

情報ガイド

東海村役場 ☎ 282-1711(代表)

● 2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
1日(日)	東原クリニック	283-2301
8日(日)	村立東海病院	282-2188
11日(水)	茨城東病院	282-1151
15日(日)	石井整形外科クリニック	270-5141
22日(日)	村立東海病院	282-2188
23日(月)	尾形クリニック	282-4781

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)

● 2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1243・1244)

相談日 時間 相談内容

19日(木)	10:00～16:00	新築、耐震リリフォーム、省エネリリフォーム、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

Lucky FM 茨城放送
AM119.7キロヘルツ放送を休止します

FM放送への転換の影響を調べたため、2月1日(日)からAM119.7キロヘルツの放送を休止します。引き続きFM88.1メガヘルツとFM94.6メガヘルツでは、今までと同様に聴くことができる。

問 LUCKY FM 茨城放送 ☎ 029-571-0100
@lucky-ibaraki.com

献血にご協力ください

健康・医療

「成人歯科健康診査」

3月31日(火)まで!

対象 ▼ 3月31日(火)までに20・30・40・50・60・70歳に達する方※対象者については、令和7年3月に受診券を郵送しています。

対象 ▼ 3月15日(日)

時間 ▼ 午後1時30分～3時30分

場所 ▼ 茨城県メディアカルセンター(水戸市笠原町489)

茨城県不妊専門相談センター
グループミーティング

元に無い方は、お問い合わせください。▼健診当日に村内に住所登録がない方は受診できません。▼村内の協力歯科医院で受診してください。

その他 ▼ 自動車運転免許証等の身分証するもの(初めて献血する方と過去の献血で本人確認が済んでいない方のみ)と、献血手帳・献血カード(お持ちの方のみ)をお持ちください。▼当日は400ミリリットル献血での実施となります。

問 保健センター (☎ 028-279-97)

原子力災害が発生した時にどのように行動をとるのか、避難する前に知つ

お気軽にご相談ください!
「原子力災害時に備える講座」期日 ▼ 2月2日(月)
時間 ▼ 午前9時30分～午後4時(午前)

その他 ▼ 健診は無料ですが、治療中の方や歯石除去等を行う場合は自己負担金が発生します。▼受診券が手

対象等 ▼ 一人目妊娠の方(10人)除外)の午前9時～午後3時に、電

電話で茨城県産婦人科医会（☎090-2282-7388）へ申し込みください。

心の健康づくり講演会

茨城カウンセリングセンターのカウンセラーが、心の負担が少しでも軽くなるヒントや、人生的生きがいを再発見する手がかりについて話します。

・問 2月3日(火)まで
に、電話、ファックス、
メール(▽住所▽氏名
▽電話番号――を記入)またはいばら
き電子申請、届出サービスで、ひた
ちなか保健所(☎ 265-5647
5040 [hnhinah006@pref.ibaraki.lg.jp](mailto:hinah006@pref.ibaraki.lg.jp))へ申込みください。

「水中体操教室無料体験
参加してみませんか?

前期水中体操教室の開催に向けて、無料体験会を行います。関節に優しく、体力づくりにも最適な水中体操を体験しませんか。見学のみも歓迎します。

期日▼2月16日(月)・19日(木)・20日(金)・21日(土)

時間▼①午前9時30分から ②午前11時から ③午後1時から(障がいのある方)

日時	▼2月7日(土)午前10時～11時30分、2月18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(施設見学可)
【②陽だまりカフェ】	
期日	▼2月12日(木)
時間	▼午前10時～11時30分
場所	▼村松コミュニティセンター
内容	▼レクリエーション、個別相談等
【③オレンジカフェ】	
期日	▼2月5日(木)

「認知症カフェ」 参加してみませんか？

福祉



※見学の場合は不要です。
申・問 1月26日(月)から2月6日(金)
までに、東海村社会福祉協議会(☎282
局4300)へ申し込みください。

対象▼村内在住でおおむね40歳以上の方
定員▼一般・ゆつくりコース・各3人
人▽障がいコース・各1人※応募
者多数の場合は抽選となります。
その他▼水着、水泳帽、タオル、飲み物をお持ちの上、ご参加ください。

のみ) ④午後2時30分から※2月21日(土)は①・②のみ実施します。

申込期間	1月30日(金)から2月19日(木)
会場	石神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

認知症予防教室「脳もからだも笑顔に！」に参加しませんか？

△①…グルーブホームメジオ苑(△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
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)

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
参加費▼▽①・②…100円／人（お茶菓子代等）▽③…無料
その他▼▽途中入退室自由です。▽③は飲み物をお持ちの上、「ご参加ください。」

時間▼午前10時～11時30分
場所▼白方コミュニティセンター

東海村シルバーリハビリ体操指導士会による「いきいき体操教室」

場所	期日
総合福祉センター「絆」	2日・9日・16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	3日・10日・17日・24日 (全て火曜日)
村民活動センター	
村松コミュニティセンター	19日(木曜日)
中丸コミュニティセンター	12日・26日(全て木曜日)
真崎コミュニティセンター	6日・13日・20日・27日
白方コミュニティセンター	(全て金曜日)

問 保険課介護保険担当
(内線1161)※事前
申し込みは不要です。



（総合福祉センター「辯」内 212局）
7785）へ申し込みください。

「認知症サポートフォローアップ講座」参加者募集！

認知症の方の日常生活を支えるためのポイントを、作業療法士が分かりやすく話します。ぜひお気軽にご参加ください。

期日 ▼ 2月16日(月)

時間 ▼ 午後1時～2時30分

場所 ▼ 村松コミュニティセンター

対象 ▼ 村内在住・在勤・在学の方で、認知症サポートー養成講座を受講したことのある方

定員 ▼ 20人程度
その他 ▼ マスクを着用の上、ご参加ください。

申・問 1月30日(金)から2月13日(金)までに、南部地域包括支援センター(特別養護老人ホームオーナス東海内 2867)へ申し込みください。

妊娠のための「ハロー・ベビースクール」

子育て

日 時	内 容
①3月6日(金) 9:15～12:00 (9:00受け付け開始)	助産師の講話(妊娠中から出産のこと)・グループトーク、栄養の話(試食あり)、歯科保健の話
②3月7日(土) 9:15～11:50 (9:00受け付け開始) ※エプロンをお持ちください(参加人数分)。	助産師の講話(産後の生活について)、赤ちゃんの泣き方の特徴を知ろう、沐浴練習、パパの妊娠体験、産前産後に役立つサービスの紹介

日 時	期 日	場 所	場 所	定 員	そ の 他
対象等 ▼ 6か月～1歳6か月のお子さんと保護者(10組)	3月6日(金)	申・問 2月12日(木)から23日(月・祝)までに、おおぞら保育園(282局2797)へ申し込みください。	場所 ▼ おおぞら保育園	保健センター	①先着12人 ②先着16組 ▽母子健康手帳 母子健康手帳副読本、筆記用具をお持ちください。 ▽予約制保育サービス(無料)があります(①のみ)。▽各回とも事前予約制です。

親子で楽しく体を動かそう！
「ベビーヨガ」

教養・スポーツ

第38回「東海村アートロード展」を開催します

「暮らしの中の美術館」をテーマに、村内外の美術愛好家が多彩なジャンル(絵画・彫刻・工芸・華道・書・写真)の作品を展示します。

期間 ▼ 2月1日(日)～4月30日(木)

場所 ▼ 村内の協賛店

その他 ▼ ベビー用毛布または膝掛け(敷いて使用)、ハンドタオル、飲み物をお持ちの上、動きやすい服装でご参加ください。
申・問 3月5日(木)までに、おおぞら保育園(287局3535)へ申し込みください。

● 2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)	27日(金) 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)	27日(金) 9:00～11:30 13:00～15:00

●乳幼児健診	期日・受付時間	対象児
乳児	4日(水) 12:50～13:50	令和7年9月生まれの子
1歳6か月児	20日(金) 12:50～13:50	令和6年7月生まれの子
3歳児	18日(水) 12:50～13:50	令和4年8月生まれの子

●乳幼児教室	期日・受付時間	対象児
赤ちゃん教室	5日(木) 13:30～13:50	令和7年11月生まれの子
歯ツッピ-離乳食教室	19日(木) 13:15～13:30	令和7年7・8月生まれの子(事前予約)

● 2月の専門相談等

問合せ 東海村社会福祉協議会(282-2804)

●行政書士による相談(事前予約)

日 時 13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」を友だち登録してご相談ください。

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 26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)

● 2月の行政相談

●行政相談

日 時 18日(水) 午前10時～正午
場 所 203会議室
相談種別 行政相談委員による相談(事前予約)※
問合せ 政策推進課(内線1301)

※国など行政のサービスに対する要望等について、行政相談委員が無料で相談に応じます。事前予約は、月曜日から金曜日まで(祝日を除く)の午前9時～午後5時に、申し込みください。

●女性生活相談

期 日 月～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(東海村産業・情報プラザ「アイヴィル」内)
問合せ 消費生活センター(287-0858)

2月の資源物・ごみ収集日割表

資源物 ※各回収日の午前7時から8時30分までに出てください。

真崎、村松北、舟石川中丸、外宿2	2日・9日 16日・23日	宿、押延、岡 外宿1	4日・18日 11日・25日
船場、照沼	2日・16日	内宿1、亀下	5日・12日 19日・26日
原子力機関(長堀・荒谷台・箕輪寮)、須和間、フローレスタ須和間	3日・10日 17日・24日	百塚、内宿2、豊岡、舟石川3 竹瓦	5日・19日 12日・26日 6日・13日
緑ヶ丘	3日・17日	舟石川2	20日・27日
白方	10日・24日	南台、川根	6日・20日
舟石川1	4日・11日 18日・25日	豊白	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、原子力機関(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

舟石川1、舟石川2、舟石川3、舟石川中丸、百塚、豊白、原子力機関(長堀)、外宿1、外宿2、船場、竹瓦、内宿1、内宿2

土曜日、祝日・年末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))

14日・28日 / 8:30 ~ 12:00 11日・23日 / 8:30 ~ 16:30(12:00 ~ 13:00を除く) 7日・14日・21日・28日 / 8:30 ~ 11:30 11日・23日 / 8:30 ~ 16:30

※2月6日(金)は、電気設備工事のため、清掃センターへの直接搬入はできません。

【問い合わせ】清掃センター(☎282-7289)

燃えないごみ・粗大ごみ	真崎、村松北、権現山寮、原子力機関(荒谷台)	3日・17日
	原子力機関(長堀)、舟石川3、外宿1、外宿2、竹瓦	2日・16日
	緑ヶ丘、南台、豊岡、亀下	6日・20日
	百塚、豊白、内宿1、内宿2	5日・19日
	白方、岡、原子力機関(百塚)	10日・24日
	舟石川1、船場	9日・23日
	原子力機関(箕輪)、宿、川根、照沼、押延、須和間、フローレスタ須和間	13日・27日
	舟石川2、舟石川中丸	12日・26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、原子力機関(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

舟石川1、舟石川2、舟石川3、舟石川中丸、百塚、豊白、原子力機関(長堀)、外宿1、外宿2、船場、竹瓦、内宿1、内宿2

月・木曜日

火・金曜日

土曜日

日曜日

祝日

年末

年始

年中

年間

年々

年々