

令和5年度下半期寄付・寄贈



令和5年10月から令和6年3月までにいただいた、寄付・寄贈品を公表します。

※掲載の承諾をいただいた方のみ(順不同、敬称略)

寄付者	金額・物品
千束町歯のクリニック	100,000円
土浦ライオンズクラブ	図書5冊
土浦北ライオンズクラブ	時計台1基
明治安田生命保険相互会社	738,000円
土浦金魚品評大会実行委員会	19,100円
土浦青年会議所	室内遊具一式
小網 きみ子	ジャングルジム1基
土浦南ロータリークラブ	アルミベンチ8基
東部瓦斯 茨城南支社	54,900円
宗教法人真如苑茨城精舎	300,000円
有川 洋子	10,000円
Bloom Act*	200,000円
タートル工業*	60,000円

寄付者	金額・物品
土浦地区交通安全協会	児童傘・交通安全冊子・交通安全ポスター・反射材各958個、横断旗85本
みずほフィナンシャルグループ 損害保険ジャパン 明治安田生命保険相互会社 第一生命保険	交通安全「黄色いワッペン」 1000個
水郷つくば農業協同組合	交通安全帽子949個
茨城県石油商業組合	クリアファイル1000枚
日本マクドナルド	防犯笛1000個
経営者志塾	金額非公表

*筑波銀行の寄贈サービス付SDGs私募債「地域の未来応援債」を活用

令和5年度企業版ふるさと納税寄付企業

※掲載の承諾をいただいた企業のみ(順不同、敬称略)

寄付者	金額	使い道
精工	1,500,000円	マタニティタクシー利用料金助成事業 など
ENEOSリニューアブル・エナジー	金額非公表	子ども自転車乗り方教室事業 など
信輝	2,000,000円	チャイルドシート貸出事業

健康教室



うつ病について

土浦市医師会 上月 英樹 先生
(土浦メンタルクリニック)

うつ病についての理解を深めるための活動が盛んに行われており、だいぶ一般の方にも浸透してきたと思われます。今回は、うつ病の重要な点のおさらいをします。

うつ病は、抑うつ気分(いわゆる晴れ晴れとしない感じ)や、興味の喪失(趣味的なものへの関心が薄れる)、またはその両方を併せ、それに加えて、食欲・睡眠・性欲の大幅な増減が2週間以上続くときに診断されます。甲状腺機能が低下している場合にも同じような症状が現れるので、うつ病の確定診断をするためには、採血をして甲状腺ホルモンを測定することが必須です。

うつと聞くと、すぐに犯人探しが始まります

が、うつの原因はいまだ不明です。では何が誘因かというと、これは星の数ほどあります。しかし、ここで気をつけなければいけないのは、誘因が全くない場合も多いということです。むしろ誘因のないうつのほうが、内因性うつといい、より重篤なことがあります。

それから、別の角度からうつを表現することができます。すなわち、「うつは波である！日内変動に留意する」ということです。決まって朝に死にたくなり、深夜に樂になる。だから、いやな朝を迎えたくなくて、寝るのが遅くなり、そして、昼夜逆転してしまう！

心当たりのある方は、早めに精神科や心療内科の扉をノックしてください！！