

夢のある、元気のある土浦

広報 つちうら



Tsuchiura Public Relations

中旬号/No.1321

ピックアップ つちうら

第3弾 コロナに負けるな！応援チケット(プレミアム付商品券)を販売します

5千円で **1万円** 分の商品券を購入することができます

販売期間 9月1日(木)～10月31日(月)

販売場所・時間

市内郵便局23か所 午前9時～午後5時(土・日、祝日を除く)

※手野・白鳥・烏山の3か所の簡易郵便局を除く

イオンモール土浦 2階特設会場(宝石店隣) 午前10時～午後5時

使用期限 令和5年2月28日(火)まで

商品券の内訳

- ・全加盟店で使える全店共通券500円×14枚
 - ・加盟店のうち、新型コロナウイルス感染症により大きな影響を受けた業種で使える特別応援店専用券500円×6枚
- ※使用できる店舗など、詳しくは商品券購入時に配布するパンフレットまたはホームページをご覧ください。



購入方法

郵送された購入引換券(はがき)を持って、上記の販売場所で商品券を購入

※購入は1世帯1セットまでです。

※購入の際は、なるべくお釣りのないよう、ご協力をお願いします。

※購入後の返品・返金などはできませんので、ご注意ください。

問合せ 土浦商工会議所(☎822-0391)

全店共通券



特別応援店専用券



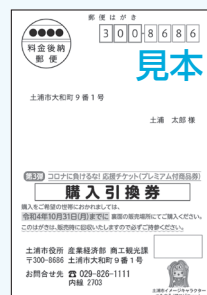
事業者の皆さんへ

商品券を使用できる加盟店を随時募集しています。申込方法など、詳しくは土浦商工会議所ホームページをご覧ください。

商品券は先着販売ではありません。全世帯分を用意していますので、余裕をもってお買い求めください。

販売場所の混雑を避けるため、購入引換券(はがき)は、**9月1日(木)から2週間程度かけて**、市内全世帯に順次発送します。

問合せ 商工観光課(☎826-1111 内線2703)



購入引換券
(はがき)

令和5年「二十歳のつどい」(仮称)を開催します

令和4年度の民法改正により、成年年齢が引き下げられましたが、本市では20歳を「人生の節目」ととらえ、引き続き20歳の方を対象として式典を行います。

日程 令和5年1月8日(日)

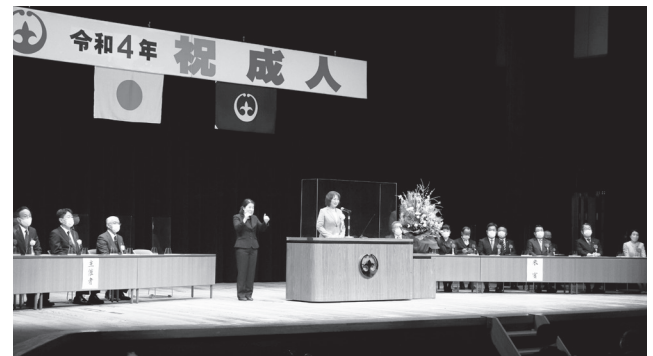
場所 クラフトシビックホール土浦(市民会館)

対象者 平成14年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた方

※市外に住民登録がある方も参加できます。

※式典名や内容は、11月ごろにホームページや広報紙などに掲載する予定です。

問生涯学習課(☎826-1111 内線5161)



前回の式典の様子

防災放送アプリ「コスモキャスト」9月に運用開始します

市では新たな防災情報の伝達手段として、防災放送アプリ「CosmoCast(コスモキャスト)」の運用を開始します。アプリをインストールすることで、防災行政無線の放送をスマートフォンで聞くことができます。

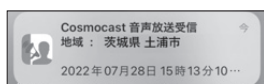
運用開始日 9月1日(木)

登録方法

- ①右下の二次元コードから「CosmoCast(コスモキャスト)」アプリをダウンロード
 - ②お住まいの郵便番号を登録
- ※登録できる郵便番号は土浦市内のものに限ります。

◆放送受信

放送を受信すると音声流れ、バナー表示されます。



iPhoneでの受信イメージ



Androidでの受信イメージ

◆過去の放送を聞き直す

過去10件分の放送内容を聞くことができます。



※「文書メッセージ」は、原則利用できません。

問防災危機管理課(☎826-1111 内線2009)

放送が聞き取りにくい雨の日や室内、市外にいるときでも放送内容を確認することができるようになりますので、ぜひご活用ください。

注意事項

- ・スマートフォンの電源を入れていないときは、情報を受信できません。
- ・フィーチャーフォンではアプリを利用できません。防災放送の内容確認は、防災行政無線のテレホンサービス(☎0120-826-113)をご利用ください。
- ・アプリの「設定」画面で「通常放送ミュート」をオンにすると、放送受信時に音声流れないようにすることができます。この設定をしていても、緊急放送時には音声流れることがあります。
- ・文書メッセージのみを受信することがあります。
- ・運用開始日より前にアプリをインストールした場合、テスト配信を受信することがあります。

「CosmoCast(コスモキャスト)」
アプリダウンロードはこちら



コスモキャスト
アプリアイコン



iPhone用



Android用

情報ひろば



空家等対策相談会



日時 10月23日(日) 午後1時～4時
(相談時間は1組約40分)

場所 男女共同参画センター 研修室1・2

対象者 市内の空家または今後空家になることが見込まれる住宅などの所有者、相続予定者など

定員 6組(定員を超えた場合は抽選)

申込方法 二次元コードから、またはホームページから予約票をダウンロードし、必要事項を記入して郵送、ファクス、メールまたは直接

申込締切 9月5日(月)

問合せ 生活安全課(☎内線2241、FAX826-1214
✉bohan@city.tsuchiura.lg.jp)



令和5年4月1日採用予定 土浦市社会福祉協議会職員募集



誰もが安心して暮らせる福祉のまちづくりを共に推進する職員を求めています。

職 種	採用予定人数
社会福祉士	若干名
保健師	若干名

第1次試験日 10月16日(日)

場所 土浦市総合福祉会館 ウララ2ビル4階

受験資格 昭和52年4月2日以降生まれで、必要資格取得者または令和4年度国家試験により取得見込みの方

申込期間 8月25日(木)～9月30日(金)(消印有効)

申込方法 申込書を郵送または直接

※申込書は、窓口または郵送で請求するか、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(長型3号)を必ず同封してください。

※試験内容など、詳しくはホームページをご覧ください。か、お問い合わせください。

問合せ 土浦市社会福祉協議会
(☎821-5995、〒300-0036 大和町9-2)



離婚時の年金分割制度をご存知ですか

離婚をした場合、婚姻期間中の厚生年金を分割して、それぞれを自分の年金にすることができます。

離婚後2年以内に手続きをする必要があるため、早めにご相談ください。

問合せ 土浦年金事務所(☎825-1170)

INFORMATION

情報ひろば

土浦市役所 ☎826-1111

防災行政無線 0120-826-113

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】

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。
開催状況などの最新情報はこちら▶



就業構造基本調査を実施します



総務省統計局では、10月1日現在で就業構造基本調査を実施します。

この調査は、日本の就業・不就業の実態を明らかにすることを目的として、統計法に基づき5年ごとに実施する国の重要な統計調査です。

パソコンやスマートフォンを使って、簡単に回答することができるようになっています。

対象になった世帯の方には、調査員証を携帯した調査員が調査書類を配布しますので、調査の趣旨をご理解いただき回答をお願いします。

調査開始時期 9月下旬

対象者 国により無作為に選ばれた、全国の約54万世帯(15歳以上の世帯員約108万人)

※調査員を装った不審な訪問や電話などにご注意ください。不審に思った場合は、ご連絡ください。

※調査概要など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 総務課(☎内線2212)



統計調査員募集



市では、統計調査に従事していただける調査員を募集しています。

希望する方には、あらかじめ登録調査員として登録していただき、調査実施の際に、時期や希望の区域などを考慮して活動を依頼します。

※申込方法や報酬など、詳しくはホームページをご覧ください。になるか、お問い合わせください。

問合せ 総務課(☎内線2212)



土浦市公共施設等再編・再配置計画の策定を進めています



令和3年度に策定した「土浦市公共施設等総合管理計画(改訂版)」に基づき、公共施設の施設量や施設配置の適正化を推進するため、公共施設等再編・再配置計画の策定を進めています。

今年度は、築40年を経過した施設のうち、施設の方向性を早急に決定する必要がある以下の10施設を選定し、配置方針を決定します。

今後の予定

令和4年9月…市民アンケートの実施

令和4年12月…パブリックコメントの実施

令和5年3月…公共施設等再編・再配置計画の策定

※進捗状況など、詳しくはホームページをご覧ください。

名 称	所在地 (中学校区)	総延床 面積 (㎡)	代 表 竣工年	経過年数	運営形態
生涯学習館	一中地区	2,606	昭和48年	49年	指定管理
四中地区公民館	四中地区	1,216	昭和55年	42年	直営
青少年の家	三中地区	1,758	昭和49年	48年	直営
荒川沖東部地区学習等供用施設	三中地区	362	昭和51年	46年	指定管理
レストハウス水郷	六中地区	588	昭和56年	41年	指定管理
勤労青少年ホーム	一中地区	1,014	昭和46年	51年	直営
老人福祉センター「湖畔荘」	五中地区	764	昭和56年	41年	指定管理
療育支援センター	四中地区	557	昭和54年	43年	直営
つくし作業所(療育支援センター内)	四中地区	421	昭和54年	43年	直営
上大津支所	五中地区	74	昭和56年	41年	直営

問合せ 行革デジタル推進課(☎内線2384)



不動産公売に参加してみませんか



入札期間 9月12日(月)～20日(火)

公売不動産 土地 (売却番号4-11)

見積価格 600万円 公売保証金 60万円

財産の表示 登記簿による表示

所在…真鍋三丁目 地番…843番5、841番5

地目…宅地 地積…262.93㎡

入札方法 インターネット公売システムから

参加申込期間 8月26日(金)～9月7日(水)

※公売不動産について、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 茨城租税債権管理機構(☎029-225-1221)



市税などの納期限と
夜間・休日納税相談窓口のお知らせ

◆8月の納期限：8月31日(水)

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)

◆夜間・休日納税相談窓口

日時 夜間…9月8日(木) 午後5時15分～8時

休日…8月28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。

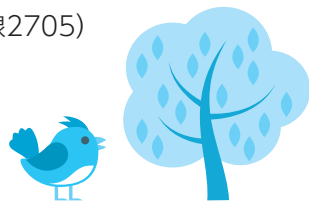
問合せ 納税課(☎内線2359)

広告

情報ひろば

催し 朝日峠おもしろ自然塾 参加者募集

日時 9月17日(土) 午前9時～午後3時
(雨天中止)
集合場所 朝日峠展望公園駐車場
対象 小学4～6年生の子とその保護者
講師 筑波山地域ジオパーク認定ジオガイド
内容 自然観察と竹細工づくり
定員 親子2人1組で10組(先着順)
持ち物 昼食、飲み物、動きやすい服装・靴、着替え、タオル
料金 1組500円
申込方法 商工観光課へ電話または直接
問合せ 商工観光課(☎内線2705)



催し 高エネルギー加速器研究機構 一般公開イベント



日時 ①オンライン配信
9月3日(土) 午前10時～午後3時
②現地見学ツアー
9月4日(日) 午前9時～午後4時
場所 同機構つくばキャンパス(つくば市大穂)
内容 「加速器だから見える世界ってどんな世界？」
加速器と、加速器を使って進めている研究の紹介
申込方法 ①申込不要
②ホームページから(先着順)
申込期間 8月22日(月)から
問合せ 同機構
(☎029-879-6047)



加速器研究施設

催し 歌声カルテット 「昭和の名曲コンサート」

日時 11月25日(金) 午後2時(開場は午後1時から)
場所 クラフトシビックホール土浦(市民会館) 小ホール
チケット料金 2000円(全席自由)
チケット販売期間 8月30日(火)から
チケット販売場所 クラフトシビックホール土浦
問合せ クラフトシビックホール土浦
(☎822-8891) ※月曜休館



歌声カルテット

催し 霞ヶ浦の湖畔でキャンプ！ かすみがうらファンキャンピング



日時 9月17日(土)～19日(月)
9月23日(金)～25日(日)
場所 歩崎公園(かすみがうら市坂)
内容 キャンプ、湖上サイクリング、モルック、栈橋
フィッシング、ヨガレッスン など
※予約が必要なイベントがあります。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 かすみがうら市観光課(☎029-897-1111)



広告

相談 暮らしの困りごとと無料電話相談

日常生活における困りごとについて、秘密厳守で専門相談員がアドバイスします。また、適切な専門家・専門機関を紹介します。気軽にお電話ください。

日時 月～土曜日(祝日を除く)
午前10時～午後5時30分
問合せ ライフサポートいばらき
(☎0120-786-184)



お知らせ 高齢者無料歯科検診

対象期間 9月1日(木)～12月31日(土)
対象者 後期高齢者医療被保険者で、令和3年4月1日から令和4年3月31日までに75歳・80歳・85歳を迎えた方
※対象者には、8月下旬ごろに案内を送付します。
問合せ 茨城県後期高齢者医療広域連合
(☎029-309-1212)

相談 全国一斉「子どもの人権110番」強化週間

法務局職員・人権擁護委員が、いじめや児童虐待など、悩みを持つ子どもやその保護者の方からの電話相談に応じます。

日時 8月26日(金)～9月1日(木)
午前8時30分～午後7時
(土・日は午前10時～午後5時)
相談ダイヤル ☎0120-007-110
問合せ 水戸地方法務局(☎029-227-9919)

相談 個別的労使紛争のあっせんに係る無料労働相談会

解雇やパワハラなど、労働関係のトラブルについて労働委員会委員が相談に応じます。

日時 10月5日(水)、14日(金) 午後2時～5時
10月20日(木) 午後5時～7時
場所 県庁舎23階(水戸市笠原町)
※電話相談も行います。
申込方法 前日までに電話で(来場・電話相談ともに)
問合せ 県労働委員会事務局(☎029-301-5563)

相談 茨城県八士会による無料相談会

弁護士、司法書士、行政書士、税理士、公認会計士、社会保険労務士、土地家屋調査士、不動産鑑定士が、法律、司法、行政、税務、社会保険、不動産などの問題について、相談に応じます。

日時 9月4日(日) 午前9時30分～午後3時
(受け付けは午後2時30分まで)
※相談時間は、原則30分です。
場所 茨城県産業会館(水戸市桜川二丁目)
問合せ 茨城司法書士会(☎029-225-0111)



相談 外国人のための一日無料専門家相談会IN土浦



日時 9月11日(日) 午前10時～午後3時
(受け付けは午後2時30分まで)
場所 男女共同参画センター 研修室1・2
内容 ビザ、仕事、税金、結婚、保険など、生活全般についての相談
対応言語 スペイン語、ベトナム語、中国語、韓国語、タガログ語、シンハラ語、タイ語、日本語、インドネシア語、ポルトガル語、英語
※外国語での案内など、詳しくはホームページをご覧ください。
問合せ 茨城県国際交流協会外国人相談センター
(☎029-244-3811、相談会当日は☎070-4002-2547)

広告

情報ひろば



女性のための創業セミナー



日時 ①9月21日(水)、10月5日(水)
午後1時30分～4時
②10月18日(火) 午後1時30分～3時
場所 ①男女共同参画センター 研修室1・2
②プレイアトレ土浦3階
コワーキングスペース「Lap's」(有明町)
内容 ビジネスの基礎知識、起業のコツ など
定員 15人(先着順)
申込方法 二次元コードから、または住所、氏名、電話番号を記入してメールまたは電話で
問合せ 男女共同参画室(☎827-1107)
✉josei@city.tsuchiura.lg.jp



日商簿記検定3級 受験対策講座

日時 9月10日(土)、17日(土)、23日(金)、
10月8日(土)、15日(土)
午前9時30分～正午 (全5回)
場所 土浦商工会議所(中央二丁目)
定員 30人(先着順)
料金 6000円(教材費含む)
申込締切 9月2日(金)まで
※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。
問合せ 土浦商工会議所(☎822-0391)



筑波大学付属病院 オンラインセミナー



日時 9月10日(土) 午後2時～3時
内容 「ご存知ですか? 陽子線治療」
がんの放射線治療と陽子線治療に関する講演
申込方法 ホームページから
申込締切 9月9日(金)
問合せ 同病院陽子線治療センター
(☎029-853-7100)



市民ギャラリーで作品を 展示してみませんか



利用期間 令和5年4月4日(火)～10月1日(日)
◆**会期単位受付**
火～日曜日の6日間を1会期として、最大4会期まで連続で使用できます。
申込期間 9月1日(木)～15日(木)
申込方法 利用希望申請書を直接
(応募者多数の場合は、調整または抽選)
◆**1日単位受付**
申込期間 10月1日(土)から
申込方法 利用許可申請書を直接(先着順)
※利用方法など、詳しくはホームページをご覧ください。
問合せ 土浦市民ギャラリー(☎846-2950)



不登校を考える会 「通信制高校、どう考える?！」

日時 9月18日(日) 午後1時30分～4時30分
場所 鉾田市中央公民館(鉾田市鉾田)
内容 ・通信制高校に在籍した子の母親の話
・通信制高校の先生の話
定員 20人(先着順)
参加費 500円
申込方法 電話で
問合せ ひきこもり不登校鹿行の会
(☎080-3277-2002 小林)



WEB市民公開講座 「肝がんを学ぼう」



日時 9月11日(日) 午後2時～4時
講師 筑波大学付属病院医師
内容 肝がんの検査・手術・薬物治療 など
申込方法 ホームページから
申込締切 9月4日(日)
問合せ 筑波大学付属病院 総合がん診療センター
(☎029-853-8096)

広告

講座 ふれあいセンターながみね
秋の講座受講生を募集します

申込方法 電話または直接(月曜休館)
※受け付けは、先着順です。

問合せ・申込先 ふれあいセンターながみね
(☎830-5600)

曜日	講座名	対象	時間	日程	回数	定員	参加費
水	肩こり・腰痛体操教室	20歳以上	10:30~11:20	9/14~11/30	6	15人	3000円
木	ケーナ教室 入門	20歳以上	15:20~16:20	9/22~12/8	6	5人	9000円※1,2
	ケーナ教室 中級	20歳以上	16:30~17:30	9/22~12/8	6	5人	9000円※1,2
金	英会話教室ジュニアクラス	年中・年長	15:50~16:30	10/7~12/16	11	5人	10500円※1

※1…テキスト代を含みます。 ※2…購入を希望する方は、楽器代として別途6000円~8000円が必要です。

講座 勤労青少年ホーム
後期講座の受講生を募集します

対象者 市内在住・在勤の方(35歳以下の方優先)

申込方法 電話または直接(月曜休館)

受付日時 火~金曜日…午後1時~9時
土・日曜日…午前9時~午後5時

申込締切 9月13日(火)

※申込人数が定員の半数未満の場合は、中止となる場合があります。

問合せ・申込先 勤労青少年ホーム(☎822-7921)

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	10/4~3/28	17	6人	1000円
水	茶道	奥村征子	18:30~20:30	10/5~3/22	17	6人	8000円
	ピラティス&ヨガ	普入圭実子	18:30~20:00	10/12~3/22	17	11人	3000円
木	書道	柴沼秀風	18:30~20:00	10/6~3/16	12	11人	—
	着付	桜井定子	18:30~20:30	10/6~3/16	17	6人	5000円
	料理	谷村貴子	18:30~20:30	10/13~3/9	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	10/6~12/15	6	11人	—
金	リラックス・ヨガ	Rei	18:30~19:30	10/7~3/24	12	11人	500円
	いろいろなお花のレッスン New!!	吉井恵美子	19:00~20:30	10/7~3/24	17	12人	20000円
土	ZUMBA(ズンバ)	大塚 潤	10:30~11:30	10/8~3/11	17	30人	—
	ピラティス&ヨガ	普入圭実子	10:30~12:00	10/15~3/25	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	10/8~3/11	15	11人	—
	英会話※	マリア・クリスティナ	13:00~14:30 14:45~16:15	10/8~3/18	18	11人	—
	やさしいバレエ	普入圭実子	15:30~17:00	10/15~3/25	17	11人	4000円
日	ゆるゆるYOGA	渡辺由美子	11:00~12:00	10/2~3/19	17	11人	—

※日によって開催時間が異なります。

広告

情報ひろば



認知症サポーター養成講座

日時 9月15日(木) 午後2時～3時30分
場所 本庁舎3階 301・302会議室
対象者 市内在住・在学・在勤で、本講座を受講したことがない方
内容 認知症について、認知症サポーターとしての地域での活動について
定員 50人(先着順)
持ち物 筆記用具、飲み物、体温調節がしやすい服装
申込方法 電話で
申込期限 9月12日(月)
問合せ 高齢福祉課(☎内線2500)



健康づくりは1歩から！ シニアかんたんウォーキング講座

日時 10月4日(火) 午前10時～11時30分
 (受け付けは午前9時30分から)
場所 水郷体育館(大岩田)
対象者 市内在住の65歳以上の方
内容 講義、ウォーキング(1～2km程度)
 ※雨天時は室内で健康体操などの運動をします。
定員 20人(定員を超えた場合は抽選)
申込方法 健康増進課に電話で
申込期限 9月2日(金)
問合せ 健康増進課(☎826-3471)



ワークヒル土浦 第3期講座の受講生を募集します

申込方法 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

申込締切 9月18日(日)(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。
問合せ・申込先 ワークヒル土浦(☎826-2622、
 〒300-0027 木田余東台四丁目1-1)

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	10/4～12/13	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	10/4～12/13	10	30人	5200円
	美 body kick exercise	一般男女	13:30～14:30	10/4～12/13	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	10/4～12/13	10	30人	5200円
	やわらか体幹エクササイズ	一般男女	18:50～19:50	10/4～12/13	10	25人	5200円
水	エアロビクス水曜	一般男女	10:00～11:00	10/5～12/14	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	11:30～12:20	10/5～12/7	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	10/5～12/14	10	25人	5200円
	ZUMBA®※1 ～ラテン音楽+ダンスエクササイズ～	一般男女	20:00～21:00	10/5～12/7	5	25人	2600円
	ZUMBA®※1 ～ラテン音楽+ダンスエクササイズ～	一般男女	20:00～21:00	10/12～12/14	5	25人	2600円
金	ひさしぶりのピアノ※2	一般男女	9:50～10:50	10/7～12/16	10	10人	10500円
	はじめてのピアノ(初心者)※2	一般男女	11:00～12:00	10/7～12/16	10	10人	10500円
	赤ちゃん親子ビクス	歩行開始前の0歳児と保護者	13:00～13:50	10/7～12/2	8	10組 20人	4100円
	趣味で楽しむピアノ※2	一般男女	14:00～15:00	10/7～12/16	10	10人	10500円
	チビっ子体操	未就学児(4～6歳)	16:30～17:30	10/7～12/16	10	12人	10500円
	すっきり爽快エアロ	一般男女	18:50～19:50	10/7～12/16	10	25人	5200円
	キャンドルヨガ	一般男女	20:00～21:00	10/7～12/16	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	10/16～12/18	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	10/16～12/18	8	30人	4100円

※1…ZUMBAの申し込みは、①・②いずれか一方のみです。

※2…ピアノの申し込みは、いずれか1講座のみです。

講座 土浦市国際交流協会
初級日本語講師養成講座

日時 10月1日～12月10日の土曜日(11月5日を除く)
午前10時～正午 (全10回)

場所 ワークヒル土浦、
二中地区公民館(10月29日と11月12日のみ)

内容 ボランティアとして外国出身者などに日本語を指導する方法を学ぶ

定員 20人(先着順、協会会員・市内在住者優先)

料金 5000円(別途テキスト代2750円程度が必要)

申込方法 住所、氏名、電話番号を記入してメールまたは電話で

申込期限 9月16日(金)

問合せ 同協会事務局(☎826-9051、
✉kokutab14@city.tsuchiura.lg.jp)

講座 土浦市国際交流協会
はじめてのスペイン語講座

日時 10月4日～12月13日の火曜日(10月11日を除く)
午後7時～9時 (全10回)

場所 一中地区公民館

内容 発音やあいさつなど、初心者向けのスペイン語

定員 20人(先着順、10人以上で実施)

料金 一般…1万円、国際交流協会会員…8000円

申込方法 住所、氏名、電話番号を記入してメールまたは電話で

申込期限 9月22日(木)

問合せ 同協会事務局(☎826-9051、
✉kokutab14@city.tsuchiura.lg.jp)

講座 水郷体育館
第3期スポーツプログラムの受講生を募集します

申込方法 往復はがきに住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、希望講座名を記入して郵送、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)

申込期間 8月20日(土)～9月20日(火)(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。

※抽選結果や開講の可否は、はがきでお知らせします。

問合せ・申込先 水郷体育館(☎823-4811、
〒300-0835 大岩田1051)

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	10/4～12/13	10	25人	5500円
	バレーボール	一般女子	10:00～12:00	10/4～12/20	10	40人	5500円
	エアロビクス午前	一般男女	11:00～11:50	10/4～12/13	10	25人	5500円
	腕と体幹のボールピラティス	一般男女	13:30～14:20	10/4～12/13	10	25人	5500円
	エアロビクス夜間	一般男女	18:50～19:40	10/4～12/13	10	25人	5500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	10/4～12/13	10	25人	5500円
水	骨盤調整ストレッチ	一般男女	10:20～11:10	10/5～12/21	9	20人	5850円
	体幹と脚の筋活とほぐし！！	一般男女	11:40～12:30	10/5～12/21	10	25人	5500円
	やさしいヨガ	一般男女	14:00～14:50	10/5～12/21	10	25人	5500円
木	ストレッチ&ヨガ	一般男女	11:20～12:10	10/6～12/15	9	25人	4950円
	ポルドブラ	一般男女	12:30～13:20	10/6～12/15	9	25人	4950円
	ケイキフラ	4～15歳女子	18:00～18:50	10/6～12/15	8	25人	6000円
	太極舞	一般男女	18:40～19:30	10/6～12/15	8	25人	4400円
	キックシェイプ	一般男女	19:50～20:40	10/6～12/15	8	25人	4400円
	ハワイアン・フラ夜間	一般男女	20:00～20:50	10/6～12/22	10	25人	5500円
金	姿勢矯正・うしろ姿美人	一般男女	9:20～10:10	10/7～12/16	10	25人	5500円
	体幹メソッド・Yoga A	一般男女	10:30～11:20	10/7～12/16	10	25人	5500円
	体幹メソッド・Yoga B	一般男女	18:50～19:40	10/7～12/16	10	25人	5500円
	夜ヨガキャンドル	一般男女	19:30～20:20	10/7～12/16	10	25人	5500円
土	ハワイアン・フラ午前	一般男女	10:00～10:50	10/8～12/17	10	25人	5500円
	リラックスヨガ	一般男女	19:00～19:50	10/15～12/17	8	25人	4400円
日	ベリーダンス	一般女子	11:00～11:50	10/16～12/5	9	20人	7200円
	体験ベリーダンス	一般女子	11:00～11:50	10/2	1	20人	500円

人事行政の運営などの状況を公表します

人事行政の公平性と透明性を高めるため、市では市職員の任免や給与、勤務条件などの状況を公表しています。今号では、令和3年度の人事行政の運営などの状況のうち、主なものについて公表します。
8月下旬に、詳細をホームページに掲載します。



問人事課(☎826-1111 内線2329)

職員の任免および職員数に関する状況

1. 職種別職員数 (人)

職種区分	令和3年度			令和4年度		
	当初	退職	再任用満了	採用	再任用	当初
行政職	779	▲20	▲7	31	7	790
消防職	185	▲5	0	4	0	184
技能労務職	26	▲4	0	0	2	24
合計	990	▲29	▲7	35	9	998

※再任用職員には、短時間勤務を含みません。

※令和4年度採用には、令和3年10月1日採用者と茨城県からの割愛職員を含みます。

2. 職種別応募採用者数 (人)

令和3年10月1日採用			
職種区分	応募者数	受験者数	採用者数
事務職	107	104	9
土木職	1	1	1
機械職	2	2	0
合計	110	107	10
令和4年4月1日採用			
職種区分	応募者数	受験者数	採用者数
事務職	306	295	8
事務職(IT資格者)	2	2	1
事務職(障害者)	5	5	1
土木職	8	8	2
建築職	1	1	1
機械職	2	2	0
保育士	7	6	0
保健師	7	7	2
社会福祉士	9	9	1
学芸員	6	6	2
消防職A	110	105	3
消防職B	32	31	1
法務専門官	1	1	1
合計	496	478	23

職員の勤務時間、その他の勤務条件の状況

1. 勤務時間(標準的なもの)

午前8時30分から午後5時15分まで

※休憩時間は正午から午後1時まで

2. 主な休暇・休業制度

有給の休暇…年次休暇、療養休暇、忌引など

無給の休暇…育児休業、介護休暇など

職員の給与の状況

1. 初任給、平均年齢、平均給料月額

(令和3年4月1日現在)

職種区分	初任給	平均年齢	平均給料月額
行政職	大卒…195,500円	40.3歳	293,968円
消防職	大卒…215,800円	36.9歳	298,968円
企業職	大卒…195,500円	39.7歳	280,788円
技能労務職	高卒…147,900円	50.8歳	284,481円

2. ラスパイレス指数

「ラスパイレス指数」とは、全地方公共団体の一般行政職の給料を同一の基準で比較するため、国家公務員の職員数を基準として、学歴や経験年数別に平均給料月額を比較し、国家公務員の給料を100とした指数です。本市の令和3年度のラスパイレス指数は「94.8」です。

3. 主な職員手当(令和4年3月31日現在)

手当の名称	内 容
管理職手当	管理または監督の地位にある職員のうち規則で指定する者について、その職務の特殊性に基づき、月額25,000円～110,000円を支給しています。
扶養手当	扶養親族がいる職員の生活補給を目的に支給しています。扶養親族の範囲は、ほかに生計の途がなく、主としてその職員の扶養を受けている者をいいます。 配偶者…月額6,500円、子…月額10,000円、父母など…月額6,500円
通勤手当	電車やバスなどの利用者に、6か月定期の価額を基本として支給しています。自動車などの利用者には、片道2km以上で距離に応じて2,000円～31,600円を支給しています。
期末勤勉手当	民間企業のボーナスにあたる期末手当および勤勉手当は、年間で給料月額などの4.5月分を6月・12月の2回に分けて支給しています。

※上記の手当のほか、地域手当、住居手当、時間外勤務手当などがあります。



9月の親と子の健診と相談

		対 象	日 程	受付時間	場 所
教 室	マタニティ教室 (予約制)	集団クラス(講義)	妊婦とその家族 ※集団・個別いずれかのクラスを選択	6日(火) (2時間程度)	9:45~10:00
		個別クラス (沐浴体験など)	6日(火) (各回30分程度)	13:30	土浦市保健 センター
				14:30	
				15:30	
相 談	つちまる育児相談 (予約制)	1か月~1歳11か月児	12日(月)	10:00~11:20 13:20~14:40	
	10か月児育児相談 (予約制)	令和3年11月生まれ	20日(火)	9:30~10:45 13:15~14:00	
	2歳児育児相談 (予約制)	2歳児	2日(金)	9:30~11:00	
健 診	4か月児健康診査	令和4年5月生まれ	14日(水)、15日(木)	13:10~14:30	
	1歳6か月児健康診査	令和3年2月生まれ	7日(水)、8日(木)	13:15~14:15	
	3歳児健康診査	令和元年6月生まれ	21日(水)、22日(木)	13:10~14:15	

問・申 こども包括支援課 母子保健係(☎826-1111 内線2513)

9月の子育てイベント

📅開館時間 🎵イベント

毎月、児童館や地域子育て支援センターでは、親子で楽しめるさまざまなイベントを行っています。

子育てに関する相談などもできますので、お気軽にご参加ください。

各施設のイベントの日程や内容、申込方法、これまでのイベントの様子などをホームページに掲載していますので、ご覧ください。



児童館 📅月~土曜日 午前8時30分~午後5時

都和児童館 ☎832-3112

🎵親子リズム体操、親子でクラフト、はっぴーママ講座 ほか

ポプラ児童館 ☎841-3212

🎵ベビーリトミック、楽しくA・B・C、小学生講座 ほか

新治児童館 ☎862-4403

🎵親子でフラダンス、ママとベビーのふれあい体操、おはなし会(おはなしの泉) ほか



運動会ごっこ



お誕生会&遊びましょう

地域子育て支援センター

さくらんぼ(東崎保育所内) ☎823-1288

📅月~金曜日 午前9時30分~正午、午後1時~4時30分

🎵運動会ごっこin夢の国

お誕生会&遊びましょう(7・8・9月生まれ) ほか

ありんこクラブ(土浦愛隣会保育所内) ☎841-0463

📅月~金曜日 午前10時~午後3時

🎵紙粘土マグネット作り、ベビーマッサージ講習会、ブックマーカー作り ほか

白鳥保育園(白鳥保育園内) ☎831-2590

📅月~金曜日 午前8時30分~午後1時30分

🎵双子ちゃんみつごちゃんあつまれ、ガラガラを作って遊ぼう ほか

ひまわり(めぐみ保育園内) ☎843-1117

📅月~金曜日 午前9時~午後4時

🎵敬老の日カード作り、1歳児ひろば、マタニティサロン ほか

ハチミツを与えるのは1歳を過ぎてから

1歳未満の赤ちゃんが、ハチミツを食べることによって、「乳児ボツリヌス症」にかかることがあります。

赤ちゃんは、まだ腸内環境が整っていません。そのため、ボツリヌス菌が食品などを介して体内に入ると、腸内で増えて毒素を出し、便秘、ほ乳力の低下、元気がなくなる、首のすわりが悪くなる、といった症状を引き起こすことがあります。適切な治療を受けることで、ほとんどの場合治りますが、まれに亡くなることもあります。

ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死滅しません。1歳未満の赤ちゃんには、ハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は、与えないようにしましょう。

問 こども包括支援課
(☎826-1111 内線2513)



乳児用チャイルドシートを貸し出します

貸出期間 9月12日(月)～22日(木)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10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 9月5日(月)、6日(火)

問 生活安全課(☎826-1111 内線2298)

チャイルドシートを使用しましょう

6歳未満の子どもを車に乗せる場合には、チャイルドシートの使用が義務づけられています。年齢や身体の高さにあったものを選び、正しく使用しましょう。

1歳おめでとう

★8月生まれのお赤ちゃん★



1歳おめでとう！
たれ目の笑顔が
大好きだよ

はるか
岡本 遥花 ちゃん



1歳おめでとう！
たくさん笑って
大きくなってね！

なつき
神谷 夏希 ちゃん



1歳おめでとう！
元気に笑顔
いっぱい！

てるたか
岩瀬 晟幸 ちゃん



みんなの宝物♡
元気に育ってくれて
ありがとう！

めぐる
高栖 環 ちゃん



生まれてきてくれて
ありがとう♡
最高の人生を！

やひろ
長島 弥央 ちゃん



毎日幸せありがとう♡
元気いっぱい
大きくなってね☆

さくら
宇津野 稀子 ちゃん



祝☆1歳
すくすく大き
くなってね♡大好きだよ♡

まどね
小関 琴音 ちゃん



うまれてきてくれて
ありがとう♡
♡囀夏だいすき♡

るか
大塚 瑠夏 ちゃん



祝1歳！健やかで
幸せいっぱいの
人生を歩んでね♪

るか
櫻井 琉加 ちゃん



1歳おめでとう♡
いっぱい笑って
元気に育ってね☆

とあ
鈴木 叶彩 ちゃん



七汐ちゃん
お誕生日おめでとう♡
元気に大きく育ってね♡

ななせ
岡田 七汐 ちゃん



産まれてくれて
ありがとう♡
元気に大きくなってね♡

まゆは
森口 万優葉 ちゃん



たくさんの幸せを
ありがとう♡
朔都の笑顔は世界一♡

さくと
大石 朔都 ちゃん



1歳おめでとう♡
生まれてきてくれて
ありがとう！

たくと
川田 琢斗 ちゃん



10月で1歳になる
お赤ちゃんを募集します

申込方法

- 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)

を記入し、写真を添えて
メール、郵送または直接
※メール応募の方には、
1週間程度で受付完了
メールを送ります。

申込締切

8月31日(水)

- ・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。
- ・提出いただいた個人情報は、
この広報紙以外では使用しま
せん。

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

9月の無料相談



お気軽にご相談ください

相談名	日付 ※祝日を除く		場所・担当	主な相談内容【相談員】
	時間		受付電話番号	
市民法律相談	毎週火曜日		広報広聴課	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)
	13:30～16:00		(☎内線2399)	
司法書士相談	14日(水)		広報広聴課	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
	13:30～15:35		(☎内線2399)	
行政書士相談	15日(木)		広報広聴課	相続や契約書(賃貸・売買・雇用・介護)の 作成などに関する事【行政書士】※予約制
	13:30～16:30		(☎内線2399)	
総合労働相談	9日(金)		広報広聴課	労働・社会保険関係など【社会保険労務士】 申し込みはFAXまたは同会ホームページで FAX029-350-3222 ※予約優先
	13:30～16:30		茨城県社会保険労務士会 (☎029-350-4864)	
土地家屋調査士 相談	7日(水)		広報広聴課	土地の境界問題や建物の登記に関する事 【土地家屋調査士】 ※予約優先
	13:30～15:30		土地家屋調査士会 (☎029-259-7400)	
行政相談	21日(水)		広報広聴課	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】
	13:30～15:30		(☎内線2399)	
市民相談	月～金曜日		広報広聴課	市に対する要望、意見など【担当職員】
	8:30～17:15		(☎内線2399)	
税務相談	6日、13日、20日(火)		税理士会土浦支部	税に関する事【税理士】 ※予約制
	13:00～16:00		(☎824-5055)	
心配ごと相談	第1・第3水曜日		社会福祉協議会	日常生活の困りごと、悩みごと 【専門相談員】
	13:00～16:00		(☎821-5995)	
成年後見相談	第4水曜日		社会福祉協議会	成年後見に関する事【弁護士】 ※予約制(相談日の1週間前まで)
	10:00～12:00		(☎821-1152)	
消費生活相談	月～金曜日		消費生活センター	商品、契約や多重債務などのトラブル 【消費生活相談員】
	9:30～16:30		(☎823-3928)	
DV相談	月～金曜日		こども包括支援課	DVに関する相談【担当職員】
	8:30～17:15		(☎内線2392)	
家庭児童相談	月～金曜日		こども包括支援課	18歳までの子どものすべてについて 【家庭児童相談員】
	8:30～17:15		(☎内線2393)	
育児相談	月～金曜日		地域子育て支援センター さくらんぼ	乳幼児育児に関する困りごと、悩みごと 【指導員】
	9:30～16:30		(☎823-1288)	
早期療育相談	月～金曜日		療育支援センターほか	言葉の遅れや落ち着きがないなど、子どもの 発達、行動面に関する事【早期療育相談員】
	9:00～17:00		(☎822-3411)	
青少年相談	火、水、金、土曜日		青少年センター	青少年についての困りごと【相談員】 ※電話相談可
	9:00～17:00		(☎823-7838)	
教育相談	月～金曜日		電話相談	学校生活や家庭教育など教育上の諸問題 【担当職員】
	9:00～16:00		教育相談室(☎823-7837)	
交通事故相談	月、水～金曜日	第3水曜日 弁護士相談	土浦合同庁舎県南地方交 通事故相談所	交通事故に関する事 【県委嘱相談員、弁護士】
	9:00～16:45	13:00～16:00	(☎823-1123)	
人権相談	月～金曜日		水戸地方法務局土浦支局	家庭内の問題、いじめ、差別など 【人権擁護委員、担当職員】
	8:30～17:15		(☎821-0792)	
生活相談	毎週水曜日		新治地区公民館	生活上のこと、人権にかかわること 【生活相談員】
	13:00～16:00		(直通☎862-2900)	
精神保健相談	6日(火)	30日(金)	土浦保健所	心の健康に関する事 【精神科医師】 ※予約制
	14:30～16:30	14:00～16:00	(☎821-5516)	
女性のための フェミニスト相談	毎週火曜日	10日(土)	男女共同参画センター	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
	11:00～15:40	10:00～14:40	(☎827-1107)	
女性のための 一般相談	9日、30日(金)		男女共同参画センター	女性を取り巻くさまざまな悩みごと(離婚な ど)【専門相談員】 ※予約制
	13:00～15:50		(☎827-1107)	

運動普及推進員養成講習会

日時／10月31日(月)、11月11日(金)、12月6日(火)、19日(月)、
令和5年1月12日(木) 午前10時～午後4時(全5回)

場所／土浦市保健センター

内容／運動習慣を通じた健康づくりを推進するボランティア
「運動普及推進員」を養成する講座

対象者／次のいずれかに該当する方で、令和5年度からボラ
ンティア活動に参加できる方

- ・市内在住の70歳以下の方
- ・市内在住の71歳以上の方で、運動制限のある病歴がなく、
5～6kmを続けて歩くことができる方

定員／10人(先着順)

申込方法／電話で

骨髄移植などを受けた子への予防接種費用助成

骨髄移植などの医療行為により免疫を消失したお子さん
が、予防接種の再接種を受ける際の、接種費用を助成します。

対象者／次のすべてに該当する方

- ・過去に受けた定期予防接種の効果が、低下または消失した
と医師に判断された方
- ・再接種を受ける時点で、市内在住の20歳未満の方
- ・免疫消失以前に、定期予防接種を規定どおりに受けていた方

助成内容／予防接種の再接種費用(上限あり)

※手続きなど、詳しくはホームページをご覧ください。
か、お問い合わせください。



健診結果まると相談

日にち	場 所
8月31日(水)	六中地区公民館
9月8日(木)	土浦市保健センター
9月9日(金)	土浦市保健センター
9月14日(水)	土浦市保健センター 新治分室
10月14日(金)	三中地区公民館
10月17日(月)	土浦市保健センター
10月19日(水)	都和公民館
11月4日(金)	土浦市保健センター
11月17日(木)	二中地区公民館

受付時間／①午前9時30分、②午前10時、③午前
10時30分、④午前11時(相談時間は15分程度)

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(希望者のみ)

持ち物／健診結果

申込方法／電話で

※かかりつけ医のいる方は、医師への相談をおす
めします。

9月の献血

日時／9月9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

女性の尿漏れと骨盤臓器脱

土浦市医師会
和久夏衣(霞ヶ浦医療センター)

「急にトイレに行きたくないので外出しにくい」「く
しゃみのたびに尿が漏れて花粉症の時期がづらい」「お
風呂で腔から何かが出ているのに気づいてびっくり」
などの経験をされている女性は、決して少なくない
と思います。女性は体の構造上、男性より尿が漏れやす
くなっています。出産、加齢、慢性的な便秘、腹圧が
かかる動作などが原因で骨盤の底を支えている筋肉
(骨盤底筋)が緩んでくると、尿漏れだけでなく骨盤内
の臓器が腔方向へ下垂する骨盤臓器脱も起こりやす
くなります。

これらの予防や軽い症状の改善のために、まずはご
自分でできることに取り組んでみましょう。体重増加
や腹圧がかかる状態(慢性的な便秘や悪い姿勢、お腹
に力がかかる動作や、下着などによる腹部の締め付け)
があれば改善しましょう。軽い症状であれば、骨盤底
筋訓練が有効な場合もあります。骨盤底筋訓練は尿道
や肛門を締めながら骨盤底筋を引き上げ、緩める動作
を繰り返します。さまざまなメディアで取り上げられ

ており、ご自宅でも取り組みやすいのですが、腹圧を
かけてしまうと骨盤底筋がさらに緩むので注意しま
しょう。また、尿漏れ対策として生理用品を使用し
ている方も多いですが、かぶれたり、吸水が悪いと感じ
たり、臭いが気になる場合は、ご自分の漏れの程度に
合わせた尿漏れ専用のライナーやパッドを使った方が
良いでしょう。

医療機関を受診された方には、問診、質問票のほか、
必要に応じた検査(尿検査、超音波、排尿機能検査など)
や診察を行い、生活指導や投薬、骨盤底筋訓練の指導、
手術など、個々の患者さんに合った治療を検討します。

尿漏れや骨盤臓器脱はなかなか人に相談しづらく、
1人で思い悩んでしまう方も多いのですが、女性には
珍しくないことです。受診されて症状が楽になると、
「もっと早く病院に行っていれば良かった」とおっしゃ
る方も多いので、お困りの方はぜひ医療機関へご相談
ください。

9月の健康相談

相談名	日程	受付時間	場 所
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	
リハビリ相談(予約制)	14日(水)	9:00~11:30	
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	老人福祉センターつわぶき(☎831-4126)
	22日(木)		老人福祉センター湖畔荘(☎828-0881)

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。**

9月	内 科	外 科	歯 科
4日(日)	木戸医院 ☎841-1753 乙戸南三丁目	淀縄医院 ☎822-5615 大町	福島歯科医院 ☎823-2248 富士崎一丁目
11日(日)	高野医院 ☎841-0154 荒川沖西二丁目	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	柴沼歯科 ☎826-7119 佐野子
18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	伊藤歯科医院 ☎834-2440 乙戸
19日(月)	山手医院 ☎835-3388 国分町	県南病院 ☎841-1148 中	さくら歯科クリニック ☎835-6770 小岩田東一丁目
23日(金)	田谷医院 ☎823-2636 生田町	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
25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	ながい歯科クリニック ☎846-1122 大町

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☎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、交代で勤務していただいています。



各情報はここから
ご覧いただけます。

土浦市公式HP



土浦市公式 LINE
(@tsuchiuracity)



つちまるFacebook
(@tsuchimaru.official)



土浦市公式 Twitter
(@tsuchiura_city)



土浦市シティプロモーション
Instagram(@tsuchiura_city)



公式土浦市
YouTubeチャンネル



広報つちうら

