



広報

SUCHIURA PUBLIC RELATIONS

# つちうら

10  
October

◆平成21年10月1日発行◆2009 No.1012



## CONTENTS

- 2... 第24回土浦市健康まつり
- 3... 第33回土浦市産業祭
- 10... 情報通信技術(IT)講習会



第24回

# 土浦市健康まつり



10月18日(日) 午前10時～午後3時30分 土浦保健センター

健康増進課(☎826-3471)

## 各種コーナー

□次の3コーナーは、事前に予約が必要です。

●歯の講演会「あなたのお子さんがむし歯ゼロのままで」

対象者／1～4歳児とその保護者

定員／15組(先着順)

●フッ素塗布

対象者／2歳～未就学児

定員／100人(先着順)

●骨密度測定

対象者／20歳以上の方

定員／220人(先着順)



◎共通

申込方法／10月9日(金) 午前8時30分から健康増進課へ電話で

●親子であそぼう(折り紙ほか)

●健康相談

●応急救護指導

●歯と健康

●手づくり品即売会

●模擬店

●手打ちそばの販売

●食生活改善(ヘルシーメニュー)

●刃物とぎ、ふすま張り

(当日予約受付。刃物とぎは1人2本まで)

●健康体操(運動のできる服装でお越しください)

とき／午前10時～正午、午後1時30分～3時

内容／風の贈り物、川の流れのように

講師／運動普及推進員



## 講演会

### 「健康寿命を延ばすがん予防講座」

～「がん」のこと きちんと知ろう!～

とき／午後1時～3時

内容・講師／

1. がんの基礎知識	稲垣雅春さん (土浦協同病院呼吸器外科部長)
2. 生活習慣とがん (1)食生活・アルコール	中島みどりさん (同病院管理栄養士 栄養主任)
(2)たばこ	横田友美さん (同病院保健師 看護主任)
3. がんの最新診療 (肺がん)	稲垣雅春さん (呼吸器外科部長)
4. 緩和ケア	松本俊子さん (緩和ケア認定看護師 看護師長)

## がん予防啓発コーナー

～自分にできることは何か考えてみよう～

乳がんの自己検診を体験したり、がんの模型やパネルの展示をします。

## 筋力向上トレーニング体験

6種類のトレーニング機器を使って、筋力向上トレーニングにチャレンジしてみませんか。

対象者／20歳以上の方

※当日は、運動のできる服装でお越しください。



## 抽選コーナー

抽選券で素敵な商品が当たります。

※そのほか、「ほっと一息、お茶コーナー」(ながみね茶道クラブ)など、いろいろなコーナーがありますので、ぜひお越しください。

◎会場まで無料送迎バスが出ますのでご利用ください

<土浦駅西口発>

午前9時30分、10時30分  
11時20分、  
午後1時10分、2時10分  
3時10分

<土浦保健センター発>

午前10時00分、11時00分  
午後0時40分、1時40分  
2時40分、3時40分

※土浦駅西口より、まちづくり活性化バス「キララちゃん」も運行しています(高津庁舎下車。有料)

バスルート



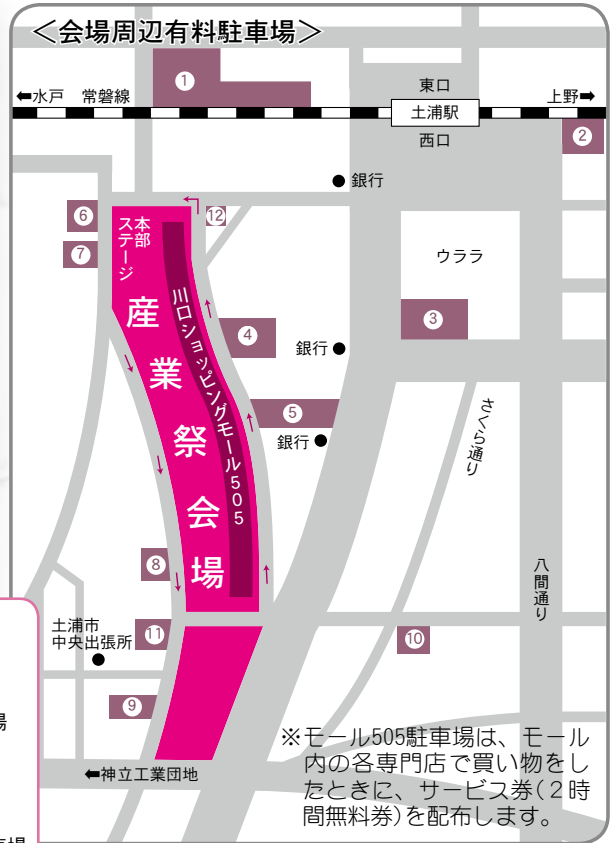
# 第33回 土浦市 産業祭

10月24日(土)、25日(日)

午前10時～午後4時

川口ショッピングモール

問 商工観光課 (☎826-1111 内線7603)



※モール505駐車場は、モール内の各専門店で購入をしたときに、サービス券(2時間無料券)を配布します。

- ①土浦市営駅東駐車場
- ②土浦市営駅西駐車場
- ③ウララ駐車場
- ④栗山駐車場
- ⑤常陽銀行土浦駅前支店駐車場
- ⑥大形屋駐車場
- ⑦むさしや川口駐車場
- ⑧モール505駐車場
- ⑨ニュー駐車場
- ⑩ザ・パーク土浦桜町第8駐車場
- ⑪ツカキ駐車場
- ⑫ピ！パーク土浦駅前駐車場



高梨理恵 Mermaid



イバライガーR

24日(土) 午後2時から  
スペシャル野外ライブ  
「高梨理恵 & Mermaid」  
25日(日) 午前11時から  
午後2時から  
イバライガーRショー

**ステージイベント**

● **ゲームコーナー**  
「的当て」、「スーパーボールすくい」  
お楽しみ模擬店を開催!  
各日先着200人

● **本部**

**農林水産祭**

- 農産物品評会 ● 霞ヶ浦特産水産物無料配布
- 市特産れんこん・れんこん製品試食販売 ● とれたて地場野菜・果実類などの即売会
- パン・米・手作りみそなどの販売 ● 乳製品の販売 ● 草花の種無料配布
- 霞ヶ浦の水族館 ● 苗木・庭園樹類の即売 ● そば打ちの実演・販売 ● シイタケおよび原木即売会

**工業祭**

- 工業製品の紹介
- 福引き抽選会

ショッピングモール505

**商業祭**

- 市内商店安売り市
- 観光土産品展示即売会

25団体による協賛行事を開催

- ★ チャリティーバザー
- ★ 福祉の店「ポプラ」手作り品の展示即売会
- ★ エコポイント・地テジのPR など



**工業祭特設会場**

- ★ おおつ野産 無農薬の「安心・安全」水耕栽培野菜の即売会
- ★ 古紙と樹脂を原料とした「ポストプラスチック」を使った商品の展示 など



小・中学生の  
商い体験事業

# キッズマート開催!

キッズマートは、小・中学生が自ら企画・立案した商品の販売などを行う商業活動体験です。

当日は、創意工夫を凝らした手作り品や丹精込めて育てた草花などを販売しますので、皆さん、お誘い合わせのうえ、ぜひご来場ください。

と き / 10月29日(木) 午後 1 時30分～2 時40分  
※荒天のときは30日(金)に順延

ところ / 川口ショッピングモール(川口一丁目)

参加校 / 荒川沖小学校(6年生)、上大津東小学校(3年生)、神立小学校(5年生)、土浦第五中学校(2年生)

問 商工観光課(☎826-1111 内線7602)



第23回

# 土浦市子どもまつり

と き / 10月17日(土)

午前10時～午後2時30分

※雨天のときは18日(日)に順延

ところ / 水郷公園(プール前)

内 容 / ヨーヨーつり、金魚すくい、竹とんぼつり、バルーンアートづくり、飲食物の販売など

問 青少年課(☎826-3455)



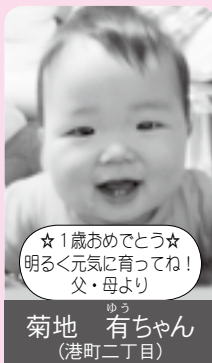
12月で1歳になる  
赤ちゃんを募集!!

生年月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10月30日(金)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。



優月ちゃん  
お誕生日おめでとう♪  
これから  
たくさん遊ぼうね

久保田 優月ちゃん  
(乙戸南三丁目)



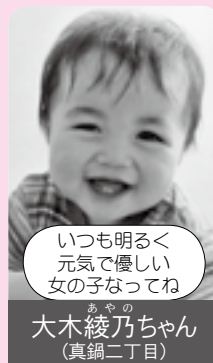
★1歳おめでとう★  
明るく元気に育ってね!  
父・母より

菊地 有ちゃん  
(港町二丁目)



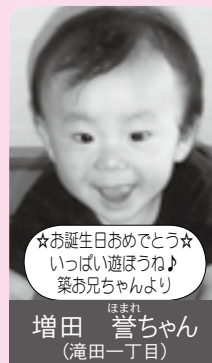
HAPPY BIRTHDAY  
遅くて優しい  
元気な男の子になってね♡  
家族のみんなより

岡田 卓ちゃん  
(藤沢)



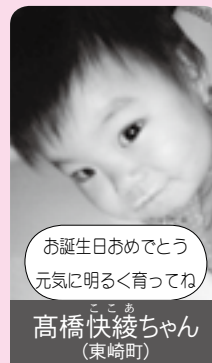
いつも明るく  
元気で優しい  
女の子になってね

大木 綾乃ちゃん  
(真鍋二丁目)



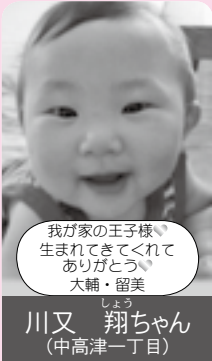
★お誕生日おめでとう★  
いっぱい遊ぼうね♪  
築お兄ちゃんより

増田 誉ちゃん  
(滝田一丁目)



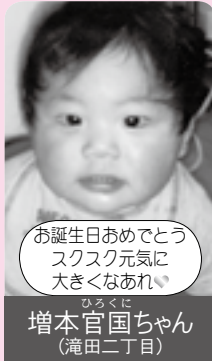
お誕生日おめでとう  
元気に明るく育ってね

高橋 快綾ちゃん  
(東崎町)



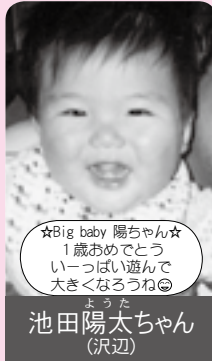
我が家の王子様♡  
生まれてきてくれて  
ありがとう♡  
大輔・留美

川又 翔ちゃん  
(中高津一丁目)



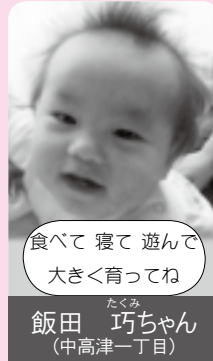
お誕生日おめでとう  
スクスク元気に  
大きくなあれ♡

増本 官国ちゃん  
(滝田二丁目)



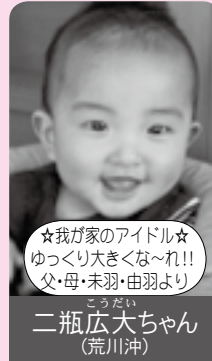
★Big baby 陽ちゃん★  
1歳おめでとう  
いっぱい遊んで  
大きくなろうね♡

池田 陽太ちゃん  
(沢辺)



食べて 寝て 遊んで  
大きく育ってね

飯田 巧ちゃん  
(中高津一丁目)



★我が家のアイドル★  
ゆっくり大きくな～れ!!  
父・母・未羽・由羽より

二瓶 広大ちゃん  
(荒川沖)



笑顔で元気に  
育ってね!!

安川 琉斗ちゃん  
(中村南三丁目)

# 地域コミュニティ活動 の活性化に向けて

港町1・2丁目地区会では、平成21年度宝くじの助成で山車の整備を行いました。

この助成は、宝くじの普及および広報を目的として、コミュニティ活動に必要な施設や備品を整備するために助成しているものです。

待ちに待った山車の完成により、地域の交流がさらに深まり、地域のコミュニティ活動がますます盛んになっています。

問 市民活動課(☎826-1111 内線2456)



## 男性のための健康料理(基礎コース) 男子厨房に入るべし!!

★毎日の食事が健康の源!  
“楽しく作って、おいしく食べる”  
ぜひご参加下さい。

と き/11月25日(水)、12月16日(水)、  
平成22年1月20日(水)

午前10時～午後1時(3回で1コース)

ところ/土浦保健センター2階栄養指導室

対象者/市内に居住している男性

定員/25人(初めて参加される方を優先。先着順)

内容/食生活に関するワンポイントアドバイス、  
調理実習、会食、

講師/食生活改善推進員、健康増進課管理栄養士

受講料/1000円

(3コース分。初  
回に納めてくださ  
い)

持参するもの/エプ  
ロン、三角巾

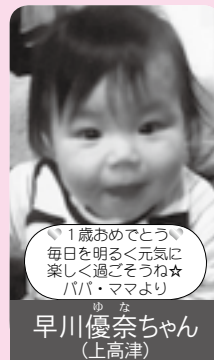
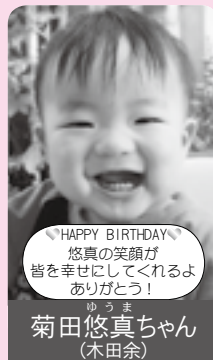
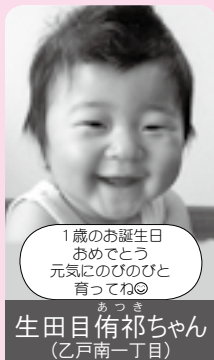
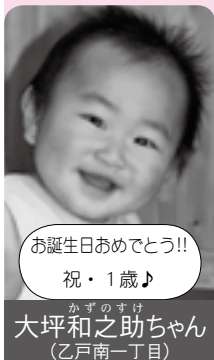
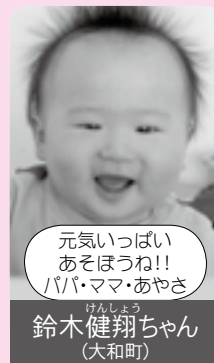
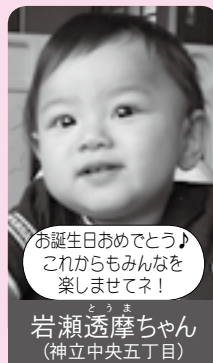
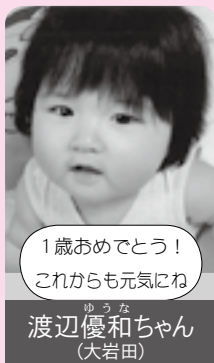
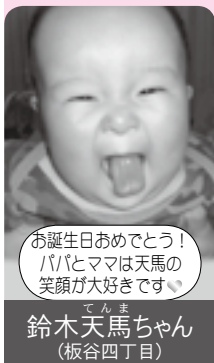
申込方法/10月13日(火)から電話で

申問 健康増進課(☎826-3471)



## こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん HAPPY BIRTHDAY

10月生まれ



**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**

**お知らせ**

**入札参加資格  
全部門の追加受付**

市が発注する工事、委託、物品購入、印刷などの入札参加資格の追加受付をします。希望する方は、入札参加資格審査申請書を提出してください。

**対象者**  
 ●新たに登録を希望する方  
 ●すでに登録している方で登録業種の追加・変更を希望する方(登録は最高6業種まで)  
 ※詳しくは、市ホームページまたは管財課で配布する「要項」をご覧ください。  
**受付期間**／10月19日(月)～30日(金)(土・日を除く)

**離職者の住宅確保を  
支援します**

住宅手当緊急特別措置事業が創設されました。  
対象者／離職した方で、住宅を喪失または喪失するおそれがあり、次のいずれにも該当する方

- 就職活動を行っている方
- 原則収入のない方
- 預貯金が一定額を超えない方

※支援方法など、詳しくはお問い合わせください。  
**問い合わせ先** 国土社会福祉課保護係(☎内線2336)  
**元氣いばらき就職面接会(離職者支援就職面接会)**  
 と き／10月16日(金)  
**セミナー**…午前11時から(受)

**「くらしの一日総合相談所」を開設します**

日常生活のさまざまな相談をお受けします。  
 と き／10月20日(火) 午前10時30分～午後3時(受け付けは午前10時から)

ところ／市民会館 会議室  
 相談内容／相続、登記、多重債務、年金・保険など  
 参加予定機関／水戸地方務局、茨城労働局、茨城社会保険事務局、常陸河川国道事務所、県、県警本部、土浦市、県弁護士会、茨城司法書士会、税理士、行政相談委員  
**茨城行政評価事務所行政相**

け付けは午前10時30分から) ●**面接会**…午後1時から(受け付けは午後0時30分から) ところ／土浦合同庁舎会議室 (真鍋五丁目17-26)  
 対象者／景気の悪化などにより離職され、再就職を目指すなど求職中の方  
 申込方法／面接会は、事前申し込み不要。セミナーは前日までに働キキャリアプラス(☎029-350-3122)へ電話予約  
**県労働政策課(☎029-301-3645)**、**市商工観光課(☎内線7603)**

**国民健康保険に加入している方へ**

10月1日以降に出産された方から、出産育児一時金の支給額の引き上げと支払方法が変わります。  
 支給額／原則42万円  
 支払方法／国保から直接医療機関などへ出産育児一時金を支払うことができるようになりました。(手続きの窓口は医療機関などになります)  
**国保年金課国保給付係(☎内線2295)**

**ペットボトル「キャップ」を回収します**

皆さんが集めたペットボトル・キャップを、所定の回収ボックスで回収しています。キャップを再資源化することで、世界の子どもたちにフコチンを贈ることができ、またゴミの減量につながりますので、協力をお願いします。  
 ※キャップは、シールなどをはがしてお持ちください。  
 回収ボックス設置場所／社会福祉協議会本部および各支部(各地区コミュニティセンター内)

**DV被害者へ子育て  
応援特別手当の事前  
申請を受け付けます**

対象者／配偶者からの暴力(DV)で、今お住まいの所に住民登録ができない平成15年4月2日から18年4月1日までに生まれた子どもがいる世帯の世帯主  
 支給額／子ども1人当たり3万6000円  
 ※申請方法など、詳しくはお問い合わせください。  
**申請期限**／10月30日(金)  
**開問**ことも福祉課(☎内線2304)

**国保・医療・介護  
なんでも電話相談室**

※受領証などは発行しません。  
**国土社会福祉協議会地域福祉係(☎821-5995)**  
 対象者／医療や介護サービス・費用や保険料負担で困っていること、負担軽減策など  
**茨城県社会保険推進協議会(☎029-823-7930)**  
 と き／10月31日(水) 午前10時～午後4時  
**受付電話番号**／029-228-0600、029-228-0602

## 女性特有のがん検診を受診してください

がんの早期発見と正しい健康意識を高めるために、特定の年齢の女性を対象に、がん検診の受診促進を図る事業(国の補助事業)が実施されます。次の方に**がん検診無料クーポン券**と**検診手帳**を郵送しましたので、ご利用ください。

### 乳がん(マンモグラフィ)検診対象者

- 昭和23年4月2日～  
24年4月1日生まれ
- 28年4月2日～  
29年4月1日生まれ
- 33年4月2日～  
34年4月1日生まれ
- 38年4月2日～  
39年4月1日生まれ
- 43年4月2日～  
44年4月1日生まれ
- 48年4月2日～  
49年4月1日生まれ
- 53年4月2日～  
54年4月1日生まれ
- 58年4月2日～  
59年4月1日生まれ
- 63年4月2日～  
平成元年4月1日生まれ

※対象となる方は、6月30日現在で土浦市に住居票がある方です。

健康増進課保健対策係  
(☎内線7504)

## 市立博物館から

### 秋季展示解説会

市立博物館では「霞ヶ浦に育まれた人々の暮らし」をテーマに展示を行っています。秋季展示の見どころを学芸員がご案内します。

- とき・内容／  
10月24日(土)：土屋彦直とその書
- 11月28日(土)：東城寺経塚出土の経筒
- 12月5日(土)：高瀬船と水運、船大工
- 12月12日(土)：筑波鉄道と筑波山案内

※時間は午後2時から30分程度  
土浦地方の農家に伝わったはたおりの体験講座です。  
とき／10月17日(土)から12月5日(土)までの毎週土曜日  
●午前の部：午前10時30分～正午  
●午後の部：午後1時30分～3時

### はたおりの体験講座

土浦地方の農家に伝わったはたおりの体験講座です。  
とき／10月17日(土)から12月5日(土)までの毎週土曜日  
●午前の部：午前10時30分～正午  
●午後の部：午後1時30分～3時

ところ／市立博物館展示ホール  
定員／各回2組(先着順)  
内容／裂き織り(最大48cmまで織れます)  
材料費／16cmにつき1000円  
申込方法／10月6日(火)から電話で

市立博物館(☎824・2928)

## 都市緑化フェア

とき／10月17日(土) 午前10時30分～午後3時(雨天のときは18日(日)に順延)  
ところ／水郷公園内風車前広場

内容／花鉢や苗木などの無料配布、緑の相談コーナー、体験コーナー、風船配布など  
園芸園街路課(☎内線2258)

## 土浦マラソン大会

とき／12月6日(日) 午前9時スタート  
ところ／新治運動公園  
対象者／小学1年生(1km)～一般男女(5km)  
参加料／1000円  
申込方法／各支所・出張所  
各地区公民館、体育施設など

にある申込書に参加料を添えて、スポーツ振興課へ直接  
申込締切／10月30日(金)  
市立博物館(☎内線5125)

## 秋季バドミントン大会

とき／11月3日(火) 午前9時～午後5時

ところ／水郷体育館  
対象者／高校生以上  
種目／男子ダブルス、女子ダブルス  
参加料／1ペア2000円  
申込方法／メール、ファクス(氏名、電話番号を記入)、または電話で

申込締切／10月23日(金)  
市立体育協会バドミントン部(☎826・0616  
t.dehon@com.home.ne.jp)

## 陸上自衛隊土浦駐屯地開設57周年記念行事

とき／10月18日(日) 午前9時～午後3時  
ところ／陸上自衛隊武器学校土浦駐屯地(阿見町青宿121-1)  
内容／記念式典、装備品展示、戦車体験試乗、ちびっこ広場、アトラクションなど  
※空砲による射撃を行います

ので、非常に大きな音が出ます。また、ベットの同伴はご遠慮ください。  
陸上自衛隊武器学校広報接護班(☎887・1171  
内線226・227)

## 「ひき」もりについて聴く・語る「集い

「自己肯定の大切さ」を世間体には負けない親の心構えを  
とき／11月2日(日) 午前10時～正午

「会話以外のコミュニケーション」をどう解消するか  
とき／12月7日(月) 午後1時30分～3時30分

「居場所や社会体験の必要性」を社会的資源の活用  
とき／平成22年2月4日(木) 午後1時30分～3時30分

共通  
ところ／土浦保健所 2階大会議室(下高津二丁目7-46)  
内容／家族教室(ミニ学習会および意見交換会)  
講師／菊地芳明さん(八千代高校教諭)  
定員／各40人(先着順)  
申込方法／電話で  
申込締切／10月28日(火)  
市立土浦保健所保健指導課(☎821・5516)

## 市民硬式テニス大会

とき／11月21日(土) (雨天のときは28日(土)に順延)  
 ところ／水郷テニスコート  
 対象者／ペアのどちらかが市内に居住または通勤・通学している高校生以上の方  
**種目・定員**／

●男子ダブルス：64ペア  
 ●女子ダブルス：32ペア  
 参加料／1ペア2000円  
 申込方法／メールまたはファクスで

※申込書は協会ホームページ(<http://www.tsuchijura-ta.jp>)からダウンロード、または水郷テニスコート、川口運動公園管理事務所にもあります。  
 申込締切／10月30日(金)  
**申開**土浦市体育協会硬式テニス部(☎0826・1380 info@tsuchijura-ta.jp)

## シルバー人材センターから

☐仕事を依頼したい方へ

植木の剪定、清掃、襖の張り替え、宛名書き、受付事務、駐車場管理などの仕事は当センターへおまかせください。  
 ご依頼の仕事は、責任を持って請け負い、豊富な経験を

持つ会員が行います。  
**☐会員募集中**

あなたの豊かな知識と経験を生かしてみませんか?  
**特色**／

●高齢者にふさわしい仕事を提供する公益法人です。  
 ●会員は自ら組織や事業の運営に参画します。  
 ●就業や収入の保証はありませんが、希望と能力に応じた働き方ができます。

**入会の条件**／  
 ●市内に居住する60歳以上の健康で働く意欲のある方  
 ●入会説明会を受け、シルバー事業の趣旨に賛同した方  
 ●入会申込書と所定の書類を提出し、会費を納入された方  
**開**土浦市シルバー人材センター(☎824・8281)

## 柔剣道有段者の刑務官(警備隊要員)募集

とき／第1次試験：11月8日(日) 午前8時～11時20分  
 ところ／矯正研修所東京支所(中野区新井二丁目37-3)

**対象者**／高卒(見込みを含む)で、採用時の年齢が22歳未満は柔剣道2段以上、または22歳以上は同3段以上で現に柔剣道を修行している方  
**試験**／教養・作文試験

募集人数／男子34人、女子2人程度  
**採用予定施設**／東京矯正管区管内の刑事施設  
**申込方法**／郵送(簡易書留)

※詳しくは、お問い合わせください。  
**申込期間**／10月23日(金)(当日消印有効)

**開**法務省東京矯正管区職員課(〒330・9723 さいたま市中央区新都心2-1 合同庁舎2号館13階 ☎048・600・1502)

## 在職者訓練の受講生募集

**☐ITコース 機械CAD (AutoCAD)**

とき／12月1日(火)、4日(金)、8日(火)、11日(金)、15日(火)、18日(金) 午後6時～9時  
 ところ／県立土浦産業技術専門学院

**内 容**／作図機能のマスター、編集のしかた  
**定 員**／20人(定員を超えたときは抽選)  
**受講料**／2900円  
**申込方法**／往復はがきで(講座名、氏名、住所、電話番号、年齢、職業(会社名)を記入)  
**申込締切**／10月31日(土)(必着)  
**開**同専門学院(〒300・

0849 中村西根番外50 ☎841・3551)

## 土浦ユネスコ協会 英会話教室

初級程度の会話ができることを目指します。

とき／10月16日(金)から12月18日(金)までの毎週金曜日 午前10時～11時30分 全10回  
 ところ／亀城プラザ

**講師**／インド人男性講師  
**受講料**／1万円  
**定 員**／20人(先着順)

※受講者が15人に満たないと中止になります。  
**申込方法**／電話で  
**開**同協会事務局(生涯学習課内 ☎内線5115)

## 人工内耳相談会

とき／10月18日(日) 午後1時～4時30分  
 ところ／総合福祉会館 講義講習室(フアラ2 4階)

**内 容**／講演「内耳性難聴と人工内耳について」・田淵経司さん(筑波大学大学院講師)・装用者体験発表、質疑応答、聞こえの相談など、補聴援助システムなどの展示  
**開**茨城県中途失聴・難聴者協会(☎857・5138)

## グリーン管理(植木剪定業務)技能講習会

とき／11月17日(火)～26日(木) 午前9時～午後4時(土・日、祝日を除く) 全7回  
 ところ／同センターほか

**対象者**／市内または近隣市町村に居住する58歳～67歳の方  
**定 員**／30人(先着順)  
**申込期間**／10月26日(月)～30日(金)(必着)

※詳しくはお問い合わせください。

## うらフレンドハウス 公開講演会

とき／10月17日(土) 午後1時30分～3時30分  
 ところ／国民宿舎「水郷」2階 多目的ホール

**内 容**／市民と「じょうそう」井戸端会議などを開催し、生活者の視点で行政運営に取り組む女性市長の講演  
**講 師**／長谷川典子さん(常総市長)

**参加料**／500円(飲み物代、資料代)  
 ※一時保育あり(要予約)  
**開**うらフレンドハウス(☎821・6004 栗栖)



## 市民参加の感謝市 「いかっぺ市」

公設地方卸売市場では、10月の市民参加の感謝市「いかっぺ市」で、イベントを開催します。

とき／10月17日(土) 午前9時～11時30分  
ところ／公設地方卸売市場  
内容／マグロの解体ショーと即売会・新鮮野菜 果物の格安販売など  
■公設地方卸売市場(☎843・2191)

## 魚ギョツと料理で メタボ予防

おいしい魚料理で、健康づくり。健康は自分の手で守りましょう！

とき／11月10日(火) 午前10時～午後1時  
ところ／土浦保健センター  
対象者／市内に居住している  
方  
定員／30人(先着順)  
内容／調理実習(魚料理) 講師／市食生活改善推進員・健康増進課管理栄養士  
参加料／300円  
持参するもの／エプロン、三角巾  
申込方法／10月6日(火)から電

話で  
■健康増進課(☎826・3471)

## くらしのセミナー 「通信販売の上手な 利用法」

とき／10月27日(火) 午後1時30分～3時30分  
ところ／亀城プラザ4階 学習室

内容／通販と消費者動向、相談事例紹介ほか  
講師／八代修一さん(日本通信販売協会消費者相談室長)  
定員／40人(先着順)  
申込方法／10月5日(月) 午前9時から電話で  
■消費生活センター(☎823・3928)

## 社会福祉協議会から

### ミニミニ教室

生涯スポーツとして誕生したミニミニは、ミニの経験がなくても気軽に参加でき、健康づくりと仲間づくりが最適です。  
とき／11月10日(火)～12月22日(火)(11月24日(火)を除く) 午後1時30分～3時30分 全6回

ところ／水郷体育館小体育室  
対象者／市内に居住している  
おおね50歳以上の方  
受講料／1000円

### 健康マージャン教室

指先を動かし、頭を使うことで脳の活性化を図り、認知症を予防しましょう。

とき／11月12日(木)～平成22年1月21日(木)(12月31日(木)を除く) 午前9時～11時30分 全10回  
ところ／総合福祉会館(ウララ2 4階)  
対象者／市内に居住している  
おおね60歳以上で、初めて  
マージャンをする方  
受講料／500円(テキスト代)

※駐車場・駐輪場の利用は自己負担となります。

### 共通

定員／20人(定員を超えたときは抽選)

申込方法／往復はがきで(講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入)

※連名での申し込みはできません。

申込締切／10月16日(金)(必着)

■社会福祉協議会いきがい対策係(〒300・0036 大和町9・2 ☎821・5995)

## DVヘルプライン(電話相談)を ご存じですか？

あなたは、配偶者や恋人からのさまざまな暴力で、誰にも言えずに一人で悩んでいませんか？  
そういうときは電話してみてください。  
相談員に話すだけでも、心が軽くなるのでは…



### 相談日時

毎月第3木曜日  
午後1時～4時

### 専用電話

☎ 827-2525

## 水道水質検査の信頼性が向上しました

水道水は皆さんが直接口にすることから、その安全性を確認するための水質検査には、高い精度と信頼性が求められます。

水道課では、水道水の水質検査を茨城県企業局水質管理センターに委託し、水源から給水栓までの連続した水質検査を行っていますが、この度、同センターは、(社)日本水道協会から「水道G L P」の認定を取得しました。

同センターで行っている水質検査で客観的な信頼性が保証されたことで、一層安心して水道をご利用いただけるようになりました。

■水道課(☎821-6237)

### 水道水G L Pとは？

「Good Laboratory Practice」の略称で、「優良試験所規範」の意味。

(社)日本水道協会が、検査の技術力を評価する「IS017025」と品質管理の「IS09001」の概念をベースにして、水道分野に特化させた規格として「水道G L P」を作成しました。

# 情報通信技術(IT)講習会 後期



平成21年度  
受講者募集

インターネットやメールなどの情報通信技術(IT)を使いこなせるようになるために、パソコンの基本的な技能を学びます。初心者向けの講習会ですので、「パソコンに触ったこともない」という方でも安心してご参加ください。

対象者／市内に居住または通勤する20歳以上の方(学生を除く)

受講料／無料(テキスト代1000円は受講者負担)

申込方法／往復はがきで(住所、氏名(フリガナ)、性別、年齢、電話番号、希望講習番号と開催会場(第2希望まで可)を記入)  
※申し込みは1人1通です(第2希望まで可)。重複での申し込みは無効となります。

申込締切／10月21日(水)(当日消印有効)

受講者の決定／10月30日(金)までに、はがきで通知します。  
(定員を超えたときは抽選。また、申込状況により日程・会場の変更をお願いすることがあります)

☎ 生涯学習課(〒300-4192 藤沢975 ☎826-1111 内線5116)

講習番号	開催日	時間	開催会場	定員(人)
1	11月 6日(金)	午前9時30分～午後4時30分	都和公民館	17
2	11月 10日(火)・17日(火)	午前9時30分～午後0時30分	四中地区公民館	17
3	11月 12日(木)	午前9時30分～午後4時30分	四中地区公民館	17
4	11月 20日(金)・27日(金)	午後1時30分～4時30分	三中地区公民館	17
5	12月 1日(火)	午前9時30分～午後4時30分	三中地区公民館	17
6	12月 9日(水)・16日(水)	午後1時30分～4時30分	都和公民館	17
7	12月 13日(日)	午前9時30分～午後4時30分	都和公民館	17
8	12月 19日(土)	午前9時30分～午後4時30分	三中地区公民館	17

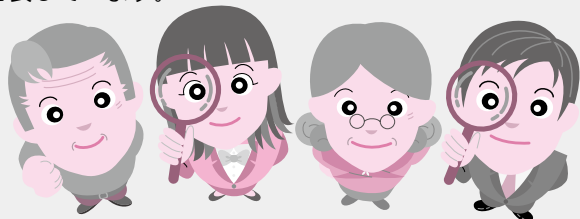
## 市の財政健全化判断比率等を公表します

平成20年度の決算に基づき、健全化判断比率・資金不足比率を算定しました。いずれの指標も、国が定める財政の早期健全化や再生を図る基準を下回っていて、健全段階となっています。今後も、行財政改革に取り組み、健全な財政運営に努めていきます。

☎ 財政課(☎826-1111 内線2217)

区分	土浦市	早期健全化基準	財政再生基準
健全化判断比率			
実質赤字比率	—	11.88%	20%
連結実質赤字比率	—	16.88%	40%
実質公債費比率	11.6%	25%	35%
将来負担比率	61.3%	350%	
資金不足比率	各会計とも —	経営健全化基準 20%	

※「—」は、赤字、資金不足が生じていないため、該当がないことを表しています。



**実質赤字比率**…一般会計等の実質的赤字の標準財政規模に対する割合

**連結実質赤字比率**…特別会計を含む市の全会計の実質的赤字の標準財政規模に対する割合

**実質公債費比率**…一般会計等における公債費(借入金の返済額)に、特別会計における公債費に充てるための繰出金などを加えた実質的な公債費の、標準財政規模に対する割合

**将来負担比率**…一般会計等の実質的な将来負担額(一般会計等の借入金残高、特別会計の借入金残高のうち一般会計負担見込み、市の全職員が退職すると仮定した場合の退職手当負担見込み、土地開発公社などの関係団体への一般会計負担見込みなど)の標準財政規模に対する割合

**資金不足比率**…市の公営企業において生じている赤字(資金不足)の事業規模に対する割合。市では、下水道事業特別会計など5つの会計が対象となります。

※標準財政規模とは、地方公共団体の標準的な一般財源を示すもので、市では、283.9億円(平成20年度)です。

# 未来への伝承

## 文字を書いた器

うっわ

### ― 扇ノ台遺跡出土の墨書土器 ―

私たちが毎日のように目にする文字。そもそも、文字というものを私たちはいつ頃から使ってきたのでしょうか。文字との出会いは、古くは弥生時代にまでさかのぼります。中国の皇帝が、西暦57年に北九州の王に与えた「金印」のように、中国や朝鮮半島からもたらされた文物を通して私たちの祖先はじめて文字と出会いました。しかし、文字文化が社会に定着するのは、もっと後のことになります。7世紀後半に中央集権国家が成立し、国家の意思や命令が文書によって地方社会にも伝えられるようになってからのことです。

戸籍の作成や税の徴収など、古代の役所を中心にいけば支配の道具として文字が定着するにつれ、民衆の間でも次第に文字が使われるようになります。そのことを端的に示す資料が、奈良・平安時代の集落跡から出土する、墨書土器と呼ばれる資料です。土器に墨で文字を書いたもので、一文字のみ書くものが大半を占めます。集落で行なわれていた祭祀や儀礼に伴って書かれたもので、必ずしも文字を自由に使いこなしていたわけではないと理解されています。それでも祭祀や儀礼という場で、人間同士ばかりでなく神仏に対してもコミュニケーション・ツールとして文字を使用するようになることは大きな変革といえます。

墨書土器は、市内でも多く見つかっています。出土した墨書土器を眺めると、字体の崩れたものが目立つ一方で、上手な文字に出会うことがあります。

今回紹介する扇ノ台遺跡(土浦市中)より出土した墨書土器もその一つです。扇ノ台遺跡は、花室川右岸の台地上に位置する遺跡で、奈良・平安時代の竪穴住居跡や掘立柱建物跡が見つかっています。出土したものでは、写真左側の「中」のように練達した書き手を思わせるものが目を引きます。その端正な筆勢は、書き手が日常的に文字を書いている印象を与えます。

こうした練達した文字の存在は、何を物語っているのでしょうか。奈良時代の後半から平安時代にかけて、土浦も含めた霞ヶ浦沿岸地域では仏教信仰が急速に広まります。村々に作られたお堂を拠点に僧侶が活動し、火葬などの新たな文化も広まりました。經典をもとに法会を執り行い、写経を行なうことで功德を積む古代仏教は、文字文化を広める大きな原動力であったと考えられます。

扇ノ台遺跡でも、「卍」(写真右上)や「僧」と書いた墨書土器が出土していることが注目されます。直ちに佛寺の跡と断定できる建物跡は見つかっていませんが、この集落で仏教信仰が広まっていることを示唆しています。巧みな筆使いの墨書土器が僧侶自身によって書かれたものかどうかわかりませんが、仏教信仰を介して文字への理解が深められたことは間違いないようです。

今回紹介した資料は、上高津貝塚ふるさと歴史の広場で11月末まで展示しています。ぜひご覧ください。

上高津貝塚ふるさと歴史の広場(☎826・711)



墨書土器(扇ノ台遺跡出土)



# まちの フォトNEWS



NEWS

## 世界選手権で見事「金メダル」!

福見友子さん世界選手権優勝報告



オランダのロッテルダムで行われた柔道世界選手権の女子48kg級で土浦市出身の福見友子さんが金メダルを獲得。市役所を訪れ、中川市長らに優勝報告を行いました。福見さんは、世界選手権での激闘を振り返ったり、来年東京で開催される世界選手権や3年後のロンドン五輪に向けての抱負を力強く語ってくれました。

(9月4日)

NEWS

## 下水道への理解と関心を高めよう

第19回土浦市下水道展

9月10日の下水道の日になんで、「第19回土浦市下水道展」が県南生涯学習センターで行われました。会場では、下水道をテーマに募集したポスター、作文、標語の3部門での下水道促進コンクールの表彰式や、入賞作品が展示されました。訪れた人たちは、下水道への理解や関心を高めていました。(9月5日)



NEWS

## 年齢を感じさせない 生き生きとした演技を披露

土浦市高齢者芸能発表会・展示即売会



「土浦市高齢者芸能発表会」が、亀城プラザ文化ホールで行われました。この日は、市内の高齢者クラブなどから190人が参加して、踊りやカラオケ、謡曲、民謡、民舞、手話ダンスなどで、生き生きとした演技を披露。また、市民ホールでは精魂を込めて作った作品の「展示即売会」が行われました。

(9月18日)

●土浦一中 女子バスケットボール部●



「悔いが残らないように  
いつも全力プレー」

飯村 静香さん  
(土浦一中3年 城北町)

「ブザービート(試合終了のブザーが鳴ると同時に放たれて決まるシュートのこと)をいう造語)で追いついたんですが、延長戦の終了間際にフリースローを決められ負けてしまいました。でも、全力を出し切ったので悔いはありません。そう振り返ってくれたのは、今年の8月に行われた関東中学校バスケットボール大会に出場した土浦第一中学校女子バスケットボール部でキャプテンを務めた飯村さん。

試合の前半は、自分の調子が上がらずリードを許す展開に。後半になると得意のポストプレーで得点を重ね、チームも反撃し大接戦となったが、惜しくも2回戦で敗れた。

バスケットボールを始めたのは小学4年生のときで、兄の試合を応援に行ったのがきっかけ。ランニングなどの走る練習はきつかったが、それ以上にみんなと一緒にプレーするのが楽しかったという。中学入学後は素質が開花し、今年の3月に行われた都道府県対抗ジュニアバスケットボール大会の県選抜選手となり、先発出場を果たした。また、キャプテンとしてもチームをまとめ、県新人体育大会優勝(県総合体育大会準優勝)などの輝かしい成績に導いた。

「キャプテンとして、初めは試合中に思っように指示を出せなくてつらいときもありましたが、今はやってよかったですと思います」と笑顔で話してくれた。顧問の先生は、「まじめで、自ら率先してチームを引っ張ってくれるので、安心して練習や試合を任せられました」と全幅の信頼を寄せる。

卒業後もバスケットボールを続けたいと話す飯村さん。高校での更なる飛躍を期待したい。



子ども  
作品展



乙戸小6年  
倉持優香さん



乙戸小4年  
稲垣翔太さん

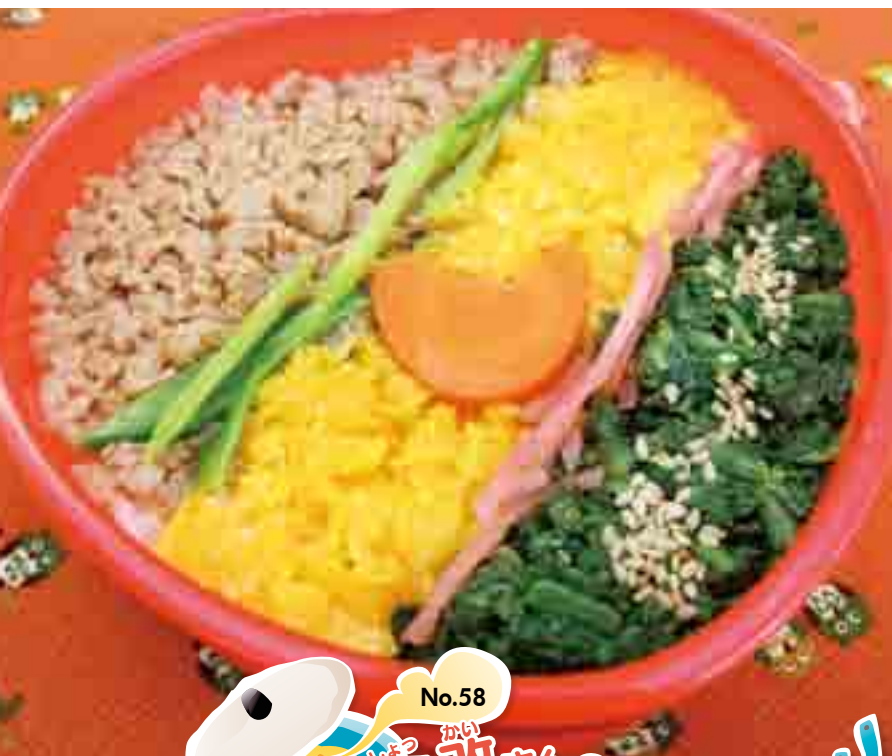


「おむすびころりん」  
乙戸小3年  
佐藤萌絵さん



「ぼくとツルレイシ」  
乙戸小5年  
武智一真さん





## 今月のメニュー 三色そぼろ弁当

木の葉もすっかり秋らしく色づき、行楽シーズンを迎えました。今月は、レジャーにおすすめの彩り鮮やかで見た目に楽しい「三色そぼろ弁当」を紹介します。

三色の1つ小松菜は、ミネラルの宝庫です。特にカルシウムが多く含まれ、鉄、葉酸も豊富なので、骨粗しょう症予防や貧血予防に効果があります。

簡単でおいしいので、お弁当だけでなく普段の食卓でもお試しください。

(10月の食生活改善推進員)

### 材料・分量 (2人分) ……

ごはん	300g	卵	2個	
鶏ひき肉	100g	〔砂糖〕	小さじ2	
A	酒	大さじ1	〔塩〕	少々
	水	大さじ1		
	砂糖	小さじ2		
	しょうゆ	小さじ2		
小松菜	2把	〈飾り用〉		
〔サラダ油〕	小さじ1	絹さや(ゆでて細切り)	2枚	
	塩	少々	にんじん(薄切り)	4枚
			いりごま	小さじ1/2
		甘酢しょうが(細切り)	10g	

### 作り方 ……

- 1 鶏ひき肉にAの調味料を加え、はして混ぜながら火にかけ、ポロポロになるまで炒める。
- 2 小松菜はゆでて水気を絞り、みじん切りにしサラダ油で炒めて、塩をふる。
- 3 卵を割りほぐし、砂糖、塩で味付けをして鍋に入れ、箸で手早く混ぜながら、弱火で細かい卵を作る。
- 4 ごはんの上に1、2、3をきれいに盛り、絹さや、ニンジン、甘酢しょうが、いりごまで飾りつける。

### 1人分の栄養素 ……

エネルギー	497kcal	カルシウム	133mg
たんぱく質	23.2g	食物繊維	2.0g
脂質	13.4g	塩分	1.9g



加藤 君江さん 佐々木優枝さん



## 表紙の紹介

### 東小学校の稲刈り

東小学校では今年、児童と先生が力を合わせて、以前やぎを飼っていた場所に田んぼを作りました。

農家の方の指導を受けながら田植えをした稲は、すくすくと育ち、見事一面に黄金色の稲穂を実らせました。

児童たちは、裸足で田んぼに入り、足に伝わる感覚に驚きながらも、慣れない手つきで鎌を使い、楽しそうに稲を収穫していました。(9月16日)

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」10月中旬号は、10月15日(木)発行予定です。

人口と世帯数(平成21年9月1日現在) 14万4459人(男7万1962人 女7万2497人) 5万6530世帯