

6月開講 千代川公民館スマホ入門教室 受講生募集

日 午後1時～3時

日程	内容
6月4日(木)	基本操作とセキュリティ対策
6月11日(木)	安心・安全にアプリを使うためのポイント
6月18日(木)	LINEの基本操作
6月25日(木)	LINEの安全対策・便利機能

場 千代川公民館 1階 レストハウス
対 市内在住、在勤の方
定 12名 ※定員になり次第締切
期 4月23日(木)～5月12日(火)
 午前9時～午後5時
 ※休館日(月曜日、祝日)は除く
備 ・教室ではご自身のスマホを使用します
 ・応募者が少ない場合等は、教室を取りやめることがあります。
申 千代川公民館へ来館または電話
問 千代川公民館 ☎44-3141



ふるさと博物館 5月のお知らせ

◆5月休館日
 7日(木)、11日(月)、18日(月)、25日(月)になります。
 ◆展覧会のご案内(貸しギャラリー)下記展覧会のみ無料「墨彩会」作品展
 5月2日(土)～9日(土)PM 4:00まで
 「下妻市陶芸クラブ・絵遊会合同展」
 5月13日(水)～24日(日)PM 4:00まで
問 ふるさと博物館 ☎44-7111



毎月開催 司法書士による相続無料相談会のご案内

令和8年4月から、毎月第1水曜日(休日の場合は第2水曜日)に相続無料相談会を実施します。相続登記や遺言等について、県内の各司法書士事務所と相談にのります。予約制・各事務所先着4組まで。詳細は茨城司法書士会のホームページをご覧ください。
問 茨城司法書士会 ☎029-225-0111



緑のカーテンづくりにトライ!

夏の強い日差しをやわらげ、二酸化炭素削減にもつながる「緑のカーテン」。講習会後に朝顔の苗3鉢を無料配布します。
日 5月23日(土)午後1時30分～3時
場 下妻公民館 大会議室
定 50名(先着受付順)
期 4月20日(月)～5月20日(水)
申 下記まで電話でお申込みください
主 下妻エコの会リポーン
問 下妻市ボランティアセンター(下妻市社会福祉協議会) ☎44-0142

4月は「若年層の性暴力被害予防月間」です

4月は入学や就職など若者の生活環境が大きく変わり、性犯罪や性暴力被害に遭うリスクが高まる時期です。10代、20代の若者に対する性暴力の手口が巧妙になっています。「被害にあっているかも」と思ったら、一人で悩まずご相談ください。
【相談窓口】
 ◆性暴力被害者サポートネットワーク茨城 #8891 (はやくワンストップ)
 ◆性犯罪被害相談電話(警察) #8103
 ◆性暴力に関するSNS相談 「キュアタイム(Cure time)」
問 福祉課人権推進室 ☎43-8246



キュアタイム(Cure time)

ネイチャーセンター 春の写真・押し花展

写真展「各々のレンズがとらえた世界」
日 4月25日(土)～5月12日(火)午前9時～午後4時30分
 ※5月12日(火)は午後3時まで
休 4月27日(月)、5月7日(木)、11日(月)
共 悠遊写楽クラブ
写真展「めぐりくる四季」・押し花展「四季の押し花 ～めぐりくる季節とともに～」
日 5月14日(木)～31日(日)午前9時～午後4時30分
 ※5月31日(日)は午後3時まで
休 5月18日(月)、25日(月)
共 フォトクラブ歩(あゆみ)・押し花サークル
場 ホーミックふれあい公園 ネイチャーセンターギャラリー1
問 ホーミックふれあい公園ネイチャーセンター ☎0296-45-0200



乳がん(41歳)・子宮がん(21歳) 検診無料クーポン券送付

「無料クーポン券」を4月末に対象者へ郵送します(令和8年4月21日時点、市内に住民登録のある方)。
 ◆有効期間 5月1日(金)～令和9年2月28日(日)
 ◆検診実施場所 県内の指定医療機関または市の集団検診(10～12月に実施：予約制)
乳がん検診：マンモグラフィ検査
対 昭和60年4月2日～昭和61年4月1日生まれの女性
子宮がん検診：頸部細胞診
対 平成17年4月2日～平成18年4月1日生まれの女性
問 健康づくり課 ☎43-1990



【親子あそび教室】参加者募集

乳幼児発達相談員に子育て中の悩みを相談したり、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。
日 毎週月曜日(祝日の場合翌日)午前10時～正午
場 あそびの広場(下妻市役所旧第二庁舎 2階)
問 下妻市社会福祉協議会 地域福祉係 ☎44-0142



下妻社協HP

難病患者福祉手当を支給します

対 次の条件を満たす方
 ◇保健所発行の指定難病特定医療費受給者証をお持ちの方
 ◇市内に住居を有している方
 ◇市税、後期高齢者医療保険料および介護保険料を滞納していない方
 ◇生活保護を受けていない方
 ◆支給額 30,000円(年額)
 ◆必要なもの
 ◇保健所発行の指定難病特定医療費受給者証(有効期限が切れていないもの)の写し
 ◇振込口座の通帳またはキャッシュカード(難病患者本人のもの)の写し
申 スマホ市役所にて申請または福祉課にて申請
期 令和9年3月31日(水)まで
 ※午前9時～午後4時30分(平日のみ)
問 福祉課 ☎43-8352



乳がん・子宮がん医療機関検診

5月開始
 令和7年度中に、市発行の受診券を使用して「乳がん」または「子宮がん」検診を医療機関で受けた方には、4月末に医療機関用受診券を郵送します。受診券が届かない方で、医療機関での検診を希望する方は、健康づくり課にお申し込みください。
 ◆受診券有効期間 5月1日(金)～令和9年2月28日(日)
 ◆受診券申込方法 来庁・電話・LINEまたは市ホームページ
 ◆検査内容・対象・自己負担金
 ▼乳がん検診(マンモグラフィ検査・超音波検査※年齢により異なります)
対 30歳以上の女性
 自己負担金：1,000～1,500円
 ▼子宮がん検診(頸部細胞診)
対 20歳以上の女性
 自己負担金：1,000円
【検診実施医療機関】 二次元コードをご確認の上、直接ご予約ください。
問 健康づくり課 ☎43-1990



65歳から始める『にこにこ体操教室』

日 各会場毎月1回(5月開始) 午前10時～11時(受付 午前9時30分～)

場所	5月開催日	6月開催日
下妻公民館 ※6～9月は下妻市役所	27日	24日
大宝公民館	15日	19日
騰波ノ江市民センター	13日	10日
上妻市民センター	22日	26日
働く婦人の家	28日	4日
豊加美市民センター	7日	25日
高道祖市民センター	8日	12日
千代川公民館	19日	16日
リフレこかい	12日	9日
別府コミュニティセンター	20日	17日

対 要介護認定を受けていない65歳以上の市民(要支援1・2の方は参加可)
申 事前申込み不要。教室開催日時に、直接会場へお越しください。
持 飲み物、上履き(下妻公民館・千代川公民館は上履き不要)
問 長寿支援課 ☎43-8338

