



I LIVE IN
TSUKUBA
MIRAI.

令和 8 年は 「志」の年に



新年あけましておめでとうございます。市民の皆さまには、令和8年の新春を健やかに迎えられたことと、お慶び申し上げます。

今年の干支は「^{うま}午」です。馬は困難を乗り越えながらも前へ進む姿を示します。激しい変化と不安定さが続く昨今の社会情勢の中、馬のごとく力強く歩み、前進する意志こそが、今の社会（市）が抱える課題に対し、新たな可能性を切り拓く原動力となるのではないのでしょうか。

今年の抱負を、私は「志」の1文字で表しました。「志」というのは、初心に返り、自分が何を成し遂げたいのか、その目的と意志を明確にすることです。「意志あるところに道は開ける」という言葉があります。変化の激しいこのような時こそ、確かな目的を持ち、力強く歩みを進めることが重要だと感じています。

今年は、この「志」を胸に困難に挑戦し、未来への道を切り拓く市政運営に全力で取り組んでまいります。

新しい年が皆さまにとりまして、さらに良い年になるよう祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。



つくばみらい市長
小田 浩

特集

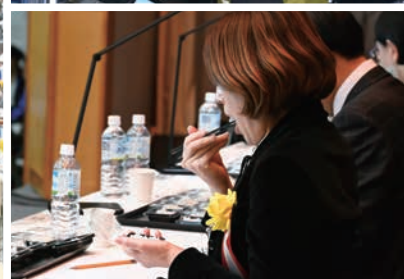
第27回

このひと粒に
想いを込めて

米・食味 分析鑑定 コンクール 国際大会

in つくばみらい

閤 谷和原庁舎産業経済課（内線 3104）



つくばみらい市は、肥沃な土壌、小貝川などの豊富な水源、安定した気象条件に恵まれ、古くから「谷原三万石」とよばれる「米どころ」として、品質の良い米の栽培が盛んに行われています。

つくばみらい市のお米をより多くの方に知ってもらい、生産者の意欲向上と市内産米の消費拡大を図るため、令和7年12月6日・7日、日本スポーツ振興パークみらいで「第27回 米・食味分析鑑定コンクール：国際大会 in つくばみらい」を開催しました。

国内外から出品されたお米の数は、なんと合計 5,070 点。当日は、そのうち1次・2次審査を経て各部門にノミネートされたお米をのべ 90 人の審査員が食べ、外観・香り・味を総合的に審査する「官能審査」を行い、部門ごとに金賞や特別優秀賞などを表彰しました。

そのほかにも、お米が当たる抽選会や縁日コーナー、グルメブース、お米の販売などの出展もあり、大盛況のうちに幕を閉じました。

米・食味分析鑑定コンクール：国際大会とは

新米の味を競うため、「米・食味鑑定士協会」が主催して 1998 年から開催している国内外最大のお米のコンクール。出品されたお米は、食味分析計、穀粒判別機、味度計、米・食味鑑定士などによる食味官能審査により審査・評価される。コンクールを通じて「良質な米作り」に日々精進する生産者や生産団体を支援することを目的としている。

茨城県内初！国際総合部門 金賞受賞！

おおさわ こういち

大澤 幸一さんにインタビュー！

コンクールの最上位部門である「国際総合部門」。その中の最高賞である「金賞」を、市内在住の大澤 幸一さんが受賞しました。国際総合部門の金賞受賞は、県内初となります。大澤さんに、受賞の感想や米づくりへの思いなどを伺いました。

一 国際総合部門の金賞受賞、おめでとうございます！



率直に嬉しいです！自分の力だけでなく、指導してくださった皆さんのアドバイスのおかげで受賞することができました。

一 今回受賞したお米について教えてください。

「ゆうだい21」という品種で、作り始めて今年で3年目になります。粒が大きくふっくらしており、コシヒカリより甘みと粘りが強く、冷めても粘りともちもち感が持続するのが特徴です。

一 美味しい米づくりのために、どんなことに取り組みましたか？

最も注力したのは「水の管理」でした。今年は猛暑が続いたため、稲の生育状況に合わせて水量を細かく調整し、圃場にある井戸も活用しました。さらに毎晩冷たい水を入れることで水温差を生み出し、強い根を育てる環境を整えました。

「お米のレジェンド」遠藤五一さんの講演会

コンクールに向け、山形県の水稲農家である遠藤五一さんをお招きして、美味しいお米づくりの講演会を令和6年2月に開催しました。遠藤さんは、過去のコンクールで国際総合部門の金賞を4年連続受賞し、「お米のレジェンド」と称されています。当日は、お米づくりに対する意識の持ち方や、肥料や資材の選び方、月のリズムとお米づくりの関係など、美味しいお米を作るための幅広い内容をお話いただきました。参加者の皆さんは真剣な表情で講演を聞いていたほか、終了後には多くの質問が飛び交うなど、お米づくりへの熱意が伝わってくる講演会となりました。



「金芽米」をご存じですか？

コンクールの2次審査で用いられる「味度計（お米の美味しさを数値化する計測器）」は、本市と包括連携協定を結んでいる東洋ライス㈱のものです。本市は、同社の独自精米加工技術により、市内産米を栄養と美味しさを兼ね備えた「金芽米」に加工。学校給食やふるさと納税返礼品などに活用しています。※金芽米は東洋ライス㈱の登録商標です。



受賞者の皆さん、おめでとうございます！



肥料については、化学肥料を一切使用せず、有機質肥料のみを使用しました。肥料は手作業で計3回撒いたため、手間がかかりましたが、丁寧な管理によって美味しさを追求することができました。また、冬場の土壌診断に基づき、田植え前には基肥として4種類の有機質肥料を投入して栄養のバランスを整え、品質向上を図りました。収穫に関しても、品質を損なわないよう気温や天候を見極め、慎重にタイミングを図りながら進めました。

また、つくばみらい市で開催された、遠藤五一さんの講演会にも参加しました。約30年間、水稲農家として米づくりに取り組んできましたが、講演会で知る内容はどれも新鮮で、とても参考になりました。

こうした地道な努力や新しい知識を取り入れた結果、美味しいお米を作ることができました。

一 最後に、今後の米づくりの意気込みをどうぞ！

つくばみらい市の肥沃な土壌と小貝川などの豊富な水源を活かして、今回のように高く評価いただいたお米を毎年作れるよう精進したいと思います！

一 これからも美味しいお米を作り続けてください！

改めて、受賞おめでとうございます！

受賞者にインタビュー！

受賞者のうち、「小学校部門」で特別優秀賞を受賞した小張小学校の皆さんと、「都道府県・海外地域代表 お米選手権」で金賞を受賞した、本市の友好都市である台湾桃園市の陳 士賢さんにお話を伺いました。

小学校部門 特別優秀賞

小張小学校の皆さん

まさか国際大会で受賞できると思わなかったのが、嬉しくてびっくりしました。

まだ自分たちで作ったお米を食べていないので、どんな味がするのかこれから楽しみです。

私たちはみんな6年生ですが、後輩たちにはこれからも小張小学校のお米づくりを楽しんでほしいです。



小張小学校のお米づくり

コロナ禍でしばらく中止となっていた、小張小学校のお米づくり。保護者の皆さんや地域農家さんの熱い思いや支援もあり、令和7年5月にお米づくりを再開しました。学校近くの田んぼで、5月には泥んこになりながら田植えを、9月には稲刈りをしました。そして12月、自分たちで育てたお米の販売会を小張小学校で開催。一生懸命育てたお米を買ってくれたお客さんの姿を見て、嬉しそうなお子どもたちが印象的でした。



都道府県・海外地域代表 お米選手権 金賞

陳 士賢さん（台湾桃園市）

受賞できて本当に嬉しく思います。コンテストの受賞に向けて、土壌管理から収穫・乾燥まで入念に準備しました。また、経験に頼るだけでなく、科学的な計測機器の活用や先輩農家との意見交換、桃園市政府主催の講習への参加などに取り組みました。この受賞をきっかけに、台湾の農家や団体がコンテストに挑戦し、学びを得られることに期待しています。

今後はさらなる品質向上に努め、その経験を桃園市の農家の皆さんと共有し、桃園市産の美味しいお米を日本の皆さんにも味わっていただけるよう努力します。



お米の名産地「桃園市」

令和6年に本市と友好都市協定を締結した、台湾の北西部にある桃園市。人口増加率が非常に高く、また台湾で最も平均年齢が若い、活気のある市です。特産物であるお米は「桃園米」と呼ばれ、桃園市でもお米を品評する「米コンテスト」が開催されています。

令和6年7月には、本市の農業振興と産業活性化に役立てるため、陳さんの農場を視察しました。



審査員にインタビュー！

審査員の方のうち、伊奈高校の皆さんと、「米・食味鑑定士」や「ごはんソムリエ」など多彩な肩書きを持つ柏木 智帆さんにお話を伺いました。

伊奈高校の皆さん

前は炊飯ボランティアとして参加しましたが、今回は初めて審査員として参加しました。

お米はどれも味や香りに個性があり、その違いを審査することは難しくもありましたが、一つ一つのお米の魅力を
感じる
ことができました。



柏木 智帆さん（米・食味鑑定士／ごはんソムリエ）

ここ数年は猛暑の影響で、美味しいお米はなかなか作りづらかったと思います。

特に今年は、猛暑のほかに長雨や渇水などの自然環境が影響した年でしたが、生産者の皆さんがここまで仕上げてくれたのは、本当に素晴らしい



と思いました。
生産者の皆さんの思いが詰まったお米なので、責任を感じながら味わわせていただきました。



みらいアンバサダー

ながわ よしみ

中川 佳省さんにインタビュー！

令和7年にみらいアンバサダーに就任した、市内在住の料理研究家 中川 佳省さん。アンバサダーとしてさまざまな形でコンクールに携わった中川さんに、コンクールの感想を伺いました。

市内外から多くの方がいらっやって、会場は大盛り上がりでした！当日は屋外ブースで、来場者の皆さんに「金芽米」や「お米を食べよう運動」のPRをいたしました。ブースにいらっしまった方から「広報12月号で見ました！アンバサダーの人ですよ！」とお声掛けいただいた時は嬉しかったですね。

また、「^{みらい}美米ダンサーズ」としてお米の魅力をPRする歌やダンスを披露するなど、さまざまな形でコンクールに携わらせていただきました。そのおかげで、多くの方にお米の魅力をお伝えすることができました。

また今回、市内産米がめでたく国際部門の金賞を受賞し、その美味しさが証明されたので、市内産米の魅力をこれまで以上にPRしていきます！



みらいアンバサダー

市内産の農産物などの魅力を市内外に広く情報発信するために、本市が設立した「つくばみらい市みらいアンバサダー」。

中川さんはこれまで、市内産の農産物を使った料理教室や食育授業を開催したほか、「毎日お米を食べよう運動」をPRする「^{みらい}美米ダンサーズ」として、さまざまな場所で積極的に活動されてきました。



全国農業高校 お米甲子園 2025



全国農業高校 お米甲子園 2025
プレゼンテーション部門



栽培別部門



大型農業法人部門

みらい米 フォトコンテスト 受賞者決定！



「毎日お米を食べよう運動」の一環として開催した「みらい米フォトコンテスト」の受賞者が決定しました。

今回も「つくばみらい市のお米の魅力」を伝えてくれる素敵な作品が多数集まりました。また審査員として、映画監督・写真家・映像作家など多彩な肩書きを持つ菱川勢一氏にもご協力いただきました。※敬称略
 岡 谷和原庁舎産業経済課（内線3105）



グランプリ
 さかいともや
 酒井智也「父親の勇姿」

準グランプリ（菱川賞）
 おおはた
 大畑かおり
 「夕焼け色のぬくもりを背負って」

準グランプリ（市長賞）
 ゆやまよしと
 柚山義人「ぐんぐん成長中」



優勝した豊ナインズ



伊奈町 小針ヤンキーズ



香取市 山田マリーンズ

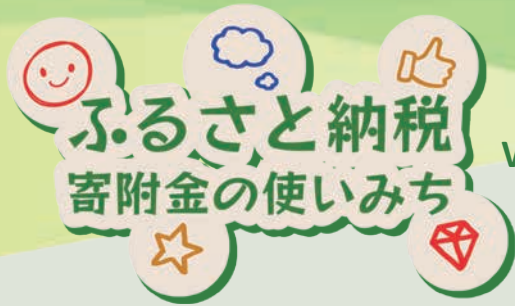
友好都市など 21 チームが頂点を目指す

軟式少年野球大会を開催しました

令和 7 年 11 月、日本スポーツ振興パークみらいで「第 19 回つくばみらい市長杯軟式少年野球大会」を開催（全 21 チームが出場）し、市内の豊ナインズが見事優勝を果たしました。キャプテンの菊地太陽さんは「つくばみらい市内のチームとしての誇りを持ちながら全員野球で戦い、優勝を成し遂げることができました。豊ナインズを応援してくださった方々、本当にありがとうございました。また来年も連覇しますので、引き続き応援をよろしく願いいたします」と話してくれました。また大会では、本市と友好都市協定を締結している埼玉県伊奈町と千葉県香取市から「小針ヤンキーズ」、「山田マリーンズ」がそれぞれ出場し、スポーツを通して交流と友好の輪を広げました。

全出場チーム

豊ナインズ（つくばみらい市）	龍ヶ崎ハリケーンズ（龍ヶ崎市）
小絹ゴールドエンズ（つくばみらい市）	龍の子少年野球倶楽部（龍ヶ崎市）
やわらメッツ（つくばみらい市）	竹園ヴィクトリーズ（つくば市）
守谷ドルフィンズ（守谷市）	吾妻少年野球クラブ（つくば市）
みずき野シティボーイズ（守谷市）	牛久中根サンダース（牛久市）
新守谷ヤングスターズ（守谷市）	新利根エンゼルス（稲敷市）
藤代バッファローズ（取手市）	水戸レイズ（水戸市）
取手セントラルネクス（取手市）	那珂ファイターズ（那珂市）
取手ダイヤモンドキッズ（取手市）	小針ヤンキーズ（埼玉県伊奈町）
坂東ベースボールクラブ（坂東市）	山田マリーンズ（千葉県香取市）
宗道ニューモンキーズ（下妻市）	



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。

Vol.37

みらい型農業で新しい農業のかたち

寄附区分：地域の魅力をいかしたまちづくり事業

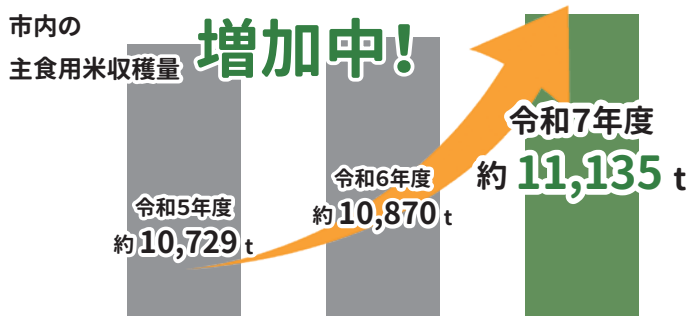
問 みらい型農業事業に関すること：谷和原庁舎産業経済課（内線 3104）

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）

市内産米の消費拡大のため「お米を食べよう条例」を制定したほか、米買い取り事業や金芽米の加工などに取り組んでいます。

本市のお米を世界中へ PR する絶好の機会となった「第 27 回 米・食味分析鑑定コンクール：国際大会 in つくばみらい」は、国内外の米農家や来場者の皆さんで大いに盛り上がりしました。

また、就農しやすい環境整備を推進するため「農機シェアリングサービス」を全国に先立ち実践しています。



ふるさと納税を活用して

市内産米の需要増加など、
農業を盛り上げる取り組み

5,608 万 5 千円

市の負担は

0 円



市制施行 20 周年に向けて

問 伊奈庁舎秘書広報課（内線 1104）

Vol.5

令和 8 年 3 月 27 日金に市制施行 20 周年を迎えるつくばみらい市。今年 1 年間を「市制施行記念イヤー」とし、20 周年をお祝いするさまざまな取り組みを展開していきます！

市制施行 20 周年記念

ロゴマークと キャッチフレーズが決定！

20 周年を市内外に広く PR し盛り上げるために募集していた「市制施行 20 周年記念のロゴマークとキャッチフレーズ」が決定し、令和 7 年 12 月 17 日に発表記者会見を行いました！ 3 月 28 日(土)の 20 周年記念式典では、表彰式を開催します！

■ロゴマーク

【最優秀賞】（採用作品）



すずきゆうと
鈴木悠斗さん（富士見ヶ丘小）

【優秀賞】



いいじまひな
飯島陽菜さん
（小絹中）



ロゴマーク最優秀賞
鈴木さん



キャッチフレーズ最優秀賞
横塚さん

■キャッチフレーズ

【最優秀賞】（採用作品）

未来へつなぐ、自然と笑顔が育つまち。

よこつかれな
横塚麗奈さん

【優秀賞】


つくばみらいで、つくるみらい。

せきね
関根つばささん

未来咲く 笑顔つなぐよつくばみらい

みなみあいり
南愛梨さん

子育てに関する 窓口予約や申請が スマホやPCから可能に！

 おやこ・まるまるサポートセンター
☎ 0297 - 44 - 8822

※完成イメージ

$$\left(\frac{1}{2} \right)$$

給食の物価高騰分は市がサポート！

～これからも美味しい給食を提供します～

☎ 学校給食センター ☎0297 - 52 - 2338

食材の価格が急激に上昇する中、本市では、「子どもたちの健やかな成長を支える学校給食の提供」を優先事項と捉え、学校給食の品質や量を変えずに提供できるよう努めています。

物価高騰への対応として、これまで約 3,700 万円の公費負担を行ってきましたが、さらなる物価高騰を受け、**追加で約 4,800 万円の公費負担を行います。**

これにより、小学生の場合 1 人 1 カ月あたり現在約 4,920 円かかっている給食費については、保護者の皆さまには 3,700 円をご負担いただき、不足分の約 1,220 円を市が負担することで、**保護者の皆さまへの負担を増やすことなく、これまで通りの給食を提供していきます。**

これからも、栄養バランスのとれた安全・安心な学校給食を提供し、未来を担う子どもたちの健康を支えていきます。

【小学生の場合】



物価高騰による
**不足分は
市が負担**
することで、

保護者の皆さまの
**負担分は
変わらず！**



3 広報紙を読む頻度を教えてください。

毎月読む 2～3カ月に1回 半年に1回
年に1回 ほとんど読まない

4 広報紙の満足度を教えてください。

満足 やや満足 やや不満 不満

5 広報紙について改善してほしい部分を教えてください。

6 よかった記事を教えてください。

7 広報紙への意見・感想・掲載してほしい情報などがあれば教えてください。

※紙面上の広報つくばみらいアンケートは、1、5、9月号に掲載します。



1 月の
図書館
だより



11 月の貸出者数：7,027 人
11 月の貸出点数：23,265 点

詳しくはホームページを
ご覧ください。

☎ みらい図書館 supported by 成島建設

☎ 0297 - 58 - 3710

■開館時間：午前 9 時～午後 7 時

■図書館休館日 (全館共通)：1 月 5 日(月)～ 22 日(木)、26 日(月)
※ 1 月 5 日(月)～ 22 日(木)は、蔵書点検およびシステム更新のため、全館休館します。システム更新に伴い、1 月 23 日(金) 午前 9 時まで、図書館ホームページの閲覧 (資料検索、予約など) はできません。ご迷惑をおかけしますがご理解・ご協力をよろしくお願いいたします。
※休館中の資料返却は、返却ポストおよび図書館にご返却ください。

■おはなし会：みらい図書館 supported by 成島建設 (本館)

▶日時：1 月 24 日(土) 午後 2 時～

▶対象：3 歳程度から

こんにちは！ 地域包括 支援センターです！

今年の目標は「介護予防で“健康寿命”を延ばすこと！」

介護予防とは、できるだけ長く自分らしい生活を送るために、心と身体の健康を保つことです。特別なことをする必要はありません。毎日少しずつ体を動かす、バランスのよい食事をとる、誰かと会話する、趣味を楽しむなど、小さな積み重ねが大切です。

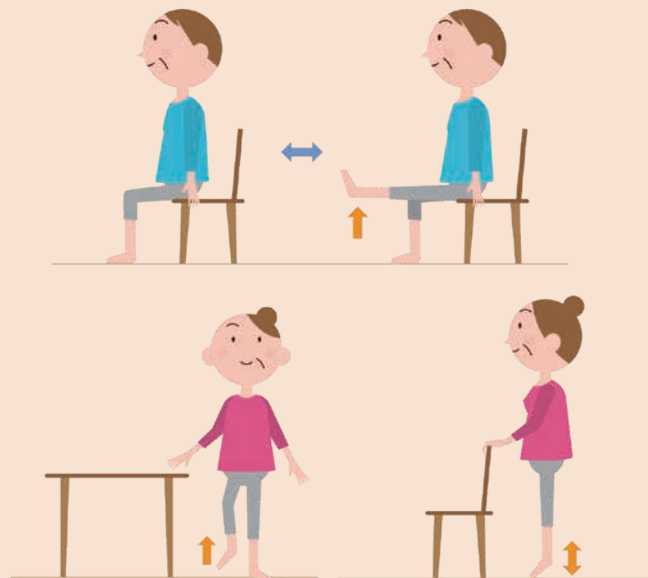
寒さで外出の機会が減る冬は、運動不足になりやすい季節です。筋肉量が減ると転倒しやすくなり、介護が必要になる原因にもつながります。

寒い冬を元気に過ごすためにも、無理のない範囲で「動く・話す・笑う」を心がけましょう。家の中でもできる簡単な運動を毎日続けてみましょう。例えば、椅子に座ったままの「かかと上げ」「太もも上げ」運動、テレビを見ながらの「つま先立ち」などがおすすめです。

問 市地域包括支援センター（伊奈庁舎1階）

☎0297 - 57 - 0203

一年の始まりに、自分の健康と向き合うきっかけを作ってみませんか？



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）

第18回つくばみらい市民卓球大会

- ▶主催：つくばみらい市スポーツ協会 卓球部
- ▶開催日：令和7年10月26日
- ▶場所：日本スポーツ振興パークみらい 体育館
- ▶参加者：170人
- ▶大会結果

（男子シングルス）

優勝 須田昌彦
準優勝 染谷亮太
第3位 清水幸太郎
第3位 松山航大

（男子ダブルス）

優勝 柴田貴弘・舩田良弦ペア
準優勝 柴田貴弘・橋本淳平ペア

（女子シングルス）

優勝 今野真梨
準優勝 鈴木和佳
第3位 草間友里
第3位 横張美侑

（女子ダブルス）

優勝 鈴木和佳・草間友里ペア
準優勝 八重樫奈々・横張美侑ペア



教えて！ まみりん

問 市消費生活センター（谷和原庁舎1階）

☎0297 - 25 - 3288

【今月のテーマ】不正ログイン被害

そのID、パスワード大丈夫？

インターネットサービスの多くは、ID およびパスワードによる本人認証方式が使われていますが、第三者に知られると不正にログインされ、金銭被害や個人情報漏えいにつながる恐れがあります。

「SNS で身に覚えのない投稿をされた」「ショッピングサイトで不明な購入履歴が見つかった」などの相談は、ID・パスワード悪用による不正ログイン被害と考えられます。

こうした被害を防ぐために、下記の対策を心掛けましょう。

- ID・パスワードの使いまわしを避ける
- 多要素認証（2段階認証）を設定する
- アプリやOSを更新（アップデート）する
- 利用しないサービスは退会する
- クレジットカード明細を定期的に確認する

市民税・県民税申告 所得税確定申告

のお知らせ 伊奈庁舎税務課（内線 2305 ～ 2307）



ご自宅などからの確定申告にご協力ください！

～約 74%の方が電子申告を利用しています～ e - Tax・作成コーナーヘルプデスク ☎ 0570 - 01 - 5901

申告会場に行かなくてもスマートフォン・パソコンを使って、ご自身でも簡単に正確に確定申告（e - Tax）ができます。市役所で行う申告相談の予約枠には限りがありますので、ぜひ e - Tax をご利用ください。

確定申告書は、国税庁ホームページ内「確定申告書等作成コーナー」から作成することができます。作成した申告書は、e - Tax で電子送信（提出）するか、郵送などで関東信越国税局業務センターつくば分室へ提出してください。



国税庁確定申告書等
作成コーナー



確定申告に関する相談は、
国税庁の税務相談チャット
ボットをご利用ください。

確定申告書の預かり箱を廃止します

これまで申告期間中に、伊奈庁舎・谷和原庁舎・みらい平市民センターに設置していた、ご自身で作成した確定申告書の預かり箱は、今年度（令和 7 年分確定申告）から廃止します。今後は、右記送付先まで直接郵送でご提出ください。皆さまのご理解・ご協力をよろしくお願いします。

▶送付先：〒 305 - 8530 関東信越国税局業務センター
つくば分室（申告書などを送付する際の、送付先住所の記載は不要です）
※市役所にお持ちいただいてもお預かりできませんので、
ご注意ください。

土浦税務署が実施する申告相談 土浦税務署 個人課税第一部門 ☎ 029 - 822 - 1100（代表）

土浦税務署では、所得税・個人消費税・贈与税の確定申告会場を下記のとおり開設します。

期間	受付時間	申告会場	駐車場
2月16日(月)～3月16日(月) (土・日・祝日を除く) ※3月1日(日)は開場	午前9時 ～午後4時	土浦税務署 (土浦市城北町 4 - 15)	つくば国際大学高校隣の空き地

○昨年から会場を変更しています。 ○入場整理券の配布状況によっては、受付時間内に相談受付を終了する場合があります。
○来場者用の駐車場の台数には限りがあります。※来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

入場には、入場整理券が必要です。国税庁 LINE 公式アカウント（右記 QR コード）での事前発行がスムーズです（事前発行は、来場する日の約 10 日前から受付開始）。



※確定申告会場では、スマホ申告を基本とした相談体制となっています。

※マイナンバーカードを利用して申告する場合は、カード取得時に設定した暗証番号 2 種類（①利用者証明用電子証明書（数字 4 桁） ②署名用電子証明書（英数字 6 ～ 16 文字）をあらかじめご用意ください。

マイナンバーカードに格納されている電子証明書の有効期限が過ぎていると申告書の作成はできませんので、事前に更新が必要です。

○確定申告会場設置期間以外での相談をご検討の方へ

2月13日(金)以前に所得税（譲渡所得を除く）・個人消費税・贈与税^{*}の申告相談を希望する場合は、事前に相談日時を電話などで予約する必要があります。予約のない場合、相談はできません。
※贈与税については、2月2日(月)以降に申告相談を受け付けます。

なお、3月17日(火)～31日(火)に申告相談を希望する場合も、入場整理券を取得する必要があります。

合同スマホ申告相談会

土浦税務署・関東信越税理士会（つくば市会場のみ）・つくば市との共催で、ご自身のスマートフォンを使用して行う令和7年分確定申告相談会を開催します。e-Taxの

操作方法について説明し、実際にスマートフォンからe-Taxで申告を行います。両会場で1年目の住宅借入金等特別控除の確定申告もできますので、ぜひご活用ください。

■つくば市会場 ※入場整理券必須

- ▶日時：2月2日(月)～3日(火) 午後3時30分～8時
- ▶整理券配布時間：午後3時～7時
- ▶場所：イーアスつくば 2階 イーアスホール
(つくば市研究学園5丁目19)

■つくばみらい市会場 ※入場整理券必須

- ▶日時：2月5日(木) 午後3時～7時
 - ▶整理券配布時間：午後2時30分～6時
 - ▶場所：みらい平市民センター 4階 会議室(陽光台3丁目9-1)
- ※駐車場が満車の場合は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

▶対象者（両会場共通）：下記のすべてを満たす方

○スマートフォンをご自身で操作できる方

○収入の種類が給与のみの還付申告の方

※1年目の住宅借入金等特別控除（住宅ローン控除）の申告受付人数には制限があります。

○マイナンバーカードとスマートフォン（マイナポータルアプリをインストール済みのもの）をお持ちの方

▶持ち物（両会場共通）

○【必須】申告をする方のマイナンバーカード ※マイナンバーカードの暗証番号2種類（①利用者証明用電子証明書（数字4桁） ②署名用電子証明書（英数字6～16文字））が必要です。

○【必須】スマートフォン（マイナンバーカード読み取り対応機種で、マイナポータルアプリをインストール済みのもの）

○給与所得の源泉徴収票（令和7年中に支払いがあったも

のすべて）

○各種申告に必要な書類（所得控除証明書、医療費控除明細書、寄附金受領証明書 など）

○住宅ローン控除の必要書類一式（事前に税理士会ホームページで詳細を確認し、必ず書類をご用意ください）

○申告者本人名義の受取口座が分かるもの



マイナポータルアプリのインストールはこちら



市役所が実施する申告相談 ※予約必須

▶申告期間：2月12日(木)～3月16日(月)（土・日・祝日を除く）

※2月22日(日)、3月1日(日)は実施

▶申告会場：伊奈庁舎 2階 会議室

▶受付時間：午前8時40分～11時20分、午後1時～3時40分

※市役所で受け付けできない申告の場合は、土浦税務署の申告会場での申告となります。

○申告会場について

効率のよい申告相談実施のため、確定申告（市民税・県民税申告）の相談受付を、昨年度に引き続き、**伊奈庁舎1カ所**に集約して行います。皆さまのご理解・ご協力をお願いします。

市民税・県民税申告書は自宅で作成！ 図 eLTAX・ヘルプデスク ☎0570-081459

今年度から「マイナンバーカード」を利用して、eLTAX 個人住民税電子申告システムから個人住民税の電子申告ができるようになりました。eLTAX 個人住民税電子申告システムで申告した場合、画面の指示に従って必要事項を入力するだけで、申告会場に行くことなく簡単に作成できます。また、電子送信のため印刷して郵送する手間が省けます。

○従来の市民税・県民税申告書でも申告できます

市ホームページから作成できるほか、令和8年度市民税・県民税の仮計算もできます。

※ eLTAX 個人住民税電子申告システムとは異なり、電子送信には対応していません。

作成した申告書を印刷し、関係書類を添付して税務課に郵送もしくはご持参ください。



eLTAX 個人住民税
電子申告システム



市民税・県民税申告
作成支援システム
(1月下旬から稼働)

▶提出先

〒300-2395

つくばみらい市福田 195 番地

つくばみらい市役所伊奈庁舎税務課

申告案内はがきの送付について

■申告案内はがきが届いた方(申告日時が指定されています)
昨年月役所で申告した方で、事業所得(営業、農業)や不動産所得のある方、年金収入のみの方には、申告日時を指定して、1月中旬に申告案内はがきを送付します。指定された日時で都合が悪い方や申告が必要ない方、スマート

フォンなどを使って自分で申告する方は、予約の変更や取り消しをお願いします。

■上記以外で申告が必要な方

申告の予約をお願いします。

予約・変更・取消方法 申告案内はがきが届いた方は、はがきに記載された予約番号・パスワードが必要です。

■PC・スマートフォンからの受付(24時間可)

申告予約受付サイトまたは市ホームページから、予約・変更・取り消しを行うことができます。

▶受付期間: 1月23日(金)～3月15日(日) 午後5時
(申告希望日の前日の午後5時まで)

例: 申告希望日が2月13日(金)の場合、2月12日(木)午後5時まで受け付け可能



申告予約
受付サイト

■電話での受付

オペレーターが、予約・変更・取り消しを行います。

【予約専用ダイヤル】

☎ 0297 - 57 - 1133

※番号が変わりましたので、おかけ間違いにご注意ください。

▶受付期間

1月23日(金)～3月13日(金) (土・日・祝日を除く午前9時～午後3時/申告希望日の前日の午後3時まで)

※受付開始日から数日間は、電話が非常に混み合います。

つながらない場合には、お手数ですが再度おかけ直してください。

◎予約後は、必ず予約日時をご記入ください。

(予約時間の5分前には会場にお越しください)

日時: 月 日 () 時 分から

申告の注意点など

予約制について

申告1件(1人分)につき、予約1枠20分となっています。2件(2人分)以上の申告がある場合には、連続する時間の枠を予約してください。

予約時間を過ぎてても来庁されない場合は、キャンセル扱いとさせていただきます場合があります。

公的年金などを受給している方へ

公的年金などの収入金額の合計が400万円以下で、公的年金などに係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の方は、確定申告をする義務はありません(市民税・県民税の申告は必要です)。

※年金から天引きになっていない社会保険料、生命保険料や扶養などの控除を追加する場合や所得税の還付を受ける場合には、確定申告が必要となります。

市役所で受付できない申告

下記の申告は市役所での申告受付ができません。

パソコンやスマートフォンからe-Taxを利用して申告するか、土浦税務署の申告会場で申告してください。

○令和8年1月1日現在、本市に住民登録がない方の申告

○土地・建物・株式などを売却した申告

○分離課税の配当所得や先物取引に係る申告

○退職所得の申告

○雑損控除や繰越控除の適用を受ける申告

○青色申告

○令和6年分以前の申告

(確定申告、修正申告、更正の請求)

○暗号資産(仮想通貨)取引に関する申告

○ストックオプションに関連する申告

○外国税額控除の適用を受ける申告

○変動所得・臨時所得の平均課税を選択する申告

○日本国外に居住する親族に係る扶養控除、配偶者控除、配偶者特別控除、障害者控除などの申告

○住宅耐震改修特別控除

○住宅特定改修特別税額控除

(バリアフリー改修または省エネ改修)

○消費税・贈与税・相続税の申告

○住宅借入金等特別控除(1年目)の申告

収入がなかった方へ

令和7年中に収入がなかった方のうち、ご家族に扶養されていて、その方の税制上の被扶養者として、所得税や市民税・県民税の申告、あるいは年末調整の際に届けられていれば、法律上の申告義務はありません。ただし、申告に基づく所得情報が必要となる右記の行政サービスもありますので、これらのサービスを受ける方（または見込まれる方）は申告してください。**お電話でも申告を受け付けます。**

- 非課税証明書（所得証明書）の交付
- 国民健康保険税、後期高齢者医療保険料や介護保険料の算定
- 各種手当や給付金の支給 など
- ▶受付期間：1月23日(金)～3月16日(月)
午前9時～午後5時（土・日・祝日を除く）

申告に必要なもの

▶申告するすべての方

- ☐ 本人確認書類
マイナンバーカード
または通知カードと身分証明書（運転免許証など）



▶収入を証明するもの

令和7年1月1日から12月31日までの収入が対象です。

給与	<input type="checkbox"/> 給与所得の源泉徴収票	※複数ある場合は、 すべて必要 です。
年金	<input type="checkbox"/> 公的年金等の源泉徴収票 ※企業年金や厚生年金基金は「公的年金等」に含まれます。「雑その他」の収入で申告をしないでください。 ※遺族年金・障がい年金などは非課税所得のため、源泉徴収票は発行されません。	
営業・農業 不動産	<input type="checkbox"/> 収支内訳書 ※ 必ず事前に 作成してください。 ※その年において収入すべきことが確定した金額が対象です（売掛金・未収金を含む）。	
一時	<input type="checkbox"/> 収入額と必要経費の記載された証明書（「支払保険金額等のお知らせ」など）	
配当	<input type="checkbox"/> 支払通知書、期末配当金領収書、特定口座年間取引報告書 など ※分離課税を選択する方は、市役所会場での確定申告はできません。	

▶その他

<input type="checkbox"/> 税務署からのお知らせはがき	※届いていない場合は不要です。
<input type="checkbox"/> 市役所からの申告案内はがき	

※一覧にない収入や控除を申告する場合は、事前に税務課へお問い合わせください。

※ふるさと納税でワンストップ特例申請をしても、確定（市民税・県民税）申告すると特例が無効となるので、申告の際には必ず寄附金の領収書などを持参してください。
※医療費控除の明細書は、国税庁ホームページからダウンロードするか（https://www.nta.go.jp/taxes/tetsuzuki/shinsei/annai/shinkoku/annai/1557_2.htm#a31）、1月

▶所得税が還付になる方

- ☐ 申告者本人名義の受取口座が分かるもの



▶控除を証明するもの

令和7年1月1日から12月31日までに支払った分が対象です。

医療費	<input type="checkbox"/> 医療費控除の明細書 ※領収書の添付または提示は必要ありません（領収書は自宅で5年間保存してください）。
	<input type="checkbox"/> 一定の取組を行ったことを明らかにする書類（セルフメディケーション税制の適用を受ける場合）
	<input type="checkbox"/> おむつ使用証明書（おむつ代の控除を受ける場合） ※生命保険、高額医療費、出産育児一時金などから補填される金額は支払額から差し引いてください。 ※介護老人施設などでの施設サービス費用は、 領収書に医療費控除対象額が明記されていることを確認 してください。 ※「おむつ使用証明書」の代わりに介護福祉課で「おむつ代に係る医療費控除証明書」が発行できる場合があります。
社会保険料	<input type="checkbox"/> 控除証明書または納付済証明書、領収書（国民健康保険税、国民年金保険料、介護保険料、後期高齢者医療保険料、任意継続保険料 など） ※国民年金保険料は控除証明書（領収書）の提示または添付が必要です。該当の方は必ずご用意ください。
小規模企業 共済等掛金	<input type="checkbox"/> 支払った掛金額の証明書
生命・地震 保険料	<input type="checkbox"/> 控除証明書
寄附金	<input type="checkbox"/> 受領証または領収書 （寄附者、寄附先、寄附額が記載されたもの）
障がい者	<input type="checkbox"/> 障害者手帳、療育手帳、要介護認定に伴う障害者控除対象者認定書 など
勤労学生	<input type="checkbox"/> 学生証

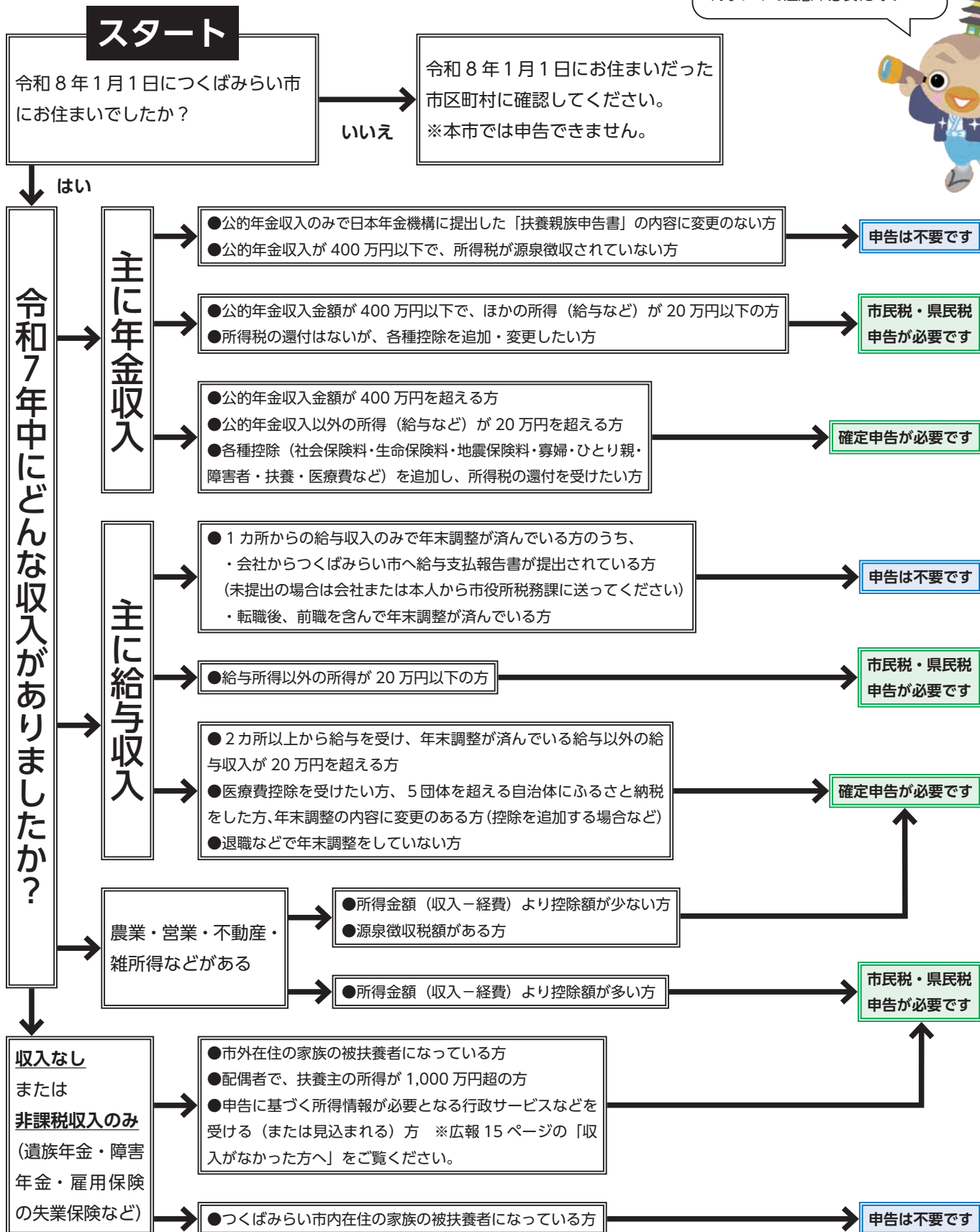
中旬以降に伊奈庁舎・谷和原庁舎・みらい平市民センターまでお越しください。

※収支内訳書は、市ホームページからダウンロードするか（<https://www.city.tsukubamirai.lg.jp/jyumin/todokede-shoumei-zeikin/zeikin/kakuteishinkoku/page001832.html>）、1月中旬以降に伊奈庁舎・谷和原庁舎・みらい平市民センターまでお越しください。

申告フローチャート

フローチャートの結果を参考に、申告が必要な方は期限までに申告してください。このフローチャートは一般的な例です。ご不明な点は税務課市民税係までお問い合わせください。

給与や年金の源泉徴収票をチェックしてみよう！
源泉徴収票に載っていない控除は、申告をしないと税額に反映されないので注意が必要だぞう！



償却資産（固定資産税）の申告をお願いします 伊奈庁舎税務課（内線 2301,2302）

固定資産税は、土地や家屋のほか償却資産にも課税されます。償却資産とは、会社または個人で工場やお店などの事業をされている方の、事業の用に供することができる構築物、機械、器具、備品などのことです。償却資産を所有している方は、毎年 1 月 1 日現在の所有状況について、耐用年数の経過している償却資産を含め、償却資産の増減の有無にかかわらず、その年の 1 月 31 日までに申告することが法律で義務付けられています。

▶ 申告が必要な方

○ 令和 8 年 1 月 1 日現在、市内で事業（駐車場やアパートなどの貸し付けを含む）を営んでいる個人または法人
○ 令和 8 年 1 月 1 日現在、市内で事業を営んでいないが、事業用の償却資産を貸し付けている個人または法人

▶ 償却資産の対象となるもの（主な業種別の例）

共通	パソコン、コピー機、看板、広告塔、舗装路面、駐車設備、太陽光発電設備 など
建設業	ブルドーザー、パワーショベル、フォークリフト、大型特殊自動車 など
料理飲食業	テーブル、椅子、厨房設備、冷凍冷蔵庫、カラオケセット など
小売業	陳列棚、陳列ケース（冷凍・冷蔵機付きを含む）、日よけ など
医（歯科）業・獣医業	レントゲン装置、手術機器、歯科診療ユニット、ベッド、調剤機器 など
不動産貸付業	門扉、塀、緑化設備などの外構工事、受変電設備 など
理容業・美容業	理容・美容椅子、洗面設備、消毒殺菌設備、サインポール など
農業	ビニールハウス・農耕用車両（小型特殊自動車を除く）など

▶ 申告期限：2 月 2 日(月)

▶ 提出先：伊奈庁舎税務課

▶ 申告方法：電子申告（eLTAX）または申告書などの提出（郵送可）による申告

▶ 提出物（償却資産申告書による申告の場合）

○ 申告書 ○ 種類別明細書（全資産、プレ申告用）

○ 種類別明細書（増減資産用）

※ 昨年度申告した方には、昨年 12 月中旬に案内書などを送付しました。なお、申告書などは市ホームページからダウンロードできます。

※ 申告した償却資産の課税標準額の合計が 150 万円未満のときは、課税されません。

※ 小型特殊自動車に該当する農耕作業用トレーラーは、償却資産ではなく、軽自動車税（種別割）としての課税となりましたので、別途ナンバー登録の手続きが必要です。

確定申告に使用できる証明書を発行します

申請・証明書について：伊奈庁舎介護福祉課（内線 4304）、税控除・税申告について：伊奈庁舎税務課（内線 2306,2307）

▶ 手続きの流れ

○ 申請：介護福祉課窓口または郵送にて各種申請書を提出してください。※ 各種申請書が必要な方は、介護福祉課までお電話ください。また、市ホームページからダウンロードできます。

○ 交付：申請内容をもとに、必要な事項を確認し、後日結果を郵送します。なお「介護保険料納付済証明書」は、窓口で申請すれば即時交付できます。

※ 所得の状況、要介護認定の状況などにより、すべての方が対象となるわけではありません。

※ 発行手数料は無料です。

※ 申告に使用する方は、2 月末までに申請してください。

※ 令和 7 年中に転入した方、特別養護老人ホームなどの施設（住所地特例施設）に入所している方、または令和 6 年度以前の控除を希望する方はお手続きが異なる場合がありますので、お問い合わせください。

証明書名	対象の税控除	対象者	注意事項	確認する内容	持参品	交付
障害者控除 対象者認定書 ※ 身体障害者手帳などをお持ちの方は不要	障害者控除 特別障害者控除	精神の状況 下記のいずれかに該当する方（要介護認定） ○ 常時介護を要する重度の障がいの状態 ○ 外出時のみ介護を要する障がいの状態 身体の状況 下記のいずれかに該当する方（要介護認定） ○ 6 カ月以上臥床し、日常生活に支障のある寝たきりの状態 ○ 寝たきりの毎日で、寝込みがちの状態 ○ 歩行・起居動作が不自由で、外出困難な状態 ○ 外出可能であるが、介護を要する状態	左記要件に該当するか不明な方は、介護福祉課までお問い合わせください。 ※ 申告期間中に使用する方は、前もって申請してください。	障がいの程度について（介護認定記録など） 介護認定に係る主治医意見書の記載内容 ※ 記載内容によっては、発行できない場合があります。	無し	郵送：数日
おむつ代に係る医療費控除 確認書	医療費控除	おむつを使用している介護認定をお持ちの方で寝たきり状態かつ尿失禁があるまたは今後発生する可能性が高い方。				
介護保険料 納付済証明書	社会保険料控除	65 歳以上の方で介護保険料を普通徴収（納付書または口座振替）で納めている方 ※ 特別徴収（年金天引）の方は年金機構からの源泉徴収票を申告時に提出してください。		対象年の 1 月から 12 月までの介護保険料の納付記録	窓口申請時：身分証明書（保険証など）	窓口申請：即日 郵送：数日

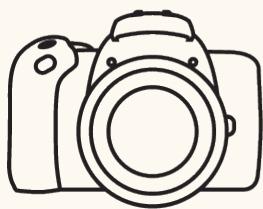


Photo news

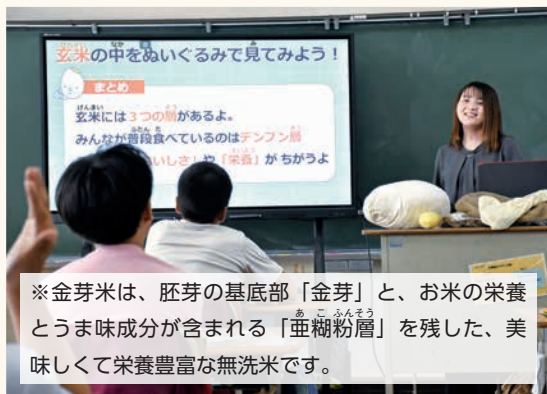
つくばみらい市の話

話題を提供してください！ スポーツや文化・芸術、地域のために頑張っている人などの情報をお寄せください。

〒305-0855 茨城県つくばみらい市伊奈町1-1-105

☎0297-58-2111

※学校名および学年は、取材時や受賞時のものです。



※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「垂糊粉層」を残した、美味しくて栄養豊富な無洗米です。

授業で学ぼう！お米のあれこれ

福岡小学校でお米の出前授業が開催

令和7年9月17日、本市との包括連携協定に基づき、市内産米を金芽米※に加工している東洋ライス(株)によるお米の出前授業が福岡小学校で開催されました。当日は、給食で普段食べている金芽米の特徴をはじめ、稲から玄米を経て白米になるまでの過程などが説明されました。ほかにも、玄米のぬいぐるみを使ったお米の構造の解説や無洗米に関するクイズなど、お米について幅広く学べる授業となりました。

入賞に向けてリベンジへ！

伊奈中2年生が全国水泳大会に出場

「第65回全国中学校水泳競技大会」が令和7年8月17～19日に鹿児島県で開催され、伊奈中学校2年生の岡田悠吾さん（イトマン守谷所属）が「男子4×100mメドレーリレー」に出場しました。結果は惜しくも予選敗退となりましたが、岡田さんは「ベストな泳ぎができず悔しかったです、来年の中学最後の全中に個人種目でも出場し、入賞できるよう頑張ります」と今後の意気込みを話してくれました。



運転台の小さな乗務員さん

つくばエクスプレスまつり2025が開催

令和7年11月3日、開業20周年を迎えたつくばエクスプレスの総合基地（筒戸）で「つくばエクスプレスまつり2025」が開催されました。当日は、運行中の特別車両「ユニール号」や20周年記念トレインの展示などが行われ、親子連れや鉄道ファンなど約1万人でにぎわいました。運転台の見学ブースでは、子どもたちが制服を身につけ、車内アナウンスやボタン操作を体験。笑顔で楽しむ様子が印象的でした。

こだわりの書道、栄光に輝く

伊奈中3年生が県書道コンクールで農林水産大臣賞

「第61回JA共済県小・中学生書道コンクール」の審査会が令和7年10月17・18日に水戸市で行われ、伊奈中学校3年生の君島李奈さんが条幅部門で最高位となる農林水産大臣賞を受賞しました。このコンクールは条幅と半紙の2部門あり、学校選考を通過した5,951点が出品されました。君島さんは「今までの練習を生かし、こだわりの詰まった作品にできました。受賞できて、本当に嬉しいです」と話してくれました。





年に一度の感謝祭！ 商工感謝祭 2025 が開催

令和7年11月9日、つくばみらい市商工会主催の「商工感謝祭 2025」が開催されました。ステージ発表やグルメ・物産品販売、産業経済課によるお米のPRブースやガラガラ抽選会などが盛りだくさん。あいにくの雨模様でしたが、多くの人でにぎわいました。また市商工会女性部の模擬店では、本市の偉人「間宮林蔵」とゆかりの深い北海道稚内市の特産品販売を行い、2年連続で特産品を買いに来た方もいるなど大好評でした。

社会を支える税への思い

「税についての作文」で谷和原中の生徒2人が入賞

全国6,339校から426,594編の作文が寄せられた、令和7年度中学生の「税についての作文」。このコンテストで、谷和原中学校3年生のさいとう斎藤心音さんが「土浦税務署管内 納税貯蓄組合連合会会長賞」を、ほか1名が「公益社団法人 土浦法人会会長賞」を受賞しました。さいとう斎藤さんは「税金のありがたみを知ることができたので、感謝して生活していきたいです」と話してくれました。



※本市では毎月1回、人権擁護委員による「特設人権相談」を開設しています。詳しくは広報34ページをご覧ください。

紙芝居で考える「友だちって？」

谷和原幼稚園で人権教室を開催

令和7年11月21日、谷和原幼稚園の園児と保護者を対象に、人権擁護委員による人権教室を開催しました。紙芝居を使って「遊びに入りたいくてもなかなか言い出せない友だちを見たらどうする？」と問いかけると、子どもたちからはさまざまな意見が出て、「友だちとは何か」を考える、心に残る教室となりました。教室の後には、保護者の皆さんにも「人権とは何か」などについてのお話をしました。

最 高峰の舞台で躍動！

豊ナインズ、野球全国大会に出場

11月上旬、「第2回年中夢球杯 2025 全国学童軟式野球大会・全国大会」が埼玉県で開催され、市内の豊ナインズが見事ベスト8進出を果たしました。また12月上旬には、東京都で開催された「第6回くら寿司・トーナメント 2025 第19回学童軟式野球全国大会 ポップアスリートカップ星野仙一旗争奪」にも出場。惜しくも上位進出は逃しましたが、全国の強豪チーム相手に堂々のパフォーマンスを披露した選手たちの表情は、とても晴れやかでした。



第2回年中夢球杯
2025 全国学童軟式野球大会・全国大会

第6回くら寿司・トーナメント 2025 第19回学童軟式野球全国大会 ポップアスリートカップ星野仙一旗争奪



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	11 月分
建物	0 件 (14 件)
車両	0 件 (0 件)
その他	0 件 (16 件)
計	0 件 (30 件)

救急	11 月分
交通事故	12 件 (137 件)
急病	136 件 (1,546 件)
その他	54 件 (587 件)
計	202 件 (2,270 件)

※ () は令和7年の累計

お知らせ

冬季の耕起や除草で カメムシの越冬を防ぎましょう

農業害虫として、お米の品質や収穫量に甚大な影響を与えるカメムシは、冬の間、再生稲（ひこばえ）や畦畔、水田周辺などに生えるイネ科雑草を餌場として越冬します。近年増加しているカメムシ被害を防ぐためには、再生稲の耕起や雑草を除草することが効果的です。

冬場の対策でカメムシの「冬場のエサとすみか」を無くしましょう。

☎ 谷和原庁舎産業経済課（内線 3103）

中通川の改修事業の早期完了に向けて要望活動を行いました

令和7年10月28日、中通川改修促進期成同盟会会長の小田川市長、副会長福岡堰土地改良区谷口眞一理事長および顧問横田透 県議会議員と「中通川の改修事業の早期完了」を和賀正光茨城県土木部長に要望しました。

今後も中通川流域住民の安全・安心な生活のため、未整備区間の早期完成を要望していきます。



左から横田議員、和賀土木部長、小田川市長、谷口理事長

☎ 谷和原庁舎建設課（内線 5207）

図書館用の DVD を 頂きました

（株）アンフィニから、「子どもたちのための図書館資料を充実してほしい」と、視聴覚資料 DVD41 点（総額 50 万円相当）を頂きました。

頂いた DVD は、みらい図書館 supported by 成島建設に所蔵していますので、ぜひご覧ください。



（株）アンフィニ 大野 誠 専務、小田川市長、町田教育長

☎ みらい図書館 supported by 成島建設
☎ 0297 - 58 - 3710

寄附金と血圧計を 頂きました

令和7年11月21日、つくばみらいライオンズクラブから、現金 10 万円と血圧計 4 台を頂きました。

頂いた寄附金は、「こども食堂に役立ててほしい」という思いから「こども食堂支援事業」に活用させていただきます。血圧計は、コミュニティセンター3カ所（みらい平・板橋・谷井田）と保健福祉センターに設置させていただきます。



左からつくばみらいライオンズクラブ 上床 篤 幹事、木村 稔 会長、飯田昌吾前会長、中山栄一理事

☎ 伊奈庁舎財政課（内線 2204）

市下水道促進週間コンクール の記念品を頂きました

CDC アクアサービス（株）から、つくばみらい市下水道促進週間コンクール※の記念品として「筆付き固形水彩絵の具 12 色」1,000 個を頂きました。

頂いた記念品は、コンクールに応募した小中学生に各小中学校を通じて配布しました。

※つくばみらい市下水道促進週間コンクールでは、下水道の促進と理解を深めることを目的に、市内の小中学生から書道、絵画および新聞を募集しました。

☎ 谷和原庁舎上下水道課（内線 5310）





匿名で寄附金を 頂きました

令和7年10月31日、匿名で50万円の寄附金を頂きました。「この手紙の中の物、すべてつくばみらい市に寄附します」という文面とともに、現金50万円が入った封筒を郵送で頂きました。本来であれば、直接お礼を申しあげるべきところですが、この場にて受領のご報告と心よりの感謝をお伝えいたします。頂いた寄附金は、市政発展のために有効に活用させていただきます。

☎ 伊奈庁舎財政課（内線 2204）

茨城県表彰・ 知事奨励賞を受賞しました

茨城県庁で令和7年11月12日、市内在住の西梶菜々美さんが「茨城県表彰・知事奨励賞」を受賞しました。

西梶さんはバレリーナとして、バレエの世界大会「Prix des Hivernales」クラシックバレエ部門およびコンテンポラリー部門において優勝を果たしました。その結果により県民に大きな喜びと感動を与え、本県の名声を高めたとして受賞しました。



左から小田川市長、西梶 勝さん（父）・芳恵さん（母）、大井川和彦茨城県知事

☎ 伊奈庁舎秘書広報課（内線 1101）

地縁による団体功労者として 総務大臣表彰を受賞しました

百合ヶ丘自治会（上板橋行政区内）の会長であり、行政協力員も務める江口洋男さんが「地縁による団体功労者総務大臣表彰」を受賞しました。

この総務大臣表彰は、自治会や町内会などの地縁による団体の代表者として長年在籍し、良好な地域社会の維持・形成に顕著な功績があった人に贈られるもので、江口さんの長年にわたる自治会長・行政協力員としての功績が認められました。今年度は江口さんをはじめ、全国で174人が受賞しました。



☎ 伊奈庁舎地域推進課（内線 1301）

カスタマーハラスメント対策に ご理解・ご協力をお願いします

よりよい市民サービスを適正に提供するため、「つくばみらい市職員カスタマーハラスメント対策基本方針」を策定しました。来庁者などによるカスタマーハラスメントが確認された場合には、状況に応じて適切に対応します。引き続き、皆さまからのご意見・ご要望には丁寧かつ真摯に対応しますので、ご理解・ご協力をお願いします。

☎ 伊奈庁舎総務課（内線 2104）



20 歳になったら 国民年金！

公的年金の制度とは、老後の暮らしをはじめ、病気やけがで障がいが残ったときや一家の働き手が亡くなったときに、皆で暮らしを支え合うという社会保険の考え方で作られた仕組みです。国民年金は20歳以上60歳未満の方は加入することが義務付けられています。20歳になった方には、日本年金機構から国民年金（第1号被保険者）に加入したことのお知らせが送付されます（厚生年金保険に加入している方を除きます）。

※20歳になってから2週間程度経過しても「国民年金加入のお知らせ」が届かない場合は、下記問い合わせ先までご連絡ください。

■将来の大きな支えになります！

国民年金は、国が運営するため安定しており、年金の給付は生涯にわたって保障されます。

■老後のためだけのものではありません
年を取ったときの老齢年金のほか、障害年金や遺族年金もあります。障害年金は、病気や事故で障がいが残ったときに受け取れます。遺族年金は、加入者が死亡した場合、その加入者により生計を維持されていた遺族が受け取れます。

■学生納付特例制度

学生の方は一般的に所得が少ないため、ご本人の所得が一定額以下の場合、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

■納付猶予制度

学生でない50歳未満の方で、ご本人および配偶者の所得が一定額以下の場合に、国民年金保険料の納付が猶予される制度です。

※保険料を未納のまま放置すると、年金を受け取ることができない場合があります。また、保険料には学生納付特例、納付猶予制度のほか、免除制度があります。
☎ 土浦年金事務所 ☎ 029 - 825 - 1170

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント

地域の介護予防を担う 新たな仲間が加わりました

令和7年10月、伊奈公民館などで茨城県知事認定の「シルバーリハビリ体操指導士3級養成講習会」が開催され、市内在住の8の方が修了されました。

この講習会は、介護予防に取り組む「シルバーリハビリ体操指導士」を養成し、体操指導の基礎と実技を学ぶものです。講習修了後は、地域のさまざまな場所で体操を行い、地域の皆さんの健康づくりや介護予防を推進し、元氣と笑顔を支える活動をしていきます。

高齢化が進むなか、自らも介護予防に取り組む、また互助精神に基づいた活動を行う市シルバーリハビリ体操指導士の会のますますの活躍が期待されます。

シルバーリハビリ体操などを行う「地域体操クラブ」は、市内のさまざまな場所で行われています。詳しくは、広報33ページの介護予防カレンダーをご覧ください。



図 伊奈庁舎介護福祉課（内線 4305）

まき 薪ストーブや暖炉を使う際には ご注意ください！

薪ストーブや暖炉、ペレットストーブなどは、使い方を誤ると煙やすが大量に飛散してご近所トラブルの原因になります。使用する際は、清掃と点検を行い、適切な管理をお願いします。

現在、薪ストーブなどを使用している方やこれから設置を検討している方は、近隣の配慮にご協力をお願いします。薪ストーブの適正な使用方法や注意事項について、詳しくは市ホームページをご覧ください。



図 谷和原庁舎生活環境課（内線 3302）

不燃ごみの細分別に ご協力ください

■不燃ごみの出し方

詳しくは市ホームページをご覧ください。



▶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

不燃ごみ専用袋（青色）で出してください。
※プラマークが付いているものは資源物専用袋（緑色）で資源物として出してください。

▶毎月第3回目の不燃ごみ収集日：金属類、割れ物

全戸配布した金属類・割れ物専用袋（黄色）で出してください。

※袋を使い切ってしまった場合、令和8年3月31日（火）までは引き続き、不燃ごみ専用袋（青色）でも出すことができます。

また、金属類・割れ物専用袋（黄色）は、2月～3月ごろに店頭で購入できるようになります。

■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。ご希望の方は下記問い合わせ先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、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）、セイワ楽器きらくやまふれあいの丘すこやか福祉館

図 谷和原庁舎生活環境課（内線 3306）



コンビニ交付の手数料 100円→10円に引き下げ中！

マイナンバーカードをもっと多くの方に使ってもらえるように、コンビニエンスストアなどに設置されているマルチコピー機で取得できる証明書の交付手数料を、令和10年3月31日まで10円に引き下げています（市役所窓口での交付手数料は引き続き200円です）。ぜひこの機会に、便利なコンビニ交付サービスをご利用ください！

利用できる店舗や利用条件など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



▶コンビニ交付サービスのメリット

○市役所窓口へ行かなくても、全国のコンビニなどで取得できます！

○申請書の記入が不要です！

○夜間や休日でも利用できます！

○簡単操作ですぐに取得できます！

▶取得できる証明書：住民票の写し、印鑑登録証明書、課税証明書、非課税証明書、所得証明書

▶利用可能時間：午前6時30分～午後11時

※店舗の営業時間に準じるほか、システムメンテナンスなどで利用できない場合があります。

※取得した証明書の返金や交換はできません。

※通知カードではコンビニ交付サービスを利用できません。

図 ○コンビニ交付サービスおよび住民票の写し、印鑑登録証明書について：伊奈庁舎市民窓口課（内線 3409）

○各種税証明書について：伊奈庁舎税務課（内線 2307）

無理なく上手に 冬の省エネルギー

寒い冬は、エネルギーの使用が増える季節です。不要な照明はこまめに消灯し、冷蔵庫の温度設定を中や弱に設定するなど、省エネに取り組みましょう！

図（一財）関東電気保安協会茨城事業本部 ☎ 029 - 226 - 3225

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：2月6日(金) 午前11時

※予備日：2月20日(金)

▶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）

「介護マーク」を ご活用ください

認知症の方や障がいのある方の介護は、周囲の方から見ると介護していることが分かりにくい。誤解や偏見を持たれることがあります。介護する方が介護中であることを周囲の方に理解していただくために、「介護マーク」を作成し、下記の場所で配布しています。認知症の方や障がいのある方などを介護する際にご活用ください。

■こんな時にご活用ください

○介護していることをさりげなく周囲に知ってもらいたいとき

○男性介護者が女性用下着を購入するとき

○外出先のトイレで付き添うとき など

▶配布場所：伊奈庁舎介護福祉課、市社会



福祉協議会（セイワ楽器きらくやまふれあいの丘 すこやか福祉館内）、特別養護老人ホームいなりの里（長渡呂新田 840 - 2）、特別養護老人ホームめくもり荘（古川 1047）、特別養護老人ホーム雅荘（福岡 1199）
☎ 伊奈庁舎介護福祉課（内線 4306）

県人口 300 万人到達記念 タイムカプセル書簡を返却します

県人口 300 万人到達を記念して 1999 年に埋設した「タイムカプセル」を開封しました。応募いただいた書簡を希望者に返却します。返却方法など、詳しくは県ホームページをご覧ください。



▶返却期限：11月24日(火)

☎ 茨城県政策企画部計画推進課

☎ 029 - 301 - 2523

✉ timecapsule@pref.ibaraki.lg.jp



募 集

セミナー「マダニ感染症から ペットを守るために」

つくばみらい市動物愛護協議会では、マダニ感染症からペットを守るためのセミナーを開催します。ペットを飼っている方や、これからペットを飼いたい方などのご参加をお待ちしています。

▶日時：2月3日(火) 午後2時～

▶場所：みらい平市民センター 4階 会議室（陽光台 3 丁目 9 - 1）

▶講師：松崎未希氏（茨城県衛生研究所ウイルス部）ほか

▶定員：30 人（先着順）

▶申込方法：下記問い合わせ先まで電話またはメールフォームからお申し込みください。



▶申込期限：1月19日(月)

☎ 谷和原庁舎生活環境課（内線 3301）

市民協働シンポジウム 「地域でつながる居場所づくり」

地域の子どもや高齢者、外国人、障がいのある方など、誰もが安心して暮らすためには、地域でつながる居場所づくりが大切です。そこで、さまざまな立場のパネリストによるディスカッションを通して、市民の皆さんと一緒に市民協働の居場所づくりについて考えるシンポジウムを開催します！ぜひ、ご参加ください！

▶日時：2月7日(土) 午前10時～正午

▶場所：市民活動まちづくりセンター（陽光台 3 丁目 9 - 1 みらい平市民センター 3 階）（Zoom でのオンライン参加も可）

▶定員：40 人（先着順、オンライン参加は 60 人）

▶参加費：無料

▶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。

▶申込期限：1月25日(日)

☎ 市民活動まちづくりセンター

☎ 0297 - 44 - 8833



パラスポーツ体験会 参加者募集

障がいの有無に関係なく楽しめる、パラスポーツの体験会を開催します。スポーツを通して、交流の輪を広げましょう！

▶内容：卓球バレー、モルック

▶日時：2月7日(土) 午前10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（紫峰ヶ丘 4 丁目 4 - 1）

▶申込方法：下記問い合わせ先まで電話または応募フォームからお申し込みください。



▶募集人数：30 人程度

▶申込期間：2月4日(水)

☎ 社会福祉協議会ボランティア市民活動センター ☎ 0297 - 21 - 3240（開催当日連絡先：☎ 080 - 1263 - 7961）

お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント

地域とつながる～ちょこっと ボランティア養成講座

子育てがひと段落した方や、退職後の時間を有意義に過ごしたい方。社会とのつながりを持ち、自己肯定感や生きがいを見つけるきっかけとして、ボランティア活動に触れてみませんか？

この講座では、現役大手機器メーカーで技術職として活躍されながら、地域でのさまざまなボランティア活動を通じて行政書士・防災士の資格を取得し、現在は行政書士としても活躍される講師をお迎えします。

ご自身の経験をもとに、地域活動の魅力や、人生の節目における社会との関わりの大切さについてお話しいただきます。

▶内容：①講話 ②活動体験

▶日時

①2月21日(土) 午後1時30分～3時30分

②3月以降のいずれか1日 ※希望者のみ

▶場所：みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設 2階 研修室1・2 (紫峰ヶ丘4丁目4 - 1)

▶講師：吉川潤子氏

▶対象：40～50代を中心にごなたでも ※年齢制限はありません。

▶定員：20人程度

▶参加費：無料

▶申込方法：下記問い合わせ先まで電話または応募フォームからお申し込みください。

▶申込期限：2月16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

～障がいのある子ってどんな気持ち～ 見て、聞いて、体験して知ろう！

知的障がいのある子どもたちの「不自由さ」や「感じ方」を疑似体験することで、地域の方にも障がいの特性や接し方を伝える「伊奈特キャラバン隊」の公演です。たくさんの方のお越しをお待ちしています。

▶日時：1月31日(土) 午前10時～正午

▶場所：谷井田コミュニティセンター 多目的室 (谷井田1960)

▶申込方法：下記問い合わせ先まで電話または応募フォームからお申し込みください。

▶申込期限：1月28日(水)

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

若者向け恋活イベント 「恋するバレンタインパーティ」

龍ヶ崎市の結婚式場で、若者世代向けの恋活パーティを龍ヶ崎市主催で開催します。パーティでは、ランチを食べながらグループトークやゲームで楽しく恋活！さらに、当日はフォトグラファーにサポートしてもらいながら、素敵なプロフィール写真を撮影できます。ぜひご参加ください！詳しくは龍ヶ崎市ホームページをご覧ください。

▶日時：2月15日(日) 午後1時～4時

▶場所：ガーデン & 邸宅ウェディング アルシェ (龍ヶ崎市松ヶ丘4丁目3 - 4)

▶対象：県内在住で異性との交際や結婚を希望する20歳～34歳の男女 (令和7年4月1日時点)

▶定員：30人 (男性：15人、女性：15人)

※申込多数の場合は抽選

※申込状況により、男女比の変動あり

▶参加費：男性3,000円、女性1,000円

▶申込方法：龍ヶ崎市ホームページからお申し込みください。

▶申込期限：1月12日 (月・祝)

▶参加者特典

○マッチングアプリ「Pairs」有料プラン利用ギフトコード1ヶ月分

○各市物産品などをプレゼント

▶協力：つくばみらい市、稲敷市

☎ 龍ヶ崎市総合政策部まちの魅力創造課 人口問題対策室 ☎ 0297 - 64 - 2751 (直通)

✉ miryoku@city.ryugasaki.lg.jp

「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、2月7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。

▶受付期限：1月18日(日)

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

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。

▶日程・内容 (各日午後2時～4時)

○1月24日(土)、2月21日(土)…非認知能力セミナー+反抗期のメカニズム・発達障害の基礎知識・不登校 など

○2月15日(日)…大人の非認知能力の育て方 (終了後、午後5時まで自由懇談会)

▶場所：みらい平市民センター 4階 会議室2 (陽光台3丁目9 - 1)

▶費用：無料

▶対象：どなたでも (お子さま同伴可)

▶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15人程度

▶申込方法：メールフォームから申し込みください。

▶申込期間：各開催日の前日まで

☎ 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

手続き・申請

家庭菜園や花壇に乾燥汚泥肥料を使ってみませんか？

下水処理施設で生産された乾燥汚泥肥料を無料で配布しています。寒い時期の施肥は「寒肥」と呼ばれ、有機肥料を使うことで春からの植物の成長にいい影響を促すことができますので、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。

▶内容量：約 10kg/袋

▶成分：窒素（約 4.5%）、リン酸（約 6.2%）、加里（カリウム）（約 0.5%未満）

▶対象：市内在住で、配布場所まで取りに来られる方

▶配布日時：毎月第 1・第 3 金曜日 午後 1 時 30 分～3 時（祝日を除く）

▶配布場所：十和地区農業集落排水処理施設（樫木 816）

▶申込方法：下記問い合わせ先まで電話またはいばらき電子申請・届出サービスからお申し込みください。

☎ 谷和原庁舎上下水道課（内線 5305）



稲作のカメムシ防除対策を支援します

カメムシなどの水稻病害虫の防除に取り組んだ水稻農家に対して、薬剤購入費用の一部を補助します。まだ申請が済んでいない方は、お早めに手続きをしてください。

▶対象：市内の水稲農家

▶補助額

①カメムシ防除の薬剤のうち、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以外の防除薬剤購入費（税抜き）の 20%以内

※除草剤購入費・散布作業費は対象外

▶補助対象：令和 7 年に生産した主食用米の作付面積（計画面積）

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

※ 2 月末までのご提出にご協力ください。環境に配慮した農業を推進するため、ネオニコチノイドを含まない薬剤の使用にご協力をお願いします。

☎ 谷和原庁舎産業経済課（内線 3103）

就学援助制度のお知らせ

小中学生の保護者の方で、経済的な理由で就学に必要な費用の支出が困難な方に対し、その一部を援助しています。詳しくは市ホームページをご覧ください。



▶対象：下記のいずれかにあてはまる方
○世帯全員の所得合計額が基準以下の方
○児童扶養手当を受給中の方 など

▶援助の内容：学用品費、新入学学用品費、校外活動費、給食費 など

▶申請方法：制度のご案内と申請書類は各学校で配布しています。必要書類に記入のうえ、お子さんの在学する学校へ提出してください。

■新入学学用品費の入学前支給を行います
令和 8 年 1 月 1 日に本市に住民票のある、令和 8 年度新入生の保護者の方には、就学通知書と就学援助の入学前支給に係るご案内を、1 月下旬に送付します。

☎ 教育委員会教育棟学校総務課（内線 7105）

取手地方広域下水道組合 競争入札参加の追加申請について

令和 7・8 年度の競争入札参加の追加申請を受け付けます。また、令和 7 年度に建設工事の登録業者となり、取手市・つくばみらい市に本店・支店・営業所などがある事業所、個人の方も、中間年の書類提出が必要です。提出書類など、詳しくは同組合ホームページをご覧ください。



▶受付期間：2 月 2 日(月)～ 4 日(水)

※受付最終日消印有効

▶提出方法：郵送または信書便のみ

▶郵送先：下記問い合わせ先まで

☎ 〒302 - 8558 茨城県取手市小文間 173 番地 取手地方広域下水道組合 総務課 契約検査係 ☎ 0297 - 74 - 4174

農業委員会 各種申請

1 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：1 月 21 日(水)～ 23 日(金)

※定例総会は 2 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）

心身に障がいがある方へ

自動車減免申請の出張窓口を開設します

県では、身体障害者手帳、精神障害者保健福祉手帳、療育手帳、戦傷病者手帳の交付を受けている方のために使用する自動車で、障がい者の方ご本人もしくは障がい者の方と生計を一にする方が所有する自動車について、障害等級が一定の要件を満たす場合、申請により自動車税種別割（旧自動車取得税）および自動車税環境性能割（旧自動車税）を減免する制度を設けています。

減免申請は、管轄の県税事務所を通年受け付けていますが、下記の日程で伊奈庁舎 1 階に減免申請の受付窓口を設置しますので、ご利用ください。

なお、出張窓口は臨時的なものであり、通常よりお待たせしてしまう可能性があります。そのため、必要な書類は事前に下記問い合わせ先までお問い合わせください。詳しくはホームページをご確認ください。



▶日時：2 月 12 日(木) 午前 10 時～午後 3 時（正午～午後 1 時を除く）※予約不要

▶場所：伊奈庁舎 1 階 小会議室

▶必要書類：障害者手帳（原本）、納税義務者の印鑑（認印可）、運転者の運転免許証（コピー可、その場合は免許証両面）、自動車の車検証または納税通知書、生計を一にすることを示す書類（住民票など）

※減免の要件により手続きに必要な書類が異なりますので、お問い合わせください。

※申請で使用する書類（戸籍謄本・住民票謄本など）を取得する際の手数料は免除されます。市社会福祉課で証明書を発行しますので、お問い合わせください。

※新車、中古車新規登録に係る減免や自動車税環境性能割の減免については、登録日から 30 日以内に管轄の土浦県税事務所自動車税分室でお願いします。

☎ 〇自動車減免申請の出張窓口について：土浦県税事務所 収税第一課

☎ 029 - 822 - 7205

〇証明書の発行について：伊奈庁舎社会福祉課（内線 4101）

〇軽自動車税の減免について：伊奈庁舎税務課（内線 2307）

住宅用火災警報器を 無償で取り付けます

つくばみらい消防署では、茨城県消防設備協会から寄贈された住宅用火災警報器（以下「住警器」）を、申し込んだ方のご自宅に無償で取り付けます。

住宅火災から自分の命を守るため、お申し込みをお待ちしています。

▶対象：65歳以上の一人暮らしの方

▶取付場所：寝室・階段（設置義務の場所）

▶取付時期：3月1日～7日の春季火災予防運動の時期を予定しています（土・日・祝日を除く）。

▶申込方法：つくばみらい消防署に來庁し、お申し込みください。お申し込み時に、取付日時などを調整します（設置から10年経過した住警器の取り替え設置也可）。

▶申込期間：1月13日（火）～2月15日（日）※住警器の個数に限りがあるため、先着順となります。

▶費用：無料

※専門業者が必要な取付場所には、取り付けできません。

※細心の注意を払い取り付けますが、「取り付け作業での破損、汚損などの責任は一切問わない」と同意書に署名いただいた方に限り、お申し込みできます。

図 つくばみらい消防署 ☎ 0297 - 58 - 0111




相談

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：1月13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）

■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：1月20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）

図 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

空き家の 無料相談会

空き家についてお困りのことはありませんか？ 相続や売買など、空き家に関する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。これを機会に、家の将来のことを家族で話し合ってみませんか？

▶日時：2月14日（土）※1組あたり40分

①午後1時20分 ②午後2時10分

③午後3時 ④午後3時50分

▶場所：伊奈庁舎 3階 会議室


▶対象：市内に空き家を所有している方または関係者の方、今住んでいる家が将来的に空き家になるおそれのある方

▶相談方法：個別ブースでの対面相談またはオンライン（Zoom使用）相談

※オンライン相談は、相談日当日までに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：各回2組（先着順）

▶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）

▶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、調査や改修に関すること など 

▶相談費用：無料

▶申込方法（事前予約制）

1月13日（火）午前8時30分から電話・メールフォームで申し込みを受け付けます。

図 谷和原庁舎住まい開発政策課（内線5405）



イベント



20周年ロゴマークが付いたイベントは、「市制施行20周年記念事業・市民協働事業」です。



つくばみらい市 防災講演会

市民の防災意識向上を目的に、防災講演会を開催します。

講師は消防庁、防災意識向上プロジェクトから派遣される京英次郎氏をお招きし、「災害対応の第一歩は知識より意識を変えること」をテーマにお話しいたします。

また当日は、防災関係協力団体のブースを出展予定です。ぜひ、お越しください。

▶日時：2月21日（土） 午前9時～10時30分（開場：午前8時30分）

▶場所：セイワ楽器きらくやまふれあいの丘 世代ふれあいの館（相生530）

世代ふれあいホール

▶定員：250人（先着順）

▶申込方法：メールフォームからお申し込みください。

▶申込期限：2月12日（木）



図 伊奈庁舎防災課（内線2507）



モルック交流大会 参加者募集！

モルックはシンプルなルールで、子どもから大人まで誰でも気軽に参加できるのが魅力です。今回、初めてモルック交流大会を開催しますので、皆さんで楽しみましょう！

初心者、子ども、お年寄りも大歓迎！

▶日時：1月31日（土） 午前9時30分～正午（受付開始：午前9時）

▶場所：日本スポーツ振興パークみらい多目的広場（野球場側）（小張1770）

※雨天中止（中止の場合は、当日午前8時ごろに市ホームページでお知らせします）。

▶対象：市内在住、在学または在勤の方（小学生以上）

▶募集人数：最大8チーム（1チーム2～4人まで）※最少催行4チーム、定員を超えた場合は抽選

▶審判・講師：茨城モルックの会

▶参加費：1,000円／チーム

▶申込方法：メールフォームからお申し込みください。

▶申込期限：1月15日（木）

▶主催：つくばみらい市教育委員会

図 教育委員会教育棟生涯学習課スポーツ推進室（内線7307）



お知らせ

募集

手続き・申請

相談

イベント



ガールスカウトと 長〜いのり巻きを作ろう！

- ▶日時：2月21日(土) 午前10時～正午
- ▶場所：高齢者センター（小絹907-1）
- ▶対象：小・中学生の女子とその保護者
- ▶定員：20人（先着順）

※小学3年生以下は親子で申し込んでください（4年生以上は子どもだけでも可）。

▶参加費：100円／人

▶持ち物：エプロン、三角巾、マスク、ハンカチ、水筒、上履き

▶申込方法：QRコードまたは下記問い合わせ先のメールからお申し込みください。



※お申し込みの際は、保険に加入いただくため、参加者氏名、学年、連絡先を記載してください。

▶申込期限：2月7日(土)

☎ ガールスカウト茨城県第38団 前田

✉ gsibaraki38@gmail.com

おやこで作ろう まるまるランチ ひなまつり料理をつくろう！

今回の「おやこで作ろう まるまるランチ」は、市内産の金芽米を使い、ひなまつり料理を作ります。お子さん主体で、すし飯を作ったり、野菜の型抜きをしたり、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、また料理を食べながら、子育てに関して日ごろから抱えるちょっとした不安や悩みを、管理栄養士、保健師、保育士などの専門職員に気軽に相談もできます。



▶日時：2月9日(月)・16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（陽光台3丁目9-1）

▶対象：2歳以上の未就学児と保護者

▶メニュー：ひなまつり寿司、お吸いもの、しらすと野菜のサラダ、桃の寒天

▶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（先着順）

▶申込期間：1月15日(木) 正午～2月2日(月) 正午

▶申込方法：「mila - e 予約」から申し込みください。



※お持ち帰りはできません。

※託児はありません。

☎ おやこ・まるまるサポートセンター

☎ 0297 - 44 - 8822

みらい子育てパパスポートプロジェクト フレ〜！フレ〜！パパひろば

「育児ってどうやってやるの?」、「育児を取ったけど、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：2月21日(土) 午後2時～3時30分

▶場所：みらい平市民センター2階（陽光台3丁目9-1）

▶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（先着順）

▶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：「mila - e 予約」から申し込みください。

▶申込期間：1月19日(月)

正午～2月18日(水) 正午

☎ おやこ・まるまるサポートセンター

☎ 0297 - 44 - 8822



第44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：1月29日(木)

▶受付時間：午前9時30分～10時

▶今回コース：瑞源寺周辺（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：足高公民館 駐車場（足高1485）

▶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

疫病退散！

「西丸山祈禱ばやし」

県指定無形民俗文化財である民俗行事「西丸山祈禱ばやし」が、西丸山祈禱囃子保存会により執り行われます。

お囃子の一行が大八車に米俵と天狗の面を乗せて地区の家々をまわり、阿波の大杉神社のお札を配ります。また、地区の出入り口には疫病の侵入を防ぐというわらの人形を置き、五穀豊穡を願います。ぜひご覧ください。



▶日時：1月11日(日) 午前9時～11時ごろ ※荒天の場合は18日(日)に延期

▶場所：西丸山公民館付近（西丸山鹿島神社～西丸山集落各戸～西丸山鹿島神社）、保健福祉センター付近



☎ 教育委員会教育棟生涯学習課文化振興室（内線7302）

音楽×バレエ

フィギュアスケート名曲コンサート

弦楽器とピアノ、そしてバレエが彩る銀盤の世界。音と舞が紡ぎ合い、あの名演と感動が蘇る！

▶演奏曲：チャイコフスキー「くるみ割り人形」、ショパン「幻想即興曲」、H. ジマー「パイレーツ・オブ・カリビアン」ほか

▶出演：江積晶子（バレエ講師）、ダシツレン・トゥルガ（バレエ講師）、有村実保子（ヴァイオリン）、松谷明日香（チェロ）、五木田綾（ピアノ）

▶日時：2月28日(土) 午後2時～（開場：午後1時30分）

▶場所：守谷市国際交流研修センター（ログハウス）（守谷市緑2丁目1-1）

▶定員：100人

▶入場料：3,000円、小学生以下：1,500円（当日券は各+500円）

▶チケット購入方法：ライブポケット（QRコード）から電子チケット、または前売り所にてチケットを購入できます。



※カカイ堂（常総市水海道栄町2680-8）

▶後援：つくばみらい市教育委員会

☎ Lien～心をつなぐ音楽会 代表：五木田 ☎ 080 - 4005 - 1278

✉ lien.cocoromusic@gmail.com



みんなで楽しく学ぼう！
【間宮林蔵顕彰会】

第
70
回

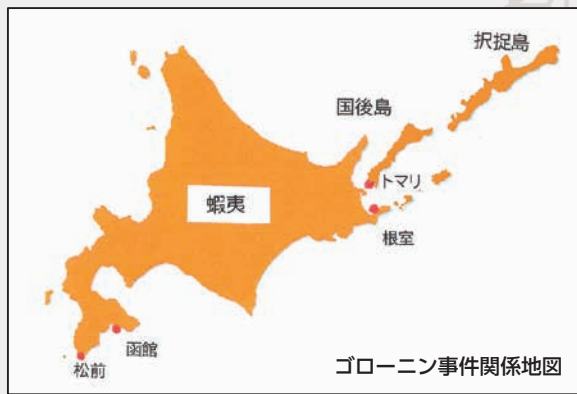
林蔵クイズ



林蔵とゴローニン

文化8年(1811年)12月、林蔵は再び蝦夷地へと向かいました。この時、林蔵は松前奉行支配役下役格(30俵3人扶持)に昇進し、樺太探検の慰労金として金子100両を贈られていました。雪の降り積もる奥州の道を歩き、津軽半島北端の三厩を経て、翌年2月上旬に蝦夷地の松前に到着しました。

松前到着からさかのぼること8カ月前の文化8年(1811年)6月、国後島にロシアの軍艦が姿を現していました。軍艦の名はディアナ号、艦長はゴローニンといいます。ロシア政府の命を受け、北太平洋の調査と千島列島周辺の調査を行っていました。国後島のトマリ(泊)まで来たところで、薪・水・食料が不足し、補給のために上陸すると、ゴローニンとその部下7人は松前藩の役人に捕らえられました。艦上でこれを見た副長リコルドは、いま戦っても勝ち目はないと判断し、艦長のゴローニンらを残したまま、ディアナ号はオホーツク海へ引き返しました。トマリから松前に移送されたゴローニンらは、松前の獄舎で処分を待つ身となりました。



問題

文化8年(1811年)6月、艦長ゴローニンらが上陸した島はどの島ですか。

①国後島

②択捉島

③礼文島

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】1月23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69回の答え

③天体観測による緯度・経度

※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。

叙位・叙勲

受章者のご紹介

叙位叙勲

正六位 瑞宝双光章
教育功労
元 谷和原村立福岡小学校校長

おおくぼ しげお
大久保 重男 87歳
(令和7年5月16日逝去)

従六位 瑞宝双光章
学校保健功労
元 学校医

おかもと よしたか
岡本 善隆 83歳
(令和7年7月4日逝去)

正六位 教育功労
元 伊奈町立伊奈東中学校校長

まみや ひさこ
間宮 久子 91歳
(令和7年9月23日逝去)

正六位 教育功労
元 伊奈町立伊奈東中学校校長

きむら のぶお
木村 信雄 91歳
(令和7年10月31日逝去)

令和7年秋の叙勲 (令和7年11月3日付)

旭日双光章 地方自治功労
元 つくばみらい市議会議員

なかやま えいいち
中山 栄一 74歳

旭日単光章 地方自治功労
元 つくばみらい市勤兵衛新田六期自治会会長

おの ちから
小野 力 85歳

瑞宝双光章 調停委員功労
現 調停委員

くげ のぶこ
久下 伸子 72歳

瑞宝単光章 皇室事務功労
元 内閣府事務官

たむら ひでとし
田村 秀敏 70歳

第45回

危険業務従事者叙勲 (令和7年11月3日付)

瑞宝双光章 警察功労
元 警視長

ますじん ひでとし
舩甚 英俊 74歳

令和7年度の 医療機関での がん健診は、**3/31(火)まで!**



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、
乳がん検診を受診できるのは、3月31日(火)までです！

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 ※今年度41・46・51・56・61・66・71歳の方は無料です。
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1～2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 検査の結果が市または医療機関から通知されます

生活保護受給者・住民税非課税世帯の方は、 自己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。

「忙しい日々の中で運動の時間が取れない…」
そんな皆さんへ、手軽に参加できるオンライン運動教室を開催します！ シンプルな動作で運動不足を解消し、日常のすき間時間でできる運動を見つけてみましょう。「やろうかな？」と思ったその時が始め時です。ぜひお気軽にご参加ください！

- ▶日時：2月6日(金) 午後8時～9時
- ▶場所：オンライン（自宅）
- ▶対象：18歳以上の方でインターネット環境がある方
- ▶講師：(株)ルネサンス 健康運動指導士 みふねともみ 三船智美氏
- ▶参加費：無料
- ▶申込方法：メールフォームからお申し込みください。
- ▶申込期限：1月30日(金)



アクティブライフ教室 ヨガが高める免疫力 ～元気な毎日のために～

肩こりや疲れやすさ、免疫力の低下が気になっていませんか？実は、適度な運動は疲れを溜めにくくし、免疫力を高める働きがあるといわれています。今回の教室では、獨協医科大学の先生を講師にお迎えし、免疫力を高める運動習慣とヨガの効果について学び、初心者向けヨガを行います。



身体が硬くても、運動習慣が無くても大丈夫！ ゆったりとした動きで、誰でも無理なく参加できます。また、男性講師ならではの視点で、男性の参加もしやすい内容です。ご家族での参加やお子さん連れでの参加も大歓迎！ 日々の疲れをリセットし、心と身体を整えましょう！

- ▶日時：2月14日(土) 午前10時～11時30分
- ▶場所：保健福祉センター
- ▶内容：講話「ヨガが高める免疫力」、運動「リラックスヨガ」
- ▶対象：おおむね20歳～64歳の市内在住の方
- ▶講師：獨協医科大学 基本医学 基盤教育部門（健康スポーツ科学）、獨協医科大学病院 スポーツ医学センター えだのぶひこ 枝伸彦先生
- ▶参加費：無料
- ▶定員：20人 ※申し込み多数の場合は抽選
- ▶申込方法：「いばらき電子申請・届出サービス」または健康増進課までお電話（☎0297-25-2100）でお申し込みください。
- ▶申込期限：1月30日(金)



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

■お正月を楽しもう！

皆さん、新年あけましておめでとうございます。

さて、今回は身近な道具を使って楽しめるお正月遊びを紹介しま
す。家族でたくさん笑って、楽しい時間をお過ごしください☆
○ふくわらい：目隠しをした子どもが、おかめやおたふくの顔を
書いた紙に、眉や目などの顔のパーツを置いて顔を作ります♪

○お手玉：投げては取ってを繰り返したり、床に落としてあるお
手玉を拾い集めたりして、握った感覚を楽しめます♪

1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）

8 日(木)	きらくやま「発達の不安・かわり方」(臨床心理士)
21 日(水)	ぽかぽか「手先の細かい動きの発達」(作業療法士)
22 日(木)	のびのび「歯磨き・栄養」(歯科衛生士・管理栄養士)
26 日(月)	cocokara「ことば」(言語聴覚士・保健師)
29 日(木)	おひさま「全身の動作の発達」(理学療法士)

■おもちゃ病院（各日午前 9 時 30 分～ 11 時 30 分）

5 日(月)	保健福祉センター内出張フラワー
9 日(金)	きらくやま子育て支援室 こどもひろば前
17 日(土)	伊奈庁舎裏棟 ボランティア市民活動センター

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

○パン販売(8日) ○WARA リズム(9日) ○0歳タイム(14日)
○1歳タイム(20日) ○抱っことおんぶのおはなし(21日)
○2・3歳タイム(27日)
※15日は午後3時から休室します。



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

おひさまから 1 月のおしらせ☆

○4day time(読み語り)(4・14・24日) ○コミセン新春イベント(12
日 ※午前 10 時開室) ○先生とあそぼう Baby(14日) ○先生とあ
そぼう(21日) ○先生とあそぼう誕生会(28日) ※成長記録は毎日
行っています♪ ※8日は、正午から午後 2 時 30 分まで一時休室します。



OHSAMA.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(8日) うさぎ 1～2 歳(22日) きりん 2～3 歳(30日)
○成長記録会(9日) ○おもちゃ体験(12日)
○プレイパーク(16日) ○誕生会(20日) ※要予約 ○制作(29日)



TSUKUBAMIRAI.KOSUNO



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

節分制作(28・29日 午前 10 時～正午、午後 1 時 30 分～3 時 30 分)
※各回先着 25 組
赤鬼・青鬼・緑鬼? 材料を選んで親子でお面の制作をしましょう!
ボールプールが節分バージョンになっているかも…お楽しみに♪



KIRAKUYAMA.KODOMOHIRABA

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

あけましておめでとうございます。今年も利用者の皆さんの笑顔と活気
であふれた 1 年になりますように。ぽかぽかでは今年も、「みんなで
おさんぽ」や「園庭開放」、「お楽しみデー」などのイベントを計画してい
ますので、ぜひ、遊びに来てください。お待ちしております。



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

○ミニだるま作り(9日) ※要予約
○栄養・離乳食相談(9・16・23・30日 正午～午後 4 時)
○おいしいおやつとお茶(19～21・23日)
○節分制作(26～30日)



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

○成長記録会・手形アート(14・20日) ○0・1・2 歳の日(15・21日)
○お誕生会(23日)
○英語とふれあうストロベリー(27日) ※要予約
○制作「だるまさん」(28・29日) ※要予約



TSUKUBAMIRAI.RUNBINI



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(14日) 広い園庭でたくさん遊ぼう☆
○ジェイングリッシュ(21日) ※要予約 ママのための英会話講座
○制作(15・16日) ゆらゆら動く雪だるまを作ります。予約不要です。
☆お待ちしております☆



TSUKUBAMIRAI.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

cocokara で素敵な出会いがありますように

子育て支援室でママ同士・赤ちゃん同士が出会い、一緒に子育てをしてい
くつながりが持てればと思います。周りのママたちと一緒に！子育て支援
室のスタッフと一緒に！助け合いながら子育てをしていきたいと思います。
～人との出会いを大切にしたいです by cocokara スタッフ一同～



TSUKUBAMIRAI.COCOKARA

子どもの 健診・教室【1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	28日(水)	保健福祉センター	対象：令和7年9月生
1歳6か月児健診	20日(火)		対象：令和6年6月生
2歳3か月児歯科健診	6日(火)		対象：令和5年9月生
3歳5か月児健診	7日(水)		対象：令和4年7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	13日(火) 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	14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	16日(金) 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	対象：1か月～1歳6 か月児
	27日(火) 午前10 時～11時30分	小絹児童館内子育て支援室	
マタニティ教室 ハローベビー ※予約制	23日(金) 午後2時 ～3時30分	子育て支援室 BLOOM	対象：妊娠中の方
	24日(土) 午前9時 45分～正午	子育て支援室おひさま	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	29日(木) 午前10時 ～11時	子育て支援室BLOOM	対象：令和7年1月生 まれの子どもと保護者

各種健康相談【1月】

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

■こころの健康相談 (予約制)

精神科医による健康相談です。治療の必要性や対応の方法など、ご本人やご家族からのご相談をお受けします。

▶日時：1月16日(金) 午後2時～4時 (1組30分)

▶場所：保健福祉センター



※お申し込みは、
電話またはメール
フォームから

健康増進室【2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)

※初めて健康増進室を利用する方は、最初に「健康増進室利用講習会 (無料)」を受けてからご利用いただけます。

■健康増進室利用講習会 (予約不要・健康増進室で実施)

実施日	時間
火～金曜日	午前11時～午後7時30分
土・日・祝日	午前10時30分～午後3時30分

▶対象：本市に住民登録がある15歳以上の方、市外にお住まいで市内在勤・在学の方 (すべて中学生を除く)

▶持ち物：本人確認ができる運転免許証などの公的身分証明書 (証明書がないと受講できません)、室内用運動靴
その他詳細は市ホームページをご確認ください。

※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。

1月から教室の実施日が
一部変更となりました。

■運動教室 (定員：各日15人)

教室名	実施日 (午前11時～正午)				
バレトン&ピラティス	3日	10日	17日	24日	火曜日
肩こり・腰痛体操	4日	11日	18日	25日	水曜日
からだ元気アップ	5日	12日	19日	26日	木曜日
リズム運動	6日	13日	20日	27日	金曜日

▶対象：健康増進室利用証の交付を受けている方

▶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：1月8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【1月】

問 伊奈庁舎介護福祉課 (内線 4305)

■地域体操クラブ

シルバリ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	5日 19日 26日 月曜日
内宿公民館 (筒戸)	26日 月曜日
みらい平コミュニティセンター supported by 成島建設	6日 20日 27日 火曜日
谷和原公民館	6日 13日 20日 27日 火曜日
谷和原公民館 谷原分館	6日 13日 20日 27日 火曜日
西ノ台集会所	7日 14日 21日 28日 水曜日
板橋コミュニティセンター	8日 15日 22日 木曜日
谷井田コミュニティセンター	8日 15日 22日 木曜日
谷和原公民館 福岡分館	8日 15日 22日 木曜日
小絹コミュニティセンター	9日 16日 23日 金曜日
カスミ富士見ヶ丘店	9日 16日 23日 金曜日
谷和原公民館 十和分館	16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。

※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。

■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：谷和原公民館

※申込制 (定員に達している場合はキャンセル待ち) 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：1月30日(金) 午前9時30分～11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：1月6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火)
午後1時～4時
- ▶場所：セイワ楽器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：1月14日(水) 午後1時～3時
- ▶場所：セイワ楽器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：1月21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

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：1月19日、26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：1月19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：1月14日(水) 谷和原公民館 和室、研修室
2月18日(水) 伊奈庁舎 1階 相談室3
※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：1月15日(木) 午後1時30分～3時30分
- ▶場所：谷和原公民館 研修室
- ▶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：1月18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：馬場あさ子さん・豊嶋隆一さん
- ▶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）

くらしの カレンダー



納税など

納期限：2月2日(月)

国民健康保険税	第7期	児童クラブ 保護者負担金	1月分
市・県民税 ※森林環境税含む	第4期	住宅使用料	1月分
介護保険料	第7期	地代	1月分
後期高齢者 医療保険料	第7期	上下水道料金※	1月分 (11月使用分)
保育料	1月分	学校給食費	12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	4日、18日 18日：マイナンバーに関する業務が一部制限されます。
伊奈 庁舎	11日、25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。

■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	2月4日(水)	1月26日(月)～28日(水)
小張・豊・小絹・絹の台	1月14日(水)	1月5日(月)～7日(水)
板橋、 紫峰ヶ丘・富士見ヶ丘	1月21日(水)	1月13日(火)～14日(水)
三島・東、 谷原、陽光台	1月28日(水)	1月19日(月)～21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

■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
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（11月）

市長の主な動静を情報公開します。

- 1日(土) つくばみらい市文化祭
- 4日(火) スマートインターチェンジ地区協議会
- 5日(水) 安全・安心の道づくりを求める全国大会
- 6日(木) 4団体と知事との県政要望懇談会
- 9日(日) 市民懇談会（谷和原地区）、商工感謝祭
- 10日(月) 鬼怒川下流改修維持期成同盟会要望
- 12日(水) 茨城県表彰、第2回つくば地域医療構想調整会議
- 14日(金) 国保制度改善強化全国大会
- 15日(土) 鬼怒小貝クリーン大作戦
- 16日(日) 市民懇談会（小絹地区）、二十歳の集い実行委員会懇談会
- 20日(木) 第4回定例記者会見
- 25日(火) 常総広域多数傷病者対応訓練
- 26日(水) 第4回市議会定例会開会



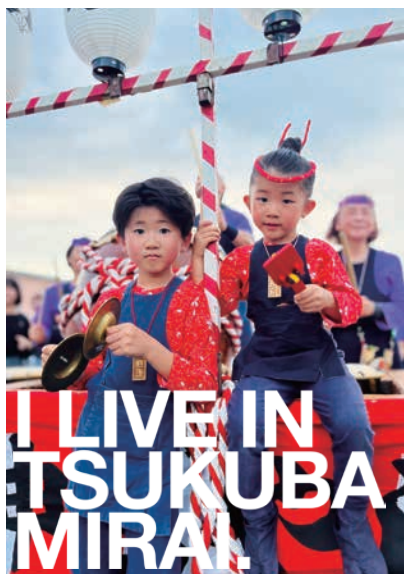
みんなの愛に囲まれて4歳になりました。



0歳初めての夏祭り、楽しかったね！



初めてのプール！



色々な経験をして大きくなってね！



お気に入りのポシェット！



こども食堂ありがとうございます。美味しくいただいています！

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。

※応募する前に読んでください

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枚をお願いします(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 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コードは簡丹センサ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。



未来へつなぐ、自然と笑顔が育つまち。

つくばみらい市