

# つちうら

# 6

Tsuchiura Public Relations No.1245

お知らせ版

## INFORMATION

### 情報ひろば

- 日 日時・日程
- 場 会場
- 対 対象者
- 講 講師
- 内 内容
- 定 定員
- 持 持ち物
- 料 料金・受講料
- 申 申込方法
- 締 締め切り
- 問 問い合わせ
- 他 その他

土浦市役所 ☎826-1111

防災行政無線 ☎0120-826113

#### マイシティつちうら

まちの話題やニュースをお届けします。土浦ケーブルテレビ デジタル11ch(111ch)【毎日 9:00/12:00/16:00/20:00 の各15分】

#### 土浦市メールマガジン

行政、子育て、健康づくり、観光・イベントなどの情報をメールでお届けします。

登録はこちら▶



#### 消防ポンプ操法競技大会

日 7月7日(日) 午前8時35分  
から(小雨決行)

場 市消防本部

内 消防ポンプ車操法(ポンプ車からの放水はなし)

問 消防本部警防救急課(☎821・5879)

#### 生活福祉資金貸付制度について

土浦市社会福祉協議会では、低所得世帯に限りエアコン購入の際、生活福祉資金の貸付を行っています。貸付には条件がありますので、詳しくはお問い合わせください。

問 土浦市暮らし自立サポートセンター(☎822・7610)

#### 甲種防火管理者新規講習会

日 8月1日(木)、2日(金) いずれも午前9時30分～午後4時50分(受け付けは午前9時から)

場 市消防本部

定 60人(先着順)

料 4000円

申 申請書をホームページからダウンロードまたは、消防署で受け取り、7月11日(木)の午前9時～午後4時30分の間にファクスで

問 消防本部予防課(☎821・5967) FAX 825・3166)

#### 陸上自衛隊夜間飛行訓練

日 6月25日(火)～27日(木)

場 陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場

#### 乳児用チャイルドシート貸し出し

日 貸出日/7月7日(日)

午前9時～9時30分

申 申込日/7月1日(月)、2日(火)

場 本庁舎2階 202会議室

対 市内在住の、1歳未満児の保護者  
または8月末までに出産予定の方

持 運転免許証

料 2000円(クリーニング代など)

申 電話で

問 生活安全課(☎内線2298)

よび周辺空域

内 ヘリコプター2、3機

問 同航空学校霞ヶ浦校(☎842・1211)

#### 第22回土浦新能特別企画「土浦狂言公演」

日 9月1日(日) 午後2時～3時50分(開場は午後1時30分から)

場 亀城プラザ

内 「梟山伏」…野村万之丞ほか、「附子」…野村万蔵ほか、狂言の解説・ワークショップ

料 一般：4000円、小中学生・高校生：2000円

※チケットの販売についてなど、詳しくはお問い合わせください。

問 土浦新能倶楽部事務局(文化振興室内 ☎893・5505)

**6月23日～29日は男女共同参画週間です**

**男女共同参画パネル展**

日 6月23日(日)～7月7日(日)  
場 本庁舎2階展示スペース

**父と子の料理教室**

日 7月6日(土) 午前10時～午後1時  
場 四中地区公民館

対 小中学生とその父親  
講 石澤宏依さん(根本クッキングスクール)

定 16組(先着順)  
持 エプロン、三角巾、筆記用具  
¥ 1組1000円

申 電話または直接  
問 市民活動課(☎827・107)

**図書館からのお知らせ**

**おやこ健康教室 in 図書館**

日 6月28日(金) 午前11時から

内 「乳幼児の健康について」

定 親子10組(先着順)

申 電話または直接

**大人のおはなし会**

日 6月29日(土) 午後2時～3時30分  
定 30人(先着順)

内 「相続・遺言」を知って得する法情報探し方講座

日 7月13日(土) 午後2時から  
講 山内享郎さん(第一法規)

内 法情報総合データベース「Dilemma」を用いて、相続や遺言について学ぶ

定 20人(先着順)

申 電話または直接  
問 市立図書館(☎823・4646)

**大好きいばらき就職面接会**



日 6月26日(水) 午前の部：午前10時30分～午後0時30分、午後の部：午後2時～4時

場 ホテルマロウド筑波(城北町)  
対 令和2年3月に大学などを卒業見込みの方、既卒(概ね3年以内)の未就職者

※参加予定企業など、詳しくはホームページをご覧ください。  
問 県労働政策課(☎029・301・3645)

**食品取扱者の保菌検査(検便)**

日 ①7月9日(火) 午前10時～11時30分、②11日(木) 午後1時30分～3時、25日(木) 午前10時～11時30分、午後1時30分～3時、③23日(火) 午後1時30分～3時

場 ①土浦地方卸売市場(卸町一丁目)、②土浦保健所(下

高津二丁目)、③土浦市新治商工会(高岡)

内 食品の製造・調理・販売または取り扱いに従事する方

¥ 検査料/800円  
※持ち物など、詳しくはお問い合わせください。

問 土浦食品衛生協会(☎822・4127)

**はす博士の解説会**

日 7月7日(日)、8月4日(日)

いずれも午前7時から

場 水郷公園水生植物園

講 香取正人さん(市公園管理アドバイザー)

内 ハスとスイレンの違い、花の咲き方、花蓮の花色による分類など

問 公園街路課(☎内線2258)

**生誕90周年記念 手塚治虫展**

日 8月25日(日)まで 午前9時30分～午後5時(入場は午後4時30分まで)

場 県近代美術館(水戸市千波町)

内 手塚治虫作品の原稿や映像などを展示

※入館料など、詳しくはホームページをご覧ください。

問 同館(☎029・243・5111)

**土浦桜川親水フェスティバル**



日 7月28日(日) 午前9時～午後2時(荒天時は①「実験観察会」のみ開催)

場 桜川(銭亀橋～匂橋)

内 ①「実験観察会」と「公園のボートを漕いでみよう会」(小学校高学年向け)、②筑波レガッタ

¥ ①500円、②1000円(いずれも保険料含む)

申 ホームページから  
問 都市計画課(☎内線2266)

**第4回お寺DEキララ寄席**

日 7月7日(日) 午後3時～5時(開場は午後2時30分から)

場 瀧泉寺(中央二丁目)

講 出演者/好文亭梅朝ほか

定 80人(先着順)

問 まちづくり活性化土浦(☎826・1771)

**親子カヌー体験 「霞ヶ浦であそぼ！」**

日 7月15日(日) 午前9時～正午

場 ラクスマリーナ(川口二丁目)

定 親子30組(先着順)

¥ 1人1000円

申 6月24日(月)から電話で

問 霞ヶ浦問題協議会(☎830・3338)

広告

**親子陶芸講座**

日 水曜日クラス／7月24日、  
8月7日(全2回) 午後1  
時～2時30分  
木曜日クラス／7月25日、  
8月8日(全2回) 午前10  
時～11時30分  
場 ワークヒル土浦

対 小学生とその保護者

講 田中アルバさん

定 各10組(定員を超えた場合  
は抽選)

料 ¥3700円(材料費込)

申 往復はがきに希望クラス  
名、住所、氏名(ふりがな)、  
年齢、電話番号を記入し郵  
送、または郵便はがきを直接

7月9日(火)(必着)

問 ワークヒル土浦(〒300・  
0027 木田余東台四丁  
目1-1 ☎826・26  
22)

**家庭的保育者認定研修**

日 7月30日(火)、31日(水)、8月  
5日(月)、11日(日)、12日(月)、  
24日(土)、25日(日) 午前10時  
～午後5時(全7回)  
場 水戸エクセルホール(水戸  
市宮町一丁目)

内 保育士資格のない方が家庭  
的保育者になるための研修  
的申込方法など、詳しくは

※申込方法など、詳しくは  
ホームページをご覧ください。  
か、お問い合わせください。

問 県子ども未来課(☎029・  
301・3252)

**市民卓球大会**

日 7月15日(月) 午前9時から

場 水郷体育館

対 市内在住または在勤の方  
(学生不可)

内 一般男子A、一般男子B

**納税課からのお知らせ**

- 6月の納税(納期限:7月1日(月))  
市・県民税(1期)
- 6月の休日納税・休日納税相談
- 日 6月30日(日)  
午前9時～午後5時
- 場 納税課(本庁舎2階)
- 問 納税課(☎内線2359)

**7月の無料年金相談**

- 常陽銀行土浦支店  
7月18日(木) 午前10時～午後3時  
(☎822-3216)
  - 常陽銀行土浦ローンプラザ  
(土浦駅前支店内)  
7月20日(土) 午前10時～午後4時  
(☎821-3541)
- ※詳しくは各金融機関へお問い合わせ  
してください。

(50歳以上)、一般女子、一  
般ラージダブルス

料 シングルズ:3000円、ダ  
ブルズ:4000円

6月28日(金)(必着)

※申込方法など、詳しくはホー  
ムページをご覧ください。

問 市体育協会卓球部(☎09  
0・1033・6041  
佐賀)

**蔵まつり 第14回霞ヶ浦帆  
引き船模型工作教室**

日 7月21日(日) 午前9時～正午

場 土浦まちかど蔵「野村」袖蔵

対 小学5年生以上(小学生は  
保護者同伴)

講 霞ヶ浦帆引き船・帆引き網

漁保存会

定 18人(先着順)

料 ¥2800円

申 住所、氏名、年齢、電話番  
号を記入し、ファクスまた  
は電話で

問 土浦市観光協会(☎824・  
2810 ☎824・28  
19)

**あゆなまみあな吹奏楽団第  
10回定期演奏会**

日 7月7日(日) 午後2時(開  
場は午後1時30分から)

場 牛久市中央生涯学習セン  
ター(牛久市柏田町)

内 曲目/J・BEST平成メ  
ガコレクシオンなど

問 あゆなまみあな吹奏楽団  
(☎090・9823・5  
148 佐藤)

**霞ヶ浦医療センター  
公開市民講座**

日 7月18日(木) 午後3時から

場 同センター(下高津二丁目)

講 今田 了さん(RI検査主任)

内 「放射線治療について」

問 同センター(☎822・5  
050)

**東京医科大学茨城医療セン  
ターからのお知らせ**

**市民公開講座**

日 6月29日(土) 午後2時～3時

講 高橋英城さん(小児科)

内 「しつけと虐待の境界線」  
支援の視点から」

**肝臓病教室**

日 7月6日(土) 午後1時30分  
～3時30分

講 池上 正さん(消化器内科)  
ほか

内 「なぜあなたの肝脂肪は減  
らないのか」など

**共通**

場 同医療センター(阿見町中  
央三丁目)

問 同医療センター(☎887・  
1161)

広告



2019年コンサート「江戸時代の土浦の芸能を楽しむ」

日 7月27日(土) 午後1時30分

～4時

場 霞浦の湯

内 「土屋政直と茶道について」のお話、ジャズとボサノバのコンサートなど

定 80人(先着順)

¥ 700円

申 電話で

問 まちづくり活性化土浦(☎826・1771)

土浦協同病院市民公開講座

日 6月29日(土) 午後2時～4時30分(受け付けは午後1時から)

場 同病院(おおつ野四丁目)

内 「ひよっとすると心不全」その息切れ治るかも」

問 同病院(☎846・3682)

日本消化器病学会関東支部市民公開講座

日 7月6日(土) 午後1時30分

～4時

場 県南生涯学習センター

内 「消化器のがん 知って得する最新情報」

定 120人(先着順)

問 土浦協同病院庶務課(☎830・3711 塚本)

## 市政のお知らせ

information

### マル福(医療福祉費支給制度)について

問 国保年金課(☎内線2316)

マル福(医療福祉費支給制度)は、小児・妊産婦・ひとり親家庭・重度心身障害者などの対象者が、医療保険で病院などにかかった場合の一部負担金に相当する額を公費で助成し、医療費の負担を軽減する制度です。

#### マル福の更新について

現在の医療福祉費受給者証(小児、妊産婦を除く)の有効期限は6月30日(日)です。受給要件に該当する方には、**6月20日(木)に新しい受給者証を発送予定です**。7月1日(月)以降に医療機関などにかかる場合は新しい受給者証を提示してください。なお、平成30年分の所得申告が済んでいない方は、新しい受給者証を交付できませんので、必ず申告してください。

#### 受給資格

市在住の、各種医療保険に加入者のうち、次のいずれかに該当する方が対象です(生活保護受給者を除く)。

##### ■小児(中学3年生までは所得制限なし)

○出生日から18歳になる年度まで

##### ■妊産婦(所得制限なし)

○母子手帳を交付された方(母子手帳交付月の1日から出産月の翌月末日まで)

##### ■ひとり親家庭の母(父)子(所得制限あり)

- 子が18歳になる年度までの母(父)子
- 20歳になる年度までの障害児とその母(父)
- 20歳になる年度までの高校在学者とその母(父)
- 父母のいない児童(18歳以下)とその児童を養育している配偶者のない方
- 配偶者が重度心身障害者マル福を受給している方と、その養育されている児童(18歳以下)

##### ■重度心身障害者等(所得制限あり)

- 身体障害者手帳1級、2級の交付を受けている方
- 身体障害者手帳の交付を受けていて、かつ障害名が心臓、腎臓、呼吸器、ぼうこう若しくは直腸、小腸またはヒト免疫不全ウイルスの免疫、肝臓の機能障害の3級の認定を受けている方
- 療育手帳の判定A以上(知能指数が35以下判定)の交付を受けている方
- 療育手帳の判定B(知能指数が50以下判定)の交付を受けていて、かつ身体障害者手帳3級の交付を受けている方
- 精神障害者保健福祉手帳1級の交付を受けている方
- 特別児童扶養手当1級の支給対象の児童
- 障害年金1級の受給権者

広告

市政のお知らせ

information

平成30年度ふるさと応援寄付の活用について

☎ 政策企画課 (☎内線2353)

平成30年度も多くの方から寄付をいただきました。ありがとうございました。

ふるさと応援寄付金の内容	件数	寄付金額	主な活用事業
「みんなで支え合う つちうらプロジェクト」	354	6,066,000円	包括ケアマネジメント支援事業、地域防災対策整備事業
「まちがにぎわう つちうらプロジェクト」	524	7,941,000円	シティプロモーション推進事業、土浦全国花火競技大会開催事業
「未来へつなぐ つちうらプロジェクト」	1,265	16,760,000円	小中一貫教育推進事業、防犯対策事業
特に指定しない	6,618	90,222,000円	上記のいずれかの事業
合計	8,761	120,989,000円	

市政のお知らせ

information

令和2年成人式

☎ 文化生涯学習課 (☎内線5163)

今年度の成人式は、各中学校地区で開催します。

日時／令和2年1月12日(日) 午後1時30分から  
 場所／一中・二中・六中・新治地区…各地区公民館  
 三中・四中・五中・都和中地区…各中学校体育館  
 対象者／平成11年4月2日から平成12年4月1日  
 生まれの方  
 ※土浦市に住民登録がない方も式典に参加できます。

市政のお知らせ

information

放課後児童クラブ夏期臨時職員を募集します

☎ 文化生涯学習課 (☎内線5163)

雇用期間／7月22日(月)～8月末日  
 勤務日時／月～金曜日および第1土曜日(祝日は除く)  
 の午前8時～午後6時30分までのうち5時間程度  
 勤務場所／市内小学校敷地内の児童クラブ  
 報酬／時給910円(交通費別途支給)  
 勤務内容／児童の安全確保、学習活動の環境作り、生活習慣を身につける手助けなど  
 ※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

市政のお知らせ

information

空家等対策相談会を開催します

☎ 生活安全課 (☎内線2241)

日時／7月27日(土) 午後1時～4時  
 場所／四中地区公民館  
 内容／空家などの管理、処分、活用、相続などの相談  
 定員／8組(定員を超えた場合は抽選)  
 申込締切／7月8日(月)  
 ※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。



市政のお知らせ

information

南部地区運動広場ネーミングライツ事業スポンサーが決定しました

☎ スポーツ振興課 (☎内線5125)

募集していた南部地区運動広場のネーミングライツ事業スポンサーが、「関影商事株式会社」に決定しました。6月より「SEKISHO土浦南部セキショウスポーツフィールド」の愛称となります。



広告

市政のお知らせ information

介護保険料を年金から差し引かれている方へ

☎高齢福祉課 (☎内線2463)

介護保険料を年金から差し引かれている方(特別徴収)には、7月中旬に「介護保険料額決定通知書兼特別徴収開始通知書」を送ります。

仮徴収と平準化

介護保険料は、前年の所得などに応じて決まりますが、7月に保険料の年度額が確定するまでは、**「仮徴収」**として、**前年度の2月の年金から差し引かれた額と同じ額を納めていただきます。**

保険料の年度額が決定した後、仮徴収として納めた額を差し引いた残額を納めていただきますが、この時、8月以降の支払額が出来るだけ均等になるように徴収額の調整をし、「**平準化**」を行います。

市政のお知らせ information

市民活動情報サイト「こらぼの」使用説明会

☎市民協働室 (☎内線2234 ☎FAX822-9252

✉shimin-katsudo@city.tsuchiura.lg.jp)

日時 / 7月18日(木) 午前10時から

場所 / 本庁舎2階 研修室1

対象 / NPO法人、ボランティア団体、町内会(自治会)、同好会、文化団体、スポーツ団体など、市内で非営利活動をしている団体

定員 / 30人(先着順、原則各団体1人まで)

申込方法 / 団体名、代表者名、参加者の氏名、住所、電話番号、質問事項(任意)を記入し、郵送、ファクス、メールまたは電話で

締め切り / 7月5日(金) (必着)

皆さんに安全な水を届けています

平成31年3月に実施した水質検査の結果、市内すべての配水場において水質基準に適合しています。また、放射能検査値につきましては、指標値を大きく下回っており安全です。

☎水道課 (☎821-6237)

平成31年3月の水質検査の結果 健康に関する項目及び性状に関する項目(抜粋)

水質基準項目	基準値	大岩田配水場系	神立配水場系	右粕配水場系	新治浄配水場系	
健康に関する項目	一般細菌	100個/mℓ以下	0 個/mℓ	0 個/mℓ	0 個/mℓ	0 個/mℓ
	大腸菌	検出されないこと	不検出	不検出	不検出	不検出
	カドミウム	0.003mg/ℓ以下	0.0003mg/ℓ未満	0.0003mg/ℓ未満	0.0003mg/ℓ未満	0.0003mg/ℓ未満
	水銀	0.0005mg/ℓ以下	0.00005mg/ℓ未満	0.00005mg/ℓ未満	0.00005mg/ℓ未満	0.00005mg/ℓ未満
	鉛	0.01mg/ℓ以下	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満
性状に関する項目	亜鉛	1.0mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ未満	0.01mg/ℓ未満	0.01mg/ℓ未満	0.01mg/ℓ未満
	鉄	0.3mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ未満	0.01mg/ℓ未満	0.01mg/ℓ未満	0.01mg/ℓ未満
	銅	1.0mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ未満	0.01mg/ℓ未満	0.01mg/ℓ未満	0.01mg/ℓ未満
	ナトリウム	200mg/ℓ以下	32.0mg/ℓ	31.9mg/ℓ	32.0mg/ℓ	33.6mg/ℓ
	マンガン	0.05mg/ℓ以下	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満

※その他、41項目の検査が義務付けられていますが、検査の結果いずれも基準値を大きく下回っています。

水道課職員を装った詐欺や窃盗、悪質な訪問販売などにご注意ください!

作業服などを着用した水道課職員を装い、水道料金などを詐取したり、水道課から依頼されたと偽って勝手に水質検査を行い浄水器を売りつけるなどの詐欺や悪質な訪問販売が多発しています。市では、次のようなことは行っておりません。

☎水道メーターを交換してお金を請求する ☎要請のない水質検査をしてお金を請求する

☎突然訪問して水質検査を行った後、浄水器の販売、斡旋や水道管の配管工事契約を行う

不審に思った時は、水道課までお問い合わせいただくか、場合によっては警察へ通報して下さい。

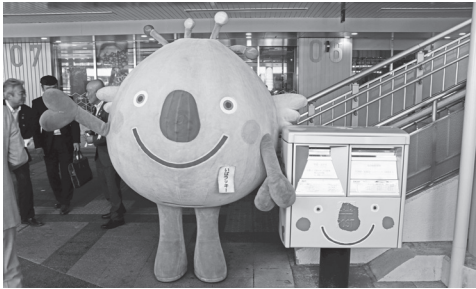


## いばラッキー ラッピングポストの除幕式が 行われました!

☎国体推進課(☎826-1111 内線5132)

茨城国体マスコットキャラクターの「いばラッキー」を模した黄色いポストが市内2箇所に設置され、5月23日に土浦駅西口階段下ポストで除幕式が行われました。

いばラッキーラッピングポストをぜひご利用ください。



### 市内設置箇所／

- ・土浦郵便局(城北町)
- ・土浦駅西口階段下

### 設置期間／

10月中旬頃まで(予定)

### シートベルトとチャイルドシートの着用を徹底しましょう

茨城県における、平成30年中の四輪車乗車中の死者42人のうち、シートベルト非着用者は21人で、死者数の50%を占めています。また、非着用者のうち9人については、シートベルト着用によって助かった可能性があると考えられています。

シートベルトおよびチャイルドシートは、交通事故の発生時における被害の防止と軽減を図るために不可欠です。全席において、正しい着用を徹底しましょう。

### 薬物乱用のない社会を

「薬物乱用」とは、覚せい剤・大麻・シンナーなどの薬物を不正に使用することや、医薬品を医療目的以外に使用することです。

一度薬物を乱用して快感を得ると、薬物の効果が切れた時の苦痛などから逃れるため、薬物による効果を強く求めるようになる「依存性」が形成されます。また、薬物を繰り返し使用することにより、同じ量では効かなくなる「耐性」が生じます。薬物の「依存性」と「耐性」により、乱用する量や回数が増加するという悪循環に陥り、自分の意志では止めることができなくなります。

薬物の乱用は、心身をむしばむ危険性が非常に高く危険です。絶対に手を出してはいけません。



## こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん HAPPY BIRTHDAY 6月生まれ



### 8月で1歳になる赤ちゃんを募集!!

☎①誕生日、②住所、③氏名(ふりがな)、④電話番号、⑤一言(25文字以内)を記入し、写真を添えて広報広聴課へ郵送、メール(kouho@city.tsuchiura.lg.jp)または直接

✉6月28日(金)

※8月上旬または中旬号に写真、氏名、町名、一言を掲載します。



愛してんぜ!

岡本理司ちゃん  
(右朧)



1歳おめでとうの  
元気にすくすく  
育ってね!

金澤佑真ちゃん  
(港町三丁目)



1歳おめでとう!  
お兄ちゃんと仲良く  
元気に育ってね☆

岩瀬浩典ちゃん  
(並木二丁目)



1歳おめでとう!  
たけるのおかげで  
毎日幸せだよ♡

小木曾 傑ちゃん  
(桜ヶ丘町)



いつもニコニコ  
かわいい周ちゃん♡  
幸せをありがとう♡

高田周平ちゃん  
(おおつ野五丁目)



和織のおかげで  
みんな癒されてるよ♡  
ありがとう!

人見和織ちゃん  
(東真鍋町)



1歳になったよ☆  
いにといっぱい  
あそびたいな♡

須賀田 奏ちゃん  
(真鍋三丁目)



1歳おめでとう!  
これからたくさん  
遊ぼうね!

小林浩一ちゃん  
(湖北二丁目)



瑠璃ちゃんの笑顔は  
可愛くて大好き♡  
元気に育ってね!

鈴木瑠璃子ちゃん  
(田中二丁目)

# 7月子育てひろば



HPはこちら▶



保育所		※予約受付は6月24日(月)9:30から各保育所へ電話で	
天川保育所 (☎822-6172)	9日(火)	10:00~11:00	お庭で遊びましょう
神立保育所 (☎831-8464)	9日(火)	10:00~11:00	お庭で遊びましょう
荒川沖保育所 (☎841-0037)	18日(木)	10:00~11:00	水遊びをしましょう
	25日(木)	9:30~11:00	保育室開放 たんぼぼ
新生保育所 (☎841-0575)	25日(木)	10:00~11:00	お庭で遊びましょう
児童館			
都和児童館 (☎832-3112)	2日(火)	10:30~11:00	おたんじょう会
	17日(水)	10:30~11:30	親子リトミック
	26日(金)	10:30~11:30	英語であそぼう(小学生)
	27日(土)	9:00~11:00	夏休み書道教室 ※申し込みは、各教室でどちらか1回。往復はがきに希望教室名、希望日、住所、氏名、学校、学年、電話番号を記入し郵送、または郵便はがき持参。7月1日(月)(必着)
	30日(火)		
	27日(土)	13:30~16:00	夏休み絵画教室
31日(水)	9:00~11:30		
ポプラ児童館 (☎841-3212)	11日(木)	10:30~11:10 11:15~11:55	親子制作(2部制)
	17日(水)	10:30~11:00	ママとベビーのなかよしタイム(申込制)
	25日(木)	10:30~11:30	防犯教室
新治児童館 (☎862-4403)	5日(金)	10:30~11:30	しゃぼん玉あそび
	8日(月)	10:30~11:30	ママとベビーのふれあい体操
	19日(金)	10:30~11:30	ベビーアート
子育て支援センター			
さくらんぼ (☎823-1288) ※予約受付は6月24日(月) 9:30から電話で	月~金曜日*	9:30~16:30	お部屋開放
	2日(火)	10:00~11:30	『制作あそびカレーライス』場三中地区公民館
	3日(水)	10:00~11:30	『制作あそびカレーライス』場都和公民館
	4日(木)	10:00~11:30	『制作あそびカレーライス』場六中地区公民館
	5日(金)	10:00~11:30	すくすくルーム「赤ちゃんのカレンダー作り&栄養相談」
	8日(月)	10:00~11:30	『制作あそびカレーライス』場一中地区公民館
	9日(火)	10:00~11:30	『制作あそびカレーライス』場神立地区コミュニティセンター
	10日(水)	10:00~11:30	『制作あそびカレーライス』場四中地区公民館
	11日(木)	10:00~11:30	親子ふれあい教室「広いお部屋で遊ぼう!」場新治地区公民館
	12日(金)	10:00~11:30	『制作あそびカレーライス』場二中地区公民館
	16日(火)	10:00~11:30	園庭開放
	17日(水)	10:00~11:30	すくすくルーム「赤ちゃんふれあい遊び」場三中地区公民館
	17日(水)	10:00~11:30	プレママ・プレパパ交流会場三中地区公民館
	18日(木)	10:00~11:30	すくすくルーム「赤ちゃんふれあい遊び」場二中地区公民館
	18日(木)	10:00~11:30	プレママ・プレパパ交流会場二中地区公民館
	23日(火)	9:30~11:00	おもちゃクリニック場都和公民館
25日(木)	10:00~11:30	交流保育~夏の遊びを楽しもう~	
ありんこクラブ (☎841-0463) ※予約受付は6月14日(金) 9:00から	月~金曜日*	10:00~15:00	保育所開放
	5日(金)	10:00~12:00	七夕会
	9日(火)	10:00~12:00	ありんこタイム
	11日(木)	10:00~12:00	手作りうちわ制作
	16日(火)	10:30~12:00	ベビーマッサージ
	18日(木)	10:30~12:00	赤ちゃんサロン
	23日(火)	10:00~12:00	金魚すくい
25日(木)	10:30~12:00	ありんこタイム	
白鳥保育園 (☎831-2590) ※予約受付は前日16:00まで	月~金曜日*	8:30~15:30	園庭開放
	3日、10日、17日、24日、31日(水)	8:30~13:30	粘土遊び
	2日、9日、16日、23日、30日(火)	8:30~13:30	お絵描き
	4日(木)	8:30~13:30	七夕制作
	11日、18日、25日(木)	8:30~13:30	水遊び(雨天時:11日ぬり絵、18日運動遊び、25日シール遊び)
	月~金曜日*	9:00~16:00	園庭・お部屋開放
ひまわり (☎843-1117) ※予約受付は6月18日(火) 9:30から	1日(月)	10:00~12:00	離乳食試食会
	2日(火)	10:00~12:00	お誕生会
	3日(水)、10日(水)、19日(金)	10:00~12:00	ベビーマッサージ
	4日(木)、8日(月)	10:00~12:00	フォトスナップ
	11日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール場三中地区公民館
	12日(金)	10:00~12:00	おばけパーティー
	17日(水)	10:00~12:00	珈琲講座アフォガード
	18日(木)	10:00~12:00	親子ピクス場六中地区公民館
	22日(月)	9:00~16:00	赤ちゃん広場(0歳児)
	23日(火)	11:30~13:30	給食ランチ
	25日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール場四中地区公民館
	26日(金)	10:00~12:00	小麦粉粘土であそぼう
	29日(月)	9:00~16:00	ちびっこ広場(1歳児)、わんぱく広場(2歳児以上)
	30日(火)	10:00~12:00	水遊び
31日(水)	10:00~12:00	マタニティサロン	

※祝日を除く



# 7月のとしょかん

岡市立図書館(☎823-4646)



HPIはこちら▶

## 図書館カレンダー 2019 July



日	月	火	水	木	金	土
	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	31			

■は休館日、●は分館のみ休館

【火～金曜日】 10:00～20:00

【土・日・祝日】 10:00～18:00

分館【火～日曜日】 10:00～17:00

月曜開館日【1日】 10:00～20:00

【15日】 10:00～18:00

## 演劇体験講座「声に出して戯曲を読んでみませんか？」を開催します

土浦を拠点に活動する劇団・百景社の俳優さんと一緒に戯曲を読んで、演劇の世界を体験します。

開催は全4回(1回のみ参加も可能)で、シェイクスピアなどの戯曲を通して、演劇の魅力や歴史を学びませんか。

### 第1回 シェイクスピア「ロミオとジュリエット」を読む(前編)

日時/7月20日(土) 午後2時から(120分程度)

場所/図書館4階 研修室3

定員/15人(先着順・中学生以上)

申込方法/電話または直接

※第2回以降の開催については別途お知らせします。

## 今月のおすすめ本



### 0歳から楽しめるふわふわタオルあそび(保育)

柔らかく、サイズも豊富なタオルは、あそび方も自由自在。0・1・2歳児ふれあいあそび、手仕事あそび、表現あそび、運動あそび、季節あそびなどを収録。豊富な写真やイラストで、あそび方をわかりやすく解説する。

(松家まきこ/著)

### 友達未遂(小説)

全寮制女子校・星華高等学校の「マザー制度」は、3年生を「マザー」、1年生を「チャイルド」として寝食を共にしルールやマナーを教える。1年生の茜は、マザーである桜子にかわいがられるが、ある日不審な事件が起きて…。

(宮西真冬/著)



### 傲慢と善良(小説)

進学、就職、恋愛、友情、結婚…。あらゆる選択を決定してきたのは本当に「私自身」なのだろうか？ 忽然と姿を消した婚約者の居場所を探するため、西澤架は、彼女の過去と向き合うことになるが…。

(辻村深月/著)



先月の  
人気図書

## 7月のおはなし会

おはなし会(2階 おはなしのへや)

■7月6日(土)、14日(日)、20日(土)  
28日(日) いずれも午前11時から  
7月21日(日) 午後2時から

ちいさなおはなし会

(2階 おはなしのへや 乳幼児向け)

■毎週水曜日 午前11時から

おはなし会(新治地区分館)

■7月20日(土) 午前11時から

※日時は変更になるときがあります。

## こどもの本

なまえのないねこ

(竹下文子/文 町田尚子/絵)

アブラ・カダブラ・カタクリコ

(きたむらさとし/作)

ソラタとヒナタ みえない星空

(かんのゆうこ/作 くまあやこ/絵)

鬼遊び

(廣嶋玲子/作 おとないちあき/絵)

## 今月の展示棚

テーマ「天候とくらし」

梅雨の季節になりました。ゲリラ豪雨に突風や雷など、これからの季節に予想される天候の特徴やこの時期に注意したい食中毒の本などを用意しました。快適に過ごすための知恵と工夫を探してみてください。

# 7月の無料相談

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 13:30~16:30	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	
市民相談	月~金曜日 8:30~17:15		市に対する要望、苦情、意見など(担当職員)	
司法書士相談	10日(水) 13:30~15:30		相続・贈与などの登記、遺産分割、その他法律問題(司法書士) ※予約制	
行政書士相談	18日(木) 13:30~16:30		相続や契約書(賃貸・売買・雇用・介護)などの作成に関すること(行政書士) ※予約制	
総合労働相談	12日(金) 13:30~16:30	広報広聴課	労働・社会保険関係、労使トラブルなど(社会保険労務士) ※予約優先(☎029-350-4864)	
土地家屋調査士相談	3日(水) 13:30~15:30	広報広聴課	土地の境界問題や建物の登記に関すること(土地家屋調査士) ※予約優先(☎029-259-7400)	
行政相談	17日(水) 13:30~15:30	広報広聴課 (☎内線2376)	国や県の行政に関する困りごと、悩みごと(行政相談委員)	
税務相談	2日・9日・16日(火) 13:00~15:00	税理士会土浦支部 (☎824-5055)	税に関すること(税理士) ※予約制(予約時間10:00~14:00)	
心配ごと相談	毎週水曜日 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)	
消費生活相談	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 9:30~16:30	療育支援センターほか (☎822-3411)	言葉の遅れや落ち着きがないなど、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~土曜日 10:30~17:00	青少年センター (☎823-7838)	青少年についての困りごと(相談員) ※電話相談可	
教育電話相談	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 9:00~16:45 (第1・3水曜日は弁護士相談) (13:00~16:00)	土浦合同庁舎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)	
人権相談	月~金曜日 9:30~16:00	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)	
結婚相談	17日(水) 14:00~16:00 20日(土) 15:30~16:30	男女共同参画センター 研修室3	結婚相談(県マリッジサポーター) 問い合わせはこども福祉課(☎内線2281)まで	
生活相談	毎週水曜日 13:00~16:00	新治地区公民館 (☎862-2673)	生活上のこと、人権にかかわること(生活相談員)	
精神保健相談	2日(火) 14:30~16:30 19日(金) 14:00~16:00	土浦保健所 (☎821-5516)	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。日時が変更になる場合があります。	
女性のための	フェミニスト相談	毎週水曜日 11:00~15:40 13日(土) 10:00~14:40	男女共同参画センター (☎827-1107)	夫婦のこと、対人関係や職場でのトラブルなど(専門の女性カウンセラー) ※予約制
	一般相談	12日・26日(金) 13:00~16:00		

## 協働のコーナー

### 市民活動情報サイト

「こらぼの」を「活用ください」

☎市民協働室  
(☎826・1111 内線2234)

「こらぼの」は、市民活動の活性化を図ることを目的として市内で活動する市民活動団体が、自分たちの活動や、開催するイベントを紹介するサイトです。

※市民活動団体：NPO法人、ボランティア団体、まちづくり市民会議・地区市民委員会、町内会(自治会)、同好会・サークル、文化・スポーツ団体、企業(社会貢献活動のみ)など

#### 「こらぼの」で検索しよう

●市民活動への参加について、検索できます  
市内で活動する市民活動団体や、市民活動団体が開催するイベント・講座に関する情報が検索できます。また、出前講座・演奏会などの開催を依頼することができます。

#### ●団体活動をPRできます

団体を登録すると、サイトから団体情報、イベント情報、活動情報、募集情報、活動報告について情報発信をすることができます。

#### 登録団体を募集しています

登録には、登録申請書の提出が必要です。

登録方法、サイトの使用方法など、詳しくは「こらぼの」サイトを「ご覧ください」。



▲こらぼのホームページ

## 日本脳炎予防接種

日本脳炎予防接種は法律に基づく定期接種です。期間内に早めに接種しましょう。

対象者	接種期間(回数)
平成11年4月2日～ 平成19年4月1日生まれの方	20歳未満までに1期(3回)と2期(1回)
平成19年4月2日～ 平成21年10月1日生まれの方	7歳6か月未満までに1期(3回)、9歳～ 13歳未満で1期の不足分と2期(1回)
平成21年10月2日以降生まれ の方	生後6か月～7歳6か月未満で1期(3回)、 9～13歳未満で2期(1回)

接種場所/県内協力医療機関

※接種期間を過ぎた場合は、自己負担となります。

※事前に協力医療機関に連絡のうえ、接種を受ける際は、必ず母子健康手帳と予診票を持参してください。

※県内協力医療機関外での接種は、助成額を上限に償還払いとなります。接種の10日前までに健康増進課へ連絡してください。

## 熱中症にご注意を!!

近年、猛暑が続き熱中症の症例が全国で数多く報告されています。熱中症とは、体温調節がうまく出来ず、体内に熱がこもった状態のことをいいます。熱中症の予防には、温度・湿度に気を配り、暑さを避けること、こまめに水分を補給し、十分な栄養を摂取することが大切です。

熱中症が疑われる場合には、風通しの良い涼しい場所へ移動し、衣服をゆるめ、氷や水で体を冷やしてください。吐き気や嘔吐がなければ水分・塩分を補給してください。意識がない、呼びかけに反応しない場合にはすぐに救急車を呼びましょう。

## ・熱中症が疑われる症状

めまい、筋肉痛、大量の発汗、頭痛、吐き気、体のだるさ、意識がない(けいれん、高い体温など)

※自宅での暑さ対策が困難な方は地区公民館のロビーなどをご利用ください。

## ウォーキング大会

日時/7月20日(土) 午前6時30分～8時30分(受け付けは

午前6時から)※雨天中止

集合場所/二中地区公民館

コース/木田余蓮田めぐりコース(6\*o)

定員/100名(先着順)

持ち物/飲み物、健康保険証

## 魚ギョツと料理教室

日時/7月12日(金) 午前10時～午後1時(受け付けは午前9時30分から)

場所/土浦市保健センター

講師/市食生活改善推進員

内容/青魚を使った料理ほか

定員/30名(先着順)

持ち物/エプロン、三角巾

参加料/300円

申込方法/電話で

## 7月の献血

日時/7月19日(金) 10:00～11:45、13:00～16:00

場所/イオンモール土浦(専門店北入口)

## 健康教室

## 妊娠時のお口の中

土浦市歯科医師会  
高木幸江(幸デンタルクリニック)

妊娠による身体の変化はお口の中にも現れます。女性ホルモンが急激に増加することや唾液の粘性が高まって口腔内の自浄作用が低下することで、歯肉の炎症や出血が起こりやすくなります。また、「つわり」による食嗜好の変化や、胎児の発育にともなう、食事回数・間食の増加などによって歯みがき・口腔ケアを充分に行えず、お口の中が不潔になり、むし歯にもなりやすくなります。このような時は、ヘッドの小さな歯ブラシや、やわらかめの歯ブラシを使い、歯ブラシの動かし方を小さくし、においの強い歯磨剤をさけて、前かがみ気味に、前に掻き出すように磨きましょう。また、歯磨きができない時は、甘いもの(お菓子・ジュース)なども控え、ぶくぶくうがいをごまめに行うようにしましょう。

歯周炎をもつ妊婦さんは早産や低体重児を出産する確率が高くなるという報告がなされています。また、妊娠3か月以降に歯茎に妊娠性エプーリスとい

う良性の腫瘍(できもの)がみられることがあります。

妊娠中はむし歯や歯周病になりやすくなっている上に、これらの初期症状は自分では気づきにくいものです。つわりがおさまる4～5か月頃に歯科健診を受けることをお勧めします。治療が必要な場合は、比較的体調の安定している妊娠中期に済ませたいものです。

子どもの歯が生え始めるのは生後6～8か月頃ですが、妊娠7～10週頃に歯のもとになる歯胚ができ始め、お母さんから栄養をもらいながら、妊娠4～5か月頃から少しずつ硬い組織になり歯の形が作られていきます。歯胚の形成・歯の発育に必要な栄養は、良質のタンパク質、カルシウム、リン、ビタミンA・D、無機質など様々です。赤ちゃんの丈夫な歯を作るためにも、バランスのとれた食事を心がけるようにしましょう。





# 7月の健康相談

## ◎相談

内 容	と き	受付時間	と ころ
健康相談(予約制)	3日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	9日(火)	13:00~16:10	
こころの相談(予約制) (障害福祉課 ☎826-1111 内線2343)	2日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	11日(木)	10:00~11:30	つわぶき(☎831-4126)
	25日(木)		湖畔荘(☎828-0881)

## ◎親と子の健診と相談【場所：土浦市保健センター(☎826-3471)】

内 容	対 象	と き	受付時間
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	8日(月)	9:00~9:50
	7~11か月児	1日(月)	
4か月児健康診査	平成31年3月生まれ	10日(水)、11日(木)	13:00~13:40
10か月児育児相談	平成30年9月1日~15日生まれ	16日(火)	9:30~10:00
	平成30年9月16日~30日生まれ		13:00~13:30
つちまる育児相談	1歳~1歳6か月の奇数月生まれ	1日(月)	10:15~10:30
1歳6か月児健康診査	平成29年12月生まれ	3日(水)、4日(木)	13:00~13:40
おやこの歯科健診(予約制)	平成29年4月生まれ	5日(金)	13:15~15:00
3歳児健康診査	平成28年4月生まれ	17日(水)、18日(木)	13:00~13:40
マタニティ教室(予約制) ※③は7月1日(月)から予約受付	①プレママクラス	2日(火)	9:45~10:00
	②ウェルカムベビークラス 1日コース	9日(火)	
	③ウェルカムベビークラス 半日コース	8月17日(土)	

## 休日当番医

診療時間/午前9時~正午、午後1時~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・日曜日、祝日のみ)でも案内しています。

7月	内 科	外 科	歯 科
7日(日)	常陽医院 ☎822-6594 城北町	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	加茂歯科医院 ☎824-5117 永国
14日(日)	叶多内科医院 ☎826-1566 桜ヶ丘町	中央大祿整形形成外科 ☎821-0220 中央二丁目	みなと歯科クリニック ☎835-3480 港町一丁目
15日(月)	ゆみこ内科クリニック ☎821-1180 田中三丁目	野上病院 ☎822-0145 東崎町	とうざぎ歯科クリニック ☎822-7700 東崎町
21日(日)	土浦ベリルクリニック ☎835-3002 都和四丁目	淀縄医院 ☎822-5615 大町	茂木歯科医院 ☎821-0735 真鍋一丁目
28日(日)	菊地内科医院 ☎821-3770 下高津一丁目	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	都和歯科医院 ☎832-2223 並木五丁目

急な病気で心配なときの救急電話相談/茨城子ども救急電話相談(☎03-5367-2367 短縮ダイヤル#8000)  
(年中無休・24時間対応) 茨城おとな救急電話相談(☎03-5367-2365 短縮ダイヤル#7119)

## 土浦市休日緊急診療所

診療科	曜 日	診療時間
小児科	日・祝日	午前9時~12時 午後1時~4時 午後7時~10時
	木・金・土	午後7時~10時
内 科	土・日・祝日	午後7時~10時

下高津二丁目7番27号(土浦市保健センター内)

☎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。

