

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

MAKINOHARA

白熱の対局

(子ども将棋大会)

RIDEON
MAKINOHARA

特集 敬老の日

人生100年 健康で生き生きと

特集 みんなが誰かのゲートキーパーに

あなたの気持ち話してください
心のサインに気付いてください

September
2022
NO.252

9

さあ、出かけよう！ 人やまちと つながろう！

年齢を重ねると、ひとり暮らしや家に閉じこもりがちで、人との関わりが少なくなってきました。「気軽に通える」「誰かと会って、おしゃべりできる」人と人とのつながりの場として、^{おおせき}「ほがらかサロン」があります。ほがらかサロン協力員の大関小佳枝さんは言います。「家にいても半日、ここに来て半日。同じ半日なら、ここに来りゃあいい」いつまでも健やかに過ごすために、あなたも一歩外へ出かけてみませんか。



「こんなに笑ったのは久しぶり」と会場が笑顔であふれる



脳トレを兼ねた塗り絵
それぞれ違い、同じ作品はありません



会場で血圧測定をして健康チェック



体温、血圧、日記などは「貯筋体操日誌」に記録して管理



マスク越しでもわかるにっこり笑顔

ふれあい・いきいきサロン 「ほがらかサロン」(勝間田区)

「ふれあい・いきいきサロン」は、仲間づくり・生きがいづくり・健康づくり・閉じこもり防止をするための活動です。勝間田区では、公民館で毎週木曜日に「ほがらかサロン」を開催しています。毎回「10分間ウォーキング」から始まり、ゲームや歌などを楽しんでいます。この日は「笑いヨガ」を体験し、皆さん、おもいきり笑って楽しんでいました。

「ここに来ると元気をもらって、若くなる!」「みんなに会えるのがうれしい」「どうしても来なくなる。スタッフがいいだよ」ー。ほがらかサロンは、地域の皆さんの毎週の楽しみになっています。

サロンを支える強い味方!

ほがらかサロンでは、ピンクのTシャツを着た協力員の皆さんが、さまざまな場面でお手伝いをしています。「家族がお世話になったから地域に恩返ししたい」「みんな、がんばっているよ」「自分のためにやってる。自分が楽しいから」ー。協力員の皆さんに支えられながら、サロンはこれからも続いていきます。



人生100年 健康でいきいきと



9月19日は「敬老の日」です。敬老の日が国民の休日と定められてから、本年度で56年目になります。市内の100歳以上の高齢者は、令和4年9月1日現在42人、最高齢は107歳です。長年にわたり、社会に貢献してこられた高齢者の皆さんに感謝と敬意を込めて長寿をお祝いしましょう。
問い合わせ 長寿介護課 萩原美保 ☎(23)0074

何でも「楽しい」と 感じるのが元気の秘訣

枝村 ちよさん(100歳・片浜区)

7月26日、満100歳を迎えられた枝村ちよさんが入所する施設に、息子さん夫婦と妹さんがお祝いに駆けつけました。ちよさんは「みんなが来てくれてうれしい」と、幸せそうに笑いました。ちよさんは、90歳までお孫さんのサッカーの試合を観るために、いろいろな所へ出かけました。また、シニアクラブで役員を務めたほか、ゲートボールの審判1級の資格を持ち、国体の審判員の経験もあります。

「何でもやる。何でもやってきたから」と力強く話すちよさん。現在は、車椅子でフロアを散歩し、入居者や職員など多くの人と話をするなど、とても活発です。息子さんとは交換日記をしていて、週1回の面会を心待ちにしています。またこの日、お祝いのため訪問した杉本市長に「歌が好き。何でも楽しい」と元気に話しました。



杉本市長(右)から花束を受け取るちよさん

米寿のお祝いお菓子券

市では、88歳(米寿)のお祝いとして「お菓子引き換え券」を配布しています。敬老の日に合わせて、昭和9年4月1日(昭和10年3月31日)までに生まれた人に引き換え券を郵送します。引き換え券が届いた人は、券の裏面に記載のある店舗で、お菓子と引き換えてください。



牧之原市お菓子引き換え券

ゲートキーパー養成講座の取り組み

アドバイスをしなくても、まずは寄り添って聞くことが大切であると感じた



ロールプレイ体験を実際の場面になった時に思い出したい



「相手の話を聞く」ということの大切さを改めて感じた



牧之原市にこんなにも自殺者がいたとは知らなかった



オーダーメイドのゲートキーパー養成講座（出前講座）

地域や会社の皆さまの希望・実情に沿った講座を実施します。

- ▶時間は60～90分が目安です。
- ▶費用は無料です。資料は市で用意します。会場についてはご相談ください。
- ▶講師は市の職員（社会福祉士・保健師）です。
- ▶問い合わせ・申し込みは健康推進課（☎0024）へ！

■相談窓口（一部を抜粋）

睡眠、仕事、健康、相談先がわからないなど、さまざまな悩みを受け付けています。詳細はQRコードから検索できます。



各種相談窓口一覧



若者向けメール・LINE相談（静岡県）



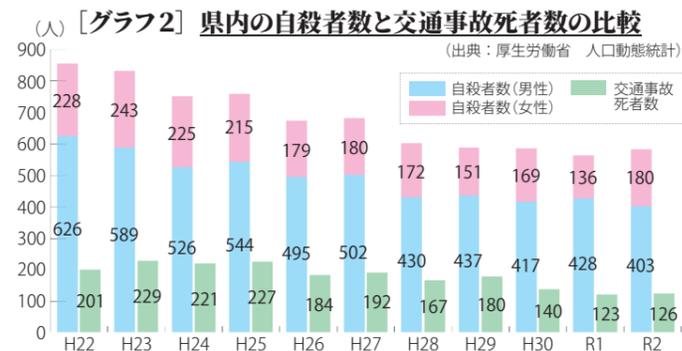
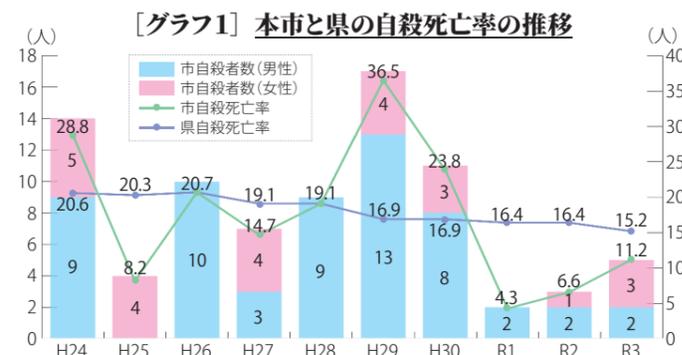
SNSなどで相談できる団体一覧（厚生労働省）

相談内容	相談窓口	連絡先
精神保健相談	静岡県中部健康福祉センター	☎ 054 (644) 9281
	静岡県中部健康福祉センター 榛原分庁舎	☎ 0548 (22) 1151
こころとねむりの健康相談	牧之原市役所 健康推進課	☎ 0548 (23) 0024
人権相談	みんなの人権110番	☎ 0570 (003) 110
消えたい・死にたいと思った時の相談	こころの健康相談統一ダイヤル	☎ 0570 (064) 556
	いのちの電話	☎ 0570 (783) 556

牧之原市の状況

本市では、平成29年の自殺死亡率（人口10万人あたりの死者数）が県内ワースト2位と高い状況でしたが、国や県市町村を中心に自殺対策に取り組んできた成果もあり、平成30年以降は減少傾向にありました。しかし、コロナ禍の影響か、令和3年は令和元・2年より増加して5人が亡くなり、特に女性の増加が懸念されています（グラフ1）。

また、静岡県では毎年約600人前後の人が自殺で亡くなっていますが、これは交通事故死者数の約4倍の多さです（グラフ2）。



ゲートキーパーの役割

ゲートキーパーとは、悩んでいる人に「気付き」「声をかけ、話を聴いて」「必要な支援につなげ」「見守る」人のことです。この視点を持って声をかけるだけで、「もうだめ」と悩む人の気持ちがほぐれることもあります。

市では次ページのとおり、地域や会社などの皆さまを対象に「ゲートキーパー養成講座」を行っています。団体での受講に関心がある人はご連絡ください。

ポイント

- 1 気付く**
家族や仲間の変化に気付く。「いつもと違う」がポイント。
- 2 声をかける・聴く**
「眠れていますか?」「最近、元気ないけど大丈夫?」など、本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける。アドバイスはせず、相づちを打ちながら聴く。
- 3 つなぐ**
早めに専門家に相談するように促す。場合により「一緒に行きましようか?」も良い。
- 4 見守る**
温かく寄り添いながら、じっくり見守る。悩みはすぐには解決できない。悩みを抱えている人に付き合うことも大切。

あなたの気持ち話してください
心のサインに気付いてください
みんなが誰かのゲートキーパーに

9月10日「世界自殺予防デー」から16日までの1週間は「自殺予防週間」です。自殺対策に大きな役割を果たす「ゲートキーパー」と養成講座について紹介します。

問い合わせ 健康推進課 鈴木沙愛 ☎(23) 0024



令和4年度 市民トーク 開催しました

6月から7月にかけて「令和4年度 市民トーク」を市内8会場で開催し、339人の皆さんに参加いただきました。当日、市長から説明した概要について紹介します。

問い合わせ 秘書政策課 渥美公基 ☎0052



菅山地区の様子

はじめに

新型コロナウイルスワクチン接種について、武田社製ノババックスワクチンが追加され、副反応を敬遠する若い世代の接種を期待しています。また、特に60歳以上の人を対象に、4回目の接種が始まりました。本年度にスマホデビューするシニア世代向けのスマホ購入補助や、スマホ体験教室、マイナンバーカードの申請のお手伝いなどを行っています。現在は地区が限定されているデマンド乗合タクシー（バス）が本年度、市内全域で開始される予定です。新型コロナウイルスや物価の高騰により停滞している市内経済を活性化させるため、デジタルクーポンやプレミアム商品券の発行などの事業も行います。

市の現状・課題

牧之原市の人口は、年々減少しています。児童生徒数は、ピークだった昭和60（1985）年の6630人から半減しています。出生数も、平成20（2008）年には約400人でしたが、昨年度は約200人と半減しており、婚姻数についても同様の傾向です。さらに、子育て世

代である25〜39歳までの未婚率は男性が約55%となっております。一方、市内には多くの世界的企業が立地し、製造品出荷額は1兆円を超えています。この額は、人口当りに換算すると県内トップクラスです。また、昼夜間人口比率は114.9%（県内1位）で、本市が周辺市町の雇用環境を作っていることがわかります。これは、「雇用の場はあるが、市内への移住・定住にながっていない」ということであり、人口減少に歯止めをかけるための「魅力あるまちづくり」が、市の課題であると考えます。

第3次総合計画（案）

令和5（2023）年度からスタートする「第3次総合計画」のポイントは、子育てや教育などの環境を整え、市外への流出を抑制しつつ、にぎわい拠点の創出や住宅用地の確保を行い、市内流入を促進させる取り組みの推進です。今ある資源を活かし、交流人口や関係人口を増加させ、「住む魅力」につながる施策に重点的に取り組む計画を策定します。そのために▼富士山型ネット



静波サーフスタジアム



多目的体育館（イメージ）

トワークの充実▼ゼロカーボンと経済成長の好循環の実現▼日本一女性にやさしいまちの推進▼DX（デジタルトランスフォーメーション）の推進▼次代を切り拓く力を育む新たな学校づくりの5つの重点戦略・プロジェクトを掲げました。この5つをもとに、第3次総合計画のまちづくりの理念「RIDE ON MARCH」を掲げ、夢に乗る「牧之原」を目指します。

重点戦略・プロジェクト

「富士山型ネットワークの充実」では、相良牧之原インターチェンジ北側地域の整備事業の促進や沿岸部の地域にあわせた活性化事業を行い、現在も進んでいる「移住定住促進補助事業」を絡め、にぎ

わいの創出や新たな拠点整備に取り組めます。「ゼロカーボンと経済成長の好循環の実現」としては、「令和6年3月完成予定の多目的体育館で『Nearley ZEB』取得を目指す取り組み」や「耕作放棄地に早生樹を植林し、二酸化炭素の削減や新たな産業を創出する取り組み」などを進めます。「日本一女性にやさしいまちの推進」では、本年度から「不妊治療の助成」を新たに開始したほか、「妊産婦特定疾病医療費の助成」なども行っています。

「次代を切り拓く力を育む新たな学校づくり」としては、市内小中学校を小中一貫9年間の「義務教育学校」2校に再編し、令和12（2030）年度の開校を目指します。



空き家について考えましょう

空き家の発生は「相続時」

空き家が発生する理由はさまざまですが、一番多い理由は、住んでいた人や建物の所有者が亡くなった際の相続によるものです。ご自身の身の回りで空き家になりそうな家がある場合は、早めに相続問題を整理しておくことが重要です。特に、相続人の関係が複雑な場合などは司法書士などの専門家に相談することをおすすめします。また、相続した不動産を売却するためには、不動産の相続登記を済ませておく必要があります。

相続のルール

被相続人とは「死亡した人」、相続人とは「遺産を相続する人」です。被相続人の遺産を相続する順位は、民法で定められています。相続順位は被相続人と続柄で決まり、優先順位が

自分や家族が住んでいた「家」を大切にしていますか？「空き家」を放っておくと大変なことになります。問い合わせ 都市住宅課 遠藤元誉 ☎(53) 2633

高いほうから「第1順位」「第2順位」「第3順位」と相続人が移っていきます。このため、第3順位までいくと「自分に関係がない」と思っていた「空き家」を相続する可能性があります。

相続順位

- ▶被相続人の配偶者＝常に相続人
- ▶第1順位＝直系卑属（子、子がない場合は孫、子と孫がない場合はひ孫）
- ▶第2順位＝直系尊属（父母、父母がいない場合は祖父母）
- ▶第3順位＝兄弟姉妹、兄弟姉妹がいない場合は甥・姪

空き家を放っておくと…

長い間使用されていない、管理されていない空き家は、傷みが早く、いざ活用しようとしても、修繕や害虫駆除などに多額の費用がかかってしまう場合があります。また、空き家もたらす悪影響

で第三者に危害や損害を与えた場合、損害賠償責任を問われる可能性もあります。さらに「特定空き家等」に認定されると、固定資産税が高くなるほか、代執行の行政措置が行われた場合、その一切の費用請求を受けることもあります。このため、使用していても、定期的な室内の換気や修繕、敷地の草木などの伐採などの管理を行い、空き家を良好な状態に保つことが重要です。

空き家の利活用

空き家をご自身で利用する予定が無い場合は、売却または賃貸物件として活用することを検討しましょう。市では、市内の良好な管理状態にある空き家や空き地の情報を広く周知するための「空き家・空き地情報バンク」を運営しています。登録を希望する場合は、都市住宅課にお問い合わせください。

空き家対策の推進に関する連携協定を締結しました

空き家を解消しようとする際、「解体費用がわからないので具体的な検討が進まない」「空き家の売却や利活用、家財処分を行いたいが、どうして良いかわからない」など、所有者側に必要な情報が不足している場合があります。そこで市では、空き家の課題解決のためのサービスを提供する民間事業者と連携し、空き家の適正な管理や活用、除却を促進し、良好な生活環境の保全および安全・安心なまちづくりを推進するため、以下の連携協定を締結しました。

牧之原市における空き家の解体支援社会実験に関する協定

- ▶協定事業者 株式会社クラッソーネ（愛知県名古屋市）
代表者：代表取締役 CEO 川口哲平
- ▶協定締結日 令和4年3月1日

牧之原市空家等解消に向けた官民連携に関する協定

- ▶協定事業者 株式会社ジチタイアド（福岡県福岡市）
代表者：代表取締役社長 時津孝康
- ▶協定締結日 令和4年6月1日



市ホームページ



浄化槽の3つの維持管理をご存じですか

家庭から排出されるし尿や生活雑排水を処理する浄化槽は、適切な維持管理を実施しないと本来の性能が発揮されず、悪臭が発生し、場合によっては壊れてしまうこともあります。長く使っていただくため、生活雑排水すべてを処理する「合併浄化槽」、し尿のみ処理する「単独浄化槽」とともに、3つの維持管理が法律で義務付けられています。適切な管理をしているか、この機会に一度確認してみてください。

問い合わせ 環境課 西尾巨 ☎③2609

3つの維持管理

1. 法定検査（浄化槽法第11条検査）＝毎年1回実施

法定検査（11条検査）とは、浄化槽の健康診断のようなもので、車に例えると車検に当たる大事なものです。保守点検や清掃が適正に行われ、浄化槽からの排水が本当にきれいになっているかを、外観検査や水質検査、書類検査により確認します。保守点検や清掃とは検査内容が異なります。

[注意事項～法定検査を装った不審者にご注意ください～]

1. 法定検査には事前の申し込みが必要です。検査員が突然訪問することはありません。
2. 法定検査の検査員は、必ず腕章と身分証明書を携帯し、右のステッカーが貼られた車両で訪問します。
3. 正規の法定検査であれば、費用は一般家庭で5,800円です。



単独浄化槽、合併浄化槽に関わらず、法定検査の受検が確認できない家庭には、県指定の検査機関「一般財団法人 静岡県生活科学検査センター」から受検案内が送付されます。検査を受けない場合には罰則が定められているため、必ず検査を受けてください。

▶問い合わせ (一財) 静岡県生活科学検査センター ☎ 054(621)5030

2. 保守点検＝毎年3回以上実施 (20人槽以下の場合)

浄化槽の各部分が正しく機能しているかの点検・調整や消毒薬の補充を行うものです。保守点検は、静岡県の登録を受けた業者に依頼してください。保守点検業者は、右のQRコードから静岡県のホームページを確認してください。



静岡県ホームページ (保守点検業者一覧)

3. 清掃＝毎年1回実施

浄化槽内にたまった汚泥などを引き抜き、浄化槽内の清掃をします。清掃は、市が許可した次の業者に依頼してください。

- ▶榛原地域＝有限会社 榛原衛生社 ☎②0839
- ▶相良地域＝有限会社 東環クリーン ☎②0065

浄化槽は、維持管理が大切です。
未永く使っていただくため、そして、
川や海にきれいな水を返すため、
浄化槽の適正な維持管理をお願いします。



動物は愛情と責任をもって 終生飼いましょう



毎年9月20日から26日までは「動物愛護週間」です。これを機会に、ペットなど私たちの身近にいる動物の愛護と管理について考えてみましょう。

問い合わせ 環境課 太田侑甫 ☎③2609

大切に正しく飼っていますか？

動物の命を大切にすることは、もちろんです。しかし、ただかわいがらるだけでなく、正しく飼養することで、動物が人の生活・健康に害を与えたり、影響を及ぼしたりすることがないように努めなければなりません。

災害時、あなたとペットは大丈夫？

災害が起こったときに最初に行うことは、飼い主自身や家族の安全確保です。しかし、ペットの安全確保についても普段から考え、備えておく必要があります。この機会に、家族で確認しましょう。

日頃の備え

- 鑑札、注射済票、マイクロチップ、迷子札の装着
- 鳴き声やトイレのしつけ
- 予防接種を受けておく
- ペットの日用品の確保
- 緊急時のペットの預け先の確保

犬の登録・変更届・死亡届



犬を飼い始めたなら30日以内に、犬の所在地の市への登録が必要です。また次のようなときにも届け出が必要ですが、ただし、市外へ転出した場合には、転出先の市町村に届け出をお願いします。
▼住所や飼い主が変わったとき
▼飼い犬が死亡したとき

狂犬病予防注射

狂犬病は、発症すると犬も人も100%死亡する恐ろしい感染症です。犬を飼い始めたなら30日以内に、次年度からは毎年4月～6月を予防月間として、狂犬病予防注射をお願いします。

「犬の散歩「トイレ」ではありません」

排せつは、散歩の前に自宅ですませる習慣をつけましょう。また、散歩の際は袋と水を持参し、排せつがあった際には必ず後始末を行うなど、最低限のマナーを守りましょう。



猫は室内で飼いましょう

飼い猫を外に出すと、近隣

飼い主のいない猫(野良猫)を増やさないで

市内では、野良猫によるトラブルが発生しています。餌を与えることで野良猫が集まり、新たな野良猫が生まれてしまいます。野良猫が増えることで、ふん尿被害やゴミあさりなど、地域環境の悪化につながります。餌をやるのであれば、管理すべき猫を特定し、不妊去勢手術を実施したうえで、置き餌をしない、ふん尿の始末を行うなど、適正な管理に努めましょう。

野良猫の不妊去勢手術助成事業

▼対象者 市の講習会を受けた市内在住または在勤の6割(または「手術費(税込)のオス5千円」のいずれか少ない額)
*先着順で、予算に達し次第終了します。

第1期では、
謎の画家・寺田洞仙の新発見作品
「十二ヶ月花鳥図」7幅を展示

寺田洞仙（てらだ・どうせん）
江戸中期、志太・榛原地域で活躍した牧之
原市福岡出身の画家（狩野派）。
田沼家相良藩の御用絵師という説がある。



市史料館では、10月1日（土）から令和5年2月26日（日）まで、企画展「続々・まきのはらを築いた人々」を新収蔵品展として開催します。昨年、一昨年と実施した、市ゆかりの偉人をテーマにした展示会の第3弾です。

使ったものに一部変更します。期間中、入城券（相良城の御城印）1枚（大人220円・小人110円）をご購入いただいた人は、受付で呈示すれば、2回目以降も無料で入館できます。市内小中高生は無料です。



偉人マンガ『田沼意次物語』は、市史料館や図書館で借りられるほか、9月末ごろから一般販売を予定しています。

続々

まきのはらを築いた人々 郷土の偉人と新収蔵品展

新型コロナウイルスの感染状況によって、日程・内容の変更や人数制限を行う場合があります。

期間により展示内容が変わります

第1期「謎の画家・寺田洞仙」
▶10月1日（土）～10月30日（日）

第2期「旧家・大鐘家の伝来品」
▶11月1日（火）～11月27日（日）

第3期「史料館の新収蔵品展」
▶11月29日（火）～12月27日（日）

第4期「原崎源作と郷土茶業史」
▶1月17日（火）～2月26日（日）

市史料館企画展「続々・まきのはらを築いた人々」
期間 10月1日（土）～令和5年2月26日（日）
時間 午前9時～午後4時
会場 市史料館1階展示室（一部区画のみ）
休館日 月曜日・祝日の翌日・年末年始
問い合わせ 社会教育課 長谷川倫和 ☎（53）2625

偉人マンガ
『田沼意次物語』
発刊記念
企画展

令和5年度 申込受付開始 放課後児童クラブ

共働きや疾病などの事情により、保護者が昼間家庭にいない市内小学校に通う児童に、適切な遊びや生活の場を提供し、児童の健全育成や保護者の仕事と子育ての両立を推進します。
問い合わせ 子ども子育て課 大畑拓也 ☎③0071

開設日時	▶平日（登校日）＝下校時～午後6時15分 ▶土曜日＝午前7時30分～午後6時15分 ▶春・夏・冬休み、振替休校日＝午前7時30分～午後6時15分 *祝日、年末年始、お盆期間を除く
利用料	①平日放課後＝月額7,000円 ②夏休み＝8,000円（8月分として） ③春休み、冬休みのみ利用の場合＝3,500円 ④土曜日＝月額1,000円 *①～③で土曜日利用の場合、それぞれの利用料に1,000円加算 *令和4年度の市民税非課税世帯または児童扶養手当受給者は、上記の半額
保護者の就労などの条件	保護者には「児童と同居（同一敷地内、隣接地を含む）する65歳未満の祖父母」を含む [勤めの場合] ①平日利用＝月12日以上かつ終了時間が午後2時以降（新1年）、午後3時以降（新2年以上） ②長期・土曜日利用＝午前7時30分～午後6時15分のうち5時間以上 [自営業・農業・漁業などの場合] ①事業主＝月140時間以上の就労 ②専従者＝月100時間以上の就労など [その他] 疾病がある、家族を介護しているなど *詳しくは配布時に確認
申込書類配布	9月15日（土）～10月31日（日）（土、日、祝日を除く） *子ども子育て課（さざんか）、市民課相良窓口係（相良庁舎）、各放課後児童クラブで配布。市ホームページでダウンロードも可
申込受付期間	10月3日（日）～10月31日（日）（土、日、祝日を除く） 午前8時15分～午後5時（水曜日のみ午後7時まで）
申込方法	申込書に必要事項を記入し、就労証明書などの必要書類を添えて、子ども子育て課（さざんか内）へ提出
備考	▶企業などが記入した就労証明書が必要 ▶保育園などの入所申し込みで使用する就労証明書を併用可能。必要に応じてコピーを取っておくこと ▶新規利用者は申込受付後、11月末に面接を実施 ▶申込者が定員を超えた場合は、児童の学年や保護者の就労時間、家族構成などを考慮して優先順位を決定（先着順ではない） ▶受付期間以外は、特別な事情（転入、離婚など）がない限り、原則受け付けない

市内の放課後児童クラブ一覧

名称	開設場所	募集人数
静波放課後児童クラブ	静波1430番地1	60人
川崎放課後児童クラブ	川崎小学校内	60人
細江第1放課後児童クラブ	細江小学校内	50人
細江第2放課後児童クラブ	細江1244番地5	45人
細江第3放課後児童クラブ	細江コミュニティセンター内	30人
勝間田放課後児童クラブ	農村の家（勝間田小学校敷地内）	35人
坂部放課後児童クラブ	坂部小学校内	30人
相良放課後児童クラブ	相良小学校内	65人
菅山放課後児童クラブ	菅山小学校給食棟内	25人
萩間放課後児童クラブ	萩間小学校内	35人
地頭方放課後児童クラブ	地頭方小学校内	35人
牧之原小学校放課後児童クラブ	牧之原小学校内	35人
榛原土曜日児童クラブ	静波1430番地1	20人
相良土曜日児童クラブ	相良小学校内	20人



*学区内に複数クラスがある場合（川崎小・細江小・相良小）、クラス分けの希望は受け付けできません。

健康

インフルエンザワクチンと新型コロナワクチンは同時接種が可能に
新型コロナワクチンと他のワクチンとの接種間隔について

国内では過去2シーズン（2021～2022年）、季節性インフルエンザが流行していません。そのため、免疫の無い人が増えているとみられ、今シーズンは流行の拡大が懸念されています。

特に、2021～2022年に生まれ、インフルエンザへの免疫がないとみられる小児や、感染した場合に重症化のリスクのある高齢者などは、早めにワクチンを接種するようにしてください。

高齢者インフルエンザ定期予防接種

対象者

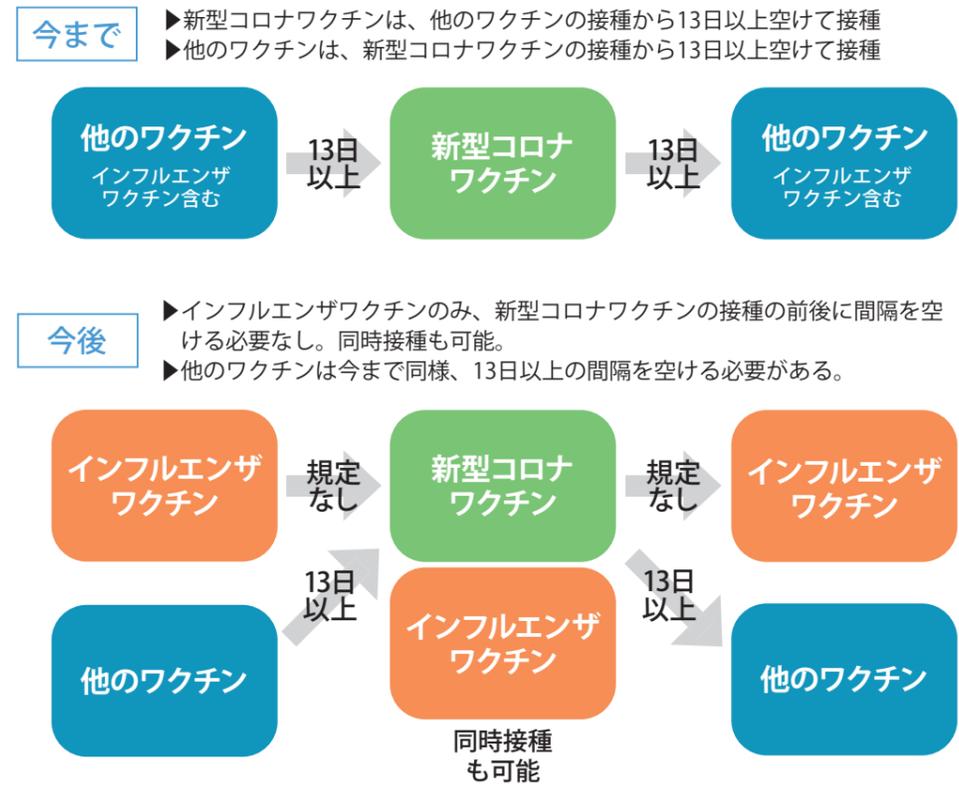
- ①接種日に65歳以上（昭和32年12月31日以前の生まれ）の人
- ②接種日に60～64歳（昭和33年1月1日から昭和37年12月31日生まれの人）で、心臓や腎臓、呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活を極度に制限される人

対象期間

10月1日 国 から 令和5年1月31日 国 まで

接種間隔

インフルエンザワクチンと新型コロナワクチンが、同時に接種できるようになりました！



オミクロン株に対応した新型コロナワクチン

オミクロン株に対応したワクチン接種については、詳細が決まり次第、市ホームページなどでお知らせします。

現在の従来株に対応したワクチンも、一定の重症化予防効果がありますので、接種を希望する人はワクチンの種類を問わず、早めの接種をお願いします。

問い合わせ 健康推進課 ☎(23) 0024

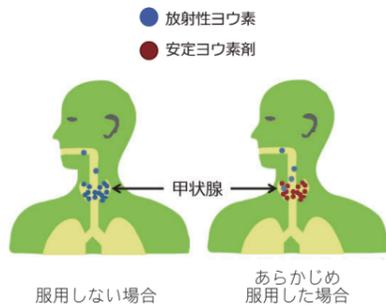
防災

浜岡原発からおおむね5キロメートル圏内にお住まいの人が対象
安定ヨウ素剤の事前配布説明会を開催します

問い合わせ 危機管理課 大石 剣心 ☎(23) 0058

安定ヨウ素剤の効果

安定ヨウ素剤は医療用医薬品で、原子力災害が発生した時に服用することで、放射性ヨウ素による内部被ばくの被害を抑えます。外部被ばくは、避難と屋内退避をすることで防ぎます。放射性ヨウ素による甲状腺の内部被ばくは、放射性ヨウ素にさらされる24時間以内に安定ヨウ素剤を事前に服用することで抑えることができます。また、放射性ヨウ素にさらされたも、4時間以内に服用すれば効果があらわれます。ただし、安定ヨウ素剤で放射性ヨウ



素以外の放射性物質（セシウムなど）による被ばくを抑えることはできません。

安定ヨウ素剤は、国や県、市から指示があった場合に服用します。

対象者

浜岡原子力発電所からおおむね5キロメートル（PAZ）圏内の対象区（*）にお住まいで、安定ヨウ素剤をまだ受け取っていない人および更新の人（対象者には個別の案内通知が郵送されます）

- *対象区 相良区・福岡区・波津区・須々木区・大沢区・地頭方区・落居区・豊岡区・新庄区・遠渡区

説明会日時・会場

- 10月22日 地頭方原子力防災センター「ジーボ」
 - 10月30日 相良小学校体育館
- *時間は両日とも、午前10時～午後2時30分

安定ヨウ素剤の配布方法

万一、原子力災害が発生して避難するときに、安定ヨウ素剤の服用を速やかに行えるようにするため、国の原子力災害対策指針に基づいて事前に配布します。

安定ヨウ素剤は、服用後に副作用が起こる可能性があるため、会場ですく説明をしてから、服用可能と判定された人に配布します。同一世帯の場合は、世帯の代表者が代理で受け取ることもできます。

安定ヨウ素剤の使用期限を踏まえて、年齢に応じた種類・数を配布します。

- 安定ヨウ素剤の種類と数
- 3歳未満 ゼリー剤1包
- 3歳以上13歳未満 丸薬1丸
- 13歳以上 丸薬2丸



情報

牧之原市LINE公式アカウントの友だちの皆さんへ
便利な「受信設定」忘れていませんか

問い合わせ 情報交流課 鈴木宏洋 ☎③0040

令和2年2月17日に運用開始した市LINE公式アカウントは、本年8月に友だち登録者数が2万人を超え、市の情報発信に欠かせないツールになっています。

このアカウントには、必要な情報を受信できるよう設定する機能があることをご存じですか？ **受信設定をしていない場合、イベント情報などの市からののお知らせは届きません**（新型コロナワクチン情報や災害情報、同報無線の放送内容などは全員に配信されます）。

この機会に、ぜひ受信設定をお願いします！

基本メニューの「受信設定」をタップし、▶子育て▶防災・安全▶ごみ・環境▶観光・イベント・スポーツ▶商工業▶健康・福祉▶教育▶お知らせの中から、欲しい情報を選んでください（いつでも変更できます）



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。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。

10月の相談



静岡牧之原茶マスコット
チャーフイン

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 10月5日(木)・19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 10月12日(木)・26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

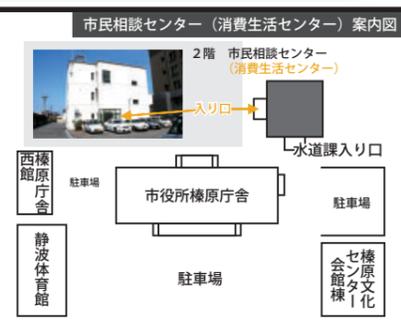
日常生活でのトラブルや悩みごと、困ったことなどの相談を受け付けています。

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

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 10月5日(木)・19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



*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

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 10月19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 ☎0547(3)6575

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 10月21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ーリーブ ☎028822

介護

介護保険料の減免が受けられます

問い合わせ 長寿介護課 伏見佳修 ☎(23) 0076

新型コロナウイルス感染症(以下、コロナ)の影響により収入の減少が見込まれる場合など、65歳以上の被保険者の介護保険料の減免が受けられます。要件に該当し、減免を希望する人は申請してください。

対象期間

令和4年度(納期限が令和4年4月1日から令和5年3月31日までの分)

対象者

次の①または②にあてはまる世帯に属する65歳以上の被保険者が死亡または重篤な傷病を負った場合

- ① コロナの影響により、主たる生計維持者の事業収入等(事業収入・不動産収入・山林収入または給与収入)の減少が見込まれる場合
- ② コロナの影響により、主たる生計維持者の事業収入等(事業収入・不動産収入・山林収入または給与収入)の減少が見込まれる場合
- ③ 各申請要件に該当することが確認できる書類

入より3割以上減少していること(3割未満であっても、翌月以降に大きく減少する原因が確認できる場合を含む)

申請方法

減免対象となる人と同一世帯の主たる生計維持者が、長寿介護課窓口に来庁または郵送で申請してください(来庁して申請する場合は事前に連絡してください)。

申請期限

令和5年3月31日(金)

必要書類

- ① 申請者の本人確認書類(運転免許証など。郵送の場合は写し)
- ② 介護保険料減免申請書(市ホームページからダウンロード可)
- ③ 各申請要件に該当することが確認できる書類

必要書類

(例) ▼事業収入等報告書 ▼主たる生計維持者の令和3～4年の収入状況がわかる書類(給与明細、帳簿など) ▼事業廃止または失業したことがわかる書類 ▼コロナに罹患したことがわかる医師の診断書、入院勧告書など

大会

GOSEN CUP スウィングビーチ牧之原国際レディースオープンテニストーナメント 一球にかける思いがコートにある

問い合わせ 商工観光課 芳村武郎 ☎(53) 2623

「GOSEN CUP スウィングビーチ牧之原国際レディース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、本年度29回目を迎えます。2018年東レパンパシフィックOPで大坂なおみ選手を破り優勝したカリリナ・プリスコバ選手は、2011年に本大会で優勝しています。

国内の期待の若手選手も多く出場します。自由に観戦できますので、ぜひ会場に足を運んでみてください。



2021大会での興石亜美選手(左)と伊藤あおい選手

大会概要

名称	GOSEN CUP スウィングビーチ牧之原国際レディースオープンテニストーナメント2022
期間	[シングルス] ▶予選=10月3日(木)～4日(金) ▶本戦=10月4日(金)～9日(木) [ダブルス] ▶本戦=10月4日(金)～8日(木)
会場	静波リゾートホテル・スウィングビーチ(第二会場: 榛原総合運動公園ぐりんぱる)
試合種目	[シングルス] 本選=32人(予選=32人) [ダブルス] 16組
試合方法	[シングルス] ▶本戦=3タイブレークセットマッチ ▶予選=2タイブレークセット&10ポイントマッチタイブレーク [ダブルス] ノード方式 2タイブレークセット&10ポイントタイブレーク方式
主催	牧之原国際女子オープンテニス実行委員会(藤枝市テニス協会、焼津市テニス協会 他)
会場問い合わせ	静波リゾートホテル・スウィングビーチ ☎021717

*新型コロナウイルス感染症の状況により、入場規制をする可能性があります。



基調講演でこれからのまちづくりについて話す北川正恭先生

市民と「共創」のまちづくりを

■自治基本条例施行10周年記念シンポジウム

8月27日、相良総合センターい〜らで「牧之原市自治基本条例施行10周年記念シンポジウム」が開催され、県内外から約300人が参加しました。同条例の施行当初から関わっていただいた北川正恭先生（早稲田大学名誉教授）の基調講演のほか、佐藤淳先生（青森大学社会学部教授）がコーディネーターを務め、北川先生、市民ファシリテーター、杉本市長によるパネルディスカッションを実施。司会は「地域リーダー育成プロジェクト」に参加した高校生らが務めました。

子どもたちだけでまちをつくらう

■ぼくらのまちのはら2022

相良総合センターい〜らで8月22日、「ぼくらのまちのはら2022」が開催されました。この催しは、お店を作る、商品をつくる、仕事を探す、働く、給料を払う、買い物をする、税金を払うなどの体験を全て子どもたちが考え、子どもたちだけの「まち」をつくるものです。当日は、約30人のこどもスタッフが約2ヶ月に渡り準備してきたまちに、市民の子どもが続々と訪れ、買い物をしたりアルバイトをして給料をもらったり納税したりと、ぼくまちを楽しみました。



お店で買い物を楽しむ子どもたち

宝くじ助成でお祭り用品を整備

■自治総合センター コミュニティ助成事業

青池町内会（細江区）では7月、宝くじの社会貢献広報事業として一般財団法人自治総合センターが実施する「コミュニティ助成事業」を活用し、祭典などで使用する提灯、大太鼓、発電機などを整備しました。これにより、長年地域で大切にしてきたお囃子などの伝統行事にさらに多くの住民が参加できるようになり、世代を超えた交流が行われることで地域のつながりが深まり、コミュニティ活動が活発になることが期待されます。



整備した提灯、大太鼓、発電機などの備品



杉本市長（左）に受賞を報告した山本代表（右）ら

多年にわたり海岸の環境美化に貢献

■海事関係功労者 国土交通大臣表彰 受賞報告

8月26日、株式会社東遠浄化槽管理センターの山本一也代表取締役らが杉本市長のもとを訪れ、「令和4年度海事関係功労者 国土交通大臣表彰」の受賞報告を行いました。同社は、「東遠ビーチクリーン」としてさがらサンビーチの清掃活動を12年間で延べ118回実施しており、今回、多年にわたり海岸の環境美化に貢献したとして表彰されました。山本代表は「これからも継続して活動していきたい」と今後の抱負を語りました。

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 ☎0040 ✉seisaku@city.makinohara.shizuoka.jp

ズームイン！
カシャ！！



ビーチサン飛ばしにチャレンジする参加者

快晴の下、海と砂浜を満喫

■砂ASOBeach in 牧之原

8月7日、地頭方海浜公園で「砂 ASO Beach in 牧之原」が開催されました。この催しは、「海に入らなくても砂浜で楽しめるイベント」として平成30年から開催され、今年度で5回目の開催となりました。当日は快晴に恵まれ、砂浜での「宝探し」や「ビーサン飛ばし」、「水上カルタ」のほか、海の中でも楽しめるイベントもたくさん用意され、市内外から訪れた家族連れなど237人が海を満喫しました。参加した親子は「今年も参加できてうれしい。いろいろな遊びにチャレンジできた。また来年も参加したい」と声を弾ませて話してくれました。

ホストタウンのつながりをより強く

■相良高校・下田中学校 ホストタウン交流

8月10日、相良高校サーフィンサークルと下田中学校サーフィン部の生徒が市内でサーフトレーニングや地域紹介などを通じた交流を行いました。本市と下田市は、2020東京五輪に出場したUSAサーフィンチームの事前合宿をホストタウン連携事業として受け入れました。そのレガシーとして、両校でサーフィン活動が活発化しています。当日は、ジョン・オオモリ氏（米国オリンピック・パラリンピック委員会 元日本代表駐在員）による講演会も行われました。



静波サーフスタジアムで交流する両校の生徒ら



飛行機の機内を模したスペースで英会話に挑戦する児童

英語漬けの2日間

■イングリッシュキャンプ2022

8月3・4日の2日間、市内の小学5・6年生約30人が、市史料館で開催された「イングリッシュキャンプ」に参加しました。この教室は、英語に親しむ活動を通して、もっと英語を学びたい・話したいという意欲を持つことを目的として毎年実施されているものです。児童は、外国語指導助手（ALT）らと一緒に海外旅行の疑似体験や買い物体験を行ったり、日本の文化を発表したりしました。2日間の体験を終えた児童には、修了証書が手渡されました。

10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)	4日(火)	12:45~14:00	細江コミュニティセンター	国保年金課 ☎0023 オプション検査料金(税別) 尿酸検査:110円、前立腺がん検査:1,760円 心電図:1,650円
	25日(火)、26日(水)		ジーボ	
	27日(木)		相良保健センター	
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)	11日(火)	8:15~11:00	勝間田会館	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
	12日(水)、17日(月)		さざんか	
	14日(金)		相良保健センター	
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 さざんか	予約制 健康推進課 ☎0024
体組成測定会	4日(火)	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
自死遺族面接相談 「すみれ相談」	5日(火)	13:00~16:00	静岡県精神保健福祉センター	静岡県精神保健福祉センター ☎054 (286) 9245
	19日(水)		東部健康福祉センター(沼津市)	
自死遺族のつどい (東部わかちあい すみれの会)	15日(土)	13:30~15:30	ぬまづ健康福祉プラザ	静岡県精神保健福祉センター ☎054 (286) 9245
HIV抗体検査	①6日(木) ②20日(木)	①18:00~19:30 ②9:15~11:00	中部健康福祉センター	予約制 中部健康福祉センター-地域医療課 ☎054 (644) 9273
肝炎ウイルス検査	①6日(木) ②20日(木)	①18:00~19:30 ②9:15~11:00	中部健康福祉センター	予約制 中部健康福祉センター-地域医療課 ☎054 (644) 9273
精神保健福祉総合相談	4日(火)	13:30~	中部健康福祉センター (藤枝総合庁舎)	予約制 中部健康福祉センター-福祉課 ☎054 (644) 9281
	19日(水)	14:30~	島田健康福祉センター はなみずき	
不妊・不育専門電話相談	毎週(火) (年末年始祝日休み)	10:00~19:00	静岡県不妊・不育専門 相談センター	静岡県不妊・不育専門相談センター ☎080 (3636) 3229
	毎週(木、土) (年末年始祝日休み)	10:00~15:00		

Message 夏の疲れが出やすい時期です。
お知らせ 睡眠・食事に気をつけて体調を整えましょう！

10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)	3日(月)、17日(月) 24日(月)、31日(月)	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	20日(木)	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	26日(水)	9:00~9:30	さ	令和4年3月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳児健康相談	13日(木)	9:00~9:30	さ	令和3年10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)	27日(木)	12:50~13:30	さ	令和3年3月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	11日(火)	12:50~13:30	相	令和2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)	7日(金)	12:50~13:30	相	令和元年8月、9月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
予防接種説明会	4日(火)	10:00集合	さ	令和4年8月生まれ	母子健康手帳 出生時の配布資料	健
まきたまクラブ(要予約)	15日(土)	9:30~12:00	さ	妊婦(5~8カ月までの安定 期の人)とその夫または家族	母子健康手帳	健
離乳食教室(要予約)	20日(木)	9:50集合	さ	令和4年5月、6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)	27日(木)	13:30~14:30	子相	令和4年6月生まれ	母子健康手帳、パスポート、 参加費:100円(本代)	子榛

*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 子榛: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

*受診を希望する場合は、
事前に電話をお願いします。

▶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(10月1日(土)、9日(日)、
15日(日)、23日(日)、29日(日)の午後10時~翌日午前7時まで(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

10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)
2日(日)	田形内科医院 ☎05320	佐故医院 ☎07010
9日(日)	堀口外科医院 ☎05858	さかい耳鼻咽喉科医院 ☎01818
10日(月)	サガラ眼科 ☎02222	かわしりこどもクリニック ☎05555
16日(日)	御前崎市家庭医療センターしるわクリニック ☎03211	こどもクリニックおおかわ小児科 ☎06789
23日(日)	酒井内科医院 ☎01100	藤本クリニック ☎01200
30日(日)	渥美医院 ☎0583	三輪クリニック ☎07300

元気がないかをあらわす！

NO. 161

コロナ禍3年目、お酒ともうまく付き合いませんか？

●**コロナ禍の家飲みでは飲酒の頻度も量も上昇**

令和2年に家計消費が上がった食品の第1位は「ウイスキー」で前年比36.6%、第3位は「チューハイ・カワテル」で前年比32.5%上昇しました。

飲酒の頻度は3人に1人が増えたと答えています。

●**家飲みが「ワナ」他人の目が「自宅」で一人」という環境では、だらだらと、時間に関係なく飲酒できてしま**

います。「リモートワークで日中も飲みながら過ごしてしまう」など、困っている人の相談を受けている機会もあります。

●**ストレス**

コロナ禍では新しい生活様式に慣れるストレスに加え、密接を避けるために人とのつながりが少なくなることで、ストレスが増えます。

●**お酒との付き合い方**

「お酒の付き合い方」

①**基本は規則正しい生活**
食事、睡眠を含めた規則正しい生活のため、「お酒を減らす」「翌日の予定を考えると飲酒時間を守る」ことが大切です。次の項目に当てはまると要注意です。

②**以前よりもお酒に強くなった** ③**ストレス解消はお酒だけ** ④**飲み始めると止められない**

⑤**3分でもできる飲酒チェックツール！**

[SNAPPY-CAT] ウェブページで、ご自身のお酒との付き合い方が確認できます。その結果により、相談や受診について必要な情報が得られます。

●**些細なことでも相談を**
健康推進課では「こころとねむりの健康相談」で、飲酒の問題を含めた相談を受け付けています。

「ご自身のことでも身近な人のことでも構いません。些細と思えることでも、話すことで内容を整理できることもあります。」

先行きが見えにくい今だからこそ、健康的な生活を過ごしたいですね。

健康推進課



SNAPPY-CAT

人のうごき（牧之原市の人口）
POPULATION

■人口 43,725人（前月比+6人）
（内外国人 2,206人）
男性 21,763人 女性 21,962人
出生 18人 死亡 43人
転入 152人 転出 120人
そのほか -1人
■世帯数 17,223世帯（前月比+46世帯）
令和4年8月31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

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歳以上) 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



牧之原市子ども将棋大会が8月28日、相良総合センターい〜らで開催され、県内外から小学生13人、中学生5人の計18人が参加して白熱の対局を繰り広げました。この大会は、将棋によるまちづくり実行委員会が「先を考え読む力を学び、将棋の楽しさを未来に伝えていきたい」と企画し、市内では初めての開催となりました。

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
☎0040 Email:seisaku@city.makinohara.shizuoka.jp



わかすぎ
若杉 つづくちゃん(1歳)
令和3年7月20日生(白井)
家族のところに生まれてきてくれてありがとう。この幸せがずっとつづきますように。



せいだ
清板 にれくん(1歳)
令和3年8月24日生(大沢)
にれくん生まれてきてくれて本当にありがとう。たくさん笑って大きくなってね！



にしお さくたろう
西尾 咲太郎くん(2歳)
令和2年5月13日生(相良)
元気いっぱい、わんぱくな咲太郎くん！これからもみんなに笑顔の花を咲かせてね♪



いけだ あゆみ
池田 歩実ちゃん(1歳)
令和3年2月26日生(川崎)
笑顔がかわいい歩実♡お姉ちゃんといっぱい遊んで元気に、大きくなってね♪



おしらせ 募集方法が変わります！

これまで、「まきのはらKIDS」の募集は電話でのみ受け付けていましたが、**次回の募集からは、インターネットフォームで受け付けます。**
詳しくは、10月号の「まきのはらKIDS」コーナーでお知らせします。



子育て世代に役立つ情報発信中！



申し込み・問い合わせ 社会教育課図書係 元木香代 ☎037007 ☎037008
✉tosyo@city.makinohara.shizuoka.jp



「よもーね!マキノハラ」×「いこっと おとなの学び講座」
大人のためのおはなし会 ~ストーリーテリングを楽しむ~

ストーリーテリングとは、語り手が物語を覚え、語り聞かせることです。「素話」ともいいます。大人の皆さんに、あらためて物語の魅力を知っていただくおはなし会です。語り手の言葉で誘う、物語の世界をぜひお楽しみください！

- 【日時】 10月21日(金) 午後1時30分~午後2時40分(受付は午後1時から)
- 【場所】 図書交流館いこっと
- 【内容】 日本の昔話、遠州七不思議、創作など
- 【語り手】 浜松市 おはなしつむぎの会、牧之原市 おはなしクラブ
- 【定員】 20人(先着順)
- 【対象】 大人(お子さんには難しい内容です)
- 【申込方法】 図書交流館いこっと・榛原図書館の受付カウンター、電話、FAX、メールで受け付けます(上記の申込先参照)。
- 【その他】 当日は図書整理日(市立図書館の休館日)のため、おはなし会の参加者以外は入館できません。



市立図書館からのお知らせ

- 10月27日~11月9日の読書週間、10月31日のハロウィーンにちなみ、お楽しみイベントを開催予定です！イベントの詳細は、図書館ホームページ、市LINE公式アカウント、まきのはらTeaメールでお知らせします。
- 市図書館協議会の公募委員を募集します。詳しくは、22ページ「生活情報」をご覧ください。

新着本紹介



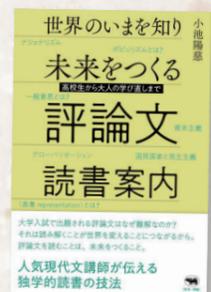
わたしの1ヶ月 1000円ごほうび
おづまりこ/著 KADOKAWA
図書交流館所蔵

著者は食費は1ヶ月2万円で過ごし、1000円の「ごほうび予算」で、なんでも好きなものを買っていいルールをもうけています。1000円とじっくり向き合うと、自分が一番好きなことややりたいことが見えてくる。生活がワクワクして、気持ちが満たされていくコミックエッセイです。



人が集まるSNSのトリセツ
小椋山美由紀/著
総合法令出版
榛原図書館所蔵

本書では、InstagramやLINEといったSNSを使って集客する方法をお伝えします。ここで紹介するテクニックは、時間・お金・知識・経験は必要なし！今すぐ、お客さまが集まるSNSを始めましょう！



世界のいまを知り 未来をつくる 評論文 読書案内
小池陽慈/著 晶文社
図書交流館所蔵

評論文を読み解くことは、世界をよきものにするための最良の独学の道である。世界のいまを知り、未来をつくるために必要な知識を伝える、学び直し読書案内。高校生から社会人まで、必読教養入門書。良書30冊の紹介とその読み解き方。



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 10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] 10月4日(木)
- [2コース] 10月5日(金)
- [3コース] 10月12日(金)
- [4コース] 10月13日(土)
- [5コース] 10月18日(木)
- [6コース] 10月19日(金)
- [7コース] 10月25日(木)
- [8コース] 10月26日(金)

曜日の変更があります。ご注意ください。



募集

いきいき脳トレ学習塾の参加者を募集します
市では、脳をいきいきと保ち、脳機能の維持改善を目的とした「いきいき脳トレ学習塾」を実施します。

「学習」「座談」「運動」の3つのプログラムで、脳全体の効果的なトレーニングを行います。新しい仲間に出会い、楽しく脳を活性化させましょう！
日時 10月4日(金)～令和5年2月14日(火) 毎週火曜日の午前中
会場 さざんか
対象 65歳以上の市民
参加費 月24000円
定員 24人
申込方法 窓口にて直接または電話で申し込む。
申込期限 9月28日(金)
申込先・問い合わせ 健康推進課 加藤 ☎(23)0024

ママサポートパーティーに参加してみませんか

「こんな時どうしよう」「イライラしてばかり」。毎日がその連続では？
講座では、子どもの育ちや実際の関わり方を学びます。
日時 11月4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)、12月2日(金)
午前10時～正午
会場 さざんか 会議室
対象 1歳から2歳11か月の未就園の子をもつ保護者(無料託児あり)
申込方法 子育て支援センター棟原・相良にある申込書に必要事項を記入し、窓口にて直接申し込む。
参加費 無料

定員 10人
申込期限 10月14日(金) (定員になり次第、締め切り)
問い合わせ こどもセンター 田中 ☎(23)0083

牧之原市図書館協議会公募委員を募集します

市立図書館では、市図書館協議会の委員を広く市民から募集します。
図書館協議会とは、図書館の運営について館長の諮問に応じるとともに、図書館が行う図書館奉仕について館長に意見を述べる機関です。
募集人数 2人
任期 委嘱日から2年間
協議会日程 平日昼間に不定期で年3回程度開催予定(1回約2時間)
報酬 1回3500円
対象 ▼満18歳以上(高校生を除く)で市内に住所を有する人
▼市の2つ以上の審議会の委員になっていない人
申込方法 社会教育課、各図書館またはホームページにある申込用紙に必要事項を記入し、図書館交流館いこっくに提出する。後日面接による選考を行う。
申込期限 11月7日(日)
問い合わせ 社会教育課図書係 八木・水野 ☎(23)7007

中小企業で働く皆さんの福利厚生をサポート

榛南地区勤労者共済会では、会員を募集しています。
当会は、個々の事業所では対応が難しい事業主や従業員の方の福利厚生・共済給付事業などのお手伝いをする団体です。さまざままな福利厚生事業サービスを提供しています。
対象 法人・個人事業主
申込先・問い合わせ 静岡県こども家庭課 ☎054(221)3309
kotate@pref.shizuoka.jp

相良原子力防災センター「サーボ」に電話が開通

相良原子力防災センター「サーボ」に電話が開通しました。施設のお問い合わせなどは、直接お電話ください。
問い合わせ 相良原子力防災センター「サーボ」 ☎(23)6450

県行政書士会榛原支部による無料相談会開催

県行政書士会榛原支部が、官公署に提出する書類作成に関することなど、無料相談会を開催します。当日参加可能です。
日時 10月5日(金) 午前9時～午前11時
会場 市役所相良庁舎 1階ロビー
対象 吉田町、牧之原市、御前崎市在住の人
参加費 無料
問い合わせ 県行政書士会榛原支部 鷲坂 ☎(58)0109

不妊症や不育症について悩んでいる皆さんへ

「不育症ではないか」と不安を抱える人を対象に、専門医師による検査や治療に関するセミナー、同じ思いを持つ皆さんとの交流を予定しています。
詳細や申込方法
などは、県こども家庭課ホームページを確認してください。
日にち 10月16日(日)

医師の不妊・不育面接相談

県では、不妊・不育症について悩んでいる人を対象に、産婦人科医師による面接相談を実施します(予約制)。予約後、面接時間と会場をお伝えします。
日にち 10月23日(日)
会場 ふしみや貸会議室(静岡市葵区呉服町2・3・1 ふしみやビル)
申込方法 電話またはメールで申し込む。
申込期限 ▼電話 10月14日(金) ▼メール 10月16日(日)
問い合わせ 静岡県こども家庭課 ☎054(221)3309
kotate@pref.shizuoka.jp

水道メーター取り替えに協力をお願いします

各家庭や事業所の水道メーターは、計量法により8年で取り替えることになっています。10月15日(日)～31日(金)ごろまでに、市が委託する水道工事店が、該当する家庭や事業所に伺い、無料で取り替えます。
*対象者には事前に連絡。
問い合わせ 水道課 紅林 ☎(23)0081

第十一回特別弔慰金の請求手続きはお早めに

第十一回特別弔慰金の請求期限が近づいています。期限を過ぎると請求できなくなります。詳しくはお問い合わせください。
対象 戦没者等の死亡当時の遺族で、いづれかに当てはまる人
①令和2年4月1日までに戦傷病者戦没者遺族等援護法による弔慰金の受給権を取得した人
②戦没者等の子、父母、孫、祖父母、兄弟姉妹(要件により順

二ユーをご用意しているほか、企業の魅力アップもお手伝いします。ぜひご利用ください。
対象 牧之原市と吉田町の事業所に勤務する労働者・事業主
費用 ▼入会金1千円 ▼月額8000円
申込期間 随時
申込先・問い合わせ 榛南地区勤労者共済会 ☎(22)9671

県営住宅の入居希望者を随時募集しています

詳細は、ホームページまたは県内の公営住宅関係窓口に配布している「県営住宅のご案内」をご確認ください。
問い合わせ 静岡県住宅供給公社 住宅サービス課 ☎054(255)4824

肝臓病についての正しい知識を身につけよう

浜松医科大学医学部附属病院の先生による市民公開講座「もっと知ろう！肝臓病」を開催します。
日時 11月3日(日) 午前10時～午前11時45分(開場 午前9時30分)
会場 さざんかふれあいホール
対象 内容に関心がある人、肝臓病患者やその家族など
内容 ▼講演①「ウイルス性肝炎について(40分)」「講演②「日常の感染対策について(20分)」「質疑応答・レクリエーション(肝炎体験・ストルーテスト)(45分)」
参加費 無料
定員 50人

島田樟誠高校では秋のオープンスクール開催

位は入れ替わる。
③その他戦没者等の三親等内親族(1年以上生計を有していた場合に限り)
支給内容 額面25万円、5年償還の記名国債
申請期限 令和5年3月31日(金)
請求窓口 社会福祉課(さざんか1階)、市民課相良窓口係(相良庁舎1階)
問い合わせ 社会福祉課 渡辺 ☎(23)0070

交通事故の補償問題などでお困りの皆さんへ

自動車事故にあわれ、示談をめぐる損害賠償の問題でお困りの方へ、交通事故紛争処理センターの弁護士が、中立・公正な立場で、当事者間の紛争解決のお手伝いをします。弁護士費用は、解決するまで一切かかりません。まずは、電話で予約をお願いします。
問い合わせ 交通事故紛争処理センター 静岡相談室 ☎054(255)5528

いろいろなことが一度に聞ける無料相談会開催

不動産、表示に関する登記、税金、労働、年金、経営相談、行政手続、法律手続きなど、各分野の専門家が応じます。
日時 10月29日(日) 午前10時30分～午後4時
会場 静岡商工会議所4階401会議室(静岡市葵区黒金町20・8)
申込方法 メールに①氏名②希望時間帯③相談内容④連絡先一を記載し申し込む。
*完全予約制・先着順(定員になり次第、受付終了)
申込先・問い合わせ 静岡県土地家屋調査士会 ☎054(282)0600
info@shizuka-chosashi.or.jp

カウンセリング講座受講生を募集しています

「聞く」体験を通して、生活に役立つカウンセリングを学びます。全日本カウンセリング協議会認定カウンセラーへの道も開かれています。
日時 10月(令和5年3月)全15回 ▼金曜日(午後7時～午後9時30分)その他(曜日調整中) 11月(令和5年3月)全15回
会場 静岡カウンセリング研修センター 静波教室(静波

1699番地49)
コース 入門・基礎・エンカウター
対象 どなたでも
定員 7人
参加費 ▼入門(3回のみ) 6千円 ▼基礎 2万8千円
申込先・問い合わせ 静波教室 中川 ☎(22)4524

里親制度などに関心がある人の相談会を開催

さまざまな事情で家族と暮らせない子どもたちを、自分の家庭に迎え入れ、温かい愛情と理解で成長をサポートする人が「里親」です。「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 10月11日(日) 午後1時30分～午後3時30分
会場 さざんか 相談室4
問い合わせ 児童家庭支援センターはるかぜ ☎054(656)3456

児童手当の10月期分が口座に振り込まれます

令和4年度児童手当現況届の所得審査などに基つき、児童手当の10月期分(令和4年6月～9月分)を10月12日(金)に指定口座へ振り込みますので、受給者は確認をしてください。
対象 児童手当の受給者(0歳～中学校修了までの子どもを養育する父母など)
問い合わせ 子ども子育て課 子育て支援係 ☎(23)0071

入札結果の公表 7月 国：国保年金課 環：環境課 建：建設課 水：水道課 学：学校教育課 管理検査課 荒川 ☎02602

Table with 5 columns: 工事・委託名, 予定価格(税抜), 落札価格(税抜), 落札率, 落札業者. Rows include items like 国民健康保険特定健康診査受診勧奨業務委託, 牧之原市一般廃棄物処理基本計画中間見直し業務委託, etc.



輝け!未来

ふくしま・ゆうり

福島 優吏さん
 川崎小学校6年 静波区

僕は将来サッカー選手になりたい 自信をつけてもっと上手い選手になりたいです

僕は、将来サッカー選手になりたいです。パリサンジェルマンのメッシ選手は、僕の憧れです。ドリブル中に転ばされても負けずにプレーを続けるメッシ選手みたいになりたいくて、僕は練習がない日も近くのグラウンドで自主練習をしたり、家でボールを触ってドリブルをしたりしています。努力をして自信をつけて、もっと上手い選手になりたいです。

ペンを置いてー編集幸記

▼平田寺で開催される「おいお茶杯第63期王位戦」七番勝負第5局の開催日は、ちょうどこの9月号の出稿日です。藤井聡太王位と豊島将之九段の勝負の様子は、残念ながらこの号には掲載できませんが、10月号に掲載する予定です▼市ではこの王位戦の開催にあたって、「地産地勝」と銘打ち、地場産品を使った「勝負メシ」を募集しました。市内18の飲食店・菓子店からエントリーされたメニューはどれもおいしそうなものばかり。対局当日、2人がどのメニューを選ぶのか楽しみます▼もちろん、この「勝負メシ」はお店に行けば食べることができません(一部要予約)。皆さんも「勝負メシ巡り」をしてみたいかがでしょうか。お店とメニューは、「牧之原市勝負メシ」で検索してみてください。

