

広報うしく

2008.9.15

USHIKU CITY NEWS

第985号
茨城県牛久市

お知らせ版

主な内容

◆暮らしの情報…2P

- ・悪質業者から高齢者を守りましょう！
- ・女性ドライバースクール参加者募集
- ・農耕車両の事故にご注意！
- ・第48回とくとく市
- ・第44回世界家庭料理の会～韓国料理編～

◆10月の保健活動・各種相談…12P

毎月15日号は、新聞折り込みで配布しています。(1日号は行政区による配布です)

小椋佳 歌談の会

～和み、励み、挑みが心に広がる歌と語り～



日時 11月30日(日)午後6時開演(午後5時30分開場)

場所 市中央生涯学習センター文化ホール

入場料 【1階席】4,500円【2階席】4,000円(全席指定)※障害者手帳のある方は500円引きとなります。

チケット発売日 9月27日(土)午前9時～

※発売当日は、午前6時から整理券を配布します。(市中央生涯学習センターのみ)

※電話予約は発売開始日の翌日からとなります。

※未就学児の入場はお断りします。

<販売窓口>

市中央生涯学習センター窓口(9:00～17:00) ☎871-2301

浩文堂書店(エスカード牛久イズミヤ1F) (10:00～閉店まで) ☎872-0886

さんばる長崎屋1階インフォメーション(10:00～閉店まで) ☎830-4356

ウィングス・ユー(10:00～閉店まで) ☎870-3663

主催 牛久市文化協会

後援 牛久市、牛久市教育委員会、牛久市社会福祉協議会、牛久市区長会、牛久市交通安全母の会

企画・制作 トライアングル

協力 オフセンター

問い合わせ 牛久市文化協会事務局(市中央生涯学習センター内) ☎871-2301(第2・第4月曜日休館)

第26回牛久市民号で行くバスツアー

晩秋のふくしま・二本松菊人形展

あだたら高原 岳温泉1泊2日

日程 (11月11日(火)市中央生涯

学習センター発)二本松観光セ

ンター隊士館・大隣寺)二本松

菊人形展)櫛平ホテル、(11月12

日(水)いわき)ら)ら)ミュウ)

市中央生涯学習センター着

対象 市内に在住・在勤の方

定員 200人

参加費 1万9800円※1泊2

食・昼食(両日)および交通費を

含みます。参加費は申込時にお

支払ってください。

※お楽しみ抽選会があります。

※お部屋は、夫婦であっても男女

別相部屋となります。(1部屋5

人)6人が中心)

申込締め切り日 10月3日(金)

主催 牛久市

後援 牛久市区長会

※詳しい日程、申し込み手続き、

免責事項、取消料については、

市市民活動課までお問い合わせ

ください。

申し込み・問い合わせ 市市民活

動課 ☎873・2111内線1

634、または各行政区長



830・8803

県民交通災害共済に加入しませんか

平成20年度分の申し込み会費が、10月1日(水)受け付け分から半額になります。

共済期間 加入日の翌日〜平成21年3月31日(火)

共済内容 交通事故だけがをした場合、入院・通院した実日数により見舞金が支払われます。【死亡】：100万円、【最高傷害】：30万円、【最低傷害(治療実日数3日以上)】：2万円

年会費 大人900円↓450円、中学生以下500円↓250円

申し込み・問い合わせ 市交通防
災課 ☎873・2111 内線1
683

日時 10月6日(月)午前9時30分〜正午

場所 茨城県自動車学校土浦校(阿見町)

対象 牛久市・阿見町内に在住で普通免許を有する女性の方
定員 10人程度※先着順。

参加費 無料※昼食を用意していません。動きやすい服装・運動靴でご参加ください。

申込締め切り日 9月30日(火)
※FAXでの申し込みの場合は、氏名、住所、電話番号、年齢を明記してください。

申し込み・問い合わせ 市交通防
災課 ☎873・2111 内線1
683 FAX 874・0421

ノーマイカーデーいばらき参加事業所募集

県内全市町村と県、交通事業者および関係団体により構成する「茨城県公共交通活性化会議」では、昨年に引き続き、通勤時のマイカー利用自粛に取り組む「ノーマイカーデーいばらき」を、10月の各水曜日を対象日として実施することになりました。

この取り組みを通じて、公共交通の重要性や、過度のマイカー利

用による地球温暖化などの問題について考えていただけるよう、皆さんもぜひこの機会に取り組みをお願いします。

また、現在この取り組みに参加いただける事業所を募集していますので、詳しくはお問い合わせください。

問い合わせ 県企画課交通対策室
☎029・301・2536
ホームページ <http://www.koutsu-ibaraki.jp/>

東京都市圏パワソン トリップ調査にご協力を

県では、皆さんから1日に使用した交通機関などを教えていただくことで、人の1日の移動を把握し、暮らしやすいまちづくりの検討を進めていきます。このため、10月から11月にかけて交通に関する調査「東京都市圏パワソン トリップ調査」を実施します。

対象のご家庭には調査票をお送りしますので、本調査へのご理解とご協力をお願いします。

問い合わせ 県都市計画課 ☎029・301・4579 ホームページ <http://www.pref.ibaraki.jp/bukyoku/doboku/01class/class09/>

悪質業者から高齢者を9月はキャンペーン月間です

悪質商法による高齢者の被害を食い止めるには、ご家族はもとより高齢者の周りの方々(ご近所、民生委員、ヘルパーの方など)に高齢者の様子を気に掛けていただくことが大切です。

牛久市消費生活センターでは、県消費生活センターと協力して、被害防止のための啓発キャンペーンを実施します。皆さんのご理解とご協力をお願いします。

相談日時 月・水・金曜日午前9時〜午後4時

問い合わせ 牛久市消費生活センター ☎830・8802 FAX

女性ドライバーバースクール

牛久地区交通安全母の会では、女性ドライバーバースクールの参加者を募集します。運転技術の維持向上を目指し、緊急時の対応要領などを実技体験します。この機会に、ぜひお気軽にご参加ください。



農耕車両の事故にご注意!

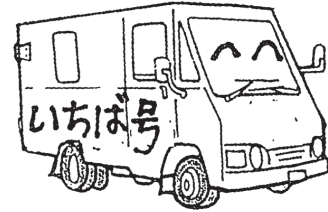
県内で農作業に伴う交通事故死者数が増えています。県警によれば、交通事故死亡者が7月末現在で6人となり、すでに昨年度を上回るペースです。往復時の交通事故に加え、公道を運転中に道路わきの斜面から転落し横転するケースも見られます。トラクターやコンバインなどの農業車両は、小回りが利くようにブレーキが左右独立した構造になっているため、作業以外の走行時は左右を連結しないとハンドルをとられやすくなるということです。



また、交通事故以外にも、農作業中に横転したトラクターの下敷きになり死亡する事故が3件発生しています。こうした事故は農繁期の田植えと収穫時期に集中がちです。農業者の皆さん、作業中の操作はもちろん、行き帰りの運転にも十分ご注意ください。お問い合わせ 市農業政策課 ☎873・2111 内線1521

庭先で、らくらく出荷 生産者の皆さんへ

実りの秋がやってきました！牛久市営青果市場では、生産者の皆さんが丹精込めて育てた野菜を無料で集荷に伺っています。出荷にお困りの方は、ぜひお電話ください！



集荷業務 【午前の便】水・日・祝日を除く毎日(当日の競りに掛かります)※午前9時までにご連絡ください。【午後の便】月・木・金曜日(保冷庫に保管し、翌日の競りに掛かります)※午後3時までにご連絡ください。※箱詰めや袋詰めなど、出荷できる状態でお願います。お問い合わせ 牛久市営青果市場 ☎872・0042

使い終わった携帯電話はリサイクル回収に!

使用済みの携帯電話本体などがありましたら、携帯電話専売店の無償回収をご利用ください。金や銅などの貴重な資源が使用されている携帯電話本体、充電器、PHS、電池パックは、携帯電話専売店が無償回収し、リサイクルしています。お問い合わせ 市廃棄物対策課 ☎873・2111 内線1571・1573

茨城県南水道企業団から工事のお知らせ

茨城県南水道企業団では、平成20年度下半期に牛久市栄町5・6丁目地区で給水管が鉛管で施行されている家庭の布設替工事を行いますので、ご協力をよろしくお願います。

なお、この工事範囲および費用は、配水本管の分岐箇所から第1止水栓までを茨城県南水道企業団の負担で施工します。※鉛製給水管布設替工事に関するご不審・ご不明な点については、お問い合わせください。お問い合わせ 茨城県南水道企業団 管理課維持係 ☎0297・66・5131

県南水道使用料の引き下げ 水道メーター使用料が無料に

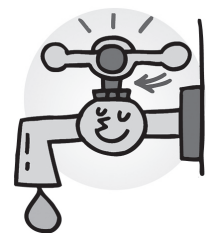
現在、茨城県南水道企業団では、牛久市・龍ヶ崎市・取手市と協議し、経営全般の見直しを行っていますが、加入金の引き下げに続いて、水道使用者の負担の軽減を図るため、量水器(メーター)使用料金が、平成20年10月分の請求から無料になります。

水道料金

(基本料金 + 超過料金 + 量水器使用料) × 1.05 (消費税)

(例) 量水器使用料口径20ミリ50円(1カ月) ⇒ 10月分の請求から無料

お問い合わせ 茨城県南水道企業団 ☎0297-66-5131





第48回とくとく市

秋の味覚で食欲もりもり!

日時 9月28日(日)午前9時〜完
売次第終了(雨天決行)

場所 牛久市営青果市場(田宮町
624)

※ポイントカードを忘れずにお持
ちください。

※今月の格安販売品は、タマネギ
を用意しました。

※買い物袋はご持参ください。

※車は指定された場所にお願いし
ます。

問い合わせ 牛久市営青果市場 ☎
872・0042

建築物を建築する方へ

建築確認を受けた建築物が完成
した際には、完了検査を受けるこ
とになっています。この検査は、
建築物の強度や避難などの基本的
な性能が建築基準法による関係規
定に適合しているかを、法定の機
関が現地において行うものです。

検査を受けるためには、工事完
了時に、「完了検査申請書」を県南
地方総合事務所または、指定確認
検査機関へ提出してください。

また、検査後に発行される「検
査済証」は、建築物の安全性など
が確認された適合建築物の証しで
あり、建築物の売買や融資を受け
る際に提示を求められることもあ
りますので、大切に保管してくだ
さい。

問い合わせ 県南地方総合事務所
建築指導課 ☎ 822・8519

近所の底力大賞を募 集します

平成20年度「近所の底力大賞顕彰
事業」

対象 5年以上の活動実績があ
り、優れた地域コミュニティ活
動を行う団体

応募方法 ご近所の底力大賞応募
申請(推薦)書を郵送、FAXま
たはEメールでお送りくださ
い。応募申請(推薦)書は、左記
のホームページからダウンロード
するか市市民活動課にありま
す。自薦他薦は問いません。

応募締め切り日 9月25日(木)
応募・問い合わせ 大好きいばら
き県民会議事務局(菊池) ☎ 02

9・224・8120 FAX 0
29・233・0030 Eメー
ル info@daisuki-ibaraki.jp ホー

ル <http://www.daisuki-ibaraki.jp/>

法務総合相談所開設

登記、供託、戸籍・国籍、人権
擁護など法務局の取り扱う業務全
般について、法務局職員および人
権擁護委員が相談に応じます。秘
密は固く守ります。

日程 10月5日(日)午前10時〜午
後4時【土浦会場】土浦市社会福
祉センター(ウララ2ビル4階)

※受付時間は午後3時まで。【龍
ヶ崎会場】龍ヶ崎市市街地活力
センター「まいん」コミュニティ
ルーム(2階)※受付時間は午後
3時30分まで。

相談内容 境界争い、相続・贈与
・売買などの登記手続き、抵当
権の抹消手続き、地代家賃の供
託手続き、戸籍の届出方法、成
年後見制度、サラ金の取り立て
問題、夫婦・親子など家庭内の
問題、近隣とのトラブル、セク
ハラ、子どものいじめ、DV問
題など。

相談料 無料

問い合わせ 水戸地方法務局総務
課 ☎ 029・227・9911

課 ☎ 029・227・9911

常陽銀行年金無料相談 (要予約)

常陽銀行顧問の社会保険労務士
がご相談に応じます。年金手帳な
どをご持参ください。

日程 ①【常陽銀行牛久支店】10月
3日(金)午前10時〜午後3時、

②【常陽銀行牛久ローンプラザ】
10月11日(土)午前10時〜午後4
時※10月11日の予約は常陽銀行
牛久東支店になります。

問い合わせ 常陽銀行(牛久支店)
☎ 872・5112、(牛久東支
店) ☎ 874・5131

J A 龍ヶ崎市年金無料 相談会(要予約)

日時 10月11日(土)・12日(日)午
前9時〜午後4時
場所 龍ヶ崎市農業協同組合本店
(龍ヶ崎市8200)

相談内容 年金専門の社会保険労
務士による個別相談です。※予
約の方を優先しますので、必ず
電話による予約をお願いします。

持参する物 年金手帳など

問い合わせ 龍ヶ崎市農業協同組
合本店金融課 ☎ 0297・62・
2211

課 ☎ 0297・62・2211



第44回世界家庭料理の会～韓国料理編～

今回は日本でもなじみの深い韓国料理です。ちょっとおしゃれなデザートも加えて本場の味に挑戦してみましょう。

日時 10月25日(土)午前9時30分～午後1時ごろ

場所 市中央生涯学習センター調理実習室

メニュー ①コンナムルクック(豆もやしのスープ)②三色ナムル

③ブルゴギ④チヂミ⑤菓飯(デザート)

講師 中島恵さん(韓国・慶尚道出身)

対象 市内に在住・在勤の18歳以上の方

定員 20人※申し込み多数の場合は抽選となります。

参加費 500円※当日徴収します。

申込締め切り日 9月30日(火)必着

申し込み方法 住所、氏名、年齢、電話番号を明記の上、はがき、FAX または Eメールでお申し込みください。お1人1通のみの申し込みに限らせていただきます。Eメールの場合は、件名を「韓国料理の会応募」としてください。

※当選したご本人のみが参加いただけます。当選した権利の譲渡や代理人の参加はご遠慮ください。

※前回「中国料理の会」に参加いただいた方は応募できません。

※参加の可否は郵送で、10月上旬にお知らせします。

申し込み・問い合わせ 牛久市国際交流協会韓国料理の会参加者募集係(〒300-1292牛久市中央3-15-1牛久市役所内) ☎873-2111内線1633 FAX873-2512 Eメール sister@city.ushiku.ibaraki.jp



行政書士無料相談会

【面談による無料相談】

日程 10月18日(土)午前10時～

午後4時(市中央生涯学習センター小会議室)

後援 牛久市

【電話による無料相談】

日時 10月3日(金)・4日(土)午

前10時～午後3時※左記の電話番号まで電話してください。

問い合わせ 茨城県行政書士会 ☎

029・305・3731

第4回健康ミニミニ講座

メタボリック症候群と高脂血症

健康の第一歩は正しい知識を持つことから始まります！あなたの生き生きはつらつライフを、医師の講演で応援します！(平成20年度は8回シリーズで行っています)。今回はメタボリック症候群と高脂血症(コレステロール、中性脂肪など)の関連を分かりやすくお伝えします。当日は、栄養士による健康食の試食もあります。

日時 10月22日(水)午後1時30

分～3時30分

場所 市保健センター研修室(2階)

講師 井上内科クリニック 井上由加利先生

定員 60人※定員になり次第締め切ります。

申し込み方法 電話、FAXまたは市保健センター窓口でお申し込みください。FAXの場合は

名前、電話番号を明記の上送りください。

申込期間 9月16日(火)～10月17日(金)

申し込み・問い合わせ 市健康管理課(市保健センター) ☎873・2111内線1742 FAX

873・1775

※訪問診療の歯科医師会「すこやか医療機関別冊保存版」の訂正

9・11ページに掲載中の歯科医師会事務局が変更になりました。

▽河内歯科医院 ↓兼久歯科医院 ☎873・5858

※訪問歯科診療のお問い合わせは、

かかりつけ歯科医院または歯科医師会事務局へお願いします。

問い合わせ 市健康管理課(市保健センター) ☎873・2111

1内線1742

5 -広報うしく-



牛久市社会福祉協議会 からのお知らせ

★赤ちゃんの日参加者募集

日時 10月25日(土)午前10時～正午
場所 市保健センター和室(1階)
内容 ベビーマッサージ(河本先生)
対象 市内に在住の1歳までの赤ちゃんとママやパパ
定員 20組程度
申し込み方法 10月1日(水)から電話でお申し込みください。

★子育て情報プラザ「ami」

子育て中の方、子育てに関心のある方が集まって、楽しみながら情報を見つけ、そこから楽しい子育てが始まる場です。

日時 9月30日(火)午前10時～正午
場所 牛久市ボランティア・市民活動センター(市役所分庁舎1階)

参加費 無料

★お子さんの一時預かり

日時 10月4日(土)①午前9時～正午②午後1時～4時
場所 牛久市子ども発達支援センターのぞみ園(柏田町)
内容 お子さんの一時預かり、育児相談・療育相談

対象 市内に在住の4歳未満の乳幼児を持つ親子
定員 1回につき10人※先着順。
利用費 1時間につき、1人300円(相談のみは無料)

申し込み方法 9月29日(月)午前9時から電話でお申し込みください。(相談のみは予約不要)

★はじめてボランティア講座

ボランティアの初心者向けの入門講座です。※当日受け付け可。
日時 9月18日(木)、10月16日(木)午前10時～正午
場所 牛久市ボランティア・市民活動センター(市役所分庁舎1階)

内容 ボランティアの意味や具体的な活動の話、個別相談会など
参加費 無料

★介護サロン「ぬくもり」

介護している方、介護を受けている方も一緒にご参加ください。
日時 10月10日(金)午前10時～正午
場所 牛久市ボランティア・市民活動センター(市役所分庁舎1階)
内容 自由におしゃべり、楽しくレクリエーション、気軽に相談
参加費 無料

★ファミリーサポート(旧子育てサポート)協力会員募集

牛久市社会福祉協議会では、核家族化が進む昨今、既存の保育サービスだけでは対応しきれない保育ニーズに 대응するため、地域での相互援助活動である「ファミリーサポート(旧子育てサポート)事業」を実施しています。家族で子どもの面倒を見られない時の保育や保育施設などからの送迎など、子育て支援に協力していただける協力会員を募集します。

左記のとおりファミリーサポート協力会員養成研修を開催しますので、ぜひご参加、ご協力ください。

日時 10月30日(木)午前10時～午後5時30分
場所 市保健センター会議室(2階)

内容 事業説明と会員登録、保育に関する講義

対象 市内に在住で保育に関する知識と経験のある方、または育児経験のある方

申し込み方法 10月25日(土)までに電話または牛久市社会福祉協議会窓口でお申し込みください。

★「一家にひとり3級ヘルパー」養成研修参加者募集

訪問介護員養成研修(3級課程)を開催します。社会福祉に関する知識やホームヘルプサービスに関する知識および介護技術について基礎的なことを習得します。地域のボランティアとして、また、介護予防の担い手として参加してみませんか。

日時 11月1日(土)～平成21年1月24日(土)のうち16日間
場所 市保健センター

内容 訪問介護員3級養成課程(50時間)および介護予防に関するカリキュラム(10時間)。修了者には修了証を交付します。

対象 市内に在住・在勤・在学の中学生以上の方

定員 50人※先着順。
参加費 1人4000円(テキスト代など)

申し込み方法 10月1日(水)から10月29日(水)までに、電話または牛久市社会福祉協議会窓口でお申し込みください。

共通申し込み・問い合わせ 牛久市社会福祉協議会 ☎ 871・1296
295 FAX 871・1296



医療的ケアが必要な障害者の 地域生活を考える講演会

呼吸器をつけて地域で楽しく暮らそう！

医療的ケアが必要な人も、環境が整えば地域の中で楽しく暮らすことができます。人工呼吸器をつけて自立生活を送っている平本歩さんを大阪からお招きして、障害者が地域で暮らすためには何が必要かをみんなで考える講演会です。茨城の医療的ケアが必要な子どもたちのアピールの時間もありません。ぜひ、子どもたちと触れ合ってください。

日時 10月5日(日)午前10時～午後3時
場所 つくば国際会議場大会議室102

内容 【第1部】平本歩さん講演会、茨城の医療的ケアが必要な子どもたちの紹介、【第2部】交流会(医療的ケアが必要な子と触れ合おう！)

参加費 1家族1000円
主催 すぺーす結

共催 人工呼吸器をつけた子の親の会茨城支部、医療的ケアが必要な子の居場所を作る会
申し込み・問い合わせ すぺーす

結(杉井) ☎・FAX 872・0402
Eメール space-yui@opal.plala.or.jp

高齢者福祉講座

病・医院の上手なかり方

私たち年金受給者は、加齢に伴い医者にかかる機会が多くなってくると思われます。そこで、健康やかに老後の生活を営む上で、役に立つ情報・知識を習得していただければと、筑波病院院長の福田潔先生による講演会を開催します。年金を受給している方ならどなたでも無料で参加できます。

日時 10月5日(日)午後2時～3時30分

場所 市中央生涯学習センター大講座室(1階)

定員 60人※先着順。
主催 県南年金受給者協会牛久支部
申し込み・問い合わせ 大熊 ☎873・5854、二國 ☎872・3261

医療・介護なんでも電話相談室

日時 10月25日(土)午後1時～4時
受付電話 ☎029・228・0

600、☎029・228・0602

相談内容 医療や介護サービスの利用で困っていること、費用や保険料負担で困っていること、負担軽減策など

回答者 ケアマネジャー、ケースワーカー、医療・福祉団体のスタッフ
相談料 無料

主催 茨城県社会保険推進協議会
問い合わせ 茨城県社会保険推進協議会(高橋) ☎029・823・7930 FAX 029・822・1341

ほっとピア牛久の会か

9月の定例会は、経験豊かなリハビリテーション部部长をお迎えし、お話ししていただきます。

日時 9月27日(土)午後1時30分～4時

場所 市中央生涯学習センター中講座室(2階)

内容 当事者対応について
講師 南埼玉病院リハビリセンター部長 今野正裕氏
問い合わせ 遠藤 ☎・FAX 873・0080

みんなで楽しく歌おう！ コンサート

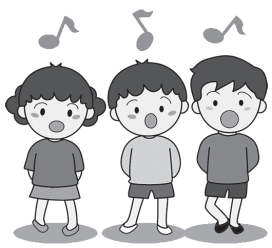
子どもから高齢者まで一緒に楽しめるコンサートを開催します。ハワイアンバンド「レイ・アロハ」が奏でるすてきな演奏に合わせて、昭和の懐かしい歌を一緒に歌いましょう。かわいい子どもたちが、皆さんをお迎えします。お誘い合わせの上ご来場ください！

日時 10月5日(日)午後0時45分～3時30分(午後0時15分開場)

場所 エスカード生涯学習センター多目的ホール※専用駐車場はありません。公共交通機関をご利用ください。

出演 レイ・アロハ、紡ぎの輪キッズ、フラハイビスカスほか

定員 250人
入場料 無料(全席自由)
問い合わせ
牛久市社会福祉協議会
☎871-1295





保育園に遊びに来ませ 保んか？

公立保育園の子育て支援

10月のテーマは「散歩を楽しもう」

保育園のお友達と一緒に遊びましょう！10月1日(水)から各保育園で電話予約受け付けをします。

- 日程 ▽10月14日(火) 向原保育園 ☎ 873・1440、栄町保育園 ☎ 873・0863
▽10月21日(火) 上町保育園 ☎ 72・0358、下根保育園 ☎ 830・7751
▽10月28日(火) 中央保育園 ☎ 75・0056、つつじが丘保育園 ☎ 873・0140

「子どものいえ幼稚園の 子育て支援セミナー」 お話とワークショップ「もっと自分 を好きになる子育て」

『おかあさんがもつと自分を好きになる本』(学陽書房)著者の北村年子さんのお話とワークショップを行います。リラクセスした雰囲気の中で、子育て中の自分をかしたりして、子育て中の自分をもっと好きになりましょう。詳しくはホームページをご覧ください。
日時 9月27日(土) 午前10時〜正

午
場所 牛久教会こどものいえ幼稚園(南2・20・20)

定員 12人※要予約。定員になり次第締め切ります。

※託児あります(要予約)。

参加費 無料

申し込み・問い合わせ 牛久教会こどものいえ幼稚園 ☎ 872・1326 ホームページ <http://church.ne.jp/ushiku/kodomonoi/>

第38回おもちゃ作り「か ららっぽ万華鏡」

身近にある部材を使って不思議で楽しいおもちゃを親子一緒に作ってみませんか。今月は、空っぽでも入っていない不思議な「かららっぽ万華鏡」を作ります。わくきれい！中はキラキラ万華の世界。

日時 9月27日(土) 午前10時30分〜正午【毎月第4土曜日に定期開催】

場所 市総合福祉センター第1会議室

対象 小学生や園児(園児は保護者同伴のこと)

定員 10組程度
申し込み方法 9月25日(木)まで

に電話でお申し込みください。

ホームページ <http://www.ushiku-shimin.jp/ucegrf0/>

★おもちゃの無料修理

日時 9月27日(土)、10月11日(土) 午後1時〜3時【毎月第2・第4土曜日定期開催】

場所 市神谷小さくら台児童クラブ(さくら台2・8・8)

ホームページ <http://www.ushiku-shimin.jp/uc58r3/>

※牛久市児童福祉課の子育て支援事業に参加しています。

申し込み・問い合わせ 金子 ☎ 74・6416

キッズダンスクラス牛 久地区オープン

待望のキッズダンスクラスが牛久地区(中根小9月2日)にもオープンします。「踊る楽しさ」「感性」、学年の枠を超えた「協調性」を育てます！そのほかキングダム

のキッズ・スポーツトレーニングを小学校で無料体験実施中。スポーツを通して子どもたちの健全育成と、潜在能力の開発トレーニングレッスンをぜひ一度、お子さんに体験させてあげてください。※各クラス定員制。

日時 毎週月・火・金・土・日曜
日午後1時〜7時のうち1〜2時間

場所 牛久小・牛久二小・岡田小・中根小・神谷小体育館※時間帯、種目は会場ごとに違います。詳しくはお問い合わせください。

内容 キッズダンス、キッズスポーツ、アスリートクラブ、フットサル、テニス

対象 幼稚園児(年少)〜小学6年生

参加費 体験無料

申し込み・問い合わせ NPO法人ミラクルスポーツ・キングダム事務局 ☎ 872・5939

Eメール kinura@npo-msk.ne.jp
ホームページ <http://www.npo-msk.ne.jp>

第3回牛久市百射弓道 大会

日時 10月4日(土) 午前9時〜午後6時※雨天実施。

場所 牛久運動広場弓道場(牛久三中前)

対象 市内に在住・在勤の有段者(学生除く)※当日参加可。

参加費 無料
問い合わせ 牛久弓道会(坂本) ☎ 872・9280



ダンスサークル会員募

楽しく踊りましょう

日時 毎週火曜日午後7時30分～
場所 向台小学校体育館

問い合わせ 牛久ダンススポー
ツ連盟(河野) ☎873・231
6、牛久市体育協会事務局 ☎8
73・2486

ヨガラティス

しなやかボディを手に入れる！

深い呼吸で心を安定させ心身の機能を高める(ヨガ)と、体幹を鍛えしなやかで引き締まった体をつくる(ピラティス)。それぞれの効果を融合した究極のプログラム「ヨガラティス」。心と体をケアしてくれるうれしいプログラムです。しなやかで美しい体をゲットしましょう！

日時 毎週木曜日午前10時～10時15分

場所 牛久運動公園体育館トレー
ニング室スタジオ(2階)

利用料 市内の方310円、市外の方470円(お得な回数券11
回分もあります)

持参する物 運動のできる服装

シューズ、タオル、飲み物など
問い合わせ 牛久運動公園体育
館トレーニング室(2階) ☎87
3・2486内線16

バドミントンレディース お楽しみゲーム大会

日時 10月7日(火)午前9時受け
付け、午前9時30分試合開始

場所 牛久運動公園体育館メイ
アリーナ

ゲーム方法 女子ダブルス※組み
合わせは本部に一任ください。

各コートに景品を用意します。
定員 50ペア※先着順。

参加費 1ペア2000円(試合
当日会場で徴収します)

申し込み方法 牛久市体育協会事
務局(☎873・2486)まで

お申し込みください。
申込締め切り日 9月26日(金)

主催 牛久市体育協会バドミント
ン部

問い合わせ 野尻 ☎874・86
28

平成20年度秋季市民卓 球大会

日時 9月28日(日)午前8時30分

受け付け、午前9時開始

場所 牛久運動公園体育館
種目 一般男女シングルス・ダブ
ルス(中学生も一般の部参加に
なります)

試合形式 予選リーグ戦を行った
後、順位別トーナメント戦を行
います。

参加費 【一般】シングルス500
円・ダブルス1000円、【中学
生】シングルス300円・ダブ
ルス600円

申し込み方法 申込用紙に記入の
上、「〒300・1203牛久市
下根町1306・33石添容子」
までお送りください。※申込用
紙は牛久運動公園体育館内体育
協会事務局にあります。

申込締め切り日 9月23日(火・祝)

主催 牛久市体育協会卓球部

問い合わせ 石添 ☎874・06
89(夜のみ)

申し込み方法 申込用紙に記入の
上、「〒300・1203牛久市
下根町1306・33石添容子」
までお送りください。※申込用
紙は牛久運動公園体育館内体育
協会事務局にあります。

申込締め切り日 9月23日(火・祝)

主催 牛久市体育協会卓球部

問い合わせ 石添 ☎874・06
89(夜のみ)

剣道初心者募集

牛久警察署の道場をお借りして、
剣道のけいこをしています。年齢
は問いませんが会費、役員なし。保
険加入のこと。

日時 毎週月・水曜日午後6時～
7時

7時

場所 牛久警察署武道場(5階)
※見学、参加のご希望の方は事前
にご連絡ください。

問い合わせ 剣道具家美剣(椎名)
☎874・6680、☎08
0・3004・7907ホー

ムページ <http://www.geocities.jp/kendouguyabiken/>

楽しいウォーキング教 室受講者募集

最近話題のメタボリック症候
群の予防、改善に最適のウォー
キングをこの秋から始めてみま
せんか？ウォーキング専門の指導者
(12人)と一緒に歩いて健康の喜び
を知り、一生歩ける体を保持して
いきましよう！

日時 9月21日(日)午前9時(受
け付け)～正午

場所 牛久運動公園多目的広場

内容 正しい歩き方、約4km
ウォーキング

対象 5歳～80歳

参加費 100円(テキスト、傷
害保険代)

持参する物 飲み物、汗ふきタオル

主催 牛久ウォーキングクラブ

問い合わせ 小林 ☎873・79
08

08



アート・ミーティング

2008・アトリエ訪問
アートの世界を体験したい方のため、
簡単でお気楽なチョコッと勉強会

今回は作家のアトリエを訪ね、
ちよつと専門的なお話を聞いた
り、制作活動にちよつと参加して
みませんか？

日時 10月11日・25日、11月8
日・22日、12月6日・20日の隔
週土曜日午後1時30分～3時30
分(全6回)

講師 加藤修(絵画・千葉大学教
授)、横尾哲生(彫刻・埼玉大学
教授)、矢口久良(書家)、出来
尾桂穂(華道家)、関山大拙(造
形作家)※講座日順不同。

受講料 7000円(全6回)
定員 20人

◆第1回講座(開講式)

日時 10月11日(土)午後1時30
分～3時30分

場所 インターギャラリーSOS
O(ひたち野うしく駅東口)

申し込み方法 10月4日(土)まで
に電話またはFAXでお申し込
みください。

主催 NPO法人文化フォーラム
うしく
申し込み・問い合わせ 文化

フォーラムうしく事務局 ☎・F
AX 874・5583

小坂団地 老いも若き も歌おう会

暑い夏も去り、森の中から虫た
ちの歌声も聞こえてきます。おな
じみの橋本さんのギターと、星加
さんのアコーディオンの伴奏で、
懐かしい歌や青春歌謡などをこ
緒に歌いましょう。

日時 9月28日(日)午後1時30
分～4時※当日受け付け。

場所 小坂団地区民会館※駐車場
あります。

参加費 200円(中学生以下無
料)お茶と冷たい飲み物を用意
してあります。マイカップ持参を
希望。

主催 小坂団地 老いも若きも歌
おう会

問い合わせ 小坂団地 老いも若
きも歌おう会(片桐) ☎ 872・
8022

うたごえ喫茶 in 牛久

新宿「ともしび」の元祖司会者、
ヤギさんこと青柳常夫さんと「青
春のうた」「懐かしの歌」「世界の

歌”をアコーディオンの響きとと
もに歌いませんか。さあ、ご一緒
に楽しく歌いましょう。※要予約。
飲食物はご持参ください。

日時 10月4日(土)午後5時30
分～8時30分

場所 喫茶「ハモナ・カフェ」(市
役所前)

会費 1200円

主催 牛久うたごえサークル
申し込み・問い合わせ 伊藤 ☎ 0
80・1076・4209、若
井 ☎ 090・2536・8010

池田理代子 歌とトーク

日時 10月5日(日)午後2時開
場、午後2時30分開演

場所 龍ヶ崎文化会館大ホール
入場料 無料(全席自由)

主催 県立龍ヶ崎第二高等学校龍
ヶ峯同窓会

協賛 竜ヶ崎第二高等学校
問い合わせ 高 ☎ 0297・62・
7292、石田 ☎ 0297・
82・2713

詩吟の会 会員募集

詩吟の基礎である腹式呼吸によ

る発声とともに、当会独特のユ
ニークな指導方法を取り入れてい
ますので、どなたでも楽しく早く
詩吟が覚えられます。

日時 毎週日曜日午後2時～4時
30分

場所 市中央生涯学習センター視
聴覚室または和室

参加費 無料

申し込み・問い合わせ 岳風流詩
吟牛久同好会(滝口) ☎ 872・
8542

水墨画を始めてみませ んか

開講時であれば、いつでも見
学を歓迎します(中講座室入り口
に「水墨画同好会・鵬墨会」表示)。
いつでも入会できます。

日時 10月7日・28日、11月4日・
18日、12月2日・16日、1月6
日・20日、2月3日・17日、3
月3日・17日の各火曜日午後1
時～4時30分

場所 市中央生涯学習センター中
講座室

講師 真鍋宣子先生
月会費 2000円

申し込み・問い合わせ 加治 ☎・
FAX 873・2439



めだかの学校「ちゅうりつぷくらぶ」参加者募集

絵本や手遊び、折り紙や工作などを同年齢のお子さんとお母さんたちで一緒に遊びませんか？

日時 10月10日(金)午前10時30分～11時30分

場所 市保健センター運動指導室
対象 平成18年4月～平成19年3月生まれのお子さんとその親

参加費 1000円
持参する物 飲み物

申し込み・問い合わせ めだかの学校 ☎090・9384・1265(夜8時以降)

花えくぼフラワーアレ 10月からの新メニュー

折々の季節の花を身近に感じながら、お花のアレンジと一緒に楽しんでみませんか。時季に合わせていろいろな花材を使い、仲間と楽しく作品作りをしています。

日時 毎月第2・第4木曜日午後1時～3時30分

場所 市中央生涯学習センター小講座室

講師 駒宮幸代先生
月会費 2000円※別途花材代

(1回2000円)
申し込み・問い合わせ 浅香 ☎873・5084

牛久書道クラブ15周年記念展

日時 9月25日(木)～29日(月)午前10時～午後4時※最終日は午後3時まで。

場所 市中央生涯学習センター展示ホール

問い合わせ 小森谷 ☎874・5670

障害者就職面接会

日時 10月3日(金)午後1時～3時30分、午後0時30分～受付

場所 ホテルマロウド筑波(土浦市城北町2・24)

主催 茨城労働局、ハローワーク龍ヶ崎、ハローワーク土浦ほか

※参加をご希望の求人者および障害者の方は、事前にご連絡ください。

問い合わせ ハローワーク龍ヶ崎 ☎0297・60・2727 FAX0297・65・3060

晩秋の「塩原温泉宿泊研修」参加者募集

日時 11月12日(水)～13日(木)午前9時出発、翌日午後5時帰着

集合場所 牛久駅東口常陽銀行並び

観光予定 竜王峡、日塩もみじラインほか

宿泊場所 塩原温泉 ホテルニュー塩原

定員 45人※先着順。
参加費 13000円(1泊4食宴会付き)

申し込み方法 往復はがき(返信)

用にあて先記入)に「塩原温泉宿泊研修希望」と記入の上、住所、氏名、年齢、電話番号を明記して、「〒300・1235牛久市刈谷町1・36・4高木英治」までお送りください。

申込締め切り日 10月1日(水)必着

主催 県南地域高齢者はつらつ百人委員会

問い合わせ 高木 ☎090・9242・7476、FAX873・1063(夜間)

自然大好き



ツマグロヒョウモン(つま黒豹紋)

タテハチョウ科

20年ほど前は、近畿地方より南でしか見られない南方系のチョウでしたが、地球温暖化の影響なのか、昨年ごろから牛久でもたびたび見掛けるようになりました。幼虫の食草は、野生のスミレ類、パンジーやピオラなどで、年に4～5回発生を繰り返します。

保健活動

健康管理課
☎873-2111内線1743

●子どもの相談・予防接種

赤ちゃん訪問 育児で心配事のある方、お電話ください。
子育て相談 2日(木)9:30~10:30 乳幼児対象 ☎
乳幼児健診 対象となる方には、個別に通知します。

<個別予防接種>

麻疹・風しん混合

1期対象：1歳以上2歳未満。1歳の誕生日までに予診票を郵送します。

●大人の相談・案内

成人集団健診 7日(火)~21日(火)※土・日・祝日を除く。

6月から特定健診が始まりました。国民健康保険に加入されている方には、5月に受診券を送付しています。メタボリックシンドローム予防のため、必ず受診しましょう。健診後の生活習慣改善保健指導も、ぜひご利用ください。※会場は受診券をご覧ください。

成人健康相談 3日(金)13:30~14:30 ☎

禁煙サポート相談(要予約) 3日(金)9:00~11:00 ☎

難病見舞金申請 随時受け付け ☎

保健所で難病認定を受け、一般特定疾患医療受給者証、特定疾患登録者証、または小児慢性特定疾患医療券をお持ちの方に難病見舞金を支給します。

こころの健康相談(要予約) 10日(金)、21日(火)13:30~16:00 ☎
社会福祉課 ☎内線1711

アルコール電話相談 24時間受け付け

牛久市アルコール相談員(沼田) ☎874-4114

10月の休日当番医

診療時間/午前9時~正午

5日(日)みどり野外科胃腸科 ☎873-6151 FAX873-2271

12日(日)鳥越クリニック ☎874-3511 FAX874-7807

13日(祝)なかの循環器クリニック ☎846-2000 FAX830-8800

19日(日)高野クリニック ☎874-2100 FAX874-3958

26日(日)岡見第一医院 ☎872-5151 FAX873-3178

急患は 牛久愛和総合病院 ☎873-3111 FAX873-8359

つくばセントラル病院 ☎872-1771 FAX874-4763

(24時間診療)

稲敷地域小児救急輪番制当番医

火曜 18時~21時 東京医科大学霞ヶ浦病院 ☎887-1161 FAX887-6266

木曜 18時~21時 龍ヶ崎済生会病院 ☎0297-63-7111

金曜 18時~21時 東京医科大学霞ヶ浦病院 ☎887-1161 FAX887-6266

日曜 9時~正午 東京医科大学霞ヶ浦病院 ☎887-1161 FAX887-6266

日曜 正午~15時 龍ヶ崎済生会病院 ☎0297-63-7111

※上記以外では、24時間対応の取手協同病院(☎0297-74-5551)、土浦協同病院(☎823-3111)に電話連絡の上、受診してください。

※月・水・土曜日・祝日の当番はありません。

★茨城子ども救急電話相談(毎日18:30~22:30)

☎ #8000(プッシュ回線の固定電話から局番なし)

☎029-254-9900(携帯電話・公衆電話・そのほかの電話)

*牛久市歯科医師会では、訪問診療を実施しています。かかりつけ歯科医院あるいは歯科医師会事務局(兼久歯科医院 ☎873-5858)にお問い合わせください。

会場 ☎=市役所 ☎=保健センター

☎=中央生涯学習センター ☎=総合福祉センター

平成20年9月15日(985)号

発行・編集/牛久市市民活動課

〒300-1292 茨城県牛久市中央3丁目15番地1

☎029-873-2111 FAX029-873-2512

各種相談

市役所 ☎873-2111(代)
FAX873-7510(代)

●子育て・教育

巡回相談(要予約) 21日(火)10:00~16:00 ☎

子育てサロン(要予約) 9日(木)9:30~11:30

児童福祉課 ☎内線1734

子育て電話相談 毎週火、水、木曜日 13:00~16:00

親子保育園開放(要予約・10月1日(水)受け付け開始)

8日(水)、15日(水)9:30~11:00※満1歳以上

市内各市立保育園

教育センター「きぼうの広場」 毎週月~金曜日

9:00~12:00、13:00~17:00 きぼうの広場 ☎874-6075

●介護・福祉

介護保険相談 土、日、祝日を除く毎日 9:00~16:00 ☎

高齢福祉課 ☎内線1751~1755

あんしんホットライン ☎0120-783-012

・心配ごと相談(要予約・10月1日(水)、15日(水)受け付け)

3日(金)、10日(金)、17日(金)、24日(金)13:00~16:00 ☎

・高齢者に関する相談 随時受け付け ☎

・子育てあれこれ相談 随時受け付け ☎

社会福祉協議会

障がい者なんでも相談 10日(金)10:00~15:00 ☎

社会福祉課 ☎内線1712

●行政・生活

行政相談 6日(月)13:30~16:30 ☎ 総務課 ☎内線1014

交通事故相談 1日(水)、15日(水)10:00~15:00 ☎

交通防災課 ☎内線1684

消費生活相談

毎週月、水、金曜日(祝日を除く)9:00~16:00 ☎

牛久市消費生活センター ☎830-8802 FAX830-8803

犬・猫の引き取り 下記までお問い合わせください。

茨城県動物指導センター ☎0296-72-1200

飲用井戸水水質検査 16日(木)9:00~11:00 ☎

※専用容器は環境政策課にあります。

環境政策課 ☎内線1561

●税金・年金

税務相談(税理士) 16日(木)10:00~15:00 ☎税務課 ☎内線1056

休日納税・納税相談 5日(日)、26日(日)8:30~17:15 ☎

収納課 ☎内線1061

年金社会保険相談(社会保険労務士)

8日(水)13:00~16:00 ☎

医療年金課 ☎内線1725

●女性

女性のための悩みごと相談(フェミニスト相談)要予約

6日(月)、20日(月)、27日(月)10:00~16:00 ☎

【予約専用 ☎873-1099】

市民活動課 ☎内線1631

10月の納税および使用料

納 期 限

・下水道使用料 9月分 10月27日(月)

・市立幼稚園授業料 10月分 10月27日(月)

・介護保険料4期 10月27日(月)

・後期高齢者医療保険料4期 10月27日(月)

・市県民税3期 10月31日(金)

・国民健康保険税5期 10月31日(金)

・保育料・住宅使用料 10月分 10月31日(金)

市税は便利な口座振替で!! 市収納課 ☎内線1061~1064

再生紙を使用しています。

環境に優しい大豆インキを使用しています。