

石岡

2.15

February2026

No.489



お知らせ版

※料金の記載のないものは無料。定員超過時は抽選。

講座・教室

令和7年度 第2回楽しいウォーキング教室

日時：3月15日回 午前9時30分～正午

※午前9時受付開始。

場所：石岡市海洋センター（常陸風土記の丘を巡る
約2kmをウォーキングします）

※雨天時：石岡市海洋センター体育館

定員：30人（先着順） 参加費：300円／人（保険代込）

対象：市内在住・在学・在勤の人

申込方法：茨城電設スポーツアリーナ石岡（石岡運動
公園体育館）・八郷総合運動公園体育館・スポーツ
振興課窓口のいずれかに参加料を添えて申し込み

※石岡市海洋センターでは受付しません。

申込締切：2月13日金～3月1日回

※詳しくは市ホームページへ▶



問合スポーツ振興課（内線1444）

①「ストレッチ研修会」

時間：午前10時30分～正午 ※午前10時受付開始。

講師：井出 靖子氏

②「難病相談」

時間：午後1時～3時 ※午後0時30分受付開始。

①②共通

日程：2月28日回

場所：笠間市地域交流センターともべ

昼食：正午～午後1時 1,000円（飲物付き）

※要申し込み。

申込方法：2月24日回までに電話にて申し込み

問合難病団体連絡協議会・（公社）日本リウマチ友の会
茨城支部

TEL 090-4383-9238（會澤）

健康いきいき教室

日時：3月24日回 午前10時～

場所：ふれあいの里石岡ひまわりの館

内容：チア体操「いつまでも自分の足で歩ける人
生を」（講師：佐藤直子氏）やコンサート「音楽
でいきいき春のコンサート」（演奏：長谷川京子
氏他2名）を開催します ※予約は不要です。

問合退職公務員連盟石新支部 TEL 029-832-0708（木川）

ひまわりの館で開催！腸活体操

日時：3月19日・26日（全2回・団）

午後1時30分～2時40分

場所：ふれあいの里石岡ひまわりの館 館内

講師：柄本恵子氏

定員：25人

内容：腸活体操をして腸を活性化させて、本来の持つ
ていた力を取り戻そう

申込方法：2月17日回～27日回までに、直接ま
たは電話にて申し込み。

問合ふれあいの里石岡ひまわりの館 TEL 35-1126

飛ばしてみようドローン教室

日時：3月22日回 ※予備日3月29日回

午前9時～正午（座学1時間、実技2時間）

場所：柏原体育施設野球場

講師：（株）スカイシーカー

定員：4組（1組2人まで）※小学生高学年以上

費用：2,000円／組

持ち物：筆記用具

申込方法：3月8日回までに、柏原体育施設管理事
務所へ電話、または直接申し込み

問合柏原体育施設管理事務所 TEL 23-8158

募集

埋蔵文化財発掘作業補助員を募集します

►4月から市内で発掘調査を予定しています。
それに伴い、2月中旬以降、ホームページ「発
掘情報いばらき」で発掘作業補助員を募集し
ます。

※勤務希望の人は、説明会の参加が必須となり
ます。

※詳細および申し込みはホームページ
「発掘情報いばらき」から▶

問合（公財）茨城県教育財團埋文企画管理課

TEL 029-225-6587



健康・相談カレンダー

健康 相談 納税情報

日にち	行事名（時間・場所）	問合先
3月 17 火	④ 1歳6か月児健診（令和6年8月生） 受付時間 12:50～13:20 石岡保健センター	こ家
	⑤ 法律相談（1人30分）【要予約】 13:00～16:00 石岡市役所	秘書
18 水	⑥ 2歳児母子歯科健診（令和5年12月生） 受付時間 12:50～13:20 石岡保健センター	こ家
	⑦ 夜間納税相談 17:15～19:00 石岡市役所	収納
	⑧ 身体障がい者（児）・戦傷病者補装具等巡回相談 13:30～15:00 ワークヒル土浦	社会
19 木	⑨ 心配ごと相談 13:00～15:00 八郷総合支所	社八
	⑩ 女性のための困りごと（家族問題など）相談 13:30～16:00 石岡市役所	人権
20 金		
21 土	⑪ 休日納税相談 9:00～16:00 石岡市役所	収納
22 日		
23 月		
24 火	⑫ 法律相談（1人30分）【要予約】 13:00～16:00 石岡市役所	秘書
25 水	⑬ 3歳児健診（令和4年12月生） 受付時間 12:50～13:20 石岡保健センター	こ家
	⑭ 夜間納税相談 17:15～19:00 石岡市役所	収納
26 木	⑮ 女性のための困りごと（家族問題など）相談 13:30～16:00 石岡市役所	人権
27 金	⑯ 心配ごと相談 13:00～15:00 石岡市役所	社本
28 土	臨時窓口開設 9:00～16:00 石岡市役所 ※一部業務のみ取り扱い。詳細は問い合わせまたは 広報石岡3月1日号をご確認ください。	市民
	⑰ 休日納税相談 9:00～16:00 石岡市役所	収納
29 日		
30 月		
31 火	⑲ 法律相談（1人30分）【要予約】 13:00～16:00 石岡市役所	秘書

問い合わせ先一覧

■石岡市役所本庁	TEL 23-1111
秘書 秘書広聴課	TEL 23-7274
収納 収納対策課	TEL 23-7296
社会 社会福祉課	TEL 23-5569
人権 人権推進室	TEL 57-3011
■保健センター	
こ家 こども家庭センター	TEL 24-1390
石保 石岡保健センター	TEL 24-1386
八保 八郷保健センター	TEL 43-6655
■社会福祉協議会	
社本 本所	TEL 22-2411
社八 八郷支所	TEL 36-4311

子育て相談室【要予約】

子育てに関する不安や悩み、困りごとを相談
日時／月～金 9:00～16:00
問こども家庭センター TEL 24-1390

教育相談

教育相談
学校教育や家庭環境での悩みや困りごとを相談
①教育相談
日時／月～金
9:30～12:00・13:00～17:00
②幼児教育相談
日時／月～金
10:00～12:00・13:00～17:00
問教育支援センター
根当 10949-1 TEL 24-5519

家庭教育相談【要予約】

日時／相談者と協議の上決定
問生涯学習課 TEL 43-1111
(内線 1475)

予定は変更することがあります。詳しくは個別通知もしくは市ホームページをご覧ください。



市ホームページ



子育て応援ポータル

無料法律相談【毎週火】

できるだけ多くの人にご利用いただけますため、年度内お一人様1回限りの相談とさせていただきます。(予約制)

問合せ窓口
TEL 23-7274



緊急診療の案内・相談窓口

石岡地域休日緊急診療

日曜・祝日は、休日診療を開設しています。詳しくは市ホームページをご覧ください▶



石岡地域休日緊急診療センター

山王台病院 内
診療時間①9:00~12:00 ②13:00~16:00

こども休日診療

石岡第一病院 内
診療時間 9:00~12:00

茨城おとな救急電話相談

茨城子ども救急電話相談

急な病気で不安なとき(24時間365日)
普段回線の固定電話、携帯電話からは
おとな #7119 こども #8000
その他の電話からは

TEL 050-5445-2856

消防署

石岡消防署 TEL 23-0119
八郷消防署 TEL 43-6491

石岡市子育て応援アプリ の登録はお済みですか？

お子さんの成長が記録できる
母子健康手帳機能のほか、予
防接種スケジューラー機能、
子育てに関する情報の検索な
ど役立つ機能を搭載していま
す。詳しくは二次元

コードからご確認く
ださい▶



日付	行事名(時間・場所)	問い合わせ
3月 1日		
2日		
3日 火	④ 4~5か月児健診(令和7年10月生) 受付時間 12:50~13:20 石岡保健センター	こ家
	⑤ 法律相談(1人30分)【要予約】 13:00~16:00 八郷総合支所	秘書
4日 水	⑥ こころの健康相談【要予約】 13:30~15:30 八郷保健センター	八保
	⑦ 夜間納税相談 17:15~19:00 石岡市役所	収納
5日 木	⑧ 心配ごと相談 13:00~15:00 八郷総合支所	社八
	⑨ 登記・行政・許認可相談 13:00~15:00 八郷中央公民館	秘書
6日 金	⑩ 1歳児健康相談(令和7年3月生) 受付時間 12:50~13:20 石岡保健センター	こ家
7日 土	⑪ 休日納税相談 9:00~16:00 石岡市役所	収納
8日 日	⑫ パパ・ママスクール【要予約・定員あり】 9:00~12:00 13:30~16:30 石岡保健センター	こ家
9日		
10日 火	⑬ こころといのちの電話相談 9:00~12:00・13:00~16:00	八保
	⑭ 健康相談・健診結果説明会【要予約】 9:00~10:30 石岡保健センター	石保
	⑮ 法律相談(1人30分)【要予約】 13:00~16:00 石岡市役所	秘書
11日 水	⑯ 健康相談・健診結果説明会【要予約】 9:00~10:30 八郷保健センター	八保
	⑰ 夜間納税相談 17:15~19:00 石岡市役所	収納
12日 木	⑱ 女性のための困りごと(家族問題など)相談 13:30~16:00 石岡市役所	人権
13日 金	⑲ 心配ごと相談 13:00~15:00 石岡市役所	社本
14日 土	⑳ 休日納税相談 9:00~16:00 石岡市役所	収納
15日		
16日 日	㉑ こころの健康相談【要予約】 13:30~15:30 石岡保健センター	石保

相談

全国一斉

投資被害110番

日時／2月27日金
午後1時～3時

相談内容／商品先物取引被害、
SNS型詐欺、FX取引被害、
害、暗号資産の取引を謳う
詐欺などの投資被害

受付電話番号／

TEL 029・233・1135

※相談料無料。別途電話料金
がかかります。

TEL 029・221・3501

年金無料相談会

▼常陽銀行委託の社会保険労
務士がご相談に応じます。

日時／3月3日火

午前10時～正午・午後1時
～3時

場所／常陽銀行石岡支店
申込方法／事前に電話予約

終活相談会

TEL 23・1202

▼申告相談は事前予約が必要
です。

3月分の申告相談予約
受付が始まります

おしらせ

FAX 35・1127
TEL 35・1132

■地域包括支援センター



申込方法／

2月16日月～3月19日木
後5時までに電話、ファク
スまたは下記二
次元コードから
申し込み▼

対象／

市内在住の人
定員／2組（先着順）

場所／ふれあいの里石岡ひま
わりの館工作室

※秘密は厳守されます。

※相談は1組につき40分。
午後1時30分～3時

※相談は1組につき40分。
午後1時30分～3時

▼終活について悩んでいるこ
とはありませんか？生前
整理や遺言・相続の準備
は、早めに始めることが安
心につながります。終活に
関する様々な不安や疑問
について相談に応じます。
心について相談に応じます。
終活に

TEL 23・5584
■本税務課

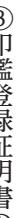


TEL 23・7307
■本市民課

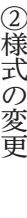


TEL 0120・012・170
2月24日火～3月5日木
※希望日の2開庁日までに予
約（定員に達し次第、受付
終了）。

①インターネット予約
ドから予約▼
下記二次元コード



②電話予約
2月20日金～3月5日木
下記二次元コード



③印鑑登録証明書の様式変更
コムビニ交付サービスでは
世帯連記式のみ発行され
ます。
①氏名のふりがな
戸籍届出された氏名のふり
がなが記載されます。

主な変更点
印鑑登録証明書
様式が変わりました
住民票の写しおよび

TEL 23・7745
■本駅周辺にぎわい創生課

※利用基準をご確認の上ご利
用ください。
ドから申請▼
下記二次元コード

石岡市役所1階
メロディアスホール
および
八郷総合支所1階
101～103会議室

スケートボードパーク
利用者登録申請受付中
申込方法／



防災ラジオ貸与申請は
お済みですか？
緊急地震速報など、防災情報
がいち早く放送されます。
申請は防災危機管理課まで。
■本防災危機管理課
TEL 23-7284

12月の差押件数			
預貯金	19人	不動産	5人
給与	29人	その他	4人
年金	5人	計	62人
		累計	564人

■本収納対策課 TEL 23-7296

本石岡市役所 TEL 23-1111(代)
〒315-8640
石岡市石岡一丁目1番地1
支八郷総合支所 TEL 43-1111(代)
〒315-0195
石岡市柿岡 5680番地1
開庁時間：月～金 8:30～17:15
※団は午後7時まで(一部業務のみ)