

# 広報うしく

## 2013.1.15

USHIKU CITY NEWS

第1089号  
茨城県牛久市

# お知らせ版

## 主な内容

- ◆市内58カ所の放射線量率一覧表…2P
- ◆暮らしの情報…3P
  - ・東日本大震災で被害を受けられた方へ
  - ・生涯学習センター一般使用申請受け付け
  - ・第100回記念とくとく市
  - ・第57回世界家庭料理の会 - スリランカ料理編 -
- ◆2月の保健活動・各種相談…12P

## 内部被ばく検査(ホールボディカウンタ検査)最終報告会



### 放射線測定 から見えてきた 過去・現在・未来

【講師】 早野 龍五教授(東京大学大学院理学系研究科)



市中央生涯学習センター文化ホール  
午後1時30分開演(午後1時開場)  
午後3時30分終演予定

入場無料

申し込み不要

託児(80人まで)をご希望の方は、  
1月28日(月)までにお申し込みください。



4歳から中学校3年生までの牛久市の子どもたちの内部被ばく検査が終了しました。学校や公園の除染も進み、生活空間の放射線量も低減してきました。そこで、物理学者の早野龍五先生をお迎えし、放射線の実態を皆さんと共に学んでいきましょう。

福島第1原発事故に際し、当初から深部に迫る現状分析と情報のツイッター発信、「給食の丸ごと放射能検査」の生みの親でもあり、また、放射性物質の拡散予測システム「SPEEDI(スピーディ)」による汚染状況解明に注力している早野先生ならではの、内部被ばく・外部被ばくの実態や影響について、物理学者の視点で分かりやすく解説していただきます。ぜひご参加ください。



※事前に質問を受け付けます。1月22日(火)までにEメール、FAX、手紙のいずれかでお申し込みください。

◆主催 牛久市放射能対策会議

問 放射能対策室 ☎内線1569 FAX871-2260 Eメール kankyuu@city.ushiku.ibaraki.jp

問 指導課 ☎内線3021

共催 NPO法人アサザ基金、牛久自然観察の森、牛久市少年少女発明クラブ

主催 牛久市、牛久市教育委員会、牛久市学校ビオトップまちづくり実行委員会

内容 ★環境学習報告会「かっぱ大交流会」(大講座室)午後1時〜3時30分:市内からは牛久小学校、中根小学校、牛久第三中学校、牛久南中学校が発表。秋田県大仙市立太田南小学校の児童も参加し発表します。また、昨年度参加した三重県大紀町立七保小学校からのビデオレターも放映します。★科学実験教室「サイエンス・ラボ」(多目的ホール、展示ホールほか)午後1時〜4時:18のブースでさまざまな実験・観察や工作ができます。理科授業とのつながりも見えてきます。

科学実験教室や市内13小中学校の環境学習報告会。幼児から高校生、大人まで家族みんなで科学の不思議に触れよう。

日時 2月2日(土)午後1時〜4時

場所 市中央生涯学習センター

内容 ★環境学習報告会「かっぱ大交流会」(大講座室)午後1時〜3時30分:市内からは牛久小学校、中根小学校、牛久第三中学校、牛久南中学校が発表。秋田県大仙市立太田南小学校の児童も参加し発表します。また、昨年度参加した三重県大紀町立七保小学校からのビデオレターも放映します。★科学実験教室「サイエンス・ラボ」(多目的ホール、展示ホールほか)午後1時〜4時:18のブースでさまざまな実験・観察や工作ができます。理科授業とのつながりも見えてきます。

科学実験教室や市内13小中学校の環境学習報告会。幼児から高校生、大人まで家族みんなで科学の不思議に触れよう。

日時 2月2日(土)午後1時〜4時

場所 市中央生涯学習センター

内容 ★環境学習報告会「かっぱ大交流会」(大講座室)午後1時〜3時30分:市内からは牛久小学校、中根小学校、牛久第三中学校、牛久南中学校が発表。秋田県大仙市立太田南小学校の児童も参加し発表します。また、昨年度参加した三重県大紀町立七保小学校からのビデオレターも放映します。★科学実験教室「サイエンス・ラボ」(多目的ホール、展示ホールほか)午後1時〜4時:18のブースでさまざまな実験・観察や工作ができます。理科授業とのつながりも見えてきます。

# 市内58カ所の放射線量率一覧表(保育園・幼稚園・小中学校・高校・公園など)

毎月第2・第4火曜日と同週の木曜日に測定している市内58カ所の放射線量率について、前回との比較ができるよう掲載しています。また、除染状況や取り組み、数字の意味なども随時お知らせします。

(単位:マイクロシーベルト/時)

施設名	測定日		測定の高さ	
	12/11・13	12/25・27		
保育園	中央保育園	0.112	0.098	0.5m
	上町保育園	0.169	0.139	
	つつじが丘保育園	0.102	0.102	
	向原保育園	0.094	0.088	
	栄町保育園	0.137	0.120	
	下根保育園	0.142	0.144	
	つばめ保育園	0.118	0.120	
	つばめ保育園牛久駅前分園	0.116	0.104	
	ふたばランド保育園	0.129	0.123	
	つつじが丘ふたばランド保育園	0.094	0.086	
	牛久保育園	0.125	0.111	
	牛久ひかり保育園	0.148	0.156	
	牛久ふれあい保育園分園	0.161	0.139	
	ひたち野うしく保育園つくしんぼ	0.079	0.075	
	幼稚園	第二幼稚園	0.139	
かわい幼稚園		0.149	0.145	
牛久幼稚園		0.143	0.147	
ひたち野牛久幼稚園		0.135	0.133	
こばと幼稚園		0.096	0.098	
フレンド幼稚園		0.092	0.092	
牛久文化幼稚園		0.106	0.096	
牛久教会こどものいえ幼稚園		0.090	0.088	
小学校	牛久小学校	0.171	0.153	0.5m
	岡田小学校	0.138	0.134	
	奥野小学校	0.127	0.137	
	牛久第二小学校	0.196	0.176	
	中根小学校・第一幼稚園	0.125	0.137	
	向台小学校・牛久ふれあい保育園	0.129	0.125	
	神谷小学校	0.116	0.104	
	ひたち野うしく小学校	0.144	0.144	

施設名	測定日		測定の高さ	
	12/11・13	12/25・27		
中学校	牛久第一中学校	0.141	0.135	1m
	牛久第二中学校	0.163	0.157	
	牛久第三中学校	0.125	0.129	
	下根中学校	0.153	0.167	
	牛久南中学校	0.145	0.131	
高校	牛久高校	0.157	0.151	1m
	東洋大学附属牛久高校	0.159	0.139	
	牛久栄進高校	0.113	0.113	
その他	子ども発達支援センターのぞみ園	0.134	0.127	0.5m
	神谷小さくら台児童クラブ	0.184	0.174	
	教育センターきぼうの広場	0.180	0.163	
	すすく広場	0.114	0.104	1m
	牛久クリーンセンター	0.163	0.169	
	牛久自然観察の森	0.188	0.163	
	二池	0.206	0.204	
公園	ひたち野みずべ公園	0.209	0.196	0.5m
	ひたち野さくら公園	0.081	0.086	
	ひたち野おやま公園	0.067	0.075	
	刈谷第1街区公園	0.147	0.131	
	本町第1街区公園	0.141	0.141	
	田宮東街区公園	0.086	0.078	
	みどり野第1街区公園	0.088	0.084	
	小坂第1街区公園	0.088	0.088	
	柏田第2街区公園	0.074	0.078	
	栄町第1街区公園	0.065	0.065	
	牛久運動公園	0.149	0.143	
	牛久運動広場	0.125	0.172	
	奥野運動広場	0.200	0.165	

※測定器:エネルギー補償型ガンマ線用シンチレーションサーベイメータ TCS-172B (日立アロカメディカル(株))を使用。  
 ※測定の高さ:小学生以下の子どもが多く利用する施設は地上0.5m、その他施設は地上1mの高さで測定しています。

## ■追加被ばく線量の低下のために…

**市は「年間1ミリシーベルト以下=毎時0.23マイクロシーベルト以下」を目指します。**

(環境省が長期的に達成すべき目標としている値)

※既に除染済みの施設に加え、公園や毎時0.23マイクロシーベルト(地上1m)以上の施設は、順次除染を行う予定です。

問 放射能対策室(環境政策課内) ☎内線1568、1569

## 放射線アドバイザーを派遣します

(社)茨城原子力協議会では、県内の自治体、消費者団体、PTAなどの各種団体を対象に、放射線の正しい知識の普及啓発のための講座や相談を行う放射線アドバイザーを派遣します(参加費が無料の講座に限る)。申し込み方法や講座内容の詳細は、(社)茨城原子力協議会にお問い合わせください。

実施期間 平成25年3月15日までの平日午前10時～午後5時

費用 講師の派遣費用は無料

※会場使用料、資料の印刷、参加者の取りまとめなどは、各団体でご負担願います。

問 (社)茨城原子力協議会事業課 ☎029-282-3111



# 暮らしの情報



問…問い合わせ  
 申…申し込み  
 HP…ホームページアドレス  
 牛久市役所 ☎029-873-2111(代表)

## 東日本大震災で被害を受けた方へ

竜ヶ崎税務署からのお知らせ  
 東日本大震災で住宅や家財など(自動車、屋根瓦、塀、墓石も含む)に被害を受けた方を対象として、所得税の申告相談会を開催します。

- 対象
- 平成24年中に修繕(再修繕・追加工事を含む)費用などを支出した方
  - 平成24年分に雑損控除を繰り越して控除する方
  - 昨年までに申告手続きがお済みでない方
- 手続きに必要な書類など
- 被害を受けた資産、取得時期、

### ◆申告相談会

日程	受付時間	会場
2月1日(金)	午前の部(午前10時～11時30分) 午後の部(午後1時30分～3時)	稲敷市あずま生涯学習センター研修室 (稲敷市佐原組新田1596)
2月4日(月)	午前9時～午後5時	竜ヶ崎税務署別館第二会議室 (龍ヶ崎市川原代町1182-5)
2月5日(火)	午前の部(午前10時～11時30分) 午後の部(午後1時30分～3時)	牛久市保健センター2階研修室 (牛久市中央3-15-1)
2月6日(水) 7日(木) 8日(金)	午前の部(午前10時～11時30分) 午後の部(午後1時30分～3時)	取手市役所藤代庁舎1階大会議室 (取手市藤代700)

※いずれの会場にも、ご来場いただけます。

取得価格の分かるもの  
 ②被害を受けた資産の取り壊し費用、除去費用、修繕費用などの分かるもの(請求書や領収書など)  
 ③被害を受けたことにより受け取る保険金などの金額が分かるもの

## 休日納税・納税相談

市では、月2回日曜日に休日納税・納税相談の窓口業務を行っています。取り扱い内容も市税だけでなく、使用料なども含めて収納できる窓口としています。お手数ですが、来庁の際には納付書をお持ちください。

日時 1月27日、2月3日・24日、  
3月3日・31日の各日曜日の午前8時30分～午後5時15分

場所 総合窓口課内

取り扱い内容 市県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、下水道使用料、介護保険料、市営住宅使用料、保育園保育料、給食費、口座振替申し込み、納税相談  
 ※平成25年度から下線の市税などが、コンビニエンスストアでも納付できるようになります。

問 収納課 ☎内線1061～1064

- 市町村から「り災証明書」の交付を受けている場合には、その証明書
- 申告手続をされる年分の所得金額や所得控除額の分かるもの(源泉徴収票(原本)や社会保険料控除証明書、生命保険料控除証明書など)
- 平成22・23年分の確定申告書を提出されている方は、その控え
- 印鑑
- 還付となる場合は、還付金を受け取る振込口座(申告者名義の口座に限る)の分かるもの
- 平成24年分所得税および消費税の確定申告書について

平成24年分所得税および消費税の確定申告書については、1月下旬頃に送付する予定です。なお、前年の申告方法または内容によっては、①確定申告書の送付に替えてお知らせはがき(通知書)(e-Taxの利用者識別番号、予定納税額などを記載)が送付される場合、または②確定申告書もお知らせはがき(通知書)も送付されない場合があります。

問 竜ヶ崎税務署個人課税部門 ☎0297・66・1303(受付時間午前8時30分～午後5時) ※土・日曜日、祝日を除く(音声案内に従い「2」番を選択してください)。



## 第100回記念 とくとく市 ♪感謝祭開催♪

お客さまとの対面販売で、心の交流を大切にしてきたとくとく市。おかげさまで100回目を迎えることができました。ありがたい気持ちを込めて楽しいイベントを用意しましたので、ご家族そろってぜひお越しください! ※マイバッグをご持参願います。

◆日時 1月27日(第4日曜日)午前9時～正午※雨天決行。

◆場所 牛久市営青果市場(牛久市田宮町624番地)

◆イベント

☆かっぱのキューちゃんマーク入り紅白芋まん200個

無料配布(午前9時から受付で配布)

☆サービス券付き“バナナ”限定100個を格安販売(午前9時45分から商品引換券を販売。午前10時から商品引き換え。無くなり次第販売終了)

☆サービス券付き“たまご”限定100個を格安販売(午前10時45分から商品引換券を販売。午前11時から商品引き換え。無くなり次第販売終了)

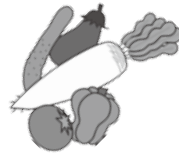
☆「おくのガマガール」による楽しいショー♪(午前10時15分～)

☆お手玉を使った脳活性体験! 参加費無料

☆焼きそば、あったかうどん、石窯ピザ格安販売!

◆次回開催 2月24日(第4日曜日)です。

問 牛久市営青果市場 ☎872-0042



## 生涯学習センター一般 使用申請受け付け

平成25年度前期(4月～9月分)

次の施設の使用申請は、各生涯学習センターまでお越しください。受け付け後、申請受け付け順を決めますので、午前9時までに  
お越しください。なお午前9時以

降に来られた方は、先にお集まりいただいた方が終了後、受け付けとなります。  
受付開始日時 2月1日(金)午前9時～※電話での予約はできません。

対象施設 市中央生涯学習センター(講座棟のみ)、三日月橋

生涯学習センター、奥野生涯学習センター、かっぱの里生涯学習センター

問 市中央生涯学習センター ☎874・3111、三日月橋生涯学習センター ☎874・1340、奥野生涯学習センター ☎875・1133、かっぱの里生涯学習センター ☎871・2302

## 住宅・土地統計調査単 位区設定(実地踏査)

総務省統計局では、2月1日(金)を基準日として、「平成25年住宅・土地統計調査」のための単位区設定実地調査を行います。

この調査は10月1日現在で実施される住宅・土地統計調査に先立ち、調査区内にある全ての建物をもれなく巡回・調査し、「住宅」および「住宅以外で人が居住する建物」の数などの状況を確認するものです。

国から指定を受けた市内177地区を、県知事から任命を受けた17人の調査指導員が、1月中旬から2月上旬にかけて調査に当たります。特に、アパート・マンションなどでは建物内の戸数を、寮・

旅館・事務所などについては居住世帯の有無を確認させていただきますので、調査指導員が伺った際にはご協力をお願いします。  
問 総務課 ☎内線1012

## 県民交通災害共済に 平成25年度の加入受付開始

2月1日(金)から

共済期間中、交通事故でけがをした場合、入院や通院した実日数により見舞金が支払われます。もしもの交通事故に備えて家族みんなで加入しましょう。市内の小学生は新学期に学校を通して団体加入します。

共済期間 平成25年4月1日～平成26年3月31日(4月1日以降に加入の場合は、申し込み日の翌日から平成26年3月31日まで)  
見舞金 【死亡見舞金】100万円、【傷害見舞金】2～30万円、【身障見舞金】50万円

年会費 一般900円、中学生以下500円(平成25年4月1日現在で中学生以下の方)※9月30日以降の申し込みは半額。  
申し込み方法 交通防災課の窓口または、各地区の交通安全母の

**牛久市社会福祉協議会 嘱託・臨時・パート職員募集**(平成25年4月1日採用予定)

勤務先	業務	職種	応募資格(要普通運転免許)	報酬等	勤務形態
牛久ふれあい保育園	保育士	嘱託	保育士有資格者	月額155,500円※2年目以降昇給制度あり。賞与年2回、その他手当あり。	週5日間(1日8時間) 早番・遅番あり
	看護師	臨時	看護師有資格者	時給1,500円 (月額240,000円程度)	週5日間(1日8時間) 早番・遅番あり
		パート		時給1,500円 (月額144,000円程度)	週3日間(1日8時間) 早番・遅番あり
	調理員	パート		時給900円 (月額90,000円程度)	週5日間(1日5時間)
居宅介護支援事業所	ケアマネジャー	嘱託	介護支援専門員有資格者	保育士嘱託職員と同じ	週5日間(1日8時間)
通所介護事業所	介護員	パート	ヘルパー2級以上または高齢者福祉の経験・関心のある方	時給900円 (月額86,000円程度)	週3日間(1日8時間)
訪問介護事業所	訪問介護員	パート	ヘルパー2級以上有資格者	時給1,000円 (月額64,000円程度)	週2日間(1日8時間)
知的障害者デイサービス	支援員	嘱託	社会福祉士・ヘルパー2級以上または障害者福祉の経験・関心のある方	保育士嘱託職員と同じ	週5日間(1日8時間)
		パート		時給900円 (月額72,000円程度)	週4日間(1日5時間)
障害者相談支援事業所	相談員	嘱託	社会福祉士または精神保健福祉士有資格者	保育士嘱託職員と同じ	週5日間(1日8時間)
地域包括支援センター	専門員	臨時	社会福祉士有資格者	時給900円 (月額144,000円程度)	週5日間(1日8時間)

【募集人数】各若干名 【選考方法】面接試験※2月9日(土) 【募集期限】2月5日(火)

【申し込み方法】写真を添付した市販の履歴書を牛久市社会福祉協議会(市役所分庁舎内)まで持参願います(郵送不可)。

**申・問** 牛久市社会福祉協議会 ☎871-1295※詳細はお問い合わせください。

会連絡員(一部区役員など)が加入促進のため訪問します。ご理解、ご協力をお願いします。  
交通防災課 ☎内線1684

**第8回健康講座(参加費無料・要予約)**

いつまでも自分の脚で歩こう！  
〜ひざの痛みの原因と解決法〜

加齢とともに体の関節の痛みを訴える方が多くいらつしやいます。特に膝の痛みは、ひどくなる歩けなくなるため、要介護状態になりやすくなります。今回は「ひざの痛み」を中心に、整形外科の医師からその原因と予防対処法について分かりやすく解説していただきます。自分の脚でしっかりと歩き、「要介護」や「寝たきり」にならないためのヒントをぜひ学んでください。お問い合わせの上、お気軽にご参加ください。※人数が多い場合は、椅子のみの席となりますのでご了承ください。

日時 1月31日(木)午後1時30分〜2時45分

場所 市保健センター研修室(2階)  
講師 河村春生先生(龍ヶ崎済生会病院整形外科部長)  
申し込み方法 健康管理課窓口まで

たは電話、FAX、Eメールでお申し込みください。

申込締め切り日 1月24日(木)

**申・問** 健康管理課(市保健センター内) ☎内線1742(受付は平日午前8時30分〜午後5時15分) **FAX** 873・1775 **Eメール** kenkou@city.ushikuibaraki.jp

**献血にご協力ください**

血液が不足しています。献血は16歳からできるボランティアです。一人でも多くの皆さまのご協力をお願いします。

日時 1月29日(火)午前9時30分〜午後4時(お昼の時間帯も実施します)

場所 市保健センター1階ロビーで受け付け  
協力 牛久市、牛久茎崎ライオンズクラブアイリス支部、竜ヶ崎法人会

**問** 健康管理課 ☎内線1742

★**スローステイラしくチャンネル放送中!**

★茨城放送(1BS)AMラジオ 1458kHz

★毎週水曜日の朝8時25分〜(5分間番組)



## 知って得する男性料理教室

自分の食事を自分で作ることができれば、味付けや量をコントロールできるようになり健康な生活を維持できます。自らの生活に関心を持って「人生80年」、より充実した日々を送れるようチャレ

ンジしてみませんか。包丁の使い方や味付けなど、丁寧にサポートします。

日時 2月16日(土)午前10時〜午後1時(受付午前9時45分)

場所 市保健センター栄養実習室(2階)

献立(定番おふくろの味) ごは

## 初心者ウォーキング教室参加者募集(第3回)



市内のヘルスロード(牛久シャトー散策コース3.8km)を歩いて健康づくりを始めましょう!誰にでもできるウォーキングで健康な体づくりを始めてみませんか?今回は、8つあるヘルスロードの中でも牛久市の中心部を歩く手軽なコースです。これから運動を始めようと考えている方には最適です。

日程 2月9日(土)※小雨決行。【受付】午前8時30分〜8時50分、【講座】午前9時〜9時50分…<内容>「ウォーキングの効用」、「靴の履き方、選び方」、「心拍数の測り方」、「正しい歩き方、ストレッチ」など、【ウォーキングの実施】午前9時50分〜11時30分…牛久シャトー散策コース(3.8km)、クールダウンストレッチ

場所 市保健センター

講師 牛久ウォーキングクラブ(日本ウォーキング協会公認指導員)

定員 30人(先着)

参加費 無料

持ち物 飲み物、タオル、帽子※歩きやすい服装でお越しください。

申し込み方法 1月15日(火)〜2月8日(金)の平日午前8時30分から午後5時15分の間に、電話または健康管理課窓口でお申し込みください。

申・問 健康管理課(市保健センター内) ☎内線1742

ん、さばの味噌煮、きんぴらごぼう、ほうれん草のおひたし、かき玉汁

講師 牛久市ヘルスメイト

対象・定員 40歳以上の男性の方

20人(先着)

参加費 400円

持ち物 エプロン、三角巾、お手拭き、布巾3枚、台拭き1枚

筆記用具

申し込み方法 1月15日(火)から

25日(金)の平日午前8時30分から午後5時15分の間に、電話または健康管理課窓口でお申し込みください。

申・問 健康管理課(市保健センター内) ☎内線1744

## 市内保育園の子育て支援

★にこにこキッズ(市立保育園)

2月のテーマ「小麦粉粘土をつくる」保育園のお友達と一緒に遊びましょう!2月1日(金)午前9時から各保育園で電話予約受け付けをします。

日程 ▽2月12日(火)：向原保

育園 ☎873・1440、栄

町保育園 ☎873・0863、

▽2月19日(火)：上町保育園

☎872・0358、下根保

育園 ☎830・7751、▽2月26日(火)：中央保育園 ☎875・0056、つつじが丘保育園 ☎873・0140

実施時間 午前9時30分〜11時

対象 満1歳以上のお子さん

## 牛久市社会福祉協議会からのお知らせ

★子育て情報プラザ「ami」

子育て中の方、子育てに関心のある方が集まって、楽しみながら情報を見つけ、そこから楽しい子育てが始まる場です。

日時 1月17日(木)、2月28日(木) 午前10時〜正午

場所 市保健センター和室(1階)

参加費 無料

★はじめてボランティア講座

ボランティア初心者向けの入門講座です。※当日受け付け可。

日時 1月17日(木)、2月21日(木) 午前10時〜正午

場所 牛久市ボランティア・市民活動センター(市役所分庁舎1階)

内容 ボランティアの意味や具体的な活動の話、個別相談会など

参加費 無料

★介護サロン「ぬくもり」

介護をしている方、介護を受け

## 第57回世界家庭料理の会—スリランカ料理編—



新鮮な香辛料を素材によって使い分けて作るスパイシーなカレー3種。  
スリランカのおいしい家庭料理を味わってみませんか？

日時 2月23日(土)午前9時30分～午後1時頃  
場所 市中央生涯学習センター調理実習室  
メニュー ①キャロットサラダ、②ポテトのカレー、③ダール豆のカレー、④エビのカレー、⑤イエローライス、⑥スリランカ風ジャگریーディング  
講師 プブドゥ・ジャヤシンハさん(右写真)  
対象 市内に在住・在勤の18歳以上の方※前回「台湾料理の会」に参加された方は応募できません。  
定員 25人※申し込み多数の場合は抽選。  
参加費 500円(当日徴収します)

申し込み方法 住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、①はがき、②FAX、③ホームページからの入力いずれかの方法でお願いします。①、②の場合、下記までお申し込みください。③の場合は、牛久市国際交流協会ホームページ(<http://www.ushiku-shimin.jp/ucgtxq/index.htm>)から「スリランカ料理申し込みフォーム」を開き、入力の上、送信してください。  
申込締め切り日 1月28日(月)必着※参加の可否は郵送で、2月上旬にお知らせします。

**申・問** 牛久市国際交流協会スリランカ料理参加者募集係  
(〒300-1292牛久市中央3-15-1牛久市役所市民活動課内) ☎内線1633FAX873-2512

ている方も一緒にご参加ください。  
日時 2月12日(火)午前10時～正午  
場所 牛久市ボランティア・市民活動センター(市役所分庁舎1階)  
内容 自由におしゃべり、気軽に相談  
参加費 無料  
**申・問** 牛久市社会福祉協議会(市役所分庁舎1階) ☎871・1296 FAX871・1296

**親子交通安全教室参加者募集**  
母親クラブめだかの学校  
牛久市交通安全課の教員員の安全教室です。親子で楽しく交通规则を覚えましょう。  
日時 2月2日(土)午前10時10分～  
場所 市総合福祉センター  
定員 親子10組程度(応募者多数の場合は抽選)  
参加費 活動に参加するお子さん1人につき100円(おやつ代実費)  
持ち物 飲み物  
申し込み方法 往復はがきの往信用に、親子の氏名、お子さんの生年月日、電話番号、FAX番号を記入してください。結果を郵送しますので、返信用の表にも保護者の住所、氏

名を記入し、「〒300・1292牛久市中央3・15・1牛久市役所児童福祉課内めだかの学校」親子交通安全教室募集」係まで送付してください。  
申込締め切り日 1月24日(木)必着  
**問** めだかの学校事務局 ☎873・1823(平日午後3時まで)

**みんなのミニコンサート in クリーンセンター**  
第19回 ジャズ&ポップスコンサート  
今回は60歳代中心の楽しい楽団「カッパバンド」によるコンサートです。昭和の歌謡曲や世界のヒット曲をジャズアレンジでお届けします。  
日時 2月2日(土)午後2時～3時  
場所 牛久クリーンセンターごみアートミュージアム(リサイクルプラザ1階)  
入場料 無料※未就学児入場可。  
※ペットボトルキャップを5個以上お持ちいただくと粗品をプレゼント!  
**問** ※次回は3月2日(土)の予定です。  
牛久クリーンセンター ☎830・9333

## 第16回 こどもまつり 「あそびのひろば」

日時 2月11日(月・祝)午後1時～3時

場所 市中央生涯学習センター多目的ホール

内容 工作で遊ぼう、ゲームで遊ぼう：午後1時～、体操の先生と体を動かして遊ぼう：午後2時～

入場料 無料

主催 母親クラブかんがるう

問 佐藤 ☎ 874・4931

## 牛久おもちゃ教室 (参加無料)

第86回おもちゃ作り「電気クラゲ」

空中にフワフワと浮かぶ怪しげな浮遊体「電気クラゲ」を作ります。うまく操れるかな。

※児童福祉課の子育て支援事業に参加しています。

日時 1月26日(土)午前10時30分～正午(毎月第4土曜日に定期開催)

場所 市総合福祉センター第4・第5会議室

対象 小学生や園児(園児は保護者同伴のこと)

定員 10組程度

申し込み方法 1月24日(木)までに電話でお申し込みください。

HP <http://www.ushiku-shimin.jp/ucsf0/>

★おもちゃの無料修理

日時 1月27日(日)、2月10日(日)午後1時～3時(毎月第2・第4日曜日に定期開催)

場所 神谷小さくら台児童クラブ(つくら台2-8-8)

HP <http://www.ushiku-shimin.jp/ucsf0/>

問 牛久おもちゃクリニック(金)

☎ 874・6416

## におい袋を作りますか?

におい袋は、小さな布袋に香料を詰め、香りを楽しむグッズです。

今回はアロマオイルを用いた簡易的なものを作ります。リラクゼーションできるかわいにおい袋をみんなで作ってませんか?お子さんからご年配の方までどなたでもご参加ください。

日時 1月26日(土)午前10時～正午

場所 福祉作業所kokoro(中央5-20-3張替ビル2階)

定員 20人※先着順。

参加費 300円(材料費)

申し込み方法 事前に電話でお申し込みください。

申・問 福祉作業所kokoro ☎ 873・4232(午前11時～午後4時)

## ぬくもりの会からの 「白玉ぜんざい作って懇談しよう会」

1月の定例会は、おいしい白玉ぜんざいを作り、皆さんでいただきながら懇談を行います。

精神障害で苦しむ本人や家族が、少しでも希望を持ちながら過ごせる年になりますように、大いに語り合いたしましょう。皆さんの参加をお待ちしています。

日時 1月26日(土)午後1時30分～4時

場所 市中央生涯学習センター調理室

問 西村 ☎・FAX 870・0061

生活を支えるためのリハビリテーションセミナー

日時 2月11日(月・祝)午前9時30分～11時30分(受付午前9時～)

場所 つくばセントラル病院総合リハビリテーションセンター

内容 当センターリハスタッフによるセミナー。「体を守る介助方法」、「日常生活で役立つ自助具」、「安全に食事を摂る為に食事の介助方法について」

参加費 無料

申し込み方法 電話またはFAX(氏名・参加人数をご記入ください)、総合リハビリテーションセンター受付での直接申し込み、いずれかの方法でお申し込みください。

申・問 つくばセントラル病院総合リハビリテーションセンター ☎・FAX 871・6881

牛久愛和総合病院「第31回生活習慣病教室」

テーマ「糖尿病とつきあう」

医師、各部門スタッフがあなたの疑問にお答えします。参加費無料、予約不要です。

日時 1月23日(水)午後2時30分から約1時間

場所 牛久愛和総合病院B館2階大ホール

講師 河邊聡子・村松愛子(糖尿病・代謝内科)

問 牛久愛和総合病院総務課 ☎ 73・3111(代表)

73・3111(代表)



## 健康呼吸法体操のお知らせ

日時 1月17日・31日の木曜日午後2時30分クラス

場所 エスカード生涯学習センター講座室(4階)

内容 タオルを使った気功による楽しいお手軽体操、健康維持を目的とした呼吸法(時間は約50分)

効果 血行促進、免疫力向上、自

然治癒力増強、自律神経のバランス、低体温の改善

参加費 1回につき500円(予約制)

申請 NPO法人月曜クラブ(星野) ☎ 874・8766(月々金曜日午後1時〜7時)

曜日午後1時〜7時)

## 団塊乙女の仙人体操

参加者の9割が初心者

女。必要な運動が年齢を気にせず継続できます。

日時 月曜日午前11時〜正午

場所 学生服の大井屋(田宮)

内容 独特な呼吸とゆっくりとした動作で行う全身運動

対象 定期的な運動を始めたい60代前後の女性限定5人

参加費 体験3回2000円※継続可。

持ち物 ヨガマットかバスタオル、ジーパン不可、飲み物、タオル

☎ 牛久スポーツサークル(浜田) 090・9689・3471

ウインド(牛久市桂町2200・5筑波南桂工業団地ゼリア新築波工場内)

対象 小学6年生〜中学2年生

※ユニフォーム着用、グローブ、スパイク持参願います。

☎ 田中 ☎ 090・4542・9533

## コントラクトブリッジ同好会会員募集

コントラクトブリッジは世界各国で親しまれているトランプゲームで、老若男女誰にでも楽しめる参加できます。

日程 毎週月曜日午後1時〜4時

時 エスカード生涯学習センター

第3講座室(4階)✓、毎週火・木曜日午後1時〜4時

へ ひたち野リフレ第3会議室(4階)✓

※月・火・木曜日1日だけの参加および複数日の参加も可能。

定員 10人程度(初心者には教授します)

参加費 無料

申し込み方法 開催日に現地ですけ付け

☎ 太田 Eメール so36yhs@t.vodafone.jp

## 犬・ねこの幸せさがし(譲渡会)

〜小さくても大切な命です。家族として大切に飼ってくださる方を探しています〜



牛久市内で市が保護した犬・ねこたちの幸せさがし(譲渡会)

を行います。新しい家族として、大切に一生飼ってくださる方を探しています(新しい飼い主になるには、条件があります。詳細は、会場でご確認ください)。

当日はバザーも行います(現在、バザー用品を募集中です)。

日時 1月26日(土)午前10時〜正午※動物は当日その場でお渡しできません。後日、ボランティアがご自宅にお届けします。

場所 市役所第2会議室(分庁舎2階)

主催 牛久市

共催 茨城いきものネット KIBOU

※今回の譲渡会は、牛久市と共催団体が保護した動物の譲渡を目的としています。個人または他の団体に保護された犬やねこの持ち込みはできません。あらかじめご了承ください。



☎ 環境政策課 ☎ 内線1562

Eメール kankyout@city.ushiku.ibaraki.jp

## 硬式野球を体験してみませんか?

基礎練習、体カトレーニング

に重点をおいた指導をしています。高校で甲子園を目指すなら、今から準備をしてみませんか?



日時 【体験練習会】1月19日(土)・20日(日)、2月9日(土)・10日(日)午前9時〜午後5時

場所 ゼリア新築筑波工場内グラ

☎ 太田 Eメール so36yhs@t.vodafone.jp

## 集え！金の卵たち！ 「飛翔塾」

地元の若手  
経営者、次世  
代後継者など  
向けにセミ  
ナー&座談会  
を行います。



どういう会社・経営者なら融資  
したくなるか？事業を成功・長  
期存続させるにはどうしたらよ  
いか？など聞きたい方は、ぜひ  
参加してください。

日時 2月23日(土)午後6時30  
分～9時

場所 中国四川料理甲子亭(田宮  
49 ☎872・0023)

内容 【第1部】全体セミナー、【第  
2部】各テーブルでの分科会、  
【第3部】懇親会(名刺交換会)

講師 【第1部】金庫機関の融資  
担当者、【第2部】金庫機関の融  
資担当者、森彰氏(武州養蜂園  
牛久田店長)、廣瀬登美雄氏(廣  
瀬建材(株)会長)、廣瀬春代氏(廣  
瀬建材(株)専務取締役)、宮本博  
行氏(南サンススポーツ代表取締  
役)、田中美佐子氏(株まーべ  
らす東京代表取締役)、岡澤信  
夫氏(株アート代表取締役)

対象 地元の若手経営者、後継者、  
起業を考えている若手

定員 30人

参加費 2000円

主催 牛久市倫理法人会

事務局 ☎872・2752

## 聖地社伝・第二章

聖地は祈りと憧れの発信地

高嶺勇写真展

昨年8月にアートグラフ銀座で  
開催した、高嶺勇写真展「聖地社  
伝」の第二章「聖地は祈りと憧  
れの発信地」を開催します。

日程 2月1日(金)～11日(月・祝)  
午前10時～午後5時

場所 アース808ギャラリー(女  
化町808-7)

入場料 無料

問 高嶺 ☎872・2559

## 火曜英会話サークル 「火メンバー」募集

日時 毎週火曜日午後1時30分～  
3時

場所 市中央生涯学習センター

対象 市内に在住の方

講師 外国人の講師

申・問 坂本 ☎897・1347

## コーラス泉会員募集

午後ひととき、  
私たちと楽しく歌  
いませんか！音符  
が読めなくても大  
丈夫です。



日時 毎週火曜日午後1時30分～  
4時

場所 市中央生涯学習センター音  
楽室(2階)

内容 叙情歌、童謡などが中心。  
市民文化祭参加

対象 歌うことが好きな女性  
月会費 2000円

申・問 照沼 ☎873・7247、  
神 ☎872・2593

## うたごえ喫茶 in 牛久 (要予約)

「青春のうたや、世界の歌」懐  
かしの歌を、アコーディオンや  
ピアノ、ギターのリズムとともに歌  
いませんか。さあ、老いも若きも、  
男の人も女の人も、歌の上手な人  
も、そうでない方も一緒に歌い  
ましょう。※ドリンク付き(飲み  
放題)。

日時 2月2日(土)午後4時30  
分～7時30分

場所 コープ牛久店(2階)

参加費 1200円

主催 「牛久うたごえサークル」

申・問 伊藤 ☎080・1076・  
4209、若井 ☎090・25  
36・8010

## 行政書士無料相談会 (予約不要、秘密厳守)

日時 1月19日(土)、2月23日  
(土)、3月23日(土)午後1時～  
4時

場所 市中央生涯学習センター小  
講座室

内容 相続、遺言、遺産分割、成  
年後見制度、農地転用、会社設  
立、訪問販売などにおけるク  
リングオフ、内容証明、交通  
事故、帰化、永住、在留資格  
変更、建設業許可および各種  
許認可申請、各種契約書作成  
などに関することなど

問 茨城県行政書士会県南支部 ☎  
0299・26・2756

## 常陽銀行年金無料相 談(要予約)

常陽銀行顧問の社会保険労務士  
がご相談に応じます。年金手帳な  
どをご持参ください。

行ってみよう!

# 文化財



<第9回>

◆田宮一里塚◆(田宮町地内に築造されてあったが消滅している)

田宮一里塚は、国道6号(旧水戸街道)田宮三差路付近に築造されてあった。

往時、同一里塚は、江戸・日本橋を基点に数えると16番目であったが、二基いずれも消滅している。下り側の一里塚が昭和41年に消滅し、もう一方の上り側の一里塚は昭和54年(写真はこの年撮影された)以降に消滅している。



田宮一里塚(上り側)・昭和54年撮影

一里塚は、諸街道に一里(約4km)ごとに設けられた路程標で、江戸幕府を開いた徳川家康が慶長9年(1604年)に三名の代官に命じ、江戸・日本橋を基点にして築かせた。水戸街道(道中)の場合、所掌する代官大久保長安指揮の下で同年2月より、同街道の整備と同時に一里塚を築いて榎が植えられた。

一里塚に関連するが、一里塚を最初に設けたのは織田信長で、信長は36町をもって1里と定めた。

問 生涯学習課 ☎内線3031



現在の田宮一里塚跡(上り側)

## 自然大好き



### ミサゴ(鶺鴒)

タカ科

翼を広げると180cm近くになる大型のタカの仲間で、大きな湖や海沿いに生息し、魚を主食としています。英語名の「オスプレイ」は米軍の輸送機の名前として有名ですが、飛翔能力に優れ、空中で静止飛翔(ホバリング)ができるこのタカの名にちなんで命名されたそうです。茨城県内でも数が少なく貴重な猛禽類ですが、牛久沼周辺でたびたび観察されています。

**筑波銀行年金無料相談(要予約)**  
年金個別相談のご案内  
「裁定請求書」の作成、「添付書類」のご案内などのお手伝いをさせていただきます。お気軽にご相談ください。

日程 【常陽銀行牛久支店】2月6日(水)午前10時〜午後3時、【ひたち野うしくローンプラザ】2月9日(土)午前10時〜午後4時  
申・問 常陽銀行(牛久支店) ☎872・5112、(ひたち野うしく支店) ☎871・8122

「広報うしく」は、毎月1日号(行政区配布)と15日号(新聞折り込み)の月2回発行しています。市ホームページでも全ての内容を掲載しています。

日時 1月23日(水)午前10時〜午後3時  
場所 筑波銀行ひたち野うしく支店  
申・問 筑波銀行ひたち野うしく支店 ☎871・8833

## 保健活動

健康管理課  
☎873-2111内線1743

### ●子どもの相談・予防接種

赤ちゃん訪問 育児で心配事のある方、お電話ください。  
子育て相談 2月はありません。☎

日本脳炎予防接種 平成7年6月1日生まれから平成19年4月1日生まれの方は、特例対象者として接種が可能となっています。接種を受けていない方は、母子健康手帳をご持参の上、市保健センター窓口までお越しください。

### ●大人の相談・案内

成人集団健診 1日(金)、2日(土)、3日(日)、4日(月)

保健師から何でも相談室 2月はありません。☎

禁煙相談(要予約) 日程などはご相談ください。☎

難病見舞金申請 随時受け付け ☎

保健所で難病認定を受け、一般特定疾患医療受給者証、特定疾患登録者証、または小児慢性特定疾患医療券をお持ちの方に難病見舞金を支給します。

### こころの健康相談(要予約)

※日程はお問い合わせください。社会福祉課☎内線1711  
アルコール電話相談 24時間受け付け

牛久市アルコール相談員(沼田)☎874-4114

### 2月の休日当番医

診療時間/午前9時～正午

- 3日(日)みどり野外科胃腸科 ☎873-6151 FAX873-2271
- 10日(日)鳥越クリニック ☎874-3511 FAX874-7807
- 11日(祝)星野波7科アレルギー科クリニック☎871-3050 FAX871-3055
- 17日(日)高野クリニック ☎874-2100 FAX874-3958
- 24日(日)岡見第一医院 ☎872-5151 FAX873-3178

急患は 牛久愛和総合病院☎873-3111 FAX874-1031  
<24時間診療> つくばセントラル病院☎872-1771 FAX874-4763

### 稲敷地域小児救急輪番制当番医

- 火曜 18時～21時 東京医科大学茨城医療センター☎887-1161 FAX887-6266
- 水曜 18時～21時 つくばセントラル病院 ☎872-1771 FAX874-4763
- 木曜 18時～21時 龍ヶ崎済生会病院 ☎0297-63-7111FAX0297-63-7163
- 金曜 18時～21時 東京医科大学茨城医療センター☎887-1161 FAX887-6266
- 土曜 14時～17時 牛久愛和総合病院 ☎873-3111 FAX874-1031
- 日曜 9時～正午 東京医科大学茨城医療センター☎887-1161 FAX887-6266
- 日曜 正午～15時 龍ヶ崎済生会病院 ☎0297-63-7111FAX0297-63-7163

※上記以外では、24時間対応のJAとりで総合医療センター(☎0297-74-5551)、土浦協同病院(☎823-3111)に電話連絡の上、受診してください。

※月曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)の当番はありません。

★茨城子ども救急電話相談(毎日18:30～23:30、休日(日曜日・祝日・年末年始12/29～1/3)9:00～17:00)

☎#8000(プッシュ回線の固定電話・携帯電話から局番なし)  
☎029-254-9900(プッシュ回線でない固定電話・公衆電話から)

\*牛久市歯科医師会では、訪問診療を実施しています。かかりつけ歯科医院あるいは歯科医師会訪問診療窓口(兼久歯科医院☎873-5858)にお問い合わせください。

会場 ☎=市役所 ☎=保健センター

平成25年1月15日(1089)号

発行・編集/牛久市市民活動課

〒300-1292 茨城県牛久市中央3丁目15番地1

☎029-873-2111 FAX029-873-2512 ホームページ <http://www.city.ushiku.lg.jp/>

## 各種相談

市役所☎873-2111(代)  
FAX873-7510(代)

### ●子育て・教育

親子保育園開放(要予約・1日(金)9:00受け付け開始)  
13日(水)、20日(水)9:30～11:00※満1歳以上

子育て電話相談 毎週火、水、木曜日 13:00～16:00  
市内各公立保育園

子育てサロン 14日(木)神谷小さくら台児童クラブ、15日(金)田宮地区広場(駐車場要予約)9:30～11:30 児童福祉課☎内線1734

教育センター「きぼうの広場」毎週月～金曜日(祝日を除く)9:00～12:00、13:00～17:00 きぼうの広場☎874-6075

### ●介護・福祉

介護保険相談 土、日、祝日を除く毎日 9:00～16:00 ☎  
高齢福祉課☎内線1751～1755

あんしんホットライン ☎0120-783-012

・心配ごと相談(要予約・1日(金)・15日(金)受け付け)  
1日(金)、8日(金)、15日(金)、22日(金) 13:00～16:00☎

・高齢者に関する相談、子育てあれこれ相談  
随時受け付け☎ 社会福祉協議会

高齢者あんしん電話 ☎0120-874-115

24時間365日対応 牛久市地域包括支援センター  
障がい者なんでも相談 8日(金)10:00～15:00☎

社会福祉課☎内線1711

### ●行政・生活

行政相談 4日(月)13:30～16:30 総務課☎内線1012  
交通事故相談 6日(水)、20日(水)10:00～15:00☎

交通防災課☎内線1684

消費生活相談 毎週月～金曜日(祝日を除く)9:00～16:00 ☎  
牛久市消費生活センター☎830-8802FAX830-8803

犬・猫の引き取り 下記までお問い合わせください。  
茨城県動物指導センター☎0296-72-1200

飲用井戸水水質検査(有料) 21日(木)9:00～11:00☎  
※検査容器をお渡ししますので、前日までに環境政策課窓口にお越しください。環境政策課☎内線1561

### ●税金・年金

税務相談(税理士)2月はありません。☎税務課☎内線1056  
休日納税・納税相談 3日(日)、24日(日)8:30～17:15☎

収納課☎内線1061

### 年金社会保険相談(社会保険労務士)

13日(水)13:00～16:00☎ 医療年金課☎内線1725

### ●女性

女性のための悩みごと相談(フェミニスト相談)要予約  
4日(月)、18日(月)、25日(月)10:00～16:00☎

【予約専用☎873-1099】 市民活動課☎内線1631

### 2月の納税および使用料

納期限

- ・介護保険料6期 2月26日(火)
  - ・後期高齢者医療保険料8期 2月26日(火)
  - ・市立幼稚園授業料2月分 2月26日(火)
  - ・月極駐車場使用料2月分 2月26日(火)
  - ・固定資産税4期 2月28日(木)
  - ・国民健康保険税9期 2月28日(木)
  - ・保育料2月分 2月28日(木)
  - ・住宅使用料2月分 2月28日(木)
- 市税は便利な口座振替で! 収納課☎内線1061～1064

再生紙を使用しています。

環境に優しい大豆インキを使用しています。