

広報

Tsuchiura Public Relations

【平成25年5月1日発行】

つちうら

5

May
2013
No.1098

CONTENTS

- 2 ... 応援します!あなたの子育て
- 6 ... 介護保険の今と大切な介護予防
- 8 ... 平成25年度土浦市の予算





応援します！あなたの子育て
～子育て支援事業をご利用ください～

特集

応援します！あなたの子育て

～子育て支援事業をご利用ください～



妊娠・出産時に行う申請

妊娠が分かったら…

★妊娠届出

窓 口／土浦市保健センター、市民課、各支所・出張所

問 健康増進課(☎826-3471)



★医療福祉制度(マル福)「妊産婦」の申請

窓 口／国保年金課、各支所・出張所

問 国保年金課(☎826-1111 内線2316)

赤ちゃんが生まれたら…

★出生届

窓 口／市民課、各支所・出張所

問 市民課(☎内線2287)



★児童手当の申請

窓 口／こども福祉課、市民課、各支所・出張所

問 こども福祉課(☎内線2475)

★出産育児一時金の申請

窓 口／国保年金課、各支所・出張所
勤務先(社会保険加入者)

問 国保年金課(☎内線2246)

★医療福祉制度(マル福)「小児」の申請

窓 口／国保年金課、各支所・出張所

問 国保年金課(☎内線2316)

子育て支援事業

★マタニティ教室

妊娠中の過ごし方などが学べます。電話予約が必要で、テキスト代がかかります。

ところ／土浦市保健センター

問 健康増進課(☎826-3471)

★予防接種事業

出生届時に「予防接種手帳」を交付します。乳幼児期に受ける予防接種の予診票が綴ってありますので、大切に保管してください。

問 健康増進課(☎826-3471)

★赤ちゃんおめでとう訪問事業

お祝いの気持ちを込め、赤ちゃんが誕生したご家庭へ民生委員・児童委員などが訪問し、乳幼児健康診査や子育て支援施設の案内などの情報をお伝えします。

問 健康増進課(☎826-3471)



★ブックスタート事業

「絵本を通して赤ちゃんとお母さんが楽しい時間を分かち合うこと」を応援する事業です。10か月児育児相談のときに絵本の読み聞かせをした後、ブックスタートパックを配布します。

問 市立図書館(☎822-3389)



さまざまな 子育て支援制度



★医療福祉制度

健康保険証を使って病院などで治療を受けたり薬をもらうときに、その一部を助成する制度です。各種保険に加入している方が対象です。

- 妊産婦…妊娠届出月の初日から出産月の翌月の末日まで
- 小児…中学校3年生の年度末までのお子さん
- 母子家庭・父子家庭…18歳(障害児および高校在学者を持つ方は20歳まで)になった日から最初の3月31日までのお子さんとその母および父、配偶者が重度心身障害者マル福を受給している方とその児童
- 重度心身障害者…身体障害者手帳1級、2級および3級(内部障害者)、療育手帳(A)・Aの交付を受けた方、障害年金1級受給者、身体障害者手帳3級と療育手帳Bの両方の交付を受けた方、特別児童扶養手当1級の支給対象の児童

☎ 国保年金課(☎内線2316)

★心身障害者(児)福祉手当

心身に障害のある在宅のお子さんで、障害基礎年金などを受給していない方に支給します。(申請が必要)

支給額／

- 20歳未満で身体障害者手帳1～4級、療育手帳(A)・A・B、特別児童扶養手当対象児童…月額5000円
- 20歳未満で身体障害者手帳5・6級、療育手帳C…月額4500円

☎ 障害福祉課(☎内線2343)

★特別児童扶養手当

心身に障害のある20歳未満の児童を家庭で養育している方に支給します。(所得制限あり。申請が必要)

支給額／

- 身体障害者手帳の判定が、おおむね1・2級(内部的疾患を含む)、療育手帳の判定が(A)・A、または同程度の精神障害がある方…月額5万400円(1級)
- 身体障害者手帳の判定が、おおむね3級(内部的疾患を含む)、療育手帳の判定がB、または同程度の精神障害がある方…月額3万3570円(2級)

☎ 障害福祉課(☎内線2343)

★児童扶養手当(母子・父子手当)

離婚などで、父子家庭や母子家庭になった父または母や、父母に代わって児童を養育している方に支給します。(所得制限あり。申請が必要)

基本支給額(月額)／

- 児童1人…4万1430円

●2人目は5000円加算。3人目以降は3000円ずつ加算
※所得額により基本支給額から減額となります。
※10月に支給額が改定される予定です。

☎ こども福祉課(☎内線2475)

★児童手当

中学校修了(15歳になった後の最初の3月31日)前のお子さんを養育している方に支給します。(所得制限あり)

☎ こども福祉課(☎内線2475)

★遺児手当

父母またはその一方が死亡したとき、義務教育修了前の児童を養育している方に毎年9月と3月に支給します。

☎ こども福祉課(☎内線2475)

★幼稚園就園奨励費補助制度

市内に居住し、幼稚園に幼児を通園させている保護者に、所得割課税額に応じて補助金を交付しています。(公立幼稚園は保育料減免)

☎ 私立幼稚園…教育総務課(☎内線5104)

公立幼稚園…学務課(☎内線5110)

★私立幼稚園保護者助成制度

市内に居住し、私立幼稚園に幼児を通園させている保護者に助成しています。

☎ 教育総務課(☎内線5104)

★早期療育相談

ことばの遅れなど、発達や行動面で気になることがありましたら、専門の相談員が個別に相談をお受けします。

☎ 療育支援センター(☎822-3411)

子育て支援ガイドブックを 上手に利用しよう

子育て支援ガイドブックには、「見たい、知りたい、聞きたい」という子育てに関するさまざまな情報を幅広く掲載しています。

母子手帳交付時もしくは出生届出時にお渡ししていますので、ご利用ください。

☎ こども福祉課(☎内線2418)





応援します！あなたの子育て
～子育て支援事業をご利用ください～

特集

子育て支援施設



子どもが自由に遊べて、保護者同士が子育ての不安や悩みを語り合える、子育て支援の場所をご存知ですか？市では、みなさんがゆとりを持って楽しく子育てができるよう全力でサポートします！

保育所(園)の園庭開放・交流保育

保育所(園)の園庭を、安全な遊びの場・友だちづくりの場として開放しています。実施については、各保育所(園)にお問い合わせください。

新生保育所(☎841-0575) 桜川保育所(☎821-9136)
東崎保育所(☎821-2807) 神立保育所(☎831-8464)
荒川沖保育所(☎841-0037) 竹ノ入保育所(☎842-6253)
都和保育所(☎822-8053) 高岡保育園(☎862-4666)
霞ヶ岡保育所(☎821-1890) 藤沢保育園(☎862-2600)
天川保育所(☎822-6172)

幼稚園で一緒に遊ぼう！

幼稚園の教室や園庭で楽しく遊びましょう。また、子育ての相談もお受けしています。実施については、各幼稚園にお問い合わせください。

土浦幼稚園(☎821-0796)
土浦第二幼稚園(☎821-1310)
都和幼稚園(☎831-3735)
大岩田幼稚園(☎824-3430)
新治幼稚園(☎862-3507)



児童館

子どもたちの安全な居場所づくりと子育て家庭の交流の拠点として、子どもたちに健全な遊びを提供し、健康増進と情操を豊かにしながら児童の健全育成を図っています。

利用時間／午前8時30分～午後5時
休館日／日曜日、祝日、年末年始
都和児童館(☎832-3112)
ポプラ児童館(☎841-3212)
新治児童館(☎862-4403)



地域子育て支援センター

親子で遊び方の指導や、親同士の仲間づくりなど、保護者への支援を通して子どもたちの育ちを支えるとともに、子育て講演会などの情報提供や子育てについての悩み相談を受けています。お気軽にお越しください。

さくらんぼ(桜川保育所内 ☎823-1288)
ありんこくらぶ(土浦愛隣会保育所内 ☎841-0463)
白鳥保育園(☎831-2590)
ひまわり(めぐみ保育園内 ☎841-2838)

乳幼児家庭教育学級

6か月から4歳までの未就園児とその母親が、子どもを互いに保育しながら講座を受講し、交流します。二中・四中地区公民館で講座などを開催します。

☎ こども福祉課(☎内線2304)

チャレンジクラブ

小学4年生から中学生を対象に、地区コミュニティセンターを拠点として、地域の自然や人材などを活用しながら、さまざまな体験活動を実施しています。

☎ こども福祉課(☎内線2304)

はじめてのパパ・ママパスポート

はじめてのお父さん・お母さんを対象に、保育所の生活を見学し、子どもの成長について知る機会を設けています。

育児不安の解消や仲間づくり、育児相談の場としてご利用ください。

☎ 新川保育所(☎822-8896)

子育て交流サロン

子育て中の方々の交流の場として、乳幼児とその保護者が、気軽に来て自由に交流できます。また、経験豊かなスタッフが、子育てに関する情報提供や相談なども行っています。

子育て交流サロン「わらべ」(☎825-1030)
子育て交流サロン「のぞみ」(☎824-8620)



一時預かり事業

仕事の都合や家族の急病などでお子さんの面倒をみられないとき、お子さんをお預かりします。



対象者／満1歳から就学前の児童

(土浦愛隣会保育所、めぐみ保育園、白鳥保育園、愛保育園、^{かな} 童話館保育園は、産休明けから)

保育料／

- 公立…4時間未満800円、4時間以上1600円
- 私立…各保育所(園)にお問い合わせください。

実施保育所／

- 公立…荒川沖保育所、東崎保育所(本園・駅前分園)、桜川保育所、神立保育所
 - 私立…土浦愛隣会保育所(☎841-0463)、めぐみ保育園(☎841-2838)、白鳥保育園(☎831-2590)、つくば国際保育園(☎823-7404)、高岡保育園(☎862-4666)、藤沢保育園(☎862-2600)、あおぞら保育園(☎869-7490)、愛保育園(☎843-6877)、童話館保育園(☎824-1323)
- ☎ 公立…こども福祉課(☎内線2418)、私立…各保育所(園)

子育てに悩んだら

家庭児童相談室にご相談ください

入園・入学、進級・進学など、新しい生活が始まりました。しかし、新しい環境になじめなかったり、人とのかかわりの中で悩んだりすることなどがあります。

こうした子どもに関するさまざまな相談に応じ、子育てサポートをしているのが「家庭児童相談室」です。

相談員が電話や、来室による相談をはじめ、事情によっては家庭への訪問も行っています。

子育てでお悩みの方は、お気軽にご相談ください。

相談日／月～金曜日(祝日、年末年始は除く)

午前8時30分～午後5時15分

※午後2時以降は、家庭訪問などで留守にすることもありますので、ご確認ください。

☎ 家庭児童相談室

(こども福祉課内 ☎826-1111 内線2393)

こどもランド

乳幼児や小学生の子育てを支援するための施設で、さまざまな遊具や学習コーナー、授乳室などを設けています。また、指導員によるリズムあそび、工作などの講座も行っています。



みんな！
遊びに来てね！

こどもランド

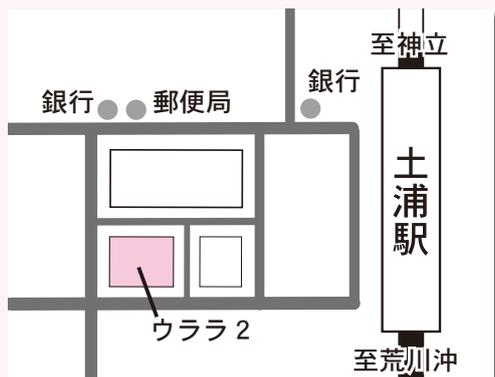
利用時間／午前9時～午後5時

ところ／ウララ2 8階

休館日／月曜日、祝日、年末年始

(月曜日が祝日のときは、その翌日も休館となります。)

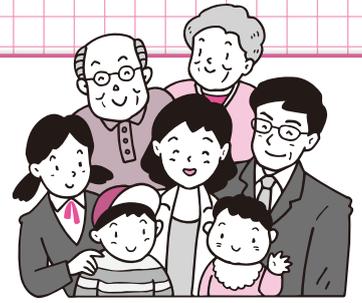
☎ 生涯学習課(☎826-3455)



利用者の声

- 先生方もみんな優しく、子どもから「また行きたい！」と言ってきます。
- 広くて、子どもが体を動かすのにちょうど良いです。
- 天気に関係なく利用でき、助かっています。
- お弁当を持ちこめるので、ピクニック感覚で来て楽しんでいます。

特集 介護保険の今 大切な介護予防



介護保険の実施状況

☎ 高齢福祉課 (☎826-1111 内線2462)

介護保険制度は、介護が必要な人とその家族を社会全体で支えるための社会保険制度です。この制度は平成12年から始まり、今年で13年目を迎えました。これまでの主な実施状況をお知らせします。

要支援・要介護者認定者数

平成12年度末 1855人 → 平成23年度末 4675人
約2.5倍

認定率

平成12年度末 8.48% → 平成23年度末 13.68%
+5.2ポイント

要介護度別認定者数

平成12年度末 要介護1…516人 要介護4…294人	約2倍	平成23年度末 要介護1…1018人 要介護4…614人
要介護2…384人 要介護3…285人		要介護2…943人 要介護3…703人
要介護5…200人	約3倍	要介護5…571人

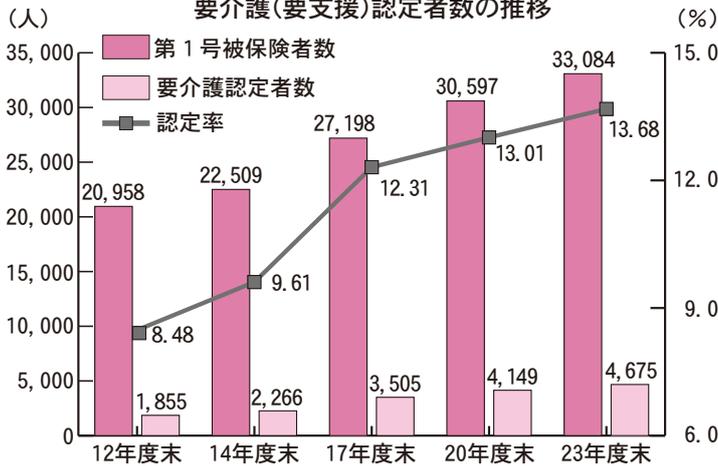
介護保険事業費

平成12年度 23億2033万円 → 平成23年度 74億5378万円
約3.2倍

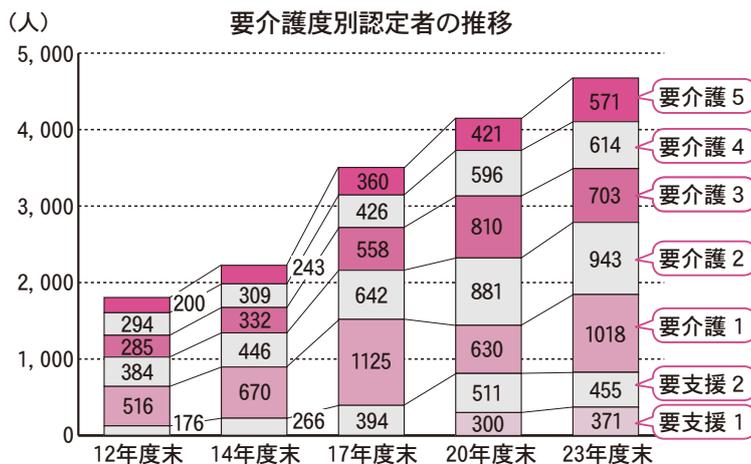
費用負担の割合は、国・県・市(公費負担分)が50%を負担し、40~64歳までの方(第2号被保険者)の保険料負担が29%、65歳以上の方(第1号被保険者)の負担が21%となっています。

高齢化の進展などで要支援・要介護認定を受ける方が増えており、今後も要支援・要介護認定者の増加にともなう介護保険事業費の増大が予想されます。

第1号被保険者(65歳以上)数と
要介護(要支援)認定者数の推移

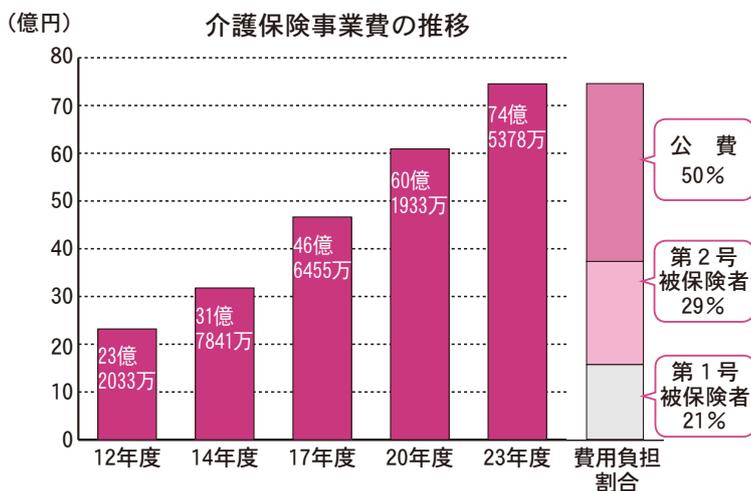


要介護度別認定者の推移



※平成18年度から「要支援」は「要支援1」に、「要介護1」は「要支援2」と「要介護1」に分かれました。

介護保険事業費の推移



一人ひとりの負担軽減と 健康寿命を延ばすための介護予防

介護保険は、40歳以上のみなさんが納める保険料と国や自治体の負担金を合わせた財源で運営しています。介護を必要とする「要介護状態」の方が増えると、みなさんの保険料の負担が重くなります。

そこで、「要介護状態」にならず、できるだけ自立して元気に過ごしていただくために、市では「介護予防事業」に取り組んでいます。加齢にともない、筋肉が衰えたり骨がもろくなるなどして、体の機能が低下してくることから、体を動かすことが重要になってきます。積極的に「介護予防事業」を利用し、いつまでも「笑って元気で仲間と過ごせる」ようにしていきましょう。



土浦市の介護予防事業

☎ 地域包括支援センター（高齢福祉課内 ☎826-1111 内線2500）

より元気な活動を 支援する教室

◆健康増進フォロー教室

市内10か所で実施。シルバーリハビリ体操指導士や運動普及推進員が介護予防のための体操を指導します。

◆認知症サポーター養成講習会

認知症について正しい知識を持ち、認知症の方や家族を支援するボランティア「認知症サポーター」を養成します。

◆元気アップ教室

高齢者クラブを対象に、生活に必要な体力の測定と介護予防の知識をお知らせしています。

◆シニア健康づくり教室

若返りをテーマに、町探検ウォーキングや、素敵な笑顔を目指すお口の健康など新しい介護予防教室です。

◆介護支援ボランティア講習会

介護支援ボランティア活動を行い、自身が社会活動を通して介護予防を目指すよう支援する講習会です。

介護が必要な状態になりそうな方を支援する教室

介護予防事業に参加を希望する方は、地域包括支援センターにご相談ください。事前に生活機能や健康状態を把握し、参加する事業の選定を行います。



◆はつらつ運動教室 ◆お達者教室

筋力を鍛える体操や運動を行います。

からだ(運動器)の元気の向上

◆おいしいな教室

飲み込む力が衰えたり、栄養のかたよりなど、お口の健康と栄養改善をはかります。

栄養改善、歯や口の元気の向上

◆脳いきいき教室

創作活動や手指の体操など、脳と身体が若返るメニューで予防します。

認知症予防・支援

平成25年度 土浦市の 予算

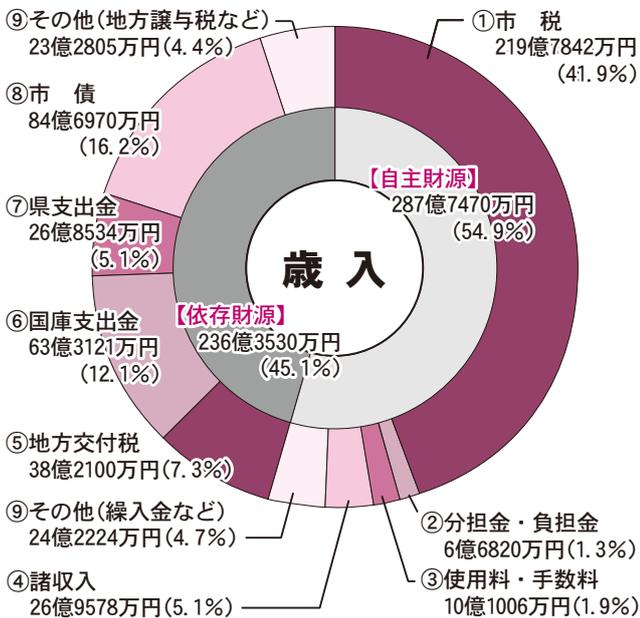
一般会計…524億1000万円
(対前年度比 7.2%増)
特別会計…365億6700万円
(対前年度比 3.9%増)
全会計の合計…889億7700万円
(対前年度比 5.8%増)

平成25年度は、景気の足踏み状態や地価の下落により、個人市民税や固定資産税などが伸びず、市税収入が前年度と比べ1億1504万円、0.5%の減となりました。引き続き滞納一掃アクションプランの実施により更なる収納率の向上を図ります。また、新庁舎整備事業や合併特例債を活用した事業など、本市の歴史に刻まれる大型事業を推進するとともに、防災・減災対策の強化や医療・福祉の充実、人材育成など、将来を展望した「都市づくり・人づくり」を推進していきます。

※予算書および予算の概要は市ホームページでもご覧になれます。

問 財政課(☎826-1111 内線2213)

歳入



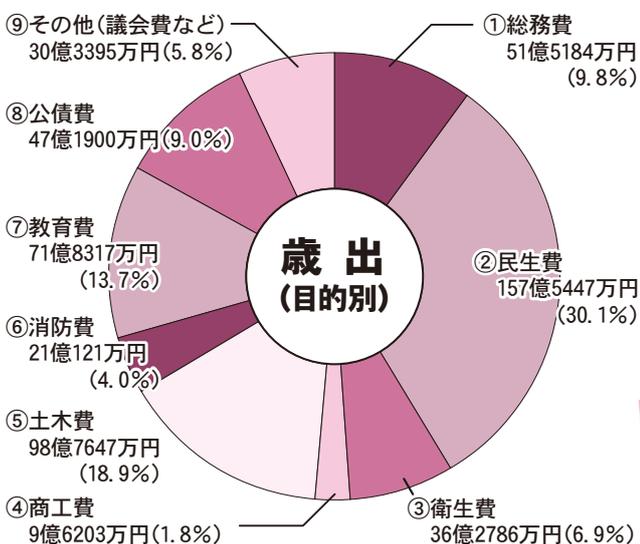
■歳入の種類

①市税 市民税や固定資産税、軽自動車税など市民の皆さんからの税金	②分担金・負担金 特定の事業による受益者からのお金(保育料など)	③使用料・手数料 市の施設などの使用料金や住民票などの手数料
④諸収入 延滞金など収入のどの区分にも属さないお金	⑤地方交付税 標準的な行政サービスが受けられるように、国税の一部から交付されるお金	⑥国庫支出金 特定の事業の経費に充てるため、国が市に交付するお金
⑦県支出金 特定の事業の経費に充てるため、県が市に交付するお金	⑧市債 財源不足や多額の資金を要するときに金融機関などから借りるお金	⑨その他 基金からの繰入金や財産収入、国税のうち一部が市に譲与される地方譲与税など

自主財源と依存財源

市が自主的に収入できるお金を「自主財源」といい、この反対を「依存財源」といいます。自主財源の割合が多いほど安定した財政で、市の自由度が増すので、自主財源の確保が重要な課題です。

歳出(目的別)

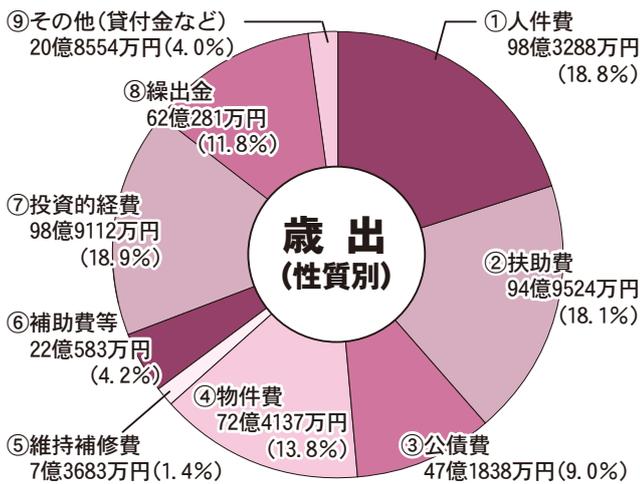


■目的別歳出の種類

①総務費 全般的な管理事務や徴税、選挙など	②民生費 高齢者・障害者の福祉や子育て支援など	③衛生費 保健衛生やごみ処理など
④商工費 商工業の振興や観光などの経費	⑤土木費 道路・公園などの整備や都市計画など	⑥消防費 消防団や消防施設整備など
⑦教育費 学校教育や文化・スポーツなど	⑧公債費 借入金の返済に要する経費	⑨その他 議会費や災害復旧費、農林水産業費など



歳出(性質別)



■性質別歳出の種類

①人件費 職員の給料や手当など	②扶助費 児童や高齢者などを援助する経費	③公債費 借入金の返済に要する経費
④物件費 備品などの購入経費や委託料、光熱水費など	⑤維持補修費 市の施設などの維持管理費	⑥補助費等 公益的な事業などに対する補助金や負担金
⑦投資的経費 道路や施設の建設経費や災害復旧費など	⑧繰出金 一般会計から特別会計に支出するお金	⑨その他 貸付金や出資金など

人件費、扶助費、公債費で全体の約半分を占めています。これらは義務的経費と呼ばれ、歳入の状況にかかわらず支出しなければならない経費で、この割合が小さいほど財政の弾力性があるとされています。

市民1人あたりに使われるお金

※平成25年3月1日現在の人口14万3126人で算出

平成25年度一般会計
524億1000万円
**1人あたり予算
36万6181円**

MEMO
平成25年度市債残高見込
879億4997万円
**1人あたり市債
61万4493円**

福祉の充実 (民生費) 11万74円	まちづくりの推進 (土木費) 6万9005円	教育の充実 (教育費) 5万188円	全般的な管理 (総務費) 3万5995円
市債の返済 (公債費) 3万2971円	保健の充実や 快適なくらしづくり (衛生費) 2万5347円	消防活動費 (消防費) 1万4681円	その他商工業や 農業の振興など (商工・農林水産費など) 2万7920円

一般会計予算を家計に例えると...

※1年間の生活費を525万円、市の予算1億円=約1万円に換算

収入	市税、地方交付税など	281億2747万円
	国・県支出金	90億1655万円
	負担金、使用料	16億7826万円
	市債	84億6970万円
	繰入金	23億1149万円
	その他	28億0653万円
	合計	524億1000万円

支出	人件費	98億3288万円
	扶助費	94億9524万円
	公債費	47億1838万円
	物件費	72億4137万円
	維持補修費	7億3683万円
	補助費等	22億583万円
	投資的経費	98億9112万円
	繰出金	62億281万円
	その他	20億8554万円
	合計	524億1000万円

給料、手当	282万円(▲1万円)
親からの仕送り	90万円(4万円)
パート収入	17万円(-)
ローンの借り入れ	85万円(11万円)
貯金の取り崩し	23万円(21万円)
その他	28万円(-)
合計	525万円(35万円)

食料費	98万円(▲1万円)
保健医療費	95万円(4万円)
ローンの返済	47万円(▲3万円)
被服費、光熱水費など	73万円(2万円)
自宅や設備の修繕	8万円(1万円)
町内会費など	22万円(-)
自宅の増改築など	99万円(29万円)
子どもへの仕送り	62万円(3万円)
その他	21万円(-)
合計	525万円(35万円)

※市の予算と家計の単純比較は困難ですので、あくまで目安としてください。

生活保護費の増加など

土浦小学校改築費の増加など



INFORMATION

情報ひろば

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

マイシティつちうら
まちの話題やニュースをお届けします。土浦ケーブルテレビ デジタル11ch (111ch) 【毎日 9:00/12:00/16:00/20:00の各15分間】
つちうら情報ステーション
市のイベントや事業などの情報をお届けします。茨城放送 (1458kHz) 【毎週木曜日 8:25~8:30】

お知らせ



土浦駅前北地区再開
発事業の都市計画説明会

とき/5月22日(水) 午後7時から、26日(日) 午前10時から

ところ/生涯学習館
内容/基本計画(基本方針、施設計画、事業スケジュールなど)の説明
土浦駅前北開発事務所(管内線2015)

人権問題のお悩みは
ご相談ください

□特設人権相談を実施します
家庭内・近隣問題、いじめ、差別問題などで日頃悩んでいることや困っていることの相談

談を地元の人権擁護委員がお受けします。

とき/6月4日(火) 午前10時~午後3時

ところ/一中地区公民館
土浦総務課(管内線2330)

人権擁護委員を存知ですか

6月1日は、「人権擁護委員の日」です。人権擁護委員は、地域住民の人権が侵害されないよう常に注意を払い、もし、人権が侵害されていたときは、その相談を受け適切に処理しています。また、人権の大切さについて、理解を深めるための啓発活動にも努めています。市には市長から推薦され、法務大臣が委嘱した人権擁護委員がいます。

人権擁護委員/今高博子、岡田美枝子、福田幹男、小出弘子、池田憲男、三輪和夫、古市みどり、石毛一美、山根幸美、佐野光男(敬称略。順不同)

無料開館のお知らせ

国際博物館会議では、地域の博物館の活動を広めるために、5月18日を「国際博物館の日」に定めています。これにちなんで同日は、市立博物館、上高津貝塚では入館料が無料になります。

土浦市立博物館(☎824・2928)、上高津貝塚(☎826・7111)

市立博物館
春季展示解説会

「霞ヶ浦に育まれた人々のくらし」をテーマにした展示の見どころを学芸員がご案内します。

- 5月25日(土): 江戸時代の日記にみる春の行事
6月1日(土): 真鍋尋常高等小学校々舎の変遷
6月8日(土): 土浦城模型を楽しむ
6月15日(土): 法雲寺境内の風景
6月22日(土): 古代の工具、刀子

※時間は、いずれも午後2時から30分程度

保護司会
第6回市民公開講座

とき/5月14日(火) 午後1時30分から
ところ/更生保護サポートセンター(中央出張所2階)

演題/教育の可能性を求めて
講師/菅澤庄治さん(かすみがうら市教育長)
土浦更生保護サポートセンター(☎875・9701)

5月は
赤十字運動月間

日本赤十字社では、災害救護活動をはじめ、救急法などの講習会、ボランティア育成などを行っています。これらの活動はみなさまからお寄せいただく活動資金によって支えられています。赤十字の理念や活動にご賛同いただき、活動資金にご協力ください。
土浦社会福祉課(管内線2308)

5月12日は民生委員・
児童委員の日

民生委員・児童委員は民生委員法に基づいて厚生労働大臣から委嘱され、地域住民の立場にたつて相談に応じ、見守りや支援を行っています。相談をしたいけれど、自分の住んでいる地区の担当委員が分からないときは、お問い合わせください。
土浦社会福祉課(管内線2308)

土浦市障害者(児)
スポーツ大会

とき/6月16日(日) 午前10時~午後2時(受け付けは午前9時30分から)
※当日午前9時に土浦駅西口から福祉バスを運行

対象者/市内に居住する障害がある方およびその家族
競技種目/大玉ころがし、車いす競走、綱引きなど
持ち物/上靴、運動しやすい服装
申込方法/障害福祉課にある申込書を郵送または直接申込締切/5月17日(金)(必着)
土浦障害福祉課(管内線2305)

ふるさと農業体験塾 夏野菜作り

トウモロコシ&枝豆の植え付けから収穫までの農作業体験、試食会などを行います。
とき／5月25日(土)、6月22日(土)、7月20日(土)、8月10日(土)(全4回)

※気候などにより、日程が変更となる場合があります。
ところ／新治庁舎裏圃場(藤沢)

参加費／2000円(小学生以下は無料)

定員／30人(先着順)

申込方法／電話で

申込締切／5月15日(木)

※5月16日(金)に参加該当者へ案内通知を送付します。

申込農林水産課(☎内線7608)

EMぼかし容器を 配付します

EMぼかし容器で家庭から出る生ごみを肥料に変えて再利用してみませんか。

大きさ／

容量…19L

直径…30cm

高さ…40cm



配付内容／400個(予定)

配付内容／1世帯につき2個

まで

申込方法／往復はがきに住所、氏名、電話番号、希望個数を記入し、郵送または郵便はがきを窓口へ持参

申込締切／5月31日(金)(必着)

配付の決定／はがきで通知

6月12日(木)までに決定通知が届かない方はご連絡ください。

配付予定／6月20日(木)または21日(金)

※平成20年度以降にコンポスト・EMぼかし容器・電気式生ごみ処理機の補助制度を受けた世帯は該当になりません。

※EMぼかし菌は配付の対象になりません。

申込環境衛生課(☎内線2474)

親子カヌー教室

とき／5月26日(日) 午前9時30分～11時30分、6月1日(土)・2日(日) 午前10時～正午(全3回)

ところ／国民宿舎「水郷」(1回目)、ラクスマリーナ(2・3回目)

対象者／幼稚園年長～小学生までの親子

定員／親子10組(先着順)

受講料／5000円

※申込方法など、詳しくはホームページ上(http://www.singoo.jp)をご覧ください。

国民宿舎「水郷」(☎8231631)

マタニティママのベ ビーマツサイジ教室

とき／5月16日(木)、23日(木) 午後1時15分～2時15分(全2回)

ところ／電城プラザ

対象者／安定期～臨月の妊婦の方

定員／20人(先着順)

受講料／10000円

持ち物／バスタオル

申込方法／電話または直接

申込電城プラザ(☎8243121)

陸上自衛隊からの お知らせ

□夜間飛行訓練
とき／5月20日(月)～23日(木)、27日(月)～30日(木) 各週3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

陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校総務課(☎842121)

1 内線3420)

□霞ヶ浦駐屯地開設60周年記念行事
とき／5月19日(日) 午前9時～午後4時

ところ／陸上自衛隊霞ヶ浦駐屯地(右粉)

内容／ヘリ飛行展示ほか

陸上自衛隊霞ヶ浦駐屯地広報班(☎8421211 内線2218)

酒類販売管理協力員 の募集

酒類取扱い店などへの買物の機会に酒売り場の未成年者飲酒防止のための表示状況などを確認し、税務署へ連絡する「酒類販売管理協力員」を募集しています。

※申込方法など、詳しくはホームページ上(http://www.nta.go.jp)をご覧ください。

国土水戸税務署酒類指導官(☎029・231・4323)

初心者向き 健康ボウリング教室

とき／5月24日から6月28日までの金曜日(全6回)

午前コース：午前9時30分～午後0時30分、午後コース：午後1時30分～4時30分

ところ／大学ボウル(真鍋四

丁目)

定員／各60人

受講料／2000円(6回分)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

日本プロボウリング協会(☎090・1050・5552 塚本)

家庭倫理講演会 「おかあさん」

とき／6月2日(日) 午前10時～11時30分(開場は午前9時20分)

ところ／ホテルマロウド筑波(城北町)

講師／中西康成さん(倫理研究所理事)

参加費／1000円

申込家庭倫理の会土浦市(☎21・0015 飯島)

中村哲医師 アフガンからの報告

とき／5月26日(日) 午後2時～4時(開場は午後1時30分)

ところ／市民会館大ホール

入場料／大人：1000円(当日1300円)、高校生以下：300円

申込憲法9条土浦の会(☎090・3537・2632 福田)

アクティブシニア教室受講者募集

仕事や趣味に意欲的で、チャレンジ精神旺盛なシニア世代の方を対象に「アクティブシニア教室」を開講します。

教室名・内容	日程	曜日	時間	定員	持ち物
		回数	場所	受講料	
鎌倉ウォーキング教室 (コースをひとつ選んでください) ウォーキングを楽しみながら、心身の健康を図ります。 ●Aコース…鎌倉宮～杉本寺～浄妙寺～報国寺 ●Bコース…本覚寺～妙本寺～常栄寺～安養院	A…6/12 B…6/19	水	7:30～18:00	各30人	運動靴、動きやすい服装、飲みもの、雨具
		1回	鎌倉市 (土浦駅西口集合)	A…4,200円 B…3,800円 ※1	
はじめてのスクエアダンス教室 心地よいウエスタンのリズムに乗って、ウォーキングエクササイズをしましょう。転倒防止、脳トレ、ダイエットの効果があります。	6/11、18、25 7/2、9、23	火	8:30～17:00	30人	室内用運動靴、動きやすい服装
		6回	県南生涯学習センター	1,500円	

※1…交通費、昼食代、ガイド料、拝観料込

対象者／市内に居住しているおおむね50歳以上の方

申込方法／希望教室・コース名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を記入し、往復はがきで

申込締切／5月24日(金)(必着)

※定員を超えたときは抽選。都合により中止または日程などが変更になることがあります。

申問 社会福祉協議会いきがい対策係(〒300-0036 大和町9-2 ☎821-5995)



こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん HAPPY BIRTHDAY 5月生まれ



7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(25文字以内)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／5月31日(金)

※7月上・中旬号に分けての掲載。応募写真は返却できませんので、ご了承ください。



♡1歳おめでと♡
カワイイ笑顔が大好きだよ♡

小久保芽依ちゃん
(荒川沖東二丁目)



生まれてきてくれてありがとう☆

川瀬晴己ちゃん
(永国)



お兄ちゃんが大好きな翔ちゃん1歳おめでと♡

大野翔真ちゃん
(永国東町)



happy birthday 笑顔いっぱいありがとう

大橋依澄ちゃん
(木田余西台)



笑顔の似合う素敵な女の子になってネ両親・ににより

茂木ひなたちゃん
(中)



お誕生日おめでと♡元気いっぱいひのびと育ててね!

小松本恵太ちゃん
(荒川沖)



1歳おめでと♡いつまでも可愛い笑顔みせてね!

岩瀬樹ちゃん
(本郷)



★1歳おめでと♡毎日たかさんの笑顔ありがとう♡

足田小遥ちゃん
(中村南一丁目)



1歳おめでと♡いっぱい笑って元気に育ててね♪

宇内 纂ちゃん
(川口一丁目)



1歳おめでと♡毎日ニコニコ元気に大きくなるうね!

田島陽真ちゃん
(東真鍋町)



ニコニコ笑顔が最高～素直にのびのび元気一杯育ててね

吉田知浩ちゃん
(小岩田東一丁目)



おめでと♡トトロに会ったら教えてネ!!めい大好き♡

飯住めいちゃん
(都和一丁目)



1歳おめでと♡元気にたくましく育ててネ

湯浅瑛心ちゃん
(神立中央五丁目)



1歳おめでと♡生まれてきてくれてありがとう大好き☆

福永心春ちゃん
(並木一丁目)

※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。

緑のカーテンの苗(ゴーヤ)を提供します

対象者/市内の自宅に緑のカーテンを設置しようとしている方で、緑のカーテンコンテスト(家庭部門)に応募可能な方

定員/200人

申込期限/5月31日(金)

※定員を超えたときは抽選。1世帯当たり1人まで。1人4つまで。申込方法など、詳しくはお問い合わせください

緑のカーテンコンテストを開催します

CO₂削減・夏の節電対策として、緑のカーテンコンテストを開催します。

対象/家庭部門、事業所・公共施設部門

申込期間/8月1日(木)～9月10日(火)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。



☎ 環境保全課(☎826-1111 内線2327)

土浦市文化協会主催

春季美術展覧会



と き/5月16日(木)～20日(月)

午前9時～午後5時

※16日は午後1時から、20日は午後3時まで

ところ/電城プラザ

参加団体/土浦美術協会、常陸彫友会、

茨城獅子頭彫刻研究会土浦支部

日本画、洋画、書をはじめ200点以上の美術作品の展示を行います。

☎ 文化協会事務局(文化課内 ☎862-1941)

土浦市生涯学習館

前期講座受講生募集

申込方法/往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望講座、性別を記入して生涯学習館に郵送、または郵便はがきを窓口(月曜日、祝日は休館)に持参

申込締切/5月31日(金)(当日消印有効)

※定員を超えたときは抽選。また、申込者が少数のときは中止になることがあります。なお、抽選の結果および講座開講の有無については、はがきにてお知らせいたします。

☎ 生涯学習館

(〒300-0045 文京町9-2 ☎822-3381)

講座名	講師名	曜日	時間	定員	回数	受講料	日程
楽しい声学 ～海・山・河・花の歌を集めて～	南 みつ子	火	10:00～12:00	50人	10	5,000円	6/18～9/10
ステップアップ囲碁 ～上手を口惜しがる打ち方～	宮本 猛	火	10:00～12:00	25人	10	5,000円	6/18～9/3
総合病院土浦協同病院共催講座 ～泌尿器科疾患について～	同病院名誉院長ほか	水	18:00～20:00	50人	5	2,500円	6/19～7/17
初心者のためのインターネット※ ～インターネットの基本を学びましょう～	松浦正夫	金	10:00～12:00	30人	8	4,300円 (教材費含)	6/21～8/9
中級韓国語 ～四季が見える韓国語～	李 貞植	土	10:00～12:00	30人	10	5,000円	6/22～9/7
字手紙を楽しもう ～心をつなぐ紫芳の字手紙～	寺門芳雲	土	13:30～15:30	25人	7	3,500円	7/6～10/19
つくば国際大学共催講座 ～筋弛緩と瞑想法～	山田圭介	土	13:30～15:30	30人	3	1,500円	6/29～7/13
健康・かんたん尺八 ～一本棒尺八で健康増進～	須澤二郎	土	13:30～15:00	35人	8	5,000円 (材料費含)	6/22～10/26
男の料理第4弾 ～美味しいいただくヘルシー低カロリー定食～	小口敏和、長谷川 治	日	9:30～13:00	20人	3	3,000円 (材料費含)	6/16～7/14
土浦人のための英語Ⅱ ～子供時代に戻りましょう～	マイケル・カレン	日	10:00～12:00	30人	10	5,000円	6/16～9/1
骨盤調整エクササイズ ～代謝アップで健康維持～	岡野芳子	日	10:00～11:15	25人	8	4,000円	6/16～8/25
リラククスヨガ ～心も体もゆるめましょう～	春川倫美	日	13:00～14:15	25人	10	5,000円	7/7～9/22

※ ノートパソコンを持参

大相撲土浦・牛久場所

7月14日(月)

体育の日 午前8時～午後3時

ところ/水郷体育館

入場券(1人の料金)/

たまり席…1万4,000円

マス席S…1万1,000円

※1マス単位(4人分4万4,000円)での販売

イス席S…1万円

イス席A…8,000円

イス席B…6,000円

イス席C…4,000円

入場券販売/水郷体育館

問 大相撲土浦・牛久場所実行委員会

(水郷体育館内 ☎823-4801、FAX 823-4812

HP <http://t-sumo.com/jungyo/>)

チケット好評発売中



観戦セット(2,000円)を販売しています《内容》大相撲幕の内弁当/お茶/オリジナル座布団/大相撲グッズ



食生活改善推進員の 健康料理



No.96 ささみとアスパラの サワークリーム添え

今回はさわやかな初夏にぴったりなアスパラを使ったサラダをご紹介します。

アスパラには、抗酸化作用をもつβ-カロテンや造血作用をもつ葉酸が豊富に含まれています。アスパラの選び方のポイントは、切り口が乾燥していないもの、そして、穂先が密に詰まり、ピンと張っているかをチェックしましょう。ささみは、鶏肉の中でも特にたんぱく質が豊富で、脂質の少ない部位です。調理時には、2～3分ゆで、火を止めた後ふたをして7～8分置くことで、ふんわりと仕上がります。サワークリームは、生クリームを乳酸菌で発酵させて作る脂肪分に富む乳製品です。サワークリームがない場合でも、おいしくいただけます。ぜひ、お試しください。

材料・分量(3人分)

A	ささみ	4本	B	マヨネーズ	大さじ2
	ショウガ	1片		サワークリーム	大さじ2
	酒	大さじ3		ヨーグルト	大さじ2
	長ねぎ	10cm		ケチャップ	小さじ1
	アスパラガス	5本		塩コショウ	少々
	トマト	1個		玉ねぎ	40g

作り方

- ①アスパラガスは下2～3cmを切り落とし、はかまを取ってから4～5cmの長さの斜め切りにして茹でる。
- ②鍋に水とAを入れ、煮立ったらささみを入れて2～3分ゆで、火を止め、ふたをして7～8分置く。そのあと水気を切り、粗く手でさいて冷ましておく。
- ③トマトはくし型に切ってから斜め半分に切る。
- ④玉ねぎはみじん切りにして水にさらし、よく水気を切っておく。
- ⑤Bを合わせソースを作っておく。
- ⑥①・②・③・⑤を混ぜ、器に盛る。

1人分の栄養素

エネルギー	178kcal
たんぱく質	11.6g
脂質	10.1g
カルシウム	44mg
食物繊維	1.8g
塩分	0.4g

食生活改善推進員



東ヶ崎とみさん 今西泰子さん



信太範宗の墓(木田余字浅間下地内)

JR土浦駅から北に1.8キロメートルほど行った線路の脇に、「木田余城跡」の石碑があるのを御存じでしょうか？木田余城は小田氏の配下信太氏の居城として永禄7(1564)年頃に書かれた上杉家文書「小田みかたちり覚書」に「きなまり志たのいせ(木余信太伊勢守)」として名前が見えるほか、「土浦城記」

や、更には「関八州古戦録」、「小田原北条記」など江戸時代に書かれた戦国時代の戦記物、はたまた戦国時代を扱ったゲームにまで登場した、このあたりの戦国時代を知る人たちにはちよつと有名な城です。

信太氏は古代の名族紀氏の末裔を称する一族で、代々小田氏の重臣として仕えたといわれますが、永禄12(1569)年に起こった手這坂の戦いで小田氏が真壁氏に敗れた後に肅清された(※)と伝えられています。

その後佐竹氏によって小田城(つくば市)を追われた小田氏治の居城となりますが、天正6(1578)年9月佐竹氏によって攻められて落城した後は再利用されないように破壊されたと伝えられます。江戸時代の17世紀半ば頃には城跡の湮滅を防ぐために当時の土浦城主朽木氏によって旧本丸に宝積寺が移されましたが、明治36(1903)年常磐線の蒸気機関車からの飛び火によって同寺が焼けて木田余台下の現在地に移転したため畑となりました。その後耕地整理と昭和59年に常磐線電留基地

まぼろしの「木田余城」

建設によって城跡の大半が失われてしまい、現在では線路脇の石碑や説明板、供養塔、木田余字中条地内に残る濠の一部や城跡の北西端と思われる場所にある信太範宗の墓周辺に、多少昔の名残を残すのみとなっています。

さて、この木田余城ですが、土塁や濠といった城の遺構が早くに失われてしまったため、城がどのくらい大ききで、どのような形をしていたのかなど残念ながらよく分かっていません。また城に伴う出土品もほとんど残されておらず、いわば「幻の城」であるともいえます。そのような木田余城ですが、近年、現在は線路の一部となった本丸の一角から出土した和鏡が寄贈されました。また信太範宗の墓脇の道路工事に伴って、中世頃の土器片なども出土しています。今後新たな資料が発見されれば、本当の木田余城の姿が分かる日が来るかもしれません。

この木田余城跡の出土資料については、5月から1か月間、上高津貝塚ふるさと歴史の広場でミニ展示

コーナーを設けます。お城マニアだけでなく、みなさんでぜひご覧ください。



木田余城跡から出土した和鏡

(※：信太氏の肅清は一説には天文23年(1554)ともいわれます。なお亀城公園の西櫓北側の土塁上にある石塔は信太氏の供養塔であるとも伝えられます。)

上高津貝塚ふるさと歴史の広場

(☎ 826・7111)

来場者の笑顔咲く♪

土浦桜まつり2013

3月23日から4月14日まで、土浦桜まつりが開催され、7日にはさまざまなイベントが行われました。会場を訪れた人々は、次々と繰り広げられる演奏やパフォーマンスを楽しんでいました。また、ご当地アイドルT-Princessの新メンバーが発表され、歌と踊りが披露されると、観客席からは大きな拍手が送られていました。

(4月7日)



まちの フォトNEWS



ピカピカの新一年生！

幼稚園入園式、小・中学校入学式

市内の幼稚園、小・中学校で入園・入学式が行われました。新入生たちは、少し大きめの服に身を包み、新しい生活への期待と希望に胸を膨らませていました。穴塚小学校では、2人だけの入学式となりましたが、真新しいランドセルが贈られると、緊張気味の表情を緩め、はにかんだ笑顔を見せていました。

(4月9日、10日、11日)



■発行 土浦市
〒300-8686 土浦市下高津一丁目20番35号
☎029-826-1111
E-mail info@city.tsuchiura.lg.jp
HP <http://www.city.tsuchiura.lg.jp/>

■編集 市長公室広報広聴課
■人口と世帯数 14万2809人 5万8155世帯
(平成25年4月1日現在)



この広報紙は環境に配慮し、再生紙・植物油インキを使用しています。

スマートフォン用ホームページ▶



次回「広報つちうら」5月中旬号は、5月15日(水)発行予定です。