

## 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。  
イベントなどは、感染防止対策を講じ、安全を確保したうえで開催いたします。

お知らせ 市税などの納期限と  
夜間・休日納税相談窓口のお知らせ

- ◆3月の納期限：2月28日(火)  
固定資産税(4期)、国民健康保険税(8期)、  
介護保険料(8期)、後期高齢者医療保険料(8期)

## ◆休日・夜間納税相談窓口

日時 休日…2月26日(日) 午前9時～午後5時  
夜間…3月9日(木) 午後5時15分～8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 麻しん風しん混合予防接種  
第2期接種期間は3月末までです

対象 平成28年4月2日～29年4月1日に生まれた方  
接種期間 3月31日(金)まで

※接種期間を過ぎた場合は自費となります。

接種場所 県内協力医療機関

※協力医療機関など、詳しくはホームページをご覧ください。協力医療機関以外で接種する場合には、接種の10日前までに健康増進課に申請してください。

持ち物 予診票、母子健康手帳

※予診票は対象の方に、令和4年3月に送付しています。予診票がない方は、健康増進課の窓口またはホームページで交付の手続きをしてください。

問合せ 健康増進課(☎826-3471)

お知らせ つちうらMaaSシンポジウム  
～若い世代が主役となるつちうらMaaS～

日時 3月3日(金) 午後3時～5時  
(受け付けは午後2時30分から)

場所 県南生涯学習センター(ウララビル 5階)

内容 基調講演、「つちうらMaaS実証実験」活動発表、  
パネルディスカッション など

おおつ野地区周辺で小型バス運行、市内店舗でお得なモバイルチケット利用の実証実験を行っています。



※実証実験について、詳しくはホームページをご覧ください。



問合せ 都市計画課(☎内線2370)

お知らせ 土浦市文化協会創立50周年  
舞台「桜の記憶」のチケット発売中です

「桜の記憶」は、土浦市文化協会創立50周年を記念した演劇公演です。同協会加盟団体と一般公募の方たちが1つの舞台を作りあげます。土浦の歴史と文化の魅力伝える地元愛にあふれた作品です。

公演日時 4月9日(日)

- ・午後1時から(開場は午後0時30分から)
- ・午後5時30分から(開場は午後5時から)

場所 クラフトシビックホール土浦(市民会館)

入場料金 1800円 ※全席自由

販売期間 4月9日(日)まで

販売場所 文化振興課、亀城プラザ、ワークヒル土浦、  
クラフトシビックホール土浦

※公演当日は会場でのみ販売します。

問合せ 同協会事務局(☎893-5505)

## あらすじ

昭和13年、記録的な洪水に見舞われた土浦で、  
月子と海軍予科練生の松島は出会った。

激動の時代のうねりのなかで、出会いと別れを繰り返す2人。それを、ずっと見守ってきた桜川の桜。

大戦、特攻隊、敗戦、そして復興。

月子と松島、桜川とともに生きた市井の人々は、今この時代を生きる私たちに何を問いかけているのでしょうか。



# 情報ひろば

## お知らせ 産前産後期間の国民年金保険料が免除になります

国民年金第1号被保険者の方が出産した際に、産前産後の国民年金保険料が一定期間免除されます。

**対象** 国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の方

※出産とは、妊娠85日(4か月)以上の出産で、死産、流産、早産を含みます。

**免除期間** 出産予定月または出産した月の前月から4か月間

※多胎妊娠の場合は、出産予定月または出産した月の3か月前から6か月間の国民年金保険料が免除されます。

免除された期間については、保険料が支払われたものとして老齢基礎年金の受給額に反映されます。

### 必要書類

- 出産前に届出をする場合…母子健康手帳
- 出産後に届出をする場合…市で出産日の確認がとれる場合には原則不要

※被保険者と子が別世帯の場合は、出生証明書など出産日および親子関係を明らかにする書類が必要です。

**届出方法** 必要書類を持参し直接

※出産予定日の6か月前から届出可能です。

**問合せ** 国保年金課(☎内線2290)

## お知らせ 3月1日～7日は春季全国火災予防運動実施期間です ～お出かけは マスク戸締り 火の用心～

### 【6つの対策】

- 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろなどは安全装置の付いた機器を使用する。
- 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。
- 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類およびカーテンは、防災品を使用する。
- 火災を小さいうちに消すために、消火器などを設置し、使い方を確認しておく。
- 避難方法を確認し、避難経路を常に確保しておく。
- 防火防災訓練への参加や、近所で声かけを行うなど、地域ぐるみの防火対策を行う。

### 【4つの習慣】

- 寝たばこは絶対にしない、させない。
- ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。
- こんろを使うときは火のそばを離れない。
- コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。

すべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。



**問合せ** 消防本部予防課(☎821-5967)

## お知らせ 陸上自衛隊 夜間飛行訓練

**日程** 3月7日(火)、8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 コロナに負けるな! 応援チケット(プレミアム付商品券)の使用期限は2月末です

全店共通券・特別応援店専用券ともに、使用期限は2月28日(火)です。使用できる店舗など、詳しくはホームページをご覧ください。

**問合せ** 土浦商工会議所(☎822-0391)



# 広告

**お知らせ** イノシシの捕獲活動を行います



近年、イノシシの目撃例や農作物被害が多発しています。市では、イノシシの活動が活発になる3月中旬ごろから4月末までを捕獲重点期間としています。猟友会と連携して捕獲活動を行いますので、山林に入る際はご注意ください。  
※捕獲活動の実施地区など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 農林水産課 (☎内線2711)

**お知らせ** 霞ヶ浦・北浦地域清掃大作戦

**日時** 3月5日(日) 午前8時～9時  
※小雨決行、荒天時は3月12日(日)に順延します。  
**清掃場所** 霞ヶ浦湖岸、土浦港、新川・桜川・境川・備前川・花室川の河川敷  
※清掃場所の地区長には事前に通知しています。  
**問合せ** 環境衛生課 (☎内線2407)

**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

真鍋四丁目町内会および田宮地区が、令和4年度コミュニティ助成(宝くじ助成)を受けて、備品整備を行いました。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するものです。



真鍋四丁目町内会  
お祭りのコミュニティ活動備品

田宮地区 お神輿の整備

問合せ 市民活動課 (☎内線2456)

**お知らせ** 市営駐車場の指定管理者が決定しました

次の施設は令和5年4月1日から5年間、指定管理者が管理運営します。

施設名	指定管理者
土浦市駅東駐車場	4社の共同企業体 ・タイムズ24 ・タイムズサービス ・太平ビルサービス ・サンエス警備保障
土浦市駅西駐車場	
土浦市駅東口広場駐車場	
土浦市荒川沖駅東口広場駐車場	
土浦市荒川沖駅西口広場駐車場	

問合せ 都市整備課 (☎内線2262)

**お知らせ** 令和5年度の広報つちうら発行予定日をお知らせします

発行時期	発行予定日	発行時期	発行予定日	発行時期	発行予定日	発行時期	発行予定日
4月上旬	4月4日(火)	7月上旬	7月4日(火)	10月上旬	10月3日(火)	1月上旬	12月27日(水)
4月中旬	4月18日(火)	7月中旬	7月19日(水)	10月中旬	10月17日(火)	1月中旬	1月16日(火)
5月上旬	4月28日(金)	8月上旬	8月1日(火)	11月上旬	11月1日(水)	2月上旬	2月1日(木)
5月中旬	5月16日(火)	8月中旬	8月17日(木)	11月中旬	11月15日(水)	2月中旬	2月15日(木)
6月上旬	6月1日(木)	9月上旬	9月1日(金)	12月上旬	12月1日(金)	3月上旬	3月1日(金)
6月中旬	6月15日(木)	9月中旬	9月15日(金)	12月中旬	12月15日(金)	3月中旬	3月15日(金)

※各号の最終ページに、次号の発行予定日を掲載しています。

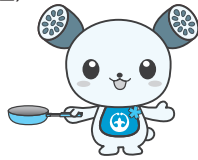
問合せ 広報広聴課 (☎内線2331)

広告

# 情報ひろば

## 講座 調理講座 「出汁を使って美味しく減塩」

日時 3月4日(土) 午前9時～午後1時  
場所 神立地区コミュニティセンター  
内容 「かるしおレシピ」をもとに調理実習  
定員 12人(定員を超えた場合は抽選)  
持ち物 三角巾、エプロン  
料金 1500円  
申込方法 電話または直接  
申込締切 3月1日(水)  
問合せ 神立地区コミュニティセンター(☎833-1295)



## 講座 4～6歳体験テニスレッスン 「脳と身体の調和」



日程 2月20日(月)～3月7日(火)  
※期間中2回受講できます。  
場所 水郷テニスコート  
対象 市内在住の4～6歳の児童  
持ち物 飲み物、運動のできる服装  
※ラケットの貸し出しを行っています。  
申込方法 氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号、  
受講希望日を記入しメールで  
※開催時間など詳しくはホームページをご覧ください。  
問合せ 土浦市テニス協会(☎826-1380)  
✉ info@tsuchiura-ta.jp



## 講座 認知症サポーター養成講座

日時 3月14日(火) 午後2時～3時30分  
(受け付けは午後1時30分から)  
場所 本庁舎3階 301・302会議室  
対象 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 認知症の理解とサポーター活動について  
定員 50人(先着順)  
持ち物 筆記用具、飲み物  
申込方法 電話または二次元コードから  
問合せ 高齢福祉課(☎内線2500)



## 講座 湖上セミナー バスで行く霞ヶ浦導水施設見学



日時 3月4日(土) 午後0時45分～5時20分  
集合場所 霞ヶ浦文化体育会館(水郷体育館) 駐車場  
対象 市内在住の方  
内容 水戸市的那珂機場、桜機場の見学  
定員 25人(定員を超えた場合は抽選)  
申込方法 電話またはホームページから  
申込締切 2月27日(月)  
問合せ 環境保全課(☎内線2364)



## 講座 水郷テニスコート 第1期硬式テニス教室の受講生を募集します

対象 高校生以上の方  
申込方法 窓口で直接(月曜休館)  
申込期間 2月21日(火)～3月21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。  
問合せ 水郷テニスコート(☎824-0880)

曜日	教室名	時間	日程	回数	定員	受講料*
火	初心・初中級【基本・応用】	19:30～21:00	4/11～5/30	8	40人	6100円
水	中級【試合想定】	19:30～21:00	4/12～6/7	8	24人	9100円
木	初心・初中級【基本・応用】	19:30～21:00	4/13～6/8	8	40人	6100円
金	初心・初級【基本・応用】	10:00～11:30	4/7～6/23	10	40人	7600円

※…保険料を含む

# 広告

**講座** 水郷体育館  
第1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講座の申し込み(連名は不可)  
※抽選の結果やプログラム開講の可否については、はがきでお知らせします。

**申込締切** 3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。

**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	4/11~6/20	10	30人	5500円
	バレーボール※1	一般女子	10:00~12:00	4/11~6/27	10	40人	6500円
	エアロビクス午前	一般男女	11:00~11:50	4/11~6/20	10	30人	5500円
	腕と体幹のボールピラティス	一般男女	13:30~14:20	4/11~6/20	10	30人	5500円
	エアロビクス夜間	一般男女	18:50~19:40	4/11~6/20	10	30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	4/11~6/20	10	30人	5500円
水	骨盤調整ストレッチ	一般男女	10:20~11:10	4/19~6/21	8	25人	5200円
	体幹と脚の筋活とほぐし!!	一般男女	11:40~12:30	4/12~6/21	10	30人	5500円
	やさしいヨガ	一般男女	14:00~14:50	4/12~6/21	10	30人	5500円
	体験 キッズエアロ体操※2	年長~ 小学5年生※3	17:15~18:05	3/15、22	2	30人	500円/ 1回
	キッズエアロ体操 <b>New</b>	年長~ 小学5年生※3	17:15~18:05	4/12~6/28	6	30人	3600円
木	ストレッチ&ヨガ	一般男女	11:00~11:50	4/13~6/22	10	30人	5500円
	楽しくキッズフラダンス	4~15歳女子※3	18:00~18:50	4/20~6/29	8	25人	6000円
	身体メンテナンス 股関節編 <b>New</b>	一般男女	19:00~19:50	4/13~6/22	10	30人	6000円
	ハワイアン・フラ夜間	一般男女	20:00~20:50	4/13~6/22	10	30人	5500円
金	姿勢矯正・うしろ姿美人	一般男女	9:20~10:10	4/14~6/23	10	30人	5500円
	体幹メソッド・Yoga A	一般男女	10:30~11:20	4/14~6/23	10	30人	5500円
	体幹メソッド・Yoga B	一般男女	18:50~19:40	4/14~6/23	10	30人	5500円
	夜ヨガ	一般男女	19:30~20:20	4/14~6/23	10	30人	5500円
土	ハワイアン・フラ午前	一般男女	10:00~10:50	4/8~6/17	10	30人	5500円
	リラックスヨガ	一般男女	19:00~19:50	4/15~6/17	8	30人	4400円
日	ベリーダンス	一般女子	10:30~11:20	4/9~6/18	10	20人	8000円
	ベリーシェイプ&下半身HIIT <b>New</b>	一般男女	11:40~12:30	4/9~6/18	10	30人	6500円

※1…4月のみ13:00~15:00 ※2…体験レッスンのため、1回から参加可 ※3…令和5年度の学年・年齢

広告

# 情報ひろば

## 講座 ワークヒル土浦 第1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)、性別、講座開始時点の年齢も記入してください。

**申込締切** 3月18日(土)(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	4/11~6/20	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	4/11~6/20	10	30人	5200円
	美 body kick exercise	一般男女	13:30~14:30	4/11~6/20	10	30人	5200円
	コンシャスヨーガ&自力整体	一般男女	15:45~17:00	4/11~6/20	10	30人	5200円
	ステップ&コンディショニング	一般男女	19:50~20:50	4/11~6/20	10	30人	5200円
水	エアロビクス水曜	一般男女	10:00~11:00	4/12~6/21	10	30人	5200円
	はじめてのピアノ水曜コース(初心者) <sup>※1</sup>	一般男女	10:30~11:30	4/12~6/21	10	10人	10500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	4/12~6/21	8	10組 20人	4100円
	陶芸教室 昼間コース <sup>※2</sup>	一般男女	13:00~14:30	5/10~7/12	10	12人	10000円
	パンチ&キックエクササイズ	一般男女	18:40~19:40	4/12~6/21	10	30人	5200円
	ZUMBA <sup>Ⓐ</sup> <sup>※3</sup> ~ラテン音楽+ダンスエクササイズ~	一般男女	20:00~21:00	4/12~6/14	5	30人	2600円
木	ZUMBA <sup>Ⓑ</sup> <sup>※3</sup> ~ラテン音楽+ダンスエクササイズ~	一般男女	20:00~21:00	4/19~6/21	5	30人	2600円
	陶芸教室 夜間コース <sup>※2</sup>	一般男女	18:30~20:00	5/11~7/13	10	12人	10000円
金	ひさしぶりのピアノ <sup>※1</sup>	一般男女	9:50~10:50	4/14~6/23	10	10人	10500円
	はじめてのピアノ金曜コース(初心者) <sup>※1</sup>	一般男女	11:00~12:00	4/14~6/23	10	10人	10500円
	筋肉ほぐしコンディショニング	一般男女	13:30~14:30	4/14~6/23	10	30人	5200円
	趣味で楽しむピアノ <sup>※1</sup>	一般男女	14:00~15:00	4/14~6/23	10	10人	10500円
	チビっ子体操	未就学児(4~6歳)	16:30~17:30	4/14~6/23	10	12人	10500円
	すっきり爽快エアロ	一般男女	18:50~19:50	4/14~6/23	10	30人	5200円
	キャンドルヨガ	一般男女	20:00~21:00	4/14~6/23	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	4/9~6/18	8	30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	4/9~6/18	8	30人	4100円

※1…ピアノ講座の申し込みは、いずれか1講座のみ

※2…陶芸教室の申し込みは、各曜日いずれか一方のみ

※3…ZUMBAの申し込みは、Ⓐ・Ⓑいずれか一方のみ

## 広告

## 講座 勤労青少年ホーム 前期講座の受講生を募集します

**対象** 市内在住または在勤の35歳以下の方を優先  
**申込方法** 電話または直接(月曜・祝日休館)  
**受付時間**  
 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** 3月15日(水)(必着)  
 ※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。  
**問合せ・申込先** 勤労青少年ホーム(☎822-7921  
 〒300-0045 文京町9-2)

曜日	講座名	時間	日程	回数	定員	教材費
火	ピラティス&ヨガ	18:30～20:00	4/11～9/12	16	11人	3000円
	やさしい手編	18:30～20:30	4/11～9/12	16	6人	1000円
水	茶道	18:30～20:30	4/12～9/20	16	6人	8000円
木	書道	18:30～20:00	4/6～9/21	16	11人	—
	料理	18:30～20:30	4/13～9/14	12	12人	15600円
	着付	18:30～20:30	4/13～9/21	16	6人	5000円
	骨盤・姿勢調整エクササイズ	19:00～20:00	5/11～7/13	6	11人	—
金	リラックス・ヨガ	18:30～19:30	4/7～9/22	16	11人	1000円
	いろいろなお花のレッスン (生花アレンジメント・寄せ植え・クラフトなど)	19:00～20:30	4/14～9/8	16	12人	20000円
土	ZUMBA(ズンバ)	10:30～11:30	4/8～9/16	17	30人	—
	ピラティス&ヨガ	10:30～12:00	4/8～9/16	16	11人	3000円
	やさしい英会話	13:00～14:30	4/8～9/16	16	11人	—
	英会話	14:45～16:15	4/8～9/16	16	11人	—
	やさしいバレエ	15:30～17:00	4/8～9/16	16	11人	4000円
日	ゆるゆるYOGA	11:00～12:00	4/9～9/17	17	11人	—

## 講座 開業セミナー 「誰でも創業の時代が始まりました!」



**日時** ①3月3日(金)、②10日(金)、③17日(金)  
 いずれも午後1時～4時  
**開催形式** Zoomによるオンラインセミナー  
 ※Zoomが利用できるパソコンやスマートフォンなどを用意してください。  
**対象** 市内で創業したい方、現在事業を営んでいて、  
 ビジネスモデルの再構築を検討している方  
**講師** ジャイロ総合コンサルティング  
**内容** ①創業を成功に導く創業モデル構築  
 ②売れる販売促進～ネット&SNS活用～  
 ③創業成功への道「ビジネスプラン」の作成、  
 「土浦市中心市街地開業支援事業」のポイント  
 ※受講したい回のみ申し込むことができます。  
**定員** 各30人(先着順)  
**申込方法** 電話または直接、ホームページから  
**申込締切** ①3月2日(木)、②9日(木)、③16日(木)  
**問合せ** 商工観光課(☎内線2704)

## 講座 市民活動情報サイト「こらぼの」 使用説明会

市民活動情報サイト「こらぼの」は、市内で非営利活動をしている団体が、活動内容、イベント・講座情報、  
 会員募集などの情報発信を行うウェブサイトです。  
**日時** 3月16日(木) 午前10時～11時30分  
**場所** 男女共同参画センター 研修室1  
**対象** NPO法人、ボランティア団体、町内会(自治会)、  
 同好会、文化団体、スポーツ団体など、市内で  
 非営利活動をしている団体  
**定員** 20人(先着順) ※各団体1人のみ  
**申込方法** 必要事項を記入し、郵送、ファクス、メール  
 または電話で  
**必要事項** 団体名、代表者名、参加者の氏名・住所・  
 電話番号、質問事項(任意)  
**申込締切** 3月9日(木)(必着)  
**問合せ** 市民活動課(☎内線2234 FAX826-1147  
 〒300-8686 大和町9-1  
 ✉ shimin-katsudo@city.tsuchiura.lg.jp)

# 情報ひろば

## 募集 皆さんの作品を土浦市民ギャラリーで展示してみませんか



利用期間 令和5年10月3日(火)～令和6年3月31日(日)

### ◆会期単位受付

申込方法 利用希望申請書を直接

申込締切 3月15日(水)

※火～日曜日の6日間を1会期とし、連続での使用は最大4会期までです。

※応募者多数の場合は、調整または抽選となります。

### ◆1日単位受付

申込方法 利用許可申請書を直接

申込期間 4月1日(土)から(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。  
くか、お問い合わせください。

問合せ 土浦市民ギャラリー(☎846-2950)

## 講座 救命講習会

日時 3月11日(土) 午前9時～正午

場所 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 など

定員 50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)、筆記用具

申込方法 氏名(ふりがな)、電話番号、性別を記入し、メールまたは電話で

※土浦市が実施する救命講習受講経験の有無も記入してください。

申込期間 2月20日(月)から

問合せ 消防本部警防救急課(☎821-0119)

☒ 119kyuukyuu@city.tsuchiura.lg.jp



## 募集 消費生活モニターを募集します

任期 4月1日から1年間

応募資格 市内在住の20歳以上の方

募集人数 15人

申込方法 住所、氏名、年齢、職業、電話番号、モニター経験の有無、志望動機を記入しメールまたは郵送

申込締切 3月17日(金)(必着)

問合せ 土浦市消費生活センター(☎823-3928)

☒ syouhi@city.tsuchiura.lg.jp

〒300-0043 中央二丁目16-4)



## 講座 20代からの女性のための健康セミナー

日時 3月19日(日) 午後1時30分～3時  
(受け付けは午後1時から)

場所 土浦市保健センター

講師 新井ゆう子さん(霞ヶ浦医療センター 副院長)

対象 市内在住・在勤・在学の方

内容 産婦人科医による女性の健康と女性ホルモンの話

定員 50人(先着順)

申込方法 住所、氏名(ふりがな)、生年月日、電話番号を記入しファクス、電話または二次元コードから

申込締切 3月10日(金)

問合せ 健康増進課(☎826-3471、FAX821-2935)



## 募集 廃棄物減量等推進審議会委員を募集します



本市のごみ減量やリサイクルの促進について、一緒に考えていただける方を募集します。

任期 6月1日から2年間

応募資格 市内在住の18歳以上で、市の他の委員に委嘱または任命されていない方

募集人数 2人

申込方法 申込用紙に必要事項を記入し郵送または直接  
※申込用紙は環境衛生課に設置しています。また、ホームページからもダウンロードできます。

申込期間 2月20日(月)～3月20日(月)(消印有効)

問合せ 環境衛生課(☎内線2445)

〒300-8686 大和町9-1)

## 募集 茨城県障害者スポーツ大会「個人競技」出場者を募集します



日程 5月13日(土)、14日(日)、20日(土)、27日(土)、28日(日)

場所 笠松運動公園(ひたちなか市佐和) ほか

※競技種目により日程、場所が異なります。詳しくはホームページをご覧ください。

申込方法 申込用紙に必要事項を記入し所属の施設・学校または市障害福祉課へ

※申込用紙はホームページからダウンロードできます。

申込締切 3月3日(金)

問合せ 茨城県障害福祉課スポーツ・文化協会  
(☎029-301-3375)