

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
1日(日)	うすい内科クリニック	229-0855
8日(日)	村立東海病院	282-2188
15日(日)	茨城東病院	282-1151
20日(金)	石井整形外科クリニック	270-5141
22日(日)	村立東海病院	282-2188
29日(日)	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)

● 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。

健康・医療



みんなですこやかウォーキング

期日▼3月6日(金)(雨天中止)
時間▼午前9時30分～11時30分
集合場所▼総合福祉センター「絆」
対象▼村内在住で、3～5キロメートルを1時間程度で歩くことができる方
内容▼押延・天神山水と緑の里山コース
その他▼事前申し込みは不要ですが、年度に一度、氏名・連絡先等の登録が必要となります。▽飲み物やタオルをお持ちの上、歩きやすい服装でご参加ください。
問 保健センター(☎ 282局 2797)



▲村公式HP

「水中体操教室」(前期)・「介護予防健康体操教室」(前期)

〔水中体操教室(前期)〕

期間▼4月～9月(各クラス全13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	
	土曜1組	9:30～10:30	
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▼村内在住でおおむね40歳以上の方(少人数コースは障がいなどがあ

る方※医師の意見書の提出が必要
です。)

参加費▼1クラスにつき6500円／

人(2クラスまで参加可能)

〔介護予防健康体操教室(前期)〕

期間▼4月～9月(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0時30分

対象▼村内在住でおおむね60歳以上の方

の定員▼各クラス30人程度

参加費▼4500円／人

〔共通〕

場所▼総合福祉センター「絆」

〔申・問〕

3月6日(金)までに、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。

〔詳細はこちら〕



▲詳細はこちら

村立東海病院 第16回健康公開講座「糖尿病治療 Update」

糖尿病の最新治療と予防など、安心して治療に取り組むための情報を分かりやすく紹介します。ぜひご参加ください。

期日▼3月12日(木)

時間▼午後2時～3時

場所▼村立東海病院

定員▼先着40人

講師▼高島佑典さん(村立東海病院内科医)

申・問▼3月10日(火)までに、電話または

メール(▽参加者氏名(全員分)▽電話番号)を明記で、村立東海病

院(☎ 282局 2188) [tokai-viii@

tokai-hp.jp]へ申し込みください。

tokai-hp.jp]へ申し込みください。

tokai-hp.jp]へ申し込みください。

tokai-hp.jp]へ申し込みください。

tokai-hp.jp]へ申し込みください。



▲申込はこちら

場所	期日
総合福祉センター「絆」	2日・9日・16日・23日・30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・31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	19日(木曜日)
村松コミュニティセンター	
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・27日(全て金曜日)
白方コミュニティセンター	

3月の日程等▼

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」

福祉



● 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(木) 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(木) 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10月 12:50～13:50 生まれの子

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

3歳児 11日(水) 令和4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 16日(月) 令和7年12月 13:30～13:50 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 6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 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)

●女性生活相談・消費生活相談

●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)

認知症予防教室「脳もからだも笑顔に！」に参加しませんか？
日時▼3月26日(木)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
内容▼健康運動指導士による「脳活」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・閏3月2日(月)から19日(木)まで、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？「認知症カフェ」
① Village Bird
日時▼3月7日(土)午前10時～11時30分、3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
② 陽だまりカフェ
日時▼3月19日(木)午前10時～11時30分
場所▼舟石川コミュニティセンター
③ オレンジカフェ
日時▼3月12日(木)午前10時～11時30分
場所▼真崎コミュニティセンター
【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※③は飲み物をお持ちの上、ご参加ください。

▽①：グループホームメジロ苑(☎306)

教養・スポーツ
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)

東海村姉妹都市交流協議会「姉妹都市交流活動の魅力を知ろう！」
協議会の学生会員と一緒に、ポウリングやランチを楽しみながら、姉妹都市交流活動の魅力に触れてみませんか。
期間▼3月15日(日)
時間▼午前9時15分～午後1時
場所▼勝田ミナミボウル(ひたちなか市 東大島2-11-11)
対象等▼小学4年生以上の学生(7人参加費▼5000円/人)

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	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	3日・17日	竹瓦	12日・26日
白方	10日・24日	舟石川2	6日・13日 20日・27日
舟石川1	4日・11日 18日・25日	南台、川根 豊白	6日・20日 13日・27日
		真崎、村松北、権現山寮、原子力機構(荒谷台)	3日・17日
		原子力機構(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、原子力機構(百塚)	10日・24日
		舟石川1、船場	9日・23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		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	
月・木曜日		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 20日/8:30~16:30(12:00~13:00を除く)		7日・14日・21日・28日/8:30~11:30 20日/8:30~16:30	

期日▼3月6日(金)・7日(土)
時間▼午後1時~4時
申3月5日(木)の正午までに、下の二次元コードから申し込みください。
問い合わせ 振興協議会(☎232局 9195)



▲HPはこちら ▲申込はこちら

その他

オンラインで開催します「いばらぎ
 県央マッチングJOBフェア」

日時▼3月21日(土)午前9時~11時30分
集合場所▼歴史と未来の交流館周辺
定員▼先着15人
申・問3月3日(火)から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▽参加を明記)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.ibaraki.jpへ申し込みください。

とつかいまるごと博物館 博物館長と歩く
 植物観察会「新芽で落葉樹を区別する」

申・問3月6日(金)までに、メール(▽氏名▽学年▽電話番号▽食物アレルギーの有無)を明記で、政策推進課(koryu@vill.tokai.ibaraki.jp)へ申し込みください。
 ▲詳細はこちら



▲詳細はこちら

わかものまちづくりと サードプレイスを考える

~必要なのは正解を出す人よりも
 問いを分かち合える大人~

村では“若い世代がやりたいことにチャレンジできるまちづくり”を進めており、「わかもの会議」や「高校生まちづくりスクール」等で、若者たちが自分自身や村の未来を語り始めています。



【土肥潤也さん/NPO法人わかものまち代表理事】

次に私たちが形にしたいのは、若者たちがありのままの自分でいられる「居場所」づくり。そこに必要なのは建物だけでなく、若者の「やりたい」を信じ寄り添える大人の存在です。このセミナーでは、これからの東海村に必要な“支え手のカタチ”について講師と共に学びます。
日時▼3月8日(日)午後1時30分~4時
場所▼東海村産業・情報プラザ「アイヴィル」
定員▼30人程度
申し込み▼3月6日(金)までに、村公式ホームページから申し込みください。

【問い合わせ】地域戦略課 こどもわかもの政策担当
 (☎282-1711 内線1339)



▲村公式HP

**シルバー人材センター
 刃物研ぎ・まな板削り作業日**
日時▼3月5日(木)・16日(月)・25日(水)
 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)

**村長と直接意見交換ができます
 第138回「ふれあいトーク」**
日時▼3月14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)
その他▼当日に先着順で受け付けます。▽やりとり概要を、村公式ホームページで公表(匿名)します(個人が特定される内容を除く)。
問 政策推進課秘書広聴担当(内線1302)

東海村社会福祉協議会 臨時職員(一般事務)募集

勤務日時▼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
報酬▼月額19万6900円
申・問東海村社会福祉協議会ホームページを閲覧の上、3月13日(金)までに、東海村社会福祉協議会(☎282局 2804)へ申し込みください。



▲HPはこちら

その他▼仕上がり次第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。※まな板は午後3時以降の引き渡しとなります。
問 シルバー人材センター
 (☎282局 3446)
 ▲詳細はこちら



▲詳細はこちら