

# 子育てひろば

## 5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	7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6年1月生まれ	15日(水)、16日(木)	13:10~14:30	
	1歳6か月児健康診査	令和4年10月生まれ	8日(水)、9日(木)	13:15~14:15	
	3歳児健康診査	令和3年2月生まれ	22日(水)、23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	13日(月)	10:00~11:20	
	10か月児育児相談(予約制)	令和5年7月生まれ	21日(火)	9:30~10:45 13:15~14:00	
	2歳児育児相談(予約制)	2歳児	10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(未就学児対象)

#### ◆育児相談

日時 月~金曜日 午前9時30分~午後4時30分  
 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  
 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

## 5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(認定こども園土浦幼稚園内) ☎823-1288

☎月~金曜日 午前9時30分~正午、午後1時~4時30分  
 ▶うた遊び・音遊び、ベビーマッサージ、音楽ふれあい会 など

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~正午、午後1時~3時  
 ▶エコバッグを作ろう、野菜を育ててみよう、ベビーマッサージ講習会 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  
 ▶こいのぼり制作、紙芝居をみよう、運動遊び&身体測定 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  
 ▶骨盤矯正ヨガ、ベビーマッサージ、親子ビクス 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  
 ▶4月5月合同誕生会、身長・体重計測会、砂場遊び 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

▶からだであそぼう、親子ビクス、チャレンジ(紙ひこうき飛ばし・小学生対象) など

ポプラ児童館 ☎841-3212

▶ママとベビーのなかよしタイム、一輪車教室、げんきっこ!あつま~れ など

新治児童館 ☎862-4403

▶ゲームデー、親子ハンドメイド、リズム&リトミック など

### ▼ イベントなどの様子 ▼ (都和児童館)



からだであそぼう



親子ビクス

4月1日から

### 1か月児健診の受診費用を助成します



**対象** 令和6年4月1日以降に生まれ、1か月児健診を受けた日に市に住民登録がある乳児の保護者

**助成額** 5605円を上限に健診に要した費用

**受診場所** 県内の協力医療機関

※県外の医療機関で受診する方は、事前にこども包括支援課にご連絡ください。

**持ち物** 受診票、母子健康手帳

※受診票は妊娠届出時に交付します。なお、3月31日以前に妊娠届出をされた方は、順次ご自宅に郵送します。

問 こども包括支援課(☎内線2513)



### 乳児用チャイルドシートを貸し出します

**受取日時** 5月12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** 市内在住の1歳未満児の保護者、または6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** 5月7日(火)、8日(水)

問 生活安全課(☎内線2490)



## 1歳おめでとう

★4月生まれのおかちゃん★



1歳になったね♡  
たくさん食べて  
元気に育ってね!

ほのか ちゃん



祝☆1歳  
毎日ニコニコ我が家の  
癒やしキャラ怪獣♡

ほだか ちゃん



1歳おめでとう♡  
いっぱい笑って  
楽しく過ごそうね!

みちる ちゃん



はーとが強くて  
るんるんご機嫌な  
かわいい子♡

はるか ちゃん



いつもニコニコで  
かわいいよ♡  
元気に育ってね!

けいと ちゃん



1歳おめでとう!  
お兄ちゃんと仲良く  
笑顔で育ってね

りつ ちゃん



1歳おめでとう  
これからも沢山の  
笑顔を咲かせてね!

ふじ ちゃん



素敵な1年ありがとう  
この先も  
思い出を増やそうね☆

つかさ ちゃん



幸せな毎日  
ありがとう!  
ずっと大好きだよ

さく ちゃん



1歳おめでとう!  
♡大好きだよー♡

たける ちゃん

6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。

#### 申込締切

4月24日(水)

- ・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。
- ・一言は、記号(!・♡・♪など)も1字と数えて24字以内です。
- ・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) ✉ genkou@city.tsuchiura.lg.jp



# 春の公民館講座 受講生募集

■**申込資格** 市内在住または在勤の方

■**申込方法** 次のいずれかの方法でお申し込みください。

①**往復はがきで**

下の例のように記入し、郵送  
(はがき1枚につき1人1講座)

②**公民館窓口で**(受付時間：午前9時～午後5時)

各講座を開催する公民館に、申込者の宛名を記入した郵便はがきを直接(月曜休館)

③**パソコン・スマートフォン・携帯電話で**

ホームページ「令和6年度 春の公民館講座」のページから電子申請

右のQRコードからアクセスできます▶



■**申込締切** 4月17日(水)(消印有効)

■**受講生の決定** 定員を超えた場合は抽選です。結果は、通知(はがきまたはメール)でお知らせします。なお、5月15日(水)までに通知が届かないときは、申込先の公民館へお問い合わせください。

■**持ち物について** 特別に準備が必要と思われるもののみ<sup>特</sup>記載しています。そのほか受講時に必要な持ち物は、ホームページに掲載しています。また、通知でもお知らせしますのでご確認ください。

■**その他** 教材費は通知にしたがって納めてください。なお、納入後に講座が中止となった場合、全額返金できないことがあります。

## ■往復はがきの記入例

63 (返信)	□□□-□□□□	(はがき1枚につき 1人1講座)
郵便番号	住所	氏名
(返信・表)	希望する講座名 氏名(ふりがな) 年齢・性別 郵便番号・住所 電話番号	(往信・裏)

63 (往信)	□□□-□□□□	
土浦市〇〇番地	〇〇公民館	(何も記入を しないでください)
(往信・表)		(返信・裏)

お申し込み  
お待ちしております♪



## 一中地区公民館 〒300-0044 大手町13-9 ☎821-0104

曜日	講座／講師／内容	日程	時間	定員	教材費
水	<b>女性のための「健康づくり栄養」</b> ／明治安田生命つくば支社 秘められた野菜のチカラなど、楽しくわかりやすく紹介します。	6/19、7/3	10:00～ 11:30	20	—
	<b>初めてのレザークラフト講座</b> ／一木 雅裕 レザークラフトで身の回りのアイテムの愛用品を制作しましょう。	6/19・26、7/3・10	14:00～ 15:30	10	1000
木	<b>BC(バランスコンディショニング)ヨガ</b> ／飯嶋 理恵 BCヨガで体幹を鍛えて、痛みに悩まない体をつくろう！ <sup>特</sup> ヨガマット	6/6・20、 7/4・18、 8/1	14:00～ 15:00	8	—
金	<b>スマホを始めよう！スマホの基本とLINEの使い方</b> ／片岡 秀典 スマホの本当の基本操作から始め、LINEの使い方を学びます。 <sup>特</sup> iPhoneかAndroidのスマートフォン	6/7・14・21・28、 7/5・12	9:30～ 11:30	16	500
	<b>街歩き講座</b> ／観光ボランティアガイド 土浦駅周辺や上高津貝塚など、土浦の歴史の旅を歩いて巡ります。	6/28、7/5	8:50～ 12:10	20	100
	<b>包丁研ぎ講座</b> ／伊藤 純雄 包丁の研ぎ方をマスターしましょう。 <sup>特</sup> 包丁、砥石(お持ちの方)	7/19・26、8/2	10:00～ 11:30	各回 10	—
土	<b>蕎麦打ち体験講座</b> ／土浦蕎麦同好会 蕎麦打ちに挑戦してみよう！ <sup>特</sup> 蕎麦の持ち帰り容器(縦20cm×横25cm×高さ7cm程度)	6/15・29、7/13	9:00～ 13:30	14	4500

民間企業  
連携講座

二中地区公民館 〒300-0026 木田余1675 ☎824-3588

曜日	講座／講師／内容	日程	時間	定員	教材費
火	<b>デトックスヨガ</b> ／鈴木 綾子 前屈やねじりのポーズで不要な物を出せる体づくりを目指しましょう。 📎ヨガマット、バスタオル	6/4・11・18・25、 7/2	10:00～ 11:30	20	—
水	<b>健康太極拳</b> ／坪田 龍二 柔らかい動きと、深くゆっくりとした呼吸法で心と身体を健康に。 <b>己書(おのれしょ)</b> ／佐藤 晴美(己書 はるかぜ道場) 字の上手い下手は関係なし。筆ペンを使って己の書を楽しみましょう。	5/22・29、 6/5・12・19・26	13:30～ 15:30	15	—
木	<b>スマホアプリ(地図やカレンダー)活用講座</b> ／片岡 秀典 アプリのインストール・使い方をゆっくり解説します。 📎iPhoneかアンドロイドのスマートフォン	6/27、 7/4・11・18・25、 8/1	10:00～ 12:00	10	500
土	<b>初めてのつまみ細工</b> ／中込 美紀子(花結工房) つまみ細工の基礎を覚えて小物を作ります。初めての方向け講座です。	6/29、7/6	13:30～ 15:30	10	1500

三中地区公民館 〒300-0843 中村南四丁目8-14 ☎843-1233

曜日	講座／講師／内容	日程	時間	定員	教材費
火	<b>ローカルヒストリーウォーキング13</b> ／観光ボランティアガイド ①水戸街道「荒川沖～土浦宿」を歩く(約7km) ②牛久助郷一揆「義民の碑」を訪ねて(約9km) <b>はじめてのパッチワークキルト</b> ／一木 みどり パッチワークの基礎を学び、刺し子とのコラボ作品を作ります。 📎洋裁セット	①6/4 ②6/11 (予備日6/18)	8:30～ 12:30	30	400
木	<b>バラをきれいに咲かせるコツお教えします!</b> ／ジョイフル本田 バラを咲かせるための剪定・病害虫管理方法をご紹介します。 集合場所：ジョイフル本田荒川沖店園芸コーナー	7/4	14:00～ 15:00	15	—
金	<b>太極舞</b> ／むらさき(山下 めぐみ) 中国伝統舞踊と太極拳がベースの健康体操です。 📎室内用シューズ <b>姿勢改善トレーニング&amp;ストレッチ</b> ／西岡 瑠伊花 正しいフォームでお腹や背中、お尻の筋トレやストレッチをします。 📎ヨガマット、室内用シューズ	6/7・14・21・28、 7/5・12・19・26	9:30～ 10:30	30	—
土	<b>体を整える気功術および椅子軸法</b> ／小林 洋子 イスに座って体の中心軸を作り、気功術で体幹を整える健康法です。	6/15・22・29、 7/6・13	10:00～ 11:00	15	—

民間企業  
連携講座



二中地区公民館  
己書



三中地区公民館  
パッチワークキルト

**四中地区公民館** 〒300-0814 国分町11-5 ☎824-9330

曜日	講座／講師／内容	日程	時間	定員	教材費
火	<b>初夏の爽やかなリース型アレンジメント</b> ／高須 由加里 卓上に置くリース型のフラワーアレンジメントを作ります。 🍷園芸用ハサミ	6/11・18	10:00～ 12:00	各回 10	3500
水	<b>自分の心と体を元気にしよう！楽しくエクササイズ</b> ／富田 恵里子 マインドフルネスと簡単なエクササイズによる心身の健康指導。 🍷ヨガマット	6/12・26、 7/10・24、 8/7・21	9:30～ 10:30	20	—
水 土	<b>春から初夏の寄せ植え</b> ／熊澤 康子 寄せ植えを楽しみながら、お手入れ(土・肥料など)のお話も。	6/26・29	13:30～ 14:30	各回 10	3500
木	<b>健康的な歩き方と運動～けがをしない体を作ろう～</b> ／東郷 俊輔 歩く際の筋肉を整え、より歩きやすい体づくりをお伝えします。 🍷ヨガマット	6/6・20、7/4・18	13:30～ 15:00	15	—
金	<b>いつかは訪れるであろう頻尿講座</b> ／花王 これから心配な頻尿について、骨盤底筋体操も加えて学びます。	6/28	13:30～ 15:00	20	—
日	<b>★楽しくプレイ★ボードゲーム講座</b> ／榎村 柗 ゲームを楽しみ思考力向上などを目指そう！※小4～6年生対象	6/9・23、7/7・21	13:30～ 16:30	10	—

民間企業  
連携講座

**上大津公民館** 〒300-0025 手野町3252 ☎828-1008

曜日	講座／講師／内容	日程	時間	定員	教材費
水	<b>スパイスの世界</b> ／木村 祐子(森の薬膳 CoCo Tea) 七味唐辛子、ガラムマサラなどのスパイスを学びブレンドします。	6/26、7/3	14:00～ 15:30	8	1500
金	<b>筆文字deアート 夏編</b> ／こばやし ゆき 筆文字アートを描けるようになるう！	5/31、6/7・14・21	10:00～ 11:30	12	2000
土	<b>プロから教わるスポーツ自転車メンテナンス</b> ／綾部 勇成 誰でもできるセルフメンテナンス方法を、元プロアスリートが伝授！	6/15	10:00～ 11:30	25	500
	<b>夏にアイスコーヒー講座</b> ／松本 正(ニコニコ珈琲) おいしいアイスコーヒーの入れ方を学んでみませんか？	7/6・13	10:00～ 12:00	20	3000
	<b>親子で夏のれんこん観察会</b> ／吉田農園 園主 れんこん農園体験や試食を交えながら解説します。	8/24 (予備日8/31)	7:00～ 10:00	5組	500
日	<b>古道探訪2024古代東海道・志筑城</b> ／観光ボランティアガイド 公民館に集合して現地へバスで送迎。各日3～6km歩きます。	6/2・9・16 (予備日6/23)	8:30～ 13:00	30	600
	<b>古代生活体験をしよう</b> ／茨城県埋蔵文化財センター 勾玉づくり、火おこしなど、古代の生活を体験。※小4～6年生対象	7/21、8/4	9:30～ 11:30	20	400



四中地区公民館  
ボードゲーム講座



六中地区公民館  
デコパージュ



都和公民館  
体軸運動

六中地区公民館 〒300-0836 烏山二丁目2346-1 ☎842-3585

曜日	講座/講師/内容	日程	時間	定員	教材費
火	そば粉で簡単! ガレットづくり/小見 ひろみ ①そば粉のガレット ②手作り塩麴を使ったグリルチキン ③クッキーにアイシング	①6/4 13:30~15:00 ②6/18 10:30~12:00 ③7/2 13:30~15:00	日程に 記載	12	3000
水	初夏に始めるクラフトバンドのパンかご/富田 留美子 クラフトバンドで使い勝手の良いパンかごを編みましょう。	5/29、6/5・12	10:00~ 12:00	12	800
	デコパージュで作るアクセサリケースとミニバッグ/青木 美加 ①アクセサリケース ②ミニバッグ ☎布用はさみ、手芸用平ペンチ	①6/19 ②6/26	10:00~ 12:00	6	2000
金	優しいヨガストレッチ/鴻田 良枝 難しいポーズはとらずにゆったりとストレッチを行きましょう。	5/31、6/7・14・21・28、 7/5・12・19	14:00~ 15:00	18	—
土	実技で学ぶ東洋医学(自力整体)/中村 博美 東洋医学を実技で学びます。背骨・骨盤のゆがみを取り除きます。	6/1・8・15・22・29、 7/6・13・20	13:30~ 15:00	12	1500

都和公民館 〒300-0061 並木五丁目4824-1 ☎832-1667

曜日	講座/講師/内容	日程	時間	定員	教材費
火	体軸運動で体を若返らせよう!/梅原 博 体の軸となる骨や筋肉の動きを意識しながら、体を整えましょう。 ☎ヨガマット	5/21・28、 6/4・11・18・25、 7/2	10:00~ 11:30	25	—
水	詩吟を楽しみましょう/駒井 龍翔 漢詩・和歌・俳句・歌謡吟詠を基礎から楽しく学びましょう。	5/29、 6/5・12・19・26	10:00~ 12:00	10	200
木	はじめての資産運用/日本証券業協会インストラクター 資産運用・金融商品などの基本をわかりやすく解説します。	6/6	10:00~ 11:30	25	—
	基礎から始めるスマホ講座/ドコモショップ土浦店 スマホの基本的な操作や便利な機能について学びましょう。 ☎iPhoneかアンドロイドのスマートフォン、充電器 ※どちらの種別をお持ちか、申込はがきに記入して下さい。	6/13・20・27、7/4	10:00~ 11:30	20	—
金	ふるさとの道を歩くⅫ/観光ボランティアガイド 天神山古墳と今泉城址への道を散策します。各日6~10km。	5/24・31 (予備日6/7)	8:30~ 12:30	30	400
日	淡水真珠でアクセサリをつくろう/北尾 孝子 淡水真珠を使ってオリジナルのアクセサリを作りましょう。	6/2	10:00~ 11:30	15	3000

新治地区公民館 〒300-4115 藤沢982 ☎862-2673

曜日	講座/講師/内容	日程	時間	定員	教材費
火	民間企業 連携講座 ~ちょっと気になる~紫外線対策講座/花王 紫外線の性質と肌の影響、日焼け止めの効果的な塗り方について学ぶ。	5/21	13:30~ 14:30	30	—
	顔ヨガ*1日3分マイナス10歳顔/岩瀬 くにこ 顔のエクササイズを楽しく覚えて肌を活性化し、若顔小顔を目指そう。	5/28、6/11・25、 7/9・23、8/6	10:30~ 11:30	20	300
	民間企業 連携講座 暮らしのキレイ「お掃除」講座/花王 衛生的で快適な暮らしに役立つ住まいの洗剤・お掃除のコツを伝授。	6/4	13:30~ 15:00	30	—
水	~体と心を整えよう~ヨガ/今泉 莉奈・芦原 万智子 ヨガが初めて・運動不足の方も安心して行えるヨガです。 ☎ヨガマット	5/22・29、 6/5・12・19、 7/3	13:00~ 14:30	20	—
木	ロマンの里「新治探訪」10/観光ボランティアガイド ①藤沢城址周辺探訪 ②小町山沢コース登山 ③座学で里山の魅力を学ぶ ※天候によっては②と③の順序が変更になります。	①5/23 8:30~12:30 ②5/30 8:30~11:50 ③6/6 9:30~11:30 (予備日6/13)	日程に 記載	30	500
日	初夏の「身近な山菜と薬草」観察と試食/栗原 孝 ①日枝神社周辺の散策 ②「身近な山菜・薬草」講義・試食	①6/2 9:00~12:00 ②6/16 13:30~16:30	日程に 記載	20	200
	アロマの効果で心身リラックス/小神野 雅子 精油を使ったアロマのルームスプレーやせっけんなどで心身をリラックス。	6/2・30	10:00~ 11:30	10	1500



4月23日(火)～5月12日(日)は  
「こどもの読書週間」です



図書館では、読書週間の期間中に  
次のイベントを開催します。ぜひ、ご参加ください。

「つちまるブックセット」貸出

期間／4月23日(火)～29日(月) 対象／乳幼児から高校生  
場所／市立図書館(アルカス土浦館および各分館)  
内容／年齢別・テーマ別のおすすめ本2冊セットの貸出  
※なくなり次第終了

リサイクルブックマーケット

日時／4月29日(月) 午前10時から  
場所／市立図書館(アルカス土浦館) 4階研修室  
内容／図書館で不用になった雑誌などを無償で配布

おはなしコンサート

期間／5月3日(金) 午前11時から  
場所／アルカス土浦 ステップガーデン  
協力／たけとんぼ(ボランティア団体)



※「おはなし会」の開催日時は、19ページの「子育てひろば」に掲載しています。

2024年4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				

全館休館 分館のみ休館

アルカス土浦館

【平日】10:00～20:00  
【土・日・祝日】10:00～18:00  
三中地区分館・神立地区分館  
都和分館・新治地区分館  
【火～日曜日】10:00～17:00

今月の展示棚 「入門特集」

春はスタートの季節です。  
いろいろな分野の、初めてでも  
わかりやすい入門書を中心に  
集めました。

食生活改善推進員の健康料理 No.191  
サツマイモの皮のきんぴら



今回は食品ロス削減メニューです。サツマイモには整腸作用のある成分として、食物繊維のほかに、皮付近に「ヤラピン(サツマイモを切ったときに出てくる白い液体)」という成分が多く含まれています。ぜひ、皮も無駄なく使い切りましょう。

材 料 (6人分)

サツマイモの皮 100g (厚めにむく)	砂糖	小さじ1
しょうゆ	水	小さじ2
みりん	黒いりごま	大さじ2
		小さじ2

作 り 方

- ①サツマイモの皮は太めの千切りにし、水に3分程度さらして水気を切る。
- ②フライパンに黒いりごま以外の材料をすべて入れて、汁気がなくなるまで弱火～中火で煮からめる。
- ③仕上げに黒いりごまを加え、全体にからめたら、火を止める。

1人分の栄養

エネルギー	41kcal
たんぱく質	0.6g
脂質	1.1g
カルシウム	31mg
食物繊維	0.7g
食塩相当量	0.2g

今月の食改さん



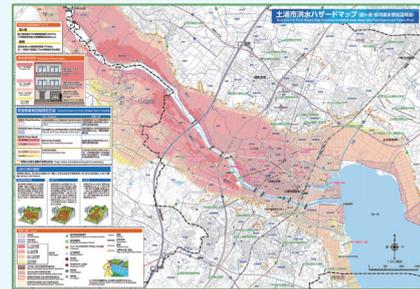
クックパッド「土浦市栄養士さん」のキッチンでは、そのほかの健康料理も紹介しています。ぜひご覧ください。



ハザードマップを使って、避難場所を確認しよう

災害時に被害が予想される区域や、避難場所などの情報を地図上に示したものを「ハザードマップ」といい、次のようなものがあります。

- ・洪水ハザードマップ  
洪水により想定される浸水の区域と深さを示します。
- ・土砂災害ハザードマップ  
土砂災害により被害が予想される区域を示します。
- ・液状化危険度マップ  
地震により液状化の発生の恐れがある区域を示します。
- ・内水ハザードマップ  
大雨が降った場合などに、下水施設や水路から溢れた雨水により浸水するおそれがある区域を示します。
- ・道路冠水マップ  
大雨が降った場合に、冠水するおそれのある(冠水したことがある)道路を示します。



洪水ハザードマップが新しくなりました

乙戸川や花室川などの中小河川の浸水区域を追加した、新しい洪水ハザードマップを作成しました。浸水区域が増えたことにより、危険が予想される箇所や避難場所に一部変更があります。

災害が起きたときに適切な避難行動が取れるように、事前にハザードマップを確認し、避難場所や避難経路などについて家族や地域の皆さんと決めておきましょう。

土浦市のハザードマップ一覧はこちら



地域安全情報 No.134

閩生活安全課(☎内線2298)

◆令和6年春の全国交通安全運動(4月6日~15日)

スローガン

急いでも 見逃さないで 小さな手

運動の重点

- ・子どもが安全に通行できる道路交通環境の確保と安全な横断方法の実践
- ・歩行者優先意識の徹底、思いやり・ゆずり合い運転の励行
- ・自転車・電動キックボードなどの利用時のヘルメット着用と交通ルールの順守

4月10日は「交通事故死ゼロを目指す日」です



◆自転車盗への防犯対策を!

県内で自転車盗の被害が増加しています。被害に遭った自転車の約7割は無施錠でした。また、無施錠で被害に遭った人の半数超は高校生や大学生です。

令和5年の自転車盗認知件数

県内…2118件(前年比+486件)  
土浦警察署管内…236件(前年比+113件)  
※県内ワースト3位

盗難被害を防ぐために

- ・短時間でも自転車から離れるときは確実に鍵をかけましょう。
- ・備え付けの鍵のほか、ワイヤーロックやU字ロックなど、防犯性の高い補助錠を使用し、二重ロックをしましょう。
- ・防犯登録をしましょう。防犯登録は自転車利用者の義務です。盗難に遭った場合、防犯登録をしていたことにより、所有者へ速やかに返還されることがあるなどのメリットがあります。
- ・自宅では防犯カメラやセンサーライトがある場所などに駐輪場所を設置しましょう。

# 未来への伝承

第187回

## 早世藩主土屋寛直の鎧

### 黒漆塗両引合二枚胴童具足

令和2(2020)年、土浦にゆかりのある一

領の具足(鎧)が発見されました。頭を守る兜の前立は、熨斗を五本束ねた「結び熨斗」があしらわれ、祝いを表しているようです。首筋を守る鞆や、腹部や胸部を守る胴、太腿を守る草摺の裏側には金箔が貼られ、その上から透明な漆を塗る「白檀塗」が施されています。腕を守る籠手や、草摺などの裏側には、中国四川省で織られた「蜀江錦」が使われるなど、高価な材料がふんだんに用いられています。

小ぶりながら精緻で、意匠が尽くされた具足には、ところどころに土浦藩主土屋家の家紋「三石置」や「九曜」があしらわれ、胴には「祥」と記された小札が付けられています。土屋家歴代当主のなかで「祥」の字が用いられるのは、8代当主土屋寛直の諡「祥善院」のみです。

寛直は7代当主英直の長男として生まれましました。父英直が享和3(1803)年8月12日に35歳で亡くなると、寛直が家督を継ぎます。しかし寛直は病弱であったため、文化7(1810)年に予定されていた將軍徳川家斉への御目見も叶わずに亡くなりました。土屋家が作成した系図には、寛直は同8年10月2日に、数え歳にして18歳で亡くなったと記されています。しかし、

実際には前年から急遽跡取りとなる養子探しが行われており、亡くなった年月や年齢ははつきりとしません。土屋家の家臣たちは跡取りを求めて奔走し、最終的には水戸徳川家から治三郎(のち土屋彦直)を養子に迎えることで落着きました。

若くして亡くなった寛直に関する歴史資料は極めて少なく、その足跡をたどることも困難でした。令和2年に発見された具足は、その大きさや当時の記録から、寛直の鎧着初に用いられたものと考えられます。この発見により、寛直の体格が小柄であったこと、成長した寛直に対して土屋家が豪華な具足を仕立てていたことが明らかにになりました。

寛直の早世は他家から養子を迎えるという、土屋家にとって転換点となる大きな出来事でした。土屋家、そして土浦藩にとって重要な意味を持つこの具足は、5月12日(日)まで開催している市立博物館・上高津貝塚ふるさと歴史の広場合同展「土浦モノ語り―資料が語る土浦の歴史―」で、市立博物館に展示しています。ぜひご覧ください。

市立博物館(☎824・2928)



黒漆塗両引合二枚胴童具足



#### 土屋家 三石置紋

3つの石からなる紋。石置ともいう。



#### 土屋家 九曜紋

中心が太陽、周りが星。厄除けに通じる。

# 5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)
	13:30~15:50	(1人20分)	☎内線2399	
司法書士相談	8日(水)		広報広聴課	相続、登記、成年後見などに関する助言【司法書士】※予約制(4月25日(木)から)
	13:30~15:35	(1人25分)	☎内線2399	
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 なるかお問い合わせください		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	16日(木)		広報広聴課	相続、契約、許認可申請などに関する助言【行政書士】※予約制(4月25日(木)から)
	13:30~16:30	(1人30分)	☎内線2399	
総合労働相談	10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 ☎029-350-4864
	13:30~16:30		茨城県社会保険労務士会 ☎029-350-3222 ※予約優先(1人1時間)	
土地家屋調査士 相談	1日(水)		広報広聴課	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(1人30分)
	13:30~15:30		土地家屋調査士会 ☎029-259-7400	
行政相談	①1日(水) ②15日(水)		①イオンモール土浦 ②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】 (①の会場：3階フードパーク付近デッキ)
	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【市職員】
	8:30~17:15		☎内線2399	
税務相談	7日、14日、21日(火)		税理士会土浦支部	税に関すること【税理士】※予約制
	13:00~16:00		☎824-5055	
心配ごと相談	1日、15日(水)		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	22日(水)		社会福祉協議会	成年後見に関すること【弁護士】(1人25分) ※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【市職員】
	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	
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【青少年相談員】※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	15日(水) 弁護士相談	土浦合同庁舎県南地方 交通事故相談所	交通事故に関すること【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	
女性のための フェミニスト相談	毎週火曜日		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(1人40分)
	11:00~15:40		☎827-1107	
女性のための 一般相談	10日、24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(1人50分)
	13:00~15:50		☎827-1107	

今号から左綴じになりました

## 5月の健康相談・休日当番医・献血

### 健康相談

相談名	日程	受付時間	場所
健康相談(予約制)	8日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	14日(火)	13:30~16:10	
リハビリ相談(予約制)	8日(水)	9:00~11:30	障害福祉課(☎内線2470)
こころの相談(予約制)	7日(火)	13:00~15:00	
高齢者健康相談	9日(木)	10:00~11:30	老人福祉センターつわぶき(☎831-4126)
	23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。

5月	内科	外科	歯科
3日(金)	土浦リハビリテーション病院 ☎875-7888 真鍋新町	野上病院 ☎822-0145 東崎町	堀越歯科医院 ☎826-6491 桜町四丁目
4日(土)	大石内科クリニック ☎835-0014 大岩田	県南病院 ☎841-1148 中	菊池歯科医院 ☎822-1661 中高津一丁目
5日(日)	烏山診療所 ☎843-0331 烏山二丁目	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	ましこ歯科医院 ☎823-7575 都和一丁目
6日(月)	あおき内科クリニック ☎825-8181 木田余	野上病院 ☎822-0145 東崎町	ごとう歯科クリニック ☎825-6480 並木一丁目
12日(日)	荒川沖診療所 ☎843-0859 荒川沖南区	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	海老原歯科医院 ☎830-4748 北荒川沖町
19日(日)	石井内科クリニック ☎841-6125 右糶	松永医院 ☎823-7771 中高津三丁目	鈴木歯科 ☎824-3311 小岩田東一丁目
26日(日)	鈴木クリニック ☎841-7711 中荒川沖町	県南病院 ☎841-1148 中	田中歯科医院 ☎821-3426 川口一丁目

土浦市休日緊急診療所 ☎823-9628(診療時間のみ) 下高津二丁目7-27(土浦市保健センター内)

診療科	曜日	診療時間
小児科	日・祝日	午前9時~正午 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

※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。

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

### 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。  
ぜひご協力をお願いします。

日時/5月11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)



広報つちうら 4月上旬号  
発行:土浦市 編集:広報広聴課  
発行日:令和6年4月2日  
〒300-8686 土浦市大和町9番1号  
☎029-826-1111(代表)  
防災無線 ☎0120-826-113  
☒ info@city.tsuchinara.lg.jp

人口と世帯数(令和6年3月1日現在)  
14万2077人、6万6783世帯  
5月上旬号は、4月26日(金)発行予定です  
※4月中旬号の発行はありません

QRコードは、(株)フジワー  
ヴェーヴの登録商標です  
VEGETABLE  
OIL INK  
UD  
FONT