

広報

2020

# つちうら

5

Tsuchiura Public Relations

No.1266



風に泳ぐ願い

鯉のぼりには、過酷な環境でも生き抜くことができる鯉のように、たくましく立派な子どもに成長して欲しいという願いが込められています。亀城公園のお堀の鯉達は風の中を力強く泳ぎます、その願いを成就させるために。

# 新型コロナウイルス感染症についての 市長メッセージ

今年1月に感染が確認されてから、猛威をふるう新型コロナウイルス。新聞やテレビなどの報道のとおり、世界各地で感染が拡大し、連日多くの命が失われている状況です。

このような状況の中、医療の最前線で新型コロナウイルスに立ち向かい、懸命に医療活動に従事されている皆さまに、敬意を表するとともに心から感謝を申し上げます。

3月11日にWHO(世界保健機関)がパンデミック宣言を行い、世界各国で外出禁止令を含む非常事態宣言が相次いで出されました。日本においても4月7日に「緊急事態宣言」が出され、7都府県が対象に指定されました。4月16日には全47都道府県に対し発令され、茨城県を含む13都道府県は特定警戒都道府県と位置づけられました。県は、これまでの県内での感染者の状況を踏まえ、予防措置として5月6日までの不要不急の外出の自粛などを要請しました。

## 市の対応について

市では時々刻々と変化する状況に対応するため、2月に「土浦市新型コロナウイルス感染症対策本部」を立ち上げました。学校の臨時休校や、イベントなどの開催方針、施設利用の方針を決定するとともに、庁内の情報共有を図り、随時、対応策について検討をしております。

また、4月7日に県からの要請を受けて、学校などの臨時休校を5月6日まで、施設などの休館期間を5月10日まで延長しました。さらに、市民や事業者の疑問や不安に対応するため、「土浦市新型コロナウイルス感染症対策 市民コールセンター」を開設し、対策の強化を図っております。

## 市民の皆さまへ

市民の皆さまには外出の自粛や、地域の各種団体などで自主的に集まることを控えて頂いている状況です。多くの皆さまのご理解とご協力に感謝を申し上げます。引き続き、集団感染のリスクがある換気の悪い密閉空間、多くの人々が密集している場所、近距離での会話や発声が行われる密接場面の「3つの密」を避けていただくとともに、咳エチケットや手洗いなどの徹底による予防にご理解とご協力をお願いいたします。

また、この新型コロナウイルス感染拡大に便乗した特殊詐欺なども横行しています。十分、お気を付けください。

一人ひとりの、行動が爆発的な感染拡大を防ぐことにつながります。市民の皆さまにはご理解とご協力とともに、冷静な行動をお願いします。この困難を一緒に乗り越えましょう。

令和2年4月16日

土浦市長 安藤 真理子

## 土浦市新型コロナウイルス感染症対策 市民コールセンター

市では、市民や事業者の方々の不安や問い合わせに対応するため、「市民コールセンター」を設置しました。なお、中小企業・労働者支援および小中学校・義務教育学校に関する内容につきましては、それぞれの担当部署にお問い合わせください。

市民コールセンター ☎826-3376 受付時間／午前9時～午後5時(土・日、祝日を含む)

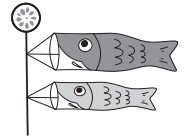
■中小企業・労働者支援について(平日のみ) 商工観光課産業政策係 ☎826-1111 内線2702

■小中学校・義務教育学校について(平日のみ) 指導課指導係 ☎826-1111 内線5130

# 土浦市の子育て支援



土浦市は、皆さんの子育てを応援しています。  
今回は、市で行っている子育てサポートの一部をご紹介します。



☎こども相談課(☎826-1111 内線2280)

## 妊娠がわかったら

### 「妊娠届」の提出

- 市からお渡しするもの
  - ・母子健康手帳
  - ・「妊婦一般健康診査」、「マタニティ歯科健康診査」、「新生児聴覚検査」、「産婦健康診査」の受診券
  - ・「土浦市子育て支援ハンドブック」などの土浦での子育てに役立つパンフレット
- 健康アドバイス  
保健師が、直接または電話で妊娠期間中の健康についてアドバイスします。



## 妊娠期間中 いつでも

### マタニティ教室

保健センターで行っているマタニティ教室では、赤ちゃんのお世話の仕方を学んだり、お父さんお母さん同士の交流ができます。



## 妊娠後期

### すくすく電話相談

子育て世代包括支援センターの助産師から電話をかけます。出産のための入院準備や産後の過ごし方について相談し、出産に備えましょう。

## 赤ちゃんが生まれたら

### 「出生届」の提出

- ・母子健康手帳に証明します。
- ・児童手当や医療福祉制度(マル福)など、それぞれのご家庭に必要な手続きを案内します。
- ・健康増進課から、「乳児一般健康診査受診票」と「予防接種予診票」を郵送します。

### 赤ちゃんおめでとう訪問

保健師または助産師が家庭を訪問し、体重測定や育児相談をしながら、お母さんの気持ちに寄り添ったサポートをします。

### 産後ケア事業

出産後、家族から育児のサポートが十分受けられず、心身の不調や育児困難があるお母さんを対象に、授乳や沐浴などの子育て方法の練習や心身のケアを行ない、産後間もない子育てに安心感が持てるよう支援します。

### 乳幼児健診

「4か月児健康診査」、「1歳6か月児健康診査」、「おやこの歯科健診」、「3歳児健康診査」を保健センターで行います。

現在、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、保健センターで実施している母子保健事業(マタニティ教室、赤ちゃん身体計測、4か月児健康診査、10か月児育児相談、つちまる育児相談、1歳6か月児健康診査、おやこの歯科健診、3歳児健康診査)を延期・中止しています。今後の事業再開については、ホームページなどでお知らせします。

計測や育児相談などをご希望の際は、来所や訪問で個別に対応しますので、ご連絡ください。

☎健康増進課(☎826-3471)



# 子育てひろば

子育て中の親子が気軽に集まり自由に遊べる環境を用意し、季節に合わせたイベントも行っていますので、ぜひ遊びに来てください。最新の開館情報など、詳しくはホームページをご覧ください。



## 地域子育て支援センター

就園前の乳幼児との親子遊びのイベントや、親同士の仲間づくり、子育ての悩み相談などを行っています。

**\* さくらんぼ**

東崎町 4-7 東崎保育所内 (☎823-1288)

**\* ありんこくらぶ**

右舂1681 土浦愛隣会保育所内 (☎841-0463)

**\* 白鳥保育園**

白鳥町1096-4 白鳥保育園内 (☎831-2590)

**\* ひまわり**

烏山五丁目2263-8 めぐみ保育園内 (☎841-2838)



さくらんぼ



ありんこくらぶ



白鳥保育園



ひまわり

## 児童館

乳幼児から高校生まで幅広い年代の子どもたちの安全な居場所となり、子育て家庭の交流の拠点となっています。

**\* 都和児童館**

板谷二丁目712-9 (☎832-3112)

**\* ポプラ児童館**

烏山二丁目530-394 (☎841-3212)

**\* 新治児童館**

本郷347-1 (☎862-4403)



都和児童館



ポプラ児童館



新治児童館



親子ふれあい体操の様子

## 子育て交流サロン

乳幼児を育てているお母さん達が気軽に交流できる場所です。経験豊かなスタッフにさまざまな相談ができるのも魅力のひとつです。

**\* わらべ**

中高津一丁目19-20 (☎825-1030)

**\* のぞみ**

東真鍋町 2-5 (☎824-8620)



わらべ



のぞみ

## こどもランド

大和町 9-2 ウララ 2 8階  
青少年センター内 (☎823-7838)

乳幼児や小学生の子育てを支援するための施設で、さまざまな遊具や学習コーナー、授乳室などを設けています。また、指導員によるリズム遊び、工作などの講座も行っています。





## 相談

出産、子育ては、嬉しい出来事や楽しいことがたくさんありますが、ときには苦勞することも。ひとりで頑張ることが苦しいときは、子育ての悩みごとに対応する相談窓口にご相談ください。

### 子育て世代包括支援センター

(相談専用電話 ☎826-3381)

子育ての悩みごとは、お子さんの成長に沿っていろいろ変化していきます。その時々のお悩みについての相談を、保健師や助産師、子育て支援コンシェルジュなどが対応します。電話のほか、市役所本庁舎などで直接相談できます。

### 土浦市保健センター(健康増進課)

(☎826-3471)

保健師が、お子さんの健康や発達について気になることへの相談に応じます。電話のほか、ご要望により保健師が家庭に伺って面談でも対応します。離乳食や食事のことは、栄養士が面談で対応しています。電話でご予約ください。

### 地域子育て支援センター

- \*さくらんぼ(☎823-1288) \*ありんこくらぶ(☎841-0463)
- \*白鳥保育園(☎831-2590) \*ひまわり(☎841-2838)

主に就園前の乳幼児の子育てに関する日々の困りごとなどについて、保育士が対応します。電話のほか、各センターで直接相談できます。

### 子ども家庭支援センター「どうしん」

(☎824-3715)

育児のことやしつけのこと、子育てに疲れた、つらい、あるいは子育ての中で虐待の不安を感じるような時なども、お気軽にご相談ください。

## 子育て費用の応援

子育てにかかる費用を助ける制度や手当などの一部をご紹介します。詳しくは、お問い合わせください。

名称	内容	問い合わせ先
いばらき子育て家庭優待制度 (キッズクラブカード)	協賛店舗などで、料金割引や粗品進呈などのサービスを受けられる「いばらきキッズクラブカード」を配布しています。妊娠中の方または18歳以下の子どもがいる家庭が対象です。	こども相談課 (☎内線2281)
児童手当	中学校卒業まで(15歳の誕生日後の最初の3月31日まで)の子どもを養育している方に支給します。※所得制限あり	こども福祉課 (☎内線2475)
医療福祉制度(マル福)	健康保険証を使って病院などで治療を受けたり薬をもらうときに、その一部を助成します。「妊産婦」、「小児」、「ひとり親家庭」、「重度心身障害者」が対象です。	国保年金課 (☎内線2316)
チャイルドシートの 貸し出し事業	1歳未満の乳児の保護者、または貸出日の翌月末までに出産予定の方で、市内に居住する方を対象に貸し出しを行っています。	生活安全課 (☎内線2306)
幼児2人同乗用自転車購入費の 一部補助	6歳未満の幼児が2人以上いて、市税・保育料の滞納がない方に購入費の一部を補助します。	生活安全課 (☎内線2490)
遺児手当	父母またはその一方が死亡したとき、義務教育修了前の児童を養育している方に毎年9月と3月に支給します。	こども福祉課 (☎内線2304)
児童扶養手当(母子・父子手当)	離婚などで、父子家庭や母子家庭になった父または母や、父母に代わって児童を養育している方に支給します。 ※所得制限あり	こども福祉課 (☎内線2304)
心身障害者(児)福祉手当	心身に障害のある在宅の子どもで、障害基礎年金などを支給していない方に支給します。	障害福祉課 (☎内線2339)
特別児童扶養手当	心身に障害のある20歳未満の児童を家庭で養育している方に支給します。※所得制限あり	障害福祉課 (☎内線2339)

# 令和2年度土浦市の予算

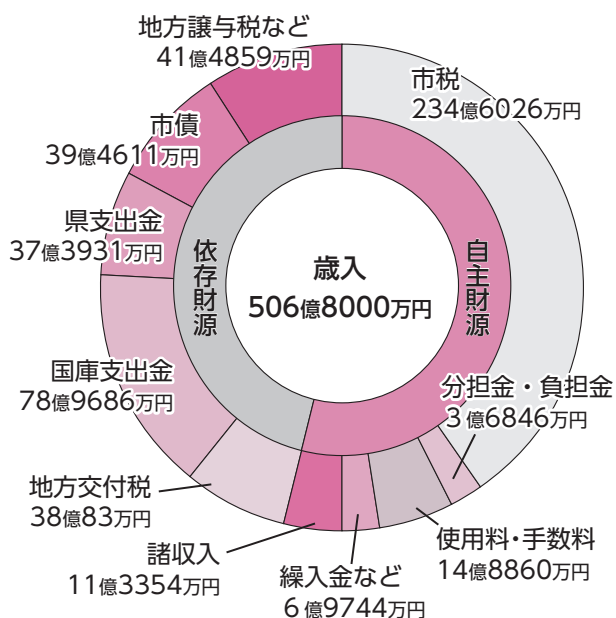
全会計合計:924億7100万円 (対前年度比 0.7%増)

一般会計:506億8000万円 (対前年度比 4.4%減) 特別会計:417億9100万円 (対前年度比 7.6%増)

令和2年度は、「夢のある、元気のある土浦」の実現を念頭に、子育て支援や少子高齢化社会への対応など保健・福祉の充実、環境への配慮など、住みやすいまちづくりを推進し、市民くらし満足度ナンバーワンのあたたかさあふれる土浦づくりを目指します。主な施策は、4月上旬号に掲載しています。

財政局課 ☎826-1111 内線2213)

## 一般会計 歳入



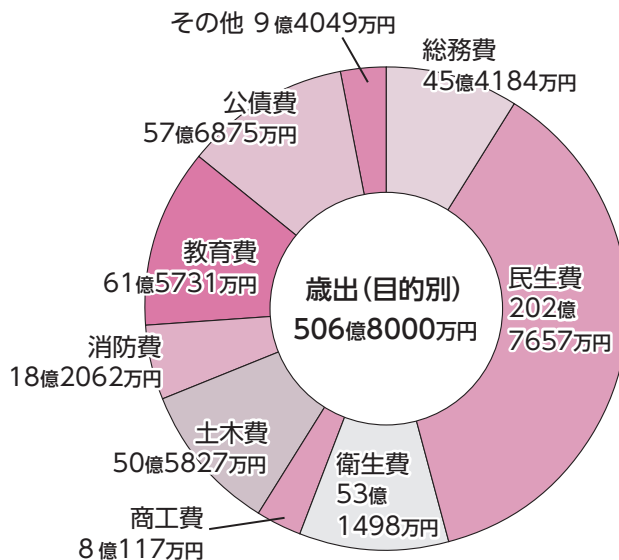
自主財源は、諸収入や繰入金の減により、対前年度比2.4%の減となりました。依存財源は、大型事業の進捗による市債の減などにより、対前年度比6.6%の減となり、平成30年度から引き続き、全体の5割を下回りました。

自主財源	
市税	市民税や固定資産税などの税金
分担金・負担金	保育料など特定の受益者からのお金
使用料・手数料	公共施設の使用料や住民票発行などの手数料
繰入金など	基金からの繰入金や財産収入など
諸収入	延滞金などほかのどの区分にも属さないお金
依存財源	
地方交付税	財政状況に応じて国から交付されるお金
国庫支出金	特定の事業を行うため国から交付されるお金
県支出金	特定の事業を行うため県から交付されるお金
市債	多額の資金を要する際に借りるお金
地方譲与税など	国税のうち一部が市に譲与される地方譲与税、地方交付金など

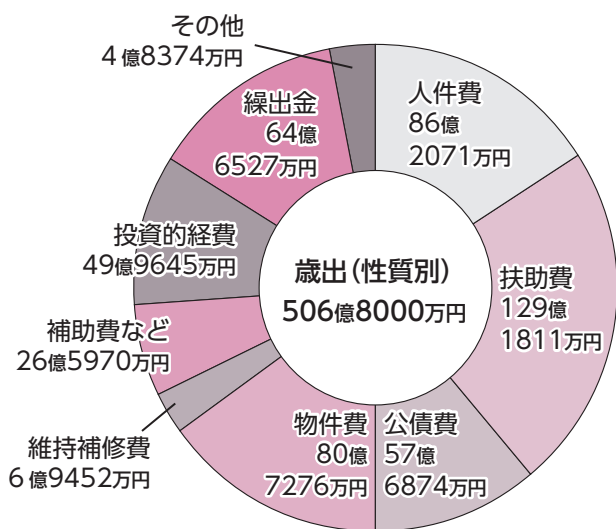
## 一般会計 歳出(目的別)

学校給食センター再整備事業、市民会館耐震化および大規模改造事業の進捗により、教育費は対前年度比32.6%の大幅な減となっています。一方で、污泥再生処理センター整備事業の進捗により、衛生費は対前年度比33.9%の大幅な増となっています。

総務費	全般的な管理事務や徴税、選挙など
民生費	高齢者・障害者の福祉や子育て支援など
衛生費	保健衛生やごみ処理、環境保全など
商工費	商工業の振興や観光などの経費
土木費	道路・公園などの整備や都市計画など
消防費	消防団や消防施設整備など
教育費	学校教育や文化・スポーツなど
公債費	借入金の返済に要する経費
その他	議会費、農林水産業費、災害復旧費など



## 一般会計 歳出(性質別)



人件費、扶助費、公債費で全体の約半分を占めています。これらは義務的経費と呼ばれ、歳入の状況にかかわらず支出しなければならない経費で、この割合が小さいほど財政の弾力性があるとされています。

人件費	職員の給料や手当などの経費
扶助費	児童や高齢者などを援助する経費
公債費	借入金の返済に要する経費
物件費	備品などの購入経費や委託料、光熱水費など
維持補修費	市の施設などの維持管理経費
補助費など	公益的な事業などに対する補助金や負担金
投資的経費	道路や施設の建設経費や災害復旧費など
繰出金	一般会計から特別会計に支出するお金
その他	貸付金や出資金など

## 特別会計 予算額

特別会計は、特定の事業を行う場合に、特定の収入と支出により、一般会計と分離して経理を行う会計です。

下水道事業が、令和2年度から公営企業会計へ移行し、減価償却費などを費用計上することとなったことから、対前年度比66.3%の増となり、特別会計全体の規模は対前年度比7.6%の増となりました。また、高齢化の進行により後期高齢者医療特別会計、介護保険特別会計の規模はそれぞれ、9.1%、2.2%の増となっています。

会計名	予算額
公共用地先行取得事業	8億7182万円
駐車場事業	1億3891万円
国民健康保険	147億1147万円
後期高齢者医療	19億3118万円
介護保険	116億4641万円
農業集落排水事業	1億2515万円
下水道事業	73億8386万円
水道事業	49億8220万円
計	417億9100万円

## 市民1人あたりの市の予算… 36万6071円

行政の運営  
3万2807円(総務費)



福祉の充実  
14万6462円(民生費)



まちづくりの推進  
3万6537円(土木費)



保健の充実や  
快適な暮らしづくり  
3万8391円(衛生費)



消防活動  
1万3150円(消防費)



教育の充実  
4万4475円(教育費)



市債の返済  
4万1669円(公債費)



商業や農業の振興など  
1万2580円  
(商工・農林水産業費など)



INFORMATION

情報ひろば

- |                |                 |
|----------------|-----------------|
| <b>日</b> 日時・日程 | <b>持</b> 持ち物    |
| <b>場</b> 会場    | <b>料</b> 料金・受講料 |
| <b>対</b> 対象者   | <b>申</b> 申込方法   |
| <b>講</b> 講師    | <b>切</b> 締め切り   |
| <b>内</b> 内容    | <b>問</b> 問い合わせ  |
| <b>定</b> 定員    | <b>他</b> その他    |

土浦市役所 ☎826-1111  
 防災行政無線  0120-826113

**マイシティつちうら**  
 まちの話題やニュースをお届けします。  
 土浦ケーブルテレビ デジタル11ch  
 (111ch)【毎日9:00/12:00/16:00/  
 20:00の各15分】

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



登録はこちら▶

新型コロナウイルス  
 感染症関連情報



新型コロナウイルス感染症に  
 関する、市からのお知らせやイ  
 ベントの開催状況などの最新情  
 報は、市ホームページで確認で  
 きます。

振替納税をご利用の方へ

確定申告・納付の期限が4  
 月16日(木)まで延長されたこと  
 にもない、口座からの振替  
 日の変更になります。

☐所得税および復興特別所得税

5月15日(金)

☐消費税および地方消費税

5月19日(火)

問 土浦税務署(☎822・1  
 100)

新型コロナウイルスに関する  
 無料電話相談

☎月～金曜日 午前10時～午  
 後4時

※5月4日(月)～6日(水)は午前  
 9時30分～正午

☐雇用や収入、医療や介護に  
 関する相談

◎雇用や収入に関して

☎029・292・6695

◎医療や介護に関して

☎029・228・0600

問 茨城県民主医療機関連合会  
 (☎029・228・0600)

☎1 国際博物館の「日」市立博物  
 館・考古資料館の無料開館

☎5月17日(日)

問 市立博物館(☎824・2  
 928)、考古資料館(☎8  
 26・7111)

5月は消費者月間です

消費生活センターでは、契  
 約トラブルや多重債務など、  
 消費生活に関する相談につい  
 て、助言や情報提供を行って  
 います。お気軽にお問い合わせ

◎消費者ホットライン

☎188

問 消費生活センター(☎82  
 3・3928)

☐オープンキャンパス

☎1 県立土浦産業技術専門  
 学院からのお知らせ

☎1 5月30日(土) 午前10時30分  
 から、②6月14日(日) 午後1  
 時30分から(受け付けはいず  
 れも開始時間の30分前から)

☐1 学院紹介・見学、②授業  
 体験(機械技術科・自動車  
 整備科・コンピュータ制御  
 科・IT技術科)

☐2 各料15人

☐1 5月27日(水)、②6月10日(水)

☐ガス溶接技能講習

☎1 5月27日(水)、②6月10日(水)

☎7月1日(水)、2日(木) 午前  
 9時～午後5時(全2回)

☐労働安全衛生法に基づく技  
 能講習

☎10人(定員を超えた場合は  
 抽選)

☎2750円

☐作業着、写真付き本人確認  
 書類、写真(縦30mm×横24mm)

☐5月25日(月)

☐機械加工講座(技能検定対策)

☎7月4日(土)、18日(土)、19日  
 (日)、25日(土)、26日(日) 午前  
 9時～午後4時(全5回)

☐対普通旋盤・フライス盤での  
 加工経験がある方

☐技能検定対策

☎定普通旋盤：11人、フライス  
 盤：4人(定員を超えた場  
 合は抽選)

☎3040円

☐持技能検定で使用する工具、  
 測定器類など

☐5月25日(月)

☐5月25日(月)

☐5月12日(火)～14日(木)、19日  
 (火)～21日(木)、26日(火)～28日  
 (木) いずれも午後5時30分～  
 8時30分

☐陸上自衛隊夜間飛行訓練

☐場陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場お  
 よび周辺空域

☐問 同航空学校霞ヶ浦校(☎8  
 42・1211)

☎5月16日(土) 午後1時30分  
 ～3時30分

☐土浦地方家族会「家族を支  
 える云」の開催

☐場 阿見町本郷ふれあいセン  
 ター(阿見町荒川本郷)

☐対精神に障害のある方とその  
 家族

☐内 悩み相談、意見交換

☎問 土浦保健所(☎821・5  
 516)

☐茨城アストロプラネッ  
 ツホームゲーム

☎1 5月19日(火)、②26日(火)  
 午後5時から(チケット販  
 売は午後3時から、開場は  
 午後4時から)

☐場 J・COMスタジアム土浦

☐内 プロ野球試合①「信濃クラ  
 ンセローズ」戦、②「福島  
 レッドホープス」戦

☎大人：1000円、小中学  
 生：500円

☐※日程などが変更になる場合  
 があります。詳しくは、ホー  
 ムページをご覧ください。

☎問 茨城県民球団(☎869・  
 4343)



市政のお知らせ information

**第1回土浦市景観審議会を開催します**

☎ 閩都市計画課 (☎内線2424)

日時 / 5月21日(木) 午前10時から(受け付けは午前9時30分から)

場所 / 社会福祉センター 講義講習室1・2(ウララ2 4階)

内容 / バス停留所上屋添加広告物などの設置許可に係る取扱いについて

傍聴定員 / 10人(先着順)

市政のお知らせ information

**第1回土浦市建築審査会を開催します**

☎ 閩建築指導課 (☎内線2488)

日時 / 5月21日(木) 午後1時30分から(受け付けは午後1時から)

場所 / 本庁舎3階 301会議室

内容 / 第一種住居地域内における自動車修理工場の建築許可について、道路内へのバス停留所上屋設置に係る建築許可について

傍聴定員 / 10人(先着順)

市政のお知らせ information

**2020年工業統計調査を実施します**

☎ 閩総務課 (☎内線2200)

市より、電話および郵送にて調査を行いますので、ご協力をお願いします。

期間 / 5月中旬～6月中旬

対象 / 市内のすべての「製造業」に属する事業所および企業(6月1日基準日)

※調査員を装った不審な訪問や電話、メールなどにご注意ください。

市政のお知らせ information

**家庭での使用済みマスクなどの捨て方**

☎ 閩環境衛生課 (☎内線2474)

新型コロナウイルスなどの感染症に感染した方や、その疑いのある方などがご家庭にいる場合、鼻水などが付着したマスクやティッシュなどのごみを捨てる際は、次の3点を心掛けましょう。

- ・ごみに直接触れない
- ・ごみ袋はしっかりしばって封をする
- ・ごみを捨てた後は手を洗う

市政のお知らせ information

**土浦市民会館が5月24日にリニューアルオープンします**

☎ 閩文化振興室 (☎内線5120)

耐震化および大規模改造工事のため休館していた土浦市民会館が、5月24日(日)にリニューアルオープンします。エレベーターの新設やトイレ改修、各ホールの座席交換、駐車場の拡張などを行いました。

**☐市民会館のネーミングライツ事業スポンサーが決定しました**

スポンサー / 株式会社クラフト

愛称名 / クラフトシビックホール土浦

期間 / 令和2年5月1日から3年間



## 市政のお知らせ

## information

## 全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達訓練を実施します

☎危機管理室(☎内線2009)

全国瞬時警報システム(Jアラート)は、弾道ミサイル情報や緊急地震速報など、対処に時間的余裕のない事態に関する情報が、人工衛星および地上回線を用いて国から送信され、市の防災行政無線から自動で放送されることで、直接住民の皆さんに伝達されるシステムです。

緊急時における住民の皆さんへの迅速かつ確実な情報伝達の確認を行うため、Jアラートの全国一斉情報伝達訓練が次の日時で行われます。

日時／5月20日(水) 午前11時から

放送内容／

- ①チャイム音
- ②「これは、Jアラートのテストです。」×3回
- ③コールサイン「こちらは防災土浦です。」
- ④チャイム音

## 市政のお知らせ

## information

## 下水道課から補助金事業のお知らせ

☎下水道課(☎内線2386)

## □下水道・農業集落排水処理施設への接続工事費補助

生活環境の向上および水環境の保全のため、下水道・農業集落排水処理施設への接続工事費用を補助します。

対象者／次のすべてに該当する方

- ・個人の方
- ・市税および公共下水道事業受益者負担金(農業集落排水事業分担金)を滞納していない方

対象工事／浄化槽またはくみ取り便槽からの転換

補助金額／接続工事費の2分の1(上限4万円)

※65歳以上または18歳未満の方が同居し、世帯年収おおそ600万円未満の世帯の場合は接続工事費の全額(上限35万円)。

※予算額に達した場合は受け付けを締め切ります。

※申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

## □雨水貯留施設設置費補助

雨水の急激な流入を緩和し、浸水被害を軽減するため、家庭に設置する雨水貯留施設(タンク)の購入設置費用の一部を補助します。溜めた雨水は植物への水やりなどに活用できます。

対象者／次のすべてに該当する方

- ・市内在住(予定含む)で、住宅の敷地に雨水貯留施設を購入設置する方
- ・市税および上下水道料金を滞納していない方
- ・過去5年以内に同補助を受けていない方

対象施設／100ℓ以上の雨水貯留施設

補助金額／施設購入設置経費の2分の1(百円未満は切り捨て。上限3万円。1世帯1基まで)

※予算額に達した場合は受け付けを締め切ります。

※申請方法など、詳しくはお問い合わせください。

市政のお知らせ

information

放課後児童クラブ支援員(補助員)を募集します

☎文化生涯学習課(☎826-3455)

放課後児童クラブは、就労などで保護者が居間いない家庭の児童を対象に、遊びと生活の場を提供する施設です。

雇用期間/令和3年3月31日まで

勤務日時/月～金曜日および第1土曜日(祝日は除く) 午後2時～6時30分

※勤務日数は応相談

勤務場所/市内小学校敷地内の児童クラブ

報酬/時給1001円～1024円(資格による)

※交通費別途支給

勤務内容/児童の安全確保、学習活動の環境作り、生活習慣を身につける手助けなど

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

市政のお知らせ

information

はかりの定期検査

☎商工観光課(☎内線2704)

取引または証明に使用するはかりは、2年に1回定期検査を受けなければなりません。最寄りの会場で必ず受検してください。

持参するもの/

受検通知はがき、はかり(分銅・おもり含む)、手数料(1台あたり520円から)

実施日	検査場所	検査時間(12:00～13:00は除く)
5月18日(月)	土浦公設卸売市場(卸町一丁目)	10:30～12:00
	旧市役所高津庁舎	13:30～15:00
5月19日(火)	土浦市勤労者総合福祉センター	10:30～15:00
5月20日(水)	勤労青少年ホーム	10:30～15:00
5月21日(木)	新治トレーニングセンター	10:30～15:00
5月22日(金)	都和公民館	10:30～12:00
	三中地区公民館	13:30～15:00
5月25日(月)	旧市役所高津庁舎	10:30～15:00
5月26日(火)	三中地区公民館	10:30～12:00
	六中地区公民館	13:30～15:00
5月27日(水)	勤労青少年ホーム	10:30～15:00

市政のお知らせ

information

住宅用環境配慮型設備設置費を補助します

☎環境保全課(☎内線2012)

対象設備/家庭用燃料電池システム(エネファーム)、定置用リチウムイオン蓄電システム

補助金額/1台につき5万円

申込資格・条件/以下の条件すべてを満たす方

- ・自らが居住する市内の住宅に補助対象設備を設置される方、または自らが居住するために市内の補助対象設備付建売住宅をこれから購入する方
- ・補助対象設備について、過去に市の補助金を受けたことのない方(同一の世帯員の方が過去に補助金を受けたことがある場合も不可)
- ・年度内にすべての手続きを完了することができる方
- ・市税を滞納していない方

※予算額に達した場合は受け付けを締め切ります。

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

# 生活不活発病予防のために～おてがる3分体操～

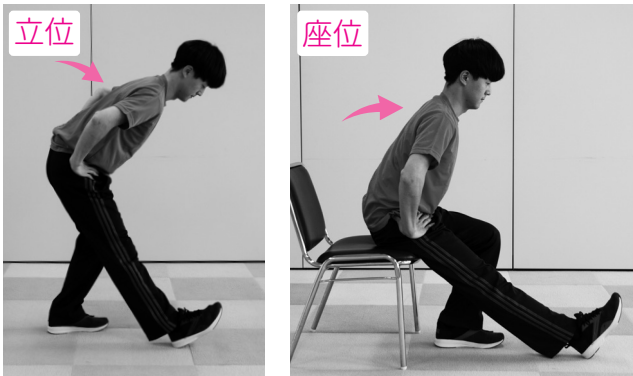


体を動かす機会が減少すると、心や体の機能が低下し、さまざまな健康問題を生じやすい状態、いわゆる「生活不活発病」になりやすくなると言われています。生活不活発病の予防のためには、自身の体力にあった運動や家事などの生活活動を通して、積極的に体を動かすことが大切です。

「おてがる3分体操」は、足腰の筋肉を動かす健康体操です。4種類の運動をそれぞれ1セットずつ行くと、3分ほどで行えますので、息を止めないように気をつけながら、無理のない範囲で行いましょう。ホームページから動画も確認できます。外出を控えているこの時期に、家での生活に取り入れてみてください。

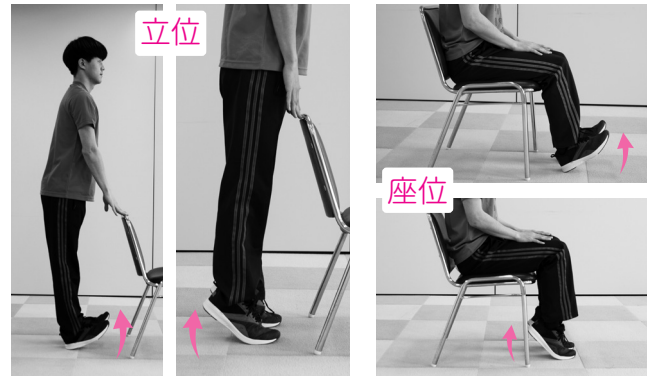
☎健康増進課(☎826-3471)

## 1 ももの後ろ側のストレッチ



- 効果** ひざや股関節の動かしやすさの改善
- やり方** ①片足を前に伸ばして、かかとを床につける。  
②つま先を天井に向けて起こして、両手を腰にあて、ゆっくりと上体を前にたおす。
- ポイント** ・伸ばしている方の足のひざを曲げない。  
・骨盤ごと前に傾けることを意識する。
- 目標回数** 左右10～20秒ずつ×1日3セット

## 2 つま先上げ・かかと上げ



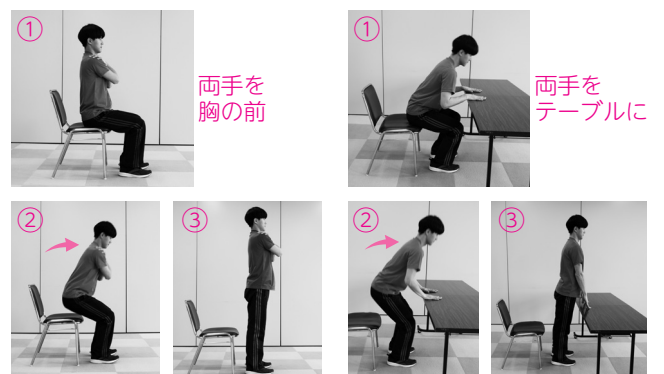
- 効果** 足首の動かしやすさの改善、ふくらはぎ・すねの筋肉の強化
- やり方** 両足を軽く開き、ゆっくりとつま先上げ動作、かかと上げ動作を行う。
- ポイント** ・かかと上げは、ゆっくり下ろす。  
・立って行う時は転倒に注意する。
- 目標回数** 各20回×1日3セット

## 3 ツイスト足ぶみ



- 効果** 足をもち上げる筋肉と脇腹の筋肉の強化
- やり方** ①ひじを曲げて胸の前に出し、背すじを伸ばす。  
②反対の肘とひざをくっつけるつもりで、腰のひねりを意識して、ゆっくりと足ぶみする。
- ポイント** 体を屈めないように、姿勢に気を付ける。
- 目標回数** 20回×1日3セット

## 4 イスからの立ち上がり



- 効果** 立ち上がる・歩くための筋肉の強化
- やり方** ①イスに浅めに腰かけて、ひざを90度よりもやや深めに曲げ、足を肩幅に開く。  
②つま先は正面か、やや外向きにする。  
③上体を前にたおし、両足に体重をのせたら、ゆっくり立ち上がり、ゆっくり座る。
- ポイント** つま先とひざは、同じ方向を向くようにする。
- 目標回数** 6回×1日3セット

# 令和2年1月～3月分 建設工事などの入札結果

図管財課【No.1～38】(☎826-1111 内線2226)  
水道課【No.39～41】(☎821-6237)

落札金額が1000万円以上のものについて掲載しています。価格は税抜き、円単位です。

No.	工事・委託件名	工事・委託場所	契約業者名	落札価格	予定価格	入札日
1	木田余1号雨水幹線整備工事	木田余地内	日東エンジニアリング(株)	115,000,000	115,700,000	1月29日
2	市道木田余156号線改良工事	木田余地内	(株)オリエンタル技建工業	28,270,000	29,160,000	1月29日
3	国道六号7号橋外長寿命化補修設計及び耐震補強実施設計業務委託	東並木町地内外	国際航業(株)水戸営業所	14,550,000	17,850,000	1月29日
4	本庁舎清掃業務委託	大和町地内	高橋興業(株)	27,240,000	27,300,000	2月4日
5	体育施設清掃除草業務委託(北部地区)	北神立町地内外	(有)宮本造園	21,900,000	22,704,000	2月4日
6	土浦市立図書館及び土浦市民ギャラリー清掃業務委託	大和町地内	高橋興業(株)	15,000,000	15,649,025	2月4日
7	燃やせるごみ、生ごみ、プラスチック製容器包装第2号収集運搬業務委託	土浦市地内	(株)AZロジコム	5,600,000/月 201,600,000/3年	5,639,500/月 203,022,000/3年	2月4日
8	資源物分別収集運搬業務(区分平-2)委託	土浦市地内	(株)東栄商事	4,600,000/月 165,600,000/3年	4,605,000/月 165,780,000/3年	2月4日
9	資源物分別収集運搬業務(区分平-1)委託	土浦市地内	(有)栗原商事	4,600,000/月 165,600,000/3年	4,605,000/月 165,780,000/3年	2月4日
10	燃やせるごみ、生ごみ、プラスチック製容器包装第3号収集運搬業務委託	土浦市地内	(株)東栄商事	4,150,000/月 149,400,000/3年	4,177,400/月 150,386,400/3年	2月4日
11	燃やせるごみ、生ごみ、プラスチック製容器包装第4号収集運搬業務委託	土浦市地内	(有)佐藤産業	3,640,000/月 131,040,000/3年	3,665,900/月 131,972,400/3年	2月4日
12	燃やせるごみ、生ごみ、プラスチック製容器包装第6号収集運搬業務委託	土浦市地内	(株)アキバ	3,440,000/月 123,840,000/3年	3,444,400/月 123,998,400/3年	2月4日
13	資源物分別収集運搬業務(区分パ-2)委託	土浦市地内	(株)アキバ	3,180,000/月 114,480,000/3年	3,189,000/月 114,804,000/3年	2月4日
14	資源物分別収集運搬業務(区分パ-1)委託	土浦市地内	(株)土浦関東商事	3,170,000/月 114,120,000/3年	3,189,000/月 114,804,000/3年	2月4日
15	燃やせるごみ、生ごみ、プラスチック製容器包装第5号収集運搬業務委託	土浦市地内	(株)伊東商事	3,075,000/月 110,700,000/3年	3,573,700/月 128,653,200/3年	2月4日
16	粗大ごみ収集運搬業務委託	土浦市地内	(株)伊東商事	1,515,000/月 54,540,000/3年	1,522,000/月 54,792,000/3年	2月4日
17	燃やせないごみ第1号収集運搬業務委託	土浦市地内	(株)伊東商事	1,192,000/月 42,912,000/3年	1,197,700/月 43,117,200/3年	2月4日
18	燃やせないごみ第2号収集運搬業務委託	土浦市地内	(株)アキバ	670,000/月 24,120,000/3年	672,300/月 24,202,800/3年	2月4日
19	燃やせないごみ第3号収集運搬業務委託	土浦市地内	(有)栗原商事	400,000/月 14,400,000/3年	439,800/月 15,832,800/3年	2月4日
20	公共下水道ポンプ場維持管理業務委託	東崎町地内外	昱(株)茨城支店	54,000,000	54,500,000	2月6日
21	公共下水道マンホールポンプ施設維持管理業務委託	桜ヶ丘町地内外	(株)大佑テック	29,560,000	30,240,000	2月6日
22	体育施設路面保守管理業務委託	川口二丁目地内外	アサクラスポーツ(株)	18,890,000	19,110,000	2月6日
23	本庁舎夜間警備・宿直業務委託	大和町地内	(株)サンアメニティ茨城支社	16,800,000	17,770,000	2月6日
24	農集排処理施設(西部・北部・東部・西根地区)維持管理業務委託	飯田地内外	(株)プラントサービス	13,700,000	13,727,000	2月6日
25	土浦小学校虫掛地区児童通学バス運行業務委託	虫掛地内外	第二観光(株)	11,514,000	15,006,000	2月6日
26	都和小学校児童通学バス運行業務委託	並木五丁目地内外	(有)スカイコーポレーション	11,447,925	17,271,000	2月6日
27	学校給食センター敷地外新治トレーニングセンター駐車場外構工事	藤沢地内	(株)穂高建設	41,600,000	42,690,000	2月14日
28	神立駅東口歩行者専用道路新設工事	神立中央一丁目地内外	つくば環境エンジニアリング(株)	66,000,000	66,120,000	3月6日
29	神立管谷雨水幹線(調整池)整備工事(3工区)	管谷町地内	佐々木建設(株)	35,300,000	36,220,000	3月6日
30	市営常名第三住宅敷地返還工事	都和一丁目地内	佐藤土木(株)	31,300,000	31,640,000	3月6日
31	市道小山田3・23号線改良工事	小山田一丁目地内	(株)山六工務店	19,500,000	19,790,000	3月6日
32	市道白鳥1号線改良工事	白鳥町地内	日和建設(株)	17,800,000	18,100,000	3月6日
33	市道真鍋21号線改良工事	真鍋四丁目地内	(有)中島重機	14,890,000	15,190,000	3月6日
34	市道烏山119号線改良工事	烏山四丁目地内	(有)オガワ商事	10,180,000	10,260,000	3月6日
35	港町三丁目地内污水管きよ補強工事	港町三丁目地内	(株)中城	10,000,000	10,810,000	3月6日
36	学校給食輸送業務委託	藤沢地内外	土浦通運(株)	243,900,000	264,158,182	3月11日
37	管谷小学校児童通学バス運行業務委託	管谷町地内外	(株)土浦観光バス	25,020,750	27,272,728	3月11日
38	土浦小学校穴塚地区児童通学バス運行業務委託	穴塚地内外	(有)スカイコーポレーション	21,485,520	30,000,000	3月11日
39	下高津二丁目地内外配水管布設替工事	下高津二丁目地内外	佐藤土木(株)	36,000,000	36,320,000	1月29日
40	桜町二丁目地内外配水管布設替工事	桜町二丁目地内外	(有)池田商会	28,250,000	28,480,000	1月29日
41	配水業務委託	大岩田地内外	(株)大佑テック	76,800,000	77,860,000	2月4日



## 食生活改善推進員の 健康料理



### No.161 鶏むね肉と季節の野菜の 味噌マヨネーズ和え

アスパラガスが美味しくなるこの季節、「鶏むね肉と季節の野菜の味噌マヨネーズ和え」を紹介します。

ニンジンのオレンジ色とピーマンやサヤインゲンなどの緑色も入り、彩も綺麗で食欲がそそられる一品になっています。野菜は細かくしすぎず比較的大きめに切るのど、歯ごたえが感じられ美味しいです。

味噌にマヨネーズや牛乳、みりんを合わせることで、まろやかに仕上げました。牛乳を入れると、食事で手軽にカルシウムを摂取することができます。

また、牛乳と味噌の組み合わせは、乳(New)和食としても話題で、減塩も期待できます。

「鶏むね肉と季節の野菜の味噌マヨネーズ和え」を食べると、野菜を1日の目標量の1/3量摂取可能です。ぜひ作ってみてください。

### 材料・分量(4人分) .....

鶏むね肉	300g	アスパラガス	6本	
塩・コショウ	少々	A	味噌	大さじ2
小麦粉	大さじ2		マヨネーズ	大さじ2
サヤインゲン	8個		牛乳	大さじ2
ニンジン	100g		みりん	大さじ2
ピーマン	3個	オリーブ油	大さじ1	
レンコン	100g			

### 作り方 .....

- ①鶏むね肉を、一口大にそぎ切りにし、塩・コショウで下味をつけて小麦粉をまぶす。
- ②フライパンにオリーブ油を入れ火にかけ、①を入れてふたをする。弱火～中火で火が通るまで両面を焼き、火が通ったらいったん取り出しておく。
- ③サヤインゲンは斜め半分に切る。ニンジンは拍子切りにする。ピーマンは縦1cm幅に切る。レンコンは0.5cm幅のイチヨウ切りにする。アスパラガスは1cm幅で斜めに切る。
- ④肉を焼いた後のフライパンに、③の野菜を入れ炒める。
- ⑤野菜を炒め終わったら、いったん取り出した②の鶏むね肉を入れ、混ぜ合わせる。
- ⑥火を止め、Aを入れて味をととのえる。

### 1人分の栄養量 .....

エネルギー	257kcal
たんぱく質	21.3g
脂質	10.0g
カルシウム	51mg
食物繊維	3.1g
食塩相当量	1.5g



## こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん HAPPY BIRTHDAY 5月生まれ

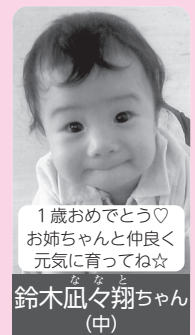
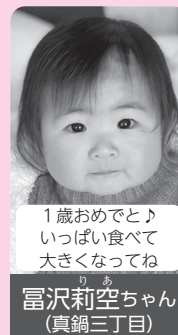
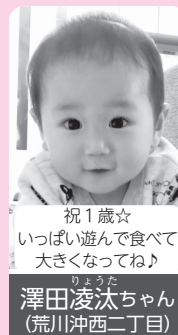
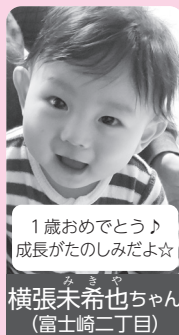


7月で1歳になる赤ちゃんを募集!!

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

6月1日(月)

※7月上旬号または中旬号に写真、氏名、町名、一言を掲載します。



## 謎の鼻―神立平遺跡出土の鼻形土製品―



右側面

正面

左側面

▲神立平遺跡第3号住居跡出土 鼻形土製品(原寸大)

上高津貝塚ふるさと歴史の広場の収蔵庫には、これまで市内で行われた発掘調査によって出土した、たくさんのお宝が収められています。これらの資料の中からは、あっと驚く資料が再発見されることがあります。今回紹介する資料は、神立平遺跡(神立町)の再検討によって発見された、縄文時代の鼻形土製品です。

現存する鼻形土製品の長さは4・7センチメートル程度、粘土の塊を成型し、土器と同じように焼いて仕上げられています。横から見ると分かるように、鼻のあるほう(表)が凸の、弧を描いた形状をしています。一目で「鼻」と分かるくらい写実的につくりで、鼻の孔にあたる部分は棒で丸い凹みがつけられています。鼻以外はほとんどが欠けていますが、鼻の付け根の両側と、鼻の下、言い換えれば「目」と「口」に相当する部分は、後で欠けてしまったのではなく、最初から穴が開けられています。いったいこれは何なのでしょう。

縄文時代に顔を表現した遺物としては、まず土偶が挙げられます。この時期の土偶は関東地方に分布するみみずく土偶か、東北地方に分布する遮光器土偶が考えられます。しかし、みみずく土偶にしては表現が写実的すぎますし、本来あるべき後頭部もありません。遮光器土偶の場合、中が空洞のつくりなので、形状としてはあり得るのですが、普通は目や口の部分を開けません。

土偶以外に顔が表現される遺物としては、人面付土器か土製仮面が考えられます。人面付土器は文字

通り、深鉢形土器の口縁部や、注口土器の器面に顔が表現されるものです。また、土製仮面は、粘土でつくり、土器と同じように焼いて仕上げた仮面です。紐をかける穴が開いており、祭祀の際に額や顔に装着したと考えられています。土偶に比べて写実的な造形が多く、東北地方にみられる「鼻曲がり土面」など、変わった表情のものが多くいわれています。

神立平遺跡の鼻形土製品が、人面付土器なのか土製仮面なのか、はたまた別の遺物の破片なのかは、残念ながら分かりません。もしかしらば、縄文時代の土浦市には仮面を身に着けた呪術師(シャーマン)がいたのかもしれない。

今回紹介した鼻形土製品は、考古資料館にて5月12日から6月末日まで展示しています。

■上高津貝塚ふるさと歴史の広場  
(0826・7111)



▲仮面だった場合の想像図

発行／土浦市 編集／市長公室広報広聴課  
 発行日／令和2年5月1日  
 人口と世帯数／(令和2年4月1日現在)  
 13万8182人 6万526世帯

〒300-8686 茨城県土浦市大和町9番1号  
 ☎029-826-1111(代表)  
 HP <http://www.city.tsuchiura.lg.jp/>  
 MAIL [info@city.tsuchiura.lg.jp](mailto:info@city.tsuchiura.lg.jp)



次回「広報つちうら」5月中旬号  
 は、5月15日(金)発行予定です。



TSUCHIMARU  
 TSUCHIURA  
 REPORTAGE

# つちうらぶらりまち歩き

市内の様々なスポットやイベントに突撃取材を行う、つちまる土浦ルポルタージュ(TTR)。第2回目は、市の魅力を世界へ発信するインターネット番組「つちうらぶらりまち歩き」の撮影現場に潜入取材を試みました。昨年度は、「土浦ブランド」をテーマに配信していましたが、今年度は「つちまる〇〇探検!!」と題し、つちまるがまちを探検しながら土浦の食やスポーツなどさまざまなおすすめスポットを紹介します。今回は、番組のレポーターつちまるがレポートする現場に密着し、番組撮影の様子をお届けします。

## 潜入！撮影現場!!

「つちまる〇〇探検!!」の第1回の舞台は、市立博物館で開催していた第41回特別展「土浦城—時代を越えた継承の軌跡—」の会場でした。番組制作者に博物館を選んだ理由をたずねたところ、「特別展を見に博物館まで来ることができない人へも、少しでも魅力を伝えたいとの思いから、探検の舞台として選びました。」とのことでした。



土浦市立博物館で出迎えてくれたのは、博物館の学芸員さんでした。学芸員さんから、土浦城の歴史や土浦城を描いた江戸時代の絵図、国の重要文化財にも指定されている刀についてなど、今回の企画展の見どころを教えてもらいながら収録は進みました。つちまるからの質問コーナーや、新たに作られた土浦城の御城印ごじょういんが登場するなど、見どころ盛り沢山の収録でした。



## 視聴はこちら!!

番組は、市を中心にインターネットを活用した地域情報を発信している「Vチャンネルいばらき」で視聴できます。番組ではこれからも市の魅力を紹介していくとのことなので、ぜひご覧ください。「Vチャンネルいばらき」では他にも、市立図書館、市立博物館、上高津貝塚ふるさと歴史の広場、市民ギャラリーの最新情報をお届けする「つちうらカルちゃんねる」なども配信しています。こちらも、ぜひご覧ください。



視聴はこちらから  
<http://www.youtube.com/c/VChannelIbaraki>



過去の放送はこちらから  
<https://tsuchiura-internettv.jp>

