

つちうら

12

December
2010 No.1041
平成22年12月15日発行

地球からの MESSAGE2011



地球温暖化防止に関する市の取
り組みの紹介や講演会を通して、
環境について考えてみませんか。

☎ 環境保全課(☎内線2327)

と き / 1月23日(日) 午後1時～3時30分

ところ / 市民会館小ホール

内 容 /

- 地球温暖化防止に関する市の取り組みの紹介
- 森田正光さん(気象予報士)の講演
「異常気象と環境問題～どうなる地球温暖化～」



講師プロフィール

親しみやすいキャラクターや独自の
視点と斬新な切り口による解説で人
気を集めるお天気キャスター。民間
気象会社・気象キャスター派遣会社
ウェザーマップ社長も務める。

定 員 / 340人(先着順)



まちばん神立を開設しました

11月16日、JR神立駅西口自転車駐車場内に防犯
ステーションまちばん神立を開設しました。

昨年設置されたまちばん荒川沖と同様に、警察官
経験者を配置し、市民や駅利用者の安全を確保する
ために、立番や青色防犯パトロール車などによる巡
回を行います。また、地元防犯パトロール隊や警察
官の立寄所としても利用されます。

開設時間 / 午後1時～10時(年中無休)

☎ 生活安全課(☎内線2490)

文化財防火デー 防火訓練

法隆寺金堂壁画が焼損(昭
和24年)した1月26日は、「文
化財防火デー」に定められて
います。

市では、この日に合わせて、
文化財保護への関心と防火意
識を高めるために、「文化財
防火デー防火訓練」を実施し
ます。

と き / 1月26日(水) 午前10
時30分～11時50分

ところ / 亀城公園内

内 容 / 通報訓練、初期消火
訓練(バケツリレー)、消火器
による消火)、昔の消防用具
の説明など

☎ 文化課(☎内線5120)

どんど焼き

しめ縄や松飾りなどの正月
用品を燃やし、1年間の無病
息災を祈ります。

と き / 1月15日(土) 午前11
時点火(受け付けは午前9時
から。荒天中止)

ところ / 桜川河川敷(学園大
橋下)

※燃やせる部分に限ります。
環境保護のため正月用品に付
属するプラスチック・ビニー

第24回 土浦石岡地方盆栽展

バラエティーに富んだ、新
春にふさわしい盆栽展です。

と き / 1月7日(金)～10日(月)
午前9時～午後5時(10日は
午後3時まで)

ところ / 亀城プラザ

☎ 亀城プラザ(☎824・3
121)

12月の 納税

固定資産税…第3期
国民健康保険税・介護保険料・
後期高齢者医療保険料…第6期

- ・納期限は12月24日(金)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)

ル・金具・陶製・生ものは外
して、当日の午前9時以降に
搬入してください。先着20
0人にお餅を配ります。
☎ 市立博物館(☎824・2
928)

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

Information

お知らせ



乳児用ベビースシートを貸し出します

とき／1月16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2月末日までに出産予定の方
申込方法／電話で
申込期間／1月11日(火)、12日(水) 午前9時～午後5時
※当日、運転免許証の写しを

農業委員会委員選挙人名簿登載申請書を提出してください

農業委員会委員の選挙資格のある方へ、登載申請書を12月中旬に送付しますので、提出してください。

申請書は各支所・出張所、JA土浦本店・各支店にもあります。

対象者／
●10アール(1反歩)以上農地を耕作している20歳以上の方(平成23年1月1日現在)
●耕作主と同居の親族・配偶者で、年間60日以上耕作に従事している20歳以上の方(平成23年1月1日現在)
※提出方法・期限など、詳しくはお問い合わせください。

持参してください。
申請 生活安全課(☎内線2298)

特定健診のご案内

今年度の特定健診をまだ受診されていない方は、集団健診を行いますので、この機会にぜひお受けください。

とき／1月17日(月)、18日(火) 午前9時～11時、午後1時～3時
ところ／茨城県総合健診協会 県南センター(手野町1-1)

対象者／次のいずれかの方
①市の国民健康保険に加入している40～74歳の方
※4月以降、医療機関健診や総合健診、人間ドック、脳ドックを利用された方は受診できません。

②社会保険や共済組合などに加入している方の被扶養者で、医療保険者(勤務先)から発行された受診券をお持ちの方
40歳～74歳の方(市が行う特定健診会場で受診できる『集合B表示』の記載がある方)

検査項目／問診、身体計測、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図検査、眼底検査
申込方法／当日会場で直接持参するもの／健康保険証、特定健診受診券(国保加入の方へは、4月に郵送済み)費用／国保加入の方は無料。社会保険などに加入の方は、個人負担金が必要な場合もあります。
※胸部検診(胸部レントゲン検診)を今年度受診していない方は、同会場を受診できません。費用は、国保加入および70歳以上の方は無料、社会保険などに加入の方は400円です。
国民健康保険に加入の方：国保年金課(☎内線2355)、社会保険などに加入の被扶養者：茨城県総合健診協会 県南センター(☎830・3355)

戦没者などのご遺族の方へ

第9回特別弔慰金が支給されます。

対象者／平成17年4月1日から21年3月31日までに、死亡などで公務扶助料や遺族年金などの受給者がいなくなったご遺族の方(過去の特別弔慰金受給者を除く)

請求締切／平成24年4月2日
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。
国民社会福祉課(☎内線2308)

告 告

告 告

パブリックコメントを実施します

次の2つの計画について、市民の皆さんからの意見を反映させるため、意見を募集します。

第3次生涯学習推進計画(案)

市が、生涯学習を総合的、体系的に推進するために策定を進めている計画

提出締切／1月11日(必着)

土浦市小学校及び中学校適正配置等基本方針(案)

市が、市立小・中学校を適正な規模などにするために策

定を進めている方針

提出締切／1月20日(必着)

◎共通

公表方法／各担当課、情報公開室、各支所・出張所、各地区公民館での閲覧およびホームページへの掲載

意見を提出できる方／市内に居住または通勤・通学している方、または市内に事務所などのある個人や法人、そのほかの団体の方

提出方法／郵送、メール(氏名(名称)、住所、連絡先を記入)、または直接

申開第3次生涯学習推進計画：生涯学習課(☎内線5114

☐syougai.gakusyu@city.

tsuchiura.lg.jp)

申開土浦市小学校及び中学校

適正配置等基本方針：学務課

(☎内線5107

☐gakuj@city.tsuchiura.lg.jp)

介護支援ボランティアに参加しませんか

参加できる方／市内に住民登録のある65歳以上の方(介護

保険第1号被保険者で、介護

活動場所／市が指定する市内

の特別養護老人ホーム

活動内容／レクリエーションの指導や話し相手、移動の補

平成22年度 年末・年始の休業・休館日	
市役所、各支所・出張所	12月29日(水)～1月3日(月)出生・婚姻・死亡届などは、市役所日直室で受け付けます。
水道課	12月29日(水)～1月3日(月)緊急時は、大岩田配水場(☎823-7422)へ
男女共同参画センター 消費生活センター 子育て交流サロン「わらべ」 勤労青少年ホーム 各地区公民館(コミュニティセンター) 青少年センター 川口運動公園 武道館・新治トレーニングセンター 乙戸ファミリースポーツ公園 社会福祉協議会 ふれあいセンター「ながみね」 老人福祉センター「湖畔荘」 老人福祉センター「うらら」 障害者自立支援センター 障害者自立支援センター「にいはり」 デイサービスセンター「うらら」 地域包括支援センター「うらら」 霞ヶ浦文化体育会館(水郷体育館) 霞ヶ浦総合公園(水郷テニスコート) 電城プラザ 市民会館 勤労者総合福祉センター「ワークヒル土浦」 生涯学習館	12月29日(水)～1月3日(月)
図書館	12月29日(水)～1月4日(火)
博物館	12月27日(月)～1月4日(火)
上高津貝塚ふるさと歴史の広場	12月27日(月)～1月4日(火)
市営斎場	1月1日(土)～1月3日(月)
ごみ・し尿収集	「広報つちうらNo.1040」(12月上旬号)をご覧ください。

助など軽微で補助的な活動

※市への登録後、研修を受けていただきます。申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

5) 圃高齢福祉課(☎内線245

土浦小学校校舎及び屋内運動場改築検討委員会

とき／1月18日(火) 午後1時30分から

ところ／土浦小学校1階 会議室

議題／改築の平面計画などについて

傍聴者定員／10人(先着順)

傍聴手続／当日会場で(午後1時から1時30分まで)

1 圃学務課(☎内線5111)

陸上自衛隊の夜間飛行訓練

とき／1月11日(火)～13日(木)、18日(火)～20日(木)、25日(火)～27日(木) 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

圃陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校総務課(☎842・121 1 内線3420)

広告

広告

家屋を取り壊した方へ

平成22年中に取り壊された家屋は、23年度から固定資産税の課税対象にはなりませんので、至急ご連絡ください。

また、21年以前に家屋を取り壊して、連絡していない方も同様にお願います。

問課税課(☎内線23337)



Recruitment and meeting
募集・催し

市立博物館から

□関東地区博物館協会共同企画展

画展

「水郷めぐり」筑波山一遊覧
都市土浦とその時代」

昭和初期の絵葉書や案内パンフレット、地図などで、土浦とその周辺地域の名所や観光地を紹介します。

県立歴史館など、「関八州名所めぐり」を共通テーマに開催する展覧会です。

とき／12月18日(土)～2月16日(日) 午前9時～午後4時30分(毎週月曜日、12月23日(木)、12月28日(火)～1月4日(火)、1

月11日(火)、2月11日(金)は休館) ところ／市立博物館展示室2

●共同企画展展示案内会

とき／12月18日(土)、1月9日(日)、23日(日)

講師／市学芸員

□冬季展示解説会

1月5日(火)から始まる冬季展示の見どころを、学芸員が解説します。

とき・内容／

1月8日(土)：布作りの道具ー博物館収蔵のはたおり関係資料

1月29日(土)：竹払子・棕毛払子ー中国元時代、世界唯一の作例か？

2月5日(土)：土屋蔵帳ー土浦藩主土屋家の茶道具目録

2月26日(土)：灰釉短頸壺ー平安時代の骨蔵器

3月5日(土)：幼稚園掛図ー土浦幼稚園の視覚教材

ところ／市立博物館展示室3 ※いずれも入館料が必要です。また、展示案内会・解説会の時間は、午後2時から30分程度です。

問市立博物館(☎824・2928)

再就職へ！キャリア相談と
シヨブ・カード作成支援

とき／1月11日(火)、25日(火)、

2月8日(火)、22日(火) 午前10時30分～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／シヨブカード作成、

専門家による再就職相談会

問雇用・能力開発機構茨城センター(☎029・221・1294)

平成23年度都和児童館
書道クラブ会員募集

とき／毎月第1・2・3土曜日 午前9時～11時30分

対象者／市内に居住する小学生3～5年生

定員／12人(先着順)

申込方法／児童館へ直接
申込期間／1月8日(土)～15日(日)(日曜日、祝日を除く)

問都和児童館(☎832・3112)

児童館の先生と遊ぼう

とき／1月25日(火) 午前10時15分～11時15分

ところ／都和児童館
対象／市内に居住している未就園児親子

内容／レストラン(こころ)定員／12組(先着順)

申込方法／電話または直接
申込期間／1月4日(火)～18日

(火)(日曜日、祝日を除く)
問都和児童館母親クラブ(☎832・3112)

クリスマスチャリティ
コンサート2010

子どもからお年寄りまで楽しめるコンサートです。

とき／12月23日(木) 午後1時30分(開場は午後1時)

ところ／市民会館大ホール
出演／土浦第二高等学校合唱部、都和中学校合唱部、土浦小学校、下高津小学校など

曲目／クリスマスソングメドレー、ディズニースング、さだまさしメドレーなど
問土浦第二高等学校(☎822・5027 吉水)

お正月イベントで
楽しもう

市の活性化を応援するチアーズ土浦が、市内各ホテルなどを会場に、さまざまなお正月イベントを開催します。
開催期間／12月31日(金)～1月3日(日)

※詳しくは、チアーズ土浦ホームページ(<http://goodbarak.blog133.fc2.com/>)をご覧ください。
問土浦商工会議所(☎822・0391)

広告

上高津貝塚ふるさと 歴史の広場から

□縄文の布をつくろう・縄文土器をつくろう講座作品展

とき／1月23日(日)～3月5日(土) 午前9時～午後4時30分(毎週月曜日と2月11日(金)は休館)

※期間中、「縄文ファッションのお雛さま」も展示します。
ところ／考古資料館 特別展示室

※作品展のみの見学は無料
□体験講座「縄文の布(編布)で絵がみ掛けをつくろう」
とき／2月26日(土) 午前9

時30分～正午
ところ／考古資料館 体験学習室

定員／15人(先着順。小学3年生以下は保護者同伴)
参加料／300円(材料費)

申込方法／電話または直接
申問 上高津貝塚ふるさと歴史の広場(☎826・7111)

夢のハーモニー2011 ニューイヤークンサート

とき／1月16日(日) 午後1

時から(開場は午後0時30分)
ところ／四中地区公民館

出演／アンサンブル リラ
(リコーダー演奏)、大川あけ

土浦市役所庁舎(建物)内が

全面禁煙

になります



市役所本庁舎をはじめとする市の各施設は、健康増進法第25条に規定されている「受動喫煙の防止」を順守し、平成23年1月4日(火)から建物内の全面禁煙を実施します。

問 管財課(☎内線2225)

◎受動喫煙とは…

喫煙者本人ではなく、その周囲の人が間接的にたばこの煙を吸い込むこと。たばこを吸わない人でも、喫煙者と同様の影響があるといわれています。



愛煙家の皆さんには、
趣旨をご理解いただき、
ご協力をお願いします。



み(コンピュータレコード演奏歌手)ACOUSTIC GUMBALLS(アメリカンロック)など
問 四中地区公民館(☎824・9330)



さわやか自己表現 トレーニング講座

素敵に表現!私の想い

円滑なコミュニケーションを築く方法などが学べます。
とき／1月23日(日) 午後1

時～3時30分
ところ／男女共同参画センター(ウララ2 7階)

講師／松田知恵さん(心理カウンセラー)

定員／25人(先着順)
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)

申問 男女共同参画課(☎827・1107)

健康増進課から

□男子のための健康料理教室

〜男子厨房に入るべし!!〜
とき／1月19日(日) 午前10

時～午後1時

ところ／土浦保健センター
対象／市内に居住している男性

内容／調理実習、食生活や健康に関するワンポイントアドバイス

定員／25人(初めての方便先)

参加料／300円

□親子の食育教室

節分にむけて、親子で恵方巻きを作ってみませんか?
とき／1月30日(日) 午前10

時～午後1時(受け付けは午前9時45分から)

ところ／二中地区公民館

対象／市内に居住している小学1～3年生とその親

内容／調理実習、食育についての講話

定員／15組(先着順)
参加料／一人250円

※一時保育あり(就学前まで。要予約)

◎共通

講師／食生活改善推進員、市管理栄養士

持参するもの／エプロン、三角巾

申込方法／電話で

申込期間／12月20日(月)から
申問 健康増進課(☎826・3471)

広告

第21回

かすみがうらマラソン

兼 国際盲人マラソンかすみがうら大会

～日本陸上競技連盟公認大会・国際陸上競技連盟公認コース・国際パラリンピック委員会公認コース～

参加者募集!
— 2010年 —
12月22日
AM10:00 受付開始

◎シドニーランニングフェスティバル
◎アンコールワット国際ハーフマラソン
は、かすみがうらマラソンの姉妹レースです。

と き / 平成23年4月17日(日) (雨天決行)
種 目 / フルマラソン、10マイル、5キロ、車いす
コース / 霞ヶ浦湖畔コース

土浦市内国道354号線バイパス開通によりコースの一部変更を予定しています。

公式ホームページ / <http://www.kasumigaura-marathon.jp/>

問 かすみがうらマラソン大会事務局

(〒300-4192 藤沢975 スポーツ振興課内 ☎862-1960)



●前大会のエントリー数は25,576人!
国内Big3に例えられるマシモス大会に成長しました。

Point⑤

フル10km毎と中間地点のスプリットタイムを完走証に記載
同日に即時発行するのはかすみがうらマラソンだけです。



Point④

充実のエイドステーション
フル30km付近には、名物私設エイドが軒を連ねます。また、7.5km付近の全長300mにおよぶ協賛社によるエイドは、かすみがうらマラソンの名物です。



Point③

多彩なゲストランナー
有森裕子さんをはじめ、往年の名ランナーなど毎年多くのゲストが大会に花を添えます。



Point②

ペース・セッターを設置
ペース配分の目標に、4時間4時間30分、5時間ペースのアドバイザーと一緒に走ります。



Point①

ナンバーカード・RCチップを事前送付
ナンバーカードなどを事前(4月上旬まで)に送付しますので、当日はスムーズにスタートできます。



種目／

種目	スタート時刻(予定)	参加料	定員	制限時間	部門(すべて男女別)
フルマラソン (42.195km)	午前10時	5,000円	18,000人	6時間	招待・陸連登録者、高校生～29歳、30歳代、40歳代、50歳代、60歳以上
10マイル (16.09km)	午前9時20分	4,500円	5,000人	2時間	招待・陸連登録者、高校生～29歳、30歳代、40歳代、50歳代、60歳以上
5キロ	午前10時30分	3,500円	2,000人	40分	高校生～29歳、30歳代、40歳代、50歳代、60歳以上
車いす (42.195km)	午前9時50分	5,000円	15人	2時間20分	高校生以上



※参加料のうち200円は、霞ヶ浦浄化運動資金、盲導犬育成助成金として使われます。
 ※盲人の部(車いすは除く)は、各種目ともに34歳以下、35～49歳、50歳以上です。

申込方法／次のいずれかで

□インターネット(手数料別途)

ランネット	http://runnet.jp/	
スポーツエントリー	http://sportsentry.ne.jp/	
スポーツワン	http://sportsone.jp/	

※支払いは、クレジットカードまたはコンビニなどで
 □電話(手数料別途)

スポーツエントリー	電話番号／0570-037-846 受付時間／午前10時～午後5時30分 ※土・日曜日、祝日、年末年始を除く
スポーツワン	電話番号／0570-00-2101 受付時間／ 平日…午前9時～午後7時 土日祝…午前9時～午後5時 ※年末年始を除く

◎郵便振替用紙でのエントリーは行いません。

申込期間／12月22日(水) 午前10時
 ～1月21日(金) 午後5時30分

参加賞／オリジナルTシャツほか

表彰／フルマラソン・10マイル・5キロのそれぞれ
 総合3位までと各種目別に10位まで表彰

※盲人の部は6位まで。車いすは総合のみ3位まで。
 また、海外派遣や特別賞など多数

定員になり
 次第締め切り

同時開催

かすみがうらウォーキング

—日本市民スポーツ連盟認定—

とき／平成23年4月17日(日) 午前10時スタート

※午前8時30分に土浦駅東口で受け付け後、バスでスタート地点(歩崎公園：かすみがうら市)に移動

コース／歩崎公園(マラソン中間点)をスタート地点に、川口運動公園陸上競技場をゴールとする霞ヶ浦湖岸(堤防)コース約19km

参加料／2500円(うち200円は、霞ヶ浦浄化運動資金、盲導犬育成助成金として使われます)

参加賞／完歩証、オリジナルTシャツ、おにぎり

定員／300人(先着順)

※身体に障害のある方も若干名受け付けます(要同伴者)。

申込方法／インターネット・専用電話(左記の申込方法を参照)または、現金書留・定額小為替を利用して、大会事務局へ直接

※身体に障害のある方は、大会事務局へ直接

ボランティア大募集!

申込期限
 2月15日(火)

◎キロ表示を掲げる親子ボランティア

申込方法／事務局へはがきで(住所、氏名、電話番号、希望する種目と何km地点かを記入)

※スタッフジャンパーとキャップを進呈

◎盲人ランナーの伴走ボランティア

申込方法／申込書を事務局へ郵送

※申込書はホームページでダウンロードするが、事務局へお問い合わせください。



Point◎

ランナーズ・ヴィレッジでレース後のひとときを
 大会会場からわずか200m、モール505内の「ランナーズ・ヴィレッジ」で疲れた体を癒してください。飲食ブースをはじめ、各種イベント盛りだくさんでお待ちしております。

Point◎

世界各地の海外マラソンへ派遣
 優秀選手をホノルル、シドニー、アンコールワットなどの海外マラソンに派遣します。

Point◎

参加者全員の着順入り大会記録集を郵送
 参加者全員の着順と、大会の様子を掲載した記録集を8月頃にお送りします。

交通規制にご協力を! 平成23年4月17日(日)は、かすみがうらマラソン開催のため交通規制が実施されます。皆様のご協力をお願いします。

土浦市消防出初式



と き・ところ / 1月8日(土)

- 8:30～ 観閲式…市民会館駐車場
- 9:00～ 式典…市民会館大ホール
- 10:45～ 木遣り歌、梯子乗り…うらら広場
- 11:15～ 分列行進…うらら広場前
- 11:55～ 一斉放水…川口二丁目土浦港および港町二丁目野積場(霞ヶ浦湖畔)

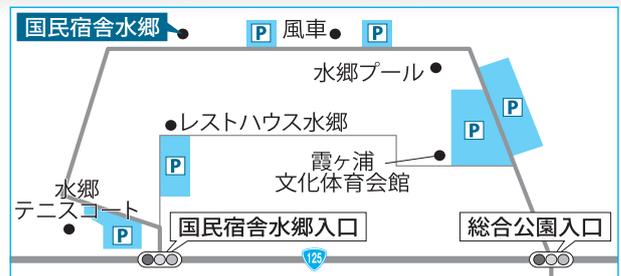
※一斉放水には、防災ヘリコプターも参加します。
 なお、雨天のときは式典のみになります。

☎ 消防本部(☎821-0119)

元旦の水郷公園 駐車場のご案内

元旦の公園内は、初日の出を見に来られる方で、大変混雑します。車で来園される方は、必ずPのマークがついている駐車場をご利用ください。
 ※国民宿舎「水郷」への駐車および路上駐車はご遠慮ください。

問 水郷テニスコート(☎824-0880)
 国民宿舎「水郷」(☎823-1631)



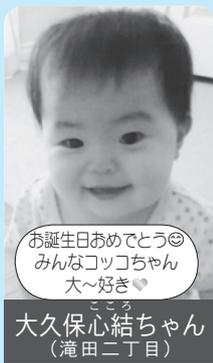
2月で1歳になる 赤ちゃんを募集!!

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12月28日(火)までに広報広聴課へ。2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。



1歳お誕生日おめでとう
いつも笑顔で
健やかに育ってネ
りんたろう
小原凜汰朗ちゃん
(下高津三丁目)



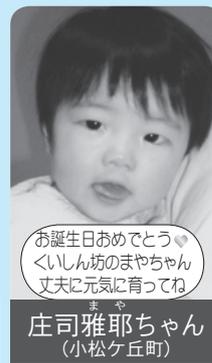
お誕生日おめでとう◎
みんなコッコちゃん
大～好き♡
こころ
大久保心結ちゃん
(滝田二丁目)



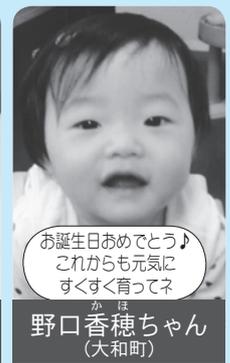
いつも最高の
笑顔ありがとうございます♡
継より
まい
熊谷舞ちゃん
(永国東町)



1歳のお誕生日☆
おめでとうこれから
元気に育ってね
笑顔が素敵♡
あいり
大高明衣里ちゃん
(神立中央五丁目)



お誕生日おめでとう♡
くいん坊のまやちゃん
丈夫に元気に育ってね
まや
庄司雅耶ちゃん
(小松ヶ丘町)



お誕生日おめでとう♪
これからも元気に
すくすく育ってネ
かほ
野口香穂ちゃん
(大和町)



1歳のお誕生日
おめでとう★
元気に大きくなってね
けん斗
大森健斗ちゃん
(菅谷町)



健康に育ってね!
パパ・ママより
ゆうき
入江優希ちゃん
(中荒川沖町)



1月10日は110番の日です

安全と安心つなぐ 110番
～相談は頼れるあなたの #9110～



110番は、事件・事故にあったときや目撃したときに警察へ緊急の通報をするための番号です。

●緊急を要さない要望・相談は警察安全総合相談センター(☎#9110、029-301-9110)または各警察署生活安全課へおかけください。

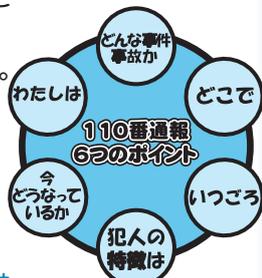
●携帯電話から110番するときは

- ・市外局番なしで「110」を押してください。
- ・通報場所付近の会社や店舗、または電柱番号などを教えてください。
- ・携帯電話をかけながらの運転は禁止されています。

□街頭キャンペーン

とき／1月10日(月) 午前11時～正午
ところ／土浦駅西口ペDESTリアンデッキ

☎ 土浦警察署(☎821-0110)



インターネット不動産公売

参加申込期間／1月7日(金) 午後1時～

21日(金) 午後11時

入札期間／1月27日(木) 午後1時～

2月3日(木) 午後1時

入札方法／ヤフー(株)のインターネット公売システムで

公売物件／

区分番号	所在地	財産種別	地積等	見積価額	公売保証金
22-30	神立町字堂山698番、699番1	畑(現況:雑種地)	483㎡	660万円	66万円
22-31	(土地) 荒川沖字南187番1 (建物) 荒川沖字南187番地	土地(宅地)付き建物	(土地) 353.61㎡ (建物) 62.93㎡	813万円	82万円
21-19	中高津三丁目923番96、923番97	宅地	227.55㎡	328万円	33万円
21-22	下高津三丁目353番4	田(現況:雑種地)	214㎡	480万円	48万円

※公売が中止になることもあります。

※あらかじめ公売財産の現況および関係公簿などをご確認ください。

☎ 納税課(☎826-1111 内線2368)



こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん

HAPPY BIRTHDAY

12月生まれ



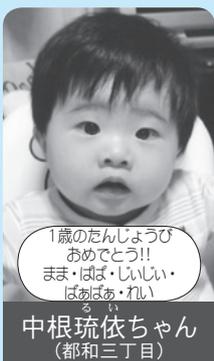
生まれてきてくれてありがとう
これからもよろしくね

菅原義弘ちゃん
(国分町)



おめでとう
元気に育ってね

影山怜菜ちゃん
(桜ヶ丘町)



1歳のたんじょうび
おめでとう!!
ママ・はば・しいい・はあはあ・れい

中根琉依ちゃん
(都和三丁目)



★1歳おめでとう★
元気でたくましい
男の子になってネ!

桜井陸翔ちゃん
(木田余東台四丁目)



♡1歳おめでとう♡
明るく元気な
そよちゃん大好き♪

岡田そよかちゃん
(木田余西台)



1歳おめでとう!
すくすく元気に
育ってね♡

矢口星伶奈ちゃん
(小岩田東一丁目)



1歳おめでとう♡
そらちゃんは、パパと
ママの宝物だよ♡

池田美空ちゃん
(荒川沖)



★1歳のお誕生日
おめでとう★
航ちゃん大好き♡
パパ・ママ・真央より

黒羽航平ちゃん
(神立町)



★1歳おめでとう★
元気に大きくなあれ!
えい!えい!大好きだよ♡

荒井瑛汰ちゃん
(乙戸)



1歳おめでとう
ずっと健康で元気な明るい
そうちゃんいてね

秋山颯佑ちゃん
(神立東二丁目)



生まれてきてくれて
ありがとう
ハッピーバースデー
うたちゃん♡

木之内美音ちゃん
(真鍋二丁目)



♡1歳おめでとう♡
莉美のニコニコ笑顔
大好きだよ◎

中川莉美ちゃん
(菅谷町)

土浦市男女共同参画推進計画の愛称を募集!

市では、性別にかかわらずお互いを尊重し個性と能力が発揮できる社会をめざし、現在、「第3次土浦市男女共同参画推進計画」を策定中です。この計画に、多くのみなさんが関心を持っていただけるよう、愛称(セカンドネーム)を募集します。

なお、この計画は、市ホームページ、下記応募用紙の置いてある場所でご覧いただけます。

申問 男女共同参画課

(〒300-0036 大和町9-2ウララ2 7階)

☎827-1107 FAX827-1234 ✉tcwc1107@jcom.home.ne.jp

計画にぴったりな、
覚えやすく親しみやすい
愛称をご応募ください!



応募規定/おおおね20字以内。未発表のものに限る。

応募資格/どなたでも。

応募方法/①愛称、②愛称の説明、③住所、④氏名、
⑤電話番号、⑥年齢、⑦職業を記入のうえ、郵送、
ファクス、メールで

※応募用紙は、本庁舎案内・情報資料室、男女共同参画課、各支所・出張所、各地区公民館にあります。市ホームページからもダウンロードできます。

応募締切/1月7日(金)(当日消印有効)

選考/つちうら女性プラン21推進委員会で決定

◎入賞した愛称は、広報紙とホームページに掲載します。

パブリックコメント実施中!

計画に対するみなさんのご意見も募集しています!詳しくは、お問い合わせください。

償却資産(固定資産税)の申告をお願いします

償却資産とは、個人または法人で工場や商店を営んでいる方が、その事業のために用いることができる構築物、機械、装置、工具、器具・備品など(土地・家屋を除く)のことです。平成23年1月1日現在で償却資産を所有されている方は、申告が必要になりますので、1月31日(月)までに申告してください。

なお、申告された償却資産の課税標準額の合計が150万円に満たないときは、課税されません。

☎課税課家屋係(☎826-1111 内線2337、2260)

□償却資産の対象となるもの(業種別の例)

～ 共通 ～	パソコン、コピー機、応接セット、看板、広告塔、舗装路面、駐車設備など
建設業	ブルドーザー、パワーショベル、フォークリフト、大型特殊自動車など
料理飲食業	テーブル、椅子、厨房設備、冷凍冷蔵庫、カラオケセットなど
小売業	陳列棚、陳列ケース(冷凍・冷蔵機付を含む)、日よけなど
医(歯科)業、獣医業	レントゲン装置、手術機器、歯科診療ユニット、ベッド、調剤機器など
不動産貸付業	門扉・塀・緑化設備等の外構工事、受変電設備など
理容・美容業	理容・美容椅子、洗面設備、消毒殺菌設備、サインポールなど
農業	農業用機械類

□申告が必要な方/

- 1月1日現在、市内で事業を営んでいる個人または法人
- 1月1日現在、市内で事業は営んでいないが、事業用の償却資産を貸し付けている個人または法人

□申告期限/1月31日(月)

□申告方法/昨年まで申告されている方は、1年間の償却資産の増・減を申告してください。事業を始めた方、新たに申告される方は、1月1日現在所有している償却資産すべてを申告してください。

昨年申告された方には申告用紙を郵送していますが、新たに申告される方や、申告用紙が届かない方は、お手数でもご連絡ください。

※自動車税・軽自動車税の対象となる乗用車・貨物自動車・自動二輪車などは除きます。

公民館のパソコン講座

**IT講習会
受講者募集**

対象者／市内に居住または通勤する20歳以上の方(学生を除く)

受講料／無料(教材費は受講者負担)

申込方法／各会場へ往復はがきで(①住所、②氏名、

③年齢、④電話番号、⑤希望講座名を記入。定員を超えたときは抽選)

申込締切／1月12日(水)(必着)

※はがき1枚につき1人1講座

講座名	曜日	内容	日程	定員	対象者	会場
	時間			回数		
知って得するワード	水	ワード2003の便利な機能を使って、文書やチラシを作成	2/2・9・23 3/2・9	17人	文字入力のできる方	三中地区公民館 (〒300-0843 中村南四丁目8-14 ☎843-1233)
	10:00~12:00			5回		
パソコン入門	金	パソコンの基本操作(Windows XP)、文字入力、メールの送受信、インターネット	1/28 2/4・18・25 3/4	17人	初めてパソコンをお使いになる方	
	14:00~16:00			5回		
基礎から学ぶエクセル	土	エクセル2003の基礎知識、簡単な表作成、便利な機能の活用	2/5・12・19・26	18人	文字入力のできる方	都和公民館 (〒300-0061 並木五丁目4824-1 ☎832-1667)
	9:00~12:00			4回		
ワードで作品づくりにチャレンジ	日	ワード2003の基本機能を使って、誕生日カードや名刺・チラシなどを作成	2/6・13・20	18人		
	9:00~12:00			3回		

自動交付機による証明書発行がスタートします



平成23年1月4日(火)から、市役所本庁舎に住民票の写しと印鑑登録証明書の自動交付機が設置されます。平日はもとより、土曜日、日曜日や祝日も証明書の発行ができますので、ぜひ、ご利用ください。

☎ 市民課管理係(☎826-1111 内線2289)

利用できる方／暗証番号を登録した「土浦市民カード」をお持ちの方

利用開始日／平成23年1月4日(火)

利用時間／午前8時～午後8時(年末年始閉庁期間と庁舎点検日を除く)

設置場所／市役所本庁舎 日直室通路

発行可能な証明書／住民票謄本・抄本(1通300円)、印鑑登録証明書(1通300円)

※自動交付機では、千円札以外の紙幣は利用できません。

土浦市民カード

11月4日から、従来の印鑑登録証が、「土浦市民カード」として新しくなりました。既に印鑑登録をされている方は、ぜひこの機会に土浦市民カードへお切り替えください。

切り替えに必要なもの／

- 旧印鑑登録証
- はんこ(受領印)
- 本人確認書類※

※次の①、②で本人確認ができた場合は、即日交付となります。③は即日交付はできませんので、



後日照会書をお送りし、回答書を持参していただくこととなります。

①運転免許証など官公署が発行している顔写真付きの身分証明書(有効期限内のもの)

②健康保険証と土浦市で印鑑登録済みの方による保証書(申請書の保証人欄に署名、登録番号の記載、登録印鑑の押印があるもの)

③健康保険証、年金手帳など顔写真のない身分証明書

※詳しくは、市民課までお問い合わせください。

●地域子育て支援センターさくらんぼ (桜川保育所内 ☎823-1288)

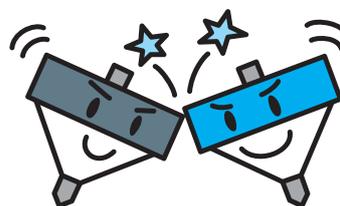
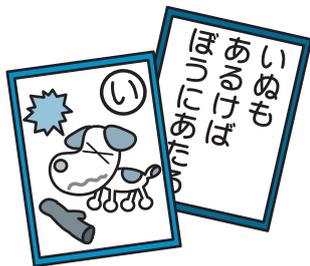
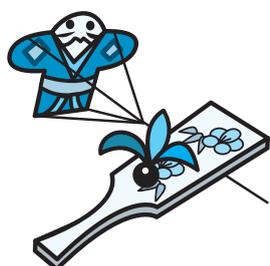
ところ	とき・内容	対象者・定員	申込方法・その他
★親子ふれあい教室 ※はさみ、1リットル牛乳パックを持参			
一中地区公民館	11日(火)	午前10時～11時30分 こまを作ってあそぼう！	未就園児親子 20組(先着順)
二中地区公民館	12日(水)		
三中地区公民館	13日(木)		
四中地区公民館	14日(金)		
六中地区公民館	18日(火)		
都和公民館	19日(水)		
神立地区コミュニティセンター	25日(火)		
新治地区公民館	17日(月)		
★すくすくルーム ※バスタオルを持参			
二中地区公民館	6日(木)	午前10時～11時30分 くるくるペーパースートを作ろう！	4～12か月児親子 15組(先着順)
三中地区公民館	7日(金)		
★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」	17日(月)	午前9時30分～11時30分 ※17日は読み聞かせあり	未就園児親子 20組(先着順)
	24日(月)		
★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」	14日(金)	午前9時30分～11時30分	4～12か月児親子 15組(先着順)
★交流保育 ※たこ糸、セロテープ、はさみを持参			
地域子育て支援センター 「さくらんぼ」 ※凧あげは桜川河川敷	20日(木)	午前10時～11時30分 あがれ！あがれ！凧あげ大会	未就園児親子 40組(先着順)

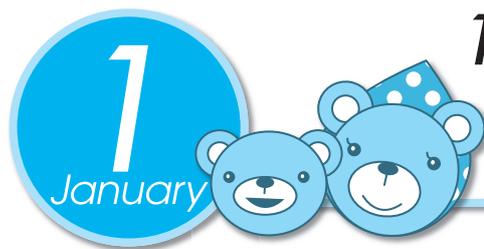
●白鳥保育園地域子育て支援センター (☎831-2590)

とき・内容	対象者・定員	申込方法・その他
★園庭開放 ※帽子、タオルを持参		
5日(水)～7日(金)、11日(火)、12日(水)、14日(金)、17日(月)～19日(水)、21日(金)、24日(月)～26日(水)、28日(金)、31日(月)	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 ※雨天中止		
★親子クラブ ※上靴、ビニール袋を持参		
6日(木)…折り紙制作 27日(木)…ちぎって遊ぼう	13日(木)…作って遊ぼう 20日(木)…小麦粉粘土 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・その他
★お部屋・園庭開放 ※帽子、タオルを持参		
4日(火)～7日(金)、11日(火)、13日(木)、17日(月)、19日(水)、20日(木)、24日(月)、26日(水)～28日(金)、31日(月)	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		
★イベント ※タオルを持参、動きやすい服装で		
12日(水)…ホールで遊ぼう 21日(金)…リズム遊び	14日(金)…身体測定、こま作り 25日(火)…作って遊ぼう	18日(火)…お正月遊び 午前10時～正午
未就園児親子 20組(先着順)		
前日までに電話で		





1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・内容	対象者・定員	申込方法・そのほか	
★保育所であそぼ！				
新生保育所(☎841-0575)	19日(水) 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 20組(先着順)	12月20日(月) 午前9時30分から各保育所へ電話で ※荒川沖・神立・東崎・天川保育所は雨天中止(当日の午前8時30分に決定)	
荒川沖保育所(☎841-0037)	19日(水) 午前9時30分～11時30分 お庭であそぼう			
神立保育所(☎831-8464)	26日(水) 午前9時30分～11時30分 所庭あそび			
東崎保育所(☎821-2807)	17日(月) 午前9時30分～11時30分 お庭であそぼう			
都和保育所(☎822-8053)	19日(水) 午前9時30分～11時30分 誕生会に参加しましょう			
竹ノ入保育所(☎842-6253)	13日(木) 午前10時～11時 絵カルタで遊びましょう	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)	20日(木) 午前9時30分～11時 凧あげをしてあそびましょう			
藤沢保育園(☎862-2600) ※場所は新治地区公民館	21日(金) 午前9時30分～11時 手作りおやつ	未就園児親子 22組(先着順)	随時電話で	
★保育室開放 たんぽぽ				
荒川沖保育所(☎841-0037)	11日(火)	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
	26日(水)			
★楽しい子育て はじめてのパパ・ママパスポート(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)	18日(火) 午前10時～11時30分	5組(先着順) ^(注)	保育所へ電話で	

(注)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が対象

●児童館

ところ	とき・内容	対象者・定員	申込方法・そのほか
★1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)	6日(木) 午後1時30分～ 冬休み映画会「ワンピース」	幼児親子・小学生 定員なし	当日児童館へ直接
	21日(金) 午前11時～11時45分 親子ピクス	乳幼児親子 15組(先着順)	1月4日(火)から前日までに電話または直接
	27日(木) 午前11時～11時30分 「鬼のお面」を作ってあそぼう		
ポプラ児童館(☎841-3212)	14日(金) 午前10時30分～11時30分 親子リトミック	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	22日(土) 午後2時～3時30分 工作教室	小学生 15人(先着順)	前日までに電話または直接
	24日(月) 午前11時～11時40分 英語であそぼう！	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
新治児童館(☎862-4403)	12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	当日児童館へ直接
	20日(木) 午前10時30分～11時30分 バスボン作り	乳幼児親子 20組(先着順)	事前に児童館へ電話または直接
	22日(土) 午前10時～11時30分 工作教室「ミクロの世界を作ろう」 ※材料費200円	小学生 20人(先着順)	

バスの評価を行う

市民モニターを募集！



土浦市地域公共交通活性化協議会では、市内で運行されている路線バス(関鉄グループ、JRバス、キララちゃん)のサービス・快適性の向上を図るため、バスの乗り心地、車両の管理状況、乗務員の対応など、基本的な事項を利用者の視点から評価する市民モニターを募集します。

申問 都市計画課(〒300-8686 下高津一丁目20-35
☎826-1111 内線2382 FAX 826-3404
✉toshikoutu@city.tsuchiura.lg.jp)

- 応募条件/市内に居住または通勤・通学し、普段バスを利用する方
- モニターの期間/平成23年2月上旬頃～3月上旬頃
- モニターの内容/期間中に10回以上バスに乗り、簡単な評価シートを作成していただきます。
※初乗り分の回数券を10枚支給いたします。
- 募集人数/20人(募集人数を超えたときは抽選)
- 応募方法/①住所、②氏名、③電話番号、④年齢、⑤性別、⑥職業、⑦バスの利用頻度(月に何回程度か)、⑧普段利用しているバス路線名を電話、ファクス、メール、郵送または直接
- 応募締切/1月12日(水) (必着)

成年後見制度説明会

成年後見制度は、認知症、知的障害、精神障害などにより物事を判断する能力が十分でない方の権利や利益を守るために後見人などを選び支援する制度です。

支援を必要とする方が、安心して自分らしい生活を送れるよう手助けするこの制度を、ビデオを使いわかりやすく説明します。

申問 高齢福祉課(☎826-1111 内線2476、2477)
とき・ところ/

1月16日(日)	10:00~12:00	二中地区公民館
16日(日)	13:30~15:00	六中地区公民館
30日(日)	10:00~11:30	新治地区公民館
2月5日(土)	10:00~11:30	上大津公民館
19日(土)	10:00~11:30	一中地区公民館
20日(日)	13:00~14:30	四中地区公民館
27日(日)	10:30~12:00	三中地区公民館
27日(日)	11:00~12:00	都和公民館

定員/各30人(先着順)

申込方法/電話で

申込締切/各開催日の3日前



健康遊具で体力アップ

～健康づくりと生きがいづくりのために～



健康遊具は、曲げる、跳ぶ、伸ばすなどの基本的なストレッチや運動不足の解消、体力の維持・向上といった健康づくりを主な目的とした遊具です。

散歩の途中などに子どもから高齢者まで、誰でも気軽に楽しむことができ、体のツボを刺激したり筋肉を鍛えたりすることもできます。

現在、市内3か所の公園などに設置してありますので、皆さんの健康づくりにお役立てください。

問 高齢福祉課地域包括支援センター(☎826-1146)
健康増進課健康支援係(☎826-3471)

— 健康遊具が設置してある場所と主な種類 —

- 霞ヶ浦総合公園テニスコート【10基】
ストレッチスタンド、ブリッジバランス、ハンガーリングなど
- 乙戸ファミリースポーツ公園【4基】
腹筋台、背伸ばしベンチ、はん登棒、サイクルステーション
- 新治総合福祉センター【10基】
ツイストボード、バネ付平均台、サイクルパワーなど

◎小冊子『健康遊具で体力アップ』を高齢福祉課、土浦保健センター、各支所・出張所、各地区公民館などで配布しています。



1月 としよかん

●市立図書館
☎823-4646
●ホームページ
<http://www.t-lib.jp/>



おしらせ

年末年始の休館について

図書館(本館および分館)は、12月29日(水)から1月4日(火)まで休館します。
※休館にともない、12月15日(水)から12月28日(火)までの期間は、下記のとおり、貸出冊数および貸出期間が変更になります。

- 貸出冊数 図書…10冊
CD・カセット…4冊(変更なし)
- 貸出期間…3週間



イベント

おはなし会(幼児～小学生向け)

1月9日(日) 午後1時30分から

1月23日(日) 午後2時から

ちいさなおはなし会(0～3歳児向け)

1月26日(水) 午前11時から

※日時は変更になることがあります。ご確認のうえ、ご来館ください。

今月の展示棚

テーマ：2011年NHK大河ドラマ
「江～姫たちの戦国～」

戦国の世に生まれ、数奇な運命をたどった末に、徳川三代将軍家光の生母となった江。彼女が嫁いだ徳川家とは？江戸城大奥とはどんなところ？江と同じ時代を生きた女性たちにも注目してみませんか。

いちおし!

世界を救う7人の日本人

国際協力



<内容紹介>
国際貢献の現場で活躍する日本人7人の経験を通して、国際貢献とは何か、途上国にとってどんな役割を果たしているのか、日本にとって国際貢献を行うことにどんな意味があるのかを具体的に教えます。

[池上 彰/著]

不器用な日々

小説



<内容紹介>
現実に立ちすくむ若者たち、家族という不思議への問い、そして死の準備とは…。著者の、社会へ向けられた真摯でしなやかなまなざし。最終講義「子どもの本のもつ力」を収録したエッセイ集です。

[清水眞砂子/著]

ベンジーのもうふ

絵本



<内容紹介>
ベンジーは、赤ちゃんの時に使っていたもうふが大好き。いつも持ち歩いて

いましたが、ある日、お隣のトルーディーと話した後、うっかりその場に忘れてしまい…。子どもの成長の1コマを温かな視点で描いた絵本です。

[ドロシー・マリノ/絵]

今月のおすすめ本

一般書	生まれてバンザイ	俵 万智/作
	昼咲月見草	野中 柊/著
	生活マナーとお手洗い	マナー教育サポート協会/著
	池田重子コレクション	池田重子/著
児童書	ピスタチオ	梨木香歩/著 (ほか多数)
	たのしいマジック	ゆうき とも/著
	イトウくん	三木 卓/作
	ワニあなほこぼる	石井聖岳/作
児童書	ころんだのだあれ?	垣内磯子/作
	ピンクのれいぞうこ	ティム・イーガン/作・絵 (ほか多数)

1 図書館カレンダー

2011.JANUARY						
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 30	24 31	25	26	27	28	29

●は休館。10日は分館のみ休館。

本館 火～金曜日 9時30分～19時
土・日曜日・10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)

1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	11日(火)・18日(火)・25日(火) 13日(木)・27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	18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	19日(水)	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	24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	14日(金)・21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
	31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	11:00~16:00	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	
	8日(土)	10:00~15:00			
法律相談	27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	14日(金)・28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)	14日(金)・28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)	20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	

現金での取引には要注意！
～最近の訪問販売トラブルから～

消費生活センターから

☎ 823-3928

◆**不用品回収トラブル** 「不用品を回収します」とアナウンスを流しながら車で巡回する廃品回収業者に処分を依頼したところ、積み込みが終わってから高額な請求をされた。高いと思ったが、怖くなり支払ってしまった。

♣**アドバイス** 安易に廃品回収業者に処分を依頼することは、トラブルや不法投棄のもとになります。依頼するときは、業者名と連絡先を確認し、必ず積み込む前に金額についても確認しましょう。

◆**貴金属の訪問買取** 突然、「使わない貴金属を買い取る」と業者が訪ねて来た。売るつもりはなかったが、母の形見のネックレスなど数点を業者に見てもらった。具体的な金額を提示され、買い取ってもらうことに同意してしまった。後から領収書と一緒に「買い取り後の返品はできない」と書かれたチラシを渡され

たが、大切な物を売ってしまったことを後悔し、翌日返してほしいと申し出たが「できない」と言われた。

♣**アドバイス** 業者が訪問する形態であっても、買い取りのときはクーリング・オフができません。また、後になって「やめたい」、「返してほしい」と連絡しても、取り戻せないことがほとんどです。

◆**食品の訪問販売** 訪問販売で強引に勧められるまま、りんごを1箱購入したが、半分は傷んでいた。解約したいが領収書がなく、業者名もわからない。

♣**アドバイス** 訪問販売や電話勧誘販売などで購入した食品は、クーリング・オフができます(3000円未満の現金取引を除く)。業者名をきちんと確認しておくことが大切です。心配なことがあれば、早めに消費生活センターに相談しましょう。

麻しん・風しん予防接種について

麻しん・風しん混合ワクチンの予防接種を受けましたか？まだ予防接種を受けていない方は、主治医と相談のうえ、忘れずに受けてください。

対象者		接種方法
第1期	1歳児	協力医療機関で個別接種
第2期	小学校就学前の1年間 (平成16年4月2日から 17年4月1日生まれの方)	協力医療機関で個別接種
第3期	中学1年生に相当する年齢 (平成9年4月2日から 10年4月1日生まれの方)	集団接種できなかった方は、 協力医療機関で個別接種 協力医療機関で個別接種 (市立中学校以外)
第4期	高校3年生に相当する年齢 (平成4年4月2日から 5年4月1日生まれの方)	協力医療機関で個別接種

※第1期接種後、第2・3・4期のいずれかで2回目の定期接種を受けてください。

有効期間／第2・3・4期対象の方(個別接種対象者は4月に予診票を送付済み)は、平成23年3月31日まで

※期間が過ぎたときは、無料で接種が受けられなくなります。

接種回数／1回

費用／無料

☎ 新治保健センター(☎862-5011)

私たちは運動普及推進員です！

運動普及推進員とは、地域に根ざした「健康づくりのための運動習慣」を普及するために、市で養成された市民ボランティアです。8日間の養成講座を受け、運動普及推進員となって、地域で活動しています。

●活動内容

- ①地区公民館などで、市民にストレッチやリズム体操、ウォーキング、市イメージソング「風の贈り物」体操などの普及
- ②食生活改善推進員とのタイアップ教室
- ③市事業への協力による普及活動(介護予防教室、健康増進教室、健康まつり、公民館まつりほか)
- ④個人による普及活動

休日緊急診療所の小児科の昼間を開所します！

とき／12月29日(水) 午前9時～12時
午後1時～4時

ところ／休日緊急診療所(下高津二丁目7-27)

※休日緊急診療所の小児科の昼間・夜間および内科の夜間は、12月29日(水)から1月3日(月)までの期間開所することとなります。

献血のお知らせ

とき／1月21日(金) 午前10時～午後1時
午後2時～4時

ところ／うらら広場

健康教室

歯のかたち

土浦市歯科医師会
野木 隆久(のぎ歯科)

人間の歯は全部で何本あるかご存じですか？32本あります。しかし、親不知が生えてこなかったり、他の歯が何本か無かったりと言うことは良くあることなので、すべてがそろっていても心配することはありません。

ではその32本の歯がすべて同じ形をしているでしょうか？違いますね。前歯と奥歯では形が違います。前歯は少し薄い形。奥歯になるにつれて太く大きくなっていると思います。

お口の中の場合によって歯の形が違います。これを「異形歯性」と言うのですが、つまり適材適所に歯が配置されているのです。

一番前の上下8本は切歯と言って、上下ではさみのように作用して食べ物を切り取ります。その隣にあるのは犬歯です。糸切り歯と言ったら馴染みがあるかもしれませんね。食べ物を引きちぎるときに活躍します。さらに奥へ行くと臼歯と呼ばれる歯が並んでいます。大きさを大臼歯と小臼歯がありますが、どちらも上下の歯で食べ物をすりつぶします。

このように前の方の歯で切り取ったりちぎったり

した食べ物が、奥へ進むに従ってすりつぶされて最後は飲み込まれていきます。

もし奥歯がなくなってしまうらどうなるでしょうか？すりつぶす効率が落ちてしまいます。歯は上下がそろって初めて機能しますから、たった1本無くなっただけでも実は上下の歯が2本無くなったのと同じくらいに効率が落ちてしまうこともあるのです。

奥歯がなければ前歯で噛めばいいという方も、いるかもしれませんが。確かに噛めるかもしれませんが前歯の仕事思い出して下さい。切り取るのは得意ですが、すりつぶすのはあまり得意ではありません。不得意なことを長い間していると、どこかに無理が出てきます。歯や顎の関節に問題が起こったり…。

もし、自分の歯に不得意な仕事をさせると心当たりのある方は、歯や顎が悲鳴を上げる前に一度かかりつけの歯医者さんに相談して下さい。



1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)	5日(水)	9:00~11:30	土浦保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	11日(火)	13:00~16:10	
こころの相談(予約先 障害福祉課 ☎826-1111 内線2454)	11日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	6日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	13日(木)		つわぶき(☎831-4126)
	27日(木)		うらら(☎827-0050)
	28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9月生まれ)	12日(水)・13日(木)	13:00~14:00	土浦保健センター
10か月児育児相談 (平成22年3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21年6月生まれ)	5日(水)・6日(木)	13:00~14:00	
3歳児健康診査(平成19年10月生まれ)	19日(水)・20日(木)	13:00~14:00	
母と子の歯科健康診査(平成20年10月生まれ・予約制)	7日(金)	13:15~15:30	
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	24日(月)	9:00~10:00
	7~11か月児	17日(月)	
	1~11か月児	26日(水)	
マタニティ教室「おおむね7か月以降の妊婦」(予約制)	11日(水)・18日(水)	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)	7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	6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。

1月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
1日(土)	木戸医院 ☎841-1753 乙戸三丁目	黒井整形外科医院 ☎826-2210 飯田	鈴村医院 ☎821-0174 大町	小竹歯科医院 ☎823-9815 蓮河原新町
2日(日)	大内内科クリニック ☎835-0014 大岩田	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	釣町歯科クリニック ☎841-0070 荒川沖西二丁目
3日(月)	田谷医院 ☎823-2636 生田町	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	梶塚歯科クリニック ☎823-1551 大和町
9日(日)	烏山診療所 ☎843-0331 烏山二丁目	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	岡野産婦人科医院 ☎851-2431 つくば市梅郷二丁目	さくら歯科クリニック ☎835-6770 小岩田東一丁目
10日(月)	小原内科医院 ☎821-1015 中央二丁目	野上病院 ☎822-5615 東崎町	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	ひさみつ歯科医院 ☎841-0077 荒川沖東二丁目
16日(日)	荒川沖診療所 ☎843-0859 荒川沖南区	淀縄医院 ☎822-5615 大町	石川クリニック ☎821-2587 大町	ながい歯科クリニック ☎846-1122 大町
23日(日)	中山内科クリニック ☎843-0870 中村南五丁目	塚田整形外科 ☎824-1111 桜町三丁目	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	たかぎ歯科 ☎822-3111 国分町
30日(日)	小林病院 ☎831-6688 神立中央三丁目	中央大形整形形成外科 ☎821-0220 中央二丁目	まつばらウイメンズクリニック ☎830-5151 阿見町荒川本郷	上野歯科医院 ☎821-0885 中央一丁目

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)

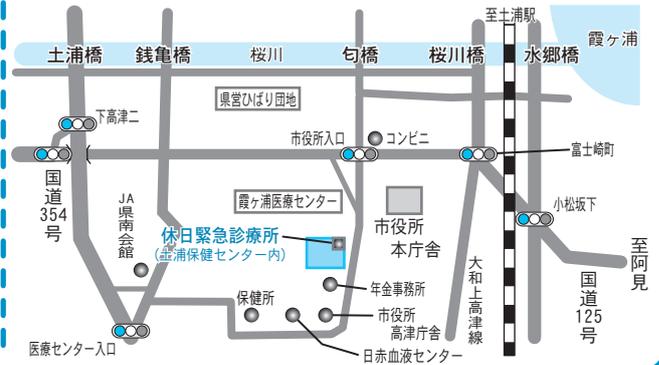
土浦市休日緊急診療所

診療科	時間	木	金	土	日	祝	12/29~1/3
内科	午後7時~10時			☺	☺	☺	☺
小児科	午前9時~12時			☺	☺	☺	☺
	午後1時~4時			☺	☺	☺	☺
	午後7時~10時	☺	☺	☺	☺	☺	☺

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