

常陽銀行 各種相談

■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（☎ 029 - 300 - 2844）または
ホームページから申し込み



▶日時：11月10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)

■おひとりさまの終活相談

当行に口座をお持ちのお客さまを対象に、常陽銀行提携のトリニティ・テクノロジー(株)が無料でご相談に応じます。

▶予約方法：事前に電話（☎ 0297 - 58 - 5552）で申し込み

▶日時：11月25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

○年金相談について

☎ 029 - 300 - 2844

○終活相談について

☎ 0297 - 58 - 5552

歯の何でも 電話相談

普段歯医者さんに聞けないこと、入れ歯のこと、お子さんの歯の悩み、インプラント、矯正、歯周病など、歯に関する悩みや質問について、歯科医師が無料で電話相談に応じます。匿名で結構ですので、お気軽にお電話ください。

▶日時：11月16日(日) 午前9時～正午
※相談時間は10分程度/人

▶受付電話番号：下記問い合わせ先まで
☎ (一社) 茨城県保険医協会 ☎ 029 - 823 - 7930

☆ イベント

第11回常総環境センター ふれあいデー

ごみ処理を学び、見学しながら楽しめるイベント「常総環境センターふれあいデー」を開催します。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▶日時：11月22日(土) 午前10時～午後2時30分 ※小雨決行(荒天時中止)

▶場所：常総運動公園、常総環境センター(守谷市野木崎4700)

☎ 谷和原庁舎生活環境課(内線3306)

学校給食センター施設見学 試食会を開催します！

11月は「地産地消強化月間」です。本市の学校給食では、市内産コシヒカリ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の野菜を使用した給食を食べてみませんか？

▶日時：11月27日(木) 午前10時～正午

▶対象：市内在住・在学・在勤の方

▶定員：20人(申込多数の場合は抽選)

▶費用：250円/食

▶献立：金芽米ご飯、牛乳、鮭のもみじ焼き、ひじきの煮物、豆乳入りさつまいも汁

※献立は変更になる場合があります。

▶申込方法：いばらき電子申請・届出サービス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：11月7日(金)

※11月26日(水)正午以降のキャンセルは、キャンセル料(250円/食)が発生する場合があります。



☎ 学校給食センター ☎ 0297 - 52 - 2338

第42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？友人と？ご夫婦？親子で？

▶日程：11月18日(火)

▶受付時間：午前9時30分～10時

▶今回コース：絹の台ヨークベニマル周辺(詳細は当日のお楽しみ) ※雨天時はセイワ楽器きらくやまふれあいの丘 すこやか福祉館に変更します。

▶集合場所：絹の台ヨークベニマル 駐車場(絹の台6-20-1)

▶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



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

「健康フォーラム2025 in つくば」 を開催します！

テーマ：「腎臓病について勉強しよう!!」
～慢性腎臓病(CKD)を見逃さない、悪化させないための第1歩～

11月14日(金)は「世界糖尿病デー」です。(一社)つくば市医師会、JADEC 茨城(茨城県糖尿病協会)では世界糖尿病デーに合わせ、健康フォーラムを開催します。

今年は「慢性腎臓病」をテーマに、専門医による講演、パネルディスカッションを行うほか、検査、相談コーナーもあります。お申し込みは不要ですので、ぜひご来場ください。

詳しくは、つくば市医師会ホームページをご覧ください。



▶日時：11月9日(日) 午後1時～4時

▶場所：イーススつくば 2階 イーススホール(つくば市研究学園5-19)

▶内容

○専門医による講演、パネルディスカッション
○検査・相談コーナー

・血糖値測定、HbA1c値測定、血圧測定
・保健師などによる健康相談

▶参加費：無料

▶主催：つくば市医師会、JADEC 茨城(茨城県糖尿病協会)

▶共催：つくばみらい市、つくば市

▶後援：いばらき腎臓財団

☎ 健康増進課(保健福祉センター内) ☎ 0297 - 25 - 2100