

プレミアム付商品券を販売します

1000円の商品券8枚、500円の商品券6枚綴り(合計1万1000円)を1万円で購入できる、1割お得な商品券です。市内の取扱加盟店で使用できます。

☎ 土浦商工会議所 (☎822-0391)

発売日 / 7月1日(木)から

有効期間 / 7月1日(木)~10月31日(日)

※期間を過ぎた商品券は無効になりますので、ご注意ください。

販売額 / 1万円

※1000円の商品券4枚は大型店でも使用可能。購入限度額は1世帯10万円です。

販売所 / 土浦商工会議所、土浦市新治商工会、土浦まちかど蔵「大徳」、国民宿舎「水郷」、ワークヒル土浦、土浦農業協同組合本店・各支店など

☆プレミアム付商品券取扱加盟店の情報は、6月25日(金)以降に土浦商工会議所ホームページ(<http://www.tcci.jp>)に掲載しますので、ご覧ください。



第9弾は、1億5000万円販売します!

市立博物館

夏季展示解説会

7月1日(木)から9月下旬までの夏季展示の見どころを、学芸員がご案内します。

とき /

7月3日(土)：霞ヶ浦の漁具
7月24日(土)：古代の硯・文字を使った人々

8月7日(土)：真鍋国民学校児童の慰問文

8月28日(土)：関信藏肖像―土浦藩の砲術師範

9月4日(土)：小田政治―小田氏最大の勢力図を築く

※いずれも時間は午後2時から30分程度

ところ / 市立博物館展示室3
☎ 市立博物館 (☎824・2928)

土浦市消防ポンプ操法競技大会

とき / 7月4日(日) 午前8時15分から(小雨決行)

ところ / 県南県民センター前
駐車場(真鍋五丁目17・26)

競技種目 / 消防ポンプ自動車操作(操法実施上の基本的諸動作。車両の始動と放水はなし。市内24箇分団が参加)

☎ 消防本部警防救急課 (☎821・5879)

休日納税・

休日納税相談

とき / 6月27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。

☎ 納税課 (☎内線2359、2233)

6月の納税 市・県民税 …第1期

・納期限は6月30日(水)です。

☎ 納税課 (☎内線2230)

INFORMATION

情報
ひろば

土浦市役所 ☎826-1111

マイシティつちうら

土浦ケーブルテレビ アナログ2ch、デジタル11ch(111ch)【毎日9:00/12:00/15:00/18:00/21:00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



乳児用ベビースシートを貸し出します

とき／7月11日(日) 午前9時～9時30分

ところ／市役所本庁舎前
貸出期間／1年間
貸出台数／約30台

負担費用／2000円(クリーニング代ほか)

申込資格／市内に居住するおおむね1歳児まで(体重10kg未満、身長75cm以下)の保護者または8月末日までに出産予定の方

申込方法／電話で

申込期間／7月5日(月)、6日

(必) 午前9時～午後5時

※当日、運転免許証の写しを

木造住宅の耐震改修計画作成費、耐震改修工事を助成します

これまで土浦市木造住宅耐震診断士派遣事業で耐震診断を受けた方に、耐震改修計画作成費と耐震改修工事を助成します。

耐震改修計画作成費補助

対象住宅／30㎡以上の住宅で、上部構造評点が1.0未満のもの

補助金額／作成費の3分の1(上限10万円)

補助件数／2件(先着順)

耐震改修工事費補助

対象住宅／耐震計画作成費補助を受けた住宅で、改修により上部構造評点が0.3以上上昇し、かつ1.0以上のもの

持参してください。

申請生活安全課(☎内線2290)

補助金額／改修工事費の3分の1(上限30万円)

補助件数／2件(先着順)

共通

対象者／対象となる住宅を所有し、自分が居住するために耐震改修工事を予定している、市税の滞納のない方
※申込方法など、詳しくは建築指導課までお問い合わせください。

建築指導課(☎内線2254)

貸金業法が大きく変わります

借り過ぎ、貸し過ぎを防ぐため、貸金業法が大きく変わります。6月18日(金)に改正貸金業法が完全施行され、借入残高が年収の3分の1を超える場合、新規の借入れができなくなります。

借金の返済は一人で悩まず、早めにご相談ください。相談窓口／

水戸財務事務所多重債務相談窓口：月々金曜日(祝日は除く) 午前8時30分～正午、午後1時～4時30分

☎029・221・3190

茨城県消費生活センター

：月々金曜日(祝日は除く) 午前9時～午後5時(☎02

土浦市社会教育委員会議を開催します

9・225・6445)
土浦市消費生活センター：月々金曜日(祝日は除く) 午前9時30分～正午、午後1時～4時30分(☎823・3928)

とき／7月1日(木) 午前10時から

ところ／新治地区公民館 集会室

議題／平成22年度生涯学習関連事業について

傍聴者定員／10人(先着順) 傍聴手続／当日会場(午前9時30分から10時まで)

生涯学習課(☎内線5114)

つちうら女性プラン21推進委員会を開催します

とき／7月12日(月) 午後1時30分から

ところ／男女共同参画センター1研修室(ウララ2 7階)

内容／新計画策定の趣旨・骨子についてなど

傍聴者定員／10人(先着順) 傍聴手続／当日会場(午後1時から1時30分まで)

男女共同参画課(☎827・1107)

広告

広告

県歯科医師会 よい歯のコンクール

●父と子のよい歯のコンクール

対象者／4月1日現在で3歳以上の未就学児とその父親

●8020高齢者のよい歯のコンクール

対象者／80歳以上で自分の歯を20本以上お持ちの方(治療済みでも可)

◎共通

応募方法／はがきまたはファクスで(住所、氏名、性別、生年月日、電話番号、かかりつけの歯科医院または最寄りの歯科医院を記入)

審査方法／口腔審査、書類審査

応募締切／7月21日(必着)

甲斐県歯科医師会8020事業係(〒310・0911

水戸市見和二丁目292

☎029・252・2561

☎029・253・1075

陸上自衛隊の 夜間飛行訓練

とき／7月6日(火)～8日(木)

13日(火)～15日(木)、20日(火)～22日(木)、27日(火)～29日(木)の各週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

甲斐県立航空学校霞ヶ浦校総務課(☎842・1211 内線3420)

後期高齢者医療保険 料率について

平成22年度、23年度の後期高齢者医療保険料率は、前年度の保険料率が据え置かれ、均等割額は3万7462円、所得割率は7.6%になりました。

22年度の保険料額は、7月中旬以降に市国保年金課から送付される「平成22年度後期高齢者医療保険料保険料額決定通知書」にて確認ください。※保険料率は県内一律で、2年ごとに見直されます。

甲斐後期高齢者医療広域連合事業課保険料班(☎029・309・1213)

募集・ 催し



市民会館から

●平成22年幼児演劇鑑賞

とき／7月9日(金) 午後1時30分から

内容／劇団 銀河鉄道のぬいぐるみミュージカル「あかずきん・みどり・いあひるのこ」

入場料／自由席1000円

●松竹大歌舞伎公演

とき／7月29日(木) 午後2時開演

演目／勸進帳ほか

出演者／松本幸四郎、中村魁春、中村梅玉ほか

入場料／S席：7000円、A席：6000円、B席：4000円、学生席：1000円

◎共通

ところ／市民会館大ホール
チケットの販売／市民会館ほか

甲斐市民会館(☎822・8891)

地場産夏野菜をおいしく 食べてみませんか

県認定の女性農業士が生産した新鮮な地場産夏野菜を使い、親子であいしい料理を作って食べてみませんか。

とき／7月30日(金) 午前9時～午後1時

ところ／三中地区公民館

対象者／小学生とその保護者
定員／15組(先着順)

参加料／1人につき500円
持参するもの／エプロン、三角巾

申込方法／ファクスで(住所、氏名、電話番号、学年を記入)
申込締切／7月10日(土)

甲斐県女性農業士の会土浦支部(☎841・0788 高橋、☎862・3276 栗原)

福祉体験キャンプ

～この夏休み、福祉を身近に感じてみませんか～

とき／8月3日(火)、4日(水) (1泊2日)

ところ／県立中央青年の家(永井987)

対象者／市内に居住する小学4～6年生

定員／80人(定員を超えたときは抽選)

内容／福祉の勉強、ハイキング、野外炊飯など

参加料／500円

申込方法／往復はがきで(住所、児童および保護者の氏名、学校名、学年、性別、電話番号を記入)

申込締切／7月1日(木)(必着)

甲斐社会福祉協議会(〒300・0036 大和町9・2 ☎821・5995)

広告

広告

父と子のクッキング

おいしい料理をパパと一緒に作っちゃおう!!

とき／7月11日(日)、18日(土)どちらか1日を選んでください

午前10時～午後1時30分
ところ／男女共同参画センター(ウララ2 7階)

対象者／小・中学生とその父
内容／ビビンバ、季節の野菜のはるさめスープ、白玉ごま団子、サラダ

講師／安達久恵さん(栄養士)

定員／各15組(先着順)
持参するもの／エプロン、三角巾、筆記用具

※材料費は各自負担
申込方法／電話で

※一時保育あり(2歳から就学前まで。要予約)

申請男女共同参画課(☎827・1107)

亀城プラザ広域事業

第25回土浦石岡地方女声合唱の集い

とき／7月10日(土) 午後1時から

ところ／亀城プラザ2階 文化ホール

第14回土浦・石岡・かすみがうら・小美玉・阿見合同美術展

とき／7月1日(木)～6日(火) 午前10時～午後6時(1日は午後1時から、6日は午後3時まで)

ところ／亀城プラザ1階 市民ホール、大会議室1

内容／日本画、洋画、彫刻、工芸、書、写真の展示
問亀城プラザ(☎824・3121)

青少年ワークショップ(福祉体験)

とき／8月9日(月)、10日(火) 午前8時30分から

対象者／市内に居住または通学している高校生、大学生、専門学校生

定員／30人(先着順)

内容／保育所、療育支援センター、デイサービスセンター(うらら、障害者自立支援センター)いずれかでのボランティア活動

申込方法／電話で(希望する活動場所を伝えてください)

申込締切／7月16日(金)

※8月2日(月) 午前10時からに事前研修を総合福祉会館(ウララ2 4階)で行いますので、必ず出席してください。

申請社会福祉協議会(☎821・5995)

第39回土浦市民バスケットボール大会

とき／7月24日(土)、8月1日(日) 午前9時試合開始

ところ／土浦第一中学校体育館ほか

参加資格／市内に居住する中学生以上、または市内にある同一事業所に勤務する方で編成されたチーム(中学校や高校の単独チーム、事業所の合併チームは除く)

参加料／1チーム2000円
申込方法／事務局へ直接

申込締切／7月15日(木)

※7月17日(土) 午後1時30分から土浦第四中学校で組み合わせ抽選会を行いますので、必ず出席してください。

申請同大会事務局(☎822・3635 野上)

ひとり親家庭

「親子ふれあいの集い」 日帰りバス旅行

夏休みの一日を親子で楽しく過ごしましょう

とき／7月31日(土) 午前8時30分～午後5時

ところ／大洗水族館、大洗リゾートアウトレットほか

対象者／市内に居住するひとり親家庭の親子

定員／30組(先着順)
参加料／大人1000円、中学生以下500円

申込方法／電話で
申込期間／6月22日(火)～7月2日(金)

申請社会福祉協議会(☎821・5995)

就職カレッジを開催します

若者を対象に就職を応援するセミナーを開催します。

とき／7月15日(木)、16日(金)、22日(木)、23日(金)、29日(木) 午前9時30分～午後4時30分

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／おおむね15歳から34歳までの求職者で、5日間すべて参加できる方

内容／コミュニケーション能力、職業理解、ビジネスマナー、面接対策など

定員／30人(先着順)
申込方法／電話またはメールで

申込締切／7月14日(水)

申請雇用人材協会(☎029・300・1738)

s-college@koyou-jinzai.org

広告

土浦産業技術専門学院 オープンキャンパス

とき／①7月3日(土)、②23日(金)、③8月26日(木)、④27日(金)
①：午前9時30分～11時30分
または午後1時30分～3時30分
②③④：午後1時30分～3時30分

ところ／土浦産業技術専門学院(中村西根番外50)

対象者／高校生

内容／授業の体験実習、学院紹介、受験案内など
定員／各科15人

申込方法／電話またはフアクスで

申込締切／①：6月30日(水)、②：7月21日(水)、③④：8月23日(月)

申問同学院(☎841・3551 FAX841・4465)



くらしのセミナー

すぐに役立つ食品の知識

～食品表示とサプリメント～

とき／7月30日(金) 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／
●原材料・添加物・期限などの食品表示やトレーサビリティ 熊田 薫さん(つくば国際大学教授)
●サプリメントの効果や信頼できるサプリメント選び 吉田恵子さん(つくば国際大学教授)

定員／40人(先着順)

申込方法／電話で

申込期間／6月23日(水)から

申問消費生活センター(☎823・3928)

亀城プラザ文化講座

●ちびっこ体操教室

とき／7月3日、17日、31日、8月21日、28日、9月4日、11日、18日の各土曜日(全8回) ①午後2時～3時、②午後3時15分～4時

対象者／

①：4～6歳児、②：小学1～3年生

定員／各15人(定員を超えたときは抽選)

受講料／8000円(保険料含む)

●親子リトミック体操教室
とき／7月8日、15日、22

日、29日、8月5日、12日、19日、26日、9月2日、9日の各木曜日(全10回) 午前10時45分～11時45分

対象者／2～4歳児とその保護者

定員／15組30人(定員を超えたときは抽選)

受講料／5000円(保険料含む)

◎共通

ところ／亀城プラザ

講師／戸井田昌教(レスリングフリースタイル48キログ元日本代表)

用意するもの／体操のできる服装、上履き

申込方法／往復はがきで(希望講座名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入)または官製はがきを持参し直接

※1講座につき1枚

申込締切／6月26日(土)(必着)

申問亀城プラザ(〒300・0043 中央二丁目16・4 ☎824・3121)

ビルメンテナンステナンス 技能講習会

ビル内の清掃、保守、点検などの技能を学ぶ講習会を開催します。

とき／7月27日(水)～8月5日(木) 午前9時～午後4時

全7回

ところ／ワークヒル土浦

対象者／市内または近隣市町村に居住する58歳から67歳の方

定員／25人(先着順)

申込期間／7月1日(木)～9日(金)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

申問シルバー人材センター(☎824・8281)

ふるさと女性大学 「葦の会」受講生募集

ふるさとづくり活動への自主性・創造性をもつたリーダーの育成を目指します。

とき／7月16日(金)～平成23年1月20日(木)の6日間 午前10時30分～午後3時30分

ところ／県総合福祉会館(水戸市千波町1918)

内容／地域づくり、食と農、介護、教育、社会、生活環境など11講座

定員／280人(先着順)

受講料／3000円

申込方法／農林水産課にある申込書に必要事項を記入し直接

申込締切／6月30日(水)
申問農林水産課(☎内線7609)

広告

食生活改善推進員養成講習会

ところ／土浦保健センター

対象者／市内に居住する女性で、講習会修了後はボランティア活動に参加できる方

定員／30人(先着順)

申込方法／電話で

申込開始／6月21日(月)から

申問 健康増進課(☎826-3471)

おいしく栄養バランスのとれた食事は、健康の基本です。しかし、食生活で悩みを持つ方は少なくありません。そのような方へ食生活改善のお手伝いをしているのが「食生活改善推進員」です。

市では現在190人を超える推進員の皆さんが、地域の健康づくりの担い手として、楽しくボランティア活動を行っています。この機会に、あなたも推進員になりませんか？

回	期日	テーマ
1	8月3日(火)	開講式
2	9月15日(水)	バランスの良い食事づくりを考えよう!
3	10月7日(木)	脂肪のとり方を考えよう!(生活習慣病①)
4	11月2日(火)	高齢者の食生活を考えよう!
5	11月18日(木)	食事バランスガイドを使ってみよう! (給食センターの見学を含む)
6	12月16日(木)	健康体操で健康づくり(生活習慣病②)
7	1月13日(木)	骨コツためて骨粗鬆症予防!
8	2月22日(火)	修了式

市制施行70周年記念

NHK「ごきげん歌謡笑劇団」



～7月2日(金)に衛星第2テレビ(BS2)で放映～

市制施行70周年を記念して、NHK水戸放送局と土浦市主催により5月19日に土浦市民会館で収録された「ごきげん歌謡笑劇団」が、衛星第2テレビ(BS2)で放映されます。

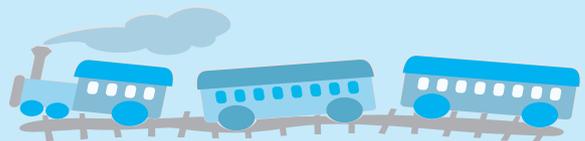
土浦市をテーマにした歌謡芝居、出演者の歌、踊りなどで市の魅力を楽しく紹介しますのでぜひご覧ください。

放映日／7月2日(金) 午後9時から

出演／綾小路きみまろ、早乙女太一、さかなクン、青空球児、天童よしみ、長山洋子、橋幸夫、マギー審司

☎ 総務課(☎826-1111 内線2010)

HAPPY BIRTHDAY



児童館の夏休み教室

夏休みの課題や宿題について、指導します。

□ポプラ児童館夏休み木工教室

と き／7月27日(火) 午前10時～11時30分
 ところ／ポプラ児童館
 対 象／市内に居住する小学生

□新治児童館夏休み絵画教室

と き／7月28日(水) 午前9時30分～11時30分
 ところ／新治児童館
 対 象／市内に居住する小学生

□都和児童館夏休み書道教室

と き／7月29日(木)または31日(土)
 午前9時～11時
 ところ／都和児童館
 対 象／市内に居住する小学3～6年生

◎共 通

定 員／各15人(先着順)
 申込方法／各児童館へ電話または直接
 申込期間／7月1日(木)～15日(木)

申問 ポプラ児童館(☎841-3212)
 新 治 児 童 館(☎862-4403)
 都 和 児 童 館(☎832-3112)

福 医療福祉費受給者の皆さんへ

現在の医療福祉費受給者証(乳幼児、妊産婦を除く)は、6月30日(水)で有効期限が切れ、使用できなくなります。

7月からの新しい受給者証は、6月下旬に送付します。

平成21年分の所得申告が済んでいない方は、新しい受給者証を送付することができませんので、必ず申告してください。

◎期限切れの受給者証には、個人情報などが記載されています。国保年金課、各支所・出張所までお戻しいただくか、裁断するなど個人で処分してください。

★外来・入院自己負担金助成費(重度障害を除く)の振り込みは、年4回です。

- 7月：2・3・4月診療分
- 10月：5・6・7月診療分
- 1月：8・9・10月診療分
- 4月：11・12・1月診療分

岡国保年金課医療福祉係
 (☎)206・1111 内線2316



妊産婦医療福祉制度の申請は、お早めをお願いします。

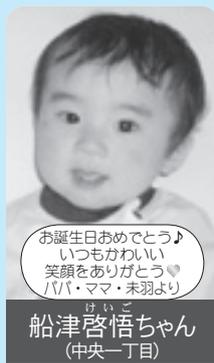
こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん

HAPPY BIRTHDAY

6月生まれ

8月で1歳になる
赤ちゃんを募集!!

誕生日と住所、氏名(赤ちゃんと保護者)、電話番号を記入のうえ、写真と一言(20文字程度)を添えて6月30日(水)までに広報広聴課へ。8月上旬・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。



建物を建てるにあたり セットバックをされた方へ

市では、セットバックで後退した敷地の一部について、**固定資産税の減免制度、用地の寄付・買取等の制度**を設けています。

申込方法など、詳しくは各担当課へお問い合わせください。

セットバックとは

幅員が4mに満たない道路に面して建物を建築するときには、建築基準法の規定で道路の中心線から2m後退した位置まで門扉などを造ることが制限され、敷地の一部が道路として扱われること。

□固定資産税の減免制度

対象／通行上なんの支障もなく道路として使用されているセットバックで後退した敷地

※申請には、当該道路部分の面積が分かる図面などが必要です。

☎ 課税課(☎826-1111 内線2283)

□後退敷地の寄付・買取等の制度

☎ 道路課(☎内線2400、2401)

□そのほか建築に関するお問い合わせ

☎ 建築指導課(☎内線2254)

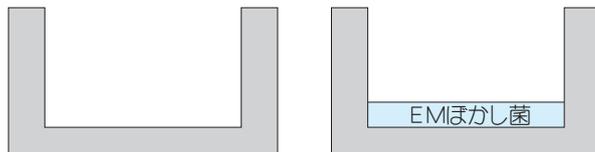


EMぼかし菌で雑草を たい肥にしてみませんか？

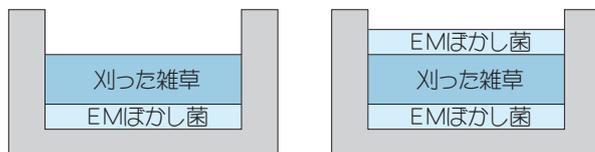
刈り取った雑草はEMぼかし菌を利用することで、たい肥にできます。土にもどすことで、土壌の状態を改善できますので、ぜひ一度お試しください。

☎ 環境衛生課(☎826-1111 内線2492)

①地面に50cm程度の穴を掘る ②穴にEMぼかし菌をかける



③刈り取った雑草を入れる ④再びEMぼかし菌をかける



⑤土をかぶせる



※EMぼかし菌は、軽く振りかける程度の量を使用してください。



◎菌や雑草の量にもよりますが、3か月ほどでたい肥になります。

EMぼかし菌は、ホームセンターなどで販売しています。(500gで400円から500円程度)

木造住宅の無料耐震診断

市では、市民の皆さんの生命と財産を守るため、建築から一定期間を過ぎた木造住宅で耐震診断を希望する方に、「茨城県木造住宅耐震診断士」を派遣します。ぜひ受診してください。

☎ 建築指導課(☎826-1111 内線2254)

対象となる住宅／市内の住宅で、次のすべてに該当するもの

- ①昭和56年5月31日以前に建築確認を受けて建築された一戸建ての木造住宅で、階数が2階以下のもの
 - ②併用住宅については、延床面積の半分以上が住宅の用に供されているもの
 - ③枠組壁工法、丸太組工法または大臣など特別の認定を受けた工法でないもの
 - ④過去に、この制度の耐震診断を受けていないこと
- 対象者**／対象となる住宅の所有者で、市税の滞納をしていない方

実施予定棟数／20棟(先着順)

申込方法／建築指導課、各支所・出張所および各地区公民館にある「土浦市木造住宅耐震診断申込書」を郵送または直接

※年度内に複数回の診断士派遣申請をすることはできません。

◎市では、申し込みのない方には、診断士を派遣していません。無料耐震診断を装った悪質な点検商法に、ご注意ください。



平和の大切さを

伝えるために

□広島へ平和使節団を派遣

市は昭和63年3月、非核平和都市を宣言し、平和の尊さ、核戦争の悲惨さを後世に伝えることを目的として、さまざまな事業を行ってまいりました。昨年は、市内公立中学校からの代表8人を含む、総勢13人の使節団を派遣しました。今年も、同人数の使節団を派遣します。

【派遣スケジュール】

7月30日(金) 結団式および事前学習会
8月5日(木)～7日(土)

- ・ 平和記念式典の参加
- ・ 平和記念資料館などの見学
- ・ 太田川の灯籠流しに参加

9月4日(土) 人権と平和のつどい報告会

〽️ 昨年の参加者の声

使節団に参加した中学生は、「被爆者の傷をいやすには、戦争経験のない私たちが行動を起こす必要があると考えます。まず原爆について知り『平和な世界をつくる』という強い気持ちを持つことが大切だと思います」と語ってくれました。

被爆64年の平和記念式典では、慰霊碑に花束を供える人々の姿や、代表者の誓いの言葉が生徒の心に残ったようで、平和への思いをより強いものにしていました。

□千羽鶴の作成

今年も、市民の皆さんが折った千羽鶴を平和使節団が代表して「原爆の子の像」へ捧げます。



市民課窓口前で、千羽鶴用の折り紙を用意していますので、待ち時間などを利用して、ひと折りのご協力をお願いします。

□原爆パネル展の開催

被災写真および絵画を展示します。

とき／9月4日(土)
ところ／市民会館小ホールロビー



問総務課 ☎ 826・1111 内線2212

昨年の平和使節団



原爆死没者慰霊と平和祈念の黙とう(1分間)に、ご協力をお願いします。

- ・ 広島 8月6日(金) 午前8時15分
- ・ 長崎 8月9日(月) 午前11時2分

原爆ドーム(平成8年・世界文化遺産に指定)

1945年8月6日 午前8時15分に原爆により被爆を受けた元「広島県産業奨励館」は、誰が言うともなく「原爆ドーム」と呼ばれるようになりました。原爆によって半径2kmにおよぶ市街地が廃墟と化し、この悲惨な事実を後世に伝え人類の戒めとするため、建物の残部に補強工事を施し、これを永久に保存することにしました。その工事費は国の内外にわたり、平和を願う多数の方々から寄せられたものです。

●市立幼稚園 《幼稚園で一緒に遊ぼう》

ところ	とき・内容	対象者・定員	申込方法・そのほか
★7月のふれあいデー ※上靴を持参			
土浦幼稚園(☎821-0796)	16日(金) 午後4時～6時30分 夕涼み会(和太鼓演奏、ゲームなど)	未就園児親子 定員なし	当日幼稚園へ直接
土浦第二幼稚園(☎821-1310)	21日(水) 午後4時30分～6時30分 夕涼み会(ゲーム、盆踊りなど)		
都和幼稚園(☎831-3735)	23日(金) 午後4時30分～6時30分 夕涼み会で遊ぼう(縁日ごっこ、ゲームなど)		
大岩田幼稚園(☎824-3430)	21日(水) 午後4時～5時45分 夕涼み会(模擬店、ゲームなど)		
新治幼稚園(☎862-3507)	14日(水) 午前10時～11時30分 移動教室(茨城県自然博物館)、葉っぱのスタンプ		

●地域子育て支援センターさくらんぼ (桜川保育所内 ☎823-1288)

ところ	とき・内容	対象者・定員	申込方法・そのほか
★親子ふれあい教室 ※はさみ、セロテープを持参			
一中地区公民館	6日(火)	午前10時～11時30分 フリスビーを作ってあそぼう！	未就園児親子 20組(先着順)
二中地区公民館	7日(水)		
三中地区公民館	8日(木)		
四中地区公民館	9日(金)		
六中地区公民館	13日(火)		
都和公民館	20日(火)		
神立地区コミュニティセンター	15日(木)		
新治地区公民館	14日(水)		
★すくすくルーム ※バスタオルを持参			
二中地区公民館	1日(木)	午前10時～11時30分	4～12か月児親子 15組(先着順)
三中地区公民館	2日(金)	七夕かざりをつくろう！	
★園庭開放(桜川保育所の庭を遊び場として開放します)			
地域子育て支援センター 「さくらんぼ」	5日(月)	午前9時30分～11時30分 読み聞かせあり	未就園児親子 20組(先着順)
★センター開放(センターのお部屋を遊び場として開放します)			
地域子育て支援センター 「さくらんぼ」	9日(金)	午前9時30分～11時30分	4～12か月児親子 15組(先着順)
	23日(金)		
★交流保育 ※着替え、タオル、台所用洗剤の空き容器を持参			
地域子育て支援センター 「さくらんぼ」	8月3日(火)	午前10時～11時30分 やっぱり夏は水遊び！	未就園児親子 40組(先着順)

●白鳥保育園地域子育て支援センター (☎831-2590)

とき・内容	対象者・定員	申込方法・そのほか
★園庭開放 ※タオルを持参		
2日(金)、5日(月)～7日(水)、9日(金)、12日(月)～14日(水)、16日(金)、20日(火)、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	未就園児親子 20組(先着順)	前日までに電話で
★親子クラブ ※上靴、ビニール袋を持参		
1日(木)…七夕制作 8日(木)…粘土遊び 15日(木)…魚つりゲーム 22日(木)…しゃぼん玉、水遊び 29日(木)…お絵描き、水遊び 午前9時30分～11時30分	未就園児親子 20組(先着順)	前日までに電話で

●子育て支援センターありんこクラブ (土浦愛隣会保育所内 ☎841-0463)

とき・内容	対象者・定員	申込方法・そのほか
★お部屋・園庭開放		
お部屋開放…1日(木)、2日(金)、5日(月)、8日(木)、9日(金)、12日(月)～16日(金)、 21日(水)、22日(木)、28日(水)～30日(金) 午前10時～午後3時	未就園児親子 20組(先着順)	前日までに電話で
園庭開放…6日(火)、23日(金)、26日(月) 午前10時～午後3時		
★イベント ※七夕会、ラブリんまつりは、スプーンまたはフォークを持参		
7日(水)…七夕会 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	未就園児親子 20組(先着順)	6月28日(月) 午前9時 から電話で
17日(土)…ラブリんまつり 午後5時～7時30分 ※ぜひ浴衣や甚平でお越しください。		

7月の 子育てひろば

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

●保育所

ところ	とき・内容	対象者・定員	申込方法・そのほか
★保育所であそぼ! ※荒川沖・神立・天川保育所は、水着(着替え)、タオルなどを持参			
荒川沖保育所(☎841-0037)	7日(水) 午前9時30分~11時30分 水あそび	未就園児親子 20組(先着順)	6月28日(月) 午前9時30分から各保育所へ電話で ※荒川沖・東崎・神立・天川保育所は雨天中止(当日の午前8時30分に決定)
東崎保育所(☎821-2807)	8日(木) 午前9時30分~11時30分 お庭であそぼう		
都和保育所(☎822-8053)	5日(月) 午前9時30分~11時30分 七夕飾りを作ろう		
神立保育所(☎831-8464)	13日(火) 午前9時30分~11時30分 水あそび、泥あそび		
新生保育所(☎841-0575)	27日(火) 午前10時~11時 お誕生会に参加してみませんか	未就園児親子 10組(先着順)	※各保育所とも育児に関する相談をお受けします。
天川保育所(☎822-6172)	14日(水) 午前9時30分~11時 水あそびをしましょう		
竹ノ入保育所(☎842-6253)	7日(水) 午前10時~11時 筑波大学吹奏楽を楽しみましょう		
藤沢保育園(☎862-2600)	21日(水) 午前9時30分~11時 おやこでたいそう 1・2・3!	未就園児親子 22組(先着順)	随時電話で
★保育室開放 たんぼほ			
荒川沖保育所(☎841-0037)	5日(月) 午前9時30分~11時30分	未就園児親子 定員なし	保育所へ直接
★楽しい子育て はじめてのパパ・ママサポート(保育所で遊ぶ子どもたちを見て、子育ての楽しさを知ろう。子育て相談あり)			
新川保育所(☎822-8896)	27日(火) 午前10時~11時30分	5組(先着順) ^(注)	保育所へ電話で

(注)対象者: 初めてパパ・ママになる方、4か月から1歳未満のお子さんを持つ方

●児童館

ところ	とき・内容	対象者・定員	申込方法・そのほか
★7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)	13日(火) 午前10時~11時30分 親子で水遊び	乳幼児親子 15組(先着順)	6月28日(月)から7月10日(土)までに電話または直接
	27日(火) 午前10時~11時10分 夏休み映画会『プリキュアオールスターズ』	幼児親子、小学生 定員なし	当日児童館へ直接
	30日(金) 午前9時~11時30分 夏休み絵画教室	小学生15人 (先着順)	7月1日(木)から15日(木)までに電話または直接
ポプラ児童館(☎841-3212)	10日(土) 午後2時~3時30分 工作教室 ※教材費:250円	小学生15人 (先着順)	6月30日(水)までに電話または直接
	17日(土) 午後2時~3時30分 おもしろ理科教室 ※教材費:200円		
	28日(水) 午前9時~11時 書道教室	小学3~6年生 15人(先着順)	7月1日(木)から前日までに電話または直接
新治児童館(☎862-4403)	14日(水) 午前10時30分~11時30分 しゃぼん玉あそび	乳幼児親子 30組(先着順)	事前に児童館へ電話または直接
	23日(金) 午前10時~11時30分 オセロゲーム大会	小学生20人 (先着順)	
	31日(土) 午前10時~正午 夏休み映画会『ドラえもん のび太の恐竜2006』	幼児親子、小学生 定員なし	

ご利用ください！生涯学習人材バンク

人材バンクでは、市民の方の中で、身につけたり学んだりしたさまざまなことを「今度は自分が教えたい！」という方に講師として登録していただいています。講師料は無料ですので、「なにか趣味をはじめたい！」「まずは相談してみたい！」「ちょっと見学してみたい！」という方は、お気軽にご利用ください。

☎ 生涯学習課(☎826-1111 内線5115)

利用について

- 団体や個人が、それぞれの学習のために登録者を活用できます。ただし、営利・政治・宗教目的などには利用できません。
- 登録者を活用したい方は、直接連絡を取って打ち合わせをしてください。
- 登録者の活用は原則として無料なので、謝礼は不要です。ただし、必要経費(交通・教材費など)がかかるときは、学習する人が実費を負担してください。

「今度は私も教えたい！」と思ったら、ぜひ講師登録を！

人材バンクでは、講師の登録を随時受け付けています。「初心者向けならやってみよう」など、可能な範囲でも結構ですので、ぜひ登録してください。申込書は各地区公民館や、ホームページで入手することができます。



□人材バンク登録者一覧

活動分野および内容	講師	連絡先	活動分野および内容	講師	連絡先
生活・家庭経済(衣食住・家計の家庭生活技術全般)	土浦友の会(森)	842-2242	歌謡舞踊(正派若柳流師範)	若柳 久美穂	821-1578
家庭料理(子ども・青少年・主婦・男性を対象に)	松島 初美	821-3755	民舞踊(高齢者の指導など)	大曾根 時子	823-0469
家庭料理(おもてなしを含めて和・洋・華、パン・ケーキ)	松島 初美	821-3755	新舞踊(高齢者の指導など)	大曾根 時子	823-0469
着物の着付け(簡単な結び方、自分の着付)	湊 さよ子	823-3243	童謡舞踊(正派若柳流師範)	若柳 久美穂	821-1578
着物の着付け(普段着、振袖、袴、留袖など)	湊 さよ子	823-3243	将棋(初級から上級まで楽しみながら上達)	平石 晴一	841-3117
子どもの生活(生活リズムと食事)	土浦友の会(森)	842-2242	古社寺建築観察(神社や寺院の建築の見方など)	松浦 正夫	824-5059
整理収納(整理収納のノウハウ、手順、利点)	中村 信子	835-2366	俳句(俳句一般)	野口 英二	821-4567
ライフプランニング(年金、健康保険、資産運用など)	益子 良市	0299-59-4679	古文(源氏物語、枕草子などの古文鑑賞)	宮本 千代子	821-4627
カウンセリング(心の相談)	石川 福江	821-7950	ミニ盆栽(粘土やリボンでミニ盆栽作り)	玉沢 君枝	822-6569
看護(いきいき生活するための自己管理)	石川 福江	821-7950	粘土細工(子ども向けの粘土あそび)	玉沢 君枝	822-6569
アロマセラピー(アロマセラピー、アロマクラフト作成)	白石 久美	090-4354-4893	しめ縄・ミニ門松(年末は10日以上前に予約)	堤 光男	822-6361
アロマセラピー(アロマトリートメント、ハンド・フットケア)	白石 久美	090-4354-4893	わらざるり(子どもから大人まで)	堤 光男	822-6361
足の健康(子どもの足と靴の健康相談など)	鈴木 善徳	029-267-7371	編物(ぬいぐるみなどを毛糸で手編み)	橋田 宏子	090-8806-5740
健康体操(バレエ、健康ストレッチ運動)	育 かほる	842-6818	スウェーデン刺しゅう	橋田 宏子	090-8806-5740
健康体操(ヒーリングストレッチ、気功、ヨガなど)	高橋 美佳子	080-5643-8762	パッチワーク(バッグ、小物などの製作)	東 陽子	821-3755
スポーツ吹矢(胸式・腹式呼吸による健康増進)	内野 晃	822-4791	ビーズアクセサリー(ネックレス、指輪などの製作)	東 陽子	821-3755
ダンス(ジャズ、タップダンス、ヒップホップ)	萩谷 京子	841-0152	和裁(日本の文化・伝統としての和裁)	高木 菊枝	841-5821
モダンバレエ(2歳からミドル・シルバーまで幅広く対応)	現代舞踊研究所	841-0152	英会話(初級・中級・上級、楽しく学ぶ英会話)	服部 洋	821-3583
マウンテンバイク(基本乗車技術、ツーリング)	千葉 仁史	tsuchiura-city-mtb-seminar@jcom.home.ne.jp	家庭料理(国際交流のための料理教室)	寺崎 英子	824-2537
足もみ健康法(健康増進、病気の予防、癒し効果)	大井 一穂	090-1213-6393	パソコン(初心者パソコン購入相談、インターネットなど)	渡辺 英一	841-3127
合唱指導(昔の懐かしい歌、日本抒情歌、童謡)	宮本 千代子	821-4627	パソコン(初心者からワード・エクセル上級者まで)	賀山 功太郎	843-2242
民謡(唄、郷土民謡協会公認教師)	二代目 中村 天心	842-4380	パソコン(初心者から上級者まで対応可能)	江島 清子	827-1367
尺八(初心者から上級者まで)	山田 豊堂	842-5317	パソコン(パソコンの使い方、インターネットなど)	松浦 正夫	824-5059
三味線(神山流師範)	二代目 中村 天心	842-4380	パソコン(初心者向け指導、ワード・エクセルなど)	沢田 記代士	842-5338
大正琴(わかりやすい楽譜で小・中学生も対応)	石井 琴踊	862-4350	パソコン(ワード・エクセル初心者から中級者まで)	後藤 建次郎	823-3181
箏曲(初心者歓迎、古典曲からアニメ主題歌まで)	橋田 宏子	090-8806-5740	パソコン(分かりやすくパソコン操作の指導)	馬場 広志	822-6265
茶道(日常生活での作法、茶道の心得について)	加倉井 文子	821-5165	パソコン(ワード・エクセル、デジカメ、年賀状ほか)	村山 京子	826-4356
茶道(表千家茶道教授)	森 宗由	822-5977	パソコン(初心者から使えるパソコン)	白鳥 淑子	827-0837
華道(季節の花のいけ方、場所によつてのいけ方)	加倉井 文子	821-5165	パソコン(ワード・エクセル、デジカメなどの画像処理)	松崎 正代	842-6494
華道(池坊華道教授)	森 陽泉	822-5977	パソコン(ワード・エクセルなどの基本講座、応用講座)	馬籠 洋一	826-4010
日本舞踊(正派若柳流師範)	若柳 久美穂	821-1578	デジタルカメラ(撮影指導、写真画像のパソコン処理)	松浦 正夫	824-5059
日本舞踊(初歩から指導)	藤間 紋五郎	821-1848	ビジネスマナー(ビジネス能力検定2・3級の受験指導)	賀山 功太郎	843-2242

7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

課題図書について

2010年度の青少年読書感想文全国コンクールの課題図書が入りました。貸出中のものは予約することもできますので、ぜひご利用ください。

今年は国民読書年です

2010年は国民読書年です。読書は感性を磨き、表現力や創造力を高め、人生を豊かなものにしてくれます。読書生活をはじめてみませんか？



イベント

おはなし会(幼児～小学生向け)

7月11日(日) 午後1時30分から

※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：お天気と暮らし

私たち日本人は、昔から衣食住において、お天気に左右される暮らしをしてきました。上手なお天気とのつきあい方や、暮らしに役立つお天気の本を読んで、梅雨の季節を快適に過ごしませんか。

いちおし!

ぶらり日本史散策

歴史

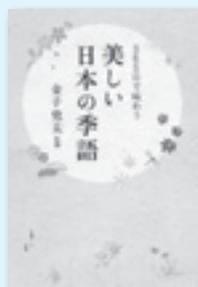


<内容紹介>
山本五十六から聖徳太子、坂本龍馬まで、日本史の一場面を訪ね、ユーモアたっぷりに解説します。歴史探偵・半藤一利ならではの、“遊びの精神”に満ちた、クスクスと笑えてためになる歴史こぼれ話です。

[半藤一利/著]

美しい日本の季節

俳句



<内容紹介>
季語を知ると、生き物への思いが深まる。日々の暮らしが豊かになる。1日1季語。四季の移ろいを繊細にすくい取った、日本ならではの美しい「季語」をやさしく解説します。

[金子兜太/監修]

王さまライオンのケーキ

絵本



<内容紹介>
王さまライオンの食事にでてきたおいしいそうなケーキ。「自分の分を取って回しなさい」と命じられた9匹の動物たちは…。半分の半分、倍の倍がよくわかる算数が楽しくなる絵本です。

[マッシュ・マケリゴット/作]

今月のおすすめ本

一般書	若者の働く意識はなぜ変わったのか	岩間夏樹/著
	あなたの知らないカビのはなし	熊田 薫/監修
	白戸修の狼狽	大倉崇裕/著
	オープン・セサミ	久保寺健彦/著
児童書	ミラクル・ジャーニー	ルパート・アイザックソン/著 (ほか多数)
	リリース	草野たき/著
	ちっちゃなトラックレッドくん	みやにしたつや/作
	もものすけのあさごはん	やまちかずひろ/作
数	数のひみつ	瀬戸士郎/著
	サリーの帰る家	エリザベス・オハラ/作 (ほか多数)

7 図書館カレンダー

2010.JULY						
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
● は本館の休館日です。						
本館	火～金曜日		9時30分～19時			
	土・日曜日		9時30分～17時			
	19日(祝日)		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)						

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 8日(木)・22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	13日(火)	13:00~16:00 真鍋事務庁舎(☎824-5055)	相続税・贈与税などの税について (税理士)予約制(予約時間10:00~14:00)
市民相談	月~金曜日	8:30~17:15 広報広聴課(☎内線2376)	要望、苦情、意見など (担当職員)
心配ごと相談	月・水・金曜日	13:00~16:00 社会福祉協議会(☎821-5995)	日常生活の困りごと、悩みごと (専門相談員)
行政相談	21日(火)	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	12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	9日(金)・16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
	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 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 どの悩みに関すること	

「健康食品だから…」本当にだいじょうぶ？

消費生活センターから

☎823-3928

◆相談1 耳鳴りが解消し、難聴も治るとい健康食品の折込広告を見た。試したいと思うが、医師から処方してもらった薬も飲んでいるのでだいじょうぶだろうか。

◆相談2 ひとり暮らしの高齢の母親が、空き店舗を会場とする業者の目玉商品につられて、高額な健康食品を購入してしまった。年金暮らしの母親に支払いが負担になっていないか心配だ。

♣️アドバイス 健康食品は、治療を目的とするものではないので、「~に効く」と効能や効果をうたうことはできません。満足度にも個人差があり、科学的な根拠があるかどうかも疑問です。相談1では、副作用が出ることもあるので、医師に相談してから考えるよう話をしました。相談2は、格安商品を目玉にして、コミュニケーション不足や健康に対して不

安をもつ高齢者の心理を利用し、さまざまな演出をして、連日通わせ、最終的に高額な健康食品を買わせようとするものです。相談者と当事者の認識が同じであるとは限らないことから、トラブルと捉えるかどうかは、難しいところがあります。セールストークや販売方法などに問題があれば、解約できることもあるので、母親からよく話を聞いてみるよう助言しました。

健康食品を過信せず、一般の食品よりも安全性について慎重に考えることが大切です。効能や品質だけを強調するテレビショッピングや訪問販売などに惑わされず、よく考えてから契約するよう注意しましょう。また、少しでも「おかしい」と思ったら早めに消費生活センターに相談しましょう。

健康増進教室

健康で生き生きとした生活が送れるように、健康増進教室を開催します。

とき・ところ／

会場	日程		午前9時30分 ～11時30分
新治地区 公民館	8月	3日(火)・17日(火)	
	9月	7日(火)・21日(火)	
	10月	5日(火)・19日(火)	
都和 公民館	9月	3日(金)・17日(金)	
	10月	1日(金)・15日(金)	
	11月	5日(金)・19日(金)	

対象者／市内に居住する60歳以上の健康な方

内容／初心者向けの簡単な運動、口の手入れや食事に関する話、試食

講師／医師、健康運動指導士、理学療法士、保健師、歯科衛生士、栄養士

定員／新治地区公民館・都和公民館…各40人(先着順)

申込方法／電話で

※定期的に通院している方は、かかりつけの医師と相談のうえ申し込みください。

※ほかの各地区公民館でも開催を予定しています。詳しくは、3月発行の「みんなの健康づくり便利帳」をご覧ください。

日本脳炎定期予防接種のお知らせ

日本脳炎定期予防接種は、平成17年度から積極的にすすめることを控えておりましたが、今回「第1期の初回対象者(3歳～4歳未満)に対して、積極的勧奨を行うこと」と国から通知がありましたのでお知らせします。初回の接種を受けていない方は、早めの接種をお勧めします。

ただし、ワクチンの流通在庫量が十分でないため、希望されてもすぐに接種できないときもあります。

赤ちゃんおめでとう訪問事業

赤ちゃんが生まれたご家庭に「赤ちゃんおめでとう訪問事業」を行っています。民生委員・児童委員または市職員がお伺いし、安心して子育てができるよう乳幼児健康診査や子育て支援施設などの情報をお伝えしています。あらかじめ訪問する日時をお約束し、おおむね生後3か月ごろにお伺いします。

なお、対象のご家庭には、生後1か月ころにはがきなどでお知らせします。

民生委員・児童委員は町内の福祉や子どもについての身近な相談相手です。秘密は守られますので、気軽にご相談ください。



健康教室

歯肉のひとりごと

土浦市歯科医師会

来栖 章治(来栖歯科医院)

こんにちは。ボク、歯肉です。いつもみんなと一緒にいるけど、なんか忘れられています。今日は、ボクの話聞いてください。

なぜ、歯を磨くの？

虫歯になるといやだから…。

え！歯を支えているのは僕たち、歯肉だよ！骨くんなんて、ばい菌に僕たちがいじめられると、逃げちゃうんだよ。

僕たちはお互いが弱いから、体の中にコラーゲンの縄を通してくっついているんだ。だから、ばい菌に攻撃されて毒をまかれるとコラーゲンの縄が溶けて僕たちの体はぶよぶよになっちゃうんだ。でも、溶けたコラーゲンの縄は、僕たちの体の中にしばらくあるから、ばい菌がいなくなれば元に戻るんだけどね。

あと、人間も細い人や太った人がいるけど、僕たちも同じなんだ。僕たちの体の大きさや厚さは、ばい菌がくるとさっさと逃げちゃう骨くんの大きさや厚さに関係があるんだ。



骨くんが痩せていると僕たちも痩せちゃうし、がっしりしていれば僕たちも体格が良くなるんだよ。でも、ばい菌と戦える鎧の部分は歯の付け根から下の硬くなっているところだけで、付け根の強さは同じなんだけどね。僕たちが薄いとばい菌に攻撃されたとき、戦う力が弱いから、戦いが長引くと弱ったところから撤退していく。歯肉が下がったように見えるはずだよ。逆に僕たちが厚いと、付け根のばい菌は鎧の中で増えて急速にコラーゲンの縄を壊すんだ。でも、鎧も厚くなっているから見た目はさほど変わらない。気がつくと、赤くなって腫れているはずだよ。

あと、虫歯を作るばい菌と、僕たちを攻撃するばい菌は違うんだ。僕たちを攻撃するばい菌が多くなると、虫歯を作るばい菌は居づらくなるみたいなんだ。だから、虫歯がないから、なんて安心されると、僕たちの危機！

みんなもお風呂に入って体を洗うと気持ちがいいよね。あ～、さっぱりした、なんて言っていない？僕たちも、さっぱりしたいな！歯肉もしっかり磨いてね。



7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(火)	9:00~11:30	
栄養相談(予約制)	13日(火)	13:00~16:10	土浦保健センター(☎826-3471)
こころの相談(予約先 障害福祉課 ☎826-1111 内線2454)	6日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	1日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	8日(木)		つわぶき(☎831-4126)
	22日(木)		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22年3月生まれ)	14日(火)・15日(水)	13:00~14:00	土浦保健センター
10か月児育児相談 (平成21年9月生まれ)	1日~15日生まれ	9:30~10:00	
	16日~30日生まれ	13:00~13:30	
1歳6か月児健康診査(平成20年12月生まれ)	7日(火)・8日(水)	13:00~14:00	
3歳児健康診査(平成19年4月生まれ)	21日(火)・22日(水)		
母と子の歯科健康診査(平成20年4月生まれ・予約制)	2日(金)	13:15~15:30	
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	12日(月)	
	7~11か月児	5日(月)	
	1~11か月児	26日(月)	10:00~11:00
マタニティ教室「おおむね7か月以降の妊婦」(予約制)	6日(火)・13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)	2日(金)	10:00~10:15	土浦保健センター
機能訓練	と き	受付時間	ところ
ふれあい教室	1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。

7月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
4日(日)	宮崎クリニック ☎830-6800 藤 沢	県南病院 ☎841-1148 中	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	都和歯科医院 ☎832-2223 並木五丁目
11日(日)	さくら内科クリニック ☎835-3233 桜町三丁目	中央大形整形形成外科 ☎821-0220 中央二丁目	石川クリニック ☎821-2587 大 町	飯坂歯科医院 ☎823-5383 城北町
18日(日)	大石内科クリニック ☎835-0014 大岩田	土浦港町クリニック ☎825-2200 港町三丁目	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	稲葉歯科医院 ☎841-5508 烏山三丁目
19日(月)	あおき内科クリニック ☎825-8181 木田余	県南病院 ☎841-1148 中	鈴村医院 ☎821-0174 大 町	ウエハマ歯科医院 ☎862-5032 藤 沢
25日(日)	山中内科クリニック ☎843-0870 中村南五丁目	友常医院 ☎823-4307 中央二丁目	岡野産婦人科医院 ☎851-2431 つくば市梅園	みなと歯科クリニック ☎835-3480 港町一丁目

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

土浦市休日緊急診療所

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

下高津二丁目7番27号(土浦保健センター内)

☎823-9628 (診療時間帯のみ)

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



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

編集 市長公室広報広聴課

再生紙を使用しています

環境に優しい大豆インキを使用しています

次回「広報つちうら」7月上旬号は、7月1日(木)発行予定です。