

広報

つちうら

2016

6

Tsuchiura Public Relations

No.1172

特集【防災講座】

問総務課(☎826-1111 内線2292)

「万が一」に備えて

平成28年4月14日、熊本県熊本地方を震源とする最大震度7の地震が発生し、九州各地で被害が多発しています。災害はいつ襲ってくるかわかりません。各自適切な防災の備えを日頃より心がけましょう。

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 地震に備える

地震は突然発生します!!

●家具の置き方、工夫していますか？

熊本地震などでは、倒れてきた家具の下敷きになって亡くなる方や大けがをする方もいました。地震が発生したときには「家具は必ず倒れるもの」と考えて、転倒防止策を講じておく必要があります。

●食料・飲料などの備蓄、十分ですか？

電気やガス、水道などのライフラインが止まった場合に備えて、普段から飲料水や非常食などを備蓄しておきましょう。



●非常用持ち出し袋の準備、できていますか？

自宅が被災したときは、安全な場所で避難生活を送ることになります。非常時に持ち出すものをあらかじめリュックサックに詰めておき、いつでもすぐに持ち出せるようにしておきましょう。

●ご家族同士の安否確認方法、決まっていますか？

別々の場所にいるときに災害が発生した場合でもお互いの安否を確認できるよう、日頃から安否確認の方法や集合場所などを、話し合っておきましょう。



※災害時に備えて、避難場所や避難経路を確認しておきましょう。(次ページ参照)

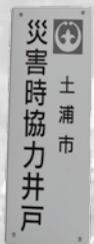
災害時協力井戸の募集

災害時、応急的に井戸水を提供いただける一般家庭や事業所を募集します。災害時における助け合い「共助」の輪が広がるよう、皆様のご協力をお願いいたします。

●災害時協力井戸とは？

- 災害時に地域の応急生活用水として活用することができ、住民が利用可能な場所にある井戸です。
- 台帳に登録後、表示プレートを交付しています。

※登録の方法など、詳しくはお問い合わせください。



防災のすすめ！ その1

防災行政無線

土浦市では、防災行政無線を市内215か所に設置して、防災防犯情報や毎日午後5時の定時チャイムなどの放送を行なっています。

●放送内容を確認するには…

- 防災行政無線テレホンサービスにて確認
【0120-826113】
- 市ホームページにて確認
【<http://www.city.tsuchiura.lg.jp/index.php?code=3722>】
- 土浦市安心・安全情報メールでも放送内容を配信しています。





風水害に備える

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。日頃から自宅周辺の環境を確認し、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
- 周りの道路側溝が詰まっていないか
- 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

防災のすすめ！その2

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。



災害時の避難所

※その他、状況に応じて各地区公民館などを緊急避難所として開設する場合があります。

名称	備蓄品	水害時	広域避難所	福祉避難所	名称	備蓄品	水害時	広域避難所	福祉避難所
土浦小学校	○				都和中学校	○			
下高津小学校	○	○			新治中学校	○			
東小学校	○				県立土浦第一高等学校		○		
旧穴塚小学校	○				県立土浦第三高等学校		○		
大岩田小学校	○				県立土浦工業高等学校		○		
真鍋小学校	○	○			土浦日本大学高等学校		○		
都和小学校	○	○			二中地区公民館		○		
荒川沖小学校	○				四中地区公民館		○		
中村小学校	○				上大津公民館		○		
土浦第二小学校	○				都和公民館		○		
上大津東小学校	○	○			新治地区公民館			○	
上大津西小学校	○	○			土浦市保健センター		○		
神立小学校	○				亀城公園			○	
右舂小学校	○				川口運動公園			○	
都和南小学校	○	○			神立公園			○	
乙戸小学校	○				市民運動広場			○	
菅谷小学校	○				乙戸沼公園			○	
藤沢小学校	○	○			霞ヶ浦総合公園			○	
斗利出小学校	○				ワークヒル土浦		○		
山ノ荘小学校	○				老人福祉センター湖畔荘		○		○
土浦第一中学校	○				老人福祉センターつわぶき				○
土浦第二中学校	○	○			老人福祉センターうらら				○
土浦第三中学校	○				ふれあいセンターながみね				○
土浦第四中学校	○	○			新治総合福祉センター				○
土浦第五中学校	○				霞ヶ浦環境科学センター		○		
土浦第六中学校	○				沼知駐車場	○			

広域避難所…大人数収容できる避難所のことで、地震などの大きな災害時に使用

福祉避難所…高齢者・障害者などの特別な配慮を必要とする方を収容する避難施設

土砂災害に備える

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、被害が大きいのが特徴です。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

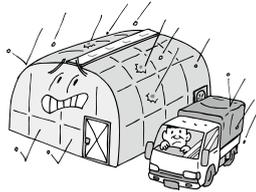


竜巻に備える

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



防災のすすめ！ その3

非常用持ち出し袋

各家庭で備える非常食などをすぐに持ち出せるようにひとまとめにしておきましょう。

チェックシート

- 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



INTERVIEW



総務課危機管理室
北島康雄 室長

日頃の備えを万全に

災害による被害を未然に防ぎ、また最小限にとどめるには、「自分の身は自分で守る」という市民のみなさん一人ひとりの心構えや準備が大切です。災害に強い地域づくりへの協力をお願いします。

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避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。

■ 非常用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。両手が自由に使えるようにリュックサ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

自分の家族や住まいだけでなく、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27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28年3月31日現在の収支状況をお知らせします。

決算の概要は、広報つちうら11月上旬号でお知らせします。

図財政課(☎826-1111 内線2217)

一般会計 予算現額 610億1314万円
収入済額 479億1444万円(収入率78.5%) 支出済額 459億9667万円(支出率75.4%)

歳入		予算現額 (上段)	収入現額 (下段)			支出現額 (下段)	予算現額 (上段)	歳出	
222億3054万円 214億7704万円 43億9566万円 41億6163万円	(96.6%)			市 税	市民税や固定資産税など皆さんが納められた税金	68億8201万円 61億9837万円	(90.1%)		
11億1017万円 9億9907万円	(90.0%)			地方交付税	財政状況に応じて国から交付されるお金	183億3067万円 147億6197万円	(80.5%)		
84億2710万円 73億2163万円	(86.9%)			使用料・手数料	公共施設の使用料や住民票などの手数料	52億2894万円 33億6975万円	(64.4%)		
31億4124万円 14億7311万円	(46.9%)			国庫支出金	特定の事業を行うため国から交付されたお金	94億8688万円 37億3889万円	(39.4%)		
11億1571万円 9億7716万円	(87.6%)			県支出金	特定の事業を行うため県から交付されたお金	41億7894万円 38億2202万円	(91.5%)		
138億8436万円 37億7026万円	(27.2%)			諸収入	延滞金などほかのどの区分にも属さないお金	97億9903万円 75億2793万円	(76.8%)		
67億836万円 77億3457万円	(115.3%)			市債	財源不足や多額の資金を要するときに借りるお金	48億280万円 48億240万円	(99.9%)		
				その他	国税から一部が市に譲与される地方譲与税や保育料などの負担金、財産収入など	3823万円 3384万円	(88.5%)		
				総務費	市役所の全般的な事務や徴税、選挙など				
				民生費	高齢者・障害者の福祉や子育て支援など				
				衛生費	予防接種やごみの処理、公害対策など				
				土木費	道路・公園などの整備や都市計画など				
				消防費	消防団や消防施設整備など				
				教育費	学校教育や文化・スポーツなど				
				公債費	借入金の返済に要する経費				
				災害復旧費	災害復旧・振興のための経費				
				その他	議会費や農林水産業費、商工費など				

(※カッコ内は収入率、支出率)

【解説】収入率や支出率を見ると、科目によりばらつきがありますが、これは出納整理期間(4月1日~5月31日)に前年度にかかる収入・支出があるからです。例えば、市債の収入率は27.2%ですが、事業完了後に借り入れるため、その多くは5月に収入します。歳出についても、工事など事業完了後に支払いをするため土木費などは支出率が低くなっています。

特別会計

特別会計とは、特定の事業を行う場合に、一般会計と区別して経理をする独立した会計のことです。

国民健康保険 予算額 191億3694万円 収入済額 160億9049万円 支出済額 170億2850万円	介護保険 予算額 97億9286万円 収入済額 80億4721万円 支出済額 89億3993万円	後期高齢者医療 予算額 14億2964万円 収入済額 13億3533万円 支出済額 12億5839万円
下水道事業 予算額 57億4269万円 収入済額 25億4028万円 支出済額 43億9577万円	土浦駅前北地区再開発事業 予算額 26億2614万円 収入済額 9億1770万円 支出済額 12億8624万円	その他 予算額 9億9208万円 収入済額 1億8756万円 支出済額 8億8604万円

※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り入れが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 収入済額 34億9787万円 支出済額 32億1549万円 (事業収益を目的とした収支)	資本的収支 収入済額 4億4791万円 支出済額 21億9251万円 (施設整備を目的とした収支)
--	---

※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。

MEMO

市民1人あたりでみると…
市税納入額 15万2649円
支出済額 32万6925円
(平成28年4月1日現在の人口14万695人)

市債の残高

一般会計 613億3155万円
特別会計 273億458万円
水道事業会計 58億7219万円

市民1人あたりの市債残高
(一般会計)
43万5918円

※平成28年5月借入予定分を含む。



市有財産

土地 397万2672.59m² **建物** 48万4739.58m² **基金** 139億3766万円

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28年度の水道水質検査計画について、水道法施行規則第15条の定めに基づき、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、検査回数およびその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。お問い合わせください。

☎水道課(☎821-6237)



平成28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	右町配水場系	新治浄配水場系
健康に関する項目	一般細菌	100個/㎖以下	0個/㎖	0個/㎖	0個/㎖	0個/㎖
	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	0.0003mg/ℓ未満	0.0003mg/ℓ未満	0.0003mg/ℓ未満	0.0003mg/ℓ未満
	水銀	0.0005mg/ℓ以下	0.00005mg/ℓ未満	0.00005mg/ℓ未満	0.0005mg/ℓ未満	0.00005mg/ℓ未満
	鉛	0.01mg/ℓ以下	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満
性状に関する項目	亜鉛	1.0mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下
	鉄	0.3mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下
	銅	1.0mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下	0.01mg/ℓ以下
	ナトリウム	200mg/ℓ以下	26.5mg/ℓ以下	26.4mg/ℓ以下	26.3mg/ℓ以下	26.5mg/ℓ以下
	マンガン	0.05mg/ℓ以下	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満	0.001mg/ℓ未満

※そのほか、41項目の検査が義務付けられていますが、検査の結果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業者」に工事を申し込みください。土浦市指定給水装置工事業者以外では、工事を行うことはできません。
- 工事費用は…皆さんの負担となります。また、工事費用は使用する材料、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問い合わせください。

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。漏水には料金減額措置(諸条件あり)がございますので、漏水修理後に修理を依頼した土浦市指定給水装置工事業者もしく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などを売りつける詐欺や窃盗、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おりませんので、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を行う
- 不審に思ったら、職員証などの提示を求めると、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、警察署又は交番へ通報してください。



INFORMATION 情報ひろば

- 日 日時・日程
- 場 会場
- 対 対象者
- 講 講師
- 内 内容
- 定 定員
- 持 持ち物
- 料 料金・受講料
- 申 申込方法
- 締 締め切り
- 問 問い合わせ
- 他 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】

土浦市メールマガジン
行政、子育て、健康づくり、観光・イベントなどの情報をメールでお届けします。

登録はこちら▶



児童手当を 受給している方へ

児童手当を受給している方へ「現況届」の用紙を送付します。引き続き受給要件に該当するかを確認するため、現況届を提出してください。

☎6月30日(木)

☎6月30日(木)
☎6月30日(木)

市民活動情報サイト 「JUSのほ」使用説明会

☎7月5日(火) 午前9時30分から
男女共同参画センター研修室1

対 NPO法人、ボランティア団体、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をしている団体
※これから利用を検討してい

基礎的な操作方法

定 50人(先着順、各団体1人まで)

申 団体名、代表者名、参加者の氏名、住所、電話番号、質問事項(任意)を記入し、郵送、ファクス、メールまたは電話で

☎6月27日(月)(必着)

☎6月27日(月)(必着)
☎6月27日(月)(必着)
☎6月27日(月)(必着)

消防本部予防課からの お知らせ

☎6月5日から11日は危険物安全週間です。

「危険物 決める無事故のストライク」

ガソリンや灯油、油性塗料

などは消防法で危険物として定められています。ご家庭や事業所において、危険物の安全管理についても一度見直してみましよう。

危険物取扱者保安講習会

☎7月7日(木) 午前9時30分～午後4時

場 市民会館 大ホール

対 午前：一般危険物取扱者、午後：給油危険物取扱者

申 所定の申込書を県危険物安全協会連合会(T31000852 水戸市笠原町978・26市町村会館2階)へ郵送

☎6月20日(月)(必着)

☎6月21日(火) 午前10時から午後3時30分まで、消防本部で直接申込の受け付けを行います。

分り4時
市内に居住する小学生(1年生は保護者同伴)

共通

定 各18人(定員を超えた場合は抽選)

申 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学校名、学年、電話番号、希望日、教室名を記入し郵送、または郵便はがきを直接

☎7月2日(土)(必着)

いけません。
青少年の家(☎842・8429)

食品取扱者の保菌検査(検便)

☎7月12日(火) 午後1時30分～3時

場 土浦保健所

対 食品の製造・調理・販売または取り扱いに従事する方(パート・アルバイトを含む)

☎7月12日(火) 午後1時30分～3時

早朝アニスをしませんか

☎6月から9月までの土・日曜日、祝日 午前7時～9時

場 水郷テニスコート

☎6月から9月までの土・日曜日、祝日 午前7時～9時

全国一斉子どもの人権110番強化週間

☎6月27日(月)～7月3日(日) 午前8時30分～午後7時



熱中症に注意！！

昨年、土浦市内で熱中症により救急搬送された市民は78人で、年々増加しています。

熱中症を知って、しっかり予防しましょう。

こんな時はためらわず救急車を呼びましょう

- 自分で水を飲めない
- 脱力感、倦怠感が強く動けない
- 意識がない
- 全身にけいれんがある

熱中症予防のポイント

- 部屋の温度をこまめにチェック！
- エアコンや扇風機を使い、室温が28℃を超えないように！
- のどが渇かなくてもこまめに水分補給！
- 外出の際は体をしめつけない涼しい服装で、日よけ対策も！
- 無理をせず、適度に休憩を！
- 日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを！

問 消防本部 警防救急課(☎821-0119)

陸上自衛隊夜間飛行訓練

日 6月14日(火)～16日(木)、21日(火)～23日(木)(日没から3時間以内)

場 陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場および同周辺地域

内 ヘリコプター2機

問 同航空学校霞ヶ浦校総務課(☎842・1211 内線3420)

労働保険の年度更新はお済みですか

労働保険に加入している事業主は年度更新の手続きが必要です。

※申告・納付期限/7月11日(月)

※納付方法など、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)

土浦ユネスコ協会 国際交流パーティー

日 6月25日(土) 午後1時～3時
場 JICA筑波 管理棟3階 研修室

内 JICA研修員との交流、日本文化紹介

定 10人(先着順)

料 500円

申 電話で

期 6月17日(金)

問 土浦ユネスコ協会事務局

(市民活動課内 ☎内線2031)

親子パン教室

日 ①7月17日(日)、②30日(土)

③8月6日(土) いずれも午前10時～午後1時

場 市農産物加工処理センター

内 ①ハンバーガーブレッド&ハム・野菜ほかサラダサンド、②チーズスティック&パスタ、③ナン&ルーから作る簡単カレー

定 各回親子8組(子は小学生以上)

持 三角巾、布巾、エプロン、筆記用具、料理の持ち帰り用容器

料 各回1000円(親子2人)

申 電話で

期 6月24日(金)

問 市農業公社(☎862・5143)

高齢者趣味クラブ発表会

日 6月17日(金) 午前9時30分から

場 亀城プラザ 2階文化ホール

内 民謡、民舞、詩吟、謡曲、ダンス

問 社会福祉協議会(☎821・5965)

市民ハレーボール大会

日 7月3日(日) 午前8時30分から(女子準々決勝まで)

7月17日(日) 午前8時30分から(男子全試合・女子準決勝から)

場 水郷体育館

対 市内に居住または、勤務している方で編成するチーム

料 1チーム:3000円

申 所定の様式に必要事項を記入し、協会事務局へ直接

期 6月9日(木)

※6月19日(日) 午後7時から

四中地区公民館で抽選会を行いますので、代表者は必ず出席してください。

問 土浦市バレーボール協会(☎090・8852・1250 菊地)

バドミントン新治大会

日 6月26日(日) 9時30分から

(開場は9時から)

場 新治トレーニングセンター

対 市在住、在勤、在学(高校生以上)および市体育協会

バドミントン部登録者

料 1ペア:2000円

申 メール、ファクス、電話で

期 6月17日(金)

問 同部(☎090・4840・88)

659 高桑 ☎825・7120 ☒takakuwa@yoko.co.jp

水郷プール 販売・調理 スタッフ募集

日 任用期間・勤務時間/7月11日(月)～8月31日(水)

①午前8時30分～午後3時

②午前10時～午後4時30分

※①②のシフト交替制

場 水郷プール内の売店

対 18歳以上の男女(高校生不可)

内 軽食の調理および販売、加工品の販売

期 6月18日(土)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

問 水郷体育館(☎823・4811)

水郷土浦・筑波レガッタ

日 7月9日(土) 午前9時～午後4時(荒天の場合10日(日))

場 桜川(銭亀橋付近)

内 レクリエーション用ボートを使ったレース体験

料 600円(保険代含む)

申 ホームページまたはメールで

問 筑波大学体育会漕艇部(☎080・9500・9777)

樽木 ☒tsukubaregatta@gmail.com

7 広報つちうら 2016.6.1



星空教室

日 6月26日(日) 午後6時〜8時30分(荒天の場合は室内プログラムを行います)

場 新治地区公民館

内 火星、木星、土星の3つの惑星の観望会

定 40人(先着順)

¥500円(保険代、資料代)

申 メールで

問 ネイチャークラブにいはいり
(☎080・1395・7720 高田 ☒nc_nihari@yahooc.jp)

霞ヶ浦高等学校吹奏楽部・チアダンス部合同発表会

日 6月18日(土) 午後1時30分
から(開場は午後1時から)

場 市民会館 大ホール

内 第1部：吹奏楽部、第2部：チアダンス部

※友情出演／霞南至健中学校

問 同高等学校(☎887・0013)

**乙戸水生植物園
ハナシヨウブ解説会**

日 6月5日(日)、12日(日) 午前10時から、15日(水) 午前10時
および午後1時30分から
場 乙戸水生植物園(乙戸沼公園西側)

講 香取正人さん(市公園管理アドバイザー)

内 アヤマヤ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

問 公園街路課(☎内線2・258)

救命講習会

日 6月19日(日) 午前9時〜正午

場 消防本部 会議室

内 心肺蘇生法、AEDの実技、救命講習

定 50人(先着順)

申 電話またはメールで

問 消防本部警防救急課(☎8210119、☒119kyukyuu@city.tsuchinara.lg.jp)

**これだけは知っておきたい！
飲食店開業セミナー**

日 6月27日(月)、7月5日(火)、12日(火) いずれも午後1時30分〜4時30分

場 男女共同参画センター研修室2

対 「土浦市中心市街地活性化基本計画」の対象区域内に飲食店の開業を考えていて、3日間とも出席できる方

講 コロンブスのたまご職員

定 20人(先着順)

申 電話または直接

☎6月13日(月)から受付開始

問 商工観光課(☎内線2703)

**日本心臓ベースメーカー友の会
茨城県支部講演会**

日 6月19日(日) 午後1時〜4時(受付は午後0時30分から)

場 社会福祉協議会講義講習室

講 久佐茂樹さん(土浦協同病院循環器内科)

内 心臓の病気、予防と対応

¥500円(資料代)

問 同支部(☎0297・836199 栗山)

**霞ヶ浦医療センター
公開市民講座**

日 6月21日(火) 午後3時から

場 地域医療研修センター(同医療センター内)

講 星野朝文さん(耳鼻咽喉科)

内 漢方薬のお話

問 同医療センター(☎822・5050)

土浦結婚相談会

日 6月26日(日) 午前10時〜午後3時

場 生涯学習館

持 身上書、写真

※詳しくはお問い合わせください。

問 いばらきマリッジサポート

☎4・8430 須原

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)を満た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、夫」または「子」に支給されます。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歳になるまで支給されます。

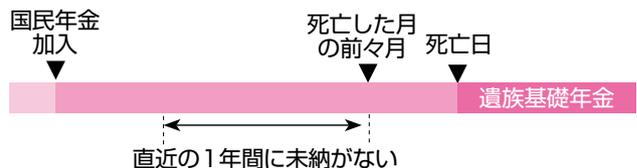
問 国民年金課国民年金係(☎826-1111 内線2290)

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、日本国内に住所があり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たしている方

※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ない期間(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。また、この要件とは別に、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受給することができます。(右図参照)



遺族基礎年金の年金額(平成28年度の額)

子の数	子のある妻、夫への年金額	子のみときの年金額
1人	1,004,600円	780,100円
2人	1,229,100円	1,004,600円
3人	1,303,900円	1,079,400円

◎3人目以降は1人につき74,800円が加算されます。

土浦市民会館 チケットインフォメーション

劇団銀河鉄道の
めいぐるみミュージカル「ピノキオ」



と き／7月1日(金) ①午前10時開演
②午後1時30分開演
ところ／市民会館大ホール
チケット／2階席(全席自由)…1100円
チケット販売所／市民会館
チケット販売日／6月8日(水)
※1歳以上有料

岡土浦市民会館(☎822-8891) ※月曜日休館

午前9時から窓口販売、午後1時から電話予約
その他販売所など、詳しくはお問い合わせください。

10th Anniversary
高嶋ちさ子 12人の
ヴァイオリニストコンサート



と き／10月23日(日) 午後3時開演
ところ／市民会館大ホール
チケット／S席(1階席・全席指定)…4000円、
A席(2階席・全席指定)…3000円
チケット販売所／市民会館ほか
チケット販売日／6月25日(土)
※未就学児入場不可

8月で1歳になる赤ちゃんを募集!!

- 甲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(木)
- ※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 3ポイント

- ①お名前、町名、一言のすべてを掲載可能な方のみご応募ください。
- ②胸より上がすべて写っている写真(大きさはこちらで調整します)
- ③25文字には記号(!、♡、♪)なども含みます。

こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん

HAPPY BIRTHDAY

6月生まれ



いつもみんなの癒し
♥大好き♥
パパママより

川崎海夢偉ちゃん
(小岩田東一丁目)



☆1歳おめでとう☆
みんなに素敵な
笑顔をおめでとう!

武井実咲ちゃん
(乙戸)



心も体も大きな
男の子になってね♡

山本陽大ちゃん
(中高津一丁目)



ゆづきくん
ゆっくりでいいから
元気に育ってね!

渡邊宥槻ちゃん
(神立中央五丁目)



凱士の人生が
笑顔いっぱい
ありますように♡

佐々木凱士ちゃん
(板谷一丁目)



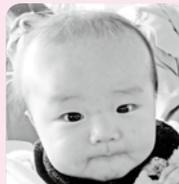
誕生日おめでとう!
楽しいこと
いっぱいしようね

塚原 涼ちゃん
(右羽)



たんたん☆
1歳おめでとう♡
パパ・ママ・そら・みずき

屋比久蒼依ちゃん
(神立町)



☆1歳おめでとう☆
元気いっぱい
大きくなってね♡

伊東蒼真ちゃん
(神立中央一丁目)



1歳おめでとう☆
いっぱい笑って
大きくなってね♪

小野隆真ちゃん
(小松二丁目)



1歳おめでとう♡
元気いっぱい
大きくなあれ

石毛大樹ちゃん
(川口一丁目)



これから
いっぱい笑って
たくさん遊ぼうね♡

林 明莉菜ちゃん
(東真鍋町)

「趣味」でお困りの あなたにおすすめ！人材バンクをご利用ください！

☎生涯学習課(☎826-1111 内線 5114)

人材バンクとは

- 専門的知識や多様な知識・技能を持っている講師が登録されています。
- 何か趣味を始めたいとき、趣味をより充実させたいとき、新しいことを学びたいとき、人材バンク登録者に無料で講師を依頼することができます。
- ※講師として登録するには…生涯学習課への申請が必要です。詳しくはホームページをご覧ください。

利用方法

- 登録者に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。
- 講師料は原則として無料です。ただし、必要経費(交通費・教材費など)がかかる場合は、学習する人が実費を負担してください。
- ※利用にあたっての注意点…団体や個人の学習を目的としています。営利・政治・宗教目的などの利用はできません。

人材バンク登録者一覧(平成28年5月現在)

講師	活動分野および内容	連絡先
家庭・生活・地域		
湊 さよ子	着物の着付け、暮らしのマナー	823-3243
岩崎 かをり	コミュニケーション問題の対処法	826-1415
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)
向後 ひかる	「色」のコミュニケーション	080-5524-6221
趣味・稽古		
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	821-5165
森 宗由(森 陽泉)	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
春原 豊	ハーモニカアンサンブル	842-0266
資格・技術		
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
谷島 亘	自然体験(キャンプ指導)	090-1548-9642

講師	活動分野および内容	連絡先
語学・国際理解		
服部 洋	トラベル英会話	821-3583
関口 照雄	英会話	080-6531-0654
丸山 翼	英語入門(学び直し)	080-5428-2662
健康・スポーツ		
秋元 昭臣	小型ヨット、カヌー、ドラゴンボート	822-2437
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	古武術・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
田上 裕子	ベビーマッサージ、ヨガ、アロマセラピー	893-6023
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
木村 政江	若石健康法	080-8876-8273
芸術・文化		
文化財愛護の会 民話研究部会	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
野口 英二	俳句	821-4567

まずは試したい！それならこちら

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開催する講座です。

☎生涯学習課(☎300-0036 大和町 9-2

☎826-1111 内線 5114

✉manavi@city.tsuchiura.lg.jp)

講座名	講師	日程	時間	会場	定員	受講料
転ばぬ先のノルディックウォーキング	丸島 秀明	7/16(土)	9:30~11:30	小町の館	20人	無料
親子でカヌー&SUP(スタンドアップパドルボード)遊び	秋元 昭臣	7/17(日)	10:00~12:00	ラクスマリーナ	10人	500円
古武術の「杖道」を体験しよう！	清水 勝政	7/19(火)	10:00~12:00	三中地区公民館	15人	無料
これで安心、妊活(ベビ待ち)のABC	岡野 哲	7/23(土)	10:00~12:00	二中地区公民館	20人	無料
あなたの靴選び間違っていないませんか？	鈴木 善徳	7/24(日)	10:00~11:30	都和公民館	20人	無料
小学生の食育講座「味を知ろう、楽しもう」	森 ひろみ	7/26(火)	10:00~12:30	四中地区公民館	10人	400円
アニメーション映画を英語に訳してみよう	関口 照雄	7/30(土)	10:00~12:30	生涯学習館	15人	100円
数と遊ぼう「そろばんパチパチ」	勝山 勲	7/31(日)	14:00~16:00	六中地区公民館	30人	無料
親子でバレエにふれてみませんか？	小島 さやか	8/2(火)	15:00~16:00	一中地区公民館	親子8組	無料
西洋絵画(水彩、油彩)描き方入門	高坂 一之	8/6(土)	9:30~12:00	一中地区公民館	15人	無料

☎往復はがきに氏名、郵便番号、住所、電話番号、性別、年齢、希望講座名を記入して郵送、またはメールで

☑7月1日(金)(必着)

※申込少数の場合は、中止となることがあります。

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。

⑤6月19日(日)(必着)

※定員を超えたときは抽選。また、申込少数の場合は中止となることがあります。抽選の結果およびプログラム開講の有無は、はがきでお知らせします。

問・申水郷体育館

(〒300-0835 大岩田1051番地 ☎823-4811)

曜日	教室名	対象	時間	日程	回数	定員	受講料
火	ピラティス	一般男女	9:45~10:45	7/5~9/27	10	36人	5200円
	バレーボール	一般女子	10:00~12:00	7/5~9/6	8	40人	5000円
	ママと赤ちゃんの産後体操	2~10か月親子	10:30~11:30	7/5~9/13	8	15組(30人)	6200円
	エアロビクス(午前)	一般男女	11:00~12:00	7/5~9/27	10	36人	5200円
	バランスボール&ストレッチ	一般男女	13:30~14:30	7/5~9/27	10	25人	5200円
	キッズフラダンス(ケイキ)	4~13歳	17:00~18:00	7/5~9/13	8	25人	4200円
	エアロビクス(夜間)	一般男女	19:00~20:00	7/5~9/27	10	36人	5200円
	タイ式ヒーリングエクササイズ	一般男女	20:10~21:00	7/5~9/27	10	30人	5200円
水	うさぎ先生と親子で体操!!(A)	1歳半~4歳児親子	9:40~10:30	7/6~9/21	10	25組(50人)	5200円
	骨盤調整ストレッチ	一般女子	10:30~11:30	7/6~9/14	8	15人	6000円
	うさぎ先生と親子で体操!!(B)	1歳半~4歳児親子	10:40~11:30	7/6~9/21	10	25組(50人)	5200円
	やさしいヨガ	一般男女	14:00~15:00	7/6~9/21	10	35人	5200円
	体幹メソッドYoga(初級)	一般男女	18:45~19:45	7/6~9/21	10	45人	5200円
	体幹メソッドYoga(中級)	一般男女	20:00~21:00	7/6~9/21	10	45人	5200円
木	ベルビック・ストレッチ	一般男女	9:50~10:50	7/7~9/15	10	20人	7200円
	ストレッチ&ヨガ	一般男女	11:00~12:00	7/7~9/15	10	45人	5200円
	骨盤エクササイズ	一般男女	19:00~19:50	7/7~9/15	8	20人	4200円
	のびのびヨガ	一般男女	20:00~20:50	7/7~9/15	8	20人	4200円
	ハワイアン・フラ(夜間)	一般女子(16歳以上)	20:00~21:00	7/7~9/15	10	35人	5200円
金	姿勢矯正 うしろ姿美人	一般男女	9:20~10:20	7/8~9/23	10	30人	5200円
	体幹メソッドYoga(初心者)	一般男女	10:35~11:35	7/8~9/23	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	14:00~15:00	7/8~9/16	8	25人	4200円
	体幹メソッドYoga(上級)	一般男女	19:00~19:50	7/8~9/23	6	20人	4800円
	リラックスヨガ	一般男女	19:15~20:15	7/8~9/23	10	35人	5200円
	体幹メソッドYoga(初級)	一般男女	20:00~21:00	7/8~9/23	10	45人	5200円
土	ハワイアン・フラ(午前)	一般女子(16歳以上)	10:00~11:00	7/2~9/17	10	35人	5200円
	キッズHIPHOP(A)	4歳~未就学児	11:15~12:15	7/2~9/17	10	15人	6200円
	キッズHIPHOP(B)	小学1~3年生	13:00~14:00	7/2~9/17	10	20人	6200円
	キッズHIPHOP(C)	小学4~6年生	14:00~15:00	7/2~9/17	10	20人	6200円
	健康太極拳・八段錦	一般男女	15:15~16:45	7/2~9/17	10	30人	5200円
	バレエ・フィットネス	一般男女	18:30~19:20	7/9~9/17	6	25人	3200円
	リズム体操&ストレッチ	一般男女	19:30~20:20	7/9~9/17	6	25人	3200円
日	ベリーダンス	一般女子	11:00~12:00	7/10~9/18	8	20人	6500円
	からだ調整ストレッチ&フィットネス	一般男女	18:30~19:20	7/10~9/18	6	25人	3200円
	燃焼エアロビクス	一般男女	19:30~20:20	7/10~9/18	6	25人	3200円
↓下記の講座は申込期限が7月15日(金)まで							
水	キッズフットサル(A)	未就学児(4~6歳)	9:00~9:45	7/27~8/24	4	30人	3000円
	キッズフットサル(B)	小学1・2年生	10:00~10:45	7/27~8/24	4	30人	3000円
	キッズフットサル(C)	小学3・4年生	11:00~12:00	7/27~8/24	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あります。

水郷テニスコート

硬式テニス教室受講生募集



教室名	曜日	時間	日程	回数	定員	受講料
初心初中級 【基本・応用】	火	19:30~ 21:00	7/5~ 8/30	8	40人	6000円
中級 【試合想定】	水	19:30~ 21:00	7/6~ 8/24	8	24人	9000円
初心初中級 【基本・応用】	木	19:30~ 21:00	7/7~ 9/1	8	40人	6000円

対 高校生以上

申 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。(連名は不可)

☑ 6月21日(火)(必着)

※ 定員を超えたときは抽選。申込少数の場合は、中止となることがあります。受講料は保険代を含みます。

申 間水郷テニスコート

(〒300-0835 大岩田580 ☎824-0880)

6月 市立幼稚園ふれあいデー

施設名	日時	内容
都和幼稚園 (☎831-3735)	9日(木) 10:00~11:00	戸外で一緒に遊ぼう
土浦幼稚園 (☎821-0796)	13日(月) 9:30~10:30	戸外で遊ぼう
新治幼稚園 (☎862-3507)	15日(水) 10:30~11:30	戸外で遊ぶ
大岩田幼稚園 (☎824-3430)	21日(火) 10:00~11:00	お話を楽しもう
土浦第二幼稚園 (☎821-1310)	24日(金) 10:00~11:00	お楽しみ会



ワークヒル土浦講座受講生募集



申 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。

☑ 6月18日(土)(必着)

※ 定員を超えたときは抽選。また、申込少数の場合は、中止となることがあります。受講料は保険代を含みます。(ひさしぶりのピアノ、はじめてのピアノを除く)

申 間ワークヒル土浦

(〒300-0027 木田余東台四丁目1-1 ☎826-2622)

曜日	講座名	講師	時間	日程	回数	定員	受講料
火	イージーダンササイズ	YOSHIHIKO	10:00~11:00	7/5~9/27	10	35人	5150円
	託児付きヨガ(1~3歳児親子)	後藤 仁美	11:20~12:10	7/12~9/13	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	11:30~12:30	7/5~9/27	10	10人	7500円
	キックボクシングエクササイズ&ストレッチ	高野 繭美	13:30~14:30	7/5~9/27	10	35人	5150円
	コンシャスヨーガ	風間 陽子	15:45~17:00	7/5~9/27	10	30人	5150円
	HIPHOP エクササイズ	R Y U T A	18:50~19:50	7/5~9/27	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	20:00~21:00	7/5~9/27	10	35人	5150円
水	ベーシックエアロ水曜	石塚 美樹	10:00~11:00	7/6~9/21	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	11:30~12:30	7/6~9/21	10	30組60人	5150円
	キックボクシングエクササイズ	鴻田 弘	18:50~19:50	7/6~9/21	10	40人	5150円
	ZUMBA ラテン音楽+ダンスエクササイズ	大塚 潤	20:00~21:00	7/6~9/21	10	60人	5150円
金	親子リズムエアロI(2・3歳児)	菊地 涼子	9:30~10:45	7/8~9/30	10	30組60人	5150円
	ひさしぶりのピアノ	屋代 晃代	9:50~10:50	7/8~9/23	10	10人	10300円
	はじめてのピアノ(初心者)	屋代 晃代	11:00~12:00	7/8~9/23	10	10人	10300円
	親子リズムエアロII(1歳児)*2	菊地 涼子	11:00~12:15	7/8~9/30	10	30組60人	5150円
	インセンスヨガ~アロマプラス~	水野 谷 香	13:30~14:30	7/15~9/30	9	35人	4650円
	チビっ子体操(4~6歳児・幼児クラス)	戸井田 昌教	16:30~17:30	7/8~9/23	10	15人	10300円
	すっきり爽快エアロ	鎌田 裕美子	18:50~19:50	7/8~9/23	10	35人	5150円
	骨盤シェイプストレッチ	苦瓜 一斉	20:00~21:00	7/8~9/23	10	35人	5150円
日	ステップエクササイズ&ストレッチ	阿部 政則	18:00~18:50	7/3~9/11	8	30人	4100円
	ウィークエンドヨガ デトックス+リフレッシュ	永 沼 彩	19:00~19:50	7/3~9/11	8	40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27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28年度予算の活用内容を公表します。

☎財政課(☎826-1111 内線2217)

寄付金の内容	平成27年度の寄付状況		平成28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	3590	43,860,000円	・LED防犯灯、防犯カメラ設置事業 ・インフルエンザ予防接種助成事業	43,860,000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	612	7,650,000円	・シティプロモーション事業 ・ジオパーク推進事業	8,010,000円
●暮らしの「質」向上戦略プラン にぎわいのある空間づくりや生涯学習拠点の整備充実	1807	21,033,000円	・土浦駅前北地区市街地再開発事業	21,033,000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	1384	17,670,000円	・水郷筑波サイクリング環境整備事業 ・土浦全国花火競技大会開催事業	17,670,000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	12436	144,350,000円	・まちづくりファンド事業	144,350,000円
記載なし	4	360,000円	→「パワーアップ戦略プラン」へ	—
合計	19833	234,923,000円		234,923,000円

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21日(火)(必着)

※定員を超えたときは抽選。また、申込人数が少ない場合は、中止となることがあります。受講料は保険料を含みます。(運動講座のみ)

☑・☑亀城プラザ

(〒300-0043 中央二丁目16-4 ☎824-3121)

曜日	講座名	対象	時間	日程	回数	定員	受講料 ^{※1}
月	からだ改善ヨガ	一般男女	10:00~11:00	7/4~9/26	10	20人	5000円
	楊名時八段錦太極拳基本講座	一般男女	13:30~15:00	7/4~9/26	10	30人	6000円
	からだ痩身ヨガ	一般男女	19:30~20:30	7/4~9/26	10	40人	5000円
火	フェイクスイーツ アクセサリープレート編	一般男女	10:00~11:30	7/12~9/20	10	8人	12000円 ^{※2}
	フェイクスイーツ クッキー基礎編	一般男女	13:00~14:30	7/12~8/9	5	8人	4500円 ^{※2}
	フェイクスイーツ クッキー初級編	一般男女	13:00~14:30	8/23~9/20	5	8人	4500円 ^{※2}
	デジタル一眼レフカメラ 基本撮影講座	一般男女	19:30~21:00	7/5~7/26	4	25人	3000円 ^{※3}
	骨盤スリムピラティス	一般男女	19:30~20:30	7/5~9/27	10	40人	5000円
木	うさぎ先生の親子で体操	1歳半~4歳児と保護者	9:45~10:45	7/7~9/15	10	30組(60人)	5000円
	らくらく骨盤体操	一般男女	11:10~12:10	7/7~9/15	10	40人	5000円
	はじめてのハーモニカ ^{※1}	一般男女	13:15~14:30	7/7~9/15	8	15人	6800円 ^{※3}
	うさぎ先生のチびっこ体操教室 木曜クラス	小学1~3年生	16:30~17:15	7/7~9/15	10	18人	10000円
	ゆるよが	一般男女	19:30~20:40	7/7~9/29	10	20人	6000円
金	モーニング★ヨガ	一般男女	9:30~10:30	7/8~9/16	10	30人	5000円
	THE 筋トレファイトクラブ	18~50歳位男性	19:30~20:30	7/8~9/16	10	25人	7500円
土	うさぎ先生のチびっこ体操教室 幼児Aクラス	4~6歳児	14:00~14:45	7/2~9/17	10	18人	10000円
	うさぎ先生のチびっこ体操教室 幼児Bクラス	4~6歳児	15:00~15:45	7/2~9/17	10	18人	10000円
	うさぎ先生のチびっこ体操教室 土曜クラス	小学1~3年生	16:00~16:45	7/2~9/17	10	18人	10000円

短期講座(下記の講座は開催日当日までに電話または窓口で直接申し込み。※先着順)

月	おやこヨガ	生後5ヶ月~3歳児と保護者	10:30~12:00	7/11、8/8、9/12	30組(60人)	1回750円
火	アタッチメント・ベビーマッサージ	生後2ヶ月~未歩行児と保護者	10:30~12:00	7/12、8/9、9/13	20組(40人)	1回750円

※1 初回時にハーモニカを購入可能(要予約) ※2 別途材料費あり ※3 別途テキスト代あり

●観光物産交流事業 天童フェア

土浦市と観光物産協定を結ぶ山形県天童市の特産品などを販売します。毎回大人気のさくらんぼや、山形玉こんにゃくの実演販売など。ぜひお越しください。

■6月18日(土) 午前10時～午後5時

※小町の館は午後3時まで

6月19日(日) 午前10時～午後2時

■まちかど蔵、小町の館

※各会場でお買い上げ先着50人にお楽しみプレゼント

天童フェア



蔵まつり

●第8回霞ヶ浦帆引き船模型工作教室

■6月19日(日) 午前9時～正午

■まちかど蔵「野村」袖蔵

■対小学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

■¥2800円

■☎電話またはファクス(住所、氏名、年齢、電話番号を明記)



食生活改善推進員の健康料理



No.127

れんこん白玉フルーツポンチ

材料・分量(4人分).....

A	白玉粉	100g	C	砂糖	25g
	れんこん	100g		水	100cc
	水	25cc	お好みのフルーツや缶詰		
B	粉寒天	2g	(果肉)	80g	
	水	300cc	(液汁)	50cc	

作り方.....

- ①れんこんは皮をむき、すりおろす。
- ②Aを混ぜて耳たぶ位の固さになるようにこねる。固いようならば、水を少しずつ加えてこねる。
- ③②を直径1.5cm位の団子に丸め、中央をへこませてたっぷりの熱湯でゆでる。浮き上がってきて1分位たったら、冷水につける。

- ④鍋にBを入れて火にかける。ふつとうしたら火を弱め、そのまま1～2分ふつとう状態を続ける。
- ⑤バットを水でぬらし、そこに④を流し入れ、固める。固まったら、サイコロ状にカットする。
- ⑥鍋にCを入れて火にかけ煮立ててシロップを作る。冷めたら、缶詰の液汁と合わせる。
- ⑦器に寒天・白玉・フルーツを盛り付け、最後に⑥をかける。

今回ご紹介するのは、蒸し暑い時期にさっぱりと召し上がれる「れんこん白玉フルーツポンチ」です。白玉粉にれんこんのすりおろしを加えて白玉を作ります。れんこんはすりおろして加熱すると粘り気が出るため、餅のような食感の白玉になります。この時期に出回る新れんこんは水分が多いので、固さの様子をみながら水の量を調整してください。

ビタミンCと食物繊維が豊富なれんこんを、季節のフルーツや寒天と組み合わせることで、さらに栄養素量がアップします。お好みのフルーツと組み合わせしてお召し上がりください。

1人分の栄養素.....

エネルギー	154kcal
たんぱく質	2.2g
脂質	0.3g
ビタミンC	17mg
食物繊維	1.1g
塩分	0.1g

食生活改善推進員



軽部友子さん 勝間田浩子さん

未来への伝承

道暁と源海

鎌倉時代の土浦に生きた二人の僧侶

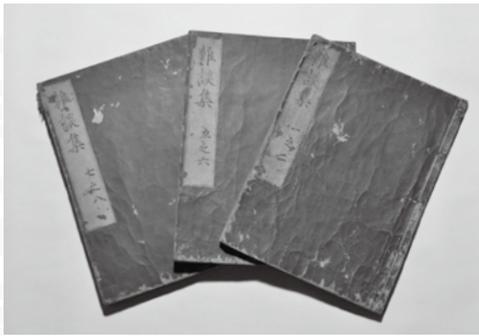
仏教諸宗派が多く誕生した鎌倉時代は、歴史に名を残す僧侶が次々と現れた時代でもありました。そうした僧の一人に、無住房道暁がいます。嘉禄2(1226)年、鎌倉に生まれ、若い頃は関東の諸寺で律・密教・禅を学び、後半生は尾張・長母寺で民衆の教化に尽くしたことで知られています。高僧の名にふさわしい実績もさることながら、彼の名を広く知らしめたのは著述家としての側面です。平易な話題を手がかりに、仏の教えを説いた『沙石集』は後々まで広く読まれました。嘉元3(1305)年、道暁80歳のとき、仏教説話集である『雑談集』十巻を著しています。

に移り、18歳で出家したと述べています。20歳を過ぎた頃には師匠から僧房を譲り受け、そこに止住するようになります。その寺こそ、土浦の東城寺でした。

常陸の地に暮らす私たちにとって道暁の著作が重要なのは、彼が僧侶としての第一歩をこの地で始め、常陸のことを書き残していることにあります。『雑談集』では、自らを「愚老」と称してその歩みを振り返った箇所があります。それによれば、13歳で鎌倉の僧房に住み、15歳で下野、さらに16歳で常陸

土浦市北部にある東城寺は、創建が平安時代初期までさかのぼります。天台宗の寺院であった東城寺は、道暁がいた鎌倉時代中期に1つの転換点を迎えます。それは、西大寺流律宗との関わりです。建長4(1252)年、律宗を東国に広めるため常陸国に来た忍性は、東城寺と六塚の般若寺、そして小田の極楽寺に境界石を立て、律宗寺院としていきます。その時に東城寺にいたのが道暁で、住房を律院にしたと『雑談集』に記しています。道暁27歳の時でした。

▲『雑談集』



同じ頃、般若寺にいたのが実道房源海という僧侶です。源海は止観に通じていたことで知られています。止観とは、仏教の瞑想法の1つで、心を乱さずに知恵を起こし観察することを指します。源海の止観の講義は鎌倉まで聞こえたほどで、「志々塚」(般若寺のこと)まで止観の講義を聞きに行く旨を記した書状も残されています。東城寺にいた道暁も、29歳のときに源海の講義を聞いたことを『雑談集』に記しています。

忍性の常陸下向をきっかけに、筑波山麓の仏教は律宗という新たな潮流のもとで変化し、影響はやがて地域社会にも及びます。その起点となった東城寺と般若寺にいた道暁と源海が交流をもって



▲『雑談集』巻三

いたことは確かでしょう。仏道修行に励む2人の僧侶がどのような言葉を交わしたのか、今となっては知る由もありません。道暁はその後ほどなくして寺を離れ、奈良や鎌倉などの寺で過ごし、出家から20年目に尾張の長母寺に落ち着くことになりました。一方、源海はその後も般若寺に止まり、寺の整備に努めます。常陸三古鐘の1つに数えられる般若寺の銅鐘(国指定重要文化財)には、建治元(1275)年の銘とともに「大勸進源海」の名が記されています。源海の墓塔と思われる五輪塔(県指定文化財)が今も境内の西側にあります。

■博物館では、6月26日(日)まで『雑談集』を展示しています。

閩市立博物館 ☎824・2928

土浦キララまつり2016 七夕おどり参加団体大募集!



七夕おどり 8月6日(土) 午後5時～9時

場土浦駅前目抜き通り
曲課題曲…土浦まつりうた(カップおどり)
振付…自由(流し踊りに限る)
対どなたでも(原則30人以上のチームで)
申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

期6月30日(木)(当日消印有効)
 ※応募用紙および課題曲はホームページからダウンロードできます。
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
電822-0391 **FAX** 822-8844 **HP** <http://www.tcci.jp>



まちの フォトNEWS

元気に泳げ! こいのぼり

亀城公園のこいのぼり

この時期の風物詩であるこいのぼりが、今年も市内各所で掲げられました。亀城公園には、およそ500匹のこいのぼりが飾られ、それらがいっせいに風にそよぐ様は、まさに急流を昇る鯉の群れのようにでした。




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

今年も晴天に恵まれた5月5日のこどもの日、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。会場にならんだたくさんのお店でヨーヨー釣りや射的、輪投げなどに挑戦する子ども達の目は真剣そのもの。手に入れた景品を誇らしげに掲げる姿があちらこちらでみられました。(5月5日)






発行 土浦市
 〒300-8686 土浦市大和町9番1号
TEL 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28年6月1日
人口と世帯数 14万0442人 5万7612世帯
 (平成28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15日(水)発行予定です。