

シニア世代の生きがい発見情報誌

ツクバネ！

2024-
2025年度版

生きがい

やりがい

働く喜び

✓「ツクバネ！」とは…？

住み慣れた地域で生きがいをもって暮らし続けられるように、市内の情報をまとめた情報誌です。

✓どんな内容なの？

- 健康教室
- ボランティア
- 地域での交流活動
- 就労関連情報 など

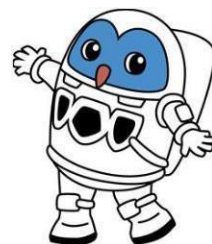
活動に必要な補助金情報、相談場所等
お役立ち情報を掲載しています。
ぜひお手に取ってご覧ください！

📍 設置場所

つくば市役所本庁舎、各窓口センター、
各交流センターや市内のスーパー、
医療機関、薬局、ドラッグストアなど



ツクバネ！を見て、サロンや
ボランティアに参加したとの
お声をいただきました。



問合せ先 つくば市高齢福祉課

電話 029-883-1111（代表）

※平日午前8時45分から午後4時30分まで



移動支援ボランティアの 運転者講習会を開催します

「福祉有償運送」とは、障害者や高齢者などを対象としたドア・to・ドアの送迎サービスです。
通院や買い物などにお困りの方が年々増える中、運転ボランティアが不足しています。運転手になるための講習会を開催します。気軽にご参加ください。

日時

令和6年
(2024年) **11月15日(金)**
8:00~18:00

場所

つくば市役所5階 会議室501



内容

- 福祉有償運送運転者講習(国土交通大臣認定講習)
- 内容: 法律や制度の講義(写真左下)
路上講習(写真右上)があります。

対象

市内在住で移動支援ボランティアに関心がある方
先着15名 ※普通自動車免許が必要です。

【申請QRコード】

申込

電話または「いばらき電子申請サービス」で
申込期間 10月1日(火)~11月8日(金)



参加者の感想(抜粋)



車両への車いす乗降、
介助方法など、たっ
ぱり時間を使って身
に付けられました。

とても良い講座で、
地域でボランティアを
してみようと思いました。

問合せ・申込 つくば市高齢福祉課 ☎029-883-1111(代表)