

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

平和への思いを次世代に

平和の鐘を鳴らす集い
(牧之原区)

特集

9月17日は「敬老の日」

生き生きと年を重ねて

特集

市役所のおでかけトークが開催されました

市民と共に、これからの考える

September
2012
NO.132

9



子どもから高齢者まで楽しく交流(菅山の油会クラブ)

高齢者の豊かな経験と知恵が必要

市の高齢化率(65歳以上の人が人口に占める割合)は、24年8月末現在約25%で、24年4月の県の割合23・8%とほぼ同じになっています。さらに少子高齢化が進み、高齢者が増加するこれからの社会においては、高齢者がこれまで以上に社会的な役割を担うことが求められます。そのため、いつまでも健康であることに加えて、生きがいを持って人と人の交流を深めながら、活動的に過ごすことが大切です。自分の趣味を持ち、いつまでも自分らしく生き生きと輝いている皆さんに、元気の秘訣を聞いてみました。人生の先輩である高齢者の豊かな経験と知恵が、社会には必要です。

「そりゃあ、なんたってお客様に喜ばれるのが一番嬉しいよ」と日焼けした顔から白い歯を覗かせる横田さん。定年後、友人に誘われてシルバー人材センターに入り、現在会員歴15年。主に樹木の剪定や草刈りの仕事を任されているほか、安全委員として作業現場のバトロールを行い、会員の安全指導にも当たる。まさに、センターにはなくてはならない人材。そんな横田さんが一番大事にしていることは「信頼」。仕事はきれいに早く、仕事をさせてもらう感謝の気持ちとコミュニケーションを忘れない。活動のない日の楽しみはカラオケ。大きな声で歌い、笑い、仲間とワイワイ楽しい時を過ごす。「シルバーに出れば自分も健康でいられる仲間ができる。まだまだ10年は頑張りたいね。」



シルバー会員歴15年(榛原支所)
横田春雄さん(75) 静波
感謝の気持ちとコミュニケーションを忘れない



夫婦円満の秘訣は妥協すること
河原崎はるさん(84) 敏郎さん(87) 大沢
頭と体を使うのが健康の秘訣

「歯が痛くなったことはないよ。」そう話してくれたはるさん。84歳を迎えたが28本全て自分の歯で虫歯は1本もないという。歯を維持するのに気を付けていることを聞くと、「朝晩の歯磨きをして清潔にしているだよ。母親も歯が丈夫だった」と元気に答えてくれた。歯だけでなく頭も体も大変元気で、50歳から詠歌を25年、60歳から日本舞踊を14年続けていたという。御主人の敏郎さんも87歳とは思えないくらい元気で若さが溢れている。毎週金曜日には35歳から60歳くらいまでの仲間が集まり、ワインを飲みながらジャズを聴く。手先が大変器用で、模型などを作るのが得意。以前は子どもが乗れるSLを作り、子どもたちを楽しませていた。「頭と体を使うのが健康の秘訣。妥協が夫婦円満の秘訣だよ」と二人とも、笑顔で話してくれた。

健康の秘訣を聞くと、「やっぱり、毎日何もしなくてポケッとしているのは良くないな」と話す森田さん。趣味は、70歳の時に知人から教えたもらった水墨画や毎日の散歩、仲間とのグラウンドゴルフ、庭木の手入れなど多種多様。水墨画は、頭を働かすために集中して行っていることや、雨の日以外は夕方吉田たんぽを散歩することがとても気持ちがいいこと、などを語ってくれた。もう一つの秘訣は、歯の健康。20年前に歯を折ったことがきっかけで半年に1回、歯科医院で定期健診を受け、歯の大切さを学んでいる。「歯が健康なことは幸せなこと。何でも食べられる。妻の料理のおかげで、今でも自分の歯が24本もある」と感謝の言葉を笑顔で語ってくれた。森田さんは、健康を維持するためにさまざまなことに挑戦し、楽しみながら人生を送っている。



趣味は水墨画など多種多様
森田三郎さん(84) 細江
健康を維持するためにさまざまなことに挑戦

生き生きと年を重ねて

9月17日は、長年にわたり社会に尽くしてきたお年寄りを敬愛し長寿を祝う「敬老の日」です。これにちなんで、市内で生き生きと輝いて活動している皆さんを紹介します。

問い合わせ 高齢者福祉課 植田 ☎0076

子ども7人を育て、80歳過ぎまで畑仕事を続けていたという、うめさん。その後、グラウンドゴルフや、ひ孫の面倒を見ながら生活してきた。趣味は裁縫で、今年の3月まで自分の物を縫っていたと話す姿は、とても100歳とは思えない程元気。加えて、眼鏡をかけずに針に糸を通して、食事も好き嫌いせず何でも食べる。焼き魚や煮魚、刺身などが好きだが、一番の好物は塩辛。食卓にあるときはいつも食べているという。1週間に2日通うデイサービスでは、輪投げやボーリングなど体を動かして過ごす。「みんな、親切で優しいから行くのが楽しみだよ。」趣味を持ち、何でも食べる。それが長生きの秘訣のようだ。



小柳うめさん(牧之原)

今年、100歳を迎えた小柳うめさんを紹介します。

御長寿(100歳)おめでとうございます!

今年度、100歳以上の長寿の方は市内に25人。そのうち、100歳を迎えるのは次の12人の方々です。

- | | | |
|-----------------|------------------|-----------------|
| 高木マサさん(細江) 100歳 | 久保田初枝さん(川崎) 100歳 | 増田とよさん(福岡) 100歳 |
| 野村正さん(川崎) 100歳 | 曾根とりさん(落居) 99歳 | 鷺見たいさん(川崎) 99歳 |
| 原口きぬさん(新庄) 99歳 | 藤澤いよさん(西萩間) 99歳 | 松下ちよさん(波津) 99歳 |
| 榛葉みよさん(静波) 99歳 | 杉林しなさん(片浜) 99歳 | 永田ひささん(東萩間) 99歳 |

*9月7日現在



市の本年度の主要事業などについて説明する市長（細江地区）

地震・津波対策
市として早急に地震津波対策に取り組んでほしい。

今年度、沿岸部の5つの地区（相良・片浜・地頭方・川崎・細江地区）の皆さんには「地区津波防災まちづくり計画」を作っていたいただき、これと市の計画案を一つにして、市の「津波防災まちづくり計画」を作成します。
地震津波対策の基本的な考え方、第一に人の命を守ることに。それから、避難所などで生活する皆さんの生活を守る。その後、復旧・復興という順序になります。
具体的な事業内容は、地区の計画を参考にした上で検討していきますが、まず、平成25年度から27年度までの3年間で、避難所や避難タワーなどの施設整備をはじめ、人の命を守る事業に取り組みたいと考えています。以降の防災対策は、中期と長期の対策に分けて、重要度が高い事業、効果が大きい施策から、順次進めていきます。
中長期的な地震津波対策は、1年間ではまだまだ議論が尽きませんので、継続的に市民の皆さんと話をさせていた

くなど、市民の皆さんが、主体となって取り組んでいけるような仕組みをつくってほしいと考えています。

避難所の現状
避難所の現状について教えてほしい。

東日本大震災後に避難所の見直しを行い、現在指定避難所は31カ所、海拔10m以上の避難所は16カ所です。
収容人員は約1万4千人と試算していますが、東海・東南海・南海の三連動地震を踏まえた県の第4次地震被害想定では、対応できる避難所が不足することも予想されます。
こうしたことから、新たに高台の幼稚園や保育園などを避難所に加えるとともに、事業者などの協力により、工場や倉庫などの民間施設を避難所に指定することで、全体数の確保に努めていきたいと考えています。
また、甚大な災害が発生した場合、こうした対策でも避難所が確保できない恐れがありますので、県内外の他市町との応援協定などを進め、遠隔地への避難なども検討していきます。

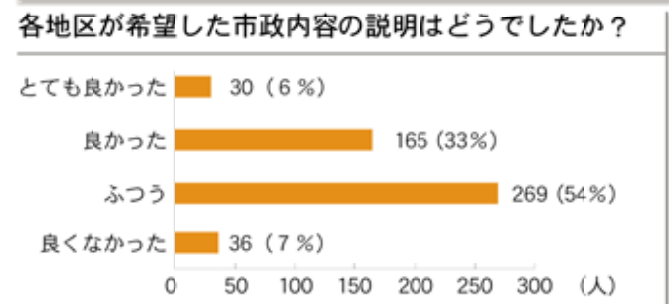
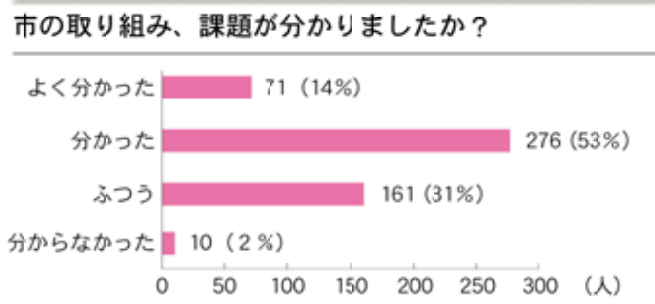
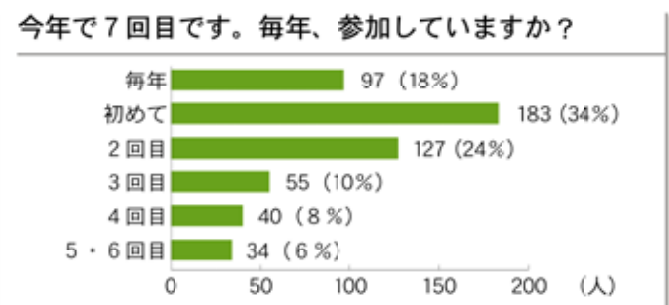
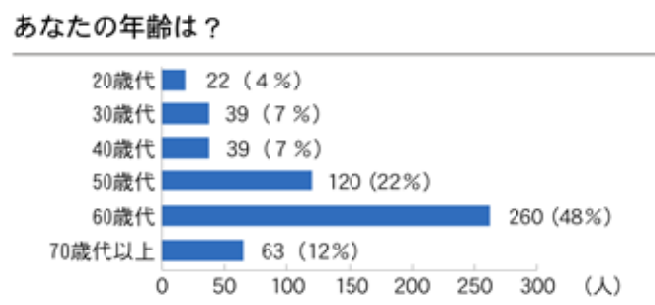
通学路の点検
歩道のない通学路の一斉点検をしてほしい。

小中学校の通学路の総延長は、約150キロとなっています。このうち、歩道のない通学路は85%程度で、ほとんど歩道が整備されていないのが現状です。
学校の通学路については、毎年度初めに各学校が点検を行っています。危険な場所や交差点、地震で倒壊が心配されるようなブロック塀などを地図に記入し、児童生徒に注意を促しています。
今年度、通学途中に児童が自動車事故で亡くなるという悲しいニュースが全国で相次いだことから、あらためて各学校で、全ての通学路の総点検を実施しました。
この結果を踏まえ、8月には警察や県などとともに、現場確認や対策の検討を行いました。
今後、児童生徒の安全を確保するため、区画線の引き直しやラバーポール、ガードパイプなどの設置、通学路の変更など、地域の皆さんと一緒に、対策を進めていきたいと考えています。

市民と共に、これからを考える 市役所のおでかけトークが開催されました

「市役所のおでかけトーク」が、市内10会場で開催され、990人の皆さんが参加しました。トークでは、市長をはじめとする市職員が本年度の主な事業や地震津波対策、地区の希望した市政内容などについて説明するとともに、市民の皆さんからの質問や意見にお答えしました。会場でいただいた質問や意見の中から主な内容をお知らせします。
問い合わせ 秘書広報課 西川 ☎230052

◆おでかけトーク アンケート結果 *端数処理により合計が合わない場合があります。
今後の取り組みに活用するため、会場でアンケート調査を実施しました。



今年、市内10の小学校区を単位とした「地区自治推進協議会」ごとに会場を設けました。参加者は、昨年より200人以上の増加となりました。

◆各会場データ（地区が希望した主な市政内容や参加人数など）

対象地区	実施日	会場	地区が希望した主な市政内容	参加人数
細江	6月27日(日)	細江コミュニティセンター	▶細江小校舎屋上避難環境の整備 ▶青池地内の交差点安全対策	101人
地頭方	7月3日(日)	トーク地頭方	▶地頭方消防分遣所の建設 ▶浜岡原発の事故対応	94人
川崎	6日(金)	さざんか	▶海岸地域への津波避難所の建設計画 ▶榎原総合病院の診療科目の開設	175人
相良	10日(日)	市史料館	▶津波防災対策 ▶今後の財政見通し ▶国道150号バイパスの計画	117人
勝間田	11日(日)	勝間田会館	▶農業振興地域の思い切った見直し	102人
牧之原	13日(金)	牧之原コミュニティセンター	▶防災対策による市内企業の移転 ▶災害による避難場所	41人
片浜	17日(日)	片浜コミュニティ防災センター	▶浜岡原発の永久停止発表 ▶三連動地震による予想津波対策	49人
坂部	20日(金)	坂部区民センター	▶特産茶の不況対応 ▶空港隣接地域振興事業の推進と地域発展施設の充実と活用	98人
菅山	24日(日)	菅山農業就業改善センター	▶これからの牧之原市 ▶菅ヶ谷川の雑草対策	107人
萩間	31日(日)	萩間公民館	▶萩間消防分遣所のあり方 ▶榎原総合病院の緊急医療体制の整備	106人
計				990人

各会場の会議録は、ホームページや両庁舎の情報公開コーナーで閲覧できます。HP <http://www.city.makinohara.shizuoka.jp>



平成25年度 新入園児を募集します

問い合わせ
幼保支援課
高塚
☎0075



幼稚園

幼稚園では、園児一人一人が基本的な生活習慣を身に付け、遊びや体験を通して豊かな感性、創造性を育みながら、健やかな成長と「生きる力」の基礎づくりに努めています。

入園対象 市内在住で、平成19年4月2日から平成22年4月1日までに生まれた幼児。

申し込みを取り扱う幼稚園

区分	園名	募集人数	住所	保育時間	電話番号
公立	相良幼稚園	50人	相良249番地2	8:20~14:30	☎1165
	地頭方幼稚園	25人	地頭方281番地	8:20~14:30	☎0501

*募集人数は3歳児のみ的人数。4・5歳児は、空きがある場合に申し込みが可能です。

申込方法 各幼稚園や幼保支援課、相良窓口課で10月2日から配布する入園願書に必要事項を記入し、入園を希望する幼稚園へ提出。

申込期間 10月2日(火)~10月17日(金) (土・日曜日、祝日を除く)

その他 ▶平成25年3月までに市内に転入予定のある場合は、あらかじめ幼保支援課まで相談ください。
▶詳細は各園に問い合わせてください。

MESSAGE

★幼稚園の先生から



良さの発見と遊びの充実

曾根 弘子 先生

私たちは、笑顔と温かい言葉で子どもの心に寄り添う保育を行っています。生き生きと遊ぶ環境づくりに努め、一人一人の良さの発見と遊びの充実を心掛けています。

★保育園の先生から



笑顔いっぱいあふれる保育を

内藤 恵 先生

家庭的な雰囲気の中で、小さい子ども大きい子ども一緒に過ごしています。一人一人の育ちを大切に、子どもたちの笑顔がいっぱいあふれるような保育を心掛けています。

TOPICS

私立幼稚園については、すでに申し込みを開始しているなど各園により申込期間などが異なるため、詳細は直接問い合わせてください。

園名	住所	保育時間	延長保育時間	土曜保育時間	電話番号
すすき幼稚園	須々木464番地3	9:00~15:00	7:30~19:00	希望により	☎0567
川崎幼稚園	静波1398番地2	9:30~14:30	7:40~18:00	希望により	☎0230
榛原ふたば幼稚園	静波1698番地68	9:00~15:00	15:00~17:30	-	☎0178
みのり幼稚園	細江812番地2	8:00~14:00	14:00~18:00	希望により	☎0606

保育園

保育園は、昼間家庭で保育が受けられない乳幼児を保育する施設です。申し込みには、保護者や同居の親族などが保育できない理由について確認できる書類が必要です。

入園対象 市内在住で平成25年4月1日からの入所を希望し、保護者の就労や疾病、家族の介護などにより日中家庭内で保育が受けることのできない乳幼児。

申し込みを取り扱う保育園

区分	園名	募集人数	住所	保育時間	延長保育時間	土曜保育時間	電話番号
公立	あおぞら保育園	90人	須々木123番地3	8:15~16:15	7:15~19:00		☎3141
	菅山保育園	80人	菅ヶ谷3621番地1	8:15~16:15	7:15~18:15	7:15~18:15 *あおぞら保育園で実施	☎3733
	萩間保育園	80人	西萩間889番地	8:15~16:15	7:15~18:15		☎1230
	地頭方保育園	90人	地頭方1丁目33番地	8:15~16:15	7:15~18:15		☎0001
	静波保育園	150人	静波991番地5	8:15~16:15	7:15~19:00	7:15~18:15	☎0155
	細江保育園	110人	細江3364番地2	8:15~16:15	7:15~18:15	7:15~18:15 *坂部保育園で実施	☎5263
	勝間田保育園	90人	勝間567番地3	8:15~16:15	7:15~18:15		☎0329
	坂部保育園	80人	坂部468番地1	8:15~16:15	7:15~18:15		☎0208
私立	牧之原保育園	120人	東萩間1987番地50	8:15~16:15	7:15~18:15	7:15~12:45	☎2223
	相良保育園	120人	相良262番地20	8:00~16:00	7:00~18:30	7:15~18:15	☎0208

*延長保育や土曜保育については、保護者からの申請により、各園で決定します。

申込方法 各保育園や幼保支援課、相良窓口課で10月2日から配布する申込書に記入し、必要書類を添えて各保育園または幼保支援課へ提出。

申込期間 10月2日(火)~10月17日(金) (土・日曜日、祝日を除く)

その他 ▶平成25年5月以降に入園を希望する場合や保護者が求職中の場合、平成25年3月までに市内に転入予定のある場合は、あらかじめ幼保支援課まで相談ください。
▶0歳児については、公立保育園はおおむね10カ月から、私立保育園はおおむね8カ月から受け付けています。
▶保育内容などについては、各園に問い合わせてください。

お知らせ 市では、行財政改革の一環として、平成24年度から静波保育園の運営を学校法人榛原学園に委託しています。また、あおぞら保育園と細江保育園についても、指定管理者制度による民間への委託を順次進め、あおぞら保育園については25年度に指定管理者との1年間の引き継ぎ保育を行い、26年度から運営を委託します。

健診を生活習慣改善のきっかけに!

問い合わせ
健康推進課 加藤
☎0024

健診は、病気の早期発見・早期治療はもちろんのこと、病気になる原因を見つけ、発症をくい止めるためのものです。健診結果をよくご覧ください。異常がある項目には、病気やその原因となっている日常生活の問題点が、いろいろと浮かび上がってくるはず。健診は、その問題を改善する絶好のチャンス。健診での指摘を「病気のサイン」と受け止め、生活習慣を見直すことで、あなたの健康づくりに生かしてください。

同じ診断結果でもこんなに違う

ある年、健康診断で高コレステロールを指摘され、受診を勧められた同じ年のAさんとBさん。2人のちょっとした意識の違いが、2年後には明暗を大きく分ける結果になりました。

Aさんは早速、近くのかかりつけの医院を受診。脂質異常症と診断されました。そこで現在の生活を反省し、家族の協力のもと、食生活を改善。ウォーキングも始め、メリハリのある生き生きとした生活を心掛けました。そのかいがあり、1年後の健診ではコレステロール値が徐々に下がり、2年後には正常値となりました。



Bさんはその後、受診する様子もなく相変わらず家でごろごろして油っぽい食事と晩酌を欠かさない生活を続けていました。2年後のある夜、突然胸の激しい痛みを感じたBさんは、すぐに救急車で病院へ。一命は取り留めたものの、心臓バイパス手術という大手術を受けることになりました。病名は心筋梗塞でした。



あなたの生活習慣の改善をお手伝いします

このように、「まだ自覚症状がないから」と今までの生活を続けていれば、知らないうちに生活習慣病が進行してしまいます。市では、特定健診や職場の健診結果を分かりやすく説明し、その人に合った生活習慣の改善に向けたアドバイスを行う「健診結果見え～会」を実施しています。(日程は、健康推進課へお問い合わせください) 健診結果を見て、自分の生活を見直してみませんか。他にも、健康に関する相談を毎週火曜日に実施しています。(機器を使つての検査を希望する場合は予約制) ご自分の体で心配なことがあれば、一度ご相談ください。

■総合健康相談日程

会場	開催日時
さざんか	第1、3火曜日(祝日除く) 午前9時～11時
相良保健センター	第2、4火曜日(祝日除く) 午前9時～11時

生活習慣改善のポイントは「運動」と「食生活」

■自分に合った運動を続けましょう

- ◎食べ過ぎた!と思ったら、少し動きましょう
- ◎通勤や近場への買い物などは、車を使わずに徒歩。風呂掃除、洗車、庭の草取りなど日常生活の中でもとにかく体を動かせば、カロリーを消費できます
- ◎子どもと15分遊ぶだけでも、およそ100キロカロリーを消費します
- ◎10分歩くと、約1,000歩になります
- ◎メタボの人は、1日合計10,000歩を目標に!
- ◎スポーツを行うと、より効果的に消費カロリーを増やせます
- ◎脂肪を燃やすには、ウォーキングやエアロビクスなど、軽く汗ばむぐらいの有酸素運動が効果的



仲間と一緒に楽しく運動!

■食生活を見直しましょう

- ◎間食をするなら夕食後よりも日中に
- ◎適正な間食のカロリーは1日200キロカロリーまで(大福1個程度)
- ◎果物には糖分が多く含まれているので、食べ過ぎに注意しましょう(リンゴなら1日1/2個、ミカンなら1日2個が目安です)
- ◎血圧は、朝夕の大体決まった時間に測定を
- ◎食事は、野菜から食べ始めると血糖値の上昇が緩やかになり、ダイエット効果が期待できます
- ◎悪玉コレステロールは、夜9時以降の食事で大きく上がります
- ◎休肝日を作ろう(飲酒量を減らすより回数を減らす方が効果的です)



野菜を多く食べよう

知っていますか? 認知症サポーター



認知症サポーター
100万人キャラバン
マスコット
キャラクター

問い合わせ
健康推進課 小川
☎0024

認知症の現状

全国的に高齢化が進む中、認知症の患者は増加しています。認知症は、脳の機能低下によって起こる病気です。厚生労働省によれば、全国の患者数は平成22年の時点で約200万人、32年には325万人まで増加するとされています。本市においても、65歳以上の人のうち10人に1人は道に迷ったり、買い物や事務・金銭管理などにミスが出るなど、認知症の症状が出ているというデータがあります。

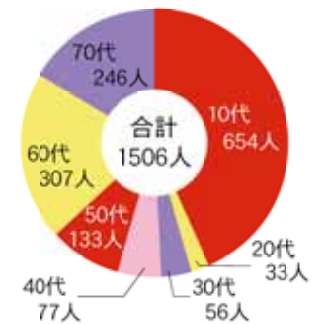
■牧之原市の状況(平成24年4月1日現在)

人口	49,765人
65歳以上人口	12,224人
介護認定者数	2,088人
日常生活自立度Ⅱa(*)以上	1,365人

*日常生活自立度Ⅱa・・・道に迷う、金銭管理のミスなど家庭外で支障が出るものの、誰かが注意していれば自立可能な状態

厚生労働省では、平成17年度から「認知症を知り地域をつくる10カ年」キャンペーンを始めました。その一環である「認知症サポーター100万人キャラバン」は、「認知症サポーター」を全国で100万人養成することで、もし、認知症になっても安心して暮らせるまちを市民の手によってつくっていくことを目指して、推進されてきました。23年度には、サポーターが300万人を突破しました。認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守り、応援する人のことです。サポーターといっても何か特別なことをするわけではなくありません。近所で不安そうにしている人を見かけたら優しく声を掛けることなども、立派な活動の一つです。認知症の人は日常生活の中で失敗

認知症サポーターの年代別構成



をしてしまうこともあります。が、失敗を責めたりせずに「お手伝いしましょうか」と優しく声を掛けてあげることが大切です。市内に1500人を超えるサポーターが誕生。市では、19年度から「認知症サポーター養成講座」を開始しました。この講座を受講し、認知症の基礎知識やサポーターとしての活動について学んだ人が「認知症サポーター」となります。現在、市内には1506人(平成24年7月末現在)の認知症サポーターが誕生しています。

キャラバン・メイト養成研修の参加者募集

- ▶期日: 11月11日(日)
 - ▶会場: 磐田市文化振興センター(予定)(市のマイクロバスで送迎します)
 - ▶研修時間: 約6時間(研修終了時に修了証を授与)
 - ▶受講料: 無料
 - ▶対象者: ボランティアの立場で、キャラバン・メイトとして無償で活動できる方
- 受講希望の方は、9月26日までに健康推進課までご連絡ください。(先着順となります)

認知症サポーター養成講座の講師として、認知症の症状や患者さんへの接し方などを講話や寸劇を通して分かりやすく市民に伝えるのが、「キャラバン・メイト」と呼ばれる人々です。市では現在、18人のキャラバン・メイトが活躍していますが、一緒に活動してくれる新たなキャラバン・メイトを募集しています。

先輩キャラバン・メイトからのメッセージ



キャラバン・メイト
竹内みち子さん

講座の修了生が、今日も地域で認知症の方に優しく声を掛けてくださっていることを願っています。キャラバン・メイトの活動は自分自身の成長にもつながっています。あなたも私たちと一緒に活動しませんか。



小学校での養成講座で分かりやすく説明する竹内さん

す。その内訳は、小学生や地域で活動するボランティア団体の皆さん、市内の金融機関やスーパーマーケットの従業員など、さまざまです。養成講座の講師「キャラバン・メイト」を募集中

活動に必要な知識は研修で学ぶことができるので、ただでも安心して活動していただけます。市では、今後も引き続き認知症への理解の輪を広げ、みんなで支え合うまちづくりを目指していきます。

大会

GOSENCUP スウィングビーチ牧之原国際女子オープンテニストーナメント2012
 一球にかける思いがコートにある
 問い合わせ 観光空港課 西川 ☎(53) 2523

大会概要

「GOSENCUP スウィングビーチ牧之原国際女子オープンテニストーナメント」は、日本女子選手が世界で活躍することを願って創設された、国内外のメジャー大会へ出場するための登竜門となる国際大会です。
 本大会は今年で20回目を迎え、これまでに浅越しのぶさん、吉田友佳さん、中村藍子選手、藤原里華選手、森田あゆみ選手らが出場し、世界で活躍する足がかりになっています。今年も国内外から多くの選手が参加し、熱戦が繰り広げられます。
 自由に観戦できますので、ぜひ会場に来てください。



2011大会のシングルスの様子

大会名称 GOSENCUP スウィングビーチ牧之原国際女子オープンテニストーナメント
 オープンテニストーナメント
 開催期間 「シングルス」▼予選10月14日(日)〜15日(月)▼本戦10月16日(火)〜21日(日)
 「ダブルス」▼予選10月15日(日)▼本戦10月16日(火)〜20日(土)
 会場 静波リゾートホテル・スウィングビーチ
 試合種目 ▼一般女子シングルス
 ▼本戦32人(予選32人) ▼ダブルス
 ▼本戦16組(予選4組)
 試合方法 3タイプブレイクセットマッチ(ダブルス本戦ファイナルはスーパertайプブレイク)
 入場料 無料
 主催 牧之原国際女子オープンテニス実行委員会
 会場問い合わせ 静波リゾートホテル・スウィングビーチ
 ☎(22) 1717
 大会ホームページ <http://www.2tokai.or.jp/takasatenis/gosencup.htm>
 *大会以外にもプロのコーチによるテニスクリニックなどがありますのでお問い合わせください。

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 横山 ☎(23) 0088

市民相談センターには、毎日さまざまな相談が寄せられています。秘密は守られますので、独りで悩まずにまずは相談してください。

ブル到着後10日以内に取り止めの連絡がないと、定期購入する規定になっている」という。あらためて注目の注意点を読むと、確かに記載がある。無料だから注文したのだが、返品が可能か。

【相談1】 サクラサイト
 携帯電話で内職情報を探しているのにメールを送信した。「相談に乗ってくれたら報酬を差し上げます」というメールが届き、報酬を受け取る手続き料として、数千円を支払った。後日、数十万円の請求が来たので、クレジットカードで支払ってしまった。結局、報酬を得ることができなかった。

【相談2】 通信販売
 健康食品の無料サンプルを注文したが、2週間後に注文をしていないはずの1カ月分の商品が届いた。業者に問い合わせたら、「サン

高収入が得られるというメールや広告などがきっかけで出会い系サイトでメールを交換し、料金を支払っても収入を得ることはできません。不審に感じたら、メールやサイト情報を保存して市民相談センターに相談してください。

【相談3】 太陽光発電システム
 節電やエコについて興味があり、太陽光発電システムの説明を訪問業者から受けた。節電方法や効果的な電力使用の話など長時間説明を受け、その場で契約してしまった。冷静になって考えてみると、高額なので解約したい。

【第2回】 推進会議
 クーリングオフ期間であれば解約が可能で、期間を過ぎていれば違約金が発生する可能性があまりありません。契約はその場ですくにはないで、冷静になる時間を取ることが必要です。また、工事の費用は複数の業者から見積もりを取り比較しましょう。

土地

土地の利活用は適正な手続きを
 農地を転用する場合には許可が必要です
 問い合わせ 農林水産課 羽田 ☎(53) 2618

田んぼや茶畑などの農地を、住宅や工場などの建物敷地、資材置場や駐車場など農地以外の用途に変更することを「農地転用」といいます。農地を買ったり借りたりして転用する場合だけでなく、自分の所有する農地を転用する場合にも、市の許可が必要になります。(転用面積によっては、県や国の許可が必要です)
 また、農用地区域(市が農用地として保全していくと定めた土地通常「青地」と呼ばれています)は、原則として転用できません。農地が青地かどうかは農林水産課で確認できますので、農地転用をお考えの場合は、必ず事前にご確認ください。

これらの制度を知らずに、許可なく農地を転用してしまうと法律違反となり、罰金などの厳しい罰則があります。
 農地に限らず一定規模以上の土地の利活用を行う場合、市では開発しようとする区域やその周辺地域の災害を防止し、良好な自然と生活環境を確保するために、審査や指導を行っています。
 事前に、担当課までご相談ください。

■土地利用に係る主な規制対象

規制内容	関係法令など名称	担当課
農地を売買、農地以外に転用する場合	農地法	農林水産課
農用地区域(青地)から除外する場合	農業振興地域の整備に関する法律	農林水産課
施行区域の面積が3,000㎡以上の土地の開発行為	都市計画法	都市計画課
施行区域の面積が1,000㎡以上の土地の区画形質の変更を伴う事業を行う場合、事前に土地利用の手続きが必要になります。	土地利用の適正化に関する指導要綱	都市計画課 ☎2633
◆区画の変更…道路、公園などの公共施設の新設、変更または廃止を行うこと ◆形の変更…土地の形状を変更すること ◆質の変更…農地、山林、雑種地などの地目を変更すること	静岡県土採取等規制条例	
1,000㎡以上の土地の掘削(深さ1m以上)・盛土(高さ2m以上)		

自治

シリーズ自治基本条例推進会議
 第2回 市民参加のルールを検討していきます
 問い合わせ 地域政策課 石神 ☎(23) 0053

8月8日に第2回、8月31日に第3回牧之原市自治基本条例推進会議(以下「推進会議」という)を開催したので、会議内容などについて報告します。

この提案に関わる部分を中心に協議した結果、住みやすい地域をつくっていくために、市民の行政への参加のルールを盛り込んだ「市民参加の推進に関する条例(仮称)」の制定について、検討していくことになりました。

【第2回推進会議】
 第1回推進会議で出た意見などを踏まえて、次のように、推進会議で検討する内容について話し合いました。

- ▼市民と行政が情報を共有するために必要なことについて
- ▼市民が参加するために必要なことについて
- ▼市民と行政との協働の推進について
- ▼自治基本条例を広く周知するための普及版冊子やチラシなどの作成やその周知方法について

話し合いの結果、推進会議としての結論は出ず、次回に持ち越すことになりました。

【第3回推進会議】
 これまでの議論から、今後推進会議で検討する内容について、事務局から次のように提案しました。



自治基本条例の仕組みについて説明する小野寺会長



戦争をテーマにした本を朗読するボランティア

戦争を考え平和の尊さを伝える

■平和学習展

平和学習展が8月1日から15日まで、い〜らで開かれました。

「牧之原市核兵器のない世界を目指す平和都市宣言」を周知し、戦争の悲惨さや平和の尊さを伝えることを目的として開催。朗読会では、市内の5つのボランティア団体が、戦時中の生活を描いた紙芝居や戦場からの手紙などを朗読しました。臨場感あふれ、感情のこもったボランティアの語り、訪れた人たちは目を閉じて、時には涙を浮かべながら耳を傾けていました。

市民と共に災害に強いまちづくり

■災害時の情報伝達に関する協定締結式

市は8月8日、市役所相良庁舎で相良非常通信ネットワークと「災害時の情報伝達に関する協定」を結びました。

同団体は相良地区のアマチュア無線愛好家約90人で構成。協定では、大規模災害発生時など防災行政無線による通信が困難な場合、アマチュア無線を使って情報収集を支援することとしています。

森田護会長は、「将来的には会員を増やして、市内全域をカバーできるようになりたい」とあいさつしました。

災害時の情報伝達に関する協定締結式



協定を結び、握手を交わす西原市長と森田会長（右）

幻想的な光に願いを託す

■さがら灯ろう流し

さがら灯ろう流しが8月14日、萩間川の湊橋付近で行われました。

地元有志でつくる「さがら灯ろう流しの会」が昨年、地域の行事を後世に伝えたいと23年ぶりに復活させたもの。辺りが暗くなると、「頑張れ！日本」「家内安全」などの願いが書かれた約500個の灯籠が河口に流され、来場者は、揺らめきながら漂う光を静かに見つめていました。

灯籠の販売金額の一部は、義援金として福島県南相馬市へ送られました。



川面を静かに流れる灯籠。幻想的な風景が広がる



テレビからの迫力ある音と映像を楽しむ入居者の皆さん

情報格差の解消を目指して

■施設入居者への花火大会インターネット中継

市内の情報をインターネット動画などで発信しているNPO地域情報サポートネット「マキノハラTV」が8月10日、養護老人ホーム相寿園でさがら海上花火大会をインターネット中継しました。

NTT西日本から無償で提供された端末を利用し、入居者はテレビ画面で迫力ある花火を楽しみました。9月からは、相良庁舎1階ロビーのテレビでもインターネットを利用し、市のホームページや「マキノハラTV」などを見ることができるようになりました。



医療救護訓練で実施されたトリアージ

大地震に備え地域で連携

■総合防災訓練

総合防災訓練が9月1日、市内全域で開催されました。

「自らの命は自らで守る 自らの地域は皆で守る」をテーマに実施され、約1万3千人の市民が参加。菅山区では初めて、約50人の区民が避難所の菅山小体育館に宿泊し、避難体験をするなど、各地でさまざまな訓練が行われました。

2日には、い〜らで、医師会や歯科医師会、薬剤師会、自主防災組織など約250人が参加して、医療救護訓練が行われました。重症度や緊急性で治療の優先度を決定するトリアージ、救急搬送患者の榛原総合病院への搬送など、参加者は真剣な表情で訓練に取り組みました。

お茶を通じた交流が両国の架け橋に

■宜興市修学旅行生との交流／牧之原小

牧之原小5、6年生約30人は8月7日、同校体育館で中国江蘇省宜興市から修学旅行で訪れた小中学生約40人と交流を行いました。

この交流は、今年5月に締結した同市との友好交流の覚書に基づき実施したものです。今夏は、このほか周辺都市からも約500人の児童生徒らが来市し、市内の各校で交流が実施されました。

この日は、地元手揉み保存会の協力により、子どもたちが一緒に茶の手揉みを体験。牧之原小の児童が入れたての静岡牧之原茶を振る舞いました。



中国の児童生徒にお茶を入れる牧之原小の児童ら



大沢公園でのすずき幼稚園児らによるマーチングバンド

夏の商店街を盛り上げる

■さがら・夏・夢舞台2012

商店街の利用者や地域住民への日ごろの感謝を伝え商店街の活性化を目的とした、さがら・夏・夢舞台2012が8月3日、大沢公園で、翌4日には、本通り商店街で開催されました。

大沢公園では、近年恒例となった移動触れ合い動物園が今年も設けられ、集まった子どもたちや家族連れは30種類以上の動物とふれ合いました。

本通り商店街では、各小学校の児童らによるよさこいソーランや大道芸人による大道芸などが通りを盛り上げました。

広報担当がどこにも取材に行きます。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



大人の健診・相談

項目	期日	時間	会場	問い合わせ・申し込み
国民健康保険特定健診 長寿健診 (オプション検査あり)	9日(火)	13:00~14:00	坂部区民センター	国民健康保険課 ☎230023 オプション検査料金 尿酸検査:105円、前立腺がん検査:1,680円、心電図:1,680円、貧血検査:210円
	10日(水)		細江コミュニティセンター	
	11日(木)		萩間公民館	
	23日(火)、24日(水)		勝間田会館	
	27日(土)		相良保健センター	
	29日(月)		牧之原区民センター	
胃がん・大腸がん・肺がん検診 肝炎ウイルス検査 喀痰検査 (オプション検査あり)	9日(火)	*予約制となるため、予約時間に受診してください	榛原総合病院	榛原総合病院健診センター ☎26144 (予約はこちらで受け付けます) 健康推進課 ☎230024
	12日(金)		細江コミュニティセンター	
	16日(火)		川崎コミュニティ防災センター	
	18日(木)		い〜ら	
	19日(金)		勝間田会館	
	22日(月)、30日(火)		香山農業就業改善センター	
	23日(火)、24日(水)		萩間公民館	
	25日(木)、26日(金)		相良保健センター	
	29日(日)		牧之原コミュニティセンター	
	31日(火)		さざんか	
結核・肺がん検診 大腸がん検診	9日(火)	13:15~14:30	西福田公民館	榛原総合病院健診センター ☎26144 (予約はこちらで受け付けます) 健康推進課 ☎230024
	23日(火)		女神公民館	
	25日(木)		片浜コミュニティ防災センター	
	31日(火)		静波コミュニティ防災センター	
婦人科検診	5日(金)、18日(土)①、②	① 9:10~9:30 ② 13:00~13:20	さざんか	健康推進課 ☎230024
	11日(木)①のみ		相良保健センター	
	11日(木)②のみ		相良公民館	
	15日(月)①、②		牧之原コミュニティセンター	
	19日(金)①、②		細江コミュニティセンター	
総合健康相談	2日(水)、16日(水)、30日(火)	9:00~11:00	さざんか	予約制 健康推進課 ☎230024
	9日(火)、23日(火)		相良保健センター	
HIV抗体検査	4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
	18日(木)	9:00~11:00		
肝炎ウイルス検査	4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
	18日(木)	11:20~		
精神保健福祉総合相談	9日(火)、24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
不妊不育専門電話相談	毎週(水)・(金)(祝日休み)	10:00~15:00	県総合健康センター(三島市)	県不妊不育専門相談センター ☎055(991)2006

Message
お知らせ

10月は「ふじのくにスポーツ推進月間」です。
健康を維持するために、手軽にできる運動から始めてみましょう!

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	1日(月)、15日(金)、29日(月) 22日(月)	9:00~11:00	さ 相	妊婦	妊娠届出書	健
1歳児健康相談	11日(木)	9:00~10:00	さ	平成23年9月、10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)	4日(木)	9:00~10:00	さ	平成23年2月、3月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	9日(火)	13:00~14:00	さ	平成22年9月、10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	16日(火)	13:00~14:00	相	平成22年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	19日(金)	13:00~14:00	相	平成21年8月、9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	17日(火)	8:30~10:00	さ	平成21年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
4歳児歯科相談	17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
赤ちゃん相談	3日(火)	9:00~11:00	さ	乳児と保護者	母子健康手帳	健
	5日(木)		相			
三種混合予防接種	11日(木)	13:00~13:45	相	平成24年3月~平成24年5月生まれ、1期追加者	母子健康手帳 予診票、体温計	健
	16日(火)		さ			
BCG予防接種	2日(火)	13:00~13:45	さ	平成24年6月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
	5日(木)		相			
パパ、ママおめでとう講座	20日(土)、27日(土)	9:30集合	さ	妊娠5ヵ月から8ヵ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)	12日(金)	9:30集合	相	4~6ヵ月児の希望者	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	22日(月)	13:00~13:30 受付待機	さ	平成24年6月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、100円	子棲
のびのび子育て井戸端会議	9日(火)	10:00~11:30	BG	入園前の子どもとその親	内容:ミニ運動会 参加費:100円 要申し込み・定員30組	社

ポリオ予防接種のお知らせ/平成24年9月1日から、全国的に不活化ポリオワクチンが定期予防接種として導入されます。そのため、10月に予定していた経口生ポリオワクチン接種は実施しません。秋から集団接種で実施する不活化ポリオワクチン接種の日程が決まり次第、接種対象者へ個別に接種予定日をお知らせします。

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 BG:相良B&G海洋センター
子棲:子育て支援センター榛原(さざんか) 子相:子育て支援センター相良(い〜ら)
問い合わせ/健:健康推進課 ☎230024 子支:子育て支援課 ☎230071 子棲:子育て支援センター榛原 ☎230174
社:社会福祉協議会 ☎25187

静岡こども救急電話相談

子どもが急な病気や心配なとき、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……ブ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(10月の日曜日は午後10時まで)、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

10月の休日当番医

診療時間 午前9時~午後5時

期日	開業医(榛原・吉田地域)	開業医(相良・御前崎地域)
7日(日)	川田医院 ☎230154	永尾内科循環器科医院 ☎6611
8日(日)	小田原産婦人科医院 ☎5773	堀口外科医院 ☎5858
14日(日)	赤堀整形外科医院 ☎20117	座光寺医院 ☎3206
21日(日)	加藤内科医院 ☎0701	サガラ眼科 ☎2222
28日(日)	三輪クリニック ☎7300	酒井内科医院 ☎1100

*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。 ☎21131

元気があー! NO. 41
今月は、出産後のお母さんの心と体についてお話しします。
産後1ヵ月間は、お母さんの体全体が回復する大切な期間のため、休養を十分に取る事が大切です。
産後は、授乳などでとても忙しくなるので、これまでも同じように家事をこなそうと頑張りが過ぎてしまうと、体が疲れて熱が出てしまつこともありません。
きちんと休養するために、お父さんや家族、周りの人の協力が不可欠で、例えば沐浴やおむつ交換をしたり、抱っこや兄弟の世話をしたりすることもその一つだと思えます。
お母さんも、時には思いついて周りに「任せる」ところが大切になります。
また、この時期には体の変化と同時に心の変化も起こりやすくなります。赤ちゃんとの生活に楽しさを感じ一方で、ホルモンの急激な変化により、涙もなかなか出てきてしまつたり、自分のことを責めてしまつ



おむつ交換はパパに任せとけ!

たり、また食欲が落ちてしまつてしまつたり。
辛いときは夫や友人など、人と話をすることで気持ちが楽になることもあります。
多くの場合は、産後2週間ぐらいで自然に落ち着いてきます。2週間以上続く方は、医療機関や健康推進課などに相談ください。辛い気持ちを一人で抱え込まないことが大切です。
また、お母さんが自分の変化に気付かず頑張つてしまつてしまつたり、そのようなことがないよう、お父さんや家族、周りの人が気付いてあげることが大切ですね。
赤ちゃんが健やかに育つためには、まずお母さんの心と体の健康が一番です。心配なこと、気になることなどがありましたら健康推進課にご連絡ください。
保健師 福永 希

10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。



*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

消費生活相談

契約トラブルや消費者金融、多重
債務、商品苦情など、消費や契約
に関する相談を受け付けます。

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

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 10月3日(木)・17日(木)・31日(木)
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

心配ごと相談

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

期日 10月10日(木)・24日(木)
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

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 10月3日(木)・17日(木)
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

もの忘れ相談

「最近、忘れっぽくなった」「ぼーっ
としている時間が長い」など、気にな
っていることはありませんか。
認知症は、早く気が付いて適切な
対応をすれば、重症化予防が期待
できます。
普段の生活の状況をお聞きし、「頭
のいきいき度チェック」に基づい
た認知症予防のための生活アド
バイスを行います。
お気軽にご相談ください。
事前予約が必要となります。

期日 毎週火曜日
時間 9:00～11:00
会場 さざんか
相良保健センター
☎健康推進課 ☎0024

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 10月17日(木)
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 ☎0547676575

高齢者虐待予防相談

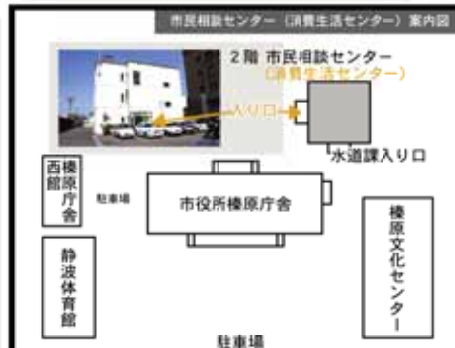
「高齢者に関する虐待かな」と思っ
たときの相談です。事前に問い合
わせをして、気軽に相談ください。

期日 10月19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 ☎08822

介護相談

期日 月曜日～金曜日
*祝日を除く
時間 9:00～17:00
(水曜日は19時まで)
会場 棟原庁舎2階相談室
相良保健センター

☎高齢者福祉課 ☎0076



*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



9月から人間ドック・健診センターが生まれ変わりました

■サタデードック ～土曜日実施します～

9月から、土曜日にも人間ドック・健診を実施しています。「仕事を休みたくない…」という方に、お勤めです。

■多彩なオプション検査のラインナップ ～オプション検査のみの受診も可能に！～

オプション検査項目が今までの2倍以上の43種類に増えました。また、人間ドックや健診を受けなくても、オプション検査1つだけでも受けることができるようになりましたので、ぜひ、ご利用ください。

▶検査項目例：◎320列CT狭心症検査(世界最新鋭、最高レベルのCT) ◎睡眠時無呼吸検査 ◎内臓脂肪CT検査 ◎腫瘍マーカー ◎脳検査 ◎肺検査 ◎乳がん検査(県内初、高性能乳房検査システム使用) など

FOR THE PATIENTS

FOR THE PATIENTS
今月は
事務部(2)
を紹介しします

【整備室】
整備室の業務は、病院設備
機器の維持管理です。病院を
利用する患者さんや各職場で
活動する職員が、できるだけ
快適な環境で過ごせるように
電気・空調・衛生設備の点検整
備を行っています。
大きな設備修理は業者に依
頼するため、打合せや見積り
などの事務処理を行い、緊急
を要する作業の場合はスタッ
フ同士の連携が重要になりま
す。
スタッフは職員1人、委託
職員4人の合計5人で、通常
日勤帯は2、3人、夜勤帯は1
人で業務を行っています。
病院には東館、北館、西館、
南館の4棟があります。古く
なってきた建物と新しい建物
が混在し、建物設備に違いが
あります。それぞれ設置され
ている機器などにも違いがあ

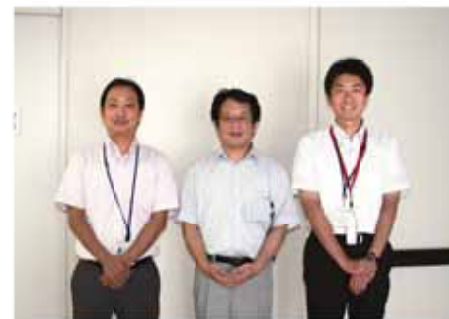


整備室スタッフ(左から2人目が清水係長)

るため、維持管理が大変複雑
になっていきます。
最近では電気・油などの燃料
費の値上がりなどがあるため
経費削減に取り組んでいます。
また、省エネ法の施行によ
り、燃料資源を有効に利用す
るため、当病院も積極的に取
り組んでまいります。
整備室係長 清水勝巳

【情報管理課】
情報管理課は、病歴管理室
担当(2人)と医療情報室担当
(1人)で構成され、紙やパソ
コンに埋もれながらも爽やか
な男性職員3人で仕事をし
ています。

「病歴管理室の主な業務」
▼院内における診療録などの
搬出業務
平成22年11月に入院および外
来ともに、紙カルテ運用から
電子カルテ運用への移行が済
んでおり、現在は搬出頻度と
しては減少していますが、電
子化ができない原本(押印さ
れた同意書など)に関しては
従来通り製本・保管してい
るので、依頼に応じ搬出して
います。返却された書類は即
再度の搬出依頼に備え、細心
の注意を払いながら保管し
ています。
▼診療記録から得られるデー
タ管理業務
DPC対象病院として調査・
データ抽出(匿名化された
データ)を毎月、厚生労働省へ
提出しています。また、病歴情
報から抽出されるデータから
の統計作業を行っています。
▼診療情報開示に関する業務
患者さんからの開示申請が
あった場合の窓口担当をして
います。また、内容により院内
に併設されている患者支援セ
ンターと連携し、対応してい
ます。
*法定保管年数(5年)を超え
た、6年以上前のものについ
ては、保管の有無を確認させ
ていただいていたからの開示申
請となります。



情報管理課スタッフ(中央が大石係長)

「医療情報室の主な業務」
▼医療情報システムの運用管
理
サーバーチェックからマス
タ管理に始まり、新任医師・応援
医師のオリエンテーションや、
パソコンに関するトラブル時
の対応・調整に至る業務全般
のため、緊急度・重要度に関係
なく日々、院内を駆け回って
います。
▼メールサーバーおよびイン
ターネットの管理
アカウントの登録・削除やト
ラブル対応などのサポートを
行っています。
情報管理課係長 大石 誠

移動図書館の内装をリニューアル！さらに本が探しやすくなった「ひまわり号」をぜひご利用ください。

おやすみくまちゃん

シャーリー・パレント著
岩崎書店刊



ちいさなベットが、いつつ並んでいるよ。もうねるじかん。でも、ちやくまちゃんはねむれません。さあ、くまちゃんたちはどうしたのでしょうか？大人気『おすわりくまちゃん』たすけあう気持ちをそだてる絵本です。

お父さんのVサイン

そうま こうへい著
小峰書店刊



たいじゅう九十六キロ、かけっこは大ののがてのお父さんが、うんどう会のリレーにでることになったから、さあたいへん。うんどう会まであと二しゅうかん。あいとお父さんの”とっくん”のはじまりです。

鍵のない夢を見る

辻村深月著
文藝春秋刊



望むことは、罪ですか？彼氏が欲しい、結婚したい、ママになりたい、普通に幸せになりたい。そんな願いが転落を呼び込む。ささやかな夢を叶える鍵を求めて5人の女は岐路に立たされる。待望の最新短編集。第147回直木賞受賞作。

長生きのコツ—元気で健康な毎日を送るためのアイデア集 (復刻版)

学研マーケティング
学研教育出版刊



元気に毎日を過ごすための知恵を集めた本。健康に役立つ食材や薬草、ツボ療法、日々の体操、ちょっとした健康アイデア等を紹介。本書オリジナル版の内容を実践し続けて、元気に100歳を迎えたい方の声をもとに、復刻となった本です。

見全	おひげおひげ	内田麟太郎	般全	きみはいい子	中脇 初枝
見全	ぶたさんちのおつきみ	板橋 敦子	般全	月と雷	角田 光代
般全	あるじは家康	岩井三四二	般全	ディズニー サービスの神様が教えてくれたこと	鎌田 洋
般操	今を生きるしあわせ	河野 義行	般相	手作りジュレ&使いこなレシビ	野口 英世

見……児童書 般……一般書

相……相良図書館で借りることができます。操……榛原図書館で借りることができます。

全……両図書館・ひまわり号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) ☎532649
榛原図書館(榛原庁舎2階ロビー) ☎230094

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-10月

(写真で紹介している図書はひまわり号でも借りることができます)

1コース/10月2日(火)	5コース/10月16日(火)
2コース/10月3日(水)	6コース/10月17日(水)
3コース/10月9日(火)	7コース/10月23日(火)
4コース/10月10日(水)	8コース/10月24日(水)

運行表は図書館に置いてあります。

人のうごき（牧之原市の人口） POPULATION

■人口 49,384人
 （内外国人 1,293人）
 男性 24,326人 女性 25,058人
 出生 21人 死亡 44人
 転入 79人 転出 95人
 そのほか 2人

■世帯数 16,235世帯

*平成24年7月の住民基本台帳法の改正以降、外国人が含まれます。

平成24年8月31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

10月の納期一覧

市県民税 第3期 10月31日

国民健康保険税 第4期 10月31日

後期高齢者医療保険料 第3期 10月31日

介護保険料(65才以上) 第4期 10月31日

水道料 8・9月分 10月31日

保育料 10月分 10月31日

市営住宅使用料 10月分 10月31日

トップページ（表紙のお話） TOP PAGE



8月15日に牧之原コミュニティーセンターで行われた平和の鐘を鳴らす集い。旧大井海軍航空隊の飛行場跡地の一角に建つ同センターにある、同隊で時報として使われていた鐘を、元隊員らと子どもたちが平和を祈り打鐘した。昼食には、戦時中広く食べられていたサツマイモご飯が振る舞われた。

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



たがた きな
田形 咲奈ちゃん(3歳)
平成21年9月15日生(大沢)

♥いつも元気な咲奈ちゃん♥
家族を笑顔にしてくれるね♪
これからもいっぱい笑おうね



こぼし りんか
小林 凜海ちゃん(2歳)
平成22年7月19日生(波津)

三輪車遊びが好きな凜ちゃん
凜ちゃんのニコニコ笑顔が
大好きだよ♥



かしわぎ しんや
柏原 史弥くん(1歳)
平成22年12月17日生(細江)

いつも、みんなを幸せにして
くれる元気な笑顔ありがとう
史弥、大好きだよ♪



おかざき いち
岡崎 生知くん(1歳)
平成23年8月19日生(細江)

水遊びが大好きな生知君♪最近
はプール三昧な日々★将来は
家族でサーフィン三昧かな!



たけだ りょう
袴田 翔くん(2歳)
平成22年1月31日生(波津)

負けず嫌いな翔くん☆
おしゃべりも上手になり
ますますカワイイね♪



とつか まい
戸塚 舞ちゃん(1歳)
平成23年3月10日生(細江)

その笑顔がみんなの宝物♥♥
ずっと、お兄ちゃんと仲良く
元気に大きくなってね!

元気なKIDS募集中

1・2・3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 12月3日(月) 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 ☎0052



募集

親子ボランティア募集

会場・日時 ▼牧之原中 10月25日(日) 午前10時30分〜▼榛原中 11月1日(日)、8日(日) 午後1時45分〜、15日(日) 午前11時45分〜、19日(日) 午前10時45分〜、28日(日) 午後1時45分〜
29日(日) 午前11時45分〜、12月5日(水) 午後1時45分〜▼相良中 11月6日(日) 午前10時30分〜、7日(日)、12日(日) 午前9時30分〜、13日(日) 午前10時30分〜、14日(水) 午前9時30分〜
*各時間帯50分間の授業
対象 生後5カ月からの未就園児とその保護者
内容 中学3年生との交流(抱っこや絵本の読み聞かせ、保護者の子育て体験報告など)
申込方法 電話で申し込む。
定員 各時間帯14組程度
申込期限 10月12日(金)
申込先 子育て支援課 下村
☎(22) 0174

プロから学ぶ「口元美人講座」を開催します

日時 10月13日(土)、27日(土) 午後1時30分〜午後3時30分
会場 さざんか
内容 歯科医師による講話、歯科衛生士による歯磨き指導など
申込方法 電話で申し込む。

受講料 無料

美術館を巡ってあなたの感性を磨きませんか

日程 11月21日(火)、29日(日)
見学先 名古屋ホストン美術館、徳川美術館(名古屋市)
対象 市内在住または在勤の方
*幼い子ども連れのの方はご遠慮ください。
申込方法 10月10日午前8時30分から電話または直接申し込む。
参加費 4500円*当日集金
定員 両日とも30人
申込期限 定員になり次第
問い合わせ 社会教育課
久保井 ☎(53) 2646

平成25年度のほりほり塾の講師を募集します

対象 20歳以上の方
内容 音楽、料理、手工芸、教養、語学、健康増進など
申込方法 榛原文化センター(榛原庁舎6階)や社会教育課などにある「講座開設計画書」に必要事項を記入し、申し込む。
申込期間 10月1日(月)〜11月22日(木)
問い合わせ はりはら塾運営員
会事務局 杉山
☎(23) 0002

秋の健康ウォークツア参加者を募集します

日程 11月17日(土) *小雨決行
会場 ラグーナ蒲郡(愛知県)
*集合場所は相良庁舎駐車場または榛原庁舎駐車場
対象 20歳以上の健康な方
申込方法 電話または直接申し込む。
参加費 5500円(昼食込み)
*10月26日までに支払う。
定員 50人(最小催行人数35人)
申込期限 定員になり次第
問い合わせ 市体育協会
☎(22) 8899(くりんばる)

木造住宅ができるまでを体験するバスツアー

日時 10月20日(土) 午前9時〜午後4時(小雨決行)
会場 県内の伐採現場など *県藤枝総合庁舎に午前9時集合
内容 木材の伐採、木造住宅建築現場の見学など
申込方法 問い合わせください。
参加費 無料

福祉の仕事魅力発見講座参加者を募集します

日時 10月28日(日) 午後1時〜午後2時30分
会場 いくら
対象 福祉や介護の仕事に興味関心がある中学生、高校生など
内容 職場紹介、現場で働く職員からの体験談の発表など
申込方法 電話で申し込む。
申込期限 10月25日(木)
その他 「福祉就職相談会」も同時開催されます。
申込先 県社会福祉人材センター 西澤
☎054(271) 2110

市有地を一般競争入札によって売り払います

所在地 細江200番地28
地目・面積 雑種地(205㎡)
応募方法 管理課や市ホームページにある入札参加申込書などを提出。
受付期限 10月19日(金)
問い合わせ 管理課 藤野

水道メーター取り換えに協力をお願いします

10月15日から21日まで「秋の行政相談週間」です。行政相談員が行政に関する苦情や相談などを聞き、解決の促進を図ります。相談方法 17ページ(困りごと)「悩みごと相談」を参照ください。
問い合わせ 秘書広報課 戸塚
☎(23) 0052

25年度の榛原文化センター使用申請受付開始

日時 10月1日(月)〜
対象 25年4月分 *以降については、随時1カ月ごとに受付
申込方法 榛原文化センター(榛原庁舎6階)にある申請用紙に必要事項を記入し、申し込む。
問い合わせ 社会教育課 杉山
☎(23) 0002

吉田町水道課では坂部区内の漏水調査を実施

身分証を携帯し腕章を着けた調査員が調査を行い、場合により敷地内に立ち入ります。漏水を発見した場合、私有地内では個人負担の修繕となりますので、町上水道事業指定給水装置工事事業者へ依頼をお願いします。
期間 9月21日(金)〜平成25年2月15日(金)
問い合わせ 吉田町水道課
工務部門 ☎(33) 2128

県中部看護専門学校の入試案内などお知らせ

〔推薦入試〕
試験日 11月9日(金)
出願期間 10月5日(金)〜10月19日(金)
〔一般入試〕
試験日 ▼学科試験 平成25年1月16日(水)▼面接試験 平成25年1月17日(木)
出願期間 12月7日(金)〜12月28日(金)
受験資格 高等学校を卒業または平成25年3月卒業見込みの者
申込方法 問い合わせください。

「第23回桂花祭」

日時 10月13日(土) 午前9時30分〜午後3時
内容 妊婦・高齢者・車いす体験、血圧・身体測定、足浴など

県中部看護専門学校 問い合わせ

☎054(629) 4311
内容 官公署に提出する書類作成に関する事など
問い合わせ 県行政書士会榛原支部 高塚 ☎(63) 3808

C型肝炎ウイルスに感染された方へお知らせ

出産や手術における大量出血の際に特定の血液製剤を投与されたことにより、C型肝炎ウイルスに感染された方に給付金を支給する仕組みがあります。
詳細は問い合わせください。
給付金請求期限 平成25年1月15日(火)
問い合わせ 厚生労働省相談窓口
☎0120(509) 002
*平日午前9時30分〜午後6時

「平成24年度さざんかふれあい広場」を開催

日時 10月7日(日) 午前8時30分〜正午(小雨決行)
*荒天時は10月8日に延期。

子育て・保健

温かな家庭を提供できる里親を募っています
10月は里親月間です。

お知らせ

さまざまな事情により、家族と一緒に暮らすことができない子どもの里親になってみませんか。特別な資格は不要で子どもへの愛情が大切です。養育に必要な経費は支払われます。また、里親への理解を深めてもらうために、1日里親体験を実施します。里親を希望したり、里親制度に関心のある人は参加ください。
〔1日里親体験〕
日時 11月18日(日) 午前10時〜午後3時(雨天の場合は11月25日(日)に延期)
会場 柑康園(藤枝市岡部町)
内容 児童養護施設の子どもたちとのみかん狩り
申込方法 電話で申し込む。
申込期限 10月19日(金)
問い合わせ ▼県中央児童相談所 ☎054(286) 923
▼市役所子育て支援課 水嶋 ☎(23) 0071

2012吉田公園クラフトフェア in 吉田町

日時 10月27日(土) 午前10時〜午後4時、28日(日) 午前9時〜午後4時、29日(日) 午前9時〜午後3時
会場 吉田公園 芝生広場C
内容 アートクラフト作品の展示や販売、地場産品の販売など
入場料 無料
問い合わせ クラフトフェア実行委員会委員長 清水
☎090(4185) 5604

子育て・保健

児童手当の10月期分が口座へ振り込まれます
児童手当の10月期分(平成24年6月分〜9月分)を10月12日に指定口座へ振り込みます。
なお、24年度の児童手当現況届の提出がない方は、支給が差し止めにありますので至急手続きをしてください。
問い合わせ 子育て支援課 高塚 ☎(23) 0071

入札結果の公表 - 7月

防	防	防	防	防
工事・委託名	予定価格(税抜)	落札価格(税抜)	落札率	落札業者
防 防災用毛布購入	5,800,000円	4,520,000円	77.93%	㈱第一防災
維 準用河川地代川災害復旧工事に伴う測量業務委託	500,000円	500,000円	100.00%	㈱伸紀測量設計事務所
維 農道跡田8号線災害復旧工事に伴う測量業務委託	510,000円	480,000円	94.12%	㈱二葉測量設計事務所
維 準用河川土沢川災害復旧工事に伴う測量業務委託	540,000円	510,000円	94.44%	ASUKA測量
建 市道大田江湖田線改良工事	23,200,000円	20,000,000円	86.21%	相良建設㈱
水 加圧式給水車購入	12,600,000円	6,790,000円	53.89%	㈱カーメイト松下

牧之原市の挑戦

郷土の誇りをかけて選手たちが1本のたすきをつなぐ「しずおか市町対抗駅伝」。牧之原市代表チームの強化を市から委託されているNPO法人牧之原市体育協会陸上競技部の部長が、12月1日に開催される第13回大会に向けた取り組みなどについて、語ってくれました。



村田 良明 部長 (坂部区)

皆さん、こんにちは。市体育協会陸上競技部では、約20人の部員がコーチとなり、昨年のチーム記録の更新を目標に、子どもたちのそれぞれの競技レベルに合わせた指導を行っています。今回は、チーム力の強化に向けた取り組みや、今年の展望について紹介します。

取り組み① 施設の有効利用

市内では総合運動公園「ぐりんぼる」を中心に練習を行っています。昨年度からは波津の「小堤山公園」を利用した練習を取り入れています。この公園は、適度なアップダウンがあることに加え、足に優しいウッドチップが敷かれているので、練習環境として最適です。外周1キロメートルのコースを設定し、脚力の強化に取り組んでいます。また、散歩などを楽しむ市民の皆さんから「頑張って」と声を掛けてもらえるのも、励みになります。毎週、月曜日と金曜日に小堤山公園、水曜日にぐりんぼるで練習をしています。



ぐりんぼるでの練習の様子。選手が着ているのは、出来上がったばかりの2012年のチームTシャツです



小堤山公園。山頂からは相良市街や駿河湾を一望できる自然豊かな公園です



小堤山公園の起伏に富んだコースは、走力を鍛えるのに最適。上り坂(写真右)や下り坂(写真左)を駆け抜ける選手たち

明るい展望 ～ チームの戦力分析 ～



岡村選手(左)と片瀬選手(右) 宇田選手 (中体連県大会にて) 佐々木選手 (ぐりんぼるにて)

最後に、今年のチームについて話したいと思います。

- ① 戦力は昨年より確実にアップ**
目標は高く「市の部・15位」「2時間23分00秒」(昨年より1分22秒アップ)を目指します。
- ② 高校生の充実**
男子は、今年の高校総体県大会5000mで5位入賞、東海大会に出場した増田真也選手(島田高2年・神奈川)をはじめ候補選手が4、5人いるため、選考に頭を悩ますほどです。女子は、レースの鍵を握る第1区がポイントとなります。

取り組み② 陸上教室



参加者全員で大きな声を出しての準備体操



1・2年生の部

3・4年生の部

5・6年生の部

保護者の部

競技力のレベルアップには、底辺の拡大が不可欠です。毎週水曜日にぐりんぼるで行っている「陸上教室」には、小中高生からコーチまで合わせて300人以上が登録し、心地よい汗を流しています。この中から一人でも多く、駅伝競技を目指す選手が出てくれることを願っています。また、教室の大きな特徴が保護者参加です。「送迎の時間や待っている時間があったくない。一緒に歩いちゃおう!」を合い言葉に始めた保護者ウォーキングですが、現在では50人以上の保護者が登録し、汗を流しています。同じグラウンドで、子どもと同じ景色を見て、同じ汗を流し、同じ気持ちになることは、理屈抜きに素晴らしいことだと思っています。

取材協力：NPO法人牧之原市体育協会陸上競技部

グラウンドでの練習以外にも「各種大会への参加(年5～6回)」や「夏の強化合宿」、「水泳教室」などの活動を行っています。これらの活動を通して、学校間・小中学生間の交流が深まっていることを、私たちスタッフも嬉しく思っています。



6月24日、草薙陸上競技場で行われた「全国小学生陸上競技交流大会県選考会」に出場した選手たち

陸上教室が休みになる8月には、相良B&G海洋センターで毎週水曜日に水泳教室を実施しています

大宮の古民家「奥の家」をお借りしての1泊2日の夏合宿。毎年、1日目は「静岡県ジュニア陸上クラブ選手権大会」に出場、2日目は海岸でのトレーニングなどを行っています。写真左は夕食風景、写真右は砂浜をランニングする子どもたち

取り組み③ 小中学校との連携

ぐりんぼるで毎年行われている「榛原地区南地域小学校陸上競技大会」の運営に、昨年度から陸上教室のコーチがボランティアスタッフとして協力しています。また毎年、各小学校へ市町対抗駅伝の選手の推薦依頼をしています。今年は過去最高となる10人もの選手を推薦いただきました。高い潜在能力を秘めた選手ばかりで、さらなるレベルアップにコーチの責任も重大です。中学生についても、相良・榛原両校の部活動の顧問の先生と連携を取りながら、一緒に練習しています。



7月に行われた小学生陸上大会では18人の陸上教室コーチが運営に協力

小学校から推薦いただいた男女5人ずつの選手たち。互いに切磋琢磨しながら、一生懸命に練習に励んでいます

相良・榛原両中学校陸上部の合同練習の様子。(8月11日・小笠山総合運動公園「エコパ」にて) 良きライバルとして、また良きチームメイトとして、選手一人一人がそれぞれの目標を持って練習に取り組んでいます

- ④ 小中学生選手の発掘、育成システムの確立**
小中学校との連携が円滑になり、大勢の選手が練習に参加してくれることを、本当に嬉しく思います。特に中学生では、中学男子800m種目で静岡県ランニング・第10位(8月31日現在)の宇田匠吾選手(榛原中3年・細江区)のスピード溢れる走りに期待しています。
- ③ 大学生の参加表明**
箱根駅伝の常連校に進学した岡村拓哉選手(細江区)と片瀬祐樹選手(川崎区)が、参加を表明してくれました。スケジュールの調整が難しいところですが、出場できれば目標の「15位」が、かなり現実味を帯びてきます。



9月1日の「県中部地区中学校新人陸上競技大会」で、チームの選手たちに声援を送る村田部長

チーム一丸となって、日々の練習を重ねています。選手たちを見かけたら、気軽に声をお掛けください。



輝け!未来

すぎもと・りょうた
杉本 亮太さん
榛原中3年 細江区

**外国とより良い関係が築けるよう
英語を生かして国際的に活躍したい**

僕の将来の夢は、英語を生かした職業に就くことです。これからの日本はもっと国際化が進んでいくと思います。その中で国と国、人と人を結び、より良い関係を築けるようにしていきたいです。そうすることで、外国の良さを発見することができ、日本の良さにも気付けると思います。国際的に活躍できるよう、今まで以上に真剣に英語と向き合っていきます。

ペンを置いてー編集後記

▼「陸上教室を通して、多くの子どもたちに体を動かす楽しさを伝えていきたいです」▼市体育協会陸上競技部部長の言葉を聞いて、取材の間中、楽しそうにグラウンドを駆け回っていた子どもたちの姿を思い出しました▼ウォーキングをしているお母さんと練習している子どもが、声を掛け合い笑顔で手を振り合うのも、微笑ましい光景でした▼家に帰れば今夜の教室での出来事を親子で楽しく話すんだらうな、と思ったら心がほっこりと温かくなりました



▼「平和とは、お茶を飲んだり家族一緒に食事するなど『当たり前』のこと」。旧大井海軍航空隊の元隊員の方が語ってくれました▼いつもいるはずの「当たり前」の人を奪う大災害▼国が発表した、南海トラフ巨大地震の県内の最大死者数は、約10万9千人で東日本大震災の10倍以上▼ただ、減災に努めれば、被害を格段に抑えることができます▼「当たり前」を失わないためにも、9月の訓練に参加できなかった人は、12月の地域防災訓練に参加しましょう。

