

川口運動公園野球場

ネーミングライツ事業スポンサーを募集します

☎ 826・1111 大和町9番2号
内線5124

7月にリニューアルオープンする予定の川口運動公園野球場にネーミングライツ(施設命名権)を導入します。ネーミングライツ事業を通じた優良な民間企業との協働により、施設の知名度や魅力を高め、親しみやすい野球場とすることを目的としています。

募集期間/2月17日(金)まで(必着)

ネーミングライツ期間/平成29年4月1日から3年以上

命名権の希望額/年300万円程度

申込方法/「土浦市ネーミングライツ事業スポンサー申込書」

に必要事項を記入し、必要書類を添付のうえスポーツ振興

課あて郵送または直接

※必要書類の内容など、詳しくは市ホームページやスポーツ

振興課に設置している「川口運動公園野球場ネーミ

ングライツ募集要項」をご覧ください。

* * *

スポンサーは「愛称」を命名することができます。「川口運動公園野球場」という正式名称は変わりませんが、球場壁面などに愛称のサイン表示ができます。市は命名された愛称を各種広報でPRするほか、メディアや利用団体などに使用を依頼して、愛称の普及・定着を徹底させます。



ご応募
お待ちしております



野球場 DATA

- ◆観客収容人数:約1万3千人
- ◆年間競技者数:約3万人
- ◆年間観客数:約7万5千人
- ◆改修工事完了:平成29年5月下旬(予定)
- ◆供用開始:平成29年7月上旬(予定)

ネーミングライツとは

スポーツ施設や文化施設などにスポンサーとなる企業の名称やブランド名などを付ける権利のことで「施設命名権」とも言われます。施設所有者は、命名権を販売することで施設の建設や改修、運営、維持にかかる資金を得ることができます。

ネーミングライツは日本初の導入事例である東京都調布市の味の素スタジアムを皮切りに、福岡Yahoo! JAPANドームや渋谷C.C.lemonホールなどが続き、現在も各地に広がっています。



INFORMATION 情報ひろば

日	日時・日程	持	持ち物
場	会場	料	料金・受講料
対	対象者	申	申込方法
講	講師	切	締め切り
内	内容	問	問い合わせ
定	定員	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
防災、防犯、火災、行政、子育て、健康づくり、観光などの情報をメールでお届けします。
登録はこちら▶



市内主要施設の放射線量測定値

市役所0.096【12月7日測定】
(マイクロシーベルト/時)

学校をはじめとする市内主要施設の測定結果は、市ホームページに掲載しています。なお、国では年間追加被ばく線量1ミリシーベルト以下(0.23マイクロシーベルト/時)を長期目標にしています。

☎環境保全課(☎内線2364)



都市計画審議会

日 2月1日(水) 午前10時から
(傍聴受け付けは午前9時30分から)

場 本庁舎3階 301会議室
内 土浦市立地適正化計画の策定について

定 傍聴者/10人(先着順)
問 都市計画課(☎内線2424)

バリアフリー推進協議会

日 2月10日(金) 午前10時から
(傍聴受け付けは午前9時30分から)

場 本庁舎3階 301会議室
内 バリアフリー特定事業の進捗状況ほか

定 傍聴者/10人(先着順)
問 都市計画課(☎内線2370)

健康つちうら21計画推進委員会

日 2月16日(木) 午後1時30分
から(傍聴受け付けは午後1時から)

場 土浦市保健センター
内 土浦市健康増進計画および食育推進計画の取り組みについて

定 傍聴者/10人(先着順)
問 健康増進課(☎内線7503)

学校給食センターへ物 資納入を希望する方へ

平成29年度に、新規で物資納入を希望する方、本年度に申請書を提出した方で変更のある方は、物資納入業者登録申請書を提出してください。

申 所定の申請書に必要事項を記入し、各給食センターへ直接

☑ 2月6日(月)~20日(月)

※申請書は学校給食センターまたは市ホームページから

問 第一学校給食センター(☎821・0559)、第二学校給食センター(☎831・4525)

農業用廃ビニール・ポリエチレンの回収

日 2月16日(木) JA土浦れんこんセンター(手野町) 午前9時30分~10時30分、ライスセンター(飯田) 午前11時30分~午後0時30分、JA土浦新治支店梨選果場(藤沢) 午後2時30分~3時30分

料 1キログラムあたり28円、基本料金1000円

※基本料金分については、11月の回収を利用した方は必

要ありません。

申 電話で

☑ 2月10日(金)
問 農林水産課(☎内線2711)

親も婚活! わが子を結婚に導くために

日 2月26日(日) 午前10時から
(開場は午前9時30分から)

場 県南生涯学習センター
講 大橋清朗さん(婚活コンサルタント)

内 未婚の子を持つ親向けの婚活セミナー

定 80人(先着順)

申 電話で

☑ 2月10日(金)
問 こども福祉課(☎2304)

外国人との交流イベント

日 2月19日(日) 午前9時30分
から

場 土浦市消防本部
内 庁舎見学、消火訓練、煙体験、救命措置など防災に関する体験講習

定 60人(先着順)

申 電話で

☑ 2月17日(金)
問 土浦市国際交流協会事務局(市民活動課内 ☎826・9051)

<広告掲載欄>



市税滞納一掃宣言

口座振替は、手間のかからない安全・安心・便利な納税方法です

☎納税課(☎内線2359)

申込窓口/納税課、各支所・出張所、
口座開設の市内金融機関の各店舗

申込方法/口座の届出印、口座番号の
わかるもの(通帳など)を持参し、備
え付けの「口座振替依頼書」に必要事
項を記入して直接

申込期限/口座振替を希望する月の前
月まで

対象税・保険料/固定資産税・都市計
画税、軽自動車税、市県民税、国民
健康保険税、介護保険料、後期高
齢者医療保険料

※各税・保険料とも随時分および特別
徴収(給与や年金から天引きされる
もの)は口座振替できません。

◆1月の納税【納期限/1月31日(火)】

税目/市県民税(4期)、国民健康保
険税、介護保険料、後期高齢者医
療保険料(7期)

◆1月の休日納税・休日納税相談

☎1月29日(日) 午前9時~午後4時

☎納税課(市役所本庁舎2階)

不動産公示を 実施します



☎3月7日(火) 午後0時50分
受付開始

☎場 県水戸合同庁舎2階(水戸
市柵町一丁目)

※詳しくは茨城租税債権管理
機構ホームページをご覧にな
るか、お問い合わせください。

☎同 機構(☎029・225・
1221)

2月7日は「北方領土の日」 です

北方領土は北海道の北東洋
上に連なる歯舞群島、色丹島、
国後島および択捉島の4島の
ことで日本人が住み続けてき
た我が固有の領土です。

政府は毎年2月7日を北方
領土の日と定め、また2月と
8月は返還運動全国強化月間

として全国各地で返還運動が
実施されています。

☎総務課(☎内線2010)

第40回子ども郷土研究発表会

☎1月28日(土) 午前10時~正午

☎場 上高津貝塚(考古資料館)

※発表会の見学のみは無料。作
品は1月28日(土)から2月19
日(日)まで展示します。

☎場 上高津貝塚(☎826・7
111)

平成29年度放課後児童クラブ 支援員募集

☎雇用期間/平成29年4月1
日~平成30年3月31日、勤
務日/月々金曜日および第
一土曜日(祝日は除く)

☎場 勤務地/市内小学校敷地内
の児童クラブ

☎60歳未満の方

※児童クラブや各学校、保育
所、幼稚園などで勤務経験
などがある方は64歳まで可

☎賃金/時給910円から
(交通費別途支給)

※応募方法など、詳しくはお
問い合わせください。

☎生涯学習課(☎826・3
455)

茨城県の特定最低賃金改正 のお知らせ

次の①~④のとおり改正決
定されました。

①鉄鋼業:時
間額871円、②はん用機械
器具、生産用機械器具、業務
用機械器具製造業:時間額8
41円、③計量器・測定器分
析機器・試験機・理化学機械器
具、医療用機械器具・医療用
品、光学機械器具・レンズ、電

子部品・デバイス・電子回路、
電気機械器具、情報通信機械
器具、時計・同部品製造業
:時間額837円、④各種商
品小売業:時間額811円

☎茨城労働局賃金室(☎029
・224・6216)

シルバー人材センター 植木せん定講習会

☎2月21日(火) 午前9時30分
から

☎場 新治地区公民館

☎シルバー人材センター会員
または満60歳以上の入会を
希望する方

☎せん定の方法と技術など基
礎知識を学びます。

☎定40人(先着順)

☎2月10日(金)

☎シルバー人材センター(☎8
24・8281)

相続登記は お済みでしょうか?

不動産の相続登記をせずに放置
しておくと、権利関係が複雑とな
り、後にさまざまなトラブルが起
こることがあります。

この機会に、次世代の子どもた
ちのために相続登記をしません
か。

◆司法書士による相談をご希望の
方は…茨城司法書士会(☎029-
225-0111)

◆亡くなった人の建物を登記した
いなどの相談は…茨城土地家屋
調査士会(☎029-259-7400)

◆その他相続登記の申請手続全般
の相談は…水戸地方務局土浦
支局(☎029-821-0783)

< 広告掲載欄 >

2月ふれあいデー

新治幼稚園(☎862-3507)

日 2月8日(水)
午前10時30分～11時30分

内 発表会ごっこ



乳幼児チャイルドシート貸し出し

日 2月12日(日)午前9時～9時30分

場 本庁舎2階 202会議室

対 市内在住の1歳未満児の保護者、
または3月末までに出産予定の方

持 クリーニングなどの代金2000円、
運転免許証

申 電話で

他 申込日…2月6日(月)、7日(火)

問 生活安全課(☎内線2298)

陸上自衛隊夜間飛行訓練

日 1月31日(火)～2月2日(木)

(日没から3時間以内)

場 陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場お

よび周辺空域

内 ヘリコプター2、3機

問 同航空学校霞ヶ浦校総務課

(☎824・1211 内線

3420)

くまのセミナー

つるし雛作り教室

日 2月13日(月)①午前コース：

午前9時～正午、②午後

コース：午後1時～3時

場 亀城プラザ

講 土浦市消費生活連絡協議会

資源愛護推進部会員

内 ①さるばら、②ねずみ

定 各30人(先着順。いずれか

1コースのみ)

障害者就職面接会

日 2月14日(火) 午後1時～3

時30分

場 ホテルグランド東雲(つくば

市小野崎)

問 土浦ハローワーク(☎82

2・5124)

元気いばらき

就職面接会

日 1月27日(金) 午後1時30分

～3時30分(受け付けは午

後1時から)

場 県土浦合同庁舎(真鍋五丁目)

対 求職者(学生を除く)

持 履歴書(複数枚)

※詳しくはホームページをこ

覧になるか、お問い合わせ

ください。

問 いばらき就職支援センター

県南地区センター(☎825

・3410)

市民活動ファーストステッ

ブ講座

日 2月17日(金)、24日(金) 午後

1時30分～4時

場 本庁舎2階 研修室

内 市民活動のきっかけづくり

定 20人(先着順)

申 住所、氏名、電話番号を記

入して郵送、ファクス、ま

たは電話で

日 2月13日(月)

問 市民活動課(☎内線2234、

FAX 822・9252)

土浦市障害児(者)育成会

講演会

日 2月5日(日) 午後1時15分

～3時(開場は午後0時30

分から)

場 市民会館大ホール

講 踊 正太郎さん(津軽三味

線演奏家)

内 「欄干のない橋を渡る

」津軽三味線とともに」

問 土浦市障害児(者)育成会事務

局(社会福祉協議会内 ☎8

21・5995)

神立地区コミュニティセン

ター講座

日 2月12日(日)、25日(土) 午前

9時～正午

場 小町の館

内 地元産常陸秋そばを使い手

打ちそば作りを習います。

定 各10人(先着順)

¥735円

□かたんにアクセサリを

つくる

日 2月8日(水) 午前10時～正

午

場 同コミュニティセンター

内 プラスチック板を溶かして

七宝焼のようなアクセサ

リを作ります。

定 20人(先着順)

¥1000円

□のびのびストレッチ健康体操

日 2月8日(水) 午後1時15分

～2時30分

場 同コミュニティセンター

定 30人(先着順)

◎共通

申 電話または直接

日 2月5日(日)

問 同コミュニティセンター

(☎833・1295)

<広告掲載欄>



相続登記はお済みですか月間

☎ 期間 / 2月1日 ~ 28日(土)

☎ 日・祝日を除く

☎ 場内内の各司法書士事務所
☎ 内相続登記に関する相談を無
☎ 料で実施します。

☎ 申各司法書士事務所へ電話で
☎ 問茨城司法書士会(☎029・
225・0111)

**東山魁夷
唐招提寺御影堂障壁画展**

☎ 2月11日(土) ~ 4月2日(日)

☎ 午前9時30分 ~ 午後5時

☎ 場茨城県近代美術館(水戸市
千波町)

☎ 日本画家・東山魁夷の画業
の集大成「唐招提寺御影堂
障壁画」全68面を茨城県で
初公開します。

※料金など、詳しくはお問い合わせ

合わせてください。

☎ 問同美術館(☎029・24
3・5111)

冬季バドミントン大会

☎ 2月19日(日) 午前9時から

☎ (開場は午前8時30分から)
☎ 場新治トレーニングセンター

☎ 対市内に居住または通勤・通
学(高校生以上)している方
および市体育協会バドミン
トン部登録者

☎ 内種目 / ミックスダブル、男
子シングルス(A、B、Cク
ラス)

☎ ※Cクラスは初級者および女
子55歳、男子60歳以上
☎ ￥1人につき1000円

☎ 申住所、氏名、年齢、電話番
号、返信先、種目を記入し、
ファクスまたはメールで

2月の無料年金相談

- ☎ 常陽銀行土浦支店
2月21日(火) 午前10時~午後3時
(☎822-3216)
 - ☎ 常陽銀行土浦ローンプラザ
(土浦駅前支店内)
2月18日(土) 午前10時~午後4時
(☎821-3541)
 - ☎ 常陽銀行荒川沖支店
2月6日(月) 午前10時~午後3時
(☎841-1123)
 - ☎ 筑波銀行土浦北支店
2月24日(金) 午前10時~午後3時
(☎824-6811)
 - ☎ 土浦郵便局
2月19日(日) 午前10時~午後4時
(☎821-0203)
- ※詳しくは、各金融機関へお問い合わせください。

☎ 2月10日(金)

☎ 問市体育協会バドミントン部
(☎090・4840・86
59、☎825・7120、
✉takakuwa@ryoko.co.jp
高桑)

**人工肛門・人工ぼうこうの
方の勉強会**

☎ 2月26日(日) 午前10時~午
後2時30分

☎ 場市民ホールやたべ(つくば
市谷田部)

☎ 内人口肛門・人工ぼうこう保
有者のためのオストミー講
習会など)

☎ 問日本オストミー協会茨城県
支部(☎029・876・
6838 北村)

**県立水戸南高等学校
通信制課程生徒募集**

☎ 一般入学受付: 3月10日(金)

☎ ~ 23日(木)、編入学・転入学
受付: 3月6日(月) ~ 8日(水)

☎ ※出願方法など、詳しくはお
問い合わせください。

☎ 問同高等学校(☎029・2
47・4284)

**特別養護老人ホーム滝の
園講座**

☎ 2月4日(土) 午前10時~正
午

☎ 場同特別養護老人ホーム

☎ 講芳賀脩光さん(筑波大学名
誉教授)

☎ 内講演会「若さをとりもどす
中高年期のからだづくり」

☎ 申電話で

☎ 問同特別養護老人ホーム(☎8
26・1110)

**レンコンシエルジュ
土浦のれんこん世界料理**

☎ 2月11日(土) 午前11時~午
後2時

☎ 場上天津公民館

☎ 内レンコン料理(ボルシチ、
中華おこわ、アヒージョ)
の紹介・試食

☎ 定50人(先着順)
☎ ￥1000円

☎ 申電話で

☎ 問まちづくり活性化土浦(☎8
26・1771)

土浦カップリングパーティー

☎ 2月26日(日) 午後1時30分
~ 午後4時

☎ 場ホテルマロウド筑波
☎ 対42歳以下の独身男女
☎ ※参加費用など、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
ター県南土浦支部(☎82
4・8430 須原)

< 広告掲載欄 >

市・県民税の申告受付

受付期間／2月16日(木)～3月15日(水) 午前8時30分～11時30分、午後1時～4時

※土・日曜日を除きますが、2月19日(日)、2月26日(日)は受け付けます。

受付場所／市役所課税課(本庁舎2階)

申告期限間近になると、会場は大変混雑しますので早めの申告をお願いします。申告書は、前年度市・県民税の申告をした方に郵送を予定しています。また課税課、各支所・出張所、受付相談日の臨時受付会場にも申告書を用意してあります。自分で正しく計算・作成し、期限までに郵送または受付窓口へ提出してください。

※郵送または各支所・出張所へ申告書を提出する場合、マイナンバーの本人確認書類の写しを添付してください。

問課税課(☎826-1111 内線2232)

申告の必要な方

平成29年1月1日に土浦市に住んでいた方は、原則として申告が必要です。

ただし、次のいずれかに該当する方は、申告をする必要はありません。

- 平成28年分の所得税の確定申告書を、税務署へ提出した方または提出予定の方
- 収入が年末調整した給与のみの方で、その給与支払報告書を勤務先が市役所へ提出している方
- 市内に住んでいる方の税法上の扶養親族になっている方(社会保険の扶養とは別です)
- 公的年金のみを受給している65歳以上(昭和27年1月1日以前生まれ)の方で、公的年金収入金額の合計額が年間152万円以下の方
- 公的年金のみを受給している65歳未満(昭和27年1月2日以降生まれ)の方で、公的年金収入金額の合計額が年間102万円以下の方

次に該当する方は、申告が必要な場合があります。

- 平成28年中に所得のなかった方や、失業保険、遺族年金、障害年金など非課税所得のみの方(非課税証明書の発行や国民健康保険税の算定、児童扶養手当などの受給資格審査の基礎資料となります)。
- 所得税の確定申告が必要ない方(公的年金などの収入金額が400万円以下で、かつ公的年金にかかる雑所得以外の所得金額が20万円以下)で、医療費控除などの各種控除を市・県民税に反映させたい方。

※平成28年中に亡くなった方の市・県民税の申告は必要ありませんが、税務署で「準確定申告」を行う必要がある場合があります。

申告に必要なもの

対象	必要書類
給与所得者・ 公的年金受給者	源泉徴収票または事業主の支払証明書など
事業所得者・ 不動産所得者	収支内訳書(あらかじめ作成をお願いします)
医療費控除のある方	領収書(原本)、保険などで補てんされた金額の明細書(医療費のお知らせ)などでは代用できません。領収書を個人ごとに集計しておいてください。
社会保険料控除のある方	国民健康保険税、国民年金保険料、介護保険料、任意継続保険料などの領収書または納付済額証明書(年金特徴されている家族分は使用できません)
生命・地震保険料控除のある方	保険会社から発行された控除証明書(地震保険料控除には、平成18年12月31日までに契約締結された長期損害保険料を含みます)
寄附金税額控除のある方	都道府県、市区町村、共同募金会、日本赤十字社などの領収書など
障害者控除を受ける方	障害者手帳または戦傷病者手帳、市区町村長などが発行する障害者に準ずる者などの認定書

※必ず「はんこ」をお持ちください。

※必要書類が不足しているときは、申告を受け付けられませんのでご注意ください。

■申告に際してのお願い

- ①申告書は、本人による記載が原則です。申告書の作成、収支内訳書や医療費明細書の計算などの記入が済んでいる方を優先し、記載指導を希望する方は、お待ちいただくこともあります。
- ※事業(営業、農業)所得・不動産所得を申告する方は、収支内訳書を必ず記入しておいでください。
- ②源泉徴収票などの添付書類は、申告書には貼り付けず、別紙に貼り付けてください。

■マイナンバー記載のお知らせ

社会保障・税・災害対策分野において、行政手続の効率性・透明性を高め、国民にとって利便性の高い公平・公正な社会を実現することを目的として、社会保障・税番号(マイナンバー)制度が導入されました。それにもない、申告手続などにはマイナンバーの記載および本人確認書類の提示(または写しの添付)が必要になりました。必要な書類など、詳しくは下記をご覧ください。

■申告に必要な本人確認書類

マイナンバーカード(個人番号カード)をお持ちの方は:

カードだけで本人確認をすることが出来ます。

マイナンバーカードをお持ちでない方は:

①番号確認書類と、②身元確認書類の両方が必要です。

①番号確認書類

- ・通知カード
- ・マイナンバー記載のある住民票の写しまたは住民票記載事項証明書

②身元確認書類

- ・運転免許証
- ・パスポート
- ・在留カード
- ・身体障害者手帳

■市・県民税の申告臨時受付

1月26日(木)～2月13日(月) 午前9時～11時30分、午後1時～4時

受付日	受付会場	対象地域
1月26日(木)	新治地区公民館	藤沢、藤沢新田
1月27日(金)	新治地区公民館	大畑、小野、上坂田、下坂田
1月30日(月)	新治地区公民館	永井、本郷、大志戸、田土部
1月31日(火)	新治地区公民館	沢辺、高岡、田宮、東城寺、小高
2月1日(水)	神立地区コミュニティセンター	神立町、北神立町、中神立町、神立中央、神立東、菅谷町、白鳥町、おおつ野
2月2日(木)	都和公民館	中都町、笠師町、小山崎、今泉、栗野町、中貫、東中貫町、常名
2月3日(金)	都和公民館	都和、並木、西並木町、東並木町、東都和、板谷
2月7日(火)	六中地区公民館	鳥山、小岩田西、小岩田東、右粉、摩利山新田、大岩田、小岩田、霞ヶ岡町
2月8日(水)	二中地区公民館	真鍋、東真鍋町、西真鍋町、真鍋新町、若松町、東若松町、殿里町、木田余東台、木田余西台、木田余、手野町、田村町、沖宿町
2月9日(木)	三中地区公民館	荒川本郷、荒川沖西、北荒川沖町、中荒川沖町、荒川沖、荒川沖東、沖新田
2月10日(金)	三中地区公民館	中、中村東、中村西根、西根南
2月13日(月)	三中地区公民館	乙戸、小山田、乙戸南、中村南、西根西、卸町

土地、建物、株式、先物取引などの譲渡所得のあった方、住宅ローン控除により所得税の還付を受けようとする方、雑損控除を受けようとする方、準確定申告をする方、過年度分の確定申告をする方は、市役所では受け付けできませんので、土浦税務署へ提出してください。

土浦税務署 ☎822-1100 自動音声案内

土浦市の高齢者福祉サービス

市では、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して暮らすための、さまざまなサービスを実施しています。ぜひご利用ください。

☎高年齢福祉課(☎826・1111 内線2479)

ひとり暮らしの方へのサービス

救急医療情報キット配布

65歳以上でひとり暮らしの方に、救急医療情報キットを無料で配布します。

※緊急時に救急隊員などにかかりつけ医や緊急連絡先などの情報を伝えるためのものです。



見守りキーホルダー配布

65歳以上でひとり暮らしの方や、認知症のある方に、緊急時に身元確認ができる登録番号を記したキーホルダーを無料で配布します。



緊急通報システム

65歳以上で健康に不安のあるひとり暮らしの高齢者宅に、急病などの緊急時に通報できる装置を設置し、生活の安全確保、不安軽減を図ります。

※利用料／所得に応じて自己負担あり

配食サービス(毎日型食事サービス)

65歳以上で食事づくりが困難なひとり暮らしの方や高齢者のみの世帯に、栄養に配慮した食事を配達し、健康保持および安全の確認をします。

※利用料／1食400円

愛の定期便(乳製品配布)

65歳以上でひとり暮らしの方に、週2回乳製品などを無料で配達し、声かけをしながら安全の確認をします。

※申し込み／社会福祉協議会(☎821・5995)



ねたきりの方などへのサービス

寝具洗濯・乾燥・消毒サービス

ねたきりなどで、寝具の衛生管理が困難な65歳以上の在宅高齢者のために、洗濯・乾燥および消毒サービスを実施します。(年4回まで)

※利用料／掛け布団：2000円

敷布団：2000円

毛布：1000円

(それぞれ1回につき)

訪問理美容サービス

65歳以上でねたきりの方に、在宅で受ける理美容サービスの料金を一部助成します。

※助成額／1回につき3000円(年2回まで)

その他の高齢福祉サービス

「のりあいタクシー土浦」

65歳以上の方を対象に市内全域を運行しています。買い物や通院だけでなく、趣味の外出、お墓参りなど日頃の交通手段として広く利用できます。

市では年会費の一部助成を行っています。

※助成額／年会費1万3000円のうち1万

1000円(自己負担2000円)

※利用料／片道600円(神立・新治地区⇄

荒川沖地区は片道1200円)

※運転免許証を返納した方は、1度のみ年会費の全額助成が受けられます。(平成27年

6月以降の返納が対象)



はり・きゅう・マッサージ施術費補助

70歳以上の方や、65歳以上のねたきりなどの家族を介護する方に、施術費用の一部を補助します。

※補助額／1回につき1000円(年8回まで)

※利用料／施術機関・内容により異なります。

日常生活用具給付

65歳以上で非課税世帯に属する方に、日常生活用具を給付します。(用具に応じて給付要件あり)

※給付する用具／シルバーカー、住宅用火災警報器など



いつも元気なりか
ちゃん☆すくすく大
きくなってね!

佐藤梨々香ちゃん
(永国)



1歳おめでとう!
たくさん食べて
大きくなってね

橋本望未ちゃん
(川口二丁目)



1歳おめでとう!
健やかに成長してね

飯坂啓太郎ちゃん
(上高津新町)



かわいい笑顔が大好き!
元気にすくすく
大きくなあれ!

山口はなちゃん
(藤沢)



すくすく
育って下さい
大好きだよ♡あいな

大圖愛奈ちゃん
(大畑)



生まれてきてくれて
ありがとう!
秀ちゃん大好きだよ♡

杉尾秀人ちゃん
(真鍋六丁目)



祝☆1歳
姉&兄と仲良く元氣
に大きくなってね♪

荒井葉王ちゃん
(小山田一丁目)



1歳おめでとう♪
笑顔忘れず元氣に
育ってね♡大好き♡

遠田守希ちゃん
(大岩田)



♡祝1歳♡いつも
ニコニコ笑顔で
健やかに育ってね♡

大部陽翔ちゃん
(荒川沖)



1歳おめでとう♡
姉妹仲良く
大きくなってね♪

仕黒唯華ちゃん
(おおつ野七丁目)

こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん HAPPY BIRTHDAY

1月生まれ



1歳おめでとう♡
元気にスラスク
育ってね♪

中村亮太ちゃん
(滝田二丁目)



☆祝1歳☆康暉の
笑顔は元氣の源♡
兄弟仲良くしてね♪

久保田康暉ちゃん
(富士崎二丁目)



ごはんをいっぱい
食べて大きく
元気に育て!

多田帆乃香ちゃん
(おおつ野八丁目)



たくさんの人との
出会いを恐れず大き
くなってください

松本千岳ちゃん
(乙戸)



1歳おめでとう♪
幸多き人生に
なりますように!

市村 壮ちゃん
(摩利山新田)



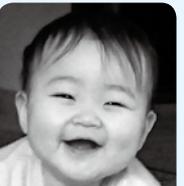
1歳おめでとう!!
毎日たくさんの
幸せをありがとう♡

飯塚日南ちゃん
(下高津四丁目)



☆1歳おめでとう☆
無垢な笑顔をいつも
ありがとう♡

渡辺笑菜ちゃん
(右碕)



1歳おめでとう
我が家のアイドル
ことね☆大好きだよ♡

幡谷ことねちゃん
(真鍋二丁目)



♡祝1歳♡お姉ちゃ
んと仲良く元氣に
大きくなってね☆

碓井梨乃空ちゃん
(烏山五丁目)



1歳おめでとう☆
どんな瑛菜も
大好きだよ~!

岡本瑛菜ちゃん
(並木一丁目)



祝♡1歳♡兄弟仲良く
いっぱい笑って
大きくな~れ♪

中川愛麻ちゃん
(大手町)



♡祝1歳♡これか
らも笑顔で元氣に
大きく育ってね♡

臼井 蓮ちゃん
(並木五丁目)



2週間早く生まれた
けど無事にうまれて
くれてありがと

金子昌義ちゃん
(川口二丁目)

3月で1歳になる赤ちゃんを募集!!

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

✉ 1月31日(火)
※3月上旬または中旬号に写真、
氏名、町名、一言を掲載します。

~応募の際の注意点~

- *一言は記号(!・♡・♪など)も1文字と
数えて25文字以内になるように!
- *顔がすべて写っている(頭や耳、あご
などが切れていない)写真を!
- *送っていただいた写真はお返しできま
せん!

ねたきり老人等福祉手当
在宅で生活する65歳以上の方で、ねたきりまたは認知症の状態(概ね要介護4・5程度)にある方に支給します。おむつや介護用品などの購入にもご利用いただけます。月額/市民税課税世帯:2500円
給世帯:5000円
市民税非課税世帯および生活保護受

いばらき高齢者優待制度
県では、65歳以上の方を対象に、協賛店舗において料金割引やポイント加算などの特典が受けられる『いばらきシニアカード』を配布しています。
配布窓口/高齢福祉課、地域包括支援センター「うらら」、支所・出張所、各地区公民館

高齢者家族支援「探索」サービス
65歳以上で徘徊が見られる在宅の認知症高齢者を介護している家族に、高齢者が徘徊したときに早期発見できる探索機(GPS発信機)を貸与して、事故の未然防止を図ります。
利用料/利用頻度により異なります。



※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。

地域安全情報

No.51

町生活安全課 (☎826・1111
内線2490)

路面凍結・積雪による スリップ事故に注意!

冬季は降雪や路面凍結によるスリップ事故の発生が予想されます。気温が低下する深夜や早朝は特に危険です。万全な安全対策をとり、事故防止に努めましょう。

■事故防止のポイント

- ①冬用タイヤを装着する
タイヤチェーンやスタッドレスタイヤの準備をしましょう。
- ②十分な車間距離をとり、安全な速度で走行する
スリップ時に起きやすい追突事故を防止しましょう。
- ③「急」のつく運転操作をしない
急ブレーキ、急ハンドル、急発進などは控えましょう。

こんな場所には要注意!!

- ・橋の上 ・カーブ ・坂道
- ・山道 ・陽の当たらない場所
- ・トンネルの出入口

時間と気持ちに
ゆとりをもって
慎重な運転を



女性・子どもを狙う 犯罪の防止

女性や子どもに対する声かけやつきまとい、暴行やわいせつ事件などの犯罪被害を防止するためには、早い段階で行為者を特定することが重要です。不審者に関する情報提供や被害者の保護、警察への通報など、地域の皆様のご協力をお願いします。

■被害の防止対策

- ・人通りの多い道を選び、暗い道や路地裏はなるべく避ける
- ・帰宅が遅い場合は迎えに来てもらう
- ・防犯ブザーを携帯する
- 被害に遭いそうになったら
・すぐに逃げ、近くの家や店に駆け込む
- ・大声を出して助けを求める

子どもを守る110番の家

子どもが街で知らない人から「声かけ」「痴漢」「つきまとい」などの被害を受けたときに助けを求めて逃げ込むための場所です。被害者を保護し、警察や学校などへの通報を行ってくれるボランティア活動の制度です。

子どもを守る
110番の家



洗濯表示が新しく変わりました

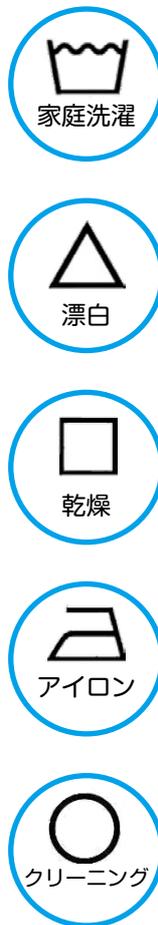
平成28年12月1日から、衣類などの繊維製品の洗濯表示が新しい記号に変更されました。表示を覚えて、大切な衣類を正しく取り扱いましょう。

町消費生活センター (☎823・39928)

◆新しい「取扱い表示」におけるポイント

「基本記号」と、「付加記号」や「数字」の組み合わせで構成されます。

●5つの基本記号(左記の順に表示されます)



●付加記号と数字

【強さ】基本記号の下に付加

線なし 通常の強さ
弱い 非常に弱い

「線(—)」が増えるほど作用は弱くなります。

(例) → →

【温度】基本記号の中に付加

低 [●] → [●●] → [●●●] 高
タンブル乾燥やアイロンの温度は「点(●)」で表します。数が増えるほど温度は高くなります。

(例) → →

数字は家庭洗濯での洗濯液の上限温度です。

(例) → →

【禁止】

✕ 基本記号と組み合わせて、禁止を表します。

(例) 家庭での洗濯はできません。

詳しくは
コチラ

まちの話題 **ズームアップつちうら**

全 国中学校体育大会入賞&強化指定



全国中学校体育大会などにおいて、優秀な成績をおさめた市内の中学生が、茨城国体に向けた強化指定を受け、市長に成績と指定の報告をするために市役所を訪れました。それぞれの競技において今後さらなる活躍が期待されます。

ヨット優勝…青山瑞希さん(土浦六中3年) 男子テニス団体第3位…土浦二中(佐藤大喜さん、キム・ミンソプさん、ゾ・ミンギョさん、松尾滉哉さん、小林良徳さん、キム・ドンヒョンさん、藤田裕暉さん、遠藤出帆さん、松崎稜太郎さん)

レスリング第5位…菊田花さん(都和中3年)

冬 の街を彩るきらびやかな光



冬の中心市街地をきらびやかに彩る土浦ウィンターフェスティバルが1月9日まで開催され、街を行きかう人々の目を楽しませました。うらら広場には高さ8メートルの巨大なシンボルツリーが、そのほか土浦駅東・西口や旧モール滝の前広場、各商店会にも色とりどりのイルミネーションが飾り付けられました。

初日には点灯式が行われ、キララちゃんとつちまるが遊びに来たほか、土浦第二小学校合唱団の歌声と土浦第一高等学校弦楽部の演奏が会場を盛り上げました。

ゴール目指して全力疾走



土浦マラソン大会が新治運動公園周辺コースで開催されました。大会部門は一般(5キロメートル)の部から小学1年生(1キロメートル)まで幅広く、エントリーした選手の総人数は約2500人に上りました。

当日はあいにくの天気で肌寒く、途中で雨が降ることもあったものの、ひとたびレースが始まれば選手たちの表情は真剣そのもの。どの選手も最後まで諦めずにゴールまで精いっぱい駆け抜け、大会新記録を打ち出した選手もいました。

土浦税務署からのお知らせ

〒302-2110 土浦税務署 (☎0292-21100 自動音声案内)

平成28年分確定申告

所得税および復興特別所得税、贈与税の申告および納付の期限は3月15日(水)、消費税および地方消費税の申告および納付の期限は3月31日(金)です。土浦税務署では、確定申告会場を左記のとおり設置します。また、国税庁ホームページ「確定申告書作成コーナー」を利用すると自宅で確定申告書が作成できますので、印刷して送付、もしくはe-Taxで送信のいずれかでご提出ください。



2月16日(木)～3月15日(水) 午前9時～午後4時

※土・日曜日を除きますが、2月19日(日)、2月26日(日)は開場します。

新治ショッピングセンター「さんあびお」2階(大畑)

※相談の際は、所得金額や所得控除の金額が分かる書類(源泉徴収票など)をお持ちください。

※開設期間中は、土浦税務署庁舎での申告相談は実施しません。

「事業者の皆さんへ」
消費税及び地方消費税の納税は期限内に!

課税事業者の方は、期限内納付のための納税資金の積み立てをお願いします。

積立後の納付に便利な手段を二種類紹介いたします。

個人事業者の方は、振替納税

事前に税務署に届出をしておけば、金融機関や税務署に向かなくても、届出をした預貯金口座から、自動的に引き落とされる便利な納付手段です。



ダイレクト納付

事前に税務署に届出をしておけば、e-Taxを利用して電子申告などの送信をした後に、簡単な操作で、届出をした預貯金口座からの振り替えにより、即時または指定した期日に納付することができる便利な納付手段です。



2月の子育てひろば

詳しくはこちらを
ご覧ください。



保育所

新生保育所(☎841-0575)

☎8日(水) 10:00~11:00
☎リズムあそび

都和保育所(☎822-8053)

☎9日(木) 10:00~11:00
☎お店屋さんごっこ

竹ノ入保育所(☎842-6253)

☎14日(火) 9:30~11:00
☎お店屋さんごっこ

荒川沖保育所(☎841-0037)

☎16日(木) 10:00~11:00
☎お店屋さんごっこ

神立保育所(☎831-8464)

☎16日(木) 10:00~11:00
☎お店屋さんごっこ

霞ヶ岡保育所(☎821-1890)

☎22日(水) 9:30~11:00
☎お店屋さんごっこ

東崎保育所(☎821-1890)

☎22日(水) 10:00~11:00
☎お店屋さんごっこ

新川保育所(☎822-8896)

☎16日(木) 10:00~11:15
☎はじめてのパパ・ママパスポート

荒川沖保育所(☎841-0037)

☎24日(金) 9:30~11:00
☎保育室開放 たんぽぽ
☆予約受付は1月27日(金)午前9時
30分から各保育所へ電話で

児童館

都和児童館(☎832-3112)

☎3日(金) 10:30~11:30
☎親子リズム体操&豆まき
☎10日、24日(金) 10:30~11:00
☎おはなし会(職員、あおぞら)
☎21日(火) 10:15~11:15
☎母親クラブ主催「小麦粉粘土遊び」

ポプラ児童館(☎841-3212)

☎3日(金) 11:00~(乳幼児)、
16:00~(小学生)

☎豆まき
☎4日(土) 9:00~10:00

☎一輪車開放日
☎23日(木) 10:30~、11:15~
☎親子製作

新治児童館(☎862-4403)

☎3日(金) 10:30~11:30
☎節分・豆まき

☎9日(木) 10:30~11:00
☎おはなし会(エプロンズ&ハッピー
スマイル)

☎16日(木) 10:30~11:00
☎誕生会

※申込受付期間は施設により異なり
ますので、ホームページまたは各
施設にお問い合わせください。

子育て支援センター

さくらんぼ(☎823-1288)

☆予約受付は1月27日(金)午前9時
30分から電話で

●親子ふれあい教室 10:00~11:30
「おひなさまを作ろう!」

☎・場3日(金)…二中地区公民館

☎・場6日(月)…六中地区公民館

☎・場7日(火)…新治地区公民館

☎・場8日(水)…神立地区コミュニ
ティセンター

☎・場9日(木)…都和公民館

☎・場13日(月)…一中地区公民館

☎・場15日(水)…三中地区公民館

☎・場23日(木)…四中地区公民館

●園庭開放

☎14日(火) 10:00~11:30

●すくすくルーム 10:00~11:30
「おひなさまを作ろう!」

☎・場2日(木)…二中地区公民館

☎・場10日(金)…三中地区公民館

●赤ちゃんのカレンダー作り

☎16日(木) 10:00~11:30

●おもちゃクリニック 9:30~11:00

☎・場21日(火)…四中地区公民館

白鳥保育園(☎831-2590)

☆予約受付は前日午後4時まで

●園庭開放 8:30~15:30

☎月~金曜日(祝日を除く)

●親子クラブ 8:30~13:30

1、8、15日(水)…お絵描き

2日(木)…節分遊び

7、14日(火)…粘土遊び

9日(木)…講座「応急手当」

16日(木)…発表会練習見学

ありんこくらぶ(☎841-0463)

☆予約受付は1月18日(木)午前9時
から電話で

●保育所開放 10:00~15:00

☎月~金曜日(祝日を除く)

●イベント 10:00~12:00

2日(木)…ベビーマッサージ(10:30~)

3日(金)…豆まき

7日(火)…アレンジ講習会

9日(木)…ありんこタイム(イヤイ
ヤ期について)

14日(火)…ヨガ講習会(四中地区公民館)

22日(水)…ありんこタイム(10:30~)

28日(火)…誕生会(1・2・3月生まれ)

ひまわり(☎843-1117)

☆予約受付は1月23日(月)午前9時
から電話で

●園庭・お部屋開放 9:30~16:00

☎月~金曜日(祝日を除く)

●イベント 10:00~12:00

2日、23日(木)…親子バランスボール
(9:45~)

6日(月)、16日(木)…ティッシュBOXで
いす作り

7日(火)…人形劇「おだんごパン」

8日(水)…誕生会

9日(木)、14日(火)…ワークショップ
「バレンタインフラワーアレンジメント」

13日(月)、28日(火)…ベビーマッサージ

15日(水)…離乳食講座「手作りおやつ」

20日(月)…ちびっこ広場(1歳児)

24日(金)…赤ちゃん広場(0歳児)

27日(月)…わんぱく広場(2歳児以上)

※2日(木)は三中地区公民館、16日
(木)は四中地区公民館、23日(木)
は六中地区公民館です。

2月のとしょかん

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



Information

◆平成29年は酉(とり)年です◆

平成29年の干支は「酉(とり)」で、これは「にわとり」を表しています。東京・浅草では、毎年豪華な熊手が売られることで知られる「酉の市」が行われるなど、商売にゆかりの深い干支だといわれています。今月は、鳥に関する本をご紹介します。

- 十二支になった動物たちの考古学【設楽博己／編著】
- ニワトリ【アンドリュウ・ロウラー／著】
- 空を飛ばない鳥たち【上田恵介／監修】
- 見る聞くわかる野鳥界(識別編・生態編)【石塚 徹／著】
- 鳥の不思議な生活【ノア・ストリッカー／著】
- 日本野鳥歳時記【大橋弘一／著】 ほか多数

図書館カレンダー 2月 2017.FEBRUARY

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				

● は休館日。○ は分館のみ休館
本館…火～金曜日 9:30～19:00
土・日・祝日 9:30～17:00
分館…火～日曜日 9:30～17:00
(三中地区分館、都和分館、神立地区分館、新治地区分館)

— 今月のおすすめ本 —

楽しい植物化石(自然科学)

【土屋 香／著】

今はもう見ることのできない美しい幹の模様、岩に刻まれた繊細な葉の形、動物化石には出せない味…。緑の地球へと移り変わっていった歴史が刻まれている植物化石68点を写真で紹介し、解説します。化石採集の基本も掲載。



魔法使いと副店長(小説)

【越谷オサム／著】

単身赴任のアラフォー男・藤沢太郎の自宅アパートの窓から、箒に乗った女の子が突入！アリスと名乗る見習い魔法少女と彼女を見守る役目だという小動物まるるんに居候を決めこまれてしまい…。ハートウォーミングな家族小説。



— おはなし会 —

おはなし会(幼児～小学生向け)

回 2月12日(日)、26日(日)

午前10時30分から

場 視聴覚室

おはなし会(幼児向け)

回 2月18日(土) 午前11時から

場 新治地区分館

ちいさなおはなし会(乳幼児向け)

回 2月22日(水)、23日(木)

午前11時から

場 児童室

◎ちいさなおはなし会は同一プログラムとなります。

◎日時は変更になることがあります。ご確認のうえ、ご来館ください。

— 先月の人気図書 —

恋のゴンドラ

【東野圭吾／著】

結婚を目前に控えた広太は浮気相手とスノーボードに来ていました。ところがゴンドラで婚約者と乗り合わせて…。東野圭吾が「恋愛」という永遠のミステリーに真っ向から挑む短編集。



— こどもの本 —

世界中からいただきます！

【中山茂大／文、阪口 克／写真】

からくり

【安田真紀子／文】

四年ザシキワラシ組

【こうだゆうこ／作】

なつみはなんにでもなれる

【ヨシタケシンスケ／作・絵】

— 今月の展示棚 —

テーマ

「ぼかぼかライフ」

寒い朝が続き、毎朝布団から出るのがつらい時期です。こんなときこそ、体をあたためて、寒さに負けない体づくりを目指しましょう。

心も体もぼかぼかするような本を集めましたので、ぜひお立ち寄りください。

2月の無料相談

※祝日は除きます

相談名	日	時	場所	主な相談内容(相談員)	
市民法律相談	毎週火曜日	13:30~16:30	広報広聴課 (☎内線2376)	法律が関係する困りごと(弁護士) ※予約制	
市民相談	月~金曜日	8:30~17:15		要望、苦情、意見など(担当職員)	
司法書士相談	8日(水)	13:30~15:30		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	
行政書士相談	16日(木)	13:30~16:30		相続や契約(賃貸・売買・雇用・介護)などに関すること(行政書士) ※予約制	
総合労働相談	10日(金)	13:30~16:30	広報広聴課(☎029-350-4864) ※予約は茨城県社労士会	労働・社会保険関係、労使トラブルなど(社会保険労務士) ※予約時間(平日10:00~12:00, 13:00~16:00)	
土地家屋調査士相談	1日(水)	13:30~15:30	広報広聴課(☎029-259-7400) ※予約は茨城土地家屋調査士会	土地の境界問題や建物の登記に関すること(土地家屋調査士) ※予約時間(平日8:45~17:00)	
行政相談	15日(水)	13:30~15:30	広報広聴課 (☎内線2376)	国や県の行政に関する困りごと、悩みごと(行政相談委員)	
税務相談	7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)	
心配ごと相談	毎週水曜日	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)	
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~土曜日	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 (第1・3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)	
結婚相談	2・16日(木)	15:00~16:30	まちなか交流ステーション“ほっとOne” (☎879-8815)	結婚相談(県マリッジサポーター)	
生活相談	毎週水曜日	13:00~16:00	新治地区公民館 (☎862-2673)	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	21日(火)	10:00~12:00	土浦保健所 (☎821-5516)	ひきこもりについての困りごと(専門医) ※予約制。日時が変更になる場合があります。	
精神保健相談(一般精神)	17日(金)	14:00~16:00		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。	
精神保健相談(老人・一般)	7日(火)	14:30~16:30		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。	
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 (☎827-1107)	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
		4日(土)	10:00~14:40		
	一般相談	10日・24日(金)	13:00~16:00	日曜休館 家族、夫婦、仕事など、女性を取り巻くさまざまな悩みごと(専門相談員) ※予約制	

消費生活センターから

有料動画の閲覧履歴がある!?

☎消費生活センター(☎823333928)

Q 携帯電話に「有料動画の閲覧履歴がある。本日中午連絡なき場合は法的措置に移行する」というショートメッセージが届きました。動画など今まで見たことがないのに「法的措置」と書いてあるので心配です。連絡をした方がよいのでしょうか。

A 身に覚えがなければ絶対にこちらからは連絡せず、無視してください。

ショートメッセージ(携帯番号を宛先にして送受信するメッセージサービス)を用いて、無作為に送り付けられる架空請求メールの相談が後を絶ちません。連絡をすると、高額な金額を請求され、氏名や電話番号などの個人情報が業者に知られることとなります。

また、大手通販サイトのプリペイドカードをコンビニエンスストアなどで購入するように指示され、裏面に記載されている番号を業者に伝えることにより購入した価値をだまし取られるケースもあります。

スマートフォンやパソコンで動画を少しでも見たことがあっても、**不審だと思ふ請求に対しては不用意に連絡しないでください。**

また、「法的手続き」「強制執行」「訴訟」などの法律用語には感わされないように注意しましょう。

〈探偵業者による二次被害も〉

焦って、インターネットで検索した探偵業者などに相談をしたところ、「個人情報削除しないと大変なことになる」などと不安をおおられ、調査費用を請求される二次被害も増えています。

不安なときは、すぐに消費生活センターに相談してください。

2月のけんこう

申・問健康増進課(土浦市保健センター ☎826-3471)

予防接種の償還払い

市が行う定期予防接種および任意予防接種を協力医療機関以外で受ける場合、償還払いにより公費負担額を上限に還付します。協力医療機関以外での接種を希望する方は、接種する1週間前までに健康増進課へ電話でご連絡ください。

※平成28年4月以降に接種したものの申請期限は平成29年3月31日までです。

必要書類／

- ①申請書兼請求書(電話連絡後に、自宅へ郵送)
- ②領収書(被接種者氏名、予防接種の種類、接種料金、接種日、医療機関名の記載があること)
- ③予診票または予防接種を受けた事実を証明する書類(母子健康手帳の写し、接種済証など)

申請方法／必要書類を健康増進課へ提出(郵送可)

※公費負担限度額を上限とするため、自己負担が生じる場合があります。

歯科健康診査・肝炎ウイルス検診

対象の方で未受診の方は、協力医療機関(平成28年4月に送付した無料受診票裏面に記載)で早めに受診してください。

対象者／

- ①40歳誕生日歯科健康診査…昭和51年4月1日～昭和52年3月31日生まれの方
- ②肝炎ウイルス検診…平成28年4月1日～平成29年3月31日までに、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳を迎える、これまでに肝炎ウイルス検診を受けたことがない方

内容／

- ①虫歯・歯周病などの検査
- ②血液検査(B型およびC型肝炎ウイルス検査)

※転入された方・無料受診票を紛失された方は再発行しますので、お問い合わせください。

子宮頸がん・乳がん検診無料クーポン券

対象の方で、子宮頸がん検診・乳がん検診を未受診の方は、協力医療機関で受診してください。早めの受診をお勧めします。

対象者／

- ①子宮頸がん検診…平成7年4月2日～平成8年4月1日生まれの女性
- ②乳がん(マンモグラフィ)検診…昭和50年4月2日～昭和51年4月1日生まれの女性

有効期限／平成29年3月31日まで
※転入された方・無料クーポン券を紛失された方は再発行しますので、お問い合わせください。



2月の献血

日 2月17日(金) (10:00～11:45、13:00～16:00)

場 イオンモール土浦(専門店北入口)

健康教室

狭心症について

土浦市医師会

小關 剛(つちうらハートクリニック)

狭心症、心筋梗塞などは虚血性心疾患と呼ばれ、心臓を養う冠動脈の動脈硬化により血管の内腔が狭くなり、血液の流れが妨げられて生じる病気です。

冠動脈が閉塞すると心筋は壊死に陥ります。これが心筋梗塞です。最近の医学の進歩で急性心筋梗塞の死亡率は減少していますが、現在でも5～10%程度発症すると言われていています。急性心筋梗塞は多くの場合、胸部の激痛、絞扼感(締めつけられるような感じ)、圧迫感として発症します。胸痛は30分以上持続し冷や汗を伴うことが多く、重症ではショックとなります。胸痛の部位は主に前胸部に現れますが、下顎、頸部、左上腕、心窩部に放散して現れることもあります。ただ、高齢者や糖尿病の患者さんでは無痛性のこともあります。

急性心筋梗塞は前記のような特徴的な強い持続性の胸痛と、心電図の所見、血清酵素の上昇から診断

されます。心電図検査は簡便ですが、急性心筋梗塞の診断に極めて有用です。心エコー検査も他の病気との鑑別に有用です。

急性心筋梗塞の治療では、梗塞の範囲が広いほど予後が不良になるので、早期(一般的には12時間以内)に詰まった冠動脈を再開通させる治療(カテーテル治療)が重要です。薬物治療としてアスピリンなどの抗血小板薬、降圧剤、利尿剤なども一定の効果があります。高コレステロール血症、高血圧、喫煙、糖尿病、肥満、痛風、中性脂肪、運動不足、精神的ストレスなどはすべて心筋梗塞を発症される危険因子となりますので、生活習慣を是正して、長期予後の改善を図る必要があります。命に関わる重症な病気なので、前記のような強い胸痛があればすみやかに救急車で専門医の診察を受けることが大切です。

■2月の健康相談 各相談日の時間は受付時間となります

土浦市保健センター(☎826-3471)		土浦市保健センター(☎826-3471)		土浦市保健センター(☎826-3471)	
健康相談【予約制】		つちまる育児相談 (1歳～1歳6か月の偶数月生まれ)		離乳食教室(おおむね6～7か月児) 【予約制】	
1日(水)	9:00～11:30	6日(月)	10:15～10:30	3日(金)	10:00～10:15
栄養相談【予約制】		1歳6か月児健康診査(H27.7生まれ)		ふれあい教室	
14日(火)	13:00～16:10	1日(水)、2日(木)		2日(木)	13:00～13:30
赤ちゃん身体計測(1～6か月児)		母子の歯科健康診査(H26.11生まれ) 【予約制】		こころの相談【予約制】 予約先…障害福祉課(☎826-1111内線2343)	
13日(月)	9:00～9:50	3日(金)	13:15～15:00	7日(火)	
赤ちゃん身体計測(7～11か月児)		3歳児健康診査(H25.11生まれ)		高齢者健康相談	
6日(月)	9:00～9:50	15日(水)、16日(木)		新治総合福祉センター(☎862-3522)	
4か月児健康診査(H28.10生まれ)		マタニティ教室【予約制】		2日(木)	
8日(水)、9日(木)	13:00～13:40	プレマクラス		つわぶき(☎831-4126)	
10か月児育児相談 H28.4.1～15生まれ		7日(火)		9日(木)	
21日(火)	9:30～10:00	ウェルカムベビークラス1日コース		湖畔荘(☎828-0881)	
H28.4.16～30生まれ		14日(火)		16日(木)	
21日(火)	13:00～13:30			うらら(☎827-0050)	
				23日(木)	
				10:00～11:30	

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。

2月	内科	外科	産婦人科	歯科
5日(日)	鈴木胃腸科クリニック ☎841-7711 中荒川沖町	野上病院 ☎822-0145 東崎町	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	菊池歯科医院 ☎822-1661 中高津一丁目
11日(土)	木戸医院 ☎841-1753 乙戸南三丁目	県南病院 ☎841-1148 中	まつばらウイメンズクリニック ☎830-5151 阿見町本郷	後藤歯科クリニック ☎825-6480 並木一丁目
12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	柴田マタニティクリニック ☎821-0154 桜町四丁目	海老原歯科医院 ☎830-4748 北荒川沖町
19日(日)	田谷医院 ☎823-2636 生田町	野上病院 ☎822-0145 東崎町	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	田中歯科医院 ☎821-3426 川口一丁目
26日(日)	永井医院 ☎842-3826 乙戸	黒井整形外科医院 ☎826-2210 飯田	石川クリニック ☎821-2587 大町	福島歯科医院 ☎823-2248 富士崎一丁目

緊急のときの問合せ先/茨城県救急医療情報システム(☎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 平日…午後6時30分～翌朝8時 日曜日、祝日、12月29日～1月3日…午前8時～翌朝8時)

土浦市休日緊急診療所

	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 土浦市大和町9番1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29年1月17日

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」2月上旬号は、2月1日(水)発行予定です。