広報
TSUCHIURA PUBLIC RELATIONS
つちうら
お知らせ版
11
November
2011　No.1063
平成23年11月15日発行

第15弾
土浦まちなか元気市

今回の元気市はモール505クリスマスイベントとの同時開催。モール505の1/10スケール、50.5mのクリスマスロールケーキ作りに参加しませんか。

申問 土浦商工会議所（☎822-0391）

と　き／12月３日（土）　午前11時～午後４時
ところ／川口ショッピングモール505（川口一丁目）
内　容／つちうらカリー物語認定店のＰＲ販売、ＪＡ土浦の地元産新鮮野菜の即売、ステージイベントなど

プレゼント　来場者した方へお得な情報！
会場内無料試食券、地元産新鮮野菜

と　き／午前11時から、午後１時から
定　員／各30人（定員を超えたときは抽選）

イベント　参加者募集！
ギネスに挑戦？ 50.5mのロングロールケーキ作りに挑戦しよう！

と　き／12月３日（土）　午後２時～３時
（午後１時から受け付け）
ところ／川口ショッピングモール505ステージ付近
定　員／50組（２人１組。先着順）
参加料／１組200円
※出来あがったロールケーキ（長さ25cm程度）をお持ち帰りできます。
申込方法／電話またはファクスで
申込締切／11月30日（水）

今年も光り輝くイルミネーションが土浦のまちを明るく照らします！

土浦ウィンターフェスティバル2011

点灯期間／11月18日（金）～12月25日（日）
午後５時～午前１時
ところ／土浦駅西口広場、各大型店、各商店会

点灯式
と　き／11月18日（金）　午後５時から
ところ／ＪＲ土浦駅西口ペデストリアンデッキ
内　容／土浦第二小学校合唱団による合唱など

問 土浦市観光協会（☎824-2810）

クリスマスイルミネーションイベント トゥインクルナイト・モール505

点灯期間／12月３日（土）～25日（日）
ところ／川口ショッピングモール505
主なイベント／
３日（土）…イルミネーション点灯式
３日（土）、10日（土）、17日（土）、25日（日）…クリスマスライブ
３日（土）～25日（日）…イルミネーションコンテスト・エンジェルウインク

17日（土）…サンタフェスティバル
※クリスマスライブ、イルミネーションコンテストなどで参加者を募集しています。詳しくは、お問い合わせください。

問 モール505事務局（☎824-2420）

休日納税・休日納税相談

と　き／11月27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）

天童フェア

観光物産協定を結んでいる山形県天童市の特産品（りんご、ラ・フランス、漬物、お菓子など）を販売します。

と　き／11月26日㈯　午前10時～午後５時（小町の館は午後２時まで）、11月27日㈰　午前10時～午後２時
ところ／土浦商工会議所（中央二丁目２-16）、さんぱる（荒川沖東二丁目７-１）、小町の館
問 土浦市観光協会（824-2810）

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】

Information
お知らせ

成田空港の飛行コースが変更になりました

成田国際空港は、発着回数の拡大に対応するため、同時離着陸方式を導入しました。

これにより、南風時の飛行コースが変更になり、かすみがうら市方面から進入してくる到着機が、土浦市上空で旋回し、同空港に向かうことになりました。

※詳しくは、同空港ホームページ（http://www.naa.jp/jp/csr/course_change03.html）をご覧ください。

問 成田国際空港茨城地域相談センター（0120・84・5013）

土浦市都市計画審議会

と き／11月24日㈭　午後1時30分から
ところ／市役所本庁舎2階第2会議室
議　題／土浦・阿見都市計画下水道の変更について
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）
問 都市計画課（☎内線242 4）

12月3日㈯～9日㈮は障害者週間です

国民の間に広く、障害者の福祉についての関心と理解を深めるとともに、障害者が社会、経済、文化、その他のあらゆる分野の活動に積極的に参加する意欲を高めることを目的とした週間です。

障害の有無にかかわらず、誰もが相互に人格と個性を尊重し支え合う共生社会は、あなたのちょっとした配慮や工夫で実現できます。障害のある方について知り、身近なこととして考えてみましょう。

問 障害福祉課（☎内線2339）

障害児（者）を励ます新年の集い

と き／平成24年1月9日㈪午前11時30分から（受け付けは午前11時から）
ところ／ホテルマロウド筑波（城北町2-24）
対象者／市内に居住または市内の障害者団体・施設・学校に所属する障害児（者）とその保護者
内　容／成人を迎える方へのお祝い、レクリエーションなど
定　員／120人（先着順）
参加料／
◎大人（中学生以上）…2000円（成人を迎える方は無料）
◎小学生・幼児…1000円（食事をとらない方は1000円）
申込方法／参加料を添えて、各団体または社会福祉協議会へ直接
申込締切／12月9日㈮
申問 社会福祉協議会地域福祉係（☎821・5995）

うちエコ診断を受けませんか

家庭でのCO₂削減・節電のため、うちエコ診断員が事前アンケートをもとにCO₂排出状況などについて診断を行い、アドバイスをします。

診断期間／平成24年1月中旬頃まで（予定）
申込締切／12月22日㈭
※申込方法など、詳しくはクールアースいばらきホームページ（http://business2.plala.or.jp/ibakobo/senta/sub001.html）をご覧になるか、お問い合わせください。
問 クールアースいばらき（☎029・248・7431）

陸上自衛隊の夜間飛行訓練

と き／12月6日㈫～8日㈭、13日㈫～15日㈭、20日㈫、21日㈬　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
問 陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校総務課（☎842・1211 内線3420）

定期貯金年末キャンペーン実施中！
取扱期間：2011年12月30日まで
組合員／組合員のご家族の方に限り
店頭表示金利に 0.3%金利上乗せ
・対象商品　/　スーパー定期１０万円以上（期間１年）
・対象者　/　個人で新規お預け入れの方（ＡＴＭは対象外）
・満期時の取扱　/　自動継続扱（継続時は店頭表示金利）
・詳しくは、最寄の支店までお問い合わせください。
ＪＡ土浦　本店/土浦市田中1-1-4　TEL029-822-0537　http://www.ja-tsuchiura.com

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。
さくら日替わり弁当　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
ご注文は前日の18時までにお願いいたします。
市内で一部、配達出来ない所がございます。
電話029-826-0503（日曜、祭日定休、年末年始）

乳児用ベビーシートを貸し出します

と　き／12月18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75㎝以下）の保護者または平成24年1月末日までに出産予定の方
申込方法／電話で
申込期間／12月12日㈪、13日㈫　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。
申問生活安全課（☎内線2298）

東日本大震災の被害に遭われた方へ

❑所得税（雑損控除）の個別相談会

震災で、住宅や家財などに損害を受けられた方は、震災特例法により平成22、23年分の所得税の全部または一部を軽減することができる場合があります。その手続きや申告に必要な事項などのご相談をお受けします。

と　き／11月29日㈫、30日㈬、12月1日㈭　いずれも午前9時30分～午後4時（受け付けは午後3時まで）
ところ／ワークヒル土浦
※持参する書類など、詳しくはお問い合わせください。
問土浦税務署個人税部門（☎822・1100　自動音声案内で「0」番を選択）

❑個人債務者の私的整理に関するガイドライン

震災の影響で、債務の返済ができなくなった方の生活再建のためのガイドラインです。利用することで、**金融機関と弁済方法の変更や債務の減免などを話し合う**ことができます。また、**法的倒産手続きの不利益（資格制限や個人情報の登録など）を回避**できます。

対象者／次のいずれにも該当する個人および個人事業主
◎住宅ローン、事業性ローンなどを借り入れている。
◎住居、勤務先、取引先などの生活・事業基盤が震災の影響を受けた。
◎借り入れが弁済できない、または近い将来できなくなると確実に見込まれる。
※詳しくは、お問い合わせください。
問個人版私的整理ガイドライン運営委員会茨城支部（☎029・222・3521）

❑原子力発電所事故被害者救済支援センター

福島第1原子力発電所事故で被害を受けた方に、弁護士を紹介します。

内　容／
◎原子力発電所事故に関する相談（3回まで無料）
◎東京電力に対する損害賠償請求の代理
◎紛争解決センターへの和解仲介の申し立ての代理
◎原子力損害賠償センターに対する仮払請求の代理
※代理業務は有料ですが、個人は法テラスの分割支払い制度を利用できます。詳しくは、お問い合わせください。
問茨城県弁護士会（☎029・222・7072）

年末金融特別相談会・経営相談会

中小企業診断士、日本政策金融公庫・茨城県信用保証協会職員が、金融・経営に関する相談をお受けします。

と　き／12月6日㈫　午後1時～4時
ところ／チャレンジショップ虹（川口一丁目1-28）
相談内容／「東日本大震災復興緊急保証」を活用した震災融資など融資制度の斡旋（あっせん）、資金繰り、事業資金、経営改善
申込方法／電話、メールまたは商工会議所にある申込書に必要事項を記入しファクスで
申問土浦商工会議所（☎822・0391　FAX822・8844　✉info@tcci.jp）

小・中学校体育館の開放受け付け

平成24年度に年間を通して市内28小・中学校の体育館を利用する団体の受け付けを開始します。

利用資格／市内に居住または通勤・通学する方で構成する10人以上の団体（20歳以上の代表者を1人置くこと）
利用時間／1日3時間（午後10時まで）
※学校行事で利用できない日があります。また、種目によって利用できないことがありますので、ご確認ください。
申込方法／スポーツ振興課または各小・中学校にある申込用紙に必要事項を記入し、スポーツ振興課へ直接
申込締切／12月16日㈮
申問スポーツ振興課（☎内線5157）

内外装リフォームもお任せください！
畳　襖　大工工事　壁紙　水廻りリフォーム
●畳表替え　1畳3,980円～
●襖貼替え　片面2,980円～
情報満載のホームページも見てね
お気軽にお問い合わせ下さい
0120-141-593（イシイのいぐさ）
URL:www.isi-ibaraki.com
本　店　石岡市大谷津3-10
土浦営業所　土浦市神立町3698-34
つくば店　つくば市高野台3-20-1
創業150余年の実績
㈱イシイ畳リフォーム

がんばろう茨城！復興応援企画
実施期間：平成24年3月31日出発分まで
以下の4つの条件を満たせば貸し切りバス代が無料です！
①参加人数が20名以上
②県内で1泊以上宿泊する
③県内の観光地を1箇所以上立ち寄る
④県内のお土産店又は食事所に1箇所以上立ち寄る
グループ旅行お考えのお客様は是非ご連絡をお待ちしております。
～お問合せ～
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

12月の無料年金相談

❑**常陽銀行土浦支店**…12月20日㈫　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）**…12月10日㈯　午前10時～午後4時（☎822・3216　土浦支店）

❑**常陽銀行荒川沖支店**…12月14日㈬　午前10時～午後3時（☎841・1123）

❑**筑波銀行本店マネープラザ**…月～金曜日（祝日を除く）　午前9時～午後3時（0120・67・7774）

❑**筑波銀行すまいるプラザ土浦**…12月10日㈯　午前10時～午後4時（0120・21・8124）

❑**筑波銀行神立支店**…12月14日㈬　午前9時～午後3時（☎832・1223）

❑**JA土浦本店**…12月3日㈯　午前9時～午後3時（☎822・0537）

※詳しくは、各金融機関へお問い合わせください。

危険物取扱者試験

と　き／平成24年2月5日㈰　午前9時30分から（午前9時までに集合）

ところ／つくば国際短期大学（真鍋六丁目7－10）

受講料／甲種…5000円、乙種…3400円、丙種…2700円

申込方法／所定の申込書を消防試験研究センター茨城支部（〒310－0852　水戸市笠原町978－25）へ郵送または同センターのホームページ（http://www.shoubo-shiken.or.jp）の電子申請で

申込期間／郵送…11月30日㈬～12月16日㈮（当日消印有効）、電子申請…11月27日㈰～12月13日㈫

◎試験準備講習会（乙種第4類）

と　き／平成24年1月17日㈫、18日㈬　午前9時30分～午後4時30分（受け付けは午前9時から）

ところ／茎崎交流センター（つくば市小茎318）

受講料／1万3000円（危険物安全協会員は1万円）

申込方法／所定の申込書を茨城県危険物安全協会連合会（〒310－0852　水戸市笠原町978－25）へ郵送または同連合会のホームページ（http://www.ibakiren.or.jp）の電子申請で

申込期間／12月1日㈭～平成24年1月10日㈫（必着）

問消防本部予防課（☎821・5967）

募集・催し

Recitment and meeting

第4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、土浦まち歩き学にある「土浦城址（じょうし）と城下町巡りコース」を散策します。

と　き／12月17日㈯　午前9時～正午

集合場所／市立博物館前

コース／博物館駐車場→亀城公園→大手門跡→中城天満宮→退筆塚→高田保記念碑→三重衝突慰霊碑→榮稲荷神社→南門跡→花蔵院→等覚寺→郁文館正門→博物館駐車場

郁文館正門

参加料／200円（保険料を含む）

定　員／20人（先着順）

申込方法／電話またはファクスで（住所、氏名、年齢を記入）

申込締切／12月5日㈪

申問土浦市観光協会（☎824・2810　FAX824・2819）

小町ふれあいまつり

と　き／11月26日㈯　午前10時～午後2時（雨天決行）

ところ／小野小町の里

内　容／手打ちそば・産直野菜の販売、そば打ち体験、ガマの油売り口上など

問小野小町の里（☎862・1002）

都和児童館母親クラブクリスマス会

と　き／12月20日㈫　午前10時15分～11時15分

ところ／都和児童館

対象者／市内に居住している未就園児親子

内　容／ビンゴゲーム、サンタさんからのプレゼントなど

定　員／15組（先着順）

申込方法／電話または直接

申込期間／12月1日㈭～17日㈯

申問都和児童館母親クラブ（☎832・3112）

食欲の秋ですね！安心安全なご高齢者のお食事、お任せください。

11月行事食【石川弁当】

今回のメインは・・・
鶏肉の治部煮/ひじき煮
石川県金沢市の郷土料理です。
おさつサラダ
豚肉入り野菜炒め
ずいきの煮物
大根葉としらすの混ぜごはん

◆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　【TEL】0120-331-577（小野）
営業日：月～土（9時～18時）

広告主を募集します

❑広報つちうら

掲載料／1枠…3万円、半枠…1万5000円（いずれも月額）
規　格／1枠…縦4・55㎝×横17・67㎝、半枠…縦4・55㎝×横8・58㎝
掲載場所／広報つちうら中旬号「情報ひろば」最下段
発行部数／5万6400部
対象者／事業者（個人は除く）

❑土浦市ホームページ

掲載料／月額1枠2万円
規　格／1枠…縦50ピクセル×横150ピクセル
形　式／GIF画像またはJPEG画像
掲載場所／トップページの下段
アクセス件数／月平均約7万7000件
対象者／事業者（個人は除く）
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。
問広報広聴課（☎内線2331）

❑納税通知書送付用封筒

通知書の種類・枚数・発送時期／
◎**固定資産税・都市計画税納税通知書**…約5万5000枚　平成24年4月上旬ごろ
◎**市・県民税納税通知書**…約3万1000枚　平成24年6月上旬ごろ
◎**軽自動車税納税通知書**…約3万9000枚　平成24年5月上旬ごろ
掲載料／1枠25万円から
規　格／縦6・0㎝×横10・3㎝
掲載場所／封筒裏面2枠（1事業所1枠まで）
対象者／事業者（個人は除く）
募集締切／12月26日㈪
掲載の決定／申込額の高いものから順に上位2事業者
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。
問課税課（☎内線2388）

講座・講演会

Course and lecture meeting

体験レッスン!! 美顔フェイシャルヨガ

ヨガのポーズを行いながら、表情筋にもアプローチ！
と　き／12月17日㈯、平成24年1月14日㈯、2月11日㈯いずれも午前9時30分～10時30分
ところ／水郷体育館
対象者／女性
定　員／各20人（先着順）
受講料／1回500円
持参するもの／手鏡
申込方法／電話で
申問水郷体育館（☎823・4811）

ボディメイクヨガ体験レッスン

カラダの内側、外側両方から美しくなりませんか？
と　き／12月9日㈮、16日㈮いずれも午後1時30分～2時30分
ところ／ワークヒル土浦　多目的ホール
定　員／各40人（先着順）
受講料／1回500円
申込方法／電話で
申問ワークヒル土浦（☎826・2622）

健康増進課からのお知らせ

❑介護予防「高齢者のためのおいしいな教室」～おいしく楽しい食事で健康づくり～
と　き／12月6日㈫　午前10時～午後1時
対象者／市内に居住している平成24年3月31日で65歳以上になる方
定　員／25人（先着順）

❑魚々（ギョギョ）っと料理でメタボ予防
と　き／12月8日㈭　午前10時～午後1時
対象者／市内に居住している方
講　師／食生活改善推進員
定　員／30人（先着順）
◎共　通
ところ／土浦保健センター
内　容／調理実習
参加料／300円
持参するもの／エプロン、三角巾
申込方法／電話で（メタボ予防は11月21日㈪から）
※受け付けは、いずれも午前9時45分から
申問健康増進課（☎826・3471）

土浦協同病院第2回市民公開講座

と　き／12月3日㈯　午後2時～4時
ところ／市民会館小ホール
テーマ／がん検診
講　師／入江ふじこさん（県保健予防課長）、田澤潤一さん（同病院健康管理センター長）、稲垣雅春さん（同病院呼吸器外科部長）
問土浦協同病院庶務課（☎823・3111）

1泊2日 添乗員同行
びゅう
忘年戸倉上山田温泉の旅
～お座敷列車で訪れる名湯・戸倉上山田温泉。年忘れのひと時を、ゆったりとお過ごしください～
最少催行人員105名　募集人員130名
詳しくは専用パンフレットをご覧下さい
お座敷列車ゆうで行く

出発日 2011年12月11日(日) 1泊2日
旅行代金 29,800円（土浦駅出発 大人お一人様）（1部屋4名利用の場合）
ご宿泊 ホテル圓山荘
●コースのポイント●
1、人気のお座敷列車「ゆう」利用の1泊2日コース！
2、添乗員同行で安心の旅！
3、真田氏歴史館・上田城跡など、みどころ盛りだくさん！
JR東日本
☆お問い合せ☆ び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 ★びゅうプラザご利用のお客さまはペルチ土浦駐車場をご利用ください。
○旅行代金には行程に明示された交通費・旅行業務取扱料金・消費税等諸税が含まれております。○おとな1名を含む2名様以上でお申込みください。○添乗員が同行いたします。○詳しくは、専用パンフレットにてご確認ください。○お申込みの際には別途お渡しする詳細旅行条件書をお受け取りになり十分にお読みください。
旅行企画実施 JR東日本旅客鉄道株式会社

平成24年 成人式

と　き／平成24年１月８日(日)　午後１時30分から
（受け付けは午後０時30分から）
ところ／市民会館
対象者／平成３年４月２日から４年４月１日生まれの方(11月１日現在、土浦市に住民登録のある方には、12月上旬に案内状を送付します)
※住民登録をしていなくても式典に参加できます。
問 青少年課(☎826-3455)

おかあさんといっしょ ポコポッテイトがやってきた！

ぽていじまの仲間のムテ吉、ミーニャ、メーコブが土浦にやってくる！楽しい歌やダンスのポコポッテイトのショーだよ！

と　き／平成24年３月10日(土)
午後１時から、午後３時30分から(２回)
ところ／市民会館大ホール
入場料／１人2200円(１歳以上は入場券が必要です)
入場券販売／市民会館　ほか
入場券販売日／12月20日(火)

こどもたちに大人気の３キャラクター“ムテ吉・ミーニャ・メーコブ”と、うたのお兄さん、お姉さんが繰り広げる歌や踊り、そして楽しいゲームやクイズショーなど、ステージと会場が一体となって盛り上がる『わくわくステージ』です。

問 市民会館(☎822-8891)

1月で１歳になる赤ちゃんを募集!!

申込方法／①誕生日、②住所、③氏名(ふりがな)、④電話番号、⑤一言(20文字程度)を記入のうえ、写真を添えて広報広聴課へ郵送、メール(kouho@city.tsuchiura.lg.jp)または直接。
申込締切／11月30日(水)
※１月中旬号に掲載となります。なお、応募写真は返却できませんので、ご了承ください。

野口楓斗(ふうと)ちゃん
(下坂田)

橋本莉央太(りおた)ちゃん
(湖北二丁目)

田中優月(ゆづき)ちゃん
(神立町)

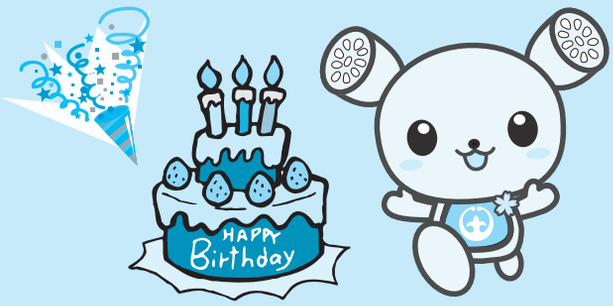
野口智彬(ちあき)ちゃん
(摩利山新田)

門　彩花(あやか)ちゃん
(西根南一丁目)

的場彪大(あやた)ちゃん
(西根南一丁目)

服部縁士(えにし)ちゃん
(神立町)

宇田悠馬(ゆうま)・健悟(けんご)ちゃん
(板谷三丁目)



※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。

第12弾 プレミアム付商品券発売！

1億5千万円発売します!!

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、10％お得な商品券です。

市内の取扱加盟店で使用でき、1000円の商品券４枚は、大型店でも使用できます。

問 土浦商工会議所（☎822-0391）

発売日／12月１日（木）から
有効期間／12月１日（木）～平成24年３月31日（土）
発売額／１万円（購入限度額は１世帯10万円）
発売所／土浦商工会議所、土浦市新治商工会、土浦まちかど蔵「大徳」、ワークヒル土浦、土浦農業協同組合本・支店、土浦都市開発（ウララ）、荒川沖商業協同組合（さんぱる）　ほか

◎取扱加盟店の情報は、11月26日（土）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。

こどもランドまつり

問 青少年課（☎826-3455）

とき 11/26（土）
午前10時～正午

ところ こどもランド
（ウララ２　８階）

★ヨーヨー釣り
★おもちゃの金魚すくい
★紙トンボつくり
★バルーンアート
★輪投げ　など

楽しいコーナーが盛りだくさん☆遊びに来てね!!

※おおむね小学生までのお子さんとその保護者が対象です。専用駐車場はありませんので、ご了承ください。

こ・ん・に・ち・は　赤・ち・ゃ・ん

HAPPY BIRTHDAY

11月生まれ

～地域コミュニティ活動の活性化のために～

乙戸町町会では、平成23年度コミュニティ助成（宝くじ助成）で祭礼用具を購入しました。

この助成は、宝くじの普及および広報を目的に、コミュニティ活動に必要な施設や備品を整備するために助成しているものです。

町内会融和のシンボル夏祭りで、地域のコミュニティ活動の活性化がさらに期待されます。

問 市民活動課（☎826-1111　内線2456）

土浦市・筑波大学包括協定記念シンポジウム
若い世代による～土浦まちづくり提案～

市内の高校生や筑波大学生が、まち歩きなどのワークショップから、若い世代の視点によるまちづくりを提案します。

問 商工観光課（☎ 826-1111　内線7602）

と　き／12月10日（土）　午後１時30分～４時30分
ところ／県南生涯学習センター（ウララビル５階）
参加校／土浦一高・土浦二高・土浦三高の生徒43人、筑波大学生
テーマ／若い世代と地元商店街、自然・歴史・文化による活性化、安心・安全のまちづくりなど

平成24年度
保育所新規入所の申し込みを受け付けます

お子さん同伴でお越しください。

受付期間／12月１日（木）～12日（月）　午前８時30分～午後５時15分（土・日曜日を除く）
※郵送や保育所での受け付けは、行っていません。
受付場所／市役所本庁舎１階　第７会議室
入所基準／市内に住所があり、家庭で保育ができない児童（保育所で集団生活ができる児童）
持参するもの／
①保育所入所申込書（児童１人につき１枚）
②家庭で保育できないことを証明する書類（就労証明書、自営業（農業）申立書、診断書、身体障害者手帳、出産予定日がわかる母子手帳などのいずれか）
※父・母・同居の祖父母とも必要
③平成23年中の所得税が確認できる書類（源泉徴収票、確定申告書（写）、市民税申告書（写）などのいずれかを後日提出）
※父・母とも必要
④保育所申請用補助表、心身状況書
⑤母子手帳
注意事項／
①必要書類が不足していると受理できません。
②現在、保育所に入っているお子さんで、来年度に保育所を変更するときは新規扱いになりますので、新たに申し込みが必要です。
◎受付期間終了後も随時受け付けています。平成24年４月の入所を希望する方は３月12日（月）までに、それ以降の入所を希望する方は前月の10日までにこども福祉課へ直接申し込んでください。

	保育所名	所在地	電話	年齢	定員
公立	新生	中村南一丁目24-１	841-0575	産休明け～５歳	90
	荒川沖	荒川沖西二丁目10-11	841-0037	１～５歳	90
	霞ケ岡	霞ケ岡町13-20	821-1890	１～５歳	90
	東崎	東崎町４-７	821-2807	１～５歳	120
	東崎・駅前分園	大和町9-2 ウララ2 8階	826-3515	１～３歳	10
	都和	並木二丁目８-４	822-8053	産休明け～５歳	120
	天川	天川一丁目24-１	822-6172	１～５歳	60
	新川	城北町18-19	822-8896	産休明け～３歳	60
	桜川	田中三丁目４-５	821-9136	１～５歳	90
	神立	神立中央三丁目８-22	831-8464	産休明け～５歳	120
	竹ノ入	西根南三丁目４-46	842-6253	１～５歳	60
民間	土浦愛隣会	右籾1681	841-0463	産休明け～５歳	120
	めぐみ	烏山五丁目2263-８	841-2838	産休明け～５歳	60
	白鳥	白鳥町1096-４	831-2590	産休明け～５歳	120
	エンゼル・ゆめ	真鍋二丁目10-23	822-1863	産休明け～５歳	90
	つくば国際	東崎町12-21	823-7404	産休明け～５歳	90
	中央	神立中央一丁目10-21	830-1284	産休明け～５歳	60
	高岡	高岡2303-４	862-4666	産休明け～５歳	60
	藤沢	藤沢1746	862-2600	産休明け～５歳	60
	白帆	蓮河原新町８-30	823-3070	産休明け～５歳	60
	あおぞら	上高津1800-１	869-7490	産休明け～５歳	60
	愛（かな）	中村南一丁目14-11	843-6877	産休明け～２歳	30
	童話館	東真鍋町９-28	824-1323	産休明け～５歳	60

問 こども福祉課（☎826-1111　内線2418、2419）

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

運動不足になりがちな
冬こそ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…12月21日（水）（必着）
◇水郷テニスコート…12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、中止となることがあります。

◎水郷体育館のスポーツプログラム

申問 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	1/17～3/27	10回	40人	6,000円
ピラティス	一般男女	火	9:45～10:45	1/17～3/27	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	1/17～3/6	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	1/17～3/6	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	1/17～3/27	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	1/17～3/27	10回	20人	5,000円
エアロビクス【夜間】	一般男女	火	19:00～20:00	1/17～3/27	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	1/17～3/27	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	1/11～3/14	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	1/11～3/14	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	1/11～3/14	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	1/11～3/14	10回	20人	6,000円
ジュニアエアロビック	小学３～６年生	水	17:30～18:30	1/11～3/14	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	1/11～3/14	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	1/11～3/14	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	1/19～3/8	８回	20人	6,000円
ストレッチ＆ヨガ	一般男女	木	11:00～12:00	1/19～3/8	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	1/12～3/15	10回	30人	5,000円
ヘルシーストレッチ	一般男女	金	9:15～10:15	1/13～3/16	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	1/13～3/16	10回	36人	5,000円
よさこいソーラン	一般男女	金	11:45～13:15	1/13～3/16	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	1/13～3/23	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	1/13～3/16	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	1/14～3/17	10回	30人	5,000円
キッズＨＩＰＨＯＰ　Ａ	４～６歳児	土	13:00～14:00	1/14～3/17	10回	10人	6,000円
キッズＨＩＰＨＯＰ　Ｂ	小学生	土	14:00～15:00	1/14～3/17	10回	20人	6,000円
健康太極拳・八段錦	一般男女	土	15:15～16:45	1/14～3/17	10回	20人	5,000円
ベリーダンス	一般女子	日	16:00～17:00	1/15～3/18	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。

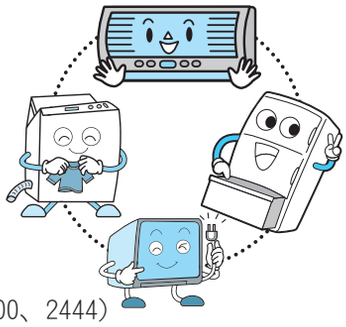
◎水郷テニスコートの硬式テニス教室

申問 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・初中級【基本・応用】	高校生以上	火	19:30～21:00	1/17～3/6	８回	40人	6,000円
中級【試合想定】	高校生以上	水	19:30～21:00	1/11～2/29	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	1/12～3/1	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	1/13～3/2	８回	40人	6,000円

※１　受講料には保険料が含まれます。

家電リサイクル法をご存じですか？



皆さんの身近にあるエアコンやテレビなどは、リサイクルすることが義務づけられています。廃棄するときは、必ず決められた方法で処理してください。

問 環境衛生課
（☎826-1111　内線2300、2444）

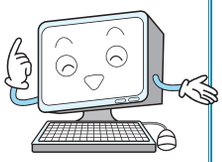
対象となる家電とリサイクル料金

製　品	区　分	金　額
エアコン		2,625円
テレビ（ブラウン管式、液晶式、プラズマ式）	15型以下	1,785円
	16型以上	2,835円
冷蔵庫・冷凍庫	170ℓ以下	3,780円
	171ℓ以上	4,830円
洗濯機		2,520円
衣類乾燥機（電気（ドラム式）、ガス）		2,520円

※国内の主なメーカー製の場合

処理方法

◍購入した販売店または買い換える販売店に引き取ってもらう。
◍市内の引取協力小売店に引き取ってもらう。
※店舗など、詳しくはお問い合わせください。
◍指定引取場所に直接持ち込む。
※パソコンは資源利用促進法で、メーカーによる回収・リサイクルが義務付けられています。回収は、メーカーに直接申し込みください。



◆近辺の指定引取場所◆
㈱やまたけ　土浦営業所
（かすみがうら市加茂5303－6　☎828-0721）
イバラキ流通サービス㈱
（かすみがうら市宍倉5685－1　☎832-1800）

◎市の粗大ごみ戸別有料集収の申し込みや市清掃センター（土浦区域）または環境クリーンセンター（新治区域）に直接持ち込むことは出来ませんので、ご注意ください。

12月４日（日）～10日（土）は 人権週間

みんなで築こう人権の世紀
～考えよう相手の気持ち　育てよう　思いやりの心～

1948（昭和23）年12月10日、国連総会で世界人権宣言が採択されたのを記念し、毎年12月10日は「人権デー（Human Rights Day）」と定められました。

法務省と全国人権擁護委員連合会では、人権デーを最終日とする12月４日から10日までを「人権週間」として、各種の人権啓発活動を行っています。

問 水戸地方法務局土浦支局（☎821-0792）

困ったときの相談

◉常設相談窓口
と　き／月～金曜日（祝日を除く）
　　午前８時30分～午後５時
ところ／水戸地方法務局土浦支局
　　（下高津１丁目12番9号）

◉特設人権相談所
と　き／12月１日（木）　午前10時～午後２時
ところ／一中地区公民館
※詳しくは、市総務課（☎826-1111　内線2330）までお問い合わせください。

協調事項

◍女性の人権を守ろう
◍子どもの人権を守ろう
◍高齢者を大切にする心を育てよう
◍障害のある人の完全参加と平等を実現しよう
◍部落差別をなくそう
◍アイヌの人々に対する理解を深めよう
◍外国人の人権を尊重しよう
◍ＨＩＶ感染者やハンセン病患者などに対する偏見をなくそう
◍刑を終えて出所した人に対する偏見をなくそう
◍犯罪被害者とその家族の人権に配慮しよう
◍インターネットを悪用した人権侵害は止めよう
◍ホームレスに対する偏見をなくそう
◍性的指向を理由とする差別をなくそう
◍性同一性障害を理由とする差別をなくそう
◍北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を深めよう
◍人身取引をなくそう

12月 としょかん

●市立図書館
☎823-4646

図書館のホームページが新しくなりました！

11月から図書館のホームページをリニューアルしました。更新状況や情報がひと目でわかるようになり、今までより見やすくなっています。検索、カレンダー画面などは今までの画面を引き続き採用しています。ぜひ、ご覧ください。

★ホームページアドレス　http://www.t-lib.jp/

◆ホームページから本の予約ができます◆

予約には専用のパスワードが必要です。本館または分館のカウンターでお申し込みください。

●パスワード発行に必要なもの
①図書館利用カード
②身分証明書（保険証または運転免許証）

※市内に居住している中学生以上の方が対象です。

今月のおすすめ本

職業は武装解除

政治・経済

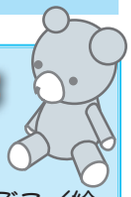
＜内容紹介＞
紛争地には兵士以外の職業がない。生き方を選べる環境を届けるために、私は武器を回収するプロになった。『Newsweek日本版』の「世界が尊敬する日本人25人」に選出された著者が、自らの軌跡を綴ります。
（瀬谷ルミ子／著）

柿のへた

小　説

＜内容紹介＞
のんびりやの小石川御薬園同心・水上草介。剣術道場に通うお転婆娘・千歳にたじたじとなりながらも、揉め事を穏やかに収め、成長していく姿を生き生きと描く連作時代小説です。
（梶よう子／著）

こどもの本



- ❑かみさまのめがね　つちだのぶこ／絵　市川真由美／文
- ❑ココロ屋　梨屋アリエ／作
- ❑コンテナくん　たにがわなつき／作
- ❑おはなししましょう　元永定正／絵、谷川俊太郎／文
- ❑セキタン！　須藤靖貴／著
- ❑サウスポー　はたこうしろう／絵　ジュディス・ヴィオースト／作
- ❑ホリーのゆめ　ホリー・ホビー／作

おはなし会

おはなし会（幼児～小学生向け）
12月４日（日）午後２時から
12月11日（日）午後１時30分から

ちいさなおはなし会（０～３歳児向け）
12月21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。

先月の人気図書

「マスカレード・ホテル」
東野圭吾／著

不可解な連続殺人事件。次の犯行現場は超一流ホテル・コルテシア東京と割り出され、警察は潜入捜査を開始する。容疑者も、ターゲットも不明の中、事件解決のためひとりの男が選ばれる…。

今月の展示棚　テーマ：作家の横顔

芥川賞や直木賞などの文学賞に輝いた作品、推理小説や時代小説、絵本など、本はいつも私たちを楽しませてくれます。今回は少し視点を変えて、作品そのものではなく、それを生み出す作家についての本を集めてみました。ベストセラー作家の意外な一面や、お気に入りの愛用品など、彼らの日常生活が垣間見えるような本をお楽しみください。

12 図書館カレンダー 2011.DECEMBER

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

（　）は休館日です。

本館　火～金曜日　９時30分～19時
　　土・日曜日　９時30分～17時
分館　火～日曜日　９時30分～17時
三中地区分館・都和分館・神立分館

●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
★『12月のふれあいデー』　※上靴持参。都和幼稚園はコップも持参			
土浦第二幼稚園（☎821-1310）	８日（木）　午前10時～11時 ごっこ遊びを楽しもう	未就園児親子 定員なし	当日幼稚園へ直接
いくぶん幼稚園（☎822-2430）	７日（水）　午前10時～11時 ごっこ遊び（お店屋さんごっこ、劇遊び）		
都和幼稚園（☎831-3735）	14日（水）　午前９時30分～11時 表現遊びをしよう、ポップコーンパーティ		
新治幼稚園（☎862-3507）	10日（土）　午前９時30分～11時 クリスマス会（歌、手遊び、パネルシアターなど）		

●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！			
霞ケ岡保育所（☎821-1890）	13日（火）　午前10時～11時30分 ミニ発表会を見に来ませんか	未就園児親子 15組（先着順）	11月24日（木）　午前９時30分から各保育所へ電話で ※荒川沖・都和保育所は雨天中止（当日の午前８時30分に決定） ※各保育所とも育児に関する相談をお受けします。
荒川沖保育所（☎841-0037）	６日（火）　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 20組（先着順）	
神立保育所（☎831-8464）	７日（水）　午前９時30分～11時 ミニ発表会を見に来てください		
都和保育所（☎822-8053）	２日（金）　午前９時30分～11時30分 お庭であそびましょう		
天川保育所（☎822-6172）	14日（水）　午前９時30分～11時 ミニ発表会を見に来てください	未就園児親子 10組（先着順）	
竹ノ入保育所（☎842-6253）	13日（火）　午前９時30分～10時30分 ミニ発表会を見に来てください	未就園児親子 ５組（先着順）	
藤沢保育園（☎862-2600）	14日（水）　午前９時30分～11時 ミニクリスマス会	未就園児親子 15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）	13日（火）　午前９時30分～11時30分	未就園児親子 定員なし	当日保育所へ直接
★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	３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）	３日（土）　午後１時30分～３時 クリスマス工作教室「オリジナルプレート作り」　材料費100円	小学生 15人（先着順）	11月26日（土）までに電話または直接
	16日（金）　午前11時～11時45分 親子リトミック	乳幼児親子 15組（先着順）	事前に電話または直接 （12月1日（木）から受け付け）
	22日（木）　午前11時～11時30分 つくってあそぼう「まつぼっくりツリー」		
ポプラ児童館（☎841-3212）	３日（土）　午前10時～11時30分 一輪車教室	小学生 15人（先着順）	事前に電話または直接
	17日（土）　午前９時30分～11時 アレンジメントフラワー教室		
	26日（月）　午前９時～11時 書道教室	小学３～６年生 15人（先着順）	
新治児童館（☎862-4403）	９日（金）　午前10時30分～11時30分 親子ビクス	幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	16日（金）　午前10時30分～11時30分 クリスマス会	幼児親子 30組（先着順）	事前に電話または直接
	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

12月の子育てひろば

12 December

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。

●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　※ボンド、はさみ、お子さんの写真を持参				
一中地区公民館	6日(火)	午前10時～11時30分 リースを作ろう！	未就園児親子 20組(先着順)	11月24日(木)　午前 9時30分から電話で
二中地区公民館	8日(木)			
三中地区公民館	7日(水)			
四中地区公民館	12日(月)			
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、のり、はさみ、お子さんの写真を持参				
二中地区公民館	1日(木)	午前10時～11時30分 かんたんリース作り	4～12か月児親子 15組(先着順)	11月24日(木)　午前 9時30分から電話で
三中地区公民館	2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」	5日(月)	午前9時30分～11時30分 ※19日は読み聞かせあり	未就園児親子 20組(先着順)	11月24日(木)　午前 9時30分から電話で
	19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」	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)	11月24日(木)　午前 9時30分から電話で
	16日(金)			

白鳥保育園

☎831-2590

①園庭開放(雨天中止)
月～金曜日
(祝日、29日、30日を除く)

②親子クラブ
1日(木)…お絵描き
8日(木)…スタンプ遊び
14日(水)…紙芝居※
21日(水)…クリスマス制作
※神立コミュニティーセンターで開催

時　間／
①…午前8時30分～午後1時30分
②…午前9時30分～11時30分
(14日は午前10時から)

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
②…上靴、ビニール袋(14日は不要)
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園庭開放(雨天中止)
月～金曜日
(祝日、29日、30日を除く)

②イベント
6日(火)…誕生会
(10、11、12月生まれ)
13日(火)…クリスマスアレンジ※
15日(木)…赤ちゃんサロン
20日(火)…クリスマス会
※材料費300円

時　間／①…午前10時～午後3時
②…午前10時～正午(午前9時45分集合)

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
申込方法／前日までに電話で(11月25日(金)　午前9時から受け付け)

ひまわり

めぐみ保育園内　☎841-2838

①遊びの広場～園庭・お部屋開放～
月～金曜日(祝日、29日、30日を除く)

②キッズ広場(毎週火曜日)
6日、20日…水郷公園
13日…乙戸沼公園

③子育て広場(対象者)
8日(木)…食事体験(1歳未満)
9日(金)…親子ビクス(1歳半以上)
12日(月)…クリスマスリース作り
16日(金)…赤ちゃん広場
19日(月)…親子ビクス(1歳半未満)
21日(水)…食事体験(1歳以上)
※9日は六中地区公民館で開催

時　間／①…午前9時30分～正午
午後1時30分～4時
②、③…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。

12月の無料相談

※祝日、29日(木)～31日(土)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	9日(金)	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）
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	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

「契約」を解消したい

消費生活センターから　問 ☎823-3928

消費生活センターに寄せられる相談のなかで最も多いのが、契約をやめたいという相談です。

しかし、契約がいったん成立するとお互いに順守する法的義務が発生します。そこで、当事者双方の合意がある場合か、取り消しや解除など法律で定められた条件を満たさなければ契約を解消できません。

今回は、消費者が法律の規定により契約を解消できるケースを紹介します。

民法に基づき解消できる場合

◉未成年者や成年被後見人など、単独で契約できない者が契約した場合
◉相手方の詐欺・強迫により契約した場合
◉相手方が契約を守らない場合など

消費者を保護する法律に基づき解消できる場合

①特定商取引法

訪問販売や電話勧誘販売やマルチ商法など、特定の商取引については、一定期間無条件の解除を認める制度(クーリング・オフ)があります。

②消費者契約法

消費者が次の事情のもと、誤認または困惑して契約した場合には取り消しを認めています。

◉事業者が重要な事項につき、嘘の説明をした場合
◉事業者が重要な事項につき、利益になる旨を告げたうえで、不利益な事実をわざと隠した場合
◉事業者が「必ずもうかる」などと将来の不確実な事項を確実であると断定的に説明した場合
◉消費者が断ったのに、販売業者が帰らずに、しつこく勧誘した場合
◉消費者が店舗から帰りたいと言ったのに、事業者がそれを妨げ、しつこく勧誘した場合

契約をする前に

一度契約すると、解消するには大変な労力が必要になります。契約をする前によく検討しましょう。

12月のけんこう

12月１日は世界エイズデーです

世界レベルでのエイズまん延防止と患者、感染者に対する差別・偏見の解消を図ることを目的として、12月１日が世界エイズデーと定められています。

- ＨＩＶ（エイズの原因になるウィルス）の感染経路は限られているので、ＨＩＶ感染は防げます。
- 予防のためには、感染経路をきちんと理解すること、どのような行動が大切かを理解することが必要です。
- 自分のこととして、大切な相手のこととして、この病気を考えることが予防につながります。

保健所ではエイズなど性感染症および肝炎の検査を無料、匿名で行っています。

検査項目	日　時	申込方法
ＨＩＶ抗体即日検査	毎週木曜日 午前９時～10時受け付け	予約制 （電話で）
性器クラミジア抗体 梅毒検査 （ＨＩＶ抗体検査と併せて）		
肝炎検査		
ＨＩＶ夜間検査	毎月第３木曜日 午後５時～７時受け付け	予約なし

問　土浦保健所保健指導課（☎821-5516）
エイズ相談専用（☎826-0606）

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対象者でまだ接種を受けていない方は、主治医と相談のうえ、忘れずに受けましょう。

対　象　者	
第１期	１歳～２歳未満
第２期	小学校就学前の１年間 （平成17年４月２日から18年４月１日生まれの方）
※ 第３期	中学１年生 （平成10年４月２日から11年４月１日生まれの方）
第４期	高校３年生に相当する年齢 （平成５年４月２日から６年４月１日生まれの方） 高校２年生に相当する年齢で修学旅行などで海外へ行く予定のある方 （平成６年４月２日から７年４月１日生まれの方）

接種方法／協力医療機関で個別接種（１回）
※第３期の市立中学校の集団接種を受けられなかった方は個別接種で受けてください
接種期間／第２・３・４期対象の方は、平成24年３月31日まで（個別接種対象者で予診票を紛失された方は、母子健康手帳を持参し、健康増進課で再交付を受けてください）
費　用／無料
問　健康増進課（土浦保健センター　☎826-3471）

献血のお知らせ
と　き／12月16日（金）　午前10時～午後１時、午後２時～４時
ところ／うらら広場（土浦駅西口）

健康教室　ＰＳＡ検査について

土浦市医師会
萩原　明（萩原同仁クリニック）

近年欧米並みに罹患率（りかんりつ）が高まりつつある前立腺がんですが、ＰＳＡ検査は前立腺がんを判断する最初の基準として非常に有効です。血液検査だけで測定できるため、最近では集団検診でも広く用いられています。ちなみにＰＳＡとは健康男性の前立腺から分泌されるタンパク質で、通常は血液中に流入する量はごくわずかです。しかし、前立腺の疾患などによって浸出量が増加するために検査値が上昇します。ＰＳＡ値が高ければ高いほど、前立腺がんの確率も高くなります。年齢にもよりますが、約4.0ng/ml程度からがんの疑いが強くなります。4.1～10ng/mlはグレーゾーンと呼ばれ、がんの危険性は20～30％、さらに10.1ng/ml以上の方の約50％にはがんが存在すると言われています。

ただし、ＰＳＡ値の異常が必ずしも前立腺がんの存在を示すとは限りません。前立腺肥大症、前立腺炎、射精直後や激しい運動の後にも異常高値を示すことが知られています。それ故、あくまで前立腺がんを発見するきっかけとなる一つの基準と考えるべきです。

前立腺がんは中年以降に多い病気です。積極的に定期健診でＰＳＡ検査を受けるべき年齢は50歳が一つの目安となります。しかしながら、ある程度の遺伝性があるとの報告もありますので、家族や親族に前立腺がんになった人がいる場合には、40歳以降には年に一回程度のＰＳＡ検査は受けた方が良いでしょう。

もしも、ＰＳＡ検査に異常がみられた場合、本当にがんがあるのか？また、がんが存在したとしても、その悪性度や進行の程度まではＰＳＡ値のみの結果では判りません。

まずは泌尿器科を受診して、肛門から指を入れる直腸診で前立腺の状態を調べてもらうことが大切です。そして、超音波やＭＲＩなどの検査で、がんが疑われれば、組織片を調べる前立腺生検で確定診断をつける必要があります。

前立腺がんに限らず、すべての疾患に共通することですが、まずは定期健診を受け、病気の早期発見に努めることが重要です。

■12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	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2343）		6日㈫	13:00～15:00	土浦保健センター（☎826-3471）
高齢者健康相談		1日㈭	10:00～11:30	新治総合福祉センター（☎862-3522）
		8日㈭		つわぶき（☎831-4126）
		22日㈭		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8月生まれ）		14日㈬・15日㈭	13:00～13:50	土浦保健センター（☎826-3471）
10か月児育児相談（平成23年2月生まれ）	1日～15日生まれ	20日㈫	9:30～10:00	土浦保健センター（☎826-3471）
	16日～28日生まれ		13:00～13:30	
1歳6か月児健康診査（平成22年5月生まれ）		7日㈬・8日㈭	13:00～13:50	土浦保健センター（☎826-3471）
3歳児健康診査（平成20年9月生まれ）		21日㈬・22日㈭		
母と子の歯科健康診査（平成21年9月生まれ・予約制）		2日㈮	13:15～15:30	土浦保健センター（☎826-3471）
赤ちゃん身体計測	1～6か月児	12日㈪	9:00～10:00	土浦保健センター（☎826-3471）
	7～11か月児	5日㈪		
	1～11か月児	19日㈪	10:00～11:00	新治保健センター（☎862-5011）
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	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㈮	10:00～10:15	土浦保健センター（☎826-3471）
機能訓練		**と　き**	**受付時間**	**ところ**
ふれあい教室		1日㈭	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。

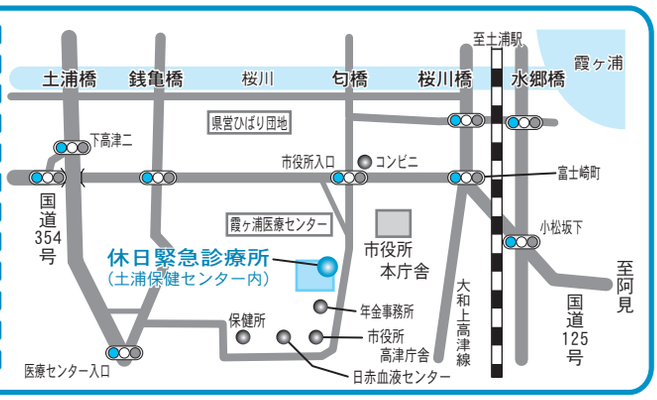
12月	内　科	外　科	産婦人科	歯　科
4日（日）	高安クリニック ☎822-8201　立田町	黒井整形外科医院 ☎826-2210　飯田	土浦産婦人科 ☎821-0068　中央一丁目	海老原歯科医院 ☎830-4748　北荒川沖
11日（日）	小原内科医院 ☎821-1015　中央二丁目	伊野整形外科医院 ☎821-6028　真鍋六丁目	鈴村医院 ☎821-0174　大　町	内西町歯科クリニック ☎821-0048　中央一丁目
18日（日）	烏山診療所 ☎843-0331　烏山二丁目	野上病院 ☎822-0145　東崎町	柴田マタニティクリニック ☎821-0154　桜町四丁目	柴沼歯科 ☎826-7119　佐野子
23日（金）	荒川沖診療所 ☎843-0859　荒川沖南区	県南病院 ☎841-1148　中	石川クリニック ☎821-2587　大　町	伊藤歯科医院 ☎834-2440　乙戸
25日（日）	小林医院 ☎831-6688　神立中央三丁目	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	さくら歯科クリニック ☎835-6770　小岩田東一丁目
29日（木）	永井医院 ☎842-3826　乙戸	中央大祢整形形成外科 ☎821-0220　中央二丁目	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
30日（金）	あおき内科クリニック ☎825-8181　木田余	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
31日（土）	新治診療所 ☎862-4668　下坂田	あくつ整形外科 ☎841-4665　中荒川沖町	まつばらウィメンズクリニック ☎830-5151　阿見町荒川本郷	関口小児歯科医院 ☎842-7188　乙戸

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	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」12月上旬号は、12月1日（木）発行予定です。