

夢のある、元気のある土浦

広 報 つ ち う ら

Tsuchiura Public Relations



上旬号/No.1384



表紙の写真は昨年の水防訓練の様子です。この訓練は、台風や大雨などによる水災の未然防止・被害ゼロを目指し、水防の技術・意識向上を目的に行われています。この時期、皆さんも防災について今一度見直ししてみませんか。

Topics

- P2-3 風水害に備えよう！
- P4 土浦市のランドセルが新しくなります
- P14-15 かすみがうらマラソン結果

広報つちうらが読める！聞ける！
無料アプリ Catalog Pocket





風水害に備えよう!

閩防災危機管理課 ☎内線2270

風水害から自分の身を守るためには、「正しい知識」、「準備」、「情報収集」が大切です。自宅やよく訪れる場所周辺の災害リスクを再確認し、日頃から避難方法などを考えておきましょう。

風水害を知ろう

市内でも過去に梅雨前線や台風による浸水被害や、竜巻による被害が発生しています。降雨量が1時間に20ミリ以上、または降り始めから100ミリ以上になった場合、十分に注意しましょう。

土砂災害

大雨や地震などを原因として山や崖などが崩れ、その土砂により引き起こされる災害です。市内で想定される土砂災害は「急傾斜地の崩壊」と「土石流」です。

◆急傾斜地の崩壊

雨や地震の影響で、斜面が急激に崩れ落ちる現象です。突然発生することから死傷者の割合も高くなります。

◆土石流

大雨などにより、山の土砂などが、水と一緒に流れ下る現象です。急激な流れにより家屋や道路が破壊されることがあります。

洪水災害

大雨などを原因として、河川や下水道などの水量が著しく増加することにより引き起こされる災害です。市街地では雨水の排水機能が追いつかなくなり、家屋への浸水など大きな被害をもたらします。



避難行動を確認しよう

日頃から、自宅周辺や生活圏内の危険箇所・避難場所などを確認しましょう。また、災害のときに自分が取るべき行動を整理しておくことで、いざというときに役立ちます。

ハザードマップを活用しよう

ハザードマップには、被害想定エリアや指定避難場所一覧などに加え、災害の備えに役立つ情報が載っています。避難計画の作成など、事前の対策をしておきましょう。



洪水
ハザードマップ



内水
ハザードマップ



土砂災害
ハザードマップ

土浦市のハザードマップの内容は
こちらからご覧ください▶



マイ・タイムラインを作ろう

マイ・タイムラインは、風水害に備え、警戒レベルごとにとるべき行動や避難経路を事前に整理する個人の避難行動計画表です。災害時に逃げ遅れないように、ぜひ作成しましょう。

【作成例】台風のとき

警戒レベル	気象状況	行動計画
1	大雨の 数日～1日前	天気予報の確認 家族の予定を確認
2	大雨の 半日前	非常持ち出し品の準備
3 高齢者等 避難	大雨の 数時間前	避難先、移動手段的確認 避難しやすい服に着替える
4 避難指示		〇〇小学校へ避難
5 緊急安全 確保	数十年に 一度の大雨	命の危険、直ちに安全確保



非常持ち出し品を準備しよう

避難するときに必要な持ち出し品は最低3日分です。年齢や性別によって持ち出し品が異なるので、自分に必要なものを備えておきましょう。



非常用持ち出し品(例)

共通の備え

- 飲料水・食品
- 衣類・下着・タオル
- 懐中電灯・ラジオ
- 貴重品
(現金、保険証など)
- 応急セット・常備薬
- ウェットティッシュ
- 消毒用アルコール
- マスク 歯ブラシ
- 体温計 雨具 など

女性の備え

- 生理用品
- 防犯ブザー など
- 高齢者の備え**
- 大人用紙パンツ
- 杖・補聴器 など

乳幼児の備え

- ミルク(缶タイプ)
- おむつ・お尻ふき
- 母子健康手帳
- 離乳食 など



情報の入手方法を知っておこう

各種防災情報は
こちら▶



事前登録が必要なものもあります。いざというときに慌てないように、使い方を確認しておきましょう。

緊急時に受け取る

- ◎**防災行政無線**
防災の緊急を要する情報を確認
- ◎**防災行政無線テレフォンサービス**
放送内容を電話で確認 ☎0120-826-113
- ◎**防災行政無線放送アプリ「コスモキャスト」**
放送内容をスマートフォンで確認
- ◎**土浦市公式LINE**
避難の呼びかけや災害関連情報を確認

緊急時に調べる

- ◎**土浦市公式ホームページ**
災害情報や防災行政無線の内容を発信
- ◎**VACAN Maps**
避難所の写真や開設情報、混雑状況などを発信
- ◎**キキクル(危険度分布)**
土砂災害や洪水などの災害発生の危険度を発信
- ◎**茨城県防災・危機管理ポータルサイト**
気象庁の防災気象情報や土浦市の災害情報発信

災害支援の 現場から

本市消防職員がミャンマー地震の救援活動に参加しました

3月28日に発生したミャンマー地震の被災者支援のため、救急救命士の森田消防士長が国際緊急援助隊(JDR)の一員として現地に派遣されました。

森田消防士長は、東日本大震災での経験や、大学時代の恩師がJDRの一員として派遣された姿を見て、「自分もJDRで被災者の役に立ちたい」と志してきました。

現地では、診療テントの維持管理やカルテの管理、医療機関との連携、感染症対策などを担当しました。

15日間の活動を終え、「気温が40度を超える日もあり、想像以上に大変でしたが、被災者の不安をなくしてあげたいという気持ちで活動しました。1日でも早い復興と平和が訪れることを願っています」と振り返りました。



森田 大地消防士長

市民の皆さんへのメッセージ

今回の活動では、大変貴重な経験をすることができました。この経験を今後の救急業務に活かしていきます。これから、水害が発生しやすい季節になります。避難所での熱中症のリスクも考慮して、日頃から必要な備えをしてください。

土浦市のランドセルが 令和8年度から **新しく** なります

令和8年度から

新入学児童へのお祝いにランドセルの贈呈を開始して、令和8年度で50年目を迎えます。これまで児童の就学環境の変化に応じて改良を重ねてきましたが、この50年の節目にランドセルを大きくリニューアルします。

問学務課(内線☎5111)



規格

重さ 約1100g

大きさ 高さ35cm×横26cm×幅14cm

新しいランドセルの 5つの特徴

その2 暑くても蒸れにくく 背あての素材を変更

背あて部にメッシュ素材のクッションを追加し、暑い日の不快感を緩和



その4 GIGAスクール対応！ タブレット収納ポケット

授業などで使用するタブレットを収納しやすい、専用のポケットを追加



その1 ジェンダーレスに対応 薄い茶色に

性別を意識せず、男女問わず使いやすい薄い茶色1色に



その3 負担軽減！ より丈夫に

肩ベルトに補強材を追加



その5 防犯対策のため 名札の位置を変更

今まで側面にあった名札の位置を、被せの内側に変更



リニューアルのポイント

POINT①

ジェンダーレスなどの性別に対する社会意識の変化に対応し、ランドセルの色を薄い茶色の1色としました。色の選定は、市内の小学6年生・保護者の代表の方に試作品を見てもらい、アンケートにご協力いただいたうえで行いました。

POINT②

近年の登下校時の環境の変化を考慮し、暑さ対策やタブレット収納、防犯対策などに対応するための改良を加えました。

令和8年度新入学児童へのランドセル贈呈と 見本品の展示について

来春、新たに市内小学校・義務教育学校へ入学する児童へのランドセル贈呈について、例年行っているはがきでの申し込みは不要になります。

また、新しいランドセルの見本品を各中学校地区公民館に展示します。

詳しくは学務課にお問い合わせください。



ピックアップつちうら

花の産地プロジェクト 父の日に土浦の花を贈ろう



問農林水産課(☎内線2712)



市内では、銘柄産地に指定されている「グラジオラス」や銘柄推進産地に指定されている「アルストロメリア」のほか、彩り豊かな花々が栽培されています。

市では、「花の産地土浦」の認知度・魅力向上を図るため、花の魅力を紹介する展示ブースを設置しますので、ぜひご覧ください。

また、6月15日は父の日です。日々がんばっているお父さんに、あなたの想いをいっぱいに込めた花を贈ってみませんか？

◆展示ブース

日時 6月11日(水)～17日(火)

場所 本庁舎1階エスカレーター付近
ほか



▲グラジオラス



▲アルストロメリア



▲過去の展示ブース



情報ひろば

広報つちうら(デジタル版)「カタログポケット」▶
多言語翻訳(10か国)、文字拡張、音声読み上げができます。



Multilingual

お知らせ 土浦市健康まつり

日時 6月21日(土)・22日(日) 午前10時～午後3時

場所 イオンモール土浦(上高津)

内容

◆両日共通

パネル展示、フリースケート体験(雨天中止)、
れんこん加工品や野菜などの販売

◆22日のみ

医師・歯科医師・薬剤師による相談
コーナー、ベジチェック、血管年齢
測定、食改さんの手作りおやつ販売、
食育に関する人形劇、など

問健康増進課(☎826-3471)

22日は
つちまる登場!



昨年の健康まつりの様子▶

お知らせ 綾小路きみまろ 爆笑スーパーライブ2025



日時 9月27日(土) 午後2時から
(開場は午後1時から)

場所 クラフトシビックホール土浦
(市民会館)

料金 5000円(全席指定)

※18歳未満の方は入場できません。

チケット販売期間 6月14日(土)
午前10時から

チケット販売場所 クラフトシビックホール土浦
※初日は電話予約のみ(座席指定不可)。6月15日(日)
から窓口販売します。

※イープラス、チケットぴあ、ローチケでも販売します。
詳しくはホームページをご覧ください。

問同館(月曜休館 ☎822-8891)



情報ひろば

お知らせ はじめてのスマホ体験～入門編～

日時 7月7日(月) ①午前10時～正午
②午後2時～4時

場所 男女共同参画センター 研修室1・2

対象 市内在住の方

講師 ソフトバンク スマホアドバイザー®

内容 スマートフォンの操作を基礎から学ぶ
※講師が用意したアンドロイドのスマートフォンを使用します。

定員 各20人(定員を超えた場合は抽選)
※抽選結果は6月27日(金)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 ・年齢(7月7日時点)
- ・電話番号(固定電話・携帯電話) ・希望講座番号
- ・スマートフォンを保有している場合は、使用期間、種別(iPhoneまたはアンドロイド)

申込締切 6月20日(金)(必着)

メール…joho@city.tsuchiura.lg.jp
ファクス…☎822-9252
はがき…〒300-8686 大和町9-1
「DX推進課 はじめてのスマホ体験講座係」
☎DX推進課(☎内線2378)

お知らせ 禁煙外来費を一部助成します



たばこの煙に含まれる有害物質は、喫煙者本人だけでなく、副流煙を吸う周囲の人にも悪影響を及ぼします。特に妊婦や子どもへの影響は深刻です。

市では、禁煙治療を受けた方に対し治療費の助成を行っています。この機会に、禁煙してみませんか？

対象 次の条件すべてに該当する20歳以上の方

- ・治療を開始した日から申請日までの期間、市内に住所を有する
- ・令和7年度内に健康保険適用の禁煙治療を終了した
- ・申請者本人が妊娠している、または20歳未満の方や妊娠している方と同居している
- ・市税の滞納がない
- ・これまでにこの助成を利用していない

助成額 治療費自己負担額の2分の1(上限1万円)

申請期限 令和8年3月31日(火)(必着)
※申請方法など、詳しくはホームページをご覧ください。
☎健康増進課(☎826-3471)

！スマートフォン1か月間 無料貸出

市内在住の65歳以上でスマホを持っていない方が対象
☎DX推進課(☎内線2378)

お知らせ 農業者年金現況届の提出締切は6月30日(月)です

農業者年金を受給している方は、受給資格の確認のため現況届の提出が必要です。

提出先 農業委員会、各支所・出張所、JA水郷つくば本店または市内の支店

☎農業委員会事務局(☎内線2721)

お知らせ 霞ヶ浦・北浦で釣れた魚を回収します



外来魚などを有効活用することを目的として、霞ヶ浦・北浦で釣れた魚の回収を行っています。

釣れた魚を回収場所にお持ちいただくと、お礼の品として霞ヶ浦の特産品などを贈呈します。回収を実施する日程など、詳しくはホームページをご覧ください。

回収場所 ・茨城県霞ヶ浦環境科学センター(沖宿町)
・行方市観光物産館こいこい(行方市玉造甲)
・天王崎公園(行方市麻生)

対象 当日に釣れた、アメリカナマズ、ダントウボウなどの魚

※特定外来生物を生きたまま運搬することは法律で禁止されています。生きたまま回収場所へ持ち込まないでください。

☎茨城県環境管理協会(☎029-248-7431)
担環境保全課

お知らせ 予防接種費用の償還払い



市が助成する定期予防接種や任意予防接種を、協力医療機関以外で受ける場合には、償還払いにより公費負担額を上限に還付します。令和7年度中に接種を受ける方は、接種前に健康増進課に連絡のうえ、令和8年3月31日(火)までに申請してください。

※申請方法など、詳しくはホームページをご覧ください。
☎健康増進課(☎826-3471)

お知らせ 高度処理型浄化槽設置費の補助



生活排水による公共用水域の水質汚濁を防止するため、高度処理型浄化槽の設置費用の一部を補助します。

対象 次のいずれかに該当する方

- ・居住用住宅に新たに高度処理型浄化槽を設置する
- ・単独処理浄化槽または汲み取り便槽を廃止し、高度処理型浄化槽を設置する

※申請方法など、詳しくはホームページをご覧ください。
☎環境衛生課(☎内線2320)

お知らせ クーリングシェルターを
ご利用ください



熱中症対策のため、10月22日(水)まで市内施設を外出時の休憩場所として開放します。また、市役所本庁舎の市民ラウンジなど、休憩可能な公共施設も気軽にご利用ください。

対象施設

- ・各中学校地区公民館
- ・イオンモール土浦(上高津)
- ・ウエルシア薬局(市内店舗)

※必要な方は、飲み物などを持参してください。
※施設の開館時間とクーリングシェルターの利用可能時間が異なる場合があります。詳しくはホームページをご覧ください。

☎環境保全課(☎内線2012)

お知らせ 土浦ダイエットリーダーによる
健康減量教室

食生活改善を中心としたプログラム(スマートダイエット)の実践により適正体重を目指し、その後の体重維持もダイエットリーダーがサポートします。

日時 7月19日～令和8年4月11日の土曜日(全11回)
午後1時45分～4時

場所 土浦市保健センター

対象 市内在住の20～70歳でBMIが25以上の方
※BMIが25未満の方でも、病気の治療などで医師から減量を勧められている方は参加できます。

定員 20人(先着順)

料金 4015円(教材費)

申込方法 電話、または
右のQRコードから



申込期間 6月16日(月)～27日(金)

☎健康増進課(☎826-3471)

相談 社会保険労務士による無料年金相談

日時 6月24日(火) 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 右のQRコードから

☎同支店(☎822-3216)



お知らせ 市立博物館 はたおり体験



日時 6月20日(金)～25日(水)
①午前11時～正午、②午後1時～2時
※6月23日(月)は除きます。

対象 中学生以上

講師 はたおりの会(はたおり伝承グループ)

内容 昔のはたおり機で、古布を使った裂き織り

定員 各2組(先着順)

料金 200～600円(時間内で織れた長さによる)

申込方法 6月11日(水)よりホームページから

☎同館(☎824-2928)



お知らせ 子ども郷土研究 作品募集



対象 市内在住または市内の小・中・義務教育学校に通学している児童・生徒

内容 郷土の歴史に関する研究作品

応募締切 9月12日(金)(必着)

※応募方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

☎上高津貝塚ふるさと歴史の広場(☎826-7111)

相談 土浦地方家族会

日時 6月21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

☎土浦保健所(☎821-5342)

相談 いばらき出会いサポートセンター
出張結婚相談会・登録会



日時 6月28日(土) 午前10時30分～午後4時

場所 二中地区公民館

参加方法 当日、開催場所へ直接

※入会登録は事前に入会申込、来所予約が必要です。
詳しくはホームページをご覧ください。

☎同センター(☎029-224-8888)

訂正 5月上旬号掲載「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」の寄付者名に誤りがございました。
誤：共栄製鋼 正：共英製鋼 お詫びして訂正させていただきます。

情報ひろば

学 ぶ 自分でつくるフレイル予防講座

日時 7月4日・11日・18日、9月19日・26日(金)
午後2時～3時40分 (全5回)
(受け付けは午後1時20分から)

場所 三中地区公民館

対象 市内在住の65歳以上で、心身機能低下の不安がある方

内容 講義・運動・グループワーク など

定員 20名(先着順)

申込方法 電話で

申込開始 6月10日(火)から

☎・☑ 高齢福祉課(☎内線2500)

学 ぶ 霞浦の湯 霞ヶ浦展望ヨガ講座

日時 7月3日～9月11日の木曜日
午後1時30分～2時30分 (全10回)

講師 水野谷 香さん(SPJ認定ヨガインストラクター)

定員 40人(定員を超えた場合は抽選)

料金 5300円

申込方法 往復はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、性別、電話番号を記入して郵送、または窓口へ直接

申込締切 6月12日(木)(必着)

☎・☑ 同館(月曜休館 ☎823-1631
〒300-0835 大岩田255)

学 ぶ 亀城プラザ 第2期フィットネス&カルチャー講座 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

※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。

※はがき1枚につき1講座の申し込み(連名は不可)

☎・☑ 同館(水曜休館 ☎824-3121

〒300-0043 中央二丁目16-4)

申込締切 6月20日(金)(必着)

曜日	講座名	対象	日程	時間	回数	定員	受講料
月	からだ改善ヨガA	高校生以上	7/7～9/29	9:30～10:30	10	25人	5100円
	からだ改善ヨガB	高校生以上	7/7～9/29	11:00～12:00	10	25人	5100円
	楊名時八段錦太極拳基本講座	高校生以上	7/7～9/29	13:30～15:00	10	30人	6100円
	からだ痩身ヨガA	高校生以上	7/7～9/29	18:50～19:40	10	30人	5100円
	からだ痩身ヨガB	高校生以上	7/7～9/29	20:10～21:00	10	30人	5100円
火	筋膜リリースと小顔リンパマッサージ～ウェーブリング使用～	高校生以上	7/1～9/16	19:00～20:00	10	30人	5100円 ^{※1}
木	らくらく骨盤体操	高校生以上	7/3～9/18	10:00～11:00	10	30人	5100円
	はじめてのハーモニカ	高校生以上	7/3～9/11	12:30～13:30	8	15人	8000円 ^{※2,3}
	楽しく吹こうハーモニカ	高校生以上	7/3～9/11	13:30～14:30	8	15人	8000円 ^{※2}
金	モーニング★ヨガ	高校生以上	7/4～9/19	9:30～10:30	10	30人	5100円
	初歩の初歩から学ぶギター	高校生以上	7/4～9/19 (隔週)	13:00～14:30	6	15人	6000円 ^{※4}
	楽しい筋力トレーニング&ストレッチ	高校生以上	7/4～9/19	19:30～20:30	10	24人	7600円
土	うさぎ先生のKid's運動 幼児クラス	未就学児(4～6歳)	7/5～9/20	13:10～14:00	10	15人	10200円
	うさぎ先生のKid's運動 小学1・2・3年生クラス	小学1～3年生	7/5～9/20	14:20～15:10	10	16人	10200円
	うさぎ先生のKid's運動 小学4・5・6年生クラス	小学4～6年生	7/5～9/20	15:30～16:20	10	16人	10200円

※1…ウェーブストレッチリング購入4400円、レンタル1000円 ※2…別途テキスト代あり(新規の方のみ)

※3…初回時にハーモニカを購入可能(要予約)

※4…別途テキスト代1000円。持ち物：ギター、足台、譜面台、チューナー ※持っていない方は数量限定で貸し出しします。

学ぶ 市立博物館 はたごしらえ講座

日時 7月9日～2月18日の水曜日
午前9時30分～午後4時30分 (全16回)

対象 次のすべてに該当する方

- ・はたおり初心者
- ・すべての回に参加できる
- ・6月25日(水)午前9時30分から同館で開催される、講座説明会に参加できる

講師 綿の実(はたおり伝承グループ)

内容 昔のはたおり機を使い、木綿の布の織り方を学ぶ

定員 4人(定員を超えた場合は抽選)

料金 2000円(材料費)

申込方法 説明会後に直接

問同館(☎824-2928)

催し 天童フェア

日時 6月21日(土) 午前10時～午後3時
※商品がなくなり次第終了となります。

場所 土浦まちかど蔵、小町の館

内容 山形県天童市特産のさくらんぼや、お菓子などの販売

問土浦市観光協会
(☎824-2810)



学ぶ 土浦市人材バンク登録者によるお試し講座「まなびゼミ」 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、メールまたは右のQRコードから



申込締切 7月1日(火)(必着)

※定員を超えた場合は抽選。なお、申込少数の場合は中止となることがあります。

問・申生涯学習課

(☎内線5114 〒300-0036 大和町9-2
✉ manavi@city.tsuchiura.lg.jp)

講座名	対象	講師	日程・場所	時間	定員	受講料
はじめての書道 ～夏の季語を書いてみよう～	一般男女	初見 絢子	7/18(金) 四中地区 公民館	10:00～12:00	10人	500円
スウェーデン刺しゅうを やってみませんか?	10歳以上	橋田 宏子		14:00～15:30	15人	-
楽しく描こう! 似顔絵講座	中学生以上	菊田 久也		14:00～16:00	10人	300円
仕事や家族にも使えるコミュニケーションのワザ! 東洋学(運星学)講座	中学生以上	黒田 眞里	7/19(土) 一中地区 公民館	9:30～12:00	21人	200円
己書(おのれしょ) 幸座 ～味のある作品をつくっちゃおう～	小学生以上※1	佐藤 晴美		10:00～11:30	20人	1000円
夏休み「切抜き版画」体験 ～暑中見舞ハガキを出そう～	小学4年生以上	黒川 英一		13:30～15:30	10人	500円
楽しく学ぼう杖道 ～一生動ける体作りを～	10歳以上	清水 勝政	7/25(金) 武道館	10:00～11:30	20人	-
吹矢で楽しく健康に ～誰でもできる吹矢体験教室～	どなたでも	山田 和夫		13:30～15:00	10人	200円
木のおもちゃを作ろう	どなたでも※2	水野 直樹	7/26(土) 二中地区 公民館	10:00～11:30	40人	300円
食育講座 だしをとってだし巻き卵を作ろう!	小・中学生	土浦友の会 森ひろみ		10:00～13:00	12人	500円
キッズ書道 ～夏休みの宿題を完成させよう～	小・中学生	丸山 恵雲		14:00～15:30	10人	-

※1…小学3年生までは保護者同伴 ※2…小学2年生までは保護者同伴

情報ひろば

催し 桜川エコアドベンチャーツアー 湖遊び



日時 6月21日(土) 午前8時30分～午後4時30分
(荒天中止)

行き先 宝篋山(つくば市小和田)など

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、霞ヶ浦での水質実験・カヌー体験

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 6月12日(木)

☎環境保全課(☎内線2379)



湧水探索



カヌー体験

催し 「未来へつなぐ地域の宝 霞ヶ浦の帆引網漁」映像上映会・シンポジウム

日時 7月6日(日) 午前9時50分～午後0時30分
(開場は午前9時30分から)

場所 クラフトシビックホール土浦(市民会館)

講師 土浦・かすみがうら・行方各市の帆引船保存会長、徳丸 亜木さん(筑波大学教授) ほか

内容 ・「霞ヶ浦の帆引網漁の技術」記録映像上映
・技術の伝承やメカニズムに関する講演

定員 280名(先着順)

参加方法 当日、開場に直接

※詳しくはホームページをご覧ください。

☎文化振興課(☎内線5120)



写真提供:霞ヶ浦帆引き船・帆引き網漁法保存会

催し 土浦ユネスコ協会国際交流会 参加者募集

日時 6月29日(日) 午後2時～4時

場所 JICA筑波(つくば市高野台)

内容 JICA研修員との交流、日本文化紹介

定員 10人(先着順)

料金 500円

申込方法 同協会に電話で

☎・申同協会(☎826-9051)

県南広報紙相互紹介 出張!なんでも鑑定団 in 取手



取手市で開催されるテレビ番組の公開収録の観覧者と、鑑定してもらいたい「お宝」を募集します。

日時 9月27日(土) 午後1時から
(開場は正午から)

場所 取手市民会館(取手市東)

申込締切 お宝募集…7月18日(金)

観覧申込…8月18日(月)

※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。

☎取手市魅力とりで発信課(☎0297-74-2141)

下水道いろいろコンクール

☎下水道課(☎内線2255)

下水道いろいろコンクールは、下水道への興味喚起や理解を深めることを目的に、日本下水道協会・日本水道新聞社が開催しており、下水道の日にちなんで、全国から絵画・ポスター、書道、作文などの作品を募集しています。多数の応募があった中から、令和6年度は市内から次の2人が入賞しました。

作文部門(中学生の部) 入選 ※学年は応募時

栞元 美賢さん(土浦一中 8年)

「下水道の大切さ」

山形 充さん(土浦一中 9年)

「下水道の重要性と私達の取り組み」



令和6年度下半期の財政状況

市では、年2回財政状況を公表しています。今回は、令和7年3月31日現在の収支状況をお知らせします。

問財政課(☎内線2213)

一般会計

歳入

予算現額
660億8015万円

収入済額
556億6055万円
(収入率: 84.2%)

MEMO

市債は、事業完了後に借入れをするため、収入率が低くなっています。

市税	市民税や固定資産税などの税金		予算現額: 235億4110万円 収入済額: 230億3883万円 (収入率: 97.9%)
地方交付税	財政状況に応じて国から交付されるお金	52億2388万円 52億8353万円(101.1%)	
使用料手数料	公共施設の使用料や住民票発行などの手数料	13億946万円 11億9172万円(91.0%)	
国庫支出金	特定の事業を行うため国から交付されるお金	133億4306万円 109億2340万円(81.9%)	
県支出金	特定の事業を行うため県から交付されるお金	44億4092万円 15億2459万円(34.3%)	
諸収入	延滞金など他のどの区分にも属さないお金	6億2605万円 3億8489万円(61.5%)	
市債	財源不足や多額の資金を要するときに借入のお金	37億3459万円 19億6989万円(52.7%)	
その他	地方譲与税や保育料などの負担金、財産収入など	138億6109万円 113億4370万円(81.8%)	

歳出

予算現額
660億8015万円

支出済額
509億2525万円
(支出率: 77.1%)

MEMO

工事に関連する科目は事業完了後に支払いをするため、支出率が低くなっています。

総務費	市役所の一般的な事務や徴税・選挙など	予算現額: 79億2114万円 支出済額: 57億6700万円(支出率: 72.8%)	
民生費	高齢者・障害者の福祉や子育て支援など	260億7640万円 211億3499万円(81.1%)	
衛生費	予防接種やごみ処理、公害対策など	51億2735万円 34億1682万円(66.6%)	
土木費	道路・公園などの整備や都市計画など	68億1949万円 44億9753万円(66.0%)	
消防費	消防団や消防施設整備など	21億5703万円 19億8328万円(91.9%)	
教育費	学校教育や文化・スポーツなど	85億4448万円 51億5882万円(60.4%)	
公債費	借入金の返済に要する経費	69億5679万円 69億5118万円(99.9%)	
その他	議会費や農林水産業費、商工費など	24億7747万円 20億1563万円(81.4%)	

MEMO

市民1人あたり^{※1}
市税納入額
16万2765円
支出済額
35万9776円

特別会計

特別会計			
会計名	予算額	収入済額	支出済額
国民健康保険	137.3億円	119.7億円	121.9億円
介護保険	131.5億円	108.7億円	117.2億円
後期高齢者医療	26.3億円	24.2億円	22.9億円
その他	5.2億円	0.4億円	4.2億円
企業会計			
会計名	収入済額	支出済額	
水道事業	収益的収支	34.8億円	31.6億円
	資本的収支	1.2億円	11.9億円
下水道事業	収益的収支	45.8億円	42.3億円
	資本的収支	14.9億円	28.8億円

市有財産

土地	386万3970.27㎡
建物	48万7359.25㎡
基金	202.4億円

市債残高^{※2}

一般会計	573.3億円
特別会計	6.9億円
水道事業会計	47.7億円
下水道事業会計	159.3億円

MEMO

市民1人あたり^{※1}
一般会計の市債残高
40万5033円

※1 令和7年4月1日時点の人口(14万1547人)をもとに計算
※2 5月借入予定分を含む

- 表内の金額は小数点以下第2位を四捨五入しているため、一部計算が合わない部分があります。
- 科目により収入・支出率が低いものがありますが、これは4月1日から5月31日までの出納整理期間に事務処理を行い、額がまだ確定していないものがあるためです。

土浦全国花火競技大会100周年

閩花火のまち推進室(☎内線2705)



土浦の花火大会は大正14年から始まり、今年で開催から100周年を迎えます。100周年を記念し、花火大使やイメージキャラクター、ロゴマークデザインを募集し、次のとおり決定しました。

多くのご応募ありがとうございました。その他の入賞作品はホームページに掲載しています。

土浦花火大使



写真左から、漆間 虹美さん、宮田 優衣花さん、瀧 恭平さん、野村 真衣子さん、小村 悦子さん

キララまつりなどのイベントへの出演や、SNS (Instagram、X) での情報発信をしていきます。

ロゴマークデザイン



作者
平山 陽一さん
(鹿児島県)

毛筆で書かれた「100」の数字に大輪の花火を組み合わせたデザイン

イメージキャラクター ハナビット



作者
カタバミさん
(長野県)

色とりどりの花火をイメージした髪の毛と桜色の法被を着たキャラクター

健康教室



筋トレをしよう

土浦市医師会 原田 祐嗣 先生
(サンルーナ内科・脳神経内科クリニック)

何歳になっても、筋トレは、健康維持や生活の質の向上に大きな効果をもたらします。歳をとると筋肉量や筋力は自然に低下し、転倒することや生活の制限が増えていきます。適切な筋トレは、これを防ぎ身体機能をたもつ助けとなります。

筋トレのメリットとして、筋力強化による転倒予防、骨密度の維持による骨粗しょう症対策、代謝の向上による肥満予防が挙げられます。また、認知機能の維持や気分の改善にも良いとされており、心身両面での健康をサポートします。

厚生労働省のガイドラインでは、高齢者に週2～3回、無理なく続けられる強度の筋トレを推奨しています。

具体的な方法としては、椅子を使って行う「ス

クワット」(立ち上がってしゃがむ)がおおすすめです。ダンベルやゴムバンドを使った軽い抵抗運動も効果的で、1セット10～15回を目安に、2～3セット行うと良いでしょう。動作はゆっくりと呼吸を止めずに行い、関節に負担をかけないように注意が必要です。

無理のない範囲で始め、徐々に負荷を増やすことが継続のコツです。また、仲間と行うことでモチベーションがたもたれ、楽しさも増えます。

筋トレは「動ける体」を維持する鍵です。週に数回、10～20分の運動から始め、日常生活をより活動的に、快適に過ごすための第一歩を踏み出しましょう。

かすみがうらマラソン 2025

兼国際ブラインドマラソン

紙面に載せきれなかった
写真はこちらから！



カタログポケット上で
ここをタッチ！

4月20日(日)に開催された今大会では、チャリティアンバサダーの有森裕子さんをはじめとして、22の国と地域から総勢1万3718人のランナーが参加し、春を迎えた霞ヶ浦の湖畔を駆け抜けました。

問かすみがうらマラソン大会事務局 ☎893-5515

かすみがうらマラソン 1位

部門	氏名	記録	
フルマラソン	男子	川内 優輝	2:19:10
	女子	遠藤 知佐	2:46:38
10マイル	男子	シアラン・ラシュトン	0:49:38
	女子	位田 明優	0:59:33
5km	男子	斉藤 直希	0:15:51
	女子	松本 恭子	0:18:37



国際ブラインドマラソン 1位

部門	氏名	記録	
フルマラソン	男子B-1	加治佐 博昭	3:18:59
	男子B-2	熊谷 豊	2:34:17
	男子B-3	秋葉 茂	4:12:16
10マイル	女子B-1	中村 和愛	4:02:37
	女子B-2	藤井 由美子	3:26:32
	男子B-1	米岡 聡	1:03:57
	男子B-2	勝丸 真至	1:03:00
	男子B-3	吉田 英世	1:15:30
	女子B-1	金野 由美子	1:19:25
5km	女子B-2	道下 美里	1:07:34
	女子B-3	又吉 風歌	1:27:09
	男子B-1	村上 拓也	0:22:29
	男子B-2	菊島 昌保	0:24:38
	男子B-3	伊藤 博正	0:27:14
	女子B-1	井上 萌美	0:29:02
女子B-2	石井 喜美江	0:31:11	
女子B-3	吉田 信野	0:40:13	

★…大会新記録



多くのボランティアが参加しました

かすみがうらマラソンでは、走る人も、応援する人も、支える人も“誰もがヒーロー”です。ランナーからは、「ボランティアの笑顔や温かい声援に勇気づけられた」という感謝の声がたくさん寄せられます。

今大会も、多くの団体・ボランティアの皆さんにご協力いただき、大規模な大会をスムーズに運営することができました。ありがとうございました！



ランナーにきれいなまちを走ってもらおうと、大会前にはボランティアによる清掃活動が行われました。



コース周辺住民などによる清掃活動



高校生約100人による清掃活動

参加校

土浦日大高校、つくば国際大学高校、霞ヶ浦高校、常総学院高校、土浦工業高校、土浦特別支援学校

姉妹都市パロアルト市からの招待選手の土浦滞在記



国土浦市国際交流協会事務局 (☎826-9051)



土浦市の姉妹都市であるアメリカ・パロアルト市から、オーエン・ビティンガーさんをかすみがうらマラソン2025に選手として招待しました。

オーエンさんの2人のお子さんは、かつて姉妹都市中学生交換交流事業に参加し、市内でホームステイをしたことがあります。

今回の滞在中は、フルマラソンに参加したほか、市内見学や中学校訪問をして、土浦のまちを堪能し市民と笑顔で交流しました。

また、安藤市長を表敬訪問したほか、向上庵や柴沼醤油を訪問し、日本の文化を体験しました。ここでは、滞在中の様子を紹介します。



土浦二中で生徒から激励を受けました



多くの声援を受けて完走しました



土浦のまち歩きを満喫

オーエンさんから かすみがうらマラソンに参加して

I had a wonderful time visiting Tsuchiura and seeing your city! It was very special to meet so many families who have been so generous.

The Marathon was amazing and I am grateful for the opportunity to represent Palo Alto.

土浦を訪れて、まちを見て回り、素晴らしい時間を過ごしました。多くのご家族のご厚意に触れ、特別な時間を過ごしました。マラソンはとて素晴らしい、パロアルト市を代表して参加する機会をいただいたことに感謝します。



子育てひろば

7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	1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3月生まれ	9日(水)・10日(木)	13:10~14:15	
	1歳6か月児健康診査	令和5年12月生まれ	2日(水)・3日(木)	13:15~14:15	
	3歳児健康診査	令和4年4月生まれ	16日(水)・17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	7日(月)	10:00~11:20	
	10か月児育児相談(予約制)	令和6年9月生まれ	15日(火)	9:30~10:45	
				13:15~14:00	
2歳児育児相談(予約制)	2歳児	4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

7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

🎵親子ピクス、赤ちゃんとおふれあい遊び、
こどもまつり(交流会) 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

🎵七夕会、ベビーマッサージ講習会、
アクアリウム作り 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

🎵親子で作ろう、水遊び 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

🎵スイカ割り、氷遊び、シャカシャカキーホルダー
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

🎵七夕飾り製作、水遊び、Let'sバランスボール 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

🎵水あそび、からだであそぼう、親子リトミック
など

ポプラ児童館 ☎841-3212

🎵ベビーリトミック、おおきな〜れ!、
ダンス!ダンス! など

新治児童館 ☎862-4403

🎵新治児童館デー、ママとベビーのおふれあい体操、
親子でフラダンス 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)、七夕まつり 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)、
おはなし会(サンフラワーズ) 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** 7月13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8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** 7月7日(月)・8日(火)
- 問・申** 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。身体の大きさに合ったものを選び、正しく使用しましょう。

6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 8日(日)・21日(土)・22日(日)
午前11時から
15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 21日(土) 午前11時から
- ※日程は変更になることがあります。
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 ★6月生まれのおかちゃん★



 1歳おめでとう! 元気に楽しく 毎日を過ごそうね☆ れつや ちゃん	 1歳おめでとう☆ わが家に来てくれて ありがとう♡ ゆう ちゃん	 笑顔と幸せをありがとう ママとパパの宝物 だいすき♡ ひまり ちゃん	 1歳おめでとう! みんな陽奏のことが 大好きだよ♡ ひなた ちゃん	 1歳おめでとう☆ かわいいりまくん♪ 大好きだよ♡ りま ちゃん	 みんならんくんに 癒されてるよ! 1歳おめでとう! らんま ちゃん	 1歳おめでとう♡ 毎日笑顔で 育ててね♪ せな ちゃん
 いつも癒しを ありがとう!にこにこ 笑顔が大好き♡ るか ちゃん	 生まれてきてくれて ありがとう♡ 大好きだよ♡ ゆい ちゃん	 祝1歳!たくさん 笑ってゆっくり 大きくなってね! なぎ ちゃん	 せんりくん 祝一歳 のびのび育ててね! せんり ちゃん	 天使の笑顔が 最高に可愛い♡ 毎日癒しをありがとう♪ みお ちゃん	 かわいいののちゃん♪ 1歳おめでとう あいしてる♡ ののは ちゃん	 1歳おめでとう♡ たくさん笑って 大きくなろうね♡ るき ちゃん

8月で1歳になるお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 7月1日(火)

- ・頭や耳、あごの先が切れていない写真を送ってください。
- ・一言は、記号(!・♡・♪など)も1字と数えて24字以内です。
- ・送っていただいた写真は、お返しできません。
- ・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



皆さんのお役に立ちます「課題解決支援コーナー」

図書館では、皆さんの困ったことや知りたいことの解決に役立つ情報の発信を行っています。

子育て支援、法律情報、仕事の情報、健康支援・医療情報の4コーナーをテーマ別に設置しています。

各コーナーでは、定期的にテーマを入れ替えて、関連する本を展示しています。ぜひご活用ください。

場所/市立図書館(アルカス土浦館) 2階・3階



2階 子育て支援コーナー

3階 仕事の情報コーナー
健康支援コーナー
法律情報コーナー



◀3階
健康支援コーナー

※「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。

2025年6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「半分」

6月は「一年の半分」です。食事や地域、物語のタイトルなど、いろいろな「半分」を集めてみました。

進めよう！ダイバーシティ

閩ダイバーシティ推進室(☎内線2507)

6月23日~29日は男女共同参画週間です

国では、「男女共同参画社会基本法」の施行日である平成11年6月23日にあわせて、毎年この1週間を「男女共同参画週間」として、男女共同参画社会について考え、理解を深めることを目指しています。

私たちのまわりの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか？



「誰でも、どこでも、自分らしく」

これは、『「人材の育成・ネットワークの形成」を軸とした取組みを進めるためのキャッチフレーズ」をテーマとして内閣府が募集し、令和7年度の最優秀作品に選ばれたキャッチフレーズです。

男女共同参画週間中は、このキャッチフレーズのもと、全国各地で男女共同参画を推進するさまざまな取り組みが行われます。

男女共同参画啓発パネル展

市では、男女共同参画週間中、市役所本庁舎2階男女共同参画センターでパネル展を開催します。

また、男女共同参画に関連するセミナーの開催や女性のための相談を行っています。

ぜひ気軽にお立ち寄りください。



▲昨年のパネル展

男女共同参画社会とは

男女が、社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的および文化的利益を享受することができ、かつ、ともに責任を担うべき社会のこと。
(男女共同参画社会基本法第2条)

未来への伝承

第192回

権けん

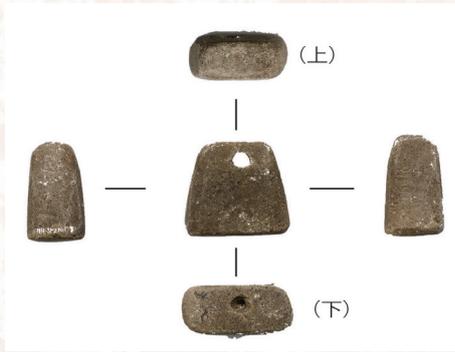
—石のおもり—

権けんは、重さを量る秤を指す言葉です。古代の法典注釈書『令集解りょうのしゅうげ』では、権は懸垂、衡は横木（棹）のことだと指しています。

古代に使用された権衡は、天秤てんびんと棹秤さおばかりです。天秤は複数の決まった重さの錘を増減させて重さを量ることができ、棹秤は、架けた一つの錘を動かして、棹に記された目盛りで量ります。

遺跡から出土する権衡資料のうち、多くを占めているのが、錘として使われた権けんです。特に吊り下げられる形状のものが多く、古代では棹秤がよく使われていたと考えられています。

今回紹介する資料は、市内出土の権けんです。



八幡下遺跡出土「権」

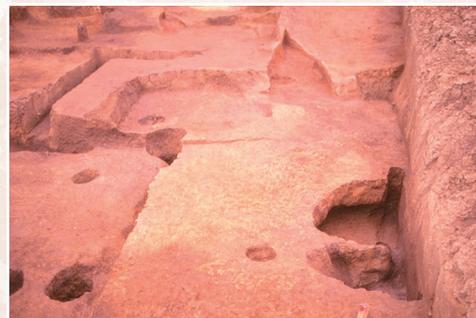
この権けんが出土したのは、常名の八幡下遺跡はちまんじたです。

八幡下遺跡は古墳時代〜平安時代の遺跡で、この権けんは平安時代の住居跡から出土しました。凝灰岩製の正四角錘台形をしています。上部に吊り下げられるための穴が開けられ、上下に穿孔があります。大きさは、底辺幅3.9cm、長さ3.7cm、厚さ1.9cmで、重さは37.9gです。市内から出土した権衡資料はこの権けんのみで、県内でも数少ない資料の一つです。

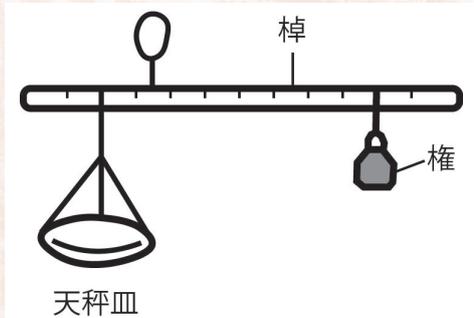
権衡は、律令制度の広がりに合わせて地方に普及していきました。律令を基本とした集権国家を目指すために、長さ・量・重さの基準を統一させる必要があったからです。平安京では、権衡を使って金属類・糸・布・葉類などの重さを量っており、地方でも同様であったと考えられます。

八幡下遺跡は、桜川左岸に近い台地直下の緩斜面に営まれた遺跡です。この遺跡からは権けんのほか、灰釉陶器が数多く出土していることや周辺の遺跡から量を量るためのコップ形土師器が出土していることから、物資が集まる集積地であったと想定されます。また、八幡下遺跡を含む周辺の遺跡で物資の計量が行われ、物資の重さを量るために棹秤が使用された可能性があります。

今回紹介した資料は、6月末まで上高津貝塚ふるさと歴史の広場にて展示しています。ぜひご覧ください。



権が出土した第2号竪穴建物跡



棹秤のイメージ図

上高津貝塚ふるさと歴史の広場
☎826・7111

つちうら Photo Gallery

つちまるとお祝いショット お祝いフォトスポット設置



まち巡りで重ねて仕上げる1枚 4/25～パトレイバースタンプラリー



花が彩る 土浦の春のワンシーン

1年生を歓迎！お花見集会



真鍋小

安全に楽しく遊べる遊具へ 亀城公園遊具リニューアル



IC周辺地区活性化への一歩 4/25 桜土浦IC地区基本協定締結式



準備委員会と戸田建設・日鉄興和不動産・大洋共同事業体が協定

桜並木に囲まれてサイクリング



りんりんロード

ゼロカーボンシティに向けて 4/16 産官学連携協定締結



田中铁工・事業構想大学院大学と連携

つちまると土浦をPRしました 4/29 たこみんフェス



千葉県多古町

チューリップ畑にたたずむ風車



霞ヶ浦総合公園

市長 コラム 山形県天童市の人間将棋に参加しました 土浦市長 安藤真理子

天保4年から明治2年まで、山形県天童市の一部に土浦藩の領地があったことをきっかけに、平成12年に天童市と観光物産交流協定を結びました。お互いに観光行事への参加や特産品の展示・販売を通して、交流を進めています。私も今年、天童市の「人間将棋」に駒役で参加し、土浦市をPRしてきました。また、毎年6月と11月には、まちかど蔵や小町の館でさくらんぼやラ・フランスなどを販売する天童フェアが開催されますので、ぜひお越しください。



▲人間将棋の様子



▲昨年の天童フェアの様子

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▶

