TSUKUBA CITY NEWS

広報 つくば

2026 11

No.673

今月の主な内容

つくばブックフェス2026…2 | つくば市民の日…4 | 選挙の投票終了時刻の変更…6

問 企画経営課

スマホで簡単 インターネット投票！

あなたの投票で記念ロゴが決定！

つくば市 市制施行 40th 記念ロゴマーク 総選挙

投票期間 11月2日(月)～11日(水)

投票はこちらから！

投票に必要なもの
- スマートフォン
- マイナンバーカード
- マイナアプリ

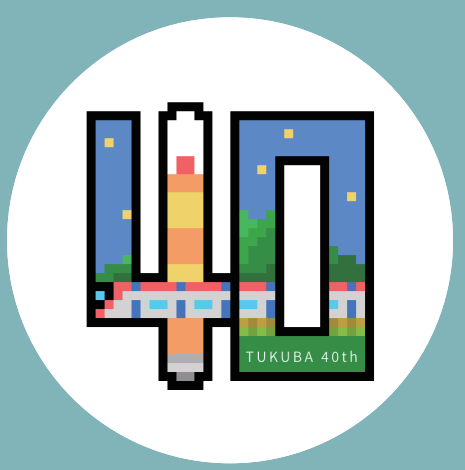
投票対象者や投票方法、各作品の説明など、詳細は市ホームページをご覧ください。

2027年11月に市制施行40周年を迎えます。この節目を祝い、市内外に広くPRするため、8月1日～10月2日の期間、記念ロゴマークのデザインを募集したところ、120点の応募があり、6つの作品が、審査を経て最終候補に選ばれました。素敵な作品をありがとうございました。

※市は「つくばスーパーサイエンスシティ構想」のもと、公職選挙でのインターネット投票導入を目指しており、今回の投票はインターネット投票の模擬投票として実施します。

6つの作品の中から「推し」を1つ選んで投票しよう！

皆さんの投票で最も得票数の多い作品をロゴマークとして採用し、
40周年のシンボルとして、市の広報活動や記念事業（イベントなど）で幅広く活用します。



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

つくスマ つくばスマートシティアプリ

マチイロ 広報紙をスマホでも

Multilingual 英語・中国語・韓国語・やさしい日本語

声の広報 広報紙を音声で

点字広報 広報紙の点字データ

11/7（土）10:00～16:00

つくばブックフェス 2026

会場 中央図書館周辺

本を読むだけじゃない、本と出会い、人とつながる「ブックフェス」。
子どもから大人まで楽しめる、本の魅力が詰まったイベントです。
問 つくばブックフェス実行委員会事務局☎029(305)6200　担 企画経営課

① アルスホール 10:00～11:45

本推しコンテスト表彰式＆ブックフェス開幕式

市内の中高生から募集した、本の「ポップ」「帯（キャッチコピー）」「全帯」の中から、一般投票で選ばれた優秀賞作品が表彰されます。表彰式では人気作家・新川帆立（しんかわほたて）先生と入賞者の対談企画が実施されます。

新川帆立氏

1991年アメリカ合衆国テキサス州ダラス生まれ。
宮崎県宮崎市育ち。茨城県立土浦第一高等学校卒業。
東京大学法学部卒業後、弁護士として勤務。
宝島社主催『このミステリーがすごい!』大賞の第19回大賞を受賞し、2021年に『元彼の遺言状』でデビュー。

① アルスホール 13:00～15:45

リレー講演会

①『ショパンとパデレフスキ ピアノで響きあうポーランドの魂トーク＆ミニ・コンサート』
講 Magdalena（マグダレーナ） Majewska（マイエフスカ）氏（著者）
Mateusz（マテウシ） Krzyzowski（クシジョフスキ）氏（ピアニスト）

②『人生を豊かにする雲科学』
講 荒木健太郎（あらきけんたろう）氏（雲研究者・気象庁気象研究所主任研究官・博士）

③『宇宙のはじまりと素粒子ーウロボロスの蛇でたどる現代物理学ー』
講 田島治（たじまおさむ）氏（京都大学大学院理学研究科教授）

② 中央図書館前 整理券 10:00～ 撮影会 ①11:00～ ②14:00～

パンどろぼう撮影会

おおきな パンどろぼう がやってくる!

©Keiko Shibata／KADOKAWA

② 中央図書館前 10:00～15:15

出版社出展ブース
子ども向けワークショップ

② 中央図書館（会議室） 13:00～15:45

筑波大生によるビブリオバトル 第1～3回

筑波大学情報学群知識情報・図書館学類の推薦入試にも取り入れられているビブリオバトルは、各自が面白いと思った本を5分間プレゼンテーションし、最後に参加者全員の投票で最も読みたいと思われた「チャンプ本」を決定するゲームです。各回のチャンプ本はイベント後、学生が制作したポップとともに市内の書店で展開します。

③ 中央図書館 中庭　10:00～15:30

- 子ども向け音楽ライブ
- えほんやなずな
- 絵本専門士・英会話講師
- 筑波大学ストーリーテリング研究会
- 茎崎おはなし会

④ 10:00～15:15

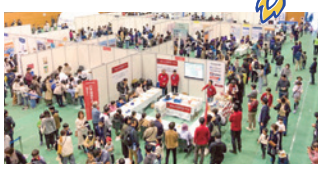
古本市
チャリカゴマーケット

11/28（土）10:00～16:00

つくば科学フェスティバル2026

会場 つくばカピオ〔竹園1-10-1〕

科学の街つくばの特徴を生かし、市内の学校や研究機関など31団体（35ブース）が出展します。研究者や学校教職員・子どもたちによる科学実験や科学工作ブースの出展のほか、子どもたちの科学への興味を深める内容となっています。ぜひご来場ください。
問 生涯学習推進課



▲前回2024年度開催の様子

団体名	企画名
大穂中学校 科学部	身近なもので楽しむ科学工作
洞峰学園	まゆたまコロコロ
桜中学校	アンモナイトのレプリカを作ろう！
春日学園義務教育学校	人工いくらをつくろう！
学園の森義務教育学校 科学・パソコン部	私たちが見つけた学園の森のキノコ
茨城県立並木中等教育学校 科学研究部	「セパタクローボール」＆「不思議な壁」をつくろう！
茗渓学園中学校高等学校 科学部化学班	色が変わる不思議なお絵かき体験！
茗渓学園中学校高等学校 科学部生物班	葉の秘密を解き明かせ!?オリジナルの葉脈標本を作ろう！
茗渓学園中学校高等学校 科学部地質班	地形や災害について実験しながら考えよう！
茗渓学園中学校高等学校 科学部物理班	科学おもちゃをつくろう！
ワンワールドインターナショナルスクールつくば	風のチカラで走る！チャレンジカーづくり
茨城県立つくばサイエンス高等学校	光のサイエンス！虹のひみつとスペクトル
筑波研究学園専門学校	さわって！作って！　ITの楽しさを体験！
筑波大学生物学類	生物ひろば
筑波大学社会貢献プロジェクト後藤研究室	電子音楽とエレクトロニクスの世界
筑波技術大学	読書バリアフリーを体験しよう！
一般社団法人電気学会 社会連携委員会	電気の世界をのぞこう
国際農林水産業研究センター	雑穀がポンっとおやつに。ポップコーンメーカーで遊ぼう
国立環境研究所 気候変動適応センター	「＃適応しよう」キャンペーンクイズに挑戦してみよう！

団体名	企画名
国立環境研究所 生物多様性領域・福島地域協働研究拠点	人もAIも学べる！鳥の声トレーニングアプリ体験
国立環境研究所 地球システム領域	海はCO2を吸収する？海水酸性化実験
情報通信研究機構（NICT）電波研クラブ／東京学芸大学 アマチュア無線クラブ	ちょっとレトロな電信電話を体験しよう
森林研究・整備機構 森林総合研究所	木の重さを測って比べてみよう!
防災科学技術研究所	楽しく防災を学ぼう！
吾妻学園×国総研（国土技術政策総合研究所）	ゲームとクイズで防災を学ぼう！
国土地理院	まるごとニッポン！地図で学ぼう、クイズとパズル！
高エネルギー加速器研究機構	超伝導について学ぼう！
筑波実験植物園	五感を使った植物の紹介
キヤノン化成株式会社	カメラレンズ工作教室
つくばエキスポセンター	移動プラネタリウム
つくばエキスポセンター	サイエンス・ミュージアム・ショップ
日本接着学会関東支部	水でアルミニウム板がくっつくか？くっつくを科学する！
つくば科学教育マイスター（つくば市科学技術戦略課）	つくば科学教育マイスターによる科学教室
つくば市立中央図書館	ヨモッカ、科学の本！
つくばサイエンスツアーオフィス	水中で絵が消える?!不思議な全反射カードを作ろう！

日日時 場場所 対対象 講講師 定定員 費費用（無料は記載なし） 合バリアフリー・合理的配慮 申申込方法 問問い合わせ F FAX E メールアドレス H ホームページ 郵郵送 直直接 担担当部署

2027年4月 こども発達支援センターはるいろ開所

発達に心配のあるお子さんとそのご家族などを切れ目なく支援する拠点施設を春日に開所します。

問 障害福祉課

事業の内容

児童発達支援事業

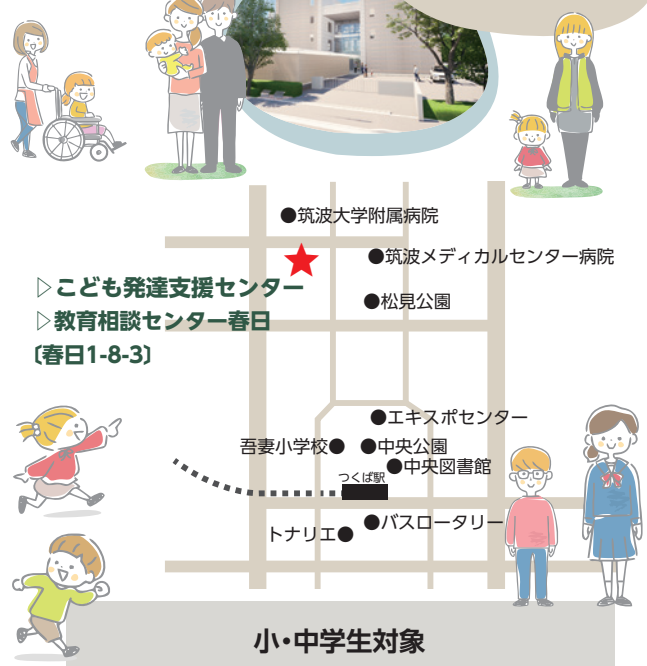
お子さんの年齢や発達段階などに応じたクラス別になっており、ご家族で通う集団療育です(医療的ケアが必要なお子さんを対象にしたクラスなど一部は、お子さんだけの通所も可能)。

相談事業

発達や障害福祉に関する総合相談窓口です。
お子さんやご家族はもちろん、保育所(園)・幼稚園など、地域の支援機関からの相談にも応じます。

地域支援事業

発達の気になるお子さんとそのご家族が地域で笑顔で安心して暮らせるように、保育所(園)・幼稚園・小学校、児童発達支援事業所など、関係機関への支援、地域への啓発活動や家族支援などを行います。



児童発達支援事業の利用者募集

対　　象　心身の発達に心配のある市内在住の未就学児 ※児童発達支援事業は、障害児通所支援サービスの受給者証が必要です。詳細は市ホームページをご覧ください。
募集期間　11月9日(月)9:00～12月18日(金)17:00
利用開始　2027年4月から(お子さんの年齢などにより、通所時間や利用頻度が異なります)
申込方法　市ホームページからいばらき電子届出サービスでお申し込みください。
インターネットのご利用が難しい場合は、障害福祉課にご連絡ください。
※申し込み後の手続きは、1月末ごろまでにメールなどでご連絡します。

児童発達支援事業　　利用者募集のお申し込み　　受給者証について

利用希望の方は福祉支援センターでの親子療育の見学を受け付けています。障害福祉課までご連絡ください。

小・中学生対象

「教育相談センター春日」開所

既存の教育相談センター〔沼田40-2〕に加え、2027年4月には新たに「教育相談センター春日」を開所します。
教育相談センターは、学校生活や学習、友人関係など、児童生徒や保護者の教育に関するさまざまな悩みを相談できる施設です。電話や面談による相談を行い、社会的自立に向けた支援や、一人一人の状況に応じた援助・指導を行う教育支援事業を実施してます。

相談・面談受け付け＝9:00~16:30
※面談は事前予約が必要です。
問 教育相談センター☎029(866)2211

2027年度 市立小・中・義務教育学校などの就学のご案内

就学する学校は、学校教育法に基づいて、教育委員会が指定します。11月下旬に発送予定の就学通知(はがき)によりお知らせします。

問 学務課

小学校・義務教育学校(前期課程) 新1年生入学

対　　象　2020年4月2日～2021年4月1日に生まれた方
手続期限　12月7日(月)まで
手続方法　指定の小学校・義務教育学校(前期課程)に入学する場合は、就学通知の宛名面にある二次元コードからお手続きいただくか、就学通知の裏面の案内に沿って、指定の学校の職員室または学務課へ提出してください(郵送可)。

中学校・義務教育学校(後期課程) 新7年生入学

対　　象　2014年4月2日～2015年4月1日に生まれた方
手続期限　12月7日(月)まで
手続方法　指定の中学校・義務教育学校(後期課程)に入学(就学)する場合は、就学通知の裏面の「就学届」に必要事項を記入し、在籍の学校へ提出してください。

指定学校以外への入学を予定・希望

手続期限　12月11日(金)まで

対　　象	手続方法
①私立・県立学校を受験する方	就学通知の宛名面にある二次元コードからお手続きいただくか、就学通知の裏面の「就学届」を記入し、新1年生は学務課へ、新7年生は在籍の学校へ提出してください(郵送可)。入学決定後、速やかに合格通知書・入学決定通知書等の写しと「就学校変更申請書」を学務課または在籍の学校へ提出してください(郵送可)。
②指定学校変更可能区域にお住まいで申請をする方	就学通知の宛名面にある二次元コードからお手続きいただくか、就学通知の裏面の「就学届」を記入し、「就学校変更申請書」と併せて学務課へ提出してください(郵送可)。
③2027年3月末日までに市外または海外に転出予定の方	就学通知の宛名面にある二次元コードからお手続きいただくか、就学通知の裏面の「就学届」を記入し、学務課へ提出してください(郵送可)。 ※④は転居後にその区域の指定学校に就学する手続きが必要です。
④2027年3月末日までに市内の他の学校区に転居予定の方	
⑤学区外就学、区域外就学の申請をする方	各申請には許可基準があり、提出書類も個別に定められていますので、確認の上、学務課で申請してください。
⑥小規模特認校(栗原小学校と谷田部南小学校)への就学の申請をする方	小規模特認校の二次元コードから詳細をご確認ください。

小規模特認校　　指定学校変更申請書類など

▶不正な区域外・学区外就学の防止
特定の学校への入学を目的に、実際には居住していない場所へ住民票だけを異動して入学することは認められません。越境入学が判明した場合は、入学後でも正規の学校に転校していただきます。そのほか、基準を満たさない学区外就学・区域外就学の申請も、受け付けることはできません。

11月30日は つくば市民の日

1987年11月30日の「つくば市誕生」を記念し、「つくば市民の日」と定めています。今年も市民の日の記念事業として、施設の無料開放やイベントなどを行いますので、ぜひご利用ください。 問 総務課

無料開放

実 施 日 11月28日(土)・11月29日(日)
※予約開始日は各施設により異なります。

▶市営テニスコート
2時間無料
▷大池公園▷台山公園▷さくら公園▷豊里テニスコート▷東光台運動公園▷さくら運動公園▷竹園東公園▷桜南スポーツ公園▷かつらぎ公園▷二の宮公園▷科学万博記念公園▷小貝川スポーツ公園▷谷田部テニスコート▷ファミリースポーツ公園▷茎崎運動公園▷筑波北部公園▷洞峰公園▷豊里ゆかりの森▷羽成公園▷手代木公園
※夜間照明は有料 ※要予約(各施設の管理事務所に直接またはインターネットで)

▶豊里ゆかりの森 ☎029(847)5061
昆虫館 入館料無料
開館時間 9:00～17:00(入館16:30まで)

▶筑波ふれあいの里 ☎029(866)1519
バーベキュー場 使用料無料(1人1回)
利用時間 10:00～15:00
※要予約(8:30～17:00に電話で)

▶茎崎こもれび六斗の森 ☎029(876)5040
バーベキュー場 使用料無料(1人1回5時間まで)
利用時間 10:00～15:00、16:00～21:00
※要予約(8:30～17:00に電話で)

▶松見公園展望塔 ☎029(851)5705
入館料無料
開館時間 9:00～17:00

割 引

▶つくばウェルネスパーク(ヘルスプラザ)
☎029(867)5210
先着100人に無料券(1回分)配布
実 施 日 11月29日(日)
開館時間 9:00～22:00
▷次回以降使用可能(有効期限2027年3月末まで)

▶みどりのプール ☎029(896)6870
先着50人に無料券(1回分)配布
実 施 日 11月29日(日)
開館時間 9:00～21:00
▷次回以降使用可能(有効期限2027年3月末まで)
※市内料金適用の方に限られます。

▶フォレストアドベンチャー・つくば
☎090(4755)7800
コース料金割引
実 施 日 11月28日(土)～12月6日(日)
対 象 者 市内在住・在勤・在学
営業時間 9:00～16:00
▷「アドベンチャー＆ジップトリップコース」「アドベンチャーコース」
通常料金から**1,000円割引き**
▷「ジップトリップコース」
通常料金から**500円割引き**
▷「キャノピーコース」
通常料金から**800円割引き**
※各コースの詳細はホームページをご覧ください。
※他の割引券と併用できません。※身分証(運転免許証、社員証、学生証など)の提示が必要です。
※要予約(電話またはインターネットで)

サービス

▶市内ゴルフ場
先着40人に市オリジナルゴルフマーカー(ポーカーチップ)
実 施 日 11月27日(金)～11月29日(日)
対 象 者 市内在住のゴルフ場利用者
▷筑波国際カントリークラブ☎029(867)1731▷筑波東急ゴルフクラブ☎029(869)0109▷霞ケ浦国際ゴルフコース☎029(836)1154▷豊里ゴルフクラブ☎029(847)0011▷南筑波ゴルフ場☎029(847)7521

▶つくば市マンホールグッズ
先着300人にマンホールグッズセット
実 施 日 11月26日(木)～28日(土)
配布場所 市役所1階水道お客様センター
セット内容:茨城県内デザインマンホールクリアファイル、オリジナルマンホール缶バッジ、市マンホールカード(日本語版・英語版)

▶吉沼まちかどテラス
先着50人にノベルティステッカー
▷チャレンジショップオープニングイベントで配布
実 施 日 11月29日(日)

▶サイクルパークつくば
BMXパンプトラック無料体験
実 施 日 11月29日(日)
※雨天時＝12月5日(土)
対 象 者 市内在住・在勤・在学
※身分証(運転免許証、社員証、学生証など)の提示が必要です。
※BMXレンタルの台数に限りがあるため、お待ちいただくか、ご利用いただけない場合があります。

つくば市民の日に 一緒に食べよう!つくばの恵み

問 健康教育課

市では、学校給食における地産地消に取り組んでいます。市の食材を使った給食レシピや、学校給食を支える生産者さんについて紹介します。

学校給食 特別メニューの提供 **実 施 日** 11月2日(月)～30日(月)
市立幼稚園、小学校、中学校、義務教育学校で、地場産の食材を豊富に使用したメニューを提供します。今年度はつくば市産のお米を使ったオリジナルデザートが登場する予定です。また、市の生産者が農産物についての食育授業を行います。

給食版 ふくれまぜそば

材料
中華麺----------2人分
ニンジン---------1/3本
タマネギ---------1/4個
チンゲンサイ---1/2株
長ネギ----------1/2本
豚ひき肉---------70g
サラダ油---------小さじ1/2
おろしにんにく--1cm
おろししょうが--1cm
メンマ----------30ｇ
A 砂糖----------小さじ4
A 塩----------少々
A しょうゆ-------小さじ1
A みそ----------小さじ5
A 酒----------小さじ1/2
A 豆板醤---------適量
水溶き片栗粉----適量
ごま油----------小さじ1/2
福来(ふくれ)みかん陳皮(ちんぴ)--適量

作り方
① ニンジンは千切り、タマネギは薄くスライス、チンゲンサイは3cm幅、長ネギは小口切りにする。
② サラダ油でおろしにんにくとおろししょうがを熱し、豚ひき肉を炒める。
③ ②に①とメンマを加えて炒める。
④ Aと水大さじ2(目安)を加えてひと煮立ちさせる。
⑤ 水溶き片栗粉でとろみをつける。
⑥ ごま油と福来みかん陳皮で香りづけをし、中華麺と混ぜたら完成。

学校給食農産物の生産者 ～給食の"おいしい"を作る人～

市ホームページで、学校給食に農産物を納品している生産者さんを紹介しています。生産者さんのこだわりや農産物に込める思いに触れてみませんか。

学校給食農産物の生産者を募集しています
納品量規模の例(1カ月当たり)

タマネギ	1,000～5,000kg	ダイコン	500～1,500kg
ニンジン	1,000～5,000kg	長ネギ	200～1,000kg
ハクサイ	500～1,500kg	ゴボウ	50～200kg

納品場所(1カ所から可能)
▶つくばほがらか給食センター谷田部
▶つくばすこやか給食センター豊里▶桜学校給食センター▶筑波学校給食センター

これからのやさしさのものさし つくばSDGs

つくばSDGs ポータルサイト

一緒に始めませんか? シニアの生きがいガイド

高齢者の方が仲間づくりや健康づくり、地域とのつながりなどのため、気軽に参加できる活動をご紹介します。担 高齢福祉課

いきいきサロン…歌、民謡、絵手紙、太極拳、笑いヨガ、eスポーツなど、どなたでも参加できる講座を開催しています。

サロンの中で友達もできました!ゲームという同じ目的を持って取り組むと、普段話せない人と話せて楽しい!(80代)

シルバークラブ…地域ごとに結成されたクラブで、スポーツ、趣味の講座、レクリエーション、ボランティア活動を行っています。

・皆で、楽しみながらクラブ活動をすることが楽しい。(80代)
・クラブ活動では指も動かすし、頭も使う。認知症予防に役立っている。(80代)

問 つくば市社会福祉協議会〔筑穂1-10-4〕☎029(879)5500

シルバー人材センター…高齢者の就業機会の提供、ボランティアによる地域貢献、会員同士の交流を行っています。

障子・襖・網戸の張り替え作業での就業だけでなく、月1回のカラオケ、週数回のグラウンドゴルフなど、仲間たちと和気あいあいと過ごしています。(70代)

問 シルバー人材センター☎029(879)5199

介護支援ボランティア制度(げんき応援ポイント)…介護施設などでボランティア活動を行うと、活動実績に応じて交付金が受け取れます。

週に1回デイサービスでボランティアをすることで、自分の気持ちの変化につながりました!(70代)

問 つくば市社会福祉協議会ボランティアセンター☎029(879)5898

高齢者憩いの広場運営補助事業…介護予防や孤立化防止などを目的に運動や体操、おしゃべり会などのさまざまな活動を週1回以上行う団体に対して、補助金を交付します。

憩いの広場があることで、仲間と集って体や頭を動かす習慣ができ、健康の維持にもつながっているように感じる。補助金があることで、新しい競技を活動に取り入れたり、備品を揃えやすく、助かっております。(80代)

問 高齢福祉課

～災害時の情報取得編～ フックン船長と学ぶ防災

全国的に台風や大雨、地震による災害が頻発しています。いざというときのために、災害時に市が発信する情報の取得方法を確認してみましょう。　問 危機管理課

市ホームページ
「災害時に市からの情報を受け取る方法」
事前登録方法もここから確認できます!

緊急情報…
- 避難情報
- 避難所開設情報
- 緊急地震速報 など

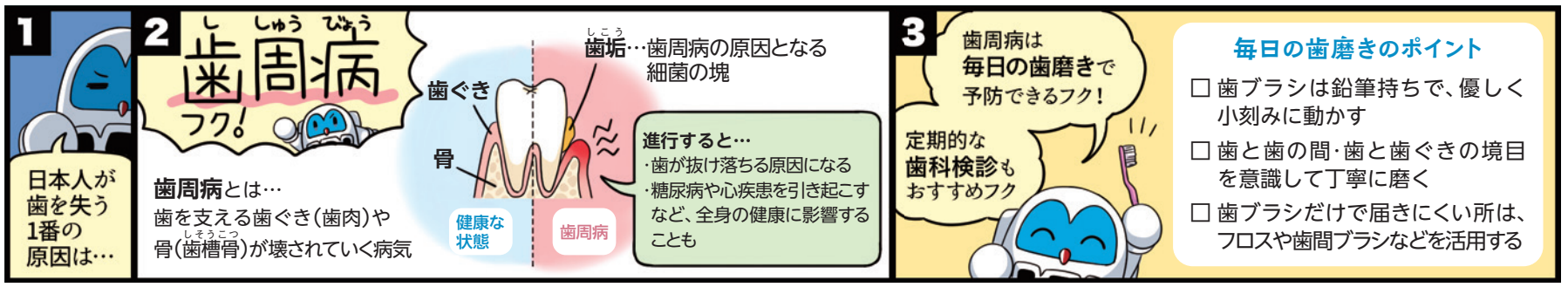
平時情報…
- 災害への備えに関する情報
- 防災関連のセミナー情報
- イベント情報 など

消防に係る情報…
- 消防本部で把握した市内の災害情報(火災など)

発信する情報	発信する媒体	備考
緊急情報	防災行政無線	筑波山、小貝川、桜川、茎崎地区の一部などのハザードエリア内に設置
緊急情報	つくば市災害情報配信サービス	・事前登録が必要　・電話、FAX、SMSで情報を取得可能 ・防災行政無線と同じ情報　・8つの外国語に対応
緊急情報	Yahoo!防災速報	・アプリのインストールが必要　・つくば市に特化した情報を取得可能 ※民間アプリのため、その他の情報も配信されます。
緊急情報 平時情報 消防に係る情報	つくば市災害・防災メールサービス	事前登録が必要
緊急情報 平時情報	つくば市公式ホームページ X(市公式:@tsukubais　危機管理課:@tkb_kiki)	インターネットで閲覧可能
緊急情報 平時情報	つくスマ	アプリのインストールが必要

11月8日～いい歯の日～ お口のケアを見直そう!

問 健康増進課



成人歯科検診のご案内　健診年齢20・30・40・50・60・70歳の方は、成人歯科検診を無料で受けられます。

受診期間　4月1日から翌年2月末まで
検診内容　問診、歯周病・う歯(むし歯)に関する口腔内検査 ※歯石除去のための検査・歯石除去・治療などの医療行為は含みません。
受診方法　成人歯科検診協力医療機関に予約し、受診してください。詳細は3月末に送付した個人通知(はがき)または市ホームページをご覧ください。

12月13日(日)の茨城県議会議員一般選挙から 投票時間と投票所が変わります

問 選挙管理委員会事務局

12月13日(日)の選挙から、投票日当日の投票終了時刻が1時間繰り上げとなります。また、一部投票区の投票所が変更となります。詳細は投票所入場整理券や市ホームページをご覧ください。

投票日当日の投票時間

変更後の当日投票時間は、7:00～18:00です。なお、**期日前投票の投票時間に変更はありません。**詳細は投票所入場整理券や市ホームページをご確認ください。選挙当日に投票所へ行けない場合は、期日前投票をご利用ください。

変更前	変更後
7:00～19:00	7:00～**18:00**(1時間繰り上げ)

変更になった投票区の新投票所一覧

施設の改修などにより、一部投票区の投票所が変更となります。以下の投票区の方は、投票所入場整理券に記載されている投票所を必ずご確認ください。

投票区	変更前	新投票所
小田	市立小田児童館〔小田2410〕	市立小田児童館〔小田3107〕※旧小田小学校敷地内
大穂第1	市立大穂交流センター〔筑穂1-10-4〕	市立大穂体育館〔筑穂1-10-4〕
春日	市立春日学園義務教育学校〔春日2-47〕	市立春日交流センター〔春日2-36-1〕
稲岡	旧稲岡保育所〔稲岡195〕	いばらき広域農業共済組合 つくば支所〔下横場427-2〕
西部	上横場保育所〔上横場1228〕	西横場農村集落センター〔上横場1807-1〕

生活に困ったら、ためらわず相談を 生活保護の申請は国民の権利です

生活保護は、病気や失業などで生活に困っている方に対して、最低限の生活を保障し、自分の力で生活できるようになるまで援助する制度です。生活保護が必要になる可能性は誰にでもあります。ためらわずにご相談ください。　問 生活支援課

生活保護申請の流れ

申請者 / つくば市

❶窓口に相談　相談窓口 生活支援課(本庁舎2階㊶窓口)

相談員がお困りの状況などを伺い、生活保護制度の仕組みや利用できるサービスなどについて説明します。相談は無料で、秘密は厳守します。

❷申請書を提出

生活保護の申請を希望する場合は、生活支援課に申請書を提出します。必要な書類については相談の際に説明します。

❸調査

生活支援課の職員が、生活状況や収入などについて調査を行います。この調査によって、生活保護が必要かどうかや、支給額を判断します。

❹決定(原則、申請日から14日以内に決定)

調査結果に基づき、申請結果を通知します。受給決定の場合は、決定通知書をお渡しし、受給開始日や支給額について説明します。

Q.扶養義務者(親族)への調査はされるの？

援助が可能であるか確認するため、親族への調査は原則行います。ただし、長期間連絡をとっていない場合や、DV(家庭内暴力)、虐待など特別な事情がある場合には、親族への照会を見合わせることもあります。事前にご相談ください。

Q.土地建物の保有は認められるの？

現在居住している土地建物の保有は認められますが、価値が非常に高い場合は売却するなど、資産として活用していただく場合があります。

Q.自動車の保有は認められるの？

原則、自動車の保有は認められていません。しかし、通勤や障害者の通院など、一定の要件を満たすときに限り保有が認められる場合があります。ご相談ください。

2013年8月～2026年3月に生活保護を受給していた方は追加給付の対象となる可能性があります

2013年に国が改定した生活扶助基準が、2025年6月27日の最高裁判決において違法と判断されました。差額分の追加給付の可能性がありますので、対象の方は市ホームページを確認し、当時受給していた自治体にお申し出ください。

問 最高裁判決を踏まえた保護費の追加給付相談センター☎(0120)179445(受付時間:平日9:00～17:00)

「最高裁判決を踏まえた生活保護費等の追加給付について」

道路損傷を見かけたら通報をお願いします

道路が損傷していると、通行者が負傷する事故や、車両などが損傷する事故の原因となります。市は事故防止のために、定期的な道路パトロールを実施し、道路損傷の早期発見に努めています。市民の安全を確保するために、道路損傷を発見した場合には、通報のご協力をお願いします。

問
- **市道に関すること**
  ＝道路管理課
- **国道6号に関すること**
  ＝国土交通省関東地方整備局
  常陸河川国道事務所土浦出張所
  ☎029(841)0928
- **その他国県道に関すること**
  ＝茨城県土浦土木事務所
  ☎029(822)4340

もしものとき、あなたはどうしたいですか？

11月30日は「人生会議」の日です

11月30日は「いい看取り・看取られ」の語呂合わせで「人生会議」の日です。「人生会議」(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)とは、あなたが大切にしていることや望んでいること、どこで、どのような医療・ケアを受けたいかを、自分自身で前もって考え、周囲の信頼する人たちと共有しておくことです。大切な自分の思いに向き合ってみませんか。

2027年1月30日(土)にイーアスつくばにて終活講演会を行います。
詳細は広報つくば1月号に掲載予定です。　問 地域包括支援課

お 知 ら せ

場 本庁舎＝つくば市役所本庁舎〔〒305-8555 つくば市研究学園1-1-1〕　コミュ棟＝つくば市役所コミュニティ棟〔本庁舎隣〕

合 バリアフリー・合理的配慮に関する情報(Ⓐ～㊙) ※合理的配慮が必要でマークが無い場合は、各問い合わせ先にご連絡ください。
Ⓐ 身障者等用駐車場　Ⓑ スロープありまたは段差なし　Ⓒ 車いす対応エレベーター　Ⓓ 多目的トイレ　Ⓔ オストメイト対応トイレ　Ⓕ 筆談対応
Ⓖ 車いす貸し出し　Ⓗ 手話通訳など　Ⓘ 授乳室　Ⓙ オンライン配信　Ⓚ 途中入退室可　Ⓛ字幕表示システム　㊙ その他
イベント参加に必要な場合、手話通訳者などを手配できます(7日前までの事前申請が必要)。詳しくは障害者地域支援室へお問い合わせください。
※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

健康・福祉

11月は児童虐待防止推進月間です

児童虐待は、子どもの心身に大きな傷を与え、時には命にも関わる問題です。児童虐待かもと思ったら、すぐにお電話ください。
問 こども未来センター(こども未来課)

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

困ったときは、一人で悩まずに相談してください。女性相談支援員がお話を伺います。
日 (月)～(金)9:00～16:00 ※(祝)、年末年始を除く
対 市内在住・在勤・在学の方　合 ⒶⒷⒸⒹⒺⒼⒾ
問 まんまるつくば(つくば市配偶者暴力相談支援センター)
☎029(856)5630
担 ダイバーシティ推進室

11月14日はWorld Diabetes Day(世界糖尿病デー)です

世界糖尿病デーに合わせて市役所をブルーにライトアップします。糖尿病は自覚症状のないまま進行し、放置していると眼や腎臓などの合併症を起こすおそれがあります。早期発見には、健診(ＨｂＡ１ｃ・血糖値の検査)を受けることが大切です。
日 11月9日(月)～15日(日)
場 本庁舎正面玄関(東側)
問 健康増進課
▲糖尿病デー　▲健診

保険適用外の生殖補助医療の助成を開始します

初回治療開始時の妻の年齢が40歳以上43歳未満の方を対象に、保険適用の上限である3回の治療終了後、治療開始日に妻の年齢が43歳未満で4回目以降の自費による生殖補助医療費を助成します。詳細は、市ホームページをご覧ください。
問 こども未来センター(健康増進課)

中央図書館で代読サービスを開始します

ご希望の本や雑誌、新聞などを目の前で読み上げる無料のサービスです。
日 毎月第2(水)14:00～16:00と第3(火)10:00～12:00 ※2月10日を除く
場 図書館2階会議室　対 市内在住の方
合 ⒶⒷⒸⒹⒺⒼⒾⓀ
申 中央カウンターで当日受付
問 中央図書館

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取得を目指し、養成機関で半年以上修学する場合、最高で月額14万円を支給します。
※所得によって金額が異なります。詳細は市ホームページをご覧になるか、お問い合わせください。
問 こども政策課

ヒトパピローマウイルス(HPV)定期予防接種は高校1年生の3月末までです

接種が完了するまでには、2～3回接種が必要です(回数は接種開始年齢により異なります)。定期接種期間を過ぎた場合には、全額自費となりますのでご注意ください。詳細は、市ホームページをご覧ください。
場 予防接種協力医療機関
対 2010年4月2日から2015年4月1日生まれの女子のうち、接種が完了していない方
問 健康増進課

麻しん風しん定期予防接種の条件付き期間延長は2027年3月末までです

2024年度内に麻しん風しん定期予防接種を受けられなかった方が対象です。延長期間を過ぎた場合には全額自費となりますのでご注意ください。また、接種の際には事前に予診票の交付申請が必要です。詳細は、市ホームページをご覧ください。
場 予防接種協力医療機関
対 ▶1期＝2022年4月2日から2023年4月1日生まれの方 ▶2期＝2018年4月2日から2019年4月1日生まれの方 ▶5期＝1962年4月2日から1979年4月1日生まれの男性で2025年3月末までに抗体検査を実施した結果、風しんの抗体が不十分な方
問 健康増進課

ペアレントメンターカフェを開催します

発達に心配のある子どもの子育ての経験を持つペアレントメンターを交えて、テーマや日頃の悩みについて話し合ったり、情報交換などを行います。
日 12月23日(水)10:00～12:00
場 子育て総合支援センター〔流星台61-1〕
対 市内在住の発達に配慮を必要とするお子さんの保護者(発達障害の診断の有無は問いません)
定 8人　合 ⒷⒹⒺⒾⓀ
申 11月13日(金)～29日(日)に「保護者の氏名・お子さんの年齢・電話番号・メールアドレス・お話ししたいこと」を記入し、メールで
問 障害福祉課
E wef025@city.tsukuba.lg.jp

敬老祝写真贈呈事業の撮影期限は12月20日(日)です

長寿を祝し、次の節目年齢の方を対象に、記念写真を撮影し台紙仕上げにした写真を贈呈します。対象者には8月下旬に利用券を送付しました。撮影期限直前は混雑が予想されるため、お早めにご予約ください。
対 市内在住で、年度内に以下の年齢を迎える方
▶**70歳(古希)**＝昭和31年(1956年)4月1日から昭和32年(1957年)3月31日▶**80歳(傘寿)**＝昭和21年(1946年)4月1日から昭和22年(1947年)3月31日▶**90歳(卒寿)**＝昭和11年(1936年)4月1日から昭和12年(1937年)3月31日▶**100歳(百寿)**＝大正15年(1926年)4月1日から昭和2年(1927年)3月31日
合 要介護認定を受けている方は、訪問撮影可能
問 高齢福祉課

障害者控除対象者認定書の交付

税申告時に、障害者手帳をお持ちでない方も障害者控除を受けることのできる「障害者控除対象者認定書」を交付します。※要介護認定等申請中の方は、当該認定後の交付となります。
対 認定基準日※時点で次の要件を全て満たす方
▶市に住民登録のある方▶65歳以上で介護保険要介護認定等を受けている方▶認知症および身体の障害が一定の基準に該当する方(要介護認定等資料を基に審査します。)※認定基準日とは、所得控除の対象となる年の12月31日です。(当該年の途中で死亡または出国した場合は、その死亡または出国した日)
申 申請書(介護保険課、各窓口センター、市ホームページに掲載)を郵送または直接提出
問 介護保険課

確定申告などで使用する2026年分の納付額証明書の発送

2027年1月下旬に発送予定です。証明内容は、2026年中に支払った国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料です。2026年分の確定申告において社会保険料控除の対象になりますが、年末調整などで、市の発送より早く必要とする場合は以下の手続きが必要です。
申 申請書(市ホームページに用意)を国民健康保険課、医療年金課(国民年金保険料を除く)、介護保険課に郵送または直接持参 ※国民年金保険料および年金からの特別徴収分(上記保険料(税))についての問い合わせ先は土浦年金事務所です。
問 ▶国民健康保険税に関すること＝国民健康保険課 ▶後期高齢者医療保険料に関すること＝医療年金課 ▶介護保険料に関すること＝介護保険課 ▶年金に関すること＝土浦年金事務所
☎029(825)1170
ねんきん加入者ダイヤル☎(0570)003004
※050で始まる番号からかける場合は
☎03(6630)2525

ツクバネ!最新号を発行しました

シニア世代の生きがい発見情報誌ツクバネ!2026-2027年度版を発行しました。シニア世代の就労や余暇活動に関する情報を掲載しています。ぜひご活用ください。

場 設置場所＝本庁舎1階高齢福祉課窓口、各窓口センター、各交流センターなど
問 高齢福祉課

ひきこもり出張相談会

茨城県ひきこもり相談支援センターの専門相談員が、不登校やひきこもりに関するさまざまなお悩みをお聞きします。秘密は守られますので、安心してご相談ください。

日 11月12日(木)①13:00②14:00③15:00
場 大穂庁舎2階社会福祉協議会内相談室
対 県内在住のひきこもり問題でお困りのご本人やご家族
定 先着3組(各50分ずつ)　合 A
申 11月11日(水)までに電話またはメールで
問 茨城県ひきこもり相談支援センター
☎0296(48)6631
E info@ibahiki.org
担 健康増進課

特設人権相談所

市の人権擁護委員が、日常生活での人権に関わる相談(虐待、DV、いじめなど)に応じます。

日 12月2日(水)・3日(木)10:00～15:00
場 本庁舎2階防災会議室2
対 市内在住・在勤・在学　定 先着8人/日
合 A B C D E G I　申 当日までに電話で
問 市民協働課

募集

つくばショートムービーコンペティション2027市民審査員募集

2027年3月13日(土)につくばカピオで開催する上映会の中で、市民審査員賞を決定するための投票に参加する市民審査員を募集します。

場 つくばカピオホール 定 先着50人 合 B C D I
申 11月7日(土)～2027年2月26日(金)にインターネットで
問 芸術文化推進課

シルバー人材センター①入会説明会②未就業者相談会

①活動や仕事の内容について説明します。②どのように活動すればよいかお悩みの方に向けた相談会です。

日 11月12日(木)①13:30から(受付13:00)②15:00から(受付14:30) ※予約不要
場 大穂庁舎3階会議室
対 市内在住の方で満60歳以上(2027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

わくわく美術展　作品募集

2027年2月27日(土)～3月4日(木)にザ・ヒロサワ・シティ会館で開催される、高齢者の美術作品展示イベントの出展作品(日本画、洋画、彫刻・工芸、書、写真)を募集します。出展には部門ごと規定があります。詳細はお問い合わせください。

対 市内在住で1968年4月1日以前生まれのアマチュアによる未発表作品(部門を問わず1人1点まで)
費 2,000円 ※サポーター会員無料
申 11月13日(金)までに出展申込票(茨城県社会福祉協議会ホームページ、高齢福祉課に用意)を高齢福祉課に郵送(必着)、または直接
問 高齢福祉課

令和8年度つくばコレクション認定品募集

市が認定する物産品「つくばコレクション」の新規商品を募集します。詳細は、市ホームページをご覧ください。

申 11月25日(水)までに申請書と添付書類(市ホームページに記載)を郵送(必着)、メールまたは直接
問 産業振興課

その他

つくばアートスタジオたみやま見学会

プレオープンに先駆け、市民向け見学会を実施します。

日 11月28日(土)10:00～16:00
場 つくばアートスタジオたみやま〔水守620〕
合 A B C D F I K
問 芸術文化推進課

農作物・農業用機械を盗難から守ろう

大切に育てられた農作物や農業用機械の盗難が市内で発生しています。地域農業を守るため、市民の皆さんは防犯を意識した見守りを、農業者の皆さんは徹底した防犯対策にご協力をお願いします。不審者・車両を見かけたら迷わず110番してください。地域ぐるみで見守りと防犯対策を行いましょう。

問 農業政策課

農業用廃プラスチックを回収します

農業生産に伴い発生した農業用廃プラスチックを回収します。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 11月11日(水)9:00～11:00 ※ポリエチレンのみ回収
場 谷田部営農センター〔上横場248-2〕
対 市に住所を有し、市内に農地をお持ちの方
費 負担金: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

生け垣設置奨励補助金

緑豊かな街並みの形成や災害に強いまちづくりのため、住宅の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(月)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

豊里ゆかりの森・筑波ふれあいの里・茎崎こもれび六斗の森でキャッシュレス決済に対応しました

10月1日から、キャッシュレス決済が使えるようになりました。利用できる決済方法は、ホームページをご覧ください。

問 豊里ゆかりの森、筑波ふれあいの里、茎崎こもれび六斗の森

ライフサポートセンターいばらき

日常生活のちょっとした悩みや困り事、誰に相談したらよいか分からないことはありませんか。専任相談員がアドバイスします。相談は匿名でお受けし、秘密は守られます。適切な専門家・専門機関の紹介も行います。※予約不要

日 (月)～(土)10:00～17:30 ※(祝)年末年始を除く
問 ライフサポートセンターいばらき
☎0120(786)184
担 産業振興課

学校体育施設の利用希望調査を実施します

2027年度に学校体育施設を利用するための希望調査を実施します。申し込みについては、市ホームページをご確認ください。

問 教育施設課

12月6日(日)は市内一斉清掃の日です

道路脇などに捨てられたごみを拾って、住みよいきれいなまちをつくりましょう。当日10:00から燃やせないごみ(かん・びんを含む)のみ回収します。※来年度から回収方法を変更します。

問 環境衛生課

不法投棄の通報に関するお願い

不法投棄110番への通報

「一時的に資材置場として貸してほしい」「良い土で土地を埋め立ててあげます」などと、うまい話を持ちかけられ、安易に同意してしまった結果、廃棄物を不法投棄されたり建設残土を無許可で埋め立てられたりする事例が発生しています。不法投棄、野焼き、不適正な残土埋め立てを発見した場合は、直ちに通報してください。

「不法投棄110番」☎(0120)536380

日 受付時間＝(土)(日)(祝)を除く8:30～17:15
※受付時間外は最寄りの警察署

アプリを使った不法投棄の通報もできます

スマートフォンなどにごみ拾いSNSアプリ「PIRIKA(ピリカ)」をダウンロードすると、不法投棄された廃棄物の状況を簡単に投稿できます。投稿された不法投棄に関する情報は、位置情報や写真などの情報も含めてリアルタイムで県と市に提供されます。通報にご協力をお願いします。

問 茨城県廃棄物規制課☎029(301)3035
担 環境衛生課

リユース家具の展示・無料提供 内覧会

リサイクルセンターに持ち込まれた粗大ごみの家具を修復し、安全に利用できる状態で無料提供しています。※市ホームページでも閲覧、申し込みができます。提供は申し込み後、抽選となります。

日 **内覧会**＝11月1日(日)～15日(日)8:30～11:30、13:00～17:00
場 つくばサステナスクエア内リサイクルセンター
対 市内在住　合 A B C D E F G
申 11月1日(日)～15日(日)にインターネット、または直接 ※(土)(日)除く8:30～11:30、13:00～17:00
問 サステナスクエア管理課

くみまち保護猫譲渡会

かわいい保護猫たちが新しい家族との出会いを待っています。毎月2回、日曜日に開催しています。

日 ①11月15日(日)13:00～15:00 ※11月2回目 ②12月6日(日)13:00～15:00 ※12月1回目
場 カインズつくばペット用品売り場〔小野崎278-1〕
合 A B C D E F G I K
問 ①ハピシェア②ネコスペ事務局
E ①marchumareno.k@gmail.com ②nekotnr2019@gmail.com
担 環境保全課

市役所保護猫譲渡会

動物愛護団体が保護猫の譲渡会を市役所敷地内で実施します。新しい家族として猫のお迎えを考えている方をお待ちしています。

日 12月6日(日)12:00～15:00
場 本庁舎西側ビルトインガレージ　合 A B D E I K
問 Team.ホーリーキャット
E s.roverie522@gmail.com
担 環境保全課

アイラブつくばまちづくり補助金 募集内容変更

2027年度事業の募集から、市民と行政の協働をより一層進めるため、募集内容・申請書・審査基準を変更します。申請締め切りは1カ月早まり、2027年1月中旬を予定しています。詳細は広報つくば12月号に掲載します。

問 市民協働課

つくば市ご当地WAON(ワオン)が発売しました

10月25日から、市のご当地WAON「みんなのつくばWAON」が販売中です。全国のイオングループ全店でご利用でき、利用金額の一部が市の「こどもたちの未来をつくる事業」に活用されます。

場 市内販売場所＝イオンスタイル学園の森(そよら)〔学園の森3-8-4〕、イオンスタイルつくば〔稲岡66-1イオンモールつくば内〕
問 企画経営課

つくば市バリアフリーマップの情報登録・更新にご協力ください

市では、高齢者や障害者、子ども連れの家族など、全ての方が安心して生活できるよう、市内施設のバリアフリー情報を提供するマップを作成しています。マップをより充実させるため、市内宿泊施設や飲食店などの施設からバリアフリー情報の提供を随時受け付けています。提供いただいた情報は市ホームページで公開します。

対 市内宿泊施設や飲食店など全ての施設
申 インターネットで ※施設の関係者からの申請のみ受け付けます。
問 障害者地域支援室

TSUKUBAおでかけjourney(ジャーニー)! 掲載店舗の魅力を伝える取材企画「STORY(ストーリー)」が始まりました

掲載店舗の店主のこだわりやブランドストーリーなど、その場所ならではの魅力を紹介する企画です。思わず訪れたくなる、誰かに話したくなる、まだ知らないつくばの魅力を紹介しているので、ぜひ特設ホームページをご覧ください。

問 観光推進課

12月1日(火)～18日(金)筑波交流センター休館

屋上や外壁などの工事のため休館します。

▶休館期間中も利用できるサービス
電話での問い合わせ、各部屋の予約受付、相談業務・ブックポストへの返却

▶休館期間中は利用できないサービス
会議室・図書室などの施設利用、図書室窓口での貸出・返却、予約本の受け取り

問 筑波交流センター☎029(867)3135
中央図書館☎029(856)4311

パブリックコメント手続き実施結果の公表

つくば市国土強靭(きょうじん)化地域計画〔改定版〕

日 11月11日(水)～25日(水)
場 危機管理課、市政情報コーナー(本庁舎1階)、各窓口センター、各地域交流センター、つくば市民センター、市ホームページ
問 危機管理課

つくばこどもの青い羽根基金

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。

申 ①インターネットで(クレジットカード決済可)
②寄付申込書(市ホームページに用意)を郵送または直接
問 こども未来センター(こども未来課)

「ヤングケアラー」を知っていますか

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

問 こども未来センター(こども未来課)

11月 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。

日 ①11月12日(木)②11月26日(木)
問 市民窓口課

納期限内の納付にご協力ください

▶11月2日(月)の納期限は次のとおりです。
①市民税・県民税・森林環境税(第3期)、②国民健康保険税(第4期)、③介護保険料(第4期)、④後期高齢者医療保険料(第4期)

▶11月30日(月)の納期限は次のとおりです。
⑤国民健康保険税(第5期)、⑥後期高齢者医療保険料(第5期)

問 ①市民税課、②⑤国民健康保険課、③介護保険課、④⑥医療年金課

エーザイ研究所見学＆オレンジカフェinつくば

研究施設を巡るラボツアーと認知症について語り合うカフェを開催します。ぜひご参加ください。

日 12月14日(月)13:00～17:00 (開場12:30) 場 エーザイ筑波研究所〔東光台5-1-3〕 対 12歳以上の方
定 先着20人 申 11月1日(日)～12月5日(土)に、参加者1人ずつ「氏名・電話番号」を、メールで
問 株式会社UDワーク E ▶申込 orange2026a@udwork.net ▶問合せ info@udwork.net
担 地域包括支援課

イベント情報

申申し込みについて

郵＝郵送先に指定がない場合　〒305-8555
つくば市研究学園1-1-1 つくば市役所○○○○○課

直＝で指定がない場合問に直接

H＝ホームページや入力フォームなどインターネットを利用
※申し込みがHだけでインターネットがご利用できない場合はお問い合わせください。

スポーツ

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。

日 毎週(土)13:00～14:00
場 つくばウェルネスパーク 対 高校生以上
講 櫻井純子(さくらいじゅんこ)氏 定 先着15人/日
費 600円/回(入館料別途) 合 A B C D E F G I
申 1階受付窓口に直
問 つくばウェルネスパーク☎029(867)5210
担 スポーツ施設課

クロールレッスン

クロール初心者の方、クロールのフォームを見直したい方など、綺麗な泳ぎを目指すレッスンです。

日 毎週(月)11:00～11:30
場 つくばウェルネスパーク 対 中学生以上
講 櫻井憲(さくらいけん)氏 定 先着15人/日
費 400円/回(入館料別途) 合 A B C D E F G I
申 1階受付窓口に直
問 つくばウェルネスパーク☎029(867)5210
担 スポーツ施設課

みんなの大運動会

年齢も立場も関係なく、全力で運動して、全力で応援するみんなの大運動会です。

日 11月28日(土)10:00～16:00
場 茎崎運動公園多目的広場〔下岩崎2160-10〕
定 先着300人※競技参加者 合 A D F
申 Hで
問 みんなの大運動会実行委員会(ELLNOWA)
E ellnowa28@gmail.com
担 スポーツ振興課

スポーツ鬼ごっこ体験会

誰でも楽しめるスポーツ鬼ごっこの体験会です。

日 ①11月29日(日)②12月6日(日)9:00～11:00
場 ①桜総合体育館②桜南小学校体育館
対 小学生 定 先着20人/日
費 200円/人 合 D
申 11月28日(土)までにHで
問 つくば市スポーツ鬼ごっこ連盟
E tag.tsukuba@gmail.com
担 スポーツ振興課

君の可能性を見つけよう！かけっこ教室＆わくわくスポーツ体験チャレンジ

スプリント、軟式野球、ハンドボール、剣道の体験教室を行います。

日 12月1・15・22日(火)18:00～19:30(全3回)
場 桜総合体育館 対 小学生
定 抽選45人 費 2,000円(初回に全額集金)
合 A B D
申 11月23日(月・祝)までにHで
問 (一社)つくば市スポーツ協会事務局
担 スポーツ振興課

豊里支部 グラウンドゴルフ大会

日 11月14日(土)8:30
※予備日:11月15日(日)
場 豊里多目的広場〔高野1197-20〕
対 豊里地区在住
費 300円/人
合 A B D
申 開催日の8:30に現地集合
問 (一社)つくば市スポーツ協会事務局
担 スポーツ振興課

大穂支部 グラウンドゴルフ大会

日 12月5日(土)9:15(受付8:40から)
※予備日:12月6日(日)
場 吉沼野球場〔西高野821〕 対 大穂地区在住
定 先着80人 費 300円/人 合 A
申 11月19日(木)までに「事業名・住所・氏名・年齢・電話番号」を郵またはFで
問 (一社)つくば市スポーツ協会事務局〔〒305-8555 研究学園1-1-1〕
F 029(854)8531
担 スポーツ振興課

筑波支部 筑波山麓ハイキングとそば打ち体験

日 12月5日(土)8:30から ※雨天中止
場 筑波ふれあいの里〔臼井2090-20〕
対 市内在住・在勤の方 定 先着25人
費 1,000円 合 D F
申 11月20日(金)までに「事業名・住所・氏名・年齢・電話番号」を郵またはFで
問 (一社)つくば市スポーツ協会事務局〔〒305-8555 研究学園1-1-1〕
F 029(854)8531
担 スポーツ振興課

第3回 みどりのプール水泳交流会 ～タイムだけがすべてじゃない～

4泳法・バタ足・お楽しみリレーなどを家族で楽しめます。記録会が初めての方も参加できます。

日 12月13日(日)9:00～15:00　場 みどりのプール
対 25m完泳できる全年齢(幼児はオムツが外れた方)
定 先着100人　費 1,100円
合 A B D E F G I J K
申 12月4日(金)までにHで
問 みどりのプール☎029(896)6870
担 スポーツ施設課

健康と福祉

「30代からの骨活のすすめ」骨粗しょう症予防講演会

骨粗しょう症予防について分かりやすくお伝えします。お子さん連れの方や男性もお気軽にご参加ください。

日 12月6日(日)13:30～15:30(受付12:30～)
場 本庁舎2階会議室201　対 市内在住の20歳以上
講 中川将吾(なかがわしょうご)氏(つくば公園前ファミリークリニック院長)、市管理栄養士、市保健師　定 先着80人
合 A B C D E G H I
申 11月9日(月)からHで
問 桜保健センター

ウエルカフェ栄養サロン「いきいき健康血管若返り」

栄養士が食事のポイントを紹介します。血管健康度の測定ができます。※当日参加可

日 11月17日(火)18:00～19:00
場 ウエルシアつくば小茎店〔小茎288〕
対 市内在住　講 ウエルシア栄養士
定 先着10人　合 A B D E K
申 11月16日(月)16:30までに☎またはHで
問 健康増進課

健康フォーラム2026 ～ずっと元気でいるための血圧と心臓の話～

血圧や心臓についての講演のほか、血圧測定や保健師による健康相談も行います。

日 11月8日(日)13:30～16:30
場 イーアスつくば2階イーアスホール〔研究学園5-19〕
講 石津智子(いしづともこ)氏(筑波大学医学医療系循環器内科教授)、小西桃子(こにしももこ)氏(筑波メディカルセンター病院管理栄養士)
合 A B C D E G I K
問 つくば市医師会事務局☎029(869)9660
担 健康増進課

がんカフェ＠エーザイ株式会社筑波研究所

がんの経験や日々の思いを語り合い、心を寄せ合うひとときを一緒に過ごしませんか。

日 11月29日(日)13:00～17:00(予定)
場 エーザイ筑波研究所〔東光台5-1-3〕　対 がんを経験された方またはそのご家族　定 先着30人
合 A B D E G K　申 11月20日(金)までにHまたはEで
問 エーザイ筑波研究所
E _ML_CANCERCAFE@hhc.eisai.co.jp
担 健康増進課

日本整形外科学会100周年記念 全国市民公開講座　つくば会場

骨と関節の健康について学びます。

日 11月29日(日)13:55～(13:30～開場)
場 イオンモールつくばイオンホールA・B〔稲岡66-1〕
対 茨城県在住　講 本間康弘(ほんまやすひろ)氏(筑波大学整形外科教授)　定 先着100人　合 A B C D E G I J K
申 11月27日(金)までに「氏名・電話番号・人数・簡易骨密度測定、医師個別相談の有無」を☎またはHで
問 ▷筑波大学整形外科▷旭化成セラピューティクス☎027(320)8391
担 健康増進課

難病患者・家族の地域別交流会

日ごろの思いや療養生活の悩みなどを気軽にお話ししてみませんか。

日 12月1日(火)13:30～15:00
場 つくば保健所〔松代4-27〕　対 市内在住の難病患者やそのご家族　合 A B D F G I K
申 11月24日(火)までに☎、F、またはEで
問 つくば保健所☎029(851)9291
F 029(851)5680
E tsuho03@pref.ibaraki.lg.jp
担 障害福祉課

「すてっぷのーとあゆむ」市民向け説明会

発達が気になるお子さんのためのサポートブックの概要や使い方を説明します。

日 11月27日(金)10:00～11:30　場 本庁舎3階302会議室　対 市内在住・在勤で、配慮や支援を必要とする20歳未満のお子さんの保護者　定 先着20人　合 A B C D E F G I K他
申 11月9日(月)9:00～20日(金)17:00にHで
※お子さん同伴の場合、その旨申請時に記入してください。
問 障害者地域支援室

シニアの方大歓迎！出前健康教室❶❷

インストラクターによる体操などを行います。同じ月に参加できるのはいずれか一つです。
対 市内在住の40歳以上　問 健康増進施設いきいきプラザ☎029(864)5073(出前健康教室)

❶カスミ学園店

日 11月17日(火)14:00～15:00
場 2階イートインコーナー〔竹園2-12-1〕
定 先着15人　合 A D
申 11月6日(金)9:00から☎で

❷カスミ大穂店

日 11月27日(金)10:00～11:00
場 イートインコーナー〔筑穂1-15-6〕
定 先着8人　合 A D
申 11月18日(水)9:00から☎で

いつまでも元気で過ごすために、健康体操教室を体験しよう

①ずっと動ける体づくり全身編②つまずかない足腰トレーニング編 ※同じ月に出前健康教室との重複参加不可

日 ①11月25日(水)②12月7日(月)10:00～11:30(受付9:30～) ※両日参加可能
場 コミュ棟会議室1・2　対 市内在住の40歳以上(出前健康教室に参加したことがない方が優先)　定 先着15人　合 A D　申 11月4日(水)9:00から☎で
問 健康増進施設いきいきプラザ☎029(864)5073

相談・説明会

成年後見制度個別相談会

日 ①12月2日(水)②12月23日(水)10:00～、11:00～、13:30～、14:30～(各回45分)
場 大穂庁舎社会福祉協議会〔筑穂1-10-4〕
対 詳細はHをご確認ください。
講 ①渡辺季代子(わたなべきよこ)氏(司法書士)②上田和寿(うえだかずとし)氏(社会福祉士)　定 先着4人/回　合 A D F G
申 11月9日(月)～20日(金)に☎で
問 つくば成年後見センター
E tsukuba.koken@gmail.com
担 ▷障害者地域支援室▷地域包括支援課

フレイル予防相談

今の体力を維持したい方から、体力・心身の変化が気になる方まで、運動や生活について相談できます。

日 11月25日(水)13:00～16:00
場 谷田部保健センター
対 市内在住　定 先着3人
合 A B C D
申 11月20日(金)までに「住所・氏名・年齢・電話番号」を☎で
問 健康増進施設いきいきプラザ☎029(864)5089

こころの健康相談

精神科医にご本人やご家族から相談ができます。治療中の方は主治医にご相談ください。

日 11月25日(水)9:00～11:00
場 大穂保健センター
対 市内在住
定 先着2人
合 A D G I K
申 11月2日(月)から☎で
問 大穂保健センター☎029(864)7841

行政書士無料相談会

相続、遺言、法人設立、在留資格関係、事実証明などに関する相談ができます。

日 11月12日(木)13:00～16:00
場 本庁舎3階会議室302　定 先着12組
合 A B C D E G I
申 13:00～17:00に☎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)☎070(4074)3506
担 総務課

司法書士による相続無料相談会

県内の司法書士事務所で相続登記や遺言書などに関する相談を受け付けます。

日 12月2日(水) ※時間は各事務所へお問い合わせください。
場 県内の各司法書士事務所
定 先着4組　申 ☎で
問 茨城司法書士会☎029(225)0111
担 総務課

森林バンク制度説明会・交流会

森林の活用方法や維持管理について一緒に考えます。

日 11月13日(金)、12月4日(金)10:00～11:00
場 コミュ棟1階会議室4　対 市内の森林所有者、森を活用してみたい方、制度に興味がある方
講 (株)飛騨(ひだ)の森でクマは踊(おど)る　定 先着15人
合 A C D I K
申 イベント当日までに☎、HまたはEで
問 鳥獣対策・森林保全室☎029(883)1111
E eco025@city.tsukuba.lg.jp

催し

企画展「KAGAYA写真展 オーロラの調べ」

星空写真家KAGAYA氏が捉えた、オーロラや星空の壮麗な世界を紹介します。

日 11月13日(金)～2027年1月24日(日) ※開館時間、休館日はHをご確認ください。
場 つくばエキスポセンター〔吾妻2-9〕
費 入館料あり
合 A C D E G I K
問 つくばエキスポセンター☎029(858)1100
担 科学技術戦略課

防災・交通安全・防犯の啓発イベント ワクドキ安全・安心フェスタ2026

見学・体験可能なブースや緊急車両の展示を行います。事前申し込みで、スムーズに入場できます。

日 12月5日(土)・6日(日)
①10:00～12:30②13:30～16:00
場 つくばカピオ〔竹園1-10-1〕
合 A B D E F G K
問 ▷危機管理課▷防犯交通安全課

おはなし会

おはなしボランティアによる読み聞かせなどを行います。

日 11月14・21・28日(土)、11月29日(日)、12月5日(土)15:00～15:30
場 中央図書館
対 幼児～小学生
合 A B D G I K
申 当日受け付けのみ
問 中央図書館☎029(856)4311

おはなしぶんぶん

司書による手遊びを交えた、0歳から楽しめる赤ちゃん向けのおはなし会です。

日 ①11月20日(金)②11月26日(木)
10:30～10:50、11:00～11:20
場 中央図書館
対 乳児と保護者
合 A B D G I K
申 当日受け付けのみ
問 中央図書館☎029(856)4311

R8すこやか給食センターの見学試食会

給食を作っている様子を見学し、出来上がった給食の試食もできます。

日 11月26日(木)9:45～13:00(受付9:30～)
場 つくばすこやか給食センター豊里
対 市内在住・在勤・在学
定 抽選20人
費 400円(給食試食代)
合 C F
申 11月5日(木)～12日(木)にHで
問 健康教育課

つくば子育てフェスティバル2026

楽しい催し物や子育てに役立つ情報など盛りだくさんです。パネルシアターや音楽を親子で楽しみましょう。

日 11月27日(金)9:30～13:00
場 子育て総合支援センター、桜総合体育館
対 妊娠中の方、就学前のお子さんとその保護者
合 D F I K
問 こども政策課

「けんがくトレカ」を集めて研究学園地区の歴史や魅力を再発見

研究学園地区の見どころがつまったトレーディングカードを配布します。

日 10月31日(土)から ※なくなり次第終了
場 けんがくハロウィン会場(学園の杜公園)、対象店舗(受け取り条件あり) ※詳細はHでご確認ください。
問 けんがくトレカプロジェクトチーム
☎090(2843)9377(鈴木)
担 市民協働課

筑ジオわくわくフェスタ

筑波山地域ジオパークの、日本ジオパーク認定10周年を記念し、各種物販や体験、ワークショップを開催します。

日 12月6日(日)10:00～16:00
(雨天決行、荒天中止)
場 つくばジオミュージアム(筑波山ゲートパーク)
合 A B D E G I K
問 ジオパーク室☎029(883)0012
Egeo298@city.tsukuba.lg.jp

森林活用交流会

「森林農業」と「子育て」を切り口に、身近な森の活かし方を実践者から学びます。

日 ①11月13日(金)②12月4日(金)19:00～20:30
場 ①本庁舎2階会議室204②コミュ棟1階会議室3
定 先着20人/日
合 A C D K
申 当日19:00までに☎、HまたはEで
問 鳥獣対策・森林保全室
☎029(883)1111
E eco025@city.tsukuba.lg.jp

親子木育おもちゃ広場

木のおもちゃに触れて、豊かな心を育みます。

日 11月14日(土)・15日(日)①10:00～11:00
②11:00～12:00③13:00～14:00④14:00～15:00
場 つくばセンタービル1階co-en(コーエン)〔吾妻1-10-1〕
対 未就学児とその家族
講 子育てネットワークままもり
定 先着10組/回
合 C D K
申 当日先着順
問 鳥獣対策・森林保全室

アグロフォレストリーの研究と実践技術で学ぶ、フィールド見学会と勉強会

森林資源を活かした農業を見学し、専門的な栽培の技術を学びます。

日 11月14日(土)9:00～12:00　場 筑波大学内
講 藤澤奈都穂(ふじさわなつほ)氏(筑波大学)、斎藤博嗣(さいとうひろつぐ)氏(じねん道)
定 先着15人　合 K
申 11月13日(金)12:00までに☎、HまたはEで
問 鳥獣対策・森林保全室
☎029(883)1111
E eco025@city.tsukuba.lg.jp

プロに学ぶ 身近な人口林の育て方・活かし方講座

安全な木の伐採の仕方や、ロープワークを用いた木の倒し方を専門家から学びます。

日 12月5日(土)9:00～16:00
場 金田台歴史緑空間〔さくらの森29〕
対 高校生以上　講 つくばね森林組合
定 先着10人　合 K
申 12月2日(水)17:00までに☎、HまたはEで
問 鳥獣対策・森林保全室
☎029(883)1111
E eco025@city.tsukuba.lg.jp

金田台歴史緑空間で落ち葉集め＆竹を使って遊ぼう

カブトムシのための落ち葉集めと、竹を使った昔遊びを体験しませんか。

日 12月12日(土)9:00～11:30 ※雨天時は翌日に順延　場 金田台歴史緑空間
対 小学生以上(小中学生は保護者同伴)　講 金田台の生態系を守る会　定 先着20人　合 K
申 12月11日(金)12:00までに☎、HまたはEで
問 鳥獣対策・森林保全室
☎029(883)1111
E eco025@city.tsukuba.lg.jp

つくば安全安心まちづくりコンサート

茨城県警察音楽隊による子どもから大人まで楽しめるコンサートです。

日 12月1日(火)13:00～15:00(開場12:00)
場 市民ホールやたべ大ホール
定 先着1,000人
合 A B D E F G I K
問 つくば警察署交通課
☎029(851)0110
担 防犯交通安全課

つくばカピオ開館30周年記念事業 絵本と音楽のコンサート

子どもたちに人気の絵本と、音楽のコラボレーションです。

日 2027年1月30日(土)11:00開演(10:30開場)
場 つくばカピオホール〔竹園1-10-1〕
費 全席指定(税込)一般2,000円、小学生以下500円
※2歳以下は膝上で鑑賞無料
合 B D E G I　申 ☎またはHで
問 つくば文化振興財団
☎029(856)7007
担 芸術文化推進課

第7回　姉妹都市フランス・グルノーブルとのオンライン親子交流会

お気に入りのクレープを用意し、オンラインでグルノーブルの子どもたちと交流します。
準備物:クレープ、ワークシート

日 12月13日(日)17:30～1時間程度
場 自宅(オンラインで参加)
対 市内在住・在学の小学生とその保護者
定 抽選8組程度
申 11月23日(祝・月)までにHで
問 国際都市推進課

和の祭典　もう一つの勧進帳(かんじんちょう)

歌舞伎の「歓進帳」のアナザーストーリーの構成で各団体が出演する合同発表会です。物語に沿って出演者も観覧者も楽しめる内容です。

日 11月14日(土)14:00～(開場13:30)
場 ふれあいプラザ〔下岩崎2164-1〕
合 A B C D F G I K
申 ☎または直
問 ふれあいプラザ☎029(876)2311
担 地域交流推進課

つくば市就職フェア

市内企業への就職に興味・関心を持つ学生や求職者を対象に、就職フェアを開催します。

日 12月5日(土)10:30～16:25
場 つくば国際会議場多目的ホール〔竹園2-20-3〕
対 市内企業への就職を希望する学生～50歳程度までの求職者
合 A B C D E K
申 12月4日(金)17:00までにHで
※当日受け付け可
問 産業振興課

貸切バスで巡る親子見学会「小さい生き物の大きなチカラ～微生物について考えよう～」

微生物の働きを一緒にのぞいてみませんか。

日 11月13日(金)9:10～17:00
場 ▷集合場所:荒川沖駅東口(JR常磐線)
▷AIST-Cube(アイスト キューブ)〔東1-1-1〕、牛久沼、キリンビール取手工場〔取手市桑原(くわばら)188-1〕
対 小学生(保護者同伴)　定 先着30人
申 11月12日(木)までにHで
問 茨城県次世代エネルギーパーク
☎029(863)6868
担 観光推進課

笑顔でつながる　おのがわ防災まつり

子どもから大人まで楽しみながら防災を学びます。詳細はHをご覧ください。

日 11月8日(日)10:00～14:00
場 小野川小学校〔館野(たての)731〕
対 防災に興味のある方
合 ABDFGJK
問 おのがわ防災まつり実行委員会
☎090(3227)5212
E tedpomory84@cowl.jp
担 周辺市街地振興課

夢キャンプ～豊かな体験と素敵な出会い～

和太鼓や体づくり運動、収穫体験や焼き芋づくり、キャンプ体験などを楽しめます。

日 11月14日(土)13:00～15日(日)9:00
場 上郷小学校体育館〔上郷2512〕　定 先着50人
費 1,000円(3歳以上)　※朝食・夕食代別途500円
合 AFIK　申 11月9日(月)までに「電話番号と人数」をFまたはEで
問 ジミーfarm F 029(847)8208
E hrdwp4321@gmail.com
担 周辺市街地振興課

喰って踊れる骨董市「おだぶつ市」

選りすぐりの骨董屋と飲食店が集結します。岐阜県郡上八幡(ぐじょうはちまん)から郡上踊りもやってきます。

日 11月14日(土)10:00～17:00
場 おだかなテラス〔小田3164-4〕
問 おだぶつ市実行委員会
E tsunami_mass@yahoo.co.jp
担 周辺市街地振興課

第2回「推し(お)会」～あなたの推しがつくばを面白くする～

第2回は「偶然の出会い」がテーマです。あなたの「推し」を切り口に、新しい人と出会い「やってみたい」や「好き」を見つけます。

日 11月25日(水)18:00～20:00
場 カフェ＆ビア ゴーティー〔栄313〕
定 先着10人
費 2,000円(ドリンク、食事代)　合 K
申 11月23日(月・祝)までにHで
問 周辺市街地振興課

つくばよさこいソーラン祭り

県内よさこいチームのステージや、セレクトショップ、キッチンカーの出店があります。

日 11月15日(日)9:00～15:30
場 つくばセンター広場　合 ACDEIK
問 つくばよさこいソーラン祭り実行委員会
E okayama.maihime@gmail.com
担 学園地区市街地振興課

つくばクリスマスマーケット 中央公園でナイトバブル＆星空屋台

グルメ・クラフト・音楽や大道芸、幻想的なランタンナイトなどの企画や、謎解きも開催します。

日 12月4日(金)・5日(土)12:00～20:00
12月6日(日)12:00～19:00
場 つくばセンター広場、Bivi(ビビ)つくば、つくば中央公園
合 ACDEIK
問 音色のまちづくり実行委員会
E info@chrimachi.art
担 学園地区市街地振興課

みんなのほっと！駅前イルミネーション2026

市内3つの駅前が地域の方々による手作りのイルミネーションで彩られます。

日 11月28日(土)～2027年2月26日(金)
場 研究学園駅前・万博記念公園駅前・みどりの駅前
問 都市計画課

ワン博フェス

犬と飼い主だけでなく、犬を飼っていない人も交流を通して楽しめるドッグイベントです。

日 11月14日(土)10:00～16:00
場 中央公園〔吾妻2-7-5〕
費 200円(未就学児、犬は無料)　合 BK
問 おとちカンパニー
E wanpakufes.daihyo@gmail.com
担 環境保全課

講座

冬休み子どもといっしょにエコ・クッキング体験

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、楽しく学びます。

日 12月25日(金)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年生とその保護者(原則2人1組)　定 先着8組　費 大人500円、子ども300円　※オンライン決済のみ　合 ABCD
申 11月6日(金)13:00～13日(金)17:00にHで
問 環境政策課

認知症サポーター向け講座

「認知症サポーター養成講座」を受講された方向けに認知症をより理解してもらうための講座です。

日 11月25日(水)10:00～12:00
場 本庁舎2階職員研修室
対 市内在住・在勤・在学で認知症サポーター養成講座受講者
定 先着30人
合 ABCDEGI
申 11月20日(金)までに☎またはHで
問 地域包括支援課

六所(ろくしょ)かやぶきワークショップ

①筑波のかやぶき講座②かやぶきお手伝いWS(ワークショップ)

日 ①11月14日(土)②12月5日(土)
場 ①美六(みろく)山荘〔臼井2052〕②六所かやぶき小屋〔臼井1998〕　講 ①安藤邦廣(あんどうくにひろ)氏(筑波大学名誉教授)②御手洗崇行(みたらいたかゆき)氏(茅葺工 御手洗)　定 抽選25人/回　費 一般1,000円、学生500円、未就学児無料
申 ①11月10日(火)②11月30日(月)までにHで
問 筑波山麓グリーン・ツーリズム推進協議会事務局☎029(867)1086
担 農業政策課

フラワーアレンジメント講座　クリスマスリース作り

日 12月5日(土)13:30～15:00
場 市民研修センター〔〒300-4231北条1477-1〕
対 市内在住・在勤・在学　講 福田恵美子(ふくだえみこ)氏
定 抽選10人　費 3,500円(材料費込み、はさみ持参)
合 ABDG
申 11月19日(木)までに「希望講座名・住所・氏名・年齢・日中連絡がつく電話番号(必須)」を市民研修センター宛てに往復はがきを郵(必着)、または官製はがき(裏白紙)を直
問 市民研修センター☎029(867)1153
担 生涯学習推進課

若さをつくるキッチン「年末年始のフレイル予防」

メニュー:和風ミートローフ、麦ご飯、紅白なます、りんごきんとん

日 12月22日(火)10:15～13:00(受付10:00～)
場 桜保健センター
対 市内在住の65歳以上
講 市管理栄養士
定 抽選16人　合 ADK
申 11月4日(水)8:45～20日(金)16:30に☎またはHで
問 健康増進課

第141回 つくば人間学講座「お金のはなし～人生の様々な場面で出会う税」

就職、結婚、子育て、住宅売買、相続など、暮らしに関わる税を学び、これからの生活について考えます。

▲長沼早苗氏

日 12月13日(日)14:00～16:00(開場13:30)　場 アルスホール〔吾妻2-8〕
講 長沼早苗(ながぬまさなえ)氏(関東信越税理士会茨城県支部連合会会長)　定 先着80人
合 BCDEGHIK
問 生涯学習推進課

【洞峰公園】冬を彩るクリスマストピアリー

花ばさみと作品を持ち帰る袋をご持参ください。

日 11月29日(日)12:30～14:00
場 洞峰公園新都市記念館第2会議室
対 18歳以上　講 河原由美(かわはらゆみ)氏(洞峰公園カルチャー教室講師)　定 先着10人　費 4,400円(材料費込み)
合 ABDEFK
申 11月2日(月)13:00～20日(金)17:00にHで
問 洞峰公園☎029(855)5657
担 公園・施設課

筑波山麓自然学校「森の散策とクリスマスクラフト」

森の散策を楽しみながら、素材を集めてクリスマスの飾りを作ります。

日 12月5日(土)10:00～15:00
場 筑波ふれあいの里　対 親子
定 抽選12組　費 1,000円/組
合 DF　申 11月1日(日)～14日(土)にHで
問 つくば環境フォーラム
E tef298@tsukuba-ef.com
担 筑波ふれあいの里

筑波山麓自然学校「筑波山麓の稲わらでしめ縄づくり」

筑波山麓の稲わらでしめ縄を作り、筑波山の自然の材料を集めて飾ります。

日 12月19日(土)10:00～15:00　場 筑波ふれあいの里　対 小学生以上の親子
定 抽選12組　費 2,000円/組(材料費込み)
合 DF　申 11月1日(日)～14日(土)にHで
問 つくば環境フォーラム
E tef298@tsukuba-ef.com
担 筑波ふれあいの里

はじめの一歩＆ステップアップ ボランティア基礎講座

日 12月8日(火)・15日(火)13:00～16:00(全2回)
場 社会福祉協議会ボランティアセンター会議室〔筑穂1-10-4大穂庁舎内〕　講 中山純子(なかやまじゅんこ)氏(原田メソッド認定講師)、ボランティア連絡協議会　定 先着20人　合 ABDG　申 11月6日(金)～25日(水)に☎(平日のみ)、H、FまたはEで
問 社会福祉協議会ボランティアセンター
☎029(879)5898
F 029(879)5501
E tvc@tsukuba-swc.or.jp
担 福祉政策課

働く婦人の家講座①～④

場 働く婦人の家　合 A B D G K L
申 11月18日(水)までに「希望の講座名・住所・参加者氏名・年齢・電話番号(必須)」を働く婦人の家宛てに往復はがきを郵(必着)、Eまたは官製はがき(裏白紙)を直
問 働く婦人の家〔〒300-4353沼田40-2〕
☎029(866)2127
E fjn010@city.tsukuba.lg.jp

①ツリーメロンパン

苺とチョコバナナの粒ジャムで飾った、クリスマスツリーの形のメロンパンを作ります。
日 12月6日(日)10:00～13:00
対 市内在住・在勤の親子
講 櫻井安子(さくらいやすこ)氏
定 抽選8組
費 2,300円/組(材料費込み)

②2色の野菜ムースカップ

おもてなしにぴったりな２色の野菜ムースを作ります。(1人4個持ち帰り)
日 12月7日(月)10:00～13:00
対 市内在住・在勤の18歳以上
講 小林保子(こばやしやすこ)氏
定 抽選8人
費 2,000円(材料費込み)

③手打ちそば講座

初心者向け講座です。ご希望の日程を選んでお申し込みください。
日 ❶12月11日(金)9:30～12:30
❷12月12日(土)9:30～12:30
対 市内在住・在勤の18歳以上
講 山崎 巖(やまざきいわお)氏
定 抽選6人/日
費 1,800円(材料費込み)

④さつま芋つるのコルヌコピア

サツマイモのつるで編んだ籠(かご)に、ドライフラワーや木の実を飾りましょう。
日 12月20日(日)10:00～12:00
対 市内在住・在勤・在学の小学生の親子
講 働く婦人の家職員
定 抽選8組
費 800円/組(材料費込み)

【土曜講座】没後10年「中西夏之(なかにしなつゆき) 緩やかにみつめるためにいつまでも佇む、装置」展について

前衛活動や舞踊家・土方巽(ひじかたたつみ)との協働で知られる、画家・中西夏之の作品や活動を紹介します。
日 11月28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 永松左知(ながまつさち)氏(茨城県近代美術館主任学芸員)
定 先着80人(①事前予約50人②当日30人)
合 A B C D E G I K
申 ①11月26日(木)までにHで②13:00から
問 つくば美術館☎029(856)3711
担 芸術文化推進課

つくば市文化協会レクチャーコンサート「江戸の音色をその手で」

江戸時代から愛される三味線の魅力を体験しましょう。
日 11月29日(日)①13:00～14:00②14:20～15:20
場 並木交流センター音楽室
講 清元延志佐典(きよもとのぶしさのり)氏(清元節・春日流小唄(こうた)師範)
定 先着4人/回
合 A B D G
申 11月5日(木)～22日(日)に☎で
問 ☎090(2364)9178(清元(きよもと))
担 芸術文化推進課

科学技術

第19回 SAT(サット)つくばスタイル交流会

科学と音楽の共演です。科学講演会とチェロ三重奏コンサートを開催します。
日 11月23日(月・祝)13:30～16:15
場 つくば国際会議場〔竹園2-20-3〕　定 先着200人
費 500円(つくばサイエンス・アカデミー会員とその家族、学生は無料)　合 A B C D E G K
申 11月19日(木)までに☎またはH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

サイエンスツアーバス スタッフガイド同行コース

子どもから大人まで科学を楽しめるツアーです。
日 11月7日(土)・21日(土)9:00～12:45
場 地図と測量の科学館、筑波実験植物園
定 先着30人程度/日
費 バス乗車運賃:大人750円、子ども380円 ※筑波実験植物園は別途入園料が必要　合 A B C D E G
申 参加希望前日の15:00までにHで
問 サイエンスツアーオフィス
☎029(863)6868
担 観光推進課

ジオキッズゼミナール「恐竜のいる地層ジオラマを作ろう!」

日 11月28日(土)①11:00～12:15②13:00～14:15
場 つくばジオミュージアム〔北条4160〕　対 小学生
講 両角裕介(もろずみゆうすけ)氏(筑波大学院生)、田中康平(たなかこうへい)氏(筑波大学准教授)　定 抽選30人/回　合 A B D E G I K
申 11月20日(金)までに「参加者名・学校名・学年・電話番号・希望時間」をEで
問 筑波大学地球学類(丸岡(まるおか))
E geokids.tsukuba@gmail.com
担 ジオパーク室

第49回 農研機構サイエンスカフェ

小豆の起源についてお話しします。
日 12月12日(土)10:00～11:30
場 コミュ棟会議室1
講 内藤健(ないとうけん)氏(農研機構)
定 先着30人/回
合 A B C D E G I K
申 Hで
問 中日本農業研究センター
☎029(838)8421
担 科学技術戦略課

つくばスタートアップウィーク2026

つくばに関わる各機関によるスタートアップイベントを集中開催します。
日 12月9日(水)～16日(水)
場 つくばスタートアップパークほか
合 A B D F G J K 他(イベントにより異なります。)
申 イベントにより異なります。詳細はHをご確認ください。
問 スタートアップ推進室

コリドイオ

きょうだい児支援シンポジウム

きょうだい児(病気や障害がある子の兄弟姉妹)への支援について考えます。
日 11月29日(日)11:00～13:00　場 コリドイオ大会議室　対 医療的ケア児・障害児者のご家族、福祉・医療・教育・行政関係者　講 清田悠代(きよたひさよ)氏(しぶたね代表)　定 先着100人　合 B C D E G I K　申 11月21日(土)までにHで
問 医療的ケアを必要とする子どもの親の会
E kakehashi_20161120@yahoo.co.jp
担 障害福祉課

多重債務相談

多重債務は誰にでも起こり得ます。一人で悩まずにご相談ください。
日 (月)～(金)9:00～12:00、13:00～16:00
※(祝)、年末年始は除く
場 コリドイオ1階
対 市内在住・在勤・在学
合 B C D E F G I
問 消費生活センター☎029(861)1333

市民活動に関するサポート

市民活動の課題に応じて情報提供・マッチングなどを支援します。(別日程でも対応可)
日 11月17日(火)13:30～16:30
場 コリドイオ1階社会貢献活動支援室
対 市民活動団体を行っている方(団体)や、これから行いたいと考えている方　定 先着3人
合 B C D E F G I K L
申 11月6日(金)12:00～☎で(平日9:00～17:00)
問 つくば市民センター☎029(855)1171

市民活動の交流会～新たな仲間づくり～

共通する課題解決の糸口を会話の中から見つけ、新たなつながりをつくりましょう。
日 12月6日(日)13:30～15:30
場 コリドイオ3階大会議室　対 市内在住・在勤・在学
講 影山貴大(かげやまたかひろ)氏(千葉県NPO支援コーディネーター)
定 先着32人　合 B C D E G I
申 11月6日(金)12:00～☎(平日9:00～17:00)またはHで
問 つくば市民センター
☎029(855)1171

第3回 まちづくり読書会

まちづくりに関する本を読み、気軽に話しましょう。
日 12月16日(水)19:00～21:00
場 コリドイオ3階小会議室
定 先着10人
合 C
申 11月9日(月)～12月12日(土)にHで
問 周辺市街地振興課

第110回世界お茶のみ話 ペルー編

歴史や文化習慣などについて知る国際理解講座です。
日 11月21日(土)10:00～11:30
場 コリドイオ3階多文化共生ルーム
講 アリソン・ジェラルディン・ラビ・チョケ氏
定 先着30人程度
合 B C D E G I 他(ヒアリングループ)
申 11月9日(月)～20日(金)に「代表者氏名・人数・電話番号」を☎またはEで
問 国際交流協会☎029(869)7675
E event@inter.or.jp
担 国際都市推進課

ふれあいプラザ講座①～㉔　場 ふれあいプラザ　問 ふれあいプラザ〒300-1273下岩崎2164-1☎029(876)2311 F 029(876)2396　担 地域交流推進課
合 A B C D F G I K　申 11月14日(土)までに「講座名・郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢・性別(任意)」をふれあいプラザに郵(必着)、H、Fまたは直

①子ども英語 クリスマス会
英語を交えたクリスマス会です。歌やゲーム、プレゼント交換もあります。お友達と一緒にどうぞ。
日 12月19日(土)11:30～12:30
対 4歳～小学生 ※お子さんのみの参加(見学の保護者1人まで可)
講 帖佐マリ氏　定 抽選15人
費 1,900円(教材費込み)

②体験 いきいきさわやか健康体操
ボールなどの道具を使い、音楽に合わせて有酸素運動やストレッチなどをします。
日 12月1日(火)13:30～15:00
講 友岡和子氏
定 抽選5人
費 1,200円

③体験 ストレッチ体操
肩ほぐしやフットマッサージなど、体の柔軟性を高めて関節可動域を広げる運動をします。
日 12月3日(木)10:00～11:00
講 本田恭子氏(ストレッチインストラクター)
定 抽選5人
費 1,200円

④体験 プール講座 幼児水泳教室 金曜
水温管理の行き届いた室内プールで、基礎から泳げるようになるまで学びます。少人数の講座です。
日 12月4・11・18・25日(金)16:30～17:30
※申し込み時に希望日を1日ご記入ください。
対 4歳～未就学児
講 千代田美代子氏
定 抽選5人　費 1,200円

⑤ゆっくり学ぶ Google アプリの基本操作と活用 前編(スマホ持ち込み)
Google マップ・メール・AI(Gemini)アプリの活用方法を解説します。
日 12月3・10・17日(木)10:00～12:00
対 文字入力ができる方 ※対応機器貸し出しなし
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 抽選10人　費 4,100円(教材費込み)

⑥九星気学
生年月日で決まる「星」の性格、運勢や対人運など九星気学の基礎を学びます。簡単な個別占い付きです。
日 12月6日(日)10:00～12:00
講 河原由美氏(気学コーディネーター)
定 抽選8人
費 1,700円(教材費込み)

⑦タロット＆数秘で新年を占おう
タロットと数秘(生年月日から個性や運気を読み解く占術)で、新年の運勢を占います。
日 12月13日(日)10:00～12:00
講 小松﨑広美氏
定 抽選10人
費 1,700円(教材費込み)

⑧手相を学ぼう
手相学で開運のヒントを探そう。簡単な手相鑑定付きです。
日 12月20日(日)10:00～12:00
講 森佐智子氏(HASTA手相学研究所カウンセラー)
定 抽選8人
費 1,700円(教材費込み)

⑨マツの苔玉
縁起物の松を使い、味わいのある苔玉を作ります。お正月飾りにぴったりです。
日 12月9日(水)10:30～12:00
対 小学生の受講はご相談ください。
講 宮内伶氏(日本農業園芸造園研究所代表)　定 抽選8人
費 3,900円(教材費込み)

⑩風花プリフラあれんじ教室 お正月飾り
プリザーブドフラワーの基礎から、お正月らしいアレンジまで、初心者の方でも学べます。
日 12月16日(水)10:00～12:00
講 中村道子氏(風花プリザーブドフラワー協会認定主任講師)
定 抽選5人　費 3,200円(教材費込み)

⑪ソフト粘土で作る七福神 弁財天とお飾り
七福神唯一の女神であり、金運・音楽・水の神様「弁財天」と飾り台を作ります。新年に福を呼び込みましょう。
日 12月20日(日)10:00～12:00
対 小学生の受講はご相談ください。
講 柴田紀子氏(DECOクレイクラフトアカデミー講師)　定 抽選10人
費 2,100円(教材費込み)

⑫お洒落なお正月花を飾ろう
お正月に縁起の良い生花のアレンジを飾りませんか。
日 12月27日(日)13:30～15:00
講 河原由美氏(風花プリザーブドフラワー協会代表)
定 抽選10人
費 5,200円(教材費込み)

⑬映えるミラーレスカメラ撮影上級(カメラ持ち込み)
雪景色、ダイヤモンド富士、夜景、卒業、入学など、さまざまなシーンに合わせた詳しい設定を解説します。
日 12月5・19・26日(土)13:30～15:30
対 カメラ経験者でミラーレスカメラを持参できる方 ※対応機器貸し出しなし
講 片岡秀典氏(デジタルサポートオフィス代表)
定 抽選10人　費 4,100円(教材費込み)

⑭ゆるゆる経絡ストレッチ ～冬(冷え対策)の養生～
アロマ精油を使用して、伝統に基づくセルフケアを行います。今回は冷えに特化した内容です。
※アロマ精油の持ち帰りはありません。
日 12月15日(火)13:00～14:30
講 野堀あや子氏(ヨガインストラクター)
定 抽選8人　費 2,000円(教材費込み)

⑮世界の料理 イタリア編 イタリアンクリスマス
塩タラソースのパスタ、ジャガイモと丸鶏のスタッフィング(食材を詰めた鶏の丸焼き)、チョコレートプリンの計3品を作ります。
日 12月5日(土)10:00～13:00
講 アモロソ・フィリッポ氏
定 抽選15人　費 2,700円(材料費込み)

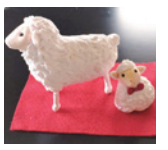
⑯大人のクリスマス料理
ローストチキンのレモンバジル焼き、サラダ、ショートケーキ、ジンジャークッキーの計4品を作ります。
日 12月24日(木)10:00～13:00
講 藤澤ちひろ氏
定 抽選12人
費 3,500円(材料費込み)

⑰おせちで薬膳
長寿や繁栄を願う食材などを使用し、五臓六腑を労わるおせち計8品を作ります。
日 12月13日(日)11:00～14:00
講 井上舞衣氏(薬膳研究家)
定 抽選12人
費 2,900円(材料費込み)

⑱手作りみそ 12/11
国産大豆を使用しみそ(約8.5kg)を作ります。熟成は1年後になります。
日 12月11日(金)10:00～12:00
講 秋葉章太郎氏(秋葉味噌代表)
定 抽選30人
費 7,500円(材料費込み)

⑲親子ペア講座 クリスマス料理
ミートパイ、カップケーキ、チョコ、サラダの計4品を作ります。クリスマスを楽しく過ごしましょう。
日 12月19日(土)10:00～13:00
対 小学生の親子(お子さん1人につき保護者1人)
講 藤澤ちひろ氏
定 抽選6組12人
費 3,500円/組(材料費込み)

⑳親子ペア講座 ソフト粘土で干支作り 未
2027年の干支・未の置き物を作ります。
日 12月13日(日)10:30～12:00
対 5歳～小学生の親子(お子さん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(DECOクレイクラフトアカデミー講師)　定 抽選6組12人
費 2,200円/組(教材費込み)



㉑親子ペア講座 プリザーブドで熊手のお正月飾り
熊手に、はすの実、松ぼっくり、稲、水引きなどを飾ります。
日 12月26日(土)10:00～11:30　対 5歳～小学生の親子(お子さん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(curly flower shop代表)　定 抽選6組12人
費 2,500円/組(教材費込み)

㉒親子ペア講座 幸せの渦巻きパワーの正月飾り
螺旋は幸せを呼び込む縁起物です。角も毛も渦巻きの羊飾りで幸せな新年を迎えましょう。
日 12月26日(土)10:00～12:00　対 小学生の親子(お子さん1人につき保護者1人)※大人1人での参加も可　講 黒木あす香氏(ひとり劇団ほんとーと)　定 抽選6組12人　費 2,000円/組(教材費込み)

㉓親子ペア講座 親子で精麻のお守り作り
精麻のお守りとヒンメリ(フィンランドの工芸品)を作ります。
日 12月6日(日)10:00～12:00　対 小学生の親子(お子さん1人につき保護者1人)
※大人1人での参加も可
講 中澤暢晏杏氏(国産麻普及プロジェクト代表)　定 抽選6組12人
費 4,000円/組(教材費込み)

㉔親子ペア講座 おもしろ実験 おしゃれなインテリア 人工イクラとスノードーム作り
化学変化を楽しみながら、見た目もきれいでおしゃれなインテリアを作ります。
日 12月13日(日)9:30～10:50
対 小学生の親子(お子さん1人につき保護者1人)
講 飯塚隆志氏(アウトリーチ808代表)
定 抽選6組12人　費 2,000円/組(教材費込み)

アイラブつくばまちづくり寄付金
寄付金の受け入れ状況

問 企画経営課

皆さんからの温かいご支援に、心より感謝申し上げます。
市を応援するために頂いたアイラブつくばまちづくり寄付金の受け入れ状況などを紹介します。頂いた寄付金は、市の事業に活用します。

対象期間　2025年4月1日～2026年3月31日
寄付件数　13,814件
寄付金額　665,710,206円

個人（2025年度中の寄付額が10万円以上）

寄付者氏名（敬称略）	住所（所在地）	寄付金額
佐藤 竜也	東京都港区	2,000,000円
匿名希望（3人）	非公表	非公表

事業者および団体（2025年度中の寄付額が100万円以上）

寄付事業者・団体名	住所（所在地）	寄付金額
一般財団法人つくば都市交通センター	つくば市	1,000,000円
特定非営利活動法人きずな子どもクラブ	つくば市	非公表
明治安田生命保険相互会社つくば支社	つくば市	1,152,598円
株式会社青山建設設計事務所	つくば市	非公表

事業者および団体（個性豊かで活力あるまちづくりに貢献）

寄付事業者・団体名	住所（所在地）	寄付金額
コカ・コーラボトラーズジャパンVM茨城第一支店	つくば市	非公表
匿名希望（1団体）	非公表	非公表

フォトニュース

1

1　9月5日、つくば市役所本庁舎で「アイラブつくばフェス」を開催しました。2団体の活動事例発表に加え、交流タイムでは参加者が積極的に意見交換しました。70人以上が参加し、市民活動における新たなつながりが生まれるなど、つくばの市民活動の広がりを実感する一日となりました。

2

2　（一財）自治総合センターでは宝くじの社会貢献広報事業として宝くじの受託事業収入を財源とするコミュニティ助成事業を実施しており、妻木区会が助成を受けて夏祭りなどで使用する笛や太鼓、テントなどを購入しました。今後のコミュニティ活動のさらなる充実が期待されます。

11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。▷診療状況により、受け付けをお断りさせていただく場合があります。

1日（日）	おいかわ腎泌尿器クリニック〔面野井1004-5〕/泌・内・外/☎029(886)3741 あつしクリニック〔田水山975〕/内・消・外/☎029(850)7878
3日（火・祝）	東郷医院〔館野636〕/内・小・循/☎029(837)1785 広瀬クリニック〔国松56-1〕/整外・リハ・外・内/☎029(866)0129
8日（日）	岡野整形外科内科クリニック〔西大橋192〕/整外のみ/☎029(856)2300 のぐち内科クリニック〔妻木635-1〕/内・呼内/☎029(852)3001
15日（日）	川井クリニック〔東平塚715-1〕/内/☎029(854)1881 さくら内科・呼吸器内科クリニック〔桜2-15-1〕/内・呼内/☎029(869)8090
22日（日）	庄司クリニック〔中野158-1〕/婦・小/☎029(836)0405 竹園ファミリークリニック〔竹園2-8-19〕/内・外・小・整外/☎029(851)4635
23日（月・祝）	こまつ内科クリニック〔上横場1178-1〕/内・消内・小/☎029(838)2400 あおやぎ医院〔上ノ室887〕/内・外・小・胃腸内・整外・リハ・アレルギー/☎029(857)1522
29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 飯岡医院〔桜3-20-2〕/内・小/☎029(857)7526

ごみの情報誌 3Rニュース

ごみ分別アプリ「さんあ～る」

Q 剪定（せんてい）した枝は、どのように出せばいいの？
A 剪定した枝は、**1本の太さ直径15cm未満、長さ1m以下に切断**した上で、**直径30cm程度の束に紐で縛って**「燃やせるごみ」の日にお出しください。
※出す際は5束程度まで、葉が落ちる場合は指定のごみ袋をご利用ください。

休日夜間デジタル急患センター

遠隔医療アプリ**「LEBER（リーバー）」**で、医療相談とオンライン診療が受けられます。（全年齢対象）
医療相談▶平日＝18:00～翌9:00、（土）（日）（祝）＝24時間
オンライン診療▶平日・（土）＝18:00～22:00、（日）（祝）＝9:00～13:00、14:00～22:00
※アプリ登録が必須です。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　こども #8000
または☎050（5445）2856（おとな・こども共通）

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

11月の図書館カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23★	24	25	26	27	28
29	30					

● 休館日　★開館17:00まで

開館時間
中央図書館
9:30～19:00
4交流センター図書室
9:30～19:00（火～金）
9:30～17:00（土・日・祝）
研究学園小学校図書室
みどりの南小学校図書室
さくら小学校図書室
中央図書館開館日の土・日・祝　9:30～17:00

※11月23日（月・祝）の筑波交流センター図書室は、筑波交流センターの設備点検実施に伴い休室します。ブックポストはご利用いただけます。

つくばマラソン 交通規制 11/22（日）

11月22日（日）に開催する「第46回つくばマラソン」に伴い大規模な交通規制を実施します。当日は交通渋滞が予想されますので、自家用車などで移動する際は時間に余裕を持った行動にご協力ください。
※規制時間は目安であり、当日の状況によって変動する場合があります。

問 ▷つくばマラソンランナー事務局
☎03(5166)0287（大会前日まで）
▷つくばマラソン大会本部
☎029(896)4711（大会当日のみ）
担 スポーツ振興課

公共交通機関の運行状況

大会当日は市内の公共交通機関が一部区間運休などの対応を実施します。つくバス・路線バスの運休情報についてはこちらをご覧ください。

11/19（木）～23（月・祝）　つくばマラソン 市役所施設の利用制限

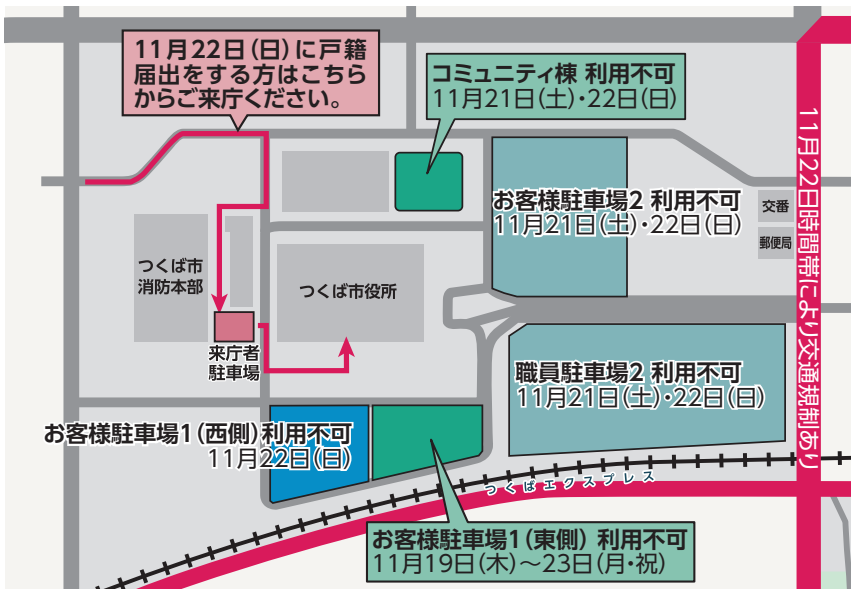
つくば市役所はつくばマラソンの会場となるため、11月19日（木）～23日（月・祝）に一部施設を閉鎖します。　問 スポーツ振興課

戸籍届出は平常どおり受け付けます

11月22日（日）は、お客様駐車場を全て閉鎖するため、戸籍届出をする方は来庁者駐車場※をご利用ください。また、市役所に入る道路も一部閉鎖しますので、右の案内図を確認の上ご来庁ください。
※応援など、マラソン関連での利用はできません。

参加・応援には公共交通機関をご利用ください

大会にお越しの際は、公共交通機関の利用を推奨しています。
大会で用意する駐車場はありませんので、車でお越しの方は周辺の有料駐車場をご利用ください。



つくば市の常住人口
※（）内は前年同月比

人口 271,592人（+2,760）〔男 137,423人　女 134,169人〕　世帯数 128,035（+2,451）
※2026年10月1日現在　※2025年国勢調査確定値を基準に算出