/内・糖・代内/☎029(828)8700 倉田内科クリニック[栗原3443]/内・小/☎029(857)8181
9日(月) 振替休日	筑波胃腸病院[高見原1-2-39]/消・外・内・肛/☎029(874)3321 小倉医院[沼田181]/内/☎029(866)0108
15日(日)	大野医院[島名634]/内/☎029(848)0888 ヒルトップクリニック[佐1004]/内・消・小・外・整外/☎029(877)3130
22日(日)	宮川内科・胃腸科医院[二の宮2-2-26]/内・胃腸・循・呼・小/ ☎029(855)8777
29日(日)	筑波記念病院[要1187-299]/内・循内・呼内・消内・血内・神内・糖・代内・心療・外・脳神外・心血外・呼外・消外・整外・形外・アレルギー・リウマチ・小・婦・精・皮・眼・耳鼻・泌・リハビリ・放・麻・病理/ ☎029(864)1212
	筑波学園病院[上横場2573-1]/内・神内・呼・消・循・小・皮・外・消外・形外・眼・整外・泌・産・耳鼻/☎029(836)1355 広瀬クリニック[国松56-1]/整外・リハビリ・外・内・耳鼻/ ☎029(866)0129

8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	6	7	中央図書館 9:30~19:00
8	9	10	11	12	13	14	4交流センター図書室 9:30~19:00(火~金) 9:30~17:00(土・日・祝)
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
子ども #8000



連載企画 [第2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ます。

☎ 広報戦略課

01-04は7月号で紹介しています。

『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 ▶



05 地域のやさしさに触れながら、手作りパンを届ける

酒井吏代さん | 大穂地区

「つくばの自然の味わいをパンから感じて欲しいんです」

神奈川県からつくば市に移住してきた酒井さん夫妻は、田畑や竹林に囲まれ、筑波山も一望できる閑静な住宅地で、ベーカリーを営んでいます。

『地域の皆さんは良い方ばかりで、創業当初からずっと支えてくれています。近所の小学生や親子連れが、にっこりしながらパンを買ってくれるのが何よりの楽しみです』

朝早くに仕込みに入り、閉店後も厨房で小麦粉と向き合う。何気ないお客さんとのやり取りが、そんな日々の活力となっているそうです。

ご主人が自家菜園で育てた野菜や、ご近所からいただいた果物などを使った手作りパンは、地域の人々に大好評。地域に根ざした「まちのパン屋さん」として、地域を愛し、地域に愛されながら、これからもクラフトライフを続けていきます。



06 人々がつながる空間を共同してつくり出す

平野諒さん・中川直樹さん | 桜地区

「つくばエリアから僕たちらしく面白いことを発信していきます」

医療品倉庫をリノベーションした共同店舗で、平野さんはカフェ、中川さんはヘアサロンを営業しています。

『子どもの髪のカットを待つ間、カフェでお茶を飲みながら待つ人など、ヘアサロンとカフェをクロスした利用を楽しむ人も増えています』(中川さん)

2人でアイデアを出し合い、バーベキュー、花火大会鑑賞といった共同イベントなど、両店のユーザーが自然な交流を楽しむ場づくりも積極的に行っています。

『いま、子ども食堂の企画を考えています。そこで子どもにヘアカットまで提供できたら、僕たちらしい試みになると思うんです』(平野さん)

つくばエリアから面白いことを発信していきたいという思いが形になった2人のクラフトライフ。今後は地域貢献の場としても期待されます。



地域が主役のまちづくり 周辺市街地パネル展を開催します

☎ 周辺市街地振興課

周辺市街地では、地域の皆さんが主役となってまちづくりを行う周辺市街地活性化協議会が設立されて3年目を迎えました(高見原は、発起人会により今秋の協議会設立に向けて準備をしています)。歴史や文化、豊かな自然といったかけがえのない魅力を持つ各周辺市街地の特徴や、各協議会のこれまでの活動を紹介するパネル展をつくば市役所で開催します。地域の方がおすすめする1日お出かけコースの紹介もあり、実際に周辺市街地に足を運んでみたくなる内容となっています。各協議会が制作したマップやパンフレットも用意していますので、ぜひ手に取っていただき、各地域の魅力を見つけてみてください。

期間 ▶ 8月2日(月)~31日(火)

場所 ▶ 市役所1階 中央展示スペース

協力 ▶ 筑波大学 藤田直子教授(人間総合科学

学院 芸術学学位プログラム)

周辺市街地とは

合併してつくば市になる前の旧町村時代に、生活の拠点として発展してきた市街地(北条、小田、大曾根、吉沼、上郷、栄、谷田部、高見原)を中心とした地域を指します。地理的に市の周辺部に位置していることから、周辺市街地と呼ばれています。

周辺市街地での取り組みの状況は、Facebookページ「つくばR8」でもご覧いただけます。



地域住民のたまり場、地域物産品の販売、コワーキングスペースの要素を併せ持つ「iriai Tempo」。北条にあった築100年の古民家を活用しています。

グルメ・街歩きガイドマップの一例



宝篋山麓まちあるきMAP



がんばる上郷！かわら版

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 | 人口 246,077人 [男 123,476人 女 122,601人] 世帯数 114,270

※2021年7月1日現在。2020年国勢調査速報値に基づき算出。

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