

広報

Ushiku
City
News

うしく

2020
8/1

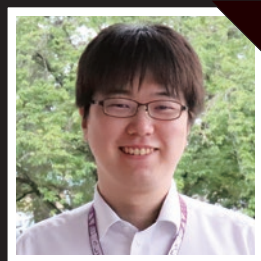
No.1270
茨城県牛久市

うしく、うしく。

始まるよ!

令和3年4月1日採用

牛久市職員 採用試験



私たちと
一緒に
頑張ろう!



CONTENTS—主な内容—

02-03 | 特集「牛久市×カナダ・ホワイトホース姉妹都市提携35周年」 05 | 牛久市HAPPYマタニティ臨時特別給付金のお知らせ

©SHINOBU ARIGA



みんなで祝おう!

カナダ

牛久市 × ホワイトホース市
姉妹都市提携 35th

★ホワイトホース



Canada

【牛久市・ホワイトホース市】交流年表

昭和60年(1985)	姉妹都市提携調印式(科学万博つくば'85会場 カナダ館にて)
昭和61年(1986)	第1回市民親善訪問団派遣(111人参加)
昭和62年(1987)	第1回WH市民団来市(22人参加) 第1回牛久市青少年団派遣(6人参加)
昭和63年(1988)	第1回WH市青少年団来市(7人参加)
平成15年(2003)	SARSの影響により派遣中止
平成30年(2018)	第19回WH市青少年団来市(13人参加)
令和元年(2019)	第21回交換青少年団派遣(12人参加)
令和2年(2020)	姉妹都市提携35周年

牛久市からWH市への派遣のべ人数...397人 (令和2年 8月1日現在)
WH市から牛久市への来市のべ人数...227人

1985年4月19日、科学万博つくば'85カナダ館にてホワイトホース市(以下、WH市)と牛久市が姉妹都市提携調印を行ってから今年で35年。隔年で交互に青少年団が訪問する事業を中心に交流を深め、派遣された方の累計人数は620人以上、双方のホストファミリーを加えると交流人数は3000人を超えました。人口22000人のWH市では、Japanの35周年を祝福します。

今年度はWH市から青少年団が来市する予定でしたが延期となりました。両市長や歴代派遣団員の皆さまから寄せられたWHにまつわる思い出やエピソードをつづり、姉妹都市提携35周年を祝福します。

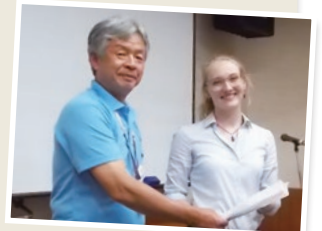
Ushiku、といえは、ウシク市、というくらい牛久市の認知度は高く、まちを歩いていても気軽に声をかけてくれるほど親しみを感じていただいています。

ダン・カーティス市長 メッセージ



WH市および市民を代表して、長年にとたる姉妹都市関係を一緒にお祝いできることを大変うれしく思います。牛久市とWH市は、姉妹都市提携後、この数十年間お互いに派遣団を迎え入れることで交流事業の成功と両市の強固な関係を築いてきました。2020年は世界中の人々にとって苦難な年となり、COVID19によってあらゆる企画が変更され、姉妹都市交流事業も延期となりました。再び皆さまとお会いできる日を心待ちにしております。その日が来るまで、皆さまどうぞご自愛ください。

根本市長 メッセージ



牛久市とWH市の姉妹都市提携35周年を迎え、心よりお祝い申し上げます。
新型コロナウイルスの影響を受け、私たちを取り巻く環境は大きく変わりました。心待ちにしていたが、今年はWH市からの青少年団の来市が叶いませんでした。こんな時だからこそ、お互いがそれぞれにこの記念すべき年を祝い、そして、これまで育んできた友情を糧に、これからも、お互いの関係を末永く、さらに発展させて参りましょう。

宮崎 美智子さん 2016年度受入

ホストファミリーとLara Henry-Saint Ongeさんを受け入れました。フェアウェル・パーティーが思い出深いものとなりました。



佐藤 優依子さん 2013年度派遣、2014年度受入



派遣と受け入れをどちらも経験して、本当に楽しい思い出がたくさんできました。英語が流暢に話せるわけではなかったのですが、それでもたくさん交流ができたことは今でも忘れられません!

リンジーさん(WH市職員)2016年度派遣

私はWH市で働くことで、幸運にも派遣団員の受け入れのみならず、牛久市のプロチームと共に本事業に携わることができました。おかげですべての交流プログラムが忘れられないものとなりました。2016年には牛久市に訪問することができ、大変光栄でした。また皆が交流できる日がくることを楽しみにしています。



朝田 航太さん 2015年度派遣

あの夏の経験は人生を変えました。ホストファミリーとは日本で再開を果たしました。



ホワイトホース市 トリビアクイズ

- ①2019年3月時点で人口はおおよそ何人？
- ②市を流れる川の名前は？
- ③過去に記録した最低気温はマイナス何度？

大林 穰さん 2016年度受入、2017年度派遣

「英語が完璧にできなければWH市に行けない！」それは嘘です。英語が話せなくてもWH市の方たちは皆優しく、笑って接してくれるので最高の思い出、友情ができます。



黒須 柚衣さん 2017年度派遣



あの町での経験と出会いは私の人生を大きく変えてくれました。

また必ずもうひとつの家族に会いに行く決めてます。いつまでも2つのまちの絆が続きますように。

糸賀 翼さん

2016・2018年度受入、2019年度派遣

WH市でホストファミリーのSageたちとたくさん遊んだことで、よりホストファミリーとの絆が深まりました。このホームステイを通して、またカナダに行きたいと思いました。



このホームステイを通して、またカナダに行きたいと思いました。

中村 哲也さん 2019年度派遣

WH市はとてもいい所だと思います。自然がとても豊かな所あれば、街中では都会のような雰囲気も味わえるからです。また行きたいとずっと思っています。



澤崎 萌さん 2019年度派遣

初めての海外だったので不安なこともありましたが、カナダの人は皆とても優しく楽しかったです。毎日いろいろなアクティビティに参加でき、とてもいい経験になりました。



Timothy, Rose Mary, Dana Sellars一家 2016年度派遣

2016年に来市して最も印象的だったのは、牛久高校を訪問し学生たちと話しをしたこと。浅草ではお好み焼きを楽しみました。牛久の一番好きなところは人々の優しさです。



加川 裕美さん 2014・2016年度受入、2017年度派遣

2017年に派遣団長として参加し、帰国便では英語文化に親しんだ団員たちの成長を実感しました。でも、この交流事業で一番学び変わったのは私自身かもしれません。

加川 宙さん 2015年度派遣

WH市に行くことによって、コミュニケーションが向上し一緒に派遣された仲間との絆が強くなりました。中学・高校の夏にお勧めです。



嘉成 由紀子さん 2018年度受入

ホストファミリーを10日間経験しました。最初はお互いに緊張していましたが、最後のころは子どもたちも簡単な英語を使って会話をする程仲良くなりました。とても貴重な良い経験をさせていただきました。



雨貝 純子さん 2018年度受入

3歳と6歳だった娘たちと本当の姉妹のように過ごしてくれたPhoebe！あれから今でも

「Good Night!」と眠りにつきます。娘たちに国際交流の種をくれて感謝しています！



WH市との姉妹都市
提携35周年を記念し、

フォトコンテストを実施します。

カナダ(特にユーコン準州WH市)で

撮影した作品を大募集。WH市青少年

団として派遣された際の思い出の写真や、

あなたの自慢の一枚をお送りください。

入賞作品にはカナダゆかりの記念品を贈呈します。

募集期間：令和2年8月1日(土)～31日(月)

※応募詳細は牛久市国際交流協会(市民活動課内 ☎ 内線1632)にお問い合わせまたは、市ホームページへ。



瀧ヶ崎 歩さん 2019年度派遣

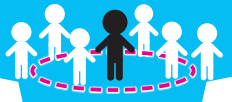
WH市は自然が豊かでとてもきれいな場所でした！ホストファミリーには色々なところに連れて行ってもらいました。素敵なホストファミリーと出会えてよかったです！

町田 玲子さん 2017年度派遣 2000・2002・ 2004年度受入



WH市の自然は人間をその一部として抱え込んでしまうほど雄大でした。牛久市民なら生涯に一度は訪問しよう。素晴らしいひとときを体験できるはず。

新型コロナウイルス
感染者が発生した際
接触可能性がわかる!



事業者の皆さん・市民の皆さんへ

「いばらきアマビエちゃん」 の登録をお願いします



県では、新型コロナウイルス感染拡大の防止を目的として「いばらきアマビエちゃん」を導入しました。これは、ガイドラインに沿って感染防止に取り組んでいる事業者を応援するとともに、感染者と接触した可能性がある方に対して注意喚起の連絡をすることで感染拡大防止を図るシステムです。事業者の方も、市民の方も、登録にご協力をお願いします。

市民の方

新型コロナウイルスの感染者が発生したときに、感染者と同じ日に同じ施設を利用した方は、メールでお知らせを受け取ることができます。

利用方法

- 1 店舗・イベントなどの場で、掲示されている「感染防止対策宣誓書」から二次元コードを読み取る
- 2 読み取ったURLにアクセスし、登録する
- 3 新型コロナウイルス感染者が発生した際、県から「その感染者が訪れた場所を同じ日に訪れた方」に対してメールで注意喚起のお知らせ

事業者の方

県などのガイドラインを遵守していることをPRできます。システムを導入していることで、お客さまに安心してお店をご利用いただけます。

利用方法

- 1 登録フォームから必要な情報を登録
- 2 県から登録完了メールが送られてくるので、記載されたURLにアクセスし、「感染防止対策宣誓書」を印刷
- 3 施設内に掲示し、利用者に対して二次元コードの読み込みを周知・案内する



今すぐ登録!



※詳しくは県のホームページをご覧ください。

問 商工観光課 ☎ 内線1521～1523



牛久市
メールマガジン

市民の皆さんへ

かっぱメール「感染症情報」カテゴリ の登録をお願いします

9月1日より、かっぱメールに新しい配信カテゴリとして「**感染症情報**」を新設します。これまで、新型コロナウイルス感染症関連情報等は「**市政イベント情報**」カテゴリで配信していましたが、今後は「**感染症情報**」カテゴリで配信していく予定です。感染症情報メールの配信をご希望の方は、下記の方法にてカテゴリの追加登録をお願いします。

配信カテゴリ追加の方法

- 1 市ホームページ「かっぱメール配信項目の変更」ページにアクセスし、「配信項目の変更」ボタンをクリック→メールアドレスとパスワードを入力→「ログイン」ボタンをクリックする
- 2 配信カテゴリー一覧の「感染症情報」のボックスをチェック→「変更」ボタンをクリックする

こちらからアクセス

<http://www.city.ushiku.lg.jp/page/page004758.html>



新規登録の方法

- 1 市ホームページ「かっぱメール登録方法」ページにアクセスし、「新規登録」ボタンをクリック→登録を希望するメールアドレスとパスワードを入力→配信を希望するカテゴリの選択→「登録」ボタンをクリックする
- 2 登録したメールアドレスに仮登録メールが届く→記載された本登録用URLにアクセスし、本登録する

こちらからアクセス

<http://www.city.ushiku.lg.jp/page/page000585.html>



かっぱメール
自体に登録して
いない方は、ぜひ
ご登録を!

暗証番号が分からない方や不明な点がある方はお問い合わせください

» 広報政策課 ☎ 873-2111 (内線3221、3222) かっぱメール 🔍 検索

令和2年度

牛久市HAPPYマタニティ 臨時特別給付金(妊婦応援 特別給付金)のお知らせ

【給付額】
妊婦一人につき
10万円

※多胎の場合は胎児
1人につき10万円

新型コロナウイルス感染症拡大の影響を受けている中で、出産に臨むママさんを応援するため、牛久市独自の臨時特別給付金を支給します!! 対象の方には個別に案内します。

対象となる 妊婦の方

(①または②を
満たすこと)

- ①令和2年4月27日②時点で妊娠届出書を提出して母子健康手帳の交付を受けている妊婦(令和2年4月27日以前に当該妊娠届出書の対象となる新生児を出産した方を除く)
- ②令和2年4月28日③～令和3年3月31日④の期間に妊娠届出書を提出して母子健康手帳の交付を受けた妊婦



支給条件

以下を全て満たすこと

- 給付金申請日に牛久市に住民票があること
- 給付金申請日から1年以上牛久市に居住する意思があること

給付金の支給手続き

【申請期間】令和2年8月3日(月)～令和3年3月31日(水)

【申請方法】申請書類に必要事項を記入の上、健康づくり推進課宛に返信用封筒で郵送または、健康づくり推進課窓口にて申請してください(本人確認書類・印鑑・口座のわかるものが必要です)。支給決定次第、申請日の翌月末を目安に指定口座に振り込みます。

【問い合わせ】健康づくり推進課『すまいる』☎870-5657(平日午前8時30分～午後5時15分)

令和2年度

ひとり親世帯臨時特別給付金のお知らせ

ひとり親世帯を支援するため、給付金を支給します。給付には**基本給付**と**追加給付**の2つがあります。

支給対象者

〈1〉基本給付…児童扶養手当受給世帯等への給付

- ①令和2年6月分の児童扶養手当が支給される方(全部支給停止者を除く)
- ②公的年金等を受給しており、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額停止される方
※既に児童扶養手当受給者としての認定を受けている方だけでなく、過去に児童扶養手当の申請をしていれば、令和2年6月分の児童扶養手当の支給が全額または一部停止されたと推測される方も対象となります。
- ③新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変するなど、収入が児童扶養手当を受給している方と同じ水準となっている方

〈2〉追加給付…新型コロナウイルスの影響を受けて家計が急変し収入が減少した方への給付

基本給付金対象の①または②の該当者のうち、新型コロナウイルス感染症の影響を受けて家計が急変し、収入が減少した方

給付額

- 〈1〉基本給付…1世帯5万円、第2子以降1人につき3万円
- 〈2〉追加給付…1世帯5万円

給付金の支給手続き

- ①に該当する方
 - 〈1〉基本給付…申請不要。8月下旬頃、児童扶養手当の指定口座に振り込み。
 - 〈2〉追加給付…申請が必要。該当の方は、現況届提出時(8月3日(月)～8日(土))に、収入が減少している旨の申請を行ってください。支給決定次第、児童扶養手当の指定口座に振り込みます。
- ②または③に該当する方
 - 〈1〉基本給付・〈2〉追加給付(②に該当する方)ともに申請が必要。いずれも8月17日(月)より申請受付および申請の相談を開始します。支給決定次第、申請書に記載の口座に振り込みます。

詳細については市ホームページをご確認ください。



【問い合わせ】こども家庭課☎内線1732、1733

特別児童扶養手当

これらの手当を受けるには申請が必要です。

特別児童扶養手当

【問い合わせ】社会福祉課☎内線1711、1712



精神、知的または身体障害等のある20歳未満の児童を家庭において監護している父または母もしくは父母にかわってその児童を養育している方に手当を支給します。

●支給対象となる児童

◆手帳等による等級の目安

特別児童扶養手当1級	特別児童扶養手当2級
◆身体障害者手帳がおおむね1・2級 (内部的疾患は例外があります)	◆身体障害者手帳がおおむね3級 (内部的疾患は例外があります)
◆療育手帳の判定が(A)・A	◆療育手帳の判定がおおむねB
◆精神障害者保健福祉手帳がおおむね1級	◆精神障害者保健福祉手帳がおおむね2級

※ただし、次の場合は受給する資格がありません。

- ①児童および父、母または養育者が日本国内に住んでいないとき
- ②児童が障害による公的年金を受けられるとき
- ③児童が児童福祉施設に入所しているとき(親子入所を除く)

●手当の額

認定請求をした日の属する月の翌月分より支給されます。

等級	月額(児童1人につき)
1級	52,500円
2級	34,970円

【支払日】

- ◆4月期…4月11日(12~3月分)
- ◆8月期…8月11日(4~7月分)
- ◆12月期…11月11日(8~11月分)

※11日が土日曜日・祝日の場合は、その前営業日となります。

●所得制限

◆所得制限限度額表

扶養親族の数	請求者(本人)	配偶者および扶養義務者
0人	4,596,000円	6,287,000円
1人	4,976,000円	6,536,000円
2人	5,356,000円	6,749,000円
3人	5,736,000円	6,962,000円
4人	6,116,000円	7,175,000円
5人以上	以下380,000円ずつ加算	以下213,000円ずつ加算

請求者(本人)や配偶者および扶養義務者の方の所得が限度額以上である場合は、その年度(8月から翌年7月まで)の手当が支給停止となります。

手続き方法

手当を受けるためには、次の書類を添えて申請してください。知事の認定を受けることにより、県から手当が支給されます。

【受付場所】
社会福祉課窓口

①請求者と対象児童の戸籍謄本(抄本)

※①および②は交付後1カ月以内のものを添付してください。

②請求者と対象児童が含まれる世帯全員の住民票

③特別児童扶養手当認定診断書

※所定の診断書は社会福祉課にあります。
※診断日から2カ月以内のものを添付してください。
ただし、次の場合は診断書の添付を省略できる場合がありますので窓口にご連絡ください

- ◆療育手帳の判定が(A)・A
- ◆身体障害者手帳(内部障害を除く)の等級が1・2・3級

④その他必要な書類

◆金融機関通帳

※必ず請求者本人の口座名義のものをお持ちください。
児童の口座には振り込みできません。

◆マイナンバーのわかるもの

(通知カード・個人番号カードなど)

ご存じ
ですか?

児童扶養手当

児童扶養手当

【問い合わせ】こども家庭課☎内線1733



父母の離婚や父(母)の死亡などにより、父(母)と生計を共にしていない児童の母(父)、または父母にかわってその児童を養育している方(養育者)に対して手当を支給します。

新たに支給を希望する方

●支給対象となる児童

対象となるのは、父母または父か母と生計を同じくしていない等の児童です。支給要件の詳細はこども家庭課までお問い合わせください。

※「児童」…18歳に達してから最初の3月31日まで(18歳年度末)、また障がいの程度によって20歳未満まで。

※受給者、児童ともに国籍は問いません。

●手当の額

◆全部支給の場合

対象児童	月額
1人	43,160円
2人	53,350円
3人	59,460円
4人目以降	6,110円ずつ加算

◆一部支給の場合

対象児童	月額
1人	43,150円~10,180円
2人目の加算額	10,180円~5,100円
3人目以降の加算額(1人につき)	6,100円~3,060円

※全国消費者物価指数の実績値により、手当額は変更となります。

●支払い回数

年6回(1月・3月・5月・7月・9月・11月)2カ月分ずつ支給します。

●所得制限

受給資格者、その配偶者または同居(世帯分離している世帯を含む)の扶養義務者(父母・祖父母・子・兄弟など)の前年の所得が一定額以上であるときは、その年度(11月から翌年の10月まで)の手当の一部または全部の支給が制限されます。

すでに受給されている方

●現況届の提出

認定を受けた方は年に一度、現況届をご提出いただきます。対象の方には、現況届をこども家庭課から郵送します。必要な添付書類については、同封した「児童扶養手当現況届のご案内」を確認し、期限内に忘れずに提出してください。

◆この届を出さないと11月以降の手当が受けられなくなります。

◆2年間この届を出さないと資格を失います。

令和2年度 現況届 受付日時

8月3日(月)	午前8時30分~ 午後5時15分
8月4日(火)	
8月5日(水)	
8月6日(木)	午前8時30分~午後7時
8月7日(金)	
8月8日(土)	午前8時30分~ 午後5時15分

【受付場所】こども家庭課窓口

※8月8日(土)のみ医療年金課窓口

高等職業訓練促進給付金

母子家庭の母または父子家庭の父が、就職に有利で生活の安定に役立つ資格を取得するため、養成機関で1年以上修業する場合、給付金(高等職業訓練促進給付金・高等職業訓練修了支援給付金)を支給します。

- 【対象者】①児童扶養手当の支給を受けている方と同等の所得水準にある方
②養成機関で1年以上カリキュラムを修業し、対象資格の取得が見込まれる方
③就業・育児と修業の両立が困難な方

【対象資格】看護師(准看護師を含む)・保育士・介護福祉士・作業療法士・理学療法士・歯科衛生士の国家資格等

【支給時期】修業する全期間(上限4年)

※就学前に事前相談が必要です。修業中の方もご希望の方はご相談ください。

課税世帯	70,500円/月 修学期間の最後の1年間 110,500円/月
非課税世帯	100,000円/月 修学期間の最後の1年間 140,000円/月

問 こども家庭課☎内線1732、1733

< 国民健康保険に加入されている方へ > 国民健康保険税が改正されました

国民健康保険において、高齢化の進展等による医療給付費等の増加が見込まれる中で、保険税負担の公平を図る観点から、令和2年度からの国民健康保険税の賦課限度額を引き上げました。また、経済動向等を踏まえ、軽減判定基準の所得を引き上げ、低所得者に対する保険税軽減措置の拡充を図りました。

※令和2年度国民健康保険税納税通知書は8月中旬に発送します。

◆賦課限度額 医療給付費(基礎課税額)分および介護納付金分の賦課限度額を引き上げました。

	改正前	改正後	増減
医療給付費(基礎課税額)分	61万円	63万円	2万円
後期高齢者支援金等分	19万円	19万円	0円(変更なし)
介護納付金分	16万円	17万円	1万円
合計	96万円	99万円	3万円

◆低所得者に対する保険税軽減措置の拡充

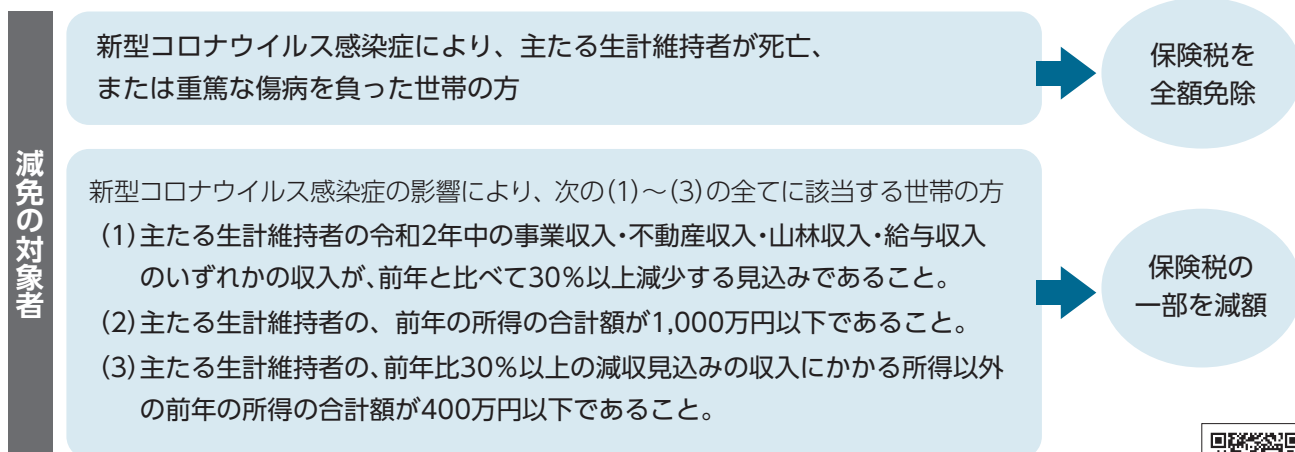
5割軽減・2割軽減の対象となる世帯の所得基準額を引き上げました。

軽減割合	改正前	改正後
7割	33万円以下	33万円以下
5割	33万円+28万円× (被保険者数+特定同一世帯 所属者数)以下	33万円+28万5,000円× (被保険者数+特定同一世帯 所属者数)以下
2割	33万円+51万円× (被保険者数+特定同一世帯 所属者数)以下	33万円+52万円× (被保険者数+特定同一世帯 所属者数)以下

※特定同一世帯所属者とは、国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行したことにより国民健康保険の被保険者でなくなった方のことをいいます。今回、7割軽減の対象についての改正はありません。

新型コロナウイルス感染症の流行に伴う保険税の減免について

新型コロナウイルス感染症の影響により収入が減った場合など一定の条件を満たした方は、国民健康保険税が減免される場合があります。



※詳細については、市ホームページまたは、8月中旬発送の国民健康保険税納税通知書の同封チラシをご覧ください。



【問い合わせ】医療年金課 国保年金グループ ☎内線1724～1727

地域包括支援センターだより さすエール Vol.2

地域包括支援センターは、地域にお住まいの高齢者の方やそのご家族の暮らしや健康に関わるさまざまなお困りごとにお応えするために設置された総合相談窓口です。

地域包括支援センターの業務

総合相談

高齢者の各種相談に幅広く総合的に対応

- ◆介護保険や保健、福祉サービスなどの利用方法の紹介
- ◆保健、福祉、医療に関する情報の提供



権利擁護

尊厳ある生活を送るために必要な制度へつなぎ、皆さんの持つ権利を守ります

- ◆高齢者に対する詐欺や悪徳商法などの消費者被害の対応
- ◆高齢者虐待の早期発見や防止



継続的・包括的ケアマネジメント

住み慣れた地域で暮らすことができるよう、医療・保健・福祉などの関係機関とネットワークづくりを進めます

- ◆関係機関との連携体制構築を支援
- ◆介護支援専門員のサポート



介護予防ケアマネジメント

要支援・要介護状態になることを予防するため、健康に不安のある方の状態改善・維持を支援

- ◆運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能向上、閉じこもり予防、認知機能低下予防、うつ予防などの介護予防サービスの紹介
- ◆介護予防ケアプランの作成



相談はこちら

牛久市地域包括支援センター(牛久市中央3-15-1市役所分庁舎内 牛久市社会福祉協議会) ☎878-5050 FAX.871-0540
 地域包括支援センター博慈園(牛久市女化町253-2 社会福祉法人博慈会) ☎871-5110 FAX.871-0606

消費生活の窓

ご相談は牛久市消費生活センターへ
 【相談日】月～金曜日
 (午前9時～正午/午後1時～4時)
 問 牛久市消費生活センター
 ☎830-8802

悪質な海外通販サイトにご注意!

インターネットを利用すれば、世界中のサイトから、物を買ったりサービスを受けたりすることができます。海外の相手との取引を「越境取引」といいます。

「海外サイトと取引したことはない」という人もいるかもしれませんが、日本語で書かれているからといって日本のサイトとは限りません。知らないうちに越境取引をしている場合があります。

「相談の多い事例」

●安いので注文したが、商品が届かない。

●コピー商品や全く違う商品が届いた。

●事業者と連絡がとれない、あるいは所在がわからない。

トラブルの生じた海外サイトは連絡先が掴めないケースが多く、加えて言葉や法律の違いもあり、解決が困難な相談が見受けられます。次のポイントに十分注意して契約を検討しましょう。

- 〈注意すべきポイント〉
- ①業者の名称、住所、連絡先が明確でない、または虚偽の情報を記載している。
 - ②日本語の表現に自然な点がある。
 - ③ブランド、メーカー品の価格が極端に安い。
 - ④振込先口座が個人名義である。

越境取引の相談窓口として、国民生活センターや越境消費者センター(CJ)が開設されています。越境消費者センターには直接電話相談はできませんが、ホームページ上のウェブフォーム、メール、ファックスで相談可能です。トラブルにあわれた方は、一人で悩まず早めにご相談ください。



としゃかんだより

おうちで読書を
楽しもう♪



<https://library.city.ushiku.ibaraki.jp/>

図書館発 おうちで楽しむ♪ 特集

泣く子も笑う?! おやこわらべうたの会

赤ちゃん
向け

YouTube
デビュー!

中央図書館で定期開催する「おやこわらべうたの会」の動画を、牛久市公式YouTubeチャンネルで公開中です! ふれあいながらのびのび遊んで、赤ちゃんもご機嫌になりますよ♪

<vol.1>



https://youtu.be/g_xk58Sten0

<vol.2>



<https://youtu.be/hN9BDS08qA4>

どくしょ de むりえ in うしく

幼児以上
向け

読書と塗り絵を同時に楽しめるカードを、図書館のホームページで公開中です! 「ステイホーム」の息抜きに、いつもと少し違った本の読み方をしてみませんか? コンプリートを目指すと……、大人の方も、意外なやりがいを感じられるかもしれません。*カードは中央図書館でも配布しています。

<https://library.city.ushiku.ibaraki.jp>

第2回

わが家のうちどくフォトコンテスト

全年齢
対象

応募作品を募集中です! 家族で同じ本を読んで過ごす、おうち時間の写真を送ってください。コンテストの詳細は、「広報うしく」7月15日号、「としゃかんだより」8月号、図書館ホームページでご覧いただけます。たくさんのご応募をお待ちしています!

「ナクソス・ミュージック・ライブラリー」をご利用ください

「ナクソス・ミュージック・ライブラリー」は、クラシックやジャズなどを中心に200万曲以上の楽曲を聴くことができる音楽配信サービスです。中央図書館1階貸出カウンターにて図書館の利用者カードをご提示いただくと、14日間有効なIDパスワードを発行します。ご自宅などのパソコン・スマホ・タブレットから自由な時間にご利用いただけます。ご利用方法など詳しくは、中央図書館までお問い合わせください。

問 中央図書館 ☎871-1400

「新型コロナウイルス」 関連資料のご案内

新型コロナウイルスや感染症に関する当館に所蔵のある資料をご紹介します。

- 『新型コロナウイルス 脅威を制する正しい知識』水谷 哲也/著(東京化学同人)
- 『コロナショック・サバイバル』富山 和彦/著(文藝春秋)
- 『どうする!?新型コロナ』岡田晴恵/著(岩波書店)
- 『図解新型コロナウイルス職場の対策マニュアル』亀田高志/著(エクスマレッジ)
- 『新型コロナウイルス緊急対策マニュアル』齋藤勝裕/編著(秀和システム)
- 『感染症 広がり方と防ぎ方』増補版 井上栄/著(中央公論新社)
- 『コロナの時代の僕ら』パオロ・ジョルダノ/著、飯田亮介/訳(早川書房)
- 『キャラでわかる!はじめての感染症図鑑』岡田晴恵/著、いとうみつる/絵(日本図書センター)

*中央図書館1階のイベントコーナーでは、「<特集>感染症について」として各種図書を紹介しています。こちらのコーナーもご利用ください。

- 中央図書館 ☎871-1400
午前9時~午後7時(当面の間)
- 市役所エスカード出張所
午前10時~午後7時
- リフレ図書カウンター
午前9時~午後5時
- 奥野生涯学習センター図書室
午前9時~午後5時
- 三日月橋生涯学習センター図書室
午前9時~午後5時
- 二小学区地区社協事務所
(田宮地区広場)は当面の間
お休みします。

8月の予定

牛久おもちゃ病院
*開催場所が2階に変わりましたのでお気をつけください。
【場所】視聴覚室1(2階)
8/16(日)午前10時~正午

<中止するイベント>

映画上映会
8/16(日)午前の部・午後の部

*通常のおはなし会はすべてお休みします。

8月の休館日

全館休館日
8/11(火)・24(月)
市役所エスカード出張所は
8/10(月・祝)も休館



体育協会だより

牛久市体育協会事務局(牛久運動公園体育館内)
☎873-2486 FAX873-2895

茨城牛久G・Gクラブ

代表 秋山 忠雄 問☎・FAX 872-7366

グラウンド・ゴルフは、どこでもクラブ1本でできる運動です。この運動を介して会員は“森林浴、日光浴、人間浴”を共感しています。解放感あふれる大地のもと、グラウンド・ゴルフと戯れてみませんか。お試し期間あり、足の向くまま手ぶらで来てトライしてみませんか?



【定期練習】毎週月・水・金曜日

◆4月～9月/午前8時30分～午後1時

◆10月～3月/午前9時～午後1時

栄町運動広場C面(リトルリーグ用球場)

【入会金】1,000円 【会費】400円/月

【保険代】自己負担分500円/年

【ホームページ】 [うしくGG](#) [Q検索](#)

牛久走友会

代表 荒木 恒一 問☎080-3462-9324

私たち牛久走友会は走ることが大好きな幅広い年齢層の会員が集い、自らの健康増進と会員相互の親睦を図っています。また、ランニングの楽しさを市民の方々へ伝え、奨励する活動やボランティア活動を行っています。



【定期練習】

毎週日曜日 午前7時30分～

牛久運動公園プール棟前広場集合

【入会金】なし 【会費】3,000円/年

【保険代】なし(自己責任)

<市民の方への公開練習> ※参加無料。

①牛久の街を走る会

2月～6月(毎月1回)日曜日 午前8時30分～

②牛久シティマラソンを走る練習会

9月～12月(毎月2回)日曜日 午前8時30分～

※①②いずれも牛久運動公園プール棟前広場(日程は牛久走友会ホームページでご確認ください)

【ホームページ】 [牛久走友会](#) [Q検索](#)



牛久市文化協会だより

牛久市文化協会事務局(文化芸術課内)
☎871-2300



牛久盆栽研究会

代表 潮田 豊三 問☎873-6538



盆栽研究会は、毎月第3土曜日に中央生涯学習センターの美術工芸室において勉強会を開き、盆栽の基本的な樹形・雑木の芽摘みなどを学び、楽しんでいます。また、4月は市民参加の盆栽・盆草展、5月は花季展、10月は牛久市民文化祭の一環として秋季盆栽合同展を同センターで開催しています。



水府流吟道吾風会牛久支部

代表 林 幸子 問☎873-2966

本会は、約24年前に発足しました。現在、詩吟・剣舞・詩舞の3グループに分かれてエスカードホールと上池台会館で稽古をしています。文化祭等では、舞台発表で一つの舞を舞うために大勢で何度も合わせ稽古をします。発表までは大変ですが、終わるとホッとするとともに、なんとも言えない達成感を味わえます。今年度は、新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、発表の場がすべて中止となり、現在は活動を自粛し、各自で稽古しています。

牛久市文化協会に加盟しませんか?

牛久市文化協会は、地域社会の文化の向上と明るいまちづくりに貢献することを目的に活動しています。現在58団体(約1,300人)が所属。ぜひ一緒に活動しましょう。

団体活動の周知

ホームページや広報うしくへの記事掲載など

他団体との交流・連携

研修・文化協会カフェ・イベント協力など



- ◆代表者が市内在住で活動拠点が市内であること
- ◆会員が5人以上

※詳しくは上記 牛久市文化協会事務局 まで

※新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため現在活動を自粛している団体もあります。

今後の活動については、各団体に直接お問い合わせください。



問 環境政策課
☎内線1561



K家(牛久町)のクッキーちゃん

【種類】ミニチュアダックスフンド(メス:19才)

6月25日で19歳! 足腰悪くて歩くのは大変だけど、まだまだ食欲も元気もあるワン。

最近、市民の方から飼い犬のマナーについて多くのご意見が寄せられています。その中で大部分を占めているのが、市内公園等でリードを付けない状態での散歩、散歩の際に飼い犬のフンを持ち帰らないの2点です。

リードを付けずに散歩させることは動物愛護法で禁じられており、他人を驚かせたり、けがをさせたり、さらに飼い犬自身も危険にさらすことになります。

フンの持ち帰りも飼い主にとって最低限のマナーであり、

フンを放置することは、牛久市環境美化の推進に関する条例で禁止されています。

飼い犬が他の人からも可愛いがられるよう、また、ご近所付き合いを円満にするためにも、飼い主の皆さまの意識向上がとて大切で。このことが無用なトラブルを減少させることとなりますので、ご協力をお願いします。

犬、猫以外もOK! 自慢のペットをご紹介ください!

ペットの写真募集中!

投稿者の氏名・電話番号と、ペットの名前(ふりがな)・種類・性別・年齢・30~40字の紹介コメントを記入の上、メールか封書でお送りください。

【あて先】〒300-1292牛久市中央3-15-1「環境政策課わんにゃんこ」係
E kankyouto@city.ushiku.ibaraki.jp

※封書の場合、写真は返却しません。※掲載に不適切と思われる写真については、掲載しない場合がありますのでご了承ください。





FM-UU通信

85.4 MHz 周波数

第23回

ぶどう園通り商店会レポート

毎週 金曜日
PM 1:00~1:30

ナビゲーター
うっしー伊藤

レポーター
山城巧児



5月に放送したミートデリカなかじまさん

月毎にぶどう園通り商店会のお店をご紹介します!

FM-UU 番組紹介

広報うしく

毎週 月~金
AM 10:50~

月曜~金曜 AM10:50~AM11:50 まで。
牛久市広報からニュースをピックアップする「らしくうしくインフォメーション」。現地レポートなどをお届けする「うしく hot 情報」。牛久市にまつわるゲストをお招きする「だいすき! うしく」など牛久市の今を生放送でお届けする番組です!

曲のリクエストやメッセージはお気軽に

宛先 〒300-1234 牛久市中央3-15-1 FM-UU ぶどう園通り商店会係

記載事項 作品、氏名、ラジオネームOK、電話番号又はメールアドレス

FM-UUの聴き方

①まずは無料アプリ『ListenRadio (リスラジ)』をインストールしてください。②アプリ起動後に「チャンネル」→「全国のラジオ局」→「関東」→「FM うしくうれしく放送」の順にお進みください。






iPhone

Android

番組に関するお問合せ

TEL 029-875-8541 FAX 029-875-8686
Email ushiku@fmuu.jp

らしくうれしく放送

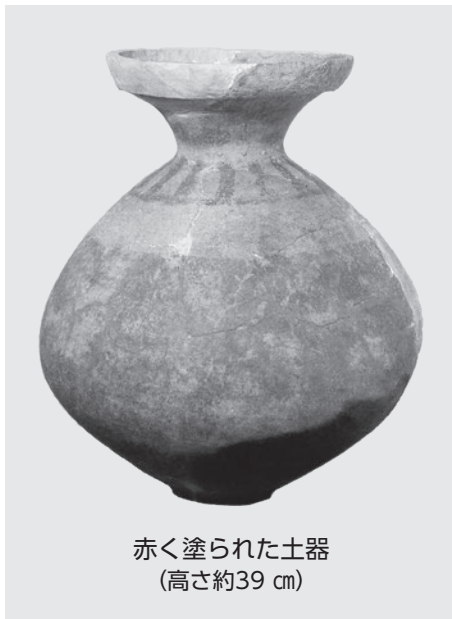
発見!

牛久のお宝

問 文化芸術課(牛久シャトー内) ☎874-3121

第21回 赤く塗られた土器

うばがみいせき
- 姥神遺跡(奥原町) -



赤く塗られた土器
(高さ約39 cm)

姥神遺跡は、昭和63年、平成元年に工業団地造成事業に伴って発掘調査が行われ、赤く塗られた土器が見つかりました。この赤い色は、ベンガラという天然の顔料が使われたと考えられます。ベンガラの主成分は酸化第二鉄で、いわゆる赤さびです。天然にある赤鉄鉱という鉱物を砕いて粉末にし、顔料にしたと思われる。ベンガラは、縄文時代から使われている顔料で、土器や埴輪に色を塗ったり、装飾古墳の石室内の文様を描いたりしました。赤い色は、神聖な



色として魔除けや祭りなどに使われたと考えられています。姥神遺跡の赤く塗られた土器は、古墳時代前期(3〜4世紀)のお墓から発見されており、死者を弔う儀礼で使用されたと思われる。

里山の樹木

問 都市計画課
☎内線2524

第56回 ナツグミ



①開花期の樹冠:城中町の斜林(平成24年5月1日撮影)
②花:牛久自然観察の森(平成18年4月16日撮影)
③果実:柏田町の庭園(平成20年7月8日撮影)

グミ科グミ属の落葉小高木で高さ2〜4m。本州関東地方から静岡県西部への低地から山地帯下部に生育しています。市内では斜面林縁などに自生し、旧家の屋敷に古木が見られます。葉は長さ7〜8

文芸さろん | 葉月 |

雨の中朝顔咲いてほっこりと
せせらぎの流る、音や虫とぶ
ピカッゴロおへそ隠して蚊帳のなか
瓜の蔓直しても又宙を恋ふ
散水のホースの先に虹いく重
短いな孫は来るのか夏休み
暮れなずむ山間の村茄子の花
稲妻が光る空から降る雨は
田んぼの稲の実り豊かに
とうもろこしを前足で押さえ
かじるといふ猫の話聞き居て楽し
匿名希望

月田さん
宮崎さん
長沢さん
高階さん
和多田さん
ひとしくん
秋穂
わだちゃん

【次回募集テーマは「秋」】

【作品募集】イラストや俳句、川柳、短歌など
【あて先】〒300-1292 牛久市中央3-15-1
「広報うしく文芸さろん」係 FAX: 873-2512
[E]kouhou@city.ushiku.ibaraki.jp
【記載事項】作品、氏名、電話番号
匿名希望の方はその旨(ペンネームもOK)



※掲載作品は担当課にて審査の上、決定します。投稿いただいた作品が必ず掲載されるわけではありません。

cm、幅2〜4cmの楕円形で表裏両面に銀色の鱗片があり、さらに裏面には黄赤褐色の鱗片が散生しています。花は4〜5月に咲き、花柄は細く、長さ8〜12mmで下垂し、花後に伸長します。花の外側には銀色の鱗片があります。果実は、長さ2.5〜5cmの果柄に垂れ下がってつき、広楕円形で長さ12〜17mm、5〜6月に紅熟します。渋味が少なく食べられます。栽培用のダイオウグミ(俗称ビククリグミ)はこの変種です。※牛久の里山樹木ハンドブック42ページ掲載。本の問い合わせは牛久自然観察の森(☎874-6600)まで。
【資料提供】NPO法人うしく里山の会
(文章:石川満夫、写真:①②渡辺泰、③宮澤晴)

「牛久の巨樹」発売中 ※お求めは都市計画課まで(1,200円)

申請はお済み
ですか？

「特別定額給付金」

申請の締切日
8月20日(木)
消印有効

特別定額給付金の申請締切は8月20日(木)の消印有効です。

締切を過ぎての申請は辞退とみなされますのでご注意ください。

また、すでに申請をされた方で、申請書郵送後2週間たっても決定通知または不備による書類の返送がない場合は、下記の担当までお問い合わせください。

問 特別定額給付金係 ☎内線7031~7034 (受付：平日の午前8時30分~午後5時15分)

！ 給付金を装った詐欺にご注意ください！

情報 ひろば

問 牛久市役所

☎ 029-873-2111 (代表)

FAX 029-873-7510 (代表)



「牛久市役所」
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。



● イベントの開催について 感染症拡大防止のため、下記イベントを中止します。

開催予定日	イベント	中止	問い合わせ先
8月23日(日)	とくとく市	中止	市営青果市場 ☎872-0042
10月11日(日)	牛久地区市民体育祭・岡田地区市民運動会・奥野地区市民体育祭	中止	スポーツ推進課 ☎873-2486
10~11月ごろ	令和2年度牛久市市民文化祭	中止	生涯学習課 ☎871-2301

● 施設の利用について

開館や利用情報は施設ごとに異なります。詳しくはホームページをご覧ください。



◀牛久市HP
施設の閉鎖・
利用制限
および再開

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。



LINE 牛久市 LINE公式アカウント

牛久市LINE公式アカウント。友だち登録してね★



メールマガジン
「かっぱメール」

イベント、防災・防犯、各学校など市の情報をメールでお届け。



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(全戸ポストイン)の月2回発行。市ホームページでも全ての内容を掲載しています。

市からのお知らせ

子育て世帯臨時特別給付金 公務員の申請について

公務員で勤務先から児童手当を支給されている方で、子育て世帯への臨時特別給付金を申請する方は、申請期限が令和2年9月30日(水)までとなっております。まだ提出がお済みでない方は、所属庁から児童手当受給状況の証明を受けた後、お早めにご提出ください。※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、郵送による提出にご協力をお願いします。

▼提出先 / 〒300-1292
牛久市中央3-15-1 牛久市こども家庭課 子育て世帯への臨時特別給付金担当

問 こども家庭課 ☎1732、
1733

児童手当・特例給付の現況 届の提出はお済みですか?

現在児童手当および特例給付を受給している方は、6月以降の支給について、引き続き受給要件があるか確認するため、現況届を提出していただく必要があります。まだ提出されていない方は、早急にこども家庭課へご提出ください。なお提出がない場合には、10月以降の支給が受けられなくなりまのでご注意ください。※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、郵送による提出にご協力をお願いします。お手元の案内通知で提出書類・方法を確認の上、ご提出ください。

厚生年金保険にご加入の方は、請求者(宛名の方)の健康保険者証のコピーを同封してください。

問 こども家庭課 ☎1732、
1733



FMうしくうれしく放送

牛久市の情報を盛りだくさんにお伝えしています!

市役所敷地内
保健センター2階から放送中!



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「広報うしく」(再放送:午後2時~3時)

ぎゅぎゅっとラジオ854

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 FAX 875-8686 E ushiku@fmuu.jp

ひたち野うしく中学校 施設見学会開催

日 8月8日(土)
 午後1時～4時(自由観覧)
所 ひたち野うしく中学校(東
 猫穴町134
 1番地1)



※来場の際は、上履きをご持参のうえ、マスクを着用し、校舎昇降口よりご入場ください。なお、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、入口での検温、氏名および連絡先のご記入にご協力をお願いします。また、各自適切な距離を保ちながら見学してください。

内 中学校教育課 内線3011、3012

牛久市乗合タクシー 愛称募集

市では、高齢者や運転免許を持たない交通弱者等の移動手段の確保と市内における公共交通不便地域の解消を図るために、牛久市乗合タクシーを10月1日から運行します。市民の方に親しまれ、多くの

利用につながるように、乗合タクシーの愛称を募集します。
牛久市乗合タクシーとは
 事前に利用者登録すること
 で全ての市民の方が利用できる予約制の移送サービスです。

▼応募要件／①幅広い世代が親しみやすく、覚えやすいもの。②市のイメージに合っているもの。③自作・未発表のもので、第三者の著作権・商標権を侵害しないもの。

▼応募資格／どなたでも応募できます。

▼応募方法／任意の用紙に、住所・氏名(フリガナ)・年齢・性別・電話番号・愛称とその理由を記載いただき、Eメール、郵送、FAXでご応募ください。※持参も可能ですが、

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、郵送等での応募をお願いします。

▼締切／8月21日(金)必着
▼発表方法／採用作品が決定次第、市ホームページで発表します。なお、採用された方には、記念品を贈呈します。

▼注意事項／採用された愛称に関する一切の権利等は牛久市に帰属します。

牛久市乗合タクシーの概要

①利用対象者：牛久市に住民

登録があり、運転手の介助なしに乗車できる方。②運行地域：牛久市内全域。③運行日：土・日曜日、祝日、年末年始を除く平日。④乗車料金：1乗車700円。乗合となる場合1乗車500円。

内 政策企画課公共交通対策室
 内線1219 city.ushiki@baraki.jp

令和2年度牛久市合同 金婚式を開催します

締切間近。参加をご希望の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式をお祝いする「合同金婚式」を開催します。該当される方はぜひ申請をお願いします。なお、新型コロナウイルス感染症の状況により変更または中止となる場合がありますのでご了承ください。

日 10月31日(土)午前11時開会(予定)

所 市総合福祉センター

対 市内在住で、令和2年1月1日から令和2年12月31日の間に婚姻後満50年(昭和45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

日 9月11日(金)までに牛久市社会福祉協議会に連絡。
内 社会福祉法人牛久市社会福祉協議会 ☎ 871・1299
 5 FAX 871・1296

ご意見を募集します

成年年齢引下げに伴う成人式の実施(案)に対するご意見募集
 令和4年4月から成年年齢が現在の20歳から18歳へ引き下げとなることを受け、対象者および保護者に対して、昨年アンケートを実施しました。その結果をふまえ、市民の皆さまのご意見を募集します。ご協力をお願いします。

対 18歳以上の市内在住の方

内 用紙設置場所／市内公共施設、市ホームページ

▼回収場所／生涯学習課
 ※EメールFAXでの回答、または中央生涯学習センター窓口へ

▼実施期間／8月1日(土)～31日(月)

内 生涯学習課 ☎ 871・2301 FAX 871・1334
syougai@city.ushiki.jp
ibaraki.jp

個人事業税は便利な 口座振替で

□座振替をご利用になると、納期限を忘れず、わざわざ金融機関に納付に行く必要がなくなりとても便利です。お申し込みは、県税事務所または預金先の金融機関へお問い合わせください。納税通知書(8月中旬ごろ発送)に同封のはがきをご利用ください。

内 土浦県税事務所管理課 ☎ 22・7203

牛久市新型コロナウイルス感染症対策本部より連絡です

FM-UUで「最新の感染症情報」を発信します!

新型コロナウイルス感染症に関する情報をお届けします。感染者発生状況、茨城県知事会見内容、感染症予防などについてお知らせします。ぜひお聴きください。

放送局 FMうしくうれしく放送(FM-UU)
周波数 FM85.4MHz **放送開始日** 8月3日(月)
放送日時 毎週月～金曜日(祝日を除く) 午前10時50分～
内 健康づくり推進課 内線1741～1747

竜ヶ崎・牛久都市計画 変更案の縦覧のお知らせ

都市計画の変更案について、都市計画法の規定に基づき、案の縦覧を行います。この案についてご意見のある方は、意見書を提出することができます。詳細および最新の情報は、県都市計画課ホームページをご覧ください。

▼案の内容／竜ヶ崎・牛久都市計画道路の変更(都市計画道路牛久・土浦線(国道6号牛久土浦バイパス))

▼案の縦覧期間／8月11日(火)～25日(火)午前8時30分～午後5時15分(閉庁日を除く)

▼案の縦覧場所／県都市計画課、市都市計画課

▼意見書の提出／縦覧場所に備え付け、または県都市計画課ホームページに掲載の様式に必要事項を記載し、持参または郵送で、左記問い合わせ先へ提出してください。

☎8月25日(火)必着

☎県都市計画課(〒310・

8555水戸市笠原町978

番(6) ☎029・301・45

88、●市都市計画課(〒30

0・1292牛久市中央3丁

目15番地一) ☎内線25001

第4回健康講座

テーマ「医師が教える子宮がんの基礎知識～がん予防のために知っておきたいこと～」

最近増えてきている子宮頸がんと子宮体がんについて、さまざまな疑問にお答えします。知っていれば予防や早期発見が出来る子宮がんについて、一緒に勉強しましょう。

☎9月4日(金)午後6時30分～午後8時※感染症拡大防止のために中止となる場合には、市ホームページ等でお知らせします。

☎所市保健センター研修室(2階) 定先着30人

☎講師 田佳世先生(つくばセントラル病院・セントラル総合クリニック産婦人科)

☎要予約。8月3日(月)～28日(金)の期間に健康づくり推進課窓口・電話・FAX・Eメールで※事前質問は申し込み時にお伝えください。

☎健康づくり推進課(市保健センター内) ☎内線174

1(受付:平日午前8時30分～午後5時15分) FAX 87

3・1775 ☎kenkou@

city.ushku.ibaraki.jp

小規模事業者登録申請 について

市が行う30万円未満の発注を対象とした業者登録を希望する方の資格審査の受け付けを行います。

▼小規模事業者登録(物品)

▼受付期間／9月1日(火)～11日(金)

▼資格認定期間／令和2年10月1日～令和3年9月30日

▼受付場所／契約検査課(市役所本庁舎3階)

▼提出要領などの入手方法／提出要領および申請書類は市ホームページ「仕事・産業／入札・契約／業者登録関係」からダウンロードできます。また、契約検査課窓口でも配布します。

☎契約検査課 ☎内線1031、1032

浄化槽の法定検査を受けましょう

浄化槽の管理者は、浄化槽

法第11条に基づき、年1回の法定検査が義務付けられています。法定検査は、定期的に保守点検や清掃を適正に行い、その結果浄化槽が正常に機能し、きれいな水が放流されているか

を確認するものです。川や湖の汚れの原因は、生活排水の影響が大きく、以前にもまして浄化槽の適正管理が重要になって

います。法定検査を受検されていない方には、県から案内文書が郵送されますので、ご確認いただき、受検をお願いします。

☎・☎公益社団法人茨城県水質保全協会 ☎029・29

1・4000

我が家の耐震診断

▼牛久市木造住宅耐震診断士派遣事業

市では、木造住宅の耐震性の向上を図り、地震に強いまちづくりを目指すため、昭和56年5月31日までに建築された木造住宅に対し、「牛久市木造住宅耐震診断士派遣事業」を実施します。県の登録を受けた茨城県木造住宅耐震診断士が直接お宅に伺い、住宅の耐震に関する診断を行います。申請者個人の診断料の負担はありません。詳しくはお問い合わせください。※本事業で実施するのは「耐震診断」であり、震災により受けた被害の程度を判断するものではありません。

☎【受付期間】8月17日(月)～9月30日(水)

☎【定】4戸(予定)先着順。

☎【☎】☎建築住宅課 ☎内線2561、2562

河川愛護活動に参加しませんか

県が管理している河川(二級河川指定区間、二級河川)において、除草・清掃を実施していただける団体に、必要な物品の支給・貸与等を行います。

▼支援を受けられる団体の活動とは／①原則として除草を中心とした活動を行う団体であること。②原則として活動計画延長がおおむね100m以上であること。③活動が河川管理の支障をきたす恐れがないこと。④活動が本事業の目的を妨げる恐れがないこと。

▼受けられる支援／①団体の活動に必要な力マや手袋、ごみ袋、飲料、刈払機の燃料等の支給、刈払機の貸与。②損害保険への加入費用の負担(団体自ら加入している保険を除く)。

☎※手続き方法など詳しくはお問い合わせください。

☎【☎】☎竜ヶ崎工事事務所 ☎0

297・65・1716

戦没者等のご遺族の皆さまへ

第十一回特別弔慰金が支給されます

戦没者等の死亡当時のご遺族で、令和2年4月1日(基準日)において、公務扶助料や遺族年金等を受ける方(戦没者等の妻や父母等)がいない場合、次の順番による先順位のご遺族お一人に支給します。

支給対象者

- (1) 令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した方
 - (2) 戦没者等の子
 - (3) 戦没者等の①父母②孫③祖父母④兄弟姉妹※戦没者等の死亡当時、生計関係を有していること等の要件を満たしているかどうかにより、順番が入れ替わります。
 - (4) 左記(1)～(3)以外の戦没者等の三親等内の親族(甥、姪等)※戦没者等の死亡時まで引き続き1年以上の生計関係を有していた方に限ります。
- ▼支給内容/額面25万円、5年償還の記名国債

▼請求期間/令和2年4月1日から令和5年3月31日※請求期間を過ぎると第十一回特別

弔慰金を受けることができませんのでご注意ください。

申・岡社会福祉課 ☎内線17

18

夏の食中毒に注意しましょう

食中毒は1年を通じて発生しますが、気温・湿度が高くなる夏季は細菌性の食中毒が多く発生します。家庭の食事も食中毒が発生していますのでしっかりと予防しましょう！

- ① 手洗い：調理前・食事前・トイレ後は、特に丁寧に手を洗いましょ。② 加熱・消毒：特に、生肉や加熱不十分な料理は腸管出血性大腸菌やカンプロバクター等の食中毒のリスクがあります。中心部まで加熱するとともに、肉を焼くときの箸と食べるときは使い分けましょ。調理器具は熱湯や塩素系漂白剤での消毒が有効です。③ 食品の管理：購入した食品や調理後の食品を常温で長く放置すると細菌が増殖しやすく危険です。ティクアウトの弁当等もできるだけ早く食べましょ！
- 岡電ヶ崎保健所衛生課 ☎0297・62・2163

中退共の退職金制度

「中退共」は国がサポートする中小企業のための退職金制度です。

▼特徴/①国が掛金の一部を助成②掛金は全額非課税③社外積立で管理が簡単※パートタイマーさんも加入できます。他の退職金・企業年金制度等とのポートビリティも可能です。詳しくは、ホームページをご覧ください。

※牛久市では、市独自で掛金に対する補助を行っています。岡独立行政法人勤労者退職金共済機構中小企業退職金詳細事業本部 ☎03・6907・1234 HP <http://chutaiyo.taisyokukin.go.jp/>



人材募集・就職支援

令和2年度茨城県警察官採用試験(第2回)



- ▼第1次試験日/9月20日(日) 教養試験・論文文試験
- ▼申込方法/8月20(木)午後5時までインターネットで
- ▼採用予定日/令和3年4月1日
- ▼受験資格/●男女警察官A : 昭和62年4月2日以降に生まれた人で、学校教育法による大学(短期大学を除く)を卒業した人もしくは令和3年3月31日までに卒業見込みの人または人事委員会がこれと同等と認める人 ●男女警察官B : 昭和62年4月2日から平成15年4月1日までに生まれた人で、上記警察官Aの受験資格(学歴区分)に該当しない人 ※右記資格に該当する方であっても欠格事由もあります。

●茨城県警察本部警務部警務課採用係 ☎029・3010110(内線2634) 0120・314・058 HP https://www.pref.ibaraki.jp/kenkei/saiyo/ibaraki_pc_site/index.html ●牛久警察署警務課 ☎071・0110

看護職再就職支援研修(カムバック支援セミナー)

日・所 ●講義研修：9月1日(火)～4日(金)午前10時～午後4時・厚生連研修センター(土浦市真鍋新町11-7) ●シミュレーション研修：9月12日(土)午前10時～午後4時・東京医科大学茨城医療センター(阿見町中央3・20・1)

●受講料無料(材料費、保険代別途徴収)

申・岡茨城県ナースセンター ☎029・221・7021

いばらき県南若者サポートステーション就労相談

日 8月25日(火)午後1時～5時 所 ひたち野リフレ第2会議室 対 15歳～49歳の若年無業者およびその家族※相談無料

申 電話、FAX、Eメールで、相談日の3日前までに予約。右記日程以外も別会場で相談可。

問 いばらき県南若者サポートステーション(一般社団法人アイケイ(株)) ☎0863・3380 FAX 0863・33801 info@saposute-tsukuba.jp

自衛官募集



	航空学生(海上・航空自衛隊)	一般曹候補生	自衛官候補生
応募資格	海上：18歳以上23歳未満の方(高卒者(見込含む))または高等専門学校3年次修了者(見込含む) 航空：18歳以上21歳未満の方(高卒者(見込含む))または高等専門学校3年次修了者(見込含む)	18歳以上33歳未満の方(32歳の方は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない方)	18歳以上33歳未満の方(32歳の方は、採用予定月1日から起算して3月に達する日の翌月の末日現在、33歳に達していない方)
試験期日	【1次】9月22日(火・祝) 【2次】10月17日(土)～22日(木)のうち指定する1日 【3次】海上：11月20日(金)～12月16日(水) 航空：11月14日(土)～12月17日(木)	【1次】9月18日(金)～20日(日) 【2次】10月9日(金)～14日(水) ※いずれか1日を指定。	受付時にお知らせ

※応募資格年齢の起算日は募集種目ごとに異なっていますのでそれぞれの募集要項で確認してください。

縮 ●航空学生・一般曹候補生：9月10日(木)必着 ●自衛官候補生：年間通じて受付
※その他、防衛大学校学生、防

衛医科大学校学生、予備自衛官補も受け付けています。
自衛隊茨城地方協力本部
龍ヶ崎地域事務所 ☎029
7・64・3351 HP http://
www.mod.go.jp/pcoo/
ibaraki/ E hg1-ibaraki@
pco.mod.go.jp

スポーツ

令和2年度(秋季)牛久市民硬式テニス教室

日 9月6日(日)・13日(日)・20日(日)・21日(月・祝)【全4回】午前10時～正午※予備日9月22日(火・祝)
所 牛久運動公園サンシャインテニスコート
内 市内在住・在勤・在学の方で小学生以上。初・中級者対象、それ以上の方も可。
料 2500円
持 テニスシューズ※運動できる服装で参加。ラケットはレンタル可能。
申 Eメールで氏名、性別、年齢、住所、在勤・在学・在住の区分、連絡がとれる電話番号を記載して申し込み。
縮 8月9日(日)

主 牛久市体育協会テニス部
問 石 ☎090・1737・2297 E usnikutako.tennis@gmail.com

第49回牛久秋季野球大会参加チーム募集

日 9月の毎週日曜日・祝日
所 牛久運動公園野球場 他
申 チーム登録用紙を牛久運動公園体育館内団体窓口にて提出。新規登録チームは、牛久運動公園体育館内団体窓口に登録用紙を用意。既存チームは連盟より連絡。※抽選会：8月22日(土)午後6時中央生涯学習センター大講堂にて
縮 8月15日(土)
主 牛久野球連盟
問 渡部 ☎090・4527・5589

第144回ヘルシーボール教室

日 8月22日(土)午前9時～11時
所 牛久運動公園体育館サブアリーナ
内 市内在住・在勤の方(年齢不問)
料 大人100円(保険代※当日集金)
持 運動のできる服装、上履き

縮 8月19日(水)
主 牛久市体育協会ヘルシーボールサークル「Beヘルシー」
申・問 合 ☎090・3919・1162

催し・講座

子どもたちの伝統文化教室in文化 受講生募集

①和の教室～着付け・礼法・日舞
日 9月以降の第1・3土曜日午後2時～4時【月2回】
※初回9月5日(土)。計10回(練習9回・発表会1回)。
内 浴衣の着脱、礼儀・作法、簡単な日舞 他。浴衣は貸出可。発表会等に演技を披露。講華扇流家元華扇(かせん)詫(わ)は先生 ¥1500円
持 飲み物、マスク
主 女文化芸術活動推進協議会
②うしくの郷土料理教室
日 9月以降の第1・3土曜日午後10時30分～正午【月2回】
※初回9月5日(土)。計9回。
内 地元食材を使った季節の料理を楽しく作る・食べる気候の良い日は、野外で、お友だちと楽しく食事 他

講 稲葉たか子先生
料 1200円
持 エプロン、三角巾、マスク、箸、飲み物
主 旧文化分教場保存会
①・②共通
所 文化区民会館(文化町391-1)
内 未就学児～中学生※送迎は保護者で
申 住所・氏名・年齢・学校名を記入しEメール(otabake@bz04.daijiri.jp)または郵送で
問 旧文化分教場保存会事務局
☎・FAX 872・0442

市認可保育園 牛久オリーブで遊ぼう

親子で一緒に楽しい時間を毎日向き合っている子育てに一呼吸入れて子育てを楽しめる時間にするお手伝いをします。
日・内 ①8月20日(木)お店屋さんごっこ ②8月27日(木)色水遊び※時間は両日とも午前9時30分～11時。
所 牛久オリーブ保育園
内 未就園児とその保護者
定 先着4組※参加無料
申・問 茨城YMCA牛久オリーブ保育園 ☎886・8837

歴史を語り合う会

日 8月16日(日)午後1時30分〜5時

所 エスカード生涯学習センター 第1・2講座室(4階)

講 板宮和雄氏

内 終戦秘話(北海道留萌沖三船殉難事件)…8月22日留萌沖で樺太疎開船三船が不明艦に攻撃を受け二隻沈没、700余名が犠牲となる。顛末はいかに。

定 30人

料 300円(資料代)

申 電話で事前申し込み

主・岡牛久史談会(板宮) ☎ 90・2327・6304

平地林の手入れ作業「森林ボランティア」

日 8月16日(日)午前8時30分〜正午

所 井ノ岡町(現地集合)

持 ナタ、カマ、ノコギリ、作業服、手袋、飲み水※昼食などは各自で。

料 保険代1人300円(1家族500円)

内 岡牛とふれあうネットワーク事務局(阿部) ☎ 873・6424

メンバー募集

民踊・2005

ボランティア民踊の会

民踊・2005では新型コロナウイルス感染症の影響から、改めて9月より民踊の会員を募集します。元氣な皆さん、一緒にシニアライフを楽しみましょう。

日 9月から毎月第2・4土曜 日午後1時30分〜3時30分

※会場の都合により変更の場合あり。9月は12日(土)・26日(土)開催。

所 市総合福祉センター

料 年1200円(保険代)

申 初回9月12日(土)に会場で開催できる服装、上履き

民踊・2005

岡柴田 ☎ 090・3040・3347、松岡 ☎ 080・5058・5809

英会話サークルグループ・コスモス

滞在歴の長い米国人講師を囲んで英会話を学んでいます。中学生程度の学習経験があれば十分。

日 毎月水曜日午前10時30分〜正午(月4回)

所 栄東区民会館

定 12人程度

料 月3000円

申 電話で

所 グループ・コスモス

岡 齋藤 ☎ 874・6069、☎ 080・7755・0014

相談

常陽銀行年金相談

銀行委嘱の社会保険労務士がご相談に応じます。相談無料。

① 牛久支店

日 8月5日(水)・9月4日(金) 午前10時〜午後3時

申・岡常陽銀行牛久支店 ☎ 72・5112

② ひたち野うしく支店

日 8月8日(土)・9月12日(土) 午前10時〜午後4時

8月27日(木)・9月18日(金) 午前10時〜午後3時

申・岡常陽銀行ひたち野うしく支店 ☎ 871・8122

掲載されているイベント等につきましては、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、状況により中止または延期となることがあります。最新情報は各問い合わせ先にご確認ください。

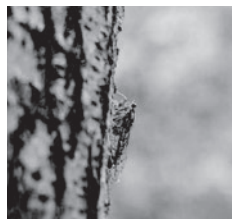
8月のイベント情報

牛久自然観察の森

幼児昆虫教室

9日(日)9時30分〜10時15分

カブトムシにふれてみたり、ヒグラシの生息する森で抜け殻探しをしたりとワクワク、ドキドキがいっぱい。昆虫たちとたくさん会いましょう。



- 対象: 3〜6歳の未就学児とその保護者
- 参加費: 無料 □ 定員: 10組
- 集合: ネイチャーセンター前
- 申込: 予約不要(当日: 先着10組)
- 備考: 雨天時中止

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため中止となる場合もありますので、事前にお問い合わせまたはホームページでご確認ください。

特別展「鳴く虫」

15日(土)〜23日(日)9時〜16時30分

全国から集まった「鳴く虫」約30種を生態展示します。馴染深いスズムシやコオロギはもちろん、今では珍しくなったキリギリスやマツムシも展示予定です。期間中1家族につきスズムシ5匹を1セットとして無料配布も行います。



- 開催場所: ネイチャーセンター内
- 共催: 鳴く虫保存会茨城支部
- 備考: スズムシ配布をご希望の方は、持ち帰り用のケースをご持参ください。17日(月)は休園日、最終日23日(日)は正午まで

【イベントの申し込み・お問い合わせ】 ☎ 029-874-6600 FAX 029-874-6812

【開園時間】 9時〜16時45分(入園無料)

【休園日】 3日(月)、11日(火)、17日(月)、24日(月)、31日(月)





令和3年度から

胃がん検診

内視鏡検査

医療機関検診のみ

乳がん検診

マンモグラフィ検査

集団検診/医療機関検診

の助成対象者が一部変更となります。

令和3年度から、胃がん検診(内視鏡検査)は50歳以上偶数年齢の方、乳がん検診(マンモグラフィ検査)は40歳以上偶数年齢の方が助成の対象者となります。

【対象者の変更理由】

※胃がん検診(内視鏡検査)…国および市の実施指針の変更によるものです。

※乳がん検診(マンモグラフィ検査)…隔年で行う検査であるため、偶数年齢に揃えることにより、助成を受けられる時期をわかりやすくしました。

変更内容

※年齢基準日は該当年度の年度末(3月31日)時点の年齢です

対象者:変更前

対象者:変更後

胃がん検診
(内視鏡検査)

40歳以上
毎年

50歳以上隔年
(偶数年齢)

バリウム検査:変更なし(40歳以上毎年受診可)
※50歳以上の方は、バリウムか内視鏡、
どちらか一方を年度内助成

乳がん検診
(マンモグラフィ検査)

40歳以上
隔年

40歳以上隔年
(偶数年齢)

エコー検査:変更なし
(30歳~65歳毎年受診可)

対象者変更に伴う経過措置

令和3年度は経過措置として検診間隔の調整が必要なため、以下の対象の「奇数年齢」の方は、経過措置対象となります。

胃がん検診
内視鏡検査

令和2年度

検診(内視鏡)を
受けていない方

検診(内視鏡)を
受けた方

50歳以上偶数年齢

令和4年
3月31日時点



令和3年度助成
通常対象



令和3年度助成通常対象
令和2・3年度の2年
連続内視鏡受診可

51歳以上奇数年齢

令和4年
3月31日時点



令和3年度経過措置対象
令和3・4年度の2年
連続内視鏡受診可



令和3年度助成対象外
バリウム検査なら受診可

乳がん検診
マンモグラフィ検査

令和2年度

検診(マンモ)を
受けていない方

検診(マンモ)を
受けた方

検診(マンモ)を
令和元年度に受けた方
※令和2年度対象外

40歳以上偶数年齢

令和4年
3月31日時点



令和3年度助成
通常対象



令和3年度助成通常対象
令和2・3年度の2年
連続受診可



令和3年度助成
通常対象

41歳以上奇数年齢

令和4年
3月31日時点



令和3年度経過措置対象
令和3・4年度の2年
連続受診可



令和3年度助成対象外
41歳の方…○(無料ク
ーポン対象予定のため)令和
2~4年度の3年連続受診可



令和3年度経過措置対象
令和3・4年度の2年
連続受診可



※詳しくは市ホームページをご確認ください。



市民に愛されるこだわりの緑茶

6月中旬、女化町にある澤田茶園では、鮮やかな緑色が一面に広がる広大なお茶畑で新茶の茶摘みが行われていました。摘採機によって、またたく間に摘み取られた新芽は、次々と敷地内の製茶所へ運ばれて行きます。澤田臣男さわだのおみおさんが作る新茶は「かぶせ茶」と言われる珍しい栽培方法



で、摘み取りの1週間前から黒いシートを被せ、遮光することで色味を良くし、甘みの強いお茶へと仕上げるそうです。『シートをかかける作業は一番大変だけど、お客さんからお客さんから「美味しかったよ!」「また来たよ!」などの声を聞くときとやりがいを感じるよ」と笑顔の澤田さん。「これからもお茶本来の美味しさを伝えるため、日々勉強して、より良いものを作っていくたい!」と話します。皆さんもぜひ、牛久産の新茶を味わってみてはいかがでしょうか。

牛久の農業を華やかに

初夏の市内で見かけるフリルがきれいな花、「グラジオラス」をご存知ですか？



グラジオラスは、すらりと伸びた花穂と剣のような硬い葉が特徴で、カラフルで華やかな姿から、夏のアレンジメントや切り花として

て近年人気急上昇の品種です。市内でも、ここ数年、若手の生産者を中心に作付に力を入れていきます。

7月中旬、これから最盛期を迎えるグラジオラスと共に、J A 水郷つくばの池田正代表理事組合長らが市長を訪れ、花きのPRと各農産物の情勢などについて報告しました。グラジオラスの花言

葉は「戦いと愛情」。

ぜひご家庭に飾って、新型コロナウイルス感染症に負けない強い気持ちで、この厳しい夏を乗り切りましょう。



まの話題 USHIKU NEWS

応援の気持ちでチケット代を寄付

牛久第二中学校混声合唱団コンサート応援実行委員会

5月6日に予定していた牛久第一中学校混声合唱団コンサートが感染症拡大防止のため中止となり、チケットの払戻しがされなかった収益金17万1209円が、主催者である牛久第一中学校混声合唱団コンサート応援実行委員会から牛久一中混声合唱団へ寄付されました。実行委員長は、「地域の方々から一中の素晴らしい歌声を届けられるよう、今後とも支援していきたい」と話しました。



動画「はじめこの離乳食」を公開

USHIKU野菜オーケストラが教えるよ

動画は離乳食づくりについて、調理器具の準備から食べさせ方まで、4本立てで牛久市公式YouTubeチャンネルにて公開中。ぜひ楽しみながらお役立てください。



▲かわいいパペットは市職員手作り

しぜん大好き

アブラゼミ(油蟬)

カメムシ目ゼミ科



7月下旬ごろから、里山の雑木林をはじめ、果樹園や公園などでふつうにみられるゼミで、土の中から出てきた幼虫は夜に羽化します。写真は羽化直後のため白っぽい色をしています。体が固まると「油を塗ったような茶色の羽になります。また、「ジー、ジリジリ」という鳴き声は「油で揚げたような音」に例えられ、鳴き声から暑さを連想する人も多いと思います。成虫の寿命は1カ月程度と言われ、暑さの納まる9月下旬にはほとんど姿を見かけなくなります。実は長寿の昆虫で、幼虫は土の中で6〜7年かけて成長します。

日本遺産 牛久市と甲州市が「ワイン文化日本遺産協議会」を設立しました

7月16日、「日本ワイン140年史～国産ブドウで醸造する和文化的結晶～」で日本遺産に認定された牛久市と甲州市の2市が、今後の一体的な事業の展開を図るため「ワイン文化日本遺産協議会」を設立しました。

調印式は牛久シャトー本館2階で行われ、根本牛久市長と、鈴木幹夫甲州市長とで、両市が今後、人的・経済的交流をより一層充実させることを確認しました。

今後は両市の特産品を使用した新商品の開発、子ども向け冊子制作や、観光ガイドなどの人材育成を展開していく予定です。

根本市長は「両市には日本人に合うすばらしいワイン文化がある。その歴史を学びながら、新しい歴史を作っていく」と話し、鈴木甲州市長は「牛久シャトーのような建物が残る牛久は素敵なまちです。日本ワインの原点がある両市を多くの人たちに知ってもらいたい」と話しました。



1 協定の調印
2 調印式の前に甲州市長に牛久シャトーを案内
3 牛久シャトー本館前で記念撮影



自分らしく輝く人を紹介します ✨

うしく、うしく。 04

社会人野球部に所属する萩原さんは、結婚を機に牛久市に移住してきました。現在は、仕事の傍ら野球部の練習に励んでいます。今回は個人練習でよく使われているという牛久運動公園について語っていただきました。



最後に、「住み始めたばかりなので、運動公園だけでなく、いろいろな牛久のいいところを見つけていきたい」とお話ししていました。



はぎわら ゆうだい
萩原 由大
さん

「今後の目標は、都市対抗野球大会に出場して東京ドームで試合をすること。新型コロナウイルスの影響でチーム練習が6月まで停止していたため、8月下旬から北関東代表枠を決める予選会に向けて急ピッチで仕上げています。」



さらに詳しいインタビューの内容はシティプロモーションサイトで。他にも自分らしく暮らしている人たちを紹介しています。

つつじが丘保育園のお友だち

新しい生活様式の中、元気に園で過ごしているみんなの様子を紹介します♪

時刻が読めるようになったので、自分だけの時計を作りました。



ぞう1組(5歳児)

じゃーん!

虫歯予防デーに大きな口を作りました。歯磨き頑張ります!



ぞう2組(4歳児)

いただきます

きりん組(3歳児)



セタに向けて、三角つなぎを作りました。上手につながりましたね。

うさぎ組(2歳児)



「ゴシゴシシュッシュ!」と、並んで手洗いの真っ最中!

りず組(1歳児)



手を合わせてあいさつができるようになりました。

しあわせをよぶ
レシピ

毎月19日は食育の日 おとなも子どもも毎日食べよう! 朝ごはん

牛久市
栄養士会編

トマペコのブルスケッタ

問 健康づくり推進課
(市保健センター内)
☎内線1744



1人分143Kcal 塩分1.0g

材料 (4人分)

- トマト …… 中1個(200g)
- ★ ハーブ塩 …… 小1/2
- バケット …… 8切れ(160g)
- ★ オリーブオイル …… 小2
- にんにく …… 1/2片(5g)
- ★ 黒こしょう …… 少々

ブルスケッタとは、薄くスライスして焼いたパンに、にんにくやお好みの具材をトッピングして楽しむイタリア料理。シンプルにトマトをしっかり味わうことができるレシピです。にんにくの量はお好みで調節してください。

作り方

- ① にんにくはすりおろし、★の調味料と合わせておく。
- ② 1cm角に切ったトマトと①を和える。
- ③ バケットをトースターで焼き、②をのせる。

一口メモ

トマトに含まれるリコピンには、抗酸化作用があり、ガンや動脈硬化などの予防に効果があるといわれています。

牛久市食育推進のための野菜キャラクター「USHIKU野菜オーケストラ」トマペコ



FMうしくうれしく放送(周波数85.4MHz)で、平日正午から「USHIKU野菜オーケストラ」レシピを放送しています!

募集人数

29人

令和3年4月1日採用

牛久市職員 採用試験

令和2年9月20日 日

.....

<募集職種>

事務 / 事務(福祉) / 事務(民間企業等経験者) / 事務(障がい者)

管理栄養士 / 精神保健福祉士 / 保健師

土木 / 建築 / 電気 / 設備

詳しくは、市ホームページまたは、採用案内パンフレット(人事課
窓口で配布)をご確認ください。



応募
期間

令和2年8月3日月~17日月

【問い合わせ】人事課 ☎ 内線1041



再生紙、環境に優しい植物油インキを使用しています。



見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。

1270号

2020 8月1日号
令和2年8月1日発行

発行・編集 牛久市広報政策課
〒300-1292
茨城県牛久市中央3丁目15番地1

TEL 029・873・2111
HP <http://www.city.ushiku.g.jp/>
FAX 029・873・2512