シニア世代の生きがい発見情報誌

ツクバネ！

2026-2027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？

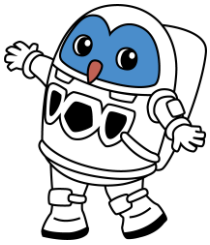
- ●健康教室
- ●ボランティア
- ●地域での交流活動
- ●就労関連情報　など

活動に必要な補助金情報、相談場所など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商業施設、医療機関など

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