

INFORMATION

情報ひろば

- 日 日時・日程
- 場 会場
- 対 対象者
- 講 講師
- 内 内容
- 定 定員
- 持 持ち物
- 料 料金・受講料
- 申 申込方法
- 締 締め切り
- 問 問い合わせ
- 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▶



結婚相談会

日 9月12日(日) 午後1時30分
～4時(受け付けは午後3時まで)

場 男女共同参画センター 研修室3

講 エンゼルプラン土浦C・L OVE

持 写真2枚(別カットのもの)
問 ことも政策課(☎内線2281)

ウォーキング大会

日 9月11日(土) 午前10時～正午

場 集合／三中地区公民館

内 乙戸菜園と水辺周遊コース(約4km)

日 9月1日(水)

町中の知らないみちも訪ねてみよう

日 10月2日(土) 午前10時～正午

場 集合／四中地区公民館

内 小松坂元気アップコース(約4.5km)

日 9月22日(水)

定 各20人(先着順)
持 飲み物、健康保険証
申 電話で
※元気アップ！りいばらきポイント対象事業です。

問 健康増進課(☎826・3471)

市民ギャラリーで作品を展示してみませんか

令和4年4月5日から10月2日までの利用者を募集します。

日 9月1日(水)

申 個人・団体の登録を行い、

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



利用希望申請書を直接 ※応募者多数の場合は、調整・抽選となります。

日 9月1日(水)～15日(水)

申 利用希望申請書を直接(先着順)

問 受付期間／10月1日(金)から土浦市民ギャラリー(☎846・2950)

離婚時の年金分割制度

離婚した場合、婚姻期間中の厚生年金を分割して、それぞれ自分の年金とすることができます。離婚後2年以内の手続きが必要となりますので、早めにご相談ください。

問 土浦年金事務所(☎825・1170)

納税課からのお知らせ

- 8月の納税(納期限: 8月31日(火))
市・県民税(2期)、国民健康保険税(2期)、介護保険料(2期)、後期高齢者医療保険料(2期)
- 8月の休日納税・休日納税相談
- ☐8月29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)
- ※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

- ☐貸出期間/9月21日(火)～30日(木)の平日 午前9時～午後5時
- 申込日/9月13日(月)、14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、10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)

9月の無料年金相談

- 常陽銀行土浦支店
- 9月14日(火) 午前10時～午後3時
- 9月18日(土) 午前10時～午後4時 (☎822-3216)
- ※詳しくは、金融機関へお問い合わせください。

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

- ☐8月27日(金)～9月2日(木)
午前8時30分～午後7時
(土・日曜日は午前10時～午後5時)

内法務局職員・人権擁護委員による、いじめや児童虐待などについての電話相談

- 相談ダイヤル
- ☎0120・007・1110
- 問水戸地方法務局(☎029・227・9919)

日商簿記検定3級受験対策講座

- ☐9月11日(土)、18日(土)、26日(日)、10月9日(土)、16日(土)

午前9時30分～正午(全5回)

場土浦商工会議所(中央二丁目) 講筑波保育経理専門学校教員

定30人(先着順)

¥6000円(教材費含む)

☒9月3日(金)

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

問土浦商工会議所(☎822・0391)

海上保安大学校学生採用試験

☐第一試験日/10月30日(土)、31日(日)

申ホームページから

☒8月26日(木)～9月6日(月)

(受信有効)

※受験資格や申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

問茨城海上保安部(☎029・263・4118)

市政のお知らせ

information

令和3年成人式を開催します

問生涯学習課(☎内線5114)



日時/9月19日(日)

【第1部】一中、二中、五中、都和中、新治地区
午前11時から(受け付けは午前10時から)

【第2部】三中、四中、六中地区
午後2時から(受け付けは午後1時から)

場所/クラフトシビックホール土浦

対象者/平成12年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方

持ち物/案内状(入場券)

※令和2年11月1日時点で市内に住民登録のあった方に、8月上旬に案内状を送付しています。

手続き/「いばらき電子申請・届出サービス」から事前登録▶

※市外に住民登録がある方も出席できます。
※事前登録および当日の受け付けが必要です。



令和4年成人式は、令和4年1月9日(日)に開催を予定しています。

広告

広告

市政のお知らせ information

第3回土浦市地域公共交通活性化協議会を開催します

☎交通政策室 (☎内線2370)

日時／8月25日(水) 午後1時から(受け付けは午後0時30分から)

場所／土浦市社会福祉センター 講義講習室(ウララ2ビル 4階)

内容／地域公共交通計画について ほか

傍聴定員／10人(先着順)

市政のお知らせ information

土浦市営斎場の指定管理者を募集します

☎環境衛生課 (☎内線2459)



指定期間／令和4年4月1日～令和9年3月31日

業務内容／火葬、施設の利用許可および維持管理など
応募資格／火葬業務を中心とした管理運営能力があり、その実績がある法人その他の団体

募集要項配布期間／8月26日(木)まで

受付期間／9月13日(月)～17日(金)

※応募方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

市政のお知らせ information

マイナンバーカードの受け取りはお早めに

☎市民課 (☎内線2605)

令和3年4月末日までにマイナンバーカードを申請された方は、マイナポイントの付与対象となります。カードの受け取り後、マイナポイントの申し込みを行い、対象のキャッシュレス決済でチャージまたは買い物をすると、上限5000円分のポイントを受け取ることができます。

交付通知書(はがき)が届いている方は、早めにマイナンバーカードをお受け取りください。

◎市民課(本庁舎1階)

平日…午前8時30分～午後5時15分(木曜日のみ午後7時まで)

日曜…午前9時～午後4時(第3土曜日に続く日曜日を除く)

◎支所・出張所

事前の電話予約が必要です。受け取り希望日の1週間前までに、市民課へご連絡ください。

市政のお知らせ information

平地林や里山林の整備事業の要望を受け付けます

☎農林水産課 (☎内線2711)

市では、森林・湖沼・河川の環境保全に資する施策の推進を図るために導入された、県の森林湖沼環境税を活用して、手入れの行き届かない平地林や里山林を整備する「身近なみどり整備推進事業」を実施しています。

対象／おおむね0.3ha以上の森林

内容／森林の下刈、除間伐、枝打ちなどの整備

※面積に応じて事業費の上限があります。

受付期間／8月23日(月)～9月10日(金)

※実施に際しては、10年間の維持管理、保全、森林以外への転用禁止などの遵守が条件となります。

申込方法／事前に電話をしてから、直接

※事業の実施は、要望の状況、予算などを考慮して決定します。詳しくはお問い合わせください。

広告

広告



SNSへの写真投稿企画 #キテトル土浦キャンペーン vol.1 ～蓮(HASU)マッチョ～



岡シティプロモーション室(☎内線2323)

土浦に来て(キテ)、市内の様々な地域資源を撮影し(トル)、SNSに投稿してもらうことで土浦の魅力を全国に発信する「#キテトル土浦キャンペーン」を開催します。

第1弾のテーマは「蓮マッチョ」。自慢の筋肉と土浦ならではの風景を、自転車と共に魅せる写真を撮影して、Instagramへ投稿してみませんか。

投稿された方の中から、抽選で10人に素敵なプレゼントが当たります。たくさんの投稿をお待ちしています。

応募期間／9月1日(水)～30日(木)

投稿方法／

- ①土浦市内で、次の3つが入った写真を撮影する！
 - ・土浦ならではの場所(コト・モノ)
 - ・自慢の筋肉またはマッスルポーズ
 - ・自転車
- ②土浦市公式Instagram「tsuchiura_city」▶をフォロー&いいね！
- ③「#キテトル土浦」、「#蓮マッチョ土浦」をつけてInstagramへ投稿！



土浦市社会福祉協議会 職員募集

岡土浦市社会福祉協議会

(〒300-0036 大和町9-2 ☎821-5995)

【令和4年4月1日採用予定】

職 種	採用予定人数	受験資格
社会福祉士	若干名	昭和56年4月2日以降に生まれた方で、社会福祉士資格取得者または令和3年度国家試験により取得見込みの方
保健師	2名程度	昭和56年4月2日以降に生まれた方で、保健師資格取得者または令和3年度国家試験により取得見込みの方
主任介護支援専門員	若干名	主任介護支援専門員資格取得者、または令和4年3月31日までに取得見込みの方(年齢不問。ただし、就業規程により定年は60歳となります。)
介護支援専門員	若干名	昭和56年4月2日以降に生まれた方で、介護支援専門員資格取得者または令和4年3月31日までに取得見込みの方
介護福祉士	若干名	昭和61年4月2日以降に生まれた方で、介護福祉士資格取得者または令和3年度国家試験により取得見込みの方

第1次試験／10月17日(日)

試験会場／土浦市総合福祉会館4階

受付期間／8月25日(水)～9月30日(木)(消印有効)

申込方法／所定の申込書を郵送または直接

※申込書は、社会福祉協議会で受け取るか、郵送で請求する、またはホームページからダウンロードしてください。

※申込書を郵送で請求するときは、封筒の表に「採用試験申込書請求」と朱書きし、84円切手を貼った宛先明記の返信用封筒(長形3号)を必ず同封してください。

※試験内容、法人説明会など、詳しくはホームページをご覧ください。



告 告

市立博物館テーマ展 災害の記憶をたどる 9月4日(土)～10月10日(日)

先人たちの地震や洪水への対応、「病魔退散」への祈りや行動などを、博物館に収蔵する古文書や日記、民俗資料などを通して振り返ります。

市立博物館 ☎824-2928

◆展示構成

- I 土浦地域の自然災害
- II 洪水に立ち向かう
- III はやり病から命を守る
- IV 災害の記憶を後世へ



昭和13年の洪水絵葉書「土浦駅前通り」(当館所蔵)

参考コーナー 水難救助用品などの展示

◆オンライン展示解説

テーマ展の見どころを、博物館ホームページと市ツイッターで公開します。

日時／9月11日(土)、19日(日) 午前10時から



◇市立図書館連携企画

災害関連図書コーナーを設置します。

期間／9月4日(土)～10月10日(日)

場所／市立図書館(アルカス土浦)
3階 地域資料エリア

【会期中の休館日】

◆市立博物館…

月曜日、9月21日(火)、24日(金)

◇市立図書館…

9月13日(月)、27日(月)



沼尻重権「鐘馗図」(個人所蔵)

水郷体育館 第2期 スポーツプログラム

市立水郷体育館 ☎823-4811
〒300-0835 大岩田1051)

- ①往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望プログラムを記入して郵送、または郵便はがきを窓口へ持参
※月曜休館。はがき1枚につき1教室の申し込み(連名は不可)
- ②8月20日(金)～9月20日(月)(必着)
※定員を超えたときは抽選。また、申し込み少数の場合は中止となる場合があります。

曜日	講座名	対象	時間	日程	回数	定員	受講料
火	ピラティス	一般男女	9:50～10:40	10/5～3/8	18	25人	9000円
	ゆるほぐしヨガ	一般男女	10:30～11:20	10/5～3/15	18	25人	9000円
	エアロビクス 午前	一般男女	11:00～11:50	10/5～3/8	18	25人	9000円
	バランスボール&ストレッチ	一般男女	13:30～14:20	10/5～3/8	18	25人	9000円
	エアロビクス 夜間	一般男女	18:50～19:40	10/5～3/8	18	25人	9000円
	やさしく楽しくからだ調整!	一般男女	19:30～20:20	10/5～3/8	18	25人	8000円
	タイ式ヒーリングエクササイズ ルーシーダットン	一般男女	20:05～20:50	10/5～3/8	16	25人	8000円
水	からだバー®エクササイズ	一般男女	9:20～10:10	10/13～3/16	18	20人	9000円
	骨盤調整ストレッチ	一般男女	10:30～11:20	10/13～3/16	18	20人	10800円
	姿勢改善バランスボール	一般男女	11:40～12:30	10/13～3/16	18	25人	9000円
	ジョイフルダンス	一般男女	12:50～13:40	10/13～3/9	12	25人	7200円
	やさしいヨガ	一般男女	14:00～14:50	10/13～3/16	18	25人	9000円
	体幹メソッド・Yoga A	一般男女	18:40～19:30	10/13～3/9	18	25人	9000円
	体幹メソッド・Yoga B	一般男女	19:50～20:40	10/13～3/9	18	25人	9000円
木	ペルビック・ストレッチ	一般男女	10:00～10:50	10/14～3/17	19	15人	13300円
	ストレッチ&ヨガ	一般男女	11:10～12:00	10/14～3/17	19	25人	9500円
	キッズフラダンス	女子(4～13歳)	18:00～18:45	10/14～3/10	8	25人	6000円
	太極舞	一般男女	18:40～19:30	10/14～3/10	16	25人	8000円
	のびのびヨガ	一般男女	19:50～20:40	10/14～3/10	16	25人	8000円
	ハワイアン・フラ 夜間	一般男女	20:00～20:50	10/7～3/17	20	25人	10000円
	姿勢矯正・うしろ姿美人	一般男女	9:20～10:10	10/1～3/18	19	25人	9500円
金	体幹メソッド・Yoga C	一般男女	10:30～11:20	10/1～3/18	19	25人	9500円
	美骨盤!調整ダンス	一般男女	11:50～12:40	10/15～3/11	16	25人	12000円
	夜ヨガ	一般男女	19:30～20:20	10/1～3/18	19	25人	9500円
	体幹メソッド・Yoga D	一般男女	19:30～20:20	10/1～3/18	19	25人	9500円
土	ハワイアン・フラ 午前	一般男女	10:00～10:50	10/2～3/19	20	25人	10000円
	リラックスヨガ	一般男女	19:00～19:50	10/9～3/19	16	25人	8000円
日	ベリーダンス	一般女子	11:00～11:50	10/10～3/20	16	20人	12800円

勤労青少年ホーム 後期講座

問勤労青少年ホーム(☎822-7921)

☑市内在住または在勤の35歳以下の方を優先

☑電話または直接(月曜・祝日休館、火～金曜日は午後1時～9時、土・日曜日は午前9時～午後5時の受け付け)

☑9月12日(日)

※申込人数が定員の半数未満の場合は、中止となることがあります。

曜日	講座名	講師	時間	日程	回数	定員	教材費
火	やさしい手編	稲葉幸子	18:30~20:30	10/5~3/29	17	6人	1000円
水	ピラティス&ヨガ	普入圭実子	18:30~20:00	10/6~3/23	17	11人	3000円
	茶道	奥村征子	18:30~20:30	10/6~3/23	17	6人	8000円
木	書道	柴沼秀風	18:30~20:00	10/7~3/17	12	11人	—
	着付	桜井定子	18:30~20:30	10/7~3/17	17	6人	5000円
	料理	谷村貴子	18:30~20:30	10/14~3/17	15	12人	15000円
	骨盤・姿勢調整エクササイズ	嶽本伸敏	19:00~20:00	10/7~12/16	6	11人	—
金	リラックス・ヨガ	横瀬怜子	18:30~19:30	10/8~3/25	12	11人	500円
	フラワーアレンジメント	長田登志子	19:00~20:30	10/8~3/25	17	12人	20000円
土	ZUMBA(ズンバ)	大塚 潤	10:30~11:30	10/9~3/12	17	30人	—
	ピラティス&ヨガ	普入圭実子	10:30~12:00	10/9~3/26	17	11人	3000円
	やさしい英会話	マリア・クリスティナ	13:00~14:30	10/9~3/12	15	11人	—
	英会話*	マリア・クリスティナ	13:00~14:30 14:45~16:15	10/9~3/12	18	11人	—
	やさしいバレエ	普入圭実子	15:30~17:00	10/9~3/26	17	11人	4000円
日	ゆるゆるYOGA	渡辺由美子	11:00~12:00	10/3~3/20	17	11人	—

※日によって開催時間が異なります。

ワークヒル土浦 第3期講座

問ワークヒル土浦(☎826-2622)

〒300-0027 木田余東台四丁目1-1)

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

※月曜休館。はがき1枚につき1講座の申し込み(連名は不可)

※親子の講座は子どもの氏名(ふりがな)、年齢も記入

☑9月20日(月)(必着)

※定員を超えたときは抽選。なお、申し込み少数のときは中止となることがあります。

曜日	講座名	対象	時間	日程	回数	定員	受講料	
火	らくらくシニア体操	一般男女	10:00~11:00	10/5~12/14	10	25人	5200円	
	カラダすっきり!ストレッチヨガ	一般男女	11:30~12:30	10/5~12/14	10	30人	5200円	
	美 body kick exercise	一般男女	13:30~14:30	10/5~12/14	10	25人	5200円	
	コンシャスヨーガ&自力整体	一般男女	15:45~17:00	10/5~12/14	10	30人	5200円	
	やわらか体幹エクササイズ	一般男女	20:00~21:00	10/5~12/14	10	25人	5200円	
水	エアロビクス水曜	一般男女	10:00~11:00	10/6~12/15	10	25人	5200円	
	よちよちわんぱく親子ビクス	1歳以上の 未就園児と保護者	11:30~12:30	10/6~12/15	8	10組20人	4100円	
	パンチ&キックエクササイズ	一般男女	18:40~19:40	10/6~12/15	10	25人	5200円	
	ZUMBA③* ~ラテン音楽+ダンスエクササイズ~	一般男女	20:00~21:00	10/6~12/8	5	25人	2600円	
金	ZUMBA⑥* ~ラテン音楽+ダンスエクササイズ~	一般男女	20:00~21:00	10/13~12/15	5	25人	2600円	
	ひさしぶりのピアノ	一般男女	9:50~10:50	10/15~12/17	10	10人	10500円	
	はじめてのピアノ(初心者)	一般男女	11:00~12:00	10/15~12/17	10	10人	10500円	
	赤ちゃん親子ビクス	0歳児と保護者	11:45~12:45	10/15~12/3	8	10組20人	4100円	
	趣味で楽しむピアノ	一般男女	14:00~15:00	10/15~12/17	10	10人	10500円	
	チビっ子体操	未就学児(4~6歳)	16:30~17:30	10/15~12/17	10	12人	10500円	
	すっきり爽快エアロ	一般男女	18:50~19:50	10/15~12/17	10	25人	5200円	
	キャンドルヨガ	一般男女	20:00~21:00	10/15~12/17	10	30人	5200円	
	日	ステップエクササイズ&ストレッチ	一般男女	18:00~18:50	10/17~12/12	8	25人	4100円
		ウィークエンドヨガ ~デトックス+リフレッシュ~	一般男女	19:00~19:50	10/17~12/12	8	30人	4100円

※ZUMBAの申し込みは、③・⑥いずれか一方のみ

飲酒運転をなくしましょう

県内における、令和2年度の飲酒運転による人身交通事故発生件数は68件、死者数は4人です。飲酒運転による人身交通事故発生件数、死者数ともに減少傾向にあるものの、依然として飲酒運転の根絶には程遠い状況です。

飲酒運転の死亡事故率は飲酒なしの場合と比較して、約5倍といわれ、非常に危険です。「ハンドルキーパー運動」や「飲酒運転三ない運動」を推進して、飲酒運転を根絶しましょう。

ハンドルキーパー運動

自動車で飲食店に行き、お酒を飲む際に、仲間同士や飲食店の協力を得て、飲まない人(ハンドルキーパー)を決め、その人はお酒を飲まず、仲間を自宅まで送り、飲酒運転事故を防止する運動です。



飲酒運転三ない運動

- ・飲んだら運転しない
- ・運転するなら飲まない
- ・運転する人には飲ませない



つちうら防災ノート

岡防災危機管理課(☎826-1111 内線2009)

災害時の情報収集方法を確認しましょう

災害時には、避難が必要かをはじめ、判断を迫られる場合があります。正しい判断を行うために、普段から情報の入手方法について理解し、適切な情報収集ができるよう心掛けましょう。

◆災害時の情報収集手段

○パソコン・スマートフォンなど

国・県・市が発信する災害情報を得ることができます。市では、災害情報がメール送られるサービスを行っています。あらかじめ登録しましょう。



○テレビ・ラジオなど

NHKのデータ放送で、災害の情報を詳しく把握することができます。ご利用の際には、テレビのリモコンで「d」ボタンを押して、メニューから必要項目を選んでください。



データ放送の例

テレビのリモコンのdボタンを押して、矢印キーで項目を選んでください。

<p>1歳おめでとう☆ 元気に育ってね! だいすき♡</p> <p>稲田 駿大ちゃん (神立中央五丁目)</p>	<p>いつも笑顔の綺麗な たくさんの幸せを ありがとう♡</p> <p>大久保 綺音ちゃん (並木五丁目)</p>	<p>祝☆1歳 笑顔と幸せを ありがとう♡LUV♡</p> <p>砂原 亜純ちゃん (板谷六丁目)</p>	<p>祝☆1歳 ねえねと仲良く 元気に育ってね♡</p> <p>館野 大樹ちゃん (沖宿町)</p>
--	---	---	--

<p>我が家のかわいい 宝物!元気がいっぱい 大きくなってね!</p> <p>倉持 篤人ちゃん (永国)</p>	<p>1歳おめでとう! 元気に大きくなってね! 大好きだよ♡</p> <p>館山 湊ちゃん (おつ野七丁目)</p>	<p>1歳おめでとう! ニコニコ笑顔が だいすきだよ♡</p> <p>敦賀 雄也ちゃん (木田余)</p>	<p>藍空の様な広大な心 を持つ人になってね☆ ♡だいすき♡</p> <p>柴田 藍大ちゃん (おつ野八丁目)</p>
--	--	---	---

こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん
HAPPY BIRTHDAY
8月生まれ

10月で1歳になる赤ちゃんを募集!!

- 申①誕生日、②住所、③氏名(ふりがな)、④電話番号、⑤一言(24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
- ☑8月31日(火)
- ※10月上旬号または中旬号に写真、氏名、一言を掲載します。
- ※メールで応募された方には、受付完了後にメールを送ります。応募から1週間以内にメールが届かない場合は、お問い合わせください。

岡広報広聴課(☎826-1111 内線2331)

9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)	3日(金)	10:30~11:00	親子でクラフト
	15日(水)	10:30~11:00	英語であそぼう
	30日(木)	10:30~11:15	ミニ運動会(荒天時は10月1日(金)に順延)
ポプラ児童館 (☎841-3212)	6日(月)	10:30~11:00	楽しくA・B・C
	15日(水)	10:30~11:00	親子ビクス
	17日(金)	10:00~11:00	うんどうかいごっこを楽しもう
新治児童館 (☎862-4403)	13日(月)	10:30~11:00	親子ビクス
	22日(水)	10:30~11:00	親子でフラダンス
	28日(火)	10:00~10:45	うんどうかいごっこ(荒天時は9月29日(水)に順延)
子育て支援センター			
さくらんぼ (☎823-1288) 東崎保育所内 ※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
	1日(水)	10:00~11:30	それいけ!運動会ごっこ場四中地区公民館
	2日(木)	10:00~11:30	それいけ!運動会ごっこ場六中地区公民館
	6日(月)	10:00~11:30 13:30~15:00	赤ちゃんのカレンダー作り&育児相談
	7日(火)	10:00~11:30	それいけ!運動会ごっこ場二中地区公民館
	8日(水)	10:00~11:30	それいけ!運動会ごっこ場都和公民館
	9日(木)	10:00~11:30	それいけ!運動会ごっこ場三中地区公民館
	10日(金)	10:00~11:30	それいけ!運動会ごっこ場神立地区コミュニティセンター
	13日(月)	10:00~11:30	それいけ!運動会ごっこ場一中地区公民館
	14日(火)	10:00~11:30	広いお部屋で遊ぼう!場新治地区公民館
	15日(水)	10:00~11:30	赤ちゃん&運動会ごっこ場二中地区公民館
	16日(木)	10:00~11:30	赤ちゃん&運動会ごっこ場三中地区公民館
	21日(火)	10:00~11:30 13:30~15:00	1歳以上のカレンダー作り
	28日(火)	10:00~11:30	園庭開放
ありんこクラブ (☎841-0463) 土浦愛隣会保育所内 予約受付は8月19日(木) 9:00から電話で	月~金曜日※	10:00~12:00	保育所開放
	9日(木)、10日(金)	10:30~12:00	紙粘土
	14日(火)	10:30~12:00	ママフィットネス講習会
	16日(木)、17日(金)	10:30~12:00	手作りリース作り
	21日(火)	10:30~12:00	ペープサート
	28日(火)	10:30~12:00	親子ヨガ講習会
白鳥保育園 (☎831-2590) 予約受付は前日16:00まで	月~金曜日※	8:30~13:30	園庭開放
	月~水、金曜日※	8:30~13:30	スペース開放
	2日(木)	10:00~11:00	親子制作
	7日(火)	10:00~11:00	粘土遊び
	9日(木)	10:00~11:00	シール遊び
	14日(火)	10:00~11:00	ぬり絵
	16日(木)	10:00~11:00	運動遊びと身体測定
	21日(火)	10:00~11:00	魚つり遊び
ひまわり (☎843-1117) めぐみ保育園内 予約受付は8月20日(金) 9:30から	月~金曜日※	9:30~16:00	園庭・お部屋開放
	2日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール場三中地区公民館
	3日(金)	10:00~10:50 11:00~11:50	お誕生会
	6日(月)、7日(火)	10:00~10:50 11:00~11:50	0歳ひろば
	8日(水)、15日(水)	9:30~10:30 10:40~11:40	ベビーマッサージ
	9日(木)、27日(月)	10:00~10:50 11:00~11:50	親子で手形アート
	13日(月)、14日(火)	10:00~10:50 11:00~11:50	1歳ひろば
	16日(木)	10:00~12:00	親子ビクス場六中地区公民館
	21日(火)、22日(水)	10:00~10:50 11:00~11:50	2歳児以上ひろば
	28日(火)	10:00~12:00	マタニティサロン
	30日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール場四中地区公民館

※祝日を除く

9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 September

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】6日 10:00～20:00
20日 10:00～18:00

分館【火～日曜日】 10:00～17:00

おすすめ作家紹介 星新一

SF作家星新一(1926年9月6日生まれ)は、ショートショート(掌編小説)で有名な作家です。生涯で1000編を超えるショートショートを書き、その作風は年齢性別を問わず幅広く支持されています。星新一の作品や彼に関わる本を紹介します。

星新一ショートショート1001(全3巻) 星 新一/著

星新一時代小説集(全3巻) 星 新一/著

妄想銀行 星 新一/著

真鍋博のプラネタリウム 星新一の挿絵たち 真鍋 博/著

星新一 一〇〇一話をつくった人 最相葉月/著

上記のほかにも、多数の本があります。

今月のおすすめ本



キャンプでしたい100のこと(アウトドア)

タープの張り方を極める。ハンモックでリラックスする。自作の竿で釣りをする…。キャンプの楽しみや喜びが増す、キャンプでしたい100のアイデアを紹介する。

(フィグインク/編)

流転の中将(小説)

会津藩・松平容保の弟で、桑名藩主・松平定敬。兄と共に徳川家のため尽くそうとしたゆえに、越後、箱館、そして上海にまで流浪した男の、波瀾に満ちた人生と秘めたる想いを描いた書き下ろし長編小説。

(奥山景布子/著)



9月のおはなし会

おはなし会(2階 おはなしのへや)

☑9月4日(土)、12日(日)、18日(土)、26日(日) 午前11時から

9月19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)

☑9月18日(土) 午前11時から

◎日時に変更になるところがあります。

ご確認のうえ、ご来館ください。

こどもの本

闇に光る妖魔

(森川成美/作 スカイエマ/絵)

もしものくに (馬場のぼる/作)

お化けの猛暑日 (川端 誠/作)

先月の
人気図書



小説8050(小説)

完璧な人生を送っているように見える大澤正樹には秘密がある。彼の長男・翔太は7年間も自宅に引きこもっていた。娘が相手家族に結婚を反対されたことから正樹は息子と向き合う決意をするが…。

(林 真理子/著)

今月の展示棚

テーマ「防災特集」

9月1日は防災の日です。毎年のように日本各地で自然災害が多発しています。今回は防災で役立つ本を集めてみました。ご家庭で準備した防災用品を、この機会に一度見直してみませんか。

9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	8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	16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	10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	1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	15日(水)	13:30~15:30	新治総合福祉センター (☎862-3522) 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、14日、21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	
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)	
DV相談	月~金曜日	8:30~17:15	こども包括支援課 (☎内線2392) DVに関する相談(担当職員)	
家庭児童相談	月~金曜日	8:30~17:15	こども包括支援課 (☎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、行動面に関すること(早期療育相談員)	
青少年相談	火、水、金、土曜日	9:00~17:00	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)	
精神保健相談	7日(火) 24日(金)	14:30~16:30 14:00~16:00	土浦保健所 (☎821-5342) 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。	
女性の ための	フェミニスト相談	毎週火曜日	11:00~15:40	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(専門相談員) ※予約制
	一般相談	11日(土)	10:00~14:40	
	一般相談	10日、24日(金)	13:00~16:00	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

協働のコーナー

今日、どう? ~花でつながる 花ではぐくむ まちづくり~

問市民協働室(☎826-1111 内線2458)

皆さんは、花いっぱい運動を知っていますか?
この運動は、まちづくり市民会議が主催しており、花や緑を育て、地域を美しくし、「思いやり」と「ふれあい」の心を豊かにすることを目的としています。
その一環として開催している花いっぱい運動コンクールは、今年で50回を迎えました。また、50回を記念して、「まちづくり市民会議議長賞」、「土浦市長賞」、「土浦市教育委員会教育長賞」を新設しました。町内会・自治会、学校など65の団体から申し込みがあり、7月に花壇審査を行いました。どの団体も地域の皆さんと協力し、積極的に運動に取り組んだ結果、花壇には、色とりどりの花々が見事に咲き誇っていました。
市内にはたくさんのお花壇があります。皆さんも、身近な場所でお気に入りの花壇を見つけてみてはいかがでしょうか? 今日、どう?



土浦市まちづくり市民会議は、9月に20周年を迎えます。これからも地域のつながりやふれあい、助けあいに基づく活動を推進していきますので、引き続きよろしくお祈りいたします。

土浦市特定不妊治療費助成

対象者／法律上の婚姻をしていて、夫または妻のいずれかが市内に住所を有している夫婦、事実婚の場合は夫と妻いずれも市内に住所を有する方、夫および妻のいずれに市税などの滞納がない方

対象となる治療／県が指定する病院で受けた、特定不妊治療(体外受精・顕微授精)および特定不妊治療の過程で行った男性不妊治療で、治療終了日が令和3年度中であり、次のいずれかに該当するもの

- ・茨城県不妊治療助成を受けた治療で、治療費が県の助成額を超えたもの
- ・茨城県不妊治療助成の助成年限および年間助成回数を超えたもの

助成額／1回の治療につき5万円まで(男性不妊治療を行った場合は、1回の治療につき5万円まで上乗せして助成)

助成回数／10回まで(平成23年度以降に助成を受けた回数を含む)

申請期限／令和4年3月31日まで

問い合わせ／子ども包括支援課(☎826-1111 内線2513)

※申請方法など、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。



健診結果まると相談

対象者／健診を受けた方またはその家族

内容／保健師との個別相談(健診結果の見方など)、栄養士との個別相談

持ち物／健診結果

申込方法／電話で

相談時間／午前9時30分～11時15分(1人につき15分程度)

日にち	場所
9月8日(水)	土浦市保健センター新治分室
9月10日(金)	土浦市保健センター
9月24日(金)	三中地区公民館
9月28日(火)	六中地区公民館
10月15日(金)	都和公民館
10月22日(金)	土浦市保健センター
11月24日(水)	二中地区公民館

認知力アップ講座

対象者／65歳以上の市民

内容／認知症の発症や進行をゆるやかにするポイントを、講話や脳トレ、運動を通して紹介

定員／各回20人

(定員を超えた場合は抽選)

申込方法／電話で

申込期限／9月3日(金)

日にち	場所
9月24日(金)	二中地区公民館
9月27日(月)	一中地区公民館
9月28日(火)	六中地区公民館
9月29日(水)	三中地区公民館
9月30日(木)	都和公民館
10月6日(水)	新治地区公民館
10月8日(金)	神立地区コミュニティセンター
10月12日(火)	土浦市保健センター

※いずれの日程も午後2時～3時30分(受け付けは午後1時30分から)

9月の献血

日時／9月5日(日)、27日(月)

10:15～11:45、13:00～16:00

場所／イオンモール土浦(火花ひろば北入口)

健康教室

“循環器病”という病気

土浦市医師会
金地嘉久(土浦協同病院)

“循環器病”という言葉をご存じでしょうか。心臓や脳血管、大動脈など、全身の血液の循環に関わる臓器に起きる病気を、総じて“循環器病”と呼びます。2018年の人口動態統計では、死亡原因の第2位が心疾患、第4位が脳血管疾患となっており、両者を合わせると年間31万人以上の方が亡くなっています。また高齢化にともない今後より一層増えることが予測されるため国を挙げて対策が練られています。

循環器病の多くは、運動不足、不適切な食生活、喫煙などの生活習慣や肥満などを原因としており、これらの改善や適切な治療によって予防したり悪化するのを防いだりすることができます。ひとたび循環器病を発症してしまうと、心筋梗塞のように急激に進行し数分から数時間の単位で生命にかかわる重大な事態に陥ったり、また脳卒中のように重度の後遺症が残ってしまったりすることもあるので、何より大切なのは循環器病を発症しないように予防していくということ

です。不適切な生活習慣(喫煙、塩分・脂質過多、多量飲酒、運動不足)や生活習慣病(高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満症など)は、それ自体では症状が出ないことも多く、それによりしばしば放置されることもあります。しかし、循環器病を患った後は何らかの形で心臓や脳の機能が低下してしまいます。近年の医療の著しい進歩により、新しい薬や治療法が出てきていますが、やはり、循環器病は予防することが一番なのです。適度な運動と食生活により適切な体重を維持すること、禁煙、健康診断を受けて正常でなかった項目がある場合は改善を試みることで、これによって循環器病の多くが予防できると考えられます。もちろん年齢とともに循環器病を発症してしまうこともあるので、以前よりも息切れを起こしやすい、動悸がする、疲れやすいなどの症状がある場合は専門医を受診してください。元気で充実した生活を送るために、“循環器病”の予防を心がけましょう。

9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)	1日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	14日(火)	13:00~16:10	
こころの相談(予約制)	7日(火)	13:00~15:00	障害福祉課(☎内線2470)
高齢者健康相談	9日(木)	10:00~11:30	つわぶぎ(☎831-4126)
	30日(木)		湖畔荘(☎828-0881)

◎親と子の健診と相談 【予約・問い合わせ/こども包括支援課 母子保健係 ☎826-1111 内線2513】

内 容	と き	受付時間	と ころ	
4か月児健康診査	令和3年5月生まれ	8日(水)、9日(木)	土浦市保健センター	
1歳6か月児健康診査	令和2年2月生まれ	1日(水)、2日(木)		
3歳児健康診査	平成30年6月生まれ	15日(水)、16日(木)		
マタニティ教室(予約制) ※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。	集団クラス 個別クラス ※各30分程度	7日(火)		9:45~10:00
				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	13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	3日(金)		13:30~15:30
2歳児歯科健康診査	平成31年1月以降 生まれの2歳児	対象となるお子さんには、2歳の誕生 日の翌月上旬に受診票を送付します。		協力医療機関

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、祝日のみ)でも案内しています。

9月	内 科	外 科	歯 科
5日(日)	山手医院 ☎835-3388 国分町	野上病院 ☎822-0145 東崎町	ひさみつ歯科医院 ☎841-0077 荒川沖東二丁目
12日(日)	大石内科クリニック ☎835-0014 大岩田	県南病院 ☎841-1148 中	ながい歯科クリニック ☎846-1122 大町
19日(日)	あおき内科クリニック ☎825-8181 木田余	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	たかぎ歯科 ☎822-3111 国分町
20日(月)	新治診療所 ☎862-4668 下坂田	野上病院 ☎822-0145 東崎町	上野歯科医院 ☎821-0885 中央一丁目
23日(木)	宮崎クリニック ☎830-6800 藤沢	県南病院 ☎841-1148 中	のぎ歯科 ☎843-8846 中村南一丁目
26日(日)	常陽医院 ☎822-6594 城北町	岡田整形外科クリニック ☎825-3377 木田余	神立デンタルクリニック ☎830-2161 神立町

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

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、交代で勤務いただいています。

