

INFORMATION

情報ひろば

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



課税課からのお知らせ

令和3年度固定資産税納税
通知書を発送します

日 発送日／4月7日(水)

対 令和3年1月1日(賦課期
日)に、市内に土地・家屋・
償却資産を所有している方

※第一期納期限／4月30日(金)

固定資産(土地・家屋)価格
などの縦覧について

固定資産税を納税している
方が、自分の土地や家屋に関
する評価が適正かどうかを確
認するために、「価格等縦覧
帳簿」を縦覧することができ
ます。

日 4月1日(木)～30日(金)

場 本庁舎

持運転免許証などの本人確認
書類

問 課税課(☎内線2228)

狂犬病予防集合注射
を実施します

日 4月3日(土)～16日(金)

※手数料／

新規登録犬：5400円

登録済の犬：3400円

※実施場所など、詳しくは通
知書(3月中旬発送)または
ホームページをご覧ください。

※飼い犬の登録と年1回の狂
犬病予防注射は、法律で義
務付けられています。

環境衛生課 ☎内線2461

家賃の支払いが困難な方へ
の住居確保給付金

失業や収入の減少などで生
活が困窮し、住まいの家賃
の支払いが困難な方

内 住居確保給付金として家賃
相当額を原則3か月間支給
申 相談予約を電話で

新型コロナウイルス感染症の拡
大状況により、イベントなどが中
止や延期になる場合があります。

市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。

新型コロナウイルス
感染症関連情報



陸上自衛隊夜間飛行訓練

日 4月1日(木)、6日(火)～8日(木)

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)

いばらき出会いサポート
センターをご利用ください



対 独身の方

内 スマートフォンなどからの
相手検索やお見合い申し込
み、AIによる相性の良い
相手の紹介など

※登録料／1万1000円
(2年間)

※申込方法など、詳しくはホ
ムページをご覧ください。

問 同センター(☎029・2
24・8888)

ふれあい農園小町園の利用
者を募集します

日 利用期間／4月1日～令和
4年3月31日

場 同園(小野)

定 募集区画／4区画(申し込
み多数の場合は抽選)

※1区画(約30㎡)：3500円

申 電話で

日 3月26日(金)

問 土浦市農業公社(☎862・
5143)

自転車イベント「土浦レ
イクサイドバイクロード」



日 3月27日(土) 午前9時～午
後4時、28日(日) 午前9時
～午後3時

場 霞ヶ浦総合公園

内 自転車レース、会場周辺を
巡る自転車ライドツアー、
キャンプ、飲食ブースなど

※申込方法など、詳しくは
ホームページをご覧ください。

問 プレイアトレ土浦(☎83
5・1363)

納税課からのお知らせ

●3月の休日納税・休日納税相談

日 3月28日(日) 午前9時～午後5時

場 納税課(本庁舎2階)

税金の納め忘れはありませんか？

税金は、定められた期限までに納付されないと「滞納」となり、法律に基づき差し押さえなどの滞納処分が行われます。税金の納付状況を再度確認し、万が一納め忘れがある場合は早急に納付しましょう。納付が困難な場合は、そのまま放置せず至急ご相談ください。

問 納税課(☎内線2359)

乳児用チャイルドシート貸し出し

日 貸出日／4月12日(月)～23日(金)の平日 午前9時～午後5時

申 込日／4月5日(月)、6日(火)

場 生活安全課(本庁舎2階)

対 市内在住の1歳未満児の保護者または、5月末までに出産予定の方

持 運転免許証

¥ 2000円(クリーニング代など)

申 電話で

問 生活安全課(☎内線2298)

4月の無料年金相談

●常陽銀行土浦支店

4月16日(金) 午前10時～午後3時

4月17日(土) 午前10時～午後4時

(☎822-3216)

※詳しくはお問い合わせください。

アイウィンドオーケストラ 第10回定期演奏会

日 3月28日(日) 午後1時30分

から(開場は午後1時から)

場 クラフトシビックホール土浦

(市民会館)

内 話題のアニメやクラシック

の曲を吹奏楽で演奏

問 アイウィンドオーケストラ

(☎090・8872・4

176 橋本)

警察官採用試験



日 第一次試験／5月9日(日)

対 警察官A／昭和63年4月2

日以降生まれで、大卒または

令和4年3月までに大学を

卒業見込みの方および、人事

院がこれと同等と認める方

警察官B／昭和63年4月2

日～平成15年4月1日生ま

れで、警察官Aの受験資格

に該当しない方

申 ホームページから

対 4月9日(金)(午後5時まで

の受信有効)

国家公務員採用試験



□ 総合職試験(院卒者試験、大

卒程度試験)

日 一次試験／4月25日(日)

対 3月26日(金)～4月5日(月)

□ 一般職試験(大卒程度試験)

日 一次試験／6月13日(日)

対 4月2日(金)～14日(水)

□ 一般職試験(高卒者試験、社

会人試験(係員級)

日 一次試験／9月5日(日)

対 6月21日(月)～30日(水)

◎共通

申 ホームページから

※試験内容など、詳しくはホー

労働基準監督官 採用試験



日 一次試験／6月6日(日)

対 次のいずれかに該当する方

・平成3年4月2日～平成12

年4月1日生まれの方

・平成12年4月2日以降生ま

れで、大卒または令和4年

3月までに大学を卒業見込

みの方および、人事院がこ

れと同等と認める方

申 ホームページから

対 3月26日(金)～4月7日(水)

※試験内容など、詳しくは人事院

ホームページをご覧ください。

問 茨城労働局(☎029・2

24・6211)

広告

市政のお知らせ information

第4回土浦市男女共同参画推進委員会

☎男女共同参画室 (☎827-1107)

日時／3月24日(水) 午後2時から(受け付けは午後1時30分から)

場所／男女共同参画センター 研修室1・2

内容／パブリックコメント実施結果について など
傍聴定員／10人(先着順)

市政のお知らせ information

第11回特別弔慰金の国債交付が遅れています

☎社会福祉課 (☎内線2308)

戦没者の遺族の方に対する第11回特別弔慰金について、県および国の審査に時間を要し、全国的に国債の交付が遅れています。すでに請求をされた方には、国債の交付準備が整い次第、案内を送付しますので、もうしばらくお待ちください。

なお、請求手続きがお済みでない方は、期限までにお手続きください。

支給対象／令和2年4月1日時点で、公務扶助料や遺族年金などを受ける方(戦没者などの妻や父母)がいない場合に、戦没者の死亡当時のご遺族で、次の順番による先順位の方1人

1. 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
2. 戦没者などの子
3. 戦没者などの、①父母、②孫、③祖父母、④兄弟姉妹(要件により順番が入れ替わります)
4. 1～3以外の戦没者などの3親等内の親族(戦没者などの死亡時に、1年以上継続して生計関係を有していた方に限ります)

支給内容／額面25万円の記名国債(5年償還)

請求期限／令和5年3月31日まで

市政のお知らせ information

小・中学校、義務教育学校入学式

☎学務課 (☎内線5108)

期日／小学校 … 4月7日(水)

中学校 … 4月8日(木)

義務教育学校 … 4月7日(水)

○小・中学校および義務教育学校に入学する方は、「小・中学校就学通知書」のはがきを持参してください。通知書が届いていない場合や紛失した場合は、ご連絡ください。

○家庭の事情などにより入学校の変更を希望する場合は、事前にご相談ください。

○義務教育学校の新7年生については、入学式を行いません。

市政のお知らせ information

国民年金の届け出をお忘れなく

☎国保年金課 (☎内線2290)

次の内容に該当するときは届け出が必要となりますので、窓口でお手続きください。

届出内容／

- ・退職したとき
- ・配偶者の扶養から外れたとき(配偶者の退職、本人の収入増、離婚など)
- ・勤めている配偶者が65歳になったとき
- ・付加保険料を納めたいとき
- ・任意加入したいとき
- ・海外に居住する、または帰国したとき など

持ち物／資格喪失日の分かる書類(資格喪失連絡票、雇用保険被保険者離職票など)、年金手帳、本人確認書類、はんこ

※本人・同一世帯以外の方が届け出をする場合は、委任状が必要です。

広告

健診機関一覧／

健診機関	電話番号	人間ドック		脳ドック	
		宿泊 ^{※1}	自己負担額(日帰り) ^{※2}	定員	自己負担額 ^{※2}
霞ヶ浦医療センター	822-5050		19,600円	50人	26,900円
神立病院健診センター	896-6123		19,600円	50人	24,700円
土浦協同病院予防医療センター	846-3731		21,800円	100人	42,300円 ^{※3}
県南病院	841-1148		—	50人	22,500円
日立製作所土浦診療健診センタ	831-5838		20,700円	—	
牛久愛和総合病院総合健診センター	873-4334	○	20,700円	200人	22,500円
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	○	19,600円	310人	28,000円
セントラル総合クリニック	874-7985		21,800円	—	
つくば総合健診センター (筑波メディカルセンター)	856-3500	○	24,440円 ^{※4} ～	200人	28,000円 ^{※4} ～
筑波大学附属病院つくば予防医学研究センター	853-4205		48,200円	30人	85,200円 ^{※3}
龍ヶ崎済生会総合健診センター	0297-63-7178		21,800円	70人	28,000円
筑波記念病院つくばトータルヘルスプラザ ^{※5}	864-8002	○	21,800円	50人	28,000円
筑波学園病院健診センター	836-1983		21,800円	50人	28,000円

※1 …○の健診機関でのみ、市の補助を受けて宿泊人間ドックを利用できます。

※2 …助成額を差し引いた金額です。なお、宿泊人間ドックの自己負担額は5万円程度です。

※3 …人間ドックの検査項目もすべて含んだ金額です。

※4 …コースによって金額が違います。

※5 …後期高齢者医療制度加入者は、日帰り人間ドックのみ、市の補助を受けて健診を受けられます。

広告

市政のお知らせ

国民健康保険、後期高齢者医療制度に加入している方へ 令和3年度人間ドック・脳ドックの健診費用を助成します

☎国民健康保険加入の方…国保年金課国保給付係(☎内線2355)

後期高齢者医療制度加入の方…国保年金課医療福祉係(☎内線2406)
(〒300-8686 大和町9-1)

□人間ドック(日帰り・宿泊)

健診項目／健康診査、眼科・聴力検査、胸部・胃X線撮影、腹部超音波検査、便潜血検査など(宿泊人間ドックの場合は、追加の検査項目あり)

助成額／2万円

申込締切／12月14日(火)(消印有効)

□脳ドック

健診項目／健康診査、眼科・聴力検査、脳MRA、脳MRI検査など

定員／4ページの表参照

※定員に達した健診機関では受診できません。

助成額／2万7000円

※脳ドックの助成は3年に1度となります。令和元・2年度のいずれかに脳ドックの助成を受けた方は、今年度の脳ドックの助成は受けられません。

申込締切／第1回…4月15日(木)(消印有効)

※定員を超えたときは抽選となります。

第2回…12月14日(火)(消印有効)

※先着順で随時補助決定します。

◎共通

対象者／令和3年度、満40歳以上の土浦市国民健康保険の加入者で国民健康保険税に滞納のない世帯に属する方、または茨城県の後期高齢者医療制度の加入者で保険料に滞納のない市民

※同年度内で助成を受けられるのは、人間ドック、脳ドック、医療機関健診、総合健診のいずれか1つです。

申込方法／

・国民健康保険加入者の申込方法

郵便はがき(1人につき1枚)に、①受診希望(人間ドックまたは脳ドック)、②受診希望健診機関(脳ドックの場合は第2希望まで記入)、③住所、④氏名、⑤生年月日、⑥電話番号を記入し、国保年金課へ郵送

・後期高齢者医療制度加入者の申込方法

令和3年度から申込方法が変更になります。人間ドック・脳ドック受診結果の保健事業活用のため、受診者の同意が必要となります。

申込用紙(1人につき1枚)に必要事項を記入し、直接(国保年金課または各支所・出張所)または国保年金課へ郵送

※申込用紙は、国保年金課窓口または各支所・出張所に設置します。また、ホームページからもダウンロードできます。



申込開始／3月24日(水)から

※人間ドックの決定通知書は、申し込み後約2週間で発送し、脳ドックの決定通知書は5月中旬以降の発送となります。決定通知書がお手元に届いてから、各健診機関に受診日の予約をしてください。

広告

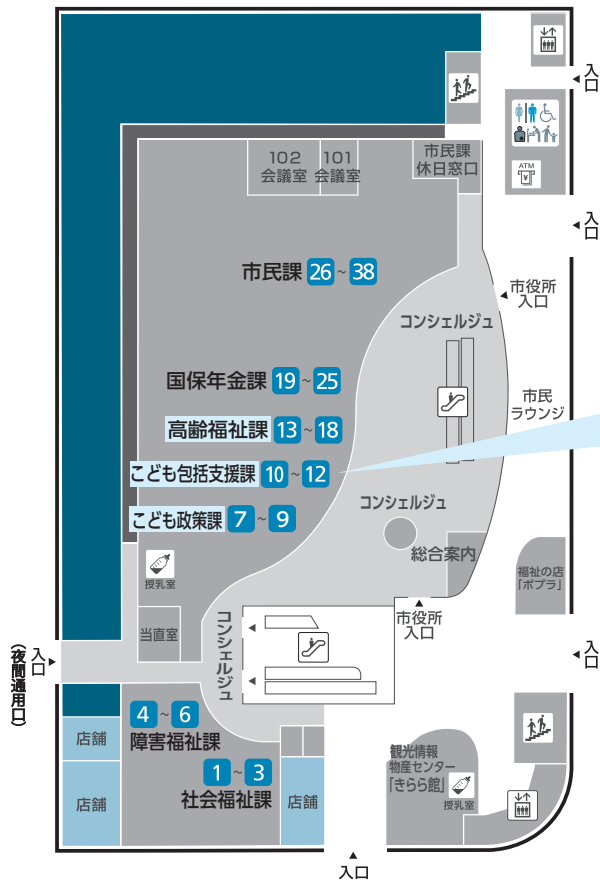
令和2年度まで		令和3年度から	
都市産業部	産業経済部へ 商工観光課 農林水産課 農業委員会事務局 など 都市政策部へ 都市計画課 - 計画係 - 交通政策室 - 都市整備課へ - まちづくり推進室 建築指導課 - 建築係 - 宅地係	産業経済部(新設)	商工観光課 農林水産課 農業委員会事務局 など
		都市政策部(新設)	都市計画課 - 計画係 - 交通政策室 新設 都市整備課 - 公園街路課から 都市施設管理係 - 公園緑地係 - 都市計画課から まちづくり推進室 建築指導課 - 建築係 - 宅地係
建設部	道路建設課 廃止 公園街路課 - 都市整備課へ - 都市施設管理係 - 公園緑地係 - 道路建設課へ - 街路係	建設部	道路建設課 - 業務係 - 街路係を統合 - 工務係 - 用地係
教育委員会	学務課 - 学事係 - 事務を移管し廃止 - 保健給食係 分割再編 文化生涯学習課 - 生涯学習係 - こども未来部へ - 青少年係 - 文化振興室 - 青少年指導室 - 青少年の家 - 図書館 - 公民館 - 博物館 - 上高津貝塚ふるさと歴史の広場 - 土浦市民ギャラリー	教育委員会	学務課 - 学事係 新設 生涯学習課 - 生涯学習係 - 青少年指導室 - 青少年の家 - 図書館 - 公民館 新設 文化振興課 - 新設 文化財係 - 新設 文化芸術係 - 博物館 - 上高津貝塚ふるさと歴史の広場 - 土浦市民ギャラリー
消防本部	総務課 - 総務係 - 財務係 警防救急課 - 警防係 - 救急救助係	消防本部	名称変更 消防総務課 - 総務係 - 財務係 警防救急課 - 警防係 - 警防係から一部業務を 移管し係として独立 - 指揮指令係 - 救急救助係

4月からの本庁舎フロア図

問管財課(☎826-1111 内線2225)

市役所本庁舎(ウララビル)

1階



変更点

13~18
高齢福祉課
現在のこども相談課の場所に窓口が移動

10~12
こども包括支援課
現在の高齢福祉課の場所に新設

7~9
こども政策課
現在の高齢福祉課の場所に新設

2階



3階



変更点

9
防災危機管理課
現在の総務課から独立

変更点

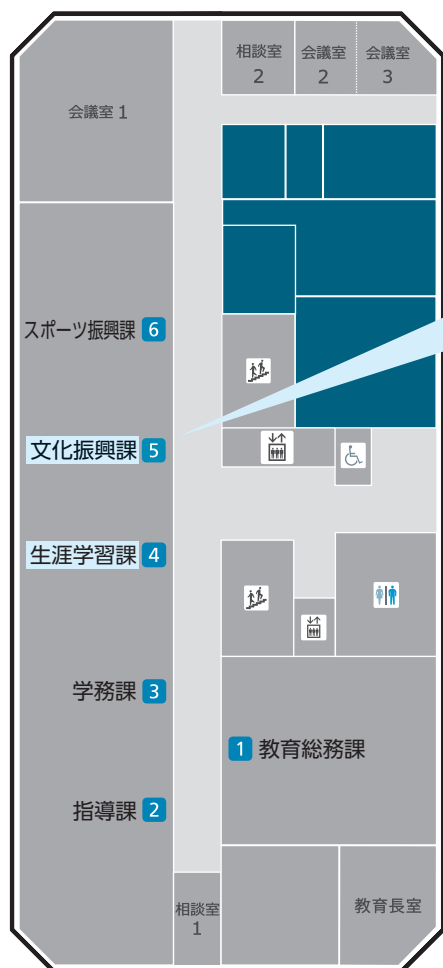
3
都市整備課
現在の公園街路課の場所に設置
まちづくり推進室
都市計画課から都市整備課に移動

4階



市役所本庁舎(ウララ2ビル)

7階



変更点

- 5 文化振興課
 - 4 生涯学習課
- 現在の文化生涯学習課を分割再編

変更点

- 1 保育課
- 現在のこどもランドの奥に新設

8階



《駐車場、駐輪場の利用について》

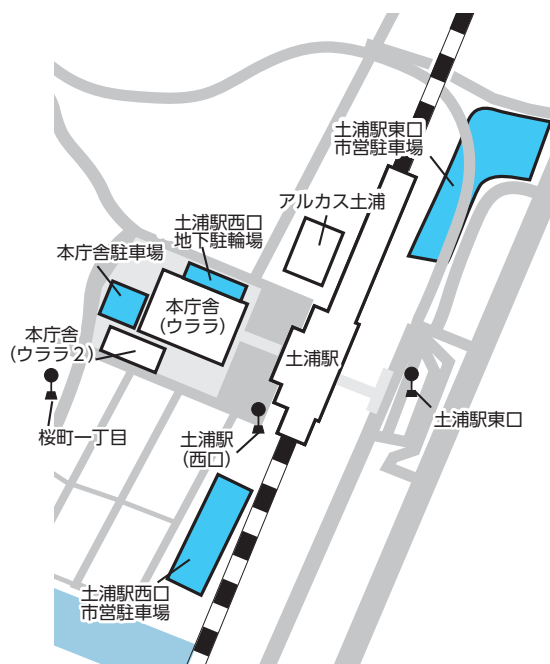
自家用車などで来庁する方は、本庁舎駐車場(旧ウララパーキング)、土浦駅東口市営駐車場、土浦駅西口市営駐車場および土浦駅西口地下駐輪場をご利用ください。各種申請、相談などにかかった時間を無料にしますので、駐車券を利用する窓口にお持ちください。指定以外の駐車場を利用された場合は無料にできませんので、ご注意ください。また、営業などで来庁した場合も無料になりません。

なお、駐車場は高さと重量の制限(車高2.1m以下、総重量2.5t以下)がありますので、ご注意ください。制限を超える車両で来庁する方は、土浦駅東口市営駐車場の平面部分に駐車してください。

《公共交通機関を利用する方へ》

バスを利用する方は土浦駅(西口)、桜町一丁目または土浦駅東口で下車。

電車を利用する方は土浦駅で下車し、西口方面へ。



機構改革にともない、各種手続きなどの担当部署が変わります

固本庁舎ウララビル・ウララ2ビルの部署(☎826-1111)
健康増進課(土浦市保健センター内 ☎826-3471)

4月からの機構改革にともない、各種手続きや相談の窓口が変更となります。建物やフロアが変更となっている窓口もありますので、ご注意ください。

※場所の表記がない部署は、本庁舎ウララビルの部署です。8ページのフロア図をご覧ください。

手続きの内容	現行の担当部署	4月からの担当部署・問い合わせ先	
予防接種予診票の交付	健康増進課 母子保健係 (土浦市保健センター)	健康増進課 管理係 (土浦市保健センター)	☎826-3471
予防接種償還払い申請			
マタニティタクシー利用券の交付申請	こども相談課 少子化対策室	こども政策課 こども企画係	☎内線2281
結婚新生活支援事業補助金の申請			
児童手当の手続き	こども福祉課 児童福祉係	こども政策課 児童福祉係	☎内線2304
児童扶養手当の手続き			
特別児童扶養手当の手続き	障害福祉課 障害対策係	こども政策課 児童福祉係	☎内線2304
子どもの学習支援事業	社会福祉課 保護第一・二係	こども政策課 児童福祉係	☎内線2304
いばらきKids Clubカードの交付申請	こども相談課 少子化対策室	こども政策課 児童福祉係	☎内線2304
家庭児童相談	こども相談課 相談支援係	こども包括支援課 こども相談係	☎内線2393
産後ケアの申請	こども相談課 少子化対策室	こども包括支援課 母子保健係	☎内線2514
妊娠届出・母子健康手帳交付	こども相談課 少子化対策室 健康増進課 母子保健係 (土浦市保健センター)	こども包括支援課 母子保健係 ※手続きは引き続き、土浦市保健センターや支所・出張所でも行えます。	☎内線2513
養育医療給付の申請	健康増進課 母子保健係 (土浦市保健センター)	こども包括支援課 母子保健係 (本庁舎ウララビル 1階)	☎内線2513
特定不妊治療費助成の申請			
妊産婦健診・新生児聴覚検査費助成(償還払い申請)			
保育所の入所申請	こども福祉課 保育係 (本庁舎ウララビル 1階)	保育課 保育係 (本庁舎ウララ2ビル 8階)	☎内線2418
児童クラブに関する手続き・問い合わせなど	文化生涯学習課 青少年係 (本庁舎ウララ2ビル 7階)	保育課 放課後児童係 (本庁舎ウララ2ビル 8階)	☎内線5173
立地適正化計画の届出	都市計画課 まちづくり推進室	都市計画課 計画係	☎内線2361
区画整理に関する各種申請	都市計画課 計画係	都市整備課 まちづくり推進室	☎内線2266
中央一丁目駐車場の使用許可			
りんりんポートの使用許可	都市計画課 まちづくり推進室	都市整備課 まちづくり推進室	☎内線2266
まちなか定住補助の申請			
街路整備事業に関する問い合わせなど	公園街路課 街路係	道路建設課 工務係	☎内線2357

地域コミュニティ活動の 活性化のために

閭市民協働室(☎826-1111 内線2456)

3つの町内会(中村南一丁目町内会・木田余町内会・まりやま新町自治会)が、令和2年度コミュニティ助成(宝くじ助成)を受けて、山車の修繕・神輿の新調・放送設備の更新など、地域コミュニティ活動のための備品整備をそれぞれ行いました。



中村南一丁目町内会の山車

宝くじ助成は、宝くじの普及および広報を目的として、コミュニティ活動に必要な設備や備品を整備するために助成しているものです。今回の助成によって、今後、より活発な地域コミュニティ活動が期待できます。

地域安全情報 No.100

閭生活安全課(☎826-1111 内線2490)

4月6日(火)～15日(木) 令和3年春の全国交通安全運動

この運動は、広く国民に交通安全思想の普及・浸透させ、交通ルールの順守と正しい交通マナーの実践を習慣づけるとともに、皆さん自身による道路交通環境の改善に向けた取り組みを推進することにより、交通事故防止の徹底を図ることを目的としています。

運動の重点

- ①子どもと高齢者をはじめとする歩行者の安全の確保
- ②自転車の安全利用の推進
- ③歩行者などの保護をはじめとする安全運転意識の向上
- 4月10日(土)は交通事故死ゼロを目指す日です。一人ひとりが交通ルールを守り、交通事故を無くしましょう。

二セ電話詐欺に注意しましょう

「保険料が戻る」、「手続きのために銀行名、口座番号を教えてください」などの電話が増えています。それらの電話は詐欺ですので、聞かれても絶対に答えないでください。後日、強盗被害に遭う可能性があるため、預金額なども答えないようにしましょう。

不審な電話があった際は、茨城県警二セ電話詐欺対策室(☎029-301-0074)または土浦警察署(☎821-0110)まで通報してください。

土浦桜まつり2021

土浦のさくら～今年は静かに桜の魅力を～

3月20日(土)～4月11日(日)

閭土浦桜まつり実行委員会事務局(土浦市観光協会内 ☎824-2810)

★ライトアップ・提灯祭り

亀城公園周辺および桜川堤(桜町四丁目～生田町)、新川堤(城北町)の桜を幻想的に照らし出します。

時間/午後5時～9時

★桜川堤(千束町～生田町)歩行者天国

日時/3月27日(土)、28日(日)、4月3日(土)、4日(日)

午前9時～午後3時(雨天中止)

※桜川河川敷(田中三丁目、桜川保育所が入り口)を、午前9時から午後3時まで臨時駐車場として開放します。

★土浦さくら花火

新型コロナウイルス感染症の1日も早い終息を祈り、市民の皆さんに元気をお届けするために花火を打ち上げます。

日時/4月3日(土) 午後7時から数分間(天候により翌日に順延)

場所/桜の名所3か所(3密を避けるため、打ち上げ場所は非公表とします。)



亀城公園の桜



桜川堤の桜

観光協会ホームページでは、市内の桜の名所を紹介しています。散歩・サイクリングをしながら桜を楽しんでみませんか。





4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)	19日(月)	10:30~11:00	お誕生会
	22日(木)	10:30~11:00	からだであそぼう
	30日(金)	10:30~10:50	ベビーおはなし会
ポプラ児童館 (☎841-3212)	12日(月)、26日(月)	10:30~11:00	ポプラdeリトミック
	19日(月)	10:30~11:00	楽しくA・B・C
	20日(火)	10:30~11:00	おはなしひろば(4月誕生児紹介)
新治児童館 (☎862-4403)	9日(金)	10:30~11:00	ゲームデー
	23日(金)	10:30~11:00	お誕生会
	26日(月)	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3月22日(月) 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だ さい。	月~金曜日※	9:30~16:30	お部屋開放
	9日(金)	10:00~11:30	簡単こいのぼり作り 場三中地区公民館
	12日(月)	10:00~11:30	簡単こいのぼり作り 場一中地区公民館
	13日(火)	10:00~11:30	簡単こいのぼり作り 場四中地区公民館
	14日(水)	10:00~11:30	簡単こいのぼり作り 場六中地区公民館
	15日(木)	10:00~11:30	簡単こいのぼり作り 場二中地区公民館
	16日(金)	10:00~11:30	簡単こいのぼり作り 場都和公民館
	20日(火)	10:00~11:30	簡単こいのぼり作り 場神立地区コミュニティセンター
	21日(水)	10:00~11:30	赤ちゃんのこいのぼり制作 場二中地区公民館
	22日(木)	10:00~11:30	赤ちゃんのこいのぼり制作 場三中地区公民館
	23日(金)	10:00~11:30	広いお部屋で遊ぼう! 場新治地区公民館
	月~金曜日※	10:00~15:00	保育所開放
ありんこクラブ (☎841-0463) 予約受付は3月18日(木) 9:00から	8日(木)、9日(金)	10:00~11:00	花の種を植えよう
	15日(木)、16日(金)	10:00~12:00	こいのぼり制作
	26日(月)、28日(水)	10:00~12:00	ハートの小物入れ作り
	13日(火)、20日(火)、 27日(火)	10:00~12:00	親子ヨガ
	月~金曜日※	8:30~13:30	園庭開放
白鳥保育園 (☎831-2590) 予約受付は前日16:00まで	月~水、金曜日	8:30~13:30	スペース開放
	1日(木)	10:00~11:00	新聞紙遊び
	8日(木)	10:00~11:00	大きな紙に絵を描こう
	15日(木)	10:00~11:00	運動遊びと身体測定
	22日(木)	10:00~11:00	親子制作
	27日(火)	10:00~11:00	園庭散歩と虫探し(雨天時:粘土遊び)
	月~金曜日※	9:00~16:00	園庭・お部屋開放
ひまわり (☎843-1117) 予約受付は3月19日(金) 9:30から	8日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール 場三中地区公民館
	9日(金)	10:00~12:00	公園であそぼう 場霞ヶ浦総合公園
	12日(月)、13日(火)	10:00~10:50 11:00~11:50	0歳ひろば
	15日(木)	10:00~12:00	親子ビクス 場六中地区公民館
	16日(金)	10:00~10:50 11:00~11:50	お誕生会
	19日(月)、20日(火)	10:00~10:50 11:00~11:50	1歳ひろば
	22日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール 場四中地区公民館
	26日(月)	10:00~10:50 11:00~11:50	2歳児以上ひろば
	27日(火)	10:00~12:00	公園であそぼう 場乙戸沼公園
	28日(水)	10:00~12:00	マタニティサロン「おしゃれマスクデコ」

※祝日を除く

4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 2021 April

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	

■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】 5日 10:00～20:00

分館【火～日曜日】 10:00～17:00

新生活にむけて

春は何かを始めるのに最適な季節です。進学や就職する方など、4月から環境が新しく変わる方も多いのではないのでしょうか。

今月は、新生活を迎える方に役立つ本を紹介します。

【生活力をつけよう】

ひとり料理超入門 (千葉道子／著)

自分らしく暮らす部屋作りのアイデア帳 (MdN編集部／編)

お金のしくみを知りかしこく扱う方法

(ジェーン・ビンハム、ホリー・バシー／著 小寺敦子／訳)

【新しいことにLet's Try!】

世界一やさしい「やりたいこと」のを見つけ方 (八木仁平／著)

今日から始めるコツコツのコツ (コツコツブック制作委員会／編)

資格取り方選び方全ガイド (高橋書店編集部／編)

図書館では、この他にも新生活を楽しむためのヒントが見つかる本を所蔵していますので、ぜひご活用ください。

今月のおすすめ本



桃太郎のきびだんごは経費で落ちるのか? (財政)

きびだんごは経費になるのか? 竜宮城にいるあいだ、税金を滞納するとどうなる…? 桃太郎や浦島太郎など、思わぬ事態に右往左往する昔話の登場人物たちの姿を見守るうちに、自然と税金の知識が身につく本。

(高橋 創、井上マサキ／著)



はじまりの24時間書店(外国の小説)

1969年、大学図書館員の青年ペナンブラがサンフランシスコを訪れた。数百年ものあいだ行方不明の貴重な書物を見つけ出す使命を帯びて。街中をさまよった末、彼は真夜中に一軒の小さな書店「24時間書店」に行き着き…。

(ロビン・スローン／著、島村浩子／訳)

先月の
人気図書



推し、燃ゆ(小説)

ままならない人生を引きずり、祈るようにアイドル上野真幸を推すあかり。ある日、真幸がファンを殴って炎上し…。

(宇佐見りん／著)

4月のおはなし会

おはなし会(2階 おはなしのへや)

■4月11日(日)、17日(土)、25日(日)
午前11時から

4月18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)

■4月17日(土) 午前11時から

◎日時とは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

サツマイモ大図鑑

(大木邦彦／文・構成、大竹道茂／監修)

絶景のふしぎ100 (佐野 充／監修)

オニタロウ

(こさかまさみ／文、北村 人／絵)

ごちそうたべにきてください

(しもかわらゆみ／絵、茂市久美子／作)

せかいでさいしょにズボンをはいた女の子

(キース・ネグレー／作、石井睦美／訳)

今月の展示棚

テーマ「種をまこう」

春は植物を育て始めるのに、最適な季節です。

畑や庭がなくても大丈夫。一粒の種と植木鉢で始めてみませんか。ガーデニング初心者の方、そしてベテランの方にも、おすすめの本を集めてみましたので、ぜひご活用ください。

4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	14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	15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こと(行政書士) ※予約制
総合労働相談	9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	7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	21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)
心配ごと相談	第1・第3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	こども包括支援課	(☎826-1111)	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、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)	交通事故に関すること(県委嘱相談員、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)
女性の ための	フェミニスト相談	毎週火曜日	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
		10日(土)			
	一般相談	9日(金)、23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

進めよう！ 男女共同参画

問 男女共同参画室(☎827・1107)

SDGs ジェンダー平等を実現しよう



2015年9月国連サミットでSDGs(持続可能な開発目標)が採択されました。すべての人々にとってよりよい、持続可能な将来を築くために、「誰一人取り残さない」をスローガンとして、貧困、教育、ジェンダー、環境など私たちの暮らしのなかで直面する課題の解決を目指すものです。SDGsでは、17の目標を設定し、2030年までにそれらの目標を達成するため、さまざまな取り組みが行われています。17の目標の5番目に「ジェンダー平等」があります。ジェンダー平等の実現は、全ての目標達成に欠かせない基礎的で重要な課題の一つです。

ジェンダー平等とは

家庭や職場、地域などあらゆる場面において、性別による偏見や不平等のない社会を目指していくことです。女性を取り巻く環境、解決すべき課題の背景にはジェンダー(社会的・文化的につくられる性別)に基づく偏見や不平等があるといわれています。

ジェンダー平等を実現するためには

■意思決定・方針決定過程への女性の参画

日本では、政治・経済分野への女性の関わる割合が低いです。社会のあらゆる分野に男女が対等な関係で参画することが、ジェンダー平等を実現するために大切なことです。

■無償ケア労働の負担軽減

家事・育児・介護などの無償ケア労働の担当状況については、まだ女性の割合が多く占めている状況です。それぞれの家庭のベストな家事・育児の分担を話し合い、見つめ直してみましよう。

■女性に対する暴力の根絶

配偶者やパートナー、恋人からの暴力は重大な人権侵害であり、被害を受けた人の心と身体の健康に弊害をおよぼすことになりかねません。近年では、若年者における交際相手からの暴力も深刻化しており、子どもの頃からの暴力防止教育が大切です。

健康相談・栄養相談

新型コロナウイルス感染症の流行で、自粛生活が続くなか、自身や家族の健康や食事のことで気になることはありませんか。

市では、保健師・管理栄養士による個別相談を行っています。子どもから高齢者まで、幅広い世代の方を対象にしています。電話による相談も行っていますので、気軽にお問い合わせください。

日時／健康相談…第1水曜日 午前9時～11時30分

栄養相談…第2火曜日 午後1時～4時10分

※祝日の場合、日時が変更になります。詳しい日時は、毎月の健康相談のページをご覧ください。

※相談時間は一人30分程度です。

場所／土浦市保健センター

申込方法／電話で

B型肝炎予防接種

対象年齢／1歳未満

接種回数／3回

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)

※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、保健センターで再交付の手続きをしてください。

新型コロナウイルス感染症に関する検査費用の一部助成

新型コロナウイルスに感染した際に重症化するリスクの高い高齢者や基礎疾患のある方で、無症状の方に対し、本人の希望で検査を行う場合、検査費用を一部助成しています。

今年度市に申し込みをし、受診券をお持ちの方で、まだ医療機関を受診されていない方は、有効期限が年度末となっていますので、協力医療機関に事前申し込みのうえ、早めにご利用ください。

対象者など、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。

有効期限／3月31日(水)まで



4月の献血

日時／4月9日(金)、18日(日)

10:15～11:45

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

電動歯ブラシについて

土浦市歯科医師会
海老原康晴(海老原歯科医院)

食べたい物を自分の歯でしっかり咀嚼^{そしゃく}しておいしさを味わいながら食事することは人生の幸せのひとつだと言えるでしょう。

自分の歯で生涯食事をするためには、毎日の歯磨きが大変重要です。ただ時間をかけて磨くのではなく、自分の口腔内の特徴や歯垢^{しこう}のつきやすい箇所を歯科医師から説明を受け、一人ひとりに適したブラッシング方法を提案してもらい実践することが、効率良く磨くための第一歩であると思われます。自分に適したブラッシング法を習得することが基本となりますが、なかなかブラッシングに時間をかけられない場合や、長年の磨き癖が改善できない場合、自分でブラッシングができず補助や介助が必要な場合などには、電動歯ブラシの選択もあります。

電動歯ブラシには、①高速運動歯ブラシ、②音波歯ブラシ、③超音波歯ブラシなどの種類があります。現

在は、音波歯ブラシが多く使用されています。音波歯ブラシのなかでもそれぞれ特徴があり、振動による感触も好みも個人差があるので、まずはかかりつけの歯科医師に相談して、自分のニーズに合う物を選んで使っていただくと良いでしょう。どの機種を選んでも、磨くときは鏡で歯ブラシが当たる位置を確認しながら歯一本一本の頬側、咬合面、舌側に歯ブラシを当てることを意識してください。音波歯ブラシで磨くと、通常の手指によるブラッシングとは違うスッキリした感覚になります。ただ、歯間部や歯と歯肉の境目などは汚れが取れにくい場合もあり、デンタルフロスや歯間ブラシを使用して補っていくと歯垢除去率はさらに上がります。このように、電動歯ブラシを上手に取り入れながらご自身の生活習慣に合ったブラッシング方法で口腔環境を整え、健康で元気に歳を重ねていきましょう。

4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)	7日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	13日(火)	13:00~16:10	
こころの相談(予約制)	6日(火)	13:00~15:00	障害福祉課(☎内線2470)
高齢者健康相談	8日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	22日(木)		うらら(☎827-0050)

●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	令和 2 年12月生まれ	14日(水)、15日(木)	土浦市保健センター (☎826-3471)	
1 歳 6 か月児健康診査	令和元年 9 月生まれ	7 日(水)、 8 日(木)		
3 歳児健康診査	平成30年 1 月生まれ	21日(水)、22日(木)		
マタニティ教室(予約制)	集団クラス	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	13日(火)		14:00
		15:00		
		16:00		
身体計測・育児相談(予 約制)	1 か月～1 歳 6 か月児	26日(月)		10:20～11:40
		13:20～14:40		
2 歳児育児相談(予約制)	2 歳児とその保護者	9 日(金)	13:30～15:30	
2 歳児歯科健康診査		集団での実施を中止しています。対象児には2 歳 3 か月になる月 に協力医療機関で利用できる受診票を送付していますので、医療 機関で受診してください。		

※集団で行う10か月育児相談は現在中止しています。身体計測や育児相談を希望の場合は、上記の身体計測・育児相談をご利用ください。

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。

4月	内 科	外 科	歯 科
4日(日)	萩原クリニック ☎832-2111 神立中央五丁目	野上病院 ☎822-0145 東崎町	稲葉歯科医院 ☎841-5508 烏山三丁目
11日(日)	木戸医院 ☎841-1753 乙戸南三丁目	県南病院 ☎841-1148 中	伊藤歯科医院 ☎834-2440 乙戸
18日(日)	高野医院 ☎841-0154 荒川沖西二丁目	野上病院 ☎822-0145 東崎町	幸デンタルクリニック ☎862-2360 沢辺
25日(日)	鈴木クリニック ☎841-7711 中荒川沖町	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	ちゃぞの歯科医院 ☎832-3600 神立中央五丁目
29日(木)	松本内科医院 ☎843-1211 中村東三丁目	岡田整形外科クリニック ☎825-3377 木田余	中島歯科医院 ☎821-8383 中央二丁目

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

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。

市役所 至土浦駅 霞ヶ浦
土浦橋 銭亀橋 桜川 勾橋 桜川橋 水郷橋
下高津二 県営ひばり団地 富士崎町 小松坂下 至阿見
国道354号 医療センター入口 保健所 年金事務所