

自衛隊への個人情報提供における除外申出の受付を開始します

町では、法令に基づく依頼により、自衛官等募集事務にかかる募集対象者情報（氏名・住所・生年月日・性別）を、自衛隊に情報提供しています。

個人情報の提供を望まない場合は、「除外申出」の手続きをしていただくことにより、自衛隊へ提供する情報から除外します。

▶**対象者** 茨城町に住民登録がある日本人住民のうち、令和7年度に18歳または22歳になる方
 〔・平成19年4月2日～平成20年4月1日生まれの方〕
 〔・平成15年4月2日～平成16年4月1日生まれの方〕

▶**受付期間** 令和7年4月1日～5月30日（必着） ※土・日・祝日を除く

▶**手続方法** 除外を希望する場合は、窓口または郵送にて必要書類を提出してください。
 なお、申出書等は町ホームページからもダウンロードが可能です。

▶**必要書類** ①除外申出書 ②添付書類（下の表を確認してください。）



申出ができる人	対象者本人	対象者の法定代理人	任意代理人 (法定代理人以外の代理人)
添付書類	○対象者本人の本人確認書類の写し	○対象者本人の本人確認書類の写し ○法定代理人の本人確認書類の写し ※同一世帯でない場合は対象者本人との関係が分かる書類（戸籍謄本等）	○対象者本人の本人確認書類の写し ○任意代理人の本人確認書類の写し ○委任状

※本人確認書類：マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、健康保険証など

【問合せ先】 地域政策課 ☎ 029-215-8003（直通）

防災行政無線の放送内容の確認にご利用ください

登録制メール配信サービス

放送内容を、放送と同時にメールで配信します。

登録用二次元バーコードはこちら↓



防災行政無線テレフォンサービス

放送内容が、自動音声で流れます。

☎ 0800(800)8848(無料)

また、町ホームページにも放送内容を掲載しています。

【問合せ先】

総務課 防災・危機管理グループ
 ☎ 029(240)7125(直通)

いつでもからの健康相談
 (事前予約制)

町では、毎月第3水曜日（午前9時～11時30分）に健康相談の時間を設けています。自分や家族のこころ・からだの健康に関することなど、お気軽に町の保健師にご相談ください。

ご希望の方は、お問い合わせください。

【予約・問合せ先】 健康増進課
 ☎ 029(240)7134(直通)

第2回 100歳でも元気に動ける体づくり講習会

超高齢社会に対応できる、器具を使用しないで行う「筋肉調整と自重

スロー筋肉トレーニング」運動講習会を開催します。

▼日時 4月22日(火)、24日(木)、26日(土) ※全3回

(受付 午後1時30分～4時
 午後1時～1時30分)

▼場所 笠間市友部公民館 多目的ルーム（笠間市中央3-3-16）

▼対象 茨城県内に居住する60歳以上の方で、医師から運動制限をされていない方

（極力、3日間全日程の出席をお願いします）

▼募集人数 50人
 （応募者多数でご参加いただけない場合は、4月10日までにご連絡します）

▼料金 1,000円(保険料・資料代等 ※当日受付預かり)

▼持参するもの バスタオル等、運動靴（靴底が汚れていないもの）

▼講師 茨城県ポデイビル・フィットネス連盟理事長 磯野武夫（筋肉調整整体・筋トレジム健康塾）

▼申込方法 所定の申込書でお申し込みください。申込書の様式は左記の施設に備え付けています。

・笠間公民館、友部公民館、岩間公民館の各ロビー
 ・茨城県ポデイビル・フィットネス連盟

・筋肉調整整体・筋トレジム健康塾

▼申込締切 3月31日(月) 必着

【申込・問合せ先】
 筋肉調整整体・筋トレジム健康塾（磯野）

☎ 090(5411)6875
 笠間市矢野下1379-13

編集・発行／茨城町 町長公室 秘書広聴課

〒311-3192 茨城県東茨城郡茨城町小堤1080 ☎ 029-292-1111 FAX 029-292-6748