



I LIVE IN
TSUKUBA
MIRAI.

水害から身を守るために

「平成 27 年 9 月関東・東北豪雨（常総水害）」から今年で 10 年。市内でも、小絹地区をはじめとした一部地域が浸水するなど甚大な被害が出ました。これからは、梅雨や台風などの影響で風水害が起こりやすい季節になります。自分の命を守るのは、自分自身の行動です。水害の危険を理解し、水害への備えを今一度確認しましょう。岡 伊奈庁舎防災課（内線 2502）

防災課職員と考える

水害への備え

防災士の資格を持つ、防災課の菅野さん。菅野さんと一緒に、水害への備えについて考えてみましょう。



「防災士」ってどんな人？
防災に対する十分な意識と一定の知識・技能を修得したことを、日本防災士機構が認証した人です。資格取得に年齢制限は無く、全国でおよそ 32 万人が取得しています（4 月末時点）。

① 避難場所や避難ルートを確認してみよう！

マイ・タイムラインを 作しましょう！

災害が起こる前に、自分や家族の避難行動をまとめたマイ・タイムラインを作っておくと、いざというときの避難に役立ちます。



ハザードマップを 確認しましょう！

洪水や土砂災害のリスクがある場所、避難所・避難場所、防災情報の取得方法などが記載されています。



② 災害情報を取得してみよう！

市 LINE 公式アカウント

災害に関するさまざまな情報や生活に役立つ情報を発信しています。



川の防災情報（国土交通省）

避難の判断材料になる雨や川の状況などを、河川の監視カメラ映像や水位情報などでリアルタイムで確認できます。



防災アプリ「つくばみらい市防災」

防災行政無線の放送内容や避難所開設状況・ハザードマップなどが確認できる無料のアプリです。持ち歩く防災対策として、ぜひご利用ください。



iOS



Android

キキクル（気象庁）

大雨による災害の危険度を地図上に 5 段階で表示。どこで危険度が高まっているか確認できます。



どんな方法があるんだろう？



つくばみらい市で起きた水害

平成 27 年 9 月関東・東北豪雨（常総水害）

鬼怒川水海道地点では、9 月 10 日 午前 11 時～午後 4 時の 5 時間にわたり計画高水位を超過し、観測記録史上第 1 位の水位を記録しました。市内でも住宅の半壊や床下浸水の発生など、大きな被害が出ました。



小絹地区



小絹地区

※ 9 月 28 日（日）、常総市地域交流センター（豊田城）で「常総水害 10 年イベント」が開催されます。詳細は決まり次第お伝えします。

令和 5 年台風第 2 号

降り始めからの雨量は関東東地方で 400 ミリを超え、平年 6 月の月降水量の 2 倍を超えた地点がありました。市内でも、床下浸水の発生や崖崩れによる道路の通行止めなどの被害が出ました。



谷井田地区



小絹地区

③ 非常時に必要なものを準備しよう！

非常用持ち出し品

すぐに避難できるように、最低限必要なものを準備しておきましょう。

- ☐ 飲料水
- ☐ 非常食（食べやすく、保存期間が長く、調理せずに食べられるもの）
- ☐ 貴重品（現金、通帳、印鑑、保険証の写しなど）
- ☐ 救急用品・医薬品（高齢者や持病のある方は、常備薬やお薬手帳も）

- ☐ 厚手の手袋（軍手）
- ☐ ヘルメット・防災頭巾
- ☐ 衣類（上着・下着）
- ☐ 携帯用カイロ
- ☐ 雨具・防寒具
- ☐ 懐中電灯・LED ランタン
- ☐ ビニール袋
- ☐ 携帯ラジオ
- ☐ モバイルバッテリー
- ☐ 衛生用品（消毒液・マスク）

- ☐ ティッシュペーパー
- ☐ ウェットティッシュ
- ☐ タオル・ハンカチ
- ☐ 洗顔用具
- ☐ 歯磨きセット
- ☐ 生理用品

そのほか、離乳食や入れ歯など、家族構成に応じて必要なものを準備しましょう！



非常用備蓄品

避難所の備蓄品には限りがあります。自分や家族の生活必需品を最低 3 日分、できれば 1 週間分準備しておくで安心です。

- ☐ 飲料水：大人 1 人あたり 3 リットル／日
- ☐ 食料品：インスタント・レトルト食品、缶詰など
- ☐ トイレ用品：簡易トイレ、トイレットペーパーなど
- ☐ 燃料：カセットコンロ、カセットボンベ、固形燃料
- ☐ 簡易食器：割りばし、紙皿、食品用ラップ
- ☐ 寝具：毛布、寝袋
- ☐ 照明：懐中電灯・LED ランタン

④ 事前の備えで被害を抑えよう！

側溝を定期的に掃除して 浸水のリスクを減らす

側溝に溜まっている泥やごみなどを掃除すると、水の流れを確保できます。



風で飛ばされやすいものから 窓ガラスなどの破損を防ぐ

台風が来る前に、物干し竿や鉢植えなどは室内に取り込みましょう。



ゴミ袋と段ボールを利用して 浸水を防ぐ

ゴミ袋を 2 重にして中に半分程度水を入れ、袋の口をしぼると「簡易水のう」ができます。水のうを段ボールに入れると、防水壁として使えます。



防災のプロに聞きました！



つくばみらい消防署
署長

もりた まこと
森田 誠

平成3年、常総地方広域市町村圏事務組合消防本部に入庁。同本部警防課長を経て、令和7年4月からつくばみらい消防署長に。趣味はご飯屋めぐり。

家庭でできる事前準備が大切

水害発生時、消防署では人命救助をはじめ、浸水被害防止や避難誘導といった対応をとりますが、大規模な水害が発生した場合、行政機関が行える対応には、人（職員）・物（車両を含む資機材）に限界があります。そのため、ご家庭でできる事前準備が大切です。具体的にはマイ・タイムラインを活用し、避難先や移動手段、家族との連絡方法の確認を行いましょう。また、水害は地震と異なり、行政機関が発信する事前の情報を収集することで早期の避難行動が可能なので、ぜひ活用してください。

水害時、市民が取るべき行動

まずは、市が発信している避難指示や避難所開設などの情報を収集してください。その情報をもとに、皆さんは、命を守る行動として何が一番安全なのかを考えて行動してください。避難時は、非常用持ち出し品を持って、運動靴を履いて行動してください。長靴を履いてしまうと、水が入った場合に歩けなくなります。また、長い棒を持つことで、避難時に見えにくい用水路の側溝や開いたマンホールの蓋を確認できるため、非常に有効です。



防災課
危機管理監

つちだ まさみ
土田 雅実

昭和57年、伊奈村消防本部（当時）に入庁。つくばみらい消防署長を経て、令和6年4月から防災課・危機管理監に。趣味は映画鑑賞。（危機管理監：災害時、消防の知識や経験を活かし、職員への指導などの役割を果たす）

地域消防・地域防災に欠かせない組織 消防団に入団しませんか？

消防団は、火災や水害などの有事の際に集まって消防活動を行う組織です。団員は非常勤の公務員として扱われ、18歳以上の市内在住・在勤者であれば入団できます。詳しくは市ホームページをご覧ください。



水害に備えて水防訓練を実施



出水時に備え、水防技術の向上と水防体制の連携強化を図り、万全の体制を期するために訓練を行います。

消防団員の声

おおくぼ
大久保さん



知り合いから消防団を勧められ、18年前に入団しました。これまで消防団として活動が続けてこられたのは、災害時などに現場対応した際、市民の方々からの「お疲れさま」「ありがとう」という言葉がとても励みになり、自分も微力ながら貢献できたと感じられるからです。皆さんも一緒に、地域の安全を守る活動に参加しませんか？

自主防災組織の結成をサポートします



自主防災組織とは、自分たちの地域で自分たちでできる防災活動を行うための組織で、本市では **43 組織** が結成されています（4月末時点）。また本市では、自主防災組織を結成し、資機材などを購入した際に **最大 25 万円** を補助します。詳しくは市ホームページをご覧ください。



6月28日(土)
午前中に

市内全域で防災訓練を実施

この防災訓練は、風水害などに備え、家庭や地域・職場などでの「助け合い」はどのようにすればよいかなど、市民一人ひとりが、災害が発生するおそれがあるとき、どのような行動をとるか確認してもらうことを目的に実施します。災害対策には、「自分の命は自分で守る」＝「自助」、「みんなで助け合う」＝「共助」の精神が大切です。

訓練当日は、防災行政無線で市内全域一斉放送を行いますので、避難行動を確認してください。また、防災アプリなどでも配信を行います。
※今回の想定は洪水ですが、地震が発生した時にも応用できます。浸水が想定される地区だけでなく、高台にお住まいの皆さんも避難行動の確認をお願いします。

当日の流れ

① 避難行動の呼びかけ

大雨などによる鬼怒川・小貝川の水位上昇を想定し、**午前10時**に防災行政無線や防災アプリなどで避難行動を呼びかけます。

② 避難行動の実施

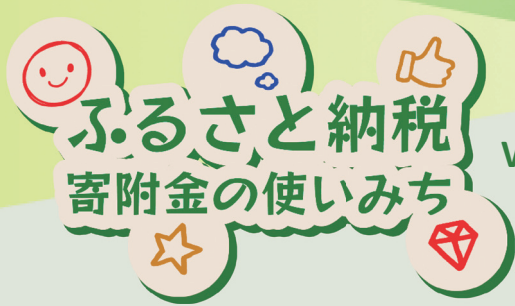
「避難指示が出た」という想定で、下記の避難行動を実施してください。

- 玄関先までの移動 ○「マイ・タイムライン」の確認
- 備蓄品の確認 ○避難経路・避難所の確認
- 防災情報の取得方法の確認（防災アプリなど）

当日、伊奈庁舎では職員を対象に初動対応訓練を実施します。「大雨の影響で鬼怒川・小貝川が増水し、氾濫の危険性が高まっている」という想定で、避難行動要支援者の輸送のほか、情報共有室、災害警戒本部の設置など、職員の災害対応を確認します。



前回の様子



ふるさと納税 寄附金の使いみち

Vol.30

このコーナーでは、ふるさと納税のお金を活用した、さまざまな事業を紹介します。

地域のお米を金芽米加工で給食に！

寄附区分：安心して暮らせるまちづくり事業

☎ 給食での金芽米の提供に関すること：学校給食センター ☎ 0297 - 52 - 2338
ふるさと納税寄附金の使いみちに関すること：伊奈庁舎企画政策課（内線 1202）

市内の公立幼稚園や公立小・中学校に提供している給食のご飯は、100%市内産米を使用しています。さらに、今年の1月からすべてのお米を金芽米に加工し「金芽米ご飯」として提供しています。ほんのり甘くて軟らかい「金芽米ご飯」で子どもたちの健康と成長を応援しながら、特色ある学校給食を通して充実した食育を行っています。

学校給食センターでは毎日 5,700 人分の給食を調理しており、美味しさはもちろんのこと、安全な給食を提供しています。毎年、施設見学・試食会を開催していますので、普段は見られない給食を作る様子をぜひ見に来てください（詳しくは 17 ページ）。



ふるさと納税のおかげで

学校給食の金芽米について

5,654 万 5 千円

市の負担は実質

0 円

金芽



金芽米は、胚芽の基底部「金芽」と、お米の栄養とうま味成分が含まれる「あこふんそう亜糊粉層」を残した、美味しくて栄養豊富な無洗米です。

亜糊粉層

※イラストはイメージです。実際の亜糊粉層の色は、白米と同じ色です。

※「金芽米」は東洋ライス㈱の登録商標です。

お米の国際大会の
炊飯ボランティアとして
活動しませんか？

米飯官能鑑定士養成講座 申込受付中！

☎ 谷和原庁舎産業経済課（内線3104,3106）



12月6日(土)・7日(日)に市内で開催する「米・食味分析鑑定コンクール：国際大会 in つくばみらい」の炊飯ボランティアスタッフを募集します！

ボランティアスタッフを希望する方は、米・食味鑑定士協会の公認資格である米飯官能鑑定士の資格講座を受講する必要があります。ぜひ、お申し込みください！



国際大会について
詳しくはこちら



▶日時：6月22日(日) 午前9時～正午

▶場所：みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設

▶講師（米・食味鑑定士）：米・食味鑑定士協会 すずき ひでゆき 鈴木秀之会長、
いりぐち ひさこ (株)イリグチ 入口壽子代表取締役

▶対象：高校生以上 65 歳未満の方

▶申込方法：お電話または産業経済課窓口でお申し込みください。

▶参加費：無料 ▶申込期限：6月9日(月)

市内各所で 桜が満開

4月初旬、福岡堰、ヒタチ絹の台桜公園、きらくやまふれあいの丘の桜が見ごろを迎え、市内外から多くの方々がお花見に訪れました。今年は天候や気温の影響もあり、例年よりも長い間桜が咲き誇り、花見客を魅了していました。YAWARA 福岡堰さくら公園では、産業経済課主事のみらいりんぞうが桜バージョンの装いでお花見を楽しんでいました。



福岡堰桜並木



きらくやまふれあいの丘



ヒタチ絹の台桜公園



YAWARA 福岡堰さくら公園

令和 8 年 4 月 1 日から

下水道使用料を改定します

今回の使用料改定は、安定的に下水道事業を継続していくため、中長期的な視点から適正な下水道使用料の検討を行い、使用料のご負担をお願いするものです。ご理解・ご協力をお願いします。☎ 谷和原庁舎上下水道課（内線5311）

改定の経緯

汚水の処理費用は、原則として下水道使用料で全額を負担することになっています。しかし、下水道施設の維持には多額の費用がかかるため、下水道使用料だけではすべての経費をまかなうことができません。その不足する財源を市が補てんし、事業を運営しているのが現状です。

下水道事業を安定的に継続していくため、令和5～6年度の2カ年で、下水道使用料の検討や経営戦略改定業務を実施し、「つくばみらい市下水道経営戦略」を見直しました。この経営戦略において、下水道使用料の改定が必要であると判断したことから、使用料を改定することになりました。

改正の対象

- 公共下水道事業
- 農業集落排水事業
- コミュニティ・プラント事業

※取手地方広域下水道組合で運営管理している地域の下水道使用料は、令和6年4月1日に改定しました。

下水道使用料新旧比較表（税込み）

区分	基本使用料（月）			従量使用料（1㎡あたり）			
	改定後	改定前	値上げ額	汚水排除量	料金		
					改定後	改定前	値上げ額
一般汚水	880 円	550 円	330 円	1 ～ 10㎡	88 円	77 円	11 円
				11 ～ 20㎡	154 円	143 円	11 円
				21 ～ 30㎡	165 円	154 円	11 円
				31 ～ 50㎡	176 円	165 円	11 円
				51 ～ 100㎡	187 円	176 円	11 円
				101㎡～	198 円	187 円	11 円
一時使用汚水（汚水排除量 1㎡あたり）					330 円	187 円	143 円

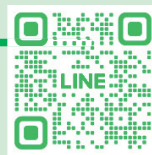


LINE 通知で ごみ出し忘れを 防止しませんか？

市 LINE 公式アカウントでは、お住まいの地区のごみ収集日を通知する機能があります。お住まいの地区と通知してほしいごみの種類を設定すると、ごみ出し当日の午前 6 時 30 分に通知が届くので、ごみの出し忘れを防げます！

☎ 伊奈庁舎行政経営デジタル戦略課（内線 1400）

設定方法



1 「市 LINE 公式アカウント」を友だち追加する

ID 検索 (@tsukubamiraicity) または QR コードを読み取ってください。
※すでに友だち追加がお済みの場合は、「②受信設定をする」へ進んでください。

2 受信設定をする



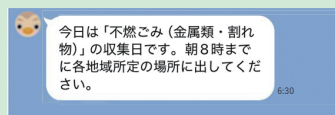
リッチメニュー右下の「受信設定」をタップする。

受信設定イメージ



「ごみの情報」をタップし、受信したいごみの種類とお住まいの地区を選択する。

ごみ通知イメージ（トークのみ）



ごみ出し当日の午前 6 時 30 分に通知が届きます。ごみの種類を変更したい場合は、受信設定から変更できます。

4 月から出し方が変わった「不燃ごみ」の出し間違いも防止できます！（詳しくは 12 ページ）



障がい児福祉サービスの質の向上を図る 事業連携協定を締結！

☎ 伊奈庁舎社会福祉課（内線 4101）

4 月 9 日、本市の障がい児福祉サービスの質の向上を図るため、(株)サシノベルテと事業連携協定を締結しました。今後は協定に基づき、障がい児支援に関する研修会や、障がい児福祉サービス事業者に対しての研修会などを行っていきます。



写真左から小田川市長、(株)サシノベルテ 久保田嘉郎代表取締役

各種スポーツ 大会の結果

※敬称略

☎ 教育委員会教育棟生涯学習課スポーツ推進室
(内線 7309)

令和 6 年度 第 26 回ターゲットバードゴルフ冬季大会

▶主催：つくばみらい市スポーツ協会 ターゲットバードゴルフ協会

▶開催日：3 月 22 日

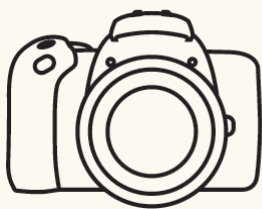
▶場所：日本スポーツ振興パークみらい 多目的広場
(ターゲットバードゴルフ場)

▶参加者：49 人

▶大会結果

優勝 伊藤和男
準優勝 佐藤洋次
第 3 位 金澤宏明
第 4 位 まつぎ 松崎みさ子
第 5 位 たかだあいこ 高田愛子





富士見ヶ丘小学校



福岡小学校

谷和原小学校

小学生が考えるこれからのつくばみらい市 「小学校地域創生フォーラム」を開催

3月3日、市職員に向けて市内の小学生が「これからのつくばみらい市」を提案する「小学校地域創生フォーラム」を伊奈庁舎で開催しました。当日は、富士見ヶ丘小学校、福岡小学校、谷和原小学校の6年生が参加し、「つくばみらい市を『サブカルチャーの聖地』にしよう」「さくらまつりを生かしたまちづくり」「世代を超えて支え合う心豊かな暮らしを提供」「オムライスのまち つくばみらい市」というテーマで発表しました。

※学年は当時のものです。

関東リーグ復帰に向けてゴールラッシュ！ アイデンティみらい、ホーム開幕戦で快勝

みらい平グラウンドで4月6日、アイデンティみらいが戦う「茨城県社会人サッカーリーグ1部」のホーム開幕戦（VS セキショウFC）が開催され、6 - 0で見事快勝しました！ 強風でボールが流される難しい試合展開のなか、徐々にボールがつながるようになり、酒井選手と丸崎選手のゴールで前半2得点。後半も勢いそのままに金子選手、小島選手、上園選手のゴールで4得点をあげ、ホーム開幕戦を勝利し、関東サッカーリーグ復帰に向けて好スタートを切ることができました！ 皆さんの応援がチームの力になります。ぜひ、みらい平グラウンドで一緒に応援しましょう！



ホームゲームの日程は、
アイデンティみらい公式ホームページをご覧ください。



6点目となるPKを決める上園選手（写真右）



aozola café 小平一成シェフ



（株）木内酒造 1823 額田
醸造所 松浦拓馬 醸造士



男のための居場所探しを応援 きらくやまふれあいの丘で「男塾」が開催

3月7日・14日、きらくやまふれあいの丘で、「男のための居場所探し（地域福祉デビュー）」を応援する体験プログラム「男塾」（主催：つくばみらい市社会福祉協議会）が開催されました。「簡単にちょっとオシャレなおつまみ☆」では、フレッシュトマトのスパゲティやレンコンのアーリオ・オーリオの作り方講座が行われました。「実際に造って、飲んでクラフトビールの世界を知る」では、ビールの種類や製法の説明、試飲、麦汁づくり体験が行われました。参加者からは「お酒を飲みはじめてから何十年も経つが、ビールが作られる工程を初めて知ることができて、とても勉強になった」といった声が聞かれました。



QRコードから、広報つくばみらいアンケートにご協力ください！
※紙面上のアンケートは、1, 5, 9月号に掲載します。



くらしの 情報

くらしの情報では、「市からのお知らせ」や「募集」「イベント」など、暮らしに関するさまざまな情報をお届けします。

市内の火災・救急

火災	4月分	
建物	2件	(5件)
車両	0件	(0件)
その他	3件	(11件)
計	5件	(16件)

救急	4月分	
交通事故	18件	(54件)
急病	124件	(599件)
その他	44件	(236件)
計	186件	(889件)

※（ ）は令和7年の累計

お知らせ

各社から企業版ふるさと納税を 頂きました

活用先：子育て支援に関する事業

(株)荒川樹脂：医療機器などの樹脂製品製造
寄附額：非公表

(株)Harvest Biz Career：地域の採用課題を解決する人材派遣
寄附額：非公表

(株)Harvest PLANNING：外国人材派遣
寄附額：非公表

活用先：農業の活性化に関する事業

エネグローバル(株)：太陽光発電の分野における、再生可能エネルギーの事業

寄附額：100万円

アカギ建材生コン(株)：生コンクリート製造・販売

寄附額：非公表

(株)岡野建築設計事務所：建築物の設計・監理

寄附額：非公表

活用先：教育環境の充実に関する事業

文化シャッター(株)：防犯・防災用シャッターなどの開口部製品の製造・販売

寄附(物納)：富士見ヶ丘小学校体育館への屋内用遮熱シート「はるクール」の設置



左から(株)荒川樹脂 千代田貢一代表取締役社長、小田川市長



左からエネグローバル(株) 事業本部営業部営業3課 中川拓也課長代理、営農事業推進室 八十岡晴代室長代理、上野嘉郎代表取締役社長、小田川市長



左から文化シャッター(株)小倉博之代表取締役社長、小田川市長

図 伊奈庁舎企画政策課(内線 1206)

わかさ幼稚園へ 紙芝居などを頂きました

ボランティア団体「みらいライフ」からわかさ幼稚園へ、紙芝居、パネルシアター、折り紙を寄贈いただきました。今後、幼稚園で大切に使用させていただきます。



図 教育委員会教育棟学校総務課(内線 7106)

新小学1年生へ交通安全・ 防犯の啓発品を頂きました

今年も多くのご団体・企業から、小学校の新1年生に対し、防犯ブザーやランドセルカバーなど、交通安全・防犯の啓発品を頂きました。おかげさまで、新1年生が安全に登下校することができます。ありがとうございました。地域の皆さんも引き続き、子どもたちの登下校の見守りをお願いします。

▶寄贈品：(株)常陽銀行「防犯ブザー」／いばらきコープ生活協同組合「ランドセルカバー」／常総地区交通安全協会「安全傘」／茨城みなみ農業協同組合「交通安全帽子」／(株)みずほフィナンシャルグループ、損害保険ジャパン(株)、明治安田生命保険相互会社、第一生命保険(株)「傷害保険付きワッペン」／茨城県石油商業組合「クリアファイル」(順不同)



図 教育委員会教育棟学校総務課(内線 7104)

茨城県統計協会 総裁表彰を受賞

長年にわたり統計調査員としてご活躍されている野本光男さん、石野一男さんに「茨城県統計協会総裁表彰」が贈られ、4月17日に伊奈庁舎で表彰状の伝達式を行いました。野本さんと石野さんは、国勢調査や農林業センサスなど、さまざまな統計調査にご尽力いただいております。これらの統計調査に通算9回従事され、その功績が顕著であることから表彰されたものです。



左から野本さん、石野さん、小田川市長
図 伊奈庁舎企画政策課 (内線 1206)

図書館などへ 書籍を頂きました

市内在住の江尻正員さんから、書籍「近隣ぶらり探訪記 知られざる茨城の魅力」を寄贈いただきました。同書は、江尻さんが18年あまりに渡って茨城県内各地を訪問し、県内全44市町村の名所550カ所を訪れた際の紀行文をまとめたものです。頂いた書籍は、市立小中学校13校と図書館3館に所蔵しています。図書館所蔵分は自由に閲覧できますので、ぜひご覧ください。



左から小田川市長、江尻さん、町田教育長
図 図書館 ☎ 0297 - 58 - 3710

(仮称) みらい平地区新設 中学校の工事情報を配信中

週間工事予定や工事車両台数を随時配信しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。工事期間中、ご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

▶所在地: 富士見ヶ丘3丁目9番1



週間工事予定



新設中学校について



図 教育委員会教育棟学校総務課 (内線 7102,7103)

市民税・県民税・森林環境税の 納税通知書を発送します

令和7年度の「市民税・県民税・森林環境税納税通知書兼決定通知書(以下、納税通知書)」は、6月11日(水)に発送予定です。納税通知書が届いたら、所得や控除内容をご確認ください。なお、郵便事情によっては届くまで時間がかかる場合があります。届かない場合には、税務課までお問い合わせください。また、記載の宛名に心当たりのない納税通知書が届いた場合や、それを誤って開封してしまった場合には、最寄りの郵便局へご連絡をお願いします。

▶納付期限: 第1期…6月30日(月)、第2期…9月1日(月)、第3期…10月31日(金)、第4期…令和8年2月2日(月)

※口座振替の場合の振替日は、各納付期限日です。それまでに預貯金残高をご確認ください。

図 伊奈庁舎税務課 (内線 2307)

「みらいノート」を 配布しています

新しくなったエンディングノート「みらいノート」では、これまでの人生を振り返り、これからの人生のことや、もしもの時に備えてどう過ごしたいかなど、自分の思いを整理できます。自分の思いをまとめて残しておくことは、もしもの時に家族や大切な人たちを助けることにもつながります。今後の人生設計を考える機会として、また家族と話し合うきっかけとして、みらいノートを役立ててみませんか? 電子版も公開していますので、ぜひご覧ください。



▶配布場所

地域包括支援センター(伊奈庁舎1階)、介護福祉課(伊奈庁舎1階)、市民窓口課(みらい平市民センター1階)、市民活動まちづくりセンター(みらい平市民センター3階)、住まい開発政策課(谷和原庁舎1階)、産業経済課(谷和原庁舎1階)、健康増進課(保健福祉センター内)、きらくやまふれあいの丘 すこやか福祉館

図 市地域包括支援センター(伊奈庁舎1階)

☎ 0297 - 57 - 0203

教科書展示会を開催します (令和8年度使用分)

▶日時: 6月13日(金)~26日(木)

午前9時~午後4時30分

▶場所: 茨城県第7教科書センター

(つくば市研究学園1丁目1番地1 つくば市役所内)

※教科書閲覧後は、アンケートにご協力ください。

図 教育委員会教育棟学校総務課 (内線 7106)

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント



4月1日から不燃ごみの 出し方が変わりました

▶毎月第1・2・4・5不燃ごみ収集日：
ビニール、プラスチック類（プラマーク
がついているものは資源物へ）

▶毎月第3不燃ごみ収集日：金属類、割れ物
どちらを出す場合も、不燃ごみ専用袋を使っ
てください。市民の皆さまにはお手数をおか
けしますが、ご協力のほどよろしくお願
いします。詳しくは市ホームページを
ご覧ください。



※今月の広報紙と併せて、不燃ごみの新し
い分別方法を反映した「改訂版ごみ・資源
物収集カレンダー」を配布しています。

図 谷和原庁舎生活環境課（内線 3306）

STOP THE 不法電波！

6月1日～10日は「電波利用環境保護
周知啓発強化期間」です。電波のルール
はみんなで守りましょう。

図 総務省関東総合通信局

○不法無線局による混信・妨害に関すること
☎ 03 - 6238 - 1939

○テレビ・ラジオの受信障害に関すること
☎ 03 - 6238 - 1945

6月は 「不法投棄防止強化月間」

しない、させない、許さない
ごみの不法投棄は犯罪です。不法投棄し
ている現場を見かけたら、不法投棄 110
番へ！（☎ 0120 - 5 3 6 - 380）

▶受付：平日 午前8時30分～午後5時
15分（受付時間外は警察まで）

不法投棄を防止するために、土地の所有
者・管理者の皆さまは、土地の見回りや
柵の設置などを行うなど、自主防衛に努
めるようお願いします。

図 谷和原庁舎生活環境課（内線 3306）

あなたの声を直接市長に届けよう！ 市民懇談会を開催します

まちづくりについて、市長と直接意見を
交換する市民懇談会を開催します。毎回、
たくさんの方にご参加いただき、ご意見
を伺います。頂いたご意見は、各部局で
調査・検討し市政に反映していきます。
ぜひ、皆さんの声をお聴かせください！

▶日時：6月15日（日）午前10時～

▶場所：みらい平市民センター4階

▶対象地区：小張、小島新田

図 伊奈庁舎地域推進課（内線 1301）

6月1日～7日は 「水道週間」

透き通る 誇れる水に 感謝する
（令和7年度スローガン）

水道週間は、水道について皆さんの理解
と関心を深めるために定められています。
本市では、良質で安全な水道水を供給す
るため、定期的な水質検査や老朽化した
配水管の更新などを行っています。今後
も水道水の安定供給に努めていきますの
で、皆さんもこの機会に、水の使用につ
いて見直してみましょう。

図 谷和原庁舎上下水道課（内線 5308）

漏水調査を 実施します

貴重な水資源の有効利用を図るとともに、
漏水による道路陥没などの二次災害を防止
するため、水道管の漏水調査を実施します。
調査期間中は、本市が委託した調査員が、
腕章・身分証明書を常時携帯し、作業を行
います。調査内容によっては調査員が量水
器付近まで立ち入り、作業を行うことがあ
りますので、ご了承ください。皆さまのご
理解とご協力をお願いします。

▶調査期間：6月下旬～令和8年3月13
日（金）（土・日・祝日を除く）

▶調査地域：板橋、谷井田

▶委託業者：（株）リクチ漏水調査

☎ 03 - 3954 - 9225

図 谷和原庁舎上下水道課（内線 5308）

令和6年度日本赤十字社 活動資金募集結果

日本赤十字社茨城県支部つくばみらい市
地区では、毎年市民の皆さまや事業者の
皆さまから、活動資金のご協力を頂いて
います。昨年度にご協力を頂いた募集結
果をご報告します。

▶総額：357万8,825円

▶件数：8,036件 ※3月31日現在
集まった募金は、災害救護活動や医療活
動などに活用させていただきます。なお、
ご協力いただいた事業者の皆さまを、市
ホームページに掲載しました。今後も日本赤十字社の活動にご
理解・ご協力をお願いします。



図 伊奈庁舎社会福祉課（内線 4108）

ひとり親家庭・重度心身 障がい者のマル福をお使いの方へ

現在使用している医療福祉費受給者証は、
6月30日（月）で使用できなくなります。7
月から使用できる受給者証は、6月下旬
に送付します。なお、下記の条件に該当
する方は所得の確認が取れないため、別
途通知を送りますので、記載してある必
要書類をご用意のうえ返送してください。
○令和7年1月1日以降に本市に転入した方
○本市外に居住する方の扶養になっている方
○本市外に居住しているが、住所地特例
や学生特例で本市の医療福祉費支給制度
（マル福）をご利用の方

※ひとり親家庭で家族構成などに変更が
あった方や、重度心身障がい者で、障害年
金の等級が変更になった方はご連絡くだ
さい。さかのぼって資格を喪失した場合には、
返金していただくことがあります。

図 伊奈庁舎国保年金課（内線 4406）



募集

政治倫理審査会委員を募集します

「つくばみらい市政治倫理審査会」は、市長、副市長、教育長および市議会議員が「つくばみらい市政治倫理条例」に規定する政治倫理基準に違反する疑いがもたれ、市民から調査請求があった場合に調査・審査する機関です。

委員のうち2人は公募に応じた者の中から議会の同意を得て委嘱するため、下記のとおり政治倫理審査会委員を募集します。

- ▶職務内容：調査請求などがあった場合の調査、審査その他の処理
 - ▶応募資格：選挙権を有する市民
 - ▶募集人数：2人
 - ▶任期：2年（令和7年10月3日（金）～）
 - ▶報酬：月額6,000円
 - ▶応募方法：履歴書（任意の様式）に必要な事項を記入し、総務課窓口にお申し込みください。
 - ▶応募期間：6月2日（月）～30日（月）午後5時
- ※審査会は、調査請求があった場合などに開催します。

☎ 伊奈庁舎総務課（内線 2106）

第20回つくばみらい市文化祭参加者募集！

- ▶日程：11月1日（土）、2日（日）
- ▶場所：きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館 すこやか福祉館
- ▶対象：市内で文化活動をしている団体または個人
- ▶部門
 - 発表の部（団体のみ）：舞踊、ダンス、楽器演奏、民謡、コーラス など
 - 展示の部（団体または個人）：手工芸、書道、絵画、写真、陶芸、生け花 など
- ▶費用：800円/人 ※市文化協会会員

または18歳未満は無料

▶申込方法：伊奈・谷和原公民館や各コミュニティセンターにある申込用紙（市ホームページからもダウンロード可）に必要な事項を記入し、生涯学習課窓口またはメールでご提出ください。

▶申込期限：7月4日（金）
詳しくは市ホームページをご覧ください。



☎ 教育委員会教育生涯学習課文化振興室（内線 7301）
✉ syougai-g01@city.tsukubamirai.lg.jp

新商品開発に取り組む 市内事業者を支援します

市内の中小企業者などを対象に、新商品の開発や5年以内に開発された新商品を増産するための機械装置の導入、販路拡大のため物産展などへ出展する事業に対し、費用の2分の1を最大50万円（販路拡大事業は10万円）まで補助します。ふるさと納税返礼品の開発や市外への出展事業などに、ぜひご活用ください。対象とする新商品の条件や申請方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



補助金を活用した梨ジュース（やわら飯塚農園）

☎ 谷和原庁舎産業経済課（内線 3110）

つくばユナイテッド SunGAIA バレーボール教室参加者募集

日本バレーボール界のトップリーグであるV.LEAGUEの2部に参戦するつくばユナイテッド SunGAIAの選手が、つくばみらい市スポーツ協会とバレーボール教室を開催します！参加者それぞれのレベルに合わせて、バレーボールの魅力や楽しさが分かる指導をしてくれます！

▶日時：6月22日（日）午前9時～午後1時
▶場所：日本スポーツ振興パークみらい体育館

▶参加費：無料

▶対象：小学生以上

▶申込方法：メールフォームからお申し込み下さい。

▶申込期限：6月13日（金）

▶主催：つくばみらい市スポーツ協会バレーボール部

☎ つくばみらい市スポーツ協会バレー部
担当：小林 〆 090 - 1050 - 7090

非認知能力（社会で生き抜く力） 必要性和育て方セミナー

これからの時代に最も必要とされる「非認知能力」。受験にもこの非認知能力が問われています。非認知能力とは、主体性や社会的能力、忍耐力などの「ライフスキル」のことで、幼少期から学ぶ必要があるといわれています。「なぜ必要なのか」「どう育てていけばいいのか」について学んでみませんか？詳しくはQRコードからチラシをご覧ください。



▶日時：6月22日（日）、7月5日（土）、20日（日）各日午後2時～3時30分

（終了後、午後4時30分まで自由懇談会）

▶場所：みらい平市民センター4階 会議室2

▶費用：無料

▶対象：どなたでも（幼児・児童の保護者の方優先）

▶講師：水海道第一高等学校・附属中学校 中村太一教諭（教育・人材育成コーチ）

▶定員：各回20人程度

▶申込方法：メールフォームからお申し込みください。

▶申込期間：各開催日の前日まで

※前回開催時の参加者の感想はQRコードをご覧ください。

☎ 中村太一

✉ nakamura.taichi5057@gmail.com

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント

コミュニティセンター 講座受講生募集

■板橋コミュニティセンター

【キッズジュニア体うごかし隊】

▶日時：6月6(金) 午後5時～6時

▶対象：年中～小学6年生

▶受講料：500円/人

■みらい平コミュニティセンター

【親子ふれあいヨガ】

▶日時：6月10日(火) 午後4時30分～5時30分

▶対象：小学4年～6年生とその保護者

▶受講料：500円/組

【マル先生キッズ体操】

▶日時：6月12日(木) 午後4時30分～5時30分

▶対象：年中～小学2年生

▶受講料：500円/人

【つくばみらい市音頭講習会】

▶日時：6月15日(日)・21日(土) 午前10時～11時

▶対象：どなたでも

▶受講料：無料

◆各講座の申込方法：「みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設」窓口で受講料を添えてお申し込みください。詳しくはホームページをご覧ください。



☎ みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設 ☎ 0297 - 38 - 7240

介護職員初任者研修を 実施します

▶日程：8月2日(土)～12月13日(土)の各土曜日 ※8月23日、10月4日、18日、11月1日、15日、29日を除く

▶時間：午前9時～午後5時

▶場所：茨城県母子寡婦福祉連合会 ラーク・ハイツ会議室（水戸市八幡町11 - 52 ラーク・ハイツ内）

▶対象：母子家庭の母、父子家庭の父、寡

婦の方で、全日程出席でき就労を希望する方

▶定員：15～20人

▶受講料：無料 ※テキスト代7,124円 およびボランティア保険加入代392円がかかります。

▶申込方法：申込用紙に必要事項を記入し、下記問い合わせ先まで提出してください。申込用紙はおやこ・まるまるサポートセンターにあるほか、茨城県母子寡婦福祉連合会ホームページからダウンロードできます。



▶申込期間：6月1日(日)～7月3日(木)(必着) ※託児サービスを利用できます（2歳児から小学生まで）。

※母子家庭等となって7年未満の方で、前年度の所得が一定額以下の方は、交通費の一部を支給します。

☎ 社会福祉法人 茨城県母子寡婦福祉連合会 母子・父子福祉センター

〒310 - 0065 水戸市八幡町11 - 52 ラーク・ハイツ内 ☎ 029 - 221 - 8497 FAX: 029 - 221 - 8618

URL: <https://www.ibaboren.or.jp>

ひとり親家庭の母・父のための パソコン講習会を開催します

▶対象：すでにパソコンを使用し、Wordで文書作成、Excelで表作成ができるレベルの方

▶日時：8月17日(日)～10月5日(日)の各日曜日（8日間） 午前9時30分～午後4時（初日受付：午前8時50分～）

▶場所：社会福祉法人 茨城県母子寡婦福祉連合会 会議室（水戸市八幡町11 - 52）

▶内容

○8月17日(日)～31日(日)：Word

○9月7日(日)～10月5日(日)：Excel

▶定員：15人 ※定員を超えた場合は抽選 ※全日程に出席できる方に限る（パソコンは不要）

▶受講料：無料（テキスト代として1,980円がかかります）

▶申込方法：申込用紙に必要事項を記入し、下記問い合わせ先まで提出してください。申込用紙はおやこ・まるまるサポートセンター（☎ 0297 - 44 - 8822）または下記問い合わせ先までお問い合わせいただくか、茨城県母子寡婦福祉連合会ホームページからダウンロードできます。郵送またはFAXでも申し込みできます。



▶申込期限：7月4日(金)必着

※託児サービスを利用できます（2歳児から小学生まで）。

※母子家庭等となって7年未満の方で、前年度の所得が一定額以下の方は、交通費の一部を支給します。

☎ 社会福祉法人 茨城県母子寡婦福祉連合会 ひとり親家庭等自立支援センター 〒310 - 0065 水戸市八幡町11 - 52 ☎ 029 - 221 - 8497

FAX: 029 - 221 - 8618

URL: <https://www.ibaboren.or.jp>

男女共同参画推進委員を 募集します

「男女共同参画」を市民の皆さんや事業所の方々とともに推進していくため、下記のとおり「つくばみらい市男女共同参画推進委員会」の委員を募集します。

▶職務内容：市男女共同参画計画に基づく施策に関する調査および審議

▶応募資格：男女共同参画の推進に関心のある18歳以上の市内在住の方

▶募集人数：2人程度

▶任期：委嘱の日から2年

▶応募方法：応募用紙に必要事項と小論文「男女共同参画推進について考えること」（400字程度）を記載し、地域推進課へ直接提出するか、郵送またはメールでご応募ください。応募用紙は地域推進課にあるほか、市ホームページからダウンロードできます。

▶応募期間：5月26日(月)～6月20日(金)

※郵送は当日消印有効

▶選考方法：小論文など ※選考結果は、7月下旬までに応募者全員に通知します。

☎ 伊奈庁舎地域推進課（内線 1302）

✉ chiiki01@city.tsukubamirai.lg.jp

第16回つくばみらい 市民ゴルフ大会参加者募集

▶日程：7月7日(月) ※雨天決行

▶場所：筑波カントリークラブ（高岡830 - 2）

▶競技方法：18 ホールストロークプレー（新ペリア方式）

▶参加資格：市内在住または在勤の方

▶定員：180人（先着順）

▶参加費：3,000円（当日に納入、別途プレー費1万6,000円（食事代別））

▶申込期間：6月2日(月)～13日(金) 午前9時～午後5時（土・日を除く）

▶申込方法：生涯学習課スポーツ推進室にある申込用紙に必要事項を記入のうえ、ご提出ください。

▶主催：つくばみらい市スポーツ協会ゴルフ部

※集合時間や組み合わせなどについては、後日ご連絡します。

☎ 大会事務局担当：田口 〆 090 - 8875 - 8428

「あさのいち」のフリー マーケットに出店しませんか？

みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設では、毎月第1土曜日にみらい平どんぐり公園で開催する「あさのいち」にフリーマーケットを出店しています。今回は、7月5日(土)に出店を希望する方を募集します。詳しくはホームページをご覧ください。

▶受付期間：6月7日(土)～22日(日)

☎ みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設 〆 0297 - 38 - 7240

手続き・申請

景観に関する届出を 忘れずに！

本市では、「つくばみらい市景観条例」および「つくばみらい市景観計画」を定め、市内全域を景観計画区域として、良好な景観形成に取り組んでいます。

市内で行われる建築・開発行為などは、行為着手前に景観計画との適合審査を受ける必要があります。事業者の方は、景観法・景観条例に基づき、行為の届け出の30日前（行為着手の60日前）までに事前協議申出書を提出してください。詳しくは市ホームページをご覧ください。

☎ 谷和原庁舎都市計画課（内線 5103）

児童手当現況届・変更届の 提出をお忘れなく！

令和4年から現況届の提出は不要となりましたが、一部の方はお手続きが必要です。現況届の提出が必要な方には、6月に案内を送付します。なお、現況届の提出がない場合は、令和7年8月分以降の児童手当が受給できなくなりますので、必ずご提出ください。また、児童手当の届出の内容に変更があった場合は、その都度、変更届の提出が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。

■現況届の提出が必要な方の例

○令和6年10月の児童手当制度改正により、令和7年度に19歳～22歳になる学生ではない子を多子加算カウント対象児童として届出している方

○離婚協議中に児童手当の認定請求を行い、現在も離婚が成立していない方

○DVなどにより避難しており、住民基本台帳上の住所が本市ではない方

○市から提出の案内があった方

■変更届の提出が必要な方の例

○離婚協議中に児童手当の認定請求を行い、その後離婚が成立した方

○加入する公的年金が変更となった方

○配偶者、児童と別居となった方

☎ 伊奈庁舎みらいこども課（内線 4201）

農業委員会 各種申請

6月の農地法に基づく許可申請の受付期間は下記のとおりです。

▶受付期間：6月23日(月)～25日(水)

※定例総会は7月10日(木)の予定です。

☎ 谷和原庁舎農業委員会事務局（内線 6301～6302）

木造住宅の耐震診断・ 耐震補強を支援します

令和6年能登半島地震により、石川県能登地方を中心に、古い木造住宅の全壊や一部損壊の被害が多く確認されました。本市では、地震に強いまちづくりを推進するため「木造住宅耐震診断士派遣事業」と「木造住宅耐震補強工事の補助事業」を実施します。※昭和56年6月1日以降に増築などを行っている場合、対象にならないことがあります。

■木造住宅耐震診断士派遣事業

耐震補強を促進するために、耐震診断士を派遣して、木造住宅の耐震診断を行う事業です。

▶申込要件：昭和56年5月31日以前に建築確認を受けて建築された木造住宅 など

▶耐震診断費：無料

▶申込期間：6月2日(月)～8月29日(金) 午後5時15分

▶受付予定件数：3件 ※予定件数に達した時点で終了

■木造住宅耐震補強工事の補助事業

地震発生時、木造住宅の倒壊などによる被害を防止するため、木造住宅の耐震改修工事などの費用を補助する事業です。補助を受けるためには、工事前に申請が必要です。

▶申込要件

○昭和56年5月31日以前に建築確認を受けて建築された耐震性のない木造住宅

○工事は市内に営業所などがある業者が行うこと

○工事は令和8年3月末までに完了すること など

▶補助額：耐震改修工事に要する費用の5分の4（上限115万円）

※「【リ・バース60】耐震改修利子補給制度」を利用する場合：耐震改修工事に要する費用の5分の2（上限57万5千円）

※「【リ・バース60】耐震改修利子補給制度」とは、住宅金融支援機構の【リ・バース60】により耐震改修のための融資を受ける際に、国が金利負担を軽減する制度です。

▶申込期間：6月2日(月)～8月29日(金) 午後5時15分

▶受付予定件数：1件

※予定件数に達した時点で終了

☎ 谷和原庁舎住まい開発政策課（内線 5402）

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント

危険なブロック塀などの 撤去費用を補助します

あなたの家のブロック塀などは
安全ですか？

本市では、危険なブロック塀などの倒壊による人的被害を未然に防ぐため、撤去費用の一部を補助します。補助を受けるためには、撤去工事前に申請が必要です。

▶補助対象：下記の要件を満たすブロック塀などの全部または一部の撤去
○通学路または災害時の避難路に面しているもの
○組積造または補強コンクリートブロック造のもの
○道路面からの高さが80cmを超えるものなど

▶申込期間：6月2日(月)～8月29日(金) 午後5時15分
▶受付予定件数：4件 ※受付予定件数に達した時点で終了
▶補助金の額：①、②のいずれか低い方に3分の2を掛けた額 ※上限10万円
①撤去に係る費用
②撤去する部分の延長に1m当たり1万4,000円を掛けた額

☎ 谷和原庁舎住まい開発政策課 (内線 5402)



浄化槽の設置費用を 補助します

本市では、生活排水による公共用水域の水質汚濁を防止するため、浄化槽の設置費用の一部を補助します。補助を受けるためには、設置工事前に申請が必要です。詳しくは市ホームページをご覧ください。

▶対象地域：公共下水道などが整備されていない地域
▶対象浄化槽：合併処理浄化槽
▶補助金額：設置する浄化槽の種類などにより異なります(例：単独浄化槽からの転換により、5人槽の通常型合併浄化槽を設置する場合：設置費上限33万2,000円、撤去費上限12万円、宅内配管工事費上限30万円(合計75万2,000円))。

▶申込期限：9月12日(金)
☎ 谷和原庁舎上下水道課 (内線 5305)



相 談

空き家の無料相談会を 開催します

空き家に対する不安や問題を解消する、空き家の相談会を開催します。相続や売買など、空き家に関するお悩みを各分野の専門家に無料で相談できるチャンスです。空き家を所有している方、管理している方だけではなく、自宅や実家が将来的に空き家になってしまうことを心配している方も、先を見据えてご相談ください。

▶日時：7月12日(土) 午後1時20分～、午後2時10分～、午後3時～、午後3時50分～ ※1組あたり40分
▶場所：伊奈庁舎3階会議室、小会議室
▶対象
○市内に空き家を所有している方もしくは関係者の方
○将来的に、市内の自宅や実家が空き家になってしまうことを心配している方
▶相談方法：個別ブースでの対面による相談、もしくはオンライン(Zoom使用)での相談 ※オンライン相談は、相談日当日までにご自宅などでZoomの使用環境が整っており、ご自身で利用できる方に限ります。

▶定員：8組
▶相談員：司法書士、宅地建物取引士、建築士(相談員3人1組で対応) ※市職員も同席
▶相談内容：空き家の相続および登記などに関すること、売買に関すること、調査や改修などに関すること など
▶相談費用：無料
▶申込方法：住まい開発政策課にお電話いただくか、メールフォームからお申し込みください。

※事前予約制、定員に達し次第締め切り
▶申込受付開始日時：6月2日(月) 午前8時30分

■豆知識
法改正により、令和6年4月1日(施行日)から相続登記が義務化されました！ 施行日前に相続が発生したケースでも、施行日から3年以内に相続登記をしなければなりません。正当な理由が無いのに登記申請義務に違反した場合には、10万円以下の過料の適用対象となります。

☎ 谷和原庁舎住まい開発政策課 (内線 5405)



常陽銀行 年金相談

常陽銀行委託の社会保険労務士が無料で相談に応じ、年金請求手続きを代行します。

▶予約方法：事前に電話 ☎ 0297 - 58 - 5552) または
ホームページから申し込み 
▶日時：6月9日(月) 午前10時～11時30分、午後0時30分～3時
▶場所：常陽銀行伊奈支店(谷井田2215-2)
☎ 常陽銀行伊奈支店 ☎ 0297 - 58 - 5552

税理士による 無料税務相談

▶日程：7月1日(火)、8日(火)、15日(火)
8月5日(火)、12日(火)、20日(火)
9月2日(火)、9日(火)、16日(火)
※1人40分程度、各日3人まで
▶場所：関東信越税理士会土浦支部
(土浦市中央1-11-19)
▶予約方法：6月2日(月)から予約受付開始となりますので、下記問い合わせ先までお電話ください。

☎ 関東信越税理士会土浦支部
☎ 029 - 824 - 5055

令和7年度茨城県立盲学校 地域巡回教育相談会

視覚に障害のある方の見えにくさを補うための補助具(レンズや拡大読書器など)の展示や相談会を行います。相談料は無料です。お気軽にご参加ください。

▶日時：7月24日(木) 午前11時～午後3時
▶場所：土浦合同庁舎 本庁舎3階 第2会議室(土浦市真鍋5丁目17-26)
▶申込期限：7月17日(木) ※予約制
▶申込先：下記問い合わせ先まで
☎ 茨城県立盲学校視覚障害教育支援センター 担当：菊池、三保
☎ 029 - 221 - 3388
✉ shien@ibaraki-sb.ibk.ed.jp

☆ イベント

第40回我がまちウォーク 開催します！

大空の下、のんびり季節を味わいながら自分のペースでつくばみらい市のどこか、往復3キロ弱の道程を歩いてみませんか？
お一人で？ 友人と？ ご夫婦で？ 親子で？

- ▶日程：6月16日(月)
- ▶受付時間：午前9時30分～10時
- ▶今回コース：小絹周辺（詳細は当日のお楽しみ）※雨天時はさくらやまふれあいの丘すこやか福祉館に変更します。
- ▶集合場所：サンキ小絹ファッション館 駐車場（小絹1429）
- ▶持ち物：飲み物、タオル、動きやすい服装、はきなれた靴
- ▶募集人数：15組（先着順）
- ▶主催：傾聴ボランティア傾聴ほほえみ
- ▶申込先：下記問い合わせ先まで



図 社会福祉協議会ボランティア市民活動センター ☎0297 - 21 - 3240

学校給食センター施設見学・試食会を開催します！

毎年6月は食育月間です。本市の学校給食では、市内産米を金芽米に加工したご飯を提供しています。金芽米ご飯や地場産野菜を使用した給食を食べてみませんか？

- ▶日時：6月19日(木) 午前10時～正午
- ▶対象：市内在住・在学・在勤の方
- ▶定員：20人 ※定員を超えた場合は抽選
- ▶参加費：250円/食
- ▶献立：金芽米ご飯、牛乳、ささみフライ、ナムル、卵とにらのみそ汁 ※献立は変更となる場合があります。
- ▶申込期間：6月1日(日)～5日(木)
- ▶申込方法：いばらき電子申請・届出サービスまたはお電話でお申し込みください（電話の場合は日曜日を除く）。
- ※6月18日(水) 正午以降のキャンセルは、キャンセル料（250円/食）が発生します。



図 学校給食センター ☎0297 - 52 - 2338

常総市合併 20 周年記念事業 常総平和コンサート

第1部は、終戦を満州で迎えた10歳の少年が行商を強いられ苦悩した戦争体験記「行商」(中島俊明著)を朗読とピアノで、第2部は愛と平和への祈りを込めた作品で構成したコンサート。戦後80年のこの夏、戦争、平和、そして幸せとは何かを多くの人の心へ強く訴えかける。常総市合併20周年記念事業。詳しくは下記問い合わせ先までご連絡ください。

▶演奏曲：○ベートーヴェン：ピアノソナタ「月光」 ○ショパン：革命のエチュード ○サンサーンス：白鳥 ○星野富弘・なかにしあかね：椿 ○映画「シンドラーのリスト」ほか

▶出演：五木田みどり（ソプラノ）、有村実保子（ヴァイオリン）、大森優華（コントラバス）、五木田綾（ピアノ）、見澤淑恵（朗読）

▶日時：7月19日(土) 午後2時～（開場：午後1時30分）

▶場所：常総市生涯学習センター 多目的ホール（常総市水海道天満町4684）

▶定員：240人

▶入場料：2,500円(中学生以下：1,500円)

※常総市内前売り所なら割引購入可能

▶チケット購入方法：ライブポケット（QRコード）から購入



▶後援：つくばみらい市教育委員会

図 Lien～心をつなぐ音楽会 ☎080 - 4005 - 1278、080 - 1018 - 7287
✉ lien.cocoromusic@gmail.com

邦楽の祭典を 開催します！

文化協会邦楽部の5団体とゲストが一同に会し、和太鼓、詩吟、そして三線で織りなす「邦楽の祭典」を開催します。皆さまのご来場をお待ちしています。

▶日時：6月29日(日) 午後1時15分～午後5時（開場：午後1時）

▶場所：谷和原公民館（古川1025）

▶入場料：無料

▶参加団体：勘新太鼓、絹の台 詩吟部、和太鼓 華響、瑤祥会、林蔵太鼓保存会（出演順）

※ゲスト出演予定：三線ゆんたくの会

図 つくばみらい市文化協会邦楽部
八月朔日 ☎090 - 1453 - 0322

つくばみらい市美術作家展 沼尻正芳絵画展

つくばみらい市美術作家展アートのバトンをつなぎ、新旧の油絵や立体作品など約30点を展示します。ぜひ、ご来場・ご高覧ください。

▶日時：6月10日(火)～16日(月) 午前10時～午後4時30分（初日は午後1時から、最終日は午後3時まで）

▶場所：コミュニティスペースみらいギャラリー（伊奈庁舎敷地内）

▶入場料：無料

▶主催：つくばみらい市美術作家協会

▶後援：つくばみらい市、つくばみらい市教育委員会

※当事業は、つくばみらい市市民活動支援補助金を活用しています。

図 つくばみらい市美術作家協会

代表：沼尻 ☎090 - 7277 - 2328

「出張！なんでも鑑定団in取手」 ～鑑定品・観覧者募集～

テレビ東京の人気番組「開運なんでも鑑定団」の人気コーナー「出張！なんでも鑑定団」が取手市にやってきます。鑑定してもらいたいお宝と公開収録の観覧者を募集します。この機会にご自宅に眠るとっておきの「お宝」を鑑定してもらいませんか？ 美術品からお菓子のおまけやおもちゃまで「なんでも」ご応募ください。たくさんのご応募お待ちしております。

▶日時：9月27日(土) 午後1時～（開場：正午）

▶お宝募集期限：7月18日(金)

▶場所：取手市民会館（取手市東1-1-5）

▶主催：取手市

応募方法など、詳しくはホームページをご覧ください（5月30日(金) 正午公開）。



図 取手市魅力とりで発信課 ☎0297 - 74 - 2141（内線1191）

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント



あなたの健康をサポートするさまざまな教室をご用意！

イライラを解消して心身元気に！

女性のホルモンは、年齢を重ねていく中で心身に大きな影響を与えます。

今回のアクティブライフ教室では、更年期に関する心の健康や眠りなどに関する講話や、気持ちが安らぐリラクソフラダンス（初心者向け）を行います。イライラ、不安、不眠などの症状にお悩みの方はもちろん、今後に備えて対処法を知っておきたいという方も、ぜひお申し込みください。



フラダンスで輝く！

「女性のこころとからだの健康講座」

▶日時：7月26日(土) 午前10時～11時30分

(受付開始：午前9時30分)

▶場所：保健福祉センター

▶対象：市内在住の20歳以上64歳以下の女性の方で、医師から運動を禁止されていない方

▶参加費：無料

▶定員：20人 ※定員を超えた場合は抽選

▶申込方法：健康増進課までお電話またはメールフォームでお申し込みください。

▶申込期限：7月10日(木)

※ご希望の方には骨密度測定（200円）も行います。



美味しく健康、始めませんか？

今回のテーマは「脂質異常症予防食」。ポイントは、ヨーグルトで作るノンオイルマヨネーズと、低脂質のたんぱく源である豆腐を使っているところです。

初めて参加する方も大歓迎！
ぜひお申し込みください。



☎ 市食生活改善推進協議会事務局（保健福祉センター内）

☎ 0297 - 25 - 2100

食生活改善推進員による

ヘルシークッキング教室

▶日時：7月8日(火) 午前10時～午後1時

▶場所：保健福祉センター

▶メニュー：豆腐ステーキきのこのキムチソース、蒸し野菜と手作りノンオイルマヨネーズ など

▶対象：市内在住の18歳以上の方

▶参加費：300円/人

▶定員：16人 ※定員を超えた場合は抽選

▶申込方法：健康増進課窓口、お電話またはメールフォームでお申し込みください。

▶申込期限：6月22日(日)



予防接種期間延長のお知らせ

下記の予防接種は、特例措置により
接種期間が延長されています。



詳しくはこちら

ワクチン名	接種対象者	接種期限
麻しん風しん（MR） 第1期	令和4年4月2日～令和5年4月1日生まれの方で、麻しん風しんワクチンの供給不足により、令和7年3月31日までに接種を行えなかった方	令和9年3月31日
// 第2期	平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれの方で、//	//
日本脳炎第1期・第2期	平成19年4月1日以前に生まれた20歳未満の方で、日本脳炎の定期予防接種（全4回）が完了していない方	20歳の誕生日の前日
ヒトパピローマウイルス（HPV）キャッチアップ接種	平成9年4月2日～平成21年4月1日生まれの女性で、令和4年4月1日～令和7年3月31日の間にHPVワクチンを1回以上接種しており、接種が未完了の方	令和8年3月31日
風しん第5期	昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性で、令和7年3月31日までに風しんの抗体検査を受け、風しんの抗体価が不十分で風しん第5期が未接種の方	令和9年3月31日

毎年6月は 「食育月間」です！

食べることは生きることであり、誰もが健康な身体と心を育むことにつながります。食育月間は、食育を通じて食の大切さを広める取り組みを強化するために定められました。この機会に、家族や友人と食について話してみませんか？



バランスのとれた食事は

主食・主菜・副菜をとることから

主食（ご飯・パン・めん）・主菜（肉・魚・卵・大豆製品）・副菜（野菜・海藻・きのこ）を適量、1日3回の食事毎食とりましょう。

一緒に食べよう、毎日朝ごはん

朝ごはんは、1日を元気に過ごすための大切なエネルギー源です。家族と一緒に食べればコミュニケーションもとれます。

図書館に

食育コーナーを設置します

食育に関するさまざまな本を図書館で紹介します。ぜひ、お越しください。

▶設置期間：6月1日(日)～29日(日)

▶場所：みらい図書館 supported by 成島建設、小絹分館、みらい平分館



CHECK!!

毎月19日の「食育の日」には、市公式Xや健康増進課Instagramで朝食おすすめレシピを紹介しています！



健康増進課
Instagram

カルシウムが豊富なオススメ朝食レシピ

魚肉ソーセージのスティックパン

- ① 食パンの耳を切り落とし、パンを麺棒で薄くのばす。
- ② マヨネーズとカレー粉を混ぜ合わせ、①に塗る。
- ③ ②にスライスチーズをのせ、魚肉ソーセージを手前に置き、端からパンごと転がしてくるくる巻く。
- ④ ラップにきつく包み、パンと魚肉ソーセージがはがれないようになじませる。
- ⑤ オリーブ油をひいたフライパンで、周りがカリっとするまで転がしながら焼く。



クックパッドで
レシピをチェック！



材料（1人分）

食パン（6枚切り）	.. 1枚	マヨネーズ	... 小さじ2
魚肉ソーセージ	 1本	カレー粉	 小さじ1/4
スライスチーズ	 1枚	オリーブ油	... 大さじ1/2



クックパッド「つくばみらい市公式キッチン」では、朝食おすすめレシピのほか、学校給食や公立保育所の人気レシピ、おすすめ離乳食レシピなども紹介しています。ぜひご活用ください！



介護保険料等の

基準額の一部が変わります



介護保険法施行令の改正に伴い、介護保険料の算定に用いる年金収入等の基準額について、令和7年度から80万円の基準額が80万9,000円に変わります。
新しい基準額は令和7年度介護保険料から適用となり、介護保険料額は7月に通知します。

問 伊奈庁舎介護福祉課（内線 4304）

所得段階	対象者			介護保険料 (年額)
第 1 段階	本人が 住民税 非課税	非課税世帯	生活保護受給者、世帯全員が住民税非課税の老齢福祉年金受給者、年金収入等 80 万 9,000 円 以下	1 万 8,860 円
第 2 段階			年金収入等 80 万 9,000 円 超 120 万円以下	3 万 2,100 円
第 3 段階			年金収入等 120 万円超	4 万 5,340 円
第 4 段階		課税世帯	年金収入等 80 万 9,000 円 以下	5 万 9,580 円
第 5 段階			年金収入等 80 万 9,000 円 超	6 万 6,200 円
第 6 段階	本人が住民税課税		合計所得金額 120 万円未満	7 万 9,440 円
第 7 段階			合計所得金額 120 万円以上 210 万円未満	8 万 6,060 円
第 8 段階			合計所得金額 210 万円以上 320 万円未満	9 万 9,300 円
第 9 段階			合計所得金額 320 万円以上 400 万円未満	11 万 2,540 円
第 10 段階			合計所得金額 400 万円以上 600 万円未満	12 万 5,780 円
第 11 段階			合計所得金額 600 万円以上 800 万円未満	13 万 9,020 円
第 12 段階			合計所得金額 800 万円以上 1,000 万円未満	15 万 2,260 円
第 13 段階				

※負担限度額認定及び高額介護（予防）サービス費も同様に、80万円の基準額は80万9,000円となる予定です（8月変更予定）。

令和6年度

情報公開・個人情報保護の実施状況

問 伊奈庁舎総務課（内線2105）

本市では、市民の知る権利を保障するとともに、開かれた市政の推進を図るため、情報公開制度を設けています。

また、基本的人権を守るため、本市が保有している個人情報を保護するとともに、自己の個人情報を開示することを保障する個人情報保護制度を設けています。

この2つの制度の運用について、令和6年度の実施状況を公表します。

※個人情報の開示請求について、教育委員会など市長以外の実施機関に対する開示請求はありませんでした。

1. 情報公開の開示請求・公開の状況

実施機関	開示請求件数	処理状況				審査請求
		全部公開	部分公開	非公開	取り下げ	
市長	0	0	0	0	0	0
教育委員会	2	0	2	0	0	0

2. 個人情報の開示請求・公開の状況

実施機関	開示請求件数	処理状況				審査請求
		全部開示	部分開示	不開示	取り下げ	
市長	2	0	1	1	0	0



みんなで楽しく学ぼう！

【間宮林蔵顕彰会】

第63回

林蔵クイズ



樺太探検 その30

ロシアの北方から流れてくるホンコー河（アムグン河）と黒竜江（アムール川）が合流したところのサンタンコエには、その当時、河岸の切り立った断崖の上に黄土色の大きな石碑が2基ありました。そこを通過する時、同行者のコーニたちは、持っていた米や粟、草の実などを川の中に投げ入れ、お供え代わりにして拝みました。林蔵は舟の中から眺めただけで、その石碑が何なのか、文字が刻んであったのかなどは分かりませんでした。コーニの説明によると、その石碑はロシアの山賊が建てたものだそうです。林蔵は「山賊が建てたものをなぜ拝むのか」とコーニに聞くと「昔からここを通る時はやっている」と要領を得ない答えが返ってきました。

この時、林蔵は知らなかったのですが、その石碑はロシアの山賊が建てたものではなく、明（中国の王朝）の時代に建てられた「永寧寺」の跡だったのです。昔、仏教は東韃靼の地まで及び、コーニらの先祖もこの仏教の感化を受け崇拝したのでしょうか。しかし、仏教が衰退し永寧寺が廃寺となったため、通過する時に拝礼するという形式だけが残ったものと思われる。

また、この石碑は林蔵たちが通過してから約80年後、曹廷杰（中国の歴史学者）の発見によって、初めて世界に知られるようになり、明治28年、ロシア人がウラジオストク博物館に移しました。中国北辺の歴史を知る上で貴重な資料です。



東韃地方紀行 下巻
サンタンコエの風景



問題

明の時代、サンタンコエに建てられた寺院は何と言いますか。

①本立院

②専稱寺

③永寧寺

クイズ正解者のうち、抽選により、5人に図書カードを進呈します。

【応募方法】はがき、メールまたは下記のQRコードで、答え、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、〒300 - 2395 つくばみらい市福田195 つくばみらい市生涯学習課内間宮林蔵顕彰会「林蔵クイズ」係まで 【応募締切】6月20日（金）

★林蔵クイズは「あさのいち」でも応募できます！

〒 教育委員会教育棟生涯学習課内 間宮林蔵顕彰会
林蔵クイズ係 ☎ 58 - 2111（内線7301）
✉ bunka01@city.tsukubamirai.lg.jp



第62回の答え

② 祚

※林蔵クイズは、間宮林蔵顕彰会が史実を基に一部脚色し、作成しています。



6月の
図書館
だより



詳しくはホームページを
ご覧ください。

問 図書館 ☎ 0297 - 58 - 3710

4月の貸出者数：6,405人
4月の貸出点数：21,309点

■図書館休館日（全館共通）

6月2日（月）、9日（月）、16日（月）、20日（金）、23日（月）、30日（月）

■開館時間：午前9時～午後7時

■おはなし会：本館（みらい図書館 supported by 成島建設）

▶日時：6月14日（土）、28日（土） 午後2時～

▶対象：3歳程度から

■おはなし会：小絹分館

▶日時：6月1日（日） 午前11時～

▶対象：どなたでも

■おはなし会：みらい平分館

▶日時：6月21日（土） 午前11時～

▶対象：3歳程度から

■ホットケーキのおはなし会：みらい平分館

▶日時：6月7日（土） 午後2時～

▶対象：5歳程度から

■赤ちゃんタイム：本館（みらい図書館 supported by 成島建設）

▶日時：6月12日（木） 午前10時～正午

▶対象：乳幼児と保護者の方

■ちよちよちおはなし会：本館（みらい図書館 supported by 成島建設）

▶日時：6月12日（木） 午前11時～

▶対象：0～2歳と保護者の方

■大人のための健康音読会：小絹分館

▶日時：6月18日（水） 午後1時～

▶対象：どなたでも

▶場所：小絹コミュニティセンター1階 多目的室

問 図書館（小絹分館） ☎ 0297 - 34 - 1818

■おもしろ理科先生「光の万華鏡」を開催します：小絹分館

▶日時：6月29日（日） 午前10時30分～正午

▶対象：3歳くらいから小学生くらいまで

（小学校低学年までは保護者同伴）

▶場所：小絹コミュニティセンター1階 多目的室

▶参加費：200円／人（当日徴収）

▶定員：30人（定員に達し次第締め切り）

▶申込先：小絹分館カウンター

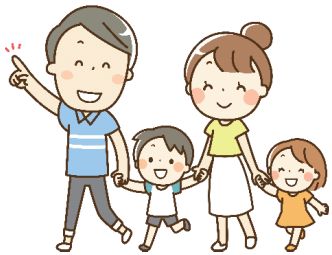
▶申込期間：5月27日（火）～6月25日（水）

※図書館休館日を除く

問 図書館（小絹分館） ☎ 0297 - 34 - 1818



子育て支援室に行ってみよう！



市内の各子育て支援室では、楽しいおもちゃやアットホームなかわいい部屋作りをして、子育て支援担当の保育士さんたちが皆さんをお待ちしています。いろいろな催しも企画しているので、お気軽にお越しください。 ※イベントのお知らせは、市ホームページや各子育て支援室のInstagram、 「まるっと！子育て応援ナビ」などでご確認ください。



市ホームページ
「子育て支援室イベント
カレンダー」をチェック！！



Google Play



App Store

子育て支援アプリ
「まるっと！子育て
応援ナビ」のダウ
ンロードはこちら

Pick Up !

問 おやこ・まるまるサポートセンター ☎ 0297 - 44 - 8822

■楽しくお着がえしてみよう♪

子育て支援室に遊びにきたママやパパから、子どもがなかなかお着がえしようとしなくてという話を伺います。そこで、皆さんに聞いた作戦をいくつかご紹介いたします。ぜひお試しください！

○マネっこしながらお着がえ♪：「きりんさんはどんな風に着がえるかな？」など、楽しい声かけからスタート！好きな動物や恐竜になりきって、楽しくお着がえタイム♪

○ストップウォッチ作戦：今日は何秒で靴下はけるかな？ゲーム感覚で準備できる♪

6月の巡回育児相談・おもちゃ病院

■巡回育児相談（各日午前10時～11時30分）

11日(水)	子育て支援室ばかばか（臨床心理士）
17日(火)	小絹児童館内子育て支援室 （言語聴覚士・保健師）
18日(水)	子育て支援室 BLOOM（作業療法士）
23日(月)	ルンビニー学園るんるんみらい（理学療法士）

■おもちゃ病院

2日(月)	午前9時30分～11時30分	出張フラワー
13日(金)	午前10時～11時30分	きらくやま子育て 支援室こどもひろば

各支援室からのお知らせ



ママ・パパかかりつけコーディネーターがいる
子育て支援室は、左のイラストが付いています。



子育て支援室 BLOOM・出張フラワー

月～金曜日 午前9時30分～午後4時
陽光台3 - 9 - 1 ☎ 0297 - 44 - 8015

おすすめイベント

○0歳タイム(3日) ○WARAリズム(6日) ○1歳タイム(11日)
○2・3歳タイム(20日) ○親子ピクス(26日) ○パン販売(26日)
※フラワーは毎週月曜日、保健福祉センターでお待ちしております。



TSUKUBAMIRAI.BLOOM



子育て支援室おひさま・出張ぱんだ

火～日曜日 午前9時～午後6時
紫峰ヶ丘4 - 4 - 1 ☎ 0297 - 57 - 0502

おすすめイベント

○4day time（読み語り）（4・14・24日）
○先生とあそぼう運動会（18日） ○先生とあそぼう誕生会（25日）
※成長記録は毎日行っています♪
※5日は、正午から午後2時30分まで一時休室します。



OHISAMA.TM



小絹児童館内子育て支援室

火～日曜日 午前9時～午後6時
絹の台3 - 1 - 4 ☎ 0297 - 25 - 2151

おすすめイベント

○年齢別クラス
りす0～1歳(4日) うさぎ1～2歳(12日) きりん2～3歳(18日)
○成長記録会(11日) ○プレイパーク(20日) ○制作(24日)
○誕生会(26日) ※要予約



TSUKUBAMIRAI.KOKINU



きらくやま子育て支援室こどもひろば

火～土曜日 午前10時～午後0時30分、午後1時30分～4時
神生530 ☎ 0297 - 57 - 0205

事前告知

○なつまつり 8月30日 午前11時～
ハンドメイドマルシェ出店者募集！
募集対象：市内在住で未就学児の保護者
出店希望の方、ご連絡お待ちしております♪



KIRAKUYAMA.KODOMOHIROBA

ひなた保育園やわら子育て支援室ばかばか

火～木曜日 午前9時～正午、午後1時～3時
簡戸3561 - 1 ☎ 0297 - 21 - 5582

ばかばかスタッフのつぶやき

あつという間に6月になりましたね。雨の日が増えてくるこの時期、外遊びもできず「どこに遊びに行こうかな」と悩む方も多いかと思います。そんな時は、ぜひばかばかに遊びに来てください♪ 午前中は1～2歳のお友だちが、午後は0～1歳過ぎの赤ちゃんが来てくれていることが多いですよ♪



TSUKUBAMIRAI.POKAPOKA

富士見ヶ丘認定こども園のびのび広場

月～金曜日 午前10時～午後4時
富士見ヶ丘4 - 14 - 6 ☎ 080 - 9291 - 0372

おすすめイベント ★予約の方以外も自由に遊べます！

○キッズカット(10日) ※要予約 ○午後のお茶会(16～20日)
※要予約 ○たなばた制作(23～27日) ※要予約
○栄養・離乳食相談(6・13・20・27日) ベテラン栄養士と楽しくお話しませんか？ アットホームな支援室でお待ちしております♪



認定こども園ルンビニー学園るんるんみらい

月～金曜日 午前10時～午後3時
陽光台2 - 35 - 1 ☎ 0297 - 58 - 8035

おすすめイベント

○るんるんカフェ(3日) ※要予約
○英語とふれあうストロベリー(10日) ※要予約
○おたんじょう会(18日) ○成長記録会・手形アート(20日)
○巡回育児相談(理学療法士)(23日)



TSUKUBAMIRAI.RUNRIN

ルンビニーみらい保育園るんるんみらい2

月～金曜日 午前10時～午後3時
陽光台2 - 29 - 1 ☎ 0297 - 21 - 4750

おすすめイベント

○園庭開放 DAY(3日) ○シャボン玉 DAY(6・25日) テラスでシャボン玉をします ○るん2の部屋(9日)「雨の日の過ごし方」教えてください ○ベビーマッサージ(16日) 親子で素敵なひとときを！ ※要予約 ○制作(18・20日) 6月はかたつむり☆ ○成長記録会(30日)



RUNRINMIRAI.2



ひなたのもり認定こども園 cocokara

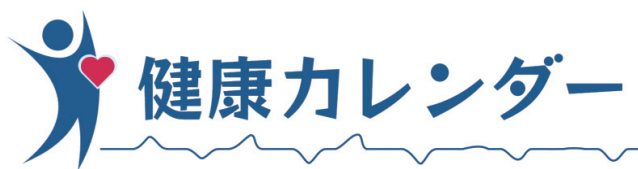
月～金曜日 午前9時～午後3時
板橋3023 - 27 ☎ 0297 - 21 - 3773

cocokara ってどんなところ？

開室から半月、多くの皆さまにお越しいただき、支援室は毎日笑顔があふれています♪ cocokaraは赤ちゃんや子どもたちを囲んで、利用者のママやパパみんなで子どもたちの成長を見守り、喜び合える関係作りを目指しています。何か困ったことがあればお声がけくださいね。



TSUKUBAMIRAI.COCOKARA



子どもの 健診・教室【6月】

問 おやこ・まるまるサポートセンター
(みらい平市民センター内)
☎ 0297 - 44 - 8822

事業名	期日	会場	備考
3～4か月児健診	25日(水)	保健福祉センター	対象：令和7年2月生
1歳6か月児健診	26日(木)		対象：令和5年11月生
2歳3か月児歯科健診	4日(水)		対象：令和5年2月生
3歳5か月児健診	3日(火)		対象：令和3年12月生

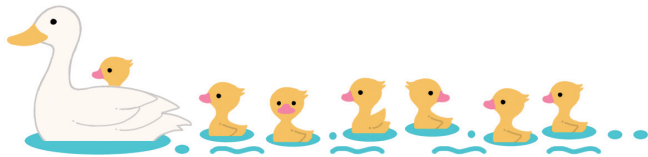
事業名	日時	会場	備考
離乳食初期 スタート教室 ※予約制	2日(月) 午前10時 ～11時15分	市民活動まちづくりセン ター (みらい平市民セン ター 3階)	対象：4～5か月児の 保護者
離乳食中期 もぐもぐ教室 ※予約制	3日(火) 午前10時 30分～11時30分	子育て支援室BLOOM (みらい平市民センター 2階)	対象：7～9か月児の 保護者 (2回食を始め ている方)
すくすく広場	6日(金) 午前10時 ～11時30分 19日(木) 午前10 時～11時30分	きらくやま子育て支援室 こどもひろば 子育て支援室おひさま	対象：1か月～1歳6 か月児
1歳 わくわく教室	24日(火) 午前10 時～11時	子育て支援室 BLOOM	対象：令和6年6月生 まれの子どもと保護者

各種健康相談【6月】

問 健康増進課 (保健福祉センター内)
☎ 0297 - 25 - 2100

■移動健康相談 (予約不要) 午前10時～11時30分

- ①6月9日(月) 内宿公民館
- ②6月26日(木) 谷井田コミュニティセンター



介護予防カレンダー【6月】

問 伊奈庁舎介護福祉課 (内線 4305)

■地域体操クラブ

シルバーリハビリ体操指導士によるいきいきヘルス体操など

会場	実施日 (午前10時～11時30分)
青木自治会館	2日 9日 16日 23日 月曜日
内宿公民館 (筒戸)	9日 23日 月曜日
みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設	3日 10日 17日 24日 火曜日
谷和原公民館	3日 10日 17日 24日 火曜日
谷和原公民館 谷原分館	3日 10日 17日 24日 火曜日
西ノ台集会所	4日 11日 18日 25日 水曜日
板橋コミュニティセンター	5日 12日 19日 26日 木曜日
谷井田コミュニティセンター	5日 12日 26日 木曜日
谷和原公民館 福岡分館	5日 12日 19日 26日 木曜日
小絹コミュニティセンター	6日 13日 20日 27日 金曜日
カスミ富士見ヶ丘店	6日 13日 20日 27日 金曜日
谷和原公民館 十和分館	6日 20日 金曜日

※参加ご希望の方は、実施日に直接会場までお越しください。
※赤字の日は、「移動健康相談」となり体操などはお休みです。
※下線部の日は、体操のほか医療専門職の講話や健康相談を実施します。
※天候などで急遽中止になる場合がありますので、介護福祉課までお問い合わせください。

健康増進室【7月】 問 健康増進課 (保健福祉センター内) ☎ 0297 - 25 - 2100

- ▶火～金：午前9時～午後8時30分 (月曜日休室)
- ▶土日祝：午前9時～午後4時30分
- ▶料 金：1回あたり200円 (年齢などにより減額制度あり)

※利用券10枚をまとめてお求めになると回数券 (11回分) の利用ができます。

※初めて健康増進室を利用する場合は、最初に「健康増進室利用講習会 (無料)」を受けてください。

■健康増進室利用講習会 (毎時00分、30分に実施)

実施日	時間
火～金曜日	午前9時30分～午後7時30分
土・日・祝日	午前9時30分～午後3時30分

- ▶対象：市内在住・在勤・在学で15歳以上の方 (中学生を除く)
- ▶持ち物：室内用運動靴、住所・年齢を確認できる、運転免許証などの公的証明書 (証明書がないと受講できません)
- ※市外在住で本市に在勤・在学の方は、会社の身分証明書や生徒手帳などをご持参ください。
- ※障害者手帳、療育手帳、指定難病特定医療費受給者証をお持ちの方はご持参ください。
- ▶受講方法：受講希望の実施日・時間内に健康増進室へお越しください。

■運動教室 (受講料：200円 ※年齢などにより減額制度あり)

教室名	実施日 (午前11時～正午)
肩こり・腰痛体操	1日 8日 15日 22日 火曜日
パレトン&ピラティス	2日 9日 16日 23日 水曜日
からだ元気アップ	3日 10日 17日 24日 木曜日
リズム運動	4日 11日 18日 25日 金曜日

- ▶対象：健康増進室利用証の交付を受けている方
- ▶定員：各日15人
- ▶申込方法：下記の申込受付開始日から電話または窓口でお申し込みください。お申し込みは、本人、家族のみです。
- ※各教室1回まで ※悪天候や災害時などは休講になる場合があります。
- ▶申込受付開始日：6月12日(木)
- ▶受付時間：午前8時30分～午後5時15分 (土・日・祝日を除く)

■貯筋教室

65～70歳代前半の方を対象とした、筋力アップのためのややきつめの運動

- ▶実施日：毎週木曜日
- ▶会場：日本スポーツ振興パークみらい 青少年研修道場
- ※申込制となります。お電話でお問い合わせください。

■あたまの健康チェック®

約10分間の対話式認知機能テストです。現在の認知機能を確認して自身の生活習慣を振り返りましょう。※認知症の有無や症状を評価するための検査 (認知症の検査) ではありません。

- ▶日時：6月30日(月) 午後1時30分～3時30分
- ▶対象：認知症の診断を受けていない40歳以上の市民の方
- ▶会場：伊奈庁舎内
- ▶費用：無料

※30分ごとの予約制となります。電話・窓口または市公式LINEの予約フォームからお申し込みください。

各種 無料相談



法律相談（弁護士・司法書士）

～日ごろ困っていること、悩んでいることなど法律に関する相談～

- ▶日時：6月3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)
午後1時～4時
- ▶場所：きらくやまふれあいの丘すこやか福祉館
- ▶予約：つくばみらい市社会福祉協議会（すこやか福祉館内）
☎0297 - 57 - 0205
※当日の正午までに電話で予約してください。

心配ごと相談

～日ごろ困っていること、悩んでいることなど福祉全般の相談～

- ▶日時：6月11日(火) 午後1時～3時
- ▶場所：きらくやまふれあいの丘すこやか福祉館
- ▶予約：つくばみらい市社会福祉協議会（すこやか福祉館内）
☎0297 - 57 - 0205
※前日の午後5時までに電話で予約してください。

こども福祉相談

家庭児童相談：子ども（18歳未満）の養育に関する悩みごと、子どもにかかわる家庭の人間関係など、児童福祉に関する相談に応じます。

ひとり親相談：母子・父子家庭・寡婦の方の生活全般の悩みなど、自立に向けた総合的な相談に応じます。また、母子・父子・寡婦福祉資金貸付に関する情報提供にも応じます。

虐待：子どもに対しての虐待・ネグレクトについての相談・通告に応じます。

- ▶日時：毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
※祝日・年末年始を除く
- ▶場所：みらい平市民センター2階
- ▶相談方法：電話または面談 ※面談の場合は、事前にご連絡ください。
- ▶問い合わせ：おやこ・まるまるサポートセンター
☎0297 - 44 - 8822

女性相談・DV相談支援センター ～みらサポ～

配偶者や恋人などからの暴力の相談や、女性の抱えるさまざまな悩み（離婚、家庭内の不和、人間関係、性暴力被害など）に対し、相談支援を行う総合的な窓口です。配偶者暴力相談支援センターの機能も併せ持ち、DV被害者の相談事実証明書の発行や保護命令制度の手続きに関する支援も行います。
※DV相談は性別を問わず受け付けます。

- ▶日時：毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
※祝日・年末年始を除く
- ▶場所：みらい平市民センター2階
- ▶相談方法：市専門職員（女性相談支援員、保健師、精神保健福祉士）による電話または面談 ※面談の場合は、事前にご連絡ください。
- ▶問い合わせ：女性相談・DV相談支援センター ～みらサポ～
（おやこ・まるまるサポートセンター内）
☎0297 - 38 - 5500

DV被害などで危険が迫っているときは、110番してください。

弁護士オンライン相談

- ▶日時：6月18日(水) 午後1時、2時、3時～ ※各回1時間
- ▶場所：みらい平市民センター2階
- ▶相談方法：市委託の弁護士による、離婚や養育費などにまつわる法律的内容に関するオンライン相談 ※要予約
- ▶予約：おやこ・まるまるサポートセンター
☎0297 - 44 - 8822 毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 ※祝日・年末年始を除く

ふぁみりあ ～こどものいばしょ～

～学校に行きづらい・家にも居場所がないこどものいばしょ～

家でも学校でもない“自由な居場所”です。お子さんの興味・関心を大切に、やりたいこと、好きなことを応援します。

- ▶日時：6月2日、9日、16日、23日、30日 ※各月曜日
午後1時30分～4時30分
- ▶場所：みらい平市民センター3階

ふぁみりあ ～ほごしゃのいばしょ～

登校しづらいのあるお子さんの保護者の交流の場です。
「ふぁみりあ」にお子さんが来ていなくても参加できます。

- ▶日時：6月16日(月) 午後1時30分～3時30分
- ▶場所：みらい平市民センター4階 会議室1
- ▶問い合わせ：おやこ・まるまるサポートセンター
☎0297 - 44 - 8822

ヤングケアラー相談

～ヤングケアラーに関する悩みなどの相談～

ヤングケアラー：本来、大人が担うと想定されている家族のケアを行っている子どものこと

- ▶日時：毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
※祝日・年末年始を除く
- ▶場所：みらい平市民センター2階
- ▶相談方法：電話または面談
- ▶問い合わせ：おやこ・まるまるサポートセンター
☎0297 - 44 - 8822

人権相談

～日常生活でのトラブル（SNS上の誹謗中傷を含む）など人権に関する相談～

- ▶日時・場所：6月11日(火) 伊奈庁舎1階 相談室3
7月9日(火) 谷和原公民館 和室、研修室
※時間は各日ともに午前10時～正午
- ▶問い合わせ：社会福祉課（内線4108）

消費生活相談

～消費者契約に関するトラブルなどの相談～

- ▶日時：毎週月～金曜日 ※祝日・年末年始を除く
午前9時～正午、午後1時～4時30分
- ▶場所：消費生活センター（谷和原庁舎1階）
- ▶問い合わせ：消費生活センター（センター直通）
☎0297 - 25 - 3288
FAX：0297 - 57 - 2288

行政相談

～行政の業務に対する意見・要望など～

- ▶日時：6月19日(木) 午後1時30分～3時30分
- ▶場所：きらくやまふれあいの丘 すこやか福祉館 福祉団体活動室
- ▶相談員：森勝巳さん・豊嶋千恵子さん
- ▶問い合わせ：地域推進課（内線1301）

結婚相談

～お相手探しなど結婚に関する相談～

- ▶日時：6月15日(日) 午後1時～3時（予約不要）
- ▶場所：みらい平市民センター3階
- ▶相談員：豊嶋隆一さん・渡邊幸子さん
- ▶問い合わせ：地域推進課（内線1302）



教育相談

～子どもの心身の健康や不登校など教育に関する相談～

- ▶日時：毎週月～金曜日 午前9時～午後4時 ※祝日を除く
- ▶場所：総合教育支援センター（上長沼1250）
- ▶問い合わせ：適応支援教室なのはな ☎0297 - 52 - 4332

経営相談

中小企業・個人事業主の皆さんへ

～国・県・市などの助成金の申請方法や経営に関する相談など～

- ▶日時：随時相談日を調整のうえ対応します。
- ▶場所：谷和原庁舎1階ロビー
- ▶相談員：茨城県よろず支援拠点コーディネーター
- ▶予約：事前に産業経済課商工観光係に電話予約（内線3110）

くらしの カレンダー



納税など 納期限：6月30日(月)

市・県民税 ※森林環境税含む	第1期	地代	6月分
保育料	6月分	上下水道料金※	6月分 (4月使用分)
児童クラブ 保護者負担金	6月分	下水道受益者 負担金	第1期
住宅使用料	6月分	学校給食費	4月分

※取手地方広域下水道組合分を含む

日曜開庁日

■開庁時間：午前8時30分～正午

谷和原 庁舎	1日、15日
伊奈 庁舎	8日、22日
パスポートの受け取りが可能（開庁時間のみ） ※パスポートの申請手続きはできません。 22日：マイナンバーに関する業務が一部制限されます。	

■業務内容 ※住民票の異動（転入・転出など）・戸籍の広域交付はできません。

住民関係 (市民窓口課)	戸籍謄本・抄本、住民票の写し、身分証明書、印鑑登録 および印鑑登録証明書などの交付、マイナンバーカード申 請受付、電子証明書の発行・更新受付
税務関係 (税務課)	所得証明書、課税証明書、非課税証明書、固定資産評価 証明書、公課証明書、登載証明書の交付
納税等関係 (収納課)	納税証明書、軽自動車車検用納税証明書などの交付、市 税および各種使用料の収納 ※税金を除く各種使用料な どについては、納付書持参の場合に限ります。

■問い合わせ

市民窓口課

○伊奈庁舎（内線 3402～3404） 税務課（内線 2301～2307）

○谷和原庁舎（内線 3450～3452） 収納課（内線 2401～2405）

みらい平市民センターの開所日・時間

	開所日	開所時間
1階：市民窓口課	火～土	午前9時～午後7時
2階：おやこ・まるまるサポートセンター	月～金	午前8時30分～午後5時15分
3階：市民活動まちづくりセンター	火～日	午前9時～午後7時
4階：M-SPACE	火～日	午前9時～午後7時

※火～金曜日 午後5時以降および土曜日 終日は、戸籍の広域
交付ができません。

※市民活動まちづくりセンターの会議室の利用時間を、
試験的に午後9時まで延長しています（要事前届）。



■問い合わせ

1階：市民窓口課	☎ 0297-44-8801
2階：おやこ・まるまるサポートセンター	☎ 0297-44-8822
3階：市民活動まちづくりセンター	☎ 0297-44-8833
4階：M-SPACE	☎ 0297-44-4108

粗大ごみ収集・申込日

※申し込み専用 ☎ 0297-52-3152 午前8時30分～午後5時15分

地区	収集日	申込日
谷井田、福岡・十和	7月2日(水)	6月23日(月)～25日(水)
小張・豊、小絹、絹の台	6月11日(水)	6月2日(月)～4日(水)
板橋、 紫峰ヶ丘・富士見ヶ丘	6月18日(水)	6月9日(月)～11日(水)
三島・東、 谷原、陽光台	6月25日(水)	6月16日(月)～18日(水)

救急医療

受診前にご連絡をお願いします。※当番病院などに
変更がある場合は、市ホームページでお知らせします。

■取手北相馬休日夜間緊急診療所

取手医師会病院内（取手市野々井 1926） ☎ 0297-78-6111

【診療時間】

（土曜日）午後5時～翌朝午前9時

（日曜・祝日・年末年始）午前9時～翌朝午前9時

【診療科目】 内科・外科

■小児救急当番病院

休日（昼）	診療時間	病院名	連絡先
金・日曜日	午前9時～ 午後5時	総合守谷第一病院 (守谷市松前台 1-17)	☎ 0297-45-5111
金・日曜日 以外	午前9時～ 午後5時 ※土曜日のみ 正午～午後5時	JAとりで総合医療センター (取手市本郷 2-1-1)	☎ 0297-74-5551

夜間	診療時間	病院名	連絡先
金曜日	午後5時～ 午後11時	総合守谷第一病院 (守谷市松前台 1-17)	☎ 0297-45-5111
金曜日 以外	午後5時～ 午後11時	JAとりで総合医療センター (取手市本郷 2-1-1)	☎ 0297-74-5551

■救急電話相談（24時間・365日対応）

急な病気で心配な時、看護師が電話で相談に応じます。また、
受診可能な医療機関も案内します。

●茨城子ども救急電話相談

#8000（携帯電話、固定電話）または ☎ 050-5445-2856

●茨城おとな救急電話相談

#7119（携帯電話、固定電話）または ☎ 050-5445-2856

■医療機関案内

病気やケガなどで救急車を呼
ぶほどではないときや、かかり
つけのお医者さんがいないとき、
診療してくれるお医者さんが分
からないときにご利用ください。



茨城県救急医療
情報システム

茨城県小児救急医療
啓発サイト



「こどもの救急手引き」

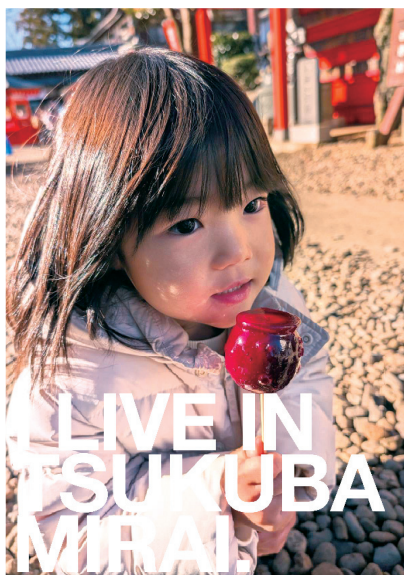
くみとり

業者名	指定地区
(株)シイナクリーン ☎ 0297-48-2336	旧谷和原村全域 小張・豊・谷井田・三島（戸茂・戸崎・根 柄を除く）・板橋（高岡）・東（東栗山・城中）
関東商事(株) ☎ 029-836-3007	板橋（高岡を除く）・東（足高）・三島（戸茂・ 戸崎・根柄）

市長動静（4月）

市長の主な動静を情報公開します。

- 1日(火) 辞令交付式、新規採用職員研修
- 9日(水) (株)サシノベルテとの「事業連携協定」締結式、(一社)地域資源活用推進協会およびSBIスマートエネルギー(株)との「脱炭素による持続可能なまちづくりに関する包括連携協定」調印式
- 13日(日) 行政協力員行政区代表者会議
- 15日(火) 県市長会常任委員会
- 17日(木) つくば地区保護司会総会、行政相談員感謝状贈呈式
- 22日(火) 市町村長・市町村議会議長会議
- 23日(水) 市総合教育会議
- 24日(木) 県市長会



りんご飴美味しいね♪



スキーデビュー♡ちょっとイヤイヤ



だいすきなカフェ☆シフォンケーキ



大好きなお花に囲まれてお散歩楽しいね!



仲良し姉妹



Happy First Birthday Nao♡

つくばみらい市
LINE公式アカウント
友だち募集中
@tsukubamiraicity

✔ **友だち追加方法は...**
[友だち追加]→[QRコード]
→上のQRコードを読み取る

✔ **さらに、受信設定で...**
ごみ出しなど自分のほしい情報を選べます

生活に役立つ情報をお届け!
さらに、電子申請など便利機能が盛りだくさん。

市公式 SNS



X



YouTube



Facebook



その他の公式 SNS
一覧はこちら

I LIVE IN TSUKUBA MIRAI.

さあ。100年間、愛される地元をつくろう。

■応募方法

応募者の住所、氏名、連絡先、写真に添えたいメッセージを記入して、メール(5MB以内)で応募してください。

※市内在住・在勤・在学者に限ります。

※写真には I LIVE IN TSUKUBA MIRAI. ロゴが入りますので、**縦長の写真**を応募してください。

※市 LINE 公式アカウント経由でも応募できます!

(メニュー画面の「市の情報」→「広報」をタップ!)

※応募する前にお読みください

おかげさまで、たくさんのご応募を頂いているこのコーナーですが、応募から掲載まで半年ほど頂いています。

たくさんの方の皆さんの写真をなるべく早く掲載できるよう、下記事項にご協力ください。

○市民の皆さんが写っているものを掲載したいため、人物が写っていない写真(ペットのみなど)の応募はご遠慮ください。

○応募1回につき1枚でお願いします(2回目は半年後をめにご応募ください)。

■応募先・問い合わせ

つくばみらい市役所秘書広報課「I LIVE IN TSUKUBA MIRAI.」係

☎0297-58-2111

✉kouhou@city.tsukubamirai.lg.jp

※メール受信後、市から1週間以内に受け付け完了メールを返信します。

受け付け完了メールが届かない場合はお問い合わせください。

QRコードから簡単に応募ができます▲



QRコードはQRデンソー
ウェーブの登録商標です。



見やすいユニバーサルデザイン
フォントを採用しています。