

夢のある、元気のある、土浦へ



Tsuchiura Public Relations

中旬号/No.1305

かすみがうらマラソン2022 開催日を 兼国際ブラインドマラソン 令和4年4月17日(日)に 決定しました(雨天決行)

問合せ かすみがうらマラソン大会事務局(スポーツ振興課内 ☎893-5515)

新型コロナウイルス感染症への十分な対策をとって開催する準備を進めていますが、感染症の拡大状況によっては、大会開催を中止したり、安全な大会運営が可能な規模に変更する場合があります。

2月4日(金)に大会の開催可否の発表とあわせて、

開催規模の変更についても発表します。その後、定員を超える申し込みがあった場合は抽選を行い、当選者には参加料支払い案内などの連絡をします。

最新情報は、大会ホームページに随時掲載しますので、ご覧ください。



種目

	スタート時刻	制限時間	参加料
フルマラソン	午前9時45分	6時間	10000円
10マイル	午前9時20分	2時間	7500円
5キロ	午前10時30分	40分	5000円

※フルマラソンと10マイルは、スタート時の混雑を避けるため、参加者の申告タイムをもとに複数グループに分けて、時間差でスタートします。

※参加料の一部は、霞ヶ浦水質浄化基金、盲導犬育成助成金として使われます。

エントリー

■かすみがうらマラソン・国際ブラインドマラソン共通

申込方法 インターネットから
[LAWSON DO SPORTS] ▶

<https://do.l-tike.com/kasumigaura-marathon/>

受付期間 1月16日(日) 午後11時59分まで

■国際ブラインドマラソン専用ダイヤル

申込方法 専用ダイヤル(☎03-6869-1096)へ電話で

受付期間 1月17日(月)~21日(金)

平日 午前10時~午後5時



かすみがうらウオーキング

開催日 4月17日(日)

スタート 午前9時

コース 序盤は壮大な蓮田のなかを、終盤は雄大な霞ヶ浦の湖畔を歩くコース(約16km)

集合場所 川口運動公園付近

定員 300人(抽選)

参加料 4000円

申込方法

【インターネット申込】1月16日(日) 午後11時59分まで
マラソンと同じく[LAWSON DO SPORTS]から

【電話申込】1月17日(月)~21日(金)

平日 午前10時~午後5時

専用ダイヤル(☎893-5515)へ電話で

【窓口申込】

受付日時や場所など、詳しくは専用ダイヤルへお問い合わせください。



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 障害者差別解消法をご存じですか

障害者差別解消法は、すべての国民が障害の有無によって分け隔てられることなく、相互に人格と個性を尊重し合いながら、共生する社会の実現につなげることを目的としています。主に次の2つの事項について定めています。

障害を理由とした差別的取扱いの禁止

例：障害があることを理由に、施設の利用、就学や就職、賃貸借契約を結ぶことを拒まない

合理的配慮の提供

例：段差にスロープを設置したり、施設内の放送を音声だけでなく文字化したりする

一人ひとりが障害のある方についての理解を深め、誰もが暮らしやすい街を一緒に築いていきましょう。

問合せ 障害福祉課(☎内線2343)

お知らせ 令和4年 土浦市消防出初式

日時 1月8日(土)

- ①観閲…午前8時30分～50分
- ②式典…午前9時～10時30分
- ③木遣り歌・梯子乗り…午前10時45分～11時10分
- ④分列行進…午前11時15分～30分
- ⑤一斉放水…午前11時55分～正午

※雨天時は、式典のみ行います。

会場 ①②…クラフトシビックホール土浦

③…川口運動公園 三帆ひろば

④…川口運動公園 周回道路

⑤…土浦港(川口二丁目・港町二丁目)

※木遣り歌・梯子乗り、分列行進について、実施場所が前回とは変更になっています。

問合せ 消防本部警防救急課(☎821-0119)

お知らせ 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

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。

問合せ 国保年金課

国民健康保険加入者…国保給付係(☎内線2295)

後期高齢者医療制度加入者…医療福祉係(☎内線2406)

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 ひとり親家庭新入学児童お祝いの集い

令和4年度から市立小学校などに入学するひとり親家庭のお子さんのお祝いの集いを開催します。

日時 3月5日(土) 午前10時～11時30分

会場 総合福祉会館(ウララ2ビル 4階)

対象者 令和4年度に市立小学校・義務教育学校へ入学するひとり親家庭の児童とその保護者

内容 入学祝い品(学用品)の贈呈、アトラクション

申込方法 電話で

締切 1月12日(水)

問合せ 土浦市社会福祉協議会(☎821-5995)

お知らせ 12月の納税のお知らせ

■12月の納期限：12月27日(月)

固定資産税(3期)、国民健康保険税(6期)、介護保険料(6期)、後期高齢者医療保険料(6期)

■12月の休日納税・納税相談

日時 12月19日、26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)

情報ひろば

お知らせ 年末年始の休業・休館日のお知らせ

	12/28 (火)	12/29 (水)	12/30 (木)	12/31 (金)	1/1 (土)	1/2 (日)	1/3 (月)	1/4 (火)
市役所 ※1、2・支所・出張所								
男女共同参画センター								
各中学校地区公民館(コミュニティセンター)								
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」								
新治総合福祉センター・ふれあいセンター「ながみね」・老人福祉センター「湖畔荘」・「つわぶき」・「うらら」								
障害者自立支援センター								
都和児童館・ポプラ児童館・新治児童館・こどもランド・子育て交流サロン「わらべ」・「のぞみ」								
勤労青少年ホーム								
青少年センター								
クラフトシビックホール土浦・勤労者総合福祉センター「ワークヒル土浦」・亀城プラザ・生涯学習館								
図書館								
市民ギャラリー								
博物館・上高津貝塚ふるさと歴史の広場								
川口運動公園・乙戸ファミリースポーツ公園・新治運動公園・新治トレーニングセンター・武道館・りんりんポート土浦								
霞ヶ浦文化体育会館(水郷体育館) ※3								
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」								
清掃センター ※4								

年末年始の
休業・休館日

※1…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2日(日)は市民課休日窓口もお休みです。

※2…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。

※3…施設改修工事のため、大体育室と小体育室は12月1日(水)から令和4年8月31日(水)まで休館しています。

※4…搬入受付は午後4時までです。各地区のごみ・し尿収集日については、広報つちうらNo.1304(12月上旬号)「年末年始のごみ収集とし尿くみ取り」または市ホームページをご覧ください。▶





女性のための相談窓口 ～ひとりで悩まず、気軽に相談を！～

女性ならではの悩みや問題などを抱える方、女性の担当者へ相談したい、という方のための相談窓口を紹介します。困ったときは、ひとりで悩まず、気軽に相談してください。

	相談内容【相談員】	相談日時	相談方法	☎電話番号	実施機関
総合的な相談	フェミニスト相談 夫婦間や人間関係の問題や職場でのトラブル・悩みごとなど 【専門の女性相談員】	毎週火曜日 午前11時～午後3時40分 第2土曜日 午前10時～午後2時40分	面接 要予約	827-1107	男女共同参画室
	一般相談 夫婦や家族、仕事のほか、広く女性を取り巻く悩みごと【女性相談員】	第2・第4金曜日 午後1時～4時	面接 要予約	827-1107	男女共同参画室
	茨城県女性相談 配偶者や交際相手からの暴力、離婚問題、ストーカー被害、家庭内や人間関係のトラブルなど【専門の女性相談員】	平日 午前9時～午後9時 土・日、祝日 午前9時～午後5時	電話	029-221-4166	茨城県女性相談センター（茨城県配偶者暴力相談支援センター） （水戸市三の丸一丁目）
		毎日（年末年始を除く） 午前9時～午後5時	面接 要予約		
	暮らし自立サポートセンター相談 生活の困りごとや、自立した生活を送るための相談、住居確保給付金や食料品・生理用品などの購入に関する事など	平日 午前8時30分～ 午後5時15分	面接	822-7610	土浦市暮らし自立サポートセンター（ウララ2ビル4階 土浦市社会福祉協議会内）
DV、ストーカー被害など	県警女性専用相談電話 夫や交際相手からの暴力、知人によるつきまとい、ストーカー被害など 【女性警察官】	毎日 24時間受付	電話	029-301-8107	茨城県警察本部
	警察相談専用電話 犯罪被害の未然防止に関する相談 【警察官】	毎日 24時間受付	電話	#9110 029-301-9110	茨城県警察本部
	性暴力被害者サポートネットワーク茨城 チカンや盗撮を含む性暴力の被害の相談、病院や警察などへの付き添い 【女性相談員】	平日 午前9時～午後5時 （年末年始を除く）	電話	#8891 029-350-2001	いばらき被害者支援センター

どこに相談したらよいか分からない場合は、男女共同参画室にご相談ください。上記以外の相談窓口も含めて案内します。また、生理用品についてお困りの方の相談にも対応しています。

問合せ 男女共同参画室（☎827-1107）



**土浦市男女共同参画×市民協働フェスティバル
～多様性の中 支え合い 暮らしを守る 共生のまちづくり～**



日時 1月22日（土） 午前9時30分～午後0時30分
（受け付けは午前9時から）

会場 県南生涯学習センター（ウララビル 5階）

定員 50人（事前予約制）

申込方法 電話またはメールで

※メールでの申し込みの場合は、氏名（フリガナ）、性別、電話番号を記入してください。

申込締切 1月7日（金）

問合せ 市民活動課
（☎内線2507 ✉ josei@city.tsuchiura.lg.jp）

イベント内容

オープニングセレモニー 競技ダンスパフォーマンス

出演 久保田弓椰さん・徳野夏海さんペア

講演会「女性の視点を取り入れた地域災害対応力の強化 ～コロナ感染リスク下で命を守るために～」

講師 浅野幸子さん（減災と男女共同参画研修推進センター 共同代表）

パネル展

各地区市民委員会、ボランティア団体、NPO法人、女性団体などの活動を紹介

情報ひろば

お知らせ

パブリックコメントを実施します

	募集対象	提出期間	問合せ・提出先
1	土浦市地域防災計画(案)について	～1月5日(水)(必着)	防災危機管理課 (☎内線2009 FAX822-9252 ✉ bousai@city.tsuchiura.lg.jp)
2	第9次土浦市総合計画(案)について	12月16日(木)～ 1月12日(水)(必着)	政策企画課 (☎内線2425 FAX822-9252 ✉ kikaku@city.tsuchiura.lg.jp)
3	公共施設等総合管理計画(案)について	12月16日(木)～ 1月12日(水)(必着)	政策企画課 (☎内線2497 FAX822-9252 ✉ jimu@city.tsuchiura.lg.jp)

公表方法

各担当課、情報公開室、各支所・出張所、各中学校地区公民館での閲覧、およびホームページへの掲載



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
- ・市内に事務所などがある個人や法人・団体の方

提出方法

住所、氏名(名称)、電話番号を記入し、各担当課へ郵送、ファクス、メールまたは直接

お知らせ

償却資産の申告をお願いします

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4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4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4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 1月31日(月)

申告方法 令和3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3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、令和4年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。

問合せ 課税課(☎内線2337)

お知らせ 「土浦市ふれあいネットワーク」をご存じですか

◆ふれあいネットワークとは

生活上の困りごとがあり、支援を必要とする方に対して、地域住民の協力を得ながら、保健・医療・福祉の関係者が連携して、生活の改善を図るために総合的に支援する仕組みです。市では、市民の方の相談窓口として、各中学校地区公民館に「地域ケアコーディネーター」を配置しています。

ふれあいネットワークのイメージ



お困りの方を支えるため、
長年取り組んできました

- ・昭和63年度に、県から「地域ケアシステムモデル事業」として受託しました。先行する例のないところから、検討を重ねてネットワークを構築しました。
- ・平成6年度から、土浦型地域ケアシステム事業として運用を開始しました。
- ・平成13年度から、相談窓口として、地域ケアコーディネーターを配置しています。

先進事業として、国からも注目されている事業です



生活上の困りごとがあるときは…

- 例・家族に介護が必要となった
- ・子育て支援サービスを利用したい
 - ・福祉に関する情報を知りたい
 - ・ひとり暮らしの高齢者が、食事づくりや掃除ができず困っている



「地域ケアコーディネーター」へご相談ください

「地域ケアコーディネーター」とは皆さんの、介護・医療・子育てなどの、生活上のさまざまな困りごとを聞き取ります。そして、必要な支援を受けられるように、関係機関との連絡・調整を行います。



◆相談先

相談時間 午前8時30分～午後5時15分

相談日・相談場所

- 月曜日…社会福祉協議会(ウララ2ビル 4階 ☎821-5995)
火～日曜日…各中学校地区公民館
- | | |
|---------------------|---------------------|
| 一中地区公民館 (☎821-0104) | 上大津公民館 (☎828-1008) |
| 二中地区公民館 (☎824-3588) | 六中地区公民館 (☎842-3585) |
| 三中地区公民館 (☎843-1233) | 都和公民館 (☎832-1667) |
| 四中地区公民館 (☎824-9330) | 新治地区公民館 (☎862-2673) |



ケース検討会議の様子

問合せ 社会福祉課 (☎内線2430)

広告

情報ひろば

お知らせ 乳児用チャイルドシートを貸し出します

貸出期間 1月17日(月)～28日(金)の平日
午前9時～午後5時
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2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
申込日 1月11日(火)、12日(水)
問合せ 生活安全課(☎内線2298)

催し 障害者ふれあいワーク展示会

日程 1月5日(水)～16日(日) 午前10時～午後6時
会場 土浦市民ギャラリー
内容 障害者の方への理解と認識を深めることを目的に、市内の障害福祉サービス事業所で作成した作品や、その活動を紹介するポスターの展示
問合せ 障害福祉課(☎内線2470)

講座 救命講習会

日時 1月29日(土) 午前9時～正午
会場 市消防本部 3階講堂(駐車場は庁舎東側)
内容 普通救命講習Ⅰ
心肺蘇生法・AEDの実技、窒息時の解除法、止血法など
定員 20人(先着順)
持ち物 動きやすい服装、修了証(過去に受講経験のある方のみ)
申込方法 電話またはメールで
締切 1月7日(金)
問合せ 消防本部警防救急課(☎821-0119、
✉119kyuukyuu@city.tsuchiura.lg.jp)

お知らせ 地域コミュニティ活動の活性化を推進しています

烏山二丁目町内会が、令和3年度コミュニティ助成(宝くじ助成)を受けて、地域コミュニティ活動のために公民館備品の整備を行いました。



烏山二丁目町内会で整備した公民館備品

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。
問合せ 市民協働室(☎内線2456)

お知らせ 陸上自衛隊夜間飛行訓練

日程 1月18日(火)、19日(水)、25日(火)、26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)

相談 土浦地方家族会の開催

日時 1月8日(土) 午後1時30分～3時30分
会場 阿見町本郷ふれあいセンター(阿見町本郷)
対象 精神に障害がある方とその家族
内容 悩み相談、意見交換
問合せ 土浦保健所(☎821-5516)

広告

広告



かすみがうらマラソンのボランティアおよび応援川柳を募集します



■ボランティアの募集

	募集対象	定員	申込方法	募集期限
コースキャスト	コース上の警備・ランナーへの応援(10人以上の団体)	—	スポーツ振興課へ直接	1月17日(月)
キロ表示ボランティア	コースでのキロ表示看板の掲示(1組2人以上で従事)	49組	大会ホームページの専用フォームから	2月28日(月)
伴走ボランティア	ブラインドランナーが、安全で快適に走るための伴走	ブラインドランナーの申込数により変動	大会ホームページから申請書をダウンロードし、メールまたは郵送	12月24日(金)
救護ボランティア	ランナーとして参加しながら、要救護者の対応・報告など	エントリーしたランナーの内300名	大会参加申込と同時に(詳しくはホームページをご覧ください)	1月16日(日)

■応援川柳の募集

応募要件

茨城弁を使用した川柳で、出場ランナーに向けた応援や、大会への意気込みを盛り込んだもの、もしくは霞ヶ浦周辺の景観・特産品に関するもの

応募方法 大会ホームページの専用フォーム、またはTwitterで

募集期間 12月17日(金)～1月28日(金)

※作品の著作権はすべて「かすみがうらマラソン大会事務局」に帰属します。

※応募できる作品は、自作で未発表のものに限ります。
 ※作品は、大会当日にフルマラソンのコース沿道に掲示するほか、ホームページ、広報紙、ラジオ(「イバラキングのごじゃっぺラジオZ」FM84.2MHz毎週土曜日午後10時～11時)で発表します。

※応募に際し入手した個人情報、かすみがうらマラソンの応援に関する以外には使用しません。

問合せ かすみがうらマラソン大会事務局
 (スポーツ振興課内 ☎893-5515)



オンライン展示解説
「おうちもミュージアム」



博物館では、「霞ヶ浦に育まれた人々の暮らし」をテーマにした展示を、季節ごとに行っています。その展示の見どころを、3分程度の動画で紹介します。

公開開始日 1月5日(水)

解説テーマ

- ・跡取りを探せー土屋寛直の養子をめぐる書状
- ・関知信の見たロシア船一目印山陣中日記
- ・「新治県」の刻印のある火縄銃
- ・土浦地方の綿栽培と綿切り口クロ

問合せ 市立博物館(☎824-2928)



ウォーキング大会～広々とした菜園の景色を楽しみながら歩こう～

日時 1月15日(土) 午前10時～正午
 ※雨天の場合は中止します。

集合場所 三中地区公民館

内容 乙戸菜園と水辺周辺コース(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

申込締切 1月5日(水)

問合せ 健康増進課(☎826-3471)

広告

広告

情報ひろば

募集

県立盲学校の生徒を募集します

対象 県内在住の視覚障害者

募集区分	要件
幼稚部	平成28年4月2日～平成31年4月1日までに生まれた方
高等部本科	中学校を卒業した方、または令和4年3月卒業見込みの方
高等部専攻科	高等学校を卒業した方、または令和4年3月卒業見込みの方

願書受付日時 2月8日(火)～10日(木) (消印有効)
午前9時～午後4時(10日は正午まで)

申込方法 郵送または直接

※入学希望の方は、願書提出前に教育相談を受けてください。日程など、詳しくはお問い合わせください。

問合せ・申込先 茨城県立盲学校(☎029-221-3388、
〒310-0055 水戸市袴塚1-3-1)

募集

陸上自衛隊高等工科学校生徒・自衛官を募集します



■陸上自衛隊高等工科学校生徒(一般)

対象 17歳未満で、中卒の男性(見込みを含む)

締切 1月14日(金)(必着)

■自衛官候補生(随時募集)

対象 採用予定月現在で、18歳以上33歳未満の方

※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 自衛隊土浦地域事務所(☎821-6986)

相談

1月の無料年金相談

日時 1月15日(土) 午前10時～午後4時
1月18日(火) 午前10時～午後3時

会場 常陽銀行土浦支店(中央二丁目)

内容 社会保険労務士による年金相談

問合せ 同支店(☎822-3216)

講座

食改さんのハッスル中華まん作り教室

日時 1月21日(金) 午前11時～正午
(受け付けは午前10時30分から)

会場 都和公民館

対象 市内在住の方

講師 土浦市食生活改善推進員

内容 調理実習、試食

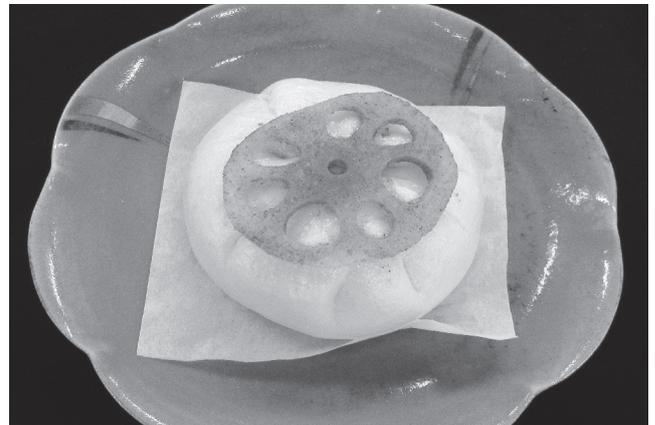
定員 12人(先着順、初回参加の方を優先)

持ち物 エプロン、三角巾

参加料 150円

申込方法 12月22日(水)から電話で

問合せ・申込先 健康増進課(☎826-3471)



講座

楽しく学ぶ書道教室

日時 1月15日(土)、16日(日)、29日(土)、30日(日)
午後1時30分～3時30分

対象 小学生以上(小学校低学年は保護者同伴)

講師 丸山恵雲さん

定員 各10人(先着順)

持ち物 半紙、書道道具、書きたい字の見本、新聞紙

受講料 1000円

申込方法 電話または直接

問合せ 亀城プラザ(☎824-3121)

広告

広告

催し 荒川沖に「明るい未来の光」を灯すプロジェクト

■イルミネーション

点灯期間 11月28日(日)～3月中旬
午後5時～11時

■クリスマスコンサート

日時 12月20日(月) 午後7時～8時

◎共通

会場 荒川沖駅西口 駅前ロータリー

※イルミネーションについての川柳を2月から募集します。応募方法など、詳しくはお問い合わせください。

問合せ 荒川沖三業組合 明るい未来の光実行委員会
(☎090-9019-2358 大曾根)



催し 観光ボランティアガイド協会創立20周年記念行事～街中ぶらり歩きをしましょう～

日時 1月22日(土) 午前10時～正午
(受け付けは午前9時30分から)

集合場所 まちかど蔵「野村」(中央一丁目)

内容 Aコース…城下町と商家
Bコース…土浦城と寺社

定員 各コース20人(先着順)

料金 200円

申込方法 住所、氏名(ふりがな)、電話番号、希望コースを記入してファクス、または電話で

申込締切 1月11日(火)

問合せ・申込先 土浦市観光協会
(☎824-2810、FAX824-2819)



1歳おめでとう★

12月生まれのあかちゃん



1歳おめでとう♪
たくさん遊んで
元気に育ってね♡

福木 琴葉
ちゃん



いつも素敵な笑顔
ありがとう♡
元気に育ってね♪

鈴木 瑛方
ちゃん



1歳おめでとう☆
たくさん笑って
大きくなってね♡

齋藤 壮
ちゃん



弾ける笑顔が素敵な
瑠璃♡1歳も
にこにこの日々を☆

中曾根 瑠璃
ちゃん



1歳おめでとう☆
たくさん笑顔と
幸せをありがとう

吉田 恋雪
ちゃん



元気に大きくなってね
笑顔がかわいい
莉奈♡

岩本 莉奈
ちゃん



1歳おめでとう♡
たくさん笑って
元気に育ってね♡

富島 なな心
ちゃん



1歳おめでとう☆
優しい笑顔を
いつもありがとう!

風間 環
ちゃん

*2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(句読点なし、24
字以内)

・写真を窓口へ持参

申込締切/1月4日(火)

※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

12月17日(金)～31日(金) 年末の犯罪抑止活動

12月は、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ので、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
- ・自動車盗の被害防止
- ・二セ電話詐欺の被害防止

リモート・ドライバーセミナー

県では、運転時の危険予測に関する映像資料をYouTubeに掲載しています。交通事故を起こさない運転を再確認し、安全運転を心掛けましょう。

「映像で再確認！リモート・ドライバーセミナー」 ▶



悪質な「点検商法」にご注意ください

業者が「無料点検」と称して訪問し、「屋根がズレている」などと不安をあおり、工事や商品を押し付けてくる悪質な「点検商法」が横行しています。業者は、「火災保険が下りれば無料で修理できる」と言い、工事を勧めてきますが、「必要のない工事をされてしまった」、「工事後、保険金が下りなかった」といったトラブルにつながる恐れがあります。その場で契約しないようにしましょう。もし工事を行う場合は、複数の業者から見積もりを取ったり、周りの人に相談したりしてから決めることが大切です。

不安や疑問を感じたら、土浦市消費生活センター、または土浦警察署までご連絡ください。

●土浦市消費生活センター ☎823-3928

●土浦警察署 ☎821-0110

つちうら防災ノート

問防災危機管理課(☎826-1111 内線2270)

～自分や大切な人の命を守るために～

ハザードマップを活用し、避難行動に役立てましょう

災害時に被害が予想される区域や、避難場所などの情報を地図上に示したものを「ハザードマップ」といいます。市では、以下の4種類のハザードマップを作成し、ホームページで公開しています。

◆洪水ハザードマップ

洪水により想定される浸水の区域と深さを示しています。

◆内水ハザードマップ

大雨が降った場合などに、下水施設や水路からあふれた雨水により浸水するおそれがある区域を示しています。

◆土砂災害避難地図

土砂災害によって被害が予想される区域を示しています。

◆液状化危険度マップ

地震により液状化の発生のおそれがある区域を示しています。



▲洪水ハザードマップ

いざというときに備え、ハザードマップを確認して、日頃から避難場所や避難経路などをご家族や地域の皆さんで話し合ってください。市から避難指示などの情報が発令された場合は、逃げ遅れることのないよう、状況に応じた適切な避難行動をとってください。

洪水ハザードマップ ▶



内水ハザードマップ ▶



土砂災害避難地図 ▶



液状化危険度マップ ▶



1 月子育てひろば



HPはこちら ▶



児童館		※予約は電話または直接	
都和児童館 (☎832-3112)	14日(金)	10:30~11:00	はっぴーママ講座
	21日(金)	10:30~11:00	親子ビクス
	27日(木)	10:30~11:00	からだであそぼう
ポプラ児童館 (☎841-3212)	18日(火)	10:30~11:00	おはなしひろば(1月誕生児紹介)
	21日(金)	10:30~11:00	親子ふれあい体操
	24日(月)	10:30~11:00	ポプラdeリトミック
新治児童館 (☎862-4403)	7日(金)	10:30~11:00	ゲームデー
	24日(月)	10:30~11:00	おはなし会(おはなしの泉)
	26日(水)	10:30~11:00	ママとベビーのふれあい体操
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 12月20日(月)から 電話で	月~金曜日※	9:30~12:00, 13:00~16:30	お部屋開放
	6日(木)	10:00~11:30	おはなし会&手形アート 1歳以上
		13:30~15:00	おはなし会&手形アート 0歳児
	7日(金)	10:00~11:30, 13:30~15:00	赤ちゃんのカレンダー作り&育児相談
	11日(火)	10:00~11:30	親子ビクス 場三中地区公民館
	12日(水)	10:00~11:30	親子ビクス 場二中地区公民館
	13日(木)	10:00~11:30	親子ビクス 場六中地区公民館
	14日(金)	10:00~11:30	親子ビクス 場都和公民館
	17日(月)	10:00~11:30	親子ビクス 場神立地区コミュニティセンター
	18日(火)	10:00~11:30	親子ビクス 場四中地区公民館
	19日(水)	10:00~11:30	親子ビクス 場一中地区公民館
	20日(木)	10:00~11:30	赤ちゃんとおはなし遊び 場三中地区公民館
	21日(金)	10:00~11:30	赤ちゃんとおはなし遊び 場二中地区公民館
	24日(月)	10:00~11:30	広い部屋で遊ぼう! 場新治地区公民館
	27日(木)	10:00~11:30, 13:30~15:00	1歳以上のカレンダー作り
28日(金)	10:00~11:30	凧作り 場新治地区公民館	
ありんこクラブ (☎841-0463) 土浦愛隣会保育所内 予約受付は 12月22日(水) 9:00から	月~金曜日※	10:00~12:00	保育所開放
	6日(木)、7日(金)	10:30~12:00	スノードーム作り
		10:30~12:00	シェイプアップ講習会
	13日(木)、14日(金)	10:30~12:00	毛糸の帽子作り
		10:30~12:00	シェイプアップトレーニング講習会
	25日(火)	10:30~12:00	ピラティス講習会
	26日(水)	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
	6日(木)	10:00~11:00	お正月遊び
	13日(木)	10:00~11:00	音楽鑑賞会Ⅱ
	20日(木)	10:00~11:00	運動遊びと身体測定
25日(火)、27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 12月17日(金) 9:30から	6日(木)、7日(金)	10:00~10:50, 11:00~11:50	0歳ひろば
	11日(火)、12日(水)	10:00~10:50, 11:00~11:50	1歳ひろば
	13日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール 場三中地区公民館
	14日(金)	10:00~10:50, 11:00~11:50	お誕生会
	17日(月)、18日(火)	10:00~10:50, 11:00~11:50	2歳児以上ひろば
	19日(水)、26日(水)	9:30~10:30, 10:40~11:40	ベビーマッサージ
	20日(木)	10:00~12:00	親子ビクス 場六中地区公民館
	25日(火)	10:00~12:00	マタニティサロン
	27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

1月のとしょかん

図書館カレンダー
2022 January



岡市立図書館 (☎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】10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)および分館は、12月29日(水)から1月4日(火)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(水)から28日(火)までの期間に貸出する資料については、貸出期間を3週間に延長します。

○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)

※CD・DVDは、公民館に設置の返却ポストには返却できません。

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。

※相互貸借資料・紙芝居・大型本は返却ポストには入れず、開館時にカウンターへ返却してください。

※返却ポストが満杯の場合は、破損の原因となりますので、無理に入れようとはせず、開館後の返却にご協力をお願いします。

1月のおはなし会

おはなし会(2階 おはなしのへや)

■1月8日(土)、9日(日)、15日(土)、23日(日) 午前11時から

1月16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15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。

今月のおすすめ本

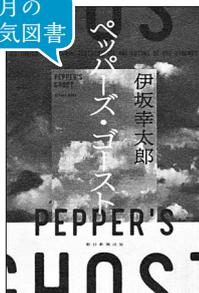


「お味噌知る。」(料理)

味噌汁には、人それぞれの立場や、場面に合わせた作り方がある。料理研究家・土井善晴とその娘である土井光による味噌汁レシピを、「自立」「家族」「おかずと組み合わせる」など5つのテーマに分けて紹介する。

(土井善晴/著、土井 光/著)

先月の
人気図書



「ペッパーズ・ゴースト」(小説)

中学国語教師の檀は、ある条件下で他人の明日が少しだけ見える特殊能力を持つ。彼は生徒から、奇妙なコンビが暴れ回る小説原稿を渡される。小説内の2人組「ネコジコハンター」とは？エンターテインメント長編。

(伊坂幸太郎/著)

こどもの本

タフィー

(サラ・クロッサン/作、三辺律子/訳)

おちばのほん (いさわゆうこ/著)

レッツキャンプ

(いとうみく/作、酒井 以/絵)

たいそうするよ(高畠 純/作・装丁)

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、お正月などイベントが目白押しです。伝統行事についてわかりやすく書かれた本をはじめ、この時期に役立つ本を集めてみました。よい年を迎える準備にご活用ください。

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	11日、18日、25日(火)	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	12日(水)	13:30~15:30	広報広聴課 (☎内線2399) 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	20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	14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	5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	19日(水)	13:30~15:30	広報広聴課 (☎内線2399) 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2399) 市に対する要望、意見など(担当職員)		
税務相談	6日(木)、11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	子ども包括支援課 (☎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	子ども包括支援課 (☎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	4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。		
	28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	
		8日(土)			10:00~14:40
		一般相談			14日、28日(金)

進めよう！男女共同参画

男女共同参画室(☎827・1107)

「デートDV」といって言葉を知っていますか？

「DV」とは、英語のドメスティック・バイオレンスの略で、夫婦や恋人など、親密な関係で起こる暴力のことです。なかでも、交際相手からふるわれた暴力を「デートDV」とい、「好きであれば、自分の思い通りになるのが当然」と考え、強引に相手をコントロールしようとする言動のことをいいます。からだへの暴力だけではなく、相手の嫌がることを強要したり、行動を制限するなど、こころを傷つけることもDVになります。

デートDVも、DVも言葉こそ違いますが、暴力という意味では同じであり、決して許されるものではありません。「ただのケンカだから」「相談するほどのことではないかも」「自分にも悪いところがあるのかな…」と考えず、不安を感じたら、ひとりで悩まずに友だちや家族に相談してください。

また、若いカップル間で起こったデートDVの解決は、当事者間だけでは難しい問題です。もし、友だちや家族で悩んでいる人がいたときは、話を聞いてあげる、専門の相談窓口で相談するように勧めるなど、力になってあげましょう。

これってデートDVかも？

- ・ 厳しく交友関係を制限する
 - ・ 勝手にスマホを見たり、アドレスを消したりする
 - ・ 少しでも電話やSNSの返信が遅いと怒る
 - ・ 気に入らないと異常なほど怒ったり、ものに当たったりする
 - ・ デート費用をすべて出させる・高価なものを買わせる
 - ・ ささいなこと大声で怒鳴る、無視する
- もし、一つでも当てはまったらデートDVかもしれません。ひとりで悩まず、相談してください。

内閣府DV相談ナビ ☎#80008

成人用肺炎球菌予防接種費用の助成

「肺炎球菌」による肺炎は、高齢者は特に重症化しやすく注意が必要です。予防接種をすることによって、重症化や死亡するリスクを減らすことができます。

対象者／接種当日に市内に住民登録があり、今までに自費による接種も含め、23価肺炎球菌予防接種(ニューモバックス)を受けたことがない、次のいずれかに該当する方

①令和3年度に次の年齢になる方

65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳

②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に、身体障害者手帳1級に相当する障害を有する方

※②の方は事前に申請が必要です。

助成額／4000円

※生活保護受給中の方は、接種前に全額公費負担券発行の手続きが必要です。詳しくは、お問い合わせください。

助成実施期間／3月31日(木)まで

※予防接種予診票は令和3年4月に送付しています。まだ接種していない方で、予診票を紛失した方はお問い合わせください。

おてがる筋トレ講座

対象者／65歳以上の市民

内容／講話、体力測定、運動(筋力トレーニングなど)

日時・会場／いずれも午後2時～3時30分

(受け付けは午後1時30分から)

日程	会場
1月24日(月)	土浦市保健センター
1月26日(水)	新治地区公民館
1月27日(木)	都和公民館
1月28日(金)	二中地区公民館
1月31日(月)	神立地区コミュニティセンター
2月1日(火)	六中地区公民館
2月2日(水)	三中地区公民館
2月7日(月)	一中地区公民館

定員／各20人(定員を超えた場合は抽選)

申込方法／1月6日(木)までに電話で

1月の献血

日時／1月9日(日)、21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と唾液

土浦市歯科医師会
加藤良一(永林堂歯科医院)

新型コロナウイルスは、世界の人々の生活を一変させました。マスクの着用、会話の減少、ステイホームによる間食の増加など、生活の変化による口腔の健康状態の悪化が心配されています。その中で、感染予防のためにマスク着用が必須となる生活により、刺激唾液※の分泌が減っている可能性とその影響について解説します。

※刺激唾液…匂いや味覚、噛む、温度などの刺激によって分泌されるさらさらした唾液

◎マスク生活で刺激唾液が減少

刺激唾液の減少により、口腔の健康状態が悪化していることが考えられます。唾液は唾液腺から分泌される体液で、刺激の有無により、安静唾液と刺激唾液の2種類に分類されます。そのうち、匂いや味覚、噛む、顔の動き、温度などの刺激によって分泌される刺激唾液が、コロナ禍のマスク生活で少なくなっている可能性があります。マスク生活では唾液を分泌させる刺激が少なくなりがちです。笑顔を見せることや会話をすることが少なくなり、顔の筋肉を動かす機会が減る、さらにマスクを外すことをためらい水分をとるタイミングをのがし、刺激に加え水分不足が刺激唾液の分泌

不足の原因になると考えられます。

◎刺激唾液の役割

刺激唾液は口腔の湿潤状態を保つだけでなく、健康を維持するためのリゾチーム、ペルオキシダーゼ、ラクトフェリンなど、抗菌作用のある物質が多く含まれています。通常は、これらの物質によって口腔細菌の増殖が抑えられ、口腔の健康が維持されています。しかし、刺激唾液が少なくなることで、口腔の自浄作用が低下して、虫歯や歯茎の腫れ、口臭といった口腔健康状態の悪化を招きます。また、ウイルスや細菌などの侵入を防いで感染症予防に効果のある、唾液中のIgA(免疫グロブリンA)は、刺激により濃度や量が増えることが分かっています。

◎刺激唾液を増やすには、まずよく噛む

刺激唾液の分泌には、噛むことが最も有効です。よく噛んで食事をすることで、味覚への刺激も加わり、刺激唾液がより多く分泌されます。

コロナ禍の今、口腔の健康を保つほか、感染対策にも大切な刺激唾液の分泌を減らさないように、よく噛むことを心がけてください。

1月の健康相談

●相談

	日程	受付時間	場所
健康相談(予約制)	5日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	11日(火)	13:00~16:10	
こころの相談(予約制)	4日(火)	13:00~15:00	障害福祉課(☎内線2470)
高齢者健康相談	13日(木)	10:00~11:30	老人福祉センターつわぶき(☎831-4126)
	27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
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	11日(火)	9:45~10:00	土浦市保健センター
		11日(火) (受講は30分程度)	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	24日(月)	10:20~11:40 13:20~14:40	
4か月児健康診査	令和3年9月生まれ	12日(水)、13日(木)	13:00~14:30	
10か月児育児相談(予約制)	令和3年3月生まれ	18日(火)	9:30~10:45 13:15~14:00	
1歳6か月児健康診査	令和2年6月生まれ	5日(水)、6日(木)	13:15~14:15	
2歳児育児相談(予約制)	2歳児とその保護者	7日(金)	13:30~15:30	
3歳児健康診査	平成30年10月生まれ	19日(水)、20日(木)	13:10~14:30	
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。

1月	内科	外科	歯科
1日(土)	ゆみこ内科クリニック ☎821-1180 田中三丁目	伊野整形外科医院 ☎821-6028 真鍋六丁目	吉田歯科医院 ☎824-2008 並木一丁目
2日(日)	石井内科クリニック ☎841-6125 右粉	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	とうぎき歯科クリニック ☎822-7700 東崎町
3日(月)	菊地内科医院 ☎821-3770 下高津一丁目	西郷整形外科リハビリクリニック ☎869-9888 おおつ野二丁目	小杉歯科医院 ☎824-1089 下高津一丁目
9日(日)	田谷医院 ☎823-2636 生田町	野上病院 ☎822-0145 東崎町	飯坂歯科医院 ☎823-5383 城北町
10日(月)	山手医院 ☎835-3388 国分町	県南病院 ☎841-1148 中	加茂歯科医院 ☎824-5117 永国
16日(日)	大石内科クリニック ☎835-0014 大岩田	野上病院 ☎822-0145 東崎町	みなと歯科クリニック ☎835-3480 港町一丁目
23日(日)	あおき内科クリニック ☎825-8181 木田余	松永医院 ☎823-7771 中高津三丁目	とうぎき歯科クリニック ☎822-7700 東崎町
30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	茂木歯科医院 ☎821-0735 真鍋一丁目

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

※12/29~1/3の診療時間は、祝日と同じです。

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、11月26日(金)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」1月上旬号は、12月24日(金)発行予定です。

