

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】

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 4月1日からスマートフォンで証明書 コンビニ交付サービスが利用できます

利用可能店舗 全国のローソン、ファミリーマート
対応機種 スマホ用電子証明書を搭載したアンドロイ
ドの一部の機種

スマホ用電子証明書の申請方法 マイナポータルから
※市の窓口では申請できません。

※対応機種など、詳しくはホーム
ページをご覧ください。



とっても
便利♪



問合せ マイナンバー総合フリーダイヤル
(☎0120-95-0178)

担当 市民課

お知らせ 4月1日から市役所の機構が一部変わります

主な変更点

- 公共施設マネジメントの計画的な推進に加え、行政のデジタルトランスフォーメーションをさらに推進していくため、行革デジタル推進課を分割し、「行政経営課」および「DX推進課」を設置します。
- DX推進課内に、デジタル機器やシステムの維持管理などを主たる業務とする「情報管理係」を設置します。
- スマートインターチェンジの早期事業化を推進するため、都市計画課に「スマートIC整備推進室」を設置します。
- 荒川沖消防署と南分署の統合にともなう施設整備などの業務に対応するため、消防総務課内に「新消防署整備室」を設置します。

部	3月31日まで	4月1日から
市長公室	<ul style="list-style-type: none"> 行政経営係 デジタル推進係 公共施設マネジメント推進室 	<ul style="list-style-type: none"> 行政経営課 <ul style="list-style-type: none"> 行政経営係 公共施設マネジメント推進室 DX推進課 <ul style="list-style-type: none"> 情報管理係 新設 デジタル推進係
産業経済部	<ul style="list-style-type: none"> 観光物産係 産業政策係 花火対策室 	<ul style="list-style-type: none"> 観光物産係 産業政策係 花火のまち推進室 名称変更
都市政策部	<ul style="list-style-type: none"> 計画係 交通政策室 	<ul style="list-style-type: none"> 計画係 交通政策室 スマートIC整備推進室 新設
教育委員会	<ul style="list-style-type: none"> 管理係 奉仕係 	<ul style="list-style-type: none"> 管理係 利用サービス係 名称変更
消防本部	<ul style="list-style-type: none"> 総務係 財務係 	<ul style="list-style-type: none"> 総務係 財務係 新消防署整備室 新設

問合せ 行革デジタル推進課(☎内線2384)

お知らせ スマートフォン講座「アプリ活用講座」

日時 4月23日(火)
①午前10時～11時、②午後2時～3時
場所 男女共同参画センター 研修室1・2
対象 市内に住民登録がありアンドロイドかiPhoneのスマートフォンを持っている方
内容 アプリの解説・活用方法・ダウンロード方法
定員 各10人(定員を超えた場合は抽選)
※抽選結果は4月16日(火)までに全員に通知します。
持ち物 スマートフォン、充電器



申込方法

次の内容を記入してメール、ファクス、はがきを郵送、または右のQRコードから



- ・郵便番号 ・住所 ・氏名(ふりがな)
- ・年齢(講座開催日時点)
- ・電話番号(固定電話・携帯電話)
- ・保有スマートフォンの種別 (iPhoneまたはアンドロイド)
- ・希望講座の番号(1つ)



申込締切 4月5日(金)必着

申込先 メール…joho@city.tsuchiura.lg.jp

ファクス…FAX822-9252

はがき…〒300-8686 大和町9-1

※宛先に「行革デジタル推進課アプリ活用講座申込」と記入してください。

問合せ 行革デジタル推進課(☎内線2371)

お知らせ 公共施設等の再編・再配置に関する市民説明会



市では、公共施設の保有量の目標を定め、再編・再配置に向けた取り組みを進めています。令和5年度は、対象178施設をサービスの性質ごとに分類し、それぞれの今後の方向性を示した「類型別の方向性(素案)」を策定しました。

そこで、「類型別の方向性(素案)」のほか、公共施設の現状とその適正管理に向けた取り組みについて意見・意向を伺うため、市民説明会およびアンケートを実施します。

◆市民説明会

対象地区	日程	場所
一中・二中・四中	4月10日(水)	男女共同参画センター
三中・六中	4月11日(木)	三中地区公民館
五中・都和中	4月16日(火)	上大津公民館
新治	4月17日(水)	新治地区公民館

時間 いずれも午後6時30分～8時

対象 市内在住・在勤・在学の方

申込方法 当日会場へ直接

◆市民アンケート

調査期間 4月4日(木)まで

対象 市内在住の無作為に抽出された3000人

回答方法 同封の返信用封筒で郵送、またはアンケートの案内に記載されたWEBサイトから

問合せ 公共施設マネジメント推進室(☎内線2497)

お知らせ 小・中学校、義務教育学校入学式

期日 小学校…4月9日(火)、中学校…4月10日(水)

義務教育学校…4月9日(火)

※「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。

※義務教育学校の新7年生は、入学式を行いません。

※家庭の事情などにより入学学校変更を希望する場合は、事前にご相談ください。

問合せ 学務課(☎内線5109)

お知らせ 狂犬病予防集合注射を実施します



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。忘れずに受けさせましょう。

日程 4月8日(月)～14日(日)

※今年から実施日程が大きく変わります。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。

手数料 新規登録犬…5400円

登録済の犬…3400円

持ち物 通知書(登録済の場合のみ)

※駐車場が狭い会場へは、車での来場をお控えください。

※狂犬病予防注射は、動物病院でも接種ができます。

料金など、事前に動物病院にご確認ください。

問合せ 環境衛生課(☎内線2461)



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

- ・資格喪失日がわかる書類(資格喪失連絡票など)
 - ・基礎年金番号通知書、年金手帳、日本年金機構からのはがきのいずれか
 - ・運転免許証やマイナンバーカードなどの本人確認書類
- ※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。

届出先 国保年金課または土浦年金事務所

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6年度固定資産税・都市計画税納税通知書を発送します

発送日 4月5日(金)

対象 令和6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 4月30日(火)

◆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(月)～30日(火)

午前8時30分～午後5時15分(土・日、祝日は除く)

対象 固定資産税の納税者など

縦覧場所 本庁舎2階 課税課

必要書類 運転免許証やマイナンバーカードなどの本人確認書類

問合せ 課税課(☎内線2337)

お知らせ 陸上自衛隊夜間飛行訓練

日程 3月26日(火)～28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)

お知らせ 4月9日は子宮頸がんを予防する日 ～予防と早期発見が大切です～

子宮頸がんとは、子宮頸部にできるがんのことで、20代～30代の若い女性に増えています。

子宮頸がんの多くは、ヒトパピローマウイルス(HPV)の感染が原因です。HPVに感染すると、9割の人は自然にウイルスが排除されますが、1割の人はHPV感染が持続し、子宮頸がんになることがあります。

◆ワクチン接種や子宮頸がん検診を受けましょう

HPV感染は、ワクチン接種で5～9割程度予防することができます。令和6年度は、小学校6年生～平成9年度生まれの女性を対象に、接種費用を助成します。また、子宮頸がんの初期は、ほとんど自覚症状がないため、検診で早期発見することが大切です。市では、20歳以上の女性を対象に、子宮頸がん検診の費用を一部助成しています。

HPVワクチン
について▶



子宮頸がん検診
について▶



問合せ 健康増進課(☎826-3471)

お知らせ 休日・夜間納税相談

日時 休日…3月31日(日) 午前9時～午後5時
夜間…4月11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)

お知らせ タケノコを販売するには 出荷前検査が必要です

市産のタケノコを販売する方は、出荷前の検査が必要になります。

検査結果が出るまでには時間がかかるので、出荷を予定している方は、早めに検査を受けてください。

問合せ 農林水産課(☎内線2711)



お知らせ 4月中旬から6月中旬は カモの駆除活動の実施期間です

霞ヶ浦沿岸域を中心に、カモによる農作物(レンコン)の食害防止を目的とした駆除活動を実施します。

銃器を使用しますが、市街地や人家などの付近では行わず、安全に十分配慮して実施します。

問合せ 農林水産課(☎内線2711)

情報ひろば

お知らせ 市民農園の利用者募集



募集農園 摩利山農園、高津農園、虫掛農園、中村西根農園

※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)

応募資格 農業世帯でない、市内在住の18歳以上の方

利用料 1年間3500円

応募方法 住所、氏名、年齢、電話番号、希望農園とその区画番号(1つ)を記入し、メールまたは電話で

※メールの件名は「市民農園応募」としてください。

応募締切 3月29日(金)

※応募多数の場合は、4月3日(水)に職員による公開抽選を行います(立会不要)。

※抽選の結果は、当選者のみに連絡します。

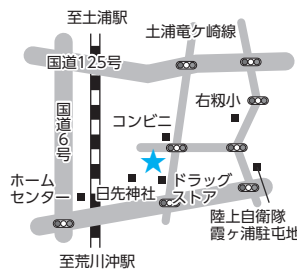
※募集区画の位置など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 農林水産課(☎内線2711)

✉ nourin@city.tsuchiura.lg.jp

摩利山農園

(摩利山新田388)



高津農園

(上高津新町11-40)



虫掛農園

(虫掛202脇)



中村西根農園

(中村西根1838-8)



お知らせ 茨城いのちの電話 相談員養成講座 受講生募集



日程 6月から令和8年3月までの土曜日(月3回程度)
※令和6年9月14日(土)から16日(月)までの宿泊研修は参加必須です。

場所 つくば市など

※必要に応じてオンライン形式を併用します。

対象 23歳以上で、24時間体制でのボランティア活動に積極的に、また所定の研修に必ず参加できる方

定員 40人

応募締切 4月8日(月)

※応募方法や受講料など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 茨城いのちの電話事務局(☎029-852-8505)

お知らせ 茨城シニアマスターとして活躍しませんか

県では、豊富な知識、経験、技能、技術を持つ概ね60歳以上の方を「茨城シニアマスター」として登録し、地域からの依頼を受けて、学校や福祉施設、催しなどに派遣しています。

「茨城シニアマスター」に登録して、長年培った知識や技術などを地域のために活かしませんか？

問合せ 登録に関すること

…県社会福祉協議会 茨城わくわくセンター
(☎029-243-8989)

制度に関すること

…県長寿福祉課 長寿企画・援護グループ
(☎029-301-3326)

広告

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6年度 人間ドック・脳ドック健診の費用を助成します



◆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 20000円

申込期間 3月25日(月)～12月9日(月) (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

助成額 27000円

※助成は3年に1回です。令和4・5年度のいずれかに脳ドックの助成を受けた方は、令和6年度の助成は受けられません。

申込期間 3月25日(月)～12月9日(月) (消印有効)

<国民健康保険加入者>

対象 令和6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

- ・電子申請 右上のQRコードから
- ・はがきで申請

はがき(1人につき1枚)に以下の内容を記入し、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
- ③住所 ④氏名 ⑤生年月日 ⑥電話番号
- ⑦6桁の国民健康保険証番号(任意)

※電話による申請はできません。

問合せ 国保年金課国保給付係 ☎内線2355)



その場でカンタン
「電子申請」がおすすめです!

<後期高齢者医療制度加入者>

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。

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の方

※施設に入所している方などは除きます。

申込方法

- ・電子申請 右上のQRコードから
- ・窓口申請、郵送申請

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。

※電話・はがきによる申請はできません。

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。
- ・決定通知書は、申し込み後、約2週間で発送します。通知書が届いてから健診機関に予約してください。

広告

情報ひろば

人間ドック・脳ドック 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)	※ ² 自己負担額
霞ヶ浦医療センター	822-5050		19600円	26900円
神立病院健診センター	896-6123		19600円	24700円
県南病院	841-1148		—	22500円
土浦協同病院予防医療センター	846-3731		21800円	42300円 ^{※3}
日立製作所土浦診療健診センター	831-5838		20700円	—
牛久愛和総合病院総合健診センター	873-4334	○	20700円	22500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	○	21800円	28000円
セントラル総合クリニック	874-7985		21800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	○	24440円 ^{※4} ～	28000円 ^{※4} ～
筑波大学附属病院つくば予防医学研究センター	853-4205		48200円	85200円 ^{※3}
龍ヶ崎済生会総合健診センター	0297-63-7178		21800円	28000円
筑波記念病院つくばトータルヘルスプラザ ^{※5}	864-8002	○	24000円	33500円
筑波学園病院健診センター	836-1983		21800円	28000円

※1 …○の健診機関でのみ、市の助成を受けて宿泊人間ドックを利用できます。

※2 …自己負担額は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50000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。脳ドックのみの受診はできません。

※4 …記載されている自己負担額は最低金額です。コースによって金額が異なります。

※5 …後期高齢者医療制度加入者は、日帰り人間ドックのみ助成対象です。

広告

相談 専門職による
健康相談・栄養相談・リハビリ相談

電話による相談も行っていますので、気軽にご相談ください。

日時 健康相談…第1水曜 午前9時～11時30分
栄養相談…第2火曜 午後1時30分～4時10分
リハビリ相談…第2水曜 午前9時～11時30分

※相談時間は1人30分程度です。

※祝日などにより日程が変更になる場合があります。

場所 土浦市保健センター

定員 各5人(先着順)

申込方法 電話で

問合せ 健康増進課(☎826-3471)

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

大手町町会が、令和5年度コミュニティ助成(宝くじ助成)を受けて、山車(ゴム巻き車輪)の修繕を行いました。

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。今回の助成によって、今後、より活発な地域コミュニティ活動が期待できます。



問合せ 市民活動課(☎内線2456)

相談 不動産鑑定士による不動産無料相談

日時 4月10日(水) 午前10時～11時50分

※相談時間は1人30分程度です。

場所 県南生涯学習センター(ウララビル 5階)

持ち物 公図の写し、固定資産の課税明細書など

申込方法 電話で

申込期限 3月29日(金) 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 裁判所職員採用試験



募集職種 裁判所事務官、家庭裁判所調査官補

応募締切 4月8日(月)

※受験資格など、詳しくはホームページをご覧ください。

問合せ 裁判所事務官について

…水戸地裁人事第一係(☎029-224-8417)

家庭裁判所調査官補について

…水戸家裁人事第一係(☎029-224-8521)

相談 弁護士による
遺言・相続に関する無料相談会

日時 4月18日(木) 午後1時30分～4時

※相談時間は1人30分です。

場所 茨城県弁護士会土浦支部(中央一丁目)

定員 5人(先着順)

申込方法 4月2日(火)午前10時から電話で

問合せ 土浦相談センター(☎875-3349)

お知らせ 自衛官募集



募集職種 ①幹部候補生(一般・歯科・薬剤科)

②一般曹候補生

応募締切 ①4月12日(金)

②5月7日(火)

※受験資格など、詳しくはお問い合わせいただくか、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)

広告

情報ひろば

学 ぶ ふれあいセンターながみね 書道教室 受講生募集

申込方法 電話または直接(月曜休館)

問合せ 同センター(☎830-5600)

曜日	教室名	対象	日程	時間	回数	定員※2	受講料※3	持ち物
火	書道教室A 【臨書など】	18歳以上 (中・上級者)	4/2～6/18	9:15～10:45	6	12人	4800円	書道セット ・半紙
	書道教室B 【楷書・行書・草書など】	18歳以上 (初・中級者)	4/2～6/18	11:00～12:30	6	12人	4800円	書道セット ・半紙
	書道教室 半切※1	18歳以上	4/9～6/11	10:00～11:30	3	12人	3600円	書道セット ・半切(条幅)

※1…申し込み少数の場合は、中止となることがあります。

※2…先着順

※3…講座初日に徴収します。途中退会時の返金はありません。

学 ぶ 暮らしのセミナー 「れんこんカレーをつくろう！」

日時 4月25日(木) 午前10時30分～正午

場所 二中地区公民館

講師 東部ガス ガスタスクール講師

定員 30人(先着順)

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、筆記用具

申込方法 土浦市消費生活センターへ電話で

申込締切 4月15日(月)

問合せ 同センター(☎823-3928)



催 し 協働のまちづくりファンド認定事業 荒川沖DO!!桜フェスティバル



日程 3月31日(日)

場所 乙戸沼公園

内容 ステージパフォーマンス、屋台、キッチンカー

時間	ステージイベント
10:00	開会式、土浦三中吹奏楽部演奏
10:50	ダンスパフォーマンス
11:50	壽ちんどん宣伝社、お囃子
13:15	ベリーダンス、バンド演奏
16:00	閉会式

◆前夜祭

日時 3月30日(土) 午後6時30分 ※雨天延期
(受け付けは午後3時から)

場所 乙戸沼公園

内容 桜色のLEDバルーンランタンを夜空にリリース
※LEDバルーンランタンの予約販売を行っています。
詳しくは、ホームページをご覧ください。

問合せ 荒川沖DO!!SPE会

(☎090-9019-2358 大曾根)

担当 市民活動課

催 し 愛♡I Wind Orchestra 第13回定期演奏会

日時 3月24日(日) 午後1時30分～3時15分
(開場は午後1時から)

場所 クラフトシビックホール土浦

出演 土浦第三高校 吹奏楽部、土浦工業高校 音楽部、
水戸啓明高校 Big Band Express Jazz Orchestra

内容 リトル・マーメイド・メドレー など

問合せ 愛♡I Wind Orchestra

(☎090-8872-4176 橋本)

担当 文化振興課

広告

学ぶ 土浦いきいき出前講座をぜひご利用ください



いきいき出前講座とは、市民の皆さんの要請に応じて、希望の日時・場所に市職員などが出向き、行政の仕組みや事業内容などについて説明する講座です。市民の皆さんが気軽に学べるように、さまざまな講座を用意しています。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。講座内容など、詳しくはホームページをご覧ください。

日時 午前9時～午後9時(日曜日は午後5時までの希望する日時)

※祝日および12月29日～1月3日を除きます。

※土日には開催できない講座があります。

※業務の都合により、希望日時に職員を派遣できない場合があります。

対象 市内在住・在勤・在学で、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 担当部署と日時を調整のうえ、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込書を郵送または直接

※申込書は生涯学習課窓口、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。

注意事項

- 講座によって、材料費などが必要な場合があります。
- 講座とは関係のない意見・要望はご遠慮ください。
- 営利、政治、宗教などの目的での利用はできません。
- 会場は受講者にて用意してください。
- 機構改革により、担当部署などが変更になる場合があります。

問合せ・申込先 生涯学習課(☎内線5114
〒300-0036 大和町9-2)

No.	講座名	担当部署	
1	市民課に届けるのはどんな時?	市民課 (☎内線2286)	
2	知っていますか?あなたの市民税	課税課 (☎内線2239)	
3	なるほど、わかった! 固定資産税の仕組み		
4	市税の納付方法と滞納処分のお話	納税課 (☎内線2348)	
5	知っておきたい選挙の知識	選挙管理委員会 (☎内線2010)	
6	土浦の花火を百倍楽しむ方法	商工観光課 (☎内線2705)	
7	ジオパークってなーに?	水道課 (☎821-6237)	
8	水道水はどうつくられるの?		
知っ得と安心なるほど講座		消費生活センター (☎823-3928)	
9	～成人編～		
10	～新成人編～		
11	～お年寄り編～		
ネットトラブル注意報			
12	～中・高校生編～		
13	～お年寄り編～	土浦市シルバー 人材センター (☎824-8281)	
14	人生100年時代 第2の人生を シルバー人材センターで ～あなたの活躍が土浦の力になる～		
環境	15	見てくださいませんか?ごみの行く末1 ～清掃センター見学～	清掃センター (☎841-3427)
	16	見てくださいませんか?ごみの行く末2 ～一般廃棄物最終処分場見学～	
	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)

No.	講座名	担当部署	
環境	20	廃ガラスアート工作	環境保全課 (☎内線2327)
	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	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	こども政策課 (☎内線2281)
	27	児童福祉アレコレ	
	28	よく分かる!子ども・子育て新制度	こども包括支援課 (☎内線2392)
	29	子どもを守ろう!児童虐待防止	
	30	ご存知ですか?ヤングケアラー	高齢福祉課 (☎内線2476)
	31	あなたと家族のお役に立ちます 介護保険	
	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～		
35	あなたの身近にひそむ高齢者虐待	国保年金課 (☎内線2406)	
36	国民健康保険のしくみ		
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	社会福祉協議会ってなーに?		
40	赤い羽根教室～じぶんの町を 良くする。しくみ講座～		
41	ボランティア活動アレコレ ～もっと気軽にボランティア～		
42	地域の拠点「ふれあいきいきサ ロン」をつくろう		
43	インスタントシニア体験 ～高齢者疑似体験～		

情報ひろば

No.	講座名	担当部署	
福祉	44 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～	社会福祉協議会 (☎内線3100)	
	45 地域福祉活動計画とは		
	46 みんなで学ぼう！～成年後見セン ターのしくみと活用法～		
	47 障害のある方の相談支援について		
健康	48 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)	
	49 ハッとする子どもの事故を防ぐた めにできること		
	50 すくすく育て！ 3歳までに身に付けたい生活習慣		
	51 ティーンから始めるココロと体の 健康づくり		
	52 パパママ集まれ！ 親子で遊ぼうレッスン		
	53 おだやかな親子関係をつくるコツ		
	健康講座		
	54 ～生活習慣病予防編～		
	55 ～たばこと健康編～		
	56 ～運動編～		
	健康講座(運動)		
	57 ～おてがる筋力チェック編～		健康増進課 (☎826-3471)
	58 ～認知症予防編～		
	おいしく楽しい食生活		
	59 ～生活習慣病予防編～		
	60 ～子どもの元気ごはん編～		
	61 ～土浦市版食事バランスガイド編～		
	62 ～低栄養予防編～		
	63 あなたの体力は何歳？		スポーツ振興課 (☎内線5123)
防災・防犯	64 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)	
	65 あなたの命と財産を守る！ 防犯教室	生活安全課 (☎内線2490)	
	66 交通事故に遭わないために	生活安全課 (☎内線2240)	
	67 今から考えよう！空家について		
救命	覚えよう！とっさの時の応急手当	消防本部 警防救急課 (☎821-0119)	
	68 ～基礎救命講習～		
	69 ～普通救命講習Ⅰ～		
	70 ～普通救命講習Ⅱ～		
	71 ～普通救命講習Ⅲ～		
	72 ～上級救命講習～		
	73 ～応急手当普及員養成講習～		
	74 ～救命入門コース～		
	75 火の用心！住まいの防火		消防本部 予防課 (☎821-0119)
	76 身近な危険物を安全に使いましょう		
77 自然災害への備え！ 今、私たちにできること			

No.	講座名	担当部署
まちづくり	78 なるほど・ザ・つちうら ～土浦市総合計画～	政策企画課 (☎内線2205)
	79 つちうらは“自転車のまち” ～Let's Enjoy Cycling～	政策企画課 (☎内線2366)
	80 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)
	81 ダイバーシティ&インクルージョ ンってなーに？	人権推進課 (☎内線2507)
	82 男女共同参画ってなーに？	
	83 地域コミュニティってなーに？	市民活動課 (☎内線2456)
	84 協働ってなーに？	
	85 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)
	86 海外の姉妹都市や友好都市を 紹介します！	
	87 生活道路が整備されるまで	道路建設課 (☎内線2357)
	88 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)
	89 バリアフリーとは	都市計画課 (☎内線2382)
	90 公共交通を利用しましょう	
	91 市街地再開発によるまちづくり	都市整備課 (☎内線2266)
92 土地区画整理事業で住みよいまちを		
93 中心市街地の活性化	公園・施設管理課 (☎内線2258)	
94 きれいにしよう！みんなの公園		
産業	95 土浦のレンコンは日本一！	農林水産課 (☎内線2709)
	96 イノシシについて考えてみよう！	農林水産課 (☎内線2712)
教育	97 青少年の健全育成アレコレ	生涯学習課 (☎内線5114)
	98 大切です！家庭教育	生涯学習課 (☎内線5163)
	99 明るい社会を目指して ～いろいろな人権課題を通して～	
	100 くらしや仕事に役立つ！ 図書館の活用法	市立図書館 (☎823-4646)
	101 絵本を楽しもう	学校給食センター (☎846-2601)
102 こうしてできる学校給食		
103 戦争の記憶をたどる		
文化	104 ふるさとの歴史再発見	市立博物館 (☎824-2928)
	105 古代の火おこしに挑戦	
	106 遺跡から学ぶ土浦の歴史	
行財政	107 公共施設の今後のあり方を考える	行革デジタル推進課 (☎内線2497)
	108 市のサイフをのぞいてみれば	財政課 (☎内線2213)
	109 わかりやすい議会の仕組み	議会事務局 (☎内線2277)