

つちうら

March
2010 No.1023
平成22年3月16日発行

まちの案内人がおもてなし



まちなかに「まちの駅」オープン!!

「まちの駅」は、おもてなしの心で、皆さんをお待ちしています。まちなかにお越しの際は、中心市街地のまち歩き立ち寄り所として、お気軽にご利用ください。

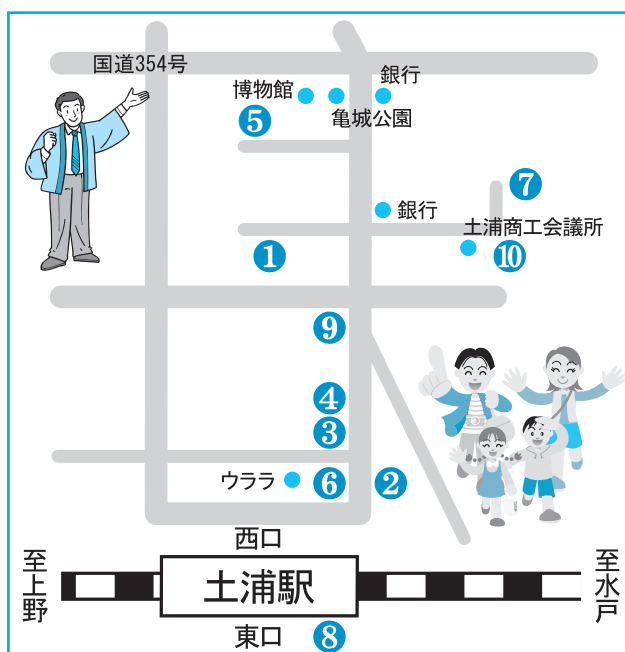
☎ 市商工観光課(☎内線7602)、土浦商工会議所(☎822-0391)

●「まちの駅」とは

まちなかの個人商店や公共施設などを駅にたとえ、店主などの「まちの案内人」が、地域の情報などをおもてなしの心で提供する施設です。今後も、駅の数を増やしながら、まちをあげておもてなしをします。

●「まちの駅」の主なおもてなしと役割

- ①休 憩…誰もが気軽に休憩でき、トイレも利用できます。
- ②案 内…まちの案内人が、おもてなしの心で来訪者をお迎えし、地域の情報を提供します。
- ③交 流…地域の人と来訪者の出会いと交流をサポートします。
- ④連 携…まちの駅同士が連携を図り、おもてなしの地域づくりを目指します。



	まちの駅名	店 名	住 所
①	観光情報発信の駅	土浦まちかど蔵「大徳」	中央一丁目3-16
②	老舗の逸品うなぎと佃煮の駅	小松屋	大和町5-3
③	大和町お茶の駅せこ沢	お茶のせこ沢	大和町7-22
④	霞ヶ浦の味の駅	箕輪名産店	大和町7-22
⑤	一級技能士手彫りハンコの駅	波山堂鈴木印舗	中央一丁目14-1
⑥	うららタウンステーション	土浦都市開発	大和町9-1
⑦	きものと和の小物の駅	前野呉服店	中央二丁目8-2
⑧	観光土産品の駅きら館	土浦駅東口観光物産案内所きら館	有明町2-35
⑨	チャレンジショップ駅	チャレンジショップ虹	川口一丁目1-28
⑩	商工と観光の駅	土浦商工会議所	中央二丁目2-16



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



市立幼稚園、小・中
学校入学(園)式

幼稚園／4月9日(金) 午前9

時から受け付け

小学校／4月7日(水) 午前8

時30分から受け付け

中学校／4月8日(木) 午前8

時30分から受け付け

※小・中学校に入学する方は

「小・中学校就学通知書(はが
き)」を持参してください。

なお、通知が届いていない
ときや紛失したときは、ご連
絡ください。

※家庭の事情などで、入学す
る小・中学校の変更を希望す
るときは、申し出てください。

問学務課(☎内線5108)

かすみがつらマラソン
ランロードクリーン作戦

4月18日(日)開催の「第20回
記念かすみがつらマラソン兼
国際盲人マラソンかすみがつ
ら大会」に先立ち、全国から
参加するランナーに気持ちよ
く走ってもらうため、走路に
なっているコースの清掃を実
施します。

皆さんのご協力をお願いし
ます。

とき／4月11日(日) 午前9
時から

問スポーツ振興課(☎内線5
125)

乳児用ベビーシート
を貸し出します

とき／4月25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／20000円(フリー
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5月末日までに出生
予定の方

申込方法／電話で

申込期間／4月19日(日)、20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。

問生活安全課(☎内線22
98)

水郷体育館

休館のお知らせ

休館日／4月1日(木)～9月30
日(木)

問水郷体育館(☎823・4
811)

固定資産(土地・家屋
価格などの縦覧

固定資産税を納税している
方が、自分の土地や家屋に関
する評価が適正かどうかを判
断できるように、「価格等縦
覧帳簿」を縦覧することがで
きます。

縦覧を希望する方は、本人
の確認ができる身分証明書な
どをご持参ください。

縦覧期間／4月1日(木)～30日
(金)(土・日、祝日を除く) 午
前8時30分～午後5時15分

縦覧場所／課税課(市役所本
庁舎1階)

問課税課(☎内線2337)

4月1日から肝臓機能
障害者へ身体障害者手
帳が交付されます

対象者／認定基準に該当する
肝臓機能障害のある方、また
は肝臓移植を受けて抗免疫療
法を実施している方

持参するもの／身体障害者手
帳交付申請書、身体障害者診
断書・意見書(肝臓機能障害
用)、縦4cm×横3cmの写真
2枚(1年以内に撮影された
脱帽で本人の胸から上だけが
写っているもの。ポラロイド
写真、カラーコピー、デジタ
ルデータは不可)

申込方法／障害福祉課へ直接
※認定基準や診断書の作成
(有料)は、身体障害者福祉法
に基づく指定を受けた医師に
ご相談ください。

なお、診断料を1回に限り
5000円(限度額)まで補助
する制度があります。詳しく
は、お問い合わせください。

問障害福祉課(☎内線24
54)

告 告

告 告

休日納税・休日納税相談

とき／3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よ銀行の預金通帳と届出印をご持参ください。

納税課(☎内線2359、2233)

4月の無料年金相談

□筑波銀行本店：月～金曜日(祝日は除く) 午前9時～午後4時(☎0120⑦7774)

□筑波銀行土浦北支店：4月7日(火) 午前10時～午後3時(☎824・6811)

□常陽銀行土浦支店：4月7日(火) 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)：4月10日(木) 午前10時～午後4時(☎82・3216 土浦支店)

□常陽銀行荒川沖支店：4月14日(火) 午前10時～午後3時(☎841・1123)

□JA土浦本店：4月24日(土) 午前9時～午後3時(☎82・0537)

※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／4月6日(火)～8日(木)、13日(火)～15日(木)、20日(火)～22日(木)、27日(火)～28日(水) 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)



土浦市乳幼児家庭教育学級受講生募集

市では、相互保育を通して、子育て中のお母さんの「学びたい、友だちを作りたい」という活動を応援します。

とき／5月下旬～12月上旬(毎月2～3回。7月中旬～8月は休講) 午前9時40分～正午

ところ／二中地区公民館：毎火曜日、四中地区公民館：毎木曜日

対象者／生後6か月から4歳までの未就園児とその母親

内容／親子リトミック、親子ビクス、ゆかたの着付け、子育てカウンセリングなど

定員／各地区20組(定員を超えたときは抽選)

受講料／2000円(子ども2人目からは一人につき1000円増)

申込方法／こども福祉課、二中地区公民館、四中地区公民館にある申込書に必要事項を記入のうえ、こども福祉課へ郵送または直接

申込締切／4月16日(金)(必着) 図こども福祉課(☎内線2304)

つくばりんりんロードフォトコンテスト屋外展示

とき／5月9日(日)まで
ところ／藤沢休憩所(藤沢)、筑波休憩所(つくば市沼田)、真壁休憩所(桜川市真壁町古城)

内容／フォトコンテスト「発

見っ！こんなにりんりんロードありましたッ」の入賞作品の展示

◎平成22年度もフォトコンテストを実施します。詳しくは、ホームページや広報紙でお知らせします。

図行政経営課(☎内線2384)

航空学校霞ヶ浦校創立50周年記念行事

とき／4月11日(日) 午前9時～午後3時
ところ／陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校(石粉2410)

内容／一般開放、記念式典、祝賀編隊飛行、空挺降下、ヘリ試乗(当日抽選)など

陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校総務班(☎842・1211 内線3408)

第24回土浦石岡地方各流合同いけばな展

各流派のバフエティーに富んだ作品を展示します。

とき／4月3日(土)、4日(日) 午前10時～午後6時(4日は午後4時まで)

ところ／亀城プラザ1階 市民ホール、大会議室1・2
図亀城プラザ(☎824・3121)

広告

広告

青年海外協力隊・シニア海外ボランティア募集

あなたの技術や経験を生かして、開発途上国の国づくりに貢献してみませんか。

募集期間／4月1日(木)～5月17日(月)

応募資格／

●青年海外協力隊…20～39歳の方

●シニア海外ボランティア…40～69歳の方

※応募方法、募集説明会の日程など、詳しくはJICAホームページ(<http://www.jica.go.jp>)をご覧ください。
 関JICA筑波(☎838・1774)

広告主を募集します

●ごみの排出方法などの案内チラシ「ごみの分け方出し方」

規格／縦3・3cm×横13・7cm

枚数／2枚(最下段)

掲載料／1枚5万円

配布対象／市内全世帯

配布時期／広報つちうら6月上旬号と一緒に配布

●環境講座資料「ごみSOS

「ごみを減らしましょう」

規格／縦5cm×横8・6cm
 枚数／2枚(最終ページ最下段)

掲載料／1枚1万円

配布対象／市が開催する環境講座で資料として配布

配布時期／随時

配布枚数／約2000部

●共通

募集期間／3月23日(火)～4月9日(金)

決定方法／先着順(審査あり。同日に複数の申し込みがあったときは抽選)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

関環境衛生課(☎内線2492)

土浦スポーツ健康倶楽部会員募集

地域の誰もが気軽にスポーツを楽しめます。

種目／ウォーキング、ノルディックウォーキング、ヨガ、ボウリング、ヨット・カヌー、フットサル、タグラグビー、グラウンドゴルフなど

会費／年3000円(4月1日～3月31日。家族何人でも)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

関土浦スポーツ健康倶楽部(☎824・7652 古徳)

Course and lecture meeting
講座・講演会



土浦青年会議所 4月例会

とき／4月7日(水) 午後7時～8時45分(開場は午後6時30分から)

ところ／ホテルCAN KOH (川口二丁目11・31)

テーマ／なぜ武士道が必要なのか

講師／岬龍一郎さん(作家、評論家)

定員／135人(先着順)

申込方法／ファクスで(氏名、住所、連絡先、イベント名を記入)

申込締切／3月26日(金)

関土浦青年会議所(☎822・3426 FAX 824・8681)

初心者向け 菊づくり講習会

とき／4月8日(木) 午後1時30分から

ところ／まちかど蔵「野村」
 講師／全菊連公認指導員

申込方法／はがきで(氏名、住所、電話番号を記入)

申込締切／4月6日(火)(必着)

関土浦霞菊協会(〒300・0065 常名1862 ☎822・7466 石井)

Qualification and examination
資格・試験



労働基準監督官 採用試験

とき／

●1次試験…6月13日(日)

●2次試験(合格者のみ)…7月21日(火)、22日(水)のうち1日

受験資格／次のいずれかに該当する方

●昭和56年4月2日から平成元年4月1日に生まれた方

●平成元年4月2日以降に生まれた方で大学を卒業した方、および平成23年3月までに大学を卒業見込みの方、または人事院が同等の資格があると認めた者

受付期間／4月1日(木)～14日(水)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

関茨城労働局総務課(☎029・224・6211)

告 告

農薬は使用基準を守って、 正しく使ひましょう！

農産物を生産するときに使用する農薬は、周辺環境や住民に配慮をして使用しましょう。

- ・周辺の住宅、作物、家畜などへ影響がないように注意する。
- ・河川へ流出しないようにする。
- ・水田の止水期間（1週間程度）を守る。
- ・土壌くん蒸剤を使うときは、農薬が空中などへ広がらないように、ビニールフィルムなどで覆う。



問 県病害虫防除所(☎029-227-2445)
市農林水産課(☎内線7608)

4月6日(水)～15日(木) 春の全国交通安全運動

よく見てね 十じろ 丁じろ おうだん歩どう

〈運動の重点〉

- すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底



- 自転車の安全利用の推進 □飲酒運転の根絶



問 生活安全課(☎内線2298)

平成22年度第1回茨城県警察官採用試験

とき／

- 1次試験：5月9日(日)

- 2次試験(合格者のみ)：6月5日(土)、6日(日)のうち1日

および7月12日(月)～16日(金)のうち1日(2日間)

試験区分／警察官A区分(男女)

受験資格／昭和56年4月2日以降に生まれた方で大学を卒業した方、平成23年3月までに大学を卒業見込みの方、または人事院が同等の資格があると認められた方

受付期間／4月14日(木)まで

※申込方法など、詳しくは県警察ホームページ(Ⓐhttp://www.pref.ibaraki.jp/kenkei/05_syoukai/10_recruit/index.html)をご覧ください。

問 県警察本部警務課(☎0120・314058)、土浦警察署警務課(☎821・0110)

危険物取扱者試験

とき／6月6日(日) 午前9時30分から(集合は午前9時) ところ／つくば国際短期大学

(真鍮ハ丁目7・10)

受験料／甲種：5000円、乙種：3400円、丙種：2700円

申込方法／消防本部予防課にある申込書を、消防試験センター茨城支部(〒310・0852 水戸市笠原町978・25)へ郵送、または消防試験研究センターホームページ(Ⓐhttp://www.shoubo-shiken.or.jp)から

申込期間／郵送：4月5日(月)～21日(必着)、ホームページ：4月2日(金)～18日(日)

◎試験準備講習会(乙種第4類)

とき／4月19日(月)、20日(火) 午前9時30分～午後4時30分

ところ／国民宿舎「水郷」 受講料／危険物安全協会員1万円(非会員は1万3000円)

申込方法／消防本部予防課にある申込書を、県危険物安全協会連合会(〒310・0852 水戸市笠原町978・25)へ郵送、または同協会ホームページ(Ⓐhttp://www.ibaki-ren.or.jp)から

申込期間／3月25日(木)～4月12日(必着)

問 消防本部予防課(☎821・5967)

広告

市制施行
70周年記念

NHK「ごきげん歌謡笑劇団」公開録画

市制施行70周年を記念して、NHK衛星第2テレビ(BS2)の番組「ごきげん歌謡笑劇団」の公開録画を行います。地域の問題や土地柄をテーマにした歌謡芝居、出演者の歌・踊りなどで市の魅力を楽しく紹介する番組を会場で観覧してみませんか。

申問 ごきげん歌謡笑劇団係(市総務課内) ☎826-1111 内線2200)

と き／5月19日(水)

午後6時45分～9時(予定)

ところ／市民会館大ホール

出 演／綾小路きみまろ、早乙女太一、さかなクン、天童よしみ、長山洋子ほか

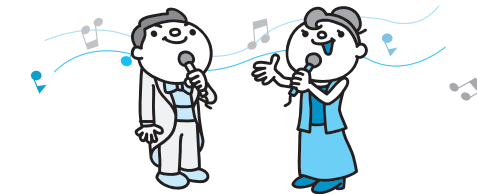
申込方法／往復はがきで(右の例のように記入)

申込締切／4月19日(月)(必着)

※申し込み多数のときは抽選を行い、当選者に
入場整理券(1枚で2人まで入場可)を郵送します。また、いただいた情報は、NHKが受信料のお願いに使用することがあります。



綾小路きみまろ



〈往復はがき記入例〉

☐ (往信)	3000-8686 土浦市役所 ごきげん歌謡笑劇団係 行	土浦市下高津一丁目20-35 (返信・表)	何も記入しないで ください。 (返信・裏)
----------------------------------	---------------------------------------	--------------------------	-----------------------------

「笑って泣いて五・七・五」コーナーへの作品募集

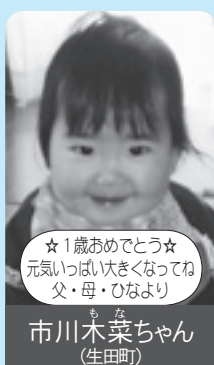
「土浦」や「家族」、「夫婦」のほか、自由なテーマの作品を募集します。

申込方法／はがきまたはファクスで(未発表の作品とそのエピソード、氏名、郵便番号、住所、電話番号、年齢を記入)

申込締切／4月19日(月)(必着)

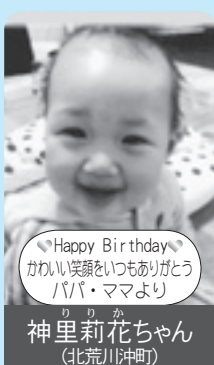
申問 NHK水戸放送局「ごきげん五・七・五(土浦)」係
(〒310-8567 NHK水戸放送局
☎029-232-9722(テープ案内) FAX029-232-9883)

☐ (返信)	0000-0000 申込者の郵便番号 氏 名 住 所 申込者の 電話番号	申込者の ①郵便番号 ②住 所 ③氏 名 ④電話番号 (返信・表)	(返信・裏)
----------------------------------	---	--	--------



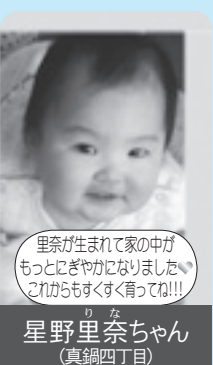
★1歳おめでとう★
元気いっぱい大きくなってね
父・母・ひなより

市川木菜ちゃん
(生田町)



Happy Birthday♪
かわいい笑顔がいつもありがとう
パパ・ママより

神里莉花ちゃん
(北荒川沖町)



里奈が生まれて家の中が
もっとにぎやかになりました
これからもすくすく育ってね!!!

星野里奈ちゃん
(真鍋四丁目)



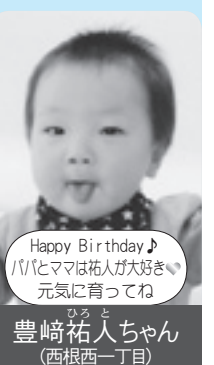
1歳おめでとう!
大きく元気に
育ってね

張替大輝ちゃん
(摩利山新田)



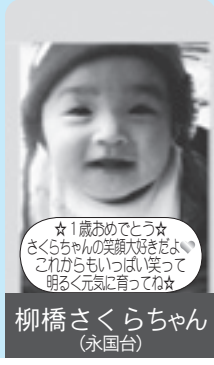
1歳おめでとう
優しい元気の
男の子になあれ
パパ・ママ・さき

南曲蒼来ちゃん
(荒川沖)



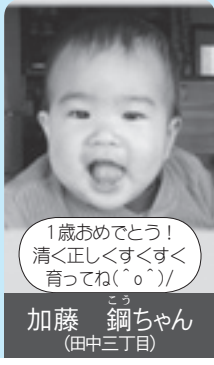
Happy Birthday♪
パパとママは祐人が大好き
元気に育ってね

豊崎祐人ちゃん
(西根西一丁目)



★1歳おめでとう★
さくらちゃんの実顔大好きだよ
これからもいっぱい笑って
明るく元気に育ってね★

柳橋さくらちゃん
(永国台)



1歳おめでとう!
清く正しくすくすく
育ってね(^o^)/

加藤 鋼ちゃん
(田中三丁目)

5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3月31日(水)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。

市制施行70周年記念

土浦桜まつり2010

土浦桜まつり2010を、亀城公園などで開催します。4月4日(日)には、市内各地でイベントが開催されるほか、さまざまな協賛行事が行われます。

☎ 土浦桜まつり実行委員会(☎824-2810)

と き／3月20日(土)～4月11日(日)

ところ／亀城公園、亀城プラザ、モール505、うらら広場、乙戸沼公園、桜川堤、新川堤、真鍋小学校、土浦まちかど蔵、竜ヶ峰、小町の館ほか

★4月4日イベント

□会場一円

お宝ゲット! ウォークラリー、チンドン屋、桜イラストの展示(各大型店・商店)

□亀城公園会場

つちうら700人鍋、大道芸フェスティバル、土浦新郷土民謡おどり、天装戦隊ゴセイジャー、刻の太鼓、神楽ミニコンサート、ダンス・ダンス・ダンス、そよ風ミニコンサート

□モール505会場

フリーマーケット、大道芸フェスティバル、天装戦隊ゴセイジャー、神楽ミニコンサート

□ウララ会場

大道芸フェスティバル、つちうら700人鍋ウララ

バージョン、人力車、ポニー・ミニ電車の試乗、ダンスLIVE

□流鏑馬まつり

日本三大山王流鏑馬の一つで、猿に見立てた的を射抜きます。

と き／午後0時30分～3時

ところ／日枝神社

□観桜カラオケ大会

と き／午前11時から

ところ／乙戸沼公園

□新川・桜川花見舟運航

と き／午前10時から

ところ／ラクスマリーナ



□真鍋の桜を楽しむ集い

県指定天然記念物の樹齢約100年の桜を楽しむことができ、夜には桜がライトアップされます。

と き／4月3日(土) 午後

2時～4時、午後6時～8時

ところ／真鍋小学校校庭



□桜くらべ展覧会

市の花「桜」をテーマに、日本画、洋画、陶器、漫画、着物、写真などの作品を展示します。

と き／3月20日(土)～4月11日(日)

ところ／土浦まちかど蔵「大徳」、「野村」

□新川ECOキャンドルの夕べ

と き／4月3日(土) 午後5時～午後8時

ところ／新川堤(土浦税務署付近)



こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん

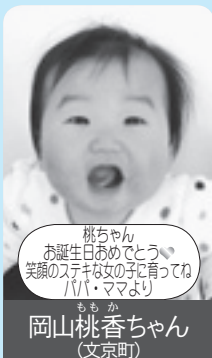
HAPPY BIRTHDAY

3月生まれ



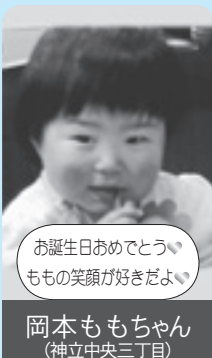
浩斗
生まれてきてくれてありがとう
1歳おめでとう☆
パパ・ママ

永田浩斗ちゃん
(神立東二丁目)



桃ちゃん
お誕生日あめでどう
笑顔のステキな女の子に育ってね
パパ・ママより

岡山桃香ちゃん
(文京町)



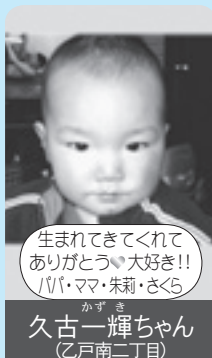
お誕生日あめでどう
ももの笑顔が好きだよ

岡本ももちゃん
(神立中央三丁目)



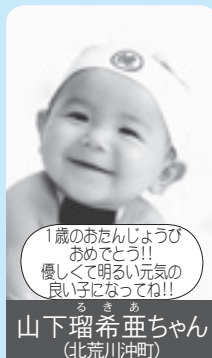
元気いっぱい
大きくなってね
父・母・たいせいより

茅野健匠ちゃん
(板谷一丁目)



生まれてきてくれて
ありがとう♡大好き!!
パパ・ママ・朱莉・さくら

久古一輝ちゃん
(乙戸南二丁目)



1歳のおたんじょうび
あめでどう!!
優しくて明るい元気の
良い子になってね!!

山下瑠希亜ちゃん
(北荒川沖町)

土浦警察署からのお知らせ

□新治都和交番が開設され、真鍋町交番の一部と新治地区の駐在所の管轄区域が統合されます

4月に都和公民館敷地内(並木五丁目)に土浦警察署新治都和交番が新設され、複数の警察官が24時間体制で勤務します。

新治地区の藤沢・高岡・山ノ荘駐在所は、新治都和交番に統合されます。

管轄区域／栗野町、板谷一～七丁目、今泉、笠師町、



小山崎、都和一～四丁目、中都町一～四丁目、中貫、並木一～五丁目、西並木町、東中貫町、東並木町、紫ヶ丘、大志戸、大畑、小高、小野、上坂田、沢辺、下大島、下坂田、高岡、田土部、田宮、東城寺、永井、常名、藤沢、藤沢新田、本郷

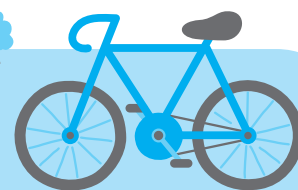
□霞ヶ岡駐在所が荒川沖地区交番に統合されます

4月1日(木)から霞ヶ岡町の土浦警察署霞ヶ岡駐在所が、夜間・初動警察体制の強化のため、荒川沖地区交番に統合されます。霞ヶ岡駐在所で受け持っていた大岩田、霞ヶ岡町、小岩田、小岩田西一・二丁目、小岩田東一・二丁目、桜ヶ丘町は、荒川沖地区交番の管轄になります。

※統合後も、担当の警察官が各家庭への巡回連絡や相談、意見要望などをお受けします。事件や事故など、緊急を要するときは「110番」にお電話ください。

☎ 土浦警察署(☎821-0110)、新治都和交番(☎831-8350 4月から)、荒川沖地区交番(☎841-0110)

自転車交通マナー



自転車はルールを守って正しく利用しましょう！

自転車安全利用 5 則

①自転車は車道が原則、歩道は例外

自転車は歩道通行できるのは

- 標識で指定されたとき
 - 運転者が13歳未満、70歳以上または体の不自由な方のとき
 - 車道または交通の状況からみて、やむを得ないとき
- 罰 則／3月以下の懲役または5万円以下の罰金

②車道は左側を通行

罰 則／3か月以下の懲役または5万円以下の罰金



③歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行

歩行者の通行を妨げるようなときは一時停止、または自転車を押して歩きましょう。

罰 則／2万円以下の罰金または料



④安全ルールを守る

- 自転車も飲酒運転禁止
罰 則／5年以下の懲役または100万円以下の罰金(酒酔い運転のとき)
- 2人乗りは禁止
罰 則／2万円以下の罰金または料(例外は16歳以上の方が6歳未満の方を乗せるときなど)



- 並進禁止
罰 則／2万円以下の罰金または料
- 夜間はライトを点灯
罰 則／5万円以下の罰金

- 信号を守る
罰 則／3月以下の懲役または5万円以下の罰金

- 交差点での一時停止と安全確認
罰 則／3月以下の懲役または5万円以下の罰金

- 子ども(13歳未満)はヘルメットを着用

- 子ども(13歳未満)はヘルメットを着用

- 子ども(13歳未満)はヘルメットを着用



☎ 生活安全課(☎826-1111 内線2298)

国民健康保険、後期高齢者医療加入の方へ 日帰り人間ドック・脳ドックの健診費用を助成します

対象者／国民健康保険税完納世帯で、平成23年3月31日現在、40歳以上になる被保険者または後期高齢者医療の被保険者。各保険1世帯2人まで。(脳ドックについては、平成20年度または21年度に脳ドック健診費用の助成を受けた方、22年度に人間ドック健診費用の助成を受ける方を除く)

申込方法／はがきに、①希望する健診名、②受診希望の健診機関(日立製作所土浦診療健診センタで受診または脳ドックの受診を希望される方は第2希望まで記入)、③住所、④氏名(ふりがな)、⑤電話番号を記入し郵送(1人につき1枚)



□人間ドック

定員／1550人(国民健康保険1400人、後期高齢者医療150人。先着順)

※日立製作所土浦診療健診センタで受診希望の方は、定員40人(定員を超えたときは抽選)。申込締切は4月20日(火)(当日消印有効)

助成額／2万円

□脳ドック

定員／605人(国民健康保険555人、後期高齢者医療50人。定員を超えたときは抽選)

助成額／2万6250円

申込締切／4月20日(火)(当日消印有効)

※健診機関への受診日の予約は、補助の交付決定の通知後をお願いします。

申問 国民健康保険加入の方…国保年金課国保給付係(☎826-1111 内線2355)
後期高齢者医療加入の方… 〃 医療福祉係(☎内線2316)

〈申込はがき記入例〉

〒 300-8686

土浦市下高津一丁目20-35
土浦市役所
国保年金課 行

表

①人間ドック希望
②受診希望の健診機関
(日立製作所土浦診療健診センタでの受診を希望される方は、第2希望まで記入してください)
③住所
④氏名(ふりがな)
⑤電話番号

人間ドック(裏)

①脳ドック希望
②受診希望の健診機関
第1希望()
第2希望()
(第2希望まで記入してください)
③住所
④氏名(ふりがな)
⑤電話番号

脳ドック(裏)



人 間 ド ッ ク 健 診 機 関	電話番号	自己負担額	定員
土浦協同病院農村健康管理センター	826-3221	2万円程度	1550人
神立病院健診センター	832-8951		
日立製作所土浦診療健診センタ(※)	831-5830		
霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター(東京医科大学茨城医療センター)	887-4563		
つくば総合健診センター(筑波メディカルセンター)	856-3500		
牛久愛和総合病院総合健診センター	873-4334		

※日立製作所土浦診療健診センタは定員40人で、国民健康保険加入者のみです。

脳 ド ッ ク 健 診 機 関	電話番号	自己負担額	定員
土浦協同病院農村健康管理センター(※)	826-3221	4万 370円	55人
霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター(東京医科大学茨城医療センター)	887-4563	2万6250円	250人
つくば総合健診センター(筑波メディカルセンター)	856-3500	2万6250円	300人

※土浦協同病院農村健康管理センター自己負担額は、人間ドックの検査項目もすべて含んだ金額です。

◎4月から脳ドック健診費用の助成間隔は3年に1回となります。

●児童館 (乳幼児から児童までが、楽しく安全に遊べる場所です。)

と ころ	と き	定 員	申込方法
★4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)	16日(金) 午前11時～11時45分 親子リトミック	幼児親子15組 (先着順)	4月1日(木)から前日 までに電話または直接
	22日(木) 午前11時～11時30分 『ムクムクどうぶつ』を作ってあそぼう	幼児親子15組 (先着順)	4月1日(木)から前日 までに電話または直接
	23日(金) 午前11時～11時30分 おはなし会 おはなしボランティア「エプロンズ」	幼児親子 (定員なし)	電話または直接
ポプラ児童館 (☎841-3212)	2日(金) 午後2時～3時30分 春休み映画会	乳幼児親子・小・中学生 (定員なし)	児童館へ直接
	17日(土) 午前10時～11時30分 一輪車教室	小学生15人 (先着順)	前日までに 電話または直接
	19日(月) 午前10時30分～11時30分 親子ピクス	乳幼児親子 (定員なし)	児童館へ直接
新治児童館 (☎862-4403)	13日(火)、27日(火) 午前10時30分～11時30分 おはなし会	乳幼児親子 (定員なし)	児童館へ直接
	15日(木) 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)	
	22日(木) 午前10時30分～11時30分 手作りおもちゃをつくろう「ニョロニョロヘビ」	幼児親子20組 (先着順)	前日までに 電話または直接

●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		
2日(金)、5日(月)～7日(水)、9日(金)、12日(月)～14日(水)、16日(金) 19日(月)～21日(水)、23日(金)、26日(月)～28日(水)、30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		
8日(木)…粘土遊び、楽器遊び 15日(木)…クレパスで遊ぼう 22日(木)…こいのぼり制作 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

●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
★お部屋・園庭開放 対象者：未就園児とその親		
お部屋開放…5日(月)、7日(水)、9日(金)、13日(火)～16日(金)、19日(月) 22日(木)、23日(金)、26日(月)、28日(水)、30日(金) 園庭開放…6日(火)、12日(月)、21日(水) 午前10時～午後3時	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		
8日(木)…お花見会 20日(火)…ホールで遊ぼう 27日(火)…作って遊ぼう 午前10時～正午	親子20組 (先着順)	3月26日(金) 午前 9時から電話で

☆交流保育☆

河原で遊ぼう

6月

6月8日(火)

水遊び

8月

8月3日(火)

さつま汁パーティ

10月

10月27日(水)

たこ上げ大会

1月

平成23年1月20日(木)

☆おもちゃクリニック☆

5月

5月22日(土)

1月

平成23年1月29日(土)

☆育児相談☆

来所相談、電話相談、そのほか活動
時に随時受け付けています。

☆ミニミニ運動会☆

10月

10月30日(土)

☆ファミリーコンサート☆

11月

11月27日(土)

☆講演会☆

2月

平成23年2月19日(土)

☆すくすくルーム☆

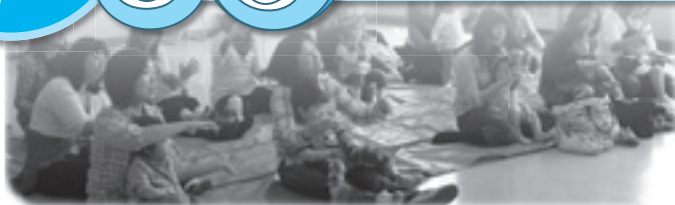
赤ちゃんとママの
子育て広場です。

※内容によっては、変更や有料になることもあります。
詳しくは、広報つちうら毎月
中旬号でお知らせしますので、
ご覧ください。



4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			
藤沢保育園 (☎862-2600) 「戸外遊び&砂遊び」	22日(木)	午前9時30分～11時	親子22組 (先着順) 随時電話で

●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「なかよくあそぼう」				

平成22年度
年間行事予定

地域子育て支援センター さくらんぼ

☆親子ふれあい教室☆



平成
22年

土浦いきいき出前講座

× 出前講座では、市民の皆さんが知りたいこと、聞きたいことを気軽に学んでいただくために、各種のメニューをご用意しています。グループ・地域・企業の学習会や学校の授業などに、どうぞご利用ください。 ×

× 申問 生涯学習課(☎826-1111 内線5116) ×

× 出前講座とは ×

市民の皆さんの要請に応じて、ご希望の日時、場所に市の職員などが出向き、行政の仕組みや事業の内容などについてお話しするものです。

× 時間と会場は ×

開催時間は、午前9時から午後9時(日曜日は午後5時)までです。会場は、市内の公民館や各地区の集会所などで、学習者をご用意ください。

× 利用できる方は ×

市内に居住、または通勤・通学しているおおむね10人以上で構成された団体やグループです。

× 受講料は ×

無料です。ただし、講座によって材料費などがかかることもあります。



× 開催日は ×

毎日開催可能です。ただし、祝日および12月29日から1月3日までは除きます。また、講座によっては土・日曜日を除くときもあります。

× 申込方法は ×

開催希望日の20日前までに、担当課または生涯学習課に直接。利用申込書は、各地区公民館や生涯学習課にあります。

× 利用される方へのお願い ×

- 業務の都合により、ご希望の日時に職員を派遣できないときもあります。そのときは、あらためて日程を調整させていただきますので、ご了承ください。
- 出前講座は、皆さんの学習の場ですので、苦情や要望はご遠慮ください。
- 政治・宗教・営利活動に利用されるときは、ご利用できません。

出前講座のほかにも、市民の方が講師となって教える「人材バンク」制度もありますので、ぜひご活用ください。登録者の活動内容・利用方法については、市ホームページをご覧ください。か、生涯学習課へお問い合わせください。



土浦いきいき出前講座メニュー



生活	1	市民課に届けるのは どんな時？	どんなときにどんな手続きが必要か、届出書の記載例を用い てお話しします。(60分)	市 民 課 (☎内線2289)
	2	工夫してみませんか？ 広報紙の作り方	編集会議から取材や原稿作成、校正、印刷、製本までの過程 をポイントに、注意点を交えてお話しします。(50分)	広 報 広 聴 課 (☎内線2396)
	3	知っていますか？ あなたの市民税	市・県民税の課税計算方法、所得控除、主婦のパート収入、納税の方 法などについてお話しします。(2月1日から5月31日は除く)(60分)	課 税 課 (☎内線2231)
	4	なるほど、わかった！ 固定資産税の仕組み	固定資産税として課税される物件や税額の算出方法をわかり やすくお話しします。(60分)	
	5	市税の納付方法と 滞納処分のお話	市税の納付と滞納事務について、資料などを用いてお話しし ます。(60分)	納 税 課 (☎内線2230)
	6	知っておきたい選挙の知識	選挙の種類や選挙権、期日前投票や不在者投票の仕方、寄付や選挙運動 の制限など選挙に関する基本的な内容についてお話しします。(45分)	選挙管理委員会 (☎内線2210)
	7	教えて！ フィルムコミッション	つちうらフィルムコミッションの活動内容についてお話しし ます。(スクリーン・電源コードが必要)(30分)	商 工 観 光 課 (☎内線7605)
	8	日本一の花火を百倍楽しむ法	土浦で行われている花火競技大会の楽しみ方、見方について お話しします。(ビデオデッキ・テレビが必要)(60分)	
	9	水洗化で快適生活	水洗化の効果や手続き、下水道使用料などについてお話しし ます。(ビデオデッキ・テレビが必要)(60分)	下 水 道 課 (☎内線2250)
	10	水道水はどうつくられるの？	水道事業の仕組み、飲み水ができるまで、家庭の水道の仕組 みなどについてお話しします。(45分)	水 道 課 (☎821-6237)
	11	知っ得と安心なるほど講座 ～成人編～	最近の相談事例を紹介しながら、悪徳商法、架空請求など最 新の手口や対処法をお話しします。(土・日、祝日を除く。 実施時間は9：30～16：30。できればビデオデッキ・テレビ を用意)(60～90分)	消 費 生 活 セ ン タ ー (☎823-3928)
	12	知っ得と安心なるほど講座 ～新成人編～		
	13	知っ得と安心なるほど講座 ～お年寄り編～		
	14	ネットトラブル注意報 ～中・高校生編～	迷惑メールの最新の手口や対処法と契約の基礎をお話しします。(土・日、祝日を除く。 実施時間は9：30～16：30。できればビデオデッキ・テレビを用意)(60～90分)	
	15	シルバー人材センターは 何をするとところ？	健康で働く意欲のある高齢者に、シルバー人材センターの設立の経緯 と現在の状況をお話しします。(ビデオデッキ・テレビを用意)(60分)	シルバ－人材センター (☎824-8281)
環 境	16	見てみませんか？ごみの行く末① ～清掃センター見学～	市清掃センターで実際にごみを処理している現場を見学し、 ごみ減量への理解を深めます。(現地集合・解散)(90分)	環 境 衛 生 課 (☎内線2444)
	17	見てみませんか？ごみの行く末② ～一般廃棄物最終処分場見学～	市一般廃棄物最終処分場(管理型埋立施設)でごみの最終結末を見 学し、ごみ減量への理解を深めます。(現地集合・解散)(90分)	
	18	ごみSOS ～ごみ減量とリサイクルのすすめ～	市のごみの状況(量・質)から、ごみ減量とリサイクルの必要 性や方法・課題などについてお話しします。(60分)	
	19	マナーを守ってきれいな街を ～ごみの分け方・出し方～	市のごみの状況(量・質)とともに、ごみの分け方や出し方の 基本マナー・応用などについてお話しします。(60分)	
	20	地球にやさしいまちをめざして ～環境の現状と取組み～	交通騒音、大気など市の環境の現状と取り組みについてお話 しします。(ビデオデッキ・テレビが必要)(60分)	環 境 保 全 課 (☎内線2327)
	21	みんなで守ろう霞ヶ浦！ ～霞ヶ浦の現状と水質浄化～	霞ヶ浦の概要と水質保全対策などについてお話しします。 (60分)	
	22	みんなでつくろう 自然と暮らしが共生するまち	土浦市環境基本計画の主な内容についてお話しします。 (60分)	

環境	23	地球温暖化の現状について	地球温暖化の現状と家庭での対策などについてお話しします。(できればDVDデッキ・テレビを用意) (60～90分)	環境保全課 (☎内線2327)
	24	だれでもできる やさしいまちづくり	高齢者や障害者の現状と推移、「土浦市人にやさしいまちづくり計画」の概要、車いすやアイマスクなどの擬似体験を行います。(60～90分)	社会福祉課 (☎内線2430)
福祉	25	地域福祉を推進するために (土浦市地域福祉計画)	市民の方の福祉に関する意識や、地域福祉を推進するための3つの役割についてお話しします。(30分)	
	26	知っていますか？障害者福祉サービス ～ノーマライゼーションの実現～	障害者福祉サービスの種類や内容などについてわかりやすくお話しします。(60分)	障害福祉課 (☎内線2454)
	27	障害者計画と障害福祉計画	つちうら障害者プランと障害福祉計画の概要をわかりやすくお話しします。(60分)	
	28	児童福祉アレコレ	手当制度や保育所入所、家庭児童相談室、母子・父子福祉などについてお話しします。(60分)	
	29	保育所ってどんなところ？	保育所の1日や入所するための手続き、幼稚園との違いについてお話しします。(40分)	こども福祉課 (☎内線2304)
	30	子育てQ&A	家庭児童相談員が、子育てについて事例を交えながらお話しします。(土・日、祝日を除く。実施時間は9:30～16:30) (30～60分)	
	31	あなたと家族のお役に立ちます。 介護保険	介護保険の仕組みについてお話しします。(60分)	高齢福祉課 (☎内線2462)
	32	ご存知ですか？ ～地域包括支援センター～	地域包括支援センターの役割、介護予防についてわかりやすくお話しします。(60分)	
	33	国民健康保険のしくみ	国民健康保険制度の仕組みについてわかりやすくお話しします。(30分)	
	34	大丈夫ですか？ あなたの年金	国民年金制度の仕組みについてわかりやすくお話しします。(60分)	国保年金課 (☎内線2316)
健康	35	後期高齢者医療制度のしくみ	後期高齢者医療制度の仕組みについてわかりやすくお話しします。(60分)	
	36	ボランティア活動あれこれ ～もっと気軽にボランティア～	ボランティアについての基礎知識や活動紹介、実際の活動についてお話しします。(30～60分)	
	37	地域の拠点「ふれあいいきいき サロン」をつくろう	ふれあいいきいきサロンのしくみや効果、開設のための準備・開設後の運営についてお話しします。(できればビデオデッキ・テレビを用意) (20～40分)	
	38	社会福祉協議会ってなに？	地域福祉の推進役としての社会福祉協議会の性格や財源についてわかりやすくお話しします。(できればビデオデッキ・テレビを用意) (30～60分)	社会福祉協議会 (☎内線3002)
	39	ほくも、わたしも福祉体験 ～児童のための福祉体験講座～	福祉体験を通して、児童の豊かな心の育成を図るとともに、福祉活動への理解を深めます。(120分)	
	40	インスタントシニア体験 ～高齢者擬似体験～	体に器具を装着し、高齢者やハンディキャップのある方への理解を深めます。(40人以内。材料費300円がかかります) (120分)	
	41	「ふれあいネットワーク」って なに？	ふれあいネットワーク事業の説明と地域福祉の展開について、現状を踏まえてわかりやすくお話しします。(30分)	
	42	見直そう！食生活 ～生活習慣病予防編～	骨粗しょう症、糖尿病、肥満、高脂血症予防のための調理実習を行います。(調理室のある所。材料費がかかります) (60～150分)	
健康	43	健康講座 ～乳幼児編～	乳幼児の生活習慣、しつけ、予防接種などのお話、育児相談を受け付けます。(30分)	
	44	健康講座 ～思春期編～	思春期に起こる体の変化などについてお話しします。(60分)	健康増進課 (☎内線7502)
	45	健康講座 ～成人編～	メタボリックシンドロームをはじめ、胃がんや肺がん、子宮がん、乳がんなど生活習慣病の知識や予防についてお話しします。(60分)	
	46	健康講座 ～高齢者編～	高血圧、高脂血症、糖尿病、認知症、そのほかの知識や予防法についてお話しします。(60分)	

健康	47	健康講座 ～たばこと健康～	たばこと健康についてお話しします。 (60分)	健康増進課 (☎内線7502)
	48	健康講座(運動) ～ストレッチ編～	血圧測定終了後、簡単なストレッチなどを行います。 (運動ができる服装) (60分)	
	49	健康講座(運動) ～いきいきヘルス体操編～	血圧測定終了後、大田仁史さん(県立健康プラザ管理者)が考案した、介護予防とリハビリテーションを目的とした体操を行います。(運動ができる服装) (60分)	
	50	あなたの体力は何歳？	握力、上体起し、反復横とびなどを行います。(土・日、祝日を除く。体育館などの運動ができる場所。20～30人。運動ができる服装。マット・筆記用具を用意) (90分)	スポーツ振興課 (☎内線5123)
防災・安全	51	こうして守ろう！ わがまち・わが家族	自主防災組織の活動および事例などについてお話しします。 (30人から。筆記用具などを用意) (45分)	総務課 (☎内線2292)
	52	防犯教室 ～防犯してますか？～	犯罪に遭わないために、身近な犯罪の発生状況やその対策および自主防犯活動の方法についてお話しします。(60分)	生活安全課 (☎内線2490)
	53	交通事故に遭わないために	現在の交通情勢と事故防止についてのお話と実技を行います。(60分)	
	54	覚えよう！とっさの時の応急手当 ～基礎救命手当編～	心肺蘇生法を基本に、骨折・傷・やけどの手当、搬送法、保温法などについて学びます。(動きやすい服装) (180分以内)	消防本部 警防救急課 (☎821-0119)
	55	覚えよう！とっさの時の応急手当 ～普通救命手当編Ⅰ～	急病や事故で大出血を起したり、呼吸や心臓が停止したときの救急法をダミー人形を使用して学びます。(動きやすい服装。終了後に修了証を発行) (180分)	
	56	覚えよう！とっさの時の応急手当 ～普通救命手当編Ⅱ～	心肺停止者に対し応急の対応をすることが期待・想定されるAED設置施設者を対象に、実施します。(動きやすい服装。終了後に修了証を発行) (240分)	
	57	覚えよう！とっさの時の応急手当 ～上級救命手当編～	心肺蘇生法、大出血時の止血法、傷病者管理法、外傷の手当、搬送法について学びます。(動きやすい服装。終了後に修了証を発行) (8時間×1日間)	
	58	覚えよう！とっさの時の応急手当 ～応急手当普及員編～	応急手当普及員の基礎的知識、救命に必要な応急手当、指導のための知識技能、指導技法について学びます。(動きやすい服装。終了後に修了証を発行) (8時間×3日間)	〃 予防課 (☎821-0119)
	59	火の用心！住まいの防火	火を出さない・火災を早く知る・火災を広げない・火災を早く消す方法についてお話しします。(ビデオデッキ・テレビが必要) (90分)	
	60	なるほど・ザ・つちうら ～土浦市総合計画～	市のまちづくりの指針となる土浦市総合計画(基本構想の内容、基本計画の内容)についてお話しします。(60分)	政策企画課 (☎内線2205)
まちづくり	61	自分らしく生きよう男女共同参画社会 ～第2次つちうら女性プラン21～	第2次つちうら女性プラン21の概要と市の取り組みについてお話しします。(ビデオデッキ・テレビが必要) (60分)	男女共同参画課 (☎内線3210)
	62	地域コミュニティってなーに？	まちづくり市民会議や地区市民委員会制度などについてお話しします。(60分)	市民活動課 (☎内線2456)
	63	協働ってなーに？	今、なぜ協働のまちづくりが必要なのか。協働の意味、市および他市町村の協働の取り組みについてお話しします。(できればパソコン・プロジェクター・スクリーンを用意) (60分)	
	64	ハロー！ニイハオ！こんにちわ！ ～国際交流事業アレコレ～	国際交流に関するさまざまなイベントを紹介します。(30分)	生涯学習課 (☎内線5115)
	65	姉妹都市「パロアルト市」は こんなところ	市の姉妹都市の「パロアルト市(アメリカ合衆国)」を紹介したり、交流についてお話しします。(30分)	
	66	知っていますか？ 下水道ができるまで	下水道の役割や仕組み、計画、受益者負担金などについてお話しします。(30分)	下水道課 (☎内線2250)
	67	生活道路が整備されるまで	後退用地の買い取り、道路整備の種類と手順などについてお話しします。(30分)	道路課 (☎内線2395)
	68	きれいにしよう！ みんなの公園	公園の管理の現状と、市民参加による公園管理の方法についてお話しします。(30分)	公園街路課 (☎内線2464)
	69	中心市街地の活性化	中心市街地活性化基本計画についてお話しします。(30分)	商工観光課 (☎内線7602)
	70	市民とはぐくむ 観光・交流のまち土浦	土浦市観光基本計画についてお話しします。 (スクリーン・電源コードが必要) (30分)	

まちづくり	71	都市計画って何だろう？ ～都市計画のあらまし～	都市計画として決定されている施設や、都市景観整備についてお話しします。 (60分)	
	72	市街地再開発によるまちづくり	駅周辺地区や商業地区などで、共同化などによる建物の建て替えを予定している方を対象に、助成制度などのお話をします。(30分)	都市計画課 (☎内線2424)
	73	土地区画整理事業で 住みよいまちを	土地区画整理事業の仕組みと進め方についてお話しします。 (30分)	
産業	74	土浦市の商業	市の商業の現況と施策について、資料やパンフレットを用いてお話しします。 (30分)	商工観光課 (☎内線7603)
	75	日本一の「れんこん」です！	市のれんこんの歴史や植え付けから収穫までの説明、れんこん料理についてお話しします。 (30分)	農林水産課 (☎内線7610)
教育	76	これからの学校教育	これからの学校教育はどのように変わるのか。今、子どもたちに必要とされている能力は何かなどについてお話しします。(45分)	指導課 (☎内線5129)
	77	教育相談アレコレ	市で行われている教育相談のシステムなどについてお話しします。 (45分)	
	78	青少年の健全育成アレコレ	市青少年相談員街頭指導の活動状況の紹介や、青少年健全育成についてお話しします。 (30分)	青少年課 (☎826-3455)
	79	図書館の活用法①	貸し出しや予約、リクエストサービス、コピーサービスなど図書館の基本的なサービスについてお話しします。(30分)	市立図書館 (☎823-4646)
	80	図書館の活用法②	レファレンスサービスを通して仕事や生活に図書館を積極的に使っていただくための講座です。 (45分)	
	81	こうしてできる学校給食	ビデオと資料で、学校給食施設や学校給食ができるまでを紹介します。(ビデオデッキ・テレビが必要) (30分)	給食センター (☎821-0559)
	82	「生涯学習」ってなーに？	具体的な活動の紹介を交えながら、生涯学習の経緯や事例、生涯学習が目指すものについてお話しします。 (60分)	
	83	大切です！家庭教育	家庭教育の大切さや必要性などについてお話しします。 (ビデオデッキ・テレビが必要) (60分)	生涯学習課 (☎内線5116)
	84	明るい社会を目指して	人権問題についてお話しします。 (ビデオデッキ・テレビが必要) (60分)	
文化	85	文化団体を紹介します	市の文化協会を中心とした文化団体の活動を紹介します。 (60分)	文化課 (☎内線5119)
	86	みんなで守る文化財 ～文化財保護について～	市の文化財の紹介や文化財保護行政の取り組み、文化財保護法との関連などについてお話しします。 (50分)	
	87	「上高津貝塚」って どんなところ？	国指定史跡「上高津貝塚」についての話や、考古資料館と史跡広場の施設見学を行います。(入館料…一般105円、小・中高生50円) (90分)	上高津貝塚 ふるさと 歴史の広場 (☎826-7111)
	88	古代人の技術に挑戦 ～勾玉づくり体験～	古墳時代の装飾品である勾玉づくりを体験します。(汚れてもよい部屋、イス、机、タオル、マスクを用意。作業のできる服装。材料費50円または150円) (90分)	
	89	遺跡から学ぶ土浦の歴史	市内の遺跡や発掘調査などからわかる土浦の歴史について、わかりやすくお話しします。 (90分)	
	90	ふるさとの歴史再発見	歴史上の人物や史跡など土浦の歴史をわかりやすくお話しし、博物館が行う資料調査の内容を紹介します。(できればスライド映写機・ビデオデッキ・テレビ・パソコン・プロジェクターを用意) (90分)	市立博物館 (☎824-2928)
行政	91	わがまちの行財政改革を考える	行財政改革大綱をもとに、市役所の現状(職員数や組織)やこれまでの取り組み内容、これからの課題などについてお話しします。(60分)	行政経営課 (☎内線2384)
	92	市のサイフをのぞいてみれば	市の予算書や決算数値、財務指標の比較などをわかりやすくお話しします。 (60～90分)	財政課 (☎内線2217)
	93	わかりやすい議会の仕組み	議会の組織や定例会の流れなどについてお話しします。 (60分)	議会事務局 (☎内線2274)

4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

「ティーンの本棚」について

図書館本館3階にあるロビーには、「ティーンの本棚」と題した、中学生から大学生向けの展示棚があります。勉強に役立つ本だけでなく、ものの考え方や心のケアの仕方まで、幅広い内容の本をご用意しています。読書案内や有名人おススメの小説なども展示していますので、何を读もうか迷っている方はぜひ一度お立ち寄りください。もちろん、大人の方にもご利用いただけます。



イベント

おはなし会(幼児～小学生向け)

4月11日(日) 午後1時30分から

4月25日(日) 午後2時から

小さなおはなし会(0～3歳児向け)

4月28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

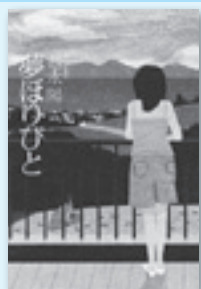
テーマ：新生活

春からの新しい生活に向けて準備をされている方も多いと思います。今回は「新生活」と題し、通園・通学グッズ、お弁当から新社会人のマナーまで、新たにスタートするための準備に関する本を集めてみました。

いちおし!

夢ほりびと

小説



<内容紹介>

佐伯は中堅どころの印刷所に勤めていたが、会社からリストラされたことを家族に言い出せず、ある日家を出してしまう。当てもなく歩き続け、たどり着いた崩壊寸前の洋館。そこには世をすねる変わり者たちが住み着いていた…。 [池永 陽/著]

スローな未来へ

産業

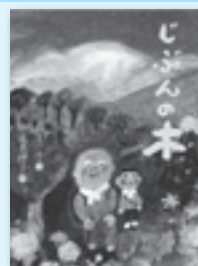


<内容紹介>

自分たちの町は自分たちで創る。自分たちの暮らしは自分たちで守る。そんな「スロシティ」に学ぼう。「人間サイズの町づくり」に奮闘する日本10地域とイタリアを現地取材したレポートです。 [島村菜津/著]

じぶんの木

絵本



<内容紹介>

自然とともに生きてきた伝じいは、わたるに語って聞かせました。だれでも、どこかに「じぶんの木」というものがあるんだと…。自然とともに生きる者のたくましい姿、すべての命を尊ぶ繊細な心を描きます。 [最上一平/作]

今月のおすすめ本

一般書	鉄道という文化	小島英俊/著
	もっと知りたいモネ	安井裕雄/著
	後藤さんのこと	円城 塔/著
	子どものケガをとことんからだで考える	野井真吾/著
	明日、アリゼの浜辺で	秦 建日子/著
児童書		(ほか多数)
	地球最北に生きる日本人	武田 剛/著
	こりすのはつなめ	柿本幸造/絵
	ハンバーグハンバーグ	武田美穂/作
	コドリー口のおやつ	ちば みなこ/絵
書	席を立たなかったクローデット	フィリップ・フース/作
		(ほか多数)

4

図書館カレンダー

2010.APRIL

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)

4月の無料相談

※29日(木・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 8日(木)・22日(木)	13:00~17:00	広報広聴課(☎内線2376)
税務相談	20日(火)	13:00~16:00	真鍋事務庁舎(☎824-5055)
市民相談	月~金曜日	8:30~17:15	広報広聴課(☎内線2376)
心配ごと相談	月・水・金曜日	13:00~16:00	社会福祉協議会(☎821-5995)
行政相談	21日(水)	13:00~16:00	広報広聴課(☎内線2376)
消費者相談	月~金曜日	9:30~16:30	消費生活センター(☎823-3928)
家庭児童相談	月~金曜日	8:30~17:15	こども福祉課(☎内線2393)
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)
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)
青少年相談	火~日曜日	10:30~17:00	総合福祉会館(ウラ2 8階) (青少年センター ☎823-7838)
教育相談	月~金曜日	9:00~16:00	教育相談室(☎823-7837)
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)
人権相談	月~金曜日	8:30~16:00	法務局土浦支局(☎821-0792)
生活相談	毎週水曜日	13:00~16:00	新治地区公民館(☎862-2900)
ひきこもり専門相談	19日(月)	10:00~12:00	土浦保健所(☎821-5516)
精神クリニック	9日(金)・16日(金)	14:00~16:00	土浦保健所(☎821-5516)
	26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(28日を除く) 10日(土)	11:00~16:00 10:00~15:00	男女共同参画センター ☎827-1107 (ウラ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	22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	9日(金)・23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)	9日(金)・23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)	15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 どの悩みに関するごと

特定商取引法の改正で 『過量販売』という規制ができました！

消費生活センターから

☎823-3928

過量販売とは、訪問販売で日常生活に必要な大量の商品などを買わされたり、次々とやって来る業者から商品などを売りつけられたりするものです。

過量販売には次のような例があります。

1. 一回の契約で大量に販売

使いきれないほどの健康食品や化粧品を買わされたり、まとめて数年分の学習教材の契約をさせられる。

2. 同じ業者が何度も訪問

「前に買ってもらった物よりいい商品が出た」などと業者に勧められるまま、繰り返し契約させられる。

3. 違う業者が入れ替わり訪問

数年前に床下工事をした後、関連業者やメンテナンス業者と名乗る業者が来て、いろいろな工事の契約をさせられる。

このような過量販売の契約は、これまでクーリン

グ・オフ期間(訪問販売は8日間)を過ぎてしまうと、「ウソの勧誘を受けて契約した」、「契約書がない」、「契約書の記載事項に不備がある」など、勧誘方法や契約上の問題がなければ、解除することが難しい状況でした。

しかし、平成21年12月1日から特定商取引法が改正され、過量販売の契約後1年以内であれば、契約を解除できることになりました。

過量販売にあたるかどうかは、商品やサービスの性質や購入者の生活事情などによって異なりますが、過量販売と思われるときは、早めに消費生活センターに相談しましょう。



春のポリオ予防接種(集団)についてのお知らせ

対象者/生後3か月から7歳6か月未満のお子さん

受付時間/午後1時30分～2時20分

持参するもの/母子健康手帳と、予防接種手帳または
予防接種券

※接種予定日1か月以内に病気にかかったお子さんは、主治医に接種可能か相談してください。

会場・日程/

会 場	日 程
新治保健センター	4月12日(月)
土浦保健センター	4月19日(月)
	4月27日(火)
	4月28日(水)
	4月30日(金)
	5月6日(木)
三中地区公民館	4月20日(火)
	4月21日(水)
神立地区コミュニティセンター	4月13日(火)
六中地区公民館	4月14日(水)
市民会館	4月16日(金)
都和公民館	4月23日(金)

集団検診の予約を開始します

総合健診、子宮がん・乳がん検診の予約を4月14日(水)から開始します。

申込方法/「専用の申し込みはがき」に必要事項を記入し郵送(切手不要)

※「専用の申し込みはがき」は4月14日(水)から各保健センター、市役所総合窓口、各支所・出張所、各地区公民館で配布します。

申込期間/4月14日(水)～5月12日(水)(当日消印有効)

※詳しい日程、検診項目、検診料などについては、「みんなの健康づくり便利帳(平成22年度)」をご確認ください。

「女性特有のがん検診」無料クーポン券について

次の年齢に該当する女性の方には、子宮頸がん検診・乳がん検診(マンモグラフィ)を無料で受けられるクーポン券を後日発送します。集団検診でもご利用いただけますので、集団検診での受診を希望される方は、申込期間中にお申し込みください。

※詳しくは、クーポン券に同封される案内をご覧ください。無料クーポン券は医療機関でもご利用できます。

対象者/

●子宮頸がん検診

昭和44年4月2日～45年4月1日生まれの方
 昭和49年4月2日～50年4月1日生まれの方
 昭和54年4月2日～55年4月1日生まれの方
 昭和59年4月2日～60年4月1日生まれの方
 平成元年4月2日～2年4月1日生まれの方

●乳がん検診(マンモグラフィ)

昭和24年4月2日～25年4月1日生まれの方
 昭和29年4月2日～30年4月1日生まれの方
 昭和34年4月2日～35年4月1日生まれの方
 昭和39年4月2日～40年4月1日生まれの方
 昭和44年4月2日～45年4月1日生まれの方

健康教室

「大人の矯正」

土浦市歯科医師会
磯山 裕子(久保木歯科医院)

歯には、力を加えられると動くという性質があります。それを利用して歯に一定の力を加えて釣り合いの取れた位置に動かしていく治療が歯科矯正です。矯正治療によって歯並びが良くなれば、歯並びのせいで歯ブラシが届かなかったところまで歯磨きができるようになり、虫歯や歯周病の予防が容易になります。また、かみ合わせが良くなることにより、食べ物をよく噛んで食べられるようになり、消化や吸収を助け、内面からも健康になります。

矯正治療の開始時期に年齢制限はありませんが、子どもの矯正治療と比べて大人の場合は、矯正力に対する組織の反応が遅いため、歯の移動には時間がかかることがあります。また、成長発育が止まっている顎の大きさが完成しているため、そこをベースに治療を行います。そのため、顎の大きさに対して歯が並びきれないときや、歯列が出ているときには、歯を抜いてそのスペースを利用して並び替えたり、前歯を後ろに下げたりします。

大人の矯正治療を考える方たちの多くは、審美的な面での改善を望むことです。

そこで矯正治療とよく間違えられるのが、審美歯科です。審美歯科の治療は、数回の通院で歯を削り、その上に人工的な処置をして、きれいな歯並びに見せる方法です。

子どもの時期には、子供自身の希望よりも周囲の希望が優先されることが多く、せっかく成長期のよい時期に治療を始めたとしても、治療の進み方が悪いときがあります。しかし、自分の意志で矯正治療に望む大人のときは、歯磨きや装置の手入れなどにも気を配ることができ、口腔内が良い状態で効率的に治療が進むことが多いのです。

歯科矯正治療は、矯正装置を長期間着けなければならないというので、二の足を踏む方も多いようですが、「一生自分の歯で噛める」ことの意義・喜びを考えて、矯正治療を見直してみてもいいのではないでしょうか？

■4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)		7 日(※)	9 : 00～11:30	土浦保健センター (☎826-3471)
栄養相談 (予約制)		13日(※)	13:00～16:10	
こころの相談(予約先 障害福祉課 ☎826-1111 内線2343)		13日(※)	13:00～15:00	
高齢者健康相談		8 日(※)	10:00～11:30	つわぶき (☎831-4126)
		22日(※)		うらら (☎827-0050)
		23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12月生まれ)		14日(※)・15日(※)	13:00～14:00	土浦保健センター
10か月児育児相談 (平成21年 6 月生まれ)	1 日～15日生まれ	20日(※)	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 9 月生まれ)		7 日(※)・ 8 日(※)	13:00～14:00	
3 歳児健康診査(平成19年 1 月生まれ)		21日(※)・22日(※)		
母と子の歯科健康診査(平成20年 1 月生まれ・予約制)		9 日(金)	13:15～15:30	
赤ちゃん身体計測	1 ～ 6 か月児	26日(月)	9 : 00～10:00	
	7 ～11か月児	12日(月)		
マタニティ教室「おおむね 7 か月以降の妊婦」(予約制)		6 日(※)・13日(※)	9 : 45～10:00	
離乳食教室「おおむね 6 ～ 7 か月児」(予約制)		9 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		8 日(※)	13:00～13:30	土浦保健センター

休日当番医

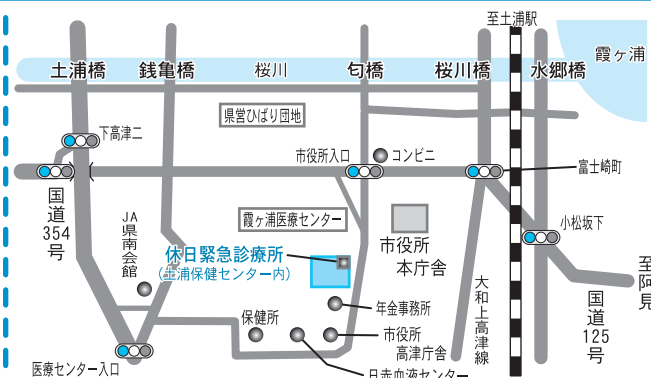
診療時間/午前9時~午後4時 必ず電話で確認してから受診してください(保険証を忘れずに)。
休日緊急診療テレホンサービス(☎824-9155 土・日、祝日のみ)でも案内しています。

4月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
4日(日)	大塚クリニック ☎832-7555 神立中央三丁目	三田医院 ☎842-6111 中村南三丁目	岡野産婦人科医院 ☎851-2431 つくば市梅園	小杉歯科医院 ☎824-1089 下高津一丁目
11日(日)	高安クリニック ☎822-8201 立田町	淀縄医院 ☎822-5615 大町	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	高野歯科医院 ☎831-9965 神立中央一丁目
18日(日)	荒川沖診療所 ☎843-0859 荒川沖	県南病院 ☎841-1148 中	まつばらウイメンズクリニック ☎830-5151 阿見町荒川本郷	関口小児歯科医院 ☎842-7188 乙戸
25日(日)	烏山診療所 ☎843-0331 烏山二丁目	中央大塚整形形成外科 ☎821-0220 中央二丁目	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	ウララ歯科クリニック ☎825-4488 大和町
29日(木)	小原内科医院 ☎821-1015 中央二丁目	土浦港町クリニック ☎825-2200 港町三丁目	石川クリニック ☎821-2587 大町	下島歯科医院 ☎824-3390 中央二丁目

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・日・祝日 診療時間(午後7時~10時) ※小児科の夜間診療(月~水)は3月31日で終了します	木曜・金曜
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」4月上旬号は、4月1日(木)発行予定です。