



市からのお知らせ



● **令和元年度牛久市合同金婚式を開催します**
 ~ご出席を希望される方はお申し込みください~

ご夫婦となり、50年を迎えられた方の金婚をお祝いする「合同金婚式」を開催します。今年度より該当者調査は実施せず、ご本人からの参加申込みへ変更となりました。ぜひご参加ください。

- 日** 11月16日(土) 午前11時開会(予定) **所** 総合福祉センター
対 市内在住で、平成31年(2019年)1月1日~令和元年(2019年)12月31日の間に婚姻後満50年(昭和44年以前に婚姻届出)を迎えられるご夫婦
内 ご夫妻での記念撮影・式典
申 ①郵便番号・住所②ご夫婦の氏名(ふりがな)③電話番号④結婚年月日を記入の上、はがきもしくはFAX、Eメールで申し込み
締 9月30日(月)※10月中旬に招待状をお送りします。
問 牛久市社会福祉協議会(〒300-1292牛久市中央3-15-1市役所分庁舎内) ☎871-1295 FAX871-1296 E:soumu@ushikushakyo.jp

●タウンミーティング参加者募集

市民の皆さんと市長が、まちづくりについて意見交換を行うタウンミーティングを、「牛久シャトー」をテーマに実施します。詳しくは、お問い合わせ、またはホームページをご覧ください。

- 日** 6月29日(土) 午前10時~11時30分 **所** 市役所内会議室
対 市内在住の方 **定** 8人※申込多数の場合は抽選
締 6月14日(金) 午後5時必着 **問** 秘書課 ☎内線3201
 HP <http://www.city.ushiku.lg.jp/page/page007356.html>



●田宮町に「つくバス」の停留所ができました

4月1日に、田宮西近隣公園そばに、つくば市コミュニティバス「つくバス南部シャトル」の停留所が設けられました。牛久市民の方も自由に利用できます。「田宮町」から「つくばセンター」までは、所要時間46分、運賃は300円です。

- 問** つくば市総合交通政策課 ☎883-1111(代表)、牛久市政策企画課公共交通対策室 ☎内線1219



情報ひろば



問 牛久市役所
 ☎ 029-873-2111(代表)
 FAX029-873-7510(代表)

f 「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/>

牛久市の魅力を発信中! 楽しい情報、美味しい情報いろいろあります。

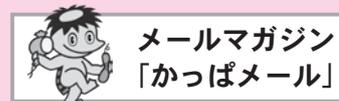


動画サイト「YouTube」牛久市公式チャンネル

牛久を動画でみてみよう。新しい発見があるかも!? チャンネル登録をお願いします。



牛久市公式LINEアカウント。友だち登録してね★



イベント、防災・防犯、各学校などの市の情報をメールでお届けします。



公式Twitter

根本市長 @nemoto_youji 牛久市 @ushiku_city
 牛久市シティプロモーション @ushikucitypromo

ポータルサイト、アプリで「広報うしく」が読めます!

イバラキイブックス 地域特化型電子書籍ポータルサイト



マチイロ

スマートフォン、タブレット対象アプリ



「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。



FM 周波数 85.4MHz

FMうしくうれしく放送

市役所敷地内 保健センター2階から放送中!

牛久市の情報を盛りだくさんにお伝えしています!



UUラジオ854(生放送)

月~金曜日午前10時~正午
 (再放送:午後5時~7時)
 ※牛久市広報番組「らしくうれしくインフォメーション」(再放送:午後2時~3時)

ぎゅぎゅっとラジオ854(生放送)

月~金曜日午後1時~2時
 (再放送:午後8時~9時)
 牛久市内各地の情報をお届けします!

スマートフォンでもラジオが聴けます! 詳しくは公式ホームページ(<http://www.fmuu.jp>)

問 NPO法人牛久コミュニティ放送 ☎875-8541 FAX875-8686 E:ushiku@fmuu.jp

●第38回うしくかっぱ祭り

ステージ出場者・こどもの広場出展者大募集！



うしくかっぱ祭り開催日

7/27(土)・28(日)

メインステージ出場者募集	ライブステージ出場者募集	こどもの広場出展者募集
◆日程 7月27日(土)・28日(日)	◆日程 7月27日(土)・28日(日)	◆日程 7月27日(土)・28日(日) 午後1時～5時30分ごろ
◆場所 市役所敷地内特設ステージ	◆場所 近隣公園(市役所隣)	◆場所 近隣公園(市役所隣)
◆出場組数 2日間で15組程度	◆出場組数 2日間で18組程度	◆募集出展数 新規・継続合わせて 20イベント程度
◆演奏時間 30分間 (設置・撤去時間を含む)	◆演奏時間 30分間 (設置・撤去時間を含む)	◆応募資格 個人、団体、企業を問いま せんが、営利を目的とする応募は不可。
◆申込方法 申込用紙※に必要事項 を記入の上、うしくかっぱ祭り実行 委員会(商工観光課内)まで持参(平 日午前8時30分～ 午後5時)、または 郵送(必着)。 	◆申込方法 申込用紙※と2曲入りの CD、DVD(返却はしません)を添えて、 うしくかっぱ祭り実行委員会(商工 観光課内)まで持参(平日午前8時30 分～午後5時)、または郵送(必着)。 ※提出されるCD、DVDの媒体にグ ループ名の記入とオリジナル曲はそ の歌詞カードを添付してください。	◆申込方法 申込用紙※に必要事項 を記入の上、うしくかっぱ祭り実行 委員会(商工観光課内)まで持参(平 日午前8時30分～午後5時)、または 郵送(必着)。
◆申込期間 5月20日(月)～6月6日(木)	◆申込期間 5月20日(月)～6月6日(木)	◆申込期間 5月20日(月)～6月21日(金)
◆抽選日 6月11日(火)午後2時～ ※定員に達していない場合は抽選 を行いません。 ※出演の順番については主催者側で 決定します。生演奏の場合の楽器 などは持ち込みです。	◆合格発表 6月10日(月)午後1時～ 合格者にのみ電話で連絡をします。 また、6月16日(日)午後2時から市 役所分庁舎第2会議室(2階)で合格 者の打ち合わせを行います。※1団 体当たり2人以内でお願いします。	※テント1張と椅子、テーブルは 実行委員会で用意します。 ※参加の可否は、類似の応募が多数 の場合や全体のバランスを考慮し 実行委員会で決定します。

※申込用紙は商工観光課窓口または、うしくかっぱ祭りホームページ・市ホームページからダウンロードできます。

問 うしくかっぱ祭り実行委員会事務局(商工観光課内) (〒300-1292牛久市中央3-15-1) ☎内線1521～1523
HP「うしくかっぱ祭り」で検索

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納付できます。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	5/26、6/2・30、7/7 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	5/21、6/11・18、7/9 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。

6月の納税および使用料	納期限
児童クラブ負担金(6月分)	6月10日(月)
介護保険料(2期) / 市立幼稚園授業料(6月分) / プール利用負担金(7月分)	6月26日(水)

●2019年工業統計調査のお知らせ

工業統計調査が、6月1日時点で全国一斉に実施されます。

対 従業者4人以上の市内全ての製造事業所

目的 我が国における工業の実態を明らかにする

※調査結果は、中小企業施策や地域振興などの基礎資料として利活用されます。対象事業者の方におかれましては、調査の趣旨・必要性をご理解いただき、ご回答をよろしくお願ひします。

問 政策企画課 ☎内線1212

●第176回とくとく市

美味しい!楽しいがいっぱい!

日 5月26日(第4日曜日)午前9時~11時まで(雨天決行)

所 牛久市営青果市場(田宮町624)

内 ◆パターゴルフ大会開催! 景品がなくなり次第終了(午前9時~) ◆お買い物券付き「じゃがいも」限定100袋を格安販売(午前9時45分から引換券販売) ◆「ミニバンド日本の歌」生演奏♪ ※マイバッグ持参でご来場ください。

問 牛久市営青果市場 ☎872-0042

●特設人権相談所開設

6月1日は「人権擁護委員の日」

法務省と全国人権擁護委員連合会は、毎年6月1日を「人権擁護委員の日」と定め、人権擁護委員制度の周知と人権尊重思想の普及高揚を呼びかけています。市では、今年度も特設人権相談所を開設し、人権擁護委員が人権に関わる心配ごとや困りごとの相談をお受けします。

日 5月31日(金)午前9時30分~11時30分 ※相談無料、秘密厳守。

所 市役所分庁舎第1会議室(2階)

問 社会福祉課 ☎内線1717

●ハートフルクーポン券夏季分を発売します

発売日 6月3日(月) **販売額** 2億5千万円

使用期限 6月3日(月)~9月30日(月)

注意事項 購入限度額は1世帯当たりクーポン券10セット(購入額10万円分)まで、1件の取扱店で使用できる限度額もクーポン券10セット(使用金額11万円分)までになります。※1セットのうち、大型店でのご利用は5,000円までです。

【ハートフルクーポン券とは?】500円券×4枚と1,000円券×9枚で、合計11,000円分の綴りになったクーポン券を10,000円で購入できるので10%お得です。

問 牛久市商工会 ☎872-2520 **HP** <http://ushiku-sci.org>



●献血&骨髄バンクドナー登録会 献血にご協力ください!

輸血用の血液が不足しています。皆様のご協力をお待ちしています。今回は、同時に「骨髄バンク」への登録会を実施。白血病などの有効な治療である骨髄移植には、骨髄提供者(ドナー)が必要です。ドナー登録にご協力をお願いします。

日 6月5日(水)
午前9時30分~午後4時
(お昼の時間帯も実施)

所 市保健センター



◆献血

〈献血の種類と採血基準〉

種類	200mℓ 献血	400mℓ 献血
年齢	16歳~69歳*	男性:17歳~69歳* 女性:18歳~69歳*
体重	男性:45kg以上、女性:40kg以上	男女とも50kg以上

*65歳~69歳の方は60歳~64歳の間に献血の経験のある方のみ。

協力 牛久荃崎ライオンズクラブ、牛久荃崎ライオンズクラブアイリス支部、一般社団法人竜ヶ崎法人会

主 茨城県赤十字血液センター **問** 健康づくり推進課 ☎内線1745

◆骨髄バンクドナー登録会

〈登録基準〉

年齢	18歳~54歳までの健康な方	受付から登録まで15分程度かかります。当日約2mℓの採血が必要です。
体重	男性:45kg以上、女性:40kg以上	

主 茨城県、(公財)日本骨髄バンク **問** 竜ヶ崎保健所 ☎0297-62-2163

牛久市骨髄移植ドナー支援事業をご利用ください

市では、骨髄等を提供されるドナーの皆さんへの支援として、骨髄等の提供のために必要と認められた通院等における負担を補うための助成を行っています。

対 (公財)日本骨髄バンクにドナー登録し、バンクを通して骨髄または末梢血幹細胞の提供をした方

助成額 骨髄等の提供のために必要な通院等の日数1日につき2万円(1回の提供につき上限14万円)

申請期限 骨髄等の提供を行った日から90日以内
詳細については、市ホームページをご覧ください。

問 健康づくり推進課 ☎内線1742

●移送サービス協力会員養成 研修(参加無料)

～地域の支え合い活動にご協力
をお願いします！～

バス・タクシー等の公共交通機関
の利用が困難な高齢者や障がい者
に対し車両による移動支援を行っ
ています。事業に協力いただけるボ
ランティアの募集をしています。

日 6月27日(木)午後1時30分～
4時30分

所 ボランティア・市民活動セン
ター懇談スペース(市役所分庁舎1階)

対 70歳までの方で、この事業
の目的に賛同・運行に協力でき、
過去3年以上無事故無違反の方

内 【事業説明】、【講義】「高齢者・
障害者への理解、サービス提供者
としての心構え」、【演習】①「車い
す等の操作、利用者への介助方法」
②「実際に人を乗せての運転」

申 6月20日(木)までに牛久市
社会福祉協議会へ電話または直
接申し込み

問 牛久市社会福祉協議会(市役所
分庁舎1階) ☎871-1295 FAX871-1296

●7・9月成人集団健診のお知らせ

1年に1度は健診を受けましょう。集団健診を希望される方は申込期
間内に、健診予約センターへお申し込みください。※申込期間外は、電
話は繋がりません。インターネットは事前ユーザー登録のみできます。

申込先 茨城県総合健診協会健診予約センター

◆インターネット：<https://www.kenko-link.org/>

(受付時間：申込初日午前9時～最終日午後11時59分)

※予約の前に事前ユーザー登録が必要です。

◆電話：0570-077-150(ナビダイヤル)(受付時間：午前9時～午後5時)



申込期間 5月29日(水)～6月4日(火)※6月2日(日)は除く

※申込初日の午前中は電話が繋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。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繋がってから発生します。

〈実施日・場所〉

実施日	実施場所	実施日	実施場所
7月	市保健センター	9日(火)	市保健センター
		10日(水)	
		11日(木)	
		16日(火)	
	三日月橋 生涯学習センター	17日(水)	
		18日(木)	
9月	市保健センター	5日(木)	
		6日(金)	
9日(月)			
13日(金)			
14日(土)			
17日(火)			
		18日(水)	

〈当日受付時間〉 ①午前7時～7時30分、②午前8時～8時30分

③午前9時～9時30分、④午前10時～10時30分

上記以降の日程や健診項目等につきましては、牛久市健康づくり
情報・年間予定表「すこやか」、市ホームページでご確認ください。

問 健康づくり推進課(市保健センター) ☎内線1742

●消費税軽減税率制度説明会のご案内

竜ヶ崎税務署では、事業者の方を対象として、消費税
の軽減税率制度に関する説明会を開催します。※消費税
の軽減税率制度は、今年10月1日からの消費税率の10%
への引上げと同時に実施されます。

問 竜ヶ崎税務署法人課税第一部門 ☎0297-66-1303
(音声案内「2」を選択してください)

〈開催日時・場所〉

開催日	開催時間	開催場所
6月11日(火)	◆午前10時～ 11時30分、 ◆午後1時30分 ～3時	龍ヶ崎市文化会館小ホール (龍ヶ崎市馴馬町2612)
6月13日(木)		牛久市中央生涯学習センター 大講座室
6月17日(月)		取手市役所藤代庁舎大会議室 (取手市藤代700)

「広報うしく」に掲載する有料広告を募集します

【掲載号】毎月15日号 【金額】1枠：15,000円/月

【サイズ・色】横85mm×縦45mm・市が指定する2色

掲載規定や申し込み方法など、詳しく
は市ホームページをご覧ください。

問 広報政策課 ☎3221



一級畳製作技能士の店

河合畳店

詳しくはホームページ 検索

牛久市南 TEL873-0199

●「いばらき元気ウォークの日」ウォーキング参加者大募集!

県は、運動習慣を定着させるため、毎月第1日曜日を「いばらき元気ウォークの日」と定め、ウォーキングを推奨しています。

日 6月2日(日) 午前9時～正午(予定)※小雨決行

コース いばらきヘルスロード「鎌倉権五郎景政物語コース」を含む約8.4km(約2時間30分)

集合時間 午前8時30分～8時50分(中止の場合もこの時間はスタッフ待機)

集合場所 奥野生涯学習センター※車でお越しの方は奥野運動広場の駐車場をご利用ください。

定 60人 **¥** 無料

持 タオル、帽子、飲み物、雨具、ヘルスロードマップ(お持ちの方のみ)

申 当日受付にて申し込み(事前申し込み不要)

※1年以内に市内9カ所のヘルスロード完歩スタンプを集めた方に「生涯かっぱつキューちゃんピンバッジ」を贈呈(市民のみ)。今回は「鎌倉権五郎景政物語コース」の完歩スタンプを押印。「健康チャレンジ」参加者は、ポイント対象コースとなります。

主 牛久ウォーキングクラブ

共 牛久市

問 飯塚 ☎090-4412-5748

●第28回牛久駅前どんどん祭り

牛久駅前で、市民主体による「にぎわいづくり」として開催される、「令和」最初の「どんどん祭り」です。若葉がまぶしい今日この頃のひと時を家族、友人みなでお楽しみください。今回も午前・午後にビンゴゲーム(賞品多数あり)を開催するなど楽しいイベントや各種メニューを用意してお待ちしています。



日 5月25日(土) 午前10時～午後4時【ライブ】午前10時～午後4時、【ビンゴゲーム】①午前11時30分～②午後2時45分～※小雨決行、荒天中止

所 やっぺやっぺ広場(牛久駅前東口駅前広場)

内 地元の銘店、キッチンカー、フリーマーケット、地元アーティストによる音楽ライブ(中学生の演奏を含む歌や踊り8団体)

協力 ぶどう園通り商店会、ちゃんみよTV **後援** 牛久市

主・問 NPO法人牛久駅前かっぱつ化実行委員会(細貝) ☎090-2490-5973 **E** kappa2ushiku@gmail.com

●楽しく手話を学んでみませんか?

「手話講習会Ⅱ(基礎レベル)」受講生募集

手話を使って、ろう者と日常的なコミュニケーションを取れるようになることを目指します。興味のある方、お待ちしております!

対 市内または龍ヶ崎市に在住・在勤の16歳以上で、自己紹介や、あいさつ等の簡単な会話が手話でできる方。

日 6月19日～令和2年(2020年)1月下旬までの水曜日(月3回程度) 午前10時～正午(全25回予定)

所 市総合福祉センター **定** 25人※希望者多数の場合抽選。

¥ 無料。ただしテキスト代(税込3,240円)負担あり。

持 各回とも上履き・下足袋持参

申 6月3日(月)必着。はがきまたはFAXで、郵便番号、住所、氏名、生年月日、電話番号、手話講座等受講歴、受講動機(具体的に)、市内に通勤している方は通勤先を記入の上、申し込みください。

問 社会福祉課 ☎内線1712 FAX874-0421(〒300-1292牛久市中央3-15-1牛久市社会福祉課「手話講習会Ⅱ(基礎レベル)」係)

●学用品や学校給食等の援助制度(就学援助費)があります

小中学校・中等教育学校前期課程に在学する児童生徒がいる保護者で、牛久市に住み票があり経済的に困難な状況にある方に、学用品や給食費等、学校に係る費用の一部を援助します。認定には所得等の審査があります。申請方法は、通っている学校へお問い合わせください。

援助項目 学用品、新入学用品、給食、校外活動、修学旅行、PTA会費等 **問** 学校教育課 ☎3017

牛久市一般職・特別職非常勤職員 採用情報

保育士・一般事務など募集情報を随時更新!詳しくは市ホームページをご覧ください。



●おやこわらべうたの会in三日月橋

日 6月4日(火)①午前10時30分～
②午前11時～(同じ内容で2回実施)

所 三日月橋生涯学習センター
和室(2階)

対 0～2歳の赤ちゃんとその
保護者(赤ちゃんまたは保護者
が市内在住の方)

定・料 各回先着10組・無料

申 5月15日(水)の午前9時から、
中央図書館カウンターまたは
電話にてお申し込みください。

申・問 中央図書館 ☎871-1400

●STOP THE 不法電波

6月1日～10日は、「電波利用環境
保護周知啓発強化期間」です。

【問い合わせ】関東総合通信局

◆不法無線局による混信・妨害

☎03-6238-1939

◆テレビ・ラジオの受信障害

☎03-6238-1945

◆地上デジタルテレビ放送の受信相談

☎03-6238-1944



人材募集・就職支援

●平成31年度茨城県南水道企
業団職員募集

試験日 7月28日(日)

採用予定日 令和2年4月1日

職種・採用人数 土木技師・1
人、一般職員・若干名

受付期間 6月10日(月)～7月1日
(月)必着※申込は郵送のみ。受験資
格等の詳細は、ホームページ、また
は電話にてお問い合わせください。

申・問 茨城県南水道企業団総
務課 ☎0297-66-5131

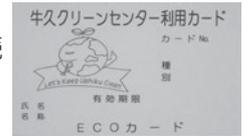
HP <http://www.ibananwww.ne.jp/>

●牛久クリーンセンター利用時のお願い



◆エコカードをお持ちですか？

エコカードを忘れてしまうと、持ち込む前に手続
が必要になります。出発前にまずご確認ください！



◆分別されていますか？

クリーンセンターではごみの種類ごとに降ろしていただく場所が決
まっています。「可燃ごみと不燃ごみは、分別して袋等にまとめておく」
「古紙類は種類ごとにひもでしばっておく」など、自宅で車に積み込むと
きに分別しておく、スムーズに車から降ろすことができ、クリーンセン
ターでの所要時間が短縮され、混雑の緩和につながります！

※クリーンセンターへ持ち込んだ量が50kgを超過すると料金がかかります。
資源物はなるべく資源物の日に集積所または集団回収にお出してください。

問 廃棄物対策課 ☎内線1572、牛久クリーンセンター ☎830-9333

●第2回健康講座 大腸がんの本当の話

～大腸カメラ受けたことありますか？～

大腸がんは死亡数第2位、患者数第1位と、日本人に
最も多いがんです。それにもかかわらず、大腸がんは
あまり注目されず、予防や検診の重要性が広まってい
ません。なぜでしょうか…？検査が恥ずかしいから？痛そうだから？
皆さんが知りたい大腸がんの本当の話をわかりやすくお話しします！



講師：高野先生

日 6月13日(木)午後1時30分～3時30分

所 牛久市地域医療連携センター(結束町495-4)

講 高野 恵輔先生(ひたち野ファミリークリニック院長)

申 6月6日(木)までに窓口、電話、FAX、Eメールでお申し込み。

※事前質問がある方は、お申し込み時にお伝えください。

申 健康づくり推進課(市保健センター) ☎内線1741(平日午前8時
30分～午後5時15分) FAX873-1775 [E] kenkou@city.ushiku.ibaraki.jp

●牛久市社会福祉協議会からのお知らせ

①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。※事前電話予約(当日受付可)

日 6月27日(木)午前10時～正午

内 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

②介護サロン「ぬくもり」

介護をしている方、介護に関心のある方、リフレッシュを図りませんか。

日 6月10日(月)午前10時～正午 **内** 自由におしゃべり、気軽に相談

【①、②共通】※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)

問 牛久市社会福祉協議会(市役所分庁舎1階) ☎871-1295 FAX871-1296



～詐欺被害防止のキーワード～ 詐欺事件が多発中！皆さん注意しましょう。

◆「携帯電話番号が変わった」などと電話し、お金を要求する息子や孫は全て詐欺



相談

●行政書士会無料相談会

日 5月25日(土)、6月22日(土)、7月27日(土)午後1時～4時

所 牛久市社会福祉協議会相談室(市役所分庁舎1階)

内 相続、遺言、農地転用など

定 1日先着6組※要予約

問 茨城県行政書士会県南支部(石神) ☎896-3417



催し・講座

●ぐんじたかなり郡司哲也スペシャルライブ “万里一空”

日 6月2日(日)午後1時開場、1時30分開演

所 エスカードホール

¥ 前売券3,000円(当日券3,500円)※全席自由席。※障がい者の付き添いの方は無料。

チケット取扱い先 エスカード出張所窓口ほか※その他の取り扱い先に関してはお問い合わせください。

主 ふれあい町のコンサート同好会

後援 牛久市文化協会、牛久市社会福祉協議会

協力 NPO法人ちゃんみよTV、(有)佐藤新聞舗

問 寺村 ☎873-1241、

郡司 Eoffice.gunjitanari@gmail.com

●稲敷広域消防職員募集

試験日 7月28日(日) **職種** 消防吏員(地方公務員)

試験会場 流通経済大学 龍ヶ崎キャンパス(予定)

採用予定人数 16人程度

採用期日 令和2年4月1日 **受付期間** 6月3日(月)～6月20日(木)

申・問 稲敷広域消防本部総務課(龍ヶ崎市3571番地の1) ☎0297-64-

3743 ※詳しくは消防本部総務課までお問い合わせください。稲敷地方広域市町村圏事務組合ホームページにも掲載しています。

HP <http://inashiki-kouiki.jp/index.html>



スポーツ

●体力テストに参加してみませんか？

日ごろ運動不足の方も、体力自慢の方も、自分の体力年齢を測定してみませんか？参加費は無料です。ぜひご参加ください。



日 6月2日(日)午前10時～午後5時(体力テストは1時間程度を予定)

所 牛久運動公園体育館メインアリーナ

対 20歳以上の市内在住・在勤の方

種目 【20歳～64歳までの男女】握力・上体起こし・長座体前屈・反復横とび・20mシャトルラン・立ち幅とび

【65歳以上の男女】ADL(日常生活活動テスト)・握力・上体起こし・長座体前屈・開眼片足立ち・10m障害物歩行・6分間歩行

持 上履き、汗拭きタオル、運動のできる格好でお越しください。

問 スポーツ推進課 ☎873-2486

●やさしいゲートボール教室

用具は連合会で用意します。初心者大歓迎です。参加無料。

日 【第1回】6月3日(月)～6月5日(水)【第2回】6月10日(月)～6月12日(水)午前9時～正午

所 刈谷ゲートボール場(刈谷自治会館隣)

申 6月2日(日)までに電話 ※当日、現場での参加も可。

問 牛久市ゲートボール連合会(村中) ☎873-7943、

牛久市体育協会事務局 ☎873-2486

空家・空地対策でお困りの方

全員が宅地建物取引士で、安心安全なお取引ができます。

査定・相談無料!!
お気軽にご相談ください。

地域密着。地元で愛され24年!

茨城県知事免許(6)5505号 牛久市南1-15-6(コープうしくさん並び)

有限会社 マツザカハウス

TEL 029-874-7000

●霞ヶ浦駐屯地開設66周年・関東補給処創立21周年記念行事

日 6月1日(土) 午前9時～午後4時

所 陸上自衛隊霞ヶ浦駐屯地(土浦市右舩2410)

内 一般開放、記念式典、装備品展示など※詳細はホームページで。

問 陸上自衛隊霞ヶ浦駐屯地広報班 ☎842-1211 **HP** <https://www.mod.go.jp/gsd/ae/eadep/index.html>

●音楽の小径

童謡や季節の歌を楽しく歌いましょう!

日 6月2日(日) 午後1時30分～3時

所 エスカードスタジオ

料 500円

問 白井 ☎874-7390、小堀 ☎873-0717

●第31回木犀会^{もくせいかい}絵画展

油彩画同好会による年1回の展覧会。

日 6月4日(火)～6月9日(日) 午前10時～午後5時(最終日は午後3時まで)※入場無料。

所 中央生涯学習センター展示ホール **【新会員も募集中】**

練習日 毎月第1・3火曜日午後1時～5時(中央生涯学習センター美術工芸室など)、毎月第2土曜日・第4日曜日午後1時～5時(三日月橋生涯学習センター第3研修室)

料 月2,000円(維持費:年5,000円)

問 木犀会(山脇) ☎872-1233

●ボーイスカウトと一緒に遊ぼう

日 5月26日(日) 午前10時～午後2時※雨天中止

所 刈谷自治会館(隣接公園) ※刈谷文化祭開催中(5月26日・27日)※駐車場はありません。

内 テント張り、野外料理、工作、ロープ遊びなど※当日以外にも月2回(土曜または日曜日)活動しています。体験はいつでも出来ますので、ご連絡ください。

対 年長さん以上

団 ボーイスカウト牛久第4団

問 事務局(伊藤) ☎090-5792-7115

●牛久ラールゴ・ギタークラブ ソロコン

日 6月8日(土) 午後1時30分開場、午後2時開演※入場無料。

所 中央生涯学習センター大講座室

演目 クラシックギターによる独奏や重奏

主・問 牛久ラールゴ・ギタークラブ(渡辺) ☎873-0165

防災インフォメーション



問 広報政策課 ☎内線3221

<第15回> 災害に備えて「備蓄品」を準備しましょう!

備蓄品とは、救助が届くまでの1週間分程度を自給自足できるよう準備しておくものです。生活スタイルに応じて、自宅で避難生活を送るために備えるべき品目や量をそろえておくことが重要です。

備える

おすすめ! 備蓄方法
ローリングストック

買い足す

日常で使う

備蓄品チェックリスト

食料品

- 水やお湯が必要な食品
レトルト食品(ごはん・おかゆ等)・
カップ麺、インスタント
スープなど
- そのまま食べられる食品
ビスケット、缶詰、嗜好品
- 飲料水
(1人1日3リットル)



生活用品

- 大型懐中電灯
- 給水用ポリタンク
- カセットコンロ(予備燃料含む)
- 紙皿・紙コップ・割り箸
- ビニール袋(大・中・小)、ラップ
- 携帯トイレ、トイレトペーパー
- 着替え・下着
- 毛布・寝袋
- 軍手・手袋
- ビニールシート
- 工具セット
- 救急箱
- ほうき・ちりとり
- 衛生用品(ウエットティッシュ・
洗口液・水不要シャンプー・
生理用品など)

※広報うしく4月15日号で紹介しました「非常持出品」も考慮に入れて、必要な物がないか家族で話し合しましょう。



メンバー募集

●女声合唱 コーラス・ドレミ

しゃぼん玉・広い河の岸边(クミコ)練習中。見学自由。

日 毎月第2・3・4火曜日午前10時～正午

所 中央生涯学習センター音楽室 **¥** 月2,500円

団・問 コーラス・ドレミ(阿久津) ☎090-8300-6155

●絵手紙さくらの会

日 毎月第1・3水曜日午前9時45分～11時45分

所 中央生涯学習センター中講座室(2階)

講 富田幸子先生 **対** 年齢・男女不問※初めての方も大歓迎。

¥ 年7,200円 **団・問** 絵手紙さくらの会(佐藤) ☎874-1301

●バドミントン牛久アミーゴ 小学生チーム部員募集

活動を通じて子どもの運動能力の向上をサポートします。

日 毎週日曜日午後1時～3時

所 向台小学校・神谷小学校 体育館

対 市内・近隣の小学1～5年生

定 10人 **¥** 月1,500円

申 電話にて事前予約

【無料体験会】向台小学校:5月19日(日)、神谷小学校:5月26日(日)

※6月以降はお問い合わせください。

団・問 牛久アミーゴバドミントン部(安守) ☎090-3222-3039

●ノルディックウォーキング

一緒に楽しく歩きませんか?両手にポールを持つことで、代謝が上昇し、また膝に負担をかけずに歩くことができます。公認インストラクターの指導あり。見学、体験歓迎。

日 毎月第2・4火曜日午前10時15分～正午

所 牛久運動公園

対 年齢不問(どなたでも)

¥ 月500円

団 ノルディックウォーキング牛久

問 中西☎874-2911、林☎090-9156-6372

●おもちゃ教室、クリニック

①簡単で楽しいおもちゃ作り

今月は、クルクルと回転しながら飛ぶ輪「飛行リング」を作ります。

日 5月26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)

定 5組程度

申 5月24日(金)までに電話

②おもちゃの修理

日 5月26日(日)、6月9日(日)

午後1時～3時【毎月第2・4日曜日定期開催】

対 ホームページ「利用者へのお願い」を要確認(<http://www.ushiku-shimin.jp/uc58t3/>)

【①、②共通】※参加費無料

所 にこにこ広場(さくら台2-8-8)

団・問 牛久おもちゃ教室、おもちゃクリニック(金子) ☎874-6416

●うたごえ喫茶 in 牛久

青春の歌や懐かしの歌を歌いませんか。

日 6月1日(土)午後5時～7時30分

所 生協牛久店2階 **¥** 500円

主・問 牛久うたごえサークル(伊藤) ☎080-1076-4209

ニホンアマガエル

両生綱無尾目アマガエル科

しぜん大好き



体長20mmから40mmくらいの緑色をした小型のカエルで、周りの環境に合わせて体の色をまだら模様から白っぽい薄茶色に変えることができます。雨の降る前によく鳴くので、「雨がえる」から今の名が付いたと言われています。

田植え後から初夏、繁殖のため水田などに集まりますが、梅雨以降は水辺を離れ、周辺の里山や公園、時に住宅地にもやってきます。

かわいいカエルですが、皮膚から刺激性のある物質を分泌するため、触った後にはよく手を洗い、目や口に触れないよう注意が必要です。

【PM2.5の毎日の測定結果】

<http://www.city.ushiku.lg.jp/page/page002695.html>

問 環境政策課 ☎内線1561～1563



【市内の放射能関連情報】

<http://www.city.ushiku.lg.jp/page/dir000057.html>

問 放射能対策室 ☎内線1568

