

広報

つちうら

2017

11

Tsuchiura Public Relations

No.1207

お知らせ版

日本陸上競技連盟・国際陸上競技連盟・国際パラリンピック委員会公認

かすみがうらマラソン2018 兼 国際盲人マラソン

平成30年4月15日(日)
開催決定(雨天決行)

問かすみがうらマラソン大会事務局
(スポーツ振興課内 〒300-0036
大和町9-2 ☎893-5515)

種目

	フルマラソン	10マイル	5キロ	車いす
スタート	午前10時	午前9時20分	午前10時30分	午前9時50分
参加料*	6000円	5500円	4500円	6000円
定員	18000人	5000人	2000人	15人
制限時間	6時間	2時間	40分	2時間20分

*200円は霞ヶ浦水質浄化基金、盲導犬育成助成金として使われます。

茨城県民先行エントリー——抽選で3人に東京マラソン2019フルマラソンエントリー権利を付与します!

受付期間/11月22日(水)午前10時から12月1日(金)午後5時まで

●大会公式ホームページ専用エントリー
<https://www.kasumigaura-marathon.jp/entry/>



●エントリー受付ダイヤル
☎0120-030-685 午前10時~午後5時(土・日・祝日除く)

一般・国際盲人エントリー

受付期間/12月6日(水)午前10時から平成30年1月5日(金)午後5時まで

●LAWSON DO SPORTS
<http://lawson-ds.jp/kasumigauramarathon/>



●ローソン・ミニストップ店頭Loopi申込み

●ランテス
<http://runnet.jp>



●専用電話
☎0463-35-8880 午前10時~午後5時(土・日・祝日除く)
※受付は12月15日(金)午後5時まで

●モシコム(5キロ茨城県内企業対抗レース専用エントリー)
<https://moshicom.com/11719/>



※エントリーについて、すべて先着順で定員になり次第終了です。

●5kmからはじめる健康マラソン教室

☎1月27日(土)、2月17日(土)、3月10日・24日(土)、4月7日・21日(土)午後1時~4時(全6回)

場講座…阿見町中央公民館
実技…阿見町総合運動公園グラウンド

定50人(定員を越えたときは抽選)

¥7000円(資料・飲物・保険料含む)

申住所、氏名、性別、年齢、電話番号を記入のうえファクスで

☑12月15日(金)(必着)

問J:COMカスタマーセンター
(☎0120-999-000、FAX824-7830)

●かすみがうらマラソン完走教室

☎1月20日(土)、2月3日・17日(土)、3月3日・17日(土)午後1時30分から(全5回)

場川口運動公園

定50人程度

¥4000円(テキスト代、保険料含む)

申住所、氏名、性別、年齢、電話番号、メールアドレス、月間走行距離、ベストタイム、参加種目と目標タイムを記入のうえ、郵送またはメールで

☑12月15日(金)(必着)

問土浦市陸上競技協会事務局(〒300-0032 湖北二丁目5-11 藤原宛、☎090-2550-3350、✉rikujo.tsuchiura@gmail.com)

どちらの教室にも
大会エントリー権利がつきます!!



同時開催!! かすみがうらウォーキング

☎4月15日(日)午前10時スタート
場歩崎公園をスタート地点、川口運動公園をゴール地点とする霞ヶ浦湖岸堤防コース(約19km)
定500人(先着順)
¥3500円

申マラソン大会と同様または事務局窓口へ直接(事務局での申し込みは1人につき5人分まで)
※12月6日(水)の事務局受付会場は新治地区公民館、時間は午前10時から午後4時までです。

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▶



納税課からのお知らせ

- 11月の納税(納期限:11月30日(木))
国民健康保険税、後期高齢者医療
保険料、介護保険料(5期)
- 11月の休日納税・休日納税相談
日11月26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12月10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1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…12月4日(月)、5日(火)
問生活安全課(☎内線2298)

小・中学校体育館を開放し
ます

対市内に居住または通勤・通
学している方で構成する10
人以上の平成30年度に年間
を通して利用する団体(代
表者は20歳以上)

内利用時間/1日3時間以内
(午後10時まで)

申申込用紙に必要事項を記入
して直接または郵送

日12月7日(木)
※斗利出小学校を除く
問スポーツ振興課(☎内線5
123)

陸上自衛隊夜間飛行訓練

日11月21日(火)～22日(水)、28
日(火)～30日(木)

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)

障害児(者)を励ます新年の
集い

日1月8日(月) 午前11時15分
から(受け付けは午前10時
45分から)

場アジュール土浦(滝田二丁目)

対市内在住または市内の障害
者団体・施設・学校に所属
する障害児(者)とその保護者
内平成29年度内に成人を迎え
る方のお祝いとレクリエー
ション

定120人(先着順)

料障害者(中学生以上)・保護
者/2000円(平成29年

度に成人を迎える方は無
料。食事をとらない方は1
000円)、障害児(小学生
以下)/1000円

申参加費を添えて、各団团长
または施設か社会福祉協議
会へ直接

日12月8日(金)

問市社会福祉協議会(☎82
1・5995)

シルバーリハビリ体操指導
士3級養成講習会

日2月1日(木)、9日(金)、20日
(火)、23日(金)、27日(火)、3月
6日(火)(全6日)

場総合福祉会館(ウララ2
4階)

※2月1日(木)のみ県立健康プ
ラザ(水戸市笠原町)へバス
で送迎

対市内在住のおおむね60歳以
上で、講習会終了後に地域
活動に参加できる方

定24人(定員を超えた場合は
抽選)

申電話または直接

日12月15日(金)
問地域包括支援センターうら
ら(☎824・0332)

あゆなまみあな吹奏楽団
クリスマスコンサート2017

日12月3日(日) 午後2時30分
から(開場は午後2時15分
から)

場ワークヒル土浦

内赤鼻のトナカイ、恋人たち
のクリスマス、手遊び歌メ
ドレーほか

問同吹奏楽団(☎090・5
417・0347 諏訪)

12月の無料年金相談

- 常陽銀行土浦支店
12月19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)
12月16日(土) 午前10時～午後4時
(☎821-3541)
 - 常陽銀行荒川沖支店
12月20日(水) 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)
12月9日(土) 午前10時～午後4時
(☎0120-218-124)
 - 筑波銀行本店営業部
12月20日(水) 午前10時～午後3時
(☎821-8111)
 - 筑波銀行神立支店
12月22日(金) 午前10時～午後3時
(☎832-1223)
 - 土浦郵便局
12月9日(土) 午前10時～午後4時20分
(☎821-0203)
- ※詳しくは各金融機関へお問い合わせください。

- 平成29年度食の安全・安心
リスクコミュニケーション**
- 日 12月4日(月) 午後2時～4時
場 牛久市中央生涯学習セン
ター(牛久市柏田町)
- 対 一般消費者、食品関係事業者
講 森田満樹さん(消費生活コ
ンサルタント)
- 内 食品表示から食の安全・安
心を考える
- 定 80人(先着順)
- 申 電話で
- 問 土浦保健所(☎821・5
395)

- 対 20歳～40歳代の独身者
講 石塚ナツ子さん(料理研究家)
- 内 料理を作りながら若者の交
流を図る
- 定 16人(先着順)
- 持 エプロン、三角巾、ふきん、
筆記用具
- 料 500円程度(材料費)
- 申 電話で
- 問 市民活動課(☎827・1
107)

**神立地区コミュニティセン
ターからのお知らせ**

- 親子で楽しいケーキ作り
- 日 12月10日(日) 午前10時～午
後1時30分
- 内 クリスマスツリー型のケーキ
定 10組(先着順)
- 料 1人500円
- 地元の食材で作る簡単アレ

茨城県立盲学校の公開



- 日 11月23日(木) 午前9時40分
～午後3時10分(受け付け
は9時から)
- 場 同学校(水戸市袴塚一丁目)
- 内 学校概要説明、授業参観、
あん摩・マッサージ指圧体
験など
- ※申込方法など、詳しくは
ホームページをご覧ください。
か、お問い合わせください。
- 問 同学校(☎029・221・
3388)

介護支援ボランティア研修会

- 日 11月30日(木)午前10時から
- 対 市内に住民登録のある65歳
以上の方(介護保険第1号
被保険者)で、介護保険料
の未納がなく、要介護の認
定を受けていない方
- 内 ボランティア制度の概要に
ついて
- 申 ハンコを持参のうえ直接
- 日 11月27日(月)
- ※研修終了後、市指定の特別
養護老人ホームや児童館で
レクリエーションの指導や
話し相手、移動の補助など、
軽微で補助的な活動に参加
できます。
- 問 高齢福祉課(☎2455)

ンジ料理

- 日 12月17日(日) 午前9時30分
～午後1時30分
- 内 地元食材を使ったヘルシー
な料理
- 定 16名(先着順)
- 料 1000円
- ◎共通
- 場 同センター
- 申 電話または直接
- 日 12月8日(金)
- 問 同センター(☎833・1
295)

フェスティバル神立2017

- 日 11月26日(日) 午前9時30分
～午後3時
- 場 神立第三児童公園(中神立町)
- 内 高校生文化祭甲子園、神
バーガー販売など
- 問 神立商工振興会(☎070・
4369・5828)

**「土浦わかものキャリア相談室」
をご利用ください**

内 キャリアコンサルティング
を通じて、若者の正社員就
職を支援します。

[広告]

**霞ヶ浦医療センター
公開市民講座**

日12月7日(木) 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)
講山口真也さん(小児科)
佐賀純一先生の『スケッチ
で綴るふる里土浦』を電子
書籍で読もう
問同医療センター(☎822・
5050)

新農業人フェアinいばらき

日2月4日(日) 正午〜午後4時
場県南生涯学習センター5階
内新規就農、農業法人などへ
の就職についての相談など
問県農業振興公社(☎029・
239・7131)

**遺言・相続・成年後見無料
相談会**

日12月2日(土) 午後1時30分
〜4時30分
場二中区公民館
問茨城成年後見サポートセン
ター(☎070・6947・
8188 石上)

**国際青少年研修協会からの
お知らせ**

□沖縄アドベンチャースクー
ルわくわく無人島&海あそび
日12月24日(日)〜28日(木)
場沖縄県ナガンヌ島・南城市
対小学3年生〜中学3年生
内無人島体験、イノー体験な
ど
定25人(先着順)
¥参加費6万円と旅費
☑12月4日(月)
□春休み海外研修交流事業
日3月22日(木)〜4月4日(木)
場イギリス、カナダなど
対小学3年生〜高校3年生

**自衛隊自衛官・高等工科学
校生徒募集**

☑①自衛官候補生/18歳以上
27歳未満の男女、②高等工
科学校生徒/17歳未満で、
中学校卒業もしくは卒業見
込みの男子
☑①随時、②推薦/12月1日
(金)、一般/平成30年1月9
日(火)

**陸上自衛隊霞ヶ浦駐屯地
モニター募集**

日平成30年4月1日〜平成31
年3月31日
内霞ヶ浦駐屯地の諸行事に参加
定2人(受付後、選考)
☑12月20日(水)
※申込方法など、詳しくはお
問い合わせください。
問駐屯地広報班(☎842・
1211 内線2218)

**普通第一種圧力容器取扱作
業主任者技能講習**

日12月16日(土) 午前9時〜午
後5時、17日(日) 午前9時
〜午後4時(2日間)
場茨城県JA会館(水戸市梅
香一丁目)
定60人(先着順)
¥11880円(テキスト代別)
☑12月4日(月)〜8日(金)
※申込方法など、詳しくはお
問い合わせください
問日本ボイラ協会茨城支部
(☎029・225・61
85)

**放送大学平成30年4月生募
集のお知らせ**

放送大学は、テレビやラジ
オ、インターネットで学べる
通信制の大学です。
☑第1回/平成30年2月28日
(水)(必着)、第2回/3月20
日(火)(必着)
※資料請求など、詳しくはお
問い合わせください。
問放送大学茨城学習センター
(☎029・228・06
83)

全国一斉労働トラブル110番

日11月26日(日) 午前10時〜午
後5時
内労働相談全般、借金問題、
住居問題など
☑相談電話番号
0120・610・787
問茨城青年司法書士協議会
(☎0296・48・91
07)

全国一斉生活保護ホットライン

日12月11日(月) 午前10時〜正
午、午後1時〜3時
内生活に困っている方の相談
に弁護士が応じます
☑相談電話番号
0120・158・794
問茨城県弁護士会(☎029・
221・3501)

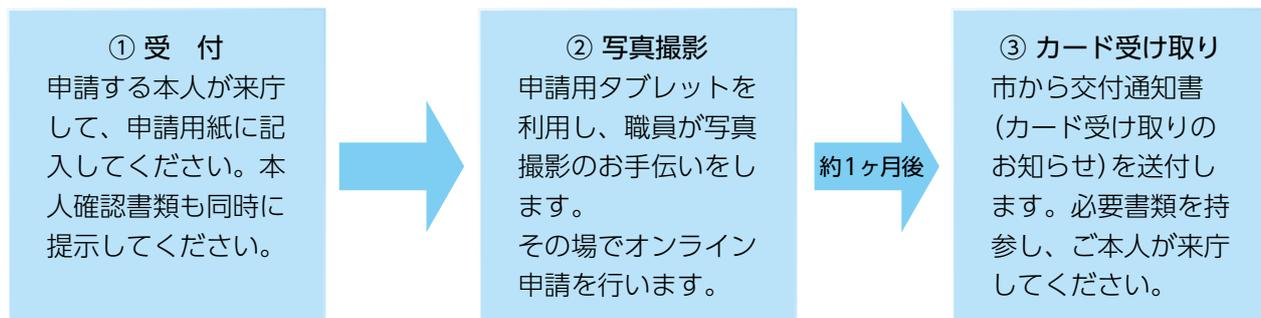
【広告】

マイナンバーカードの申請をお手伝いします

閩市民課(☎内線2286)

「申請方法がわからない」という方や「市役所に来たついでに申請しておこうかな」という方など、本人確認書類(運転免許証、保険証など)を持参してぜひ市民課へお立ち寄りください。

職員が写真撮影(無料)のお手伝いとオンライン申請を行います。



この機会にぜひ申請を！職員が各地区を巡回します

市役所に行かなくても大丈夫！自分で写真を準備しなくても大丈夫！

職員が各地区を巡回して、写真撮影を行いマイナンバーカードの申請手続きをお手伝いします。この機会にぜひご検討ください。

巡回場所	日時(時間は集合時間)	
	第1回(申請) 13:30～16:00	第2回(受け取り) 13:00～16:00
一中地区公民館	12月8日(金)	1月26日(金)
二中地区公民館	12月12日(火)	2月6日(火)
三中地区公民館	12月13日(水)	2月7日(水)
四中地区公民館	12月15日(金)	2月9日(金)
上大津公民館	12月19日(火)	2月14日(水)
六中地区公民館	12月20日(水)	2月16日(金)
都和公民館	12月27日(水)	2月23日(金)
新治地区公民館	12月26日(火)	2月21日(水)
神立地区コミュニティセンター	12月22日(金)	2月20日(火)

申込方法／「第1回申請日」の前日までに電話で

※持ちものなどについては、申し込みの際にお知らせいたします。

【広告】

市政のお知らせ

information

**国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入の方へ
平成29年度人間ドック(日帰り・宿泊)の健診費用助成を締め切ります**

☎国民健康保険加入の方…国保年金課国保給付係(内線2355)
後期高齢者医療加入の方…国保年金課医療福祉係(内線2406)

対象者／次の条件をすべて満たす国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入の方

①平成30年3月31日時点で40歳以上になる方

②保険料完納世帯、保険料完納者

※平成29年4月以降に、すでに、医療機関や総合健診で特定健診・後期高齢者健診を受けた方や、市の補助を受けて人間ドック・脳ドックを受けた方は対象外です。

助成額／2万円(日帰り・宿泊共通)

自己負担額／日帰り…約2万円～、宿泊…約5万円～

検診項目／健康診査、眼科検査、聴力検査、胸部X線撮影、胃X線撮影、腹部超音波検査、便潜血検査など

申込方法／はがきに、①人間ドック希望、②受診希望の健診機関、③住所、④氏名(ふりがな)、⑤生年月日、⑥電話番号を記入し郵送(1人につき1枚)

申込締切／12月8日(金)(当日消印有効)

※お申込み後約2週間で、対象者に補助決定通知書を郵送します。

人間ドック健診機関	電話番号	日帰り	宿泊
霞ヶ浦医療センター	822-5050	○	
神立病院健診センター	896-6123	○	
土浦協同病院 予防医療センター	846-3731	○	
日立製作所 土浦診療健診センタ	831-5830	○	
霞ヶ浦成人病研究事業団 健診センター (東京医大茨城医療センター)	887-4563	○	○
つくば総合健診センター (筑波メディカルセンター)	856-3500	○	○
牛久愛和総合病院 総合健診センター	873-4334	○	○
セントラル総合クリニック 健診センター	875-3511	○	
筑波大学附属病院 つくば予防医学研究センター	853-4205	○	
龍ヶ崎済生会 総合健診センター	0297- 63-7178	○	
筑波記念病院 つくばトータルヘルスプラザ	864-8002	○	※

※国民健康保険の加入者のみ

市政のお知らせ

information

前納報奨金がなくなります

☎納税課(☎内線2342)

来年度(平成30年度)から固定資産税・都市計画税の前納報奨金が廃止されます。

これにともない、固定資産税・都市計画税を口座振替をされている方で、**前納一括払いから毎期払いへ変更を希望される場合は**、振替口座の金融機関窓口(市内に限る)、または市役所納税課、各支所・出張所で**12月末までに変更手続きをお願いします。**(郵送可)

今後も前納一括払いを継続される方は、手続きは不要です。

詳しくは、お問い合わせください。

市政のお知らせ

information

**納税通知書送付用封筒への
広告を募集します**



☎課税課(☎内線2388)

募集対象／事業者(個人は除く)

内容／固定資産税・都市計画税…約5万6千枚(平成30年4月上旬発送)、軽自動車税…約4万1千枚(平成30年5月上旬発送)、市・県民税…約2万8千枚(平成30年6月上旬発送)

広告掲載料／1枠25万円(最低価格)

募集期間／11月24日(金)～12月25日(月)

※応募方法など、詳しくは市ホームページをご覧ください。

「自分から

着けるライトで

消える事故」

◆実施期間

12月1日(金)～15日(金)

◆運動の重点

①子どもと高齢者の交通事故
 故防止(特に横断歩行者
 の保護)

②夕暮れ時と夜間の交通事
 故防止

③飲酒運転の根絶

※運転者は、横断歩道直前
 の一時停止、ライトの早め
 点灯など、横断歩行者保護
 を意識した安全運転を心が
 けましょう。歩行者は、横
 断歩道利用や反射材の利用
 を心がけましょう。

※毎年、飲酒運転による悲惨
 な交通事故が多数発生して
 います。「飲酒運転を絶対に
 しない、させない」という
 意識を高め、飲酒運転の根
 絶を目指しましょう。

問生活安全課(☎内線2490)

11月25日～12月1日は、

犯罪被害者週間です

犯罪被害者が、犯罪で受け
 た被害から立ち直り、地域で
 平穩に過ごすためには、地域
 の人々の理解と配慮、協力が
 重要です。犯罪被害者の立場、
 支援の重要性・必要性を認識
 し、理解を深めましょう。

《各種相談窓口》

犯罪被害者相談窓口

029・301・7830

月曜日～金曜日(祝日・年
 末年始を除く)、午前9時
 ～午後4時(正午～午後1
 時を除く)

茨城県警察性犯罪被害相談

「勇気の電話」

029・301・0278

24時間受付

県民安心センター総合相談

029・301・9110

24時間受付

いばらき被害者支援センター

電話相談

029・232・2736

月曜日～金曜日、午前10時

～午後4時(土・日・祝日

は留守番電話対応)



こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん

HAPPY BIRTHDAY

11月生まれ



1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、顔がすべて写っている(頭
 や耳などが切れていない)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

☑11月30日(木)

※1月中旬号に写真、氏名、町名、一言を掲載します。



☆1歳おめでとう☆
 元気にのびのび
 育ってね♡

岸本 颯真ちゃん
 (中)



小春の季節だね
 いつも笑顔と癒しを
 ありがとう

中尾 小春ちゃん
 (荒川沖西一丁目)



お誕生日おめでとう!!
 元気にすくすく
 育ってね!!

山口 有音ちゃん
 (滝田二丁目)



いつ兄♡えい兄と
 仲良く大きく元気に
 育ってね♪

宮澤 蒼士ちゃん
 (木田余)



1歳おめでとう♡
 元気で優しい子に
 育ってね♡

舘野 希帆ちゃん
 (沖宿町)



1歳おめでとう♡
 これからも元気で
 大きくなってね!!

和田 陽詩ちゃん
 (木田余)



★1歳おめでとう★
 私達の宝♡運♡
 幸せをありがとう★

大崎 蓮ちゃん
 (中高津一丁目)



元気いっぱい
 スナオ君♡
 これからもよろしくね★

関口 純ちゃん
 (中都町二丁目)



1歳おめでとう!
 愛花の笑顔がみんな
 大好きだよ♡

田沼 愛花ちゃん
 (中高津一丁目)



1歳おめでとう!
 心身共に健やかに
 育ってね!

西田 侑平ちゃん
 (東真鍋町)



1歳おめでとう
 素敵な笑顔!!
 元気に育ってね

南雲 紘太ちゃん
 (大岩田)



来年には早速
 お姉ちゃん!一段と
 にぎやかな大家族に♪

坂本 柚菜ちゃん
 (上高津)



祝☆1歳かわいい笑顔と
 幸せをありがとう
 ♡大好き♡

黒澤 陽奈ちゃん
 (木田余)



生まれてきてくれて
 ありがとう
 元気に大きくなあれ!

中久 喜柚希ちゃん
 (高岡)

蔵まつり

第11回霞ヶ浦帆引き船模型工作教室

岡土浦市観光協会
(☎824-2810 FAX824-2819)

と き／12月17日(日) 午前9時～正午

ところ／土浦まちかど蔵「野村」袖蔵

対 象／小学5年生以上(小学生は保護者同伴)

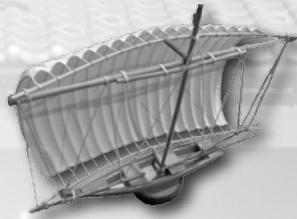
講 師／霞ヶ浦帆引き船・帆引き網漁法保存会

内 容／帆引き船模型(1/40スケール)を作成

定 員／18人(先着順)

料 金／2800円

申し込み／電話または
ファクスで、住所・
氏名・年齢・電話番号
をお伝えください。



平成30年

成人式

岡生涯学習課(☎826-1111 内線5163)

と き／平成30年1月7日(日)

午後1時30分から

(受け付けは、午後0時30分から)

ところ／市民会館

対 象／平成9年4月2日から平成10年4月1日

生まれの方(11月1日現在、土浦市に住

民登録のある方には、12月上旬に案内状

を送付します)

※土浦市に住民登録をしていない方も、式典に参加できます。

ふれあいセンター ながみね講座

岡ふれあいセンターながみね
(〒300-0849 中村西根2078-1
☎830-5600)

☑20歳以上の方

☑往復はがきに希望講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を記入して郵送、または郵便はがきを窓口へ持参

※はがき1枚につき1講座の申し込み

☑11月28日(火)(消印有効)

※都合により講座の日程などが変更になる場合があります。また、申込少数の場合は中止となることがあります。

※受講料について、納入後の返金は致しませんのであらかじめご了承ください。

曜日	講座名	時間	日程	回数	定員	受講料	持ち物
火	書道教室	(A)9:15~10:45 (B)11:00~12:30	1/16・23、 2/6・20、 3/6・13	各6回	各12人	3000円	習字道具、墨汁、半紙、スリッパ
木	かんたんストレッチ体操	10:00~10:50			16人	6000円	動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物
木	レディース体幹フィットネス	11:00~11:50	1/11・18・25、 2/1・8・15・22、 3/1・8・15	10回			
木	水中ウォーキング (初心者向け)	12:00~12:50			20人	5000円	水着、水泳帽、バスタオル
木	水中ウォーキングプラス	13:00~13:50					
木	ケーナ入門～アンデスの風～	15:20~16:20	1/11・25、 2/8・22、 3/8・22	6回	15人	5000円 ^{※1}	手鏡(置き型)、ケーナ ^{※2} 、スリッパ
木	ケーナ中級～アンデスの風～	16:30~17:30					
金	健康体操(体力アップ編)	11:00~11:50			20人	6000円	動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物
金	アクアズンバ (水中リズム運動)	12:00~12:50	1/12・19・26、 2/2・9・16・23、 3/2・9・16	10回	16人	5000円	水着、水泳帽、バスタオル
金	水中ウォーキング	13:00~13:50			20人		

※1…テキスト代を含む。 ※2…ケーナ購入を希望される方は、楽器代として別途6000円～8000円が必要です。

12月4日～10日は

人権週間

みんなで築こう 人権の世紀

～考えよう 相手の気持ち

～未来へつなげよう 違いを認め合う心～

問 水戸地方法務局土浦支局（☎821・0792）

昭和23（1948）年12月10日、国連総会で世界人権宣言が採択されたことを記念し、毎年12月10日が「人権デー」と定められました。

人権は自分と同じように他の人にもあるということを理解するとともに、お互いに相手の立場を尊重し、豊かな人間関係をつくりましょう。

特設人権相談

日 12月1日（金） 午前10時～

午後3時

場 一中地区公民館

内 家庭内・近隣問題、いじめ・差別問題などで日頃から悩んでいることや、

困っていることの相談を、人権擁護委員会がお受けします。

問 総務課（☎826・1111）

11 内線2330）

【人権週間強調事項】

- ◆ 女性の人権を守ろう
- ◆ 子どもの人権を守ろう
- ◆ 高齢者の人権を守ろう
- ◆ 障害を理由とする偏見や差別をなくそう
- ◆ 同和問題に関する偏見や差別をなくそう
- ◆ アイヌの人々に対する偏見や差別をなくそう
- ◆ 外国人の人権を尊重しよう
- ◆ HIV感染者やハンセン病患者などに対する偏見や差別をなくそう
- ◆ 刑を終えて出所した人に対する偏見や差別をなくそう
- ◆ 犯罪被害者とその家族の人権に配慮しよう
- ◆ インターネットを悪用した人権侵害をなくそう
- ◆ 北朝鮮当局による人権侵害問題に対する認識を深めよう
- ◆ ホームレスに対する偏見や差別をなくそう
- ◆ 性的指向を理由とする偏見や差別をなくそう
- ◆ 性自認を理由とする偏見や差別をなくそう
- ◆ 人身取引をなくそう
- ◆ 東日本大震災に起因する偏見や差別をなくそう

土浦日記!

10/14

JR常磐線がより便利に

上野東京ライン常磐線品川直通列車増発出発式



JR東日本のダイヤ改正により、早朝・朝通勤時間帯、夕・夜間時間帯の常磐線品川駅直通列車が増発されました。

この日は、土浦駅に大井川県知事、中川市長をはじめとする沿線の市長、いばらき大使の磯山さやかさん、JR東日本の関係者やつちまるなどのキャラクターも集まり、出発式が行われました。より便利になった常磐線をこれからもご利用ください。

10/28

県内のうまいもの大集合

茨城をたべよう収穫祭2017



茨城の農産品や加工品が一堂に会する食の祭典「茨城をたべよう収穫祭2017」が、霞ヶ浦総合公園で開催されました。

あいにくの雨模様にもかかわらず、たくさんの来場者が集まり、レンコン料理など県内の特産品・ご当地グルメに舌鼓をうちました。また、地元高校生や茨城県ゆかりのタレントによるステージイベントも催されるなど、大いに盛り上がりました。



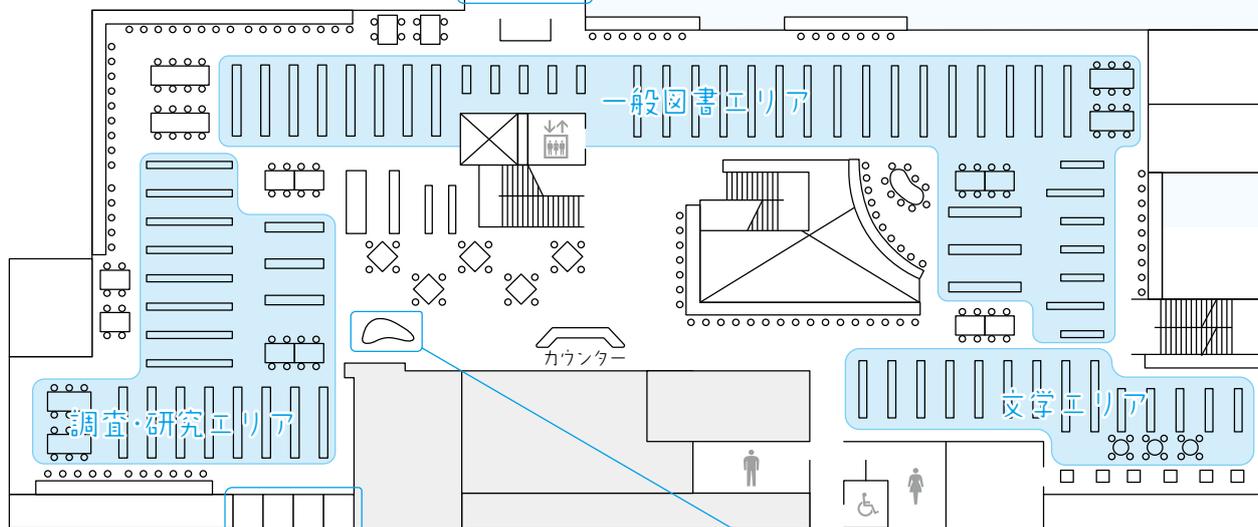
空中ラウンジ

大きな窓がある開放的な空間でゆったりと読書ができます。

ちしきのフロア

3階

豊富な資料と情報により、読書から調べ物まで多様なニーズに対応します。



研究個室

図書館の資料を使って調査・研究をする方のための個室です。利用の際は、カウンターへお申し込みください。



レファレンスカウンター

レファレンス(相談)カウンターでは、司書職員が調べ物をお手伝いします。調査用のオンラインデータベースもご活用ください。

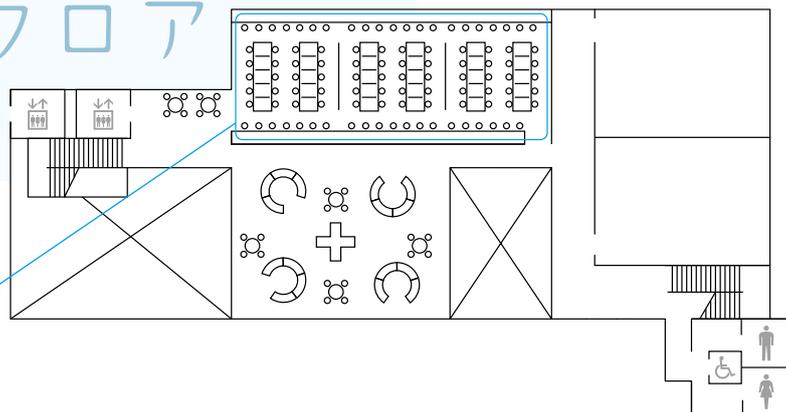
4階 まなびのフロア

学習室やコミュニティスペースなど、あらゆる世代の方々が多目的に利用できます。

静かな環境でさまざまな学習にご利用ください。快適なご利用のため、座席利用受付システムを導入しています。



学習室



図書館託児サービス『つちまるーむ』がはじまります！

小さなお子さま連れの方に、安心してゆっくりと図書館をご利用いただけるよう、託児サービスがスタートします。ぜひご利用ください。

開始予定日／12月12日(火)

日時／毎週火曜日 午前10時～午後2時(お預かりは原則1時間まで)

申込／電話または2階児童カウンターで(予約は1週間前から)

対象／10か月～2歳児



12月のとしよかん

問市立図書館 (☎823-4646)

HPはこちら▶



～新図書館開館記念拡大版～

図書館カレンダー 2017 december

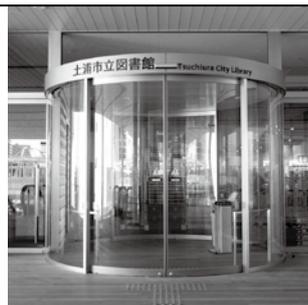
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

■は休館日、●は分館のみ休館
 【第1月曜日、火～金曜日】 10:00～20:00
 【土・日・祝日】 10:00～18:00
 分館【火～日曜日】 10:00～17:00

11月27日(月)、土浦駅西口のアルカス土浦内に新図書館がいよいよオープンします。新図書館は、面積約5120㎡(旧図書館の4倍以上の広さ)、最大収蔵能力56万冊(開館時は約35万冊)となり、県内最大級の規模となります。今回は新図書館のおすすめポイントを紹介いたします。

新図書館の利用ガイド

- 借りられる日数…15日間
- 借りられる点数
 - 図書・雑誌…10冊
 - 紙芝居…2点
 - 視聴覚資料(CD・DVD)…3点



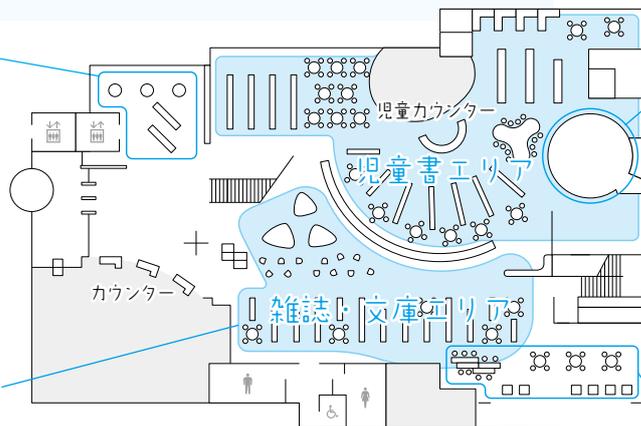
※これまでの利用カードはそのまま使えます。新しい利用カードは、新図書館開館後、発行を開始します。カウンターにてお申し出ください。

2階 いこいのフロア



情報コーナー
 企画展示や地域情報は
 こちら！

開放的な空間に、文庫や雑誌、児童書、くらしや趣味の本などを揃えました。



雑誌・文庫エリア
 約300タイトルの雑誌や文庫などを揃えています。お気軽にご利用ください。

おはなしのへや
 職員やボランティアによる「おはなし会」を開催

12月のおはなし会
 2日(土)、3日(日)、
 10日(日)、24日(日)
 いずれも午前11時から



ヨムカフェラウンジ
 ゆっくりと本を読みながらすごせる、カフェラウンジ。自販機も設置しています。

今月の展示棚

「移動美術館がやってくる」

11月27日(月)から1月14日(日)まで新図書館と併設される市民ギャラリーで「茨城県近代美術館 移動美術館」が開催されます。

そこで、展示予定の茨城県ゆかりの画家達の作品集や関連書籍、モネの出身国フランスに関する図書などをご紹介します。

イベント案内

装丁家・鈴木成一トークライブ

「思わず手にとってしまうブックデザインの魅力」

日 12月9日(土) 午後3時～4時

場 2階ヨムカフェラウンジ

内 「蜜蜂と遠雷」など多くのベストセラーの装丁を手掛ける鈴木成一さんと、クリエイティブディレクター佐山剛勇さんによるトークライブ。



12月子育てひろば

HPIはこちら▶

幼稚園			
土浦幼稚園 (☎821-0796)	7日(木)	9:30~10:30	ごっこ遊び
大岩田幼稚園 (☎824-3430)	20日(水)	9:30~11:00	クリスマス会
保育所			
※予約受付は11月27日(月)9:30から各保育所へ電話で			
新生保育所 (☎841-0575)	12日(火)	10:00~11:00	ミニ発表会を見に来ませんか
霞ヶ岡保育所 (☎821-1890)	13日(水)	10:00~11:30	ミニ発表会を見に来ませんか
都和保育所 (☎822-8053)	13日(水)	10:00~11:00	作ってみよう
天川保育所 (☎822-6172)	12日(火)	10:00~11:00	ミニ発表会を見に来ませんか
竹ノ入保育所 (☎842-6253)	12日(火)	9:30~11:00	ミニ発表会を見に来ませんか
児童館			
都和児童館 (☎832-3112)	2日(土)	13:30~15:00	クリスマス工作
	14日(木)	10:30~11:10	親子制作
	14日(木)	11:15~11:55	親子制作
	20日(水)	10:30~11:30	ママとベビーのふれあい体操
ポプラ児童館 (☎841-3212)	2日(土)	10:00~11:00	世代交流☆将棋で遊ぼう
	14日(木)	10:30~11:10	親子制作
	14日(木)	11:15~11:55	親子制作
	16日(土)	9:30~11:30	フラワーアレンジメント教室(材料費1000円)
新治児童館 (☎862-4403)	4日(月)	10:30~11:00	親子ピクス
	5日(火)	10:00~12:00	クリスマス会
	12日(火)	10:30~11:00	リズムあそび
子育て支援センター			
さくらんぼ (☎823-1288) ※予約受付は11月27日(月) 9:30から電話で	月~金曜日*		お部屋開放
	4日(月)	10:00~11:30	赤ちゃんのクリスマス制作場二中地区公民館
	5日(火)	10:00~11:30	赤ちゃんのクリスマス制作場三中地区公民館
	6日(水)	10:00~11:30	クリスマス制作&サンタに会おう場神立地区コミュニティセンター
	7日(木)	10:00~11:30	クリスマス制作&サンタに会おう場四中地区公民館
	8日(金)	10:00~11:30	園庭開放
	11日(月)	10:00~11:30	クリスマス制作&サンタに会おう場二中地区公民館
	12日(火)	10:00~11:30	クリスマス制作&サンタに会おう場六中地区公民館
	13日(水)	10:00~11:30	クリスマス制作&サンタに会おう場新治公民館
	14日(木)	10:00~11:30	クリスマス制作&サンタに会おう場都和公民館
	15日(金)	10:00~11:30	クリスマス制作&サンタに会おう場三中地区公民館
18日(月)	10:00~11:30	クリスマス制作&サンタに会おう場一中地区公民館	
19日(火)	10:00~11:30	赤ちゃんのカレンダー作り	
ありんこくらぶ (☎841-0463) ※予約受付は11月27日(月) 9:00から電話で	月~金曜日*	10:00~15:00	保育所開放
	5日(火)	10:00~12:00	誕生日会(10・11・12月生まれ)
	7日(木)	10:00~12:00	赤ちゃんサロン
	12日(火)	10:00~12:00	作って遊ぼう
	14日(木)	10:30~12:00	ありんこタイム(ハートの小物入れ作り)
	21日(木)	10:00~12:00	赤ちゃんサロン
	22日(金)	10:30~12:00	クリスマス会
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
	5日、12日、19日、26日(火)	8:30~13:30	粘土遊び
	6日、13日、20日、27日(水)	8:30~13:30	お絵描き
	7日(木)	8:30~13:30	音楽鑑賞
	14日(木)	8:30~13:30	絵本の読み聞かせ
	21日(木)	8:30~13:30	作って遊ぼう
	28日(木)	8:30~13:30	楽器遊び
	月~金曜日*	9:30~16:00	園庭・お部屋開放
ひまわり (☎843-1117) ※予約受付は11月16日(木) 9:00から電話で	4日(月)	10:00~12:00	誕生会パースディガーランド
	5日(火)、14日(木)、20日(水)	10:00~12:00	ベビーマッサージ
	7日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール場三中地区公民館
	13日(水)	10:00~12:00	ワークショップ 生花クリスマスリース
	14日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール場四中地区公民館
	19日(火)	10:00~12:00	マタニティサロン
	21日(木)	10:00~12:00	クリスマスパーティ場六中地区公民館
	22日(金)	10:00~12:00	コンサートと演劇「小さな大冒険」
	25日(月)	10:00~12:00	赤ちゃん広場(0歳児)
	26日(火)	10:00~12:00	わんぱく広場(2歳児以上)
27日(水)	10:00~12:00	ちびっこ広場(1歳児)	

*祝日を除く

12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	13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	21日(木)	13:30~16:30	広報広聴課	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	8日(金)	13:30~16:30		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	6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	20日(水)	13:30~15:30	新治総合福祉センター (☎862-3522)	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	5日・12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(土)・21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	14日(木)	13:30~15:30		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)	15日(金)	14:00~16:00	土浦保健所 (☎821-5516)	精神障害者の医療などに関すること(精神科医師) ※予約制。1日2件まで。	
精神保健相談(一般・老人)	5日(火)	14:30~16:30		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	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	
	一般相談	9日(土)		10:00~15:00	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
		8日・22日(金)		13:00~16:00	

消費生活センターより

賃貸アパートを退去したら、
高額な請求が...

消費生活センター ☎823-3928

《相談事例》

家賃8万円、敷金8万円の賃貸アパートの退去時に、管理不動産業者から、クロス張替費用やハウスクリーニング代など、39万5400円の請求があった。実際の支払額は敷金8万円を差し引いた31万5400円だが高額だ。退去の立ち合い時に、クロス破れなどを指摘されたが、この様な高額な請求になるとは思っていなかったので驚いた。支払わなければならないか。

《アドバイス》

契約時に定めた原状回復費用についての特約は、有効と考えられるため、まずは契約書面を確認し、その上で不動産業者に詳しい請求明細を求め、国土交通省の「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」を参考に、減額交渉するよう助言しました。ガイドラインによると、経年劣化や通常使用による損耗については、借主に負担の義務はないとされています。また、クロス破れなどで借主が張替費用を負担する場合においても、クロスが張り替えてらるから年数を考慮した負担割合で賠償すれば良いとされています。話し合いが進まない場合には、調停や敷金返還の少額訴訟で解決することも一つの方法です。

困ったときには、消費生活センターに相談しましょう。

「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」

原状回復にかかるトラブルの未然防止と迅速な解決のために作成されたもので、賃貸人、借借人の原状回復義務について具体的に示されています。国土交通省のホームページで閲覧可能ですので参考にしてください。

2種混合(ジフテリア・破傷風) 予防接種

2種混合予防接種は3種混合(ジフテリア・百日咳・破傷風)予防接種の追加接種として実施しています。対象の方は早めに接種しましょう。

対象者/11歳~12歳

※予診票は11歳誕生月の翌月上旬に郵送します。

接種期間/11歳から13歳の誕生日前日まで

接種回数/1回

接種場所/県内協力医療機関

持ちもの/母子健康手帳、予診票、住所が確認できるもの(健康保険証など)

費用/無料(接種期間を過ぎた場合は、公費での接種は受けられません。)

※協力医療機関外で接種する場合は、公費助成額を上限に償還払います。(事前連絡が必要)

※転入や紛失などで予診票をお持ちでない方は、母子健康手帳を持参のうえ、健康増進課にて交付の手続きをお願いします。

乳幼児突然死症候群(SIDS)

SIDSとは、それまで元気だった赤ちゃんが窒息などの事故ではなく、睡眠中に突然死亡する病気です。日本では、およそ6000~7000人に1人の赤ちゃんがこの病気で亡くなっていると推定されています。生後2か月から6か月に多く、まれに1歳以上でも発症することがあります。

原因はまだわかっていませんが、次の3つを守ることで、発症の可能性を小さくすることができます。必要以上に不安に思うことはありませんが、日頃の子育てを再確認しましょう。

【SIDSから赤ちゃんを守る3つのポイント】

- ①あおむけ寝…医学上の理由でうつぶせ寝をすすめられている場合以外は、あおむけに寝かせましょう。
- ②禁煙…妊娠中はもちろん、赤ちゃんのそばで喫煙してはいけません。
- ③母乳…母乳の出方には個人差がありますが、母乳が出る場合はできるだけ母乳で育てましょう。

健康料理教室

□食改さんのおよこ食育教室

対象者/市内在住の年長から小学生とその保護者

日時/12月10日(日)午前10時~午後1時(受け付けは午前9時30分から)

定員/15組(先着順)

内容/ロールサンドほか

参加料/1人250円

□いばらきの味 伝承料理教室

対象者/市内在住の男性

日時/12月12日(火)午前10時~午後1時(受け付けは午前9時30分から)

定員/30人(先着順)

内容/たらと玉ねぎの黒酢炒めほか4品

参加料/300円

◎共通

場所/土浦市保健センター

持ち物/エプロン・三角巾

講師/土浦市食生活改善推進員・健康増進課管理栄養士

12月の献血

日時/12月10日(日)
10:00~12:00、13:00~16:00
場所/アルカス土浦
日時/12月15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

増加している糖尿病について

土浦市医師会
金澤阿佐子(つちうら糖尿病内科クリニック)

厚生労働省の2016年の国民健康・栄養調査によれば、現在、わが国における糖尿病の総患者数は1000万人に上ると推計されています。70歳以上では、男性の4人に1人、女性の6人に1人が糖尿病と言われています。高齢になると、インスリンの分泌が少なくなることから、今後も糖尿病の患者数が増えることが予想されています。

糖尿病は、血糖値が高くなる病気です。血糖値とは、血液の中の糖分(ブドウ糖)の濃度(濃さ)のことです。健康な人の血糖値は、食事の前の空腹時で80~110mg/dLです。食事をとり、胃腸で食べ物を消化吸収し、ブドウ糖が血液の中に入ると血糖値は高くなりますが、インスリンなど血糖を下げるホルモンが働き、血糖値の上限は140mg/dLです。血糖値がこれよりも高い状態を「高血糖」といいます。その高血糖が続いている状態が、糖尿病です。

血糖値が極端に高い場合には、命の危険もあるので

緊急治療が必要です。しかし、糖尿病の患者さんがそのような危険な状態に陥ることはめったになく、通常はほとんど症状に現れない程度の高血糖です。症状が現れないのにもかかわらず、からだの中では知らず知らずのうちに、高血糖の悪影響がじわじわと広がっていきます。そして何年かたつと、「合併症」と呼ばれるさまざまな病気や身体の障害が現れます。例えば、失明することもある糖尿病網膜症や、週に約3回半日ばかりで透析を受けないと生きていけなくなる糖尿病腎症、手足のひどいしびれが続き、全身にさまざまな影響が現れる糖尿病神経障害などがあります。

これらの合併症を起こさないために、糖尿病と言われたら、血糖値が高くならないようにいつも気をつけておく必要があります。糖尿病の予防・改善のためには、不必要な間食はせず、バランスの良い適切な量の食事を心がけ、適度な運動をすることが重要です。それでも血糖が高い糖尿病の方は、病院にご相談ください。

12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)	6日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	12日(火)	13:00~16:10	
こころの相談 (障害福祉課 ☎826-1111 内線2343)	5日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	7日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	14日(木)	10:00~11:30	つわぶき(☎831-4126)
	21日(木)	10:00~11:30	湖畔荘(☎828-0881)
	28日(木)	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	11日(月)	9:00~9:50
	7~11か月児	4日(月)	9:00~9:50
4か月児健康診査	平成29年8月生まれ	13日(水)、14日(木)	13:00~13:40
10か月児育児相談	平成29年2月1日~15日生まれ	19日(火)	9:30~10:00
	平成29年2月16日~28日生まれ		13:00~13:30
つちまる育児相談	1歳~1歳6か月の偶数月生まれ	4日(月)	10:15~10:30
1歳6か月児健康診査	平成28年5月生まれ	6日(水)、7日(木)	13:00~13:40
おやこの歯科健診(予約制)	平成27年9月生まれ	1日(金)	13:15~15:00
3歳児健康診査	平成26年9月生まれ	20日(水)、21日(木)	13:00~13:40
マタニティ教室(予約制)	プレマクラス	5日(火)	9:45~10:00
	ウェルカムベビークラス1日コース	12日(火)	
離乳食教室(予約制)	おおむね6~7か月児	1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。

12月	内 科	外 科	産 婦 人 科	歯 科
3日(日)	山手医院 Tel.835-3388 国分町	中央大祿整形形成外科 Tel.821-0220 中央二丁目	柴田マタニティクリニック Tel.821-0154 桜町四丁目	宮田歯科クリニック Tel.843-4618 中荒川沖町
10日(日)	大石内科クリニック Tel.835-0014 大岩田	淀縄医院 Tel.822-5615 大町	鈴木医院 Tel.821-0174 大町	酒井歯科医院 Tel.826-5454 大岩田
17日(日)	あおき内科クリニック Tel.825-8181 木田余	野上病院 Tel.822-0145 東崎町	まつばらウィメンズクリニック Tel.830-5151 阿見町本郷	佐藤歯科クリニック Tel.841-7118 西根西一丁目
23日(土)	新治診療所 Tel.862-4668 下坂田	県南病院 Tel.841-1148 中	石川クリニック Tel.821-2587 大町	さくらい歯科医院 Tel.824-2005 木田余東三丁目
24日(日)	宮崎クリニック Tel.830-6800 藤沢	神立病院 Tel.831-9711 神立中央五丁目	鈴木医院 Tel.821-0174 大町	おおきデンタルクリニック Tel.826-4618 港町一丁目
29日(金)	高安クリニック Tel.822-8201 立田町	あくつ整形外科 Tel.841-4665 中荒川沖町	中山産婦人科医院 Tel.822-3852 川口一丁目	デンタルクリニック諏訪 Tel.824-5330 真鍋新町
30日(土)	小林医院 Tel.831-6688 神立中央三丁目	伊野整形外科医院 Tel.821-6028 真鍋六丁目	土浦産婦人科 Tel.821-0068 中央一丁目	寺島歯科 Tel.862-5515 藤沢
31日(日)	荒川沖診療所 Tel.843-0859 荒川沖南区	野上病院 Tel.822-0145 東崎町	柴田マタニティクリニック Tel.821-0154 桜町四丁目	K S デンタルクリニック Tel.825-1430 田中三丁目

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

※12/29~1/3の診療時間は、祝日と同じです。

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。

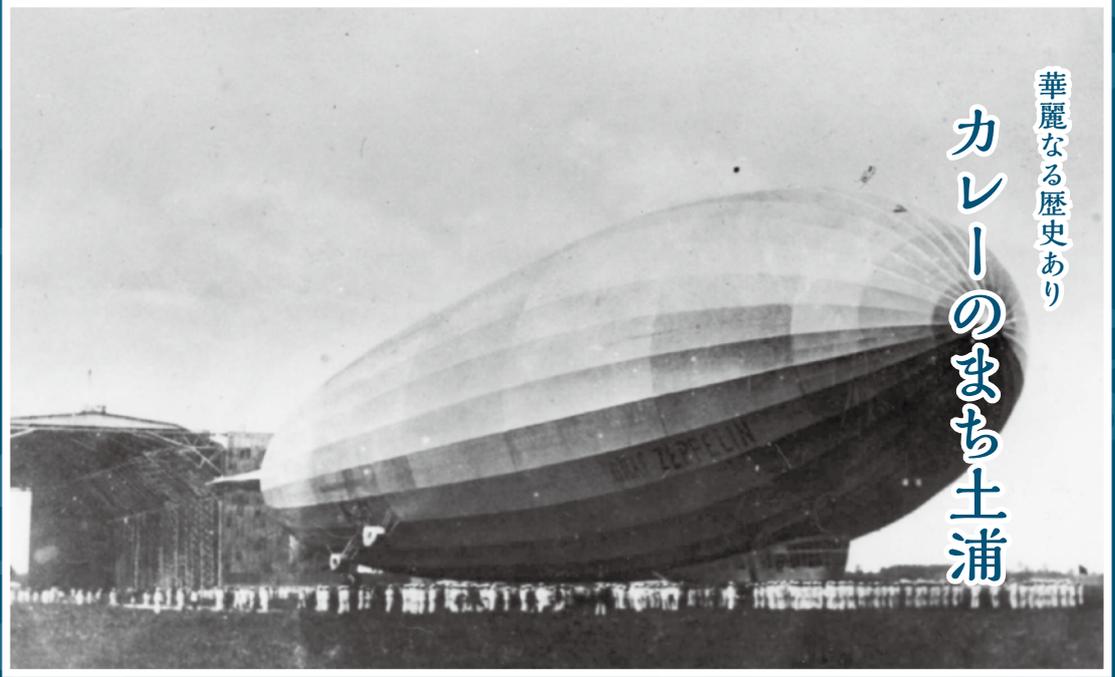


ぶらりと土浦—意外と知らない土浦 Vol.4—

意外と〇〇!
つちうら

華麗なる歴史あり

カレーのまち土浦



カレーは明治時代以降に日本に広まった食べ物です。しかし今ではすっかりわたしたちの生活におなじみの料理として定着しています。給食の人気メニューの常連で、子どもから大人まで、世代を超えて人々に愛されています。日本の国民食といっても過言ではないカレーですが、とくに土浦では古くからカレーとの関わりをもってきました。霞ヶ浦海軍航空隊のお膝元、海軍ゆかりの街として栄えていた当時、海軍では航海が長くなっても曜日感覚を失わないよう、週末にカレーを食べる風習がありました。また山本五十六元帥が土浦の神龍寺に下宿していた際、暑気払いに激辛カレーを食べていたというエピソードも残っています。また昭和4(1929)年、ドイツの大型飛行船「ツェッペリン伯号」が世界一周の途中で霞ヶ浦に飛来した際、乗組員に地元食材を使ったカレーを振る舞い、もてなしたことが記録に残っています。このカレーをもとに食材を現代風にアレンジして開発されたのが「ツェッペリンカレー」です。市内の幼稚園・小中学校では給食としても提供されています。

このような土浦とカレーとの関わりを背景にすっかり土浦の秋の風物詩となった「つちうらカレーフェスティバル」。今年は11月18日、19日に川口運動公園陸上競技場で開催されます。土浦最大の食のイベントで「カレーのまち土浦」を感じてみてはいかがでしょうか？



ツェッペリン伯号の模型



ツェッペリンカレー



ツェッペリンカレーレドット

