

広報うしく

2012.10.15

USHIKU CITY NEWS

第1083号
茨城県牛久市

お知らせ版

主な内容

- ◆市内56カ所の放射線量率一覧表…2P
- ◆暮らしの情報…3P
 - ・総務省一日合同行政相談所開設
 - ・第6回健康講座
 - ・みんなの広場 in クリーンセンター
 - ・日本フィルハーモニー交響楽団演奏会先行販売
- ◆11月の保健活動・各種相談…10P

第1回 みんなのしあわせ見本市

11/17
土

見て 聴いて 触れて 楽しもう

入場無料

午前9時30分～午後3時30分

牛久運動公園体育館(雨天決行)

※上履き(運動靴など)をご持参ください。

4つのおまつりが1つになって
生まれ変わりました!



★ 講演会(全講演に手話通訳あり) ★

- ◇「糖尿病診断アクセス革命」【午前10時～11時15分】／矢作直也医師(筑波大学准教授)
 - ◇「親子の絆を考える」～子どもの心を育む子育て～【午前10時30分～11時30分】
／石浜みち子氏(親子の絆を考える会代表)
 - ◇「ロコモティブシンドローム」(介護予防)【午後1時～2時15分】／石橋英明医師(埼玉県伊奈病院整形外科部長)
 - ◇「ストレスとこころの健康」(要約筆記あり)【午後1時30分～2時45分】／高岡美記氏(カウンセラー)
- ※講演時、託児あり(生後6カ月児～未就学児限定)先着30人。11月1日(木)から電話予約。

★ 見て・聴いて・触れて ★

- ◇福祉機器などの展示…ロボットスーツ HAL®の試着
- ◇福祉車両・救急車の展示 ◇救急法
- ◇血糖検査・口腔がん検診(午後)・骨密度検査・頭の元気度測定など
- ◇介護予防ニュースポーツ…スクエアステップ ほか
- ◇食育コーナー
- ◇相談コーナー…家族会、医師会、歯科医師会、薬剤師会 ほか
- ◇各種健康チェックコーナー…東洋医学のからだのツボ、お肌の健康 ほか
- ◇民生委員児童委員、牛久市障害者連合会参加

★ 楽しむ ★

- ◇盲導犬と触れ合い
【体験時間①午前10時30分～、②午後1時30分～】
先着各20人※年齢制限あり。
- ◇バルーンアート【午前10時～午後2時】
- ◇おくのガマガール【午後0時30分～】…ガマの油売り口上披露

★ 体験 ★

- ◇ちびっこ集まれ…わくわくランド
 - ◇無料運動体験…サーキットトレーニング、トレーニングマシン(対象:高校生以上)
 - ◇自分の身体を知ろう…体カテスト、体組成計測定
- ### ★ 食べる・買う ★
- ◇学校給食大人気メニュー「スープの無料提供」
 - ◇障がい者施設支援団体…陶芸、藤細工、手芸、アクセサリー
 - ◇健診朝市団体…おすし、シフォンケーキ ほか
 - ◇うしくグリーンファーム…焼き栗
 - ◇いばらきコープ移動店舗「ふれあい便」

かっぱ号に乗ってアンケート

～会場にはかっぱ号で来てね!～

- ・アンケートに答えてプレゼント抽選
- ・乗り物エンピツづくり ・かっぱ号クラフトづくり

主催 牛久市

問 健康管理課 ☎内線1743

市内56カ所の放射線量率一覧表(保育園・幼稚園・小中学校・高校・公園など)

毎月第2・第4火曜日と同週の木曜日に測定している市内56カ所の放射線量率について、前回との比較ができるよう掲載しています。また、除染状況や取り組み、数字の意味なども随時お知らせします。

(単位：マイクロシーベルト/時)

施設名		測定日		測定 の高さ
		9/11・13	9/25・27	
保育園	中央保育園	0.108	0.102	0.5m
	上町保育園	0.150	0.150	
	つつじが丘保育園	0.094	0.084	
	向原保育園	0.088	0.088	
	栄町保育園	0.131	0.129	
	下根保育園	0.141	0.139	
	つばめ保育園	0.117	0.106	
	つばめ保育園牛久駅前分園	0.100	0.098	
	ふたばランド保育園	0.117	0.138	
	つつじが丘ふたばランド保育園	0.086	0.092	
	牛久保育園	0.112	0.118	
	牛久ひかり保育園	0.171	0.165	
牛久ふれあい保育園分園	0.167	0.159		
ひたち野うしく保育園つくしんぼ	0.073	0.076		
幼稚園	第二幼稚園	0.142	0.132	0.5m
	かわい幼稚園	0.159	0.161	
	牛久幼稚園	0.118	0.125	
	ひたち野牛久幼稚園	0.145	0.137	
	こばと幼稚園	0.110	0.102	
	フレンド幼稚園	0.098	0.088	
	牛久文化幼稚園	0.104	0.113	
	牛久教会こどものいえ幼稚園	0.092	0.092	
小学校	牛久小学校	0.127	0.121	0.5m
	岡田小学校	0.122	0.122	
	奥野小学校	0.123	0.143	
	牛久第二小学校	0.182	0.200	
	中根小学校・第一幼稚園	0.139	0.141	
	向台小学校・牛久ふれあい保育園	0.121	0.127	
	神谷小学校	0.117	0.092	
	ひたち野うしく小学校	0.149	0.147	

施設名		測定日		測定 の高さ
		9/11・13	9/25・27	
中学校	牛久第一中学校	0.150	0.131	1m
	牛久第二中学校	0.161	0.169	
	牛久第三中学校	0.113	0.119	
	下根中学校	0.127	0.145	
	牛久南中学校	0.134	0.136	
高校	牛久高校	0.143	0.161	1m
	東洋大学附属牛久高校	0.161	0.165	
	牛久栄進高校	0.122	0.120	
その他	こども発達支援センターのぞみ園	0.145	0.159	0.5m
	神谷小さくら台児童クラブ	0.175	0.163	
	教育センターきぼうの広場	0.165	0.188	
	牛久クリーンセンター	0.178	0.171	1m
	牛久自然観察の森	0.190	0.190	0.5m
公園	ひたち野みずべ公園	0.221	0.202	0.5m
	ひたち野さくら公園	0.082	0.086	
	ひたち野おやま公園	0.261	0.076	
	刈谷第1街区公園	0.134	0.146	
	本町第1街区公園	0.144	0.140	
	田宮東街区公園	0.079	0.067	
	みどり野第1街区公園	0.075	0.083	
	小坂第1街区公園	0.082	0.094	
	柏田第2街区公園	0.078	0.084	
	栄町第1街区公園	0.073	0.065	
	牛久運動公園	0.163	0.153	
	牛久運動広場	0.123	0.125	
	奥野運動広場	0.159	0.155	

※測定器：エネルギー補償型ガンマ線用シンチレーションサーベイメータ TCS-172B (日立アロカメディカル(株))を使用。

※測定の高さ：小学生以下の子どもが多く利用する施設は地上0.5m、その他施設は地上1mの高さで測定しています。

■追加被ばく線量の低下のために…

市は「年間1ミリシーベルト以下＝毎時0.23マイクロシーベルト以下」を目指します。

●放射線の基礎【第7回】 放射線の人体への影響(2)「しきい線量」

どの程度の放射線を被ばくすると、身体に影響を及ぼすのかの境になる線量の値を「しきい値」といいます。ICRP (国際放射線防護委員会：放射線防護に関する勧告を行う民間学術組織)によれば、しきい値として年間100ミリシーベルト以上の放射線を浴びた場合、死亡率が0.5%増加することが分かっています。100ミリシーベルトより低い線量では、^{がん}癌による死亡率が増加する可能性は否定できないものの、現在の科学では明確な答えが出ていません。人体への影響が有るのか無いのかを考えるとときの仮説として、ICRP 勧告の LNT 仮説があります。この仮説は、広島・長崎の原爆被爆者の健康影響調査から得られた高線量領域での線量と癌の発生確率を、低線量域まで直線的に続くと考えて発がんリスクを推定する方法です。

この仮説に沿って低線量でも死亡率が直線的に増加すると仮定した場合、年間被ばく線量5ミリシーベルトで0.025%、2ミリシーベルトでは0.01%増加すると推定されます。しかし、身の回りには喫煙や生活習慣など他の発がんリスクがあり、統計的に区別できるデータが表れてこないため、低線量の長期被ばくによる発がんリスクを評価することができていません。

次回は「放射線の人体への影響(3)確定的影響と確率的影響」についてです。

暮らしの情報



問…問い合わせ
申…申し込み
HP…ホームページアドレス
牛久市役所 ☎029-873-2111(代表)

総務省一日合同行政相談所開設

総務省では、10月15日から21日までの「行政相談週間」に伴い、一日合同行政相談所を開設します。行政に関するご意見・ご要望をお聴きし、その解決や実現の促進を図るとともに、皆さんの声を行政の制度および運営の改善に生かします。

日時 11月1日(木)午前10時30分～午後3時

場所 土浦市民会館(1階会議室)
※この他にも、牛久市では毎月第1月曜日に行政相談を実施しています。日程などについては市総務課へお問い合わせください。

問 「一日合同行政相談に関すること」…総務省茨城行政評価事務所行政相談課 ☎029・221・3347、「行政相談の相談日などに関すること」…市総務課 ☎内線1012

第6回健康講座

知って、防ごう！脳卒中

こんな前触れ症状に注意！

脳卒中は生活習慣との関連が深く、発症するとさまざまな後遺症を残すことがあります。正しい知識を学んで、予防することが大切です。

今回は、脳卒中の基礎知識から予防と早期発見について竹下幹彦先生にご講演いただきます。併せて栄養士から、脳卒中予防の栄養講話とイワシ缶バターの試食があります。

日時 11月8日(木)午後1時30分～3時30分

場所 市保健センター研修室(2階)
テーマ 「知って、防ごう！脳卒中」
「こんな前触れ症状に注意！」
講師 竹下幹彦先生(牛久愛和総合病院副院長・脳神経外科部長)
参加費 無料
申し込み方法 窓口、電話、FAX

休日納税・納税相談

市では、月2回日曜日に休日納税・納税相談の窓口業務を行っています。

取り扱い内容も市税だけでなく、使用料なども含めて収納できる窓口としています。お手数ですが、来庁の際には納付書をお持ちください。

日時 10月28日、11月4日・25日の各日曜日の午前8時30分～午後5時15分

場所 総合窓口課内

取り扱い内容 市県民税、固定資産税、軽自動車税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、下水道使用料、介護保険料、市営住宅使用料、保育園保育料、給食費、口座振替申し込み、納税相談

問 収納課 ☎内線1061～1064

みんなの広場 in クリーンセンター

毎年恒例、牛久クリーンセンターでイベントを開催します。みんなで参加してごみを減らしましょう！

日時 11月11日(日)午前10時～午後1時

後1時

場所 牛久クリーンセンター

内容 ①フリーマーケット、②再生家具販売、③エコバッグにお絵かき、④生ごみたい肥展示&配布、⑤ミニコンサート、⑥作品展、⑦ラジコン飛行機デモ飛行(雨天中止) ほか

入場料 無料

※ペットボトルキャップを5個以上持参するとプレゼントあり。

問 牛久クリーンセンター ☎830・9333

「広報うしく」は、毎月1日号(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。

第97回とくとく市

実りの秋をたっぷり召し上がれ♪

日時 10月28日(第4日曜日)午前

9時〜11時※雨天決行

場所 牛久市営青果市場(田宮町

624)

イベント

☆大好評♪新米「うしく河童米詰
め放題開催」(午前9時〜無く
なり次第終了)

☆サービス券付き「バナナ袋入り」

限定100個を格安販売(午前
9時45分から商品引換券を販
売。午前10時から商品引き換
え。無くなり次第終了)

※次回開催は11月25日(第4日曜
日)です。

※マイバッグをご持参ください。

問 牛久市営青果市場 ☎872・
0042

常陸太田秋祭り見学 参加者募集

姉妹都市交流事業

日程 11月17日(土)市中央生涯
学習センター発(午前7時30
分)〜常陸太田市旧里美地区で
ウォーキング(全長2・5kmの
山道、滑りやすい箇所あり、徒

歩1時間弱)〜秋祭り見学(鯨
が丘商店街※バスから会場ま
での往復は徒歩、坂道あり)〜
市中央生涯学習センター(午後
4時30分着予定)

※昨年と同じコースです。

対象・定員 健康で右記コースを
歩くことができる、市内に在住
および牛久市国際交流協会会
員の方160人

参加費 1000円(お昼の軽食
含む)

申し込み方法 参加希望者全員の
住所、氏名、年齢、性別、電
話番号、「常陸太田秋祭り見学
参加希望」と明記の上、①はが
き、②FAX、③ホームペー
ジからの入力いずれかの方
法でお願いします。①、②の
場合、下記までお申し込み
ください。③の場合は、牛久
市国際交流協会ホームページ
(<http://www.ushiku-shimin.jp/ucgtxq/index.htm>)から「常
陸太田秋祭り見学申し込み
フォーム」を開き、入力の上、
送信してください。いずれも、
申し込み1通につき2人まで
お申し込みできます。
※申し込みが定員を超えた場合

は、抽選となります。参加の
可否は11月上旬までにお知ら
せします。

申込締め切り日 10月25日(木)午
後5時必着

申・問 牛久市国際交流協会事務

局(〒300・1292牛久市
中央3・15・1市民活動課内)
☎内線1633 FAX873・2
512

小野川水運を検証す る旅に出ませんか

日程【第1回】10月27日(土)午

前10時〜講座、【第2回】11月4
日(日)〜つくば〜千葉県佐原、

【第3回】11月23日(金・祝)：

佐原市内〜野田市、【第4回】12

月9日(日)：行徳〜深川、【第

5回】平成25年1月19日(土)：

江戸東京博物館〜船の科学館

※第1回は座学2時間、第2回

以降はバスで現地を巡ります。

時間は終日予定。

対象・定員 市民30人

参加費 1500円(資料代)※そ
の他、各回入場料などの個人
負担あり。

申し込み方法 参加希望者はE
メールまたは電話でお申し込

みてください。

申・問

牛久市景観まちづくり

ネットワーク(坂) ☎873・7

903(午後6時以降受付) E

メール kyusaka@jcom.home.ne.jp

市内保育園の子育て 支援

★にこにこキッズ(市立保育園)

11月のテーマ【散歩に行こう】

保育園のお友達と一緒に遊びま
しょう！11月1日(木)午前9時から各
保育園で電話予約受け付けをします。

日程 ▽11月13日(火)：向原保

育園 ☎873・1440、栄

町保育園 ☎873・0863、

▽11月20日(火)：上町保育園

☎872・0358、下根保

育園 ☎830・7751、▽

11月27日(火)：中央保育園 ☎

875・0056、つつじが

丘保育園 ☎873・0140

実施時間 午前9時30分〜11時

ママと一緒にリズム 体操参加者募集

母親クラブめだかの学校

日時 11月16日(金)午前10時〜11

時30分

場所 市総合福祉センター

対象 平成22年4月～平成23年3月生まれのお子さんと保護者
定員 親子10組程度(応募者多数の場合は抽選)

参加費 活動に参加するお子さん1人につき1000円

持ち物 飲み物

申し込み方法 往復はがきの往信用に「親子の氏名、お子さんの生年月日、電話番号、FAX番号」、返信用の表には「保護者の住所、氏名」を記入し、

「〒300・1292牛久市中央3・15・1牛久市役所児童福祉課内めだかの学校 ママと一緒にリズム体操募集」係まで送付してください。

申込締め切り日 10月23日(火)必着
倉科 ☎090・2660・8762

★牛久市社会福祉協議会からのお知らせ★

★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 10月30日(火)、11月16日(金)
午前10時～正午

場所 市保健センター和室(1階)
参加費 無料

★はじめてボランティア講座★

ボランティア初心者向けの入門講座です。※当日受け付け可。

日時 10月18日(木)、11月15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」★

介護をしている方、介護を受けている方も一緒にご参加ください。

日時 11月12日(月)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、気軽に相談
参加費 無料

申・問 牛久市社会福祉協議会

☎871・1295 FAX871・1296(市役所分庁舎1階)

★スローステイしくチャンネル放送中！★

★茨城放送(一BS)AMラジオ1458kHz

★毎週水曜日の朝8時25分～(5分間番組)



平成24年度 文化庁地域発・文化芸術創造発信イニシアチブ事業

日本フィルハーモニー交響楽団演奏会 先行販売

牛久市、牛久市文化協会では、地域の人々が東日本大震災前の心のゆとりを少しでも取り戻し、癒しの時間を提供することを目的に、日本フィルハーモニー交響楽団演奏会を開催します。一般販売に先立ち、市民の方を優先に先行販売します。

◆日時 平成25年1月20日(日)午後2時30分開場、午後3時開演、午後5時終演予定

◆場所 市中央生涯学習センター文化ホール

◆入場料(全席指定) 【1階席】一般3,000円、小中学生2,000円、【2階席】一般2,000円、小中学生1,000円

※障がい者手帳をお持ちの方は500円引きとなります。※未就学児童の入場はできません。

※チケット購入者のみリハーサルの見学(午前11時30分～午後1時30分)ができます。料金は500円です。

◆曲目 モーツァルト交響曲第41番「ジュピター」、ベートーヴェン交響曲第6番「田園」 ほか

◆指揮 園田 隆一郎

◆先行販売日・場所 11月11日(日)午前9時～、市中央生涯学習センター大講座室

◆先行販売対象者 市内在住の市民の方

※購入の際、身分証明証などの提示をお願いします。※先行販売は市中央生涯学習センターのみで行います。

※発売当日の状況により整理券を配布する場合があります。

◆一般販売日・場所 11月18日(日)午前9時～、市中央生涯学習センター大講座室

※発売当日状況により整理券を配布する場合があります。※一般販売日まで未売した場合、販売は行いません。

電話予約は11月19日(月)からとなります。ただし、完売した場合電話予約は行いません。

◆主催 牛久市、牛久市文化協会(文化公演事業特別委員会)

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

問 牛久市文化協会事務局(市中央生涯学習センター内) ☎886-8993※第2・4月曜日休館。



ヨガ無料体験教室参加者募集

日時 10月31日(水)午後2時～3時30分

場所 三日月橋生涯学習センター

対象 市内に在住・在勤の方

定員 5人(先着順)

参加費 無料

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、運動しやすい服装

申・問 ヨガあやめ会(青山) ☎874・0234

健康呼吸法体操

日時 11月15日・22日・29日の木曜日午後2時30分クラス

場所 エスカード生涯学習センター第1講座室(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。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・問 NPO法人月曜クラブ(星野) ☎874・8766(月～金曜日午後1時～7時)

夜の「エアロビ+タイ式ヨガ」

日時 木曜日午後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 真似するだけのエアロビと呼吸中心のタイ式ヨガを30分ずつ行います。

対象 女性限定5人(中高年、初心者優先)

参加費 体験3回2000円※継続可。

持ち物 シューズ、ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、タオル※Gパン不可。

申・問 牛久スポーツサークル(浜田) ☎090・9689・3471

よさこい踊り体験会

日時 ①10月16日(火)午後1時～2時30分、②10月31日(水)、③11月29日(木)※②・③は午前10時～11時30分

場所 市中央生涯学習センター音楽室(①のみ多目的ホール)

対象 どなたでも(小さなお子さんがいる方も一緒にどうぞ)

参加費 無料

問 よさこいサークル(北岡) ☎090・3337・6504

紡ぎの輪「クリスマス会2012」

今年もクリスマス会を開催します。テーマは「クラウンと遊ぼう」。当日の司会進行、ハンド

ベル演奏、お店屋さん、工作のお手伝いなどに参加してくれる子どもスタッフを大募集します(大人スタッフも大募集)。

日時 12月2日(日)午後1時～4時

場所 ひたち野リフレ2階リフレプラザ

主催 牛久子育てネットワーク紡ぎの輪

後援 牛久市、牛久市教育委員会、牛久市社会福祉協議会

申・問 牛久子育てネットワーク紡ぎの輪(小野) ☎・FAX 874・1045、☎090・6945・7144

Eメール nifonama@zf7.so-net.ne.jp

牛久おもちゃ教室(参加無料)

★第84回おもちゃ作り「からっぽ万華鏡」

空っぽでも何が入っていない不思議な筒を作ります。

※市児童福祉課の子育て支援事業に参加しています。

日時 10月27日(土)午前10時30分～正午【毎月第4土曜日に定期開催※11月は会場の都合に

よりお休みです。】

場所 市総合福祉センター第3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 10月25日(木)までに電話でお申し込みください。

HP <http://www.ushiku-shimin.jp/uceg01>

★おもちゃの無料修理

日時 11月11日(日)午後1時～3時

【毎月第2・第4日曜日に定期開催※10月は都合により休診です。】

場所 神谷小さくら台児童クラブ(さくら台2・8・8)

問 牛久おもちゃクリニック(金子) ☎874・6416 HP <http://www.ushiku-shimin.jp/uc5813/>

場所 牛久沼水辺公園

対象 中高年、シニア世代

定員 20人(先着順)

参加費 無料

一緒に楽しく絵を描きませんか!

牛久沼の静かな沼畔でリラックスしながら、楽しく絵を描きま

しょう。

日時 11月1日(木)午前10時～午後3時(雨天順延・翌週木曜日)

場所 牛久沼水辺公園

対象 中高年、シニア世代

定員 20人(先着順)

参加費 無料

持ち物 画材、スケッチブック、
昼食、飲み物、椅子
申し込み方法 事前に電話でお申
し込みください。

申・問 福祉作業所kokoro
(写生係) ☎ 873・4232
(午前10時～午後5時)

秋の山野草展

牛久奥野山野草同好会の寄せ植え
作品を多数展示します。山野草の秋
の風情をたづね、堪能ください。

期間 10月21日(日)午後1時まで
開催中(通常午前9時～午後5
時)

場所 奥野生涯学習センターロビー
問 牛久奥野山野草同好会(根本)
☎ 873・4093

ツルカゴ教室参加者募集

「牛久自然観察の森」で自然のツ
ルを使って、かごを編んでみませ
んか?当日は当方でツルを用意し
ます。みそ汁も準備しますので、
おにぎりなどをご持参ください。

日時 10月28日(日)午前9時30分
現地集合
場所 牛久自然観察の森第一駐車

場 梅林奥の炭小屋前
定員 先着20人(大人のみ)
参加費 1500円(保険料含む)
※会員無料。

持ち物 おにぎり、おわん、箸、
飲み物、軍手、剪定はさみ、ツル(あ
る人のみ)※作業ができ、汚れて
もよい服装でお越しください。

主催 うしく里山の会
申し込み方法 電話でお申し込み
ください。

申・問 雨宮 ☎ 090・1877・
1057(午前9時～午後5時)

牛久愛和総合病院か らのお知らせ

★第28回「生活習慣病教室」開催
日時 10月25日(木)午後2時30分
から約1時間

場所 牛久愛和総合病院B館2階
大ホール
講師 伊藤昭彦(耳鼻咽喉科・医長)
テーマ 「耳のはなし(めまい・難
聴・耳鳴りについて)」

参加費 無料※予約不要。
★第14回「愛和健康まつり」開催
日時 10月28日(日)午前10時～午
後3時

場所 牛久愛和総合病院
内容 骨密度測定、体脂肪測定、

健康相談、模擬店、フリーマー
ケットなど
入場料 無料
問 牛久愛和総合病院総務課 ☎ 8
73・3111(代表)

放射能に負けない体 づくり試食勉強会

日時 11月9日(金)午前9時30
分～11時30分
場所 市中央生涯学習センター調
理実習室

内容 福島第一原発事故以後、県
南地域の汚染状況と子どもの健
康を守るために今何が大切かを
考えています。「放射能に負けな
い体づくり」を試食を交えなが
ら提案していきます。

参加費 無料
定員 30人※申し込み多数の場合
は抽選。

申込締め切り日 11月2日(金)
申・問 常総生活協同組合 ☎ 05
0・5511・3926

ぬくもりの会からの お知らせ

今月は「シルバリーハビリ体操」
を教えてください。普段あま
り体を動かさない方も無理なくで

きる体操ですので、動きやすい
服装でお越しください。後半は懇
談会です。近況や薬の事、症状や
対処などを話し合い、精神障害者
の家族として情報交換をしましよ
う。見学の方も歓迎します。

日時 10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 シルバリーハビリ体操、懇談会
講師 飯塚寿子氏

問 西村 ☎ FAX 870・0061

行政書士無料相談会

日時 10月27日(土)、11月24日
(土)、12月15日(土)午後1時～
4時※10月のみ午前10時から午
後4時。

場所 市中央生涯学習センター小
講座室
内容 相続、遺言、遺産分割、成
年後見制度、農地転用、会社設
立、訪問販売などにおけるクー
リングオフ、各種契約書作成な
どに関する事など※事前予約
不要、秘密厳守。

問 茨城県行政書士会県南支部 ☎
0299・26・2756

イヤーラウンドウ オーク参加者募集

日時 11月11日(日)午前8時30分～9時受け付け、午前9時集合
午前9時30分出発※雨天決行

集合場所 牛久駅東口ふれあい広場
コース 10km(団体歩行)。牛久駅東口～得月院・かっぱの碑
など～サワムラヤ靴店(午後2時解散)

定員 150人※定員になり次第締め切ります。

参加費 大人3000円(保険料含む)、小中学生無料※当日徴収。抽選会有り。

持ち物 飲み物、昼食、レジャーシート、雨具など

申し込み方法 はがきに大会名、参加者全員の郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、「T300・1234牛久市中
央3・27・4サワムラヤ靴店」宛てにお送りください。

申込締め切り日 11月4日(日)必着

主催 サワムラヤ靴店

主管 牛久ウオーキングクラブ

共催 茨城県ウオーキング協会

後援 牛久市

申・問 入江 ☎ 873・2725

常陸秋そばフェスティバル と奥久慈の温泉ツアー

日程 ①11月10日(土)②11月11日(日)※①または②の日帰り。

行程 牛久駅東口(午前8時45分発)～市



中央生涯学習センター～常陸秋そばフェスティバル～りんご狩り～やまがたすこやかランド三太の湯～特産品お買い物～市中央生涯学習センター～牛久駅東口(午後6時45分到着予定)

定員 各日40人(最少催行人数各25人)※定員になり次第締め切ります。

参加費 1人3000円(そば1食分、温泉入浴料、お土産含む)

申し込み方法 電話またはホームページからお申し込みください。

申込締め切り日 10月29日(月)申・問 財団法人グリーンふるさと振興機構(茨城県出資団体) ☎ 0294・72・2266

HP <http://www.greenful.jp/four/>

つくば市北条・竜巻被害支援チャリティコンサート

日時 10月21日(日)午後2時開演

(午後1時30分開場)

場所 エスカード生涯学習センター

ターエスカードホール(4階)

出演 寺田まりwithマカロンズ(ピアノ&パーカッション)

曲目 幻想即興曲(シヨパン)、愛の夢(リスト)、ビートルズメドレーほか

入場料 全席自由1000円

チケット取り扱い ドリームバツ

ティンダスタジアム(ひたち野うしく駅東口)

※収益は、つくば市北条の国登録有形文化財「旧矢中龍次郎邸」修復の一部として寄付します。

問 NPO法人国連支援交流協会北関東支部 ☎ 828・86

90 Eメール foun-1994@tins.ne.jp <http://foun.tins.ne.jp/>

うしく混声合唱団 団員募集

ブラームスの「愛のワルツ」、木下牧子の「夢見たものは」などの曲

を楽しく練習中です。皆さんの見学、ご入団をお待ちしています。

日時 毎週日曜日午前9時30分～正午

場所 市中央生涯学習センター音楽室、ひたち野うしく小学校

音楽室

月会費 3000円

問 板東 ☎ 873・5232

若者よ来たれ！ 「牛久男声合唱団」

結成4年目を迎える「牛久男声合唱団」です。若い女性指導者のもと、より充実した歌声づくりを楽しんでいます。12月14日(金)、エスカードホールで「シビック・コラボレーション・クリスマス・コンサート」を開きます。あなたのご入団と参加をお待ちしています。

日時 毎週土曜日午後6時～8時

場所 市中央生涯学習センター月会費 2000円

第2回藤田高子第2 回コンサート

日時 11月3日(土・祝)午後2時

開演(午後1時30分開場)

場所 エスカード生涯学習センターターエスカードホール(4階)

曲目 「讃歌(沢井忠夫作曲)」、「六段(八橋校作曲)」ほか

入場料 無料

主催 「箏曲研究室みやび 藤田高子」

後援 牛久市、牛久市教育委員会、

うしろの文化財



< 第6回 >

本物件は、昭和12年（1937年）の建築で、画家小川芋銭の画室であった。平屋建、瓦葺で総面積約28・6坪（約94㎡）、大小合わせて4室ある。東・南・西側にコの字形に廊下が巡らされて、造りは、芋銭の手柄を象徴するように質素である。昭和



40年（1965年）ごろまでは、南に面した奥の間八畳から、冬になると、落葉樹の間から牛久沼が見下ろせ、さらにその先の舌状に突き出た泊崎（はつさき）（荻崎村）現つくば市）大字下岩崎）の中間に、富士山がくつきりと浮かび出るのが眺められた。小雨の日は、沼が一面に霞んで、その様は一幅の南画（なんが）※の世界のようであった。春夏秋冬を通して诗情豊かな土地で、画聖芋銭はこの土地をこよなく愛していた。

※南画は南宗画（なんしゅうが）の略で、北宗画と並ぶ中国の画風。唐時代の王維（おうい）（701年〜761年）が祖といわれ、山水自然に題材を取り、水墨単彩を特徴とする。

◆建造物 雲魚亭◆

【指定登録日】平成22年6月28日
【所在地】城中町
【所有】牛久市（平成16年度に小川家から寄贈された）

問 生涯学習課 ☎ 内線3031

牛久市文化協会ほか

問 箏曲研究室みやび（藤田） ☎

FAX 874・5606

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 【常陽銀行牛久支店】11月1日（木）午前10時〜午後3時、【ひたち野うしくローンプラザ】11月10日（土）午前10時〜午後4時
申・問 常陽銀行（牛久支店） ☎ 872・5112、（ひたち野うしく支店） ☎ 871・8121

J A 竜ヶ崎市年金無料相談（要予約）

年金専門の社会保険労務士が個別に対応します。

日時 10月20日（土）午前9時〜午後4時、10月21日（日）午前9時〜午後3時

場所 竜ヶ崎市農業協同組合本店事務所2階

持ち物 年金手帳、基礎年金番号通知、年金加入記録のお知らせ、認印をご持参ください。

問 竜ヶ崎市農業協同組合本店金融課 ☎ 0297・62・2211

自然大好き



トノサマバッタ（殿様蝗）

バッタ科

日当たりがよく、丈がそれほど高くない草原に生息する大型のバッタ。オスはメスより一回り小さく、後ろ足の内側と羽を擦り合わせ「ギチギチ…」と鳴きます。後ろ足で跳ねたあと、羽ばたいて長い距離を飛ぶことが可能で、驚いたときなどは1回で50m 以上も飛ぶことがあります。

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 13日(火)9:30～10:30 乳幼児対象 ㊟

日本脳炎予防接種 平成7年6月1日生まれから平成19年4月1日生まれの方は、特例対象者として接種が可能となっています。接種を受けていない方は、母子健康手帳をご持参の上、市保健センター窓口までお越しください。

●大人の相談・案内

保健師からだ何でも相談室 1日(木)13:00～14:00 ㊟

禁煙相談(要予約) 日程などはご相談ください。㊟

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)

※日程はお問い合わせください。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

11月の休日当番医

診療時間／午前9時～正午

3日(祝)さくら台土肥クリニック ☎878-3131 FAX878-3136

4日(日)みどり野外科胃腸科 ☎873-6151 FAX873-2271

11日(日)鳥越クリニック ☎874-3511 FAX874-7807

18日(日)高野クリニック ☎874-2100 FAX874-3958

23日(祝)そうだ耳鼻咽喉科クリニック ☎878-3387 FAX878-4133

25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 FAX874-1031

<24時間診療> つくばセントラル病院 ☎872-1771 FAX874-4763

稲敷地域小児救急輪番制当番医

火曜 18時～21時 東京医科大学茨城医療センター ☎887-1161 FAX887-6266

水曜 18時～21時 つくばセントラル病院 ☎872-1771 FAX874-4763

木曜 18時～21時 龍ヶ崎済生会病院 ☎0297-63-7111 FAX0297-63-7163

金曜 18時～21時 東京医科大学茨城医療センター ☎887-1161 FAX887-6266

土曜 14時～17時 牛久愛和総合病院 ☎873-3111 FAX874-1031

日曜 9時～正午 東京医科大学茨城医療センター ☎887-1161 FAX887-6266

日曜 正午～15時 龍ヶ崎済生会病院 ☎0297-63-7111 FAX0297-63-7163

※上記以外では、24時間対応のJAとりで総合医療センター(☎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18:30～23:30、休日(日曜日・祝日・年末年始12/29～1/3)9:00～17:00)

☎#8000(プッシュ回線の固定電話・携帯電話から局番なし)

☎029-254-9900(プッシュ回線でない固定電話・公衆電話から)

*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訪問診療窓口(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

平成24年10月15日(1083)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 ホームページ <http://www.city.ushiku.ibaraki.jp/>

各種相談

市役所☎873-2111(代)
FAX873-7510(代)

●子育て・教育

親子保育園開放(要予約・1日(木)9:00受け付け開始)

14日(水)、21日(水)9:30～11:00※満1歳以上

子育て電話相談 毎週火、水、木曜日 13:00～16:00

市内各公立保育園

子育てサロン 8日(木)神谷小さくら台児童クラブ、16日(金)田宮

地区広場(駐車場要予約)9:30～11:30 児童福祉課☎内線1734

教育センター「きぼうの広場」毎週月～金曜日(祝日を除く)

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・1日(木)・15日(木)受け付け)

2日(金)、9日(金)、16日(金)、22日(木) 13:00～16:00㊟

・高齢者に関する相談、子育てあれこれ相談

随時受け付け㊟

社会福祉協議会

高齢者あんしん電話 ☎0120-874-115

24時間365日対応

牛久市地域包括支援センター

障がい者なんでも相談 9日(金)10:00～15:00㊟

社会福祉課☎内線1711

●行政・生活

行政相談 5日(月)13:30～16:30 総務課☎内線1012

交通事故相談 7日(水)、21日(水)10:00～15:00㊟

交通防災課☎内線1684

消費生活相談 毎週月～金曜日(祝日を除く)9:00～16:00 ㊟

牛久市消費生活センター☎830-8802FAX830-8803

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(有料) 15日(木)9:00～11:00㊟

※検査容器をお渡ししますので、前日までに環境政

策課窓口にお越しください。環境政策課☎内線1561

●税金・年金

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

休日納税・納税相談 4日(日)、25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)

14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

5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)10:00～16:00㊟

【予約専用☎873-1099】

市民活動課☎内線1631

11月の納税および使用料

納 期 限

・市立幼稚園授業料11月分

11月26日(月)

・後期高齢者医療保険料5期

11月26日(月)

・月極駐車場使用料11月分

11月26日(月)

・国民健康保険税6期

11月30日(金)

・下水道受益者負担金3期

11月30日(金)

・保育料11月分

11月30日(金)

・住宅使用料11月分

11月30日(金)

市税は便利な口座振替で! 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。