

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



Lucky FM 茨城放送

AM1197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るため、2月1日(日)からAM1197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ます。

☎ Lucky FM 茨城放送 ☎ fntentkan
@lucky-ibarakai.com)

お気軽にご相談ください！ 「原子力災害時に備える講座」

原子力災害が発生した時にどのような行動をとるのか、避難する前に知

健康・医療



献血にご協力ください

期日 ▼ 2月2日(月)

時間 ▼ 午前9時30分～午後4時(午前

ておきたいことなどを、専門家が分かりやすく説明します(所要時間約60分)。自治会や企業内の研修等に、ぜひご利用ください。3月開催分まで募集していますので、問い合わせフォームからご相談ください。



▲問い合わせフォーム

対象 ▼ 原則20人以上のグループ
申・ 関 公益社団法人茨城原子力協議会 (☎ 282局 3111 ☎ jenen@ibagen.or.jp)

11時45分～午後1時を除く)
場所 ▼ 東海村役場

その他 ▼ 自動車運転免許証等の身分を証するもの(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。

関 保健センター (☎ 282局 2797)

「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・50・60・70歳に達する方 ※対象者には、令和7年3月に受診券を郵送しています。

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

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居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。

関 保健センター (☎ 282局 2797)

茨城県不妊専門相談センター グループミーティング

体外受精などの情報交換のほか、ご自身の不安や疑問、治療中のストレスや想いを共有する時間を一緒に過ごしませんか。助産師やカウンセラーが相談に応じます。

期日 ▼ 3月15日(日)

時間 ▼ 午後1時30分～3時30分

場所 ▼ 茨城県メディカルセンター(水戸市笠原町489)

対象等 ▼ 一人目妊活中の方(10人)

申・ 関 3月13日(金)まで(土日曜日を除く)の午前9時～午後3時に、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、人生の生きがいを再発見する手がかりについて話します。

期日▼2月7日(土)

時間▼午後2時～3時45分

場所▼総合福祉センター「絆」

対象▼ひたちなか保健所管内在住の方

定員▼先着約60人

申・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

らき電子申請・届出サービスで、ひ

ちなか保健所(☎265局5647 FAX 265局

5040)chihaho06@pref.ibaraki.

lg.jp)へ申し込みください。

参加してみませんか?

「水中体操教室無料体験会」

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

のみ)④午後2時30分から※2月21日(土)は①②のみ実施します。

場所▼総合福祉センター「絆」

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▽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。

※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。

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▼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)

時間▼午前10時～11時30分

場所▼白方コミュニティセンター

内容▼「腹話術を楽しもう!」・脳トレ、

認知症に関する相談対応等

【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

参加費▼①②…1000円/人(お

茶菓子代等)▽③…無料

その他▼途中入室自由です。▽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

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)

認知症予防教室「脳もからだも笑顔に!」に参加しませんか?

元気な方も認知症について少し気になるという方も、気軽に楽しく脳を活性化しませんか。

期日▼2月26日(木)

時間▼午前10時～11時30分

場所▼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

内容▼音楽療法士による音楽療法

その他▼筆記用具と飲み物、タオルを

お持ちの上、動きやすい服装でご参

加ください。

申・問▼1月30日(金)から2月19日(木)

までに、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」

介護予防のためのシルバーハビリ体操を実施します。いつでも、どこでも、一人でもできる体操です。

2月の日程等▼

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	3日・10日・17日・24日 (全て火曜日)
舟石川コミュニティセンター	
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 (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

その他▼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。

問 保険課介護保険担当

(内線1161)※事前

申し込みは不要です。



▲村公式HP

「認知症サポーター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、認知症サポーター養成講座を受講したことがある方

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クス東海内 ☎352局2867)へ申し込みください。

子育て



妊婦のための

「ハローベビースクール」

日時等▼

日 時	内 容
① 3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
② 3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、パパの妊婦体験、産前産後に役立つサービスの紹介

● 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 27日(金)
(健康に関する相談は事前予約) 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) 令和7年9月
12:50～13:50 生まれの子
1歳6か月児 20日(金) 令和6年7月
12:50～13:50 生まれの子
3歳児 18日(水) 令和4年8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 5日(木) 令和7年11月
13:30～13:50 生まれの子
歯ッピー離乳 19日(木) 令和7年7・8月生ま
食教室 13:15～13:30 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、ご相談ください。

問合せ 茨城NPOセンター・コムズ(☎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月の行政相談等

●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)

親子で楽しく体を動かそう！ 「ベビ योग」

期日▼3月6日(金)

時間▼午前10時30分～11時30分

場所▼おおよら保育園

対象等▼6か月～1歳6か月のお子さんと保護者(10組)

申 2月12日(木)から23日

(月・祝)までに、子育て

支援アプリ「とうかい子

育てアプリ」から申し込みください。

問 保健センター(☎282局2797)



▲申込はこちら

場所▼保健センター

定員▼①先着12人 ②先着16組

その他▼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。

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、おおよら保育園(☎287局3535)へ申し込みください。

2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	2日・9日 16日・23日	宿、押延、岡外宿1	4日・18日 11日・25日	真崎、村松北、権現山寮、原子力機構(荒谷台)	3日・17日
船場、照沼	2日・16日	内宿1、亀下	5日・12日 19日・26日	原子力機構(長堀)、舟石川3、外宿1、外宿2、竹瓦	2日・16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	3日・10日 17日・24日	百塚、内宿2、豊岡、舟石川3	5日・19日	緑ヶ丘、南台、豊岡、亀下	6日・20日
緑ヶ丘	3日・17日	竹瓦	12日・26日	百塚、豊白、内宿1、内宿2	5日・19日
白方	10日・24日	舟石川2	6日・13日 20日・27日	白方、岡、原子力機構(百塚)	10日・24日
舟石川1	4日・11日 18日・25日	南台、川根	6日・20日	舟石川11、船場	9日・23日
		豊白	13日・27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	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11、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・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。

期日▼2月21日(土)
時間▼午前9時~11時30分
場所▼中央公民館

とうかいまるごと博物館 博物館長と歩く
植物観察会「植物図鑑を読み比べる」

その他▼詳細は、各コミュニティセンター・中央公民館・東海ステーション・ギャラリー等に備え付けのパンフレットをご覧ください。
☎282局3540
東海村アートロード(代表委員・塙さん)
みんなで異文化交流「苔玉をつくらう!」
苔玉は、植物の根を土で丸く包み、外側を苔で覆った手のひらサイズの緑のアートです。いろいろな国の方と日本文化を体験しながら国際交流を楽しみませんか。
日時▼2月21日(土)午後2時~4時
場所▼姉妹都市交流会館
対象▼村内在住・在勤で中学生以上の方
定員▼▽外国人:先着10人▽日本人:先着10人
その他▼村姉妹都市交流協議会ユースグループの日本人学生も参加します。
申・関 1月30日(金)から2月10日(火)までに、メール(▽講座名▽氏名▽電話番号)を明記で、姉妹都市交流会館(☎282局0535)✉koryu@vill.tokai-baraki.jpへ申し込みください。
▲詳細はこちら



▲詳細はこちら

定員▼先着15人
申・関 1月30日(金)から2月18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@vill.tokai-baraki.jpへ申し込みください。
勝田駐屯地「施設学校音楽隊 第34回定期演奏会」
日時▼2月11日(水)祝午後2時~4時
場所▼ひたちなか市文化会館(ひたちなか市青葉町1-1)
入場料▼無料(先着順で入場券配布)
勝田駐屯地(☎274局3211)
▲HPはこちら

その他

シルバー人材センター
刃物研ぎ・まな板削り作業日

期日▼2月5日(木)・16日(月)・25日(水)
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▼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。

閩シルバー人材センター
(☎282局3446)



▲HPはこちら

令和7年度後期
「障害者就職面接会」

期日▼2月25日(水)
時間▼午後1時~3時30分
場所▼ホテルレイクビュー水戸(水戸市宮町1-6-1)
申・関 2月18日(水)までに、ハローワーク水戸(☎231局6221)へ申し込みください。

「絆」でカラオケしませんか?

総合福祉センター「絆」の視聴覚室でカラオケを楽しんでいただくため、時間貸しを始めました。室内での飲食も可能ですので、ぜひご利用ください。
期日▼月~土曜日(年末年始、祝日を除く)
時間▼午前9時~午後5時※正午~午後1時は利用できません。
対象▼村内在住・在勤・在学の方または村内に活動拠点を置く団体
利用料▼▽1時間:800円▽2時間:1400円▽3時間:2000円▽4時間:2600円※1曲100円でも利用できます。
その他▼予約状況によりご利用いただけない場合もあります。
申・関 東海村社会福祉協議会(☎282局2804)