



いきいき茨城ゆめ国体 牛久市炬火名



未来へとつないで輝く うしくの火



奥野小学校



ひたち野うしく小学校



向台小学校



岡田小学校



牛久小学校



牛久第二小学校

みんなで盛り上げよう！



神谷小学校

いよいよ国体が開幕！



中根小学校

【牛久市の炬火名が決定！】

今月末、いよいよ「いきいき茨城ゆめ国体・大会」が開幕します！開催に向け、市内では6月から各小学校で「地域の火」を誕生させる採火式が行われてきました。そして、7月28日のうしくっば祭りにおいて、8つの小学校とくっば祭り会場で採火した火をひとつに集める集火式が行われ、牛久市の火が誕生しました。また、春から公募していた炬火名の発表と表彰式も実施。161個の応募作品の中から上記に決定しました。たくさんのご応募ありがとうございました。

県内の44市町村で集火された炬火が、未来や市町村をつないで輝いて、素晴らしい国体ができますように！

炬火名最優秀賞
高柳 正美さん



国体・大会へ行こう！

実施されます。ぜひ競技会場に足を運んで、スポーツの祭典を盛り上げましょう！

問 いきいき茨城ゆめ国体
牛久市実行委員会(国体推進課)

☎内線3031～3033

HP <http://www.city.ushiku.lg.jp/page/dir009799.html>



空手道競技

9/28^土～30^月

牛久運動公園体育館

競技のルール

組手
競技

1対1の実戦形式。突き・蹴り・打ちの3種類の技で戦い、競技時間内に「一本」「技あり」「有効」などで8ポイント差がついた時点で勝敗が決まります。

形
競技

仮想の敵に対する防御・攻撃を一連の流れとして組み合わせた演武。気迫や技の練度を競います。

競技を10倍
楽しく見る
ポイント

Point 1 組手 高度な技の応酬が見どころ！

息もつかせぬ速さで繰り出される突きや蹴りが決まる瞬間と、攻撃に至るまでの選手同士の駆け引きが見どころ。いかに正確に有効打を出せるか注目です！

Point 2 形 気迫や躍動感に感動！

トップレベルの選手の演武は、技のキレはもちろん、気迫と躍動感が圧倒的。トーナメント戦では試合ごとに異なる形を演じる選手たちの高い技術は必見です。

Point 3 茨城県代表選手に注目！

そめやまゆみ 選手
染谷 真有美 選手

【女子組手】
日本オリンピック委員会
オリンピック強化選手

9/28(土)成年女子組手に出場！



大会プログラム(牛久市)

いきいき茨城ゆめ国体2019

いきいき茨城ゆめ大会2019

空手道競技【正式競技】

9/28^土

9/29^日

9/30^月

9:00～開式
10:00～試合開始
◆個人戦
・少年女子形
・少年男子形
・成年女子組手
・成年男子組手
18:15～表彰式
※12:20～公開演技

9:00～試合開始
◆個人戦
・少年女子組手
・少年男子組手
・成年女子形
・成年男子形
◆組手団体戦
18:10～表彰式
※12:10～公開演技

9:00～試合開始
◆組手団体戦
14:00～
総合表彰式

軟式野球競技【正式競技】

10/4^金

10/5^土

8:00～開始式
【1回戦第1試合】
8:30～試合開始
【1回戦第2試合】
10:50～試合開始

【2回戦第1試合】
8:30～試合開始
【準々決勝(1試合)】
13:40～試合開始



ブラインドテニス【オープン競技】

10/12^土

10/13^日

【会場】牛久運動公園体育館

【時間】11:00～ 【時間】8:30～

視覚障害のある人が行うブラインドテニスは、バドミントンコートを使用し、音源の入ったボールをネット越しに打ち合うエキサイティングなスポーツです。この機会にぜひ観戦してみてください！

観戦方法 事前予約不要・全席自由

どなたでも自由に観戦できます。ぜひ会場で、全国から集まる選手たちを応援してください！
※ただし、空手道競技の会場は席に限りがあり、立ち見または入場制限がある場合もありますので、あらかじめご了承ください。

おもてなしブースも！

期間中は国体関連グッズ(いばラッキーグッズなど)やスポーツ用品の販売、飲食店の出店もありますので、こちらも楽しみください！



※昨年開催の福井国体の様子

軟式野球競技

10/4(金)・5(土)

牛久運動公園野球場

競技のルール

ゴムのボールを使うことを除き、硬式野球と同じルールで行われます。試合は9イニングまで、9イニングを終えて同点の場合は勝負がつくまで1イニングごとの延長戦を行います。

競技を10倍
楽しく見る
ポイント

Point 1 ゴム球ならではのプレーは必見!

ゴム製ボールは飛距離が出にくいですが、よく弾むのが特徴。打球の処理も難しいため、バッターは長打よりボールを転がしてヒットを狙います。軟式ならではの攻撃や守備に注目です。

Point 2 ベンチの戦術が見どころ!

軟式はトップレベルの試合ほど点が入りづらいため、1点の攻防になります。1球ごとの采配次第で勝敗が分かれるため、攻撃側・守備側の戦術も見どころです。

Point 3 茨城県代表チームに注目!

常陽銀行野球部
10/4(金)～出場
※牛久市、水戸市、笠間市、日立市、土浦市、高萩市の会場のいずれか。



マイカーの
利用はご遠慮
ください

便利なシャトルバスを
ご利用ください!



中央生涯学習センター～牛久運動公園往復

中央生涯学習センター(始発) ↔ 会場(最終)

空手道 競技	9/28 ^土 ・29 ^日	8:00	20分 間隔で 運行	20:00
	9/30 ^月	8:00		20:00
軟式野球 競技	10/4 ^金 ・5 ^土	—————		

ひたち野うしく 駅東口(西友前)～牛久運動公園往復

ひたち野うしく 駅東口(西友前)(始発) ↔ 会場(最終)

空手道 競技	9/28 ^土 ・29 ^日	7:30	30分 間隔で 運行	19:55
	9/30 ^月	7:30		15:55
軟式野球 競技	10/4 ^金 ・5 ^土	8:30		19:00

歓迎装飾

47都道府県応援のぼり旗



市内全小中学校の児童・生徒たちが、全都道府県ごとに2枚ずつ作成。期間中、会場に飾られます。

全国から集まる
選手や来場者を
お出迎え!

花で会場を演出 花いっぱい運動

それぞれ応援メッセージが書かれた650個のサルビアと日日草のプランターが会場を華やかに彩ります。



応援フラッグもあります!

市内の小学生在が色を塗った応援用フラッグを会場内に設置します。ぜひ応援の際にご利用ください!



今年度
4月から

市内公立小中学校が コミュニティ・スクールに！

問 生涯学習課
☎871-2301

コミュニティ・スクールとは、**学校運営協議会**が設置されている学校のことです。この協議会は、保護者(PTA)や地域の皆さん、教職員などから成り立ち、地域と学校が力を合わせて子どもたちを支える仕組みです。牛久市ではおくのキャンパス(奥野小・牛久二中)が他校に先駆けて開始しましたが、今年度4月から市内全公立小中学校で導入しました。

コミュニティ・
スクールで
広がる可能性

- ① 学びの場を学校から地域へ広げていくことができます。
- ② 地域や保護者の声を学校に反映させることができます。
- ③ 子どもを中心とした地域コミュニティづくりを長期的な地域の発展につなげることができます。



運用の
事例

パソコン指導



ICT教育を充実させています。プログラミング学習なども地域の皆さんの力を借りながら進めています。

サツマイモ掘り



生活科の学習では、地域の方々の協力で、充実した体験教室を通して教科の学習と結びつけています。

登下校の見守り



子どもたちの命を守る。登下校の安心・安全は、地域の皆さんの協力のもとに成り立っています。

高齢者施設訪問



高齢者との触れ合いを通して、優しさや思いやりの心が育つとともに、現実社会の課題にも向き合います。

平成30年度 普通会計決算

問 財政課 ☎ 内線1221

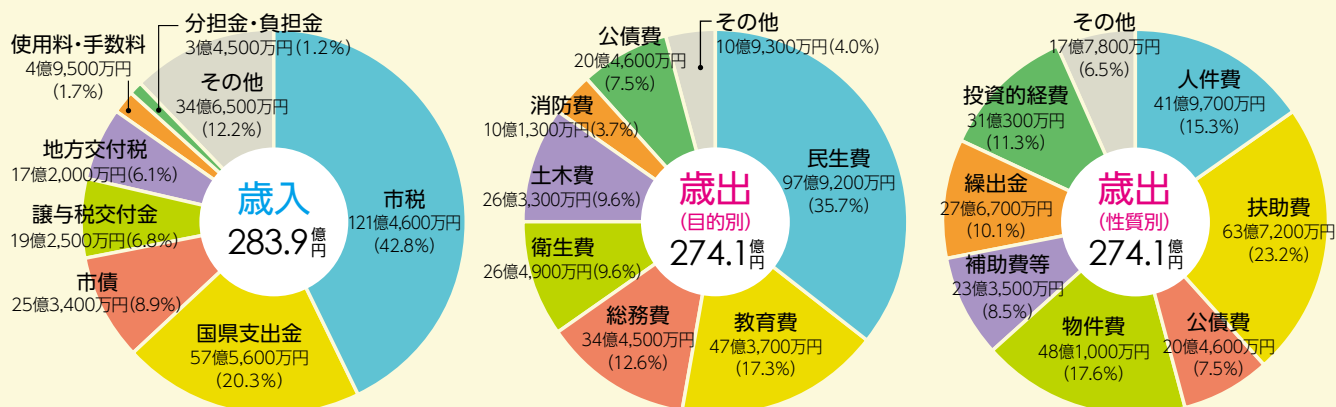
地方財政の状況を把握するため、総務省が行っている「地方財政状況調査(決算統計)」の平成30年度の速報値をお知らせします。

歳入 歳出 決算

歳入 283億8,600万円

歳出 274億800万円

普通会計決算は、前年度比で歳入は2.5%、6億9,600万円増、歳出は3.4%、8億9,300万円増となり、歳入歳出ともに過去最高額での決算となっています。市の歳入の根幹となる市税は順調に増加しており、平成25年度以降6年続けての増収となりました。



地方債残高(借入金残高)と公債費負担比率(ローン返済割合)

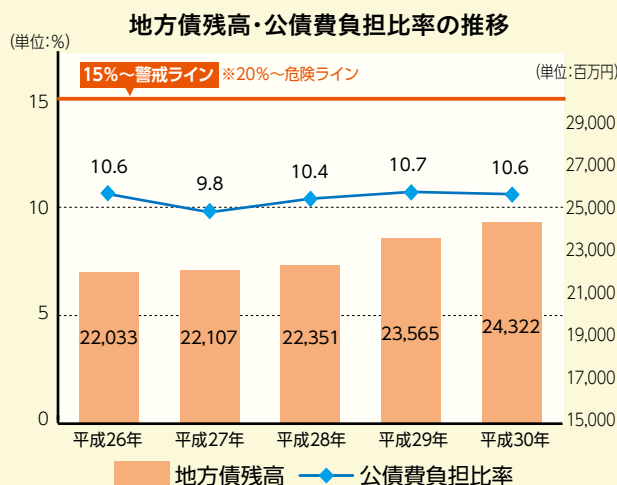
中学校や幼稚園、武道館の建設、クリーンセンターの改修など大規模事業を実施したため、地方債残高は増加していますが、財政運営の健全さを測るものさしのひとつである公債費負担比率は10%台で推移しています(15%が警戒ライン、20%が危険ライン)。

公債費負担比率は、家庭に例えると、給料に占めるローン返済額の割合のことです。平成29年度の公債費負担比率により、県内自治体の財政健全度をみると、当市は、44市町村では13番目、32市では6番目で上位となり、健全な財政運営が確認されました。

今後も計画的に事業を実施し、地方債残高と公債費負担比率の適正な管理に努めます。

(参考)平成29年度公債費負担比率 県内市町村の状況

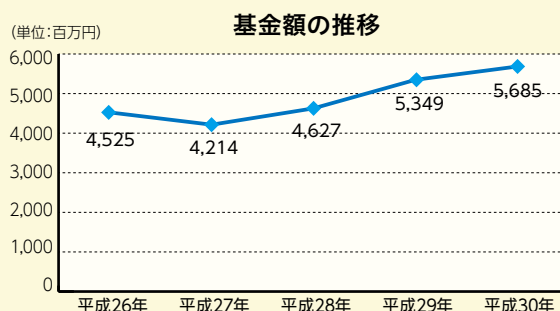
県内平均値(44市町村)	県内市平均値(32市)	県内町村平均値(12町村)	県内最高値	県内最低値	牛久市
12.2%	13.0%	10.0%	17.4%	4.3%	10.7%



基金残高(預貯金残高)

大規模事業の実施に伴い、借入金である地方債残高は増加しましたが、預貯金である基金残高についても、平成28年度から平成30年度まで増加を続け、平成27年度と比べると、14億7,100万円の増額となっています。

今後、市が計画している大規模事業や公共施設の老朽化対策などを計画的に行うために、基金の残高確保に努めていきます。



あなたの1票が
牛久の未来を
決める！

牛久市長選挙



◆問い合わせ 牛久市選挙管理委員会(総務課内) ☎内線1011~1013

投票日

9月8日 日 午前7時~午後8時

期日前
投票

投票日に投票所へお越しになれない方は…

9月2日 月 ~ 7日 土 午前8時30分~午後8時

投票所は24カ所(期日前投票所は4カ所)です。市選挙管理委員会から郵送される投票所
入場整理券に記載されている投票所を必ずご確認ください。

開票

9月8日 日 午後9時から

場所

牛久運動公園体育館メインアリーナ

※会場の都合で参観者が多い場合は、入場制限をする場合があります。
なお、参観は市内の有権者に限ります。

投票所の地図など詳しい
選挙情報はこちら

[http://www.city.ushiku.lg.jp/
page/page007737.html](http://www.city.ushiku.lg.jp/page/page007737.html)

投票箱



※エスカード牛久ビル エスカレーター全面停止のお知らせ 牛久駅前期日前投票所が設置されているエスカード牛久ビルのエスカレーターは、メンテナンスのため現在は全面停止となっています。なお、エレベーターはご利用になれます。

笑顔の写真メール大募集！

笑顔の

あなたの撮った **写メ** が
「広報うしく」の表紙になります！

作品例



写真はカラーで
送ってね！

「広報うしく」では皆さんの「笑顔の写真メール」を大募集。新年を飾る令和2年1月1日号の表紙を皆さんの「笑顔」の写真でいっぱい埋め尽くします。皆さんお持ちの携帯電話のカメラ機能を使って、笑顔の写真メールを下記までご応募ください。ご投稿いただいた写メールは、できる限り全員、「広報うしく」に掲載します。皆さんのご応募お待ちしております！

◆応募締切日 **10月31日(木)**

◆応募条件

被写体の方が市内在住の方

◆掲載予定人数 約300人

◆応募作品(テーマ) 「笑顔」

◆ファイルサイズ 300KB以上
できるだけ高画質でお願いします。

◆応募方法

- ①撮影した携帯電話の写真をメールに添付し、件名を「笑顔の写メ」とし、投稿者の住所、氏名、年齢、電話番号、被写体の氏名、住所を記入の上、右記アドレスまでお送りください。
- ②携帯電話、パソコンをお持ちでない方は、撮影したものをプリントし、

裏に投稿者の住所、氏名、年齢、電話番号、被写体の氏名、住所を記入の上、郵送または直接ご提出ください(頂いた写真は返却しません)。

◆注意事項

- ①被写体(保護者)の了承を得た上で応募してください。
- ②写真は縦で撮影してください。
- ③1枚につき、被写体は1人で撮影してください。
- ④作品例のようにアップで撮影してください。
- ⑤画像加工(特殊効果や文字の挿入)した写真は掲載できません。
- ⑥1人何点でも応募できますが、掲載は被写体1人につき1枚とします。

- ⑦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。
- ⑧掲載する写真と一緒に名前を公表することはありません。
- ⑨大きいサイズで掲載する写真は広報政策課で審査し、選考します。
- ⑩応募者多数の場合は、掲載写真を抽選で決定しますので、あらかじめご了承ください。

◆応募・問い合わせ

〒300-1292 牛久市中央3-15-1
広報政策課 ☎内線3221

【Eメール】
[kouhou@city.ushiku.
ibaraki.jp](mailto:kouhou@city.ushiku.ibaraki.jp)



ごみ&リサイクル

問 廃棄物対策課 ☎内線1572・1573

今回のテーマは、分別ルールの再確認！です。ごみの分別は、皆さんがごみの減量を実感できる身近な方法です。「自分だけがやっても…」から「自分がやれば！」という意識の変化が牛久を変えていきます！

① ペットボトルの キャップとラベルは 取り外しましたか？

キャップやラベルがついたままのペットボトルは、リサイクルできないため、手作業でそれらを取り外しています。エコバックに入れる前に必ず！ラベルとキャップを取り外してください。



② 燃えないごみの中に 飲料用のカンやびんは 混ざっていませんか？

燃えないごみとしてクリーンセンターに運ばれてくる『リサイクルできるびんや缶』が、まだ多くあります。燃えないごみではなく、資源物の日に直接エコバックに入れてください。



③ そのごみ！曜日に 間違いはありませんか？ 集積所に出せるごみですか？

ルールが守られていないために回収できない排出物が今年度7月末現在1,000件を超えています。それらの多くが『曜日間違い』です。集積所へ出す前にもう一度曜日を確認してください。また、集積所に出せない『粗大ごみ』も目立ちます。回収できないものが集積所に残っていると交通の妨げになり、大きな事故につながる恐れがあります。正しい方法で廃棄してください。

ルールには理由があります！ 皆さん一人ひとりがごみ出しのルールを守ることによってリサイクルが促進され、住みよい環境を維持することができます。ルールを守り、気持ちよく生活しましょう。

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

悪質業者から高齢者を守りましょう！

— 9月はキャンペーン月間です —

9月は茨城県の「高齢者向け悪質商法・ニセ電話詐欺被害防止キャンペーン」月間です。

市消費生活センターには、高齢者を狙った消費者トラブルの相談が数多く寄せられています。高齢者は「健康・お金」・「孤独」という3つの大きな不安を抱えていると言われ、悪質業者はこれらの不安を煽って巧みにつけ込んできます。家にいることが多い高齢者は、訪問販売や電話勧誘販売による被害に遭いやすいのも特徴です。

高齢者宅に見慣れない人物が入り込んでいる、見慣れない商品が置いてある、お金に困っている様子がうかがわれるなど、周りの方々の見守りが被害拡大防止には必要です。「おかしいな？」と気付いたら早めに相談窓口につないでいただくよう皆さんのご協力をお願いします。



人事行政の運営状況をお知らせします

平成30年度および令和元年度の、人事行政の運営状況の概要は次のとおりです。なお、詳細は、市ホームページ（人事課ホームページ）に公表をしています。公表事項の内容は、人事課までお問い合わせください。

職員数の状況

◆部門別職員数（各年4月1日現在）（単位：人）

区 分	平成31年	平成30年	増減数
議 会	5	4	1
総務・企画	102	99	3
税 務	28	30	△ 2
労 働	1	1	0
農林水産	11	10	1
商 工	7	7	0
土 木	32	30	2
民 生	50	53	△ 3
衛 生	38	39	△ 1
一般行政部門計	274	273	1
教 育	54	53	1
特別行政部門計	54	53	1
下水道	9	9	0
その他	21	20	1
公営企業等会計部門	30	29	1
総合計	358	355	3

- ・部門別職員数は、兼務をしている職員については主たる業務での計上となりますので、必ずしも部局別職員数とは一致しない場合があります。
- ・職員数は一般職に属する職員数であり、退職者、茨城県等への派遣職員を含み、臨時・非常勤職員を除いています。
- ・一般行政部門とは、特別行政部門、公営企業等会計部門以外の部門で、特別行政部門は教育の部門、企業等会計部門は下水道、国民健康保険、青果市場、介護保険、後期高齢者医療保険の部門をいいます。
- ・職員数は市長、副市長、教育長を除いています。
- ・再任用職員は、短時間勤務のため、職員数から除いています。

給与の状況

◆職員の平均給料月額、平均給与月額および平均年齢の状況（平成31年4月1日現在）

区 分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
一般行政職	43.9歳	311,500円	426,400円
技能労務職	47.6歳	267,300円	358,400円

- ・「平均給料月額」とは、平成31年4月1日現在における職員の基本給の平均です。
- ・「平均給与月額」とは、給料月額と毎月支払われる扶養手当、住居手当、時間外勤務手当、通勤手当、地域手当などの諸手当の額を合計したものの平均です。

◆職員の経験年数別・学歴別平均給料月額の状況（平成31年4月1日現在）

区 分		経験年数			
		10年以上～ 15年未満	15年以上～ 20年未満	20年以上～ 25年未満	25年以上～ 30年未満
行政職 一般	大学卒	265,300円	313,200円	338,800円	359,400円
	高校卒	238,500円	259,200円	311,000円	340,800円
労務職 技能	高校卒	該当者なし	225,800円	該当者なし	該当者なし
	中学卒	該当者なし	該当者なし	該当者なし	該当者なし

職員の任免に関する状況

◆採用者数の状況（単位：人）

区 分	令和元年度	平成30年度
一般行政職	21	20
技能労務職	0	0
再任用職員	18	17
計	39	37

※再任用職員は、任期の更新職員を含んでいます。

◆障害者の任用状況（各年6月1日現在）

区 分	法定雇用率	令和元年	平成30年
市長部局	2.50%	2.02%	2.02%
教育委員会	2.50%	3.28%	3.39%
合算分	2.50%	2.25%	2.27%

※平成30年4月1日から法定雇用率が変更になっています。

◆退職者数の状況（平成30年度）（単位：人）

区 分	定年	勸奨	その他	計
一般行政職	9	6	3	18
技能労務職	0	0	0	0
再任用職員			8	8
計	9	6	11	26

◆職員の初任給の状況（平成31年4月1日現在）

区 分		牛久市 初任給	国 初任給
一般行政職	大学卒	180,700円	180,700円
	高校卒	148,600円	148,600円
技能労務職	高校卒	146,000円	—
	中学卒	—	—

◆職種別年間給料、給与（管理職、一般行政職、技能労務職）

区 分	平均年齢	平均給料年額	平均手当年額	平均給与年額
部 長 職	57.6歳	4,984,000円	4,827,000円	9,811,000円
課 長 職	54.5歳	4,596,000円	3,959,000円	8,555,000円
課長補佐職	52.7歳	4,431,000円	3,446,000円	7,878,000円
一般行政職	39.7歳	3,320,000円	2,413,000円	5,733,000円
技能労務職	47.3歳	3,185,000円	2,629,000円	5,813,000円
再任用職	61.4歳	2,255,000円	928,000円	3,183,000円

- ・平均手当年額には、管理職手当、扶養手当、通勤手当、期末勤勉手当、地域手当、特殊勤務手当、住居手当、管理職員特別勤務手当、宿日直手当が含まれます。
- ・平成30年4月から平成31年3月までの給与支給実績の平均を表示しています。
- ・年齢は、平成31年4月1日現在となっています。
- ・1,000円未満は四捨五入となっています。

特別職の報酬等の状況

◆特別職の報酬等の状況(平成31年4月1日現在)

区 分	給料月額等			期末手当		
給 料	市 長 880,000円	副市長 680,000円	教育長 640,000円	6月期	1.675 月分	
報 酬	議 長 450,000円	副議長 410,000円	議 員 390,000円	12月期	1.675 月分	
				合 計	3.35 月分	
退職手当	(算定方式)		1年	2年	3年	4年
	市 長	月数	5.5	11.0	16.5	22.0
	副市長	月数	3.1	6.2	9.3	12.4
	教育長	月数	2.4	4.8	7.2	9.6

職員の勤務条件の状況

◆年次有給休暇

- ・毎年1月から12月の1年間当たり20日を超えない範囲内
- ・前年の繰り越しは20日の範囲内で残日数

年次有給休暇 平均取得日数	平成29年	平成30年
	8.9日	9.9日

※勤務条件調査より

※休暇単位は1日または半日。1時間単位でも取得することができます。

◆療養休暇

職員が負傷または疾病のため療養する必要がある、勤務しないことがやむを得ないと認められる場合の休暇。任命権者の承認を受けなければなりません。

- ・公務上による傷病の場合…その療養に必要と認める期間
- ・公務外による傷病の場合…90日の範囲内(平成18年7月1日より)

療養休暇 取得者数	平成29年	平成30年
	9人	16人

◆介護休暇(無給)

職員が配偶者、父母、子、配偶者の父母、祖父母、孫および兄弟姉妹を介護する場合の休暇。任命権者の承認を受けなければなりません。

- ・2週間から6力月の間で請求できます。

介護休暇 取得者数	平成29年	平成30年
	0人	0人

◆育児休業承認状況

職員が育児をするための休業制度があり、最長3年間取得することができます。

【平成29・30年度の新規承認者】

年 度	育児休業 取得者数	育児休業承認期間			
		1年以下	1年超え1年6月以下	1年6月超え2年以下	2年超え2年6月以下
平成29年度	3人	3人	0人	0人	0人
平成30年度	3人	3人	0人	0人	0人

※勤務条件調査より

職員の分限処分および懲戒処分の状況

◆分限処分・懲戒処分の状況(平成30年度)

- ・分限処分とは、職員が一定の事由によりその職責を十分に果たすことが期待できない場合に、本人の意に反して不利益な身分上の変動をもたらす処分をいいます。
- ・懲戒処分とは、職員の一定の義務違反に対して、公務における規律と秩序を維持することを目的に行う不利益処分をいいます。

分限免職	0人	分限休職	4人
------	----	------	----

減給処分	0人	戒告処分	0人
免職処分	0人	訓告等	5人

平成30年度公平委員会業務状況

◆勤務条件に関する措置の要求状況(平成30年度) 要求なし

◆不利益処分に関する不服申立ての状況(平成30年度) 申し立てなし

牛久市生涯学習センター 生涯学習講座一覧

問 中央生涯学習センター ☎871-2301

受講の申し込み&注意事項

- ◆対象 市内に在住・在勤・在学の方に限ります。
- ◆申し込み方法 はがきに必要事項を明記の上、下記宛てにお送りください。
※講座の開催日をよくご確認の上、講座ごとに1人1枚でお申し込みください。
※中央・三日月橋・奥野生涯学習センター窓口でも申し込みできます。
- ◆申し込み期間 9月1日(日)～各講座の締め切り日(必着)。
※申し込みが定員を超えた場合は抽選となります。抽選結果は通知します。
※代理受講はできません。※申し込みが少ない場合など、諸般の都合により講座が中止、または日程変更となる場合がありますので、予めご了承ください。
- ◆受講料・教材費の支払い方法 1回目の講座当日に全額を釣り銭のないよう現金でお支払いください。※教材仕入れ後のキャンセルにつきましては実費をいただきます。また、お支払いいただいた受講料・教材費の返金はできません。
- ◆申し込み先 〒300-1211牛久市柏田町1606-1 牛久市中央生涯学習センター 講座係
※下記アドレスからも申し込みできます。各講座の締め切り後に封書にてお知らせします。
https://s-kantan.jp/city-ushiku-ibaraku-u/offer/offerList_detail.action?tempSeq=10463
- ◆その他 講座の開催場所にかかわらず、申し込みは全て中央生涯学習センター宛てとなります。申し込みに関する問い合わせは、中央生涯学習センター講座係まで。講座内容については、開催する各センターへお問い合わせください。
応募者の個人情報につきましては厳重に管理し、講座開催に係る事務のみに使用します。

◆はがき記入方法

表
〒300-1211
牛久市柏田町
1606-1
牛久市中央生涯
学習センター
講座係

裏
①氏名・ふりがな
性別・年齢
②郵便番号・住所
③電話番号
④講座名(1講座)



三日月橋生涯学習センター開催講座 ☎874-1340

講座名	講師	内容	定員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
そば打ち講習会	そば研究家 小柳 繁芳 山崎 賢	一度は食べてみたい、自分で打ったそば。 上手に打つコツ、学んでみませんか。	16人	10/20(日)・1回 9:00~14:00	200円
			10/1(火)		800円
クリスマスの お菓子を 親子で	料理研究家 椎名 房江	簡単にできて飾り付けが楽しい、ヨーグルト スフレケーキをお子さんと一緒に手作りしま せんか。	8組	12/15(日)・1回 13:30~17:00	200円
			11/21(木)		800円
男の エクササイズ	Gボール インストラクター 齊藤 有佳	男の料理、男のヨガに続く男のシリーズ！ 男性対象の募集です。最近運動不足だとは感 じているけれど、何をやったらいいのかわか らないという方が、身体を動かすきっかけに なると思います。初心者の方でも楽しく学べ ます。	15人	10/5・12・26、 11/9・23 (土)・5回 10:00~11:30	1,000円
			9/25(水)		0円
パステル画 講座	日本画家 一色 直彦	初心者でも手軽に扱える素材パステルを使っ て、身近にある植物・果物をモチーフにして、 幻想的な色彩を楽しみましょう。	16人	10/18、 11/1・15・29 (金)・4回 13:00~15:00	800円
			9/30(月)		実費
イタリアを 知りたい！	チェリスト ワインソムリエ リカルド カリア 板橋 華子	ソムリエ資格を持つチェリストと、イタリア のことを学びながら、楽しい時を過ごします。 3回目は、パスタを作ります。 ①人と生活:歴史と観光②音楽:オペラ・チェロ ③食とワイン:ひよこ豆を使ったパスタ	12人	①11/9、②11/23 13:30~15:30 ③11/30 11:00~14:00 (土)・3回	600円
			10/9(水)		800円

中央生涯学習センター開催講座 ☎871-2301

講座名	講 師	内 容	定 員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
男の料理	管理栄養士 根本 偉代	【テーマ:だし汁の取り方】美味しいだし汁は脳の血行が良くなり、脳梗塞の予防や記憶力がアップしますので、料理の基本であるだし汁の取り方を学びましょう。①鰹だし汁、②昆布だし汁、③にぼし汁、④しいたけ汁	28人	①12/13、②1/17 ③2/14、④3/6 (金)・4回 10:00～13:00	600円
			11/13(水)		3,200円
おもてなし 寿司	料理研究家 石塚 ナツ子	お正月のおもてなしや誕生日・記念日に美味しく、おしゃれなお寿司を作ってみませんか。 ①手綱寿司、②花太巻き寿司、③デコレーション寿司	28人	①11/15、②11/22 ③12/20 (金)・3回 10:00～13:00	600円
			10/16(水)		2,400円
手作り体験 「さしみこんにゃく」	潮田 豊三	こんにゃく芋からこんにゃくを作ってみましょう。市販では味わえない食感を味わうことができます。	28人	12/7(土)・1回 10:00～12:30	200円
			11/7(木)		300円
美味しい コーヒーの 淹れ方	サイトウ コーヒー 齋藤 孝司	手軽に美味しいコーヒーを淹れてみたい、プロってどんな風に淹れているの?と思う人も多いと思います。そこで、プロにドリップ式コーヒーを美味しく淹れる方法を教えていただきます。①ドリップ式コーヒー淹れ方の基本、②コーヒー豆知識と選び方、③アレンジコーヒーに挑戦	16人	①12/2、②1/20、 ③2/3 (月)・3回 10:00～11:30	600円
			11/2(土)		3,000円
SNS 活用講座	牛久市 広報政策課 SNS担当 田中 奈央	写真をおしゃれにシェアしたい。でも今さら使い方を聞けないと感じている方のための、初心者向けの講座です。基本的な使い方やアカウントの作成、フォロー、写真や動画の投稿、保存、コメントのやり取りなど一通りのInstagramを学びます。	15人	11/16 (土)・1回 10:00～11:30	200円
			10/16(水)		0円
親子で体験! プログラミング教室	牛久パソコン 教室 松岡 正伸	簡単に組み立てることができるスクラッチソフトを使って、ゲーム(水族館)を作ります。プログラミングに必要な基礎知識を学ぶことができます。ノートパソコンを使用します。	15組	11/24(日)・1回 9:00～12:00	200円
			10/24(木)		0円
こども造形 絵画教室	土曜カップ塾 造形絵画講師 富澤 笑	小学生対象の造形絵画教室です。毎回違う課題を通して、楽しみながら想像力と表現力を育てます。季節や行事に合わせた作品を作ります。	16人	1/26、2/23、 3/22 (日)・3回 10:00～12:00	600円
			12/26(木)		400円
牛久歴史 リレー講座	テーマ:「令和」の起源 -『万葉集』の世界- ①「大伴旅人と万葉集」 木本好信氏(龍谷大学大学院教授) ②「令和」の舞台裏 -『万葉集』の大宰府- 梶川信行氏(日本大学教授) ③「大宰府の「令和」を支えた人々-大伴坂上郎女を中心に- 野口恵子氏(日本大学教授)		80人	①11/23、②12/7、 ③12/14 (土)・3回 10:00～12:00	600円
			10/23(水)		900円
自分の人生を 作るの自分 年を経てからの アンチエンジグ	つくば国際 短期大学 岩田 裕美	食、運動、睡眠、生き方そのものをアンチエイジングの視点で考えてみましょう。 対象:50歳以上の方	30人	12/5(木)・1回 10:00～11:30	200円
			11/5(火)		0円
日常英会話 (初心者対象)	アルバーニ 純子	海外旅行や日本の街中でのさまざまなシチュエーションにおいて、自分が英語を使うシーンをイメージしながら楽しく学び、実践的な会話を身に付けましょう。	20人	11/5・19、12/3・ 17、1/7・21、2/4・ 18、3/3・17 (火)・10回 10:00～11:30	2,000円
			10/5(土)		0円
はじめての 木工教室	小磯家具建具店 小磯 寿彦	木工に挑戦しよう!親子参加も可。工作の知識と木工の基本を丁寧に指導します。椅子、または踏み台にもなる台を作ります。道具をお持ちの方は、ご持参ください。(のこぎり、メジャー、玄能、曲尺等)※はがきに参加希望日を記入してください。	10人	11/16(土)・1回 13:30～16:30	200円
			10/17(木)		2,000円
			10人	11/30(土)・1回 13:30～16:30	200円
			10/30(水)		2,000円



中央生涯学習センター開催講座 ☎871-2301

講座名	講師	内容	定員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
はじめての 編み物 (かぎ編み)	鈴木 恵	やってみたい!作ってみたい!でも不器用だからと諦めていませんか。かぎ針、毛糸の持ち方からやさしく教えます。ご自宅にある毛糸でかわいいコースターと帽子を作りましょう。	10人	12/19、1/16・30、 2/20 (木)・4回 10:00～11:30	800円
			11/19(火)		0円
【企画講座】 聖書って なんだ?!	金子 敏明	クリスマスって何?イースターって何?こんな疑問を聖書で分かりやすく説明します。	10人	11/12、12/10、 1/21、2/11、3/10 (火)・5回 10:00～11:30	500円
			10/12(土)		0円
【企画講座】 趣味の古文書 牛久藩家老 旅日記	大内 貞雄	牛久藩家老岡部彦九郎巡回日誌を読み解きながら江戸時代の牛久藩領を彦九郎と共に歩いてみませんか。	20人	11/13・20、 12/11・18・25 (水)・5回 13:30～15:30	500円
			10/16(水)		0円

奥野生涯学習センター開催講座 ☎875-1133

講座名	講師	内容	定員	日程/時間	受講料
			締切日		教材費
食べてみよう 海外のグルメ	料理研究家 椎名 房江	各国の料理、お菓子を手軽に作れちゃいます!飲み物と一緒に海外の時間を過ごしましょう♪ ①ピロシキ(ロシア)・アルファホール(ペルー)・ロシアンティー(ロシア)、②パングラタン(フランス)・ウインナーコーヒー(ドイツ)	16人	①11/28、②1/23 (木)・2回 10:00～13:00	400円
			10/29(火)		1,000円
和風&洋風 彩りスイーツ ボックス	料理研究家 椎名 房江	季節に合わせた洋菓子講座・第2弾!箱の中を美味しいスイーツで彩りましょう♪ ①クリスマスボックスケーキ(お弁当箱) ②おせち風スイーツボックス(おせち箱) ※お弁当箱、おせち箱をご持参ください。	16人	①12/24、②1/7 (火)・2回 10:00～13:00	400円
			11/26(火)		1,700円
たのしく健康に! スポーツウエ ルネス吹矢	スポーツ吹矢 公認指導者 藤野 孝夫	腹式呼吸をベースとした、誰でも手軽にできるスポーツです。初心者でも大丈夫!みんなとコミュニケーションを取りながら楽しく上達☆健康増進にも効果あり!新たな趣味としてお気軽にご参加ください!	20人	2/8・15・22、 3/7・14 (土)・5回 10:00～12:00	1,000円
			1/8(水)		1,500円
リフレッシュ! ヨガ教室	ヨガインス トラクター 小林 華恵	「興味はあるけど難しそう…」そんなあなたに!初心者向けのカリキュラムでヨガの基本からしっかり学べます!短期集中講座で体の中からリフレッシュ!	10人	11/6・13・27、 12/4 (水)・4回 13:00～14:00	800円
			10/7(月)		0円
はじめての 絵手紙	日本絵手紙協会 公認講師 中長 多智子	描いて楽しい、もらってうれしい絵手紙です。基本から練習します。 ①木の葉、②丸い物、消しゴム印、③年賀状	12人	①11/19、②11/26、 ③12/3 (火)・3回 13:30～15:30	600円
			10/21(月)		300円

「企画講座」～講師経験のない方や少ない方を応援します～

「企画講座」は、牛久市民および近隣の皆さんが自ら企画し講師となって開催する講座で、今まで多くの方が講師として活躍されています。「ご自身の経験や技術を市民の皆さんに教えたい」とお考えの方は、奮ってご応募ください。

◆前期募集概要 令和2年5月～9月のうち3～5回開催し、10人以上の受講生を見込める講座の企画。

※同一年度内で、1講師1企画までとし、自宅およびその他の施設などで教室を主宰していないもので、同じ内容の企画を3年間提案がないこと。前期の募集は3企画です。企画の採用は、生涯学習課において審査します。

◆応募締め切り日 11月9日(土)必着

※申請書・同意書は、各生涯学習センター窓口または市ホームページをご利用ください。

◆問い合わせ 中央生涯学習センター☎871-2301(講座担当)

検診を受けて
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1742

教えて

乳がん・子宮がん集団検診!!

保健センターで実施する乳がん・子宮がん集団検診についてご紹介します。

集団検診は、機器を載せた検診車の中で検査を受けていただきます。

どんな検査をするの? /

乳房X線(マンモグラフィ)検査

乳房を左右片方ずつ、プラスチック板で挟み(図1・2)撮影します。圧迫により、乳房内部が鮮明に撮影でき、放射線被ばく線量を少なくすることができます。圧迫時に少し痛みを伴いますが、圧迫時間は数十秒です。専門技師が撮影した画像を専門医がみて判断します。



乳がんマンモグラフィ検診バス



マンモグラフィ撮影機器



図1
斜め撮影



図2
上下撮影

50歳以上の方は斜め撮影のみ。40歳代の方は罹患率が高いため、斜めに加え上下も撮影します。

乳房超音波(エコー)検査

乳腺の発達している若い年齢の方に適した検査です。専門技師が、プローブという器具を用いて乳房に超音波を当て、乳房内から跳ね返ってくる反射波を画像化して観察と撮影を行います。撮影した画像を専門医がみて判断します。

子宮頸部細胞診

医師が軟らかいブラシで子宮頸部と膣の粘膜を擦り、細胞を採取します。採取した細胞を顕微鏡で見やすくなるような処理を行った後、細胞診専門医や細胞検査士が顕微鏡で観察し判断します。

乳がん・子宮がん 集団検診のご案内

◆検診・検査種類・対象者・自己負担金

検診・検査種類		対象者(年齢基準日:令和2年3月31日)	自己負担金
子宮頸がん検診		20歳以上	1,230円
乳がん検診	超音波検査	30~65歳	1,020円
	マンモグラフィ検査	40歳以上 隔年	40歳代:1,330円・50歳以上:1,020円

◆検診実施日・申込期間・申込先

【検診実施場所】市保健センター

※予約は先着です。

検診実施日	申込期間	申込先	当日受付時間と定員
10月25日(金)	9月6日(金)~7日(土) 【電話受付】 午前9時~午後5時 【インターネット受付】 初日午前9時~ 最終日午後11時59分	茨城県総合健診協会健診 予約センター☎0570-077-150 またはインター ネット予約サイト  QRコード▶	【乳がん】 ・午前10時~10時15分 エコー10人、マンモ10人 ・午前11時~11時15分 エコー10人、マンモ10人 ・午後0時30分~1時10分 エコー45人、マンモ60人 【子宮がん】 ・午後0時30分~1時10分 90人
10月26日(土)	9月17日(火)~20日(金) 受付午前8時30分 ~午後5時15分	市保健センター 健診専用☎870-5655 または窓口	

託児あり

小さなお子さんが
いる方、平日忙しい
方にお勧め

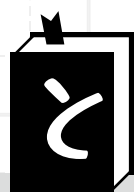
10月26日 託児について

◆定員 午前各時間帯…20人、午後(0時30分~1時10分受付分)…30人

◆対象 首がすわっている0歳児から就学前のお子さん

※申込時に託児の希望をお伝えください。当日のお子さんの体調により託児をお断りする場合がありますので予めご了承ください。

乳がん・子宮がん検診は市保健センターで実施する集団検診と医療機関で実施する医療機関検診があります。集団検診は令和2年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をご覧ください。



図書館全館、長期休館のお知らせ

実施期間 9月24日(火)～10月3日(木)

牛久市立図書館の所蔵資料約32万点の所在を確認する特別整理作業を行います。これは、資料のバーコードを小型端末機で読み取り、データと照合することで資料の点検を行う大切な作業です。このため、上記の期間は全館休館となります。ご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。
※休館中の資料の返却は、返却ポストをご利用ください。中央図書館のみCDも返却ポストに返却できます。場所は正面入口自動ドアの左側です。
※予約の資料については、開館後ご用意できるまでに通常より時間をいただきますのでご了承ください。

特別貸出のお知らせ

特別整理作業による長期休館に伴い、貸出期間の延長と貸出点数の増冊(CDを除く)を実施します。

実施期間	貸出期間
9月10日(火)～14日(土)	10月6日(日)まで
9月15日(日)～23日(月・祝)	3週間

対象

- ◆図書・雑誌…あわせて30冊まで(雑誌の最新号は貸出できません)
- ◆紙芝居…10冊まで
- ◆CD…3点まで(通常どおりの貸出点数です)

※特別貸出は全館で実施します。



映画上映会予定表

～毎月第3日曜日は映画会の日～



【場所】中央図書館視聴覚室1(2階) 【入場料】無料※事前申込不要

上映日	午前の部(午前10時～)	午後の部(午後2時～)
10月20日(日)	トムとジェリー ジェリー街へ行く(アニメ)	風雲児たち 蘭学革命篇(邦画)
11月17日(日)	新・恐竜大進撃(邦画) 長ぐつをはいたねこ(人形劇)	人生、いろどり(邦画)
12月15日(日)	ムーミン谷とウィンター ワンダーランド(アニメ)	猫侍 劇場版(邦画)

- 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

9月の予定

映画上映会

- 9/15(日)
【午前の部】午前10時
「シンデレラ」
(アニメ・1時間13分)
【午後の部】午後2時
「Mr.ホームズ名探偵
最後の事件」
(洋画・1時間44分)

牛久おもちゃ病院

9/15(日)午前10時～正午

おはなし会

- ・水曜日…午前10時30分
9/4・11・18
(おはなしよんで)
- ・土曜日…午後2時
9/7(おはなしイチゴ)
9/14(牛久おはなしコッペ)
9/21(おはなしよんで)
- ・第2日曜日…午前11時
9/8(おはなしとんとん)
- ・第3金曜日…午前10時30分
9/20(うさちゃんきいて)

9月の休館日

全館休館日

9/9(月)・24(火)～30(月)

市役所エスカード出張所は

9/16(月・祝)・23(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

牛久ジュニア体操クラブ

代表 鐵 悦子 問(事務局) ☎・FAX 872-3383

Eushiku-glitter@peach.plala.or.jp

安全に技を覚えることができる
牛久第一中学校の体操専用施設
を拠点に、無限の可能性を持つ子
どもたちが、日々練習に取り組ん
でいます。今年は茨城国体もあり、
先輩たちの活躍を応援しながら、
練習にも一段と熱が入っています。



【定期練習】

◆器械体操…牛久第一中学校体育館

日～土曜日(木曜日除く)／午後6時～10時
※火曜日はタンブリング教室

◆新体操…ひたち野うしく小学校体育館、他

月・水曜日／午後5時～9時
日曜日／午後1時～5時

【会費】コースにより異なる 【保険代】800円／年

【公式サイト】 [牛久ジュニア体操クラブ](#) [Q 検索](#)

牛久市柔道協会

代表 市田 嘉孝 問 ☎871-0204

Eichida7f@md.point.ne.jp

「礼儀正しくしよう、自分のことは自分でしよう、勉強
しよう、柔道強くなろう」が合言葉。十数名の公認指導
員による安全指導の下、未就学児から小中学生が、真剣
に取り組む楽しさを学び、
人間形成に努めています。



【定期練習】

牛久第一中学校武道場

日曜日／午前9時～11時

水曜日／午後7時～8時30分

土曜日／午後6時30分～8時30分

※土曜日、牛久運動公園武道館が使用できる場合は
午後5時～7時。

【会費】1,500円／月

(兄弟・姉妹での入会の場合2人目以降500円)

【保険代】1,200円／年



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

Pick Up!

なすびの花の会

代表 酒井 俊子 問 ☎873-7796

■団体の活動について教えてください。

休日のひととき、ふっと生の音楽を近くで聴けた
ら…との思いからスタートしましたが、気が付けば、
25年の歴史を作っていました。男性1人を含む11
人のメンバーで、プロの方を迎えてコンサートを企
画、開催しています。

■活動をしてやりがいを感じることはなんですか。

おかげさまで、毎回たくさんのお客さまに来てい
ただき、皆さんから「素敵なコンサートでした」「また
楽しみにしています」と温かい激励のメッセージと
アーティストの方からも「良いコンサートをさせてい
ただきありがとう」と言葉をいただけることですね。

■今後の目標を教えてください。

メンバーもそれなりに年を重ねており、数多くの
コンサートを企画・開催は出来ないかもしれませんが、
私たち、お客さまたちの、元気の「源」になれるよ
う、今後も無理
なくがんばっ
ていきたいと
思っています。



牛久市文化協会に加盟しませんか？

牛久市文化協会では、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、

●団体活動の周知(会報誌の発行／広報うしく
への記事掲載など)

●他団体との交流・連携(研修・イベント協力など)
を行っています。現在60団体(約1,400人)が所
属しています。ぜひ一緒に活動しましょう。

加盟条件

- ・代表者が市内在住で活動拠点が市内であること
- ・団員が10人以上

※詳しくは上記 牛久市文化協会事務局 まで

K家(中根町)のもふ君



【種類】MIX(オス1才)

目がきれいで、とっても優しい良い子です。

N家(岡見町)の定春くん



【種類】スタンダードプードル(オス10才)

さーちゃんと呼ばれています。ボールが大好きです。犬より人が好きだけど、人見知りです。白くて大きくてふわふわでぬいぐるみみたいです。

わん

にゃんこ

問 環境政策課
☎内線1561

9月、茨城県は「動物愛護月間」です。全国的には9月20日から26日までが「動物愛護週間」となります。皆さんに、広く動物の愛護と適正な飼養について理解と関心を深めていただくためのものです。

動物の寿命(主に皆さんが飼っている犬や猫等)は、平均10歳から15歳で人間から比べれば短いものです。現在制定されている法律や条例の中で、飼い主の方に課せられる最も重要なものが「終生飼養」です。一度飼いだめた動物は天寿を全うするまで面倒を見なければ

なりません。もし、飼えなくなつて捨ててしまうと、動物の愛護及び管理に関する法律第44条の3により、100万円以下の罰金が科せられます。お互いに、幸せな時間を最後まで共有するためにも、飼い主の皆さんのやさしく地道な飼養をお願いします。

ペットの写真募集中!

犬、猫以外もOK! 自慢のペットを教えてください!

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 kankyou@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 85.4MHz 周波数

第12回

今月のFM-UU パーソナリティご紹介⑦

出身地 岐阜県(の中の牛久に似た雰囲気のある街です!)

趣味 バスケ、競馬、赤ちゃんからおばあ

特技 ちゃんまで30秒で演じること

担当 UUラジオ85.4! 月曜日

番組 ギュギュッとレポート(月・火)

こんにちは! なつちゃんこと、上石菜月です! 牛久の中で人同士や知らなかったお店、イベントとの出会いをお手伝いできるラジオを目指して放送していきたいです。ラジオへメッセージ頂けると、とっても嬉しいです!! リクエスト曲もお待ちしています!



上石 菜月

Kamiishi Natsuki

番組紹介



ギュギュッとレポート
月・火 13:30~14:00

牛久市周辺のスポットにレポーターがお伺いして現場から新鮮な情報をお届けいたします。

FM-UUの
聴き方
スマホ編
FM-UU 85.4

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。③再生ボタンをクリックして放送をお聴きください。

こちらのQRコードからインストールできます。



iPhone



Android

お問い合わせは
お気軽にどうぞ!

029-875-8541

番組に関するお問合せ

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

うしくうれしく放送

伝えたい 残したい

20世紀 のうしく

問 文化芸術課(中央生涯学習センター内) ☎871-2300

やくし幼稚園第1回秋季運動会

昭和28(1953年)年頃



「昔のうしく」の写真(とくに昭和40年代までの写真・東部地区の写真)を募集しています。

昭和28年に開園された田宮町のやくし幼稚園で初めて開催された運動会の記念写真です。薬師寺境内の広場には万国旗が取り付けられ、その下では制服に鉢巻姿の園児たちが輪になって、演技を披露しています。運動会は毎年11月3日ごろに開催されました。やくし幼稚園は多くの子どものたちの成長を見守ってきましたが、平成8年に惜しまれつつ閉園しました。

里山の樹木

問 都市計画課
☎内線2524

①

①結実期の樹冠：牛久町の斜面林
(平成24年10月8日撮影)



②花序(雄花は下方左右、雌花は中央左右)：牛久町(平成11年6月3日撮影)、③裂開果実(栽培品種)：女化町(平成10年8月25日撮影)

第45回

クリ

ブナ科クリ属の落葉広葉高木。北海道(石狩・日高以南)から九州の山地に自生し、県内でも全域に生育。市内では斜面林や雑木林に多く見られます。果樹としても広く植栽されています。因みに平成29年の茨城県のクリ生

産額は全国1位でした。樹皮は灰色または灰黒色で縦に割れ目があります。葉は互生し葉身は7〜14cm、縁には鋭い鋸歯があります。花序は新枝の葉腋から出て黄色の紐状、長さは13〜23cm、そのほとんどが雄花で、基部に1〜2個の雌花がつきます(写真②)。開花は5〜6月、独特の強い匂いを放ち、虫を誘います。果実はいがに包まれ、熟すと4裂して1〜3個の堅果が現れます。

※牛久の里山樹木ハンドブック16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：秋山侃、写真：①戸塚昌宏、②③渡辺泰)

「牛久の巨樹」発売中 ※お求めは都市計画課まで(1,200円)

文芸さろん | 長月 |

暮れなずむ海辺にひとり夏の果
花火屑流して朝の隅田川
また一本またいっぽんの花火かな
秋刀魚焼く煙なつかし古里は
蝉ひとつ亡きがらなりて道の端
蓮池や花散り蛙ゲッゲッ歌う
立秋と云えども暑さまだありて

一 涼 空 一朵
長 沢 さん
和 多 田 さん
岡 村 さん
富 美 子

<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)



情報ひろば

問 牛久市役所

☎ 029-873-2111 (代表)

FAX029-873-7510 (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。



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 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 牛久市
@nemoto_youji @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!

イバラキイーブックス
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。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

都市計画マスタープラン改訂に伴うアンケート調査のお願い

市では、現在、都市計画マスタープランの改訂作業を進めています。

都市計画マスタープランとは、具体性のある都市づくりの将来ビジョンを確立し、地区別のあるべき市街地像を示すとともに、地域別の課題に応じた整備方針、地域の都市生活や経済活動等を支える諸施設の計画等をきめ細かくかつ総合的に定め、まちづくりの方針を明らかにするものです。現行のマスタープランは平成32年度(令和2年度)を目標年次として、平成12年度に策定され、平成23年度に改訂されました。

現行のマスタープランが目標年次を迎えることから、人口減少時代および超高齢社会の到来など、今後の社会情勢の変化に適切に対応するため、都市計画マスタープランを改訂します。

今後のまちづくりに関する市民の方の意向を調査するために、アンケートを実施しますのでご協力をよろしくお願ひします。※調査票は、無作為に抽出した約2500人を対象に、8月下旬に発送しています。

問 都市計画課 ☎ 内線2521、2522

うしくみらいエコフェスタ フリーマーケット出店者募集

「第12回うしくみらいエコフェスタ」フリーマーケット

の出店者を募集します。

日 10月27日(日) 午前10時～午後3時

所 牛久運動公園テニスコート
定 30区画予定(区画の大きさ
約3m×約3m)※定員を
超えた場合は抽選。

¥1区画1000円

申はがきに必要な事項(住所、氏名、ふりがな、電話番号、当日使用する車の車種・ナンバー)を明記の上、〒300・1292牛久市中央3・15・1牛久市商工観光課エコフェスタ担当宛てに郵送してください。郵送以外は受付不可。

※出店は市民の方優先となります。食品・飲料の出店はできません。出店は申込者本人に限らせていただきます。名義貸しはおやめください。

締 9月2日(月)～20日(金)必着

主 うしくみらいエコフェスタ
実行委員会

問 商工観光課 ☎ 内線1523

点字電話帳を発行します

東日本電信電話株式会社(NTT東日本)の社会貢献活動の一環として、点字電話帳茨城県版が10月に発行されます。市町村、福祉事務所、茨城県視覚障害者協会等に配布される予定です。

点字電話帳には、県内の行政機関、福祉施設、電気、ガス、水道、医療機関、交通機関、緊急ダイヤル、各種相談、テレホンサービスなど皆さんの生活に密接に係わる機関の電話番号が掲載されています。ぜひご利用ください。

問 社会福祉課 ☎ 内線1711



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!

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

素敵な出会い！ ふれあいバスツアー



素敵な出会いを
探してみませんか！

日10月19日(土)



午前10時～午後3時30分
(受付午前9時30分)

所牛久市役所西側駐車場集合

内【見学先】長沼りんご園(りんご狩り)、ヤマイチ味噌

(予定)※ガーデンレストラン
樹音での食事あり。

対30代・40代の独身の男性と
女性

定男女各15人※予定数を超え
た場合は抽選。

料男性5000円、女性3000円※10月12日(土)から

キャンセル料(全額)が発生
します。

申電話またはホームページの申
し込みフォームから(<http://www.city.ushiku.jp/section.php?code=8>)入力

の上、送信してください。

日9月30日(月)

所牛久市ネットワーカー連絡
協議会、牛久市

後援(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

第139回うしくゴッ多市 出店募集

フリーマーケット

個人・グループ・プロ・アマ
チュアは問いません。初め

ての方も大歓迎です。

日10月14日(月・祝)午前10
時～午後3時

所中央生涯学習センター駐車場

料【出店料】A:1区画2000
円、B:半区画1200円

定約50区画(A:30区画、B:
20区画)※定員を超えた場

合は抽選(抽選結果は通知)。

申はがきに①希望する区画(A、
Bどちらかを記載。どちらで

も①は不可)②氏名(ふりがな)
③郵便番号④住所⑤確実に連

絡のとれる電話番号(申込内
容について問い合わせをする

ことがあります)⑥出店品目
(例:衣類、雑貨を明記の上、

〒300-1292牛久市中
央3-15-1牛久市商工観光

課ゴッ多市係宛てに郵送して
ください。不備がある場合は

受付できません。電話、FAX、
窓口での受付はできません。申

し込みは1組1枚。2枚目以降
は無効。複数応募は不可。

日9月2日(火)～13日(金)必着
問商工観光課 ☎内線1523

秋の全国交通安全運動

9月21日(土)～9月30日(月)

スローガン

「夕暮れは

明るい服と

反射材」



運動の重点①子どもと高

齢者の安全な通行を確保しよう

②高齢運転者の交通事故を防

止しよう③夕暮れ時と夜間の

歩行中・自転車乗用中の交通

事故を防止しよう④全ての座

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

⑤飲酒運転を根絶しよう

問交通安全課 ☎1685

女性ドライバー教室の 参加者募集

牛久地区交通安全母の会連

合会では、女性ドライバー教

室の参加者を募集します。運

転技術の維持向上を目指して、

指導員が同乗する教習所の車

での運転体験をしましょう。
動きやすい服装・運動靴でお
越しください。

日10月28日(月) 午前9時～
正午(雨天決行)
所茨城県自動車学校土浦校

(阿見町)

市内在住で普通自動車を運転

できる免許を有する女性※日

常的に自動車を運転している

方ペーパードライバー不可)

定先着10人

料無料(昼食を用意します)

日10月4日(金)

所市役所西側駐車場集合

内線1685 FAX874・0421

※FAXでの申し込みは、

住所・氏名・生年月日・電

話番号を明記。

特定計量器定期検査を

実施します

取引や証明に使用する「は

かり」は、2年に1回定期検

査を受けなければなりません。

市でも次の日程で定期検査を

検の方は必要なし②はかり
(分銅、おもりも必ず持参)

料手数料:1台あたり520

円～3000円程度

問商工観光課 ☎内線1523、

県計量検定所 ☎029・2

21・2763

奥原町の巨樹と外来植

物を訪ねてみよう！

奥原町にある神社の歴史、建

造物、樹木について触れてみ

ませんか？奥野開拓の歴史と農

地の景観(田園風景)も魅力的

です。普段何気なく目にしてい

る外来植物などについて、うし

く里山の会会員が名前やその

由来、特性等を解説します。

日10月5日(土)午前8時25分

集合、午前8時30分出発、午

後0時30分帰着予定※小雨

決行(中止は前日連絡)。

所市保健センター前集合

定・料市内在住者30人・無料

案内NPO法人うしく里山の

会里山植物リサーチ

申参加を希望する皆さんの名

前、住所、電話番号を牛久自

然観察の森まで電話で(☎

874・6600)。

日9月18日(水)

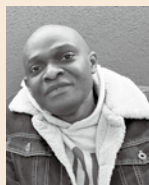
問都市計画課 ☎内線2524

第77回世界家庭料理の会 「ウガンダ料理編」

ナイル川の源流であるヴィクトリア湖に接するウガンダの料理とオーガニックコーヒーを楽しみましょう！

日 10月12日(土)午前9時30分～午後1時ごろ

所 中央生涯学習センター調理実習室
講師 關野馬口幸輔氏(ウガンダ出身)



講師

▼メニュー

- ①ポシヨ(コーンマッシュのトマトソース添え)
- ②サモサ(揚げ餃子風)
- ③フルーツサラダ
- ④豆とさつま芋のマッシュ
- ⑤オーガニックコーヒー

※天候などにより、使用する野菜が変更になる場合があります。

※市内に在住・在勤の高校生以上の方

定 25人程度※申し込み多数の場合は前回のイラン料理参加者以外の方を優先の上抽選となります。

¥ 700円(当日集金)

申 住所、市内在勤の方はお勤め先住所、氏名、年齢、日

中連絡の取れる電話番号を明記の上、①はがき②FAX③ホームページ(市公式ホームページから「ウガンダ料理申込フォーム」を開き、必要事項を入力の上送信)のいずれかの方法でお申し込み。

※参加の可否は9月下旬に郵送。

日 9月13日(金)午後5時必着
所 牛久市国際交流協会

主・関牛久市国際交流協会

理 参加者募集(〒300・1292牛久市中央3・15・1牛久市役所市民活動課内) ☎内線1632 FAX 873・2512

第29回牛久駅前どん

ん祭り

牛久駅前

市民主体による「にぎわいづくり」として開催される「どんどん祭り」。家族、友人みんなでお楽しみください。今回もビンゴゲーム(賞品多数あり)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 9月21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分から※小雨決行、荒天中止

所 やっぺやっぺ広場(牛久駅東口駅前広場)

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

主 NPO法人牛久駅前かつぱつ化実行委員会

協力 ぶどう園通り商店会、ちゃんみよTV

後援 牛久市

ボランティア募集説明会

牛久に住んでみたい、住んでよかった、ずっと住みたいと思えるまちづくりと一緒に考えませんか？牛久の賑わいづくりを推進するためにボランティアを募集します。年齢制限はありませんのでご興味のある方をお待ちしています。

日 9月10日(火)午後1時30分～午後2時30分

所 エスカード生涯学習センター第1講座室(4階)

主 NPO法人牛久駅前かつぱつ化実行委員会 ☎090・2490・5973

E kapa2ustiku@gmail.com

「わたしの手帳」を配布しています



牛久市社会福祉協議会地域包括支援センターでは、「わたしの手帳」を配布しています。

「わたしの手帳」とは、高齢の方などが認知症等で、本人の希望や今後望んでいる生活などについて周囲に伝えられなくなっても、この手帳に記入しておくことで周りからの支援をスムーズに受けられるようにするものです。本人の基本情報や医療情報、介護情報、関係者に伝えたいことや、自ら亡き後の希望などをこの手帳に記録して、本人や家族、かかりつけ医、地域包括支援センターやケアマネジャー、介護サービス事業所等で情報を共有することで、本人へのより適切な支援につながります。

この「わたしの手帳」を高齢の方などに無料で配布いたしますので、希望される方はお申し込みください。

主・関牛久市社会福祉協議会

地域包括支援センター(市役所分庁舎内) ☎878・5050 FAX 871・0540

050 FAX 871・0540

今秋開催される「いきいき茨城ゆめ国体」および、「いきいき茨城ゆめ大会」では笠松運動公園を開閉式会場とし、県内全域でさまざまな競技が行われます。航空法等により、イベント会場や人口集中地域、人や建物から30m以内等において、許可なくドローン等を飛行させることは禁止されています。航空法で定められた飛行禁止場所での飛行や、飛行方法に反してドローンを飛行させた場合、航空法違反などにより処罰される場合があります。大会期間中の会場および会場周辺のドローン飛行についてはご遠慮いただき、ますようご協力をお願いします。

▼日程

いきいき茨城ゆめ国体：9月28日(土)～10月8日(火)

いきいき茨城ゆめ大会：10月12日(土)～10月14日(日)

もしドローンを見かけたら茨城県警察本部または最寄りの警察署へ

茨城県警察本部(国体対策課) ☎029・301・0110、牛久警察署 ☎871・0110

ドローンの飛行自粛にご協力ください

今秋開催される「いきいき茨城ゆめ国体」および、「いきいき茨城ゆめ大会」では笠松運動公園を開閉式会場とし、県内全域でさまざまな競技が行われます。航空法等により、イベント会場や人口集中地域、人や建物から30m以内等において、許可なくドローン等を飛行させることは禁止されています。航空法で定められた飛行禁止場所での飛行や、飛行方法に反してドローンを飛行させた場合、航空法違反などにより処罰される場合があります。大会期間中の会場および会場周辺のドローン飛行についてはご遠慮いただき、ますようご協力をお願いします。

▼日程

いきいき茨城ゆめ国体：9月28日(土)～10月8日(火)

いきいき茨城ゆめ大会：10月12日(土)～10月14日(日)

もしドローンを見かけたら茨城県警察本部または最寄りの警察署へ

茨城県警察本部(国体対策課) ☎029・301・0110、牛久警察署 ☎871・0110

050 FAX 871・0540

050 FAX 871・0540

050 FAX 871・0540

050 FAX 871・0540

050 FAX 871・0540

050 FAX 871・0540

コース	実施日時	申込期間	内容
3日間 コース 参加費 200円	10月3日(木) 10月10日(木) 10月24日(木) 午前9時30分 ～11時30分	9月2日(月)～ 18日(水)	歯周病予防や口腔機能アップについての 講話、染め出し、効果的なブラッシング方 法、舌のケア方法、口腔機能検査、口腔体操、 唾液腺マッサージなど※参加者には、舌み がきブラシ等口腔ケア用品をプレゼント!
1日 コース 参加費 無料	12月3日(火) 午前9時30分 ～11時30分	9月2日(月)～ 11月15日(金)	歯周病予防の講話、染め出し、 効果的なブラッシング方法など

歯やお口の健康は、イキイ
キとした表情や美しい笑顔を
つくり、誤嚥性肺炎等の病気
の予防にもつながります。こ
の機会にぜひ、お口のセルフ
ケアを学んでみませんか。
所保健センター保健指導室
(2階)

**歯あふるライフ教室
参加者募集**

定 40歳以上の市民
 定 各コース20人(先着)
 申 市保健センター窓口、また
 は電話で申し込み。申し込
 みの際に、ご希望のコース
 をお伝えください。
 問 健康づくり推進課(市保健
 センター) ☎内線1743
人材募集・就職支援
 いばらき県南若者サポー
 トステーション就労相談
 「働きたいのに働けない」
 「就職活動のやり方を教えて
 ほしい」など、就職に悩む若者
 の相談会です。相談は無料。
 日 9月24日(火)午後1時～5時
 所 エスカード生涯学習セン
 ター第3講座室
 対 15歳～39歳の若年無業者お
 よびその家族
 申 電話、FAXまたはエメー
 ルで、相談日の3日前まで
 に申し込み。右記日程以外
 も別会場にて相談可能。
 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
 アイケイツクば) ☎893・
 3380 FAX 893・3381
 E info@saposute-tsukuba.jp



いきいき茨城ゆめ国体・いきいき茨城ゆめ大会 開催に伴う施設利用停止について

問 スポーツ推進課
 ☎873-2486

いきいき茨城ゆめ国体・いきいき茨城ゆめ大会が市内で開催される9月28日(土)～10月13日(日)の期間、
 市内スポーツ施設は公式練習会場や駐車場となるため、施設の利用を下記の期間停止させていただきます。
 利用者の皆さんには、ご迷惑をお掛けしますが、ご理解ご協力をお願いします。

牛久運動公園

- ◆体育館、武道館…トレーニングジム、卓球場、各
控室、会議室等すべての諸室を含む
9月17日(火)～10月14日(月・祝)終日
- ◆テニスコート(1～7コート)
9月24日(火)～10月8日(火)終日
- ◆テニスコート(8～10コート)
9月24日(火)～10月8日(火)終日
10月12日(土)～10月13日(日)終日
- ◆野球場、多目的広場、第1駐車場、第3駐車場、
その他園内施設
9月24日(火)～10月8日(火)終日
- ◆第2駐車場
9月17日(火)～10月8日(火)終日
10月12日(土)～10月13日(日)終日

栄町運動広場

- ◆多目的広場(A面、B面、C面、駐車場)
9月28日(土)～9月30日(月)終日

牛久運動広場

- ◆多目的広場、弓道場、駐車場
9月28日(土)～9月29日(日)午後7時まで
9月30日(月)午後5時まで
10月2日(水)～10月3日(木)午後5時まで
- ◆テニスコート
9月28日(土)～9月30日(月)終日
10月2日(水)～10月3日(木)終日

奥野運動広場

- ◆多目的広場、駐車場(砂利敷き)
9月28日(土)～9月30日(月)午後5時まで
10月2日(水)～10月3日(木)午後5時まで
- ◆テニスコート
9月28日(土)～9月30日(月)終日
10月2日(水)～10月3日(木)終日

**「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

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



牛久市シルバー人材センターから

①シルバー会員募集

市内各所で会員が活躍していますが、多くの就業先で会員が不足しています。仕事内容は、会員から教わることで安心です。入会して仕事に就き、楽しく収入を得てみませんか？

②初心者向け高齢者パソコン教室受講生募集

③市内在住の60歳以上で働く意欲のある方

④11月7日～12月9日の毎週月・木曜日【Aコース】午前10時～正午、【Bコース】午後1時～3時 ◆11月1日～12月4日の毎週水・金曜日【Cコース】午前10時～正午、【Dコース】午後1時～3時

所 総合福祉センター

⑤パソコンの基本的操作の仕方、文字入力、インターネット、年賀状作成などを予定。 ※教室にパソコンあり、Windows7以降のパソコンなら持ち込み可。

⑥市内に在住の60歳以上の方（初めて受講の方を優先）

⑦各コース5人※応募者多数の場合は抽選（10月4日（金）公開抽選）

⑧2000円（テキスト代含む）

⑨往復はがきの往信用に参加希望者の氏名、年齢、電話番号とA～Dの中からご希望のコースを第2希望まで記入し、返信用に送り先を明記の上〒300-1214牛久市文化町859-3牛久市総合福祉センター内（公社）牛久市シルバー人材センターパソコン教室係まで。 ※複数枚の申し込みは不可。 結果は10月初旬ごろ、返信用はがきで通知。

⑩10月3日（木）必着

⑪①・②共通

⑫（公社）牛久市シルバー人材センター事務局 ☎871-1468 FAX871-0800

⑬第13回マレットゴルフ体験教室

⑭性別、年齢に関係なく楽しむことができ、運動不足も一緒に解消できる生涯スポーツ

⑮「マレットゴルフ」を楽しく体験しませんか。服装は自由、運動靴でご参加ください。道具は準備しています。参加無料。

⑯9月21日（土）午前9時～正午 ※雨天の場合は翌日開催

⑰所 総合福祉センターふくしの森内「マレットゴルフ場」

⑱市内に在住、在勤および近隣市町村の50歳以上の方

⑲9月17日（火）

⑳主 牛久市体育協会牛久マレットゴルフ友の会

㉑申・牛久市体育協会事務局 ☎873-2486

催し・講座

取手松陽高等学校音楽科第24回定期演奏会

①9月23日（月）祝 開場午後1時30分、開演午後2時

②所 中央生涯学習センター文化ホール

③内 音楽科生徒による独奏・重奏・合奏・合唱・作品発表他

④主 茨城県立取手松陽高等学校音楽科

⑤問 中江 ☎0297-77-8934

歴史を語り合う会

①9月15日（日）午後1時30分～5時

②所 エスカード生涯学習センター第1・2講座室（4階）

③内 「トウの名の付く作物の歴史」：トウモロコシもトウガラシも外来の作物である。その起源と日本への伝播の歴史を追う。

④主 講 山田 実氏

⑤定・¥50人・300円（資料代）

⑥主 牛久史談会

⑦申・問 板宮 ☎090-2327-6304

青山忠マンドリンコンサート

浪漫溢れるマンドリン・バラライカ演奏で知られる青山忠が率いるマンドリン四重奏でおくる至極のひととき。

①10月22日（火）祝 午後1時30分開場、午後2時開演

②所 エスカードホール

③内 曲目「コンドルは飛んでゆく、神田川他」

④主 【前売り】2500円、【当日】3000円 ※学生の方は要問い合わせ。 全席自由

⑤主 フィオリナーナマンドリンアンサンブル、マンドリンアンサンブル、ルーチェ

⑥後援 牛久市教育委員会 他

⑦申・問 村上 ☎852-9394

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。



自然観察出前講座

日 9月8日(日) 午前9時〜11時30分※雨天時は9月22日(日)に延期。
 所得月院前市営駐車場

内 牛久城址地内とその周辺を
 生息している野草の観察。

対・料 一般の方・無料

申 受付なし、現地集合

関 NPO法人うしく里山の会
 事務局(牛久自然観察の森
 ネイチャーセンター内)(運
 尾) ☎874・6600

第33回牛久書道展

日 10月24日(木)〜27日(日) 午
 前10時〜午後5時※最終日
 は午後4時まで、入館は午
 後3時30分まで。

所 中央生涯学習センター多目
 的ホール

主 牛久市書道連盟
 【書道展への作品募集】

内 市内在住・在勤の方(高校生以上
 要表装した未発表作品、サイ
 ズは全紙以下、縦横自由(色
 紙不可)1人1点。

料 2000円、高校生1000円
 申 申込用紙、出品票を牛久市

書道連盟事務局に請求して
 ください。

日 9月1日(日)〜15日(日)

関 牛久市書道連盟事務局(大
 山) ☎・FAX 873・7827

第11回水墨画展

牛久市の「水墨画同好会」と
 「水墨画うしく」(会員による合
 同作品展。墨と水によって生
 み出される絵をご覧ください。

日 9月6日(金)〜12日(木) 午前
 10時〜午後5時※9日(月)

は休館日。初日は午後1時か
 ら、最終日は午後3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

関 佐藤 ☎874・3293

第7回牛久沼絵画クラ ブ絵画展

自由作品と課題の「自然を
 描く」を含め、約70点の油絵・
 水彩画・パステル画を展示。

日 9月16日(月・祝)〜22日

(日) 午前10時〜午後4時30
 分※初日は午後1時から、

最終日は午後3時30分まで。

所 中央生涯学習センター展示
 ホール(2階)※入場無料

主 牛久沼絵画クラブ

後援 八樹会

関 及川 ☎874・0316

「終の住処を奪われて」上 映会&鴨下祐也講演会

日 9月14日(土) 午後2時〜4
 時30分(開場午後1時30分)

所 中央生涯学習センター中講座室

内 福島原発被害東京訴訟、原
 発事故被害や避難生活の実
 態などの上映と講演。

定・料 70人・500円

主 原発いらない牛久の会

関 藤田 ☎080・5193・
 5218

映画「こんばんは」上映 会&トークの集い

日 9月23日(月・祝) 午後2
 時〜4時30分

所 中央生涯学習センター中講
 座室

内 映画「こんばんは」(公立夜
 間中学校のドキュメンタ
 リー)の上映会と感想や意
 見交換会。参加無料。

対・定 一般の方・70人

主 憲法9条牛久の会

関 伊藤 ☎080・1076・
 4209

平地林の手入れ作業「森 林ボランティア」

日 9月15日(日) 午前8時30
 分〜正午

所 井ノ岡町※現地集合。

内 下草刈り、伐採、枝打ち

持 ナタ、カマ、ノコギリ、作
 業服、手袋、飲み物

料 保険代1人300円(1家
 族500円)

関 木とふれあうネットワーク
 事務局(阿部) ☎873・6
 424

相 談

マリッジサポーターの 第29回結婚相談会

迷っていても前へ進めませ
 ん。幸せな未来へ向かって前
 向きに行動してみませんか。

日 9月15日(日) 午後1時30分〜
 4時(受付は午後3時まで)

所 中央生涯学習センター小講
 座室

対・料 独身男女・無料

主 マリッジサポーター県南地
 域活動協議会

関 木村 ☎090・5819・
 7521

筑波銀行休日年金相談

年金に関するご相談、手続
 きなど個別に対応。※要予約。
 日 9月14日(土) 午前10時〜午
 後4時

所 すまいるプラザ牛久(筑波
 銀行ひたち野うしく支店)

関 筑波銀行牛久支店 ☎87
 2・1310

近隣市町村のご紹介

石岡のおまつり (常陸國總社宮例大祭)



「石岡の
 おまつり」
 は、関東三
 大祭の1つ
 ともいわれ
 ている。常陸國總社宮の例大
 祭です。格式高い大神輿をは
 じめ、絢爛豪華な山車、勇壮
 な幌獅子が40台以上市内を巡
 行する石岡の一大行事です。

日 9月14日(土)・15日(日)・16
 日(月・祝)

所 JR常磐線石岡駅前

関 石岡市観光協会 ☎029
 9・23・7741



レスリング国際大会出場へ

牛久三中生徒が表敬訪問

6月に開催されたレスリングの「沼尻直杯第45回全国中学生選手権大会」で牛久第三中学校の鈴木彩加さん(1年・33kg級)が優勝。11月に台湾で開催される「U-15アジアチャンピオンシップ」への出場権を獲得しました。鈴木さんは小学3年生からレスリングを始め、小学6年生のときに初めて全国大会で優勝。今回は初の国際大会出場となります。8月6日にはその報告のため市長を表敬訪問。「優勝したときはうれしかった。国際大会はいろいろな国の選手と



戦うことになるけれど、いつもの力を出せるようにがんばりたい。目標は表彰台に上ること」と力強く語りました。

インターハイ出場へ

牛久高校陸上部の選手2人が表敬訪問

8月に開催の全国高校総体(インターハイ)へ、県立牛久高等学校陸上部の2人が出場を決め、その報告のため、7月23日に市長を表敬訪問しました。

出場を決めたのは100m障害(ハードル)・本田怜さん(3年女子)と、走り高跳び・小松澤祥太さん(3年男子)。本田さんは北関東高校総体陸上で優勝、小松澤さんは同大会で6位に入賞しました。

市長を表敬訪問した2人は、「自己ベストを更新したい」と意気込みを語りました。



交通安全を学ぶ

交通少年団の交通安全研修会

ひたち野うしく小学校の交通少年団員(参加希望者35人)が、ひたちなか市の安全運転中央研修所附属交通公園において、交通安全の研修を受けました。研修では、自転車の正しい乗り方の実技や、ダミー人形を使った実験で飛び出しや巻き込み事故の恐ろしさを学びました。また、安全運転中央研修所の展望室から施設の見学をしました。



感謝状を贈呈

消防協力者表彰

6月、市内の道路上で倒れている心肺停止の女性を、飯豊菜津実さん(市内在住)と浅尾宏紀さん(近隣在住)が発見、迅速な通報から、的確な人工呼吸、胸骨圧迫、AED装着と協力しながら救急隊到着まで継続して心肺蘇生を実施したことにより、後遺症もなく退院し社会復帰されました。この積極的な勇気ある行動を称え、稲敷広域消防本部(しほや)消防長より7月31日、牛久消防署にて感謝状を贈呈しました。



宝くじの助成金で整備

地域コミュニティ活動助成事業

緑ヶ丘行政区(齋田区長)では、財団法人自治総合センターからコミュニティ助成事業による250万円の助成を受け、緑ヶ丘区民館で使用するテント、液晶テレビ、ブルーレイレコーダーなどを購入しました。同センターでは、宝くじの普及広報の一環として全国宝くじの売上金の一部を財源に、地域コミュニティ活動の健全な発展を図るための助成事業を実施しています。



今年も熱く！牛久の夏、かっぱ祭り！

「第38回うしくかっぱ祭り」が7月27日・28日、花水木通りや市役所、近隣公園を会場に開催されました。台風が接近し開催が危ぶまれましたが、当日は夏らしい陽射しと暑さの中、熱気あふれる2日間となりました。今年は、国体の炬火イベントや荒磯親方トークショーなどイベントが目白押し。2日間で21万人にのぼる来場者で大いに賑わいました。また、「児童ばやし踊りパレード」では、約12,000人が参加し、牛久第三中学校と新地行政区が優勝を飾りました。



1



2



3

- 1 昨年に引き続き、優勝した新地行政区
- 2 優勝した牛久第三中学校。今回で8連覇に！
- 3 祭りのフィナーレを飾る上町の山車と商工みこしの共演。祭りの熱気も最高潮に

おめでとうございます！！

児童ばやし踊りパレードコンテスト 入賞団体

成 績		7月27日【各事業所・団体】 7月28日【各行政区】
優 勝		牛久第三中学校 新地行政区
準優勝		牛久第二中学校 上池台行政区
第3位		(株)関電工人材育成センター 刈谷行政区
特別賞	団結賞	牛久第一中学校、常陸太田市 みどり野行政区、 女化西行政区
	触れ合い賞	牛久市民生委員児童委員協議会、 牛久南中学校 緑ヶ丘行政区、神谷二区行政区
	ハッスル賞	下根中学校、 東京ガス(株)常総支社 神谷行政区、上柏田行政区
	ハッピー賞	民謡・2005、 医療法人社団 常仁会 牛久愛和総合病院 牛久駅西ニュータウン行政区、 田宮行政区
	はりきり賞	牛久市国際交流協会、 牛久市職員互助会 第8岡見行政区、小坂行政区

体操で元気に！

うしくかっぱ体操普及員16回生が誕生

7月22日、8行政区に所属する10人の市民が、うしくかっぱ体操普及員養成講座を修了して、普及員としての第一歩を踏み出しました。うしくかっぱ体操は、転倒予防体操として多くの普及員により、市民に広く啓発されています。現在、総勢300人を超える普及員が皆さんのお住まいの地域で元気に活動しています。まだ経験のない方もぜひ体操に参加してみませんか？参加できる日程は、毎月回覧の「支援センター便り」裏面に地区ごとに掲載しています。



かっぱ号をこれからもよろしく

かっぱ号の累計利用者数が300万人突破

牛久市コミュニティバスかっぱ号は平成15年7月に運行を開始以来、ルートの見直しや平成25年4月の通勤ライナー導入により、毎年多くの方々にご利用いただいています。平成30年度の利用者は29万8,000人となり、今年6月には、累計利用者数がついに300万人を突破しました。

今後も市民の皆さんに、身近で使いやすいかっぱ号となるよう努めていきますので、一層のご利用をお願いします。



全日本リトルリーグ大会で準優勝 牛久リトルリーグ

牛久リトルリーグは、7月19日から22日に長野県上田市で開催された全日本リトルリーグ野球選手権大会で、世界大会出場をかけて、強豪である調布(東京代表)と決勝で激突しました。惜しくも敗れましたが、選手たちはベストを尽くし準優勝をつかみ取りました。



一厚西行政区で発見！ 絶滅危惧種マヤランが市内に

一厚西行政区から、珍しい花が咲いているとの情報をいただき、7月18日に確認に行ったところ、関東以西から九州の林内で稀に生育し、絶滅の恐れのある植物としてレッドデータブックにも記載のあるマヤランでした。マヤランは葉がなく、花と茎だけが直接地面から生えているように見えるランの仲間で、光合成を行わず、共生する菌から栄養をもらっています。菌の住めない他の土に植え替えてもほとんど枯れてしまうため、生育環境も含めた保護が必要な植物です。なお、名前のマヤランは兵庫県神戸市の摩耶山で最初に発見されたことにちなんでいます。



夏限定！みずあそび場 牛久市役所西側近隣公園

この夏、市役所脇の近隣公園に毎年恒例の「みずあそび場」が開放され、子どもたちが楽しんでます。この時期だけ設置される噴水やシャワーに子どもたちは大はしゃぎ、大人は日よけの下で見守っていました。みずあそび場は9月中旬ごろまで開放しています。



9/2日 からお待たせしました！ 牛久市オリジナルストラップ販売開始！

「全国シティセールスコンテスト」で、全国132自治体420作品の中から大賞に選ばれた作品です。ワインカラーをベースに、中心に牛久大仏を配置したインパクトあるデザインとなっています。市内外へ牛久をPRするため、ご家族・ご友人にもお声がけの上、ぜひお買い求めください。販売方法は下記の通りです。

- ◆販売場所 広報政策課の窓口(市役所本庁舎2階)
- ◆販売時間 平日午前8時30分～午後5時
- ◆金 額 1本500円(税込み)※数量限定
- ◆サ イ ズ 幅約1.6cm / 長さ約50cm

【問い合わせ】広報政策課 ☎内線3222



※名札用
ストラップ

夏の日中によく活動し、高速で飛ばして空中に静止しながら、長い口吻を伸ばして花の蜜を吸います。名前の通り透明な羽を持っています。大型のスズメガの仲間です。止まっている時はハチに姿を似せて、天敵から身を守っていると言われています。

この仲間は、腹部先端の左右に鳥の尾羽のように見える毛の束があり、同じような食事のとり方をします。ハチドリと間違えられることがあります。実際、ハチドリは、このガの仲間がいないアメリカ大陸にのみ分布していて、それぞれ違う場所で、異なる生物が同じような形に進化したことは、とても興味深いものです。



しぜん大好き
オオスカシバ(天透羽)
チョウ目 スズメガ科



毎月19日は食育の日 楽しくおいしい食生活をめざしましょう

チャラボーンのいなり巻き

問 健康づくり推進課
(市保健センター内)
☎内線1744

油揚げの油を利用するので、フライパンに油をしかなくてもカリッと仕上がります。
お弁当のおかずやおやつにもどうぞ。



【1本分】487Kcal 塩分2.8g、【1切れ(5等分)】197Kcal 塩分0.6g

材 料 (1本分)

さつまいも……………	中1本	A	みりん……………	大1/2
油揚げ……………	1枚		砂糖……………	小1
卵……………	1個		しょうゆ……………	大1

作 り 方

- ①さつまいもは皮をむき2cm角程度に切り、茹でてつぶし、あら熱を取ってから卵を加えて良く混ぜておく。
- ②油揚げは短い2辺と長い1辺に切り込みを入れ、開いておく。
- ③②に①を乗せて広げ、端からクルクルと巻き、巻き終わりを下にしてなじませる。
- ④フライパンに③の巻き終わりが下になるように入れ、転がして全体に焼き色を付け、1度取り出して冷めるまでおく。
- ⑤④を5等分にカットし、フライパンに戻し両断面を焼き、調味料Aを回し入れ、味をからめてできあがり。

このレシピは「食と健康の応援団」ヘルスメイト(食生活改善推進員)が作成しました。

一口メモ

ビタミンCや食物繊維をたっぷり含むので、お腹の中をきれいにし、美肌効果も期待できます。



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」
さつまいも・チャラボーン

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！



牛久自然観察の森



9月の イベント情報

森でランチ

13日(金) 正午～午後1時

幼児を対象とした絵本の読み聞かせ会。
赤とんぼの舞う原っぱで、自然をテーマにした絵本の読み聞かせや手遊び、森に生息している生きものの紹介を行います。

- 対 象：幼児とその保護者 □参 加 費：無料
□集 合：ネイチャーセンター横の野原 □申し込み：不要(当日受付)
□持 ち 物：お弁当、飲み物
□備 考：雨天中止(当日、午前9時までにHPにて掲載)

家族昆虫教室

14日(土) 9時30分～10時15分



草むらや雑木林でみられる昆虫たちを探しながら解説を行うガイドツアー。草むらを舞う蝶や夏に成長したカマキリを探してみましょう！

- 対 象：小学生とその保護者
□参加費：1家族500円
□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

バードウォッチング

15日(日) 9時～10時30分

雑木林や田園地帯を巡りながら約20種類の野鳥を観察します。
野鳥ボランティアによる識別のサポートもあるので初めての方でも気軽にご参加いただけます。



- 対 象：一般の方 □参 加 費：無料
□集 合：牛久自然観察の森正門前
□申 込：不要(当日受付)
□備 考：雨天中止
(当日、午前8時までにHPにて掲載)

幼児昆虫教室

23日(月・祝) 9時30分～10時15分

大きく成長したショウリョウバッタやオンブバッタなどたくさんのバッタを親子で探してみましょう！



- 対 象：3～6歳の未就学児とその保護者 □集 合：ネイチャーセンター前
□参加費：幼児1人につき300円 □申 込：予約不要(当日：先着10組)
□定 員：10組 □備 考：雨天時中止

【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】2日(月)、9日(月)、17日(火)、24日(火)、30日(月)



人とのつながりで 楽しい農業

さとう なおのり
佐藤 尚徳さん
ご一家



佐藤尚徳さんは、2年前にうしくグリーンファームから独立し、第1号の新規就農者となりました。ご夫婦と、もうすぐ2歳になるお子さんの3人家族で、春秋冬はうしく河童大根、夏は加工トマトを育てています。



土浦市出身で、前職は事務職だったという佐藤さんが変わったきっかけはバ

イク事故でした。大けがを負い一時は寝たきりに回復していく中で入院中に食べた野菜のおいしさに感動したといえます。その後、うしくグリーンファームに就職し、3年間の修行ののち独立。佐藤さんはそのころを「楽しかった」と振り返ります。そして、現実的に農業を営むためのノウハウを社長にたたき込まれたおかげで、スムーズに就農することができました。

「農業は日々勉強。天候にも左右されるし、大変。けれど近所に同じく就農した仲間や、親切に教えてくれる先輩もいるこの牛久で農業ができて幸せです」



次回は12月1日号に掲載予定。シティプロモーションサイトでも自分らしく暮らしている人たちを紹介しています。

1248号

2019 9月1日号
令和元年9月1日発行

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

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

今月の たいへんよくできました うしく 牛久さくら保育園のお友だち



▲作るのは大変だったけど、完成したかかしに大満足のみんな。スイカやとうもろこし、茄子やピーマンなど、野菜作りも頑張っています！



牛久さくら保育園のお友だちは、みんなの畑を守るかかしを作りました。きっかけは、大事に育ててきたスイカをカラスに5個も食べられてしまったから。かかしは、丸めた新聞紙をビニール袋に入れて形を整え、毛糸をたくさん付けて髪の毛を表現。キラキラのテープで全身を飾り付けました。畑に立てて、みんなの野菜を見守ります。種まきから始めて水やりをしながら育てている野菜たち、たくさん収穫できるといいね。



いきいき茨城ゆめ国体2019

第74回国民体育大会

翔べ 羽ばたけ そして未来へ



空手道

2019年 9/28㊟~30㊟
牛久運動公園体育館



軟式野球

2019年 10/4㊟・5㊟
牛久運動公園野球場