

MAKINOHARA



広報まきのほら

夢に乗るまち牧之原 豊かな自然を活かした
心豊かでアクティブな暮らしが実現できるまち

RIDE ON
MAKINOHARA

夢の鈴鹿8耐に
出場決定！

ゲズンハイト レーシング
『GESUNDHEIT Racing
RIDE ON MAKINOHARA EJ』

特集 榛原総合病院は地域の皆様の健康と生活をお守りいたします
地域包括ケア病棟オープン

特集 パソコンやスマートフォンで！
便利なオンライン手続き

July
2023
NO.262

7

診療体制

外科の診療体制が整いました。緊急の外科手術を受け入れています。

急性期治療に力を入れています

急性期とは、病気になって間もない時期のことです。この時期は病気やけがによる状態が刻々と変化しますので、的確な状況判断や迅速な対応が必要です。

救命救急センターを有する病院や地域の救急指定病院などでは担っている機能・医療であり、他職種との連携を取りながら突然の容体急変のリスクにも備えます。

救急医療

24時間365日救急車を受け入れています。

▶2022年救急車受け入れ実績：2,010件
(小児科：平日は夜間救急の対応可能)

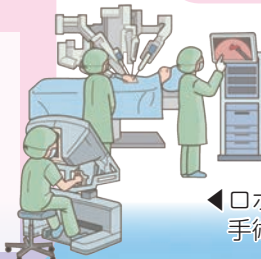


急性期病棟 (180床)

対象診療科：内科、外科、整形外科、婦人科、泌尿器科、心臓病センター、口腔外科、小児科

心臓病センター 医師を増員しました (循環器・心臓血管外科)

循環器病は一刻を争うケースが多いため、緊急カテーテル治療や心臓手術ができる体制を確立しています。



◀ロボットによる手術導入(予定)



心臓血管カテーテル治療



回復期リハビリテーション病棟 (46床)



訪問看護ステーション『わかば』



療養病棟 (42床)



検診センター

健康診断や人間ドックを行い、早期発見、早期治療につなげます。



地域包括ケア病棟 (32床)

急募

看護師など スタッフ募集中!

病床数の増床に伴い、看護師、看護補助者、介護福祉士、薬剤師を募集しています。直接病院までご相談ください。

問い合わせ
総務課 馬上
☎②1131 (代表)



採用情報 HP



私たちは、「一人ひとりを大切に」看護できるよう患者様に寄り添ってまいります。より地域に密着した医療・看護の提供を目指しております。

看護部長 やぎゆきの 八木千乃

榛原総合病院は地域の皆様の健康と生活をお守りいたします



地域包括ケア病棟オープン

問い合わせ 榛原総合病院 患者支援センター 杉田、川島
☎②7301 (直通) ※平日の午前8時30分～午後5時

地域包括ケア病棟とは

急性期治療を経験し、病状が安定した患者様に対して、60日間を限度として、在宅や介護施設への復帰に向けた医療や支援を行う病棟です。「在宅での療養に不安があり、もう少しの入院治療で社会復帰できる患者様」または「在宅で生活療養しているが、家族の介護負担が大きく一時的に入院希望がある家族」のために、地域包括ケア病棟を準備し、安心して退院していただけるよう支援していきます。



▲寝たまま入れる「機械浴」の設備があります

入院の対象となる患者様

- ▶入院治療により病状が安定し、在宅復帰に向けてリハビリテーションが必要な人
- ▶在宅復帰や介護施設での療養に準備が必要な人
- ▶在宅で見ていた家族の介護休暇が必要な人 など



▲ホールで集まって、食事や集団リハビリなどを行うこともあります

入院から退院までの流れ

急性期病棟に入院
または在宅での療養



患者様と相談
入院前の生活状況などを
確認させていただきます。



地域包括ケア病棟に
入院 (60日限度)



退院または施設入所

入院の申込方法

- ①現在治療中の医療機関で、主治医や医療ソーシャルワーカーに相談してください。
- ②紹介状と情報シートを当院に提出してください。
- ③当院で入院適応 (必要性) について検討させていただきます。

より良い医療を提供するために

- 病状や介護量など、入院前と変化しているところを確認して、退院後の生活場所を決めていきます。
- 退院後の住まいの環境づくりのために、必要な患者様には自宅訪問します。
- 退院後の医療や療養環境が継続できるように、利用する介護サービスを具体的に相談させていただきます。
- 退院後の生活における心配事や介護方法の相談をさせていただきます。



婦人科検診についてのお知らせ

対象者に受診券を送付します

【対象者】

- ▶ 令和3年度（骨粗しょう症検診は平成30年度）に市の婦人科検診を受診した人
- ▶ 令和4年度に未受診かつ25、30、35、45、50、55、60、65歳の人
- ▶ 令和4年度に未受診かつ健康推進課に令和5年度婦人科検診の受診希望の連絡をした人

たまには母娘と一緒に
検診に行ってみるのも
ありかも？



無料クーポン券を配布します

【令和5年度対象者】

- ▶ 子宮頸がん＝平成14年4月2日～平成15年4月1日生まれ
- ▶ 乳がん＝昭和57年4月2日～昭和58年4月1日生まれ

令和3年度以前に婦人科検診を受診された人で、受診を希望する場合、申請フォーム（右二次元コード）への入力もしくは健康推進課（☎0024）までお問い合わせください。



申請フォーム

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、相良保健センターなど	○	○	○	受診券の同封文書参照	WEB ハガキ	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（一部土曜日も受診可能）	電話	12月16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）	WEB 直接来院	12月23日 国まで	なし

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

検診の日程、内容について

詳しい日程、場所、検査項目は、市ホームページまたは受診券の同封文書をご覧ください。

●女性の総合がん検診と特定健診の同時受診可能日

婦人科集団検診では、「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あります。完全予約制で、全ての検診を1時間で受診することができます。（*両日午前のみ）

【日程】 ▶ 8月12日国＝総合健康福祉センターさざんか ▶ 8月16日国＝相良保健センター

●託児の利用可能日

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】 ▶ 9月4日国＝総合健康福祉センターさざんか ▶ 10月4日国＝相良保健センター

【検診内容】

	検診名	対象年齢（令和5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
長寿特定健診	計測、血圧、尿検査、血液検査 クレアチニン、e-GFR * 40歳時、貧血検査・尿酸値あり	国保加入：40歳	無料
		国保加入：41～74歳	1,000円
		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歳の人、1,300円で受診可能です。それ以外の人、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。

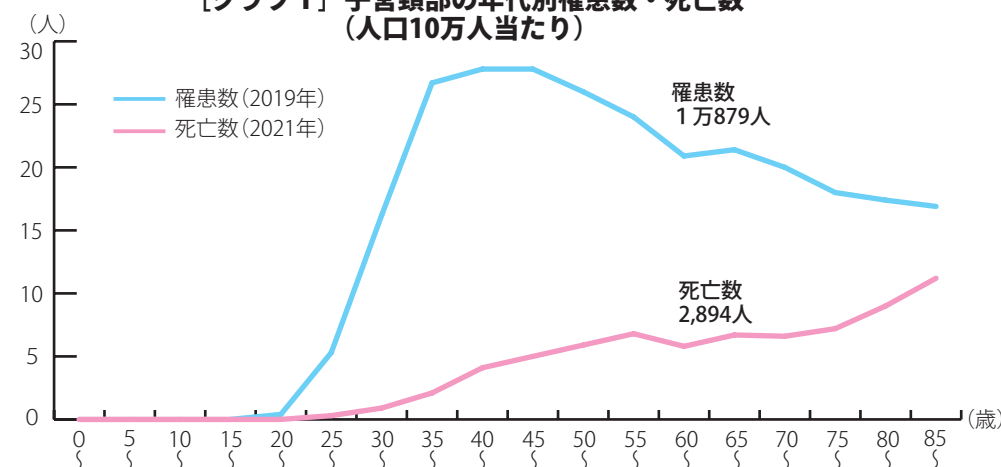
◎今年度から、婦人科集団検診の予約方法が変更になりました。詳しくは、受診券に同封された予約案内を確認してください。



20代後半以降から増える
「子宮頸がん」

子宮頸がんは、子宮の入口（子宮頸部）にできるがんです。30歳～40歳代に多く発症しますが、20歳代後半から増えています（グラフ1）。20～30歳代の若い女性では、乳がんに次いで多いがんです。子宮頸がんの罹患には、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は生涯で約80%がHPVに感染している可能性があります。早期のうちほとんど自覚症状がないため、自分で気付くのが難しいという怖い点もあります。子宮頸がんは、早期発見・治療で90%以上が治ります（*1）。

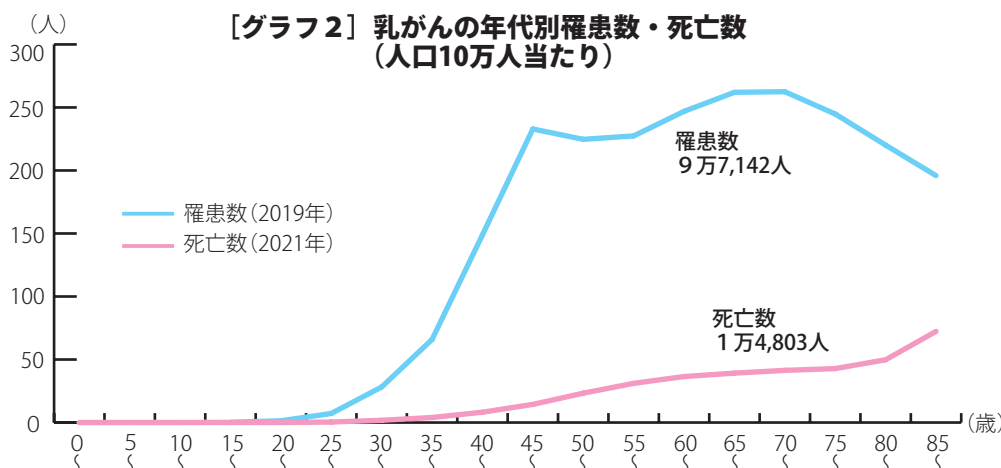
【グラフ1】 子宮頸部の年代別罹患数・死亡数（人口10万人当たり）



9人に1人がかかるという
われている「乳がん」

乳がんは、女性に一番多いがん、40～50歳代をピークに罹患が増加しています。日本人女性の約9人に1人が乳がんにかかる危険性があり、子育てや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。入浴や着替えの際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。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10万人当たり）



【出典】（グラフ1・2） 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

がんは、若い女性にはあまり関係のない病気だと思われるかもしれませんが、女性特有のがんは若年層化が進み、20～40歳代で罹患するケースが急増しています。乳がん、子宮頸がんは女性であれば誰でも罹患する可能性があり、検診を受けずにいると、大切な体の一部や機能を失い、命に関わることもなにかねません。異常がなくても、2年に1回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

特定セット検診のご案内

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。

「榛原総合病院」実施分（実施時間＝午前9時～午前11時）

【実施日・場所】

- ▶12月16日 国＝さざんか ▶令和6年1月20日 国＝相良保健センター
- ▶令和6年1月31日 国＝さざんか

【注意事項】

完全予約制です。予約は、インターネット（右の二次元コード）から行ってください。



特定セット検診
予約フォーム

「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11日 国＝相良総合センター い～ら

【注意事項】

完全予約制です。予約は、インターネット（右の二次元コード）から行ってください。

「静岡厚生病院」実施分（実施時間＝午前9時～正午）

【実施日・場所】

- ▶8月14日 国＝ハイナン農業協同組合 西部営農経済センター

【注意事項】

完全予約制です。▶申込先＝ハイナン農業協同組合 組合員相談課 ☎②9527（平日のみ）

* 特定セット検診予約フォームでの申し込みについて、不明な点は健康推進課までお問い合わせください。

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ることができます。
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が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
▶世帯に国民健康保険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（右の二次元コード）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来てください。



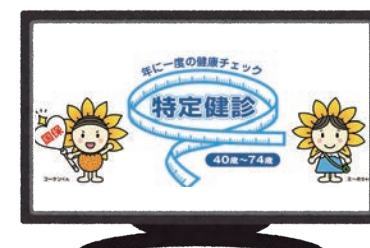
申請フォーム

牧之原市国保に加入中の皆さんへ

令和5年度 特定健診が始まっています

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

♪受けてるか～な
忘れてないかな♪



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



▲特定健診受診券は
黄色い封筒が目印です

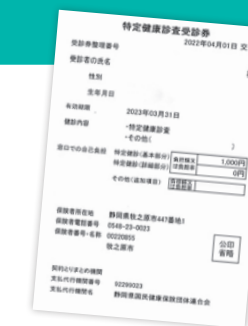
健診受診は、かんたん3ステップ!

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5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月上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）

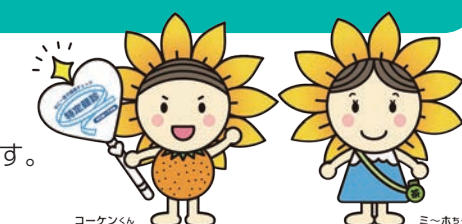
健診種別や受診先によって、予約が必要な場合があります。
お手元に届く受診券に同封されている案内チラシを確認してください。
受診券には、集団健診の日程表や指定医療機関一覧などを同封しています。



ステップ3：結果を確認（受診後1～2カ月で届きます）

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、健康的な体を維持しましょう。



コーケンくん

ミ～ホちゃん

証明書の発行はコンビニ交付がお得です

マイナンバーカードを利用し、全国のコンビニエンスストアに設置されているマルチコピー機（キオスク端末）で、「住民票の写し」と「印鑑登録証明書」を取得することができます。

コンビニ交付の利点

- 市役所の窓口に来庁しなくてよい（待ち時間がない）
- 市役所が閉庁している土日祝日や夜間も取得できる
- 全国どこでも最寄りのコンビニで証明書を取得できる
- 窓口で取得するよりも手数料が100円安い

マルチコピー機が設置されている場所

- 全国のセブンイレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップ（マルチコピー機設置店舗のみ）

※利用時間：午前6時30分～午後11時（12月29日～1月3日およびメンテナンス日を除く）



証明書名	手数料 (窓口交付)	手数料 (コンビニ交付)
住民票の写し	300円	200円
印鑑登録証明書	300円	200円

どこでも！簡単に！
手数料も安い！

マイナポイントの申請をお急ぎください

9月末まで！

令和5年2月末までにマイナンバーカードを申請した人のマイナポイントの申請期限は、9月末までです。

スマートフォンなどで手続きが可能ですが、マイナポイント支援窓口（相良・榛原庁舎）をご利用される人は、早めにお越しください。

申請する決済サービスによっては期限が短い場合があります。申請の際は注意してください。
決済サービスの申込期限は、右の二次元コードから確認ができます。



マイナポイント対応
決済サービス

申請に必要なもの

- マイナンバーカード
- マイナンバーカードの暗証番号（数字4桁）
- 決済サービスのカードやアプリ
- 金融機関名、支店名、口座番号が分かるもの

スマートフォンを持っていない人へ

スマホ体験教室の参加者を開催します

スマートフォンを持っていない人を対象に、基本的な使い方や機能を学ぶ体験教室を開催します。
Android（アンドロイド）端末を無償でお貸しします。参加費無料なので、ぜひご参加ください。



スマホ教室
申込フォーム



会場	榛原文化センター 3階 大会議室	市商工会 2階 防災研修室
開催日	9月1日(金)	9月5日(火)
開催時間	午前10時～正午	
定員	各20人	
申込期間	7月21日(金)～8月21日(日)	
申込方法	デジタル推進課に、電話・FAX・申込フォームのいずれかで申し込みください。 ※申し込みの際に、名前、参加会場、連絡先をお伝えください。 ▶電話＝☎0033（平日の午前8時15分～午後5時） ▶FAX＝☎0039	

オンラインで申請できる手続きが増えています

市では、オンラインで申請できる手続きを増やす取り組みをしています。オンライン申請により市役所へ行かずに夜間や休日でも申請することができます。申告書や届出書に手書きする手間も削減できます。
オンライン申請サービスは、基本的には特別なアプリや利用者の登録をすることなく申請可能です。
※本人確認のため、電子認証アプリへの登録やマイナンバーカードが必要になる手続きも一部あります。

申請可能な手続きの例

水道の開栓・閉栓・変更の届出	田沼意次侯を大河ドラマに！（署名活動）
市観光パンフレット郵送申請	集まれ！まきのほらKIDS募集（広報紙）
人間ドック補助申請	犬の死亡届
【生後6カ月～4歳】新型コロナワクチン接種券送付申込	

右の二次元コードから、申請可能な手続き一覧を見ることができます。



手続き一覧▶

その他にも、アンケートやイベントの申し込みなど、オンラインでの申請が可能なものが増えています。

情報総合サイト「マイナポータル」の便利な機能

マイナポータルでは、子育てや介護をはじめとする行政手続きがワンストップでできたり、医療機関への受診状況や投薬の履歴などが確認できて便利です。



マイナポータルでできること

- 電子申請（引っ越し、年金、パスポート、ぴったりサービス）
- 自分の情報（診療、薬剤、医療費、健診情報）の確認
- 行政機関などからのお知らせ
- 自分の情報が行政機関でやりとりされた履歴の確認



マイナポータル
<https://myna.go.jp/>

電子申請サービス「ぴったりサービス」

「ぴったりサービス」は国が運営する電子申請サービスで、パソコンやスマートフォンを利用して、子育て分野や介護分野の26の手続きがオンラインで申請可能です。

オンライン申請可能な手続きの例	担当課
児童手当関連の届出	子ども子育て課（☎☎0071）
保育の支給認定申請	
妊娠の届出	健康推進課（☎☎0027）
要介護認定・要支援認定申請	長寿介護課（☎☎0076）
介護保険被保険者証・負担割合証の再交付申請	
高額介護（予防）サービス費の支給申請	

※申請後に、追加の書類提出や市役所での面談が必要な場合があります。

「ぴったりサービス」に必要なもの

- マイナンバーカード
- 利用者証明書用電子証明書の暗証番号（4桁の数字）
- 署名用電子証明書の暗証番号（6～16桁の英数字）
- 「パソコン＋ICカードリーダー」または「マイナンバーカードの読み取りに対応したスマートフォン」

※スマートフォンには、マイナポータルアプリのインストールが必要です。



パソコンやスマートフォンで！
便利なオンライン手続き

スマートフォンやパソコン、タブレットなどの端末から、インターネットを通じて、オンラインで各種申請や手続きを行うことができるサービスが増えています。便利な機能がありますので、ぜひご利用ください。
問い合わせ デジタル推進課 渡辺雅彦 ☎☎0033

地域らいふサポーターとは

高齢者の皆さんが、これからも住み慣れた本市で安心して生活を送ることができるように、「ちょっとした日常の困り事」への支援を行う「あるたす」や「高齢者の居場所」となる「ちょっくら処」において、支援者として活動している人々たちです。サポーターになるには、生活支援コーディネーターが主催している「地域らいふサポーター養成講座」を受講、修了する必要があります。

ただし、ちょっくら処については、サポーター養成講座を修了された人と一緒に活動される場合は、養成講座を修了されていない人もサポーターとして活動していただくことができます。

地域らいふサポーター養成講座について

「地域活動に参加したい」「ボランティア活動に興味がある」「地域で活躍したい」という人を対象に、養成講座を開催します。今年度も開催を予定しております。こちらにつきましては、改めて社会福祉協議会の広報紙「ふくしだより」などでお知らせします。あなたの「やってみたいボランティア活動」を一緒につくっていきます。



過去の養成講座の様子



生活支援コーディネーターとは

生活支援コーディネーターは、市社会福祉協議会に配置されており、高齢者一人一人が自分らしく、身近な地域で安心して暮らしていけるような地域づくりを進める役割を担っています。地域の特徴や実情を把握し、「新たな活動づくり」「ネットワークづくり」「個人や組織のニーズとサービスのマッチング」「地域活動に参加する人を広げる取り組み」などを行っています。



通いの場の参加者で会話をしている様子



お気軽に
お声がけください



「ちょっくら処についてもっと詳しく知りたい」「支援者として活動することに興味がある」「困り事に対して支援してくれる人がいないか相談したい」という人や「地域らいふサポーター養成講座について知りたい」という人は、ぜひ生活支援コーディネーターまでお問い合わせください。

問い合わせ
市社会福祉協議会 生活支援コーディネーター
大石亜、小川、大石愛 ☎②3500

ちょっくら処 をご存じですか ～高齢者が趣味や生きがいを続けるために～

ちょっくら処は、開催中に高齢者が「いつ来てもいい」「何をしてもいい」「いつ帰ってもいい」というみんなの居場所で、自由な時間を過ごせる、ちょっとした自分の居場所です。地域らいふサポーターが「いらっしゃい」と出迎えてくれます。ぜひ一度立ち寄ってみませんか。（参加費：無料）

問い合わせ 長寿介護課 宮崎玲菜 ☎②0076

ちょっくら処～風

- 開催日 毎月第4水曜日
- 時間 午前10時15分～
午前11時30分
- 会場 図書交流館いこっと
(波津3番地11)
- 特徴 会話やトランプ、折り紙などを楽しみながら過ごしています。



送迎があります。（要相談）



楽しい時間を過ごした後は、近くのスーパーに買い物に行くことも可能です

ちょっくら処～はぎま

- 開催日 毎月第1水曜日
- 時間 午前10時～
午前11時30分
- 会場 萩間公民館
(中西333番地)
- 特徴 将棋、かるた、オセロなど、思い思いにやりたいことを楽しんでいます。



楽しい企画をたくさん用意してお待ちしております

ちょっくら処～しずなみ

- 開催日 毎週木曜・金曜日（祝日休み）
- 時間 午前9時30分～
午前11時30分
- 会場 旧しずなみデイサービスセンター
(静波1430番地1)
- 特徴 将棋、オセロ、カラオケなど、それぞれ好きなことを楽しんでいます。

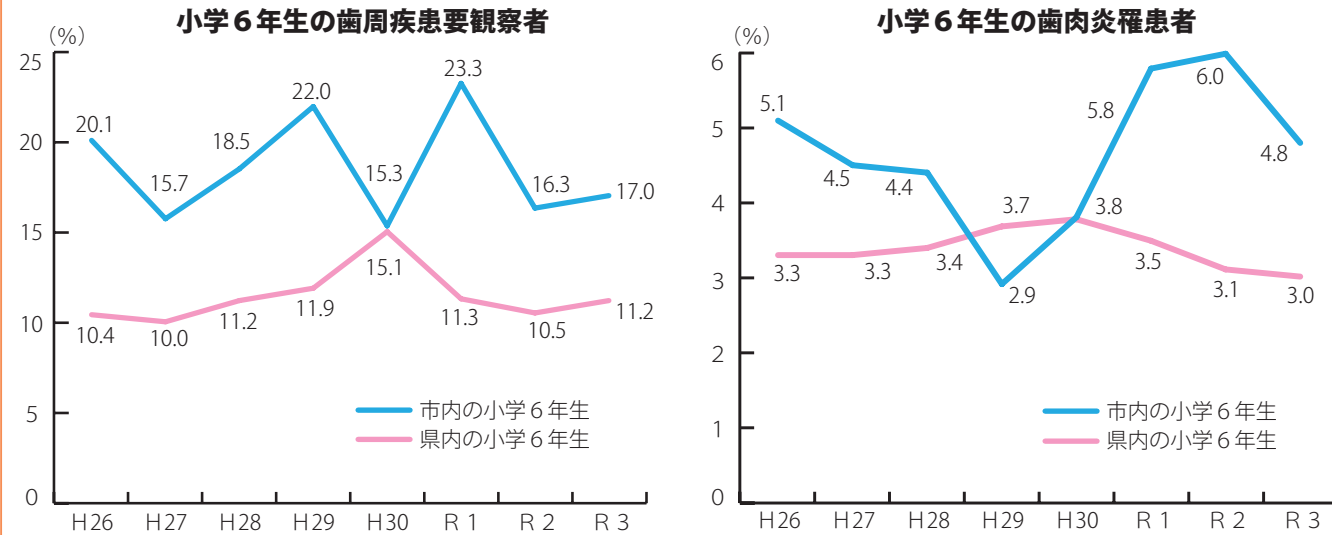


温かいお茶を用意して皆さんをお待ちしております

虫歯・歯肉炎対策の取り組み

「子ども自身が歯磨き習慣を身に付け、虫歯・歯肉炎を予防できること」を目標に、授業を行いました。

歯肉炎罹患率および歯周疾患要観察者の児童・生徒が多いため、小中学校に市の歯科衛生士が出向き、正しい知識・歯磨き習慣が身に付くよう健康教育を実施しました。



【出典】令和3年度静岡県学校歯科健康診断結果、令和3年度牧之原市学校歯科健康診断結果

授業内容

- ①歯肉炎を知ろう（歯磨きのポイント、歯ブラシの使い方）
- ②歯垢染色剤にて染め出し（希望学校のみ）
- ③まとめ（アンケート記入）

牧之原中（全体）、牧之原小（4年生）、菅山小（4年生）、川崎小（4年生）、坂部小（4年生）で実施しました



●子どもたちの感想

歯の場所によって歯ブラシの使い方を分けることが知った。

歯が赤くなったので、しっかり磨く！

これからは20回しっかり磨こうと思った。

歯肉炎という病気を知ることができた。



●養護教諭の感想

普段あまり意識することのない歯肉に注目し、歯磨きの大切さや歯ブラシの効果的な当て方などについて学べた。子どもたちが自分の歯と向き合い実践してみようと思える時間となった。

給食後に歯磨きをする児童が増えた。



鏡を確認しながら歯磨きをしている姿が見られた。

子どもたちの健康増進

～学校と連携した取り組み～



市では令和4年度から学校と連携し、市の保健師や歯科衛生士が小中学校へ出向き、健康の授業をしています。子どもたちが生活習慣病を自分事として捉え、自分の体は自分で守り良い生活習慣に変えることができるように伝えています。

令和4年度の取り組みを紹介します。令和5年度以降も継続していく予定です。

問い合わせ 健康推進課 野澤園子 ☎0024

生活習慣病予防の取り組み

「子どもの頃から生活習慣病の正しい知識を持ち、自ら望ましい行動を取ることを目標に、授業を行いました。養護教諭による年齢に適した的確な教育方法に、保健師が身近な病態の情報や病気の怖さの説明を加えることで、より記憶に残りやすい効果的な健康教育を実施しました。

授業内容

- ①自己紹介、保健師の仕事紹介
- ②生活習慣病ってなんだろう（生活習慣病の種類、市の現状など）
- ③自分の生活を振り返ろう
- ④血管を見てみよう
- ⑤病気にならないために自分ができること
- ⑥まとめ（アンケート記入）

菅山小（6年生）、萩間小（6年生）、牧之原小（5年生）で実施しました



生活習慣病ってなんだろう

授業資料の例

がん	がん細胞が増えて、体の器官の働きが悪くなる
心臓病（心筋こうそくなど）	心臓の血管がせまくなったり、つまったりする
糖尿病	血液中の糖の量が多くなる
脳卒中（脳出血など）	脳の血管がつまったり、破れたりする
高血圧病	血圧が高くなるドロドロ
虫歯、歯周病	

*生活行動とは関係なく発症する場合もあります。

●子どもたちの感想

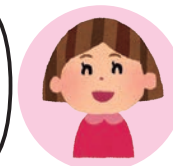
今も将来も生活習慣病になりたくない。

生活習慣病がひどくなって、好きなことがやれなくなるのは嫌なので、気を付けようと思った。

自分がどれだけ生活リズムが狂っているかが分かった。

自分の体は自分で守らないと！

生活習慣病は子どもの時から気をつけないといけないことが分かった。



もっと早く寝て、運動をたくさんする！

●養護教諭の感想

学校でも保健指導で伝えていますが、専門の人から伝えていただくことで児童がさらに自分事として受け止めてくれたように思った。



がいこく ひと
外国人の
のための

はじめての日本語教室

まきのほらし 牧之原市では、にほんご 日本語が わからなくて 困っている がいこく ひと 外国人の ために「はじめての日本語教室」を はじめます。
スーパーに いくとき、びょういん 病院に いくとき、にほんご 日本語で はなすことが できますか？ よくつかう にほんご 日本語や にほんご 日本で くらすために 知っておくといひ かんたんな にほんご 日本語を 勉強 しましょう。



お問い合わせ 情報交流課 道野優花 ☎0548(23)0040

■時間 (いつ)

2023 年 9 月 24 日 から 11 月 26 日 の 日曜日 9:30 ~ 11:30

■場所 (どこで)

まきのほらし 牧之原市役所 4 階 会議室 (静波 447-1)

■勉強できる人 (だれ)

①から ③の ぜんぶに あてはまる人

- ① 16 歳 以上 の人
- ② 牧之原市に 住んでいる人、
牧之原市の 会社で 働いている人
- ③ 日本語が わからなくて 困っている人
(教室の 前に にほんご レベルチェック テストを
受けて もらって、参加できる 人を 決めます)

どこの国の人でも 勉強できます。
友だちや 近くに住んでいる人で、
日本語が わからなくて 困っている人がいたら、
教室のことを おしえてあげて ください。

■申し込み

8月15日までに、申し込みフォーム で 申し込む。

■問い合わせ先

マキノハラボ ☎080(3272)4024 *ポルトガル語で話せます



申し込みフォーム

スケジュール

○の日に 教室が あります。

September 9 2023							October 10 2023							November 11 2023						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
27	28	29	30	31	1	2	1	2	3	4	5	6	7	29	30	31	1	2	3	4
3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
24	25	26	27	28	29	30	29	30	31	1	2	3	4	26	27	28	29	30	1	2

* 新型コロナウイルスの 病気が ひろがった ときは 休みになる ことがあります。

日本語サポーターとして参加してみませんか

外国人の人との交流をしながら、日本語の学習を支援するサポーターを募集しています。
未経験者、外国語が話せない人でも大丈夫です。詳しい内容は、右のQRコードから確認する
か、情報交流課(☎0040)にお気軽にお問い合わせください。



このページは、日本語に不慣れな人でも読みやすいように
一部を除き「やさしい日本語」を用いています。

ついに始動! まきのほらジュニアズ アクションスポーツクラブ

「まきのほらジュニアズアクションスポーツクラブ」は、2020東京五輪のレガシー創出や継承を目指した市のホストタウン推進事業の一環で発足した官民組織です。
近年人気が高まるアクションスポーツ(*)の体験などを通じたグローバル人材の育成や地域活性化が目的で、今年度は市内外の小中学生約30人が参加しています。
なお、活動にあたっては、公益財団法人「星いきいき社会福祉財団」から助成をいただいています。

*サーフィン、スケートボード、ボルダー、BMX、スノーボード、ブレイクダンスなど

問い合わせ 情報交流課 道野優花 ☎0040

4月15日 ボルダー 体験



毎月第4土曜日に、シークライム(ミルキーウェイクスクエア内)で体験会を開催しています。(これまで3回実施)

4月23日 ボルダー 国際大会観戦



八王子市(東京都)で、国際大会(W杯)の観戦や出場したUSAクライミング選手らと交流を行いました。

5月28日 英語Web レッスン



ボランティアの相良高校生と一緒に、米国在住のスタッフと英語のWebレッスンを行いました。

6月17日 サーフィン 体験



第1回となる体験会には、クラブの子どもたちをはじめ、サーフ関係者、ライフセーバー、ボランティアの榛原高校生など、約90人が参加。子どもたちはビーチクリーンやライフセービング活動の後、砂浜でボードへの立ち方や姿勢などの基礎を習い、海で実践しました。「初めてのサーフィン体験で緊張したけどボードに立てて良かった」「波に乗れて気持ちよかった」など、嬉しそうに感想を話しました。

6月18日 Leiづくり 体験



子どもたちは、市花の会の指導と榛原高校生のサポートにより、オリジナルの首飾り(Lei:レイ)を完成させました。最後には、作ったLeiを首にかけ、「ALOHA(アロハ)」と声を揃えました。

今後のスケジュール

●7月29日 土 静波サーフスタジアムでのサーフィン体験

●8月18日 金 ダンス体験会

※日程などが変更になる可能性があります。

ほかにも、BMX(マウンテンバイク)やスケートボードなども計画しています。

※今年度のクラブ入会の受付は終了しています。

福祉

市内で商品を販売しています
福祉のお店 ドリームまきのほら

問い合わせ 社会福祉課 進藤麻実 ☎(23) 0072

「福祉のお店 ドリームまきのほら」は、市内の福祉事業所が集まって、自主製産品を販売しています。

ミルキーウェイクスエア内のマルシェで常設販売しているほか、庁舎内販売や地域のイベントにも参加していますので、ぜひお立ち寄りください。

販売商品 焼き菓子（カップケーキ、ラスク、クッキーなど）、パン、工芸品、トイレットペーパーなど
今後の販売場所（予定） ▼相良庁舎（9月21日、12月8日）▼榛原庁舎（11月30日、令和6年3月7日）▼さざんか（令和6年2月28日）

*全日程：午前11時～午後1時



▲軒花も販売

▲ミルキーウェイクスエアの販売ワゴン

商工

新たなビジネスアイデアのコンテストを開催します
第2回牧之原市チャレンジビジネスコンテスト開催

問い合わせ 商工観光課 永田一真 ☎(53) 2647

本市の観光や産業などの資源を活用し、地域とともに成長する新たなビジネスプランを全国から募集する「第2回牧之原市チャレンジビジネスコンテスト」を開催します。多くの新しいビジネスプランを募集しています。

最終審査の視聴など、詳しくは市の特設ページをご覧ください。
対象者 全国のベンチャー企業を

はじめとする革新的なアイデアを持つ事業者
スケジュール ▼エントリー期限 8月15日 1次審査（書類） 8月 2次審査 9月 10月 最終審査（オンライン） 10月17日 表彰式 10月27日（インターネット中継あり）



市ホームページ

観光

RIDE ON MAKINOHARA
令和5年度誘客キャンペーンが始まります

問い合わせ まきのほら活性化センター ☎(22) 5600

市内施設に宿泊すると、3千円分の商品券がもらえる「誘客キャンペーン」が始まります。詳細は、市ホームページをご覧ください。

実施期間 9月1日～令和6年2月1日（チェックアウト）
対象 市内施設に宿泊する先着1万人（山梨県、長野県限定宿泊キャンペーンを含む）

助成額 1人当たり1泊につき3千円分の商品券を配布。
※1人当たり宿泊費3千円以上が

対象。（宿泊費とは、素泊まりや1泊朝食付き、1泊2食付きの基本料金のこと）
※商品券は、商工会登録店舗、宿泊施設での飲食費など（宿泊費以外）、飲食店や体験施設、土産の購入などに使用できます。

対象事業者 市内宿泊事業者24施設
手続方法 宿泊希望者は、市内宿泊施設に直接申し込んでください。宿泊時に商品券を配布します。



市ホームページ

防災

今年の実施日は9月3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 小杉山佳 ☎(23) 0056

大規模地震が発生し、市内全域で著しい被害を受けたことを想定とした総合防災訓練を実施します。市民一人一人が、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。

携帯電話の緊急速報メールは、端末の設定によってはマナーモード設定中でも音が鳴りますので、注意してください。

日頃からの災害対策

- ▼住まいの耐震化
- ▼家具などの転倒防止の確認
- ▼備蓄品や非常持出品の点検
- ▼地域の避難場所、避難経路の確認
- ▼家族間での安否確認や連絡方法の確認

サイレン吹鳴や緊急速報メールを送信します

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や、情報伝達訓練として携帯電話への緊急速報メールの一斉送信を実施します。

総合防災訓練 9月3日 午前9時訓練開始

●訓練事前広報 9月2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3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9時 訓練地震発生・訓練開始「サイレン1分間吹鳴」

午前9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4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り、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

令和5年4月から国の個人情報保護に関する法律の改正に伴い、地方公共団体は法律に基づき、個人情報保護委員会の共通のルールにより個人情報を一元的に管理・運用していきます。市では、個人に関する情報の適正な管理をする

●牧之原市個人情報保護条例に基づく実施状況(令和4年度)

開示請求延べ人数	11人	
実人数	11人	
開示請求件数	11件	
開示・非開示決定件数	全部開示	7件
	部分開示	3件
	非開示	1件

●牧之原市情報公開条例に基づく実施状況(令和4年度)

開示請求延べ 人数	43人	
実人数	32人	
開示請求件数	43件	
開示・非開示 決定件数	全部開示	23件
	部分開示	15件
	非開示	5件

ため、「個人情報ファイル簿」を作成公表しています。
このファイル簿は、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ですか。

マスクの着用は任意としますが、体温測定などの実施については引き続きご理解、ご協力をお願いします。また、体温が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、相談を見合わせていただきます。



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 8月2日(木)・16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9日(木)・23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16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2日(木)・16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

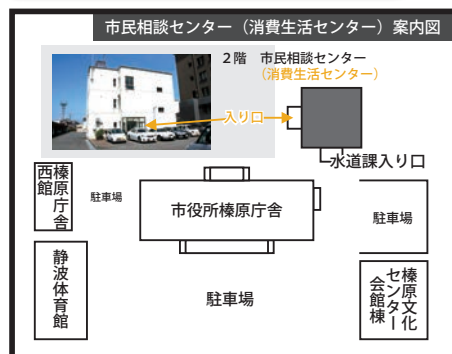
介護相談

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18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



9月開始を予定しています
令和5年度新型コロナウイルスワクチン秋開始接種について
問い合わせ 健康推進課 ☎(23) 0024

国では、初回接種を終了した5歳以上の全ての人を対象に、新型コロナウイルスワクチン秋開始接種を実施することが決定しました。
市でも、国の方針に基づき接種の体制を整えています。

接種開始時期について

9月からを予定しています。
*予約開始日については調整中。

接種券の発送について

令和5年度春開始接種でワクチンを接種した人には、順次接種券を発送します。(8月中下旬予定)春開始接種用の接種券が届いて接種を受けなかった人は、お持ちの接種券をご使用いただけます。それ以外の人は、接種券発送のための申し込みが必要です。
*申込方法などについては、決まり次第お知らせします。

令和5年度春開始接種(5月～8月)について

令和5年度春開始接種の個別接種は、7月で終了します。集団接種の最終日は8月19日(土)です。接種を希望する人は、忘れずにご予約ください。

「春開始接種」接種券発送の申し込みについて

64歳以下の人は、接種券発送の申し込みが必要です。

[Web] 新型コロナウイルスワクチン接種券申し込みサイト
(24時間受付)

*「LOGO フォーム」(右の二次元コード)から予約できます。
対象により申し込みページが異なります。

[電話] 市新型コロナウイルス予約相談センター
☎050-5210-8729 (平日午前8時15分～午後5時)

*つながりにくいときは、時間や日を改めてお掛け直してください。

基礎疾患がある
12歳～64歳の人



医療従事者、高齢者施設などの従事者



基礎疾患がある5歳
～11歳の人



農業者の皆さんへ
あぐり通信—農林水産課からのお知らせ—
問い合わせ 農林水産課 ☎(53) 2618

イノシシなどの有害鳥獣対策

近年、イノシシの捕獲頭数が豚熱の影響により令和元年度当時と比べ減少していますが、依然として農業被害は減らない状況です。市では、猟友会に委託して、農作物に被害を与えるイノシシなどの有害鳥獣を駆除していますが、放任作物の除去や農地周辺の環境整備など、各自の対応が重要となります。
また、正確な被害の把握も困難な状況ですので、農業者の皆さんで被害などを受けた場合はご相談ください。

▼イノシシ捕獲実績数Ⅱ令和3年度
189頭、令和4年度214頭
問い合わせ 特産係

適切な農地管理

近年、荒廃農地の増加に伴い、隣地の所有者からの苦情(営農に支障がある・虫が湧く・見通しが悪い・子供の通学路で危ないなど)が非常に増えています。近隣の耕作者や住宅などに迷惑をかけるないように、所有者の責任で適正な管理をお願いします。
また、作業後の刈り草・枝葉なども、清掃センターなどへ搬入するなど適切な処理をお願いします。

問い合わせ 農地農政係

農地の転用には、手続きが必要です

農地を耕作以外の用途に利用する場合には、農地転用許可が必要です。違反転用した場合には、農地に復元するよう指導・勧告され、罰則(懲役または罰金)が科される場合があります。

計画地や事業内容によっては許可できない場合がありますので、事前にご相談ください。

▼農地転用申請書受付締切日Ⅱ毎月25日(休日の場合は、休日前の開庁日)

問い合わせ 農地農政係

田を埋めて畑にするには、手続きが必要です

水田を埋めて畑(茶園含む)にするためには、畑地転換承認申請が必要です。事前着工した場合には、現状に復元するなどの指導をする場合がありますので、事前にご相談ください。

なお、埋め立て後は違反転用とならないよう、農地として適正な管理をお願いします

▼畑地転換承認申請書受付締切日Ⅱ毎月25日(休日の場合は、休日前の開庁日)

問い合わせ 農地農政係



練習機「白菊」のエンジンを観察する児童ら

戦争など地域の歴史を学ぶ

■戦争遺跡・勝間田城跡探検授業

牧之原小学校の6年生39人が6月22日、牧之原コミュニティセンターや勝間田城跡などで、戦争遺跡・勝間田城跡探検授業を受けました。

これは児童に戦争や地域の歴史について学んでもらおうと市が開いたもの。牧之原コミュニティセンターでは、戦時中の写真や戦争体験者のインタビュー動画を見た後、練習機「白菊」のエンジンやタイヤなど、大井海軍航空隊に関する遺物を見学しました。児童は、学芸員による説明を真剣に聞いていました。

今年も正しく花火を楽しむよ

■花火教室

坂部保育園の3～5歳児42人が6月19日、花火教室に参加しました。

これは、本格的な夏の花火シーズンを前に、各家庭で安全に楽しく花火ができるように消防署員などが講師となって毎年行われているものです。

園児らは、最初に「花火の正しい持ち方」や、「大人と一緒に花火をすること」などの注意点を学んだ後、園庭で手持ち花火を使い、正しい遊び方を学びました。参加した園児は「やけどなく気を付けて花火ができた」と話しました。



消防署員の指導を受け、正しく花火を楽しむ園児



海水を含んだ砂を踏み固め、海水を加えて濃度を上げる作業

塩をつくるってとても大変だ

■塩づくり体験

相良小学校の6年生77人が6月19日、相良海岸にある「さがら塩づくり体験工房『茶々塩屋敷』」で塩づくりを体験しました。

地域ボランティア団体「スマイル」が江戸時代から戦後まで市内の海岸で行われていた「揚浜式製塩法」により塩づくりを実演。児童らは塩づくりの歴史や作業手順について学んだ後、実際に砂浜で塩田をつくり、当時の道具を使って体験しました。体験を終えた児童は「塩づくりの大変さが分かり、塩のありがたみを感じた」と話しました。



出店者と買い物客が会話を楽しむのも軽トラ市の魅力

市の店舗、商品、魅力が大集合！

■第1回まきのはらマキティー軽トラ市

市商工会は6月25日、榛原文化センター駐車場で今年度第1回目の「まきのはらマキティー軽トラ市」を開催しました。

今回に加え、榛原地域では9月、相良地域では、7月と10月の合計4回が開催予定で、今回は軽トラ20台が出店。食品や雑貨など市の特産品などが大集合し、買い物客は両手に買い物袋を持ち、楽しく買い物をする姿などが見かけられました。

他にも、大道芸パフォーマンスや白バイ展示なども行われ、会場は大いに賑わいました。

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 ✉koho@city.makinohara.lg.jp

ズームイン！
カシャ！！



伊藤代表㊟、ライダーの増田雄基さん（菅山区：㊟の右隣）ら

市内初の快挙！夢舞台にライドオン

■市内チームが鈴鹿8時間耐久ロードレースに参加

市内のレーシングチーム「ゲズンハイトレーシング」（菅山区）が国内最高峰のオートバイレース「2023FIM世界耐久選手権 鈴鹿8時間耐久ロードレース 第44回大会（以下、鈴鹿8耐）」に出場が決定したことを受け、6月16日に市長を訪問しました。

同チームは5月に行われたレースで結果を残し、見事に出場権を獲得。8月4日から6日にかけて、鈴鹿サーキット（三重県）で行われる鈴鹿8耐に出場する予定です。

伊藤肇人代表は、「鈴鹿8耐への出場は中学時代からの夢であり目標。協力いただいている関係者の思いに応えるべく、決勝レースに出て完走したい」と意気込みを語りました。

学校生活の思い出づくりに役立てて

■川崎小学校に体育器具を寄贈

株式会社ハイナンは6月14日、川崎小学校にカラーマットやバドミントンセットなどの体育器具を寄贈しました。

学校生活において楽しい思い出をつくってほしいという思いから寄贈されたもの。同校の卒業生である畑大介代表取締役社長は「いつか母校に貢献したいと思っていた。体育器具を使って、よく学び、よく遊んで」と、児童に話しました。児童は「有意義に使い、より充実した体育の授業をしたい」とお礼の言葉を述べました。



株式会社ハイナンの畑代表取締役社長（前列㊟）らと児童



弓道部員の指導により弓道を体験するHISの生徒ら

オリンピックが縁となり国際交流

■北海道の国際学校生徒と相良高校との交流

北海道インターナショナルスクール（HIS）は6月9日から11日にかけて本市を訪れ、相良高校と交流などを行いました。

オリンピックのホストタウン事業が縁となり昨年からはまった両校同士の交流で、HISの生徒3人と引率の教師が来市。10日は、4年ぶりに一般公開された相良高校の文化祭に参加し、同校グローバルチャレンジサークルの生徒を中心に茶道や弓道体験、ゲームなどで同世代の交流を楽しみました。今後も両校同士は交流を続けていきます。

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)	9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:110円、前立腺がん検査:1,760円 心電図:1,650円
	29日 ☎		さざんか	
	31日 ☎		牧之原コミュニティセンター	
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)	7日 ☎ 、22日 ☎ 25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
	5日 ☎		榛原総合病院	
	8日 ☎		坂部区民センター	
	9日 ☎		細江コミュニティセンター	
	10日 ☎		牧之原コミュニティセンター	
	15日 ☎		ジーボ	
	16日 ☎		勝間田会館	
	21日 ☎		萩間公民館	
結核・肺がん検診 大腸がん検診	7日 ☎	12:30～13:30	女神公民館	
	8日 ☎		坂部第六公民館	
	15日 ☎		落居公民館	
	16日 ☎		朝生公民館	
	25日 ☎		大江区民会館	
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 さざんか	予約制 健康推進課 ☎0024
体組成測定会	8日 ☎	9:00～11:00	相良保健センター	
こころとねむりの相談会	随時 ※要予約	—	さざんか	
自死遺族面接相談 「すみれ相談」	16日 ☎	平日 13:30～16:00	御殿場健康福祉センター	静岡県精神保健福祉センター ☎054 (286) 9245
	随時 ※要予約		静岡県精神保健福祉センター	
自死遺族のつどい (東部わかちあい すみれの会)	19日 ☎	13:30～15:30	ぬまづ健康福祉プラザ	
H I V抗体検査	①3日 ☎ ②17日 ☎	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	①3日 ☎ ②17日 ☎	①18:00～19:30 ②9:15～11:00	中部健康福祉センター	
精神保健福祉総合相談	16日 ☎	13:30 ～	中部健康福祉センター	予約制 中部健康福祉センター(藤枝総合庁舎) 福祉課 ☎054 (644) 9281
	24日 ☎		中部健康福祉センター 榛原分庁舎	
不妊・不育専門電話相談	毎週 ☎	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 ☎ 、 ☎	10:00～15:00		

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) (要予約)	7日 ☎ 、14日 ☎ 21日 ☎ 、28日 ☎	9:00～11:00	☎	妊婦	妊娠届出書、マイナナンバーがわかる書類、通帳、印鑑	健
赤ちゃん相談	17日 ☎	9:00～10:30	☎	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	18日 ☎	9:00～9:30	☎	令和5年1月生まれ	母子健康手帳、アンケート、バスタオル	健
1歳児健康相談	9日 ☎	9:00～9:30	☎	令和4年7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)	10日 ☎	12:50～13:30	☎	令和4年1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	25日 ☎	12:50～13:30	☎	令和3年7月、8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)	22日 ☎	12:50～13:30	☎	令和2年6月、7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	3日 ☎	10:00～11:00	☎	令和5年6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)	17日 ☎	9:50集合	☎	令和5年3月、4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
まきひよクラブ(要予約)	23日 ☎	9:30～12:00	☎	産後12カ月までの産婦 (6カ月までがオススメ!)	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	☎	18歳未満の子の保護者など	事前に電話連絡	福
ブックスタート (要予約)	24日 ☎	10:15～11:15	☎	令和5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／さ：健康福祉センターさざんか 相：相良保健センター 子榛：子育て支援センター榛原(さざんか)
問い合わせ／健：健康推進課 ☎0024 福：福祉こども相談センター ☎0086 子榛：子育て支援センター榛原 ☎0174

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……ブッシュ回線の固定電話、携帯電話
▶ ☎054 (247) 9910……ダイヤル回線の固定電話、IP電話

志太榛原地域救急医療センター

*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(5日☎、13日☎、19日☎、27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
*発熱患者の検査(新型コロナウイルス、インフルエンザ)を開始(再開)します。

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。 ☎01131

期日	開業医(榛南西部地区)	開業医(榛南東部地区)
6日 ☎	酒井内科医院 ☎01100	徳山整形外科 ☎00666
11日 ☎	田形内科医院 ☎05320	はいばらクリニック ☎05677
13日 ☎	堀口外科医院 ☎05858	はやかわ内科医院 ☎01266
20日 ☎	御前崎市家庭医療センター しろわクリニック ☎03211	かわしりこどもクリニック ☎00555
27日 ☎	サガラ眼科 ☎02222	佐故医院 ☎07010

元気にかをあげよう！
NO.171

健康づくりボランティアの講習会を開催します

健康づくりボランティアの講習会を開催します。リハビリテーションに遊びの要素を加えた「遊びリテーション」で、楽しく体を動かすテクニクや加齢による体の変化、調理実習などの実技を通して実践的な健康づくりを学びます。

市には、皆さんの健康づくりのお手伝いをしているボランティア団体が複数あります。研修後は、地域での活動や各ボランティア会員として楽しく活動しませんか。

例えば、「生きがいリーダー」連絡協議会(ハッピー)は、転ばない・骨折しない体づくり(貯筋体操)の普及や、手芸やレクリエーションの講師など、学校からサロンまで幅広く活動しています。

また、「ちよつとサポート」は、地域の高齢者を集めて会食の場「共食のスマエ」を提供しています。他にも、歯と口の健康づくり活動を行う「歯みんぐ」などがあります。

「健康づくりをする仲間が欲しい」「育児が一段落した」「地域を元気にしたい」と考えているあなた。地域での友人づくりや自分の生きがいづくりにつながります。ぜひお誘い合わせの上ご参加ください。

日程 9月～12月に全10回
対象 市民70歳未満の人、性別不問
定員 30人
費用 無料
募集期限 8月31日
申込方法 市ホームページから申込書入手し、FAXで健康推進課へ提出
FAX (24) 1005

「共食のスマエ」で提供する料理を調理している様子

健康推進課 保健師



人のうごき（牧之原市の人口）
POPULATION

■人口 43,276人（前月比+6人）
（内外国人 2,449人）
男性 21,513人 女性 21,763人
出生 14人 死亡 32人
転入 164人 転出 138人
そのほか -2人
■世帯数 17,326世帯（前月比+27世帯）
令和5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(木)
国民健康保険税 第2期 8月31日(木)
後期高齢者医療保険料 第1期 8月31日(木)
介護保険料(65歳以上) 第3期 8月31日(木)
水道料 6・7月分 8月31日(木)
保育料 8月分 8月31日(木)
市営住宅使用料 8月分 8月31日(木)

トップページ（表紙のお話）
TOP PAGE



「この機会に牧之原市を世界にPRしたい」という伊藤代表の思いにより、登録チーム名に市公式スローガン「RIDE ON MAKINOHARA」を追加し、『GESUNDHEIT Racing RIDE ON MAKINOHARA EJ』は真夏の鈴鹿を駆け抜けます。過酷な状況の中、市を代表して疾走する姿をぜひ応援しましょう。（関連記事203）

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:koho@city.makinohara.lg.jp

むらまつ あまじ
村松 天次くん(5歳)
平成29年11月23日生(勝間田)

四人姉弟の末っ子ギャングあまじ。姉兄に鍛えられてどんな人になるのか楽しみだよ！

いしはら あおい
石原 碧惟ちゃん(5歳)
平成30年6月13日生(須々木)

お姉ちゃん大好き！プール、海、大好き！今年も水辺で楽しむぞ！



かわぐち ここな
川口 心々絆ちゃん(5歳)
平成29年12月5日生(細江)

最近はお兄ちゃんと一緒にサッカー観戦に夢中！元気いっぱい応援しています！



こばやし あんな
小林 杏菜ちゃん(5歳)
平成30年3月14日生(細江)

ぬいぐるみや可愛いもののがとても大好き♪

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「まきのはらKIDS」に掲載されていない



LoGoフォーム



市ホームページ

子育て世代に役立つ情報発信中！



インスタグラム

問い合わせ 社会教育課図書係 望月安里 ☎③7007 ③7008
✉lib@city.makinohara.lg.jp



新着本
紹介

他にもたくさんの新着本があります。詳しくは図書館ホームページの「あたらしく入った本」を確認してください。
* 榛原図書館臨時窓口（移動図書館ひまわり号）に取り寄せて借りることができます。



牧野富太郎と寿衛
その言葉と人生

牧野一淳／監修
四條たか子／著・文
宝島社 図書交流館所蔵

2023年の春スタートのNHK朝の連続テレビ小説『らんまん』のモデル・牧野富太郎とその妻・寿衛の人生を、実際のエピソードと二人の言葉・写真でたどる一冊。



へとへとパン
小麦粉を使わない白崎茶会
のかたんレシピ

白崎裕子／著・文
マガジンハウス 図書交流館所蔵

へとへとでも作れる！小麦粉を使わないから簡単！予約の取れない料理教室「白崎茶会」が教える、驚きのパンレシピがついに完成。4年半ぶりの新作レシピ最新刊。



はじめてのずかん
しょくぶつ

小池安比古／監修
高橋書店 図書交流館所蔵

素敵な写真と分かりやすい解説で、植物のことがよく分かる！子どもが初めて読む図鑑にぴったりの「はじめてのずかん」シリーズ。さまざまな楽しみ方ができる一冊です。



たまさんの食べられる庭
自然に育てて、まるごと楽しむ

中川たま／著・文
家の光協会 図書交流館所蔵

おしゃれなライフスタイルと料理が人気の中川たまさん。自宅の庭では、ハーブ、フルーツ、野菜がたくさん実ります。季節を楽しむおいしい庭づくりと活用法をたっぷり紹介した1冊です。



27000冊ガーデン

大崎梢／著・文
双葉社 図書交流館所蔵

星川駒子は県立高校の図書館に勤める学校司書だ。書店員・針谷敬斗と共に、生徒が巻き込まれた事件の解決に一役買う。学校図書館を舞台に全ての本好きに贈る、心温まるミステリー。



木挽町のあだ討ち

永井紗耶子／著・文
新潮社 移動図書館所蔵

芝居町の語り草となった大事件から二年の後、菊之助の縁者という侍が仇討ちの顛末を知りたいと、芝居小屋を訪れるが――。現代人の心を揺さぶり勇気づける令和の革命的傑作誕生！

移動図書館ひまわり号 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1日(木) [2コース] 8月2日(木) [3コース] 8月8日(木) [4コース] 8月9日(木)
[5コース] 8月22日(木) [6コース] 8月23日(木) [7コース] 8月29日(木) [8コース] 8月30日(木)

* 榛原図書館が休館の間、ひまわり号が次のとおり、榛原図書館の臨時窓口になります。

巡回時間：午後3時15分～午後4時15分 場所：榛原文化センター駐車場



図書館
ホームページ



募集

知事広聴「平太さんと語
ろう」の傍聴者を募集！

県知事が地域の課題について
皆さんと共に考える知事広聴を
開催します。知事と本市・吉田
町で活躍されている4人の方と
の意見交換に、あなたも会場で
参加しませんか。オンラインで
の視聴もできます。＊詳細は、
「静岡県知事広聴」で検索。
日時 9月8日金
午後1時30分～午後3時
会場 坂部区民センター
申込方法 電話・FAX・メー
ルなどで申し込む。
＊オンライン視聴は申込不要。
申込期限 9月1日金
申込先 県広聴広報課
☎054(221)2235
FAX054(254)4032
✉chikouchou@pret.shizuoka.jp

あなたもベビープログ
ラムに参加しませんか

初めての赤ちゃんを育ててい
るママのための、親子の絆づく
り、親同士の仲間づくりと育児
の知識を学ぶプログラムです。
日時 9月1日金、8日金、15
日金、22日金 午前10時～正午
会場 さざんか 多目的室
対象 令和5年3月3日～7月
2日生まれの子のお子さん
とその母親
申込方法 福祉こども相談セン
ターにある申込書に必要事項を
記入し、参加費(テキスト代
1,100円)を添えて申し込む。
申込期限 8月25日金
申込先 福祉こども相談セン
ター 田村 ☎(23)0083

特定小型原動機付自転
車の標識交付について

道路交通法改正に伴い、新た
に、電動キックボードなどに対
応する「特定小型原動機付自転
車」が定義されました。(電動
機の定格出力が6.0以下であり、
長さ1.9m、幅0.6m以下かつ最高
速度時速20キロ以下のも) 税
率は2千円です。
特定小型原動機付自転車の標
識交付も開始しました。登録方
法は一般的な原動機付自転車と
同様です。新たに車両を取得さ
れた人は手続きをお願いします。
問い合わせ 税務課 山崎
(23)0022

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、同報無線のサイレンを吹
鳴します。1分間の黙祷に
御協力をお願いします。
▼広島原爆の日 8月6日 日
午前8時15分 ▼長崎原爆の日 8月9日 日
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

フードドライブ事業へ
の協力をお願いします

寄贈された食品は生活に困窮
し支援を望む人に提供されます。
受付期間 8月1日 日～31日 日
収集場所 榛原庁舎、相良庁舎、
さざんか、B&G、市内幼稚園・
保育園・こども園、いっし、龍
眼荘、ハイマルシェ榛原店、スー
パールック相良店
問い合わせ 社会福祉課 若杉
(23)0070

脳トレ学習塾のサポー
ターを募集しています！

対象者 ▼64歳以下の人 ▼事前
研修(9月19日 日 午前中、9月
26日 日 午前中に開催予定)に参
加可能な人 ▼月2回程度教室に
協力いただける人。＊託児あり。
日時 10月3日 日 令和6年2
月13日 日 毎週火曜日の午前中
会場 さざんか
謝礼 1回千円(託児利用の場
合は1回500円)
申込方法 窓口直接または電
話で申し込む。
申込期限 8月25日 金
申込先 健康推進課 加藤
(23)0024

文化祭にあなたの作品
を出展してみませんか

開催日 11月4日 土・5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21日 日(先着順)
申込先 市史料館 鈴木
(53)2625

「ふれあいクッキング」
に参加してみませんか

日時 9月2日 土 午前9時30
分～午前11時30分
会場 さざんか 栄養指導室
対象 小学生と保護者
参加費 500円(大人1人、
小学生1人)
持ち物 エプロン、三角巾、ふ
きん、マスク、筆記用具など

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、
申込方法など詳細
は、下記をご覧ください。
申込期限 令和6年2月29日 日
問い合わせ こども子育て課
中西 ☎(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 日～31日 日
午前8時15分～午後5時(水曜
日は午後7時まで)
問い合わせ 子ども子育て課
寺田 ☎(23)0071

電力・ガス・食料品等価
格高騰重点支援給付金

支給額 一世帯当たり3万円
対象世帯 ▼①世帯全員の「令
和5年度住民税均等割」が非課
税の世帯 ＊対象世帯には7月
下旬にお知らせを郵送します。
▼②令和5年1月以降に「住民
税非課税相当」となった世帯
＊①、②のいずれかの世帯
申請書配布場所 市民課、福祉
こども相談センター、市社会福
祉協議会
申請方法 ▼①原則申請不要
▼②申請書に必要事項を記入
し、申請する。
申請期限 10月31日 日
支給時期 8月中旬から随時
問い合わせ
「価格高騰重点支援給付金窓口」
羽田 ☎(23)0085

入札結果の公表－5月

議：議会事務局 管：管理検査課 危：危機管理課 福：社会福祉課 こ：福祉こども相談センター
健：健康推進課 茶：お茶振興課 商：商工観光課 建：建設課 水：水道課 教：教育総務課
学：学校教育課 社：社会教育課 ス：スポーツ推進課 問い合わせ 管理検査課 道田 ☎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 (単価契約)	16,500円	13,500円	81.82%	神戸綜合速記㈱
管 公用車賃貸借 (月額)	119,200円	85,800円	71.98%	㈱ナカジマ自動車
管 牧之原市旧総合観光案内所塗装修繕工事	2,544,000円	2,540,000円	99.84%	㈱松浦工務店
危 牧之原市備蓄食糧 (アルファ化米) 購入	2,775,000円	1,498,000円	53.98%	㈱河原崎商事
福 牧之原市総合健康福祉センター屋根修繕工事	3,887,000円	3,870,000円	99.56%	㈱松浦工務店
こ 榛原児童館増築工事設計業務委託	3,680,000円	2,950,000円	80.16%	畑一級建築設計事務所
健 静波体育館仮設空調設備設置等業務委託 (春接種対応)	4,075,000円	3,950,000円	96.93%	㈱望月商事
茶 榛原第1排水機場整備工事 (1号除塵機更新工事)	36,840,000円	34,000,000円	92.29%	大同機工㈱ 静岡営業所
茶 牧之原9期地区 (濁沢池) 耐震診断業務委託	4,860,000円	4,600,000円	94.65%	㈱共和コンサルタント 藤枝営業所
茶 牧之原9期地区 (濁沢池) 地質調査業務委託	4,430,000円	4,280,000円	96.61%	㈱中野地質
商 さがら子生れ温泉会館照明改修工事【第3工区】	6,801,000円	6,750,000円	99.25%	岩堀電設㈱
建 市道静波1号幹線測量業務委託	2,000,000円	1,900,000円	95.00%	服部エンジニア㈱ 島田事務所
建 道の駅「(仮)さかべ」詳細設計業務委託	24,720,000円	18,480,000円	74.76%	不二総合コンサルタント㈱ 島田営業所
建 薬師トンネル照明灯等改修設計業務委託	4,490,000円	3,780,000円	84.19%	㈱日建技術コンサルタント 静岡事務所
建 市道女神4号線 (ほか1路線) 舗装修繕に伴う土質調査業務委託	1,650,000円	1,550,000円	93.94%	㈱中野地質
建 (準) 沢垂川用地測量業務委託	2,090,000円	1,950,000円	93.30%	服部エンジニア㈱ 島田事務所
建 (準) 東沢川地すべり災害復旧工事 (応急対策工)	8,500,000円	8,200,000円	96.47%	㈱鈴木土建
水 量水器購入	4,137,600円	2,896,400円	70.00%	愛知時計電機㈱ 静岡営業所
水 牧之原市給水区域内漏水調査業務委託	3,260,000円	2,980,000円	91.41%	水道テクニカルサービス㈱ 静岡営業所
教 牧之原市立地頭方小学校 スチームコンペクションオープン購入	2,962,000円	2,810,000円	94.87%	㈱厨林堂 浜松営業所
教 牧之原市学校給食センターボイラー設備改修工事	20,650,000円	20,500,000円	99.27%	㈱牧南社
教 地頭方小学校音楽室空調機器設置工事	2,740,000円	2,700,000円	98.54%	㈱光屋
教 相良小学校特別支援教室空調機器設置工事	1,500,000円			※不落
教 相良中学校特別支援教室空調機器設置工事	2,800,000円	2,750,000円	98.21%	東洋電設㈱
学 牧之原市立小学校自動体外式除細動器 (AED) 賃貸借 (月額)	20,000円	18,800円	94.00%	セコム㈱ 榛原営業所
社 (仮) 文化図書館整備工事	73,710,000円	71,400,000円	96.87%	釘ヶ浦建設㈱
ス 牧之原市多目的体育館事務用備品購入	57,027,000円	41,000,000円	71.90%	静和事務機㈱
ス 牧之原市多目的体育館体育用備品購入	66,267,000円	59,000,000円	89.03%	大沢スポーツ
ス 大型スポーツ用品 (バスケットゴール) 購入	10,500,000円	9,900,000円	94.29%	大沢スポーツ
ス 牧之原市静波体育館LED照明取替工事	4,470,000円	4,450,000円	99.55%	大洋電設㈱
ス 牧之原市片浜体育館LED照明取替工事	2,540,000円	2,330,000円	91.73%	中央電工㈱

出張就職相談会にあな
たも参加をしませんか

日時 7月25日 日・8月22日 日
午前10時～午後3時 (各回4枠
午前10時・11時、午後1時・2
時) ＊1枠40分 要予約。
会場 7月25日 日 相良庁舎1
階 8月22日 日 榛原庁舎2階
申込方法 ホームページまたは
電話で申し込む。
＊下記コードを読み
取り「相談会」
から希望日を選択。
申込先 しずおかジョブステ
ーション
☎054(284)0027

介護者のつどい「生き
生きと若々しく過ごす

日時 9月27日 日 午前9時30
分～午前11時30分
内容 ①機能向上・転倒予防体
操②座談会
会場 さざんか1階 ふれあい
ホール
対象 ▼市内在住で、在宅で介
護をされている人やこれまで介
護を経験された人 ▼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
定員 20人 (参加費無料)
申込方法 電話で申し込む。
申込期限 9月13日 日
申込先 まるにデイサービス
加藤・川口 ☎(22)2102

お知らせ

新しい選挙管理委員会
委員の方を紹介します
前委員の退職に伴い、次の方
が委員となりました。
任期 令和5年6月3日～令和
7年11月14日

問い合わせ 総務課 瀧口
(23)0050
新 任



新 任
鈴木 敏子さん
(静波区)

「令和5年住宅・土地統
計調査」を実施します

10月1日を基準日として住宅
施策の基礎情報となる調査を実
施します。8月下旬から調査員
が世帯への訪問や調査票の配布
を行いますので、協力をお願い
します。回答はオンラインでも
可能です。ぜひご利用ください。
問い合わせ 秘書政策課 渥美
(23)0052

8月1日に保険証が切
り替わるのでご確認を

「国民健康保険」
7月下旬に「グリーン色」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

「後期高齢者医療保険」

7月下旬に「藤色」の新しい
保険証を送りますので、届いた
ら住所・氏名・一部負担金の割
合(1割、または2割、もしくは
3割)を確認してください。
すでに限度額証、減額認定証
が交付されている人には、審査
の上、保険証と一緒に限度額証、
減額認定証も同封します。
また、今年度の保険料の通知
書を8月中旬に郵送しますので
必ず開封して確認ください。
問い合わせ 国保年金課 大村
(23)0023



輝け!未来

木村 果乃さん
きむら・かの
細江小学校6年 細江区



私の将来の夢は小学校の先生になること 勉強だけではなく、みんなを大事にしたい

私の将来の夢は、小学校の先生になることです。学校の先生がみんなに一生懸命教えているところが格好いいと思うからです。私は正義感が強いほうだと思います。だから勉強だけではなく友達との関係やクラスの仲間、親を大事にする気持ちを教えられる先生になりたいと思います。そのために、今は勉強をがんばることと友達を大切にすること、正直でいることを大事にしています。

ペンを置いてー編集幸記

▼「中学時代に鈴鹿8耐を見て、『ライダーで出たい』と思ったのがきっかけ」。チームを率いる伊藤代表の夢の始まりです▼「ライダーでの出場は叶わなかったが、今回仲間に恵まれ、チームで夢舞台に挑戦できる。一方、皆さんの支援などできる限りお願いしたい」と話してくれました

▼広報担当であり、過去鈴鹿のコースを走ったことがある身として、精一杯支援をさせていただきます。

▼「いつもできないことができて嬉しかった!」▼ジュニアズアクションスポーツクラブのサーフィン体験会に参加した子どもの感想です▼子どもたちの楽しそうな笑顔をはじめ、スタッフや保護者の皆さんも生き生きとされており、とても貴重な場になりました▼前後の日は雨が続きましたが、当日は好天。どこよりもアツい「波と夢に乗るまち牧之原」が確かにそこにありました。

