

情報 ひろば

問 牛久市役所
☎029-873-2111 (代表)
FAX029-873-7510 (代表)
※牛久市の市外局番は「029」です

市からのお知らせ

ハートフルクーポン券
申込期間まもなく終了

令和6年度後期分ハートフル
クーポン券の購入申し込みは
11月19日(火)まで！

ご希望の方はお早めにお申
し込みください。

専用の「購入申込はがき」、
または「市公式LINE」か
らお申し込みください。

詳しくは市ホームページ、
または「広報うしく」10月15日
号と一緒に配布されたチラシ
をご覧ください。

問 牛久市商工会 ☎872・2
520



▲市公式
LINE



▲詳しくは
市HPへ

牛久市専用「防災うしく」 防災アプリ

牛久市の防災情報や災害時の
避難情報、ハザード
マップなどがスマー
トフォンでいつでも
確認できます。もし
もの時に備え、ぜひ
ダウンロードしてご
利用ください。



Android



iOS

問 防災課 ☎内線1681

いばらき元気 ウォークの日



12月1日(日)午前8時30分
集合、午前9時出発※当日の
開催判断は問い合わせ先へ。

所 奥野運動広場駐車場集合(奥
野生涯学習センター 駐車場
の隣・砂利の駐車場)

▼コース/いばらきヘルスロー
ド「牛久大仏散策コース」約9km
9kmを続けて歩行可能な方

対 タオル、帽子、飲み物、雨
具、ヘルスロードマップ(お
持ちの方)

申・¥当日受付・無料

主・問 牛久市オーキングクラ
ブ(望月) ☎090・475
7・4414

※「牛久市健康チャレンジ」&
「元気アップ! いばらき」ポ
イント付与対象事業

牛久市メールマガジン 「かっぱメール」

配信カテゴリに
「公共交通情報」が
追加になりました!

そのほか、市政イベ
ント、防災・防犯など
の情報をメールでお
届けします。



新規登録



配信カテゴリ
追加・変更

問 広報広聴課 ☎内線3221、3222

「健康チャレンジ」抽選 申込期間のお知らせ

抽選申込期間中に忘れず
お申し込みください。

▼申込期間/12月2日(月)～
27日(金)

▼申込方法/「元気アップ!
いばらき」で参加した方! :
アプリの右上にある「MENU」
↓「抽選応募」↓送付先情報を
登録↓景品応募の画面へ。

【記録用紙で参加した方】:健
康づくり推進課窓口へ提出。

※当選者には令和7年3月ご
ろ通知予定です。

※県の抽選会にも応募くださ
い。申込期間はアプリ内に掲載。

※詳しくは市ホー
ムページをご覧ください。

問 健康づくり推進課 ☎内線1
742



牛久市公式SNS

Instagram



LINE



Facebook



YouTube



公式X(旧Twitter)

◆牛久市…@ushiku_city
◆牛久市シティプロモーション…
@ushikucitypromo

親子ふれあい体験 2024参加者募集

謎多き伝説の残る女化神社と
パワースポットを巡ろう

親子で「牛久を再発見!」しま
せんか。今年は、きつねの伝説
についての講話を聞き、女化神
社とパワースポットと呼ばれる
奥の院を探検します。ぜひ、ご
家族皆さんで参加ください。

12月1日(日)午前10時～正
午(予定)

所 女化青年研修所(女化町3
91-1)集合

対 市内在住の小学生とその家
族(先着10組)

¥無料

申 電話または下記
の二次元コード
から申し込み

問 牛久市ボランティア・市民活動
センター ☎870・1001



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



FMうしくうれしく放送

FM周波数 85.4MHz

市役所敷地内保健セン
ター2階から放送中! 牛
久市の情報を盛りだく
さんにお伝えしています!



フーちゃん ムーくん

問 NPO法人牛久コミュニティ放送 ☎875-8541

「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。

▶募集内容 【会場】中央生涯学習センター内

内容	販売・ワークショップ	
日程	令和7年2月22日(土) 23日(日・祝)・24日(月・振休) 3月1日(土)・2日(日)	令和7年2月15日(土) ～3月3日(月) ※2月25日(火)休館日
会場	多目的ホール	展示ホール
募集店舗 区画数*	2月22日、3月1日・2日…20区画 2月23日・24日…12区画	2区画
出店料 (1日1区画)	1,000円	◆平日/500円 ◆土・日・祝日/1,000円

*募集店舗区画数…1日あたり/1区画 約2m×2m

10周年記念第10回「くっばの里うしくのひなまつり」

「ひなマルシェ」出店者募集!

子どもたちの健やかな成長と幸せを願う「うしくのひなまつり」ではイベントの一環として「ひなマルシェ」を開催しています。この「ひなマルシェ」において手作り作品の販売やワークショップ



プを実施してくださる方を募集します。(食べ物不可)

▶募集要項を確認の上、申込書に記入し、出店料を添えて提出ください。募集要項と申込書は中央生涯学習センター窓口で配布、または市ホームページからダウンロードできます。



▶受付開始日/11月17日(日) 募集数に達し次第締め切り(先着順)

▶日・内(1日目) 令和7年1月8日(水) 認知機能検査

委員会事務局(中央生涯学習センター内生涯学習課)うしくのひなまつり担当 ☎871・2301(午前9時～午後5時※休館日除く)

注意!あなたの土地が狙われています!

「一時的に資材置場として貸してほしい」、「良い土で土地を埋め立ててあげます」などと、うまい話を持ちかけられ、安易に同意してしまった結果、廃棄物を不法投棄されたり、無許可で建設残土を埋め立てられたりする事例が発生しています。これらの責任や処理費用の負担は、行為者だけでなく、土地所有者に及ぶこともあります。

なく、土地所有者に及ぶこともあります。

不法投棄、野焼き、不適正な残土埋立てを発見した場合、直ちに専用ダイヤル「不法投棄110番」まで通報をお願いします。

▶不法投棄・野焼きを見つけたら 20・536・380(受付:平日の午前8時30分～午後5時15分。受付時間外は最寄りの警察署まで)

▶県廃棄物規制課 ☎029・301・3035、市廃棄物対策課 ☎内線1571

歳末助け合い托鉢行脚

「歳末助け合い托鉢行脚」を実施します。集まりました浄財は牛久市社会福祉協議会を通じて歳末助け合いに使用させていただきます。ご協力をよろしく願います。

▶日 12月4日(水) 午前9時～正午 予定

▶行程/観成院→薬師寺→牛久駅→牛久市役所

▶牛久市仏教会

▶観成院(古渡) ☎872・0631

脳トレ教室「検査編」

認知症予防では、今の自分の状態を知り、日ごろから無理なく予防法を実践することが大切です。認知機能を測定する検査(フアイブ・コグ検査)と、認知症予防法をお伝えする2日間の教室を開催します。 ※フアイブ・コグ検査とは:映像と音声を用いた45分間の記入式の検査で、記憶・注意・思考などの認知機能を測定します。

▶日・内(1日目) 令和7年1月8日(水) 認知機能検査

▶2日目 令和7年1月22日(水) 認知機能検査の結果説明、認知症予防講話

▶時 各日午前10時～11時30分(受付:午前9時45分)

▶所 牛久市保健センター研修室(2階)

▶対 2日間参加可能な65歳～84歳の市民(今年度初参加の方)

▶定・費 先着20人・無料

▶持 補聴器や眼鏡(必要な方)、水分補給の飲み物

▶申 11月20日(水)～12月4日(水)の期間に電話で申し込み

※土・日・祝日除く

▶申 医療年金課 ☎内線1728

「1・2月分」成人集団 健診の申し込み

▼健診日／令和7年1月27日

(月)・28日(火)・29日(水)・30日

(木)受付：午前8時～11時20分

※胃がん検診単独実施日(大腸がん検診も実施可)：令和

7年2月13日(木)受付：午前

8時～9時50分

▼実施会場／保健センター

▼申込先／茨城県総合健診協

会健診予約センター

▼申込期間／11月28日(木)～

30日(土)

【電話で申し込み】

0570・077・150

(受付：申込期間中の午前9

時～午後5時)

【インターネット

で申し込み】

※要事前登録。

(受付：健診実施日の3週間

前まで申込可)

※申込初日の午前中は混み合

うことがあります。

※詳細は市ホーム

ページまたは令和

6年度健診保存版

(保健センターで配布)をご確

認ください。

問健康づくり推進課 ☎内線1

742



▲予約はこちら



第5回健康講座

緩和ケアって何だろう？

「生きる」をささえる緩和ケア

「緩和ケア」という言葉を聞

いて、皆さんはどのようなこ

とをイメージするでしょうか。

病気があっても「自分らしく」

暮らせることは、とても大切

です。実際の患者さんたちの

「自分らしく」を通じて、緩和

ケアとは何か、一緒に考えて

みませんか？

日12月18日(水)午後1時30

分～2時45分

所保健センター研修室(2階)

定先着50人

講下川 美穂先生(つくばセン

トラル病院緩和ケア科部長

申11月18日(月)～29日(金)の

期間に健康づくり推進課窓

口、電話、Eメールのいず

れかで申し込み。(申し込み

時に氏名、生年月日、電話

番号を聞き取り)※事前質

問がある方はお申し込み時

にお伝えください。

問健康づくり推進課 ☎内線

1741 ☎kenkou@city.

usitokuibaraki.jp

第38回牛久駅前 どんどん祭り

「家族の日」だよスペシャル

市民主体によ

る牛久駅前

にぎわいづく

りとして、第38

回「どんどん祭

り」を開催しま

す。ご家族、ご

友人みんなでお越しください。

たくさんのお土産が当たる、好

評のビンゴゲームを開催する

ほか、楽しいイベントを用意

してお待ちしています。

日11月17日(日)午前10時～午

後4時【歌・踊りのステージ、

ビンゴゲーム等】：午前10

時～午後1時、【家族の日】

イベント】：午後1時～4時

※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)

内飲食ブース地元の銘店およ

びキッチンカー)、フリー

マーケット、歌・踊りのス

テージ、ビンゴゲーム、バ

ルーンアート、「家族の日」イ

ベント(イバラキングこと青

木智也さんの出演決定など)

協力NPO法人ちゃんみよ

TV、ぶどう園通り商店会、



佐藤新聞舗

後援牛久市

主・問NPO法人牛久駅前

かっぱつ化実行委員会

(入江) ☎090・8490・

8962

介護者の集い

日ごろの心身のリフレッ

シユを図りませんか。家庭で

の介護の悩みや体験をお互い

に語り合いましょ。

日12月18日(水)午前9時～午

後3時30分

所【集合場所】中央生涯学習セ

ンター駐車場、【目的地】か

すみがうら市歴史博物館・

水族館、道の駅たまつくり

内参加者同士の懇談、情報交換

対家庭で介護をしている方、

または介護経験のある方

※仕事での介護経験は含ま

れません。

定先着25人

¥1000円(施設入館料と

して別途430円)

申・問牛久市社会福祉協議会

☎8711・1295 FAX87

1・1296

第10回牛久郷土かるた大会参加者募集

日 令和7年1月26日(日) ●こどもかるたの部：午前9時15分～正午、●郷土かるたの部：午後1時15分～4時
所 牛久運動公園武道館

▼使用かるた／うしく郷土こどもかるた、牛久郷土かるた
▼競技方法／牛久郷土かるたルールで2人1組の団体戦。予選のうち、決勝トーナメント。表彰は上位3位まで。参加賞あり。

対 ●こどもかるたの部：小学生以下(市外可)、●郷土かるたの部：年齢制限なし(市外可)

定 各部門32組(2人1組)
費 無料

申 参加の部(両方も可)、チーム名、参加者名(2人)、学校名(学年)、年齢、リーダーの連絡先(住所・電話番号)を記入の上、FAXまたはEメールで申し込み。

締 12月17日(火)

所 牛久郷土かるたの会事務局

(ひたち野リフレ内) 内線

3361～3364 FAX 8

72・2550

E syougai@city.

ushikuibaraki.jp



地区計画の変更案の縦覧

ひたち野地区地区計画の変更について、都市計画法第21条第2項の規定において準用する同法第17条第1項の規定により、当該都市計画の案を縦覧に供します。なお、縦覧期間満了の日までに、縦覧に供された都市計画の案について意見書を提出することができます。

▼縦覧場所／都市計画課窓口(市役所分庁舎2階※土・日

曜日を除く、午前9時～午後5時)、市ホームページ



▼縦覧期間／11月21日(木)～12月5日(木)

所 都市計画課 内線2522

ヒートショックを予防しよう

急激な温度変化がもたらす身体への影響をヒートショックといえます。部屋の移動や入浴に伴う室温と浴槽のお湯の温度差により、血圧が大きく変動し、意識消失や脳卒中、心筋梗塞への危険が高まります。冬場に多く見られ、高齢者は特に注意が必要です。

▼予防策／◆脱衣所や浴室を暖めましょう ◆お湯の温度を41℃以下に設定しましょう ◆飲酒後、食事直後、服薬後の入浴は控えましょう ◆入浴前に同居者に一声かけましょう ◆浴槽から急に立ち上がりな

いようにしましょう
所 稲敷広域消防本部救急課
☎ 0297・64・3846

犯罪被害者週間

11月25日(月)～12月1日(日)は犯罪被害者週間

誰もが突然、事件や事故などにあつ可能性があるあります。被害にあわれた際は、相談窓口や最寄りの警察署にご相談ください。また、被害にあわれた方やそのご家族が回復するためには、周囲の方のご理解とあたたかな支

援が必要で

す。皆さんの

ご協力をお

願いします。



犯罪被害者等支援シンボルマーク「ギョっとちゃん」

▼相談先／茨城県牛久警察署

☎ 871・0110、茨城県警察性犯罪被害相談「勇氣の

電話」☎ #8103、☎ 029・301・0278

国の教育ローン(日本政策金融公庫)のご案内

「国の教育ローン」は、高校、短大、大学、専修学校、各種学校や外国の高校、大学等に入学・在学するお子さまをお持ちのご家庭を対象とした公的な融資制度です。

▼融資額／お子さま1人につき350万円以内

▼金利／年2.35%※父子家庭・母子家庭の方などは年1.95%(令和6年11月1日現在)

▼返済期間／18年以内

▼返済方法／毎月元利均等返済(ボーナス時増額返済も可能)

※詳しくはホームページをご覧ください。



所 日本政策金融公庫教育

ローンコールセンター

☎ 0570・008656、

☎ 03・5321・8656

PM2.5の測定状況(茨城県)

問 環境政策課
☎ 内線1561
～1563



市内の放射能関連情報

問 環境政策課
☎ 内線1565



相談

特設人権相談所開設

12月4日(水)～10日(火)は「人権週間」です

1948年昭和23年)12月10日、国連総会で世界人権宣言が採択されたのを記念し、毎年12月10日は「人権デー(Human Rights Day)」と定められました。法務省と全国人権擁護委員連合会では、12月4日から10日までを「人権週間」として各種の人権啓発活動を行います。全ての人に認められた基本的人権の重要性について、今一度、理解を深め、お互いに相手の立場を尊重し、豊かな人間関係をつくりましょう。

なお、市では人権週間にあわせて特設人権相談所を開設し、人権擁護委員が人権に関わる心配ごとや困りごとの相談をお受けします。相談は無料で、秘密は厳守します。

日12月6日(金)午前9時30分～11時30分(※要事前予約)

所市役所分庁舎第1会議室(2階) 関社会福祉課 ☎内線1771

催し・講座

MUSEコンサート&子ども向けワークショップ

1 2024 MUSE

クリスマスコンサート

日12月15日(日)【昼の部】午後1時30分開場、午後2時開演
【夜の部】午後5時開場、午後5時30分開演

所中央生涯学習センター多目的ホール

内容◆前半：【ピアノ】モーツァルト／きらきら星変奏曲、【ソプラノ】山田耕筰／この道

【クラリネット】ポンキエツリ／イル・コンヴェーニョ

◆後半：「MUSEアンサンブルうしく」によるアンダーソン／そりすべり、バーンスタイン／ウエストサイド・ストーリー」より他

¥【前売券】大人1500円・子ども(小学生以下)700円

【当日券】大人1800円・子ども(小学生以下)1000円※全席自由。

チケットの取り扱い／●中

央生涯学習センター窓 ☎871・2301、●エスカードプラザ(エスカード牛久2階)、

●ウインズ・ユー牛久店 ☎870・3663

主 うしく音楽家協会

後援 牛久市、牛久市教育委員会

問 上仲 ☎090・1548・4172

2 コンサートを一緒につくろう！

～MUSEクリスマスコンサート子どもお仕事体験～

実は演奏家だけでは成立しないのがコンサート。会場のコーディネート、舞台のセッティング、お客さまのご案内など、スタッフのお仕事を実際のコンサートで体験してみよう！

日【1日目】12月14日(土)午後

1時～4時(レクチャー、リハーサル)、【2日目】12月15

日(日)①午後0時30分～4

時予定(昼の部)、②午後4

時～7時30分予定(夜の部)

※12月14日(土)は全員参加、

12月15日(日)は①②いずれかの参加。また②に参加する場

合は保護者の送迎必須。

所中央生涯学習センター

対小学4年生～中学3年生

定12人(※①②は各6人)

¥無料

申詳細は市ホームページ、う

しく音楽家協会ホームページ

ジでご確認ください。

縮11月29日(金)

主 中央生涯学習課(中央生涯学習

センター) ☎871・2301



▲市ホームページ



▲音楽家協会ホームページ

牛久おもちゃ教室、クリニック

① 簡単に楽しいおもちゃ作り

中はキラキラで不思議な筒「空っぽ万華鏡」を作ります。

日11月24日(日)午後1時～2時

(毎月第4日曜日定期開催)

対・定小学生や園児・3組程度

申11月22日(金)までに電話

② おもちゃの修理(子ども対象)

日11月24日(日)、12月8日

(日)午後1時～3時(毎月

第2・4日曜日定期開催)

【①、②共通】※参加無料

所ここに広場(保護者同伴)

問金子 ☎874・6416

親子で遊ぼう

保育園の子育て支援

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。詳細は各園にお問い合わせ、または市ホームページをご確認ください。



シャトーで休日
2024クリスマス

マルシェやワークショップなど、牛久シャトーで過ごすクリスマスイベントを開催します。

日 11月30日(土) 午前11時〜午後7時、12月1日(日) 午前11時〜午後3時※小雨決行、荒天中止

所 牛久シャトーサンクンガーデンなど

共催 ワイン文化日本遺産協会 会ほか

主・関とぎつくり研究室(大山) ☎090・5330・4317

一期一会!牛久シャトージャズ
オーケストラ結成&コンサート

ジャズの名曲を演奏します。世界で活躍するプロ、市民演奏者が集結!

日 11月24日(日) 午前10時〜午後3時30分※雨天敢行。

所 牛久シャトーサンクンガーデン

主・関神谷の夢プロデュース (渡辺) ☎090・88857・0103

フォトサークルいちの会
2024年写真作品展

日 12月4日(水)〜10日(火) 午前9時30分〜午後5時※最終日は午後3時まで、9日(月)は休館日。

所 中央生涯学習センター展示ホール(2階)

主・関いちの会(高瀬) ☎080・1337・6277

メンバー募集

楽しいTEC

英語力問わず、英会話を楽しむ仲間を募集。オーストラリア人講師を囲み、初心者から旅の猛者まで在籍中。

日 毎月第2・4木曜日 午後2時〜4時

所 中央生涯学習センター会議室

対 旅行英会話の基礎を学びたい方、英会話に興味のある方

定 15人
主・関 電話で申し込み

80・6802・4899

休日納税相談・夜間納税相談

☎ 収納課 ☎ 内線1061~1064

納税相談では、市税だけでなく使用料なども納付できます。来庁の際には納付書をお持ちください。

市税は便利な
口座振替で

	日程	時間	場所
休日納税相談	11/24、12/1・22、1/5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	11/19、12/10・17、1/14の各火曜日	午後6時〜8時	収納課

◆取扱内容 / 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。

12月の納税および使用料

納期限

国民健康保険税(5期) / 下水道受益者負担金(3期) / 給食費・保育料・保育園給食費・住宅使用料(11月分)	12月2日(月)
児童クラブ負担金(12月分)	12月10日(火)
固定資産税(3期) / 国民健康保険税(6期) / 給食費(12月分)	12月25日(水)
介護保険料(5期) / 後期高齢者医療保険料(6期)	12月26日(木)
保育料・保育園給食費・住宅使用料(12月分)	12月27日(金)

マイナンバーカードを利用した
証明書のコンビニ
交付サービス



☎ 総合窓口課 ☎ 内線1622~1624

コンビニエンスストア等に設置しているマルチコピー機から証明書が取得できます。

- ◆利用可能時間: 午前6時30分〜午後11時 ◆手数料: 1通300円
- ◆取得できる証明書: 住民票の写し(本人・同一世帯分)、所得証明(本人分)、印鑑証明書(本人分)

メンテナンスによる一時停止日時 11月27日(水) 午後7時~11時