

新しい学校給食センターの基本計画がまとまりました

【図学務課(☎826・1111 内線5111)】

市では、現在2か所の学校給食センターから市立小・中学校、幼稚園へ、毎日約12000食の給食を提供しています。どちらの施設も建設から40年以上経過し施設設備の老朽化が著しいため、施設を統合のうえ、旧新治庁舎跡地に新たな学校給食センターを整備します。

新学校給食センター設計方針

- 安心・安全で望ましい食環境が提供できる施設
- 食物アレルギーへの対応が可能な施設
- 食育・地産地消が推進できる施設
- 効率的に給食が提供できる施設

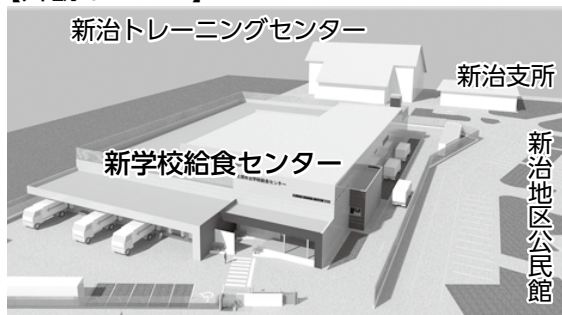
今後の事業スケジュール

- 平成29年度…実施設計
- 平成30～32年度…建設工事・稼働準備
- 平成32年9月…供用開始

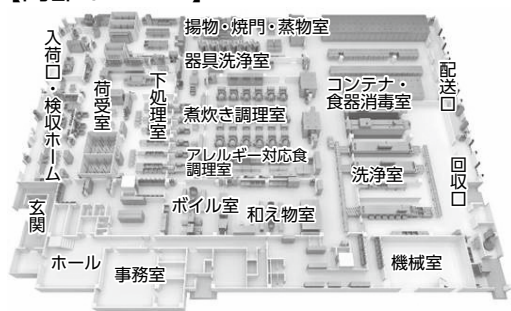
施設概要

- 建設面積…約4100㎡
- 延べ面積…約4930㎡
- 構造・階数…鉄骨造・地上2階建
- 提供食数…最大12000食

【外観イメージ】



【内部イメージ】



災害に備える取り組み

県と市では、東日本大震災の教訓を活かし、災害時に想定される断水や夜間非難など対応強化を図るため、防災設備や制度の整備を進めています。

茨城県の取り組み

- 災害に備えて、霞ヶ浦総合公園内に、次の施設を整備しています。
- 飲料水兼用耐震性貯水槽
- 災害のない平常時は水道管・消火栓・防火水槽として活用し、災害時には飲料水や生活用水などの貯水槽として活用します。

土浦市の取り組み

- 耐震性貯水槽の設置
- 防災行政無線の整備
- 中学校防災井戸の整備
- 災害時協力井戸制度
- 町内会井戸補助制度
- 自主防災組織への補助制度

○非常用照明灯

公園内の照明灯の一部に、太陽光エネルギーを利用して発電する照明を整備し、災害時の停電に備えます。

【図県土浦土木事務所 道路整備第一課(☎822・4344)】



【図総務課(☎826・1111 内線2009)】



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 | 縮 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▶



納税課からのお知らせ

- 10月の納税(納期限:10月31日(火))
市・県民税(3期)、
国民健康保険税、後期高齢者医療
保険料、介護保険料(4期)
- 10月の休日納税・休日納税相談
日 10月29日(日) 午前9時～午後5時
場 納税課(本庁舎2階)
問 納税課(☎内線2359)

乳児用チャイルドシート貸し出し

- 日 11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12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…11月6日(月)、7日(火)
- 問 生活安全課(☎内線2298)

霞浦の湯・水郷テニスコート
臨時休館のお知らせ

水郷公園内で「茨城を食べ
よう収穫祭」が開催されるた
め、臨時休館します。

日 10月28日(土)、29日(日)

問 霞浦の湯(☎823・16
31)、水郷テニスコート
(☎824・0880)

小町の館体験講座
稲刈り体験

日 11月3日(金) 午前9時30分
午後2時(受け付けは午
前9時から)

※荒天中止

場 受付/小町の館

内 稲刈り、小町米を使った昼食

定 80人(先着順)
持 汚れてもよい服装、着替え、
長靴または地下足袋、軍手

またはゴム手袋、タオル
大人/500円、小学生以
下/300円(保険・昼食
代を含む)

申 電話で

問 小町の館(☎862・10
02)

ユネスコ運動支援バザーの用
品を募集します

11月18日(土)午前10時から産
業祭特設会場で開催されるバ
ザーの用品を募集します。
日 受付期間/11月9日(木)～16
日(土)

場 受付場所/各地区公民館
※バザー用品は新品または同
等のものに限りません。

問 土浦ユネスコ協会事務局
(市民活動課内 ☎内線2
031)

歯のなんでも電話相談

日 11月12日(日) 午後2時～5
時

内 歯に関する悩みや質問など
を歯科医師が無料でお受け
します。

☎受付電話番号

823・7930
問 茨城県保険医協会(☎82
3・7930)

多重債務者のための無料法律
相談会

日 11月13日(月) 午後1時～4
時30分

場 土浦合同庁舎(真鍋五丁目)
対 多重債務者(借金の返済に
お困りの方)

内 弁護士、司法書士、消費生
活相談員による相談

農作物の盗難被害に注意

この時期は秋の収穫期を迎
えた玄米や果物を中心とした
窃盗事件の発生が懸念されま
す。

倉庫の出入口や小窓を必ず
施錠する、防犯フィルムや防
犯カメラ、防犯砂利などを活
用する、足場や死角をなくす
など、未然防止のための防犯
対策をお願いします。

問 土浦警察署(☎821・0
110)

【広告】

Sマーク(標準営業約款制度)をご存知ですか

このマークのある「理容店」、「美容店」、「クリーニング店」、「めん類飲食店」、「一般飲食店」は、厚生労働省の認可を受けた約款に基づき営業している安全・安心なお店です。



茨城県生活衛生営業指導センター(☎029・225・6603)

陸上自衛隊夜間飛行訓練

日 10月17日(火)～19日(木)、24日(火)～26日(木)、10月31日(火)～11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
 (☎842・1211 内線3420)

神立地区コミュニティセンターからのお知らせ

子どもまつり

日 10月29日(日) 午前9時～午後0時30分

内 消防車・パトカーの展示、ゲームコーナーなど

神立コミセン文化祭

日 11月4日(土)～12日(日) 午前9時～午後8時(4日は午前11時15分から、12日は正午まで)

内 作品展示、ウェルカム・ミニライブ(4日のみ)

共通

場 同センター
 問 同センター(☎833・1295)

食改さんのハッスル中華まん作り教室

日 11月9日(木) 午前10時～午後1時(受け付けは午前9時30分から)

場 土浦市保健センター

内 市内在住の方
 講 市食生活改善推進員ほか
 定 24人(先着順)

持 エプロン、三角巾
 料 300円

申 電話で
 問 健康増進課(☎826・3471)

対 男性/55歳以上、女性/50歳以上

内 団体戦形式による交流戦

定 40人(先着順)

持 運動着、運動靴、ラケット

料 1000円
 申 電話、ファクス、またはメールで

日 11月2日(木)
 問 市体育協会バドミントン部
 (☎090・4840・8659 高桑、FAX 825・7120、
 E-mail: takakuwa@ryoko.co.jp)

土浦五中PTAバザー

日 11月23日(木) 午前9時30分～11時30分
 場 土浦第五中学校
 内 バザー品販売、模擬店
 持 上履き

問 同中学校(☎828・1021)

陸上自衛隊武器学校 開設65周年記念行事

日 10月28日(土) 午前9時～午後3時
 場 陸上自衛隊土浦駐屯地武器学校(阿見町青宿)

内 記念式典、装備品展示、戦車体験搭乗など

問 同学校広報班(☎887・1171)

バドミントンシニア交流会

日 11月5日(日) 午前9時30分～午後3時
 場 新治トレーニングセンター

11月の無料年金相談

- 常陽銀行土浦支店
11月21日(火) 午前10時～午後3時 (☎822-3216)
 - 常陽銀行土浦オープンプラザ(土浦駅前支店内)
11月18日(土) 午前10時～午後4時 (☎821-3541)
 - 常陽銀行荒川沖支店
11月16日(木) 午前10時～午後3時 (☎841-1123)
 - 筑波銀行すまいるプラザ土浦(真鍋支店併設)
11月11日(土) 午前10時～午後4時 (☎0120-218-124)
 - 筑波銀行荒川沖支店
11月17日(金) 午前10時～午後3時 (☎841-1211)
 - 土浦郵便局
11月18日(土) 午前10時～午後4時 (☎821-0203)
 - 土浦荒川沖郵便局
11月25日(土) 午前10時～午後4時 (☎841-1713)
- ※詳しくは各金融機関へお問い合わせください。

【広告】

スクエアダンス体験会

日 11月14日(火) 午後1時30分
～2時30分

場 一中地区公民館
内 ウエスタン音楽にのせて
持内履きの運動靴

問 土浦スクエアダンスクラブ
(☎831・1243 関根)

土浦市生活支援担い手養成講座

日 11月13日(月) 午前10時～午
後4時、16日(木) 午前9時
～午後4時、20日(月) 午前
10時～午後4時(全3回)

場 特別養護老人ホームこほく
(菅谷町)

対 市内在住・在勤・在学の方
内 高齢者の生活支援に関する
こと

定 20人(先着順)

¥ 1200円(テキスト代)

申 市役所高齢福祉課にある申
込書を郵送

☒ 10月31日(火)
〒300・0021 菅谷町1
168-1、☎893・3119

市民健康フォーラム

2017 in 土浦

日 11月5日(日) 午後2時45分
～4時(開場は午後2時から)

場 ホテルマロウド筑波(城北町)
講 立川らく朝さん ほか

内 講演会「笑って健康、笑っ
て長生き」、健康相談、介
護相談

問 土浦市医師会(☎821・
0849)

**いばらき医療福祉研究会・
いばらき歯科医療フォーラム**

日 10月29日(日) 午前9時～午
後2時15分

場 つくば国際大学(真鍋六丁目)
内 多職種連携研修会、摂食嚥
下講演会など

¥ 医療・保健・福祉関係者/
1000円、一般・学生/
500円、高校生以下・65
歳以上/無料

問 茨城県保険医協会(☎82
3・7930)

霞ヶ浦学講座

日 ①11月19日(日) 午後1時30
分～3時30分、②22日(水)
午後1時30分～3時

場 霞ヶ浦環境科学センター
(沖宿町)

講 沼澤 篤さん(同センター)
内 ①「霞ヶ浦湖水の利用」、②
「霞ヶ浦と人とのかかわり」

定 各回50人(先着順)
申 電話、ファクスまたはメールで

他 土浦駅東口より無料送迎バ
スあり(要申し込み)

問 同センター(☎828・09
62、☎828・0967、
✉a.numazawa@pref.
ibaraki.jp)

**県南生涯学習センター
「生涯学習講演会」**

日 12月9日(土) 午後1時30分
～3時

場 同センター
講 菊地幸夫さん(弁護士)

内 「出会いの人生から学んだ
こと」

定 400人(先着順)
申 11月1日(水)から電話で
問 同センター(☎826・1
101)

**在職者訓練の受講生
募集**



日 12月4日(月)、5日(火)、7日
(木)、11月(月)、12日(火)、14日
(木)(全6回) いずれも午後
6時～9時

対 Windowsの基本操作
ができる方

内 建築CAD(AutoCAD)
基礎

定 20人(定員を超えた場合は
抽選)
¥ 2980円
申 往復はがきに講座名、氏名、

住所、電話番号、年齢、職
業(会社名)を記入し郵送、
またはホームページから

☒ 10月31日(火)(必着)
問 県立土浦産業技術専門学院
(〒300・0849 中村西
根番外50 ☎841・3551)

**東京医大茨城医療センター市
民公開講座**

日 11月18日(土) 午後2時～3時

場 同医療センター(阿見町中
央三丁目)

講 下田 貢さん(消化器外科)
内 「肝臓癌の話」コンピュー
ター支援を用いた手術」

問 同医療センター(☎887・
1161)

茨城県弁護士会講演会

日 11月18日(土) 午後1時30分
～4時30分(開場は午後1
時から)

場 水戸市福祉ボランティア会
館(水戸市赤塚)

講 梅林宏道さん(長崎大学客
員教授)

内 「揺らぐことのない日米同
盟」とは何か。在日米軍を
考える。」
問 茨城県弁護士会(☎029・
221・3501)

【広告】

市政のお知らせ information

第2回土浦市地域公共交通活性化協議会を開催します

問都市計画課(☎内線2370)

日時/11月10日(金) 午前10時から
(受け付けは午前9時30分から)
場所/市役所本庁舎 301・302会議室
内容/平成29年度地域公共交通確保維持改善事業の事業評価について など
傍聴者定員/10人(先着順)

市政のお知らせ information

第2回土浦市議会報告会を開催します

問議会事務局(☎内線2274)

日時/①11月9日(木)、②10日(金)
いずれも午後7時から(開場は午後6時30分)
場所/①都和公民館、②四中地区公民館
内容/議会からの報告、意見交換

市政のお知らせ

information

パブリック・コメントを募集します



問総務課(☎内線2495 FAX822-9252)
✉soumu@city.tsuchiura.lg.jp

募集対象/土浦市個人情報保護条例等の一部改正について
公開方法/総務課、情報公開室、各支所・出張所、各地区公民館での閲覧、市ホームページへの掲載
提出方法/住所、氏名(名称)、電話番号を記入し、郵送、ファクス、メール、または直接

意見を提出できる方/市内に居住または通勤・通学している方、または市内に事務所がある個人や法人・団体の方
提出期限/10月17日(火)～11月2日(木)

市政のお知らせ

information

10月は土地月間です
～土地取引の後には届出を～



問都市計画課(☎内線2361)

10月は、土地に関する様々な普及啓発活動を行う「土地月間」です。一定面積以上の土地取引を行った場合、国土利用計画法に基づき、権利取得者(譲受人)は、届出を行う必要があります。

届出の必要な面積/市街化区域…2000㎡以上、
市街化調整区域…5000㎡以上
届出の必要な取引/売買、交換、共有物持分の譲渡、一時金をともなう地上権・賃借権の譲渡または設定など

届出期限/契約締結日から2週間以内(金額收受日、所有権移転日からではありません)
※提出方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

【広告】

市政のお知らせ

information

新婚世帯に引越費用を補助します



☎こども福祉課 (☎内線2281)

若者の結婚にともなう経済的負担を軽減するため、新婚世帯の引越費用を補助します。

対象者／次の条件を全て満たす世帯

- ・平成29年10月1日から平成30年3月31日までに婚姻届を提出し、本市に住民票がある世帯
- ・平成28年分の夫婦の所得の合計金額が340万円未満の世帯
- ・婚姻届提出時点で、夫婦いずれも45歳以下の世帯
- ・市税および国民健康保険税に滞納がない世帯

補助額(上限)／20万円まで(千円未満切り捨て)

補助回数／1夫婦1回

対象経費／平成29年10月1日から平成30年3月31日までに引越業者または運送業者へ支払った引越費用

申請期限／3月31日(土)(予算に達し次第締め切り)

申請方法／申請書に必要な事項を記入のうえ、必要書類を添えて直接

※申請書は市ホームページから取得できます。

※詳しくはお問い合わせください。

市政のお知らせ

information

土浦市民ギャラリー利用者を募集しています



☎文化課 (☎内線5118)

みなさんの作品を新しくオープンする土浦市民ギャラリーで展示してみませんか。

1日単位での利用申し込みを受け付けています。

現在募集中の利用期間／

平成30年1月30日(火)～9月30日(日)

※利用可能日・会場については、市ホームページをご覧ください。

申込方法／使用許可申請書に必要な事項を記入のうえ直接(先着順)

※使用許可申請書は市ホームページから取得できます。

市政のお知らせ

information

市役所内の自動交付機サービスが終了します



☎市民課 (☎内線2286)

平成30年3月31日(土)をもって、市役所本庁舎1階に設置している自動交付機は、機器の老朽化のため証明書発行サービスを終了します。

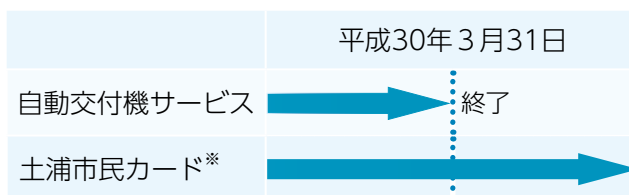
土浦市民カードをお持ちの方へ

自動交付機サービス終了後の「土浦市民カード」は、市民課、支所・出張所の窓口での印鑑登録証明書の交付申請の際に必要な「印鑑登録証」として引き続き利用できます。大切に保管してください。

コンビニ交付サービスのご案内

印鑑登録証明書や住民票の写しなどの各種証明書の交付は、マイナンバーカードを使用したコンビニ交付サービスが便利でお得です。

※コンビニ交付サービスの利用方法や手数料、マイナンバーカードの申請方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。



※4月1日以降も印鑑登録証として使用できます。

市政のお知らせ

information

平成29年秋季全国火災予防運動

☎消防本部予防課 (☎821-5967)

11月9日(木)から15日(水)まで、「火の用心 ことばを形に 習慣に」をスローガンに、全国火災予防運動が実施されます。火の取り扱いに注意し、火災予防を実践しましょう。

住宅防火 いのちを守る 7つのポイント

3つの習慣

- ・寝たばこは、絶対やめる。
- ・ストーブは、燃えやすいものから離れた位置で使用する。
- ・ガスコンロなどのそばを離れるときは、必ず火を消す。

4つの対策

- ・逃げ遅れを防ぐために、住宅用火災警報器を設置する。
- ・寝具、衣類およびカーテンからの火災を防ぐために、防災品を使用する。
- ・火災を小さいうちに消すために、住宅用消火器などを設置する。

- ・お年寄りや身体の不自由な人を守るために、近隣の協力体制をつくる。
- 全ての住宅の寝室などに、住宅用火災警報器の設置が義務化されています。火災から自分の命を守るために住宅用火災警報器を設置しましょう。

- 平成29年度土浦市火災予防ポスター展を開催しますので、お越しください。
- とき／①11月2日～8日、②11月9日～15日
- 場所／①市役所 2階展示スペース
- ②イオンモール土浦 1階中央通路

茨城国体オリジナルフリースを販売します



☎土浦市観光協会 (☎824-2810)

2019年に開催される茨城国体の開催機運醸成を図るため、茨城国体オリジナルフリースを販売します。左胸と後ろ襟下にそれぞれ、市のイメージキャラクター「つちまる」の国体バージョンといきいき茨城ゆめ国体のマスコット「いばらッキー」が刺繍されています。この機会にぜひお買い求めください。

色／ブラック、ネイビー、シルバー、エンジ
 サイズ／SS、S、M、L、O、XO
 ※O、XOはブラック、ネイビー、シルバーのみ
 販売額／4200円(税込) ※代金は品物と引き換え
 申込方法／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市観光協会宛(〒300-0043 中央一丁目3-16)に郵送してください。返信用はがきに販売場所・期間などを印刷し、引換券として返送します。
 ※申込み先着順の販売となる場合があります。また、受注生産のため、申し込み後のキャンセルはできませんのでご注意ください。
 締切／第1回…10月31日(火)、第2回…11月13日(月)
 引換期間は第1回が11月22日(水)から、第2回が12月4日(月)からで、ともに12月15日(金)まで
 ※サイズやカラーなど、詳しくはホームページをご覧ください。



【左胸】

【後襟下】

県南近隣市イベント情報

かすみがうら市 第13回かすみがうら祭

と き／11月3日(金) 午前8時45分～午後3時30分

と ころ／第一常陸野公園(かすみがうら市中佐谷)

内 容／毎年11月3日に行われる秋の一大イベント「かすみがうら祭」。会場には約100店舗が出店。県内有数の大鍋を使用して作る名物「四万騎鍋」を始め、地元特産品や推奨品、グルメ、スイーツなどが楽しめます。たくさんのご来場をお待ちしています。メインステージでは大物演歌歌手『松原のぶえさん』の歌謡ショーを予定しています。

※詳しくはホームページをご覧ください。

☎かすみがうら市観光商工課 (☎897-1111)



地域安全情報 No.60

◎夜間・薄暮時の交通事故防止

運転者、歩行者・自転車利用者ともに、対策を徹底しましょう。

運転者

- ・夜間における視認性の低下の危険性を認識・理解する。
- ・ライトの早め点灯とライトのこまめな上向き、下向き切替をする。
- ・速度違反や飲酒運転などによる事故実態・危険性を認識・理解する。

歩行者・自転車利用者

- ・視認性低下の危険性を認識・理解し、確実な安全確認をする。
- ・周りに「知らせる」ことの重要性を認識・理解する。

※歩行者…明るい目立つ色の衣服などの着用と反射材用品の利用など

※自転車利用者…ライト点灯や自転車側面などへの反射材の貼付など

◎住宅侵入窃盗・自動車盗の被害防止

- ・CPマークが添付されたサッシやドア、防犯ガラスや補助錠などの防犯性の高い器具などを使用する。
- ・車両に警報器・ハンドルロック・GPSなどの設置、保管場所に防犯カメラ・センサーライトなどの設置など、複数の防犯対策を組み合わせる。

☎生活安全課 (☎826-1111 内線2490)



こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん

HAPPY BIRTHDAY

10月生まれ



12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

10月31日(火)

※12月上旬または中旬号に写真、氏名、町名、一言を掲載します。



一歳おめでとう♡
目指せ可愛い女の子
アリス大好き!

黒田アリスちゃん
(桜町二丁目)



birthday
暴れん坊将軍
心も体も元気に育ってね

磯野夢椰ちゃん
(中高津三丁目)



おめでとう☆
これからもみんなを
癒してね

藤生妃梨ちゃん
(おおつ野五丁目)



☆1歳おめでとう☆
大好きだよ♡
元気に育ってね!

須藤健成ちゃん
(乙戸南二丁目)



1歳おめでとう☆
すくすく元気に
大きくなってね♡

内林莉央奈ちゃん
(大畑)



誕生日おめでとう
元氣いっぱい
育ってね

飯島大喜ちゃん
(沢辺)



☆祝一歳☆
生まれてきてくれて
ありがとう♡

飯塚音羽ちゃん
(おおつ野八丁目)



これからも元氣
いっぱい育ってね♪
愛莉大好き♡

田中愛莉ちゃん
(虫掛)



えいたん
1歳おめでとう♡
いつも笑っていてね♪

小野瑛太ちゃん
(港町一丁目)



一歳おめでとう
かわいい笑顔に
毎日癒されます

落合亜里沙ちゃん
(永国)



1歳おめでとう!
お兄ちゃんといっぱい
笑顔を見せてね

根本結和ちゃん
(並木三丁目)



いつもにこにこ♡
これからも思い出
たくさん作るうね!

斉藤 咲ちゃん
(神立町)



一歳おめでとう
これからも笑顔で
元氣に大きくなってね

山村莞太ちゃん
(木田余)

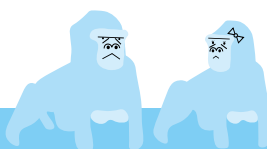


おめでとう♡
いっぱい笑って元氣
に育ってね! 大好き

來栖夢乃ちゃん
(木田余)

※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。

11月子育てひろば



HPはこちら▶



幼稚園

土浦第二幼稚園 (☎821-1310)	15日(水)	10:00~11:00	ふれあいデー(戸外遊び)
都和幼稚園 (☎831-3735)	17日(金)	10:00~11:00	ふれあいデー(作って遊ぼう)

保育所 ※予約受付は10月23日(月)9:30から各保育所へ電話で

新生保育所 (☎841-0575)	2日(木)	10:00~11:00	お庭で遊びましょう
荒川沖保育所 (☎841-0037)	10日(金)	9:30~11:00	保育室開放 たんぽぽ
	14日(火)	10:00~11:00	お庭で遊びましょう
東崎保育所 (☎821-2807)	8日(水)	10:00~11:00	お庭で遊びましょう
都和保育所 (☎822-8053)	8日(水)	10:00~11:00	お庭で遊びましょう
天川保育所 (☎822-6172)	8日(水)	10:00~11:00	お庭で遊びましょう
神立保育所 (☎831-8464)	2日(木)	10:00~11:00	お庭で遊びましょう

児童館

都和児童館 (☎832-3112)	9日(木)	10:30~11:30	親子ヨガ
	17日(金)	10:30~11:30	親子ピクス
	29日(水)	10:30~11:30	英語で遊ぼう
ポプラ児童館 (☎841-3212)	11日(土)	14:00~15:00	筑波大吹奏楽団演奏会
	18日(土)	14:00~15:00	ヒップホップ教室
	25日(土)	10:00~11:00	折り紙教室
新治児童館 (☎862-4403)	1日(水)	10:30~11:00	おはなし会 エプロンズ&ハッピースマイル
	10日(金)	10:30~12:00	やきいも会 ※雨天時は14日(火)
	21日(火)	10:30~11:00	クリスマスリース作り

子育て支援センター

さくらんぼ (☎823-1288) ※予約受付は10月23日(月) 9:30から電話で	月~金曜日	9:30~16:30	お部屋開放
	1日(水)	10:00~11:30	ベビーマッサージ 場三中地区公民館
	6日(月)	10:00~11:30	ベビーマッサージ 場二中地区公民館
	7日(火)	10:00~11:30	楽器遊び・うた遊び 場三中地区公民館
	8日(水)	10:00~11:30	楽器遊び・うた遊び 場四中地区公民館
	9日(木)	10:00~11:30	楽器遊び・うた遊び 場一中地区公民館
	10日(金)	10:00~11:30	楽器遊び・うた遊び 場都和公民館
	15日(水)	10:00~11:30	赤ちゃんのカレンダー作り&栄養相談
	16日(木)	10:00~11:30	楽器遊び・うた遊び 場六中地区公民館
	17日(金)	10:00~11:30	楽器遊び・うた遊び 場二中地区公民館
	20日(月)	10:00~11:30	園庭開放
	21日(火)	10:00~11:30	楽器遊び・うた遊び 場神立地区コミュニティセンター
	22日(水)	10:00~11:30	楽器遊び・うた遊び 場新治公民館
ありんこくらぶ (☎841-0463) ※予約受付は10月23日(月) 9:00から電話で	月~金曜日	10:00~15:00	保育所開放
	2日(木)	10:00~12:00	消防車見学
	7日(火)	10:00~12:00	作って遊ぼう(秋の製作)
	9日(木)	10:00~12:00	ありんこタイム(トイレトレーニング相談会)
	14日(火)	10:00~12:00	親子ヨガ 場四中地区公民館
	16日(木)	10:30~12:00	赤ちゃんサロン
	21日(火)	10:00~12:00	ママフィットネス講習会 場四中地区公民館
	22日(水)	10:00~12:00	芋煮会
	28日(火)	10:00~12:00	作って遊ぼう(ペットボトルおもちゃ作り)
白鳥保育園 (☎831-2590) ※予約受付は前日16:00まで	月~金曜日	8:30~15:30	園庭開放
	1日、8日、15日、22日、29日(水)	8:30~13:30	粘土遊び
	7日、14日、21日、28日(火)	8:30~13:30	お絵描き
	2日(木)	8:30~13:30	スタンプ遊び
	9日(木)	8:30~13:30	作って遊ぼう
	16日(木)	8:30~13:30	リトミック
	30日(木)	9:00~13:30	2歳児クラスと遊ぼう
ひまわり (☎843-1117) ※予約受付は10月19日(木) 9:00から電話にて	月~金曜日	9:30~16:00	園庭・お部屋開放
	1日(水)、17日(金)	10:00~12:00	ベビーマッサージ
	2日(木)	10:00~12:00	ティッシュboxでいす作り 場三中地区公民館
	6日(月)	10:00~12:00	お誕生会 バースディガーランド
	①7日(火)、②22日(水)	10:00~12:00	親子ピクス 場①四中地区公民館、②六中地区公民館
	8日(水)	10:00~12:00	冬の感染症のお話
	①10日(金)、②14日(火)	10:00~12:00	キッズ広場 場①乙戸沼公園、②水郷公園
	13日(月)	10:00~12:00	離乳食講座
	20日(月)	10:00~12:00	わんぱく広場(2歳児以上)
	21日(火)	10:00~12:00	ワークショップ 多肉根付きアレンジメント
	27日(月)	10:00~12:00	ちびっこ広場(1歳児)
	29日(水)	10:00~12:00	マタニティサロン
	30日(木)	10:00~12:00	赤ちゃん広場(0歳児)

11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(市職員)
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		相続や契約書(賃貸・売買・雇用・介護)などの作成に関すること(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	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(☎029-350-4864)
土地家屋調査士相談	1日(水) 13:30~15:30	広報広聴課	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) ※予約優先(☎029-259-7400)
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・14日・21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 (☎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 9:30~16:00	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	16日(木)・18日(土) 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	1日(水) 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(一般・老人)	7日(火) 14:30~16:30		
女性のためのフェミニスト相談	毎週水曜日 (第1水曜日はお休み) 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
	11日(土) 10:00~15:00		
一般相談	10日・24日(金) 13:00~16:00		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

協働のコーナー

各地区「コミュニティセンター」

公民館まつり(文化祭)を開催します!

閩市民活動課(☎826・1111 内線2234)

各地区市民委員会が中心となつて、趣向を凝らした様々な催しを企画しています。皆さんぜひお越しください。

一 中地区公民館まつり

11月12日(日) 9時から

同好会の皆さんの成果発表などを通して、人と人がふれあい、顔見知りになる「楽しく魅力あるまつり」をみんなで作り上げます。

二 中地区文化祭

11月26日(日) 9時30分から

作品展示・芸能大会・模擬店・真小金管バンド・二中合唱や、二中地区農家組合員のご協力による新鮮野菜の展示・即売会などを実施します。

三 中地区文化祭

11月19日(日) 9時から

同好会作品展・芸能大会・模擬店など充実した内容が盛りだくさんです。さらには子どもコーナー・ビンゴ大会・抽選会など楽しさ満載です。

四 中地区公民館まつり

11月5日(日) 9時45分から

各種作品の展示・演芸大会・模擬店・ゲームコーナー・お楽しみ抽選会などの企画が盛りだくさんです。

六 中地区公民館文化祭

10月28日(土)・29日(日) 9時から

土曜日は子どもゲーム大会や模擬店など、日曜日は芸能会やバザーなど盛りだくさんです。つちまると一緒に遊んでください。

都和公民館まつり

12月3日(日) 9時30分から

日頃の活動の成果発表と交流の場として、多彩な催しを計画。焼き鳥・焼きそば・焼き芋など人気の模擬店も多数出店します。

新治地区コミュニティまつり

10月29日(日) 9時45分から

公民館と新治トレーニングセンターで開催します。作品展・芸能発表・模擬店・小中学生による各校歌演奏など盛りだくさんです。

マタニティ歯科健康診査

妊娠中は免疫力の低下や女性ホルモンの変化により、虫歯や歯周疾患にかかりやすくなります。お母さんのお口の健康が生まれてくる子どもの健康につながります。妊娠期間中のみ無料ですので、ぜひこの機会に受診しましょう。

対象者／土浦市に住民登録のある妊娠届出をされた妊婦

場所／協力医療機関

受診方法／事前に協力医療機関に連絡のうえ、マタニティ歯科健診受診票と母子健康手帳を持参し、受診してください。

※受診票は妊娠届出時にお渡ししています。

骨粗しょう症検診の予約を開始します

対象者／土浦市に住民登録のある20～70歳の女性
(昭和22年4月～平成10年3月生まれ)



内容／かかとの超音波検査による骨密度測定

検診料／300円(土浦市国民健康保険加入者および70歳の方は無料)

申込方法／「専用の申込はがき」に必要事項を記入し郵送(切手不要)またはホームページから

※申込はがきは11月1日(水)から土浦市保健センター、市役所(市民課・1階コンシェルジュ)、各支所・出張所および各地区公民館にて配布します。

申込期間／11月1日(水)～11月15日(水)(はがきは当日消印有効)

その他／詳しい日程については、申込はがき、「みんなの健康づくり便利帳(平成29年度)」7ページ、またはホームページをご覧ください。

ウォーキング大会

秋の深まる頃。季節の風景を楽しみながら、ウォーキングに参加してみませんか。

日程／①11月4日(土)、②12月2日(土)

どちらも午前10時～正午(受け付けは午前9時半から)

※雨天中止

集合場所／①三中地区公民館、

②新治総合福祉センター

コース／①乙戸沼公園コース(5km)

三中地区公民館を出発して、乙戸沼周辺を散策。

②小町の里コース(6km)

新治総合福祉センターを出発して、小町の館周辺を散策。

定員／各100人(先着順)

持ち物／飲み物、保険証

申込方法／電話で

11月の献血

日時／11月17日(金)

10:00～11:45、13:00～16:00

場所／イオンモール土浦
(専門店北入口)

健康教室

胃がんリスク検査について

土浦市医師会
石井康裕(ウララ胃腸科外科)

平成29年5月1日から、年度内に40・45・50・55・60・65・70歳を迎える方を対象に、胃がんリスク検査が始まりました。

この検査は、バリウム検査や内視鏡検査のように直接胃がんを見つける検査ではなく、血液検査で胃がんになりやすい人、ほとんどなる可能性がない人を4つに分類し、ハイリスク群を絞り込む検査です。8月31日までに、受診券発券数767枚、医療機関の受診者数595人を数えています。

この検査により胃粘膜萎縮の進行度(ペプシノーゲン法)と、ピロリ菌に感染したかどうか(ヘリコバクターピロリ抗体価)を組み合わせ、胃がんリスクを層別化し高リスク群に精密検査受診を勧め、胃がんの予防(ピロリ菌の除菌治療)、早期発見、早期治療をすることが目的です。ピロリ菌感染による胃粘膜の萎縮はゆっくりと進むのでペプシノーゲン値は10年程度ほとんど変化しません。このことから胃がんリスク検査は5～10年程度に一度で十

分と言われていました。検査結果はA・B・C・Dの4群に分けられ、それぞれの胃がん発生率は、A群はほぼ0%、B群は約0.1%、C群は約0.2%、D群は約1.25%と言われています。胃がんリスク検査を受けた方は必ず受診した医療機関で医師から説明を聞き、その後どのように経過観察していくべきかを理解していただきたいと思います。

今までバリウム検査がいやだった人でも血液検査で自分が胃がんにかかりやすいかどうかを調べることが出来るようになりました。当年度にあたる人は、ぜひこの検査を受けていただきたいと思います。もちろんバリウム検査との併用も可能ですので希望の方は医療機関へ申し出てください。

昨年度までの土浦市の胃がん検診受診率は決して高いとはいえません。土浦市医師会も胃がんリスク検査が採用されたことにより少しでも受診率を高めたいと願っている次第です。

11月の健康相談

◎相談

内 容	と き	受付時間	と ころ
健康相談(予約制)	1日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	14日(火)	13:00~16:10	
こころの相談 (障害福祉課 ☎826-1111 内線 2343)	7日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	2日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	9日(木)	10:00~11:30	つわぶき(☎831-4126)
	16日(木)	10:00~11:30	湖畔荘(☎828-0881)
	24日(金)	10:00~11:30	うらら(☎827-0050)

◎母と子の健診と相談【場所：土浦市保健センター(☎826-3471)】

内 容	対 象	と き	受付時間
赤ちゃん身体計測	1~6か月児	13日(月)	9:00~9:50
	7~11か月児	6日(月)	9:00~9:50
4か月児健康診査	平成29年7月生まれ	8日(水)、9日(木)	13:00~13:40
10か月児育児相談	平成29年1月1日~15日生まれ	21日(火)	9:30~10:00
	平成29年1月16日~31日生まれ		13:00~13:30
つちまる育児相談	1歳~1歳6か月の奇数月生まれ	6日(月)	10:15~10:30
1歳6か月児健康診査	平成28年4月生まれ	1日(水)、2日(木)	13:00~13:40
おやこの歯科健診(予約制)	平成27年8月生まれ	10日(金)	13:15~15:00
3歳児健康診査	平成26年8月生まれ	15日(水)、16日(木)	13:00~13:40
マタニティ教室(予約制)	プレママクラス	7日(火)	9:45~10:00
	ウェルカムベビークラス1日コース	14日(火)	
離乳食教室(予約制)	おおむね6~7か月児	10日(金)	10:00~10:15

休日当番医

診療時間/午前9時~12時、午後1時~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。

11月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
3日(金)	石井内科クリニック ☎841-6125 右俣	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	小林歯科医院 ☎831-7644 白鳥町
5日(日)	萩原クリニック ☎832-2111 神立中央五丁目	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	来栖歯科医院 ☎862-1164 大畑
12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	鈴木医院 ☎821-0174 大町	かやば歯科医院 ☎843-5577 中
19日(日)	木戸医院 ☎841-1753 乙戸南三丁目	松永医院 ☎823-7771 中高津三丁目	土浦産婦人科 ☎821-0068 中央一丁目	南学園歯科医院 ☎841-0606 西根南三丁目
23日(木)	高野医院 ☎841-0154 荒川沖西二丁目	岡田整形外科クリニック ☎825-3377 木田余	石川クリニック ☎821-2587 大町	おじま歯科医院 ☎824-6661 真鍋五丁目
26日(日)	田谷医院 ☎823-2636 生田町	野上病院 ☎822-0145 東崎町	岡野産婦人科医院 ☎851-2431 つくば市梅園	よしだ歯科 ☎841-4848 小山田一丁目

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

診療科	曜 日	診療時間
小児科	日・祝日	午前9時~12時 午後1時~4時 午後7時~10時
	木・金・土	午後7時~10時
内科	土・日・祝日	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。

