



筑波地域包括支援センター

かわら版第**100**号

発行日:令和8年8月1日

☎:828-5806

北条1184-1



筑波地域包括支援センターは、つくば市からの委託を受け、筑波圏域に設置された平成29年10月から令和8年7月で8年と9か月が過ぎました。地域の皆様に支えられながら、かわら版発行も**100**号を迎えることができました。筑波圏域は、総人口の減少と高齢者(65歳以上)の方々の増加が特徴で、つくば市を7つの圏域に分けた時の高齢化率が39.58%(令和8年4月1日時点)と、一番高い高齢化率であることが特徴です。以前は、荃崎地区が一番高い高齢化率でしたが、令和5年10月1日時点の統計で筑波地区が荃崎地区の高齢化率を上回りました。また、人口減少に伴い、平成30年に7小学校と2中学校が統合され、小中一貫校の秀峰義務教育学校が誕生しました。

筑波圏域は、近隣関係や親戚関係が残っており、豊かな自然、おいしい農産物、筑波山や宝篋山。今はワインやビール、日本酒の酒蔵も多く、観光客が多く見られます。

筑波地域包括支援センターは、圏域の特徴を活かしながら、出来る限り住み慣れた土地で住み続けられるよう、住民の方々の相談しやすい窓口として、今後も活動して参ります。

ご相談は無料で、お電話や窓口、ご自宅にもお伺いできます。秘密は厳守します。お気軽に、安心して筑波地域包括支援センターにご相談ください。

【筑波地域包括支援センター担当区域】

明石、安食、池田、泉、磯部、臼井、漆所、大形、大貫、小沢、小田、上大島、上沢、上菅間、神郡、北太田、君島、国松、小泉、高野原新田、小和田、下大島、杉木、田中、田水山、筑波、作谷、寺具、中菅間、沼田、平沢、北条、洞下、水守、山木、山口、和台、和台原





かわら版発行「100」回にちなんだ クイズ・などなど



①.【などなど】100から1を引くと、何色になるでしょう？
ヒント：数字を漢字で表してから考えてみてください！

②.【クイズ】100円玉に描かれている花は梣である。
○か×か？
ヒント：自分の財布にある100円を見ててください！



クーリングシェルター
はご存知ですか？



このポスターが目印
場所は、つくば市HPで
確認してね！



つくば市は、暑い日にどなたでも涼める場所「クーリングシェルター」を設置しています。危険な暑さから身を守っていただくだけでなく、涼しい場所に集まることでまち全体の省エネ・節電にもつながります。



【クイズの答え】

I：白

【一言メモ】

白は膨張色で黒は収縮色とよく言われます。同じ大きさでも、膨張色の白の方が5%ほど大きく見えるそうです。そのため基石の大きさは黒の方が若干大きく作られています。

II：○(梣)

【一言メモ】

梣のモチーフはソメイヨシノではなく、日本の山野に自生する在来種のヤマザクラで、花と葉が同時に開く自然な姿が特徴です。