



## 暮らしの 情報

### 牛久運動公園の施設利用について

牛久運動公園の体育館と屋内プールは東日本大震災で被害を受け、現在復旧工事を行っています。そのため、体育館メインアリーナおよびサブアリーナについては9月3日(土)まで、屋内プールについては8月下旬まで利用ができなくなります。ご不便をお掛けして申し訳ございませんが、ご理解のほどよろしくお願い申し上げます。

なお、屋外の子供プールは、8月中は休みなしでオープンしていますのでご来場をお待ちしています。

問い合わせ 牛久運動公園 ☎873・2486

### 牛久市長選挙(9月25日執行)立候補予定者説明会

9月25日(日)執行の牛久市長選挙の立候補届け出に関する説明会を開催します。立候補を予定されている方は、必ずご出席ください。  
日時 8月19日(金)午後2時～  
場所 市役所第3会議室(4階)  
問い合わせ 牛久市選挙管理委員会(市総務課内) ☎内線1012、1013

### 入札参加資格審査申請・小規模事業者登録申請

市の行う競争入札に参加を希望する方の資格審査の受け付けを行います。

◆入札参加資格審査(建設工事・測量等コンサルタント・物品(役務の提供含む))：今回は追加受け付けですので、資格認定期間は、既認定者の残期間になります。

◆小規模事業者登録【物品(ただし、30万円以下の発注に限る)】  
受付期間 9月1日(木)～9日(金)

受付場所 市監理課(市役所本庁舎3階)  
提出要領などの入手方法 提出要

領および申請書類は市監理課ホームページ(<http://www.city.ushiku.ibaraki.jp/>)からダウンロードできます。また、市監理課窓口でも配布します。

問い合わせ 市監理課 ☎内線1031、1032

### 身体障害者のための無料結婚相談・各種相談

(社)茨城県身体障害者福祉協議会では、茨城県の委託・補助を受け、身体に障害のある方々の結婚をサポートする無料の「結婚相談」、就労や生活上の相談を受ける「総合相談所」を開設しています。

各相談には、相談員が対応し、アドバイスや必要な支援制度・関係機関の紹介をしています。ご相談をお待ちしています。

相談日 月～金曜日(祝日・年末年始を除く)午前10時～午後3時(結婚相談は要予約)

問い合わせ 茨城県身体障害者福祉協議会 ☎029・243・7010、市社会福祉課 ☎内線1711

## 国民健康保険からのお知らせ

### 平成23年度国民健康保険税賦課限度額について

国民健康保険税(国保税)は、医療給付費分、後期高齢者支援金分、介護納付金分(40歳以上65歳未満)の合算額になりますが、このたびの地方税法施行令の改正に伴い賦課限度額を引き上げさせていただくことになりました。

### 国民健康保険制度について

国民健康保険制度は、病気やけがで治療を受ける際に経済的負担を軽くし、安心して医療を受けられるようあらかじめ加入世帯の人数や収入に応じて国保税を出し合い、助け合う制度です。現在、医療費の増加などにより国保の財政は圧迫されている状況です。健康診断の受診やお医者さんの適正受診に心掛けましょう。

問い合わせ 市医療年金課 ☎内線1723～1726

### 賦課限度額

	平成22年度	平成23年度
医療給付費分	500,000円	510,000円
後期高齢者支援金分	130,000円	140,000円
介護納付金分	100,000円	120,000円

### 夏の健康管理



熱中症と食中毒に注意しましょう。特に熱中症は、進行が早く短時間で重症化しやすいので、節電対策で我慢すぎないようにしましょう。

市健康管理課 ☎1743



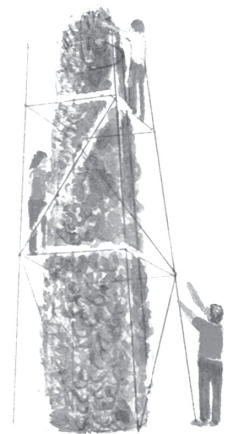
## 第17回うしく現代美術展市民参加共同制作企画

# つくろう・力をあわせて・「牛久市民のエネルギー」 — A Power Tree of Creative Communication —

### ★制作協力者・ワークショップ参加者募集

地元のアーティストたちによる作品を紹介し、市民との交流を図ることを目的に平成7年から始まった「うしく現代美術展」が、11月20日(日)から12月4日(日)の期間開催されます。第17回目を迎える今回は、新たな試みとして作家や参加者との交流など共同制作を通じて文化交流の輪を広げる場となることを目的に、市民の皆さんと一緒に野外で大きな作品を共同制作することにしました。

70年前に建てられたかわいらしい木造校舎の残る旧女化分校の敷地内で、地木を素材にした高さ4mほどの作品を作ります。どんな作品になるかは、みんなで考えながら作ります。美術に興味のある無しに関わらず、美術作品の制作プロセスを体験できるこの企画に多くの方のご参加をお待ちしています。なお、完成した作品は「第17回うしく現代美術展」の期間中、女化青年研修所で一般公開されます。



**制作期間** 9月～11月の土・日曜日※都合の良い日、1日の参加でも可。

**時間** 午前または午後の半日程度※行程、天候による。

**場所** 女化青年研修所

**講師** 齊藤裕之氏

**募集人数** 100人程度

**応募資格** 原則として高校生以上の市内および市外の方(小中学校の方は保護者同伴でお願いします)  
※高校生単独での参加の場合は、申し込みの際に保護者の同意が必要です。

※専門的な知識や技術は必要ありません。

**応募方法** 申込用紙またはお手持ちの用紙に必要事項(氏名、住所、電話番号、性別、年齢)を記入し、下記事務局に直接または郵送でお申し込みいただくか FAX してください。申込用紙は市生涯学習課ホームページからダウンロードするか市中央生涯学習センター窓口でご請求ください。

**応募締め切り日** 8月20日(土)※ただし、作品完成まで随時参加者を受け付けます。

**説明会** 8月28日(日)市中央生涯学習センター小講座室※時間は追ってご連絡します。

### ★うしく現代美術展ボランティア同時募集

このたび、「うしく現代美術展」を支えてくれるボランティアを同時募集します。文化芸術が好きな方、ボランティア活動に興味のある方、ぜひ、一緒にこの美術展を作ってみませんか。

**応募要件** 18歳以上の方。無償を原則とします。

**内容** 展覧会の会場受け付けや広報、上記のワークショップへの参加など実行委員会と話し合いながら協働で進めていきます。

**応募方法・締め切り日** とともに上記「制作協力者・ワークショップ参加者募集」と同じです。ただし、必要事項は【氏名・住所・電話番号】のみをご記入ください。

共通申し込み・問い合わせ 市生涯学習課(〒300-1211牛久市柏田町1606-1牛久市中央生涯学習センター内) ☎871-2301 FAX871-1334 (第2・第4月曜日は休館)



# 8月20日(土) 女化夏祭り

午前10時～午後3時  
場所：女化青年研修所

雨天決行※内容が変更になる場合があります。

**がんばれ東日本 がんばれ牛久 がんばる女化!**

～ 届けます… 女化の熱い心 やさしい風 ～

## ★写真展 新 女化物語

【期間】 8月13日(土)～22日(月) 午前10時～午後5時(最終日は午後4時まで)

【テーマ】「現代の人と文化」

【撮影・構成】 佐々木 元彦氏(日本写真家協会会員)

## ★講演会

【日時】 8月20日(土)  
午前10時～11時

【演題】「女化狐と開拓史」

【講師】 女化開拓史執筆者 鈴木 久 先生

【定員】 50人※先着順。【参加費】 無料

【申し込み方法】 FAX でお申し込みください。

【申込締め切り日】 8月10日(水)



## 女化遊・遊広場 (午前10時～午後3時)

- 舞台発表(午前11時～)  
第二幼稚園、牛久市民吹奏楽団、女化太鼓、手具健康体操トライビクス
- なつかしい遊び(午前10時～)  
ヨーヨー釣り、金魚すくい ほか

## 女化楽・楽広場 (午前10時～正午) (体験教室)

- 小学生宿題お助け教室  
「やさしいおもちゃづくり」  
【定員】 15人(低学年は保護者同伴で。定員になり次第締め切ります)  
【参加費】 400円  
【持ち物】 500mlのペットボトル(四角いもの)、飲料水  
「懐かしいおもちゃづくり」  
【定員】 15人(低学年は保護者同伴で。定員になり次第締め切ります)  
【参加費】 300円 【持ち物】 飲料水
- 環境にやさしいエコ教室  
「多肉植物の寄せ植え」  
【定員】 15人(低学年は保護者同伴で。定員になり次第締め切ります)  
【参加費】 500円  
【持ち物】 先の細いピンセット、飲料水

## 女化から被災地へ (午前10時～午後3時)

### 応援メッセージ ～チャリティー&エコ～

- ☆うちわに描こう…1本300円
  - ☆きつねのお面をつけよう(当たりくじ付き)…1枚300円
  - ☆エコ布ぞうり作りパフォーマンス
- ※売り上げの一部はチャリティーといたします。

## 女化マーケットオープン (午前11時～午後3時)

女化産<新>ゆでとうもろこし… **500本無料**

やきそば、から揚げ…各200円

かき氷、とん汁、石窯ピザ、女化まんじゅう、焼き物(イカ、野菜)…各100円

赤飯、おいなりさん、地場産新鮮野菜…格安販売

※品物が売り切れ次第閉店となります。

※駐車場は女化神社(8月13日(土)～22日(月))となります。神社からワゴン車で送迎有り(8月20日(土)のみ)。

主催 女化行政区、女化文化芸術活動推進協議会  
※講演会、体験教室は事前に申し込みが必要です。  
申し込み・問い合わせ 女化文化芸術活動推進協議会  
☎・FAX872-0442※申し込みは、FAXで火曜日～木曜日の午前9時～午後4時にお願いします。

### 夏の健康管理



熱中症と食中毒に注意しましょう。特に熱中症は、進行が早く短時間で重症化しやすいので、節電対策で我慢すぎないようにしましょう。

市健康管理課 ☎1743





## 地区社協活動報告会

「新たな支えあいのまちづくり」

牛久市

社会福祉協議会

は、一人の不幸も見逃さない地域づくりを目指し、おおむね小学校区を範囲とした住民主体による新たな支えあいの活動基盤として、地区社協づくり事業を進めています。市内全地区社協の設立に向け、広く市民の皆さんに趣旨をご理解いただくため、「地区社協活動報告会」を開催します。



日時 8月9日(火)午後1時30分～3時30分

場所 市中央生涯学習センター文化ホール

内容 基調講話、地域実態調査結果報告、シンポジウム「牛久市における地区社協活動の実践」

講師 長谷川幸介先生(茨城大学准教授)、外岡仁先生(『江戸しぐさ』・江戸文化研究会主宰)

共催 牛久小小学区地区社会福祉協議会、二小小学区地区社会福祉協

議

議会、奥野小地区社会福祉協議会、牛久市社会福祉協議会

問い合わせ 牛久市社会福祉協議会 ☎871・1295

## 市内保育園の子育て支援

親子で一緒にあそびましょう。

★「すくすく広場」ふたばランド保育園

日程 8月3日(水)「水遊び」

問い合わせ ふたばランド保育園 (中央5・5・2) ☎873・5528

528

★「ジュニアひろば」つつじが丘ふたばランド保育園

日程 8月24日(水)「たまご先生とふれあい遊び」

問い合わせ つつじが丘ふたばランド保育園(田宮町199-1) ☎871・6928

※「すくすく広場」、「ピヨピヨひろば」はともに各先着20組。各日午前10時から30～40分程度の活動となります。開始時間までに保育園にお越しください。

【ふたばランド保育園・つつじが丘ふたばランド保育園開放日】

利用時間 月曜日～金曜日の午前9時～午後1時、午後3時～4時

※園開放日はどなたでもご利用できます。

★「ペンギンクラブ」つばめ保育園

お友達と一緒にプール遊びを楽しみましょう。

日程 8月30日(火)午前10時～「プール遊び」

参加費 1回500円(会員制)

持ち物 水着、帽子、着替え、バスタオル、水筒

申し込み・問い合わせ つばめ保育園(遠山町764-1) ☎871・5740

## 私立幼稚園入園児募集

入園案内書・願書の配布 9月1日(木)～

入園願書の受付開始日 10月3日(月)～

※各幼稚園から入園案内および入園願書の各家庭への郵送は行いません。

※詳しくは、ご希望の幼稚園にお問い合わせください。

※説明会は各幼稚園で行います。

なお、見学は随時行っていますので、電話連絡(下表参照)の上お越しください。

幼稚園名

入園説明会・公開保育

問い合わせ

幼稚園名	入園説明会・公開保育	問い合わせ
牛久幼稚園	9月16日(金)午前10時30分～(公開保育)、午前11時～(入園説明会)	☎874-2246
ひたち野牛久幼稚園	9月13日(火)午前10時15分～(公開保育)、午前11時～(入園説明会)	☎843-1120
フレンド幼稚園	9月6日(火)午前10時30分～(入園説明会)	☎873-7435
かわい幼稚園	9月19日(月)午前10時～(入園説明会)	☎872-7887
牛久文化幼稚園	9月10日(土)午前10時～(入園説明会)	☎873-8253
こばと幼稚園	9月16日(金)午前10時～(入園説明会)	☎873-0147



## 第2回うしく菊まつりに 参加してみませんか？

うしく菊まつり実行委員会では、先に開催されたうしくかっぱ祭り会場で、新種の「菊の苗」を配布しました。第2回うしく菊まつりでは、皆さんが育て開花した菊を展示する予定です。大切に育てた菊をぜひ出展してください。出展の詳細は後日、広報紙などお知らせします。

また、併せて菊まつりの開催、運営をお手伝いいただける方も募集しています。詳しくは実行委員会までお問い合わせください。  
お問い合わせ うしく菊まつり実行委員会(市商工観光課内) ☎内線2551、2552

## 平成24年牛久市成人式 実行委員の募集

平成24年1月8日(日)牛久市成人式の開催にあたり、成人式実行委員を募集します。活動内容は、成人式(第二部)の企画・運営です。ぜひご参加ください。

★成人式実行委員会日程予定  
日程 9月17日(土)、10月16日(日)、11月13日(日)・27日(日)、12月4日(日)・18日(日)、27日

(火)の計7回  
時間 午後1時30分  
場所 市中央生涯学習センター(中講座室)

準備・リハーサル 平成24年1月7日(土)午後1時30分  
成人式 平成24年1月8日(日)  
【受付】午前10時～、【式典】午前11時～  
対象 平成3年4月2日～平成4年4月1日までの出生者

応募方法 住所、氏名、性別、電話番号をはがきに記載の上、〒300-1211牛久市柏田町1606-1(市中央生涯学習センター内)市生涯学習課成人式実行委員募集係までお送りください。  
申込締め切り日 8月31日(水)必着

問い合わせ 市生涯学習課(中央生涯学習センター内) ☎871・2301

## うしくみらいエコフェスタ ボランティア募集

みんなではぐくむ ECOひろ今年「うしくみらいエコフェスタ」は、10月23日(日)に開催します。昨年、7000人もの来場

者の方が、エコについて楽しみながら学びました。今年も、幅広い年代の方に、来場していただき、ECOこころを育んでいただきたいと思います。今回、一緒にエコフェスタを盛り上げてくださるボランティアを募集します。環境保全に興味がある方、体力に自信がある方、ボランティアをしたい方お待ちしています。

活動内容 会場準備手伝い(10月22日・23日)、マット引き、ブース手伝い、テント設置  
お問い合わせ うしくみらいエコフェスタ実行委員会事務局(市環境政策課内) ☎内線1563

## 稲敷広域消防吏員募集

試験日 9月18日(日)  
試験会場 龍ヶ崎消防署  
職種 消防吏員  
採用予定人数 9人以内  
採用時期 平成24年4月1日  
受付期間 8月1日(月)～25日(木)

受付場所 稲敷広域消防本部総務課(龍ヶ崎市3571番地の1) 申し込み・問い合わせ 稲敷広域消防本部総務課 ☎0297・64・3743

## 臨時職員、パートタイム職員募集

牛久市社会福祉協議会  
募集職種(各若干名)  
①牛久ふれあい保育園保育士業務 臨時職員  
②牛久ふれあい保育園看護師業務 パートタイム職員  
③知的障害者デイサービス業務臨時職員

応募資格 普通運転免許のほか、  
①の業務：保育士有資格者、②の業務：看護師有資格者、③の業務：障害者施設などでの勤務経験があるか、障害者福祉に関心のある方  
募集期間 8月1日(月)～8月15日(月)  
選考方法 8月18日(木)面接試験 予定

※詳細はお問い合わせください。  
申し込み方法 写真を添付した市販の履歴書を牛久市社会福祉協議会事務局(市役所分庁舎内)まで持参してください。(郵送不可)

申し込み・問い合わせ 牛久市社会福祉協議会 ☎871・1295

### 夏の健康管理



熱中症と食中毒に注意しましょう。特に熱中症は、進行が早く短時間で重症化しやすいので、節電対策で我慢すぎないようにしましょう。



## 小学生模擬議会の傍聴

**小** この模擬議会は、今世紀を担って行く小学生に、地方自治の仕組みを学び、市の政策決定の過程や市議会の運営方法などを体験し、理解してもらうために開催するものです。市内の各小学校から2人ずつの児童が模擬議員として質問します。どなたでも傍聴できますので、ぜひお越しください。

日時 8月10日(水)午後1時30分開会  
場所 市議会議場(市役所本庁舎4階)※傍聴席は5階です。  
問い合わせ 市市民活動課 ☎内線 1632

## 夏休みバス遠足参加者募集

### ★梨狩りと筑波山遠足

今年も企画しました。たくさんのご参加お待ちしております！(当日会員になられる方大歓迎！もちろん会員料金で参加OK！)

日程 8月28日(日)午前8時15分  
市役所保健センター前集合、午前8時30分出発(時間厳守)、午後5時帰着予定

対象 市内に在住の母子・父子家庭の親子

参加費 【会員】大人1000円、子ども(中学生以下)500円、

【非会員】大人2000円、子ども(中学生以下)1000円※入場料、保険代、昼食代など含む。

持ち物 参加費、帽子、飲み物など  
申し込み方法 【非会員】市児童福祉課(☎内線1733)、【会員の方】一守会長(☎872・0897)までお申し込みください。

申込締め切り日 8月15日(月)  
主催 牛久市母子寡婦福祉会(サルービアの会)

問い合わせ 市児童福祉課 ☎内線 1733

## 講師同行「奥の細道縁の地」

### 「鮎やかな体験」バス紀行

日時 9月13日(火)午前8時出発、午後6時帰着予定

集合・解散場所 牛久駅東口(常陽銀行前)

内容 雲巖寺(太田原市)、芭蕉の館ほか

定員 45人※先着順。

参加費 5000円(昼食代ほか)  
申し込み方法 往復はがき(返信用に宛先記入)に「奥の細道バス紀行希望」と記入の上、住所、氏名、年齢、電話番号を明記の

上〒300・1235牛久市  
刈谷町1・36・4 高木英治

宛てに送付してください。

申込締め切り日 8月20日(土)  
主催 県南地域高齢者はつらつ百人委員会

申し込み・問い合わせ 高木 ☎90・9242・7476

## マミィグース(女性コーラス)団員募集

懐かしい歌、新しい歌を楽しく語らいながら歌っています。

日時 毎月第2・第4水曜日午前10時〜11時30分ごろ  
場所 田宮町359・2宮本宅(葉師寺裏)

練習曲 懐かしのメドレー、いのちの歌、明日に旅立つ君になど  
対象 女性の方  
月会費 2000円

問い合わせ 宮本 ☎872・0378

## 栄西剣道クラブ 新入会員募集

剣道をやってみみたい方、興味のある方、礼儀を身に付けたい方、親子で楽しみたい方、ぜひ当クラブにどうぞ！少人数ですが楽しく

練習しています。見学、体験を随時受け付け中ですので、ご希望の方はご連絡ください(1カ月無料体験あり)。※剣道衣・防具は無料でお貸しします。

日時 日曜日午前9時〜11時  
場所 中根小学校体育館

対象 小学生〜成人  
月会費 1500円(入会金1000円別途)

問い合わせ 岡野 ☎872・4866、毛綱 ☎873・5748

## 若返りらく楽ストレッチ

毎日、簡単にできる若返り法をお教えします。我々「ポノポノクラブ」では、ハワイに昔から伝わる魔法の言葉「ホ・オポノポノ」の精神を活用しながら、「ゆがんだエネルギーを元の状態に戻すこと」、すなわち、自然な状態に戻すことがバランスをとることであり、若さを引き出す最大のポイントと考えています。

日時 8月11日(木)午前10時〜11時30分  
場所 市中央生涯学習センター和室(2階)

講師 NPO法人ポノポノクラブ





インストラクター

参加費 無料

申し込み・問い合わせ ポノポノ  
クラブ事務局 ☎858・0333

## 第12回秋の牛久市民硬式テニス教室開催

開講日 9月4日(日)・11日(日)・18日(日)・19日(月)・祝 ※全4

回(予備日9月25日、10月2日)

時間 午前9時～正午(初日は午前8時受け付け開始、午前8時30分説明。以後、午前9時開始)

場所 牛久運動公園サンシャインテニスコート

対象 市内に在住・在勤・在学の小学生以上

定員 一般30人、小学生10人

参加費 1人2500円(当日)持ち物 運動できる服装で、シューズとラケット必須

申込期間 8月1日(月)～20日(土)

主催 牛久市体育協会 硬式テニス部

申し込み・問い合わせ 牛久市体育協会事務局(牛久運動公園内)

☎873・2486

## うたごえ喫茶 in 牛久 (要予約)

皆さん「うたごえ喫茶 in 牛久」は、おかげさまで、昨秋で10年目を迎えました。さらに新たな10年を目指し、明るく、また、楽しく歌い続けていきたいと思えます。青春のうたや「世界の歌」懐かしの歌を、アコーデオンやピアノ、ギターの響きとともに歌いませんか。

※飲食物持ち込みは自由です。日時 8月6日(土)午後5時30分～8時30分

場所 喫茶店「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」

問い合わせ 伊藤 ☎080・1076・4209、若井090・2536・8010

## 夜のダイエット講座

現役カリスマトレーナーが生理学、解剖学、栄養学など科学的根拠をもとに、ダイエットの秘策をコツコツ教えます。美しさや若さの秘訣はズバリ2つ：続きは当日。日時 8月25日(木)午後7時30分～8時30分

場所 市中央生涯学習センター音楽室(2階)

内容 講義&美しくなるエクササイズ

対象 美しくなりたい女性限定(中高年大歓迎)

定員 10人(先着順、要予約)

参加費 500円

持ち物 運動できる服装、シューズ、飲み物、タオル、計算機

申込締め切り日 8月18日(木) ※「広報うしく7月1日号」28ページの「女性限定ヨガサークル」の問い合わせ先電話番号に誤りがありました。お呼びいたします。

問い合わせ 浜田 ☎090・9689・3471

## 第41回てんかん市民講座

てんかん身近な病気Q&A  
日時 8月28日(日)午後0時30分 開場

場所 市中央生涯学習センター大講座室(1階)

演題 「てんかん：身近な病気Q&A」

内容【講演】午後1時15分～2時15分、【休憩】午後2時15分～2時30分(質問アンケート受け付け)、【質疑応答】午後2時30分～

3時20分

講師 榎本貴夫先生(つくばセントラル病院・脳神経外科医師)

対象 牛久市と県南地域を重点に てんかんの当事者、家族、保育・教育・福祉現場の職員のほか一般市民も歓迎。約100人(予約不要)。

参加費 無料(非会員は資料代1000円)※保育(料金1人300円)を希望する方は8月20日(土)までにお申し込み願います。

主催・共催 日本てんかん協会茨城県支部、茨城県難病団体連絡協議会

後援 茨城県教育委員会、牛久市社会福祉協議会

申し込み・問い合わせ 日本てんかん協会茨城県支部(鈴木)

☎・FAX 029・269・4084

ホームページ <http://www.akari-dhan.com>

「広報うしく」は、毎月1日発行(政区配布)と15日号(新聞折り込み)の月2回発行しています。市ホームページでも全ての内容を掲載しています。また、市内の各公共施設、金融機関、コンビニエンスストア(一部を除く)などに用意しています。

「うしく」利用ください。

### 夏の健康管理



熱中症と食中毒に注意しましょう。特に熱中症は、進行が早く短時間で重症化しやすいので、節電対策で我慢すぎないようにしましょう。

市健康管理課 ☎1743



## あなたの家に住宅用火災 警報器は付いていますか？

平成23年6月1日から、全  
国すべての住宅に設置するこ  
とが義務付けられました。  
問い合わせ 稲敷広域消防本  
部 予防課 ☎0297・64・  
3744

## 光と音でコミュニケーション

### モールス信号で楽しもう 子どもゆめ基金助成事業

日時 8月20日(土)・21日(日)午  
後1時〜5時  
場所 ひたち野うしく駅東口ル  
ネ・インナープレイス1階「ギヤ  
ラリーSSO」および近隣の  
公園

内容 モールス信号発生機製作か  
ら交信体験まで  
対象 小学校4年生〜中学3年生  
定員 20人  
参加費 700円(キット含む)  
申し込み方法 8月15日(月)まで  
にFAX(885・6707)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

問い合わせ 中川 ☎080・67  
21・0625

## ミニミニ講座

### 好きなビーズで、指輪やネックレス を作ってみよう

日時 8月19日(金)午前10時〜正  
午

場所 市中央生涯学習センター小  
講座室(2階)

対象 小学生  
定員 先着10人

参加費 500円(材料費)

主催 牛久子育てネットワーク紡  
ぎの輪

申し込み・問い合わせ 石川 ☎0  
80・6522・2802

## 筑波銀行年金無料相談 (要予約)

日時 8月23日(火)午前10時〜午  
後3時

場所 筑波銀行牛久支店会議室  
(2階)

相談内容 年金受給に関する手続  
きなど

相談料 無料  
持ち物 年金手帳など

※「すまいるプラザ牛久」(筑波銀

行ひたち野うしく支店内)では、  
毎月第2土曜日に、年金相談の  
窓口を設け年金相談に応じてい  
ます。

問い合わせ 筑波銀行牛久支店  
(出口) ☎872・1310、牛  
久中央支店(岡田) ☎873・3  
133、牛久東支店(加藤) ☎8  
74・2121

## 市民木工祭参加者募集

恒例の市民木工祭を開催。どな  
たでも自分で作りたいオンリーワン  
の木工作品やお子さんの夏休みの宿  
題で木工作品などに挑戦できるよ。  
日時 8月21日(日)午前8時30  
分〜午後3時

場所 「藤屋」材木店(つくば市大  
井1731-5)

参加費 1家族2000円(一人  
での参加は1000円)

※材料、道具、作業指導込み

申し込み・問い合わせ 「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

日時 8月7日(日)午後2時〜5時

場所 エスカード生涯学習セン  
ター第1講座室(エスカード牛  
久4階)

演題 「原発の開発と事故の歴史」

内容 世界初の原発震災となった  
福島第一原発。しかし、原発事  
故はこれが最初ではありません  
でした。原発はどのようにして  
生まれてきたのか。そしてどの  
ような事故があったのか、放射  
能被ばくの危険とは、緊急報告  
します。

講師 杉森弘之氏

参加費 300円(資料代)

主催 牛久史談会

問い合わせ 事務局(染谷) ☎09  
0・7948・3361

## 健康呼吸法体操のお知 らせ

日時 8月5日(金)・11日(木)・  
18日(木)・26日(金)の午後1時  
30分クラスおよび午後3時30分  
クラス

場所 エスカード生涯学習セン  
ター講座室(エスカード牛久4  
階)

内容 タオルを使った気功による  
楽しいお手軽体操、健康維持を  
目的とした呼吸法(時間は約50

分)

目的とした呼吸法(時間は約50





森においでよ!

# 牛久自然観察の森 8月のイベント案内

## ★野鳥のバッジ作り 協力:バードカービング同好会

7日(日)1回目午前10時~正午、2回目午後1時~3時  
フクロウまたはカワセミの木製バッジを作ります。

- \*定員:各回20人\*2日(火)から電話で受け付け。
- \*参加費300円。\*ネイチャーセンターレクチャー室集合。
- \*道具や材料は準備してあります。

## ★こども昆虫教室「はじめての標本作り」

14日(日)午前10時~正午

- \*小学校低学年向けの内容です。\*参加費:500円。
- \*2日(火)から電話で受け付け。定員20人。
- \*ネイチャーセンターレクチャー室集合。雨天決行。

## ★バードウォッチング 協力:牛久とりの会

21日(日)午前8時~10時(参加無料)

- \*当日受け付け。ネイチャーセンター前集合。
- \*田んぼでサギ類の飛来に期待。\*雨天時中止。

## ★森のどうぶつしょうぎ大会「はじめてのどうぶつしょうぎ」

20日(土)午前10時~正午

ルールを覚えて、  
みんなで練習してみましょう!  
上手になれるアドバイスや  
森の動物ミニ解説も行います。



「ここに駒を  
すまようかな?」

- \*定員:20人\*参加費300円。\*2日(火)から電話で受け付け。
- \*小学校低学年~大人対象。子どもだけの参加も可能です。
- \*ネイチャーセンターレクチャー室集合(雨天決行)。

## ★森のおもちゃ作り「とんとんキツツキ」

28日(日)午前10時~11時30分、午後1時~2時30分

のこぎりで切った丸太を組み合わせておもちゃを作ります。

- \*2日(火)から電話で受け付け。\*参加費300円。
- \*定員:各回10人。\*ネイチャーセンター前集合。\*雨天決行。

その他、夏休みのイベントの情報や詳細は

ホームページまたは「森のしんぶん」に掲載しています。

開園時間:午前9時~午後4時45分(入園無料)

8月の休園日:1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)

〒300-1212 牛久市結束町489-1 ☎ 874-6600 FAX 874-6812

Eメール [kansatsu@city.ushiku.ibaraki.jp](mailto:kansatsu@city.ushiku.ibaraki.jp)

ホームページ <http://www.city.ushiku.ibaraki.jp/section/kansatsu/index.htm>



「野鳥のバッジ」

「とんとんキツツキ」

電気は正しく安全に使しましょう!

8月は経済産業省主催の  
電気使用安全月間です

http://www.kdh.or.jp/

関東電気保安協会

## 8月は電気使用安全月間です

分。毎回健康情報レポートを提  
供)  
効果 血行促進、免疫力向上、自  
然治癒力増強、自律神経のバラ  
ンス、低体温の改善  
参加費 1回につき500円(予  
約制)  
申し込み・問い合わせ NPO法  
人月曜クラブ ☎874・876  
6(月~土曜日午後2時~7時)

## 牛久の巨樹

島田町永沼家のサイカチ

### サイカチ

本州~九州の河原などに生える  
落葉高木。県内では全域に点々と  
分布。市内には自生はなく、島田  
町永沼家の門に幹周4.2mに及び  
巨木があります。昔魔除けとして  
利用する風習があったそうで、同  
家の先祖が植えたものと推察され  
ます。花は黄緑色、5~6月開花。  
果実は鞘状で長さ20~30cm、1cmほ  
どの種子が10~25個入っています。  
種子にはサポニンを含み、かつては  
民生薬や洗剤に使われました。ゴ  
ツゴツした樹皮に鋭いとげが出て  
いる様子を見て、恐竜の顔を想像  
しながら写真を撮りました。



資料提供: NPO法人うしく里山  
の会(巨木リサーチ) (文・写  
真とも戸塚昌宏)

問い合わせ 市緑化推進課 ☎内線  
1511

### 夏の健康管理



熱中症と食中毒に注意しましょう。特に熱中症は、進行が早く短時間  
で重症化しやすいので、節電対策で我慢すぎないようにしましょう。

市健康管理課 ☎1743