



「重陽の節句給食」

菊香あえ

鶏肉と栗の
甘辛いため

なすの
味噌汁



秋の味覚たっぷり、おいしい給食。

【今月の表紙】9月9日、牛久南中学校で重陽の節句給食が提供されました。この日の献立はご飯、牛乳、鶏肉と栗の甘辛炒め、菊香和え、なすの味噌汁。重陽の節句は無病息災や長寿を願う行事で、ちょうど菊が美しく咲く時季であることから菊の節句とも呼ばれています。栗やなす、菊など、秋の味覚が行事食として親しまれています。生徒たちは季節を感じる給食を味わいながら、日本の伝統行事を学ぶ良い機会となりました。



が変わっています！

令和8年秋から休日の学校部活動がなくなり、「地域クラブ活動」に変わります！

《学校部活動ではこんな問題が生じています》

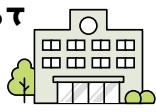
- ◎やりたい部活動が学校になく、活動の機会が失われている
- ◎指導経験のない教員が顧問として指導している
- ◎教員の時間外勤務の増加
- ◎少子化で部員数が減少し、大会に出られない、また、部活動自体の維持が困難になっている



学校部活動

《特徴》

- 学校が主体となって行われる活動
- 学校内で実施



【学校単位での部活動】

例: ○○中学校
での部活動

これからは…

学校部活動に代わる受け皿として「地域クラブ」へ展開していきます。

地域クラブとは、地域が運営するスポーツや文化活動のクラブのこと。牛久市では、令和8年秋から市と地域が協力して運営していきます。

牛久市の地域クラブはこうなる！

直営型 地域クラブ

主に事務局(教育委員会)が運営を行う

自主運営型 地域クラブ

主に牛久市のスポーツ協会、スポーツ少年団、文化協会加盟団体が運営を行う

※直営型は指導者の募集・派遣や参加者の募集受付を事務局が行います。

- ◆活動場所…市内の中・義務教育学校または市公共施設ほか
- ◆指導者…経験豊かな指導者、大学生、社会人、教職員など
- ◆活動日・活動時間…週1回(土日どちらか) 3時間程度
- ◆活動内容…基礎練習、応用練習ほか

地域クラブ活動

《特徴》

- 地域が主体となって行われる活動
- 市公共施設、学校体育施設など多様な場所で実施
- 多世代・多種目での活動



【地域クラブ活動】

例: ○○市町村での
地域クラブ活動



牛久市の地域クラブにおける活動の種類

活動内容や生徒の応募状況によって下記A～Dに分けて活動する予定です。

※下記区分は変更になる場合があるのでご了承ください。

直営型 地域クラブ

A 所属する 学校で活動

各校で実施可能な生徒が集まり、指導者が配置できる場合、学校を活動の場所とします。

B エリアで活動

上記A区分の実施条件が満たない場合は、市内で複数のエリアに分けて実施します。

C 1ヵ所 での活動

希望者や指導者が少ない場合は、市内1チームで活動します。

自主運営型 地域クラブ

D 地域の 団体で活動

既存のスポーツ協会、文化協会などに加盟している団体で活動、または新規の団体で活動します。

少子化の影響等で学校での部活動が困難になってきた
います。子どもたちの学びや交流の場を守っていくた
めに、活動を学校から地域へと移行する「部活動地域展
開」が始まっています。今後部活動はどう変化していく
のか、地域展開によるメリットなどをご紹介します！

地域クラブ活動 のメリット

やりたい部活動がなく
部活動に所属していない
かった生徒が、地域クラブ
でやりたい活動ができ、
交流や学びの機会を
得られる

生徒一人ひとりの
ニーズに応じた多種多様な
体験ができる(一つの種目
だけでなく複数の種目の
クラブに所属可能)

地域の経験者から
専門的な指導を
受けることができる
技術やチーム力
がアップ!

学校段階(学校卒業
に伴う部活動引退)に
とらわれず、継続的な
活動ができる

地域単位での
活動のため、学校や
年齢の垣根を超えて
さまざまな人と
交流ができる



今後の地域クラブ展開のスケジュール

令和13年以降	令和12年	令和11年	令和10年	令和9年	令和8年	令和7年
平日も段階的に地域クラブ活動へ			土・日の地域クラブ活動開始		秋ごろ	対象となる生徒・ 保護者にアンケートなどを実施 の上、活動内容を 決定する予定
○平日の学校部活動も地域クラブ活動に段階的に展開 ○土・日の地域クラブ活動の継続			○平日は学校部活動 ○土・日は地域クラブ活動			

牛久市

国

国の改革実行期間(令和8年～令和13年)

Q 休日の部活動を地域展開するということは、
今後、部活動はなくしていく方向ですか？

A 令和8年秋から土・日曜日の部活動が地域クラブ
活動に変わります。平日の部活動については段階
的に地域クラブ活動に展開予定です。

Q 令和8年秋から休日の部活動がなくなりますが、
地域クラブへの参加はしたほうがよいですか？

A 地域クラブへの参加は任意です。ただし、種目によ
り、地域クラブ所属での試合、大会への出場の
場合もありますので、そちらを希望される場合
は、地域クラブへの参加をお勧めします。

Q 試合、大会への出場登録は学校名ですか？
それとも地域クラブ名ですか？

A 種目により変わります。種目により学校名と地域
クラブ名のどちらで出場するか決めます。

部活動地域展開 Q & A

Q 部活動と地域クラブは
別の種目でもいいですか？

A 別の種目でも参加できます。
大会やコンクールの日程が重なってしまう場合
は、ご自身でどちらに出場するかを決めていただ
きます。

Q 夏休みなどの長期休みは全部地域クラブの
活動になりますか？

A 長期休みの場合でも平日は学校部活動、休日は
地域クラブでの活動になります。

Q 指導者はどんな人がなりますか？

A 指導者バンク(左下参照)に登録をした方の中か
ら指導者が配置されます。

Q 地域クラブ活動での保険はどうなりますか？

A 学校での保険(日本スポーツ振興センター)とは
別の保険に加入します。

資格が
なくても
大丈夫！

指導者バンクに 登録しませんか！？

あなたの情熱が、地域の未来を育てる！

地域クラブ活動の指導者として皆さんの力を貸してください。

資格を持っていないからできない、と思っていませんか？

地域クラブでは「指導者」、「指導者補助」、「見守り」と
多様な形で子どもたちと関わることができます。

指導者経験がなくても大丈夫。ぜひ、ご検討ください。



▲登録ははこちら

部活動地域展開に関する詳細は市ホームページをご覧ください

【問い合わせ】

スポーツ推進課☎873-2486

生涯学習課☎871-2301



▲市ホームページ

《牛久市男女共同参画 特別講座》

参加費無料

プリキュアシリーズ 初代プロデューサーから、 あなたへのメッセージ

【講師】
わしお たかし
鷺尾 天氏
「プリキュア」シリーズ
初代プロデューサー



©ABC-A・東映アニメーション

アニメーションの世界でもジェンダーの多様性が描かれるようになってきています。現在も放送中の大人気テレビアニメシリーズ「プリキュア」。2004年に始まった第1作は、「女の子だって暴れたい」という斬新なコンセプトから誕生し、多くの支持を集めながら20年以上続くロングランシリーズとなりました。本講座では、その制作に携わる鷺尾さんをお迎えし、「多様性」や「表現」を大切にしたアニメ作りの秘話や、子どもたち・大人たちへの想いを伺います。

【鷺尾 天氏プロフィール】東映アニメーション株式会社執行役員、エグゼクティブプロデューサー。「プリキュア」シリーズ初代プロデューサー。第1作「ふたりはプリキュア」(2004)～「Yes!プリキュア5 GoGo!」(2008)まで務めた後、「Go!プリンセスプリキュア」(2015)からは企画として携わっている。他に「怪談レストラン」「トリコ」「おしりたんてい」「ふしぎ駄菓子屋 錢天堂」、第97回アカデミー賞短編アニメーション部門ノミネート「あめだま」(2025)など。

【開催日】

11月9日(日)

午後2時～3時30分

(予定)

中央生涯学習センター

大講座室

◆定員 80人(応募者多数の場合は抽選) ◆対象 市内在住・在勤・在学の方

【申込方法】牛久市講座予約システム、はがき、中央生涯学習センターおよび市民活動課窓口のいずれかで、必要事項(①名前 ②住所 ③電話番号(日中連絡可の番号) ④Eメールアドレス ⑤年齢 ⑥講座名)を記入の上、お申し込みください。

【申込締切日 10月24日(金)必着】※託児…定員5人(1歳児以上)・要事前予約

【問い合わせ・はがき送付先】中央生涯学習センター(〒300-1211牛久市柏田町1606-1)☎874-3111



牛久市講座
予約システム

牛久市
美味しい
給食

問 教育総務課
内線3334

学校給食からおすすめ
メニューをご紹介♪
(牛久第一中学校 より)



苦手な子どもの多いピーマンやパプリカ
でも、モリモリ食べてくれるメニューです。

【材料】(中学生4人分)

豚もも肉 …… 170g
たけのこ水煮 …… 70g
ピーマン …… 1個(50g)
パプリカ … 1/4個(35g)
ごま油 …… 小さじ1
おろしにんにく … 小さじ1/3
おろししょうが … 小さじ1/3

A 酒 …… 小さじ1
砂糖 …… 小さじ1/3
しょうゆ …… 小さじ1
オイスターソース … 小さじ1と1/2
顆粒中華だし … 小さじ1
こしょう …… 少々

チンジャオロースー



1人分93Kcal 塩分0.7g

【作り方】

- 1 豚肉、野菜をせん切りにする。
- 2 Aの調味料はすべて合わせておく。
- 3 フライパンにごま油を熱し、にんにく、しょうがを香りが出るまで炒める。
- 4 ③に①を追加し、さらに炒める。
- 5 火が通ったら②を入れて、全体に絡める。

美味しい給食レシピは市ホームページにも掲載しています▶



10/1 水
サービス開始

市税・料金の納付が もっと便利に、もっと簡単に

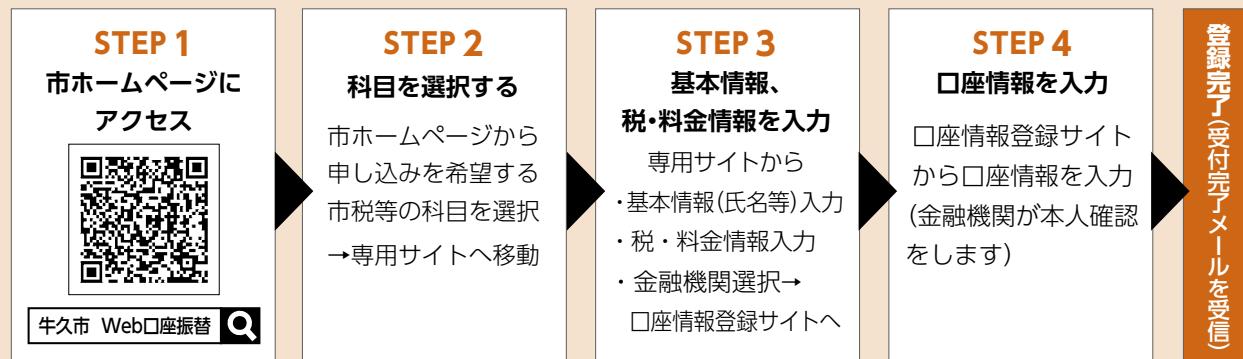
Web口座振替受付サービス

ペーパーレス・印鑑不要！パソコン・スマホから24時間いつでもどこでも口座振替の申し込みができます。

金融機関等の窓口へ出向く必要がなく、口座振替依頼書の記入や届出印の押印も不要です。

サービスを利用できる方 下記金融機関において、個人の普通預金口座でキャッシュカードをお持ちの方に限ります。
※当座預金、定期預金、納税準備預金や法人名義の口座は申し込みできません。

利用手続きの流れ(ご利用の際は、口座名義人様がお手続きを行ってください)



対象市税・料金(11科目)

- 市県民税・森林環境税
(普通徴収分)
- 固定資産税・都市計画税
- 軽自動車税種別割
- 国民健康保険税
- 後期高齢者医療保険料
- 介護保険料
- 保育園保育料
- 保育園給食費
- 市営住宅使用料
- 児童クラブ負担金
- 学校給食費

取扱金融機関(8機関)

- 常陽銀行
- 茨城県信用組合
- 筑波銀行
- 水戸信用金庫
- 三井住友銀行
- 水郷つくば農業協同組合
- 中央労働金庫
- ゆうちょ銀行

詳細は市ホームページをご覧ください。
問 収納課内線1061～1069



とよかしだより

問 中央図書館 871-1400 <https://library.city.ushiku.ibaraki.jp/>



第79回読書週間 10月27日(月)～11月9日(日)

【読書週間標語】「こころとあたまの、深呼吸。」

《図書館 10月の予定》

◆おはなし会

日	時	間	対	象	場	所
10/4(土)	午	後2時～				
10/11(土)	午	後2時～				
10/12(日)	午	前11時～				
10/18(土)	午	後2時～				
10/24(金)	午	前10時30分～				
10/17(金)	午	前10時30分～	0～2歳児		視聴覚室	
10/25(土)	午	後2時～	大	人	(2階)	

◆牛久おもちゃ病院

【場所】視聴覚室(2階)
10/19(日)午前10時～正午

《図書館 10月の休館日》

全館休館日

10/1(水)・2(木)・14(火)・27(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10/13(月・祝)も休業

■中央図書館

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(図書業務)

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

←「第30回とよかんまつり」については次ページへ！

(月・祝)※

第49回

牛久市民文化祭

10/28(火)・29(水)の期間を除く

【問い合わせ】市民文化祭実行委員会事務局(生涯学習課)☎871-2301 FAX871-1334

●各種大会の部●

下記大会に参加される方は、当日開始時間までに直接会場にお越しください。

各参加費：無料

囲碁大会

所 和室(2階)

日 10月25日(土)午後1時～囲碁大会

午後3時～指導碁・自由対局

10月26日(日)午前9時～囲碁大会(昼食なし)

午後1時～指導碁・自由対局

対 囲碁を樂しみたい方

内 ●囲碁大会…8人グループ3回戦

【互先】牛久名人戦ほか

【ハンディ戦】牛久碁聖戦ほか、子供名人戦ほか

●指導碁、自由対局…平本弥星七段による指導碁あり

※マスク・手袋着用のご協力をお願いします。



コントラクトブリッジ

所 中講座室(2階)

アジアオリンピック正式種目の頭脳スポーツ



【競技大会】※見学自由

日 10月24日(金)午後1時～5時 対 市内在住・在勤・在学者

内 ●競技方法…ラバーブリッジ方式による個人戦(トータルポイントおよびマッチポイント評価を実施)

●経験者、同好会会員、初心者歓迎 《飛び入り参加OK》

【公開講座】※見学自由

日 10月31日(金)午後1時～5時 対 経験者、初心者歓迎

主 牛久ブリッジクラブ(日本コントラクトブリッジ連盟公認)

●ステージ発表の部●

所 文化ホール

シビックコンサート・器楽

器楽団体による発表

日 10月13日(月・祝) 午前11時～



シビックコンサート・合唱

コーラス団体による発表

日 10月19日(日) 午後1時～



邦楽発表会

日本舞踊、民謡、詩吟、太鼓等の発表



日 10月26日(日) 午前10時30分～

洋舞発表会

バレエ、フラダンス、ヒップホップダンス等の発表



日 11月2日(日) 午後0時30分～

●展示の部● 時 午前9時～午後4時30分

一般作品展

絵画(日本画・洋画)・版画・立体・写真・書道

日 10月8日(水)～12日(日)

所 展示ホール(1・2階)

※最終日のみ午後4時まで。

団体等作品展

●折り紙・絵手紙・木版画・手作りベア

●日本画・鉛筆画・油彩画・書・陶芸・木彫

切り絵・篆刻

●水墨画・写真・生け花

日 10月30日(木)～11月3日(月・祝)

所 展示ホール(1・2階)、大講座室(1階)



小中学生作品展

市内小・中・義務教育学校の児童・生徒による絵画・書写

日 10月16日(木)～20日(月)

所 展示ホール(1・2階)

第27回秋季盆栽合同展

会員が育てたさまざまな種類の盆栽を展示

日 10月24日(金)～26日(日)

所 大講座室(1階)

※最終日のみ午後3時まで。

【主催】牛久盆栽研究会

【共催】牛久さつき愛好会



第30回 としょかんまつり

テーマ「こころとあたまの、深呼吸。」

11月9日(日)午前9時～午後4時

会場:中央図書館

としょかんまつり特別講演会

「この夏の星を見る」 映画化への道

今年7月に公開された映画『この夏の星を見る』に登場する、天文部顧問「綿引先生」のモデルとなった岡村典夫氏をお招きします。天体観測への思いや、天文監修も務めた映画の裏話についてお話を伺います。



【映画のあらすじ】2020年、コロナ禍でさまざまな活動が制限される中、オンラインによる“スター キャッチコンテスト”で茨城、東京、長崎の中高生がつながっていく。原作は辻村深月氏の同名小説。

時 午後2時～4時 所 視聴覚室(2階)

対 市内に在住・在勤・在学の方(中学生以上)

申 10月17日(金)午前9時より、

中央図書館司書相談カウンターか
電話(☎871-1400)で申し込み

先着80人
参加無料



【講師】岡村 典夫氏
(県立土浦第三高等学校教諭)

おはなし会 スペシャル

時 午前10時～11時

所 窓側絵本コーナー(1階)

【担当】おはなしよんで
(図書館ボランティア)

◆とんとん相撲リーブル場所(主催:NPO法人リーブルの会)

◆2025年ベストリーダー展示

◆しあわせ絵本コーナー…とびだす絵本やあそべる絵本を展示

読書週間中イベント

図書館謎解き
ウォーク

※10月28日(火)
スタート

《展示》
江戸っ子の
娯楽・相撲
～NDLイメージ
パンクより～

《展示》
「本を大切に」
～本が泣いて
います～

※としょかんまつりおよび準備のため、下記の期間は学習室および
レファレンスルームでのパソコン(持ち込み含む)は利用できません。

【11月8日(土)午後1時～11月9日(日)午後5時まで】

※リサイクル市の開催はありません。該当資料は、随时リサイクル
コーナー(1階入口)で提供します。



詳しくは
図書館HPへ

10月8日(水)▶11月3日

会場:中央生涯学習センター

※休館日:10/14(火)・27(月)、会場準備:10/15(水)、10/21(火)～23(木)、

●茶道●

裏千家による点前の実施。

日 10月26日(日)

午前9時30分～午後4時

所 会議室(2階)



●コーナー展示●

所 展示ホール(1階)

●茨城県立牛久栄進高等学校

●(公財)日本植物調節剤研究協会研究所

●牛久市地域活動支援センター

身体障害者デイサービス

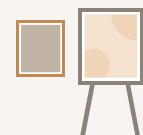
●牛久市知的障害者デイサービスわくわく

●放課後等デイサービスすてっぷ

日 10月8日(水)～12日(日)

午前9時～午後4時30分

※最終日のみ午後4時まで。



●令和7年度牛久市中学生平和使節団

日 10月16日(木)～20日(月)

午前9時～午後4時30分

●各種イベント●

●表演…団体による太極拳の発表。

日 11月3日(月・祝)

午前11時～正午の間

(20分間)

所 中庭



秋の爽やかなひととき、

たくさんの人と交流を深めながら

新たな感動と発見の出会いが

ある牛久市民文化祭に

どうぞお越しください!



農業ヘルパーを行うための手順

- ① 農業政策課にて農業ヘルパーに登録
- ② 市で管理する登録農家さんの台帳を閲覧
(条件のあう相手を探す)
- ③ 登録農家さんと直接交渉
- ④ 賃金や時間帯など条件が一致すれば契約
- ⑤ ヘルパー開始!

ヘルパーを
必要としている
農家さんも
募集中です!

農業に興味のある
牛久市民の方なら
どなたでもOK
(年齢、経験不問)



◀ 詳細は市ホームページへ

農業ヘルパー募集

～自然の中で農業の魅力を感じる～

農業ヘルパーは、「人手が足りていない農家さん」と「農業に携わる仕事がしたい方」をつなぎ、市の農業の活性化を目的とする事業です。

牛久の自然に囲まれながら、農のプロフェッショナルのもとで働いてみませんか?

雇用条件や作業内容は農家さんによってさまざまです

あり、ひと月単位や朝の数時間だけ募集している農家さんもいるため、ご自身に合った条件で働くことができます。ベテランヘルパーさんの中には、農家さんと一緒に投合し、10年以上継続して働いている方もいます。

ぜひ牛久の農業を縁の下から支えてください!



ささエール Vol.33

地域包括支援センターだより

お気軽にご相談ください!

地域包括支援センターでは、高齢者の皆さんの介護予防を中心に介護や健康に関する相談、権利擁護、自立した生活ができるよう地域との連携・協力体制を支える等の面からサポートします。



《事例紹介》一人暮らしのAさん(70代女性)のケース

Aさんは最近夫が亡くなり、一人暮らしとなった。県外にいる子どもや孫たちとはなかなか会えていない。以前は夫といろいろなところに外出することが好きだったが、一人となり、生活にも張り合いがなくなってしまった。



Aさんは、地域包括支援センターに「一人暮らしになり、話し相手がおらず、時間を持て余している。以前のようにいろいろな人と交流する場に行きたい」と相談。日常生活全般は自立しているため、地域包括支援センターでは、介護予防事業として「うしくかっぱつ体操」と「シルバーリハビリ体操」を紹介した。

相談後、Aさんは自宅近くの区民会館で行われている「うしくかっぱつ体操」と「シルバーリハビリ体操」に参加するようになった。後日、本人に利用状況を確認したところ、他の参加者と交流しながら運動や外出の機会が得られており、今後も継続して利用したいとの話があった。



市では要介護状態になることをできる限り防ぎ、住みなれたまちで可能な限り自立した生活を送ることを目的として介護予防事業を行っています。

ご興味がある方は地域包括支援センターまでご相談ください。

ご相談はこちる▶ 牛久市地域包括支援センター☎878-5050、牛久市地域包括支援センター博慈園☎871-5110

はくじえん

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

牛久走友会

代表 星野 貴彦

問☎090-7950-9215



私たち牛久走友会は、牛久を中心近くの仲間と共にランニングを愛し、楽しみ、そして心も体もリフレッシュすることで健康増進や親睦を図っています。また、ランニングの楽しみを市民の方々へ伝え、いろいろな機会を通じてそれらを奨励する活動を行っています。

【定期練習】牛久運動公園野球場前広場

毎週日曜日午前7時30分～

【入会金】なし 【会費】3,000円／年

【保険代】なし



▲団体ホームページ

牛久つくしクラブ(グラウンド・ゴルフ)

代表 早坂 洋

問☎090-4821-3748



部員36人、大所帯ではないですが和気あいあいと楽しくやっています。大会は年3回の定期大会と1泊旅行を兼ねた宿泊大会を実施。対外的には県大会、近隣大会等に参加。今年は県大会で好成績を残した数名が上位大会に選抜されました。

ホールインワンの爽快さを味わってみませんか？初心者の方も大歓迎！初級者から全国大会レベルまで幅広い層が在籍しています。ぜひ一度練習風景をみてお声がけください。

【定期練習】栄町運動広場Cコート

毎週火・木曜日午後1時～3時30分



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〈牛久菊花会〉

代表 中野 博美

問☎090-9018-2481

■団体の活動について教えてください。

会員がいろいろな菊を丹精込めて栽培し、文化青年研修所で毎年11月に開催している『うしく菊まつり』にて市民の方々などに観覧していただいている。【令和7年うしく菊まつり】11月1日(土)～10日(月)

■活動をしてやりがいを感じることは何ですか。

菊作りは、地球温暖化に伴う気温の上昇や期間の長期化のために年々非常に難しくなってきていますが、『うしく菊まつり』において多くの方から、「きれいだね！」「どう作るの？」などと感嘆のお言葉や興味を示していただくことが最大の喜びです。

■今後の目標を教えてください。

菊には一輪だけ大きな花を咲かせ高さ45cmにもなる「福助作り」、ドーム状に開花する「クッションマム」などさまざまな種類があり、環境にあった菊作りを楽しむことができます。

加入は随時受付中ですので、興味のある方はぜひご連絡ください。



牛久市文化協会に加盟しませんか？

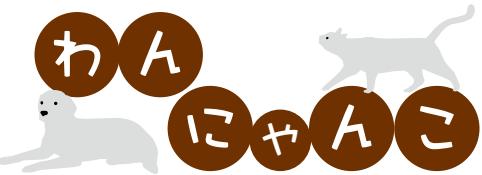
加盟すると
こんないい
ことが！

- 広報…ホームページ、広報紙、専用スタッフ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



問 環境政策課内線1563

10月は「飼い主マナー向上推進月間」



茨城県では、動物の愛護と適正な飼養に関する普及啓発を目的として、10月を「飼い主マナー向上推進月間」と定めています。私たちが暮らすまちには、ペットを飼っている人のほかに、ペットを飼っていない人、動物が苦手な人など、さまざま

人がいます。それぞれが心地よく暮らしていくよう、近所の方にも配慮してペットを飼うことが必要です。飼い犬に関しては、リードの装着やふんの持ち帰り、飼い猫に関しては、室内飼いをしましょう。ご協

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、メールか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 kankyou@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。

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

点検後に製品の購入等を勧められても、その場ですぐに契約しないようにしましょう。また、本当に交換が必要か契約先のガス事業者やメーカー等に相談しましょう。

たり、必要なない工事の契約を迫る手口です。安易に点検に応じないようにしましょう。

◆ 点検を口実に訪問し、消費者の不安をあおるなどして新たな製品の購入を持ち掛けたり、契約してしまっても、複数社から見積もりを取ることをお勧めします。

◆ 購入する場合は、複数社から見積もりを取ることをお勧めします。



給湯器の無料点検にご注意ください！

【相談事例】

「給湯器の無料点検に行きます」と自宅の固定電話に連絡があり、無料であればと承諾した。翌日点検をもらつたところ「劣化しているので交換したほうがいい」と新しい給湯器を勧められ、焦つてその場で給湯器の交換工事も含め高額な契約をしてしまつたが、解約したい。



第169回うしへゴッ多市 (フリーマーケット)

■10月12日(日)午前9時～午後2時※小雨決行(荒天中止)
内【イベント】恒例の数量限定

の内容と販売開始時間は当
日発表します

たおむけなジャンルの映画を上映しています。本劇特典也多数あり。ぜひお申し込みください。

◆中央生涯学習センターで
申し込み(受付：午前8時30分～午後5時)※第2・4月曜
休館、◆上映会日に会場で
申し込み(受付：午後1時～3時)※会員登録後そのまま
映画をご観覧になります。

▼上映予定作品／10月23日(木)「國士無双」、11月27日(木)

「上映会開催日(月1回)」
毎月第4木曜日午後1時30分上映開始(30分前開場)
所 工スカーデホール※12月7日(日)のみ中央生涯学習センター文化ホールで開催
問 エスカーデシネマクラブ運営委員会事務局(中央生涯学習課内)☎871-2301 FAX:871-13334 E-mail:syouga@city.ushiku.ibaraki.jp

脳トレ教室【運動編】

✉ @city.ushiku.ibaraki.jp

対認知症予防に関するあるおおむね60歳以上の市民※今年度初めて受講の方

▶ 採血基準

種類	400ml献血
年齢	男性:17歳～69歳※ 女性:18歳～69歳※
体重	男女とも50kg以上
献血の間隔	男性は12週間後、 女性は16週間後の同じ曜日から献血可

※65歳以上の方の献血は、60~64歳の間に献血経験がある方のみ。

内移動献血バスによる 400ml全血献血

所保健センター

～午後4時※お風の時間
席を含み、予約制。

日10月27日(月)午前9時30分
云も同時開催しますので、皆さんのご協力をお願いします。

◆ **牛久市骨髄移植ドナー支援事業をご利用ください**

市では、骨髄等の提供のために必要と認めた通院等に感染症予防の観点から時間予約制で実施します。

※200ml全血献血・成分献血にご協力いただける方は、つくば献血ルーム等をご利用ください。

※新型コロナウイルス既感染者の方の献血は、症状消失後2週間が経過し、問診等で全身状態が良好であることが確認できる場合に限ります。

※接種したワクチンの種類等により献血ができない場合があります。詳しくは日本赤十字社ホームページへ。

主 茨城県赤十字血液センター
協 力 牛久市、牛久桑崎フイオングループ

▼**登録基準／【年齢】18歳から54歳までの健康な方【体重】男性45kg以上・女性40kg以上【採血量】2mlの採血が必要です**

主 茨城県、(公財)日本骨髄バンク
問 龍ヶ崎保健所 ☎ 0297・62・2163



令和7年度竜ヶ崎保健所 地域別交流会

令和7年度竜ヶ崎保健所 地域別交流会

▼申請期限／提供が完了した
日から90日以内
詳しくは市ホームページ
ページへ。
間健康づくり推進課 ☎ 内線1
743

における負担を補うための助成を行っています。

凶（公財）日本骨髓バンクにドナー登録し、バンクをとおして骨髓または末梢血幹細胞の提供をした方で休暇制度の適用を受けられない方。

▼助成額／提供のために必要な通院等の日数1日につき2万円（1回の提供につき上

一家にひとり地域ヘルパー 養成研修受講者募集

在宅での介護や地域のボランティア活動を行うための基本的な知識と技術を身に付けてください。

日 11月12日(水)・20日(木)・27日(木)・12月4日(木)・17日(水)・11月25日(火)～12月12日(金)の間の1日(現場実習)

計6日間 ※各日講義内容により開始・終了時刻が異なります。詳細はお問い合わせください。

所牛久市地域医療連携センター、総合福祉センター

内介護等に関する講義および演習

対市内在住、在勤の方

定先着20人
講牛久市社会福祉協議会職員、牛久市職員

¥3000円(テキスト代等)
申10月31日(金)までに電話または窓口で直接申し込み

問牛久市社会福祉協議会
70・1001 FAX 871・1296

いばらき県南若者サポートステーション就労相談

申電話、FAX、Eメールで
よびその家族※相談無料。

人材募集・就職支援

牛久市シルバー人材センター



人材センター

①入会説明会および健康講座

「装着型サイボーグ」体験をしてみませんか?ストレッチ、

聞くだけの参加も大歓迎!長生き・健康力アップを目指しましょう。

日10月21日(火)午前10時～11時30分

所中央生涯学習センター中講座室

申事前申し込み(当日参加可)

②お仕事募集!

「シルバーパワー活躍応援企業」を募集しています!お問い合わせください。

問(公社)牛久市シルバー人材センター
871・1・1468

スポーツ

牛久市民硬式テニスダブルス大会

日11月3日(月・祝)午前9時～※予備日：11月24日(月・振休)

所牛久運動公園テニスコート

申事前申し込み(当日参加可)

催し・講座

「戦場の兵士」上映、影山あさ子監督講演会

日10月13日(月・祝)午後1時30分～4時30分※入場無料。

所中央生涯学習センター大講座室

ハーブ蒸留体験会

「家庭用蒸留器を使ったハーブの蒸留(ハーブウォーター)は持ち帰り)。

定・申電話で申し込み

日11月8日(土)午後2時～4時

所かつぽの里生涯学習センター第1講座室

定・申電話で申し込み

歴史を語り合つ会

第23回マレットゴル夫体験教室

森林浴をしながら楽しくプレーする「マレットゴルフ」は健康保持増進に最適です。

日10月18日(土)午前9時30分～正午※参加無料。

所総合福祉センターふくしの森(駐車場あり)

申10月10日(金)までに電話で申し込み

主・問牛久市マレットゴルフ協会(一田水)873・4848

主・問牛久市史談会(板宮)90・23327・6304

日10月19日(日)午後2時～4時30分

所工スカーデ生涯学習センター第1講座室(4階)

内・問牛久助郷一揆・文化元年10月牛久宿で起じた百姓一揆「文化騒動」の結末について語る

後世に繋げ！夜空を彩る ランタン祭り

地域の宝である牛久シャトーでランタン祭りを開催します。牛久シャトーで思い出を作りませんか？

日 10月18日(土)午後2時～7時
※予備日10月25日(土)※荒天中止。※参加無料。

所 牛久シャトー
内 いばらきっ子郷土検定体験、近隣地域の食、LEDスライランタンなど

主・問 (一社)牛久青年会議所
(大吉) ☎ 080-48888-859595
✉ massapapa205@gmail.com

かつばの里一色同好会 絵画展

日本画家一色直彦先生の指導による作品を展示します。ぜひご覧ください。※入場無料。

日 10月28日(火)～11月2日
(日)午前10時～午後4時※初日は午後1時から、最終日は午後3時まで。

所 三越牛久店2階アートギャラリー
主・問 かつばの里一色同好会
(中村) ☎ 873-8169

内 下草刈り、伐採、枝打ち
¥ 保険代1人300円(1家
族500円)

持ナタ、カマ、のこぎり、作業服、手袋、飲み物、昼食
間木とふれあうネットワーク
事務局 ☎ 873-6424

第42回守谷ハーフマラソン

普段は走れない守谷トンネルや緑豊かな通りなど、守谷市内を駆け巡ります。つくばエクスプレスと並走できるかも!?種目や定員、参加費など詳しく述べてください。



日 10月23日(木)午後1時30分
開場、午後2時開演※入場無料。

所 つくばカピオホール(つくば市竹園1-10-1)
主・問 后援牛久市教育委員会
ル(村上) ☎ 852-9394
✉ azur4649@yahoo.co.jp

日 10月25日(土)午後3時開場、午後3時30分～5時※入場無料。

所 東洋大附属牛久高校吹奏楽部が日ごろの練習の成果を披露します。

主・問 牛久都市開発(株)
所 工スカーデホール
内 出演／東洋大附属牛久高校吹奏楽部19人
¥ 874・3311

内 下草刈り、伐採、枝打ち
¥ 保険代1人300円(1家
族500円)

10月の イベント情報



牛久自然観察の森

親子自然教室～飛ぶ種の不思議～

25日(土)午前9時30分～10時30分

イロハカエデのプロペラやヤマノイモの羽、ノゲシの綿毛など風で散布される植物の種をご紹介します。簡易的なカエデの種の折り紙に挑戦したり、野原で綿毛の種探しも行います。

□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：牛久自然観察の森バッタの原(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)

【開園時間】午前9時～午後4時45分(入園無料)

【休園日】6日(月)、14日(火)、20日(月)、27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】

右側の二次元バーコード→または下記URL

から予約フォーム受付画面にお進みください

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



強風等の荒天時は臨時休園となる場合がありますのでご来園前に牛久自然観察の森ホームページやお電話にてご確認ください。



保健センター通信

— Health Information
of Ushiku City —

問 こどもの未来応援センター
(保健センター1階)
【母子保健】内線1746
【児童福祉】内線1923

今年4月開設



牛久市こどもの未来応援センター すまいるは 妊娠・出産・子育て についての相談窓口です！

～ 例えばこんな悩みや心配事があったら、ぜひご相談ください～

妊娠 についての相談

妊娠中
どう過ごしたら
いいか相談
したい

なんとなく
気分が落ち
込む…



出産が
不安…

出産 についての相談

ミルクや
母乳は足りてる
のかな

赤ちゃんが
泣いて
ばかり…

心も身体も
ヘトヘト…



子育て についての相談

離乳食の
進め方は

子どもへの
対応に困っ
ている

育児・
介護で大変

子どもの
発達が
気になる



すべての【妊娠婦】【子育て世帯】【子ども】を対象に
妊娠から子育てまで切れ目なくサポートします

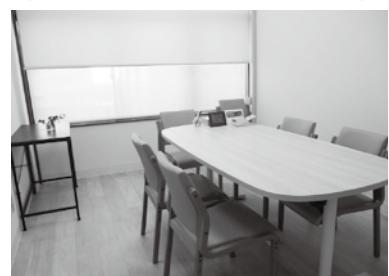
こどもの未来応援センターは、子育て応援団です！

保健師、助産師、家庭相談員、栄養士、心理士等が相談をお受けするとともに、
関係機関と連携し必要なサポートにつなぐなどのお手伝いを行います。



＼身長・体重測定ができます！／＼キッズスペースで遊べます！／＼個室の相談室があります！／

こどもの未来
応援センターは
保健センター
1階です



こどもの未来応援センターに相談するには

電話、来所しての面談、自宅への訪問、Zoomによるオンライン相談等ができます。

母子保健

妊娠～出産、未就学児の健診、子育ての
相談等の母子保健に関するこ

母子保健直通電話 **870-5657**



▲個別相談
予約フォーム

児童福祉

妊娠～18歳未満の子どもに関する相談、
児童虐待予防等の児童福祉に関するこ

児童福祉直通電話 **871-5070**



復興と平和への祈り

牛久栄進高校チャリティコンサート

8月17日、牛久栄進高校が中央生涯学習センターで「～平和への祈り～チャリティコンサート」を開催しました。このコンサートは能登半島復興支援やウクライナ支援が目的で、当日はウクライナ出身のチェロ奏者の演奏やウクライナ留学生の体験談などが披露され、来場者からは「復興や平和を考えるコンサートでした」との声が聞かれました。



牛久初開催に大相撲ファン大歓声

大相撲夏巡業「牛久場所」が開催

8月29日、大相撲夏巡業「牛久場所」が牛久運動公園で開催されました。大相撲巡業の牛久市での開催は初めてで、多くの家族連れや相撲ファンで会場は満員。取り組みに先立ち、初切、公開稽古の披露や市内の小学生や東洋大牛久高校の相撲部の部員らが力士に挑むわんぱく相撲、さらには力士との交流イベントも開催され、会場は大いに盛り上りました。



日本全国で普通にみられる赤とんぼですが、季節により国内を移動することが知られています。初夏に平地の水田などで羽化した成虫は、暑さに弱いため、夏は涼しい山の上で生活し、涼しくなると再び平地に姿を見せるようになります。産卵のため、秋には人里の稻刈り後の水田などに集まりますが、その様子が、古くから童謡などに歌われ親しまれています。また、近年は、移動途中の大群れが、トンボの大発生などとニュースになることもあります。今年の夏は記録的な暑さでした

が、暑いとき、このトンボは写真のように逆立ちのような姿勢で止まります。これは、体に当たる太陽光をなるべく少なくして体温の上昇を抑えるためで、尾の先はまつすぐに太陽の方向を指しています。10月でも残暑の厳しい日には、逆立ちトンボがみられるかもしれません。

日本遺産ストーリーに文化財が追加

日本遺産構成文化財に新たに3件が追加認定

茨城県牛久市と山梨県甲州市の日本遺産ストーリー「日本ワイン140年史～国産ブドウで醸造する和文化の結晶～」の構成文化財に、「旧飯島家住宅」「旧飯島家住宅所蔵牛久シャトー関連資料」「旧岡田小学校文化分校校舎」の3件が追加認定されました。

詳しくは市ホームページをご覧ください▶



▲旧飯島家住宅

夏休みの思い出に！

ひたち野うしく小学校区地区社協「ミニふれあいまつり」

8月26日、ひたち野うしく中学校の地域活動室前で「ミニふれあいまつり」を開催しました。これは、台風接近で中止となった「第13回ひたち野ふれあいまつり」のために準備してきた子供会や中学生ボランティアの企画を「ひだまりcafe」とタイアップして実現したものです。縁日コーナーや屋台などに大勢の子どもたちが集まり、会場は大賑わいでした。



アキアカネ (秋茜)

トンボ目トンボ科



ともに“おいしい未来”をつくる 「うしくグルメソン2025」第1回、第2回が開催

市内事業者と市民、消費者が集まり、アイデアを出し合いながら飲食に関する新商品を開発する全5回のプログラム「うしくグルメソン」が8月から始まりました。市内事業者3社がこのプログラムに参加。8・9月には第1回、第2回のプログラムが開催され、各事業者と市民がグループを作り、事業者発案の新商品アイデアに対し、意見を出し合いました。「うしくグルメソン」第3回は10月19日、三日月橋生涯学習センターで開催予定です。ご興味のある方は、詳細をホームページでご覧ください。



▲市HP



伊勢屋／嘸下障害のある方でも安心して食べられる新しい和菓子などの開発をテーマに話し合う

UMA Lab. (松蔵屋)／新しい果実酒やブランドキャラクターの開発について進捗発表をする

YOBAREKKA DESIGN WORKS／出店予定の飲食店での目玉メニューをテーマに、城中町周辺の観光についてもアイデアを出し合う



少年たちが育てたブドウで牛久産ワイン

茨城農芸学院で牛久シャトーワインのブドウ収穫

牛久シャトー株式会社と久野町にある茨城農芸学院は連携し、ワイン用のブドウを同学院の施設内の畑で栽培しています。8月26日には院生と牛久シャトー関係者により収穫され、メルローやブラッククイーンなど、約1tのブドウが牛久シャトー株式会社に出荷されました。作業に参加した院生は、1房ずつ丁寧に摘み取りながら「このブドウは大きくて、色もきれい。育てるのは大変だったけど、無事に収穫ができたうれしい」と話してくれました。



さらなる発展を目指します

「うしく河童大根」「小菊」が茨城県銘柄産地を再指定！

8月19日、令和7年度茨城県銘柄産地指定証交付式が開催され、牛久市の「うしく河童大根」、牛久市・龍ヶ崎市広域の「小菊」が銘柄産地の再指定を受けました。この指定を受けるには、高品質で信頼性・安全性が市場で高く評価され、また市場における大量取引に対応できる生産・出荷体制と高い技術をあわせ持つなど多くの要件があります。交付式では両部会長が「再指定は関係者皆さまのご協力のおかげ。今後さらなる発展のため、引き続きご支援をお願いします」と謝辞を述べました。



(写真左)JA水郷つくば 大根生産部会部会長 山越隼人さん

(写真右)花き園芸部会部会長 山本誠司さん

陶芸に挑戦、素敵な器ができたよ！

牛久市立第一幼稚園で陶芸体験

9月4日、牛久市立第一幼稚園では秋の芸術体験として市内陶芸家の指導のもと、焼き物作り体験を行いました。粘土で作った器に色を付けて窯で焼きます。焼き上がった器を目の前に園児たちは「きらきらしてる！」や「色が変わった！」と焼き物の色が変化する様子に驚きや感動の声が上がりました。世界に一つだけの焼き物作り体験は園児たちにとって特別な思い出になりました。





受け継がれてきた牛久の伝統

団子を作つて仏前に供える念仏講

桂町の金剛院には、秋の彼岸の前日に行われる伝統行事、「団子念仏」があります。今年は9月19日に執り行われ、地域の方々やおくの義務教育学校の児童たちが長さ約33mの大数珠を輪になって回す数珠繰りを行い、無病息災や五穀豊穣を祈願。その後、数珠は束ねて棒にくくられ、町内の家を回りました。この「団子念仏」は地域に伝え残る行事として、今年7月に牛久市認定市民文化遺産に認定されています。



チームワークを大切に全力で戦います！

市内の小学生ドッジボールチーム、軟式野球チームが全国大会出場報告

小学生ドッジボールチーム「ST Enjoys」

県大会で優勝し、「第34回夏の全国小学生ドッジボール選手権」への出場を決め、その報告のため8月7日に沼田市長を表敬訪問しました。



学童軟式野球チーム「茎崎ファイターズ」

県大会で優勝し、「高円宮賜杯第45回全日本学童軟式野球大会 マクドナルド・トーナメント」への出場を決め、その報告のため8月8日に沼田市長を表敬訪問しました。



牛久の夜空に花火

ダンスイベント・音フラ体験「牛久花火ナイター」

8月9日、牛久運動公園で行われた「茨城アストロプラネット VS 栃木ゴールデンブレーブス戦」にて牛久花火ナイターを実施しました。花火打ち上げのほか、ダンスイベントも開催され、会場は多くの人が盛り上がりました。また、同日には音声ゲーム×インフラ整備「音フラ」が開催され、参加者はRPG形式の音声誘導で清掃活動等を行い、最後にDIYベンチ製作をしました。



製作したベンチは芝生広場に設置しました▶



寄附

温かい善意ありがとうございます

株式会社イーペック牛久から

市へ100万円を寄附

同社からは長年にわたりご寄附をいただき、市政に大きく寄与されていることから、9月2日、表彰状が贈呈されました。



毎年恒例!

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!

問 広報広聴課3222

応募締切

10/17 金

午後11時59分まで

※締切厳守

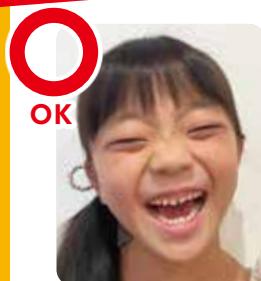
締切を過ぎた場合は
掲載できません

「広報うしく」では皆さんの「笑顔の写メ」を大募集。新年を飾る令和8年1月1日号の表紙を、皆さんの「笑顔」の写真でいっぱいに埋め尽くします。ご応募お待ちしています!

◆応募条件 被写体が市内在住の方に限ります ◆掲載予定人数 先着300人

応募の際の注意点

写真はカラー・できるだけ高画質でお送りください(ただし1回のメールで5MB以下)

写真は縦長の枠、
アップで掲載します

✗被写体が小さい・重なっている
✗複数人写っている
✗アプリ等で画像加工している
✗サングラスやパーティグッズで
顔の大部分が隠れている など

- 1枚につき、被写体は1人です(動物は不可)。
- 1人何点でも応募できますが、掲載は被写体1人につき1枚です。
- 被写体(保護者)の了承を得た上で応募してください。
- 画像加工は不可(特殊効果や文字の挿入)。また、過度の装飾など不適切と思われる写真については掲載できません。

※掲載する写真と一緒に名前を公表することはできません。

※大きいサイズで掲載する写真は広報広聴課で選考します。

※応募内容に不備があった場合、掲載の有無についての連絡は原則しませんので、ご了承ください。

応募
方法

右記の二次元コードよりお送りください。※必ず下記の必要事項を記載してください。

【必要事項】件名「笑顔の写メ」①投稿者の氏名、住所、電話番号 ②被写体の氏名、住所

※プリントした写真の郵送、窓口へ直接持ち込みも可(写真は返却しません)。

【郵送の場合】〒300-1292牛久市中央3-15-1 広報広聴課「笑顔の写メ」係(写真の裏に投稿者の氏名、住所、電話番号、被写体の氏名、住所をご記入ください)※10/17(金)消印有効

うしくっ子
アルバムかみまち ほいくえん とも
上町ふれあい保育園のお友だち
元気に園で過ごしているみんなの様子を紹介します♪

こころ、おどる♪ えがお、ひろがる なかよしパワーは無限大!!