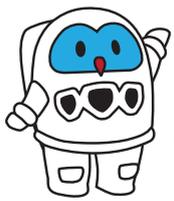


今月の主な内容

在宅高齢者福祉事業…2~3 | 物価高騰対策事業…3 | 自転車の交通反則通告制度…16



～備蓄・携帯トイレ編～

せんちょう
フクン船長と学ぶ

ぼう さい
防災

災害時は、停電・断水などによりトイレの使用が困難になる場合があります。食料や水だけではなく、携帯トイレの備蓄も忘れずにおきましょう。 関 危機管理課

1 2026年3月11日で東日本大震災発生から15年経つんだね

当時はつくば市も停電や断水になったフク

備えはしているけど、やっぱり不安だな…

2 それなら、備蓄が足りているか確認するフク!

ローリングストック※もしているから、日用品はばっちりのはず!

食べる・使う

ローリングストック

備える

買う

※普段使っている日用品や食品などを多めに買い置きし、消費期限の近いものから消費して、使用した分を補充する備蓄方法

3 備蓄リスト

- 水 (1人1日3L)
- 携帯トイレ
- カセットトイレ
- ガスマシン

備蓄リスト参考「災害の「備え」チェックリスト」(首相官邸)

4 フクン、携帯トイレって備蓄が必要なの?

携帯トイレの備蓄はとっても大切フク!

5 災害時は停電や断水でトイレが使えなくなることがよくあるけど…

携帯トイレがあれば水を使わずにお家のトイレを使うことができるフク!

そっか…非常時こそトイレは慣れた場所が安心だよ!

6 でもどうやって携帯トイレをお家で使うの?

早速一緒に試してみるフク!

1 洋式トイレの便座を上げて、大きめのポリ袋を便器に直接かぶせる。

2 便座を下ろし、携帯トイレ付属の袋をかぶせる。

3 ②でセットした袋の中に用を足す。使用後、携帯トイレ付属の凝固剤※を入れる。

4 ②でセットした袋のみを取り外し、しっかりと結ぶ。※1のポリ袋は外さない。

5 収集ルールに従い、可燃ごみとして処分する。※収集日までは自宅で保管

Point 携帯トイレ付属の袋が破けてしまう場合に備えて、大きめのポリ袋を付けておくフク

Point 凝固剤を入れた後、トイレットペーパーを入れても問題ないフク

Point ニオイの漏れにくい袋や密閉できる蓋付きのゴミ箱で保管することもおすすめフク!

※凝固剤は、大便でも使用可能です。凝固剤は水分に反応するため、水分量が少ない場合は、排泄後に水分を足すと固まりやすくなります。

備蓄のススメ

- ▶ 携帯トイレは1人当たり「1日5回×最低3日=15回分」を目安に備蓄しましょう。
- ▶ 断水中は水道などで手を洗うことが難しいため、ウェットティッシュや消毒液などの衛生用品も準備しておく、より衛生的に携帯トイレを利用できます。
- ▶ 衛生用品の備蓄は、災害時だけでなく、感染症の自宅療養時にも有効です。
- ▶ 日用品、食料、飲料水(1人1日3L)なども最低3日分備蓄しましょう。

市ホームページのご案内

「災害から身を守ろう(自助)」 関 危機管理課

「自宅療養に備えて食料品や日用品などを備蓄しましょう」 関 健康増進課

2026年度 在宅高齢者福祉事業

高齢者向けの安心サポート

問 高齢福祉課

市では、在宅高齢者の方(入院または施設入所していない方)を対象に、さまざまな事業を実施しています。今回紹介する事業以外については、内容が決定次第、広報つくばなどでお知らせしていきます。

助成券事業

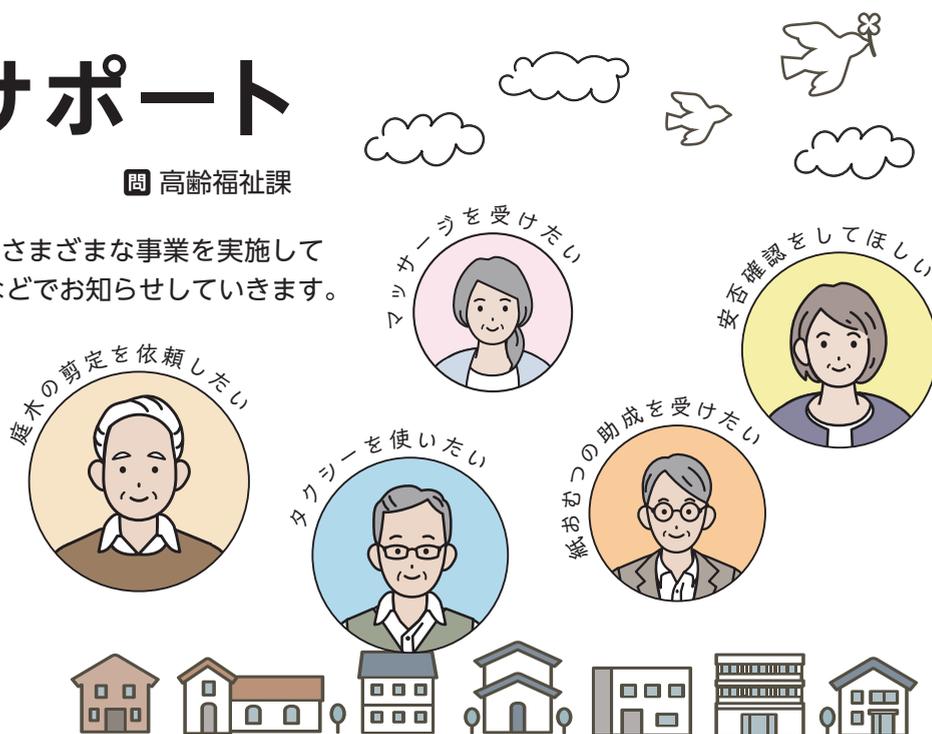
助成券は毎年度申請が必要です。

申 以下のいずれかの方法でお申し込みください。

- ▷ 高齢福祉課に郵送か直接
 - ▷ 各窓口センターに直接
 - ▷ インターネットで(いばらき電子申請・届出サービス)
- ※申請書は高齢福祉課、各窓口センター、市ホームページに用意
※代理の方による申請も可能です。



助成券は、取扱事業所で利用できます。取扱事業所については市ホームページをご覧ください。



在宅要介護高齢者等紙おむつ購入費助成事業

紙おむつなどを購入する費用の一部を助成します。

助成額 **24,000円**(1,000円券×24枚)

※申請時期により交付枚数が異なります。

- 対 65歳以上の市民税非課税の方で、次のいずれかに該当する方
- ▷ 要介護1～3認定者で、かつ、排尿・排便に介助などが必要であると認められる方
 - ▷ 要介護4・5認定者で、かつ、日常生活で紙おむつなどを必要とする方
- ※同一年度内に「障害者日常生活用具給付事業(紙おむつ)」または「知的障害者紙おむつ購入費助成事業」をすでに利用している方は対象外です。

ねたきり高齢者理美容料助成事業

理美容店に行けない寝たきり状態の方が、自宅で理美容を受ける費用の一部を助成します。

助成額 **8,000円**(4,000円券×2枚)

- 対 65歳以上で、次のいずれかに該当する方
- ▷ 要介護4・5認定者
 - ▷ 寝たきり状態の方

高齢者日常生活支援事業(すけっとくん)

日常生活を送る上で、自ら行うことが困難な部屋掃除や草取りなどの軽易な作業を依頼する費用の一部を助成します。

※2027年2月末申請締め切り

助成額 **6,000円**(500円券×12枚)

※1世帯につき12枚交付します。

- 対 次のいずれかに該当する方
- ▷ 75歳以上の1人暮らしの方
 - ▷ 75歳以上の高齢者だけでお住まいの方
- ※同一敷地内や隣接地に、親族またはこれに準ずる方が居住している方は対象外です。

あん摩・マッサージ・指圧・はり及びきゅう施術費助成事業

施術を受ける費用の一部を助成します。

助成額 **8,000円**(1,000円券×8枚)

※申請時期により交付枚数が異なります。
※1回の施術で1枚(1,000円分)利用できます。

- 対 70歳以上の方
- ※健康保険の給付により施術を受ける場合は対象外です。

在宅高齢者布団丸洗い乾燥事業

掛け布団・敷布団・毛布の丸洗い乾燥を年2回行います。替えの布団がない場合は無料で貸し出します。

※2027年2月末申請締め切り

自己負担額 **無料**(2回分)

- 対 65歳以上で、次のいずれかに該当する方
- ▷ 要介護4・5認定者
 - ▷ 寝たきり状態などの方

高齢者タクシー運賃助成事業

外出するときに利用するタクシー運賃の一部を助成します。

助成額 **12,000円**(500円券×24枚)

※一回の乗車で5枚(2,500円分)まで利用が可能です。

- 対 次のいずれかに該当する方
- ▷ 65歳以上の1人暮らしの方
 - ▷ 70歳以上の高齢者だけでお住まいの方
 - ▷ 70歳以上で市民税非課税世帯の方
 - ▷ 80歳以上の方
- ※住民基本台帳上で65歳以上の単身世帯または70歳以上の高齢者世帯の方も対象になります。
※自家用車を運転している方は対象外です。
※同一年度内に「障害者タクシー運賃助成券事業」または「重度障害者ICカード乗車券運賃助成事業」をすでに利用している方は対象外です。

注意点

- ▶ 助成券は特に申し出がない場合、申請書に記入された利用者の自宅に郵送します。
- ▶ 各助成券の交付は年度内に1回のみです。紛失にご注意ください。
- ▶ 助成券の有効期限は年度末までです。
- ▶ 利用者の資格を失ったとき(入院・入所など)は、助成券を利用できません。

事業所の皆さん、ご協力をお願いします



在宅高齢者福祉事業(助成券事業)の新規取扱事業所を募集しています。 詳しい申し込み方法については、高齢福祉課までお問い合わせください。なお、現在ご協力いただいている事業所には「協力申出書(年度毎に申請が必要)」の提出依頼を12月に通知しています。

安否確認・その他の事業

- 申 申請書(高齢福祉課、市ホームページに用意)を高齢福祉課に郵送または直接

宅配食事サービス事業

安否確認や健康保持のため、調理や買い物が困難な高齢者に、食事を希望の曜日に手渡しで配達します。

自己負担額 普通食400円/1食(生活保護世帯=300円)

- 対 心身の障害などの理由により、調理や買い物が困難な方で、次のいずれかに該当する方
 - ▷65歳以上の1人暮らしの方
 - ▷65歳以上の高齢者だけのお住まいの方
- ※愛の定期便事業を利用している方は対象外です。

愛の定期便事業

安否確認・健康保持・孤独感の解消のため、乳製品を週3回まで手渡しで配達します。

自己負担額 乳製品代金の2分の1

- 対 見守りを必要とする70歳以上の1人暮らしの方
- ※宅配食事サービス事業を利用している方は対象外です。

緊急通報システム事業

急病などの緊急時に迅速・適切に対応するため、1人暮らしの高齢者に緊急通報機器を貸与します。

※本人の固定電話または携帯電話が必要です。

自己負担額 ▷生活保護世帯・市民税非課税世帯=無料
▷市民税課税世帯=7,560円/年
※電話基本料金、通話料金は自己負担

- 対 次のいずれかに該当する方
 - ▷65歳以上で病弱または重度の身体障害のある1人暮らしの方
 - ▷75歳以上の1人暮らしの方

注意点

- ▶「宅配食事サービス事業」と「愛の定期便事業」は、同一敷地内および隣接地に、親族またはこれに準ずる方が居住している方は対象になりません。
- ▶「緊急通報システム事業」は、同一敷地内に、親族またはこれに準ずる方が居住している方は対象になりません。
- ▶安否確認が取れなかった際に、様子を確認しに行ける方(協力員)の登録が必要です。



子育て世帯を応援!

問 こども政策課

令和7年度 低所得子育て世帯に対する生活応援特別給付金

長期化する物価高騰の影響を受けている低所得の子育て世帯に対し、県独自の給付金を支給します。

給付金額 50,000円(児童1人当たり1回限り)

- 対 ①2026年1月分の児童扶養手当を受給している方
 - ②公的年金給付などを受けていることにより、児童扶養手当の支給を受けていない方(児童扶養手当所得水準である方に限る)
 - ③2026年1月分の児童手当受給者であり、2025年度(2024年中)の市町村民税が非課税である方
- 申 ①・③=申請は不要
- ②=**4月30日(木)までに次の方法で必ず期限内に申請してください。**
- ▶こども政策課(本庁舎1階3番窓口)へ直接
 - ▶郵送(消印有効)※到着日が申請日となります。

児童手当第3子加算に関する手続き

22歳年度末までの児童を3人以上養育している受給者のうち、以下の①②のいずれかもしくは両方を満たす方は、第3子以降の支給対象児童の手当が月額3万円に増額されます。



- 対 ①2026年3月末で高校を卒業する児童(2007年4月2日から2008年4月1日生まれ)がいる方
 - ②2026年3月に専門学校等卒業となる児童がいる方
- ※対象者には3月上旬に通知します。
- 申 **4月16日(木)までに次の方法で申請してください。**
- ▶こども政策課(本庁舎1階3番窓口)へ直接
 - ▶郵送(必着)
 - ▶各窓口センター(筑波・大穂・豊里・桜・谷田部・荃崎・つくば駅前)
- ※期限を過ぎて提出された場合は、提出月の翌月分から第3子加算の対象となります。

支給予定日

- ①・③=3月16日(月)から順次支給
- ②=提出期限内に申請確認後、順次支給



児童の状況 (2026年3月時点)	必要な書類
18歳年度末(高校卒業)の児童がいる世帯	①監護相当・生計費の負担についての確認書 ②児童手当額改定認定請求書
専門学校などを卒業した児童がいる世帯	①監護相当・生計費の負担についての確認書



～2027年3月31日まで 路線バス松代南循環の実証実験期間を延長します

路線バス「松代南循環」(つくばセンター～松代5丁目)の利用者数が年々増加し、本格運用に向けた目標値に近づいていることから、実証実験期間の延長・バス停の新設を実施します。

総合交通政策課

主な変更点(詳細は市ホームページをご覧ください)

- ① 実証実験期間を1年延長し、2027年3月31日まで実施します。
 - ② 西大通り沿いに「小野崎南」、「東新井南」、「二の宮三丁目」のバス停を新設します。
 - ③ 2026年4月1日(水)から時刻表を改正します。※運賃・運行経路に変更はありません。
- ※②③は国土交通省に認可申請中



つくバスを4月から改正します

2026年4月1日(水)から、つくバスの一部路線でバス停の追加・時刻表の改正(国土交通省に認可申請中)を行います。詳細は市ホームページをご覧ください。



つくば市で住所変更(転入・転出・転居)をする方へ

市民窓口課

窓口の混雑回避にご協力ください

3月中旬から5月上旬まで、住所変更手続きや各種証明書交付などで市役所は大変混雑します。郵送やマイナンバーカードによるオンラインでの転出手続きなどを活用いただき、混雑回避にご協力をお願いします。

郵送



オンライン



※オンライン手続きにはマイナンバーカードが必要です。

必要なものと注意点

住所変更手続きに必要なもの

転入(他市区町村→つくば市)/転居(つくば市内で引っ越し)

本人または同一世帯の方が手続きする場合

- 転出証明書(転入の場合)
- 窓口に来る方の本人確認書類(運転免許証など)
- 住所変更する方全員のマイナンバーカード
- 住所変更する方全員の在留カード(外国人住民の方の場合)

別世帯の方が代理人として手続きする場合、追加で必要なもの

- 委任状
- ※マイナンバーカードでの手続きは、パスワードの本人照会を郵送で行うため、2回来庁する必要があります。

転出(つくば市→他市区町村へ引っ越し)

本人または同一世帯の方が手続きする場合

- 窓口に来る方の本人確認書類(運転免許証など)

別世帯の方が代理人として手続きする場合、追加で必要なもの

- 委任状

住所変更手続きの注意点

▶マイナンバーカードをお持ちの方で、転入される方は、「つくば市に住み始めた日から14日以内」かつ「転出予定日から30日以内」に届け出をしなかった場合、カードが利用できなくなり、再度の発行手続きが必要となりますのでご注意ください。

▶委任状には、「代理人(窓口に行く人)」「委任する内容」「委任者(本人)」を具体的に明記し、記名押印または署名が必要です。

※委任状は市ホームページからダウンロード可

各窓口センターをご利用ください

各窓口センターでも、住所変更手続きを行うことができます。

※外国人住民の方の住所変更手続きは本庁舎市民窓口課でのみ取り扱いします。

名称	所在地	受付時間
筑波窓口センター	北条5060(市民ホールつくばね内)	8:45～16:30 ※(土)(日)(祝)を除く。
大穂窓口センター	筑穂1-10-4(大穂庁舎内)	
豊里窓口センター	高野1197-20	
桜窓口センター	流星台61-1(桜歴史民俗資料館内)	
谷田部窓口センター	谷田部4711(市民ホールやたべ内)	
荃崎窓口センター	小荃320(荃崎交流センター別館内)	10:00～18:30 ※(月)(日)(祝)を除く。
つくば駅前市民窓口センター	吾妻1-8-10(BiViつくば内)	

2026年3月・4月・5月 窓口混雑予想カレンダー

	日	月	火	水	木	金	土
3月	3/8	9	10	11	12 (木)	13 (人)	14
	15	16 (人)	17 (人)	18 (人)	19 (人)	20 (休)	21
	22	23 (人)	24 (人)	25 (人)	26 (木)	27 (人)	28
	29	30 (人)	31 (人)	4/1 (人)	2 (人)	3 (人)	4 (臨) 住所変更臨時窓口
4月	5	6 (人)	7 (人)	8 (人)	9 (木)	10 (人)	11
	12	13 (人)	14 (人)	15 (人)	16 (人)	17 (人)	18
	19	20 (人)	21 (人)	22 (人)	23 (木)	24 (人)	25
	26	27 (人)	28 (人)	29 (休)	30 (人)	5/1 (人)	2
5月	3	4 (休)	5 (休)	6 (休)	7 (木)	8 (人)	9

一年で最も混雑します

大変混雑します 混雑します

現在の混雑状況はこちら



平日市役所窓口受付時間(8:45～16:30)

(木) 木曜延長窓口受付時間(8:45～19:30)

(臨) 住所変更臨時窓口受付時間(8:45～15:00)

混雑時期の住所変更は 4月4日(土)の臨時窓口をご利用ください

4月4日(土)に住所変更の休日臨時窓口を開設します。取り扱い業務が限られているため、右の二次元バーコードから詳細をご確認ください。



フォレストアドベンチャー・つくば リニューアルオープン!

四季折々の自然に包まれた「フォレストアドベンチャー・つくば」が、コースの改修を経て生まれ変わりました。アドベンチャーの刺激も、自然ならではの開放感も、ここでしか味わえない特別な時間として満喫できます。

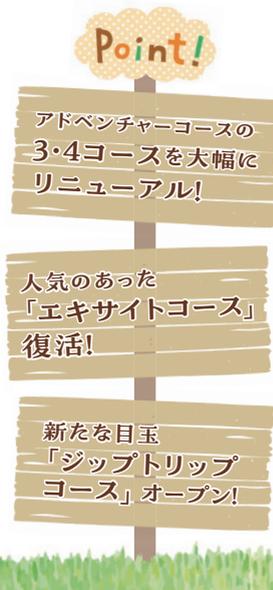
☎ 観光推進課



▲森の中を風とともに滑り抜ける爽快感が魅力で、運動が苦手な方も楽しめます。



▲エキサイトコース



NEW



▲「プリズナーブリッジ」

NEW



▲「振り子クロッシング」

料金

コース種別	料金	対象
アドベンチャーコース	4,000円	小学4年生以上 <small>センチメートル</small> または身長140cm以上
ジップトリップコース	1,800円	
アドベンチャー+ジップトリップコース	4,800円	
キャノピーコース	3,000円	身長110cm以上
エキサイトコース ※当日オプションのみ	1,500円	アドベンチャーコースクリア者

▶事前予約制です。※エキサイトコースのみ事前予約なし

注意事項

▶けが防止のため、手袋の着用が必須です。▶動きやすい服装と靴を着用してください。※スカート、お腹の出ている服装、厚底靴、ヒール、サンダルなどは不可

施設概要

フォレストアドベンチャー・つくば [沼田1688] ☎090(4755)7800

- ▶営業時間=9:00~17:00
※7月、8月=18:00まで、11月~2月=16:00まで
- ▶最終受付時間
▷アドベンチャーコース=閉園2時間30分前
▷キャノピーコース=閉園2時間前
※その他のコースや当日の詳細な時間はホームページまたは電話で直接ご確認ください。

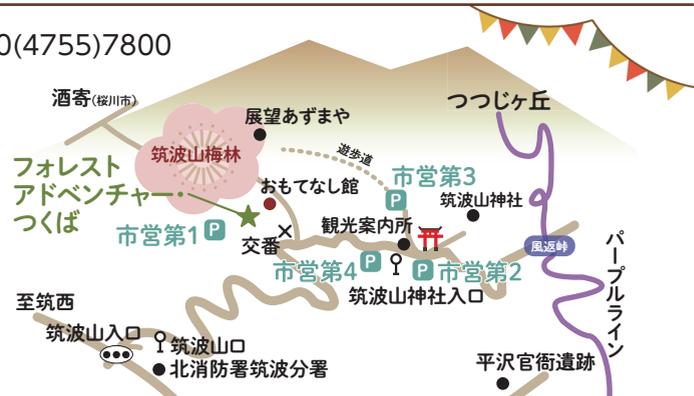


▲キャノピーコース



自然の中で、体を使って冒険する。
パワーアップしたフォレストアドベンチャー・つくばで、いつもとは違う“森の1日”を、ぜひ体験してください。

フォレストアドベンチャー・つくば
ホームページ



3月15日(日)まで開催中!

第53回筑波山梅まつり

梅咲き薫る筑波へようこそ。

☎ 毎日9:00~16:00 場 筑波山梅林
※園内は傾斜地となっているため、歩きやすい靴でお越しください。

交通規制

林道沼田新田酒寄線(筑波山梅林入口~酒寄丁字路)が車両通行止めとなります。



開花状況

開花状況を筑波山ライブカメラ▶で確認できます。



梅の花が咲き誇る中、梅林の上空を滑り抜けるジップトリップは、今だけの特別な体験です。春の訪れを感じながら体を動かし、おいしいものを味わって、充実した一日を過ごしませんか。楽しんだ後は、近くの温泉でゆったりとくつろぐのもおすすめです。

☎ ▶つくば観光コンベンション協会 ☎029(869)8333 ☎ 観光推進課

グルメ企画

- ▶梅Cafe~筑波山おもてなし館~(筑波山梅林の梅シロップを使ったメニューなど)
- ▶梅食(うめ~しょく)
- ▶名物つくばうどん(特別企画)

ジオパーク企画

- 筑波山地域ジオパークの日
- ☎ 3月7日(土)
- ▶認定商品の販売
- ▶ジオパーク特設ブース



筑波山巡り

- 筑波山捺し巡り御朱印
- ▶筑波山神社編
- ▶筑波山大御堂編

一人で悩んでいませんか あなたには相談できる人がいます

☎ 大穂保健センター ☎029(864)7841

3月は、就職や転勤、転居、進学など生活環境が大きく変動する時期です。例年自殺者数が増える傾向にあることから、3月を「自殺対策強化月間」と定め、自殺対策に関する理解と関心を深めるとともに、自殺対策を総合的に推進しています。2024年には、小中高生の自殺者数が過去最多となり、危機的な状況となっています。市では、一人一人が命を大切に、誰一人自殺に追い込まれることのない社会を実現するため、さまざまな事業を実施しています。つらいこと、苦しいことは一人で抱え込まず、相談してみませんか。

こころといのちの 相談窓口一覧

悩みや不安を抱えて困っているとき、気軽に相談できる場所があります。相談もさまざまな方法でできますので、ご希望に応じた方法をご利用ください。



こころといのちの相談窓口一覧は市ホームページから入手できます。



ゲートキーパー養成講座

「ゲートキーパー」の役割や「声掛け」の方法をお伝えします。

☎ 3月17日(火) 13:30~15:00

📍 本庁舎2階会議室203

👤 市内在住・在勤・在学の方

👥 定 先着50人 合 A B D G I K

📅 3月16日(月)までに電話またはインターネットで

☎ 大穂保健センター

☎029(864)7841



こころといのちの相談窓口一覧(抜粋)

精神保健相談 (保健師・社会福祉士)	大穂保健センター 桜保健センター 谷田部保健センター 健康増進課	☎029(864)7841 ☎029(857)3931 ☎029(838)1100 ☎029(883)1111	(月)~(金) 8:45~16:30 ※(祝)を除く
こころの健康相談 (精神科医)	大穂保健センター	☎029(864)7841	月1回実施
よりそいホットライン	社会的包摂 サポートセンター	☎(0120)279338 (フリーダイヤル)	24時間対応
LINE「こころのSNS相談@いばらき」 ※茨城県に在住・在勤・在学の LINEを使用できる方が対象	茨城県		365日対応 17:00~22:00 ▲友だち追加

3月の実施日時
☎ 3月18日(水) 9:00~11:00 定 先着2人
📅 3月2日(月)から大穂保健センターに電話で



メンタルヘルスチェックシステム こころの体温計



最近心が疲れていると感じることはありませんか。「こころの体温計」は日々の生活の中で感じるストレスや気持ちの落ち込み度のチェックができます。体の体温を測るように「こころの体温」を測って、自分や家族のメンタルチェックにお役立てください。
※システム利用は無料ですが、通信料は自己負担となります。
※医学的診断をするものではありません。

パソコン・スマートフォンなどご利用ください



質問に回答すると表示されるイラストで
ストレス度・落ち込み度がわかります

水槽の水が濁るなど、ストレスの度合いに応じてイラストの状態が変化します。「本人モード」の他にも「家族モード」「睡眠障害チェック」などでさまざまな心の状態を確認できます。



ストレス度が低い場合 ストレス度が高い場合

2025年度自殺対策講演会 こころのSOSに気づく・つながる・支える

YouTube
配信中



講師:松尾真裕子氏
筑波大学附属病院
精神医療・自殺対策連携
センター精神保健福祉士

こころのSOSに「気づく」こと、周り「つながる」こと、そして「支える」ための具体的なヒントをお届けします。

講演内容

- ①学生編(17分)
- ②働く世代編(14分)
- ③周りの人編(19分)

視聴はこちらから▶
【3月31日(火)まで視聴可能】
視聴後のアンケートにご協力
をお願いします。



2025年度ひきこもりに関する講演会 ひきこもり支援講演会

YouTube
配信中



講師:小川貴史氏
筑波大学附属病院
精神神経科医師

2025年10月21日に開催した「ひきこもり」支援に関する講演会のアーカイブ配信です。臨床経験や研究活動からみえてきた「ひきこもり」に関してお話しします。一緒にひきこもりに関する理解を深めてみませんか。

動画構成

前半/後半(各20分)

視聴はこちらから▶
【3月31日(火)まで視聴可能】
視聴後のアンケートにご協力
をお願いします。



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

市の情報を地図で見られるサービス

つくば市地図データサイト「つくミル」を開設しました

問 デジタル政策課



こちらからアクセス!
「つくスマ」アプリからもアクセスできます。



「つくミル」とは

市内の各種施設や情報などを地図上に表示する地図データサイトです。条件を絞って検索することで、必要な施設の場所や目的地までの距離が一目でわかります。さらに、自宅からのルート検索や、住所を入力して検索することもできます。

どんな地図が見られるの？

- ▶医療 ▶防災 ▶子育て・教育 ▶公共交通
- ▶都市計画 ▶環境(クーリングシェルターなど) など

順次追加予定です。掲載してほしい地図や追加してほしい機能などのご要望は、アンケートフォームからご連絡ください。▶

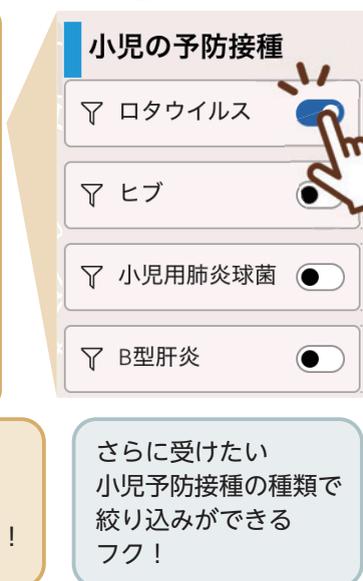


使い方一例 (ロタウイルスの場合)

▼「予防接種協力医療機関」の地図 絞り込み前



▼絞り込みメニュー



▼「ロタウイルス」対応機関で絞り込み後



まずはトップ画面から「予防接種協力医療機関」の地図を選ぶフク



地図上にたくさん表示されてる!

さらに受けたい小児予防接種の種類で絞り込みができるフク!



絞り込めた! これなら一目で分かるね!

2025年度

つくばスマートシティ社会実装トライアル支援事業(スマトラ) 先端技術実証実験の報告会を開催します

問 科学技術戦略課

市では2017年から、国が提唱する「Society5.0」という未来社会の実現を目指し、事業者が行う先端技術のトライアル(実証実験)の支援をしています。この報告会では、今年度実施した4件の実証実験の成果報告を中心に、講演やパネルディスカッションを通じて参加者の皆さんと共に事業や課題を振り返り、今後の実証支援の在り方を考えていきます。実証実験を紹介・体験できるブースも出展していますので、ぜひご来場ください。

日時 3月7日(土)

場所 イーアスつくば 2階 ホールA・B・C
[研究学園5-19]

時間 12:30~15:30

申込 事前申込制 詳細は市ホームページから▶

オンライン視聴も可能!



※合理的配慮の提供については、イベント情報(11ページ)をご覧ください。

プログラム

12:30	開場・実証紹介ブース出展開始(15:30まで)
13:00	開会あいさつ 五十嵐立青(つくば市長)
13:05	企業版ふるさと納税寄付企業 代表あいさつ 水戸証券
13:10	2025年度実証実験の成果報告会 4件
14:00	基調講演 「実証から社会実装までの振り返り」 講師 伊藤俊一郎氏(株式会社リーバー代表取締役) 対談 伊藤氏、市長
14:40	パネルディスカッション ～テーマ:スマトラが市にもたらした意義～
15:20	講評
15:25	閉会あいさつ

報告会実施事業者～実証実験の概要と登壇者紹介～

株式会社 Griteen
「STEM人材の育成に向けた地域資源を活用した地域クラブの提案」



ただはるか ▲多田遥香氏

ポッドテック株式会社
「日中韓言語対応のつくば観光地の旅程表自動生成サービス」



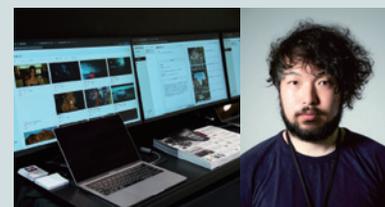
おかむらまさき ▲岡村紘紀氏

筑波大学デジタルネイチャー研究室
「誰一人取り残さないインクルーシブスポーツの開発:視覚障害者も楽しめる光るキックボクシング」



チョウ イチナン ▲Zhao Yinan氏

BONSAI STUDIO株式会社
「つくば市の映像広報を変えるAI活用トライアル」



やまもとけんた ▲山本健太氏

2026年度
採用試験情報

つくば市職員を募集します

2026年10月1日採用・2027年4月1日採用のつくば市職員採用試験を実施予定です。
詳細は2026年4月下旬に市ホームページに掲載します。

問 人事課



試験日程(予定)

●2026年10月1日採用



●2027年4月1日採用



募集職種

- 事務職
 - 専門職* (土木職・建築職・福祉職・保育士・消防士など)
- *募集職種は年度により異なります。



採用情報 ポータルサイト

採用試験の受験案内やつくば市で働く職員へのインタビュー、インターンシップ情報などを掲載しています。



こんな人材を 求めています!

- 責任感を持ち、市民の声に耳を傾けながら、課題の本質に向き合える方
- チームで働く意識をもち、ポジティブに業務や人に向き合える方
- 丁寧かつスピード感を持って、主体的に行動できる方

健康・福祉

公務員の児童手当

公務員になった方は、勤務先から児童手当が支給されるので、市に「消滅届」を提出してください。また、公務員でなくなった方は、市に新たに受給申請をする必要があります。

申 申請書(こども政策課、各窓口センター、市ホームページに用意)を郵送、インターネットから申請、またはこども政策課・各窓口センターに直接



問 こども政策課

幼児教育・保育の無償化に係る償還払い請求(還付請求)を受け付けます

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

日 3月16日(月)~4月17日(金)

申 請求書、委任状(請求者と口座名義人が異なる場合のみ)、領収証、特定子ども・子育て支援提供証明を郵送または直接

問 幼児保育課

2026年度人間ドック・脳ドック費用助成

人間ドック・脳ドックの健診費用を一部助成します。年に1度の健診にぜひご利用ください。

対 次のいずれかに該当する方

- ①国民健康保険に加入しており、2027年3月31日時点で▷人間ドック=30歳以上の方▷脳ドック=40歳以上の方
- ②後期高齢者医療制度に加入している方

申 3月2日(月)から郵送、インターネットまたは健康増進課、各保健センター・窓口センターに直接



問 健康増進課

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就学する場合、最高で月額14万円を支給します。

※所得によって異なります。詳細は市ホームページをご覧ください。

問 こども政策課



特製グッズを詰め込んだ「はじめてばこ」を赤ちゃんにプレゼントします

茨城新聞社が、茨城県で生まれた赤ちゃんにプレゼントを贈る「はじめてばこプロジェクト」を実施します。おめでとうの気持ちを込めて特製グッズなどを詰め込んだ記念ボックスを無償でお届けします。

対 県内で生まれた生後6カ月以内の赤ちゃんのいるご家庭(住民登録必須)

申 3月1日(日)からインターネットで

問 こども政策課



わたしの生き方ノート(エンディングノート)を配布しています

エンディングノートは、自分らしい生き方のために、これまでの自分のことやこれからの人生への思い、自分らしく歩むために必要なことや、考えをまとめるお手伝いをするものです。無料で配布しています。ぜひご利用ください。



場 地域包括支援課・地域包括支援センター窓口

対 市内在住の方

問 地域包括支援課



後期高齢者医療制度に加入されている方へ(交通事故などの届け出のお願い)

交通事故(同乗中の場合も含む)や他人のペットにかまれたなど第三者(自分以外)から受けた傷病について、マイナ保険証などを使用して治療を受ける場合、法令に基づき被保険者による「第三者行為による被害届出」の提出が必要となります。

問 医療年金課

シニアのための体力測定会

筑波技術大学で実施する無料の体力測定会です。加齢に伴う体力や感覚機能をチェックしませんか。

日 3月29日(日)①9:00~10:30②10:40~12:10③13:30~15:00

場 筑波技術大学保健科学部附属東西医学統合医療センターリハビリテーション室(春日4-12-7)

対 市内在住の65歳以上の方

講 小山真吾氏(筑波技術大学助教)

定 先着10人/回 合 A/D/G/K

申 「氏名・住所・メールアドレス・希望の時間」をインターネットまたはメールで

問 健康増進施設いきいきプラザ

E s.koyama@k.tsukuba-tech.ac.jp



4月からRSウイルス母子免疫ワクチンの定期接種が始まります

4月から妊娠届出時に予診票を交付します。既に妊娠届出が完了している該当者は、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。接種に関する相談は、かかりつけ医にご相談ください。

- 場 予防接種協力医療機関
- 対 接種時点で妊娠28週0日から36週6日の方
- 問 健康増進課



4月から高齢者肺炎球菌定期予防接種のワクチンが変わります

高齢者肺炎球菌定期予防接種が現行の23価ワクチンから20価ワクチンに変更となります。効果の持続期間や接種費用などが異なります。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
- 問 健康増進課



知っていますか?「香り」のエチケット

化学物質過敏症は、頭痛、めまい、吐き気などの体調不良に悩まされます。洗剤や柔軟剤、香水、化粧水、シャンプーなどに含まれている原因となる化学物質を避けることが有効なため、「香り」にご配慮いただくようお願いいたします。

- 問 健康増進課



募集

2026年度 放課後子供教室コーディネーター募集

放課後子供教室を企画・運営するコーディネーター(有償ボランティア)を募集します。書類審査と面接あり。※謝礼金=1,500円/時(交通費の支給はありません) ※放課後子供教室とは、安全・安心にさまざまな体験活動ができる放課後の場を提供する事業です。

- 日 4月~2027年3月の期間で1~5時間/日(1~10日程度/月) ※主に放課後の時間帯の活動
- 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 16人程度
- 申 3月6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



シルバー人材センター会員募集

入会を希望される方や関心のある方は、ぜひ「入会説明会」にご参加ください。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 3月12日(木) 13:30~(受付13:00)
- 場 大穂庁舎3階会議室
- 対 市内在住で満60歳以上(2026年3月31日時点)の健康で働く意欲のある方
- 合 K
- 問 シルバー人材センター ☎029(879)5199
- 担 高齢福祉課



市民委員

詳細は市ホームページをご覧ください。



①つくば市バースセンターに関する懇話会

市民の方々の多様な意見を筑波大学の総合周産期医学寄附研究部門およびつくば市バースセンターの運営に反映させるため、寄附の効果などに関して協議する「つくば市バースセンターに関する懇話会」の市民委員を募集します。※総合周産期医学寄附研究部門とは、つくば市地域周産期医療体制の充実・向上、周産期医療を担う医師および助産師の養成・確保を行い、将来にわたって市民の安全・安心な出産の場を安定的に提供することを目的に設置された部門です。

- 対 次の全てを満たす方▷市内在住の満20歳以上▷市の附属機関などの市民委員を2つ以上兼務していない方▷つくば市議会議員または市職員でない方▷平日2時間程度開催予定の会議に参加できる方
- 定 1人
- 申 3月2日(月)~16日(月)に履歴書(書式は任意、自書)を郵送(必着)または直接
- 問 健康増進課

②つくば市図書館協議会

図書館の運営やサービスについて広くご意見をいただくため、7月1日から2028年6月30日までの任期で、市民委員を募集します。※各年度2回程度開催予定

- 場 中央図書館
- 対 次の全てを満たす方▷市内在住・在勤・在学の満18歳以上(4月1日現在)▷市民委員を2つ以上兼務していない方
- 定 4人
- 申 3月1日(日)~15日(日)にインターネットで ※小論文(800字程度)を含む
- 問 中央図書館 ☎029(856)4311



図書館ボランティア募集

中央図書館では、皆さんの生涯学習と相互の交流をお手伝いし、図書館を通じてまちづくりを進めるため、図書館ボランティアを募集します。

- 場 中央図書館
- 対 18歳以上(高校生不可)
- 定 先着160人(各ボランティアごとの定員あり)
- 合 ABCDEFGIK
- 申 3月3日(火)からインターネットで
- 問 中央図書館 ☎029(856)4311



【洞峰公園】スポーツ・カルチャー教室参加者募集

プール・テニス・体操など子どもから大人まで通えるスポーツ教室や、ちりめん細工・子ども英会話・フラワーアレンジなど40種類以上のカルチャー教室の4月からの参加者を募集します。



- 合 ABDFGK
- 問 洞峰公園管理事務所 ☎029(852)1432
- 担 公園・施設課



つくば日中協会 令和8年度中国語講座受講者募集

中国語を学びながら、日中交流を通じて文化への理解を深めます。※講師・会場は都合により変更することがあります。

- 日 4月11日(土)~2027年3月19日(金)
- 場 竹園交流センターなど
- 講 筑波大学大学院中国人留学生
- 定 先着10人/各コース
- 費 ▷日中協会会員=40,480円(税込) ▷一般=48,180円(税込)
- 合 ABDFG
- 申 4月3日(金)までにインターネットで
- 問 つくば日中協会 ☎050(7108)3561 E tjca@tsukubajca.com
- 担 国際都市推進課



自衛隊への情報提供を希望しない方へ

市では、自衛隊法施行令第120条に基づく防衛大臣からの請求に応じて、住民基本台帳法第11条に基づき、自衛官募集事務のために必要な住民基本情報を閲覧に供する方法で提供しています。提供した情報は、自衛官および自衛官候補生の募集事務に利用されますが、自衛隊への自己の個人情報の提供を望まない方については、本人・親権者などが除外申し出の手続きを行うことにより、自衛隊が閲覧する情報から除外します。

- 提供する情報=氏名、住所、生年月日、性別
- 対 ①2004年4月2日から2005年4月1日生まれの方 ②2008年4月2日から2009年4月1日生まれの方 ※いずれも日本国籍を有する住民に限る
- 申 5月29日(金)までに除外申出書(市ホームページに用意)を郵送(必着)または直接
- 問 総務課



つくば市「若者の居場所(ユースセンター)」 作り実行委員会委員募集

18歳以下の若者のさまざまな活動を支援し、居場所として利用できるユースセンターを市が整備するに当たり、若者が主体的に意見を述べ、利用者目線の施設作りを進めるため、実行委員会委員として活動する方を募集します。

場 本庁舎会議室またはその周辺施設

対 市内在住・在勤・在学で若者の居場所作りに関心があり、ワークショップおよび実行委員会に参加できる方で、4月2日時点で次のいずれかの要件を満たす方(見込み含む)

- ①18～25歳まで
- ②高校生または15～18歳まで
- ③中学生

※やむを得ない理由で一部の活動を欠席される場合でも、事前にご相談いただければ参加可能です。

定 ①5人程度②3人程度③3人程度

※応募者数が募集人数を大きく上回る場合には、必要に応じて面接により選考を行います。

費 実行委員会およびワークショップへの出席1回につき、交通費相当額として謝礼金1,000円をお支払いします。

合 A C D E G I J K

申 3月2日(月)～19日(木)にインターネットで

問 生涯学習推進課

F 029(868)7533

E edc075@city.tsukuba.lg.jp



その他

「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。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

2026年度 県民交通災害共済の加入受け付けを開始しています

県民交通災害共済は、会員が交通事故により、けが・死亡などの災害に遭われた場合に見舞金を支払う相互共済制度です。市民であれば誰でも加入できます。

共済期間=4月1日～2027年3月31日(4月1日以降に加入の場合は、申込日の翌日～2027年3月31日)

費▷大人=900円▷中学生以下=500円

※9月30日以降に加入した場合は半額

申 防犯交通安全課・各窓口センターに直接

問 防犯交通安全課

鍵の閉め忘れに注意!

空き巣や居空き、忍込みなど、家屋に侵入し住民の財産を奪う犯罪は、【無施錠】が発生要因となるケースが多く見られます。在宅・不在に関わらず、玄関や窓は確実に施錠し、補助錠や防犯フィルムなどで防犯対策を強化しましょう。

問 防犯交通安全課



地域計画変更受付期間(農振農用地除外等申請6月受付分)のお知らせ

6月受付分で農振農用地除外等申請を予定されている場合、地域計画除外申し出の受付期間が以下のとおりとなりますので、申請をご検討されている場合はご注意ください。

申 4月1日(水)～17日(金) 8:45～16:30に農業政策課窓口へ直接 ※(土)(日)(祝)を除く

問 農業政策課



4月から下水道使用料が変わります

施設の老朽化や物価上昇に伴う運営コストの増加に対応するため、4月から下水道使用料を改定します。皆さまにはご負担をおかけいたしますが、ご理解とご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

問 下水道総務課



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。ぜひ会いに来てみませんか。毎月2回、日曜日に開催しています。

日 ①3月15日(日)②4月5日(日) 13:00～15:00

場 カインズつくば店ペット用品売場〔小野崎278-1〕

合 A B C D E F G I K

問 ①ハピシェア②ネコスぺ事務局

E ①marchumareno.k@gmail.com

②nekotnr2019@gmail.com

担 環境保全課



飼い主のいない猫のTNR相談会(アイラブつくばまちづくり補助事業)

「TNR」とは、野良猫に不妊去勢手術をして元の場所に戻すことです。野良猫に餌をあげている方にTNR相談会を毎月実施します。

日 3月15日(日) 13:00～15:00

場 レンタルスペースPUPPY〔苅間2031〕

合 K

問 ネコスぺ事務局

F 080(2078)5199(大塚)

担 環境保全課



池田地区への道の駅整備について 検討を進めています

2026年1月19日「第1回つくば市道の駅整備検討委員会」を開催し、市長から筑波大学教授の藤田委員長へ「つくば市道の駅基本構想」の策定について諮問しました。本委員会は、学識経験者や地域の代表者、各分野の専門家、市民委員などで構成され、つくば市での道の駅のあり方について幅広い視点で検討を行います。

初めての委員会ということもあり、当初は緊張した雰囲気も見られましたが、意見交換では前向きなアイデアが次々と出されました。今後も委員会での議論を重ねながら検討を進めていきますので、道の駅整備にぜひご注目ください。

問 立地推進課

あなたの意見、お聞かせください!



池田地区に検討中の道の駅にどのような施設があったら良いか、アンケート調査を実施しています。皆さんのアイデアをお寄せください。

申込方法:3月16日(月)までにインターネットで



パブリックコメント手続き実施結果の公表

詳細は市ホームページをご覧ください。
※市ホームページでは公開期間以降もご覧いただけます。



①つくば市耐震改修促進計画(案)

日 3月9日(月)~23日(月)
問 建築指導課

②第4次つくば市生涯学習推進基本計画(案)

日 3月16日(月)~30日(月)
問 生涯学習推進課

③第5期健康つくば21プラン(案)

日 3月26日(木)~4月9日(木)
問 健康増進課



④第2次つくば市地域公共交通計画(案)

日 3月26日(木)~4月9日(木)
問 総合交通政策課

場 >①市役所3階建築指導課②市役所4階生涯学習推進課③市役所1階健康増進課④市役所3階総合交通政策課
>市役所1階市政情報コーナー>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

住所等変更登記が義務化されます

4月1日から住所変更登記が義務化されます。不動産の登記名義人は、住所などについて変更があったときには、その変更の日から2年以内に変更登記の申請をお願いします。

問 水戸地方務局不動産登記部門 ☎029(227)9922

担 資産税課



3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 ①3月12日(木)②3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

>3月2日(月)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4期)
②国民健康保険税(第8期)③介護保険料(第6期)
④後期高齢者医療保険料(第8期)

>3月31日(火)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。

- ⑤国民健康保険税(第9期)
問 ①資産税課 >納税課②⑤国民健康保険課 >納税課③介護保険課④医療年金課



イベント情報

申し込みの記入例

[①住所][②氏名(ふりがな)][③年齢(学年)][④電話番号][⑤希望講座・コース][⑥希望日・時間][⑦その他必要事項]

※在勤の人は勤務先・所在地、在学の場合は学校名・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 (印で指定のないもの) =〒305-8555 つくば市研究学園1-1-1 つくば市役所〇〇〇〇〇課

合理的配慮の提供

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

※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。

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



スポーツ

こどもキックボクシング

パンチやキックで筋力・体力を向上させます。あいさつや礼儀を大切にします。初心者大歓迎です。

日 毎週(土)①14:30~15:20 ②15:30~16:20

場 つくばウェルネスパーク

対 ①小学1~3年生 ②小学4~6年生

講 岡田清治氏(元NKBウェルター級チャンピオン)

定 ①②先着20人/各回 費 6,000円/月4回

合 ABCDEFGI 申 2階受付または ☎

問 つくばウェルネスパーク ☎029(867)5210

担 スポーツ施設課

2026年度つくば市ミックスダブルス大会

日 4月4日(土) ※予備日4月11日(土)

場 市内テニスコート

対 市内在住・在勤・在学の18歳以上

費 3,000円/ペア 合 AB

申 詳細はHをご確認ください。

問 つくば市スポーツ協会 ☎029(854)8511

F 029(854)8531

E sport298@intio.or.jp

担 スポーツ振興課



BMX 無料体験会

サイクルパークつくばでBMX無料体験会を実施します。

日 3月20日(金・祝) 9:00~16:30

場 サイクルパークつくば[北条4160]

合 BDFIK 申 当日現地にて直接

問 サイクルパークつくば

☎029(883)0035

担 サイクルコミュニティ推進室



春の短期水泳教室

①水慣れ(未就学児のみ)②水泳基礎③クロールの3クラスで3日間の集中開催

日 3月30日(月)・31日(火)、4月1日(水)8:45~9:45

場 つくばウェルネスパーク 対 3歳~小学生

定 先着①20人②40人③10人

費 4,000円/3日間 合 ABCDEFGI

申 3月10日(火)から ☎ 10:00~または ☎ 11:00~ 支払期限=3月28日(土)20:00まで

問 つくばウェルネスパーク ☎029(867)5210

担 スポーツ施設課



アンダーバンビキッズU-6サッカーフェスティバル2026

親子でサッカーを楽しむイベントです。

日 3月20日(金・祝) 10:00~(受付9:30)

場 セキショウ・チャレンジスタジアム(山木1562)

対 3~6歳の未就学児とその保護者

講 水戸ホーリーホック 定 先着100組

合 ABD 申 3月13日(金)18:00までにHで

問 つくば市スポーツ協会 ☎029(854)8511

F 029(854)8531

E sport298@intio.or.jp

担 スポーツ振興課



初心者向けBMXスクール

BMXレーシング(自転車競技)を安全に楽しむために受講しませんか。

日 3月1日(日)・14日(土)・28日(土)10:00~12:00

場 サイクルパークつくば 対 満5歳以上

講 深川匠氏(2025全日本選手権男子エリート3位)

定 先着10人 費 4,400円/日 合 BDFIK

申 当日9:30までに直接

問 サイクルパークつくば

E BMX298@icloud.com

担 サイクルコミュニティ推進室



親子のセルフサバイバル水泳講習会

夏に向けて水中での自己保全能力を高めましょう。

日 3月29日(日)11:00~11:50

場 みどりのプール 対 小・中学生と保護者

講 椿本昇三氏(筑波大学名誉教授) 定 先着15人

費 >1人=1,320円>親子2人セット=2,000円

>親子3人セット=3,000円

合 ABDEGI

申 3月26日(木)20:00までにみどりのプール ☎

問 みどりのプール ☎029(896)6870

担 スポーツ施設課

茨城ロボッツ「つくば市PRデー」

ホームゲーム無料招待

ホームゲーム(vs長崎ヴェルカ)に無料で招待します。

日 4月18日(土)15:05試合開始予定

場 アダストリアみとアリーナ[水戸市緑町2-3-10]

対 市内在住・在勤・在学 定 抽選100組200人

合 ABCDEFGHIJK

申 3月29日(日)23:59までにHで

問 茨城ロボッツチケット事務局

E ticket@ibarakirobots.com

担 スポーツ振興課



健康と福祉

知る、考える、グリーフのこと。ロスマインで自分の経験を見つめよう。

グリーフとは、喪失に伴うさまざまな感情や反応のことです。喪失体験を書き出すワーク(ロスマイン)で人生の変化について考えませんか。

日 3月12日(木) 10:00~12:00
場 昭和管工事株式会社 住まっと!レンタルスペース(倉掛858-1)
講 横田智佳氏 定 先着10人 費 500円
合 B K 申 3月8日(日)までにHで
問 こども未来センター



出前健康教室 カスミ学園店

インストラクターの指導のもと、体操などを行います。

日 3月17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)
対 40歳以上の市民 定 先着15人
合 A D 申 3月9日(月)9:00から☎で
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)



相談・説明会

行政書士無料相談会

相続、遺言、法人設立、農地転用、在留資格関係、事実証明等に関する相談ができます。

日 3月19日(木) 13:00~16:00
場 市役所本庁舎3階会議室302
定 先着12組 合 A B C D E G I K
申 9:00~12:00に茨城県行政書士会県南支部に☎で※(土)(日)(祝)は除く
問 茨城県行政書士会県南支部
☎090(1650)8505
担 総務課



男性のための電話相談

家族、職場などの人間関係や生き方などのお悩みについてご相談ください。※秘密厳守

日 3月12日(木) 18:00~20:30
対 市内在住・在勤・在学の男性
問 相談専用電話☎029(883)1188
担 ダイバーシティ推進室



催し

ノバホールイベント①~④

場 ノバホール
合 B D E G
申 ①②③=3月20日(金・祝)13:00から☎またはHで
④=☎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

①来生たかお 50th Anniversary Concert Tour 2025-2026 ~The Song~

「夢の途中」「シルエット・ロマンス」など、昭和の音楽史に輝く数々のヒット曲を生み出してきたシンガーソングライター・来生たかお氏の、記念すべきデビュー50周年を飾るツアーです。

日 7月4日(土) 16:00開演(15:15開場)
費 全席指定一般8,800円(税込)
※未就学児入場不可



②TAIRIKプロデュース 古澤巖の品川カルテット

ヴァイオリニスト・古澤巖氏と実力派若手奏者による「品川カルテット」の魅惑の四重奏にご期待ください。
日 6月24日(水) ①12:00開演(11:30開場) ②15:00開演(14:30開場)
※10:30~11:00フリーコンサートあり
費 全席指定一般5,500円(税込)
※未就学児入場不可
※フリーコンサートは入場無料(申込不要)



③ロバの音楽座+チリンとドロン 「ガンピーな音楽会」

子どもも大人も楽しめる、中世・ルネサンス期の古楽器やオリジナル空想楽器による音のファンタジーランドをお送りします。

日 6月7日(日) 14:30開演(14:00開場)
費 全席指定大人3,000円、17歳以下1,500円(税込)
※3歳以下膝上無料



④イルカ55周年コンサート ~あいのたね♡まごう!~

デビュー55周年のイルカ氏が、変わらない透明感あふれる歌声で、世代を越えて愛される名曲の数々をお届けします。

日 5月16日(土) 17:00開演(16:30開場)
費 全席指定一般前売7,500円(税込)
※未就学児入場不可



つくば美術館土曜講座 第12回「木村武山展」

笠間市出身の日本画家・木村武山の生誕150周年を記念する展覧会です。

日 3月14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 村木正英氏(茨城県天心記念五浦美術館学芸主査)
定 先着80人(内事前申込50人) 合 A B C D E G I K
申 3月1日(日)~12日(木)にHで
問 つくば美術館☎029(856)3711
担 芸術文化推進課



おはなしぶんぶん

司書による手遊びも交えた、0歳から楽しめる赤ちゃん向けのおはなし会です。

日 3月19日(木)・27日(金) 10:30~10:50、11:00~11:20
場 中央図書館 対 乳幼児と保護者の方
合 A B C D E G I K
申 当日受付のみ
問 中央図書館☎029(856)4311



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 3月7・14・21日(土)、22日(日)、28日(土)、4月4日(土) 15:00~15:30
場 中央図書館
対 幼児から小学生の方
合 A B D E G I K
申 当日受け付けのみ
問 中央図書館☎029(856)4311



絵本「ひみつのてっぺん」おはなし会

ジオパークを題材にした絵本の読み聞かせ、原画の紹介、クイズなどを行います。

日 3月20日(金・祝) 11:00~11:30、15:00~15:30
場 中央図書館
対 幼児~小学生
合 A B D E G I K
申 当日受け付けのみ
問 ジオパーク室
☎029(883)0012



親子木育おもちゃ広場

日 3月15日(日) ①10:00~11:00 ②11:00~12:00 ③13:00~14:00 ④14:00~15:00



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
講 子育てネットワークまもり
定 先着各回10組程度 合 A C D K
問 鳥獣対策・森林保全部



吉沼マルシェ~食と酒の祭り~

吉沼の魅力であるグルメ、お酒、音楽・ダンスなどのパフォーマンスが楽しめます。

日 3月8日(日) 10:00~14:00
場 ミートショップいちむら前広場(吉沼996-8)
合 K
問 吉沼、元気!協議会
E yoshinuma.genki@gmail.com
担 周辺市街地振興課



春休み自転車シミュレーター体験会

道路を安全に走るためのルールを身につけましょう。

日 3月25日(水)~27日(金) ※27日は①②のみ
①9:15~10:15 ②10:30~11:30 ③13:15~14:15 ④14:30~15:30
場 市役所本庁舎2階会議室201
対 市内在住・在学の小学生
定 先着各回16人
合 K 申 3月10日(火)から市Hで
問 防犯交通安全課



0円マーケット☆くるくるひろば

もう使わない物を誰かに使ってほしい、「うれしい」気持ちを分け合う交換会です。※雨天中止

日 3月14日(土) 10:00~13:00
※持ち込みは10:30~12:30
※大量持ち込みはご遠慮ください
場 つくばセンター広場
合 A C D E I K
問 くるくるひろば@つくば
☎090(7630)8045
担 学園地区市街地振興課



講座

若さを作るキッチン

「フレイル予防と骨粗しょう症予防」

▶メニュー:カラフルまぜ寿司、小松菜と油揚げの煮びたし、甘酒いちごミルクプリン▶持ち物:白米(半合)、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
日 3月19日(木) 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
定 先着16人 **合** A D K
申 3月3日(火) 8:45~12日(木) 16:30
 に☎または市Dで
問 健康増進課



【洞峰公園】初めてのアーユルヴェーダ実践講座(全6回)

日 4月12日、5月10日、6月14日、7月12日、8月9日、9月13日(日) 14:00~15:15(初回4月12日のみ15:30まで)
場 洞峰公園 新都市記念館第2会議室
対 18歳以上 **講** 岡野芳子氏 **定** 先着12人
費 10,000円 **申** 3月2日(月) 10:00~31日(火) 17:00にDで
問 洞峰公園管理事務所☎029(852)1432
担 公園・施設課

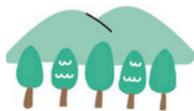


市民研修センター講座①~⑨

場 市民研修センター(北条1477-1)
対 市内在住・在勤・在学 **合** A B D G
申 3月19日(木) 必着で「希望講座名、住所、氏名、年齢、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または官製はがき(裏面白紙)をD
問 市民研修センター(〒300-4231北条1477-1)
担 生涯学習推進課

①筑波山ガマの油売り口上講座

筑波山の伝承芸能を学びませんか。初心者の方も大歓迎です。(全4回で修了証発行)
日 4月12・26日、5月10・24日(日) 13:30~16:00
講 筑波山ガマ口上保存会
定 抽選10人
費 2,000円



②スマホ初歩の初歩講座

スマホに不慣れな方を対象に、電話帳管理、SMSの使い方を分かりやすく解説します。
日 4月10・17・24日、5月1・8・15日(金) 10:00~12:00(全6回)
講 片岡秀典氏
定 抽選10人
費 3,500円



③シニア健康体操講座

リズムに合わせてみんなで楽しく体を動かしてみませんか。
日 4月2・16・30日、5月7・21日、8月6・20日、9月3日(木) 10:00~11:15(全8回)
講 北澤有子氏
定 抽選20人
費 4,000円



④土曜日のヨガ講座

日々を元気に過ごすための体と心の使い方を学びませんか。柔軟性や体力がつかます。
日 4月4・18・25日、5月2・16・23日(土) 10:00~11:15(全6回)
対 日常生活に問題がない健康状態の方
講 熊谷未来氏(アイアンガーヨガ認定指導員)
定 抽選20人
費 3,000円



⑤木彫り仏像創作講座

本格的な仏像創作が習得でき、静かな時間を過ごせる講座です。
日 4月16日、5月7・21日、8月6・20日、9月3・17日、10月1・15日、11月5・19日、12月3・17日、2027年1月7・21日、2月4・18日、3月4日(木) 13:30~15:30(全18回)
講 那花定慶氏 **定** 抽選20人
費 9,000円※別途彫刻刀・材料費が4万円前後かかります。詳細は事前にお問い合わせください。



⑥初心者のパソコン講座

Wordを中心に、写真を掲載した文書を作ったりしながらゆっくり楽しく学びます。
日 4月2・9・16・23・30日、5月7・14・21・28日(木) 10:00~11:30(全9回)
講 酒井はつこ氏
対 文字入力のできる方
定 抽選20人
費 4,500円



⑦アビ先生と英語で遊ぼう(2歳~未就学児)

アビ先生と一緒に遊びながら、親子で楽しく英語に触れてみませんか。
日 4月10・17・24日、5月1・8・15・22日(金) 13:30~14:30(全7回)
講 アブラム・ランドウ氏
定 抽選親子10組
費 3,500円



⑧自力整体講座1

骨盤の歪みを整える体操です。日頃の疲れが溜まりやすい方はぜひご参加ください。
日 4月6・13・20・27日、5月11・18日(月) 10:00~11:50(全6回)
講 阿部京子氏
定 抽選20人
費 3,000円



⑨自力整体講座2

腰痛や肩こりを防ぐ体操です。日頃の疲れが溜まりやすい方はぜひご参加ください。
日 4月7・14・21・28日、5月12・19日(火) 10:00~11:50(全6回)
講 阿部京子氏
定 抽選20人
費 3,000円



ふれあいプラザ講座①~⑯

場 ふれあいプラザ
合 A B C D F G I K
申 3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D
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



①プール講座 新規クラス 幼児水泳教室 金曜

新年度から始めてみませんか。夏までに泳げるようにがんばりましょう。
日 4月10・17・24日(金) 16:30~17:30
対 4歳~未就学児
講 千代田美代子氏
定 抽選8人
費 チケット3回券3,600円



②プール講座 新規クラス 幼児水泳教室 土曜

新年度から始めてみませんか。夏までに泳げるようにがんばりましょう。
日 4月11・18・25日(土) 12:30~13:30
対 4歳~未就学児
講 内田珠美氏
定 抽選8人
費 チケット3回券3,600円



③プール講座 新規クラス かなづちからの水泳 木曜

大人向けです。水慣れから泳ぎを学びます。まずは25メートル泳げるよう目指します。
日 4月9・16・23日(木) 11:30~12:30
対 18歳以上
講 千代田美代子氏
定 抽選10人
費 チケット3回券3,300円



④体験 子ども英語 Kids II

ネイティブスピーカーの先生のもと、歌やゲームで楽しく自然に英語に親しみましょう。
日 4月4・11・18・25日(土) 10:00~10:50
 ※申し込み時に希望日を1日ご記入ください。
対 小学生
講 帖佐マリ氏
定 抽選5人
費 1,200円



⑤やさしいピアノ

基本の指づかいから1曲弾けるまでゆっくり進みます。
日 4月7・21日・5月19日・6月2・16日(火) 13:00~15:30
講 土屋裕子氏
定 抽選5人
費 6,500円(教材費込み)



⑥ 多肉植物の寄せ植え

湯呑み茶碗に5~6種類の多肉植物を可愛らしく寄せ植えします。

日 4月8日(水) 10:30~12:00

対 小学生以上

講 宮内伶氏(日本農薬園芸造園研究所代表)

定 抽選8人

費 3,000円(教材費込み)



⑦ 音楽で脳を活性化~大正琴~

演歌やポップラー・クラシックにも挑戦します。

日 4月9・23日・5月14・28日・6月11日(木) 13:30~15:00

講 土屋峰裕氏(木村流師範)

定 抽選5人

費 6,500円(教材費込み)



⑧ 持込講座 ミラーレス(一眼レフ)カメラのための撮影基礎

カメラの基本、風景・人物のぼかしや露出などさまざまな撮影テクニックを学びます。

日 4月11・18・25日、5月9・16日(土)

14:00~16:00

対 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 抽選15人

費 6,500円(教材費込み)



⑨ 生活に活かせる手相学

3回で学ぶ手相講座(手相鑑定付き)。手相や指や爪など手全体について学びます。

日 4月12日、5月10日、6月14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10人

費 5,100円(教材費込み)



⑩ 知っておきたいお金のはなし 投資のあれこれ

投資を始める前に知っておきたい基礎知識を学びます。

日 4月19日、5月17日、6月21日(日)

10:00~12:00

講 中田真氏 (ファイナンシャルプランナー)

定 抽選20人

費 5,100円(教材費込み)



⑪ ゆるゆる経絡ストレッチ ~春(更年期)の養生~

アロマ精油を使用して、更年期ケアに特化した経絡の流れを整え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 4月21日(火) 13:00~14:30

講 野堀あや子氏(漢方アロマ認定講師・ヨガインストラクター)

定 抽選8人

費 2,000円(教材費込み)



⑫ 風花プリフラあれんじ教室 母の日

毎年人気の風花フラワー協会の母の日アレンジです。基礎やアレンジのこつなど学びます。

日 4月24日(金) 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 3,700円(教材費込み)



⑬ 国産の麻でおまもり作り

貴重な国産の麻を使用し麻のおまもり25cm程度のものを作ります。

日 4月26日(日) 10:00~12:00

講 中澤暢晏杏氏(国産麻普及プロジェクト代表)

定 抽選10人

費 3,200円(教材費込み)



⑭ 陽気にイタリアン 土曜

イタリアの家庭料理をテーマにした全3回の講座です。各回簡単なコース料理3品を作ります。

日 4月11日、5月16日、6月13日(土)

10:00~13:00

講 アモロソ・フィリップ氏

定 抽選15人

費 7,500円(材料費込み)



⑮ 陽気にイタリアン 日曜

イタリアの家庭料理をテーマにした全3回の講座です。各回簡単なコース料理3品を作ります。

日 4月26日・5月24日・6月28日(日)

10:00~13:00

講 アモロソ・フィリップ氏

定 抽選15人

費 7,500円(材料費込み)



⑯ 五臓六腑に沁み渡るアフタヌーンティー

身体と食材の関係を学び、春の八宝茶に合うお茶請け6品を作ります。

日 4月12日(日) 14:00~16:00

講 井上舞衣氏(薬膳研究家)

定 抽選12人

費 2,700円 (材料費込み)



⑰ 簡単・容器一つでパン生地作り さくらあんぱん

ボウル1つで生地作り。発酵は冷蔵庫におまかせ。さくらあんぱんを作ります。

日 4月15日(水) 10:30~12:30

講 染谷麻希子氏(ナチュラルエッセンス契約講師)

定 抽選9人

費 2,500円 (材料費込み)



⑱ 親子ペア講座 ソフト粘土で母の日ギフト

10cm角の透明なボックスにソフト粘土で作ったカーネーションとフルーツで飾ります。

日 4月19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(DECOCREI クラフトアカデミー講師)

定 抽選6組12人

費 2,200円(教材費込み)



⑲ 親子ペア講座 プリザーブドフラワーで母の日プレゼント

ブツナッツの中に木の実やプリザーブドフラワーアレンジ。親子で1個作ります。

日 4月26日(日) 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)

講 和田紗智氏 (curly flower shop代表)

定 抽選6組12人

費 2,500円(教材費込み)



科学技術

スタッフガイド付きサイエンスツアーバス

子どもから大人まで科学を楽しめるツアーです。

日 3月21日、4月4日(土) 9:00~12:45

場 地図と測定の科学館、筑波実験植物園

定 先着30人程度/回

費 バス乗車券▷大人750円▷子供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 希望日前日15:00までにH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



市民活動

市民活動に関するサポート

情報提供、マッチング、組織の運営などの相談ができます。事前にご内容をお知らせください。

日 3月19日(木) 13:30~16:30

場 コリドイオ1階社会貢献活動支援室

対 現在市民活動を行っている方(団体)や、これから行いたいと考えている方

定 先着3人

合 B|C|D|E|F|G|I|K

申 平日9:00~17:00に☎で

問 つくば市民センター

市民活動のための普通救命講習1

心肺蘇生法、AEDの使用法などを学ぶ実践講座です。終了後は修了証を交付します。市民活動中のまさかの時に備えましょう。

日 3月19日(木) 9:00~12:00

場 コリドイオ3階大会議室

対 市内在住・在勤・在学の中学生以上

講 消防本部 桜分署職員 定 先着30人

合 B|D|E|I

申 3月3日(火)からHで

問 つくば市民センター



第103回世界お茶のみ話 エジプト編

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。

日 3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 ナーラン ハッサン タンタウィ ファラグ氏

定 先着30人程度 合 B|C|D|E|G|I

申 3月4日(水)~20日(金・祝)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



📷 フォトニュース



1 1月12日、市民ホールやたべでつくば市消防団出初式を開催しました。参加した団員は、市民の安全と安心を守るべく、消防団活動に取り組む決意を新たにしました。(写真左から消防団長、市長、消防長)



2 1月14日、市役所でタウンミーティングを開催しました。48人の方が参加し、市長から市の取組についてお伝えしたほか、参加者の皆さんとさまざまな意見交換を行いました。



3 1月16日、茨城県庁で令和7年度下水道促進週間コンクール表彰式が開催され、絵画・ポスター部門知事賞準特選のみどりの学園義務教育学校1年畑中麻衣さん(写真左)、書道部門知事賞準特選の谷田部小学校1年中村早良さん(写真右)、同部門知事賞入選の柳橋小学校3年木下遥月さん(写真中央)が参加しました。



4 1月30日、東京2025デフリンピックに出場した筑波技術大学学生選手の(写真左から)大坪周平さん(バレーボール6位)、中村大地さん(陸上800m/1500m準決勝敗退)、星野萌さん(テコンドームセ銅メダル)、林遼哉さん(ハンドボール7位)、水野花菜さん(サポートスタッフ)が市長を表敬訪問しました。ポーズは手話の「筑波技術大学」です。

+ 3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)	サンシャインクリニック[谷田部6107-14]/内・循/ ☎029(839)3333 寺崎クリニック[吉沼1437-1]/内・小/ ☎029(865)0034
8日(日)	自由ヶ丘医院[自由ヶ丘165-19]/内・外・小/ ☎029(876)0888 林医院[北条19-2]/内・小・皮/ ☎029(867)0114
15日(日)	坂根Mクリニック[松野木162-7]/内・循内/ ☎029(836)6612 倉田内科クリニック[栗原3443]/内・小/ ☎029(857)8181
20日(金・祝)	ちかつクリニック[学園の森2-40-1]/内・糖・代内/ ☎029(828)8700 小倉医院[沼田181]/内/ ☎029(866)0108
22日(日)	筑波胃腸病院[高見原1-2-39]/消・外・内・肛/ ☎029(874)3321 ヒルトップクリニック[佐1004]/内・消・小/ ☎029(877)3130
29日(日)	大野医院[島名634]/内/ ☎029(848)0888 筑波記念病院[要1187-299]/内・外・脳外・整・救/ ☎029(864)1212

🌙 休日夜間デジタル急患センター

遠隔医療アプリ「LEBER」で、医療相談とオンライン診療が受けられます。(全年齢対象)



※アプリ登録必須、詳細は市ホームページをご覧ください。

🚑 救急車を呼ぶのを迷ったら救急電話相談へ

救急車の適正利用にご協力をお願いします。

24時間365日 受け付け **おとな #7119** **子ども #8000**
 または**☎050(5445)2856**(おとな・子ども共通)



🏠 つくば市医師会 からのお願い 発熱などの症状で医療機関を受診するときは...

- ▶必ず事前に医療機関に電話相談をしてから来院してください
- ▶来院時間は厳守してください ▶マスクの着用をお願いします

📖 3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)
15	16	17	18	19	20	21	9:30~17:00(土・日・祝)
22	23	24	25	26	27	28	研究学園小学校図書室 みどりの南小学校図書室
29	30	31					中央図書館開館日の土・日・祝 9:30~17:00

● 休館日 ★ 開館17:00まで
 ※特別館内整理のため、3月13日(金)は休館(ブックポストは利用可)



🗑️ ごみの情報誌 3Rニュース

3月は引越しなどで不用品が増える時期です。まだ使える物は、捨てる前に市と提携している一括査定サイト「おいくら」やリサイクルショップを活用して、環境にもお財布にもやさしい春を迎えましょう。「おいくら」の詳細はホームページをご覧ください。

一括査定サイト「おいくら」
 ごみ分別アプリ「さんあ〜る」



4月1日から自転車にも「青切符」導入

問 サイクルコミュニティ推進室

その運転、違反です！

「青切符」制度とは、自動車の比較的軽微な交通違反の際に広く行われている手続きですが、自転車の交通違反にも導入されることになりました。また「赤切符」制度は、飲酒運転や妨害運転などの重大な違反を犯した場合に適用され、これまでどおり刑事手続きに移行します。

対象
16歳以上
運転免許の有無は関係ありません

交通違反をすると、警察官から交付される青い紙です

青切符の対象の一例

ながらスマホ
反則金12,000円

反則金6,000円

赤信号無視

一時不停止
反則金5,000円

反則金3,000円

並進

イヤホン・ヘッドホンの使用
反則金5,000円

無灯火
反則金5,000円

ヘルメットを着用しよう！

自転車の安全利用



ヘルメット購入費助成制度



茨城県警察

新年度利用者向け

\\キャッシュレス決済も使える！\\

問 公園・施設課

駐輪場定期利用手続きにオンライン申請導入

申請時の混雑を解消し、利用者の利便性を高めるために、いばらき電子申請・届出サービスによるオンライン申請を導入します。オンラインでは、クレジットカード・コード払い・電子マネーが使えます。また、窓口(5つくば駅中央自転車駐輪場(第1区画)管理事務室)ではこれまで通り手続きが可能で現金に加えPayPayが使えます。

申請方法 オンライン申請

日 3月15日(日)9:00~18:00

※マイナンバーカードによる認証が必要

※事前にいばらき電子申請・届出サービスの利用者登録をお願いします。



窓口申請

日 3月15日(日)9:00~18:00

※翌日以降(受付時間6:00~22:00)

申 5つくば駅中央自転車駐輪場(第1区画)管理事務室

※空きがなくなり次第終了

定期利用自転車等駐輪場 位置図

- 1 つくば駅北オートバイ駐輪場
- 2 つくば駅北2自転車駐輪場
- 3 つくば駅北1自転車駐輪場
- 4 つくば駅西自転車駐輪場
- 5 つくば駅中央自転車駐輪場(第1区画)管理事務室
- 6 つくばセンター広場東1自転車駐輪場
- 7 つくば駅前広場南自転車駐輪場
- 8 つくばさくら大橋北自転車駐輪場
- 9 つくばさくら大橋南自転車駐輪場



つくば市の人口
※()内は前年同月比

人口 263,355人 (+3,007) [男 132,036人 女 131,319人] 世帯数 126,611 (+2,409) ※2026年2月1日現在