

広報

2018

つちうら

11

お知らせ版

Tsuchiura Public Relations No.1231

日本陸上競技連盟・国際陸上競技連盟・World Para Athletics公認

かすみがうらマラソン2019 兼 国際盲人マラソン

平成31年4月14日(日)
開催決定(雨天決行)

■種目

	フルマラソン	10マイル	5キロ	NEW 5キロチーム対抗レース
スタート	午前9時50分	午前9時20分	午前10時30分	午前10時30分
参加料*	7000円	5500円	3500円	10000円
定員	16000人	6000人	2000人	100組(3人1組)
制限時間	6時間10分	2時間	40分	40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

受付期間/11月21日(水)午前10時から11月30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/>

※抽選で3人に東京マラソン2020フルマラソンエントリー権利を付与します!



■一般・国際盲人エントリー

受付期間/12月5日(水)午前10時から平成31年1月9日(水)午後5時まで

●LAWSON DO SPORTS

<https://do.l-tike.com/kasumigaura-marathon/>



●ローソン・ミニストップ店頭Loppi申し込み 申込方法はこちら



●かすみがうらマラソンエントリーセンター

専用電話番号 0463-35-8880

電話受付期間 12月5日(水)~12月11日(火)

午前10時~午後5時(土・日を除く)

※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。

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)

同時開催

かすみがうらウォーキング

☐4月14日(日) 午前10時スタート

場歩崎公園をスタート地点、J:COM
フィールド土浦(川口運動公園陸
上競技場)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
窓口に直接

※事務局での申し込みは、1人に
つき5人分まで

※12月5日(水)午前10時から午
後4時まで、新治地区公民館に
臨時受付窓口を設置します。

大会エントリー権利付き

かすみがうらマラソン完走教室

☐1月19日(土)、2月2日(土)・16日(土)、3月2日(土)・
16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、
目標タイムを記入のうえ、郵送またはメールで

☑12月14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)

5kmからはじめる健康マラソン教室

☐1月26日(土)、2月16日(土)、3月9日(土)・30日(土)、
4月6日(土)・20日(土) 午後1時~4時(全6回)

場講座…阿見町中央公民館(阿見町若栗)

実技…阿見町総合運動公園グラウンド(阿見町吉原)

定50人(定員を越えた場合は抽選)

¥7000円(資料代、飲み物代、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21日(金)(必着)

問J:COMカスタマーセンター

(☎0120-999-000、FAX824-7830)



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
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▶



小・中学校体育館を開放します

対市内に在住、在勤、在学している方10人以上で構成される、平成31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

12月6日(木)

※旧穴塚小学校、旧藤沢小学校、旧山ノ荘小学校を含む
問スポーツ振興課(☎内線5123)

いばらき結婚応援パスポート(PASS)を交付します

日制度開始日/11月22日(木)

対平成30年4月1日以降に結婚した夫婦、1年以内に結

婚予定のカップル

内協賛店に提示すると、特典サービスを受けられます。※申請方法など、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。
問県少子化対策課(☎029・301・3261)

確定申告に係る決算説明会

日12月4日(火)①午前10時~11時30分、②午後1時30分~3時、12月5日(水)③午前10時~11時30分、④午後1時30分~3時
場土浦合同庁舎(真鍋五丁目)

対①農業所得を有する白色申告者、②農業所得を有する青色申告者、③営業所得を有する白色申告者、④営業所得を有する青色申告者

納税課からのお知らせ

- 11月の納税(納期限:11月30日(金))
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25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)
※12月は毎週日曜日(30日を除く)に窓口を開設します。

HIV検査を受けてみませんか

日毎週月曜日 午前9時30分~10時45分(事前予約制)

場土浦保健所(下高津二丁目)

内感染不安のある方に無料。匿名で検査、相談

問土浦保健所(☎821・5516)

県防災ヘリコプターの離着陸訓練

日12月10日(月)、12日(水)(天候により17日(月)、18日(火)に順延)
午後4時~7時

場離着陸場所/つくばヘリポート、筑波メディカルセンター病院屋上ヘリポート、筑波大学附属病院屋上

乳児用チャイルドシート貸し出し

日貸出日/12月16日(日) 午前9時~9時30分
申込日/12月10日(月)、11日(火)
場本庁舎2階 202会議室
対市内に在住の、1歳未満児の保護者または1月未までに産産予定の方
持運転免許証
料2000円(クリーニング代など)
申電話で
問生活安全課(☎内線2298)

障害児(者)を励ます新年の集い

日1月14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)

対市内に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30年度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、障害児(小学生以下):1000円

第26回土浦ウィンターフェスティバル

日11月26日(月)~1月31日(木) 午後5時~11時
場駅東口、駅西口、モール滝跡地、各商店会
内イルミネーション
点灯式
日11月26日(月) 午後5時から
場うらら大屋根広場
問土浦市観光協会(☎824・2810)

第12回映画上映会

日11月29日(木) 午後2時から
場本庁舎1階 市民ラウンジ
内上映作品/「22年目の告白ー私が犯人ですー」、出演/藤原竜也ほか
定50人程度
※無料駐車場はありません。
問商工観光課(☎内線2703)

訂正: No.1230 7ページ 「一般会計歳入」は「一般会計」の誤りでした。また、同ページの一般会計の歳出、特別会計の国民健康保険、後期高齢者医療、介護保険、下水道事業、その他の単位「円」は、「万円」の誤りでした。

12月の無料年金相談

- 常陽銀行土浦支店
12月13日(木) 午前10時～午後3時
(☎822-3216)
 - 常陽銀行ローンプラザ
(土浦駅前支店内)
12月15日(土) 午前10時～午後4時
(☎821-3541)
 - 常陽銀行荒川沖支店
12月19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8日(土) 午前10時～午後4時
(☎0120-218-124)
 - 筑波銀行神立支店
12月11日(火) 午前10時～午後3時
(☎832-1223)
 - 筑波銀行本店営業部
12月12日(水) 午前10時～午後3時
(☎821-8111)
- ※詳しくは各金融機関へお問い合わせください。

陸上自衛隊夜間飛行訓練

日 11月20日(火)～22日(木)、27日(火)～29日(木)、12月4日(火)～6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空域

内 ヘリコプター2～3機
問 同航空学校霞ヶ浦校(☎842・1211)

市民スキーツアー参加者募集

群馬県ホワイトワールド尾瀬岩鞍(土浦市民スキー大会)

日 2月16日(土)～17日(日)(午前6時出発)

場 宿泊/片品温泉・湯元千代田館
料 一般：1万9800円、小学生以下：1万7800円

山形県蔵王温泉スキー場

日 3月1日(金)～3日(日)(午後8時出発)

場 宿泊/蔵王センタープラザ
料 一般：2万9800円、小学生以下：2万7800円

共通

場 集合/レストハウス水郷前
定 各30人(先着順)
※リフト券は付きません。申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

問 市体育協会スキー部(☎080・5378・0176 中村)

ファミリーコンサート

日 12月2日(日) 午後2時～4時
場 神立地区コミュニティセンター

内 土浦吹奏楽団による演奏会

定100人(先着順)

問 同コミュニティセンター(☎833・1295)

キフラちゃんバスで行く土浦巡り 第1回お寺編

日 12月6日(木) 午前9時～午後4時30分

場 集合/土浦駅西口バスロータリー
定 15人(先着順)
料 1000円(乗車券・朱印代)

申 電話で
問 まちづくり活性化土浦(☎826・1771)

フェスティバル神立2018

日 11月25日(日) 午前9時30分～午後3時

場 神立小学校
内 高校生によるステージ、神バーガー販売など

問 神立商工振興会(☎070・4369・5828)

外国人のための1日無料弁護士相談in筑西

日 12月9日(日) 午前10時～午後3時(受け付けは午後2時30分まで)

場 しもだて地域交流センターアルテリオ(筑西市内)

対 対応言語/英語、中国語、

タイ語、タガログ語、ポルトガル語、韓国語、スペイン語、インドネシア語、ベトナム語

内 在留資格、労働問題、結婚、税金、保険、その他生活全般

問 茨城県国際交流協会(☎029・244・3811)

さわれる展示ハートフルミュージアム

日 11月23日(金)～12月9日(日)

場 ミュージアムパーク茨城県自然博物館(坂東市大崎)
内 動物、植物、地学のさわれる資料を中心とした展示

※入場料など、詳しくはホームページをご覧ください。
問 同博物館(☎0297・38・2000)

在宅療養を考える市民講演会

日 12月15日(土) 午後2時～午後3時30分(開場は午後1時30分)

場 霞ヶ浦医療センター(下高津二丁目)

講 清水 亨さん(せせらぎ在宅クリニック)
内 在宅療養とエンドオブライフ・ケアに関する講演会

問 高齢福祉課(☎内線2500)

広告

広告

**合唱団「コロロ」
ありがとうコンサート**

日 12月9日(日) 午後3時から
(開場は午後2時30分から)
場 県南生涯学習センター
内 合唱によるコンサート
定 370人(先着順)
問 コロロJ(☎080・6515・8231 三井)

いばらぎ看護職合同進学・就職説明会

日 2月9日(土) ①午前11時～正午、②午後0時30分～3時30分
場 フェリヴェールサンシャイン(水戸市白梅)
対 就職活動している看護学生・看護職員、看護大学・看護学校などへの進学希望者
内 ①看護師国家試験対策講座、②合同進学就職説明会
申 ①電話で、②不要
問 茨城県看護協会(☎029・221・6900)

**平成30年度食の安全・安心
リスクコミュニケーション**

日 12月11日(火) 午後2時～4時
場 霞ヶ浦環境科学センター(沖宿町)
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 輸入食品について考える
定 80人(先着順)
申 電話で
問 土浦保健所(☎821・5516)

**霞ヶ浦医療センター
公開市民講座**

日 12月21日(金) 午後3時から
場 同センター(下高津二丁目)
講 高木薫子さん(消化器内科)
内 胃の病気とピロリ菌
問 同センター(☎822・5050)

**ひきこもり家族のための
研修会**

日 12月10日(月) 午後1時30分～4時
場 土浦保健所(下高津二丁目)
対 ひきこもりの方とその家族、ひきこもり支援者
講 浅井和幸さん(アストリンク)ほか
内 「ひきこもりからの回復」実際の成功事例より「ほか
定 50人(先着順)
申 電話で
日 12月3日(月)
問 土浦保健所(☎821・5516)

**新農業人フェア
in いばらぎ**

日 12月1日(土) 正午～午後4時
場 イーアスつくば(つくば市研究学園五丁目)
内 農業に関心がある方のためのセミナー、相談会の申し込みなど、詳しくはホームページをご覧ください。
問 県農林振興公社(☎029・350・8686)

**国際青少年研修協会
からのお知らせ**

日 12月25日(火)～30日(日)
場 行き先/旭川市、名寄市、札幌市
対 小学2年生～中学3年生
内 交流体験、野外活動体験、冬のスポーツ体験、冬の動物観察、クラフト体験
問 同学院(☎0296・241714)

**丸ごと冬体験&ファームス
ティン北海道**

日 12月25日(火)～30日(日)
場 行き先/旭川市、名寄市、札幌市
対 小学2年生～中学3年生
内 交流体験、野外活動体験、冬のスポーツ体験、冬の動物観察、クラフト体験
問 同学院(☎0296・241714)

過労死等防止対策推進シンポジウム

日 11月25日(日) 午後1時30分

**定 10人(先着順)
12月5日(水)
春休み海外研修交流事業**

日 3月24日(日)から4月5日(金)のうち6～10日間
場 行き先/イギリス、オーストラリア、カナダ、サイパン、ニュージーランド、フィリピン、カンボジア
対 小学3年生～高校3年生
※行き先によって対象学年が異なります。
内 ホームステイ、文化交流、英語研修、野外活動など
定 10～20人(先着順)
日 2月1日(金)
※申込み方法や参加費など、詳しくはホームページをご覧ください。
問 国際青少年研修協会(☎03・6417・9721)

**国際青少年研修協会
からのお知らせ**

日 12月25日(火)～30日(日)
場 行き先/旭川市、名寄市、札幌市
対 小学2年生～中学3年生
内 交流体験、野外活動体験、冬のスポーツ体験、冬の動物観察、クラフト体験
問 同学院(☎0296・241714)

**県立筑西産業技術専門学院
院生募集**

日 試験日/12月14日(金)
対 高等学校を卒業、または卒業見込みの方など
内 募集科/機械システム科、電気工事科、金属加工科
日 12月10日(月)(必着)
※出願方法など、詳しくはお問い合わせください。
問 同学院(☎0296・241714)

**丸ごと冬体験&ファームス
ティン北海道**

日 12月25日(火)～30日(日)
場 行き先/旭川市、名寄市、札幌市
対 小学2年生～中学3年生
内 交流体験、野外活動体験、冬のスポーツ体験、冬の動物観察、クラフト体験
問 同学院(☎0296・241714)

過労死等防止対策推進シンポジウム

日 11月25日(日) 午後1時30分

広告

機械CAD基礎講座



日 1月12日(土)、19日(土)、26日(土)(全3回) 午前9時～午後4時

内 AutoCADによる作図、編集の仕方について

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

12月3日(月)(必着)

問 県立土浦産業技術専門学院 (〒300・0849 中村西根番外50番179、☎841・3551)

普通第一種圧力容器取扱作業主任者技能講習

日 12月15日(土)、16日(日)(2日間)

¥ 1万1880円(テキスト代別)

場 茨城県JA会館(水戸市梅香一丁目)

定 50人(先着順)

受付期間/12月3日(月)～7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・6185)

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30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

問 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31年3月31日時点で40歳以上になる方
- ②保険税に未納のない世帯、保険料に未納のない方

※平成30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2万円から、宿泊…約5万円から

健診項目/健康診査、眼科検査、聴力検査、胸部X線検査、胃X線検査、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7日(金)(消印有効)

※申し込み後約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 (東京医科大学茨城医療センター)	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	874-7985	○	
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

広告

市政のお知らせ information

ご存知ですか？ヘルプマーク

☎障害福祉課 (☎内線2470)

義足や人工関節、難病や妊娠初期の方など、外見からは援助や配慮を必要としていることがわからない方が、周囲の方に配慮を必要とすることを知らせることができるマークです。このマークを見かけたら、電車・バスの中で席をお譲りいただいたり、駅や商業施設などで声をかけたりするなどの配慮をお願いします。



▲ヘルプマーク
(赤地に白抜きの十字とハートマーク)

市政のお知らせ information

第2回土浦市環境審議会を開催します

☎環境保全課 (☎内線2380)

日時／11月26日(月) 午後2時から
(受け付けは午後1時30分から)

場所／市役所本庁舎3階 301・302会議室

内容／第三期生活排水対策推進計画策定(案)およびアンケート調査結果について、第二期地球温暖化防止行動計画策定にともなうアンケート調査結果について

傍聴者定員／10人(先着順)

不動産公売に参加してみませんか

☎茨城租税債権管理機構 (☎029-225-1221)



茨城租税債権管理機構では、一般の方も参加できる入札により、不動産公売を実施します。公売不動産などの詳細は、ホームページ、または納税課で無料配布している公売広報をご覧ください。

参加申込期間

1月8日(火)午後1時から
1月22日(火)午後11時まで

入札期間

1月29日(火)午後1時から
2月5日(火)午後1時まで

場所

ヤフー株式会社が提供するインターネット公売システム上

公売不動産

売却区分番号／30-140

見積価額／2,200,000円

公売保証金／220,000円

財産の表示(登記簿による表示)／

【一棟の建物の表示】

所在 土浦市田中一丁目2349番地2
建物の名称 土浦ダイヤモンドマンションA棟
構造 鉄筋コンクリート造陸屋根7階建

【専有部分の建物の表示】

家屋番号 田中一丁目2349番2の304
建物の名称 304
種類 居宅
構造 鉄筋コンクリート造1階建
床面積 3階部分71.84㎡

広告

ふれあいセンター ながみね講座

☎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(水)(消印有効)

※都合により講座の日程などが変更になることがあります。また、申し込み少数のときは中止にある場合があります。

※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	1/8・22、 2/5・19、 3/5・12	各6回	各12人	3000円	習字道具、墨汁、半紙、スリッパ、座布団
木	かんたんストレッチ体操	10:00~10:50	1/10~3/14	10回	16人	5000円	動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物
	美ユーターBodywave	11:00~11:50	1/10~3/14	10回	16人	5000円	動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物
	水中ウォーキング(初心者向け)	12:00~12:50	1/10~3/14	10回	20人	5000円	水着、水泳帽、バスタオル
	水中ウォーキングプラス	13:00~13:50	1/10~3/14	10回	20人	5000円	水着、水泳帽、バスタオル
	ケーナ入門~アンデスの風~	15:20~16:20	1/10・24、2/14・28、 3/14・28	6回	15人	7500円 ^{*1}	手鏡(置き型)、ケーナ、 ^{*2} スリッパ
	ケーナ中級~アンデスの風~	16:30~17:30	1/10・24、2/14・28、 3/14・28	6回	15人	7500円 ^{*1}	手鏡(置き型)、ケーナ、 ^{*2} スリッパ
金	健康体操(体力アップ編)	11:00~11:50	1/11~3/15	10回	20人	5000円	動きやすい服装、上履き、タオル、飲み物
	アクアズンパ(水中リズム運動)	12:00~12:50	1/11~3/15	10回	16人	5000円	水着、水泳帽、バスタオル
	水中ウォーキング	13:00~13:50	1/11~3/15	10回	20人	5000円	水着、水泳帽、バスタオル

※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。



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(金)

※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☆
ひまりのこと
大好きだよ♡

ひまりの
小野終茉莉ちゃん
(都和四丁目)



1歳おめでとう♡
すくすく元気に
育ってね!大好き♡

こはる
松延心陽ちゃん
(小岩田東一丁目)



泰ちゃん1歳
おめでとう!元気に
大きくなってね!

たいすけ
矢口泰介ちゃん
(小岩田東一丁目)



うまれてきてくれて
ありがとう
思い出沢山作るうね

あつり
三浦敦稔ちゃん
(小岩田)



1歳おめでとう♡
たくさん笑って
大きくなってね

さくら
青山咲良ちゃん
(並木四丁目)



1歳おめでとう♪
元気で優しい
男の子になってね

あらた
島田新大ちゃん
(常名)



1才おめでとう☆
ねえねと仲良く
大きくなってね♡

塚本このみちゃん
(大岩田)

11月25日～12月1日は
犯罪被害者週間です

犯罪被害者などが、受けた被害から立ち直り、再び地域で平穩に過ごせるようになるには、地域の人々の理解と配慮、そしてそれに基づく協力が重要です。

犯罪被害者などの置かれている立場や支援の重要性・必要性を認識し、犯罪被害者などに対する理解を深めましょう。

土浦地区交通安全母の会連合会
世代間交流型交通安全教室

日 12月1日(出) 午前10時～正午
(受け付けは午前9時30分から)

場 新治トレーニングセンター
内 反射神経測定、自転車シミュレーター体験、飲酒体験
Google、交通安全O×クイズなど



☎ 生活安全課(☎内線2490)

年末の
交通事故防止県民運動

スローガン
家族より

大切ですか？
その一杯

実施期間

12月1日(出)～15日(出)

運動の重点

- ① 子供と高齢者の交通事故防止(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

※年末は、日没時間が年間を通じて最も早く、夕暮れ時から夜間にかけての交通事故の多発が懸念されます。また、忘年会など飲酒をする機会が増えることにより、飲酒運転による事故も危惧されます。

※交通安全思想の普及・浸透を図るとともに、交通ルールの順守と、正しい交通マナーの実践を習慣付けることにより、交通事故防止の徹底を図りましょう。

12月4日(火)～10日(月)は



☎ 水戸地方事務局

(☎029・227・9919)

《世界人権宣言70周年》

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

昭和23年(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6日(木) 午前10時～午後3時

場 都和公民館

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、人権擁護委員がお受けします。

☎ 総務課(☎826・1111 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
- ◆ 部落差別等の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等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

いきいき茨城ゆめ国体 土浦市オリジナルフリースを販売します

☎土浦市観光協会(☎824-2810)

来年開催されるいきいき茨城ゆめ国体に向け、今年も土浦市オリジナルフリースを販売します。左胸に市のイメージキャラクター「つちまる」が、後ろ襟下に茨城国体のマスコット「いぼラッキー」がそれぞれ刺繍されたかわいらしいデザインとなっております。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

サイズ／SS、S、M、L、O、XO

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。

※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…11月22日(木)

第2回…11月29日(木)

引換期間／第1回…12月17日(月)から1月31日(木)まで
第2回…12月21日(金)から1月31日(木)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。



いきいき茨城ゆめ国体PRマグネットシートを配布します

☎国体推進課(☎893-5510、FAX826-1137、
✉74kokutai@city.tsuchiura.lg.jp)

いきいき茨城ゆめ国体の開催まで300日を迎えるにあたり、PRマグネットシートを作成しました。このマグネットを貼って、開催のPRにご協力いただける事業者を募集します。

募集期間／11月30日(金)まで

応募資格／国体推進課にマグネットシートを受け取りに来ることができる市内の事業者

配布数／1セット2枚組で、3セットまで

応募方法／電話、ファクスまたはメールで



サイズ：300ミリ×600ミリ

水郷テニスコート

硬式テニス教室受講生募集

〒水郷テニスコート(☎824-0880
〒300-0835 大岩田580)

☑高校生以上

☑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

☑12月4日(火)(必着)

※はがき1枚につき1教室の申し込みとなります。連名での申し込みはできません。

※定員を超えたときは抽選。申し込み少数の場合は中止になることがあります。

※受講料には保険代が含まれます。

曜日	クラス	時間	日程	定員	回数	受講料
火	初心初中級 基本・応用	19:30~ 21:00	1/8~ 3/12	40	8	6000円
水	中級 試合想定	19:30~ 21:00	1/9~ 2/27	24	8	9000円
木	初心初中級 基本・応用	19:30~ 21:00	1/10~ 2/28	30	8	6000円
金	初心初級 基本の習得	10:00~ 11:30	1/11~ 3/15	40	10	7500円

平成31年

成人式

1月13日(日)

午後1時30分開式
(午後0時30分受付開始)

ところ/市民会館

対象者/平成10年4月2日から平成11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。

☎文化生涯学習課(☎826-1111 内線5163)

土浦日記!

10/13 霞ヶ浦を、より身近に 世界湖沼会議サテライトつちうらメイン大会



湖沼問題の議論や勉強会などを行うため、世界各地で開催される世界湖沼会議。その茨城開催に先立ち、霞ヶ浦の表玄関である土浦市では機運醸成のためのサテライトつちうらメイン大会が行われました。

土浦駅を挟んだ東西6か所の会場にて霞ヶ浦にちなんだイベントが開かれ、子供からご年配の方まで、霞ヶ浦を愛する多くの人たちで賑わいました。

また、会場そばの川口運動公園では土浦市都市緑化フェアが同時開催となり、メイン大会と合同のスタンプラリーを企画。水・みどり・人がきらめいた一日となりました。

10/9 走れ、しゅうニャン市 全国キャラバン隊が土浦にやってくる!



山口県にある周南市が自らの市の魅力をPRするため、全国47都道府県、57都市を巡るシティプロモーションの旅を企画し、旅先として茨城県内では唯一土浦市が選ばれました。

訪れたキャラバン隊は市長、副市長を表敬訪問してお土産を交換。その後市役所内にブースを設け、つちまると共に両市をPRして市民との交流を図りました。周南市はおみくじ生産量ダントツの日本一を誇り、ブースで引ける恋みくじも好評でした。

人がネコになれるまち、しゅうニャン市、いつか旅行に行ってみてはいかがでしょうか。

県南近隣市イベント情報

石岡市

茨城県フラワーパーク 「イルミネーション」開催!

☎茨城県フラワーパーク(☎0299-42-4111)

今年は、LED電球を100万球にパワーアップ! 3つのエリアに新たな演出が加わり、一面に広がる光の世界、シンクロするメロディー、ハッとさせるダイナミックな演出でお客様をお待ちしております。

と き/11月15日(木)~平成31年1月14日(月)
午後5時~9時(入園締切は午後8時30分まで)

ところ/茨城県フラワーパーク(石岡市下青柳)

入園料/大人…700円(平日65歳以上は500円)、
小人(小中学生)…250円

休園日/祝日を除く月曜日、12月31日、1月1日
※12月25日は開園します。

蔵まつり



第13回霞ヶ浦帆引き船模型工作教室

と き/12月15日(土) 午前9時~正午

ところ/土浦まちかど蔵「野村」

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。

問土浦市観光協会(☎824-2810 FAX 824-2819)

10/21

楽しく健康を考える

土浦市健康まつり



恒例となっている土浦市の健康まつりが今年も開かれ、大勢の方が訪れました。

体力測定は満員御礼、福祉専門学生による手もみコーナーは大行列となり、また広報紙前号でも取り上げた食生活改善推進員さんによるハッスル中華まんは飛ぶ様に売っていました。一方、消防車の展示やつちまるの登場もあり、親子連れにも楽しめる大盛況のイベントとなりました。

楽しみながら、自身や家族の健康づくりについて考えられる貴重な機会です。また来年をお楽しみに。

10/14

小中一貫の体験学習

新治学園義務教育学校「稲刈り」体験



今年から小中一貫教育となった新治学園義務教育学校で初めて、前期課程生(3年生)と後期課程生(7年生)による合同の稲刈りが行われました。年の離れた生徒たちが協力して行うこのような体験学習は、小中一貫ならではの行事です。

下級生は上級生のサポートを受けながら、上級生は下級生の手本となりながら、自然の恵みを収穫していました。小雨が降る中の学習でしたが、自分たちの力で刈り終えた生徒たちの顔は晴れ晴れとしていました。

12月子育てひろば



HPはこちら▶

幼稚園				
土浦幼稚園	(☎821-0796)	5日(水)	9:30~10:30	ふれあいデー(ごっこ遊び)
保育所				
※予約受付は11月26日(月)9:30から各保育所へ電話で				
新生保育所	(☎841-0575)	19日(水)	10:00~11:00	ミニ発表会
荒川沖保育所	(☎841-0037)	14日(金)	9:30~11:00	保育室開放(たんぼぼ)
霞ヶ岡保育所	(☎821-1890)	11日(火)	10:00~11:30	ミニ発表会
都和保育所	(☎822-8053)	10日(月)	10:00~11:00	ミニ発表会
天川保育所	(☎822-6172)	11日(火)	10:00~11:00	ミニ発表会
児童館				
都和児童館 (☎832-3112)		12日(水)	10:30~11:30	クリスマス会
		19日(水)	10:30~11:30	ママとベビーのふれあい体操
		20日(木)	10:30~11:10	作ってあそぼう
ポプラ児童館 (☎841-3212)		1日(土)	10:30~11:30	折り紙教室
		12日(水)	10:30~11:10 11:15~11:55	親子制作(2部制)
		22日(土)	10:00~11:30	フラワーアレンジメント教室¥800円
新治児童館 (☎862-4403)		3日(月)	10:30~11:30	親子ピクス
		4日(火)	10:00~11:00	クリスマス会
		15日(土)	10:00~11:30	バルーンアート作り¥300円
子育て支援センター				
さくらんぼ (☎823-1288) ※予約受付は11月29日(木) 9:30から電話で		月~金曜日*	9:30~16:30	お部屋開放
		4日(火)	10:00~11:30	赤ちゃんのカレンダー作り
		5日(水)	10:00~11:30	歳末のつどい場神立地区コミュニティセンター
		6日(木)	10:00~11:30	広いお部屋で遊ぼう!場新治地区公民館
		7日(金)	10:00~11:30	園庭開放
		10日(月)	10:00~11:30	歳末のつどい場二中地区公民館
		11日(火)	10:00~11:30	歳末のつどい場六中地区公民館
		12日(水)	10:00~11:30	歳末のつどい場四中地区公民館
		13日(木)	10:00~11:30	歳末のつどい場都和公民館
		14日(金)	10:00~11:30	歳末のつどい場三中地区公民館
		17日(月)	10:00~11:30	歳末のつどい場一中地区公民館
	18日(火)	10:00~11:30	歳末のつどい(赤ちゃん版)場三中地区公民館	
	19日(水)	10:00~11:30	歳末のつどい(赤ちゃん版)場二中地区公民館	
ありんこくらぶ (☎841-0463) ※予約受付は11月21日(水) 9:00から		月~金曜日*	10:00~15:00	保育所開放
		4日(火)	10:00~12:00	誕生日会(10・11・12月生まれ)
		6日(木)	10:30~12:00	赤ちゃんサロン
		11日(火)	10:00~12:00	プラ板遊び
		13日(木)	10:00~12:00	ありんこタイム
		18日(火)	10:00~12:00	作って遊ぼう(クリスマス制作)
		25日(火)	10:00~12:00	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
		4日、11日、18日、25日(火)	8:30~13:30	お絵描き
		5日、12日、19日、26日(水)	8:30~13:30	粘土遊び
		6日(木)	8:30~13:30	0歳児クラスと遊ぼう
		13日(木)	8:30~13:30	音楽鑑賞会
		20日(木)	8:30~13:30	作って遊ぼう(クリスマススタンプ)
		27日(木)	8:30~13:30	室内ゲーム
ひまわり (☎843-1117) ※予約受付は11月19日(月) 9:30から		月~金曜日*	9:00~16:00	園庭・お部屋開放
		5日(水)、21日(金)、26日(水)	10:00~12:00	ベビーマッサージ
		6日(木)	10:00~12:00	親子ピクス場四中地区公民館
		11日(火)	10:00~12:00	親子クッキング(2歳児以上)
		13日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール場三中地区公民館
		18日(火)	10:00~12:00	お誕生会
		19日(水)	10:00~12:00	マタニティサロン
		20日(木)	9:00~16:00	ちびっこ広場(1歳児)
	25日(火)	9:00~16:00	赤ちゃん広場(0歳児)	
	27日(木)	9:00~16:00	わんぱく広場(2歳児以上)	

*祝日を除く

12月のとしょかん

問 市立図書館(☎823-4646)

HPはこちら▶



図書館カレンダー 2018 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	25	26	27	28	29
30	31					

■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

月曜開館日【3日】 10:00～20:00

【24日】 10:00～18:00

子どもたちのための「本の通帳」サービスが始まります

図書館で借りた本を、図書館専用の「本の通帳」に記録することができるサービスです。お子様の読書記録として、ぜひご利用ください。

サービス概要

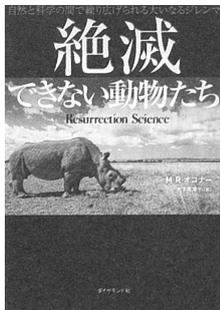
開始日／11月23日(金) 午前10時30分から

対象者／図書館の利用カード登録をした市内在住・在学の小中学生

配布・記帳場所／図書館 2階児童カウンター

※申請書に必要事項を記入していただきます。詳しくは図書館までお問い合わせください。

今月のおすすめ本



絶滅できない動物たち(動物)

飼育下繁殖から、iPS細胞、ゲノム編集まで、絶滅に挑むテクノロジーと自然保護の現場を徹底取材。人が介入すればするほど、「自然」から遠ざかっていく自然保護と種の再生テクノロジーの矛盾を暴く。

(M.R. オコナー／著)

たてがみを捨てたライオンたち(小説)

家事は得意だけど専業主夫にはなりたくない。女性にモテないけど男としては見られたい。強くありたいから弱音を吐けない。今の時代に男らしさって必要？男のプライドの新しいかたちを探る物語。

(白岩 玄／著)



先月の
人気図書



大家さんと僕(エッセイ)

お笑いコンビ「カラテカ」の矢部太郎と一風変わった大家さんとの“2人暮らし”を描いた、ほっこりあたたかなコミックエッセイ。

(矢部太郎／著)

12月のおはなし会

おはなし会(2階 おはなしのへや)

■12月9日(日)、15日(土)、23日(日)

いずれも午前11時から、

12月16日(日) 午後2時から

ちいさなおはなし会

(2階 おはなしのへや・乳幼児向け)

■12月5日(水)、12日(水)、19日(水)

いずれも午前11時から

冬休みのおはなし会

(2階 おはなしのへや)

■12月26日(水) 午前11時から

おはなし会(新治地区分館)

■12月15日(土) 午前11時から

◎日時に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。

今月の展示棚

テーマ 「開館1周年記念展示」

図書館は11月で開館1周年を迎えました。それを記念して、館内で様々な展示を行う予定です。ぜひご覧ください。

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		市に対する要望、苦情、意見など(担当職員)
司法書士相談	12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	20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	14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	5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	19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	4日(火)・11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歳までの子どものもすべてについて(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(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	15日(土)	15:30~16:30	男女共同参画センター 研修室	結婚相談(県マリッジサポーター) 問い合わせはこども福祉課(☎内線2281)まで
	19日(水)	14:00~16:00		
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)
精神保健相談	4日(火)	14:30~16:30	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。日時が変更になる場合があります。
	21日(金)	14:00~16:00		
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	8日(土)		
		14日・28日(金)		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

消費生活センターより

☎消費生活センター(☎823・3928)

宅配業者をかたった迷惑メールにご注意ください!

《事例》…携帯電話に、実在する宅配便業者名でメールが届いた。「お客様宛にお荷物のお届けにありがとうございましたが無効のため持ち帰りました」と書かれており、不在通知のようだ。配送物は下記よりご確認くださいとアドレスがあるが、開いて確認してもよいか。

《アドバイス》…センターで調べたところ、当該宅配便業者はそのような方法で不在通知を送っていないとのことでした。よって、実在する宅配便業者をかたった偽のメールと思われるため、絶対にアドレスを開かないよう助言しました。

万が一、開いてしまったら……

①宅配便業者のホームページとそっくりの画面が表示されます。個人情報抜き取りられるフィッシング詐欺に遭う可能性が高いので、注意が必要です。

②意図せずダウンロードしたアプリがきっかけで、不特定多数の人に同様のメールが送信され、携帯電話会社から高額な請求をされた。

③自分の携帯電話の契約情報を抜き取られ、高額な買い物をしてしまった。

などの被害も報告されています。

このようなメールが届いています(例)

お客様宛にお荷物のお届けにありがとうございましたが無効のため、持ち帰りました。配送物は左記よりご確認ください。

アドレス(例) <https://xxxx.com> 宅配便業者

今回紹介した事例に併せて、通販サイトを装ったメールにも注意が必要です。心当たりのないメール内のアドレスを不用意に開かないことが大切です!

困ったことがあったら、消費生活センターに相談しましょう。

胃がんリスク検査

血液検査でピロリ菌感染の有無と胃粘膜の萎縮度から「胃がんのなりやすさ」を調べる検査です。

対象者／平成30年4月1日～平成31年3月31日までに40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳を迎える市民で、これまでに胃がんリスク検査を受けたことがない方

※次のいずれかに該当する方を除く。ピロリ菌除菌治療を受けた方、食道・胃・十二指腸の病気で治療中または経過観察中の方、胃を切除した方、腎不全の方、胃酸の分泌を抑える薬を服用中の方、同薬を服用終了後2か月未満の方

検査料／1000円(生活保護受給者は無料)

検査内容／血液検査

検査期間／平成31年3月31日まで

※市民課窓口、各支所・出張所、インターネット上でも申し込むことができます。

申込サイトはこちら▶



風しん予防接種費用助成

市では妊婦への感染を予防するため、風しんの予防接種費用の一部を助成します。

対象者／平成2年4月1日以前の生まれで、接種日に土浦市に住民登録があり、次のいずれかに該当する方。

- ・妊娠を予定、希望する女性
- ・妊娠している女性の夫

※風しん予防接種を2回受けた方、平成25年度の風しん予防接種費用助成を受けた方を除く。

対象期間／平成30年4月1日から平成31年3月31日までに接種したもの

助成額上限／
麻しん風しん混合ワクチン…5000円
風しんワクチン…3000円

助成回数／1回

受付期間／平成31年3月31日まで

申請方法／医療機関で接種し、費用を支払った後に市保健センターへ申請してください。

申請書はこちら▶



食改さんの料理教室

□親子で楽しむいばらきの味料理教室

日時／12月8日(土) 午前10時～午後1時(受け付けは午前9時30分から)

対象者／市内在住の小学生とその保護者

内容／さといもコロケ、きんつば ほか

□おやこの食育教室

日時／1月19日(土) 午前10時～午後1時(受け付けは午前9時30分から)

対象者／市内在住の年長児および小学生とその保護者

内容／つちまる巻き寿司ほか

◎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

定員／各12組(先着順)

参加料／1人250円

12月の献血

日時／12月21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

在宅医療について

土浦市医師会

大塚 佐知子(つちうら在宅診療所)

私は、3年前に土浦の実家で母を見取りました。膵癌すいがんの再発が分かった時、母は「家に帰りたい、家で死にたい」と言いました。そこで私が主治医になり、訪問看護師さん、ケアマネージャーさん、ヘルパーさん、福祉用具の担当者と独居の母のために急遽きゅうきょ「チーム在宅」を組みました。

初めの3か月は、癌末期患者とは思えないほど、今までの生活と変わりなく穏やかに過ぎました。居間でテレビを見ながら痛み止めの注射や薬の点滴などを受け、休みのたびに私と買い出しに出かけては、毎日自分で料理して食べていました。

土浦花火大会が終わって間もなく、母は倦怠感けんたいかんが強くベッドから起き上がれなくなりました。そこからの12日間、私は下の娘(当時7歳)を連れて毎日泊まり込み、仕事は、日数、時間ともに削りました。守谷(私の自宅)に帰ったり、土浦(実家)に来たり、日立(当時の職場)に行ったりで、ふと運転中、私は

今どこに向かっているんだろうと分からなくなる事がありました。母は「サイダーが飲みたい」「アイスが食べたい」「カニが食べたい」などとわがまま言いたい放題で、下の娘と仲良くおやつを食べたり、学校の話聞いて笑い合ったりしていました。他愛のない日常がそこにありました。北海道から届いたカニをしこたま食べた翌朝から意識がなくなり、次の日の夜、亡くなったのです。この時、聴診器で胸の音を聞いていたのは7歳の娘でした。

その後、私は「やっぱり在宅医療はいいなあ、ここ土浦で在宅診療所を開こう、そしてみんなに在宅を楽しんでもらおう、家で死んでもらおう」と考え続け現在に至っています。

在宅医療は、一人一人のためのオーダーメイド医療です。病院でしかできない医療もありますが、家でできる医療もたくさんあります。土浦でも在宅医療を行っている医師が増えています。どうぞご相談ください。

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)	5日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	11日(火)	13:00~16:10	
こころの相談(予約制) (障害福祉課 ☎826-1111 内線2343)	4日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	13日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	27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	10日(月)	9:00~9:50
	7~11か月児	3日(月)	
4か月児健康診査	平成30年8月生まれ	12日(水)、13日(木)	13:00~13:40
10か月児育児相談	平成30年2月1日~15日生まれ	18日(火)	9:30~10:00
	平成30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	3日(月)	10:15~10:30
1歳6か月児健康診査	平成29年5月生まれ	5日(水)、6日(木)	13:00~13:40
おやこの歯科健診(予約制)	平成28年9月生まれ	7日(金)	13:15~15:00
3歳児健康診査	平成27年9月生まれ	19日(水)、20日(木)	13:00~13:40
マタニティ教室(予約制)	プレママクラス	4日(火)	9:45~10:00
	ウェルカムベビークラス1日コース	11日(火)	
離乳食教室(予約制)	おおむね6~7か月児	7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
2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	土浦産婦人科 Tel.821-0068 中央一丁目	寺島歯科 Tel.862-5515 藤沢
9日(日)	新治診療所 Tel.862-4668 下坂田	神立病院 Tel.831-9711 神立中央五丁目	石川クリニック Tel.821-2587 大町	K S デンタルクリニック Tel.825-1430 田中三丁目
16日(日)	宮崎クリニック Tel.830-6800 藤沢	野上病院 Tel.822-0145 東崎町	土浦産婦人科 Tel.821-0068 中央一丁目	堀越歯科医院 Tel.826-6491 桜町四丁目
23日(日)	常陽医院 Tel.822-6594 城北町	県南病院 Tel.841-1148 中	柴田マタニティクリニック Tel.821-0154 桜町四丁目	ましこ歯科医院 Tel.823-7575 都和一丁目
24日(月)	叶多内科医院 Tel.826-1566 桜ヶ丘町	岡田整形外科クリニック Tel.825-3377 木田余	石川クリニック Tel.821-2587 大町	菊池歯科医院 Tel.822-1661 中高津一丁目
29日(土)	山手医院 Tel.835-3388 国分町	中央大祐整形形成外科 Tel.821-0220 中央二丁目	鈴村医院 Tel.821-0174 大町	後藤歯科クリニック Tel.825-6480 並木一丁目
30日(日)	松本内科医院 Tel.843-1211 中村東三丁目	神立病院 Tel.831-9711 神立中央五丁目	中山産婦人科医院 Tel.822-3852 川口一丁目	海老原歯科医院 Tel.830-4748 北荒川沖町
31日(月)	山中内科クリニック Tel.843-0870 中村南五丁目	伊野整形外科医院 Tel.821-6028 真鍋六丁目	まつばらウイメンズクリニック Tel.830-5151 阿見町本郷	田中歯科医院 Tel.821-3426 川口一丁目

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

※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。

