

SHOPPING GUIDE

04 佐野プレミアム・アウトレット



国内外の著名ブランドが約180店舗揃う、関東最大級のアウトレットセンター。三毳（みかも）山を背景に、アメリカ東海岸の都市をイメージした緑豊かな環境で、アウトレットショッピングを楽しめます。



03 イオンモール下妻

下妻市民の大きな暮らしの支えとなっているショッピングセンター。イオン下妻店をメインテナントに、ファッショニング、飲食、サービスなどの専門店で構成され、現在100店舗があります。最新の映画が楽しめるイオンシネマも併設。休日を過ごす場所としても最適のスポットです。



つくば駅前の街並み

05 コストコ



車で
25分

国内18番目の出店として2013年7月にオープンしたコストコホールセールは、高品質な優良ブランド商品をできる限りの低価格にて提供する会員制倉庫型店舗です。幅広い商品の品揃えに加え、ニーズに合わせた買い物が楽しめる専門店としての便利なサービスも備えています。



研究学園駅



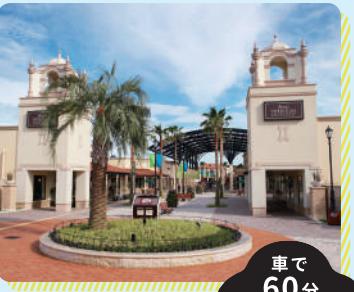
02 イーアスつくば

つくばエクスプレス研究学園駅北側に立地する北関東最大級の複合型ショッピングセンター。屋内と屋外にメインテナント10店とモール専門店211店舗があります。コミュニティ放送局「ラヂオつくば」のサテライトスタジオ、介護ロボットメーカー・CYBERDYNEの「CYBERDYNE STUDIO」などが併設しています。



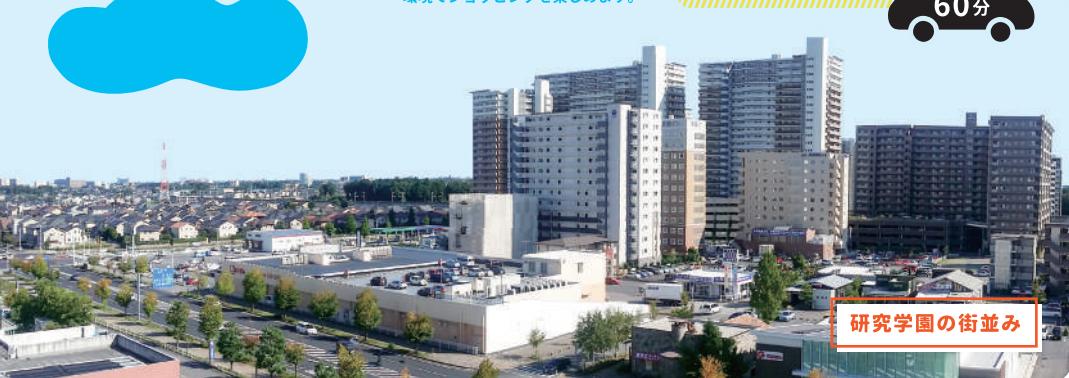
車で
25分

150店舗を有する大型アウトレットストア。圏央道・阿見東インターチェンジ直結でアクセス便利。アメリカ西海岸をイメージした緑豊かな環境でショッピングを楽しめます。



車で
60分

研究学園の街並み



下妻なら
高度医療も
身近に！



下妻市内から高度医療実施機関のある
つくば市まで車でおよそ30分。

最先端の医療現場までも、迅速なアクセスが可能です！



つくば記念病院
心臓手術、脳外科手術、骨髄移植、
消化管内視鏡手術などの高機能医療を提供



つくば
筑波メディカルセンター病院

救命救急センター・地域がんセンターを擁し、
脳・心臓・肺・乳腺・小児など
幅広い高度医療に対応



総合
病院

市内にある、救急科や入院設備
のある総合病院。もしものときも、
近くにあれば安心です。

ひらま
平間病院 救急 入院 ☎ 0296-43-5100 下妻市江2051

こなん
湖南病院 救急 入院 ☎ 0296-44-2556 下妻市長塚48-1

かるべ
軽部病院 入院 ☎ 0296-44-3761 下妻市下妻乙398-1

安全・安心
毎日を過ご
で健康的な
せるように。

健康サポート 下妻医療

navi



診療所

市内には他の診療所も充実
しています。頼りになる
「町のお医者さん」がたくさん！



なかやま
中山医院

科 内科/小児科/外科 他

さかいり
坂入医院

科 内科/心療内科 他

みつやま
三津山クリニック

科 内科/小児科 他

わたなべ
渡辺クリニック

科 内科/小児科/外科 他

きくやま
菊山胃腸外科医院

科 内科/胃腸科

さぬまこはん
砂沼湖畔クリニック

科 内科/外科/皮膚科/小児科 他

とき田クリニック（湖南病院外来）

科 内科/外科/皮膚科/泌尿器科 他

とやまクリニック

科 内科

あさだ
浅田医院

科 内科/小児科/耳鼻咽喉科

ふるはし
古橋医院

科 内科/消化器科/小児科

なかくさ
中岡産婦人科医院

科 婦人科

しもじょう
下條整形外科

科 整形外科/リハビリテーション科/内科 他

ふるはし
古橋耳鼻咽喉科医院

科 内科/耳鼻咽喉科

かくらい
加倉井皮膚科クリニック

科 皮膚科

こうさか
高坂眼科医院

科 眼科

院長
宇津野 博先生

安心サポート！下妻市内にある
産婦人科と小児科の2院のご紹介です。

うつの
宇津野医院 産科 婦人科

妊娠中、出産、産後も親身なケアを



院長
宇津野 博先生

BFI認定クリニックであり母乳育児を
推奨、支援しています。家族や周りの人
のお母さんと赤ちゃんへのサポートも
重視し、当院のスタッフも一人一人の
心強い味方であります。

☎ 0296-45-0311 下妻市下妻丁373-15

科 産科/婦人科 休 木曜/日曜/祝日

時 午前8:30~12:00 午後14:00~17:30 ※土曜日は17:00まで

<http://homepage3.nifty.com/utsuno-clinic/>

まつだこどもクリニック 小児科

子どもの身体と心の健康のために



院長
松田 恭寿先生

新生児の受け入れも行っています。市
内外の産科や小児科、大学病院と連携
し、スムーズな治療を目指します。子
どもたちや見守る人の心のケアも重視
しています。

☎ 0296-30-5558 下妻市長塚423-1

科 小児科 休 木曜午後/土曜午後/日曜

時 午前9:00~12:00 午後16:00~19:00

<http://www.matsuda-kodomo.com/>

下妻市内の 保育施設・幼稚園・児童クラブ



園庭
ひろひろ♪

小規模 保育施設

もみの木フレンズ 私立 認可
定 0歳～2歳児 18名



元気
いっぱい

保育園

下妻保育園 公立
定 0歳～5歳児 100名

きぬ保育園 公立
定 0歳～5歳児 120名

西原保育園 私立 認可
定 0歳～5歳児 70名

下妻小友幼稚園 私立
定 3歳～5歳児 105名

上妻幼稚園 公立
定 4歳児60名・5歳児70名

騰波ノ江幼稚園 公立
定 4歳児30名・5歳児35名

高道祖幼稚園 公立
定 4歳児30名・5歳児35名

法泉寺保育園 私立 認可
定 0歳～5歳児 250名

大宝保育園 私立 認可
定 0歳～5歳児 110名

ふたば文化 ぶんか 私立
定 3歳～5歳児 120名

大宝幼稚園 公立
定 4歳児30名・5歳児35名

豊加美幼稚園 公立
定 4歳児30名・5歳児35名

ちよかわ幼稚園 公立
定 4歳児60名・5歳児70名

下妻いずみ幼稚園 私立
定 3歳～5歳児 70名

いち、に、
さん！



放課後 児童クラブ



みんなで
教え合って…

下妻小学校児童保育クラブ
下妻小学校内

下妻小学校第二児童保育クラブ
下妻小学校内

プレールアフタースクールクラブ
西原保育園隣接地

大形小学校児童保育クラブ
大形小学校内

宗道小学校児童保育クラブ
福祉センターシルピア別館内

宗道小学校第二児童保育クラブ
千代川公民館内

豊加美学童クラブとよっこ園
豊加美小学校近郊

やはた学童クラブ
大宝保育園隣接地

第二やはた学童クラブ
大宝保育園隣接地

もみの木学童クラブ
もみの木ふれあい広場

弘徳保育園学童クラブ
旧弘徳保育園内

いずみ学童クラブ
下妻いずみ幼稚園内

騰波ノ江小学校児童保育クラブ
騰波ノ江小学校内



安心 のびのび しもつまの子育て

下妻市は

子どもたちがのびのび過ごせる
環境づくりをしています



充実・安心の子育て環境

2015年秋現在、市内には、保育園が7園、小規模保育施設が1園、幼稚園が9園、放課後児童クラブが13クラブあり、お子様を安心して預けられる環境が充実しています。地域が一体となって、子どもの成長を見守っています。

撮影協力：もみの木保育園／プレールアフタースクールクラブ

さぬま 砂沼広域公園

四季折々の砂沼の風景を散策できるスポット。遊歩道は足腰に優しいゴムチップなのでお子様連れにも安心です。園内には10個のプールで遊べるサンビーチも（詳細は2ページへ）。

[INFO] ☎ 0296-43-6661

（砂沼広域公園管理事務所）

⑩ 下妻市長塚乙4-1

⑩ 8:30～17:00

※テニスコート・多目的広場はナイター有（4/1～11/30）日没～21:00（要予約）

⑩ 第1水曜（祝日の場合、翌日）、12/31、1/1



家族でゆったり
広大な砂沼を満喫



親子でミニバイク教室も
体験できるサーキット



筑波サーキット

日本有数の超テクニカルなレイアウトのサーキット。そんな場所で、学校や自宅では経験できない親子ミニバイク教室を安全に楽しむことができます。

[INFO] ☎ 0296-44-3146

⑩ 下妻市村岡乙159

⑩ 開催イベントにより異なります。
お問合せ下さい。

⑩ 月曜

<http://www.jasc.or.jp/>



小1～6歳までの未経験者対象で、自転車に乗れば参加OK！
保護者の同伴で各組1時間度。
参加費：2,500円
※価格は税込・保険料込です。
問合せ：親子ミニバイク教室係

大宝八幡宮

創建は大宝元年（701年）で関東では最古の歴史を誇る八幡宮です。神社境内には本格的な土俵があり、毎年6月には高砂部屋と錦戸部屋が合宿に訪れ、「わんぱく相撲下妻場所」も開催されます。

[INFO] ☎ 0296-44-3756

⑩ 下妻市大宝667 ⑩ 8:30～17:00

⑩ 無休（祭典などにより変更有）

<http://www.daiho.or.jp/> ★大宝駅から徒歩3分



食事・休憩に立ち寄りたいのが大宝八幡宮鳥居内のゑびすや。名物のおだんごは、もちもちの2色の団子に餡を絡めて頂きます。（税込540円）



親子で楽しく
図書館に通おう♪



下妻市立図書館

近代的デザインの開放的な館内。本だけでなくCD、DVDの貸し出しや、パソコンでインターネットの利用も可能。図書カードは可愛らしいシモンちゃんデザイン♪

[INFO] ☎ 0296-43-8811

⑩ 下妻市砂沼新田35-1 ⑩ 9:00～21:00（平日の開館は10:00～19:00）

土日祝は17:00まで

⑩ 月曜、館内整理日、年末年始

<http://www.lib.shimotsuma.ibaraki.jp/>

絵本や紙芝居、手遊びなどの楽しい読み聞かせが毎月第2土曜と第4日曜にあります。他にも映画会やイベントも開催されます。



物語に親しむ読み聞かせ

家族で 遊ぼう学ぼう

in下妻

春は圧巻の200万本のポピー畑 目的に合わせて楽しもう！

小貝川ふれあい公園

フラワーゾーンでは5月に200
万本のポピーが咲き誇り、た
くさん的人で賑わいます。

美しいポピーのじゅうたん！



ネイチャーセンター



ネイチャーセンター内水族館



バーベキュー場

国蝶オムラサキが生息する園内。約20種の遊具で遊べることも広場、昆虫やかわいい魚が観察出来るネイチャーセンター、優しい木漏れ日の中で楽しむバーベキュー場など、楽しく遊べるスポットが盛りだくさんの公園です♪



[INFO] ☎ 0296-45-0200

（小貝川ふれあい公園内ネイチャーセンター）

⑩ 下妻市堀籠1650-1

⑩ 施設内で異なります。お問合せは8:30～17:15

⑩ 月曜（祝日の場合、翌日）、年末年始

下妻市の中学校

市内にある3つの中学校は、下妻中学校の建て替え完了により、どの中学校に通っても設備の整った新しい校舎で学べます。また、グラウンドは、野球部、サッカー部などの各運動部が別々で練習ができる広さが確保され、都会の学校にはない最高の練習環境が整います。少年団からの継続的な活動により、全国大会、関東大会に出場する運動部も多く、各中学校とともに活発に取り組んでいます。

下妻市立千代川中学校

創設:昭和33年 / **生徒数:**284名

強風対策を考慮した建物の配置で、周辺建物に呼応した勾配屋根を採用するなど、地域性を考慮した校舎。木材を採用した内装は温かみのある空間です。

下妻市立東部中学校

創設:昭和40年 / **生徒数:**387名

平成24年春に新校舎が完成し、設備が整った学習環境で有意義な時間を作っています。教室は窓が大きいので明るく快適です。

下妻市立下妻中学校

創設:昭和22年 / **生徒数:**619名

平成28年度に着工し、平成30年春には新校舎が開校する予定の下妻中学校。周囲を広大な砂浜に囲まれ、のびのびと充実した生活ができる環境が整います。

※完成予想図

市内には肢体不自由教育のための支援学校もあります

■ 茨城県立下妻特別支援学校

下妻市の 教育環境の整備に力を注ぐ下妻市はココが違う！

小学校・中学校の紹介

下妻市的小学校

下妻市では、学校施設の耐震化を最重要課題として、耐震補強工事や建て替えを進めてきました。平成26年度末には、市内全小学校の耐震化を完了させ、児童の安全・安心と災害時における地域住民の避難所としての機能も確保しています。また、耐震補強工事の際に教室やトイレなどを新しくリフォームした学校もあり、子どもたちにも好評です。

| | | |
|--|---|--|
| <p>① 下妻小学校 (児童数679名)</p> <p>④ 大宝小学校 (児童数219名)</p> <p>⑦ 高道祖小学校 (児童数212名)</p> | <p>② 上妻小学校 (児童数359名)</p> <p>⑤ 騰波ノ江小学校 (児童数115名)</p> <p>⑧ 宗道小学校 (児童数340名)</p> | <p>③ 総上小学校 (児童数101名)</p> <p>⑥ 豊加美小学校 (児童数163名)</p> <p>⑨ 大形小学校 (児童数184名)</p> |
|--|---|--|

※児童・生徒の数は平成27年5月1日現在のものです。

小学生を対象にした スポーツ少年団が盛ん！

充実した運動施設と熱心な指導者のもと、関東大会や全国大会で活躍する競技もあります。多数のスポーツ少年団が熱心に活動しています！

下妻市スポーツ少年団一覧

| | | |
|--|--|--|
| <p>野球</p> <ul style="list-style-type: none"> ・下妻リトルジャイアンツ ・リトルやはた ・リトル大和 ・上妻ファイターズ ・総上ロッテ ・豊加美ライナーズ ・高道祖ヤングタイガース ・蚕飼リバース ・宗道ニューモンキーズ ・宗道サンライズ | <p>ミニバスケットボール</p> <ul style="list-style-type: none"> ・下妻ジャスティスJr. ・下妻ミニバスケットボール ・騰波ノ江ミニバスケットボール ・千代川ミニバスケット | <p>バドミントン</p> <ul style="list-style-type: none"> ・下妻バドミントン |
| <p>空手</p> <ul style="list-style-type: none"> ・健康総合空手道会 ・空手道優和会 | <p>柔道</p> <ul style="list-style-type: none"> ・優心塾(下妻柔道) ・高道祖柔道 ・千代川柔道少年団 | <p>下妻市スポーツ少年団では、各団の活動のほかにも、全体の交流会として『親子ふれあい筑波登山』『ゴミ拾い奉仕活動』『駅伝・マラソン大会』などを開催しています。少年団を通して友達の輪を広げることや、親子の絆を深めることもできるでしょう。</p> |

問合せ先

下妻市スポーツ少年団事務局
TEL.0296-45-8997 (直通)

17 下妻市に住もう。

下妻市に住もう。16



下妻第二高等学校

女子高として開校したのち、1993年に男女共学となつた下妻二高。古き良き伝統の上に新たな伝統を確立している高校です。“文武二道”を目指し、部活動では、運動部が全国大会や関東大会出場、文化部のインターハイと呼ばれる全国総合文化祭では、書道部が2014年の茨城大会で特別賞を受賞するなど大きな成果をあげています。進学実績も飛躍的に伸び、課外授業やサテライト教室の充実など学習環境も整います。部活動で心と体を鍛え、感性を磨き、学習活動で新たな自分を発見・挑戦し続けている学校です。



ここがすごいぞ！下妻二高

1. 運動部など部活動が盛ん！



近年、甲子園出場も果たした野球部ははじめ7割を超える生徒が部活動に加入！

2. 海外修学旅行と語学研修



修学旅行はグアムにて伝統や戦争の歴史を学び、海でのレジャーで思い出作りも。

3. 進路への意識・啓発



大学や専門学校進学へのプログラムが充実！OBなどによる講演会も開かれます。

下妻から通学できる 主な市外の進学校と特別支援学校

一高・二高以外にもスクールバスや公共交通機関を利用して通学できる学校が多くあることも下妻市の魅力のひとつです。近年は県立の中高一貫校も2校できるなど、有名大学への進学に向けた選択肢も増えています。また、市内には小中高で通える特別支援学校もあります。



肢体不自由教育のための支援学校
県立 下妻特別支援学校
→下妻駅から車で10分程

下妻の高校自慢！

歴史と伝統、活気 あふれる下妻の学び舎

下妻第一高等学校

2017年に創立120年を迎える、輝かしい伝統と豊かな実績を持つ下妻一高。為桜学園とも愛称される一高は“世界に輝け為桜学園「光」プロジェクト”を昨年からスタートし、生徒の海外研修や、難関大学合格を目指した学習への取り組みが行われています。自習環境が整う学習館は休日も開放し、多くの生徒が利用。全国規模で活躍を目指す部活動、地域探究などの地域交流も盛んです。“文武不岐”的精神にのっとり、学力向上とバランスのとれた心身の発達を目指して、充実した高校生活が送れます。



ここがすごいぞ！下妻一高

1. 国公立大学の合格者多数！



国公立大学の合格者は14年連続で100名突破！（うち8~9割が現役合格！）

2. 為桜グローバルプログラム



希望者によるホームステイ型の海外研修あり！日本で味わえない貴重な体験です。

3. 水海道一高との定期戦！



60年以上続く伝統の運動部対抗戦！運動部でない生徒も応援団と盛り上がりります。

筑波大学へ多くの合格者を輩出する難関校

県立 竹園高等学校 (つくば市)
→下妻駅から関鉄パープルバスなど

特色ある教育で有名大学への進学を目指す
県立 並木中等教育学校 (つくば市)
→下妻駅から関鉄パープルバスなど

スクールバス1本で通える県立の中高一貫校
県立 古河中等教育学校 (古河市)
→下妻駅をはじめ市内からスクールバスの運行あり

茨城県内最難関の私立学校

私立 江戸川学園取手中・高等学校 (取手市)
→常総線守谷駅下車後スクールバスまたは寺原駅下車徒歩25分

多彩なコースで有名大学への進学にも力を入れる
私立 土浦日本大学中等・高等学校 (土浦市)
→下妻駅をはじめ市内からスクールバスの運行あり

甲子園で全国区の知名度。多彩なコースあり
私立 常総学院中学校・高等学校 (土浦市)
→下妻駅をはじめ市内からスクールバスの運行あり

研究者子弟の教育を目的に創立。クラブ活動も活発！

私立 茗溪学園中学校・高等学校 (つくば市)
→常総線石下駅よりスクールバスの運行あり

日本大学への内部進学が中心
私立 岩瀬日本大学高等学校 (桜川市)
→常総線下館駅でJR水戸線に乗り換え、羽黒駅下車徒歩10分

筑波研究学園都市内に位置

私立 つくば秀英高等学校 (つくば市)
→下妻駅をはじめ市内からスクールバスの運行あり