

夢のある、元気のある、土浦へ

広 報 つ ち う ら



Tsuchiura Public Relations

中旬号/No.1301

お知らせ スマートフォンで住民票などの 請求や転出の届出ができます



スマートフォンとマイナンバーカードを利用し、オンラインで住民票などの請求ができる「スマート申請」を導入します。

サービス開始日時 11月1日(月) 午前8時30分

- 対象サービス
- ①住民票の写しの請求
 - ②印鑑登録証明書の請求
 - ③転出の届出

- 必要なもの
- ・スマートフォンアプリ「Graffer Identity」をインストールしたスマートフォン
 - ・署名用電子証明書が搭載されているマイナンバーカード
 - ・クレジットカード(①・②のみ)

※①・②は後日、郵便での受け取りになります。

問合せ 市民課(☎内線2605)

お知らせ マイナンバーカード申請補助の 対象日を拡大します



マイナンバーカードの申請方法が分からない方に対し、職員が申請の補助を行う、マイナンバーカード申請補助サービスが、平日に加え、日曜休日窓口においても利用できるようになりました。ぜひご利用ください。

実施日時 月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
日曜日 午前9時～午後4時

※年末年始を除く

場所 本庁舎1階 市民課

持ち物 免許証や保険証などの本人確認書類

※マイナンバーカードの申請方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 市民課(☎内線2605)

INFORMATION

情報ひろば

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▶



お知らせ 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、ホームページで確認できます。

お知らせ 10月の納税のお知らせ

■10月の納期限：11月1日(月)

市県民税(3期)、国民健康保険税(4期)、介護保険料(4期)、後期高齢者医療保険料(4期)

■10月の休日納税・納税相談

日時 10月31日(日) 午前9時～午後5時

場所 本庁舎2階 納税課

※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。

問合せ 納税課(☎内線2359)

お知らせ 納税通知書送付用封筒への
広告を募集します



事業者の方を対象に、令和4年度の納税通知書送付用封筒の広告を2枠募集します。

| | 固定資産税 都市計画税 | 軽自動車税 | 市・県民税 |
|------|----------------|----------|----------|
| 発送枚数 | 約5万8千枚 | 約4万2千枚 | 約2万5千枚 |
| 発送時期 | 令和4年4月上旬 | 令和4年5月中旬 | 令和4年6月中旬 |

締切 12月16日(木)

広告掲載料 1枠25万円(最低価格)

※申し込みが2件を超えた場合は、申し込み額の高い順に決定します。応募方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 課税課(☎内線2283)

お知らせ 乳児用チャイルドシートを
貸し出します

貸出日時 11月15日(月)～26日(金)の平日
午前9時～午後5時

申込日 11月8日(月)、9日(火)

場所 本庁舎2階 生活安全課

対象者 市内在住の1歳未満児の保護者、または12月
末までに出産予定の方

持ち物 運転免許証

料金 2000円(クリーニング代)

申込方法 電話で

問合せ 生活安全課(☎内線2298)

お知らせ 陸上自衛隊夜間飛行訓練

日程 10月26日(火)、27日(水)

場所 陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場および周辺空域

問合せ 陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校(☎842-1211)

お知らせ 第4回土浦市地域公共交通活性化協議会
を開催します

日時 11月4日(木) 午後3時から(受け付けは午後
2時30分から)

会場 本庁舎3階 301・302会議室

定員 10人(先着順)

内容 土浦市地域公共交通計画(案)について ほか

問合せ 交通政策室(☎内線2370)

お知らせ 年末のごみ搬入はお早めに

12月下旬ごろから、ごみの直接搬入は毎年大変混雑します。年内中にごみの搬入をされる方は、早い時期での搬入にご協力ください。

受付日時 月～土曜日 午前9時～午後4時

(日曜日、12月31日、1月1日～3日はお休み)

問合せ 清掃センター(☎841-3427)

お知らせ パソコン・携帯電話などは
リサイクルをしましょう



東京オリンピック・パラリンピック競技大会のメダルは、ご家庭で不要になったパソコン・携帯電話などの家電製品を回収し、抽出された金属から作られました。

「東京オリンピックのレガシー」を後世に残すため、市では引き続き家電製品のリサイクルを推進しています。処分する際は、次の方法をご利用ください。

■携帯電話やゲーム機などの小型家電

各中学校地区公民館や一部小売店に設置したボックスで回収

■パソコン

リネットジャパンリサイクル(☎0570-085-800)に回収を依頼、もしくは、リネットジャパンリサイクルのホームページから

問合せ 環境衛生課(☎内線2474)



広告

広告

情報ひろば



買って応援！食べて応援！秋の天童フェアを開催します

観光物産交流の一環として毎年恒例となっている「天童フェア」。今年もフルーツ王国山形県天童市から、秋の味覚「リンゴ」と「ラ・フランス」がやってきます。

今回は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、「リンゴ」と「ラ・フランス」はすべて事前申込制で販売します。また、銘菓など天童市の特産品は、それぞれの会場で販売します。

開催日時 11月27日(土) 午前10時～午後3時

販売会場

- ①土浦まちかど蔵「野村」
- ②ショッピングセンター さん・あびお(大畑)

リンゴ、ラ・フランスの購入方法

事前申込対象商品

| | 商品名 | (参考)昨年の価格 |
|---|---------------------------------|-----------|
| 1 | リンゴ 10kg/箱 | 2200円 |
| 2 | リンゴ 5kg/箱 | 1300円 |
| 3 | ラ・フランス(2L) 3kg/箱 | 2000円 |
| 4 | ラ・フランス(4L) 3kg/箱 | 2700円 |
| 5 | ラ・フランス(3L) 5kg/箱 | 3500円 |
| 6 | ラ・フランス (1パック3個入り×5パック) 1箱 | 1750円 |

※申し込みできるのは、1人につき商品2箱までです。

※価格は、昨年の価格から変動する場合があります。

引き渡し時間 午前の部：午前10時～正午

午後の部：午後1時～3時

※混雑を避けるため、時間を分けて引き渡します。引き渡し時間の指定はできません。



申込方法 往復はがきに必要事項(住所、氏名、電話番号、希望販売会場、希望商品・数量)を記入し、郵送

申込締切 11月5日(金) (必着)

※申込多数の場合は、抽選となる場合があります。

※抽選結果、引き渡し時間、販売価格などを記載した返信はがきを、11月15日(月)に発送する予定です。

問合せ・申込先

土浦市観光協会(☎824-2810、

〒300-0043 土浦市中央一丁目3-16)

<往復はがきの記入方法>

| | | | | |
|----------|-----------|-------------------|--------------|----------------|
| 63 往信 | 3000-0043 | 土浦市観光協会 天童フェア係 | 土浦市中央一丁目3-16 | 記入しないで ください |
|----------|-----------|-------------------|--------------|----------------|

| | | | |
|----------|----------|----------------|--|
| 63 返信 | □□□-□□□□ | 申込者氏名 申込者住所 | 住所 氏名(ふりがな) 電話番号 希望販売会場 希望商品※計2箱まで |
|----------|----------|----------------|--|

希望商品の記入例

例1 [1 リンゴ 10kg 1箱
3 ラ・フランス(2L) 1箱] 例2 [4 ラ・フランス(4L) 2箱]

広告

お知らせ 年金生活者支援給付金制度

年金生活者支援給付金は、消費税率引き上げ分を活用し、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金生活者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。請求手続きなど、詳しくはお問い合わせください。

●給付金専用ナビダイヤル ☎0570-05-4092
 問合せ 土浦年金事務所(☎825-1170)

お知らせ Sマーク(標準営業約款制度)をご存知ですか

このマークのある「理容店」、「美容店」、「クリーニング店」、「めん類飲食店」、「一般飲食店」は厚生労働大臣の認可を受けた約款に基づき営業している安全・安心なお店です。

問合せ 茨城県生活衛生営業指導センター
 (☎029-225-6603)



相談 結婚相談会を開催します

日時 11月14日(日)
 午後1時30分～4時(受け付けは午後3時まで)
 会場 男女共同参画センター 研修室3
 講師 エンゼルプラン土浦C-LOVE
 持ち物 写真2枚(別カットのもの)
 問合せ こども政策課(☎内線2281)

相談 成年後見無料電話相談会

日時 10月30日(土) 午前10時～午後4時
 ※相談時間は、1人30分です。
 内容 司法書士による成年後見、遺言、相続などの相談
 ●相談ダイヤル ☎0120-187-643、☎0120-187-745
 問合せ 成年後見センター・リーガルサポート茨城支部
 (☎029-302-3166)

相談 11月の無料年金相談

日時 11月17日(水) 午前10時～午後3時
 11月20日(土) 午前10時～午後4時
 場所 常陽銀行土浦支店(中央二丁目)
 問合せ 同支店(☎822-3216)

講座 乳幼児期親力アップ講座



日時 11月16日(火)、26日(金)、12月3日(金)、
 14日(火) 午前10時15分～45分 全4回
 ※1回のみ参加も可能です。

対象者 乳幼児の保護者
 講師 青木きよ子さん(親業訓練協会) ほか
 内容 子育てに関する、Zoomを使ったオンライン講座
 定員 50人(先着順)
 申込方法 ホームページから
 申込期間 10月18日(月)～11月5日(金)
 ※Zoomの通信費用は自己負担です。
 問合せ 生涯学習課(☎内線5162)

相談 ひきこもり相談



日時 11月11日(木) 午後1時～3時
 ※相談時間は、1人50分です。
 会場 土浦市社会福祉センター 面接相談室(ウララ
 2ビル 4階)
 対象者 県内在住で、ひきこもり問題を抱える本人や
 その家族
 講師 茨城県ひきこもり相談支援センター職員
 申込方法 メール、または電話で
 問合せ 茨城県ひきこもり相談支援センター
 (☎0296-48-6631 ☒info@ibahiki.org)

広告

広告

情報ひろば

募集 土浦市おとう飯レシピコンテスト 「我が家自慢のおかず」レシピ募集



対象者 市内在住・在勤の男性
応募条件 次のすべてを満たすレシピ
・料理初心者でも簡単に、60分以内に作ることができる
・身近な食材を使用している
・調味料を除く材料費が、1人前1000円以内である
応募方法 男女共同参画室、各中学校地区公民館、ホームページにある応募用紙に必要事項を記入のうえ、完成写真を添付して、メール、郵送、または直接
応募期間 10月15日(金)～11月30日(火)(午後5時必着)
問合せ 男女共同参画室
(☎内線2505、✉josei@city.tsuchiura.lg.jp)

<過去の応募レシピの作品>



▲れんこん麺の
たらこクリームパスタ



▲貝たくさん鶏すいとん

催し ウォーキング大会～晩秋の新治運動公園 周辺を楽しくウォーキングしよう～

日時 11月27日(土) 午前10時～正午(受け付けは午前9時30分から)
※雨天の場合は中止します。
集合場所 新治総合福祉センター
内容 新治総合福祉センター
～新治運動公園コース(約4km)
(元気アップ!リいばらきポイント対象事業)
定員 20人(先着順)
持ち物 飲み物、健康保険証
申込方法 電話で
締切 11月17日(水)
問合せ 健康増進課(☎826-3471)

講座 仕事の情報講演会 「経験者が語る! 第二の人生を楽しむ方法」

日時 11月20日(土) 午前10時30分～11時30分
会場 市立図書館(アルカス土浦内) 4階 研修室
対象者 中学生以上
講師 湯原洋一さん(ゆはらベジガーデン)
内容 定年退職後、夫婦で農業やキッチンカー販売、バラ園管理などを始めた講師自身の経験から語る、第二の人生を楽しむ人の生活や、セカンドキャリアに必要な準備
定員 30人(先着順)
申込方法 10月20日(水)午前10時から、電話、または直接
問合せ 市立図書館(☎823-4646)

講座 はたおり体験講座

日時 11月20日(土)、21日(日)、23日(火)、26日(金)～28日(日)
午前の部…午前11時～正午
午後の部…午後1時～2時
会場 市立博物館
対象者 中学生以上
講師 はたおりの会、綿の実
内容 昔のはたおり機で、古布を使った裂き織り
定員 各回1～2組(先着順)
料金 200円～600円程度(時間内で織れた長さに応じて)
申込方法 11月2日(火)から電話で
問合せ 市立博物館(☎824-2928)



広告

催し 土浦菊まつり菊花品評大会

日時 11月1日(月)～15日(月) 午前9時～午後4時
会場 亀城公園(中央一丁目)
内容 土浦霞菊協会による菊花の展示、即売会
問合せ 土浦市観光協会(☎824-2810)



募集 土浦市シルバー人材センター
刈払機作業スタッフ講習

日時 12月15日(水)、16日(木)
午前9時～午後4時30分 全2回
会場 新治地区公民館、新治運動公園
対象者 60歳以上で全日程に参加できるシルバー人材センター入会希望者
内容 刈払機の知識や実技など
定員 10人(先着順)
申込方法 直接
締切 11月29日(月)
問合せ 土浦市シルバー人材センター(☎824-8281)

募集 第16回土浦の写真コンテスト
作品募集



テーマ おおむね3年以内に撮影した、市内の景観や催事など
応募数 カラー・モノクロは問わず、1人5点まで
応募規格 四つ切または、四つ切ワイド
応募方法 土浦市観光協会のホームページにある応募票を取得し、作品の裏面に貼付し、郵送または直接
締切 11月30日(火)(消印有効)
問合せ・申込先 土浦市観光協会(☎824-2810、〒300-0043 中央一丁目3-16)



催し 協働のまちづくりファンド認定事業
つちうら駄菓子屋楽校主催「子ども広場」

日時 10月30日(土) 午前10時～午後3時
※雨天の場合は、31日(日)に延期します。
会場 亀城公園(中央一丁目)
内容 街頭紙芝居、ミニボウリング、子どもラグビー体験会、らくがき自由「黒板車」など
問合せ つちうら駄菓子屋楽校(☎090-8109-0480 石原)

つちうら防災ノート

☎防災危機管理課(☎826-1111 内線2270)

避難所の開設状況や混雑状況をスマートフォンなどで確認できるようになりました

<利用方法>

- ①右の二次元コードから「VACAN Maps」にアクセス
- ②開設状況や混雑状況を確認したい避難所を選択



◆通常時(避難所が開設されていないとき)

「利用停止中」と表示されます。

◆避難所開設時

混雑状況が次の4段階で表示されます。

「空いています」・「やや混雑」・「混雑」・「満」

市から避難指示などが発令された際には、避難所の情報を参考に、命を守る適切な避難行動をとってください。



表示イメージ図
(実際はカラー表示)

- ...「利用停止中」
- ...「空いています」
- ...「やや混雑」
- ...「混雑」・「満」

<注意事項>

避難者が急激に増加した場合、避難所の実際の状況とシステムで配信する情報に相違が生じることがあります。

反射材を身につけましょう

県内で令和2年中に発生した交通死亡事故のうち、高齢者の占める割合は6割を超えています。死亡事故の多くは午後6時から8時までの時間帯、道路横断中に起きていて、そのほとんどの方が反射材を身につけていませんでした。また、高齢者の死亡事故のうち過半数が、自宅から半径500m以内で起きています。

歩行中の事故を防ぐには、運転者に自分の存在を知らせることが重要であり、反射材の着用はそのための有効な手段の一つです。

短い距離の外出の際でも油断せず、反射材を身につけるようにしましょう。

交通死亡事故ゼロ連続300日による表彰

市の交通死亡事故者数ゼロの日が、令和2年10月16日から令和3年8月11日まで連続で300日を超えたため、交通死亡事故の抑止に顕著な功績のあった市町村として、茨城県交通対策協議会から表彰を受けました。引き続き、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ましょう。

二セ電話詐欺に注意しましょう

「還付金詐欺」などの二セ電話詐欺が多発しています。犯人は市役所職員などを騙り、「介護保険の還付金があります」などと電話をかけてきて、銀行やATMへと誘導し、現金を振り込ませます。

また、キャッシュカードや通帳を提出するように求めたり、暗証番号を聞き出したりする事例も報告されています。

不審な電話があったときには、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。

※犯人検挙のため、二セ電話詐欺だと見破った場合には、「だまされた振り作戦」への協力をお願いします。詳しくはホームページをご確認ください。



1歳おめでとう

10月生まれのあかちゃん



1歳おめでとう♡
家族みんなの宝物だよ！大好き♡
鈴木 月菜ちゃん



たくさんの幸せをありがとう♡
これからも宜しくね！
土屋 風奈ちゃん



楽しい思い出いっぱい作ろうね♪
篠塚 律綺ちゃん



元気に1歳になりました
みんな遊んでね
青柳 陽大ちゃん



お誕生日おめでとう！
毎日幸せをありがとう！
小澤 杏奈ちゃん



1歳おめでとう♡
お姉ちゃんと仲良く元気に育ってね
赤根 蓮ちゃん



1歳おめでとう！
笑顔溢れる毎日を過ごせますように
小野澤 千咲ちゃん

12月で1歳になるあかちゃんを募集します

申込方法/次のいずれか

- 必要事項を記入し、写真をメールまたは郵送
必要事項…①誕生日、②住所、③氏名(ふりがな)、④電話番号、⑤一言(24字以内)
- 写真を窓口へ持参

申込締切/11月1日(月)

※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。

・提出いただいた個人情報、この広報紙以外では使用しません
・一言は、記号(!・♡・♪など)も1字と数えて24字以内です

・写真は、頭や耳、あごの先が切れていない写真を送ってください
・送っていただいた写真は、お返しできません

問・申広報広聴課(☎826-1111 内線2331) ✉kouho@city.tsuchiura.lg.jp



11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) | 9日(火) | 10:30~11:00, 11:10~11:40 | みんなであそぼう「小麦粉粘土」 |
| | 12日(金) | 10:30~11:00 | 親子ヨガ |
| | 15日(月) | 10:30~11:00 | からだであそぼう |
| ポプラ児童館 (☎841-3212) | 5日(金)、10日(水) | 10:30~11:00 | ダンス!ダンス! |
| | 13日(土) | 10:30~11:20 | 一輪車教室 |
| | 26日(金) | 10:00~11:00 | ママのハンドメイド教室 |
| 新治児童館 (☎862-4403) | 15日(月) | 10:30~11:00 | 親子ピクス |
| | 22日(月) | 10:30~11:00 | 親子ヨガ |
| | 26日(金) | 10:30~11:00 | お誕生会 |
| 子育て支援センター | | | |
| さくらんぼ (☎823-1288) 東崎保育所内 予約受付は 10月25日(月)から 電話で | 月~金曜日※ | 9:30~12:00, 13:00~16:30 | お部屋開放 |
| | 1日(月) | 10:00~11:30 | それいけ!うんどうかいごっこ 場三中地区公民館 |
| | 2日(火) | 10:00~11:30 | ベビーマッサージ 場二中地区公民館 |
| | 4日(木) | 10:00~11:30 | それいけ!うんどうかいごっこ 場二中地区公民館 |
| | 5日(金) | 10:00~11:30 | ベビーマッサージ 場三中地区公民館 |
| | 8日(月) | 10:00~11:30, 13:30~15:00 | 1歳以上のカレンダー作り |
| | 9日(火) | 10:00~11:30 | それいけ!うんどうかいごっこ 場一中地区公民館 |
| | 10日(水) | 10:00~11:30 | それいけ!うんどうかいごっこ 場都和公民館 |
| | 11日(木) | 10:00~11:30 | それいけ!うんどうかいごっこ 場六中地区公民館 |
| | 15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 |
| | 16日(火) | 10:00~11:30 | それいけ!うんどうかいごっこ 場神立地区コミュニティセンター |
| | 17日(水) | 10:00~11:30 | それいけ!うんどうかいごっこ 場四中地区公民館 |
| | 18日(木) | 10:00~11:30 | 広いお部屋で遊ぼう! 場新治地区公民館 |
| | 29日(月) | 10:00~11:30 13:30~15:00 | おはなし会&手形アート 1歳以上 おはなし会&手形アート 0歳児 |
| ありんこクラブ (☎841-0463) 土浦愛隣会保育所内 予約受付は 10月21日(木) 9:00から | 月~金曜日※ | 10:00~12:00 | 保育所開放 |
| | 2日(火) | 10:30~12:00 | ピラティス講習会 |
| | 4日(木)、5日(金) | 10:30~12:00 | 組みひも編み |
| | 9日(火) | 10:30~12:00 | 骨盤体操講習会 |
| | 16日(火) | 10:30~12:00 | サーキットトレーニング |
| | 18日(木) | 10:30~12:00 | キャラクターゼリー作り |
| | 19日(金) | 10:00~12:00 | クリスマスリース講習 |
| | 30日(火) | 10:30~12:00 | おはなし会 |
| 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(火)、4日(木) | 10:00~11:00 | 折り紙制作 |
| | 9日(火)、11日(木) | 10:00~11:00 | 粘土遊び |
| | 18日(木) | 10:00~11:00 | 運動遊びと身体測定 |
| | 25日(木) | 10:00~11:00 | 親子制作 |
| ひまわり (☎843-1117) めぐみ保育園内 予約受付は 10月18日(月) 9:30から | 月~金曜日※ | 9:00~16:00 | 園庭・お部屋開放 |
| | 4日(木) | 10:00~10:50, 11:00~11:50 | お誕生会 |
| | 8日(月)、9日(火) | 10:00~10:50, 11:00~11:50 | 0歳ひろば |
| | 10日(水)、17日(水) | 9:30~10:30, 10:40~11:40 | ベビーマッサージ |
| | 11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(月)、16日(火) | 10:00~10:50, 11:00~11:50 | 1歳ひろば |
| | 18日(木) | 10:00~12:00 | 親子ピクス 場六中地区公民館 |
| | 22日(月)、24日(水) | 10:00~10:50, 11:00~11:50 | 2歳児以上ひろば |
| | 25日(木) | 9:45~12:00 | 親子バランスボール 場四中地区公民館 |
| | 30日(火) | 10:00~12:00 | マタニティサロン |

※祝日を除く

11月のとしょかん

図書館カレンダー 2021 November

| 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】 1日 10:00～20:00

分館【火～日曜日】 10:00～17:00

問 市立図書館 (☎823-4646)

HPはこちら▶

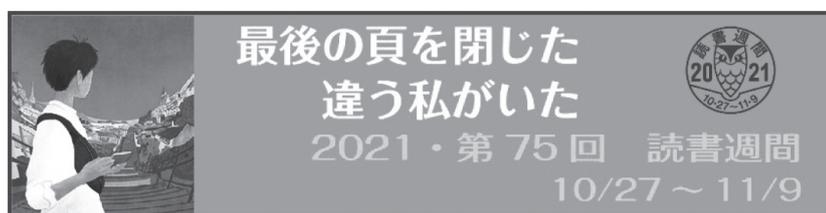


10月27日～11月9日は「読書週間」です

「読書週間」は、1947年、まだ戦火の傷痕が至るところに残っているなかで、「読書の力によって、平和な文化国家を創ろう」という決意のもとに始まりました。

図書館では、読書週間中、さまざまなイベントを実施します。この機会に、読書の楽しさを再発見してみたいはいかがでしょうか。

※イベントの内容は、ホームページの「行事案内」をご覧ください。



今月のおすすめ本



地球で暮らすきみたちに知ってほしい50のこと (事典・図鑑・百科)

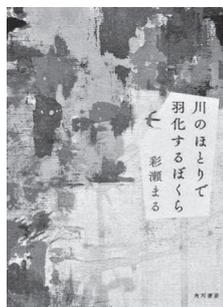
SDGs先進国、デンマーク発の「科学教養」の本。星はいくつあるの？死んだらどうなる？時間って何？自然、動物のことから、人間の発明や社会の問題、人生についてまで、子どもがよく思いつく50の疑問に答える。

(ラース・ヘンリック・オーゴード／著)

川のほとりで羽化するぼくら (小説)

仕事を辞め、慣れない育児に奮闘する暁彦は、ある育児ブログにある育児テクニクを取り入れる。だが、妻は…。息苦しい今を軽やかに越えゆく一歩を描いた全4編を収録。

(彩瀬まる／著)



先月の
人気図書



もういちど (小説)

酔っ払った龍神たちが、隅田川の水をかき回して、長崎屋の船をひっくり返したってえ！水に落ちた若だんなは200年ぶりの天の星の代替わりに巻き込まれ…。【しゃばけ】シリーズ第20弾。

(畠中 恵／著)

11月のおはなし会

おはなし会(2階 おはなしのへや)

■11月6日(土)、14日(日)、20日(土)、28日(日) 午前11時から

11月21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)

■11月20日(土) 午前11時から

◎日時は変更になるときがあります。

ご確認のうえ、ご来館ください。

こどもの本

すずりくん

(中川 学／絵、青柳貴史／作)

きみはたいせつ

(クリスチャン・ロビンソン／作)

ぼくらのスクープ

(赤羽じゅんこ／著)

介助犬チェリーのパピーウォーカー

(山口 理／作、岡本 順／絵)

今月の展示棚

テーマ

「図書館スタッフおすすめの本」

図書館で働くスタッフの、自分の好きな本や皆さんに読んでいただきたいと思う「推し本」を集めました。普段は読んでいないジャンルの本との出会いを楽しんでみてはいかがでしょうか？

11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 | 10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 | 18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 | 12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 | 10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 | 17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、意見など(担当職員) | |
| 税務相談 | 2日(火)、10日(水)、16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) | |
| 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 | 2日(火) | 14:30~16:30 | 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。 | |
| | 26日(金) | 14:00~16:00 | | | |
| 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(専門相談員) ※予約制 | |
| | | 13日(土) | | | 10:00~14:40 |
| | | 一般相談 | | | 12日、26日(金) |

消費生活センター ぐらしの豆知識

☎消費生活センター(☎823・3928)

定期購入によるトラブルが急増しています！

《事例1》

「5000円で試せる」というインターネット広告を見て、シャンプーを申し込んだ。翌月に同じ商品が届き、4回継続が条件の定期購入だとわかった。2回目の商品を返品して解約したい。

アドバイス

解約については、通販業者が定める利用規約、返品の規定に従うことになります。契約内容を確認したうえで、通販業者に返品、解約できないか問い合わせるよう助言しました。

《事例2》

「初回9800円のサプリメントを通信販売サイトで購入した。2回目以降5000円の商品が毎月届く定期購入で、商品発送日の10日前までに解約を申し出れば、解約できることを確認して申し込んだ。初回の商品が届いた後、解約の電話をかけたが、混み合っていて繋がらない。2回目が届く前に解約したい。

アドバイス

「いつでも解約できる」と書かれていても、連絡手段(電話、メール、SNSなど)が限定され、電話が繋がらない、手続きが完了しないケースもあります。問い合わせ用の入力フォームなど他の手段で、解約したい旨を伝えてみるよう助言しました。

●ポイント

【通信販売には、クーリング・オフ制度はありません！】
【低価格を強調する広告こそ、注文前に、小さく書かれている文字までしっかり確認しましょう！】
困ったときには、消費生活センターに相談しましょう。

がん検診の検診料を一部助成します

市内に住民登録のある方は、年度内に1回、検診料の助成を受けられます。70歳以上の方、土浦市国民健康保険加入者、生活保護受給者は無料です。
受診方法／受診券を取得し、協力医療機関で令和4年3月31日までに受診

受診券の申込方法／土浦市保健センター、市民課、各支所・出張所に保険証を持って直接、または健康増進課に電話、またはホームページから

申込締切／

電話・ホームページ…令和4年3月17日(木)

窓口…令和4年3月31日(木)

※受診券の有効期間は発行日から8週間です。



| 検診項目 | 検診内容 | 対象者 | 自己負担額 |
|-----------|--------------------------|-------------------|---------------|
| 胸部(肺がん) | 胸部レントゲン撮影(65歳以上は結核検診を含む) | 40歳以上の方 | 600円(65歳以上無料) |
| 胃がん | バリウムによるレントゲン撮影 | 40歳以上の方 | 4000円 |
| 大腸がん | 便潜血反応検査 | 40歳以上の方 | 600円 |
| 前立腺がん | 血液検査(PSA検査) | 50歳以上の男性 | 1100円 |
| 子宮頸がん | 子宮頸部細胞診 | 20歳以上の女性 | 2300円 |
| 乳がん(女性の方) | 超音波検診 | 40歳以上の方 | 1300円 |
| | マンモグラフィ2方向 | 40・42・44・46・48歳の方 | 1600円 |
| | マンモグラフィ1方向 | 50歳以上の偶数年齢の方 | 1400円 |

年齢はすべて令和4年3月31日時点

骨粗しょう症検診の予約を開始します

対象者／昭和26年4月～平成14年3月生まれで、市内に住民登録のある女性

内容／超音波検査による骨密度測定(測定部位：かかと)

検診料／300円(土浦市国民健康保険加入者、70歳の方、生活保護受給者は無料)

申込方法／土浦市保健センター、市役所(市民課・1階コンシェルジュ)、支所・出張所、中学校地区公民館、子育て支援センター、子育て交流サロン、児童館で配布する「申込専用はがき」に必要事項を記入し郵送(切手不要)、またはホームページから

申込期間／10月29日(金)～11月12日(金)(消印有効)



11月の献血

日時／11月7日(日)、

19日(金)

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 新型コロナウイルスワクチンについて

土浦市医師会
広田浜夫(ひろたこどもクリニック)

まず、新型コロナウイルスの基礎知識です。新型コロナウイルス感染症の正式名はCOVID-19と言います。coronavirus disease 2019(2019年に発生した新型コロナウイルス感染症)を略した言葉でWHOが命名しました。その原因ウイルスはSARS-CoV-2(severe acute respiratory syndrome-coronavirus-2)です。

現在、世界で2億人以上が罹患し400万人以上が死亡しています。この近代化された世界で経験したことのない危機的な状況が起こっています。そして、この状況を打開するためには今のところ日常生活を制限すること、ワクチンを接種することしかありません。しかし、日常生活を制限することは我慢の限界に近づいてきているようです。ですから、今はできるだけ多くの方がワクチンを接種することが重要なのです。

現在、日本で接種されているワクチンはmRNAワクチン(ファイザーとモデルナ)とウイルスベクターワクチン(アストラゼネカ)の3種類です。これらは今までに使用されたことのない、全く新しいタイプのワクチンです。今までのインフルエンザなどの不活化ワクチンは、ウイルスを構成する一部のタンパク質を注

射し、人間の免疫を動かしていました。今回のワクチンは人の細胞の中にウイルス遺伝子の一部(mRNAやそれを変換させたDNA)を注射します。それを人の細胞の中に移動させ、人にウイルスタンパク質を作らせ免疫を働かせるものです。人の免疫応答は大きく分けて液性免疫と細胞性免疫があります。今までの不活化ワクチンでは液性免疫しか働きませんが、新しいワクチンでは液性免疫に加えて細胞性免疫も働きます。よってこの効果は70～95%と驚くほど高いものです。変異株のデルタ株でも60%以上の有効性があるといわれています。

すでに、多くの人にワクチンは接種されており安全性も高いことが認められています。(ただし長期的な副反応については残念ながらまだ不明な点があります。)現在、デルタ株の感染が主流となり、世界でも再び感染者が増加傾向にあります。また、残念ながら今後も変異株が次々と現れることが予想され、まだまだ収束が見えない状況です。

ワクチンを接種するかどうかは、本人または保護者の選択に任されますが、自分と自分の大切な人は自分が守るという考えが大切なのではないでしょうか。



11月の健康相談

●相談

| | 日程 | 受付時間 | 場所 |
|-------------|--------|-------------|-------------------------|
| 健康相談(予約制) | 10日(水) | 9:00~11:30 | 土浦市保健センター(☎826-3471) |
| 栄養相談(予約制) | 9日(火) | 13:00~16:10 | |
| こころの相談(予約制) | 2日(火) | 13:00~15:00 | 障害福祉課(☎内線2470) |
| 高齢者健康相談 | 11日(木) | 10:00~11:30 | 老人福祉センターつわぶき(☎831-4126) |
| | 25日(木) | | 老人福祉センター湖畔荘(☎828-0881) |

●親と子の健診と相談 【予約・問合せ/こども包括支援課 母子保健係 ☎826-1111 内線2513】

| | 対象 | 日程 | 受付時間 | 場所 |
|----------------|------------------------------|----------------------------------|-------------|-----------|
| 4か月児健康診査 | 令和3年7月生まれ | 17日(水)、18日(木) | 13:10~14:30 | 土浦市保健センター |
| 1歳6か月児健康診査 | 令和2年4月生まれ | 10日(水)、11日(木) | 13:15~14:30 | |
| 3歳児健康診査 | 平成30年8月生まれ | 24日(水)、25日(木) | 13:10~14:15 | |
| マタニティ教室(予約制) | 妊婦とその家族 ※集団・個別いずれかのクラスを選択 | 2日(火) (受講は30分程度) | 9:45~10:00 | |
| | | | 14:00 | |
| | | | 15:00 | |
| 身体計測・育児相談(予約制) | 1か月~1歳6か月児 | 1日(月) | 10:20~11:40 | |
| | | | 13:20~14:40 | |
| 10か月児育児相談(予約制) | 令和3年1月生まれ | 16日(火) | 9:30~10:45 | |
| 2歳児育児相談(予約制) | 2歳児とその保護者 | 5日(金) | 13:15~14:00 | |
| | | | 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 | 対象のお子さんには、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。

| 11月 | 内科 | 外科 | 歯科 |
|--------|--------------------------------------|---------------------------|--------------------------------|
| 3日(水) | 友常クリニック ☎824-2718 中央二丁目 | 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 |
| 7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 | 野上病院 ☎822-0145 東崎町 | 高野歯科医院 ☎831-9965 神立中央一丁目 |
| 14日(日) | 中高津クリニック ☎824-1212 中高津三丁目 | 県南病院 ☎841-1148 中 | 関口小児歯科医院 ☎842-7188 乙戸 |
| 21日(日) | 土浦泌尿器科クリニック ☎828-7625 中央一丁目 | 野上病院 ☎822-0145 東崎町 | ウララ歯科クリニック ☎825-4488 大和町 |
| 23日(火) | 小原内科医院 ☎821-1015 中央二丁目 | 県南病院 ☎841-1148 中 | 下島歯科医院 ☎824-3390 中央二丁目 |
| 28日(日) | 烏山診療所 ☎843-0331 烏山二丁目 | 神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目 | 塚原デンタルクリニック ☎842-3817 右舂 |

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。

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☎050-5445-2856

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 |
| 内科 | 木・金・土 | 午後7時~10時 |
| | 土・日・祝日 | 午後7時~10時 |

下高津二丁目7-27(土浦市保健センター内)

☎823-9628(診療時間のみ)

※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。



本号は、9月29日(水)時点の情報をもとに作成しています。最新情報は、問い合わせいただくか、ホームページなどをご確認ください。次回「広報つちうら」11月上旬号は、11月2日(火)発行予定です。