

文 スプリングフェスティバル in 水戸 2024

問合せ／観光課(☎232-9189)

水戸の桜まつり

桜で色づく春の水戸をお楽しみください。

期間／3月22日(金)～4月7日(日)

場所／千波湖

問合せ／水戸観光コンベンション協会(☎224-0441)



▼千波湖畔桜のライトアップ

千波湖畔南側の桜並木約1.5kmで、ライトアップを行います。

期間／3月22日(金)～4月7日(日)

時間／午後6時～10時

※開花状況により、期間などが変更となる場合があります。

デゴフェス2024

こども駅長記念撮影会や小型蒸気機関車の運行などを行います。

期日／5月5日(日)

時間／午前10時～午後3時

場所／千波公園デゴイチ展示場



水道低区配水塔ライトアップ

期間／3月22日(金)～4月7日(日)

時間／午後6時～9時

場所／水道低区配水塔(北見町)

問合せ／歴史文化財課(☎306-8132)



かたくりまつり

赤紫の花を咲かせるカタクリの花をお楽しみください。市内の農産物などの販売も行います。

期間／3月23日(土)～4月1日(月)

出店時間／午前9時～午後3時

場所／かたくりの里公園(有賀町)

問合せ／農産振興課(☎259-2212)

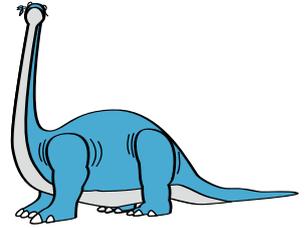


森林公園フェスティバル

期間中、そば打ち体験やネイチャーゲームなど、さまざまなイベントを実施します。

期間／4月6日(土)～5月6日(月)

場所／森林公園



▼参加者を募集します

【そば打ち体験】

期日／4月6日(土)・13日(土)・20日(土)

時間／午前9時から、午前10時から、午前11時から(各回1時間程度)

料金／3人前…3,000円 4人前…4,000円 ※調理無。1人から申込みます。

申込開始日／3月26日(火)

【こけ玉づくり】

期日／4月7日(日)・21日(日)

時間／午前10時～正午

定員／各10名

料金／1,000円(昼食代など)

申込開始日／3月25日(月)

【森のワークショップ「手作りこいのぼり」】

期日／4月14日(日)

時間／午前10時～11時30分

定員／15名

料金／200円

申込開始日／3月24日(日)

場所／森林公園森の交流センター

申込・問合せ／各申込開始日の午前8時30分から受け付けますので、電話で、森林公園森の交流センター(☎252-7500)へ

保

|| 保健福祉

暮

|| 暮らし

文

|| 文化・教養・スポーツ

暮 みと町内会・自治会カードがリニューアルします

問合せ／水戸市住みよいまちづくり推進協議会(☎228-6781)または市民生活課(☎232-9151)

町内会・自治会に加入している方が、協力店(市内330店舗以上)を利用する際に提示することで、お得な特典を受けられるカードです。



新カード(水色)は、町内会・自治会をとおして、3月以降に配布されます。旧カード(ピンク色)は、令和7年1月以降、破棄するようお願いいたします。詳細は、町内会・自治会長にお問合せください。

【みと町内会・自治会カードの運用上のルール】

- ・カードは1世帯に1枚発行しています
- ・他人に譲渡・貸与はできません
- ・住みよいまちづくり推進協議会の町内会・自治会が対象です
- ・町内会・自治会を退会する時は、町内会・自治会長に返却してください

- ・カードの色が、ピンク色から水色になります

- ・有効期限を、3年間から5年間に変更します。新カード(水色)

は、令和11年3月31日まで使用することができます
※旧カード(ピンク色)は、令和6年12月31日まで使用することができます。



【協力事業者を募集中です】

カードを提示することで協力店独自のサービスを提供いただける協力事業者を募集中です。協力事業者の情報は、市ホームページなどに掲載し、PRしています。



保 シニアライフ講座

問合せ／地域支援センター(☎297-5903)

フレイル予防に関する講座や、介護予防のための体操をする全11回の講座です。自立した生活を続けるために必要な知識を身に付けてみませんか。

日時	場所
4月15日～7月8日の月曜日 10:00から	フロイデ水戸メディカルプラザ (堀町)
4月16日～7月2日の火曜日 10:00から	五軒小学校
4月17日～7月3日の水曜日 10:00から	浜田小学校
4月18日～7月4日の木曜日 10:00から	見川小学校
4月19日～7月5日の金曜日 10:00から	笠原小学校
4月22日～7月22日の月曜日 13:30から	いきいき交流センターあかしあ (河和田3)
4月23日～7月9日の火曜日 13:30から	鯉淵市民センター
4月24日～7月10日の水曜日 13:30から	酒門市民センター
4月25日～7月11日の木曜日 13:30から	稲荷第一市民センター
4月26日～7月12日の金曜日 13:30から	水戸サン・アビリティーズ (見川町)

※いずれも所要時間は1時間程度。

対象／市内に居住する65歳以上の方

定員／各15名(定員を超えた場合は抽選)

料金／無料

申込み／4月5日(金)までに、電話で、地域支援センターへ

※抽選結果は、郵送で、申込者全員にお知らせします。

暮 路線バス「石塚・内原線」が 運行を開始します

問合せ／茨城交通(☎251-2334)または交通政策課(☎291-3804)

4月6日(土)から、土・日曜日、祝日に、城里町石塚～イオンモール水戸内原～内原駅を結ぶ路線バス「石塚・内原線」が運行を開始します。ぜひご利用ください。

暮 スクールガード登録者を募集します

問合せ／生涯学習課(☎306-8692)

登下校時の見守りや、通学路とその周辺の巡回などをするボランティアに参加しませんか。

詳細は、市ホームページをご覧ください。

申込み／随時受け付けていますので、申込書に記入し、直接または郵送、ファックス、Eメールで、水戸市生涯学習課(市役所3階、〒310-8610、☎306-8693、lifelong.learning@city.mito.lg.jp)へ ※申込書は、同課、各市民センター、市ホームページで入手できます。



保 高齢者福祉サービス

問合せ／高齢福祉課(☎232-9174)

さわやか理美容サービス

在宅で寝たきりなどの高齢者のために、理容師または美容師が自宅へ訪問して理美容サービスを行います。

対象／市内に居住する満65歳以上で、要介護3・4・5と認定された方

料金／1回1,000円(年3回まで)

必要書類／介護保険証

通院等支援サービス

車いすやストレッチャーに対応したリフト付きのタクシーで、医療機関や福祉施設への送迎を行います。

対象／市内に居住する満65歳以上で、要介護3・4・5と認定された、住民税非課税世帯の方

利用料金／最初の30分の乗車料金のうち1割 ※30分を超えた料金は自己負担。乗車料金は、事業所により異なりますので、申込時にお知らせします。

必要書類／介護保険証

はり・きゅう・マッサージ施術費助成

市に登録している施術所で、医療給付の対象にならない施術を受ける場合、施術費の一部を助成します。

対象／市内に居住する満70歳以上または身体障害者手帳1・2級の方

助成内容／1,000円の助成券を5枚交付(施術1回につき1枚まで、年1回のみ発行)

必要書類／健康保険証または身体障害者手帳

申込み／必要書類をお持ちのうえ、直接、高齢福祉課へ

※令和6年度分の申請は、3月29日(金)から受け付けます。

暮 渡里市民センターの改修工事 期間が延長になります

問合せ／市民生活課(☎232-9151)

渡里市民センターの改修工事期間が、当分の間延長となります。工事の完成時期は未定です。

同市民センターの窓口業務は、引続き移転先のいきいき交流センター長者山荘(渡里町3201-3)で行います。



税など

65歳以上の生活困窮者の
介護保険料を軽減します

世帯全員が市民税非課税で、生活に困窮している方の介護保険料を軽減します。

内容／第2・3所得段階の方の金額を第1段階の方と同額に引き下げ 軽減対象／次のすべての要件を満たす方 ①世帯の年収が、単身世帯の場合は110万円以下(世帯員が一人増えることに45万円加算) ②自己の居住用以外に土地や家屋を所有していない(生計を立てるために必要な農業用などの土地や家屋を除く) ③世帯が所有する預貯金などの合計が、単身世帯の場合は110万円以下(世帯員が一人増えることに45万円加算) ④他世帯の

令和5年度 納期のお知らせ
納期限／4月1日(月)

納付するもの	課税に関する 問合せ
介護保険料随時1期分 (昭和34年2月4日から 3月5日に生まれた方) ※納付書は3月中旬に 送付します。	介護保険課 (☎232-9194)

- 扶養控除の対象になっていない
- ⑤他世帯の健康保険などの医療保険の被扶養者になっていない
- ⑥市民税が課税されている親族と同一敷地内に住んでいない
- ⑦これまでに賦課された介護保険料に未納がない

申・問／年金支払通知書、税申告書控、給与明細書、預貯金通帳、健康保険証などをお持ちの

うえ、直接、介護保険課(☎232-9194)へ

国民健康保険税の
仮徴収

国民健康保険税の納付方法が4月から特別徴収(年金からの天引き)となる方に、仮徴収額決定通知書兼特別徴収決定(変更)通知書を送付します。

今回通知する仮徴収額は、令和5年度の国民健康保険税額をもとに、暫定的に計算したものです。すでに特別徴収により国民健康保険税を納めている方は、2月の特別徴収税額と同額を、4月から新たに特別徴収が開始になる方は、令和5年度国民健康保険税額の6分の1の金額を、それぞれ4月、6月、8月に仮徴収します。

令和6年度の国民健康保険税額の確定(7月中旬に通知)後に、仮徴収した金額を差引き、残りの額を、10月、12月、令和7年

徴収月	仮徴収期間			本徴収期間		
	4月	6月	8月	10月	12月	2月
徴収金額	次のいずれかを3回天引き ・前年度2月の特別徴収額と同額 ・前年度国民健康保険税額の6分の1			当年度国民健康保険税額から仮徴収額を差引いた金額の3分の1を3回天引き		

※特別徴収となる方でも、本人の申出により、口座振替に変更することができます。

2月の3回に分けて、年金から天引きします。

新しい副市長が就任しました

3月3日付けで、前市長公室長の小田木健治おだぎけんじが副市長に就任しました。就任にあたっての抱負を紹介します。



社会環境の変化は著しく、人口減少社会の到来、DX・GXの進展、市民の価値観の複雑化・多様化も進む中、それらに対応していくため、新たなまちづくりの指針となる「水戸市第7次総合計画」が4月からスタートします。このような時期に副市長に就任し、その責任の重さに身の引き締まる思いです。

高橋市長のもとで、「未来を創るこどもたちの育成」に重点で取り組むことはもちろん、「経済発展」、「安心して暮らせる環境づくり」の三つの取組の好循環を生み出していくことに力を尽くしてまいります。

そして、水戸に住む全ての人が安心して暮らし、幸せを感じられるききわたり魁のまちの実現に向け、精一杯努力してまいりますので、よろしくお願ひ申し上げます。

土地・家屋価格等
縦覧帳簿の縦覧

※令和6年度中に、世帯主の年齢が75歳になる世帯は、特別徴収ではなく普通徴収(納付書での納付)となり、7月中旬に納税通知書が届きます。
問／国保年金課(☎232-209526)

期／4月1日(月)～30日(火)
※土・日曜日、祝日を除く。4月7日(日)は実施。時／午前8時30分～午後5時15分 ※4月7日は午後4時まで。場／資産税課 対／市内に所在する



Face
book▶



LINE▶



年金相談

国民年金の受給資格の確認や保険料の納付などについて、下表の会場で相談に応じています。厚生年金については、年金事務所へ相談してください。

会場	相談日	時間
国保年金課	月～金曜日	8:30～17:15
赤塚出張所	火曜日	9:00～16:00
常澄出張所	毎月第2木曜日	10:00～15:30
内原出張所	毎月第3木曜日	
水戸北年金事務所 水戸南年金事務所 ※事前予約が必要です。	月曜日 (祝日の場合は翌日)	9:00～18:00
	火～金曜日	9:00～16:00
	第2土曜日	10:00～15:00

※祝日、12月29日～令和7年1月3日を除く。

年金事務所の予約方法／相談希望日の前日までに、電話で、予約受付専用電話(☎0570-05-4890)または年金事務所へ ※予約の際に、基礎年金番号、相談者と配偶者の氏名、電話番号、相談内容などを確認します。

問合せ／市国保年金課(☎232-9529)、水戸北年金事務所(☎231-2283)、水戸南年金事務所(☎227-3278)

固定資産課税台帳の閲覧

期／4月1日(月)から通年実施
※土・日曜日、祝日を除く。4月7日(日)は実施。 時／午前8時30分～午後5時15分 ※4月7日は午後4時まで。 場／資産税課 対／①固定資産の所有者 ②借地人・借家人の土地

土地または家屋の固定資産税の納税者、またはその代理の方
持ち物／本人確認書類 ※代理の方は、納税者の委任状が必要です。
問／資産税課(☎232-9141)

課税明細書で確認を

固定資産税は、毎年1月1日現在で、土地や家屋、償却資産を所有している方にかかる税金

問／資産税課(☎232-9141)
または家屋について、賃借権その他使用または収益を目的とする権利(対価が支払われるものに限る)を有する方 ③これらの代理の方 持ち物／本人確認書類 ※借地・借家人の方は、賃貸借契約書と賃借料の領収書なども必要です。また、代理の方は委任状が必要です。

申・問／3月27日(水)までに、電話またはファックスに、住所、

講座名	期日	時間
パソコン(中級)	月曜日	10:00～11:30
	水曜日	
スポーツ吹矢	月曜日	13:30～14:45
パソコン(ワード)	火曜日	13:15～14:45
押し花	第2木曜日	13:15～14:30
絵手紙	第2金曜日	10:00～11:30
ポッチャ	第2・4金曜日	13:15～14:30

募集

障害者のためのカルチャー教室

保健福祉

です。課税の対象となる方には、4月中旬に納税通知書・納付書・課税明細書を送付します。
新築住宅の減額の適用や住宅用地の軽減、建物の減失など、課税の内容を確認してください。
問／資産税課(☎232-9141)

募集

在宅医療・介護のお話会

在宅医療や介護について考えてみませんか。

日／3月28日(木)、午前10時～11時30分 場／五軒市民センター 人／20名程度(定員になり次第締切り) 料／無料 申／3月27日(水)までに、電話で水戸在宅ケアネットワーク事務局(☎228-6100)へ

募集

いちから始める人生会議

人生の最終段階における医療ケアについて皆さんでお話しませんか。

日／4月9日(火)、午後1時30分～3時 場／石川市民センター 対／市内に居住する方または医療や介護の専門職の方 人／20名(定員になり次第締切り) 料／無料 申／4月5日(金)までに、電話で、北部高齢者支援センター(☎246-6003)へ 問／同センターまたは地域支援センター(☎232-9110)

災害時はラジオなどで情報を発信します
FMぱるるん(76.2MHz)で割込み放送を行います。
水戸市公式SNSやメールマガジンなどの各種媒体でも情報を発信します。

募集

運営委員会委員など

▼みと好文カレッジ運営審議会委員

対象/市内に居住または通勤・通学する18歳以上の方
募集人数/若干名 任期/委嘱日(6月予定)から2年間
選考方法/書類審査

申込・問合せ/3月18日(月)~4月7日(日)(当日消印有効)に、申込書に記入し、直接または郵送、ファックス、Eメールで、みと好文カレッジ(〒310-0852笠原町978-5、☎303-6602、☎303-6601、✉college@city.mito.lg.jp)へ ※募集要項と申込書は、生涯学習課、みと好文カレッジ、各出張所、各市民センター、市ホームページで入手できます。

▼水戸市総合教育研究所運営委員会委員

募集人数/1名 任期/委嘱日(6月予定)から1年間
選考方法/書類審査

申込・問合せ/3月15日(金)~4月5日(金)(当日消印有効)に、申込書に記入し、直接または郵送、ファックスで、総合教育研究所(〒310-0852笠原町978-5、☎244-1331、☎244-6708)へ ※申込書は、同研究所、市ホームページで入手できます。

▼水戸市水道モニター

対象/市内に居住する20歳以上(令和6年4月1日現在)で、平日の会議に参加しやすい方 ※公務員、議員、国・県・市町村のモニターなどを除く。 募集人数/20名(定員を超えた場合は抽選) 任期/委嘱日~令和7年3月31日 内容/モニター会議(年4回程度)、施設見学など 報酬/モニター会議1回につき2,000円、アンケート1回につき1,000円 申込み/4月5日(金)までに、いばらき電子申請・届出サービスから申込み
問合せ/水道総務課(☎231-4115)



農振農用地区域からの除外・編入の申出

優良農地の保全と有効活用を図るため、法律に基づき、農振農用地区域を定めています。農地などをこの区域から除外または編入したい場合は、申出が必ず要です。

申・問/4月1日(月)~30日(火)に、直接、農政課(☎233-0181)へ

水道料金の支払いは便利な口座振替で

口座振替にすると、納付の手続きがなくなるため、大変便利です。預貯金通帳、通帳印、納

入通知書をお持ちのうえ、指定金融機関または水道部お客様受付センターで申込みください。

▼口座振替新規申込キャンペーン
アンケートに回答した方の中から、抽選で、400名に景品が当たります。詳細は、市ホームページをご覧ください。



期/3月15日(金)~7月31日(水) 問/水道部お客様受付センター(☎231-4111)

公共下水道事業 受益者負担金の申告

新たに公共下水道が利用可能になった区域の方は、受益者負担金の納付が必要になります。対象となる方には、4月上旬頃

に申告書を送付しますので、期限までに必ず申告してください。

対象区域/大塚町、笠原町、河和町、栗崎町、酒門町、杉崎町、住吉町、東野町、東前町、開江町、平須町、見川町、吉沢町、六反田町、渡里町 ※対象は、各区域の一部。 負担額/土地1㎡あたり320円
問/下水道総務課(☎232-221)

文化・教養・スポーツ

募集 市サブリリーダーズ会 会員

市サブリリーダーズ会は、市内に居住または通学する高校生に

よって組織されるボランティア団体です。市教育委員会の指導のもと、さまざまな団体や市などの事業の運営補助を行ったり、会員自ら事業の企画・準備・運営を行ったりしています。

学校外の仲間と一緒に、ボランティア活動に参加してみませんか。

対/市内に居住または通学する高校生 年会費/350円(保険料)

申・問/随時受付けていますので、入会申込書、アレルギー調査票に記入し、年会費を添えて直接、生涯学習課(☎306・8692)へ ※入会申込書、アレルギー調査票は、市ホームページで入手できます。



募集 長者山荘多世代交流 囲碁・将棋大会

子どもから大人まで、ごたごたでも楽しめます。

期/囲碁:4月13日(土) 将棋:4月20日(土) 時/午前9時30分~午後3時 場/いきいき交流センター長者山荘(渡里町) 人/各24名(定員になり次第締切り) 料/500円
申・問/3月25日(月)~4月6日(土)に、直接または電話で、いきいき交流センター長者山荘(☎230・0723)へ

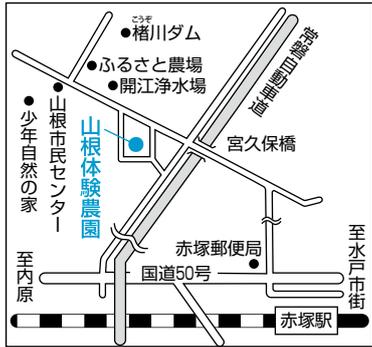
水戸市役所 ☎029-224-1111(代表) <https://www.city.mito.lg.jp>

日…日時 期…期日、期間 時…時間 場…会場、場所 対…対象
人…定員 料…料金など 申…申込み 問…問合せ …共通事項

募集
山根体験
農園利用者

自然豊かな農園で、農業体験をしてみませんか。詳細は、お問合せください。

場/山根体験農園 対/市内に居住する方 料/年間3300円(1区画、40㎡) 申/4月7日(日)の午前10時〜正午に、直接、山根体験農園へ
問/山根体験農園組合松崎方 ☎0800-1180-1207(または市農産振興課) ☎2599-2212



募集
森の文化教室

森林公園で開催する各種教室で学んでみませんか。

▼森の陶芸教室
期/4月23日〜9月の第1・3火曜日(全10回) 時/午前10時〜午後3時 人/10名 料(年額)6000円 申込開始日/3

月27日(水)

▼森の写真教室

期/5月〜令和7年2月の第1・3日曜日(全16回) 時/午前9時30分〜正午 人/15名 料(年額)1万円 持ち物一眼レフカメラ 申込開始日/3月30日(土)

▼バードカービング教室

期/5月〜令和7年2月の第2・4土曜日(全20回) 時/午後1時30分〜3時 人/若干名 料(年額)7500円 持ち物彫刻刀 申込開始日/3月29日(金)

▼森の生け花教室

期/①5月〜令和7年3月の第1土曜日(全11回) ※5月のみ第2土曜日。 ②4月30日(火)、6月〜令和7年3月の第2木曜日(全11回) 時/午後1時30分〜3時30分 人/各10名 料(1回)3000円 申込開始日/3月29日(金)

※いずれも定員になり次第締切り。 場/森林公園森の交流センター

申・問/各甲込開始日から受付けますので、電話で、森林公園森の交流センター ☎25522-7500へ

水戸緑化祭り

庭木・花苗・庭石などの販売、緑化相談、コケ玉づくり教室、

コンテナガーデンコンテストなどを行います。

期/4月1日(月)〜5月10日(金) 時/午前8時30分〜午後5時 場/千波公園さくら広場

▼コケ玉づくり教室、コンテナガーデンコンテスト

期/4月27日(土)・28日(日) 申/4月1日(月)〜25日(木)に、直接、千波公園さくら広場へ
※詳細は、お問合せください。
問/水戸緑化祭り実行委員会事務局 ☎0900-8478-4542、info@shinoh.com または市公園緑地課 ☎2599-2214

募集
スポーツ少年団
団員

種目/野球、水泳、体操、陸上、スケート、サッカー、空手道、ミニバスケットボール、レスリング、合気道、ソフトテニス、少林寺拳法、ローラースケート、ボウリング、テニス、剣道、卓球、ラグビー、バレーボール、バドミントン、フェンシング、ゴルフ、スキー、ドッジボール、柔道、ソフトボール 対/市内に居住または通学する3〜19歳の方 ※団によって対象年齢や活動費などが異なりますので、詳細は、各団へお問合せください。 申/申込書に記入し、各団が設けている受付場所へ

募集
合気道教室

※募集要項と申込書は、各学校で児童・生徒に配布されます。また、市ホームページからも入手できます。
問/スポーツ課 ☎306-8130



日時	会場	定員	申込開始日時
毎週水曜日 (第1水曜日を除く) 19:00~20:00	県武道館 柔道場	10名	4月10日(水) 19:00から
第1・3水曜日 (変更の場合あり) 19:00~21:00	双葉台市民 センター	若干名	4月3日(水) 19:00から
毎週日曜日 18:00~19:00	下大野市民 センター	10名	4月7日(日) 18:00から

※いずれも定員になり次第締切り。

期/4月から1年間 対/市内に居住または通勤・通学する中学生以上 料(年額)8000円(傷害保険料含む) 申/各甲込開始日時から受付けますので、直接、各会場へ
問/水戸市合気道連盟飯島方 ☎247-7514(または市スポーツ課) ☎306-8130



募集
日本グランプリシリーズ
2024水戸招待陸上

日/5月5日(日)、午前9時20分
午後5時 ※小雨決行。
場/ケーズデンキスタジアム水戸
料/無料
▼招待陸上

国内外の有力選手などが出場
予定です。ぜひご覧ください。

種目/100m男子・女子、1500m男子・女子、110mハードル男子、100mハードル女子、走高跳男子・女子、棒高跳男子・女子、走幅跳女子、三段跳男子、砲丸投女子、やり投女子 ※種目は、状況により変更となる場合があります。

▼チャレンジカップ

種目・対象/100m…小学3年生以上 男女混合リレー…小学校5年生以上 4x100mリレー…中学生 ※リレーは、小学生のみ男女混合。 料/小学生…500円 中学・高校生…1000円 一般…1500円
リレー(1チーム)…2000円
※当日支払。 申/4月1日(月)の午後5時までに、スポーツ振興協会ホームページ
から申込み
※詳細は、同協会



ホームページをご覧ください。
お問合せください。
問/同協会(☎243-4566)

募集

第1期種目別スポーツ教室

問合せ/スポーツ振興協会(☎241-0704)

令和6年度第1期種目別スポーツ教室の参加者を募集します。
各教室の申込方法など、詳細は、同協会ホームページをご覧ください。
※年齢は、令和6年4月1日現在。



教室名	曜日	期間	回数	時間	対象	定員	会費	受付日時	受付会場
▼総合運動公園体育館									
さわやかバドミントン	金	5/10~6/21	7	9:30~11:30	18歳以上の方(高校生を除く)	20名	4,500円	4/12(金)、9:30から整理券配布、9:45から受付	総合運動公園体育館
はつらつ卓球	金	5/10~6/21	7	9:30~11:30	18歳以上の方(高校生を除く)	30名	4,500円	4/12(金)、9:30から整理券配布、9:45から受付	総合運動公園体育館
▼総合運動公園テニスコート									
テニス	水	5/8~6/19	7	19:00~21:00	18歳以上の方(高校生を除く)	60名	5,500円	3/27(水)、9:30から随時受付	総合運動公園体育館
レディステニス	木	5/2~6/13	7	9:30~11:30	18歳以上の女性(高校生を除く)	50名	4,500円	3/27(水)、9:30から随時受付	総合運動公園体育館
▼小吹運動公園体育館									
幼児新体操	火	5/7~7/9	10	15:30~16:20	H30.4/2~R2.4/1生まれの方	30名	3,200円 別途保険料800円	4/4(木)、16:00から整理券配布、16:15から受付	小吹運動公園多目的室
キッズ新体操	火	5/7~7/9	10	16:30~17:30	小学1~4年生	30名	3,200円 別途保険料800円	4/4(木)、16:00から整理券配布、16:15から受付	小吹運動公園多目的室
▼小吹運動公園屋内プール									
アクアビクス	木	5/9~7/11	10	13:00~14:00	18歳以上の方(高校生を除く)	35名	4,000円	4/4(木)、14:30から整理券配布、14:45から受付	小吹運動公園多目的室
▼ケーズデンキスタジアム水戸									
キッズサッカー	木	5/16~7/25	10	15:00~16:00	H30.4/2~R2.4/1生まれの方	30名	4,000円	4/3(水)、15:00から整理券配布、15:15から受付	ケーズデンキスタジアム水戸
▼下入野健康増進センター屋内プール									
アクアビクス	金	4/19~6/28	10	20:00~21:00	18歳以上の方(高校生を除く)	20名	4,000円	4/5(金)、18:30から整理券配布、18:45から受付	下入野健康増進センター
▼水戸市内ウォーキングコース									
ノルディックウォーキング	土	5/11	1	10:00~12:30	18歳以上の方(高校生を除く)	30名	1,500円 (昼食代含む)	3/27(水)、9:30から整理券配布、9:45から受付	総合運動公園体育館
歴史探訪ウォーキング	土	6/1	1	9:00~13:00	18歳以上の方(高校生を除く)	30名	1,500円 (昼食代含む)	4/22(月)、9:30から整理券配布、9:45から受付	総合運動公園体育館

申込み／各受付日時に、各会場へ ※整理券を15分間配布します。配布時間内に定員を超えた場合は、抽選を行います。定員に満たない場合は、随時受け付けます。
※年齢は、令和6年4月1日現在。

募集要項などは
こちら▶



教室名	曜日	期間	時間	対象	定員	受付日時
▼総合運動公園体育館						
親子体操	水	4/10～6/26	10:45～11:45	2歳6か月～3歳児(R2.4/2～R3.10/1生)とその親	40組	3/29(金)、9:30から
幼児体育A	水	4/10～6/26	14:30～15:30	3・4歳児(H31.4/2～R3.4/1生)	50名	
幼児体育B	水	4/10～6/26	15:45～16:45	5歳児(H30.4/2～H31.4/1生)	50名	
小学生体育	水	4/10～6/26	17:00～18:00	小学1・2年生	50名	
レディススポーツ	木	4/25～R7.3/6	10:00～11:30	18歳以上の女性(高校生を除く)	50名	
▼リリーアリーナMITO						
幼児体育A	火	4/9～6/18	14:30～15:30	3・4歳児(H31.4/2～R3.4/1生)	50名	3/29(金)、13:30から
幼児体育B	火	4/9～6/18	15:45～16:45	5歳児(H30.4/2～H31.4/1生)	50名	
小学生体育	火	4/9～6/18	17:00～18:00	小学1・2年生	50名	
ストレッチヨガ	火	4/9～R7.3/11	14:00～15:00	18歳以上の女性(高校生を除く)	25名	3/25(月)、13:30から
ボディメイク	水	4/10～6/19	13:30～14:30	18歳以上の女性(高校生を除く)	25名	
ベルビクストレッチ	木	4/11～R7.3/6	14:00～15:00	18歳以上の女性(高校生を除く)	25名	3/29(金)、18:30から
ナイトヨガ	木	4/11～R7.3/6	19:30～20:40	18歳以上の方(高校生を除く)	25名	
実年健康づくり	木	4/11～R7.3/13	14:00～15:30	50歳以上の方	30名	3/27(水)、13:30から
リラックスヨガ	金	4/12～R7.3/21	13:30～14:40	18歳以上の女性(高校生を除く)	25名	
レディススポーツ	金	4/12～R7.3/14	10:00～11:30	18歳以上の女性(高校生を除く)	30名	
▼小吹運動公園体育館						
らくらくエアロ	火	4/9～R7.3/11	10:00～11:00	18歳以上の女性(高校生を除く)	20名	3/26(火)、9:30から
Kidsダンス	水	4/24～7/3	16:00～17:00	3～5歳児(H30.4/2～R3.4/1生)	20名	
ビホ健康体操A	金	4/12～R7.3/7	10:00～11:30	18歳以上の女性(高校生を除く)	25名	3/26(火)、13:30から
ビホ健康体操B	金	4/12～R7.3/7	13:30～15:00	18歳以上の女性(高校生を除く)	25名	
ビホ健康体操C	木	4/11～R7.2/27	10:00～11:30	18歳以上の女性(高校生を除く)	25名	
実年健康づくりA	金	4/12～R7.3/7	10:00～11:30	50歳以上の方	35名	3/26(火)、9:30から
実年健康づくりB	金	4/12～R7.3/7	14:00～15:30	50歳以上の方	35名	
▼常澄健康管理トレーニングセンター						
レディススポーツ	火	4/9～R7.2/18	10:00～11:30	18歳以上の女性(高校生を除く)	40名	3/28(木)、9:30から
幼児体育A	木	4/11～6/27	14:25～15:25	3・4歳児(H31.4/2～R3.4/1生)	40名	
幼児体育B	木	4/11～6/27	15:50～16:50	5歳児(H30.4/2～H31.4/1生)	40名	
▼内原ヘルスパーク						
コンディショニングヨガ	木	4/11～9/5	①18:30～19:30 または②19:45～20:45 ※毎回、 選択できます。	18歳以上の方(高校生を除く)	60名	3/28(木)、18:30から
幼児体育A	金	4/12～6/28	14:30～15:30	3・4歳児(H31.4/2～R3.4/1生)	40名	3/28(木)、13:30から
幼児体育B	金	4/12～6/28	15:45～16:45	5歳児(H30.4/2～H31.4/1生)	40名	
シェイプアップ	金	5/10～6/14	9:30～11:00	18歳以上の方(高校生を除く)	20名	
▼ケーズデンキスタジアム水戸						
機能改善ヨガトレ	火	4/16～7/30	10:00～11:00	18歳以上の方(高校生を除く)	20名	4/3(水)、9:30から
sintex®～肩こり・腰痛・ 股関節改善体操～	木	4/18～7/4	14:00～15:00	18歳以上の方(高校生を除く)	20名	
▼下入野健康増進センター						
ママとベビーの スキンシップ	火	4/16～7/2	10:00～11:00	6か月～2歳6か月児(R3.10/1～R5.10/1)とその親	15組	3/27(水)、9:30から
Dayタイムヨガ	水	4/17～7/24	13:00～14:00	18歳以上の方(高校生を除く)	25名	4/5(金)、13:30から
ナイトヨガ	水	4/17～6/19	19:00～20:00	18歳以上の方(高校生を除く)	25名	4/4(木)、18:30から
Zumba®	木	4/18～7/25	19:00～20:00	18歳以上の方(高校生を除く)	25名	4/4(木)、18:30から
シェイプアップ	木	5/16～6/13	9:30～11:00	18歳以上の方(高校生を除く)	20名	4/5(金)、9:30から
コアトレーニング	金	4/12～7/26	10:30～11:30	18歳以上の方(高校生を除く)	15名	3/27(水)、9:30から
らくらくエアロ	金	4/19～6/28	18:30～19:30	18歳以上の方(高校生を除く)	25名	4/5(金)、18:30から