

MAKINOHARA



広報まきのほら

絆と元気が創る 幸せあふれみんなが集う
NEXTまきのほら

呼吸を合わせて
塩づくり体験(相良小学校)

RIDE ON
MAKINOHARA

特集 高齢者の強い味方
地域包括支援センター

特集 日本一女性にやさしいまちづくり事業
女性が健康に安心して暮らせるまち

July
2022
NO.250

7

地域包括支援センター

市内には、3つの「地域包括支援センター」があることをご存じでしょうか。

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんの身近な相談窓口です。どのような役割があり、地域の皆さんにどのような関わりがあるか、紹介します。

問い合わせ 長寿介護課 福田比呂子 ☎(23)0076

地域包括支援センターのお仕事

地域包括支援センターには、高齢者の生活を支えるために、「医療」「福祉」「介護」の3つの分野の専門家がいます。高齢者に関する相談に対し、専門職がチームで対応することで、さまざまなアプローチ方法を見だし、臨機応変に対応しています。

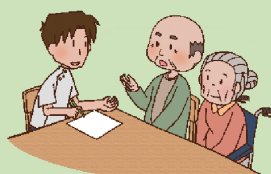


高齢者の権利を守るお手伝い

高齢者の人権や財産を守るため、高齢者やその家族からの相談に応じ、サービス利用の調整などを行います。

「さがら」からメッセージ

住み慣れた地域で、安心して尊厳のある生活を送ることができるよう、お手伝いさせていただきます。ちょっとした不安から、将来に関する相談まで、一緒に考えることができます。



高齢者やその家族の相談に対応

まずは相談内容についてお話をお聞きします。その後、その人の要望や生活環境に応じて、必要な支援につなげていきます。

「オリーブ」からメッセージ

人生100年時代になりました。高齢期は、楽しみとともに、悩みも困りごともあります。「今後の生活が心配」「この頃、探し物をする人が多い。大丈夫かな?」「息子や娘は俺のこと見てくれるかな?」—など、気軽にご相談ください。一人一人の穏やかな普段の暮らしを応援します。

充実したサービスの提供を支援

地域で活動しているケアマネジャーの支援を行い、円滑に業務を行えるようサポートしています。

「さんいく」からメッセージ

地域にあるさまざまな団体や機関を結びつけるサポートを行っています。支援の難しさを感じるケースには、チームを組んで対応します。ケアマネジャーが困ったとき、いつでも相談できるよう、普段のコミュニケーションを大切にしています。

介護予防を応援

要支援1・2、総合事業対象者の皆さんのサービス計画の作成や調整を行います。本人のできることを増やす、または状態の維持ができるよう、支援します。高齢者の集まる場で、介護予防教室の実施もしています!

「オリーブ」からメッセージ

いきいきと元気に過ごしましょう。介護予防は、ぜひ、元気なうちから!!

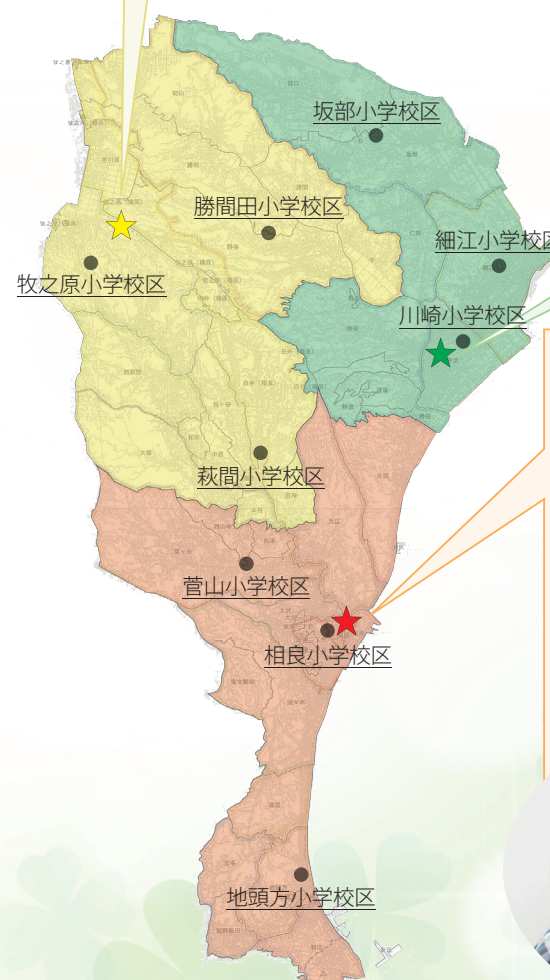


さんいく

(社会福祉法人賛育会)
☎ 23-3600

[担当小学校区]
萩間・牧之原・勝間田
[所在地]
東萩間2831番地 1
株式会社笠原産業
本社ビル 1階

市内3つの 地域包括 支援センター



オリーブ

(社会福祉法人牧ノ原やまばと学園)
☎ 22-8822

[担当小学校区]
川崎・細江・坂部
[所在地]
静波991番地 1
総合健康福祉センター
さざんか 1階

さがら

(社会福祉法人牧之原市社会福祉協議会)
☎ 53-1900

[担当小学校区]
相良・菅山・地頭方
[所在地]
相良275番地
市役所相良庁舎 1階



相談無料！

いつでもご相談ください！



地域包括
支援センター
窓口

電話

自宅への
訪問依頼

地域包括支援センター内には個人情報管理者を配置しています。
個人情報保護に努めると共に、知り得た情報は他言しません。

実態把握訪問を行っています

高齢者のいる世帯に、**予約なしで訪問**しています。身体のこと、生活状況、支援者の有無など、いざという時のためにいろいろお聞きしています。職員は必ず、職員証や地域包括支援センターのチラシを持参しています。不審に思われた際は、ご確認ください。また、この機会にぜひ顔見知り！



よくある相談内容

近所のお宅、いつも電気がついていて、あいさつもしていたのに、ここ3日ほど電気もついてないし、心配で...

地域包括支援センターは、地域の皆さんや民生委員さんと協力して、訪問や安否確認をしています。電話が良いか、訪問が良いかなど、考えながら対応しますので、ぜひご相談ください。

一人暮らしになって、家にいることが多くなってしまった。出かける場所が欲しいけど...

本人の意向や要望、趣味や得意なことなどをお聞きし、出かけられる場を見つける支援をしています。地域包括支援センターだけでなく、地域のことをよく知る「生活支援コーディネーター」とともに対応しますので、まずは一度ご相談ください。

妻の物忘れが多くなってきて、心配なのだけど...

まずは、本人の生活状況や認知機能の状況について、聞き取りさせていただきます。その後、本人に合った対応方法を提案しています。「認知症地域支援推進員」も配置していますので、まずは一度ご相談ください。

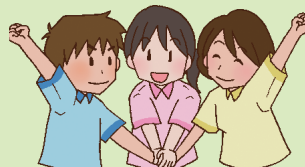
一緒に働いてくれる人、大募集！

地域包括支援センターに興味のある人、一緒に働いてみたい人は、ぜひご連絡ください。

【募集職種】 看護師・保健師・社会福祉士・社会福祉主事 など

【問い合わせ】 牧之原市役所長寿介護課 福田 ☎0076

*法人での雇用となります。雇用形態や給与などを詳しく知りたい場合は、地域包括支援センターを運営する法人におつなぎします。



介護予防を推進しています！

地域包括支援センターは、介護予防支援事業所を併設しており、総合事業対象者と要支援1・2の皆さんの介護予防サービスのマネジメントを担当しています。

なお、この業務は、地域包括支援センターだけではなく、居宅介護支援事業所のケアマネジャーに委託することもできます。可能な限り、ご自宅でイキイキと過ごすためのお手伝いをしています。



介護予防サービス「4カ月間の短期集中通いリハビリ教室」

この教室は、身体機能の低下により、日常生活に支障をきたし始めた高齢者（総合事業対象者、要支援1・2の人）を対象に、「フレイルの予防と重度化防止」のために、市の事業として実施しています。教室に参加することで、「日常生活を送る時の支障を軽くする」または「支障が重くなることを積極的に防ぐ」ことを目指しています。

こにた短時間リハビリ教室

日常生活動作の改善プログラム！

【場所】 生きがいガーデンこにた
【日時】 毎週2回（月曜午後・木曜午前）
【定員】 10人
【費用】 1回500円

立ち上がりが
楽になった！

畑仕事の時
転ばなくなった！



*理学療法士の個別指導があります。

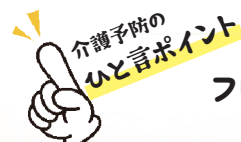
元気はつらつ教室

動きの改善！ 体力アッププログラム！

【場所】 健康福祉センターさざんか
【日時】 毎週1回（火曜午前）
【定員】 16人
【費用】 1回300円

杖を使わず
歩けるようになった！

お休みしていた
グラウンドゴルフに
自信を持って行ける
ようになった！



フレイルは「健康な状態から要介護状態になるまでの中間段階」です

移動能力 筋力 バランス
運動処理能力 認知機能
栄養状況 持久力
日常生活の活動性 疲労感

日々の生活で「**教養**」ならぬ「**今日用（今日行う用事）**」を持ち、フレイルを予防して元気に過ごしましょう！



参加者の声



榛原高校3年
山本 紘史さん

「伝えること」の複雑さ、大切さを考えるきっかけに

活動を通しての一番の気づきは、「伝えること」の難しさです。私たちは、言葉や身体を使って話している時にだけ、何かを伝えているのではありません。例えば聴き手というのは、その態度やリアクションによって発表者に興味や感想を伝えられますし、プレゼンの役割分担をするのは信頼を伝えることにもなります。このように、人は常に誰かに何かを伝えており、それらは間違えて伝わることもあります。「伝えること」がどれほど複雑であるか、またそれがいかに大切なことかについて、考えるきっかけになりました。

多角的に物事を考えられる人になりたい

私は、「積極性」と「物事を多角的に考えること」の大切さを学びました。初めて参加した時は内気になってしまい、あまり意見交換をすることができませんでした。しかし、自分から積極的に話しかけてみると、いろいろな人が私の話に耳を傾けてくれました。さまざまな世代の人とも話し合いをさせていただき、自分たちだけでは行き届かないような提案をしていただきました。これからの生活の中でも、視野を広げて多角的に物事を考えられる人になりたいです。



相良高校2年
清水 和奏さん

牧之原市自治基本条例施行10周年記念シンポジウム

未来の共創

—— 牧之原市の自治の歩みを振り返り、対話と協働により未来の牧之原市を創造する ——

開催決定！

■日時

8月27日 午後1時30分～午後4時30分

■会場

相良総合センター い〜ら（須々木140番地）

■申込方法

市ホームページまたはQRコードから申し込む。

*会場行きバスがあります。

必要な人は申込時に併せて記入してください。



■申込期間

8月12日 まで

■内容

【基調講演】 北川正恭氏「対話と協働で住民自治の実現を！」

【パネルディスカッション】 「対話と協働による未来の牧之原市」

▶ 北川正恭氏 ▶ 佐藤淳氏（青森大学社会学部教授） ▶ 杉本基久雄（牧之原市長）

▶ 市民ファシリテーター（Musubi 原口佐知子氏、CLIP 武田てるみ氏）

■新型コロナウイルス感染対策

検温の実施、マスクの着用は必須となりますので、ご協力をお願いします。



北川 正恭（きたがわ・まさやす）氏

1944年三重県生まれ。早大商学部卒業。三重県議会議員3期、衆議院議員4期、三重県知事2期。知事退任後、早稲田大学政治経済学術院教授。現在同大学名誉教授、同大学マニフェスト研究所顧問。

「対話」から「未来の行動」を考える

地域リーダー育成プロジェクト

市では、高校と地域が連携・協働し、「①地域に誇りを持つ」「②将来、地域を担う」「③地域の課題解決に貢献する人材を育成する」ことを目的に、平成27年度から、市内にある県立榛原高校・相良高校と「地域リーダー育成プロジェクト」を実施してきました。

令和3年度は、市内の学校を再編してつくる「未来の学校」や、図書交流館いこつとなどが入る施設「ミルキーウェイクスクエア」など、牧之原市の取り組みをテーマに対話をしながら、ファシリテーションスキルや自分の考えを相手に伝える力を学びました。社会や地域について知ることを通して、自分にできることを考え、それぞれの将来につなげる機会となりました。

参加した高校生からは、「将来は地元に戻ってきて働こうと思えるようになった」「私たち高校生が、積極的に地域の未来を考えていきたい」などの感想がありました。

問い合わせ 地域振興課 今村優奈 ☎0053

令和3年度に取り組んだ内容

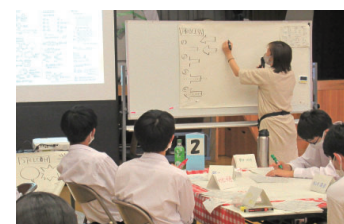
A コース

「対話を学んで未来を生き抜くヒントを見つけよう！」（全5回）

【講師】市民ファシリテーター CLIP

対話やグラフィックのスキルを学びながら、市や自分自身の将来について話し合いました。

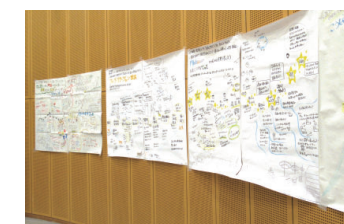
最終回では、これまで行ったワークショップを活かし、高校生だけで対話の場を作り上げました。



ファシリテーターから学ぶ



学校・学年問わず一緒に考える



グラフィックで対話を可視化

B コース

「“働くってこと”を考えよう」（全6回）

【講師】市民ファシリテーター Musubi

社会や地域についての対話を通して、卒業後の進路に必要な「伝える力」を学びました。最終回では、「自分たちの未来」をテーマに、地域課題との向き合い方や自分たちの将来像を発表しました。



グループで話し合う



傾聴も大切に



これまでの学びを活かした発表

A plus コース

「自分を知り、相手を知り、話し合うことで見えない未来のしっぽを掴む」（全4回）

プロジェクト卒業生など、地域で活躍している大人の話聞いて、自分の生き方を見つめました。

特定セット検診の 日程が増えました

特定健診とがん検診を、まとめて受診できる便利な検診です
この機会をぜひご活用ください。特定健診のみの受診も可能です。

「**榛原総合病院**」実施分（実施時間＝午前9時～午前11時 ＊午前8時30分～受付）

【実施日・場所】

▶8月6日 榛原総合病院 ▶11月19日 相良保健センター ▶12月17日 さざんか

【注意事項】

特定健診を受診する場合は、健康推進課（☎③0024）に事前申し込みが必要です。
（インターネットでも申込可）



榛原総合病院
ネット申し込み

「**静岡厚生病院**」実施分（実施時間＝午前9時～）

【実施日・場所】

▶8月12日 高尾農協 西部営農経済センター

【注意事項】

完全予約制です。 ▶申込先＝高尾農協 ☎②9527（平日のみ）

「**聖隷予防検診センター**」実施分（実施時間＝午前9時～）

【実施日・場所】

▶12月12日 相良総合センター い〜ら

【注意事項】

完全予約制です。

▶申込先＝聖隷集団検診予約センター
☎0120（627）134（平日 午前9時～午後4時30分）

▶申込期間＝10月17日～11月24日

＊インターネットでも申込可（受診券同封の日程表欄に記載したIDとパスワードが必要）。



聖隷予防検診センター
ネット申し込み

35歳
健診

牧之原市国保に加入中の35歳から39歳までの人は、プレ特定健診として、
特定健診相当の健診を受けられます。

対象者には個別に通知を送付します。通知が届かない人で、受診を希望する
場合は、国保年金課までご連絡ください。

▶自己負担＝1,000円

▶検査項目＝問診・身体測定・診療・血圧測定・尿検査・血液検査
＊医師の判断などにより、心電図・貧血・眼底検査も実施



人間ドック受診時に国保の費用の一部を補助します

市が指定する対象施設で人間ドックを受診する人は、**最大2万円**の補助が受けられます。
補助を受けるためには、**受診前に申請が必要**です。対象施設へ**受診予約後、補助申請**を行ってください。

【対象施設】 ①榛原総合病院 ②総合健診センターヘルスポート（藤枝市）
③聖隷 ▶予防検診センター（浜松市北区）▶健康診断センター（浜松市中区）
▶健康サポートセンター Shizuoka（静岡市駿河区）

【対象条件】 ▶受診日に20歳以上で、牧之原市国保に継続して1年以上加入している人
▶世帯に国保税の滞納がないこと

【申請方法】 窓口またはインターネットで申請してください。

＊窓口＝「榛原庁舎 国保年金課」または「相良庁舎 市民課 相良窓口係」

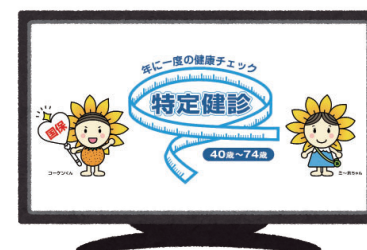
【持ち物】 国保保険証・身分証明書

＊ドックの予約内容が分かるようにしてきてください。



ネット申請
（LOGOフォーム）

♪受けてるか～な
忘れてないかな♪



牧之原市国保に加入中の皆さまへ

令和4年度 特定健診が はじまっています

特定健診・人間ドックに関する問い合わせ 国保年金課 ☎③0023
その他の検診に関する問い合わせ 健康推進課 ☎③0024

特定健診は、生活習慣病の予防と早期発見・治療を目的とした健診です。

【自己負担】 1,000円（40歳は無料）

【検査項目】 ▶問診／身体測定（身長・体重・BMI・腹囲）
▶診療／血圧測定／尿検査（尿糖・尿蛋白）
▶血液検査（血糖・脂質・肝機能・腎機能・貧血・アルブミン）
＊医師の判断などにより、心電図・眼底検査も実施

New!
検査項目を
拡充しました



▲ 特定健診受診券は
黄色い封筒が目印です

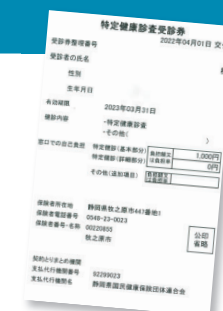
健診受診は、かんたん3ステップ!

ステップ1：受診券を入手する（榛原医師会から順次発送）

令和4年4月1日現在で牧之原市国保に加入中で、今年度特定健診の対象と
なる人には、9月下旬までに順次受診券を送付します。

【対象者】 40歳～74歳で受診日現在に牧之原市国保に加入中の人
＊施設入所者、人間ドック補助利用者など一部対象外あり

＊4月2日以降の国保に加入した人など、受診券がお手元に届かない人で受診を
希望する場合は、国保年金課までご連絡ください。



ステップ2：健診を受診する（受診方法はA～Cから選べます）

A 集団健診
公民館などで受診
（7月～1月）

B セット検診
がん検診と
合わせて受診

C 個別健診
特定の病院で受診
（受診券到着後～2月）

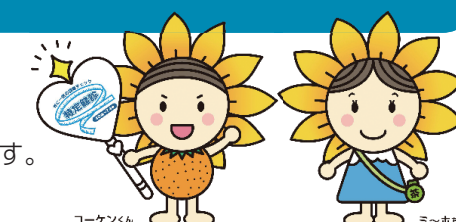


健診種別や受診先によって、予約が必要な場合があります。
お手元に届く受診券に同封されている案内ちらしを確認してください。
受診券には、集団健診の日程表や指定医療機関一覧などを同封しています。

ステップ3：結果を確認（受診後1～2か月で届きます）

結果を受けて「どう行動するか」が健康維持のカギ

特定健診を受診した人で、生活習慣の改善が必要なときは、
保健師・管理栄養士のサポートプログラムを無料で受けられます。
次の健診まで、健康的なカラダを維持しましょう。



コーケンくん ミ〜ホちゃん

婦人科検診についてのお知らせ

対象者に受診券などを送付します

【対象者】

- ▶令和2年度（骨粗しょう症検診は平成29年度）に市の婦人科検診を受診した人
- ▶令和3年度に未受診で、健康推進課に令和4年度婦人科検診の受診希望の連絡をした人

無料クーポン券を配布します

【令和4年度対象者】

- ▶子宮頸がん＝平成13年4月2日～平成14年4月1日生まれ
- ▶乳がん＝昭和56年4月2日～昭和57年4月1日生まれ



検診会場を選べます

*「子」＝子宮頸がん、「乳」＝乳がん（マンモグラフィ検査）、「骨」＝骨粗しょう症

実施機関	会場	子	乳	骨	受診可能日	予約方法	実施期間	オプション検査料金
聖隷予防検診センター（集団検診）	公民館、さざんか、保健センターなど	○	○	○	受診券の同封文書参照	WEB電話	8月～10月	▶乳がん検診エコー検査（3,850円） ▶骨粗しょう症検査
榛原総合病院（個別検診）	榛原総合病院 6階 検診センター（細江2887番地1）	○	○	×	申込時に問い合わせ	電話	12月17日 国まで	▶HPV検査（3,960円）
あかほりクリニック（個別検診）	あかほりクリニック（片浜873番地2）	○	×	×	月～土曜日（木・土は午前のみ）	予約不要	12月24日 国まで	なし

託児を利用できる日があります

婦人科集団（乳がん、子宮頸がん）検診の際に、託児を利用できます。

人数に限りがありますので、希望する場合は、早めに予約をしてください。

【託児可能日】 ▶8月18日 国＝総合健康福祉センターさざんか ▶9月29日 国＝相良保健センター

NEW! 女性の総合がん検診と特定健診が同時に受診できるようになりました

婦人科集団検診では、本年度から「複合がん検診」と「婦人科検診」、さらに「特定健診」を同日で受診できる日程ができました。完全予約制のため、待ち時間が少なくストレスフリー！ 約1時間ですべての検診を受診することができます。忙しい女性にオススメ！

【日程】 ▶8月10日 国＝榛原文化センター（午前のみ） ▶8月13日 国＝い～ら（午前のみ）

【検診内容】

	検診名	対象年齢（令和4年3月31日時点）	自己負担金
婦人科検診	乳がん検診（マンモグラフィ検査）	40歳以上で前年度に受診していない人	2,000円
	子宮頸がん検診	20歳以上で前年度に受診していない人	1,900円
	骨粗しょう症検診	40歳以上	1,300円（*1）
がん検診	胃がん検診	40歳以上	1,900円
	結核・肺がん検診	40歳以上	無料
	大腸がん検診	40歳以上	1,000円
長寿健診	計測、血圧、尿検査、血液検査	国保加入：40歳	無料
	クレアチニン、e-GFR	国保加入：41～74歳	1,000円
	*40歳時、貧血検査・尿酸値あり	後期高齢者医療保険加入：75歳以上	500円
		国保以外：社保、共済など（*2）	健保により異なる

*1 40、45、50、55、60、65、70歳の方は、1,300円で受診可能です。それ以外の方は、2,750円です。

*2 国保以外の特定健診は、特定健診受診券に「集合B」と記載がある健保などが対象となる健診です。受診券がお手元に届いていない場合は、加入している健保組合などにお問い合わせください。

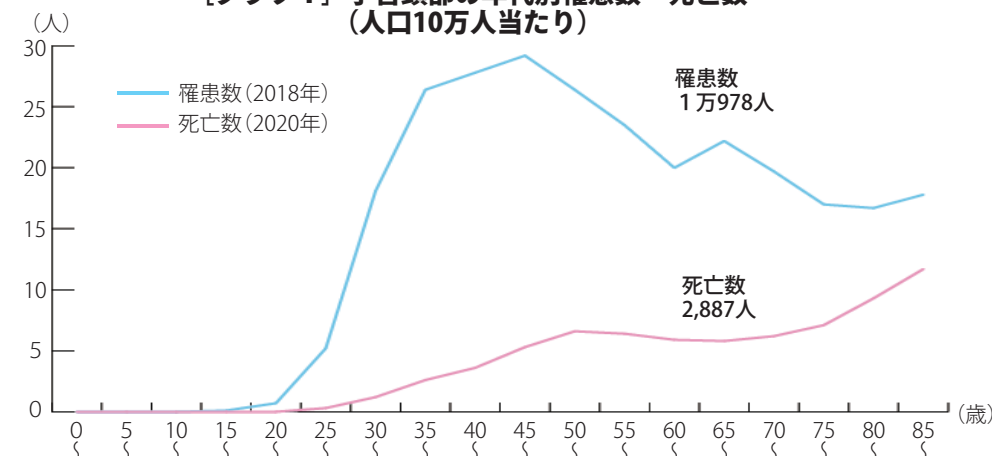
20代後半以降から増える「子宮頸がん」

近年、39歳以下の日本人女性で、子宮頸がんの罹患や死亡が増えています（グラフ1）。20～30歳の若い女性では、乳がんに次いで多いがんです。

子宮頸がんの罹患には、その多くにヒトパピローマウイルス（HPV）の感染が関連しているとされています。HPVはごくありふれたウイルスで、性交渉の経験がある女性の50～80％はHPVに感染している可能性があり、子宮頸がんになる危険性があります。早期のうちには、ほとんど自覚症状がないため、2年に1度、検診を受けることがとても大切です。

子宮頸がんは、早期発見・治療で90％以上が治ります（*1）。

【グラフ1】 子宮頸部の年代別罹患数・死亡数（人口10万人当たり）



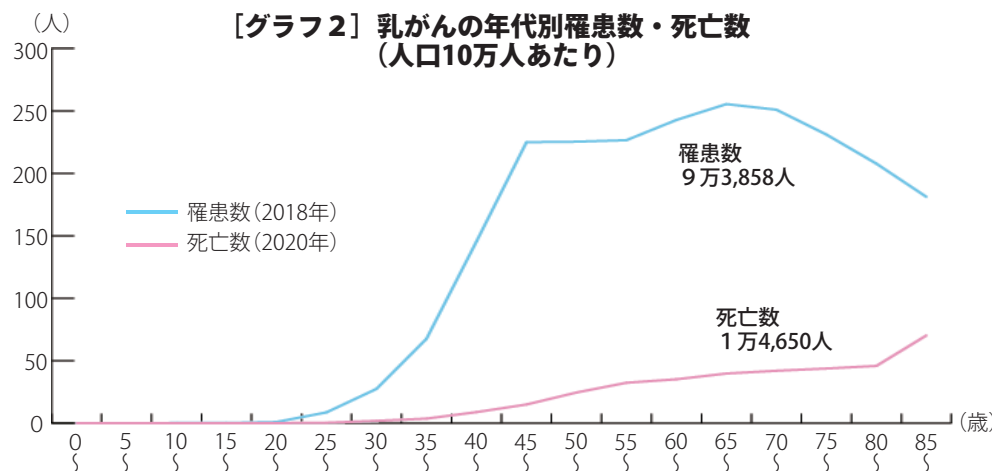
9人に1人がかかるといわれている「乳がん」

乳がんは、女性に一番多いがんで、40～50歳代をピークに罹患や死亡が増加しています。日本人女性の約9人に1人が乳がんにかかる危険があり、子育てや介護、仕事など女性として一番忙しい時期にかかりやすい病気です（グラフ2）。

乳がんは、乳房に固いしこりをつくる病気です。しこりを感じなくても、乳頭から血液が出てきて見つかることもあります。月に1回以上、入浴をする際などに自己触診をする習慣をつけ、異常が見られたらすぐに「乳腺科」を受診しましょう。また異常が見られなくても、2年に1度は必ず検診を受けましょう。

乳がんは早期発見・治療で95％以上が治ります（*1）。

【グラフ2】 乳がんの年代別罹患数・死亡数（人口10万人あたり）



【出典】（グラフ1・2とも） 国立がん研究センターがん情報サービス「がん登録・統計」

*1 ここでいう「治る」とは、診断時からの5年相対生存率です。相対生存率は、がん以外の原因で亡くなる人の影響を除いた数値です。

大切なあなた・家族のためにも受診を！

40歳から 20歳から
乳がん検診 子宮頸がん検診

がんの多くは、高齢になるほど罹患しやすくなります。そのため、若い女性にはあまり関係のない病気だと思われがちですが、女性特有のがんは若年化が進み、20～40歳代で罹患するケースが急増しています。異常がなくても、2年に1度は必ず検診を受けましょう。

問い合わせ 健康推進課 清水明日香

☎（23）0024



女性が健康に安心して暮らせるまち

市は、「日本一女性にやさしいまちづくり」の一環として、さまざまな事業を展開しています。今回は、健康推進課での取り組みを紹介します。

問い合わせ 健康推進課 池田公子 ☎ (23) 0027

新制度 不妊治療医療費助成

本年4月から、これまで自費診療だった不妊治療への保険適用が実施されています。市では、「日本一女性にやさしいまちづくり」を推進し、不妊治療を受ける夫婦の経済的な負担をさらに軽減するため、保険適用後の不妊治療費についても助成しています。

対象者（①～⑤の全てに該当する人）

- ① 不妊治療を受けた夫婦で、不妊治療以外の方法では妊娠の見込みがない、または極めて少ないと医師に診断された夫婦
 - ② 妻の治療開始年齢が43歳未満の夫婦
 - ③ 市民税などを滞納していない夫婦
 - ④ 法律上婚姻している夫婦（事実婚姻関係にあるものも対象とする）
 - ⑤ 夫または妻、もしくは両者の住所が牧之原市にある夫婦
- 助成の対象となる不妊治療**
- ▼ 一般不妊治療Ⅱタイミング法、人工授精
 - ▼ 生殖補助医療（特定不妊治療）Ⅱ体外受精、顕微授精、男性不妊の手術

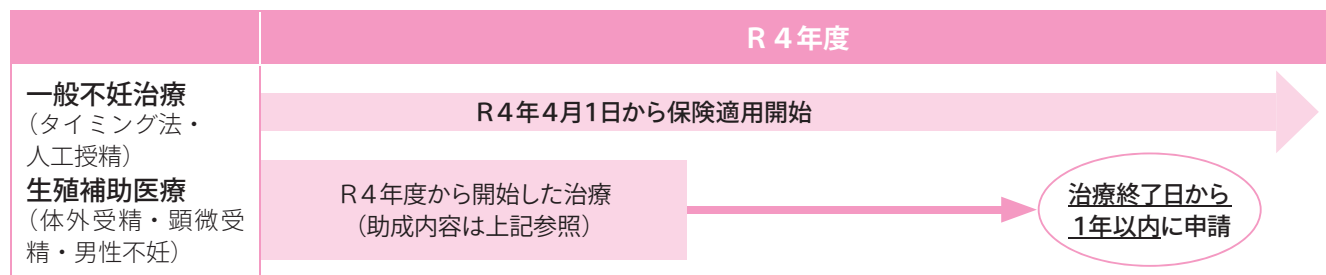


＊保険診療を併用できる先進医療費を含む。
＊第三者の精子、卵子などを用いた生殖補助医療・保険診療を実施していない医療機関での治療は対象外。

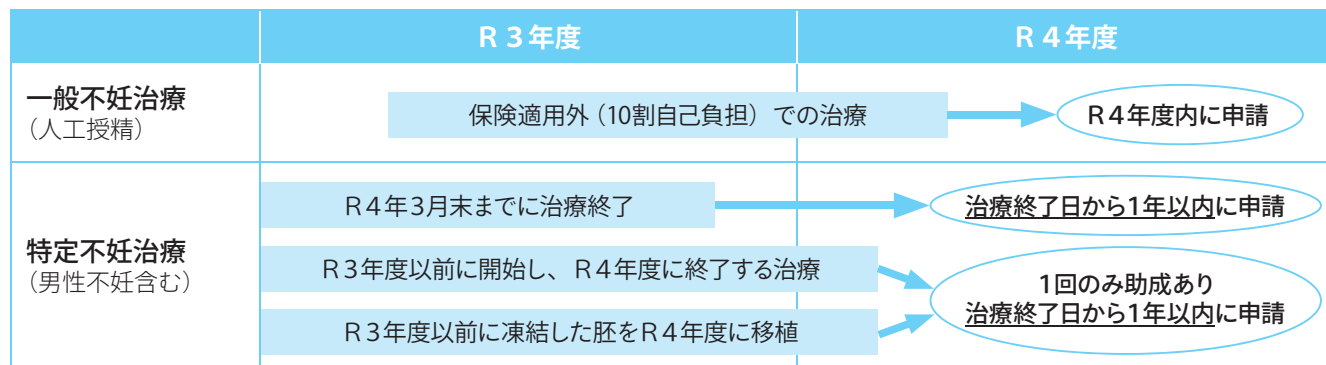
助成の内容

- ▼ 医療機関の窓口で一度医療費を支払い、後日申請する償還払い
- ▼ 不妊治療費の自己負担分（＊）から高額療養費・付加給付金などを除いた額の2分の1
- ▼ 夫婦1組の1年度当たりの助成額は30万円

【新制度】 R4年度から開始した不妊治療は、R4年度からの市助成制度を適用



【経過措置】 R3年度からR4年度で年度をまたいだ治療は、R3年度までの市助成制度を適用



- ▼ 助成年度・回数の制限なし
- ＊自己負担分Ⅱ保険適用3割負担分、保険適用の回数制限を超えた10割負担、先進医療10割負担

申請に必要なもの

- ▼ 不妊治療費助成金交付申請書兼請求書
- ▼ 「一般不妊治療受診等証明書」または「生殖補助医療受診等証明書」
- ▼ 夫と妻の「戸籍謄本」または「戸籍全部事項証明書」
- ▼ 不妊治療に係る医療費の領収書原本
- ▼ 同意書
- ▼ 高額療養費・付加給付金・他法公費負担などの給付がある場合はそれぞれの決定通知書
- ▼ 事実婚姻関係に関する申立書（事実婚姻関係のときのみ）
- ▼ 印鑑
- ▼ 振込先の通帳

申請期間

治療終了日の翌日から起算して1年以内

新規 子宮頸がんワクチン 任意予防接種費用助成

市では、HPV（ヒトパピローマウイルス）ワクチン（子宮頸がんワクチン）の積極的勧奨の差し控えにより、定期予防接種の機会を逃した対象者のうち、任意予防接種を受けた人に対し、接種費用の一部を助成します。この助成を受ける場合は、申請が必要です。

対象者

定期予防接種の機会を逃した「平成9年4

- 月2日から平成17年4月1日までの間に生まれた女子」で「定期接種の対象年齢を過ぎてからHPVワクチンの任意予防接種を受けた人」のうち、次の**全ての要件**に該当する人
- ① 令和4年4月1日時点で牧之原市民である
 - ② 16歳となる日の属する年度の末日までに、HPVワクチンの3回の定期接種を完了していない
 - ③ 17歳となる日の属する年度の初日から令和3年度の末日までに、日本国内の医療機関で「組換え沈降2価HPVワクチン」または「組換え沈降4価HPVワクチン」の任意接種を受け、実費を負担した
 - ④ 助成を受けようとする接種回数分についてキャッチアップ接種を受けていない

申請方法

必要書類を添えて、健康推進課（さざんか内）に申請してください。

申請に必要なもの

- ① HPV感染症に係る任意予防接種費償還金申請書兼請求書（様式第1号）
 - ② 接種費用が確認できる領収書
 - ③ 接種記録が確認できる母子健康手帳、予防接種済証または接種済みの記載がある予防票など（写し）
 - ④ 振込先口座の通帳
 - ⑤ 印鑑（シャチハタは不可）
- ＊③が用意できない場合は、「HPV感染症に係る任意予防接種費償還金申請用証明書（様式第2号）」を提出してください。

申請期限

令和7年3月31日

追加

多胎妊娠健康診査

単胎妊娠よりも負担の大きい多胎妊娠（双子以上）の妊婦がより安全に健康な赤ちゃんを産むための支援として、本年度からスタートしました。

対象者

牧之原市に住所がある、多胎妊娠（双子以上）と診断された妊婦

受診券の交付

母子健康手帳交付時に、妊婦健康診査票（14回分）と一緒に発行（5回分）

受診方法

多胎妊婦健康診査票（受診票）を医療機関へ提出

健診回数

妊婦健康診査を14回全て受診した後、追加で5回を限度として受診

県外里帰りをする場合

多胎妊婦健康診査票は使えません。里帰りの1カ月前に健康推進課に申請をしてください。受診時は実費を医療機関へ支払い、後日償還払いとなります。詳しくはお問い合わせください。

新規

妊産婦特定疾患 医療費助成

妊娠により起こりやすい、次の病気についても医療費の助成を開始しました。詳しい内容は、広報まきの6月号の21ページに掲載しています。

対象となる疾病

- ▼ 妊娠高血圧症候群
- ▼ 妊娠に起因する糖尿病・貧血
- ▼ 切迫流産（流産に係る手術費用を除く）
- ▼ 切迫早産



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。秘密は厳守されますので、ひとりで解決しようとせず、まずは各種無料相談窓口にご相談してみたいはいかがでしょうか。

新型コロナウイルス感染症対策のため、マスクの着用と体温測定の実施にご理解、ご協力をお願いします。お出かけ前に、ご自宅で体温を測定し、37.5℃以上ある場合のほか、咳症状や倦怠感などがある場合は、相談を見合わせてください。

8月の相談



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 9:00～12:00
13:00～16:00
会場 市民相談センター
☎市民相談センター ☎030088

消費生活相談

契約トラブルや多重債務、通販、インターネット関連など、消費や契約に係る相談を受け付けます。
期日 月曜日～金曜日
時間 9:00～12:00
13:00～16:00
会場 市民相談センター
☎市民相談センター ☎030088

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分に対応します。
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 8月3日(木)・17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 ☎030088

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。司法書士が対応します。事前予約可。

期日 8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 ☎030088

暮らしなんでも無料相談

日常生活でのトラブルや悩みごと、困ったことなどの相談を受け付けています。

期日 月曜日～金曜日
時間 9:00～17:00
☎ライフサポートセンターしずおか
しだはい事務所 ☎054(646)6055

女性相談

女性の抱えるさまざまな悩みを、女性相談員と一緒に考え、解決の糸口を探すお手伝いを電話や面接にて対応します。

期日 月曜日～金曜日
時間 9:15～16:00
会場 さざんか
☎家庭児童相談室 ☎030083

税の無料相談

税に関するあらゆる相談に無料で応じます。事前予約が必要です。

期日 8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 ☎054706575

行政相談

行政相談委員が、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 8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 ☎030088

介護相談

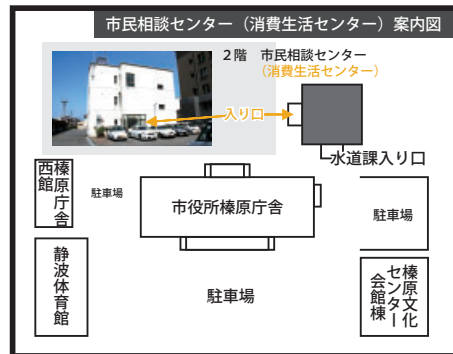
介護する人たちを支えるため、相談・支援体制を整えています。

期日 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 さざんか
☎長寿介護課 ☎030076

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 8月19日(金)
時間 13:30～16:00
会場 さざんか
☎地域包括支援センターオリーブ ☎028822



*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

／ たくさんのご協力ありがとうございます！ ／

図書館雑誌スポンサー制度をご紹介します

「図書館雑誌スポンサー制度」は、図書館が購入する雑誌リストから選んだ雑誌の購読料を負担することで、そのスポンサー名が雑誌カバーに広告掲載されるしくみです。

7月1日現在、市内外の企業や事業主、団体など延べ**34団体**がスポンサーとなり、さまざまなジャンルの雑誌**60タイトル**を提供しています。

図書館には毎日、幅広い世代のたくさんの人が市内外から訪れています(本年5月末現在の来館者累計は14万2,360人)。雑誌スポンサーとなって、身近な社会貢献を始めてみませんか。「会社のイメージアップにつなげたい」「広報として活用したい」などをお考えの企業・団体・個人の皆さま、ご応募をお待ちしています。

問い合わせ 社会教育課 元木香代 ☎037007

◆協賛企業等一覧(敬称略、順不同)

(7月1日現在)

榛原図書館			
タイトル	スポンサー名	タイトル	スポンサー名
この本読んで!	KiddyCAT 英語教室 グリーンフィールド牧之原教室	ESSE	藤浦工業株式会社
歴史人	大洋電設株式会社	モーターサイクリスト	株式会社鈴木建
オレンジページ	藤浦工業株式会社	クーヨン	多目的スペース 凜・百花春
きょうの料理	岩堀電設株式会社	こどものとも年中向き	まきのはらし図書館友の会
サライ	大洋電設株式会社	3分クッキング	有限会社リアス
男の隠れ家	株式会社鈴木建	ランナース	株式会社オールビーズ 静岡事業所

図書交流館 いこっと			
タイトル	スポンサー名	タイトル	スポンサー名
歴史街道	株式会社鈴木建	Hanako	勝間田開拓茶農業協同組合
日経マネー	株式会社植田木工所	VIVI	中部電力株式会社浜岡地域事務所
ナショナルジオグラフィック	中部電力株式会社浜岡地域事務所	mina	有限会社原崎工務店
SUMAI no SEKKEI	東洋電設株式会社	月刊自家用車	株式会社榛南自動車学校
LIVES	岩堀電設株式会社	すてきにハンドメイド	株式会社鈴木建
すみごち(Lives 別冊)	株式会社建築工房相良	趣味の園芸	大石電設株式会社
住む。	株式会社鈴木建	野菜だより	株式会社鈴木建
Casa BRUTUS	テラスレーザー株式会社	kodomoe	やすらぎ工房
3分クッキング	有限会社リアス	クーヨン	多目的スペース 凜・百花春
からだにいいこと	中部電力株式会社浜岡地域事務所	たまごクラブ	中部電力株式会社浜岡地域事務所
きょうの料理ビギナース	ペンションむぎわらぼうし	AERA with kids	島田掛川信用金庫
レタスクラブ	エルアンドビー総合保険株式会社	ビッグサイエンス	株式会社鈴木建
dancyu	光誠工業株式会社	月刊 News がわかる	株式会社鈴木建
ランドネ	勝間田開拓茶農業協同組合	鉄おも!	株式会社神谷鐵工所
スポーツグラフィックナンバー	中部電力株式会社浜岡地域事務所	こどものとも	株式会社小栗農園
ベースボールマガジン	株式会社鈴木建	かがくのとも	まきのはらし図書館友の会
月刊ゴルフダイジェスト	有限会社光屋	ニコプチ	やすらぎ工房
SURFIN' LIFE	株式会社鈴木建	ダ・ヴィンチ	三栄メカテック株式会社
ことりっぴマガジン	島田掛川信用金庫	こどものとも012	やすらぎ工房
散歩の達人	有限会社ささ屋	プレジデント	西原塾
CAR and DRIVER	株式会社鈴木建	壮快	株式会社太平薬局
ロケーションジャパン	株式会社鈴木建	子供の科学	株式会社エノテック
Mono Max	増田工業株式会社	ランナース	株式会社オールビーズ 静岡事業所
BRUTUS	株式会社鈴木建	天然生活	勝間田開拓茶農業協同組合
LEE	株式会社建築工房相良	BE-PAL	静波リゾート開発株式会社
暮らしの手帖	株式会社三浦石油		

*広告を載せている最新号の雑誌は貸出ができません。バックナンバーは、本と合わせて7冊まで貸出ができます。

防災

令和4年度の実施日は9月4日
牧之原市総合防災訓練を実施します

問い合わせ 危機管理課 増田真也 ☎(23) 0056

本年の総合防災訓練は、静岡県・島田市・牧之原市・吉田町・川根本町の共催での実施となります。午前8時の訓練開始のサイレンを合図に、市内各会場にて関係機関が連携した訓練や防災展示などを実施します。約10年に1度の合同訓練となりますので、この機会にお近くの訓練会場にて見学をお願いします。

サイレンの吹鳴をします
地震発生や津波襲来を想定した同報無線のサイレン吹鳴を計画しています。

市内訓練会場と主な訓練内容

▼静波体育館（遺体安置所訓練）
▼静波グラウンド（道路啓開訓練、防災展示ほか）
▼地頭方港（水上バイク訓練ほか）
▼相良総合センターいへら（災害ボランティアセンター訓練）
▼相良B&G海洋センター（物資拠点運営訓練）
▼御前崎中学校（避難所・救護所訓練）

地域の訓練に参加しましょう

訓練を通じて「自らの命は自ら守る（自助）。自らの地域は皆で守る（共助）」という防災意識を持ち、災害時の対応能力を高めるために、訓練を実施しましょう。

総合防災訓練 9月4日 午前8時訓練開始

●訓練事前広報 9月3日

午後7時30分 同報無線(*)で訓練事前広報

●訓練実施日 9月4日

午前6時50分	同報無線(*)で訓練実施(中止)のお知らせ
午前8時	訓練地震発生・訓練開始「サイレン1分間吹鳴」
午前8時5分ごろ	訓練大津波警報 同報無線(*)で訓練警報発表のお知らせ
正午ごろ	同報無線(*)で訓練終了のお知らせ

*同時に「まきのほらTeaメール」および「市LINE公式アカウント」でも配信

情報

令和3年度の運用状況をお知らせします
情報公開制度・個人情報保護制度について

問い合わせ 総務課 八木裕介 ☎(23) 0050

情報公開制度

市民の皆さんの市政についての「知る権利」を尊重し、市が保有する情報を公開する制度です。この制度により、市政の公正な執行と市民の皆さんの市政への信頼を確保し、市民参加による開かれた市政を推進することを目的としています。

個人情報保護制度

市民の皆さんの個人情報を適正に管理し、市政の適正かつ円滑な運営を図るとともに、個人の権利利益を保護することを目的とする制度です。この制度により、市民の皆さんに信頼される市政を実現することを目的としています。

個人情報の取り扱いや管理

市では、さまざまな事務の執行に当たり取り扱う個人情報を「個人情報取扱事務登録簿」に登録するとともに、適正な管理を行っています。この登録簿は、情報公開コーナー（榛原庁舎2階市民ラウンジ、相良庁舎1階ロビー）で誰でも見ることが出来ます。

●牧之原市個人情報保護条例に基づく実施状況（令和3年度）

開示請求延べ人数	9人	
実人数	8人	
開示請求件数	9件	
開示・非開示 決定件数	全部開示	5件
	部分開示	4件
	非開示	0件

●牧之原市情報公開条例に基づく実施状況（令和3年度）

開示請求延べ人数	27人	
実人数	22人	
開示請求件数	28件	
開示・非開示 決定件数	全部開示	20件
	部分開示	7 件
	非開示	1 件

健康

新型コロナワクチンに関するお知らせ
新型コロナワクチン4回目接種を実施しています

追加接種（4回目接種）の概要

■対象者

3回目接種の完了から5か月以上が経過した以下の人

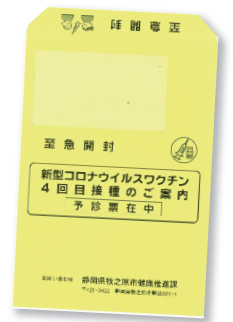
A 60歳以上の人

B 18歳以上59歳以下の方のうち、基礎疾患を有する人や、新型コロナウイルス感染症にかかった場合の重症化リスクが高いと医師が認める人（以下「基礎疾患を有する人」）

*詳細は広報まきのほら6月号18ページ、市ホームページをご覧ください。



◀市ホームページ



■接種場所

▶個別接種会場＝市内医療機関（ファイザー社製ワクチンを使用）

▶集団接種会場＝静波体育館（モデルナ社製ワクチンを使用）

■接種券の発送

接種券などが入った封筒▶

A 60歳以上の人＝接種券は3回目の接種日から5か月経過する時期に

順次発送しています。接種券が届き次第、予約可能です。

B 基礎疾患を有する人＝接種申込があった人に、3回目の接種日に応じて順次発送しています。接種券が届き次第、予約可能です。

*黄色い封筒がお手元に届きましたら、速やかに開封し中身の確認をお願いします。

■基礎疾患を有する人の接種申し込み

基礎疾患を有する人で、接種を希望する人は申込手续が必要です。

申込完了後、接種券が届き次第、予約が可能になります。

[申込方法]

▶WEB（24時間対応）「LOGOフォーム」から申し込んでください。

▶電話（平日 午前8時15分～午後5時）

牧之原市新型コロナワクチン予約相談センター

☎050-5210-8729



LOGOフォーム

■接種券が届いた人の予約方法

[Web予約] 新型コロナワクチン接種予約サイト(24時間受付)

<https://vaccines.sciseed.jp/makinohara>

*市LINE公式アカウントからもアクセスできます。

[電話予約] 牧之原市新型コロナワクチン予約相談センター

☎050-5210-8729（平日 午前8時15分～午後5時）

*つながりにくい時は、時間や日を改めておかけ直してください。



予約サイト

■3回目接種を終えてから牧之原市に転入してきた人の申請方法

前住所で交付された接種券は使えません。また過去の接種履歴は本市にないため、接種希望の人は、健康推進課窓口での申請手続きが必要です(接種券は申請がないと送付されません)。

[申請に必要な書類]

▶接種券発行申請書

▶以下のいずれかの書類の写し（ない人はマイナンバーカードを持参してください）

新型コロナワクチン接種済み証／接種記録書／接種証明書（ワクチンパスポート）／

転入前の自治体で発行された接種券

■新型コロナワクチン接種（1～4回目接種）が受けられる期間

現時点では9月30日迄までとされています。希望する人は早めの接種をお願いします。

問い合わせ 健康推進課 ☎(23) 0024

大会

将棋の魅力をもっと知ってほしい
牧之原市将棋交流大会を開催します

問い合わせ 社会教育課 長谷川倫和 ☎(53) 2646

「お〜いお茶杯 第63期王位戦」の第6局が、9月に平田寺（大江区）で行われます。

この機会に、市内外の子もまたちや市民の皆さんに将棋の魅力をもちと知ってもらうため、「子ども将棋大会」と「プロ・女流棋士による指導対局」を開催します。

スケジュール

8月28日 午前8時30分開会

【第1部】▼杏林堂杯 子ども将棋大会（予選） 午前9時～正午

【第2部】▼杏林堂杯 子ども将棋大会（決勝） 午後1時～午後4時

▼指導対局（子どもの部）①午後1時～午後2時 ②午後3時～午後4時
▼指導対局（大人の部）午後2時～午後3時

【表彰式】 午後4時30分終了

会場

相良総合センターいへら

開催方式など

【杏林堂杯子ども将棋大会】

小学生の部16人、中学生の部16人で行います。午前の予選リーグで2勝以上した人が、午後の決勝

トーナメントに進出し、1位から3位までを決定します（3位決定戦あり）。総平手戦で、対局ルールは日本将棋連盟の規定に従うものとします。

【指導対局（最大5面指し）】子どもは、予選リーグおよび決勝トーナメントの敗者を対象とします。大人は、市内在住者のみ（10人限定・要申込）とします。

子どもは、予選リーグおよび決勝トーナメントの敗者を対象とします。大人は、市内在住者のみ（10人限定・要申込）とします。

市ホームページ内の申込フォームから申し込むか、官製ハガキに必要事項（住所・氏名・学年（大人は生年月日）・連絡先電話番号・棋力）を記入の上、事務局に郵送してください。

申込方法



市ホームページ

なお、申込多数の場合は抽選となりますので、ご了承ください。

【郵送先】

〒421-0592

牧之原市相良275番地

牧之原市役所 社会教育課 宛

申込期間

7月19日～8月17日

募集

組合立静岡岡中部看護専門学校
オープンキャンパス・学校説明会の参加者募集

問い合わせ 中部看護専門学校 ☎054(629) 4311

オープンキャンパス

対象 看護師を目指す高校生または高校既卒者（保護者同伴可）

日時 ①8月19日 午後1時30分～午後4時 ②8月20日 午前9時～午前11時30分 ③8月20日 午後1時30分～午後4時

*開始30分前から受け付け

内容 校内見学、模擬授業、看護技術見学・体験、卒業生体験談、在校生との懇談、個別相談など
持ち物 スリッパ、靴入れなど
定員 各日50人（申込順）

学校見学会

対象 中学生以上（保護者同伴可）

日時 ①8月4日 午前9時～午前10時30分 ②9月7日 午後5時～午後6時30分 ③9月12日 午後5時～午後6時30分 ④11月17日 午後5時～午後6時30分

*開始10分前から受け付け

内容 学校説明、受験案内、校内見学、個別相談など
持ち物 スリッパ、靴入れなど
定員 各回25人（申込順）



▲過去の様子



学校ホームページ

商工

牧之原市シルバー人材センター
会員になって働いてみませんか

問い合わせ 商工観光課 戸塚ひかり ☎(53) 2647

あなたにやれる・できる仕事をしませんか

あなたにやれる・できる仕事をしませんか

入会条件
60歳以上で、センターの趣旨に賛同する人

主な仕事内容

家事援助、施設の補助作業（洗濯、掃除、受付、管理、運転業務、事業所・工場などの軽作業、除草、空き家・空地管理 など）

入会などの問い合わせ

牧之原市シルバー人材センター
小俣 ☎(52) 5080



市役所庁舎に門松寄贈



奉仕活動

相談

危険！ ネットの「もっかる」話
ひとりで悩まず相談してください

問い合わせ 市民相談センター 杉山通明 ☎(23) 0088

ネットやSNSの広告で「相談に乗るだけで報酬がもらえる」など、簡単にお金を稼げる副業をうたった、利益誘引型の詐欺に関する相談が寄せられています。

事例1

SNSで「誰でも簡単に月20万～30万円稼げる」というFXの情報、報商材の広告を見た。無料セミナーに行くところ、今日しか契約できない」と言われたので、110万円をクレジットカードで決済した。SNSで教材が配信され動画で受講するシステムだが、内容が一般的で価値を見いだせない。

事例2

ネットで「相談に乗るだけで相手から報酬がもらえる」というサイトに登録し、相談を受けた。報酬を受け取る際、サイトから「個人情報開示のため」として4万円を請求され、クレジットカードで決済したが、必要な費用として更に7万円を請求された。やり取りをするたびに金銭を請求される。もうやり取りと支払いをやめたい。

トラブルにあわないために

■副業や情報商材は契約前に中身を確かめることができません。購入したらあまり価値のない情報だったという場合もあるため、少しでも怪しいと思ったら事業者と連絡しないでください。

■「広告の内容や説明と話が違ふ」と思ったら、契約をきっぱり断りましょう。

■事業者から値引きを提案されたり、「今日だけ」などと限定であることを強調して勧誘されたりしても、クレジットカードの高額決済や借金をしてまで契約しないでください。

■利益誘引型の副業サイトは、登録時は無料であっても、登録後に手続き費用などとして高額な請求を受けることがあるので、安易に登録しないようにしましょう。

また、やり取りをしている相手は「サクラ」である場合があります。相手の言葉をうのみにせず、冷静に判断しましょう。

相談員が解決の方法と一緒に考えます。ひとりで悩まずに相談してください。



ホワイトボードを使って解説する住田さん

老後の人生、生き活きと！

■住田裕子と未来を描こう！おすすめ講演会

6月25日、相良総合センターい〜らで「住田裕子と未来を描こう！おすすめ講演会」が開催され、市民や関係者など約260人が参加しました。

弁護士のほか、NPO法人長寿安心会の代表として、安全安心な長寿社会づくりのために活躍している住田さんは、「健康寿命を伸ばすための3つの『キン』」などの具体例を示しながら、「新しいネットワークづくり、謙虚なコミュニケーションがセカンドライフの充実につながる」とアドバイスしました。

スマホで暮らしをより豊かに

■スマホ講座

市では6月から来年2月までの予定で、スマートフォン（スマホ）をもっと使いこなしたい人を対象に、カタショー・ワンラボ（旧片浜小学校）で「スマホ講座」を開催しています。

この講座は、入門編から応用編まで4段階にレベル分けされており、学びたい内容に合わせて受講することができます。6月30日に開催された「基礎編」では、13人の受講者が写真の撮り方、Wi-Fiへのつながり方、アプリのダウンロード方法などを実践しながら学びました。



講師からカメラの操作方法を教わる受講者

花火シーズン前の安全指導

■花火教室

6月21日、坂部保育園の3～5歳児50人を対象に、花火教室が行われました。

この教室は、各家庭で安全に楽しく花火ができるようにと、消防署員などが講師となって毎年行われています。園児らは「正しい花火の持ち方」「大人と一緒に花火をすること」「燃えやすいものや人に花火を向けない」などの注意点を教室で学んだ後、園庭で実際に手持ち花火を使い、正しい遊び方を学びました。参加した園児は「怖がらずに花火ができた」と楽しそうに話しました。



消防署員の指導を受けながら花火を楽しむ園児

牧之原市中小企業者等のデジタル化推進に関する連携協定 締結



協定書を手にする3者の代表者

3者が連携してデジタル化を加速

■中小企業者等のデジタル化推進に関する連携協定を締結

市商工会、島田掛川信用金庫と本市は6月22日、市内の中小企業者などのデジタル化推進に関する連携協定を締結しました。

3者は今後、それぞれの強みを活かしながら、中小事業などのDX（デジタルトランスフォーメーション）推進に関する現状把握や課題収集、体制づくりの支援などを進めます。

杉本市長は「この協定は市全体のデジタル化の底上げを目指すもの。多くの課題の解決や発展につながることを期待している」と話しました。

広報担当がどこにでも取材に行きます。
あなたの身近にある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。

情報交流課 ☎030040 ✉seisaku@city.makinohara.shizuoka.jp

ズームイン！
カシャ！！



新しい学校づくりについて議論を深めるパネリストの皆さん

全国の舞台でのリベンジを誓う

■野球の全国大会出場選手が市長を表敬訪問

女子学童軟式野球の県予選大会で優勝し、全国大会出場を2年連続で果たしたメンバーが6月20日、杉本市長を表敬訪問しました。

この日市長のもとを訪れたのは、鈴木惺羅さん（牧之原小6年）と、野村蒼空さん（川崎小6年）・藍依さん（同3年）姉妹の3人です。

3人が「今年は優勝できるようがんばりたい」と抱負を語ると、杉本市長は「本番に向けてしっかり練習して、ケガのないように、万全のコンディションで臨んでください」と激励しました。



写真左から、野村蒼空さん、藍依さん、杉本市長、鈴木さん

ミライの子どもたちのために

■新しい学校づくりシンポジウム

相良総合センターい〜らで6月11日、「新しい学校づくりシンポジウム」が開催され、市民ら約270人が聴講しました。

2030（令和12）年を目途に市内小中学校を再編し、2校の義務教育学校をつくる計画について市から情報提供が行われた後、千葉工業大学の倉斗綾子准教授が、全国の小中一貫教育の事例紹介などを交えて基調講演を行いました。

第2部のパネルディスカッションでは、倉斗准教授のほか、橋本勝教育長や市内在住教員の田平博道さん、保護者の渡辺彩子さんがパネリストとして登壇。静岡大学教育学部の島田桂吾准教授の進行のもと、それぞれの立場からの意見や疑問点などを述べ、議論を深めました。



しょうゆの味の違いを確かめる児童

しょうゆの秘密をみんなで学ぶ

■しょうゆ博士による出前講座

6月9日・10日の2日間、牧之原小学校4～6年生（96人）を対象に、「しょうゆ博士による出前講座」が開催されました。

この講座では、歴史ある調味料であるしょうゆについて知ってもらおうと、日本醤油協会の西條喬さんが「しょうゆ博士」となってしょうゆの秘密などについて話し、児童たちは実際に諸味や搾りかすを食べて味の違いを楽しみました。西條先生は、「伝統的な和食文化を担うしょうゆを、大切に味わっていただきたい」と話しました。

8月の大人の健診・相談

項目	期日	時間	会場	問い合わせ・申し込み
国保特定健診・長寿健診 (オプション検査あり)	17日 ☾	12:45～14:00	牧之原区民センター	国保年金課 ☎️📞0023 オプション検査料金(税別) 尿酸検査：100円、前立腺がん検査：1,600円 心電図：1,500円、貧血検査：200円
	30日 ☾		さざんか	
	31日 ☾		さざんか	
胃がん・大腸がん・肺がん検診 前立腺がん検査 肝炎ウイルス検査 ペプシノゲン検査 喀痰検査 (オプション検査あり)	3日 ☾ 、15日 🗓 22日 🗓	8:15～11:00	相良保健センター	健康推進課 ☎️📞0024 胃がん検診：1,900円 大腸がん検診：1,000円 肺がん検診：無料
	4日 ☾		萩間公民館	
	5日 🗓 、16日 ☾		細江コミュニティセンター	
	8日 🗓		さざんか	
	9日 ☾		坂部区民センター	
	10日 ☾		勝間田会館	
	17日 ☾		ジープ	
	18日 ☾		牧之原コミュニティセンター	
結核・肺がん検診 大腸がん検診	5日 🗓	12:30～14:00	寄子公民館	
	10日 ☾		朝生公民館	
	15日 🗓		女神公民館	
	17日 ☾		落居公民館	
総合健康相談(心や健康のこと) もの忘れ相談	随時 ※要予約	9:00～11:00	相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎️📞0024
			さざんか	
体組成測定会	2日 ☾	9:30～11:00	相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎️📞0024
こころとねむりの相談会	随時 ※要予約	—	さざんか	予約制 健康推進課 ☎️📞0024

Message 日差しが厳しい季節になりましたね。
お知らせ 熱中症予防のために、こまめに水分補給をしましょう！

8月の子どもの相談・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 (妊婦健康相談)	1日 🗓 、8日 🗓 15日 🗓 、22日 🗓 29日 🗓	9:00～11:00	さ	妊婦	妊娠届出書、個人番号カード または通知カード 都合がつかない人は連絡してください	健
赤ちゃん相談	17日 ☾	9:00～10:30	さ	生後2カ月～7カ月未満	母子健康手帳、アンケート	健
7か月児健康相談	19日 🗓	9:00～9:30	さ	令和4年1月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳児健康相談	10日 ☾	9:00～9:30	さ	令和3年8月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳6か月児健診(満年齢)	4日 ☾	12:50～13:30	さ	令和3年1月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	22日 🗓	12:50～13:30	さ	令和2年7月、8月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	26日 🗓	12:50～13:30	相	令和元年6月、7月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
予防接種説明会	3日 ☾	10:00集合	さ	令和4年6月生まれ	母子健康手帳 出生時の配布資料	健
まきひよクラブ(要予約)	24日 ☾	9:30～12:00	さ	産婦(産後12カ月まで)	母子健康手帳	健
離乳食教室(要予約)	17日 ☾	9:50集合	さ	令和4年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	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	こ
ブックスタート(要予約)	18日 ☾	13:30～14:30	子相	令和4年4月生まれ	母子健康手帳、バスタオル、 参加費：100円(本代)	子様

*1歳6か月健康診査および3歳児健康診査は、対象年齢に達してから受診してください。
*新型コロナウイルス感染症の状況によって、延期する場合があります。その際は「まきはぐメール」でお知らせします。

会場／☎️：健康福祉センターさざんか ☎️：相良総合センターい〜ら ☎️：相良保健センター ☎️☎️：相良B＆G海洋センター
☎️☎️：子育て支援センター榛原（さざんか） ☎️☎️：子育て支援センター相良（い〜ら） ☎️：榛原文化センター
問い合わせ／健：健康推進課 ☎️📞0024 こ：こどもセンター ☎️📞0083 子様：子育て支援センター榛原 ☎️📞0174
社：社会福祉協議会 ☎️📞3500

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 月～金曜日 午後7時30分～午後10時（年中無休）
*土・日曜日は翌日午前7時まで。
▶診療科目 〔月～金〕内科・小児科 〔土・日〕内科・小児科（8月6日🗓、14日🗓、20日🗓、28日🗓の午後10時～翌日午前7時までは小児科のみ）
▶持ち物 保険証、各受給者証、服用中の薬 ▶問い合わせ ☎️054 (644) 0099

8月の休日当番医

診療時間 午前9時～午後5時
*都合により、休日当番医が変更となる場合があります。榛原医師会のホームページからも情報の確認ができます。
*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。 ☎️📞1131

期日	開業医（榛南西部地区）	開業医（榛南東部地区）
7日 🗓	サガラ眼科 ☎️📞2222	こどもクリニックおおかわ小児科 ☎️📞6789
11日 ☾	御前崎市家庭医療センターしろわクリニック ☎️📞3211	藤本クリニック ☎️📞1200
14日 🗓	酒井内科医院 ☎️📞1100	三輪クリニック ☎️📞7300
21日 🗓	渥美医院 ☎️📞0583	玉井整形外科医院 ☎️📞6667
28日 🗓	廣瀬医院 ☎️📞0006	千内科クリニック ☎️📞1001

元気に
いかであ！
NO. 159

乳幼児の睡眠時間について
今回は、乳幼児の活動時間と睡眠時間、良い眠りの秘訣について紹介します。
●活動時間と睡眠時間
左の表は、月齢別の活動時間（続けて起きていられる時間）と睡眠時間を表したものです。

月齢	活動時間の目安	ベストな睡眠時間
0～1カ月	～40分	14～17時間
1～2カ月	40分～1時間	
2～3カ月	1時間～1時間20分	
4～5カ月	1時間20分～1時間半	12～15時間
6～8カ月	2時間～2時間半	
9カ月	2時間半～3時間	
10～1歳2カ月	3時間半～4時間	11～14時間
1歳3カ月～1歳半	4時間～6時間	
1歳半～3歳	6時間	
4～5歳	5時間～12時間	10～13時間

*成長スピードや活動量によって異なります

●良い眠りの秘訣とは
①朝日を浴びる
生後3カ月から、睡眠ホルモンのメラトニンを合成できるようになります。日光を浴びることが体内時計の確立を助けてくれます。朝7～8時に朝日を浴びる習慣をつけるのがおすすめです。
②寝る前の光刺激を避ける
テレビなどの使用は就寝2時間前までが理想的です。ブルーライトは脳を活動状態にさせるため、体内時計の乱れや自律神経の乱れにつながります。
③寝る前の食事は控える
就寝前に食事をとると、消化を優先して睡眠の質を下げる可能性があります。
④眠くなったサインをキャッチ
「あくび、ぐずる、目をこする」は、すでに疲れ過ぎているサインです。こうなる前に寝かしつけることができますと良い睡眠につながります。
この他にもいくつか秘訣があります。子育てについて相談がある場合は、赤ちゃん相談や各相談会、電話などでご相談ください。
健康推進課 山本杏里紗

集まれ！まきのはらKIDS

Kids

人のうごき（牧之原市の人口） POPULATION

■人口 43,669人（前月比+36人）
（内外国人 2,095人）
男性 21,717人 女性 21,952人
出生 21人 死亡 41人
転入 176人 転出 118人
そのほか - 2人
■世帯数 17,102世帯（前月比+48世帯）
令和4年6月30日現在（住民基本台帳人口）

*「そのほか」とは、転出を取りやめた人や、外国人で在留期限が切れたため住民票が削除された人などを数えています。

忘れないで（税の納付期限など） TAX etc

8月の納期一覧
市県民税 第2期 8月31日☎
国民健康保険税 第2期 8月31日☎
後期高齢者医療保険料 第1期 8月31日☎
介護保険料(65歳以上) 第3期 8月31日☎
水道料 6・7月分 8月31日☎
保育料 8月分 8月31日☎
市営住宅使用料 8月分 8月31日☎

トップページ（表紙のお話） TOP PAGE



相良小学校6年生83人が6月13日、相良海岸で塩づくり体験をしました。児童はまず、市生涯学習ボランティア団体「スマイル」の皆さんから塩づくりの歴史や作業手順について学びました。その後、「マンガ」や「モッコウ」など昔ながらの道具を使い、塩ができるまでの一連の作業に汗を流しました。

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 情報交流課
☎③0040 Email:seisaku@city.makinohara.shizuoka.jp

にしい さくら
西井 桜ちゃん(3歳)
平成30年8月2日生(白井)

コーンが大好き！ダンゴ虫も大好き！これからもお兄ちゃんと一緒に元気に育ってね！

いけだ しずね
池田 雫音ちゃん(1歳)
令和3年3月27日生(細江)

お姉ちゃんが大好きなしーちゃん！いつもみんなを笑顔にしてくれてありがとう！



やました あきら
山下 瑛くん(0歳)
令和3年10月30日生(細江)

いつもみんなに元気をくれるあっきー！これからも楽しく元気に育ってください！



いしだ なな
石田 虹七ちゃん(1歳)
令和2年7月19日生(静波)

いつもにこにこおてんばガール♡食いしん坊で甘えん坊さん！元気に大きくなってね♡

元気なKIDS募集中

10・11・12月号に掲載希望のキッズを受け付けます。
申込時間を守って、電話で申し込んでください。

申込日時 9月1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 情報交流課 ☎③0040

マキココ
マキノハラコドモコンダナビ



フェイスブック

子育て世代に
役立つ情報
発信中！



インスタグラム

図書館へ行こうよ

Library Information

問い合わせ 社会教育課図書係 元木香代 ☎③7007 ☎③7008
✉tosyo@city.makinohara.shizuoka.jp

牧之原市にゆかりのある作家の本の特集展示を開催中！

牧之原市出身の紀行作家・飯田辰彦さん、漫画家・杏崎もりかさん、桑田晃宏さんから、それぞれの自著やサインなどをたくさんいただきました。これに伴い、牧之原市にゆかりのあるさまざまな分野の作家の皆さんの作品の特集展示を開催し、市民の皆さまにご紹介します。

展示期間 8月18日☎ まで
展示会場 図書交流館、榛原図書館

*展示している本の中には、貸出できないものもあります。
詳細は展示コーナーに掲示しています。



◀杏崎もりかさんのサイン

桑田晃宏さんのサイン▼

◀展示の様子



新着本紹介

干しいも事典

いも類振興会／編著
いも類振興会
図書交流館、榛原図書館所蔵

干しいものさまざまな項目について体系的にわかりやすく書かれています。わが国初の干しいもに関する本格的な事典。



考えて鍛える 筋トレ図鑑 自重トレーニングで10歳若い体を手に入れる

比嘉一雄／著 技術評論社
榛原図書館所蔵

生活の質を向上するためには筋トレが有効なことはよく知られています。筋トレ図鑑は筋肉の構造を3DCGイラストで示し、どのトレーニングがどの筋肉に効くか一目でわかるため、効果的に筋肉量がアップ。



メイクがなんとなく変なので 友達美容部員にコツを全部聞いてみた

吉川景都、BAパンダ／著
ダイヤモンド社
図書交流館所蔵

「なんとなくメイク」しているあなたへ。マンガだからテクニックが一目瞭然！「メイクの大事なコツ」だけが全部わかる。



US-2 救難飛行艇開発物語 (1巻～4巻)

月島冬二／著 小学館
図書交流館所蔵

本邦初公開。超高性能航空機開発コミック！日本の航空機開発の行く末を占う壮大なビッグプロジェクトを、海上自衛隊と開発製造関連企業より全面協力を得、圧倒的リアリティで描く。



哲学人生問答

岸見一郎／著 講談社
榛原図書館所蔵

「自分が好きではなく、自信もありません」…そんな人はどうすればいいのか。人生について切実な41の質問に、心理学にも通じた哲学者が明確な答えを出す。高校生と哲学者の本気の人生問答が、老若男女の胸を打つ。



図書館HP

他にもたくさんの新着本があります。詳しくはホームページの「あたらしく入った本」を確認してください。

ひまわり号巡回日程 8月

巡回コースの詳細は、図書館ホームページをご覧ください。

[1コース] 8月2日☎
[2コース] 8月3日☎
[3コース] 8月9日☎
[4コース] 8月10日☎
[5コース] 8月23日☎
[6コース] 8月24日☎
[7コース] 8月30日☎
[8コース] 8月31日☎



募集

「はたちの集い」の実行
委員を募集しています

9月ごろから月1、2回程度の
の会議を行い、はたちの集いの
司会、代表あいさつ、そして特
別企画をプロデュースしてい
た
だきます。



申込フォーム

文化祭にあなたの作品
を出展してみませんか

期間 11月5日(土)・6日(日)
会場 静波体育館・榛原文化セ
ンター
応募作品 絵画、写真、書道、
手工芸など
資格 市内在住、在勤、在学の人
申込方法 社会教育課や市史料
館、榛原文化センターにある申
込書に記入し、市史料館の窓口
に直接提出する。
申込期限 9月22日(木)
問い合わせ 社会教育課 牧之
原市史料館 鈴木
(53) 26225

文芸まきのはら第17号
作品を募集しています

募集作品 小説、手記、随筆、
郷土研究、紀行文、詩、俳句、
短歌ほか *規定枚数あり。市
史料館、榛原文化センターにあ
る「文芸まきのはら原稿用紙」
(400字詰・20×20)を使用

里親制度などに関心が
ある人の相談会を開催

「里親について詳しく知りた
い」「里親になりたい」という
人を対象に、制度や申請など里
親に関する相談を受け付けま
す。
日時 8月11日(木) 午後1時30
分～午後3時30分
会場 児童家庭支援センターは
るかぜ(焼津市田尻58番地)
問い合わせ 児童家庭支援セン
ターはるかぜ
☎054(656) 3456

住民税非課税世帯等に
対する臨時特別給付金

令和4年に新たに住民税均等
割非課税になった世帯や、新型
コロナウイルス感染症の影響で
令和4年1月以降に家計急変の
あった世帯に1世帯あたり10万
円を給付します。令和3年度に
支給済みの世帯は対象外です。
申請方法 対象となる世帯には、
世帯主宛てに確認書を郵送しま
す。確認書に必要事項を記入し、
返送してください。
*令和4年1月2日以降に牧之
原市に転入した人がいる世帯で
給付対象となる場合は、別途申
請が必要です。

世界恒久平和の実現を
祈念しサイレンを吹鳴

市では、原爆死没者の冥福と
世界恒久平和の実現を祈念す
るため、次のとおり同報無線のサ
イレンを吹鳴します。1分間の
黙祷に協力をお願いします。
▼広島原爆の日 8月6日(土)
午前8時15分 ▼長崎原爆の日 8

すること。

資格 ▼市内在住・在勤、在学
(高校生以上)の人 ▼本市出身
または在籍したことのある人
申込方法 市史料館、榛原文化
センター、社会教育課へ直接提
出または郵送(当日消印有効)
申込期限 9月30日(金)
問い合わせ 社会教育課 牧之
原市史料館 鈴木
(53) 26225

大井川広域水道企業団
電気職員を募集します

詳細はホームページを確認ま
たは問い合わせください。
募集内容 電気職員 若干名
(大卒、30歳まで)
職務内容 水道施設の維持管理
設計・施工監理など
給与など 静岡県職員の規定に
準ずる
申込期間 8月17日(木)まで
問い合わせ 静岡県大井川広域
水道企業団 総務課
☎0547(32) 0136
https://www.oigwakai.or.jp

第33回静岡県すこやか長寿祭
長寿祭への参加者募集

第33回静岡県すこやか長寿祭
スポーツ・文化交流大会(兼
ねりんピック愛顔のえひめ
2023代表選考会)参加者を
募集します。
日程 9月(令和5年3月)(競
技ごとに開催日・申込期限が異
なりま)

会場 草薙総合運動場ほか
対象 60歳以上の県内在住者
その他 9月8日(木)には、開会
式・講演会が開催されます。詳
細はホームページをご覧ください。
「静岡県すこやか長寿祭美術
展」作品を募集します。出品で

8月9日(土) 午前11時2分
▼終戦の日 8月15日(日) 正午
問い合わせ 社会福祉課 渡辺
(23) 0070

「愛の血液助け合い運
動」を実施しています

現在、コロナの影響により献
血者数が減少し、このままでは
必要量の血液確保に支障を及ぼ
しかねない状況となっております。
この機会にぜひ、献血にご協力
をお願いします。



フードドライブ事業に
ご協力をお願いします

寄贈された食料は、認定NP
O法人フードバンクふじのくに
を通じて、生活に困窮し、食の支
援を望む人に提供されます。
受付期間 8月1日(土)～31日(金)
収集場所 榛原庁舎、相良庁舎、
さざんか、市内幼稚園・保育園・
こども園、いぐら、龍眼荘、カ
ネハチ榛原店、スーパーラック
相良店、市内郵便局
問い合わせ 社会福祉課 若杉
(23) 0070

プレミアム率40%！プ
レミアム商品券を販売

事前予約分のみ販売で、当
日販売はありません。予約多数
の場合は先着順となります。
対象 牧之原市民 市内在勤者
内容 販売額5千円・利用額
7千円(プレミアム率40%)
発行数 5万冊
購入上限 1人4冊、1世帯2

れた全作品をグランシップに展
示します。「ねりんピック愛
顔のえひめ2023美術展」の
選考会です。詳細はホームペ
ジをご覧ください。
申込方法 財団ホームページか
ら申し込む。

申込先・問い合わせ 公益財団
法人しずおか健康長寿財団
☎054(253) 42221
https://www.skyokai.or.jp

結婚を希望する人は会
員登録してみませんか

静岡県と市町が運営する「ふ
じのくに出会いサポートセン
ター」では、結婚を希望する人
に安心な出会いを提供し、静岡
県で暮らすふた
りの未来をサ
ポートします。
詳細はホーム
ページをご覧ください。
問い合わせ ふじのくに出会い
サポートセンター(ホームペ
ジからお問い合わせください)



ホームページ

「なりたい自分になれる
道」自衛官を募集します

「一般曹候補生」
対象 18歳以上33歳未満の人
第1次試験 9月15日(木)～18日
のうちの指定する1日
第2次試験 10月8日(土)～23日
のうちの指定する1日
受付期間 9月5日(木)まで
入隊時期 令和5年3月下旬か
ら4月上旬
「自衛官候補生」
対象 18歳以上33歳未満の人
試験 ①9月14日(木) WEB試
験 ②9月24日(土)・25日(日)口
述試験、身体検査
受付期間 年間を通じて受付
入隊時期 令和5年3月下旬か

人分(8冊)まで(牧之原市民で
ない在勤者は1人4冊まで)
購入方法 市LINE公式アカ
ウントと申込ハガキにより事前
予約し、会場で購入する▼申込
ハガキは新聞折込などで配布予
定。ハガキで予約した人には引
換券を郵送します▼LINEで
予約した人は、予約に使ったス
マートフォンなどを必ず購入時
に持参してください

予約期間 8月上旬から
販売時期 9月中旬
販売場所 いぐら、さざんか
問い合わせ 商工観光課 永田
(53) 2647

市LINEでデジタル
クーポンを発行します

物価高騰に伴う消費者への支
援のため、市LINE公式アカ
ウントを利用したデジタルクー
ポンを発行します。
「Aクーポン」対象店では千
円の会計で300円割引、「B
クーポン」対象店では3千円の
会計で900円割引となります。
毎週異なるお店のクーポンが
配信されます(利用期限1週間)。
対象期間
▼第1週 8月18日(木)～24日(金)
▼第2週 8月25日(木)～31日(金)
▼第3週 9月1日(木)～7日(金)
▼第4週 9月8日(木)～14日(金)
問い合わせ 商工観光課 永田
(53) 2647

山梨県甲州市で牧之原
市限定の宿泊割引開始

牧之原市民と市内在勤者を対
象に、山梨県甲州市が宿泊キャ
ンペーンを実施しています。
対象宿泊施設な
どの詳細は、市
ホームページを
ご覧ください。
割引期間 9月30日(金)まで



お知らせ

「就業構造基本調査」に
ご協力をお願いします

国民の就業の状態を全国・地
域別に明らかにするため、10月
1日を調査期日として「就業構
造基本調査」が実施されます。
調査員が8月下旬から対象と
なる調査区内の世帯を訪問しま
すので、ご協力をお願いします。
問い合わせ 秘書政策課 鈴木
(23) 0052

コロナの影響による国
保税の減免申請を受付

世帯の主たる生計維持者であ
る世帯主が、次の①または②に
該当するとき、令和4年度国保
税が申請により減免されます。
①新型コロナウイルス感染症に
よって死亡、または重篤な傷病
②新型コロナウイルス感染症の
影響によって令和4年度の事業
等収入が前年と比較して30%以
上減収
必要書類などの詳細は、市
ホームページで確認、またはお
問い合わせください。
申請期限 令和5年3月31日(金)
問い合わせ 国保年金課 田村
(23) 0023

8月1日に国民健康保
険証が切り替わります

国民健康保険証は、毎年8月
1日に新しい保険証に切り替わ
ります。7月下旬に「うぐいす
色」の新しい保険証を送ります
ので、届いたら住所・氏名(兼
高齢受給者証の場合は一部負担

割引額 甲州市内の宿泊施設へ
の宿泊で1人3千円割引
手続方法 ▼対象宿泊施設に直
接予約し、割引制度を利用する
ことを伝える▼甲州市観光商工
課から送付される「予約確認書」
を宿泊当日に持参
問い合わせ 山梨県甲州市役所
観光商工課
☎0553(32) 5091

小中一貫校を考える学
習会に参加しませんか

日時 7月30日(土) 午後2時～
午後4時(午後1時30分開場)
会場 市史料館 2階ホール
内容 講演「全国の義務教育学
校の実態から学べることは？」
講師 山本由美氏(和光大学教授
その他 申込不要・参加費無料
託児あり(要予約)
問い合わせ 中川
(22) 4524

「第9期精神障害者家族
学習会」を開催します

精神障害者(統合失調症)の
家族を持つ家族のための学習会
日時 8月13日・27日・9月10
日・24日・10月8日の各土曜日
午後1時～
会場 さざんか
参加費 1200円(教本代他)
定員 5人
問い合わせ NPO法人精神保
健福祉みどり会 加藤
☎090(4083) 3037

入札結果の公表ー5月

議：議会事務局
総：総務課
管：管理検査課
社：社会福祉課
茶：お茶振興課
商：商工観光課
建：建設課
教：教育総務課
問い合わせ 管理検査課 荒川
☎02602

工事・委託名	予定価格(税抜)	落札価格(税抜)	落札率	落札業者
議 牧之原市議会本会議等会議録作成業務(月額)	16,500円	13,500円	81.82%	神戸綜合速記㈱
総 参議院議員通常選挙ポスター掲示場設置撤去業務委託	2,866,500円	2,630,000円	91.75%	静和事務機㈱
管 高速カラープリンター賃借(月額)	146,000円	142,000円	97.26%	静和事務機㈱
社 第4次牧之原市地域福祉計画他1、第4次牧之原市障がい者計画他2策定業務委託	9,181,810円	4,210,000円	45.85%	㈱名豊
茶 榛原第1排水機場整備工事(2号除塵機更新工事)	37,310,000円	34,400,000円	92.20%	大同機工㈱ 静岡営業所
商 物産センター産直システム用機器購入	4,657,000円	4,500,000円	96.63%	㈱ブンデン
商 牧之原市静波海水浴場保安業務委託	3,493,000円	1,203,200円	34.45%	㈱アイズセキュリティ
建 市道須々木木溝線道路予備設計業務委託	2,710,000円	2,580,000円	95.20%	㈱二葉測量設計事務所
建 市道静波中央幹線道路詳細設計業務委託	8,160,000円	7,780,000円	95.34%	㈱二葉測量設計事務所
教 牧之原市相良地区小学校音楽室空調機器設置工事	7,830,000円	7,800,000円	99.62%	岩堀電設㈱
教 牧之原市榛原地区小学校音楽室空調機器設置工事	9,570,000円	9,550,000円	99.79%	大洋電設㈱
教 牧之原市教育文化庁管理施設整備業務委託(月額)	99,900円	98,900円	99.00%	綜合警備保障㈱ 静岡支社
教 牧之原小中学校警備業務委託(月額)	14,850円	13,000円	87.54%	エスピートム㈱ 牧之原営業所

金の割合)を確認してください。
問い合わせ 国保年金課 吉永
(23) 0023

低所得の子育て世帯へ
の特別給付金について

対象児童や支
給対象者、給付
額、申込方法な
どの詳細は、市
ホームページを
ご覧ください。
申込期限 令和5年2月28日(火)
問い合わせ 子ども子育て課
子育て支援係
(23) 0071



市ホームページ

児童扶養手当の受給者
は現況届をお忘れなく

児童扶養手当の受給者は、毎
年8月に現況届を提出すること
が義務付けられています。対象
者には8月初旬に通知します。
受付期間 8月1日(土)～31日(金)
午前8時15分～午後5時(水曜
日は午後7時まで)
*期間中、集中受付日あり
受付会場 さざんか2階 子ども
子育て課
問い合わせ 子ども子育て課
藤田 ☎(23) 0071

ひとり親家庭のための
出張個別相談会の開催

職業紹介や求職登録、弁護士
による養育費などの相談、行政
職員による生活相談ができます。
*予約優先、当日受付可能。
*無料託児あり(要予約)。
日時 8月9日(土) 午前9時30
分～午後4時(1人30分)
会場 焼津市役所本庁舎2階
申込方法 電話で申し込む(先
着順)。
申込先・問い合わせ ひとり親
サポートセンター
☎054(254) 1191



輝け!未来

増田 百花さん

ますだ・もか

相良小学校6年 須々木区



私は将来メイクアップアーティストになりたい 憧れの仕事ができる人になりたいです

私は将来、メイクアップアーティストになりたいと思っています。好きなアーティストがいて、その人にメイクされている人たちを見て憧れました。もし夢が実現できたら、私のメイクでメイクの苦手な人に、喜んだり笑顔になったりしてもらいたいです。この夢に向かって失敗してもあきらめないで努力や工夫をして、憧れの仕事ができる人になりたいです。

ペンを置いてー編集幸記

▼6月から始まった「スマホ講座」には、スマホの使い方を学びたいという多くの皆さんが参加されています▼私が取材に行ったのは、カメラやインターネットの使い方、アプリなどの基礎を学ぶ回。受講者の皆さんは、わからないところはその都度質問し、一つ一つやり方を覚えていきます。私も写真を撮って回っていたので、講師と一緒に受けた皆さんはとても楽しそうでした▼取材をしていて改めて思ったのは「新しいことを学ぶのは楽しい」ということを振り返ってみると、残念ながら最近何かでワクワクしたような記憶がありません。私もこの機会に、何か新しいことを始めてみたくなりました。

