

発行◆下妻市役所〔〒304-8501 下妻市本城町三丁目 13 番地〕 編集◆秘書課

市役所へのお問い合わせは ☎0296-43-2111(代) FAX 0296-43-4214(代)

HP https://www.city.shimotsuma.lg.jp/

凡例 問 = 問い合わせ先 申 = 申込先 ☎ = 電話番号 FAX = ファックス番号 ✉ = メールアドレス HP = ホームページ

【申請は 12 月 28 日まで】国民健康保険人間ドック健診費を助成します

- ◆申請期間 12 月 28 日(木)まで(土・日・祝日を除く)
※令和 6 年 3 月 31 日(日)までに健診を受けるものが助成対象となります
※健診日の 2 週間前までに申請ください(先着順ではありません)
- ◆対象者 健診日において 30～74 歳の市国保加入者
- ◆条件 次の全てに該当する方
◇申請日において国民健康保険税に滞納がない世帯に属している方
◇市または医療機関で行う特定健康診査を受診しない方
◇市脳検診補助金の交付を受けない方
- ◆助成額 2 万円
- ◆健診までのながれ
①市と契約した健診機関にて、日帰り人間ドック健診を予約する
②本人が国民健康保険証、特定健診受診券(該当者のみ)を持参して保険年金課(市役所 1 階)に来庁し、助成の申請を行う
③市から発行された助成券と国民健康保険証を持参し、健診を受ける

◆契約健診機関

健診機関名	電話番号
平間病院 健診センター	0296-49-8010
筑波大学附属病院 つくば予防医学研究センター	029-853-4205
筑波メディカルセンター つくば総合健診センター	029-856-3500
筑波記念病院 つくばトータルヘルスプラザ	029-864-3588
筑波学園病院 健診センター	029-836-1983
茨城県西部メディカルセンター 健診センター	0296-24-9135
茨城西南医療センター病院 総合健診センター	0280-33-3777【午後 1 時 30 分～午後 4 時】

※受診条件などの詳細については、健診機関にご確認ください

※助成金の償還払いはできません。必ず事前に申請ください

※申請時には国民健康保険であったが、健診日には社会保険など別の健康保険に加入している場合、助成は受けられません。助成券を使って健診を受けた場合、助成金は返還となりますので、ご注意ください

問 申 保険年金課 ☎45-8124 FAX 43-2933

ひとり親家庭の令和 6 年度小学校新入学児童に入学祝品を贈呈します

茨城県母子寡婦福祉連合会では、毎年ひとり親家庭(母子家庭、父子家庭、養育者家庭)のお子さんの新入学時に祝品(学用品)を贈呈する事業を行っています。該当児童のいるひとり親家庭で祝品を希望される方は、子育て支援課(市役所 1 階)までお申込みください。

- ◆申込方法 ①お子さまの氏名②生年月日③保護者名④住所⑤連絡先を電話または直接窓口でお申込みください
- ◆申込締切 12 月 22 日(金)まで

問 茨城県母子寡婦福祉連合会 ☎029-221-7505

申 子育て支援課 ☎45-8100 FAX 30-0011

令和 5 年度最後の健診は 12 月 11 日(月) 9 時から予約受付開始

健診は予約制です。受診を希望する方は、予約方法を事前にご確認いただき、ご予約ください。ぜひ、年度に 1 度、健診を受診ください。

◆予約方法

1. それぞれの表から健診日・健診受付時間を決める。会場は、下妻市保健センターです。

◇すべての健診が受けられる日程

健診日	健診受付時間	検査項目
1 月 25 日(木)	午前 8 時～、午前 8 時 30 分～、 午前 9 時～、午前 9 時 30 分～、 午前 10 時～、午前 10 時 30 分～、 午前 11 時～	特定健康診査、基本健康診査、結核・肺がん検診、 大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査、 胃バリウム検査、胃がんリスク検査

◇特定・基本健診と一部のがん検診が受けられる日程

健診日	健診受付時間	検査項目
1 月 29 日(月) 1 月 30 日(火)	午前 8 時 45 分～、午前 9 時 15 分～、 午前 9 時 45 分～、午前 10 時 15 分～、 午後 0 時 45 分～、午後 1 時 15 分～、 午後 1 時 45 分～、午後 2 時 15 分～	特定健康診査、基本健康診査、結核・肺がん検診、 大腸がん検診、前立腺がん検診、肝炎ウイルス検査

2. 12 月 11 日以降にコールセンターに電話、またはインターネットにて予約する

◆電話で予約する場合 ◇コールセンター ☎0570-077-150 ※ナビダイヤルのため、通話料が発生します 通話料は、予約者本人の負担となります ※時間帯によっては、つながりにくいことがあります ◇予約受付期間 12 月 11 日(月)～12 日(火) 各日午前 9 時～午後 5 時	◆インターネットで予約する場合 [QRコード] [健康診断・検診予約サイト] http://kenko-link.org/  ※予約サイトにアクセスし、事前に利用登録を済ませてからお申込みください ※通話料は、予約者本人の負担となります ◇予約受付期間 12 月 10 日(日)午前 9 時～13 日(水)午後 5 時
予約受付期間以降については、健康づくり課(市役所 1 階)にお問い合わせください	

◎次の検診が受けられます

検診項目	対象者(令和 6 年 3 月 31 日時点の年齢)	自己負担額
特定健康診査	40～75 歳未満 (下妻市国保加入者)	1,500 円
	40～75 歳未満 (社会保険被扶養者・保険者で、市の集団健診を受けることができる方) ※詳しくは、ご加入の社会保険組合にお問い合わせください	社会保険組合によって異なる
基本健康診査	39 歳以下の方	1,500 円
	75 歳以上の方、後期高齢者医療保険加入者	無料
肺がん・結核検診	妊娠中および妊娠の可能性のある方以外	39 歳以下 700 円 40～64 歳 300 円 65 歳以上 無料
前立腺がん検診	40 歳以上男性	500 円
肝炎ウイルス検査	40 歳以上の未実施者	500 円
大腸がん検診	30 歳以上の方	300 円
胃がん検診	30 歳以上の方	500 円
胃がんリスク検査 (ピロリ菌検査)	当日に胃バリウム検査受診かつ 40～70 歳の 5 歳刻みの年齢 <以下の条件に当てはまる方は受けられません> 胃の治療をしている方、胃の切除をした方、ピロリ菌の除菌をした方、 腎不全の方、過去に市の胃がんリスク検査を受けた方	1,500 円

<大腸がん検診のみをご希望の方へ>

健診の際の予約は不要です。記載されている健診日の健診受付時間内に持参ください。ご希望の方には、検査容器を郵送しますので、健康づくり課までご連絡ください。

問 健康づくり課 ☎43-1990 FAX 44-9744

家庭の水道設備の凍結防止対策にご協力を

寒くなって気温が低下すると水道管やメーターが凍り、断水や破裂することがあります。

- ◆水道管が凍りやすい場所
 - ◇水道管が「むき出し」になっている場所
 - ◇日の当たらない場所
 - ◇風当たりの強い場所
- ◆家庭でできる凍結防止対策
 - ◇「むき出し」になっている水道管は、直接外気に触れないよう保温材を巻き付け、ひもで縛って固定し、その上から保温材が濡れないようにビニールテープなどで隙間なく重ねて巻いてください。
 - ※保温材は市販されているものの他に毛布、発泡スチロールなどでも代用できます
 - ◇メーターが入っているボックスの中に、発泡スチロールを細かく砕いたものや布切れなどを濡れないようにビニール袋に入れて、メーターを保護するようにしてください。
- ◆もし凍結してしまったら
蛇口が凍ってしまった場合は、タオルなどをかぶせ、その上からゆっくりとぬるま湯をかけてください
※急に熱湯をかけると、水道管や蛇口が破裂することがありますので注意してください
- ◆もし破裂してしまったら
メーターが入っているボックスの中にある止水栓を閉めて、水を止めてから市の指定工事業者へ修理を依頼してください。メーターが凍結し破損した場合は、無料で交換しますので上下水道課にご連絡ください。
※市の条例により、緊急の工事であっても市の指定を受けていない業者が水道工事をすることはできません。必ず市指定工事業者であることを確認してから工事を依頼してください

問 上下水道課 ☎44-5311 FAX 44-5312

11月30日は「年金の日」です

「年金の日」は、国民の皆さまに公的年金制度を身近に感じ、理解を深めていただくことを目的としています。
これを機に、「ねんきんネット」などを活用して、ご自身の年金記録や公的年金の受給見込み額を確認しながら、高齢期の生活設計に思いを巡らしてみませんか。

- ◆詳しくは「ねんきんネット」または「年金の日」で検索

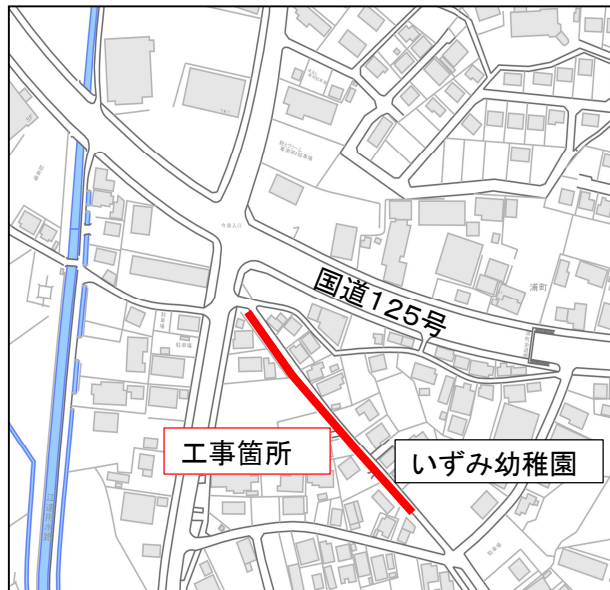
問 申

日本年金機構下館年金事務所 ☎25-0829
日本年金機構 **HP** <http://www.nenkin.go.jp/>
保険年金課 ☎45-8124 FAX 43-2933

用排水路工事にご協力を

下妻丁地内において用排水路工事を実施します。工事期間中は、全面通行止などの交通規制を実施する場合があります。

- ◆工事期間 11月下旬～令和6年2月中旬(予定)
- ◆工事箇所 次の図のとおり



問 建設課 ☎45-8126 FAX 43-2945

有害鳥捕獲実施

収穫前の野菜類(白菜・キャベツなど)を、カラスの食害から守るため、銃器による捕獲を下妻市鳥獣被害対策実施隊の協力により実施します。
ご理解ご協力をお願いします。

- ◆実施日 12月3日(日)、令和6年1月7日(日)、2月4日(日)※いずれも日の出～日没
- ◆対象地区 旧下妻市地区全域
【重点地区】上妻・大宝・臈波ノ江・豊加美・高道祖
※捕獲は、「下妻市鳥獣被害対策実施隊」のオレンジ色のベストを着用して行います

問 農業政策課 ☎44-0729 FAX 43-3239

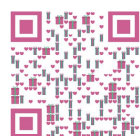
旧陸海軍の史料はありませんか

茨城郷土部隊史料保存会では、旧陸海軍に関する史料の収集・保存や展示を行っています。
遺品や写真などの史料をお持ちの方は、ご連絡をお願いします。

問 茨城郷土部隊史料保存会(担当 大高) ☎ FAX 029-254-3520

「出会いパーティー」開催

- 【境会場】
- ◆日時 12月17日(日)
午後1時30分～4時30分
(受付 午後1時～)
- ◆場所 境町文化村公民館 2階講堂
[境町上小橋540番地]
- ◆対象 ◇Aコース 30～40歳の独身男女
◇Bコース 50～65歳の独身男女
- ◆募集定員 いずれのコースも男女各5人程度
- ◆参加費 男性3,000円 女性1,000円
※当日持参
- ◆持ち物 身分証(運転免許証など)、必要な方は飲み物
- ◆申込 12月1日(金)～15日(金)
- ◆申込方法 ホームページまたは電話、FAXで申込み
※お申込み後、受付確認メールが届きます



詳細はこちら

- ◆後援 いばらき出会いサポートセンター
- ※前日、当日、無断キャンセルはキャンセル料発生
- ※参加者は、マスクの着用をお願いします

問 申

NPO法人ベル・サポート境
☎0280-87-7085/090-3140-2580
FAX 0280-33-8176
(受付時間 火・金 午後3時～5時、
土・日 午前10時～午後4時)

「まちの保健室」を開催します

新しくなった市役所で「まちの保健室」を開催します。
この機会に健康チェックをしませんか？
市の保健師、管理栄養士が相談に応じます。
みなさまの健康づくりにお役立てください。

- ◆日時 12月19日(火)午前9時～11時30分
(受付 午前11時まで)
- ◆場所 市役所 1階 交流スペース
- ◆対象 市内在住の方(先着50名)
- ◆内容 ◇健康チェック
(血圧・体組成・握力・骨健康度・血管年齢)
◇健康相談・栄養相談
◇1分間体操(家でできる簡単な体操)
- ◆参加費 無料
- ◆申込 事前申し込みは不要です
当日会場まで直接お越しください
※元気ポイント対象事業です

問 健康づくり課 ☎43-1990 FAX 44-9744

「ナイスハートふれあいフェスティバル2023」の開催

- ◆日時・内容
《ナイスハート美術展・一般の部》
◇12月7日(木)～11日(月)
午前9時30分～午後4時30分(最終日は正午まで)
- 《ナイスハート美術展・学校教育の部》
◇12月8日(金)～11日(月)
午前9時20分～午後4時30分(最終日は正午まで)
- 《作品販売》
パン・クッキー・工芸作品などの展示販売
◇12月9日(土)
午前9時～午後3時
- ※そのほか、舞台発表や動画配信も行います
- ◆場所 ザ・ヒロサワ・シティ会館
[水戸市千波町東久保697]
- ◆費用 無料



HPのQRコード

12月3日から9日は「障害者週間」です。
障害や障害がある人への関心と理解を深めよう。

問 申

[学校教育の部]
ナイスハートふれあいフェスティバル事務局
☎029-229-7453
[一般の部]茨城県スポーツ・文化協会
☎029-301-3375

ひきこもり出張相談会

茨城県ひきこもり相談支援センターの専門相談員が相談に応じます。相談者の秘密は守られますので、安心してご相談ください。

- ◆日時 12月7日(木)午後1時～1時50分、
午後2時～2時50分、午後3時～3時50分
※相談1件 50分
- ◆場所 市役所 1階 相談室 1-4[本城町3-13]
- ◆費用 無料
- ◆相談員 茨城県ひきこもり相談支援センター
- ◆対象 茨城県内在住のひきこもり問題でお困り
のご本人やご家族
- ◆申込 12月6日(水)までに電話かメールで
お申込みください

問 申

茨城県ひきこもり相談支援センター
(開所時間 火曜日～土曜日 午前9時～午後6時)
☎0296-48-6631 FAX 0296-54-6013
✉ info@ibahiki.org
HP <https://ibahiki.org>

ふるさと博物館 開館カレンダー/12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4 休館	5	6	7	8	9
10	11 休館	12	13	14	15	16
17	18 休館	19	20	21	22	23
24	25 休館	26	27	28 休館	29 休館	30 休館
31 休館						

※12月28日(木)から令和6年1月4日(木)まで
年末年始休館

問 ふるさと博物館 ☎44-7111 FAX 44-7115

【親子あそび教室】

お友達とうまく遊べない・じっとしていなくて
困っちゃう・言葉がちょっと遅いかもなんてひとり
で悩んでいませんか？親子で集団遊びを楽しみなが
ら育んでいきましょう。

乳幼児発達相談員に子育て中の悩みを相談するこ
とができ、保護者同士の交流や情報交換もできる場
所になっています。ご予約は不要です。お気軽にお越
しください。

- ◆場所 ふるさと交流館「リフレこかい」
[大園木251-1]
- ◆曜日 毎月第1・第2・第3・第4火曜日
- ◆時間 午前10時～正午
- ◆料金 無料



下妻社協 HP

問 下妻市社会福祉協議会
☎44-0142 FAX 44-0559

市立図書館 開館カレンダー/12月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4 休館	5	6	7	8	9
10	11 休館	12	13	14	15	16
17	18 休館	19	20	21	22	23
24	25 休館	26	27	28 休館	29 休館	30 休館
31 休館						

※12月28日(木)から令和6年1月4日(木)まで、
年末年始および館内整理にて休館
★休館日でも返却のみ正面玄関脇返却ポストを利用
して返却ができます。
★図書館公式 X(旧 twitter)をご活用ください。
(@shimotsuma_lib)

- ◆12月の映画会
無料でどなたでも参加できます
- ◆こども映画会
上映作品『マダガスカル』(2005年/86分)
開催日 12月10日(日)午後2時～
- ◆図書館映画会
上映作品『メン・イン・ブラック2』(2002年/88分)
開催日 12月17日(日)午後2時～
- ◆開催場所 図書館 2階 映像ホール

- ◆12月のおはなし会
参加は自由ですので、お気軽にお越しください。
- ◆おはなしの花たば
日時 12月2、9、16、23日(土)
午前10時30分～(毎週土曜日)
- ◆にちようびのおはなし会
日時 12月24日(日)
午前10時30分～(第4日曜日)
- ◆場所 市立図書館 児童室(おはなしコーナー)

問 市立図書館 ☎43-8811 FAX 43-8855

12月および1月のマイナンバーカード (個人番号カード)の窓口交付日

マイナンバーカード(個人番号カード)を申請され
た方には、概ね1カ月程度で『個人番号カード交付・
電子証明書発行通知書兼照会書(はがき)』(以下、交付
通知書)を封書(ピンク)にて送付しています。

マイナンバーカードの受け取りは、木曜の時間外
交付および休日交付のみ予約が必要となります。イ
ンターネットまたは市民課ダイヤル(43-8196)に
て予約をとり、受け取りをお願いします。

なお、病気、身体の障害などにより、来庁が困難な
場合はご相談ください。

12月のマイナンバーカード交付日カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
					1 ●	2 ×
3 ×	4 ●	5 ●	6 ●	7 ▲	8 ●	9 ■
10 ×	11 ●	12 ●	13 ●	14 ▲	15 ●	16 ×
17 ×	18 ●	19 ●	20 ●	21 ▲	22 ●	23 ×
24 ★	25 ●	26 ●	27 ●	28 ●	29 ×	30 ×
31 ×						

1月のマイナンバーカード交付日カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
	1 ×	2 ×	3 ×	4 ▲	5 ●	6 ×
7 ×	8 ×	9 ●	10 ●	11 ▲	12 ●	13 ■
14 ×	15 ●	16 ●	17 ●	18 ▲	19 ●	20 ×
21 ×	22 ●	23 ●	24 ●	25 ▲	26 ●	27 ×
28 ★	29 ●	30 ●	31 ●			

【交付時間】
●=平日日中のみ 午前8時30分～午後5時15分
▲=平日時間外交付日 上記に加え、
午後5時20分～7時
■=休日交付日 午前9時～正午、
午後1時20分～5時
★=休日交付日・申請補助サービス
午前9時～正午、午後1時20分～5時
※カード申請補助サービスは午前9時～11時30分
まで実施します
×=カード交付・申請補助サービスは行いません

問 申 市民課 ☎43-8196 FAX 43-2933

「自衛官」募集

- ◆高等工科学生(男子)
 - ◇受付期限
〈推薦〉12月1日(金)まで※締切日必着
〈一般〉令和6年1月5日(金)まで※締切日必着
 - ◇応募資格
〈推薦〉男子中卒(見込含)17歳未満の成績優秀
かつ生徒会活動等に顕著な実績を修め、
学校長が推薦できる者
〈一般〉男子で中卒(見込含)17歳未満の者
 - ◇試験期日
・1次試験期日
〈推薦〉令和6年1月6日(土)～8日(月)のうち
指定する1日
〈一般〉令和6年1月13日(土)、14日(日)の
うち指定する1日
試験場 受付時または、受験票交付時にお知ら
せします
 - ・2次試験期日
〈一般〉1月25日(木)～28日(日)のうち
指定する1日
試験場 1次試験合格通知でお知らせします
- ◆自衛官候補生
 - ◇受付期間 年間を通じて行っております
 - ◇応募資格 採用予定月の1日現在、18歳以上
33歳未満の男子・女子
 - ◇試験期日および試験場 受付時にお知らせします

問 自衛隊茨城地方協力本部 筑西地域事務所
☎ FAX 0296-22-7239

未就学児の保護者様へ ふるさと交流館リフレこかいで遊ぼう！

多目的ホール無料開放 Day を設けました。室内遊
具をご用意し、お待ちしておりますので、ぜひこの機
会にご利用ください。

- ◆開催日 12月7日(木)、28日(木)
- ◆開催時間 午前9時～正午
- ◆利用規則
原則、保護者1人につきお子さまは2人まで
※ご来場の際は、必ず保護者の方の同伴をお願い
します。詳細は、お問い合わせください

問 ふるさと交流館リフレこかい
☎30-0070 FAX 48-6311

『オレンジカフェ in イオンモール下妻』開催

オレンジカフェ(認知症カフェ)とは、物忘れが気になる方や認知症の方、そのご家族、地域の方々が気軽に参加できる交流の場です。

日頃の心配事や認知症についてお話しませんか？どなたでも気軽にお立ち寄りください。

- ◆日時 12月14日(木)午後1時～3時
- ◆場所 イオンモール下妻 1階フォレストコート [堀篑972-1]
- ◆対象 認知症に関心のある方、もの忘れが気になる方、認知症の方、そのご家族など
- ◆内容 【オレンジカフェ】
 - ・脳トレ、楽しい折り紙、笑いヨガをしながらおしゃべりしましょう
 - ・認知症についての相談：ご自身のこと、ご家族のことなど、日頃の心配事を気軽にご相談ください【薬剤師による健康相談】
 - ・血圧・血糖値測定
 - ・咀嚼力(噛む力)チェック
 - ・お薬相談
- ◆参加費 無料
- ◆申込 事前申し込みは不要です
当日直接お越しください
- ◆主催 認知症ともに学ぶ会しもつま

問 下妻市地域包括支援センター
(長寿支援課内)
☎43-8264 FAX 30-0011

漫才で学ぼう！！成年後見制度講演会

「認知症になったら銀行で金をおろせなくなるの？」「親亡き後の障がいのある子どものことが心配」などの心配事は切実なものです。

成年後見制度は、認知症や知的障害、精神障害などにより判断能力が十分でない方が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、権利や財産を守る仕組みです。

制度を楽しくわかりやすい漫才で学んで、将来に備えましょう。

- ◆日時 12月24日(日)午後1時30分～3時30分(受付 午後1時～)
- ◆場所 千代川公民館ホール[鬼怒230]
- ◆内容 第1部 成年後見制度の制度説明 太田司法書士行政書士事務所 太田 亮介 氏
第2部 「成年後見漫才」 青空一風千風 氏
- ◆募集人数 100名 ※応募者多数の場合は抽選となります
※申込は電話または右記のQRコードから

問 申 長寿支援課 ☎43-8264 FAX 30-0011

いばらきシニアカード『協賛店舗』募集

県では、65歳以上の高齢者の方に配布している「いばらきシニアカード」の協賛店舗を募集しています。協賛店舗は、これまで約3,700店舗のご登録をいただいております。カードをお持ちの高齢者の方に優待サービスを提供いただいているほか、「高齢者に優しいお店・施設」として日常的な声かけなどにもご協力いただいております。

地域、企業、行政が一体となって高齢者を支え合う社会をつくるため、ぜひ協賛店舗へのご登録をお願いいたします。詳しくはお問い合わせください。

問 県長寿福祉課 長寿企画・援護グループ
☎029-301-3326 FAX 029-301-3349

いばらきシニアカードはお持ちですか

県内にお住まいの65歳以上の方は「いばらきシニアカード」を協賛店舗などに提示すると、割引やポイントの加算などの優待サービスを受けることができます。

- ◆配布場所
 - ◇市役所 1階 長寿支援課
 - ◇千代川公民館 1階 千代川窓口センター
- ◆持参するもの 本人確認書類(免許証や保険証など)

問 長寿支援課 ☎45-8123 FAX 30-0011

【参加者募集】はつらつエクササイズ教室

手足が冷える、体が冷えて眠れないなど、寒くなる
と悩みが増える時期。呼吸法、ヨガのポーズ、セルフ
マッサージなどを行い、内側から体をあたためてい
きます。寒い時期に、一緒に体を動かしませんか？
初心者大歓迎です！

- ◆内容 温活ヨガ～温と快適習慣～
 - ◆日にち 1月～3月の木曜日[全8回]
1月11日、18日、25日、2月8日、
15日、22日、29日、3月7日
 - ◆時間 午前10時～11時30分
 - ◆場所 総合体育館 柔道剣道場
[本城町3-36]
 - ◆受講対象 市内在住・在勤の方
 - ◆募集定員 19名
 - ◆講師 跡部 友里 氏
 - ◆参加費 1人780円(保険料)
- ※申込後、いかなる理由があっても返金対応は致し
ませんので、ご了承ください
- ◆持ち物 ヨガマット、室内履き、タオル、飲み物
- ※ヨガマットの貸し出しはありません
- ◆申込手順

- ①12月11日(月)から18日(月)までに生涯学習
課(45-8997)へ電話でお申込みください。
募集定員を超過した場合は抽選となります。
 - ②12月19日(火)に抽選結果(参加可否)を電話連
絡しますので、参加内定者は12月26日(火)
午後5時までに、生涯学習課(市役所 2階)へ
参加費を添えてお申込みください。
- ※この事業は、しもつま元気ポイント対象事業です

問 申 生涯学習課
☎45-8997 FAX 43-3519

「行政書士による無料法律相談会」開催

茨城県行政書士会県西支部では、暮らしと役所の
諸手続きについて、面談により相談に応じます。

- ◆日時 12月16日(土)午前10時～午後3時
 - ◆場所 筑西市中央図書館 ボランティア活動室
[筑西市丙372]
 - ◆相談内容 相続問題、農地のこと、建設業および
飲食業などの営業許可、その他困りごと
- ※行政書士には守秘義務があり、秘密は厳守します
※事前予約は不要です

問 茨城県行政書士会県西支部
☎0296-25-1907(増戸)
FAX 0296-25-1802

令和5年度 かみつま歩け歩け大会

今年も開催します。初冬の鬼怒川沿いをみんなで散
策しましょう。

- ◆日時 12月17日(日)
※雨天順延 24日(日)へ
 - ◆集合場所 上妻市民センター
 - ◆受付 午前8時30分～
(開会式 午前9時～、スタート午前9時30分～)
 - ◆コース 柴⇒尻手⇒渋井⇒桐ヶ瀬⇒赤須⇒柴
(6km)
- ※ご高齢などにより完歩に自信のない方、小さなお子
様とご一緒の方には3kmコースがあります
※ゴール後「お楽しみくじ引き大会」待ってます！！

問 申 青少年を育てる下妻市民の会
上妻支部事務局(上妻市民センター)
☎44-0992(火・木・土)

12月4日から10日までは「人権週間」です ～「誰か」のこと じゃない～

さまざまな人権問題の解決に向け、取り組むべき多
くの課題があります。関わりのない「誰か」のことで
はなく、「自分」のこととして考えてみませんか。

- ◆女性の人権を守ろう
- ◆こどもの人権を守ろう
- ◆高齢者の人権を守ろう
- ◆障害を理由とする偏見や差別をなくそう
- ◆部落差別(同和問題)を解消しよう
- ◆アイヌの人々に対する偏見や差別をなくそう
- ◆外国人の人権を尊重しよう
- ◆感染症に関連する偏見や差別をなくそう
- ◆ハンセン病患者・元患者やその家族に対する偏見や
差別をなくそう
- ◆刑を終えて出所した人やその家族に対する偏見や
差別をなくそう
- ◆犯罪被害者やその家族の人権に配慮しよう
- ◆インターネット上の人権侵害をなくそう
- ◆北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を
深めよう
- ◆ホームレスに対する偏見や差別をなくそう
- ◆性的マイノリティに関する偏見や差別をなくそう
- ◆人身取引をなくそう
- ◆震災等の災害に起因する偏見や差別をなくそう

問 水戸地方法務局人権擁護課
☎029-227-9919
福祉課 ☎43-8246 FAX 43-6750