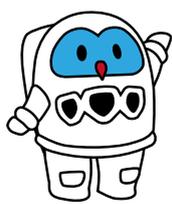


今月の主な内容

高校生の通学費支援開始…2 | 「クーリングシェルター」開放…3 | つくばちびっ子博士2024…4



～みんなで備える水害編～

せんちょう
フクン船長と学ぶ

ぼう さい
防災

台風や大雨から
身を守るために

大雨や台風の多い季節になりました。いざ避難情報が出ても「今まで大丈夫だったから」「自分は大丈夫だろう」と思い込んでしまい、避難が遅れてしまうケースがあります。水害は事前に避難ができる災害です。あらかじめ対策をして備えておきましょう。 図 危機管理課

避難のタイミングを確認しましょう

レベル	避難情報
5	緊急安全確保 全員避難
4	避難指示
3	高齢者等避難
2	大雨・洪水・高潮注意報
1	早期注意情報



4「避難指示」までに必ず避難するフク!

避難先を確保しましょう

- ▶避難所以外にも避難できる場所を確保しておくことが大切です。(例)ハザード区域外の親戚・知人家や地域の集会所など
- ▶外に出ることが危険な場合は、2階に避難するなど「垂直避難」も有効です。
- ▶早めの避難を心がけましょう。道路が冠水するなど、避難経路が浸水してしまう前に、早めに避難することが大切です。



※ハザード区域…土砂災害警戒区域、洪水浸水想定区域

新たな洪水浸水想定区域が公表されました

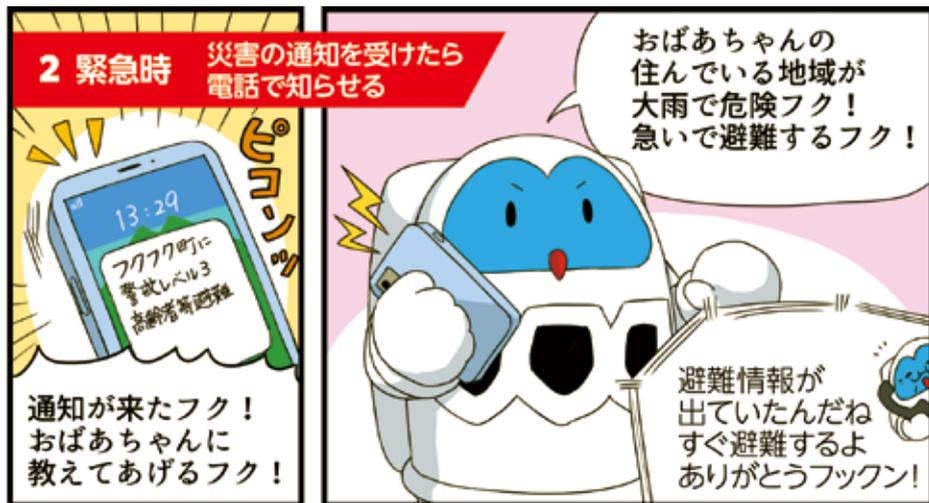
2024年4月30日に、茨城県から新たに県管理河川の洪水浸水想定区域が公表されました。このうち、大川・観音川・谷田川(牛久沼)の3河川がつくば市に關係しており、市ホームページで確認できます。2024年度中に改訂するハザードマップにも反映させていく予定です。



▲ハザードマップ

「逃げなきゃコール」をご存じですか

「逃げなきゃコール」とは、国土交通省が進めている取り組みです。大切な人が暮らす地域の防災情報を受け取ることで、通知が来たときに自分から大切な人に電話で知らせて避難を後押しすることができます。離れて住んでいても、大切な人の命を守るためにできることがあります。



7月16日(火)発行のかわら版第35号では、水害対策についてより詳しく紹介する予定です。こちらもぜひご覧ください。市ホームページ▶



外国語広報紙を発行しています

英語・中国語・韓国語・タイ語・ポルトガル語・スペイン語・ベトナム語・インドネシア語による外国語広報紙を発行しています。最新版は市役所、市内の駅や各窓口センターで配布しているほか、市ホームページにも掲載しています。市ホームページ▶

国際都市推進課





2024年度 市内在住の高校生を対象に 通学定期代や自転車等通学を支援します

高校生の皆さんが能力や適性、興味関心にあった進路の選択肢を広げるため、市外などへ公共交通機関・自転車などを使って通学をしている高校生を支援します。

☎ 教育総務課

■以下の要件を全て満たす方

	通学定期代支援	自転車等通学支援
対象者	市内に住所を有する高校生のうち対象地域に立地する高等学校に通う方(高等学校は公立・私立を問わない)	
対象地域	つくば市、土浦市、石岡市、牛久市、つくばみらい市、常総市、下妻市、筑西市、桜川市、阿見町、龍ヶ崎市、取手市、守谷市、かすみがうら市、稲敷市、利根町、河内町、美浦村	
通学手段	公共交通機関(鉄道、路線バス、コミュニティバス、スクールバス)で継続的に通学し、通学定期代が合計して年間10万円以上かかる方	自転車など(原動機付自転車も含む)で継続的に片道6キロメートル以上の通学をしている方
支給額	年額3万円	年額1万円
申請方法	市ホームページから以下の書類を添付し、申請	
添付書類	定期券の写し(1カ月分などのみなし申請可)	学生証の写し

■通学定期代支援と自転車等通学支援のどちらも当てはまる場合は、支援金額の大きい方を申請してください。

■通学定期代支援は定期券のみで、回数券は対象になりません。

申請期間

7月1日(月)～
2025年1月31日(金)

交付までの流れ

①市ホームページ(いばらき電子申請・届出サービス)から申請してください。

②市から以下の書類が届きます。
・交付(不交付)決定通知書
・請求書
・返信用封筒
※交付(不交付)決定通知は申請日から1カ月程度かかります。

③請求書に必要事項を記入し、返信用封筒で郵送してください。

④指定した口座に市から支給額が振り込まれます。
※振り込みは請求書が市に届いてから1～2カ月程度かかります。

詳細は市ホームページをご覧ください。



☎ こども政策課

子育て総合支援センター 「つどいの広場」を 日曜日に試験開放します

子育て世帯の休日や雨天時の遊び・交流の場となるよう、日曜日に「つどいの広場」を試験的に開放します。なお、(月)～(土)までは通常通り開放しています。

☎ 7月7日(日)～2025年3月30日(日)の毎週(日)9:00～16:00

※(祝)、年末年始を除く

☎ 場 つくば市子育て総合支援センター「つどいの広場」[流星台61-1]

☎ 029(857)9037

※「つどいの広場」のみ開放のため、一時預かりなどの他のサービスは利用できません。



つどいの広場

つくば市子育て総合支援センターとは

乳幼児と保護者のための施設です。子育てに関する講座や相談、情報提供、一時預かり、支援者の育成など、総合的な子育て支援サービスを行っています。



☎ こども育成課

大曾根児童館、東児童館、荃崎児童センター 3カ所の児童館を 土・日に試験開放します

小中高生や子育て世帯の新たな学習・遊び・交流の場となるよう、土曜日と日曜日に3カ所の児童館を試験的に開放します。

☎ 7月20日(土)～2025年3月30日(日)の毎週(土)(日)9:00～17:00

※(祝)、年末年始を除く

☎ 場 大曾根児童館[大曾根447-3] ☎ 029(864)0181

東児童館[東2-24-1] ☎ 029(851)4801

荃崎児童センター[小荃1793] ☎ 029(840)1321



勉強しに行こう!

一緒にグループワークしよう!

一緒に遊ぼう!





暑さから避難できる涼みどころ 「クーリングシェルター」

今年も、過去に例のない危険な暑さとなり、人の健康にも重大な被害が生じる恐れがあります。市内の公共施設のほか民間施設などの協力により、暑い日に誰でも涼める場所「クーリングシェルター」を開放しています。危険な暑さから身を守るためだけでなく、涼しい場所に集まることで省エネ・節電にもつながりますのでぜひご利用ください。

公共施設	開放場所
筑波山ゲートパーク〔北条4160〕	ジオミュージアム1階休憩スペース
つくば市役所〔研究学園1-1-1〕	1階待合スペース
つくば市役所コミュニティ棟〔研究学園1-1-1〕	1階オープンスペース
コリドイオ〔吾妻1-10-1〕	1階フリースペース
谷田部交流センター〔谷田部4774-18〕	2階ロビー
荃崎交流センター〔小荃318〕	1階ロビー
民間施設	開放場所
イオンモールつくば〔稲岡66-1〕	館内共用部分



公共施設、民間施設ともに
対象施設を随時拡大しています！

詳細は市ホームページをご覧ください

「クーリングシェルター」
最新情報についてはこちら▶
☎ 環境政策課



熱中症対策についてはこちら▶
☎ 健康増進課



物価高騰対応重点支援給付金

2024年度 新たに「住民税非課税世帯」と 「住民税均等割のみ課税世帯」になった世帯が対象



以下の場合には対象外

- 2023年度住民税非課税世帯への7万円給付金の対象世帯
- 2023年度住民税均等割のみ課税世帯への10万円給付金の対象世帯
- 上記子育て世帯への5万円(児童1人あたり)給付金の対象世帯
※対象世帯とは、給付金を受給した世帯または給付金の対象にも関わらず、未申請 および辞退した世帯のことを指します。
※他自治体で2023年度に対象だった世帯も、今回の給付金は対象外です。
- 住民税が課税されている方の扶養親族などのみからなる世帯
※高齢者のみの世帯や1人暮らしの学生などは、税法上の扶養状況を家族に確認してください。
- 租税条約に基づき、課税を免除された方がいる世帯

給付対象者

① 住民税非課税世帯の世帯主 1世帯当たり 10万円

2024年6月3日時点で、つくば市に住民登録があり、かつ世帯全員の2024年度住民税均等割が非課税である世帯(生活保護受給世帯も含む)の世帯主

② 住民税均等割のみ課税世帯の世帯主 1世帯当たり 10万円

2024年6月3日時点で、つくば市に住民登録があり、かつ世帯全員が2024年度住民税所得割が課されず、うち少なくとも1人が住民税均等割のみ課税されている世帯(生活保護受給世帯も含む)の世帯主

③ ①②に該当する子育て世帯の世帯主 児童1人当たり 5万円

2006年4月2日から2024年10月18日までに生まれた児童と同一世帯の世帯主

※2024年6月4日から2024年10月18日までに生まれた児童の申請については、市から随時書類を発送します。

配偶者やその他の親族等からの暴力を理由に避難している方(DV等避難者)

住民票を移すことができない場合でも、配偶者や親族と生計を別にし、収入が住民税非課税世帯または住民税均等割のみ課税世帯相当額である方は、今お住まいの市区町村にお問い合わせください。
※申請には、DV等避難者であることを証明する書類などが必要です。

申請方法

2024年1月1日時点で、つくば市に世帯全員の住民登録がある世帯
7月下旬に支給要件確認書を送付する予定です。確認書に記載の支給要件に該当する場合のみ、返信用封筒で返送してください。

2024年1月2日以降につくば市へ転入者があり、市に住民税の情報がない方を含む世帯

7月下旬に市ホームページに申請書を掲載する予定です。「給付対象世帯」に該当する場合のみ、必要事項を記入し、提出してください。
※申請書様式の郵送を希望する場合はお問い合わせください。

申請期限

10月18日(金)まで(郵送の場合は当日消印有効)

※低所得の子育て世帯で、10月1日～18日までに出生した児童がいる世帯については、11月1日(金)まで(郵送の場合は当日消印有効)

給付金の審査・支給日

- 受理した確認書や申請書は順次審査を行い支給・不支給を決定します。受理後、3週間から1カ月以降に支給額が振り込まれます。
※混雑状況により支給日が前後する場合があります。
- 審査の結果につきましては、各世帯宛てに発送する「決定通知書」で確認してください。
- 原則、世帯主以外の口座には振り込みできません。

☎ 社会福祉課 ☎ 029(883)1366
※(土)(日)(祝)を除く8:45～16:30

詳細は市ホームページ
をご覧ください。



！ 給付金詐欺に注意！

市町村や都道府県・国などから、「現金自動預払機(ATM)の操作をお願いすること」「受給に当たり、手数料の振り込みをを求めること」「メールを送り、URLを開いて申請手続きをを求めること」はありません。
その他、不審な電話や郵便物にはご注意ください。

ワクワク探究 夏休み、科学文化を楽しもう！ 7月20日(土)から9月1日(日)まで

40施設

夏の恒例行事

つくばちびっ子博士2024

対象 全国の小中学生

- 1~40 参加施設位置
- 現地クイズ対象
- ◆ 動画クイズ対象

今年のつくばちびっ子博士は、スマホなどの端末を活用しながら、楽しい機能が盛りだくさんのデジタルコンテンツで最優秀つくばちびっ子博士を目指しましょう。現地見学だけでなく、家にいながら動画で市内のさまざまな研究機関などを巡ることができます。

生涯学習推進課

デジタルワールド

参加方法

- 学習者用端末またはスマートフォンなどを用意してください。
- アカウント登録が必要です(施設の詳しいイベント情報はアカウントなしでも見ることができます)。
- ※市内の児童生徒は学習者用端末のIDとパスワードを利用してください。
- 現地見学や動画視聴の後は「確認クイズ」に解答してください。正解するとデジタルバッジがもらえます。
- 施設見学後は写真や感想など「訪問日誌」として記録できます。
- 正解数に応じてちびっ子博士各号が認定されます。認定された方には記念品があります。

最優秀つくばちびっ子博士 ▶ 確認クイズの正解数が20以上かつ訪問日誌1個以上の作成

優秀つくばちびっ子博士 ▶ 確認クイズの正解数が10以上

つくばちびっ子博士 ▶ 確認クイズの正解数が5以上

※一部施設では、事前予約や入場料などが必要なほか、保護者の同伴をお願いする場合があります。

※熱中症対策を十分に行いましょう。

デジタルワールドのほかに冊子型の「パスポート」で楽しむミニスタンプラリーの企画もあります。詳細は「つくばちびっ子博士デジタルワールド」のホームページをご覧ください。



夏休み特別企画



©遠藤達哉 / 集英社・SPY x FAMILY 製作委員会

謎解き重ね押しスタンプラリー

<科学暗号>を解読せよ!

研究教育機関などを見学しながら行う謎解きゲームと重ね押しスタンプラリーを開催します。今年は、「SPY x FAMILY in つくば ときどきだいさくせん!!」連動企画です。市内5つの研究教育施設で謎解きをしながら科学の街つくばを探求してみませんか。

イベント参加費

無料 ※各施設入場料は別途必要です。

参加方法

学校からちびっ子博士パスポートと一緒に配布されたハガキ台紙を持って特設スタンプ設置場所で問題シートを入手し、施設を巡りながら「謎解き重ね押しスタンプラリー」を楽しみましょう。最後の問題を解いて、解答をつくば駅前観光案内所(BiViつくば1階)に報告し、アンケートに答えていただいた方に参加賞を差し上げます。詳細はホームページをご覧ください。



スタンプラリーの参加に便利な6施設を循環する路線バスです!

つくばサイエンスツアーバス夏休み特別運行!



バスルート



運行期間

7月20日(土)から8月中旬まで(予定)

※月曜日運休

運賃

190円~320円※乗車ごとの区間運賃

バス発着

つくばセンターバスターミナル8番乗り場

ガイド付き午前半日コース(2施設見学)

つくばセンターからガイドがバスに同乗し、各施設を説明付きで案内します(要予約)。

場 地図と測定の科学館、筑波実験植物園

日 7月20日(土)、8月3日・17日(土)

※期間外も毎月第1・3(土)

※追加開催あり

申 前日までにインターネットで

問 つくばサイエンスツアーオフィス

☎029(863)6868

※(土)(日)(祝)を除く9:00~17:00

担 観光推進課

サイエンスバスツアーバスの詳細はこちら▶



2024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、経済的に心配なく安心して医療を受けるための大切な財源です。各納付書は7月中旬に送付します。7月下旬になっても届かない場合は、お問い合わせください。



国民健康保険税の決め方(世帯ごと)

加入者は
75歳未満

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

※均等割額、所得割額の内訳は以下の表をご覧ください。

	医療分	後期高齢者 支援分	介護分(40歳以上 65歳未満の方)
均等割	30,200円	11,800円	12,800円
所得割	6.81%	2.78%	2.21%
賦課限度額	65万円	24万円	17万円

※18歳以下の方の均等割額は半額に軽減・減免します。

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・翌年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に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。

軽減・減免制度

▶前年中の合計所得金額が基準を下回る場合や、リストラや倒産などの会社都合で離職を余儀なくされた方を対象に、軽減措置があります。

▶やむを得ない事情により納付が困難な場合には、申請により減免を受けられる場合があります。  国民健康保険課

後期高齢者医療保険料の決め方(個人ごと)

加入者は原則
75歳以上

均等割額 47,500円	+	所得割額 (賦課の基となる金額※1) ×所得割率※2	=	1年間の 保険料
-----------------	---	----------------------------------	---	-------------

※1 賦課の基となる金額…(総所得金額等) - (基礎控除額)

※2 所得割率…賦課の基となる金額が▷58万円以下=9.00%
▷58万円超 =9.66%

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

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

▶保険料額の賦課限度額…73万円(2024年度に75歳になる方は80万円)

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。

▶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・翌年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に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。

⚠国民健康保険税を口座振替で納めていた方

後期高齢者医療制度加入後も口座振替を希望する方は、市内金融機関で改めて手続きと医療年金課に納付方法変更申出書の提出が必要になります。

 ▷保険料の計算=茨城県後期高齢者医療広域連合 ☎ 029(309)1213

▷保険料の納付=医療年金課

国民年金保険料の「免除制度」「猶予制度」について

国民年金は、老後の基礎年金のほか、事故や病気や障害が残ったときなど、私たちの生活が損なわれることのないよう、皆さんで保険料を出し合い、お互いを支え合う制度です。日本国内に住んでいる20歳以上60歳未満の全ての方が加入することになっています。



日本年金機構
ホームページ

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16,980円/月(2024年度)の納付が困難な方は、保険料の全額または一部の納付が免除されます。

納付猶予制度(本人・配偶者の前年所得を審査)

50歳未満の方は、一定期間の納付が猶予されます。

学生納付特例制度(本人の前年所得のみで審査)

学生は、一定期間の納付が猶予されます。※免除・納付猶予制度は申請不可

法定免除制度

障害年金や生活保護法による生活扶助を受けている方は、納付が免除されます。

⚠納付状況別の年金への影響

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

※1 保険料を納めた場合と比べて、受け取る年金額が減少します。

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

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

申請できる期間

2024年7月~2025年6月 ※過去の期間についても、申請日から原則2年1カ月前までさかのぼって申請することができます。

申請に必要なもの

① 年金手帳、基礎年金番号通知書、基礎年金番号が分かるもの(納付書など)またはマイナンバーカード(通知カードの場合は、本人確認ができる運転免許証やパスポートなどが必要)

② 失業などを理由とする場合は、次の書類のいずれか(写しも可)
▶雇用保険被保険者離職票 ▶雇用保険受給資格者証 ▶雇用保険被保険者資格喪失確認通知書 ▶雇用保険被保険者資格取得届出確認照会回答書

※失業を理由として申請できるのは、失業日(離職日の翌日)を含む月の前月分から翌年6月分まで

③ 本人以外が来所して申請する場合は、委任状(日本年金機構ホームページからダウンロード可)

申請方法

▶直接=医療年金課国民年金係または各窓口センターへ

▶郵送=医療年金課国民年金係または土浦年金事務所へ

※申請書は日本年金機構ホームページからダウンロード可

Ⓧ医療年金課

▷土浦年金事務所(〒300-0812土浦市下高津2-7-29)

☎029(825)1170 ※(土)(日)(祝)を除く8:30~17:15



2024年度 秋の集団健診を行います(予約制)

健康増進課

健診項目	対象者 ※2025年3月31日時点の年齢	自己負担金 ※特定健診を除き、70歳以上・生活保護受給者は無料
特定健診 後期高齢者健診	40歳以上で次のいずれかの方 ①つくば市国民健康保険加入者 ②後期高齢者医療保険加入者 ③社会保険加入者の被扶養者※	①②の方は無料 ③の方は保険者指定料金
肺がん・結核検診	40歳以上	500円 ※40歳は無料
胃がん検診 (バリウム検査)	40歳以上	1,300円 ※40歳は無料
胃がんリスク検診	40歳・45歳の未受診者	1,000円
大腸がん検診	40歳以上	800円 ※40歳は無料
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1,000円
肝炎ウイルス検診	40歳以上の未受診者	700円 ※5歳節目年齢は無料
基本健診	学生を除く、20～39歳で健診を受ける機会のない方	無料

※社会保険加入者の被扶養者が特定健診を受診する場合、特定健診受診券(集合契約B)が必要です。市の集団健診が利用できるかは医療保険者にお問い合わせください。なお、社会保険加入者本人は特定健診を受診できません。

インターネット または 予約専用はがき で申し込む方

☑ 荳崎交流センター・つくば市役所会場=7月29日(月)～8月1日(木)

谷田部・大穂・桜保健センター会場=8月16日(金)～22日(木)

☑ インターネット=右の二次元バーコードから、健診Web予約サービスで
受付時間▷申込初日00:00～申込最終日17:00



予約専用はがき=健康増進課・保健センター(大穂・桜・谷田部)・窓口センター(筑波・豊里・荳崎・つくば駅前)で事前に入手し、郵送(消印有効)で

※申し込み多数の場合、受診日を調整させていただく場合があります。

電話 で申し込む方

☑ 荳崎交流センター・つくば市役所会場=7月30日(火)～8月1日(木)9:00～17:00

谷田部・大穂・桜保健センター会場=8月19日(月)～22日(木)9:00～17:00

☑ 茨城県総合健診協会健診予約センター ☎(0570)077150(ナビダイヤル)

日程	会場	
9月	24日(火)	荳崎交流センター
	27日(金)	
	28日(土)	つくば市役所
	29日(日)	
10月	30日(月)	荳崎交流センター
	5日(土)	つくば市役所
	6日(日)	
	9日(水)	谷田部保健センター
	10日(木)	
	15日(火)	
	16日(水)	
	17日(木)	
	20日(日)	大穂保健センター
	23日(水)	
	24日(木)	
25日(金)		
11月	29日(火)	桜保健センター
	30日(水)	
	31日(木)	
11月	1日(金)	桜保健センター
	5日(火)	
	6日(水)	

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

新たな市民活動拠点

コリドイオ情報

※つくば市民センターはコリドイオ[吾妻1-10-1]内にあります。

①第83回 世界お茶のみ話 ベナン編

毎月ゲストを招き、歴史や文化・習慣などについてお話いただく国際理解講座です。

☑ 7月20日(土) 14:00～15:30

☑ 場 コリドイオ3階多文化共生ルーム

☑ 講 セボン・セシメ・バクミナ氏

☑ 定 先着30人程度

☑ 申 7月19日(金)までに「氏名・参加人数・電話番号」をメールで

☑ 問 国際交流協会

☎029(869)7675

☑ event@inter.or.jp

☑ 担 国際都市推進課



②ロケット製作体験講座 参加者募集

郡山市との友好都市提携協定締結10周年を記念して開催する「ロケット製作体験講座」の参加者を募集します。バルーンロケット製作を通してロケット工学を学びながら、郡山市の子どもたちと交流しませんか。

☑ 8月8日(木) 14:00～16:00

☑ 場 コリドイオ3階大会議室

☑ 対 市内在住・在学の小学5・6年生の方

☑ 講 三枝博氏(つくば市シニアエキスパート)

☑ 定 先着40人

☑ 申 7月8日(月)9:00～22日(月)16:00にインターネットで

☑ 問 企画経営課



③市民活動助成金の案内と探し方

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

☑ 7月11日(木) 13:30～16:30

☑ 場 コリドイオ1階社会貢献活動支援室

☑ 定 先着3人 ※1人1時間程度

☑ 申 7月10日(水)までに電話で

※(土)(日)を除く9:00～17:00

☑ 問 つくば市民センター ☎029(855)1171

④ガラスアート職人体験 ～オリジナルグラス作り～

ルーターという工具を使って、ガラスのコップにイラストや名前、日付などを彫刻します。デザインを学びながらガラス職人体験ができます。



☑ 8月1日(木) 14:00～15:30

☑ 場 コリドイオ3階大会議室

☑ 対 市内在住・在学の小学生の方 ※小学1～3年生は保護者同伴

☑ 講 池田和弓氏(アートフィールド)

☑ 定 先着30人 費 700円(材料費)

☑ 申 7月10日(水)12:00からインターネットで

☑ 問 つくば市民センター

☎029(855)1171



⑤中高生ボランティア募集

④の小学生向けの講座「ガラスアート職人体験」で手伝っていただける中高生ボランティアを募集します。講座終了後に「ボランティア証明書」をお渡しします。

☑ 8月1日(木) 14:00～15:30

☑ 場 コリドイオ3階大会議室

☑ 対 市内在住・在学の中学生・高校生の方

☑ 定 先着5人

☑ 申 7月10日(水)12:00からインターネットで

☑ 問 つくば市民センター

☎029(855)1171



⑥団体の活動の情報発信のために SNSの操作を学ぼう! X編

X(旧ツイッター)の導入から操作、使用の注意点など、SNSを使用したことがない方向けの講座です。

☑ 7月23日(火) 13:30～16:00

☑ 場 コリドイオ3階大会議室

☑ 対 市内在住・在勤・在学の方

☑ 講 つくばパソコンボランティアサークル

☑ 定 先着15人

☑ 申 7月10日(水)12:00からインターネットで

☑ 問 つくば市民センター ☎029(855)1171



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

☑ 問 つくば市民センター ☎029(855)1171

※難聴の方の聞こえを支援する設備

10月27日(日)は投票に行こう

つくば市長選挙・つくば市議会議員一般選挙



選挙管理委員会事務局

任期満了に伴う市長選挙・市議会議員一般選挙が、10月27日(日)に執行されます。選挙は私たちがより良い生活や社会づくりに参加するための大切な制度です。選挙当日に投票所に行けない方も、「期日前投票」で投票することができます。

投票日

10月27日(日) ※告示=10月20日(日)

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

- ◆ 2006年10月28日以前に出生していること
- ◆ 2024年7月19日までにつくば市に住民票があること

立候補予定者説明会

市長・市議会議員立候補予定の方を対象とした説明会を開催します。

日 8月18日(日) 10:00～

場 市役所2階会議室201



選挙当日に投票所に行けない方は期日前投票を

期日前投票の際は、郵送した投票所入場整理券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。

日 10月21日(月)～26日(土)



選挙の詳細は市ホームページをご覧ください。



2023年度

情報公開・個人情報開示、会議公開実施状況

総務課

情報公開

決定内容

開示…174件 部分開示…103件 不開示…25件

個人情報開示

決定内容

開示…25件 部分開示…17件 不開示…14件

主な請求内容	件数
学校、教育施設、給食関係	82
道路、公園、公共工事関係	52
建築・開発、都市計画関係	33
上下水道工事関係	30
文化・スポーツ施設関係	24
土地改良、工事関係	18
火災、救急関係	15
福祉施設関係	12
その他	48
合計(延べ)	314

不開示(部分開示)理由	件数
市情報公開条例第5条	
1号(個人情報)	80
3号(法人等の事業活動情報)	59
4号(公共安全維持情報)	4
5号(審議・検討等情報)	6
6号(事務事業情報)	20
7号(法令秘情報)	3
市情報公開条例第8条	2
文書不存在	21
合計(延べ)	195

主な請求内容	件数
市民窓口、男女共同関係	21
介護保険関係	14
障害者手帳関係	6
子育て相談関係	4
火災、救急関係	3
市民税関係	2
その他	6
合計(延べ)	56

不開示(部分開示)理由	件数
個人情報の保護に関する法律第78条第1項	
1号(生命、健康、生活又は財産侵害情報)	1
2号(第三者権利利益侵害情報)	16
3号(法人等の事業活動情報)	3
7号(事務事業情報)	3
文書不存在	13
合計(延べ)	36

※請求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。

会議公開

2023年度に公開の対象となった会議のうち、66の審議会などで延べ187回の会議が公開されました。各審議会などの詳しい会議公開状況については、市ホームページに掲載しています。今後も、市政運営の透明性の向上を図るとともに、市民による市政への理解と信頼の充実のため、会議の公開に努めていきます。



65歳以上の方へ

2024～2026年度の介護保険料をお知らせします

介護保険課

65歳以上の方が市に納める介護保険料は3年ごとに見直しが行われています。今回の見直しの結果、2024～2026年度の介護保険料基準額(72,600円/年額)に変更はありません。また、第4～16段階の方の保険料も変更はありませんが、第1～3段階の方は減額となります。具体的な金額は右表をご確認ください。



2024年度の保険料額決定通知を送付します

特別徴収者(介護保険料が年金から天引きされる方)に、令和6年度介護保険料額決定通知兼特別徴収開始通知書を7月下旬に送付します。また、普通徴収者(納付書・口座振替などで納入の方)には、8月中旬に令和6年度保険料額決定(納入)通知書(第3～6期分)を送付します。

段階	対象者	保険料率	年間保険料額	
第1段階	▷生活保護受給者 ▷老齢福祉年金受給者で世帯全員が市民税非課税者 ▷本人および世帯全員が市民税非課税者で、本人の前年の公的年金等収入金額と合計所得金額の合計が80万円以下の方	旧 0.300 ↓ 新 0.285	旧 21,800円 ↓ 新 20,700円	
		第2段階	本人および世帯全員が市民税非課税者	本人の前年の公的年金等収入金額と合計所得金額の合計が80万円を超え、120万円以下の方
第3段階	本人の前年の公的年金等収入金額と合計所得金額の合計が120万円を超える方	旧 0.680 ↓ 新 0.665	旧 49,300円 ↓ 新 48,300円	

健康・福祉

マタニティ講演会

小児科医師と歯科医師が、生まれてくる赤ちゃんについて知っておいてほしいことを講演します。当日は、先輩パパの経験談もあります。オンラインでの参加も可能です。詳細は市ホームページをご覧ください。

日 7月21日(日) 13:00~15:15 (受付12:40~)

場 市役所2階会議室201

対 市内在住の妊婦の方とその家族

定 ▷会場=先着30組

▷オンライン=100組

申 7月14日(日)までにインターネットで

問 大穂保健センター



幼児教育・保育の無償化に係る償還払い請求の受け付け

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・センター事業を利用した場合の還付請求を受け付けます。

※事前申請が別途必要です。

申 7月1日(月)~31日(水)に請求書、委任状(請求者と口座名義人が異なる場合)、領収証、特定子ども・子育て支援提供証明、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)を郵送(必着)または直接

問 幼児保育課

傾聴ボランティア養成講座の説明会

市の傾聴ボランティア事業で活動するボランティア養成講座の説明会を行います。詳細は市ホームページをご覧ください。

日 8月8日(木) 14:00~15:30

場 市役所2階会議室201

対 市内在住の18歳以上の方で、市の傾聴ボランティア活動に興味のある方(高校生を除く)

定 先着40人

申 7月12日(金)から電話またはインターネットで

問 地域包括支援課



後期高齢者医療被保険者証の発送

現在お使いの被保険者証の有効期限は、7月31日(水)までです。8月1日(木)から使用できる新しい被保険者証は、納付書とは別に7月中旬以降順次送付します。

問 医療年金課

介護保険負担割合証の発送

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

対 8月1日以降の要介護(要支援)認定の有効期間を有している方、介護予防・生活支援サービス事業対象者の方

問 介護保険課

国民健康保険限度額適用認定証の更新時期です

現在交付している認定証の有効期限は、7月31日(水)までです。マイナ保険証を利用すると、認定証の更新手続き不要で、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。紙面での交付を希望する方のみ、更新の申請が必要です。詳細はお問い合わせください。

対 つくば市国民健康保険の被保険者の方

申 7月1日(月)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*、来庁者の本人確認書類(運転免許証*など)を郵送、インターネットまたは直接 *郵送の場合は写しを提出。各窓口センターでは直接申請のみ受け付けし、後日郵送交付します。

問 国民健康保険課

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、順次世帯主宛てに簡易書留(市外転送不可)で郵送します。受け取れなかった方は8月1日(木)以降に、市役所に本人確認ができるもの(運転免許証など)を持参することで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。

問 国民健康保険課

フレイルサポート教室

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

日 8月22日、10月17日、12月19日(木) 13:30~15:30

場 広岡交流センター2階会議室

対 市内在住の65歳以上の方 定 先着30人/日

申 8月1日(木)から電話で

問 小規模多機能型居宅介護 楓

☎029(875)4571

担 地域包括支援課



募集

「つくば市シルバー人材センター」会員募集

入会説明会を開催しますので、入会を希望する方はご参加ください。特に、洗車などの屋外作業や清掃などの屋内作業を、週2~3日できる方を募集しています。

日 7月11日(木) 13:30~(受付13:00~)

場 大穂庁舎3階会議室

対 市内在住で、満60歳以上(2025年3月31日時点)の健康で働く意欲のある方

問 シルバー人材センター ☎029(879)5199

担 高齢福祉課

市民後見人養成講座事前説明会

認知症の方や、障害のある方の権利を守る「成年後見制度」の担い手となる「市民後見人」を養成します。10月から開催される「市民後見人養成講座」の受講を希望する方は、本説明会への参加が必須です。

日 7月25日(木) 13:30~15:30(受付13:00~)

場 イーアスつくば2階イーアスホール [研究学園5-19]

対 以下の全てに該当する方

▷専門職後見人などの活動をしていない方

▷市に住民登録がある20~70歳の方

▷講座を全日程(50時間)受講可能な方

▷普通自動車運転免許を有する方

定 先着100人

申 7月22日(月)までに次のいずれかの方法で

①申込書(社会福祉協議会ホームページ、社会福祉協議会、地域包括支援課、障害者地域支援室に用意)を郵送、FAXまたは直接

②電話で

問 つくば成年後見センター(社会福祉協議会内)

F 029(879)5501

E tsukuba.koken@gmail.com

担 ▷障害者地域支援室

▷地域包括支援課



筑波大学で研究に協力いただける小・中学生

子どもたちが病気の知識や運動習慣を身に付けることを目的とした研究の参加者を募集します。参加者には糖尿病について説明した漫画を配布し、簡単なアンケートなどに回答いただきます。詳細はホームページをご覧ください。※謝礼金あり

場 筑波大学医学医療系学系棟(天久保2-1-1)

対 県内在住の小・中学生の方 定 先着30人

申 8月15日(木)までにインターネットで

※必ず保護者の方がお申し込みください。

問 筑波大学システム情報系

人工知能研究室

☎090(6287)2557

(担当:鈴木)

担 科学技術戦略課



つくば市商工会創業支援セミナー受講生

これから創業を考えている方を対象に、全6回の創業支援セミナーを開催します。事業を継続するために必要な知識を学べる講義や先輩创业者の経験談を聞けるほか、グループワークを通して幅広い視点を身に付けられます。詳細はホームページをご覧ください。

日 7月23日(火)・30日(火)、8月2日(金)・6日(火)・9日(金) 18:30~21:00、

8月27日(火) 18:00~21:00

場 co-en(吾妻1-10-1つくばセンタービル1階)

対 市内で創業を考えている方 定 先着20人

費 2,200円(テキスト代)

申 申込書(ホームページに用意)、テキスト代をつくば市商工会に直接

問 つくば市商工会(筑穂1-10-4大穂庁舎2階)

☎029(879)8200

E sougyou@tsukuba-cci.or.jp

担 産業振興課



障害者施設の商品を販売する店

「融点」がオープンしました

障害のある人が地域とつながり、福祉や障害への既存のイメージを溶かし、新たな価値を創っていくコンセプトのお店です。画廊のような展示で、雑貨や食料品などを販売しています。詳細は、市ホームページをご覧ください。

日 10:00~14:00

※(土)(日)(祝)を除く

場 市役所1階東正面側

玄関付近

問 障害者地域支援室



第17代つくば観光大使募集

観光PRをはじめ、市が取り組む事業の紹介など、市の魅力を広く発信する業務に従事する「つくば観光大使」を募集します。詳細はホームページをご覧ください。

活動内容▷観光および事業紹介などイベント・キャンペーンなどでのPR、SNSを活用した情報発信
任期▷2024年9月1日～2026年8月31日

定 3人 ※書類審査、面接審査あり

申 7月31日(水)までに応募用紙(つくば観光コンベンション協会ホームページに用意)を郵送(必着)または直接

問 つくば観光コンベンション協会 [〒300-3292筑穂1-10-4] ☎029(869)8333

担 観光推進課



▲第16代つくば観光大使

消防団員

消防団は、自営業や会社員、学生や主婦の方などで組織されている消防機関です。地域に密着した組織として、災害活動、警戒活動や防災指導など、市民の安全・安心を守っています。詳細は市ホームページをご覧ください。



問 地域消防課



外国人の方向けの防災教室

日本は地震が多い国です。防災について知りたい外国人の方に、やさしい日本語を使って、中学生・高校生が教えます。もしものときにどうしたらいいか、一緒に交流しながら考えましょう。

日 8月10日(土) 13:30～15:30

場 市役所2階会議室201

対 市内在住・在勤・在学でやさしい日本語が分かる外国人の方

講 水谷浩子氏(防災士)

定 30人(抽選)

申 7月24日(水)までに

インターネットで

問 生涯学習推進課



お家で眠っているクレヨンがありますか

つくば市民センターでクレヨンを使った講座を開催するに当たり、お家で不要になったクレヨンを集めています。※使いかけのものでも可

申 7月1日(月)～26日(金)に

つくば市民センター窓口へ直接

問 つくば市民センター

☎029(855)1171



8月24日(土)・25日(日)開催

まつりつくば2024に関するお知らせ

ねぶたパレード跳入・ねぶた引き手募集

サークル、団体、友達同士など、どなたでも気軽に参加できます。

申 8月10日(土)までに「氏名(フリガナ)・住所・電話番号」を電話またはメールで

問 ねぶたパレード事務局

☎090(8856)0298(担当:鳩)

E nebutaparade2024@gmail.com



万灯神輿運営協賛のお願い

▷弓張提灯協賛広告

100口限定(新規1本2万円、継続1本1万円)

申 7月1日(月)～31日(水)に電話で

問 つくば神輿連合

☎090(2532)9178(担当:柴原)

☎090(3335)7636(担当:杉山)



担 観光推進課

「第17回つくばで第九」合唱団員

12月29日(日)に開催する年末の風物詩「つくばで第九」に向けて、ベートーヴェンの傑作を5カ月かけて練習し、プロの音楽家と共演します。合唱が初めての方も大歓迎です。

日 8月から週1回程度

対 当日の公演や前日のリハーサルに加えて事前練習に10回以上参加できる中学生以上の方

講 富澤裕氏、小林昌代氏、鶴田昭則氏ほか(つくばで第九合唱団指導陣)

定 先着120人(各パート定員あり)

費 ▷一般=11,000円▷学生=4,400円

申 7月7日(日)9:00～31日(水)17:00に申込書(つくばカピオ管理事務室またはホームページに用意)と参加費をつくばカピオ管理事務室に直接

問 つくば文化振興財団

☎029(856)7007

担 文化芸術課



2024年度

放課後子ども教室コーディネーター

市内の小学生が、工作・スポーツ・レクリエーションなどの体験活動を通して放課後を安全・安心に過ごすことができる場を提供する、放課後子ども教室コーディネーター(有償ボランティア)を募集します。選考は書類審査と面接審査を行います。※謝礼金=時給1,480円(交通費なし)

日 8月～2025年3月 ※1カ月当たり1～10日程度(1～5時間/日)の活動

場 市内小学校など

対 子どもの健全育成に熱意のある方

定 3人程度

申 7月19日(金)までに

履歴書を郵送(必着)または直接

問 こども育成課



市営住宅定期募集

7月の市営住宅定期募集を行います。募集予定住宅は戸ノ山団地、清水台住宅、ひがし谷田川団地、台町団地、要害住宅です。詳細は、市ホームページまたは入居申込案内(住宅政策課、各窓口センターに用意)をご覧ください。

申 7月2日(火)～12日(金)に入居申込書1部、同意書1部、84円切手2枚を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

問 茨城県住宅管理センターつくばセンター [〒305-0032竹園3-18-3竹園ショッピングセンター] ☎029(853)1369

担 住宅政策課

航空学生・一般曹候補生・自衛官候補生

詳細はホームページをご覧ください。

航空学生

申 受付期間▷7月1日(月)～9月5日(木)

一般曹候補生

申 受付期間▷7月1日(月)～9月3日(火)

自衛官候補生

自衛官候補生の採用は、年間を通して行っています。詳細はお問い合わせください。

問 自衛隊茨城地方協力本部

土浦地域事務所

☎029(821)6986

担 総務課



相談

行政書士無料相談会

相続、遺言、法人設立、許認可関係全般、農地転用、帰化、永住・在留資格関係、権利義務・事実証明に関する相談ができます。

日 7月25日(木) 13:00～16:00

場 市役所3階会議室302 定 先着12組

申 9:00～10:00に茨城県行政書士会県南支部に電話で ※(土)(日)(祝)を除く

問 茨城県行政書士会県南支部(つくば会場担当) ☎090(3291)1215(担当:野村)

担 総務課

「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



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その親の相談に応じます。

日 7月28日(日) 10:00～15:00

場 大穂交流センター研修室

対 結婚を希望する独身者やその親

定 先着8人(要予約)

申 7月26日(金)までに電話

またはインターネットで

問 こども政策課



こころの健康相談

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

※治療中の方は、ご遠慮いただいています。まずは主治医にご相談ください。

- 日 7月17日(水)9:00~11:00
場 大穂保健センター
対 市内在住の方 定 先着2人
申 7月1日(月)から電話で
問 大穂保健センター ☎029(864)7841

男性のための電話相談

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

- 対 市内在住・在勤・在学の方
申 7月11日(木)18:00~20:30
に電話で
相談専用 ☎029(883)1188
問 ダイバーシティ推進室



その他

みんなの食堂に遊びに行ってみよう

みんなの食堂は、子どもから高齢の方まで、誰でも行くことができるみんなの居場所です。市内13カ所にある食堂の詳細は、市ホームページをご覧ください。

※事前予約を優先する食堂があります。あらかじめ各団体にお問い合わせください。

- 問 こども未来センター



みんなの食堂の運営に市の補助金をご活用ください

市では、みんなの食堂の運営団体に補助金を交付しています。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



アクアワールド・大洗年間パスポート

「サメの飼育種類数日本一」のアクアワールド・大洗では1年間で何度も楽しめる年間パスポートを販売中です。

580種6万8千点の生き物たちが魅せる躍動と感動をお楽しみください。詳細はホームページをご覧ください。

- 問 アクアワールド茨城県大洗水族館 ☎029(267)5151



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で保管することで、大切な遺言書の紛失や改ざんなどを防止できます。詳細は水戸地方法務局ホームページをご覧ください。

- 問 水戸地方法務局土浦支局総務課
☎029(821)0783(9:00~17:00)
※(土)(日)(祝)を除く
担 法務課

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。



- 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



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

- 日 ▷ビニール=7月23日(火)
▷ポリエチレン=7月25日(木)9:00~11:00
場 豊里ライスセンター[木俣389-3]
対 市内在住の方
費 ▷負担金=金額確定後、市ホームページで公開
▷登録料=1,000円(年度内初回のみ)
問 農業政策課

7月は屋外広告物適正表示推進月間

市内の幹線道路沿いに無許可で設置されている屋外広告物が、街の景観に大きな影響を与えています。市では、主要な交差点を重点的に定め指導を進めています。また、パトロールを強化し、電柱や道路上に違法に表示・設置されている広告物の撤去を進めています。

- 問 都市計画課



元気いばらき就職面接会(中高年・シニア対象)

中高年・シニア離職者などで求職中の方を対象に、合同就職面接会を開催します。複数の企業の人事担当者と直接会って話せる機会ですので、ぜひご参加ください。

- 日 7月18日(木)13:30~15:30(受付13:00~)
場 市役所本庁舎2階会議室201
対 中高年やシニア離職者などの求職者の方
問 いばらき就職支援センター 県南地区センター
☎029(825)3410
担 産業振興課



筑波ふれあいの里 食堂フロアを無料開放しています

宿泊や有料施設の利用者以外の方も食堂フロアを無料で利用できます。休憩などにご利用ください(予約不要・持ち込み飲食可)。

- 日 10:00~15:00 ※休館日を除く
問 筑波ふれあいの里 ☎029(866)1519



外来種のカミキリムシを捕獲した方に奨励金やグッズを贈呈します

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

- 対 茨城県在住の小学生以上の方
問 環境保全課



▲グッズ

排水設備設置(下水道接続)補助金の補助要件を拡大しました

2024年度から、霞ヶ浦流域と牛久沼流域に関わらず市内全域で、共用開始後4年目以降の排水設備設置工事に対する補助金の限度額を35万円に拡大しました。補助要件などの詳細は市ホームページをご覧ください。

- 問 上下水道業務課



令和5~8年度一般(指名)競争入札参加資格審査申請(追加受付)

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、事前に定められた期間中に入札参加資格審査の申請を行い、有資格者名簿に登録をすることが必要です。詳細は市ホームページをご覧ください。

- 申 8月1日(木)~7日(水)にインターネットで ※期間内必着で郵送による申請も可(申込書は契約検査課、市ホームページに用意)
問 契約検査課



つくば市安心住宅リフォーム支援補助金

市内に本店がある施工業者との契約で、50万円以上(税込み)のリフォーム工事を行う場合の費用の一部を補助します。詳細は市ホームページをご覧ください。

- 補助額▷工事費用の10%(上限10万円)
日 第2期=8月1日(木)~11月29日(金)
対 市内に対象物件を所有し居住している方
定 各期先着50件
申 リフォーム着工の14日前までに、申込書(住宅政策課、市ホームページに用意)を直接
問 住宅政策課



木曜延長窓口のお知らせ

第2・4(木)は、一部の窓口業務について、19:30まで開庁時間を延長して受け付けています。※延長は開庁日に限ります。

- 7月の木曜延長窓口開庁日は次のとおりです。
日 ①7月11日(木)②7月25日(木)
問 市民窓口課

納期限内の納付にご協力ください

7月31日(水)の納期限は次のとおりです。納期限までに納付してください。

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

イベント情報

希望講座・コース
希望日・時間

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

ハガキ・FAXなどの記入例

①～④をすべて記入してください。

※在勤の人は勤務先・所在地、在学の人は学校名・所在地を記入してください。申し込みは原則1人1通。往復ハガキの場合は、返信用の住所・氏名も記入してください。

郵送先(〒で指定のないもの)

〒305-8555
つくば市研究学園1-1-1 つくば市役所○○○○○課

スポーツ

つくばウェルネスパークプログラム

①キッズフラダンス教室

ハワイのフラダンサーに師事している先生が音楽に合わせて基本から丁寧に本場のフラダンスを指導します。初心者でも大歓迎、体験も常時受け付け中です。

日 7月7・14・21日(日) 11:30～12:30

場 つくばウェルネスパーク

対 3歳～小学生の方

講 会田美奈子氏(フラオモアナつくば)

定 先着10人/回 費 3,150円(3日間)

申 電話または2階総合受付に直接

②夏の短期こども水泳教室

3歳から小学生を対象として、①水慣れ②基礎③クロール背泳ぎの3クラスを3日間集中開催します。初心者だけでなく、基本的な復習をしたいお子さまも大歓迎です。

日 7月29日(月)・30日(火)・31日(水)

8:45～9:45

対 ①3歳～5歳の方②③5歳～小学生の方

講 つくばウェルネスパークスタッフ

定 ①②先着20人/回③先着10人

費 4,000円(各3日間)

申 7月1日(月)～20日(土) 20:00までに電話または2階総合受付に直接

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 スポーツ施設課



なぎなた初心者講習会

汗拭き用タオルと飲み物をお持ちください。

日 7月27日(土) 13:00～15:00(受付12:45～)

場 桜総合体育館柔剣道場

対 市内在住・在勤・在学の方 費 200円

申 7月12日(金)までに「講習名・住所・氏名・年齢・電話番号」を郵送(必着)またはFAXで

問 市スポーツ協会事務局(市役所内)

☎029(854)8511

F 029(854)8531

担 スポーツ振興課



鹿島アントラーズ フレンドリー タウンデイズ「つくばの日」開催

サガン鳥栖をホームに迎えゲームが開催されます。ぜひ、会場にお越しください。

日 8月7日(水) 19時キックオフ

場 茨城県立カシマサッカー
スタジアム〔鹿嶋市神向寺
うしろやま
後山26-2〕

担 スポーツ振興課



健康

ウエルカフェ栄養サロン 「キレイは食事ですつくれます」

健康な体づくりのためには、毎日の食事がとても大切です。テーマに合わせた食事のポイントを紹介し、体組成と骨強度の測定、貧血チェック(ヘモグロビン量測定)があります。

日 7月19日(金) 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 ウエルシア栄養士 定 先着10人

申 7月18日(木)までに電話で(当日参加可)

問 健康増進課

健康栄養サロン

「ちょっと気になる血圧の話」

「いま」の食事が「未来」のあなたをつくりません。食事のポイントを管理栄養士が紹介します。

①管理栄養士による栄養講話

②体組成・血圧計・ベジメーターの測定

日 7月24日(水) ①10:20～、11:00～

②10:00～11:45

場 ブランデ並木店〔並木4-3-2〕

対 市内在住の方

講 市管理栄養士、ウエルシア管理栄養士、カスミ管理栄養士

定 ①先着15人/回②15分ごとに3人

申 7月23日(火)までに電話で(当日参加可)

問 健康増進課

出前健康教室

リハビリ専門職やインストラクターによる運動などを行います。シニアの方も大歓迎です。※同じ月に参加できるのは、カスミ学園店とイオンモールつくばのいずれか一つです。

①カスミ学園店で体操しよう

日 7月23日(火) 14:00～15:00

場 カスミ学園店2階イトインコーナー〔竹園2-12-1〕

定 先着10人

申 7月16日(火)9:00から電話で

②イオンモールつくばで体操しよう

日 8月20日(火) 14:00～15:00

場 イオンモールつくば3階イオンホール〔稲岡66-1〕

定 先着18人

申 8月6日(火)9:00から電話で

対 市に住民登録がある40歳以上の方

問 健康増進施設いきいきプラザ

☎029(864)5073(出前健康教室専用)

催し

親子木育おもちゃ広場

木育は木のおもちゃを通じて、森や木との関わりを主体的に考えられる豊かな心を育む取り組みです。木のおもちゃ広場で遊びませんか。

日 7月25日(木)～31日(水)

①10:00～11:00②11:00～12:00

③13:00～14:00④14:00～15:00

場 つくばセンタービル1階co-en〔吾妻1-10-1〕

対 未就学児とその家族の方

講 子育てネットワークままもり

定 先着15組程度/回

※満員の場合次回の整理券を配布

問 鳥獣対策・森林保全室



木育おもちゃ広場の様子

高崎自然の森で自然体験 第2回つくば里山たのしみ隊

インストラクターと子どもたちによる森の生き物調査と、スケッチをします。

日 7月24日(水) 8:00～12:00(受付7:30～)

※雨天の場合翌日開催

場 高崎自然の森〔高崎1078-1〕

対 市内在住・在学の小学生～中学生の方

講 つくば環境フォーラム

定 24人(抽選) 費 500円

申 7月10日(水)までに

インターネットで

担 鳥獣対策・森林保全室



夏休み子どもイベント

①夏休みおはなし会

怖い話や面白い話、パネルシアターを語り部の方が聞かせてくれます。

日 8月3日(土) 10:00～11:00

対 市内幼児～小学生(低学年)とその保護者の方

講 市内語り部ボランティア 定 先着15組

②おもしろ理科実験

おもしろ理科実験のほか、ドライアイスの上で固めるアイスクリーム作り、電流を流して膨らませるパン作りの実験をします。

日 8月10日(土) 10:00～11:30

対 市内小学生の方 講 おもしろ理科先生

定 先着20人 費 500円

場 市民研修センター〔北条1477-1〕

申 7月5日(金)9:00～23日(火)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

中央図書館イベント

①おはなし会

おはなしボランティアによる読み聞かせなどを行います。※各日2回公演、当日受け付けのみ

日 7月13・20・27日(土)・28日(日)、8月3日(土)

①15:00~15:15②15:30~15:45

対 幼児~小学生の方

②おはなしぶんぶん(乳幼児向けおはなし会)

司書による手遊びなども交えた、0歳から楽しめる赤ちゃん向けのおはなし会です。

※各日2回公演、当日受け付けのみ

日 7月19日(金)・25日(木)

①10:30~10:50②11:00~11:20

対 乳幼児と保護者の方

③おはなしボランティア公演

パネルシアター「にじいろのさかな」ほか

ボランティア団体のパネルシアターかくれんぼ・ゆめぼっぼによるパネルシアター公演です。

日 7月21日(日) 10:30~11:15 (10:15開場)

対 乳児や児童と保護者の方(一般の方も可)

定 先着100人

申 当日10:00~1階エントランスホールにて入場券を配布

④ジュニア図書館員大募集

図書館にはどんな本があるのか、本を探すにはどうしたらいいのかなど、図書館を上手に使えるようになりたい小学生向けのイベントです。

日 7月24日(水)・26日(金) 9:30~12:00

対 市内在住・在学の小学5・6年生

定 24人/日(抽選)

申 7月12日(金)までにインターネットで



⑤いろいろな点字に触ってみよう!

目が見えない研究者石井真史先生が指先で見る広い世界を紹介します。文字と記号の再発見を体験しましょう。

日 8月1日(木) 10:00~11:00

対 市内在住・在学の小学生以上の方

講 石井真史氏(物質・材料研究機構首席研究員)

定 40人程度

申 7月9日(火)~8月1日(木)にインターネットで



場 中央図書館

問 中央図書館 ☎029(856)4311

ふれあいプラザ夏休み子どもイベント 納涼肝試し

ふれあいプラザ館内でミステリーアトラクションと納涼肝試しをします。※終了した方にはゴーストハンターの認定書を発行します。

日 8月18日(日) 18:00~21:00

場 ふれあいプラザ 対 小学生の方

定 80人(抽選) 費 1,200円

申 7月31日(水)までに「イベント名・郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢・学年・性別(任意)」を郵送(必着)、FAXまたは直接

問 ふれあいプラザ [〒300-1273 下岩崎2164-1]

☎029(876)2311

F 029(876)2396

担 地域支援課



ウォーターアドベンチャー2024 inつくばセンター広場

スライダーは4歳~小学生(身長100cm以上)、プールは3歳~小学生、バンジーは3歳以上(体重50kgまで)が利用できます。プールの利用時、小学生未満は保護者の見守りが必須です。※着替え用テント、休憩テントもあります。

日 7月19日(金)~8月4日(日) 11:00~17:00 (7月24日(水)・30日(火)は点検、清掃のため休業)

場 つくばセンター広場

対 年齢・体重制限あり

費 スライダーとプール▷平日=800円/50分 ▷土日祝=800円/30分

バンジー▷1,000円/2分

問 つくばまちなかデザイン

☎029(869)7229

担 学園地区市街地振興課



つくばクラフトビアフェスト2024

クラフトビールの多様性を知っていただけるイベントを開催します。ビール好きの方はもちろん、お酒が飲めない方も食事やソフトドリンクなどを楽しめます。

日 7月19日(金) 15:00~22:00

7月20日(土) 11:00~22:00

7月21日(日) 11:00~18:00

※ラストオーダーは終了時間の1時間前

場 つくばセンター広場

問 つくばクラフトビアフェスト

実行委員会

E info@tsukuba-

craftbeerfest.com

担 学園地区市街地振興課



夕方から夜の昆虫観察

夕方は筑波山麓の昆虫探しと観察、夜はライトトラップに集まる昆虫を観察して、筑波山麓の自然環境と昆虫について学びます。

※夕食をご持参ください。

日 7月31日(水) 16:00~20:30

場 筑波ふれあいの里

対 市内在住の小学生以上の親子

定 12組(抽選) 費 1,000円

申 7月10日(水)までにインターネットで

問 つくば環境フォーラム

☎029(879)8810

担 筑波ふれあいの里



田んぼの水草と水生昆虫の観察会

水生昆虫、水草、ホタルの観察を通して、自然環境の大切さを学びます。夏休みに涼やかな思い出をつくってみませんか。第2回は秋に葛城の森で開催予定です。

日 7月20日(土) 15:45~20:15

予備日:27日(土)

場 田井地区「すそみの田んぼ」

対 市内在住の小学校3年~中学校3年生とその保護者の方

講 つくば環境フォーラム

定 先着15組

申 7月3日(水)~10日(水)にインターネットで

問 環境政策課



重量感あるお神輿を担ごう

お祭りで500kgある大神輿を担ぎませんか。法被はお貸しします。※駐車場もあります。

日 7月20日(土) 18:00(17:00集合)

場 神明神社(栄247)

対 中学生以上の方 定 先着20人程度

費 500円(法被クリーニング代)

申 7月18日(木)までにインターネットまたはメールで

問 栄市街地活性化協議会

E sakaekyougikai@gmail.

com

担 周辺市街地振興課



次世代型市民農園ハルファームの現地見学会と農業体験

6月に開園した農園で現地見学会と農業体験をしませんか。専用スマホアプリが野菜作りを支援します。種苗や農耕具なども完備しています。汚れてもよい服装でお越しください。

持ち物:帽子・長靴・軍手・飲み物

日 7月15日(祝) 10:00~12:00

場 次世代型市民農園ハルファーム(酒丸309-1)

定 先着10組

申 7月14日(日)までにインターネットで

問 次世代型市民農園ハルファーム ☎080(1029)0162

担 農業政策課



第40回うしくかっぱ祭り

牛久市最大のイベント、うしくかっぱ祭りを開催します。祭りの目玉である「かっぱばやし踊りパレード」を含め、楽しいイベントを数多く開催します。

日 7月27日(土)・28日(日)

場 花水木通り・牛久市役所・牛久市役所近隣公園

問 うしくかっぱ祭り実行委員会

事務局(牛久市未来創造課内)

☎029(874)5554

担 広報戦略課



講座

社会力コーディネーター養成講座【スキルアップ版】第2回

「伝わる話し方と広報術」をテーマに自分の活動や思いを表現する方法や広報のコツを学びます。

日 8月22日(木) 18:30~20:30

場 市役所本庁舎2階会議室201

講 鷺田美加氏(RION代表取締役)

定 30人(抽選)

申 8月15日(木)までに申込書(生涯学習推進課に用意)をインターネットまたは直接

問 生涯学習推進課



▲鷺田美加氏



ふれあいプラザ講座

①**体験 安来節 ドジョウすくいを踊ろう**
 島根県安来市の民謡です。ドジョウすくいの男踊りを楽しくみんなで体験してみませんか。
 日 8月7日(水) 10:00~11:00
 講 島根たね氏
 定 20人(抽選) 費 500円



②**体験 ガマの油売り**
 筑波山の伝承芸能で有名な大道芸ガマの油売り口上を体験してみませんか。
 日 8月12日(祝) 13:30~15:30
 講 飯田義房氏(筑波山ガマ口上保存会)
 定 20人(抽選) 費 500円

③**スマホ決済はじめの一步 PayPay または Suica(スマホ持ち込み)**
 スマホ決済を安心して使用できるよう、設定のこつやチャージの方法を丁寧に解説します。
 日 8月4・18・25日、9月8・15日(日) 10:00~12:00
 対 スマホを持参できる方
 ※対応機器貸し出しはありません。
 講 片岡秀典氏(デジタルサポートオフィス代表)
 定 15人(抽選)
 費 6,000円(別途教材費500円)

④**丁寧に学ぶ スマホ・タブレット アプリで情報検索(スマホ・タブレット持ち込み)**
 お住まいの地区、出先などのリアルタイムな防災・気象・ニュース情報の見方を丁寧に解説します。
 日 8月6・20・27日、9月3・10日、10月1日(火) 10:00~12:00
 対 文字入力ができる方
 ※対応機器貸し出し応相談
 講 花村直子氏(デジタルサポートオフィスインストラクター)
 定 15人(抽選)
 費 7,200円(別途教材費500円)



⑤**ワード&エクセル活用I(PC持ち込み)**
 脳トレのためのワードとエクセルの操作のこつ(案内文書作成・帳簿作成)を解説します。元データを用意するので繰り返し練習できます。
 日 8月6・20・27日、9月3・10日、10月1日(火) 13:30~15:30
 対 経験者の方 ※対応機器貸し出し応相談
 講 花村直子氏(デジタルサポートオフィスインストラクター)
 定 15人(抽選)
 費 7,200円(別途教材費1,200円)

⑥**ミラーレス一眼レフカメラ撮影実践 (ミラーレス一眼レフ持ち込み)**
 シーン別に詳しい設定のこつを解説します。
 日 8月3・10・17・24・31日、9月14日(土) 14:00~16:00
 対 経験者でミラーレス一眼レフカメラを持参できる方 ※貸し出しはありません。
 講 片岡秀典氏(デジタルサポートオフィス代表)
 定 15人(抽選)
 費 7,200円(別途教材費500円)

⑦**プリザーブドで仏花 お洒落なお仏壇アレンジ**
 お洒落な花器にプリザーブドフラワーで作るお仏壇飾りです。花の痛みが早いこの季節に

おすすめです。
 日 8月4日(日) 10:00~11:30
 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 5,000円(教材費込み)

⑧**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4日(日) 10:30~12:00
 講 小松崎広美氏(アロマセラピスト)
 定 10人(抽選) 費 2,400円(教材費込み)

⑨**経絡に特化したセルフケア~秋の養生~**
 胃・脾経絡の免疫を高める方法をお伝えします。特別なアロマ精油で経絡の流れを整え、免疫を高めるセルフケアを行います。
 ※漢方アロマ精油の持ち帰りはありません。
 日 8月20日(火) 13:00~14:30
 講 小林沙緒氏(ホリスティック漢方アロマ協会認定講師)
 定 8人(抽選) 費 2,000円(教材費込み)

⑩**世界の料理 中国編**
 夏野菜を使用した中国料理、今回はきゅうりと鶏肉の和え物、春雨サラダ、トマトスープを作ります。
 日 8月8日(木) 10:00~13:00
 講 阿久津明子氏(料理研究家)
 定 12人(抽選)
 費 2,700円(材料費込み)



⑪**家でできるキャンプ気分料理**
 コールスローサラダ2種、アヒージョ、タンドリーチキン、マチュドニア(フルーツのシロップ漬け)を作ります。
 日 8月24日(土) 13:30~16:00
 講 藤澤ちひろ氏
 定 12人(抽選) 費 3,000円(材料費込み)

⑫**親子講座 タイル工作 銅敷き**
 夏休みの工作にもぴったり。タイル工作で壁掛けにもなるヒマワリの銅敷きを作ります。
 日 8月3日(土) 10:00~12:00
 対 小学生の親子(お子さま1人につき保護者1人)
 講 住吉恵理子氏(あとりにここにこ)
 定 10組(抽選)
 費 2,500円(教材費込み)/組



⑬**親子講座 親子でプレバレエ**
 プレバレエとは、本格的バレエを疑似体験できる講座です。親子で楽しみましょう。
 日 8月4・18日、9月1・15日(日) 9:30~10:30
 対 2歳~小学生の親子(お子さま1人につき保護者1人)
 講 中間美妃氏(日本バレエ協会会員)
 定 6組(抽選) 費 6,000円/組

⑭**親子講座 多肉植物の寄せ植え**
 くぬぎ炭の鉢に2~3種類の多肉植物を植えます。植物と炭で、空気の浄化効果も兼ねた癒しのアイテムを親子で作りましょう。
 日 8月4日(日) 10:30~12:00
 対 小学生以上の親子(お子さま1人につき保

護者1人)
 講 宮内伶氏(日本農業園芸造園研究所代表)
 定 6組(抽選) 費 2,500円(教材費込み)/組

⑮**親子講座 ラタンアートで藤のお皿**
 親子で楽しく工作し、大きさ20cm×高さ4cmの藤のお皿を作ります。
 日 8月4日(日) 13:00~15:30
 対 小学3~6年生の親子(お子さま1人につき保護者1人)
 講 小倉美津江氏(ラタン・アーティスト)
 定 6組(抽選) 費 3,000円(教材費込み)/組

⑯**親子講座 ストラップ付き小物入れ**
 パッチワークのストラップ付きのポーチを作ります。大きさは9cm×12cmです。
 日 8月25日(日) 13:30~15:30
 対 小学4年生以上の親子(お子さま1人につき保護者1人)
 講 一木みどり氏(子どもと大人のフリースクール若草代表)
 定 6組(抽選)
 費 2,000円(教材費込み)/組



⑰**親子講座 プリザーブドフラワーで作る花冠**
 プリザーブドフラワーのかすみ草やスターチスなどを使用して、親子で花冠を作ります。
 日 8月18日(日) 10:00~11:30
 対 5歳以上の親子(お子さま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(カーリーフラワーショップ curly flower shop 代表)
 定 6組(抽選)
 費 2,200円(教材費込み)/組



⑱**親子講座 簡単ドライカレー**
 スパイスの役割や薬膳の基本の五味五色五臓を学び、親子でドライカレー、カラフルレリッシュ、さつまいものスティックなどを作ります。
 日 8月23日(金) 10:30~13:30
 対 小学生以上の親子(お子さま1人につき保護者1人)
 講 井上舞衣氏(薬膳研究家)
 定 6組(抽選)
 費 2,500円(材料費込み)/組



⑲**親子講座 ソフト粘土で作るペン立て**
 ソフト粘土を使用し、親子でオリジナルのペン立てを2個作ります。
 日 8月25日(日) 10:30~12:00
 対 5歳~小学生の親子(お子さま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(DECÒクレイクラフトアカデミー講師)
 定 10組(抽選)
 費 2,200円(教材費込み)/組



場 ふれあいプラザ
 申 7月18日(木)までに「講座名・郵便番号・住所・氏名・電話番号・年齢・性別(任意)」を郵送(必着)、インターネット、FAX、または直接
 問 ふれあいプラザ[〒300-1273下岩崎2164-1]
 ☎029(876)2311
 📠029(876)2396
 担 地域支援課



初歩からはじめる古文書講座
初級コース

市域に関する江戸時代の古文書を題材に、古文書講座を開催します。今回は初めて解読に挑戦する方向けの初級コースです。

日 8月7・21日、9月4・18日(水) 10:00~11:30

場 小田城跡歴史ひろば案内所学習室

対 市在住・在勤・在学の方

講 市文化財専門員

定 28人(抽選) 費 300円

申 7月19日(金)までに「住所または勤務先所在地・氏名(フリガナ)・電話番号」を郵送(往復はがき)(当日消印有効)またはインターネットで

問 文化財課



家族で学ぼう! 家事シェア授業!

「家事学」と題して、片付けや掃除の基本、家事を通じたコミュニケーション、家族で家事を共有する大切さについて、小学生にもわかりやすい内容で楽しく学びます。ご家族、お一人のどちらのご参加もお待ちしております。

日 7月29日(月) 10:00~12:00

場 市役所2階防災会議室2、3

対 市内在住・在勤・在学の方

講 高橋さなえ氏(整理収納アドバイザー)

定 先着30人

申 7月26日(金)までに電話またはインターネットで

問 ダイバーシティ推進室



親子講座カラフルピザパン

ウィンナーを巻き付けてボリュームのあるピザ生地を作り、カラフルな野菜とチーズをたっぷりのせたピザパンを作ります。

日 8月4日(日) 10:00~13:00

場 働く婦人の家

対 市内在住・在勤の親子 講 櫻井安子氏

定 8組(抽選) 費 2,100円

申 7月22日(月)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郵送(往復はがき)、メールまたは官製はがき(裏白紙)を直接持参

問 働く婦人の家[沼田40-2]

☎029(866)2127

E fjn010@city.tsukuba.lg.jp



つくば美術館第4回土曜講座
「よみがえる美術作品
修復をめぐるいくつかの対話」

貴重な作品を守り伝えていくために、茨城県近代美術館で行われてきた修復の事例を取り上げ、美術作品の修復や再制作についてお話しします。

日 7月27日(土) 13:30~15:00

場 つくば美術館2階講座室[吾妻2-8]

講 永松左知氏(茨城県近代美術館主任学芸員)

定 先着50人(事前受付35人)

申 >事前受付=7月25日(木)までにインターネットで

>当日受付=13:00から直接

問 つくば美術館

☎029(856)3711

担 文化芸術課



高校生のためのビジネスプラン作成講座

高校生を対象に、ビジネスプラン作成の基本を学びながら課題解決力を養う全2回の講座を開催します。ぜひご参加ください。

日 7月30日、8月6日(火) 13:30~15:30

場 つくばスタートアップパーク(つくば市産業振興センター)

対 市内在住・在学の高校生の方 定 20人(抽選)

申 7月23日(火)までにインターネットまたはメールで

E eco054@city.tsukuba.lg.jp

問 スタートアップ推進室



第25回 つくばSDGsパートナー講座

一人ひとりの防災行動計画(マイ・タイムライン)の取組、普及啓発についてをテーマに開催します。

日 7月25日(木) 18:00~19:35

場 オンライン配信 YouTube Live

講 星毅雄氏、櫻井健太郎氏(茨城県防災・危機管理課)

申 7月23日(火) 17:00までにインターネットで

問 持続可能都市戦略室



2024夏休み「知っちゃおうツアー」

障害のある方やボランティアと交流し、さまざまな福祉体験を通して新たな発見をしたり、自分にできることを考えたりしませんか。日程により内容が異なるため、詳細はホームページをご覧ください。

日 ①7月31日(水) 10:00~12:00

②8月2日(金) 13:30~15:30

③8月6日(火) 13:30~15:30

④8月7日(水) 13:30~15:30

⑤8月8日(木) 10:00~12:00

⑥8月8日(木) 13:30~15:30

場 ①~⑤老人福祉センターとよさとホール(とよがし) [遠東639-1]

⑥筑波技術大学天久保キャンパス(天久保4-3-15)

対 市内在学の小学4~6年生

※③は4・5年生⑥は5・6年生

定 先着30人/日

申 7月1日(月)~23日(火)に電話またはメールで

問 社会福祉協議会ボランティアセンター

☎029(879)5898

E tvcc@tsukuba-swc.or.jp

担 社会福祉課



【小学生向け】おじいちゃんおばあちゃん大好きだよ! 教室

加齢に伴う心身の変化や認知症について、講義や体験などを通して理解を深める教室です。高齢者への思いやりや認知症の方への対応力を育みます。※つくばちびっこ博士のクイズ企画に参加しています。

日 7月20日、8月24日(土) 9:30~12:00

場 市役所2階会議室201

対 市内在住の小学4~6年生とその家族の方

定 先着100人/日

申 7月5日(金)~各参加希望日の前日までに電話またはインターネットで

問 地域包括支援課



健康づくり調理講習会

管理栄養士が食事のポイントや調理方法をご紹介します。白米半合(②のみ)・エプロン・三角巾・マスク・布巾・手拭きタオル・筆記用具・飲み物をお持ちください。

①食育普及講座「元気な夏休みの過ごし方」

子どもの健やかな成長のためには毎日の食生活が基本です。親子で楽しく料理しましょう。メニュー:おさかなベークル・揚げないポテト・マセドアンサラダ・野菜ラッシー

日 7月25日(木)・29日(月) 10:15~13:00 (受付10:00~)

対 市内在住の親子(小学生以上)

定 先着5組

申 7月9日(火)~18日(木)にインターネットで



②若さをつくるキッチン

「熱中症予防のための食事」

いつまでも元気に過ごす食事づくりを学びます。メニュー:トマトとひき肉のエスニック炒め丼・香味野菜の春雨サラダ・シナモン豆乳プリン

日 7月23日(火) 10:15~13:00(受付10:00~)

対 65歳以上の市内在住の方 定 先着16人

申 7月1日(月)~16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

問 健康増進課

科学技術

サイエンスツアーバス
スタッフガイド同行コース

市内6つの研究施設を巡る「つくばサイエンスツアーバス」に乗り、北回りの2つ施設を説明付きで見学できるツアーです。

日 7月14日(日)・20日(土)、
8月3日(土)・17日(土) 9:00~12:45
※期間外も毎月第1・3(土)開催

場 地図と測量の科学館、筑波実験植物園

定 先着30人/日

費 バス乗車料▷大人=750円▷子供=380円▷幼児無料(保護者同伴)

※筑波実験植物園は別途入園料が必要

申 参加希望日の前日の15:00までにインターネットで

問 つくばサイエンスツアー
オフィス☎029(863)6868

担 観光推進課



第15回 天文学の七夕講演会

①スーパーコンピュータ富岳×宇宙大規模構造×ニュートリノ②南極に電波望遠鏡をもっていこう!~地上最高の空を求めて~の2つのテーマで講演を行います。

※中学生以上向けの内容ですが小学生以下の方も参加できます。

日 7月6日(土) 13:30~16:30

場 つくば国際会議場大会議室101 [竹園2-20-3]

講 ①吉川耕司氏(筑波大学准教授)
②久野成夫氏(筑波大学教授)

定 先着130人

問 筑波大学宇宙観測研究室
☎029(853)5080

担 科学技術戦略課



令和6年能登半島地震 被災地での支援状況報告(第5回)

管財課▷財政課▷危機管理課

2024年1月1日に発生した、「令和6年能登半島地震」で被害に遭われた方々にお見舞い申し上げるとともに、被災された方々の安全と、一日も早い復旧をお祈り申し上げます。つくば市では1月3日から職員による被災地での支援を開始しており、6月15日までに29人を派遣しています。

能登町で財務部職員が住家被害認定調査を支援

県からの要請を受け、4月20日につくば市を出発し、4月21～23日に被災した住宅を対象に、現地での住宅被害再調査および住家被害認定調査票作成に従事しました。



令和6年能登半島地震全般の
情報はこちら

気象庁ホームページ
「令和6年能登半島地震の関連情報」▶



義援金を受け付けています

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

義援金箱設置場所

- ▷市役所1階総合案内(東側)
- ▷市役所2階社会福祉課41番窓口

日本赤十字社茨城県支部つくば市地区(市役所内社会福祉課担当)



フォトニュース



1 4月19日、キッズクリエーションつくばの子どもたちが市長を訪問し、自作の外国人のための水害対策マップが第20回小学生のぼうさい探検隊マップコンクールで「日本ユネスコ国内委員会会長賞」を受賞したことを報告しました。審査では、誰でも視覚的に危険性が分かる工夫や、外国人のために努力する決意が評価されました。



2 5月20日、再生可能エネルギーの普及を推進するエネグローバル株式会社の企業版ふるさと納税寄付贈呈式を行いました。同社からは、2021年度から3年連続で寄付をいただいています。寄付金の500万円は、高校奨学金支給事業、体験型科学教育事業「STEAMコンパス」、電子図書館学校利用事業に活用します。

7月の休日緊急診療医院

診療時間 9:00~16:00

診療を希望する場合は、必ず医療機関に電話連絡の上、受診してください。



7月の図書館カレンダー

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

● 休館日 ★ 開館17:00まで

※最新情報は市ホームページをご覧ください。



救急車を呼ぶのを迷ったら救急電話相談へ

救える命が失われる可能性があります。1人でも多く救うために、皆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



オンラインで **タウンミーティング**を開催します

聞 広聴室



オンラインタウンミーティング

市長と市民の皆さんが、これからのつくばのまちづくりについて意見交換を行うタウンミーティングを開催します。オンラインでの開催のため、場所を問わずご参加いただけます。「市長に質問したい」「市長の話を聞いてみたい」など、興味がある方はぜひお気軽にお申し込みください。

主な内容

- ▶ 市長による市政に関するプレゼンテーション
- ▶ 市長と参加者の皆さんとの意見交換

日 時 8月17日(土) 10:00~11:30(入室9:40~)

場 所 オンライン方式(WEB会議ツール「Zoom」使用)

対 象 市内在住・在勤・在学の方

定 員 先着30人

申込方法 8月5日(月)までにインターネットで



※定員に達し次第、募集を締め切ります。
 ※できるだけ多くの方に市長とお話いただくため、すでに2024年度の対面方式のタウンミーティングに参加された方は、今回のオンラインタウンミーティングへの参加はご遠慮ください。

市長と話そう！ **タウンミーティング with 中学生**

市長と中学生・高校生の皆さんが語る会を、オンラインで開催します。皆さんが日頃感じていることや考えていることなどを、市長に投げかけてみませんか。皆さんの声に、市長自身がお答えします。聞くだけの参加も可能です。あなたの「生の声」をお聞かせください。ご参加をお待ちしています。

主な内容

- ▶ 市長による市政に関するプレゼンテーション
つくば市の取り組みについて、市長本人からお話します。
- ▶ 市長と中学生の皆さんとのフリートーク
日頃感じている疑問や、市長に聞いてみたいことなどを自由に投げかけてみましょう。

日 時 8月17日(土) 13:00~14:30(入室12:40~)

場 所 オンライン方式(WEB会議ツール「Zoom」使用)

対 象 市内在住・在学の中学生・高校生の方(義務教育学校7~9年生、中等教育学校の生徒を含む)

定 員 先着30人

申込方法 8月5日(月)までにインターネットで



※定員に達し次第、募集を締め切ります。

フックン船長と学ぶ **消防**

～夏を安全に楽しもう編～

これから夏本番となり、海や川、プールなどの水辺遊びや、花火を楽しむ機会が増えていきます。一人一人がルールを守り、熱中症に気を付けながら夏を楽しみましょう。

聞 ▷ 消防救助課 ▷ 予防課



水の事故を防ごう！(政府広報オンライン)



バーベキューや花火などでは「火」に注意！(政府広報オンライン)



熱中症予防のための情報・資料サイト(厚生労働省)



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

つくば市の人口
※ () 内は前年同月比

人口 258,217人 (+3,205) [男 129,564人 女 128,653人] 世帯数 122,725 (+2,524) ※2024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