

つちうら

8

August

2011 No.1057
平成23年 8月16日発行

がんばらナイト! NIGHT土浦

9 / 17 sut ▶ 18 sun

問 商工観光課 (☎826-1111 内線7602)

土浦から
元気発信!!



第1回 まちなかドリンクラリー 17日(土) がんBAR土浦!



中心市街地の協力飲食店で飲み・食べ歩きをお楽しみください。

◎がんBAR土浦の楽しみ方 ▶▶▶ チケットを購入して、同時に配布されるマップを片手に、お好みのお店で「BARメニュー」を注文。テンポ良くハシゴするのがBARの醍醐味!

8月22日から
前売券販売開始!

前売券*

¥3,000

当日券
¥3,500

※前売券販売所/土浦商工会議所、ウララ
◎参加店情報など詳しくは、8月22日(月)以降に土浦商工会議所ホームページ (<http://www.tcci.jp>) でご確認ください。

問 土浦商工会議所 (☎822-0391)

飲酒運転は絶対にしないでください!

17日(土) 16:00~20:00

まちなか元気夜市

ウララ広場(土浦駅西口)

17日(土) 17:00~18:30

まちづくりシンポジウム -symposium-

県南生涯学習センター

18日(日) 17:00~20:30

ムーンライトコンサート

モール505滝の前広場



男前講座&カップリングバーベキュー

◎男前講座

とき/9月21日(水) 午後7時から

ところ/新治庁舎(大会議室)

対象者/土浦・石岡・かすみがうら市に居住または勤務する45歳以下の男性

定員/21人(先着順)

参加料/無料

申込期間/8月25日(木)~9月8日(木)

とき/10月29日(土) 午前11時から

ところ/青少年の家(乙戸)

対象者/40歳以下の女性および、土浦・石岡・かすみがうら市に居住または勤務する45歳以下の男性(男性は男前講座に参加した方優先)

定員/男女各21人(先着順)

参加料/男性:3000円、女性:2000円

申込期間/9月21日(水)~10月12日(水)

◎共通

申込方法/各市農業委員会にある申込用紙に必要事項を記入し直接
甲 土浦市農業委員会(☎内線5133)

休日納税・休日納税相談

とき/8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ご希望の方は、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。

問 納税課(☎内線2359、2233)

8月の納税

市・県民税…第2期
国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料…第2期

・納期限は8月31日(水)です。
・納税には、便利な口座振替をご利用ください。

問 納税課(☎内線2230)



熱中症にご注意を!

暑い日が続いています。屋内でも熱中症になることがあるので、こまめに水分をとるなど、熱中症対策に心がけてください。

INFORMATION

情報 ひろば

土浦市役所 ☎826-1111
テレフォンサービス ☎823-1188
防災行政無線 0120-826113

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

つちうら情報ステーション
市のイベントや事業などの情報をお届けします。茨城放送 (1458kHz) 【毎週木曜日 8:25~8:30】

お知らせ



土浦市生涯学習推進協議会

とき／8月24日(水) 午前10時から
ところ／市役所本庁舎 第2会議室(2階)
議題／第3次生涯学習推進計画について
傍聴者定員／10人(先着順)
傍聴手続／当日会場で(午前9時30分~10時)
☎生涯学習課(☎内線5114)

乳児用ベビースーツを貸し出します

とき／9月11日(日) 午前9時~9時30分
ところ／市役所本庁舎前

農業者が認定されました

農業の担い手の確保、育成や地域農業の活性化を目指す地域のリーダーとして、本市から新たに、次の方が農業者に認定されました。

☎内線2298

申込方法／電話で
申込期間／9月5日(月)、6日(火) 午前9時~午後5時
※貸出当日、運転免許証の写しを持参してください。

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よそ1歳児まで(体重10kg未満、身長75cm以下)の保護者または10月末日までに出産予定の方

第4回いばらき看護職合同進学・就職説明会

とき／8月27日(土) 午後0時30分~午後4時
ところ／茨城県総合福祉会館(水戸市千波町191-8)
対象者／高校生、看護学生および看護職をめざす方
内容／求人情報提供、看護職進学相談、就職相談など
☎茨城県ナースセンター(☎029-221-6900)

9月の無料年金相談

☎常陽銀行土浦支店：9月14日(水) 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)：9月10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：9月7日(水) 午前10時~午後3時(☎841-1123)
☎筑波銀行本店：毎週水・木曜日 午前9時~午後3時(☎0120-67774)

「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間

人権擁護委員・法務局職員が、高齢者、障害者に対する暴行・虐待など、あらゆる人権侵害の相談をお受けします。
とき／9月5日(月)~11日(日) 午前8時30分~午後7時(土・日曜日は午前10時から午後5時まで)
電話番号／0570-0003-110
☎水戸地方法務局人権擁護課(☎029-227-9919)

陸上自衛隊の夜間飛行訓練

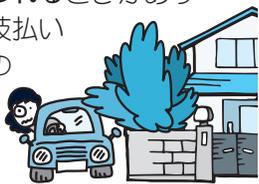
とき／9月6日(火)~8日(水)、13日(火)~15日(木)、27日(火)~29日(木) 日没から約3時間以内
ところ／陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場および同周辺空域
機種／ヘリコプター(3機)
☎陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校総務課(☎842-1211 内線3420)

四国八十八箇所巡礼の旅 4泊5日
(全3回企画第3回：65番三角寺から88番大窪寺まで)
◇旅行期間 平成23年10月17日(月)~10月21日(金)
◇ご旅行代金(お一人様) **¥139,000**
★最少催行人員15名
★添乗員が同行致します
★お食事：朝4回・昼5回・夕4回付
詳しくは当店にお問い合わせ下さい。
カスミトラベル土浦店 TEL:029-824-0835
カスミグループ
株式会社カスミトラベル

教育ローン★自動車ローン
JA土浦特別金利キャンペーン!
キャンペーン期間 23年9月30日まで
※各種ローンについては窓口までお気軽にご相談下さい。
変動金利 **2.4%** さらにJAカードにご加入いただくと! **0.5%** 引き下げ **1.9%**
JA土浦金融部融資課 土浦市田中1丁目1番4号 TEL822-0537
JA土浦ローンセンター 土浦市木田余3119番地の3 TEL823-2118

道路への倒木、 枝・雑草の張り出しにご注意!

道路や歩道への倒木、枝の張り出しにより、通行の支障になっていることが見受けられます。これらが原因で、車両や歩行者に事故が発生したときは、当該樹木の所有者の責任を問われるときがありますので、樹木の伐採または枝払いをお願いします。また、普段の管理だけでなく、強風や大雨の後には特に注意するようにご協力をお願いします。



☎ 土浦土木事務所道路管理課(☎822-4346)
市道路課(☎826-1111 内線2394、2395)

作業時の注意事項

- 通行車両、自転車、歩行者の安全確保と、樹木からの転落防止などに十分気をつけてください。
- 電線や電話線がある場所での作業は、事前に最寄りの東京電力(株)またはNTTに連絡し、立ち会いのもとで行ってください。

9月1日は、霞ヶ浦の日です



霞ヶ浦の水質浄化は、私たち霞ヶ浦周辺に住む者の共通の願いです。汚れの原因は、家庭からの生活排水が全体の約3割を占めています。

私たちの財産、霞ヶ浦をきれいにするために、皆さんもできることから取り組んでみましょう。

☎ 環境保全課(内線2449)

..... 私たちにできる浄化対策

- 台所には目の細かいストレーナーや三角コーナーを設置するなど、細かいごみを流さない工夫をする。
- 天ぷらなどの油は絶対に流さず、使い切るか、捨てる時は廃食用油回収事業を利用する。
- 鍋や皿についた汚れは、紙で拭き取るなどして、洗剤の使用を少なくする。
- 調理くずなどは、コンポストなどで堆肥化する。
- お風呂の残り湯は、洗濯に使うなど有効に使う。

生垣設置補助制度を ご利用ください

生垣の設置費用の一部を補助しています。東日本震災で被害を受けた方も、利用できます。

対象者/新たに生垣を設置する方、既存のブロック塀を撤去して生垣に改造する方
補助額/設置に必要な費用の2分の1(1mあたり5000円まで。限度額15万円)
※申請される方は、事前に必ずお問い合わせください。

☎ 公園街路課
(☎内線2258、2423)

認知症電話相談

認知症の悩みなどの相談を電話でお受けします。

とき/毎週月〜金曜日 正午〜午後4時

☎ 認知症の人と家族の会
(☎879・0808)

震災に関する 無料面談相談

とき/毎週木曜日 午前10時〜正午、午後1時〜4時
午後6時〜8時(祝日を除く)
ところ/茨城県弁護士会土浦

支部(中央一丁目13・3 大
国電城公園ハイツ304)
申込方法/電話で

◎電話による相談は、7月末で終了しています。

☎ 甲斐茨城県弁護士会土浦支部
(☎875・3349)

募集・ 催し



ごはん作り教室

炊いたごはんを使ったモチモチでしつとりパンと、季節野菜のヘルシークッキング!

とき/①:9月16日(金)、10月14日(金)、11月18日(金)(全3回) ②:9月24日(土)、10月15日(土)、11月19日(土)(全3回)

いづれも午前10時〜午後2時
ところ/土浦市農産物加工処理センター(農業センター内 永井本郷入会地字離山番外1) 定員/各12人(先着順)

受講料/3000円(材料代) 持参するもの/エプロン、三角巾

申込方法/電話で

申込締切/9月9日(金)

☎ 甲斐土浦市農業公社
(☎862・5143)

震災後、店舗の修繕・改修はお済みですか?

- ・どこに頼めば直してくれるの?
- ・どう直せばいいの?
- ・今後の地震に備えたい...

震災後の修繕・リフォーム工事、お任せ下さい! 不安な点などお気軽にお問い合わせ下さい。もちろん新規オープンまでの設計・施工もトータルサポートいたします。

小店建築

しょうてんけんちく

株式会社イーエ企画工房

☎:029-804-3055

http://www.es-kikaku.jp

宅配弁当 さくら 日替わり弁当を「一食」からお届けいたします。

さくら日替り弁当 Aコース お肉中心メニュー
Bコース お魚野菜中心メニュー
1食575円(数量限定)

日替わりカロリー、彩り弁当 1食740円おかずのみ

各種イベント等、ご予算に合わせてお作り致します
冷やしうどん、そば、始めました。525円から

ご注文は前日の18時までをお願いいたします。
市内の一部、配達出来ない所がございます。

☎029-826-0503(日曜、祭日定休)



平成23年度 秋季ホール展示

茨城県指定文化財・武者塚古墳出土資料

とき／9月3日(土)～11月30日(休館日を除く)。11月3日(休)、13日(休)は無料開館

ところ／上高津貝塚ふるさと歴史の広場(考古資料館)

主な展示資料／銀製圭頭大刀

二累環頭大刀、みずら

※みずらは10月15日(土)から

記念行事

●武者塚古墳石室現地公開

とき／10月16日(日) 午後1時30分～4時(荒天時は中止)

ところ／武者塚古墳展示施設(上坂田字字室台1153)

展示資料解説

とき／10月22日(土) 午後2時～3時

ところ／上高津貝塚ふるさと歴史の広場(考古資料館)

●上高津貝塚ふるさと歴史の広場(☎826・7111)

第3回観光ボランティアと歩く街めぐり

観光ボランティアガイドの案内で、歴史の名所を散策します。

とき／9月10日(土) 午前9時～正午

集合場所／市立博物館前

コース／博物館～亀城公園～まちかど蔵～桜橋跡～水戸街道～北門址～新土浦駅跡～善

応寺～旧土浦中学校(館内見学)～八坂神社～浄真寺～博物館



旧土浦中学校

参加料／200円(保険料を含む)

定員／20人(先着順)

申込方法／電話またはフックスで(住所、氏名、年齢を記入)

申込締切／9月5日(月)

●土浦市観光協会(☎824・2810)

●FAX 824・2819

第14回土浦新能

とき／9月3日(土) 午後3時開演(開場は午後2時30分)

ところ／市民会館大ホール

●演目：演者／狂言：「清水」・野村万蔵ほか、能：「鞍馬天

狗」・観世鏡之丞、大槻文蔵

宝生閑(人間国宝ほか)

鑑賞券／S席：5000円、A席：3000円、B席：1000円(全席指定。立見席なし)

鑑賞券販売所／文化課、市民会館、亀城プラザ

◎同会場で午前10時から、「土浦各流合同謡と仕舞の会」による舞台発表が行われます。(入場無料)

●土浦新能倶楽部事務局(文化課内) ☎862・1941



鞍馬天狗

東日本大震災復興支援 第46回市民ゴルフ大会

とき／9月28日(休)

ところ／

①ホワイトバーチカントリークラブ(沖宿町)

②かすみがうらOGMゴルフクラブ(かすみがうら市田伏)

参加資格／市内に居住または勤務している方

定員／①：140人、②：260人(いずれも先着順)

参加料／4000円(プレー代が別途かかります)

申込方法／土浦商工会議所または市内のゴルフ練習場にある申込書に必要事項を記入し、参加料を添えて直接

●土浦商工会議所内 ☎822・0391

第26回土浦母親大会

語り合おう土浦の3・11

とき／9月4日(日) 午前10時～午後3時(受け付けは午前9時30分から)

ところ／二中地区公民館

内容／講座「土浦市の被災状況とこれから」、しゃべり場「わたしのわが家の3・11」

参加料／300円(高校生以下は無料)

●土浦大会実行委員会(☎824・8949) 山口

高エネルギー加速器研究機構(KERK)一般公開

宇宙・物質・生命

～見えない世界を探る～

とき／9月4日(日) 午前9時～午後4時30分

ところ／高エネルギー加速器研究機構(つくば市大穂1-1)

内容／特別企画、講演、施設公開、特別展示など

●高エネルギー加速器研究機構(☎879・6047)

美味しく、食べやすい！ご高齢者のお食事はお任せください。



夏の涼味弁当

(8月行事食)

ちらし寿司
夏野菜と豚肉のさっぱり和え
枝豆入り豆腐と野菜の煮物
他3品

- 刻み・お粥 無料
- 1食¥525から
- 安否確認 OK
- 年中無休
- 1日1食からお届けOK!

「土浦市・阿見町指定配食業者」です。牛久エリアも配達中！

※まずは無料試食をお試しください！ぜひお電話ください。

高齢者専門宅配弁当 宅配クック123 土浦店

[HP] <http://www.ss.konan.co.jp/123t>

029-835-4630

通院が大変・・・送迎を頼みにくい・・・

できれば自宅でマッサージを・・・

お身体の痛みを和らげ、機能回復を目的としたマッサージを、お客様のご自宅で行っています。※阿見・牛久・つくばも訪問いたします。

医師の同意に基づき、健康保険が使える、

在宅訪問マッサージです。



「無料体験マッサージ」をお申し込み下さい。まずはお電話を！

らいふマッサージ治療院 土浦店

営業日：月～土(9時～18時)

[TEL]

0120-331-577(小野)

真鍋のまつり

8月26日(金)～28日(日)



★山車や獅子屋台(計9台)による競演が行われます
とき/28日(日) 午後6時30分～7時30分
ところ/市民会館駐車場

◎27日(土)、28日(日)の午後6時から9時30分まで、国道354号真鍋坂下から新川橋までが歩行者天国になります。ほかに、時間により交通規制になる道路もありますので、ご協力ください。

講座・講演会

糸紡ぎワークショップ

とき/9月11日(日)、18日(日)
または11月13日(日)、20日(日)
いづれも午前10時～午後4時
ところ/市立博物館
対象者/高校生以上で2日間とも参加できる方
定員/各5人(先着順)
参加料/100円(材料費)
申込方法/本人が電話で

要約筆記入門講座

耳の不自由な方とコミュニケーションをはかるために、言葉を文字にして伝える方法を学びます。
とき/10月12日～11月16日までの毎週水曜日 午後1時30分～3時30分(全6回)
ところ/総合福祉会館(4階 講義講習室)
対象者/市内に居住または通勤・通学している方

申込期間/8月30日(火)から
市立博物館
(☎824・2928)
定員/20人(先着順)
受講料/無料(教材費は別途)
申込方法/電話またはフアックスで(住所、氏名、生年月日、電話番号、市内に通勤・通学している方は勤務先・学校名を記入)
申込締切/9月30日(金)
市立福祉協議会(☎821・5995) FAX 824・4118

体験講座 縄文土器をつくろう

気分は縄文人!本格的な縄文土器づくりを体験します。
とき・内容/
9月17日(土)：粘土づくり
10月8日(土)：土器の形づくり
10月9日(日)：土器の模様入れ
11月19日(土)：土器焼き
午前10時～午後3時(最終日は午前9時から正午まで。雨天時は順延)
ところ/上高津貝塚ふるさと歴史の広場(考古資料館)
対象者/全4回参加できる方
※小学4年生以下は、保護者同伴
講師/上高津貝塚土器づくりの会
定員/20人(先着順)
申込方法/電話で
※昼食は各自で用意

資格試験

平成23年度 自衛官採用試験

防衛大学校学生
1次試験/
推薦：9月24日(土)、25日(日)
一般：11月5日(土)、6日(日)
受験資格/平成24年4月1日現在、21歳未満の高校生(見込みを含む)
防衛医科大学校学生
1次試験/10月29日(土)、30日(日)
受験資格/平成24年4月1日現在、21歳未満の高校生(見込みを含む)
看護学生
1次試験/10月22日(土)
受験資格/平成24年4月1日現在、24歳未満の高校生(見込みを含む)
共通
願書受付期間/9月5日(月)～30日(金)(推薦は8日(木)まで)
自衛隊茨城地方協力本部土浦地域事務所(☎821・6986)

大人の休日倶楽部パス

旅に合わせて選べる!

このきっぷをお求め・ご利用いただくには、「大人の休日倶楽部」への入会が必要です。発売期間中、ひゅうプラザ土浦駅で入会申込みをしていただく、その場で「大人の休日倶楽部パス」をお求めいただけます。

ひゅうプラザ土浦駅にて「大人の休日倶楽部入会相談コーナー」を設置! 木・金曜日:17時～19時、土日祝:10時～17時 お気軽に相談下さい。

JR東日本全線+金沢・福井 4日間 乗り放題 15,000円

■利用期間:2011年9月1日(木)～13日(火)の連続する4日間
■発売期間:2011年8月1日(月)～9月9日(金)
※ご利用日当日の発売はいたしません。
■フリーエリア:JR東日本全線・JR西日本北陸エリア・IGRいわて銀河鉄道線
三陸鉄道線・青い森鉄道線・北越急行線・富士急行線・伊豆急行線

JR東日本全線+JR北海道全線 5日間 乗り放題 23,000円

■利用期間:2011年9月1日(木)～13日(火)の連続する5日間
■発売期間:2011年8月1日(月)～9月8日(木)
※ご利用日当日の発売はいたしません。
■フリーエリア:JR東日本全線・JR北海道全線・IGRいわて銀河鉄道線
三陸鉄道線・青い森鉄道線・北越急行線・富士急行線・伊豆急行線



★お問合せ★ひゅうプラザ土浦駅まで Tel (029) 824-8390 営業時間/平日(月～金)11:00～19:00 土日祝 10:00～17:00 ★ひゅうプラザご利用のお客さまはヘルチ土浦駐車場をご利用ください。

まちの話題 ズームアップつちうら

まちづくり市民懇談会



6月28日から7月20日にかけて、各地区公民館でまちづくり市民懇談会を開催しました。各回とも多くの方が参加し、これからの「土浦のまちづくり」や「地区の課題」などに対する活発な意見をいただきました。いただいた意見は、今後の市政運営や第7次土浦市総合計画・後期基本計画の策定に反映させる予定です。

東レアローズ・バレーボール教室



7月25日、新治トレーニングセンターで中学生を対象に、バレーボール教室が開催されました。指導にあたったのは、何度も日本一に輝いている実業団チームの東レアローズ。暑さも吹き飛ばすほどの選手たちの熱心な指導に、参加した中学生は少しでもその技術を身につけようと、繰り返し練習に取り組んでいました。

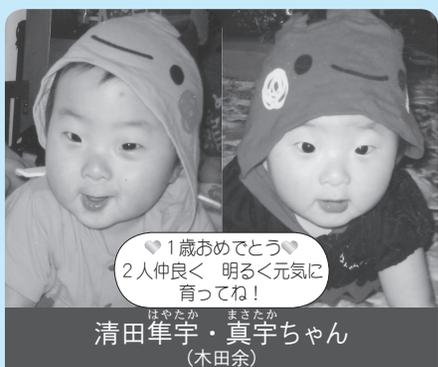
家庭教師のトライ・スポニチ野球教室

7月23日、新治運動公園で市内の少年野球チームを対象に、野球教室が開催されました。指導には、元西武ライオンズ監督の東尾 修さんや、元広島東洋カープ監督の山本浩二さん、元阪神タイガースの広澤克美さんなどがあたり、参加した子どもたちは、往年の名選手たちのアドバイスに真剣に耳を傾けていました。



宮城県名取市にリサイクル自転車を提供

8月1日、茨城県自転車・二輪自動車商協同組合土浦支部の協力のもと、東日本大震災の被災地支援のため、通学用自転車が不足している宮城県名取市の農業高等学校へリサイクル自転車50台を提供しました。現地は、いまだに震災の傷跡が残っていましたが、自転車を受け取った高校生は笑顔を見せてくれました。



※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。



勤労青少年ホーム後期講座



勤労青少年ホームは、働く若者のための施設です

開講日／10月4日(火)から順次開講
 受講期間／10月～平成24年3月(各18回)
 受講時間／火～金曜日…午後6時30分～8時30分
 土曜日…午前10時30分～正午(午前の部)
 午後3時30分～5時(午後の部)
 日曜日…午前10時30分～正午

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)
 申込方法／本人が勤労青少年ホームへ直接
 申込期間／9月3日(土)～10日(土)(日曜日は除く)
 月～金曜日…午後1時～8時
 土曜日…午前9時～午後4時

※各講座とも先着順。申込人数が少数のときは、中止になることがあります。

申込 勤労青少年ホーム(☎822-7921)

新規講座

やさしいバレエ(ストレッチ&エクササイズ)

基本から学びましょう。初心者大歓迎!!

ソフト剣道

女性でも楽しいソード(剣)エクササイズ!!



～ 休館日が変わります! ～

10月1日(土)より、休館日が日曜日・祝日から月曜日・祝日になります。

講座名	講師名	曜日	定員	教材費
エアロ(中級)	齋藤美津枝	日	15人	2000円
やさしい手編	稲葉幸子	火	10人	2000円
やさしいエアロ	齋藤美津枝	火	12人	1000円
ピラティス&ヨガ	普入圭実子	水	15人	8000円
陶	芸 和田国夫	水	15人	8000円
茶	道 奥村宗征	水	10人	1万円
料理	理 五家真弓	水	12人	1万8000円
ゴルフ	フ 桂 邦男	水	10人	2万円
書道入門	長田志秀	木	10人	3500円
料理	理 久松輝子	木	12人	1万8000円
着付	桜井定子	木	12人	5000円
フラワーアレンジメント	長田登志子	金	10人	2万円
ソフト剣道	糸賀睦夫	金	10人	4000円
ピラティス&ヨガ	普入圭実子	土午前	15人	8000円
やさしいバレエ	普入圭実子	土午後	10人	5000円



こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん

HAPPY BIRTHDAY

8月生まれ



10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8月31日(水)までに広報広聴課へ郵送、直接またはメール(kouho@city.tsuchiura.lg.jp)で。10月上・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。



誕生日おめでとう!
美咲スマイル
ナンバー1!!

みさき
永井美咲ちゃん
(右翔)



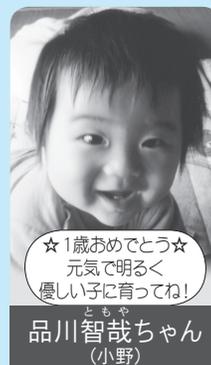
お誕生日おめでとう!!
元気に大きくなってね☆
パパ・ママ・太陽

ひまわり
石川向日葵ちゃん
(板谷七丁目)



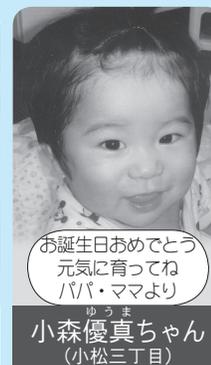
お誕生日おめでとう
元気に大きくなってね

だいすけ
片岡大輔ちゃん
(富士崎一丁目)



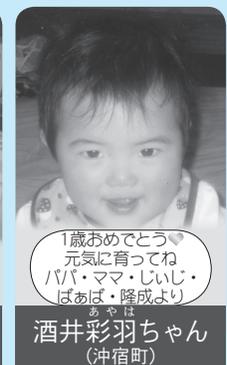
☆1歳おめでとう☆
元気で明るく
優しい子に育ってね!

ともや
品川智哉ちゃん
(小野)



お誕生日おめでとう
元気に育ってね
パパ・ママより

ゆうま
小森優真ちゃん
(小松三丁目)



1歳おめでとう♡
元気に育ってね
パパ・ママ・じいじ・
ばあば・隆成より

あやは
酒井彩羽ちゃん
(冲宿町)

水郷体育館・水郷テニスコート スポーツプログラム



受講生募集

スポーツの秋です！
みなさん体を動かしましょう

申込方法／住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望教室(曜日・時間)を記入し、往復はがきを郵送または官製はがきを窓口へ持参
※はがき 1枚につき 1教室の申し込み

申込締切／

◇水郷体育館… 9月21日(水) (必着)

◇水郷テニスコート… 9月17日(土) (必着)

◎定員を超えたときは抽選。また、申込人数が少数のときは、中止となる場合があります。

◎水郷体育館のスポーツプログラム

☎ 水郷体育館(〒300-0835 大岩田1051 ☎823-4811)

教室名	対象	曜日	時間	日程	回数	定員	受講料※1
バレーボール	一般女子	火	10:00~12:00	10/4~12/20	10回	40人	6,000円
ピラティス	一般男女	火	9:45~10:45	10/18~12/20	10回	36人	5,000円
ママと赤ちゃんの産後体操A	2~10か月児親子	火	10:00~11:00	10/18~12/6	8回	13組(26人)	6,000円
ママと赤ちゃんの産後体操B	2~10か月児親子	火	11:15~12:15	10/18~12/6	8回	13組(26人)	6,000円
エアロビクス【午前】	一般男女	火	11:00~12:00	10/18~12/20	10回	36人	5,000円
バランスボール&ストレッチ※2	一般男女	火	13:30~14:30	10/18~12/20	10回	20人	5,000円
エアロビクス【夜間】	一般男女	火	19:00~20:00	10/18~12/20	10回	36人	5,000円
ルーシーダットン(タイ古式ヨガ)	一般男女	火	20:10~21:00	10/18~12/20	10回	36人	5,000円
親子リトミック体操A	1歳半~4歳児親子	水	9:45~10:45	10/12~12/21	10回	25組(50人)	5,000円
親子リトミック体操B	1歳半~4歳児親子	水	11:00~12:00	10/12~12/21	10回	25組(50人)	5,000円
リズム&ソフトヨガ	一般男女	水	14:00~15:00	10/12~12/21	10回	30人	5,000円
ジュニア体操教室	年長~小学3年生	水	16:30~17:30	10/12~12/21	10回	20人	6,000円
ジュニアエアロビクス	小学3~6年生	水	17:30~18:30	10/12~12/21	10回	20人	6,000円
パワーヨガ【水曜夜間・初級】	一般男女	水	18:45~19:45	10/12~12/21	10回	36人	5,000円
パワーヨガ【水曜夜間・中級】	一般男女	水	20:00~21:00	10/12~12/21	10回	36人	5,000円
ペルビック・ストレッチ(骨盤矯正)	一般男女	木	9:50~10:50	10/20~12/15	8回	20人	6,000円
ストレッチ&ヨガ	一般男女	木	11:00~12:00	10/13~12/22	10回	36人	5,000円
ハワイアン・フラ【夜間】	一般女子(16歳以上)	木	19:30~20:30	10/13~12/22	10回	30人	5,000円
NEW ヘルシーストレッチ	一般男女	金	9:15~10:15	10/14~12/16	10回	30人	5,000円
パワーヨガ【金曜午前・初級】	一般男女	金	10:30~11:30	10/14~12/16	10回	36人	5,000円
やさしいソーラン	一般男女	金	11:45~13:15	10/21~12/9	8回	25人	6,000円
やさしいピラティス	一般男女	金	14:30~15:30	10/14~12/16	10回	36人	5,000円
パワーヨガ【金曜夜間・初級】	一般男女	金	19:30~20:30	10/14~12/16	10回	36人	5,000円
ハワイアン・フラ【午前】	一般女子(16歳以上)	土	10:30~11:30	10/8~12/17	10回	30人	5,000円
キッズHIPHOP A	4~6歳児	土	13:00~14:00	10/8~12/17	10回	10人	6,000円
キッズHIPHOP B	小学生	土	14:00~15:00	10/8~12/17	10回	20人	6,000円
ベリーダンス	一般女子	日	16:00~17:00	10/16~12/18	10回	20人	8,000円

※1 受講料には保険料が含まれます。 ※2 55cmのバランスボールが必要になります。

◎水郷テニスコートの硬式テニス教室

☎ 水郷テニスコート(〒300-0835 大岩田580 ☎824-0880)

教室名【レベル】	対象	曜日	時間	日程	回数	定員	受講料※1
初心者【ラケットのにぎり方から】	高校生以上	火	18:30~19:30	10/4~11/29	8回	20人	4,500円
初心・初中級【基本・応用】	高校生以上	火	19:30~21:00	10/4~11/29	8回	40人	6,000円
中級【試合想定】	高校生以上	水	19:30~21:00	10/5~11/30	8回	24人	9,000円
初心・初中級【基本・応用】	高校生以上	木	19:30~21:00	10/6~12/1	8回	40人	6,000円
初心・初級【基本の習得】	高校生以上	金	10:00~11:30	10/7~11/25	8回	40人	6,000円

※1 受講料には保険料が含まれます。

人事行政の運営などの状況を公表します

人事行政の公平性と透明性を高めるため、市では市職員の任免や給与、勤務条件などの状況を公表しています。

今号では、平成22年度の人事行政の運営等の状況のうち、主なものについて公表します。なお、詳しくは、市ホームページでもご覧になれます。

☎ 人事課(☎826-1111 内線2329)



□職員任免および職員数の状況

平成22年度の退職者46人、平成23年度の新規採用者は30人で、平成23年4月1日現在の職員数は、1,023人です。

1. 職種別職員数の状況

(人)

職種区分	22年度 当初職員数	22年度 退職者数	23年度 採用者数	23年度 当初職員数
行政職	790	33	19	776
消防職	180	9	11	182
技能労務職	69	4	—	65
合計	1,039	46	30	1,023

2. 職種別応募採用者数

(人)

職種区分	応募者数	受験者数	合格者数	採用者数
事務職	300	249	9	9
事務職(障害者)	6	6	2	2
技術職	13	9	3	3
保育士	32	30	2	2
保健師	8	6	1	1
社会福祉士	18	16	3	2
消防職A	82	76	9	9
消防職B	8	6	2	2
合計	467	398	31	30

※消防職Bは、救急救命士資格取得者など。



□職員給与の状況

1. ラスパイレス指数

ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与を100とした場合の地方公務員の給与水準を示したもので、平成22年度の土浦市のラスパイレス指数は96.0です。

2. 初任給、平均年齢、平均給料月額(平成22年4月1日現在)

職種区分	初任給	平均年齢	平均給料月額
行政職	大卒：185,800円	43.7歳	334,215円
消防職	大卒：204,500円	42.6歳	345,400円
技能労務職	高卒：137,200円	48.6歳	303,600円

3. 主な職員手当(平成22年4月1日現在)

手当の名称	内 容
管理職手当	管理または監督の地位にある職員のうち、規則で指定する者に、その職務の特殊性に基づき、月額30,000円から110,000円を支給しています。
扶養手当	扶養親族のいる職員の生活補給を目的に支給しています。扶養親族の範囲は、ほかに生計の途がなく、主にその職員の扶養を受けている者をいいます。 配偶者…月額13,000円、子・父母など…月額6,500円
通勤手当	電車やバスなどの利用者に、6か月定期の価額を基本として支給しています。自動車などの利用者には、片道2km以上で距離に応じて2,000円から26,500円を支給しています。
期末勤勉手当	民間企業のボーナスにあたる期末手当および勤勉手当は、年間で給料月額の3.95月分を6月・12月の2回に分けて支給しています。 6月 … 期末手当：1.25月分、勤勉手当：0.70月分 12月 … 期末手当：1.35月分、勤勉手当：0.65月分 計 … 期末手当：2.60月分、勤勉手当：1.35月分

※上記の手当のほか、地域手当、住居手当、時間外勤務手当などがあります。

□職員の勤務時間、そのほかの勤務条件の状況

1. 勤務時間(標準的なもの)

午前8時30分から午後5時15分まで
※休憩時間は正午から午後1時まで

2. 主な休暇・休業制度

有給の休暇として、年次休暇、療養休暇、忌引などがあります。また、無給の休暇として、育児休業、介護休暇などがあります。





●保育所

ところ	とき・内容	対象者・定員	申込方法・そのほか
★保育所であそぼう！ ※帽子、飲み物、レジャーシートを持参			
新生保育所 (☎841-0575)	24日(土) 午前10時～11時 運動会に参加しましょう(おみやげ拾い)	未就園児親子 20組(先着順)	8月23日(火) 午前9時30分から 各保育所へ電話で
神立保育所 (☎831-8464)	24日(土) 午前9時30分～11時 運動会に参加しましょう(おみやげ拾い)		
東崎保育所 (☎821-2807)	26日(月) 午前9時30分～11時30分 お庭であそびましょう	未就園児親子 5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。
竹ノ入保育所 (☎842-6253)	24日(土) 午前10時頃 運動会に参加しましょう(おみやげ拾い)		
天川保育所 (☎822-6172)	24日(土) 午前9時30分～11時 運動会に参加しましょう(おみやげ拾い)		
藤沢保育所 (☎862-2600)	6日(火) 午前9時30分～11時 人形劇「あいさつのきらいな王さま」	未就園児親子 22組(先着順)	随時電話で
★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)	13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
都和児童館 (☎832-3112)	13日(火) 午前10時15分～11時15分 小麦粉粘土であそぼう	未就園児親子 15組(先着順)	8月25日(木)から9月6日(火) までに電話または直接
	16日(金) 午前11時～11時45分 親子ピクス	未就園児親子 15組(先着順)	9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 つくってあそぼう「ミルク缶でたいこを作ろう」	未就園児親子 15組(先着順)	9月1日(木)から前日までに電話または直接
	30日(金) 午前11時～11時30分 おはなし会	未就園児親子 定員なし	当日児童館へ直接
ポプラ児童館 (☎841-3212)	9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
	13日(火) 午前11時～11時30分 交通安全教室	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	26日(月) 午前11時～11時40分 おじいちゃんおばあちゃんとあそぼう！	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
新治児童館 (☎862-4403)	9日(金) 午前10時30分～11時30分 親子ピクス	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	20日(火) 午前10時30分～11時30分 おはなし会(竹とんぼ)	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	29日(木) 午前10時30分～11時30分 運動会ごっこ(雨天決行)	乳幼児親子 30組(先着順)	事前に電話または直接

●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
★『9月のふれあいデー』 ※コップを持参(雨天時は上靴も)			
土浦幼稚園 (☎821-0796)	7日(水) 午前9時30分～11時 みんなで水遊び	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)	2日(金) 午前10時～11時 水遊びをしよう など		
都和幼稚園 (☎831-3735)	7日(水) 午前9時30分～11時 水遊びをしよう など		
大岩田幼稚園 (☎824-3430)	9日(金) 午前10時～11時 みんなで遊ぼう(砂場など)		



9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、飲み物や帽子などを各自でご用意ください。

●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・そのほか
★親子ふれあい教室 ※飲み物を持参			
一中地区公民館	6日(火)	午前10時～11時30分 運動会ごっこ	未就園児親子 20組(先着順) 8月23日(火) 午前 9時30分から電話で
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	14日(水)		
神立地区コミュニティセンター	15日(木)		
新治地区公民館	16日(金)		
★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) 8月23日(火) 午前 9時30分から電話で
三中地区公民館	2日(金)	リズムあそび	
★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) 8月23日(火) 午前 9時30分から電話で
★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) 8月23日(火) 午前 9時30分から電話で
	16日(金)	※栄養相談あり	

白鳥保育園

☎831-2590

①園庭開放(雨天中止)

月	火	水	木	金
			1	2
5	6	7	8	9
12	13	14	15	16
—	20	21	22	—
26	27	—	—	—

②親子クラブ

1日(木)…楽器遊び
8日(木)…室内ゲーム
15日(木)…敬老の日制作
22日(木)…粘土遊び

時間/
①…午前8時30分～午後0時30分
②…午前9時30分～11時30分

対象者/未就園児親子
定員/各20組(先着順)
持参するもの/①…タオル、飲み物
②…上靴、ビニール袋
申込方法/前日までに電話で

ありんこくらぶ

土浦愛隣会保育所内 ☎841-0463

①保育所開放
月～金曜日(祝日を除く)

②イベント
6日(火)…リズム遊び
13日(火)…ミニ運動会
20日(火)…誕生会(7～9月生)
22日(木)…救急救命講習会
27日(火)…作って遊ぼう

時間/
①…午前10時～午後3時
②…午前9時45分～正午

対象者/未就園児親子
定員/各20組(先着順)
持参するもの/タオル、飲み物
申込方法/前日までに電話で

ひまわり

めぐみ保育園内 ☎841-2838

①お部屋開放
月～金曜日(祝日を除く)

②遊びの広場～園庭で遊ぼう～
5日(月)、14日(水)、21日(水)、26日(月)

③キッズ広場～公園で遊ぼう～
6日(火)、20日(火)…水郷公園
13日(火)、27日(火)…乙戸沼公園

④子育て広場～親子ピクス～
9日(金)、22日(木)、30日(金)
※22日は、六中地区公民館で開催

⑤食事体験 8日(木)、28日(水)

⑥赤ちゃん広場 16日(金)

⑦祖父母と遊ぼう 12日(月)

時間/①⑥…午前9時30分～正午
午後1時30分～4時
②③④⑤⑦
…午前10時～11時30分

申込方法/前日までに電話で
※対象者、定員など、詳しくはお
問い合わせください。

平成23年度

土浦市事業仕分け結果



公開の場で、第三者の視点から公平・客観的な評価を行い、事業の目的や本質を明確化し、市民への説明責任の徹底と職員の意識改革の推進を図るため、7月16日に「事業仕分け」を、昨年に引き続き実施しました。

仕分け作業は、コーディネーター1人、仕分け人5人、市民判定員22人と23人からなる班を2班編成して、各班8事業ずつ、合計16事業を仕分けしました。市民判定員、仕分け人が判定した仕分け結果は、次のとおりです。

	不要	再検討・見送り	国・県・広域	市(要改善)	市(現行通り)	合計
市民判定員	2	4	0	8	2	16
仕分け人	3	5	0	8	0	16

なお、仕分け結果が市の最終判断となるものではありません。この結果を検証し、来年度の予算編成や今後の事業のあり方を見定めるための参考にします。

☎ 行政経営課 (☎826-1111 内線2384)

★各事業の仕分け結果

会場	事業名	担当部署	市民判定員の仕分け結果					仕分け人の仕分け結果						
			不要	再検討・見送り	国・県・広域	市(要改善)	市(現行通り)	判定結果	不要	再検討・見送り	国・県・広域	市(要改善)	市(現行通り)	判定結果
第1会場	① ボランティアセンター運営費補助事業	社会福祉課		4		18	1	市(要改善)	2	2		1		再検討・見送り
	② はり、きゅう、マッサージ施術費補助事業	高齢福祉課	11	7		5		不要	2	2		1		再検討・見送り
	③ 献血推進事業	健康増進課	2	6	6	7	2	市(要改善)		1		4		市(要改善)
	④ こどもチャレンジ事業	こども福祉課		2		14	7	市(要改善)				5		市(要改善)
	⑤ 市民会館自主文化事業	文化課	5	6		12		市(要改善)		4		1		再検討・見送り
	⑥ 青少年の家管理事業	青少年課	2	7		14		市(要改善)		2		3		市(要改善)
	⑦ 観劇、音楽鑑賞一部補助事業	指導課		1		9	13	市(現行通り)				4	1	市(要改善)
	⑧ 家庭教育学級開設運営委託事業	生涯学習課	4	16		3		再検討・見送り	3	1		1		不要
第2会場	① 観光帆船操業委託事業	商工観光課		7	4	6	5	再検討・見送り		2		3		市(要改善)
	② 揚水機運営補助事業	耕地課	2	9		10	1	市(要改善)		1		4		市(要改善)
	③ 奨学生育英事業	教育総務課	4	8		6	4	再検討・見送り		5				再検討・見送り
	④ 卒業記念品支給事業	学務課	1	3		9	9	市(要改善)	1	1		3		市(要改善)
	⑤ 男女共同参画各種講座開催事業	男女共同参画課	8	10	1	3		再検討・見送り	3	1		1		不要
	⑥ 水洗化改造資金融資あっ旋利子補給事業及び湖沼水質浄化下水道接続事業補助事業	下水道課		5	3	11	3	市(要改善)		3		2		再検討・見送り
	⑦ 県民交通災害共済加入促進事業	生活安全課	11	6	1	4		不要	4	1				不要
	⑧ 生ごみ処理容器配布・購入助成事業	環境衛生課		1		3	18	市(現行通り)				3	2	市(要改善)

※仕分け人の判定が同数のときは、コーディネーターの判定を加えて判定結果を出しています。

また、市民判定員の判定が同数のときは、仕分け人の判定結果を追加し、判定結果を出しています。

◎仕分けの質疑内容や市民判定員、仕分け人の評価コメントについては、市ホームページをご覧ください。

9月 としょかん

問 市立図書館 (☎823-4646 HP <http://www.t-lib.jp/>)

9 図書館カレンダー						
2011. SEPTEMBER						
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 (○は分館のみ休館)

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
(三中地区分館・都和分館・神立分館)

お知らせ

●福島県の新聞を読むことができます

福島県災害対策本部から本館に、県外避難をしている福島県民への情報提供の一環として、「福島民報新聞」と「福島民友新聞」が送られてきています。当日の新聞ではありませんが、福島県内の状況を詳しく知ることができますので、情報収集にご活用ください。

●団体貸出をご利用ください

本館では、団体貸出を行っています。

読書推進を目的とした、市内にお住まいの5人以上で活動している団体へ、100冊を上限に最長2か月間、図書館の本を貸し出します。福祉施設や学校などで読み聞かせをする方、読書会を開く方などに最適です。この機会にぜひ登録してみませんか。

おはなし会

●おはなし会 (幼児～小学生向け)

9月11日(日) 午後1時30分から
9月25日(日) 午後2時から

●ちいさなおはなし会 (乳幼児向け)

9月28日(水) 午前11時から

※日時は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：日本人と仏教

今月は、仏教についての本を広く集めてみました。昔から、日本人と関わりの深い仏教。冠婚葬祭だけではなく、実は私たちの日常生活にもさまざまな影響を与えています。普段何気なく使っている言葉や行動について、仏教的な視点で見直してみると、新たな発見があるかもしれません。

先月のNo.1

真夏の方程式 東野圭吾／著

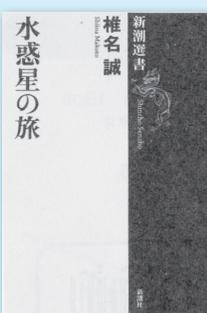


夏休みを伯母一家が経営する旅館で過ごすことになった少年・恭平。仕事で訪れた湯川も、その宿に滞在する。しかし翌朝、もう1人の宿泊者が変死体で見つかった…。

今月のおすすめ本

水惑星の旅

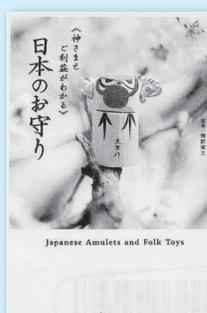
(環境)



水格差、淡水化装置、健康と水、雨水利用、人工降雨、ダムや河川の問題…。水環境は日々、悪化している！現場を歩き、水に触れ、口に含み、話を聞き、驚き、考えた、警鐘のルポルタージュです。
(椎名誠／著)

日本のお守り

(民俗)



各地の生活や信仰のなかで生まれ、さまざまな時代を経ていまに伝わるお守りを、北海道・東北地方から九州・沖縄地方まで各地ごとに、カラー写真とともに紹介します。
(畑野栄三／監修)

こどもの本



□イタチとみずがみさま

内田麟太郎／作 山本孝／絵

□世界は気になることばかり

五味太郎／作

□あさです！

いもとようこ／文・絵

□しろもくろも、みんなおいで

あべ弘士／作

□しげちゃん

長谷川義史／絵、室井滋／作

□千年の森をこえて

キャシー・アッペルト／著

□コウモリのルーファスくん

トミ・ウングレー／作

9月の無料相談

※祝日は除きます

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	13:00~16:00	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 (予約時間10:00~14:00)	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
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	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(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)
消費生活相談	月~金曜日	9:30~16:30	消費生活センター (☎823-3928)	商品、契約や多重債務などのトラブル(消費生活相談員)
家庭児童相談	月~金曜日	8:30~17:15	こども福祉課 (☎内線2393)	18歳までの子どものすべてについて(家庭児童相談員)
育児相談	月~金曜日	9:00~17:00	地域子育て支援センター“さくらんぼ” (☎823-1288)	乳幼児のしつけ、生活習慣(保育士)
早期療育相談	月~金曜日	9:30~16:30	療育支援センターほか (☎822-3411)	言葉の遅れや落ち着きがないなど、子どもの発達、行動面に関すること(早期療育相談員)
青少年相談	火~日曜日	10:30~17:00	青少年センター(ウララ2 8階 ☎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) ※予約制
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)
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)
精神クリニック	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	11:00~15:40	男女共同参画センター(ウララ2 7階 ☎827-1107) 月曜休館	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
	10日(土)	10:00~15:00		
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)・16日(金)	13:00~15:40		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)・16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

協働のコーナー



今回は、土浦市民のための市民活動情報サイト「こらぼの」について紹介します。「こらぼの」は、NPO法人や市民活動団体などの市民公益活動団体に関する活動内容やイベントなどの情報を提供することで、市民活動の裾野の広がりや活性化を図ることを目的とした、市民活動情報の入り口です。「自分たちのまちは、自らが創る」という意識のもと、市民の皆さん自身が創っていくサイトです。

◆ネーミング

「市民と活動団体、または活動団体同士が協働し合えるような環境にしたい」という願いを込めて「コラボ

問 市民活動課協働推進室
☎826-1111 内線2234

レーション」ということばから引用しました。「コラボの…」と何か続くようですが、その後続く言葉は自由です。何とコラボするのか、誰とコラボするのか、いろいろな人との関わり合いの中で活動が広がり、心がつながることを願っています。

◆ロゴマーク

人と人が手を取りあつてつながっている様子をレンコンの形を使ってイメージしました。

◆サイトの使い方

- ・土浦の情報を探している方…市民活動団体やボランティア活動、地域振興イベントなどを検索できます。
- ・土浦で活動している団体…登録すれば団体の詳細ページを持つことができ、情報発信ができます。

まずは、アクセスしてみてください!

➔<http://www.corabono.com/>(こらぼのドットコム)

9月のけんこう

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、おいしく食べて、楽しく運動をしましょう！

とき・ところ／

●神立地区コミュニティセンター(全3回)
10月13日(木)、11月10日(木)、12月8日(木)

●六中地区公民館(全3回)
11月15日(火)、12月20日(火)、1月17日(火)

いずれも午前10時から11時30分まで
(11月10日、12月20日は午前10時から午後1時)

対象者／市内に居住している60歳以上の方

内容／認知症予防や食事に関する講話、調理実習、運動など

講師／医師、保健師、栄養士など

定員／30人(先着順)

申込方法／電話で

◎他の地区公民館でも開催します。詳しくは、「みんなの健康づくり便利帳」をご覧ください。

フットケア教室

転倒予防のための適切な足の手入れ、靴の選び方などを実施します。

とき／10月6日(木) 午前10時～11時30分

ところ／六中地区公民館

対象者／市内に居住している60歳以上の方

講師／内田みさ子さん(土浦協同病院糖尿病看護認定看護師)ほか

定員／30人(先着順)

申込方法／電話で

やさしい味 クッキング教室

STOP! 塩分とりすぎ!! あなたの家の味噌汁はやさしい味ですか？

とき／

①9月21日(水) 午前9時30分～午後2時

②11月2日(水) 午前9時30分～午後1時30分
(受け付けは、いずれも9時15分から)

ところ／土浦保健センター

対象者／市内に居住している方

内容／

①高血圧予防や食生活に関する講話、運動、調理実習

②メタボリックシンドローム予防についての講話、調理実習

講師／土浦市食生活改善推進員、市管理栄養士

定員／30人(先着順)

参加料／500円(2回分)

持参するもの／エプロン、三角巾、筆記用具、計算機、運動のできる服装、飲み物

申込方法／電話で

◎参加者にもれなく減塩テープをプレゼント！



献血のお知らせ

とき／9月16日(金)

午前10時～正午、午後1時～4時

ところ／JR神立駅前



申問 健康増進課(土浦保健センター ☎826-3471)

健康教室

認知症

土浦市医師会

綿引秀夫(わたひきクリニック)

近年、高齢化が進み、認知症患者の数が増加しています。認知症の話をする、単なる物忘れとどう違うのかとよく質問されます。

例えば私たちでも、人の名前を思い出せなかったりすることはあるでしょう。でも、それを認知症とは言いません。認知症では、ひとつひとつの事柄の順序や関連性を考えることが苦手になります。主婦の場合、特に料理が苦手になります。ですから、料理ができなくなったら認知症を考えなくてはなりません。

また、認知症で困ることは、「物とられ妄想」や「徘徊」、「暴力」、「異食(食べ物でないものを食べてしまう)」、「ろう便(便をこねくりまわす)」などがあります。

家でおとなしくしている認知症の患者さんいれば、家族の制止をふりはらい、「徘徊」してしまう患者さんもあります。そのようになったら、家族でのケアも難しくなり、社会的資源、たとえば、「グループホーム」などを利用する必要もでてきます。

最近、認知症の治療薬がたくさん開発されています。効果は、皆さんが期待するほどではありませんが、人によっては効果のある人もいます。「被害妄想」や「暴力」、「問題行動」などは、多くの人に効果のある薬があります。一方、「物忘れ」は薬を服用しても、悲しいですが進んでしまいます。

また、認知症の人を家族がケアするコツをつかむことも大切です。まず、認知症の人をしかってはいけません。「しかられた」という感情が残ってしまい、憂鬱ゆううつになります。また、本人がパニックに陥らないように、一つのことのみを指示してください。

認知症は、いつ、誰がなるかわかりません。そのときに、家族だけで抱え込まずに、社会の問題として解決していきましょう。



9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	土浦保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	13日(火)	13:00~16:10	
こころの相談(予約先 障害福祉課 ☎826-1111 内線2343)	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)		つわぶぎ(☎831-4126)
	22日(木)		うらら(☎827-0050)
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23年5月生まれ)	14日(火)・15日(水)	13:00~13:50	土浦保健センター(☎826-3471)
10か月児育児相談 (平成22年11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22年2月生まれ)	7日(火)・8日(水)	13:00~13:50	
3歳児健康診査(平成20年6月生まれ)	21日(火)・22日(水)		
母と子の歯科健康診査(平成21年6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	9:00~10:00	新治保健センター(☎862-5011)
	7~11か月児		
	1~11か月児	26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(火)・13日(火)	9:45~10:00	土浦保健センター(☎826-3471)
離乳食教室(おおむね6~7か月児・予約制)	2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	1日(木)	13:00~13:30	土浦保健センター(☎826-3471)

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・日曜日、祝日のみ)でも案内しています。

9月	内科	外科	産婦人科	歯科
4日(日)	荒川沖診療所 ☎843-0859 荒川沖南区	あくつ整形外科 ☎841-4665 中荒川沖町	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	かやば歯科医院 ☎843-5577 中
11日(日)	石井内科クリニック ☎841-6125 右 糺	友常医院 ☎823-4307 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	よしだ歯科 ☎841-4848 小山田一丁目
18日(日)	松本内科医院 ☎843-1211 中村東三丁目	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	おじま歯科医院 ☎824-6661 真鍋五丁目
19日(月)	山中内科クリニック ☎843-0870 中村南五丁目	黒井整形外科医院 ☎826-2210 飯 田	石川クリニック ☎821-2587 大 町	宮田歯科クリニック ☎843-4618 中荒川沖町
23日(金)	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	塚田整形外科 ☎824-1111 桜町三丁目	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	南学園歯科医院 ☎841-0606 西根南三丁目
25日(日)	小林医院 ☎831-6688 神立中央三丁目	東郷クリニック ☎843-7770 荒川沖東三丁目	鈴木医院 ☎821-0174 大 町	酒井歯科医院 ☎826-5454 大岩田

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 毎日…午後6時30分~11時30分 日曜日、祝日、12月29日~1月3日…午前9時~午後5時)

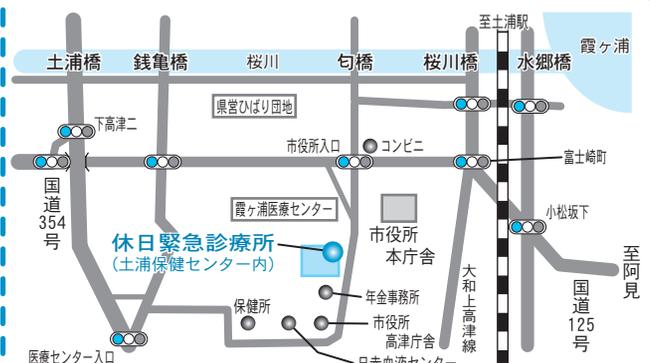
土浦市休日緊急診療所

診療科	時間	木	金	土	日	祝
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」9月上旬号は、9月1日(木)発行予定です。