

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、だいが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)、またはその両方を伴い、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方が、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あります。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、深夜に楽になる。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!!