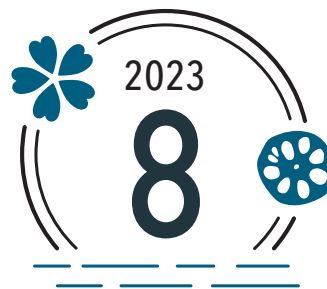


# 広 報 つ ち う ら



Tsuchiura Public Relations

中旬号/No.1345

## ピックアップ つちうら

### 第92回土浦全国花火競技大会 有料観覧席 抽選販売

☎花火対策室(☎内線2705)

#### 席の種類と料金

栈敷席(購入は1人1マスまで)

	大きさ	入場可能人数	料金
全マス	約1.7m ×約1.7m	4人まで	2万4000円
半マス	約1.7m ×約0.85m	2人まで	1万2000円

イス席(パイプイス)(購入は1人4席まで)

A席…5000円、B席…4000円、C席…3000円

#### 共通

申込方法 「チケットぴあ」から▶



※当選後のキャンセルはできません。

申込期間 9月1日(金) 午前10時～  
30日(土) 午後11時59分

当選発表 10月4日(水) 午後6時から  
「チケットぴあ」より当選確認ができます。

支払方法 クレジットカード決済

チケット配送 10月中旬から順次郵送

※有料観覧席の窓口販売は実施しません。

### 第92回土浦全国花火競技大会

日時 11月4日(土)

午後5時30分～8時

※荒天時は、5日(日)または18日(土)  
に延期します。

場所 桜川畔(学園大橋付近)

※詳しくはホームページをご覧ください。



### 花火グッズ販売中です!

Tシャツやタオル、トートバッグなど  
の花火グッズを販売しています。料金  
や販売場所など、詳しくはホームペー  
ジをご覧ください。



### 祝 二十歳 令和6年「二十歳のつどい」開催決定

☎生涯学習課(☎内線5115)

日時 令和6年1月7日(日) 午後1時30分から  
(受け付けは午後0時30分から)

場所 クラフトシビックホール土浦(市民会館)

対象 平成15年4月2日から平成16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。

※内容などの詳しい情報は、11月ごろにホームペー  
ジや広報紙などでお知らせします。



前回の式典の様子▲

## 皆さんの声で実現しました！ 生ごみ専用袋(特小サイズ)市内販売店拡大中！

☎環境衛生課(☎内線2445)

これまで、1か所で販売していた特小サイズの生ごみ専用袋が、市内の店舗で順次販売されます。場面に応じてご活用ください。引き続き生ごみのリサイクルにご協力をお願いします。

※回収した生ごみは、市内のリサイクル施設でメタンガス(燃料)とたい肥にリサイクルされます。生ごみの分別収集について、詳しくはホームページをご覧ください。



### 販売店(8月1日現在)

- ・カスミ(市内全店) ・ウエルシア土浦新田中店
- ・スーパーマーケットハリガエ
- ・ホームセンター山新土浦店
- ・ヨークベニマル土浦真鍋店

※その他市域の小売店舗などで、順次準備を進めています。詳しくは、各店舗に直接お問い合わせください。

### 土浦市指定生ごみ専用袋(特小)



特小 (約5ℓ)      小 (約7ℓ)      大 (約15ℓ)

◀縦:42cm 横:18cm マチ:9cm

### こんな方におすすめです！

- ・単身世帯の方
- ・ごみの量が少ない方
- ・生ごみをこまめに出したい方

サイズを選んで、賢くリサイクル！



## 賢く節電 “クールに”夏を乗り切ろう！

☎環境保全課(☎内線2327)

環境に優しく、夏を快適に過ごすためにできることをご紹介します。無理のない範囲で節電に取り組んでみてください。詳しくは環境省ホームページをご覧ください。



### ◆夏の節電のコツ

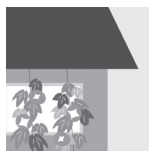
#### フィルター清掃で、エアコンの効き目アップ

フィルターが目詰まりしたエアコンは余分なエネルギーを必要とします。こまめなフィルターのお手入れで、省エネ・節電ができます。



#### グリーンカーテンでお部屋を涼しい木陰に

ゴーヤやアサガオなどのツル性植物でグリーンカーテンを作ってみましょう。窓からの直射日光による室内温度の上昇を抑えることができます。実がなる植物を選べば、収穫も楽しめ一石二鳥です。



#### 使わない家電の電源はOFFに

テレビやパソコン、電気ポットなど、家電製品からの放熱も部屋が暑くなる原因の1つです。使わない家電製品の電源は切るように心がけましょう。



### ◆暑さに負けない体づくり

#### 夏野菜で体の中からクールダウン

旬の野菜は栄養たっぷり。夏野菜には体温を下げる効果があるものもあります。また、食事をきちんととることで、健康な体づくりにも役立ちます。



#### 軽い体操でリフレッシュ！

エアコンで体を冷やしすぎると、汗をかかず体温調整ができなくなるなど、健康への影響が指摘されています。適正な室温で、適度な運動を心がけましょう。環境省では、「やはやは！筋肉元気体操」を公開しています。準備運動を念入りにして、トレーニングに挑戦！



やはやは！筋肉元気体操▲

#### 熱中症にご用心

部屋の中でも油断大敵。水分補給を忘れずに。「環境省熱中症予防情報サイト」では、熱中症の発生しやすさを示す暑さ指数(WBGT:湿度黒球温度)の予測値・実況値を公表しています。



環境省熱中症予防情報サイト▲

# 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

第三期土浦市中心市街地活性化基本計画(案)

**公表方法** 都市整備課、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** 9月6日(水)～22日(金)

**問合せ** 都市整備課(☎内線2266 FAX826-3401  
〒300-8686 大和町9-1  
✉ machi@city.tsuchiura.lg.jp)

お知らせ

麻しん風しん混合定期予防接種は  
お済みですか？



**対象** 1期 1～2歳の子  
2期 平成29年4月2日～平成30年4月1日に生まれた子

※2期の接種期間は令和6年3月31日(日)までです。

**接種場所** 県内協力医療機関

※接種の際には、事前に医療機関に連絡してください。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、医療福祉受給者証(マル福)など住所のわかるもの

※予診票は1期は出生時に、2期は令和5年3月末に送付しています。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再交付の手続きをしてください。

**問合せ** 健康増進課(☎826-3471)



## INFORMATION

# 情報ひろば

土浦市役所 ☎826-1111

防災行政無線 0120-826-113

土浦市公式LINE @tsuchiuracity

最新情報が受け取れます。ぜひご登録ください。



## 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】

## 広報つちうら(デジタル版)

多言語翻訳(10か国)、文字拡張、音声読み上げができます。  
「カタログポケット」▶



お知らせ

ふるさと納税返礼品提供事業者募集

市では、ふるさと納税寄付者への返礼品(市をPRする商品やサービス)の提供事業者を募集しています。登録された返礼品は、ふるさと納税サイトに掲載されるため、自社商品のPRにもつながります。

登録要件など、詳しくはお問い合わせください。

**問合せ** ふるさと納税推進室(☎内線2437)

お知らせ

8月の納期限  
休日・夜間納税相談日

◆**納期限**：8月31日(木)

市県民税(2期)、国民健康保険税(2期)、介護保険料(2期)、後期高齢者保険料(2期)

◆**休日・夜間納税相談窓口**

**日時** 休日…8月27日(日) 午前9時～午後5時  
夜間…9月14日(木) 午後5時15分～8時

**場所** 本庁舎2階 納税課

※失業・疾病・事業不振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。

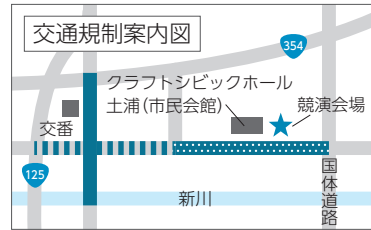
**問合せ** 納税課(☎内線2335)

## 広告

お知らせ

真鍋鹿島神社例大祭開催による交通規制(歩行者天国)のお知らせ

**日時** 8月26日(土)、27日(日) 午後5時～9時30分  
 ※区間により規制時間が異なります。  
 ※27日午後6時30分から、市民会館駐車場で山車・獅子屋台による競演を行います。  
**問合せ** 同祭交通規制担当委員  
 (☎090-8727-8212 知久)



26日、27日 17:00～21:30  
 27日 17:00～20:30  
 27日 17:00～18:00  
 19:30～20:30

募集

市民ギャラリーで作品を展示しませんか



**利用期間** 令和6年4月2日(火)～9月29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(金)～15日(金)  
**申込方法** 利用希望申請書を直接  
 (申込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(日)から  
**申込方法** 利用希望申請書を直接(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) ※月曜休館

募集

花いっぱい運動  
花壇づくり団体募集



**対象** 花壇づくりによる花いっぱい運動に継続して取り組んでいる、またはこれから取り組もうとしている団体・学校  
**助成額** 1団体・学校あたり5万円以内  
 ※支援する団体は、書類審査のうえ選定します。  
**申込締切** 9月29日(金)  
 ※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** チャレンジいばらき県民運動事務局  
 (☎029-224-8120)

お知らせ

高齢者のための無料歯科健康診査

**期間** 9月1日(金)～12月31日(日)  
**対象** 後期高齢者医療被保険者で、令和4年4月1日から令和5年3月31日の間に、75歳・80歳・85歳になった方  
 ※対象の方には、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)



お知らせ

8月から令和6年1月下旬まで  
真鍋町交番が一時閉鎖します

建物の老朽化による建替工事のため、真鍋町交番(真鍋三丁目)が一時閉鎖します。  
 交番管内のパトロールや巡回連絡などは引き続き交番勤務員にて対応します。  
 閉鎖期間中のお問い合わせや相談は、土浦警察署にお願いします。  
**問合せ** 土浦警察署(☎821-0110)

お知らせ

陸上自衛隊夜間飛行訓練

**日程** 9月5日(火)～7日(木)  
**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)

広告

# 情報ひろば

相談

## 健診結果まると相談

日にち	場所
9月1日(金)	土浦市保健センター
9月12日(火)	都和公民館
10月5日(木)	三中地区公民館
10月6日(金)	土浦市保健センター
10月27日(金)	土浦市保健センター
11月7日(火)	新治保健センター
11月22日(水)	ワークヒル土浦

時間 午後1時30分～3時30分(相談時間は15分程度)

※9月1日のみ午前9時30分～11時も実施します。

対象 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

問合せ 健康増進課(☎826-3471)

相談

## いばらき出会いサポートセンター 出張結婚相談・登録会 in 土浦



日時 9月6日(水) 午前10時30分～午後4時

場所 男女共同参画センター 研修室2・3

参加方法 当日、開催場所へ直接

※二次元コードから事前の入会申し込み・来所予約を  
すると、当日入会登録ができます。

問合せ 同センター(☎029-224-8888)

相談

## 結婚相談会

日時 9月10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2280)

催し

## イオンモール DE プレ文化祭

10月から12月にかけて開催を予定している土浦市文化祭のPRとして、プレ文化祭を開催します。

### ◆ステージイベント

日時 8月26日(土) 午前10時45分～午後3時  
27日(日) 午前11時～午後2時

場所 イオンモール土浦 1階 花火ひろば

内容 詩吟、民謡、かっぽれ、ダンスなどのパフォーマンス披露

### ◆作品展示

期間 8月26日(土)～9月4日(月)

場所 イオンモール土浦 2階 専門店街通路

内容 民俗文化連盟の子どもたちの作品、写真作品、土浦市文化協会加盟団体の紹介パネルなどの展示

問合せ 同協会事務局(☎893-5505)

催し

## 小学生ドッジボール体験会



日時 8月27日(日) 午前9時～正午

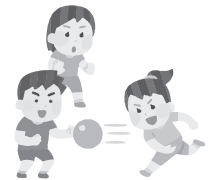
場所 霞ヶ浦文化体育会館(水郷体育館)

対象 市内在住の小学1～6年生(保護者同伴)

※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

TryTryTry Cup大会実行委員会  
(☎090-1506-6564 重藤)



催し

## 重陽 いばらきの菊の節句

日程 9月9日(土)～10月23日(月)

場所 本庁舎1階ほか市内協力事業所

内容 健康・長寿を祈る五節句「重陽の節句」にあわせた「菊被綿」と「霞蓮雛」の展示

問合せ 菊被綿文化を守る会  
(☎821-1607)



# 広告

**相談** 全国一斉「こどもの人権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23日(水)～29日(火)  
午前8時30分～午後7時  
(土・日曜日は午前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)

**講座** 土浦市国際交流協会の講座を受けてみませんか？

◆中国語講座～台湾文化に触れながら～

**日時** 10月4日～12月20日の水曜日  
午後6時～8時 (全10回)

※11月15日、22日は除きます。

**場所** 一中地区公民館

**内容** 発音やあいさつなどの初心者向けの中国語や台湾文化を学ぶ

**定員** 20人(先着順、10人以上で実施)

**料金** 一般…10000円、協会員…8000円

◆初級日本語講師養成講座

**日時** 10月14日～12月16日の土曜日  
午前10時～正午 (全10回)

**場所** ワークヒル土浦※11月25日のみ二中地区公民館

**内容** 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3000円程度が必要)

◎共通

**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

**申込締切** 9月22日(金)

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

**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、不動産鑑定士が相談に応じます。

**日時** 9月3日(日) 午前10時～午後3時30分  
(受け付けは午後3時まで)  
※相談時間は、原則30分です。

**場所** 茨城県総合福祉会館(水戸市千波町)

**問合せ** 茨城県行政書士会(☎029-305-3731)

**講座** 認知症・フレイル予防に！筋トレ・脳トレステップ講座

日にち	場所	定員※
10月10日、31日(火)	三中地区公民館	25人
10月12日、26日(木)	一中地区公民館	20人

※定員を超えた場合は抽選

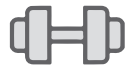
**時間** 午後2時～3時30分  
(受け付けは午後1時30分から)

**対象** 市内に住民登録のある65歳以上の方

**申込方法** 電話で

**申込締切** 9月13日(水)

**問合せ** 健康増進課(☎826-3471)



**講座** フレイル予防に！元気アップ講座(火曜コース)

**日時** 10月17日、11月21日、28日、12月12日、26日、1月9日、16日、2月13日(火)  
午後2時～3時30分 (全8回)  
(受け付けは午後1時30分から)

**場所** 土浦市保健センター

**対象** 市内に住民登録のある65歳以上の方

**内容** 講義、健康体操、ゴムバンドなどを使った運動

**定員** 20人(定員を超えた場合は抽選)

**申込方法** 電話で

**申込締切** 9月20日(水)

**問合せ** 健康増進課(☎826-3471)

広告

## 講座

## 勤労青少年ホーム 後期講座

**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** 9月13日(水)

※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	日程	時間	回数	定員	教材費
火	ピラティス&ヨガ	10/17～3/12	18:30～20:00	16	12人	3000円
	やさしい手編	10/17～3/12	18:30～20:30	16	6人	1000円
水	茶道	10/11～3/13	18:30～20:30	16	6人	8000円
木	書道	10/5～3/21	18:30～20:00	16	12人	—
	着付	10/5～3/14	18:30～20:30	16	6人	5000円
	料理	10/5～3/21	18:30～20:30	12	12人	15600円
	骨盤・姿勢調整エクササイズ	10/5～12/14	19:00～20:00	6	12人	—
金	いろいろなお花のレッスン	10/6～3/22	19:00～20:30	16	12人	20000円
	リラックス・ヨガ	10/13～3/8	18:30～19:30	16	12人	1000円
土	ZUMBA(ズンバ)	10/7～3/16	10:30～11:30	17	30人	—
	ピラティス&ヨガ	10/7～3/16	10:30～12:00	16	12人	3000円
	やさしい英会話	10/7～3/16	13:00～14:30	16	12人	—
	英会話	10/7～3/16	14:45～16:15	16	12人	—
	やさしいバレエ	10/7～3/16	15:30～17:00	16	12人	4000円
日	ゆるゆるYOGA	10/8～3/17	11:00～12:00	17	12人	—

## 講座

## 水郷テニスコート 第3期硬式テニス教室

**対象** 高校生以上の方

**申込方法** 窓口へ直接(月曜休館)

**申込期間** 8月22日(火)～9月20日(水)

※定員を超えた場合は抽選。申し込み少数の場合は中止となる場合があります。

**問合せ・申込先** 水郷テニスコート(☎824-0880)

曜日	教室名	日程	時間	回数	定員	受講料※
火	初心・初中級【基本・応用】	10/3～11/28	19:30～21:00	8	40人	6100円
水	中級【試合想定】	10/4～11/22	19:30～21:00	8	24人	9100円
木	初心・初中級【基本・応用】	10/5～11/30	19:30～21:00	8	40人	6100円
金	初心初級	9/29～12/8	10:00～11:30	10	40人	7600円

※…保険料を含む

広告



## ワークヒル土浦 第3期講座

**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

**申込期間** 8月20日(日)～9月20日(水)(必着)

※定員を超えた場合は抽選。申し込み少数の場合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	日程	時間	回数	定員	受講料
火	らくらくシニア体操	一般男女	10/3～12/12	10:00～11:00	10	25人	5200円
	カラダすっきり！ストレッチヨガ	一般男女	10/3～12/12	11:30～12:30	10	30人	5200円
	美 body kick exercise	一般男女	10/3～12/12	13:30～14:30	10	30人	5200円
	コンシャスヨーガ&自力整体	一般男女	10/3～12/12	15:45～17:00	10	30人	5200円
	ステップ&コンディショニング	一般男女	10/3～12/12	19:50～20:50	10	30人	5200円
水	エアロビクス水曜	一般男女	10/11～12/13	10:00～11:00	10	30人	5200円
	はじめてのピアノ水曜(初心者)※1	一般男女	10/11～12/13	10:30～11:30	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	10/11～12/13	11:30～12:20	8	10組 20人	4100円
	パンチ&キックエクササイズ	一般男女	10/11～12/13	18:40～19:40	10	30人	5200円
	ZUMBA ～ラテン音楽+ダンスエクササイズ～	一般男女	10/11～12/13	20:00～21:00	10	60人	5200円
金	ひさしぶりのピアノ※1	一般男女	10/6～12/15	9:50～10:50	10	10人	10500円
	はじめてのピアノ金曜(初心者)※1	一般男女	10/6～12/15	11:00～12:00	10	10人	10500円
	シニアのためのしなやかフィットネス ～からだバー®使用～※2	一般男女	10/6～12/15	13:30～14:30	10	20人	5200円
	趣味で楽しむピアノ※1	一般男女	10/6～12/15	14:00～15:00	10	10人	10500円
	チビっ子体操	未就学児(4～6歳)	10/6～12/15	16:30～17:30	10	12人	10500円
	すっきり爽快エアロ	一般男女	10/6～12/15	18:50～19:50	10	30人	5200円
	キャンドルヨガ	一般男女	10/6～12/15	20:00～21:00	10	30人	5200円
日	STEP&ストレッチ	一般男女	10/15～12/10	18:00～18:50	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	10/15～12/10	19:00～19:50	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…からだバー®は当日貸し出し

# 広告



## 講座

## 水郷体育館 第3期スポーツプログラム

**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)

**申込締切** 9月15日(金)(必着)

※定員を超えた場合は抽選。申し込み少数の場合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	日程	時間	回数	定員	受講料
火	バレーボール	一般女子	10/3~12/12	10:00~12:00	9	40人	5850円
	ピラティス	一般男女	10/17~12/12	9:50~10:40	9	30人	4950円
	エアロビクス午前	一般男女	10/17~12/12	11:00~11:50	9	30人	4950円
	腕と体幹のボールピラティス	一般男女	10/17~12/12	13:30~14:20	9	30人	4950円
	エアロビクス夜間	一般男女	10/17~12/12	18:50~19:40	9	30人	4950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	10/17~12/12	20:05~20:50	9	30人	4950円
水	骨盤調整ストレッチ	一般男女	10/11~12/13	10:20~11:10	8	25人	5200円
	体幹と脚の筋活とほぐし!!	一般男女	10/11~12/13	11:40~12:30	10	30人	5500円
	やさしいヨガ	一般男女	10/11~12/13	14:00~14:50	10	30人	5500円
	体験 身体★メンテナンス※	一般男女	10/18、11/15、 12/13	12:50~13:40	3	30人	500円/ 1回
木	ストレッチ&ヨガ	一般男女	10/5~12/14	11:00~11:50	10	30人	5500円
	ハワイアン・フラ夜間	一般男女	10/5~12/14	20:00~20:50	10	30人	5500円
	楽しくキッズフラダンス	4~15歳女子	10/12~12/14	18:00~18:50	8	25人	6000円
	太極舞	一般男女	10/12~12/14	18:40~19:30	9	30人	4950円
	キックシェイプ	一般男女	10/12~12/14	19:50~20:40	9	30人	4950円
金	姿勢矯正・うしろ姿美人	一般男女	10/6~12/15	9:20~10:10	10	30人	5500円
	体幹メソッド・Yoga A	一般男女	10/6~12/15	10:30~11:20	10	30人	5500円
	体幹メソッド・Yoga B	一般男女	10/6~12/15	18:50~19:40	10	30人	5500円
	夜ヨガキャンドル	一般男女	10/13~12/15	19:30~20:20	9	30人	4950円
土	ハワイアン・フラ午前	一般男女	10/7~12/16	10:00~10:50	10	30人	5500円
	リラックスヨガ	一般男女	10/14~12/16	19:00~19:50	8	30人	4400円
日	ベリーダンス	一般女子	10/8~12/17	10:30~11:20	10	20人	8000円
	ベリーシェイプ&下半身HIIT	一般男女	10/8~12/17	11:40~12:30	10	30人	6500円

※…体験レッスンのため、1回から参加可

広告



# 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4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。掲載した項目以外の状況など、詳しくはホームページをご覧ください。



問 人事課 (☎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4年度		令和5年度		
	当初	退職	採用	新規再任用	当初
行政職	790	▲25	25	7	797
消防職	184	▲2	8	0	190
技能労務職	24	▲2	0	0	22
合計	998	▲29	33	7	1,009

※行政職には企業職を含みます。

※再任用職員には、短時間勤務を含みません。

※令和5年度採用には、令和4年10月1日採用者と茨城県からの割愛職員などを含みます。

### 2. 職種別応募採用者数

(人)

令和4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	83	80	9
土木職	2	2	1
消防職A	40	39	4
消防職B	8	8	0
合計	133	129	14

令和5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	280	259	6
土木職	9	8	1
機械職	3	1	0
保健師	5	5	1
理学療法士	9	9	1
心理士	3	3	1
保育士	8	7	1
学芸員	11	11	0
司書	22	20	1
消防職A	56	54	2
消防職B	37	36	2
合計	443	413	16

## 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4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	40.5歳	294,515円
消防職	大卒…215,800円	37.2歳	299,979円
企業職	大卒…195,500円	41.5歳	290,650円
技能労務職	高卒…147,900円	51.2歳	277,404円

### 2. ラスパイレス指数

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、国家公務員の職員構成を基準として、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4年度のラスパイレス指数は「94.7」です。

### 3. 主な職員手当

(令和5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10,000～15,000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4.4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。

## 「土浦市公式LINE」をご利用ください！

問広報広聴課 (☎内線2349)

### ◆あなたの「知りたい」にすぐにお応えします！

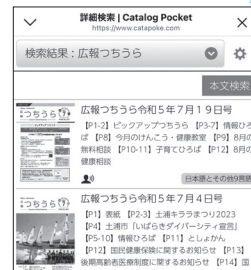
トーク画面のメニューから、市ホームページや関連サイトにすぐにアクセスできます。

広報紙を電子書籍版で読むことができます。  
電子書籍版では10の言語に対応していますので、ぜひご利用ください♪

### ◆最新情報をお届け！欲しい情報が選べます！

市からの最新情報を通知でお知らせします。  
トーク画面の「受信設定」で、次の8つのカテゴリから、欲しい情報を自分で選ぶこともできます。

- 安心・安全
- 環境・交通・まちづくり
- 暮らし・手続き
- 観光・文化・スポーツ
- 健康・福祉・医療
- 仕事・産業
- 子育て・教育
- 市政情報



画面をタップ

土浦市のトーク画面

### 土浦市公式LINE友だち登録はこちらから！

二次元コードで登録

ID検索で登録



@tsuchiuracity 🔍

LINEアプリ内のIDの検索画面に入力

## 9月9日は救急の日

## 9月3日～9日は救急医療週間です！

問消防本部警防救急課 (☎821-0119)

救急車の出場件数は年々増加しており、土浦市も令和4年の救急件数は過去最多の8451件で、前年に比べて約24%増加しました。

必要な方に早く救急医療が提供できるよう、救急車の適正利用にご協力をお願いします。



### ためらわずに救急車を呼んでほしい症状

- 意識がない
- けいれんが止まらない
- ろれつが回らない
- 広範囲のやけど
- 突然の激しい頭痛や胸痛、腹痛
- 交通事故などによる大けが
- 突然のしびれ、身体の片側に力が入らない など

### 症状と判断に困ったときは相談してください

◆おとな救急電話相談…☎#7119

◆子ども救急電話相談…☎#8000

◆全国版救急受診アプリ「Q助(きゅーすけ)」

ダウンロードはこちら▶



iPhone用



Android用

### ◆茨城県救急医療情報システム

受診希望科やお住まいの地域から、そのときに受診することができる病院を検索できます。

検索はこちら▶



# 広告

# 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 13:30～16:00		広報広聴課 ☎内線2399	法律が関係するトラブルへの助言【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、登記、成年後見などに関する助言【司法書士】※予約制(8月25日(金)から)
司法書士相談 (茨城司法書士会)	会場により日時が異なりますので、ホームページをご覧ください 茨城司法書士会 ☎029-225-0111		茨城司法書士会 ☎029-225-0111	相続、登記、成年後見などに関する助言【司法書士】※面談、リモート、電話により相談ができます 
行政書士相談	21日(木) 13:30～16:30		広報広聴課 ☎内線2399	相続、契約、許認可申請などに関する助言【行政書士】※予約制(8月25日(金)から)
総合労働相談	8日(金) 13:30～16:30		広報広聴課 茨城県社会保険労務士会 ☎029-350-4864	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
土地家屋調査士 相談	6日(水) 13:30～15:30		広報広聴課 土地家屋調査士会 ☎029-259-7400	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
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【市職員】
税務相談	5日(火)、12日(火)、19日(火) 13:00～16:00		税理士会土浦支部 ☎824-5055	税に関すること【税理士】※予約制
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】
成年後見相談	第4水曜日 10:00～12:00		社会福祉協議会 ☎821-1152	成年後見に関すること【弁護士】 ※予約制(相談日の1週間前まで)
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【市職員】
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】
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【青少年相談員】 ※電話相談可
教育相談	月～金曜日 9:00～16:00		電話相談 教育相談室☎823-7837	学校生活や家庭教育など教育上の諸問題【担当職員】
交通事故相談	月、水～金曜日 9:00～16:45	第3水曜日 弁護士相談 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 直通☎862-2900	生活上のこと、人権にかかわること【生活相談員】
ひきこもり専門相談	9月はお休み		土浦保健所 ☎821-5516	ひきこもりに関すること【臨床心理士】※予約制
女性のための フェミニスト相談	5日、12日、 19日、26日(火) 11:00～15:40	9日(土) 10:00～14:40	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
女性のための 一般相談	8日、22日(金) 13:00～15:50		男女共同参画センター ☎827-1107	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

## 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)	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)
精神保健相談(予約制)	5日(火)	14:30~16:30	土浦保健所(☎821-5516)
	22日(金)	15:00~16:00	
高齢者健康相談	14日(木)	10:00~11:30	老人福祉センターつわぶき(☎831-4126)
	28日(木)		老人福祉センター湖畔荘(☎828-0881)

覚えよう!

### 健康づくりの合言葉「けんこうつちうら21」

健康づくり計画「健康つちうら21」では、「けんこうつちうら21」にちなんだ8つの健康目標を紹介しています。ぜひ日々の健康づくりにお役立てください。詳しくはこちら▶



合言葉① 「けんこうつちうら21」の「けん」

健診を、毎年受けて 健康管理

～あなたと大切な家族に健康のプレゼントを～



## 健康教室

### ロボット手術について

土浦市医師会  
酒井 康之(土浦協同病院)

ロボット手術とは、医師がロボットを操作して行う内視鏡下手術のことです。内視鏡下手術は、従来行われていた開腹・開胸手術と比べて、小さな傷で、痛みが少なく、術後の回復が早いことが特徴とされてきましたが、医師が技術を習得するのに時間がかかること、より複雑な手術では難易度が高いことが問題でした。

そこで、この手術にロボットを用いることにより、技術の習得が容易になり、複雑な手術も可能になりました。

このロボット手術誕生初期の頃は、特に泌尿器科領域で急速に普及しました。日本では平成24年に前立腺がん手術が初めてロボット手術の保険適応となり、平成28年に腎がん手術、平成30年には消化器がん手術などにも適応が広がり、さらに令和2年、4年にさまざまな術式に保険適応が拡大されています。

私が勤める土浦協同病院では、令和3年に直腸がん、前立腺がんがロボット手術が開始され、令和4年には胃がん、子宮疾患(子宮体がん、子宮脱、子宮筋腫など)、腎がん、膀胱がんでもロボット手術が始まっています。

こうしてロボット手術導入後2年経たずに手術症例数は261例(令和5年5月現在)に達し、茨城県内でも年間の手術症例数が多い病院の一つとなりました。

今後は胸部疾患、肺がんや膵がん、肝がん、結腸がんでもロボット手術を開始する予定です。なお、当院は全科そろっている総合病院であり、高齢の方、持病のある方でも安心してロボット手術を受けられます。

今後も土浦市民、周辺地域の皆さんにより安全で、痛みが少なく、そして回復の早い手術をお届けできるよう精進してまいりますので、よろしく願いいたします。

# 広告

## 9月の親と子の健診と相談

詳しくはこちら▶



		対 象	日 程	受付時間	場 所
教室	マタニティ教室(予約制)	妊婦とその家族	12日(火) (2時間半程度)	9:45~10:00	土浦市保健 センター
健 診	4か月児健康診査	令和5年5月生まれ	13日(水)、14日(木)	13:10~14:30	
	1歳6か月児健康診査	令和4年2月生まれ	6日(水)、7日(木)	13:15~14:15	
	3歳児健康診査	令和2年6月生まれ	20日(水)、21日(木)	13:10~14:15	
相 談	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	
	10か月児育児相談(予約制)	令和4年11月生まれ	19日(火)	9:30~10:45	
				13:15~14:00	
2歳児育児相談(予約制)	2歳児	1日(金)	9:30~11:00		

問・申こども包括支援課 母子保健係(☎内線2513)

### 困ったときは、いつでもご相談ください

#### ◆育児相談

日時 月~金曜日 午前9時30分~午後4時30分

対象 未就学児

内容 乳幼児育児に関する困りごと、悩みごと

場所・問合せ 地域子育て支援センターさくらんぼ  
(☎823-1288)

#### ◆早期療育相談

日時 月~金曜日 午前9時~午後5時

対象 未就学児

内容 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

場所・問合せ 療育支援センター(☎822-3411)ほか

## 9月の子育てイベント

📅開館時間 🎵イベント 詳しくはこちら▶



### 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

🎵親子で運動会ごっこ、手形アート作り、お誕生会&遊びましょう! など

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、手形で遊ぼう、楽器遊び など

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

🎵敬老の日制作、手作り名前ガーランド、マタニティサロン~オリジナルガーゼ作り~ など

ふくろう(新生めぐみ保育園内) ☎080-7224-7172

📅月~金曜日 午前8時30分~午後1時30分

🎵ストーリータイム、エコバッグ作り、DOKIDOKI(多胎児の集い) など

児童館 📅月~土曜日 午前8時30分~午後5時

都和児童館 ☎832-3112

🎵ふれあいあそび、親子ピクス、からだであそぼう など

ポプラ児童館 ☎841-3212

🎵おはなしひろば(誕生児紹介)、楽しくA・B・C、ポプラdeうんどうかいごっこ など

新治児童館 ☎862-4403

🎵親子ヨガ、親子でフラダンス、おはなし会(もみの木) など

### ▼ イベントなどの様子 ▼ (都和児童館)



ふれあいあそび

子育て相談もできるよ!  
ぜひ遊びに来てね♪



## 「つちまるビーンズ交流会」を開催します

- 日 時** 9月2日(土) 午前10時~11時20分  
**場 所** ポプラ児童館  
**対 象 者** 市内在住の就学前の多胎児を子育て中、  
または妊娠中の方  
**定 員** 5組(先着順)  
※見守り保育も利用できます。  
**申込方法** 電話または二次元コードから  
**申込締切** 8月25日(金)  
**問** こども包括支援課(☎内線2511)



## 乳児用チャイルドシートを貸し出します

- 貸出期間** 9月10日(日) 午前9時~9時30分  
**場 所** 男女共同参画センター 研修室3  
**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** 3000円(クリーニング代)  
**申込方法** 電話で  
**申 込 日** 9月4日(月)、5日(火)  
**問** 生活安全課(☎内線2490)



### ☆「つちまるビーンズ交流会」ってこんな会☆

ふたご・みつごなどの多胎児を妊娠している方や育てている仲間と、気軽におしゃべりができる交流会です。多胎育児ならではの悩みを共有したり、先輩の育児体験を聞いたりできます。

ご希望の方は、保健師・助産師・子育て支援コンシェルジュによる育児相談も受けられます。お子さんの見守り保育も利用できますので、ぜひご参加ください。

## 1歳おめでとう ★8月生まれのおかちゃん★



毎日たくさんの幸せをありがとう♡  
元気に育ってね♡

酒井 陽向 ちゃん



納豆ご飯が大好き☆  
たくさん食べて大きくなってね!

中根 すず ちゃん



祝1歳  
これからも元気に育ってね♡

水上 紫苑 ちゃん



1歳おめでとう!  
我が家は理仁の成長が楽しみだよ♡

市毛 理仁 ちゃん



笑顔いっぱい  
元気にそだってね!  
だいすき♡

小泉 菜心 ちゃん



いつも可愛い笑顔をありがとう♡  
すくすく育ってね☆

小松 瑞季 ちゃん



1歳おめでとう☆  
いっぱい笑っておおきな〜ね!

衛藤 壮良 ちゃん



1歳おめでとう♪  
いっぱい笑って元気に育ってね!

瀧田 湊翔 ちゃん



祝1歳♡  
明るく元気に育ってね!  
れいちゃん大好き♡

橋本 怜依 ちゃん



☆祝1歳☆  
元気に生まれてきてくれてありがとう!

秋葉 ちひろ ちゃん



1歳おめでとう♡  
笑顔の可愛いすず  
元気に育ってね!

荒木 涼花 ちゃん



生まれて来てくれてありがとう!  
大好きだよ☆

後藤 渚 ちゃん



1歳おめでとう!  
すくすく健やかに育ってね♪

砂入 真守 ちゃん



☆1歳おめでとう☆  
笑顔いっぱい  
健やかに育ってね!

白田 彩吹 ちゃん



10月で1歳になる  
あか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。

※プライバシーの保護のため、10月中旬号から下のお名前に「ちゃん」を付けて掲載します。

(例)土浦太郎ちゃん→たろうちゃん

### 申込締切

8月31日(木)

- ・頭や耳、あごの先が切れていない写真を送ってください。
- ・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(☎内線2331) ✉ kouho@city.tsuchiura.lg.jp

## 9月の献血

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。ぜひをご協力お願いします。



日時／9月16日(土)  
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)  
問合せ／健康増進課(☎826-3471)

## 9月の休日当番医

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。**

	内科	外科	歯科
3日(日)	木戸医院 ☎841-1753 乙戸南三丁目	松永医院 ☎823-7771 中高津三丁目	ながい歯科クリニック ☎846-1122 大町
10日(日)	高野医院 ☎841-0154 荒川沖西二丁目	野上病院 ☎822-0145 東崎町	たかぎ歯科 ☎822-3111 国分町
17日(日)	大石内科クリニック ☎835-0014 大岩田	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	上野歯科医院 ☎821-0885 中央一丁目
18日(月)	あおき内科クリニック ☎825-8181 木田余	県南病院 ☎841-1148 中	のぎ歯科 ☎843-8846 中村南一丁目
23日(土)	田谷医院 ☎823-2636 生田町	野上病院 ☎822-0145 東崎町	神立デンタルクリニック ☎830-2161 神立町
24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	千束町 歯のクリニック ☎875-5130 千束町

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。



土浦市公式LINE  
(@tsuchiuracity)



市の最新情報をお届け♪

土浦市公式HP



土浦市公式SNS



- Twitter
- Facebook
- Instagram
- Youtube

まちづくりに関する  
アイデア募集中!

メールまたは手紙でご提出ください。  
詳しくは、「こんにちは市長さん」のページをご覧ください▶

