

# つちうら

February

# 2

2012 No.1069  
平成24年2月15日発行

## 生きがい対応型 デイサービス施設のご案内

市内に住む60歳以上の方を対象に、地域住民やボランティアなどの協力で囲碁・将棋・手芸などの趣味活動や創作活動を通して、生きがいづくりや健康づくりの場を提供する施設です。現在、7カ所の施設が開館しています。(六中地区に開設を検討されている方は、高齢福祉課までご相談ください。)

利用料金/各施設 1日100円(活動内容により実費負担あり)

利用方法/登録が必要になるので、各施設に直接お問い合わせください。

利用時間/午前9時～午後5時(わくわくサロンにいよりは、午前10時～午後6時)

☎ 高齢福祉課(☎826-1111 内線2479、2372)



**【一中地区】**  
**いきいき館たいこ橋**

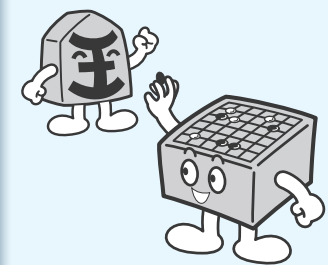
川口一丁目  
3-223-2-C-204(モール505内)  
☎827-2737 ※日曜・祝日休館

**【二中地区】**  
**悠遊庵さんぽみち**

真鍋三丁目 8-17  
☎821-9713 ※日曜・祝日休館

**【三中地区】**  
**ほのぼのハウス通りゃんせ**

荒川沖225-4  
☎842-4567 ※日曜・祝日休館



**【四中地区】**  
**いきいきサロンかざぐるま**

天川一丁目28-12  
☎801-6565 ※日曜・祝日休館

**【五中地区】**  
**ふれあいいきいきサロン神立**

中神立町35-5  
☎833-1377 ※日曜・祝日休館

**【都和中地区】**  
**やすらぎサロンつわ**

並木一丁目 2-20  
☎846-0535 ※日曜・祝日休館

**【新治中地区】**  
**わくわくサロンにいよりは**

大畑1611(さん・あびお内)  
☎862-3212 ※日曜・祝日休館



放射線測定器は、3月から貸出場所を変更し、土・日曜日にも利用できるようになります。

※予約受付は、放射線対策室です。ご注意ください。

貸出変更日/3月1日(木)

貸出場所/各地区公民館

対象者/市内に居住している方

貸出日/火・日曜日の開館日

貸出時間/午前9時～正午、午後1時～4時の3時間以内

貸出方法/

- ①電話または放射線対策室窓口で事前予約する。
- ②予約した日時に地区公民館の窓口で受け取る。
- ③受け取りの際、運転免許証や保険証など本人確認ができる書類を持参してください。

☎ 環境保全課放射線対策室 (☎内線2452)

**放射線測定器の貸出場所などを変更します**

### 市税滞納一掃宣言

～税負担の公平性を確保するために～

インターネット公売の落札価格ランキングで、**土浦市が全国第1位**になりました!!

＜ランキングの概要＞

- 部門…動産(平成23年11月公売分)
  - 参加数…883機関 ●落札価格…約255万円
- ※インターネット公売とは、滞納処分により差し押さえた「不動産」や「動産」をオークションで公売し、困難な滞納事案を解消する手段のひとつです。

□2月の納税  
税目/固定資産税(4期)、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料(8期)  
納期限/2月29日(水)

□2月の休日納税・休日納税相談  
とき/2月26日(日) 午前9時～午後4時  
ところ/納税課(市役所本庁舎1階)  
☎納税課(☎内線2359、2233)

## 春キララ券 発売中!

まちづくり活性化土浦では、桜まつりの協賛事業として、「春キララ券」を販売しています。まちづくり活性化バス「キララちゃん」の乗車券4枚、協賛店の割引券(100円相当)、「ホワイトアイリス号」の割引券(300円)、「桜川桜巡り船」の割引券(100円)がセットになったお得な回数券です。ぜひご利用ください。  
※それぞれ有効期限がありますのでご注意ください。  
販売期間/4月8日(日)まで  
販売価格/300円  
販売場所/キララちゃんバス車内、まちづくり活性化土浦、まちかど蔵「大徳」、きらら館、まちなか交流ステーション「ほっとOne」、ウララ・ペルチ土浦(各インフォメーション)、ラクスマリーナ  
◎バスボランティアを随時募集中! 詳しくは、まちづくり活性化土浦のホームページをご覧ください。  
☎まちづくり活性化土浦(土浦商工会館内 ☎826-1771)

# 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

#### 農業用廃ビニール・ポリエチレン回収

農業用使用済みのビニールとポリエチレンを回収します。  
料金/1000円(1戸当たりの基本料金)+15円/kg  
回収日/2月28日(火)  
回収時間・場所/  
●午前9時~10時・JA土浦 れんこんセンター(田村町)  
●午前11時~正午・JA土浦 ライスセンター(飯田)  
●午後2時~3時・JA土浦 新治支店梨選果場(藤沢)  
申込方法/電話で  
申込締切/2月24日(金)  
☎岡岡農水産課(☎内線7608)

#### 災害復旧資金利子補給の申請期限を延長しました

住宅などの災害復旧に係る資金の融資を受けた方に、利子の一部を補給しています。その申請期限を平成25年3月10日まで延長しました。

#### 考古資料館の臨時休館

常設展示室メンテナンスのため、臨時休館します。とき/3月6日(火)  
※屋外の広場の利用は可能  
☎土高津貝塚ふるさと歴史の広場(☎826・7111)

#### 第77回霞ヶ浦・北浦地域清掃大作戦

霞ヶ浦・北浦流域の市町村で、身近な湖岸や河川敷の一斉清掃を実施します。きれいな水辺環境を守るため、皆さんのご協力をお願いします。とき/3月4日(日) 午前8時~9時(小雨決行。雨天のときは、3月11日(日)に順延)  
清掃場所/霞ヶ浦湖岸、土浦港、新川・桜川・備前川・境川・花室川の河川敷  
☎環境衛生課(☎内線2459)

#### 市立博物館 冬季展示解説会

博物館では、霞ヶ浦に育まれた人々のくらしをテーマにした展示を季節ごとに行っています。冬季展示の見どころを学芸員がご案内します。とき/  
●花を詠む一知蓮の七言絶句 屏風/2月25日(土)  
●將軍家拜領の御刀一老中土屋政直の功績/3月3日(土)  
●江戸時代の日記にみる冬の行事/3月10日(土)  
●旧制土浦中学校の試業成績表/3月17日(土)  
●土屋政直所用具足一質実剛健の気質/3月24日(土)

#### 公共下水道事業計画の変更案の縦覧

内容/土浦市公共下水道の排水区域の追加および事業認可期間の延長(平成29年3月31日まで)  
区域/乙戸南二丁目、下高津四丁目、上高津、穴塚、佐野子、粕毛、中貫、田村町、手野町の各一部  
縦覧期間/2月17日(金)~3月1日(土・日曜日を除く)  
縦覧場所/下水道課  
◎この計画の変更案に意見のある方は、申し出る必要があります。詳しくは、お問い合わせください。  
☎下水道課(☎内線2317)

#### 廃食用油の回収場所が増えました

- 協力をいただいている使用済み油の回収について、新たに拠点回収場所が増え、さらに利用しやすくなりました。
- 新規回収場所/  
●とりせん木田余店  
●マルヘイ荒川沖店  
●新治シヨッピングセンターさん・あびお
- 従来の回収場所/  
●市役所本庁舎  
●各地区公民館

#### 医師・歯科医師などを講師として派遣します

茨城県保険医協会では、市民団体が主催する学習会に医師、歯科医師、栄養士などを講師として派遣しています。講師への謝礼は不要です。で、気軽にご利用ください。利用条件/営利を目的としない15人以上のグループ  
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。  
☎茨城県保険医協会(☎823・7930)

#### 土浦市生涯学習推進協議会

とき/2月21日(火) 午後2時から  
ところ/新治庁舎 大会議室  
議題/第3次土浦市生涯学習推進計画の進捗状況など  
傍聴者定員/10人(先着順)  
傍聴手続/当日会場(午後1時30分~2時)  
☎生涯学習課(☎内線5114)

#### 子ども救急電話相談

お子さんが急な病気で心配なときは、ご相談ください。相談時間/夜間(毎日)：午後6時30分~11時30分、休日(日曜日、祝日、年末年始)：午前9時~午後5時  
電話番号/  
●携帯電話、プッシュ回線の固定電話：短番#8000  
●すべての電話：029・254・9900  
☎茨城県メディカルセンター(☎029・241・6996)

#### 陸上自衛隊の夜間飛行訓練

とき/3月6日(火)~8日(木)、13日(火)~15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周辺空域  
機種/ヘリコプター(3~4機)  
☎陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校総務課(☎842・1211 内線3420)

**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

ご注文は前日の18時までお願いいたします。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)

**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 24年3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  
年利 2.0%  
さらにJAカードにご加入いただくと、年利 0.5%引き下り  
年利 1.5%

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

**お年五年賀状セール!!**

10個の数字の中に0が5個以上あったら	30%割引
10個の数字の中に0が4個以上あったら	20%割引
10個の数字の中に0が3個以上あったら	15%割引
10個の数字の中に0が2個以上あったら	10%割引
10個の数字の中に0が1個以上あったら	5%割引

●今すぐ年賀状をチェック!  
八万円の抽選の上で来店(またはお電話)下さい。  
(※必ず、毎年の抽選に当たっていただきます)  
(※抽選の結果は対象者へ)

●抽選は年賀状8万枚中、ご来店下さい。  
●抽選は1月1日~1月31日まで実施。  
●抽選は抽選機で抽選し、抽選結果は抽選機に表示されます。  
●抽選結果は抽選機に表示されます。  
●抽選結果は抽選機に表示されます。  
●抽選結果は抽選機に表示されます。

創設15年の信用と実績  
**ISI (株) イシバラキ**  
フリーダイヤル 0120-141-593  
石岡本店 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  
URL:www.isi-ibaraki.com

**第21期四国八十八箇所巡礼の旅5日間**  
(全3回企画第1回:1番霊山寺から31番竹林寺まで)  
◇旅行期間  
平成24年4月16日(月)~4月20日(金)  
◇ご旅行代金(お一人様)  
¥129,000(お食事朝4回・昼5回・夕4回)  
★最少催行人員15名★添乗員が同行致します。  
★無相庵 庵主形山睡峰和尚と訪ねます。  
★お一人様からお気軽に参加できます。

~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**

**2月は省エネルギー月間です!**

厚手のカーテンを閉めると、熱が逃げにくくなるよ!

ぼくは安全エレちゃん

**関東電気保安協会**  
http://www.kdh.or.jp/

**春の霞ヶ浦縦断クルーズと水郷県民の森自然観察会**

遊覧船に乗って、水質調査やプランクトン観察などを行います。その後、茨城県水郷県民の森(潮来市)へ移動し、自然観察などを楽しみます。  
※参加費は無料。小学高学年から中学生向け  
とき/3月24日(土) 午前10時〜午後3時  
集合時間・場所/午前9時45分・ラクスマリナー前(川口二丁目)  
定員/30人(先着順)  
申込方法/電話またはメール(氏名、住所、電話番号、年齢を明記)で  
申込締切/3月16日(金)

**ひより親家庭生活講座「親子クッキング」**

親子で楽しくケーキデコレーションやオープン料理に挑戦!  
ケーキのデコレーションや簡単オープン料理、ホットフルーツポンチを作ります。  
とき/3月24日(土) 午前10時30分〜午後2時  
ところ/総合福祉会館 調理実習室(ツラフ2 7階)

**霞ヶ浦医療センター 公開市民講座**

〜過活動膀胱について〜  
とき/3月1日(木) 午後3時から  
ところ/地域医療研修センター(霞ヶ浦医療センター内 下高津二丁目1-14)  
講師/鈴木正彦さん(泌尿器科医師)  
霞ヶ浦医療センター  
0822-5050

**二級ボイラー技士 受験準備講習**

とき/3月9日(金)〜12日(月) 午前9時〜午後5時(全4回)  
ところ/茨城県JA会館(水戸市梅香一丁目1-4)  
対象者/二級ボイラー技士免許試験の受験資格を持つ方  
受講料/1万6000円(会員登録料1万4000円)  
申込期間/2月27日(月)〜3月2日(金)  
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。  
問/日本ボイラ協会茨城支部  
0299-2225-6185

**テニス教室&小中学生テニス大会**

□土浦市テニス教室  
とき/3月3日(土)、6日(火)、8日(水)、10日(木) いずれも午後1時〜2時30分

**募集・催し**

**乳児用ベビシートを貸し出します**

とき/3月11日(日) 午前9時〜9時30分  
ところ/市役所本庁舎前  
貸出期間/1年間  
貸出台数/約30台  
負担費用/2000円(フリーシンプ代ほか)  
申込資格/市内に居住するおむね1歳児まで(体重10kg未満、身長75cm以下)の保護者または4月末日までに出産予定の方  
申込方法/電話で  
申込期間/3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。  
問/生活安全課  
(市内線2298)

**平成24年度消費生活モニター募集**

活動内容/消費生活に関する情報発信や各種講座への参加  
参加資格/市内に居住または通勤、通学する高校生以上の方、または市内のテニス団体に所属する方  
定員/各20人(先着順)  
参加料/1回500円  
□第4回小中学生テニス大会  
とき/3月17日(土)(雨天時は20日(火)に順延)  
参加資格/市内に居住または通学する小・中学生、または市内のテニス団体に所属する小学生(セルフジャッジができること)  
種目/男女シングルス  
※小・中学生別。初心初級者および大会経験者クラス別  
定員/各種目16人(先着順)  
参加料/1500円  
◎共通  
ところ/水郷テニスコート  
申込方法/所定の申込書をファクスまたはメールで  
※申込書は、土浦市テニス協会ホームページまたは水郷テニスコートにあります。  
問/市体育協会硬式テニス部  
(市内線26-1380)  
info@tsuchiura.ta.jp

**高齢者はつらつ百人委員会委員募集**

高齢者はつらつ百人委員会は、高齢者の誰もが健康で心豊かな生活を送れるよう、生きがい・健康づくり活動への参加を進めています。  
申込資格/県内に居住する60歳以上で、同委員会活動に出席できる方  
任期/平成24年4月〜26年3月(2年間)  
申込締切/3月9日(金)  
※応募方法など、詳しくはお問い合わせください。  
問/県社会福祉協議会茨城わかセンター  
(市内線29-243-8989)

**観光ボランティアガイド募集**

観光案内やイベントの協力などを通して、土浦市の魅力を訪れた人たちに紹介してみませんか?おもてなしの心で、一緒に活動できる方を募集しています。  
申込方法/はがきで(住所、氏名、性別、年齢、電話番号を記入)  
申込締切/3月12日(月)  
※後日、説明会があります。  
問/土浦市観光協会(〒300-0043 中央二丁目3-16)  
0824-2810

**国際交流 フェスティバル**

土浦市国際交流協会設立20周年を記念して、講演やコンサート、各種日本文化体験や交流パーティーを行います。  
※申込不要で、ごなたでも参加できます。  
とき/3月4日(日) 午後1時〜6時  
ところ/亀城プラザ  
問/同協会事務局(生涯学習課内)  
0862-1939

**フューリアップ3Bエクスサイズ**

とき/3月16日(金) 午後2時45分〜4時15分  
ところ/フークヒル土浦  
対象者/一般女性  
講師/松延洋子さん(日本3B体操協会指導士)  
定員/20人(先着順)  
◎共通  
ところ/フークヒル土浦  
参加料/各500円  
申込方法/電話で  
問/フークヒル土浦  
(市内線26-2622)

**フークヒル土浦 体験レッスン**

□体験ボディメイク  
とき/3月6日(火)または13日(火) 午前11時30分〜午後0時15分または午後8時〜8時45分  
講師/鈴木康修さん(フィジカルコンディショニングトレーナー)

当店のお弁当で、健康な1年を・本年もよろしくお願いたします。

3月行事食 ◆ 3/3ひなまつり弁当 ◆

春キャベツと豚肉の和風炒めきのこ入り金平ごぼう 野菜たっぷり真丈菜の花からし和え やわら貝・ゆず大根 ちらし寿司

◆刻み・お粥 無料  
◆1食¥525から  
◆安否確認 OK  
◆年中無休  
◆1日食からお届け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)

冬のおススメ 日帰り旅行

快速お座敷列車 「いわき・ときわ路夢街道号」で行く北茨城・高萩名所めぐり

住復のJRお座敷列車 + 茨城県天心記念五浦美術館(見学) + 五浦観光ホテル(昼食と六角堂修復の映像をご覧頂きます) + 野口雨情記念館(見学) + 藤積家住宅(見学) + 庭園味噌蔵 たつこ味噌(見学・買物)

■土浦駅発着 旅行代金/おとな(こども)1名様 8,600円(6,800円)  
\*観光はびゅう専用バスまたは相乗りタクシー利用となります。

■出発日/2012年2月25日(土)・3月10日(土)・11日(日)・18日(日)・20日(火・祝)・24日(土)

JR ☆お問い合わせ☆ 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様はベルチ土浦駐車場をご利用ください。

旅行企画 東日本旅客鉄道株式会社

# 平成24年度水郷体育館 スポーツプログラム受講生募集

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/3月21日(水) (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。  
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	4/10~6/26	10回	40人	6,000円
ピラティス	一般男女	火	9:45~10:45	4/10~6/19	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	4/10~6/5	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	4/10~6/5	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	4/10~6/19	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	4/10~6/19	10回	20人	5,000円
ジュニア体操	年長~小学3年男女	火	17:00~18:00	4/10~6/19	10回	20人	6,000円
エアロビクス【夜間】	一般男女	火	19:00~20:00	4/10~6/19	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	4/10~6/19	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	4/11~6/20	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	4/11~6/20	10回	25組(50人)	5,000円
ソフトヨガ	一般男女	水	14:00~15:00	4/11~6/20	10回	30人	5,000円
パワーヨガ【夜間・初級】	一般男女	水	18:45~19:45	4/11~6/20	10回	36人	5,000円
パワーヨガ【夜間・中級】	一般男女	水	20:00~21:00	4/11~6/20	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	4/12~6/7	8回	20人	6,000円
ストレッチ&ヨガ	一般男女	木	11:00~12:00	4/12~6/21	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	4/12~6/21	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	4/13~6/22	10回	30人	5,000円
パワーヨガ【午前・初級】	一般男女	金	10:30~11:30	4/13~6/22	10回	36人	5,000円
やさしいソーラン	一般男女	金	11:45~13:15	4/13~6/15	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	4/13~6/22	10回	36人	5,000円
パワーヨガ【夜間・初級】	一般男女	金	19:30~20:30	4/13~6/22	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	4/14~6/23	10回	30人	5,000円
キッズHIPHOP	4歳~小学2年男女	土	13:00~14:00	4/14~6/23	10回	20人	6,000円
NEW 美顔フェイシャルヨガ※3	一般女子	日	9:30~10:30	4/8~6/17	10回	30人	5,000円
ベリーダンス	一般女子	日	10:40~11:40	4/8~6/17	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。※3 ランチ付の日もあります。  
●体験レッスン くびれ体操~お腹美人~  
と き/2月19日(日)、3月18日(日) 午前11時50分~午後12時50分

3月1日(木)~7日(水)

## 春季全国火災予防運動

消したはず 決めつけなれど もう一度

☎ 消防本部予防課(☎821-0119)

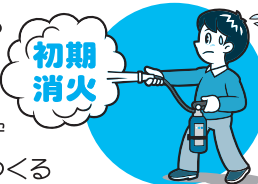
### 住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

#### 3つの習慣

- 寝たばこは、絶対やめる
- ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する
- ガスコンロなどから離れるときは、必ず火を消す

#### 4つの対策

- 逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する
- 寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防炎品を使用する
- 火災を小さいうちに消すために、初期消火器具などを設置する
- お年寄りや身体の不自由な人を守るために、隣近所の協力体制をつくる



### 住宅用火災警報器の設置について

平成23年6月1日から、すべての住宅に火災警報器の設置が義務化されました。

設置場所/●寝室にしている居室すべて

●2階に寝室があるときは階段上部

●7㎡以上の居室が5室以上あるときは同階の廊下など

感知器の種類/煙式感知器



### 廃消火器の処分方法について

廃消火器の事故が多発しています。耐用年数が過ぎたものや、消火器本体やキャップに腐食、変形があるときは、破裂するおそれがあり危険ですので、販売代理店の特定窓口または指定取引場所へ廃棄処分を依頼して下さい。

※市では粗大ゴミや一般ゴミとしての回収処分は行っていません。また、消防本部での引き取り、廃棄もできません。

※詳しくは、市消防本部のホームページをご覧ください。

## 勤労青少年ホーム前期講座

~勤労青少年ホームは、働く若者のための施設です~



開講日/4月10日(火)から順次開講(各18回)

受講時間/●火~金曜日...午後6時30分~8時30分

●土曜日...[午前の部]午前10時30分~正午

[午後の部]午後3時30分~5時

●日曜日...午前10時30分~正午

対象者/市内に居住または勤務する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

※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。

申込期間/3月3日(土)~11日(日)(月曜日は除く)

●火~金曜日...午後1時~8時

●土・日曜日...午前9時~午後4時

☎ 勤労青少年ホーム(☎822-7921)

講座名	講師名	曜日	定員	教材費
英会話入門・初級	久松輝子	日	10人	4,500円
やさしい手編み	稲葉幸子	日・火	10人	2,000円
青竹踏み&やさしいエアロ	齋藤美津枝	火	10人	1,000円
ピラティス&ヨガ	普入圭実子	水	15人	8,000円
陶芸	和田国夫	水	15人	8,000円
茶道	奥村宗征	水	10人	10,000円
料理	理五家真司	水	12人	18,000円
ゴルフ	フ桂邦男	水	10人	20,000円
料理	理久松輝子	木	12人	18,000円
着付け	桜井定子	木	12人	5,000円
英会話	マリア・クリスティナ	金	10人	4,000円
フラワーアレンジメント	長田登志子	金	10人	20,000円
やさしい剣道	糸賀睦夫	金	10人	4,000円
ピラティス&ヨガ	普入圭実子	土・午前	15人	8,000円
やさしいバレエ	普入圭実子	土・午後	10人	5,000円

#### NEW

##### ●英会話入門・初級

初級入門編です。楽しく基礎から学びましょう! 初心者大歓迎!!

##### ●やさしい剣道

やさしい基本動作や護身術も含む、内容盛りだくさんエクササイズ! 竹刀は教材費に含まれてます。

#### おすすめ

##### ●やさしいバレエ

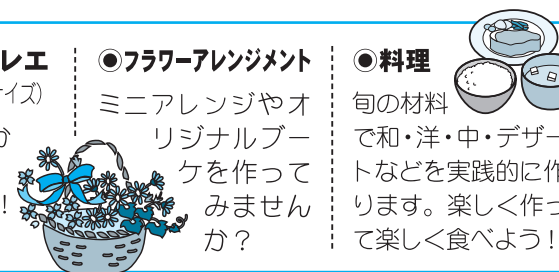
(ストレッチ&エクササイズ) バレエの基本から学びます。初心者大歓迎!!

##### ●フラワーアレンジメント

ミニアレンジやオリジナルブーケを作ってみませんか?

##### ●料理

旬の材料で和・洋・中・デザートなどを実践的に作ります。楽しく作って美味しく食べよう!



# 子育て支援に取り組む事業者の皆さんへ

## くるみん認定を目指しませんか

企業全体の労働者数が101人以上の事業者は、仕事と子育ての両立を図るため「一般事業主行動計画」の策定、周知が義務付けられています。これに定めた目標を達成し、一定の要件を満たした場合、申請を行うことで「子育てサポート企業」として認定を受けることができます。

県内で行動計画の届出企業数は989社に達していますが、認定を受けた企業は10社です。

問 茨城労働局雇用均等室 (☎029-224-6288)

子育てサポート企業として認定を受けることで、くるみん認定マークを広告、商品などに表示してPRすることができます。



茨城労働局では、認定を受けた10社の取り組みやメリットを紹介する事例集を作成しましたので、ぜひご活用ください。事例集はホームページをご覧ください。送付を希望する場合はお問い合わせください。



# こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん

## HAPPY BIRTHDAY

2月生まれ

4月で1歳になる赤ちゃんを募集!!

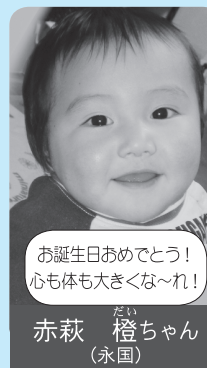
誕生日と住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入のうえ、写真と一言(20文字程度)を添えて2月29日(水)までに広報広聴課へ郵送、直接またはメール(kouho@city.tsuchiura.lg.jp)で。4月上旬・中旬に分けての掲載となります。

なお、応募写真は返却できませんので、ご了承ください。



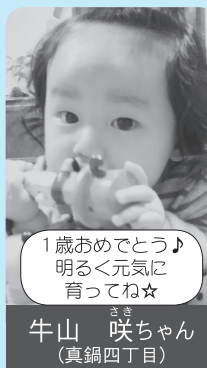
Happy Birthday!  
君のお陰で  
毎日楽しいです  
パパ・ママ・兄ちゃん  
みんな大好き!

坂部詩音ちゃん  
(下高津二丁目)



お誕生日おめでとう!  
心も体も大きくなれ!

赤萩 橙ちゃん  
(永国)



1歳おめでとう♪  
明るく元気に  
育ってね☆

牛山 咲ちゃん  
(真鍋四丁目)



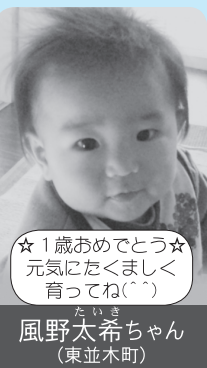
HAPPY Birthday  
パパとママのところに  
産まれてきてくれて  
ありがとう! (^\_^)

小岸来輝ちゃん  
(桜町四丁目)



1歳おめでとう!  
慧ちゃんと居る  
毎日が幸せです☆

高栖 慧ちゃん  
(真鍋四丁目)



☆1歳おめでとう☆  
元気にたくましく  
育ってね! (^\_^)

風野太希ちゃん  
(東並木町)

# 市民農園 利用者募集

申問 農林水産課 (☎826-1111 内線7618)

丹精込めて育て、収穫する喜びを味わってみませんか。

募集区画数/いずれの農園も数区画ずつ  
(1区画20㎡、1世帯1区画まで)

応募資格/市内に居住している農業世帯でない方

利用料/年3500円

申込方法/電話で

申込締切/3月15日(木)

※3月22日(木)に高津

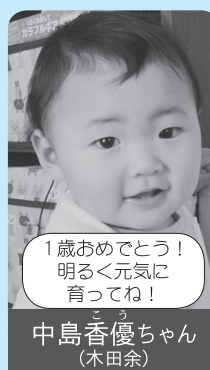
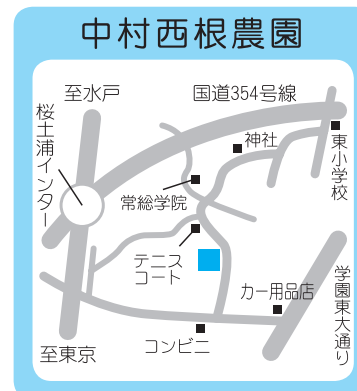
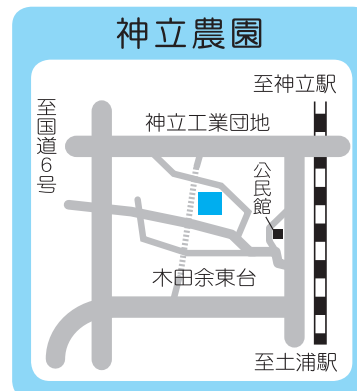
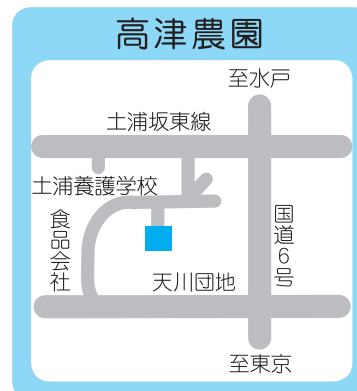
庁舎第1会議室で利用

区画の抽選会を行

いますので、はんこと利用料をご持参く

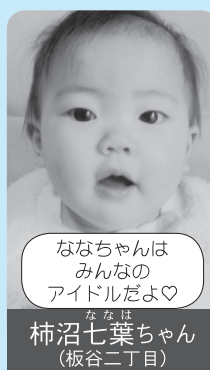
ださい。なお、抽選時間は申し込みのときにお伝えします。

※中村西根農園のみ有機栽培専用農園です。



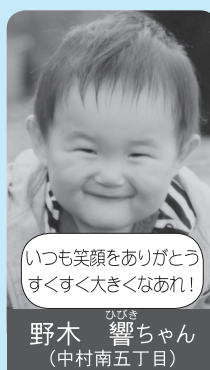
1歳おめでとう!  
明るく元気に  
育ってね!

中島香優ちゃん  
(木田余)



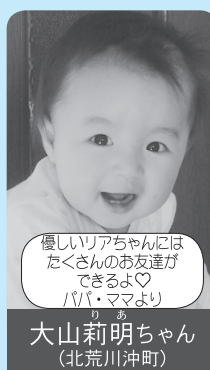
ななちゃんは  
みんなの  
アイドルだよ♡

柿沼七葉ちゃん  
(板谷二丁目)



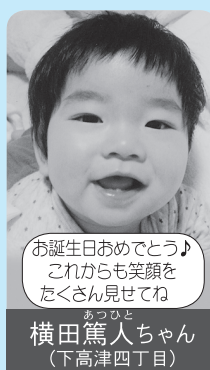
いつも笑顔がありが  
たくすく大きくなあれ!

野木 響ちゃん  
(中村南五丁目)



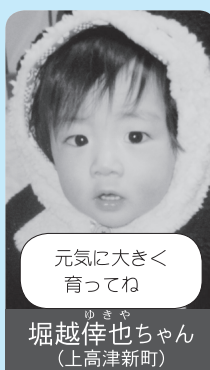
優しいリアちゃんには  
たくさんのお友達が  
できるよ♡  
パパ・ママより

大山莉明ちゃん  
(北荒川沖町)



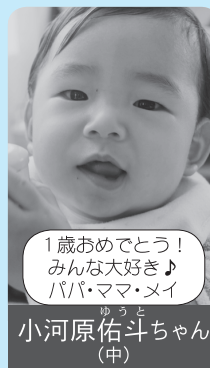
お誕生日おめでとう♪  
これからも笑顔  
たくさん見せてね

横田篤人ちゃん  
(下高津四丁目)



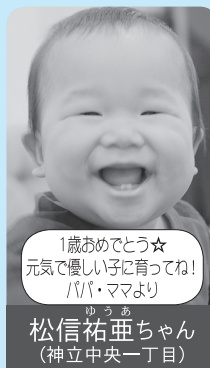
元気に大きく  
育ってね

堀越倅也ちゃん  
(上高津新町)



1歳おめでとう!  
みんな大好き♪  
パパ・ママ・メイ

小河原佑斗ちゃん  
(中)



1歳おめでとう☆  
元気で優しい子に育ってね!  
パパ・ママより

松信祐亜ちゃん  
(神立中央一丁目)



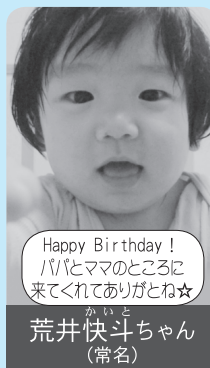
ももちゃん!  
1歳おめでとう!  
これからもたくさん遊んで  
大きくなるうね!

梅田萌々華ちゃん  
(沖宿町)



☆1歳おめでとう☆  
たくましく  
元気に育ってね!

関 杏風ちゃん  
(並木四丁目)



Happy Birthday!  
パパとママのところに  
来てくれてありがとう☆

荒井快斗ちゃん  
(常名)



あーちゃん  
うちにきてくれて  
ありがとう  
Happy Birthday♡

松本明日葉ちゃん  
(木田余)

# 3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
<b>★保育所であそぼう！</b>			
新生保育所(☎841-0575)	7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)	2月21日(火) 午前9時30分 から各保育所へ電話で ※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		
東崎保育所(☎821-2807)	6日(火) 午前9時30分～11時30分 お庭であそびましょう		
都和保育所(☎822-8053)	8日(木) 午前9時30分～11時30分 お庭であそびましょう		
藤沢保育園(☎862-2600)	8日(木) 午前9時30分～11時 人形劇「アリとキリギリス」	未就園児親子 22組(先着順)	随時電話で
<b>★保育室開放 たんぼぼ</b>			
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

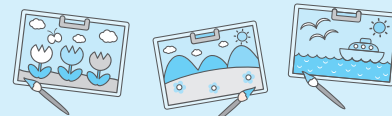
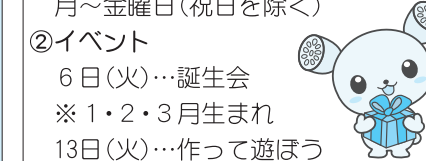
## ●児童館

ところ	とき・内容	対象者・定員	申込方法・その他
<b>★3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)</b>			
都和児童館(☎832-3112)	16日(金) 午前11時～11時45分 親子ピクス	幼児親子 15組(先着順)	3月1日(木)から15日(木) までに電話または直接
	22日(木) 午前11時～11時30分 思い出のフォトフレームを作ろう		
	24日(土) 午後1時30分～3時 工作教室 不思議な粘土で消しゴムを作ろう	小学生 15人(先着順)	
ポプラ児童館(☎841-3212)	2日(金) 午前11時～11時40分 わらべうた	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	6日(火) 午前11時～11時30分 読み聞かせ(エブロンズさん)		
	17日(土) 午前10時～11時30分 一輪車教室	小学生 15人(先着順)	
新治児童館(☎862-4403)	7日(水) 午前10時30分～11時30分 おはなし会(はっぴーさん)	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	15日(木) 午前10時30分～11時30分 買い物ごっこ	乳幼児親子 30組(先着順)	事前に児童館へ電話または 直接
	24日(土) 午前10時～11時30分 工作教室 カレンダー作り ※材料費:100円	小学生 20人(先着順)	

## ●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
<b>★親子ふれあい教室 ※はさみ、のり、写真を持参。</b>			
一中地区公民館	6日(火)	午前10時～11時30分 メモリアルカードを作ろう	未就園児親子 20組(先着順)
二中地区公民館	7日(水)		
三中地区公民館	8日(木)		
四中地区公民館	9日(金)		
六中地区公民館	13日(火)		
都和公民館	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	12日(月)	2月21日(火) 午前9時 30分から電話で	
<b>★すくすくルーム ※バスタオル、はさみ、のり、写真を持参</b>			
二中地区公民館	1日(木)	午前10時～11時30分 メモリアルカードを作ろう	4～12か月児親子 15組(先着順)
三中地区公民館	2日(金)		
<b>★園庭開放(桜川保育所の庭を遊び場として開放します)</b>			
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)
<b>★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。栄養相談があります)</b>			
地域子育て支援センター 「さくらんぼ」	16日(金)	午前9時30分～11時30分	4～12か月児親子 15組(先着順)

## ●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
<p>①園庭開放(雨天中止) 月～金曜日(5日、20日、26日を除く)</p> <p>②親子クラブ 8日(木)…粘土遊び 15日(木)…作って遊ぼう 22日(木)…お絵描き 29日(木)…折り紙制作</p> <p><b>時間</b> / ①…午前8時30分～午後1時30分 ②…午前9時30分～11時30分</p> <p><b>対象者</b> / 未就園児親子 <b>定員</b> / 各20組(先着順) <b>持参するもの</b> / ①…帽子、タオル、飲み物 ②…上靴、ビニール袋</p> <p><b>申込方法</b> / 前日までに電話で</p> 	<p>①保育所開放 月～金曜日(祝日を除く)</p> <p>②イベント 6日(火)…誕生会 ※1・2・3月生まれ 13日(火)…作って遊ぼう 15日(木)…赤ちゃんサロン 21日(水)…おたのしみ会</p> <p><b>時間</b> / ①…午前10時～午後3時 ②…午前10時～正午(午前9時45分集合)</p> <p><b>対象者</b> / 未就園児親子 <b>定員</b> / 各20組(先着順) <b>持参するもの</b> / タオル、飲み物</p> <p><b>申込方法</b> / 2月22日(水) 午前9時から電話で</p> 	<p>①遊びの広場～園庭・お部屋開放～ 月～金曜日(祝日を除く)</p> <p>②子育て広場 1日(木)、21日(水)…ベビーマッサージ 5日(月)、19日(月)、26日(月) …わらべうた 6日(火)、27日(火)…水郷公園遊び 7日(水)、22日(木) …初めての離乳食講座 9日(金)…親子ピクス(1歳半以上) ※会場は六中地区公民館 12日(月)…親子ピクス(1歳半未満) 13日(火)…乙戸沼公園遊び 15日(木)…赤ちゃん広場</p> <p><b>時間</b> / 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</p> <p><b>申込方法</b> / 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。</p>

# 3月 としょかん

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

### 3 図書館カレンダー

2012.MARCH

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 ○は本館のみ午後5時まで開館

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

### ★パネルシアター講座を開催しました

平成23年12月1日、15日、22日、平成24年1月12日、18日(全5回)に、三中地区公民館で、図書館職員が講師となり、パネルシアターの作り方を学ぶ講座を開催しました。色を塗ったり、しかけを作ったり、みなさん楽しく制作していました。最終回では、荒川沖保



育所の子供たちの前で、制作したパネルを実演しました。

今後も、楽しい講座を企画しますので、みなさんぜひご参加ください。

### ◆パネルシアターとは…

布を貼ったボードを舞台として、不織布(Pペーパー)という特殊な紙で作った絵人形を動かして演じます。絵人形たちを貼ったりはがしたりしながら、歌をうたったり、おはなしをしたりします。

## おはなし会

- おはなし会(幼児～小学生向け)  
と き/3月11日(日) 午後1時30分から  
3月25日(日) 午後2時から
- 春休みのおはなし会(幼児～小学生向け)  
と き/3月29日(木) 午前11時から
- ちいさなおはなし会(0～3歳児向け)  
と き/3月21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：大震災～あの日から1年

2011年3月11日、東日本大震災が発生。地震、津波、原発事故により被災地はもちろんのこと、日本中の人々の暮らしが大きく変わりました。被災地での救助・支援活動から故郷の復興、生活の再建へ向けて歩き出した人たちのことなど、3.11からこれまでの震災に関する本を集めてみました。

## No.1 先月の人気図書

『あなたの子』 角田光代/著

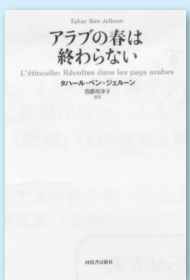


なにげない日常のすきまに口を開けている。それを偶然、のぞいてしまった人々のとまどいと恐怖。夢とうつつのはざまを描く短篇集です。

## 今月のおすすめ本

### アラブの春は終わらない

(歴史)



「アラブの春」の背景にある民衆の怒り、哀しみ、そして誇り…。彼女ら彼らの「春」を、われわれは自らの「春」にすることができるか？自由と尊厳をもとめ立ち上がったアラブ民衆の姿に迫ります。(タハール・ベン＝ジェルーン/著)

### こころのつづき

(小説)



結婚を控えた娘が知った両親の真実、愛犬を亡くした男の悲哀、義母の介護を続ける主婦の本音…。毎日を懸命に生きている人々の日常を丁寧にすくい取った、慈愛あふれる8つの絆の物語です。(森 浩美/著)

## こどもの本

- あさになったのでまどをあけますよ (荒井良二/作)
- がっこういこうぜ! (山本 孝/絵、もとしたいづみ/作)
- 木の葉や花をたのしむ12か月 (姉崎一馬/作)
- スウィング! (横沢 彰/作)
- うつぼざる (西村繁男/絵、もとしたいづみ/作)
- さんぼのき (真珠まりこ/絵、サトシン/作)
- どこいったん (ジョン・クラッセン/作)
- たったひとつのねがいごと (バーバラ・マクリントック/作)

# 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(毎時0.23マイクロシーベルト)を目指すことを長期的目標にしています。

測定期間:1月30日～2月3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\*

問 こども福祉課(☎内線2419)

施設名	地上0.5m	地上1.0m
新生保育所	0.259・0.213	0.225・0.222
荒川沖保育所	0.266・0.217	0.227・0.210
霞ヶ岡保育所	0.294・0.252	0.253・0.233
東崎保育所	0.211・0.183	0.197・0.177
都和保育所	0.220・0.150	0.195・0.156
天川保育所	0.210・0.191	0.179・0.196
新川保育所	0.188・0.153	0.190・0.162
桜川保育所	0.176・0.179	0.181・0.197
神立保育所	0.222・0.215	0.200・0.190
竹ノ入保育所	0.201・0.181	0.163・0.175
土浦愛隣会保育所	0.160・0.184	0.164・0.186
めぐみ保育園	0.093・0.146	0.088・0.135
白鳥保育園	0.177・0.143	0.174・0.145
エンゼルゆめ保育園	0.101・0.120	0.097・0.109
つくば国際保育園	0.198・0.151	0.163・0.170
中央保育園	0.169・0.188	0.159・0.153
高岡保育園	0.115・0.091	0.102・0.094
藤沢保育園	0.114・0.097	0.111・0.103
白帆保育園	0.171・0.192	0.180・0.201
あおぞら保育園	0.169・0.146	0.163・0.145
愛保育園	0.192・0.162	0.192・0.162
童話館保育園	0.123・0.196	0.142・0.193
都和児童館	0.163・0.139	0.154・0.153
ポプラ児童館	0.261・0.162	0.237・0.151
新治児童館	0.156・0.107	0.150・0.118

\*「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数値

## 文化施設

問 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	0.269	0.262

## 幼稚園、小・中学校\*

問 教育総務課(☎内線5103)

施設名	地上0.5m	地上1.0m
土浦幼稚園	0.257・0.213	0.206・0.181
土浦第二幼稚園	0.306・0.185	0.299・0.228
いくぶん幼稚園	0.217・0.168	0.205・0.174
都和幼稚園	0.204・0.150	0.190・0.163
大岩田幼稚園	0.272・0.215	0.273・0.219
新治幼稚園	0.132・0.105	0.117・0.119
土浦小学校	0.099・0.187	0.106・0.164
下高津小学校	0.154・0.202	0.162・0.203
東小学校	0.159	0.163
穴塚小学校	0.169・0.158	0.186・0.177
大岩田小学校	0.232・0.205	0.221・0.201
真鍋小学校	0.170・0.162	0.163・0.152
都和小学校	0.137・0.214	0.142・0.201
荒川沖小学校	0.201・0.176	0.227・0.199
中村小学校	0.200・0.237	0.183・0.211
土浦第二小学校	0.145・0.147	0.129・0.158
上大津東小学校	0.185・0.180	0.158・0.177
上大津西小学校	0.192・0.152	0.180・0.181
神立小学校	0.166・0.183	0.189・0.193
右衞門小学校	0.286・0.208	0.292・0.246
都和南小学校	0.198・0.185	0.160・0.172
乙戸小学校	0.189・0.190	0.187・0.193
菅谷小学校	0.161・0.239	0.156・0.253
藤沢小学校	0.126・0.116	0.113・0.124
斗利出小学校	0.101・0.111	0.082・0.112
山ノ荘小学校	0.137・0.125	0.133・0.123
土浦第一中学校	0.170	0.158
土浦第二中学校	0.159	0.170
土浦第三中学校	0.185	0.200
土浦第四中学校	0.207	0.204
土浦第五中学校	0.219	0.204
土浦第六中学校	0.194	0.183
都和中学校	0.151	0.135
新治中学校	0.105	0.106

## 放射能濃度の測定結果

水道水中の放射能 問 水道課(☎内線2460)  
採取日/2月2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。

## 放射線測定器の貸出場所を変更します!

放射線測定器は、3月1日(木)から、貸出場所を各地区公民館に変更し、土・日曜日にも利用できるようになります。

貸出し方法など詳しくは、1ページをご覧ください。

## 市役所、公民館

問 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	0.206	0.180
一中地区公民館	0.189	0.187
二中地区公民館	0.178	0.165
三中地区公民館	0.190	0.270
四中地区公民館	0.179	0.171
上大津公民館	0.159	0.158
六中地区公民館	0.199	0.196
都和公民館	0.189	0.156
新治公民館	0.125	0.110

## 運動施設

問 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	※工事のため計測なし	
中貫運動公園	0.193	0.205
荒川沖地区野球広場	0.252	0.251
市民運動公園	0.199	0.196
木田余地区市民運動広場	0.204	0.192
新治運動公園	0.107	0.108
本郷グラウンド	0.137	0.147

## 公園

問 公園街路課(☎内線2423)

施設名	地上0.5m	地上1.0m
亀城公園	0.189	0.178
神立公園	0.272	0.257
霞ヶ浦総合公園	0.242	0.217
乙戸沼公園	0.208	0.177
田村沖宿公園	0.253	0.233
紫ヶ丘公園	0.192	0.167
水と緑の里公園	0.247	0.203
朝日峠展望公園	※積雪のため計測なし	
ふるさと森公園	0.153	0.131

## み処理施設

問 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	-	0.222
清掃センター	-	0.247

### 3月のけんこう

#### お子さんの麻しん・風しん 混合予防接種を忘れずに！

麻しんは感染力が大変強く、一度発生するとまん延防止が困難な感染症で、唯一の対策は予防接種とされています。

まだ接種を受けていない対象になるお子さんは、ぜひ予防接種を受けてください。

対象者／第1期…1歳児

第2期…小学校就学前の1年間  
(平成17年4月2日～18年4月1日生まれの方)

第3期…中学校1年生に相当する年齢  
(平成10年4月2日～11年4月1日生まれの方)  
※市立中学生は平成23年5～7月に集団接種済み

第4期…高校3年生に相当する年齢  
(平成5年4月2日～6年4月1日生まれの方)

接種場所／市内協力医療機関

※事前に医療機関にお問い合わせください。

期限／3月31日(土)(第1期の対象者を除く)

※期限を過ぎた方は、公費での接種ができなくなります。

費用／無料

※予診票をお持ちでない対象者は、土浦保健センターで申請をしてください。  
(母子健康手帳を持参)



#### 「女性特有のがん検診」無料クーポン券の有効期限を延長します

平成23年6月にお送りした子宮頸がん検診・乳がん検診(マンモグラフィ)無料クーポン券の有効期限は2月29日でしたが、より多くの方が受診できるように3月31日(土)まで延長します。まだ受診していない方は、早めの受診をお勧めします。

対象者／

##### □子宮頸がん検診

- ・昭和45年4月2日～46年4月1日生まれの方
- ・昭和50年4月2日～51年4月1日生まれの方
- ・昭和55年4月2日～56年4月1日生まれの方
- ・昭和60年4月2日～61年4月1日生まれの方
- ・平成2年4月2日～3年4月1日生まれの方

##### □乳がん検診(マンモグラフィ)

- ・昭和25年4月2日～26年4月1日生まれの方
- ・昭和30年4月2日～31年4月1日生まれの方
- ・昭和35年4月2日～36年4月1日生まれの方
- ・昭和40年4月2日～41年4月1日生まれの方
- ・昭和45年4月2日～46年4月1日生まれの方

受診場所／協力医療機関(要予約)

#### 献血のお知らせ

とき／3月16日(金)  
午前10時～正午、午後1時～4時  
ところ／JR神立駅前



健康増進課(土浦保健センター ☎826-3471)

## 健康教室

### 補聴器の最近の話題について

土浦市医師会  
伊東善哉(伊東クリニック)

10年前はほとんどアナログ補聴器でしたが、今は市販されている補聴器のほとんどがデジタルです。

デジタル補聴器のメリットは、うるさが軽減され聞き取りやすくなったことです。その基本となるのはノンリニア増幅と言って、小さな音はしっかり大きくし大きな音はあまり大きくしないという機能で、音の大きさの範囲を難聴耳のダイナミックレンジに合わせることで聞き取りやすくなります。また、聴力を悪化させる危険な強大音を出さないための最大出力制限機能も、音の歪みが起こりにくい方法が今は主流です。

生活環境内の雑音が、補聴器による言葉の聞き取りを妨げることがしばしばあります。道路を走る車や食器のぶつかる音など雑音の種類に応じた抑制機能があります。大勢の人の中で会話を聞き分ける場合、雑音と聞きたい言葉の周波数特性が同じであるため雑音抑制が難しいのですが、方向指向性のある補聴器を使うことで、ある程度対応できます。また、ハウリング抑制機能が進歩したおかげで、耳を塞がない装用法が出

てきました。

補聴器の形は大きくポケット型、耳かけ型、耳あな型の3つに分けられます。最近では、耳かけ型でも耳あな型に匹敵するほどコンパクトなタイプも出ています。小さくて目立たない補聴器は出力が制限されるので、難聴が重くない方が対象になります。

確かに補聴器は進歩しましたが、音が耳に伝わる過程での増幅であるという点で変わりはありません。老年性難聴に代表される感音難聴では、脳の言語情報処理機能低下がかわっていることが多く、補聴器で最適に増幅した音を入れても言葉の理解に限界が生じます。また、健常耳で聞くような自然な響きというわけにもいきません。補聴器も松葉杖など他の補装具と同様、まず慣れること、そしてある程度の努力と工夫が必要なのです。

難聴の病態と言葉を聞きわけ能力を医学的にきちんと確認した上で補聴器をつくられることをお勧めします。



### 3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	6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)
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	7・14・21・28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
	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)・23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)・23日(金)	13:00～16:00		仕事や家族関係、生き方など、女性を取り巻くさまざまな悩みごと(専門相談員) ※予約制
DVヘルプライン(電話相談)	15日(木)	13:00～16:00	☎827-2525	配偶者や恋人からの精神的・肉体的暴力などの悩みに関すること

## 協働のコーナー

### みんなで協働のまちづくり シンポジウムを開催しました

1月21日に土浦市民会館を会場に開催。東日本大震災を経験して、さらに今後も大きな地震の発生が予想される中、市民の防災意識の高揚と、市民、地域、市との協働による減災をテーマにしました。



#### ●基調講演

日本NPOセンター事務局長の田尻佳史さんが、「地域の助けあいによる“減”災～震災被害を抑える協働の力～」を演題に講演しました。

市民活動課協働推進室  
☎826-1111 内線2234

被害をできるだけ小さくするために、公助(行政の取り組み)、共助(民間の取り組み)、自助(個人の取り組み)、それぞれが必要で、「共助」を進めるためには、協働が欠かせないこと、災害ボランティアセンターの役割、地域としての取り組みの重要性などが示されました。

#### ●事例発表

スライドによる東日本大震災直後の市内被害状況などの紹介の後、中村南四丁目町会小林敏夫さんが震災に備えた「防災マップ」、六好会の今高博子さんが避難所運営、真鍋四丁目町内会の有澤正人さんが地域における要援護者への対応などを中心に、それぞれの団体の取り組みを発表しました。

#### ●ポスターセッション

□ビーでは、市民活動団体が地域でのさまざまな活動や協働の取り組みを紹介しました。



## 3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(水)	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)		つわぶき(☎831-4126)
	22日(木)		うらら(☎827-0050)
	23日(金)		湖畔荘(☎828-0881)
母と子の健診と相談	とき	受付時間	ところ
4か月児健康診査(平成23年11月生まれ)	14日(水)・15日(木)	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5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8月生まれ)	7日(水)・8日(木)	13:00~13:50	
3歳児健康診査(平成20年12月生まれ)	21日(水)・22日(木)	13:00~13:50	
母と子の歯科健康診査(平成21年12月生まれ・予約制)	2日(金)	13:15~15:30	
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	12日(月)	9:00~10:00
	7~11か月児	5日(月)	
	1~11か月児	19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(水)・13日(水)	9:45~10:00	新治保健センター(☎862-5011)
離乳食教室(おおむね6~7か月児・予約制)	2日(金)	10:00~10:15	土浦保健センター(☎826-3471)
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、祝日のみ)でも案内しています。

3月	内科	外科	産婦人科	歯科
4日(日)	山手医院 ☎835-3388 国分町	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	第2小竹歯科医院 ☎823-0762 中央一丁目
11日(日)	宮崎クリニック ☎830-6800 藤沢	東郷クリニック ☎843-7770 荒川沖東三丁目	石川クリニック ☎821-2587 大町	鈴木歯科 ☎824-3311 小岩田東一丁目
18日(日)	あおき内科クリニック ☎825-8181 木田余	岡田整形外科クリニック ☎825-3377 木田余	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	宮田歯科医院 ☎821-6224 西並木町
20日(火)	新治診療所 ☎862-4668 下坂田	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	鈴木医院 ☎821-0174 大町	広瀬歯科医院 ☎824-5858 川口一丁目
25日(日)	大石内科クリニック ☎835-0014 大岩田	野上病院 ☎822-0145 東崎町	岡野産婦人科医院 ☎851-2431 つくば市梅園	永国台歯科クリニック ☎826-1511 永国

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)

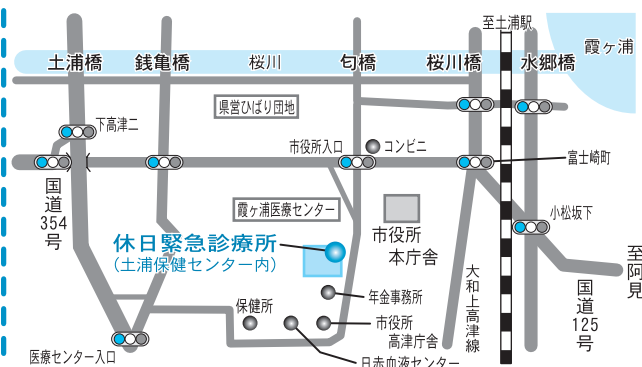
### 土浦市休日緊急診療所

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」3月上旬号は、3月1日(木)発行予定です。