広報
うしく
Ushiku City News

2017
4/1
No.1190
茨城県牛久市

特集
ウオーキングで健康に

ひたち野みずべ公園

三日月橋生涯学習センター

©SHINOBU ARIGA

CONTENTS —主な内容—

02-03｜特集「目指せ★生涯かっぱつ
～運動でもっと健康に！～」
04｜平成29年度 牛久市組織機構図
05｜平成29年度 市税等納期限一覧表
07｜臨時福祉給付金（経済対策分）の申請

目指せ★生涯かっぱつ

～運動でもっと健康に！～

問　健康づくり推進課
（保健センター内）
☎内線1741・1742

市は「生涯かっぱつ」をキャッチフレーズに「運動」、「食育」、「地域のつながり」、「忘れないでね、健診」をキーワードとして、生涯を通していきいきと活動的に過ごすことができるよう、健康づくり支援を強化し、健康寿命の延伸を目指しています。

そこで今回は、「運動」による健康づくりとして、ウオーキングを取り上げました。誰もが気軽にできるウオーキング。いつまでも元気でいられるよう、歩いてみませんか？

ヘルスロードを歩こう

牛久市には「ヘルスロード」というウオーキングコースがあります。「ヘルスロード」とは、身近な場所で気軽に歩くことができ、ふるさとの再発見と自分の健康増進にチャレンジするためのウオーキングコースのことです。市内では、9つのコースが「いばらきヘルスロード」の指定を受けており、各コースとも魅力いっぱいの楽しいコースです。日ごろ気付いていない市の歴史や文化、自然をあなたの足で、耳で、肌で感じてみませんか？ウオーキングを日常生活に取り入れ、生涯かっぱつを目指しましょう！

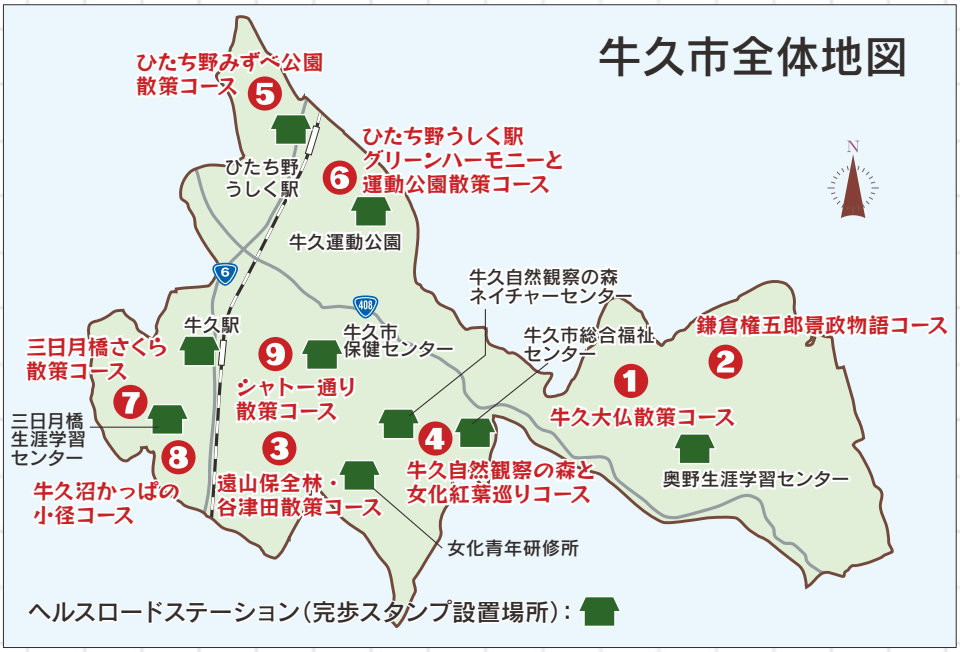
コースを完歩したら、パンフレットの完歩スタンプ押印欄に「生涯かっぱつキューちゃんスタンプ」を押印してください。スタンプはヘルスロードステーションにあります。また、1年以内に市内ヘルスロード9コース全て完歩した方には、「生涯かっぱつキューちゃんピンバッチ」をプレゼントしています（市に住民登録がある方のみ）。全てのコース制覇にチャレンジしませんか。

1

2

1「生涯かっぱつキューちゃんスタンプ」
2 全コース制覇記念に「生涯かっぱつキューちゃんピンバッチ」をプレゼント

ヘルスロードマップ



パンフレットはヘルスロードステーションにあるよ♪

【各コースの距離／所要時間】

①牛久大仏散策コース　9.0km／約2時間25分
②鎌倉権五郎景政物語コース　8.4km／約2時間15分
③遠山保全林・谷津田散策コース　9.4km／2時間35分
④牛久自然観察の森と女化紅葉巡りコース　9.9km／2時間40分
⑤ひたち野みずべ公園散策コース　2.6km／40分
⑥ひたち野うしく駅グリーンハーモニーと運動公園散策コース　6.1km／1時間45分
⑦三日月橋さくら散策コース　5.6km／1時間30分
⑧牛久沼かっぱの小径コース　9.1km／2時間35分
⑨シャトー通り散策コース　3.8km／1時間

INTERVIEW

ウオーキングの効果

運動がもたらす効果には、身体の組織の変化(体脂肪量の減少、筋肉量の増大)や、循環機能の変化(心拍数の安定、血中コレステロールと中性脂肪減少による血圧低下、善玉であるHDLコレステロールの増大)があるとエビデンスで証明されています。ウオーキングは、いつでもどこでも誰にでも気楽にでき、外の空気を浴びて軽い運動をすることでリラックスした気分になり気分転換にもなります。気分転換ができるとストレスが緩和されます。ウオーキングの有酸素運動の効果で、脳に新しい酸素が行きわたりスッキリするというメリットもあります。

牛久ウオーキングクラブ会長　**飯塚幸雄さん**

牛久健康ウオーク2017

ウオーキングの楽しさを実感し、ヘルスロードの良さを知ってもらうことを目的に、毎年5月に健康ウオークを開催しています。今年は左記のとおり開催します。新緑の中、家族、お友だちと一緒にウオーキングを楽しみませんか?

◆開催日…5月20日(土)

◆コース

①「女化きつねの森林浴コース」(約14㎞)

②「野鳥が遊ぶみずべ公園とシャトー通り散策コース」(約12㎞)

※詳細は、「広報うしく」4月15日号に掲載します。

いばらき元気ウオークの日

茨城県では毎月第一日曜日を「いばらき元気ウオークの日」として県民にウオーキングを勧めています。牛久市でも毎月第一日曜日に牛久ウオーキングクラブの主催で市内ヘルスロードをウオーキングしています。事前申し込みは不要ですが、詳細は毎月の「広報うしく」15日号でご確認ください。

～ウオーキングのコツ～

初めての方は無理をせず、少しずつ距離を伸ばしましょう。まずは「健康ウオーク」に向けて1カ月チャレンジしよう!

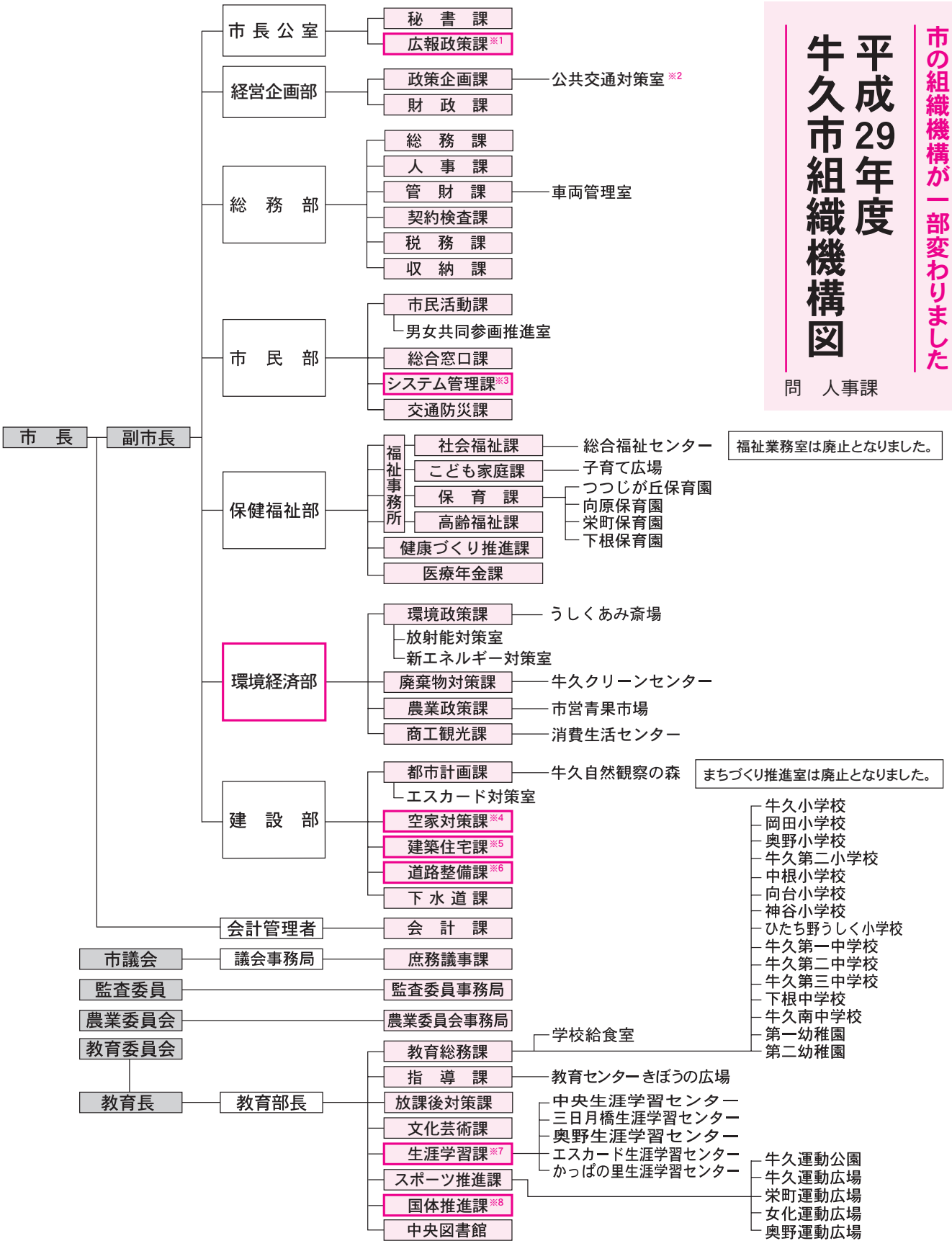
ウオーキングでの注意点

◇ウオーキングの前後にはストレッチをしましょう
◇こまめに水分を補給しましょう
◇自分にあったコースで無理をせず歩きましょう
◇夜間に歩くときは、反射材を身に付けるなど安全対策を心掛けましょう

平成29年度 牛久市組織機構図

市の組織機構が一部変わりました

問　人事課



◆4月1日からの組織機構の一部変更点

※1　秘書課のシティプロモーション業務と市民活動課の広報広聴業務および総合相談室を統合し、市長公室に「広報政策課」を新設しました。

※2　公共交通対策のさらなる取り組みを図るため、政策企画課内に「公共交通対策室」を新設しました。

※3　情報政策課の業務の見直しを図り、文書管理業務、情報公開業務、個人情報の保護に関する業務は総務課に移管し、課名を「システム管理課」に変更しました。

※4　空家対策に重点的に取り組むため、建設部に「空家対策課」を新設しました。

※5　施設整備課に、社会福祉課福祉業務室の市営住宅業務を移管し、課名を「建築住宅課」に変更しました。

※6　道路の建設、維持管理の一元化を図るため、道路建設課と道路維持課を統合し「道路整備課」としました。

※7　文化芸術課生涯学習推進室を「生涯学習課」に変更しました。

※8　平成31年開催の「いきいき茨城ゆめ国体」に重点的に取り組むため国体準備室を「国体推進課」に変更しました。

平成29年度 市税等納期限一覧表(牛久市)

年月日	税目・使用料・保険料等(期別)
平成29年(2017年) 4月10日(月)	児童クラブ負担金(4月分)
4月26日(水)	介護保険料(1期)／市立幼稚園授業料(4月分)／プール利用負担金(5月分)
5月 1日(月)	固定資産税(1期)／国民健康保険税(1期)／保育料・住宅使用料(4月分)
5月10日(水)	児童クラブ負担金(5月分)
5月26日(金)	市立幼稚園授業料(5月分)／プール利用負担金(6月分)
5月31日(水)	軽自動車税／給食費(4・5月分)／保育料・住宅使用料(5月分)
6月12日(月)	児童クラブ負担金(6月分)
6月26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30日(金)	市県民税(1期)／国民健康保険税(2期)／給食費・保育料・住宅使用料(6月分)
7月10日(月)	児童クラブ負担金(7月分)
7月26日(水)	後期高齢者医療保険料(1期)／市立幼稚園授業料(7月分)／プール利用負担金(8月分)
7月31日(月)	固定資産税(2期)／下水道受益者負担金(1期)／給食費・保育料・住宅使用料(7月分)
8月10日(木)	児童クラブ負担金(8月分)
8月28日(月)	介護保険料(3期)／後期高齢者医療保険料(2期)／市立幼稚園授業料(8月分) プール利用負担金(9月分)
8月31日(木)	市県民税(2期)／国民健康保険税(3期)／保育料・住宅使用料(8月分)
9月11日(月)	児童クラブ負担金(9月分)
9月26日(火)	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)
10月 2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)
10月10日(火)	児童クラブ負担金(10月分)
10月26日(木)	介護保険料(4期)／後期高齢者医療保険料(4期)／市立幼稚園授業料(10月分) プール利用負担金(11月分)
10月31日(火)	市県民税(3期)／国民健康保険税(5期)／給食費・保育料・住宅使用料(10月分)
11月10日(金)	児童クラブ負担金(11月分)
11月27日(月)	後期高齢者医療保険料(5期)／市立幼稚園授業料(11月分)／プール利用負担金(12月分)
11月30日(木)	国民健康保険税(6期)／下水道受益者負担金(3期)／給食費・保育料・住宅使用料(11月分)
12月11日(月)	児童クラブ負担金(12月分)
12月25日(月)	固定資産税(3期)／国民健康保険税(7期)／給食費(12月分)
12月26日(火)	介護保険料(5期)／後期高齢者医療保険料(6期)／市立幼稚園授業料(12月分) プール利用負担金(1月分)
12月28日(木)	保育料・住宅使用料(12月分)
平成30年(2018年) 1月10日(水)	児童クラブ負担金(1月分)
1月26日(金)	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31日(水)	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)
2月13日(火)	児童クラブ負担金(2月分)
2月26日(月)	介護保険料(6期)／後期高齢者医療保険料(8期)／市立幼稚園授業料(2月分) プール利用負担金(3月分)
2月28日(水)	固定資産税(4期)／国民健康保険税(9期)／給食費・保育料・住宅使用料(2月分)
3月12日(月)	児童クラブ負担金(3月分)
3月26日(月)	市立幼稚園授業料(3月分)／プール利用負担金(4月分)
4月 2日(月)	給食費・保育料・住宅使用料(3月分)

※口座振替日は納期限と同日となります。ただし保育料・住宅使用料は毎月26日(土・日・祝日の場合は翌平日)が口座振替日となります。

※プール利用負担金とは、「ひたち野うしく小学校」のプール利用負担金のことです。

キリトリ

①コンビニ納付ができるようになりました

問 会計課☎内線3602、3604

◆取り扱い税目等

●市県民税（普通徴収）　●固定資産税・都市計画税　●軽自動車税
●国民健康保険税　●介護保険料　●後期高齢者医療保険料

◆次の項目に該当する場合、コンビニでは納付できません。

・バーコードの印字がない場合、または印字されていても読み取りできない場合。
・納付書1枚あたりの金額が30万円を超える場合。
・前納報奨金を差し引いて納付する場合。固定資産税・都市計画税
・納付書記載の「ゆうちょ銀行等取扱期限」を過ぎた場合。

◆注意事項

コンビニ対応納付書のため単票になっています。納期と納付書を十分ご確認の上、お納めください。

②納付は便利な口座振替で

問 会計課☎内線3602、3604

口座振替を申し込みされますと、納期限に預（貯）金口座から振替されますので、納め忘れがなくなります。
お申し込みは、牛久市役所または下記の金融機関で取り扱っています。

常陽銀行	筑波銀行	みずほ銀行	三菱東京ＵＦＪ銀行
三井住友銀行	りそな銀行	埼玉りそな銀行	水戸信用金庫
茨城県信用組合	中央労働金庫	竜ケ崎農業協同組合	ゆうちょ銀行・郵便局

※各本支店から振替ができます。
※振替開始（解約）は、依頼書を納期限の40日前までに申し込みした分（20日までに申し込みした月の翌月）からとなります。

キリトリ

③口座振替をご利用の方へ

問 会計課☎内線3602、3604

①軽自動車税の継続検査（車検）用の納税証明書は、6月10日ごろ発送します。
②確定申告用の社会保険料控除証明書（国民健康保険税・介護保険料・後期高齢者医療保険料）は、1月20日ごろ発送します。
③残高不足などを理由に振替ができなかった方には、口座振替不能通知（現金納付用）を発行します。振替ができない状態が続きますと、振替登録を解除させていただく場合があります。
④領収書（口座振替納付分）は、平成21年度から廃止となりました。

④軽自動車をお持ちの方へ

問 会計課☎内線3062、3604

5月中旬発送の納税通知書兼領収証書以外には、継続検査（車検）用の納税証明書は付いていません。
上記、納税通知書兼領収証書以外で納付された方は、領収書を持参の上、牛久市総合窓口課で継続検査（車検）用の納税証明書（無料）の請求をお願いします。

⑤督促手数料改正のお知らせ

問 収納課☎内線1061、1062

平成26年4月から督促手数料は、50円から100円に改正されました。納期限内納付をお願いします。

⑥前納報奨金制度について

問 収納課☎内線1061、1062

平成29年度から、市県民税（普通徴収）の前納報奨金制度を廃止します。
なお、固定資産税・都市計画税については前納報奨金制度を継続します。（交付率0.2%とし、限度額は5万円です）

臨時福祉給付金（経済対策分）の申請について

問　社会福祉課☎内線3206

臨時福祉給付金（経済対策分）とは…

臨時福祉給付金（経済対策分）は、「未来への投資を実現する経済対策」の一環として、消費税率が８％に引き上げられた影響等を踏まえ、所得の低い方々に対して、臨時的な措置として実施されるものです。

給付対象者・給付額

◆支給対象者　平成28年度臨時福祉給付金の支給対象者（平成28年度分の市民税が課税されていない方）※市民税において課税者の扶養親族になっている方や、生活保護を受けている方などは、対象となりません。
◆基準日　平成28年1月1日時点で住民票が牛久市にある方
◆支給額　**1人につき15,000円**

申請方法

◆申請受付開始
【郵送申請】　平成29年4月1日（土）～
【窓口申請】　平成29年4月3日（月）8時30分～
◆申請期限　平成29年7月31日（月）午後5時15分まで　※郵送申請の場合は当日消印有効。
◆提出書類　**申請書**（対象者と思われる方に3月下旬に郵送しました）
◆受取方法　申請書に記載された指定の口座に振り込みます。
◆申　請　先　牛久市役所臨時福祉給付金窓口（市役所2階医療年金課前）

申請期限を過ぎますと、受け付けできませんので、ご注意ください。

問い合わせ先　牛久市役所臨時福祉給付金窓口（本庁舎2階）☎0120-016-294
（受付時間：平日午前8時30分～午後5時15分）

市税などの納め忘れはありませんか？

問　収納課☎内線1061

市税は、子育て・教育・まちづくりなど、皆さんの暮らしに結びつくサービスを行うための大切な財源です。市では、税の公平性と財源の確保に努めており、滞納されている税の徴収に全力で取り組んでいます。

あなたが市税などを滞納してしまうと…

もし、定められた納期限までに納税していただけなかった場合には、督促状が発送されます。督促状が発送された日から起算して10日を経過した日までに納付されない場合には、法律の定めるところにより、銀行や勤務先、取引先などを調査し、財産（給料、売掛金、預貯金、生命保険解約返戻金、電話加入権、不動産など）の差し押さえをすることがあります。

また、納期限の翌日より、延滞金が加算されます。

さらに滞納が続く場合には、茨城租税債権管理機構へ徴収業務を移管する場合もあります。

【茨城租税債権管理機構】
県内全市町村で構成する、効率的な滞納整理を行う一部事務組合です。滞納処分を前提に財産調査、財産の差し押さえ、差し押さえ財産の公売などを行います。

私のまちの消防団

牛久市消防団では、
団員を募集しています！
詳しくは交通防災課まで
問　交通防災課☎内線1682、1683

第23回

牛久市消防団 第27（大和田中央）分団

牛久市消防団
第27（大和田中央）分団
団員数：16人　平均年齢：47歳
分団長：日下部（くさかべ） 隆文（たかふみ）
部　長：今田（いまだ） 武久（たけひさ）

第27分団は、旧第27分団（大和田）と旧第29分団（中央）が合併し、ひとつになった分団です。担当する区域には保育園、小学校、中学校が集まっているエリアがあり、「わがまちは自らが守る」という意識のもと、地域の安全と安心のために活動しています。消防ポンプや防火水槽の点検を定期的に行い、訓練に励み、災害発生時には職場や自宅から現場に駆け付けます。これからも、いつも笑顔を絶やさず、誇りと責任を持って活動する消防団でありたいと思います。消防団の活動は、郷土愛護の精神に基づいた「地域を守る」という強い意志により成り立っています。

私たちと同じく、地域の役に立ちたいと考えている方は、ぜひ消防団に入団し一緒に活動しましょう。

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～午後4時）
問　牛久市消費生活センター
☎830-8802

「コンピュータウィルスに感染した！」との偽警告表示に注意！

相談事例

パソコンでインターネットに接続したところ、突然大音量の警告音が鳴り、画面に「ウィルスに感染した」と表示された。あわてて画面に表示された電話番号に電話をしたところ、「遠隔操作でウィルスを駆除する」と言われたのでオペレーターの指示に従った。最後に文字化けし判読できない画面にクレジットカードの番号を入力するように言われたので、おかしいと思って途中で電話を切った。その後専門家にパソコンを見てもらったところ、ウィルスの感染はなかった。

（30歳　男性）

アドバイス

パソコンに突然、ウィルスに感染したとの表示が出現したという相談が多く寄せられています。上記の事例は被害にいたりませんでしたが、不必要なソフトの購入を勧められクレジット決済してしまった例もあり注意が必要です。指定された連絡先に電話をかけないようにしましょう。ウィルス感染が心配な場合はお使いのセキュリティソフトでウィルススキャンを実施して確認しましょう。

警告表示を閉じることができない場合の対処方法として、独立行政法人情報処理推進機構（ＩＰＡ）のホームページで『ブラウザに「ウィルスを検出した」という旨の警告が表示されて終了させることができない場合の対応手順』を紹介しています。ご参照ください。

不安に思ったら消費生活センターへご相談ください！

みんなの農業

問　農業政策課
☎内線1812

一日限りのうしくカフェで贅沢なひととき

2月17日、シャトーカミヤ内ラ・テラス・ドゥ・オエノンで、稲敷地域アグリビジネスフェア「うしくカフェ」が開催されました。

稲敷地域の農産物のPRを目的として、稲敷地域農業改良普及事業推進協議会・県・市の共催で行われたこのイベント。当日は、ビュッフェ形式で稲敷地域の食材を使った料理がふるまわれたほか、料理研究家・岡野沙織さんによるトークショー、地元野菜や加工品のPR・販売などがエレガントな雰囲気の中で行われました。

特に色とりどりのビュッフェは圧巻。「牛ほほ肉とレガーメの煮込み」や「うしく河童米のリゾット」など、石塚紀幸料理長が今回のために特別にプロデュースした料理が出されるたびに大歓声が上がりました。

「牛久でこんなにいろんな野菜が作られているとは知らなかった」「普段なかなか手に入らない食材を口にできて嬉しい」と、参加者は一日限りのうしくカフェを満喫していました。最後に、牛久の美味しいものを集めたお土産も配られ、皆さんとびきりの笑顔で帰路につきました。

市では、今後も引き続き、地元農産物を直接目で見て触れる機会を沢山作り、地産地消を推進していきます。

市内の男女共同参画に取り組む企業を紹介します

うしく男（ひと）・女（ひと）図鑑 No.3

株式会社エンポール
飯野久美子さん

平成8年の入社以来、3人の子の出産と育児、けがや病気も経験しながらフルタイムで働き続けてきた飯野久美子さん。土日祝日の勤務もある中、〝家庭や地域以外にも世界を持っていたほうがよい〟と、応援してくれた夫の励みも力になったといいます。また飯野さんは、「上司・同僚は気遣いあふれる方々で、仕事のこと、家族のこと、何でも話せる仲です。そのような温かい職場での上司・同僚とのコミュニケーションは、〝人の気持ちに寄り添った接客〟という形で仕事に生かされています。人の痛みがわかる、機微がわかる、その上でお客さまと会話ができるように心掛けています」と話します。

後藤財務渉外部長は、「社員には全ての仕事ができるようになることを期待しています。そうすることで、誰が休んでも仕事が回るようになります。今後は育児をする職員だけでなく、介護をしながら働く社員も出てくるでしょうから、日頃からワークシェアリングできるよう体制を整えることは大切なことです」と未来を見据えて語ってくださいました。

【企業データ】
(株)エンポール
（牛久浄苑牛久大仏）
従業員数／62人（うち7割が女性）
※(株)エンポールは牛久市男女共同参画ネットワークに参加いただいています。

春の全国交通安全運動

交通安全

問　交通防災課
☎内線1685

4/6(木) ▼ 4/15(土)

スローガン

「一人でも ちゃんと守るよ 交通ルール」

運動の重点

①通学路における安全を確保しよう
②歩行中・自転車乗用中の交通事故を防止しよう
（自転車には自転車安全利用五則を周知しよう）
③後部座席を含めた全てで座席のシートベルトとチャイルドシートを正しく着用しよう
④飲酒運転を根絶しよう

4/10(月)「交通事故死ゼロを目指す日」

交通安全に対する国民の意識を高めるため設定された国民運動です。
一人ひとりが交通ルールやマナーを守り、交通事故死者をなくしましょう。

「自転車安全利用五則」

①自転車は車道が原則、歩道は例外
②車道は左側を通行
③歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
④安全ルールを守る
- 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
- 夜間はライトを点灯
- 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認

⑤子どもはヘルメットを着用

交通事故相談

交通事故でお困りのことはありませんか？「保険会社に言われたことがよくわからない」「被害者から請求された金額は、妥当なのか？」など、お悩みの方は、ぜひお気軽にご相談ください。

◆牛久市役所

相談日時　毎月第1・3水曜日 午前10時～正午、午後1時～3時※5月の第1水曜日は祝日のため5月2日(火)に変更。
場所　本庁舎1階相談室

◆土浦合同庁舎

相談日時　平日午前9時～正午、午後1時～4時45分
弁護士相談(要予約)　第1・3水曜日午後1時～4時※5月の第1水曜日は祝日のため5月10日(水)に変更。
場所　土浦合同庁舎本庁舎3階交通事故相談所(土浦市真鍋5-17-26)☎823-1123

牛久市内で交通死亡事故が発生しました

牛久市内では、平成27年3月17日以来、交通死亡事故が発生していませんでしたが、今年2月6日早朝、神谷6丁目で軽自動車が電柱に衝突する死亡事故が発生し、連続ゼロ記録が691日で途絶えました。

市民の皆さんには、引き続き交通ルールを守り、より慎重な行動や運転に努めていただきますようお願いします。

自転車の交通事故をなくそう！

自転車同士の衝突や、自転車と歩行者が衝突して自転車利用者が加害者となる交通事故が社会問題になっています。自転車は手軽な乗り物ですが、道路交通法では「軽車両」と呼ばれ車の仲間です。交通ルールとマナーを守り安全に正しく利用しましょう。

◆平成28年中自転車の交通事故

	死傷者数	
	茨城県内	牛久署管内
小学生	68(1)人	5人
中学生	152人	14人
高校生	247人	17人
高齢者	307(14)人	19人
その他	511(5)人	31人
合　計	1285(20)人	86人

(　)内は死者数で内数。茨城県警察本部調べ

市内の交通事故発生状況

平成29年3月15日現在(茨城県警察本部調べ)

発生件数	77件	(前年比＋ 2件)
死者数	1人	(前年比＋ 1人)
負傷者数	89人	(前年比－15人)
物損事故	437件	(前年比＋41件)

健診を受けて
生涯かっぱつ！

保健センター通信

— Health Information of Ushiku City —

問　健康づくり推進課
（市保健センター内）
☎内線1741、1742

平成29年度 成人健診のご案内

健康への第一歩は、『健診で自分の体を知る』ことです。「忙しい」、「面倒くさい」と後回しにしていませんか？自分のためにも、愛する家族のためにも、年に一回、健診を受けましょう。健診結果から自分の今の健康状態を正しく把握し、生活改善につなげましょう。下記の健診（検診）項目は市の助成があり、お得に受診できます。保健センター等での集団健診と医療機関健診どちらか一方を選択し受診しましょう。

◆健診（検診）の種類・対象者・実施区分

健診（検診）の種類		対象者	実施区分	
			集団	医療機関
生活習慣病予防のための健診 生活習慣病を早期発見することができます。	特定健診	国民健康保険加入の40～74歳の方	○	○
	基本健診	後期高齢医療保険加入の方		
	30代健診	30～39歳の方		
	腹部超音波検査	詳細は「すこやか」等参照	○	—
がん検診 がんは早期発見、早期治療が大切です。	胸部（結核・肺がん）検診	30歳以上の方	○	○
	胃がん検診 ※集団はバリウムのみ	40歳以上の方		
	胃リスク検査	40歳以上初回受診の方 （ただし、集団は41・46・51歳の方のみ）		
	大腸がん検診	40歳以上の方		
	前立腺がん検診	50歳以上男性		
	子宮がん検診	20歳以上女性		
	乳がん検診	30歳以上女性 （マンモグラフィは40歳以上隔年）	○	○
その他の検査 助成対象の年齢に合わせて受診しましょう。	頭部MR検査	40歳以上の方	—	○
	肝炎ウイルス検査	40歳以上初回受診の方	○	—
	骨粗しょう症検診	30歳以上5歳節目の方	—	○
	歯周病検診	30歳以上10歳節目の方	—	○

※対象者・料金・申込方法等詳細については、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をご覧ください。

5月・6月成人集団健診のお知らせ

集団健診は平成28年度より完全予約制となりました。例年、5・6月は受診者が少なく、さらにスムーズな健診となります。平成28年度に受診の機会を逃してしまった方は、早めの健診をご利用ください。

◆申込期間　4月13日（木）～19日（水）※16日（日）除く

◆申 込 先　茨城県総合健診協会健診予約センター
☎0570-077-150（受付：午前9時～午後5時）

※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繋がってから発生します。

◆健診日程・健診場所・受付時間

月	日	場　所	受付時間
5月	24日（水）	牛久市保健センター	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
	27日（土）		
	29日（月）		
6月	6日（火）		
	7日（水）		

としょかんだより

こどもとしょかんまつりにきてね！

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

第59回こどもの読書週間　4月23日（日）～5月12日（金）
標語「小さな本の大きなせかい」

みんな～としょかんにあつまれ！

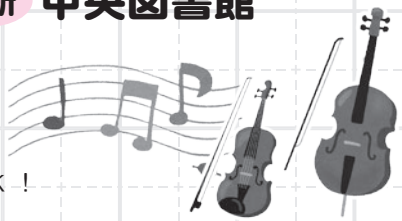
第16回 こどもとしょかんまつり

こどもの読書週間は、イベントもりだくさん♪

4/23（日）・5/6（土）

時間　午前9時～午後4時
場所　中央図書館

4月23日（日）のイベント♪



◆0歳からのクラシックコンサート

音楽家による生演奏。泣いても騒いでもOK ！
時間　午前11時15分～正午
演奏　うしく音楽家協会　高辻瑤子（たかつじようこ）氏（ヴァイオリン）、安井総太郎（やすいそうたろう）氏（チェロ）

◆NPO法人リーブルの会主催「リーブルとあそぼう！」 午前9時～午後4時

こいのぼりやかぶとの作成、音楽隊と紙芝居、絵本の読み聞かせ
その他、0～2歳向けおはなし会、おやこわらべうたの会、しらべものクイズなど

5月6日（土）のイベント♪

◆まなぼう教室（輸入体験）～世界のお金をまなぼう～

サイコロの目によって為替レートが変化。安い値段で消しゴムをゲットしよう！
講師　野村ホールディングス株式会社コーポレート・シティズンシップ推進室
時間　①午後1時30分～2時30分、②午後2時45分～3時45分
場所　中央図書館視聴覚室（2階）
対象　市内在住の小学生　　定員　各回先着40人
申込方法　4月3日（月）午前9時から中央図書館カウンターまたは電話で申し込み
申し込み・問い合わせ　中央図書館☎871-1400

◆「おりがみワールド～小さな折り紙・大きな折り紙を折ろう～」

時間　午前9時～午後4時

※その他、しかけ絵本コーナー、おはなし会スペシャル、軽食の販売（就労支援事業所ほっとピア・ワークス）など

4/22（土）・5/5（金・祝）は準備のため、午後1時から学習室は利用できません。4/23（日）・5/6（土）は午後5時まで、ビデオ・DVD・CDの視聴、学習室は利用できません。また、レファレンスルームのパソコン（持込パソコンを含む）は、4/22（土）午後1時から4/23（日）午後5時まで利用できません。

家族で読みたい本！家族に読んで欲しい本！

～うちどく（家読）におすすめの本～

「家族で一緒に読みたい本や家族に読んでもらいたい本」の題名とその理由を用紙に書いて、図書館入口の台紙に貼ってください。
その本、読んでみたいな。

■中央図書館
☎871-1400
午前9時～午後9時
■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）
午前10時～午後5時

4月の予定

映画上映会
4/16（日）
【午前の部】午前10時
「大決戦！超ウルトラ8兄弟」
（邦画・1時間37分）
【午後の部】午後2時
「死海殺人事件」
（洋画・1時間43分）

牛久おもちゃ病院
4/16（日）
午前10時～正午

おはなしよんで
4/5・12・19・26（水）
午後2時15分

おはなし会
4/8・15・22（土）午後2時

おはなしイチゴ
4/1（土）午後2時

おはなしとんとん
4/9（日）午前11時

うさちゃんきいて
4/21（金）午前10時30分

4月の休館日

全館休館日
4/10（月）・24（月）
市役所エスカード出張所は
4/29（土・祝）も休館

うしくでがんばる元気な団体をご紹介！

Culture

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

剣道部

代表　宮本清一　　問 ☎872-0836

剣道部は、4つの剣友会から成り立ち、どの剣友会も「明るく元気なあいさつ」「人の話をよく聴く」「約束は守る」「ものを大切にする」等、人と人との関わりを大切にして、日々稽古に励んでいます。その他に、剣道教室や各種講習会等を開催し、指導者の資質向上を図るとともに、子どもたちには、礼法はもちろん剣道で学ぶべき基礎基本を大切にして指導にあたっています。

【定期練習】

- **牛久剣友会**　場所：牛久小学校、鈴木剣道場
  （日）午前7時～10時、（水）午後5時30分～7時、（土）午後5時～7時
- **栄西剣道クラブ**　場所：中根小学校、ひたち野うしく小学校
  （日）午前9時～正午（水・金）午後7時～10時
- **清流剣友会**　場所：下根中学校
  （日）午前9時～正午、（火・金）午後7時～9時
- **若竹剣友会**　場所：牛久南中学校
  （火・木）午後7時～8時30分、（土）午後6時30分～8時30分

第24回ヘルシーボール大会結果

2月19日牛久運動公園体育館で、牛久市体育協会主催第24回ヘルシーボール大会が開催されました。50チーム445人の参加者による熱い戦いが繰り広げられました。

◆大会結果

	ブロック	優　勝	準優勝
子ども	第 1	Kewpie’s jr.	柔Aチーム
	第 2	向台SSS	フェニックス Jr.
一般女子	第 3	SKONE A	チームKBT
	第 4	Kewpie’s	オハナ
一般男女混合	第 5	IPU リハ部	三代目O-Cabees
	第 6	若竹剣友会	TE・NAN WITH A MISSION
	第 7	G	チームのりさん
	第 8	ふたばだぞう	柔Dチーム
	第 9	牛久かっぱ太鼓	Team田宮4丁目
	第10	ピンポンパン	牛久弓道会
	第11	東下根C	仲良し混声チーム
	第12	うしく栄町広場GGクラブ	牛久かっぱクラブ

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）
☎・FAX886-8993

牛久おやこ劇場

代表　種子田孝子　　問 事務所☎874-3404

2月17日 歌子さんのはじめてのコンサートにて

舞台鑑賞や遊び体験など豊かな文化に触れ、子どもと大人が共に成長していく場です。乳幼児と保護者のための『びすけっとくらぶ』の企画、子どもの居場所づくりなど幅広く活動しています。

イベント情報

●第５回市民参加の盆栽盆草展
日時　4月7日（金）～9日（日）午前9時～午後4時
（9日（日）は午後3時30分まで）
場所　中央生涯学習センター展示ホール（2階）
入場料　無料
問　牛久盆栽研究会（潮田）☎873-6538

●第31回牛久市連合詩吟会発表会
日時　4月15日（土）午前10時～
場所　三日月橋生涯学習センター
入場料　無料
問　水府流吟道吾風会牛久支部
（林）☎873-2966

【平成29年度牛久市文化協会総会】
4月26日（水）午後2時30分～

Sports

わんにゃんこ

問 環境政策課☎内線1563

今月は、市内で狂犬病予防定期集合注射が行われます。年1回の予防注射は法律によって義務付けられていますので忘れずにお願いします。

暖かくなり、ペットとのお出かけ、長めのお散歩を楽しみたくなる季節ですが、春だからこそ注意しなければならない事がいくつかあります。ノミやマダニの活動も活発になり、飼い主の皆さんにも分かるようになりますので、早めに動物病院などで処置することが大事になります。

また、猫は春の繁殖期を迎えます。市では室内飼いを推奨していますが、不妊や去勢をまだしていない場合はなおのこと外へ出すことは極力避けてください。また、市内の動物病院で犬猫の不妊や去勢手術を受ける場合は、市の手術費の一部助成制度がありますので、市内の動物病院か市の環境政策課までお問い合わせください。

Hさん家(神谷) マヨチャン(オス)とラッシュ(オス)

いつの間にか、我が家に住み着いたネコです。
とても仲良しでいつも一緒に寄り添っています。

掲載わん・にゃん募集中！ 環境政策課までご連絡ください

ドッグラン 市民無料開放日 **4月6日(木)・19日(水)・23日(日)** AM9:00～11:00

問 ツインギー・アンド・パラダイス(猪子町832-5)☎886-6616
この事業は、ツインギー・アンド・パラダイスのご厚意により、無償で行っています。利用条件がありますのでお問い合わせください。

「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！

しあわせをよぶ レシピ

問 健康づくり推進課(市保健センター内)☎内線1744

牛久市栄養士部会おすすめ おいしい朝ごはん♪
春キャベツのとんぺい焼き風

「USHIKU野菜オーケストラ」キャベツのキャビオン

新年度が始まりました。4月・8月・12月のこのコーナーは、牛久市栄養士部会が担当します。
朝食は1日を元気よく過ごすための源で、脳のエネルギーを補給し、体中のいろいろな機能を目覚めさせる大切な役割を持っています。おいしい朝ごはんを食べて、元気いっぱいの1日をスタートさせましょう。

とんぺい焼きをご存知ですか？とんぺい焼きは鉄板焼きの一種で、関西のお好み焼き屋さんや居酒屋さんの定番メニューです。豚肉を平たくして焼いたことからこの名前が付いたといわれています。お好み焼きは小麦粉を使う「粉もの料理」ですが、とんぺい焼きは「卵焼き」の変型版です。

【材 料】(4人分)

- 豚肉(生姜焼き用)… 200g(4枚)
- A
  - しょうが(すりおろし) …… 小さじ1(1かけ)
  - 塩…… 少々
  - こしょう…… 少々
- 小麦粉…… 少々
- ごま油…… 大さじ2弱
- 春キャベツ…… 300g(1/3個)
- 卵…… 2個
- ソース
  - ウスターソース…… 大さじ2
  - しょうゆ…… 小さじ2
  - トマトケチャップ … 小さじ2

【作り方】

① 豚肉は食べやすい大きさに切り、Aの下味をつけてから軽く小麦粉をふる。
② フライパンにごま油を熱し豚肉を広げて入れ、色が変わるまで両面をさっと焼く。
③ キャベツは2cmのざく切りにし、② に加えて豚肉と一緒に炒める。
④ キャベツがしんなりしたら卵を割り入れ、黄身をくずして2～3分蒸し焼きにして出来上がり。
⑤ ソースを合わせておき、かけて食べる。※彩りでミニトマトを添えると食欲をそそります。

発見！

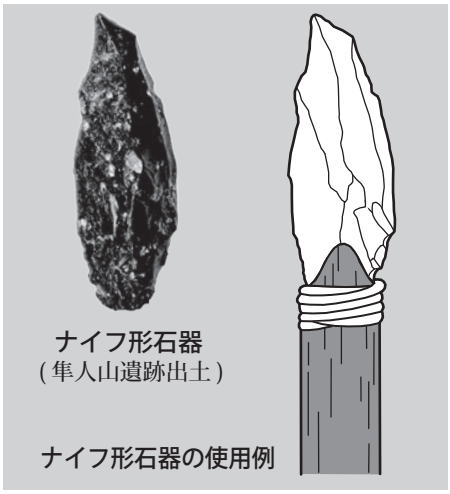
新コーナー

牛久のお宝

問 文化芸術課（中央生涯学習センター内）☎871-2301

第1回　牛久市最古の石器

牛久市で最古の石器は、現在のところ、隼人山遺跡（ひたち野西）で見つかったナイフ形石器です。これらは平成5～7年の土地区画整理事業に伴う発掘調査で、関東ローム層という赤土から出土し、その特徴から約3万年前のものと推定されます。ナイフ形石器は、槍先として棒の先につけて使用され、オオツノシカやナウマンゾウなどの獲物を捕まえていたと考えられます。隼人山遺跡出土のものは栃木県北部にある高原山の黒曜石、馬場遺跡出土のものは茨城県北部を流れる久慈川流域の珪質頁岩が石材として使われており、旧石器時代の人びとが広い範囲を移動していたことがわかります。



（長さ8.5cm）

今回紹介したナイフ形石器は、かっぱの里ギャラリー（かっぱの里生涯学習センター内）で展示中

里山の樹木

問 都市計画課
☎内線2524

開花期の全景：ひたち野みずべ公園
平成26年4月19日撮影

花序：新地町林縁
平成22年5月2日撮影

第16回　ウワミズザクラ

花見時期を逃してしまった方に朗報。開花期はソメイヨシノよりおそく4月中旬～5月、葉が出た後に咲くウワミズザクラ（上溝桜）を探してみませんか。

バラ科、花形は写真のように白く長いブラシ状。落葉高木で、北海道以南から九州に分布する。牛久では斜面林や雑木林に自生するほか公園でも見られる。果実は8～9月頃赤から黒となり熟す。蕾の塩漬けは杏仁香、実は杏仁香酒に利用され珍重される。上溝の名は昔、亀甲占いでこの材を彫ったという説から。また材が堅いことから金剛桜と呼ぶ地域もあるようだ。

※牛久の里山樹木ハンドブック12ページに掲載。本に関するお問い合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樹木リサーチ（文章…秋山由美子、写真…【全景】戸塚昌弘、【花序】渡辺泰）

文芸さろん｜卯月｜

牛久から牛歩で綱に辿り着き　新井さん
姫辛夷咲く競い啄む夫婦鵯　堀さん
水仙のつぼみふくらむ日々たのし　枝さん
春の風空中ブランコの吊しびな　岡村さん
なつかしき母とかぞえたお手玉を　草葉
　孫に手渡す春の縁側
今日もまた目から涙の花粉症　竹やん
　じっと我慢の春明けを待つ
立雛の影の重なる白障子　髙階さん
　一村のけぶらふ野焼日和かな

【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
【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）

市からのお知らせ

●第23回うしく現代美術展出品作家募集

うしく現代美術展は、より高いクオリティを目指す作品群を地域に広く紹介する機会として、1995年にこの地域の作家を中心に創成された展覧会です。地域の文化振興への寄与を願いながら、市民と行政と作家が協働で企画運営、開催しています。年に一度の作品展示を核に、学校移動美術展、小中学校鑑賞会、市民参加ワークショップの開催など、幅広く活動しています。

◆募集規定

対　アート作家（平面・立体・クラフト・映像ほか）

申　4月1日（土）～30日（日）の期間に、応募用紙に以下の①、②を記入し、事務局に持参または郵送でお申し込みください。応募用紙は、うしく現代美術展実行委員会事務局までお願いします。

①作家略歴

②作品写真（5点以上の異なる作品写真、作品掲載された図録でも可）

※各作品に素材・サイズ・制作年などを明記してください。

◆審査会　5月21日（日）にうしく現代美術展実行委員会で選考します。

※結果については、応募いただいた方全員に郵送で通知します。

※審査会で選ばれた方は、作品を出品いただくとともに、当美術展の主旨をご理解の上、会場設営・運営実務・各種事業にご参加いただくこととなります（詳細は事務局にお問い合わせください）。

※出品作品は「うしく現代美術展ホームページ」への掲載を前提とします。

第23回うしく現代美術展

日　平成29年11月19日（日）～12月3日（日）

所　中央生涯学習センター（展示ホール・多目的ホール・中庭）

分野　平面、立体、クラフト、映像ほか

出品料　5,000円（作品搬入時に納入）

問　うしく現代美術展実行委員会事務局（文化芸術課内）☎871-2301
〒300-1211牛久市柏田町1606-1 E info@ushiku-genbi.org（第2・4月曜日休館）

情報ひろば

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　広報政策課

「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　システム管理課

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

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

FM 周波数 85.4MHz

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 FAX875-8686 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。

●素敵な出会い！「ふれあいバスツアー」

牛久市ネットワーカー連絡協議会では、(一社)いばらき出会いサポートセンターの後援により、「ふれあいバスツアー」を実施します。素敵な出会いを探してみませんか！

日　5月27日(土)午前10時～午後3時30分(受付：午前9時30分～)
集合場所　シャトーカミヤ駐車場(牛久市中央3-20-1)
見学先　牛久大仏、ヤマイチ味噌、牛久自然観察の森など(予定)
※ラ・テラス・ドゥ・オエノン(シャトーカミヤ内)での食事あり。
対　30代、40代の男性・女性(独身者)
定　男女各34人　※定員を超えた場合は抽選。
¥　男性5,000円、女性3,000円　※5月25日(木)からキャンセル料(全額)が発生。
申　電話またはホームページの申込フォーム(http://www.city.ushiku.lg.jp/section.php?code=8)に入力の上、送信してください。
締　4月28日(金)
主　牛久市ネットワーカー連絡協議会
後　(一社)いばらき出会いサポートセンター
問　市民活動課☎内線1631

●牛久市東日本大震災被災者生活再建支援金の申請期限の延長

市では、東日本大震災による、り災証明書が半壊以上の世帯に対し、被災者生活再建支援金制度を創設し支援金を支給しています。

◆対象　全壊、大規模半壊、半壊もしくは半壊で解体した住家

◆申請期限　平成30年4月10日(平成29年4月10日を1年延長)

※なお、被災者生活再建支援法(国)による支援金の申請期限についても、これまでは平成29年4月10日まででしたが、1年延長され、平成30年4月10日となっています。

◆被災者生活再建支援金制度の受取額(例)

被災区分	国基礎支援金	国加算支援金	市支援金	受取額合計
全壊＋建設・購入	100万円	200万円	100万円	400万円
全壊＋補修	100万円	100万円	100万円	300万円
全壊＋賃借(公営以外)	100万円	50万円	100万円	250万円
大規模半壊＋建設・購入	50万円	200万円	70万円	320万円
大規模半壊＋補修	50万円	100万円	70万円	220万円
大規模半壊＋賃借(公営以外)	50万円	50万円	70万円	170万円
半壊＋建設・購入	―	―	50万円	50万円
半壊＋補修	―	―	50万円	50万円
半壊＋賃借(公営以外)	―	―	50万円	50万円
大規模半壊または半壊を解体＋建設・購入	100万円	200万円	100万円	400万円
大規模半壊または半壊を解体＋賃借	100万円	50万円	100万円	250万円

※国の支援金は、単数世帯では25％減となります。

問　交通防災課☎内線1683

●第127回うしくゴッ多市フリーマーケット

日　4月9日(日)午前10時～午後3時　※小雨決行・荒天中止。
所　中央生涯学習センター駐車場
内　①草大福の格安販売(正午予定・数量限定)、②ヨーグルトとたまごの格安販売(午後2時予定・数量限定)、③再生家具販売(午前10時～無くなり次第終了)
※イベントについては、内容と時間を変更することがあります。
※次回は6月11日(日)開催。
問　商工観光課☎内線1823

●環境配慮型機器(高効率給湯器)設置補助金

高効率給湯器の設置費用の一部を予算の範囲内で補助します。ただし、予算がなくなり次第終了とさせていただきます。※詳しくは市ホームページをご覧ください。

受付開始日　4月10日(月)
受付時間　平日午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)
受付場所　牛久市役所本庁舎3階環境政策課窓口

◆補助内容等

補助対象機器	補助金額
住宅用潜熱回収型給湯器	10,000円／台
住宅用自然冷媒ヒートポンプ給湯器	10,000円／台
家庭用ガスコージェネレーションシステム	10,000円／台
家庭用燃料電池コージェネレーションシステム	40,000円／台

問　環境政策課☎内線1565

【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

●第8回マレットゴルフ教室

広々とした自然環境の中で、性別、年齢に関係なく楽しめ、運動不足も自然に解消できる生涯スポーツ「マレットゴルフ」。新緑の下で楽しく体験しませんか。

日　4月16日（日）午前9時～正午
所　市総合福祉センター福祉の森内マレットゴルフ場
対・¥　市内在住・在勤および近隣都市の50才以上の方・無料
※服装は自由、運動靴でご参加ください。道具は準備します。
締　4月13日（木）
主　牛久市体育協会牛久マレットゴルフ友の会
申・問　牛久市体育協会事務局☎873-2486

●第109回ヘルシーボール教室

大人も子どもも楽しく汗を流しましょう。

日　4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
対　市内在住・在勤の方（年齢は問いません）
¥　大人のみ100円（保険代として当日徴収）
持　運動のできる服装、上履き
締　4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　牛久市体育協会事務局☎873-2486

スポーツ

●平成29年度　牛久市民硬式テニスミックスダブルス大会

日　5月14日（日）受付午前8時～、開会式午前8時30分
※予備日5月28日（日）
所　牛久運動公園テニスコート
種目　ミックスダブルス（32組）
対　中学生以上で市内または龍ケ崎市に在住・在学の方
※前年度の優勝ペアは、同じペアでの出場はできません。
試合方式　トーナメント方式、コンソレあり。
¥　2,000円（大会当日徴収）
申　4月1日（土）～15日（土）の間にEメールで氏名、資格、住所、所属クラブ、電話番号を記載してお申し込みください。受け付け後、返信メールをしますのでご確認ください。※牛久運動公園体育館事務所での受け付けは行いません。
注意事項　申し込み期間を過ぎた後のキャンセルおよび当日の欠席は参加費を請求します。当日、雨天などで開催が危ぶまれる場合は現地で判断し決定しますので現地集合を原則とします。
申・問　小杉☎080-9344-1272
E ushiku.taikyo.tennis@gmail.com
※問い合わせもなるべくEメーでお願いします。

●いばらき県南若者サポートステーション就労相談

日　4月25日（火）午後1時～5時　　所　ひたち野リフレ第2会議室
対　15～39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日前までにお申し込み
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つくば）
☎893-3380　FAX893-3381　E info@saposute-tsukuba.jp

●おやこわらべうたの会スペシャル

赤ちゃんと楽しめるわらべうた遊びの会を、中央図書館で行います。

日　4月28日（金）①午前10時30分～②午前11時～　※同内容で2回開催。
所　中央図書館視聴覚室（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　各回先着15組
¥　無料
申　4月3日（月）午前9時から中央図書館カウンターまたは電話にて申し込み
申・問　中央図書館☎871-1400

●春だ！映画だ！ナイトシアター！！

ご好評いただいているナイトシアターを、今春も開催します。名作映画で素敵なひとときをお過ごしください。

所　中央図書館視聴覚室（2階）
時　午後6時～
¥　無料　※受付不要
※中学生以下の方は保護者同伴でお願いします。

上映日	上映作品
4月7日（金）	陽のあたる場所（洋画・字幕）
4月21日（金）	スープ・オペラ（邦画）
5月12日（金）	ジンジャーとフレッド（洋画・字幕）

問　NPO法人リーブルの会（中央図書館内）☎871-1400

人材募集・就職支援

●一般職非常勤職員の募集

①中央図書館（司書）

勤務場所	中央図書館	募集人数 1人
任用期間	平成29年6月1日～平成30年3月31日（再任用あり）	
応募資格	・図書館法第5条に規定する司書または司書補の資格を有している方・普通自動車運転免許を有する方	
仕事内容	図書館業務全般（図書館資料の提供および収集・整理・保存業務、レファレンス業務、児童サービスなど）	
勤務条件等 ①報酬額	時間額：1,000円※交通費は交通手段、距離区分に応じて支給	
勤務条件等 ②勤務日数・時間	勤務日：図書館シフト表による週5日 勤務時間：原則として、午前8時30分～午後5時または午後0時30分～9時の交代制（1日7時間30分、週あたり37時間30分以内）※時間外勤務あり	
勤務条件等 ③休　日	図書館シフト表による	
勤務条件等 ④福利厚生	社会保険（厚生年金・健康保険）、雇用保険加入	
申込期間	平成29年4月3日（月）～17日（月）	

②市内公立保育園短時間保育士、調理員

職　種	短時間保育士（遅番）	調理員
勤務場所	市内公立保育園	
任用期間	平成29年5月1日～平成30年3月31日（再任用あり）	
応募資格	65歳未満の方で、保育士の資格を取得している方	65歳未満の方
仕事内容	保育園乳幼児の保育全般	保育園の給食調理全般
募集人数	若干名	
勤務条件等 ①報酬額	時間額：1,000円 交通費：交通手段、距離区分に応じて支給	時間額：900円
勤務条件等 ②勤務日数・時　間	週5日／1日2時間 午後4時～6時 （週19時間以内） ※午前7時～午後7時の間でシフト勤務あり、時間外勤務あり	月15日以内 午前8時30分～午後4時30分 （週19時間以内） ※シフト勤務あり
勤務条件等 ③休　日	土・日曜日、祝日※年数回土曜日出勤あり。	土・日曜日、祝日
勤務条件等 ④福利厚生	社会保険、雇用保険加入なし	
申込期間	平成29年4月3日（月）～12日（水）	

◆**選考方法**　書類選考後、対象者に面接日を通知。

◆**申込方法**　「非常勤・臨時職員登録申込書」に必要事項を記入のうえ（写真4cm×3cm貼付）、持参するか、郵送でお申し込みください（提出先、郵送先は担当課、人事課のいずれでも可）。申込書は人事課窓口のほか、人事課ホームページからもダウンロードできます。

※地方公務員法第16条（欠格条項）に該当する方は、応募できません。

問　人事課☎内線1042

●自衛官募集

受験種目	自衛隊幹部候補生	
	一　般	歯科・薬剤
受験資格	平成30年4月1日現在 【大卒程度試験】…22歳以上26歳未満の者（20歳以上22歳未満の者は大卒（見込み含む）、修士課程修了者等（見込み含む）は28歳未満） 【院卒者試験】…修士課程修了者等（見込み含む）で、20歳以上28歳未満の者	平成30年4月1日現在 【歯科】…20歳以上30歳未満かつ専門の大卒（見込み含む）者 【薬剤】…20歳以上28歳未満かつ専門の大卒（見込み含む）者
受付期間	3月1日（水）～5月5日（金・祝）	
試験期日	1次：5月13日（土）・14日（日）、2次：6月13日（火）～16日（金）のうち指定する日	1次：5月13日（土）、2次：6月13日（火）～16日（金）のうち指定する日
場　所	別途各人に通知します	

◆**自衛隊説明会（事前予約不要・参加費等無料）**

平成29年度実施される、自衛隊の各学校・隊員募集の説明会です。時間内いつでも受け付けます。お気軽にお越しください。

日　4月15日（土）午前10時～午後3時　　所　取手ウェルネスプラザセミナールームA

問　自衛隊茨城地方協力本部龍ヶ崎地域事務所（龍ケ崎市寺後3629-5）

☎0297-64-3351　HP http://www.mod.go.jp/pco/ibaraki/　E hq1-ibaraki@pco.mod.go.jp

※詳細はお問い合わせください。

●「みづゑの会」作品展

会員の水彩画・油彩画の作品展です。新会員歓迎します。

日　4月4日(火)～9日(日)午前10時～午後5時(最終日は正午まで)

所　三越牛久店2階アートギャラリー※入場無料

主　水彩画の「みづゑの会」

問　高田☎873-1023

●春の山野草展

可憐に咲き始めた山野草の寄せ植えなどをお楽しみください。

日　4月13日(木)～16日(日)午前9時～午後5時(最終日は午後3時まで)

所　奥野生涯学習センターロビー

主　牛久奥野山野草同好会

問　根本☎080-1252-1885

●太極拳体験講座(無料)

太極拳は意識、呼吸を伴った全身運動です。運動のできる服装でお越しください。

日　4月8日(土)・15日(土)午前9時30分～11時

所　中央生涯学習センター和室

定　先着5人

団　うしく太極拳の会つるの会

申・問　斎藤☎874-6030

●マリッジサポーターの第19回結婚相談会(無料)

一人考えるのではなく、マリッジサポーターに相談してください。

日　4月23日(日)午後1時30分～4時(受付午後3時まで)

所　中央生涯学習センター小講座室(2階)

主　マリッジサポーター県南地域活動協議会牛久地区

問　平元☎080-2259-4866、木村☎090-5819-7521

●歴史を語り合う会

日　4月16日(日)午後2時～5時

所　エスカード生涯学習センター第1・2講座室(4階)

演題　アールヌーボー作家達の感性を揺さぶった駐仏森林官：高島得三

内　エミール・ガレ、ドーム兄弟、高島得三(北海)らの生涯や作品を映像等で紹介する。

講　佐々朋幸氏

¥　300円(資料代)

主　牛久史談会

問　板宮☎090-2327-6304

●平地林の手入れ作業「森林ボランティア」

日　4月16日(日)午前8時30分～正午

所　つくば市大井※集合場所はお問い合わせください。

内　下草刈り、伐採、枝打ち※作業後、軽食を用意。

持　ナタ、カマ、ノコギリ、作業服、手袋、飲み水

¥　保険代1人300円(1家族500円)

団　木とふれあうネットワーク

問　事務局(阿部)☎873-6424

●出会いパーティー

日　4月29日(土・祝)午後1時30分～4時30分

所　中央生涯学習センター

対　独身男女(男性：30～40歳、女性：25～35歳)

¥　男性3,000円、女性1,000円※当日会場でお支払い。

締　開催日の3日前

後援　(一社)いばらき出会いサポートセンター

主・問　NPO法人ベル・サポート☎0280-87-7085※月曜日休業。

催し・講座

●第10回うしくフラワーコンテスト

◆作品募集

展示期間　5月21日(日)～28日(日)午前9時～午後5時(最終日は正午まで)

所　中央生涯学習センター駐車場脇

募集部門　【ハンギングバスケット部門(壁掛けタイプ)】…100点、【コンテナガーデン部門】…50点

申　出展申込書にご記入の上、4月10日(月)～5月10日(水)の間に、郵送またはFAXで申し込み。

◆記念講演と食事会

日　5月21日(日)午前10時30分～

所　シャトーカミヤレストランキャノン

講　間室伸子先生(日本ハンギングバスケット協会本部講師、ガーデンデザイナー)

¥　3,500円(当日支払い)

締　5月15日(月)

主　うしく花と緑の会、日本ハンギングバスケット協会茨城県支部

後援　牛久市、牛久市教育委員会　他

申・問　神戸☎・FAX875-0797(〒300-1286牛久市小坂町3291神戸幸子宛て)

●第12回民踊(みんよう)・2005(にまるまるご)おさらい会

北から南へふる里の民謡に合わせて、仲間と午後のひとときを楽しく踊りましょう。

日　4月11日(火)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

内　ソーラン節、磯節、博多どんたく　他

後援　牛久市文化協会

問　松岡☎871-5809

●牛久フロイデ混声合唱団

初心者大歓迎！練習が楽しい合唱団です。見学だけでもOK。男声は特に歓迎します、ホームページもあります。

日　毎週水曜日午後1時30分～3時30分
所　三日月橋生涯学習センター
対　どなたでも
¥　月1,500円
団　牛久フロイデ混声合唱団
問　池永☎・FAX873-8590

●一緒に歌いましょう「コーラス泉」

新年度のスタートです。何かを始めてみませんか。仲間と歌う楽しさを一緒に創っていきましょう。見学歓迎。

日　毎週火曜日午後1時30分～3時30分
所　中央生涯学習センター音楽室
対　歌が好きな女性
¥　月2,000円
団　コーラス泉（女性コーラス）
問　番（ばん）☎871-3954

●牛久シニアアンサンブル

現在30人の団員が楽しく練習しています。ご一緒にアンサンブルを楽しみませんか。

日　原則毎月第1・3月曜日午後1時30分～4時
所　エスカードスタジオ
募集パート　ヴァイオリン、チェロ、コントラバス、ドラム。経験者（他楽団との掛け持ちOK）歓迎。初心者もお気軽に。
¥　入会金1,000円、月1,500円
団・問　牛久シニアアンサンブル☎090-2564-5377
E　jyu4805@docomo.ne.jp

メンバー募集

●菊づくり初心者教室

スプレー菊、クッションマム、寒菊の育て方のコツを教えます。希望があれば大菊についても。

日　5月～10月の毎月第1土曜日午前10時～正午
所　三日月橋生涯学習センター
対　花の好きな人（年齢・性別・経験不問）
定　先着20人
¥　総額3,000円（教材費）
申　はがき（牛久市南4-32-10上村遙宛て）またはFAXで。夜は電話でも可。
締　4月30日（日）
団　牛久菊花会
問　上村☎・FAX874-8914

●牛久男声合唱団

牛久市唯一、平均年齢75歳の男声合唱団です。男声合唱の楽しさ、豊かさ、奥深さをあなたにも。経験不問、初心者大歓迎です。

日　毎週土曜日、午後1時～
所　中央生涯学習センター音楽室
講　新倉幸四郎、是松明里
¥　月2,000円
団　牛久男声合唱団
問　松本☎874-4410

相　談

●筑波銀行年金無料相談

年金に関するご相談、手続きなど個別に対応します。要予約。

①日・所　4月8日（土）午前10時～午後4時・すまいるプラザ牛久（筑波銀行ひたち野うしく支店内）
②日・所　4月18日（火）午前10時～午後4時・筑波銀行牛久支店
申・問　筑波銀行牛久支店（塚本）☎872-1310

●常陽銀行年金無料相談

銀行顧問の社会保険労務士がご相談に応じます。要予約。

①ひたち野うしくローンプラザ
日　4月8日（土）午前10時～午後4時
申・問　常陽銀行ひたち野うしく支店☎871-8122
②常陽銀行牛久支店
日　4月19日（水）午前10時～午後3時
申・問　常陽銀行牛久支店☎872-5112

●行政書士無料相談会

日　4月22日（土）・5月27日（土）・6月24日（土）の午後1時～4時
所　中央生涯学習センター中講座室
内　相続、遺言、農地転用、会社設立など※予約不要、秘密厳守。
問　茨城県行政書士会県南支部（石井）☎0297-63-3303

●ウクレレ初心者会員募集

ウクレレ・ソロやコードで合奏を楽しみましょう。ギター、ハーモニカとの合奏もあります。入会および見学希望の方は、予約なしで直接会場にお越しください。

日・所　毎月第1・3火曜日午後1時30分～…奥野生涯学習センター
毎月第1・3月曜日（変更あり）午後1時30分～…三日月橋生涯学習センター
¥　月500円　　団　牛久ウクレレアンサンブル（ウクレレ奥野火曜会）
問　大野☎873-6638

●将棋愛好会員募集

現在24人で活動しています。加入希望の方は会場まで。

日　原則毎月第2・4土曜日午前10時～午後4時
所　総合福祉センター
¥　年2,000円（10月以降加入は1,000円）※無料体験あり。
団　牛久市福祉センター将棋クラブ
問　野川☎873-4759

●吟詠教室

漢詩・和歌・俳句等を楽しく学べます。あなたの感性で詠ってみませんか。生涯教育にも最適です。

日　第1･2･4土曜日午後1時30分～
所　中央生涯学習センター小会議室、視聴覚室
¥　月1,500円
団　公益社団法人日本詩吟学院大利根吟詠会
問　丸山☎874-0614

●韓国語学習「メンドラミ」

楽しく韓国語会話を学習しています。ご一緒に学習しませんか。

日　毎週金曜日午後1時～3時
所　中央生涯学習センター
¥　月3,000円
団　メンドラミ
問　小野寺☎080-1127-7218
E　zhongwu1232@yahoo.co.jp

●コントラクトブリッジ体験教室および会員募集

コントラクトブリッジは、世界各国で行われているトランプの知的頭脳スポーツです。初心者には教授します。

日　毎週月・火・木・金曜日午後1時～4時
所　ひたち野リフレ会議室
対　体験教室は金曜日を含む週2回以上参加可能な方
定　各講座とも4～5人程度　¥　無料　申　当日現地にて受付
問　太田☎080-3456-9387　E　so36ytks@t.vodafone.ne.jp

●ダンス講習会初心者募集

ワルツ、タンゴ、ルンバ、チャチャチャ等分かりやすく教えます。

日　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
団　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

牛久自然観察の森　4月のイベント情報

森でランチ　14日(金)正午～午後1時

幼児とその保護者を対象にした絵本の読み聞かせ会、季節の生き物達もご紹介します♪

□参 加 費：無料
□集　　合：『バッタの原』日時計側
□申し込み：不要（当日受け付け）
□備　　考：お弁当、水筒持参。
　　雨天、強風時は中止。

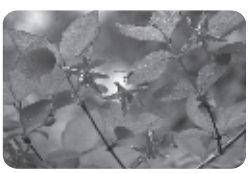
バードウォッチング　16日(日)午前9時～11時

観察の森園内と周辺の小野川沿いの野鳥観察会♪
子育てシーズン中につき、エサを運んでいる姿がみられるかもしれません。

□参 加 費：無料
□申し込み：不要（当日受け付け）
□集　　合：ネイチャーセンター前
□備　　考：雨天時、強風時中止。
　　双眼鏡の無料貸し出し有り

園長の里山ガイド　16日(日)午後1時～3時

里山に自生している植物の観察会、
雑木林の花がたくさん咲き始めますよ♪



□対　　象：大人の方向け
□参 加 費：無料
□申し込み：不要
□集　　合：ネイチャーセンター前
□備　　考：雨天、強風時は中止。

植生管理ボランティア募集

下草刈りを中心とした園内の植生管理作業を行っています。
爽やかな汗を流し、生き物の育む森作りを行ないましょう。

□日　　程：毎週水曜日　□時　　間：9時～11時30分
□対　　象：成人の方
□集　　合：ネイチャーセンター倉庫前
□参加方法：電話またはネイチャーセンターにて、参加希望の旨をお伝え下さい。（担当：木谷）

【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】午前９時～午後４時45分（入園無料）
【休 園 日】4月：3日（月）、10日（月）、17日（月）、24日（月）

エスカード牛久ビル

エスカード牛久ビルに㈱エコスが出店決定！

2月28日、牛久市と関東地方を中心にスーパーマーケットチェーンを展開している『株式会社エコス』との間で、エスカード牛久ビル1階への食料品スーパーマーケット出店に向けた基本合意が成立いたしました。

なお、出店時期につきましては、今年の5月もしくは6月を予定しています。

8小学校区タウンミーティング

市民の意見を市政に反映

市民と直接対話し、協働のまちづくりを推進しようと、小学校区ごとにタウンミーティングを開催しました。区長や行政区役員合わせて152人が参加し、根本市長や市執行部とともに、市政全体の計画や各行政区の課題等について意見交換を行いました。エスカード牛久ビルや公共交通、空き家対策についての説明後、各行政区の要望や実情などについて話し合いました。

平和の集い

平和を見つめる一日に

3月5日、中央生涯学習センター文化ホールで「平和の集い」が開催されました。第1部では、平和使節として広島を訪問した中学生たちがそれぞれの中学校で発表した「校内平和の集い」の様子がビデオで紹介されました。第2部のタレントの山田雅人さんの話芸「かたり」は感動的で、平和について見つめ直す貴重な一日となりました。

保育園のおいしいおやつ

ブルーベリーの森からの贈り物

2月21日、市内4公立保育園に新しいおやつが登場。「森のブルーベリーケーキ」と名付けられた牛久産ブルーベリーがたっぷり入った甘酸っぱい焼きケーキです。当日は、生産者である「女化ブルーベリーの森」の本多恭子さんも下根保育園を訪れ、子どもたちと一緒におやつを楽しみました。薄紫のケーキが配られると、みんなあっという間に完食。おかわりには長蛇の列ができました。

おいしいケーキに満面の笑み

パパといっしょにクッキング！

お父さんと料理体験

2月25日、市保健センターで「お父さんといっしょ パパといっしょにクッキング！」が行われ、小学生と父親12組が参加しました。この企画は父親の家事・育児への積極的な参加を奨励するため、市男女共同参画推進事業の一環として行われています。お父さんたちは「これからも家で料理をする機会を持ちたい」などと話し、子どもとの調理を楽しんでいました。

手作りウィンナーサンドなど4品を作りました

スノーボードの大会で優勝

大人にも負けず初優勝

2月9日に開催された第35回全日本スノーボード選手権関東・東北大会において、スロープスタイル一般男子の部で優勝した荻原大翔（おぎわらひろと）さん（向台小5年・11歳）が、2月24日、市役所を表敬訪問しました。根本市長は、「大人も出る大会で優勝という結果は本当にすごい。ダイナミックな滑りでビックリした」と驚きを語りました。荻原さんは、「初めて優勝したので、すごくうれしい。次の大会でも頑張って優勝したいです」と話しました。

広報うしく
1190号
2017 4月1日号
平成29年4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
FAX 029・873・2512
HP http://www.city.ushiku.lg.jp/

３Ｄプロジェクションマッピング

CG映像で牛久をPR!!

3月10日・11日の2日間、牛久市初の大規模3Dプロジェクションマッピングイベント「BON APPÉTIT! ～ワインの街うしく～」をシャトーカミヤにおいて開催しました。本イベントでは、コンピューターグラフィックス(CG)を使った映像を旧事務室に投影しました。映像では、河童が悠々と泳ぐ姿や、サーチライトに照らされた牛久大仏など、牛久ゆかりの映像が華々しく投影されました。2日間で約6,000人の来場者があり、参加者たちは鮮やかな映像を楽しみました。

牛久第二小学校

横綱稀勢の里関をオリジナルのぼり旗で応援！

大相撲三月場所が始まるのに合わせ、3月9日、牛久第二小学校では、横綱稀勢の里関応援のぼり旗を校門前に掲示しました。こののぼり旗は全クラスで1本ずつ作り、それぞれの学級で文言やデザインを考えました。設置した児童は、「稀勢の里関には何度も優勝してほしい。自分たちののぼり旗で横綱と牛久が盛り上がっていければとてもうれしい」と話していました。のぼり旗は今後も本場所毎に掲示していく予定です。

今月の
たいへんよくできました

つつじが丘ふたばランド保育園

▲園庭にかまどを用意してカレーライスを作りました
▶小さなクラスのお友だちにはぞうグループのお兄さん、お姉さんが配膳をお手伝い

つつじが丘ふたばランド保育園のお友だちが楽しみにしている「カレーライスの日」。ぞうグループのお友だちが中心になり、買い物から配膳まで役割を分担し、みんなで協力をしてカレーライスを作ります。大きなお鍋で作るカレーライスの味は最高！子どもたちは「カレーライス作りは楽しい。お家でも作ってるよ」と話してくれました。