

広報

Ushiku
City
News

うしく

2025
11/1

No.1396
茨城県牛久市



みんなで楽しむ
スポーツの秋!



【今月の表紙】10月12日、「牛久市民体育祭」が岡田・奥野の2地区で開催されました。体育祭当日は心配された雨も降らず、うちわでジャンケン、大きなゲートボール、地区独自のオリジナル種目などで大いに盛り上がりました。子どもから大人までスポーツで交流を深めた一日となりました。
※牛久地区は中止となりました。





30th
Anniversary

／ 芸術の秋、アートに触れてみませんか？ ／

特集

うしく現代美術展 30周年

今年で30周年を迎える「うしく現代美術展」。「30年目の躍動」をテーマに、記念企画が盛りだくさんです！いつもと一味違う、うしく現代美術展の今年の見どころをご紹介します。

問 うしく現代美術展実行委員会事務局(中央生涯学習センター内) ☎871-2301

市民に親しまれて30年、うしく現代美術展のストーリー。うしく現代美術展は、県南地区で活動している作家を中心に、市と市民の三位一体となって作り上げられる地域に根差した美術展です。

その始まりは平成7(1995)年。当時、市内在住で全国的に活躍している作家が多くいたにもかかわらず、牛久市には美術館や独自の展覧会などがなく、市民が芸術に触れる機会がありませんでした。そこで、市内の優れた作家の作品を市民の皆さんにぜひ見てもらいたい、本格的な美術展を開催したいという市と作家の意向により、美術展が企画され、市民の皆さんの協力を得て開催された「第1回牛久市現代美術展」では47人の作家が出品。身近な場所でも本格的な芸術作品に触れられると、たくさんの方が訪れました。



第9回の彫刻体験の様子

翌年からは名称を「うしく現代美術展」と変え、作家による作品展示のほか、ワークショップや姉妹都市の子どもの作品展示、彫刻体験や移動美術展など、さまざまな企画を実施。これまで延べ11万人以上が来場する毎年恒例の美術展として親しまれ、30周年を迎えました。今後も皆さんとともに芸術文化を育み、うしく現代美術展を次の世代へつなげていきます。



第1回展の様子

第1回展の様子。市内在住で全国的に活躍している作家が多くいたにもかかわらず、牛久市には美術館や独自の展覧会などがなく、市民が芸術に触れる機会がありませんでした。そこで、市内の優れた作家の作品を市民の皆さんにぜひ見てもらいたい、本格的な美術展を開催したいという市と作家の意向により、美術展が企画され、市民の皆さんの協力を得て開催された「第1回牛久市現代美術展」では47人の作家が出品。身近な場所でも本格的な芸術作品に触れられると、たくさんの方が訪れました。

うしく現代美術展、どう楽しむ？

委員長が語る、同展ならではの魅力や楽しみ方のポイント

Point 4

現代アートを堪能できる

「現代アート」と聞くと難しいと感じてしまう方も多いと思いますが、同展においての現代アートとは、「今現代を生きる人々が思い思いに描いた芸術」という意味を持っています。作品を見て、どのように感じ取ってもどんなストーリーを思い浮かべるのも自由。難しく考え込まず、気軽に足を運んでみてください。

Point 3

作家とふれあえる

会期中、会場には日替わりで作家が数人在廊しています。展示作品を見るだけでなく、作家に直接見どころや作品に込めた思いなどを聞くことができます。作家とふれあえる機会があるのは同展の魅力の一つです。



Point 1

美術館に飾るような大きな絵画が多数展示

うしく現代美術展では美術展で飾られているような大きい規格の作品も多く展示されます。大画面に描かれた作品の世界観は迫力もあり、圧巻です。大きな作品を見られるのも当美術展の醍醐味のひとつです。



Point 2

魅力的な作家陣

県南地区を中心に活動している若手からベテランまで、数々の賞を受賞した作家も多数出品しています。作家の感情や思考、メッセージなどが詰まったクオリティの高い作品をどなたでも見るができます！

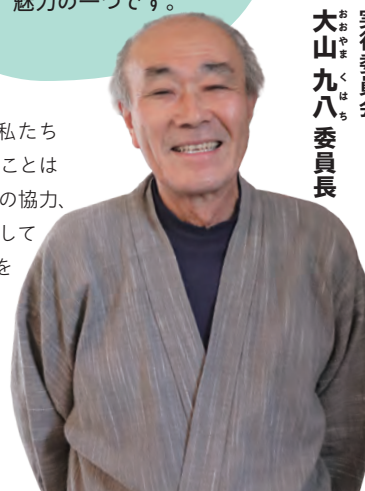
Point 5

今回だけの特別企画

例年通り個性光る作品をたくさん見られるのはもちろん、今回は30周年特別企画として牛久シャトーとのコラボレーションや市内中学・義務教育学校の生徒たちの作品展示など見どころ盛りだくさんです。

Message

第1回展から今年で30年、私たち作家だけではここまで続けることは不可能でした。市民の皆さまの協力、そしてたくさんの方々が来場してくださったからこそ30年目を迎えることができました。今年もたくさん魅力的な作品やイベントを用意しています。ぜひご来場ください！



うしく現代美術展
実行委員会
大山九八委員長

本展

11.16日～11.30日 午前10時～午後4時30分

中央生涯学習センター(多目的ホール・展示ホール・中庭等屋外)
※25日(火)は休館日。※「芸術のタベ」「ナイトミュージアム」実施日は午後7時まで、最終日は午後2時まで。※入館は終了時間の30分前まで。
「30年目の躍動」をテーマに、55人の作家が平面、立体作品を展示発表します。作品との対話をお楽しみください。



ここに注目！
55人の作家による個性豊かな作品が大集合！

森の小さな傑作展

11.16日～11.30日 午前10時～午後4時

牛久シャトー(オエノンミュージアム、牛久シャトー敷地内ほか)
※最終日は午後2時まで。※入館は終了時間の30分前まで。
日本遺産・牛久シャトーをサテライト会場として、ミュージアムや野外に本展出品作家による小作品や筑波大生による作品を展示します。



特別企画
牛久シャトー
コラボ

ここに注目！
歴史的建造物と美術作品がお互いの魅力を引き立て合います！

芸術のタベ

中央生涯学習センター(多目的ホール)

11.22日 午後4時30分～6時

★牛久市中学生混声合唱団
★うしく音楽家協会

11.23日 午後5時～6時

★うしく音楽家協会

作品展示会場での演奏会を実施します♪



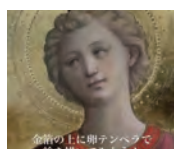
ここに注目！
音楽と美術を同時に鑑賞できます

ワークショップ

11.16日 午後1時～4時

中央生涯学習センター(美術工芸室)

テーマ「金箔の上に卵テンペラで絵を描いてみよう」※要予約(先着15人程度)



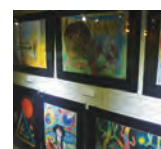
未来の巨匠展

11.16日～11.30日

午前10時～午後4時30分

中央生涯学習センター(文化ホール協通路)

市内の中学校・義務教育学校の生徒による選抜美術作品展。未来の巨匠たちによる作品をぜひお楽しみください。



ナイトミュージアム

11.21日、11.28日 午後7時まで延長 ※入館は午後6時30分まで。

中央生涯学習センター(多目的ホール・展示ホール・中庭等屋外)

金曜の夜は閉館時間を午後7時まで延長。館内での作品鑑賞やイルミネーションをお楽しみいただけます。仕事帰りにぜひお立ち寄りください。



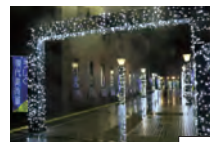
ここに注目！
混雑を避けて作品と静かに向き合えます

光の饗宴

11.15日～11.30日 午後3時30分～5時30分

中央生涯学習センター(敷地内建物前)

中央生涯学習センター館外敷地にイルミネーションを施します。闇をやさしく染める光に包まれるひとときをご堪能ください。

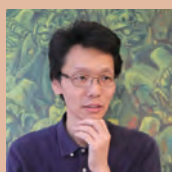


ここに注目！
慌ただしい日常から解放された別世界を楽しめます

詳しくはうしく現代美術展HP▶



個性光る！うしく現代美術展の注目若手作家



いのうえ たく
井上 琢さん

油絵画家。つくば市出身。2015年からうしく現代美術展に参加。

が自由に感じ、考え、物語を作っているものだと思います。なので、私の絵を見るときは好きなようにストーリーを思い描いて楽しんでもらいたいです。



芸術とは作品を見た人が自由に感じ取り、自分のストーリーを思い描くところまでを含めたものだと思います。

私は現在、自宅で絵画教室を開いていて、生徒の表現に触れるたびに、大人と子どもでも感じ方や描き方が違うし、「こんな発想があるんだ」と驚かされたり、「面白いな」と思ったり刺激をもらっています。作品に対してはメッセージ性や世界観を大事にしていますが、絵は見る人が自由に感じ、考え、物語を作っているものだと思います。



あぐお みつあき
莫根 美穂さん

日本画家。宮崎県出身。現在はつくば市を中心に活動中。

絵との出会いは幼少期、母が自宅で絵を描いていたことです。両親ともやりたいことを自由にやらせてくれたこともあり、「おもしろそうなこと」は何でも挑戦する子でした。絵もそのひとつ。高校時代は油絵に没頭。今、主に描いている日本画は大学で専攻したことが始まりです。何回も線を描く日本画は、工程が多い分、気持ちが込められ、愛情が湧いてきます。また大学時代は今に繋がる恩師との出会いがあり、「とにかく描き続けなさい」という言葉をもらいました。それは、人の心情や感性はそのときどきで違う、そのときにしか描けないものがある、ということ。心は絵に繋がる。その言葉は大切にこれからも「自分の表現」をしていきたい、と思っています。



かっぱのキューちゃん

ゆるキャラデザイン募集!!



Update!

牛久市では市制40周年を機に、これまで市観光協会のマスコットキャラクターとして愛されてきた「かっぱのキューちゃん」を、牛久市公式キャラクターとすることとしました！つきましては、これからも市の広告塔として永く皆さまに愛されるキャラクターであり続けることを願い、かっぱのキューちゃんをアップデートするため新たなデザインを募集します！

提出期限
令和8年
1月13日(火)
まで

募集概要

「かっぱのキューちゃん」の新デザインを募集します。

※名称は「かっぱのキューちゃん」とします。
※愛らしく親しみやすいデザインとしてください。

応募規定

- (1) 応募作品は一人1点まで
- (2) 市内在住の小・中学生または市内の高校に通学している方(保護者の同意が必要です)
- (3) 応募作品は応募者自身が創作した未発表作品であること(同一作品を他のコンテスト等に応募していない、かつ個人的にも使用していないものに限る)

※応募条件を満たしていない場合、審査対象外となります。

応募方法

応募用紙に必要事項を記入の上、以下のいずれかの方法でご応募ください

- ① 応募箱への投函(市役所本庁舎正面入口)
- ② 営業戦略課へ郵送、またはEメール

※応募用紙のデザイン記入欄に、キャラクターの全身(正面・背面)を平面かつフルカラーで描いてください。

※Eメールでの応募の場合、必要事項とデザインデータ両方を添付の上、送信してください(5MB以下)。

※背景や文字は入れないでください。

※制作・応募にかかる費用は、応募者の負担となります。

【応募先】営業戦略課(〒300-1292牛久市中央3-15-1)

E sales@city.ushiku.ibaraki.jp

【選考方法】◎一次選考…選考委員会において選考し、小学生の部・中学生の部・高校生の部 それぞれ3作品(計9作品)程度に絞る。
◎二次選考…市役所ロビーでの一般投票やインターネットでの投票により9作品の中から採用作品を決定。

★採用作品は広報紙や市ホームページ、SNS等で発表。★採用作品の作者には記念品を贈呈します。

【問い合わせ】営業戦略課☎内線3231、3232

※募集に関する詳細は市ホームページをご覧ください▶



／ 会社名のPRや地域貢献の一環として市の施設に愛称をつけませんか？ ／

ネーミングライツパートナーを募集します!

牛久市では、市有施設の安定的な運営に資するため、新たに民間企業に施設命名権を付与するネーミングライツ制度を導入します。その第一弾として、牛久運動公園のネーミングライツパートナーを下記の通り募集します!

ネーミングライツ制度とは?

公共施設等に企業名や商品名等を冠した「愛称」を付与し、施設等の名称として使用する代わりに、ネーミングライツパートナー(命名権者)から対価(契約料)を得る制度です。市はネーミングライツパートナーと契約することにより、施設の運営費や修繕費に活用できる自主財源を得られると同時に、ネーミングライツパートナーは企業の宣伝効果や地域貢献を通じた企業イメージの向上などが期待されます。



【募集施設】牛久運動公園(牛久市下根町1400)

※体育館、野球場、多目的広場、テニスコート、武道館を含む

- 募集期間／令和8年1月13日(火)まで
- ネーミングライツ料／年額150万円以上
- 契約期間／3年以上5年以内
- 今後の募集予定／令和8年度以降、他の運動施設や歩道橋など、ネーミングライツ対象施設等を順次拡大していきます。

※愛称は、施設の機能や内容、目的等に支障が生じないようにご留意願います。

【問い合わせ】営業戦略課☎内線3231、3232 ※募集概要や申請書類等、その他詳細は市ホームページをご確認ください▶



牛久市組織機構の一部変更について

問 人事課☎内線1041

下記の通り、牛久市の組織機構の一部が変更となります。

《10月1日から変更》

「文化財・シャトー活用推進課」

日本遺産および牛久シャトーの利活用に関する取り組み、また文化財や郷土の偉人についての調査、保管などを行います。

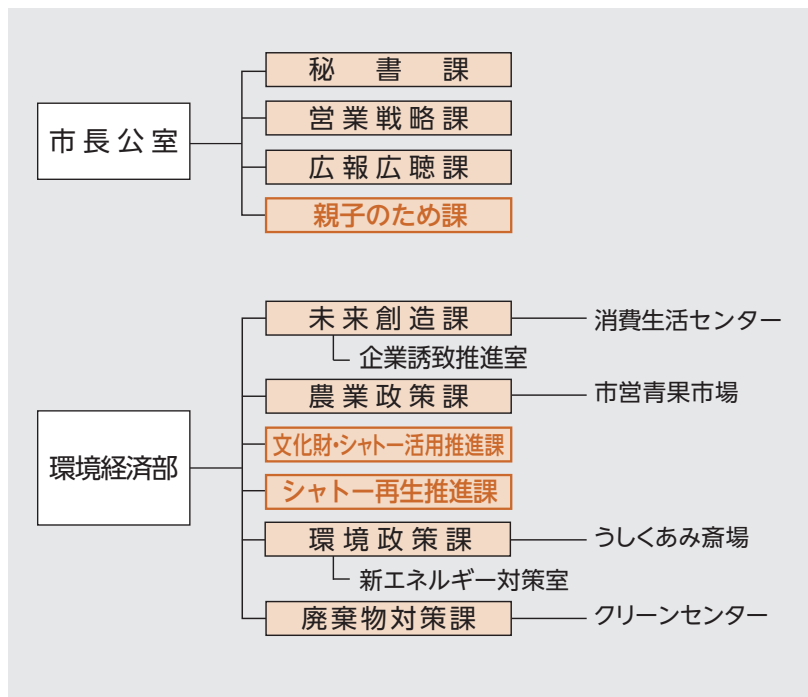
「シャトー再生推進課」

牛久シャトーの事業再生に関する事業を進めていきます。

《11月1日から変更》

「親子のため課」

『親子特区!!うしく』の施策を推進し、親子の絆を深め、親子の成長を後押しすることに取り組めます。



⚠ モバイルバッテリー等による火災が多発しています ⚠

充電式電池を分別し、正しい方法で捨てましょう

充電式電池(リチウムイオン電池など)は、強い衝撃が加わることなどをきっかけに発火するおそれがあります。間違った方法で捨てると、ごみ収集車やグリーンセンターで大きな火災事故につながる可能性があります。下記の通り、充電式電池は必ず正しい方法で処分してください。

充電式電池は 小型家電回収ボックスへ！

充電式電池はごみ収集車で回収できません。正しい方法で捨てましょう！

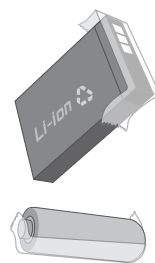
●本体から電池が外せない仕様のものはそのまま出してください

モバイルバッテリー、ハンディファン、電動歯ブラシ・加熱式たばこ、ワイヤレスイヤホンなど



●取り外せる充電式電池はテープを貼って絶縁して出してください

リチウムイオン電池、ニッケル水素電池、ニカド電池



※膨張した充電式電池は廃棄物対策課または牛久グリーンセンターの窓口直接お持ちください。

回収ボックス
設置場所
(市内公共施設11カ所)

市役所本庁舎、エスカード出張所、ひたち野リフレ、中央図書館、牛久運動公園体育館、各生涯学習センター(中央・三日月橋・かっぱの里・奥野)、総合福祉センター、牛久グリーンセンター

詳しくは市HPへ▶



※鉛蓄電池(自動車用バッテリー等)・電動自転車用バッテリー・キャンプバッテリー等大型のものは出せません。 問 廃棄物対策課☎内線1572



詳細はこちら

入園の基準 保護者が次のいずれかに該当し、お子さまの保育を必要とする場合

- ◆就労(常時、月48時間以上(1日4時間以上かつ月12日以上) ◆妊娠・出産 ◆保護者の疾病・障害
- ◆同居親族の介護・看護(長期入院中含む) ◆災害復旧 ◆求職活動(起業準備を含む) ◆就学 ◆児童虐待・DV

受入見込人数(令和8年4月1日現在の年齢) 在園児童の退園や保育士配置状況等により、人数が増減する場合があります。

保育施設名		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
※1 公立	つつじが丘保育園				8	2	0
	栄町保育園	6	9	3	4	4	2
	下根保育園	0	0	0	0	0	0
私立	ふたばランド保育園	6	2	14	1	0	0
	つつじが丘 ふたばランド保育園	9	9	6	5	0	2
	牛久ひかり保育園	9	3	3	3	2	3
	牛久ふれあい保育園	14	1	0	0	0	0
	牛久ふれあい保育園 ひたち野うしく駅前分園	10	0				
	牛久保育園	3	5	1	4	1	0
	ひたち野うしく保育園 つくしんぼ	11	6	2	7	3	3
	牛久みらい保育園	15	3	0	0	0	0
	奥野さくらふれあい保育園	9	3	0	3	3	1
	牛久めぐみ保育園	10	6	6	2	0	0
	牛久さくら保育園	6	14	9	4	1	0

保育施設名		0歳	1歳	2歳	3歳	4歳	5歳
私立	上町ふれあい保育園	15	0	0	0	0	0
	上町ふれあい保育園 牛久駅前分園	6	3				
	うしく文化認定こども園			5	3	1	0
認定こども園	認定こども園フレンド幼稚園	3	12	0	0	0	0
	認定こども園こぼと幼稚園				11	0	0
	認定こども園こぼと幼稚園						
※2 小規模保育園	こぼと夢ナーサリー	0	3	4			
	せいけい保育園	2	6	0			
	茨城YMCA	3	5	0			
	牛久オリーブ保育園						

※1 公立保育園は統廃合の計画があります。計画は見直しにより、変更となる場合があります。

- つつじが丘保育園…令和10年度末「閉園」
- 栄町保育園…令和8・9年度「建替工事」、令和10年度「民営化」
- 下根保育園…令和7・8年度「長寿命化改修工事」

※2 小規模保育園の3歳児以降については、下記の各保育施設にて継続保育となります。

- こぼと夢ナーサリー…認定こども園こぼと幼稚園
- せいけい保育園…認定こども園成蹊幼稚園(つくば市)
- 茨城YMCA牛久オリーブ保育園…牛久めぐみ保育園または牛久幼稚園

申し込みについて **期限厳守**

申し込みは以下のいずれかの方法で行ってください。事前に「入園のご案内」をすべてお読みになり、内容をご理解・同意いただいた上で申し込みください。

①保育課窓口(市役所本庁舎1階)に必要書類を提出して申し込み**【期間】11月19日(水)～22日(土)午前9時～午後4時**※受付時は混雑が予測されるため、事前に申込書等の記入と必要書類の確認をお願いします。
また、可能な限り代表者1人でお越しください。**②マイナポータルで申し込み(申請情報入力の上、必要書類(PDF等)を添付)****【期間】11月10日(月)午前9時～11月22日(土)午後4時**

※入力所要時間30分程かかります(目安)。入力中に一定時間操作がない場合等、入力情報が失われる場合がありますのでご注意ください。

③追跡可能な郵便で申し込み(必要書類を簡易書留・レターパック等で送付)**【期間】11月10日(月)～14日(金)**

※郵便が到着した日を申請日として取り扱います(消印有効ではありません)

《あて先》〒300-1292 牛久市中央3-15-1 牛久市保健福祉部こども局保育課 入園担当

※申込書は保育課で配布しています(市ホームページからもダウンロード可)。

※必要書類など、詳しくは市ホームページをご確認ください。

※受付期間を過ぎた場合は、**次回の利用調整の対象となります。**

令和8年4月からの児童クラブ新規入級希望者の申請を以下の通り受付します。あわせて、令和7年度冬休み期間のみ利用の児童クラブ入級申請の受付についてもお知らせします。

児童クラブ開設日

◆開設時間

【通常】授業終了後～午後6時(夏休み等は午前8時～午後6時)

【延長利用者】授業終了後～午後7時(夏休み等は午前7時～午後7時)

◆閉級日

日曜日、祝日(振替日を含む)、8月12日～16日、
年末年始(12月29日～1月3日)

◆場所／市内各小学校・義務教育学校(土曜日は中根小児童クラブを利用)

◆内容／遊びを主体とした活動

※児童の帰宅は、原則として保護者など、大人の迎えが必要です。

入級の基準

◆対象児童／市内の小学校・義務教育学校に在学する児童(1年生から6年生まで)のうち、次に該当する児童

①保護者が勤務(週2日以上)などにより、放課後に留守家庭になる児童

②保護者や同居の親族、そのほかの方から放課後に適切な保護を受けられない児童

※詳細は市ホームページをご覧ください。

費用(児童1人につき)

負担金／月額3,000円、おやつ消耗品代／月額2,000円 【合計】月額5,000円

※延長を利用する場合は別途月額2,000円。土曜日利用の場合は別途月額1,000円。

受付期間・受付場所

令和7年度 冬休み入級受付	11月4日(火)～28日(金)までの月～金曜日 ※祝日除く	 【受付時間】 午前8時30分～ 午後5時15分 【受付場所】 教育総務課 (ひたち野リフレ5階) ※児童クラブに現在入級している場合や兄弟姉妹が入級している場合は、各児童クラブ(児童クラブ開所時間内)でも受付します。
令和8年度 新規入級受付	〈現在入級している児童〉 ※祝日除く 【第1次受付期間】11月4日(火)～28日(金)までの月～金曜日	
	〈4月から新しく入級を希望する児童〉 【第1次受付期間】11月17日(月)～28日(金) ▼土・日・祝日の受付日 11月22日(土)のみ市役所本庁舎1階(保育課隣)にて受付。	
	〈全児童対象〉 【第2次受付期間】 令和8年2月2日(月)～10日(火)までの月～金曜日 ※祝日除く ※第2次受付期間では、土日の受付は実施しません。	

※上記の受付期間を過ぎた場合、入級申請書類はお預かりできません。4月1日から利用が必要な場合は、必ず期間内に申請をお願いします(転入等の場合を除く)。

※冬休み入級および4月からの入級について、利用希望人数によっては入級できない場合がありますので、予めご了承ください(令和2～4年度、6年度は中根小児童クラブでやむを得ず入級制限を行いました)。

申し込みについて

◆申請書の配布場所 市内各児童クラブ、教育総務課(市ホームページからもダウンロード可)

◆提出書類 書類が揃っていない場合、受付することができません。

(1)児童クラブ入級申請書……児童1人につき1部

(2)家庭状況調査票……1部

(3)就労証明書等……同居している方全員分

※就労証明書は、必ず事業所の方が記載し、証明をもらうようにしてください。

また、事業所により証明の記載に時間がかかることがあるので早めにご準備ください。

詳細はこちら



令和8年度
児童クラブ入級案内



各種申請に必要な様式

11月は茨城県の 男女共同参画 推進月間です！

問 市民活動課男女共同
参画推進室 ☎内線1631



「男女共同参画」とは、男女が互いに人権を尊重し、女性や男性といった性別に基づいた偏見や固定概念にとらわれることなく、一人ひとりが持っている個性や能力を生かしていこうという考え方です。県では、男女共同参画社会づくり推進の取り組みを強化する月間として、毎年11月を「男女共同参画推進月間」としています。性別に関わらず、誰もが、職場、学校、地域、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」の実現のために、私たちにできることは何か、この機会に考えてみませんか？

牛久市では、「牛久市男女共同参画推進条例」に基づき、さまざまな取り組みを行っています。詳しくは市ホームページをご覧ください。



11月12日(水)～25日(火)は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

～ひとりで悩まず、ご相談ください～

《 性犯罪・性暴力について 》

性暴力に関するチャット相談
キュア タイム
「Cure time」
365日 午後5時～9時



性犯罪・性暴力被害者の
ためのワンストップ
支援センター
はやくワンストップ

#8891

平日午前9時～午後5時
は女性相談員が対応

性犯罪被害相談電話
「勇気の電話」
(茨城県警察)

ハートさん
#8103

24時間受付

《 配偶者・交際相手からの暴力について 》

DVに関するチャット相談
プラス
DV相談+
365日 正午～午後10時



24時間、メール相談もあり

DV相談ナビ
最寄りの配偶者暴力
相談支援センター

はれれば
#8008

平日午前9時～午後9時
土・日・祝日午前9時～午後5時

男女のための 悩みごと相談

女性、男性が抱える心理的な問題、男性らしさ、女性らしさを要求する社会、性的虐待や暴力、結婚生活等におけるさまざまな問題、悩みごとについて、相談員がご相談に応じます。

【予約制】相談日…毎週月曜日 予約専用電話 ☎873-1099



11月は「秋のこどもまんなか月間」



オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン



オレンジリボンは、こども虐待防止のシンボルマークです。周囲に気にかかる親子を見かけたり、ご自身が子育てに悩んだときには、ひとりで悩まずご連絡ください。ご連絡いただくことが虐待防止の第一歩になります。

【児童虐待とは】

- ◆身体的虐待…殴る、蹴る、激しく揺さぶるなど
- ◆性的虐待…こどもへの性的行為、性的行為を見せるなど
- ◆ネグレクト…家に閉じ込める、食事を与えない、ひどく不潔にする、重い病気になっても病院に連れて行かないなど
- ◆心理的虐待…言葉による脅し、無視、こどもの目の前で家族に対して暴力をふるう(DV)など

【体罰等によらない子育てを広げましょう】

しつけは、こどもの人格や才能等を伸ばし、自律した生活を送れるよう社会性を育む行為ですが、何らかの苦痛や不快感をもたらす行為は、どんなに軽いものでも体罰に該当します。

体罰等が繰り返されると、こどもの心身の成長・発達にさまざまな悪影響を及ぼす可能性があり、法律で禁止されています。体罰等によらない子育てを推進するため、子育て中の保護者に対する支援も含めて社会全体で取り組んでいきましょう。

問 こどもの未来応援センター ☎内線1921

【市の相談窓口】

今年4月に「こどもの未来応援センター」が設置されました。妊娠中の方から18歳未満のお子さんのいるご家庭の相談を、来所やお電話等でお受けしています。

◆こどもの未来応援センター直通電話相談専用ダイヤル
☎871-5070 (月～金曜日午前8時30分～午後5時15分※祝日・年末年始除く)

【児童虐待に関する連絡先】

◆児童相談所虐待対応
ダイヤル ☎189
(24時間対応・通話料無料)

◆児童相談所相談専用ダイヤル
☎0120-189-783
(24時間対応・通話料無料)

◆市こどもの未来応援センター
家庭児童相談室 ☎内線1921

◆土浦児童相談所
☎821-4595

◆いばらき虐待ホットライン
☎0293-22-0293 (24時間対応)

◆牛久警察署 ☎871-0110

◆親子のための
相談LINE

こども家庭庁
ホームページ▶

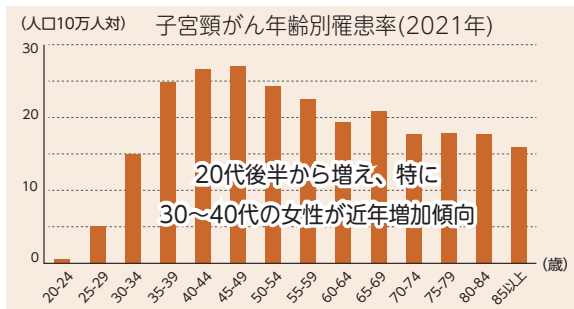




あなたの大切な未来を守るために 定期的に検診を受けましょう！

子宮頸がんとは？

早期のうちはほとんど自覚症状がない



早期に治療すれば**90%以上が治癒！**

進行すると、子宮摘出手術が必要となる場合もありますが、早期のうちに治療すれば、子宮を摘出せずに治療できるため、妊娠・出産も可能です。

5年相対生存率(2014年-2015年)

早期発見した
場合(I期)

95.4%

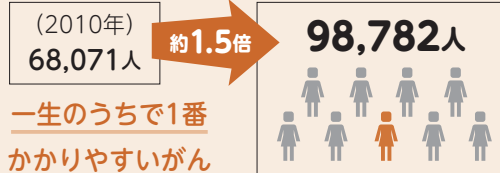
早期発見できな
かった場合(Ⅳ期)

26.3%

乳がんとは？

日本人女性の**9人に1人**がかかるがん

乳がん年齢別数(2021年)



40～60代女性のがん死亡原因No.1

早期発見・治療で**95%以上が治癒！**

乳がんは早期に発見して治療すれば95%以上が治癒します。正しい知識を持って、乳房を意識してセルフチェックを行うとともに、専門の先生と一緒に定期的にチェックしていくことが大切です。

5年相対生存率(2014年-2015年)

早期発見した
場合(I期)

99.9%

早期発見できな
かった場合(Ⅳ期)

40.3%

※市内在住で条件を満たす方は助成制度が利用できます

※年齢基準日：令和8年3月31時点

子宮頸がん検診

20歳以上の女性 **1,230～3,590円**

乳がん
検診

超音波検査

30～65歳の女性 **1,300円**

マンモグラフィ検査

40歳以上偶数歳の女性 **1,660円/1,300円**

40歳代

50歳以上

検診は早期発見への近道です。必ず定期的に検診を受けるよう心がけましょう！

保健センターでの検診のお知らせ(検診バス内で実施)

令和8年**2月4日(水)**

婦人科集団検診

令和8年**1月31日(土)**

30代スタート健診

[30代限定] 婦人科検診+30代健診+胸部検診

★LINE予約を**11月10日(月)**から開始します！

婦人科検診は「保健センター」or「医療機関」
で受けられます



保健センター



医療機関

内容・予約方法等詳細は市ホームページ
またはお電話でご確認ください



特別整理作業に伴う休館にご協力いただきまして、ありがとうございました。

“レファレンスサービス”

をご活用ください

どんなことを調べてくれるの？

【所蔵調査・所在調査】

例) この本は図書館にありますか？ ない場合には、他の図書館から借りられますか？

【書誌的事項調査】

例) 村上春樹の「蚩」という短編を読みたいのですがどの本の何ページにありますか？
※書誌…書名・著者名・出版社・出版年・ページ数のこと。

【資料案内・文献案内調査】

例) 「牛久シャトー」について調べているのですが、どんな本がありますか？

【事実調査】

例) 牛久市の人口の統計について知りたいのですが。

レファレンスの受付

◆中央図書館

【1階】司書相談カウンター

【2階】レファレンスカウンター

◆電話…☎871-1400

◆メール…図書館ホームページ「メールフォームでのお問い合わせはこちら」をご利用ください。

図書館では、読みたい本や調べものの相談に応じ、資料や情報の提供をしています。お探しの資料が見つからないときには、お気軽におたずねください。

いつ、どのように回答されるの？

◆その場で回答できるものは、数分～数十分でご案内します。内容によってはお時間をいただき、後日ご連絡する場合もあります。

◆原則として「この資料に、このように記載されている」という形で資料を紹介します。司書の個人的見解によって回答することはありません。

※内容によっては、回答できないものもあります。下記に該当するような事例については、お調べできません。

- 個人のプライバシーに関係するもの
- 古書、古文書、美術品等の鑑定
- 学習課題、懸賞問題に関する調査
- 身上相談・法律相談・医療相談等専門的有資格者が回答すべきもの
- 文献の解説、翻訳、注釈または抜粋の作成
- 著しく経費、時間を要する調査
- 図書館として回答に適さないと判断したもの

■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

11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
11/1(土)	午後2時～	乳幼児～
11/15(土)	午後2時～	
11/28(金)	午前10時30分～	
11/29(土)	午後2時～	

【場所】視聴覚室(2階)

日にち	時間	対象
11/21(金)	午前10時30分～	0～2歳児
11/22(土)	午後2時～	大人

おはなし会スペシャル

【場所】窓側絵本コーナー(1階)

日にち	時間	対象
11/9(日)	午前10時～	乳幼児～

牛久おもちゃ病院

11/16(日) 午前10時～正午

【場所】視聴覚室(2階)

11月の休館日

全館休館日

11/10(月)・25(火)

牛久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11/3(月・祝)・23(日・祝)・

24(月・振休)も休業

読み聞かせ講習会「大型絵本の魅力」

子どもの読書について、大型絵本の読み聞かせ実演を交えながらのお話や、高学年から大人の方への絵本の紹介もさせていただきます。楽しく学びましょう。

読み聞かせボランティアの方、学生の方や、読み聞かせに興味がある方など、対象の方は、どなたでもご参加いただけます。ぜひご参加ください。

【講師】^{こだま}児玉 ^みひろ美氏(JPIC読書アドバイザー)

【日時】12月6日(土) 午後1時30分～3時 【場所】中央図書館視聴覚室(2階)

【対象】市内に在住・在勤・在学の方(15歳以上)

【申込方法】11月6日(木) 午前9時～中央図書館司書相談カウンター、または電話で申し込み

【問い合わせ】中央図書館☎871-1400

参加費無料
先着40人

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

牛久市マレットゴルフ協会

代表 おかだ なおひさ 岡田 直久 問 に た み ず (二田水) ☎090-4176-2023



ふくしの森マレットゴルフ場

マレットゴルフは、老若男女を問わず手軽に楽しめる生涯スポーツです。ふくしの森のコースは林間コースで、春は新緑、秋は紅葉と四季の移ろいを感じながら一年を通しプレーを楽しんでいます。練習用具は用意してありますので、一度マレット場に足を運び体験してみませんか。そして一員として一緒にプレーしましょう。会員一同心よりお待ちしております。

【定期練習】

総合福祉センター内「ふくしの森マレットゴルフ場」
毎日午後1時～(祝日除く)

【入会金】なし 【会費】6,000円/年

【保険代】1,200円～1,850円/年

空手道部

代表 くらた かつよし 倉田 勝義 問・FAX☎873-6345



幼児から熟年者まで、年齢や男女の区別なく目的や目標に合わせた指導方法で、生涯武道を目指しています。

【定期練習】

◆土曜日午後7時～9時/下根中武道場

◆日曜日午前9時30分～11時30分/神谷小体育館

【会費】2,000円/月 ほか年度初め保険代等

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〈ふれあい町のコンサート同好会〉

代表 てらむら しゅうぞう 寺村 周三 問☎090-3082-1770



やぎりんトリオ・リベルタ×渡辺麻衣〜自由の風コンサートが牛久〜

■団体の活動について教えてください。

主に市内で活躍されているミュージシャンや朗読家、講演家を中心に、エスカードホールで発表していただき、市民の皆さんに近場で気楽に楽しんでいただけるイベントを開催しています。

■活動をしてやりがいを感じることは何ですか。

市民の皆さんからも喜ばれ、発表者からは「自分たちではなかなかできない良い機会をいただき、自信に繋げることができた、大変良い思い出になった」と喜ばれています。また、エスカードホールの積極的な有効活用にも微力ながらも貢献できていることに大きなやりがいを感じています。

■今後の目標を教えてください。

楽器演奏、歌、朗読、小劇等、年4回の開催を目標に、市民の皆さんに楽しんでいただけるものを企画したいと思います。障がいのある方や、男女、年齢層の幅も広げて皆が楽しめる工夫をしていきます。

イベント情報

《ふれあい町のコンサート同好会主催》

深川隆成 日本語JAZZ公演

【日 時】11月30日(日)

午後0時30分開場、午後1時30分開演

【会 場】エスカードホール

【入場料】前売り券3,000円、当日券3,500円

※前売り券販売…チケットぴあ、南部珈琲エスカード店、市役所エスカード出張所

【共催】深川隆成JAZZ BAND

【問い合わせ】寺村☎090-3082-1770

O家(刈谷町) ちゃみ



【種類】MIX(メス3歳)

人間用の矯正イスのカーブが大好き！ いつもひとりで占領してます。

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] 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。

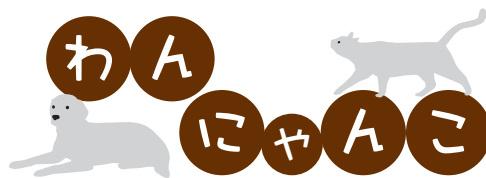


【種類】柴犬(メス1歳)

お利口で可愛い愛犬です♡

N家(田宮) はる 葉瑠

わんにゃんこ



問 環境政策課 ☎内線1563

犬にも利き足がある!?

人間に「右利き」「左利き」があるように、実は犬にも「利き足」があることを皆さんは知っていますか？
犬の約7割には利き足があるとされ、人間よりも左利きが多いと言われています。お手をするときに出す足や、おすわりから立ち上がる時に最

初に出す足など、犬の利き足を調べる方法がいくつかあります。飼っている犬の利き足が気になる方は、ぜひ犬と遊ぶ際によく観察してみてくださいいかがでしょうか？



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

「電話で注文した際に定期購入を勧められ断ったつもりが定期購入になっ

さらに、最近の相談では「電話で注文した際に定期購入を勧められ断ったつもりが定期購入になっ

テレビショッピングでは番組内で「返品可能」と紹介されていても、「未開封、未通電に限る」など、さまざまな条件が付いていることがあります。また、クーリングオフ制度(法律による無条件での解除)の適用はなく、返品については事業者の定めたルールに従うこととなります。従って右記の相談事例は返品できないこととなります。

テレビショッピングで商品を申し込む際に返品、解約の条件、さらに定期購入になっていないかしっかりと確認しましょう。(テレビの広告画面を写真撮影しておくこともお勧めします)



テレビショッピングで、2回目が届いた「お試しのつもりが定期購入になっていた」等の相談が寄せられています。

【相談事例】 テレビショッピングで紹介されているマッサージ器を電話で注文した。さっそく使ってみたが、叩く力が強すぎて使えなかった。すぐに「クーリングオフしたい」と電話で連絡したが「番組内で紹介しているとおり、通電した商品の返品はできない。クーリングオフの適用はない」と応じてもらえなかった。
(80歳代 女性)

テレビショッピングは
クーリングオフできません！
広告だけでなく電話口でも契約条件を確認しましょう

戦時中の牛久④ もんぺ、学童服

昭和10年代ごろ

戦時中に撮られたと思われる学校での集合写真です。女子児童が一樣に履いているのがもんぺです。戦時中に女性標準服として定められ、広く普及しました。物資不足を反映してか、さまざまな柄の布で作られている様子が見えます。男子児童の服装も、似たものが多く見えるのは、学童服と言われる当時推奨された衣服です。



「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。

文芸サロン—霜月—



鈴虫の盛大に鳴く夜更けかな
家猫が出してくれよと秋日和
天候にふり廻されて秋きたる
にぎり酒父のおはこはおけさ節
黄落や踏み^{はし}燥きたる孫ふたり
秋麗カッパバスのり街めぐり
日暮れて街の明かりの安らぎさ
ナツメロのレコード聞ける秋夜長

和山 多崎 山崎
おみ 宮内 本田
おみ さん さん
おみ さん さん
おみ さん さん

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「冬」

●あて先

〒300-1292牛久市中央3-15-1
「広報うしく文芸サロン」係

FAX871-3246

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)

※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。



▲きくらげ



▲のとまむ



▲アデモガナ



▲長澤さん

FM-UU通信

85.4MHz
周波数
第85回



曲のリクエストや番組への
メッセージもお待ちしております



☆詳しくは公式ホームページへ

公開生放送!

「第33回うしくWaiワイまつり」特設ブースから生放送!!

【放送】11月3日(月・祝)午前11時~午後1時予定

出演者: 西原朗演、又吉隆行、ししくらサンリ ほか
うしくWaiワイ祭りに関わるゲスト多数。お祭りと一緒
に、FM-UUの公開生放送もお楽しみください!

※イベント中止の場合は放送中止。



あなたのメッセージが紹介されるかも!

年末年始特別番組 メッセージ募集!!

【応募締切】12月1日(月)

★メッセージテーマ…2025年の反省、2026年の抱負
大喜利「馬の愚痴とは?」、川柳「馬にまつわる一句」
件名を「年末特番」とし、Eメール(ushiku@fmuu.jp)か
番組HPのメッセージフォームからご応募ください。

UUラジオ854新コーナー

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
式ホームページをご覧ください。
※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

11月21日(金)
午前10時30分
~11時

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

牛久クリーンセンター 臨時休館のお知らせ

電気設備年次点検のため、次の通り臨時休館となります。

▼臨時休館日／11月23日(日・祝)

問 牛久クリーンセンター ☎8

30・9333

牛久市環境美化の日

市では、11月の第3日曜日を「牛久市環境美化の日」と定めています。快適な生活環境を確保するため、市内全域の清掃活動を実施しますので、市民の皆さんのご協力をお願いします。※市内一斉清掃においてご家庭から排出されたと思われる

第5回健康講座

いつまでも元気で過ごすために、骨と関節について学ぼう

歳を重ねると増えてくる骨や関節の痛みや違和感、症状が強くなると日常生活や趣味を楽しむことが難しくなる場合もあります。健康寿命を伸ばすため、高齢者の骨や関節の特徴、日常生活でできること、症状が進んでしまった場合の治療方法などについてみんなで学んでみませんか？

日 12月9日(火)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

問 関作田直記氏(つくばセントラル病院整形外科 上席部長)

申 11月4日(火)～21日(金)の期間に窓口、電話、Eメールのいずれかで申し込み(氏名、生年月日、電話番号が必要)

※事前質問がある方は申し込み時にお伝えください。

問 健康づくり推進課 ☎内線1

741 [E] kenkou@city.

ushikubaraki.jp

第41回牛久駅前 どんどん祭り

「家族の日」だよスペシャル

好評のビンゴゲーム(賞品多数あり)など、楽しいイベントを用意してお待ちしています。

日 11月16日(日)午前10時～午後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、バールアートなど

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法人牛久駅前かつ

ぱつ化実行委員会(入江)

☎090・8490・8962

令和7年秋季全国火災 予防運動が始まります！

令和7年度防火標語「急ぐ日も足止め火を止め 準備よし」

▼予防運動期間／11月9日(日)～15日(土)

火災が発生しやすい時季、次のポイントを守ることが重要です。

▼火災予防のポイント／①ストーブやコンロ等は安全装置のついた機器を使用する。②住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。③部屋を整理整頓し、寝具やカーテン等は防火品を使用する。④消火器等を設置し、使い方を確認しておく。⑤お年寄りや身体の不自由な方は避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などの地域ぐるみの防火対策を行う。

問 牛久消防署 ☎873・0119

空家・空地の所有者・管理者へのお願

これからの季節は自然の草木も冬の装いを見せ始め、枯れ草や落ち葉が多くなります。空家・空地の所有者等におかれましては、防災、衛生、生活環境等の面からも定期的に現地確認を行い、除草、草木の剪定や必要な修繕等による適切な管理をお願いします。

●空家に関すること：空家対策課 ☎内線 2531

✉ akuya@city.ushiku. ibaraki.jp ●空地に関すること：環境政策課 ☎

内線 1561・1563 ☎ kankyoku@city.ushiku. ibaraki.jp

牛久市空家等無料相談会 相談者募集

空家の所有者等を対象とした弁護士、司法書士等の専門家による無料相談会を開催します。空家等に関するお困りごとがありましたらぜひご相談ください。

日 12月20日(土)午後1時～4時※相談時間は1組あたり30分。

所 市役所分庁舎第1会議室(2階)

所 市内に空家を所有する方または管理者、将来空家になることが見込まれる住宅の所有者。※業として管理する方を除く。

内 弁護士、司法書士、建築士、宅地建物取引士による空家の管理、相続、活用、解体などに関する相談。

定 5組(夫婦、家族同伴も可) 申込票に必要事項を記入し

空家対策課へ持参、郵送、FAX、Eメールのいずれかで申し込み。申込票は窓口で配付、または市ホームページからダウンロードできます。



締 12月5日(金)※必着。

問 空家対策課 ☎内線 2531

FAX 072-20955 ☎ akuya@city.ushiku.ibaraki.jp

第170回うしくゴッ都市出店募集

フリーマーケット出店募集

個人・グループ・プロ・アマチュアは問いません。

日 12月14日(日)午前9時～午後2時

所 中央生涯学習センター駐車場

料 【出店料】◆A区画(約5.4m×3.6m)：2000円

◆B区画(約2.7m×3.6m)：1500円

定 約50区画(A：10区画、B：40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」は不可。飲食店の出店はA区画のみ)②氏名(ふりがな)③郵便番号・住所④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)⑤出店品目(例：衣類、雑貨を明記の上、T300・129

2牛久市中央3・15・1牛久市未来創造課内ゴッ都市組合事務局)あてに郵送。※記入漏れなど不備がある場合は受付不可。※郵送のみの対応。電話、FAX、窓口での受付や申込はがき到着時の料金不足の場合、受付不可。※複数応募は不可(申し込みは1組1枚、2枚目以降は無効)。

締 11月4日(火)～17日(月)必着

問 未来創造課 ☎内線 1523

ブロック、コンクリート片、レンガ類の回収実施

牛久クリーンセンターでは処理できない、ご家庭で不要となったコンクリートブロック、コンクリート片・レンガ類を無料で回収します。

会場までご自身で搬入し、設置してあるコンテナに移し替えをお願いします。※搬入の際、牛久市民であることを確認します。必ず運転免許証、保険証などの本人確認書類をお持ちください。



▶回収日時／12月6日(土)

午前9時～午後3時(雨天決行)

▶回収場所／中央生涯学習センター駐車場(東側)

▶当日回収できる物

◆ブロック、コンクリート片

◆レンガ類(赤レンガ、ガーデニングレンガ、タイルなど)

※乗用車で運べる程度の量まで。

※ご家庭で不要となった物が対象。業務で出たものは対象外。

※大量にある場合は、直接左記の産業廃棄物収集運搬許可業者(有料)に依頼してください。

▶産業廃棄物収集運搬許可業者の一例／◆(株)そめや(さくら台4・35・1) ☎872・6685 ◆(有)ワタベ商会(岡見町2845・6) ☎873・1362 ※料金は自己負担。

▶産業廃棄物中間処理許可業者の一例／◆日の丸商事(つくば市和台原1494・1) ☎867・1106

▶回収できない品目の例／業務で生じたもの／石、砂利、土／陶器類、石膏ボード／金属／ガラス類／医療器具／農業廃棄物(ビニール類等)／スレート瓦(石綿入りの有無が判断できないため)／タイヤ、ホイール、バッテリーなど自動車用部品

【お願い】例年、年末年始の牛久クリーンセンターは大変混雑します。ごみの持ち込みは、1時間以上お待ちいただく場合もありますので、「なるべく収集日に集積所へ出す」「日時に余裕をもって持ち込む」などのご協力をお願いします。

問 廃棄物対策課 ☎内線 1571・1573

第82回世界家庭料理の会 「インド料理編」

スパイスから作る本格ベジタリアンカレー・グジャラー料理でインドを学ぼう。

日 12月13日(土)午前10時～午後1時30分ごろ(受付:午前9時45分～)

所 中央生涯学習センター調理実習室

対 市内在住・在勤・在学の高校生以上の方

定 15人程度※申込多数の場合は牛久市国際交流協会と前回参加していない方を優先の上抽選。
講 サヴァリヤー・コマル・スネハルクマール氏



インドグジャラート州出身

▼メニュー／ダルフライ(豆のカレー)、ジラライスクミンライス、ピーナツサラダ、チャアシュ(甘くないラッシー)、チャイ(スパイスティー)

¥700円(当日徴収)

申 下記二次元コード



ドから申し込み、または、はがき、FAXに氏名、住所(市内在勤・在学の方はお勤め先名または学校名)、年齢、日中連絡の取れる電話番号を記入の上申し込み。

縮 11月19日(水)

対 牛久市国際交流協会世界

家庭料理の会(〒300-1

292牛久市中央3・15・

1市民活動課内)内線16

32 FAX 873・2512

竜ヶ崎税務署からの お知らせ

所得税の基礎控除および給与所得控除の見直し等が行われ、令和7年12月以降に行う年末調整から適用となります。詳細は、左記ホームページをご覧ください、ご不明な点がありましたらコールセンターへお問い合わせください。



▲年末調整特集ページ



▲源泉所得税キャッシュレス納付

▼コールセンター電話番号

0570・02・4562

(受付:午前9時～午後5時(土・日・祝日および年末年始除く)

住まいの相談会



住宅リフォームなどの疑問・質問に、建築士が答えします。

詳細は県住宅課ホームページへ。

日 12月17日(水)午前10時～午後4時※相談無料。

所 土浦市役所本庁舎 男女共同参

画センター研修室1および2

(2階・土浦市大和町9・1)

申 11月1日(土)～30日(日)の

期間に電子申請・届出サー

ビスにより受付。電子申請

による申し込みが難しい場合はご連絡ください。

問 茨城県土木部都市局住宅課

民間住宅・住宅指導グループ

029・301・4755

茨城県 最低賃金改正



① 茨城県最低賃金は「時間額1074円」に改正されました

問 茨城労働局賃金室 029・224・6216

② 最低賃金引上げに関する中小

企業・小規模事業者への支援策

問 無料相談窓口: 茨城働

き方改革推進支援センター

0120・971・728

● 業務改善助成金: 業務

改善助成金コールセンター

0120・366・440

● キャリアアップ助成金、人

材開発支援助成金等: 茨城

労働局助成金事務センター

029・297・7235

● 働き方改革推進支援助成金:

茨城労働局助成金事務センター

029・246・6371



牛久自然観察の森



11月の イベント情報

しぜんっこくらぶ ～落ち葉、どんぐりで遊ぼう～

15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。コナラ、クヌギ、シラカシのどんぐり、ハリギリの葉やカラスウリの実を観察した後、どんぐり工作を行います。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 ～巣箱作りに挑戦しよう～

22日(土)午前9時30分～11時30分

シジュウカラやヤマガラの利用する巣箱作りに親子で挑戦してみましょう。巣箱が出来上がったなら野鳥の生態を学び森の中で巣箱かけも行います。

□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: 2,000円(保険代・材料費込み)

□集 合: 牛久自然観察の森バツタの原

(雨天時は巣箱作りのみ実施)

□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(入園無料)

【休 園 日】4日(火)、10日(月)、17日(月)、25日(火)

【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>



茨城県南水道企業団 競争入札参加資格審査申請

令和8年度において、茨城県南水道企業団が行う競争入札に参加を希望される方の申請の受付を行います。提出する書類等、詳細は当企業団ホームページをご覧ください。



▼有効期限／令和8年度(令和8年4月1日～令和9年3月31日)

▼受付期間／11月1日(土)～30日(日)※当日消印有効

▼提出方法／郵送

▼申請業種区分／Ⅰ建設工事関係 Ⅱ測量・建設コンサルタント関係 Ⅲ物品製造等、役務提供、その他

固茨城県南水道企業団総務課庶務係 ☎0297・66・5131

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

日11月26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、Eメールで相談

日の3日前までに連絡。上記の日程以外も別会場にて相談可。

固いばらき県南若者サポートステーション(一般社団法人)

アイケイつくば ☎893・3380 FAX 893・3381
E info@saposute-tukuba.jp

スポーツ

第34回牛久ジュニア体操競技大会兼グリタカップ

子どもたちが演技を披露します。応援に来てください。

回(体操競技)11月22日(土)～24日(月・振休)、【新体操】11月29日(土)・30日(日)各日

午前9時～※入場無料。
所牛久運動公園体育館

固・固牛久ジュニア体操クラブ(鐵) ☎872・3383

催し・講座

第22回つくば見陽祭

笑顔と笑顔つながりヨッ学生レストランやカフェ、焼菓子販売などイベント満載。

ご来場お待ちしております。

日11月15日(土)・16日(日)午前10時～午後3時※入場無料。

所つくば栄養医療調理製菓専門学校(ひたち野東1・14・8)学校(ひたち野東1・14・8)持スリッパ

固・固つくば栄養医療調理製菓専門学校 ☎870・5454

朱青会水彩画展

日11月11日(火)～16日(日)午前10時～午後5時※初日は午後1時から、最終日は午後4時まで。※入場無料。

所三越牛久店2階アートギャラリー

固・固朱青会(大生) ☎090・3220・7809

みんなで認知症を学ぼう

日11月12日(水)午後1時30分～4時※入場無料。

所中央生涯学習センター大講座室内「正しく認知症を理解しよう」講柏木とき江氏(筑波記念病院元看護部長)

申電話で申し込み

固・固認知症を学ぶ会(黒木) ☎090・8102・8058

牛久精神保健福祉会(ぬくもりの会)講演会・懇談会

家族の引きこもり等でお悩みの方、専門家の講演を聞いて対策を考えてみませんか。

日11月15日(土)午後1時30分～3時30分(受付：午後1時)

所中央生涯学習センター大講座室内講演「知っておきたい引きこもり」、参加者同士の懇談会

定・料先着70人・無料

固浅沼秀司氏(一社)アイネット代表

固・固牛久精神保健福祉会(佐藤) ☎873・5007

ともだち増やそう大作戦

ガールスカウトと一緒にサモア焼き、ヨーヨー作り、野外ゲーム等で遊ぼう。

日11月16日(日)午前10時～正午

所牛久運動公園芝生広場

対年長・小学1～3年生の女子(保護者同伴)

料300円(お子さまの傷害保険を含む)

申11月7日(金)までに下記一次元コードより申し込み



固・固ガールスカウト茨

平地林の手入れ作業「森林ボランティア」

日11月16日(日)午前8時30分～正午

所牛久市井ノ岡町(井ノ岡第3)内下草刈り、伐採、枝打ち

持ナタ、カマ、ノコギリ、作業服、手袋、飲み水、昼食

料保険代1人300円(1家族500円)

申・固木とふれあうネットワーク事務局(阿部) ☎873・6424

歴史を語り合う会

日11月16日(日)午後1時50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)

内戦争映画に学ぶ戦争と平和(5)歌謡曲映画編

定・料先着40人・300円(資料代)

固海野治雄氏

申電話で申し込み

固・固牛久史談会(板宮) ☎90・2327・6304

城県第27団(牛久市)(中山) ☎874・1296
E gsibaraki27ushiku@gmail.com

福島の昔話を楽しむ会

福島の昔話を中心に囲炉裏端で聞くようなおはなし会です(語り手・藤田浩子さん)。

日 11月16日(日) 午後1時30分～3時

所 牛久中央図書館視聴覚室

対・★大人の方・無料

主・関牛久おはなしコッペ(内藤

070・8960・7739

音楽の小径

日 11月22日(土) 午後1時～

所 エスカードスタジオ

¥月500円

主・関音楽の小径(石井) ☎0

80・2258・4786

マリッジサポーター 第55回結婚相談会

日 11月23日(日)・祝 午後1時30分～4時※相談無料。

所 中央生涯学習センター小講座室

対 独身の方

持 身上書、プロフィール用写真(カラー・レサイズ)

主・関 いばらきマリッジサ

ポーター 県南地域活動協

議会牛久地区(木村) ☎09

0・5819・7521

ヨガ体験募集

話題のヨガを体験しませんか。

日 11月27日(木) 午後1時30分～3時

所 三日月橋生涯学習センター和室

対 市内在住・在勤の方

定・★先着7人・無料

持 ヨガマットまたはバスタオル、運動しやすい服装

申 11月20日(木)で電話

主・関 三日月橋ヨガの会(森山)

090・4365・3314

ギター弾き語りアルモ ニコス定期コンサート

皆さんご存じの楽しい曲を用意してお待ちしています。

日 11月29日(土) 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

主・関 アルモニコス(福田)

090・3683・4543

相続・遺言セミナー 参加者募集

司法書士、税理士および法務局職員による相続に関する講演。

日 11月29日(土) 午後1時～4時

所 土浦市勤労者総合福祉セン

ター ワークヒル土浦(土浦

市木田余東台4・1・1)

対 相続に関心のある方

定 先着40人(空きがある場合当日参加可)

申 電話で申し込み

問 水戸地方事務局供託課 ☎0

29・227・9917

メンバー募集

エーデルワイス フラワーサークル

生花を使ったフラワーアレンジ等。

日 毎月第1水・金曜 日午前10時～正午、午後1時～3時

所 総合福祉センター第2会議室

¥ 花材費がかかります。

※ 日程、金額など詳しくはお

問い合わせください。

申 電話で申し込み

団・関 エーデルワイスフラ

ワーサークル(大林) ☎09

0・3505・7430

コーラス泉

懐かしい曲などを女声二部合唱で楽しく歌って肺活量アップ!見学・参加大歓迎。

日 毎週火曜 日午後1時30分～3時30分

3時30分

所 中央生涯学習センター音楽室

¥月3000円

申 電話または見学

団・関 コーラス泉(番) ☎09

0・9853・9070

未就園児向け ひよこサークル

英語の手遊びやお話し、体操や工作など親子で遊びましょー!手作りスイーツもご用意。

日 毎月第4火曜 日午後2時～3時30分

所 牛久福音キリスト教会

対 0～3才の親子

¥ 親子で200円(茶菓代)

団・関 子育て支援 ひよこサー

クル ☎873・8822

相談

常陽銀行 無料年金相談



常陽銀行委託の社会保険労務士が相談に応じます(事前予約制)。

①牛久支店

日 11月26日(水)、12月22日

(月) 午前10時～午後3時

申・関 常陽銀行牛久支店 ☎8

72・5112

②ひたち野うしく支店

日 11月14日(金)、12月4日

(木) 午前10時～午後3時

11月8日(土)・22日(土)、12

月13日(土)・27日(土) 午前

10時～午後4時

申・関 常陽銀行ひたち野うし

く支店 ☎871・8122

近隣市町村のご紹介

第3回石岡つくばね ハーフマラソン



エントリー受付中!

大会名物の激坂「鬼越峠」があなたの走りを待っています。ビッグなゲストランナーと一緒に石岡の街を走りましょー!詳しくは大会ホームページをご覧ください。

日 令和8年2月15日(日) 午前

9時30分より順次スタート

所 いしかイベント広場(石

岡市若宮3・1・1)

申 RUNET・シンコー net・ふ

るさと納税ハーフマラソン

の部のみ・スポーツ振興課

窓口のいずれかで申し込み

日 11月30日(日)

団 石岡市スポーツ振興課 ☎0

299・43・1111



災害時の機材不足に備えて

災害時におけるレンタル機材の提供に関する協定書

10月9日、市は株式会社アクティオと「災害時におけるレンタル機材の提供に関する協定書」を締結しました。本協定は、重機や給水車など災害時に不足する機材を提供いただくものです。また、株式会社アクティオ代表取締役の小沼社長は、「今後の見通しとして、市の防災訓練やイベントにおいて、展示や体験を行うことで市民への啓発ができないか検討したい」と語りました。



卓球で全国準優勝ペア

バタフライ 第48回全国レディース卓球大会で準優勝

7月26日から27日にかけて開催された「バタフライ 第48回全国レディース卓球大会」で準優勝した石添・荒木ペアが、結果報告のため沼田市長を表敬訪問しました。二人は今回初めてペアを組みましたが、攻めと守りの相性が良かったことから順調に勝ち進み、結果は準優勝となりました。市長との対談では、「今回の銀メダルは神様からの贈り物だ」と準優勝となったことへの驚きと喜びを語りました。



高校生が交通安全を呼びかけ

秋の全国交通安全運動

「秋の全国交通安全運動」に先駆けて、9月19日に栄町三丁目交差点で街頭キャンペーンを実施しました。牛久高等学校の木村 吟さんが「誓いのことば」を宣誓。同校の生活委員会の生徒も参加し、牛久市交通安全団体の皆さんと合わせて約80人で、ドライバーや歩行者の方に啓発品を配布しながら交通事故防止を呼びかけました。



こどもあんぜんマイスター

市立保育園が茨城県内初の認定

市立保育園(下根・栄町・つつじが丘)3施設と在籍する保育士等46人が、あいおいニッセイ同和損害保険株式会社の「こどもあんぜんマイスター」に認定され、10月14日に認定証プレート等の授与式が行われました。「こどもあんぜんマイスター」とは、同社の「事故防止に関するプログラム」を修了することで「安全・安心面に関する質の高い保育者」として認定されるもので、県内では初の認定となりました。



工事の安全を祈願 東端穴土地区画整理事業

現在、ひたち野地区周辺で新たな宅地供給を目的に、東端穴町地内で組合施行の土地区画整理事業が進められています。令和7年10月から造成工事に着手する運びとなり、工事の安全を祈願するために、9月28日、事業地内において安全祈願祭を開催しました。

【面積】10.5ha 【計画人口】1,000人

【施行者】東端穴土地区画整理組合 【換地処分】令和10年度中





練習の成果を世界で発揮

アーティスティックスイミング・世界ユース選手権出場

8月26日から30日にギリシャ・アテネで開催された「WORLD AQUATICS ユースアーティスティックスイミング選手権」に出場し、デュエットで銀メダルを獲得した宮崎華歩さん(下根中3年)が沼田市長を表敬訪問しました。宮崎さんは「初めての世界、緊張した。今後の大会もがんばりたい」と世界大会出場の感想と抱負を語ってくれました。今後のさらなる活躍を応援しています。



高齢者の介護予防を推進

シルバーリハビリ体操3級指導士が新たに誕生

9月19日、「シルバーリハビリ体操指導士3級養成講習会」を修了した7人が3級体操指導士となりました。この体操は、県で考案された介護予防体操で、指導士が各地区の通いの場で体操を実践し、介護予防に取り組んでいます。体操を始めたい方は、ぜひお近くの会場にお越しください。実施状況等については、医療年金課(☎内線1728)までお問い合わせください。



宝くじ助成金をコミュニティ活動に活用

本町行政区に助成金による備品を整備

宝くじの社会貢献広報事業として一般財団法人自治総合センターが宝くじの受託事業収入を財源に実施しているコミュニティ助成事業の助成金(250万円)を活用し、本町行政区ではエアコン・掃除機・液晶テレビ・ノートパソコン・草刈り機など全14種類の備品を整備しました。これにより今後一層の地域コミュニティ活動の充実が期待されます。



障がい福祉の充実・発展を求めて

牛久市障害者連合会が要望書提出

10月10日、市障害者連合会が沼田市長に障がい福祉に関する要望書を提出しました。要望書では障がい児・者に寄り添った福祉サービスの充実、障がい児・者に対する理解不足や誤解等から生じる課題の強化等を求めています。福田進久会長は、「住み慣れた地域で自分らしく生き、みんなで幸せ地域作りを目指し、障がい者と健常者の共生社会の実現を目指して福祉の充実を図っていただきたい」と話しました。



寄附

温かい善意ありがとうございます

明治安田生命保険相互会社から

市と包括連携協定を締結している同社から、地域住民の健康づくりや暮らしの充実のため、「私の地元応援募金」793,798円を寄附



障害者への理解をスポーツで深める

令和7年度地域身体障害者スポーツ大会

9月27日、牛久運動公園で地域身体障害者スポーツ大会が開催されました。当日は牛久市民をはじめ多くの近隣市町村から約270人参加し、各市町村ごとにチームとなり輪投げ競争やフライングディスク、リアル野球盤などの競技が行われ優勝目指して競い合いました。競技中は選手に対しがんばれ！と応援の声やファインプレーには歓声が上がり、会場は終始、盛り上がりしました。



夜空をライトアップ

後世に繋げ！夜空に彩るランタン祭り

10月18日、牛久シャトーで「後世に繋げ！夜空に彩るランタン祭り」が開催されました。当日は約2,000人の来場者が各ブースを楽しみ、LEDスカイランタン®を上げる準備のため、思い思いのメッセージやイラストをランタンに書き込みました。全171基のランタンが牛久シャトーの夜空に輝き、色とりどりの光に来場者からは感動の声が聞こえました。また、牛久栄進高等学校・東洋大学附属牛久高等学校の生徒約60人が、イベントを盛り上げるためボランティアとして参加しました。



日本初開催、デフリンピック

東京2025デフリンピックPRキャラバンカーが市役所に

聴覚に障がいがある人たちが出場する国際スポーツ大会、第25回「夏季デフリンピック競技大会東京2025（東京2025デフリンピック）」のPRで全国を巡回しているキャラバンカーが10月17日、市役所にやって来ました。

キャラバンカーの到着に合わせて、庁舎前で手話による啓発活動やメダルの展示が行われ、来庁者に応援を呼びかけました。なお、同大会は11月15日から26日に東京都を中心に開催されます。ぜひ、皆さんで応援しましょう。



◀東京2025デフリンピック公式HP

新デザインマンホールを設置

うしく広報大使コラボマンホールふた設置

9月26日、新たなデザインマンホールとなる「うしく広報大使コラボマンホールふた」を設置しました。

このデザインマンホールは、下水道への理解と関心を深めていただくほか、住民の皆さんや観光で訪れる方々に牛久市がTVアニメ「ラブライブ！スーパースター!!」に登場する場所であることを知っていただき、見て楽しんでいただくことを目的としています。

【マンホール設置場所】

JR牛久駅東口ロータリー横
牛久駅東歩道橋手前
(牛久市中央5丁目9-8)



翅の裏側が薄茶色と白の波模様をした小型のチョウで、牛久では晩秋に多く見られます。後翅にある1対の尾状突起と目玉のような黒斑が、翅を閉じたときに頭のように見えるため、天敵から頭部を守るためのカモフラージュになっています。熱帯地方に広く分布するチョウで、幼虫はマメ科の植物を食べて育ちます。日本では九州や四国の南部で越冬し、暖かくなると、その土地で育つマメ科植物を食べて世代交代を繰り返しながら北へと分布を広げていきます。野生のマメ科植物のほかにも、畑で栽培されるエンドウ、インゲン、大豆なども食べ、夏の終わりに関東地方、秋には東北地方から北海道まで分布を広げますが、寒さに弱いため越冬地以外のものはすべて死んでしまいます。毎年、北上と全滅を繰り返しているように見えますが、近年、越冬地に変化があるようです。



令和
7年度

牛久市中学生平和使節団

～戦争の悲惨さ、平和と命の尊さを伝える～

牛久市中学生平和使節派遣事業として、市内中学校・義務教育学校の代表生徒18人が、事前研修で未来創造課文化財・シャトー活用推進室の職員(学芸員)による「戦争の時代と牛久」の講話を聞き、7月30日から2泊3日で広島市を訪問しました。

広島では、平和記念公園や各資料館の見学、被爆者による被爆体験講話、放射線影響研究所の見学を通して戦争の悲惨さや平和と命の尊さなどについて学んできました。訪問を終え、実際に「見て・聴いて・感じたこと」を各学校の「平和の集い」等で、より多くの人に伝えていきます。

また、広島訪問後、10月16日～20日の5日間、市民文化祭の小中学校作品展にて、広島訪問で学んだことを多くの市民の皆さんに見ていただく機会を設けることができました。期間中は多くの来場者が、生徒が作成したスライドや報告書などに見入っていました。

代表生徒18人が広島訪問で感じたことや学んだことを市ホームページで紹介しています▶



1・2 平和記念公園を見学し、ガイドによる説明に聞き入る生徒たち
3 平和資料館 4 袋町小学校見学 5 被爆体験者・梶本淑子さんの講話



うなぎさん、いってらっしゃい!

牛久沼へうなぎを放流

9月27日、「牛久沼うなぎ放流会」が実施されました。この事業は、牛久ロータリークラブ、牛久沼漁業協同組合、牛久市家庭排水浄化推進協議会と牛久市の共同で開催されたものです。当日は34人の子どもたちと一緒に約700匹のうなぎの稚魚を放流。初めての体験に子どもたちだけでなく家族も一緒に、環境について学び、楽しむことができました。



牛久の秋の味覚、うしく河童大根

秋冬大根目揃会

10月10日、JA水郷つくば牛久支店営農経済課でうしく河童大根の秋冬大根目揃会が行われました。JA水郷つくば大根生産部会の山越隼人部会長は「今年の秋冬大根は播種期の高温・干ばつの影響を受け、厳しい状況ではありましたが、茨城県銘産地指定に恥じない立派な大根ができました」と述べました。また、当部会から牛久市の小中義務教育学校へうしく河童大根を寄贈していただき、今後子どもたちの学校給食として使用されます。



100歳おめでとうございます！ 100歳のお祝い訪問

牛久市では、今年度24人の方が100歳のお祝い「百寿」を迎えます。生誕から一世紀を迎えることから、「紀寿」とも呼ばれています。9月26日には、森ヶ崎とし子さん、石添トシさんの2人を沼田市長が訪問し、内閣総理大臣からの褒状・記念品、県知事からのお祝い状を手渡しました。市長はお二人にこれまでの時代を築いてくれたことへの感謝とお祝いの言葉を伝え、同席した家族の方も交えて、楽しく時間を過ごし、長寿の秘訣などの話を聞きました。市では、多年に渡り、市の発展にご尽力くださった高齢の皆さんが、いつまでも元気に過ごせるようにこれからも支援していきます。どうぞこれからも心豊かな毎日をお過ごしください。100歳おめでとうございます！※11月1日現在、市には100歳以上の方が73人、最高齢は107歳になります。



▲森ヶ崎とし子さん



▲石添トシさん

牛久市消防団の消防車が新しくなりました！ 第27分団(大和田中央)・第30分団(小坂団地)に消防車納車

10月4日、消防団納車式が行われ、納車車両は第27分団(大和田中央)と第30分団(小坂団地)へ引き渡されました。

今回納車した消防車は軽自動車であり、その特徴を活かし狭い道や場所にも対応可能。火災等の災害から市民を守るため活用されます。

また、納車式では旧消防車への感謝を込めて、積載されていた可搬消防ポンプを展示しました。



毎月19日は食育の日「いただきます」と「ごちそうさま」は感謝の気持ちの合言葉

かぼちゃの焼きコロッケ

サクサクの衣とかぼちゃの甘さが、よく合います。油も少なく、後処理も比較的簡単♪

問 健康づくり推進課
(保健センター内) ☎内線1744



材料 (4人分) 1人分342Kcal 塩分0.9g

かぼちゃ……………1/4個(400g)	こしょう……………少々
卵……………1個	小麦粉……………大さじ2
玉ねぎ……………1/2個(100g)	パン粉……………大さじ4
合いびき肉(牛・豚) ……200g	サラダ油……………大さじ2
塩……………小さじ1/2	レタス・トマト ……お好みで

作り方

- ①かぼちゃは、皮を取って4～5cm角に切り、ラップをして電子レンジで4分間程度加熱する。竹串が通るまで柔らかくなったら、熱いうちに潰す。
- ②卵を割って卵黄と卵白に分け、卵白には水大さじ1(分量外)を加える。
- ③みじん切りにした玉ねぎと合い挽き肉をフライパンでパラパラになるまで炒め、塩こしょうで味を整える。
- ④潰したかぼちゃ、卵黄、③を混ぜ、8等分してそれぞれ小判型に成型する。
- ⑤④を、皿やバットに広げた小麦粉→卵白→パン粉の順にくぐらせる。側面にもしっかりつける。
- ⑥フライパンにサラダ油を熱し、フライ返しを使って⑤をそっと入れ、両面を焼く。
- ⑦皿に盛り、レタスとトマトを添えてできあがり。

一口メモ かぼちゃの皮は完全に取りえずに少し残すと、食感のアクセントになります。かぼちゃを電子レンジで加熱しても硬い場合は、上下を返したり位置を変えたりしながら追加で加熱してみてください。

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」レタナ

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！

うしくにまつわる写真と
エピソード大募集!!

うしくとわたし

フォト&エピソードコンテスト

令和8年6月、誕生40周年を迎える牛久市。そこで！皆さまがこの40年の間に
市内で撮った写真と、その写真に込めたエピソードを大募集します！たくさんの素敵な
思い出で牛久市の記念イヤーと一緒に盛り上げましょう！ぜひ、ご応募ください！



《募集内容》1986年以降に市内で撮影した思い出の写真とそのエピソード(100~200字程度)

《応募要項》★写真だけではなくエピソードも審査対象です

- ◆どなたでも応募可能(市内外問わず) ◆応募は1人2点まで
- ◆写真はカラー、白黒どちらでも可(風景、人物、動物等を問わず)
- ◆加工や合成(継ぎ合成・組み写真・AI生成等)は不可



「昔の牛久シャトーにあったアスレチックが大好きで、わんぱくだった私は親に頼んで何回も通いました。当時は〜〜(続)」



「かっぱ祭りの余韻が冷めない私と妹。祭りのうちわ(非公式)と何故かスリッパを持てはしゃいでいました。〜〜(続)」

《その他の例》昔の市内施設や、懐かしの人・物と撮った写真とエピソード など

《応募方法》

応募用紙を記入の上、下記のいずれかで応募ください。
※応募用紙は広報広聴課窓口(市役所本庁舎3階)に設置。
※応募用紙は市ホームページからダウンロードできます。

【窓口】応募用紙および作品(現像物またはデータ)を
広報広聴課窓口に持参

【郵送】応募用紙および作品(現像物)を下記あてに郵送
〒300-1292牛久市中央3-15-1牛久市広報広聴課
40周年フォトコンテスト係

【WEB】いばらき電子申請・届出サービスで応募
市ホームページよりご応募ください

応募期間 **11月1日(土)~令和8年2月27日(金)**
午後5時必着 ※郵送は当日消印有効

ご応募方法など、詳細は市ホームページ
をご覧ください▶



入賞者には
牛久市特産品等
選りすぐりの豪華
賞品プレゼント!

入選作品は広報うしく2026年5月1日号で発表! また、応募作品は40周年式典会場で展示予定です!
問 広報広聴課 ☎内線3221、3222 ※問い合わせ・持込受付: 月~金曜日午前9時~午後5時(土・日・祝日、年末年始除く)

うしくっ子 アルバム

第一幼稚園のお友だち

元気に園で過ごしているみんなの様子を紹介します♪



オセロで真剣勝負! どっちが勝つかな?



友だちと協力してプラネタリウム製作中!



どんぐりたくさん見つけたよ!



元気にかけっこ! 笑顔でゴール!



お散歩に行ったら虫を発見!



木の実や葉っぱで何つくろう?