

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

蛭ヶ谷の田遊び

3年ぶりの伝統の舞

RIDEON
MAKINOHARA

特集 図書館からのお知らせ

榛原図書館リニューアルに向け休館 ほか

特集 楽しく学んで健康に!

食育セミナー

March
2023
NO.258

3



走る図書館 移動図書館ひまわり号



移動図書館は、図書館から遠くにお住まいの人や、図書館に行くのが不便な皆さんに、図書館の本を届けるサービスです。

ひまわり号は、一般書・児童書合わせて約3千冊の本を搭載し、市内31ステーションを8コースに分けて、毎月1回巡回しています。どなたでも無料で利用できます。ひまわり号の本棚を、一度のぞいてみませんか。



- ◎図書館利用者カードは、図書交流館いこっと・榛原図書館・ひまわり号のどこでも無料で作ることができ、3館のすべての本を借りることができます。手続きには、本人・住所が確認できる身分証をお持ちください。
- ◎ひまわり号では、大人は5冊、子どもは3冊まで借りることができます。
- ◎読みたい本がひまわり号にないときは、担当職員にリクエストしてください。用意ができ次第、巡回時にお持ちします。
- ◎図書交流館いこっとや榛原図書館で借りた本は、返却期限内であればひまわり号で返すことができます。

令和5年度 ひまわり号運行表

1コース【火曜日】

| ステーション | 時刻 |
|-------------|---------------|
| 牧之原第6町内会公民館 | 10:00 ~ 10:30 |
| 牧之原中央町内会集会所 | 10:50 ~ 11:10 |
| 勝間田小学校 | 12:30 ~ 13:30 |
| MEGAドンキ | 14:20 ~ 14:40 |
| 榛原文化センター | 15:15 ~ 16:15 |

2コース【水曜日】

| ステーション | 時刻 |
|----------|---------------|
| 笠名公民館 | 10:00 ~ 10:30 |
| 遠渡公民館 | 11:00 ~ 11:20 |
| 地頭方小学校 | 12:30 ~ 13:30 |
| ジーボ | 14:10 ~ 14:30 |
| 榛原文化センター | 15:15 ~ 16:15 |

3コース【火曜日】

| ステーション | 時刻 |
|-------------|---------------|
| さがら子生れ温泉会館 | 10:00 ~ 10:20 |
| 養護老人ホーム 相寿園 | 10:40 ~ 11:10 |
| 萩間小学校 | 12:50 ~ 13:50 |
| JA萩間支店 駐車場 | 14:10 ~ 14:30 |
| 榛原文化センター | 15:15 ~ 16:15 |

4コース【水曜日】

| ステーション | 時刻 |
|-------------|---------------|
| 坂部第2農業センター | 10:00 ~ 10:20 |
| 久翁寺 駐車場 | 10:40 ~ 11:00 |
| 坂部小学校 | 12:30 ~ 13:30 |
| 元JA坂部支店 倉庫側 | 14:10 ~ 14:30 |
| 榛原文化センター | 15:15 ~ 16:15 |

5コース【火曜日】

| ステーション | 時刻 |
|--------------|---------------|
| 神明神社 | 10:00 ~ 10:20 |
| スーパー カネハチ | 10:50 ~ 11:10 |
| 細江小学校 | 12:40 ~ 13:30 |
| 細江コミュニティセンター | 14:10 ~ 14:30 |
| 榛原文化センター | 15:15 ~ 16:15 |

6コース【水曜日】

| ステーション | 時刻 |
|----------|---------------|
| 相良小学校 | 10:00 ~ 10:30 |
| 牧之原小学校 | 12:40 ~ 13:30 |
| 菅山原公民館 | 14:10 ~ 14:30 |
| 榛原文化センター | 15:15 ~ 16:15 |

7コース【火曜日】

| ステーション | 時刻 |
|---------------|---------------|
| 切山下農業研修センター | 10:00 ~ 10:20 |
| 東慶林公園 | 11:00 ~ 11:20 |
| 川崎小学校 | 12:40 ~ 13:40 |
| 特別養護老人ホームうたしあ | 14:20 ~ 14:40 |
| 榛原文化センター | 15:15 ~ 16:15 |

8コース【水曜日】

| ステーション | 時刻 |
|---------------|---------------|
| たきび塾 | 10:00 ~ 10:30 |
| 大寄地区公民館 | 11:00 ~ 11:20 |
| 菅山小学校 | 12:40 ~ 13:30 |
| 介護老人保健施設 はるかぜ | 14:10 ~ 14:40 |
| 榛原文化センター | 15:15 ~ 16:15 |

*榛原文化センターには、改修工事に伴う榛原図書館休館後の5月から、臨時窓口として巡回する予定です。

*巡回日は、毎月の広報まきのはらの「図書館へ行こうよ」に掲載します。4月の巡回日は、今号の20ページをご覧ください。また、図書館ホームページに掲載するとともに、市立図書館各館でも配布しています。



榛原図書館はリニューアルに向けて休館します

榛原図書館は、環境改善と機能・サービスの向上を目指して、5月からリニューアルのための工事を始めます。休館期間中の図書館については、次のとおりです。

休館期間(予定)
5月1日(月)
▼
令和6年春



本を借りる

移動図書館ひまわり号が榛原文化センターへ週2回巡回します(次ページ運行表参照)。



本を返す

榛原文化センター入口・図書交流館いこっとのブックポストをご利用ください。移動図書館ひまわり号や図書交流館いこっとで返すこともできます。



本の予約・リクエスト

図書交流館いこっとの本を取り寄せて借りたり、本のリクエストをしたりできます。詳しくは図書館ホームページを参照するか、図書館カウンターでおたずねください。



図書館雑誌スポンサー提供雑誌

榛原図書館の雑誌スポンサーが提供する雑誌や広告は、図書交流館いこっとで展示します。

榛原図書館改修後のイメージ図(プロポーザル時に提案されたもの)



図書交流館いこっと 東京2020オリンピック・パラリンピックの「レガシー材作品」を設置

図書交流館いこっとに「ロングチェア」と「ブックラック」が届きました。これは、静岡県木材の良さや使う意義のPRと、東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会が県内で開催された証を伝え残すため、選手村ビレッジプラザで使われた木材を、静岡県が県民からアイデアを募集し、レガシー(遺産)として制作したものです。



レガシー材作品の詳細は県ホームページをご覧ください



楽しく学んで健康に！

食育セミナー

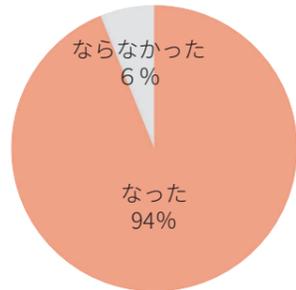
「食や健康に関する知識を学びたい」「自分や家族の健康管理に役立てたい」「仲間づくりがしたい」—。そんな人に「楽しく学んで健康に！食育セミナー」を紹介します。ご家庭ですぐに実践できる方法を、管理栄養士、保健師、健康運動指導士など、各分野の専門家から学びます。

問い合わせ 健康推進課 鈴木悠太郎 ☎0024



セミナー参加者の変化

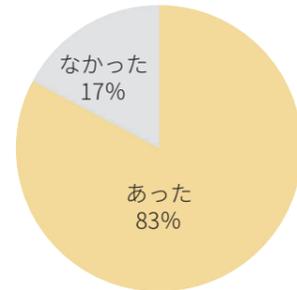
食事調査は食生活を見直すきっかけになりましたか



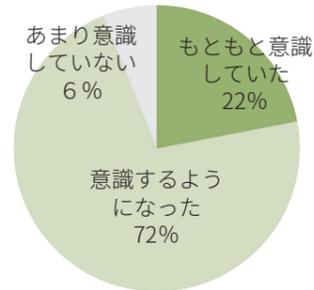
◎セミナー前後で行う食事調査によって、参加者の9割が食生活を見直すきっかけとなり、8割が食生活に変化がありました。

◎食事バランスの意識については、2割が「もともと意識していた」、7割が「意識するようになった」と答えています。

セミナーに参加して食生活に変化はありましたか



食事バランスへの意識の変化はありましたか



どの講座も刺激になった

食について勉強できて、人と出会う場所で、楽しくセミナーを受けることができた

献立を考えるときにバランスを意識するようになった

参加した皆さんからうれしい声をいただいています！

あなたも **令和5年度 食育セミナー** に参加してみませんか

- [日程] 6月から令和6年1月までの月1回 (全8回)
- [時間] 午前9時~午前11時30分 (予定)
- [参加費] 2,500円 [定員] 25人
- [申込期限] 5月26日迄
- [申込先] 健康推進課 ☎0024



健康長寿のために食推協と一緒に活動しませんか

健康長寿のためには、食事・運動・社会参加が大切です。食育セミナー全8回のうち5回受講すると、食推協に入会できます。毎月1回の定例学習会では、楽しみながら食育に関する知識を増やし、調理実習で新しいレシピに挑戦することができます。地域の皆さんと一緒に活動することで、社会参加することができます。

過去にセミナーを受講した人も入会できますので、活動に興味を持った人は、健康推進課(事務局)にお問い合わせください。



食推協メンバー

食育セミナーって?

6月から1月まで月1回、全8回の学習会を行います。

内容は、参加者が楽しみながら学び、健康になれるようなものとなっており、市食育推進計画に基づき、食育活動や高血圧・糖尿病予防のほか、トランポウォーク、お茶の正しい入れ方などを幅広く学ぶことができます。

令和4年度は、以下のような活動を行いました。

講座

災害に備えて実際の被災地での様子を報告してもらいました。また、平成30年のアンケートでは家庭内の備蓄が減っていたことから、「ローリングストック法」の活用を学びながら、備蓄品を活用した調理実習を行いました。

その他にも高血圧予防、糖尿病予防などの講座と、講座で学んだことを生かした調理実習を行います。



お茶の入れ方セミナー

普段から飲んでいる「お茶」ですが、おいしい入れ方やお茶の種類を知ることで、今まで以上にお茶を楽しむことができます。



地域の食育活動

地域で食育活動を行う牧之原市食生活推進協議会(食推協)の会員から活動内容を学び、一緒に調理実習を行います。本年度のセミナーでは、市の特産品であるトマト「マキノハニー」、はちみつ「ハニーボーイ」、小松菜を使用したグラタンや、手作りドレッシングなどを作りました。



大好評！トランポウォーク体験

健康に過ごすためには、食事だけでなく運動も大切です。トランポウォーク体験や握力測定を行うこの回をきっかけに、運動習慣ができたという参加者もいます。



令和5年度も「介護者のつどい」開催します！

同じ悩みを抱えている人、介護の経験をした人同士で交流してみませんか。

対象者（市内在住の人）

- ◎在宅で介護をしている人
- ◎これまでに介護を経験した人
- ◎今は介護をしていないが、将来的に介護に不安を感じている人

- ★一回のみの参加でも、年間予約でもOK！
- ★参加を希望する場合は、各問い合わせ先にお申し込みください。送迎を希望する場合は、申し込みの際に担当にお伝えください。

| | 日時 | 内容 | 会場・定員 | 申込先・問い合わせ |
|-----|-----------------------|---|---------------------------------------|-----------------------|
| 第1回 | 5月24日 午前9時半～午前11時半 | ①運動機能向上・転倒予防体操 ②座談会「認知症を考える～在宅介護の悩みを解決！～」 | さざんか(静波991番地1) 定員：20人 | まるにデイサービス ☎2102 |
| 第2回 | 7月9日 午前10時～正午 | ①在宅での口腔ケア ②座談会「口腔」 | はぎまデイサービス (西萩間695番地6) 定員：15人 | 相良清風園 ☎0550 |
| 第3回 | 9月21日 午前9時半～午前11時半 | ①運動機能向上・転倒予防体操 ②座談会「認知症の理解とかわり～想いで伝えるケア・想いが伝わるケア～」 | さざんか 定員：20人 | まるにデイサービス ☎2102 |
| 第4回 | 11月12日 午後1時半～午後3時半 | ①アイシングクッキーづくり ②座談会「介護食」 | デイサービスセンター 真菜(坂口2771番地1) 定員：15人 | デイサービスセンター真菜 ☎3220 |
| 第5回 | 1月14日 午前10時～正午 | ①自宅でできる運動、フレイル予防 ②座談会「運動習慣と介護知識」 | はぎまデイサービス 定員：15人 | 相良清風園 ☎0550 |
| 第6回 | 3月3日 午後1時半～午後3時半 | ①春のお花を素敵にアレンジしましょう！ ②座談会「介護のワンポイントアドバイス」 | デイサービスセンター 真菜 定員：15人 | デイサービスセンター真菜 ☎3220 |

3月1日時点の企画内容です。新型コロナウイルス感染症の状況により、中止または延期となる場合があります。

ガンバルーン体操で介護予防

by まるにデイサービス

認知症
座談会も
実施！

自分を大切に、
健康に気を付けて
介護を続けて
いきたいです



自分の相談した
ことに対して、丁寧
に対応してもらえて
良かった

いろんな人と話を
し、自分自身の
ことを考える機会に
つながりました

介護者に寄り添う「つどいの場」 介護者教室に参加してみませんか

市は、介護の不安や悩みを抱えている人に対し、介護者教室（介護者のつどい）を実施しています。教室では、楽しい催し物のほか、介護者同士の相談やスタッフからのアドバイスももらえる座談会も行っています。教室に参加して、気分をリフレッシュしてみませんか。

問い合わせ 長寿介護課 小川弘美 ☎20076

令和4年度「介護者のつどい」教室の様子

季節のお花をフラワーアレンジメント

おいしい和菓子づくり

by デイサービスセンター真菜



介護者のつどいは
生きがいに
なっています



介護者のつどいに
参加し、気持ちが
落ち着きました



口腔ケアで健康に過ごそう

お正月飾りづくりに挑戦

by 相良清風園



参加者同士、
同じ悩みを相談
し合えて良かった



発達障がいってどんな種類があるの？

発達障がいには、いくつかの種類があります。代表的なものを紹介します。

ASD（自閉スペクトラム症）

人とのコミュニケーションがうまくできなかったり、特定の物や場所に強いこだわりを示すなどの特徴があります。2～3歳ごろから特性が目立ち始めます。

例えば…

- ▶場の空気をよむのが苦手
- ▶人よりも、物や図形に関心が強い
- ▶大きな音、大勢の人がいるところ、気温の変化など、感覚が敏感



AD/HD（注意欠如/多動症）

注意力が散漫（不注意）、落ち着きがなくじっとしてられない（多動性）、衝動的に行動を起こしてしまう（衝動性）などの特徴があり、日常生活や学習に支障をきたすことがあります。幼稚園などで集団行動をする4～5歳ごろから特性が目立ち始めます。

例えば…

- ▶授業中など、座っていても手足をもじもじする
- ▶忘れ物やミスが多い
- ▶他の人の会話に割り込む
- ▶作業の段取りが苦手



* 1つの特徴を持つ人ばかりでなく、重なった特徴を持っている人も多くいます。

SLD（限局性学習症）

知的能力に遅れがないにも関わらず、読む、書く、計算する、推論するなどの特定の分野に困難さがみられます。就学後に特性が目立ち始めます。

例えば…

- ▶文字や行をとばして読んでしまう
- ▶数を数えることはできるが計算ができない
- ▶文字を書くときに枠からはみ出してしまう



私たちにできる支援って？

発達障がいは、すぐに診断することは難しいとされています。それは、年齢や環境などのさまざまな要因により、一人一人の状態や目立つ症状が違ってくるからです。

大切なことは、その人がどんなことができ、何が苦手なのか、どんな魅力があるのかといった「その人に目を向けること」です。そして一人一人にあった支援があれば、誰もが自分らしく生きていけるのです。

発達障がいの人は、抽象的なことへの理解が苦手です。具体的な表現で、本人にとって分かりやすい伝え方を心がけましょう。

また、体罰や厳しいしつけで特性を直そうとすると、「ひきこもり」や、家庭内暴力など二次的な表れにつながることがあります。「感情的になっただけ」叱責しない、「他の子と比べない」などのことを心がけて、

発達障がいは、生まれつきの「脳の機能が関係する障がい」といわれています。決して、親のしつけ方や、本人の努力不足、性格上の問題ではありません。小さいころからその症状が現れるため、早い時期から周囲の理解を得て、適切な支援や環境の調整を行うことが大切です。

問い合わせ ことどもセンター 田中ちとせ ☎(23) 0083

知っていますか？

発達障がい

伝え方の例

- ◎言葉だけで伝えるよりも、写真や絵・文章など、見てわかる方法を合わせて伝えるとわかりやすい。
- ◎あいまいな表現を避け、具体的な言葉で伝える。例えば、「ちょっと待ってね」ではなく、「5分待ってね」と伝える。
- ◎一度に複数のことを指示しないで、1つずつ順番に伝える。

今できていることを認めたり、褒めたりすることで、自信や肯定感が得られます。

気になることがあるときは、一人で抱え込まずに、所属の園や学校、専門機関へ相談しましょう。

市民向けセミナーを行いました

市は1月14日、総合健康福祉センターさざんかで発達に関するセミナーを行いました。講師に焼津市の夏目徹也先生をお招きし、子どもの発達を伸ばすためには「感覚を育てる遊びをたくさん実践することが大切」ということを学びました。例えば、体のバランスをとるのに重要な「前庭感覚」を育てるためには、公園のすべり台やブランコなどで遊ぶことで、生活の中で転んだりぶつかったりしにくくなり、動きがスムーズになる効果があります。また、「見る」視知覚を育てるためには、間違い探しや迷路ゲームのほか、散歩をしながら季節の草花を発見することで、人の表情がわかりやすくなったり、本の内容や黒板の内容がわかりやすくなったりする効果があります。後半には、実際のおもちゃや用具に触れる機会や実演もあり、参加者は楽しみながら発達について考えました。



相談窓口はどんなところがあるの？

牧之原市こどもセンター

臨床心理士、保健師、社会福祉士などの専門職を配置し、発達障がいに関する相談にも応じています。対象者は0歳～18歳未満の子どもとその家族です。

牧之原市静波991番地1 さざんか2階
☎②0083（午前8時15分～午後5時）
*土日祝日、年末年始を除く

静岡県中西部発達障害者支援センター **coco**

発達障害者支援法に基づき、都道府県・指定都市に設置されています。発達障がいやその疑いがある人、そのご家族が豊かな地域生活を送ることができるよう、相談に応じ、支援を行う機関です。対象者の年齢は問いません。

島田市大川町10番1号 エフビル3階
☎0547-39-3600（午前9時～午後5時）
*土日祝日、年末年始を除く

市税の新しい納付方法 (QRコードからの納付)が始まります

4月から、スマートフォン（スマホ）決済アプリを使って、納付書に表示されているQRコードを読み取ることで、電子納税できるようになります。

*これまで通り、市の納付窓口・金融機関・コンビニエンスストア・口座振替も利用できます。
問い合わせ 税務課 大橋真実 ☎③0022

従来の納付方法

- ▶ 口座振替
- ▶ コンビニエンスストア、金融機関
- ▶ 市の納付窓口
- ▶ スマホ決済（バーコード）



4月からの納付方法

- ▶ 口座振替
- ▶ コンビニエンスストア、金融機関
- ▶ 市の納付窓口
- ▶ スマホ決済（QRコード、バーコード）
- ▶ 地方税お支払いサイト



新しい納付方法のご案内

* 領収書は発行されません

01

スマホ決済アプリ（地方税お支払いサイトに順次掲載）で納付する場合

スマホ決済アプリを起動し、納付書（下の見本参照）に表示されているQRコードを読み取って納付することができます。



02

「eLTAX 地方税お支払いサイト」を通じて納付する場合

納付書に記載されているQRコードをスマホで読み取り、クレジットカードなどで納付できます。QRコードを読み取るカメラやリーダーがない場合には、納付書に記載されているeL番号を入力することで手続きできます。

◎事前に「eLTAX 地方税お支払いサイト」への登録が必要です。手続き方法などは同サイトをご覧ください。

◎同サイトでは、QRコードを連続で読み取り、まとめて納付することができます。大変便利です。ぜひ利用してください。

利用にあたっての注意点

- ▶ 納付書には有効期限がありますので、納期までに納付をお願いします。督促手数料や延滞金などが発生した場合には、督促状による納付をお願いします。
- ▶ 電子納税では領収書などは発行されませんので、必要な場合は金融機関窓口やコンビニエンスストアなどで納付をお願いします。
- ▶ 納付書にはQRコードとバーコードが記載されています。QRコードで納付した後にバーコードを読み取ってしまうと、二重納付になってしまいます。二重納付防止のため、QRコードのみ使用してください。二重納付してしまった場合には、税務課まで連絡してください。

QRコードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

静岡県原子力防災訓練 実施しました

静岡県および関係11市町（御前崎市、牧之原市、掛川市、菊川市、袋井市、磐田市、森町、島田市、藤枝市、焼津市、吉田町）は、県内各所で静岡県原子力防災訓練を実施しました。本市の訓練内容をお知らせします。

問い合わせ 危機管理課 大石剣心 ☎③0058

①原子力防災講座（2月4日）

地頭方原子力防災センターでは、市民や関係福祉施設職員、市職員、消防署職員など47人が「原子力防災講座」を受講しました。

講師には、福井大学先進部門附属国際原子力工学研究所の安田伸宏教授をお招きし、「原子力防災と放射線 行動を起こすために最低限知っておくべきこと」について講義いただきました。

参加者は、原子力災害とはどのようなものか、放射線から身を守るためにはどうすればよいのかなどについて学びました。



②警戒区域設定訓練（1月25日）

静岡県警、牧之原市、静岡県の合同訓練として、国道150号の相良橋付近で、原子力災害時の警戒区域の設定と立入制限などの対応を確認しました。



③緊急時モニタリング訓練（1月31日）

原子力災害時に、環境放射線の状況に関する情報収集などのため緊急時モニタリングを行う要員を対象に、資機材の使用の確認や試料採取の手順の確認を行いました。



このほか、放射線防護施設稼働訓練、静岡県オフサイトセンター運営訓練、新東名高速道路浜松サービスエリアで行われた住民避難訓練（④）などに、職員が参加しました。



市にご寄付をされた山崎善道さん（福岡区）が、紺綬褒章を受章しました。紺綬褒章は、国益のため、国、地方自治体に対して多額の私財を寄付した人に対して、その功績が顕著と認められた場合、国から授与されるものです。山崎さんは令和3年11月に、「広く牧之原市の地域福祉の推進のために活用してほしい」と市にご寄付をされ、今回の受章となりました。このたび執り行われた伝達式では、杉本市長から褒状と褒章のメダルを伝達し、ご寄付に対する謝辞を述べました。市では、いただいたご寄付を子どもの貧困対策事業などに活用していきます。

褒章

市に多額のご寄付
 紺綬褒章の伝達式を執り行いました
 問い合わせ 秘書政策課 増井麻奈美 ☎(23)0052



杉本市長から褒状の伝達を受ける山崎さん(右)



写真左から、大石副市長、杉本市長、山崎さん、橋本教育長

健康

基本的な感染対策は継続しましょう
3月13日からマスク着用の方が見直されました
 問い合わせ 健康推進課 ☎(23)0024

今まで

屋外では原則不要
 屋内では原則着用

3月
 13日～

マスク着用は
 個人の判断が基本

以下の場合には注意しましょう

- ①周囲の人に感染を広げないために、以下の場面ではマスクを着用しましょう
- ▶ 受診時や医療機関・高齢者施設を訪問する時
 - ▶ 通勤ラッシュ時など混雑した電車・バスに乗車する時

- ②ご自身を感染から守るために、マスク着用が効果的です
- ▶ 高齢者・基礎疾患を有する人
 - ▶ 妊婦
 - *重症化リスクの高い人が感染拡大時に混雑した場所に行く時

学校におけるマスク着用の考え方の見直し

4月1日から適用されます。それまでは、これまでの考え方に沿った対応をお願いします。

お願い

マスクを着用するかどうかは、個人の判断に委ねることを基本とし、本人の意思に反してマスクの着脱を強いることがないようお願いします。
 *事業者の判断でマスク着用を求められる場合や、従業員がマスクを着用している場合があります。

マスク着用の考え方の見直し後も、基本的な感染対策は継続を

以下のような基本的な感染対策については、引き続き励行をお願いします。
 ▶「三つの密」の回避 ▶人と人との距離の確保 ▶手洗いなどの手指衛生 ▶換気

選挙

投票日は4月9日回 必ず投票しましょう
静岡県議会議員選挙が行われます
 問い合わせ 選挙管理委員会(総務課) 北原大輔 ☎(23)0050

本年は統一地方選挙の年となり、牧之原市では、任期満了に伴う静岡県議会議員選挙が4月9日回に行われます。県政の代表を選ぶ重要な選挙です。必ず投票に出掛けましょう。

選挙の日程

- ▶ 告示日 3月31日(金)
- ▶ 投票日 4月9日(回)

投・開票

- ▶ 投票 午前7時～午後8時(投票所は表1のとおり)
 - ▶ 開票 午後9時15分～(会場＝静波体育館)
- *投・開票の速報や結果については、市ホームページで公開します。

期日前投票

投票日当日は混雑が予想されます。感染症対策のため、積極的な期日前投票の利用をお願いします。

- ▶ 期間 4月1日(土)～4月8日(日)
 - ▶ 時間 午前8時30分～午後8時
 - ▶ 会場 榛原庁舎 2階ラウンジ
 - ▶ 相良庁舎 1階ロビー
 - ▶ 持ち物 入場券
- *入場券が届いていなくても投票できます。

【表1】指定投票所一覧

| 投票所 | 対象区 |
|-------------------|-----------|
| 1 市役所相良庁舎 | 相良、福岡、大沢 |
| 2 B & G海洋センター | 波津 |
| 3 片浜コミュニティ防災センター | 片浜 |
| 4 大江区民館 | 大江 |
| 5 須々木区民館 | 須々木 |
| 6 菅山区公民館 | 菅山 |
| 7 萩間小学校体育館 | 中里、白井、神奇 |
| 8 東萩間公会堂 | 西萩間、東萩間 |
| 9 牧之原区民センター | 牧之原(相良地域) |
| 10 地頭方区公民館 | 地頭方、落居 |
| 11 ジーボ | 豊岡、新庄、遠渡 |
| 12 市役所榛原庁舎 | 静波(東) |
| 13 静波コミュニティ防災センター | 静波(西) |
| 14 川崎コミュニティ防災センター | 川崎 |
| 15 細江小学校体育館 | 細江(南) |
| 16 細江コミュニティセンター | 細江(北) |
| 17 勝間田会館 | 勝間田 |
| 18 牧之原コミュニティセンター | 牧之原(榛原地域) |
| 19 坂部区民センター | 坂部 |

候補者の政見や経歴などを掲載した「選挙公報」は、新聞折り込みで配布します。新聞を購読していない人は、市選挙管理委員会へ連絡いただければ、個別に郵送させていただきます。また、市役所庁舎をはじめ、公共施設などにも配架をしますので、ご利用ください。

観光

第13回ロケーションジャパン大賞「部門賞 支持率部門」
映画『沈黙のパレード』×「牧之原市」が受賞
 問い合わせ 商工観光課 水嶋智子 ☎(53)2623



壇上で感謝と意気込みを述べる杉本市長(中央)

「映画『沈黙のパレード』×「牧之原市」が「第13回ロケーションジャパン大賞」の「部門賞 支持率部門」を受賞しました。2月16日には、リーガロイヤルホテル東京(東京都新宿区)で授賞式が開催され、杉本市長が表彰状を受け取りました。映画『沈黙のパレード』は、本通り商店街やしんまち遊園

ド周辺、相良小学校グラウンドなど、市内各所で撮影が行われ、多くの市民エキストラの皆さんが撮影に参加しました。杉本市長は壇上で、一般アンケートで多くの皆さまからご支持いただいたことへのお礼のほか、悪天候や新型コロナウイルスの影響を受けながらも素晴らしい作品を作り上げてくださった制作スタッフや、地元での撮影を支えた商店街や地元住民、事業者、エキストラやボランティアの皆さまへの感謝を述べました。そして、「今後もロケ支援を通じ、ロケツーリズムにつなげ、地域活性化を促進していく」と意気込みを伝えました。

「部門賞 支持率部門」は、一般アンケートで多くの皆さまからご支持いただいたの受賞となります。市内での撮影や一般投票にご協力いただき、ありがとうございました。

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。
*市民相談センターの間違い電話が多くなっています。
番号をよくお確かめの上、お電話いただきますようお願いいたします。



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 9:00～12:00
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 4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 4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
市民ライフサポートセンターしずおか
しだいはい事務所 ☎054(646)6055
市民相談センター ☎030088

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 4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 ☎054736575

行政相談

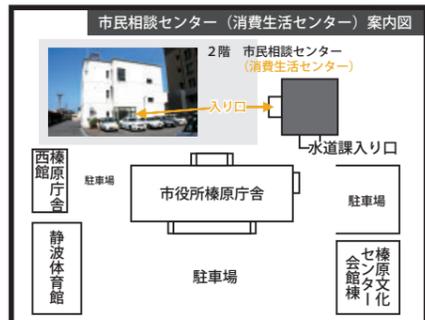
行政相談委員が、行政に対する苦情や要望などの相談を受け付けます。
期日 4月5日(木)・19日(木)
時間 10:00～12:00
会場 市民相談センター
市民相談センター ☎030088

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 4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



*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

環境

毎年4月から6月は「狂犬病予防注射月間」です
忘れないで！狂犬病予防注射
問い合わせ 環境課 太田侑甫 ☎(53) 2609



年1回の飼い犬への予防注射は、法律で義務付けられています。飼い主の皆さまは、事前に動物病院の空き状況などを確認し、密集を避けながら予防注射を受けるようご協力をお願いします。
また、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、令和5年度の狂犬病予防集合注射は中止となりました。ご不便をおかけしますが、お近くの動物病院の利用をお願いします。
なお、病気や高齢などの理由により、獣医師に予防注射を打てない診断された場合は、獣医師に「狂犬病予防注射実施猶予証」を発行してもらい、環境課へ届け出て下さい。猶予証が発行された年度に限り、注射が猶予されます。



*新しく犬を飼い始めた人は、30日以内に登録が必要です。登録料(3千円)を持参し、環境課(相良庁舎1階)または市民課(榛原庁舎2階) 窓口申請してください。
*生後90日未満の犬は登録できません。90日経過後に申請をしてください。
*飼い犬が死亡している場合は、市環境課までご連絡ください。

持ち物
①愛犬手帳
②料金3500円
(注射料金2950円・注射済票交付手数料550円)

相談

しっかりと確認してトラブルを防止しましょう
スマホ決済の注意点をお知らせします
問い合わせ 市民相談センター 杉山通明 ☎(23) 0088

スマホ決済は、「○○Pay」などの名称で提供されているキャッシュレス決済手段のひとつです。スマホに専用アプリを入れ、銀行口座やクレジットカードをアプリに登録するほか、現金で事前にチャージできるものもあります。支払いの際に、読み取り機にスマホをかざすもの、バーコードやQRコードを読み取るものなどがあります。

かざす: スマホを読み取り機(リーダー)にかざして支払う
コードを読み取る: スマホに表示させたコードを店舗の端末に読み取らせて支払う
店頭に設置されたQRコードをスマホで読み取って支払う

自分に適したスマホ決済事業者を選ぶ
スマホ決済は、利用に応じたポイント付与などが魅力的ですが、

継続的に使わなければならない場合、残額など管理の手間がかかる一方で、ポイントなどのメリットは少なくなります。普段からよく利用する店舗で、そのスマホ決済が使えるかどうか確認しましょう。
なお、利用している携帯電話会社やネット通販サイトなどの系列会社が提供するスマホ決済を選ぶと、同じポイントのため効率的です。

- トラブル防止 チェックポイント
- 決済額を必ずその場で確認し、レシート・利用履歴を残す。
 - 第三者に悪用されないように、スマホ端末のロック機能やアプリのパスワードなどの自己管理を徹底する。
 - 不正利用時などの補償の有無や条件を確認しておく。
 - スマホ紛失時の利用停止方法と機種変更時のデータ移行方法を事前に確認しておく。
 - スマホ決済事業者への連絡方法を確認し、メモしておく。
 - 使用できる上限額を確認し、使いすぎに注意する。

広報担当が取材に行きます。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。カシャ!!
 情報交流課 ☎030040 ✉seisaku@city.makinohara.shizuoka.jp



将棋の駒の動かし方を解説する村田女流二段

将棋の歴史や魅力を学ぶ

■男と女のフォーラム

相良総合センターい〜らで2月26日、「男と女のフォーラム」が開催され、村田智穂女流二段が「私が伝える将棋の魅力」と題して講演しました。講演では、前年9月に平田寺で対局が行われた「お〜いお茶杯第63期王位戦七番勝負」第5局の様子や、加藤桃子女流三段（細江区出身、静岡まきのはら大使）に関する情報など、本市にまつわる話題を交えながら、将棋の歴史や駒の動かし方などを解説。「対戦アプリなどもたくさんあるので、ぜひ将棋をやってみて」と呼びかけました。

次世代エネルギーの可能性を知る

■水素エネルギー出前教室

2月14日、相良小学校5年生73人を対象に「水素エネルギー出前教室」が開催されました。この教室は、再生可能エネルギーとして注目されている水素を、児童たちにわかりやすく知ってもらおうと、県のエネルギー政策課と静岡ガス株式会社の職員が講師となり行われました。児童は、水素を作り、そのエネルギーを使って物を動かす実験や、水素をエネルギーとして動く燃料電池自動車の試乗や見学など、体験を通して水素について学びました。



装置を回して制限時間内に水素をつくることに挑戦する児童



本殿にて「御神体」の状態を確認した保存会メンバー

御神体を守り五穀豊穡を願う

■県指定無形民俗文化財「一幡神社の御神事」

一幡神社（菅山区）に伝わる県指定無形民俗文化財「御神事」が、2月11日から12日にかけて行われました。この神事は、五穀豊穡を願い、二十八名と呼ばれる28軒の家が主催となり執り行われる宮座行事で、本殿で1年間守ってきた「御神体」（あられ状の餅）の状態を、今年1年が豊作かどうか占うものです。一幡神社御神事保存会の増田邦彦会長は「時代に合わせたやり方で、末長く継承していきたいよう努力していく」と力強く話しました。

早春の田沼路を3年ぶりに駆ける

■第66回田沼意次牧之原市マラソン大会

第66回田沼意次牧之原市マラソン大会が2月5日、市役所相良庁舎周辺を舞台に開催され、市内外から約400人が出場しました。3年ぶりの開催となったこの大会は、「そろりスタート」を合言葉に、2kmの部と5kmの部のみの実施とし、タイム計測や表彰を行わないイベント性の高い大会として開催されました。出場者は、晴天に恵まれた早春の田沼路を思い思いのペースで駆け抜け、沿道からは温かい声援が飛び交いました。



号砲とともに一斉にスタートする2kmの部の出場者

一足早い春を満喫

■坂口谷川沿いの河津桜が見頃

坂口谷川（坂部区）沿いの約60本の河津桜が、2月下旬に見頃を迎え、鮮やかなピンク色の花が訪れた人の目を楽しませました。2月23・25・26日には、地元住民による「坂口谷川河津桜まつり2023」が、ハイナン農協みかん選果場駐車場で3年ぶりに開催されました。会場では軽トラやキッチンカーが出店して地場産品や飲食物の販売、音楽コンサートなどが行われ、多くの来場者でにぎわいました。また、3月3日まで夜間ライトアップも実施されました。



満開の河津桜の写真を撮って楽しむ来場者



ソウルへの出発便をお見送りするキャラクターと関係者ら

約3年ぶりの国際線運航をお祝い

■静岡ーソウル便のチャーター便が運航

富士山静岡空港では、国際線が令和2年3月11日から全便欠航となっていましたが、2月25日、2年11か月ぶりの国際線の運航となる、チェジュ航空（韓国）の静岡ーソウル線のチャーター便が運航されました。これを記念し、当日は静岡牧之原茶のキャラクター「チャーフィン」をはじめ周辺市町のキャラクターが参加して搭乗者に記念品を配布し、お見送り・お出迎えを行うなど、空港内は祝賀モードに包まれました。

全国の舞台での活躍を誓う

■全国大会出場選手が市役所を表敬訪問

各競技で全国大会への出場を決めた市内在住の児童・生徒らが、杉本市長や大石副市長、橋本教育長のもとを訪れ、全国大会への出場決定を報告するとともに、大会での活躍を誓いました。市役所を訪れたのは、ソフトテニスの田中楓さん（菅山小4年）、硬式野球の滝口陽喜さんと増田悠祐さん（ともに榛原中2年、島田ボーイズ所属）、剣道の加藤心那さん（池新田高2年）です。各競技の全国大会は3月下旬から4月にかけて、各地で開催されます。



「今まで練習してきたことを発揮して、頑張って勝ちたい」と話した田中さん（中央）



「全国レベルの投手からヒットを打ちたい」と話した滝口さん（左）と「チームの勝利に貢献したい」と話した増田さん（右）



「県大会で2位だった悔しさと、コロナ禍で全国大会がなくなった兄の悔しさもぶつけて頑張りたい」と話した加藤さん（右）

4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 |
|-------------------------|-----------------------|-------------|--------------------|--|
| 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 | 11日(火) | 9:00~11:00 | 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」 | 開催予定 | | | 静岡県精神保健福祉センター ☎054 (286) 9245 |
| 自死遺族のつどい(東部わかちあい すみれの会) | | | | |
| HIV抗体検査 | 20日(木) | 9:15~11:00 | 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 | 20日(木) | 9:15~11:00 | 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) | 13:15~ | 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(火) | 14:15~ | 島田市保健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) | 13:00~17:00 | 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 季節の変わり目は体調を崩しやすいです。お知らせ しっかりと休養と睡眠をとるようにしましょう。

4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)(要予約) | 3日(月)、10日(月) 17日(月)、24日(月) | 9:00~11:00 | さ | 妊婦 | 妊娠届出書、マイナンバーがわかる書類、通帳、印鑑 | 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、バスタオル | 健 |
| 7か月児健康相談 | 26日(木) | 9:00~9:30 | さ | 令和4年9月生まれ | 母子健康手帳、アンケート、バスタオル | 健 |
| 1歳6か月児健診(満年齢) | 13日(木) | 12:50~13:30 | さ | 令和3年9月生まれ | 母子健康手帳、アンケート、バスタオル | 健 |
| 2歳児歯科健診 | 18日(火) | 12:50~13:30 | さ | 令和3年3月、4月生まれ | 母子健康手帳、アンケート、バスタオル | 健 |
| 3歳児健診(満年齢) | 21日(金) | 12:50~13:30 | 相 | 令和2年2月、3月生まれ | 母子健康手帳、アンケート、バスタオル | 健 |
| 予防接種説明会 | 6日(木) | 10:00~11:00 | さ | 令和5年2月生まれ | 母子健康手帳 出生時の配布資料 | 健 |
| 離乳食教室(要予約) | 20日(木) | 9:50集合 | さ | 令和4年11月、12月生まれ | 母子健康手帳、アンケート | 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 |
| 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) | 25日(火) | 10:15~11:15 | 子橋 | 令和4年12月生まれ | 母子健康手帳、バスタオル、参加費:100円(本代) | 子橋 |

*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/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 BCG:相良B&G海洋センター
子橋: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) 藤: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 子橋: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(1日回、9日回、15日回、23日回、29日回の午後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

4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。 ☎21131

| 期日 | 開業医(榛原西部地区) | 開業医(榛原東部地区) |
|--------|-------------------|----------------|
| 2日(日) | 廣瀬医院 ☎0006 | 藤本クリニック ☎1200 |
| 9日(日) | 石井内科皮膚科医院 ☎0013 | 田崎クリニック ☎8585 |
| 16日(日) | 渡辺内科医院 ☎5232 | 玉井整形外科医院 ☎6667 |
| 23日(日) | 中村医院耳鼻咽喉科歯科 ☎0434 | 千内科クリニック ☎1001 |
| 29日(祝) | 座光寺医院 ☎3206 | いしだ眼科 ☎1400 |
| 30日(日) | あかほりクリニック ☎5555 | 三輪クリニック ☎7300 |

元気にいかを煮! NO. 167

今月は、ビタミンDがたっぷりとれるレシピを紹介いたします。

ビタミンDは、コロナ禍で屋内での生活時間が増えるのと不足する可能性があり、感染防御能力の低下、骨代謝の低下、運動不足による骨粗しょう症や骨折につながる場合もあります。将来のためにも、できることからはじめましょう。

●ビタミンDを多く含む食品(魚介類、鮭、かつお、しらす干し、きのこ類を食事に取り入れましょう。●適度な日光浴により、体内でビタミンDが合成されます。

《作り方》

- ①フライパンにオイルを熱し、皮をむいて薄切りにしたにんにくを炒める。にんにくがカリッとしたところで取り出し、一口大に切ったかつおを両面焼く。
- ②石づきを取ってほぐしたまいたけを加え、炒める。
- ③Aの調味料を加えて炒める。
- ④③をお皿に盛り付け、炒めたにんにくと小口切りのねぎをのせる。

《1人分栄養価》

| | |
|-------|---------|
| エネルギー | 143kcal |
| タンパク質 | 21.2g |
| 脂質 | 4.2g |
| 食塩相当量 | 1.5g |

たくさんレシピが、まきはぐ総合サイト内の「知りたい」のカテゴリ内に掲載されています。食事に活用してください。



まきはぐ総合サイト▶ 

健康推進課

《材料 4人分》

| | |
|----------|------|
| ○かつお | 300g |
| ○にんにく | 2かけ |
| ○オリーブオイル | 大さじ1 |
| ○しょうゆ | 大さじ2 |
| ○粒マスタード | 大さじ2 |
| ○まいたけ | 1パック |
| ○葉ねぎ | 適量 |

人のうごき（牧之原市の人口）
POPULATION

■人口 43,466人（前月比-27人）
（内外国人 2,358人）
男性 21,586人 女性 21,880人
出生 12人 死亡 56人
転入 192人 転出 173人
そのほか -2人
■世帯数 17,226世帯（前月比+5世帯）
令和5年2月28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

4月の納期一覧
国民健康保険税 随期 5月1日
後期高齢者医療保険料 随期 5月1日
介護保険料(65歳以上) 第1期 5月1日
水道料 2・3月分 5月1日
保育料 4月分 5月1日
市営住宅使用料 4月分 5月1日

トップページ（表紙のお話）
TOP PAGE



蛭児神社（中里区）で2月11日、国指定重要無形民俗文化財の「蛭ヶ谷の田遊び」が3年ぶりに披露されました。かがり火のもと、氏子の青年男子が、五穀豊穡や子孫繁栄を祈願するさまざまな演目を語りと所作のみで約5時間にわたり披露し、訪れた多くの人々が静かに見守りました。

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
☎03040 Email:seisaku@city.makinohara.shizuoka.jp



かとう あまね
加藤 海音ちゃん(0歳)
令和4年5月25日生(川崎)
元気に育ってね★



いけだ りょうま
池田 涼真くん(5歳)
平成29年11月15日生(細江)
人を笑わせるのが大好きなお兄ちゃん★おかげで弟もいつもニコニコ★ありがとう★



まつした りく
松下 睦くん(1歳)
令和3年9月24日生(細江)
いつも元気でわんぱくな睦くん！大好きなおもちゃに囲まれてすくすく育ってね♥



ますだ さくら
増田 咲良ちゃん(0歳)
令和4年6月21日生(地頭方)
生まれてきてくれてありがとう！毎日咲良からたくさん笑顔をもたらってるよ。

元気なKIDS募集中！

LoGoフォームで随時受付中です。

【対象となる子ども】

- ▶市内在住 ▶応募時点で6歳未満
- ▶過去に「まきのほらKIDS」に掲載されていない



LoGoフォーム

マキココ マキノハラコドモコンダテナビ
子育て世代に役立つ情報発信中！
市ホームページ インスタグラム

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

収集したベルマークで新しい本が入りました

市立図書館では、ベルマークや使い終わったインクカートリッジを集めて、児童書と交換し、図書交流館、榛原図書館、移動図書館へそろえる活動をしています。ご家庭で集めたベルマークを、図書館へお持ち寄りください。本年は29冊の本をそろえ、展示しています。



特別企画「榛原図書館」

【期間】 3月18日(土)～4月30日(日) 【場所】 榛原図書館

榛原図書館の歴史を振り返る

1979(昭和54)年から始まった「榛原文化センター図書室」が、今日の榛原図書館のはじまりでした。これまでの榛原図書館の歴史をパネルにして展示します。図書館の歴史クイズに挑戦してみませんか。

本市出身の漫画家・サカズキ九さん
サインと著作の特別展示

本市出身のサカズキ九さんが作画を担当するマンガ『送球ボーイズ』と原画、サイン色が寄贈されました。同作は、ハンドボール部の高校生が全国大会を目指す、大人気青春マンガです。繊細な描写をぜひ原画でご覧ください。
*図書交流館いこっども、サカズキ九さんのサインを展示します。
*他にも、お楽しみイベントをたくさん予定しています！



榛原図書館は5月1日(日)から改修のため休館します。詳しくは本紙2ページをご覧ください。

市立図書館 3月・4月の特集展示

3月18日(土)～4月20日(日)

警察官

3月18日(土)にミルクウェイスクエアで開催されるイベント「警察官がどんな仕事をしているのか学ぼう！」と連携し、警察官の仕事に関する本や刑事小説などを展示します。

【共催】 牧之原警察署



みんなたいせつ 個性 特性 多様性

障がいのある人たちが生活しやすい社会は、皆さんが幸せに生活できる社会につながります。4月2日の「世界自閉症啓発デー」と4月2日から8日の「発達障害啓発週間」にあわせて、本の紹介とリーフレットの配付を行います。

【共催】 こどもセンター、社会福祉課



おかげさまで図書交流館いこっどもは、4月17日に開館2周年を迎えます！

お楽しみイベントを開催予定です。詳しくは、図書館ホームページ、市LINE公式アカウント、まきのほらTeaメールでお知らせします。子どもも大人も、みんなが楽しめるイベントへ、どうぞお出かけください！

移動図書館ひまわり号 巡回日程 4月

巡回コースの詳細は、本紙3ページ、図書館ホームページをご覧ください。
【1コース】4月4日(日) 【2コース】4月5日(月) 【3コース】4月11日(日) 【4コース】4月12日(月)
【5コース】4月18日(日) 【6コース】4月19日(月) 【7コース】4月25日(日) 【8コース】4月26日(月)

*巡回場所・時間は昨年度と同じです。



図書館 HP



募集

大人の公文式「脳活塾」説明会の参加者を募集

脳をいきいきと保ち、脳機能の維持改善を目的とした「大人の公文式 脳活塾」の説明会を開催します。市の現状や効果的なトレーニング方法を説明後、教室参加希望の確認をします(教室は5月18日(日)午前9時30分から毎週木曜日開催)。

「要約筆記者養成講座」の受講生を募集します

聴覚障がい者へのコミュニケーション支援として、その場の話を文字で伝える要約筆記者を養成します。期間 5月21日～11月19日の日曜日(全23回) *8割以上の出席で修了

申込方法 電話で申し込む。定員 20人(手書きコース10人、パソコンコース10人) *受講申込書の記載事項で選考(パソコンコースは4月16日(日)に事前選考会を実施)

令和5年度子どもまきのほら塾が始まります 市内の小学生を対象に、新しい体験をしながらたくましく成長できる「地域密着型体験教室」として、令和5年度も「子どもまきのほら塾」を開講します。

みんなでソーレ！〜カヌーだよ！全員集合〜 焼津の海でカヌーを漕ぎ、海を身近に感じ、自然の雄大さを肌で感じませんか。

吉田町水道の水質検査結果をお知らせします 吉田町上下水道課では、水道法の基準に基づいて毎月水質検査を実施し、細江地区、坂部地区に、安全な水道水を供給するよう努めています。

「C型肝炎救済特別措置法」一部改正のお知らせ 「特定ファイブリンゲン製剤及び特定血液凝固第Ⅸ因子製剤によるC型肝炎感染被害者を救済するための給付金に関する特別措置法」が一部改正されました。

つき保護者1人、小学1〜3年生までの児童は2人につき保護者1人の同伴が必要▼3歳未満は、保護者が付き添って活動を見学することは可能

県営住宅の入居希望者を随時募集しています 募集の詳細は、ホームページまたは県内の公営住宅関係窓口で配布している「県営住宅のご案内」でご確認ください。

あなたもカウンセリングを学んでみませんか 「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。

電柱の上からガラスの巣を見つけたら連絡を！ 春が近くなると、ガラスが産卵のために電柱に巣を作ります。巣の中には針金などの金属が入っていることがあり、それが停電の原因となることがあります。

「遠州アコフェスEAST」をいっただけ開催！ 県内外のアマチュアトップアーティストが集結！日時 5月3日(日) 午後0時45分(開場11時)

入札結果の公表ー1月

総務課 秘書政策課 地：地域振興課 茶：お茶振興課 建設課 教：教育総務課

問い合わせ 管理検査課 荒川 ☎2602

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. Lists various construction and service contracts with their respective prices and winners.

中国伝統武術の体験会に参加してみませんか 中国伝統武術でありながら競技スポーツとしての進化を遂げた、効果的な全身運動です。

お知らせ 所有している固定資産について確認できます 前年中に固定資産の売買や相続をした人などは、新年度の資

産の内容を確認しましょう。 「土地・家屋価格等縦覧帳簿」縦覧期間 4月3日(日)〜5月31日(日) 午前8時15分〜午後5時(土・日・祝日を除く)

令和5年度固定資産税台帳の閲覧 閲覧期間 4月3日(日)〜令和6年3月29日(日) 午前8時15分〜午後5時(土・日・祝日を除く) 場所 榛原庁舎2階 市民課



輝け!未来

さくらのこ
櫻井

勝間田小学校6年 勝間田区
暖心さん



私の将来の夢は看護師になること 不安な人を励ます優しい看護師になりたい

私の将来の夢は看護師になる事です。おじいちゃんが病気で入院してお見舞いに行った時、看護師さんは一つ一つの仕事をていねいにやっておじいちゃんを助けてくれました。私は、元気と笑顔を届ける事ができるこの仕事にだんだんと憧れるようになりました。不安になっている人を励まし、また明日へと進むきっかけとなれるような優しい看護師になりたいです。

ペンを置いてー編集幸記

▼ここ数カ月、ニュースや新聞、この広報まきのほらでも「3年ぶり」という言葉をよく使うようになりました。今号も表紙の「蛭ヶ谷の田遊び」のほか、「まちのわだい」ページでも3つの記事で使用

▼中でも、富士山静岡空港の国際線チャーター便の取材では、国際線ロビーがにぎわう様子を久しぶりに見ることができました。また、お見送りやお出迎えの際には、多くの人々が笑顔で手を振る様子を見て、うれしい気持ちになりました。3月下旬には定期便も再開予定とのことなので、楽しみです▼今号が発行される頃には、マスクの着用が個人の判断に委ねられています。もちろん、すぐにマスクなしの元の生活に戻るのには難しいと思いますが、徐々にコロナ禍前の日常に戻っていければと思います。

