

つちうら

August 8
2009 No.1009
平成21年8月18日発行

観光 帆曳船

操業のご案内



10/18日までの
毎週土・日、祝日

問 土浦市観光協会(☎824-2810)、土浦市観光案内所(☎821-4166)

帆曳船 見学船運航

乗船場所/土浦港内各乗り場(川口二丁目)
乗船時刻・料金/●ラクスマリーナ…午後1時30分(約30分間)、大人1500円・小人750円
●常陽観光……………午後1時25分(約50分間)、大人1680円・小人840円
※天候などにより中止になるときもありますのでお問い合わせください。

定額給付金の申請期限が迫っています

申請締切までに申請がなかったときは、給付辞退の取り扱いとなります。
また、申請書が届いていない方は、お問い合わせください。

申請締切/10月1日(休)(必着)
定額給付金事業推進室
(☎内線2001~5)

乳児用ベビーシートを貸し出します

とき/9月13日(日) 午前9時~9時30分
ところ/市役所本庁舎前

貸出期間/1年間
貸出台数/約30台
負担費用/2000円(クリーニング代ほか)

申込資格/市内に居住するお
おむね1歳児まで(体重10kg
未満、身長75cm以下)の保護
者または10月末日までに出産
予定の方

申込方法/電話で
申込期間/9月7日(月)~9日

(※) 午前9時~午後5時
※当日、運転免許証の写しを持
持参してください。

申問生活安全課(☎内線2298)

休日納税・休日納税相談

とき/8月30日(日) 午前9時~午後4時
ところ/納税課(市役所本庁舎1階)

取扱税目/固定資産税、軽自動車税、市・県民税、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料

※口座振替の手続きを希望の方は、金融機関またはゆうちよ銀行の預金通帳と届出印をご持参ください。
問 納税課(☎内線2359、2233)

8月の納税

市・県民税…第2期
国民健康保険税・介護保険料・
後期高齢者医療保険料…第2期

親から子へと 税を話して 明るい未来

- ・納期限は8月31日(月)です。
- ・納税には、便利な口座振替をご利用ください。

問 納税課(☎内線2230)

INFORMATION
情報ひろば

土浦市役所 ☎826-1111
マイシティつちうら
土浦ケーブルテレビ アナログ2ch、デジタル11ch(111ch)【毎日9:00/12:00/15:00/18:00、土・日は17:00/21:00の各15分間】まちの話題やニュースをお届けします。
さわやかTODAY土浦
茨城放送(1458KHz)【第3日曜日9:45~10:00】市内のイベント情報や市民の声を紹介します。
テレホンサービス ☎823-1188



金婚をたたえる集い

とき／11月13日(金)
●受け付け・記念撮影…午前8時30分～10時
※夫婦ごとの写真撮影です。
●式典・祝宴…午前10時30分～午後1時
ところ／ラ・フォレスト・デイ・マニフィカ(東真鍋町1-36)
内容／祝状贈呈、会食、アトラクション
対象者／市内に居住し、今年の12月31日までに結婚生活50周年(昭和35年に結婚)を迎える夫婦、および既に該当している方で集いに参加されたことのない夫婦

土浦地区幼稚園 合同説明会

公立・私立幼稚園にお子さんの入園を予定している方は、ぜひご参加ください。
とき／9月2日(水) 午前10時～11時30分
ところ／水郷体育館
内容／幼稚園の概要についての説明、面談による質疑応答、資料の配布など
持参するもの／上靴
園子育て応援ペンギンくらび

平成22年成人式

とき／平成22年1月10日(日) 午後1時30分～4時30分(受け付けは午後0時30分から)
ところ／市民会館
対象者／平成元年4月2日から2年4月1日生まれの方(土浦市に住民登録のある方は、11月下旬までに案内状を送付します)
※住民登録をしていなくても式典に参加できます。
園青少年課(☎826・3455)

都和児童館 母親クラブ

とき／9月29日(水) 午前10時～11時15分
ところ／都和児童館
内容／歌、たいそう、手遊び、消防士による講話、消防車の見学、水消火器の体験
対象者／市内に居住する未就園児とその親
定員／15組(先着順)
申込方法／電話または直接
申込期間／9月7日(月)～28日(水)

身近な人の飲酒や薬物の問題でお悩みの方へ
同じ経験をした仲間と心を開いて話し合いませんか。
とき／9月13日(日) 午後2時～4時(受け付けは午後1時30分から)
ところ／男女共同参画センター(ウララ2 7階)
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。
申間NPO法人アラノンジャパングソ事務局(☎03・5483・3313)

土浦小学校校舎及び屋内運動場改築検討委員会を開催します

とき／8月24日(月) 午後1時30分から
ところ／土浦小学校 1階会議室
内容／土浦小学校校舎及び屋内運動場改築検討委員会の設立、学校施設の現況、今後の予定など
傍聴者定員／10人(先着順)
傍聴手続／当日会場で(午後1時から1時30分まで)
園学務課(☎内線5111、5112)



広告



広告

日弁連創立60周年記念無料法律相談会

弁護士が、面談による法律相談をお受けします。

とき／9月7日(月) 午前10時～正午、午後1時～3時
 ところ／亀城プラザ4階 第4会議室

定員／50人(先着順)
 申込方法／電話で

甲斐茨城県弁護士会土浦支部事務局(☎821・0122)

茨城県自由業団体連絡協議会無料相談会

不動産鑑定士や社会保険労務士などが、法律や行政、税務、会計、労働・社会保険、不動産の相談をお受けします。

とき／9月6日(日) 午前9時30分～午後3時(受け付けは午後2時30分まで)

ところ／水戸市民会館 会議室(水戸市中央一丁目4-1)
 甲斐茨城県不動産鑑定士協会(☎029・246・1222)

陸上自衛隊の夜間飛行訓練

とき／9月1日(火)～3日(木)、8日(火)～10日(木)、15日(火)～17日(木)、29日(火)・30日(火)

各週2日間 日没から約3時間以内
 ところ／陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場および同周辺空域

機種／ヘリコプター
 陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校総務課(☎842・1211 内線3420)

浄化槽をお使いの皆さんへ

法定検査を受けましょう
 浄化槽の所有者は、保守点検と清掃を定期的に行い、それらが適正に行われているかを確認するための法定検査を受けることが法律で義務付けられています。

受けていない方には、指導・勧告・命令が出され、命令に違反すると、過料されること
 がありますので、必ず検査を受けてください。

詳しくは、お問い合わせください。

甲斐茨城県水質保全協会(☎29・227・4836)

9月の無料年金相談

甲斐東つくば銀行本店：月～金曜日(祝日は除く) 午前9時～午後4時(☎0120⑧7774)

甲斐常陽銀行土浦支店：9月9日(火) 午前10時～午後3時(☎822・3216)

甲斐常陽銀行土浦ローンプラザ(桜町支店内)：9月12日(金) 午前10時～午後4時(☎822・3216 土浦支店)

甲斐常陽銀行荒川沖支店：9月10日(木) 午前10時～午後3時(☎841・1123)

※詳しくは、各金融機関へお問い合わせください。



高齢者芸能発表会・作品展示即売会

いきいきとした演技、精魂込めた作品をご覧ください。

芸能発表会

とき／9月18日(金) 午前9時45分～午後3時30分
 ところ／亀城プラザ2階 文化ホール

内容／民謡、民舞、詩吟、謡曲、カヲオケ、ダンスなど
 ※60歳以上の方で、当日普段の趣味活動を披露したい方やグループを募集しています。
 (定員5組。超えたときは抽選)

作品展示即売会

とき／9月18日(金) 午前10時～午後3時
 ところ／亀城プラザ1階 市民ホール

内容／書道、陶芸、編みもの、木彫など

甲斐社会福祉協議会(☎821・5995)

第28回IBARAKIウォークフェスティバル

自然歩道を歩いて、美しい自然や歴史・文化遺産に触れ合いませんか。

とき／10月17日(土) 午前9時から(受け付けは午前8時30分から。雨天中止)

ところ／塩子運動公園(城里町塩子3696)

定員／300人(先着順)

持参するもの／昼食、水筒、雨具、ピクニックシートなど
 申込方法／郵送、ファクスまたはメールで(住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を記入)

申込締切／10月7日(火)(必着)
 甲斐県環境政策課(〒310・8555 水戸市笠原町978-6 ☎029・301・2946 FAX 029・301・2949 sizenodo18@yahoo.co.jp)

広告

広告

第11回パワフルナイト

とき／9月14日(月)から(土)日、祝日を除く

ところ／神立公園野球場

参加資格／市内に居住または通勤している方

※1チームの登録メンバーは、監督と主将を含め10人以上20人以内

参加料／1チーム8000円

申込方法／所定の申込書を郵送または直接(申込書はスポーツ振興課と川口運動公園にあり)

申込期間／9月4日(金)(必着)

※9月8日(火) 午後7時から

川口運動公園会議室で抽選会を行いますので、代表者は必ず出席してください。

申込スポーツ振興課(〒300-4192 藤沢975

☎862・1943)

「介護の日」(11月11日) 作文募集

「介護」という言葉や仕事、体験を通じて感じたり、思ったことをまとめた800字程度の作文を募集します。

応募方法など、詳しくは市高齢福祉課にある応募用紙または県介護保険室ホー

ムページ(<http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/hoken/kaigo/>)をご覧ください。
 県介護保険室(☎029・301・3333)



初心者向けバドミントン講習会

とき／9月6日(日) 午前9時30分～午後3時

ところ／水郷体育館

定員／40人(先着順)

参加料／500円

持参するもの／ラケット、靴
 申込方法／郵送、ファクス、メール(氏名、電話番号を記入)または電話で

申込締切／8月30日(日)(必着)

申込土浦市体育協会バドミントン部(〒300・0815

中高津二丁目12・39 ☎0826・0616 本多

hidehon@com.home.ne.jp)

亀城プラザ 無料体験講座

とき／9月20日(日) 初級英

会話教室：午後1時～2時、
 ビジネス英会話教室：午後2

時30分～3時30分、医療英会話教室：午後4時～5時
 ところ／亀城プラザ
 定員／各講座20人(先着順)
 持参するもの／英和辞典
 申込方法／往復はがきで(希望講座名、住所、氏名を記入)
 申込締切／9月10日(日)(必着)

申込電城プラザ(〒300・0043 中央二丁目16・4 ☎824・3121)

水郷体育館キッズHI P H O P 無料体験教室

とき／9月12日(日) 幼稚園

児クラス：午後1時～2時、
 小学生クラス：午後2時～3時

ところ／水郷体育館

対象者／幼稚園児クラス：4～6歳、小学生クラス：小学1～6年生
 定員／幼稚園児クラス：10人、小学生クラス：20人
 ※いずれも先着順
 申込方法／電話で
 申込締切／9月11日(金)

申込水郷体育館(☎823・4811)

霞ヶ浦医療センター 公開市民講座

とき／9月7日(日) 午後2時から

ところ／霞ヶ浦医療センター
 地域医療研修センター(下高津二丁目7・14)
 テーマ／子宮頸がんについて
 講師／新井ゆう子さん(産婦人科医)

申込霞ヶ浦医療センター(☎822・5050)

土浦協同病院 市民公開講座

とき／9月19日(日) 午後1時～4時

ところ／ホテルCAN KOH (川口二丁目11・13)

テーマ／消化器病最近の進歩
 内容／ウイルス性肝炎、肝臓・胃・大腸がんなどの予防
 や最先端の治療について
 申込土浦協同病院地域医療連携室(☎823・3111)

日本リウマチ友の会 茨城支部公開講座

とき／9月27日(日) 午後1時～4時30分

ところ／県南生涯学習センター(ウラビビル5階)

内容／坪井洋人さん(アレルギー内科医)と金森章浩さん(整形外科医)による医療講演と療養相談
 申込同支部(☎857・6680 橋田)

広告

住宅用火災警報器給付を装った詐欺にご注意ください!

市では、重度障害者やひとり暮らし高齢者などに、住宅用火災警報器を無料で給付(1世帯につき1台)していますので、業者から費用を請求されることはありません。

また、市の給付事業に協力する指定業者は、市が発行した指定証書を携帯していますので、必ず確認してください。

怪しいと感じたら、障害福祉課または高齢福祉課にお問い合わせください。



☎ 障害福祉課障害対策係(☎内線2339)
高齢福祉課高齢福祉係(☎内線2479)

JR3駅(荒川沖・土浦・神立)の発車メロディが変わりました

市内にあるJR3駅の上りホームの発車メロディが、8月1日から皆さんに親しまれている土浦のイメージソング「風の贈り物」の冒頭部分のメロディを使ったものに変わりました。

このイメージソングは、平成2年に市制施行50周年記念事業の一環で制作したもので、南こうせつさんが作曲し、歌詞は一般公募し作詞されました。

なお、下りホームの発車メロディは、3駅とも今まで土浦駅で使用されている「きらきら星変奏曲」が使われています。

※市では「風の贈り物」CDの貸し出しを行っています。詳しくは、お問い合わせください。



☎ 都市計画課(内線2370)、広報広聴課(内線2396)

県民公開セミナー がん講演会

がんにならない がんになけない 肺がんの予防・早期発見・最新治療について

とき/9月12日(土) 午後1時30分～4時

ところ/つくば国際会議場多目的ホール(つくば市竹園二丁目20-3)

定員/約2000人(先着順)
申込方法/ファクス、メール(公開セミナー参加希望、氏名、住所、電話番号、参加人数を記入)または電話で

申問/県立中央病院・茨城県地域がんセンター企画情報室
☎0296611121

☎029662886
seminar@chubyoin.pref.ibaraki.jp



県立産業技術短期大学 校推薦入学者選考試験

「ITのプロフェッショナル」を目指してみませんか。

とき/①高等学校新卒者(来春卒業の方)：10月8日

(※)②高等学校既卒者(おおむね35歳まで)：10月10日(土)
募集科目/情報通信科、情報処理科

申込期間/①高等学校新卒者：9月14日(月)～10月1日(木)、②高等学校既卒者：9月9日(水)～10月7日(水)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください

☎県立産業技術短期大学校(☎029・269・5500)

平成22年度陸上自衛隊 高等工科学校生徒募集

試験日/平成22年1月23日(土)
受験資格/平成22年4月1日に15歳以上17歳未満(平成5年4月2日から7年4月1日生まれ)の男性で、中学校卒業、または中等教育学校の前期課程修了者
募集人数/約250人
願書受付期間/11月1日(日)～平成22年1月8日(金)(必着)

※平成22年度から、生徒の身分が自衛官から学生に変わります。詳しくは、茨城地本ホームページ(<http://www.mod.go.jp/poo/ibaraki/>)をご覧ください。

☎自衛隊茨城地方協力本部土浦地域事務所(☎821・6986)

広告

みんなで考えよう、霞ヶ浦の水質浄化



「霞ヶ浦の日」をご存じですか？

☎ 環境保全課 (☎826-1111 内線2449)

霞ヶ浦は、流域の人口の増加や社会経済活動の進展などで、富栄養化による水質の汚濁が進み、特に昭和53年度から54年度にかけては著しく汚濁が進んで大きな問題になりました。

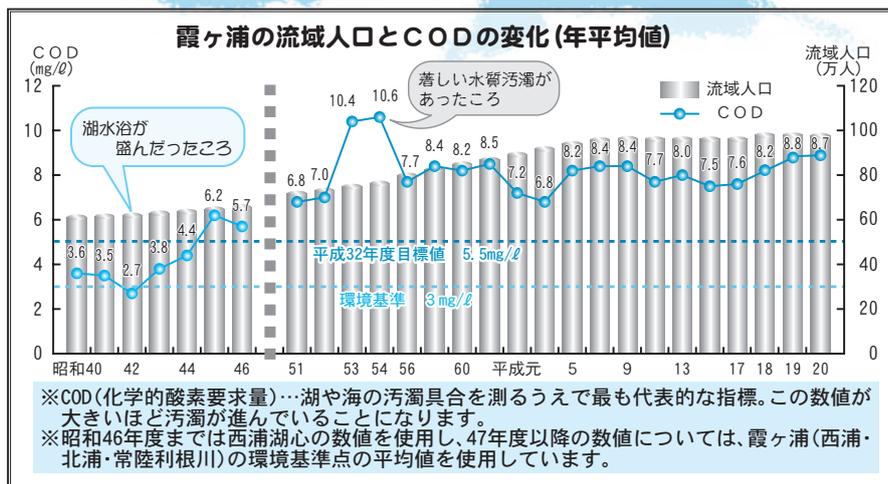
このため、県では霞ヶ浦の富栄養化を防止し、環境を保全するため昭和56年に「茨城県霞ヶ浦の富栄養化の防止に関する条例」(茨城県霞ヶ浦水質保全条例)を制定し、翌年に施行した9月1日を記念して「霞ヶ浦の日」としました。



私たちにできる 浄化対策

- ♥ 台所に目の細かいストレーナーや三角コーナーを設置する。
- ♥ 天ぷらなどの油は、使い切った固形剤で固めてごみとして出す。
- ♥ お風呂の残り湯は洗濯などに使う。
- ♥ 米のとぎ汁は養分を含んでいるので、植木の水やりにする。
- ♥ 川や湖にごみを捨てないようにする。

日常生活から気をつけましょう！



10月で1歳になる 赤ちゃんを募集!!

誕生日と連絡先を記入のうえ、写真と一言(20文字程度)を添えて8月31日(月)までに広報広聴課へ。上旬・中旬号に分けての掲載となります。
 なお、応募写真は返却できませんので、ご了承ください。



※掲載した氏名、住所などの個人情報、この広報紙以外では使用しません。



第2回目の今回は、市内の路線バスについてご紹介します。

☎ 都市計画課 (☎826-1111 内線2382)

県南の中心都市として発展してきた土浦市では、多くの本数の民間路線バスが運行され、市民の皆さんや市内に通勤・通学されている方、また観光客の足として活躍しています。

しかし、マイカーを利用する方が増えてきたので、公共交通である路線バスの置かれている状況はとて厳しくなっています。

右のグラフは、市内を走行する路線バスの年間利用者数の推移です。昭和44年をピークとして、平成19年度はその約15%まで落ちこんでいます。ここ10年間を見ても、半減しているのが見られます。

マイカーは確かに便利な乗り物ですが、環境への負荷が大きく、高齢者による事故の増加などの問題も抱えています。

そのような状況の中で、環境に優しく、高齢などで運転ができない方の身近な足として、路線バスの重要性が見直されてきています。

しかし、多くの方がマイカーしか利用しないと、路線バスは採算が取れず、これからもどんどん廃止されてしまいます。

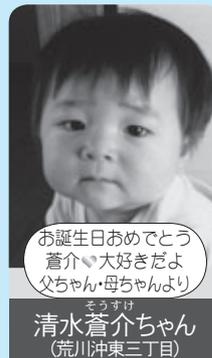
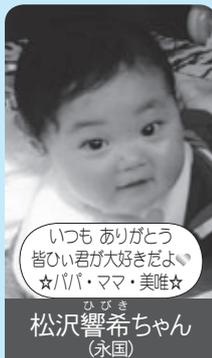
路線バスの維持や確保には、皆さん一人ひとりの協力が必要です。今後さらに進む高齢社会に備えて、また環境に優しい乗り物を次世代に引き継いでいくために、マイカーだけに依存せず、路線バスと上手く使い分ける生活を考えてみてはいかがでしょうか。



こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん

HAPPY BIRTHDAY

8月生まれ



水郷テニスコート 硬式テニス教室 受講生募集

曜日	レベル	時間	定員	受講料	日程	回数
火	初心初級 基本の習得	18:00~19:30	20	6000円	9/29~12/8	8
火	初心初中級 基本・応用	19:30~21:00	40	6000円	9/29~12/8	8
水	中級 試合想定	19:30~21:00	24	9000円	10/7~11/25	8
木	初心初中級 基本・応用	19:30~21:00	40	6000円	10/8~11/26	8
金	初心初級 基本の習得	10:00~11:30	40	6000円	10/9~11/27	8

対象者/高校生以上
 申込方法/往復はがきに、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、希望教室(曜日、時間)を記入し郵送、または窓口に官製はがきを持参して直接
 申込期間/9月11日(金)必着
 ※はがき1枚につき1人1教室(連名での申し込みはできません)
 ※定員を超えたときは抽選(申込少数のときは、中止になることがあります)
 ※受講料には、保険料が含まれます。
申問 水郷テニスコート(〒300-0835 大岩田580 ☎824-0880)

勤労青少年ホーム後期講座

10月~3月(各18回)

勤労青少年ホームは、働く若者のための施設です!



開催日/10月5日(月)から順次開講
 対象者/市内に居住または通勤する35歳以下の方
 受講料/無料(教材費は実費で初回に)
 申込期間/9月5日(土)、7日(月)~11日(金)
 月~金曜日...午後1時~8時、土曜日...午前9時~午後4時(日曜は休館)
 ※各講座とも先着順
 申込方法/本人が勤労青少年ホームへ直接
 ※申込人数が少数のときは中止になることがあります。

大好評!! 料理

健康の基本は「食」にあり。旬の食材で和・洋・中・デザートなどを実践的に作ります。

ダンベル&エアロビ

毎日、歯を磨くように「骨」や「筋肉」もお手入れが肝心。ダンベル体操でリフレッシュしませんか?

やさしい手編

シユシユ、コサージュ、ポーチ、ショールなど自分だけの「特別」な作品で、作るうれしさ、使う喜び、贈る楽しさを!

講座名	講師名	曜日	定員	教材費	時間・回数
料理	五家真弓	月	20	1万8000円	18:30 ~20:30 18回 ※ピラティス &ヨガ講座 (土曜日のみ) 10:30 ~12:00
ゴルフ	桂邦男	月	20	2万円	
ジャズダンス	普入圭実子	月	15	3000円	
ダンベル&エアロビ	齋藤美津枝	火	20	3500円	
やさしい手編	稲葉幸子	火	10	2000円	
英会話入門	キウトン・ロジャ	火	15	4000円	
ピラティス&ヨガ	普入圭実子	水	15	1万円	
陶芸	和田国夫	水	15	8000円	
茶道	奥村宗征	水	12	1万円	
料理	海老原みち子	木	20	1万8000円	
着付	桜井定子	木	12	5000円	
書道	中川春香	木	16	1000円	
フラワーアレンジメント	長田登志子	金	10	4万円	
ピラティス&ヨガ	普入圭実子	土	12	1万円	

陶芸クラブ同好会会員 随時募集中

詳しくは、お問い合わせください。

申問 勤労青少年ホーム (☎822-7921)



地域包括支援センター

☆地域包括支援センターは、高齢者が住みなれた地域で暮らせるように支援する機関です。
 高齢者の健康や医療、介護および福祉に関するさまざまな相談に保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなどの専門職員が対応します。

こんなご相談にお答えします。

- 介護保険や福祉サービスのことで相談したい。
- ひとり暮らしが不安……。
- 今の健康を維持したい！
- もしがして虐待では？

●ご利用方法● 市内には、次の2つの地域包括支援センターがあります。
 お住まいの地区を担当する地域包括支援センターへお電話下さい。直接お越しただいての相談や、ご自宅への訪問による相談も可能です。
 ※個人情報などの秘密は厳守します。

開設時間／月～金曜日(祝日を除く) 午前8時30分～午後5時15分
 対象者／高齢者とその家族

名称	土浦市地域包括支援センター	土浦市社会福祉協議会 地域包括支援センターうらら
地区	三中地区、四中地区、六中地区	一中地区、二中地区、五中地区、 都和中地区、新治中地区
場所	下高津一丁目20-35 (市役所本庁舎内) ☎826-1146	大和町9-2 ウララビル4階 (社会福祉協議会内) ☎824-0332

問 高齢福祉課 (☎826・1111
 内線2476)

在宅介護支援センター

☆在宅介護支援センターは
 ●高齢者に関する地域の身近な相談窓口です。
 ●生活状況など、お話しを伺うため高齢者がいるお宅を訪問します。

開設時間／月～金曜日 午前8時30分～午後5時30分
 土曜日 午前8時30分～午後0時30分
 ※緊急のときは、時間外(24時間)でも電話で対応しています。



地区	在宅介護支援センター	電話番号	住所
一中地区 (※)	滝の園	821-3332	穴塚1935
	協同病院	824-3106	真鍋新町2-19
二中地区	静霞園	822-5009	東若松町3379
三中地区	もりの家	841-6055	北荒川沖町8-1
四中地区	飛羽の園	826-3822	小松三丁目18-18
五中地区	さくら	833-1025	神立町444-2
六中地区	やすらぎの園	835-3135	小岩田西二丁目1-49
都和中地区	みち道の花園	830-0511	粟野町1852-1
新治中地区	憩いの里	829-3033	高岡2315

※一中地区は、お住まいにより担当の在宅介護支援センターが分かります。

滝の園

大町、大手町、文京町、立田町、千束町、生田町、田中町、田中一～三丁目、虫掛、穴塚、矢作、飯田、佐野子、粕毛、桜町一・二・四丁目

協同病院

中央一・二丁目、東崎町、城北町、川口一・二丁目、大和町、桜町三丁目、有明町、港町一～三丁目、蓮河原町、蓮河原新町、滝田一・二丁目、湖北一・二丁目

●楽しい子育て はじめてのパパ・ママサポート

ところ	とき	定員	申込方法
★保育所で遊ぶ子どもたちを見て、子育ての楽しさを知ろう。子育て相談あり。 対象者：初めてパパ・ママになる方、4か月から1歳未満のお子さんを持つ方			
新川保育所 (☎822-8896)	29日(火)	午前10時～11時30分	親子5組 (先着順) 保育所へ電話で

●子育て支援ありんこクラブ (土浦愛隣会保育所内 ☎841-0463)

ところ	とき	定員	申込方法
★『制作をしよう会』 対象者：未就園児とその親			
土浦愛隣会保育所 (☎841-0463)	1日(火)	午前10時～正午 (午前9時45分集合)	親子20組 (先着順) 8月27日(木) 午前 9時から電話で

●白鳥保育園地域子育て支援センター (☎831-2590)

ところ	とき	定員	申込方法
★園庭開放 対象者：未就園児とその親 持参するもの：帽子、タオル			
1日(火)、2日(水)、4日(金)、7日(月)～9日(水)、11日(金)、 14日(月)～16日(水)、18日(金)、25日(金) 午前9時30分～11時30分 雨天中止		親子20組 (先着順)	前日までに電話で
★親子クラブ 対象者：未就園児とその親 持参するもの：上靴、ビニール袋			
3日(木)…室内ゲーム、10日(木)…染め絵で遊ぼう、17日(木)…敬老の日制作 24日(木)…運動会ごっこ 午前9時30分～11時30分		親子20組 (先着順)	前日までに電話で

●市立幼稚園 《幼稚園で一緒に遊ぼう》

ところ	とき	持参するもの
★『ふれあいデー』 対象者：未就園児とその親 ※定員なし 直接幼稚園へお越しください		
土浦幼稚園 (☎821-0796)	4日(金) 午前9時30分～11時 みんなで水遊び、英語で遊ぼう	水着、着替え、上靴
大岩田幼稚園 (☎824-3430)	11日(金) 午前10時～11時 お話し会(パネルシアター、人形劇など)	コップ、上靴
都和幼稚園 (☎831-3735)	3日(木) 午前9時30分～11時 水遊びをしよう(シャボン玉、色水遊びなど)	着替え、コップ、上靴

●児童館

ところ	とき	定員	申込方法
★9月の催し 楽しいイベントが盛りだくさん！ ぜひ、お出かけください。			
都和児童館 (☎832-3112)	18日(金) 午前11時～11時45分 親子ピクス	未就園児親子 15組(先着順)	電話または直接
	25日(金) 午前11時～11時30分 おはなし会	なし ※未就園児親子	児童館へ直接
ポプラ児童館 (☎841-3212)	5日(土) 午前10時～11時30分 一輪車教室	小学生15人 (先着順)	児童館へ直接
	11日(金) 午前11時～11時40分 親子リトミック	なし ※乳幼児親子	前日までに電話または直接
新治児童館 (☎862-4403)	17日(木) 午前10時30分～11時30分 アートバルーンであそぼう	乳幼児親子 30組(先着順)	前日までに電話または直接
	26日(土) 午前10時～11時30分 工作教室 ※材料費300円	小学生10人 (先着順)	は直接

9月の 子育てひろば

各会場とも駐車場が少ないので、徒歩・自転車・バスなどでお越しください。暑いので、飲み物を各自でご用意ください。

●地域子育て支援センターさくらんぼ (☎823-1288 桜川保育所内)

ところ	とき	定員	申込方法
★親子ふれあい教室「運動会ごっこ」 対象者：未就園児とその親 ※動きやすい服装でお越しください			
一中地区公民館	11日(金)	親子20組 (先着順)	8月26日(水) 午前9時30分から電話で
二中地区公民館	16日(水)		
三中地区公民館	15日(火)		
四中地区公民館	4日(金)		
六中地区公民館	8日(火)		
都和公民館	10日(木)		
神立地区コミュニティセンター	9日(水)		
新治地区公民館	17日(木)		
★センター開放(育児サークルの集いや懇談の場にご利用ください) 対象者：未就園児の親子グループ、育児サークル			
地域子育て支援センター「さくらんぼ」	4日(金)	午前9時30分～11時30分	なし
	16日(水)		
★すくすくルーム「リズムあそび」 対象者：4か月～1歳児とその親 持参するもの：パスタオル			
二中地区公民館	2日(水)	親子15組 (先着順)	8月27日(木) 午前9時30分から電話で
三中地区公民館	3日(木)		

●保育所

ところ	とき	定員	申込方法
★保育所であそぼ! 対象者：未就園児とその親 ※先着順			
荒川沖保育所 (☎841-0037)	2日(水)	親子20組	8月26日(水) 午前9時30分から各保育所へ電話で ※いずれも雨天中止(当日の午前8時30分に決定) ※神立・竹ノ入・霞ヶ岡保育所は運動会に参加
神立保育所 (☎831-8464)	26日(土)		
新生保育所 (☎841-0575)	28日(月)		
桜川保育所 (☎823-1288)	7日(月)、14日(月) 午前9時30分～11時30分 ※2回のうち1回を選んでください。 ※14日(月)は読み聞かせタイムあり ※雨天のときは、地域子育て支援センター「さくらんぼ」の部屋を開放	親子20組 (先着順)	
天川保育所 (☎822-6172)	3日(木)	親子10組	
竹ノ入保育所 (☎842-6253)	26日(土)		
霞ヶ岡保育所 (☎821-1890)	26日(土)	親子15組	
藤沢保育園 (☎862-2600)	17日(木)	親子22組	
★保育室開放 たんぼほ 対象者：未就園児とその親			
荒川沖保育所 (☎841-0037)	3日(木)	なし	保育所へ直接
	17日(木)		

ごみ減量・リサイクルと家庭ごみ処理有料化に関するアンケート調査結果をお知らせします

市では、ごみの適正処理とごみの減量化、資源リサイクルを推進しています。今後の減量化・資源化施策の基礎資料にするため、アンケート調査を行いましたので、その主な結果をお知らせします。

※詳しくは環境衛生課ホームページ(<http://www.city.tsuchiura.lg.jp/section.php?code=18>)をご覧ください。

今後とも、ごみ減量化の推進にご協力をお願いします。

☎ 環境衛生課 (☎826-1111 内線2300、2444)

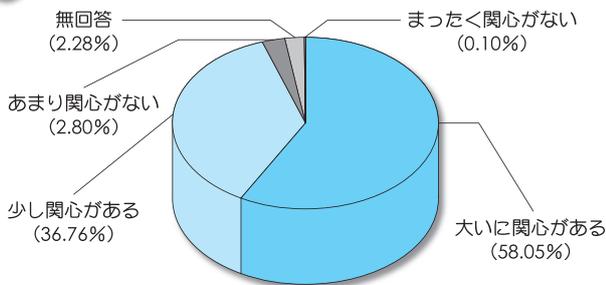
アンケート調査の概要

■ 調査方法 郵送による送付、回収
 ■ 調査対象 無作為に抽出した市民2000世帯
 ■ 調査期間 平成21年1月～2月

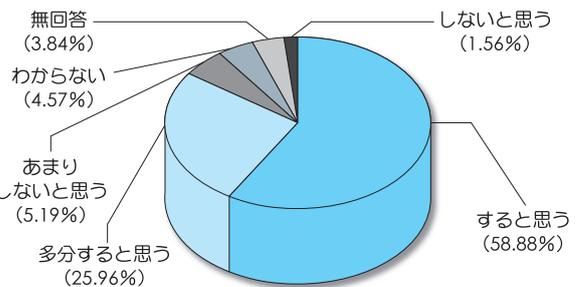
■ 回収状況 回収数…………… 963世帯
 回収率…………… 48.15%

※アンケートにご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。

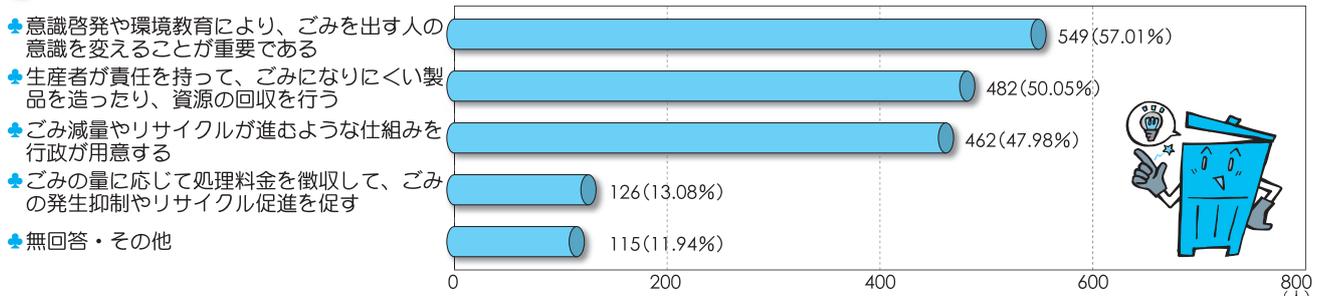
Q ごみ・環境問題への関心はありますか



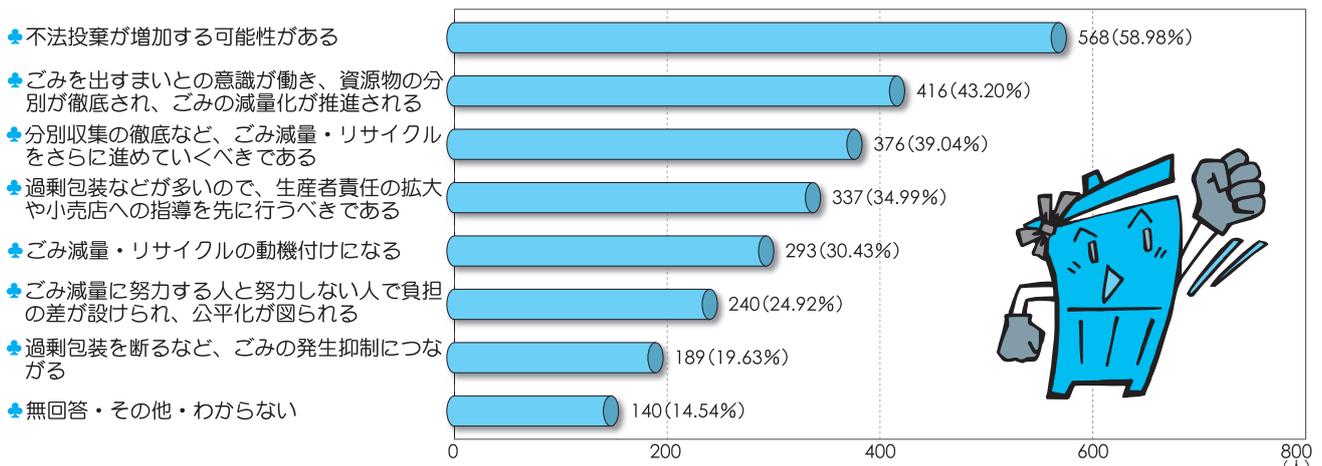
Q あなたは有料化が実施された場合、負担を少なくするため、ごみになるものを買わないようにしたり資源物の分別徹底を図るなど、ごみを出さないような工夫を行うと思いますか。



Q 家庭ごみの減量・資源化を進めるにあたって、取り組んでいった方がいいと思われるものをお答えください。(2つ〇印)



Q (社)全国都市清掃会議が実施した「ごみ処理の有料化に係る調査」結果では、全国で42%にあたる533自治体が、家庭系一般ごみ(可燃ごみ・不燃ごみ)を何らかの形で有料化していると回答していますが、有料化についてどのような考えをお持ちですか。(3つ〇印)



9月 としよかん

●市立図書館
☎823-4646
●ホームページ
<http://www.t-lib.jp/>



おしらせ インターネット予約

市内にお住まいの中学生以上の方は、市立図書館ホームページから本を予約することができますので、ぜひご利用ください。

インターネットで予約をするためには、パスワードが必要です。利用カードと身分証明書をお持ちのうえ、図書館(本館および分館)のカウンターでお申し込みください。

予約をする前に、ホームページからメールアドレスをご登録ください。

配布されたパスワードを変更するときは、6桁の数字のみでお願いします。

イベント

おはなし会(幼児～小学生向け)

9月13日(日) 午後1時30分から

9月27日(日) 午後2時から

小さなおはなし会(0～3歳児向け)

9月24日(木) 午前11時から

※日時が変更になるときがあります。ご確認のうえご来館ください。

今月の展示棚

テーマ：旅に出よう

今年は9月に大型連休があります。ご予約はお決まりましたか。旅にまつわる本を読んで、旅行の計画を立ててみるのはいかがでしょうか。お気に入りの場所が見つかるかもしれません。

いちおし!

はじめての植物画

趣味・娯楽



<内容紹介>
大切に育てた植物や、暮らしの中で出会う花や実を、自然のありのままの姿で描いてみませんか?初心者向けに、画材の選び方からデッサンや彩色のポイントまで、わかりやすく解説します。
[やまだえりこ/著]

手づくりしぼりたて生ジュース

美容・健康



<内容紹介>
今日の元気に、明日の健康に!冷蔵庫にある身近な野菜や果物を使ったおいしい生ジュースのレシピを、食材別に豊富に収録しました。ほかにも「これこそは」という素材を使った、症状別のレシピも紹介します。
[植木もも子/著]

ねずみくんうみへいく

絵本



<内容紹介>
海へ行くことにしたねずみくんとねみちゃんは、友だちを誘うことにしました。しかし、いつまでたっても全員そろいません。ねずみくんたちは、無事に海へ行けるのでしょうか?しかけが付いている楽しい絵本です。
[上野紀子/絵]

今月のおすすめ本

一般書	文庫本玉手箱	坪内祐三/著
	朝のこどもの玩具箱	あさのあつこ/著
	クラゲの光に魅せられて	下村 脩/著
	絵を見てわかる認知症の予防と介護	下 正宗/著
児童書	毎日食べたいみんなのプリン	大越郷子/著 (ほか多数)
	ピアノは夢をみる	あべ弘士/絵
	あめ じょあじょあ	田島征三/絵
	海辺の町を走るバス	小林 豊/絵
	エンザ口村のかまど	さくまゆみこ/文
	オックスフォード物語	ジリアン・エイブリー/作 (ほか多数)

9

図書館カレンダー

2009. SEPTEMBER

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

●は休館

本館 火～金曜日 9時30分～19時
土・日曜日 9時30分～17時
分館 火～日曜日 9時30分～17時
(三中・都和・神立地区コミュニティセンター内)

9月の無料相談

※9月21日(月)から23日(水)は除きます。

●相談名	●日 時	●場 所	●主な相談内容(相談員)
市民法律相談	毎週火曜日 10日(木)・24日(木)	13:00~17:00 広報広聴課(☎内線2376)	法律が関係する困りごと (弁護士)予約制
税務相談	8日(火)	13:00~16:00 真鍋事務庁舎(☎824-5055)	相続税・贈与税などの税について (税理士)予約制(予約時間10:00~14:00)
市民相談	月~金曜日	8:30~17:15 広報広聴課(☎内線2376)	要望、苦情、意見など (担当職員)
心配ごと相談	月・水・金曜日	13:00~16:00 社会福祉協議会(☎821-5995)	日常生活の困りごと、悩みごと (専門相談員)
行政相談	16日(水)	13:00~16:00 広報広聴課(☎内線2376)	国・県に対する苦情、意見、要望 (行政相談委員)
消費者相談	月~金曜日	9:30~16:30 消費生活センター(☎823-3928)	商品、契約や多重債務などのトラブル (消費生活相談員)
家庭児童相談	月~金曜日	8:30~17:15 こども福祉課(☎内線2393)	18歳までの子どものすべてについて (家庭児童相談員)
育児相談	月~金曜日	9:00~17:00 地域子育て支援センター “さくらんぼ”(☎823-1288)	乳幼児のしつけ、生活習慣 (保育士)
早期療育相談	月~金曜日	9:00~16:30 療育支援センター 早期療育相談(☎822-3411)	言葉の遅れや落ち着かないなど、子どもの 発達、行動面に関すること(早期療育相談員)
青少年相談	火~日曜日	10:30~17:00 総合福祉会館(ウララ2 8階) (青少年センター ☎823-7838)	青少年についての困りごと (専任相談員)電話相談可
教育相談	月~金曜日	9:00~16:00 教育相談室(☎823-7837)	不登校やいじめなどの早期解決と防止 (教育相談員)
交通事故相談	月~金曜日 (水曜日は弁護士相談)	9:00~16:45 (13:00~16:00) 土浦合同庁舎(県南地方交通事 故相談所 ☎823-1123)	交通事故に関すること (県委嘱相談員)、(弁護士)予約制
人権相談	月~金曜日	8:30~16:00 法務局土浦支局(☎821-0792)	家庭内の問題、いじめ、差別など (人権擁護委員、担当職員)
生活相談	毎週水曜日	13:00~16:00 新治地区公民館(☎862-2900)	生活上のこと、人権に関すること (生活相談員)
ひきこもり専門相談	14日(月)	10:00~12:00	ひきこもりについての困りごと (専門医)予約制
精神クリニック	11日(金)・18日(金)	14:00~16:00	精神障害者の医療などに関すること (精神科医師)予約制、1日2件まで
	28日(月)	10:00~12:00	

■女性のための各種相談

フェミニスト相談	毎週水曜日	11:00~16:00	男女共同参画センター ☎827-1107 (ウララ2 総合福祉会館7階)	夫婦のこと、対人関係や職場でのトラブル など(専門カウンセラー)予約制	
	12日(土)	10:00~15:00			
法律相談	24日(木)	13:30~15:30			法律が関係する困りごと (女性弁護士)予約制
法律関連一般相談	11日(金)・25日(金)	13:00~16:00			法的な手続きについてなど (専門相談員)予約制
一般相談(外国人相談を含む)	11日(金)・25日(金)	13:00~16:00	仕事や家族関係、生き方など、女性を取り巻く さまざまな悩みごと(専門相談員)予約制		
DVヘルプライン(電話相談)	17日(木)	13:00~16:00	☎827-2525	配偶者や恋人からの精神的・肉体的暴力な どの悩みに関すること	

借金で悩んでいませんか？

~消費生活センターに相談してください~

消費生活センターから

☎823-3928

“給料減や失業、病気などで生活が苦しくなり、借金が返せなくなった”、“軽い気持ちで保証人になり突然多額の債務を負うことになった”など、借金の相談が多く寄せられています。さらに、返済のために新たな借金を繰り返す多重債務も増えています。

多重債務に陥っても、解決の方法が必ずありますので、一刻も早く自分に合った債務整理をして、借金のない生活を取り戻しましょう。

◆債務整理には4つの方法があります。

任意整理…債権者と話し合い、利息制限法に基づいて債務整理を行います。交渉が難しいときは弁護士や司法書士に依頼します。

特定調停…簡易裁判所の調停委員が、債権者との間に入って利息制限法に基づいて合意を成立させる方法です。

自己破産…裁判所に破産の申し立てをして、裁判所の審理により認められれば、破産宣告を受けます。免責決定が出れば、債務がなくなります。

個人再生…債務額により、一定額(一部免除も可能)を3年で支払う計画を立て、裁判所に認可されたうえで返済する方法です。住宅など保持したい資産を処分せず債務整理ができます。

★多重債務に陥らないためには、日頃からの家計管理が大切です。

- ①手取り収入から、毎月必ず出て行く金額(家賃、光熱費など)を引いた残りで支出を考えます。
- ②毎月少しずつでも貯蓄をして、急な出費に備えましょう。
- ③周囲や流行に流されず、自分の身の丈に合った生活をすることを心がけましょう。

「誕生日検診」のお知らせ

有効期間／平成22年2月26日(金)まで

検診料／無料

誕生日検診	対象者	検診内容
32歳	昭和52年4月1日から 53年3月31日生まれ的女性	子宮がん検診
40歳	昭和44年4月1日から 45年3月31日生まれの方	肝炎ウイルス検査、 歯科健診
50歳	昭和34年4月1日から 35年3月31日生まれの方	胃がん検診
60歳	昭和24年4月1日から 25年3月31日生まれの方	胸部検診

※該当する方には、4月上旬に受診票を送付しましたので、受診票に記載された協力医療機関で受診してください。なお、**4月以降に転入された方も対象**となりますので、詳しくはお問い合わせください。

健康増進教室

健康で生き生きとした生活が送れるように、健康増進教室を開催します。

とき・ところ／

会場	日程			午前9時30分 ～11時30分
神立地区コミュニティセンター	10月	8日(木)	22日(木)	
	11月	12日(木)	26日(木)	
	12月	10日(木)	24日(木)	
六中地区公民館	11月	10日(火)	24日(火)	
	12月	8日(火)	22日(火)	
	1月	12日(火)	26日(火)	

内容／初心者向けの簡単な運動、口の手入れや食事に関する話、試食

講師／健康運動指導士、理学療法士、保健師、歯科衛生士、栄養士

対象者／市内に居住する60歳以上の健康な方で、過去1年以内に受けた健康診断(市の特定健診など)の結果書類を提出できる方

募集人員／神立地区コミュニティセンター…40人、六中地区公民館…40人(いずれも先着順)

申込方法／8月25日(火)から電話で

ポリオ予防接種(集団)

対象者／生後3か月から7歳6か月未満の乳幼児

費用／無料

とき・ところ／

会場	日程	受付時間
新治保健センター	10月2日(金)	午後1時30分 ～2時20分
神立地区コミュニティセンター	10月30日(金)	
土浦保健センター	10月5日(月)	
	23日(金)	
	26日(月)	
	28日(水)	
三中地区公民館	10月20日(火)	
	21日(水)	
六中地区公民館	10月14日(水)	
市民会館	10月7日(水)	
都和公民館	10月16日(金)	

申込方法／当日会場で

持参するもの／母子健康手帳、予防接種手帳

※接種予定日1か月以内に病気にかかったときは、主治医に接種可能か確認してください。

健康教室

排尿障害

土浦市医師会

萩原 明(萩原同仁クリニック)

従来は、排尿に関する異常を総称して「排尿障害」と呼んでいましたが、最近では「下部尿路機能障害」と呼んでいます。この症状は大きく分けて「蓄尿(尿をためる働き)症状」、「排尿症状」および「排尿後症状」に分けられます。蓄尿障害を来す代表疾患として、「過活動膀胱」があります。これは、原因はいろいろありますが、急に尿がしたくなって我慢できない「尿意切迫」や、頻繁に排尿がしたくなる「頻尿」、実際に尿が漏れてしまう「尿失禁」などの多彩な症状を示す状態を言います。一方、排尿症状あるいは排尿後症状を呈する疾患の代表が、中高年の男性にみられる前立腺肥大症です。前立腺は尿道を取り囲むような状態で膀胱の下にあり、ほとんどの方が加齢とともに、大きくなり尿が出にくくなる排尿症状を示します。また、過活動膀胱の合併も多く、尿意切迫や頻尿(特に夜間頻尿)も良く見られる症状です。

ここで重要なのが、最近、増加傾向にある前立腺癌と良性の前立腺肥大症とを、治療前に前立腺の触診(直腸診)や採血による腫瘍マーカー(PSA)検査などで明確に区別しておく必要があることです。

下部尿路機能障害の治療は症状に合わせた内服治療が中心となりますが、一部の前立腺肥大症の患者さんでみられるように、お薬が効かない方には内視鏡を用いた手術が必要なときもあります。

高齢化に伴い、排尿に関する症状をお持ちの方が増えています。「年のせい」とあきらめず、排尿状態を改善することで快適な生活を取り戻すことは可能です。そして、このような症状の陰には尿路感染症や膀胱癌、前立腺癌といった悪性疾患が潜んでいることがありますので、ぜひ、専門医による的確な診断を受けることをお勧めします。

9月の健康相談

健康相談	と き	受付時間	ところ
医師による健康相談(予約制)	2日(水)	9:00~11:30	土浦保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	8日(火)	13:00~16:00	
こころの相談(予約制)	1日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	3日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	10日(木)		つわぶき(☎831-4126)
	24日(木)		うらら(☎827-0050)
	25日(金)		湖畔荘(☎828-0881)
母と子の健診と相談	と き	受付時間	ところ
4か月児健康診査(平成21年5月生まれ)	9日(水)・10日(木)	13:00~14:00	土浦保健センター
10か月児育児相談 (平成20年11月生まれ)	1日~15日生まれ	9:30~10:00	
	16日~30日生まれ	13:00~13:30	
1歳6か月児健康診査(平成20年2月生まれ)	2日(水)・3日(木)	13:00~14:00	
3歳児健康診査(平成18年6月生まれ)	16日(水)・17日(木)	13:00~14:00	
母と子の歯科健康診査(平成19年6月生まれ・予約制)	4日(金)	13:15~15:30	
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	9:00~10:30	
	7~11か月児	7日(月)	
	1~11か月児	18日(金)	
マタニティ教室	1日(水)・8日(火)	9:45~10:00	
離乳食教室「おおむね6~7か月児」(予約制)	4日(金)	10:00~10:15	土浦保健センター
機能訓練	と き	受付時間	ところ
ふれあい教室	3日(木)	13:00~13:30	土浦保健センター

休日当番医

診療時間/午前9時~午後4時 必ず電話で確認してから受診してください(保険証を忘れずに)
休日緊急診療テレホンサービス(☎824-9155 土・日、祝日のみ)でも案内しています。

9月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
6日(日)	荒川沖診療所 ☎843-0859 荒川沖	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	岡野産婦人科医院 ☎851-2431 つくば市梅園	酒井歯科医院 ☎826-5454 大岩田
13日(日)	石井内科クリニック ☎841-6125 右 粉	中央大祐整形形成外科 ☎821-0220 中央二丁目	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	佐藤歯科クリニック ☎841-7118 西根西
20日(日)	山中内科クリニック ☎843-0870 中村南五丁目	黒井整形外科医院 ☎826-2210 飯 田	まつばらウイメンズクリニック ☎830-5151 阿見町荒川本郷	さくらい歯科医院 ☎824-2005 木田余東三丁目
21日(月)	高安クリニック ☎822-8201 立 田 町	三 田 医 院 ☎842-6111 中村南三丁目	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	おおきデンタルクリニック ☎826-4618 港町一丁目
22日(火)	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	淀 縄 医 院 ☎822-5615 大 町	石川クリニック ☎821-2587 大 町	デンタルクリニック諏訪 ☎824-5330 真鍋新町
23日(水)	叶多内科医院 ☎826-1566 桜ヶ丘町	松 橋 医 院 ☎831-7311 神立中央一丁目	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	寺 島 歯 科 ☎862-5515 藤 沢
27日(日)	小 林 医 院 ☎831-6688 神立中央三丁目	野 上 病 院 ☎822-0145 東 崎 町	鈴 村 医 院 ☎821-0174 大 町	K S デンタルクリニック ☎825-1430 田中三丁目

緊急のときの問合せ先/茨城県救急医療情報コントロールセンター(☎029-241-4199 年中無休24時間対応) 歯科の案内は行っていません)
お子さんが急な病気で心配なときの問合せ先/茨城子ども救急電話相談(☎029-254-9900 年中無休 午後6時30分~11時30分)

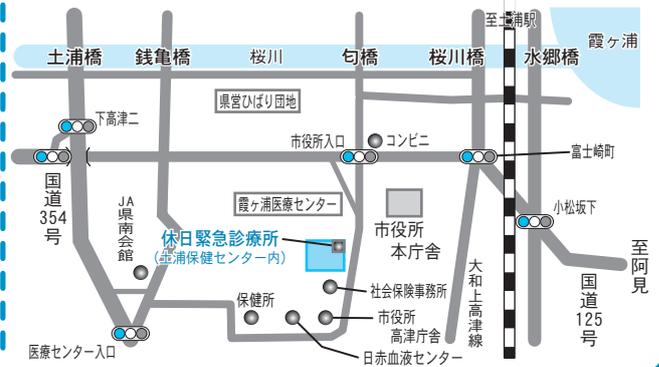
土浦市休日緊急診療所

小児科	内科・小児科	小児科
日曜・祝日 診療時間 (午前9時~12時) (午後1時~4時)	土・日・祝日 診療時間 (午後7時~10時)	木・金

下高津二丁目7番27号 (土浦保健センター内)

☎823-9628 (診療時間帯のみ)

※受診する前に必ず電話し、保険証を持参してください。
※各医師の協力のもと、交代で勤務していただいています。



発行 土浦市 ☎300-8686
土浦市下高津一丁目20番35号 ☎029-826-1111
<http://www.city.tsuchiura.lg.jp/>
E-mail: info@city.tsuchiura.lg.jp

編集 市長公室広報広聴課

再生紙を使用しています

環境に優しい大豆インキを使用しています

次回「広報つちうら」9月上旬号は、9月1日(火)発行予定です。