

8
広報

Ushiku
City
News

うしく

2025
7/1
No.1388
茨城県牛久市

ここらで ちょっと、ひと涼み。

【今月の表紙】これから夏本番を迎えるにあたり、日差しが強くなり、急激な気温上昇で熱中症に注意が必要なこの季節。市内で農業を営む吉田さん一家も作業の合間に木陰で休息を取り、熱中症対策を図ります。こまめな水分補給と休息を心掛け、暑い夏を健康に乗り切りましょう。【熱中症関連記事26ページ】

河童ばやし

一度聞いたら忘れない「やっぺやっぺ」の詩にのせて

1万人が彩る悠々たる踊り

【開始日時】
河童ばやし踊りパレード
7月26日(土)・27日(日)
午後5時40分開始

どなたでも飛び入り参加OK!

※7月5・12・19日(土)に踊り無料
レッスン開催。詳しくは
次ページへ!



「やっぺやっぺ」の掛け声と河童の泳ぐ姿が特徴の「河童ばやし」。昭和56(1981)年、「かっぱ祭り」の前身である「ふるさと祭り」の開催の際に誕生しました。

もともと牛久には「牛久音頭」があり、盆踊りなどで踊られていました。当初「ふるさと祭り」でも「牛久音頭」を踊る予定でしたが、花笠音頭や阿波踊りのような踊りパレードをメインイベントとして考えていたため、輪になって踊る「牛久音頭」は、採用できませんでした。

そこで、当時の町長が「牛久音頭」を作詞した地元の作詞家である故・中島清治さんに作詞を依頼しました。故・中島さんは牛久の名所が盛り込まれた「牛久音頭」とは一味違う曲にしようと思ひ、考えついたのが、小川芋銭と芋銭に描かれた河童。そこからそれぞれについて調べ、半年後に完成したのが「河童ばやし」です。

歌詞にも「河童誰の子 芋銭の子」とあるように、小川芋銭が描いた河童がイメージされています。「河童ばやし」ができたことがうかがえます。

また、踊りの振り付けをされたのは故・中島さんの妻、故・西川扇若衛さんです。誰でも気軽に踊れるようにと振り付けされ、河童が沼を泳ぎ、陸に上がりあたりを見回す様子が表現されています。



▲河童ばやし歌詞・振り付け動画

第41回 うしくかっぱ祭り みどころ紹介

問 うしくかっぱ祭り実行委員会事務局(未来創造課内) ☎内線1521~1523

【登場日時】
商工みこし
7月26日(土)・27日(日)
午後7時30分~
※みこし担ぎ手募集中!
(練習あり)詳しくは
次ページへ!



商 工みこしは昭和63(1988)年、市民交流やまちの振興、商売繁盛などの思いを込め牛久市商工会青年部により作られました。お披露目をかねて同年の「第7回うしくかっぱ祭り」に練り出し、これがきっかけで毎年かっぱ祭りに登場。今では祭りのラストに欠かせない存在となっています。揃いの半纏に身を包み、総勢1000人がみこしを担ぎ威勢のいい掛け声を祭りのメイン通りに響かせます。



商工みこしには「頭」と呼ばれるリーダーがいます。「頭」は拍子木を持ってみこし全体の指揮を執る、

重要な役目を担っています。今年頭を務めるのは商工会青年部部長の綾部みよさん。昨年引き続き、頭として商工みこしをけん引します。綾部さんは、今年の見どころを「商工みこしに加え、今回は女みこしが登場します。二基のみこしの共演にご期待ください」と話します。祭りの終盤、みこしの勢いと人の熱気に包まれ、通りが最高潮に沸き立ちます。ぜひこの盛り上がりを感じて来てください。



商工会青年部部長 綾部みよさん

まちの振興と商売繁盛を祈願 祭りのラストを威勢よく盛り上げる

商工みこし

城中太鼓



【登場日時】7月26日(土)午後4時30分～
Aステージ(市役所敷地内)

城 中太鼓は牛久第三中学校の和太鼓部で受け継がれている太鼓です。平成元(1989)年同校創立10周年記念の際、PTAが子どもたちへ和太鼓を購入。これを機に和太鼓部を創部し、学校がある「城中町」から太鼓は「城中太鼓」と命名されました。城中太鼓は指導者がおらず、先輩が後輩へ演奏技術を伝える形で30年以上受け継がれています。部長の櫻井さん、副部長の二階堂さんは同じ曲でも一人ひとりの個性が出るのが魅力の一つと語ります。練習の集大成と36年の伝統を皆さんにお届けします。



その後、祭りの名称もより親しみやすくするため「ふるさと祭り」から「かっぱ祭り」へと変更。河童がシンボルとなり、今に続いています。「河童ばやし」を一齐に踊る圧巻のパレードを会場で見わたってみませんか。



総踊りは飛び入り参加OK!

よさこい鳴子踊り

【登場日時】7月26日(土)・27日(日)午後4時～

鳴 子と呼ばれる小道具を手に持ち、踊りながら通りを進む「よさこい鳴子踊り」。河童ばやしパレードの前に登場し、会場を盛り上げます。踊るのは「うしく鳴子会翔舞」の皆さん。小学生から70代まで幅広い世代が所属しています。同団体がうしくかっぱ祭りではよさこい鳴子踊りを披露するようになって30年。今年は東洋大学附属牛久高校のダンス部も参加します。



観客と一緒に踊る「総踊り」は、どなたでも飛び入り参加大歓迎！ぜひ一緒にお祭りを盛り上げましょう！

いよいよ今月末開催!

7月26日(土)・27日(日)

上町山車

新川囃子牛久壹番組

地域の誇りを受け継ぐ
囃子の音色と
力強く勇壮な山車

牛 久町の上町行政

区周辺では古くから旧国道6号を中心に八坂神社の「祇園祭」が夏に行われ、山車の巡行とお囃子が祭りに花を添えていました。昭和40年代初頭、山車が破損、その後、祇園祭の山車の巡行は芸能人の舞台と子ども神輿に変更され、山車とお囃子は祭りから姿を消しました。しかし、地域住民から山車の復活を望む声が多く集まり、平成9(1997)年、地元の職人の手で作り上げられた「上町の山車」が復活。

以前は市外団体に演奏依頼をしていたお囃子も自分たちで演奏したいと土浦市の「新川囃子 新城組」に師事し、山車の復活に合わせ「新川囃子 牛久壹番組」が結成されました。「新川囃子 牛久壹番組」の入江唯晃さんは、「この山車とお囃子は次世代に受け継いでいくべき牛久の伝統文化の一つです」と話します。その言葉の通り、山車の舵取り、お囃子の演奏の中心となっているのが地域の若い世代です。元気な掛け声とともに通りを練り歩く山車とお囃子の演奏をお楽しみください。

新川囃子牛久壹番組 入江唯晃さん

【登場日時】
上町山車
新川囃子牛久壹番組
7月27日(日)
午後7時30分～



初心者・女性担ぎ手も大歓迎!

商工みこし 担ぎ手募集!!



毎年ご参加いただく皆さまのおかげで恒例行事となっている牛久市商工会青年部の商工みこし。今年も変わらぬご愛顧とご協力をいただき、2日間にわたりかっぱ祭りのフィナーレを飾ります!

【実施日時】7月26日(土)・27日(日)午後6時集合
【集合場所】かっぱ祭り会場内みこし本部
(花木木通り・ろうきん駐車場)
【練習日時】7月4日(金)・11日(金)午後7時~
【練習場所】中央生涯学習センター駐車場

【参加資格】

- ◎高校生以上(未成年の場合は保護者の署名が必要)で、市内在住・在勤の個人、グループの場合は代表者が市内在住・在勤であること
 - ◎指定の法被を着用できる方(法被は無料貸出)
 - ◎練習に参加できる方を優先
- 【申し込み・問い合わせ】牛久市商工会青年部(園田) ☎872-2520

【申込締切】
7月4日(金)
午後5時

どなたでも
参加OK!

河童ばやし踊り 無料レッスン・浴衣着付け体験会

毎年恒例の河童ばやし踊り無料レッスンを開催します。今年はお祭りにかかせない浴衣の着付け体験会も同日開催!この夏は浴衣を着こなして、みんなで河童ばやしを踊りましょう!

参加無料
事前予約
不要

【実施日】7月5日(土)・12日(土)・19日(土)
【場 所】三日月橋生涯学習センター
◎浴衣着付け体験会 午後1時~2時30分 (2階 和室)
◎踊り無料レッスン 午後3時~4時30分 (1階 第1・2研修室)

【持ち物】

浴衣や、着付けに必要な装飾一式などは各自でご持参ください。

【問い合わせ】

うしくかっぱ祭り実行委員会事務局(牛久市観光協会内) ☎874-5554

やっぺ やっぺ やっぺ!!



かっぱ祭りうちわ



かっぱ祭りうちわの寄贈

メクテック株式会社および株式会社MEK-Jからうちわを寄贈していただきました。うちわは当日会場で配布します。

★商品券が当たる抽選番号付き!
抽選の詳細は広報うしく
7月15日号をご覧ください。

今年の
ポスターはこれ!



かっぱ祭り ポロシャツ販売!!

カラーは
昨年を引き続き
『蛍光ピンク』

サイズ SS・S・M・L・2L・3L
各1,500円(税込)
※ポケットあり



【販売開始】7月1日(火)

【販売場所】

- ◎未来創造課 ☎内線1522
- ◎牛久市商工会 ☎872-2520

※受付時間:両方とも月~金曜日午前8時30分~午後5時(祝日除く)。

※サイズにより数量に限りがあります。

▲袖にキュー
ちゃんの
イラスト入り

会長あいさつ

第41回うしくかっぱ祭り
実行委員会会長 齋藤 毅
さいとう たけし

昭和56年に「ふるさと祭り」として産声をあげたお祭りが、翌年の昭和57年に名称を変更し「かっぱ祭り」としてスタートしました。その長い歴史を持つかっぱ祭りの会長を今年も務めさせていただくのは身の引き締まる想いでございます。

この祭りの理念は「市民の・市民による・市民のため」のお祭りです。主催は実行委員会ですが、主役は市民の皆さまです。今年のお祭りも暑さが予想されますが、ご来場の皆さまに、熱いお祭りをお届けできますよう実行委員会一丸となり準備を進めております。

今年のお祭りも皆さまにとって夏の夜の良い思い出の1ページに加えていただけたら幸いです。さ〜 やっぺ やっぺ



当日のプログラムや会場MAP等については7月中旬ごろにチラシをポストインします

うしくかっぱ祭り ☑ ◀最新情報はうしくかっぱ祭りHPや公式Instagramをご覧ください



次世代の高速鉄道リニア見学と 華やぎの旅 石和温泉



開催日
10月21日(火)
～**22日(水)**

お土産
付き

お楽しみ
抽選会

対象・定員 市内在住・在勤の方 / 先着**110人**(最低催行人数75人)

参加費 **25,000円**(1人あたり) ※料金には1泊2食・両日の昼食・交通費が含まれます。
※お部屋はご夫婦であっても男女別相部屋(5人部屋中心)となります。

行程

コース (== バス IC:インターチェンジ SA:サービスエリア PA:パーキングエリア)

1日目 10/21(火)	中央生涯学習センター(8:00発) == つくば牛久IC == 圏央道・菖蒲PA(休憩) == 八王子JCT == 中央道・談合坂SA(休憩) == 大月IC == 山梨県立リニア見学センター(見学) == 大月IC == 勝沼IC == 甲州市 信玄館(昼食) == ハーブ庭園旅日記(散策) == 石和温泉「華やぎの章 慶山」(15:50ごろ着)	【宿泊先】 華やぎの章 慶山 ☎055-262-2161
2日目 10/22(水)	石和温泉「華やぎの章 慶山」(9:15発) == 甲斐 武田神社(参拝) == 桔梗屋テーマパーク(自由見学・買物) == 山梨FUJIフルーツパーク(昼食) == 一宮御坂IC == 中央道・談合坂SA(休憩) == 八王子JCT == 圏央道・菖蒲PA(休憩) == つくば牛久IC == 中央生涯学習センター(16:45ごろ着)	

※諸事情により変更になる場合もあります。

【免責事項】 標準旅行業約款により取り扱わせていただきます。

【取消料】 ● 出発日の21日前から8日前…参加費用の20% ● 出発日の7日前から2日前…参加費用の30%
● 出発日前日…参加費用の40% ● 出発日当日…参加費用の50% ● 出発後および無連絡…参加費用の100%
◆ 市民号企画・共催：牛久市(市民活動課 ☎内線1633、1634) ◆ 後援：牛久市区長会

【旅行企画・実施】
茨城中央観光 ☎875-0354
(茨城県知事登録旅行業第2-231号)
国内旅行業務取扱管理者
(小澤) ☎080-1342-1392

申込方法 下記申込書に必要事項を記入の上、参加費と一緒に市民活動課窓口
に直接お持ちください。※電話では受け付けしませんのでご注意ください。

申込期間 **7月15日(火)～9月19日(金)** ※土・日・祝日除く。
午前9時～午後5時 ※定員になり次第締め切り。

第43回 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	☎(自宅) ----- ☎(携帯)
住所	〒	行政区または団体名		
備考	(同室希望)	※送迎場所(原則として集合場所は中央生涯学習センターとなります)		

※送迎してくれる方がいない場合や乗り合いで来ることができない場合のみ、お申し込みの際にご相談ください。

※個人情報の取り扱いについては、市民号以外での目的では使用しません。

第27回参議院議員通常選挙

問 牛久市選挙管理委員会(総務課内) ☎内線1011~1013

投票日

7月20日(日) 午前7時~午後8時

投票所

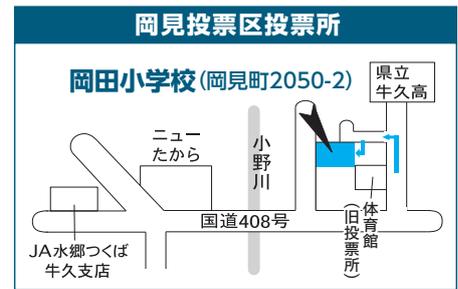
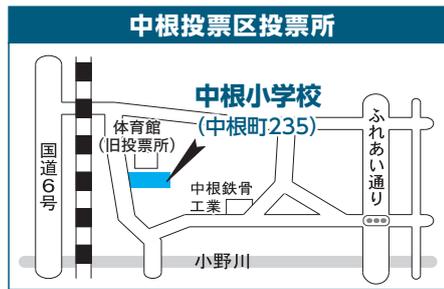
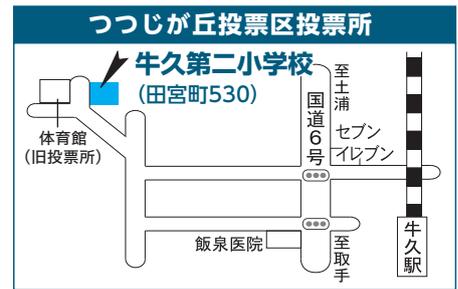
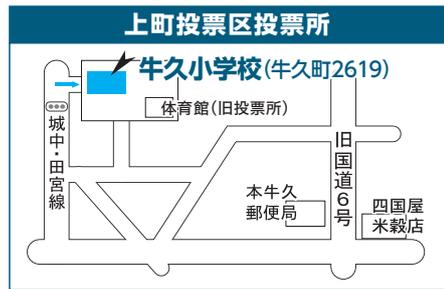
市内24カ所

該当の投票所は、投票所入場整理券に記載します。
※本紙8ページの投票所地図をご参照ください。
※地図は市ホームページでも確認できます。



右記4投票区につきましては、投票場所が変更となりますので、該当する有権者の方は、お間違いのないようご注意ください!

「小学校体育館」から「校舎」に変更



投票できる方

〈選挙人名簿登録基準日 7月2日〉

- ◆住所要件…令和7年4月2日までに牛久市に転入届出をされた方、または住民票を作成された方で、引き続き3カ月以上住民基本台帳に登録されている方。
- ◆年齢要件…投票日当日18歳以上である方(平成19年7月21日までに生まれた方)。

投票所入場整理券

入場整理券は郵送します。投票所にお越しの際は、入場整理券のお名前と投票所(施設名)をご確認の上、必ず本人のものをお持ちください。有権者であるにもかかわらず入場整理券が届かない場合は、投票所で入場券の再発行をします。その際、本人確認ができる証明資料(運転免許証等)をお持ちください。



【開票について】

- ◆日時…7月20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
※参観者が多い場合は、入場制限をする場合がありますのであらかじめご了承ください。
- ◆開票速報…市ホームページで行う予定です

【選挙公報について】

新聞折込で配布するほか、市ホームページでの公開および市役所、各生涯学習センター、運動公園体育館等の公共施設の窓口や各投票所、期日前投票所に用意します。また、新聞を購読されていない方には郵送しますので、選挙管理委員会までご連絡ください。

市ホームページ選挙情報



投票所地図や開票速報など詳しい選挙情報は市ホームページをご確認ください。

牛久市 選挙 🔍 検索

投票日当日に投票所へお越しになれない方は、下記の方法で投票することができます

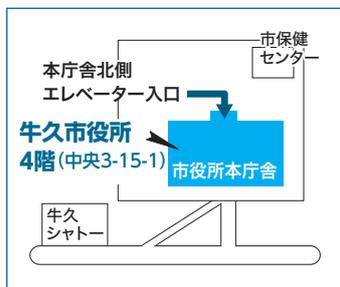
期日前 投票

【期日前投票期間】7月4日(金)～19日(土)

【期日前投票時間】午前8時30分～午後8時

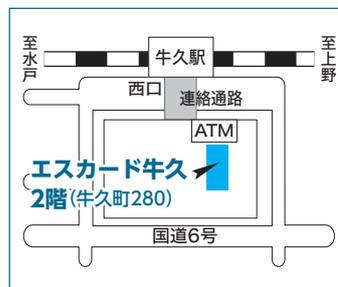
市役所 期日前投票所 (市役所本庁舎4階)

※閉庁時間中は正面玄関・東側入口からは入れません。本庁舎北側エレベーターからお入りください。



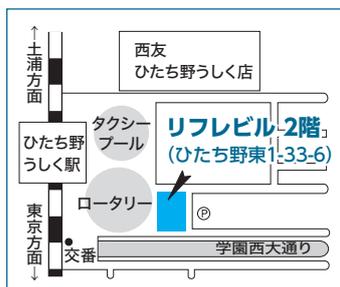
牛久駅前 期日前投票所 (エスカード牛久2階)

※駐車場は地下駐車場または西口駐車場をご利用ください。その際、駐車券を期日前投票所までお持ちください。

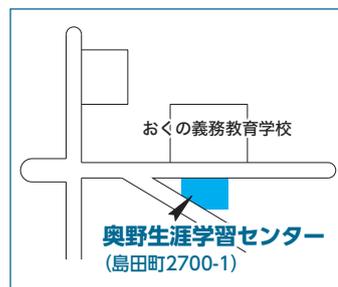


ひたち野リフレ 期日前投票所 (リフレビル2階)

※7月19日(土)は、下記の場所は終日ご利用できません。(混雑および撤去作業のため)
・2階フリースペース
・3階スカイスペース



奥野 期日前投票所 (奥野生涯学習センター)



- ◆期日前投票所は投票日が近づくと大変混雑し、投票まで時間がかかる場合がありますのでご了承ください。
- ◆投票所入場整理券の裏面には、宣誓欄を設けています。あらかじめ記載してから期日前投票所にお越しになると、受付にかかる時間を短縮できます。



期日前投票は、すべての投票区の人が、どの期日前投票所でも投票することができますが、**投票日当日は、入場整理券に記載された投票所でしか投票することができませんのでご注意ください。**

施設における不在者投票

選挙期間中、病院や老人ホームなどに入っている方も、その施設が不在者投票の指定施設になっている場合は施設内で投票することができます。お早めに施設の不在者投票担当者の方にご相談ください。

【投票方法】①施設の不在者投票担当者に投票したい旨を伝える→施設の担当者が市の選挙管理委員会へ投票用紙を請求する ②施設内にて投票を行う

郵便による不在者投票

身体障害者福祉法、戦傷病者特別援護法に規定する両下肢や体幹などの不自由な方、所定の要件を満たす要介護の方は、自宅にいたまま郵便により不在者投票ができます。この場合は「郵便投票証明書」が必要となりますので、お早めに選挙管理委員会(市総務課内)へお問い合わせください。

※郵便投票証明書を添付した上で投票用紙を請求することができる期限は、7月16日(水)です。

遠隔地での不在者投票

長期出張などにより、選挙期間中、牛久市外にいる方は、滞在先の市区町村選挙管理委員会では不在者投票をすることができます。牛久市選挙管理委員会への投票用紙などの請求が必要となるため、多少時間がかかります。早めに手続きをしてください。詳しくはお問い合わせください。

身体の不自由な方は、下記のような投票方法もあります

代理投票・点字投票

身体が不自由などの理由により自分で字を書くことができない方は、投票所の係員が代筆しますので、当日係員にお申し出ください。投票の秘密は守られます。安心して投票してください。また、目の不自由な方は点字により投票することができます。

投票日当日の投票所(市内24カ所)

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の上、お越してください。

上町投票区投票所

牛久小学校 (牛久町2619)

城・田宮線 旧国道6号 四国屋米穀店 本牛久郵便局

▲小学校校舎に変更

城中投票区投票所

三日月橋生涯学習センター (庄兵衛新田210-3)

牛久三小 牛久小 本牛久郵便局 至土浦 国道6号 至取手 旧国道6号 三日月橋 市宮南裏住宅 牛久沼 稲荷川

刈谷投票区投票所

刈谷自治会館 (刈谷町1-175)

第三児童公園 刈谷大橋 至国道6号・牛久駅→ 第一児童公園 第二児童公園 第四児童公園 第五児童公園 牛久大橋

つつじが丘投票区投票所

牛久第二小学校 (田宮町530)

至土浦 国道6号 セブンイレブン 飯泉医院 至取手 牛久駅

▲小学校校舎に変更

田宮投票区投票所

牛久駅 至水戸 至上野 西口 連絡通路 ATM エスカード牛久 2階 (牛久町280) 国道6号

南第1投票区投票所

みどり野区民会館 (南4-37-10)

みどり野第一児童公園 ローソン 北浦跨線橋 至国道6号 南裏・蛇喰線

南第2投票区投票所

東区会館 (南2-23-2)

筑波銀行 けやき通り 至市役所 オカノ写真館 関電工 スポーツクラブ牛久

南第3投票区投票所

東みどり野区民会館 (南4-10-18)

南裏・蛇喰線 すし処きむら 至緑ヶ丘方面

中央投票区投票所

牛久市役所 (中央3-15-1)

牛久消防署 牛久 消 防 署 ふれあい通り 牛久シャトー

神谷二区投票区投票所

神谷二区区民会館 (田宮2-36-6)

国道6号 青空公園 エステスタジオ

栄町第1投票区投票所

栄西集会所 (栄町1-56-65)

至つくば 柏田大橋 国道408号 稲敷市 ふれあい通り 常盤線 公園 ローソン

栄町第2投票区投票所

中央生涯学習センター (柏田町1606-1)

至つくば 国道408号 栄町交番 牛久消防署 中央図書館 牛久郵便局

猪子投票区投票所

牛久市子ども発達支援センターのぞみ園 (柏田町3047-19)

マクドナルド牛久店 焼肉きんぐ 国道408号 パサニアテニスクラブ テニスコート 市宮猪子住宅

中根投票区投票所

中根小学校 (中根町235)

中根鉄骨工業 小野川 国道6号 ふれあい通り

▲小学校校舎に変更

ひたち野東投票区投票所

牛久運動公園 体育館 (下根町1400)

カワチ ガソリンスタンド

ひたち野西投票区投票所

ひたち野うしく小学校 (ひたち野西2-11)

国道6号 ホンダ セブンイレブン

岡見投票区投票所

岡田小学校 (岡見町2050-2)

県立牛久高 小野川 ニューたから 国道408号 JA水郷つくば 牛久支店

▲小学校校舎に変更

神谷投票区投票所

神谷区公会堂 (神谷2-21-3)

至岡見 市道6号線(女化街道) 南裏・蛇喰線 国道6号 神谷小学校 カスミ ふれあい通り

向台投票区投票所

向台自治会館 (牛久町1214-9)

至国道6号 南裏・蛇喰線 至土浦 国道6号 六建団地バス停 ジョイフーズ

さくら台(旧女化西)投票区投票所

さくら台区民会館 (さくら台3-28-17)

ウエルシア セブンイレブン 神谷小学校 柏田台集会所 市宮神谷住宅 太田医院 深澤歯科

女化投票区投票所

女化区民会館 (女化町391-1)

至市役所 女化神社

小坂団地投票区投票所

小坂団地区民会館 (小坂町3392-17)

至岡見 至久野 市道7号線(鎌倉街道) 向原区民会館 旧向原保育園

久野投票区投票所

奥野生涯学習センター (島田町2700-1)

おくの義務教育学校

奥原投票区投票所

奥原公会堂 (奥原町2219)

奥野郵便局 国道408号



不妊治療を行う夫婦の経済的負担軽減のため 治療費(先進医療分)の助成を開始します

対象者

右記の要件を
全て満たす方

- 1 生殖補助医療以外の治療法では妊娠の可能性が極めて少ないと医師に診断され、医療保険適用の生殖補助医療と、医療保険適用外の先進医療を組み合わせ不妊治療を行い、令和7年4月1日～令和8年3月31日の間に治療を終了した方
- 2 治療期間の初日における妻の年齢が43歳未満である夫婦
- 3 1回の治療の初日から助成の申請時まで、夫または妻のいずれかが市内に住所を有し、申請日以降も1年以上牛久市に住所を有する意思のある方
- 4 市税等を滞納していない方

※原則として法律婚を対象としますが、生まれてくる子の福祉に配慮しながら、事実婚にある夫婦も対象とします。

助成金額

1回の治療につき4万円まで ※先進医療に要した費用に対して助成を行います。

【助成回数】保険適用の回数に準ずる

初めての治療開始時の妻の年齢が……◎40歳未満→通算6回まで ◎40歳以上43歳未満→通算3回まで
※1子ごとの回数。※医師の判断によりやむを得ず治療を中止した場合は上記回数によらず助成します。

申請方法

こどもの未来応援センター窓口(保健センター1階)、または郵送で申請してください

申請書は窓口でお渡しするほか、市ホームページからもダウンロードできます

【申請受付期間】7月1日(火)～令和8年3月31日(火)

※対象となる先進医療や申請時に必要な書類など、詳しくは市ホームページをご覧ください▶



【問い合わせ】こどもの未来応援センター☎内線1745

令和6年度

河川水質調査結果

市内河川の水質はおおむね良好

―7月は河川愛護月間です―

市では、毎年市内を流れる10河川の水質の調査を行っています。調査は、小野川が年12回、他の川は年6回実施しています。調査結果では、河川の水質の程度を表すBOD(生物化学的酸素要求量)を重視しており、結果はおおむね良好でした。

令和6年度の調査結果の詳細なデータは、市ホームページを参照してください。川の汚れの原因は、私たちの生活と大きく関連しています。ご家庭では、せっけんや洗剤は必要量以上に使わない、油などが含まれた汚れた水を流し台に流さないようにすることで、川を常にきれいな状態に保つことができます。

また、浄化槽を利用している世帯すべてが、年に数回の保守点検と年1回の清掃、法

定検査を実施することで、河川の水質を良好な状態に保つことができます。

市では、くみ取り槽または単独浄化槽から合併浄化槽への転換に対して補助制度を設けています。詳しくは、環境政策課までお問い合わせください。川をきれいに保つため皆さまのご協力をお願いいたします。

問 環境政策課
☎内線1562



小野川

◀詳しくは市ホームページをご覧ください。

牛久市 河川水質調査結果 🔍 検索

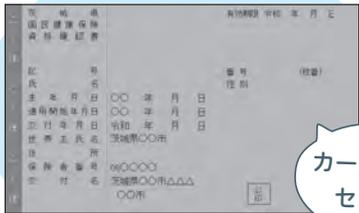


《 資格確認書・資格情報のお知らせについて 》

マイナンバーカードと保険証の一体化の方針に基づき、令和6年12月2日以降、**健康保険証は新たに発行されなくなりました。**これまで利用していた保険証に代わり、令和7年8月1日からご使用いただく資格確認書等については、次のとおり郵送します。

《ご注意！》
これまでの健康保険証は届きません！

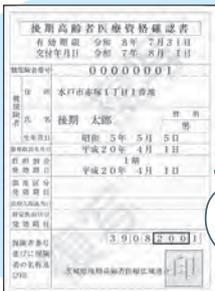
国民健康保険

<p>《 マイナ保険証をお持ちでない方 》</p> <p>または マイナンバーカードを 保険証として 利用登録されていない方</p>	<p>→ 「資格確認書」が届きます</p>  <p>カードサイズ セピア色</p>	<p>【配達期間・配達方法】 7月3日(木)～17日(木) 特定記録郵便にて配達 郵便受けに配達します。配達期間を過ぎても届かない場合はご連絡ください。 ※天候等の影響で遅れが出る場合があります。</p> <p>【有効期限】 令和8年7月31日</p>
<p>《 マイナ保険証をお持ちの方 》</p> <p>マイナンバーカードを 保険証として 利用登録されている方</p>	<p>→ 「資格情報のお知らせ」が届きます</p>  <p>A4サイズ 普通用紙</p>	<p>【配達期間・配達方法】 7月3日(木)～17日(木) 普通郵便にて配達 郵便受けに配達します。配達期間を過ぎても届かない場合はご連絡ください。 ※天候等の影響で遅れが出る場合があります。</p> <p>【有効期限】 ◎70歳以上の方…令和8年7月31日 ◎69歳以下の方…なし</p>

※原則として世帯単位での配達となりますが、同一世帯で資格確認書と資格情報のお知らせの交付がある場合は、分けて郵送します。

【問い合わせ】医療年金課☎内線1724～1727

後期高齢者医療制度

<p>《 75歳以上の方 》</p> <p>《 一定の障害がある 65歳以上の方 》</p> <p>マイナ保険証の有無に関わらず全員に</p>	<p>→ 「資格確認書」が届きます</p>  <p>はがきサイズ セピア色</p>	<p>【配達期間・配達方法】 7月9日(水)～22日(火) 特定記録郵便にて配達 ※昨年度と配布方法が異なります 郵便受けに配達します。配達期間を過ぎても届かない場合はご連絡ください。 ※天候等の影響で遅れが出る場合があります。</p> <p>【有効期限】 令和8年7月31日</p>
---	---	---

※個人単位での配布となります。

【問い合わせ】医療年金課☎内線1721～1722

《 納税通知書および保険料納入通知書について 》

令和7年度の各通知書については、次のとおり郵送します。

	国民健康保険税・納税通知書	後期高齢者医療保険料・納入通知書
配達期間	7月14日(月)～18日(金)	7月7日(月)～11日(金)
配達方法	普通郵便	

《国民健康保険税の税率、賦課限度額、軽減措置の見直しについて》

● **国民健康保険税の税率について** 国民健康保険税の税率が以下のとおり改正となります。

区分 (対象)	医療給付分		後期高齢者支援金分		介護納付金分	
	加入者全員		加入者全員		40歳以上65歳未満	
	改正前	改正後	改正前	改正後	改正前	改正後
所得割率	4.39%	5.39%	2.61%	2.95%	2.42%	2.70%
均等割額	19,600円	28,800円	10,700円	14,400円	11,500円	15,600円

→令和7年度分国保税の金額は納付書をご確認ください
(納付書の配達期間は右ページ下部の表のとおりです)

詳しくは市ホームページ▶
または広報うしく5月
15日号をご覧ください



● **賦課限度額の見直しについて** 賦課限度額が以下のとおり引き上げられます。

	令和6年度	令和7年度
医療分	650,000円	660,000円(+10,000円)
後期高齢者医療支援分	240,000円	260,000円(+20,000円)
介護納付金分	170,000円	170,000円(据え置き)

● **所得が低い方に対する軽減措置の見直しについて** 5割軽減・2割軽減の金額が以下のとおり引き上げられます。

軽減割合	令和6年度	令和7年度
7割	43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯	43万円+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯(見直しなし)
5割	43万円+29.5万円×(被保険者数および特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯	43万円+30.5万円×(被保険者数および特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯
2割	43万円+54.5万円×(被保険者数および特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯	43万円+56万円×(被保険者数および特定同一世帯所属者数)+10万円×(給与所得者等の数-1)以下の世帯

※1 給与所得者等…一定の給与所得者(給与収入55万円超)および公的年金の支給(60万円超(65歳未満)または110万円(65歳以上))を受ける方。

※2 特定同一世帯所属者数…後期高齢者医療制度の被保険者になったことに伴い国保資格を喪失した方で、引き続き同一世帯に属する方。

◎収入が公的年金の方は、年金収入額から公的年金控除(年金収入額が330万円未満は110万円)を差し引き、65歳以上の方は、さらに高齢者特別控除(15万円)を差し引いて判定します。◎軽減を受けるためには、前年中の所得が確定されている必要があります。世帯内に未申告の方がいる場合は判定ができず、軽減の適用ができません。

【問い合わせ】医療年金課☎内線1724~1727

各種申請をオンラインで!

電子申請をご利用ください

問 デジタル推進課☎内線1671、1672



《電子申請可能な手続きの例》

- ◎ 転出・転入に関する手続き
- ◎ 児童手当に関する届出
- ◎ 介護保険に関する届出
- ◎ 妊娠の届出
- ◎ 産後ケア事業利用申し込み
- ◎ マル福に関する手続き
- ◎ 国民健康保険に関する届出
- ◎ 収納に関する手続き
- ◎ 税金に関する手続き
- ◎ 飼い犬に関する届出
- ◎ 下水道に関する届出
- ◎ 情報公開に関する手続き
- ◎ マイナンバーカード交付・更新予約 など

※上記は年間を通じて受付しているサービスです。その他、受付期間が一過性のもの(検診利用申し込み、市職員採用試験受験申し込み、各種講座申し込み、児童クラブ関連届出など)については、適宜お知らせします。

電子申請(届出)とは…

市役所の各担当窓口で必要となる申請や届出の一部について、インターネットを利用することで、自宅や職場から24時間手続き可能となるサービスです。手続きによっては、本人確認のため、マイナンバーカード、利用者証明用電子証明書パスワードおよびマイナンバーカード読み取り対応機器が必要となります。

牛久市で利用できる手続きについて…

市で電子申請可能な手続きは、市ホームページで公開しています。各種手続きのオンライン化に向けて継続して取り組んでいますので、ぜひご利用ください。



牛久市 電子申請一覧 🔍 検索

第75回 社会を 明るくする 運動

毎年7月は“社会を明るくする運動”の強調月間です

～犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ～

主唱／法務省 牛久市、龍ヶ崎地区保護司会牛久分区、
牛久市更生保護女性会、牛久市青少年相談員連絡会

問 社会福祉課
☎内線1711

内閣総理大臣からのメッセージの伝達
龍ヶ崎地区保護司会牛久分区より市長へ伝達されました。



《内閣総理大臣からのメッセージ》
◀詳しくは法務省ホームページへ

「社会を明るくする運動」とは
すべての国民が、犯罪や非行の防止と犯罪や非行をした人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会を築こうとする全国的な運動です。

市では、保護司会、更生保護女性会、青少年相談員連絡会と連携し、市内の駅周辺において街頭キャンペーンを行うほか、市内の中学生に啓発品を配布し、明るい社会づくりについて理解を深めていただくための活動を展開しています。

「更生保護」とは
犯罪をした人や非行のある少年を社会の中で適切に処遇することにより、その再犯を防止、非行をなくし、これらの人たちが自立し改善更生することを助けることで、社会を保護し、個人と公共の福祉を増進しようとする活動です。

社会の中での立ち直りを助けるためには、地域の皆さまの理解と協力が不可欠です。

市では、犯罪や非行を防止、立ち直りの支援を行うとともに、次代を担う青少年の健やかな成長を願い、地域や関係団体と手を取り

合って、子育て支援や地域に根差したよりよい環境づくりに取り組んでいます。

地域の力が犯罪や非行を防ぎます
犯罪や非行をなくすためには、どうすればよいのでしょうか。
取り締まりを強化して過ちを犯した人を処罰することも必要なことですが、再犯の防止と犯罪・非行を生み出さない家庭や地域づくりも必要不可欠です。地域ぐるみで力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築きましょう。

牛久市更生保護女性会から

「愛の募金運動」へ

「ご協力をお願い」

― 青少年の非行防止と更生の援助のために ―

皆さまの

あたたかいご理解と

愛の手を！



更生保護女性会では、女性の立場から「青少年に母の愛を」をモットーに、不幸にして非行に陥った青少年のために、一日も早く本来の健やかな姿に立ち戻っていただきたいという願いを込め、援助のための募金活動を行っています。

皆さまから寄せられた浄財は、県内の矯正施設ならびに保護観察中の少年たちの更生保護費として施設へ寄附しています。

現在、会員による募金活動は、社会を明るくする運動強調月間中の実施を予定しておりますが、情勢を見極め活動して参りますので、趣旨をご理解いただき、訪問の際には皆さまの一層のご協力をお願いいたします。

牛久市更生保護女性会

会長 根本 房子

使用済みの農業用塩化ビニール・ポリエチレンを回収します

問 牛久市農業用プラスチック
適正処理推進協議会事務局
農業政策課 ☎内線1511
JA水郷つくば牛久支店営農経済課
(旧牛久営農経済センター) ☎875-0801

- ◆農業用塩化ビニール回収日
7月22日(火)、12月16日(火)
- ◆農業用ポリエチレン回収日
8月26日(火)、12月9日(火)

回収時間	午前8時30分～11時 ※状況により終了時間を変更します。
回収場所	JA水郷つくば牛久支店営農経済課 (牛久市小坂町2747-1)
負担金	●農ビ……50円/kg ●農ポリ…55円/kg ※その他、年1回の登録料1,000円

農業用使用済み塩化ビニール(農ビ)回収方法

- 回収できる農業用廃プラスチック
…使用済み農ビのみ
(黒色、シルバー、糸入り、塩ビ製畦波あぜなみは回収しません)

●農ビには、統一マーク(農ビ)をブルー系でプリントしてあります。

- ◆荷造り ※登録番号の記入のないもの、適正な荷姿でないもの、異物が混入しているものは回収しません。



仕分けした使用済み農ビはよく乾燥させる。泥をはたき落とし、竹片、木片、作物のくず、パッカー、金属、ゴムひもなどの異物を完全に除去し、つづら折りにする。

1束ごと片方のひもの端に登録番号を記入する。マイカ線、灌水(かんすい)チューブは使わず、10kg程度にまとめて2カ所縛る。

※ふるしき包み、のり巻き包み(筒状)は厳禁。

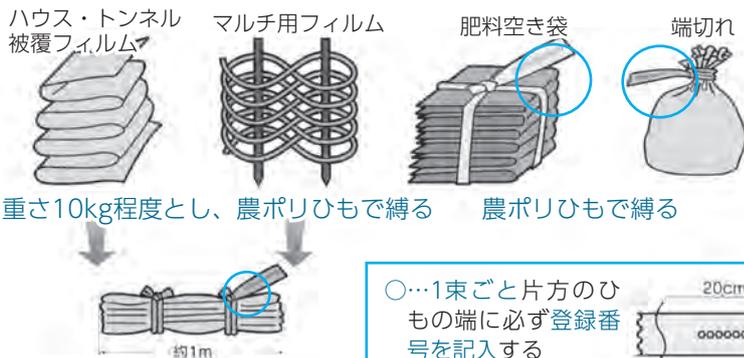
農業用使用済みポリエチレン(農ポリ)回収方法

- 回収できる使用済み農ポリの種類 …被覆用ポリフィルム、マルチフィルム、肥料袋、灌水・散水チューブ、園芸用ポット、ポリコンテナ、水稻育苗箱、園芸用育苗トレイ ※マイカ線と不織布も回収できます。

◆分別と仕分け

- ①種類ごとに分別こん包する。
- ②土砂、作物のくず、留め金などの金属、竹片、木片などを除去する。

◆荷造り



○…1束ごと片方のひもの端に必ず登録番号を記入する

注意事項

- 緑マルチおよび日焼け、劣化等によりリサイクルできない農ビ、農ポリは、産業廃棄物です。各農家が責任を持って処理してください。
- 搬入の際には、梱包ごとに必ず登録番号を記載してください。
- 廃ビニールはビニールで、農ポリはポリエチレンで縛ってください。
- 土などの付着物は十分に除去し、金具などの異物は混入しないようにしてください。
- 不法投棄、野焼き、使用済みプラスチックの野積みはいずれも犯罪です。法律により多額の罰金を科せられた事例が市内でも発生しています。くれぐれも適正な処理をお願いします。



とよかんだより

読書をお楽しみください!



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

令和7年度前期図書館市民大学講座

牛久から世界の舞台へ バレエが私に教えてくれたこと

世界を舞台に活躍されている、牛久市出身のバレエダンサーをお招きし、留学中の体験や、バレエ団での生活などについてお話しいたします。講演の最後には、小品「瀕死の白鳥」の実演もあります。バレエに興味をお持ちの方も、初めての方も、ぜひご参加ください。

7月21日(月・祝)午後1時30分～3時

- ◆場所／中央図書館視聴覚室(2階)
- ◆講師／磯上実里氏(チェコ国立バレエ団所属 バレエダンサー)
- ◆対象／市内在住・在勤・在学の方(小学生以上)※小学生は要保護者同伴
- ◆申込方法／7月3日(木)午前9時から中央図書館司書相談カウンターまたは電話で申し込み

先着50人
入場無料

夏休み宿題応援イベント

おっと音の実験だ〜エコーマイクをつくろう〜

音はどうして聞こえるのかな?音の出るひみつを探ります。

8月9日(土)【幼児の部】午後1時～2時／【小学生の部】午後2時30分～4時

※小学生の部は「おどるへび君」の工作もあります。

- ◆場所／中央図書館視聴覚室(2階)
- ◆講師／坂口美佳子氏(科学読物研究会会員)
- ◆対象／市内在住の幼児(要保護者同伴)・小学生(保護者同伴可)
- ◆申込方法／7月10日(木)午前9時から中央図書館司書相談カウンターまたは電話で申し込み



各回
先着40人
(保護者含む)
参加費無料



夏休み児童イベント

育てよう!もの知りの木 7月19日(土)～8月31日(日)

ポプラディアで調べてわかったことを「花カード」に書いて「もの知りの木」に貼ろう。みんなで知識の花をたくさん咲かせよう!

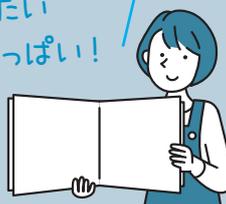
- ◆場所／中央図書館おはなしのへや(1階)
- ◆対象／どなたでも

夕涼みおはなし会

7月19日(土)午後5時45分～6時30分

- ◆場所／中央図書館視聴覚室(2階)
- ◆対象／どなたでも
- ◆出演／おはなしイチゴ(図書館ボランティア)

夏に聞きたい
お話がいっぱい!



中央図書館

☎871-1400

午前9時～午後7時

市役所エスカード出張所

午前10時～午後7時

ひたち野リフレプラザ市民窓口

午前9時～午後5時(図書業務)

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

7月の予定

おはなし会

【場所】おはなしのへや(1階)

日にち	時間	対象
7/5(土)	午後2時～	
7/12(土)	午後2時～	乳幼児～
7/13(日)	午前11時～	

【場所】視聴覚室(2階)

日にち	時間	対象
7/18(金)	午前10時30分～	0～2歳児

牛久おもちゃ病院

7/20(日)午前10時～正午

【場所】視聴覚室(2階)

映画上映会

※当面の間、中止します。

7月の休館日

全館休館日 7/14(月)・28(月)

市役所エスカード出張所、ひ

たち野リフレプラザ市民窓口

は7/21(月・祝)も休業

[全ての申し込み・問い合わせ先]中央図書館☎871-1400

牛久市スポーツ協会だより

牛久市スポーツ協会事務局(牛久運動公園体育館内)
☎873-2486 FAX873-2895

令和7年度牛久市スポーツ協会総会報告



5月18日、中央生涯学習センターにて表彰式および総会が開催され、令和6年度事業報告および決算報告、令和7年度事業計画案および予算案が承認されました。

令和6年度牛久市スポーツ協会表彰

令和6年度に活躍された当協会加盟団体の方々をご紹介します。



表彰

<優秀選手>

◆阿部 俊男(牛久ソフトテニスクラブ)

<優秀団体>

◆ST Enjoys(牛久ドッジボール協会)

◆うしくゴールデンボーイズ(牛久野球連盟)

◆牛久チーム(牛久市ゲートボール連合会)

感謝状

◆横倉 早苗(牛久市バレーボール協会)

◆水越 洋子(牛久市バレーボール協会)

◆谷口 薫(ヘルシーボールサークル「Beヘルシー」)

褒状

<優秀選手>

◆飯島 繁(牛久野球連盟)

※陸上競技



牛久市文化協会だより

牛久市文化協会事務局(生涯学習課内) ☎871-2301

加盟団体紹介〈飯田朋子ピアノスタジオ〉

代表 飯田 朋子

問 ☎090-4365-8667



シャンソン&カンツォーネを楽しく唄う仲間たち

■団体の活動について教えてください。

エスカードホールにて年1回、病院で定期的に年4回季節のコンサート。高齢者施設などからの依頼を含めシャンソン&カンツォーネを唄う会を催しています。

■活動をしてやりがいを感じることは何ですか。

その時代に還れるというのは、コンサートで唄う者も聞く方も共通して感じる懐かしさ、弾ける青春、思い出深い郷愁、眠っていた脳が若さを取り戻し、同じ時代を共有した喜びを実感し、感動を得、与える事ができる一瞬に立ち会えることです。

■今後の目標を教えてください。

シャンソン&カンツォーネは、ある種、滅びゆく文化とも言えます。巴里祭に代表される銀巴里の閉店、サンレモ音楽祭の廃止。それでも自分たちの中にこれらの歌曲がある限りは唄い続け、良き時代 良き日を共有したいと思います。

牛久市文化協会に加盟しませんか？

加盟すると
こんないい
ことが！

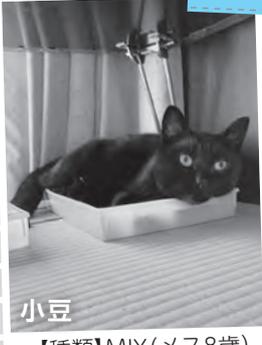
- 広報**…ホームページ、広報紙、専用スタンドなどで広報のお手伝いをします
- 利用**…市の各生涯学習センターの使用料が半額免除されます
- 交流・連携**…外部団体との連携事業(イベント等への協力)・研修参加 など

加盟条件

- ・活動拠点が市内にあること
- ・会員が5人以上であること

※詳しくは上記 牛久市文化協会事務局 まで

M家(ひたち野東)小豆・姫・蘭丸



小豆

【種類】MIX(メス8歳)

気分屋な次女。抱っこは嫌がるが、気まぐれで足や体に擦り寄ってきて甘えます。



姫

【種類】MIX(メス12歳)

いつも一人で寝ている他の猫ともあまり遊ばない長女。基本はクールだがツンデレ。



蘭丸

【種類】MIX(オス6歳)

よく甘えてくる自由奔放な末っ子長男。姉のご飯を横取りしたり、外に脱走するやんちゃ猫。

ペットの
写真
募集中!

投稿者氏名、住所、電話番号、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、メールが封書でお送りください。

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

※犬は市に登録していること。※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。



環 環境政策課 ☎内線1562

飼い猫のために快適な
環境作りをしましょう!

飼い猫が快適に過ごせる環境を整えることは、飼い主としての大切な責任です。猫は高いところや狭いところが大好きなので、キャットタワーやキャットウォークを設置して、高いところにくつろげる場所を作っておきましょう。また、もぐるのが大好きな猫には、おもちゃのトンネルを設置してあげるともいいたいでしょう。飼い猫がストレスなく快適に過ごせるようにしましょう。



動物との共生協力員
(ボランティア)を
募集しています

市では【動物との共生協力員】(ボランティア)に登録していただいた方と、飼い主のいない猫の繁殖抑制などの動物愛護に関する活動に取り組んでいます。保護猫のミルクボランティアのみのご協力でも大歓迎ですので、この活動にご興味をお持ちの方や、協力してみたいという方は、ぜひ一度、環境政策課までお問い合わせください。

消費生活の窓

詳しくは牛久市消費生活センターへご相談ください!

牛久市消費生活センター ☎830-8802

(市役所本庁舎3階 未来創造課内)

《相談日》月~金曜日(午前9時~正午/午後1時~4時) ※祝日除く

「香書」に苦しんでいる人がいます

「あなたにとって気持ちの良い「香り」がまわりの人には苦痛となっていることがあります」

【香書とは】

化粧品や香水、合成洗剤、柔軟剤などに含まれる合成香料(化学物質)のにおいによって、不快感や健康への影響が生じることをいいます。近年では、この香料が原因となって「化学物質過敏症」を発症する人もいます。

【化学物質過敏症とは】

右記の合成香料のほか建築資材・排気ガス・農薬などのさまざまな製品に含まれる、微量の化学物質に敏感に反応し、「頭痛」「めまい」「動悸」「全身倦怠感」「脱力感」など健康に影響を及ぼす症状が発生するもので、その反応は個人差が大きく、ある時を境に突然発症することもあります。

私たちにできること

◆学校や会社、公共の場などで人が集まる場所では、香りのつよい柔軟剤・合成洗剤・香水などの使用を控えるなどの配慮をしましょう。

◆虫よけスプレーや殺虫剤などは周囲に飛び散らないように気をつけましょう。

◆住宅地でのガーデニングや家庭菜園で病害虫駆除のため農薬を使用する際には、風向きや天候を考慮しましょう。



▲消費者庁、文部科学省、厚生労働省、経済産業省、環境省による啓発ポスター



▲国民生活センターHP
「柔軟仕上げ剤の
おおいに関する
情報提供」



▲茨城県HP
「化学物質過敏症を
ご存知ですか?」

戦時中の牛久② 戦地から戻った兵士の出迎え

昭和10年代ごろ



戦地から帰還した人を、村の人々が迎える様子とされる写真です。沿道に人々が並び、中には日の丸を持った子どもたちの姿も見えます。このような出迎えは、生還した兵士だけでなく、戦死により遺骨になって戻ってきた兵士にも行われました。戦死した兵士は「英霊」として称えられ、村を挙げての葬儀(村葬)が行われました。



「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。

文芸さろん—文月—



縹背らが手ぐすねを引くかっぱ祭り

菓は駅にひなに餌運ぶ夏つばめ

庭先きに赤きばら咲き夏の空

さらさらと一茶の句あり洪国扇

毎日の気温変化で大変だ

秒針のかちかち進み夏来たる

外は雨好きならラジオを聞きながら

凌霄花肩が触れれば揺れて落ち

三並ぶ長嶋さんは永久に

夕暮れの田に吹き渡る風の音

稲の花から炊きたての飯

本田ゆめ

あおたん

和多田さん

高階さん

月田さん

ジャズ

山崎さん

おみ

宮内さん

ケンタ



つばめ



長澤さん



草葉

作品募集

イラストや俳句、短歌などをお送りください!

次回募集テーマは「夏」

●あて先 〒300-1292牛久市中央3-15-1「広報うしく文芸さろん」係 FAX871-3246

☐kouhou@city.ushiku.ibaraki.jp

●記載事項 作品、氏名、電話番号、匿名希望の方はその旨(ペンネームもOK)



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

FM-UU通信

85.4MHz 周波数 第81回



曲のリクエストや番組へのメッセージもお待ちしています!



☆詳しくは公式ホームページへ▶

新番組紹介

GOGOラジオ854「まち活！」

【放送】毎週火曜日午後1時～2時(特番延長あり)

パーソナリティの亀田昌代(亀ちゃん)と、大塚杏奈ちゃんまたは永野みづさちゃんが、牛久に詳しい“パートナーさん”をゲストに迎え、街の魅力や旬の話題を楽しくご紹介。番組中には、謎の天の声「まちこべい」から与えられる“お題”に挑戦するコーナーもあり、牛久の情報が笑顔と一緒に届く、元気いっぱいトーク番組です。牛久の「いいね！」を再発見できる「まち活!」、ぜひお聴きください!



UUラジオ854

カナダからの手紙

～from ホワイトホース～

牛久市の姉妹都市「カナダ・ホワイトホース市」を紹介します。同市と中継を結び、牛久市との交流の様子や現地の様子などをご紹介します。詳しい内容は公式HPをご覧ください。

※毎月1回、金曜日午前10時30分～11時放送予定

ホワイトホース市職員：本山直人さん

7月4日(金)
8月1日(金)
午前10時30分
～11時



カナダから
手紙が届く!

番組に関するお問い合わせ

うしくうしく放送

☎029-875-8541

FAX 029-875-8686

☐ushiku@fmuu.jp

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

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。詳しくは市ホームページへ。

問 防災課 ☎内線1681



牛久市メールマガジン 「かっぱメール」

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。

かっぱメール
新規登録



配信カテゴリ
追加・変更



問 広報広聴課 ☎内線3221、3222

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

「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。

市からのお知らせ

夏の交通事故防止県民運動

7月15日(火)～24日(木)
スローガン「わすれない
ルールと注意と ヘルメット」

暑さや行楽などによる疲労や季節特有の解放感による飲酒運転や無謀運転等を原因とする交通事故の発生が懸念されます。交通ルールの遵守と交通マナーの向上に取り組み、交通事故を防止しましょう。

▼**運動の重点**／①歩行者(特に子どもと高齢者)の保護
②妨害運転や飲酒運転等の悪質・危険な運転の根絶 ③自転車の安全利用の推進
問 地域安全課 ☎内線1642

入札参加資格追加申請

市が行う競争入札に参加を希望する方の資格審査の受付を行います。今回は追加受付ですので、資格認定期間は、既定期間の残期間になります。

▼**受付期間**／8月1日(金)～7日(木)

【建設工事・コンサルタント】

原則「茨城県入札参加資格電子申請システム」による茨城県および県内市町村との共同受付となります。詳細は県建設業担当ホームページ「令和7・8年度入札参加資格追加受付について」をご覧ください。また、市ホームページ「業者登録関係」からもご覧いただけます。



▲建設業担当HP



▲市HP

【物品・役務】

▼**受付場所**／契約検査課(市役所本庁舎3階)

☑**持参(土・日曜日除く)** または郵送(受付期間内必着)

▼**提出要領・申請書類**／市ホームページ「業者登録関係」からダウンロードできます。また、契約検査課窓口で配布します。

問 契約検査課 ☎内線1031、1032

麻しん・風しんの予防に ワクチン接種を

麻しん(はしか)は感染力が非常に強く、手洗いやマスクだけでは予防できません。感染予防にはMRワクチンの予防接種が有効な手段とされています。また、十分な免疫をつけるためには2回接種が必要です。令和7年度定期接種対象者に

は予診票を郵送しています。計画的な接種をお願いします。

※令和6年度定期予防接種対象者で、MRワクチン供給不足により接種できなかった方は令和9年3月31日まで接種期間が延長されています。

問 健康づくり推進課 ☎内線1793

優良運転者表彰の お知らせ

牛久地区交通安全協会では、無事故・無違反の優良運転者表彰を行っています。表彰基準に該当する方は申請をお願いします。

▼**表彰基準**／①牛久警察署管内に居住する交通安全協会会員であること ②10年以上の運転経験があること ③5年以上無事故・無違反であること ④過去に優良運転者受賞歴のないこと

特運輸免許証、印鑑

一部郵便局 昼の窓口休止

【縮】8月29日(金)
【問】牛久地区交通安全協会事務局(牛久警察署内) ☎872・3690

市内の一部郵便局で、昼の窓口休止時間を設けています。左記時間帯は窓口が利用できませんので、ご注意ください。

※ATMは利用可能です。
▼**休止時間**／正午～午後1時(月～金曜日※祝日除く)

▼**対象郵便局**／奥野、牛久本町、牛久岡見、牛久みどり野、本牛久、牛久駅西口

※牛久郵便局、ひたち野うしく郵便局は休止対象外です。
問 日本郵政お客様サービス相談センター ☎0120・23・2886

国際理解教育講座

【夏休み特別企画】ニカラグアについて知ろう！

今回は前々年度に開催し、好評を得たニカラグア講座が、再び登場します。講師による興味深い話だけでなく、ニカラグアならではの遊びやダンスを体験しながら、全身でその文化を感じてみませんか？※参加無料。

日 8月7日(木)午前10時～11時
30分(受付：午前9時50分)

所 中央生涯学習センター大講座室
講 田中アルバ氏(ニカラグア出身)
定 80人※定員を超えた場合は、小中高生を優先し抽選。

対 市内在住または在勤・在学の方
申 牛久市国際交流協会事務局へメール、電話またはFAXでお申し込みいただくか、下記の二次元コードを読み取り、申し込みフォームに入力の上、送信ください。



申 7月25日(金)
主催 牛久市国際交流協会都市交流部会

〒816-0001 牛久市国際交流協会事務局(市民活動課内) ☎内線1632
FAX 873-2512 E shimin@city.ushiku.ibaraki.jp

日本語教室講師ボランティア募集(有資格者)

牛久市国際交流協会主催の日本語教室で教えてくださるボランティアを募集します。

▼応募資格と条件

【資格】①日本語学科(国語学科とは異なる)を主専攻・副専攻した方②日本語教師養成講座420時間修了者③日本語教育能力検定試験合格者④日本語講師ボランティア養成講座修了者⑤過去にボランティアで日本語講師を経験した方

【条件】右記①～⑤のいずれかの資格等を有する方で、年3学期(各10回)、毎週木曜日の、AMクラス(午前10時～11時30分)、PMクラス(午後1時～2時30分)、EVCクラス(午後7時～8時30分)のいずれかの授業と日本語教室の運営活動に参加できる方。※学生の方は対象外。講師ボランティアとしての参加が決定したら、主催である牛久市国際交流協会に入会していただきます(個人年会費1000円)。

▼応募方法/次の書類を市民活動課に持参(郵送不可)。

【1】住所、氏名、年齢、電話番号、応募資格等の内容を明記した申込書(様式任意)

【2】上記①～④の資格が証明できる書類の写し

⑤については【1】のなかに期間と内容を記載ください。

▼選考方法/書類審査を経て面接を実施し、総合的に判断し決定します。

▼応募締切日/7月25日(金)(午後5時必着)

〒816-0001 牛久市国際交流協会事務局(市民活動課内) ☎内線1632 FAX 873-2512
E shimin@city.ushiku.ibaraki.jp

里親制度お話し会

「里親制度ってなんだろう。あなたの「気になる」に答えます。関心のある方はぜひご参加ください。

日・所 ①7月27日(日)午前10時～正午…つくば同仁会子どもセンター(つくば市高崎802-1)、②8月24日(日)午前10時～正午…(社)福慶育会茨城育成園(筑西市茂田1735-1)

内 里親制度説明・里親さんの体験談

定・料 各回10人程度・無料
締 各回1週間前

申・園 さくらの森乳児院 ☎080-8434-3329

E fostercare.kidskonoo@dojinkai.or.jp

知的障がい者巡回相談

県では、知的障がい者に対する巡回相談を実施しています。

日 10月20日(月)午前10時～午後2時30分

所 ひたち野リフレ第1・2・3会議室(4階)

対 18歳以上

内 療育手帳の申請・再判定、知的障がい者の処遇に関する相談(専門的支援を要するもの) 申事前申し込み

〒302-9221 茨城県福祉相談センター ☎029-221-0800

身体障害者結婚相談・各種相談

県身体障害者福祉協議会で、身体に障害がある方が、幸せな結婚ができるよう、予約制の結婚相談を受け付けています。また、各種相談では、身体障害者の就労をはじめ、生活全般について相談できます。

日 月～金曜日午前10時～午後

3時※祝日、年末年始を除く。 内 来所での相談(要予約)

〒302-9221 茨城県身体障害者福祉協議会(水戸市千波町1-9-18 セキシヨウウエルビーイング福祉会館内) ☎029-243-7010 FAX 029-243-7018

Ushiku English Camp 2025

楽しく英語を学習し、異文化理解を深め、英語で「ミニコミュニケーション」を図ろう。

日・内 8月4日(月)・5日(火)

【小学3・4年生】午前9時45分～11時25分、【小学5・6年生】午後0時45分～2時25分：アクティビティやゲームを通じた異文化体験

【中学生】午後3時～4時40分…異文化体験ワールドツアー

所 中央生涯学習センター小会議室ほか

対・定 小学3～6年生【各日各回約20人、【中学1～2年生】各日約20人

料 30円(保険代) 申 下記二次元コードから申し込み。



▼申込期間/7月3日(木)～17日(木)

〒302-9221 県教育支援課 ☎内線3333

茨城県警察音楽隊 ファミリーコンサート

9月7日(日)午後1時30分開
場、午後2時開演※入場無料

所 中央生涯学習センター文化ホール
内【曲目】名探偵コナンメイン
テーマ、怪獣の花唄、ほか

申【全座席指定・事前申込制】
いばらき電子申請・届出シ
ステムによるWeb申し込み
または往復はがきで申し込
み。※申込多数の場合は抽選
(結果は8月中旬までに通知)。
※1回につき4人まで(往復
はがきの場合は1通につき
4人まで)の申し込み。※未就
学児入場可。3歳未満の方で
膝上鑑賞の場
合は申込不要
合は必要な場
合は1人分と



▲Web申し込み

〈返信用うら面〉

記入不可
(抽選結果を)
印刷します
紙やシールの貼付、
修正液の使用が
あった場合、無効
となります。

〈往信用おもて面〉

往信 〒300-1211
牛久市柏田町1606-1
中央生涯学習センター
ファミリー
コンサート係

〈返信用おもて面〉

返信 □□□□□□
申込代表者の
①郵便番号
②住所
③名前

〈往信用うら面〉

①郵便番号・住所
②名前
③電話番号
④申込人数(4人まで)
⑤その他
(車いす席希望の場合
はこちらに記入)

して申し込みください。
縮 8月1日(金)※必着。
問 生涯学習課 ☎871・23
01(第2・4月曜日休館)

住まいのお悩み相談会 相談者募集

市(公社)茨城県宅地建物取
引業協会牛久・竜ヶ崎支部の共
催で初開催します。不動産家や
土地)の悩みや疑問がありまし
たら、不動産のプロにご相談く
ださい。当日は今全国的に注目
を集めている空家・空地バンク
の登録に関するご相談も可能で
す。お気軽にお越しください。

8月2日(土)午前10時30分
午後4時※相談時間は1組
あたり40分。※相談無料。
所 エスカード牛久インナーモール
特設会場(2階・からくり時計前)

内 宅地建物取引士による家、
土地に関する相談。

内 家や土地に関する問題でお
悩みの方、相続人や後継ぎ
がない方、空家・空地を
お持ちの方、ご自宅が将来
空家になりそうな方

申 事前予約可。電話または
Eメール、いば
らき電子申請・
届出サービスで
申し込み。

問 空家対策課 ☎内線2531
[E] akuya@city.ushiku.
ibaraki.jp



相談

常陽銀行年金無料相談

①ひたち野うしく支店

7月7日(月)、8月18日(月)午
前10時〜午後3時、7月12日
(土)・26日(土)、8月9日(土)・
23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牛久支店

7月18日(金)、8月14日(木)
午前10時〜午後3時
申・問 常陽銀行牛久支店 ☎8
72・5112

龍ヶ崎地方衛生組合の財政(令和7年3月31日現在)～令和6年度下半期(10月～3月)の財政事情書～

「地方自治法第243条の3第1項」および「龍ヶ崎地方衛生組合財政事情書の作成及び公表に関する条例」の定めにより、本組合の財政事情を下記のとおり公表します。

◆令和6年度一般会計の執行状況

(単位：千円)

歳入			歳出		
項目	予算額	収入済額	項目	予算額	支出済額
分担金及び負担金	391,349	391,349	議会費	3,258	3,048
使用料及び手数料	22,196	20,172	総務費	57,737	55,496
財産収入	81	80	衛生費	392,775	282,932
繰入金	9,930	9,930	予備費	8,154	0
繰越金	38,075	38,075			
諸収入	293	355			
合計	461,924	459,961	合計	461,924	341,476
収入率(%)		99.58	支出率(%)		73.92

※収入済額および支出済額欄は、出納整理期間が5月31日までとなっていますので、確定額ではありません。

◆組合所有財産の状況 土地…32,812㎡/建物…8,192㎡/車両…5台/基金積立金…253,754千円

◆組合債現在高の状況 一般廃棄物処理事業債…0円

◆令和7年度一般会計当初予算の状況

(単位：千円)

歳入			歳出		
項目	金額	割合(%)	項目	金額	割合(%)
分担金及び負担金	390,367	93.44	議会費	4,824	1.15
使用料及び手数料	21,984	5.26	総務費	59,967	14.35
財産収入	331	0.08	衛生費	342,979	82.10
繰越金	5,000	1.20	予備費	10,000	2.39
諸収入	88	0.02			
合計	417,770	100	合計	417,770	100

問 龍ヶ崎地方衛生組合総務課 ☎0297-64-1144

人材募集・就職支援

牛久市シルバー人材センター会員募集



①入会説明会

シルジョブで健康増進！聞いただけでも大歓迎です。

日 8月19日(火)午前10時～11時30分

所 中央生涯学習センター大講
座室(1階)

対 市内在住の60歳以上の方

申 事前申し込み(当日参加可)

②お仕事募集中！
短時間のお仕事募集中です。まずは電話でご相談ください。

【①・②共通】
岡公社 牛久市シルバー人材
センター事務局 ☎871・
1468

いばらき県南若者サポートステーション就労相談

日 7月23日(水)午後1時～5時

所 ひたち野リフレ第2会議室

対 15歳～49歳の若年無業者およびその家族※相談無料。

申 電話、FAXまたはメールで、相談日の3日前までに申し込み。右記の日程以

外も別会場にて相談可。

お問い合わせ(ば) ☎893・
3380 FAX 893・3381

E info@saposute-tukuba.jp

いばらき保育人材バンク

保育の仕事をサポート

①求人施設とのマッチング
希望の条件に合う求人を用意し、就業後までサポートします。新卒、未経験、ブランクのある方も利用できます。施設見学、面接へのスタッフ同行も可能です。

②令和7年度後期保育士試験
対策講座

【対面講座】※合格率低い4科目
対 所 9月5日(金)・県南生涯学習センター、9月6日(土)・セキショウ・ウエルビーイング福祉会館

WEB講座 ※9科目。試験前日まで視聴可能。

対 いばらき保育サポートセンター土浦オフィス ☎896・
6366、県

子ども未来課
☎029・30

1・3243



いばらき保育人材バンクポータル

稲敷広域消防職員募集



試験日/9月21日(日)

試験会場/龍ヶ崎消防署

職種/消防吏員(地方公務員)

採用予定人数/5人程度

採用期日/令和8年4月1日(水)

受付期間/7月22日(火)～
8月8日(金)

受付場所/稲敷広域消防本部
総務課(龍ヶ崎市3571-1)

※詳しくはお問い合わせ、または稲敷広域ホームページをご確認ください。

稲敷広域消防本部総務課
☎0297・64・3743

催し・講座

茨城県立盲学校
地域巡回教育相談会

日 7月24日(木)午前11時～午後3時

所 土浦合同庁舎本庁舎第2会議室(3階)

内 補助員等の展示・体験、教育相談など。※相談無料

申 7月17日(木)までに申し込み。

茨城県立盲学校 ☎029・
221・3388 E shien@
ibaraki-shibk.ed.jp

合唱とピアノの集い
2025

市内で活動しているボランティアグループの発表です。

日 7月21日(月)祝午後2時開演

所 エスカードホール※入場無料

内 いのちの歌、メヌエット他

主 岡コーラスLalala
(阿久津) ☎090・830
0・6155

箏曲合同演奏会

日 7月27日(日)午後1時開場、
午後1時30分開演※入場無料

所 エスカードホール

内 【演奏曲】黒髪(三弦・湖出市十郎作曲)、千鳥の曲(手箏のみ・吉沢校作曲)、石薬師(石垣征山作曲)、四季の詩ほか

主 岡箏曲研究室みやび(藤田) ☎874・5606

歴史を語り合う会

日 7月20日(日)午後1時30分～4時30分

所 エスカード生涯学習センター第1講座室(4階)

内 明治以降、ヒロシマはどのように歩んできたのか。

定 料 先着40人・300円(資料代)

講 中村伸氏

申 電話で事前申し込み
主 岡牛久史談会(板宮) ☎
90・2327・6304

平地林の手入れ作業
「森林ボランティア」

日 7月20日(日)午前8時30分～正午

所 牛久市井ノ岡町(井ノ岡第6)

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、昼食

料 保険代1人300円(1家族500円)

主 岡木とぶれあうネットワーク
事務局(阿部) ☎873・6424

楽しい川柳

川柳は誰でも簡単に作れます。興味がある方、始めたい方、見学体験大歓迎です。

日 毎月第3水曜日午前9時30分～正午

所 中央生涯学習センター会議室

料 月1000円程度※体験無料

主 岡牛久川柳会(多田) ☎09
0・1796・2147

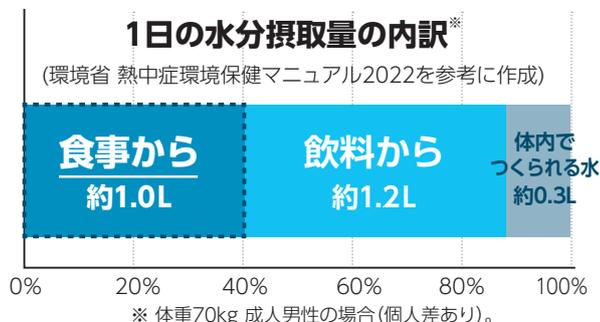


しっかり食べて脱水・熱中症を防ごう！

知っていますか？脱水の予防のためには、「食事」も重要です！

私たちは、飲み物だけではなく、「食事」からも多くの水分をとっています。そのため、食事をとらなかつたり、食事の量が極端に少なかつたりすると身体に必要な水分が足りず、脱水症状になる危険があります。

特に、寝ている間に汗をかいて水分を失っているため、朝の水分補給と朝食はとても大切です。朝の通勤・通学や外出の前には、「水分補給」と「朝食を食べること」を習慣にしましょう。



⚠️ 以下に当てはまる方は、特に脱水や熱中症のリスクが高く、危険です ⚠️

☑️ 夜に飲酒し、朝食をとらない方
アルコールの利尿作用で水分が体外に出てしまっている上に、朝食で水分を補給できないため。

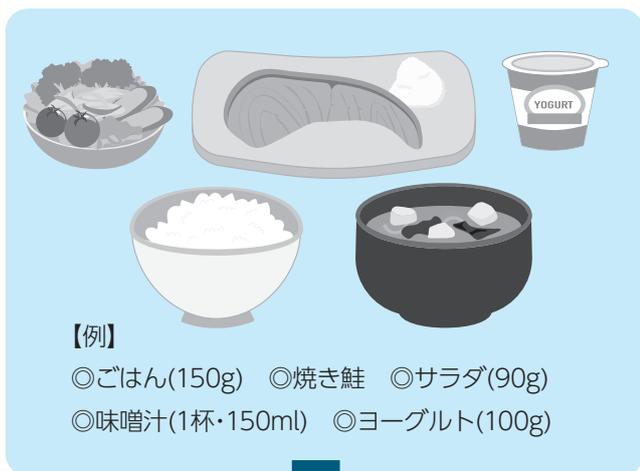


☑️ 朝食がコーヒーのみの方
コーヒーに含まれるカフェインに利尿作用があり、体内の水分が外に出てしまうため。



十分な水分をとるには？こんな食事がおすすめ！

①主食・主菜・副菜がそろった バランスの良い食事



この食事に含まれる水分量 **498g**

この食事から、500mlペットボトル1本分と同じくらいの水分をとることができます。

②野菜が多めの食事、果物

野菜や果物は、そのほとんどが水分です。
野菜は毎食(1日に350g程度)、
果物は1日に200g程度を目安に食べましょう。

今季節は、きゅうり・トマトなどのみずみずしい夏野菜がおすすめです☆



野菜の可食部
100gあたりの水分量
◎きゅうり…95.4g
◎トマト…94g



朝ごはんにおすすめの野菜を使った簡単レシピを動画で紹介します。



保健センターでは、随時 保健師・管理栄養士による健康相談を行っています。お気軽にご連絡ください。



自分の命を守るために

令和7年度牛久市防災訓練

6月15日、三日月橋・奥野生涯学習センター、牛久南中学校の体育館で台風により市内を流れる中小河川の氾濫の危険性が高まった想定での洪水浸水避難訓練が行われ、河川流域行政区の住民が参加しました。当日、参加者はマイ・タイムラインの作成や段ボールベッド、簡易トイレの組み立て方、傷病者の救護方法などを学び、いざという時に備え真剣に取り組んでいました。



苦手を克服しよう！

放課後PLAYパーク -投げる大作戦！-

6月14日、牛久運動公園野球場で「放課後PLAYパーク -投げる大作戦！-」が行われました。この企画は、「投げる」ことが苦手な小学生を対象に「投げる」動作を自分の自由な発想と意思で試技し、自分なりの「形」を自分で発見しながら会得することを目的としています。今回の第1回は的を狙って投げる遊びなどを行い、子どもたちは楽しそうに活動していました。投げる大作戦は、9月末まで全11回開催予定です。



叙 勲

～受章おめでとうございます～

「春の叙勲」と警察官や消防士などの業務に長年従事した人をたたえる「危険業務従事者叙勲」が発表され、牛久市では14人の方が受章されました。おめでとうございます。

令和7年 春の叙勲

●瑞宝小綬章

櫻井 克信 (元 国土交通省河川局
砂防部保全課海岸室長)

第44回 危険業務従事者叙勲

●瑞宝双光章

磯 本三 (元 警視庁警部)
上原 和吉 (元 警視庁警視)
神林 成 (元 警視庁警部)
高橋 良徳 (元 3等陸佐)
田部 忠博 (元 警視庁警部)
田村 吉輝 (元 警視庁警部)
徳永 耕治 (元 警視庁警部)
根本 能夫 (元 警視庁警部)
蛭田 芳則 (元 東京消防庁消防監)

●瑞宝単光章

阿部 清隆 (元 警視庁警部補)
石川 雅輝 (元 東京消防庁消防司令長)
野村 政史 (元 警視庁警部)
藤巻 末男 (元 准空尉)

※掲載の許可をいただいた方のみお名前などを掲載しています。(敬称略)

大あごを含めたオスの体長が20～50mm、メスは20～30mm、日本でもっとも普通にみられる黒い色をしたクワガタムシで、成虫は6月から10月にみられます。大型のオスは大あごの中央より先端寄りに1対の内歯があり、メスは上翅に縦の筋があります。夜行性で、昼は雑木の根際や落ち葉の下、樹皮の隙間などに身を隠していますが、夕方になると樹液を求め、木を登る様子が観察できます。雑木林の環境が残っていれば、街なかの公園や屋敷林などにも生息しており、木を蹴とばすと死んだふり(擬死)をして落ちてくる習性があるため、子どもにも捕まえやすく、昔から身近な昆虫として親しまれてきました。牛久でも、ずっと身近にいてほしい昆虫の一つです。



しぜん
大好き
～牛久の生物～

クワガタ

(小獣形)

コウチュウ目
クワガタムシ科

地域活性化を企業とともに

地域活性化に関する包括連携協定締結

5月29日、市は株式会社ヨークベニマルと地域活性化に関する包括連携協定を締結しました。本協定は、安心安全な暮らし、環境保全やSDGs、子育て支援や健康促進、地産地消と市商品の販路拡大など幅広い分野で牛久市と株式会社ヨークベニマルが相互連携と協働により、牛久市域の活性化を目的としています。



全国の舞台で輝く

極真会館牛久道場表敬訪問

6月2日、極真会館茨城中央支部牛久道場の高橋円花さん、鈴木秋生さん、塚本序維さんが4・5月に行われた2025国際親善空手道大会等の結果報告のため沼田市長を表敬訪問しました。高橋さんは10歳+35kg級で準優勝、鈴木さんは小学5年生+35kg級で3位、塚本さんは高校1年男子+65kg級で3位という成績を収めました。



犯罪防止を呼びかける

春の地域安全運動街頭キャンペーン

4月25日にカワチ薬品ひたち野牛久店、タイヨーひたち野牛久店の駐車場において、地域安全運動街頭キャンペーンを実施。市長、牛久警察署長、少年補導員、牛久市防犯連絡員など総勢30人で、買い物客に対し啓発品を配布しながら犯罪被害の防止を呼びかけました。



寄贈 温かい善意ありがとうございます

小川芋銭書の掛け軸を寄贈

坂本隆司さん(龍ヶ崎市在住)より伝小川芋銭書「りゅうかんよぼうか流感豫防歌」の掛け軸を寄贈していただきました。



牛久自然観察の森

7月の
イベント情報

しぜんっこらぶ ~夏の森探検~

19日(土)午前9時30分~10時30分

自然観察や野遊びを通じて自然と親しみましょう。コジュケイの森でカブトムシやクワガタを探した後、樹液に集まる虫観察も行います。手遊びや絵本タイムもある楽しい1時間です。

- 対 象:3~5歳の幼児とその保護者(付き添いの兄弟の参加可)
- 参加費:1家族500円(保険代・材料費込み)
- 集 合:牛久自然観察の森第一駐車場(雨天時中止)
- 申 込:下記予約フォームにて事前予約(定員:15組)

親子自然教室 ~水辺の生きもの観察&相談会~

26日(土)午前8時30分~9時30分

ネイチャーセンターで展示しているヒキガエルやオニヤンマなど水辺の生きものの生態を解説するガイドツアーを開催。ガイド終了後は水辺の生きものの飼育に関する相談会も行います。この機会にたくさん質問してみよう。

- 対 象:5歳~小学生とその保護者(付き添いの兄弟の参加可)
- 参加費:500円(保険代・材料費込み)
- 集 合:牛久自然観察の森ネイチャーセンター前(雨天決行)
- 申 込:下記予約フォームにて事前予約(定員:15組)

【開園時間】午前9時~午後4時45分(入園無料)
【休 園 日】7日(月)、14日(月)、22日(火)、28日(月)
【お問い合わせ】☎029-874-6600



公式HP <https://www.city.ushiku.lg.jp/page/dir000055.html>

【上記イベントは1日より受付開始します】
右記二次元バーコードまたは下記URLから
予約フォーム受付画面に進みください



【イベント申し込みURL】<https://reserva.be/ushiku>



姉妹都市協定に向けた交流深化 ワイン名産地ジョージア国テラヴィ市訪問

5月24日～27日、牛久市長と市職員、ワイン醸造家の4名がジョージア国テラヴィ市を訪問しました。同市との交流は昨年11月、駐日ジョージア大使が牛久市内を訪問したことを契機に始まり、今回は、独立記念日イベントへの参加、市内のワイナリー等施設の視察、国立大学の学長等と意見交換を行いました。今後も姉妹都市協定締結に向けて協議していきます。



ギネス世界記録に認定！ 大根かつらむき世界一決定戦

5月25日、京都府京都市で大根を包丁でかつらむきした長さを競う「大根かつらむき世界一決定戦」（京都飯田調理士紹介所昇寿会主催）が行われ、牛久市の生産者がこの日のために特別に栽培した「うしく河童大根」が使用されました。挑戦者からは、「大根は身詰まりが良く、スジも少なくて何より瑞々しい」との声をいただき、「うしく河童大根」を全国にPRする良い機会になりました。



当日はかつらむきの長さ15.11mでギネス世界記録に認定。

うしく広報大使がおすすめスポットを紹介！ 市公式YouTubeで「#うしくさんぽ」を公開

市公式YouTubeでは5月24日よりうしく広報大使の鬼塚夏美役の絵森 彩さん、冬毬役の坂倉 花さんが牛久市内を巡る「#うしくさんぽ」を公開しています。初回は「ひたち野さくら公園編」。桜を背景に市内のお花見スポットを紹介しています。今後もたくさん市内のおすすめスポットを紹介していきますのでぜひご覧ください。



▲動画はこちら



しあわせをよぶ レシピ

毎月19日は食育の日 たくさん食べよう！美味しい夏野菜 きゅうりとひき肉の炒め物

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

問 健康づくり推進課
(保健センター内)
☎内線1744

夏野菜のきゅうりを主役に、香味野菜の香りやピリッとした辛味を効かせました。暑い夏でもご飯がすすむ1品です。



材料 (4人分)	1人分168Kcal 塩分1.0g
きゅうり……………4本	A 豆板醤…………… 小さじ1
ねぎ……………1/2本	
にんにく……………10g	…………… 各大さじ1
しょうが……………10g	【水溶き片栗粉】
豚ひき肉……………160g	片栗粉…………… 大さじ1/2
ごま油…………… 大さじ1	水…………… 大さじ1

作り方

- ①きゅうりは両端を切り落とし、4～5mm幅の斜め切りにする。ねぎ、にんにく、しょうがはみじん切りにする。
- ②Aの調味料はすべて混ぜ合わせておく。
- ③フライパンにごま油を熱し、ねぎ、にんにく、しょうがを入れて弱火～中火で炒め、香りが立ったらひき肉を加えてほぐしながら炒め合わせる。
- ④ひき肉の色が変わったら強火にし、きゅうりを加えてさっと混ぜ、油をなじませる。さらにAを加え全体に調味料が回ったら、水溶き片栗粉を加えてとろみをつける。
- ⑤皿に盛りつけてできあがり。お好みで、白髪ねぎ・糸唐辛子・白ごま等をかけるのもおすすめ。

一口メモ

きゅうりを入れた後は強火で手早く炒めると、水っぽくならず美味しく出来上がります。また、出来上がりから時間が経つときゅうりから水気が出てきてしまうため、食べる直前に調理するのがおすすめです。

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」
なつひこ

FMうしくうれしく放送(周波数85.4MHz)で、平日午前9時30分から「USHIKU野菜オーケストラ」レシピを放送しています！

⚠ 熱中症にご注意ください! ⚠

これから暑い夏がやってきます。稲敷広域消防本部では、熱中症による傷病者の搬送が年々増加傾向となっています。熱中症は予防法を知れば防ぐことが可能です。以下を参照し、適切な熱中症対策を実施しましょう。



暑さを避ける、暑さから身を守る



室内では

- 扇風機やエアコンで温度を調節する
- 遮光カーテン、すだれなどを利用する
- 室温をこまめに確認する など

屋外では

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 「熱中症警戒アラート」発令中など、気温の高い日は日中の外出をできるだけ控える

その他、通気性のよい衣服を着用したり、保冷剤や冷たいタオルを利用してからだの蓄熱を避けましょう。

こまめに水分を補給する

1日あたり1.2ℓ程度



室内でも、屋外でも、のどが乾いていなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給する

その他

- ※ 熱中症のリスクが高い高齢者や子ども、障がいをお持ちの方は、特に注意が必要です。
- ※ 日ごろからバランスの良い食事を摂ることや、暑さに負けない体力づくりを心がけましょう。



◀参考：厚生労働省ホームページ「熱中症予防のための情報・資料サイト」より
問 稲敷広域消防本部救急課 ☎0297-64-3846

涼しいところで適度に休憩
こまめに水分補給しましょう!



市内公共施設等に クーリングシェルター 開設中!

暑さを避け熱中症を防止するため、市内公共施設等にクーリングシェルターを開設しています。どなたでも、ぜひご利用ください!【開放期間】10月22日(水)まで



対象施設・開設日時など

うしくっ子 アルバム

おくの 奥野さくらふれあい保育園のお友だち

げんき えんす げんき えんす
元気に園で過ごしているみんなの様子を紹介します♪



ねんちやう
年長さんです! かっこいいでしょ!



みんなでハイポーズ



すな たの
お砂あそび楽しいな♪



いろ
ロケットに色ぬり
きれいにぬれるかなー



しょくいく とお にがて こくふく
食育を通して、苦手なものを克服
おいしいものをたくさん食べるぞー

