

つちうら

1

January

2012 No. 1067
平成24年 1月17日発行

第30回 土浦市 花の展覧会

土浦市、かすみがうら市の生産者が、丹精込めて育てた花々の展覧会です。

問 農林水産課(☎内線7618)

と き / 1月28日(土) 午前10時10分～午後9時
29日(日) 午前10時～午後2時

(29日の午後2時から、出品花の即売会を行います)

ところ / 新治ショッピングセンター さん・あびお(大畑1611)

花の品評会



出品花の即売会



チャリティー花束の配布

と き / 28日、29日
午前10時10分から
※先着100人ずつ



高校生によるフラワーアレンジメント展示



高校生による美しい花のデザインをお楽しみください。

参加校 / 土浦第三高等学校
土浦工業高等学校

フラワーアレンジメント教室

と き /
28日 午後1時、3時から
29日 午前11時から
定 員 / 各25人(先着順)
参加料 / 500円



いばらき花フェスタ2012

～魅せましょう 花の力を！がんばろう 茨城！～

と き / 2月11日(土) 午前10時～午後4時30分
12日(日) 午前10時～午後3時

ところ / つくばカピオ(つくば市竹園一丁目10-1)

入場料 / 前売券…450円、当日券…500円

※中学生以下、障害者手帳をお持ちの方は無料

内 容 /

- 主催者特別展示「いばらき華の木」
- 「ジャパンカップ」本選出場者のデモンストレーション
- NHKテレビ「こんにちはいっと6けん」出演中の磯村信夫さんの講演会(11日、午後2時30分から)
- 花のステージでの各種イベント
(音楽祭、キャラクターとの撮影会など)

問 いばらき花フェスタ実行委員会事務局(☎029-301-3954)

文化財防火デー 防火訓練

法隆寺金堂壁画が焼損した1月26日は、「文化財防火デー」に定められています。

市では、文化財保護に対する関心と防火意識を高めるため、「文化財防火デー防火訓練」を実施します。ぜひ、ご参加ください。

と き / 1月31日(火) 午前10時30分～11時50分
ところ / 法雲寺(高岡1890)

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
問 文化課(☎内線5120)

新春初笑い 春風亭小朝独演会

と き / 2月26日(日) 午後4時から(開場は午後3時30分)

ところ / 市民会館大ホール
入場料 / S席…3500円、A席…2500円、B席…2000円

※販売場所など、詳しくはお問い合わせください。

問 市民会館

(☎0222・8891)

皆さんの日常の困りごとの
相談をお受けします。
とき・ところ／

2月21日(火)…都和公民館
2月28日(火)…三中地区公民館
いずれも午後1時30分から3
時30分まで
間社会福祉協議会(☎821・
5995)

求職者の参加申込を受け付けています。

とき／2月9日(木) 午後1時〜3時30分
ところ／ホテルグランド東雲
(つくば市小野崎488-1)
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。
問ハローワーク土浦(☎822・5124)

平成24・25年度に、学校給食センターへの物資納入を希望する方は、物資納入指名参加申請書を給食センターに提出してください。

業務内容／事務、営業
募集人数／1人

採用予定日／4月1日
申込方法／履歴書、ハコ
ワークの紹介状を持参
申込締切／1月31日(火)
申問シルバー人材センタ―
(0824・8281)

とき／1月28日(土) 午前10時～正午(予定)

※発表会、作品の見学のみ無料。作品は、1月28日(土)から2月12日(日)まで展示します。

間上高津貝塚ふるさと歴史の
広場 考古資料館 ☎8226・
(7111)

とき／2月14日(火) 午後7
時／9時30分
ところ／レストランボルドー
(東真鍋町1・13)

対象者／市内に居住または通勤する20～39歳の独身男女
定員／男女各20人(定員を
超えたときは抽選)

※申請書は、学校給食センターにあります。または、ホームページからもダウンロードできます。

申田 第一学校給食センター
(☎) 821・0559

第二学校給食センター
(☎) 831・4525

と き／ 2月14日(火) 16日
(木)、2月21日(火) 23日(木)
没から約3時間以内
ところ／陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場および同周辺空域
機種／ヘリコプター
陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校総務課(☎842・121
内線3420)

市では、生活に必要な情報を掲載した2012年版市民くらしの便利帳を民間事業者の㈱サイネックスと協働で発行します。

募集期間／3月31日(土)まで
掲載場所／市民くらしの便利
帳下段ほか
配布対象／市内の全世帯
配布時期／6月下旬ごろ
発行部数／6万4000部
※掲載料など、詳しくは㈱サ
イネックス(☎823・238
8)までお問い合わせください。
また、同社の社員が市内
の商店や事業所を訪問します。
☎広報聴課(☎内線239
6)

**平成24年度
土浦市奨学生募集**

高等学校への進学を希望し
ているが、経済的な理由で困
難である方へ給与します。
対象者／次の条件にすべて該
当する方

高等学校への進学を希望しているが、経済的な理由で困難である方へ給与します。

●奨学生およびその扶養義務者、またはこれに準ずる方の住所が、奨学金を受ける日の1年前から市内にあること

●3月に市立中学校を卒業し、4月から県内の高等学校に進学する予定であること

●ほかの奨学金を借り受け、または給与されていないこと

募集人数／15人

給付金額／月額7000円

応募方法／現在通学している中学校へ直接

505)

テニスで楽しく交流した後
は、楽しく立食パーティー。
とき／2月4日(土) 午後1
から

ところ／水郷テニスコート
国民宿舎水郷
対象者／30～50歳の独身男性
および30～45歳の独身女性
定員／男女各15人(先着順)
参加料／男性：3500円、
女性：1000円
申込方法／電話または直接
申問水郷テニスコート(☎8
24・0880)

Course and lecture meeting

講座・講演会

※13日は午前10時から。それ

応募締切／2月3日(金)
問 教育総務課(☎内線5103)

とき／2月19日(日) 午前9時～午後5時
ところ／水郷体育館
種目／混合ダブルス、男子シングルス(高校生以上)
参加料／1人1000円
申込方法／郵送、ファクスまで

申込締切／2月10日(金)(必着)
 申問士浦市体育協会バドミントン部(〒300・4115
 藤沢1297
 8001・4160
 801・4162 浦野
 FAX
 ☐urano3@jcom.home.ne.jp)

と き／2月4日(土) 5日(日)
午前10時〜午後3時
ところ／新治シヨッピンングセ
ンターさん・あびお(太畑1
611)
内 容／パネルの展示、消費
者クイズ、ビデオ上映など
円消費生活センター(☎82
3・3928)

●全日程出席できる方
●講座終了後、ボランティア登録し、活動が可能な方
募集人数／10人程度
参加費／100円(保険料など)
申込方法／電話で
申込締切／2月3日(金)
申問 社会福祉協議会 ☎ 821・5995)

ガーナで体験した生活、自然、文化などをお話します。
 と き／1月21日(土) 午後2時～3時30分
 と ころ／ワークヒル土浦
 演 題／講師／
 ●世界を見つめてみよう／ガーナってどんな国？／宮本いみ子さん(教諭)
 ●ガーナで感じたこと・大月悠輔さん(教諭)
 岡土浦市国際交流協会事務局
 (生涯学習課内) ☎862・1939)

当店のお弁当で、健康な1年を・本年もよろしくお願いいたします。

2月行事 ◆2/3節分当



いわし煮付け(梅醤油)
カリフラワー・おかか和え
木の葉豆腐の和風あんかけ
エッグロール
いんげんのゴマ和え
昆布豆・なめこみぞれ和え
大根葉としらすの混ぜご飯

「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。

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！

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

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）

つるし雛作り教室

とき／2月20日(月)
●午前コース(さるぼぼ)
午前9時30分～11時30分
●午後コース(すずめ)
午後1時～3時

ところ／亀城プラザ 学習室
講師／土浦市消費生活連絡協議会資源愛護部会会員
定員／各30人(先着順)
受講料／各500円(材料費)
持参するもの／裁縫道具、サ
インペン、絹糸(黒、赤、白)
申込方法／2月1日(火)から電
話で

町消費生活センター(☎8
23・3928)

自己表現トレーニング講座

～さわやかにコミュニケーション～

家庭、職場、地域社会で
の円滑なコミュニケーション
の築き方などを学びます。
とき／2月19日(日)、26日(日)
午後1時～3時30分
ところ／男女共同参画セン
ター(ウミラ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)
申間男女共同参画課(☎82
7・1107)

NPO法人の運営力 向上講座

～市民から選ばれるNPOを
めざして～

NPO法人を運営するため
のポイントや、事例を通じて
わかりやすく学びます。
とき／2月14日～3月6日
までの毎週火曜日 午後6時
～8時(全4回)
ところ／四地区公民館

対象者／市内でNPO法人を
運営している方、NPO法人
の設立を考えている方、NP
O法人の活動に関心のある方
(市内を活動範囲にしている
NPO法人を含む)

講師／茨城NPOセン
ター・コモンズ職員
定員／30人(先着順)
申込方法／電話、ファクスま
たははがきで(住所、氏名ま
たは団体名、電話番号、参加
人数を記入)

申込締切／2月7日(火)(必着)
申間市民活動課協働推進室
(☎内線2234、FAX826・
1147)

霞ヶ浦医療センター 公開市民講座

とき／1月24日(火) 午後3
時から
ところ／霞ヶ浦医療センター
内地域医療研修センター(下
高津二丁目7・14)
テーマ／息切れと呼吸リハビ
リテーション
講師／金子晴明さん(理学
療法士)
霞ヶ浦医療センター(☎8
22・5050)

はじめての ゲートボール教室

ゲートボールは、誰でも楽
しめるスポーツです。初心者
の方もぜひご参加ください！
とき／2月10日(金)、17日(金)、
24日(金)、3月2日(金)、9日(金)、
16日(金) 午前10時～正午
ところ／新治総合福祉セン
ター(沢辺1423・1)
対象者／市内に居住している
60歳以上の方
定員／30人(定員を超えた
ときは抽選)
受講料／200円(保険料、
教材費など)
申込締切／2月1日(火)(必着)
※申込方法など、詳しくはお
問い合わせください。

町社会福祉協議会(☎821・
5995)

霞ヶ浦と世界の湖 ～世界湖沼会議報告～

とき／2月19日(日) 午後1
時30分～3時
ところ／霞ヶ浦環境科学セン
ター 多目的ホール(沖宿町
1853)
講師／沼澤 篤さん(霞ヶ
浦市民協会主任研究員、県環
境アドバイザー)
霞ヶ浦市民協会(☎821・
0552)

資格・ 試験

県立産業技術短期大学
校一般入学者選考試験
応募資格／高等学校を卒業し
た方
科目／情報通信、情報処理
定員／各科20人
試験日／2月7日(火)
試験手数料／1万8000円
受付締切／1月31日(火)
※申込方法など、詳しくはお
問い合わせください。
県立産業技術短期大学校
(☎029・269・5500)

高齢者に関する相談窓口

相談無料

～悩みごとや困りごとは在宅介護支援センターへ～

在宅介護支援センターは、地域包括支援セン
ターの相談窓口として、皆さんのお住まいの地域
に設置されています。電話や訪問による相談に対
応して、高齢者の皆さんの支援を行いますので、
お気軽にご相談ください。

□開設日時／月～金曜日(祝日を除く)
午前8時30分～午後5時15分
※緊急のときは、時間外でも電話で対応しています。
□対象者／高齢者とその家族
※個人情報などの秘密は厳守します。
☎ 高齢福祉課(☎826-1111 内線2500)

地 区	在宅介護支援センター	電話番号	住 所
一 中 地 区 (※)	の 園	☎821-3332	穴塚1935
	協 同 病 院	☎824-3106	真鍋新町2-19
二 中 地 区	せ 静 霞 園	☎822-5009	東若松町3379
三 中 地 区	も り の い 家	☎841-6055	北荒川沖町8-1
四 中 地 区	ひ 飛 羽 ノ 園	☎826-3822	小松三丁目18-18
五 中 地 区	さ く ら	☎833-1025	神立町444-2
六 中 地 区	や す ら ぎ の 園	☎835-3135	小岩田西二丁目1-49
都和中地区	は な の え ん	☎830-0511	栗野町1852-1
新治中地区	い 憩 い の 里	☎829-3033	高岡2315

※一中地区は、お住まいの地域
により担当の在宅介護支援セン
ターが分かれています。

滝の園	大町、大手町、文京町、立田 町、千束町、生田町、田中町、 田中一～三丁目、虫掛、穴塚、 矢作、飯田、佐野子、粕毛、 桜町一・二・四丁目
協同病院	中央一・二丁目、東崎町、城 北町、川口一・二丁目、大和町、 桜町三丁目、有明町、港町一 ～三丁目、蓮河原町、蓮河原 新町、滝田一・二丁目、湖北 一・二丁目

読書感想文コンクールの優秀作品が決まりました



本に親しむ機会をつくり、
豊かな人間性や考える力を
育むことを目的に行っている
児童・生徒読書感想文コンク
ールへ、今年度も数多くの素
晴らしい作品の応募があり
ました。(応募総数2904点)

その中から、最優秀賞、優秀賞に選ばれた43人
を紹介します。(敬称略)

☎ 市立図書館(☎823-4646)



◆最優秀賞	【小学校3年】 中村凜音(大岩田小)	【小学校5年】 瀬古澤映宏(土浦小)
◆優秀賞の部	【小学校1年】 藤原彩羽(土浦小)	【小学校6年】 坂本 茜(大岩田小)
	加藤響稀(東小)	【中学校3年】 酒井愛美(藤沢小)
	清水結子(真鍋小)	野口忍斗(山ノ荘小)
	川上さくら(都和小)	【小学校6年】 林 翔馬(都和小)
	浅沼明々葉(神立小)	坂本美結(上天津東小)
	小松崎雅人(石粉小)	中根卓郎(神立小)
【小学校2年】	屋代彩花(穴塚小)	【中学校1年】 平井李音(土浦一中)
	黒柳友梨花(中村小)	小野晏奈(土浦四中)
	永木 皓(土浦二小)	飯島結女(新治中)
	森下豪琉(乙戸小)	【中学校2年】 坂井ちひろ(土浦二中)
	萩原七海(菅谷小)	原 彩夏(土浦三中)
【小学校3年】	高村未空(下高津小)	岸田涼菜(土浦四中)
	館坂珠季(荒川沖小)	天野陽貴(土浦五中)
【小学校4年】	小島花梨(下高津小)	江原綾子(土浦六中)
	黒川莉紗(土浦二小)	中野大生(都和中)
	沼尻純奈(都和南小)	宮本茉莉(新治中)
	荒井優奈(斗利出小)	【中学校3年】 飯島朱里(土浦一中)
		塩見美和(土浦三中)
		中川千明(土浦五中)
		安 春菜(土浦六中)
		永井泰史(都和中)

土浦市社会・婦人学級生大会 土浦市家庭教育のつどい

と き／2月18日(土) 午前9時開会
ところ／市民会館 学級生大会…大ホール
家庭教育のつどい…小ホール
内 容／学級生の事例発表、作品展示など

文化講演会

と き／2月18日(土) 午後1時30分開演
(開場は午後1時から)
ところ／市民会館大ホール
テーマ／「こころの時代」
～いのちを支える言葉・生きる力～
講 師／柳田邦男さん
(ノンフィクション作家、評論家)
※託児サービス(要予約)、手話通訳、要約筆記あり



問 生涯学習課(☎826-1111 内線5116)

まさか！に備えて 「県民交通災害共済」 加入受付のお知らせ



交通事故で災害を受けた方に見舞金を給付する、「県民交通災害共済」の平成24年度加入受付を開始します。

問 生活安全課(☎826-1111 内線2298)

- 申込方法／掛金を持参のうえ、生活安全課または各支所・出張所で直接
- 申込期間／2月1日(水)から
- 共済掛金／大人…900円、中学生以下…500円
- 共済期間／平成24年4月1日～25年3月31日
- 請求期間／事故日の翌日から2年以内
- 対象となる交通事故／共済期間中に国内の道路上で起きた死傷事故
- 見舞金／死亡…100万円、傷害…2～30万円 など
- ※詳しくは、お問い合わせください。

都和児童館からのお知らせ

問 都和児童館(☎832-3112)

□平成24年度絵画クラブ新規会員募集

と き／毎月第1・2・3土曜日 午前10時～11時30分
ところ／都和児童館
対象者／市内に居住する小学2～6年生
定 員／10人(先着順)
申込方法／電話または直接
申込期間／1月28日(土)～2月4日(土)
(1月29日(日)は除く)

□よいこの交通安全教室

と き／2月7日(火)
午前10時15分～11時15分
ところ／都和児童館
対象者／市内に居住する未就園児親子
内 容／パトカーと記念撮影、腹話術など
定 員／15組(先着順)
申込方法／電話または直接



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、民生委員・児童委員、市保健師が訪問し、安心して子育てができるように乳幼児健康診査や子育て支援施設などの情報をお伝えする事業です。



問 健康増進課(☎826-1111 内線7514)

訪問日／お子さんが生後3か月ごろ

※対象のご家庭には、生後2か月ごろまでに事業内容をはがきでお知らせし、その後、訪問日時を連絡、調整します。



◎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。



3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1月31日(火)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。3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。

◆平成23年分の確定申告はいつまでにすれば良いの？

所得税は3月15日(木)、個人事業者の消費税および地方消費税は4月2日(月)が申告・納付の期限となります。

◎平成23年分の確定申告から、公的年金等の収入金額の合計額が400万円以下で、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である方は、所得税の確定申告をする必要がなくなりました。

◆還付申告はいつから提出できるの？

年の中途中で退職し税金の精算がされていない方や、年末調整済のサラリーマンで医療費控除、雑損控除や住宅借入金等特別控除などの還付申告をする方は、所得税の確定申告が始まる2月16日(木)以前でも提出できます。

◆申告は、税務署に行かなければ手続きができないの？

確定申告の時期は申告会場が大変混雑しますので、ご自分で申告書を完成できた場合は、郵送などで提出できます。

なお、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)の「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば、簡単に申告書が作成できます。作成した申告書を印刷し、源泉徴収票などの必要書類を添付して郵送などで提出すれば、申告会場に行くことなく手続きが終了しますので、是非ご利用ください。

《申告会場》



◆申告に必要な書類は？

ご自分の所得と、適用できる所得控除に関する証明書などが必要になります。

■所得に関する書類…給与所得の源泉徴収票(原本)、公的年金などの源泉徴収票(原本)、配当・報酬などの支払調書など
※事業をされている方は、青色申告決算書や収支内訳書(ご自分の収入と経費をご自宅で計算したもの)なども含みます。

■所得控除に関する書類…社会保険料(国民健康保険や国民年金)の納付額証明書や領収書、生命保険料控除証明書、地震保険料控除証明書など
※医療費控除を受ける方は、病院や薬局の領収書・レシートごとに区分し、集計して医療費の内訳書または適宜の用紙に明細を記載して持参ください。

◆税務署が開設する申告会場以外に相談会場はありますか？

次のような相談会が開催されます。

■個別相談会

と き／1月31日(火)～2月3日(金) 午前10時～午後3時
ところ／イーアスつくば(つくば市研究学園C50街区1)

対象者／

- ①新規に取得した住宅に平成23年中に居住し、住宅借入金等控除を受けられる方
- ②東日本大震災により、住宅や家財などに損害を受け、雑損控除を受けられる方

■還付申告相談会(関東信越税理士会土浦支部)

と き／2月2日(木)～15日(水) 午前9時～11時、午後1時～3時
ところ／税理士会税務相談所(東真鍋町2-5)

対象者／

- ①給与所得者で医療費や雑損控除などを受けられる方
- ②中途退職した方などで、給与所得について年末調整がお済みでない方
- ③所得が公的年金などの雑所得のみで、医療費控除や雑損控除などを受けられる方

所得税の 還付 申告 はお早めに！

今年も確定申告の時期になりました。皆さんから多く寄せられる質問をまとめましたので、参考にしてください。

問 土浦税務署申告案内窓口
(☎822-1100 自動音声案内)

◆申告会場と受付時間は？

申告会場が変更になりますので、ご注意ください。

■申告会場／新治ショッピングセンター さん・あびお(大畑1611)

■開設期間／2月7日(火)～3月15日(木)

※土・日曜日は除きますが、2月19日(日)、26日(日)は開設します。

■受付時間／午前9時～午後4時

※混雑状況により受付終了時間を早める場合があります。

■相談内容／申告相談(所得税、贈与税、消費税)、確定申告書用紙の配布、確定申告書の受け付け(納付相談および現金納付の業務は行いません)

◎開設期間中は、土浦税務署の庁舎での申告相談は実施しません。

東日本大震災に係る 雑損控除を受ける方

次の書類をお持ちください。

- ①被害を受けた資産、取得時期、取得価額の分かるもの
- ②取得価額が不明なときは、その面積が分かるもの
- ③被害を受けた資産の取り壊し費用、除去費用などの分かるもの
- ④被害を受けたことにより受ける保険金などの金額が分かるもの
- ⑤市町村発行のり災証明書の写し

住宅借入金等特別控除を受ける方

次の書類をお持ちください。

- ①住民票の写し
 - ②家屋(土地も取得した方は土地も含む)の登記事項証明書
 - ③工事請負契約書または土地・建物の売買契約書の写し
 - ④住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書
- ※増改築の場合は、建築確認済証の写しまたは増改築等工事証明書が必要になります。

野球場・運動場の利用調整会議

利用を希望する方は、参加してください。

問 スポーツ振興課(☎862-1943)

川口運動公園管理事務所(☎821-1648)

●神立野球場などの大会調整会議

と き／2月15日(水) 午後2時から

ところ／ワークヒル土浦(2階研修室)

●神立・荒川沖野球場、市民・中貴公園運動広場、南部地区市民運動広場の調整会議(大会以外)

と き／いずれも午前10時から

利用月	4～6月	7～9月	10～12月	1～3月
開催日	3月4日(日)	6月3日(日)	9月2日(日)	12月2日(日)

ところ／川口運動公園管理事務所(2階会議室)

●木田余地区市民運動広場の調整会議(大会以外)

と き／いずれも午前10時から

利用月	4～6月	7～9月	10～12月	1～3月
開催日	3月7日(水)	6月6日(水)	9月5日(水)	12月5日(水)

ところ／二中地区公民館(2階会議室)

入札へ参加を希望する方へ

市が発注する建設工事や測量、コンサルタント、役務の提供、印刷、物品納入などの入札参加資格審査受付を行います。

問 管財課(☎826-1111 内線2226)

	役務の提供、印刷、物品納入	建設工事、測量、コンサルタント
申請が必要な方	希望するすべての方	新たに登録を希望する方、すでに登録しているが登録業種の追加、変更を希望する方
有効期間	平成24年6月1日から2年間	平成24年6月1日から1年間

受付期間／2月13日(月)～29日(水) 午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日を除く)

受付場所／管財課

提出方法／郵送または直接(必着)

※詳しくは、市ホームページまたは管財課で配布する「要項」をご覧ください。



こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん HAPPY BIRTHDAY 1月生まれ



☆お誕生日おめでとう☆
元気いっぱい素敵な男の子に育ってね

中島登睦ちゃん
(中)



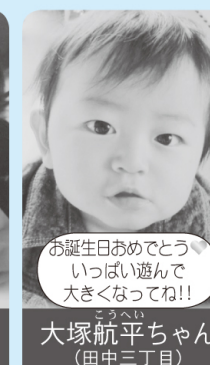
あーくん
うまれてきてくれてありがとう
パパママさっちゃんより

木下愛実ちゃん
(上高津)



壮ちゃんの笑顔が大好き♡ネエと仲良く元気いっぱい大きくなあれ！
パパママ・陽和より

坂本壮太ちゃん
(大町)



お誕生日おめでとう
いっぱい遊んで大きくなってね！！

大塚航平ちゃん
(田中三丁目)



1歳おめでとう☆
元気にすくすく大きくなあれ！

坂本莉緒ちゃん
(真鍋三丁目)



1歳おめでとう!!
元気に育ってね♪

酒寄達行ちゃん
(永国台)



お誕生日おめでとう
だいすきだよ
パパ・雪花・紅花・ママ

根本彩花ちゃん
(中村南二丁目)



☆1歳おめでとう☆
いっぱい笑って明るく元気に育ってね！

藤岡航太郎ちゃん
(田中二丁目)



想大君おめでとう
元気に大きくなってね

中川想大ちゃん
(上高津)



いつも笑顔がありがうはるちゃん大好き！
パパ・ママ・ゆい・ねえ

今井陽菜ちゃん
(荒川沖東三丁目)



1歳おめでとう！
元気いっぱい大きくなってね！

裕 大雅ちゃん
(湖北一丁目)



☆思いやりのある女の子になってね！☆
パパ・ママ・ゆい・ねえ

齋藤朱衣ちゃん
(桜町四丁目)

4 申告に際してのお知らせ

■扶養控除について

扶養控除が見直され、平成24年度の税額から市・県民税に反映されます。

見直しの内容／

- 16歳未満の扶養親族に対する扶養控除(33万円)が廃止されます。
- 16歳以上19歳未満の特定扶養親族に係る扶養控除の上乗せ部分(12万円)が廃止され、一般扶養親族(33万円)になります。これに伴い、特定扶養親族の範囲が、19歳以上23歳未満の扶養親族に変更されます。

■市民税・県民税の住宅借入金等特別税額控除(住宅ローン控除)について

所得税において住宅ローン控除を受ける方で、所得税から控除しきれなかった場合、その控除しきれなかった額を市民税・県民税からも控除するものです。

対象者／所得税の住宅ローン控除を受けた方で、所得税から控除しきれなかった金額があり、次に該当する方

- 平成11年から平成18年までに入居された方
- 平成21年から平成23年までに入居された方
- ※平成19年、20年に入居された方は、所得税のみの控除となります。

手続方法／所得税の住宅ローン控除を受けるため、最初の年は確定申告をして下さい。2年目以降は年末調整での住宅ローン控除の手続きが可能です。給与所得以外の所得がある方は、2年目以降も確定申告をしてください。

■寄附金控除について

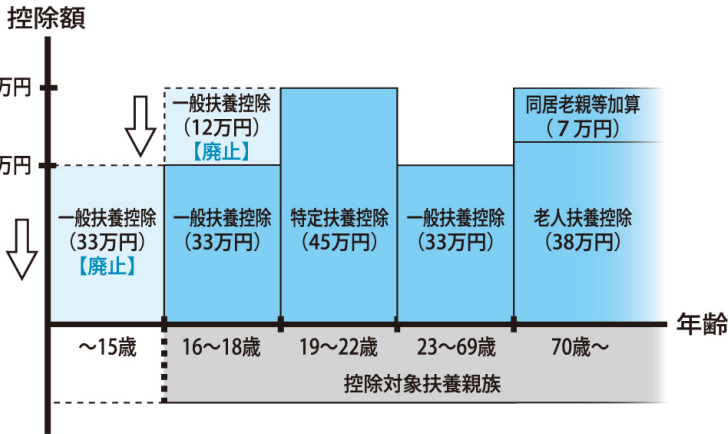
市民税・県民税の寄附金控除適用下限額が、5000円から2000円に引き下げられました。

※平成23年1月1日以後の寄附金から適用されます。

■東日本大震災で被害を受けた方の雑損控除について

雑損控除については、原則として、市の申告相談会場で相談することはできません。ただし、東日本大震災で被害を受けた方で、事前に雑損控除の計算書を作成し持参した方は申告を受け付けできます。

雑損控除の申告をする方は、事前に土浦税務署または国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)などで必ず計算書を作成し持参してください。



《注意》

土地、建物、株式、先物取引などの譲渡所得のあった方、住宅借入金等特別控除により所得税の還付を受けようとする方は、市役所では受け付けできませんので、土浦税務署*で申告をお願いします。
※2月7日(火)～3月15日(木)は「さん・あびお」で申告
☎ 土浦税務署 (☎822-1100 自動音声案内)

5 市民税・県民税の臨時受付日程表

受付日	受付会場	対象地域
1月27日(金)	新治庁舎	藤沢、藤沢新田、高岡
1月30日(月)	新治庁舎	大畑、小野、上坂田、下坂田
1月31日(火)	新治庁舎	永井、本郷、大志戸、田土部
2月1日(水)	新治庁舎	沢辺、田宮、東城寺、小高
2月2日(木)	都和公民館	都和、並木、西並木町、東並木町、東都和、板谷
2月3日(金)	都和公民館	中都町、笠師町、小山崎、今泉、栗野町、中貫、東中貫町、常名
2月6日(月)	神立地区コミュニティセンター	神立町、北神立町、中神立町、神立中央、神立東、菅谷町、白鳥町、おおつ野
2月7日(火)	二中地区公民館	真鍋、東真鍋町、西真鍋町、真鍋新町、若松町、東若松町、殿里町、木田余東台、木田余西台、木田余、手野町、田村町、沖宿町
2月8日(水)	六中地区公民館	烏山、小岩田西、小岩田東、右碕、摩利山新田、大岩田、小岩田
2月9日(木)	三中地区公民館	荒川本郷、荒川沖西、北荒川沖町、中荒川沖町、荒川沖、荒川沖東、沖新田
2月10日(金)	三中地区公民館	中、中村東、中村西根、西根南
2月13日(月)	三中地区公民館	乙戸、小山田、乙戸南、中村南、西根西、卸町

受付日に都合の悪い方は、対象地域以外の会場でも申告できます。

市民税・県民税の申告受付

■市役所課税課(本庁舎1階)

2月16日(木)～3月15日(木)

午前8時30分～11時30分、午後1時～4時

※土・日曜日を除きますが、2月19日(日)、26日(日)は受け付けます。

■臨時受付会場

1月27日(金)～2月13日(月)

午前9時～11時30分、午後1時～4時

※13ページの日程表を必ず確認してください。

申告期限間近になると、会場は大変混雑しますので早めに済ませてください。

申告書は、前年度市民税・県民税の申告をされた方に郵送します。また、課税課、各支所・出張所、受付相談日の臨時受付会場にも用意してあります。

自分で正しく計算・作成し、期限までに郵送または受付窓口へ提出してください。

☎ 課税課(☎826-1111 内線2232)



1 申告の必要な方

平成24年1月1日に土浦市に住んでいた方は、原則として申告が必要です。

平成23年中に所得のなかった方、失業保険、遺族年金、障害年金など非課税所得のみの方も、非課税証明書の発行や国民健康保険税の算定、児童扶養手当などの受給資格審査などの基礎資料になりますので申告してください。

ただし、次のいずれかに該当する方は、申告をする必要はありません。

- 平成23年分の所得税の確定申告書を、税務署へ提出した方、または提出予定の方
- 収入が年末調整された給与のみの方で、給与支払報告書が勤務先から市役所へ提出されている方
- 市内に住んでいる方の税法上の扶養親族になっている方(社会保険の扶養とは別です)
- 公的年金のみを受給している65歳以上(昭和22年1月1日以前生まれ)の方で、公的年金収入金額(支払先が2か所以上あるときはその合計額)が152万円以下の方
- 公的年金のみを受給している65歳未満(昭和22年1月2日以降生まれ)の方で、公的年金収入金額(支払先が2か所以上あるときはその合計額)が102万円以下の方

2 申告に必要なもの

対象	必要書類
給与所得者・公的年金受給者	源泉徴収票または事業主の支払証明など
事業所得者・不動産所得者	収支内訳書
医療費控除のある方	領収書、保険などで補てんされた金額の明細書(あらかじめ、領収書を個人ごとに集計しておいてください)
社会保険料控除のある方	国民健康保険税、国民年金保険料、介護保険料、任意継続保険料などの領収書または納付済額証明書
生命・地震保険料控除のある方	支払額のわかる証明書(地震保険料控除には、平成18年12月31日までに契約締結された長期損害保険料を含みます)
寄附金税額控除のある方	都道府県、市町村、共同募金会、日本赤十字社などの領収書など
障害者控除を受ける方	障害者手帳または戦傷病者手帳、市町村長などが発行する障害者に準ずる者などの認定書

※必ず「はんこ」をお持ちください。

※必要書類を持参されないときは、申告を受けられませんのでご注意ください。

3 申告に際してのお願い

①申告書は、本人による記載が原則です。申告書の作成、収支内訳書、医療費明細書の計算などの記入が済んでいる方を優先し、記載指導を希望する方は、お待ちいただくこともあります。

※事業(営業、農業)所得・不動産所得を申告される方は、収支内訳書を必ず記入しておいてください。

②源泉徴収票などの添付書類は、申告書には貼り付けず、別紙に貼り付けてください。

2月 としかん

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

特集

■寒さを乗り切ろう!...お正月にゆっくりした方も、忙しかった方も、体調を整えてこの冬を乗り切りましょう。寒い季節におすすめの本をご紹介します。

□『冷え知らず』さんのしょうがの知恵

(永谷園生姜部/著)

□『体を温める漢方』で不調を治す (石原新菜/著)

□かぜの科学 (ジェニファー・アッカーマン/著)

□暖炉・ストーブのある家

(ニューハウス出版株式会社/編)

お知らせ

■バナー広告募集中

詳しくは、市立図書館ホームページ(<http://www.t-lib.jp/>)をご覧ください。

■図書館からのお願い

図書館の資料は、市民の皆さんが共有している財産です。貸し出しの手続きをせずに、館外へ持ち出すことのないようお願いします。

より多くの方に気持ちよく利用していただけるよう、大切にお使いください。



おはなし会

●おはなし会

(幼児～小学生向け)

と き/2月12日(日)

午後1時30分から

2月26日(日) 午後2時から

●ちいさなおはなし会

(0～3歳児向け)

と き/2月22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：2012年大河ドラマ・平清盛

平安時代末期、武士と貴族の身分に大きな差があった時代にあらわれた、平清盛。「平家物語」で悪役として語られた清盛とは、いったいどんな人物であったのか？政治の実権が貴族から武士に移っていった時代背景や、ライバル・源氏との争いから、本当の清盛像をひもといてみませんか？



No.1 先月の人気図書

『水の柵』 道尾秀介/著



自分が「普通」で退屈なことを嘆く中学2年の逸夫と、両親が離婚し級友からいじめを受け「普通」を欲する敦子。あるきっかけで言葉を交わすようになったふたりだが、敦子には秘めた決意があって…。

こどもの本

□ヤマネさん

(西村 豊/写真・文)

□またおいで

(もりやまみやこ/作)

□ひめねずみとガラスのストーブ

(降矢なな/絵、安房直子/作)

□北風ふいてもさむくない

(西巻茅子/絵、あまきみこ/文)

□トドマツ森のモモンガ

(山村輝夫/作)

□ターシャのかずのぼん

(ターシャ・テューダー/作)

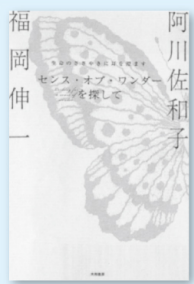
□ゆきだるまのスノーぼうや

(ヒド・ファン・ヘネヒテン/作・絵)



センス・オブ・ワンダーを探して

(生きもの)



福岡伸一

生きているとはどういうことか？科学の進歩は人間を幸福にするのか？作家・エッセイストの阿川佐和子と、生物学者・福岡伸一が、いのちと世界の不思議に迫った対話です。

(阿川佐和子ほか/著)

星やどりの声

(小説)



も、穏やかな毎日を過ごしていましたが…。

(朝井リョウ/著)

市内主要施設の放射線量測定値

測定場所は学校をはじめとする市内主要施設88か所です。最新の測定結果は市ホームページ(<http://www.city.tsuchiura.lg.jp/index.php?code=3329>)や各地区公民館などに掲示しています。

なお、1月1日から施行された「放射性物質汚染特措法」では、年間1ミリシーベルト(0.23マイクロシーベルト)を目指すことが長期的目標になっています。

測定期間:12月20日～28日 測定器:簡易測定器 単位:マイクロシーベルト/時

保育所など*

市 ども福祉課 ☎内線2419

施設名	地上0.5m	地上1.0m
新生保育所	0.307・0.203	0.208・0.218
荒川沖保育所	0.238・0.233	0.227・0.213
霞ヶ岡保育所	0.278・0.257	0.277・0.258
東崎保育所	0.216・0.176	0.194・0.188
都和保育所	0.211・0.174	0.200・0.169
天川保育所	0.199・0.244	0.184・0.216
新川保育所	0.194・0.143	0.179・0.149
桜川保育所	0.197・0.179	0.197・0.183
神立保育所	0.196・0.201	0.195・0.172
竹ノ入保育所	0.253・0.186	0.280・0.178
土浦愛隣会保育所	0.134・0.150	0.180・0.164
めぐみ保育園	0.305・0.161	0.267・0.147
白鳥保育園	0.167・0.277	0.184・0.260
エンゼル・ゆめ保育園	0.122・0.144	0.137・0.132
つくば国際保育園	0.133・0.148	0.139・0.165
中央保育園	0.157・0.156	0.148・0.174
高岡保育園	0.119・0.099	0.102・0.098
藤沢保育園	0.103・0.113	0.116・0.112
白帆保育園	0.158・0.205	0.177・0.178
あおぞら保育園	0.158・0.146	0.174・0.176
愛保育園	0.184・0.180	0.184・0.180
童話館保育園	0.131・0.172	0.124・0.168
都和児童館	0.170・0.166	0.163・0.162
ポプラ児童館	0.310・0.180	0.295・0.188
新治児童館	0.138・0.104	0.130・0.101

※「グラウンド・砂場」の数値。数値が1つの施設はグラウンドの値

文化施設

市 上高津貝塚ふるさと歴史の広場 ☎826-7111

施設名	地上0.5m	地上1.0m
上高津貝塚ふるさと歴史の広場	0.279	0.267

放射能濃度の測定結果

水道水中の放射能

採取日/12月27日、検査機関/県衛生研究所および化研市の水道水からは、放射性ヨウ素、放射性セシウムはいずれも検出されておらず、安全が確認されています。

地下水中の放射能

市 環境保全課放射線対策室 ☎内線2364
井戸水採取日/10月31日、井戸所在地/亀城公園、検査機関/環境省市の地下水からは、放射性ヨウ素、放射性セシウムはいずれも検出されませんでした。
※詳しい結果は、環境省ホームページ(<http://www.env.go.jp/index.html>)をご覧ください。

市役所、公民館

市 環境保全課放射線対策室 ☎内線2364

施設名	地上0.5m	地上1.0m
市役所	0.215	0.171
一中地区公民館	0.249	0.194
二中地区公民館	0.193	0.172
三中地区公民館	0.212	0.180
四中地区公民館	0.192	0.182
上大津公民館	0.194	0.158
六中地区公民館	0.234	0.220
都和公民館	0.192	0.169
新治地区公民館	0.127	0.124

運動施設

市 スポーツ振興課 ☎内線5123

施設名	地上0.5m	地上1.0m
川口運動公園	0.149	0.145
中貫運動公園	0.243	0.238
荒川沖地区野球広場	0.280	0.260
市民運動公園	0.206	0.198
木田余地区市民運動広場	0.219	0.212
新治運動公園	0.118	0.114
本郷グラウンド	0.135	0.140

公園

市 公園街路課 ☎内線2423

施設名	地上0.5m	地上1.0m
亀城公園	0.204	0.181
神立公園	0.294	0.247
霞ヶ浦総合公園	0.244	0.221
乙戸沼公園	0.213	0.193
田村沖宿公園	0.269	0.231
紫ヶ丘公園	0.188	0.166
水と緑の里公園	0.274	0.224
朝日峠展望公園	0.193	0.190
ふるさとの森公園	0.112	0.103

み処理施設

市 環境衛生課 ☎内線2445

施設名	地上0.5m	地上1.0m
一般廃棄物最終処分場	—	0.200
清掃センター	—	0.264

2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・その他
★保育所であそぼう！ ※新生保育所は帽子、神立保育所は手提げ紙袋を持参				
竹ノ入保育所(☎842-6253)	3日(金)	午前10時～10時30分 節分の豆まきに参加しましょう	未就園児親子 5組(先着順)	1月23日(月) 午前9時30分 から各保育所へ電話で
天川保育所(☎822-6172)	8日(水)	午前9時30分～11時 園庭で遊びましょう	未就園児親子 10組(先着順)	
都和保育所(☎822-8053)	8日(水)	午前9時30分～11時30分 お店やさんごっこにきてください	未就園児親子 20組(先着順)	※竹ノ入・天川・新生・ 東崎・荒川沖保育所 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。
新生保育所(☎841-0575)	8日(水)	午前10時～11時 お庭であそびましょう		
東崎保育所(☎821-2807)	13日(月)	午前9時30分～11時30分 お庭であそびましょう		
荒川沖保育所(☎841-0037)	16日(木)	午前9時30分～11時30分 お庭であそびましょう		
神立保育所(☎831-8464)	16日(木)	午前9時30分～11時 お店やさんごっこで遊ぼう		
藤沢保育園(☎862-2600)	2日(木)	午前9時30分～11時 豆まき	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)	8日(水) 23日(木)	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(保育所で遊び子どもたちを見て、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)	21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・その他
★2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)	2日(木) 午前11時～11時30分 16日(木) ゲームの日「くるくるうさちゃんであそぼう」	幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	10日(金) 午前11時～11時30分 24日(金) おはなし会		
	23日(木) 午前11時～11時40分 簡単つるし雛を作ろう	幼児親子 15組(先着順)	2月1日(水)から前日ま でに電話または直接
ポプラ児童館(☎841-3212)	3日(金) 午前11時～11時40分 豆まき集会	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	20日(月) 午前10時30分～11時30分 親子ピクス		
	25日(土) 午前9時30分～11時 フラワーアレンジメント教室	小学生 15人(先着順)	事前に児童館へ電話また は直接
新治児童館(☎862-4403)	7日(火) 午前10時30分～11時30分 エプロンズ＆ハッピースマイルのおはなし会	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	16日(木) 午前10時30分～11時30分 おひなさま作り	幼児親子 20組(先着順)	
	25日(土) 午前10時～11時30分 ミニミニフラワーアレンジ ※材料費:500円	小学生 20人(先着順)	

●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・その他
★2月のふれあいデー ※上靴(雨天時のみ)を持参			
新治幼稚園(☎862-3507)	16日(木) 午前10時30分～11時30分 発表会ごっこ遊び(劇、歌、合奏、遊戯など)	未就園児親子 定員なし	当日幼稚園へ直接

●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　※飲み物を持参。動きやすい服装で				
一中地区公民館	7日(火)	午前10時～11時30分 親子ピクス	未就園児親子 20組(先着順)	1月23日(月) 午前9時 30分から電話で
二中地区公民館	8日(水)			
三中地区公民館	15日(水)			
四中地区公民館	14日(火)			
六中地区公民館	9日(木)			
都和公民館	16日(木)			
神立地区コミュニティセンター	17日(金)			
新治地区公民館	13日(月)			
★すくすくルーム　※バスタオルを持参				
二中地区公民館	2日(木)	午前10時～11時30分	4～12か月児親子 15組(先着順)	1月23日(月) 午前9時 30分から電話で
三中地区公民館	3日(金)	豆まきグッズを作ろう		
★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」	6日(月) 20日(月)	午前9時30分～11時30分 ※6日は読み聞かせあり	未就園児親子 20組(先着順)	1月23日(月) 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」	10日(金)	午前9時30分～11時30分	4～12か月児親子 15組(先着順)	1月23日(月) 午前9時 30分から電話で
★親子たいそう講習会　※大きなバスタオル、フェイスタオルを持参				
地域子育て支援センター 「さくらんぼ」 ※会場は都和公民館	18日(土)	午前10時から ※講師：中島淑子さん (全日本体操協会一種審判)	未就園児親子 50組(先着順)	1月23日(月) 午前9時 30分から電話で

●地域子育て支援センター

白鳥保育園 ☎831-2590	ありんこくらぶ 土浦愛隣会保育所内 ☎841-0463	ひまわり めぐみ保育園内 ☎843-1117
①園庭開放(雨天中止) 月～金曜日 ②親子クラブ 2日(木)…節分制作 9日(木)…室内ゲーム 16日(木)…ひなまつり制作 ③交流保育 23日(木)…遊戯発表会練習の見学 時 間／ ①…午前8時30分～午後1時30分 ②、③…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…帽子、タオル、飲み物 ②、③…上靴、ビニール袋 申込方法／前日までに電話で	①保育所開放 月～金曜日 ②イベント 7日(火)…親子ヨガ ※会場は四中地区公民館 14日(火)…小麦粉粘土 16日(木)…赤ちゃんサロン 21日(火)…ホールで遊ぼう 28日(火)…食育講習会 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、飲み物 申込方法／1月25日(水) 午前9時 から電話で	①遊びの広場～園庭・お部屋開放～ 月～金曜日 ②子育て広場 7日(火)、21日(火)…水郷公園遊び 8日(水)…食事体験(1歳未満) 10日(金)、27日(月)…おひなさま制作 ※10日の会場は六中地区公民館 13日(月)、20日(月)…わらべうた 14日(火)、28日(火)…乙戸公園遊び 17日(金)…計測・ベビーマッサージ 22日(水)…食事体験(1歳以上) 時 間／①…午前9時30分～正午 午後1時30分～4時 ②…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。

2月のけんこう

平成23年度中に まだ検診を受けていない方へ

さわやか健康診査、後期高齢者健康診査、胸部・胃がん・子宮がん・乳がん・前立腺がん検診は、協力医療機関で受けることができます。

まだ検診を受けていない方で検診を希望する方は、検診受診券をお早めにお申し込みください。

なお、平成23年度の受診券での医療機関検診は、3月31日(土)までにあります。

申込場所／土浦保健センター、
市役所総合窓口、
各支所・出張所

※市の国民健康保険加入者は、
保険証をご持参ください。

対象者・受診料／

検 診	対象者	受診料
さわやか健康診査	20～39歳	4500円
後期高齢者健康診査	75歳以上	無料
胸部検診	20歳以上	600円
胃がん検診	〃	4000円
子宮がん検診	20歳以上の女性	2300円
乳がん検診	〃	900円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1100円

※市の国民健康保険加入者および70歳以上の方は、無料です。



糖尿病予防のためのクッキング教室 ～あなたの食事は大丈夫？～

デザートまで食べて600kcal以下!! ヘルシー料理のコツや糖尿病予防のポイントをお伝えします!

「肥満、食べ過ぎ、運動不足…」

なかなか改善できないと悩んでいる方必見です!

とき・ところ／

回	期 日	場 所	定員
1	2月2日(木)	一中地区公民館	30人
2	2月16日(木)	神立コミュニティセンター	20人

対象者／市内に居住している方

内 容／調理実習、糖尿病予防の食生活アドバイス

講 師／土浦市食生活改善推進員、市管理栄養士

時 間／午前10時～午後1時

(受け付けは午前9時45分から)

参加料／1回300円

申込方法／電話で

持参するもの／エプロン、三角巾



献血のお知らせ

と き／2月17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)

問 健康増進課(土浦保健センター ☎826-3471)



成人の肺炎球菌ワクチンについて

土浦市医師会
青木弘道(あおき内科クリニック)

肺炎は高齢者にとって死に至ることもある病気です。

第二次大戦中に抗生物質が発明されて以来、肺炎で死亡する人は激減しました。しかし、65歳以上では依然として肺炎による死亡率が高い状態です。また、慢性呼吸器疾患、腎不全、肝機能障害、糖尿病等のある人にとっても肺炎は怖い病気です。

肺炎を起こす病原菌の一番は、肺炎球菌です。

原因菌の分かった肺炎のじつに40％が肺炎球菌による肺炎でした。その他の原因菌は、インフルエンザ菌、マイコプラズマなどありますが、肺炎球菌が断トツの1位です。

敵は身内にあり。

この肺炎球菌、じつはほとんどの成人の口腔内に雑菌の一つとして住み着いています。口の中にいる分には悪さをしませんが、誤嚥によって菌が肺に入ると肺炎を起こします。特に65歳以上になると、ものを飲み

込む力が弱くなり、誤嚥を起こしやすくなります。

1回のワクチン接種で5年間有効です。

すべての肺炎を予防できるわけではありませんが、一番頻度の高い肺炎球菌による肺炎を予防し、重症化を防げます。近年、抗生物質の効きにくい肺炎球菌が増えています。このような抗生物質の効きにくい肺炎球菌肺炎の予防には特に有効です。ワクチン接種後約3週間で肺炎球菌に対する免疫ができ、5年以上免疫力が持続します。

今シーズンは東北地方の被災者にワクチンが優先的に提供されます。

1月は関東地方でワクチン不足が予測されますが、2月になると供給が追いつくと見込まれます。最寄りの医療機関にワクチンを予約される場合も、一時の猶予をご了承ください。



2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	16日(木) 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	15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(県弁護士相談員・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	13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	17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
	27日(月) 10:00～12:00		

◎ 女性のための各種相談

フェミニスト相談	8・15・22・29日(水)	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
	4日(土)	10:00～15:00		
法律相談	23日(木)	13:30～15:30		
法律関連一般相談	10日(金)・24日(金)	13:00～15:40		
一般相談(外国人相談を含む)	10日(金)・24日(金)	13:00～16:00		
DVヘルプライン(電話相談)	16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

気をつけましょう! 訪問販売トラブル

～最近の相談事例から～

Q：地震で、家の瓦が落ちてしまい、応急処置でビニールシートを掛けてしのいでいた。最近になって、県外から瓦業者がやって来て、「早く工事をしないと大変なことになる」とせかされ、3日前に契約してしまった。よく考えると高額なので不安だ。もう一度考え直したい。

A：事例は訪問販売による屋根の補修工事のトラブルです。訪問販売は契約書面を受け取ってから8日間はクーリング・オフ(無条件解約)が可能です。また、クーリング・オフ期間が過ぎても、勧誘方法によっては取り消せる場合もあります。契約する際は、複数の業者から見積りを取り、比較検討するよう助言しました。



Q：最近、貴金属の買取業者が頻繁に訪問して迷惑している。「貴金属など持っていない」と断わったが、その後もしつこく勧誘されている。本当に迷惑だ。

A：事例は「押し買い」と呼ばれるトラブルです。最近、長時間居座ったり、しつこく勧誘したりして、貴金属などを強引に安く買い取られてしまう被害が増えています。自宅に不意に訪問を受けても、買い取ってもらうつもりがないのなら、きっぱりと断わりましょう。居座られたり、何か出すまで帰らないと強く迫られた時は、すぐ警察を呼びましょう。また、標的になってしまうのは高齢者が多いため、家族やホームヘルパーなど周囲の人が気をつけて、高齢者を見守りましょう。不安を感じたり、おかしいと思ったりしたときは、消費生活センターにご相談ください。

消費生活センターから
問 ☎823-3928

2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)	1日(火)	9:00~11:30	土浦保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	14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)	7日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	2日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	9日(木)		つわぶき(☎831-4126)
	23日(木)		うらら(☎827-0050)
	24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23年10月生まれ)	8日(火)・9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23年4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22年7月生まれ)	1日(火)・2日(水)	13:00~13:50	
3歳児健康診査(平成20年11月生まれ)	15日(火)・16日(水)	13:00~13:50	
母と子の歯科健康診査(平成21年11月生まれ・予約制)	3日(金)	13:15~15:30	
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	13日(月)	
	7~11か月児	6日(月)	
マタニティ教室(おおむね7か月以降の妊婦・予約制)	7日(火)・14日(火)	9:45~10:00	
離乳食教室(おおむね6~7か月児・予約制)	3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	2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、祝日のみ)でも案内しています。

2月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
5日(日)	鈴木胃腸科クリニック ☎841-7711 中荒川沖町	黒井整形外科医院 ☎826-2210 飯 田	石川クリニック ☎821-2587 大 町	神立デンタルクリニック ☎830-2161 神立町
11日(土)	木戸医院 ☎841-1753 乙戸南三丁目	淀縄医院 ☎822-5615 大 町	鈴村医院 ☎821-0174 大 町	久保木歯科医院 ☎821-1686 中央一丁目
12日(日)	高野医院 ☎841-0154 荒川沖西二丁目	中央大形整形形成外科 ☎821-0220 中央二丁目	まつばらウィメンズクリニック ☎830-5151 阿見町荒川本郷	川村歯科医院 ☎841-0345 中村南四丁目
19日(日)	田谷医院 ☎823-2636 生田町	あくつ整形外科 ☎841-4665 中荒川沖町	岡野産婦人科医院 ☎851-2431 つくば市梅園	沼崎歯科医院 ☎821-1950 大手町
26日(日)	永井医院 ☎842-3826 乙 戸	土浦港町クリニック ☎825-2200 港町三丁目	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	イバラキクリニック ☎822-4537 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 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」2月上旬号は、2月1日(水)発行予定です。