



- ・新年賀詞交換会
- ・しまじろうコンサート
- ・年末年始市内施設の業務情報

うしく男・女フォーラム2017

入場無料

小さな「つながり」を大きな「ひろがり」へ
 一世代を超えて育もう かけがえのない命・生き抜く力
 〈男女共同参画の視点から〉

日時

2017年1月21日(土) 午後1時～3時30分 (正午開場)

場所

中央生涯学習センター文化ホール

※当日は多目的ホールで、市民団体・企業・商店による展示・販売を行います。

託児あり(要予約)

手話通訳あり(要予約)
1月10日(火) 締切

プログラム

- 13:00 開会 (主催者あいさつ、来賓・主催者紹介)
- 13:20 市内高校生による都市宣言文の唱和
- 13:30 ステージ発表
牛久第二中学校吹奏楽部・おくのウインドベルズ
「我が牛久二中吹奏楽部 ～世代を超えて～」



- 14:05 民放男性アナウンサーによる講演
演題「息子3人、局アナパパの子育て奮闘記」
- 15:25 実行委員長あいさつ
- 15:30 閉会

- 主催 牛久市 ■共催 うしく男・女フォーラム2017実行委員会
- 協力 うしく明日をひらく女性の会/牛久市交通安全母の会/岡田地域女性団体/奥野地域女性団体/ばらの会/みっしえるくらぶ
東洋大学附属牛久高等学校/茨城県立牛久高等学校/茨城県立牛久栄進高等学校/つくば開成高等学校
- 後援 茨城県/茨城県教育委員会/牛久市教育委員会





市からのお知らせ

●新年賀詞交換会にご参加を

市では、平成29年の新年賀詞交換会を次のとおり行います。賀詞交換会は、市内の各界で活躍されている方々がそれぞれの立場で抱負を語り、意見の交換を行うとともに、市の発展を図っていこうと毎年行っているものです。市民の方ならどなたでも参加できます。

- 日** 平成29年1月12日(木)午前11時～ ※当日受付可。
- 所** 中央生涯学習センター多目的ホール **¥** 3,000円
- 問** 総務課 ☎内線1011

●うしく健康プラン21(第2次)策定に対する意見募集について ～パブリックコメント～

牛久市では、健康づくりを推進するため、平成18年3月に「うしく健康プラン21」を策定しました。

このプランは、「すべての市民が、どのような病気や障がいを持つとも、自分らしくいきいきと生涯を過ごすことができる」を目的に、健康な生活を実践するための市民の行動目標や市の健康づくり施策についての指針となるものです。これまで、平成24年に改訂を行いましたが、今回新たに第2次計画として策定をすすめ、「うしく健康プラン21(第2次)(案)」がまとまりましたので、広く市民の皆さんのご意見を募集します。

◆閲覧場所および方法

閲覧期間 12月28日(水)まで

閲覧場所 健康づくり推進課窓口(保健センター)(時間:平日午前8時30分～午後5時15分)、健康づくり推進課ホームページ

◆意見の提出方法 ①健康づくり推進課へ提出、②郵送(〒300-1292牛久市中央3-15-1健康づくり推進課)、③FAX、④Eメール

◆留意点 意見の提出様式は特にありません。提出されたご意見に対して、個別で回答することはありませんのでご了承ください。閲覧場所への来所が困難な方はご相談ください。

問 健康づくり推進課(保健センター) ☎873-2111 FAX873-1775
E kenkou@city.ushiku.ibaraki.jp



問 牛久市役所
☎ 029-873-2111(代表)
FAX 029-873-7510(代表)
※番号のお間違いにはご注意ください。



「牛久市シティ
プロモーション」
フェイスブックページ

<https://www.facebook.com/ushiku.citypromotion>

牛久市の魅力を市内外に発信。楽しい情報、美味しい情報いろいろあります。



問 秘書課
☎内線3201、3202



「かっぱメール」に
登録しましょう!

かっぱメール 検索

市政イベント、防災・防犯、各学校など、市の情報をお届けする「かっぱメール」にご登録ください。かっぱメール登録・解説ページ(牛久市公式ウェブサイト)で登録できます。ご不明な点はお問い合わせください。



問 情報政策課 ☎内線1673

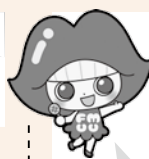


ちゃんみよTV
平日毎日絶賛生放送中!
<http://chanmiyo.tv>
chanmiyo@chanmiyo.tv



牛久情報満載の市民発信インターネットTV番組をYouTubeで生放送!登録は上記から!

◆放送時間 平日午後6時45分～7時45分
◆スタジオ エスカードプラザ特設スタジオ
問 NPO法人ちゃんみよTV ☎・FAX871-8034
E chanmiyo@chanmiyo.tv



FMうしくうれしく放送
生放送「ひるラジ!」
月～金曜日午前10時～午後1時30分
(再放送:午後5時～8時30分)

午前11時～正午は牛久市広報番組を放送!

皆さんの生活に密着した情報が盛りだくさん!災害時の情報伝達にも役立ちます。
問 NPO法人牛久コミュニティ放送
☎875-8541 **FAX**875-8686 **E**ushiku@fmuu.jp



「広報うしく」は、毎月1日号(行政区配布)と15日号(全戸ポスティング)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。

牛久市制施行30周年記念

●しまじろうコンサート たいようのしまのカーニバル

開催 平成29年3月4日(土)

1回目 開場：午前10時30分 開演：午前11時～午後0時20分(予定)

2回目 開場：午後2時 開演：午後2時30分～午後3時50分(予定)



場所 中央生涯学習センター文化ホール 入場料 2,400円(全席指定)

※障がい者手帳などをお持ちの方と付き添いお1人のみ500円引き。2歳以下で保護者の膝上でご覧になる幼児は無料。

チケット窓口発売日 12月17日(土)午前9時～ ※発売当日午前7時30分より整理券を配布します(中央生涯学習センターのみ)。電話予約は12月18日(日)午前9時～。ただし、発売当日に完売した場合、電話予約は行いません(中央生涯学習センターのみ)。

チケット販売所 中央生涯学習センター窓口(牛久市文化協会事務局) ☎886-8993(午前9時～午後5時)、ウインズ・ユ-牛久本店 ☎870-3663(午前10時～閉店)

主 牛久市文化協会(公演事業委員会) **後援** 牛久市、牛久市教育委員会、牛久市区長会

問 牛久市文化協会事務局(中央生涯学習センター内) ☎886-8993※第2・4月曜日(祝日の場合は翌火曜日)休館。

●牛久市社会福祉協議会から 介護サロン「ぬくもり」

介護している方や関心のある方、リフレッシュを図りませんか。

日 平成29年1月10日(火)午前10時～正午※参加無料。

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 自由におしゃべり、気軽に相談

問 牛久市社会福祉協議会

☎871-1295 FAX871-1296

●牛久市公認ご当地アイドル「ノノキス」新メンバー募集

芸術創造事業実行委員会では、芸術活動の一環として平成27年度からご当地アイドル制作事業を行っています。現在7人のメンバーが、「ノノキス」として市内を中心にイベント等で活躍中ですが、このたびグループの更なるパワーアップのため新メンバーを募集することになりました。ノノキスを通して新しい自分を見つけてみませんか？詳しくはホームページをご覧ください。



問 芸術創造事業実行委員会事務局(文化芸術課内) ☎871-2301

HP <http://www.nonokiss.jp>

休日納税相談・夜間納税相談

問 収納課 ☎内線1061～1064

市税は便利な口座振替で

納税相談では、市税だけでなく使用料なども収納できます。来庁の際には納付書をお持ちください。

	日程	時間	場所
休日納税相談	12/25、平成29年1/8・29、2/5 の各日曜日	午前8時30分～午後5時15分	総合窓口課内
夜間納税相談	12/20、平成29年1/10・17、2/14 の各火曜日	午後6時～8時	収納課

◆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、介護保険料、下水道受益者負担金、下水道使用料、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
※下線の市税などで納付期限内のものは、コンビニエンスストアでも納付できます。

平成29年1月の納税および使用料	納期限
児童クラブ負担金(1月分)	平成29年1月10日(火)
後期高齢者医療保険料(7期) / 市立幼稚園授業料(1月分) / プール利用負担金(2月分)	1月26日(木)
市県民税(4期) / 国民健康保険税(8期) / 下水道受益者負担金(4期) / 給食費・保育料・住宅使用料(1月分)	1月31日(火)



【あいさつ運動】明るく元気な市役所を目指し、職員一人ひとりがおもてなしの心を持って、明るく元気な「あいさつ運動」実施中

●年末年始 市内施設の業務情報 【12月23日(金)～1月4日(水)】

◆証明書・届け出 【開庁】…開庁日 【○】…証明窓口を開きます 【休】…証明窓口を休みます

受付場所	12/23 (金)	12/24 (土)	12/25 (日)	12/26 (月)	12/27 (火)	12/28 (水)	12/29 (木)	12/30 (金)	12/31 (土)	1/1 (日)	1/2 (月)	1/3 (火)	1/4 (水)
市役所、エスカード出張所 ^{※1}	休	○	○	開庁	開庁	開庁	休	休	休	休	休	休	開庁
三日月橋・奥野出張所	休	○	○	休	開庁	開庁	休	休	休	休	休	休	開庁
ひたち野うしく郵便局証明書発行業務	休	休	休	○	○	○	休	休	休	休	休	休	○

※1 12月26日(月)は、エスカード出張所の図書館業務は休みます。

問 総合窓口課 ☎内線1623

◆市内各施設 【○】…開館 【休】…休館

公共施設名	12/23 (金)	12/24 (土)	12/25 (日)	12/26 (月)	12/27 (火)	12/28 (水)	12/29 (木)	12/30 (金)	12/31 (土)	1/1 (日)	1/2 (月)	1/3 (火)	1/4 (水)
生涯学習 センター	中央生涯学習センターおよび文化ホール 三日月橋・奥野・かっぱの里生涯学習センター												
	○	○	○	休	○	○	休	休	休	休	休	休	○
	エスカード生涯学習センター												
	○	○	○	○	○	○	休	休	休	休	休	休	○
スポーツ	牛久運動公園 牛久・奥野・栄町・女化運動広場 ひたち野うしく小学校プール												
	○	○	○	休	○ ^{※4}	休	休	休	休	休	休	休	休
図書	中央図書館 ^{※2}												
	○	○	○	休	○	○	○	○	○	休	休	休	○
	三日月橋・奥野生涯学習センター 図書室、リフレ図書カウンター												
	二小学区地区社協事務所												
	○	○	○	○	○	○	休	休	休	休	休	休	休
子育て	すくすく広場 のびのび広場(総合福祉センター内)												
	休	○	休	○	○	○	休	休	休	休	休	休	○
	にこにこ広場												
	休	休	休	○	○	○	休	休	休	休	休	休	○
その他	総合福祉センター												
	休	○	○	○	○	○	○	○	休	休	休	休	○
	ひたち野リプレプラザ・会議室												
	○	○	○	○	○	○	休	休	休	休	休	休	○
	牛久自然観察の森												
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	休	休	休
うしくあみ齋場 ^{※3}													
	○	○	○	○	○	○	○	○	○	休	休	休	○
牛久市営青果市場													
	休	○	休	○	○	○	○	休	休	休	休	休	休
牛久クリーンセンターリサイクルプラザ													
	休	○	○	休	○	○	休	休	休	休	休	休	○

※2 12月29日(木)～31日(土)の中央図書館の開館時間は、午前9時～午後5時までです。

※3 通夜は12月29日(木)まで、火葬は12月30日(金)まで。12月31日(土)は友引のため受付業務のみです。

※4 12月27日(火)ひたち野うしく小学校プールは修繕作業のため休館となります。

◆ごみの収集 ※地区ごとのごみ収集は次ページを参考にしてください。

【○】…収集あり、ごみ持ち込み可 【休】…収集なし、ごみ持ち込み不可

ごみの収集	12/23 (金)	12/24 (土)	12/25 (日)	12/26 (月)	12/27 (火)	12/28 (水)	12/29 (木)	12/30 (金)	12/31 (土)	1/1 (日)	1/2 (月)	1/3 (火)	1/4 (水)
ごみの収集 ^{※5}	○	○	休	○	○	○	○	○	休	休	休	休	休
クリーンセンターへ持ち込み ^{※6}	○	○	休	○	○	○	○	○	休	休	休	休	○

※5 集積所へのごみは、収集日当日の午前8時までに出してください。

※6 クリーンセンターへごみの直接持ち込みについては、午前8時45分から午後4時30分までの受け付けです。

問 廃棄物対策課 ☎内線1571、牛久クリーンセンター ☎830-9333

◆かっぱ号年末年始運休 かっぱ号(日中ルート)およびかっぱ号通勤ライナーは以下の期間運休します。

運休期間 12月31日(土)～平成29年1月3日(火)

問 関東鉄道(株)つくば中央営業所 ☎836-1145、政策企画課 ☎内線1211

●年末年始のごみ収集について

牛久クリーンセンターの休館に伴い、年末年始のごみ収集は、右記の「年末年始ごみ収集表」とおり実施します。牛久クリーンセンターへ直接お持ち込みになる場合は、12月30日(金)午後4時30分が最終受け付けになります。年末は大変混み合いますので、時間に余裕を持ってお越しください。また、混雑時には、市委託収集車両の搬入を優先させていただきますので、ご了承ください。牛久クリーンセンターへの直接持ち込みは、年始は1月4日(水)から平常どおり行います。

◆ごみ搬入時のお願い

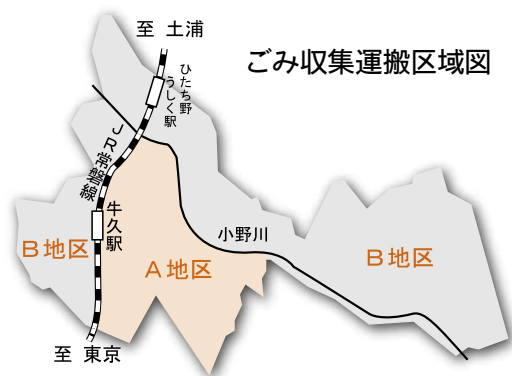
- ①ごみ搬入時には、エコカード(牛久クリーンセンター利用カード)をご持参ください。
- ②エコカードをお持ちでない方は、ごみ搬入前にエコカードの発行手続きが必要となります。午後4時までに牛久クリーンセンター事務所へお越しください。

問 廃棄物対策課 ☎内線1571~1573
牛久クリーンセンター ☎830-9333

年末年始ごみ収集表

【×】…収集なし

	A地区	B地区	直接搬入
12/23(金)	可燃ごみ	×	○
12/24(土)	資源物	不燃ごみ、白色トレイ・白色発泡スチロール	○
12/25(日)	×	×	×
12/26(月)	×	可燃ごみ	○
12/27(火)	可燃ごみ	×	○
12/28(水)	不燃ごみ、白色トレイ・白色発泡スチロール	資源物	○
12/29(木)	×	可燃ごみ	○
12/30(金)	可燃ごみ	×	○
12/31(土)~1/3(火)の収集はありません			
1/4(水)	×	×	○
1/5(木)	×	可燃ごみ	○



●2月成人集団検診のお知らせ

今年度、最後の集団健診となります。まだ今年の健診がお済みでない方は、この機会にぜひ申込期間内にお申し込みください。

申込先 茨城県総合健診協会健診予約センター ☎0570-077-150

申込期間 12月20日(火)~27日(火)午前9時~午後5時

※12月24日(土)・25日(日)は除く。

※申込初日は電話がつながりにくい場合があります。電話が殺到した場合、自動的に回線が切断されます(無音・プープ音)。その場合は申し訳ありませんが、再度お掛け直してください。なお電話料金はオペレーターにつながってから発生します。

健診実施日	場 所	受付時間
2月1日(水)・2日(木)	保健センター	①午前7時~7時30分★
3日(金)・4日(土)★		②午前8時~8時30分
5日(日)・6日(月)		③午前9時~9時30分
※4日(土)は胃がん検診なし。		④午前10時~10時30分

★がついている日時を新規に設定しました。

詳細は、牛久市健康づくり情報・年間予定表「すこやか」または市ホームページでご確認ください。

問 健康づくり推進課(保健センター) ☎内線1741

●茨城県南水道企業団

競争入札参加資格審査申請

平成29・30年度において、茨城県南水道企業団が行う競争入札に参加を希望される方の申請の受付を行います。提出する書類等・詳細につきましては、ホームページをご覧ください。

有効期限 平成29・30年度(平成29年5月1日~平成31年4月30日)

受付期間 平成29年2月1日(水)~28日(火)当日消印有効

提出方法 郵送

申請業種区分 I.建設工事関係、II.測量・建設コンサルタント関係、III.物品製造等・役務提供・その他

問 茨城県南水道企業団総務課庶務係 ☎0297-66-5131

HP <http://www.ibananwww.ne.jp>

●講演会「防災対策・弱者への備えとは」

いざというとき、あなたは、自分や大切な人の命を守ることができますか？災害は、いつ起きるかわかりません。「防災対策」について一緒に考えてみませんか。

日 平成29年1月21日(土)午後1時30分～3時30分※入場無料

所 市総合福祉センター会議室内

講 渡辺日出夫氏(NPO法人アドラ・ジャパン 防災・緊急支援担当マネージャー)

定 70人※申込不要ですが満席時は入場できないことがあります。

主 牛久市障害者連合会

問 牛久市障害者連合会事務局(社会福祉課内) ☎内線1711

●少年相談コーナーのご案内

茨城県警察本部少年課では、少年サポートセンターを設置し、少年の非行問題など、少年自身・保護者・教育関係者等の方々からの相談に対応しています。一人で悩まずご相談ください。

問 少年サポートセンターつくば(つくば市高野1197-20豊里窓口センター内) ☎847-0919

E keishonen@pref.ibaraki.lg.jp

●竜ヶ崎税務署から

◆社会保障・税番号(マイナンバー)制度



社会保障・税・災害対策分野において、行政手続の効率性・透明性を高め、国民にとって利便性の高い公平・公正な社会を実現することを目的として、社会保障・税番号(マイナンバー)制度が導入されました。

平成28年分以降の所得税および復興特別所得税や贈与税の申告書の提出の際には、

・マイナンバー(12桁)の記載が必要です。

・本人確認書類の提示または写しの添付が必要です。

◆本人確認(番号確認および身元確認)を行うときに使用する書類の例

【例1】個人番号カード(番号確認と身元確認)



【例2】通知カード(番号確認) +



運転免許証、健康保険の被保険者証など(身元確認)

※控除対象配偶者および扶養親族の方の本人確認書類の提示または写しの提出は不要です。

問 竜ヶ崎税務署 ☎0297-66-1303

●第7回健康講座

本当はこわい「糖尿病」について



～糖尿病かも？ 講師:村山先生
のサインを見逃さない～

糖尿病は、血糖値を正常な状態に近づけ維持していれば「こわい病気」ではありません。ところが、自覚症状がないため放置されやすく、気付かないうちに病気が進行し、深刻な合併症を引き起こしてしまふことがあります。今回は、糖尿病専門医から糖尿病の症状や合併症などについてご講演いただきます。糖尿病に関連する検査結果をお持ちの方は持参ください。また、食事と運動のコツを、保健センターの管理栄養士と理学療法士がお伝えします。

日 平成29年1月18日(水)午後1時30分～午後3時30分

所 保健センター研修室(2階) むらやまやすこ
講 村山耕子先生(村山内科クリニック)

申 12月15日(木)～平成29年1月11日(水)の期間に窓口、電話、FAX、Eメールで申し込み。事前質問も受け付けます。

申・問 健康づくり推進課(保健センター) ☎内線1742 FAX873-1775

E kenkou@city.ushiku.ibaraki.jp

微小粒子状物質(PM2.5)測定結果(10/26～11/24) ※色は平均値が最大の日。(単位: μg/m³)

◆市内測定地点(2カ所)の1日当たりのPM2.5の平均値と最大値・最小値(国暫定基準値1日平均値70 μg/m³)

測定地点	10/26	10/27	10/28	10/29	10/30	10/31	11/1	11/2	11/3	11/4	11/5	11/6	11/7	11/8	11/9
市役所庁舎(西側)	16.3	11.5	14.8	6.8	10.8	18.9	13.4	7.1	6.3	8.0	17.5	21.7	10.8	21.5	11.8
ひたち野リフレ(駐車場)	20.0	12.0	14.3	8.6	13.1	20.3	15.5	8.8	9.4	10.0	20.0	23.3	11.0	25.1	14.0
1時間値の最大値	36	22	36	18	23	37	36	19	16	17	31	46	17	39	56
1時間値の最小値	4	3	0	0	3	7	0	0	0	1	6	4	5	9	0

測定地点	11/10	11/11	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	11/17	11/18	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24
市役所庁舎(西側)	8.0	5.2	10.2	20.0	25.5	16.2	7.8	9.3	14.7	22.4	15.7	11.9	11.9	14.6	7.4
ひたち野リフレ(駐車場)	7.0	5.4	8.2	20.7	28.8	17.5	8.2	10.3	15.9	24.8	17.5	10.3	10.3	13.2	6.8
1時間値の最大値	16	14	25	38	41	31	25	19	36	40	26	24	25	23	14
1時間値の最小値	0	0	2	10	15	0	0	0	0	8	4	3	6	0	0

◆PM2.5の注意喚起について PM2.5濃度が①午前5時～7時(3時間)の1時間値の平均値が85 μg/m³を超えた場合、②午前5時～正午(8時間)の1時間値の平均値が80 μg/m³を超えた場合には、国の暫定基準値の1日平均値70 μg/m³を超えると予測されますので、防災行政無線、かつメール、市ホームページ(<http://www.city.ushiku.lg.jp/page/page002695.html>)、FAX(公共施設、公立・私立幼稚園、老健施設など95施設が対象)で注意喚起を行います。毎日の測定結果は、市ホームページで公開中。

問 環境政策課 ☎内線1561～1563

●龍ヶ崎地方衛生組合からのお知らせ

①龍ヶ崎地方衛生組合の財政(平成28年9月30日現在)
平成28年度上半期(4月~9月)の財政事情書

◆平成28年度一般会計の執行状況 (単位:千円)

歳入			歳出		
項目	予算額	収入済額	項目	予算額	支出済額
分担金及び負担金	470,593	235,296	議会費	4,063	25
使用料及び手数料	23,722	10,113	総務費	175,791	82,272
財産収入	452	30	衛生費	248,762	69,055
繰入金	37,609	0	公債費	118,903	59,451
繰越金	17,000	44,062	予備費	2,000	0
諸収入	143	52			
合計	549,519	289,553	合計	549,519	210,803
収入率(%)		52.7	支出率(%)		38.4

◆組合所有財産の状況

土地 32,812㎡
建物 8,257㎡
車両 5台
基金積立金 264,641千円

◆組合債現在高の状況

一般廃棄物処理事業債 403,890千円

◆平成27年度一般会計決算の状況 (単位:千円)

歳入			歳出		
項目	金額	割合(%)	項目	金額	割合(%)
分担金及び負担金	497,973	89.2	議会費	2,695	0.5
使用料及び手数料	25,278	4.5	総務費	180,021	35.0
財産収入	399	0.1	衛生費	212,737	41.4
繰入金	14,520	2.6	公債費	118,902	23.1
繰越金	17,043	3.0	予備費	0	0.0
諸収入	3,204	0.6			
合計	558,417	100	合計	514,355	100

②平成29・30年度龍ヶ崎地方衛生組合
競争入札参加資格審査申請の受付

平成29年5月1日~平成31年4月30日の間に、龍ヶ崎地方衛生組合が発注する建設工事、測量・建設コンサルタントなどの業務、物品購入および役務提供その他に係る競争入札参加資格審査申請の受け付けが始まります。この審査を経て有資格者と決定された方以外は、原則として龍ヶ崎地方衛生組合の入札や見積もりには参加できませんので、希望者は必ず資格申請を受けてください。

◆受付期間 平成29年2月1日(水)~28日(火) 午前9時~午後4時30分(正午~午後1時を除く) ※土・日曜日、祝日を除く。

◆受付場所 龍ヶ崎地方衛生組合総務課(龍ヶ崎市板橋町字安台542番地1)

◆申請書類 全国統一様式(国土交通省統一様式可)※詳細は、平成29年1月4日(水)から配布する「競争入札参加資格審査申請の手引」をご覧ください。

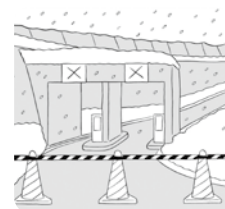
申・問 龍ヶ崎地方衛生組合総務課 ☎0297-64-1144
FAX0297-64-1145 E ryu-1144@muse.ocn.ne.jp
HP http://ryu1144.ec-net.jp/

防サイくん から学ぼう!



第4回 | 大雪から身を守ろう

大雪は生活機能を混乱させるよ。雪が降る回数や量は減りつつあるものの、一度降れば大雪になる可能性があるよと気象庁は予測しているよ。雪が激しく降ると、公共機関が止まり、高速道路が閉鎖され、一般道路も通れなくなる可能性があるよ。大雪が予測されたら早めに帰宅し、外出は避けてくだサイ。



大雪から身を守るために



①外出を控える

大雪の予測が出たら、外出しないで済むように食料の備蓄をし、停電に備えて電気がなくても暖をとれる準備もしておきましょう。



②転ばないようにする

降雪時や降雪後は、道路が大変滑りやすくなるので、外出する場合は滑りにくい長靴を履き、足元に十分注意。自転車や自動車には乗らないようにします。



③自動車を利用する場合

自動車の利用は控えます。やむを得ず運転の必要がある場合は、積雪路・凍結用タイヤに交換、スコップや長靴・毛布・非常食を用意。普段の倍以上の車間距離を取り、急ブレーキや急ハンドルは厳禁です。



④除雪・雪下ろしの注意点

除雪や雪下ろしは、命綱やヘルメット、滑りにくい靴を着用して必ず2人以上で行います。晴れの日も屋根の雪が緩むので落雪に注意しましょう。

【参考文献：東京防災P158・P159引用】



メンバー募集

●スペイン語教室「ラ・パシオン」

スペインや中南米の国々に興味がある方。旅行がしたい、ラテン音楽が好きの方など一緒にスペイン語に触れてみませんか。初心者歓迎。見学できます。

日 毎月第1～3金曜日午前9時30分～11時30分

所 中央生涯学習センター会議室(2階)

講 スペインあるいは中南米の先生(現在はメキシコの女性)

¥ 月2,500円程度

団 ラ・パシオン

申・問 石井 ☎090-8056-6091

●ダンス初心者募集

ワルツ、タンゴなどのソシアルダンスです。興味のある方は直接会場へお越しください。

日 毎週金曜日午後7時～9時

所 中央生涯学習センター多目的ホール

対 興味のある方、運動不足の方、年齢不問

¥ 月1,000円

団 牛久市レクリエーション協会(ピポット)

問 事務局(竹内) ☎873-8010

●おもちゃ教室、クリニック

①簡単で楽しいおもちゃ作り

手抜きを限りなくした超簡単で超小さい凧「ミニ手抜き凧」を作ります、わ～！それでもよく揚がるから楽しいな。

日 12月25日(日)午後1時～2時【毎月第4日曜日定期開催】

対 小学生や園児(園児は保護者同伴のこと)

定 10組程度

申 12月23日(金・祝)までに電話

②おもちゃの修理

日 12月25日(日)、平成29年1月8日(日)午後1時～3時【毎月第2・4日曜日定期開催】

【①、②共通】

所 にこにこ広場(さくら台2-8-8)

¥ 無料

団 牛久おもちゃ教室、おもちゃクリニック(ホームページあり)

問 金子 ☎874-6416



催し・講座

●炭焼き公開講座 参加者募集 新年を炭焼き体験から

炭づくりを一緒に行いませんか?今回は人気の竹炭を焼きます。

日 平成29年1月8日(日)午前9時～午後3時頃※雨天中止(当日連絡)。

所 牛久自然観察の森第一駐車場奥の炭小屋前

内 20ℓオイル缶での竹炭作り、お花炭作り

定・¥ 先着10人・一般1,000円

持 飲み物、お椀、箸、軍手、おにぎりなど(こちらで豚汁を準備します)※服装は作業ができて、汚れても良い物。

申 12月15日(木)から電話で(受付時間:午後5時～7時※厳守)

問 NPO法人うしく里山の会(竹越) ☎872-8337

●ゴスペルを歌ってみよう(体験会)

南部の伝統的ゴスペルを歌いましょう。楽譜は使いません、初心者歓迎。要申し込み。

日 平成29年1月22日(日)・29日(日)午後3時～5時

所 日本キリスト教団牛久教会(南2-20-20)

対 どなたでも **定** 各回先着30人 **¥** 1,000円

団 牛久ゴスペルクワイヤ **主** 牛久教会

申・問 金子 ☎872-1326 E blueskanegon65@gmail.com



数羽から10数羽の群れで「チクリチュリ…」と鳴き交わしながら行動し、身軽な身のこなしで枝先の小昆虫などを食べています。里山の雑木林や樹木の多い公園などで見られ、時にシジュウカラやメジロ、コゲラなどと混群をつくりますが、あまり人を恐れず、手の届きそうなところまでやってくる場合があります。



スズメ目エナガ科

エナガ

(柄長)

しぜん大好き



親子で
遊ぼう

保育園の 子育て支援



毎月テーマを決めて親子で参加できる活動を行っています
(対象:1歳児から就学前まで)。園開放日はどなたでも利用
できますが、園行事などで利用できない場合があります。

保 育 園	日 程 ・ 内 容
セ : 支援センター開設 園 : 園舎・園庭開放 庭 : 園庭開放 保 : 保育参観	時 : 実施時間 定 : 定員 予 : 要予約 料 : 参加費
にこにこキッズ…栄町保育園 ☎873-3072(神谷3-8-1)	1/10(火)「大型絵本をみよう」 時 9:30～11:00 予 1/4(水)9:00～電話で
ペンギンクラブ…つばめ保育園 ☎871-5740(遠山町764-1) セ (月～金)10:00～18:00 庭 (土)9:30～11:00	1/10(火)「凧製作」 1/24(火)「鬼のお面製作」 時 10:00～ 予 前日までに電話
ころころランド…ふたばランド保育園 ☎873-5528(中央5-5-2) セ・園 (月～金)8:30～13:30	1/25(水)「親子ふれあい遊び」 時 10:00～(約40分)※開始時間までに来園。
ピヨピヨひろば…つつじが丘ふたばランド保育園 ☎871-6928(田宮町199-1) セ・園 (月～金)9:00～14:00	1/10(火)「お正月あそびをしよう」 時 10:00～(約40分)※開始時間までに来園。
くれよんぱーく…牛久ふれあい保育園 ☎873-9560(牛久町1606 向台小学校内) セ・園 (月～金)9:00～15:00※要予約。	1/5(木)「正月遊び」 1/19(木)「体操あそび」 時 10:00～ 予 前日までに電話
たんぽぽひろば…ひたち野うしく保育園つくしんぼ ☎886-9773(東端穴町1286-1) セ・園 (月～金)8:00～13:00	1/26(木)「親子リズム遊び」 時 10:00～ 定 10組 予 前日までに電話
カンガルーポケット…奥野さくらふれあい保育園 ☎875-0056(久野町725 奥野小学校内) 庭 (月～金)9:30～11:00※前週までに申し込み。	1/10(火)「お正月遊びを楽しもう」 時 9:30～11:00 予 前週までに電話
としおちゃん…牛久みらい保育園 ☎874-3993(東端穴町1260-11)※0歳児から参加可能。 セ・園 (月～金)9:00～12:00、15:00～17:00 保 (月～金)9:30～12:00	1/11(水)・27(金)「食事体験会」 時 10:45～ 予 12/20(火)9:00～電話で 料 親子で450円 1/18(水)「ママのおしゃべり会&身体測定」 時 10:30～ 予 12/20(火)9:00～電話で
いちごくらぶ…牛久めぐみ保育園 ☎893-2618(下根町774-1)※0歳児から参加可能。 セ・園 (月～金)9:30～12:00、13:00～15:30	1/19(木)・24(火)「ベビーマッサージ」 時 10:00～ 定 10組 1/20(金)「離乳食講座」 時 10:30～ 定 5組 1/27(金)「親子ピクス」 時 10:00～ 定 25組 1/30(月)「親子リトミック」 時 10:00～ 定 25組 ※上記すべて 予 12/20(火)10:00～電話で
はっぴいたいむ…上町ふれあい保育園 ☎872-0358(牛久町2619 牛久小学校内) 庭 (月～金)10:00～15:00※要予約。	1/18(水)「ロボット館」 時 9:30～ 定 10組 予 前日までに電話
さくらんぼ…牛久さくら保育園 ☎869-9557(下根町1371-2)	1/17(火)「親子ヨガ」※終了後、園舎・園庭開放。 時 10:00～ 定 10組 予 1/5(木)～電話で
ピノキオクラブ…うしく文化認定こども園 ☎873-8253(遠山町643-2)	1/19(木)「アスレチック体操」 1/25(水)「ふれあい教室」 ※上記すべて 時 10:00～(9:50までに来園) 料 500円 終了後、手作りおやつ、園庭開放

※各保育園では、育児相談も受け付けています。子育ての不安や迷い、ちょっとした悩みでもお気軽にスタッフ
にご相談ください。



各種相談

牛久市役所
☎873-2111 FAX873-7510

子育て・教育

- ◆①親子保育園開放(要予約) 4日(水)9時受付開始
17日(火)9時30分~11時 ※満1歳以上
- ◆②子育て電話相談
土・日・祝日を除く毎日9時~16時
問い合わせ※①・②共通
つつじが丘保育園☎873-0140 下根保育園☎830-7751
向原保育園☎873-1440 栄町保育園☎873-3072
- ◆子育てサロン9時30分~11時30分 問 こども家庭課☎内線1731
12日(木)にこにこ広場、20日(金)田宮地区広場
- ◆綿の実サロン10時~11時30分 問 こども家庭課☎内線1731
5日(木)にこにこ広場 ※小学生の保護者対象
- ◆教育相談 問 きぼうの広場☎874-6075
毎週月~金曜日(祝日を除く)9時~17時

介護・福祉

- ◆介護保険相談 問 高齢福祉課☎内線1751~1755
土、日、祝日を除く毎日9時~16時
- ◆あんしんホットライン 問 ☎0120-783-012
・心配ごと相談(要予約) 4日(水)・16日(月)受付(9時~正午)
6日(金)・13日(金)・20日(金)・27日(金)13時~16時
・子育てあれこれ相談 牛久市社会福祉協議会
- ◆高齢者あんしん電話 問 ☎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 問 社会福祉課☎内線1711
13日(金)10時~15時

行政・生活

- ◆総務省行政相談 16日(月)13時~15時 問 総務課☎内線1012
- ◆交通事故相談 問 交通防災課☎内線1685
4日(水)・18日(水)10時~15時
- ◆消費生活相談 毎週月~金曜日(祝日を除く)9時~16時
問 牛久市消費生活センター☎830-8802
- ◆飲用井戸水水質検査 19日(木)9時~11時
有料:13項目8,100円(税込) 問 環境政策課☎内線1561~1563
- ◆フェミニスト相談(要予約)
16日(月)・23日(月)・30日(月)10時~16時
問 【予約専用】☎873-1099

税金

- ◆税務相談(税理士)1~3月はありません 問 税務課☎内線1056
- ◆休日納税・納税相談 問 収納課☎内線1061
8日(日)・29日(日)8時30分~17時15分
- ◆夜間納税・納税相談 問 収納課☎内線1061
10日(火)・17日(火)18時~20時

人口と世帯数	人口	85,015人(男:42,084人 女:42,931人)	前月比	-8人
11月末日現在	世帯数	35,413世帯		+10戸

保健活動

健康づくり推進課
☎873-2111内線1743

相談など

- ◆こころの健康相談(要予約) 問 社会福祉課☎内線1712
- ◆子育て相談(予約不要) 6日(金)受付時間9時30分~10時30分
- ◆禁煙相談(要予約)
- ◆歯の訪問診療 かかりつけ歯科医院または牛久市歯科医師会訪問診療窓口(兼久歯科医院☎873-5858)まで

1月の休日当番医 診療時間/9時~正午

日	医療機関	診療科目	TEL・FAX
8(日)	鳥越クリニック	内科・外科・脳神経外科	☎874-3511 FAX874-7807
9(祝)	椎名産婦人科	産婦人科・婦人科・内科	☎872-0799 FAX874-3783
15(日)	高野クリニック	内科・消化器科・循環器科・呼吸器科	☎874-2100 FAX874-3958
22(日)	岡見第一医院	内科・外科・胃腸科・小児科	☎872-5151 FAX873-3178
29(日)	中野医院	内科・小児科・循環器科・胃腸科・呼吸器科	☎873-8677 FAX871-5887

年末年始・急患(24時間)	牛久愛和総合病院 ☎873-3111 FAX874-1031	つくばセントラル病院 ☎872-1771 FAX874-4763
12/29(木)・30(金)	通常診療 ※急患は24時間診療	
12/31(土)~1/2(月)	外科・内科...24時間 小児科...9時~17時	外科・内科...24時間
1/3(火)	外科・内科...24時間	

※電話連絡の上、受診してください。

稲敷地域小児救急輪番制当番医

曜日	医療機関	診療時間	TEL・FAX
月	東京医科大学 茨城医療センター		☎887-1161 FAX887-6266
火	東京医科大学 茨城医療センター		☎887-1161 FAX887-6266
水	つくばセントラル病院	18時~21時	☎872-1771 FAX874-4763
木	龍ヶ崎済生会病院		☎0297-63-7111 FAX0297-63-7163
金	東京医科大学 茨城医療センター		☎887-1161 FAX887-6266
土	牛久愛和総合病院	14時~17時	☎873-3111 FAX874-1031
日	東京医科大学 茨城医療センター	9時~正午	☎887-1161 FAX887-6266
	龍ヶ崎済生会病院	正午~15時	☎0297-63-7111 FAX0297-63-7163

※上記以外は、24時間対応のJAとりで総合医療センター(☎0297-74-5551)、総合病院土浦協同病院(☎830-3711)に電話連絡の上、受診ください。

※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
平日18時30分~翌朝8時 休日(日・祝日・年末年始)8時~翌朝8時
☎#8000(プッシュ回線、携帯電話から、局番なし)
☎029-254-9900(全ての電話から)