

つちうら

Tsuchiura Public Relations

No.1281

INFORMATION

情報ひろば

- 日時・日程
- 会場
- 対象者
- 講師
- 内容
- 定員
- 持ち物
- 料金・受講料
- 申込方法
- 締め切り
- 問い合わせ
- 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。

年末年始のコンビニ二交付サービスを停止します

コンビニエンスストアなどの住民票などの証明書の交付を停止します。

停止期間／12月29日(火)～1月3日(日)

問 市民課(☎内線2604)

オンライン展示解説「おうちもミュージアム」



日 1月5日(火)～3月7日(日)

内 「霞ヶ浦に育まれた人々のくらし」をテーマに、冬季展示の見どころの紹介動画(3分程度)をホームページに掲載

解説テーマ

- ・二つの「葡萄酒」―土屋陳直・英直筆―
- ・土浦を書き留める―墨僊漫筆之稿―

問 土浦市社会福祉協議会(☎821・5995)

・昭和13年の洪水記録―秋元梧楼の日記「水禍日記」―

・「むいむい」と「はだし」―土浦周辺のはたおり―

問 市立博物館(☎824・2928)

ひとり親家庭新入学児童お祝いの集い

日 3月6日(土) 午前10時～11時30分

場 総合福祉会館(ウララ2ビル 4階)

対 令和3年度に小学校へ入学するひとり親家庭の児童とその保護者

内 入学祝い品(学用品)の贈呈、アトラクション

申 電話で

日 1月13日(水)

問 土浦市社会福祉協議会(☎821・5995)

都和児童館からのお知らせ

令和3年度書道クラブ会員募集

日 活動日／土曜日(月3回)

前半：午前9時～10時10分、後半：午前10時20分～11時30分

対 市内在住で、令和3年度小学4～6年生になる児童

定 前半：3人、後半：4人(定員を超えた場合は抽選)

令和3年度絵画工作クラブ会員募集

日 活動日／土曜日(月3回)

午前9時30分～10時30分

対 市内在住で、令和3年度小学2～6年生になる児童

定 4人(定員を超えた場合は抽選)

共通

申 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、学校名、来年度の学年、電話番号、希望クラブ名(書道は前半、後半を選択)を記入し郵送、または郵便はがきを持参し直接

1月6日(水)(必着)
※料金など、詳しくはお問い合わせください。
問 都和児童館(☎832・3112)

元いばらき就職面接会

日 1月21日(木) 午後1時30分～3時30分(受け付けは午後1時から)

場 土浦合同庁舎(真鍋五丁目) 問 いばらき就職支援センター 県南地区センター(☎825・3410)

県立歴史館企画展「徳川齊昭と弘道館・偕楽園」

日 1月31日(日)まで 午前9時30分～午後5時(入館は午後4時30分まで)

場 同館(水戸市緑町) 内 徳川齊昭の資料を交えて、弘道館と偕楽園の特色を紹介

※入館料金など、詳しくはお問い合わせください。

問 同館(☎029・225・4425)

納税課からのお知らせ

- 12月の納税(納期限:12月25日(金))
固定資産税(3期)、国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料(いずれも6期)
- 12月の休日納税・休日納税相談
- ☑12月27日(日) 午前9時～午後5時
- ☑納税課(本庁舎2階)
- ☎納税課(☎内線2359)
- ※新型コロナウイルス感染症の影響などにより納税が困難な場合には、そのまま放置せず、至急ご相談ください。

乳児用チャイルドシート貸し出し

- ☑貸出日/1月18日(月)～29日(金)の平日
午前9時～午後5時
- ☑申込日/1月12日(火)、13日(水)
- ☑生活安全課(本庁舎2階)
- ☑市内在住の1歳未満児の保護者または、2月末までに産予定の方は、運転免許証
- ☑2000円(クリーニング代など)
- ☑電話で
- ☎生活安全課(☎内線2298)

1月の無料年金相談

- 常陽銀行土浦支店
- 1月16日(土) 午前10時～午後4時
- 1月21日(木) 午前10時～午後3時
- (☎822-3216)
- ※詳しくはお問い合わせください。

元氣シニアバンクに登録しませんか

県では、知識・経験・技能を持つ概ね60歳以上の方が、地域で活躍できるよう、元氣シニアバンクを開設しています。登録された方は「茨城シニアマスター」として、県内のさまざまな施設、団体などの依頼に応じて活動します。登録方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎県長寿福祉推進課(☎029・301・3326)

育児・介護休業法施行規則などが改正されます

育児や介護を行う労働者が、子の看護・育児休暇を柔軟に取得することができるよう、

う、育児・介護休業法施行規則などが改正されます。1月1日から、すべての労働者が、時間単位で休暇が取得できるようになりますので、事業主の方は早めに規定整備を行ってください。

☎茨城労働局雇用環境・均等室(☎029・277・8295)

こんにやく作り体験

☑1月17日(日) 午前9時30分～午後2時30分

☑場 神立地区コミュニティセンター

☑定 10人(定員を超えた場合は抽選)

☑持 おろし金(穴あき)、ゴム手

袋、三角巾、エプロン、持ち帰り用容器

☑700円

☑電話または直接

☑12月25日(金)～1月12日(火)

☎同コミュニティセンター(☎833・1295)

☑日本ボイラ協会茨城支部からのお知らせ

☑第一種圧力容器定期自主検査基準に関する技術講習

☑2月13日(土) 午前9時～午後4時

☑定 24人(先着順)

☑受講料/会員:1万1998円、一般:1万3098円(テキスト代含む)

☑受付期間/1月18日(月)～22日(金)

ボイラー取扱技能講習

☑2月20日(土) 午前9時～午後5時、21日(日) 午前9時～午後6時5分(全2回)

☑定 50人(先着順)

☑受講料/会員:1万6143円、一般:1万7518円(テキスト代含む)

☑申込期間/2月1日(月)～5日(金)

共通

☑場 茨城県丁A会館本館(水戸市梅香一丁目)

※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。お問い合わせください。

☎日本ボイラ協会茨城支部(☎029・225・6185)

広告

市政のお知らせ information

パブリックコメントを実施します

☎市立図書館(☎823-4646 FAX822-3316 
 ✉library@city.tsuchiura.lg.jp)

募集対象／第3次土浦市子ども読書活動推進計画(案)について

公表方法／市立図書館、情報公開室、各支所・出張所、各中学校地区公民館での閲覧、またはホームページで

募集期間／1月5日(火)～26日(火)(必着)

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、市内に事務所などのある個人や法人・団体の方

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

市政のお知らせ information

国民健康保険・後期高齢者医療制度の第三者行為による被害届について

☎国民健康保険の方…国保年金課国保給付係(☎内線2295)
 後期高齢者医療保険の方…国保年金課医療福祉係(☎内線2406)

交通事故など第三者(自分以外)から受けた傷病の治療費については、第三者が負担することが原則です。国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険証を使用して治療を受ける場合は、被保険者による「第三者行為による被害届」の提出が必要となります。

届け出に必要な書類など、詳しくはお問い合わせください。

市政のお知らせ information

第3回男女共同参画推進委員会

☎男女共同参画室(☎827-1107)

日時／12月25日(金) 午前10時から(受け付けは午前9時30分から)

場所／男女共同参画センター 研修室1・2

内容／第4次土浦市男女共同参画推進計画素案(案)について など

傍聴定員／10人(先着順)

市政のお知らせ information

土浦・阿見都市計画区域マスタープランに関する公聴会

☎都市計画課(☎内線2361) 

公聴会では、原案に対して、公述人として意見を述べるすることができます。申出者が多数の場合は、意見内容を考慮のうえ代表者を選定します。なお、公述申出者がいない場合は、公聴会は開催されません。

日時／1月25日(月) 午後2時から

場所／土浦合同庁舎(真鍋五丁目)

原案の閲覧および公述申出書配布場所／都市計画課、県都市計画課(水戸市笠原町)

※公述申出書はホームページからもダウンロードできます。

原案の閲覧および公述申出期間／1月7日(木)～18日(月)

提出方法／郵送または直接

提出先／〒310-8555 水戸市笠原町978-6 茨城県知事 大井川和彦(茨城県土木部都市局都市計画課扱い)宛て

広告

市政のお知らせ information

「介護マーク」をご活用ください

☎高齢福祉課 (☎内線2479)

認知症の方の介護は、周囲の方から見ると介護していることが分かりにくいいため、誤解や偏見を持たれることがあります。そこで、介護する方が介護中であることを周囲の方に理解していただくために、「介護マーク」を配布しています。このマークを介護のなかで必要なときにご活用ください。



▲介護マーク

配布場所／高齢福祉課、各中学校地区公民館

市政のお知らせ information

遊具の使用禁止措置について

☎公園街路課 (☎内線2423)

国の遊具指針により、市内の公園の遊具の点検を実施しました。点検により、危険性が高い遊具については、使用禁止にし、張り紙や立入禁止のテープなどで利用者の方々に周知しています。また、修繕が必要な遊具については、計画的に更新または補修を行っていきます。

公園を利用されている方には、ご迷惑をおかけしますが、安全面を配慮しての措置ですので、ご理解ご協力をお願いします。

市政のお知らせ

information

障害基礎年金を受給している方の児童扶養手当の算出方法が変わります

☎こども福祉課 (☎内線2304)



見直しの内容

これまで障害基礎年金などを受給している方は、障害基礎年金などの額が児童扶養手当の額を上回る場合、児童扶養手当を受給できませんでした。今回の改正により、児童扶養手当の額が障害年金の子の加算部分の額を上回る場合、その差額を児童扶養手当として受給できるようになります。

手当を受給するための手続き

すでに児童扶養手当受給資格者としての認定を受けている方は、申請は不要です。それ以外の方は児童扶養手当受給資格者としての認定を受けるために、申請が必要です。

※申請方法など詳しくはホームページをご覧ください。

支給開始月

児童扶養手当は申請があった日の翌月分から支給開始となりますが、これまで障害基礎年金などを受給していたため児童扶養手当を受給できなかった方のうち、令和3年3月1日に支給要件を満たしている方は、令和3年6月30日までに申請すれば、令和3年3月分の手当から受給することができます。令和3年3月分と4月分の手当は5月に支給されます。

広告

償却資産の申告をお願いします

問課税課 (☎内線2260)

償却資産とは、個人または法人で工場や商店を営んでいる方が、その事業のために用いることができる土地・家屋を除く構築物、機械、装置、工具、器具・備品などのことで、固定資産税の対象となります。令和3年1月1日現在で償却資産を所有している方は、期限までに申告してください。

なお、申告した償却資産の課税標準額の合計が150万円に満たないときは、課税されません。

償却資産の対象となるものの例

共通	太陽光発電設備、パソコン、コピー機、看板、広告塔、舗装路面、駐車設備 など
建設業	ブルドーザー、パワーショベル、フォークリフト、大型特殊自動車 など
料理飲食業	テーブル、椅子、厨房設備、冷凍冷蔵庫、カラオケセット など
小売業	陳列棚、冷凍・冷蔵機付を含む陳列ケース、日よけ など
医業・歯科医業、獣医業	レントゲン装置、手術機器、歯科診療ユニット、ベッド、調剤機器 など
不動産貸付業	門扉・塀・緑化設備などの外構、受変電設備 など
理容業・美容業	理容・美容椅子、洗面設備、消毒殺菌設備、サインポール など
農業	農業用機械類

※自動車税・軽自動車税の対象となる乗用車・貨物自動車・自動二輪車などは除きます。

申告が必要な方／

- ・令和3年1月1日現在、市内で事業を営んでいる個人または法人
- ・令和3年1月1日現在、市内で事業は営んでいないが、事業用の償却資産を貸し付けている個人または法人

申告期限／2月1日(月)

申告方法／令和2年度に申告している方は、1年間の償却資産の増減を申告してください。ただし、令和2年度に電算申告をした方、事業を始めた方、新たに申告する方は、1月1日現在所有している償却資産すべてを申告してください。

※昨年申告のあった方には申告用紙を郵送していますが、新たに申告する方や、申告用紙が届かない方はご連絡ください。

■中小事業者などに対する固定資産税・都市計画税の軽減措置があります

新型コロナウイルス感染症対策として、中小事業者などの償却資産・事業用家屋に対する令和3年度の固定資産税・都市計画税を、特例適用の申請により軽減します。申請方法など、詳しくはホームページをご覧ください。



広告

年末年始の休業・休館日のお知らせ

年末年始の各施設の休業・休館日についてお知らせします。休業期間中の出生・婚姻・死亡の届出などは、本庁舎日直室で受け付けます。1月3日(日)は市民課休日窓口も閉庁です。水道課への緊急の連絡は、大岩田配水場(☎823-7422)へご連絡ください。

施設名	12/28 (月)	12/29 (火)	12/30 (水)	12/31 (木)	1/1 (金)	1/2 (土)	1/3 (日)	1/4 (月)
市役所・支所・出張所								
男女共同参画センター								
消費生活センター								
社会福祉協議会								
地域包括支援センター「うらら」								
障害者自立支援センター								
新治総合福祉センター								
老人福祉センター「湖畔荘」								
老人福祉センター「つわぶき」								
老人福祉センター「うらら」								
勤労青少年ホーム								
青少年センター								
各中学校地区公民館(コミュニティセンター)								
川口運動公園								
武道館								
新治トレーニングセンター								
乙戸ファミリースポーツ公園								
霞ヶ浦総合公園体育館(水郷体育館)								
霞ヶ浦総合公園テニスコート・ネイチャーセンター								
レストハウス「水郷」								
クラフトシビックホール土浦(市民会館)								
勤労者総合福祉センター「ワークヒル土浦」								
生涯学習館								
亀城プラザ								
図書館								
博物館								
上高津貝塚ふるさと歴史の広場								
市民ギャラリー								
りんりんポート土浦								

年末年始の
休業・休館日

ごみ・し尿収集については、広報つちうらNo.1280(12月上旬号)に掲載した「年末年始のごみ収集とし尿くみ取り」をご覧ください。市ホームページにも掲載しています。▶



12月17日(木)~31日(木) 年末の犯罪抑止活動

師走は、年末年始に向けた準備などで防犯意識も低くなりがちです。また、日が暮れるのが早く、暗がりでの犯罪の発生がより懸念される時期でもあることから、改めて防犯に努めましょう。

活動の重点

- ・住宅侵入窃盗の被害防止
短時間の外出や就寝時も、必ず施錠をしましょう
- ・自動車盗の被害防止
車内に貴重品を置かないようにしましょう
- ・ニセ電話詐欺の被害防止
不審な電話がかかってきたときには、一人で判断せずに家族や警察に相談しましょう

夜間の運転に注意!

県内の令和元年中における夜間の交通事故死者数は55人で、前年より17人減少していますが、年間交通事故死者数の半数をしめています。また、時間帯別に見てみると、「20時~22時」が15人と最も多く、次いで「8時~10時」が13人となっています。

早めのライト点灯や、夜間の事故の危険性を認識した運転を心掛けましょう。

【歩行者や自転車利用者は、夜間は目立つ工夫を】

夜間は、自動車運転手から歩行者や自転車利用者が見えにくくなります。明るい色の衣服の着用や反射材の使用、自転車利用者は早めのライト点灯を行うなど、周りに自分の存在を「知らせる」ことを心掛けましょう。



土浦市市制施行80周年
記念式典を執り行いました



11月3日、土浦市が誕生した記念の日に、クラフトシビックホール土浦で、市制施行80周年記念式典を執り行いました。

式典は、当初の予定より招待者の数を絞り、感染症予防対策をとって開催しました。市の発展に貢献された方・団体への表彰、市出身の著名人やスポーツ選手など土浦にゆかりのある方からのビデオレター紹介、伝統文化である刻の太鼓、田宮ばやしの演奏などを行い、土浦の80周年を祝いました。



◀土浦出身の柔道家
福見友子さんからの
ビデオレター



田宮ばやしの演奏▶

こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃん
HAPPY BIRTHDAY

12月生まれ



2月で1歳になる赤ちゃんを募集!!

- ☑①誕生日、②住所、③氏名(ふりがな)、④電話番号、⑤一言(25文字以内)を記入し、写真を添えて広報広聴課へ郵送、メール(kouho@city.tsuchiura.lg.jp)または直接
- ✉1月4日(月)
- ※2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。



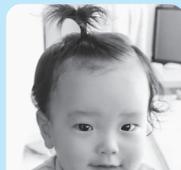
1歳おめでとう!
兄ちゃん達に負けず
元気に育ってね

宮本修花ちゃん
(都和一丁目)



可愛い笑顔で
癒してくれて
ありがとう♥

福田紗菜ちゃん
(鳥山二丁目)



1歳おめでとう♡
元気いっぱい
大きくなあれ!

齋藤翼ちゃん
(富士崎一丁目)



祝1歳♡これから
たくさん笑って
元気に過ごそうね

杉尾茉莉ちゃん
(板谷四丁目)



りあちゃん!
生まれてきてくれて
ありがとう♡幸せにね

松崎莉愛ちゃん
(真鍋四丁目)



1歳おめでとう!
笑顔の朱音が
大好きだよ♡

川村朱音ちゃん
(中)



祝1歳♡これからも
元気にすくすく
育ってね♥

木村絢音ちゃん
(並木三丁目)

1月子育てひろば



HPはこちら ▶

※予約は電話または直接

児童館			
都和児童館 (☎832-3112)	8日(金)、22日(金)	10:30~11:00	おはなし会
	28日(木)	10:30~11:00	お誕生会
	29日(金)	10:30~11:00	はっぴーママ講座
ポプラ児童館 (☎841-3212)	13日(水)	10:30~11:00	リズム
	19日(火)	10:30~11:00	お話ひろば
	22日(金)	10:30~11:00	親子ふれあい体操
新治児童館 (☎862-4403)	21日(木)	10:30~11:00	お誕生会
	25日(月)	10:30~11:00	親子ヨガ
	27日(水)	10:30~11:00	おはなし会
子育て支援センター			
さくらんぼ (☎823-1288) 予約受付は12月21日(月) 13:30から電話で ※イベントにより受付開始時間 が異なりますので、詳しくは ホームページをご覧ください。	月~金曜日※	9:30~16:30	お部屋開放
	7日(木)	10:00~11:30 13:30~15:00	赤ちゃんのカレンダー作り&育児相談
	8日(金)	10:00~11:30	親子ビクス場三中地区公民館
	12日(火)	10:00~11:30	親子ビクス場二中地区公民館
	13日(水)	10:00~11:30	親子ビクス場六中地区公民館
	14日(木)	10:00~11:30	親子ビクス場都和公民館
	15日(金)	10:00~11:30	親子ビクス場神立地区コミュニティセンター
	19日(火)	10:00~11:30	親子ビクス場一中地区公民館
	20日(水)	10:00~11:30	赤ちゃんとおふれあい遊び場三中地区公民館
	21日(木)	10:00~11:30	赤ちゃんとおふれあい遊び場二中地区公民館
	22日(金)	10:00~11:30	広いお部屋であそぼう!場新治地区公民館
	26日(火)	10:00~11:30	親子ビクス場四中地区公民館
	27日(水)	10:00~11:30	凧作り場新治地区公民館
ありんこクラブ (☎841-0463) 予約受付は12月11日(金) 9:00から	月~金曜日※	10:00~12:00	保育所開放
	6日(水)、7日(木)	10:00~12:00	お正月遊び
	13日(水)、15日(金)	10:00~12:00	組ひも編み
	19日(火)	10:00~12:00	親子ヨガ
	20日(水)、21日(木)	10:00~12:00	スノードーム作り
	27日(水)、28日(木)	10:00~12:00	ミニ毛糸のぼうし作り
	白鳥保育園 (☎831-2590) 予約受付は前日16:00まで	月~金曜日※	8:30~13:30
月~水、金曜日※		8:30~13:30	スペース開放
7日(木)		10:00~11:00	かるた遊び
14日(木)		10:00~11:00	運動遊びと身体測定
21日(木)		10:00~11:00	楽器遊び
25日(月)		9:20~11:50	リトミック見学&体験
28日(木)		10:00~11:00	親子制作
ひまわり (☎843-1117) 予約受付は12月23日(水) 9:30から	12日(火)、22日(金)	10:00~12:00	ベビーマッサージ
	13日(水)	10:00~10:50 11:00~11:50	お誕生会
	14日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール場三中地区公民館
	15日(金)	10:00~12:00	離乳食試食会
	18日(月)、19日(火)	10:00~10:50 11:00~11:50	0歳ひろば
	21日(木)	10:00~12:00	親子ビクス場六中地区公民館
	25日(月)、26日(火)	10:00~10:50 11:00~11:50	1歳児測定日、風船であそぼう
	27日(水)	10:00~10:50 11:00~11:50	2歳児以上測定日、鬼のお面作り
	28日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール場四中地区公民館
	29日(金)	10:00~12:00	マタニティサロン「おしゃれマスクデコレーション」

※祝日を除く

1月のとしょかん

図書館カレンダー 2021 January

問 市立図書館 (☎823-4646)



HPはこちら▶

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

【火～金曜日】 10:00～20:00

【土・日・祝日】 10:00～18:00

【月曜開館日】 11日 10:00～18:00

分館【火～日曜日】 10:00～17:00

年末年始のお知らせ

■休館日

図書館(アルカス土浦内)および各分館は、12月28日(月)から1月4日(月)まで休館します。

■貸出期間の変更

年末年始の休館にともない、12月15日(火)から27日(日)までの間に貸し出す資料については、貸出期間を3週間に延長します。

※貸出点数に変更はありません。

図書、雑誌…10冊まで

紙芝居…2点まで

視聴覚資料(CD・DVD)…3点まで

■返却ポストの閉鎖

休館期間中、図書館(アルカス土浦内)の返却ポストを閉鎖します。

※年末年始の返却は、以下の分館・公民館に設置されている返却ポストをお願いします。

・分館(三中地区・神立地区・都和・新治地区)

・公民館(一中地区・二中地区・四中地区・上大津・六中地区)

※相互貸借資料・紙芝居・大判本は、開館時のカウンターへ、CD・DVDは、分館のポスト備え付けの専用袋に入れて返却してください。

※返却ポストが満杯の際は、破損の原因となりますので、無理に入れようとはせず、開館後の返却をお願いします。

今月のおすすめ本



ローリングストックで! 防災にそなえるレシピ (社会)

新しい備蓄方法「ローリングストック」をわかりやすく解説。防災のために備蓄した缶詰や乾物、乾麺を日々消費できるレシピや、非常時の調理アイデアを紹介する。

(オレンジページ/出版)

半沢直樹 アルルカンと道化師(小説)

東京中央銀行大阪西支店の融資課長・半沢直樹のもとに、大手IT企業が業績低迷中の美術系出版社を買収したいという案件が持ち込まれる。半沢は大阪営業本部の強引な買収工作に抵抗するが、背後にひそむ秘密の存在に気づき…。

(池井戸 潤/著)

先月の
人気図書



1月のおはなし会

おはなし会(2階 おはなしのへや)

■1月9日(土)、10日(日)、16日(土)、24日(日) 午前11時から

1月17日(日) 午後2時から

ちいさなおはなし会

(2階 キッズコーナー 乳幼児向け)

■毎週水曜日 午前11時から

おはなし会(新治地区分館)

■1月16日(土) 午前11時から

◎日時に変更になる場合があります。

ご確認のうえ、ご来館ください。

こどもの本

ノラネコぐんだんケーキを食べる

(工藤ノリコ/著)

ふゆごもりのまえに

(ジャン・ブレット/作)

ひとりひとり

(谷川俊太郎/詩、いわさきちひろ/絵)

ウィズ・ユー

(濱野京子/作)

今月の展示棚

テーマ「年末年始特集」

今年もいよいよ残りわずかとなりました。クリスマス、大掃除、お節料理の準備など、イベントが目白押しです。掃除の際に役立つ本、お節料理や伝統行事に関する本などを紹介しています。ぜひご活用ください。

1月の無料相談

※祝日を除く

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	13:30~16:00		法律が関係する困りごと(弁護士) ※予約制(相談日の2週間前の火曜日から)
司法書士相談	13日(水)	13:30~15:30	広報広聴課 (☎内線2376)	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		相続や契約書(賃貸・売買・雇用・介護)の作成などに関する事(行政書士) ※予約制
総合労働相談	8日(金)	13:30~16:30	広報広聴課	労働・社会保険関係、働き方改革関連など(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事(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	広報広聴課 (☎内線2376)	国や県・市など、行政全般に関する困りごと、悩みごと(行政相談委員)
市民相談	月~金曜日	8:30~17:15	広報広聴課 (☎内線2376)	市に対する要望、苦情、意見など(担当職員)
税務相談	7日(木)、12日(火)	13:00~15:00	税理士会土浦支部 (☎824-5055)	税に関する事(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	こども相談課 (☎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	9:30~16:30	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	9:00~17:00	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、行動面に関する事(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、水~金曜日 (第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)	交通事故に関する事(県受嘱相談員、弁護士)
人権相談	月~金曜日	8:30~17:15	水戸地方法務局土浦支局 (☎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)
生活相談	毎週水曜日	13:00~16:00	新治地区公民館 (☎862-2900)	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	5日(火) 15日(金)	14:30~16:30 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事(精神科医師) ※予約制、1日2件まで。日時が変更になる場合があります。
女性のための	フェミニスト相談	毎週水曜日	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(金)、22日(金)		13:00~16:00

進めよう！ 男女共同参画 女性活躍への取り組み

男女共同参画室(☎827・1107)

日本の女性の労働力率は、結婚・出産期に当たる年代に低下し、育児が落ち着いた時期に再び上昇する傾向にあります。近年では結婚・出産後も就労を継続する女性が増えています。しかし、就労状況を見ると、非正規雇用の割合が男性雇用者は2割であるのに対し、女性雇用者は6割弱となっていて、男女の格差が生じています。少子高齢化が進み、労働力人口の減少が大きな課題となるなかで、就労を希望する人が性別にかかわらず能力を十分に発揮することはとても重要なことです。女性が活躍し、仕事と子育ての両立ができる雇用環境整備を目的として、女性活躍推進法や次世代育成支援対策推進法が施行されています。市では、男女共同参画推進計画を策定し、多様な働き方を選択できる社会の実現に向けて、女性活躍推進法の啓発や復職・起業支援などの事業を実施しています。

◆「えるぼし」・「くるみん」を知っていますか？

国では、女性が働きやすい環境整備に積極的な企業を認定し、マークを付与しています。認定企業は、厚生労働省のホームページなどで公表されていて、就職や復職を検討する際に参考にすることが出来ます。

「えるぼし」…女性活躍推進法に基づき、女性の活躍に関する取り組みの実施状況が優良な企業に発行される認定マークです。「採用、継続就業、労働時間などの働き方、管理職比率、多様なキャリアアップ」の5項目の達成状況により、認定段階が変わります。



1段階目



2段階目



3段階目



最高位

「くるみん」…次世代育成支援対策推進法に基づ

き、出産や育児の支援体制が優良な子育てサポート企業に発行される認定マークです。



男性の風しん抗体検査・予防接種について

風しんの発生・まん延を予防するため、抗体保有率の低い世代の男性を対象に、風しんの抗体検査・予防接種を無料で実施しています。

◎風しんの抗体検査

対象者／昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性

実施場所／全国の健診機関、協力医療機関

※職場の健康診査(特定健診)の際に受けることもできます。

持ち物／風しんクーポン券、住所が確認できるもの(運転免許証、健康保険証など)

◎風しんの予防接種

対象者／風しんの抗体検査の結果、十分な抗体がないと判定された方

実施場所／全国の協力医療機関

持ち物／風しんクーポン券、住所が確認できるもの(運転免許証、健康保険証など)、抗体検査の結果

※風しんクーポン券は、対象者にすでに送付しています。

※令和元年度に発行された風しんクーポン券の有効期限は、3月31日(水)まで延長しました(手続き不要)。

※協力医療機関のリストは、厚生労働省のホームページに掲載されています。



麻しん風しん混合予防接種

対象者／第1期…1歳児、第2期…平成26年4月2日～平成27年4月1日生まれの方

接種期間／第1期…1歳以上2歳未満、第2期…3月31日まで

接種回数／各期に1回ずつ

接種場所／県内協力医療機関

持ち物／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)

※接種期間を過ぎた場合、接種費用は自己負担となります。

※協力医療機関以外での接種は、助成額を上限に償還払いとなります。接種の10日前までに必ず健康増進課へご連絡ください。

※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、健康増進課で交付手続きをしてください。

1月の献血

日時／1月24日(日) 10:00～11:45、
13:00～16:00

場所／イオンモール土浦(花火ひろば北入口)

健康教室

口腔内の細菌の話

土浦市歯科医師会
永井達之(ながい歯科クリニック)

お口の中の細菌は500から700種類、少ない人でも1000億個以上生息し、歯面、歯周ポケット、唾液、舌の表面などそれぞれの部位に特徴的な菌塊を形成しています。また、細菌は同じグラム数で歯垢の方が糞便より多いことが分かっています。虫歯や歯周病予防のためには、細菌数をコントロールし、自身の口にはどんな菌が多いのかを知ることが大切になります。

虫歯菌のミュータンス菌は、食べ物の糖분을餌として活発になります。しかもその糖分を利用して歯の表面に付着し、糖分から酸を産生し、歯を溶かして虫歯を作ります。

歯周病菌は歯ぐきからの出血、血液を好み、歯周病が悪化し出血が常態化すると菌がより活発になります。菌のすみかは歯周ポケットの中で、酸素を嫌

うこの細菌は、ポケットのより深い所を目指します。進行を止めるには、餌となる血液を菌に与えず、すみかをなくす必要があります。

虫歯も歯周病も細菌が原因であり、お口の中の悪い菌を減らすために、丁寧なブラッシングや歯科医院での定期的なクリーニングが必要です。

虫歯の治療というと、歯を削り、詰め物や被せ物をすると思われがちですが、原因治療としては原因菌を減らさなければいくら治療しても再発を繰り返してしまいます。虫歯を感染症として考えれば、原因菌数をコントロールする事が重要になります。歯周病もしかりです。

菌がコントロールされたきれいなお口になるために、痛くなってからの「治療」をやめて、痛くならないための「予防」を心掛けましょう。

1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(予約制)	5日(火)	13:00~15:00	障害福祉課(☎内線2343)
高齢者健康相談	14日(木)	10:00~11:30	つわぶぎ(☎831-4126)
	28日(木)		湖畔荘(☎828-0881)

◎親と子の健診と相談

内 容	と き	受付時間	と ころ	
4か月児健康診査	集団での実施を中止しています。対象者には受診票を交付していますので、医療機関で受診してください。			
おやこの歯科健診(2歳児歯科健康診査)	集団での実施を中止しています。対象者には受診票を交付していますので、医療機関で受診してください。			
1歳6か月児健康診査	令和元年6月生まれ 平成29年7月生まれ	6日(水)、7日(木)	13:15~14:15	土浦市保健センター (☎826-3471)
3歳児健康診査	平成29年7月生まれ 平成29年8月生まれ	13日(水)、14日(木)	13:00~14:15	
		20日(水)、21日(木)		
マタニティ教室(予約制)	集団クラス	5日(火)	9:45~10:00	
※集団クラスと個別クラスのどちらかを選択してください。	個別クラス ※各30分程度		14:00	
			15:00	
			16:00	
赤ちゃん身体計測	身体計測や育児相談を希望の方は、土浦市保健センターへお越し			
10か月児育児相談	いただくか、個別訪問で対応しますので、事前にご連絡ください。			
つちまる育児相談				

休日当番医

診療時間/午前9時~正午、午後1時~4時 必ず電話で確認してから、保険証を持参し受診してください。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。

1月	内 科	外 科	歯 科
1日(金)	小原内科医院 ☎821-1015 中央二丁目	野上病院 ☎822-0145 東崎町	深谷歯科医院 ☎898-9102 神立東一丁目
2日(土)	友常クリニック ☎824-2718 中央二丁目	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	高田歯科クリニック ☎875-6575 国分町
3日(日)	サンルーナ・小寺内科クリニック ☎869-8882 おおつ野二丁目	淀縄医院 ☎822-5615 大町	土浦やまぐち歯科クリニック ☎886-5533 文京町
10日(日)	田谷医院 ☎823-2636 生田町	岡田整形外科クリニック ☎825-3377 木田余	みなと歯科クリニック ☎835-3480 港町一丁目
11日(月)	山手医院 ☎835-3388 国分町	県南病院 ☎841-1148 中	永国台歯科クリニック ☎826-1511 永国
17日(日)	大石内科クリニック ☎835-0014 大岩田	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	イバラキクリニック ☎822-4537 中央一丁目
24日(日)	あおき内科クリニック ☎825-8181 木田余	野上病院 ☎822-0145 東崎町	吉田歯科医院 ☎824-2008 並木一丁目
31日(日)	新治診療所 ☎862-4668 下坂田	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	梶塚歯科クリニック ☎823-1551 大和町

急な病気で心配なときの救急電話相談(年中無休・24時間対応)/
茨城子ども救急電話相談…短縮ダイヤル#8000、茨城おとな救急電話相談…短縮ダイヤル#7119、または☎03-6667-3377

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。

