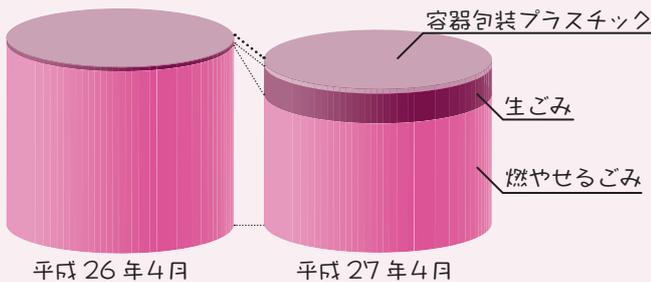


## 1か月の収集状況は？

燃やせるごみが減りました！



全市で「生ごみ」と「容器包装プラスチック」の分別収集がはじまった4月の収集状況を昨年4月と比較しました。

生ごみと容器包装プラスチックの収集は順調で、その分、燃やせるごみは減少しています。注目すべきは、それ以上にごみの全体量が減ったことです。ごみを分ける意識が、ごみ自体を減らしていることがわかります。



## 分別収集Q & A

### ・生ごみ

- Q. 水きりネットも出せるの？
- A. 出せません。生ごみを分けるために使ったもの（水きりネット、ビニール袋、水きり用の新聞紙など）や、コーヒーフィルタ、ティーバッグに入ったままでも生ごみとして出せます。
- Q. 植物のごみは捨てられますか？
- A. 生花や木の枝は燃やせるごみに出してください。スイカやメロンの皮、とうもろこしの芯やタケノコの皮など野菜のかすは生ごみとして出せます。

### ・容器包装プラスチック

- Q. 商品ラベルははがしたほうがいい？
- A. 商品ラベルや値札などははがさなくても出せます。
- Q. 緩衝材(プチプチ)は出せるの？
- A. 出せます。家電などの商品を保護するために入れられている緩衝材(プチプチ)は容器包装プラスチックです。

## 分別収集の注意点！

### 生ごみと燃やせるごみは置き分けを



生ごみと燃やせるごみはきちんと置き分けしましょう。収集漏れの原因となります。

### ペットボトルは容器包装プラスチックではありません



ペットボトルは資源ごみです。缶やびんもそれぞれ指定の曜日にしましょう。

## ルールを守ってきちんと分けてから出しましょう！

# 梅雨の季節に備えましょう

6月は土砂災害防止月間、6月1日～7日は、がけ崩れ防災週間です

☎総務課(☎826-1111 内線2292)

## 風水害

気象情報の確実性の向上と情報量の大幅な増加により、台風や大雨などの到来時間、規模などの情報を早期に知ることができるようになりました。

しかし、異常気象などにより予測以上の被害を受けることがあります。日頃から自分の家の環境を確認し、水害に注意しましょう。

### ●日頃から注意する点

- 周囲に危険な河川はないか
- 家の地盤が道路より低くないか
- 周りの道路側溝がつまっていないか
- テレビやラジオなどの気象情報



### ●早めの避難を心がけてください

台風や集中豪雨による浸水は一気に押し寄せてきます。避難の遅れは生命の危険に直結します。避難勧告・

避難指示が出たときはもちろんですが、それらが出ていなくても付近で危険を感じた際には、早めに避難してください。

- **避難勧告**…災害による被害が予想され、人的被害が発生する可能性が高まった場合に発令
- **避難指示**…状況が悪化し、災害による人的被害の危険性が非常に高まった場合に発令

### 安心・安全情報メール

災害などの情報を登録した携帯電話やパソコンにメールで配信します。受信を希望される方は、市ホームページまたは右の二次元バーコードから登録してください。



**洪水時の避難所** ※1か所の避難所に集中しないため区域を設けています。対象区域外の方も避難所に避難できます。

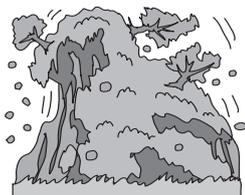
避難所	所在地	電話	避難対象区域
霞ヶ浦環境科学センター	沖宿町1853	828-0960	沖宿町、田村町、手野町
上大津東小学校	沖宿町2489	828-1018	
湖畔荘	手野町1892-1	828-0881	
上大津西小学校	手野町3651	828-1016	木田余、真鍋新町
ワークヒル土浦	木田余東台四丁目1-1	826-2622	城北町、真鍋一丁目
二中地区公民館	木田余1675	824-3588	
土浦第二中学校	東真鍋町21-7	821-0808	港町一～三丁目、有明町、桜町一・二丁目、大和町
真鍋小学校	真鍋四丁目3-1	821-0752	桜町三・四丁目、大町、千束町、生田町、大手町
土浦第一高等学校	真鍋四丁目4-2	822-0137	川口一・二丁目、湖北一・二丁目、東崎町
土浦工業高等学校	真鍋六丁目11-20	821-1953	中央一・二丁目、文京町
都和小学校	並木五丁目4826-1	831-1510	殿里、真鍋二・三丁目、西真鍋町、東真鍋町、虫掛、常名
都和公民館	並木五丁目4824-1	832-1667	
都和南小学校	常名3090	823-8251	立田町、田中一～三丁目、田中町
土浦第三高等学校	大岩田1599	821-1605	大岩田
土浦日本大学高等学校	小松ヶ丘町4-46	822-3382	蓮河原町、蓮河原新町、滝田一・二丁目、小松一・二丁目、富士崎一・二丁目
土浦市保健センター	下高津二丁目7-27	826-3471	小松一・二丁目、富士崎一・二丁目
四中地区公民館	国分町11-5	824-9330	
土浦第四中学校	中高津三丁目10-4	821-0297	下高津一～四丁目、上高津
下高津小学校	下高津四丁目2-9	821-1100	穴塚、矢作、飯田、佐野子、粕毛
藤沢小学校	藤沢3057	862-3505	藤沢、藤沢新田、上坂田、下坂田、高岡、田土部
新治地区公民館	藤沢982	862-2673	

# 土砂災害

土砂災害は、長雨・大雨・豪雨により発生します。予測が難しいため、被害が大きいのも特徴です。しかし、前兆もあります。下記のような現象が見られた際には、周囲の人にも知らせ、いち早く安全な場所へ避難してください。

## ●土砂災害の前兆現象

- 小石がパラパラと落ちてくる
- がけ・地面に亀裂ができる
- がけから水が湧き出る
- 湧き水が止まる・濁る
- 井戸や沢の水が濁る
- 急に川の水が濁り、流木が混ざり始める
- 地鳴りが聞こえる
- 地面が振動する
- 樹木が傾く
- 降雨が続くのに川の水位が下がる



## 非常用持出袋 チェックリスト



- 飲料水
- 食品(乾パン、缶詰、チョコレートなど)
- 懐中電灯、携帯ラジオ
- 予備の電池
- 現金、通帳、はんこ
- ろうそく
- ライター、マッチ
- 軍手・手袋
- ナイフ、缶切り
- ロープ
- ビニール袋
- 衣類(下着、靴下、上着、雨具)
- ヘルメット・防災頭巾
- 救急セット

一人で一日に必要な水の量は

**3リットル**



# 竜巻

竜巻は、台風、寒冷前線、低気圧などに伴って突発的に発生する激しい渦巻です。非常にスピードが速く、短時間で大きな被害をもたらします。

## ●竜巻の前兆現象

- 急に暗くなる
- ひょうが降ってくる
- 冷たい風を感じる
- 草むらや土の匂いがする
- 雷鳴が聞こえる



## ●竜巻が間近に迫ったら

### 【屋内にいる場合】

- 建物の1階の部屋に移動する
- 雨戸やシャッターを閉めて窓から離れる
- 丈夫な机の下に入り、頭を守る

### 【屋外にいる場合】

- 頑丈な建物の中に避難する
- 電柱や大きな木から離れる
- 姿勢を低くし、飛来物から頭を守る



## ★ 避難する際の注意点 ★

### ■ 避難の呼びかけに注意

危険が迫ったときには、市や消防団などから非難の呼びかけがありますので、速やかに避難してください。

### ■ 避難する前に

避難する前に電気、ガスなどの火元を確認しましょう。

### ■ 車での避難は控えて

車での避難は、緊急車両の妨げになります。また、渋滞をまねき、浸水すると動けなくなりますので、特別な場合を除き徒歩で避難しましょう。

### ■ 非常持ち出し袋の準備を

荷物は必要最低限とし、事前に準備しておきましょう。両手が使えるようにリュックに入れておきましょう。



### ■ 2人以上での避難、履物は運動靴で

動きやすい格好で、2人以上で避難しましょう。裸足、長靴は避け、ひもで締められる運動靴を使用してください。

### ■ 安全な避難路の確認

避難所までの経路をあらかじめ決めておきましょう。

### ■ 一人暮らしのお年寄りなどに気配りを

自分の家族や住みだけでなく、地域全体にも目を向けましょう。特に、一人暮らしのお年寄りや病気の人たちには、普段からの気配りが必要です。

### ■ 高い道路を通りましょう

避難にはできるだけ高い道路を選び、浸水箇所があった場合には、溝や水路に注意しましょう。また、がけ地などでは土砂災害に注意しましょう。



# 平成26年度下半期 財政状況

市では、市民の皆さんに市の財政がどのような状況にあるのかをお知らせするため、年2回財政状況を公表しています。今回は平成27年3月31日現在の収支状況をお知らせします。  
 財政局(☎826-1111 内線2213)

市民一人あたりによると  
 市税納入額…15万5433円  
 支出済額…31万3925円  
 (平成27年4月1日現在人口:  
 14万1501人)

一般会計 予算現額…627億7660万円

歳入 収入済額…497億8954万円(収入率:79.3%) 予算現額 収入済額

市税	市民税や固定資産税などの税金	223億2542万円	219億9394万円(98.5%)
地方交付税	財政状況に応じて国から交付されるお金	39億8510万円	38億856万円(95.6%)
使用料・手数料	公共施設の使用料や住民票などの手数料	10億358万円	9億5505万円(95.2%)
国庫支出金	特定の事業を行うため国から交付されるお金	88億4292万円	66億9526万円(75.7%)
県支出金	特定の事業を行うため県から交付されるお金	29億5976万円	13億1883万円(44.6%)
諸収入	延滞金などほかのどの区分にも属さないお金	11億2688万円	10億6687万円(94.7%)
市債	財源不足や多額の資金を要する際に借りるお金	123億6240万円	59億2810万円(48.0%)
その他	国税から一部が市に譲与される地方譲与税など	101億7054万円	80億2293万円(78.9%)

歳出 支出済額…444億2074万円(支出率:70.8%) 予算現額 支出済額

総務費	市役所の全般的な事務や徴税・選挙など	128億4820万円	71億7522万円(55.8%)
民生費	高齢者・障害者の福祉や子育て支援など	179億9075万円	144億1084万円(80.1%)
衛生費	予防接種やごみ処理、公害対策など	38億6852万円	28億7710万円(74.4%)
土木費	道路・公園などの整備や都市計画など	93億6048万円	42億5217万円(45.4%)
消防費	消防団や消防施設整備など	34億260万円	26億3608万円(77.5%)
教育費	学校教育や文化、スポーツなど	79億1260万円	63億5790万円(80.4%)
公債費	借入金の返済に要する経費	48億1283万円	48億1200万円(99.9%)
災害復旧費	災害復旧・復興のための経費	1億882万円	5104万円(46.9%)
その他	議会費や農林水産業費、商工費など	24億7180万円	18億4839万円(74.8%)

※収入率や支出率が低いものは、平成27年4月1日から5月31日の期間に26年度に係る収入・支出があるためです。

## 特別会計

予算現額	収入済額	支出済額
国民健康保険		
162億3978万円	136億3863万円	147億4823万円
介護保険		
93億9012万円	76億5089万円	85億5971万円
後期高齢者医療		
13億8220万円	13億1792万円	12億1938万円
下水道事業		
63億1152万円	34億269万円	47億5107万円
その他		
12億5483万円	2億1041万円	9億5540万円

※収入より支出が多いのは、一般会計からの繰り入れや市債の借入れが3月末時点では処理されていないためです。

## 水道事業会計

収益的収支	資本的収支
事業収益を目的とした収支	施設整備を目的とした収支
収入済額：34億4300万円	収入済額：3億626万円
支出済額：32億9587万円	支出済額：11億7709万円

※資本的収入額が、資本的支出額に不足する額は、留保されている財源などで補てんします。

## 市債の残高

一般会計…521億2487万円  
 ※市民一人当たりの市債残高…36万8371円  
 特別会計…284億6595万円  
 水道事業会計…60億4530万円

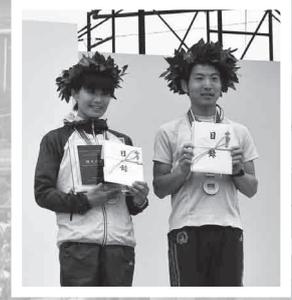
## 市有財産

土地	建物	基金
395万9998.18㎡	47万4484.00㎡	146億2867万円

# 第25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



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 早坂光司	2° 20' 19"	ジャムコエアロ
		2 森貴樹	2° 23' 08"	流経大クラブ
		3 高橋雅人	2° 24' 18"	帝京大学
	女 子	1 石橋早希	2° 41' 27"	—
		2 小川ミナ	2° 49' 58"	PUMA RC
		3 藤澤舞	2° 53' 40"	札幌市役所
10マイル	男 子	1 柱欽也	49' 31"	警視庁
		2 槻澤翔	49' 44"	警視庁
		3 廣川倅	49' 54"	國學院大学
	女 子	1 津崎紀久代	56' 25"	ノーリツ
		2 田嶋叶	58' 06"	東京農業大学
		3 渡邊恵利佳	58' 41"	白鷲大学
5キロ	男 子	1 溜池勇太	15' 22"	宇都宮高校通信
		2 向井孝安	15' 37"	モンテローザ
		3 井坂博	15' 51"	航空自衛隊百里
	女 子	1 松本恭子	17' 20"	—
		2 伊豫田歩	18' 56"	—
		3 幸田昌代	19' 10"	結城RC
車いす	1 吉田竜太郎	1° 30' 08"	S U S	
	2 島田一彦	1° 41' 01"	—	
	3 奥村直彦	1° 51' 23"	—	

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B1	1 米岡聡	2° 50' 39"	—
		2 池永敦	2° 53' 33"	J B M A
		3 新井啓介	3° 43' 59"	—
	女子B1	1 青竹レイ子	3° 57' 46"	—
		2 近藤寛子	3° 40' 22"	—
		3 加治佐博昭	59' 48"	—
10マイル	男子B2	1 小林清明	1° 13' 50"	—
		2 大竹等	1° 08' 02"	チーム湊
		3 杉田美保子	1° 20' 50"	—
	女子B2	1 青木洋子	1° 18' 43"	バンバンクラブ
		2 千葉信野	1° 39' 05"	筑波技術大学
		3 三上直人	24' 03"	—
5キロ	男子B3	1 菊島昌保	19' 58"	—
		2 石井勝己	22' 50"	植村整形外科
		3 吉村瞳	27' 28"	アキレス
	女子B3	1 生井レイ子	32' 30"	—
		2 三上直人	24' 03"	—
		3 菊島昌保	19' 58"	—



# 人材バンクをご利用ください！

「なにか趣味をはじめたい！」「まずは相談してみたい！」  
 こんな時は、市の人材バンクを利用してみませんか？

☎ 甲・関生涯学習課 (☎862-1939)

- 団体や個人が、それぞれの学習のために登録者を活用できます。営利・政治・宗教目的などには利用できません。
- 登録者を活用したい方は、直接連絡を取るか生涯学習課へご相談ください。会場は利用者側で用意してください。
- 登録者の活用は原則として無料です。ただし、交通費・教材費などがかかるときは、学習する人が実費を負担してください。
- 詳しくはホームページか、各地区公民館にある登録リストをご覧ください。

## 人材バンクに登録するには？

### ◎登録できる方

- 市内に居住または通勤・通学している
- 専門的または多様な知識や技能をもっている。その他生涯学習に関する知識・経験がある

### ◎登録方法

- 登録申請書を生涯学習課に提出
- ※ 詳しくは、お問い合わせください。

## 人材バンク登録者一覧(平成27年5月現在)

講師	活動分野および内容	連絡先
<b>家庭・生活・地域</b>		
湊 さよ子	着物の着付け	823-3243
岩崎 かをり	コミュニケーション	090-6182-5838
津谷 裕子	化学物質と健康	080-6593-2768
観光ボランティアガイド	市内の観光ガイド	824-2810
土浦友の会	生活・家庭経済、家庭料理、子供の生活	842-2242(森)
<b>資格・技術</b>		
渡辺 英一	パソコン	841-3127
賀山 功太郎	パソコン、ビジネスマナー	843-2242
村山 京子	パソコン	826-4356
松崎 正代	パソコン	842-6494
山田 正和	パソコン	090-2744-5073
勝山 勲	そろばん(4歳~小3)	841-6264
<b>語学・国際理解</b>		
服部 洋	トラベル英会話	821-3583
関口 照雄	英会話	080-6531-0654
<b>芸術・文化</b>		
文化財愛護の会	語り、紙芝居などを交えて土浦の民話を紹介	824-3185(小林)
高坂 一之	西洋絵画(水彩・油彩)	841-2950
葦の会	戦争体験の紙芝居	823-7402(大西)
宮本 千代子	古文鑑賞	821-4627
劉 毅	ペン画、ステンドグラス	090-9960-9200

講師	活動分野および内容	連絡先
<b>健康・スポーツ</b>		
秋元 昭臣	カヌー、小型ヨット	090-4959-2268
高野 利夫	ヨット	080-1167-9896
丸島 秀明	ノルディックウォーキング	822-2263
清水 勝政	杖道	801-2170
鈴木 善徳	靴の選び方、履き方	029-267-7371
大沼 義明	靴の選び方、履き方	822-0801
石田 貴子	ベビーマッサージ	080-1201-6361
田上 裕子	ベビーマッサージ、ヨガ	080-5430-3760
齋藤 寛	ストレスマネジメント	090-8340-0656
岡野 哲	生活習慣予防改善	886-6944
萩谷 京子	ダンス、モダンバレエ	841-0152
川島 文子	床でのストレッチ、バレエ	090-4920-4817
田中 裕美	ジャイロキネシス	090-2328-1766
小島 さやか	子供のバレエ、ピラティス	090-2444-9427
<b>趣味・稽古</b>		
小澤 美知子	大正琴	090-7902-9030
玉沢 君枝	ミニ盆栽、粘土細工	822-6569
橋田 宏子	箏曲、刺しゅう、ビーズ	080-1361-3111
加倉井 文子	茶道、華道	821-5165
森 由紀子	茶道、華道	822-5977
藤間 紋五郎	日本舞踊	821-1848
吉井 恵美子	フラワーアレンジメント	822-0954
野口 英二	俳句	821-4567

## お試し講座・まなびゼミ

「人材バンク」の登録者が講師となって「お試し講座・まなびゼミ」を開催します。

講座名	講師	日程	時間	会場	定員	受講料
意見のすれ違いからくるイライラをなくしませんか	岩崎 かをり	7/15(水)	10:00~12:00	一中地区公民館	20人	無料
「そろばんパワー」で知力・能力アップ無限大	勝山 勲	7/19(日)	14:00~16:00	六中地区公民館	30人	500円
はじめての大正琴	小澤 美知子	7/22(水)	10:00~12:00	新治地区公民館	10人	無料
ノルディックウォーキング	丸島 秀明	7/25(土)	9:30~11:30	小町の館	20人	500円
健康は足もとから！	鈴木 善徳	7/26(日)	13:00~14:30	都和公民館	20人	無料
ゆかたを着てゆかた美人になりましょう	湊 さよ子	7/30(木)	10:00~12:00	まちかど蔵大徳	10人	100円
カヌー入門(親子可)	秋元 昭臣	8/2(日)	10:00~12:00	ラクスマリーナ	10人	500円
誰でもできる古武術「杖道」入門	清水 勝政	8/4(火)	10:00~12:00	四中地区公民館	25人	無料
トラベル英会話入門講座	服部 洋	8/6(木)	13:30~15:30	生涯学習館	20人	30円
刺しゅう初心者入門A~C*	橋田 宏子	8/9(日)	14:00~16:00	新治地区公民館	15人	1000円

\*A：フランス刺しゅう、B：スウェーデン刺しゅう、C：こぎん刺しゅうのいずれかを選択

☑ 市内に居住または通勤している方

☑ 往復はがきに氏名、郵便番号、住所、電話番号、性別、年齢、希望講座名(刺しゅう初心者入門はA~Cも記入)を記入して郵送、またはメールで

☑ 7月2日(木)(必着)

※ 申込人数が少数のときは、中止になることがあります。

☎ 甲・関生涯学習課 (☎300-4192 藤沢975 ☎862-1939

✉ manavi@city.tsuchiura.lg.jp)

# 皆さんに安全な水を届けています

市の水道の基本は、安全な水を安定して皆さんにお届けすることです。水道課では、厚生労働省で定められた水質基準項目に従い、配水区域4系統別に水質検査を実施しています。今回は、3月に実施した水質検査の結果についてお知らせします。検査の結果は、すべて水質基準に適合しています。また、放射能検査値につきましては、指標値を大きく下回っており安全です。

なお、平成27年度の水道水質検査計画について、水道法施行規則第15条に基づき、水道事業者が行う定期的水質検査の検査すべき事項、当該項目、採水の場所、検査回数および理由などを決めました。

詳しくは、水道課ホームページをご覧ください。水道課までお問い合わせください。

☎水道課(☎821-6237)

## 平成27年3月の水質検査の結果

健康に関する項目および性状に関する項目(抜粋)

水質基準項目	基準値	大岩田配水場系	神立配水場系	右粕配水場系	新治浄配水場系	
健康に関する項目	一般細菌	100個/ml以下	0個/ml	0個/ml	0個/ml	0個/ml
	大腸菌	検出されないこと	不検出	不検出	不検出	不検出
	カドミウム	0.003mg/l以下	0.0003未満(mg/l)	0.0003未満(mg/l)	0.0003未満(mg/l)	0.0003未満(mg/l)
	水銀	0.0005mg/l以下	0.00005未満(mg/l)	0.00005未満(mg/l)	0.00005未満(mg/l)	0.00005未満(mg/l)
	鉛	0.01mg/l以下	0.001未満(mg/l)	0.001未満(mg/l)	0.001未満(mg/l)	0.001未満(mg/l)
性状に関する項目	亜鉛	1.0mg/l以下	0.01未満(mg/l)	0.01未満(mg/l)	0.01未満(mg/l)	0.01未満(mg/l)
	鉄	0.3mg/l以下	0.01未満(mg/l)	0.01未満(mg/l)	0.01未満(mg/l)	0.01未満(mg/l)
	銅	1.0mg/l以下	0.01未満(mg/l)	0.01未満(mg/l)	0.01未満(mg/l)	0.01未満(mg/l)
	ナトリウム	200mg/l以下	25.0(mg/l)	25.2(mg/l)	25.0(mg/l)	25.9(mg/l)
	マンガン	0.05mg/l以下	0.001未満(mg/l)	0.001未満(mg/l)	0.001未満(mg/l)	0.001未満(mg/l)

※そのほか、41項目の検査が義務付けられていますが、いずれも基準値を大きく下回っています。

## 指定工事店による水道工事について

- 水道工事の申し込みは…ご家庭で給水装置の新設・改造・撤去などの工事をするときは、市が指定する「土浦市指定給水装置工事事業者」に工事を申し込んでください。土浦市指定給水装置工事事業者以外では、工事を行うことはできません。
- 工事費用は…皆さんのご負担となります。また、工事費用は使用される材料、水道管の口径などによって異なりますので、土浦市指定給水装置工事業者に直接おたずねください。

## 漏水について

- 宅地内の漏水箇所の修理費用は…皆さんの負担となります。
  - 上下水道料金がいちじるしく増額した場合は…漏水が疑われます。漏水は料金減額措置(諸条件あり)もありますので、漏水修理後に修理を依頼された土浦市指定給水装置工事事業者または水道課にお問い合わせください。
- ※土浦市指定給水装置工事事業者は、水道課ホームページまたは水道課で閲覧できます。

# 注意!

## 水道課職員を装った詐欺や窃盗、悪質な訪問販売が多発しています!

作業服などを着用した水道課職員を装い、水道料金などを詐取したり、水道課から依頼されたと偽って勝手に水質検査を行い浄水器を売りつけるなどの詐欺や窃盗、悪質な訪問販売が多発しています。市では、次のようなことは行っていませんので、十分にご注意ください。

- ★水道メーターを交換してお金を請求する
  - ★要請のない水質検査をしてお金を請求する
  - ★突然訪問して水質検査を行った後、浄水器の販売、あっせんや水道管の配管工事契約を行う
- 不審に思ったら、職員証の提示を求めるなど、職員がどうか確認するか、水道課へお問い合わせください。場合によっては、警察または交番へ通報してください。





INFORMATION

情報ひろば

- |       |        |
|-------|--------|
| 日時・日程 | 持ち物    |
| 会場    | 料金・受講料 |
| 対象者   | 申込方法   |
| 講師    | 締め切り   |
| 内容    | 問い合わせ  |
| 定員    | その他    |

土浦市役所 ☎826-1111  
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】

**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】

をしている団体  
「こらばの」は市民団体の活動を紹介するホームページです。会員の募集や活動のPRとして活用ください。  
定 各50人(先着順、原則各団体1人まで)  
申 団体名、代表者名、参加者名、参加者の住所、電話番号、希望日時を記入し、郵送、ファクス、メールまたは電話で

6月26日(金)(必着)

市民活動課 ☎内線2234、FAX 826・1147、  
shimin-katsudo@city.tsuchiura.lg.jp

女性の権利110番

6月23日(火) 午後1時～4時  
女性の権利一般に関する無料電話相談を実施します。受付電話番号

029・224・5182  
029・224・5183

茨城県弁護士会 ☎029・221・3501

高齢者趣味クラブ発表会

芸術発表会

6月20日(土) 午前9時30分  
から

場亀城プラザ

民謡、民舞、詩吟、謡曲、ダンス

作品展示即売会

6月20日(土) 午前10時から  
場亀城プラザ  
陶芸、編みもの、書道など  
社会福祉協議会 ☎821・5995

早朝アスリをしませんか

6月から9月までの土・日曜日、祝日 午前7時から9時

水郷テニスコート

市内在住者：1020円、  
市外在住者：2040円  
(いずれも1面2時間の料金)  
申 電話または直接

※利用日の1か月前から  
水郷テニスコート ☎824・0880

大好きいばらき企業説明会

水戸会場：6月16日(火)ホテルレイクビュー水戸(水戸市宮町)

土浦会場：6月25日(木)ホテルマロウド筑波(城北町) 時間はいずれも午前11時～午後4時(説明会は午後1時から)

対平成28年3月までに大学院・大学・短大・専修学校などを卒業予定の方および既卒者で未就職の方

※詳しくは、同ホームページをご覧ください。  
県労働政策課 ☎029・301・3645

HIV検査を受けてみませんか

毎週木曜日 午前9時～10時、第3木曜日 午後5時～7時

土浦保健所では、感染不安のある方に無料・匿名で検査、相談を行っています。※結果は翌週以降、木曜の午前10時から11時に本人へ口頭で伝えます。  
県土浦保健所保健指導課 ☎821・5516

陸上自衛隊夜間飛行訓練

6月10日(水)、11日(木)、17日(水)、18日(木) 日没から約3時間以内

場陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場および同周辺空域  
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

花ハス・ハナシヨウブ解説  
ボランテニア養成講座  
6月18日(木) 午前9時30分～11時30分(全5回)  
※次回日程は申し込み後  
場市役所第4会議室

乙戸水生植物園  
ハナシヨウブ解説会

6月7日(日)、14日(日) いずれも午前10時から、午後1時から

乙戸水生植物園(乙戸沼公園西側)

講 香取正人さん(土浦市公園管理アドバイザー)

内 アヤマやカキツバタとの違い、ハナシヨウブにちなむ故事、栽培方法など  
※詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問 公園街路課 ☎内線2258

市民活動情報サイト「こらば」の使用説明会

7月6日(月) 午後1時30分から、7月7日(火) 午前9時30分から

場市役所第2会議室

対 NPO法人、ボランテニア団体、町内会(自治会)、同好会、文化団体、スポーツ団体など市内で非営利活動



男性の生活セミナー  
「料理ビギナーズ編」

日 6月28日(日) 午前10時～午後1時

場 総合福祉会館(ウララ25階)

講 土浦市生活改善推進員

内 基礎から学べる講座です。

メニュー…麦入り枝豆ご飯、かき玉汁、魚のホイル焼き、季節の彩りサラダ

定 20人(先着順)

持 エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具

¥ 材料費500円程度

申 電話で

問 男女共同参画課(☎827・1107)

霞浦の湯講座  
アンチエイジングヨガ

日 7月9日～9月24日の木曜日 午後1時30分～2時30分(全10回)

場 日帰り入浴施設「霞浦の湯」(水郷公園内)

対 一般男女

講 水野谷 香さん(SPT)認定 ヨガインストラクター

定 40人(定員を超えたときは抽選)

¥ 5200円

申 往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性

別、電話番号を記入し郵送、または午後2時から8時に郵便はがきを窓口(月曜定休)に直接(月曜定休)

☑ 6月20日(土)(必着)

問 霞浦の湯(〒300・0835 大岩田255 ☎823・1631)

アフターファイブサロン「木曜夜話」

日 6月18日(木) 午後6時30分～8時10分

場 亀城プラザ

講 中島 徹さん(国土館大学教授)

内 「見る」ことについてー哲学から考える

定 100人(予約不要)

問 県南生涯学習センター(☎826・1101)

認知症サポーター養成講座

日 7月3日(金) 午前10時～11時30分

場 新治地区公民館

対 市内在住または在勤・在学の方

内 認知症をもっとよく知ろう！

申 電話で

問 地域包括支援センター(☎824・0332)

第50回土浦市民ゴルフ大会

日 9月16日(水)

場 ◎富士OGMゴルフクラブ 出島コース(かすみがうら市下軽部)

◎ かすみがうらOGMゴルフクラブ(かすみがうら市田伏)

対 市内居住・勤務者および友人など

定 500人(先着順)

¥ 4000円(プレー代が別途かかります)

申 所定の申込用紙に必要事項を記入し、参加費を添えて土浦商工会議所へ直接

☑ 8月17日(月)(必着)

問 同大会事務局(土浦商工会議所内 ☎822・0391)

第30回県南医療福祉交流会

「だれもが安心して住み慣れたまちで暮らすために」

日 6月27日(土) 午後1時30分～4時30分

場 霞ヶ浦医療センター 講堂

講 名児耶清吉さん(おおぞら理事長)ほか

内 娘をもう一度、主権者に、成年被後見人の選挙権回復

¥ 参加費300円、駐車料金

100円

問 県南地域医療懇話会(☎823・7930)

土浦協同病院市民公開講座

日 6月20日(土) 午後2時～4時

場 市民会館 小ホール

講 清水誠一さん(血液内科部長)

内 もっと知って欲しい・血液がん in 土浦

定 250人(予約不要)

問 同病院庶務課(☎823・3111)

ネイチャーセンター工作教室

父の日に贈るメッセージカードを作ろう

日 6月20日(土) 午後1時から、午後2時から

場 ネイチャーセンター

対 小学生以下(保護者同伴)

定 各10人(先着順)

申 電話または直接

問 同センター(☎826・4829)

甲種防火管理新規講習会

日 7月30日(木)、31日(金) 午前9時50分～午後4時50分(受け付けは午前9時30分から)

場 霞ヶ浦環境科学センター(沖宿町)

定 80人(先着順)

¥ 5000円

申 7月1日(水)午前9時30分から11時30分にワークヒル土浦に直接

問 消防本部予防課(☎821・5967)

税務職員採用試験

日 一次試験 9月6日(日)

対 平成27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28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の方

申 インターネット申し込み：6月22日(月)の午前9時から7月1日(水)(受信有効)

郵送・持参(インターネット申し込みができない場合のみ)：6月22日(月)から24日(水)(消印有効)

※申し込み方法など、詳しくはお問い合わせください。

問 人事院人材局試験課(☎03・3581・5311 内線2332)



6月7日(日)～13日(土)は

# 危険物安全週間

です

「無事故へと 気持ち集中 はっけよい」

生活に欠かすことのできないガソリンや灯油などの危険物はひとたび使用を誤れば大災害を招く危険性が潜んでいます。この機会に、ご家庭や事業所において、危険物の安全確認についてもう一度みなおしてみましょ。



消防本部予防課 (☎821-5967)

霞ヶ浦医療センター内

筑波大学附属病院  
土浦市地域臨床教育センターオープン



～寄附講座による地域医療体制の拡充～

健康増進課 (☎826-3471)

4月から国立病院機構霞ヶ浦医療センター内に「筑波大学附属病院土浦市地域臨床教育センター」が開設され、運営されています。

平成24年度から土浦市より筑波大学に寄附することで開設した「筑波大学附属病院土浦市地域臨床教育ステーション」には筑波大学から医師3名が派遣され実診療を通じた研究が行われてきました。このたび医師2名が増員され「同センター」に格上げになり地域医療の更なる充実が図れることとなります。診療科目は従来の「呼吸器内科」「整形外科」「循環器内科」に加え、「麻酔科」「消化器内科」です。

今後も筑波大学・霞ヶ浦医療センターとの連携を深め本市の地域医療体制の発展に努めてまいります。



## こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん HAPPY BIRTHDAY

6月生まれ

8月で1歳になる  
赤ちゃんを募集!!

申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

☑6月30日(火)

※8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。

赤ちゃんの写真応募のお願い

2ポイント

- ①頭がきれていない写真
- ②25文字には記号(!,♡,♪)なども含みます



Happy Birthday  
1/365(\*'▽')♪

とらじ  
松葉虎児ちゃん  
(中高津二丁目)



☆1歳おめでとう☆  
蓮央大好きだよ♡  
元気に育ってね!!

れお  
中田蓮央ちゃん  
(下高津二丁目)



1歳おめでとう!  
すくすく育ってね

はやと  
田原隼人ちゃん  
(中)



お腹一杯食べて  
元気に遊ぼうね

かいじゅ  
後藤海寿ちゃん  
(神立東)



いつもニコニコ  
元気な拓希が  
大好きだよ♡

ひろき  
藤丸拓希ちゃん  
(霞ヶ岡町)



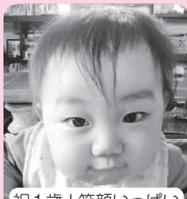
泣き虫はやちゃん♡  
強く優しく元気が  
大きくなってね!

はやと  
松尾駿ちゃん  
(中村東二丁目)



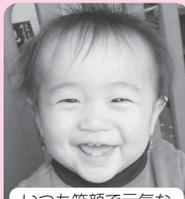
あなたの笑顔が  
大好きです!  
パパ・ママ・賢翔

れな  
宇田川玲奈ちゃん  
(富士崎一丁目)



祝1歳!笑顔いっぱい  
まっすぐ元気に  
大きくなあれ!

はな  
鈴木花ちゃん  
(大岩田)



いつも笑顔で元気な  
なおちゃん!  
パパママ大好きだよ♡

なとお  
宇野那音ちゃん  
(真鍋六丁目)



お誕生日おめでとう☆  
虎徹がいて  
みんな幸せです♡

こまつ  
小島虎徹ちゃん  
(真鍋二丁目)



☆1歳おめでとうー☆  
ニコニコ笑顔併せ  
沢山ありがとう♡

あおい  
熊谷葵衣ちゃん  
(中都町一丁目)



★祝1歳★  
いつも元気で  
大きくなあれ!

しょう  
北本翔ちゃん  
(並木一丁目)



♡あおちゃん♡  
幸せいっぱい  
毎日をありがとう!!

あおい  
半田蒼乃ちゃん  
(東若松町)



いつも笑顔  
ありがとう♡  
剛ちゃん大好きだよ♡

こうたろう  
島陰剛太郎ちゃん  
(小松三丁目)

※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。

# 水郷体育館 スポーツプログラム受講生募集

④往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望プログラムを記入して郵送、または郵便はがきを窓口に持参(月曜休館)

※1講座につき1人はがき1枚の申し込み。親子で受講する講座は、お子さんの氏名(ふりがな)、年齢も記入してください。

- ④6月20日(土)(必着)
- ※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。
- ④水郷体育館
- (〒300-0835 大岩田1051番地 ☎823-4811)

教室名	対象	曜日	時間	目程	回数	定員	受講料
ピラティス	一般男女	火	9:45~10:45	7/7~9/15	9	36人	4700円
ママと赤ちゃんの産後体操	2~10か月親子	火	10:30~11:30	7/7~9/15	8	15組(30人)	6200円
エアロビクス午前	一般男女	火	11:00~12:00	7/7~9/15	9	36人	4700円
バランスボール&ストレッチ	一般男女	火	13:30~14:30	7/7~9/15	10	25人	5200円
エアロビクス夜間	一般男女	火	19:00~20:00	7/7~9/15	10	36人	5200円
タイ古式ヒーリングエクササイズ	一般男女	火	20:10~21:00	7/7~9/15	10	30人	5200円
親子リトミック体操(A)	1歳半~4歳児親子	水	9:40~10:30	7/8~9/16	10	25組(50人)	5200円
骨盤調整ストレッチ	一般男女	水	10:30~11:30	7/8~9/16	8	15人	6000円
親子リトミック体操(B)	1歳半~4歳児親子	水	10:40~11:30	7/8~9/16	10	25組(50人)	5200円
ソフトヨガ	一般男女	水	14:00~15:00	7/8~9/16	10	35人	5200円
パワーヨガ水曜初級	一般男女	水	18:45~19:45	7/8~9/16	10	45人	5200円
パワーヨガ水曜中級	一般男女	水	20:00~21:00	7/8~9/16	10	45人	5200円
ペルビック・ストレッチ(骨盤矯正)	一般男女	木	9:50~10:50	7/9~9/17	10	20人	7200円
ストレッチ&ヨガ	一般男女	木	11:00~12:00	7/9~9/17	10	45人	5200円
骨盤エクササイズ	一般男女	木	19:00~19:50	7/9~9/17	8	20人	4200円
のびのびヨガ	一般男女	木	20:00~20:50	7/9~9/17	8	20人	4200円
ハワイアン・フラ夜間	一般女子(16歳以上)	木	20:00~21:00	7/9~9/17	10	30人	5200円
姿勢矯正 うしろ姿美人	一般男女	金	9:30~10:30	7/10~9/18	10	30人	5200円
美巡coreパワーヨガ	一般男女	金	10:35~11:35	7/10~9/18	10	40人	5200円
ファイティングシェイプ&ストレッチ	一般男女	金	13:30~14:30	7/10~9/18	8	25人	4200円
アスリートcoreパワーヨガ	一般男女	金	19:00~19:50	7/10~9/18	6	20人	4800円
リラックス ヨガ	一般男女	金	19:15~20:15	7/10~9/25	10	35人	5200円
パワーヨガ金曜夜間初級	一般男女	金	20:00~21:00	7/10~9/18	10	45人	5200円
ハワイアン・フラ午前	一般女子(16歳以上)	土	10:00~11:00	7/11~9/19	10	30人	5200円
キッズHIPHOP A	4歳~未就学児	土	11:15~12:15	7/11~9/19	10	15人	6200円
キッズHIPHOP B	小学1~3年生	土	13:00~14:00	7/11~9/19	10	20人	6200円
キッズHIPHOP C	小学4~6年生	土	14:00~15:00	7/11~9/19	10	20人	6200円
健康太極拳・八段錦	一般男女	土	15:15~16:45	7/11~9/19	10	30人	5200円
ベリーダンス	一般女子	日	11:00~12:00	7/12~9/13	8	20人	6500円
↓下記の講座は申込期限が7月15日(水)まで							
ジュニアフットサル未就学児	3歳~未就学児	金	9:00~9:45	7/31~8/28	4	30人	3000円
ジュニアフットサル1・2年生	小学1~2年生	金	10:00~10:45	7/31~8/28	4	30人	3000円
ジュニアフットサル3・4年生	小学3~4年生	金	11:00~12:00	7/31~8/28	4	30人	3000円

※受講料には保険料が含まれます。  
 ※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がございますので、あらかじめご了承ください。

# 水郷テニスコート 硬式テニス教室



教室名	対象者	曜日	時間	日程	回数	定員	受講料
初心初中級 基本・応用	高校生以上	火	19:30~21:00	6/30~8/25	8	40人	6000円
中級 試合想定	高校生以上	水	19:30~21:00	7/1~8/19	8	24人	9000円
初心初中級 基本・応用	高校生以上	木	19:30~21:00	7/2~8/20	8	40人	6000円

①往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、希望教室(曜日・時間)を記入し郵送、または郵便はがきを窓口へ持参(月曜休館)  
※1教室につき1人1枚の申し込み(連名での申し込みはできません)

②6月16日(火)(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、中止になることがあります。受講料には保険代が含まれます。

③問水郷テニスコート

(〒300-0835 大岩田580 ☎824-0880)

## ワークヒル土浦講座受講生募集



①往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、電話番号、希望教室(曜日・時間)を記入し郵送、または郵便はがきを窓口へ持参(月曜休館)  
※1講座につき1人1枚の申し込み。親子で受講する講座はお子さんの氏名(ふりがな)、年齢も記入してください。

②6月18日(木)(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、中止になることがあります。受講料には保険代が含まれます(ひさしぶりのピアノ、はじめてのピアノを除く)

③問ワークヒル土浦

(〒300-0027 木田余東台四丁目1-1 ☎826-2622)

講座名	講師	曜日	時間	日程	回数	定員	受講料
イーザーダンササイズⅠ	YOSHIHIKO	火	10:00~11:00	6/30~9/15	10	35人	5150円
託児付きヨガ(1~3歳児親子)	川村 仁美	火	11:20~12:10	7/7~9/8	8	15組30人	8250円
ジムダイエット~美ボディメイク~	苦瓜 一斉	火	11:30~12:30	6/30~9/15	10	10人	6450円
簡単ボクササイズ&ストレッチ	高野 蘭美	火	13:30~14:30	6/30~9/15	10	35人	5150円
コンシャスヨーガ	風間 陽子	火	15:45~17:00	6/30~9/15	10	30人	5150円
イーザーダンササイズⅡ	R Y U T A	火	18:50~19:50	6/30~9/15	10	35人	5150円
エアロ&体幹トレ~ボディシェイプ☆ワークアウト~	染野 友子	火	20:00~21:00	6/30~9/15	10	35人	5150円
ベーシックエアロ水曜	石塚 美樹	水	10:00~11:00	7/8~9/30	10	35人	5150円
ベビー&ママエアロ(3か月~10か月未満児)*1	倉持 理佐	水	11:30~12:30	7/8~9/30	10	30組60人	5150円
ボクササイズ ボクシング+エクササイズ	鴻田 弘	水	18:50~19:50	7/8~9/30	10	40人	5150円
ZUMBA ラテン音楽+ダンスエクササイズ	大塚 潤	水	20:00~21:00	7/8~9/30	10	60人	5150円
親子リズムエアロⅠ(2・3歳児)	菊地 涼子	金	9:30~10:45	7/3~9/25	10	30組60人	5150円
ひさしぶりのピアノ	屋代 晃代	金	9:50~10:50	7/10~9/25	10	10人	10300円
はじめてのピアノ(初心者)	屋代 晃代	金	11:00~12:00	7/10~9/25	10	10人	10300円
親子リズムエアロⅡ(1歳児)*2	菊地 涼子	金	11:00~12:15	7/3~9/25	10	30組60人	5150円
ボディメイクヨガ~エアロマブラス~	水野 谷 香	金	13:30~14:30	7/3~10/2	10	35人	5150円
チビっ子体操(4~6歳児・幼児クラス)	戸井田 昌教	金	16:30~17:30	7/10~9/25	10	15人	10300円
すっきり爽快エアロ	鎌田 裕美子	金	18:50~19:50	7/10~9/25	10	35人	5150円
骨盤シェイプストレッチ	苦瓜 一斉	金	20:00~21:00	7/10~9/25	10	35人	5150円
バランスコーディネーション~リズム&体幹ストレッチ~	藤 来 真人	日	18:00~18:50	7/5~9/13	8	30人	4100円
デトックスヨガ 老廃物すっきり!溜めない体に!	永 沼 彩	日	19:00~19:50	7/5~9/13	8	35人	4100円

※1首がすわってから ※2歩行が可能になってから

# ふるさと土浦応援寄付 の活用について公表します

平成26年度も「土浦をふるさと」と思う多くの方から応援をいただきました。いただいた寄付金について、平成27年度予算の活用内容を公表します。

☎財政課(☎826-1111 内線2213)

寄付金の内容	平成26年度の寄付状況		平成27年度の寄付金の活用状況	
	件数	寄付金額	活用事業	活用額
●安心・安全戦略プラン 防犯・防災体制の構築や医療・福祉の充実	3	450,000円	地域防災対策整備事業	450,000円
●パワーアップ戦略プラン 市の魅力発信とイメージアップ	1	100,000円	特別展開催事業(博物館)	100,000円
●暮らしの「質」向上戦略プラン 快適な環境,都市空間,にぎわいの創出や教育の充実	—	—	プラスチック製容器包装・生ごみ分別収集事業	20,000円
●オンリーワン戦略プラン 地域資源を生かした、土浦ならではのブランドの創出	4	330,000円	花火大会事業	340,000円
●土浦市協働のまちづくり基金 市民協働のまちづくりの推進	3	150,000円	まちづくりファンド事業	150,000円
その他(花火大会事業関係)	1	10,000円	→オンリーワン戦略プラン	—
記載なし	1	20,000円	→暮らしの「質」向上戦略プラン	—
合計	13	1,060,000円		1,060,000円

◎寄付者の内訳：東京都3人、埼玉県1人、愛知県1人、牛久市1人、つくば市2人、かすみがうら市1人、笠間市1人、水戸市1人、八千代町1人、土浦市1人

## 亀城プラザフィットネス&カルチャー講座受講生募集

☑ 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望講座を記入し郵送、または郵便はがきを窓口へ持参(水曜休館)  
※ 1講座につき1人1枚の申し込み。親子で受講する講座はお子さんの氏名(ふりがな)、年齢も記入してください。

☑ 6月20日(土)(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、中止になることがあります。受講料は保険料を含みます(はじめてのハーモニカを除く)

☑ 亀城プラザ

(〒300-0043 中央二丁目16-4 ☎824-3121)

講座名	対象	曜日	時間	日程	回数	定員	受講料
楊名時八段錦太極拳基本講座	一般男女	月	13:30~15:00	7/6~9/14	10	30人	6000円
ナチュラルボディメイクヨガ	一般男女	月	19:30~20:30	7/6~9/14	10	40人	5000円
骨盤スリムピラティス	一般男女	火	19:30~20:30	7/7~9/15	10	30人	5000円
うさぎ先生の親子リトミック体操教室	1歳半~4歳児と保護者	木	9:45~10:45	7/9~9/17	10	30組(60人)	5000円
らくらく骨盤体操	一般男女	木	11:10~12:10	7/2~9/3	8	30人	4000円
はじめてのハーモニカ <sup>※1</sup>	一般男女	木	13:15~14:30	7/9~9/10	8	15人	8636円 <sup>※3</sup>
うさぎ先生のチビっこ体操教室 <sup>※2</sup>	4~6歳児	木	16:30~17:15(C)	7/9~9/17	10	18人	10000円
New!! プレス・YOGA	一般男女	木	19:30~20:30	7/9~9/3	8	20人	4000円
アンチエイジング★ヨガ	一般男女	金	9:30~10:30	7/10~9/18	10	30人	5000円
男塾~男性のためのボディエクササイズ~	18~50歳男性	金	19:30~20:30	7/10~9/18	10	25人	7500円
うさぎ先生のチビっこ体操教室 <sup>※2</sup>	4~6歳児	土	14:00~14:45(A)	7/11~9/19	10	各18人	10000円
			15:00~15:45(B)				
			16:00~16:45				
	小学1~3年生						

※1 初回時にハーモニカを購入可能(要予約) ※2 (A)、(B)、(C) いずれかを選択 ※3 教材費含む

# 天童フェア

土浦市と観光物産協定を結んでいる天童市の特産品(さくらんぼ「佐藤錦」、漬物、お菓子など)を販売します。

日 6月20日(土) 午前10時～午後5時 ※小町の館は午後4時まで

6月21日(日) 午前10時～午後2時

場 まちかど蔵、小町の館

※お買い上げ先着50人(各会場)お楽しみプレゼント  
山形の玉こんにゃく実演販売あり



同日開催!!

●第6回霞ヶ浦帆引き船(1/40)模型  
工作教室

日 6月21日(日) 午前9時～正午

場 まちかど蔵「野村」袖蔵

対 小学校5年生以上(小学生は保護者同伴)

定 18人(先着順)

講 霞ヶ浦帆引き船・帆引き網漁法保存会

料 ¥2500円(材料費)

申 電話またはファクス(住所、氏名、年齢、  
電話番号を明記)



問・申 土浦市観光協会 (☎824-2810、FAX 824-2819)



## 食生活改善推進員の 健康料理



No.116

### お野菜ミルク寒天

今回ご紹介するのは、野菜が苦手なお子さまにもオススメ!お野菜ミルク寒天です。

牛乳にスキムミルク(脱脂粉乳)を加えることでカルシウムをアップできます。加える野菜は、ニンジン、ホウレンソウに限らず、お好みの野菜に変更できます。緑黄色野菜を使うと鮮やかな色に仕上がります。

緑黄色野菜と淡色野菜の違いは、カロテンの含有量!カロテンは、ニンジンなどの橙色のもとになっている栄養素で、老化や生活習慣病の原因となる活性酸素の害を防ぐ働きがあります。ナスやキュウリなどのように、一見色が濃くみえても、実の色が薄く、カロテンが少ないものは淡色野菜です。また、カロテン含有量は基準以下でも、一度に食べる量や頻度が多いトマトやピーマンなどは、供給源として緑黄色野菜に分類されています。淡色野菜には、ビタミンCや食物繊維などが多く含まれるものがあります。野菜は、緑黄色野菜120gと淡色野菜をあわせて1日350g以上の摂取を目指しましょう。

材料・分量(12人分).....

水	200cc	水	200cc
A 粉寒天	2g	A 粉寒天	2g
砂糖	25g	砂糖	25g
B 牛乳	200cc	B 牛乳	200cc
スキムミルク	大さじ2	スキムミルク	大さじ2
ニンジン	60g	ホウレンソウ	60g

※2層に固めるため、ニンジンとホウレンソウそれぞれの液を用意する。

作り方.....

- ①ニンジンは皮をむき、ゆでる。ホウレンソウもゆでる。
- ②Bと①をそれぞれミキサーにかける。
- ③Aを鍋にかける。沸騰してから1～2分加熱する。
- ④②を③の鍋に加え温める。
- ⑤型にニンジンの液を流し入れ、固まったら、次にホウレンソウの液を入れ冷やし固める。



1人分の栄養素.....

エネルギー	50kcal
たんぱく質	2.0g
脂質	1.4g
カルシウム	66mg
食物繊維	0.5g
塩分	0.1g

食生活改善推進員



白鳥桂子さん 清水裕美さん

# 未来への伝承

## 新収蔵庫の完成

### —資料を守り、伝える

「未来への伝承」は平成14年4月に連載をスタートしました。博物館と上高津貝塚ふるさと歴史の広場の学芸員が、各館に収蔵している資料や、発掘調査された遺跡などの過去の遺産を中心に、読者の皆さんに解説しています。

連載中の13年の間にも、それぞれの館で収集する資料は増加し、資料を守るべきハコである「収蔵庫」は狭くなっていきました。限られた建物内の空間に、増え続ける郷土の宝をいかに保存していくか、工夫をこらしてきましたが、昨年度、館内の一部を改装し、新しい収蔵庫を整備することができました。今回は博物館の新収蔵庫についてご紹介します。

写真①は、鉄骨工事の様子です。博物館には昭和63(1



▲写真① 鉄骨工事の様子

988)年の建築の際に、収蔵庫へ改装可能な駐車場兼倉庫スペースがありました。そのため、今回はこの空間を有効に活用すべく、鉄骨を組み二層にしたのです。写真②は一層目の完成状況です。民俗資料など、重量のある大型の資料にも対応できるように、二重床としていきます。写真③は二層目

です。主に小型の歴史資料の収蔵スペースです。内装には耐火性能に優れた素材を使用し、さらに温湿度管理が必要な資料に対応できるように、最新の調湿性能を持つ専門工法を用い、木製棚も設置しました。

さて、そもそもなぜ収蔵庫が必要なのでしょう。資料は材質によって最適な環境におかれることで、長く安全に保管することができます。特に大きな影響を及ぼすのが湿度です。湿度が高いとカビや虫食い・錆が、湿度が低いとひび割れやはがれが生じます。そのため、特に環境の影響を受けやすい資料については、温湿度を一定に保つよう工夫が必要となり、近年は機械による空調管理を行なっています。今回の工事では、二層目の収蔵庫は24時間温湿度管理ができるものとし、相対湿度55%前後(紙に適した数値)になるよう調整して、特に繊細な資料を収蔵していく予定です。

収蔵庫に収めれば万全か、という点必ずしもそうではありません。人の手と目をかけることが必要です。資料は収納する前に、ほこりやごみを丁寧に除去し、二酸化炭素くんじょう燻蒸で殺虫処理をします。庫内をこまめに清掃し、カビや虫の発生の温床にならないようにし、目視でも環境を確認します。

限られたスペースではありますが、個々の資料の状況を勘案しながら、適切な形で次世代へ伝えてゆけるよう、これからも努めてまいります。

博物館では、8月下旬まで新収蔵庫の建材の一部などをご紹介します。

岡市立博物館(☎824・2928)



▲写真③ 収蔵庫二層目



▲写真② 収蔵庫一層目



# まちの フォトNEWS

## いっぱい遊んで笑顔満点！

### ネイチャーセンターこどもまつり

五月晴れの抜けるような青空の下、霞ヶ浦総合公園でネイチャーセンターこどもまつりが開催されました。射的やヨーヨー釣りなどの出店は大盛況で、子供たちは大はしゃぎ。工作や、お菓子作りに挑戦したり、会場に遊びに来ていたつちまると写真を撮ったりと、連休最終日を全力で遊びました。(5月6日)



## ぶつかり合いの真剣勝負

### わんぱく相撲

霞ヶ浦総合公園相撲場ではわんぱく相撲「土浦場所」が開催されました。約80人のちびっ子力士たちが、日頃の練習の成果を発揮しようと、真剣勝負に臨みました。大相撲顔負けの豪快な投げ技や、土俵際での熱い逆転劇に、会場からは大きな声援と拍手が送られていました。(5月17日)



## つちまるポロシャツの 販売が決定しました！

好評につき、今年もつちまるポロシャツの販売が決定しました。定番のホワイトやネイビーなどにくわえ、今年は新たにイエローとパープルが登場！この機会にぜひお買い求めください。

☑色…ホワイト、ブラック、ネイビー、ピンク、イエロー、パープル  
サイズ…XS、S、M、L、XL、XXL

¥2,200円(税込)

申往復はがきに住所、氏名、ふりがな、電話番号  
色とサイズ、購入枚数を記入して郵送

☑第1回…6月18日(木) 引換期間7月13日(月)～9月4日(金)  
第2回…7月2日(木) 引換期間7月30日(木)～9月30日(水)

申・岡土浦市観光協会(〒300-0043 中央一丁目3-16 ☎824-2810)



■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  
■発行日 平成27年6月2日  
■人口と世帯数 14万1390人 5万175世帯  
(平成27年5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。

次回「広報つちうら」6月中旬号は、6月16日(火)発行予定です。