

情報ガイド

東海村役場 ☎ 282-1711(代表)

● 3月の休日診療

受付時間 午前9時～正午

期日	医療機関名	電話番号
2日(日)	村立東海病院	282-2188
9日(日)	石井整形外科クリニック	270-5141
16日(日)	村立東海病院	282-2188
20日(木)	休診	
※急な病気やけがで、救急車を呼ぶべきかすぐに医療機関を受診するべきか、判断に迷ったときは、下記の救急電話相談をご利用ください。		
23日(日)	茨城東病院	282-1151
30日(日)	うすい内科クリニック	229-0855

茨城子ども救急電話相談

☎ #8000 または ☎ 050-5445-2856
※毎日 24 時間対応 (救急医療機関案内を含む)

茨城おとな救急電話相談

☎ #7119 または ☎ 050-5445-2856
※毎日 24 時間対応 (救急医療機関案内を含む)

● 3月の住まいに関する相談

場 所 都市政策課(役場行政棟2階)
問合せ 都市政策課(内線1247、1248)

相談日	時間	相談内容
13日(木)	10:00～16:00	新築、耐震リフォーム、省エネルギー、空き家等

● 防災行政無線放送を電話で聞くには

無料テレホンサービス (☎ 0120-42-4848)
※ 24 時間以内に放送した内容を確認できます。

暮らし



「住まいの相談会」(予約制)を開催します

住宅リフォームなどの疑問や質問に、建築士が無料でお答えします。詳細は、茨城県住宅課ホームページをご覧ください。

期日▼4月22日(火)

時間▼午前10時～午後4時

場所▼水戸市役所(水戸市中央1・4・1)

申

3月1日(土)から31日(月)までに、いばらき電子申請・届出サービスから申し込みください。

問 茨城県住宅課(☎ 301局 4755)



▲詳細はこちら

福祉



参加してみませんか? 「認知症カフェ」

【① Village Bird(ビレッジバード)】

日時▼3月19日(水)午後1時30分～3時30分

場所▼グループホームメジロ苑

内容▼参加者間の交流・情報交換、認知症や介護の相談等

参加費▼100円/人(お茶菓子代等)

【② 陽だまりカフェ】

日時▼3月27日(木)午前10時～11時30分(午前9時30分受け付け開始)

場所▼中丸コミュニティセンター

内容▼栄養士による講座、レクリエーション、認知症や介護の相談等

参加費▼100円/人(お茶菓子代等)

【③ オレンジカフェ】

日時▼3月6日(木)午前10時～11時30分(午前9時30分受け付け開始)

場所▼真崎コミュニティセンター

内容▼「腹話術を楽しもう」、認知症に関する講話、認知症や介護の相談等

参加費▼無料

【共通】

対象▼認知症の方とその家族、近隣にお住まいの方、介護・福祉の専門職等
その他▼事前申し込みは不要です。

▽途中入退室自由です。▽マスクの着用を推奨します。▽風邪症状がある方や体調が優れない方は、参加をお控えください。▽③は飲み物をお持ちの上、ご参加ください。

【問】

▽①:グループホームメジロ苑(☎ 306局 0033)▽②:南部地域包括支援センター(特別養護老人ホームオークス

介護予防講座

歯科衛生士による「お口の健康」

期日▼3月21日(金)

時間▼午後1時30分～3時

場所▼真崎コミュニティセンター

対象▼村内在住で65歳以上の方
定員▼先着30人程度

受講料▼無料

その他▼筆記用具、飲み物、タオル、普段使用している歯ブラシをお持ちの上、ご参加ください。

申・問 3月3日(月)から14日(金)まで

(土・日曜日を除く)に、北部地域包括支援センター(総合福祉センター「絆」内 ☎ 212局 7785)へ申し込みください。

東海内 ☎ 352局 2867)▽③:北部地域包括支援センター(総合福祉センター「絆」内 ☎ 212局 7785)

東海村シルバーハビリ体操指導 士会による「いきいき体操教室」

3月の日程▼

場 所	期 日
総合福祉センター「絆」	3日・10日・17日・24日・31日(全て月曜日)
石神コミュニティセンター 舟石川コミュニティセンター	4日・11日・18日・25日 (全て火曜日)
村民活動センター	4日・18日(全て火曜日)
中丸コミュニティセンター	13日・27日(全て木曜日)
真崎コミュニティセンター	7日・14日・21日・28日 (全て金曜日)
白方コミュニティセンター	

時間▼午前10時～11時30分

対象▼村内在住で65歳以上の方

参加費▼無料

その他▼▽体温を測定し、マスクを着用の上、ご参加ください。▽飲み物やタオル(汗拭き用)、ヨガマットまたはバスタオルをお持ちの上、動きやすい服装でご参加ください。

※事前申し込みは不要です。

認知症予防教室

「脳もからだも笑顔に！」

期日▼3月27日(木)

時間▼午前10時～11時30分

場所▼真崎コミュニティセンター

対象▼村内在住で65歳以上の方

定員▼先着30人程度

参加費▼無料

その他▼筆記用具と飲み物、上靴、タオルをお持ちの上、動きやすい服装でお越しください。

申・問 3月3日(月)から21日(金)まで(土・日曜日、祝日を除く)に、北部地域包括支援センター(総合福祉センター「絆」内 ㊚212局7785)へ申し込みください。

参加してみませんか？

「本人ミーティング」

期日▼3月11日(火)

時間▼午後1時30分～3時

場所▼総合福祉センター「絆」

対象▼認知症の診断を受けた方や、物忘れがあり悩んでいる方

参加費▼無料

申・問 東海村中学校学区にお住まいの方は、北部地域包括支援センター(総合福祉センター「絆」内 ㊚212局7785)、東海南中学校区にお住まいの方は、南部地域包括支援センター(特別養護老人ホームオークス東海内 ㊚352局2867)へ申し込み下さい。

「介護予防健康体操教室」(前期)

「水中体操教室」(前期)

【介護予防健康体操教室(前期)】

期間▼4月から9月まで(各クラス全18回)

時間▼Aクラス：午前9時～10時

▽Bクラス：午前10時15分～11時15分
▽Cクラス：午前11時30分～午後

後0時30分

対象等▼村内在住でおおむね60歳以上の方各クラス30人程度 ※応募者多数の場合は抽選となります。

参加費▼3600円/人

その他▼欠席時の振り替えはできません。

【水中体操教室(前期)】

期間▼4月から9月まで(各コース全18回)

時間等▼

コース	クラス	時 間	定 員
一 般	月曜1組	9:30～10:30	各10人
	月曜4組	14:30～15:30	
	木曜1組	9:30～10:30	
	木曜4組	14:30～15:30	
	金曜1組	9:30～10:30	
	金曜4組	14:30～15:30	
一般土曜	土曜1組	9:30～10:30	各4人
	土曜2組	11:00～12:00	
ゆっくり	月曜2組	11:00～12:00	各4人
	木曜2組		
	金曜2組		
少人数	月曜3組	13:00～14:00	各4人
	木曜3組		
	金曜3組		

対象▼村内在住で▽一般コース：60歳以上▽一般土曜コース：おおむね40歳以上▽ゆっくりコース：60歳以上▽少人数コース：おおむね40歳以上で障がいなどがあり、医師の意見書を提出できる——を満了する方

内容▼水中でのウォーキングや体操など

参加費▼1クラスにつき8100円/人 ※2クラスまで参加できます。

その他▼▽応募者多数の場合は抽選となります。▽受け付けの際に簡単な健

康チェックを行います。▽少人数コー

ス以外を希望する方でも、医師の意見書が必要となる場合があります。▽欠席時の振り替えはできません。

【共通】

場所▼総合福祉センター「絆」

【申・問】

2月25日(火)から3月7日(金)まで(日曜日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、身分証明書をお持ちの上、東海村社会福祉協議会(㊚282局4300)へ申し込みください。※電話での申し込みはできません。

子育て



在宅育児手当の遡及(そきゅう)申請は3月31日(月)まで！

令和7年3月31日までに支給要件を満たした方(令和7年2月1日までに生まれた対象児童や、令和7年3月31日までに転入した対象児童等を在宅で養育している方など)については、支給対象月(令和6年4月分から)までさかのぼって支給します。申請が済みでない方は、忘れずに申請をしてください。追加対象など詳細は、東海村子育て応援ポータルサイト「のびのび子育て帳」をご覧ください。

問 子育て支援課子ども家庭担当(内線1183)



▲詳細はこちら



▲詳細はこちら

教養・スポーツ

トレーニング基礎講座「トレーニングルームを使って運動不足を解消しよう」

日時▼3月16日(日)午前10時～11時45分
場所▼総合体育館

対象▼村内在住・在勤で40～70代の方
定員▼先着10人(最少催行人数5人)

内容▼トレーニング機器の取り扱い方法や使用上のマナーの説明、効果的なトレーニングの実践指導など
講師▼酒井祐斗さん(柔道整復師)

参加費▼700円/人

申・問▼2月27日(木)から3月13日(木)

まで(月曜日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、参加費を添えて、総合体育館(☎283局0673)へ申し込みください。

とうかいまるごと博物館「博物館長と歩く植物観察会春の植物」

日時▼3月22日(土)午前9時～11時30分

集合場所▼歴史と未来の交流館

定員▼先着15人

参加費▼無料

申・問▼3月4日(火)から19日(水)まで

に、電話またはメール▽講座名▽参加者氏名(全員分)▽電話番号▽を明記)で生涯学習課博物館・文化財担当(歴史と未来の交流館内 ☎287局0851)✉maruhaku@vil.tokai-idarakijp)へ申し込みください。

親子で楽しもう!「げんでん春のぽかぽかテラちゃんフェア」

期日▼3月1日(土)・2日(日)

時間▼午前9時～午後4時

場所▼げんでん東海原子力館別館(村

●3月の健康相談

場 所 保健センター(総合福祉センター「絆」内)
問合せ 保健センター(☎282-2797)

●健康相談 期日・受付時間

母子健康相談(乳幼児身体測定、育児相談)(事前予約) 19日(水) 9:00～11:30 13:00～15:00

元気アップ健康相談・体組成測定(健康に関する相談は事前予約) 19日(水) 9:00～11:30 13:00～15:30

●乳幼児健診 期日・受付時間 対象児

乳児 5日(水) 令和6年10月 12:50～13:50 生まれの子

1歳6か月児 14日(金) 令和5年8月 12:50～13:50 生まれの子

3歳児 12日(水) 令和3年9月 12:50～13:50 生まれの子

●乳幼児教室 期日・受付時間 対象児

赤ちゃん教室 17日(月) 令和6年12月 13:00～13:20 生まれの子

●3月の専門相談等

問合せ 東海村社会福祉協議会(☎282-2804)

●弁護士による相談(事前予約)

日 時 7日(金) 午前10時～正午

場 所 東海村社会福祉協議会(総合福祉センター「絆」内)

●行政書士による相談(事前予約)

日 時 14日(金) 午後1時～4時

場 所 東海村社会福祉協議会(総合福祉センター「絆」内)

●LINEによる心配ごと相談

期 日 月～金曜日(祝日を除く)
時 間 午前8時30分～午後5時15分

※LINEで「東海村社会福祉協議会」を友だち登録し、ご相談ください。

問合せ 茨城NPOセンター・コモンズ(☎291-8990)

●就労体験相談会(事前予約)

日 時 27日(木) 午後1時30分～3時30分

場 所 東海村社会福祉協議会(総合福祉センター「絆」内)

※生活上の心配ごとや困りごとなど福祉についての相談は、月曜日から金曜日まで(祝日を除く)の午前8時30分～午後5時15分に、面談(要予約)または電話で受け付けます。

●女性生活相談・消費生活相談

●女性生活相談

期 日 火・水・金曜日(祝日を除く)

時 間 午前9時30分～正午、午後1時～3時30分

場 所 総合福祉センター「絆」

問 合 せ 総合相談支援課(☎287-2525)

●消費生活相談

期 日 月～金曜日(祝日を除く)

時 間 午前9時～正午、午後1時～4時

場 所 消費生活センター(役場行政棟2階)

問 合 せ 消費生活センター(☎287-0858)

シルバー人材センターパソコン教室

日時等▼週1回(2時間)で、希望する日時(日程調整は後日)

場所▼村民活動センター

内容▼下表より1つの講座を選択

受講料▼▽8回講座:1万1500円/人▽4回講座:6000円/人(いずれもテキスト代5000円を含む)

申・問▼月曜日から金曜日まで(祝日を

除く)の午前8時30分～午後5時15分に、電話またはお越しの上、東海村シルバー人材センター(☎282局3446)へ申し込みください。※詳細は、お問い合わせください。

初心者向けパソコン無料体験教室「パソコンにチャレンジ!」

日時▼3月23日(日)午前10時～正午

場所▼村民活動センター

講座名(8回講座)	講座名(4回講座)
①初めてのパソコン	⑪年賀状作成
②ワード初級	⑫イラスト作成
③ワード中級	⑬ホームページ作成
④ワード上級	⑭パワーポイント動画編集
⑤エクセル初級	⑮インターネット入門
⑥エクセル中級	⑯動画エディタ活用
⑦エクセル上級	⑰グーグルクローム活用
⑧パワーポイント	⑱シニア向けスマホ活用
⑨魅せる文書作成	⑲自作でノートパソコン
⑩パソコンで旅を楽しむ	

3月の資源物・ごみ収集日割表

【問い合わせ】清掃センター(☎282-7289)

資源物 ※各回収日の午前7時から8時30分までに出してください。				燃えないごみ・粗大ごみ	
真崎、村松北、舟石川中丸、外宿2	3日・10日 17日・24日	宿、押延、岡外宿1	5日・19日 12日・26日	真崎、村松北、権現山寮、原子力機構(荒谷台)	4日・18日
船場、照沼	3日・17日	内宿1、亀下	6日・13日 20日・27日	原子力機構(長堀)、舟石川3、外宿1、外宿2、竹瓦	3日・17日
原子力機構(長堀・荒谷台・箕輪寮)、須和間、フローレスタ須和間	4日・11日 18日・25日	百塚、内宿2、豊岡、舟石川3竹瓦	6日・20日 13日・27日	緑ヶ丘、南台、豊岡、亀下	7日・21日
緑ヶ丘	4日・18日	舟石川2	7日・14日	百塚、豊白、内宿1、内宿2	6日・20日
白方	11日・25日	南台、川根	21日・28日	白方、岡、原子力機構(百塚)	11日・25日
舟石川1	5日・12日 19日・26日	豊白	7日・21日 14日・28日	舟石川1、船場	10日・24日
				原子力機構(箕輪)、宿、川根、照沼、押延、須和間、フローレスタ須和間	14日・28日
				舟石川2、舟石川中丸	13日・27日
燃えるごみ ※祝日の収集も行います。					
真崎、村松北、白方、宿、岡、原子力機構(箕輪・百塚・荒谷台)、権現山寮、南台、緑ヶ丘、押延、須和間、川根、照沼、豊岡、亀下、フローレスタ須和間					月・木曜日
舟石川1、舟石川2、舟石川3、舟石川中丸、百塚、豊白、原子力機構(長堀)、外宿1、外宿2、船場、竹瓦、内宿1、内宿2					火・金曜日
土曜日、祝日の直接搬入受付日時					
清掃センター(燃えないごみ、粗大ごみ、資源物、剪定枝葉)			ひたちなか・東海クリーンセンター(燃えるごみ)(土曜日は要予約(前日の16:30まで))		
8日・22日/8:30~12:00 20日/8:30~16:30(12:00~13:00を除く)			1日・8日・15日・22日・29日/8:30~11:30 20日/8:30~16:30		

定員▼4人
内容▼基本的なパソコンの操作、簡単な文字入力、インターネットの使い方
申・関 3月14日(金)まで(土・日曜日を除く)の午前8時30分~午後5時15分に、電話で東海村シルバー人材センター(☎282局3446)へ申し込みください。

その他

**村長と直接意見交換ができます
第126回「ふれあいトーク」**
日時▼3月15日(土)午後2時~5時
場所▼イオン東海店(1階・フードコート付近)
内容▼日常生活や村政に関する内容など
その他▼事前申し込みは不要で、当日に先着順で受け付けます。▽当日のやりとり概要を、村公式ホームページで公表(匿名)します。※個人が特定されるような内容を除きます。
関 政策推進課秘書 広聴担当(内線1302)

**シルバー人材センター
刃物研ぎ・まな板削り作業日**
シルバー人材センターでは、包丁やはさみ、鎌などの刃物研ぎやまな板削りを実施しています。
期日▼3月5日(水)・17日(月)・25日(火)

時間▼午前9時~11時30分
場所▼シルバー人材センター
料金▼400円から/本(前払い制)
その他▼シルバー人材センターへ直接お持ちください。▽仕上がり次第その場での引き渡しとなりますが、混雑状況によりお預かりする場合があります。※まな板はお預かりし、午後3時以降の引き渡しとなります。
関 東海村シルバー人材センター(☎282局3446) ※詳細は、 ▲詳細はこちら
ホームページをご覧ください。

**東海村社会福祉協議会
臨時職員等募集**
業務内容等▼下表参照
雇用要件▼下表の各職種に該当する必要資格を有し▽通勤が可能▽パソコン(ワード・エクセル等)の基本的な操作ができる▽普通自動車運転免許を有する――を満たす方 ※欠格事項があります。
雇用期間▼4月1日~令和8年3月31日
選考方法▼面接試験
申・関 東海村社会福祉協議会ホームページからダウンロードした願書・ ▲HPIはこちら
受験票、履歴書に必要事項を記入し、雇用要件を証明できるもの(写し)を添付の上、郵送または持参で、3月14日(金)まで(土・日曜日を除く)の午前8時30分~午後5時15分に、東海村社会福祉協議会(〒319-1112

職種(募集人員)	資格要件	勤務日数	勤務時間	報酬
介護支援専門員(1人程度)	介護支援専門員資格	週5日(土・日曜日を除く)	午前8時30分~午後5時15分	月額22万1,700円
児童厚生員A(1人程度)	保育士、幼稚園教諭、小学校教諭、中学校教諭のうちいずれかの資格または一般財団法人児童健全育成推進財団が実施する認定児童厚生員資格を有し、3年以上の実務経験のある方	週5日(日曜日を除く)		月額20万4,400円
児童厚生員B(1人程度)		週3日以内(日曜日を除く)		時給1,345円
支援員A(1人程度)		週5日(土・日曜日を除く)		月額20万4,400円
支援員B(1人程度)		週2日以内(土・日曜日を除く)		時給1,345円
ドライバー(1人程度)	中型自動車第一種免許(8トン限定中型免許を除く)	週3日以内(土・日曜日を除く)		時給1,178円

村松2005 ☎282局2804へ申し込みください。 ※詳細は東海村社会福祉協議会ホームページをご覧ください。