

健康

医療機関検診・

地区健診の

申込期間が始まります

▼開催場所や時間など、詳しくは4月1日号に折り込みの年間予定表をご確認ください。

受付開始日／

子宮がん・乳がん検診

(医療機関)

／4月1日頃から

地区健診／4月10日頃から

口腔がん・成人歯科健診

／5月12日頃から

岡石岡保健センター

TEL 24・1386

八郷保健センター

TEL 43・6655

令和7年度健康体操教室

▼各教室の実施期間は5月から2月です。1人1コースを選びお申し込みください。

※令和7年度中に75歳になる人も対象です。

申込方法／4月14日(日)以降に開催先の各保健センターへ

電話またはこちらの申込フォームから▼



※申込フォームからは24時間申込できます。

健康体操教室内容	対象	会場・申込先	日時
筋トレコース	18～74歳	八郷保健センター	毎月第1(日)の午前10時～11時
ストレッチコース	18～74歳	八郷保健センター	毎月第3(日)の午前10時～11時
ヨガコース	18～74歳	石岡保健センター	(日)の午前10時～11時
特定保健指導コース	40～74歳	石岡保健センター	(日)の午後1時30分～2時30分

定員／各15～20人程度  
※先着順です。定員に到達次第、締め切ります。

※日時は変更になることがあります。

※詳しくは電話で問い合わせまたは市ホームページをご確認ください。



岡石岡保健センター

TEL 24・1386

八郷保健センター

TEL 43・6655

お知らせ

大会結果

令和6年度石岡市スポーツ

少年団本部長杯剣道大会

令和7年1月19日

茨城電設スポーツアリーナ

石岡

団体の部優勝

／林少年剣道教室B

基本の部優勝

出縄礼子(林少年剣道教室)

3年生以下の部優勝

大関駿斗(林少年剣道教室)

4・5年生の部優勝

上野昇真(林少年剣道教室)

6年生の部優勝

出縄義人(林少年剣道教室)

岡市スポーツ協会事務局

TEL 26・7210

2月の入札結果

130万円以上の工事の入札結果を掲載しています (単位：万円)

岡岡契約検査課 TEL 23-7286

事業名(履行場所)	予定価格	落札金額	請負業者
令和6年度 石岡市勤労青少年ホーム軽運動室照明交換工事 [石岡 2149 番地 3]	179	176.8	(株)技研
令和6年度 朝日里山学校応接室空調機更新工事 [柴内]	161	146	島田住設(有)
R6 市単公下管路改築 第2号工事 [国府一丁目 外]	1,806	1,673	(有)サンユー建設

広告掲載欄

広告掲載欄

※※料金の記載のないものは無料※※

くらし・手続き

**市長と語ろう会 シリーズ 39：石岡ハーモニーネット**  
テーマ：石岡市が「住みやすい街」「安心して暮らせる街」  
開催日：1月15日 参加者：11人 になるためには  
参加者から出た意見

- ・職員の人材育成に力を入れてほしい。専門的な知識を持った職員の育成にも注力していくべきである。
- ・市外の人が石岡市に来て、石岡市でお金を落としてもらうような流れを構築していくことが重要だと感じる。
- ・市民も職員や議員の方々と一緒に事業の提案をできるようなシステムづくりを検討してみても良いのではないかな。



募 集

講 座 ・ 教 室

相 談

健 康

おしらせ

イベント・催し

### 小貫氏と小松崎氏が 民間自治功労者表彰を受賞

地方自治の振興発展に尽力し、その功績が顕著であると、小貫妙子氏と小松崎やい子氏が茨城県市長会から表彰されました。

小貫氏は、石岡市女性ドライバー友の会連合会会長として、交通安全対策に係る立哨活動や啓発物品の配布活動等を通じ、交通事故の抑制と交通安全思想の啓発に多大な貢献をされています。また、民生委員や石岡市高齢者福祉事業団理事も歴任され、社会福祉分野での功績も顕著です。

小松崎氏は、石岡市交通安全母の会連絡会会長として、交通安全対策街頭運動を継続し、交通安全の啓発活動に尽力されています。その他、石岡市献血推進協議会や石岡市子ども・子育て会議の委員も務め、市政広範にわたる活動実績を残されています。 問本秘書広聴課 TEL 23-7274



▲ (写真左から) 小貫様、谷島市長、小松崎様

### 石岡地区交通安全協会 石岡市連合会八郷支部が 「茨城県交通安全功労団体」 として表彰されました

石岡地区交通安全協会 石岡市連合会八郷支部は、長年にわたり交通安全の推進に尽力し、交通事故の防止に多大な貢献が認められたことを受け「茨城県交通安全功労団体」として表彰されました。



問支所総務課 (内線 1175)

広告掲載欄

広告掲載欄