

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.1311

# ご成人おめでとうございます

## 令和3年土浦市成人式



2月27日、新型コロナウイルス感染症の拡大を考慮し延期されていた、令和3年土浦市成人式が、クラフトシビックホール土浦で開催されました。

会場には、華やかな着物やスーツ姿の新成人が集まり、久々に再会した同級生たちと、ようやく迎えた門出の喜びを分かち合いました。



成人代表 勝村圭裕さん

私たちの成人式が多くの方のご尽力により、開催できたことを感謝申し上げます。土浦の発展を願い、自分たちも貢献できるよう、新成人の務めを果たしていくことを誓います。



成人代表 小澤皓典さん

新型コロナウイルスが猛威を振るうなか、成人式が無事開催できたこと心から感謝申し上げます。人との繋がりを再確認し、感謝を伝え、社会人としての新たなスタートを歩みます。



令和3年新成人が生まれた  
2000年(平成12年)の出来事

- ・シドニーオリンピック開催
- ・有珠山、三宅島噴火
- ・「PlayStation2」発売 など



成人に贈る言葉 安藤真理子 土浦市長

成人されました1491人の皆さん、誠にありがとうございます。新型コロナウイルス感染症の拡大による度重なる延期により、不安な日々を過ごされたことでしょうか。本日、めでたく成人式が開催できたことを大変うれしく思います。お世話になった方々に対し、感謝の気持ちを忘れることなく、大きく羽ばたいてください。

「土浦全国花火競技大会」 代替企画

「土浦の花火」〜後世に伝える匠の技〜

第一章 全国の花火師大集合!!

第二章 二大花火競技大会「土浦」「大曲」夢の競演!!

第一章 全国の花火師大集合!!

1月15日、22日、29日、2月5日(土)

全国17都道府県から45業者が参加

第二章 二大花火競技大会「土浦」「大曲」夢の競演!!

2月11日(金・祝)

土浦の花火から6業者、大曲の花火から4業者の参加

新型コロナウイルス感染症の影響により、本市をはじめ各所で花火大会が中止されました。大正14年から続く伝統ある土浦の花火の存続と花火の伝統技術の継承、そして、依然厳しい状況にある花火業界を応援するため、コロナ感染症拡大防止に配慮して、「土浦全国花火競技大会」代替企画花火を打ち上げました。

打上の動画はYouTubeで配信しています▶



# 花火師の皆さんに感謝を込めて

1月15日

海洋化研(北海道)  
芳賀火工(宮城県)  
若松煙火製造所(宮城県)

佐藤煙火(宮城県)  
菅野煙火店(福島県)  
赤城煙火店(福島県)



齊木煙火本店(山梨県)  
信州煙火工業(長野県)  
アルプス煙火工業(長野県)

三遠煙火(静岡県)  
若松屋(愛知県)



土浦市長 安藤真理子

全国の花火師の皆さん、市民の皆さんのご協力により今回の企画が無事に終了しましたこと、誠にありがとうございました。花火師が丹精込めて作り上げた、花火の光と音の美しさにより、市民の皆さんも元気をもらうことができたのではないのでしょうか。土浦の花火は、伝統と格式ある競技大会で、市民の誇り・地域の宝です。花火文化を後世に残すため、今後ともご支援・ご協力をお願いします。

1月22日

川崎火工服部煙火店(福島県)  
菊屋小幡花火店(群馬県)  
新潟煙火工業(新潟県)

片貝煙火工業(新潟県)  
小千谷煙火興業(新潟県)  
小口煙火(長野県)  
篠原煙火店(長野県)  
紅屋青木煙火店(長野県)



山内煙火店(山梨県)  
マルゴー(山梨県)

豊橋煙火(愛知県)  
加藤煙火(愛知県)

2月5日

糸井火工(福島県)  
元祖玉屋(千葉県)  
ホンヤエンタープライズ(東京都)

伊那火工堀内煙火店(長野県)  
臼井煙火(静岡県)  
光屋窪田煙火工場(静岡県)  
神戸煙火工場(静岡県)



太洋花火(鹿児島県)  
六葉煙火(鹿児島県)

イケブン(静岡県)  
高田花火工業(福岡県)

1月29日

関口煙火工場(栃木県)  
田熊火工(栃木県)  
須永花火田島煙火工場(栃木県)

茨城火工(茨城県)  
高城煙火店(千葉県)  
ファイアート神奈川(神奈川県)  
阿部煙火工業(新潟県)



北陸火工(石川県)  
太陽堂田村煙火店(長野県)

静玉屋(静岡県)  
田畑煙火(静岡県)

2月11日

日本煙火協会茨城地区会

金沢煙火工場 野村花火工業 丸玉屋小勝煙火店  
筑北火工堀米煙火店 森煙火工場 山崎煙火製造所



「大曲の花火」協同組合

小松煙火工業 北日本花火興業 和火屋 響屋大曲煙火



土浦の花火

金沢煙火工場 金沢克昌さん

土浦の皆さんの花火に対する深い理解と熱い思いが花火文化を育み、私たちの力につながっています。今回の大曲と土浦の花火のコラボレーションは、私自身も楽しみにしていました。花火師一同、感謝の気持ちでいっぱいです。

土浦の花火は競技大会です。全国から花火師仲間が集まる交流の場であり、他社の技術を直接学ぶことができる貴重な場でもあります。今後も、皆さんに楽しんでいただけるよう技術研鑽に励みますので、引き続き応援をお願いします。

土浦と大曲は、共に内閣総理大臣賞をいただく権威ある競技大会が開催されます。この二大競技大会の花火が一緒に打ち上がる夢のような企画をいただき、土浦の皆さんには大変感謝しています。今回は、過去に土浦の大会に出品した花火を打ち上げました。花火師一同、心を込めて作りしましたので、楽しんでいただけたと思います。花火は光と音の一瞬の芸術。上を向いて、この一瞬に生まれる心の癒しと明日への希望を、これからも皆さんにお届けしたいと思います。



大曲の花火

北日本花火興業 今野義和さん



## 1月15日の花火



年季の入った鉄製の筒。現在はステンレス製の筒が主流ですが、グラスファイバー製の筒もあります。打ち上げる花火玉の大きさと同じでも、筒の種類や長さは業者によって特色があります。

## 第一章 全国の花火師大集合!!



## 1月22日の花火



電気点火の配線作業をしています。花火玉を打ち上げ用の筒に入れた後、導火線と信号用のケーブルをつなぎます。華やかな花火の裏では、地道な作業が行われています。





## 1月29日の花火



花火を打ち上げる点火機です。ここからモジュール(分配器)に電気信号を流し、電気導火線を通じて花火玉に着火します。



## 第一章 全国の花火師大集合!!

## 2月5日の花火



打ち上げ前に、消防署員・警察署員が、筒がしっかり固定されているか、地面と垂直になっているかなど、安全確認の検査をします。



# 土浦の花火



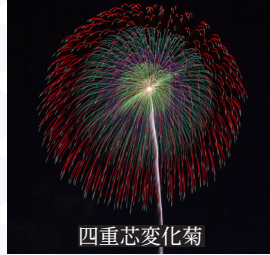
五化芯五度変化先銀点滅



青の耀き



変芯錦紫銀乱



四重芯変化菊



## 2月11日の花火



10号の花火玉は直径約30cmで、打ち上げると約300mに開花します。打ち上げ用の筒の高さは、約150cmあります。



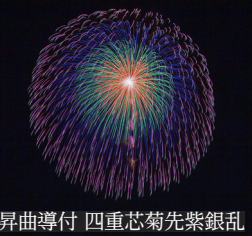
冠八方八重残芯錦先青緑



四重芯錦冠菊

## 第二章 二大花火競技大会「土浦」「大曲」夢の競演!!

# 大曲の花火



昇曲導付 四重芯菊先紫銀乱



ジュエリーチャーム

## 2月11日の花火



左のスターマインの写真の様に、花火を扇状に打ち上げる時は、専用の台を使用し、筒も扇状に配置されています。



昇銀竜 四重芯変化菊



茜空



万華鏡写輪丸



昇り曲導付き四重芯変化菊



## 情報ひろば

お知らせ

## 小・中学校、義務教育学校入学式

期日 小学校…4月7日(木)  
 中学校…4月8日(金)  
 義務教育学校…4月7日(木)

※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。

問合せ 学務課(☎内線5108)

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

## 土浦の桜まつり2022

土浦のさくら～まち・川・湖・里山 魅力の桜めぐり～



## ◆ライトアップ

場所 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)  
 日時 3月21日(月)～4月10日(日) 午後5時～9時

## ◆ぼんぼり・提灯飾り

場所 新川堤(立田町・真鍋二丁目)  
 日時 3月21日(月)～4月10日(日) 午後5時～9時

## ◆桜川堤(千束町～生田町)歩行者天国

日時 3月26日(土)、27日(日)、4月2日(土)、3日(日)  
 午前9時～午後3時(雨天中止)

※桜川河川敷(田中三丁目、桜川保育園先)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。

## ◆土浦二千本桜めぐり

内容 市内4つのエリア(まちなか、霞ヶ浦湖畔、里山、乙戸)の桜の名所を巡り、7か所の看板に書かれたキーワードのうち、3つを集め応募いただいた方に、抽選で土産品などを贈呈

期間 3月21日(月)～4月10日(日)

※参加方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 土浦桜まつり実行委員会事務局  
 (土浦市観光協会内 ☎824-2810)



桜川堤の桜



新川堤の桜

広告



# 情報ひろば

## お知らせ 第1回土浦市福祉有償運送 運営協議会



日時 4月18日(月) 午後2時から  
(受け付けは午後1時30分から)  
会場 男女共同参画センター 研修室1・2  
内容 令和2・3年度福祉有償運送の実績報告について、土浦市福祉有償運送事業更新申請について  
傍聴定員 5人(先着順)  
※開催方法が変更となる場合があります。最新情報はホームページをご覧ください。  
問合せ 高齢福祉課(☎内線2479)

## 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 4月11日(月)～22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5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 4月4日(月)、5日(火)  
問合せ 生活安全課(☎内線2298)



## お知らせ キララちゃんバス・千代田神立ラインの 運行内容が4月1日から変更になります

### ◆キララちゃんバス ダイヤの変更



- ・A・Cコース早朝便(7時20分発)の運行
- ・JR土浦駅西口発の15時以降の便を、毎正時(0分)発で運行

### バス停の名称の変更

コース	変更前	変更後
A	湖北一丁目	アール医療専門職大学
B	土浦車庫	りんりんポート土浦入口
C	アジュール	土浦看護専門学校

※バス停の位置は変わりません。  
※ダイヤの詳細など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ まちづくり活性化土浦(☎826-1771)

### ◆千代田神立ライン ルートの変更



<JR神立駅西口～神立病院の区間>  
神立駅西口から神立停車場線を経由し、千代田ショッピングモールに向かうルートに変更  
※ルート変更にともない、ダイヤや運賃も変更となります。詳しくは、ホームページをご覧ください。  
問合せ 交通政策室(☎内線2370)

## 募集 さくらんぼ母親クラブ会員を募集します

内容 リトミックなどの活動を通じた母親同士の交流、子どもたちの育成と福祉の増進など  
対象 市内在住の子どもがいる母親  
定員 24組(先着順)  
申込方法 電話で  
※年間の活動予定など、詳しくはお問い合わせください。  
問合せ 子育て支援センターさくらんぼ(☎823-1288)

## お知らせ 狂犬病予防集合注射を実施します



日程 4月9日(土)～22日(金)  
手数料 新規登録犬…5400円  
登録済の犬…3400円  
※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。  
※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。  
問合せ 環境衛生課(☎内線2461)

## 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	
		※1 宿泊	※2 自己負担額(日帰り)	定員	※2 自己負担額
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
県南病院	841-1148		—	50人	22,500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 <sup>※3</sup>
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	300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 <sup>※4</sup> ~	200人	28,000円 <sup>※4</sup> ~
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 <sup>※3</sup>
龍ヶ崎済生会総合健診センター	0297-63-7178		21,800円	30人	28,000円
筑波記念病院つくばトータルヘルスプラザ <sup>※5</sup>	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

# 情報ひろば

**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4年度人間ドック・脳ドックの健診費用を助成します



## ◆人間ドック(日帰り・宿泊)

**健診項目** 健康診査、眼科・聴力検査、便潜血検査、胸部・胃X線撮影、腹部超音波検査 など

※宿泊人間ドックの場合は、追加の項目があります。

**助成額** 2万円

**申込締切** 12月13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** 10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

※助成は3年に1回となります。令和2・3年度のいずれかに脳ドックの助成を受けた方は、令和4年度の助成は受けられません。

**申込締切** 第1回…4月15日(金)(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13日(火)(消印有効)

※先着順で随時補助決定します。

## <国民健康保険加入者>

**対象** 令和4年度に満40歳以上になる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

### 申込方法

郵便はがき(1人につき1枚)に次の内容を記入し、国保年金課(〒300-8686 大和町9-1)へ郵送

- 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

**申込開始** 3月23日(水)から

**問合せ** 国保年金課国保給付係(☎内線2355)

## <後期高齢者医療制度加入者>

**対象** 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

### 申込方法

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。ご承諾のうえ、申し込みください。

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(〒300-8686 大和町9-1)へ郵送

※申込用紙は、国保年金課窓口、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23日(水)から

**問合せ** 国保年金課医療福祉係(☎内線2406)

## ◎注意事項

- 同年度内の助成は、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。
- 人間ドックの決定通知書は、申し込み後、約2週間で発送します。
- 脳ドックの決定通知書は5月中旬以降に発送します。
- 各健診機関への受診予約は、決定通知書が届いてから行ってください。

## 広告

**お知らせ** 市民農園の利用者を募集しています

◆市民農園

**所在地** 摩利山農園(摩利山新田)、  
高津農園(上高津新町)、虫掛農園(虫掛)、  
中村西根農園(中村西根)  
※中村西根農園のみ、有機栽培専用農園です。  
**募集区画数** いずれの農園も数区画ずつ  
(1区画20㎡、1人1区画まで、先着順)



**応募資格** 市内に居住している農業世帯でない方  
**利用料** 1年間3500円  
**募集開始** 4月1日(金)  
**問合せ** 農林水産課(☎内線2712)

◆ふれあい農園小町園(貸農園)

**利用期間** 4月1日～令和5年3月31日  
**所在地** 同園(小野)  
**利用料** 1区画(約30㎡)…1年間3500円  
**締切** 3月25日(金)(申し込み多数の場合は抽選)  
**問合せ** 土浦市農業公社(☎862-5143)



◎共通

**応募方法** 電話で  
※最新の空き区画の情報など、詳しくはホームページ  
をご覧ください。

**お知らせ** 国民年金の届け出をお忘れなく

次の内容に該当するときは届け出が必要となります。

**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(資格喪失連絡票など)、年金手帳、本人確認書類

※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。

**問合せ** 国保年金課(☎内線2290)

**お知らせ** 課税課からのお知らせ

◆令和4年度固定資産税・都市計画税納税通知書を送ります

**発送日** 4月6日(水)  
**対象** 令和4年1月1日(賦課期日)において、市内に所有する資産(土地、家屋、償却資産)について賦課された方

**第1期納期限** 5月2日(月)

◆固定資産(土地・家屋)価格などの縦覧ができます

**縦覧期間** 4月1日(金)～5月2日(月)  
午前8時30分～午後5時15分(土・日、祝日は除く)

**対象** 固定資産税納税者など

**縦覧場所** 本庁舎 2階 課税課

**必要書類** 運転免許証などの本人確認書類

**問合せ** 課税課(☎内線2337)

**相談** 4月の無料年金相談

**日時** 4月16日(土) 午前10時～午後4時  
4月21日(木) 午前10時～午後3時

**場所** 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)

**お知らせ** 3月の納税のお知らせ

■3月の休日納税・納税相談

**日時** 3月27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、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)

**相談** 不動産鑑定士による不動産無料相談

**日時** 4月13日(水) 午前10時～午後4時

**場所** 県南生涯学習センター(ウララビル 5階)

**申込方法** 電話で

**締切** 4月11日(月) 午後5時

**問合せ** 茨城県不動産鑑定士協会(☎029-246-1222)

**お知らせ** 陸上自衛隊夜間飛行訓練

**日程** 4月5日(火)、6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)

令和4年 春の全国交通安全運動

春の全国交通安全運動は、交通安全思想の普及・浸透を目的としています。

交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けるとともに、道路交通環境の改善に向けた取組を推進することにより、交通事故防止の徹底を図ります。

期間

4月6日(水)～15日(金)

4月10日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。

運動の重点

- 子どもをはじめとする歩行者の安全確保
- 歩行者保護や飲酒運転根絶などの安全運転意識の向上
- 自転車の交通ルール遵守の徹底と安全確保

令和3年の県内の交通事故発生状況

- 交通事故発生件数 5929件(前年比120件減)
- 交通死亡事故件数 79件(前年比4件減)
- 飲酒運転による交通死亡事故件数 10件(前年比6件増)
- 死亡者数 80人(前年比4人減)
- 高齢者の死亡者数 46人(前年比6人減)
- シートベルト非着用の死亡者数 20人(前年比10人増)

交通死亡事故の特徴

- 時間帯別では、18～20時が最も多く、13人。次いで、16～18時が10人となっています。
- 年齢層別では、80歳以上が最も多く28人(前年比6人増)。次いで、70歳代が16人(前年比2人減)となっています。また、割合としても高齢者(65歳以上)の構成率は約58%と、非常に高くなっています。

土浦市の交通事故

令和3年の土浦市の交通事故死亡者数は、2人でした。前年から5人減となり、大幅に死亡事故を抑制できました。

1歳おめでとう

3月生まれのおかちゃん



お誕生日おめでとう!  
たくさん楽しい事  
しようね!

片石 悠翔  
ちゃん



1歳おめでとう♡  
たくさん食べて  
元気に育ってね!

東 滯奈  
ちゃん



にこにこの笑顔で  
みんな幸せ♡

中西 柚乃  
ちゃん



元気で可愛い恭ちゃん  
これからも楽しく  
過ごそうね♪

松本 恭弥  
ちゃん



♡祝1歳♡  
生まれてきてくれて  
ありがとう!大好き♡

水野 紗来良  
ちゃん



令和3年3月3日誕生  
我が家の可愛い  
ONLY ONE

塚原 緒音  
ちゃん



1歳おめでとう!  
元気いっぱい  
大きくなってね!

川村 一步喜  
ちゃん



1歳おめでとう!  
これからも一緒に  
成長していこうね

石井 琴葉  
ちゃん



♡やんちゃガール♡  
1歳おめでとう!  
たくましくあれ♡

小嶋 芹菜  
ちゃん



1歳おめでとう!  
健やかな成長を  
願っています

井上 律  
ちゃん

\* 5月で1歳になるお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/3月31日(木)

※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

# 土浦いきいき出前講座



申・問 生涯学習課(☎826-1111 内線5115)

いきいき出前講座では、市民の皆さんが知りたいこと、聞きたいことを気軽に学んでいただくために、各種メニューを用意しています。グループ・地域・企業の学習会や学校の授業などにご利用ください。

なお、受講料については無料ですが、講座によっては材料費などが必要となる場合があります。

## ■いきいき出前講座とは

市民の皆さんの要請に応じて、ご希望の日時、場所に市の職員などが出向き、行政の仕組みや事業の内容などについてお話しします。講座内容の詳細については、ホームページをご覧ください。

## ■開催日

毎日(祝日および12月29日～1月3日を除く)

※業務の都合により、ご希望の日時に職員を派遣できない場合があります。その場合、日程を調整させていただきますのでご了承ください。

## ■時間と場所

開催時間は、午前9時から午後9時(日曜日は午後5時)までです。会場は、市内の公民館や各地区の集会所などで、受講者のご用意ください。

## ■利用できる方

市内に居住または通勤・通学しているおおむね10人以上で構成された団体やグループ

## ■申込方法

開催希望日の20日前までに、担当部署または生涯学習課に申し込みください。利用申込書は、各中学校地区公民館・生涯学習課の窓口や、ホームページから入手できます。

※いきいき出前講座は、皆さんの学習の場です。苦情や要望はご遠慮ください。

※政治・宗教・営利活動にはご利用できません。

◎いきいき出前講座のほかにも、市民の方が講師となって教える「人材バンク制度」があります。登録者の活動内容や利用方法については、生涯学習課へお問い合わせください。

No.	講座名	担当部署
生活	1 市民課に届けるのはどんな時?	市民課 (☎内線2286)
	2 工夫してみませんか? 広報紙のつくり方	広報広聴課 (☎内線2331)
	3 知っていますか?あなたの市民税	課税課 (☎内線2239)
	4 なるほど、わかった! 固定資産税の仕組み	
	5 市税の納付方法と滞納処分のお話	納税課 (☎内線2359)
	6 知っておきたい選挙の知識	選挙管理委員会 (☎内線2010)
	7 土浦の花火を百倍楽しむ方法	商工観光課 (☎内線2705)
	8 ジオパークってなーに?	
	9 水道水はどうつくられるの?	水道課 (☎821-6237)
	10 知っ得と安心なるほど講座 ～成人編～	消費生活センター (☎823-3928)
	11 知っ得と安心なるほど講座 ～新成人編～	
	12 知っ得と安心なるほど講座 ～お年寄り編～	
	13 ネットトラブル注意報 ～中・高校生編～	
	14 シルバー人材センターは 何をするとところ?	シルバー人材センター (☎824-8281)
環境	15 見てみませんか?ごみの行く末1 ～清掃センター見学～	清掃センター (☎841-3427)
	16 見てみませんか?ごみの行く末2 ～一般廃棄物最終処分場見学～	

No.	講座名	担当部署
環境	17 ごみSOS ～ごみ減量とリサイクルのすすめ～	環境衛生課 (☎内線2445)
	18 みんなで守ろう霞ヶ浦! ～霞ヶ浦の現状と水質浄化～	環境保全課 (☎内線2364)
	19 STOP! 地球温暖化 ～はじめよう未来へのアクション～	環境保全課 (☎内線2327)
	20 廃ガラスアート工作	
	21 発泡スチロールで手形づくり	
	22 エコドライブのすすめ	
福祉	23 知っていますか?障害者福祉サービス ～ノーマライゼーションの実現～	障害福祉課 (☎内線2470)
	24 障害者差別解消法について	
	25 障害者計画と障害福祉計画	
	26 ゲートキーパー養成講座	
	27 児童福祉アレコレ	
	28 よく分かる!子ども・子育て新制度	
	29 子どもを守ろう!児童虐待防止	こども包括支援課 (☎内線2511)
	30 ご存知ですか?ヤングケアラー	
	31 あなたと家族のお役に立ちます 介護保険	高齢福祉課 (☎内線2476)
	32 認知症サポーター養成講座	高齢福祉課 (☎内線2501)
	33 「人生会議」から始める地域包括ケア	
	34 ご存知ですか? ～地域包括支援センター～	

No.	講座名	担当部署	
福祉	35 あなたの身近にひそむ高齢者虐待	高齢福祉課 (☎内線2501)	
	36 国民健康保険のしくみ	国保年金課 (☎内線2406)	
	37 知っておきたい年金のはなし		
	38 後期高齢者医療制度のしくみ	社会福祉協議会 (☎内線3100)	
	39 ボランティア活動あれこれ ～もっと気軽にボランティア～		
	40 地域の拠点「ふれあいいきいきサロン」をつくろう		
	41 インスタントシニア体験 ～高齢者疑似体験～		
	42 社会福祉協議会ってなーに？		
	43 地域共生社会づくりとは！ ～深化するふれあいネットワーク事業のその後～		
	44 地域福祉活動計画とは		
45 みんなで学ぼう！～成年後見センターのしくみと活用法～			
46 障害のある方の相談支援について ～障害者虐待、差別解消のしくみと対応とは～			
健康	47 知って安心！子どものホームケア (発熱・嘔吐・下痢)	こども包括支援課 (☎内線2511)	
	48 ハッとする子どもの事故を防ぐためにできること		
	49 すくすく育て！3歳までに身に付けたい生活習慣		
	50 ティーンから始めるココロと体の健康づくり		
	51 パパママ集まれ！親子で遊ぼうレッスン		
	52 おだやかな親子関係をつくるコツ		
	53 健康講座～生活習慣病予防編～		健康増進課 (☎内線7502)
	54 健康講座～たばこと健康編～		
	55 健康講座(運動)～ストレッチ編～		
	56 健康講座(運動) ～おてがる筋力チェック編～		
	57 健康講座(運動)～認知症予防編～		
	58 おいしく楽しい食生活 ～生活習慣病予防編～		
	59 おいしく楽しい食生活 ～子どもの元気ごはん編～		
	60 おいしく楽しい食生活 ～土浦市版食事バランスガイド編～		
61 おいしく楽しい食生活 ～低栄養予防編～			
62 あなたの体力は何歳？	スポーツ振興課 (☎内線5123)		
防災・安全	63 こうして守ろう！ わがまち・わが家族	防災危機管理課 (☎内線2009)	
	64 あなたの命と財産を守る！ 防犯教室	生活安全課 (☎内線2490)	
	65 交通事故に遭わないために		
	66 覚えよう！とっさの時の応急手当 ～基礎救命講習～	消防本部 警防救急課 (☎821-0119)	
	67 覚えよう！とっさの時の応急手当 ～普通救命講習Ⅰ～		
	68 覚えよう！とっさの時の応急手当 ～普通救命講習Ⅱ～		
	69 覚えよう！とっさの時の応急手当 ～普通救命講習Ⅲ～		

No.	講座名	担当部署
防災・安全	70 覚えよう！とっさの時の応急手当 ～上級救命講習～	消防本部 警防救急課 (☎821-0119)
	71 覚えよう！とっさの時の応急手当 ～応急手当普及員養成講習～	
	72 覚えよう！とっさの時の応急手当 ～救命入門コース～	
	73 火の用心！住まいの防火	
	74 身近な危険物を安全に使いましょう	
まちづくり	75 自然災害への備え！ 今、私たちにできること	消防本部 予防課 (☎821-0119)
	76 なるほど・ザ・つちうら ～土浦市総合計画～	政策企画課 (☎内線2205)
	77 土浦市の将来の姿～10年後の土浦 はどうなっているのか?!～	財政課 (☎内線2451)
	78 自分らしく生きよう男女共同参画 社会～第4次土浦市男女共同参画 推進計画～	市民活動課 (☎内線2506)
	79 地域コミュニティってなーに？	市民活動課 (☎内線2456)
	80 協働ってなーに？	
	81 ハロー！ニイハオ！こんにちは！ ～国際交流事業アレコレ～	市民活動課 (☎内線2031)
	82 姉妹都市「パロアルト市」はこんな なところ	
	83 生活道路が整備されるまで	道路建設課 (☎内線2357)
	84 都市計画って何だろう？ ～都市計画のあらまし～	都市計画課 (☎内線2361)
	85 バリアフリーとは	都市計画課 (☎内線2382)
	86 公共交通を利用しましょう	都市整備課 (☎内線2258)
	87 きれいにしよう！みんなの公園	
	88 市街地再開発によるまちづくり	
	89 土地区画整理事業で住みよいまちを	都市整備課 (☎内線2266)
90 中心市街地の活性化		
産業	91 土浦のレンコンは日本一！	農林水産課 (☎内線2709)
	92 イノシシについて考えてみよう！	農林水産課 (☎内線2712)
教育	93 青少年の健全育成アレコレ	生涯学習課 (☎内線5114)
	94 大切です！家庭教育	生涯学習課 (☎内線5163)
	95 明るい社会を目指して ～いろいろな人権課題を通して～	
	96 ぐらしや仕事に役立つ！ 図書館の活用法	市立図書館 (☎823-4646)
	97 絵本を楽しもう	学校給食センター (☎846-2601)
	98 こうしてできる学校給食	
文化	99 ふるさとの歴史再発見	市立博物館 (☎824-2928)
	100 古代人の技術に挑戦 ～勾玉づくりの体験～	上高津貝塚ふる さと歴史の広場 (☎826-7111)
	101 遺跡から学ぶ土浦の歴史	
行財政	102 わがまちの行財政改革を考える	政策企画課 (☎内線2371)
	103 市のサイフをのぞいてみれば	財政課 (☎内線2213)
	104 わかりやすい議会の仕組み	議会事務局 (☎内線2277)

# 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)	12日(火)	10:30~11:00	ミニおはなし会
	20日(水)	10:30~11:00	親子リトミック
	21日(木)	10:30~11:00	お誕生会
ポプラ児童館 (☎841-3212)	11日(月)、25日(月)	10:30~11:00	ポプラdeリトミック
	13日(水)、27日(水)	13:30~15:00	げんきっこ!あつま〜れ
	19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)	8日(金)	10:30~11:00	ゲームデー
	22日(金)	10:30~11:00	お誕生会
	27日(水)	10:30~11:00	おはなし会(おはなしの泉)
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 3月22日(火)から 電話で	月~金曜日※	9:30~12:00 13:00~16:30	お部屋開放
	11日(月)	10:00~11:30	簡単こいのぼり制作場一中地区公民館
	12日(火)	10:00~11:30	簡単こいのぼり制作場六中地区公民館
	13日(水)	10:00~11:30	赤ちゃんのこいのぼり制作場三中地区公民館
	14日(木)	10:00~11:30	赤ちゃんのこいのぼり制作場二中地区公民館
	15日(金)	10:00~11:30	簡単こいのぼり制作場二中地区公民館
	18日(月)	10:00~11:30	簡単こいのぼり制作場三中地区公民館
	19日(火)	10:00~11:30	簡単こいのぼり制作場神立地区コミュニティセンター
	20日(水)	10:00~11:30	簡単こいのぼり制作場四中地区公民館
	21日(木)	10:00~11:30	簡単こいのぼり制作場都和公民館
	26日(火)	10:00~11:30	広いお部屋で遊ぼう!場新治地区公民館
27日(水)	10:00~11:00	Welcomeさくらんぼ 1歳以上集まれ♡	
ありんこクラブ (☎841-0463) 土浦愛隣会保育所内 予約受付は 3月25日(金)9:00から	月~金曜日※	10:00~12:00	保育所開放
	7日(木)	10:00~12:00	花まつり
	12日(火)、13日(水)	10:00~12:00	花の種を植えよう
	19日(火)、20日(水)	10:00~12:00	こいのぼり制作
	26日(火)	10:00~12:00	マタニティサロン
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
	7日(木)	10:00~11:00	新聞紙遊び
	12日(火)、14日(木)	10:00~11:00	大きな紙に絵を描こう
	21日(木)	10:00~11:00	運動遊びと身体測定
28日(木)	10:00~11:00	こいのぼり制作	
ひまわり (☎843-1117) めぐみ保育園内 予約受付は 3月18日(金) 9:30から	月~金曜日※	9:00~16:00	園庭・お部屋解放
	7日(木)、8日(金)	10:00~10:50 11:00~11:50	0歳ひろば「成長記録Book」
	11日(月)、12日(火)	10:00~10:50 11:00~11:50	1歳ひろば「計測フォトカード」
	13日(水)、20日(水)	9:30~10:30 10:40~11:40	ベビーマッサージ
	14日(木)	10:00~12:00	親子バランスボール場三中地区公民館
	15日(金)	10:00~10:50 11:00~11:50	お誕生会
	19日(火)、22日(金)	10:00~11:30	2歳児以上ひろば「春を探しに行こう」
	21日(木)	10:00~12:00	親子ピクス場六中地区公民館
	25日(月)	10:00~12:00	公園で遊ぼう場乙戸沼公園
	26日(火)	10:00~12:00	マタニティサロン「オリジナルガーゼ作り」
	28日(木)	10:00~12:00	親子バランスボール場四中地区公民館

※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 2022 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】4日 10:00～20:00

分館【火～日曜日】 10:00～17:00

## 図書館で本を借りてみませんか？

### 【初めての方は、利用カードの登録が必要です】

登録には、氏名・住所・生年月日を確認できる証明書が必要です。健康保険証、運転免許証、学生証などを持って、カウンターにてお申し込みください。

※現住所と住民登録地が異なる場合は、図書館までお問い合わせください。



### 【本を探すには】

図書館ホームページ、または館内の検索用パソコンを使って調べいただけます。お探しの本が見つからない場合は、カウンターにご相談ください。

### 【本を借りるには】

利用カードをお持ちのうえ、自動貸出機、またはカウンターで貸出手続きをしてください。

貸出点数／図書…10点まで、紙芝居…2点まで、  
視聴覚資料…3点まで 合計15点まで

貸出期間／15日間



### 【利用登録の内容に変更があったら】

登録時の氏名・住所・電話番号などに変更があった場合は、本人確認ができる証明書をお持ちのうえ、カウンターにて手続きをお願いします。

## 今月のおすすめ本



### 「さばの缶づめ、宇宙へいく」(農林水産業)

宇宙食さば缶の開発はどのように始まり、幾多の困難を乗り越え、JAXAの正式認証を勝ち得て、宇宙に飛ばすことができたのか。福井県立若狭高校の生徒と、彼らの頑張りに引っ張られた大人たちが織り成したドラマを描く。

(小坂康之／著、林 公代／著)

### 「黒牢城」(歴史・時代小説)

織田信長に叛旗を翻して有岡城に立て籠もった荒木村重は難事件に翻弄される。村重は、土牢の囚人にして織田方の軍師・黒田官兵衛に謎を解くよう求めた。事件の裏には何が潜むのか。

(米澤穂信／著)

先月の  
人気図書



## こどもの本

生きのびるための「失敗」入門

(雨宮処凛／著)

この空のずっとずっと向こう

(鳴海 風／作、おとないちあき／絵)

ぼくのわたしの著作権ずかん

(森田盛行／監修)

## 今月の展示棚

テーマ「種をまこう」

少しずつ暖かさを感じる日が増え、植物を育てやすい季節となりました。今回は、ガーデニング初心者の方からベテランの方まで参考にしていただける本を集めてみました。また、種に関する本もあわせてご紹介していますので、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	13日(水)	13:30~15:35	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	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こと(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こと(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	5日、12日、19日(火)	9:30~16:30	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)
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
		9日(土)		
	一般相談	8日、22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

## 進めよう！男女共同参画

男女共同参画室(☎827・1107)

### 「おとう飯」始めようキャンペーン

皆さん、内閣府が男性の家事参画を推進することを目的に実施している「おとう飯」始めようキャンペーンを「ご存じですか？」

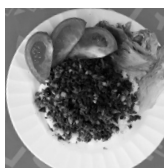
「おとう飯」とは、これまで料理をしたことがない、または料理に慣れない男性が挑戦する第一歩として、簡単に手間をかけずに作れる料理です。このキャンペーンは、内閣府が「おとう飯」レシピの紹介や料理教室、コンテストなどの開催を自治体や企業に賛同を呼びかけて、男性の家事参画を促るものです。内閣府のホームページには、全国から寄せられたたくさんのおとう飯レシピが掲載されています。

#### 内閣府「おとう飯」キャンペーン

市では、昨年10・11月に「我が家自慢のおかず」をテーマに、レシピコンテストを実施しました。応募いただいた17作品から、入賞した5作品を紹介いたします。

入賞作品のレシピは、ホームページに掲載しています。料理にチャレンジしてみませんか？

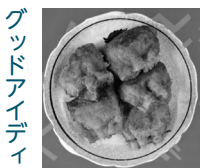
入賞作品のレシピはこちら



シャキシャキれんこんタコライス  
大内 翼さん



レンコンの土浦漬け  
松井修一さん



簡単揚げ天  
佐々木勝雄さん



鶏肉のれんこん炒め物  
岡部恒文さん



離乳食と一緒に作るそばろ肉じゃが  
田中翔太さん

#### ◆入賞作品紹介◆ グッドアイデアフード賞

グッドテイスト賞

グッドアイデア賞

グッドデリちゅうら賞

グッドデリちゅうら賞

グッドデリちゅうら賞

## 健康相談・栄養相談・リハビリ相談

健康増進課では、保健師による健康相談や管理栄養士による栄養相談を行っています。電話による相談も行っていますので、お気軽にご利用ください。

4月からは理学療法士によるリハビリ相談も開始します。運動習慣や、ひざや腰の痛みなどのお悩みがありましたら、ぜひご利用ください。

## 開催日時

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

## リハビリ相談

…第2水曜日 午前9時～11時30分

※祝日の場合、日程が変更になります。詳しい日時は、広報紙中旬号の健康相談のページをご覧ください。健康増進課までお問い合わせください。

相談時間 30分程度

場所 土浦市保健センター

申込 電話で



## 献血ご協力をお願い

## ■コロナ禍で厳しい献血状況に

現在、医療機関への輸血用血液の供給量が大きく増加し、輸血用血液の在庫がひっ迫しています。

さらに、新型コロナウイルスの感染拡大により、献血実施をキャンセルされる企業・学校が増えています。実施できた場合でも、テレワークなどによる出勤制限により、例年に比べて献血協力者数が減っています。

## ■献血へのご協力を！

献血は「命を救うボランティア」です。輸血を待つ患者さんにとって、献血は必要不可欠なものです。献血が初めての方、お久しぶりの方も、ぜひご協力をお願いします。

## ■4月の献血会場

日時 4月15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)

※つくば献血ルームは、1月1日、12月31日を除き、毎日開所しています。

場所…つくば市吾妻一丁目 つくばセンタービル内

## ■ぜひLINEの友だち登録を！

茨城県赤十字血液センターのLINE公式アカウントが開設されました。献血の予約、最新情報の確認などがスマホで簡単にできるようになりますので、ぜひご登録ください。



◀LINE登録はこちら

このアイコンが目印！



◀同センターホームページはこちら

## 健康教室

## 象牙質知覚過敏症

土浦市歯科医師会  
奥井 毅(さくら歯科クリニック)

象牙質知覚過敏症とは、虫歯や歯の神経の炎症などが無いにもかかわらず、歯磨きや飲食などの刺激で歯に一過性の痛みを感じる症状の事です。痛みは歯に刺激が加わったときに現れ、時間が経てば1分以内には消失することが特徴です。

原因として、通常、歯の表面はエナメル質と呼ばれる層で覆われており、エナメル質に加えられた刺激は歯の神経まで伝わることはありません。しかし、歯の内側にあるはずの象牙質と呼ばれる層が露出していると、歯磨きや飲食などの刺激を歯の神経に伝えやすくなります。象牙質が露出する原因は、加齢や歯周病などによる歯肉の退縮、打撲などによる歯の破折、歯のすり減り、食習慣による歯の溶け出し、虫歯の治療、ホワイトニングなどです。

象牙質知覚過敏症の症状は歯磨きや冷たい飲食物、甘いもの、風などの刺激を受けた時に一時的に生じる歯の痛みです。通常、虫歯や歯の神経の炎症といった歯の異常は認められません。

治療は、症状が軽い場合には、唾液や歯みがき剤による歯の再石灰化によって、症状が自然に軽快することもあります。その他の治療法には、硝酸カリウムを含む歯磨き剤を使用することで、歯の神経の興奮が抑えられ、象牙質知覚過敏症が改善することがあります。歯科医院では、専用の材料を象牙質の露出部分に塗布して治療します。素材の成分によって、神経の伝達を遮断したり、象牙質の露出を被覆したりすることができます。

象牙質知覚過敏症の症状が長い場合や痛みが激しい場合など、歯髄と呼ばれる歯の神経の炎症が疑われるときには、歯の神経の処置、歯髄を取り除く治療を行います。

予防は、歯周病や歯の保護、酸性の飲食物を避けることなどによって防ぐことができます。象牙質知覚過敏症と似たような症状は、虫歯でもみられることがあります。症状がある場合は早めに歯科医院を受診し、病変の早期発見・早期治療に努めることが大切です。



# 4月の健康相談

## ●相談

	日程	受付時間	場所
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	
リハビリ相談(予約制)	13日(水)	9:00~11:30	
こころの相談(予約制)	5日(火)	13:00~15:00	障害福祉課(☎内線2470)
高齢者健康相談	14日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	28日(木)		老人福祉センターうらら(☎827-0050)

## ●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	12日(火) (受講は30分程度)	12日(火) 9:45~10:00	土浦市保健センター
			13:30	
			14:30	
			15:30	
つちまる育児相談(予約制)	1か月~1歳11か月児	11日(月)	10:00~11:20 13:20~14:40	土浦市保健センター
4か月児健康診査	令和3年12月生まれ	13日(水)、14日(木)	13:10~14:30	
10か月児育児相談(予約制)	令和3年6月生まれ	19日(火)	9:30~10:45 13:15~14:00	
1歳6か月児健康診査	令和2年9月生まれ	6日(水)、7日(木)	13:15~14:30	
2歳児育児相談(予約制)	2歳児とその保護者	8日(金)	9:30~11:00	
3歳児健康診査	平成31年1月生まれ	20日(水)、21日(木)	13:10~14:15	

## 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。

4月	内科	外科	歯科
3日(日)	荒川沖診療所 ☎843-0859 荒川沖南区	野上病院 ☎822-0145 東崎町	おぎの歯科医院 ☎823-7111 下高津四丁目
10日(日)	小林医院 ☎831-6688 神立中央三丁目	淀縄医院 ☎822-5615 大町	加茂歯科医院 ☎824-5117 永国
17日(日)	石井内科クリニック ☎841-6125 右粉	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
24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	とうざぎ歯科クリニック ☎822-7700 東崎町
29日(金)	萩原クリニック ☎832-2111 神立中央五丁目	県南病院 ☎841-1148 中	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
	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7-27(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、交代で勤務いただいています。

医療センター入口