

つちうら

2

February

2010 No.1021
平成22年2月16日発行

社会教育
センターが

4月1日から

土浦市生涯学習館

として
生まれ変わります!

土浦石岡地方社会教育センターが、土浦市生涯学習館になり、
中学校区ごとにある地区公民館と同じようにご利用できます。

これまで行われてきた各種講座や同好会活動に加え、一般の方
もご利用できますので、お待ちしております。

☎ 同センター(☎822-3381)

開館日・時間／火～日曜日 午前9時～午後10時

※祝日、月曜日が祝日のときはその翌日、年末年
始(12月29日～1月3日)を除く。

◎年末年始以外は、申請すればご利用できます。

申込受付／利用日の前月から3日前まで

申込方法／同センターにある利用許可申請書に

必要事項を記入し直接(電話での仮予約も可)

※3月2日(火)から31日(水)までは、電話での

仮予約のみにになります。

利用料／

区 分	午前9時 ～午後1時	午後1時 ～5時	午後5時 ～10時
研修室1	1000円	1000円	1300円
研修室2	1400円	1400円	1800円
研修室3	600円	600円	700円
研修室4	500円	500円	600円
研修室5	300円	300円	400円
和 室 1	300円	300円	400円



区 分	午前9時 ～午後1時	午後1時 ～5時	午後5時 ～10時
和 室 2	200円	200円	300円
和 室 3	200円	200円	300円
視聴覚室	1400円	1400円	1700円
工 作 室	300円	300円	400円
会 議 室	300円	300円	400円
応 接 室	400円	400円	500円

2月の
納税

- 固定資産税…第4期
- 国民健康保険税・介護保険料・
後期高齢者医療保険料…第8期

- ・納期限は3月1日(月)です。
- ・納税には、便利な口座振替をご利用ください。

☎ 納税課(☎内線2230)

233(3) 閏納税課(☎内線2359、2
とき／2月28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
ちょ銀行の預金通帳と届出印
をご持参ください。

休日納税・
休日納税相談

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

Information

お知らせ

消火器の廃棄・処分
方法について

ご家庭で不要や使用済にな
った消火器のリサイクルが
始まりました。

耐用年数が過ぎたり、本体
およびキャップに腐食、変形
がある消火器は、破裂するな
どの事故が多発し危険です。

販売代理店が扱う特定窓口
または指定取引場所へ廃棄処
分を依頼してください。

詳しくは、消防本部ホーム
ページをご覧ください。

◎市では、粗大ゴミや一般ご
みとしての回収処分は一切
行っておりません。

◎消防本部では消火器の引き

取りや廃棄はできません。

閩消防本部予防課(☎821・
0119)

第72回霞ヶ浦・北浦
地域清掃大作戦

霞ヶ浦・北浦流域の市町村
で、身近な湖岸や河川敷の一
斉清掃を実施します。

「きれいな水辺づくり」に
協力ください。

とき／3月7日(日) 午前8
時〜9時(雨天のときは14日
(日)に延期)

清掃場所／霞ヶ浦湖岸、土浦
港、新川・桜川・備前川・境
川・花室川の河川敷
1) 閩環境衛生課(☎内線246

乳児用ベビースhirt
を貸し出します

とき／3月14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(フリー

ニング代ほか)

申込資格／市内に居住するお

おね1歳児まで(体重10kg

未満、身長75cm以下)の保護

者または4月末日までに出産

予定の方

申込方法／電話で

申込期間／3月8日(日)、9日

(火) 午前9時〜午後5時

※当日、運転免許証の写しを

持参してください。

閩閩生活安全課(☎内線22

98)

障害者に準ずる者等の
認定を希望される方へ

身体障害者手帳や療養手帳
は持っていないが、心身の状

態がそれら手帳を持っている
方に準ずる場合は、市に申請

して認定を受けると、所得の
申告のときに所得税法および

地方税法の障害者控除または
特別障害者控除の対象になり

ます。

詳しくは、お問い合わせく
ださい。

対象者／65歳以上で、ねたき
りの状態や認知症の症状があ

るなど、心身の状態が障害者

または特別障害者に準ずる状

態にある方

閩高齡福祉課(☎内線246

3)

新たに電話を引きた
いとお考えの方へ

差押えしている電話加入権
を公売します。

とき／3月3日(火) 午前10

時20分から

ところ／土浦合同庁舎第1分

庁舎 3階第3会議室(真鍋

五丁目17・26)

閩土浦県税事務所収税第二課

(☎822・7208)

再就職に向けて
あなたを応援

再就職を目指している方、
ジョブカードの作成支援を受

けたい方へ、専門家による相
談会を開催します。

とき／3月2日(火)、9日(火)、
16日(火) 午前11時〜午後4時

ところ／男女共同参画センタ
ー(ウララ2 7階)

内容／キャリアコンサルティング、
ジョブカードの作成

支援

申込方法／電話で

閩閩雇用・能力開発機構茨城

センター(☎029・221・
1294)

広 告

広 告

福祉の就職総合フェア 就職面接会

とき／2月27日(土) 午後1時～3時30分(受け付けは午後0時30分～3時)

ところ／つくば国際会議場

(つくば市竹園二丁目20・3)

対象者／福祉の職場に就職を希望する方

内容／社会福祉施設・団体や介護支援事業者などによる就職面接、福祉人材センター無料職業紹介所への求職登録持参するもの／履歴書

岡県社会福祉協議会茨城県福祉人材センター(☎029・244・4544)

3月の無料年金相談

□関東つくば銀行本店：月～金曜日(祝日は除く) 午前9時～午後3時(☎0120・67774)

□常陽銀行土浦支店：3月4日(木) 午前10時～午後3時

(☎822・3216)

□常陽銀行土浦ローンプラザ

(桜町支店内)：3月13日(土)

午前10時～午後4時(☎822・3216 土浦支店)

□常陽銀行荒川沖支店：3月10日(火) 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。

陸上自衛隊の 夜間飛行訓練

とき／3月2日(火)～4日

(木)、9日(火)～11日(木)、16日(火)

～18日(木)、23日(火)～25日(木)、30日(火)～31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)

募集・
催し



観光ボランティア イド募集

観光案内やイベントの協力などを通して、土浦の魅力を訪れた人たちに紹介してみませんか。

おもてなしの心で、一緒に活動できる方を募集しています。

申込方法／はがきで(住所、氏名、性別、電話番号を記入)

申込締切／3月15日(月)(必着)

※後日、説明会があります。

申岡土浦市観光協会(〒300・0043 中央一丁目3・16 ☎824・2810)

広告主を募集します

●市民くらしの便利帳

市では、市民生活に必要な情報や広告を掲載した2010年版市民くらしの便利帳を民間事業者の協賛ネットワークと協働で発行します。

募集期間／3月31日(火)まで

掲載料／1枠6万3000円から

掲載場所／市民くらしの便利帳下段ほか

配布対象／市内の全世帯

配布時期／6月下旬ごろ

発行部数／6万3000部

※掲載料など、詳しくは協賛ネットワーク(☎823・2388)までお問い合わせください。

また、同社の社員が市内の商店や事業所を訪問します。

岡広報広聴課(☎内線2396)

●国民健康保険税納税通知書

送付用封筒

募集期間／3月15日(月)まで

対象者／事業者(個人は除く)

規格／縦6・0cm×横10・3cm

霞ヶ浦湖上セミナー

私たちの身近な湖「霞ヶ浦」の水質や透明度を、遊覧船に乗って観察してみませんか。

とき／3月20日(土) 午前10時～午前11時30分

集合時間・場所／午前9時45分・ラクスマリナ駐車場(川口二丁目 土浦港内)

対象者／市内に居住している方

内容／湖心での透明度検査CODバックテスト、プランクトンの観察など

定員／30人程度(先着順)

申込方法／電話で

申込締切／3月15日(月)

申岡環境保全課(☎内線249)

広 告

広 告

レストハウス「水郷」 出店者募集

応募資格／営業または調理経験のある方で、市内(近隣の市町村も可)に居住、または食堂などを出店している方

営業開始時期／4月から 午前10時～午後6時(季節によつて変更可)

ところ／レストハウス「水郷」(大岩田622・1 水郷公園内)

営業内容／飲食の提供(屋外バーベキュー施設を含む)

使用料／月額10万円(税抜き)

申込締切／3月4日(木)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

申問 水郷体育館(☎823・4811)

平成22年度 いばらき女性特派員

任期／1年間(4月～平成23年3月)

謝礼／12万円(1年間)

内容／

●県の主要事業や施設などを取材し、県広報紙「ひばり」に掲載する原稿を作成

●意見交換会などへの出席

応募資格／県内に居住する20歳以上で、次のすべてに該当

する方

●公務員、議会の議員でない方

●取材先の要望する日時に取材できる方

●自分で取材先に移動できる方

※1次選考(書類審査)、2次選考(面接、1次選考通過者)のうえ決定します。

募集人数／4人

応募方法／所定の応募用紙に記入し、県広報広聴課へ郵送、ファクスまたはメール(koto3@pref.ibaraki.lg.jp)で

※応募用紙は、市広報広聴課、県南県民センター県民福祉課にあります。また、県のホームページ(<http://www.pref.ibaraki.jp/topics/boshu/>)からもダウンロードできます。

応募締切／2月26日(金)(当日消印有効)

申問 県広報広聴課(〒310・8555 水戸市笠原町9

78・6 ☎029・301・2128 FAX 029・301・2168)

土浦市小学生テニス大会

とき／3月6日(土) 午前9

時30分～午後3時30分(雨天のときは7日(日)に順延)

ところ／水郷テニスコート

種目／男女シングルス(初心・初級、大会経験者クラス)

参加資格／市内に居住または通学し、市内のテニス団体に所属している小学生

参加料／1500円

申込方法／ファクスまたはメールで(水郷テニスコートにある申込書に必要事項を記入)

※協会ホームページ(<http://tsuchiura-tns.jp/>)からも申込書をダウンロードできます。

定員など、詳しくは問い合わせください。

申込締切／3月1日(月)

申問 土浦市体育協会硬式テニス部(☎826・1380 info@tsuchiura-tns.jp)

企業と再チャレンジ 女性との交流会

とき／3月4日(木) 午前10

時～正午

ところ／男女共同参画センター(ウツラ2・7階)

対象者／育児、介護などで退職し、再就職を希望している女性

内容／企業の人事担当者と再就職者によるパネルディス

カッシオン

定員／30人(先着順)

申込方法／電話で

※一時保育あり(定員10人。要予約)

申問 21世紀職業財団茨城事務所(☎029・226・2413)



くらしのセミナー 消費者被害救済のポイント

とき／3月16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／平成21年12月1日から改正された「特定商取引法」、「割賦販売法」の改正点を交えながら、消費者被害救済のポイントをお話しします。

講師／井出晃哉さん(弁護士)

定員／40人(先着順)

申込方法／電話で

申込期間／2月22日(月) 午前9時から

申問 消費生活センター(☎823・3928)

広 告

春季全国火災予防運動

3月1日(日)～7日(土)

『消えるまで ゆっくり火の元 にらめっ子』

住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

□3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる。
- ストーブは、燃えやすいものから離して使用する。
- ガスこんろなどから離れるときは、必ず火を消す。

□4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐため、住宅用火災警報器を設置する。
- 寝具、衣類、カーテンからの火災を防ぐために、防災製品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる。
- ◎市火災予防条例により、既存住宅にも住宅用火災警報器を平成23年5月末までに設置してください。

☎ 消防本部予防課 (☎821-0119)

「春キララ券」販売中!

中心市街地の活性化を目的に運行しているまちづくり活性化バス「キララちゃん」では、桜まつりの協賛事業として、お得な「春キララ券」を販売しています。

キララちゃんバス乗車券4枚と協賛店100円割引券(1000円以上の買い物をされたときのみ)で1セットになっていますので、ぜひご活用ください。

※協賛店は、キララちゃんのホームページ(<http://npo-kirara.org>)をご覧ください。

販売期間・枚数/4月11日(日)まで・2000枚

販売価格/300円

販売場所/キララちゃんバス車内、まちかど蔵、国民宿舎「水郷」、観光土産品店きらら館、ウララ、ベルズイン土浦ほか

◎今年はホワイトアイリス号、新川花見船の特別割引の特典が付いています。

☎ まちづくり活性化土浦
(土浦商工会館内 ☎826-1771)

就職支援セミナー

とき・内容/

●オープンセミナー:3月1

日(月)・プロのカウンセラーが伝授する「上手な聴き方話し方」,15日(月)・就活中のスト

レス克服法

※時間はいずれも午後3時～3時45分

●中高年セミナー(おおむね35歳以上の方):3月8日(月)午後2時～4時・面接対策

ところ/土浦合同庁舎第1分庁舎 3階第3会議室

定員/40人(先着順)

☎ いばらき就職支援センター

県南地区センター(☎825・3410)

霞ヶ浦医療センター 公開市民講座

とき/3月18日(木) 午後2時から

ところ/霞ヶ浦医療センター

内地域医療研修センター(下高津二丁目7・14)

テーマ/身の回りの化学物質について

講師/額賀光太郎さん(薬剤師)

☎ 霞ヶ浦医療センター(☎822・5050)

資格・試験

Qualification and examination



平成22年度 予備自衛官補募集

社会人や学生の方を採用し、訓練終了後に予備自衛官として任用します。

●一般公募試験

応募資格/18歳以上34歳未満の方

ところ/勝田駐屯地

●技能公募試験

応募資格/18歳以上55歳未満の方(医療や語学、車両整備など、保有している技能により異なります)

ところ/朝霞駐屯地(東京都練馬区)

◎共通

試験日/4月17日(土)から19日(月)までのうち1日

試験内容/筆記試験、口述試験、適性検査、身体検査

応募締切/4月9日(金)

※応募方法など、詳しくはホームページ(<http://www.mod.go.jp/doo/ibaraki/>)をご覧ください。

☎ 陸上自衛隊茨城地方協力本部土浦地域事務所(☎821・6986)

広告

市民農園 利用者募集

高津・摩利山・神立の3農園に加え、新たに有機栽培専用の中村西根農園を開設します。化学肥料や農薬などを一切使わず、作物を育ててみませんか。

申問 農林水産課(☎826-1111 内線7611)

●中村西根農園(新設)

募集区画数/30区画(1区画20㎡)

利用条件/栽培には有機質成分100%の堆肥などを使用し、害虫防除はネットなどを使い農薬は一切使用しないこと

●高津・摩利山・神立農園

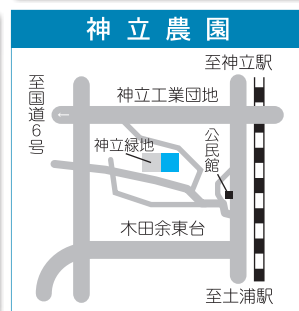
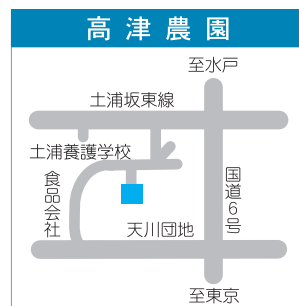
募集区画数/いずれも数区画ずつ(1区画20㎡)

◎共通

応募資格/市内に居住している農業世帯でない方

利用料/年3500円

申込方法/電話で



申込締切/3月18日(木)

※申し込みは1区画までで、現在、市民農園を利用している方は申し込みできません。

3月24日(水)に高津庁舎第1会議室で利用権と利用区画の抽選会を行いますので、はんこと利用料をご持参ください。なお、抽選の時間は申し込みのときに、お伝えします。



勤労青少年ホーム前期講座

4月~9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!

開講日/4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/3月6日(土) 午前9時~午後4時、8日(月)~12日(金) 午後1時~8時(日曜を除く)

※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。

●お勧めです!!

「やさしいエアロ」

簡単な動きで楽しみながら音楽に合わせて運動しましょう。週1回、気の合う仲間と楽しく汗を流してみませんか?

「料理」(月・木)

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。

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	
やさしいエアロ	齋藤美津枝	火	15	1000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	20	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	
着付け	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	15	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)

3月

としょかん

●市立図書館

☎823-4646

●ホームページ

http://www.t-lib.jp/

おしらせ

貸し出し資料の返却について

図書館の資料(本、雑誌、紙芝居、テープ、CDなど)の貸し出し期間は2週間です。次の予約が入っているときもありますので、必ず期限までに返却してください。延長を希望する方は、返却期限までに、資料をカウンターまでお持ちください。予約が入っていないときは、1回に限り2週間延長することができます。

なお、本館と分館の玄関前にブックポストが設置されています。開館時間以外でもブックポストで本と雑誌は返却できますので、ぜひご利用ください。

イベント

おはなし会(幼児～小学生向け)

3月14日(日) 午後1時30分から

28日(日) 午後2時から

小さなおはなし会(0～3歳児向け)

3月24日(水) 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：オリンピック

カナダのバンクーバーで冬季オリンピック、パラリンピックが開催されます。そこで、オリンピックの歴史やウィンタースポーツの本などを集めてみました。観戦のお供に1冊いかがですか。

いちおし!

逃げの一手

詩歌



<内容紹介>

100歳を目の前にして、ただ、感無量といえど、感無量ですけど、詩の中に逃げる「逃げの一手」でここまで来たことに間違いはありません…。今も創作活動を続けるまど・みちお100歳を記念する詩集です。

[まど・みちお/著]

フライパンで和食

料理



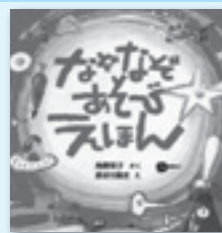
<内容紹介>

煮魚、卵とし、西京焼き、野菜のすり流し、変りご飯…。フライパンで作る、和食の極意を伝授します。だしのとり方や万能つゆの作り方なども収録されています。

[野永喜三夫/著]

なぞなぞあそびえほん

絵本



<内容紹介>

ぐるぐるかき混ぜると、ねばねばがでてくるものって？鼻がシャワーにも手にもブランコにもなるのは？食べ物や動物など、子どもに身近なものを題材に、ユーモアあふれる絵で描いたなぞなぞ絵本です。

[長谷川義史/著]

今月のおすすめ本

一般書	健康気象学入門	村山貢司/著
	インパラの朝	中村安希/著
	ラッピングのきほん事典	宮田真由美/監修
	らいほうさんの場所	東 直子/著
	ラウィーニア	アーシュラ・K. ル＝グウィン/著 (ほか多数)
児童書	チンパンジーはいつか人間になるの?	熊谷さとし/著
	こども大図鑑	ジュリー・フェリス/編集
	ちか100かいだてのいえ	いわいとしお/作
	もっとひつじぱん	あきやまだだし/作
	ちびフクロウのぼうけん	ピルッコ・リーサ・スロイェギン/絵 (ほか多数)

3

図書館カレンダー

2010.MARCH

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	31			

●は休館日です。

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)

●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「親子でクッキング」 対象者：未就園児とその親 参加料：200円(材料費) 持参するもの：エプロン、三角巾、マスク、スプーン、フォーク				
一中地区公民館	9日(火)	午前10時～11時30分 (午前9時45分から受付)	親子20組 (先着順)	2月25日(木) 午前 9時30分から電話で
二中地区公民館	11日(木)			
三中地区公民館	12日(金)			
四中地区公民館	3日(水)			
六中地区公民館	4日(木)			
都和公民館	16日(火)			
神立地区コミュニティセンター	5日(金)			
新治地区公民館	10日(水)			
★すくすくルーム「親子でヨガを楽しもう」 対象者：4か月～1歳児とその親 持参するもの：バスタオル				
二中地区公民館	17日(水)	午前10時～11時30分	親子15組	2月26日(金) 午前
三中地区公民館	18日(木)	(午前9時45分から受付)	(先着順)	9時30分から電話で
★園庭開放(桜川保育所の庭を遊び場として開放します) 対象者：未就園児とその親				
地域子育て支援センター「さくらんぼ」	8日(月)	午前9時30分～11時30分 (8日は読み聞かせあり)	親子20組 (先着順)	2月25日(木) 午前 9時30分から電話で
	15日(月)			
★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」	2日(火)	午前9時30分～11時30分	な　し	午前9時30分から電 話で

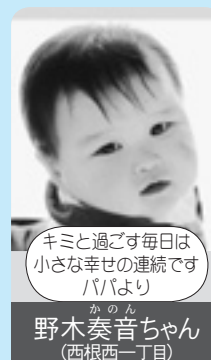
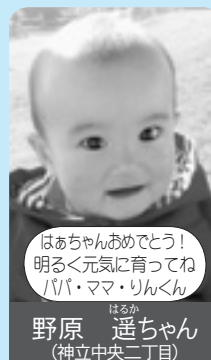
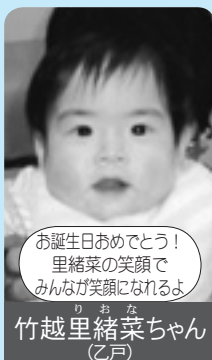
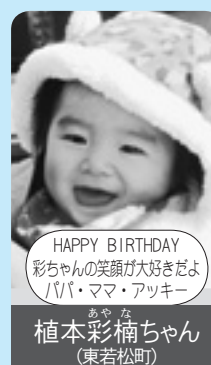
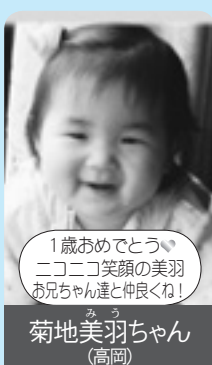


こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん HAPPY BIRTHDAY 2月生まれ



4月で1歳になる
赤ちゃんを募集!!

誕生日と住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入のうえ、写真と一言(20文字程度)を添えて2月26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。
※掲載した氏名、住所などの個人情報は、この広報紙以外では使用しません。



3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。
飲み物は各自でご用意ください。

●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			
新生保育所 (☎841-0575) お誕生日会に参加しましょう	12日(金)	親子20組	2月25日(木) 午前9時30分から各保育所へ電話で ※各保育所とも育児に関する相談をお受けします。
荒川沖保育所 (☎841-0037) お庭で遊ぼう	3日(水)		
東崎保育所 (☎821-2807) お庭で遊ぼう	10日(水)		
藤沢保育園 (☎862-2600)	18日(木)	親子22組	随時電話で
★保育室開放 たんぽぽ 対象者：未就園児とその親			
荒川沖保育所 (☎841-0037)	11日(木)	な　し	保育所へ直接

●白鳥保育園地域子育て支援センター (☎831-2590)

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(月)～3日(水)、5日(金)、9日(火)、10日(水)、12日(金)、15日(月)～17日(水)、19日(金)、23日(火)、24日(水)、29日(月)～31日(水) 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		
11日(木)…サーキット 18日(木)…お楽しみ会 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
★交流保育 対象者：未就園児とその親 持参するもの：上靴、ビニール袋		
16日(火)…2歳児クラスとリトミック 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

●児童館

と　　こ　　ろ	と　　き	定　　員	申込方法
★3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)	5日(金) 午前11時～11時45分 赤ちゃんリトミック	2歳までの幼児親子 15組(先着順)	2月22日(月)から前日 までに電話または直接
	19日(金) 午前11時～11時45分 親子ピクス	幼児親子15組 (先着順)	3月1日(月)から前日 までに電話または直接
ポプラ児童館 (☎841-3212)	6日(土) 午前10時～11時30分 木工教室『ビー玉ころがし作り』 ※材料費450円	小学生10人 (先着順)	2月17日(水)から前日 までに電話または直接
	25日(木) 午後2時～3時 ミニミニフラワー作り ※材料費150円	小学生10人 (先着順)	
新治児童館 (☎862-4403)	10日(水) 午前10時30分～11時30分 リズムあそび	乳幼児親子 (定員なし)	児童館へ直接
	13日(土) 午前10時～11時50分 映画会『崖の上のポニョ』	乳幼児親子・小学生 (定員なし)	

●子育て支援ありんこクラブ (土浦愛隣会保育所内 ☎841-0463)

と　　き	定　　員	申込方法
★『お話し会』 対象者：未就園児とその親 持参するもの：防寒具		
9日(火)…お話し会 午前10時から(午前9時45分集合)	親子20組 (先着順)	2月26日(金) 午前9時から電話で

3月の無料相談

※22日(月・祝)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 25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	5日(金)	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	17日(木)	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~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、人権にかかわること (生活相談員)
ひきこもり専門相談	8日(月)	10:00~12:00 土浦保健所(☎821-5516)	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	12日(金)・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

■女性のための各種相談

フェミニスト相談	毎週水曜日 13日(土)	11:00~16:00 10:00~15:00	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
法律相談	25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	12日(金)・26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)	12日(金)・26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)	18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

個人事業者を狙った 悪質訪問販売にご注意！

消費生活センターから

☎823-3928

個人事業者を狙い、訪問販売で「電話代が安くなる」、「アナログ回線は使えなくなる」などと虚偽の説明をして、高額な電話機のリース契約を結ばせる事例があります。

リース契約は、原則中途解約ができないので、月々のリース料が安くても、契約期間が長いと、支払総額が高額になるケースがほとんどです。中には、既に廃業しているにもかかわらず屋号で契約させて、クーリング・オフの対象とならない事業者契約を結ばせる悪質な事例もあります。



経済産業省の通達改正(平成17年12月6日改正)により、事業者名による契約であっても、事業用より主に個人用・家庭用に使用するためのものであれば、消費者保護を目的とし

た特定商取引法が適用になることが明示されました。

自宅を兼ねた店舗で営業しているなどの個人事業者で、事業用というよりは主に家庭用として使用しているときは、消費者性が高いと考えられるため、特定商取引法が適用になり、クーリング・オフで契約解除ができます。

また、使っている電話機は使えなくなるなどと嘘を言って勧誘したときは、クーリング・オフ期間を過ぎても、不実告知で解約交渉することができます。

このように、個人事業者であっても消費者性の高いときには、消費生活センターでご相談をお受けしています。



「女性特有のがん検診」無料クーポン券について

平成21年9月にお送りした子宮頸がん検診・乳がん検診（マンモグラフィ）無料クーポン券の有効期限は、**3月31日（水）**です。

まだ受診していない方は、受診をお勧めします。

対象者／

●子宮頸がん検診

昭和43年4月2日～44年4月1日生まれの方
昭和48年4月2日～49年4月1日生まれの方
昭和53年4月2日～54年4月1日生まれの方
昭和58年4月2日～59年4月1日生まれの方
昭和63年4月2日～平成元年4月1日生まれの方

●乳がん検診（マンモグラフィ）

昭和23年4月2日～24年4月1日生まれの方
昭和28年4月2日～29年4月1日生まれの方
昭和33年4月2日～34年4月1日生まれの方
昭和38年4月2日～39年4月1日生まれの方
昭和43年4月2日～44年4月1日生まれの方

受診場所／協力医療機関（検診手帳に記載）

※無料クーポン券を使用するときは、事前に医療機関に予約してください。

お子さんの麻しん風しん混合予防接種のお知らせ

麻しんは感染力が大変強く、一度発生するとまん延防止が困難な感染症で、唯一の対策は予防接種と言われています。

対象となるお子さんでまだ接種を受けていない方は、ぜひ予防接種を受けてください。

対象者／

第1期…1歳児

第2期…小学校就学前の1年間（平成15年4月2日～16年4月1日生まれの方）

第3期…中学校1年生に相当する年齢（平成8年4月2日～9年4月1日生まれの方）

第4期…高校3年生に相当する年齢（平成3年4月2日～4年4月1日生まれの方）

※対象者で予診票がお手元にはない方は、ご連絡ください。

有効期限／

第2・3・4期対象の方は**3月31日（水）**まで

※期限を過ぎたときは、公費での接種ができなくなります。

接種場所／市内登録医療機関

※事前に医療機関にお問い合わせください。

費用／無料

☎ 新治保健センター（☎862-5011）

健康教室

「花粉症」

土浦市医師会

久松 雄志（久松耳鼻咽喉科皮フ科医院）

春も近くなりそろそろ花粉症が不安になる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。花粉症は春のスギやヒノキによるものがありますが、春だけではなく夏や秋にも花粉症はあります。症状としては水様性鼻漏、鼻閉、くしゃみが主ですが、ほかにものどや眼のかゆみなどもあります。県南地区のスギ花粉の飛散開始時期は2月10日から2月20日ごろ、飛散量は例年よりやや少なめと予想されていますが、今年の飛散はやや早めのようなようです。また、少なめと言っても飛散量の多い日は、症状が出やすいので注意が必要です。

対 策

まず花粉を避けることです。

- ①花粉情報に注意する。
- ②飛散が多い時期は外出を控える。
- ③室内では窓や戸を閉めておく。花粉除去に効果のある空気清浄機を使用する。
- ④外出の際はマスク、メガネ（できればゴーグルタイプ）、つば付きの帽子を使用する。花粉の付着しやすい服装は避ける。
- ⑤帰宅時、衣服や髪の花ををよく払い入室をする。洗顔やうがいをして、よく鼻をかむ。



⑥掃除をよく行う。

治 療

①薬物療法

最近では季節前投与と言って、花粉飛散開始の約2週間前から薬を服用することが勧められています。季節前投与を行ったときに行わないときでは、行ったときの方が花粉症の症状が出にくくなります。治療には抗アレルギー薬、抗ヒスタミン薬、ステロイドなどが使われます。

②減感作療法

花粉成分を体内に取り込み、花粉によるアレルギー反応を起こしにくくする方法です。

③手術療法

レーザーや高周波、メスなどで鼻粘膜を焼灼したり、切除したりします。それぞれ長短所があり、鼻内の形や症状経過などにより治療方法は変わります。

皆さんは春に鼻漏、鼻閉というつまり花粉症が気になるといいますが、ほかに副鼻腔炎や鼻中隔彎曲症などを合併していることもあり、そのときには花粉症の薬だけでは症状が改善しないこともありますので注意が必要です。

3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)	3日(火)	9:00~11:30	
栄養相談(予約制)	9日(火)	13:00~16:00	土浦保健センター(☎826-3471)
こころの相談(予約制)	2日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	4日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	11日(木)		つわぶき(☎831-4126)
	25日(木)		うらら(☎827-0050)
	26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11月生まれ)	10日(火)・11日(木)	13:00~14:00	
10か月児育児相談 (平成21年5月生まれ)	1日~15日生まれ	9:30~10:00	
	16日~31日生まれ	13:00~13:30	
1歳6か月児健康診査(平成20年8月生まれ)	3日(火)・4日(木)	13:00~14:00	土浦保健センター
3歳児健康診査(平成18年12月生まれ)	17日(火)・18日(木)		
母と子の歯科健康診査(平成19年12月生まれ・予約制)	5日(金)	13:15~15:30	
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	8日(月)	
	7~11か月児	1日(月)	
	1~11か月児	15日(月)	
マタニティ教室	2日(火)・9日(火)	9:45~10:00	土浦保健センター
離乳食教室「おおむね6~7か月児」(予約制)	5日(金)	10:00~10:15	
機能訓練	と き	受付時間	ところ
ふれあい教室	4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。

3月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
7日(日)	大石内科クリニック ☎835-0014 大岩田	東郷クリニック ☎843-7770 荒川沖東三丁目	まつばらウイメンズクリニック ☎830-5151 阿見町荒川本郷	宮田歯科医院 ☎821-6224 西並木町
14日(日)	あおき内科クリニック ☎825-8181 木田余	岡田整形外科クリニック ☎825-3377 木田余	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	広瀬歯科医院 ☎824-5858 川口一丁目
21日(日)	新治診療所 ☎862-4668 下坂田	黒井整形外科医院 ☎826-2210 飯田	石川クリニック ☎821-2587 大町	永国台歯科クリニック ☎826-1511 永国
22日(月)	宮崎クリニック ☎830-6800 藤沢	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	吉田歯科医院 ☎824-2008 並木一丁目
28日(日)	常陽医院 ☎822-6594 城北町	野上病院 ☎822-0145 東崎町	鈴村医院 ☎821-0174 大町	小竹歯科医院 ☎823-9815 蓮河原新町

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ない)
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)

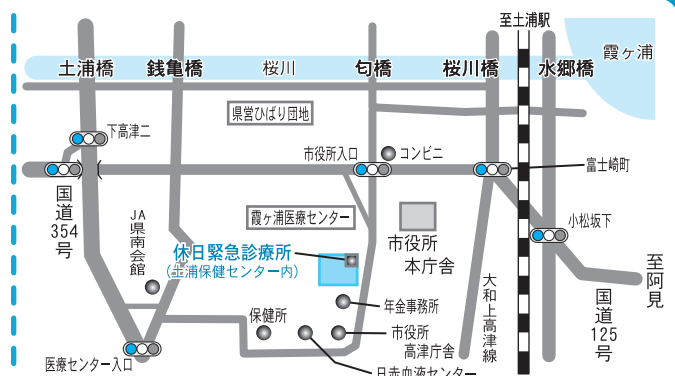
土浦市休日緊急診療所

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)	土曜・日曜・祝日 診療時間 (午後7時~10時)	木曜・金曜 月曜~水曜 (3月31日まで)

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」3月上旬号は、3月2日(火)発行予定です。