

夢のある、元気のある土浦

広 報 つ ち う ら



Tsuchiura Public Relations

上旬号/No.1382

うらら大屋根広場



亀城公園

5月5日はこどもの日です。この時期、うらら大屋根広場から亀城公園にかけて、たくさんのこいのぼりが泳いでいます。亀城公園には、今年から新しい遊具も設置されました。春の連休は、お子さんと一緒に、土浦のまちなかに出かけてみませんか？

Topics

P7-10 つちうら子育て応援団

P12-13 子育てひろば

広報つちうらが読める！聞ける！
無料アプリ Catalog Pocket





お知らせ 自転車乗車用ヘルメット購入費の一部を補助します

受付期間 5月1日(木)～令和8年3月20日(金)
対象 市内に住民登録があり、市税の滞納がない次の方

対象		ヘルメット購入日
65歳以上		令和7年4月1日以降
高校生相当	平成19年4月2日～平成22年4月1日生まれ	
	平成22年4月2日～平成23年4月1日生まれ*	令和8年1月1日以降

*令和8年1月5日(月)から受け付けを開始します。

※ヘルメットを着用する本人(未成年者の場合はその保護者)が申請してください。

補助対象 市内の販売店で購入した、安全基準を満たすヘルメット

※中古品および転売品を除きます。

※対象となるものには次のマークがついています。

- ・SGマーク ・JCFマーク ・CEマーク
- ・GSマーク ・CPSCマーク

補助額 購入金額の2分の1

(上限2000円、100円未満の端数切り捨て)

※予算額に達した場合は、受け付けを締め切ります。

※申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎生活安全課(☎内線2298)

お知らせ 第1回土浦市地域公共交通活性化協議会

日時 5月16日(金) 午後2時から
(受け付けは午後1時30分から)

場所 本庁舎3階 301・302会議室

内容 令和6年度事業報告・歳入歳出決算報告について、令和7年度事業計画(案)・歳入歳出予算(案)について など

傍聴定員 10人(先着順)

☎交通政策室(☎内線2370)

お知らせ 証明書のコンビニ交付サービスの利用停止日について

期間 5月3日(土)～6日(火)

交付できない証明書

- ・市県民税所得・課税(非課税)証明書
- ・印鑑登録証明書 ・住民票の写し

※5月4日(日)は市民課の窓口時間外サービスも休業するため、この期間に証明書が必要な方は事前の取得をお願いします。

☎市民課(☎内線2605)

2 土浦市役所 ☎826-1111(代表)

お知らせ 教育委員会バス 広告主募集



広告掲載期間

月単位(最短3か月、最長で令和8年3月末まで)

掲載方法・位置 広告を掲載した粘着フィルムなどを車両の後面または側面に貼付

募集台数 3台

規格 1枠 縦40cm×横180cm以内

掲載料 1枠あたり6600円/月

※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

☎教育総務課(☎内線5105)



▲教育委員会バス(大型・中型)

お知らせ 三輪自転車購入費の一部を補助します

対象 市内に住民登録があり、市税を滞納していない方

補助対象 市内の販売店で購入した新品の三輪自転車(防犯登録を受けているもの)

※小児用は除きます。

補助額 購入金額の2分の1(上限2万5000円、100円未満の端数は切り捨て)

申込締切 令和8年3月13日(金)

申込方法 自転車を購入する前に申請書の提出が必要です。詳しくはお問い合わせください。

※予算額に達した場合は、受け付けを締め切ります。

☎交通政策室(☎内線2370)

お知らせ 住民基本台帳の閲覧状況を公表します

令和6年10月1日から令和7年3月31日までの閲覧件数を公表します。

国または地方公共団体の機関による閲覧	2件
法人などによる公益性が高いと認めた閲覧	7件

※詳しくは市の掲示板に掲載します。

☎市民課(☎内線2286)

お知らせ 令和7年度
蓄電システムの設置を補助します



受付開始日 5月12日(月)

対象設備 太陽光発電設備と連携した蓄電システム

対象 次のすべてに該当する方

- ・自ら居住する住宅に補助対象設備を設置する、または自らが居住するために補助対象設備付建売住宅を購入する(どちらも市内の住宅)
- ・同一世帯の方も含めて過去に蓄電システムの補助金を受けたことがない
- ・年度内にすべての手続きを完了できる
- ・市税を滞納していない
- ・実績報告までに県が実施している「いばらきエコチャレンジ」に登録できる

補助額 5万円

※予算額に達した場合は、受け付けを締め切ります。

※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。
か、お問い合わせください。

☎環境保全課(☎内線2012)

お知らせ 農業用使用済みビニール・
ポリエチレンを回収します



日時 6月17日(火) ①午前9時30分～11時30分
②午後1時30分～3時30分

回収場所 ①JA水郷つくばれんこんセンター(手野町)
②JA水郷つくば土浦北支店梨選果場(藤沢)

申込方法 電話で

申込締切 5月30日(金)

※処分料金など、詳しくはホームページをご覧ください。
かお問い合わせください。

☎・申農林水産課(☎内線2711)

お知らせ スマートフォンを
1か月間無料で貸し出します

対象 市内在住の65歳以上でスマートフォンを持っていない方

※貸し出しには原則スマホ講座の受講が必要です。申込方法など、詳しくはお問い合わせください。

☎DX推進課(☎内線2378)

お知らせ 自動車税(種別割)の納期限は
6月2日です



自動車税(種別割)は、4月1日現在で自動車を所有(割賦販売契約の場合は使用)している方に課税されます。詳しくはホームページをご覧ください。

☎土浦県税事務所(☎822-7205)

お知らせ 4種混合ワクチンの製造販売が
終了します

5種混合ワクチンが定期接種に導入されたため、4種混合ワクチンの製造販売が終了します。4種混合ワクチンを接種できるのは在庫がある間のみとなりますので、合計4回の接種を完了していない場合は、早めに接種を受けましょう。

対象 生後2か月～7歳6か月未満の子ども

4種混合ワクチンの接種完了が見込めない場合

ヒブワクチンの接種回数に注意したうえで、5種混合ワクチンで接種を完了させることができます。詳しくは担当医師とご相談ください。

☎健康増進課(☎826-3471)

お知らせ 土浦市水防訓練

日程 5月17日(土) 午前8時から

場所 桜川左岸河川敷(佐野子)

☎警防救急課(☎821-0119)

お知らせ 植えてはいけない「けし」の発見に
ご協力ください



「けし」には、栽培が禁止されているものがあります。自宅に写真のような「けし」が生えていたら、種子が飛び散らないように抜いて、燃やせるごみ袋で処分してください。

※「けし」の種類など、詳しくはホームページをご覧ください。

☎土浦保健所(☎821-5364)



お知らせ 陸上自衛隊
5月の夜間飛行訓練

日程 5月13日(火)～15日(木)、20日(火)～22日(木)、27日(火)～29日(木)

場所 陸上自衛隊霞ヶ浦飛行場、周辺空域

☎陸上自衛隊航空学校霞ヶ浦校(☎842-1211)

相談 社会保険労務士による無料年金相談

日時 5月15日(木) 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 電話または右のQRコードから

☎・申同支店(☎822-3216)



情報ひろば

お知らせ H-NACヒューナックアクアパーク水郷 ちびっ子プールを無料開放します

日時 5月1日(木)～6月29日(日)、
9月2日(火)～30日(火) ※月曜休業
午前の部 午前10時～正午
午後の部 午後1時～3時
※5月5日、9月15日(月)は営業します。
※5月7日(水)、9月16日(火)は休業します。また、
悪天候の場合も休業します。
※場内清掃を行うため、午前と午後の入れ替え制です。
☎スポーツ振興課(☎内線5158)



お知らせ 茨城アストロプラネッツ 土浦市民DAY 試合観戦無料招待

日時 5月18日(日) 午後1時から
場所 J:COMスタジアム土浦
対象 市内在住・在勤・在学の方
内容 プロ野球独立リーグ・ルートインBCリーグ
2025シーズン vs群馬ダイヤモンドペガサス
持ち物 運転免許証、学生証など、市内在住・在勤・
在学であることを確認できるもの
申込方法 当日、開催場所へ直接
☎スポーツ振興課(☎内線5157)



催し 春季美術展覧会

日時 5月24日(土)～6月1日(日)
午前10時～午後6時(最終日は午後3時まで)
場所 土浦市民ギャラリー
内容 土浦美術協会、常陸彫友会、茨城獅子頭彫刻研
究会による絵画、能面、獅子頭などの作品展示
☎土浦市文化協会事務局(☎893-5505)

5月18日「国際博物館の日」 無料開館

5月18日(日)は、市立博物館と上高津貝塚ふるさと
歴史の広場を特別に無料開館します。

お知らせ 市立博物館は展示替えのため 臨時休館します

日程 5月8日(木)～11日(日)
※臨時休館期間中、土浦城東櫓を
無料開館します。
※7日(水)、12日(月)は博物館、
東櫓ともに通常休館です。
☎同館(☎824-2928)



東櫓(4月撮影)

催し 上高津貝塚ふるさと歴史の広場から イベントのお知らせ

◆上高津貝塚ふるさと歴史の広場ミニテーマ展 「身近な土浦の遺跡」

日時 5月10日(土)～
7月6日(日)
内容 身近な遺跡から土浦
地域の3万年の歴史
を辿る



(伝)高津天神山1号墳出土
力士埴輪

◆上高津貝塚どきどき体験2025

日時 5月18日(日) 午前9時～午後4時
内容 缶バッチ作り、火おこし体験 など
※当日は入館無料です。
☎上高津貝塚ふるさと歴史の広場(☎826-7111)

催し 神立コミセンまつり

日時 5月11日(日) 午前9時～午後1時
前夜祭…5月10日(土) 午後3時から
内容 同コミュニティセンター利用者による演奏や踊
りの発表、野点接待や模擬店 など
※前夜祭ではこども日舞の披露を行います。
☎同コミュニティセンター(☎833-1295)

催し 陸上自衛隊霞ヶ浦駐屯地 記念行事



霞ヶ浦駐屯地開設72周年・関東補給処創立27周年 記念行事

日程 5月24日(土)
場所 陸上自衛隊霞ヶ浦駐屯地(右籾)
内容 記念式典、装備品試乗、装備品展示、売店 など
※詳しくはホームページをご覧ください。
☎霞ヶ浦駐屯地広報班(☎842-1211)

催し 土浦阜月まつり

日時 5月23日(金)～26日(月)
午前10時～午後5時(最終日は午後3時まで)
場所 エコス新治店センターコート(大畑)
※旧「さん・あぴお」
内容 サツキ・鉢・盆栽の販売、土浦阜月会の作品展示 など
問 土浦市観光協会(☎824-2810)



催し 運動普及推進員によるウォーキング大会 木田余蓮田めぐりコース(約5km)

日時 6月8日(日) 午前10時～正午
(受け付けは午前9時30分から)
※雨天の場合は室内で軽い運動をします。
集合場所 二中地区公民館
対象 市内在住の方
定員 30人(先着順)
持ち物 飲み物、健康保険証、帽子
申込方法 電話で
申込期間 5月20日(火)～30日(金)
※元気アップ! りいばらきポイント対象事業です。
問・申 健康増進課(☎826-3471)



催し 土浦市障害者(児)スポーツ大会

日時 6月15日(日) 午前10時～午後2時
(受け付けは午前9時30分から)
※午前9時に土浦駅東口から無料送迎バスを運行します。
場所 霞ヶ浦文化体育会館(水郷体育館)
対象 市内在住で障害のある方とその家族
内容 大玉ころがし、車いす競走、綱引き など
申込方法 障害福祉課にある申込書を郵送または直接
申込締切 5月16日(金)(必着)
問 障害福祉課(☎内線2365
〒300-8686 大和町9-1)

催し ゲンジボタル観察会

日時 5月31日、6月7日(土)
午後6時30分～8時30分
場所 小町の館
内容 観察会、講話「ゲンジボタルとSDGs15」
※講話の内容は小学4年生以上を対象にしています。
定員 各35人(定員を超えた場合は抽選)
※未成年者は保護者同伴
申込方法 電話またはメールで
申込締切 5月19日(月)
問・申 環境基本計画推進協議会事務局(☎826-3327
✉ k-hozen@city.tsuchiura.lg.jp)

催し ジオツアー クルージング&サイクリング

日時 6月14日(土) 午前9時～午後3時30分
(荒天中止)
集合場所 ラクスマリーナ(川口2丁目)
対象 クロスバイクで20km程度サイクリングできる
体力がある方(小学生以下は保護者同伴)
内容 湖上遊覧、かすみがうら市歴史博物館見学、ジ
オエリア見学
定員 15人(先着順)
料金 自転車持ち込みの場合・・・1000円
自転車レンタルの場合・・・3000円
持ち物 サイクリングできる服装、昼食、飲み物、(小
雨時のみ)レインコート
申込方法 電話または直接
申込期間 5月1日(木)～30日(金)
問・申 商工観光課(☎内線2705)

学ぶ 小学生対象 剣道無料体験教室

日時 5月17日(土) 午後1時30分～3時
場所 市立武道館
定員 30人(先着順)
持ち物 運動ができる服装
申込方法 電話または直接
問 土浦地区剣道連盟(☎821-8476 振武堂)
担 スポーツ振興課

情報ひろば

学 水郷体育館 ぶ 体験 はつらつ！シニア体操

日時 5月21日、6月11日(水)
午前10時～10時50分
定員 35人(先着順)
講師 梅原 博さん(体軸コンディショニング協会)
内容 体の軸を意識したストレッチや筋力運動
料金 600円
申込方法 電話で
問・申同館(月曜休館)
☎823-4811)



学 男女共同参画セミナー ぶ 父と子のクッキング講座



日時 6月15日(日) 午前10時～午後1時
場所 六中地区公民館
対象 小・中学生とその父または祖父
講師 田野島 万由子さん(野菜ソムリエプロ)
内容 ミートソーススパゲッティ、ハッセルバックポテト、スイーツ作り
定員 16組(先着順)
料金 1組1500円(材料費)、子ども1人増ごとに追加500円
持ち物 エプロン、三角巾、ふきん、マスク
申込方法 電話またはホームページから
問・申ダイバーシティ推進室(☎内線2506)

学 皆さんの学びを応援 ぶ まなびナビ第73号を発行しました



5月中旬から8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。

問生涯学習課(☎内線5114)

学 ひとり親家庭の方対象 ぶ パソコン講習会 初級・中級



	日程	料金	申込締切
初級	6月29日～ 8月10日の日曜日	2200円	5月30日(金)
中級	8月17日～ 10月5日の日曜日	1980円	7月4日(金)

時間 午前9時30分～午後4時
場所 茨城県母子寡婦福祉連合会(水戸市八幡町)
対象 県内在住のひとり親家庭の母・父・寡婦で、全日程に出席できる方
定員 各15人(定員を超えた場合は抽選)
申込方法 ホームページにある申込書をファクスまたは郵送
※講習内容など、詳しくはお問い合わせください。
問同連合会(☎029-221-8497 FAX029-221-8618
〒310-0065 水戸市八幡町11-52)

相談 土浦地方家族会

日時 5月17日(土) 午後1時30分～3時30分
場所 地域交流館みほふれ愛プラザ(美浦村大字宮地)
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
問土浦保健所(☎821-5342)

相談 行政相談委員にご相談ください

行政相談では、総務大臣から委嘱を受けた行政相談委員が行政に関する苦情や意見・要望を受け付け、その解決や実現を促進するとともに、行政の制度や運営の改善に活かしています。

◆市の行政相談

日時・場所 いずれも午後1時30分～3時30分

日程	場所
毎月第1水曜日	イオンモール土浦(上高津)
毎月第3水曜日*	男女共同参画センター 研修室3

*…10月は除きます。

行政相談委員 山田 和也、細野 伸子、林 正一、
新福 典子

問広報広聴課(☎内線2399)



◀イオンモール
土浦会場の様子

つちうら子育て応援団

市全体で皆さんの子育てをサポート！さまざまな応援メニューをご紹介します。この特集に関する問合せは次のとおりです。

土浦市役所(☎826-1111)
保育課(内線2419)
国保年金課(内線2316)
学務課(内線5111)

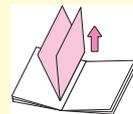
療育支援センター(☎822-3411)
学校給食センター(☎846-2601)

こども政策課(内線2280)
市民課(内線2503)
都市整備課(内線2266)
生涯学習課(内線5161)

健康増進課(☎826-3471)
図書館(☎823-4646)

こども包括支援課(内線2513)
生活安全課(内線2490)
教育総務課(内線5103)

このページは、図のように
広報紙から外して
保管できます。



★ 応援メニューその1 ★ 助成などが受けられます

詳しくはこちら▶

結婚・妊娠・出産

結婚新生活支援

☎こども政策課

新婚世帯の新生活に関わる住宅賃貸初期費用などの一部を助成(支給要件あり)

まちなか定住促進

☎都市整備課

市外から中心市街地に転入する新婚世帯や子育て世帯に、住宅取得または賃貸借費用の一部を助成

マタニティタクシー 利用料金助成

☎こども政策課

妊産婦にタクシーチケット配布(500円券×40枚)

結婚・出産祝品

☎市民課

婚姻・出生届時に、お祝いメッセージ付きフォトフレームを進呈

チャイルドシート貸し出し

☎生活安全課

乳児用チャイルドシートを1年間貸し出し

0歳～未就学児

おめでとうばこプレゼント

☎こども包括支援課

4か月児健診を受けた方に、子育てに役立つ商品の詰合せ「おめでとうばこ」申込カードを配布

ブックスタート

☎図書館

10か月児育児相談時に絵本を配布、読み聞かせを実施

幼児2人同乗用自転車 購入費の一部助成

☎生活安全課

市内販売店で購入した費用の一部を助成

小・中・高校生

新入学児童ランドセルの支給

☎学務課

小・義務教育学校入学時にランドセルまたは通学用リュックサックを支給

就学援助

☎学務課

小・中・義務教育学校での学習に必要な学用品の購入費などの一部を助成(所得制限あり)

土浦市奨学資金

☎教育総務課

高校進学的意思と能力を持ちながら、経済的な理由で進学が困難な方に奨学資金を支給

自転車乗車用ヘルメット 購入費の一部助成

☎生活安全課

高校生相当の方を対象に、市内販売店で購入した費用の一部を助成

若者世代

NEW

地方就職学生支援事業

☎商工観光課

土浦市へ移住を希望するなど一定要件を満たす方に、就職活動の交通費を支援(令和7年度中開始予定)

NEW

奨学金返還支援事業

☎政策企画課

市内在住かつ在勤で一定要件を満たす方に、返還した奨学金の一部を支援



「土浦市子ども計画」を策定しました！



令和7年度からの5年間を計画期間として、基本理念「こどもの笑顔があふれ、子育ての喜びが実感できるまち 土浦」のもと、これまでの施策のほか、こども・若者の権利の保障、こどもの貧困対策、ヤングケアラー支援対策などを推進していきます。

☎こども政策課

★ 応援メニューその2 ★ 気軽に相談できます

詳しくはこちら▶



妊娠・出産

助産師・子育て支援コンシェルジュによる相談

☎こども包括支援課

妊娠・出産や子育てについての相談や情報を提供

妊婦訪問支援

☎こども包括支援課

妊娠届出時の面談や家庭訪問を行い、妊娠経過に対応した相談支援を実施

栄養相談

☎健康増進課

土浦市保健センターや子育て交流サロンなどで定期的に実施

マタニティ教室

☎こども包括支援課

妊娠中の過ごし方やお産のこと、赤ちゃんの抱き方や沐浴のやり方などを実技を交えて講義

つちまるビーンズ交流会

☎こども包括支援課

多胎児を妊娠中、子育て中の方のための気軽なおしゃべり会を開催

産前・産後家事ヘルパー派遣、産後ケア

☎こども包括支援課

心身の不調や育児不安がある妊産婦に対し、宿泊や通所、助産師の訪問やヘルパー派遣により、産前・産後の生活を支援

NEW

妊婦等包括相談支援

☎こども包括支援課

妊娠から出産まで寄り添う相談支援の実施

0歳～未就学児

乳児家庭全戸訪問

☎こども包括支援課

生後4か月までの乳児がいるすべての家庭を保健師などが訪問し、身体計測や育児相談を実施

つちまる育児相談

☎こども包括支援課

生後0か月～1歳11か月児の身体計測、育児相談、栄養相談などを毎月実施

10か月児、2歳児育児相談

☎こども包括支援課

生後10か月児、2歳児を対象に身体計測、育児相談、栄養相談などを毎月実施

ペアレント・トレーニング

☎こども包括支援課

おだやかな親子関係をつくるための講習会を開催

乳幼児期親力アップ講座

☎生涯学習課

子育てに役立つ学習会を開催

早期療育相談

☎療育支援センター

発達にかかわる相談を実施

子育て交流サロン

☎保育課

子育てについての相談・情報提供・助言を行うサロンを開設(わらべ、のぞみ)

すくすく電話相談

☎こども包括支援課

1歳児を子育て中の家庭に、子育て情報を提供

支援が必要な児童の見守り 子育て世帯訪問支援

☎こども包括支援課

宅食を通じた定期的な見守りやヘルパー派遣



ライフステージにあわせてサポート♪

土浦市子ども家庭センターにご相談ください！

☎こども包括支援課

一人ひとりに寄り添い、ワンストップでサポートします。

☘ 開設日時 月～金曜日(祝日、年末年始を除く)
午前8時30分～午後5時15分

☘ 連絡先 ☎826-3381 FAX826-1120
✉ ko-sos@city.tsuchiura.lg.jp





0歳～未就学児

赤ちゃんの駅

☎こども政策課

市内37か所に、授乳や搾乳、おむつ交換ができる場所を設置

こどもランド

☎保育課

土浦駅前(ウララ2 8階)に、遊具のある子育て交流施設を設置

認定こども園土浦幼稚園

☎保育課

本市初の公立幼保連携型認定こども園

充実した保育施設

☎保育課

- ・公立保育所3所
- ・私立保育園18園
- ・認定こども園13園(幼保連携型5園、幼稚園型8園)
- ・小規模保育施設10施設
- ・私立幼稚園2園

公立保育所の紙おむつ処分

☎保育課

使用済み紙おむつを公立保育所内で処分

寝具レンタル・おむつサブスク

☎保育課

寝具レンタル、紙おむつ定額使い放題サービス
公立保育所3所、公立認定こども園1園で実施

児童館

☎保育課

子育てで家庭の交流の場。定期的にイベントを開催
(都和児童館、新治児童館、ポプラ児童館)

地域子育て支援センター

☎保育課

親子遊びのレクリエーションなどを開催(さくらんぼ、
白鳥保育園、ひまわり、ふくろう、ありんこクラブ)

療育支援センター

☎療育支援センター

通所や訪問によるお子さんの発達支援
(つくし学園、つくし療育ホーム、幼児ことばの教室)

障害児保育の支援

☎保育課

保育施設へ保育士の加配にかかる費用などを補助

病児、病後児保育

☎保育課

病児(1施設)、病後児(1施設)、体調不良児(7施設)
を一時的に保育する体制を整備

就学前教育

☎生涯学習課

幼児教育保育と義務教育を円滑に接続するため、就
学前・就学後のカリキュラムを作成

こどもたちの食育

☎保育課

保育所での食育活動の実施

0歳～小・中学生

おはなし会

☎図書館

対象者別(乳幼児～小学生向け)に読み聞かせを実施

こども自転車乗り方教室

☎こども政策課

初心者向け自転車教室の開催(おおむね4歳以上)

医療的ケア児の受け入れ支援

☎保育課・学務課

公立保育所や小・中・義務教育学校での生活支援

フッ化物洗口

☎こども包括支援課・学務課

小学校(6校)、保育所など(13施設)で実施

小児救急医療体制の充実

☎健康増進課

関係機関との連携、休日・夜間の小児科診療の実施

ファミリーサポート

☎こども政策課

有償ボランティアによる子育て支援(事前登録制)

小・中学生

学校給食費無償化

☎学校給食センター

小・中・義務教育学校に通う児童生徒の給食費を無償化

放課後児童クラブ

☎保育課

昼間、保護者が就労などにより家庭にいない小学生
を対象に、放課後の遊びや生活の場を提供

放課後子供教室

☎保育課

すべての小学生を対象に、放課後の安全・安心な居
場所の確保や地域住民との交流の場を提供

チャレンジクラブ

☎保育課

各中学校地区公民館を拠点に、小・中学生を対象と
したイベントを開催

学校施設的环境改善

☎教育総務課

全教室にエアコン整備、全学校のトイレ洋式化、学
校施設の長寿命化工事

GIGAスクール

☎指導課

1人1台端末環境や電子黒板の整備

電子図書館

☎図書館

朝の読書や調べ学習などに電子書籍を活用

学校給食を通じた食育

☎学校給食センター

給食だよりや食育動画(つちまる食育デー)の配信

★ 応援メニューその4 ★ 医療費補助などが受けられます

詳しくはこちら▶



妊娠・出産

不育症治療費助成 関こども包括支援課

不育症治療の保険適用外の費用を一部助成

多胎児支援 関こども包括支援課

多胎児の妊婦健診や産後ケア費用の一部を助成

マタニティ歯科健康診査 関こども包括支援課

妊婦の歯科健診1回分の無料受診券を配布

医療福祉費支給制度(マル福) 関国保年金課

妊産婦の医療費の一部を助成

0歳～高校生

医療福祉費支給制度(マル福) 関国保年金課

小児(0～18歳まで)の医療費の一部を助成

予防接種の費用助成 関健康増進課

定期接種、おたふくかぜ、インフルエンザ、

NEW 男性へのHPVワクチン

0歳～未就学児

新生児聴覚検査 関こども包括支援課

生まれてすぐの赤ちゃんの聴力を調べる検査費用の一部を助成

1か月児健康診査 関こども包括支援課

1か月児健康診査費用の一部を助成

乳幼児健康診査 関こども包括支援課

集団健診を実施(4か月児・1歳6か月児・3歳児)

子育てママの骨密度Check! 関健康増進課

10か月児育児相談時に、母親を対象とした骨粗しょう症検診を実施

2歳児歯科健康診査 関こども包括支援課

歯科健診とフッ化物塗布1回分の無料受診券を配布



★ 応援メニューその5 ★ 情報を入手できます

詳しくはこちら▶



0歳～高校生

子育てハンドブック 関こども政策課

子育て情報を掲載したガイドブックを妊娠届出時や転入時に配布

子育て情報の発信 関こども政策課

ホームページやSNS、アプリなどを通じて健診やイベント情報などを発信

子育て支援施設の紹介動画 関こども政策課

ポプラ児童館、子育て交流サロン「のぞみ」、図書館、市役所(こども未来部)を紹介

思春期～若者世代

プレコンセプションケア 関こども包括支援課

将来、希望するライフプランを叶えられるよう、男女ともに妊娠前から知っておきたい知識を出前で講話



子育て支援アプリ

つちまるKidsをご利用ください!

関こども政策課



アプリの機能

- 成長の記録・共有
- 市からのお知らせの配信
- 予防接種のスケジュール管理
- など

利用方法

- ①「母子モ」アプリをアプリストアまたは右のQRコードからダウンロード(無料)
- ②情報登録時に土浦エリアの住所地を入力し、「つちまるKids」として各サービスを利用



プレコンセプションケアの様子



令和6年度下半期 寄付・寄贈 企業版ふるさと納税寄付企業

令和6年10月から令和7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
城光断熱※1	8万円
真如苑茨城精舎	30万円
明治安田生命保険つくば支社	93万1800円
タイムプロデュース (ベルズイン・土浦)	100万円
千葉銀行	大型液晶ディスプレイ、 スポーツカウンター各1台
SYM	子ども用マスク2万枚
来田 雅彦	新米450kg
ねこが好き!主宰 白井 日出乃	動物愛護用品約10万円相当
田中铁工※2	2000万円
共栄製鋼※2	300万円
太平エンジニアリング※2	200万円
TESCO※2	100万円
アクセスファイブ※2	100万円

寄付者	金額・物品
土浦地区交通安全協会	交通安全冊子・交通安全 安全ポスター・児童傘・ 反射材各870個、横断 旗30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 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855個
常陽銀行土浦支店	防犯ブザー930個
茨城県石油商業組合	クリアファイル1000枚
土浦南ロータリークラブ	コインロッカー2台
土浦ロータリークラブ	看板1基
土浦ライオンズクラブ	図書8冊
ノジマ	電化製品約122万円相当
銀職人MARO	絵画1枚

※1 筑波銀行の寄贈サービス付私募債を活用 ※2 企業版ふるさと納税寄付企業

健康教室



自分の薬を確認しよう

土浦市医師会
石切山 拓也 先生(松本内科医院)

「ポリファーマシー」という言葉を知っていますか？直訳すると「多くの薬」という意味です。複数の医療機関を受診し、多くの種類の薬を飲んでいらっしゃる方もいるかもしれません。多くの薬を飲むことが決して悪いわけではないのですが、薬の種類が増えることによるデメリットが「ポリファーマシー」という言葉の基本的な考え方です。具体的には、次のようなデメリットがあります。

- 同じ系統の薬を使用することで、予期せず効果(副作用含む)が出過ぎてしまう
- 知らないうちに、飲み合わせの悪い薬と一緒に服用してしまう
- 何の薬かが分からなくなり、服薬を忘れがちになって服薬治療の効果が落ちてしまう
- お金がかかる
- 肝臓、腎臓などの臓器への負担が予測できない

おくすり手帳を活用していたとしても、薬の種類が増えるほど、リスクは上がってしまいます。

医療機関も理由なく患者さんに処方することはありませんが、一度処方された薬がそのまま長く使われていたり、おくすり手帳を忘れたために当人も含め誰も何の薬を飲んでいるのか分からなくなってしまったり、そういったことが重なって、気が付けば多くの薬を理由不明のまま飲んでいる状況が時々あります。

自分の薬の中に何の薬か分からないものがある方や、数多く飲んで大変だと思ったことがある方は、ぜひ医師や薬剤師にもう一度薬について確認してみてください。必ずしもお薬が減るとは限りませんが、ご自身の薬を整理する一つのきっかけになると思います。

子育てひろば

6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7年2月生まれ	11日(水)・12日(木)	13:10~14:15	
	1歳6か月児健康診査	令和5年11月生まれ	4日(水)・5日(木)	13:15~14:15	
	3歳児健康診査	令和4年3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	9日(月)	10:00~11:20	
	10か月児育児相談(予約制)	令和6年8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)

◆育児相談(未就学児対象)

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

6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

🎵4・5・6月のお誕生日会、親子でたなばた遊び、骨粗しょう症検診&ホールで遊びましょう 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

🎵七夕飾りを作ろう、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

🎵時計制作、じゃがいも掘り、シール遊び 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

🎵七夕製作、グリコ離乳食講座、ティッシュボックスで椅子作り 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3時30分

🎵感触遊び、初めましての集い、計測会 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

🎵親子でクラフト、ママとベビーのふれあい体操、絵画工作教室 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、ちびっこサーキット など

新治児童館 ☎862-4403

🎵英語教室、親子ビクス、親子ヨガ など

子育て交流サロン

📅月~土曜日 午前9時~午後4時

わらべ ☎825-1030

🎵おはなしでてこい(はっぴーすまいる、いないいないばあ)、おはなし会(サンフラワーズ) など

のぞみ ☎824-8620

🎵おはなしでてこい(ミーテ、いないいないばあ)、パペットとあそぼう(ハッピー腹話術) など



子育て相談もできるよ♪
遊びにきてね!

乳児用チャイルドシートを貸し出します

- 受取日時** 6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7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** 6月2日(月)・3日(火)

問・申生活安全課(☎内線2490)



5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** 3日(土)・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

◆新治地区分館

- 日 時** 17日(土) 午前11時から

問市立図書館(☎823-4646)



日程は変更になる
ときがあります。
ご確認のうえ、ご
来館ください。

ペアレント・トレーニング講座 ～おだやかな親子関係をつくるコツ～

- 日 時** 6月10日・24日、7月8日・29日、
8月12日(火)
午前10時～11時30分 (全5回)

場 所 土浦市保健センター

対 象 市内在住で、おおむね1歳6か月以上の子
どもを育てている方

内 容 子どもへの声かけやほめ方のコツを学ぶ

定 員 6組(先着順)

※保護者のみの参加です。見守り保育が利用できます。

申込方法 右のQRコードから

申込期間 5月1日(木)～31日(土)

問こども包括支援課(☎内線2511)



1歳おめでとう

★4・5月生まれのあかちゃん★



1歳おめでとう♡
毎日幸せをありがとう
大好きだよ♡

ゆの ちゃん



たくさんたべて
つよくおおく
きらきら輝け!

たつき ちゃん



1歳おめでとう♡
ねえねと沢山の
思い出作ろうね♡

ひなの ちゃん



1歳おめでとう♪
これからもよろしくね♡

せな ちゃん



1歳おめでとう!
ニコニコ元気
いっぱい育ててね♡

たいが ちゃん



あさき産まれて
来てくれてありがとう!
大好きだよ♡

あさき ちゃん



ハッピーバースデー!
ハッピーボーイ!

きつぺい ちゃん



1歳おめでとう☆
元気にすくすく
育ってね♡

せな ちゃん



生まれてきてくれて
ありがとう♡
大好きだよ♡HBD

いと ちゃん



まん丸笑顔が眩しいね☆
楽しい冒険
いっぱいしよう!

かい ちゃん



これからも一緒に
たくさん
思い出しよう♡

とき ちゃん



我が家の王子様☆
1歳おめでとう!
愛してるよ♡

はづき ちゃん



1歳おめでとう!
元気いっぱい
育ってね!!

はると ちゃん



日々の成長に感動!
元気な笑顔を
たくさん見せてね♡

あきと ちゃん



1歳おめでとう♡
みんな家族ふうのこと
大好きだよ♡

ふうか ちゃん



1歳おめでとう♡
明るく元気な子に
育ってね

しおり ちゃん

7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

申込締切

6月3日(火)

※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。

問・申広報広聴課(☎内線2331)

☒ genkou@city.tsuchiura.lg.jp



蔵書点検のため5月29日(木)から6月3日(火)まで 全館休館します

利用者の皆さんがより快適に図書館を利用できるように、本やCDなどの資料が正確な場所に置かれているかを確認する蔵書点検を行います。

なお、アルカス土浦館の自動返却機、分館と各中学校地区公民館の返却ポスト、土浦市電子図書館は通常どおり利用できます。

土浦市電子図書館をご活用ください

お持ちのパソコン・スマートフォンなどで、電子書籍を借りたり読んだりすることができます。利用には、事前に専用ID・パスワードの発行が必要です。詳しくは、カウンターまでお問い合わせください。

貸出点数／2点まで 貸出期間／15日間 予約点数／2点まで

※貸出期間の延長は、予約がない場合に限り1回のみ可能です。

※市内の小中学校・義務教育学校に通学している児童・生徒は、学校で配布されるGIGAスクールIDで利用できます。

※「おはなし会」の開催日時は、13ページの「子育てひろば」に掲載しています。

2025年5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「おいしい本」

レシピ本だけでなく、見ても楽しめる日本と世界の美味しい料理の本を集めました。



つちうら防災ノート

問防災危機管理課(☎内線2271)

防災を日常に！～気軽にできるいざというときへの備え～

防災と聞くと、「大変そう」、「手間やお金がかかりそう」というイメージがあるかもしれませんが、少しの工夫で無理なく災害への備えをすることができます。日常生活で気軽にできる方法を紹介します。

普段の買い物や家での
過ごし方に注目！



◆在宅避難訓練をしてみる

災害時を想定して電気やガスを使わない在宅避難訓練をしてみると、いざというときに何が必要で何が不足しているかが分かってきます。

可能な範囲で1年に1度ぜひ実施してみてください。



◆いつも食べている好きなものを少し多く買う

備蓄食料は、乾パンやアルファ米、缶詰などだけではありません。例えば、スナック菓子はカロリーが高く、日持ちもするため、立派な備蓄となります。練りようかんやせんべいなども同様です。好きなものを食べることでほっとするという心理的効果もあります。ぜひ備蓄品の候補に加えてみてください。

備蓄品におすすめの食品

- 持ち歩いてそのまま食べられるもの
アメ、チョコレート、ナッツ、チーズ など
- 火や水を加えなくても食べられるもの
肉・魚加工品、缶詰 など
- お湯を注ぐ、温めるだけで食べられるもの
レトルト・フリーズドライ食品 など
- 栄養バランスを整える食品
- 野菜ジュースや粉末野菜スープ など



食生活改善推進員の健康料理 No.200
キノコの甘酒マリネ



ころじ
麹甘酒は「飲む点滴」と呼ばれ、栄養豊富な発酵食品です。原材料の麹には、美白有効成分であるコウジ酸が含まれ、美容と健康への効果が期待されています。キノコには、丈夫な骨を作るのに欠かせないビタミンDが豊富に含まれます。簡単においしく作れる常備菜としておすすめです。

材 料 (4人分)

シメジ、エリンギ、 マイタケ 合わせて600g	A	マリネ液	
黒コショウ 適量		甘酒	大さじ 2
ごま油 小さじ 1		オリーブオイル	大さじ 2
		黒酢	大さじ 4
		みそ	小さじ 2

作 り 方

- ①Aをボウルに入れ、泡だて器でよく混ぜる。
- ②シメジの石づきを取ってほぐし、エリンギとマイタケは細かく裂く。
- ③フライパンにごま油を熱し②を入れて5～6分炒め、①のボウルに入れて混ぜる。
- ④盛り付けて黒コショウを振り、お好みでパプリカとレタス(分量外)を添える。

今月の食改さん



1人分の栄養

エネルギー	122kcal	ビタミンD	3.3μg
たんぱく質	2.7g	食物繊維	5.4g
脂質	7.4g	食塩相当量	0.4g
カルシウム	5mg		

地域安全情報 No.146



閩生活安全課(☎内線2298)



◆春の地域安全運動(期間: 4月25日～5月9日)

運動の重点

- ・子どもと女性の犯罪被害防止
- ・住宅侵入窃盗の被害防止
- ・自動車盗の被害防止
- ・自転車盗の被害防止



◆自転車を安全に乗りましょう

自転車も「軽車両」という車両の一部です。危険な運転により、歩行者など周囲を巻き込む大きな事故に繋がりがかねません。また、自転車の交通事故で亡くなった方の約6割が頭部を損傷しています。そのうち9割以上がヘルメット非着用でした。自転車安全利用五則に従って安全走行を心がけましょう。

自転車安全利用五則

- ・車道が原則、左側を通行、歩道は例外、歩行者優先
- ・交差点では信号と一時停止を守って安全確認
- ・夜間はライトを点灯
- ・飲酒運転は禁止
- ・ヘルメットを着用



◆ながら見守りにご協力ください

「ながら見守り」とは

ウォーキング、ジョギング、買い物、犬の散歩などの日常生活のなかで、防犯の視点を持って子どもや地域を見守ることです。また、事業者が日常の事業活動のなかで、子どもや地域を見守ることも含まれます。

登下校時の子どもを見守りましょう

子どもの事件・事故の被害は登下校時(特に午後3～6時)に集中しています。不審者や事件・事故を目撃した場合は、警察への通報や、子どもの一時保護にご協力をお願いします。



皆さん一人ひとりが、
地域の見守りの主役です

茨城県防犯アプリ「いばらきポリス」

犯罪や事故の発生状況が確認できます。
見守り活動に活用してください。



つちうら Photo Gallery

引き続き地域に根付いた名称へ
3/18 川口運動公園ネーミングライツ



名門大学チームとの交流戦
3/22 スプリングフレッシュリーグ



高安関の健闘に万雷の拍手
3/22・23 大相撲三月場所PV



パロアルト市での体験を報告
3/28 姉妹都市中学生交換交流



子どもの安全な通学のために
4/4 全国交通安全運動キャンペーン



地区の平和と五穀豊穡を願って
4/6 日枝神社流鏝馬祭



春はサイクリングの季節！市内でもたくさんのイベントが行われました

3/22 つちうら春のサイクルフェス



3/30 ツイールラン土浦



4/5 桜ツイードライド2025 in土浦



市長 コラム 市内で撮影された「NHK連続テレビ小説 あんぱん」が放送中です
土浦市長 安藤真理子

土浦市では、映画やテレビ番組、CMなどのロケーション撮影を支援するために「土浦フィルムコミッション」を設立し、豊かな自然、個性的な文化や歴史、昔ながらの街並みや近代的な都市を紹介するなど、各種ロケなどへの支援に取り組んでいます。

現在放送中の「NHK連続テレビ小説 あんぱん」では、国指定重要文化財の土浦第一高等学校旧本館で、主人公・のぶが通う女子師範学校のシーンが撮影されました。皆さんもぜひご視聴ください。



▲土浦第一高等学校旧本館

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
[9:00/12:00/20:00~]

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▶

