

もっと楽しく、もっと豊かに！ まきのはらライフ

広報

まきのはら

11|20日号

2005年 平成17年) vol. 2



特集 ●
たばこについて
考えてみよう

● 牧之原市 市長選挙 ● 市議会議員選挙

Photo: 服織田神社祭典

たばこについて考えてみよう



たばこの害を知ろう

がんについて

たばこを吸うことによる害といえ、まず「肺がん」を思い浮かべる方が多いと思います。たばこを吸う方は、吸わない方に比べると、肺だけでなく体の多くの部位で、がんの発症率が高くなります。

■たばこを吸わない方を1.0倍としたときの喫煙者のがん発症率

性別	がんの種類	発症率
男性	口腔・咽頭がん	3.0倍
	喉頭がん	32.5倍
	食道がん	2.2倍
	肺がん	4.5倍
	胃がん	1.5倍
	肝がん	1.5倍
女性	すい臓がん	1.6倍
	膀胱がん	1.6倍
	子宮頸部がん	1.6倍
	胃がん	1.2倍
	肝がん	1.7倍

がん以外のさまざまな病気

たばこを吸わない方が病気になつたり、病気が原因で死亡する危険性を1.0倍としたとき、それぞれ次のとおり危険性が高まります。

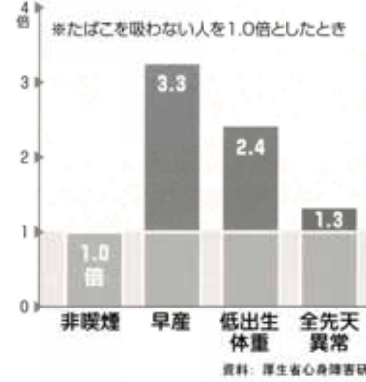
- 心臓病・脳卒中** 1.7倍
たばこは血圧を上昇させ、血液中の善玉コレステロールを破壊し、動脈硬化を促進させるため、心臓病・脳卒中で死亡する危険性が高まります。
- 胃かいよう** 3.4倍
たばこは血液循環を悪くし、胃腸の粘膜に十分血液がいかなくなり、胃かいようや十二指腸かいようにかかりやすくなります。
- 十二指腸かいよう** 3.0倍
- 歯周病** 2.1倍
たばこは歯肉の血液循環を悪くし、また口の中の有害な

気管支ぜんそく 1.8倍

たばこの有害物質が気道や肺に刺激を与え、呼吸機能を低下させます。

妊娠中の喫煙は胎児にも影響

たばこの煙に含まれるニコチンや一酸化炭素により、早産などの異常が起こりやすくなります。また、不妊や自然流産、乳幼児突発死症候群にも影響があることも指摘されています。



煙が思わぬ迷惑を...

受動喫煙って

自分は喫煙しないにもかかわらず、喫煙者が吐き出した煙（呼出煙）と火のついた部分から立ちのぼる煙（副流煙）が混ざった煙（環境中たばこ煙）を吸わされることを受動喫煙といいます。

受動喫煙による副流煙の毒性は喫煙者本人が吸う煙（主流煙）と同じ様に非常に強く、前述の「たばこの害」以外にも、目の刺激（流涙）、鼻閉、頭痛、せき、吐気などの症状が周りの喫煙していない方に影響します。

喫煙者のルールとマナー



健康増進法に、「多数の人が利用する施設の管理者は、施設利用者について受動喫煙を防止するために必要な措置を講ずるよう努めなければならない」とあります。学校や体育館、官公庁施設、集会場や飲食店などの施設が対象となります。

喫煙者には受動喫煙による影響を自覚することが求められています。特に、乳幼児や妊婦の周りでは喫煙しないなどの配慮が必要です。そして、決められた場所でマナーを守って喫煙しましょう。

禁煙チャレンジアドバイス

対処方法を身につける

禁煙開始日に向けて少しずつ本数を減らし、たばこが吸いたくなったら、大きく深呼吸をしたり、体を動かして気分をリフレッシュするなどの対処法を試してみると良いでしょう。また、前日にたばこ・ライター・灰皿などの喫煙道具を処分しましょう。

いよいよ禁煙開始

- 禁断症状（吸いたくて集中できないなどの症状）を乗り越えるコツ
- ①冷たい水、熱いお茶などを飲んで落ち着かせる
 - ②飴やガムなどをかむ
 - ③大きく深呼吸する
 - ④体を動かす（体を伸ばしたり、家の周りや会社内を一周するなど）
 - ⑤たばこを吸いたくなる場所を避ける
 - ⑥歯を磨く
 - ⑦ニコチンガムやニコチンパッチを使う

禁煙教室に参加しませんか？

健康のためにたばこをやめたいけれど、一人でやめられるか不安な方、これまで失敗を重ねてきた方、この機会に禁煙する仲間を見つけてチャレンジしてみませんか。

- 日時 11月28日(月) 午後7時～午後8時
- 会場 総合健康福祉センターさざんか
- 対象者 現在喫煙されている、やめたいとお考えの方
- 内容 ▼たばこ検査（呼気中の一酸化炭素濃度測定・尿中のニコチン濃度）▼参加者同志の交流（禁煙体験談などを話し合う）

●申し込み・問い合わせ
健康課健康づくり係
☎(23)0025、健康福祉室健康係 ☎(53)2611



親しまれる図書館に」

住民のニーズに合わせて、さまざまな分野にわたる本の充実を心がけています。気軽にお立ち寄りください。



相良図書館



榛原図書館

●貸出冊数 1人7冊まで ●貸出期間 2週間

*「移動図書館ひまわり号」の運行予定表が、相良・榛原の両図書館のほか、相良公民館にも置いてありますのでご利用ください。

相良図書館 tel. 53-2649

牧之原市相良275(市役所相良庁舎に併設)

[開室時間] 9:00~17:00
[休館日] 毎週月曜日、第3日曜日、年末年始

榛原図書館 tel. 23-0094

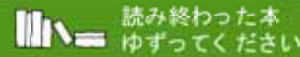
牧之原市静波447-1(榛原文化センター内)

[開室時間] 9:00~17:00
[休館日] 毎週月曜日、第3日曜日、年末年始

information



- 移動図書館ひまわり号
巡回日程&ステーション
- [相良エリア]
 - 第1コース 12月7日(火)
 - 第2コース 12月14日(火)
 - 第3コース 12月21日(火)
 - 第4コース 12月28日(火)
 - [榛原エリア]
 - 第1コース 12月6日(火)
 - 第2コース 12月13日(火)
 - 第3コース 12月20日(火)
 - 第4コース 12月27日(火)



読み終わった本
ゆずってください

- 「Deep love」シリーズ YCCHI KI 著
 - 「学校の階段」シリーズ 齊藤 孝 著
 - 「楽園の魔女」シリーズ 樹川 さとみ 著
- *榛原図書館へお持ちください。

牧之原市長選挙・市議会議員選挙

選挙日当日の有権者数

■当日有権者数 40,592人
(男性:19,819人、女性:20,773人)

牧之原市長選挙 投票率

■合計 78.21%
(男性:75.63%、女性:80.66%)

市議会委員選挙 投票率

■合計 78.20%
(男性:75.62%、女性:80.65%)

牧之原市長選挙 開票結果

	候補者氏名	最終得票数
当選	西原 茂樹	14,581票
	前田 昌利	6,853票
	杉山 年男	4,660票
	木下 勝朗	4,089票
	鈴木 幹夫	1,185票

牧之原市長選挙 開票結果

	候補者氏名	最終得票数
当選	松浦 毅	1,810 票
当選	豊里 友也	1,698 票
当選	鷺坂 隆夫	1,680 票
当選	榎林 憲樹	1,551 票
当選	大関 住男	1,531 票
当選	鈴木 正樹	1,500.850 票
当選	川島 啓司	1,469 票
当選	中山 香	1,456 票
当選	大鐘 俊英	1,410 票
当選	名波 富幸	1,378 票
当選	本杉 光雄	1,299 票
当選	太田 佳晴	1,244 票
当選	中野 康子	1,210 票
当選	象田 幸一	1,134 票
当選	増田 仁	1,116 票
当選	田村 兼夫	1,095 票
当選	笠原 恒彦	1,071 票
当選	小杉 康男	1,018 票
当選	鈴木 勇次	929.481 票
当選	加藤 祥司	904.101 票
当選	鈴木千津子	791.668 票
当選	加藤 初次	769.898 票
	大石 和央	758 票
	竹内 初江	683 票
	石間 武宏	677 票
	飯塚 康博	590 票
	木下 久江	461 票

日頃から、心がけよう きれいな選挙



初代 牧之原市長に西原茂樹 氏
牧之原市
市長選挙・市議会議員選挙

合併に伴う「牧之原市 市長選挙および市議会議員選挙」が、10月30日、市内19カ所の投票所で行われました。この結果、市長選挙では西原茂樹氏が初代・牧之原市長に当選し、市議会議員選挙では大接戦の中、市民の代表22名が決定しました。

このうち、市長に就任した西原茂樹氏は、選挙から一夜明けた10月31日に市役所榛原庁舎に初登庁。庁舎玄関前で市職員代表から花束を手渡され、そのほかの職員も拍手で初代市長を出迎える中、執務室へ向かいました。

なお、今回の市長選挙、市議会議員選挙の結果などについては、左記のとおりです。



市長就任のごあいさつ
牧之原市長 西原茂樹

このたび、市民の皆様のご支持を受けて、牧之原市長に就任させていただきました。

今回の選挙は、牧之原市の将来に、市民がどんな意識を持って進むかが問われたものであったと思います。その中で、旧相良町と旧榛原町の住民が融和し、共に参画してまちづくりをしていくことが大切であると感じました。

周辺自治体などと連携し、産業、教育、文化、スポーツなどの豊かさを創出しながら、自立した自治体となるよう努力してまいります。

図書館よりおすすめの
新刊をご紹介します。

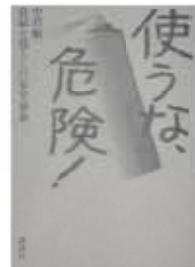
児童書 おでんくん
リリー・フランキー(著)/小学館

おでん鍋の中にあるおでん村。おでんたちの面白いお話。でも、愛について、夢について、ちょっぴり振り返るかも…。



一般書 その日の前に
重松 清(著)/文藝春秋
昨日までの暮らしが、明日からも続くはずだった。生と死と、幸せの意味を見つめる短編集。心に残る作品。

一般書 使うな、危険！
小若順一・食品と暮らしの安全基金(著)/講談社
あなたの家族の体をむしばんでいるさまざまな生活用品・日用品を徹底調査。それらに代わるものも紹介。ベストセラー「食べるな危険！」の続編。



一般書 アッコちゃんの時代	林 真理子	一般書 東京奇譚集	村上 春樹
一般書 風の盆 幻想	内田 康夫	一般書 できる Yahoo!オークション 改訂版	堀切 美香
一般書 容疑者Xの献身	東野 圭吾	一般書 新 食べるな、危険！	鮎川 信子
一般書 傷口にはウォッカ	大道 珠貴	児童書 綱渡りの男	モディガ-ズ

*主に相良図書館に置いてありますが、榛原図書館でも借りられます。

相良…相良図書館 榛原…榛原図書館

生活情報 あれこれ



募集

平成17年度下期 県営住宅入居待機者

●募集概要 今後空家が発生した場合に入居していただく方(待機者)を、あらかじめ募集します。

●団地名 榛原団地(細江)

●戸数 2戸

●申込資格 ①住宅に困窮している方 ②申込者および同居親族の過去1年間の所得が公営住宅法で定める金額以下の方 ③同居親族(入居可能日から3カ月以内に同居できる婚約者を含む)がある方

④県内に確実に連帯保証人がいる方

●申込受付期間 ▼郵送の場合 12月2日(金)～12月8日(木) (受付期間内の消印有効)

▼持参の場合 12月2日(金)～5日(月)～8日(木) (午前9時～午後4時)

◆申し込み・問い合わせ 県住宅供給公社 住宅サービス課 ☎054(255)4824 ☎42010853 静岡市葵区追手町9番18号 静岡中央ビル9階

若者の就職を応援します

県では、若者の就職支援のための「静岡ヤングジョブステーション」を設置しています。専門の相談員がマンツーマンで就職できるまで丁寧に指導します。ぜひお気軽にご利用ください。

●対象 学生または35歳未満の若年者

●受付時間 午前9時～午後4時(土・日曜日、祝日、年末年始を除く)

●内容 ▼就職相談、キャリアアカウンセリング、職業紹介 ▼面接指導、履歴書などの書き方のアドバイス ▼就職に必要な基礎能力講座の開催

●問い合わせ 静岡ヤングジョブステーション ☎054(284)0027 静岡市駿河区南町14-1(JR静岡駅南口水の森ビル3階)

細江、坂部、坂口の水道水の検査結果

吉田町水道課では、細江、坂部、坂口の各地区に安全な水道水を供給するよう、水道法の基準に基づき毎月水質検査を実施しています。

●検査方法 「平成17年度吉

お知らせ

国民健康保険被保険者証などの更新

牧之原市誕生に伴い、11月1日から、国民健康保険被保険者証・国民健康保険高齢受給者証・老人医療受給者証が

●申込締切 12月2日(金)

●申し込み・問い合わせ 健康課健康づくり係 ☎(23)0025

さがら子生れ温泉会館リニューアルオープン

10月から閉館していた「さがら子生れ温泉会館」が、源泉浴槽やレストラン施設などを加え12月8日(木)正午にリニューアルオープンします。ぜひお越しください。

●営業時間 午前9時～午後10時

●休館日 第2火曜日

●料金 ▼大人 500円 (中学生以上) ▼子ども 300円 (3歳以上) ▼幼児 100円 ▼家族風呂 3000円 / 3時間

●駐車場 150台完備

●問い合わせ (南)さがら産業開発から ☎(52)3137

県立静岡盲学校入学のご案内

県立静岡盲学校には中途で視力が低下された方の社会復帰を目的とした、あん摩マッサージ指圧師の受験資格を取得するための課程があります。入学相談などを随時受け付けています。

お気軽にご連絡ください。

●対象 ▼両眼の視力がおおよそ0.3未満の方 ▼視力以外の視機能障害が高度な方 (視野狭窄、複視など) ▼近い将来視力が著しく減退する恐れのある方

●問い合わせ 県立静岡盲学校 ☎054(283)7300

MAPはいばら

100人ウォーク参加者

秋も深まり、身体を動かすには絶好の季節ですね。みんなでウォーキングに出かけませんか。

●日時 12月11日(日) 午前8時30分受付開始 午前9時出発(小雨決行)

●集合場所 坂部小学校グラウンド

●対象 小学生以上の方(小学生は父兄同伴)

●コース 約8km(坂部小学校→千頭ヶ谷ビオトープ→水ヶ谷ふれあい公園→坂部小学校)

●参加費 無料

成年後見無料相談会

成年後見制度とは認知症や知的障害などで、判断能力が不十分な方の財産管理や、身のまわりの世話のために介護サービスや施設への入所に関する契約を結ぶという行為などを、本人に代わって「法的に権限が与えられた代理人」が行う制度です。成年後見に関する悩みを持つご親族のために、弁護士や社会福祉士が無料で相談にのります。

●日時 12月17日(土) 午後1時～

●会場 総合健康福祉センター

県立東部看護専門学校 一般入学試験

●試験日 平成18年1月17日(火)、1月18日(水)

●試験会場 県立東部看護専門学校

●出願期間 12月12日(月)～12月26日(月)

●募集定員 ①看護1学科(3年制) 80名 ②看護2学科(2年制) 40名(各学科募集人員には推薦入学分を含む)

●受験資格 ①高等学校を卒業した方、または同等以上の学力がある方、平成18年3月卒業見込みの方 ②高等学校を卒業または見込みの准看護師、准看護師免許を持ち3年以上業務に従事した方

●入学検定料 4700円

●申し込み・問い合わせ 県立東部看護専門学校 総務課 ☎055(971)2135

牧之原市御前崎市 環境保全センターからのお知らせ

アスベスト 混入廃棄物の搬入ができなくなりました

アスベスト混入廃棄物(非飛散性アスベスト廃棄物)の処分が、環境保全センターではできなくなりました。

搬入できる廃棄物は、がれき類、日本瓦(土を焼いたものに限る)、素焼きレンガ、およびアスベストが形成されていないという証明書が添付されたものに限られます。

また、搬入する場合は事前に当センターと協議をお願いします。

●問い合わせ 環境保全センター ☎58)0044

牧之原市の名刺を販売します

牧之原市の名刺台紙が出来上がりました。1箱100枚入り300円で販売しますので、ご希望の方は、お問い合わせください。

左/(表面) 海水浴風景、茶畑からの富士山と飛行機

右/(裏面) 静岡県の地図と牧之原市の位置図

●問い合わせ 商工観光課観光係 ☎53)2624 産業経済室商工観光係 ☎23)0031

国の教育ローン

●対象者 融資の対象となる学校に入学・在学される方の保護者で、世帯の年間収入が給与所得者は990万円以内、事業所得者は770万円以内の方

●融資額 学生・生徒一人につき200万円以内

●返済期間 10年以内(交通遺児家庭または母子家庭の方は11年以内)

●据置期間 在学期間内で元金の返済を据え置くことができます

●保証 (財教育資金融資保証基金または連帯保証人(1名以上))

●利率 年1・65%(10月1日現在、固定金利)

●問い合わせ 教育ローンコールセンター ☎05701008656(全国から市内通話料金で利用できます)

ご存じですか！
検察審査会

交通事故、詐欺、おどしなどの犯罪の被害にあったが、検察官がその事件を起訴してくれないのはどうも納得ができない。このような不満をお持ちの方は、静岡検察審査会にご相談ください。

●問い合わせ 静岡検察審査会(静岡地方裁判所内) ☎054(252)6111

12月10日は世界人権宣言採択を記念した「人権デー」です。

12月4日から12月10日は人権週間です

12月4日(日)から12月10日(土)までの1週間を「人権週間」とし「育てよう 一人一人の人権意識」を身近なことから人権を考えてみませんか」を重点目標に人権擁護活動の推進をします。12月6日には、人権の上相談会を開設します(詳細は9ページを参照)。この機会に人権意識の再確認をお願いいたします。

いじめや虐待問題、差別や偏見など人権にかかわる心配事などお気軽にご相談ください。相談は無料で秘密は固く守られます。

●問い合わせ 市民課窓口係 ☎(53)2602



ごみの焼却は法律で規制されています

簡易な焼却炉の使用禁止(ドラム缶・一斗缶・事業所および家庭内焼却炉など)

平成14年12月1日から、法律で定められた設備のない簡易な焼却炉でのごみの焼却が、全面禁止されています。

- ◆焼却炉の基準(平成14年12月1日から)◆
- ①外気と遮断した状態で800℃以上でごみを焼却できる。
 - ②焼却に必要な量の空気の通風が行なわれること。
 - ③外気と遮断した状態でごみを一定量投入できる。
 - ④焼却ガスの温度を測定する為の温度計が設置されている。
 - ⑤焼却を助ける助燃バーナーが設置されている。



野外での焼却禁止(廃材・材木類・プラスチック類・紙類など)

農林業などでのやむを得ない焼却行為を除き、焼却設備を使わないごみの焼却は「廃棄物の処理及び清掃に関する法律」により禁止されています。(平成13年4月1日から)



廃棄物(一般、産業)の不適正処理 不法投棄 埋立・焼却)の禁止

すべての人が廃棄物(ごみ、し尿)を不適正により処理する事が禁止されています。

●問い合わせ 環境課生活環境係 ☎53)2609、市民生活室環境係 ☎23)0023
県中部保健所榛原分庁舎 ☎22)1151

保健・衛生

子育て支援センターからのお知らせ

ブックスタート
赤ちゃんが、はじめて出会う絵本を介して、お父さんやお母さんと言葉や心を通わすことがえのないひとときを持つことをお手伝いします。

●日時 11月24日(木) 午後1時30分〜午後2時30分

●会場 総合健康福祉センターさざんか 2階和室

●対象 平成17年7月生まれのお子さん

●内容 絵本2冊の贈呈・絵本の読み聞かせ・ベビーマッサージ・予防接種の話など

●持ち物 母子手帳・バスタオル

▼クリスマスお楽しみ会
パネルシアターを見たり、歌を歌ったり、みんなで楽しい時間を過ごしましょう。

●日時 12月14日(水) 午前10時30分〜午前11時30分

●会場 総合健康福祉センターさざんか 2階会議室

●定員 40組の未就園児親子

(ひよこ教室生は参加できません)

●会費 無料

●申込受付 12月1日(木)〜

▼お母さんと遊ぼう! マミーエンジェル

●日時・対象 ▼12月5日(月) 11月7〜8日(月) 12月7日(水) 11月5〜6日(月) 12月8日(木) 11月3〜4日(月) ※いずれも午前10時30分〜午前11時30分

●会場 子育て支援センター(総合健康福祉センターさざんか内)

●内容 親子体操やベビーマッサージなど

●持ち物 バスタオル

▼母と子のコンサート
日ごろ、子育てに忙しいお母さん。フルートとピアノ演奏を聴いて、ほっとした時間をもちませんか。

●日時 12月9日(金) 午前10時30分〜午前11時30分

●会場 総合健康福祉センターさざんか 2階和室

●対象 未就園児の親子・妊娠中の方

●内容 フルートとピアノの演奏団体「スイート」の演奏

●定員 80組 無料ですが、申し込みが必要です

●問い合わせ 子育て支援センター ☎(53)22)0174

各種相談

内容	期日	時間	会場	問い合わせ
消費生活相談	7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)	9:00~12:00	相良庁舎会議室	商工観光課商工係 ☎53)2623
心配ごと相談	5日(月)、15日(水)、26日(月)	9:00~11:30	老人会館会議室	社会福祉協議会 ☎52)3500
	7日(水)、14日(水)	9:00~11:30	総合健康福祉センターさざんか相談室	社会福祉協議会 ☎22)5187
住民相談	6日(月)	10:00~15:00	相良庁舎4階大会議室	社会福祉協議会 ☎52)3500
法律相談	21日(水)	10:00~15:00	総合健康福祉センターさざんか相談室	社会福祉協議会 ☎22)5187
結婚相談	10日(土)	13:30~15:30	老人会館	社会福祉協議会 ☎52)3500
	10日(土)、24日(土)	8:30~12:00	総合健康福祉センターさざんか相談室	社会福祉協議会 ☎22)5187
行政相談	14日(水)	10:00~15:00	総合健康福祉センターさざんか相談室	総務課秘書広聴係 ☎23)0052
人権の上相談	6日(火)	10:00~15:00	相良庁舎4階大会議室 榛原庁舎2階相談室	市民課窓口係 ☎53)2602
介護相談	12日(月)、26日(月)	9:00~12:00	総合健康福祉センターさざんか相談室	高齢者支援課支援センター係 ☎23)0075
年金相談	12日(月)	10:00~12:00 13:00~15:00	相良庁舎3階第1会議室	市民課国保年金係 ☎53)2603
	5日(月)	10:00~12:00 13:00~15:00	榛原庁舎2階相談室	市民生活室国保年金係 ☎23)0021
土曜心の相談	10日(土)	13:30~16:00	相良公民館	相良公民館 ☎52)1021

まきのほら VIVA! スポーツ

●クリスマスダーツ大会
 期 日: 12月17日(出)
 会 場: 相良B & G 海洋センター
 対 象: 小学4年生以上による2人または3人編成のチーム(親子や小学生だけでも参加できます)
 *20チームになり次第、締め切ります。
 参 加 料: 1チーム500円(大会当日に集金)
 *小学生チームは無料
 申込方法: 「チーム名」、「チーム代表者の氏名・住所・電話番号・年齢」、「メンバーの氏名・年齢」を電話でお知らせください。

問い合わせ/申込先: 教育委員会社会教育課社会体育係
 ☎ 53)2648 (相良庁舎3階)

ダーツを通じて
 みんなで楽しい時間を過ごそう!



[お知らせ]
 1月29日(日)に静波体育館でダーツ大会を開催予定です。皆さんの参加をお待ちしています。



pick up! みんなの公民館

ドイツからビッグなサンタがやって来る!
 『ハインツマン・コンサート』

北ドイツ放送交響楽団のフルート奏者であるハンス・ウド・ハインツマン氏とピアノ伴奏者の池田純子氏をお招きし『ハインツマン・コンサート(フルートのタペ)』を開催します。
 演奏者としてだけでなく、教育者としても高い評価を得ているハインツマン氏の演奏をぜひお楽しみください。
 日 時: 12月17日(出) 開場/午後6時30分、開演/午後7時~
 会 場: 相良史料館ホール(旧相良町史料館)
 入場料: 大人/1,000円、高校生以下/500円 *定員300名です。
 主 催: 相良公民館/相良生涯学習推進ボランティア「スマイル」
 問い合わせ・チケット販売: 相良公民館 旧相良町中央公民館 ☎ 52)1021

まちのデータ

●人口...51,019人
 [内訳]
 男性...25,099人
 女性...25,920人
 ●世帯...14,993
 ●外国人人口...2,185人
 [内訳]
 男性...1,079人
 女性...1,106人
 (11月1日現在)

●12月 December
 ●陰暦...師走(しはす) 皆忙しく、師走も超走するので、師走から。
 ●花暦...すいせん うめぼれ
 ●誕生石...トルコ石 成功、繁栄
 ●12月の月間・記念日 骨髄バンク普及月間 地球温暖化防止月間 ビタミンの日(13日)
 ...ビタミンの日は、牧之原市出身でビタミンB1を発見した鈴木梅太郎博士の偉業を称え制定されたものです。

榛原文化センター 今月の催しもの

●牧之原市誕生記念 榛原文化協会芸能祭
 ・日 時 12月4日(日) 開演/12:30
 ・参加費 無料
 ・問い合わせ 榛原文化協会 ☎ 23)0002
 ●木村屋 社会福祉チャリティー
 ・日 時 12月10日(出) 開演/17:30
 ・参加費 無料
 ・問い合わせ ビックボイス愛好会 ☎ 22)0312
 ●みのり 幼稚園音楽発表会
 ・日 時 12月11日(日) 開演/12:30
 ・参加費 無料
 ・問い合わせ みのり幼稚園 ☎ 22)0606

こども

内 容	期 日	時 間	会 場	対 象	問い合わせ
母子健康手帳の交付(妊婦健康相談) 持ち物: 妊婦届出書	5日(月)、19日(月)	9:00~11:00	総合健康福祉センター さざんか	妊婦	健康課健康づくり係
	14日(水)	9:00~11:00	相良保健センター	妊婦	健康福祉室健康係
ババママおめでた講座(1回目) 内容: お風呂の入れ方 妊婦体験など ババママおめでた講座(2回目) 内容: 妊婦マッサージ 栄養の話など	10日(出)	9:30集合	総合健康福祉センター さざんか	妊婦(安定期の人)とその夫	健康課健康づくり係
	17日(出)	9:30集合	総合健康福祉センター さざんか	妊婦(安定期の人)とその夫	健康課健康づくり係
離乳食教室	16日(金)	9:30集合	相良保健センター	4~12カ月児の希望者	健康福祉室健康係
1歳児健康相談	7日(水)	9:00~10:00	総合健康福祉センター さざんか	平成16年12月、	健康課健康づくり係
1歳6か月児健診	15日(水)	9:00~10:00	総合健康福祉センター さざんか	平成16年4月生まれ	健康課健康づくり係
2歳児歯科健診	16日(金)	13:00~14:00	総合健康福祉センター さざんか	平成15年11月、12月生まれ	健康課健康づくり係
2歳6か月児歯科健診	13日(水)	13:00集合	相良保健センター	平成15年5月、5月生まれ	健康福祉室健康係
3歳児健診	14日(水)	13:00集合	相良保健センター	平成14年10月生まれ	健康福祉室健康係
3歳6か月児・4歳児歯科相談	21日(水)	9:00~10:00	総合健康福祉センター さざんか	平成13年11月、12月生まれ 平成14年5月、5月生まれ	健康課健康づくり係
	12日(月)	9:00~11:00	相良保健センター	乳幼児	健康福祉室健康係
こども相談	14日(水)	9:00~11:00	総合健康福祉センター さざんか	乳幼児	健康課健康づくり係
	6日(水)	10:00~12:00	老人会館	入園前の子どもとその親	社会福祉協議会
のびのび子育て井戸端会議 持ち物: 水筒 *参加費あり	7日(水)、22日(水)	12:45~13:45	総合健康福祉センター さざんか	生後3カ月~90カ月未満	健康課健康づくり係
	15日(水)	13:00~14:00	相良保健センター	平成17年5月、5月生まれ 未接種者	健康福祉室健康係
三種混合予防接種	7日(水)、22日(水)	12:45~13:45	総合健康福祉センター さざんか	平成17年8月生まれ	健康課健康づくり係
	6日(水)	12:45~13:45	総合健康福祉センター さざんか		

問い合わせ先tel: 健康課健康づくり係 ☎ 23)0025 健康福祉室健康係 ☎ 53)2611 社会福祉協議会 ☎ 52)3500

おとな

内 容	期 日	時 間	会 場	対 象	問い合わせ
総合健康相談	6日(水)、20日(水)	9:00~11:00	総合健康福祉センター さざんか		健康課健康づくり係
	13日(水)、27日(水)	9:00~11:00	相良保健センター		健康福祉室健康係
エイズ相談(要予約)	*1日(水)、15日(水)	9:00~11:30	中部保健所(藤枝市)		中部保健所健康増進課
骨髄ドナー登録会(要予約)	6日(水)、20日(水)	9:00~11:00	中部保健所(藤枝市)	20歳~50歳の健康な方	中部保健所健康増進課
精神保健相談・酒害相談(要予約)	9日(金)	13:30~16:00	中部保健所榛原分庁舎		中部保健所榛原分庁舎
婦人科検診	5日(月)、8日(木) 19日(月)、20日(火)	9:00~9:20 13:00~13:20	総合健康福祉センター さざんか		健康課健康づくり係
	6日(水)	9:00~9:20 13:00~13:20	坂部区民センター		
	7日(木)	9:00~9:20 13:00~13:20	牧之原コミュニティセンター		
	14日(水)	9:00~9:20 13:00~13:20	勝間田会館		
	15日(木)、21日(水) 22日(木)	9:00~9:20 13:00~13:20	船江コミュニティセンター		
基本健康診査	1日(水)、2日(木)	13:00~14:00	総合健康福祉センター さざんか		健康課健康づくり係

*1日は18:00~20:00も受け付けています
 問い合わせ先tel: 健康課健康づくり係 ☎ 23)0025 健康福祉室健康係 ☎ 53)2611 中部保健所健康増進課 ☎ 054)644)9279 中部保健所榛原分庁舎 ☎ 22)1151

12月の 休日当番医

*当番医は、やむを得ず変更することがあります。事前にご確認ください。
 *休日当番医は、急患者の受け入れを目的としています。通常の診療を目的に来院することはおやめください。

期日	開業医(榛原・吉田地区)	開業医(相良・御前崎地区)
4日(日)	はいばら泌尿器科クリニック ☎ 28)0887	小田医院 ☎ 52)0426
11日(日)	半田医院 ☎ 32)0193	永尾内科循環器科医院 ☎ 63)6611
18日(日)	石井内科皮膚科医院 ☎ 22)0013	堀口外科医院 ☎ 52)5858
23日(祝)	野村医院 ☎ 32)0234	座光寺医院 ☎ 63)3206
25日(日)	高木内科医院 ☎ 22)0003	サガラ眼科 ☎ 53)2222

*榛原総合病院の当番医については、直接お問い合わせください。☎ 22)1131
 *年末年始の休日当番医については、後日お知らせします。

地元の基幹産業のひとつ お茶について学習しよう

片浜小・茶の手もみ体験』

片浜小学校の3年生児童12名が、10月18日に相良茶手揉保存会 紅林公一会長の会員6名の指導を受けながら、茶の手もみを体験しました。

この体験活動は、同校の総合的な学習の一環として行われたもので、3年生は地元の基幹産業のひとつであるお茶について学習。これまで、茶刈りや茶工場の見学などを体験してきました。

ほとんどの児童が茶の手もみは初めてということもあり慣れない手つきで生葉から茶を仕上げ、仕上げた茶は給食時や自宅に持ち帰って味わうことになっています。

この体験活動は、同月20日に菅山小でも開かれました。



児童は馴れない手つきながらも茶を仕上げ、お茶についての理解を深めました

「難しかったけど楽しかった」 親子で茶の手もみを体験

勝間田小・親子茶手もみ体験』

勝間田小学校の3年生児童31名とその父兄24名が、10月26日に「親子茶手もみ体験」を行いました。

総合的な学習の一環として行われたこの活動では、講師として招かれた三栗茶業研究会（飯塚圭悟会長）の指導の下、今年の一番茶をホイロ（焙炉）の上で「もみきり」や「でんぐり」「こくり」などの手もみの行程を体験。約2時間かけてお茶を完成させました。

体験した親子からは「難しかったが楽しかった」との声が聞かれ、早速、完成させたお茶を茶菓子とともにおいしそうに味わう親子の姿が見られました。

講師の手慣れた手つきに見入る親子。おいしい手もみ茶ができたかな



動物とのふれあいを通して 良い思い出を作って

地頭方保育園・ポニー教室』

地頭方保育園（古川馨子園長）では、11月1日に乗馬などを体験する「ポニー教室」が開かれ、4〜5歳児28名が馬とのふれあいを楽しみました。この教室は、堀野新田に住む鈴木隆春さんが、子どもたちに動物とのふれあいを通して良い思い出を作ってもらいたいと、鈴木さんが所属する乗馬クラブ「パロミノ・ポニークラブ」（御前崎市）の協力を得て、自分の子どもが通園していた16年前から毎年、開いているものです。

園児たちは、鈴木さんから「馬から下りるときは馬の首を軽く叩いて、ありがと」と言ってもらってあげてね」などと指導を受けながら交代で乗馬を体験。子どもたちは時折、馬の首を撫でるなど馬をいたわりながら、馴れない手綱さばきで乗馬を楽しみました。



馬の首を撫でて「ありがとう」と感謝の気持ちを伝える園児