

七夕おどり参加団体大募集!

土浦キララまつり2013

~New Stage! 元気キラキラ★つちうらNIGHT!~

とき/8月3日(土) 午後5時~9時

ところ/土浦駅前目抜き通り

課題曲/土浦まつりうた(カップおどり)

振付/自由(流し踊りに限る)

応募資格/原則1チーム30人以上で、どなたでも

応募方法/所定の応募用紙に必要事項を記入のうえ郵送または
ファクスで

応募締切/6月28日(金)(当日消印有効)

※7月10日(水)の午後2時から土浦商工会議所で開催する代表者会議に必ず
出席してください。

※非常時にチームの避難誘導・指示を行う「安全管理者」の選任をお願いします。

みんなで
踊ろうよ!



申問 土浦キララまつり実行委員会 七夕おどり事務局
(〒300-0043 中央二丁目2-16 土浦商工会議所内 ☎822-0391 ☎822-8844)

特定不妊治療費助成事業

市では、不妊治療を受けている方に治療費の一部助成を行っています。平成25年度から「年度内の助成回数制限」と「通算年限」がなくなりました。

対象者/法律上婚姻している夫または妻のいずれか一方が市内に居住している方(所得制限あり)

対象となる治療/県が指定する病院で受けた不妊治療で次に該当するもの

●茨城県不妊治療費助成を受けた不妊治療で、県の助成額を超える治療費があるもの

●茨城県不妊治療費助成を受けなかったもの

※治療終了日が平成24年4月1日以降のものが対象。治療内容は茨城県不妊治療費助成事業に準じます。

助成額/1回の治療につき5万円まで

助成回数/10回まで(平成23年度、24年度に助成を受けた回数も含みます)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

13) **申問** 健康増進課(☎内線75)

土浦ミュージアムセミナー2013

土浦の歴史について、学芸員が紹介します。

とき/

●6月23日(日)：霞ヶ浦最奥部の縄文貝塚

●6月30日(日)：常総地域における古墳と儀礼

●7月7日(日)：新治窯跡群の概要

●7月14日(日)：東城寺経塚の諸問題

※時間はいずれも午前10時から11時30分まで

ところ/考古資料館

定員/50人(先着順)

受講料/各回50円(資料代)

●土浦市観光協会(☎826・7111)

第45回土浦阜月まつり(花季展)

とき/5月31日(金)~6月4日(日)

午前10時~午後5時(4日は午後3時まで)

ところ/新治シヨッピングセンターさん・あびあ(大畑)

内容/オークション、剪定実技講習会、販売・相談コーナー

2810) **問** 土浦市観光協会(☎824・2810)



INFORMATION

情報ひろば

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

マイシティつちうら
まちの話題やニュースをお届けします。土浦ケーブルテレビ デジタル11ch (111ch) 【毎日 9:00/12:00/16:00/20:00の各15分間】

つちうら情報ステーション
市のイベントや事業などの情報をお届けします。茨城放送 (1458kHz) 【毎週木曜日 8:25~8:30】

お知らせ

都市計画マスタープラン策定委員会

とき/5月31日(金) 午前9時30分から

ところ/市役所 第2会議室
内容/第3回策定委員会で
の指摘事項とその対応、都市
計画マスタープランの地区別
構想(素案)など

傍聴者定員/10人(先着順)
傍聴手続/当日会場で(午前
9時から9時30分まで)
(6) 国土都市計画課(☎内線2226)

水防訓練

とき/6月8日(土) 午前8時30分から

ところ/桜川左岸学園大橋下

内容/非常通信、招集訓練
各種工法、特別救助隊による
水難救助訓練

参加団体/市消防本部・消防
団、市職員、県土浦土木事務
所、自主防災会、土浦市婦人
防火クラブなど

国土消防本部警防救急課(☎821・0119)

環境美化キャンペーン

毎年5月30日の環境美化の
日(こみゼロの日)に合わせて、環境美化キャンペーンを
実施しています。

美しいまちづくり・より良
い環境づくりのために全町内
で清掃活動を行います。この
機会に環境美化活動にご参加
いただき、「さわやか環境づ
くり」にご協力ください。

乳児用ベビシートを貸し出します

とき/6月16日(月) 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

申込資格/市内に居住するお
おむね1歳児まで(体重10kg
未満、身長75cm以下)の保護
者または7月末日までに出産
予定の方

申込方法/電話で

申込期間/6月10日(月)、11日
(火) 午前9時~午後5時

※貸出当日、クリーニング代
2000円と運転免許証の写
しを持参してください。

国土生活安全課(☎内線2298)

植えてはいけない「けし」の発見にご協力ください

けしの仲間、春から色鮮
やかで美しい花を咲かせ、鑑
賞用として人気があります。
しかし、その中には、法律で
栽培が禁止されているものも
あります。

植えてはいけない「けし」を
発見したときは、土浦保健所
までご連絡ください。

国土浦保健所衛生課(☎821・5364)



植えてはいけない「けし」葉が、茎を抱き込むようにしているのが特徴

歯の何でも電話相談

お子さんの歯の悩み、入れ
歯、歯周病、ブラッシングの
仕方、ふだん歯科医師に聞け
ない歯についての悩みの相談
を無料でお受けします。

とき/6月2日(日) 午後2時~5時

電話番号/8233・7930、
835・0737

茨城県保険医協会(☎823・7930)

テコンドー 道場生募集!



どうせやるならテコンドー!

女性・子供から大人まで初心者歓迎!

ワークヒル土浦/土浦2中 毎週土曜日
指導:世界選手権3位 戸島皇継 師範
女性、親子や兄弟多い。在籍道場生70名!

テコンドー 土浦市

http://www.7a.biglobe.ne.jp/~taekwondo-tfct/

連絡先 090-3878-0100 戸島皇継

夏旅キャンペーンやってます。

5月31日(金)までに夏の海外旅行
ご成約の方に抽選で下記商品をお届け

1等:ジェフグルメカード 5,000円(3本)

2等:QUOカード 1,000円(5本)

3等:各旅行会社グッズ (無くない次第終了)

対象:7月1日~8月31日出発の海外旅行

パンフレット商品ご成約のグループ毎1回

~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

軽自動車税の支払いに

クレジットカードが利用できます

対象税目／平成25年度軽自動車税
 利用期間／納税通知書発送日～5月31日(金)
 手続きに必要なもの／
平成25年度軽自動車税の納税通知書(土浦市)
下記のロゴが入ったクレジットカード



手続方法／
YAHOO! JAPAN 公金支払い

★パソコンから URL <http://koukin.yahoo.co.jp>

または「納税!」で検索

★携帯電話から URL <http://koukin.mobile.yahoo.co.jp>

または右のQRコードから



5月の休日納税・休日納税相談
 と き／19日(日)、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)
 問 納税課(☎内線2230、2342)

自動車税の納税は5月31日までに

自動車税は毎年4月1日現在での自動車所有者に課税されます。通知書が届きましたら、納期限の5月31日(金)までにお近くのコンビニエンスストア、金融機関、郵便局、県税事務所の窓口で納付してください。

なお「Pay-easy(ペイジー)」での納付を希望する方は県税事務所にお問い合わせください。
 問 土浦県税事務所(☎822・7208)

ひきこもり親の会「スマイルアップ元気会」

日々の生活での悩みや不安、苛立ちなどを吐き出すことで解消し、家族の元気を支えます。

とき／毎月第2火曜日 午後1時30分～4時
 ところ／土浦保健所2階 大会議室
 対象者／ひきこもり状態の青少年などを持つ家族
 内容／家族同士の交流、情報交換、ミニ勉強会など
 申込方法／電話、ファクスまたはメールで

労働保険年度更新

労働保険の年度更新は、6月1日(土)から7月10日(水)までに申告する必要があります。

労働保険料の納付について平成23年度3期分より口座振替制度が開始されました。
 ※口座振替について、詳しくはお問い合わせください。
 問 茨城労働局労働保険徴収室(☎029・224・6213)

6月の無料年金相談

☐ 常陽銀行土浦支店：6月18日(火) 午前10時～午後3時
 (☎822・3216)
 ☐ 常陽銀行土浦ローンプラザ(桜町支店併設)：6月8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：6月17日(月) 午前10時～午後3時(☎841・1123)
 ☐ 筑波銀行パーソルプラザ土浦(真鍋支店併設)：6月8日(土) 午前10時～午後4時(☎0120・218・124)

問 土浦保健所保健指導課(☎821・5516 FAX 820・5961) tsuchiho05@pref.ibaraki.lg.jp

☐ 筑波銀行神立支店：6月18日(火) 午前10時～午後3時(☎832・1223)
 ☐ 筑波銀行本店営業部：6月25日(火) 午前10時～午後3時(☎821・8111)
 ※詳しくは、各金融機関へお問い合わせください。

国保・医療・介護なんでも電話相談室

医療・介護サービスの利用や費用、保険料負担での困りごと、負担軽減策などの相談をお受けします。

とき／6月8日(土) 午前9時30分～午後0時30分
 電話番号／
 029・228・0600
 029・228・0602

すこやか妊娠ほっとライン

妊娠に関する悩みに応じます。お気軽にご相談ください。
 時間／午前10時～午後6時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)
 電話番号／029・221・1124(茨城県看護協会)
 問 県子ども家庭課(☎029・301・3257)

旅に合わせて **大人の休日倶楽部パス** 選べる!

このきっぷをお求め・ご利用いただくには、「大人の休日倶楽部」への入会が必要です。発売期間中、ひゅうプラザ土浦駅で入会申込みをしていただくと、その場で「大人の休日倶楽部パス」をお求めいただけます。

詳しくは、大人の休日倶楽部ホームページ www.jreast.co.jp/otona/ をご覧下さい!

JR東日本全線+金沢・福井 4日間 乗り放題 **17,000円**

■利用期間：2013年6月29日(土)～7月11日(木)の連続する4日間
 ■発売期間：2013年5月29日(水)～7月7日(日)
 ※ご利用当日の発売はいたしません。
 ■フリーエリア：JR東日本全線・JR西日本北陸エリア・IGRいわて銀河鉄道線 三陸鉄道線・青い森鉄道線・北越急行線・富士急行線・伊豆急行線

JR東日本全線+JR北海道全線 5日間 乗り放題 **25,000円**

■利用期間：2013年6月29日(土)～7月11日(木)の連続する5日間
 ■発売期間：2013年5月29日(水)～7月6日(土)
 ※ご利用当日の発売はいたしません。
 ■フリーエリア：JR東日本全線・JR北海道全線・IGRいわて銀河鉄道線 三陸鉄道線・青い森鉄道線・北越急行線・富士急行線・伊豆急行線

★お問合せは、ひ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

全国一斉「子ども人権110番」強化週間

いじめや児童虐待など、子どもの人権問題の相談を、人権擁護員、法務局職員が電話でお受けします。

とき／6月24日(月)～30日(日)
午前8時30分～午後7時(29日(土)・30日(日)は午前10時～午後5時)

電話番号／☎0120・007・1110

国土戸地方務局人権擁護課
(☎029・227・9919)

陸上自衛隊の夜間飛行訓練

とき／6月3日(月)～6日(木)、10日(月)～13日(木) 各週3日 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

陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校総務課(☎842・1211 内線3420)

法務総合相談所

登記、供託、戸籍・国籍、人権擁護など法務局の取り扱う業務全般について、法務局職員および人権擁護員が相談

に応じます。

とき／6月2日(日) 午前10時～午後4時(受け付けは午後3時まで)

ところ／水戸地方務局土浦支局(下高津一丁目)

国土支局(☎821・0792)

森林湖沼環境税の継続

県では、県民共有の財産である森林や湖沼・河川を良好な状態で次世代に引き継ぐため森林湖沼環境税を導入し、保全・整備に取り組んできました。さらなる森林の整備や水質の改善を図るため、課税期間を平成29年度まで5年間延長し、取り組みを推進していきますので、皆さまのご理解とご協力をお願いいたします。

国土税務課(☎029・301・2418)

自衛隊募集相談員を委嘱

自衛隊の募集事務活動を行うっていただく募集相談員を、次の方に委嘱しました。

- 一中区：川崎 栄さん
- 二中区：山口卓三さん
- 三中区：矢口幸一さん

●四中区：宮本義憲さん

●五中区：武田 勇さん

●六中区：坂元正一さん

●都和中地区：和地良一さん

●新治中地区：塙 一利さん

委嘱期間／平成27年3月31日まで

国土自衛隊茨城地方協力本部土浦地域事務所(☎821・6980)

いばらきスイートフェア2013

県内各地の洋菓子、和菓子、パン、和、洋、中華料理などが一堂に会します。

とき／5月24日(金)～26日(日) 午前11時～午後4時

ところ／県庁2階(水戸市笠原町)

※出店店舗など詳しくは、いばらきスイートフェア公式ホームページ(<http://www.ibaraki-sweet.com>)をご覧ください。

国土いばらきスイートフェア実行委員会事務局(☎029・304・3300)

井戸水を利用している皆さんへ

井戸水を飲み水として利用するときは、定期的に水質検査をしてください。アパートや

借家などの賃貸住宅で井戸水を利用するときは、所有者に定期的な水質検査が義務付けられています。

※検査は保健所で受け付けています。

国土土浦保健所(☎821・5364)

募集・催し



下水道促進コンクールポスター・作文・標語募集

□ポスターの部：小・中学生(B4～A2判で画材は問わない)。「9月10日下水道の日」の文字を記入。裏面に学校名、学年、氏名を必ず記入)

□作文の部：小・中学生(400字詰原稿用紙に小学1～3年生は2～3枚、4～6年生は3～4枚、中学生は4～5枚)

□標語の部：小・中学生、一般(書式自由)

応募方法／
●小・中学生：学校へ
●一般：はがきで(住所、氏名、年齢、職業、電話番号を記入)

応募締切／7月1日(月)(必着)

国土下水道課(☎内線2255)

生命保険の見直し相談

中立的なアドバイスが好評の「保険クリニック」は、保険のことなら何でも答えてくれる相談窓口。一人では難しい保険の見直しも簡単にできます。

ご相談の多いお悩みは、①保険料が更新で高くなる②保険料を今よりも安くしたい③薬を飲んでいながら保険に入りたい、など。

是非お気軽にご相談下さい。(予約制)



保険クリニック 土浦店
予約受付 0120-039-929
■土浦市真鍋6-2-1
■営/9:00～18:00 ■定休/日曜・祝日
運営会社/茨城エージェンツオフィス(株)



「広報を見た」と予約すると来店相談料通常3,150円が無料になります。

都和児童館母親クラブ 「消防車がくるよ」

とき／6月25日(火) 午前10時15分～11時15分(雨天中止)
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／消防士による講話、消防車と記念撮影
定員／15組(先着順)
申込方法／電話または直接
申込期間／6月1日(土)～24日(月)(日曜日を除く)
甲冑都和児童館母親クラブ
(☎832・3112)

親子のよい歯のコンクール

生涯を通じた歯と口の健康づくりを目指した運動の一環として、親子のよい歯のコンクールを実施します。
対象者／満3～6歳(未就学)児とその親
※過去に父(母)と子のよい歯のコンクールで受賞した親子を除く。
応募締切／6月21日(金)(必着)
審査方法／口腔診査(各歯科医院)、書類審査
※応募方法など、詳しくはお問い合わせください。
岡茨城歯科医師会(☎02

アニソンBIG3 スーパーライブ2013

9・252・2561
水木一郎さん、堀江美都子さん、影山ヒロノブさんによる往年のヒットソングを歌うアニメソングライブです。
とき／6月23日(日) 午後3時開演(開場は午後2時30分から)
ところ／市民会館大ホール
チケット料金／5000円(全席指定)
チケット販売場所／市民会館ほか
甲冑市民会館(☎822・8891)

つくば国際 ウォーキング大会

とき／6月1日(土)、2日(日)
コース／筑波山神社・おかし道コースなど5～30km(全9コース)
参加費／大人…2000円、高校生…800円、小・中学生…100円(5月20日までのお申し込みなら大人1500円、高校生500円)
※集合場所・時間、申込方法など、詳しくは県ウォーキング協会ホームページをご覧ください
なるか、お問い合わせください

い。
甲冑同協会事務局(☎090・3147・0766) ☎824・0084 殿岡

つちうら健考の会 参加者募集

「自分の健康は自分で守る！」を合言葉に、調理実習や運動を通して健康づくりを実践しています。
とき／6月25日(火)、9月5日(木)、11月26日(火)、3月25日(火) 午前9時30分～午後1時
ところ／土浦市保健センター
対象者／市内に居住する方
内容／健康に関する話、調理実習、そば打ち講習会など
年会費／2000円
申込方法／電話で
甲冑つちうら健考の会(☎843・5684 吉良)

親子の絆プロジェクト

絵本作家のぶみさんによるワークショップ(体を動かす・絵をかく)をメインに、親子向けのブースを設置し、親子の絆を深めるイベントを開催します。
とき／5月25日(土) 午前10時～午後3時
ところ／イーアスホール(つ

くば市研究学園)
のぶみさんワークショップ
対象者／3～6歳の子ども
定員／100人(先着順)
当日10時から受付開始
親子で楽しめるプチイベント
ブース
スキンケア体験、親子マッサージほか
甲冑特定非営利活動法人ままとーん(☎838・5080)

講座・講演会 Course and lecture meeting

体験講座 「縄文の布をつくる」

縄文時代の布「編布」の制作を体験する講座です。
とき／6月22日(土)、7月13日(土)、9月14日(土)、10月19日(土)、11月9日(土)、12月14日(土)(全6回)
※時間はいずれも午前10時から午後3時まで
ところ／上高津貝塚
定員／15人(先着順)
※小学生は保護者同伴
持ち物／昼食、筆記用具、作業ができる服装
申込方法／電話または直接
甲冑上高津貝塚(☎826・7111)

健康寿命を考えた、栄養満点のご高齢者向けお弁当です。 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
営業日：月～土(9時～18時) ☎0120-331-577(小野)

高齢者専門宅配弁当 **宅配クック123 土浦つくば店**
[HP] <http://www.konanss.jp/> ☎0120-994-258

日替り普通食 メニュー例
●ロールキャベツ(トマトソース)
●ふんわりハム入りたまご
●くわいの甘辛炒め
●オクラと湯葉のおまし
●しそ漬大根
◆刻み・お粥 無料
◆1食¥525から
◆安否確認OK
◆年中無休
◆1日1食からお届けOK!

「土浦市・阿見町・つくば市指定配食業者」です。牛久エリアも配達中！
化学調味料を大幅に減らして調理しています。※まずは無料試食をお試しください!

女性経営者セミナー

〜見込み客を新規客に育てるメール活用術〜

とき／6月19日(木) 午後1時30分〜4時

ところ／男女共同参画センター(ウララ2 7階)

対象者／女性経営者および経営に携わっている女性

定員／15人(先着順)

講師／柳澤奈津子さん(ワールド翻訳サービス取締役)

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)

申込男女共同参画課(☎827・1107)

子育てセミナー

子育てハッピーアドバイス

とき／6月16日(日) 午前10時〜正午

対象者／小学生以下の子どもをもつ保護者(両親ともに参加が可能です)

定員／20人(先着順)

講師／鈴木桂子さん(カウンセラー)

親子ビクス
とき／6月29日(土) 午前10時〜正午

対象者／2歳から就学前の幼児とその保護者(両親ともに参加が可能です)

定員／15組(先着順)

講師／菊地涼子さん(子どもフィットネス協会インストラクター)

持ち物／タオル、着替え

◎共通
ところ／男女共同参画センター(ウララ2 7階)

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)

申込男女共同参画課(☎827・1107)

在職者訓練受講生募集

とき／7月2日(火)、3日(水)(2日間) 午前9時〜午後5時

ところ／県立土浦産業技術専門学院(中村西根)

講座名／ガス溶接技能講習

定員／20人(定員を超えた場合は抽選)

受講料／2750円

申込方法／講座名、氏名、住所、電話番号、年齢、職業を記入し、往復はがきで

申込締切／5月31日(金)(必着)

申込男女共同参画課(〒300・08

49 中村西根番外50 ☎841・3551)

土浦協同病院 市民公開講座

〜薬によるがん治療〜

とき／6月15日(土) 午後2時〜4時(開場は午後1時30分から)

ところ／市民会館小ホール

定員／250人(申込不要)

講師／堀越建一さん(土浦協同病院薬剤部がん専門薬剤師)ほか

内容／薬物療法の適応、がんの薬物療法、抗がん剤の副作用とその治療ほか

申込男女共同参画課(☎823・3111)

船舶免許 更新失効講習会

とき／6月20日(木) 午前9時から

ところ／潮来ホテル(潮来市あやめ一丁目)

費用／更新：1万円、失効：1万5000円

申込方法／船舶免許コピー1枚、写真縦4・5cm、横3・5cm)2枚、住民票(本籍地記載)1枚、費用を添えて現金書留で

申込締切／5月30日(木)当日

消印有効) 申込男女共同参画課(〒311・2424 潮来市潮来5043 ☎0299・63・1231)

リウマチ友の会 茨城支部公開講座

とき／6月16日(日) 午後1時〜4時30分(受け付けは午後0時30分から)

ところ／牛久市保健センター(牛久市中央三丁目)

講師／吉岡太郎さん(河北総合病院整形外科長)ほか

内容／薬物治療の進歩に伴う関節リウマチ治療の変化ほか

申込男女共同参画課(☎801・9674)

資格・試験

Qualification and examination

税務職員採用試験

1次試験／9月8日(日)

受験資格／平成25年4月1日において高校または中等教育学校を卒業した日の翌日から起算して3年を経過していない方、および平成26年3月までに高校または中等教育学校

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
申込期間／
◆インターネット：6月24日(月)午前9時〜7月3日(火)(受信有効)
◆郵送・持参：6月24日(月)〜28日(金)(当日消印有効)
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。
申込男女共同参画課(☎048・600・3111 内線2097)

危険物取扱者保安講習会

とき／6月25日(火) 午前9時〜午後4時

ところ／市民会館大ホール

対象者／午前：一般、午後：給油の危険物取扱者

申込方法／所定の申込書を茨城県危険物安全協会連合会(〒310・0852 水戸市笠原町978・26)へ郵送

申込期間／5月24日(金)〜6月7日(金)(必着)

※6月12日(火) 午前10時〜午後3時30分まで、市民会館(第1会議室)で直接申込の受け付けも行います。

申込男女共同参画課(☎821・5967)

水郷体育館

スポーツプログラム受講生募集!



申込方法/往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望プログラム(はがき1枚につき1教室)を記入して水郷体育館に郵送、または郵便はがきを窓口に持参
 申込締切/6月20日(木)(必着) ※月曜休館

◎定員を超えたときは抽選となります。また、申込者が少ない場合には中止となることがあります。抽選の当落およびプログラム開講の有無についてははがきでお知らせします。

申問 水郷体育館(〒300-0835 大岩田1051番地 ☎823-4811)

教室名	対象	曜日	時間	定員	回数	受講料	日程
バレーボール	一般女子	火	10:00~12:00	40人	8	4,800円	7/9~9/10
ピラティス	一般男女	火	9:45~10:45	36人	8	4,000円	7/9~9/10
ママと赤ちゃんの産後体操(A)	2~10か月親子	火	10:00~11:00	13組(26人)	8	6,000円	7/9~9/10
ママと赤ちゃんの産後体操(B)	2~10か月親子	火	11:15~12:15	13組(26人)	8	6,000円	7/9~9/10
エアロビクス午前	一般男女	火	11:00~12:00	36人	8	4,000円	7/9~9/10
バランスボール&ストレッチ	一般男女	火	13:30~14:30	25人	8	4,000円	7/9~9/10
ジュニア体操	年長~小学3年男女	火	17:00~18:00	20人	8	4,800円	7/9~9/10
エアロビクス夜間	一般男女	火	19:00~20:00	36人	8	4,000円	7/9~9/10
ルーシーダットン(タイ古式ヨガ)	一般男女	火	20:10~21:00	36人	8	4,000円	7/9~9/10
親子リトミック体操(A)	1歳半~4歳児親子	水	9:45~10:45	25組(50人)	10	5,000円	7/10~9/18
親子リトミック体操(B)	1歳半~4歳児親子	水	11:00~12:00	25組(50人)	10	5,000円	7/10~9/18
ソフトヨガ	一般男女	水	14:00~15:00	35人	10	5,000円	7/10~9/18
パワーヨガ水曜夜間初級	一般男女	水	18:45~19:45	45人	10	5,000円	7/10~9/18
パワーヨガ水曜夜間中級	一般男女	水	20:00~21:00	45人	10	5,000円	7/10~9/18
ペルビック・ストレッチ(骨盤矯正)	一般男女	木	9:50~10:50	20人	10	7,000円	7/11~9/19
ストレッチ&ヨガ	一般男女	木	11:00~12:00	45人	10	5,000円	7/11~9/19
アンチエイジングヨガ	一般男女	木	13:30~14:30	36人	10	5,000円	7/11~9/19
ハワイアン・フラ夜間	一般女子(16歳以上)	木	19:30~20:30	30人	10	5,000円	7/11~9/19
~姿勢矯正~うしろ姿美人	一般男女	金	9:30~10:30	30人	10	5,000円	7/12~9/20
パワーヨガ金曜午前初級	一般男女	金	10:35~11:35	45人	10	5,000円	7/12~9/20
美脚ピラティス	一般女子	金	14:30~15:30	36人	10	5,000円	7/12~9/20
リラックスヨガ(初心者向け)	一般男女(初心者)	金	18:45~19:30	36人	10	5,000円	7/12~9/20
パワーヨガ金曜夜間初級	一般男女	金	19:40~20:40	45人	10	5,000円	7/12~9/20
ハワイアン・フラ午前	一般女子(16歳以上)	土	10:30~11:30	30人	10	5,000円	7/13~9/21
キッズHIPHOP(A)	4~6歳(小学生未満)	土	13:00~14:00	10人	10	6,000円	7/13~9/21
キッズHIPHOP(B)	小学1~6年生	土	14:00~15:00	20人	10	6,000円	7/13~9/21
健康太極拳・八段錦	一般男女	土	15:15~16:45	20人	10	5,000円	7/13~9/21
ベリーダンス	一般女子	日	11:00~12:00	20人	10	8,000円	7/14~9/22

※受講料には保険料が含まれます。

※バランスボール受講の方は、55cmのバランスボールが必要になります。

※各プログラムの日程は、講師の都合などにより変更になる場合もございますので、あらかじめご了承ください。

平成25年度 市民税・県民税

市では、市民の皆さんが豊かで健康な暮らしができるよう、広い範囲にわたりいろいろな仕事をしています。その資金は税金であり、皆さんのそれぞれの収入などに応じて納付いただいています。その税金のひとつに住民税があります。この住民税とは、市民税と県民税を合わせたものをいいます。

個人の住民税は、税金を負担する能力のある方が均等の額で負担する均等割、その人の所得金額に応じて負担する所得割の2つから構成され、その年の1月1日現在に住んでいる市町村で前年中の所得に基づき課税されることになっています。

問 課税課(☎826-1111 内線2232)

■市民税・県民税を納める方

平成25年1月1日現在

- ◎市内に居住し、24年中に一定以上の所得のあった方
- ◎市内に居住していないが、市内に事務所、事業所、家屋敷を所有している方(均等割のみ)

■市民税・県民税が課税されない方

【均等割も所得割もかからない方】

- ◎24年中に所得のなかった方
- ◎生活保護法による生活扶助を受けている方
- ◎障害者、未成年者、寡婦(寡夫)で24年中の合計所得金額が125万円以下の方
- ◎24年中の合計所得金額が、次の算式で求めた額以下の方
32万円×(本人+控除対象配偶者+扶養親族数)+18万9千円
※控除対象配偶者または扶養親族がいる場合のみ、18万9千円を加算します。

【所得割がかからない方】

- ◎24年中の合計所得金額が、次の算式で求めた額以下の方
35万円×(本人+控除対象配偶者+扶養親族数)+32万円
※控除対象配偶者や扶養親族がいる場合のみ、32万円を加算します。

■納める方法

市民税・県民税を納める方法には、主に次の方法があります。

●納税通知書で納める方法(普通徴収)…事業所得者など

※市から個人あてに直接送付する納税通知書(6月14日(金)に発送)により、年税額を平成25年6月、8月、10月、26年1月の4回の納期に分けて納めていただきます。

●勤務先で給与から差し引いて納める方法(特別徴収)…給与所得者

※年税額を平成25年6月から26年5月までの12回に分けて、給与から差し引いて納めていただきます。

●公的年金から差し引いて納める方法(特別徴収)…公的年金受給者

※年税額を平成25年4月から26年2月までの6回に分けて、年金から差し引いて納めていただきます。



税額の計算方法

課税総所得金額
(所得金額-所得控除額①)

×

税率10%②

=

所得割額

所得割額

-

税額控除③

+

均等割額④

=

年税額

①所得控除の種類／

雑損控除、医療費控除、社会保険料控除、小規模企業共済等掛金控除、生命保険料控除、地震保険料控除、障害者控除、寡婦(寡夫)控除、勤労学生控除、配偶者控除、配偶者特別控除、扶養控除、基礎控除

②税率／市民税…6%、県民税…4%

③税額控除／調整控除、配当控除、外国税額控除、配当割額控除額および株式等譲渡所得割額控除額、住宅借入金等特別税額控除、寄附金税額控除

※市・県民税には、政党等寄付金特別控除などの制度はありません。

④均等割額／市民税…3000円、県民税…2000円

※県民税の中には、森林湖沼環境税が含まれています。

土地・建物などの分離譲渡所得は、計算方法が異なります。税率などについて細かく規定されていますので、詳しくは、お問い合わせください。

公的年金からの市民税・県民税の引き落とし(特別徴収)

平成21年10月支給の年金から市・県民税の特別徴収(以下「年金特徴」)が開始されました。年金特徴とは、市・県民税のうち、公的年金にかかる市・県民税額を年金から差し引いて納めていただく制度です。

※年金特徴は、徴収方法が変更になるだけで、市・県民税の税額が変更になる制度ではありません。

●対象となる方

市・県民税の納税義務者のうち、前年中に公的年金の支払いを受けた方で、当該年度の初日(4月1日)に老齢等年金給付(老齢または退職を支給事由とする年金)の支払いを受けている65歳以上(昭和23年4月2日以前の生まれ)の方。

ただし、年金の収入金額などにより対象にならない場合もあります。

※ご自身が対象になっているかは、6月中旬にお送りする税額決定兼納税通知書でご確認ください。

●徴収方法

【新たに特別徴収になる方】

徴収方法	自分で納付(普通徴収)		年金からの引き落とし(特別徴収)		
年度	前半		後半		
徴収月	6月	8月	10月	12月	2月
税額	年税額の2分の1		年税額の2分の1		
	年税額の4分の1	年税額の4分の1	年税額の6分の1	年税額の6分の1	年税額の6分の1

【前年度から引き続き特別徴収の方】

徴収方法	年金からの引き落とし(特別徴収)					
年度	前半(仮徴収)			後半(本徴収)		
徴収月	4月	6月	8月	10月	12月	2月
税額	前年度後半の額			年税額と年度前半(仮徴収)分の差額		
	25年の2月と同じ額	25年の2月と同じ額	25年の2月と同じ額	25年度住民税額の残りの3分の1	25年度住民税額の残りの3分の1	25年度住民税額の残りの3分の1

平成25年度の主な留意点

●生命保険料控除の改組について

現行の「一般生命保険料控除」、「個人年金保険料控除」に加え、介護・医療保険を対象とした契約の支払保険料について、「介護医療保険料控除」が新設されました。

また、控除額の計算式につきましても、保険契約の締結時期により下記のとおり変更となります。

	支払った保険料	控除額		支払った保険料	控除額
新 契 約	12,000円以下	支払額全額	旧 契 約	15,000円以下	支払額全額
	12,001円～32,000円	支払額×1/2+6,000円		15,001円～40,000円	支払額×1/2+7,500円
	32,001円～56,000円	支払額×1/4+14,000円		40,001円～70,000円	支払額×1/4+17,500円
	56,001円以上	28,000円		70,001円以上	35,000円

※新契約：平成24年1月1日以後に契約した保険契約

旧契約：平成23年12月31日以前に締結した保険契約など

※生命保険料控除額は、それぞれ上記の算式により計算した控除の合計額(限度額70,000円)

生命保険料控除額＝「一般生命保険料控除額」+「個人年金保険料控除額」+「介護保険料控除額」

※一般生命保険料または個人年金保険料については、新契約と旧契約の双方について控除の適用を受ける場合、新契約と旧契約それぞれ上記の算定により計算した控除額の合計額(限度額28,000円)

一般生命保険料控除額＝「新契約生命保険料控除額」+「旧契約生命保険料控除額」

個人年金保険料控除額＝「新契約個人年金保険料控除額」+「旧契約個人年金保険料控除額」

平成24年度 情報公開制度、 個人情報保護制度の運用状況

〒822-0926 土浦市 西土浦 1-1-1
 総務課文書法制係 ☎8226・1111

内線 2209

FAX 8222・9252

☑ soundcity.tsuchiura.lg.jp

情報公開制度

情報公開制度は、『土浦市情報公開条例』に基づき、市民の皆さんからの請求に応じ、市が保有している情報を原則として公開する仕組みです。市民の皆さんの市政参加を促進することも、皆さんと市との信頼関係の強化を図り、公正で開かれた市政の推進に寄与することを目的としています。

請求などができる方

情報の公開を請求できる方は、市内に住所のある方、市内に通勤・通学する方、市内に事務所・事業所のある法人などの団体、または市の事務事業に具体的な利害関係を持っている方です。

これら以外の方であっても、情報の公開請求に準ずる『公開の申出』により、情報の開示を求めることができます。ただし、『公開の申出』により求めた情報が仮に非公開

請求などの方法

請求は、情報公開の総合窓口である情報公開室(市役所本庁舎2階)で受け付けています。

皆さんの相談に応じ、請求される情報を特定した後、情報公開請求書(公開の申出)のときは情報公開申出書)に必要事項を記載していただきます。

ごなされたときは、「請求者」のような不服申立て(後述)をすることはできません。

公開・非公開の決定

都合で情報公開室に来ることができないときは、郵送、メールまたはファクスでも受け付けています。(様式は市ホームページからダウンロードできます)

情報公開請求書を受理した日の翌日から起算して14日以内(事由や請求量により日数を延長する場合があります)に、公開・非公開を決定し、その旨を書面でお知らせします。(公開・非公開の決定期間を延長するときは、延長する理由と決定できる期日を書面でお知らせします)

公開の方法

あらかじめ請求者などと協議のうえ、お知らせした日時に情報公開室で、情報の閲覧、視聴または写しの交付を行います。

不服申立て

情報の非公開の決定に不服があるときは、「請求者」は行政不服審査法に基づく不服申立てをすることができます。

この不服申立てについては、情報公開審査会に諮問し、その答申を尊重して当該不服

申立てに対する決定などを行います。

平成24年度の運用状況

この1年間の情報公開の請求などの状況は、請求が14件で、申出が12件の合計26件でした(別表1参照)。これらの請求などに対する決定などの状況は、別表2のとおりで、公開率は100%になっています。

なお、この公開率は次の算式によっています。
 公開率 = (公開件数 + 一部公開件数) / (公開件数 + 一部公開件数 + 非公開件数) × 100

【別表1】 請求などの状況 (単位：件)

実施機関	件数	主な内容	
市長部局	市長公室	2	合併特例債に関する情報など
	総務部	8	住居表示に関する情報など
	市民生活部	1	土浦市市民総合補償制度の情報
	保健福祉部	0	
	産業部	1	国民宿舎「水郷」再生事業に関する報告書
	建設部	1	水道管事業決算書
	都市整備部	8	朝日トンネルに関する情報など
小計	21		
市議会	3	委員会に関する情報など	
教育委員会	2	生涯学習館に関する情報など	
消防長	0		
監査委員	0		
選挙管理委員会	0		
農業委員会	0		
合計	26		

【別表2】 請求などに対する決定などの状況 (単位：件)

	公開	一部公開	非公開	不存在	合計
件数	20	5	0	2	27

※複数の決定1件を含む。

個人情報保護制度

個人情報保護制度は、『土浦市個人情報保護条例』に基づき、皆さんが、市が保有している自分の個人情報を見たり、その個人情報に事実の誤りがある場合に、その訂正などを請求することができる仕組みです。
個人のプライバシーの保護を図るとともに、公正で信頼される市政の推進に資することを目的としています。

請求ができる方

自分に関する個人情報についての請求であれば、ご本人でもすることが出来ます。また、未成年者または成年被後見人の法定代理人は、本人に代わって請求をすることができます。

請求の方法

請求の内容に応じて、所定の請求書を情報公開室に提出してください。その際、本人またはその法定代理人であることを証明できる運転免許証、パスポートなどの身分を証明するものを提示または提出してください。

開示請求に対する決定

請求書を受理した日の翌日から起算して14日以内(30日

を限度として延長する場合があります)に開示するかどうかを決定し、書面で通知します。

なお、次のような個人情報は、開示できないことがあります。

- ① 請求者以外の者の個人情報を含み、その者の権利利益を侵害することになると認められる個人情報
 - ② 個人の評価などに関する個人情報であって、当該評価などに著しい支障を及ぼすおそれのある個人情報
 - ③ 市が行う事務事業の公正かつ適切な執行に著しい支障が生じるおそれのある個人情報
- 開示されることが決定した場合には、あらかじめ請求者と協議のうえ、お知らせした日時、場所、個人情報の閲覧、視聴またはその写しの交

付により開示を行います。この際、本人または法定代理人であることを証明できる運転免許証、パスポートなどの身分を証明するものを提示または提出してください。

訂正請求に対する決定

請求書を受理した日の翌日から起算して30日以内(60日を限度として延長する場合があります)に訂正するかどうかを決定し、書面で通知します。

削除請求に対する決定

請求書を受理した日の翌日

から起算して30日以内(60日を限度として延長する場合があります)に削除するかどうかを決定し、書面で通知します。

公開の方法

お知らせした日時に情報公開室で、情報の閲覧、視聴または写しの交付により行います。

不服申立て

開示請求、訂正請求および削除請求に対する決定に対して不服があるときは、行政不服審査法に基づく不服申立てをすることが出来ます。

平成24年度の運用状況

この1年間の個人情報の開示請求などの状況は、別表3～6のとおりです。

土浦市職員採用試験(第1次試験および第2次試験)での総合得点および順位(第1次試験の結果については、不合格者に関わるものに限り)については、その内容が定型的であらかじめ開示に関する判断を一律的に行うことができ、一度に多くの請求が見込まれるものであることから、特例として『口頭による開示請求』が認められています。

【別表3】 個人情報を取り扱う事務の数 (単位：件)

実施機関	件数	実施機関	件数	
市長部局	市長公室	46	教育委員会	124
	総務部	53	選挙管理委員会	17
	市民生活部	110	監査委員	4
	保健福祉部	182	農業委員	5
	産業部	41	固定資産評価審査委員会	1
	建設部	55	消防長	40
	都市整備部	62	議	7
	会計課	2	合計	749
小計	551			

【別表4】 開示請求の状況 (単位：件)

実施機関	件数	内容
市長部局	総務部	1 土地売買契約書の写し
	市民生活部	2 印鑑登録、住所異動に関する情報など
	保健福祉部	4 身体障害者手帳に係る診断書・意見書など
消防長	1 火災に関する質問調査など	
合計	8	

【別表5】 開示請求に対する決定の状況 (単位：件)

	開示	一部開示	非開示	不存在	合計
件数	7	1	0	0	8

【別表6】 口頭による開示請求の状況

	開示請求期間	開示請求者数
第1次試験	平成24年10月15日～11月14日	21人(受験者総数 344人)
第2次試験	平成24年11月26日～12月25日	31人(受験者総数 95人)

冷たい雨にも負けず力走



沿道の声援に笑顔で応えるランナー

最初の難関、長い上り坂が続きます

雨合羽姿のランナーたちが一斉にスタート

第23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



4月21日、「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」が開催されました。スタート時の気温は5度。冷たい雨と季節外れの寒さとなりましたが、1万8102人のランナーが湖畔のコースを走り抜きました。

今大会では、昨年のロンドンパラリンピック・自転車ロードトライアルで銅メダルを獲得した藤田征樹選手が車いすの部でサポートライダーを、オリンピックで活躍した有森裕子さんをはじめとする名ランナーたちが盲人選手の伴走として大会をサポートしました。2013年度ミス日本グランプリの鈴木恵梨佳さんも沿道から熱い声援を送り、大会を盛り上げてくれました。

また、この大会は、地元住民や数多くのボランティアの方々の温かい支援により、国内屈指の市民マラソン大会に成長しています。今年も、沿道からは多くの応援をはじめ、温かい飲み物やおにぎりなどが振舞われ、「おもてなしの心」で大会を後押ししました。

多くのボランティアが大会を支えてくれました



パフォーマンスで盛り上がる前夜祭



箱根駅伝の選手たちが選手宣誓



ゴールにはたくさん
感動があふれました



完走し抱き合って喜ぶランナーたち

最後の力を振り絞りゴール!

ミス日本も給水ポイントで声援を送ります

成績発表

国際盲人マラソンかすみがうら大会

部 門	順位	氏 名	記 録	所 属
フルマラソン	男子B 1	1 Ferreira Carlos	2° 52' 21"	ポルトガル
	男子B 2	1 羽立祐人	2° 59' 10"	日本
	男子B 3	1 星野堅一	3° 21' 06"	バンバンクラブ
フルマラソン	女子B 1	1 金野由美子	3° 21' 07"	日本
	女子B 2	1 西島美保子	3° 15' 36"	日本
	女子B 3	1 小林貴子	5° 53' 04"	—
10マイル	男子B 1	1 尼野次郎	1° 12' 15"	バンバンクラブ
	男子B 2	1 岡村正広	0° 55' 35"	日本
	男子B 3	1 大竹 等	1° 10' 17"	チーム湊
10マイル	女子B 1	1 高島洋子	1° 21' 05"	アトミクラブ
	女子B 2	1 杉山夏生	1° 31' 55"	J B M A
	女子B 3	1 飯泉規子	2° 02' 46"	—
5キロ	男子B 1	1 近藤則男	0° 26' 44"	—
	男子B 2	1 堀越雅也	0° 22' 47"	バンバンクラブ
	男子B 3	1 伊藤博正	0° 24' 40"	J B M A
5キロ	女子B 1	1 恩田奈津子	0° 32' 04"	J B M A
	女子B 2	1 生井レイ子	0° 33' 43"	—

かすみがうらマラソン大会

部 門	順位	氏 名	記 録	所 属
フルマラソン	男子	1 川村貴洋	2° 24' 05"	流通経済大学
		2 市塚遊	2° 24' 36"	—
		3 小林優史	2° 27' 32"	茨城陸協
フルマラソン	女子	1 高田佐知恵	2° 54' 24"	多摩川クラブ
		2 田村幸江	2° 56' 11"	葛西ランナーズ
		3 松谷恵美	2° 57' 25"	東京陸上競技協会
10マイル	男子	1 西澤佳洋	0° 49' 32"	駒沢大学
		2 橋本啓	0° 49' 35"	青山学院大学
		3 三橋 峻	0° 49' 36"	青山学院大学
10マイル	女子	1 原田詠麻	1° 00' 30"	日本ケミコン
		2 石山由佳	1° 00' 37"	東北福祉大学
		3 菊池千里	1° 02' 07"	東北福祉大学
5キロ	男子	1 久保田和也	0° 16' 32"	タナカ
		2 鈴木大智	0° 16' 36"	—
		3 大嶋昭義	0° 16' 37"	ポッシュ
5キロ	女子	1 水清田有紀	0° 18' 28"	東京理科大学
		2 松本恭子	0° 19' 21"	千葉陸上競技協会
		3 幸田昌代	0° 19' 29"	幸田水産
車イス	1	吉田高志	1° 56' 09"	—

レース後の楽しいステージイベント



ランナーズヴィレッジの温かいおもてなし



雨の中歩き通した「かすみがうらウォーキング」



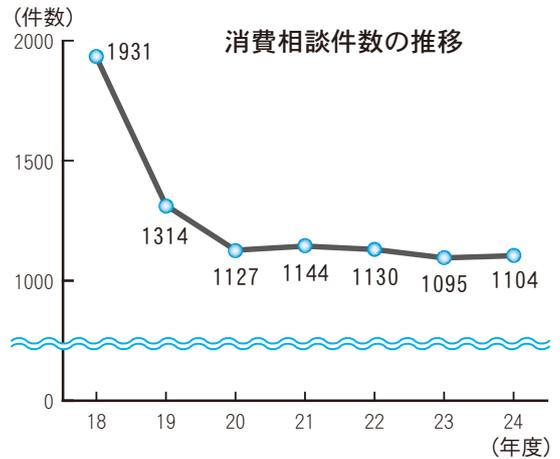
学ぶことから始めよう ～自立した消費者に向けて～

5月は 消費者月間です

平成24年度、土浦市消費生活センターに寄せられた相談は、1104件で前年度と比べて9件の増加となりました。トラブルにあっても相談しない場合もあり、実際のトラブルはさらに多いと思われます。

被害に遭わないためには「1人で判断しない」、「世の中うまくい話はない、安易な儲け話に手を出さない」ことが大切です。

消費生活センターでは、「多重債務」や「契約トラブル」など身近な消費生活の相談業務をはじめ、消費生活に係わる啓発・支援事業として「くらしのセミナー」、「出前講座」、「消費生活展」などを実施しています。今後とも、市民の皆さんが安心して安全な消費生活を送れるよう、消費生活に関する相談の解決に向けた助言や情報提供を行ってまいります。



Study 最近の傾向を知ろう！

自ら進んで情報を収集し、一人ひとりが自立した消費者となるのが大切です。まずは自ら学ぶことから始めましょう。

- ① 投資勧誘のパンフレットが届き、お礼をするからといわれ未公開株を買わされた。
- ② 申し込んだ覚えがない健康食品を強引に送りつけられ、料金を請求された。
- ③ 言葉巧みに誘導され、高額なお金を宅配便などで送ってしまった。見知らぬ人に大金を手渡してしまった。

平成24年度消費相談件数

商品・役務名	件数	内容
1 放送・コンテンツ	170	インターネット利用のトラブル(アダルトサイト 64件、出会い系サイト 28件) など
2 金融サービス	125	フリーローン(多重債務75件)、住宅ローンなど
3 レンタル・リース・貸借	61	賃貸アパート、借家、リース契約など
4 その他相談	48	家庭・相隣関係、相続など
5 工事・建築	40	新築、塗装、屋根工事など
6 書籍・印刷物	35	新聞、書籍など
7 商品一般	34	不審電話・不審な封書など
8 預貯金、証券など	33	預貯金、投資信託、株、証券など
9 健康食品	30	健康食品
10 自動車	29	自動車(二輪車・中古車含む)契約
そのほか	499	
合計	1104	

入場無料

土浦市消費生活展 2013 土浦展

6月1日(土)、2日(日)
午前10時～午後4時
亀城プラザ



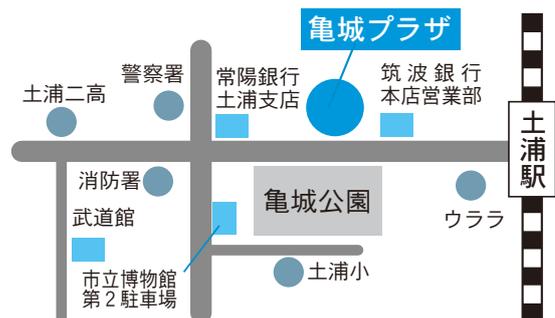
イベント内容

- 消費者団体、電気・ガス事業者などによるパネル展示・相談(環境・食品・健康問題、電気・ガスの省エネ術)
 - 白バイ・パトカーの展示 ●不用品家具抽選会
 - 消防はしご車試乗体験 ●福祉の店
 - 子ども広場(ゲーム、バルーンアート)
 - クイズコーナー
- ※都合により、内容を変更することがあります。

問 消費生活センター(☎823-3928)

臨時駐車場

市立博物館第2駐車場、市立武道館、常陽銀行土浦支店立体駐車場2階、筑波銀行本店営業部



まちなか交流ステーション

ほっとOne が さらに使いやすくなりました！

スマートフォンやパソコンで気軽にインターネットを楽しんでいただくため、「Wi-Fi」スポットの設置と「iPad」の貸出サービス(施設内のみ)が始まりました。

営業時間／午前10時～午後7時

※毎週水曜日および年末年始は定休日

ところ／川口ショッピングモール505 1階ステージ側
施設内設備／

Wi-Fi (無料)

iPad…2台(無料。施設内でのみ利用可能)

共有スペース…約30人収容(無料)

会議室…約12人収容(無料。要予約)

レンタサイクル…5台(1日500円)

コインロッカー…20口(1日100円)



☎ まちなか交流ステーション「ほっとOne」

(☎879-8815)

刻の太鼓

江戸時代、櫓門の楼上から土浦城下に時刻を知らせた刻の太鼓。「時の記念日」である6月10日から3日間、勇壮な響きがよみがえります。



と き／6月10日(月)～12日(水)

午前5時50分～6時30分

午後5時50分～6時30分

ところ／亀城公園

☎ 刻の太鼓保存会(☎824-0761 須田)

地域安全情報

No. 9

☎ 生活安全課

(☎826・1111 内線2490)

6月9日はロックの日

〜ダブルロックがあなたを守る〜

◆1ドア2ロックを基本に

家のドアや窓の鍵を増やしましょう。

鍵を増やすことで泥棒が侵入に必要とする時間が長くなります。5分以上かかると泥棒の大半が犯行を諦めます。泥棒が避ける家づくりを目指しましょう。

●自転車やオートバイはチェーン錠などで鍵を増やしましょう。



知っていますか？

自転車安全利用五則

エゴ意識の高まりなどで、自転車が注目を集めています。自転車利用者はルールを守り、安全に利用しましょう。また、歩行者や車の運転者も自転車のルールを知り、安全を心がけましょう。

◆自転車安全利用五則

- ①自転車は車道が原則、歩道は例外
- ②車道は左側を通行
- ③歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- ④安全ルールを守る
- ⑤子どもはヘルメットを着用

◆こんな自転車運転は危険です！

- 携帯電話やヘッドホンを使用しながらの運転
- 犬の散歩、傘をさしながらの運転



土浦防犯ニュース

医療費還付金詐欺多発中！

県内各地で、市役所などの職員を名乗った医療費の還付金詐欺事件が多発しています。土浦警察署管内でも同様の電話が見受けられますのでご注意ください。

■こんな電話には要注意！

●警察官や市役所職員、社会保険事務所、日本年金機構などを名乗る者から、0120で始まるフリーダイヤルでかかってきた電話

●医療費の還付金がある、または健康保険料をお返しするので、ATMのある近くのコンビニへ行って欲しい(☎口の中の手続きが必要)などと訴えかける電話

■被害防止のポイント

- ATMを利用して医療費などの還付金手続きを行うことはありません。
- 慌てて個人情報や暗証番号を教えないようにする。
- 詐欺が疑われる電話は家族や警察に相談する。

ふれあい教室

毎月1回開催の、作業療法士・理学療法士による楽しい雰囲気のリハビリ教室です。

と き／毎月第1木曜日 午後1時～3時

ところ／土浦市保健センター(1階 機能訓練室)

対象者／40歳～64歳で以下の全てに該当する方
(主治医の意見書が必要になります)

●脳卒中後遺症やそのほかの病気・ケガ(膝痛・腰痛)により、医療終了後も訓練が必要な方

●介護保険サービス、障害者自立支援サービスを受けていない方

内 容／血圧測定、集団体操、作業活動、個別訓練

申込方法／電話で

高齢者のための“おいしいな教室” ～おいしく楽しい食事で健康づくり～

飲み込む力・噛む力を強くするためのお口の体操と調理実習を通して栄養摂取のポイントについてお伝えします。

と き／6月11日(火) 午前10時～午後1時
(受け付けは9時45分から)

ところ／土浦市保健センター

内 容／調理実習(電子レンジで煮魚、切干大根と海藻のサラダほか)

対象者／市内に居住している年度内に65歳以上の方

定 員／25名(先着順)

参加料／300円

持ち物／エプロン、三角巾

申込方法／電話で

申 問 健康増進課(☎826-3471)

国保に加入・脱退するときは、 必ず届け出をしてください!

☎ 国保年金課国保賦課係(☎826-1111 内線2296)
届け出に必要なもの/

加入するとき	他市区町村から転入してきた	転出証明書
	退職などで職場の健康保険をやめた	退職証明書・離職票
	健康保険の被扶養者からはずれた	健康保険扶養喪失証明書
	社会保険などの加入者が後期高齢者医療制度に移行し、扶養の方が国保に加入する	
	子どもが生まれた	母子健康手帳
脱退するとき	任意継続保険から国保に切り替える	任意継続保険資格喪失証明書または喪失日の記載がある任意継続保険証
	外国籍の方が国保に加入する	在留カードなど
	他市区町村に転出する	国民健康保険証
そのほか	職場の健康保険に加入した健康保険の被扶養者になった	国民健康保険証 職場の保険証
	国保加入の被保険者が死亡した	国民健康保険証
	外国籍の方が国保をやめる	在留カードなど 国民健康保険証
	住所、世帯主、氏名などが変わった	国民健康保険証
その他	修学のため、他市区町村に住所を移した	国民健康保険証 在学(園)証明書
	保険証をなくしたり、汚れて使えなくなった	身分証 (免許証、パスポートなど)

◎保険証交付の際は、身分証とはんこが必要です。

◎マル福を受給されている方は、受給者証も必要です。

もしも、一家の働き手に先立たれたら… 遺族基礎年金

国民年金加入中の方が死亡したとき、または老齢基礎年金を受ける資格期間(原則として25年)を満了した方が死亡したときに、その方によって生計を維持されていた「子のある妻」、または「子」に遺族基礎年金が支給されます。

なお、支給期間は、子が18歳に達する年の年度末まで(子に障害がある場合は20歳になるまで)です。

☎ 国保年金課国民年金係(☎826-1111 内線2290)

遺族基礎年金を受けるための要件

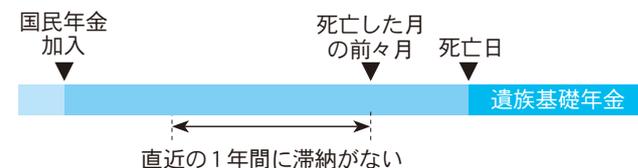
次の①～④のいずれかに該当する方が死亡したときに支給されます。

- ①国民年金の被保険者*
- ②国民年金の被保険者であった方で、日本国内に住居があり60歳以上65歳未満の方*
- ③老齢基礎年金の受給権者
- ④老齢基礎年金の受給資格期間を満了している方

※①、②の場合、保険料納付済期間(保険料免除期間、若年者納付猶予期間、学生納付特例期間を含む)が、保

険料を納付していなければならぬ期間(死亡した月の前々月まで)の3分の2以上であることが必要です。

ただし、この納付要件とは別に、死亡した月の前々月までの直近の1年間に保険料の未納期間がなければ支給することができます(下図参照)。



遺族基礎年金の年金額(平成25年度の額)

子の数	子のある妻への年金額	子のみときの年金額
1人	1,012,800円	786,500円
2人	1,239,100円	1,012,800円
3人	1,314,500円	1,088,200円

◎3人目以降は1人につき75,400円が加算されます。

◎平成25年10月から年金額が変更になる予定です。

平成25年1月~3月分 建設工事などの入札結果

落札金額が1000万円(税抜)以上のものについて3か月ごとに掲載しています。

☎ 管財課(☎826-1111 内線2226)
水道課(☎826-6237)

工事・委託件名	工事・委託場所	契約業者名	落札価格(税抜)	予定価格(税抜)	入札日
荒川沖駅自由通路改修工事	荒川沖東二丁目地内	㈱大関組	10,200,000	10,320,000	1月17日
藤沢・山ノ荘・斗利出小学校エアコン設置空調設備工事	藤沢地内外	㈱飯塚工務店	15,100,000	15,420,000	1月17日
乙戸・荒川沖・中村小学校エアコン設置空調設備工事	乙戸南二丁目地内外	㈱テックワン	37,650,000	38,300,000	1月17日
神立・菅谷小学校エアコン設置空調設備工事	中神立町地内外	東向西産業㈱	31,300,000	32,170,000	1月17日
真鍋・都和南・上大津西小学校エアコン設置空調設備工事	真鍋四丁目地内外	㈱イーテック	48,800,000	49,430,000	1月17日
土浦第二・大岩田・右舂小学校エアコン設置空調設備工事	富士崎二丁目地内外	常盤工事㈱	51,400,000	53,270,000	1月17日
下高津・東・穴塚小学校エアコン設置空調設備工事	下高津四丁目地内外	サンコー㈱	42,500,000	44,130,000	1月17日
乙戸・荒川沖・中村小学校エアコン設置電気設備工事	乙戸南二丁目地内外	㈱須藤電気商会	30,200,000	31,590,000	1月17日
下高津・東・穴塚小学校エアコン設置電気設備工事	下高津四丁目地内外	入江電気工事㈱	25,300,000	26,630,000	1月17日
神立・菅谷小学校エアコン設置電気設備工事	中神立町地内外	㈱武井電気	19,300,000	19,870,000	1月17日
藤沢・山ノ荘・斗利出小学校エアコン設置電気設備工事	藤沢地内外	雅電設㈱	34,300,000	36,120,000	1月17日
真鍋・都和南・上大津西小学校エアコン設置電気設備工事	真鍋四丁目地内外	㈱星総合設備	38,800,000	40,580,000	1月17日
土浦第二・大岩田・右舂小学校エアコン設置電気設備工事	富士崎二丁目地内外	大地電気㈱	49,700,000	51,260,000	1月17日
市道虫掛66号線外改良工事(H24 I 工区)	虫掛地内外	北都建設工業㈱	42,800,000	44,480,000	1月17日
市道虫掛66号線外改良工事(H24 II 工区)	虫掛地内外	㈱渡辺工業所	27,780,000	28,550,000	1月17日
市道新治Ⅱ級3号線改良工事	本郷地内外	茨建工業㈱	53,500,000	55,120,000	1月17日
土浦市立保育所管理員業務委託	土浦市地内	茨城不動産管理㈱	16,260,000	16,638,096	2月7日
公共下水道ポンプ場維持管理業務委託	東崎町地内外	豆㈱	53,400,000	55,714,000	2月8日
公共下水道マンホールポンプ施設維持管理業務委託	桜ヶ丘町地内外	㈱大佑テック	28,320,000	29,200,000	2月8日
農集排処理施設(西部・北部・東部・西根地区)維持管理業務委託	飯田地内外	㈱プラントサービス	13,700,000	14,521,904	2月8日
第二給食センター給食輸送業務委託	中神立町地内外	土浦通運㈱	40,887,000	41,118,000	2月8日
平成25年度 第一学校給食センター給食輸送業務委託	下高津四丁目地内	土浦通運㈱	28,765,000	28,875,000	2月8日
体育施設清掃除草業務委託(東南地区)	川口二丁目地内外	㈱サンピルメンテナンス	13,200,000	13,219,000	2月8日
ペットボトル収集運搬業務委託	土浦市地内	㈱三広	520,000/月 12,480,000/年	540,000/月 12,960,000/2年	2月8日
市道真鍋三丁目16号線舗装打換工事	真鍋三丁目地内	佐々木建設㈱	11,000,000	11,450,000	2月15日
市道小松三丁目2号線外改良工事	小松三丁目地内	塚本商事㈱	18,580,000	18,940,000	2月15日
市道中貫32号線改良工事	中貫地内	㈱中島組	14,000,000	14,230,000	2月15日
市道新治南213号線外改良工事	上坂田地内	㈱瀧田興業	13,500,000	13,770,000	2月15日
市道右舂74号線改良工事	右舂地内	㈱ムラマツ	24,200,000	25,000,000	2月15日
生涯学習館緊急補修工事	文京町地内	㈱コバヤシ建装	26,200,000	26,660,000	2月15日
新治地区公民館建設外構工事	藤沢地内	郡司建設㈱	39,300,000	40,910,000	3月5日
市道並木四丁目1号線外改良工事	並木四丁目地内	㈱大関工業	13,190,000	13,360,000	3月5日
市道新治Ⅱ級7号線改良工事	藤沢地内	㈱大鶴	27,650,000	29,910,000	3月5日
市道上高津69号線改良工事	上高津地内	㈱並木建設	16,140,000	16,390,000	3月5日
飲料水兼用耐震性貯水槽設置工事	東真鍋町地内	佐々木建設㈱	61,000,000	63,990,000	3月5日
生ごみ収集運搬業務委託	土浦市地内	㈱伊東商事	16,500,000	16,716,000	3月13日
土浦市新庁舎整備基本実施設計業務委託	大和町地内	㈱久米設計	115,000,000	165,700,000	3月13日
配水業務委託	大岩田配水場外	㈱大佑テック	55,320,000	56,210,000	2月8日

(単位:円)

まちの話題 **ズームアップつちうら**

新生 T-Princess 始動!

4月7日、亀城プラザで行なわれた「さくらまつり」内のステージで、土浦のメッセンジャーアイドル「T-Princess」の新メンバーが発表されました。新たに加わったのは、Naho、Shoko、Izumiの3人。6人となった新生T-Princess。今後のさらなる活躍が期待されます。みなさん、応援をよろしくお願いします。(左から、Naho、Mao、Izumi、Aya、Shoko、Ayu。)



ケニアの音に触れた夜

4月13日、真鍋小学校体育館で、「アニャンゴ真鍋の桜コンサート」が開催されました。ケニアの楽器「ニヤティティ」



の世界初の女性演奏家で、日本とケニアの両国で演奏活動を続けているアニャンゴさん。会場には多くの人がつめかけ、普段はなかなか耳にしないニヤティティの音を熱心に、そして興味深そうに聴いていました。



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。



1歳おめでとう♪
これからも楽しい思い出
作ろうね☆

わかな
村田和奏ちゃん
(おおつ野五丁目)



1歳おめでとう☆
パパとママを選んでくれて
ありがとう

一ノ瀬りのちゃん
(虫掛)



お誕生日おめでとう♡
元気が優しい子に
育ってね♡

きりり
桑田妃莉ちゃん
(中)



1歳おめでとう
笑顔いっぱい
元気に成長してね

ゆいど
山田結士ちゃん
(板谷一丁目)



1歳おめでとう
笑顔いっぱいの優しい
女の子になってね

みさき
青山心咲ちゃん
(烏山三丁目)



1歳おめでとう
いつもニコニコ♡
我が家の宝物

ひろむ
助工弘夢ちゃん
(右柳)



お誕生日おめでとう♡
元気がいっぱい
大きくなあれ!!!

はる
水貝羽琉ちゃん
(滝田一丁目)



1歳おめでとう!
その笑顔も泣き顔も
宝物です☆

そら
飯田蒼天ちゃん
(富士崎一丁目)



誕生日おめでとう☆
大空の笑顔に
いつも癒されてます

そら
櫻田大空ちゃん
(中村南四丁目)



元気がいっぱい
育ってね♡
パパ・ママ・真央・真矢

まみ
渡部真実ちゃん
(木田余東台五丁目)



しゅんくん1歳おめでとう☆
元気にのびのび
育ってね♪

しゅん
平間 駿ちゃん
(板谷二丁目)



我が家のプリンセス
1歳おめでとう☆
元気に育ってね♪

みさき
斉藤夢咲ちゃん
(大畑)



1歳おめでとう♡
るかは
パパとママの宝物☆

るか
沼田琉翔ちゃん
(蓮河原新町)



明るく優しい
女の子になってね

あいり
前原愛菜ちゃん
(中高津二丁目)



お誕生日おめでとう☆
元気に大きくなってね!
大好き♡

まな
鈴木愛菜ちゃん
(乙戸南一丁目)



か〜くんが笑えば
世界も笑う☆
毎日幸せをありがとう♡

かずき
山本和輝ちゃん
(大和町)

※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。



6月の 子育てひろば



保育所



詳しくはQRコードからご確認いただくか、各施設へお問い合わせください。

保育所で遊ぼう

- 新生保育所 ☎841-0575 12日(水) お庭で遊ぼう
- 霞ヶ岡保育所 ☎821-1890 26日(水)七夕飾りを作ろう
- 東崎保育所 ☎821-2807 8日(土) こどもまつり
- 都和保育所 ☎822-8053 5日(水) お庭で遊びましょう
- 天川保育所 ☎822-6172 18日(火) 園庭で遊びましょう

- 荒川沖保育所 ☎841-0037 12日(水) お庭で遊ぼう
- 藤沢保育園 ☎862-2600 13日(木) 歯磨き教室
- 楽しい子育てはじめてのパパ・ママパスポート
- 新川保育所 ☎822-8896 27日(木)
- 保育室開放 たんぽぽ(午前9時30分~11時)
- 荒川沖保育所 ☎841-0037 4日(火)、20日(木)

子育て支援センター



さくらんぼ ☎823-1288

親子ふれあい教室(午前10時~11時30分)

- 一中地区公民館 6日(木)
 - 二中地区公民館 7日(金)
 - 三中地区公民館 11日(火)
 - 四中地区公民館 14日(金)
 - 神立地区コミュニティセンター 18日(火)
 - 六中地区公民館 13日(木)
- 七夕かざりを作ろう



- 都和公民館 19日(水)
 - 新治地区公民館 12日(水)
 - すくすくルーム(午前10時~11時30分)
 - 二中地区公民館 5日(水)
 - 三中地区公民館 10日(月)
 - 園庭開放(午前9時30分~11時30分)
 - さくらんぼ 5日(水)、17日(月)
 - センター開放(午前10時~11時30分)
 - さくらんぼ 20日(木) お楽しみタイムあり
- 七夕かざりを作ろう
- ベビーマッサージ

白鳥保育園 ☎831-2590

園庭開放(午前8時30分~午後1時30分)

月~金曜日(祝日を除く)

親子クラブ(午前9時30分~11時30分)

- 6日(木) 時計制作
- 13日(木) 父の日制作
- 27日(木) 運動遊び

交流保育(午前9時30分~11時30分)

- 19日(水) じゃがいも掘り(午前9時集合)
- 20日(木) 2歳児クラスと遊ぼう

ありんこくらぶ ☎841-0463

保育所開放(午前10時~午後3時)

月~金曜日(祝日を除く)

イベント(午前10時~正午)

- ※午前9時45分集合
- 4日(火) 4・5・6月生まれ誕生会
- 11日(火) 小麦粉粘土遊び
- 13日(木) ベビーマッサージ
- 18日(火) 絵本読み聞かせ講習会
- 25日(火) 作って遊ぼう

ひまわり ☎843-1117

遊びの広場(午前9時30分~午後4時)

月~金曜日(祝日を除く)

子育て広場(午前10時~11時30分)

- 5日(水)、12日(水) 離乳食講座
- 7日(金)、19日(水) ベビーマッサージ
- 13日(木) 親子リトミック(三中地区公民館)
- 20日(木) 手作りおもちゃ(四中地区公民館)
- 21日(金) 手作りおもちゃ
- 27日(木) 親子リトミック(六中地区公民館)

児童館



都和児童館 ☎832-3112

- 8日(土) こどもまつり2013
- 14日(金)、28日(金) おはなし会
- 21日(金) 親子リトミック

ポプラ児童館 ☎841-3212

- 15日(土) 一輪車教室
- 17日(月) 親子ピクス
- 7月12日(金) 親子リトミック

新治児童館 ☎862-4403

- 5日(水) おはなし会(おはなしの泉)
- 22日(土) 工作教室「ペットボトルマジック」
- 26日(水) 七夕飾りをつくろう

※イベントごとに時間が異なります。

幼稚園



ふれあいデー(午前10時~11時)

※新治幼稚園は、午前10時30分~11時30分

土浦幼稚園 ☎821-0796

25日(火) 戸外で遊ぼう(ボール遊び、砂遊びなど)

土浦第二幼稚園 ☎821-1310

28日(金) お楽しみ会(パネルシアター、お話し会など)

都和幼稚園 ☎831-3735

5日(水) 戸外で一緒に遊ぼう(ブランコ、砂遊びなど)

大岩田幼稚園 ☎824-3430

21日(金) ポテトパーティー(園のじゃがいもを食べる)

新治幼稚園 ☎862-3507

19日(水) 戸外で遊ぼう(巧技台、遊具など)

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87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、放射性物質汚染特措法では年間1ミリシーベルト以下(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：4月1日～4月25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*

☎ 子育て課(☎内線2419)

施設名	地上0.5m	地上1.0m
新生保育所	0.064・0.139	0.071・0.133
荒川沖保育所	0.169・0.181	0.157・0.159
霞ヶ岡保育所	0.152・0.167	0.150・0.141
東崎保育所	0.132・0.131	0.138・0.142
都和保育所	0.150・0.138	0.141・0.130
天川保育所	0.141・0.163	0.161・0.181
新川保育所	0.137・0.111	0.117・0.114
桜川保育所	0.161・0.132	0.141・0.145
神立保育所	0.114・0.127	0.108・0.114
竹ノ入保育所	0.080・0.131	0.084・0.130
土浦愛隣会保育所	0.094・0.091	0.087・0.088
めぐみ保育園	0.071・0.105	0.077・0.107
白鳥保育園	0.107・0.145	0.116・0.148
エンゼル・ゆめ保育園	0.088・0.091	0.074・0.090
つくば国際保育園	0.096・0.122	0.095・0.129
中央保育園	0.120・0.124	0.116・0.114
高岡保育園	0.081・0.085	0.071・0.084
藤沢保育園	0.018・0.018	0.017・0.017
白帆保育園	0.135・0.160	0.126・0.155
あおぞら保育園	0.120・0.092	0.118・0.097
愛保育園	0.103・0.101	0.103・0.108
童話館保育園	0.105・0.144	0.103・0.144
都和児童館	0.116・0.096	0.116・0.101
ポプラ児童館	0.074・0.113	0.069・0.114
新治児童館	0.120・0.088	0.115・0.098

※「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

ごみ処理施設

☎ 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	—	0.152
清掃センター	—	0.180

幼稚園、小・中学校*

☎ 教育総務課(☎内線5103)

施設名	地上0.5m	地上1.0m
土浦幼稚園(旧いくぶん幼稚園)	0.163・0.119	0.159・0.117
土浦第二幼稚園	0.109・0.116	0.116・0.108
都和幼稚園	0.137・0.117	0.129・0.104
大岩田幼稚園	0.088・0.127	0.085・0.108
新治幼稚園	0.100・0.077	0.092・0.080
土浦小学校	0.109・工事中	0.098・工事中
下高津小学校	0.107・0.112	0.114・0.122
東小学校	0.095・0.102	0.085・0.115
穴塚小学校	0.115・0.087	0.127・0.096
大岩田小学校	0.144・0.129	0.140・0.136
真鍋小学校	0.116・0.114	0.133・0.107
都和小学校	0.099・0.109	0.097・0.113
荒川沖小学校	0.136・0.092	0.136・0.105
中村小学校	0.108・0.187	0.117・0.165
土浦第二小学校	0.090・0.100	0.092・0.102
上大津東小学校	0.100・0.129	0.091・0.124
上大津西小学校	0.109・0.197	0.103・0.121
神立小学校	0.099・0.117	0.096・0.117
石硯小学校	0.082・0.114	0.078・0.108
都和南小学校	0.113・0.119	0.122・0.124
乙戸小学校	0.122・0.096	0.111・0.103
菅谷小学校	0.106・0.148	0.105・0.139
藤沢小学校	0.066・0.095	0.062・0.092
斗利出小学校	0.081・0.083	0.091・0.083
山ノ荘小学校	0.082・0.082	0.080・0.085
土浦第一中学校	0.088	0.092
土浦第二中学校	0.096	0.090
土浦第三中学校	0.154	0.160
土浦第四中学校	0.135	0.145
土浦第五中学校	0.118	0.119
土浦第六中学校	0.128	0.115
都和中学校	0.097	0.092
新治中学校	0.070	0.074

市役所、公民館

☎ 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	0.156	0.140
一中地区公民館	0.156	0.147
二中地区公民館	0.143	0.135
三中地区公民館	0.154	0.149
四中地区公民館	0.148	0.139
上大津公民館	0.129	0.125
六中地区公民館	0.154	0.148
都和公民館	0.131	0.126
新治地区公民館	0.096	0.094

運動施設

☎ 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	0.098	0.097
中貫運動公園	0.178	0.153
荒川沖地区野球場	0.218	0.150
市民運動公園	0.117	0.129
木田余地区市民運動広場	0.165	0.132
新治運動公園	0.087	0.095
本郷グラウンド	0.105	0.104

公園

☎ 公園街路課(☎内線2423)

施設名	地上0.5m	地上1.0m
亀城公園	0.169	0.148
神立公園	0.174	0.169
霞ヶ浦総合公園	0.153	0.131
乙戸沼公園	0.149	0.143
田村沖宿公園	0.211	0.181
紫ヶ丘公園	0.139	0.114
水と緑の里公園	0.211	0.178
朝日峠展望公園	0.176	0.153
ふるさと森公園	0.092	0.082

その他の施設

☎ 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	0.194	0.208

☎ 生涯学習課(☎内線3331)

施設名	地上0.5m	地上1.0m
青少年の家	0.178	0.162

放射能濃度の測定結果 水道水中の放射能

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です。(検出限界値：1Bq/kg)
採取日／4月22日

検査機関／県企業局水質管理センター

☎ 水道課(☎内線2460)

出荷・販売を自粛してください！

土浦市産の原木しいたけ、タケノコは、放射性セシウムの関係から出荷制限や自粛要請が解除されておりません。出荷・販売・譲渡などは控えてください。なお、ごみは4月18日に自粛要請が解除となりました。

☎ 農林水産課(☎内線7609)



6月のとしょかん

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



雨の日は 本を読みませんか？



梅雨の季節は、本を読むチャンスです。雨の日に読みたくなる、おすすめの本をご紹介します。

- 人生で大切なことは雨が教えてくれた
 - 雨の降る日は考える日にしよう
 - 雲ごよみ
 - 梅雨前線の正体
 - 気象を操作したいと願った人間の歴史
 - 空と天気の不しぎ109
 - 親子で読みたいお天気のはなし
 - 春夏秋冬を楽しむくらし歳時記
- ドミニック・ローホー／著
 - 柳田邦男／著
 - 高橋健司／写真・文
 - 茂木耕作／著
 - ジェイムズ・ロジャー・フレミング／著
 - 森田正光／著
 - 下山紀夫／著
 - 伊藤美樹／絵

図書館カレンダー 6月

2013.June

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。
 本館…火～金曜日 9:30～19:00
 土・日曜日 9:30～17:00
 分館…火～日曜日 9:30～17:00
 (三中地区分館、都和分館、神立分館)

今月のおすすめ本



□ひらめきの物理学 (物理学)

西回りと東回りどっちの航路がお得？ネコはどうやって宙返りして足から着地するの？“ひらめき”で物理学を楽しむために、いろいろな“パラドックス”を集めて解き明かす。数学の“苦痛”なしに物理学の本質がわかる一冊。



【マーク・レヴィ／著】

□少年十字軍 (歴史小説)

13世紀、フランス。“天啓”を受けた羊飼いの少年・エティエンヌの下へ集まった数多の少年少女。彼らの目的は聖地エルサレムの奪還。だが国家、宗教、大人たちの野心が行く手を次々と阻む…。



【皆川博子／著】

おはなし会



おはなし会 (幼児～小学生向け)

とき／6月9日(日)、23日(日)
午前10時30分から

ちいさなおはなし会 (0～3歳児向け)

とき／6月26日(水) 午前11時から
◎日時は変更になる場合があります。
ご確認のうえ、ご来館ください。

こどもの本



□こぎつねいちねんせい

【斉藤 洋／作】

□体育館の日曜日

【村上しいこ／作】

□どろんこ！どろんこ！

【おらかみやすなり／作】

□チェロの木

【いせひでこ／作】

□虫のいどころ人のいどころ

【おのりえん／作】

□ノウサギとハリネズミ

【はたこうしろう／絵】

□すてきな曲芸師アンジェロ

【クエンティン・ブレイク／作・絵】

□ぼくのサイ

【ジョン・エイジー／作】

先月の人気図書



□桜ほうさら

父が賄賂を受け取ったと疑いをかけられ自刃。父の汚名をそそぎたいという思いを胸に秘め、笙之介は江戸に出てくるが…。人生の切なさ、ほろ苦さ、人々の温かさが心に沁みる物語。



【宮部みゆき／著】

今月の展示棚



テーマ：日本の農業の現在～未来

現在、日本の農業は、TPPへの参加や食の安全問題、後継者問題など、さまざまな課題があります。

しかし一方では、新しい農業経営の方法が生まれたりもしています。私たちの食生活を支えている日本の農業について、さまざまな視点で書かれた本を集めてみました。

6月の無料相談

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		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)	
司法書士相談		12日(水)	13:00~15:00		相続・贈与などの登記、遺産分割、その他法律問題(司法書士) ※予約制	
総合労働相談		14日(金)	13:00~16:00	広報広聴課	労働・社会保険関係、労使トラブルなど(社会保険労務士) ※予約優先(☎029-226-3296)	
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		19日(水)	13:30~15:30	ふれあいセンターながみね(☎830-5600)	国や法人・県に関する苦情、意見、要望(行政相談委員)	
税務相談		11日・25日(火)	13:00~15:00	税理士会土浦支部(☎824-5055)	税に関すること(税理士) ※予約制(予約時間10:00~14:00)	
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	
教育電話相談		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)	
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		11日(火)	10:00~12:00		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。	
精神保健相談		21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。	
		25日(火)	10:00~12:00			
女性のための	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	
		8日(土)	10:00~15:00			
	法律相談	13日・27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
	一般相談(外国人相談を含む)	14日・28日(金)	13:00~16:00			仕事、夫婦、家族など、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)	20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、女性のさまざまな悩みごと	

振り込め詐欺の新たな手口

～現金を直接取りに来るケース～

消費生活センターから

☎823-3928

知らない人からお金をだまし取ろうとする詐欺事件が後を絶ちません。このコーナーでは、振り込め詐欺の新しい手口の一例を紹介します。

◆事例

息子になりすました他人から「お金の入ったカバンをデパートのトイレに置き忘れた」との連絡があった。しばらくして、「カバンは見つかったけど、取りに行く時間がない。すぐにお金が必要だから、お金を用意してほしい。自分の代わりに同僚が取りに行くから」と再度連絡があった。話を信じて、待ち合わせ場所に向かい、同僚役を演じる別人に現金を渡してしまった。その後、騙し取られたことに気づいた。

★アドバイス

最近、このようにお金を振り込ませずに直接手渡しさせたり、宅配便などで送らせたりする詐欺の手口が増えています。「お金を用意してくれ」と言われたら、「詐欺」の可能性を疑ってください。

相手の指示通りに動いたり、お金を用意したりする前に、冷静な気持ちで「確認」を行うことが必要です。一人で悩まず、消費生活センターや警察にご相談ください。

こんな電話がかかってきたら、危ない!

- ★携帯電話の番号が変わった
- ★インフルエンザ、かぜで声が変わっている
- ★大変なことになった、今すぐお金が必要だ
- ★預金通帳、印鑑、キャッシュカードを預かります
- ★お金を融資するから先に保証金を振り込んで
- ★お金を還付するからATMに行って
- ★代理の人間が行くから渡してほしい
- ★カードの暗証番号を教えて
- ★今日中にお金を振り込んで
- ★宅配便でお金を送って



6月のけんこう

問 健康増進課(土浦市保健センター ☎826-3471)

年に一度は健康診査・がん検診を!

□医療機関検診のご案内

協力医療機関で、健康診査・がん検診を受診することができます。受診の際には、必ず受診券が必要です。受診券の申し込みは、4月1日から電話、市ホームページからもできるようになりました。申し込みされた方には、後日受診券を郵送します。

また、これまでどおり土浦市保健センター、市役所総合窓口、各支所・出張所でも発行しますので、健康保険証をご持参のうえお申し込みください。

対象者・検診料/

検 診	対象者	検診料
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
肺がん・結核検診	20歳以上	600円
胃がん検診	〃	4000円
前立腺がん検診	50歳以上の男性	1100円
子宮がん検診	20歳以上の女性	2300円
乳がん検診	〃	1300円~2900円

◎検診料は、医療機関に直接お支払いください。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。

◎今年度から乳がん検診は超音波検診、マンモグラフィが開始となり、視触診のみの検診はなくなりました。また、年齢により受診する検診項目および検診料が異なります。

※詳しくは、「みんなの健康づくり便利帳」または市ホームページをご覧ください。

各種予防接種のお知らせ

□ヒブと小児肺炎球菌

今年度から定期接種となりました。

対象者/2か月~5歳未満

接種場所/協力医療機関

□2種混合(ジフテリア・破傷風)

今年度から学校での集団接種から医療機関での個別接種になりました。

対象者/11歳~13歳未満

※対象者へは、個別通知を行います。

接種場所/協力医療機関

□子宮頸がん予防ワクチン

今年度から定期接種となり、対象者が拡大されました。

対象者/12歳となる日の属する年度(小学校6年生相当)の4月2日生から16歳となる日の属する年度(高校1年生相当)の4月1日生までの女子

接種期間/12歳となる日の属する年度(小学校6年生相当)の4月1日から16歳となる日の属する年度(高校1年生相当)の3月31日まで

※中学1年生には、個別通知を行いました。小学6年生で接種希望の方は、健康増進課までご連絡ください。

接種場所/協力医療機関

◎予防接種の費用は無料です。

◎土浦市に転入された方、紛失などで予診票がお手元にはない方は、母子健康手帳を持参のうえ土浦市保健センターで手続きをお願いします。

献血のお知らせ

と き/6月21日(金) 午前10時~11時45分、午後1時~4時
と ころ/イオンモール土浦(上高津)



健康教室

統合失調症

土浦市医師会
塚原靖二(土浦厚生病院)

◆どんな病気なの?

統合失調症は、脳内のドーパミンやセロトニンなどの神経伝達物質の異常により、精神に変調をきたす病気です。発症に男女差はなく、生涯で120人に1人はこの病気になる可能性があり、決して稀な病気ではありません。主に思春期に発症し、その後、寛解^{かんかい}と増悪を繰り返します。初期の症状としては、何もせずに一日ぼんやりと過ごす、感情の変化が乏しい、会話が減る、人付き合いが苦手になるなど兆候があり、その後、「皆が悪意を持っている」、「ささやき声が聞こえる」など幻覚妄想が出現します。

統合失調症は3つのタイプに分けられます。妄想型は、幻聴や被害妄想が主体です。緊張型は突然の興奮状態や昏迷状態になります。解体型は、幻覚症状が目立たず、意欲低下・感情反応が乏しく、社会適応が困難となります。いずれのタイプも長期の経過をたどるため、家族関係の悪化や就労困難、経済的な問題を抱え、ご本人やご家族の負担は多大です。

◆治療法は?

統合失調症の治療は、薬物療法と非薬物療法に大別されます。薬物療法は、脳内のドーパミンやセロトニンなどの神経伝達物質の働きを調整する抗精神病薬や抗不安薬、睡眠導入薬が用いられます。抗精神病薬は幻覚・妄想に効果があり、現在は副作用の少ない第二世代抗精神病薬が主流です。統合失調症の方は、ご自分が病気であるという認識が低く、服薬を自己中断し、病状が悪化しがちです。薬の効能・効果についてご本人・ご家族に充分説明し理解していただくことが必要です。薬物以外の治療法としては、精神療法や作業療法などがあります。精神的に混乱している場合、悩みや症状について話を聴くだけでも、精神的に安定します。早く回復するためには、心身の休養をとる事、きちんと治療を受けるように話します。ストレスが契機となって病状が悪化することが多いので、ストレスへの対処の仕方を改善してゆくことが大切です。また、精神保健福祉法や障害者総合支援法などの公的支援サービスを利用することも有効です。

6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)	5日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)	
栄養相談(予約制)	11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)	4日(火)	13:00~15:00		
高齢者健康相談	6日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)	
	13日(木)		つわぶき(☎831-4126)	
	27日(木)		うらら(☎827-0050)	
	28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25年2月生まれ)	12日(水)・13日(木)	13:00~13:50	土浦市保健センター(☎826-3471)	
10か月児育児相談 (平成24年8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23年11月生まれ)	5日(水)・6日(木)	13:00~13:50		
3歳児健康診査(平成22年3月生まれ)	19日(水)・20日(木)	13:00~13:50		
母と子の歯科健康診査(平成23年3月生まれ・予約制)	7日(金)	13:15~15:00		
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	10日(月)		9:00~10:00
	7~11か月児	3日(月)		
マタニティ教室(おおむね7か月以降の妊婦・予約制)	4日(火)・11日(火)	9:45~10:00		
離乳食教室(おおむね6~7か月児・予約制)	7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	6日(木)	13:00~13:30	土浦市保健センター(☎826-3471)	

休日当番医

診療時間/午前9時~午後4時 必ず電話で確認してから受診してください(保険証を忘れずに)。
休日緊急診療テレホンサービス(☎824-9155 土・日曜日、祝日のみ)でも案内しています。

6月	内科	外科	産婦人科	歯科
2日(日)	山中内科クリニック ☎843-0870 中村南五丁目	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	まつばらウイメンズクリニック ☎830-5151 阿見町荒川本郷	斯波歯科医院 ☎823-5009 東真鍋町
9日(日)	高野医院 ☎841-0154 荒川沖西二丁目	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	岡野産婦人科医院 ☎851-2431 つくば市梅園	市村歯科医院 ☎822-8550 東崎町
16日(日)	田谷医院 ☎823-2636 生田町	野上病院 ☎822-0145 東崎町	中山産婦人科医院 ☎822-3852 川口一丁目	しば歯科 ☎821-8772 真鍋四丁目
23日(日)	永井医院 ☎842-3826 乙戸	淀縄医院 ☎822-5615 大町	鈴村医院 ☎821-0174 大町	若草歯科医院 ☎862-4887 大畑
30日(日)	木戸医院 ☎841-1753 乙戸南三丁目	県南病院 ☎841-1148 中	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	とうざき歯科クリニック ☎822-7700 東崎町

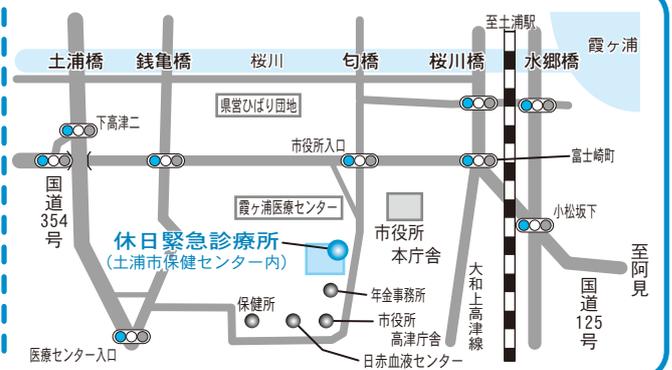
緊急のときの問合せ先/茨城県救急医療情報コントロールセンター(☎029-241-4199 年中無休24時間対応 歯科の案内は行っていません)
お子さんが急な病気で心配なときの問合せ先/
茨城子ども救急電話相談(☎029-254-9900 毎日…午後6時30分~11時30分 日曜日、祝日、12月29日~1月3日…午前9時~午後5時)

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(土浦市保健センター内)
☎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
E-mail info@city.tsuchiura.lg.jp
HP http://www.city.tsuchiura.lg.jp/
スマートフォン用ホームページ▶



編集 市長公室広報広聴課



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。

次回「広報つちうら」6月上旬号は、6月4日(火)発行予定です。