

I LIVE IN
TSUKUBA
MIRAI.



子どもたちの健康と成長を支える「給食」。

野菜を育てる生産者、献立を考える管理栄養士、給食を作る調理師、そのほか多くの人たちが関わって、たくさんの工夫のもと作られています。

それは、「子どもたちに美味しい給食を食べてほしい」という思いから。

今月号の特集では、そんな給食を支える皆さんにお話を伺いました。

☎ 学校給食センター ☎ 0297 - 52 - 2338

つくばみらいの 給食は 美味しいですか？

地元の野菜で 元気に育って ほしい。



野菜を育てる
生産者



田島農園
たじま けんたろう
田島 健太郎さん

一 学校給食には、どんな野菜を納品していますか？

長ねぎやなす、キャベツ、ピーマン、ブロッコリーなどを納品しています。夏の今の時期は長ねぎとなすですね。現在の学校給食センターが開所した時（平成30年4月）から納品しているので、かれこれ7年近くになります。

一 野菜を作る際に意識していることを教えてください。



美味しく安全・安心な野菜を作るために、まずは有機質の肥料を多めに使うようにしています。そうすると、土が固くならず

にふかふかになるんですよ。ふかふかの土だと、水持ちや水はけが良くなるので土に栄養を保持しやすくなりますし、野菜の根が伸びやすくなるので、美味しい野菜ができます。

また、畑の畝を覆うマルチシートというのがあるんですが、明るい環境が苦手な害虫を寄せ付けない「白マルチ」や、畝の間に麦などを植えて、害虫を食べてくれるテントウムシなどを集める「リビングマルチ」を導入するなど、害虫を抑える工夫をしています。害虫を抑えることは、農薬を使う量を抑えることにつながる

ので、結果的に安全・安心な野菜を作ることができます。野菜作りは大変なことも多いですが、食べる人の笑顔を思うと頑張れますね。

一 子どもたちへメッセージをどうぞ。

美味しく作られた給食を食べて、苦手な野菜も好きになってくれたら嬉しいですね。また、地元で作られた野菜をたくさん食べて、元気に育ってほしいと願っています！

地元の食材、使っています

つくばみらい市の給食では、市内産の食材を使うことで、地産地消の推進に取り組んでいます。



お米

100%市内産のコシヒカリを使っています。さらに今年の1月からは、すべてのお米を美味しく栄養豊富な「金芽米」に加工しています（詳しくは4ページ）。



野菜

市内生産者の皆さんが作った、新鮮な野菜を使っています。



みそ

市内産の大豆を原材料とした「かあちゃん味噌（JA女性部）」をブレンドし、使っています。

※「金芽米」は東洋ライス株式会社の登録商標です。

ここで買えます！

田島さんの
こだわり野菜



田島農園 伊奈東中学校南

野菜の直売を不定期で開催しています。詳しくは田島農園のXアカウントをご覧ください。



あさのいち みらい平どんぐり公園

市内産の農産物やハンドメイド商品など、さまざまなお買い物を楽しめます。月に1回、みらい平どんぐり公園で開催中。詳しくは市ホームページをご覧ください。



フードスクエアカスミ
みらい駅前店
陽光台1丁目14-1

フードマーケットカスミ
富士見ヶ丘店
富士見ヶ丘1丁目1

シティマーケット
うおまつ本店
つくば市上横場2216-3

給食は 成長を支える 大切な食事。



献立を考える
管理栄養士



学校給食センター
「MIRAI - LUNCH」
こむろ かおり
小室 花織さん

一 管理栄養士の仕事内容を教えてください。

献立の作成のほか、食材の発注、納品時の量・品質を確認する検収を行っています。また、給食センターの施設見学会・試食会の企画、給食だよりの発行や給食時の食育訪問など、給食に関するさまざまな仕事をしています。

一 献立を立てるポイントを教えてください。

献立全体の栄養バランスを考え、旬の食材をなるべく取り入れています。旬の食材は栄養価が高く、香り豊かで美味しいですよ。それに、献立に季節感が出るので、給食を通じて自然への興味を育むという食育の面でもメリットがあります。



また、子どもたちに新鮮な地元野菜を食べしてほしいので、地元の農家さんから直接仕入れたものを献立に取り入れています。

ほかにも、塩分過多にならないように塩分量を抑えています。その分、かつお節や椎茸の戻し汁などを使い、だしのうま味を効かせることで、塩分控え目でもしっかりした味わいになるよう工夫をしています。

一 アレルギーへの対応はどうしていますか？

乳・卵アレルギーを有するお子さんには、乳・卵を使用しない「代替食」を提供しています。代替食は、既製品を使わずに一食一食丁寧に調理しています。例えば、ハンバーグが通常の献立に出てくる日は、乳・卵を使用しないハン



バーグを手作りするなど、なるべく通常の献立と同じメニューになるよう工夫しています。そうすることで、乳・卵アレルギーを有するお子さんも、みんなと同じ献立を楽しめるようにしています。

一 子どもたちへメッセージをどうぞ。

給食は、みんなの成長を支える大切な食事です。栄養バランスを考え、旬の食材を取り入れるなど、調理師さんと一緒に工夫しながら美味しい給食を作っています。ぜひ、いっぱい食べて大きくなってください！



学校給食センター
「MIRAI - LUNCH」
あらい あきら
新井 明さん

思い出に 残るような 給食を。



給食を作る
調理師

一 調理へのこだわりを教えてください。

農家さんが丹精込めて育てた野菜を無駄にせず、皮に含まれる栄養も摂れるように、人参など一部の野菜は皮ごと調理しています。皮はえぐみがやすいですが、よく加熱することでえぐみを抑えています。



また、かつお節でだしを取る際には、まず一度乾煎りすることで香りや風味を引き出しています。

ほかにも、子どもたちが食べるときに一番美味しくなるように、学校への運搬時間で余熱が入ることを考慮して、調理時間などを調整しています。これまでさまざまな給食センターで調理したことがありますが、ここまで調理へのこだわりがある給食センターは、全国でもなかなか無いと思いますよ。

一 安全対策への取り組みを教えてください。

「子どもたちに安全で美味しい給食を届ける」という思いで、手洗いや身だしなみ、器具の取り扱いなどを調理員全員が徹底して守っています。また、アレルギー対応（代替食）専用の「特別食 調理・盛付室」を設置しています。この部屋は、調理場とは壁やドアで明確に区切られていて、専任の調理員しか入れないようにすることで、アレルギー物質（乳・卵）の混入を防いでいます。



県内でも8カ所だけ！ 学校給食センターの炊飯設備

毎日およそ5,700食分の給食を作っている学校給食センター「MIRAI - LUNCH」には、県内の学校給食センターでも8カ所にしかない炊飯設備があります。委託ではなく自前で炊飯しているので、お米の状態やその日の献立に合わせて、水分量などを細かく調整することができます。全国でも有数の米どころである、つくばみらい市の美味しいお米。その美味しさを最大限に引き出し、子どもたちに届けています。



金芽米ご飯が炊けるまでの様子を市公式YouTubeで公開中！



さらに、加熱前・加熱後の調理区分で調理場の床の色を分けたり、取り扱う食材の種類などによってユニフォームやエプロンの色を分けることで、視覚的にはっきり分かるように衛生管理をしています。



一 子どもたちへメッセージをどうぞ。

子どものころに食べた給食の味は、大人になっても忘れないです。みんなの思い出に残るような、安全で美味しい給食をこれからも作るので、たくさん食べてください！



「お米はすべて"金芽米"に加工

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「亜糊粉層」を特殊な精米方法で残した、美味しくして栄養豊富な無洗米です。



金芽米ご飯を採用してから、「ご飯の食べ残しの量が減りました！」

※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。

「こだわりが詰まった献立を紹介（6月19日のA献立）」

献立全体で野菜をたくさん使用し、不足しがちなビタミンや食物繊維をしっかり摂れるようにしています。

暑くなってくる時期なので、さっぱりとした味付けのナムルで野菜をしっかりと食べられるよう工夫しています。



ささみ一本一本に衣を付けて、丁寧に揚げています。

汁物からたんぱく質が摂れるよう、卵や豆腐を使っています。



みんなの笑顔が、美味しさの証。



給食の時間。笑顔あふれる子どもたちの「いただきます！」の元気な声。口いっぱい頬張る子、友だちと感想を言い合う子、それぞれの表情からは、給食の美味しさが伝わってきます。生産者、管理栄養士、調理師をはじめとする多くの人たちの思いが込められた給食。これからもその思いが、子どもたちの健康と成長を支えていくことを願って——。



ふるさと納税 寄附金の使いみち

Vol.32

公共交通で暮らしやすい日常生活を

寄附区分：環境共生型まちづくり事業

☒ 地域公共交通運行事業に関すること：谷和原庁舎都市計画課（内線 5101）

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）

本市では、コミュニティバスみらい号や病院バス、デマンド乗合タクシーみらいくんを運行し、公共交通を充実させることで、皆さんの日常生活の移動手段を確保しています。

【コミュニティバス】365日同じダイヤで運行しています。バスのルートは9ルートで、市内だけでなく、市外の駅（守谷駅・みどりの駅・水海道駅）にも乗り入れています。運賃の割引もあります。



【病院バス】市内から各病院（筑波学園病院・JAとりで総合医療センター）まで直通で運行しています。通院やお見舞いの方は、無料で乗車できます（途中下車はできません）。



お出掛けや通院の際には、公共交通をぜひご利用ください。詳しくは市ホームページをご覧ください。

ふるさと納税を活用して

コミュニティバス・病院バスの運行について

1億277万円

市の負担は

0円

コミュニティバス
利用者増加中！

令和4年度
52,048人

令和5年度
58,856人

令和6年度
67,877人



LINEであなたの 欲しい情報が届く！

自分の性別や年齢、住んでいる地区、受信したい情報カテゴリを選ぶと、あなたに合った情報がLINEから届きます。

☒ 伊奈庁舎行政経営デジタル戦略課（内線 1400）

設定方法



1

リッチメニュー右下の「受信設定」をタップする。



2

1. 「属性情報」を選択する。
 2. 受信したい情報カテゴリを選択する。
 3. 「送信」をタップする。
- ※受信設定は、同じ操作で変更できます。

市LINE 公式アカウントお友だち募集中！

QRコードを読み込んで、市LINE 公式アカウント (@tsukubamiraicity) をお友だち追加！



3

選んだカテゴリの情報が届きます。
※広報紙に関するお知らせや災害時は、受信設定に関わらず全員へ配信されます。
※通知が多いと感じたときは、トーク画面右上の「≡」から「通知オフ」に設定できます。



市LINE 公式アカウントについて、詳しくはこちら

おやこハロウィンパーティー 2025

トリック・オア・トリック!? ドラマのまちで君も主役になろう!

☎ おやこ・まるまるサポートセンター ☎ 0297 - 44 - 8822

未就学児とその保護者の皆さんを対象に、楽しい体験型イベント「おやこハロウィンパーティー 2025」を開催します! 場所は、普段は見られない夢のような江戸時代の街並みが再現された「ワープステーション江戸」! 大河ドラマや朝ドラの撮影現場としても有名なこの場所で、親子一緒に仮装して散策したり、ゲームに挑戦したりと盛りだくさんの内容が楽しめます。

特別な舞台で一人ひとりが「主役」として、思い出に残る素敵なひとときを過ごしてください! いっしょに楽しみましょう!

詳しくは市ホームページやおやこ・まるまるサポートセンターのInstagramをチェック!



▶日時: 10月10日(金)

午前10時~午後2時 ※荒天中止

▶場所: ワープステーション江戸(南太田1176)

▶内容: スタンプラリー、ミニゲームコーナー、大道芸人ショー、シャボン玉アートショー、オリジナルナップサック作り、フォトスポット、キッチンカー出店 など

▶対象: 市内在住の未就学児とその保護者

▶定員: 150組 ※先着順

▶参加費: 無料

▶申込方法: 「まるっと!子育て予約システム」からお申し込みください。



※みらい平駅~ワープステーション江戸間を無料シャトルバスが運行します。未就学児も乗車できます。

▶申込開始日時: 8月7日(木) 正午



市ホームページ



Instagram

本人通知制度 をご利用ください

☎ 伊奈庁舎市民窓口課(内線3403)

本市では、市民の大切な個人情報の不正取得を抑止するため、戸籍謄本や住民票の写しなどを、委任状を持った代理人や第三者に窓口または郵便で交付した場合、交付したことを本人にお知らせする制度を実施しています。制度の利用には事前登録が必要です。



詳しくは市ホームページをご覧ください。

対象となる証明書

住民票の写し、住民票記載事項証明書、戸籍の附票の写し、戸籍の謄本または抄本、戸籍記載事項証明書

※いずれも除かれたもの、改製されたものを含みます。

※国などの公的機関が公務上取得する場合や、刑事・民事・行政の各訴訟のために弁護士などが取得する場合は、通知の対象外となります。

登録方法

本人確認書類(マイナンバーカードや運転免許証など顔写真付きのもの)を持参のうえ、本人が市民窓口課(伊奈・谷和原庁舎、みらい平市民センター)または郵送で申請してください。

※代理人による申請の場合は、委任状または法定代理人であることが確認できる書類が必要です。

※登録内容に変更があった場合や登録を廃止したい場合は、届け出が必要です。

登録できる方

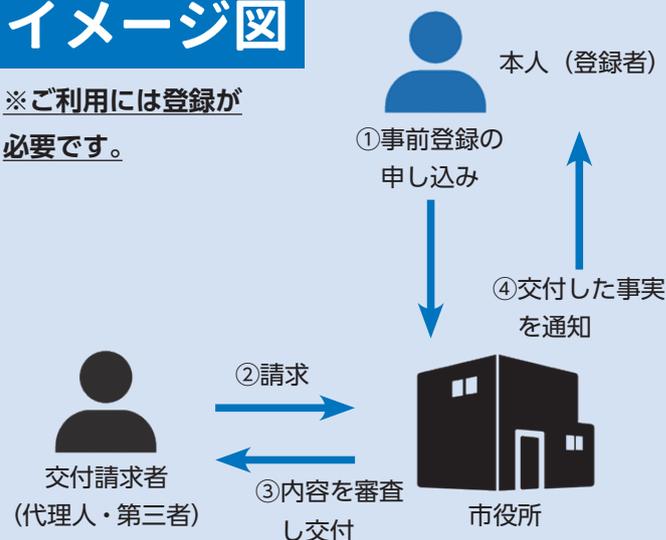
○本市に住居登録がある方(住民票の写しなど)

○本市に本籍がある方(戸籍の謄本または抄本など)

※いずれも過去にあった方も含みます。

イメージ図

※ご利用には登録が必要です。



青少年育成 Vol.1

つくばみらい市民会議の活動をご紹介します！

青少年育つくばみらい市民会議とは、青少年育成に地域ぐるみで協力し合い、明日の郷土を担う青少年の心身ともに健全な育成を図ることを目的として活動する団体です。市内8支部で構成され、小張支部、みらい平支部、豊支部、伊奈支部、伊奈東支部、谷和原支部、福岡支部、小絹支部があります。



詳しくはこちら

☎ 教育委員会教育棟生涯学習課（内線 7305）

福岡支部

1月、支部の活動で餅つき大会を開催しました。福岡小学校の児童、保護者、地域の方々に呼び掛け、餅つき体験をし、焼いた餅やけんちん汁を振る舞いました。また、ストラックアウト、輪投げなどのゲームコーナーを設置して、多くの皆さんに楽しんでいただきました。



豊支部

支部の大きな活動は、11月開催の豊小学校の「ゆたか祭り」への協力です。「ゆたか祭り」は、児童が学習したことをもとにアイデアを出し、話し合いながら考え、学級ごとの企画ブースや各学年で工夫を凝らし、児童主体で生き生きと準備・運営をするお祭りです。

私たちの主な活動は、お祭りの中で子どもたちに青少年育成につながる劇やショーなどを設営することです。「豊地区の宝」である笑顔あふれる豊小学校の児童のために、引き続き健全な青少年育成活動を行っていきます。



宝くじの助成金で ポータブル電源 などを整備



☎ 伊奈庁舎地域推進課（内線 1301）

昨年度に設立された「FUTURE COURT みらい平自治会」が（一財）自治総合センターが行うコミュニティ助成事業を活用し、ポータブル電源やポータブル冷蔵庫、テーブルなどを整備しました。

この整備により、自治会が地域イベントなどを開催できるようになりました。

この助成事業は、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源とし、コミュニティ活動に必要な施設や備品などを整備するものです。



慶応義塾大学体育会で 市内産米を使用！



☎ 谷和原庁舎産業経済課（内線 3104）

本市では「みらい型農業事業」の一環で、市内産米を積極的にPRし、消費拡大を推進しています。現在、慶応義塾大学体育会の選手寮では、市内産米を使用いただいています！市内産米を食べて、試合で最高のパフォーマンスを発揮されることを期待しています！



慶応義塾大学体育会事務局 服部さん

戦後 80 年 平和について考えよう



昭和 20 年 8 月 15 日の終戦から、今年で 80 年の節目の年を迎えます。今、日本で戦争が起こっていないとはいえ、世界各地では紛争やテロといった平和を脅かす行為が行われています。今だからこそ、改めて「平和」について考えてみませんか？

つくばみらい市は、世界約 8,400 都市が加入する平和首長会議のメンバーとして、恒久平和の実現に取り組んでいます。

原水爆禁止訴え、平和大行進

☎ 伊奈庁舎秘書広報課（内線1104）

原水爆の禁止と核兵器の廃絶を訴える「原水爆禁止国民平和大行進」は、全国各地を 11 のコースでつなぎ、人々に核兵器の廃絶を訴えています。今年も平和大行進の「リレー旗」が 7 月 7 日に伊奈庁舎に到着し、古谷総務部長、鈴木教育部長、小林総務常任委員長らが、署名したペナントを「リレー旗」にくくり付け、恒久平和の実現を願いました。本市は平成 18 年に「非核平和都市」を宣言しています。



平和図書コーナーを開設

☎ 伊奈庁舎秘書広報課（内線1104）

図書館で、戦争・平和関連の本などを集めたコーナーを開設します。

▶ 設置期間：8 月 1 日(金)～31 日(日)

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



つくばみらい市戦没者追悼式

☎ 伊奈庁舎社会福祉課（内線4108）

戦後 80 年の節目にあたり、先の大戦で犠牲となられた戦没者等の尊い御霊に対して追悼の意を表し、あわせて御遺族の御労苦に対し深い敬意を表するとともに、恒久の平和を祈念するため、つくばみらい市戦没者追悼式を実施します。

▶ 日時：10 月 2 日(木) 午前 10 時～11 時 30 分

▶ 場所：きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館 世代ふれあいホール

※一般の方も参列可能です。参列希望の方は、座席などの準備がありますので、事前にご連絡ください。

つくばみらい市非核平和都市宣言

世界の平和と安全は、人類共通の願いである。

しかし、現在この地球上には数多くの核兵器が存在し、また、戦争や紛争も後を絶たず、人類の生存や自然環境に大きな脅威と不安をもたらしている。

世界で唯一の核被爆国の国民として、核兵器の恐ろしさ、戦争の悲惨さ、平和の意義を世界の人々に訴えていかなければならない。

ここにつくばみらい市は、非核三原則の堅持と恒久平和の実現を願い、安心して安全な市民生活を守ることを決意し、非核平和都市とすることを宣言する。

平成 18 年 9 月

令和 8 年 4 月 1 日採用

新規採用職員を募集します

☎ 伊奈庁舎総務課（内線2104）

申込期限 8 月 26 日(火) 午後 5 時 15 分

申込方法 市ホームページ内の「いばらき電子申請・届出サービス」からお申し込みください。

試験区分	採用予定人員	職務内容
一般事務職	5 人程度	一般事務
土木職	1 人程度	土木に関する設計や施工管理など
心理職	1 人程度	心理に関する助言や支援など



詳しくは市ホームページをご覧ください。



採用までの流れ

申込期限 8 月 26 日(火) 午後 5 時 15 分までに「いばらき電子申請・届出サービス」(WEB) で申し込み

一次試験 ①自己 PR 動画：8 月 28 日(木)～9 月 8 日(月)
② SPI3 - U：9 月 13 日(土)

二次試験 個別面接：10 月中旬～下旬ごろ

最終試験 個別面接：11 月上旬～中旬ごろ

各種スポーツ大会の結果

※敬称略



問 教育委員会教育棟生涯学習課スポーツ推進室（内線 7309）

つくばみらい市春季野球大会

- ▶主催：つくばみらい市スポーツ協会 野球連盟
 - ▶開催日：5月11日、18日、6月1日
 - ▶場所：日本スポーツ振興パークみらい 野球場、多目的広場
 - ▶参加チーム：13チーム
 - ▶大会結果
- | | |
|-----|--------------------|
| 優勝 | 新月ベースボールクラブ |
| 準優勝 | カルピン |
| 第3位 | 常総地方広域市町村圏事務組合消防本部 |
| 第3位 | ファンキーズ |



第38回つくばみらい市グラウンドゴルフ大会

- ▶主催：つくばみらい市スポーツ協会 グラウンドゴルフ部
 - ▶開催日：5月22日
 - ▶場所：日本スポーツ振興パークみらい 野球場
 - ▶参加者：38人
 - ▶大会結果
- | | | | |
|--------|------|--------|------|
| (男性の部) | | (女性の部) | |
| 優勝 | 岡野信市 | 優勝 | 菊地利子 |
| 準優勝 | 谷藤武光 | 準優勝 | 谷口すみ |
| 第3位 | 斎好嗣 | 第3位 | 若松武子 |



スプリングトーナメント大会

- ▶主催：つくばみらい市スポーツ協会 バレーボール部
 - ▶開催日：5月18日
 - ▶場所：日本スポーツ振興パークみらい 体育館
 - ▶参加チーム：つくばみらい市バレーボール部 4チーム
 - ▶大会結果
- | | |
|-----|--------|
| 優勝 | エンジェルス |
| 準優勝 | ZERO |
| 第3位 | シルキーズ |



第27回ターゲットバードゴルフ春季大会

- ▶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：5月24日
 - ▶場所：日本スポーツ振興パークみらい 多目的広場（TBG場）
 - ▶参加者：53人
 - ▶大会結果
- | | |
|-----|-------|
| 優勝 | 川村宮祥 |
| 準優勝 | 浅野浩一 |
| 第3位 | 関根修一 |
| 第4位 | 登繁子 |
| 第5位 | 松崎みさ子 |



第5回つくばみらい市スナッグゴルフ大会兼スナッグゴルフ対抗戦第5回茨城県予選会

- ▶主催：一般社団法人日本ゴルフツアー機構、日本スナッグゴルフ協会
 - ▶開催日：6月15日
 - ▶場所：取手国際ゴルフ倶楽部
 - ▶参加者：市立小学校2～6年生の50人
 - ▶大会結果
- 個人戦優勝者（学年別）
- | | |
|-----|-----------------|
| 2年生 | 安田夏弦（小絹小学校） |
| 3年生 | 長濱樹希（陽光台小学校） |
| 4年生 | 野本拓実（富士見ヶ丘小学校） |
| 5年生 | 羽方進太郎（小絹小学校） |
| 6年生 | 金沢琉之介（富士見ヶ丘小学校） |
- 個人戦総合優勝
金沢琉之介（富士見ヶ丘小学校）
- 団体戦結果
- | | |
|-----|----------|
| 優勝 | 富士見ヶ丘小学校 |
| 準優勝 | 小絹小学校 |
| 第3位 | 陽光台小学校 |



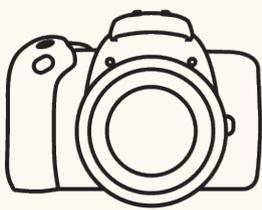
団体戦で優勝した富士見ヶ丘小学校の皆さん



個人戦で総合優勝した金沢さん



団体戦優勝の富士見ヶ丘小学校と準優勝の小絹小学校は、福島県での全国大会（7月19日開催）への出場権を獲得しました。大会結果は広報9月号でお伝えします！



作って、歌って、聞いて、交流を楽しむ 市民活動団体ワークショップを開催

5月31日、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）で、市民活動団体ワークショップを開催しました。雨天中止となった第9回たかさごマルシェに参加予定だった5団体が参加し、当日は約150人の家族連れなどでにぎわいました。キーホルダーやネームタグ作り、合唱体験、絵本の読み聞かせなど盛りだくさんの内容となり、参加者同士でワークショップを通じた交流を楽しんでいました。

「周」りの大人に頼ってほしい 伊奈中学校でヤングケアラー訪問授業が開催

家族の介護や世話を日常的に行う若年層「ヤングケアラー」についての訪問授業が市内各中学校で開催され、5月28日には伊奈中学校で開催されました。自身もヤングケアラーを経験した（一社）ヤングケアラー協会 みやまきせいご 宮崎成悟代表理事が講師を務め、当時の経験を振り返り「ヤングケアラーは誰にでも起こり得ること。どんなに小さなことでも周りの大人に頼ってほしい」と生徒に語りかけました。参加した栗田耶宏さん（伊奈中学校3年生）は「ヤングケアラーについて詳しく知らなかったが、若い時から苦労している人がたくさんいることを知った。これからはいつも以上に家族を優しく支えたい」と話してくれました。



手作りのお祭りで元気いっぱい！ すみれ幼稚園で「すみれまつり 2025」が開催

6月24日、すみれ幼稚園で「すみれまつり 2025」が開催されました。子どもたちが中心となって、5月から準備をしてきたこのお祭り。1階のなかよしホールでは、手作りのおみこしを担いだり盆踊りで元気いっぱい。「わっしょい！わっしょい！」と、明るい掛け声が響いていました。2階の図書室では、カラフルな衣装を着てステージで踊るダンスコーナー、子どもたちが作ったワニワニパニックや輪投げなどのゲームコーナー、たこ焼きやポップコーンなどのお店屋さんなどが盛りだくさん。子どもたちの笑顔あふれる、素敵なイベントになりました。





グランドゴルフを通じた交流 埼玉県伊奈町と交流会を開催

伊奈忠次公、忠治公ゆかりの地として友好都市協定を結んでいる埼玉県伊奈町と6月24日、グランドゴルフを通じた市民交流会を開催しました。当日は、伊奈町グランドゴルフ連盟と本市スポーツ協会グランド・ゴルフ部の皆さん総勢69人が参加し、プレーを通して交流と友好の輪を広げました。参加した方からは「この交流会を毎年楽しみにしています。グランドゴルフを通して交流が図れてとても嬉しいです」という声が聞かれました。



父の日にパパと作る美味しいランチ 「パパといっしょに作ろう まるまるランチ」を開催

6月15日の父の日、みらい子育てパパサポートプロジェクトの一環として、「パパといっしょに作ろう まるまるランチ」をみらい平市民センターで開催しました。当日は、パパとお子さん7組が参加し、タコライスやコンソメスープなどを親子で一緒に作りました。参加した方からは「子どもと一緒に楽しく料理ができて良かったです」といった声が聞かれ、親子の絆を深めるイベントとなりました。

生まれる我が子の育児体験！ 「第3回プレママ・プレパパレッスン」開催

6月21日、みらい平市民センターで「第3回プレママ・プレパパレッスン」を本市とコンビ(株)で共同開催しました。当日は、専門家による講話やベビーグッズ体験、沐浴体験などがあり、「子育てに対して不安な部分がありましたが、安心することができました」と好評でした。また、レッスンを通じて参加者同士の交流も深まり、これからの育児生活への自信と励みになった貴重な機会となりました。





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	6月分	
建物	4件	(9件)
車両	0件	(0件)
その他	0件	(11件)
計	4件	(20件)

救急	6月分	
交通事故	20件	(83件)
急病	122件	(820件)
その他	58件	(340件)
計	200件	(1,243件)

※ () は令和7年の累計

お知らせ

スポーツ振興・こども食堂のために寄附金を頂きました

6月11日、「スポーツ振興のために」と、奉仕団体つくばみらいクラブから20万円の寄附金を、「こども食堂のために」と、クボタ筑波ユニオンから15万円の寄附金を頂きました。奉仕団体つくばみらいクラブからの寄附金は、団体主催のチャリティーゴルフ大会で募ったものです。クボタ筑波ユニオンからの寄附金は、(株)クボタ筑波工場に勤務されている皆さまからの募金です。

頂いた寄附金は、それぞれ「スポーツ大会事業」「こども食堂支援事業」に活用させていただきます。



左から奉仕団体つくばみらいクラブ 前嶋 飛右馬会員、宮本優祐副会長、小田川市長



左からクボタ筑波ユニオン のだまじ 野田英治書記長、小田川市長

☎ 伊奈庁舎財政課 (内線 2203)

Jアラート全国一斉 情報伝達試験を実施します

この放送は、全国瞬時警報システム (Jアラート) による、緊急時における住民への迅速かつ確実な情報伝達ができるか確認するものです。なお、防災行政無線に連動して、防災アプリや登録制メール、SNSなどに配信します。また、自然災害などにより実施できない場合には、予備日に実施します。あらかじめご了承ください。

▶日時：8月20日(水) 午前11時

※予備日：9月10日(水)

▶訓練放送内容

♪上りチャイム♪

「これは、Jアラートのテストです」×3回

「こちらは、防災つくばみらいです」

♪下りチャイム♪

※Jアラートは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、内閣官房から人工衛星などを通じて瞬時に防災行政無線で伝えるシステムです。

☎ 伊奈庁舎防災課 (内線 2502)

市内小中学校などへ バスケットボールなどを頂きました

5月23日、本市とフレンドリータウン協定を締結している(株)茨城ロボッツ・スポーツエンターテインメントと、同社のスポンサー企業である(株)クボタ筑波工場による社会貢献活動 (M-HOPE) の一環として、市内小中学校、伊奈特別支援学校、市スポーツ少年団へ、バスケットボール公式試合球 205 球とロボスケパネルを頂きました。同日の寄贈式に参加した各学校の生徒は、満面の笑みで陣岡選手からサインを貰ったり、記念撮影をしていました。



後列左から(株)茨城ロボッツ・スポーツエンターテインメント 川崎篤之代表取締役社長、(株)クボタ筑波工場 杉本良太勤労課長、(株)茨城ロボッツ・スポーツエンターテインメント 陣 岡流羽選手、小田川市長、鈴木教育部長

☎ 教育委員会教育棟生涯学習課スポーツ推進室 (内線 7309)

単独処理浄化槽をお使いの 皆さまへ

単独処理浄化槽は、トイレからの汚水のみでの処理のため、台所やお風呂からの生活雑排水はそのまま放流してしまいます。生活雑排水も併せて処理できる合併処理浄化槽に転換することで、放流する汚れの量を8分の1に減らすことができます。水質汚濁防止のため、単独処理浄化槽やくみ取り槽をご利用の方は、下水道区域内の場合は下水道への接続を、区域外の場合は合併処理浄化槽への転換をお願いします。合併浄化槽への転換には補助金がありますので、詳しくは市ホームページをご覧ください。



☎ 谷和原庁舎上下水道課 (内線 5305)

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント



ご存じですか？ 不燃ごみの 出し方が変わりました！

▶毎月第1・2・4・5回目の不燃ごみ
収集日：ビニール、プラスチック類

▶毎月第3回目の不燃ごみ収集日：金属
類、割れ物

どちらを出す場合も、**不燃ごみ専用袋（青色）**を使ってください（プラマークが付いているものは**資源物専用袋（緑色）**へ）。市民の皆さまにはお手数をおかけしますが、ご協力をお願いします。☎ 詳しくは市ホームページをご覧ください。



■不燃ごみの新しい出し方のポスターを
配布中！

集積所に掲示できます。ご希望の方は生活環境課までご連絡ください。

■小型充電式電池（リチウムイオン電池
など）は外して、下記回収場所へ！

▶回収場所：伊奈庁舎、谷和原庁舎、み
らい平市民センター、保健福祉センター、
みらい図書館 supported by 成島建設、
伊奈公民館、谷和原公民館、各コミュニ
ティセンター（みらい平・小絹・板橋・
谷井田）、きらくやまふれあいの丘すこやか福祉館

☎ 谷和原庁舎生活環境課（内線 3306）

もったいない！減らそう！ 食品ロス

日本で発生する食品ロスの量は、令和4
年度の国の推計によると年間472万トン
となっており、日本の人口1人当たり毎
日おにぎりを約1個（103g）捨てている
計算になります。

家庭での上手な食品の使いきりや、外食
した時に食べ残さないようにして、もっ
たいない食品ロスを減らしまし
ょう。詳しくは市ホーム
ページをご覧ください。



☎ 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、各部署で
調査・検討し市政に反映していきます。

▶日時：8月31日(日) 午前10時～

▶場所：みらい平市民センター 4階

▶対象地区：みらい平

☎ 伊奈庁舎地域推進課（内線 1301）

令和7年地籍調査の お知らせ

今年度の地籍調査事業は、下図の区域を計画
しています。地籍調査事業とは、宅地、田畑、
山林など土地一筆一筆を地権者の立ち会いの
もと、位置、地目、隣地との境界などを確認し、
測量を行い、調査結果を法務局に提出して財
産である土地を法的に保護する事業です。

地籍調査を行うことで、土地の売買や相続時
の手続きをスムーズに行うことができ、無用
なトラブルを回避することにもつながりま
す。この事業にかかる経費は国・県・市が負
担しますので、個人負担は一切ありません。
なお、今年度の調査対象区域に土地をお
持ちの方には、後日立ち会いについてご
連絡しますので、ご協力をお願いします。
また、昨年度に立ち会っていただいた土
地については、今秋に調査結果の閲覧期
間を設けますので、併せてご連絡します。



☎ 谷和原庁舎建設課（内線 5202）

就学時健康診断を 実施します

令和8年4月に小学校へ入学する児童の
就学時健康診断を、9月～11月に実施し
ます。就学時健康診断を実施する小学校、
実施日、受付時間などを記載した「健康診
断通知書」を8月下旬にご自宅へ郵送し
ますので、通知書に記載された小学校で受
診してください。詳しくは市



ホームページをご覧ください。

▶所要時間：約3時間
※通知書の裏面は、入学に必要な健康調査書
となっていますので、事前に記入してください。
※下記の場合は、学校総務課までご連絡
ください。

○9月8日(月)までに健康診断通知書が届
かない場合

○指定された日程では都合が悪い場合や、
市立小学校以外に入学予定の場合

※健診当日の荒天などにより、延期また
は中止する場合は、当日の午前10時ま
でに市ホームページでお知らせします。

☎ 教育委員会教育棟学校総務課（内線 7106）

8月は 電気使用安全月間です！

電気使用安全のチェックポイント

○タコ足配線はやめましょう。

○コードを踏まないようにしましょう。

○プラグはこまめに抜きましょう。

☎ (一財) 関東電気保安協会 土浦事業
所 ☎ 029 - 821 - 8929

クイックワン(ネット専用宝くじ) 発売中！

いつでも買える。秒で結果でる。

宝くじ公式サイトから購入で
きます。詳しくは公式サイト
をご覧ください。



☎ 宝くじコールセンター

☎ 0570 - 01 - 1192

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント

茨城県が保育のお仕事をサポートします

県では、希望の条件に合う求人をご案内し、就業後までサポートします。新卒、未経験、ブランクのある方にもご利用いただいています。施設見学、面接へのスタッフ同行も可能です。利用をご希望の方は、お電話またはLINE (ID: ibaraki_hoiku) でご連絡ください。詳しくはホームページをご覧ください。



▶対象：保育の仕事（保育士、保育教諭、保育補助、栄養士、調理師、調理員、事務員など）をお探しの方（保育士資格をお持ちでない方も含む）

☎ 〇いばらき保育人材バンク事務局

（いばらき保育サポートセンター）

水戸オフィス（県北・県東エリア担当）

☎ 029 - 350 - 5137

土浦オフィス（県西・県南・鹿行エリア担当）

☎ 029 - 896 - 6366

〇茨城県子ども未来課

☎ 029 - 301 - 3243

コミュニティセンター 講座受講生募集

■小絹コミュニティセンター

【将棋教室】

▶日時：9月21日(日)午後1時30分～3時30分

▶対象：小学生以上

▶受講料：無料

【みんなの囲碁教室】

▶日時：9月21日(日)午前10時～11時30分

▶対象：小学生以上

▶受講料：無料

■みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設

【親子ふれあいヨガ】

▶日時：①8月5日(火)、②9月9日(火)

午後4時30分～5時30分

▶対象：①小学1～3年生とその保護者、

②年中～小学1年生とその保護者

▶受講料：500円/組

■板橋コミュニティセンター

【筑波大発おもしろ不思議理科実験隊】

▶日時：8月23日(土)午前10時30分～午後0時30分

▶対象：小学生以上

▶受講料：700円/人

◆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。



☎ 〇みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設 ☎ 0297 - 38 - 7240

自衛官を 募集しています

防衛省・自衛隊では、さまざまな職種・専門分野ごとに、自衛官を募集しています。詳しくはホームページをご覧ください。

☎ 〇自衛隊茨城地方協力本部

龍ヶ崎地域事務所

☎ 0297 - 64 - 3351



グランドピアノを 弾いてみませんか？

きらくやまふれあいの丘の世代ふれあいホールで、グランドピアノ（ヤマハコンサートグランドピアノCF - III）を弾いてみませんか？お気軽にお申し込みください！

▶日時：8月13日(水)～17日(日)、26日(火)～27日(水)、29日(金)～30日(土) 午前9時～午後5時（1時間単位での貸し出し）

▶場所：きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館 世代ふれあいホール

▶対象：ピアノ経験者

▶利用料金

○高校生以下：1,000円/時間（中学生以下は保護者同伴）

○それ以外の方：2,000円/時間

※利用当日、窓口に現金でお支払いください。

※講師などを招いての個人指導を行う場合は、上記料金の3倍を頂きます。

▶申込期間：ご利用希望日の3日前までに、下記問い合わせ先までお電話でお申し込みください。

☎ 〇きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館 ☎ 0297 - 57 - 1770

令和7年度警察官 採用募集

茨城県警察では、警察官採用試験（第2回）の受験申し込みを受け付けています。

第2回の今回からは、来春卒業する高校生も受験できます。随時相談・説明も受け付けていますので、下記問い合わせ先までお気軽にお問い合わせください。

詳しくは、県警採用ホームページをご確認ください。

▶試験日：（一般）9月21日(日)

（職務経験）9月13日(土)

▶申込期限：8月8日(金)午後5時

☎ 〇常総警察署警務課

☎ 0297 - 22 - 0110 (代)



募集

「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、9月6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：8月2日(土)～17日(日)

☎ 〇みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設 ☎ 0297 - 38 - 7240



傾聴ボランティア養成講座 参加者募集

傾聴に関心がある方やスキルを向上させたい方、知識を深めたい方をお待ちしています。

▶日程

- ① 8月19日(火) ② 8月29日(金)
- ③ 9月12日(金) ④ 9月19日(金)

▶場所

- ①③：みらい平市民センター4階 会議室
- ②④：みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設2階 会議・研修室01・02

▶時間：午前10時～午後4時

▶対象：全日程参加できる方（難しい方はご相談ください）

▶受講費：1,000円（初日に徴収）

▶募集人数：各日20人

▶主催：傾聴ボランティア傾聴ほほえみ

▶申込方法：下記問い合わせ先までお電話でお申し込みください。

▶申込期限：8月12日(火)

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

つくばみらいHC（ハンドボールクラブ）メンバー募集中！

発足して2年の小中学生を対象としたハンドボールクラブチームです。小中一貫でのクラブ活動を目指し、地域貢献や地域活性化をしていきます。皆さん、お気軽に体験しに来てください！

▶対象：小学1年生～中学3年生

※経験・居住地は問いません。

▶活動日：毎週日曜日 午後1時～

▶場所：藤代紫水高校グラウンド（取手市紫水1丁目660）

☎ つくばみらいHC 代表：佐藤 さとう

☎ 090 - 7942 - 9318

✉ hiroki4819@gmail.com

熱中症や感染症予防の講話に 参加しませんか？

残暑が厳しい8月、熱中症や感染症のリスクが高まるこの季節に、あなたと大切な家族の健康を守るための講話に参加しませんか？ 当日は、残暑の今だからこそ気を付けたい熱中症予防の講話と、感染症から身を守る手洗いをを行います。

▶内容：「知っておけば安心、熱中症予防と感染症予防の基本のキ～健康はひとりひとりの習慣から～」

○熱中症予防に関する講話：残暑の今、もう一度熱中症について学びましょう。

○できているつもりになっているかも！？手洗い実践編：特殊なクリームを使い、感染症予防や手洗いの方法を学びます。

▶日時：8月22日(金) 午前10時～11時30分

▶場所：保健福祉センター 研修室兼会議室

▶対象：市内在住の方

▶定員：20人 ※ご家族での参加も可、定員を越えた場合は抽選

▶参加費：無料

▶申込方法：メールフォーム  または下記問い合わせ先までお電話ください。

▶申込期限：8月13日(水)

☎ 健康増進課（保健福祉センター内）

☎ 0297 - 25 - 2100

茨城県立農業大学校 令和8年度入学生募集

茨城県立農業大学校では、農学科、畜産学科、園芸学科、研究科の令和8年度入学生を募集します。入学後、農学科は普通作・露地野菜・果樹、園芸学科は施設野菜・花きの各コースに分かれます。詳しくはホームページをご覧ください。

☎ 茨城県立農業大学校

☎ 029 - 292 - 0010

取手地方広域下水道組合 新規採用職員を募集します

▶職務内容

○事務職：下水道組合に係る一般行政事務

○技術職：下水道施設的设计、積算、施工管理に関する事務

▶採用予定人数：若干名

▶採用予定日：令和8年4月1日(水)

▶試験日時・場所

○第一次試験：10月26日(日) 午前9時～午後4時（事務職を受験する方は午後2時終了予定）取手地方広域下水道組合 県南グリーンセンター内（取手市小文間173）

○第二次試験：11月30日(日) ※詳細は第一次試験合格者へ別途通知します。

▶申込方法：指定様式（組合で配布しているほか、郵送による請求または組合ホームページからダウンロードできます）を下記問い合わせ先まで郵送してください。

▶申込期間：8月1日(金)～9月17日(水) 必着 ※受付は郵送のみ

詳しくは組合ホームページをご覧ください。

☎ 〒302 - 8558 取手市小文間173

取手地方広域下水道組合 総務課 総務係

☎ 0297 - 74 - 4125

デュークズウォーキングサークル 無料体験・見学実施中

ウォーキング寿命は健康寿命 素敵に美しく歩くことは、健康につながります。仲間と楽しく身体を動かして、100歳まで自分の足で歩き切る身体を目指しましょう！

▶日時：毎月第4金曜日 午前10時～11時30分

▶場所：伊奈公民館 大ホール

▶講師：デューク更家公認ウォーキングインストラクター いがらし 五十嵐 KAZUKO

☎ 篠崎美代子 しのざきみよこ ☎ 090 - 6119 - 2840

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント



手続き・申請

特別児童扶養手当

所得状況届の提出を忘れずに

特別児童扶養手当を受給している方、所得限度額超過により支給停止中の方が、受給資格を継続するためには、毎年「所得状況届」の提出が必要です。

提出された所得状況届をもとに、受給者本人と同居親族などの所得状況を確認し、8月1日(金)から令和8年7月31日(金)までの手当が受給できるかどうかを判定します。受給者の方には、所得状況届書を同封した通知を送付します。提出がないと、手当の支給が遅れてしまうことがありますので、忘れずに提出をお願いします。

手当額表	令和7年 3月まで (改定前)	令和7年 4月から (改定後)
特別児童扶養 手当(1級)	55,350円	56,800円
//(2級)	36,860円	37,830円

- ▶提出期限：8月29日(金)
- ▶提出場所：伊奈庁舎社会福祉課
- ▶持参するもの：ご自宅に届いた通知をご覧ください。

※この手当は、精神または身体に重度・中度の障がいがある20歳未満の児童を、家庭で監護(保護者として生活の面倒をみること)している父、母または父母に代わって養育している方が受けられる手当です。なお、対象と思われる児童を監護していてもまだ申請していない方は、お問い合わせください。

☎ 伊奈庁舎社会福祉課(内線4103)

障がい者自動車運転免許の取得費を補助します

障がい者手帳をお持ちの方が、就労などに伴い自動車運転免許を取得する際、自動車教習所で教習を受けるための費用の一部を補助します。事前申請が必要となりますので、教習所に通う前に必ずご相談ください。

- ▶対象
 - 身体障害者手帳1～4級所持者
 - 療育手帳所持者
 - 精神障害者保健福祉手帳所持者
 - ▶補助額：最大10万円
- ☎ 伊奈庁舎社会福祉課(内線4101～4103)

要約筆記一日体験講座 参加者募集

聴覚に障がいのある方のコミュニケーションを支援する「要約筆記」の初心者向け講座を開催します。文字でつなぐ優しさを一緒に体験してみませんか？

▶日時：9月5日(金)午後1時～4時(受付開始：午後0時45分)

▶場所：きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館 会議室

▶講師：茨城県立聴覚障害者福祉センター やすらぎより派遣

▶対象：市内在住・在勤の方

▶定員：20人(先着順)

▶申込方法：応募フォームまたは下記問い合わせ先までお電話でお申し込みください。



▶申込期限：8月18日(月)

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

親子すこやか宿泊研修事業 参加者募集

県内の母子家庭のお母さんとお子さんが、地域を越えた交流と楽しい体験ができる「宿泊研修事業」の参加者を募集します。

▶日時：9月20日(土)午後2時～21日(日)午後1時 ※現地集合、現地解散

※遅刻、早退はできません。

▶場所：水戸市少年自然の家(水戸市全隅町80-1) ☎ 029 - 254 - 2200

▶定員：50人(定員を超えた場合は抽選)

▶対象の子：年長児～中学2年生

※全日程参加できる方のみ

▶参加費：1,000円/世帯

▶申込方法：参加申込書に必要事項を記入し、下記問い合わせ先まで郵送またはFAXで提出してください。参加申込書はおやこ・まるまるサポートセンター(☎ 0297 - 44 - 8822)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もダウンロードできます。



※詳細は参加者決定後、郵便でご連絡します。

▶申込期限：8月15日(金)

☎ 社会福祉法人 茨城県母子寡婦福祉連合会 ☎ 310 - 0065 水戸市八幡町11 - 52

☎ 029 - 221 - 7505

FAX: 029 - 221 - 8618

✉ kenboren-8@poppy.ocn.ne.jp

認知症について楽しく学ぼう！ 親子de認知症サポーター養成講座

茨城県では、毎年9月を「認知症を知る月間」として、認知症に対する正しい理解の普及・啓発活動を実施しています。

そこで、小学生とその保護者を対象に「認知症サポーター養成講座」を開催します。ゲームや寸劇などを通して、親子で楽しく学べる講座です。この機会にぜひ参加してみませんか？

▶認知症サポーターとは：認知症について正しく理解し、認知症の方を暖かく見守り支援する「応援者」です。

▶日時：9月6日(土)午前10時～11時30分

▶場所：みらい平市民センター4階 会議室

▶対象：小学1～3年生の児童と保護者

▶定員：15組程度 ※先着順

▶参加費：無料

▶申込方法：応募フォームまたはお電話でお申し込みください。



▶申込期限：9月5日(金)

☎ 市地域包括支援センター(伊奈庁舎1階) ☎ 0297 - 57 - 0203

家庭生活支援員(有償 ボランティア)養成講習会

▶日時：10月4日(土)・18日(土)、11月1日(土)・15日(土) 午前9時～午後4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)

▶対象：ひとり親家庭のお母さん、お父さん、寡婦の方(託児利用可)

▶受講料：無料

▶募集人数：15人

▶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郵送またはFAX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)にあります。

▶申込期限：9月5日(金)

※交通費は一部負担します(条件あり)。

※家庭生活支援員は、有償ボランティアになります。金額の詳細はお問い合わせください。

☎ 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 ☎ 029 - 221 - 8497 FAX: 029 - 221 - 8618

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント

稲作の病害虫防除補助金申請は お済みですか？

お米の品質低下の原因となるカメムシなどの病害虫防除に取り組んだ水稻農家を対象に、薬剤購入費用の一部を補助します。また、環境に配慮した農業を進めるため、ネオニコチノイドを含まない農薬の使用を推進します。

▶対象：市内の水稻農家

▶補助額

① カメムシ防除に効果のある薬剤のうち、非ネオニコチノイド系の薬剤購入費(税抜き)の50%以内

② ①以外の病害虫防除薬剤購入費(税抜き)の20%以内

※予算が無くなり次第、終了となります。

▶補助対象：主食用米の作付計画面積分の購入薬剤(上限額あり)

※除草剤購入費・散布作業費は対象外

▶申請方法：産業経済課窓口で申請書と納品書など(購入薬剤名と数量の記載があるもの)および領収書の写しを提出してください。

※早めの申請にご協力をお願いします。

☎ 谷和原庁舎産業経済課(内線 3103)

農地(畑)の 砂ぼこり対策のお願い

休耕農地や冬季の作付けをしない畑などで、表土の流出や、強風による土の飛散、砂ぼこりを防ぐために、農地の貸し付けなどのご協力をお願いします。

砂ぼこり対策として農地の貸し付けを希望する方は、随時、生産者とのマッチングを支援しますので、ご相談ください。

※今年度から、種子の無料配布は行いません。

▶相談方法：産業経済課窓口またはお電話でご相談ください。ご相談の際は、対象農地の場所(地番など)、面積などをお伝えください。

☎ 谷和原庁舎産業経済課(内線 3106)

農業委員会 各種申請

8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：8月21日(木)～25日(月)

※定例総会は9月10日(火)の予定です。

☎ 谷和原庁舎農業委員会事務局(内線 6301～6302)

児童扶養手当 現況届の提出を忘れずに

■7月下旬に通知書を郵送します

児童扶養手当受給者の方(支給停止者を含む)は、毎年8月に現況届の提出が必要です。お手元に通知書が届きましたら、内容を確認後、提出してください。

▶提出期限：8月29日(金)

▶提出先：伊奈庁舎みらいこども課

■児童扶養手当とは

父母の離婚などにより、父または母と生計を同じくしていない児童が育成される家庭の生活の安定と自立促進を目指し、児童の健全育成を図るための手当です。

※現況届の提出がない場合は、11月分以降の手当を支給することができません。

また、現況届未提出のまま2年間を経過すると、時効により手当の受給資格を喪失しますのでご注意ください。

※養育費を受け取っている方は、前年に「受給者」または「児童」が受け取った金額を申告する必要があるため、来庁前にご確認ください。

☎ 伊奈庁舎みらいこども課(内線 4201)

■～現況届を提出する方へ～出張ハローワーク!ひとり親全カサポートキャンペーン
伊奈庁舎に「ハローワークの臨時相談窓口」を設置します。普段は忙しくてハローワークに行くことができないお母さん、お父さん、児童扶養手当の現況届の提出の際に、ぜひお越しください。※相談はひとり親の方に限ります。

▶日時：8月5日(火) 午前9時30分～午後4時(正午～午後1時を除く)

▶場所：伊奈庁舎1階 相談室1

☎ 常総公共職業安定所 職業相談部門

☎ 0297 - 22 - 8609 (42#)



相談

成年後見制度の 個別相談会

「成年後見制度って聞いたことあるけどよく分からない」「親族後見人になっただけ、どのように支援していくか悩んでいる」な

ど、成年後見制度に関わる問題は多種多様です。法律問題があると、複雑になるケースもあり得ます。そこで、成年後見制度を中心に社協法律アドバイザーの弁護士と職員(高齢、障害、成年後見の担当者)による個別相談会を開催します。

▶日時：8月22日(金) 午後1時～5時

▶相談時間(約40分/回、要予約)

①午後1時 ②午後1時45分 ③午後2時30分 ④午後3時15分 ⑤午後4時
※相談内容によって時間は前後します。

▶場所：伊奈庁舎1階 相談室

▶対象：成年後見制度の利用を検討しているもしくは利用中の方、親族後見人の方 など

▶費用：無料

▶申込方法：下記問い合わせ先まで

※申し込みの際に相談内容の概要をお伺いします。個人情報厳守します。

▶受付期間：8月15日(金)までの平日午前8時30分～午後5時15分 ※先着順
☎ 成年後見支援センター ☎ 0297 - 57 - 0203

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ご相談に応じます。

▶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：8月12日(火) 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

全国一斉 子どものための 養育費相談会

茨城青年司法書士協議会は、全国青年司法書士協議会と共催で、養育費に関する無料電話相談会を開催します。養育費でお悩みの方、ぜひご相談ください。

※秘密は厳守します。

▶日時：8月30日(土) 午前10時～午後9時 ※事前予約不要

▶電話番号：☎ 0120 - 567 - 301 (フリーダイヤル)

▶費用：無料

☎ 茨城青年司法書士協議会 担当：渡邊

☎ 029 - 229 - 2322 (具体的なご相談は、相談会当日フリーダイヤルにお電話ください)

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント

☆ イベント

ヘルシークッキング教室を 開催します！

食生活改善推進員による「ヘルシークッキング教室」を開催します。茨城県では、おいしい、ヘルシー、美しい生活スタイルで「減塩」に取り組む「いばらき美味しおスタイル」を推進しています。今回は普段のメニューに少しの工夫で、満足感そのままの「美味しおスタイルレシピ」を作ります。ぜひご参加ください。

▶日時：9月11日(木) 午前10時～午後1時
▶場所：みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設

▶メニュー：減塩肉じゃが など
▶費用：300円/人

▶対象：市内在住の18歳以上の方
▶定員：16人(申込多数の場合は抽選)
▶申込方法：申込フォーム、健康増進課窓口または下記問い合わせ先までお電話ください。



▶申込期限：8月22日(金)

食生活改善推進員養成講座を開講！

食改さんの仲間入りをして、一緒に食を通じた健康づくりのボランティアとして活躍しませんか？詳しくは広報7月号27ページまたは市ホームページをご覧ください。



☎ 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

ほのぼの音楽隊♪ みんなで楽しむ音楽会

赤ちゃんからシニアまで、障がいのある方もない方もみんなで楽しむインクルーシブ音楽会です。音楽ボランティア「ほのぼの音楽隊」演奏。曲目は子ども向け、大人向け、童謡、ポップスなど♪みんなで歌って踊って、楽しみましょう。ぜひ、お気軽にご来場ください。詳しくはホームページをご覧ください。



※赤ちゃんの駅・ご来場者用休憩室があります。

※子ども用スリッパが無い場合、お子さんは室内履きをご持参ください。

▶日時：9月7日(日) 午後2時～3時(開場：午後1時30分)

▶場所：谷和原公民館(古川1025)

▶入場料：無料



☎ 社会福祉協議会ボランティア市民活動センター ☎0297-21-3240

つくばみらい市文化協会 彩遊会絵画展

水彩画教室の彩遊会では、会員13人による水彩画作品を50点ほど展示します。ぜひ、ご来場・ご高覧ください。

▶日時：9月10日(水)～16日(火) 午前10時～午後4時30分(初日は午後1時から、各最終日は午後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：つくばみらい市文化協会 美術部 彩遊会

▶後援：つくばみらい市、つくばみらい市教育委員会

☎ つくばみらい市文化協会 彩遊会 中川 なかがわ ☎090-3517-6281

あそんで学ぼう ぼうさい運動会

頭や身体を使って、みんなで一緒に遊びながら、防災について楽しく学びましょう！みらい平での災害や防災について地域の方と一緒に考え、みんなで身近な防災を見直してみませんか？

▶日時：9月15日(月・祝) 午後1時30分～3時30分(受付開始：午後1時)

▶場所：みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設 多目的ルーム

▶対象：みらい平地区在住の方 ※子どもみの参加は小学4年生以上

▶定員：40人

▶募集期限：9月4日(木)

▶申込方法：応募フォームまたはお電話でお申し込みください。

▶主催：みらい平地区協議会

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



スカイランタン 2025 を 開催します！

つくばみらい市商工会社青年部では、今年もつくばみらい市の真夏の夜空に、幻想的な明かりを灯します。星空のもとでゆらゆら揺れるランタンを見ていると、とても癒されますよね。早めに来ると、ランタンに願いごとやイラストなどを書き込めます。詳しくはホームページをご覧ください。



▶日時：8月30日(土)(ランタン配布開始：午後5時、カウントダウン：午後6時45分) ※荒天の場合、31日(日)に延期

▶場所：日本スポーツ振興パークみらい

▶参加費：3,000円/個(先着300個)

▶申込方法：ホームページの専用フォームからお申し込みください(参加費事前振込制)。

▶申込期間：7月30日(水)～8月20日(水)



☎ つくばみらい市商工会 ☎0297-58-1700

第70回 とりで利根川大花火！

取手の夏の風物詩である「第70回とりで利根川大花火」を開催します。ワイドスターメインや音楽花火など、約1万発



の花火とドローンショーで夏の夜空を彩ります。市内外からの多くの方のご来場をお待ちしています。

▶日時：8月9日(土) 午後7時～8時20分

※雨天・強風時は、8月10日(日)に延期

▶場所：取手緑地運動公園(取手市取手1丁目地先)

※会場周辺は大変混雑します。お越しの際は、公共交通機関をご利用ください。

▶打ち上げ発数：約1万発

▶ドローンショー：約15分間

▶主催：取手市観光協会

☎ 取手市観光協会 ☎0297-74-0217

子育てを応援する イベントをご紹介します！

☎ おやこ・まるまるサポートセンター
☎ 0297 - 44 - 8822

フリー！フリー！パパひろば

「育児ってどうやるの?」「育児休業を取ったけど、子どもとどうやって関わればいいのか?」など、毎日育児に奮闘するパパの子育てを応援する教室を開催します。

- ▶日時：9月20日(土) 午後2時～3時30分
- ▶場所：みらい平市民センター2階（おやこ・まるまるサポートセンター）
- ▶対象：生後1か月～6か月ごろまでのお子さんとパパ
- ▶内容：お子さん対応の必殺技！（お子さんの泣きへの対応、抱っこ仕方）、パパでもできるスキンシップ！（パパストレッチとふれあい遊び）など
- ※内容は変更する場合があります。
- ▶定員：10組
- ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、お子さんのオムツやミルク など
- ▶申込方法：「まるっと！子育て予約システム」からお申し込みください。
- ▶申込期間：8月18日(月) 正午～9月18日(木) (先着順)



おやこで作ろう まるまるランチ

～新米おにぎりを作ろう～

「おやこで作ろう まるまるランチ」では、季節のランチを親子で作ります。今回は、市内産の新米でおにぎりを作ります。お子さん主体で、おにぎりを握ったり、野菜をちぎったり、盛り付けたり…。できた料理を親子で一緒に食べましょう！

料理を作りながら、料理を食べながら、子育てに関して日ごろ抱えるちょっとした不安や悩みを、管理栄養士や保健師などの専門職員に気軽に相談もできます。ぜひ一緒に、楽しい時間を過ごしましょう！

- ▶日時：9月22日(月)・29日(月) 午前11時～午後0時30分
- ▶場所：みらい平市民センター3階
- ▶対象：2歳以上の未就学児と保護者
- ▶メニュー：新米おにぎり、からあげ、野菜の塩こうじあえ、具だくさんみそ汁
- ▶費用：大人…300円、子ども…無料（親1人、子1人で参加の場合は300円）
- ▶定員：親子7組
- ▶申込期間：8月21日(木)正午～9月10日(水) (先着順)
- ▶申込方法：「まるっと！子育て予約システム」からお申し込みください。
- ※お持ち帰りはできません。
- ※託児はありません。



「つくばみらい市防災訓練」 を実施しました！

全市民に対し「避難指示」を発令！

午前10時、全市民に対し避難指示を発令、防災行政無線などで周知し、避難行動の確認、玄関先までの避難を促しました。



発災時さながらの緊張感を、災害事象に対応！

避難行動要支援者の輸送訓練のほか、災害警戒本部・情報共有室の設置・運営訓練を実施し、職員の災害対応を確認しました。



6月28日、つくばみらい市防災訓練を実施しました。訓練は「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」という想定で行いました。

災害発生時には、まず「自分の命は自分で守る」＝「自助」、「みんなで助け合う」＝「共助」が大切です。市民一人ひとりが災害に対して十分な準備ができるように、自助・共助の知識の普及・啓発を図り、本市の防災力向上を目指します。

☎ 伊奈庁舎防災課（内線 2502）

富士見ヶ丘小学校を防災イベント！

避難指示を受け、豊地区・小張地区・板橋地区の一部住民が富士見ヶ丘小学校に避難しました。同校では、ワンタッチテントやマンホールトイレの展示のほか、市内在住の防災士による「防災クイズ」や「防災グッズ作り」を実施しました。





みんなで楽しく学ぼう！

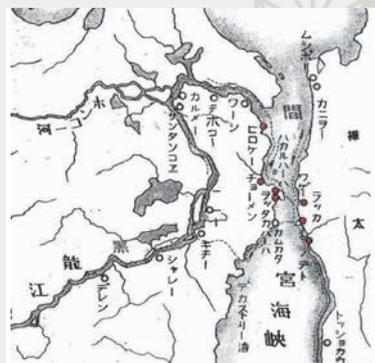
【間宮林蔵顕彰会】

第65回

林蔵クイズ



黒竜江下流域と間宮海峡の
関係地図（佐々木千之『間
宮林蔵』（昭和15年、国民
社）掲載の地図を一部修正）



樺太探検 その32

8月3日、林蔵一行を乗せた舟は、ヒロケーを離れ海岸に沿って南へ進みました。一軒の家もないワッカシに着くと、ここで野宿をしました。

翌4日は舟を進め、5日にはチョーメンに着きました。この海岸は広く開け、あちこちにたくさんの家が立ち並んでいました。その日のうちに舟を出そうとしましたが、潮が引いてしまい、どうやっても舟を動かせませんでした。このあたりは干潮時には、相当沖合まで陸地になるのが普通でした。太陽の傾くころになってやっと潮が満ちてきたので、急いで舟を漕ぎ出しました。しかし、間もなくすると日がとつぱり暮れてしまったので、その夜は仕方なく、ラツカハーハの砂浜に野宿しました。翌6日には樺太への渡り口のハカルハーハへ着きました。

7日は朝早くから舟を出しました。目の前には樺太島が大きく横たわり、その雄姿は林蔵たちを大いに勇気づけました。海には霧がかかっていたのですが、穏やかで波風もなく、海峡の最も狭い所を横断して樺太のワゲーに渡り着きました。その日のうちに、第1回の樺太調査で松田伝十郎とともにたどりついたラッカまで南下して泊まりました。

問題

海峡の最も狭いところを横断して着いたところは樺太のどこですか。

- ①ヒロケー
- ②ワゲー
- ③ラッカ

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】 8月22日(金)

★ 林蔵クイズは「あさのいち」でも応募できます！

 間 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64回の答え ①白

※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。



8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。

☎ 図書館 ☎ 0297 - 58 - 3710

6月の貸出者数：6,832人
6月の貸出点数：22,752点

■図書館休館日（全館共通）

8月4日(月)、12日(火)、18日(月)、22日(金)、25日(月)

■開館時間：午前9時～午後7時

■おはなし会：みらい図書館 supported by 成島建設（本館）

▶日時：8月9日(土)（主催：虹の会）、23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：8月3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：8月16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：みらい図書館 supported by 成島建設（本館）

▶日時：8月2日(土)（主催：ホットケーキおはなしの会） 午後2時～

▶対象：5歳程度から

※ 8月は赤ちゃんタイム、ちょちょちおはなし会はお休みします。

■大人のための健康音読会：小絹分館

▶日時：8月20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

☎ 図書館（小絹分館）

☎ 0297 - 34 - 1818

夏休み映画会を開催します

みらい図書館 supported by 成島建設（本館）

お子さんと一緒に親子で楽しめる作品を上映します。

ぜひご参加ください。

▶日時・上映作品

○8月3日(日)：「ダヤンとジタン」(25分)

○8月17日(日)：「おしりたんてい ププッおどろぼう
あらわる」(20分)

○8月24日(日)：「しんかんせんオールスターズ」(29分)
(開場：各日午後1時30分、上映開始：各日午後2時)

▶場所：みらい図書館 supported by 成島建設（本館）
2階視聴覚室

▶定員：63人（当日先着順）

▶参加費：無料



詳しくはこちら





空き状況確認は
こちら

8月 各種健（検）診のお知らせ

受付開始の

がん検診のご予約はお済みですか？

※各種健（検）診項目・健（検）診時の注意事項・対象年齢・自己負担額・年間予定については、広報4月号の「令和7年度健康管理予定表」をご覧ください。

みらい健診（予約制）

■みらい健診①

胃がん検診と一緒に受診される方はこちら

▶健診当日受付時間：午前8時～11時30分

▶予約受付開始：8月5日(火) 午前9時～

実施日	会場
10月24日(金)	保健福祉センター
10月26日(日)	
10月27日(月)	

■みらい健診②

車でお越しになる方は、みらい健診①または②のきらくやまふれあいの丘の会場をご検討ください。

▶予約受付開始
8月5日(火) 午前9時～

実施日(10月)	会場
9日(木)	みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設
10日(金)	
22日(水)	板橋コミュニティセンター
23日(木)	谷井田コミュニティセンター

▶健診当日受付時間

○午前の部：午前10時～11時30分

○午後の部：午後1時30分～2時30分

▶予約受付開始
8月19日(火) 午前9時～

実施日(11月)	会場
5日(水)	小絹コミュニティセンター
6日(木)	
9日(日)	保健福祉センター (リフト車あり)
25日(火)	きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館

集団健（検）診の予約方法

①インターネットでの予約

初めてのご利用には登録が必要です。予約受付開始日前に登録をしておくと便利です。予約開始日の午前9時以降、24時間いつでも予約できます。



②予約受付電話での予約

☎ 0297 - 25 - 2983

③健康増進課窓口での直接予約

▶②・③共通予約受付時間：午前9時～午後5時（土・日・祝日を除く）

※①～③以外の方法による受け付けは行いません。また、同一世帯のご家族以外の申し込みはできません。

※受付開始1時間は電話が集中し、大変混み合いますので、インターネットでの予約をご活用ください。

※定員になり次第締め切ります。

※がん検診は、被保険者証（健康保険証）の種類に関係なく、受診できます。

※妊娠中の方は、市が実施する検診の対象になりません。

※各検診項目の受診は年度内1回です。

※検診は、異常の有無を見つけることが目的のため、自覚症状のある方、検診部位の病気で治療中・経過観察中の方は、医療機関への受診をお勧めします。

接種には

期限があります！

ヒトパピローマウイルス (HPV) 予防接種



予診票の再交付は
こちら

20～30歳代に増加している子宮頸がんは、ほとんどがヒトパピローマウイルス（HPV）というウイルスの感染で生じることが分かっています。HPVは女性の多くが一生に一度は感染するといわれるウイルスです。感染してもほとんどの人はウイルスが自然に消えますが、一部の人はがんになってしまうことがあります。子宮頸がんの原因となるHPVの感染を防ぐワクチンがHPVワクチンです。定期予防接種には、対象年齢と接種期限が決められています。特に下記①②の対象者ご注意ください。

▶接種期限（令和8年3月31日(火)までの対象者）

①平成21年（2009年）4月2日～平成22年（2010年）4月1日生まれの女子

②キャッチアップ接種期間（令和4年4月1日～令和7年3月31日）に1回以上接種し、接種が完了していない平成9年（1997年）4月2日～平成21年（2009年）4月1日生まれの女子

接種期限を過ぎると任意接種となり、すべての接種を自己負担で行った場合、高額な費用負担（3回接種する場合10万円相当）となります。また、対象者①の方でまだ1回も接種していない方が、令和8年3月末までに規定回数を完了する場合、遅くとも9月までに接種を始める必要があります。まだ接種を始めていない方、接種が完了していない方は早めに接種をしましょう。

令和7年度の医療機関
検診受診券を使って

大腸がん検診、肝炎ウイルス検診、 子宮がん検診、乳がん検診を！

検診名	対象	自己負担額
大腸がん検診	40歳以上	600円
肝炎ウイルス検診	40歳以上74歳以下 ※今までに市の肝炎ウイルス検診を受けたことがない方	1,200円
子宮がん検診（女性）	20歳以上	2,000円
乳がん検診（女性）	20～39歳：超音波検査 40～49歳：超音波検査＋マンモグラフィ（2方向） 50～56歳：超音波検査＋マンモグラフィ（1方向） 57歳以上：マンモグラフィ（1方向） ※マンモグラフィは、2年に1回の検診となります。	超音波検査：1,500円 マンモグラフィ：1,500円

※検診日当日、本市に住民票がない方や、妊娠中の方は受診できません。

受診方法

Step1 ①、②または③の方法で、医療機関検診受診券を申請する。

- ①受診券の申請フォーム
- ②電話（☎ 0297 - 25 - 2100）
- ③健康増進課窓口（保健福祉センター内）



※①②の場合、受診券がお手元に届くまで、1週間から2週間ほどかかります。

- ▶受診券申請期限：令和8年3月6日(金)
- ▶受診券有効期限：令和8年3月31日(火)



Step2 受診する医療機関を決める。

受診できる医療機関は、市ホームページから確認するか、健康増進課までお問い合わせください。

Step3 Step2で決めた医療機関に予約を入れる。

Step4 受診する。

検診当日は、「医療機関検診受診券」、「マイナ保険証（健康保険証として利用登録されたマイナンバーカード）または資格確認書」、「自己負担額」をご持参ください。

Step5 検査の結果が本市または医療機関から通知されます。

■自己負担額の免除制度について

生活保護受給者・住民税非課税世帯の方は、負担額が免除になります。

※生活保護受給者の方：受診券申請の際、お申し出ください。

※住民税非課税世帯の方：事前に「住民税非課税世帯証明書（つくばみらい市健康診査用）」を取得し、検診当日にご提示ください。

※当日、提示できない場合は免除制度対象外となります。

▶住民税非課税世帯証明書取扱窓口：伊奈庁舎税務課、谷和原庁舎市民窓口課、みらい平市民センター市民窓口課

▶手数料：200円

※検診で使用する旨を取扱窓口でお申し出ください。

※コンビニでは交付できません。

※個人の住民税非課税証明書は「無効」となります。

「アピランスケア用品 助成制度」をご存じですか？

がん治療を受けている方の社会参加を応援するため、ウィッグや乳房補正具、そのほかアピランスケア用品の購入やレンタルにかかる費用を助成しています。



詳しくはこちら

▶対象：アピランスケア用品を購入またはレンタルした方（アピランスケア用品を購入した日から申請日まで、本市に住民登録があること、レンタル期間と申請日ともに住民登録があること）

▶対象用品

- ①ウィッグ（全頭かつら、装着用のネットを含む）
- ②乳房補正具（補正下着、人工乳房、補正パッドなど）
- ③アピランスケア用品（部分的なかつら、ウィッグの付属品、眉毛シール、エピテーゼなど）

▶助成額：①②③それぞれ上限1万円、各種類1回

▶申請期間：購入またはレンタルした日の翌日から1年以内
※レンタルの場合は、申請前1年以内に支払った額とします。

▶申請方法：右記の書類を、いばらき電子申請・届出サービスまたは健康増進課窓口または郵送で提出してください。



▶申請に必要な書類

○つくばみらい市がん患者アピランスケア支援事業助成金交付申請書兼請求書^{*1}（電子申請の場合は不要です）

○購入等に係る内容や金額が分かる書類【原本】

○がん治療を証明する書類^{*2}【写し】（お薬手帳、診療明細書など）

○いばらきがん患者トータルサポート事業補助金交付決定および交付額確定通知書【原本】（県ホームページまたは県看護協会のホームページをご覧ください）

○切手付返信用封筒（郵送での申請の方で、すぐに領収書の返送をご希望の方）

※1 健康増進課窓口にあるほか、市ホームページからもダウンロードできます。

※2 抗がん剤名称が記載されているなど、がん治療を受けていることが確認できるもの、補正具を申請する場合は、手術内容が分かるものにしてください。

夏の感染症にご注意ください

■手足口病

コクサッキーウイルスやエンテロウイルスによって引き起こされる感染症で、手や足、口の中に水疱ができるお子さんがかかりやすい夏風邪の一種です。感染力が強いウイルスなので、一度かかってもまたかかってしまうことがあります。特徴は、手のひら、足の裏、口の中に2～3mmの水疱ができることで、口の中の水疱がつぶれるとひどく痛み、唾液を飲むのも痛い状態になります。

通常3～7日以内に治りますが、稀に合併症などが起きることがあります。

▶出席停止期間：特に定められていません。

▶登園・登校の目安：解熱し、口腔内の水疱などの影響なく普通の食事が取れるようになったころが目安です。

■ヘルパンギーナ

エンテロウイルス感染症の一種で、5歳以下の幼児を中心にかかる夏風邪の一種です。突然、38～40度の発熱が1～3日続き、全身倦怠感、食欲不振、咽頭痛、嘔吐、四肢痛などの症状がある場合もあります。のどは軽度^{おうと}に発赤し、咽頭のあたりに小水疱ができます。のどの痛みにより水が飲めないために起こる脱水症状に注意しましょう。

▶出席停止期間：特に定められていませんが、症状がおさまった後も一定期間ウイルスを排出し続けるため、保育園によっては出席停止期間を設けている場合があります。詳しくは保育園などに確認しましょう。

▶登園・登校の目安：解熱し、症状が良くなり普通の生活ができるようになったころが目安です。

■咽頭結膜熱（プール熱）

アデノウイルスによる子どもに多い急性ウイルス感染症で、プール熱とも呼ばれています。症状は発熱、咽頭炎（のどの痛み）、結膜炎（目の炎症）です。嘔吐や下痢の症状もあります。衛生状態を保つために、プールから上がったときは、シャワーをきちんと浴びましょう。

▶出席停止期間：主要症状（熱やのどの痛み、結膜炎など）が治まってから2日を経過するまで

▶予防策

○食事の前やトイレの後、帰宅後などにうがいや石鹸を使った手洗いを15秒～30秒かけて行いましょう。

○感染源になりやすいので、飲み物や食べ物、タオルなどの共有を避けましょう。

○睡眠時間、水分や食事をしっかり取りましょう。

▶受診に迷ったら

①医療相談アプリ「LEBER」：未就学のお子さんがあるご家庭を対象に、4月からLEBERを導入しています。24時間365日医師に無料で相談できますので、ぜひご利用ください。

②#8000または☎050-5445-2856（子ども救急電話相談）：小児科医師や看護師から、お子さんの症状に応じた適切な対処の仕方や、受診する病院などのアドバイスを受けられます。



感染症について
詳しくはこちら



LEBERについて
詳しくはこちら

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

■壊れたり動かなくなってしまったおもちゃ、家に眠っていませんか？

おもちゃ病院ピノキオでは、ボランティアのおもちゃドクターが無料で修理をしてくれます！

そのおもちゃ、捨ててしまう前にぜひ一度お越しください。予約不要です。

※修理費は無料ですが、交換部品に実費がかかる場合があります。



8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）

26日(火) 子育て支援室ぽかぽか（歯科衛生士・管理栄養士）

■おもちゃ病院（各日午前9時30分～11時30分）

2日(出) 社会福祉協議会ボランティア市民活動センター
16日(土)

4日(月) 出張フラワー

8日(金) きらくやま子育て支援室こどもひろば前

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

8月のBLOOMは…

○WARAリズム(1日) ○0歳タイム(6日) ○親子ピクス(21日) ○1歳わくわく教室(22日)※要予約 ○パン販売(8日、午前11時10分～11時40分) 買ったパンはお持ち帰りしても、BLOOM横のもぐもぐスペースで食べてもOK！ もぐもぐスペースは、パン販売以外の日でもいつでも利用可能です♪



TSUBHAMIRAI.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

○コミセン夏祭り(3日) ○4day time(読み語り)(4・24日)
○先生とあそぼう誕生会(27日)
※成長記録は毎日行っています♪
※7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(6日) うさぎ1～2歳(19日) きりん2～3歳(29日)
○なつまつり(3日) ○みずあそび(7日) ○制作(20日)
○誕生会(22日) ※要予約



TSUKUBAMIRAI.KINKU

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

おすすめイベント

♡なつまつり&コンサート♡(30日、午前10時～正午)
対象・定員：市内在住の未就学児・50人 ※要予約
コンサートやマルシェ！夏のイベントを楽しみましょう♪
予約開始中。詳しくはイベントカレンダーを見てね(*^^*)



KIRAKUYAMA.HODONOHIRABA

ひなた保育園やわら子育て支援室ぽかぽか

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

ぽかぽかスタッフのつぶやき

いよいよ暑い夏本番ですね！ぽかぽかでは、8月も水あそびを開催しています！天候や状況に合わせての開催になりますので、Instagramで情報チェックをお願いします。夏休み期間に入ったお友だちもいるかと思ひます。久しぶりの来室もお待ちしていますよ！元気なお顔を見せに遊びに来てくださいね！



TSUBHAMIRAI.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！

○ちょうちん制作(4～7日) ※材料が無くなり次第終了 ○絵本講座(8日) ※要予約 ○おいしいおやつとお茶の会(18～22日)
○栄養・離乳食相談(1・8・15・22・29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

○すくすく広場(12日)
○成長記録会・手形アート(28日)
○おたんじょう会(29日)



TSUBHAMIRAI.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

○制作「ぶかぶからっこ」(7日) ○プールDAY(20日) ※要予約
○ママ制作「手形フォトフレーム」(27・28日) ※要予約
お子さんの手形を可愛く残しませんか？制作中はお子さんをお預かりしますので、ママの時間を楽しんでください♡



RUNRIN.MIRAI.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 - 3842

☆開室から2カ月 cocokaraの様子☆

午前中は1～2歳のお友だちが多く、特に英語の日はにぎわっています。午後は主に0歳児さんがのんびりと過ごしていますよ♪カフェは毎月メインのお食事メニューが変わります。夏パテしないよう美味しいごはんを食べにいらしてくださいね♪冷たい飲み物もご用意しています！



TSUKUBAMIRAI.COCOKARA

子どもの 健診・教室【8月】

問 およこ・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	27日(水)	保健福祉センター	対象：令和7年4月生
1歳6か月児健診	20日(水)		対象：令和6年1月生
2歳3か月児歯科健診	7日(木)		対象：令和5年4月生
3歳5か月児健診	6日(水)		対象：令和4年2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	4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	6日(水) 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	5日(火) 午前10時 ～11時30分	子育て支援室 cocokara	対象：1か月～1歳6 か月児
	12日(火) 午前10 時～11時30分	認定こども園ルンビニー 学園るんるんみらい	
マタニティ教室 ハローベビー ※予約制	9日(土) 午前9時 30分～正午	保健福祉センター	対象：妊娠中の方とそ のパートナー (お一人 での参加も可能です)
1歳 わくわく教室	22日(金) 午前10時 ～11時	子育て支援室BLOOM	対象：令和6年8月生 まれの子どもと保護者



健康増進室【9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	2日	9日	16日	23日	火曜日
バレトン&ピラティス	3日	10日	17日	24日	水曜日
からだ元気アップ	4日	11日	18日	25日	木曜日
リズム運動	5日	12日	19日	26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：8月14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)

介護予防カレンダー【8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

★熱中症対策のため、8月は全会場で休止します。

9月の各会場の実施日は、広報9月号でお知らせします。



YouTube「茨城県立健康プラザ シルバーリハビリ体操チャンネル」では、介護予防のためのシルバーリハビリ体操動画をご覧いただけます。



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：8月29日(金)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



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：8月4日、18日、25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～

登校しぶり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：8月18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2
- ▶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：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

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～

- ▶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：8月20日(水) 伊奈庁舎1階 相談室3
9月10日(水) 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：8月21日(木) 午後1時30分～3時30分
- ▶場所：板橋コミュニティセンター 研修室2
- ▶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：8月17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：石井敦子さん・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・年末年始を除く
- ▶場所：総合教育支援センター（上長沼1250）
- ▶問い合わせ：総合教育支援センター ☎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）

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：8月5日(火)、12日(火)、19日(火)、26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：8月13日(水) 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：子どもに対する虐待・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：8月20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的な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

くらしの カレンダー



納税など 納期限：9月1日(月)

国民健康保険税	第2期	住宅使用料	8月分
市・県民税 ※森林環境税含む	第2期	地代	8月分
介護保険料	第2期	上下水道料金*	8月分 (6月使用分)
後期高齢者 医療保険料	第2期	下水道 受益者負担金	第2期
保育料	8月分	学校給食費	6月分
児童クラブ 保護者負担金	8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	3日、17日
伊奈 庁舎	10日、24日

17日：マイナンバーに関する業務が一部制限されます。
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。

■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 3450～3453） 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	9月3日(水)	8月25日(月)～27日(水)
小張・豊、小絹、絹の台	8月13日(水)	8月4日(月)～6日(水)
板橋、 紫峰ヶ丘・富士見ヶ丘	8月20日(水)	8月12日(火)～13日(水)
三島・東、 谷原、陽光台	8月27日(水)	8月18日(月)～20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

■茨城救急電話相談（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。

●子ども救急電話相談（15歳未満）

#8000（携帯電話、固定電話）または ☎050-5445-2856

●おとな救急電話相談（15歳以上）

#7119（携帯電話、固定電話）または ☎050-5445-2856

■医療機関案内

病気が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
ポータルサイト

茨城県小児救急医療
啓発サイト



「こどもの救急手引き」

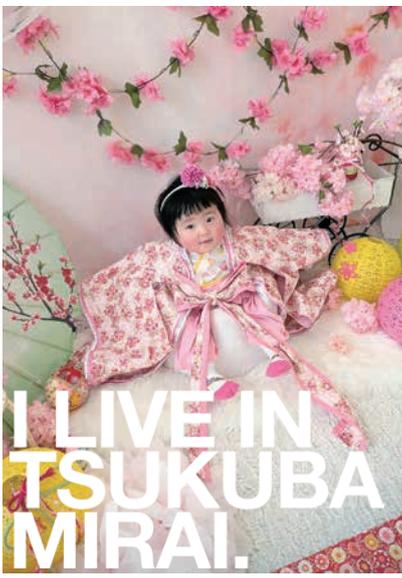
くみとり

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（6月）

市長の主な動静を情報公開します。

- 7日(土) 茨城県議会つくばエクスプレス東京駅等延伸促進議員連盟設立総会
- 9日(月) 市社会福祉協議会理事会
- 11日(水) 伊丹地区湛水防除施設管理運営協議会総会
- 15日(日) 市民懇談会、茨城県スナッグゴルフ予選会
- 17日(火) 第2回市議会定例会開会、ボランティア連絡協議会総会
- 18日(水) シルバー人材センター総会
- 20日(金) 台湾農業部との意見交換会
- 21日(土) 遺族会総会
- 22日(日) 鬼怒・小貝水防訓練（下妻市）
- 24日(火) 埼玉県伊奈町とのグラウンドゴルフ交流会
- 28日(土) 令和7年度つくばみらい市防災訓練

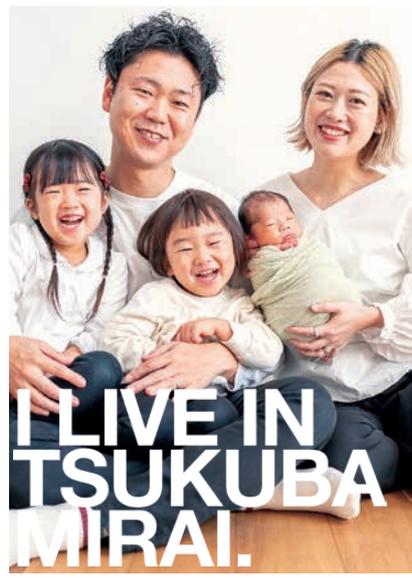


I LIVE IN
TSUKUBA
MIRAI.

初節句おめでとう！これからもニコニコ元気に育てね

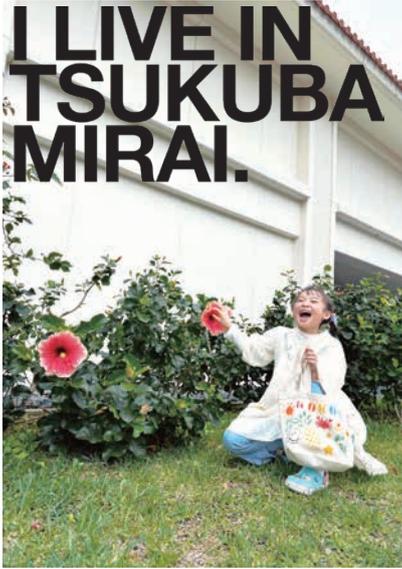


無事生後6か月を迎えました～！これからもすくすく育てね



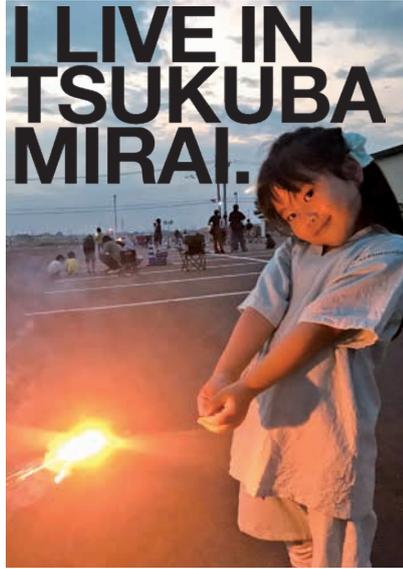
I LIVE IN
TSUKUBA
MIRAI.

新しい家族の誕生！



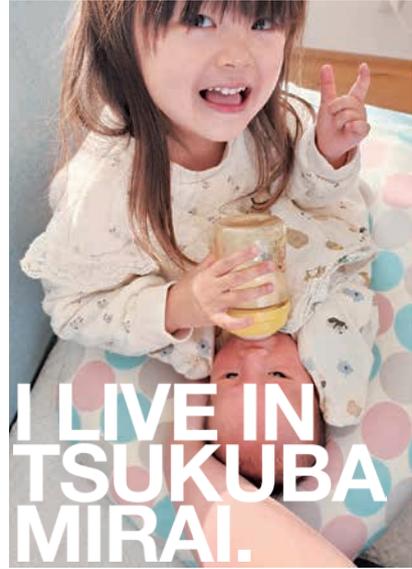
I LIVE IN
TSUKUBA
MIRAI.

だいすきです。



I LIVE IN
TSUKUBA
MIRAI.

市役所で手持ち花火



I LIVE IN
TSUKUBA
MIRAI.

お姉ちゃんになりました♡

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



そのほかの公式 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らう。

※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回目は半年後をめだにご応募ください)。

■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 TSUKUBAMIRAI. 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！)

■応募先・問い合わせ

つくばみらい市役所秘書広報課「I LIVE IN TSUKUBAMIRAI.」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コードは簡丹ソー
ウェブの登録商標です。



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。