



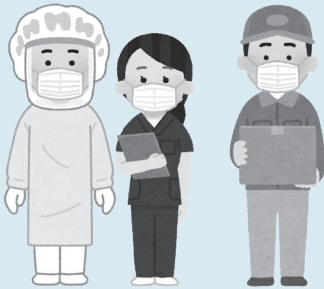
#正しい理解を
#差別はやめよう



©公益財団法人人権教育啓発推進センター

あなたの言動が だれかを 傷つけていませんか？

「あの病院に勤めているから危険」
「あの人は咳をしている、コロナかも」
「あの場所があぶない」など



医療や物流など、暮らしを支える方に理解を深め感謝しましょう



感染者・濃厚接触者などに対する差別的な行動はやめましょう



うわさやSNSなどの根拠のない情報をうのみにせず、国や自治体などの正確な情報に注目しましょう

不当な差別や偏見、いじめなどに関する悩みごとなどの相談ダイヤル

法務省人権相談ダイヤル	電話番号	受付時間
みんなの人権110番	☎0570-003-110	平日 午前8時30分～午後5時15分
子どもの人権110番	☎0120-007-110	
女性の人権ホットライン	☎0570-070-810	
外国人語人権相談ダイヤル Foreign-language Human Rights Hotline	☎0570-090-911	平日 午前9時～午後5時

INFORMATION

情報ひろば

- 日 日時・日程
- 場 会場
- 対 対象者
- 講 講師
- 内 内容
- 定 定員
- 持 持ち物
- 料 料金・受講料
- 申 申込方法
- 締 締め切り
- 問 問い合わせ
- 他 その他

土浦市役所 ☎826-1111
 防災行政無線 0120-826113

マイシティつちうら
 まちの話題やニュースをお届けします。
 土浦ケーブルテレビ デジタル11ch
 (111ch)【毎日9:00/12:00/16:00/
 20:00の各15分】

土浦市メールマガジン
 行政、子育て、健康づくり、
 観光・イベントなどの情報
 をメールでお届けします。

登録はこちら▶



新型コロナウイルス
 感染症関連情報



新型コロナウイルス感染症に
 関する、市からのお知らせやイ
 ベントの開催状況などの最新情
 報は、市ホームページで確認で
 きます。

土浦ブランド認定品販売会

日 9月26日(土)、27日(日) 午前
 10時〜午後6時(日曜は午
 後5時まで)

場 イオンモール土浦(上高津)
 問 農林水産課(☎内線2710)

水戸地方法務局(本局)庁舎
 が移転します

日 9月23日(水)から
 場 移転先/水戸市北見町1番
 1号

問 同法務局(☎029・22
 7・9911)

茨城県行政書士会無料相談

面談による無料相談

日 10月3日(土) 午前10時〜午
 後4時

場 三中地区公民館

内 遺言、相続、各種許認可な
 どに関する相談

電話による無料相談

日 毎週木曜日(祝日を除く)

場 午後1時30分〜4時30分

相談ダイヤル

☎029・305・3731
 茨城県行政書士会(☎02
 9・305・3731)

離婚時の年金分割制度

離婚した場合、婚姻期間中
 に納めた保険料分の厚生年金
 については、夫婦で分割する
 ことができます。離婚後2年
 以内の手続きを行う必要があ
 るので、早めにご相談ください。

問 土浦年金事務所(☎825・
 1170)

個別的労使紛争に係る無料
 労働相談会

日 10月29日(木) 午後5時〜7時
 場 県土浦合同庁舎(真鍋五丁目)
 内 解雇、パワハラなど労働関
 係のトラブルについての相談

問 県労働委員会事務局(☎0
 29・301・5563)

男性料理教室

日 10月3日(土) 午前10時〜午
 後0時30分

場 一中地区公民館

講 石塚ナツ子さん(料理研究家)
 内 土浦のおとう飯〜ワンコイ
 ンで作るハッピー弁当

定 8人(先着順)

持 エプロン、三角巾、布巾、
 筆記用具

料 500円(材料費)

申 電話で

問 男女共同参画室(☎827・
 1107)

パーソナルカラーミニ講座

日 9月26日(土)、27日(日) 午前
 10時〜正午

場 亀城プラザ

講 井上千香子さん(カラーコ
 ンサルタント)

内 似合う色についてのお話、
 配色を考えるワークなど

定 各10人(先着順)

料 1000円(材料費込み)

申 9月17日(木)から電話で
 問 亀城プラザ(☎824・3
 121)

「脳と身体を調和」
 無料アニストレスン



日 9月20日(日)〜10月11日(日)の
 期間のうち3回まで

場 水郷テニスコート

対 4〜6歳児

持 飲み物、運動着

申 ホームページを確認のう
 え、氏名(フリガナ)、年齢、
 性別、連絡先、受講希望日
 をメールで

日 10月11日(日)

問 土浦市テニス協会(☎826・1
 380) info@tsuchiura-
 ta.jp)

広告

納税課からのお知らせ

●9月の納税(納期限:9月30日(水))

国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料(いずれも3期)

●9月の休日納税・休日納税相談

日 9月27日(日) 午前9時～午後5時

場 納税課(本庁舎2階)

問 納税課(☎内線2359)

※新型コロナウイルス感染症の影響などにより納税が困難な場合には、そのまま放置せず、至急ご相談ください。

乳児用チャイルドシート貸し出し

日 貸出日/10月12日(月)～30(金)の平日

午前9時～午後5時

申 込 日/10月5日(月)、6日(火)

場 生活安全課(本庁舎2階)

対 市内在住の1歳未満児の保護者または、11月末までに出産予定の方

持 運 転 免 許 証

¥2000円(クリーニング代など)

申 電 話 で

問 生活安全課(☎内線2298)

10月の無料年金相談

●常陽銀行土浦ローンプラザ
(土浦駅前支店内)

10月17日(土) 午前10時～午後4時
(☎821-3541)

●常陽銀行土浦支店

10月21日(水) 午前10時～午後3時
(☎822-3216)

※詳しくはお問い合わせください。

建築CAD基礎講座
日 11月21日(土)、28日(土)、12月5日(土) 午前9時～午後4時(全3回)
場 県立土浦産業技術専門学院(中村西根)
対 Windowsの基本操作ができる方
内 AutoCADによる作図、編集の仕方について
定 20人(定員を超えた場合は抽選)
¥3040円
申 ホームページから
10月12日(月)
問 同学院(☎841-3551)



防衛大学生および自衛官候補生募集
□防衛大学校学生(一般)
対 18歳以上21歳未満(自衛官については23歳未満)の方で、高卒または高等専門学校3年次を修了した方(見込み含む)
10月22日(木)(必着)
□自衛官候補生(随時募集)
対 18歳以上33歳未満の方
※申込方法など、詳しくはホームページをご覧ください。
問 自衛隊土浦地域事務所(☎821-6986)



市政のお知らせ information

土浦幼稚園の令和3年度入園児を募集します

問 学務課(☎内線5107)

「土浦市立幼稚園の再編計画」により、令和3年度は土浦幼稚園の5歳児(1年保育)のみを募集します。

募集園児/市内に居住している5歳児(平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの幼児)

申込方法/土浦幼稚園に入学願書を直接

受付期間/10月1日(木)～12日(月)

入園選考/申込時に面談を行います。健康診断は園医による個別健診を受けてください。

※健康診断の結果により、再度面談を行う場合があります。

広告

市政のお知らせ information

就学時健康診断

☎学務課 (☎内線5112)

対象者／平成26年4月2日から平成27年4月1日までに生まれた方

※対象者には9月10日に通知文を発送しています。届いていない方はお問い合わせください。

就学予定校および会場	期日
中村小学校	10月14日(水)
土浦第二小学校	10月15日(木)
土浦小学校	10月16日(金)
乙戸小学校	10月19日(月)
大岩田小学校	10月21日(水)
上大津東小学校	10月22日(木)
真鍋小学校	10月29日(木)
荒川沖小学校	10月30日(金)
新治学園義務教育学校	11月4日(水)
右舩小学校	11月5日(木)
下高津小学校	11月6日(金)
都和小学校	11月11日(水)
東小学校	11月12日(木)
神立小学校	11月18日(水)
菅谷小学校	11月20日(金)
都和南小学校	11月26日(木)

市政のお知らせ information

第2回男女共同参画推進委員会

☎男女共同参画室 (☎827-1107)

日時／10月6日(火) 午後1時30分から(受け付けは午後1時から)

場所／本庁舎3階 庁議室

内容／第4次土浦市男女共同参画推進計画素案(案)について など

傍聴定員／10人(先着順)

市政のお知らせ information

土浦市都市計画審議会および都市計画に関する説明会を開催します

☎都市計画課 (☎内線2361)

□第1回土浦市都市計画審議会

日時／10月9日(金) 午後2時から(受け付けは午後1時30分から)

場所／社会福祉センター 講義講習室1・2・3

内容／土浦・阿見都市計画用途地域および地区計画の変更について

傍聴定員／10人(先着順)

□都市計画に関する説明会

日時／10月14日(水) 午後7時から
10月18日(日) 午前10時から

※両日とも同じ内容です。

場所／二中地区公民館

内容／土浦・阿見都市計画用途地域の変更について
変更地区／東真鍋町、真鍋六丁目の各一部

広告

市政のお知らせ information

はかりの定期検査

☎商工観光課 (☎内線2704)

検査期間 / 12月2日(水)～11日(金)

※検査対象者には、茨城県計量協会から11月下旬までに受検通知はがきが届きます。

検査対象 /

- ・各種商店で商取引に使用するはかり
- ・病院などで健康診断や身体検査に使用するはかり
- ・薬局、病院の調剤用はかり など

※定期検査の受検を希望する方で、5月に受検通知はがきが届かなかった方はご連絡ください。

市政のお知らせ information

燃やせるごみの袋の引き換え忘れ
にご注意ください

☎環境衛生課 (☎内線2445)

新型コロナウイルス感染症拡大の影響により在宅時間が増加したことから家庭ごみの量が増加傾向にあったため、燃やせるごみの袋の引換券を全世帯(令和2年5月1日現在、市内に住民登録があった世帯)へ郵送しています。引換期限を過ぎた場合は引き換えすることができなくなりますので、期限内の引き換えをお願いします。

引換対象 / 燃やせるごみの袋45ℓ(10枚入り1組)

引換方法 / 指定ごみ袋取扱店で引換券と交換

引換期限 / 10月31日(土)

市政のお知らせ information

農作物鳥獣被害防止用設備の設置
を補助します

☎農林水産課 (☎内線2711)



市では近年の有害鳥獣(イノシシ、カモなど)による農作物被害の軽減を目的として、市民の方が農作物被害防止用設備(防護柵など)を設置した際の費用の一部を補助いたします。申込方法など詳しくはホームページをご覧ください。

市政のお知らせ information

全国瞬時警報システム(Jアラート)の全国一斉情報伝達訓練を実施します

☎危機管理室 (☎内線2009)

全国瞬時警報システム(Jアラート)は、弾道ミサイル情報や緊急地震速報など、対処に時間的余裕のない事態に関する情報が、人工衛星および地上回線を用いて国から送信され、市の防災行政無線から自動で放送されることで、直接住民の皆さんに伝達されるシステムです。

緊急時における住民の皆さんへの迅速かつ確実な情報伝達の確認を行うため、Jアラートの全国一斉情報伝達訓練が次の日時で行われます。

日時 / 10月7日(水) 午前11時から

放送内容 /

- ①チャイム音
- ②「これは、Jアラートのテストです。」×3回
- ③コールサイン「こちらは防災土浦です。」
- ④チャイム音

広告

市政のお知らせ

information

土浦市職員を募集します

☎ 人事課 (☎内線2439)



【令和3年1月1日採用(任期付)】

職種	採用予定人員	受験資格	任期
保育士	若干名	昭和50年4月2日以降に生まれた方で、保育士免許を有している方	2年3か月

受付期間 / 10月2日(金)まで

第1次試験 / 情報分析力検査(web方式)
 …10月12日(月)～21日(水)

第2次試験 / 適性検査(web方式)

…11月9日(月)～18日(水)

口述試験・ピアノ実技試験…11月27日(金)

合格発表 / 12月上旬

【令和3年4月1日採用】

職種	採用予定人員	受験資格
事務職 (障害者)	若干名	以下の要件すべてを満たす方 ・平成4年4月2日以降に生まれた方で、高校卒業以上(卒業見込みを含む)またはそれと同程度の学力を有すると認められる方 ・身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている方 ・通常の勤務時間(週38時間45分、1日7時間45分)に対応できる方 ・文字の大きさは10ポイント程度による出題および普通話声に対応できる方
建築職	若干名	昭和60年4月2日以降に生まれた方で、「建築」の専門課程を修了し、一級建築士資格者または令和2年度試験により資格を取得見込みの方

受付期間 / 10月2日(金)まで

第1次試験 / 情報分析力検査(web方式)
 …10月12日(月)～21日(水)

第2次試験 / 適性検査(web方式)

…11月9日(月)～18日(水)

口述試験など…11月27日(金)

合格発表 / 12月中旬

※新型コロナウイルスの流行状況などにより、試験日程や内容が変更になる場合があります。

※申し込み方法や最新情報は、ホームページをご覧ください。

広告

国土交通省「日本版MaaS推進・支援事業」に「つちうらMaaS実証実験」が選定されました

☎つちうらMaaS推進協議会(関東鉄道内 ☎822-3710)

MaaS(マース)とは…

MaaSは、「Mobility as a Service」の略語で、出発地から目的地までのサービスを組み合わせてひとつのサービスとして捉える新しい概念です。電車・バスの乗り換えやルート検索、決済などを、まとめて簡単に行うことができるサービスです。

「日本版MaaS推進・支援事業」とは…

MaaSの実現と全国への普及のため、全国各地で行われている実証実験などを、国が推進・支援する事業です。今年度は、本市を含む38地域の実証実験が選定されました。

「つちうらMaaS実証実験」は…

関東鉄道を代表とし、土浦市も参加する「つちうらMaaS推進協議会」で検討を進めています。つくば霞ヶ浦りんりんロードにおける電動キックボードの活用や、キャッシュレス決済を取り入れたAI運行バスなどの実証実験を、令和3年2～3月に行う予定です。

令和3年 成人式

開催日／令和3年1月10日(日)

場所／クラフトシビックホール土浦(土浦市民会館)

対象者／平成12年4月2日から平成13年4月1日までに生まれた方

※市内に住民登録がない方も、式典に参加できます。

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、変更になる場合があります。

成年年齢引き下げ後の成人式について

令和4年度から民法改正により成年年齢が引き下げられますが、本市では20歳を「人生の節目」ととらえ、引き続き20歳を対象として式典を行います。

☎文化生涯学習課(☎826-1111 内線5163)

土浦市の障害者(児)福祉事業

☎障害福祉課(☎826-1111 内線2339)

市では、障害のある方が安心して暮らすための、さまざまな事業を実施しています。

障害福祉サービス利用申請

障害者(児)が、家事や移動時の支援を受けたり、就労の訓練を受けたり、施設に入所したりするために必要な障害福祉サービス利用申請や、サービス利用に関する相談に応じます。

心身障害児および心身障害者福祉手当

重度の障害者、または障害者手帳を所持する障害児に、手当を支給します。

※障害年金や、他の福祉手当を受給している方、施設に入所している方は除く

月額／課税世帯…2500円または2250円

非課税世帯…5000円または4500円

難病患者福祉手当

保健所から指定難病特定医療費受給者証などを交付されている難病患者に、手当を支給します。

※施設に入所している方、生活保護を受給している方は除く

月額／課税世帯…1500円 非課税世帯…3000円

自立支援医療(精神通院)

精神疾患などにより通院している方が、指定の医療機関で医療を受けた場合、窓口で支払う費用を助成します。

NHK放送受信料の減免

障害の種類・程度や世帯の課税状況に応じて、NHK受信料が減免されます。

全額免除…障害者手帳所持者がいる世帯で、世帯構成員全員が市民税非課税

半額免除…以下の方が世帯主でNHK契約者

・視覚または聴覚障害者

・重度障害者(身体1・2級、知的④・A、精神1級)

手話通訳者の配置

聴覚に障害のある方が、市役所窓口での手続きの際などに利用することができる手話通訳者を配置しています。

場所／障害福祉課

配置日／月曜日・金曜日

9月20日～26日は動物愛護週間です

犬や猫などの小動物は、私たちの生活に癒しを与えてくれるだけではなく、大切な家族として、多くの人々に愛されています。その一方で、ペットのトラブルが多発しているのも事実です。飼い主には、愛情を持った正しいペットの飼い方が求められています。

☎環境衛生課(☎826-1111 内線2407)

🐾ペットを飼うための基本条件

ペットを飼うためには、最低限、以下の条件を満たしている必要があります。

- 家族の一員として、一生世話をすることができる。
- 食事やしつけ、手入れ、運動、ふん尿の処理など、毎日の管理が十分にできる。
- 鳴き声、ふん尿、においなど、他人に迷惑をかけずに飼うことができる。

🐾新たな命に対する責任

生まれたすべての動物を飼い続けたり、新しい飼い主を探すことは、とても難しいです。ペットには、避妊・去勢手術を受けさせましょう。手術については、動物病院にご相談ください。

※「動物の愛護及び管理に関する法律」が令和2年6月1日に一部改正され、適切に飼育することが困難となる恐れがある場合は、動物に避妊・去勢手術を受けさせることが義務付けられました。

🐾犬や猫が迷子になったときのために

犬や猫の首輪に、飼い主の住所・連絡先・名前などが分かる名札・鑑札などを付けましょう。また、動物病院で付けることができるマイクロチップは、脱落することがないため、安心です。

もし、犬や猫がいなくなってしまった場合は、環境衛生課までご連絡ください。



犬を飼っている方へ

【狂犬病予防のために】

生後91日以上の子犬は、登録と狂犬病予防注射が必要です。

- ・市外から転入してきた方は、以前住んでいた自治体の鑑札を持って環境衛生課までお越しください。
- ・狂犬病予防注射は、年1回受けさせることが、法律で義務付けられています。市から通知を行いますので、必ず受けさせましょう。

【散歩のときは】

リードなどでつないで、道路に飛び出したり、人に迷惑をかけたりしないようにしましょう。また、飼い犬のふんは、責任をもって飼い主が処理しましょう。



野生・野良の動物に エサを与えないでください



責任を持って飼うことができない動物にエサを与えることは、動物が人間に期待してかわいそうな思いをすることや、周辺環境の悪化につながります。

また、人間の食べ物には、動物にとって危険なものもあります。



猫は、屋内飼いをしましょう

屋外は、猫にとって、交通事故やイタズラの被害などにあう危険があるので、屋内で飼うことをおすすめします。虫や伝染する病気についての心配もなくなります。

ペットを飼う際のルールについて、詳しくは市と県のホームページに掲載していますので、ご覧ください。

市ホームページ



県動物指導センター
ホームページ



7/21～10/18 風をとらえて進む 観光帆曳船運航



霞ヶ浦の湖面を渡る風を受け、真っ白な帆をいっぱい広げて進む帆曳船。この姿が現れると、霞ヶ浦に夏の訪れが感じられます。帆曳船は明治13年に発明され、ワカサギなどを捕る帆曳網漁のための船でしたが、現在は観光用の船となっています。10月18日までの毎週土日・祝日に運航し、土浦港発の霞ヶ浦遊覧船や霞ヶ浦総合公園から見るができます。

8/21・26 安全・安心な給食を 学校給食センター完成記念式典・試食会



新しい学校給食センターが完成し、これを記念して21日に完成記念式典が行われました。26日には調理・配送のリハーサルとして、各学校で試食会が行われました。先生と子どもたちは、食器などの変更により新しくなった準備や配膳方法を、丁寧に確認していました。給食を嬉しそうに味わう子どもたち。新しい食缶は保温に優れていて、「あったかくておいしい」と喜ぶ声が聞こえました。

8/22 灯籠の光に照らされたお祭り 小町宵まつり



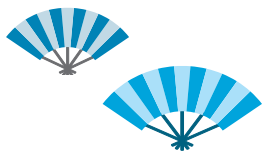
旧暦の七夕にちなんだお祭り、宵まつりが小町の館で開催されました。七夕短冊が飾られた会場で、ピザ作り体験、親子花火教室などさまざまなイベントが行われました。ステージでは、琴の演奏やダンスが披露されました。日が暮れると竹筒灯籠が灯り、幻想的な雰囲気の中、ミニコンサートの歌声が響き渡りました。終盤にはサプライズの花火が打ち上げられ、来場した人たちから歓声があがりました。

8/22～ 熱い闘い 市民野球大会



今年で74回目となる市民野球大会が、J:COMスタジアム土浦で開催しました。この大会は、昭和22年に第1回大会が開催された歴史ある大会です。今年は、市制施行80周年記念大会として開催され、決勝戦と3位決定戦は、メットライフドーム(西武ドーム)で行われる予定です。34チームが参戦し、選手たちは優勝を目指して、力強いプレーを繰り返しています。

～おじいちゃん、おばあちゃん 長生きしてね！～



土浦市の敬老事業



☎高齡福祉課(☎826-1111 内線2479)

市では、9月21日の敬老の日を迎えるにあたり、長年社会に貢献してきた高齢者の方に敬意を表し、長寿を祝福するため、敬老事業を実施しています。88歳の米寿を迎える方に祝状を、100歳を迎える方に祝状と祝金を、市内最高齢の方に祝状をそれぞれ贈呈します。

このたび今年度に100歳を迎える36人のうち、2人のお宅に安藤市長が訪問し、長生きの秘訣や日々の生活の中での楽しみなどを伺いました。

瀬古澤 政子さん (99歳 下高津一丁目)



土浦市で生まれました。自衛官として武器学校に勤務し、60歳まで働いていました。今でも身の回りの家事はほとんど自分でこなしています。趣味である詩吟を60年続けており、長年の活動の功績を称えられ表彰を受けたこともあります。

趣味：詩吟

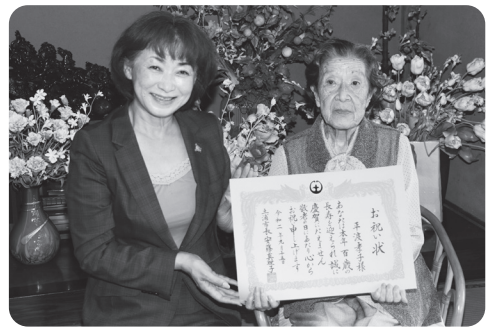


平渡 孝子さん (99歳 乙戸)



東京都で生まれました。結婚して満州へ行き、終戦後に茨城に来ました。日中は新聞を読んだり、軽い体操で体を動かしたり、趣味の俳句鑑賞をしたりして過ごしています。家族と一緒に買い物に出かけることが何よりの楽しみです。

趣味：俳句鑑賞、読書



長寿をお祝いします

堀越富野さん (107歳 永国東町)

渡邊つねのさん (105歳 北荒川沖町)

本澤とみさん (106歳 中央一丁目)

池田つるさん (105歳 東若松町)

藤田なかさん (106歳 藤沢)

酒井泰三郎さん (104歳 大畑)

本橋たけさん (106歳 木田余東台二丁目) 櫻井英子さん (104歳 桜町四丁目)

砂田とみさん (105歳 穴塚)

石田まささん (103歳 大畑)

◎掲載は承諾をいただいた方のみ

※年齢は9月15日現在

秋の全国交通安全運動

全国交通安全運動は、交通安全思想を普及・浸透させ、交通ルールの遵守と正しい交通マナーの実践を習慣付けるとともに、交通事故防止の徹底を図ることを目的としています。

スローガン

夜道こそ
自分をアピール
反射材

実施期間

9月21日(月)～30日(水)
◎9月30日は、「交通事故死ゼロを目指す日」です。

運動の重点

- ・子どもをはじめとする歩行者の安全と自転車の安全利用の確保
- ・高齢運転者などの安全運動の励行
- ・夕暮れ時と夜間の交通事故防止と飲酒運転などの危険運転の防止

全国地域安全運動

全国地域安全運動は、住宅侵入犯罪や窃盗などの抑止力となる「地域安全活動」への関心を高め、身近な犯罪を防ぐことを目的としています。

実施期間

10月11日(日)～20日(火)
◎10月11日は、「安全・安心なまちづくりの日」です。

地域安全活動とは

安全で安心して暮らせるまちを実現するため、地域ぐるみで犯罪などの防止に取り組む活動です。地域住民が中心となり、自治体、学校、警察、事業者などと連携しながら、自主的に地域安全活動に取り組んでいる防犯ボランティア団体が活躍しています。
市内では、令和2年8月末現在、168団体の自主防犯組織が、地域の安全確保のため、青色防犯パトカーを使用した防犯パトロールなどを行っています。

閩生活安全課 ☎内線2490

こ・ん・に・ち・は 赤・ち・ゃ・ん
HAPPY BIRTHDAY
9月生まれ



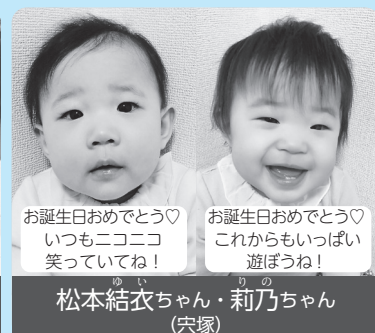
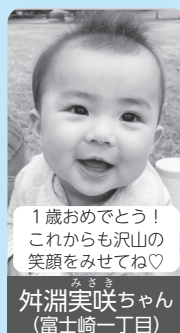
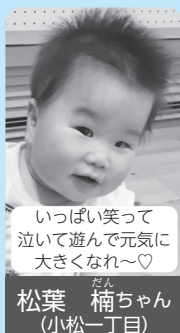
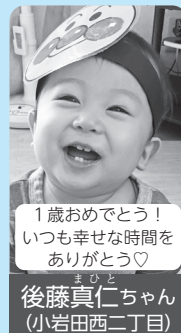
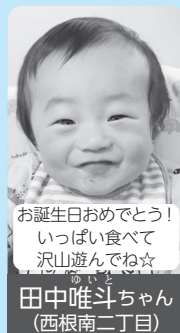
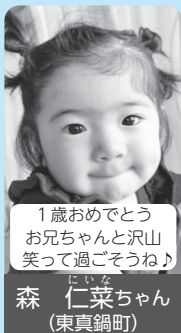
11月で1歳になる赤ちゃんを募集!!

- ①誕生日、②住所、③氏名(ふりがな)、④電話番号、⑤一言(25文字以内)を記入し、写真を添えて広報広聴課へ郵送、メール(kouho@city.tsuchiura.lg.jp)または直接
☑9月30日(水)

※11月上旬号または中旬号に写真、氏名、町名、一言を掲載します。

応募の際の注意事項

- *一言は記号(!・♡・♪など)も1文字と数えて25文字以内で!
- *顔がすべて写っている(頭や耳、あごが切れていない)写真を!
- *送っていただいた写真はお返しできません



10月子育てひろば



HPはこちら ▶



児童館

※予約は電話または直接

都和児童館 (☎832-3112)	13日(火)、29日(木)	10:30~11:00	作ってあそぼう
	23日(金)	10:30~11:00	ママとベビーのふれあい体操
	27日(火)	10:30~11:00	ふれあいあそび
ポプラ児童館 (☎841-3212)	1日(木)	10:30~11:00	お話ひろば
	14日(水)	10:30~11:00	リズム
	20日(火)	10:30~11:00	お話ひろば、誕生児紹介
新治児童館 (☎862-4403)	22日(木)	10:30~11:30	誕生会
	26日(月)	10:30~11:00	ママとベビーのふれあい体操
	28日(水)	10:30~11:00	おはなし会

子育て支援センター

さくらんぼ (☎823-1288) 予約受付は9月23日(水)から ※イベントにより受付開始時間 が異なりますので、詳しくは ホームページをご覧ください。	月~金曜日	9:30~16:30	お部屋開放
	1日(木)	10:00~11:30	わくわく秋祭り 場 神立地区コミュニティセンター
	2日(金)	10:00~11:30	赤ちゃんのカレンダー作り
		13:30~15:00	
	5日(月)	10:00~11:30	わくわく秋祭り 場 四中地区公民館
	6日(火)	10:00~11:30	わくわく秋祭り 場 三中地区公民館
	7日(水)	10:00~11:30	わくわく秋祭り 場 都和公民館
	8日(木)	10:00~11:30	わくわく秋祭り 場 一中地区公民館
	9日(金)	10:00~11:30	わくわく秋祭り 場 二中地区公民館
	12日(月)	10:00~11:30	わくわく秋祭り 場 六中地区公民館
	13日(火)	10:00~11:30	広いお部屋で遊ぼう! 場 新治地区公民館
	14日(水)	10:00~11:30	赤ちゃんとお祭り 場 三中地区公民館
	15日(木)	10:00~11:30	赤ちゃんとお祭り 場 二中地区公民館
	22日(木)	10:00~11:30 13:30~15:00	1歳以上のカレンダー作り
ありんこクラブ (☎841-0463) 予約受付は9月18日(金) 9:00から	月~金曜日	10:00~15:00	保育所開放
	1日(木)、22日(木)	10:30~12:00	ありんこタイム
	15日(木)	10:30~12:00	しゃぼん玉遊び
	20日(火)	10:30~12:00	ベビーマッサージ
	29日(木)	10:30~12:00	ハロウィン会
白鳥保育園 (☎831-2590) 予約受付は前日16:00まで	月~金曜日	8:30~13:30	園庭開放
	月~水、金曜日※	8:30~13:30	スペース開放
	8日(木)	10:00~11:30	骨密度検査
	15日(木)	8:30~13:30	スタンプ遊び
	16日(金)	9:00~10:30	さつまいも堀り
	20日(火)	8:30~13:30	リトミック見学&体験
	22日(木)	8:30~13:30	運動遊びと身体測定
	29日(木)	9:00~10:00	親子制作
ひまわり (☎843-1117) 予約受付は9月23日(水) 9:30から	月~金曜日	9:00~16:00	園庭・お部屋開放
	1日(木)、7日(水)	10:00~10:50	お花講座「ブッダナッツアレンジ」
		11:00~11:50	
	2日(金)	10:00~10:50	お誕生会
		11:00~11:50	
	5日(月)、6日(火)、 23日(金)	10:00~12:00	ベビーマッサージ
	8日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール 場 三中地区公民館
	13日(火)	10:00~12:00	お芋ほり
	14日(水)、15日(木)	10:00~12:00	離乳食講座「食材の上手な使い方」
	19日(月)、20日(火)	10:00~10:50	0歳ひろば
		11:00~11:50	
	22日(木)	9:45~12:00	親子バランスボール 場 四中地区公民館
	26日(月)、27日(火)	10:00~12:00	お散歩へいこう、1歳児以上計測日
29日(木)	10:00~12:00	親子ピクス 場 六中地区公民館	
30日(金)	10:00~12:00	マタニティサロン	

※14日(水)、20日(火)を除く

10月のとしょかん

図書館カレンダー
2020 October 

市立図書館(☎823-4646)



HPはこちら▶

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

■は休館日、●は分館のみ休館

【火～金曜日】 10:00～20:00

【土・日・祝日】 10:00～18:00

【月曜開館日】 5日 10:00～20:00

分館【火～日曜日】 10:00～17:00

日本の年中行事【十五夜の月見】

旧暦8月15日は十五夜とよばれ、十五夜の月見は五穀豊穡を祝う日本の年中行事としての一面を持っています。また、中秋の名月として古くから人々に愛でられてきました。今年は、10月1日が中秋の名月にあたります。十五夜の月見に合わせて、月や暦に関する本を楽しんでみてはいかがでしょうか。

暦・年中行事

月のこよみ2020 (相馬 充/監修)

暮らしのならわし十二月 (白井明大/著、有賀一広/絵)

浮世絵でみる年中行事 (中村祐子/文、大久保純一/浮世絵監修)

絵本

おつきみ (あまんきみこ/作)

14ひきのおつきみ (いわむらかずお/さく)

おつきみおばけ (せなけいこ/作・絵)

このほかにも、年中行事に関する本を所蔵していますので、ぜひご覧ください。

今月のおすすめ本



鳥獣戯画の国(絵画・版画)

かわいい、愉快、どこかおかしい。国宝「鳥獣戯画」が生まれるべくして生まれた日本という国を眺め、伝説的なおかしな動物の絵がどのように日本人の心を捉え、動物絵画のスタイルとして定着してきたかを伝える。

(金子信久/著)



ハリネズミは月を見上げる(小説)

16歳の夏、私は彼女に出会った。引っ込み思案な高校生・鈴美の前に現れた、凛とした雰囲気をもたらす同級生の比呂。自分と全く違う彼女に圧倒された鈴美は、その背中を追い始め…。

(あさのあつこ/著)

先月の
人気図書



女帝小池百合子(伝記)

女性初の都知事であり、女性初の総理候補とされる小池百合子。キャスターから政治の道へ、男性社会にありながら常に「風」を巻き起こし、権力の頂点を目指す彼女の数奇な半生、つきまとう疑惑を、綿密な取材で書き切る。

(石井妙子/著)

10月のおはなし会

おはなし会(2階 おはなしのへや)

10月11日(日)、17日(土)、25日(日)

いずれも午前11時から

10月18日(日) 午後2時から

◎日時の変更や中止となる場合がありますので、ホームページで確認のうえご来館ください。

こどもの本

14歳の教室 (若松英輔/著)

やとのいえ (八尾慶次/作)

こんにちは！わたしのえ

(はたこうしろう/作)

わたしのふうせん

(マリオ・ラモ/絵、原 小枝/訳)

ほしのこども

(フレヤ・ブラックウッド/絵、
MEM・フォックス/文、横山和江/訳)

今月の展示棚

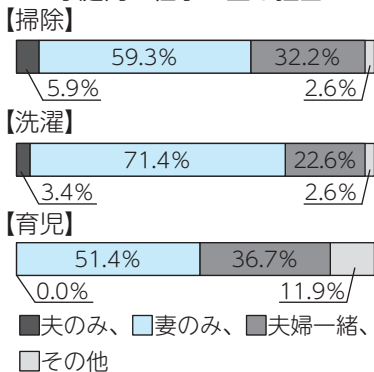
テーマ「体を動かそう！」

スポーツにぴったりの季節！と言うにはまだまだ暑い日もありますが、朝夕など涼しい時間に、工夫して体を動かしてみませんか。無理なく運動したい方、体力をつけたい方に役立つ本を用意しました。少しずつ体を動かして、体力を取り戻しましょう。

10月の無料相談

相談名	日	時	場所	主な相談内容(相談員)
市民法律相談	毎週火曜日	13:30~16:00		法律が関係する困りごと(弁護士) ※予約制(相談日の2週間前の火曜日から)
司法書士相談	14日(水)	13:30~15:30	広報広聴課 (☎内線2376)	相続・贈与などの登記、遺産分割、その他法律問題(司法書士) ※予約制
行政書士相談	15日(木)	13:30~16:30		相続や契約書(賃貸・売買・雇用・介護)の作成などに関する事(行政書士) ※予約制
総合労働相談	9日(金)	13:30~16:30	広報広聴課	労働・社会保険関係、労使トラブルなど(社会保険労務士) ※予約優先(☎029-350-4864)
土地家屋調査士相談	7日(水)	13:30~15:30	広報広聴課	土地の境界問題や建物の登記に関する事(土地家屋調査士) ※予約優先(☎029-259-7400)
行政相談	10月はお休み		広報広聴課 (☎内線2376)	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)
市民相談	月~金曜日	8:30~17:15	広報広聴課 (☎内線2376)	市に対する要望、苦情、意見など(担当職員)
税務相談	一時中止		税理士会土浦支部 (☎824-5055)	税に関する事(税理士) ※予約制(予約時間10:00~14:00)
心配ごと相談	毎週水曜日	13:00~16:00	社会福祉協議会 (☎821-5995)	日常生活の困りごと、悩みごと(専門相談員)
消費生活相談	月~金曜日	9:30~16:30	消費生活センター (☎823-3928)	商品、契約や多重債務などのトラブル(消費生活相談員)
家庭児童相談	月~金曜日	8:30~17:15	こども相談課 (☎内線2393)	18歳までの子どものすべてについて(家庭児童相談員)
育児相談	月~金曜日	9:30~16:30	地域子育て支援センターさくらんぼ (☎823-1288)	乳幼児のしつけ、生活習慣(保育士)
早期療育相談	月~金曜日	9:00~17:00	療育支援センターほか (☎822-3411)	言葉の遅れや落ち着きがないなど、子どもの発達、行動面に関する事(早期療育相談員)
青少年相談	火~土曜日	10:30~17:00	青少年センター (☎823-7838)	青少年についての困りごと(相談員) ※電話相談可
教育電話相談	月~金曜日	9:00~16:00	教育相談室 (☎823-7837)	不登校やいじめなどの早期解決と防止(教育相談員)
交通事故相談	月、水~金曜日 (第3水曜日は弁護士相談)	9:00~16:45 (13:00~16:00)	土浦合同庁舎県南地方交通事故相談所 (☎823-1123)	交通事故に関する事(県委嘱相談員、弁護士)
人権相談	月~金曜日	8:30~17:15	水戸地方法務局土浦支局 (☎821-0792)	家庭内の問題、いじめ、差別など(人権擁護委員、担当職員)
生活相談	毎週水曜日	13:00~16:00	新治地区公民館 (☎862-2900)	生活上のこと、人権にかかわること(生活相談員)
精神保健相談	6日(火)	14:30~16:30	土浦保健所 (☎821-5516)	精神障害者の医療などに関する事(精神科医師) ※予約制、1日2件まで。日時が変更になる場合があります。
	16日(金)	14:00~16:00		
女性のための	フェミニスト相談	毎週水曜日	男女共同参画センター (☎827-1107)	夫婦のこと、対人関係や職場でのトラブルなど(専門の女性カウンセラー) ※予約制
		10日(土)		
	一般相談	9日(金)、23日(金)		

家庭内の仕事の主な担当



令和元年度「土浦市男女共同参画に関するアンケート」では、
 ・家庭内の家事・育児の主な担当については、「妻のみが担当」という割合が最も高い結果となりました。
 ・家庭における夫婦の役割分担に関する考え方については、「夫婦がともに職業を持ち、家事・育児は平等に分担することがよい」と感じている人が最も多く、約6割を占めていました。

◆より良いワーク・ライフ・バランスのために

女性の就業率が上昇している中、それぞれが置かれた状況に応じて、多様な働き方や暮らし方が選択できる社会となつてきています。「仕事」と「仕事以外の生活」のどちらも充実させ、満足できる生活を送ることができるよう、職場や家庭の現状を見つめ直し、みんなで考えていきましょう。

◆ワーク・ライフ・バランスとは

「仕事」と家庭・地域活動・趣味などの「仕事以外の生活」とのバランスを取り、その両方を充実させることです。仕事と生活をどのようなバランスにするかは、その人の働き方や暮らし方によって異なり、子育て期や中高年期など人生の段階によっても変わってきます。

ワーク・ライフ・バランスを考える

進めよう！ 男女共同参画
 男女共同参画室(☎827・1107)

インフルエンザ予防接種費用の一部助成

対象者／接種当日に市内に住民登録があり、次のいずれかに該当する方

- ①65歳以上の方
- ②60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に、身体障害者手帳1級相当の障害を有する方(接種前に申請が必要)
- ③生後6か月から中学3年生までの方

接種期間／10月1日(木)～令和3年1月31日(日)

接種場所／①・②県内協力医療機関、③市内協力医療機関

※協力医療機関以外で接種する場合は、償還払いとなります。接種10日前までに必ず健康増進課へ連絡してください。

助成額・回数／①・②2000円(1回)、③1700円(2回 ※13歳以上は1回)

※①・②の方で生活保護受給者は、全額公費負担(接種前に申請が必要)

親子の食育教室

日時／10月31日(土) 午前10時～11時30分(受け付けは午前9時45分から)

場所／二中地区公民館

対象者／市内在住の小学生とその保護者(兄弟姉妹の参加も可能)

内容／食育クイズ・食事バランスガイドを使ってみよう など

定員／10組(先着順)

申込方法／電話で

運動普及推進員養成講習会

日時／①11月2日(月)、②6日(金)、③17日(火)、④12月18日(金)、⑤1月5日(火) 午前10時～午後4時(全5回)

場所／①・⑤土浦市保健センター、②・③・④四中地区公民館

対象者／市内在住の70歳以下の方で、講習会終了後にボランティア活動に参加できる方

内容／健康づくりのための運動を地域で実践するボランティア養成講座

定員／10人(先着順)

申込方法／電話で

健診結果まるごと相談

対象者／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についてなど)、栄養士との個別相談

持ち物／健診結果

申込方法／電話で

相談時間／午前9時～11時40分
(1人につき15分程度)

日にち	場所
9月18日(金)	六中地区公民館
9月28日(月)	土浦市保健センター
9月30日(水)	三中地区公民館
10月7日(水)	土浦市保健センター 新治分室
10月9日(金)	都和公民館
10月12日(月)	土浦市保健センター
11月27日(金)	ワークヒル土浦

10月の献血

日時／10月25日(日)

10:00～11:45、13:00～16:00

場所／

イオンモール土浦(専門店北入口)

健康教室

こんめん しょく 根面う蝕

土浦市歯科医師会

櫻井 勝(さくらい歯科医院)

根面う蝕という言葉をご存知でしょうか。文字通り歯の根っこの部分の虫歯のことです。最近はテレビコマーシャルでも虫歯リスクが3倍とアナウンスされておりますので、聞いたことがある方も多いと思います。これが一体どんなものなのか、簡単にお話しします。

もともと口の中に歯の根っこの部分は見えていません。見えている部分は厚く、硬いエナメル質に覆われている部分です。ところが加齢や歯周病、あるいは力を入れすぎたブラッシングなどで歯肉が退縮すると歯の根元が見えてくるようになります。この露出した根っこの部分が虫歯になったものが根面う蝕と言われるものです。根っこの部分は頑丈なエナメル質に守られておらず、虫歯になりやすいのです。

虫歯は、飲食により口の中の細菌が酸を出して口の

中のpHが下がり、歯の表面を溶かしていくものですが、エナメル質がpH5.5で溶け始めるのに対し、根っこの部分はpH6.4で溶け始めると言われています。エナメル質では溶け始めなかったpHでも根っこの部分は溶け出すということになります。

根面う蝕の予防としては、当たり前ですが根っこが露出しないようにすることです。歯肉の手入れを常に心掛け、ブラッシングは無理な圧はかけないようにすることが重要です。しかし、前述のように加齢による歯肉の退縮も起こりますので、100%予防できるとも限りません。根っこが見えてきてしまった場合は、高濃度フッ素配合歯磨き剤が有用とされています。現在、フッ素濃度1450ppmの歯磨き剤が多く市販されております。

10月の健康相談

○相談

内 容	と き	受付時間	と ころ
健康相談(予約制)	7日(水)	9:00~11:30	土浦市保健センター(☎826-3471)
栄養相談(予約制)	13日(火)	13:00~16:10	
こころの相談(予約制)	6日(火)	13:00~15:00	障害福祉課(☎内線2343)
高齢者健康相談	8日(木)	10:00~11:30	新治総合福祉センター(☎862-3522)
	22日(木)		うらら(☎827-0050)

○親と子の健診と相談

内 容	と き	受付時間	と ころ
赤ちゃん身体計測 10か月児育児相談 つちまる育児相談 おやこの歯科健診	新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間、中止します。身体計測や育児相談を希望の方は、土浦市保健センターへお越しただくか、個別訪問で対応しますので、事前にご連絡ください。		
4か月児健康診査	集団での実施を中止し、医療機関で受けられる受診票を交付します。		
1歳6か月児健康診査	平成31年2月生まれ	7日(水)、8日(木)	13:15~14:30
3歳児健康診査	平成29年2月生まれ	14日(水)、15日(木)	13:00~14:30
	平成29年3月生まれ	21日(水)、22日(木)	
マタニティ教室(予約制) ※集団クラスと個別クラス のどちらかを選択してく ださい。	集団クラス	6日(火)	9:45~10:00
	個別クラス ※各30分程度		14:00
			15:00
			16:00

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。休日緊急診療テレホンサービス(☎824-9155 土・日曜日、祝日のみ)でも案内しています。

10月	内 科	外 科	歯 科
4日(日)	宮崎クリニック ☎830-6800 藤沢	野上病院 ☎822-0145 東崎町	堀越歯科医院 ☎826-6491 桜町四丁目
11日(日)	常陽医院 ☎822-6594 城北町	県南病院 ☎841-1148 中	ましこ歯科医院 ☎823-7575 都和一丁目
18日(日)	叶多内科医院 ☎826-1566 桜ヶ丘町	野上病院 ☎822-0145 東崎町	菊池歯科医院 ☎822-1661 中高津一丁目
25日(日)	ゆみこ内科クリニック ☎821-1180 田中三丁目	神立病院 ☎831-9711 神立中央五丁目	後藤歯科クリニック ☎825-6480 並木一丁目

急な病気で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☎03-6667-3377

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	午前9時~12時 午後1時~4時 午後7時~10時
	木・金・土	午後7時~10時
内 科	土・日・祝日	午後7時~10時

下高津二丁目7番27号(土浦市保健センター内)
☎823-9628(診療時間帯のみ)

※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。

