

夢のある、元気のある土浦

広
報

つ ち う ら

Tsuchiura Public Relations



上旬号/No.1334



初期消火訓練(バケツリレー)



救出救助・障害物撤去訓練

助け合いが命を救う



火災防ぎょ訓練(放水訓練)



応急救護訓練(心肺蘇生法)

Topics

P2-3 災害への備えを忘れずに

P4-5 土浦市文化施設 春の催し

東日本大震災から今年で12年。近年、自然災害が激甚化し、各地で大きな被害が発生しています。自分や大切な人の命を守るためには、各自が正しい防災知識を身につけるとともに、地域で防災力を高め、相互に助け合うことが大切です。

災害への備えを忘れずに

阪神淡路大震災では、多くの人々が、家族や近隣の住民によって倒壊した建物から救出されました。特に大規模な災害の発生直後は、自分の身は自分で守る「自助」と、地域でお互いに助け合う「共助」がとても大切になります。

地震に限らず、災害はいつ・どこで・どのように発生するかわかりません。今後も起こりうる災害による

被害を予防し、最小限におさえるため、日ごろから災害へ備えましょう。また、いざというときに落ち着いて避難行動をとれるよう、家族や友人などと話し合い、避難経路や連絡方法などについても確認しておくようにしましょう。

固防災危機管理課(☎826-1111 内線2271)

自分や大切な人の命を守るために

自助 ~自分の身は自分で守る~



- ・自宅周辺と地域の浸水や土砂災害が起きるおそれがある場所を、ハザードマップなどで事前に確認する
- ・日ごろから災害時の避難先や避難経路などを決めておく
- ・飲食物や日用品などの生活必需品を備蓄しておき、すぐに持ち出せるようにしておく
- ・家具の固定や、窓ガラスの破片が飛び散らないようにフィルムを貼るなど、自宅内の危険な場所を確認し、対策をしておく

共助 ~地域でお互いに助け合う~



- ・普段から地域や近所の人と顔の見える関係をつくる
- ・非常時の役割分担や連絡方法を確認する
- ・近所のお年寄りや身体の不自由な方などに、災害に関する情報などを伝える
- ・お年寄りや身体の不自由な方の避難を支援する
- ・住民同士が協力し、避難所を運営する

市では、防災訓練や勉強会など、地域で行う防災活動に関する相談を受け付けています。お困りの際は、お問い合わせください。

非常用持ち出し品の準備

非常時に必要なものを持ってすぐ避難できるように、非常用持ち出し品の準備・点検をしておきましょう。

家庭によって必要なものや持ち出せる量が違うので、毎日の生活を振り返り、持ち出し品を考えましょう。

非常用持ち出し品チェックリスト(例)

貴重品類

- 現金(小銭多めに) 携帯電話
- 預金通帳 印鑑 保険証
- 運転免許証

避難用具

- 懐中電灯 携帯ラジオ
- 乾電池・モバイルバッテリー
- ヘルメット・防災頭巾

救急用品

- 救急箱 お薬手帳
- 常備薬・持病の薬

生活用品

- 衛生用品 生理用品 毛布
- 厚手の手袋 携帯用トイレ
- ライター ハサミ オムツ

非常食品

- 乾パン 缶詰 飲料水
- 栄養補助食品 乳幼児用食品
- アメ・チョコレート

衣料品

- 下着・靴下 長袖・長ズボン
- 防寒用ジャケット 雨具

感染症対策用品

- マスク 消毒用アルコール
- ウェットティッシュ 体温計
- 石けん・ハンドソープ

その他

- 携帯用カイロ



防災クイズ

自助・共助・公助について、一般的に災害発生直後の助けとなる自助の割合は何%くらいでしょう。

答えは次ページ最下部にあります。

土浦市の防災情報

大雨や地震などの災害が発生したときは、テレビやラジオ、インターネットなどを利用して、自主的に情報を入手することが大切です。事前にアプリをダウンロードして使い方を確認するなど、いざというときに備えましょう。以下で紹介するウェブサイトやアプリなどについて詳しくは、ホームページをご覧ください。



市から避難情報が発令された場合は、命を守る行動を最優先に、速やかに避難行動を開始してください。

緊急時に受け取る

～市内の緊急情報～

防災行政無線
防災や防犯などの緊急を要する重要な情報を放送しています。

→放送内容を電話で確認

防災行政無線テレフォンサービス

0120-826-113

→放送内容をスマートフォンで確認

無線放送アプリ「コスモキャスト」

ラジオ型戸別受信機を無償で貸し出しています。
申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

土浦市安心・安全情報メール※
災害情報や防災行政無線の放送内容などをメールで受信できます。

土浦市公式LINE※
市政情報や避難の呼びかけなど、災害関連情報を発信します。

ヤフー防災アプリ※
市からの防災情報や豪雨などの気象情報が、プッシュ通知されます。

※自動受信をするためには、事前登録などが必要です。

事前に調べる

～被害が予測される地域や安全な避難経路～

ハザードマップ
市内のハザードマップをホームページに掲載しています。

- ・洪水ハザードマップ
- ・土砂災害避難地図
- ・液状化危険度マップ
- ・道路冠水マップ
- ・内水ハザードマップ

緊急時に調べる

～市内の避難所情報～

VACAN Maps
避難所の写真や位置情報、開設情報、混雑状況が地図上で確認できます。

～市内の緊急情報～

土浦市公式ホームページ
災害情報のほか、防災行政無線の放送内容が確認できます。

～広域的な緊急情報～

茨城県防災・危機管理ポータルサイト
気象庁が発表する防災気象情報や、土浦市が発令した災害情報などを確認できます。

気象庁(防災情報)
台風情報や気象警報、注意報などの防災情報が確認できます。

キキクル(危険度分布)
土砂災害や浸水、洪水などの災害発生の危険度が確認できます。

地域防災サポーターを募集しています



市では、災害に関する地域の連携や防災力を強化するため、ボランティアとして地域の防災活動を支える「地域防災サポーター」を募集しています。

現在、55人が登録し、今後の取り組みを研究しながら、さまざまな活動に参加しています。

「知識や経験を活かしたい」「地域の防災活動に携わりたい」という方は、ぜひご登録ください。

応募方法など、詳しくはホームページをご覧ください。



応募条件／防災士の資格があり、ボランティアとして市内の防災活動に参加できる方

活動内容／
平常時…自主防災組織の活動支援、防災訓練などの企画・参加、サポーター同士の情報交換 など
災害時…情報の伝達、避難者支援、避難所運営 など

地域防災サポーターに登録するため、防災士資格の取得を目指す方に、受験費用などを補助します。

防災クイズ 答え:70%

一般的に災害発生直後の助けとなる割合は自助70%、共助20%、公助10%といわれています。また、災害の規模が大きくなるほど、自助と共助の役割がとて重要になります。一人ひとり「自分の身は自分で守る」「自分たちの地域は自分たちで守る」という考えを持ち、日ごろから災害に備えておくことが大切です。

そうてい
「装丁ブックデザイナーのおしごと」展

休館日…毎週月曜日
※4月3日(月)、5月1日(月)は開館

問合せ 土浦市民ギャラリー(☎846-2950)
市立図書館(☎823-4646)

◆展示構成

- I 「新・和本装丁 イラストレーションとデザインで詠む万葉集」展
- II 「本とか 装丁とか あいうえお」展

「装丁」の世界を身近に感じてもらうため、日本図書設計家協会に所属する装丁家(デザイナー)と装画家(イラストレーター)が製作した本と原画を展示します。また、普段目にするのこない本づくりの裏側やブックデザインのこだわりを紹介します。

◆関連イベント

◇講演会「日本文学と近代装丁史
～装丁と装画の醍醐味～」

日時 3月21日(火) 午後2時～3時30分
場所 土浦市民ギャラリー 展示ギャラリー
講師 小林真理さん(装丁家・美術ジャーナリスト)
内容 書物と装丁と装画の歴史、今後の本の役割と装丁の仕事 など

定員 50人(先着順)
申込方法 図書館に電話で
申込開始 3月6日(月) 午前10時から
問合せ 市立図書館(☎823-4646)

◇ギャラリートーク

日時 4月15日(土) 午後2時
(最終受け付けは4時30分)
場所 土浦市民ギャラリー 展示ギャラリー
内容 「新・和本装丁 イラストレーションとデザインで詠む万葉集」を製作したイラストレーターとデザイナーによる展示案内
※1回30分程度を、複数回実施します。
問合せ 土浦市民ギャラリー(☎846-2950)

◇ワークショップ「本の装丁を学んで、オリジナル手帳をつくろう」

日時 4月29日(土) 午前10時30分～正午
場所 市立図書館アルカス土浦館 4階研修室
講師 川人 拓さん(キハラ株式会社)
定員 20人(先着順)
申込方法 図書館に電話で
申込開始 4月8日(土) 午前10時から
問合せ 市立図書館(☎823-4646)



新・和本装丁の万葉画集



土浦市文化施設
春の催し

武者塚古墳と古代焼き物のさと

—令和2・3年度遺跡調査の成果—

休館日…毎週月曜日、3月22日(水)

問合せ 上高津貝塚ふるさと歴史の広場
(☎826-7111)

◆展示構成

- I 国指定重要文化財 茨城県武者塚古墳出土品
- II 縄文時代中期の大集落 ー大畑本田遺跡ー
- III 古墳時代後期の竪穴建物 ー形部遺跡ー
- IV 平安時代のむら ー前神田遺跡ー
- V 古代焼き物のさと ー小野窯跡ー

令和4年度に筑波大学と合同で、40年ぶりに武者塚古墳の発掘調査を行いました。今回は、当館所蔵の国指定重要文化財「茨城県武者塚古墳出土品」を公開します。また、令和2・3年度の発掘調査成果として、市北部の小野窯跡から出土した奈良・平安時代の須恵器などを紹介します。

◆記念行事

◇武者塚古墳発掘40周年記念講演会

「武者塚古墳の過去・現在・未来」

日時 3月26日(日) 午後1時30分～4時

場所 生涯学習館 研修室1・2

演題・講師

「武者塚古墳の過去・現在・未来」

滝沢 誠さん(筑波大学人文社会系教授)

「飛鳥の終末期古墳と武者塚古墳」

岡林孝作さん(奈良県立橿原考古学研究所副所長)

「武者塚古墳の被葬者は上げ美豆良なのか」

日高 慎さん(東京学芸大学教育学部教授)

定員 80人(先着順)

共催
筑波大学
考古学研究室



国指定文化財「茨城県武者塚古墳出土品」

◇貝塚周辺の文化財を歩く会

上高津貝塚から粕毛、佐野子、穴塚の文化財を歩いて見学します。(距離約6km)

日時 4月8日(土) 午前9時30分～正午

定員 30人(先着順)

※未就学児不可、小学生は保護者同伴となります。

参加料 50円(資料代)



左: 国指定文化財 茨城県武者塚古墳出土「美豆良」
右: 復元された美豆良

◇調査発表会「令和2・3年度遺跡調査の成果」

日時 4月22日(土) 午後2時～3時

場所 上高津貝塚ふるさと歴史の広場

定員 40人(先着順)

※入館料が必要です。

◎共通

すべて事前申し込みが必要です。

申込方法 電話または直接

申込開始 3月1日(水) 午前9時から



古墳時代の竪穴建物(右舂:形部遺跡)

ピックアップつちうら

出産・子育て応援事業を
3月1日から開始します



問 出産・子育て応援給付金お問い合わせ窓口
(こども政策課内 ☎826-1111 内線2284)

「土浦市出産・子育て応援事業」では、妊娠届出時から出産・子育ての見通しを立てるための面談を行い、必要な支援につなげる「**伴走型相談支援**」と、育児関連用品の購入や、子育て支援サービスの利用負担軽減を図る「**経済的支援**」を、一体的に行っていきます。

※支援の内容について、詳しくはホームページをご覧ください。

● 伴走型相談支援

出産・子育ての過程で面談を行い、悩み・不安などへの相談を受け、必要なサービスや経済的支援の手続きの案内をします。

<面談を行うタイミング>

- ・妊娠届出(母子健康手帳交付)時*
- ・妊娠8か月頃のアンケート実施時(希望者のみ)
- ・乳児家庭全戸訪問時(産後1～2か月ごろ)

※支所・出張所で妊娠届出をした方とは、日程調整のうえ、別日に面談を行います。

● 経済的支援

出産や子育てをする方の経済的な負担を軽くするため、「出産応援給付金」と「子育て応援給付金」の2つの給付金を、所得制限を設けずに現金で給付します。

① 出産応援給付金

支給額 妊婦1人あたり5万円

対象 令和4年4月1日以降に妊娠届出をした妊婦

※死産・流産・人工妊娠中絶の方も対象となります。

手続き 手続き方法を記載した案内書を、下に示す時期にお渡しします。

妊娠届出をした時期	案内書のお渡し時期
令和4年4月1日～令和5年2月22日に届出	2月24日(金)発送
令和5年2月23日～28日に届出	3月上旬発送
令和5年3月1日以降に届出	届出した妊婦への面談時



※申請受付後、内容を審査のうえ、1か月程度で支給します。

② 子育て応援給付金

支給額 出生した子ども1人あたり5万円

対象 令和4年4月1日以降に出生した子どもの養育者

※お子さんが出生後に亡くなられた方も対象となります。手続き方法は、お問い合わせください。

手続き 手続き方法を記載した案内書を、下に示す時期にお渡しします。

出生届出をした時期	案内書のお渡し時期
令和5年2月22日までに届出	2月24日(金)発送
令和5年2月23日～28日に届出	3月上旬発送
令和5年3月1日以降に届出	乳児家庭全戸訪問の面談時



※申請受付後、内容を審査のうえ、1か月程度で支給します。

3月・4月は市民課の窓口が混雑します オンライン申請などをご利用ください

☎市民課(☎826-1111 内線2286)

住民票や印鑑登録証明書の取得、転出の届出などの手続きは、下の各種サービスや各支所・出張所を利用することで、本庁舎に来庁せずに行うことができますので、ぜひご利用ください。

オンライン申請

◆スマート申請

可能な手続き

- ・住民票、印鑑登録証明書の取得
- ・転出の届出

必要なもの

- ・専用アプリ「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(英字を含む暗証番号が必要)を搭載したマイナンバーカード
- ・クレジットカード

手数料 1通につき300円

郵送料 請求する書類の枚数によって変動

※転出の届出には、各料金はかかりません。

※アプリの使い方など、詳しくはホームページをご覧ください。



◆引越しワンストップサービス

可能な手続き

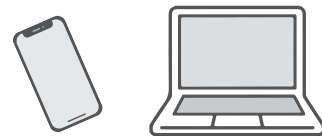
- ・転出の届出

必要なもの

利用者証明用電子証明書(数字4桁の暗証番号が必要)と、署名用電子証明書(英字を含む暗証番号が必要)を搭載したマイナンバーカード

手続き方法 マイナポータルから

※マイナポータルの使い方など、詳しくはホームページをご覧ください。



コンビニ交付

取得できる証明書

- ・住民票
- ・印鑑登録証明書
- ・課税・非課税証明書
- ・所得証明書

必要なもの

利用者証明用電子証明書(数字4桁の暗証番号が必要)を搭載したマイナンバーカード

手数料 1通につき200円

※取得できる証明書は、最新のものに限りです。

※一部の証明書は、取得に条件があります。

詳しくはホームページをご覧ください。



住所異動の臨時窓口

平日に住所異動の手続きができない方のために、臨時窓口を開設します。ぜひご利用ください。

日時 3月26日(日)、4月2日(日)

午前8時30分～午後4時30分

場所 本庁舎1階 市民課休日窓口

※届出内容によっては、受け付けできない場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。



支所・出張所一覧

各支所・出張所でも、各種手続きを行うことができます。なお、届出内容によっては、受け付けできない場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

都和支所	南支所	上大津支所	新治支所	神立出張所
<p>都和公民館 交番 コンビニ 都和郵便局 銀行 合同庁舎</p>	<p>ホームセンター ガソリンスタンド 荒川沖保育所 荒川沖駅</p>	<p>至神立駅 土浦五中 手野郵便局 れんこんセンター</p>	<p>学校給食センター 農協 新治地区公民館 コンビニ ショッピングセンター 銀行</p>	<p>ハンバーガー店 スーパー コンビニ 至神立駅</p>
並木三丁目3-43 ☎821-1490	荒川沖西二丁目11-28 ☎841-0036	手野町1505-1 ☎828-1007	藤沢990-1 ☎862-3515	神立町682-54 (神立地区コミュニティセンター内) ☎832-3292



パブリックコメントを実施します



募集対象

(仮称)土浦市立上大津地区統合小学校整備基本計画(案)

公表方法

教育総務課、情報公開室、各支所・出張所、各中学校地区公民館での閲覧、ホームページへの掲載

意見を提出できる方

- ・市内在住・在勤・在学の方
- ・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、直接、郵送、ファクス、メール
または右の二次元コードから



提出期間 3月2日(木)~23日(木)(必着)

問合せ・提出先

教育総務課(☎内線5139 〒300-0036 大和町9-2
FAX826-2750 ✉gakumu@city.tsuchiura.lg.jp)



土浦市図書館協議会

日時 3月16日(木) 午後1時30分から
(受け付けは午後1時から)

場所 市立図書館(アルカス土浦館)4階 研修室

内容 令和4年度図書館サービス事業実績 ほか

傍聴定員 15人(先着順)

問合せ 同館(☎822-3025)



土浦市博物館協議会

日時 3月23日(木) 午後1時30分から
(受け付けは午後1時15分から)

場所 上高津貝塚ふるさと歴史の広場 体験学習室

内容 令和4年度事業報告、令和5年度事業計画 ほか

傍聴定員 5人(先着順)

問合せ 市立博物館(☎824-2928)



都市計画マスタープラン 見直しにともなう住民意見交換会

日時 3月24日(金) 午後7時から
3月26日(日) 午前10時から
※2日とも同じ内容

場所 男女共同参画センター 研修室1・2

対象 市内在住・在勤・在学の方

内容 土浦市都市計画マスタープラン(案)についての説明、意見交換

問合せ 都市計画課(☎内線2361)

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】

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。



農業委員を募集します



任期 令和5年7月20日~令和8年7月19日

募集人数 12人

業務内容 ①農地の権利移動などの許認可申請に関する審議と、それに関連する現地調査
②農地利用最適化の推進
③農家からの相談対応、指導、助言
④違反転用の監視・指導

応募方法 推薦届または応募届に必要事項を記入し必要書類を添付のうえ、郵送または直接

※推薦届・応募届と募集要項は、農林水産課・農業委員会窓口、各支所・出張所、各中学校地区公民館に設置しています。また、ホームページからもダウンロードできます。

応募締切 3月29日(水)(消印有効)

※応募資格や必要書類など、詳しくは募集要項をご覧ください。

問合せ 農林水産課(☎内線2710
〒300-8686 大和町9-1)



花火打ち上げ研修を実施します

花火技術継承のため、花火技術後継者による打ち上げ研修を行います。

日程 3月11日(土) 午後6時30分から1時間程度
※荒天時は12日(日)に順延

場所 土浦港新港地区(川口二丁目)

※花火関係者の研修のため、観覧席はありません。

問合せ 商工観光課(☎内線2705)

情報ひろば

お知らせ 3月1日(水)～7日(火)は
子ども予防接種週間です



子ども予防接種週間は、地域住民の予防接種への関心を高め、予防接種率の向上を図ることを目的とした普及啓発週間です。

◆予防接種の目的

- 病気にかかることを防ぐ
- 病気にかかっても重症化することを防ぐ
- 周りの人に感染させることを防ぐ

◆定期予防接種の対象年齢のうちに接種を受けましょう

対象年齢のうちに予防接種を受けることで、予防接種費用の助成を受けることができます。予防接種の予診票は、出生届出後などに郵送しています。予診票を紛失してしまった場合は再発行することができます。

※予防接種の対象年齢や予診票の再発行申請など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 健康増進課 (☎826-3471)

お知らせ 食物アレルギー対応給食
「代替食」の提供を開始します

学校給食センターでは、食物アレルギーがある児童や生徒への対応食として、乳と卵の2種類を同時に除去した「除去食」を提供しています。

この「除去食」から「代替食」へ、4月に移行します。

◆「代替食」について

- これまでと同様に「乳卵同時除去食」を基本として、必要に応じて、除去した食品に代わる食品を加えて提供します。
- アレルギー対応調理室で調理した、ごはん・おかず3品・飲み物(豆乳)を個人ごとの専用容器に入れて、安全を確認したうえで対象者に届けます。

問合せ 同センター

(☎846-2601)



アレルギー対応調理室

お知らせ 市民の方へリサイクル自転車を
販売します

3月11日(土)から、次の取扱店でリサイクル自転車を販売します。

店舗名	所在地	電話
岡野輪店	川口一丁目	821-0720
サイクルショップ楽輪堂	右粕	090-4372-3630
榎沢商会土浦店	中村南三丁目	842-5664

※価格など、詳しくは各店舗へお問い合わせください。

問合せ 生活安全課 (☎内線2490)

お知らせ グリーンカーテン用の種を
無料配布します

日程 3月14日(火)から

配布場所 各中学校地区公民館、神立地区コミュニティセンター

配布数 各50セット(1世帯につき1セット、先着順)

内容 ゴーヤ・シカクマメ・西洋アサガオのセット

配布条件 今夏、自宅にグリーンカーテンを設置して、8月に募集予定のグリーンカーテンコンテスト(家庭部門)に応募できること

問合せ 環境保全課 (☎内線2327)



第10回
グリーンカーテン
コンテスト
家庭部門最優秀賞

お知らせ 自転車に乗るときは
ヘルメットをかぶりましょう

道路交通法の一部改正により、4月以降に自転車に乗るときにはヘルメット着用が努力義務になります。ヘルメットを着用し、安全な運転に努めましょう。

◆自転車安全利用五則

- 車道が原則、左側を通行
歩道は例外、歩行者を優先
- 交差点では信号と一時停止を守って、安全確認
- 夜間はライトを点灯
- 飲酒運転は禁止
- ヘルメットを着用



◆自転車保険に加入しましょう

自転車運転中に起きた事故の状況によっては、加害者側になることがあります。自転車による事故で、自転車の運転者に高額な賠償判決が下された事例もあります。万が一に備えて、自転車保険に加入しましょう。

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 3月14日(火)、15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 社会保険労務士による無料年金相談

日時 3月15日(水) 午前10時～午後3時
3月18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)
申込方法 電話で
問合せ 同支店(☎822-3216)

相談 結婚相談会

日時 3月19日(日) 午後1時30分～3時30分
場所 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)
参加方法 当日、開催場所へ直接
問合せ こども政策課(☎内線2281)



相談 3月は自殺対策強化月間です

◆SNS相談「生きづらびっと」

内容 LINEでの悩み相談



◆いばらきこころのほっとライン

内容 うつ病など精神疾患やこころの健康に関する相談
相談ダイヤル 月～金曜日…☎029-244-0556
土・日曜日…☎0120-236-556

◆こころの相談

日時 毎月第1火曜日 午後1時～3時
場所 本庁舎1階 相談室
対象 こころの病に悩んでいる方とその家族
内容 精神科医による無料相談(予約制)
申込方法 電話で
問合せ 障害福祉課(☎内線2470)

講座 地元産常陸秋そばを使った
そば打ち体験教室

日時 3月26日(日) 午前9時30分～正午
場所 小町の館(現地集合・解散)
講師 江戸流手打ちそば鶏合之衆
定員 10人(定員を超えた場合は抽選)
持ち物 三角巾、エプロン、持ち帰り用パック2つ
料金 930円
申込方法 電話または直接
申込締切 3月20日(月)
問合せ 神立地区コミュニティセンター(☎833-1295)

相談 土浦地方家族会の開催

日時 3月18日(土) 午後1時30分～3時30分
場所 阿見町本郷ふれあいセンター(阿見町本郷一丁目)
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)

募集 さくらんぼ母親クラブ 会員募集

対象 市内在住の親子
内容 リトミックなどの活動を通じた交流、子どもたちの育成と福祉の増進 など
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)



募集 自衛官募集



◆一般曹候補生

対象 18歳以上33歳未満の方
申込締切 5月9日(火)(必着)

◆幹部候補生

対象 一般…大卒、修士課程修了者など(見込み含む)
歯科・薬剤科…専門の大卒者(見込み含む)
申込締切 ①4月14日(金)、②6月15日(木)(必着)
※幹部候補生の募集では、申込機会が2回ありますが、一般区分のうち、飛行要員の募集は①のみです。
※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 自衛隊土浦地域事務所(☎821-6986)

催し 自転車を楽しもう！
土浦レイクサイドバイクロア



日時 3月18日(土)、19日(日) 午前9時～午後4時
場所 霞ヶ浦総合公園
内容 自転車レース、自転車ライドツアー、各種マルシェ、キッズアクティビティ など
※申し込みが必要なイベントがあります。詳しくはホームページをご覧ください。
問合せ プレイアトレ土浦(☎835-1363)



情報ひろば

講座

霞ヶ浦展望ヨガ講座

日時 4月6日～6月15日の木曜日
午後1時30分～2時30分（全10回）
場所 霞浦の湯
講師 水野谷 香さん(SPJ認定ヨガインストラクター)
定員 40人(定員を超えた場合は抽選)
料金 5300円
申込方法 往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を記入し郵送、または窓口に直接(月曜休館)
申込締切 3月16日(木)(必着)
問合せ 霞浦の湯
(☎823-1631 〒300-0835 大岩田255)

講座

ふれあいセンターながみね 英会話教室 受講生募集

講座名	時間
ジュニア(年中・年長)	午後3時50分～4時30分
Aクラス(小学1・2年)	午後4時40分～5時25分

日程 4月7日から令和6年3月22日までの金曜日(全44回)
対象 幼稚園児～小学2年生(令和5年度時点)
定員 各5人(先着順)
持ち物 筆記用具、色えんぴつ
料金 44000円(別途教材費1000円)
申込方法 電話または直接
問合せ・申込先 ふれあいセンターながみね
(☎830-5600 〒300-0849 中村西根2078-1)

講座

亀城プラザ 第1期フィットネス&カルチャー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(水曜休館)
※はがき1枚につき1講座の申し込み(連名は不可)

申込締切 3月24日(金)(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 亀城プラザ
(☎824-3121 〒300-0043 中央二丁目16-4)

曜日	講座名	対象	時間	日程	回数	定員	受講料
月	からだ改善ヨガA	高校生以上	9:30～10:30	4/10～6/19	10	25人	5100円
	からだ改善ヨガB	高校生以上	11:00～12:00	4/10～6/19	10	25人	5100円
	からだ痩身ヨガA	高校生以上	18:50～19:40	4/10～6/19	10	30人	5100円
	からだ痩身ヨガB	高校生以上	20:10～21:00	4/10～6/19	10	30人	5100円
火	ほぐして整える筋膜リリース ～ウェーブストレッチリング使用～	高校生以上	19:00～20:00	4/11～6/20	10	30人	5100円 ^{※1}
木	らくらく骨盤体操	高校生以上	10:00～11:00	4/6～6/22	10	30人	5100円
	はじめてのハーモニカ	高校生以上	12:30～13:30	4/6～6/8	8	15人	8000円 ^{※2,3}
	楽しく吹こうハーモニカ	高校生以上	13:30～14:30	4/6～6/8	8	15人	8000円 ^{※2}
金	モーニング★ヨガ	高校生以上	9:30～10:30	4/7～6/23	10	30人	5100円
	初歩の初歩から学ぶクラシックギター	高校生以上	13:30～15:00	4/14～6/9	5	15人	5000円 ^{※4}
	週末リフレッシュ運動☆	高校生以上	19:30～20:30	4/7～6/16	10	24人	7600円
土	うさぎ先生のKid's運動 幼児クラス	未就学児(4～6歳)	13:15～14:15	4/8～6/24	10	18人	10200円
	うさぎ先生のKid's運動 小学生クラス	小学1～3年生	14:45～15:45	4/8～6/24	10	18人	10200円

※1…ウェーブストレッチリング(WAVE STRETCH RING®)購入4400円、レンタル1000円

※2…別途テキスト代あり(新規の方のみ) ※3…初回時にハーモニカを購入可能(要予約)

※4…持ち物 クラシックギター、足台、譜面台、チューニング ※持っていない方は数量限定で貸し出しします。

土浦市の職員給与・定員管理等の公表

土浦市職員の給与は、国や県、ほかの市町村職員の給与、および民間企業の給与などを踏まえ、「土浦市職員の給与に関する条例」で定められています。職員の給与は、給料と扶養手当、通勤手当、期末・勤勉手当などの諸手当から成り立っています。ここでは、こうした職員給与などの状況についてお知らせします。

☎人事課 (☎826-1111 内線2329)

人件費の状況(令和3年度決算)

歳出額(A)	936億9701万2000円
人件費(B)	91億5186万1000円
人件費率(B)／(A)	9.7%

人件費とは

一般職の給与(給料+手当)、退職手当、共済組合負担金、特別職の給料、非常勤職員の報酬などをいいます。

職員給与費の状況(令和3年度決算)

給与費	給料	34億1637万3000円
	職員手当	10億7629万6000円
	期末・勤勉手当	14億8878万2000円
	計(C)	59億8145万1000円
職員数(D)		1020人
1人当たり給与費(C)／(D)		596万7675円

※職員数は、令和3年4月1日の一般職の人数です。
職員数と給与費には、非常勤職員などを含みません。
※職員手当には、退職手当を含みません。

部門別職員数の状況(各年4月1日現在)

区分	部門	職員数		前年との比較
		令和3年	令和4年	
一般行政部門	議会	8人	8人	0人
	総務	161人	175人	14人
	税務	53人	53人	0人
	民生	204人	204人	0人
	衛生	63人	70人	7人
	労働	3人	4人	1人
	農林水産	27人	29人	2人
	商工	14人	12人	▲2人
	土木	96人	96人	0人
	小計	629人	651人	22人
特別行政部門	教育	93人	81人	▲12人
	消防	185人	184人	▲1人
	小計	278人	265人	▲13人
普通会計 計		907人	916人	9人
公営企業等会計部門	水道	20人	20人	0人
	下水道	19人	19人	0人
	その他	44人	43人	▲1人
公営企業等会計部門 計		83人	82人	▲1人
合計		990人	998人	8人

一般行政職の級別職員数の状況(令和4年4月1日現在)

職務の級とその代表的な職名	職員数	構成比
1級 主事	128人	22.1%
2級 主幹	153人	26.5%
3級 主任	112人	19.4%
4級 係長・主査	83人	14.4%
5級 課長補佐	46人	8.0%
6級 課長	39人	6.7%
7級 参事	7人	1.2%
8級 部長	10人	1.7%
計	578人	100%

※土浦市職員の給与に関する条例で定める行政職給料表の級区分による職員数です。

各中学校地区公民館が教育部門から総務部門に移管されたため、職員も総務部門に移りました。

※職員数には、再任用短時間勤務職員を含みません。

一般行政職の初任給の状況(令和4年4月1日現在)

区分	土浦市	茨城県	国
大学卒	19万8500円	20万0022円	21万8640円
高校卒	15万4600円	16万4194円	15万0600円

※人事院勧告などによる給与改定前のものです。
 ※大学卒区分の国家公務員の初任給は一般職のものです。

一般行政職の平均給料月額・平均年齢の状況(令和4年4月1日現在)

区分	土浦市	茨城県	国
平均給料月額	29万9400円	32万3100円	32万3711円
平均年齢	41.3歳	42.2歳	42.7歳

一般行政職の経験年数別・学歴別 平均給料月額の状況(令和4年4月1日現在)

区分	経験年数		
	10年	15年	20年
大学卒	25万4755円	30万5911円	34万2600円
高校卒	23万8300円	25万7600円	33万1333円

経験年数とは
 採用されてから引き続き勤務している場合の、採用後の年数をいいます。

一般行政職の期末・勤勉手当の支給概況 (令和4年度支給割合)

	期末手当	勤勉手当
6月期	1.20月分	0.95月分
12月期	1.20月分	1.05月分
計	2.40月分	2.00月分

職制上の段階、職務の級などによる加算措置…有
 管理職員への加算措置…無
 ※人事評価結果が標準である場合の支給割合です。

特別職の報酬などの状況(令和4年4月1日現在)

区分	給料・報酬の月額	期末手当
市長	96万8000円	令和4年度支給割合 6月期 1.65月分 12月期 1.65月分 計 3.30月分
副市長	79万円	
議長	57万円	
副議長	50万円	
議員	46万7000円	

退職手当の支給概況(令和4年4月1日現在)

	自己都合	定年
勤続20年	19.6695月分	24.586875月分
勤続25年	28.0395月分	33.27075月分
勤続35年	39.7575月分	47.709月分
最高限度額	47.709月分	47.709月分

※退職手当の支給率は、県内全市町村すべて同率です。



進めよう!男女共同参画

閩男女共同参画室(☎827-1107)

3月8日は国際女性デー

国際女性デーは、国連が制定した記念日のひとつです。20世紀初頭に北米とヨーロッパ全域で起きた労働運動を発端に、国際婦人年にあたる1975年から、3月8日を国際女性デーとすることが提唱され、1977年に正式に制定されました。

国際女性デーをきっかけに、改めて女性の活躍の機運を盛り立て、男女平等への課題を考えてみませんか。



国際女性デーのシンボル「ミモザの花」

男女間の賃金格差

厚生労働省の「賃金構造基本統計調査」では、女性の賃金は男性の7割ほどでした。この差は他の先進国と比べても大きいものです。男女間の賃金格差の理由として、女性の管理職が少ないことや、非正規雇用が多いことなどがあげられます。

市では就労支援として助成金の交付や、女性のための相談業務を行っていますので、ご活用ください。

◆女性のための相談事業「YORISOI土浦」

相談窓口の開設やハローワーク同行支援、ワークショップ開催などを行っています。ぜひご利用ください。

• 電話…専用ダイヤル(☎080-3402-8682)

• LINE…二次元コードから友だち登録し
メッセージを送信



• メール…☐ office@yorisoi-tsuchiura.com

食生活改善推進員の健康料理 No.182 レンコンと鶏むね肉の南蛮漬け



今回は、「レンコンと鶏むね肉の南蛮漬け」を紹介します。レンコンには食物繊維、ビタミンCが豊富に含まれています。鶏むね肉は、低脂肪でたんぱく質が豊富です。脂肪が少ない分、加熱しすぎるとパサつくので注意しましょう。片栗粉をまぶして、短時間で調理することで、しっとりやわらかく仕上がります。

材 料 (2人分)

鶏むね肉	120g	パプリカ(赤・黄)	各20g
「コショウ	少々	ピーマン	1個
A「酒	大さじ1	レンコン	30g
片栗粉	大さじ1	米油	小さじ1/2
ごま油	大さじ1	「しょうゆ	大さじ1
ショウガ	10g	B 酢	大さじ1・1/2
長ネギ	30g	「砂糖	小さじ2
唐辛子	1本		

作 り 方

- ①鶏むね肉はそぎ切りにして、Aで下味をつけておく。
- ②長ネギは斜め薄切りにし、パプリカとピーマンは乱切り、レンコンは輪切りにする。
- ③フライパンにごま油を入れて熱し、①に片栗粉をつけて焼き、皿に取り出しておく。
- ④③のフライパンに米油を入れ、薄切りにしたショウガ、長ネギ、唐辛子を炒める。火が通ったら、レンコン、パプリカ、ピーマンを加え、さらに炒める。
- ⑤④にBを加え、ひと煮立ちさせ、③の鶏肉にかけて漬ける。

1人分の栄養量

エネルギー	199kcal
たんぱく質	15.8g
脂質	8.2g
カルシウム	20mg
ビタミンC	51mg
食物繊維	1.7g
食塩相当量	1.4g

今月の食改さん



会田明子さん

若林久恵さん

としょかん

岡市立図書館 (☎823-4646)

HPはこちら▶



2023年3月

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

【平日】 10:00~20:00

【土・日・祝日】 10:00~18:00

分館【火~日曜日】 10:00~17:00

※第1月曜日はアルカス土浦館のみ開館します。

おはなし会の日程

おはなし会(2階 おはなしのへや)

毎月第3土曜日 午前11時から

第2・4日曜日 午前11時から

第3日曜日 午後2時から

奇数月の第1土曜日 午前11時から

春休みのおはなし会

(2階 おはなしのへや)

3月24日(金) 午前11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)

毎月第3土曜日 午前11時から

◎日程は変更になることがあります。
ご確認のうえ、ご来館ください。

先月の人気図書

「黒石」 (大沢在昌/著)

「変な絵」 (雨穴/著)

「月の立つ林で」 (青山美智子/著)

今月の展示棚

テーマ「春バテ対策!」

春は、朝晩の寒暖差や環境の変化によるストレスなどによって、自律神経が乱れやすい季節です。疲労回復や自律神経を整えるために、参考となる本を用意しましたので、ぜひご活用ください。

新しいサービスが始まりました「My本棚」

My本棚は、図書館ホームページの利用者ポータル上で、自分専用の仮想本棚に読みたい本を登録したり、図書館で借りた本の履歴を保存できるサービスです。利用できる機能は以下の3つです。利用方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

※利用には図書館利用カードとパスワードが必要になります。

機能① これから読みたい本

気になる本や、これから読みたい本の情報を登録します。

本を登録するには…

- ①「資料を探す」の項目から、登録したい本を探す
 - ②本のタイトルを選択して、書誌情報の画面(本の詳細が書かれている画面)を開く
 - ③「My本棚に追加する」を選択
 - ④本棚の選択から登録する本棚を選び、「追加する」を選択
- ※登録・保存できるのは市立図書館の資料に限ります。

機能② マイリスト

好きな本を自由に登録できます。使い方は自由です。

機能③ 図書館で借りた本

貸し出した本を自動で記録します。

※利用開始手続き以降の貸し出しに限ります。

利用を開始するには…

- ①利用者ポータルにログイン
- ②利用者照会メニュー内「My本棚」を選択
- ③図書館で借りた本を選択
- ④「貸出履歴の保存開始」を選択
- ⑤利用規約を確認し、「同意する」を選択



今月のおすすめ本



「とんでやすんでかんがえて…」(絵本)

ことりさんはちょっと飛んで、ちょっと休み、木の実を食べたら、またちょっと飛んで、すこしずつ進んでいきます。でも突然大きな海が！ことりさんは…。自分のタイミングは自分で決めていいと、子どもたちを応援する絵本。

(五味太郎/作 偕成社)

つちうら Photo News

1/17 地域スポーツ振興に尽力 スポーツ連携協定締結式



バレーボールVリーグ2部のつくばユニテッドサンガイアは、霞ヶ浦文化体育会館でホームゲームを開催しています。今後、双方の活動を通じ、本市のスポーツ振興に努めます。

1/18 音訳活動で文部科学大臣表彰 土浦朗読の会 市長表敬訪問



目が不自由な方などに向け、ボランティアで音訳などをする同会は、今年で活動50周年を迎えました。AIにはない、人の声の力で、多くの方に「声の広報つちうら」などを届けてくれています。

1/21~27 色とりどりの思いが並ぶ 手をつなぐ子らの作品展



市内の特別支援学級や県立土浦特別支援学校の児童生徒の作品、約600点が展示されました。会場を訪れた人々は、子どもたちが思い思いに作った作品を見入るように鑑賞していました。

2/2 鬼は外、福は内 高安関と木田余の子どもたちが節分会



高安関や田子ノ浦親方たちが宝積寺の本堂の前に登場し、無病息災を願って、豆まきが行われました。老若男女、多くの人々が、手を伸ばしたり、大きな紙袋を広げたりして、「福」を受け取っていました。

市長コラム 災害対策～日ごろの備えが大切です～ 土浦市長 安藤真理子

東日本大震災の発生からまもなく12年になります。災害はいつ起こるかわかりません。新型コロナウイルス感染症の影響により、大きく変わった生活様式を踏まえながら、引き続き災害への備えをお願いします。いざというときに行動できるよう、ご家族で避難先や避難方法などを確認し、防災について考えてみてはいかがでしょうか。土浦市で運用中のウェブサイト[VACAN Maps]では、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することができます。災害発生時、身の危険を感じたら、早めの自主避難を心がけましょう！



<p>各情報はここから ご覧いただけます。</p> <p>土浦市公式HP</p>	<p>土浦市公式 LINE (@tsuchiuracity)</p> <p>つちまるFacebook (@tsuchimaru.official)</p>	<p>土浦市公式 Twitter (@tsuchiura_city)</p> <p>土浦市シティプロモーション Instagram(@tsuchiura_city)</p>	<p>公式土浦市 YouTubeチャンネル</p> <p>広報つちうら</p>
--	---	--	---