

つちうら

3

March
2012 No.1071
平成24年3月15日発行

桜 土浦

2012



3/24(土) ▶ 4/15(日)

土浦桜まつり2012を、亀城公園などで開催します。4月8日(日)には、市内各地でイベントが開催されるほか、さまざまな協賛行事が行われます。

また、桜川堤などの桜の名所には、ほんぼりや提灯が飾られ、夜桜も楽しめます。

問 土浦市観光協会(☎824-2810)

会場/亀城公園、亀城プラザ、モール505、うらら広場、乙戸沼公園、桜川堤、新川堤、真鍋小学校、土浦まちかど蔵、竜ヶ峰、小町の館ほか

4月8日(日)のイベント

★亀城公園会場

野点茶会、土浦三曲会演奏、土浦新郷土民謡おどり、特命戦隊ゴーバスターズショー、中国雑技団、ものまねショー、キッズ・ヒップ・ホップ・ダンス、かぐらコンサート、日本の唄まつりコンサート、復興支援お宝ゲット!大抽選会



★うらら会場

土浦ローガンズショー、特命戦隊ゴーバスターズショー、中国雑技団、春のカーフェア、春の舞

★土浦名店街会場

ロング・ロールケーキに挑戦!

★モール505会場

フリーマーケット

★ペルチ会場

桜まつりカラオケ大会

★乙戸沼公園会場

観桜カラオケ大会



日本三大山王流^{やぶさめ}流鏑馬の一つで、猿に見立てた的を射抜きます。

とき/午後0時30分~3時

ところ/日枝神社

流鏑馬まつり

まちなか桜めぐりバス

昔懐かしいボンネットバスを、期間中無料で運行します。

とき/3月31日から4月8日までの土・日曜日

※運行ルートなど、詳しくはお問い合わせください。



桜川お花見船

とき/3月24日(土)~4月15日(日)(水曜日を除く)

ところ/土浦港

問 ラクスマリーナ(☎822-2437)



真鍋の桜を楽しむ集い

県指定天然記念物の樹齢約100年の桜を楽しむことができ、夜には桜がライトアップされます。

とき/4月7日(土) 午後2時~4時、午後6時~8時

ところ/真鍋小学校校庭



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

成田国際空港の飛行コース変更に係る説明会

平成23年10月20日から成田国際空港の飛行コースが変更され、南風時の混雑時間帯に土浦上空を飛行機が通過するようになったことについての説明会です。

とき／4月12日(水) 午後7時から
ところ／都和公民館 第1会議室
内容／飛行コースの変更について(国土交通省・成田国際空港職員が説明)
申込方法／電話または直接
甲 環境保全課(☎内線2449)

かすみがうらマラソンランロードクマリン作戦

4月15日(日)開催の「第2回かすみがうらマラソン兼国際盲人マラソンかすみがうら大会」に先立ち、全国から参加する2万7000人のランナーに気持ちよく走ってもらうため、走路になつていないコースの清掃を実施します。皆さんのご協力をお願いします。

とき／4月8日(日) 午前9時から
ところ／市役所本庁舎前
貸出期間／1年間

労働問題相談会

労働者の相談を無料でお受けします。
とき／3月31日(土) 午前10時〜午後3時
ところ／ワークヒル土浦 会議室(2階)
相談内容／不当解雇、賃金未払い、労働条件、労災関係など
申込方法／電話で
※相談内容を事前にお知らせください。
甲 労働環境課(☎内線7604)

4月の無料年金相談

□常陽銀行土浦支店：4月24日(火) 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)：4月14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：4月12日(木) 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(☎0120-822-3321)

市税滞納一掃宣言

税負担の公平性を確保するために〜 土浦市

滞納状態が続くと滞納処分として「財産の差押え」が執行されます！

①預金差押、②不動産差押、③給与差押、④自動車差押、⑤生命保険差押など
※平成22年度は、約560件の差し押さえを行いました。

納税相談 随時受付中!

夜間や休日にも相談窓口を設けています。
●夜間…毎週木曜午後8時まで(平日のみ)
●休日…指定日(月末などの日曜日)
※詳しくは、お問い合わせください。

□3月の休日納税・休日納税相談
とき／3月25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)

固定資産(土地・家屋) 価格などの縦覧

固定資産税を納税している方が、自分の土地や家屋に関する評価が適正かどうかを判断するために、「価格等縦覧帳簿」を縦覧することができます。縦覧を希望する方は、本人の確認ができる身分証明書などをご持参ください。
縦覧期間／4月2日(月)〜5月1日(火)土・日曜日、祝日を除く。午前8時30分〜午後5時15分
縦覧場所／課税課(市役所本庁舎1階)
課税課(☎内線2337)

農薬は正しく使用しましょう

農業は、周辺環境に配慮して正しく安全に使用しましょう。
●使用方法はラベルを確認しましょう。
●他の容器に移しかえないようにしましょう。
●周辺の住宅、作物、家畜などへ影響がないように注意しましょう。
●土壌くん蒸後は、ポリエチレンシートなどでしっかりと覆いましょう。
甲 県病害虫防除所(☎029-227-2445)、市農林水産課(☎内線7608)

土浦市図書館協議会

とき／3月21日(火) 午前10時から
ところ／四中地区公民館 学習室2
内容／これからの図書館の運営形態のあり方「運営形態の検討」
傍聴者定員／15人(先着順)
傍聴手続／当日会場(午前9時30分から10時まで)
甲 市立図書館(☎822・3025)

遺言・相続に関する無料法律相談会

とき／4月12日(水) 午前10時〜正午、午後1時〜4時、6時〜8時
医療や介護サービスの利用、費用や保険料負担、負担軽減等の相談をケアマネージャーなどがお受けします。
とき／4月7日(土) 午前9時30分〜午後0時30分
電話番号／
☎029・228・0600
☎029・228・0602
甲 茨城県社会保険推進協議会(☎023・7930)

つくば医療問題弁護士無料法律相談会

とき／4月14日(木) 午後1時〜4時
ところ／亀城プラザ 第5会議室(4階)
申込方法／電話で
※詳しくは、同弁護士ホームページ(http://medlaw-tsukuba.com/)をご覧ください。
甲 つくば医療問題弁護士(☎0296・305600)

陸上自衛隊の夜間飛行訓練

とき／4月10日(火)〜12日(木) 17日(火)〜19日(木)、24日(火)〜26日(木) 各週2日間日没から約3時間以内
ところ／陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場および同周辺空域
機種／ヘリコプター
甲 陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校総務課(☎842・121内線3420)

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 **1.5%**

JA土浦金融部融資課 土浦市田中1丁目1番4号 ☎822-0537
JA土浦ローンセンター 土浦市木田余3丁目9番地の3 ☎823-2118

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。
市内の一部、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)

洞峰公園スポーツ・カルチャー教室参加者募集

スポーツ教室 水泳・テニス・体操・ヨガ等
カルチャー教室 園芸・いけばな・ちぎり絵・琴等
多彩なプログラムを用意しています
見学・体験 http://tsud.jp/tsud/dohopark/
気軽に行えます

詳しい内容・申込方法は電話又はホームページをご覧ください つくば市ニの宮2-20
スポーツ教室 029-855-5657 カルチャー教室029-852-1432

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番雲山寺から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。
★無相慮 慶主形山神峰和尚と訪ねます。
★お一人様からお気軽に参加できます。
〜お問合せ〜
カストラベル土浦店 TEL:029-824-0835
カスミグループ
株式会社カストラベル

市立幼稚園、小・中学校入学(園)式

幼稚園／4月11日(水) 午前9時から受け付け
 小学校／4月9日(月) 午前8時30分から受け付け
 中学校／4月10日(火) 午前8時30分から受け付け

※小・中学校に入学する方は「小・中学校就学通知書(はがき)」を持参してください。
 なお、通知が届いていないときや紛失したときは、ご連絡ください。

※家庭の事情などで、入学する小・中学校の変更を希望するときは、申し出てください。
 園学務課(☎内線51008)

デジサポ茨城の閉所のお知らせ

地上デジタルテレビ放送への移行支援を目的として、国が各県に設置したデジサポ(テレビ受信者支援センター)は、相談件数の減少により3月30日(金)をもって閉所し、拠点が集約されることになりました。

3月31日(土)以降の地上デジタルテレビ放送に関する相談は、総務省地デジコールセンターでお受けします。

水郷テニスコート 硬式テニス教室

とき／
 ①初心初中級(基本・応用)：4月17日～6月12日の毎週火曜日(全8回)
 ②中級(試合想定)：4月18日～6月13日の毎週水曜日(全8回)
 ③初心初中級(基本・応用)：4月19日～6月14日の毎週木曜日(全8回)
 ④初心初級(基本の習得)：4月13日～7月6日の毎週金曜日(全10回)

時間／
 ①、②、③：午後7時30分～9時
 ④：午前10時～11時30分

ところ／水郷テニスコート
 対象者／高校生以上の方
 定員／①、③、④：40人、②：24人(いずれも定員を超えたときは抽選)

※申し込みが少数のときは、中止になることがあります。
 受講料／①、③、④：6000円、②：9000円、④：7500円(いずれも保険代含む)
 申込方法／往復はがきを郵送(住所、氏名(ふりがな)、電話番号、希望教室(曜日)を記入)または官製はがきを持参

園総務省地デジコールセンター

☎0570・07・0101

募集・催し

市は、相互保育(学級を2班に分け、交互に講座を受講。受講者のお子さんは、他の班のお母さんが保育する)や親子で参加する講座、交流会を通して、子育て中のお母さんの「学びたい、友だちを作りたい」を応援します。

とき／
 5月下旬～12月上旬(7月中旬～8月は休講) 午前9時40分～正午

ところ／
 ●二中地区公民館…火曜日
 ●四中地区公民館…木曜日

対象者／生後6か月から4歳までの未就園児とその母親
 内容／子育てカウンセリング、救命講習会、手芸、親子リトミック、親子ピクニックなど
 定員／各地区20組(定員を超えたときは抽選)
 受講料／2000円(子ども)

土浦市乳幼児家庭教育学級受講生募集

2人目からは一人につき1000円増)
 申込方法／こども福祉課、二中地区公民館、四中地区公民館にある申込書に必要事項を記入し、こども福祉課へ郵送または直接
 申込締切／4月13日(金)(必着)
 園間こども福祉課(☎内線2304)

陸上自衛隊武器学校 一般開放

桜の開花に伴い、駐屯地の一般開放を行います。
 とき／4月7日(土)、8日(日) 午前9時～午後4時
 ところ／陸上自衛隊武器学校(阿見町青宿121-1)
 ※ペット連れでの来場は、ご遠慮願います。
 内容／野外売店、広報地区の公開など
 ※雨天時は一部変更
 園陸上自衛隊武器学校広報班(☎087・1171 内線231、232)

亀城プラザダンスフェスティバル2012

ジャズダンスを中心に、小さなお子さんから大人まで参加する楽しいステージをご覧ください。

土浦石岡地方各流合同いけばな展

とき／3月31日(土)、4月1日(日) 午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)
 ところ／亀城プラザ 市民ホール(1階)
 園亀城プラザ(☎824・3121)

講座・講演会

Course and lecture meeting
 卒業・入学のお祝いに 手作りのサクラを送ろう
 とき／3月25日(日) 午前10時～正午
 ところ／ネイチャーセンター
 対象者／中学生以下のお子さんとその保護者
 定員／20組(先着順)
 参加料／100円
 申込方法／電話または直接
 園ネイチャーセンター(☎0206・40209)

土浦青年会議所 4月公開例会

※はがき1枚につき1教室の申し込み
 申込締切／3月31日(土)(必着)
 園水郷テニスコート(〒300・0835 大岩田580 ☎824・0880)

とき／4月13日(金) 午後7時～8時40分(開場は午後6時30分)
 ところ／国民宿舎「水郷」※「霞浦の湯」から入場
 テーマ／地域ブランドからのまちづくり
 講師／田中章雄さん(ブランド総合研究所代表取締役社長)
 内容／地域ブランドとは何か、確立していくために必要な取り組み、確立による全国での成功例、失敗例
 定員／160人(先着順)
 園土浦青年会議所(☎822・3426)

資格試験

Qualification and examination
 危険物取扱者試験
 とき／6月2日(土) 午前9時30分から(午前9時までに集合)

平成24年度第1回茨城県警察官採用試験

12日(必着)
 園消防本部予防課(☎821・5967)

とき／
 1次試験…5月13日(日) 午前9時から
 2次試験…6月9日(土)、10日(日)のいずれか1日と7月18日(日)から24日(火)までのいずれか1日(計2日間)
 試験区分／警察官A(男女)
 受験資格／昭和58年4月2日以降に生まれた次のいずれかに該当する方
 ●学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した方
 ●平成25年3月までに大学を卒業見込みの方、または人事院が同等の資格があると認められた方
 受付締切／インターネット：4月16日(月)、郵送・持参：4月18日(水)(当日消印有効)
 ※申込方法など、詳しくは茨城県警察ホームページ(http://www.pref.ibaraki.jp)をご覧ください。
 園県警察本部学務課(☎0120・314058)、土浦警察署(☎821・0110)

とき／6月2日(土) 午前9時30分から(午前9時までに集合)

危険物取扱者試験
 とき／6月2日(土) 午前9時30分から(午前9時までに集合)

平成24年度第1回茨城県警察官採用試験
 12日(必着)
 園消防本部予防課(☎821・5967)

土浦石岡地方各流合同いけばな展
 とき／3月31日(土)、4月1日(日) 午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)
 ところ／亀城プラザ 市民ホール(1階)
 園亀城プラザ(☎824・3121)

春のおススメ 日帰り旅行

北上展勝地さくらと平泉満喫

会員バスで平泉の名所と、北上展勝地の桜をめぐる充実の旅。

往復新幹線利用だから見学時間もたっぷり♪ 移動もラクラク！快適の旅♪

土浦 上野 北上 展勝地 毛越寺 中尊寺 厳美溪(真山楼)

10:30発 15:30着

■出発日／2012年4月14日(土)～27日(金) ■食事／含まれておりません。

■土浦駅発着：旅行代金／おとな(子ども)1名様 20,700円(11,700円)

JR ☆お問い合わせ☆ びゅうプラザ土浦駅まで Tel (029)824-8390

東日本旅客鉄道株式会社

春の訪れをお食事でも…栄養満点のご高齢者向けお弁当です。☺

通院が大変… 遠征を頼みにくい…

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)

行事食 ◆4/17 春びより弁当◆今日のメインは新商品!
 ◆刺身・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。

高松寺専門お記弁当 宅配クック123 土浦店
 [HP]http://www.ss.konan.co.jp/123t 029-835-4630

新地方公会計制度に基づく 平成22年度の土浦市財務4表を公表します

現在の地方公共団体の会計制度は、その年度にどのような収入があり、それをどのように使ったかといった現金の動きが分かりやすい反面、資産(市が整備してきた施設や保有する土地など)や負債(借入金など)のストック情報、行政サービス提供のために発生したコスト情報が不足しているという弱点があり

ました。これらの弱点を補うのが、発生主義などの企業会計的な手法を取り入れた「新地方公会計制度」に基づく財務4表です。

市ホームページに、財務4表の詳細版を掲載しています。また、各地区公民館にも置いてありますのでご覧ください。

☎ 財政課(☎826-1111 内線2217)

★財務4表とはどんなもの!?

①貸借対照表(バランスシート)

貸借対照表は、年度末時点における市の資産と、その資産をどのような財源(負債・純資産)で賄ってきたかを一目で分かるようにしたものです。左側に資産を表示し、右側に負債と純資産(資産と負債の差額)を表示しています。左右のつり合い(バランス)が取れていることから、バランスシートと呼ばれます。

②行政コスト計算書

福祉や教育などでの人的サービスや給付サービスなど、資産形成につながらない経常的な行政活動に伴うコストと、使用料・手数料などの収入を表示しています。従来

の会計では捕捉できなかった減価償却費などの非現金コストについても計上しています。

③純資産変動計算書

純資産(資産と負債の差額)が平成22年度中にどのように増減したかが分かります。総額の変動に加え、どのような財源や要因で増減したかの情報を表示しています。

④資金収支計算書

現金の流れを示すものです。市の収支を性質別に区分することで、どのような活動に資金を充てているかが分かります。唯一、現金主義により作成しています。

★平成22年度の財務4表は!?

《普通会計》

①貸借対照表(バランスシート)	
借方 2,060億円	貸方 2,060億円
資産合計 2,060億円 市が保有している財産の内容と金額(行政サービスの提供能力を表しています)	負債合計 544億円 借入金(市債)や将来の職員の退職金など、将来世代の負担で返済していく債務
流動資産 63億円 資金、未収金など	流動負債 54億円 非流動負債 490億円
【うち資金 24億円】	純資産合計 1,516億円
投資等 156億円 出資金、基金など	現世代がすでに負担して、支払いが済んでいる正味の資産(市の資産全体の73%を占めています)
公共資産 1,841億円 道路、公園、学校など	
②行政コスト計算書	
経常行政コスト 365億円	期首純資産残高(平成21年度末) 1,494億円
人にかかるコスト 93億円 職員給与、退職手当など	当期変動額 22億円
物にかかるコスト 105億円 施設管理委託費、光熱水費など	純経常行政コスト △338億円
移転支的コスト 159億円 子ども手当等の社会保障費、補助金など	財源調達 389億円 市税、交付税、国県補助金など
その他のコスト 8億円 支払利息、市税過誤納還付金など	その他 △29億円 固定資産形成、資産評価変動額など
経常収益 27億円 行政サービスの利用に伴い、市民の皆さんが負担する施設利用料や手数料など	期末純資産残高(平成22年度末) 1,516億円
純経常行政コスト 338億円	
④資金収支計算書	
期首資金残高(平成21年度末) 19億円	期末資金残高(平成22年度末) 24億円
当期収支 5億円	
経常的収支 69億円 人件費、税金、国庫支出金など	
資本的収支 △63億円 固定資産形成支出、貸付金元利収入など	
財務的収支 △1億円 地方債償還金、地方債借入金など	

●今年度から、より適正な財務書類を作成するためのシステムを導入し、全ての資産(土地・建物・道路・備品など)を正確に把握するための資産の洗い出しや評価作業を行いました。

●他団体との比較、経年変化による土浦市の特徴などの結果把握に努め、内部管理にも活用していきます。



国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入の方へ 日帰り人間ドック・脳ドックの健診費用を助成します

☎ 国民健康保険加入の方…国保年金課国保給付係(☎826-1111 内線2355)
後期高齢者医療加入の方… “ 医療福祉係(☎内線2316)

対象者/国民健康保険税または後期高齢者医療保険料完納世帯で、平成25年3月31日現在、40歳以上になる国民健康保険または後期高齢者医療の被保険者。(脳ドックは、平成22・23年度に脳ドックの助成を受けた方を除く)

※同年度内で助成が受けられるのは、人間ドックまたは脳ドックのいずれかです。

申込方法/はがきに、①希望する健診名、②受診希望の健診機関(脳ドックの受診または日立製作所土浦診療健診センターでの人間ドックの受診を希望される方は第2希望まで記入)、③住所、④氏名(ふりがな)、⑤電話番号を記入し郵送(1人につき1枚)

□人間ドック

健診項目/特定健診、眼科検査、聴力検査、胸部X線撮影、胃X線撮影、腹部超音波検査、便潜血検査など

定員/なし(日立製作所土浦診療健診センターは50人。国保加入者のみ。定員を超えたときは抽選)

助成額/2万円

申込締切/平成25年1月31日(木)(当日消印有効)

※日立製作所土浦診療健診センターは、4月18日(水)(当日消印有効)

□脳ドック

健診項目/特定健診、眼科検査、聴力検査、脳MRA、脳MRI検査など

定員/健診機関ごとに下記の表参照(いずれも定員を超えたときは抽選)

助成額/2万6250円

申込締切/4月18日(水)(当日消印有効)

健診機関への受診日の予約は、
助成決定の通知後をお願いします。

《申込はがき記入例》

〒300-8686
土浦市下高津一丁目20-35
土浦市役所
国保年金課 行

表

①人間ドック希望
②受診希望の健診機関
(日立製作所土浦診療健診センターでの受診を希望される方は、第2希望まで記入してください)
③住所
④氏名(ふりがな)
⑤電話番号

人間ドック(裏)

①脳ドック希望
②受診希望の健診機関
第1希望()
第2希望()
(第2希望まで記入してください)
③住所
④氏名(ふりがな)
⑤電話番号

脳ドック(裏)



人間ドック健診機関	電話番号	自己負担額※1
土浦協同病院農村健康管理センター	826-3221	2万円程度
神立病院健診センター	832-8951	
日立製作所土浦診療健診センター(国保加入者のみ。定員50人)	831-5830	
霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター(東京医科大学茨城医療センター内)	887-4563	
つくば総合健診センター(筑波メディカルセンター内)	856-3500	
牛久愛和総合病院総合健診センター	873-4334	
筑波記念病院つくばトータルヘルスプラザ(国保加入者のみ)	864-8002	
つくばセントラル病院健診センター	874-7985	
龍ヶ崎済生会病院総合健診センター	0297-63-7178	

脳ドック健診機関	電話番号	自己負担額※1	定員
土浦協同病院農村健康管理センター※2	826-3221	4万370円	70人
霞ヶ浦成人病研究事業団健診センター(東京医科大学茨城医療センター内)	887-4563	2万6250円	300人
つくば総合健診センター(筑波メディカルセンター内)	856-3500	2万6250円	300人
筑波記念病院つくばトータルヘルスプラザ(国保加入者のみ)	864-8002	2万6250円	50人
龍ヶ崎済生会病院総合健診センター	0297-63-7178	2万6250円	50人

※1 いずれも自己負担額は、助成額を差し引いた額です。

※2 土浦協同病院農村健康管理センター自己負担額は、人間ドックの検査項目もすべて含んだ金額です。

まちの話題 **ズームアップ**つちうら

下 水道促進週間コンクールで知事賞を受賞



平成23年度茨城県下水道促進週間コンクール表彰式が、1月24日に県庁講堂で行われ、4万9000点を超える応募作品の中から、市内小学生4人の作品が入賞しました。

- 【知事賞・特選】 作文…出谷一樹さん(都和小1年)
- 【知事賞・入選】 作文…若山 翔さん(東小5年)
- 【佳作】 絵画・ポスター…佐野社太さん(塚塚小2年)
- 標語…野上佳豊さん(下高津小3年)

田 宮ばやし保存会が表彰されました

地域伝統文化の振興に功績があったとして、田宮ばやし保存会が、平成23年度地域伝統文化功労者の表彰団体に選ばれました。

田宮ばやしは、田宮梶ノ宮神社に奉納されてきたお囃子で、室町時代に始まったと伝えられており、昭和52年には茨城県無形民俗文化財に指定されています。

これからも技量を高めつつ、この伝統的な土浦の宝が、先々の世代へと受け継がれていくことを願います。



矢口公一さん 矢口修一会長

土浦市ふれあいセンターながみね **春の講座受講生募集**

講座名	内容	日程	曜日	定員	用意するもの
			時間	受講料	
水中ウォーキング	水中で楽しく体を動かすウォーキングで、日頃の肩こりや腰痛を予防・改善!	4/12~6/21 (全10回)	木曜日 13:30~14:30	20人 5000円	水着、水泳帽、バスタオル
初心者水泳	皆さんで楽しく泳ぎましょう!(クロールを呼吸なしで10m以上泳げる方)	4/13~6/22 (全10回)	金曜日 11:00~12:00	12人 5000円	水着、水泳帽、バスタオル
楽しく健康体操	ストレッチを中心にした、どなたでも無理なくできる体操です。	4/13~6/22 (全10回)	金曜日 13:30~14:30	20人 5000円	動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物

対象者/いずれも20歳以上の方
 申込方法/希望講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を記入し、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29日(木)(当日消印有効)

※定員を超えたときは抽選で受講者を決定します。
 ●都合により日程などが変更になることがあります。また、申込者が少ないときは、中止になることがあります。
 申問 土浦市ふれあいセンター「ながみね」
 (〒300-0849 中村西根2078-1 ☎830-5600)

こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん

HAPPY BIRTHDAY

3月生まれ

5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)を記入し、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/3月30日(金)
 ※5月上・中旬に分けての掲載。応募写真は返却できませんので、ご了承ください。

<p>悠ちゃんは我が家の癒やしですおめでとう</p> <p>大内悠平ちゃん(右羽)</p>	<p>みーたんうまれてきてくれてありがとう大好きだよ!</p> <p>小川未桜ちゃん(田中一丁目)</p>	<p>★1歳おめでとう★元気で素敵な男の子に育ってね!</p> <p>山田唯斗ちゃん(永国)</p>	<p>生まれてきてくれてありがとう!いっぱい家族旅行しようね!</p> <p>堀込正生ちゃん(中高津二丁目)</p>	<p>HAPPY♡BIRTHDAY元気に大きく育ってね!</p> <p>廣瀬凜空ちゃん(並木五丁目)</p>	<p>これからも琉ちゃんsmileをいっぱい見せてね♡</p> <p>長田琉希ちゃん(若松町)</p>
<p>1歳おめでとう♡いつも笑顔で優しい子になってね</p> <p>久 杏奈ちゃん(小松一丁目)</p>	<p>お誕生日おめでとう!元気に大きくなってね!</p> <p>池田悠人ちゃん(西並木町)</p>	<p>まる~!!1歳おめでとう!これから新しい環境になるけど未永くよろしく!</p> <p>松山武丸ちゃん(並木一丁目)</p>	<p>びかちゃん★1歳おめでとう!大好きだよ♡</p> <p>光川ひかりちゃん(富士崎一丁目)</p>	<p>*1歳おめでとう*今年はお姉ちゃんになるね大好きだよ♡</p> <p>水谷さくらちゃん(港町三丁目)</p>	<p>1歳のお誕生日おめでとう!!元気に育ってね!</p> <p>下村光祐ちゃん(乙戸)</p>

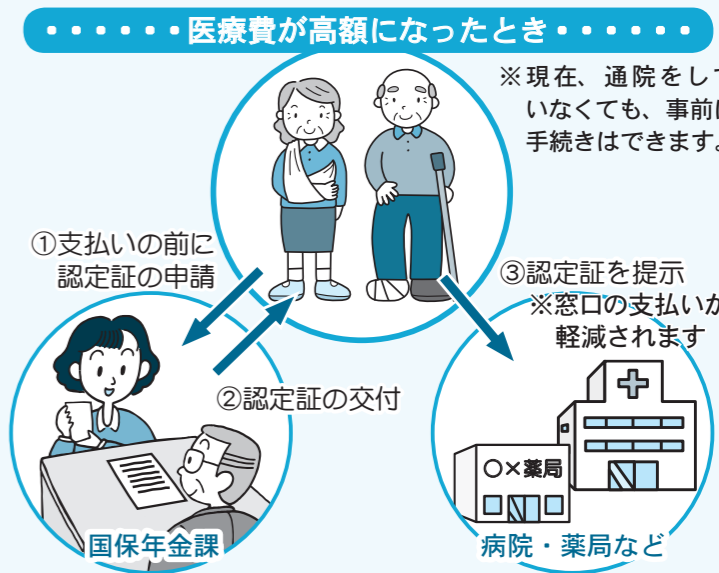
国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入の方へ 限度額適用認定証などの取扱いが変わります

平成24年4月1日から、高額な外来診療を受けたときに、限度額適用認定証や被保険者証を提示すれば、1か月の医療機関ごとの窓口での支払いが一定の金額までとなり軽減できます。

70歳未満の方と70歳以上の住民税非課税世帯の方は、事前に限度額適用認定証の交付を受ける必要があります。平成23年8月以降に交付を受けている方は、今回の手続きは不要です。

自己負担限度額など、詳しくはお問い合わせください。

☎ 国民健康保険…国保年金課国保給付係 (☎826-1111 内線2295)
 ☎ 後期高齢者医療…国保年金課医療福祉係 (☎内線2316)



受診者	事前の手続き	病院・薬局などで
●70歳未満の方	限度額適用認定証などの交付申請	「限度額適用認定証」を窓口で提示してください
●70歳以上の住民税非課税世帯の方(所得により限度額が下がります)		
●70歳以上75歳未満で、住民税非課税世帯でない方	なし	「高齢受給者証」を窓口で提示してください
●75歳以上で、住民税非課税世帯でない方	なし	「後期高齢者医療被保険者証」を窓口で提示してください

土浦市国民健康保険、後期高齢者医療制度以外の健康保険に加入している方は、加入している保険者(組合、協会など)にお問い合わせください。

4月の 子育てひろば

April

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!			
藤沢保育園 (☎862-2600)	18日(水) 午前9時30分~11時 園庭で遊ぼうよ	未就園児親子 20組(先着順)	随時電話で

●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			
一中地区公民館	13日(金)	午前10時~11時30分 なかよくあそぼう	1歳以上の未就園児親子 20組(先着順) 3月21日(水) 午前9時30分から電話で ※申し込みは1か所のみ
二中地区公民館	17日(火)		
三中地区公民館	18日(水)		
四中地区公民館	19日(木)		
六中地区公民館	12日(木)		
都和公民館	20日(金)		
神立地区コミュニティセンター	24日(火)		
新治地区公民館	25日(水)		
★すくすくルーム ※バスタオル、セロテープを持参			
二中地区公民館	10日(火) 午前10時~11時30分	4~12か月児親子 15組(先着順)	3月21日(水) 午前9時30分から電話で
三中地区公民館	11日(水) 午前10時~11時30分		

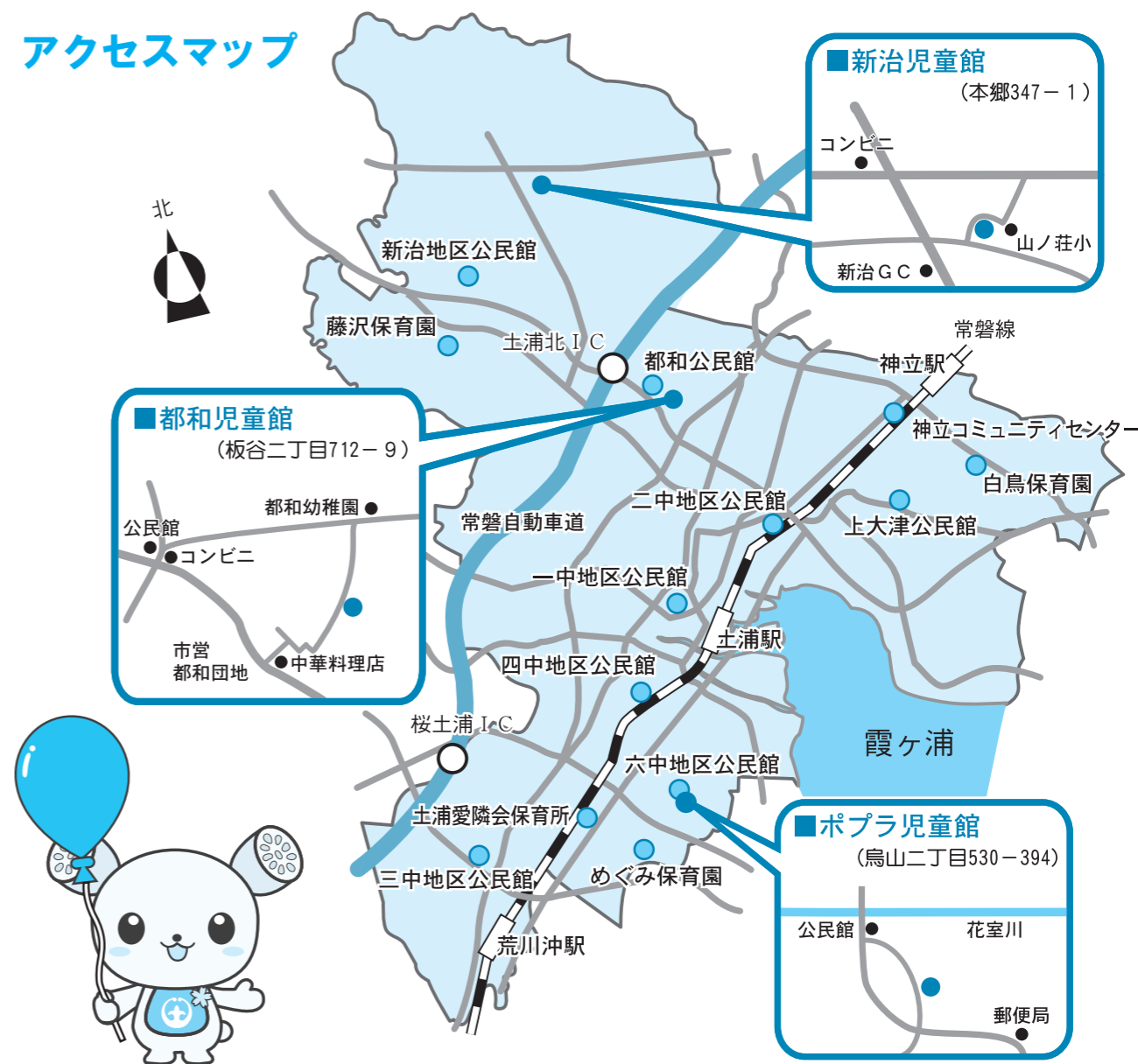
●地域子育て支援センター

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(5日(木)、30日(月)を除く) ②親子クラブ 6日(金)粘土遊び 12日(木)お絵かき 19日(木)シール遊び 26日(木)こいのぼり制作 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 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 ②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(30日(月)を除く) ②イベント 10日(火)花まつり 17日(火)わらべうた遊び 19日(木)赤ちゃんサロン 24日(火)作って遊ぼう 時間 ①午前10時~午後3時 ②午前10時~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 申込方法 3月23日(金)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(30日(月)を除く) ②子育て広場 10日(火)ベビーマッサージ 12日(木)、25日(水)給食体験 16日(月)わらべうた(1歳以上) 17日(火)水郷公園遊び 18日(水)こいのぼり制作 ※六中地区公民館で開催 20日(金)赤ちゃん広場 23日(月)わらべうた(1歳未満) 24日(火)乙戸沼公園遊び 27日(金)ベビーマッサージ 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 ◎詳しくは、お問い合わせください。

●児童館

ところ	とき・内容	対象者・定員	申込方法・その他
★4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)	20日(金) 午前11時~11時45分 親子リトミック	幼児親子 15組(先着順)	4月2日(月)から前日までに電話または直接
	26日(木) 午前11時~11時30分 つくってあそぼう「こいのぼり」	幼児親子 15組(先着順)	4月2日(月)から前日までに電話または直接
	28日(土) 午前10時~11時30分 一輪車教室	年長児親子・小学生 15組(先着順)	4月2日(月)から前日までに電話または直接
ポプラ児童館 (☎841-3212)	5日(木) 午後2時~3時 春休み映画会「ドラえもん」「日本むかし話」	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	14日(土) 午前10時~11時30分 一輪車教室	小学生 15人(先着順)	前日までに児童館へ電話または直接
	16日(月) 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
新治児童館 (☎862-4403)	18日(水) 午前10時30分~11時30分 リズムあそび	乳幼児親子 定員なし	当日児童館へ直接
	20日(金) 午前10時30分~11時30分 ぷいぷい風船をつくろう	乳幼児親子 20組(先着順)	事前に児童館へ電話または直接
	21日(土) 午前10時~11時30分 工作教室「プラ板キーホルダー」※教材費100円	小学生 20人(先着順)	事前に児童館へ電話または直接

アクセスマップ



4月 としょかん

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

4 図書館カレンダー

2012.APRIL

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
 (三中区分館・都和分館・神立分館)

おしらせ

ティーンの本棚について

図書館本館の3階カウンター前には、「ティーンの本棚」という展示棚があります。ここでは、中学生から大学生向けの、さまざまな本をとりそろえています。司書による読書案内や、有名人おすすめの本なども展示していますので、ぜひ一度お立ち寄りください。学生でない大人の方でもご利用いただけます。

- 将来の夢、仕事、資格についての本
- 悩んだときに読みたい心のケアの本
- 健康や体のしくみについての本
- 家族や友達となかよくつき合うための本
- 学んで知る楽しみを見つける本
- なぜ？みんなで考えたいことについての本
- 小説



おはなし会

- おはなし会 (幼児～小学生向け)
とき/4月8日(日) 午後1時30分～
4月22日(日) 午後2時～
- ちいさなおはなし会 (0～3歳児向け)
とき/4月25日(水) 午前11時～
※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：新生活応援特集

厳しい寒さの冬も終わり、もうすぐ新年度がスタートします。新しい生活を始めるみなさんへ、入園・入学・入社準備の参考になる本を集めてみました。また、明るい春の始まりを応援できるように「桜」の本も合わせて紹介しています。美しい桜を見ながら、新生活のプランを立ててみてはいかがでしょうか？

No.1 先月の人気図書

『蝸ノ記』 葉室 麟/著



羽根藩の壇野庄三郎は幽閉中の元郡奉行・戸田秋谷の元へ遣わされる。秋谷は不義密通の罪で家譜編纂と10年後の切腹を命じられていた。当時の事件の真相探求を命じられた庄三郎は…。直木賞受賞作です。

今月のおすすめ本

海に降る (小説)

女性初の有人潜水調査船パイロットを目指す天谷深雪。深海に棲む未確認巨大生物を追い求める高峰浩二。目的は違えど、想いはひとつ。絶対に「しんかい6500」に乗ってやる。海洋研究開発機構全面協力による長編小説です。(朱野帰子/著)

老いのくらしを変えるたのしい切り紙 (福祉)

80歳の義母と79歳の父のために提案した切り紙が、コミュニケーションの少なかった親子の関係をあたたく変えていった過程の記録。切り紙のたのしさをはじめ方、材料やおすすめの道具も紹介します。(井上由季子/著)

こどもの本

- 「おはようぼくだよ」 平澤一平/絵、益田ミリ/作
- 「ようちえんにいくんだもん」 佐古百美/絵、角野栄子/作
- 「まいごの、まいごの、ゴンザレス」 村上康成/絵、服部千春/作
- 「できたよ、とび箱・マット」 行本浩人/監修
- 「しんせつなかかし」 篠崎三朗/絵、ウェンディ・イートン/作
- 「雨あがりのメデジン」 アルフレッド・ゴメス＝セルダ/作
- 「サリーのえらぶ道」 エリザベス・オハラ/作
- 「ピッケと弓矢の贈りもの」 ルーネル・ヨンソン/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: 2月29日～3月5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 子育て福祉課 ☎内線2419

施設名	地上0.5m	地上1.0m
新生保育所	0.229・0.205	0.224・0.206
荒川沖保育所	0.230・0.218	0.222・0.206
霞ヶ岡保育所	0.262・0.263	0.251・0.245
東崎保育所	0.167・0.184	0.181・0.189
都和保育所	0.199・0.155	0.201・0.152
天川保育所	0.170・0.219	0.151・0.192
新川保育所	0.188・0.135	0.181・0.159
桜川保育所	0.172・0.179	0.187・0.185
神立保育所	0.201・0.192	0.188・0.187
竹ノ入保育所	0.248・0.162	0.241・0.177
土浦愛隣会保育所	0.164・0.176	0.172・0.172
めぐみ保育園	0.095・0.169	0.103・0.130
白鳥保育園	0.174・0.147	0.161・0.145
エンゼル・ゆめ保育園	0.115・0.128	0.114・0.133
つくば国際保育園	0.133・0.127	0.153・0.151
中央保育園	0.148・0.167	0.134・0.151
高岡保育園	0.091・0.092	0.097・0.123
藤沢保育園	0.110・0.103	0.103・0.104
白帆保育園	0.154・0.175	0.133・0.188
あおぞら保育園	0.167・0.136	0.149・0.136
愛保育園	0.180・0.182	0.180・0.182
童話館保育園	0.129・0.196	0.123・0.179
都和児童館	0.138・0.150	0.140・0.150
ポプラ児童館	0.272・0.147	0.242・0.163
新治児童館	0.143・0.101	0.144・0.111

*「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

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	0.266	0.253

幼稚園、小・中学校*

市 教育総務課 ☎内線5103

施設名	地上0.5m	地上1.0m
土浦幼稚園	0.194・0.194	0.180・0.180
土浦第二幼稚園	0.299・0.185	0.268・0.216
いくぶん幼稚園	0.234・0.158	0.210・0.164
都和幼稚園	0.149・0.155	0.125・0.143
大岩田幼稚園	0.264・0.210	0.270・0.208
新治幼稚園	0.125・0.116	0.125・0.105
土浦小学校	0.169・0.158	0.125・0.167
下高津小学校	0.146・0.185	0.152・0.201
東小学校	0.147	0.142
穴塚小学校	0.186・0.169	0.180・0.155
大岩田小学校	0.205・0.186	0.202・0.184
真鍋小学校	0.140・0.153	0.150・0.157
都和小学校	0.133・0.165	0.126・0.169
荒川沖小学校	0.186・0.175	0.184・0.199
中村小学校	0.198・0.195	0.182・0.196
土浦第二小学校	0.152・0.133	0.149・0.138
上高津東小学校	0.134・0.181	0.137・0.173
上高津西小学校	0.170・0.128	0.175・0.167
神立小学校	0.157・0.188	0.157・0.157
右衞門小学校	0.284・0.212	0.272・0.215
都和南小学校	0.144・0.185	0.140・0.174
乙戸小学校	0.178・0.148	0.199・0.178
菅谷小学校	0.158・0.227	0.167・0.241
藤沢小学校	0.097・0.116	0.100・0.115
斗利出小学校	0.099・0.086	0.097・0.115
山ノ荘小学校	0.134・0.131	0.115・0.130
土浦第一中学校	0.161	0.159
土浦第二中学校	0.152	0.163
土浦第三中学校	0.181	0.183
土浦第四中学校	0.227	0.220
土浦第五中学校	0.205	0.185
土浦第六中学校	0.222	0.216
都和中学校	0.135	0.130
新治中学校	0.109	0.100

放射能濃度の測定結果

水道水中の放射能 市 水道課 ☎内線2460
 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。
 採取日/3月1日 検査機関/県衛生研究所および化研

放射線測定器の貸し出し

市 環境保全課放射線対策室 ☎内線2452
 貸出場所/各地区公民館 貸出日/火～日曜日
 貸出時間/午前9時～正午、午後1時～4時の3時間以内
 ◎予約が必要です。詳しくは、お問い合わせください。

市役所、公民館

市 環境保全課放射線対策室 ☎内線2452

施設名	地上0.5m	地上1.0m
市役所	0.187	0.181
一中地区公民館	0.214	0.176
二中地区公民館	0.171	0.170
三中地区公民館	0.191	0.179
四中地区公民館	0.170	0.165
上大津公民館	0.155	0.146
六中地区公民館	0.195	0.183
都和公民館	0.173	0.156
新治公民館	0.116	0.112

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	※工事のため計測なし	
中貫運動公園	0.191	0.198
荒川沖地区野球広場	0.252	0.252
市民運動公園	0.170	0.188
木田余地区市民運動広場	0.203	0.205
新治運動公園	0.111	0.114
本郷グラウンド	0.132	0.135

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	0.192	0.191
神立公園	0.255	0.254
霞ヶ浦総合公園	0.254	0.224
乙戸沼公園	0.194	0.180
田村沖宿公園	0.268	0.231
紫ヶ丘公園	0.183	0.171
水と緑の里公園	0.258	0.207
朝日峠展望公園	※積雪のため計測なし	
ふるさと森公園	0.173	0.141

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	-	0.201
清掃センター	-	0.258

4月のけんこう

健康増進課(土浦保健センター ☎826-3471)

検診無料クーポン券について

次の年齢に該当する方には、子宮頸がん検診、乳がん検診(マンモグラフィ)、大腸がん検診(便潜血反応検査)を無料で受けられるクーポン券を後日発送します。集団検診を希望される方は指定期間にお申し込みください。

※「女性特有のがん検診クーポン券」は医療機関でもご利用できます。「働く世代の大腸がん検診」は集団検診のみです。詳しくは、クーポン券に同封される案内をご覧ください。

対象者／

●子宮頸がん検診(女性のみ)

昭和46年4月2日～47年4月1日生まれの方
昭和51年4月2日～52年4月1日生まれの方
昭和56年4月2日～57年4月1日生まれの方
昭和61年4月2日～62年4月1日生まれの方
平成3年4月2日～4年4月1日生まれの方

●乳がん検診(女性のみ)

昭和26年4月2日～27年4月1日生まれの方
昭和31年4月2日～32年4月1日生まれの方
昭和36年4月2日～37年4月1日生まれの方
昭和41年4月2日～42年4月1日生まれの方
昭和46年4月2日～47年4月1日生まれの方

●働く世代の大腸がん検診

昭和26年4月2日～27年4月1日生まれの方
昭和31年4月2日～32年4月1日生まれの方
昭和36年4月2日～37年4月1日生まれの方
昭和41年4月2日～42年4月1日生まれの方
昭和46年4月2日～47年4月1日生まれの方

春のポリオ予防接種(集団)のお知らせ

対象者／生後3か月から7歳6か月未満のお子さん
受付時間／午後1時30分～2時20分

持参するもの／母子健康手帳と予防接種手帳

内容／生ポリオワクチンの経口投与
※接種予定日1か月以内に病気ににかかったお子さんは、主治医に接種可能かを相談してください。

会場・日程／

- 新治保健センター…4月6日(金)
- 土浦保健センター…4月9日(月)、23日(月)、27日(金)
- 三中地区公民館…4月10日(火)
- 神立地区コミュニティセンター…4月17日(火)
- 都和公民館…4月20日(金)
- 市民会館…4月24日(火)

集団検診の申し込みを開始します

総合健診、子宮がん・乳がん検診の申し込みを4月11日(水)から開始します。

申込方法／「専用の申し込みはがき」に必要事項を記入し郵送(切手不要)または、市ホームページから
※「専用の申し込みはがき」は土浦保健センター、市役所総合窓口、各支所・出張所、各地区公民館に設置します。

申込期間／

- 総合健診…4月11日(水)～5月15日(火)
 - 子宮がん・乳がん検診…4月11日(水)～5月25日(金)
- (いずれも当日消印有効)
※詳しくは、「みんなの健康づくり便利帳(平成24年度)」でご確認ください。



献血のお知らせ

とき／4月20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)



歯周病の予防

土浦市歯科医師会
飯坂 章(飯坂歯科医院)

歯周病は、世界で最も患者数が多いといわれ、厚生労働省の調査によると日本でも7割の人がかかっている病気です。近年の研究で全身に影響を及ぼすこともわかってきました。特に糖尿病とは密接な関係があり、心臓病や脳梗塞のリスクを高めるという研究報告も寄せられています。歯磨きに自信のある1日2回以上歯を磨いている人にも歯周病の初期症状が見つかることがあります。ふだん行っている歯周病予防に3つの落とし穴があることがわかりました。

その1 磨き方

毎日歯磨きをしていても歯周病になってしまうのは、細菌の塊、歯垢が落ちていないためです。磨き残しを防ぐには、歯ブラシを小さく動かす「クシクシ磨き」がおすすめです。

その2 歯に自信のある人

むし歯になったことがないという人は、歯科医院に行く機会が少ないため、歯周病がいつの間にか進行してし

まう場合が多くみられます。

その3 生活習慣

タバコを吸うと煙に含まれるニコチンなどによって、歯肉が酸素不足や栄養不足になります。酸素が大嫌いな歯周病菌にとって繁殖しやすい環境となります。歯周病の人がタバコをやめると、治療効果がはっきりと認められることが多いので、禁煙をすることが大切です。やめたいと思っているのにタバコがやめられないのは、決して意志が弱いからではありません。『ニコチン依存症』という病気です。やめるためには、自分の意志で闘うか医師の助けと禁煙補助薬を利用するかです。タバコを吸えるのは、元気な証拠といえますが、タバコは死ぬような思いをしないとなかなかやめることができません。1回で成功させるという気負いを捨てる事も大切です。今までに禁煙にチャレンジして失敗した人も一度や二度の失敗であきらめずに、1週間でも1か月でもできたという自信を持って、再チャレンジしてみましよう。

4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
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	18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(専門相談員) ※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	9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。日時が変更になる場合があります。
精神クリニック	20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。日時が変更になる場合があります。
	23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(専門の女性カウンセラー) ※予約制	
	14日(土)	10:00～15:00			
法律相談	12日(木)・26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	13日(金)・27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)	13日(金)・27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)	19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	

賃貸アパートの退去時のトラブル 出発点は入居時にあり!!

消費生活センターから
☎823-3928

◆相談

賃貸アパートを退去した。クロスの全面張り替えと畳の張り替え費用を請求され、敷金を返してもらえない。契約書面には「退去時には原状回復すること」と書いてある。

♣️アドバイス

建物の価値は居住の有無に関係なく時間の経過とともに減少するものです。国土交通省の「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」によれば、原状回復とは入居前の状態に戻すことではなく、通常の使用で経年劣化したものに関してはそのまま貸主に返せばよいということになっています。

しかし、故意または過失などで通常の使用を超えるような汚れや毀損が生じた場合は、借主が修繕費を支払わなければなりません。その場合でも、経過年数による建物の価値を考慮した賠償をすればよいと考え

られています。今回の相談の場合も、畳やクロスに傷や破れがなければ、張り替え費用を支払う必要はないと考えられます。ただし、タバコのヤニでクロスが黄ばんだり臭いが染み付いたりした場合は、通常の使用の汚損を超えるると判断されることが多いようです。

トラブルを防ぐためには、入居時には契約内容について十分に説明を受け、原状回復についても「ガイドライン」を参考に貸主と一緒に確認しておくことが大切です。荷物を入れる前に部屋全体をチェックしましょう。傷や汚れがある場合は、写真などに残しておくことで、退去の際、入居時既にあった傷であることを証明できます。

退去時には必ず立ち合いをして、部屋を貸主と一緒に確認しましょう。敷金は退去時に返してもらえます。話し合いが難しい場合は、敷金返還を求めて少額訴訟を申し立てることもできます。

4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)	4日(水)	9:00~11:30	土浦保健センター(☎826-3471)	
栄養相談(予約制)	10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)	10日(火)	13:00~15:00		
高齢者健康相談	5日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)	
	12日(木)		つわぶき(☎831-4126)	
	26日(木)		うらら(☎827-0050)	
	27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12月生まれ)	18日(水)・19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6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9月生まれ)	11日(水)・12日(木)	13:00~13:50		
3歳児健康診査(平成21年1月生まれ)	25日(水)・26日(木)	13:00~13:50		
母と子の歯科健康診査(平成22年1月生まれ・予約制)	13日(金)	13:15~15:30		
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	20日(金)		9:00~10:00
	7~11か月児	9日(月)		
マタニティ教室(おおむね7か月以降の妊婦・予約制)	3日(水)・10日(水)	9:45~10:00		
離乳食教室(おおむね6~7か月児・予約制)	13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	5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。

4月	内科	外科	産婦人科	歯科
1日(日)	常陽医院 ☎822-6594 城北町	淀縄医院 ☎822-5615 大町	石川クリニック ☎821-2587 大町	小竹歯科医院 ☎823-9815 蓮河原新町
8日(日)	大塚クリニック ☎832-7555 神立中央三丁目	友常医院 ☎823-4307 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	鶴町歯科クリニック ☎841-0070 荒川沖西二丁目
15日(日)	松橋医院 ☎831-7331 神立中央一丁目	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	梶塚歯科クリニック ☎823-1551 大和町
22日(日)	叶多内科医院 ☎826-1566 桜ヶ丘町	中央大祐整形形成外科 ☎821-0220 中央二丁目	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	小杉歯科医院 ☎824-1089 下高津一丁目
29日(日)	高安クリニック ☎822-8201 立田町	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	高野歯科医院 ☎831-9965 神立中央一丁目
30日(月)	小原内科医院 ☎821-1015 中央二丁目	県南病院 ☎841-1148 中	鈴村医院 ☎821-0174 大町	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)

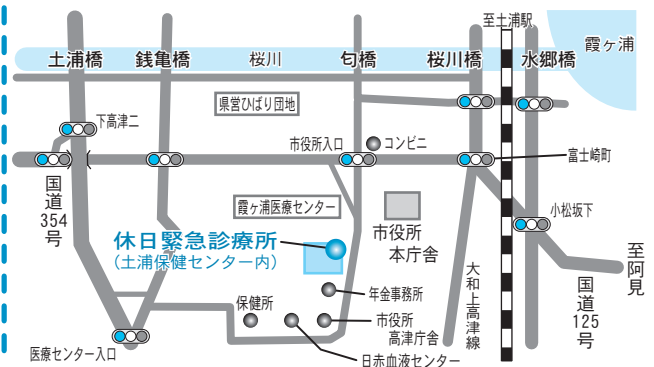
土浦市休日緊急診療所

診療科	時間	木	金	土	日	祝
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」4月上旬号は、4月3日(火)発行予定です。