

夢のある、元気のある土浦

広報 つちうら

Tsuchiura Public Relations



上旬号/No.1367

思い出の夏



暑い夏がやってきました。お祭りやプールに出かけたり、スポーツ観戦をしたり、今年もたくさんの思い出を作りたいですね。
暑さ対策を万全にして、夏を楽しみましょう！

Topics

- P2-3 キラリ輝くつちうらの宝
- P4 ピックアップつちうら

広報つちうら8月中旬号の発行はありません。
次の広報つちうらは9月上旬号(9月3日発行)です。

キラリ輝く! つちうらの

宝

未来に向かって努力している人は、皆輝いています。
スポーツ、文化芸術活動など、さまざまな分野で活躍し、令和5年12月～令和6年7月に市役所に報告に来ていただいた方などをご紹介します。

ドッジボール

EMPRESS (小学生ドッジボールチーム)

第10回全日本女子総合
ドッジボール選手権
3位入賞



野球

真鍋NEXUS (少年野球チーム)

第46回くりくり少年野球
選手権大会 (全国大会) 出場

駅伝

櫻井 裕夢さん
(土浦日本大学
中等教育学校)

天皇盃第29回
全国都道府県対抗
男子駅伝競争大会
出場



丸山 美伶寧さん
(都和中学校)

第4回フリースケート
世界大会
ランプ競技 3位



濱野 依人さん
(土浦第六中学校)

第4回フリースケート
世界大会
ストリート競技 5位



ボランティア

つくば国際大学高等学校 常総学院高等学校
土浦日本大学高等学校 霞ヶ浦高等学校
土浦日本大学中等教育学校



マラソンコースや市内
駅周辺のごみ拾いなど



野球

常総学院高等学校硬式野球部



第96回選抜高等学校野球大会 ベスト16

テコンドー

岡野 祐紀さん(昭和大学)

第35回
全日本テコンドー選手権
マッソギ男子 -64kg級
準優勝

自転車(ロードレース)

西尾 勇人さん(711フィリピン)

2022ツール・ド・おきなわ
チャンピオンレース 4位



食文化

木村 英明さん
(日本料理店「よし町」)

第14回農林水産省
料理人顕彰制度
「料理マスターズ」
ブロンズ賞



社会教育

田上 顕さん

文部科学省
令和5年度
社会教育功労者表彰



パリ2024オリンピック 日本代表

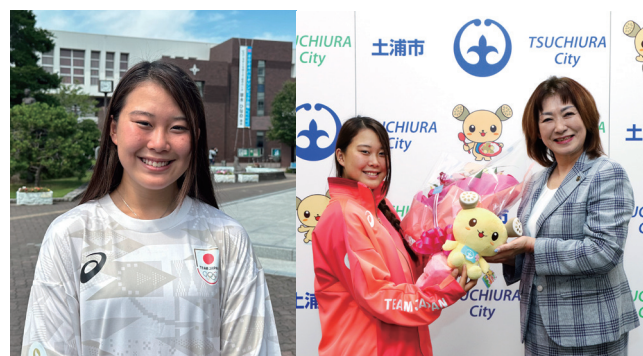
大川 慶悟選手 草木 ひなの選手 を応援しよう！



大川 慶悟選手 水球男子
(土浦第二小学校・土浦第一中学校卒業)

大川選手にとって、リオデジャネイロ、東京に続いて3大会連続の出場となるパリ大会。チーム最年長として挑む今大会は、最後のオリンピックと位置づけ、目標は「ベスト8以上」と力強く話していました。

類まれなる身体能力を活かした、スピード感溢れるプレーに注目です！



草木 ひなの選手 スケートボード女子パーク
(土浦日本大学高等学校通信制課程在学)

スケートボード界ではトップクラスの速さを誇り、「鬼姫」の異名を持つ草木選手。初選出となるパリ大会では「悔いの残らないように楽しんで、最後まで滑り切りたい」と笑顔で話していました。

世界最高レベルの高さから繰り出されるダイナミックなパフォーマンスに注目です！

第93回土浦全国花火競技大会 有料観覧席を販売します

問花火のまち推進室（☎内線2705）

第93回土浦全国花火競技大会

日時 11月2日（土）

午後5時30分～8時

※荒天時は、3日（日）または
9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。



席の種類と価格

栈敷席（購入は1人1マスまで）

	大きさ	入場可能人数	価格
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5席まで）

A席…5000円、B席…4000円、C席…3000円

※栈敷席かイス席のどちらかをお選びください。

※価格はすべて税込です。

申込方法など

販売方法 事前申し込みによる抽選販売

※有料観覧席の窓口販売は行いません。

申込期間 8月26日（月）午前10時～
9月22日（日）午後11時59分

申込方法 「チケットぴあ」から▶

当選発表 9月27日（金）午後6時から「チケットぴあ」にて

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



応援ありがとうございます ふるさと土浦応援寄付

問ふるさと納税推進室（☎内線2437）

令和5年度も、土浦を「ふるさと」と思う多くの方から応援いただきました。ありがとうございました。
寄付の内容と活用事業をお知らせします。

ふるさと土浦応援寄付の内容	件数	金額	主な活用事業
子どもが夢と希望を持ち、生き生きと育つまちづくり	1万2475件	1億8075万6000円	・小中学校長寿命化改良事業 ・認定こども園整備事業 ・放課後児童クラブ推進事業
未来につなげる「地域の宝」を生かしたまちづくり	1718件	2319万4000円	・土浦全国花火競技大会開催事業 ・自転車ネットワーク整備事業
暮らしやすさ、働きやすさが人を呼ぶまちづくり	3033件	3900万9000円	・新治運動公園整備修繕事業 ・荒川沖木田余線整備事業
安心な市民生活を支える災害に強いまちづくり	2253件	3035万7000円	橋梁耐震対策・長寿命化修繕事業
新型コロナウイルス感染症対策	1万8823件	2億3188万9320円	新型コロナウイルス感染症への対策などに活用
「土浦新能」を土浦市の文化遺産として継承したい（使い道指定）	32件	89万1000円	土浦新能関連事業
指定しない	8359件	1億1469万7000円	各プロジェクトから事業を選択して活用
合計	4万6693件	6億2079万3320円	



お知らせ

9月のスマートフォン講座

◆基本操作・防災関連スマートフォン講座

番号	日程	備考
①	9月4日(水)	アンドロイドユーザー向け
②	9月6日(金)	iPhoneユーザー向け

時間 午後1時～3時

講師 ソフトバンク スマホアドバイザー

内容 基本操作、災害時における情報収集・活用方法を学ぶ
※講師が用意したスマートフォンを使用します。



◆初心者のためのスマートフォン講座

講師 NTTドコモ 持ち物 スマートフォン ※スマートフォンをお持ちでない方も参加できます。

番号	内容	日時
①	電源の入れ方、ボタンの操作方法、電話・カメラの使い方	9月5日(木) 午前10時～正午
②	電源の入れ方、ボタンの操作方法、スマートフォンの安全な使い方	9月5日(木) 午後1時30分～3時30分
③	インターネットの使い方、アプリのインストール方法	9月11日(水) 午前10時～正午
④	アプリのインストール方法、地図アプリの使い方	9月11日(水) 午後1時30分～3時30分
⑤	アプリのインストール方法、FUN+WALKアプリの使い方 iPhone	9月25日(水) 午前10時～正午
⑥	アプリのインストール方法、FUN+WALKアプリの使い方 アンドロイド	9月25日(水) 午後1時30分～3時30分
⑦	インターネットの使い方、デジタルリテラシーについて iPhone	9月30日(月) 午前10時～正午
⑧	インターネットの使い方、デジタルリテラシーについて アンドロイド	9月30日(月) 午後1時30分～3時30分

※ **iPhone** はiPhoneユーザー、**アンドロイド** はアンドロイドユーザー向け講座です。

◎共通

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る方

定員 各20人(定員を超えた場合は抽選)

※抽選結果は8月28日(水)までに全員に通知します。

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)
- ・スマートフォン保有の有無、利用期間
- ・保有スマートフォンの種別
(iPhoneまたはアンドロイド)
- ・電話番号(固定電話・携帯電話)・希望講座名と番号



基本・防災講座
申込QRコード



初心者講座
申込QRコード

申込締切 8月21日(水)(必着)

申込先 メール…✉ joho@city.tsuchiura.lg.jp

ファクス…FAX 822-9252

はがき…〒300-8686 大和町9-1

※宛先にDX推進課「基本・防災スマートフォン講座係」
または「初心者のためのスマートフォン講座係」と記入してください。

問合せ DX推進課(☎内線2378)

お知らせ

令和7年 二十歳のつどい

日時 令和7年1月12日(日) 午後1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16年4月2日から平成17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。

※式典内容などの詳しい情報は、11月ごろにホームページなどでお知らせします。

問合せ 生涯学習課(☎内線5115)

お知らせ

第3回土浦市議会定例会

日時 いずれも午前10時から

招集日 9月3日(火)

一般質問 9月9日(月)～11日(水)

最終日 9月25日(水)

※日程は変更になる場合があります。詳しくはお問い合わせください。

場所 本庁舎4階 土浦市議会議場

問合せ 議会事務局(☎内線2274)

お知らせ 定額減税しきれないと見込まれる方へ 調整給付金を支給します



物価高への支援の一環として実施している定額減税において、定額減税しきれないと見込まれる方に対して、その差額を調整給付金として支給します。

詳しくは、ホームページをご覧ください。

対象 基準日(令和6年6月3日)において、定額減税可能額が令和6年分推計所得税額または令和6年度個人住民税所得割額を上回る方

申請方法 確認書(対象の方へ8月中旬頃に発送予定)に必要事項を記入し、本人確認書類の写しなどと一緒に郵送

申請期限 10月31日(木) (消印有効)

調整給付額の算出方法

調整給付額=①+② ※1万円単位で切り上げ

①所得税分控除不足額

所得税分定額減税可能額

定額減税3万円×(本人+扶養親族数)

令和6年分
推計所得税額

②個人住民税分控除不足額

個人住民税分定額減税可能額

定額減税1万円×(本人+扶養親族数)

令和6年度
個人住民税
所得割額

問合せ 課税課(☎内線2232)

〒300-8686 大和町9-1)

お知らせ 第2回土浦市多文化共生推進プラン 検討委員会

日時 8月22日(木) 午前10時から
(受け付けは午前9時30分から)

場所 本庁舎3階 庁議室

内容 市民意識調査の結果説明、第2次プラン策定のための課題整理 など

傍聴定員 10人(先着順)

問合せ 市民活動課(☎内線2030)

お知らせ イノシシの捕獲活動を行います



近年イノシシの目撃例や農作物被害が多発しています。市では、イノシシの活動が活発になる8月中旬から11月中旬までを重点期間とし、猟友会と連携して捕獲活動を行います。山林に入る際はご注意ください。

問合せ 農林水産課(☎内線2711)

お知らせ いばらき出会いサポートセンター 入会登録料無料キャンペーン



10月31日(木)まで、女性を対象として、入会登録料(通常11000円または22000円)が無料になります。

問合せ 同センター(☎029-224-8888)

お知らせ 陸上自衛隊夜間飛行訓練

日程 8月20日(火)～22日(木)、27日(火)～29日(木)、
9月3日(火)、4日(水)、10日(火)～12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 真鍋鹿島神社例大祭にともなう 交通規制のお知らせ



◆通行止め日時・区間

8月24日(土)

・午前9時～11時

国道125号線真鍋小入口～鹿島神社

・午後5時～9時30分

真鍋宿通り(真鍋坂下交差点～新川橋)

8月25日(日)

・午後5時～9時30分

真鍋宿通り(真鍋坂下交差点～新川橋)

・午後5時～6時、午後7時30分～8時30分

市民会館交差点～ホームセンター山新交差点

・午後5時～8時30分

ホームセンター山新交差点～ロイヤルホスト交差点

◆例大祭

・本祭・渡御祭

日時 8月24日(土) 午前10時～午後0時30分

※渡御行列 鹿島神社から御仮殿(真鍋三丁目)へ

・お神楽「浦安の舞」奉納

日時 8月24日(土) 午後8時～8時30分

場所 御仮殿(真鍋三丁目)

・還御祭

日時 8月25日(日) 午後1時～3時

※還御行列 御仮殿(真鍋三丁目)から鹿島神社へ

◆山車・獅子屋台の巡行 8月23日(金)～25日(日)

◆競演会

日時 8月25日(日) 午後6時30分から

場所 クラフトシビックホール土浦(市民会館)駐車場

※詳しくは、観光協会ホームページをご覧ください。

①フーリングシェルターをご活用ください

市内のウエルシア薬局が加わりまして ▶
問合せ 環境保全課(☎内線2327)



お知らせ

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。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。

◆職員の任免および職員数に関する状況

職種別職員数

(人)

職種区分	令和5年度		令和6年度	
	当初	退職	採用	当初
行政職	797	▲31	51	817
消防職	190	▲2	13	201
技能労務職	22	0	0	22
合計	1,009	▲33	64	1,040

※行政職には企業職を含みます。

※職員数には、再任用短時間勤務職員を含みません。

※令和6年度採用には、令和5年10月1日採用者と茨城県警察本部からの割愛職員を含みます。

◆職員の勤務時間、その他の勤務条件の状況

・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

・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

・初任給、平均年齢、平均給料月額

(令和5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…198,500円	41.0歳	298,280円
消防職	大卒…219,200円	37.3歳	300,143円
企業職	大卒…198,500円	43.4歳	302,295円
技能労務職	高卒…151,900円	53.1歳	280,652円

・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として計算した指数です。本市の令和5年度のラスパイレス指数は94.8です。

・主な職員手当

管理職手当、扶養手当、通勤手当、期末勤勉手当(民間企業のボーナスにあたる手当)、地域手当、住居手当、時間外勤務手当 など

問合せ 人事課(☎内線2329)

お知らせ

8月の納期限

休日・夜間納税相談日

◆納期限：9月2日(月)

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

◆休日・夜間納税相談窓口

日時 休日…8月25日(日) 午前9時～午後5時

夜間…9月12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

危険物取扱者試験準備講習会

(乙種第4類)



日時 9月18日(水)・19日(木) (全2回)

午前9時15分～午後4時15分

場所 新治地区公民館

料金 県内各地区危険物安全協会会員…13450円

非会員…16450円

※受講料、テキスト代、テキスト送料を含みます。

申込方法 茨城県危険物安全協会連合会ホームページから

申込期間 8月21日(水)～9月4日(水)

問合せ 予防課(☎821-5967)



お知らせ

全国瞬時警報システム(Jアラート)

全国一斉情報伝達訓練

日時 8月28日(水) 午前11時

放送内容

・チャイム音

・「これはJアラートのテストです」×3回

・「こちらは、ぼうさいつちうらです」

問合せ 防災危機管理課(☎内線2009)



お知らせ

脳脊髄液減少症について



脳脊髄液減少症は、外傷などをきっかけに脳脊髄液が減少し、頭痛、めまい、倦怠感などが現れる疾患です。県ホームページで脳脊髄液減少症の診察が可能な医療機関を公表していますので、ご覧ください。

問合せ 健康増進課(☎826-3471)

情報ひろば

お知らせ つちうら認知症バリアフリー講演会 「認知症の理解と援助」

日時 9月8日(日) 午後2時～3時30分
場所 クラフトシビックホール土浦(市民会館)
講師 杉山 孝博さん(川崎幸クリニック院長)
定員 200人(先着順)
申込方法 高齢福祉課に電話または右の
QRコードから
問合せ 高齢福祉課(☎内線2501)



お知らせ 市が保有する未利用地を 一般競争入札により売却します



売却する市有地の概要

所在地	面積 (合計)	都市計画区域/ 用途地域
卸町一丁目 7番8および7番9	2899.50㎡	市街化区域/ 準工業地域
板谷四丁目714番4 外2筆 (旧都和幼稚園)	土地 3131.57㎡ 建物 766.08㎡	市街化区域/ 第一種低層住居専用 地域

スケジュール(予定)

- ・公募要領配布 8月1日(木)～21日(水)
 - ・入札参加申込期間 8月22日(木)～28日(水)
 - ・入札および開札 9月26日(木)
- ※入札参加申込方法など、詳しくはホームページをご覧いただくかお問い合わせください。
- 問合せ** 管財課(☎内線2225)

お知らせ 入札への参加を希望する方へ



市が発注する役務の提供、印刷、物品納入などの入札参加資格の審査受付を行います。

対象 新たに登録を希望する方、またはすでに登録している業種の追加・変更を希望する方

※工事・コンサルタントの受付は茨城県と共同で実施します。詳しくは、県ホームページをご覧ください。

申請方法 ホームページにある入札参加資格審査申請書一式を郵送

有効期間 10月1日から1年6か月間

申請期限 8月30日(金) (消印有効)

※詳しくは、ホームページまたは管財課で配布する要項をご覧ください。

問合せ 管財課(☎内線2227
〒300-8686 大和町9-1)

催し 朝日峠自然観察会 ～朝日峠の生き物を知ろう!～



日時 9月8日(日) 午前9時～11時30分
※雨天時・熱中症警戒アラート発令時は中止します。
集合場所 朝日峠展望公園駐車場(小野)
対象 市内在住の小学4年生以上(未成年者は保護者同伴)
講師 ネイチャークラブにいはり
内容 朝日峠の生き物観察、生物多様性などの講義
定員 10組20人程度(定員を超えた場合は抽選)
持ち物 長袖・長ズボンの服、懐中電灯、長靴、帽子
申込方法 電話またはホームページから
申込締切 8月22日(木)
問合せ 環境基本計画推進協議会事務局
(☎826-3327)

催し 桜川エコアドベンチャーツアー 川遊び



日時 9月21日(土) 午前8時30分～午後5時
※荒天中止、雨天時は内容を変更する場合があります。
行き先 宝篋山(つくば市小田)、
桜川河川敷(つくば市松塚)
集合・解散場所 ラクスマリーナ(川口二丁目)
対象 市内在住の小学生とその保護者
(小学1～3年生は保護者同伴)
内容 湧水探索、水質実験、川遊び
定員 20人程度(定員を超えた場合は抽選)
持ち物 昼食、飲み物、着替え
申込方法 ホームページから
申込締切 8月19日(月)
問合せ 環境保全課(☎内線2379)

催し ウォーキング大会 桜川の風を感じながら土手道を歩こう

日時 9月28日(土) 午前9時30分～正午
(受け付けは午前9時から)
※雨天の場合は室内で運動します。
集合場所 四中地区公民館
内容 常福寺コース(約5.5km)
定員 30人(先着順)
持ち物 飲み物、健康保険証、帽子
申込方法 健康増進課に電話で
申込期間 9月10日(火)～20日(金)
※元気アップ!リイばらきポイント対象事業です。
問合せ 健康増進課(☎826-3471)



学ぶ 認知症サポーター養成講座

日時 9月7日(土) 午前10時～正午
場所 三中地区公民館
対象 市内在住の小学4年生～中学生とその保護者
内容 認知症についての講義、高齢者疑似体験 など
定員 15組30人(先着順)
申込方法 地域包括支援センターうららに電話または直接
申込期間 8月13日(火)～30日(金)
問合せ 地域包括支援センターうらら
(☎824-0332)



学ぶ フレイル予防に！ 元気アップ講座 月曜コース

日時 9月30日、10月7日・28日、11月11日・18日、
12月23日、1月20日、2月10日(月)
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 市内に住民登録がある65歳以上の方
内容 フレイル予防に関する講義・運動 など
定員 20人(先着順)
申込方法 高齢福祉課に電話で
問合せ 高齢福祉課(☎内線2500)

学ぶ 世界の友達と話そう！ 国際理解教室



日程 9月9日(月)～3月14日(金)
対象団体 市内の小・中・義務教育学校・高等学校、
幼稚園、保育園、市民団体、サークル など
内容 希望の会場に外国人講師を派遣し、1～2時間
程度日本語で母国の文化などを紹介
申込締切 10月31日(木)
※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 市民活動課(☎内線2031)

学ぶ 皆さんの学びを応援 まなびナビ第70号を発行しました



8月中旬から11月中旬に実施する、市や県などが
主催する講座情報を掲載しています。各中学校地区公
民館や図書館、各支所・出張所などで配布しているほ
か、ホームページでもご覧いただけます。
問合せ 生涯学習課(☎内線5114)



学ぶ 勤労青少年ホーム 後期講座 受講生募集

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8日(日)
※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 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	10/8～3/18	18:30～20:00	17	12人	3000円
	やさしい手編	10/8～3/18	18:30～20:30	17	6人	1000円
水	茶道	10/9～3/12	18:30～20:30	16	6人	8000円
	書道	10/10～3/13	18:30～20:00	17	12人	—
木	着付	10/10～3/13	18:30～20:30	17	6人	5000円
	料理	10/10～3/13	18:30～20:30	12	12人	15600円
金	リラックス・ヨガ	10/11～3/14	18:30～19:30	17	12人	1000円
	いろいろなお花のレッスン	10/11～3/21	19:00～20:30	12	12人	15000円
土	ZUMBA	10/5～3/15	10:30～11:30	18	30人	—
	ピラティス&ヨガ	10/5～3/15	10:30～12:00	17	12人	3000円
	やさしい英会話	10/5～3/15	13:00～14:30	17	12人	—
	英会話	10/5～3/15	14:45～16:15	17	12人	—
	やさしいバレエ	10/5～3/15	15:30～17:00	17	12人	4000円
日	ゆるゆるYOGA	10/6～3/16	11:00～12:00	18	12人	—

情報ひろば

学

水郷体育館

ぶ

第3期スポーツプログラム

受講生募集

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)

申込期間 8月15日(木)～9月15日(日)(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 霞ヶ浦文化体育会館(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	ピラティス	一般男女	10/1～12/17	9:50～10:40	10	35人	5500円
	バレーボール	一般女子	10/1～12/17	10:00～12:00	10	40人	6500円
	ZUMBA GOLD®	一般男女	10/1～12/17	11:00～11:50	10	35人	6500円
	深層筋トレ 自分を大切に心と身体を磨く	一般男女	10/1～12/17	13:30～14:20	10	30人	6500円
	かんたんエアロビクス&ストレッチ	一般男女	10/1～12/17	18:50～19:40	10	35人	6500円
	タイ式ヨガ ルーシーダットン	一般男女	10/1～12/17	20:05～20:50	10	30人	5500円
水	体幹と脚の筋活とほぐし！！	一般男女	10/2～12/18	11:40～12:30	12	30人	6600円
	身体★メンテナンス 腰痛予防&股関節編	一般男女	10/2～12/18	12:50～13:40	12	35人	7800円
	やさしいヨガ	一般男女	10/2～12/18	14:00～14:50	12	35人	6600円
	骨盤調整ストレッチ	一般男女	10/9～12/18	10:20～11:10	8	25人	5200円
木	バランスコンディショニンググチェア New	一般男女	10/3～12/19	9:20～10:10	11	30人	7150円
	ストレッチ&ヨガ	一般男女	10/3～12/19	11:00～11:50	12	35人	6600円
	楽しくキッズフラダンス	4～15歳女子	10/3～12/19	18:00～18:50	8	25人	6000円
	太極舞	一般男女	10/3～12/19	18:40～19:30	11	35人	6050円
	キックシェイプ	一般男女	10/3～12/19	19:50～20:40	11	35人	6050円
	ハワイアン・フラ 夜間	一般男女	10/3～12/19	20:00～20:50	12	35人	6600円
金	姿勢矯正・うしろ姿美人	一般男女	10/4～12/20	9:20～10:10	12	35人	6600円
	体幹メソッド・Yoga A	一般男女	10/4～12/20	10:30～11:20	12	35人	6600円
	体幹メソッド・Yoga B	一般男女	10/4～12/20	18:50～19:40	12	35人	6600円
	夜ヨガ	一般男女	10/4～12/20	19:30～20:20	11	35人	6050円
土	ハワイアン・フラ 午前	一般男女	10/5～12/21	10:00～10:50	10	35人	5500円
	リラックスヨガ	一般男女	10/5～12/21	19:00～19:50	8	35人	4400円
日	ベリーダンス	一般女子	10/6～12/22	10:30～11:20	10	20人	8000円
	ピラティス&ベリーシェイプ	一般男女	10/6～12/22	11:40～12:30	10	30人	7000円

学

水郷テニスコート

ぶ

第3期硬式テニス教室

受講生募集

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20日(火)～9月20日(金)

※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 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】	10/1～12/3	19:30～21:00	8	40人	6100円
水	中級【試合想定】	10/2～11/20	19:30～21:00	8	24人	9100円
木	初心・初中級【基本・応用】	10/3～11/21	19:30～21:00	8	40人	6100円
金	初心初級	10/4～12/6	10:00～11:30	10	40人	7600円

学 ぶ ワークヒル土浦
第3期講座 受講生募集

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)

申込期間 8月17日(土)～9月18日(水)(必着)

※定員を超えた場合は抽選。なお、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 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火曜※1	一般男女	10/1～12/17	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	10/1～12/17	11:30～12:30	10	40人	5200円
	リズムキック exercise	一般男女	10/1～12/17	13:30～14:30	10	40人	5200円
	コンシャスヨーガ&自力整体	一般男女	10/1～12/24	15:45～17:00	10	40人	5200円
	ステップ&コンディショニング	一般男女	10/1～12/17	19:30～20:30	10	25人	5200円
水	エアロビクス水曜	一般男女	10/9～12/18	10:00～11:00	10	40人	5200円
	楽しいピアノ(初級～中級)※2	一般男女	10/9～12/18	10:00～11:00	10	10人	10500円
	パンチ&キックエクササイズ	一般男女	10/9～12/18	18:40～19:40	10	40人	5200円
	ZUMBA ～ラテン音楽+ダンスエクササイズ～	一般男女	10/9～12/18	20:00～21:00	10	60人	5200円
金	ひさしぶりのピアノ(中級～上級)※2	一般男女	10/11～12/20	9:50～10:50	10	10人	10500円
	らくらくシニア体操金曜※1	一般男女	10/11～12/20	10:00～11:00	10	25人	5200円
	やさしいピアノ(初級)※2	一般男女	10/11～12/20	11:00～12:00	10	10人	10500円
	からだバー®エクササイズ ～しなやかな体づくり～※3	一般男女	10/11～12/20	13:30～14:30	10	20人	5200円
	趣味で楽しむピアノ(初級～上級)※2	一般男女	10/11～12/20	14:00～15:00	10	10人	10500円
	チビッ子体操	未就学児 (4～6歳)※4	10/11～12/20	16:30～17:30	10	12人	10500円
	すっきり爽快エアロ	一般男女	10/11～12/20	18:50～19:50	10	40人	5200円
	キャンドルヨガ	一般男女	10/11～12/20	20:00～21:00	10	40人	5200円
日	STEP&ストレッチ	一般男女	10/6～12/15	18:00～18:50	8	25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	10/6～12/15	19:10～20:00	8	40人	4100円

※1…らくらくシニア体操講座の申し込みは、いずれか1講座のみ

※2…ピアノ講座の申し込みは、いずれか1講座のみ

※3…からだバー®は当日貸し出し

※4…講座開始時点の年齢

学 ぶ 体験講座「縄文土器をつくろう」

日時 9月7日(土) 午前10時30分～午後3時
9月21日(土)・22日(日) 午前10時～午後3時
10月19日(土) 午前9時～正午 (全4回)

場所 上高津貝塚ふるさと歴史の広場

内容 出土品をモデルにした土器づくり(自由作品不可)

講師 上高津貝塚土器づくりの会

定員 10人(先着順) ※小学3年生以下は保護者同伴

持ち物 昼食

料金 300円(材料費)

申込方法 電話または直接(月曜休館)

問合せ 上高津貝塚ふるさと歴史の広場(☎826-7111)

学 ぶ 日商簿記検定3級
受験対策講座



日時 9月7日～10月12日の土曜日
午前9時～11時30分 (全5回)

場所 土浦商工会議所(中央二丁目)

対象 日商簿記3級の資格取得を目指して学習中で、基礎知識のある方

定員 30人(先着順)

料金 6000円(教材費を含む)

申込締切 8月30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 同会議所(☎822-0391)



相談 土浦地方家族会の開催

日時 8月17日(土) 午後1時30分～3時30分
場所 四中地区公民館
対象 精神に障害がある方とその家族
内容 悩み相談、意見交換
問合せ 土浦保健所(☎821-5342)

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、子どもやその保護者からの相談に応じます。

日時 8月21日(水)～27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)

相談 司法書士による全国一斉子どものための養育費電話相談

日時 8月31日(土) 午前10時～午後9時
相談ダイヤル ☎0120-567-301
問合せ 茨城青年司法書士協議会(☎0296-48-9107)

相談 健診結果まるごと相談

日程	場所
8月23日(金)	六中地区公民館
9月5日(木)	土浦市保健センター
9月18日(水)	土浦市保健センター
9月20日(金)	ワークヒル土浦
9月25日(水)	三中地区公民館
10月4日(金)	都和公民館
10月17日(木)	土浦市保健センター
10月29日(火)	土浦市保健センター
10月31日(木)	三中地区公民館
11月15日(金)	土浦市保健センター
11月22日(金)	新治保健センター

時間 午後1時30分～3時30分(相談時間は15分程度)
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・結果で気になることなど)、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 健康増進課に電話で
問合せ 健康増進課(☎826-3471)

12 土浦市役所 ☎826-1111(代表)

相談 社会保険労務士による無料年金相談

日時 8月17日(土) 午前10時～午後4時
 8月21日(水) 午前10時～午後3時
場所 常陽銀行土浦支店(中央二丁目)
申込方法 電話で
問合せ 同支店(☎822-3216)



募集 シルバー人材センター刈払機作業スタッフ講習会



日時 ①9月20日(金) 午前9時～午後4時40分、
 ②9月24日(火) 午前10時～午後3時(全2回)
場所 ①土浦市シルバー人材センター(東真鍋町)、
 ②新治運動公園
対象 令和7年3月31日時点で満60歳以上で、同センターの会員になり就業できる方
内容 安全衛生教育、実機を使用した実技
定員 15人(先着順)
申込方法 窓口にある申込書に必要事項を記入し、同センターへ直接
申込締切 8月30日(金)
 ※入会条件など、詳しくはホームページをご覧ください。
問合せ 同センター(☎824-8281)

募集 シルバーリハビリ体操指導士3級養成講習会の受講者募集



「シルバーリハビリ体操指導士」は、シルバーリハビリ体操の普及を通して、地域の介護予防を推進するために市内各地で活躍しているボランティアです。

日程	時間	場所
10月9日(水)	9:30～16:00	男女共同参画センター
10月11日(金)	9:15～16:00	生涯学習館
10月16日(水)	9:30～16:00	
10月18日(金)	9:30～16:00	
10月22日(火)	9:30～16:00	

対象 次の条件をすべて満たす方
 ・市内在住でおおむね50歳以上
 ・講習会修了後に地域活動に参加できる
 ・常勤の職に就いていない
内容 解剖運動学・介護予防などに関する講義、体操の実技
定員 16人(先着順)
申込方法 高齢福祉課に電話、直接、またはホームページから
申込締切 9月9日(月)
問合せ 高齢福祉課(☎内線2500)

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7年4月1日(火)～10月5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会期まで連続で希望できます。

申込期間 9月1日(日)～15日(日)

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(火)から

申込方法 利用許可申請書を直接(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。
くか、お問い合わせください。

問合せ 土浦市民ギャラリー(☎846-2950)※月曜休館

県南広報紙 相互紹介 まつりつくば2024



日時 8月24日(土)・25日(日) 正午～午後9時

場所 つくばエクスプレスつくば駅周辺

内容 神輿やねぶたの大パレード、まんぶく広場(市内グルメ集合) など

問合せ つくば市観光推進課(☎029-883-1111)



市立博物館テーマ展

土浦道中絵図

—描かれた水戸道中—

9月7日(土) ▶ 10月20日(日)

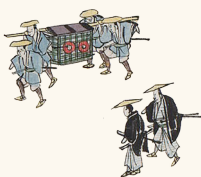
開館時間 午前9時～午後4時30分

休館日 月曜(9月16日・23日、10月14日を除く)、
9月17日(火)・24日(火)、10月15日(火)

入館料 一般…200円 高校生以下…無料

展示構成

- I 水戸道中を眺める
- II 水戸道中の整備と機能
- III 水戸道中と土浦の城下町
- IV 水戸道中の動揺



問合せ 市立博物館(☎824-2928)

宝暦8(1758)年に当時の土浦藩主、土屋篤直によって描きあげられた「土浦道中絵図」をとおり、18世紀中ごろの水戸道中の姿を紹介します。



土浦道中絵図 ▶
(市立博物館所蔵)
市指定文化財

「水戸道中」とは？

五街道である日光道中の付属の街道で、江戸と水戸を結ぶ重要な街道です。当時、土浦の城下町やその周辺地域は水陸交通の要衝として繁栄し、この道には多くの往来がありました。「水戸街道」「水戸海道」などとも呼ばれ、幕府の公的記録には「水戸道」とあります。

記念講演会「描かれた水戸道中」

日時 9月28日(土) 午後1時30分～3時

講師 小口 康仁さん
(学習院大学文学部哲学科助教)

定員 50人(先着順)

申込方法 9月10日(火)から電話で

▼水戸様御入国図(市立博物館所蔵)



学芸員によるギャラリートーク

日時 9月7日(土)・16日(月)、10月20日(日)

午前10時から／午後2時から

※いずれも30分程度



テーマ展の
見どころを
解説します

城下町ウォーキング

日時 10月13日(日) 午前10時～11時 ※雨天中止

定員 20人(先着順)

申込方法 9月10日(火)から電話で



2024年8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	31

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「アウトドア特集」

夏といえば海？それとも山？
暑い夏にアウトドアを楽しみたい方にオススメの本をご用意しました。

土浦市立図書館100周年記念特別企画

◆図書館の思い出募集～図書館と私、思い出の一頁～

応募方法 土浦市立図書館・各分館にある応募用紙に、図書館との思い出を記入して応募箱に投函

応募締切 8月31日(土)

夏休み特別企画

◆としょかんクエスト

日時 8月26日(月)

①午前11時から ②午後2時から ③午後3時30分から

対象 ①未就学児 ②③小学1～3年生

内容 クイズやなぞなぞを解きながらアルカス土浦館を探検

定員 各親子10組(先着順)

申込方法 8月10日(土)より右のQRコードから



◆平和の大切さを子どもたちに伝えたい！

つちうら駄菓子屋楽校 平和学習紙芝居「英ちゃんと原爆」

日時 8月16日(金)・17日(土) ①午前11時から ②午後2時から

場所 アルカス土浦 1階ラウンジ

対象 小学4年生以上 ※大人の方も参加できます。

読み手 紙芝居士ことぶき

※「おはなし会」の開催日時は、17ページの「子育てひろば」に掲載しています。

地域安全情報 No.138



生活安全課 ☎内線2306



◆夏の水難・山岳事故に注意しましょう

【水難事故】

海岸の離岸流に注意

海岸では沖へ向かう強い流れ「離岸流」が発生している場合があります。浅瀬であっても沖に流されて死亡する事故も発生しています。ライフセーバーのいる監視・救助体制の整った海水浴場に行くなど、身を守ることを心がけましょう。

子どもの水難事故に注意

子どもの水の事故は、自宅近くの小さな川、池、用水路などの身近な場所でも発生しています。保護者や周囲の大人たちが、子どもだけで危険な水辺に行かないよう、よく言い聞かせておきましょう。

◆住まいのエンディングノートを作成しましょう

このノートは、元気なうちから家族で将来の住まいについて話し合うきっかけを提供することを目的としています。家系図や、建物・土地の所有状況に加え、これらを将来どうしたいかなどの情報を記入しましょう。

【山岳事故】

山岳事故の多くは、天候に対する誤った判断や軽装での登山など、知識や準備不足が原因で発生しています。夏山では、登山中に熱中症を発症するおそれもありますので、早めの出発、早め下山を心がけ、体調が悪いと感じたときは、無理をせず登山を中止しましょう。また、茨城県内の山に登る際には、茨城県警へ登山届を提出し、万が一、山で遭難してしまった場合などに備えましょう。



空家は放置すると、資産価値が下がるほか、近隣の方にも悪影響が及ぶことがあります。このノートを活用し、放置空家の発生抑制や空家の適切な管理につなげましょう。

詳しくはホームページをご覧ください。



食生活改善推進員の健康料理 No.194
豚肉とナスの生姜南蛮ダレ



ナスの皮には「ナスニン」という色素が含まれています。ナスニンには抗酸化作用(活性酸素を除去する働き)があり、動脈硬化などの生活習慣病の予防効果が期待されています。

1人分の栄養

エネルギー	326kcal
たんぱく質	12.1g
脂質	24.6g
カルシウム	53mg
食物繊維	2.6g
食塩相当量	1.4g

今月の食改さん



小倉 加代子さん
張替 ひさ子さん

材 料 (4人分)

中長ナス	3本	しょうが	1かけ
インゲン	12本	(千切り)	
豚もも肉	240g	輪切り唐辛子	少々
酒	大さじ1	しょうゆ	大さじ2
米粉	適量	砂糖	大さじ1/2
すりごま		酢	大さじ1/2
	大さじ1と1/2	ごま油	大さじ1/4
揚げ油	適量		

作 り 方

- ①豚もも肉は1cmくらいの厚みに切って、酒を振っておく。
- ②ナスは大きめの乱切りにする。インゲンは上下端を落としておく(長い場合には半分に切る)。
- ③Aの材料を混ぜ合わせる。
- ④①と米粉をポリ袋に入れて、よく振って粉を薄くまぶし、180℃の油でこんがりときつね色になるまで揚げる。
- ⑤ナスとインゲンを表面の色が変わるくらいまで素揚げする。
- ⑥④⑤が温かいうちに③で和え、すりごまを振る。

協働のコーナー

今日、どう? ~協働 花で広がる みんなのまちづくり~

問市民協働室(☎内線2458)

皆さん、花いっぱい運動をご存じですか?

市内では、地域のさまざまな団体が、「思いやり」と「ふれあい」の心を豊かにすることを目的として、花や緑を育て、地域を美しくする活動を行っています。

土浦市まちづくり市民会議では毎年、町内会や企業、学校など、200以上の団体に花苗を配布しています。今年配布をした花の苗は、サルビア、マリーゴールド、ジニア(百日草)です。

各団体が工夫を凝らして作った花壇は、道行く人や地域の住民を癒してくれる存在です。土づくりや種から育てた花々など、活動に参加いただいた皆さんの努力の結晶を、市内各所で見るができます。



桜川保育園



都和小学校



まりやま団地寿楽会

▲令和5年度花いっぱい運動コンクール まちづくり市民会議議長賞の花壇

また、例年開催している花壇コンクールには、約60もの団体から応募があります。コンクールでは、花壇の美しさを表彰するだけでなく、花いっぱい運動への取組状況や花壇のユニークさを讃える「まちかどキラリ賞」「まなびやキラリ賞」を設けることで、花いっぱいのまちづくりに取り組む各団体を応援しています。

この活動を通して、「地域交流のきっかけになった」「ゴミの不法投棄が減った」などの声が寄せられています。皆さんもぜひ、花いっぱい運動に参加をしてみませんか?

今日、どう?

花いっぱい運動の
ページはこちら▼



子育てひろば

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	3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5月生まれ	11日(水)・12日(木)	13:10~14:30	
	1歳6か月児健康診査	令和5年2月生まれ	4日(水)・5日(木)	13:15~14:15	
	3歳児健康診査	令和3年6月生まれ	18日(水)・19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	2日(月)	10:00~11:20	
	10か月児育児相談(予約制)	令和5年11月生まれ	17日(火)	9:30~10:45 13:15~14:00	
	2歳児育児相談(予約制)	2歳児	6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

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(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

♪運動会ごっこ、7・8・9月のお誕生会、
welcomeさくらんぼ♡赤ちゃん集まれ 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

♪双子ちゃん三つ子ちゃん集まれ、魚つり遊び、
手形アート 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

♪グリコ離乳食講座、敬老の日製作、
手形製作(ミノムシ) 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

♪敬老の日のプレゼント作り、Let'sバランスボール、
転写アート 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

♪紙粘土マグネット作り、ブックマーカー作り、
ベビーマッサージ講習会 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、はっぴーママ講座、おはなし会
など

ポプラ児童館 ☎841-3212

♪おはなしひろば(誕生児紹介)、一輪車教室、
ポプラdeうんどうかいごっこ など

新治児童館 ☎862-4403

♪親子でフラダンス、親子ハンドメイド、おはなし会
など

▼イベントなどの様子(白鳥保育園)▼



魚つり遊び

乳児用チャイルドシートを貸し出します

受取日時 9月8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2日(月)・3日(火)
問 生活安全課(☎内線2490)



チャイルドシートを使用しましょう

6歳未満の子どもを車に乗せる場合は、チャイルドシートの使用が義務づけられています。身体の高さに合ったものを選び、正しく使用しましょう。

8月の図書館 おはなし会日程



◆市立図書館(アルカス土浦館)

おはなし会(2階 おはなしのへや)

日 時

11日(日)・17日(土)・25日(日) 午前11時から
 18日(日) 午後2時から

ちいさなおはなし会

(2階 キッズコーナー 乳幼児向け)

日 時 毎週水曜日 午前11時から

夏休みのおはなし会(2階 おはなしのへや)

日 時 29日(木) 午前11時から

◆新治地区分館

日 時 17日(土) 午前11時から

※日程は変更になるとことがあります。ご確認のうえ、ご来館ください。

問 市立図書館(☎823-4646)



1歳おめでとう ★8月生まれのあかちゃん★



♡祝1歳♡
輝け!!!
我が家の夏男〜☆

なつき ちゃん



☆1歳おめでとう☆
笑顔忘れず
すくすく育ってね!

さら ちゃん



さーちゃん
生まれてきてくれて
ありがとう♡

さな ちゃん



祝1歳!
皆を幸せな気持ちに
してくれてありがとう♡

おうた ちゃん



1歳おめでとう!
家族みんな寧々のことが
大好きだよ☆

ねね ちゃん



毎日が宝物だよ!
ありがとう!
1歳おめでとう!

ゆうや ちゃん



たいし☆
1歳おめでとう
まっすぐに育ってね♪

たいし ちゃん



1歳おめでとう!
生まれてきてくれて
ありがとう♡

なおと ちゃん



1歳おめでとう!
いつも笑顔に
癒されています♡

ゆうご ちゃん



1歳おめでとう!
元気でかわいい
笑顔が大好きだよ♡

やひろ ちゃん



祝☆1歳
これからも笑顔いっぱい
元気に育ってね!

れん ちゃん



毎日たくさんの笑顔を
ありがとう!!
大好きだよ♡

よう 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。

申込締切 9月2日(月)

- ・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

つちうら📷 Photo Gallery

花で夏の始まりを感じる

緑に映える花蓮



霞ヶ浦総合公園

初夏に咲く紫陽花



大聖寺

水辺の涼やかさを感じる花菖蒲



乙戸水生植物園

山里に舞う幽玄の光

小町の里 ゲンジボタル

5/26



土浦城下に鳴り響く伝統の音

刻の太鼓

6/10



泥んこ最高！手植えに挑戦

小町の館 田植え体験

6/15



みんなで楽しむ笑顔の一日

土浦市障害者(児)スポーツ大会

6/16



山形のおいしさをお届け

天童フェア(観光物産交流)

6/22



この一球に、込めた思い

全国高等学校野球選手権 茨城大会

7/6～



市長
コラム

夏本番！プールで楽しい思い出づくりはいかがでしょう

土浦市長 安藤真理子



連日、暑い日が続いており、まさに夏本番です。

夏といえばプールが最高の季節！今年も「ヒューナックアクアパーク水郷」がオープンしています。

直線距離80mを超えるウォータースライダーや長さ270mの流れるプールのほか、小さなお子様向けのちびっこプールや25mの多目的プールがあります。有料休憩所(予約制)でプライベートスペースも確保でき、子どもから大人まで1日中楽しく遊べる施設が充実しています。

遠くへ行かなくても地元のプールで、夏ならではの楽しい思い出をたくさん作ってもらえたら嬉しいです！



9月の無料相談



お気軽にご相談ください

相談名	日付		場所・担当	主な相談内容【相談員】
	時間		問合せ・予約申込先	
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	11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(8月26日(月)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。 詳しくはホームページをご覧ください。 になるか、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	19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(8月26日(月)から)
	13:30～16:30	(1人30分)	☎内線2399	
総合労働相談	13日(金)		広報広聴課	労働・社会保険関係など 【社会保険労務士】※予約優先 FAX029-350-3222
	13:30～16:30	(1人1時間)	茨城県社会保険労務士会 ホームページまたはファクス	
土地家屋調査士 相談	4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
	13:30～15:30	(1人30分)	土地家屋調査士会 ☎029-259-7400	
行政相談	①4日(水) ②18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	
心配ごと相談	4日・18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	25日(水)		社会福祉協議会	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)
	10:00～12:00	(1人25分)	☎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	
交通事故相談	月・水～金曜日	18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	
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】
	9:00～17:00		☎823-7838	
教育相談	月～金曜日		教育相談室	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		☎823-7837	
ひきこもり専門相談	19日(木)		土浦保健所	ひきこもりに関すること 【臨床心理士】※予約制
	10:00～12:00	(1人1時間)	☎821-5516	
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	
女性のための フェミニスト相談	毎週火曜日		ダイバーシティ推進室	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
	11:00～15:40	(1人40分)	☎内線2507	
女性のための 一般相談	13日・27日(金)		ダイバーシティ推進室	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
	13:00～15:50	(1人50分)	☎内線2507	

9月のからだところの相談

相談名	日程	受付時間	場所・連絡先
健康相談(予約制)	4日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	10日(火)	13:30~16:10	
リハビリ相談(予約制)	11日(水)	9:00~11:30	
不妊相談(予約制)	5日(木)	18:00~21:00	不妊専門相談センター(☎029-241-1130) ※相談場所は県南生涯学習センター(大和町9-1)です。
	8日・22日(日)	9:00~12:00	
こころの相談(予約制)	3日(火)	13:00~15:00	障害福祉課(☎内線2470)
精神保健相談(予約制)	13日(金)	14:30~16:30	土浦保健所(☎821-5516)
	27日(金)	15:00~16:00	
高齢者健康相談	12日(木)	10:00~11:30	老人福祉センターつわぶき(☎831-4126)
	26日(木)		老人福祉センター湖畔荘(☎828-0881)

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。

9月	内科	外科	歯科
1日(日)	烏山診療所 ☎843-0331 烏山二丁目	野上病院 ☎822-0145 東崎町	なかにし歯科 ☎869-8039 真鍋新町
8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	植田歯科 ☎879-5673 桜町三丁目
15日(日)	石井内科クリニック ☎841-6125 右籾	淀縄医院 ☎822-5615 大町	イバラキクリニック ☎822-4537 中央一丁目
16日(月)	鈴木クリニック ☎841-7711 中荒川沖町	県南病院 ☎841-1148 中	永国台歯科クリニック ☎826-1511 永国
22日(日)	高野医院 ☎841-0154 荒川沖西二丁目	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	吉田歯科医院 ☎824-2008 並木一丁目
23日(月)	木戸医院 ☎841-1753 乙戸南三丁目	野上病院 ☎822-0145 東崎町	小杉歯科医院 ☎824-1089 下高津一丁目
29日(日)	田谷医院 ☎823-2636 生田町	松永医院 ☎823-7771 中高津三丁目	高野歯科医院 ☎831-9965 神立中央一丁目

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	9:00~12:00 13:00~16:00 19:00~22:00
	木・金・土	19:00~22:00
内科	土・日・祝日	19:00~22:00

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。

急な病気や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

各情報はこちらからもご覧いただけます。

土浦市公式HP



土浦市公式SNS



・LINE ・X ・Facebook
・Instagram ・YouTube

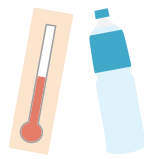
マイシティつちうら



土浦ケーブルテレビでも毎日放送
デジタル11ch(111ch) 各15分
[9:00/12:00/16:00/20:00~]

熱中症に注意しましょう

- ・エアコンや扇風機で、室内を快適に！
- ・こまめな水分、塩分補給を！
- ・熱中症警戒アラートの情報をチェック！



自分で水を飲めないときや意識がはっきりしないときは、迷わずに救急車を呼びましょう。
問合せ／警防救急課(☎821-0119)

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▶

