

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

秋空に
歌声響け

親子活動
「秋空の下で歌おう」
(勝間田小学校)

特集 牧之原市の津波対策事業
安全安心なまちづくりを目指して

特集 牧之原市赤十字奉仕団の活動
地域に根差した身近な奉仕を広げよう

November
2019
NO.218

11

牧之原市の津波対策事業

—安全安心なまちづくりを目指して—

問い合わせ 建設課 池田 ☎32628
建設管理課 山田 ☎32627

津波避難施設が完成

平成23年3月11日、東日本大震災が発生し、私たちは、津波に対する恐怖を目の当たりにしました。

この震災を契機として、市では、沿岸部の5小学校区を単位として、地域住民による「津波防災まちづくり計画書」を作成しました。そして、この計画に基づき、各地区に12の避難施設と20の避難地避難路を作ることを決め、平成26年度から事業に着手しました。

避難施設の形態はさまざまで、避難タワー、いのち山、防災公園、避難ビル、さらに裏山へ駆け上がる避難地避難路など、「避難施設のデパート」と呼ばれるほど、その地区の実情に合った施設を建設してきました。

本年10月末を持って、32カ所目となる避難地避難路が完成し、住民の皆さまの命を守る施設が整いました。

今後は、この施設を活用し、避難訓練などを行いながら防災意識を高め、いざという時には、まず人の命を守るための避難行動を起こしていただきたいと思っております。



防災訓練で実際に避難地に避難する住民

海岸堤防整備促進に向けた式典を開催

静波海岸で10月26日、市と自治会地区長会の主催により、市内のレベル1津波（※）対策事業促進に向けた式典が開催されました。式典には、国会議員、県議会議員、市議会議員、行政、沿岸部自治会の皆さまなど約150人が参加し、今後の事業促進に向け意識を高めました。

式典では、種茂和男地区長会長が「地域住民が安全安心に生活でき、避難する時間と財産を守る堤防建設を」と期待を込めてあいさつ。杉本市長は「これまでの国・県・議員の尽力に感謝したい。市でも総額54億円かけ、津波避難施設を整備してきた。今後も継続して事業を進めていただきたい」と呼びかけました。

本市の海岸延長は約15キロメートル。海岸堤防整備事業は、国土交通省、静岡県、牧之原市により進められています。

本年度は、静岡県と牧之原市の整備予算が約7億円計上されており、今後、レベル1津波対策事業が本格化していきます。

※レベル1津波とは、これまで地震被害想定の対象としてきた東海地震のように、発生頻度が比較的高いもの（駿河・南海トラフでは約100年から150年に1回）で、発生すれば大きな被害をもたらす津波のことを指します。
市内海岸における堤防などの津波対策施設は、この高さに対応した整備を行います。

さまざまな津波避難施設

市防災研修センター（避難ビル）（相良区）



避難タワー（静波区）



金刀比羅山防災公園（相良区・福岡区）



大江防災公園（いのち山）（大江区）



避難地避難路（遠渡区）



榛原港海岸の整備イメージ（令和元年度）



地頭方漁港海岸の整備状況（平成28～30年度）



静波海岸で行われた式典の様子

職員給与

給与費（平成30年度）

職員数（A）	給与費				1人当たりの給与費 （B / A）
	給料	職員手当	期末勤勉手当	計（B）	
373人	1,291,354,144円	267,637,153円	527,507,129円	2,086,498,426円	5,593,829円

* 職員手当には退職手当および退職手当負担金を含みません。

平均年齢と平均給料・給与月額（一般行政職、平成30年4月1日現在）

区分	平均年齢	平均給料月額 （基本給）	平均給与月額 （基本給＋諸手当）	平均給与月額 （国ベース）
牧之原市	40.7歳	302,891円	371,203円	331,327円
静岡県	42.5歳	335,251円	430,193円	371,483円
国	43.5歳	329,845円	-	410,940円

* 「平均給与月額」とは、給料月額と全ての諸手当を合計したものです。
「平均給与月額（国ベース）」とは、国家公務員の平均給与月額には時間外手当、特殊勤務手当などの手当が含まれていないことから、比較のために同じベースで再計算したものです。

初任給（平成31年4月1日現在）

区分	大学卒	短大卒	高校卒
牧之原市	180,700円	161,300円	148,600円
静岡県	187,200円	167,200円	153,000円
国	180,700円	-	148,600円

期末手当・勤勉手当（平成31年4月1日現在）

区分	期末手当	勤勉手当	計
6月期	1.300ヵ月	0.925ヵ月	2.225ヵ月
12月期	1.300ヵ月	0.925ヵ月	2.225ヵ月
計	2.600ヵ月	1.850ヵ月	4.450ヵ月

* 期末手当…民間の期末一時金に相当。

* 勤勉手当…民間の成績査定分に相当。

* 職務の級などによる加算措置があります。

退職手当（平成31年4月1日現在）

区分	自己都合など	早期退職・定年
勤続20年	19.6695ヵ月	24.586875ヵ月
勤続25年	28.0395ヵ月	33.270750ヵ月
勤続30年	34.7355ヵ月	40.803750ヵ月
勤続35年	39.7575ヵ月	47.709000ヵ月
最高限度	47.7090ヵ月	47.709000ヵ月

管理職手当（平成31年4月1日現在）

区分	月額
部長	77,400円
参事兼課長	72,700円
参事以外の課長	66,400円
園長	41,600円

扶養手当（平成31年4月1日現在）

区分	月額
配偶者	6,500円
父母・祖父母	6,500円
子（15歳以上22歳未満）	15,000円
子（15歳未満）・孫	10,000円

給与水準（平成30年度）

区分	指数
ラスパイレス指数	96.8

* ラスパイレス指数は、国家公務員の給与を100とした場合の市職員の給与水準。

特別職および市議会議員の給料月額、報酬、退職手当（平成30年4月1日現在）

区分	給料月額 など	期末手当 支給割合	退職手当	
			支給額	支給方法
給料	市長	810,000円	6月分 2.225ヵ月	任期ごと
	副市長	640,000円	12月分 2.225ヵ月	
	教育長	590,000円	計 4.450ヵ月	
報酬	議長	360,000円	6月分 1.825ヵ月	任期ごと
	副議長	290,000円	12月分 1.825ヵ月	
	議員	270,000円	計 3.650ヵ月	

* 期末手当は、職務による加算措置があります。

職員の勤務状況を公表します

市役所の職員数や勤務時間、給与などの状況について、市民の皆さんにお知らせします。

問い合わせ 総務課 大石 ☎0051

* 特に記載のない場合は、水道事業を含む一般職員を対象としています。（一般会計と水道事業会計）

職員数

部門別職員数（平成31年4月1日現在）

部門	一般行政								特別行政			公営企業会計			合計	
	議会	総務	税務	民生	衛生	農林水産	商工	土木	小計	教育	消防	小計	水道	国保介護		小計
30年度	5	86	20	89	38	17	14	39	308	33	0	33	9	23	32	373
元年度	5	84	20	92	33	18	17	39	308	35	0	35	8	23	31	374
増減数	0	▲2	0	3	▲5	1	3	0	0	2	0	2	▲1	0	▲1	1

* 市長、副市長、教育長は含まれていません。

勤務時間や休暇など

一般職員の勤務時間（平成31年4月1日現在）

区分	時間
勤務時間	7時間45分
開始時間	午前8時15分
終了時刻	午後5時
休憩時間	正午～午後1時

* 毎週水曜日は午後7時まで開庁しています。

時間外勤務（年間、平成30年度）

区分	対象308人	
	時間数	手当額
総数	58,369時間	123,098,495円
1人当たり	189時間	399,670円

育児休業の取得人数（平成30年度）

区分	育児休業	部分休業など
市長部局など	女性	10人
	男性	1人
教育委員会	女性	0人
	男性	1人
合計	女性	11人

* 平成30年度中に新たに取得した人数です。

年次有給休暇の取得状況（一般行政職）

区分	取得日数（平成30年1月～12月）
1人当たりの平均	9.1日

* 年次有給休暇は1年に20日。繰り越しを含めると最高40日。

1年間の主な活動（平成30年度実績）

- 市内福祉施設での奉仕活動
- 減災セミナー
- 赤十字救急法短期講習
- 榛原総合病院での奉仕活動
- 市内施設の慰問
- 相良中学校での炊き出し指導補助
- 歳末助け合い募金

赤十字奉仕団とは
赤十字奉仕団は、赤十字の使命である人道的な諸活動の実践を目的として、市区町村ごとに結成されている奉仕者組織（ボランティアグループ）です。
本市においては、地域と協力しての炊き出しや救急法の訓練、福祉施設での奉仕活動、災害時に安全な日常生活を送るための講習会、赤十字社資の募集などの活動を通じて、支え合い、助け合う温かな地域コミュニティづくりにも協力しています。



1 2 3_毎年実施している救急法短期講習や減災セミナーの様子。被災時の行動やAEDの使用法、けが人への対処方法などを学んでいる 4_榛原総合病院での奉仕作業の様子。植栽の草取りなどを行っている 5_相良中学校での炊き出し指導補助の様子。

牧之原市赤十字奉仕団では団員を募集しています

市内在住で、活動に深い理解がある人であれば、性別を問わず、どなたでも参加できます。本市で活動している奉仕団員は、令和元年5月現在で相良分団221人、榛原分団158人の計379人です。近年、奉仕団員の入団人数は減少傾向にあり、奉仕団員が1人もいない地区も増えてきています。赤十字奉仕団に入団して、地域の福祉のために一緒に活動してみませんか。興味のある人は、地域の赤十字奉仕団員または市事務局まで気軽に連絡してください。

【市事務局】

牧之原市静波991番地1 市総合健康福祉センターさざんか内
福祉子ども部社会福祉課 担当：池ヶ谷
☎0070 / ☎0099 ✉fukushi@city.makinohara.shizuoka.jp



地域赤十字奉仕団基礎研修会



地域に根差した 身近な奉仕を広げよう —牧之原市赤十字奉仕団の活動—

赤十字奉仕団は、赤十字の使命とする人道的な活動の実践を目的として結成された奉仕者組織です。赤十字の活動がどのようなものなのか知っていただき、活動への理解を深めていただくとともに、活動へのご協力をお願いします。
問い合わせ 社会福祉課 池ヶ谷 ☎0070

青少年赤十字

青少年に赤十字を正しく理解してもらい、進んで赤十字運動に参加することで、平和と福祉に貢献できるように成長してもらうことを目的とした事業です。
本市では、市内の小・中・高等学校から14校が加盟校となつて活動を行っています。平成29年度には、赤十字救急法競技会の団体競技別・高校生以下の部において、相良高校のチームが3位に入賞しました。

赤十字ボランティア

赤十字奉仕団が行っている奉仕活動などが、この赤十字ボランティアに当たります。
災害救護・青少年赤十字・講習普及などの事業に加えて、社会福祉施設での奉仕活動や清掃活動など、地域に根差した活動を進めています。

主な赤十字事業

講習普及活動

講習には、救急法・水上安全法・健康生活支援講習・幼児安全法・減災セミナーなどの種類があります。
牧之原市赤十字奉仕団では、救急法と減災セミナーを毎年実施しております。被災時に個人が取る行動、急な病人や怪我人への処置など、非常時における対処法を学びます。

災害救護活動

日本赤十字社では、災害時に現地に救護班を派遣し、救護活動を行っています。
本市の事務局でも、救護品の備蓄と被災後の配布を行っています。また、相良・地頭方・坂部地区の防災倉庫に日赤の炊き出し用器材を設置しており、防災訓練の際に使われています。

災害時に想定される被害を最小限にするために、平時のうちに備える防災の取り組みや、安全確保の仕方、避難所生活の様子などについて学びます。



歩みに向けての第一歩

もう、ふらつかない！

4カ月間の短期集中型教室（元気はつらつ教室）にて

スピード、歩幅、足の上げ幅が低下すると、転びやすくなります。

歩くのに必要なのは下半身の動作だけだと思われがちですが、実は上半身の動きがかなり重要なのです。

事例1

▶前屈みの姿勢で歩幅も狭く、すり足ぎみに歩く▶椅子から立ち上がりにくく、座るときにも「ドスン」と座っている

アドバイス

▶お尻の下に丸めたバスタオルを入れ、骨盤を正しい位置に戻す運動を行う▶セラバンド（ゴムバンド）を使って肩甲骨周辺を動きやすくし、重心移動をしながら、立ち座りの運動を行う▶マットの上に横になりながら、上半身と下半身の協調性を高める運動を行う

結果

自宅での運動を毎日行ったところ、姿勢が改善され、両腕を大きく振って歩幅を広くとりながら歩けるようになった。また、椅子からの立ち座りもスムーズになった。



みんなでやるから頑張れる！



事例2

▶圧迫骨折後、動作時に腰痛がある▶円背で、腹部や腕、足の筋力が低下している▶散歩、洗濯物を干すことができない

アドバイス

▶骨盤を起こす▶骨盤周囲の筋力を高める運動を行う（腹筋の強化）▶セラバンド（ゴムバンド）を使って肩甲骨周辺を動きやすくし、重心移動をしながら立ち座りの運動を行う▶テニスボールを使いながら、足底の感覚を高める運動を行う▶マットの上で四つんばい運動を行い、体幹部を鍛える

結果

毎日、自分で運動を行ったところ、腰痛が軽減され、姿勢も改善された。また、全身の筋力も高まり、友人宅への散歩や洗濯物干しができるようになった。



筋肉や関節の固まりがほぐれることで、可動域が広がります。



骨盤をオレンジ色で示した図

「動作」の専門家に転倒予防についてインタビュー！

転倒予防に大切なのは、筋力を付けることだけではありません。ただ単に筋肉を付ければ、姿勢が悪ければ、転倒しやすくなります。ポイントとしては、「体幹部の筋肉があること」「骨盤が起きて姿勢が良いこと」「柔軟性」です。特に、股関節の柔軟性は「歩く」「動作や」「転び」に必要です。骨盤が寝ている状態では、なおさら、パツと足が出にくくなります。



（株）ハラライフサポート理学療法士 奥田 汀美 さん
介護予防の事業を担当している。気分転換は温泉巡り。

また、食事中の飲み込みづらさも姿勢と関係がある場合があります。骨盤が寝ている状態では、顎が前に出てしまったり、嚥下障害が起こりやすくなるのです。そういった人は毎食時に、筒状に丸めたバスタオルをお尻に敷けば、姿勢が良くなり、食べやすくなります。

筋力は30歳代から徐々に衰え始めますが、60歳代からはますます衰えやすくなります。寝る、座るといった動作以外に、一日に40分くらい体を動かすことで、筋力は維持できます。

自分の日常生活の範囲内で、習慣になるような活動を行うことが、転倒予防につながります。

牧之原市の高齢者の現状

本市における介護保険申請の要因は、「転倒・骨折」が2位であり、全国と比較すると順位も割合も高い状況です。転倒・骨折で要介護状態になることを予防するためには、元気なうちから専門家によるアドバイスや指導を活用しつつ、周りの人たちと一緒に介護予防活動に取り組むことが必要です。市では、高齢者や介護事業所が専門家を活用しやすくなるよう、さまざまな取り組みを行っています。

地域の集まりの場へ理学療法士を派遣します

筋力アップ・身体の機能改善を目的とした体操や、サロンなどで生かせる運動などを紹介します。

【応募要件（①②を両方満たす団体）】

- ①月1回以上活動している市内の団体
- ②まきのはら元気アップ体操を実施している団体

*理学療法士を派遣できる日程は限られていますので、事前に問い合わせてください。
*まきのはら元気アップ体操のDVDを配布しています。

【問い合わせ】健康推進課 ☎0024

無料です

これまで、「動作」の専門家である理学療法士は、総合病院や整形外科の中にいることが多く、助言を受けたり、活用したりするためには、病院を受診する必要があります。しかし最近では、身近な地域に出て活躍している理学療法士も、だんだんと増えてきています。

今回は、実際に理学療法士が介護施設や介護予防教室などで指導している内容を参考に、「転倒予防」のために必要なポイントをお知らせします。

問い合わせ 長寿介護課 加藤 ☎(23) 0076

第1回目受講者の 研修の感想

介護や認知症は、自分にとって未知の世界の重い話だと思っていたが、気持ちがお楽になった。



講師が経験談や例え話をあげて説明してくれたので、理解しやすく面白かった。

研修を終えて、介護の重要性・大変さがわかってきました。自分が役に立てるのが、仕事として続けられるのか、不安も大きい中、介護に関する入門の第一歩を踏み出そうとしています。はじめから完全な人はいませんが、相手の立場で考え、仕事を始めていきたいと思えます。

いずれは自分たちの通る道と思い、自分を重ねて聞かせていただきました。



第1回入門的研修の修了者にインタビュー！

—実際に働いてみての感想を教えてください。

明るくて笑いの絶えない職場なので、自由に楽しく働くことができます。現在は週2回、午前10時から午後2時の勤務ですが、もう少し勤務日数を増やしてみようという前向きに考えているところです。

—2期生に向けてメッセージをお願いします。

研修は長時間で大変でしたが、その分、今は楽しく働くことができている、達成感があります。友人にも、こんなに楽しく働けている、ということをお伝えしたら興味を持ってくれたので、この研修の受講を勧めました。就労先とのマッチングのシステムも良いので、施設をいくつも見学して、自分の希望する事業所を見つけたら良いです。これから「ぶちアルバイト」を始める皆さんにも、ぜひ頑張ってもらいたいです。



施設利用者の食器を洗う様子

第2回入門的研修 受講者募集！

会場 相良総合センターい〜ら 福祉団体活動室
対象者 次の①〜③を全て満たす人
 ①おおむね65歳以上で、会場まで自分で来ることができる人
 ②介護現場で働いてみたい人
 ③月数回、1回2時間程度以上の活動が可能なおとな
費用 無料
定員 20人（先着順）
申込先 長寿介護課 ☎030076

研修の日程	
応募者説明会	令和2年 1月17日(金) 午前10時30分〜正午
研修1日目	1月29日(日) 午前9時30分〜午後3時30分
研修2日目	2月3日(月) 午前9時30分〜午後4時
研修3日目	2月14日(金) 午前9時30分〜午後4時
研修4日目	2月20日(木) 午前9時30分〜午後3時30分



ぶちアルバイトとは



入所施設やデイサービスなどの介護サービス事業所で、資格や専門知識がなくてもできる「身体介護以外の業務」を行います。（例＝掃除、着替え準備、食事調理・配膳、利用者の話し相手など）

- おおむね65歳以上の人を対象とし、月数回、1回2時間程度からの勤務です。
- 事前研修（入門的研修）を受講し、施設や事業所の見学をしてから、皆さんの希望に合った働く場所を決め、就職します。



2期生募集！

まだまだ元気な「ぶちアルバイト」
 あなたも介護サービスを支える立役者に

自分のできることで積極的に社会参加
 「ぶちアルバイト」は、特別な資格や経験がなくても始めることができます。しかし、何かを新たに始めることは、とても勇気がいることです。そこで市では、「ぶちアルバイト」に必要な知識を学ぶ事前研修（入門的研修）の場を設けたり、施設見学や就業前の面接の際に、支援員が皆さんをサポートしたりするなど、皆さんの働くきっかけづくりを行っています。皆さんがこれまでに培ってきた経験や知識を社会貢献として十分に生かしたり、余暇時間を有

「ぶちアルバイト」として活動するには
 まずは高齢者に関する基本的な知識などを学ぶ入門的研修（合計21時間）の受講が必要です。8月下旬に第1回目の入門的研修を開催したところ、11人が課程を修了し、現在は介護サービス事業所で活躍しています。

効に活用したり、ちょっとしたお小遣い稼ぎをしたりできるほか、いろんな世代と関わること、自身の介護予防認知症予防にもつながります。あなたも「ぶちアルバイト」を始めませんか。

現在、介護現場では、深刻な職員不足が問題となっています。市では、広報まきのほら5月号・9月号でお知らせした通り、元気な高齢者を人手不足の介護サービス事業所の働き手としてつなげる事業を行っています。「まだまだ働ける！」「空いた時間で何かしたい！」「人の役に立つことをしたい！」という皆さん、「ぶちアルバイト」として介護現場で働いてみませんか。

問い合わせ 長寿介護課 赤堀 ☎(23) 0076



▶ 第1回目の入門的研修を修了した皆さん

「牧之原市立図書館基本計画」を策定しました

このたび、市では、平成30年度に設置された「牧之原市図書館協議会」などでの協議を踏まえ、「牧之原市立図書館基本計画」を策定しましたので、基本理念や基本方針などについてお知らせします。
市では今後、この計画をもとに、図書館サービスの充実や図書館の環境整備などについて取り組んでいきます。

問い合わせ 社会教育課 水野 ☎③2646

計画の目的

本市の目指す図書館の拡充計画や方針を明らかにするとともに、新しい図書館の建設よりも今ある施設の拡充や代替施設の活用といったことを根幹に、効果的かつ機能が充実した図書館サービスを提供することを目的としています。令和元年度から5年度までの5年間の中で具現化し、各館の図書館サービスが着実に改善充実することを目指します。

基本理念

「ささえ つくり つなぐ 牧之原市の図書館」

図書館は本の貸し出しだけでなく、市民のくらしを支え、訪れる人同士が交流する場としての機能も持っています。
本市では、図書館が市民生活を支える知や文化の拠点であるとともに、資料や情報を通じてさまざまなかたちで市民が出会う場として重要な役割を担うものであるととらえています。

〔基本方針〕

資料の充実と専門職員の配置

くらしを支える専門サービス

市民のニーズと日本図書館協会の「図書館の自由に関する宣言」に基づき、すべての市民のくらしにつながる資料を収集し、保存し、提供します。また、職員の資質向上を図り、充実した図書館サービスを提供します。



ささえ つくり つなぐ 牧之原市の図書館

図書館システムの構築

あなたと図書館をつなぐネットワーク

市民にとって図書館を身近な存在とするため、市内の公立図書館のネットワーク網を構築し、資料の検索や貸借、生活情報の収集などにも活用可能とするなど、市民の利便性を高めます。

環境の整備とスペースの確保

であいを創る交流・憩いの場

今まで図書館を利用していなかった市民も含め、すべての市民が気軽に立ち寄ることができる交流や憩いの場を作ります。



いずれ来る大災害 その時あなたは大丈夫？

近年、全国各地で地震や台風などの災害が発生し、大きな被害を受けています。本年10月には日本列島を台風19号が襲い、大雨による土砂災害、高潮、河川の増水など、私たちの住む牧之原市にも爪痕を残しました。
今後もいつ大きな災害が起こるかわかりません。その時の準備はできていますか？

問い合わせ 防災課 吉田 ☎③0056

家庭の備蓄

日常生活で使うものを多めに買い、使ったら買い足す「ローリングストック法」がおススメ

大規模災害が発生した場合、交通網や行政機能がまひして、救援物資はすぐには届きません。日ごろから家族の人数×7日分の備蓄を各家庭で準備しましょう。
また、それとは別にすぐに持ち出せる「非常用持出し袋」を用意し、最低限のものを入れておきましょう。

〔家庭の備蓄の例〕

- ▶飲料水（1人分目安） 1日3L×7日分=21L
- ▶食料品（1人分目安） 1日3食×7日分=21食
- ▶カセットコンロ 食品を温めたり、お湯を沸かしたり、簡単な調理ができます。
- ▶ガスボンベ ボンベ1本で1.5Lのお湯が約10回作れます。
- ▶災害用携帯トイレ ホームセンターなどで手軽に購入できます。
- ▶その他 幼児や高齢者、アレルギーを持つ人など、家族の状況に応じた食料備蓄が必要です。



情報収集手段

さまざまなツールを活用して、積極的に情報を収集しましょう

市からの避難の呼びかけは、同報無線や市のホームページ、まきのらTeaメール、緊急速報メールなど、さまざまな方法でお知らせしています。
台風や大雨などの風水害の場合、事前に天候や河川の状況などをテレビのデータ放送やインターネットで把握することができます。また、スマートフォン向けの総合防災アプリ「静岡県防災」では、平常時の防災学習や緊急時の行動をサポートする情報をすることができます。

▶同報無線テレホンサービス（☎③0999）

同報無線が聞き取れなかった場合などに、放送内容を電話で聞くことができます（通話料がかかります）。

▶テレビのデータ放送

リモコンの「d」ボタンで、天気予報や降雨状況、河川水位などを確認できます。

▶気象庁（http://www.jma.go.jp）

雨雲の動き、台風の勢力や進路のほか、土砂災害などに関する防災情報が提供されています。



▶サイボスレーダー（http://sipos.pref.shizuoka.jp）

秋間川・勝間田川・坂口谷川の水位情報などを確認できます。

▶静岡県総合防災アプリ「静岡県防災」

普段の防災学習に役立てることができるほか、外出中に災害が起きた時にも警報・注意報などの気象情報を確認可能。現在地から周辺の避難場所の位置などを知ることができます。



静岡県HP
アプリ紹介ページ

地震が起きたら避難は？

地震発生

- ▶南海トラフ地震が発生すると、震度7の最大クラスの揺れが起こります。
- ▶揺れている時間は、最長で4分ほど。東日本大震災の時には、3分以上揺れていました。

避難

- ▶地震が起きたら津波が襲ってきます。本市の海岸部分では、10メートルを超える津波が予想されます。非常用持出し袋を持って、早く、より高い場所（津波避難タワーや避難ビル、津波避難地）に逃げてください。
- ▶津波は繰り返し襲ってくることもあり、第1波より第2波のほうが大きな津波がくることもあります。津波警報が解除されるまで、避難先にとどまるようにしましょう。
- ▶日ごろから、ハザードマップで津波浸水区域などを確認して、どこへ逃げればいいのかなどを確認しておきましょう。

被災後の生活

- ▶自宅が無事であれば、自宅で生活を送ります。自宅の耐震化や感震ブレーカーを設置して、地震に強い家にならせます。
- ▶自宅での生活が困難な人は、避難所で避難生活を送ることになりますが、避難所の運営は避難している人たちで行います。積極的に運営に参加しましょう。

議 会

9月2日から10月3日までの会期
市議会9月定例会の主な内容をお知らせします
 問い合わせ 総務課 源間 ☎(23) 0050

平成30年度牧之原市一般会計歳入歳出決算の認定

30年度牧之原市一般会計歳入歳出決算の認定が行われました。歳入は218億7618万1594円、歳出は207億5622万9464円で、翌年度へ繰り越すべき財源を差し引いた歳入歳出差引額は9億7270万7130円となりました。

一般会計補正予算(第2号)

元年度第2回目の補正で、2億3007万7千円を増額し、補正後の総額を206億1407万3千円としました。

今回の補正予算では、児童福祉施設などへの防犯カメラの設置や3歳以上第3子以降の副食費の無償化による多子世帯支援、自主運行バス用のマイクロバスの購入、高齢者運転免許自主返納支援事業助成金の創設、相良図書館の整備拡充による図書館機能の充実、物産センター直営期間延長に係る経費などの計上が主なものとなっています。

一般会計補正予算(第3号)

元年度第3回目の補正で、930万1千円を増額し、補正後の総額を206億2337万4千円としました。

今回の補正予算では、全国茶品評会における産地賞(静岡牧之原

防 災

防災力 人の輪 知恵の輪 地域の輪
地域防災訓練に積極的に参加しましょう
 問い合わせ 防災課 曾根 ☎(23) 0056

12月1日の「地域防災の日」に、市内各地区で地域防災訓練を実施します。

近年、防災訓練の重要性と繰り返しの訓練の大切さが再認識され、災害時には訓練に参加している人の生存率が高いといわれています。自分と家族の命は自ら守る「自助」と、みんなで助け支え合う「共助」の取り組みを実践し、日ごろから地域の防災力を高めるため、積極的に訓練に参加しましょう。

地域防災訓練の流れ

11月30日(土) 午後7時30分	同報無線で訓練事前広報
12月1日(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 同報無線と市から緊急速報メール配信
正午ごろ	同報無線で訓練終了のお知らせ

緊急速報メール
 訓練当日の午前9時5分ごろに、携帯電話またはスマートフォンに緊急速報メールを配信します。

【緊急速報メールとは】
 気象庁が発表する「緊急地震速報」「津波警報」および「特別警報」、県や市町などが発表する「災害・避難情報」を、特定区域の携帯電話などに一斉配信する携帯電話会社のサービスです。

【緊急速報メールの注意点】
 ①メール受信(鳴動)により都合がある人は、事前に携帯電話などの電源を切ってください。
 ②緊急速報メールを受信すると携帯電話の設定によってはマナーモードでも着信音が鳴ります。
 ③受信の可否、鳴動音などは個々の受信端末の機種や設定により異なります。詳細については、各携帯電話会社に確認してください。
 ④市からの緊急速報メールは、他市町の区域にいると受信できません。また、他市町にいる場合には、他市町のメールを受信し

情 報

平成30年度の運用状況をお知らせします
情報公開制度および個人情報保護制度について
 問い合わせ 総務課 大倉 ☎(23) 0050

情報公開制度

市民の皆さんの市政についての「知る権利」を尊重し、市が保有する情報を公開する制度です。

この制度により、市政の公正な執行と市民の皆さんの市政への信頼を確保し、市民参加による開かれた市政を推進することを目的としています。

個人情報保護制度

市民の皆さんの個人情報を適正に管理し、市政の適正かつ円滑な運営を図るとともに、個人の権利利益を保護することを目的とする制度です。

この制度により、市民の皆さんに信頼される市政を実現することを目的としています。

個人情報の取扱

市では、さまざまな事務の執行に当たり取り扱う個人情報について、その目的や項目などを「個人情報取扱事務登録簿」へ登録しています。

この登録簿は、情報公開コーナー(榛原庁舎2階市民ラウンジ、相良庁舎1階ロビー)で誰でも見ることが出来ます。

●牧之原市情報公開条例に基づく実施状況(平成30年度)

開示請求延べ人数	22人	
実人数	15人	
開示請求件数	22件	
開示・非開示決定件数	全部開示	18件
	部分開示	3件
	非開示	1件

●牧之原市個人情報保護条例に基づく実施状況(平成30年度)

開示請求延べ人数	12人	
実人数	11人	
開示請求件数	12件	
開示・非開示決定件数	全部開示	7件
	部分開示	5件
	非開示	0件

お 茶

お茶カフェイベントに出席してみませんか
「まきのはら協奏曲」第6章
 問い合わせ お茶振興課 増田 ☎(53) 2621

募集要項

「まきのはら協奏曲」第6章の開催にあたり、出展していただけるお茶生産者の皆さんを募集します。

自身のお茶の新しい魅力を発見する機会として、毎年出展者に好評のイベントです。市内で生産されたお茶であれば、深蒸し茶・紅茶・ウーロン茶・釜炒り茶など種類は問いません。お客さんと直接ゆつくりお話ししながら、自慢の一杯を出してみませんか。出展に興味がありましたら、担当まで連絡してください。

開催日時 令和2年2月9日(日) 午前10時〜午後3時(平日搬入可)

会場 相良総合センターい〜ら(牧之原市須々木1-4-0番地)

出展方法 ①通常ブース(1店舗)で運営 ②長机2台+荷物置き用長机1台 ③合同ブース(2、3店舗で通常ブースと同じ広さを運営)

出展料 無料

募集期限 12月13日(金)まで

その他 ▼①の通常ブースの出展者は、ブース運営スタッフ以外に使役スタッフを1人出してください ▼出展希望者には、後日出展希望者説明会の案内を通知します。



過去の様子

まきのはら協奏曲〜第6章〜

日時 令和2年2月9日(日) 午前10時〜午後3時

会場 相良総合センターい〜ら

入場料 当日券=300円
 前売券=300円+特典付

*前売券は市内各所で販売予定。

12月の相談日です。

日々の生活の中で、誰かに相談したいと思っ
ていることや疑問に感じていることはありませんか。

そんなあなたからの声に応えるための各種無料相談窓口
を紹介します。

秘密は厳守されますので、ひとりで解決しようとせず、
まずは相談してみてもいいかがですか。



12月の相談

静岡市原産マスコット
キャラクター

*市民相談センターは、市役所棟原庁舎北側の就業改善センター2階にあります。

一般相談

日常生活の中での困りごとや悩み、
分からないことなどの相談を受け
付けます。困ったらずは相談を。

期日 月曜日～金曜日
時間 9:00～16:00
会場 市民相談センター
市民相談センター ☎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 9:00～16:00
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)

弁護士が相談に応じます。
期日 12月4日(金)・18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。

期日 12月11日(金)・25日(金)
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
市民相談ダイヤル ☎054(646)6055

人権身の上相談

人権擁護委員が相談に応じます。

期日 12月5日(金)
時間 10:00～12:00
13:00～15:00
会場 市民相談センター
市民課 ☎030021

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・火・水・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

税務・会計など税に関するあらゆる
相談に無料で応じます。
事前予約が必要となります。

期日 12月18日(金)
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 12月4日(金)・18日(金)
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

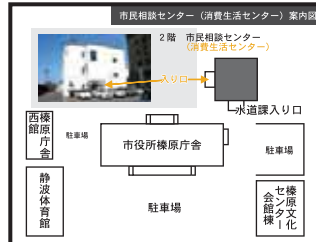
介護する人たちを支えるため、相
談・支援体制を整えています。

期日 月曜日～金曜日
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 12月20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 ☎030822



*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



田沼の改革
新しい貨幣の発行

数ある意次の政策のなかで、
最も代表的なものが貨幣改革
です。

この時代の貨幣制度は、金・
銀・銭の三貨制度が採用され
ていました。計数貨幣の金貨
は、江戸を中心に流通し、秤
量貨幣の銀貨は、上方(大
坂や京都)など西日本を中心
に流通しました。これを江戸
の「金遣い」、上方の「銀遣い」
といいます。また、銭は庶民
の少額貨幣として使用され
ていました。

このため幕府は、「金一兩
銀六十匁」「銭四千文」と
公定相場を定めていましたが、
実際は市場の変動相場制で取
引されました。現代でいう「円

田沼の時代に
流通していた貨幣



一兩小判
(計数貨幣)



一分金
(計数貨幣)



丁銀
(秤量貨幣)

安ドル高」のような仕組みが
存在したのです。

さて、ここに一つ大きな問
題がありました。

江戸(金遣い)では、日常
物資の多くを上方(銀遣い)
からの輸入に頼っていたため、
金の価値が下がり、銀の価値
が上がる「金安銀高」が続く
と、輸入に係る費用がかさみ、
米以外の物価が高騰する事態
に襲われました。その一方で、
逆に「金高銀安」が続いても、
上方の景気が悪くなると物価
に悪影響を及ぼしました。

この厄介な問題に対して、
意次は、従来とは異なる新し
い貨幣を発行することで解決
を図りました。

宝暦末期から明和期
(1760年代)の金銀相場
は、金一兩銀六十三匁前後

で推移し、銀の価値が下落傾
向にありました。これは、公
定相場(金一兩銀六十匁)
に比べて「金高銀安」である
ことを意味します。



表裏
南鑲二朱銀

この銀貨の特徴は、
銀貨の単位である「匁」
でなく、金貨の単位で
ある「朱」を用いたこ
とです。

当時の金貨単位は、
「一兩四分十六朱」
の四進法が採用されて
いました。ただし、実
際に流通していた金貨
は、一兩小判と一分金
が多数を占め、「朱」
を単位とする貨幣は多
くありませんでした。
これに注目した意次
は、この単位の銀貨を

講演会のお知らせ

田沼意次侯生誕300年記念事業
特別講演会「田沼意次遺訓と田沼時代」

田沼意次侯が子孫のために記した「7か条の遺訓」につ
いて、日本近世史研究の第一人者で、東京大学名誉教授
の藤田覚氏に解説していただきます。

日時 令和元年12月8日(日)
午後2時～午後3時30分(午後1時30分開場)
会場 市史料館 2階ホール
講師 東京大学名誉教授 藤田覚氏
入場料 無料(申込不要)

発行し、実質的な「金貨」と
して通用させることで、金貨
の流通量を増やそうとしたの
です。

その結果、南鑲二朱銀は当
初こそ反発されたものの、実
用性の高さから定着に成功し
ます。そして、金の価値が下
がったことで、一時期、金一
兩七十匁以上を付けた金銀
相場は改善し、公定相場に近
いレートで安定するようにな
りました。



相手チームめがけボールを投げ込む児童

親子で楽しく、真剣勝負

■親子スポーツ大会

菅山小学校で10月20日、親子スポーツ大会が行われました。

これは、PTAの親睦を深めることを目的に行われたドッジボール大会で、各学年ごとに親子でチームを組んだ学年対抗戦と、保護者対児童の両試合が行われました。

参加した保護者は「普段はなかなか接する機会が少ない保護者同士や他の子どもたちと一緒にあって、とても楽しい経験ができた。こういった行事は本当に大切だなと感じた」と話しました。

いつも利用している海岸をきれいに

■台風19号による漂着物の清掃ボランティア活動

地元や県中部地区のサーファーなどが10月20日、台風19号による大量の漂着物の清掃ボランティア活動を静波海岸で行いました。

これは、地元のサーフショップやビーチクリーン実行委員会、(一社)日本サーフィン連盟静岡2区支部などがインターネット上で呼びかけを行ったもので、約200人の参加者は、約2時間の作業で70リットルごみ袋約100袋分のプラスチックやペットボトル、軽トラック15台分の流木や草木を分別回収しました。



大量の漂着物を回収する参加者

食品の重さを量って確認

■食料品試買会

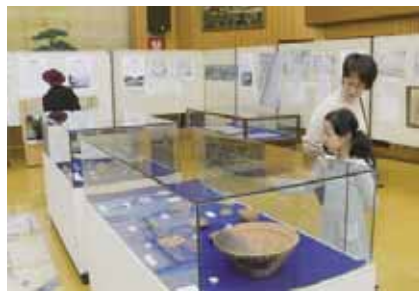
食料品試買会が10月10日、市総合健康福祉センターさざんかで開催されました。

これは、計量制度が安心安全な消費生活に寄与していることを実感してもらおうと、県計量検定所が主催したものです。参加した19人の市民は、市内のスーパーマーケットで購入した食料品をグループごとに精密なはかりで計量し、食品に表示されている内容量が正確かどうかを確認しました。

参加者は「今まで何となく買っていたが、今後は重さを気にしてみようと思った」と話しました。



自分たちが購入した食品の重さをはかりで量る参加者



相良城跡から発掘された品々を鑑賞する来場者

田沼意次侯の人物像に迫る

■市史料館特別展「大意次展一田沼再考一」

田沼意次侯生誕300年記念事業 市史料館特別展「大意次展一田沼再考一」が10月19日から12月1日まで、市史料館で開催されています。

この特別展では、田沼家旧蔵と伝わる絵巻物や掛け軸をはじめ、相良城跡から発掘された品や田沼街道にまつわる古文書・古絵図などが展示されているほか、田沼家旧領地の旧家に伝わった、田沼家の旧家紋「丸に一紋」と「七曜紋」の両方が入った非常に珍しい「小柄(小刀)」も初公開されています。



熱戦を制し見事優勝したバドーサ・パウラ選手

国際メジャー大会出場目指して

■ゴーセンカップ国際レディースオープンテニスナメント

国際テニス連盟公認「ゴーセンカップ・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」が10月7日から13日まで、静波リゾートホテル・スウィングビーチで開催されました。

この大会は、日本の女子選手が世界で活躍することを願って創設され、国内外のメジャー大会へ出場するための登竜門になっている国際大会で、国内外から多くの選手が出場し、熱戦を繰り広げました。

シングルスはバドーサ・パウラ選手(スペイン)が接戦を制し見事優勝。またダブルスはチョン・エディス選手(香港)、スタジオディ選手(インドネシア)ペアが優勝しました。

海運興隆と海上安全を祈願

■神明神社の御船神事

市指定無形民俗文化財「神明神社の御船神事」(細江区)が10月13日に行われました。

この神事は、江戸時代後期から続く、海運興隆と海上安全を祈願する伝統行事です。

長さ約2.6メートルの御船を船若と呼ばれる地域の青年が担ぎ「ヤッサー、コラサー」の掛け声に合わせて、船が荒波を越えていくように激しく前後に傾けながら神社の敷地内を練り歩きました。

訪れた観客は、その姿を写真や動画に収めながら、大きな歓声と拍手を送りました。



大きな掛け声に合わせて御船を荒々しく担ぐ船若



息の合ったダンスを披露する「フラダンス アロアロ」

日ごろの練習の成果を披露

■第14回牧之原市文化祭 芸能発表会

10月6日、い〜らで第14回牧之原市文化祭「芸能発表会」が行われました。

これは市文化協会の会員による発表会で、総勢48組の個人や団体が出演し、歌やダンス、大正琴、吟詠、ギター、剣舞など、日ごろの練習の成果をステージで披露しました。

また、会場には限定100席のお茶席や相良華道連盟と相良水墨画会による作品展示がされたほか、先着で150人に花の苗が配られるなど、多くの来場者を楽しませました。

ズームイン！
カシャ！！



広報担当がどこにでも取材に行きます。
あなたの身近にあるホットで楽しい話題やイベントなどの情報をお待ちしています。

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

12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
国民健康保険特定健診 長寿健診 (オプション検査あり)	4日(木)	12:45~14:00	さざんか	市民課 国保年金係 ☎0023 オプション検査料金 尿酸検査:100円、前立腺がん検査: 1,600円、心電図:1,500円、貧血検査:200円
	5日(金)、6日(土)		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	3日(木)、17日(木)	9:00~11:00	相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎0024
	10日(月)、24日(月)		さざんか	
体組成測定会	3日(木)	10:00~11:00	相良保健センター	予約制 健康推進課 ☎0024
	10日(月)		さざんか	
こころとねむりの相談会	18日(月)	①9:00~10:00 ②10:00~11:00	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」	4日(木)	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
	18日(月)		西部健康福祉センター(豊田市)	
自死遺族のつどい (東部わかちあい すみれの会)	21日(木)	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
H1V抗体検査	1日(日)	13:00~16:00	中部健康福祉センター (藤枝市)	予約制 中部健康福祉センター地域医療課 ☎054 (644) 9273
	19日(月)	9:15~11:00		
肝炎ウイルス検査	1日(日)	13:00~16:00	中部健康福祉センター (藤枝市)	予約制 中部健康福祉センター地域医療課 ☎054 (644) 9273
	19日(月)	9:15~11:00		
精神保健福祉総合相談	3日(木)、19日(月)	13:30~	中部健康福祉センター (藤枝市)	費用無料、予約制 中部健康福祉センター福祉課 ☎054 (644) 9281
	11日(土)	14:00~	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(水、祝日休み)	10:00~15:00	県総合健康センター (三島市)	県不妊・不育専門相談センター ☎055 (991) 2006

Message... 年末・年始に向けて忙しい季節ですね。
お知らせ 睡眠をしっかりと取り、生活リズムを崩さないように気を付けましょう。

12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)	2日(日)、16日(日)	9:00~11:00	☎	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ください	健
	9日(月)、23日(月)		☎			
赤ちゃん相談	11日(月)	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	健
7か月児健康相談	5日(土)	9:00~9:30	☎	平成31年4月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
1歳児健康相談	24日(月)	9:00~9:30	☎	平成30年11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)	12日(土)	13:00~13:30	☎	平成30年4月、5月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳児歯科健診	17日(土)	13:00~13:30	☎	平成29年11月、12月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
2歳6か月児歯科健診	18日(土)	13:00~13:30	☎	平成29年5月、6月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳児健診(満年齢)	10日(土)	13:00~13:30	☎	平成28年10月、11月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
3歳6か月児歯科相談	20日(月)	8:30~10:00	☎	平成28年5月、6月生まれ	母子健康手帳、アンケート	健
4歳児歯科相談	20日(月)	8:30~10:00	☎	平成27年11月、12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(土)	10:00集合	☎	令和元年10月生まれの子の保護者	母子健康手帳 出生時の配布資料	健
BCG予防接種	6日(日)	13:00~13:30	☎	令和元年6月生まれ	母子健康手帳 予診票、体温計	健
	23日(月)		☎			
離乳食教室(要予約)	20日(月)	9:50集合	☎	4~6カ月児の保護者	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	9:15~9:30	☎	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	23日(土)	13:00~13:30 受付	☎	令和元年8月生まれ	母子健康手帳、パスポート、 参加費:100円(本代)	子様

*1歳6か月健康診査および3歳児健康診査は、対象年齢に達してから受診してください。

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

静岡こども救急電話相談

子どもが急な病気で心配なとき、看護師や小児科医が電話でアドバイスします。
毎日午後6時から翌朝8時まで。(年中無休)
☎8000……プッシュ回線の固定電話、携帯電話
☎054 (247) 9910……ダイヤル回線の固定電話、IP電話

志太榛原地域救急医療センター

所在地 藤枝市瀬戸新屋362-1(静岡県藤枝総合庁舎横)
診療時間(年中無休) 午後7時30分~午後10時
*金・土・日曜日は翌日午前7時まで。
*診療科目 内科(12月の土曜日は午後10時まで)、小児科
*持ち物 保険証、各受給者証、服用中の薬 ▶問い合わせ ☎054 (644) 0099

12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。
(http://www.haibara-med.or.jp/)
*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(榛南西部地区)	開業医(榛南東部地区)
1日(日)	瀝美医院 ☎0583	さかい耳鼻咽喉科医院 ☎1818
8日(日)	酒井内科医院 ☎1100	かわしりこどもクリニック ☎0555
15日(日)	御前崎市家庭医療センターしるわクリニック ☎3211	こどもクリニックあおかわ小児科 ☎6789
22日(日)	廣瀬医院 ☎0006	川田医院 ☎0154
29日(日)	あかほりクリニック ☎5555	かわしりこどもクリニック ☎0555
30日(月)	渡辺内科医院 ☎5232	岡野内科医院 ☎1266
31日(月)	藤本クリニック ☎1200	いしだ眼科 ☎1400

冬気は
いかにあつ!
NO. 127

いよいよインフルエンザの季節が到来です。

●インフルエンザとは?
例年12月から3月にかけて流行します。
38℃以上の発熱、頭痛や関節・筋肉痛など全身の症状が現れます。体力の低下した高齢者がインフルエンザに感染すると、症状が重症化しやすいだけでなく、肺炎などの合併症を起す、死に至ることもあります。

●インフルエンザを予防するには?
①流行前の予防接種
インフルエンザの予防には、予防接種が有効です。接種してから効果が出るまで約2週間程度かかるため、流行前に予防接種を受けることが大切です。
「高齢者インフルエンザ定期予防接種」の対象者は下記の通りです。
詳しくは、9月に郵送した「介護保険料納入通知書」内の案内を確認の上、受診してください。

②外出後の手洗いうがい
③適度な湿度を保つ
加湿器などを使い、湿度を50~60%に保つと効果的です。
④十分な栄養とバランスのとれた食事
⑤人混みへの外出を控える
早めの予防対策で元気を冬をお過ごしください。

保健師 中村恵理

高年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29年12月31日以前の生まれ)の人
②接種日に60~64歳
(昭和30年1月1日から昭和34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。
~予防接種実施対象期間~
令和元年10月1日から令和2年1月31日まで

人のうごき (牧之原市の人口)
POPULATION

■人口 45,727人 (前月比+7人)
(内外国人 2,210人)
男性 22,741人 女性 22,986人
出生 26人 死亡 43人
転入 187人 転出 161人
その他 -2人
■世帯数 17,042世帯 (前月比+37世帯)
令和元年10月31日現在 (住民基本台帳人口)

*「その他」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

12月の納期一覧
固定資産税 第3期 1月6日
国民健康保険税 第6期 12月30日
後期高齢者医療保険料 第5期 1月6日
介護保険料(65歳以上) 第5期 12月30日
水道料 10・11月分 1月6日
保育料 12月分 1月6日
市営住宅使用料 12月分 1月6日

トップページ (表紙のお話)
TOP PAGE



勝間田小学校2年生と保護者が10月9日、親子活動「秋空の下で歌おう」をゆうゆうらんどで行いました。児童は手作りのマラカスを持ち、ステージで元気な歌を披露。最後は保護者も一緒に、澄み渡る秋空に歌声を響かせました。

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



いいの あんな
飯野 杏南ちゃん(3歳)
平成28年4月4日生(白井)

やんちゃでいつも満面の笑顔な杏南。笑顔で楽しく大きくなってね★



とみやま ゆきなり
富山 倅成くん(2歳)
平成29年10月1日生(細江)

2歳になっているんことが出来るようになったね♥元気にそして、幸せになってね。



にしやま あやか
西谷 彩木ちゃん(2歳)
平成29年11月4日生(静波)

へんてこな踊りでみんなを笑顔にしてくれるあーちゃんが大好きだよ★



ながい れん
永井 怜くん(1歳)
平成30年9月21日生(相良)

怜くんは最高の癒し♥いたずらっ子で目が離せないけど可愛いくて仕方ない★大スキ♥

元気なKIDS募集中

1・2・3月号に掲載希望のキッズを受け付けます。申込時間を守って、電話で申し込んでください。

申込日時 12月2日(日) 午前8時15分～
申込資格 掲載時に市内在住の4歳未満の子ども
申込先 情報交流課 ☎0040

子育て世代に役立つ情報発信中!

マキココ
フェイスブック
インスタグラム

市立図書館の新着本

〔一般書〕

暮らしの図鑑 私らしい、モノ・コトの見つけ方。シリーズ

暮らしの図鑑編集部 著
株式会社 翔泳社 刊



相良図書館では、暮らしの図鑑シリーズを全4冊所蔵しています。『お茶の時間』では、お茶を選んだり入れたりする時間の過ごし方を紹介します。静岡県のお茶も紹介されています。

相良図書館

〔児童書〕

世界一おもしろいくらべっこ大図鑑

クライヴ・ギフォード 著
河出書房新社 刊



動物、植物、タワーやビルから、あらゆるものの長さ・速さ・重さ・寿命を徹底比較しよう! 単位や定量表現のセンスが身につく、発見と驚きにあふれた本。

〔一般書〕

エセルとアーネスト ふたりの物語

レイモンド・ブリッグズ 著
バベルプレス 刊



「スノーマン」の作者が愛情を込めて描いた両親の実話。ふたりの日常会話と丁寧に描かれた絵で、1928～1971年のイギリスの庶民の生活が生きてよみがえる。

榛原図書館

〔児童書〕

ミッフィー おなじのどーれ?

ディック・ブルーナ 著
講談社 刊



左のページにあるブルーナのイラストと同じものを、右のページから探します。楽しく遊びながら、ものの名前や色、形が自然に身につく絵本。

〔一般書〕

罪の轍

奥田英朗 著
新潮社 刊



東京オリンピックを翌年にひかえた昭和38年、浅草で男児誘拐事件が発生した。しかし犯人が求めていたのは大金でも、子どもの命でもなく…。

移動図書館ひまわり号

図書館からのお知らせ

市立図書館に新しい本が入りました!
牧之原市出身の匿名希望の方から、両図書館に242冊の本を寄贈していただきました。この寄贈は、牧之原市の子どもたち・市立図書館を応援していただき、今年で5年目になります。どんな本があるのか、ぜひ気軽に図書館に立ち寄ってみてください。

▶相良図書館(相良保健センター2階) ☎02649
▶榛原図書館(榛原文化センター2階) ☎0094

開館時間 午前9時～午後5時
*水曜日は午後7時(祝日は午後5時)まで
休館日 毎週月曜日(祝日は開館)、年末年始
*休館中は、相良庁舎当直室または榛原文化センターで本を返却できます。

ひまわり号巡回日程 - 12月

1 コース/11月26日(日)	5 コース/12月10日(日)
2 コース/11月27日(日)	6 コース/12月11日(日)
3 コース/12月3日(日)	7 コース/12月17日(日)
4 コース/12月4日(日)	8 コース/12月18日(日)

*運行表は図書館に置いてあります。

募集

講演会「まきのほら健康大学」の参加者募集
日時 12月21日(土) 午後3時30分〜午後5時
会場 市史資料館
対象 牧之原市民
内容 「笑顔は忘れない! 笑い」と音楽の認知症予防」講師 日向亭琴氏(お笑い理学療法士)
申込方法 電話または直接参加費 無料
定員 400人(定員に達し次第締め切り)
申込先 健康推進課 山村 氏
☎ 0024 0024

「まきのほらビタミンウオーク」参加者募集
今年は田沼意次侯ゆかりの地をめぐるコースです。家族や友人と一緒に楽しんで歩きましょう。参加者には、記念品と抽選会があります。
受付時間 午前8時30分〜午前9時20分
受付会場 市役所相良庁舎
コース ◆ロングコース16キロメートル ◆ショートコース11.6キロメートル
参加費 500円
申込方法 氏名、住所、年齢、性別、参加コースを記載し、FAXまたはメールで申し込む。
☎(23) 7787
✉f.vitamin@makikomakinohara@gmail.com
申込期間 12月6日(日)まで
※当日参加も可能
問い合わせ ビタミンウオーク運営事務局(カントリー・ワンラブ内) 小田 氏
☎080(7890)0388

認知症に関する相談会に参加してみませんか

やきつべの産後療養所(焼津市)の認知症専門医、夏野直己先生による個別相談会です。認知症に関するさまざまな相談に対応します。相談時間は1組あたり30分程度の予定です。
日時 12月5日(日) 午後1時〜午後3時30分
会場 さんか
申込方法 電話で申し込む。
定員 5人
申込期間 11月29日(金)
申込先 長寿介護課 加藤 氏
☎(23) 0076

地域包括ケアアクションボジウムへの参加者を募集
介護・医療・福祉の連携とともに、「認知症と共に生きる」視点を取り上げ、地域包括ケアの在り方について協議します。
日時 12月3日(日) 午後1時10分〜午後4時30分
会場 しずきホール ユーフォーシア
対象 県民、介護・医療・福祉関係者、民生委員、児童委員など
内容 ①基調講演「住み慣れた地域で暮らす」②パネルディスカッション「安心して地域で暮らす、地域で老いる、地域で逝くために」
講師 新田國夫氏(全国在宅療養支援診療所連絡会長)、秋山正子氏(マギース東京センター長)、高川光三氏(東京セントーサービービー管理部長)
申込方法 静岡県社会福祉協議会地域福祉課にWEB、FAXまたは郵送で申し込む。
☎054(251)7550
✉hito@unx.nujud
申込期間 11月22日(金)

「なりたいたい自分になれる道」自衛官募集案内

自衛官候補生
自衛官は、最も一般的で、曹および幹部への道も開かれたコースです。3年を一期として勤務します。
試験日 ①令和2年1月26日(日)
②令和2年2月2日(日)
※試験日に変更になる場合があります。
資格 18歳以上33歳未満の人
受付期間 ①12月12日(日)〜令和2年1月22日(日)
②12月12日(日)〜令和2年1月29日(日)
問い合わせ 自衛隊後援地域事務所
☎054(643)6399

狩猟免許試験・予備講習会への参加者を募集
日時 講習会11月30日〜午後4時10分
試験11月30日〜午後4時10分
講習会12月2日〜午後9時
試験12月2日〜午後9時
会場 講習会11静岡労働政会館
試験11藤枝総合庁舎
対象 講習会11狩猟免許試験受験予定で、受講を希望する人
内容 講習会11法令講義、鳥獣の知識と判別、網わなの知識と実技、模範銃による点検・分解、操作11試験11わな猟、第一種銃猟、第二種銃猟
申込方法 講習会11電話で申し込む。(先着順)
試験11講習書を持参または郵送
定員 講習会11200人
参加費 講習会119000円(テキスト、弁当代を含む)
試験115200円(申請手数料)
申込期間 講習会1112月6日(日)まで
試験1112月16日(日)〜

「椋南一市一町住民安全大会」を開催します
日時 12月14日(土) 午後1時〜午後3時30分
会場 くら
内容 ①はな自動車を学校指導員による講演会「身近な交通安全対策」②静岡県警察音楽隊演奏会③白バイ走行披露(雨天中止)
交通 交通安全・防犯功労等
問い合わせ 防災課 西藤 氏
☎(23) 0056

家の取り壊し・用途変更の際は必ず届け出を
本年中に、住宅や物置、店舗など家屋の一部または全部を取り壊した場合、もしくは用途を変更した場合は、必ず年内に届け出て下さい。
届出後、担当者が現地確認し、翌年度の課税から反映します。届出方法 税務課と相良窓口課または市ホームページにある「取り壊し家屋の届出書」または「家屋用途変更の届出書」に必要事項を記入し提出。届出先 税務課、相良窓口課
問い合わせ 税務課 大石 氏
☎(23) 0035

事業用資産を所有する人は償却資産の申告を
法人や個人で事業を行っている場合、所有している事業用資産(構築物、機械、備品など)は償却資産の対象となります。固定資産の申告が必要となります。12月上旬に申告書を送りますので期限内に申告してください。申告書が届かない場合は問い合わせください。
申告期限 令和2年1月31日(金)

「リバーフレンドシップ制度」へ新規参加!
河川環境運動を通して、身近な河川環境への関心や理解を高める住民と行政の協働事業であるリバーフレンドシップ制度を推進していきます。
9月20日には、新たに、坂原化成株式会社(坂原化成川)の事業への参加が決まり、県および市と調印をしました。
さらに多くの団体が参加し、みんなで河川環境を守る体制づくりに取り組んでいきます。
問い合わせ 建設管理課 川村 氏
☎(53) 2627

奨学金に関するお問い合わせ
奨学金の返済やトラブルなどでお悩みの人を対象に、電話相談を開催します。
司法書士と相談員が丁寧に相談に応じます。一人で悩まず、相談してください。
日時 11月27日(日) 午前10時〜午後4時
問い合わせ ライフサポートセンターしずおか中部事務所
☎054(273)3715

子育てで悩んだら相談会
11月は「児童虐待防止推進月間」です。児童虐待は、子どもに対する重大な権利侵害であり、心身の成長や人格形成に大きな影響を与えるだけでなく、次の世代にも虐待を引き起こす可能性があります。

「大井川土地改良区総代選挙」が行われます
総代の任期満了に伴う選挙が行われます。立候補者が定数を超えない場合は、無投票当選となります。
告示 12月10日(日) (予定)
選挙期日 12月19日(日) (予定)
対象 大井川土地改良区の組合員
定数 6人(総定数95人)
任期 令和2年1月9日から令和6年1月8日
問い合わせ 大井川土地改良区
☎0547(37)7151

「子育ては親だけでできるものではありません。悩んだときはひとりで抱え込まないで。誰かに相談することが大切です。」
また、「不自然なあざがある」「異常な怒鳴り声や泣き声がする」「身なりが不潔」など、気になる子どもや家庭の様子に気付いた場合は、児童相談所や市へ連絡してください。連絡した人の情報や連絡の内容に関する秘密は守られます。
問い合わせ 子どものセンター
☎(23) 0083
児童相談所全国共通ダイヤル ☎189

地域の未来を考える学習会に参加しませんか
日時 12月21日(日) 午後2時〜午後4時
会場 市総合健康福祉センターさんか会議室
対象 なたなでも
内容 講演会・持続可能な地域づくり(私たちにできること)
講師 深尾昌峰氏(龍谷大学政学部学長)
問い合わせ みんなのくらしを学ぶ会事務局
☎080(6948)8847

さがらサンビーチ初詣

毎年行われているさがらサンビーチ初詣において、初の試みとしてメッセ「さがらサンビーチ」を読み上げていただき、花火を打ち上げます。
日時 令和2年1月1日(祝) 午前6時20分
会場 さがらサンビーチ中央
募集人数 7人多数の場合抽選
申込方法 ①氏名②年齢③住所④電話番号⑤メッセ内容(今年の抱負、願いごと、祝いごとなど)を添えて、FAXまたはメールで申し込む。
☎(22) 5399
✉sagabeach@nifty.com
問い合わせ まきのほら産業・地域活性化センター 栗田 氏
☎(22) 5600

令和2年度航空自衛隊 静浜基地モーター募集
詳細な活動内容などは、応募前に静浜基地ホームページを確認してください。
活動期間 令和2年4月〜令和3年3月
対象 焼津市・藤枝市・島田市・吉田町・牧之原市・静岡市に在住で、参加しできる人
募集人数 10人
応募方法 氏名・性別・生年月日・住所・職業・電話番号・応募
☎(23) 2650

「なりたいたい自分になれる道」自衛官募集案内
自衛官は、最も一般的で、曹および幹部への道も開かれたコースです。3年を一期として勤務します。
試験日 ①令和2年1月26日(日)
②令和2年2月2日(日)
※試験日に変更になる場合があります。
資格 18歳以上33歳未満の人
受付期間 ①12月12日(日)〜令和2年1月22日(日)
②12月12日(日)〜令和2年1月29日(日)
問い合わせ 自衛隊後援地域事務所
☎054(643)6399

お知らせ

市議会11月定例会開催
誰でも傍聴ができます。
傍聴席を50席用意しています。し出しを行います。
日程 11月26日(日)提案説明
12月6日(日)通告質疑・委員会付託
12月11日(日)12日(日)一般質問
12月16日(日)補正予算審査審査・常任委員会(付託)
議案 相良庁舎4階 議場
問い合わせ 議会事務局 北原 氏
☎(53) 2650

交流都市とのコラボ商品の市民モーター募集
市の特産品「アロエ」と交流都市である熊本県人吉市の特産品「キラギ」がコラボした新商品「糖減茶」を無料でお試しいただく市民モーターを募集。数に限りがあるため、ご希望は添えない場合があります。詳細は問い合わせください。
対象 牧之原市に住所を有する20歳以上の個人、糖尿や血圧、花粉症の悩みがある人
申込方法 電話で申し込む。
申込期間 11月25日(日)〜12月5日(日)
申し込み、問い合わせ(有さ)から産業開発くまぶ担当 宮城 氏
☎090(3382)3481

2和年1月17日(金)
申込先・問い合わせ
講習会について
静岡県県民会事務局
☎054(253)6427
試験について
志太様原農林事務所 森林整備課
☎054(644)9243

入札結果の公表 - 9月

防: 防災課 環: 環境課 茶: お茶振興課
観: 観光課 建管: 建設管理課 建: 建設課
問い合わせ 管理情報課 原口 氏 ☎230055

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. It lists various construction and maintenance projects and their results.



第20回

しずおか市町対抗駅伝

11月30日 午前10時スタート

生中継 SBSテレビ(午前9時30分〜午後0時50分) SBSラジオ(午前9時45分〜午後1時)

問い合わせ スポーツ推進室 政野 ☎(53)2643



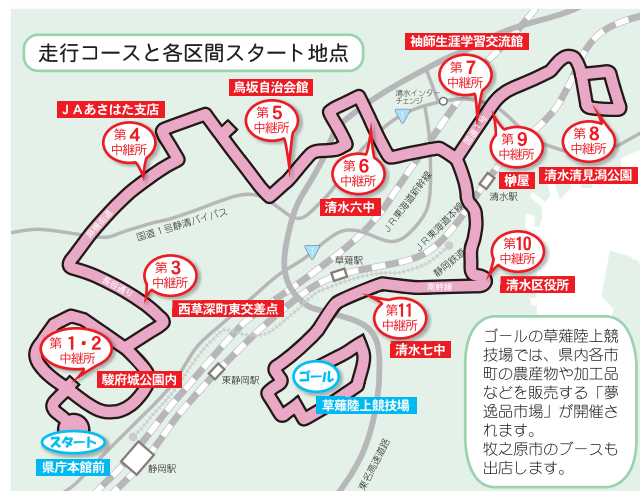
前回大会のスタートの様子



厳しい練習を重ねる市駅伝チーム

区間ごとの部門と距離

区間	選手区分	距離
第1区	中学・高校生女子	3.673km
第2区	小学生男子	1.903km
第3区	小学生女子	1.715km
第4区	中学・高校生女子	3.549km
第5区	高校生男子	6.855km
第6区	40歳以上	3.911km
第7区	中学生男子	3.564km
第8区	中学生女子	3.020km
第9区	小学生	1.619km
第10区	一般女子	3.051km
第11区	中学・高校生男子	4.310km
第12区	一般男子	5.025km



選手社行会は「田沼意次侯生誕300年記念大祭」の中で実施します。(11月17日) 午後0時10分〜午後0時25分ごろ 相良小学校

Team Makinohara

駅伝チーム選手紹介

(敬称略)



山村一心
相良小6年(細江)

チームのために力いっぱい走り抜けます。

堀江准成
坂部小6年(坂部)

全力で走ることに集中し、たすきをつなぎます。

小原彩那
相良小6年(細江)

チームのために力いっぱい頑張ります。

澤本碧衣
相良小6年(細江)

今までの練習を力に、精一杯頑張ります。

中村光祐
相良小5年(波津)

サッカーで鍛えた足で、全力で走りぬぎます!!

大関真宙
相良中2年(坂部)

この駅伝に懸ける思いは誰にも負けない。頑張ります。

中田凌介
相良中2年(天沢)

気持ちで負けないように最後まで頑張ります。

吉場深月
相良中2年(静波)

応援を力に変えて最後まで精一杯頑張ります。

鈴木音々
相良小1年(中里)

自分の力を発揮して、チームのために頑張ります!!

大澤巧使
島田高3年(菅山)

1つでも上の順位で渡せるように頑張ります。

櫻井健人
常葉菊川高2年(牧之原)

チームのために全力を尽くします!!

松本涼平
相良高2年(波津)

全力でチームのために尽くせるようにします。

丸山鳳純
常葉菊川高3年(細江)

チームを活気づけられるように頑張ります。

伊藤水麗
相良高3年(菅山)

感謝の気持ちを胸に全力で走ります。

鈴木怜奈
島田高2年(勝岡田)

☆島高旋風☆チームのために頑張ります。

大石由美子
会社員(島田市)

ふるさと牧之原のため、マイナ30歳の走りて頑張ります。

鈴木依子
主婦(豊岡)

祝20回記念大会。久々出場うれしいです!頑張ります。

河守大世
東京経大2年(小平市)

全力を尽くします。

片瀬祐樹
公務員(相模原市)

郷土愛を胸に序盤中盤終盤と際のない走りを行います。

藤田佳将
自営業(細江)

感謝の気持ちを忘れずチームの力になるよう頑張ります。

飯田賢悟
監督(細江)

前田明人(坂部) 村田良明(静波) 野ヶ本好剛(神奇) 片瀬徹(川崎) 山村茂(細江) 川崎 天石佳伸(坂部) 鈴木芳雄(勝岡田) 高塚一裕(菅山) 永崎久之(細江) (大沢) 岩辺広伸(細江) 大澤友裕(細江) 松本浩一(波津) 桑由優(細江)

大澤友裕
会社員(細江)

根性走り、1つでも順位を上げて糧をつなぎます。

充実のコーチ陣

*大石由美子選手、片瀬祐樹選手、河守大世選手は、市内出身者として参加資格を有しています。



輝け!未来

みやもと・ゆあ
宮本

地頭方小6年
結愛さん
地頭方区

私は小さな子どもの世話をする仕事に就きたい 子どもたちの心を支える言葉をかけていきたい

「退院おめでとう」。看護師さんが言ってくれた言葉に、退院できるうれしさと別れる寂しさで、心がいっぱいになりました。5月に手術を受けた私にとって、看護師さんの言葉は心の支えでした。私は将来、小さな子どもの世話をする仕事に就きたいです。そして、子どもたちの心を支える言葉をかけていきたいです。

▼先月の台風19号により、各地で甚大な被害が出ています。市内でも、1人の方が亡くなったほか、川の越水や内水氾濫による家屋の浸水被害が100件以上、土砂崩れによる道路への被害が数十件、各種産業への被害などがありました▼風雨のピークの午後5時前後には、市内の3つの河川が氾濫危険水位を超過。あと少し台風の進路がずれて雨が降り続けば、堤防が決壊していたかもしれません。当日私はホームページなどで情報発信を行っていましたが、「堤防決壊の恐れ」の情報が入った時には、これまでにないような恐怖を感じました▼台風の季節は過ぎましたが、どのような災害が、いつ襲ってくるかは誰にもわかりません。今回の記憶が色あせないように、家族を守るために今できることを考え、備えておかなければならないと改めて思いました。



ペンを置いてー編集 幸記