Ushiku City News

No.1175 茨城県牛久市

お知らせ版

CONTENTS



02-09 | 情報ひろば

・第35回うしくかっぱ祭り 「うちわ」当選番号

10 | 9月のカレンダー

第34回牛久市民号で行く



園・鎌倉散策と



市内に在住・在勤の方 対

定 員 200人

参加費 20,000円(お一人様)

宿泊先 熱海温泉 ホテルニューアカオ

※料金には1泊2食・両日の昼食・交通費が含まれます。料金は申込 時にお支払いください。お部屋は、ご夫婦であっても男女別相部屋 (4~5人部屋)となります。日程、申し込み手続き、免責事項、取 消料などの詳細はお問い合わせください。

■主催:牛久市 ■後援:牛久市区長会

行程 ※諸事情により変更になる場合もあります。

10月30日(日) 中央生涯学習センター(午前8時発)~ 秩父宮記念公園(散策)~伊豆フルーツパーク(昼食)~ 伊豆丹那 酪農王国オラッチェ(散策)~熱海温泉(泊) 10月31日(月) 熱海温泉(午前8時30分発)〜鈴廣か まぼこの里(買物)~鎌倉観光会館 味亭(昼食)~ 高徳院(鎌倉大仏) (拝観)~鶴岡八幡宮(拝観)~ 中央生涯学習センター(午後5時40分頃着)

申し込み・問い合わせは) 市民活動課25873-2111内線1635 または 各行政区長まで

牛久市民号参加申込書(1人1枚記入してください)

フリガナ		性	別	年	齢	電 話 番 号
氏 名		男	女		歳	
	〒				行政	女区または団体名
住 所						
	(同室希望など)					※ 送 迎 場 所
備考						

場所がありましたらご記入ください。後日、はがきで送迎場所をお知らせします。

【アンケート】牛久市民号への参加は今回を入れて何回目ですか? [初回・ 2回目・ 3回以上(具体的な回数

市からのお知らせ

●児童手当の現況届は提出済ですか?!

現在児童手当を受けている方は、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に、**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 ご提出願います。なお、提出が遅れますと、10月の定期支払いに間 に合わず、支払いが遅れる場合がありますのでご注意ください。ま た、対象者には、ご案内の通知(必要書類等含む)を6月1日付で発送 していますのでご確認ください。

※郵送でも受け付けしますが、以下の点にご注意の上、こども家庭 課まで送付願います。

- ①封筒に「現況届、在中」と記入してください。
- ②現況届の電話番号記載欄に電話番号を必ず記入してください。
- ③郵送する書類を再確認願います(不備があった場合は、受け付けが できません)。

受付場所 こども家庭課窓口



●第35回うしくかっぱ祭り「うちわ」当選番号

◆3万円旅行券

• = • = • = • • • • • • • • • • • • • •	-			96
000766	001582	002218	002341	002427
003428	005635	005978	009528	011338
014894	014991	015121	015631	015717
015990	017703	018102	018230	023027
023131	024028	024847	025092	025340
026211	027236	028213	028907	029388

◆市制施行30周年記念賞品:5万円旅行券

021303 027504

◆市制施行30周年記念賞品:ワイン3本セット

002070	015702	022124	024002	020125
002879	015703	022134	024992	029125

※当選したうちわと引き換えにプレゼントします! 後日、郵送する 場合もあります。

引き換え期間 8月31日(水)までの平日午前9時~午後5時

引き換え場所・問 牛久市観光協会(商工観光課内)☎874-5554



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。



間 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

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

問 情報政策課☎内線1673

合わせください。

周波数



平日毎日絶賛生放送中! http://chanmiyo.tv



牛久大好き!!な「ちゃんみよ」こと、綾部みよ がメイン司会のインターネット情報番組。 牛久の情報を平日毎日You Tubeで生放送!

- ◆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

間 E chanmiyo@chanmiyo.tv

FMうしくうれしく放送

85.4_{MHz} 生放送「ひるラジ!」 月~金曜日午前10時~午後2時

(再放送:午後5時~9時)

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 **28**75-8541 **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。

●婦人科集団検診のお知らせ

~自分と愛する家族のために婦人科検診を受けましょう~

ご希望される方は、下記へお申し込みください。保健センターでの申し込みはできません。

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 9月2日(金)~6日(火)の午前9時~午後5時 ※9月4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・プープー音)。その場合は、申し訳ありませんが、再度お掛け直しください。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。

検診実施日	受付時間	検診内容・対象者	定	員
	午前10時	乳がん検診 ①超音波検査(エコー)…30~56歳	各時	٠ - ا
10月6日(木)	午前11時	②マンモグラフィ検査(レントゲン) …40歳以上隔年	①15 ②20	
10月21日(金)	午後0時30分	乳がん検診 ①超音波検査(エコー)…30~56歳 ②マンモグラフィ検査(レントゲン) …40歳以上隔年	①40 ②35	
		子宮頸がん検診…20歳以上	100,	人

※婦人科集団検診は1月にも実施します。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。

間 健康づくり推進課(市保健センター)☎内線1741

●第143回とくとく市

- 8月28日 (第4日曜日) 午前9時~11時 (雨天決行)
- **所** 牛久市営青果市場(田宮町624番地)

内 サービス券付き「お団子3本」限定100パックを格安販売(午前9時45分~引換券販売)。昔懐かしいかき氷屋さん開店予定。 新ポイントカード発行中。※マイバッグをご持参ください。

問 牛久市営青果市場☎872-0042

●第5回健康講座

今日から実践!体が硬い人のため のストレッチとヨガ〜自宅ででき る肩こり・腰痛の予防・改善法〜

肩こりや腰痛に お悩みの方、「体が 硬い」と感じません か?体が硬いと血流



が滞り、肩こりや腰 講師 山田先生 痛の原因にもなります。初めての方 でも自宅でできる簡単なストレッチ やヨガで体をほぐして、肩こり・腰 痛を予防・改善する方法をスポーツ インストラクターがお教えします。

9月29日(木)午後1時30分~3時30分

所 保健センター研修室(2階)

聞 山田 光理先生(スポーツインストラクター)

定 先着70人 **持** 飲み物

※動きやすい服装でお越しください。

申 8月15日(月)~9月21日(水)に、健康づくり推進課窓口・電話(平日午前8時30分~午後5時15分)、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(市保健 センター) ☎内線1742FAX873-1775

Ekenkou@city.ushiku.ibaraki.jp

休日納税相談・夜間納税相談

間 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	8/28、9/4・25、10/2 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	8/16、9/13・20、10/11 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。

9月の納税および使用料	納期限
児童クラブ負担金 (9月分)	9月12日(月)
後期高齢者医療保険料 (3期) /市立幼稚園授業料 (9月分) /プール利用負担金 (10月分)	9月26日(月)
国民健康保険税 (4期) /下水道受益者負担金 (2期) /給食費·保育料·住宅使用料 (9月分)	9月30日(金)

●地域の子育てに ご協力ください ファミリーサポート 養成研修

牛久市社会福祉 協議会では、地域

における支え合い・助け合いの活動として、家族が子どもの面倒を見られない時の保育や、産前産後の家事援助を行う「ファミリーサポート事業」を実施しています。協力会員として活動していただける方を募集します。下記日程で養成研修を開催しますので、ぜひご参加ください。

- 10月3日(月)午後1時~4時、 10月4日(火)午後1時~4時、 10月5日(水)午前10時~午後3時 所 ボランティア・市民活動セ
- **M** 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)
- 内 事業説明と保育に関する講義 対 保育に関する知識と経験を
- 有する方、または育児経験を有 する方で協力会員に登録してい ただける方
- 申 9月20日(火)までに電話、 もしくは直接お申し込み
- 問 牛久市社会福祉協議会
- **28**871-1295

●ひとり親家庭応援 「パソコン初級講習会」

女性講師が、丁寧に少人数指導。仕事ですぐに役立つ、ワードと エクセルの基礎知識を学びます。

- 10月1日・15日、11月5日、 19日の土曜日午前9時30分~午 後4時30分【全4日間】
- 所 クリエートPC教室(水戸市 北見町8-12)※無料駐車場あり。
- 対 パソコン初心者
- 定 先着10人程度

※託児付き(要予約・2歳以上)

- ¥ 2,000円 (テキスト代等)
- 締 9月5日(月)~21日(水)
- 申・間 茨城県母子家庭等就業・ 自立支援センター☎029-233-2355
- E shienboshi@ibaboren.or.jp

●牛久市社会福祉協議会から 介護サロン「ぬくもり」

介護を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。

- 9月12日(月)午前10時~正午
- 内 自由におしゃべり、気軽に相談
- ¥ 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**FAX**871-1296

●エスカードシネマクラブ

平成28年度後期会員募集

エスカードホールで月に1回 映画上映会を行う「エスカード シネマクラブ」の平成28年度後 期会員を募集します。

- **国** 毎月第4木曜日午後2時上映開始(午後1時30分開場)
- 所 エスカードホール

有効期間 平成28年10月1日~ 平成29年3月31日 (6回の上映会 に入場できます)

申込開始日 8月15日(月)

定・¥ 100人・2,000円

申込用紙にご記入の上、会費を添えて中央生涯学習センター窓口に申し込み。(受付時間午前10時~午後5時)※エスカードシネマクラブ上映会開催日のみ、上映会場で申し込みできます。(午後1時頃~)

上映予定作品 10月「アットホーム」、11月「父と暮せば」、12月「クレイマー、クレイマー」ほか※予告なく変更する場合があります。

- 問 エスカードシネマクラブ運営委員会事務局(中央生涯学習センター内)☎871-2301FAX871-1334※第2・4月曜休館。
- E chuuou@city.ushiku.ibaraki.jp

微小粒子状物質 (PM2.5) 測定結果 (6/26~7/25) ※ 色は平均値が最大の日。(単位: μg/m²)

◆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	6/26	6/27	6/28	6/29	6/30	7/1	7/2	7/3	7/4	7/5	7/6	7/7	7/8	7/9	7/10
市役所庁舎(西側) 平均(14.1	10.5	9.7	8.2	10.5	19.7	23.5	17.5	15.6	6.5	10.7	15.2	13.0	11.8	7.8
ひたち野リフレ(駐車場)	14.1	12.1	8.8	10.3	11.4	21.3	24.3	20.7	15.6	7.3	12.3	16.7	14.1	12.0	8.1
1時間値の最大値	28	20	21	15	26	31	49	39	28	15	21	32	29	31	15
1時間値の最小値	5	2	2	2	0	0	12	8	7	0	2	3	1	3	1
	_														
測定地点	7/11	7/12	7/13	7/14	7/15	7/16	7/17	7/18	7/19	7/20	7/21	7/22	7/23	7/24	7/25
市役所庁全(西側)	13.6	7/12 15.1	7/13 17.9	7/14 20.6	7/15 8.5	7/16 10.4	7/17 15.6	7/18 21.9	7/19 10.1	7/20 8.6		7/22 6.4	7/23 6.3	7/24	7/25 4.4
	13.6	7,1-	77.0	.,			//1/				5.8			· ·	4.4
市役所庁舎(西側)	13.6	15.1	17.9	20.6	8.5	10.4	//1/	21.9	10.1	8.6	5.8	6.4	6.3	7.3	4.4

◆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/㎡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/㎡を超えた場合には、国の暫定基準値の1日平均値70 μg/㎡を超えると予測されますので、防災行政無線、かっぱメール、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。 環境政策課費内線1561~1563

◆牛久で初めて 大学野球公式戦が 開催されます

大会期日

9月17日(土)午前9時30分 試合開始予定【3試合】 9月18日(日)午前9時30分 試合開始予定【3試合】

所 牛久運動公園野球場

リーグ名 首都大学野球連盟

加盟大学名(1部) ①東海大学 ②筑波大学③桜美林大学④日本 体育大学⑤帝京大学⑥城西大学

- マ 有料(当日券販売)※入場料金等の詳細は、首都大学野球連盟ホームページをご覧ください。
- **問** 牛久野球連盟(渡部)090-5343-6432
- ◆加盟大学OBの主なプロ野球 選手
- ・菅野智之(東海大学⇒巨人)
- ・渡辺直人(城西大学⇒西武) 牛久高校出身など

グラウンド・ゴルフ 体験者募集!

初心者大歓迎。中高年者に適した無理のない運動です。一緒にグラウンド・ゴルフを楽しんでみませんか。公認の1級指導員がお教えします。道具は用意してありますので、軽い運動ができる服装でお越しください。

- 日 毎週火・木・土曜日午前8 時30分~正午
- **所** 栄町運動広場
- ¥ 体験無料
- **主** 牛久市グラウンド・ゴルフ 協会かっぱクラブ
- 問 白石☎872-2495

Z

スポーツ

平成28年度牛久・阿見合同 (団体戦)バドミントン大会

- 9月4日(日)午前9時開会式 (午前8時30分~受付開始)
- **所** 牛久運動公園体育館

種目 団体戦(3ダブルス対抗戦)、フリー1部・2部・3部、女子1部・2部・3部 ※フリーの部は男女の区別なし。女子1~3部は男子(65歳以上)2人までの参加可。男子参加の場合は、必ず混合ダブルスにすること。1チーム4人から参加可。3ダブルス目はペアを変更すること。1チームの最大人数は8人まで。試合方法、組合せは大会本部に一任願います。

- 対 どなたでも
- ¥ 1チーム8,000円(当日納入・ 当日棄権の場合も同様)※中学生 のみのチームは4,000円。
- 締 8月23日(火)必着※電話での申し込みは不可。
- 生 牛久市体育協会バドミントン部
- 共 阿見町体育協会バドミントン部申・間 牛久市体育協会事務局
- **3**873-2486 **FAX**873-2895、
- 中島四875-0283 (午後7時以降)

ダンスパーティ

9月3日(土) 午後1時30分~ 4時30分

所 牛久運動公園 ^ 体育館メインアリーナ

- ¥ 1,000円(ドリンク付き)
- **主** 牛久市レクリエーション協会
- 問 牛久市レクリエーション協会 事務局(竹内)☎873-8010

かっぱつ脳トレ教室~運動編~

今、話題になっている認知症 予防について講話で学び、自宅 でもできる運動を体験する実践 的な教室を開催します。みんな で一緒に楽しく体を動かして、 脳に刺激を与えてみませんか。

日 9月14日(水)午前10時~正午(受付:午前9時45分~) ※11月9日(水)にも同じ内容の教室があります。詳細は広報うしく10月1日号でご案内します。なお、教室の参加はいずれかの日程となります。

所 市保健センター研修室(2階)

- 講 フィットネストレーナー
- 対・定 市内在住で認知症予防 に関心のある方・先着50人
- 申 8月15日(月)~9月2日(金)の平日に健康づくり推進課窓口、または電話で申し込み。
- 間 健康づくり推進課(市保健 センター) **窓**内線1741(受付時間: 午前8時30分~午後5時15分)

■

人材募集・就職支援

●障害者就職面接会

参加を希望する障害者の方は ハローワーク龍ケ崎までご連絡 ください。

- **日** 9月26日(月)午後1時~3時 30分(受付:午後0時30分~)
- **所** ホテルグランド東雲(つく ば市小野崎488-1)
- 重 茨城労働局、ハローワーク土 浦・常総・石岡・龍ケ崎、茨城県
- 申・問 ハローワーク龍ケ崎
- **2**0297-60-2727



【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

●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、ゴボゴボ〜ッと中で 泉が湧き出る不思議なペットボ トル「魔法の泉」を作ります、ど んな仕掛けかな?

- 8月28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 10組程度
- 申 8月26日(金)までに電話

②おもちゃの修理

■ 8月28日(日)、9月11日(日) 午後1時~3時【毎月第2・4日曜 日定期開催】

【①、②共通】参加費無料

- 所 にこにこ広場(さくら台2-8-8)
- **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

●牛久市制施行30周年記念 2016MUSEコンサート

- **目** 9月4日(日)午後3時30分開場、午後4時開演
- **所** 中央生涯学習センター文化 ホール
- 内 和太鼓による篝火太鼓、筝 演奏で「虹」、ピアノ独奏、ピア ノ五重奏曲、4人のクラリネット によるカルメン幻想曲、幻想序 曲「ロミオとジュリエット」、歌 劇アイーダより「凱旋行進曲」他
- ¥ 【前売券】大人1,500円、小学 生以下1,000円、【当日券】1,800円、 小学生以下1,200円※全自由席。

チケット販売窓口 エスカード プラザ(イズミヤ2階)、中央生涯 学習センター、ウインズ・ユー

- 主 うしく音楽家協会
- 間 上仲☎090-1548-4172

●草木染め参加者募集

優しい色合いの草木染め教室 を開きます。藍(生葉)絹布、当 日の軽食は準備します。

- 8月28日(日)午前9時30分
- **所** 牛久自然観察の森第一駐車 場梅林奥の炭小屋前
- ¥ 一般2,500円(保険料・絹の 布、定着液を含む)、会員無料 (布代は別途必要)
- 定 先着10人(大人のみ)
- 持 お椀、箸、飲み物

※作業ができ、汚れても良い服装でお越しください。

- 主 うしく里山の会
- 申・問 原口☎090-4123-2277

●鳴く虫展

約30種の鳴く虫たちの生態展示を行います。馴染みのあるスズムシはもちろん、全国の珍しい鳴く虫も展示予定。さまざまな鳴く虫もちの音色を聞きに、ばひご来園ください。※鳴く虫展開催中にネイチャーセンターでメスムシを1家族1セット(オスメス合わせて5匹)配布します。スクックを入れるケースをご持鳴くはさい。また、展示期間中、いく虫の飼育方法など分からいましたら、お気軽にスタッフまでお尋ねください。

- 国 8月20日(土)~28日(日)午前9時~午後4時45分 ※8月22日(月)は休園日、8月28日(日)は午後3時まで。
- 所 牛久自然観察の森ネイチャーセンター内レクチャー室
- 主 牛久自然観察の森
- 共 日本鳴く虫保存会茨城支部
- 申・問 牛久自然観察の森
- **2874-6600**

4

催し・講座

●牛久二中吹奏楽部&おくの ウィンドベルズ

1stサマーコンサート2016

1 8月20日(土) 午後1時30分開場、 午後2時開演



所 エスカードホール

曲目 コンサートマーチ「テイクオフ」、アパラチアン序曲、情熱大陸テーマ曲、STORY、ジブリメドレー 他

- ¥ 無料
- 問 牛久第二中学校(坪倉)
- **28**75-0055

●古本・古雑誌等の 寄付のお願い

「まなびフェスタ」内で古本・古雑誌等の無料配布を行います。ご家庭で読み終わった書籍・雑誌(ムック本)・コミックやCD・DVD・BDなどの収集を実施します。受け付け時に、配布可能か検品を行います。原則持ち込みでお願いします。

受付期間 10月10日(月・祝)午 後5時まで

所 茨城県県南生涯学習センター(土浦市大和町9番1号ウララビル5階)※駐車場は近隣の有料駐車場を利用ください。

◆「まなびフェスタ」について

- 10月29日(土)·30日(日)午 前10時~
- **所** 茨城県県南生涯学習センター※入場無料。
- 閲 茨城県県南生涯学習センター(横田) ☎826-1101(午前9時~午後9時、月曜日休館)

●楽しいウオーキング教室

「歩くを生活習慣に」健康づくり を学ぼう。

- 9月11日(日)午前9時~正午
- **所** 中央生涯学習センター大講 座室(雨天開催)
- 内 ウオーキングの効用、正しく格好よく歩くコツ、心拍数と 運動の強度、靴の選び方履き方、 雨天以外は約4kmのヘルスロードをウオーキング
- 対 どなたでも
- ¥ 200円(テキスト代、保険 代)※当日申し込み可。
- 持 汗拭きタオル、飲み物
- **主** 牛久ウオーキングクラブ
- 申・問 飯塚☎・FAX872-1232

●牛久市景観ミステリーツアー

参加者募集

1 8月27日(土) 午前9時集合 (雨天中止)

所 牛久市観光 アヤメ園駐車場

- 内 「牛久の天正18年・歴史探 訪|※徒歩で移動します。
- 対 牛久市民
- 定 先着20人
- ¥ 200円(資料代)
- 申 FAX、Eメールで氏名、住所、 電話番号を明記し申し込み。
- 申・問 牛久市景観まちづくり ネットワーク(坂)☎873-7903
- ¦ E kyu-saka@jcom.home.ne.jp

●RKBC夏のイベント

①バトン用語の勉強会

バトン用語に慣れるきっかけ にしてほしいです。

- **1** 8月27日(土)午前9時30分~ 11時30分
- ¥ テキスト1冊につき500円

②フラッグガーランド&お花飾り作り

壁に飾ったり天井からぶら下 げる飾りを製作します。

- 8月27日(土)午後2時~4時
- ¥ 500円(ペア参加は、1人350円)
- 【①、②共通】
- 所 奥野生涯学習センター
- 締 8月19日(金)
- 主 RKBC (ラビットキッズバトンクラブ)
- 問 平岡☎090-4093-4251



問 交通防災課☎内線1683

東京防災公式キャラクター 「防サイくん」

3歳の子どものサイ。好奇心旺盛だが、臆病すぎるのがたまにキズ。防災に興味シンシンで、どんな防災アクションもお茶の子サイサイ。好きな防災アクションは「机の下に隠れる」。口ぐせは「今やろう」。

第1回

集中豪雨から身を守るために



集中豪雨とは、短時間のうちに狭い範囲に強く多量に降る雨のことなんだ。集中豪雨は、前線活動の活発化、積乱雲の発達、台風の影響等によって突然起こるとされているよ。この予測が比較的難しい集中豪雨から身をまもるために4つのポイントがあるからいま覚えてくだサイ。



①河川や用水路に近づかない

局地的な集中豪雨が発生すると、河川や用水路は水があふれ、激しい水の流れができることがあるので、絶対に近づかないようにしましょう。



②地面より低い道は通らない

立体交差する道路で、路面の高さが 前後と比べて低くなっている道(アン ダーパス)や、歩行用の地下道路は、集 中豪雨が発生すると冠水の危険性が あるので通らないようにしましょう。



③地下・半地下から避難する

地下室や半地下小屋(地面より掘り下げられた小屋)は冠水しやすく、水圧でドアが開かなくなって逃げ遅れる危険があるので、2階などの安全な場所へ避難しましょう。



④冠水している道路は危険

冠水している道路は、マンホールや 側溝のふたが外れて転落する可能性 があって危険です。やむを得ず冠水 箇所を移動する場合は、傘などで地 面を探りながら移動しましょう。

【参考文献・東京防災P151引用】

メンバー募集

●男性料理同好会「トラの会」

市民講座の男の和食の講座終 了後、有志で平成22年に発足、 平成22年の寅年にちなみ「トラ の会」と名づけました。

- 毎月第3火曜日午前9時~正午
- 所 三日月橋生涯学習センター
- 定・¥ 3人・月1,000円
- おやじの料理同好会「トラの会」
- 問 桜井☎874-0774

●ダンス講習会初心者募集

ワルツ、タンゴ、ルンバ、チャチャ チャなど分かりやすく教えます。

- 毎週金曜日午後7時~9時
- 所 中央生涯学習センター
- 対 ダンスに興味のある方
- ¥ 月1,000円
- 牛久市レクリエーション協会ダンスサークルピボット
- 問 竹内☎873-8010

●第16回写友「河童」写真展

お気に入りの展示作品をプリントして贈呈する「プリントサービス (9月3日(土) 先着50名様)」を企画してお待ちしています。

- 1 8月29日(月)~9月4日(日)午前9時~午後5時(初日は午後1時から、最終日は午後4時まで)
- **所** 中央生涯学習センター展示ホール (2階) ※入場無料。
- 写友「河童」
- 問 宮沢☎872-1004、

高橋☎874-4627

●カッパバンド演奏会

昭和の代表的な「和・洋の名曲」を広いジャンルから選び、 20人編成による演奏会です。

- **目** 9月10日(土)午後1時30分開場、午後2時開演
- **所** エスカードホール※入場無料。
- 主 カッパバンド
- 問 大瀧☎070-5563-2329

●牛久亭第1回落語発表会

三遊亭圓窓師匠に指導を受けているアマチュア落語家が日頃の成果をご披露します。師匠もトリで登場します。ぜひ落語の素晴らしさをお楽しみください。

- **目** 8月29日(月)午後1時30分 開場、午後2時開演 ※入場無料。
- **所** 下根ケ丘会館 ※駐車場は ありませんので、徒歩またはバ スをご利用ください。

- 生 4久亭悟りっ子連
- 間 佐藤☎080-1148-5784

●牛久味わい亭第15回落語会

三遊亭圓窓師匠に師事し、主 に茨城県内で活躍しているアマ チュア落語家が出演します。

- **ョ** 9月10日(土)午後1時45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※お体の不自由な方は優先 席を用意します。前日までにご 連絡ください。

出演 牛久亭学津、牛久亭高塀、 こうがしていばいちょう ありがてい まかな 好文亭梅朝、有難亭真仮名、 きゅうきゅうていくうにょ 牛久亭空女

- 主 落語会「牛久味わい亭」
- 問 望月☎090-4757-4414

●写真美学クラブ

デジタルとフイルムカメラのテクニックを学びながら仲間と意気投合、傑作写真で人生をより謳歌しましょう。初心者、経験者、女性大歓迎。作品は市の文化祭などで発表しています。講師は日本写真家協会会員で、写真の撮り方などプロの視点からアドバイスします。

- **日** 毎月第2火曜日午前9時~正午 **所** かっぱの里生涯学習センター
- 定 先着10人 ¥ 月1,500円×希望回数
- 団 写心美学クラブ 申・問 遠藤☎080-3451-8087

見られ 見られっ 組 間 大きく、 際はカラスより2回りくら 市 小忍池など全国数力 まり大きく見えません しか水上に出ていないため、 内では、 っている姿がよく見られます。 水鳥で、 面にいるときは、 上などで、 んで飛ぶ様子がしばしば を移動する群れ 水 時絶滅寸前になり に潜っ ない ます 現 体 長 80 在は数も多く が、 牛久沼と霞 時期もあり て魚 水上に突き出 翼を広げて いっこともも 1 9 7 0 が、 首と背中 えて 所 デ が 浦 が、 隊 ま 普 C 列 年 通 あ 実 あ



カツオドリ目ウ科

ワウ

河鵜・川

しぜん大好を

保育園の 子育て支援 9_月 遊ぼう⊜`



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 子: 要予約 子: 参加費
にこにこキッズ…栄町保育園 ☎873-3072(神谷3-8-1)	9/13(火)「運動会ごっこをしよう」 時 9:30~11:00 予 9/1(木)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)10:00〜17:00 庭(土)9:30〜11:00※要予約。	9/13(火)「小麦粉十五夜」 9/27(火)「積木製作(牛乳パック)」 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	9/7(水)「夏祭りごっこ」 9/21(水)「親子ふれあいあそび」 <mark>闘</mark> 10:00~(約40分)※開始時間までに来園。
ピョピョひろば…つつじが丘ふたばランド保育園	9/13(火)「折り紙であそぼう」 <mark>闘</mark> 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。	9/8(木)「カード作り」 時10:00〜 予前日までに電話 9/29(木)「運動会」 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ぽ	9/15(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。	9/13(火)「できたよ私の万国旗」 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(東猯穴町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	9/5(月)·29(木)「食事体験会」 時10:45~ 予前日までに電話 ¥親子で450円 9/23(金)「mom組曲によるコンサート」 時15:30~16:30 予前日までに電話
いちごくらぶ…牛久めぐみ保育園 四893-2618(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	9/23(金)·30(金)「親子ビクス」 時10:00~ 定 25組 予 8/19(金)10:00~電話で
はっぴいたいむ…上町ふれあい保育園 四872-0358(牛久町2619 牛久小学校内) 図(月〜金)10:00〜15:00※要予約。	9/14(水)「スイーツ選手権」 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 四869-9557(下根町1371-2)	9/20(火)「親子ヨガ」※終了後、園舎・園庭開放。 時10:00~ 定10組 予9/5(月)~
ピノキオクラブ…うしく文化認定こども園 四873-8253(遠山町643-2)	9/8(木)「アスレチック体操」 9/13(火)「ふれあい教室」 時10:00~(9:50までに来園) ¥ 500円

※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。

1175号

来月のカレンダー



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) 1日(木)9時受付開始 20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 8日(木)にこにこ広場、16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 1日(木)にこにこ広場 ※小学生の保護者対象
- 問 きぼうの広場☎874-6075 ◆教育相談 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 20120-783-012

- ・心配ごと相談(要予約) 1日(木)・15日(木)受付(9時~正午) 2日(金)・9日(金)・16日(金)・23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 20120-874-115

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 9日(金)10時~15時

問 社会福祉課☎内線1711

行政・生活

- ◆総務省行政相談 5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

7日(水)・21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 15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

◆女性のための悩みごと相談(フェミニスト相談)要予約 5日(月)・12日(月)・26日(月)10時~16時

問【予約専用】☎873-1099、市民活動課☎内線1631

税金

◆稅務相談(稅理士) 15日(木) 10時~15時間 稅務課☎内線1056 ※税務相談は予約制です。

◆休日納税·納税相談

◆夜間納税・納税相談

問 収納課☎内線1061

4日(日)・25日(日)8時30分~17時15分

問 収納課☎内線1061

13日(火)・20日(火)18時~20時

					前.	月比
人口と世帯数	人		84,992人(男:42,044人	女:42,948人)	+	1人
7月末日現在	世帯	数	35,317世帯		+1	18戸

再生紙、環境に優しい植物油インキを使用しています。

SEPTEMBER 2016 CALENDAR

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) 2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

9月の休日当番医 診療時間/9時~正午

	診療科目 TEL⋅FAX
	胃腸科·整形外 ☎873-6151 尿器科·内科 FAX873-2271
	外科・脳神経外 ☎ 874-3511 FAX874-7807
- 高野グリ ツグ ニニニ	肖化器科·循環 ☎874-2100 呼吸器科 FAX874-3958
() ()	科・リハビリテー ☎ 878-1200 科・リウマチ科 FAX869-5060
22星野皮フ科アレル 皮膚和(祝)ギー科クリニック 科	斗・アレルギー 霜 871-3050 FAX871-3055
25 (日)岡見第一医院内科・ 小児科	外科・胃腸科・ 含 872-5151 FAX873-3178
急患は牛久愛和総合	合病院 吞 873-3111 FAX 874-1031
【24時間診療】 つくばセント	〜ラル病院 雷 872-1771 FAX 874-4763

※当番医を利用する際は、電話連絡の上、受診ください。

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		28 887-1161 FAX887-6266
水	つくばセントラル病院	18時~21時	28 872-1771 FAX874-4763
木	龍ケ崎済生会病院		2 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
В	東京医科大学 茨城医療センター	9時~正午	☎887-1161 FAX887-6266
	龍ケ崎済生会病院	正午~15時	3 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

毎日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)