

MAKINOHARA

広報まきのほら

ふれあいビタミンあいのまち
うみ・そら・みどりと共に生きる

世代を超えて末永く



山の手幹線・深谷橋
三世代夫婦渡り初め

Proud!
Japan

特選 市の東西を結ぶ幹線道路
山の手幹線・深谷橋が開通

善末 蛭ヶ谷の田遊びが国重要無形民族文化財に指定
地域で継承

March
2012
NO. 126

3



開通式でテープカットをする関係者ら

山の手幹線・深谷橋が開通

勝間田川に架かる深谷橋の工事が完了し、市の東西を結ぶ道路が開通しました。昭和46年の工事から40年以上が経過。開通により、周辺道路の渋滞緩和や東名高速道路相良牧之原インターチェンジ方面からの榛原総合病院、牧之原警察署などへのアクセス向上など利便性が良くなり、地域間の融合が期待されます。

問い合わせ 建設課 大石 ☎ (53) 2628

都市計画道路 山の手幹線	
計画延長	約3,300メートル
供用区間	約3,050メートル (509メートル)
事業期間	昭和44年4月～平成24年3月 (平成11年4月～平成24年3月)
事業費	約30億8千万円(約14億5千万円) *カッコ内は今回の事業区間



深谷橋の工事などの完了に伴い、全延長約3,300メートルのうち約3,050メートルが完成し、「榛南・南遠広域都市計画道路 山の手幹線」が3月4日、開通しました。山の手幹線は良好な市街地形成や交通の円滑化などを目的として、昭和42年度に都市計画の決定がなされ、46年度から工事が開始されました。国道150号北側に位置し、榛原地域の東西を走るこの道路は、旧榛原町と旧相良町を結ぶ地域融合幹線道路の機能を持っています。一部の区間はすでに供用開

始されていましたが、今回の工事で深谷橋の架け替えを含む、延長509メートルの区間を約12年の歳月(測量や用地交渉などを含む)をかけて整備しました。

12年間にわたる事業の間には、「白百合遺跡」の発掘調査や、県指定の絶滅危惧種である「シロウオ」の営巣環境に配慮しての深谷橋の工事も行われました。

山の手幹線の開通により、周辺道路の渋滞緩和や市東部へのアクセスが飛躍的に向上し、往来がスムーズになりました。

深谷橋完成までの道のり

深谷橋の工事は、大きく3つの工程に分けて行われました。川の上流から下流に向かって、右側の岸を右岸、左側を左岸と呼びます。工事は右岸の橋台工事から始まり、続いて左岸橋台と橋脚工事が行われ、最後に上部工事が行われました。



1 右岸橋台工事 橋台は橋の両端に設置される橋桁を乗せる台。橋は大きく分けて、上部構造と下部構造から出来ています。

2 左岸橋台・橋脚工事 下部構造は上部構造を支え、荷重を地盤に伝達する役目を持ちます。橋の中間に設置されるものを橋脚と呼びます。



3 上部工事 上部構造は、橋台と橋脚などをつなぐ橋桁のこと。車や人が渡る道路はこの上の部分です。上部工事での架設工事では、400トン吊りのクレーンを使用しました。



さまざまな課題を乗り越えて

白百合遺跡発掘調査

約2千年前の弥生時代後期から約800年前の中世までの遺跡であり、規模は道路工事に関する部分で約2400平方メートル。埋蔵文化財の包蔵地に指定されており、試掘により土器を発見。平成20年5月から21年3月までの発掘調査の結果、県内では珍しい、海岸線に近い場所である集落跡や土器館などが多数出土されました。

シロウオ生態環境に配慮

シロウオは静岡県版レッドデータブックの絶滅危惧種に指定されており、勝間田川での遡上が確認されていました。深谷橋改築工事に伴う影響を確認するため、専門家の指導の下、平成19年2月から調査を開始。事前調査の結果、産卵時期には工事を避けるなど、営巣環境に配慮しながら工事を実施しました。工事完了後も追跡調査を行っています。



【写真上】出土した、胎児や幼児を埋葬するために使われていた土器棺
【写真左】遺跡の発掘調査の様子



【写真左】シロウオの遡上確認調査の様子
【写真下】シロウオ(スズキ目ハゼ科)。透明な体を持ち、体長は5cmほど

市民インタビュー

相良地域からの利便性が向上



萩間地区長
藤野 昌孝さん

深谷橋の開通によって、私たちの萩間地区からも榛原総合病院や牧之原警察署へのアクセスが良くなり、日常生活での利便性が高まりました。病院を利用する高齢者も多いので、大変喜んでいます。萩間地区だけでなく雪山や大沢などの地域からも細江方面が近くなったので、そういった意味で旧2町の一体感の醸成にもつながるのではないかと思います。

渋滞が解消され大変ありがたい



橋向町内会長
柴本 榮さん

地元町内会としては、朝、晩の戸塚橋からローソン勝保店までの渋滞が解消されるので、大変ありがたいです。榛原総合病院にも、今までの半分の時間で行けるようになりました。反面、通行車両のスピードが気掛かりです。近隣の町内会の皆さんと協力して交差点などに立ち、通学する子どもや高齢者の安全に気配りをしたいと思います。

いつでも 誰でも 楽しめる!



23年度エンジョイ・スポーツデイの様子

～平成24年度 まきスポ会員を募集～

まきのはら総合スポーツクラブ(通称:まきスポ)は、気軽にスポーツを楽しむことができる会員制のスポーツクラブです。平成24年度はファミリーバドミントン競技を中心に、各種教室など幅広い活動を行います。「スポーツを始めたいけれど、何から始めてよいのか分からない」「気軽に運動したい」「スポーツを楽しみたい」という皆さん、スポーツを通じて友達の輪を広げてみませんか。

■平成24年度 まきスポの活動内容

活動名	内容	日時	会場
エンジョイ・スポーツデイ*	ファミリーバドミントン、バドミントンなどのスポーツを楽しむことができます。	毎週月曜日(通年) 午後7時～午後9時	相良B&G海洋センター
ファミリーバドミントンサークル	エンジョイ・スポーツデイで上達したらサークルでゲームを楽しみましょう。	毎週土曜日(通年) 午後7時30分～午後9時30分	片浜小学校
その他イベント	ファミリーバドミントン大会	9月、平成25年2月	現在未定
	カヌー体験教室	現在未定	現在未定
まきスポ教室*	内容、日時、会場は下記「平成24年度 まきスポ教室」をご覧ください		

*一般(会員以外)の人でもエンジョイ・スポーツデイは1回100円、まきスポ教室は1カ月1,000円で参加できます。

■平成24年度 まきスポ教室 (毎週月曜日。午後7時～午後9時)

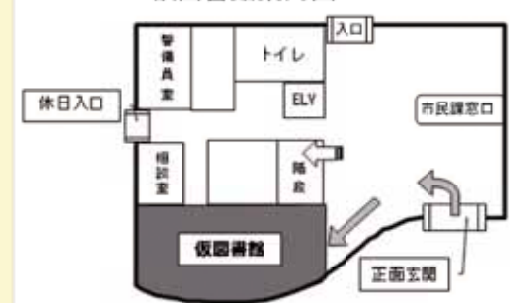
開催月	教室名	募集人数	会場・対象・参加料など
4月 25年2月	ファミリーバドミントン	15人	・会場は相良B&G海洋センター ・対象は中学生以上 ・会員以外でも参加できます ・参加料は各教室とも 一般(会員以外):1,000円/月 会員:500円/月
6月	ソフトバレー	15人	
8月	ノルディックウォーキング	15人	
10月	バウンドテニス	10人	
11月	バドミントン	15人	

まきスポへの入会手続きなど

- ▶対象:中学生以上の健康な男女
- ▶年会費:大人3,000円、小人2,000円(中学生以上高校生以下)
*家族で入会する場合は上限6,000円 *毎回一日傷害保険に加入
- ▶入会方法:相良B&G海洋センター窓口で申し込みください。

問い合わせ まきのはら総合スポーツクラブ事務局(相良B&G海洋センター内) ☎024600(平日 午前8時30分～午後5時)
 ㊚ <http://www.matsui.ne.jp/makitaikyoo> ㊚ maki-taikyo@mail.wbs.ne.jp

■仮図書館案内図



*市役所閉庁日は、庁舎西側の夜間・休日入口から入館してください。

平成24年度のみ榛原図書館を移設します

榛原文化センターの耐震工事に伴い平成24年度に限り、榛原図書館を次のとおり開館します。皆さんにはご迷惑をお掛けしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。

【仮図書館開館場所】市役所榛原庁舎2階市民ラウンジ(正面玄関を入って左手奥)

【開館期間】平成24年5月15日(火)～平成25年2月中旬(予定)

*移設準備のため、4月2日(日)から休館します。

【休館日】月曜日(祝日の場合は開館)・年末年始

*貸出・返却方法は今までと変わりません。

平成24年度 移動図書館ひまわり号 運行表

移動図書館ひまわり号は、図書館まで出掛けることが難しい子どもやお年寄りにも本に親しんでもらおうと、市内8コース・54ステーションを毎月1回巡回しています。

コース1

4月10日(火)	5月8日(火)
6月5日(火)	7月3日(火)
7月31日(火)	9月4日(火)
10月2日(火)	10月30日(火)
11月27日(火)	1月8日(火)
2月5日(火)	3月5日(火)

牧之原第6町内会公民館	9:10～9:30
牧之原中央町内会集会所	9:45～10:15
牧之原区民センター	10:25～10:50
三栗農業研修会館	11:10～11:30
勝間田小学校	12:50～13:40
朝生公民館	14:00～14:30
ピアゴ	14:40～15:10

コース2

4月11日(水)	5月9日(水)
6月6日(水)	7月4日(水)
8月1日(水)	9月5日(水)
10月3日(水)	10月31日(水)
11月28日(水)	1月9日(水)
2月6日(水)	3月6日(水)

相良公民館	9:10～9:40
笠名公民館	10:00～10:30
トーク地頭方	10:45～11:00
速波公民館	11:10～11:30
地頭方小学校	12:45～13:35
落居公民館	14:00～14:30

コース3

4月17日(火)	5月15日(火)
6月12日(火)	7月10日(火)
8月7日(火)	9月11日(火)
10月9日(火)	11月6日(火)
12月4日(火)	1月15日(火)
2月12日(火)	3月12日(火)

鬼女新田公民館	9:50～10:10
菅山原公民館	10:20～10:40
養護老人ホーム相寿園	10:50～11:30
萩間小学校	12:40～13:30
相良B&G海洋センター	13:55～14:25
片浜小学校	14:40～15:30

コース4

4月18日(水)	5月16日(水)
6月13日(水)	7月11日(水)
8月8日(水)	9月12日(水)
10月10日(水)	11月7日(水)
12月5日(水)	1月16日(水)
2月13日(水)	3月13日(水)

鹿島神社	9:00～9:20
細江コミュニティセンター	9:30～10:00
榛原児童館	10:10～11:00
坂部第2農業センター	11:20～11:40
坂部小学校	12:50～13:40
切山下農業研修センター	14:00～14:30
中地区公民館	14:40～15:10

コース5

4月24日(火)	5月22日(火)
6月19日(火)	7月17日(火)
8月21日(火)	9月18日(火)
10月16日(火)	11月13日(火)
12月11日(火)	1月22日(火)
2月19日(火)	3月19日(火)

はいばら総合観光センター	9:30～10:00
神明神社	10:10～10:30
スーパーカネハチ	10:40～11:20
細江小学校	12:45～13:35
久翁寺駐車場	14:00～14:20
元J Aハイナン坂口支店	14:30～14:50
J Aハイナン本店	15:10～15:30

コース6

4月25日(水)	5月23日(水)
6月20日(水)	7月18日(水)
8月22日(水)	9月19日(水)
10月17日(水)	11月14日(水)
12月12日(水)	1月23日(水)
2月20日(水)	3月21日(水)

*3月は21日(木)になります

白井公民館	9:00～9:20
萩原南コミュニティ消防センター	9:30～9:50
さがら子生れ温泉会館	10:00～10:20
相良清風園	10:30～11:00
東萩間公民館	11:15～11:35
牧之原小学校	12:40～13:40
相良いきいきセンター	14:20～15:00

ひまわり号には、大人から子どもまで楽しめる小説や趣味の本、絵本、児童書など約3,200冊の本を積載しています。リクエストもできます。

- 貸出冊数 1回の最高貸出数
 ▶中学生以上 5冊
 ▶小学生以下 3冊
- 貸出期間 次回運行日まで
- 返却先 ひまわり号のほか、相良、榛原両図書館(午後5時まで)や相良、榛原両庁舎警備員室(午後7時まで)でも返却できます

問い合わせ 社会教育課 ☎02464

コース7

5月1日(火)	5月29日(火)
6月26日(火)	7月24日(火)
8月28日(火)	9月25日(火)
10月23日(火)	11月20日(火)
12月18日(火)	1月29日(火)
2月26日(火)	3月26日(火)

堀之内研修会館	9:20～9:40
東慶林公園	9:50～10:10
特別養護老人ホームうたしあ	10:30～11:30
川崎小学校	12:50～13:40
橋向公民館	13:50～14:10
旧静波西保育園	14:20～15:00
静波コミュニティ防災センター	15:10～15:30

コース8

5月2日(水)	5月30日(水)
6月27日(水)	7月25日(水)
8月29日(水)	9月26日(水)
10月24日(水)	11月21日(水)
12月19日(水)	1月30日(水)
2月27日(水)	3月27日(水)

たきび塾	9:10～9:50
大江八幡神社	10:00～10:20
大寄地区公民館	10:30～11:00
女神公民館	11:10～11:30
菅山小学校	12:50～13:40
介護老人保健施設はるかぜ	14:00～14:30
相良小学校	14:50～15:40

医療

高額医療費の窓口負担が軽減されます
4月から高額な外来診療に限度額認定証などが利用できます

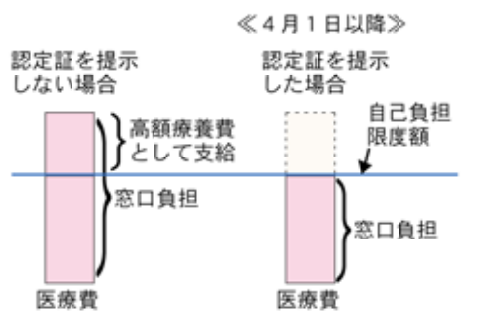
問い合わせ 国民健康保険課 鳥潟 ☎(23) 0023

平成24年4月1日から、同じ医療機関に通院し、その医療機関への1カ月の支払いが自己負担限度額を超える場合、「限度額適用認定証」や「被保険者証」を提示すれば、窓口での負担が左記の自己負担限度額までとなります。
 *1カ月に複数の医療機関にかかった場合は、それぞれの医療機関で自己負担限度額までの支払いとなります。

年齢	所得区分	1カ月の自己負担限度額(外来)
70歳未満	上位所得世帯の人*1	150,000円+(医療費総額-500,000円)×1% <83,400円>*2
	一般所得世帯の人	80,100円+(医療費総額-267,000円)×1% <44,400円>*3
	住民税非課税世帯の人	35,400円 <24,600円>*4
70歳以上	現役並み所得世帯の人*5	44,400円
	一般所得世帯の人	12,000円
	住民税非課税世帯の人	8,000円

*1 基礎控除後の総所得金額等が600万円を超える世帯の人
 *2~4 <>内の金額は過去12カ月以内に4回以上、高額療養費の対象となる場合の4回目以降の自己負担限度額
 *5 課税所得145万円以上の70歳以上の人が、1人でもいる世帯の人

病院などで高額な医療費を支払った場合、申請すれば自己負担限度額を超えた分の差額が支給されます。(高額療養費制度)
 しかし、最近ががんや難病などの治療費が高額になる傾向があり、また支払いから還付までに4、5カ月かかるため、外来患者の立て替え負担が大きくなってきました。そこで、4月から立て替えの負担と払い戻しの手間をなくすことにしました。外来患者は前もって自分の加入する健康保険の窓口へ申請して「限度額適用認定証」などを取り、病院や薬局で提示すれば最初から自己負担限度額を支払うだけで済むようになります。



*「限度額適用認定証」を提示しない場合は、従来どおり高額療養費の支給申請をしてください。

(例) 一般所得世帯(70歳未満)の人の場合
 ■ 1カ月の外来診療費 = 100万円
 ■ 窓口負担(3割負担) = 30万円
 自己負担限度額 87,430円
【認定証の提示あり】
 ・ 窓口負担 87,430円
【認定証の提示なし】
 ・ 窓口負担 300,000円
 (後日、高額療養費として212,570円が支給されます)

市国民健康保険・後期高齢者医療保険加入者の「限度額適用認定証」などの交付申請は、市国民健康保険課または相良窓口課で受け付けます。(年齢や世帯の所得などにより手続きが異なります)それ以外の人は、加入している健康保険の種類により手続きをする窓口が異なりますので、各保険の担当者へお尋ねください。
 現在「限度額適用認定証」を持っている人は、4月1日以降も引き続き使用できます。
 *国民健康保険税に納め忘れがある場合は、「限度額適用認定証」を交付できないことがあります。

■限度額適用認定証の交付申請手続きなど

年齢・所得区分など	事前の手続き	病院・薬局などで
・70歳未満の人 ・70歳以上で、住民税非課税世帯の人	「限度額適用認定証」などの交付を申請してください	「保険証」と「限度額適用認定証」などを窓口で提示してください
・70歳以上75歳未満で、住民税課税世帯の人	必要ありません (高齢受給者証または後期高齢者医療被保険者証が認定)	「保険証」と「高齢受給者証」を窓口で提示してください
・75歳以上で、住民税課税世帯の人		「後期高齢者医療被保険者証」を窓口で提示してください

税金

5月15日から5月31日までに
軽自動車税の納期が変わります
 問い合わせ 税務課 西川 ☎(23) 0035

軽自動車税とは
 毎年4月1日(賦課期日)現在で、バイクや軽自動車などを所有している人に課税される税金です。4月2日以降に廃車、名義変更により所有者が変わっても、賦課期日の所有者に課税されます。廃車や名義変更の手続きを行わないと、実際の車両がない場合でも課税されるので注意してください。
 所有者が亡くなった場合や、転居などにより軽自動車などの置き場所が変わった場合にも、速やかに手続きをしてください。

納期が「5月」に変わります

「4月15日から4月30日」の納期を、平成24年度から「5月15日から5月31日」に変更します。口座振替の場合は5月31日が引き落とし日となります。新しい納期内での納付に、ご理解とご協力をお願いします。
 納期の変更に伴い、軽自動車税納税通知書は今までの4月中旬から5月中旬の発送に変わります。5月20日を過ぎても納税通知書がお手元に届かない場合は、税務課までご連絡ください。

継続検査用納税証明書の有効期限
 お手持ちの平成23年度継続検査用納税証明書には、有効期限が平成24年4月30日(口座振替の人は平成24年5月15日)と記載されていますが、次の新しい有効期限まで車検を受けることができます。
【納付書払の人】平成24年5月30日
【口座振替の人】平成24年6月15日

軽自動車税の減免

障がいのある人は所有する軽自動車税の減免制度が利用できます。忘れずに手続きをしてください。
【受付期間】平成24年4月16日(日)~平成24年5月24日(木)
【持ち物】身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳、自動車検査証、運転免許証、軽自動車所有者の印鑑
【受付窓口】税務課(榛原庁舎3階)、相良窓口課(相良庁舎1階)
 *障がいの等級によっては、適用されない場合があります。分からない場合は事前にご相談ください。
 *減免は、1人につき車両1台とします。自動車税(県税)と重複しての減免はできませんのでご注意ください。

相談

相談員が解決の方法を一緒に考えます
困ったときはお気軽に相談してください
 問い合わせ 市民相談センター 八木 ☎(23) 0088

困ったときには独りで悩まずに、まずは市民相談センターに相談してください。秘密は守られます。
 最近よくある相談とアドバイス

【相談1】 原野商法の二次被害
 ▼20年以上前に買った遠方の山林のことで、業者から「今後、新幹線が通る予定がある。外国の人がその土地を欲しがっているので売り時だ。1年以内に売却できる」との電話があった。測量などの費用として30万円が必要だと入金を急がされたが、信用してよいか。
 ■あたかも原野を高く売却できるかのように話を持ち掛け、測量や土地管理などの費用を払わせる手口です。業者は、購入者名簿や登記簿などを基に勧誘します。このような話にはうみにせず、地元自治体や不動産業者に現地の情報などについて確認しましょう。

【相談2】 無料とうたうオンラインゲーム

▼中学生の息子が無料のオンラインゲームをしたというので、私の携帯電話を貸した。アイテムが有料とは知らずに契約したようので私のクレジットカードで1万円以

上を購入し、高額な請求となったが支払う義務はあるか。
 ■ゲームを利用した際に、画面に規約や有料であることが明示されていない場合は、契約不成立と考えられます。疑問がある場合は、支払う前に市民相談センターに相談するようにしてください。

【相談3】 賃貸住宅契約の注意点
 ▼4月から、賃貸住宅を借りることになった。どのようなことに注意して契約したらよいか。
 ■次の点に注意してください。
 ①実際の住宅は想像と異なることが多いので、契約前に実際に見て間取りや設備などを確認しておく。
 ②契約前に、物件を押しさえておくための申込金などを要求された場合は、安易に支払うことは避け、契約が成立しなかった場合に返金されるか確認しておく。
 ③契約書・重要事項説明書をよく読み、原状回復に関する借主負担について確認しておく。(国交省のガイドラインを参照)
 ④退去時のトラブルを防ぐため、室内の汚れや損傷について家主(管理会社)と立ち合いを確認し、写真を撮るなど記録しておく。



生い茂る枝葉を伐採する参加者

「協働」の心で地域をきれいに

■川崎区県道緑地清掃活動

川崎区（榛葉輝一区长）は2月18日、仁田竹橋近くの県道緑地の清掃活動を実施しました。緑地にはツツジやモチノキなどが植えられていますが、伸びた枝葉にツルが絡まり、付近の交差点で車両が右左折する際に見通しが悪く、非常に危険でした。任期の締めくくりとして「地域の環境美化は自分たちの手で」と、区役員らが区民に呼びかけ取り組んだもので、参加者らは生い茂る枝葉に悪戦苦闘しましたが、約2時間半の作業により、緑地は見違えるようにきれいになりました。

就職担当者に市内企業を紹介

■市内企業現地見学会

県内の高校や大学の就職担当者らを対象とした企業現地見学会が2月14日、市内4つの企業で行われました。市や企業、教育機関などでつくる「産業雇用支援ネットワーク」が、地元企業が求めている人材を知ってもらおうと4年前から実施しているもので、市内や周辺地域の4高校、2大学の担当者など15人が参加しました。企業からの事業概要説明や作業現場の見学が行われ、参加者は熱心にメモを取り、現場の状況や採用方針などの雇用情報を収集していました。



企業の担当者から業務内容などの説明を聞く参加者

全国大会での活躍を誓う

■バスケットボールスポーツ少年団市長表敬訪問

3月下旬に東京で開催される「第43回全国ミニバスケットボール大会」に出場する市内のバスケットボールスポーツ少年団「シリウスクラブ」の選手らが2月29日、市役所榛原庁舎を訪れ、市長に喜びの報告をしました。チームは川崎、細江両小学校児童で構成。2月5日に静岡市で行われた県大会で優勝し、全国大会出場を決めました。市長から激励を受けた河守大世主将（川崎小6年）は「予選を勝ち抜き決勝リーグに進み、全勝で優勝したい」と意気込みを語りました。



市長から激励の言葉を受ける選手たち



紅梅をめでながら俳句を考える児童

早春の訪れを感じて一句詠む

■俳句会/片浜小学校

片浜小学校は2月22日、学校近くの相良梅園を訪れて俳句会を開きました。総合学習の一環として地域の自然に触れ、季節感を味わうことを目的に毎年行われているもので、全校児童38人が参加しました。児童たちは、約700本の紅白の梅が植えられた庭園を散策。気に入った場所を見つくと、五七五の17字になるよう指折り数えながら「梅が咲くそれと同時に 命咲く」「水色の 空に浮かんだ梅の花」などの句を、思い思いに詠みました。

広報担当がどこにでも取材に行きます。あなたの身近なホットで楽しい話題やイベントなどの情報をお待ちしています。

秘書広報課 ☎ (23) 0052 ✉ seisaku@city.makinohara.shizuoka.jp



本通りを一齐にスタートする2.5キロの部の選手

早春の相良路を900人が力走

■第55回田沼意次牧之原市マラソン大会

「第55回田沼意次牧之原市マラソン大会」が2月5日、相良地域で開かれました。大会には地元のほか友好姉妹都市の長野県松川町、島根県や岐阜県など、県内外から約900人が参加しました。コースは相良中心街の本通りをスタートする10キロ、5.22キロ、2.5キロの3つ。選手たちは沿道の住民の声援を受け、男女・年代別の計19部門に分かれて健脚を競いました。また、大会運営には市民や学生ら約280人がボランティアとして参加したほか、地元事業所の協賛により市の特産品が参加賞や賞品として贈られるなど、出場者らは地域色豊かな大会を楽しんでいました。

豊作願い御神体を守り抜く

■一幡神社の御榊神事

菅ヶ谷の一幡神社に伝わる県指定無形民俗文化財の「御榊神事」が、2月10日から12日にかけて行われました。同地区で古来より神事に奉仕する28戸の名(苗)の中から選ばれた年番の「本名」は、御本飯と呼ばれる御神体の餅を「さいの目」に切り、榊の葉に包んで一幡神社にある御飯屋の中に安置し、一年間にわたって大切に守り抜きます。御神体は御飯屋の中で稲の霊力が増幅され、新たな力となり地域に翌年の豊作をもたらすといわれています。



榊の葉を口にくわえて一幡神社に御神体を運ぶ行列



記念品を交換して握手を交わすガンバートル議長(左)と市長

上水道整備による友好交流を推進

■モンゴル国ドルノゴビ県人民会議訪問団歓迎式

静岡県と友好協定を結んでいるモンゴル国ドルノゴビ県の人民会議訪問団歓迎式が2月2日、相良史料館で行われました。歓迎式には、人民会議のゴンボ・ガンバートル議長ら21人が出席しました。市長は「県と協力しながら、上水道などの分野で交流、連携に取り組んでいきたい」とあいさつ。ガンバートル議長は「水には苦勞しているため、水道事業や施設への協力をお願いしたい」と述べました。

大人の健診・相談

項目	期日	時間	会場	問い合わせ・申し込み
総合健康相談・認知症予防相談	3日(火)、17日(土)	9:00~11:00	さざんか	予約制 健康推進課 ☎024
	10日(火)、24日(土)		相良保健センター	
HIV抗体検査	5日(木)	18:00~19:40	中部健康福祉センター (藤枝市)	予約制 中部健康福祉センター地域医療課 ☎054(644)9273
	19日(木)	9:00~11:00		
肝炎ウイルス検査	5日(木)	17:30~	中部健康福祉センター (藤枝市)	予約制 中部健康福祉センター地域医療課 ☎054(644)9273
	19日(木)	11:20~		
精神保健福祉総合相談	10日(火)	13:30~	中部健康福祉センター (藤枝市)	費用無料、予約制 中部健康福祉センター障害福祉課 ☎054(644)9279
	18日(火)	14:30~	島田市保健福祉センター (島田市)	

4月の休日当番医

診療時間 午前9時~午後5時
急病者などの受け入れを目的としておりますので、通常の診療を目的に来院できません。
なお、受診前に当番医療機関に電話連絡をお願いします。
*榛原総合病院の救急外来については、直接問い合わせください。 ☎01131

期日	開業医(榛原・吉田地域)	開業医(相良・御前崎地域)
1日(日)	マスタクリニック ☎0555	永尾内科循環器科医院 ☎6611
8日(日)	さかい耳鼻咽喉科医院 ☎1818	田形内科医院 ☎5320
15日(日)	藤本クリニック ☎1200	堀口外科医院 ☎5858
22日(日)	玉井整形外科医院 ☎6667	小田医院 ☎0426
29日(日)	いしだ眼科 ☎1400	渡辺内科医院 ☎5232
30日(日)	はいばら泌尿器科クリニック ☎0887	あかほりクリニック ☎5555

Message
お知らせ

季節の変わり目は、体調を崩しやすいので注意してください。良質な睡眠とバランスの良い食事を心掛けましょう。

子どもの相談・健診・予防接種・講座

項目	期日	時間	会場	対象	持ち物など	問
母子健康手帳の交付	2日(火)、16日(土)	9:00~11:00	さ	妊婦	妊娠届出書	健
	9日(火)、23日(土)		相			
1歳児健康相談	12日(木)	9:00~10:00	さ	平成23年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳6カ月児健診(満年齢)	5日(木)	9:00~10:00	さ	平成22年8月、9月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	10日(火)	13:00~14:00	さ	平成22年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳6カ月児歯科健診	17日(火)	13:00~14:00	相	平成21年9月、10月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	20日(金)	13:00~14:00	相	平成21年2月、3月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳6カ月児歯科相談	18日(火)	8:30~10:00	さ	平成20年9月、10月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
4歳児歯科相談	18日(火)	8:30~10:00	さ	平成20年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
赤ちゃん相談	4日(日)	9:00~11:00	さ	乳児と保護者	母子健康手帳	健
	6日(月)		相			
三種混合予防接種	16日(土)	13:00~13:45	さ	平成23年9月~11月生まれ 1期追加者	母子健康手帳 予診票、体温計	健
	11日(火)		相			
BCG予防接種	6日(日)	13:00~13:45	さ	平成23年12月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
	4日(土)		相			
パパママおめでた講座	7日(日)、21日(日)	9:30集合	さ	妊娠5カ月から8カ月までの安定期の人とその夫	母子健康手帳	健
離乳食教室(要予約)	13日(土)	10:00~11:15	相	4~6カ月児の希望者	母子健康手帳	健
家庭児童相談室	月~金曜日 *祝日はお休み	9:00~16:00	さ	18歳未満の子の保護者など	事前に電話連絡	子支
ブックスタート	20日(土)	13:00~13:30 受付時間	さ	平成23年12月生まれ	母子健康手帳、バスタオル	子様
のびのび子育て井戸端会議	10日(火)	10:00~11:30	い	入園前の子どもとその親	内容:友だち作り	社

*4月から離乳食教室の開始時間や対象、持ち物などが変わりますので注意してください。
会場/さ:健康福祉センターさざんか い:相良総合センターい〜ら 相:相良保健センター
子支:子育て支援センター榛原(さざんか) 子様:子育て支援センター相良(い〜ら)
問い合わせ/健:健康推進課 ☎024 子支:子育て支援課 ☎0071 子様:子育て支援センター榛原 ☎0174
社:社会福祉協議会 ☎5187

静岡こども救急電話相談

子どもが急な病気で心配なとき、看護師や小児科医が電話でアドバイスします。毎日午後6時から翌朝8時まで(年中無休)。
▶#8000……プッシュ回線の固定電話、携帯電話 ▶☎054(247)9910……ダイヤル回線の固定電話、IP電話

志太榛原地域救急医療センター

▶所在地 藤枝市瀬戸新屋362-1(静岡県藤枝総合庁舎横)
▶診療時間(年中無休) 午後7時30分~午後10時 *金・土・日曜日は翌日午前7時まで。
▶診療科目 内科(4月の日曜日は午後10時まで *1日を除く)、小児科 ▶持ち物 保険証、各受給者証、服用中の薬
▶問い合わせ ☎054(644)0099

日々の忙しさのあまり、睡眠時間を削ることで体のバランスが崩れて、肥満になる確率が高くなることを知っていますか。今回は、忙しい中でも良質な睡眠を取るコツを伝授します。

まずは、不眠と肥満の関係を考えてみましょう。不眠になると、胃から食欲を高めるグレリンというホルモンの分泌が多くなり、食欲を抑えるレプチンというホルモンが減ります。2つのホルモンの影響で食欲が増して、肥満になります。肥満が進むと、付いた脂肪により気道が狭くなり、睡眠時無呼吸症候群になる可能性があります。こうなると良質な睡眠が取れなくなり、さらに不眠状態が悪化していきま。忙しいときこそ睡眠を侮ることなかれです。

元気があー!
NO. 35



良質な睡眠を取るコツ
①90分の倍数での睡眠
人間の睡眠のリズムは、浅い眠りと深い眠りの周期が約90分で現れ、この倍数での睡眠を取れば、すっきり目覚めることができます。
②入浴で体を温めて就寝
お風呂から出て体温が下がるときに、脳は適度な眠気を誘います。
③就寝・起床時間を一定に
体内時計のリズムを整え、毎日規則正しいリズムが身に付きます。
④昼食後に適度な昼寝を
20分程度の適度な昼寝は疲労の回復につながり、効果的と考えられています。長時間の昼寝は避け、30分以内を心掛けましょう。

忙しい毎日を上手に過ごすためにも、ぐっすり眠って心も体も健康に保ちましょう。

保健師 勝山直樹

4月の相談日です。
日々の生活の中で、誰かに相談したいと思っ
ていることや疑問に感じていることはありませんか。
そんなあなたからの声に応えるための各種無料相談窓口
を紹介しします。
秘密は厳守されますので、ひとりで解決しようとせず、
まずは相談してみてもいいですか。



静岡県産茶マスコット
チャーマイン

*市民相談センターは、市役所棟原庁舎北側の就業改善センター2階にあります。

一般相談

日常生活の中での困りごとや悩み、
分からないことなどの相談を受け
付けます。困ったらまずは相談を。

期日 月曜日～金曜日
時間 9:00～16:00
会場 市民相談センター
☎市民相談センター ☎0088

心配ごと相談

日常生活から起こる家庭問題や金
銭貸借などの紛争解決。司法書士
と民生委員が対応します。

期日 4月11日(金)・25日(金)
時間 9:00～11:30
会場 市民相談センター
☎市民相談センター ☎0088

介護相談

高齢者の介護では、一緒に暮らす
家族や周りの人の負担も大きく、
さまざまな問題や悩みが生じるこ
ともあります。
そんなときは一人で抱え込まず、
気軽に相談しましょう。
市では、介護する人たちを支える
ため、相談・支援体制を整えてい
ます。

期日 4月9日(金)
時間 9:00～12:00
会場 棟原庁舎2階相談室

期日 4月23日(金)
時間 9:00～12:00
会場 相良保健センター

☎高齢者福祉課 ☎0076

消費生活相談

訪問販売や通信販売などの契約ト
ラブル、振り込め詐欺、消費者金
融・多重債務、クーリングオフの
手続き、製品事故など消費生活に
おける相談を専門の相談員が対応
します。
契約トラブルの解決のコツは、あ
きらめないことです。まずは相談
してください。

【最近多い相談事例】
携帯電話やスマートフォンでのサ
イト利用等のポイント購入、学習
教材、エステ、クレジットカード

期日 月曜日～金曜日
時間 9:00～16:00
会場 市民相談センター
☎市民相談センター ☎0088

税の無料相談

税務・会計など税に関するあらゆ
る相談に無料で応じます。
事前予約が必要となります。

期日 4月18日(金)
時間 13:30～15:30
会場 市民相談センター
☎東海税理士会島田支部 ☎0547376575

高齢者虐待予防相談

「高齢者に関する虐待かな」と思っ
たときの相談です。事前に問い合
わせをして、気軽に相談ください。

期日 4月20日(金)
時間 13:30～16:00
会場 棟原庁舎2階相談室
☎地域包括支援センターオーリーブ ☎8822

法律相談(先着8人)

相続や遺産分割、離婚、多重債務
や債務整理などの法律解釈や手続
き、人権に関する相談などを無料
で受け付けます。弁護士、行政相
談員、人権擁護委員が1回30分
で対応します。
相談時には、参考となる書類など
を持参してください。
相談を受けるには、当日電話予約
が必要です。

期日 4月4日(金)・18日(金)
時間 10:00～12:00
13:00～15:00
会場 市民相談センター
予約 8:30～
*当日電話予約のみ

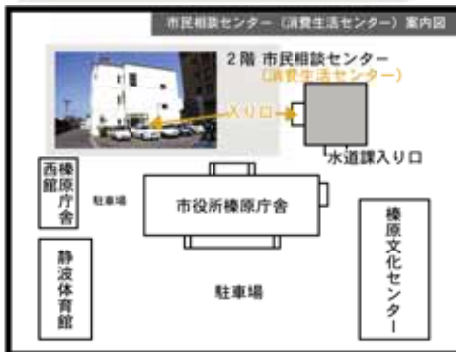
☎市民相談センター ☎0088

行政相談

行政相談員が、行政に対する苦情
や要望などの相談を受け付けます。

期日 4月4日(金)・18日(金)
時間 10:00～12:00
会場 市民相談センター

☎市民相談センター ☎0088



*職員や来庁者など、他人に会うことなく入ることができます



FOR THE PATIENTS

今月は
中央放射線科
を紹介しします

中央放射線科は院内の放
射線に関する検査を行う部
署で、画像検査の中心を受
け持っています。近年は機
器のほとんどがデジタル化
され、フィルムによる診断
からモニター診断へ移行し
てきています。そのため、各
検査では鮮鋭な画像が求め
られ、より細かい画像を多
く収集し、得た画像から臓
器や血管、骨の解析、計測を
する検査なども多くなって
きています。

現在のスタッフは、診療
放射線技師(常勤)11人、受
付事務(非常勤)1人です。

業務内容

【一般撮影】
胸部撮影、腹部撮影や
骨の撮影など、皆さんが一
番よくご存じの検査です。
撮影された画像はデジタ
ル画像として各診療科に送
られます。デジタル化され

ることにより、待ち時間の
短縮や低被ばくでの撮影が
できます。

【CT検査】

CT(コンピュータ断層
装置)は、X線を使用して体
の断面の画像を作り、診断
画像を得る検査です。16列
CTと320列CTが稼働
しています。320列CT
では一度に広範囲の画像情
報を得ることができ、低被
ばくでの撮影が実現できま
す。検査で得た画像を再構
築し、3D化して心臓血管
検査の解析を行ったり、骨
折などをあらゆる方向から
観察できます。

【MRI検査】

強い磁石と電波を使い、
体からの信号を得ることに
より画像を作り、診断画像
を得る検査です。CT検査
では骨は白く写りますが、
MRI検査では白く写りま
せん。骨にはほとんど水分
がないからです。特に、血管
や脳、脊髄の検査に適用し
ていますが、肺のように水分
が少なく空気が多い臓器や
動きのある臓器の検査には
向きません。

【心臓血管造影検査・血管造
影検査】

血管撮影では体のさまざま

まな部分の血管の状態を観
察し、必要に応じてカテー
テルを使用して治療を行
います。カテーテルとは体に
挿入する細い管のことです。
天皇陛下がこの方法で心臓
の検査を行いました。

【骨密度検査】

X線を利用して、腰椎や
股関節などの骨の密度を測
ります。骨粗しょう症の指
標に使用します。

【X線透視検査】

X線を出しながら体の臓
器や骨などの様子が観察で
きる検査です。代表的な検
査は、バリウム造影剤を使
用した胃腸検査やミエログ
ラフィ(脊髄造影)です。

【乳房検査】

乳房のしこりや腫瘍など
の検査・判定として行われ
るものです。検診マンモグ
ラフィ撮影認定診療放射線
技師が対応します。当院の
健診センターで受けること
ができる検査です。

【核医学検査】

放射性医薬品を注射など
で体内に投与し、体内から
出てくる放射線を検出し画
像にします。薬品は数時間
から数日で放射線をほぼ出
さなくなり、体外に出ます。

【放射線治療】
病変部に高エネルギー放
射線を照射する治療法です。
手術、化学療法と並ぶ、がん
治療の一つです。他の治療
と併用して行うこともあり
ます。院外からの照射のみ
の患者さんも、近年増加し
ています。

医療放射線と自然放射線

昨年、東日本大震災以降
被ばくへの関心が高まり、
院内での検査についても問
い合わせをいただいていま
すので、自然放射線と比較
して説明します。

自然放射線とは、日々生
活をしている中で、大地や
空気中または食べ物から受
ける放射線です。人体に影
響を与える放射線の量を
シーベルトという単位で表
しますが、年間に受ける自
然放射線の量は世界平均で
2.4ミリシーベルトです。
代表的なX線検査の放射線
の量は、胸部レントゲン写
真で0.05ミリシーベル
ト、腹部レントゲン写真で
0.1ミリシーベルトです。
自然放射線の量と比べると
少ないですが、妊娠可能な
女性や妊婦(胎児)、乳児な
どの感受性(放射線による
影響)が高くなる時期の

方々などは、注意が必要な
場合がありますので、検査
前に医師または放射線技師
にお知らせください。

良い画像が良い治療に

診療放射線技師の業務は
使用する機器も多く、検査
ごとに知識を深めることが
必要です。患者さんに安心
して検査を受けていただけ
るよう、また、確実な検査を
行い、より良い治療方法を
確定につなげられるように
日々努力していきます。今
後もよろしく願います。
副技師長 竹下英男



中央放射線科スタッフ。右側の写真の後列右から2人目が竹下副技師長。

人のうごき（牧之原市の人口）

POPULATION

- 人口 48,571人（前月比-31人）
 男性 23,967人 女性 24,604人
 出生 30人 死亡 44人
 転入 100人 転出 115人
 そのほか 2人
- 世帯数 15,568世帯（前月比-11世帯）
- 外国人人口 1,344人（前月比+55人）

平成24年2月29日現在（住民基本台帳人口）

忘れないで（税の納付期限など）

TAX etc

- 4月の納期一覧
- 介護保険料(65歳以上) 第1期 5月1日☎
 - 水道料 2・3月分 5月1日☎
 - 保育料 4月分 5月1日☎
 - 市営住宅使用料 4月分 5月1日☎

トップページ（表紙のお話）

TOP PAGE



3月4日に山の手幹線・深谷橋が開通。テープカット後に、川崎区の松浦正芳さん家族、静波区の野村昇一さん家族の三世代夫婦を先頭に渡り初めを行った。着工から40年以上が経過。完成を待ちわびていた道路だけに、これから末永く利用してもらいたい。

待っています（広報紙の感想）

READERS VOICE

読んだ感想や今後取り上げてほしい記事、牧之原市への思いなどを待っています。
 〒421-0495 静波447番地1 秘書広報課
 E-mail:seisaku@city.makinohara.shizuoka.jp



あかまつ なる
赤松 成瑠くん(0歳)
 平成23年5月13日生(波津)
 わんぱくなナル君♪
 元氣いっぱい大きくなあれ☆
 いっぱい遊ぼうね☆



わだ すずね
和田 涼音ちゃん(1歳)
 平成22年8月17日生(中)
 ご飯よりフルーツが大好き♪
 ニコニコと楽しくしてくれて
 パパとママは毎日幸せです!



もりした める
森下 愛琉ちゃん(1歳)
 平成23年2月2日生(波津)
 いたずら大好きなメルちゃん
 ☆一歳おめでとう☆思いやり
 のある優しい子に育ってね!



はら ぐん
原口 壮史くん(1歳)
 平成22年7月23日生(新庄)
 ぶーぶ、バナナが大好きわん
 ぱくそうちゃん♪いつもたく
 さんの笑顔をありがとう!



いづか りょう
飯塚 玲瑩くん(2歳)
 平成21年7月25日生(静谷)
 12月に弟・翔瑩(しょうや)
 が生まれてお兄ちゃんになっ
 たよ☆仲良く遊んでね♪



にしかわ りな
西川 類菜ちゃん(1歳)
 平成22年8月16日生(松本)
 歌に合わせて踊るのが大好き♪
 バナナも大好き☆これから
 元氣いっぱい大きくな〜れ!

元気なKIDS募集中

7・8・9月号の掲載希望のキッズを受け付けます。
 申込時間を守って、電話で申し込みをしてください。

申込日時 **6月4日(日) 午前8時15分〜**
 申込資格 掲載時に市内在住の4歳未満の子ども
 申込先 秘書広報課 ☎(23) 0052

榛原図書館は、耐震工事による移設のため4月から5月中旬まで休館します。(本紙5ページ参照)

みんなを守るいのちの授業
 -大つなみと釜石の子どもたち

片田敏孝著
 NHK出版刊



子ども達の生きる力を育てた3つの教え「想定を信じるな」「最善をつくせ」「率先避難者となれ」。東日本大震災の被害から児童を守った「いのちの防災教育」。釜石市の指導をもとにした「自分たちの防災マップをつくろう」を収録。

新カドタ式 家庭の生ごみで
 簡単土づくり

門田幸代著
 学研パブリッシング刊



土のうを使って、家庭で出る生ごみから、臭いもなく手軽に作れる生ごみ堆肥。庭でもベランダでも初めての人でも楽しく作れます。花も野菜もすくすく育つふかふかの土で、ベランダ菜園やガーデニングを楽しんでみませんか。

すかたん

朝井まかて著
 講談社刊



夫の赴任に伴い大阪に来た知里だが、夫が急死してしまい、青物問屋に住込み奉公することに。遊び人だが、幻の野菜作りには暴走気味の情熱を燃やす若旦那に引き込まれ、いつしか恋に落ちていた。仕事に恋に精を出す浪華の江戸娘奮闘記。

道化師の蝶

円城塔著
 講談社刊



正体不明の作家を追って、言葉は世界中を飛びまわる。帽子をすりぬける蝶が飛行機の中を舞うとき、「言葉」の網が振りかざされる。希代の多言語作家「友幸友幸」と、資産家A・A・エイブラムスの、言語をめぐる連環してゆく物語。

児 両	ぼぼんぴぼんぼん	松竹 いね子	般 両	子どもの心に風邪をひかせない子育て	石田 千恵子
児 両	おかあさんのまほうのおうかん	かたおかけいこ	般 両	もし富士山が噴火したら	鎌田浩毅・高世えり子
児 両	とべ! ブータのパレエ団	こばやしみき	般 両	野いばら	梶村 啓二
般 両	責めず、比べず、思い出さず	高田 明和	般 両	誰かが足りない	宮下 奈都

児……児童書 般……一般書 相……相良図書館で借りることができます。榛……榛原図書館で借りることができます。両……両図書館で借りることができます。

相良図書館(相良保健センター2階) ☎☎2649
 榛原図書館(4月は休館。5月中旬から榛原庁舎2階ロビーで開館予定。本紙5ページ参照) ☎☎0094
 開館時間 午前9時~午後5時
 *水曜日は午後7時まで。
 休館日 ▶毎週月曜日(祝日は開館)▶年末年始
 本の返却 午後7時まで相良・榛原両庁舎の警備室で返却可能。(年末年始除く)

移動図書館ひまわり号巡回日程-4月・5月

1コース/4月10日(日)	4コース/4月18日(日)
2コース/4月11日(日)	5コース/4月24日(日)
3コース/4月17日(日)	6コース/4月25日(日)
7コース/5月1日(日)	8コース/5月2日(日)

運行表は本紙4ページをご覧ください。図書館にも置いてあります。

募集

平成24年度児童館小学生事業教室参加者募集

〔絵画教室(年12回)〕
 会場 榛原児童館
 年会費 1000円
 定員 小学生30人(先着順)

〔二輪車教室(年10回)〕
 会場 川崎小学校なかよし広場
 年会費 1000円
 定員 小学生30人(先着順)

〔卓球教室(年10回)〕
 会場 相良B&G海洋センター
 年会費 1000円
 定員 小学生30人(先着順)

〔生け花教室(年10回)〕
 会場 相良児童館
 年会費(材料費) 2000円
 定員 小学生10人(先着順)

〔親子触れ合いクッキング(年4回)〕
 会場 さざんか栄養指導室
 年会費(材料費) 2000円
 定員 各児童館小学生親子10組
 合計20組(先着順)

申込方法 直接申し込む。
 申込期限 3月31日(土)
 申込先 ▼榛原児童館 池田 ☎(22) 6975 ▼相良児童館 古川 ☎(52) 1535

平成24年度中央セミナー
 1 学級生を募集します
 学習例 講話、調理実習、施設

民生委員児童委員が調査のために訪問します

〔災害時要援護者の個別計画調査〕
 調査期間 3月下旬〜5月末日
 調査内容 災害時に一人での避難が困難で、同居する家族などの援助を受けることができない人を把握し、地域で支援が可能ないように一人一人の個別計画を作成するための調査
 問い合わせ 社会福祉課 櫻井 ☎(23) 0070

〔高齢者福祉行政基礎調査〕
 調査期間 3月下旬〜4月下旬
 調査内容 市内在宅の65歳以上の人を対象に、身体・世帯・要援護状況などを調査
 問い合わせ 高齢者福祉課 植田 ☎(23) 0074

人間ドックや脳ドックの補助申請を受け付け

受付期間・会場 ■4月5日(木) 6日(金) ▼榛原会場 榛原庁舎 4階会議室 ▼相良会場 相良史料館 ■4月9日(月)〜4月19日(木) (土・日曜日を除く) ▼榛原会場 国民健康保険課 ▼相良会場 相良窓口課
 受付時間 午前8時30分〜午後5時

補助条件 ▼国民健康保険補助ドック 市国民健康保険の資格取得日からドック受診日まで継続して1年以上加入し、国民健康保険税を滞納していない人 ▼

見学、健康体操 など
 活動回数 年8〜10回
 活動会場 さざんか 他
 開講日時・会場 5月11日(金) 午前9時30分〜 さざんか
 対象 市内在住の20歳以上の人
 申込方法 電話または、直接申し込む。
 参加費 無料 *学習内容により、材料費などは自己負担。
 定員 45人
 申込期限 5月7日(日)
 申込先 社会教育課 水野 ☎(53) 2646

歩友ウォーキング教室の参加者を募集します

期間 4月から翌年3月まで(全21回) *開校日 4月20日(金)
 会場 市内各地 *開校日 相良B&G海洋センター
 対象 市内在住で年間を通して参加できる60歳以上の人
 申込方法 電話または相良B&G海洋センターに直接申し込む。
 参加費 年間1200円
 定員 100人
 申込期限 定員になり次第
 申込先 NPO法人市体育協会 市川 ☎(52) 4600

フリーマーケットにあなただも参加しませんか

出展者を募集します。
 日時 4月22日(日) 午前10時〜午後3時(雨天中止)

長寿補助ドック 市内在住で後期高齢者医療保険に加入し、保険料を滞納していない人
 補助額 2万円(予定)
 持ち物 保険証、世帯主の印鑑(後期高齢者医療保険の人は本人の印鑑)
 問い合わせ 国民健康保険課 野田 ☎(23) 0023

い〜らの文化振興事務を社会教育課に統合

効率的な事務を行うために、「い〜ら」の管理の一部を委託。文化振興課が担当していた事務を社会教育課に統合し、24年度からは社会教育課で行います。
 問い合わせ 社会教育課 大石 ☎(53) 2646

相良地域の通報先変更
 119は変わりません

消防の広域化に伴い3月15日から、相良地域の119番通報先が御前崎市消防本部から磐田市の中東遠指令センターに変更となります。番号は変わりませんので、落ち着いて状況を伝えてください。
 問い合わせ 御前崎市消防本部 ☎0537(85) 2119

看護師などの再就業をナースセンターが応援

日時 5月18日(金) 午前10時〜午後2時

会場 さがら子生れ温泉会館
 申込方法 電話で申し込む。
 出店料 1ブース500円
 定員 20ブース
 申込先 さがら子生れ温泉会館 山田 ☎(54) 1126

牧之原市音楽マラソンで演奏してみませんか

日時 ▼6月16日(土) 午前10時30分〜 ▼6月20日(日) 午前9時30分〜
 会場 い〜ら
 演奏内容 ピアノ、合奏、合唱 独唱など
 申込方法 榛原庁舎、相良庁舎、榛原文化センター、い〜らにある申込書に記入の上、往復はがきに貼付して郵送する(先着順)。
 参加費 一人当たり800円
 定員 200団体
 申込期限 4月6日(金)(必着)
 申込先 牧之原市音楽マラソン事務局 ☎42110523 波津688番地1 ☎(54) 0436

さがら草競馬大会ホラソングコンテスト募集

草競馬日時・会場 4月29日(日) 午前10時〜レース開始 *雨天の場合は4月30日に順延
 さがらサンビーチ
 内容 グッズ販売や運営サポート、駐車場整理など
 申込方法 電話で申し込む。

戸別所得補償の申請は水稲共済の加入が必要

水稲作付面積が30アール以上でこの制度の交付金を申請する農業者は、農業共済組合の水稲共済に加入することにより、簡単な申請手続きで済ませることが出来ます。
 問い合わせ 県中部農業共済組合 ☎0547(37) 1751

認知症に関する悩みなどを相談してください

介護経験者が相談に応じます。
 日程 毎週(月、土)の3日 *祝祭日や年末年始は対象外
 時間 午前10時〜午後3時
 相談内容 医療や介護など、認知症に関するさまざまな悩み
 問い合わせ 認知症コールセンター ☎0545(64) 9042

戦後抑留者に対する特別給付金請求期限到来

シベリア戦後強制抑留者に対する特別給付金の請求期限が近づいています。
 対象 戦後強制抑留者で平成22年6月16日に日本国籍を持つ存

申込期限 4月5日(木)
 申込先 市観光協会 栗田 ☎(22) 5600

あなたも病院で看護の体験してみませんか

日時 5月10日(日) 午前9時〜午後2時
 会場 榛原総合病院
 内容 現場見学、簡単な看護体験、医療関係者との交流
 申込方法 問い合わせください。
 申込期限 4月23日(日)
 問い合わせ 県ナースセンター ☎054(202) 1761

お知らせ

住民票などの請求には本人である証明が必要

住民票などを他人が不正に取得しないよう、請求時に運転免許証など顔写真付きの本人確認書類の提示をお願いしています。住所の異動や戸籍の届出などにも提示が必要です。
 健康保険証や年金手帳など顔写真のない書類は、2種類確認が必要となります。
 問い合わせ 市民課 野中 ☎(23) 0021

所有している固定資産について確認できます

前年中に固定資産の売買や相続などがあった人は、確認して

子育て・保健

子ども医療費の助成制度を活用してください

対象 乳幼児が入院や通院した場合と小中学生が入院した場合
 助成方法 ▼乳幼児 医療機関の窓口で子ども医療費受給者証を提示した場合、通院1回500円、入院1日500円を自己負担 ▼小中学生 医療機関の窓口で自己負担を支払った後1年以内に子育て支援課または相良窓口課で申請する。(持ち物は問い合わせください)
 問い合わせ 子育て支援課 増田 ☎(23) 0071

児童扶養手当が4月分から引き下げられます

法律改正により、平成24年度の児童扶養手当額(4月分)が23年度手当額と比べ0.3パーセント引き下げとなります。

全部支給(月額)	23年度	24年度
4万1550円	4万1430円	4万1430円
4万1540円	4万1420円	4万1420円
4万1530円	4万1410円	4万1410円
4万1520円	4万1400円	4万1400円
4万1510円	4万1390円	4万1390円
4万1500円	4万1380円	4万1380円

問い合わせ 子育て支援課 正木 ☎(23) 0071

ください。
 〔土地・家屋評価等縦覧帳簿〕
 縦覧期間 4月1日(金)〜5月31日(日)

会場 税務課
 縦覧内容 ▼土地納税者 土地価格等縦覧帳簿(所在、地番、地目、面積、価格) ▼家屋納税者 家屋価格等縦覧帳簿(所在、家屋番号、種類、構造、床面積、価格)
 縦覧対象 市内の土地または家屋に関する固定資産税の納税者
 手数料 無料
 持ち物 本人確認ができるもの(運転免許証など)、印鑑
 〔平成24年度固定資産課税台帳〕
 縦覧期間 4月1日(金)〜翌年3月29日(金)
 会場 税務課 相良総合窓口課
 縦覧内容 固定資産(土地、家屋、償却資産)の所有者、価格課税標準額など
 縦覧対象 本人または本人から委任された人、借地・借家人など(関係する場所のみ)
 手数料 1回300円(4月1日から5月31日まで無料)
 持ち物 本人確認ができるもの(運転免許証など)、印鑑、所有者以外の人は代理人選任届または委任状、借地・借家人はその場所が分かる契約書など
 問い合わせ 税務課 渥美 ☎(23) 0035

入札結果の公表 - 1月

子: 子育て支援課 幼: 幼保支援課
 維: 維持管理課 文: 文化振興課
 問い合わせ 管理課 石原 ☎20055

工事・委託名	予定価格(税抜)	落札価格(税抜)	落札率	落札業者
子 家庭児童相談訪問用公用車購入2台(スズキ ワゴンR)	2,364,000円	1,717,000円	72.63%	ミナト自動車
幼 市内保育園乳幼児お散歩車購入12台	1,080,000円	840,000円	77.78%	株式会社フレール
維 市道福岡天王森線側溝修繕工事	3,130,000円	2,850,000円	91.05%	若杉建設株式会社 *再入札
文 牧之原市文化財冊子印刷製本業務委託	1,995,000円	1,271,000円	63.71%	小山紙店

*再入札...契約解除に伴う再入札

田遊びの歴史



▲県内最古の古文書である笠原荘一宮文書

蛭ヶ谷の田遊びの起源は、正月に寺院などで僧侶が天下泰平や五穀豊稔を祈願する「修正会」と捉えられている。県内最古の古文書である笠原荘一宮文書（元弘3年1333年＝御前崎中山家所蔵）に「田遊び」という言葉が記述されていることから（*写真の赤枠部分）、田遊びは14世紀前半以前には東遠江地域にもたらされたことが判明している。

御前崎市に近い蛭ヶ谷の田遊びも、同様に鎌倉・室町時代には行われていたと考えられている。



【写真上】杉の束で作られた「ほた小僧」を新葉で結わられた縄に結び、輪の中央に入った親方が大声でせりふを唱え、綱を持つ若者が掛け声を発し、ぐるぐると綱を引き回し、神々と呼ぶ1番目の演目の「ほた引き」。

【写真右】三人の田打ち衆が本殿正面に立ち、親方が声高にせりふを言い、担いだくわで本殿の石段を田に見たてて行う「田打ち」。その後、豊作に繋がる御馳走である高盛飯が彼らの前に置かれ、昼食となる。



地域で継承

蛭ヶ谷の田遊びが国重要無形民俗文化財に指定

国は3月8日、蛭ヶ谷の田遊びを国重要無形民俗文化財に指定した。豊作祈願の神事を伴奏なく厳かに行うことは、類例がなく呪術性を感じ、学術的にも非常に重要であるとされた。また、地区の青年男子によって、旧来どおり祭礼が行われ、今後も継承していくという姿勢も高く評価された。今回の指定で、県内では9件目の重要無形民俗文化財となった。



「本刀振り」の真似をして木刀で四方切りをする「もどき」

蛭ヶ谷の田遊びは、毎年2月11日の夕刻から夜更けにかけて、蛭児神社の境内で稲作の過程を模倣的に演じ、豊作や子孫繁栄などを祈願する民俗芸能。同地区の青年男子（20歳～39歳）十数人が約5時間半かけて、17演目21役を演じる。神々と呼び寄せる「ほた引き」や太刀を使って空間を結界する「本刀振り」などの前半の儀礼的な演目と、「田打ち」や「稲刈り」など農耕作業を模した後半の演目で構成。今年も地元住民や市内外からの見物客、報道陣など約400人が詰めかけた。

祭りは昭和41年に旧相良町の、56年には県の無形民俗文化財に指定された。平成20年から21年にかけて、本市松本出身の野本近義大学名誉教授を委員長とする「蛭ヶ谷の田遊び調査委員会」が、調査報告書を作成した。平成24年1月20日、文化財指定を協議する、国の文化審議会が文部科学大臣に指定を答申し、国の文化財となることが決定。この決定を受け、市ではのぼり旗50枚と立て看板2枚を作成。市長が「地区の皆さんが継承してきた民俗芸能が評価されたことは大変うれしく、市の誇り」とあいさ

つし、同地区に贈った。今年、田遊びを視察した吉田純子文化庁調査官は「青年たちは文化財だから実施しているのではなく、継続していく意義を真に持っている。貴重な文化のため、絶やさず続けてほしい」と話した。今後、地区では保存会を設立するなど、団結して貴重な文化を末永く継承していく。

世代間の交流により重要な文化が根付いている

豊作祈願の祭りである田遊びは、米文化を持つ日本人として、稲作のありがたさを見直すうえで重要。田の神が子どもの姿で現れたとされる「ほた小僧」や高盛飯、楽器を一切使わず独特の掛け声や歌で行われるなど、蛭ヶ谷の田遊びの特徴は、予祝（豊作を祈願しあらかじめ祝福する）芸能としての完成度の高さと個性にあります。地域で代々継承され700年以上も継続されていることは、世代間の交流が確立されていることの証で、蛭ヶ谷地区に貴重かつ重要な文化が根付いている証拠だと言えます。



調査委員会委員長 近畿大学名誉教授 野本 寛一氏

インタビュー

田遊びを継承している今年の青年代表と最年少の青年に話を聞きました

今後も変わらずに続けていく

少子高齢化により以前に比べると、約半分の人数で一人二役などで実施しています。しかし、若者と交流できる場もあるので、つながりができて地域としての絆が生まれていると思います。皆真剣に取り組んでいるので、今回の指定は大変励みになり、今後も変わらずに続けていくことが大切だと感じます。



年番の親方 村松 公夫さん

*年番…青年の代表

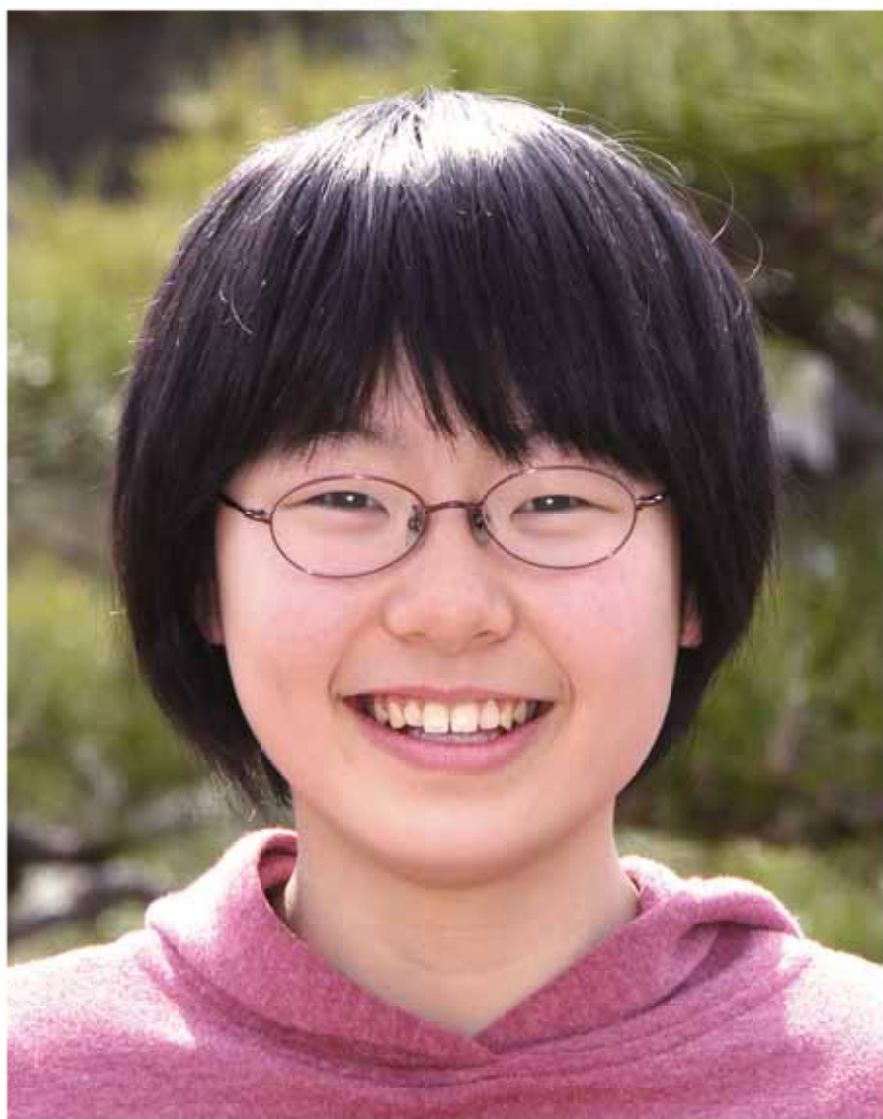
先輩と交流できることがうれしい

昨年初めて参加しましたが、せりふや動きなどが難しかったのですが、先輩や地区の人たちなどが丁寧に教えてくれたことと、子どものころから田遊びをずっと見てきたので、覚えることができました。田遊びを通して、地区の先輩と仲良く交流できることがうれしいです。今後もずっと続けていきたいです。



最年少の青年 長谷川 元紀さん

*親方…年番の中での代表者



輝け!未来

たむら・みさき
田村

美咲さん
牧之原小6年 牧之原区

将来の夢は小学校の先生になること 自分が学んだ牧之原小学校で働きたい

今年度、私は運営委員としてよりよい学校づくりを目指して取り組んできました。特に、東日本大震災を忘れないようにと、毎月11日前後に行った「⑩①円募金」では、たくさんの人が協力してくれるように全校に働きかけました。将来、私は小学校の先生になりたいです。そして、いつか牧之原小学校で働きたいなと思います。

▼地区の年番の親方が話した言葉。「国の文化財に関係なく、先人がしてきたように地域や年代の交流により、自分たちも変わらずに続けていくだけ」▼地区の仲間たちの交流の一つになっている田遊び。いつの時代も変わらず、若者から先輩まで交流し、地域間の「絆」を持つことの大切さを取材を通してあらためて認識しました▼早いもので大震災から1年が経過。いざという時に力を発揮する、この絆や地域のつながりを大切にしていきたいです。



▼市マラソン大会やスポーツ少年団の表敬訪問をはじめ、2月はスポーツに関する取材が多くありました▼マラソン大会で10キロを1時間で走り切った76歳の選手や、全国大会に向けて瞳を輝かせる子どもたちなど、目標に向かって一生懸命に頑張る姿や充実感に溢れた表情を見ているだけで、元気をもらいました▼体を動かすのに絶好の季節が、もうじきやってきますね▼「運動するぞ!」と1年前から3キロ増えた体重計の数字を見て心に誓いました。



ペンを置いてー編集後記

乳幼児健診・相談 各健診・相談では順番待ちの番号札が出ませんので、注意してください。

出生月	3歳児健診		3歳6カ月児健診		4歳児歯科相談	
	さざんか	相良保健センター	さざんか	相良保健センター	さざんか	相良保健センター
平成20年 3月					4月18日(水)	
4月					4月18日(水)	5月16日(水)
5月					6月20日(水)	5月16日(水)
6月					6月20日(水)	7月18日(水)
7月					8月29日(水)	7月18日(水)
8月					8月29日(水)	9月19日(水)
9月					10月17日(水)	9月19日(水)
10月					4月18日(水)	10月17日(水)
11月					4月18日(水)	5月16日(水)
12月					6月20日(水)	5月16日(水)
平成21年 1月					6月20日(水)	7月18日(水)
2月					8月29日(水)	7月18日(水)
3月					8月29日(水)	9月19日(水)
4月					10月17日(水)	9月19日(水)
5月					10月17日(水)	11月21日(水)
6月					12月19日(水)	11月21日(水)
7月					12月19日(水)	11月21日(水)
8月					2月20日(水)	1月16日(水)
9月					2月20日(水)	1月16日(水)
10月					3月15日(金)	3月15日(金)
11月					3月15日(金)	3月15日(金)
12月						
平成22年 1月						
2月						
3月						
4月						
5月						
6月						
7月						
8月						
9月						
10月						
11月						
12月						
平成23年 1月						
2月						
3月						
4月						
5月						
6月						
7月						
8月						
9月						
10月						
11月						
12月						
平成24年 1月						
2月						
3月						



- 1歳児健康相談……身体計測や育児・栄養・歯科相談を行います。
- 1歳6カ月児健診……医師や歯科医師の診察、身体計測、育児・歯科相談などを行います。
- 2歳児・2歳6カ月児歯科健診……歯科医師の診察、身体計測、育児・歯科相談などを行います。
- 3歳児健診……医師や歯科医師の診察、身体計測、育児・歯科相談などを行います。
- 3歳6カ月児・4歳児歯科相談……歯科相談、フッ化物塗布を行います。

- ★出生月の行を見て、実施日に健診や相談に来てください。会場はどちらでも構いません。
- ★1歳6カ月と3歳児健診は、満年齢にならないと受けることができません。
- ★また、会場により受付時間が異なります。
- ★健診や相談には、アンケートと母子健康手帳を持ってきてください。
- ★1歳6カ月児健診から、フッ化物塗布が始まります。希望者は300円で実施します。

母子健康手帳の交付、妊婦健康相談

実施日(祝日は除く)
 ▶さざんか=毎月第1・3・5日曜日
 ▶相良保健センター=毎月第2・4日曜日
 受付時間 午前9時～午前11時
 持ち物 妊娠届出書
 *他の日時を希望する場合は、事前に連絡してください。



妊婦健診受診票を利用し、妊婦健診を受けましょう

パパママおめでた講座

対象 おおむね妊娠5カ月から8カ月までの安定期の人とその夫
 集合時間 午前9時30分
 会場 さざんか
 持ち物 母子健康手帳



沐浴実習、妊婦体験など

4月7日(土)、6月2日(土)、8月4日(土)
 10月20日(土)、12月1日(土)、2月2日(土)

出産・母乳・栄養の話など

4月21日(土)、6月16日(土)、8月18日(土)
 10月27日(土)、12月15日(土)、2月23日(土)

赤ちゃん相談

保健師や栄養士による、育児・栄養相談や身体測定を実施
 対象 1歳未満の乳児
 受付時間 午前9時～午前11時
 持ち物 母子健康手帳



さざんか

4月4日(水)、5月14日(水)、6月6日(水)、7月4日(水)
 8月1日(水)、9月5日(水)、10月3日(水)、11月7日(水)
 12月5日(水)、1月8日(水)、2月6日(水)、3月6日(水)

相良保健センター

4月6日(金)、5月7日(金)、6月1日(金)、7月5日(金)
 8月3日(金)、9月6日(金)、10月5日(金)、11月1日(金)
 12月7日(金)、1月7日(金)、2月1日(金)、3月7日(金)

離乳食教室(要申込)

離乳食の始め方や進め方について、栄養士が説明し、栄養相談を実施

対象 4カ月児から6カ月児までの保護者
 開始時間 午前10時
 持ち物 母子健康手帳



さざんか

5月18日(金)、7月13日(金)、9月14日(金)
 11月9日(金)、1月18日(金)、3月8日(金)

相良保健センター

4月13日(金)、6月8日(金)、8月10日(金)
 10月12日(金)、12月14日(金)、2月8日(金)

取り外して使用してください。

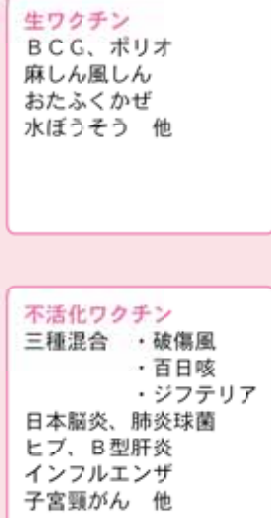
予防接種についての注意事項

- ★予防接種の受付時間は、午後1時から午後1時45分までです。時間内での受け付けにご協力をお願いします。
- ★個人通知は発送しません。このカレンダーを見て、実施日に会場へお出かけください。
- ★指定された日に接種できない場合や、対象月齢以外の未接種者は、都合の良い日に接種してください。会場はどちらでも構いません。
- ★予防接種を受けるときには、出生手続きを行った際にお渡しした「予防接種とこどもの健康」を必ず読み、内容を確認してから接種してください。また、予防接種の接種間隔に十分注意してください。
- ★水ぼうそうやおたふくかぜにかかった場合は治癒後4週間程度、また突発性発疹や手足口病などは治癒後2週間程度の間隔をあけて接種してください。接種については、受診時にかかりつけ医に確認をしてください。

予防接種の接種間隔

予防接種を受ける前には、必ず母子健康手帳などで接種間隔を確認してください。

●違う種類の予防接種を受ける場合



●同じ種類の予防接種を受ける場合

それぞれの予防接種によって、決められた接種間隔がありますので、「予防接種とこどもの健康」で確認してください。

BCG (生後6カ月未満)

接種期間が短いため、接種機会が限られています。できるだけ対象月に接種してください。

受付時間 午後1時～午後1時45分
(番号札は正午から配布)
持ち物 母子健康手帳、予診票、体温計

出生月	さざんか	相良保健センター
平成23年12月	4月6日(金)	4月4日(木)
平成24年1月	5月7日(月)	5月2日(木)
2月	6月5日(火)	6月8日(金)
3月	7月12日(木)	7月3日(火)
4月	8月2日(木)	8月6日(月)
5月	9月6日(木)	9月4日(火)
6月	10月2日(火)	10月5日(金)
7月	11月5日(月)	11月7日(木)
8月	12月10日(月)	12月3日(月)
9月	1月10日(木)	1月9日(水)
10月	2月5日(火)	2月8日(金)
11月	3月11日(月)	3月5日(火)

三種混合 (生後3カ月～7歳6カ月未満)

3週間から8週間の間隔をあけて1期初回を3回接種します。そして、1年以上の間隔をあけて1期追加を1回接種します。

受付時間 午後1時～午後1時45分
(番号札は正午から配布)
持ち物 母子健康手帳、予診票、体温計

出生月	さざんか	相良保健センター
平成23年9月～11月 (1期追加者)	4月16日(月)	4月11日(木)
平成23年10月～12月 (1期追加者)	5月8日(火)	5月14日(月)
平成23年11月・12月 平成24年1月 (1期追加者)	6月15日(金)	6月7日(木)
平成23年12月 平成24年1月・2月 (1期追加者)	7月11日(木)	7月17日(火)
平成24年1月～3月 (1期追加者)	8月10日(金)	8月17日(金)
平成24年2月～4月 (1期追加者)	9月19日(木)	9月12日(木)
平成24年3月～5月 (1期追加者)	10月16日(火)	10月11日(木)
平成24年4月～6月 (1期追加者)	11月8日(木)	11月12日(月)
平成24年5月～7月 (1期追加者)	12月7日(金)	12月14日(金)
平成24年6月～8月 (1期追加者)	1月16日(木)	1月22日(火)
平成24年7月～9月 (1期追加者)	2月14日(木)	2月20日(木)
平成24年8月～10月 (1期追加者)	3月18日(月)	3月14日(木)

ポリオ (生後3カ月～7歳6カ月未満)

41日間以上の間隔をあけて、2回投与します。

受付時間 午後1時～午後1時45分 (番号札は正午から配布)
持ち物 母子健康手帳、予診票、体温計

●春期

出生月	さざんか	相良保健センター
平成22年10月・11月	5月1日(火)	5月9日(木)
平成22年12月、平成23年1月	5月10日(木)	5月15日(火)
平成23年2月・3月	5月18日(金)	5月17日(木)
平成23年4月・5月	5月23日(木)	5月21日(月)
平成23年6月・7月	5月25日(金)	5月24日(木)
平成23年8月・9月	5月29日(火)	5月31日(木)

●秋期

出生月	さざんか	相良保健センター
平成23年3月・4月	10月1日(月)	10月3日(木)
平成23年5月・6月・7月	10月10日(木)	10月9日(火)
平成23年8月・9月	10月19日(金)	10月15日(月)
平成23年10月、平成24年1月・2月	10月23日(火)	10月17日(木)
平成23年11月・12月	10月26日(金)	10月24日(木)

麻しん風しんI期 (1歳～2歳未満)

医療機関で「麻しん風しん混合ワクチン」を個別に接種していただきます。1歳の誕生日を迎えたら、下記の医療機関で予約してからお出掛けください。診療時間や休診日などの詳細は予約するときに確認してください。すでに、麻しんか風しんのどちらかにかかった場合も、混合ワクチンの接種ができます。

持ち物 母子健康手帳、予診票、健康保険証、こども医療費受給者証

医療機関名	所在地	電話番号
あかほりクリニック	片浜873番地2	☎05555
渥美医院	波津1丁目41番地1	☎0583
小田医院	相良165番地	☎0426
酒井内科医院	地頭方1丁目153番地2	☎1100
田形内科医院	片浜1084番地2	☎5320
廣瀬医院	相良174番地1	☎0006
藤原整形外科	地頭方220番地1	☎0431
渡辺内科医院	大沢329番地1	☎5232
伊東クリニック	坂部3942番地1	☎0361
えんどうこどもクリニック	細江1495番地2	☎7373
藤本クリニック	細江4436番地1	☎1200
高木内科医院	静波900番地	☎0003
石井内科歯科医院	布引原906番地	☎3677
榛原総合病院	細江2887番地1	☎1131

*榛原総合病院は市役所での予約が必要となります。健康推進課までご連絡ください。

日本脳炎

新ワクチンの安全性が確認され、平成22年度から接種が再開されました。国の指示に基づき、ワクチンの確保と併せて順次接種を開始しています。対象者には接種予定日を通知します。指定された日に接種できない場合や、体調不良などにより接種ができない場合には、次回の接種日をお知らせします。健康推進課までご連絡ください。

対象 ▶ 3歳～

麻しん風しんII・III・IV期

麻しん風しんII・III・IV期のみ、個人通知を発送します。年齢によって接種できる医療機関が違う場合がありますので、受診できる医療機関を確認の上、6月ごろまでには接種してください。すでに、麻しんか風しんのどちらかにかかった場合も、混合ワクチンの接種ができます。

対象 ▶ II期(年長児) = 平成18年4月2日～平成19年4月1日生まれ ▶ III期(中学1年生) = 平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれ ▶ IV期(高校3年生) = 平成6年4月2日～平成7年4月1日生まれ
接種時期 平成24年4月1日～平成25年3月31日

予防接種後の注意点

- ★接種当日は運動を控え、安静に過ごしましょう。
- ★接種した部分を清潔に保ちましょう。入浴は差し支えありませんが、接種した部分をこすりはやめましょう。
- ★接種してから生ワクチンで4週間、不活化ワクチンでは1週間は体調の変化をよく観察してください。

取り外して使用してください。