※※料金の記載のないものは無料※※

相談

外国人のための1日無料専門家相談会

日時／11月29日㊐
午前10時～午後3時
（受付：午後2時30分まで）

場所／土浦市役所
（土浦市大和町9－1）

相談言語／日本語、英語、中国語、タイ語、タガログ語、ポルトガル語、韓国語、スペイン語、インドネシア語、ベトナム語、シンハラ語、他

相談内容／ビザ、仕事、結婚、税金、保険、生活全般

※弁護士・社会保険労務士・行政書士・入管職員と通訳付きで話せます。予約不要。秘密は守ります。

問（公財）茨城県国際交流協会　外国人相談センター
TEL029・244・3811
※当日の連絡先（11月29日のみ）
TEL070・4002・2547

もの忘れ（認知症）相談会のお知らせ

▼市内精神科医療機関の精神保健福祉士などによる相談会です。訪問での相談も受け付けています。

日時／11月25日㊋・12月10日㊍・23日㊌
午後1時30分～4時

場所／地域包括支援センターまたは自宅

申込方法／電話で申し込み

問地域包括支援センター
TEL35・1127

いばらき出会いサポートセンター「出張相談会・登録会in石岡市」

日時／11月21日㊏
午前10時30分～午後4時

場所／東地区公民館2階小会議室・洋室

出張登録
センターの入会登録手続きが行えます。事前登録が必要です。
ホームページから入会申込と来所予約（出張登録会）を行ってください▼

問いばらき出会いサポートセンター
TEL029・224・8888

終活相談会

日時／12月24日㊍
午後1時30分～3時（予約制）
※相談時間は1組40分。

場所／ふれあいの里石岡ひまわりの館　工作室

対象／市内在住の人

定員／先着2組

申込期間／11月2日㊊午前9時～12月18日㊍午後5時まで

申込方法／電話、ファクスまたはこちらから申し込み▼

問地域包括支援センター
TEL35・1127
FAX35・1132

成年後見・相続・遺言無料相談会

日時／11月19日㊍
午後1時30分～4時

定員／4組（1組30分程度）

場所／ふれあいの里石岡ひまわりの館　工作室

相談員／弁護士 井川 洋一氏

申込方法／11月18日㊌午後4時までに予約

問市成年後見サポートセンター（社会福祉協議会）
TEL22・2411

行政書士による無料相談会

日時／11月21日㊏
午後1時～4時
場所／国府地区公民館

内容／遺言・相続・許可申請・成年後見関連手続きなど
※前日までに電話予約。

問茨城県行政書士会県南支部
TEL43・0536（若山）

常陽銀行無料年金相談会

▼常陽銀行委託の社会保険労務士が相談に応じます。

日時／**石岡店**：11月5日㊍
午前10時～正午
午後1時～3時

申込方法／下記の二次元コードから申し込み▼

問常陽銀行　年金センター
TEL029・300・2844

健康

子宮頸がん・乳がん検診のお知らせ

▼がん検診は市の費用補助があり、受診券の有効期限は令和9年2月末までです。

申込方法／
①電子申請：2月12日㊎まで申し込みはこちらから▼

広告掲載欄

広告掲載欄

②八郷保健センターへ電話：2月12日㊎まで
③石岡・八郷保健センター窓口：2月末まで
※検診の予約は受診者ご自身で行ってください。
マンモグラフィは2年に1度の補助です。
※詳細はこちらから▼

問八郷保健センター TEL43・6655

高齢者対象 無料歯科健康診査

期間／12月31日㊍まで
対象者／県後期高齢者医療広域連合の被保険者で、次の生年月日の人
①昭和25年4月1日～昭和26年3月31日生まれ
②昭和20年4月1日～昭和21年3月31日生まれ
③昭和15年4月1日～昭和16年3月31日生まれ
※対象者には8月下旬頃に案内を送付しています。
申込方法／事業実施医療機関に電話などで予約

問県後期高齢者医療広域連合事業課 保険事業係 TEL029・309・1212

1年に1度、健診を受けましょう！

▼12月分まで予約受付中です。
①八郷保健センターへ電話申し込み
▼1月分健診の申し込みが始まります。
①WEB予約：11月27日㊍～12月2日㊌まで申し込みはこちらから▼
②健診予約センター：12月1日㊋・2日㊌ TEL0570・077・150
③八郷保健センター：12月3日㊌～
※詳細はこちらから▼

問八郷保健センター TEL43・6655

日程	会場	胃がん	健診受付時間
11月6日㊎	【午前】高浜いづみ荘	－	午前9時30分～11時
11日㊌	八郷保健センター	有	午前8時～11時30分
12日㊍	八郷保健センター	－	午前9時30分～11時 午後1時30分～2時30分
19日㊍	【午前】城南地区公民館	－	
	【午後】ひまわりの館	－	
20日㊎	ひまわりの館	－	
25日㊌	八郷保健センター	－	
26日㊍			
27日㊎	石岡保健センター	有	午前8時～11時30分
28日㊏		有	
12月1日㊋	石岡保健センター	－	午前9時30分～11時 午後1時30分～2時30分
1月15日㊎	八郷保健センター	－	
18日㊐			
21日㊍			
22日㊎	石岡保健センター		
25日㊐			
26日㊋			

おしらせ

乳幼児突然死症候群（SIDS）対策強化月間

▼乳幼児突然死症候群（SIDS）とは、何の予兆もないまま乳幼児に突然の死をもたらす疾患です。
予防のための3つのポイント
①1歳までは「あおむけ」に寝かせる
②無理のない範囲で母乳で育てる
③たばこはやめる
※詳細はこちらから▼

問子育て応援課 TEL24・1390

犯罪者被害者月間

11月1日㊏～12月1日㊋

▼誰もが突然、犯罪被害などに遭う可能性があります。被害に遭われた際は、一人で抱え込まずに、相談窓口や最寄りの警察署にご相談ください。

問いばらき被害者支援センター TEL029・232・2736
性暴力被害者サポートネットワーク茨城 TEL0120・8891・77または#8891
県警察本部性犯罪被害相談 TEL0120・21・8103または#8103

広告掲載欄

広告掲載欄