

2021
12

MAEZAKI

おいしいパンをどうぞ

働く
くって
楽しい



特集 誰もが輝ける働き方へ

「いつか自立したい」 願い届かぬ現在の社会

障がいのある人が直面する困難の一つに「就労」があります。今回の特集では、障がいのある人や障がいのある人を雇用する企業、雇用を支援する人の声を取り上げ、障がい者の雇用について考えていきます。

照会 市福祉課 ☎0537-851121

進まない障害者雇用

今年の東京2020パラリンピックで活躍した選手に代表されるように、最近では障がいのある人がさまざまな分野で活躍し、その様子がテレビなどの報道やSNSなどにより発信されています。

しかし、そうした情報を目にする
ことはあっても、私たちの日常生活
で障がい者と交流する機会は多くあ
りません。テレビなどの二次元では
見ているのに実際に接することがな
いのは不自然ではないでしょうか。
それは、職場の中で共に働く障が
い者が少ないことも一因なのかもし
れません。

白羽区にある就労継続支援B型事
業所「社会福祉法人ひつじ 居処どこ
でも」では、障がいのある人が就労
するために必要な「健康を維持する
能力」や「コミュニケーション能力」
を身に付けるための土台作りをして
おり、内職や施設外作業、電気配線
の剥離作業などに取り組んでいま
す。所内に入ると、職員と談笑しな
がらも一生懸命梱包作業に取り組み
利用者の姿が見受けられます。利用
者の一人は「いつか一般就労をして
自立したい」と目を輝かせながら話
します。

御前崎市内では、1636人が身
体障害者、療育、精神障害者保健福
祉のいずれかの手帳を所有していま
す。この中には就労して賃金をもら
い、自立することを目指し日々訓練
している人がたくさんいます。しか
し、残念なことに雇用まで結びつ
いていないのが現状です。

障がいについて知る

【身体障がい】

身体障がいとは、先天的あるいは病
気や事故の後遺症といった後天的な
理由により、身体機能の一部に障が
いが生じている状態のことをいう。

【知的障がい】

知的障がいとは、知能を中心とした
発達の遅れが幼少期から見られるこ
とをいう。厚生労働省の定義では、
「おおむね18歳までに知的機能の障
がいがあり、日常生活に支障が
生じているため、何らかの支援を必
要とするもの」とされている。

【精神障がい】

精神疾患とは、脳の働きの変化に
よって、感情や行動などに著しいか
たよりが見られる状態のことをい
う。統合失調症やうつ病、双極性障
害(躁うつ病)などが挙げられる。

なぜ障害者雇用は進まない？

国は、障がいがある人の雇用を促進するために法定雇用率を定めました。しかし、市内の事業所は必ずしも雇用に積極的とは言えない状況です。そこで、市福祉課の大河原豊春さんに障害者雇用が進まない理由を聞きました。

雇用したい意思があっても障がいのある人を雇用することに不安を感じている事業主が多い



市福祉課 障がい支援係 大河原豊春 社会福祉士

障害者雇用の現状

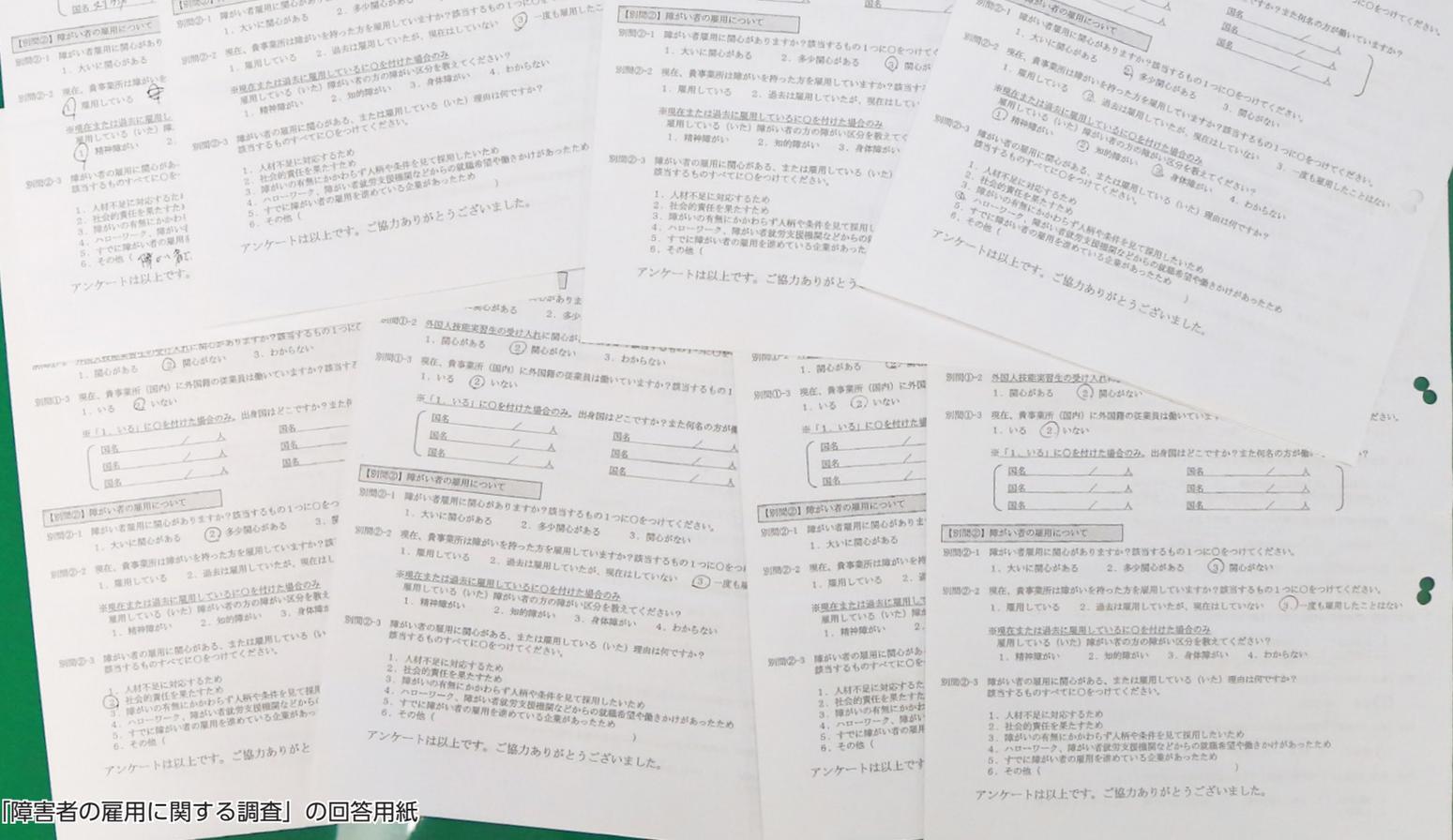
国は、「身体障害者雇用促進法」のもと法定雇用率制度を義務化しました。現在は「障害者の雇用の促進等に関する法律」に改正され、43.5人以上の従業員を有するすべての事業主に定められた割合以上の障がい者の雇用を義務付けています。

法定雇用率を下回ると、厚生労働省による直接指導や企業名の公表、納付金の支払いなどの不利益が生じます。それがあつてか、全国的に障がい者の雇用数は上昇しています。しかし、積極的に障がい者を雇用しよう

とする企業は多くありません。従業員数が少ない市内の事業所も法定雇用率が義務化されていないことから、障がい者の雇用に消極的と聞きます。

御前崎市商工会が平成31年1月、管内436事業所を対象に「障がい者の雇用に関する調査」を実施しました。調査では全体の28.1%に当たる123事業所が「雇用に関心がある」と回答していました。その一方で、「現在、貴社では障がいをもった方を雇用していただけますか」という問いに対して、「雇用している」と回答したのはわずか31事業所にとどまっています。

「障害者の雇用に関する調査」の回答用紙



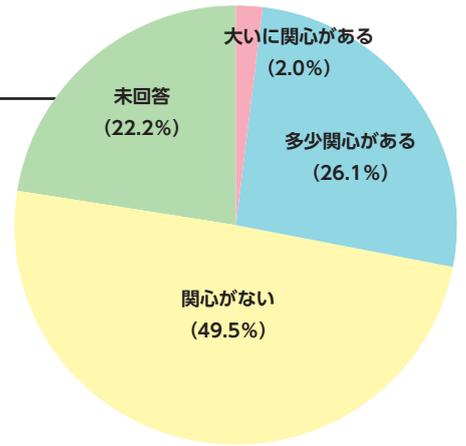
市内企業への障害者雇用アンケート結果

貴社は障害者雇用について関心がありますか？

- ・大いに関心がある(2.0%) 9事業所
- ・多少関心がある(26.1%) 114事業所
- ・関心がない(49.5%) 216事業所
- ・未回答(22.2%) 97事業所

●解説

約3割の企業が障害者雇用について「関心がある」と回答しました。このことから、市内の障害者雇用の増加にはまだまだ可能性があるということがわかります。

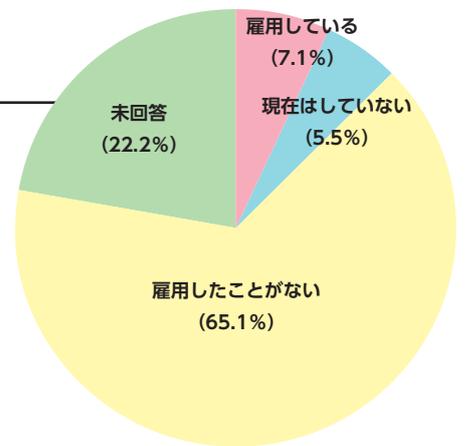


現在、貴社では障がいを持った方を雇用していますか？

- ・雇用している(7.1%) 31事業所
- ・現在はしていない(5.5%) 24事業所
- ・雇用したことがない(65.1%) 284事業所
- ・未回答 (22.2%) 97事業所

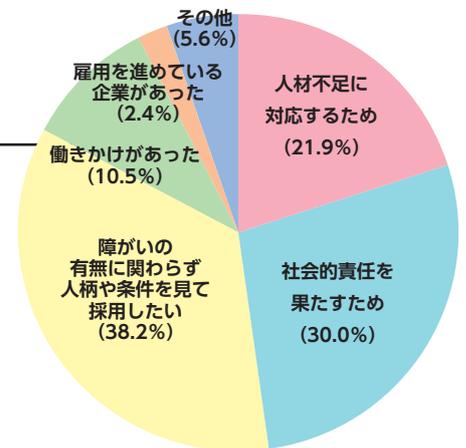
●解説

障害者雇用をしていない、または障害者雇用をしたことがないと回答した企業は70.6%におよびます。つまり、市内の障害者雇用は進んでいないということになります。



貴社が障がい者の雇用に関心がある、または雇用している(いた)理由は何ですか？ (123事業所中)

- ・人材不足に対応するため(21.9%) 27事業所
- ・社会的責任を果たすため(30.0%) 37事業所
- ・障がいの有無に関わらず、人柄や条件を見て採用したいため(38.2%) 47事業所
- ・ハローワークや障がい者就労支援機関などから就職希望や働きかけがあったため(10.5%) 13事業所
- ・すでに障害者雇用を進めている企業があったため(2.4%) 3事業所
- ・その他 (5.6%) 7事業所



参照：御前崎市商工会「障がい者の雇用に関する調査について」

▶就労継続支援 A型事業所

一般企業での勤務が難しい65歳未満の障がいや難病のある人が、雇用契約を結んだ上で一定の支援がある職場で働くことができる福祉サービス。

▶就労継続支援 B型事業所

障がいや難病のある人のうち、年齢や体力などの理由から、企業などで雇用契約を結んで働くことが困難な人が、軽作業などの就労訓練を行うことができる福祉サービス。

▶就労継続支援 B型事業所

障がいのある人をサポートする福祉サービスを利用する手伝いをする。

企業の障害者雇用を支援する生活支援員に、障がいのある人の雇用が進まない理由を聞いてみたところ、「法定雇用が義務化されていないこともあるが、障がいのある人とどう関わり、どのように働いてもらったらいかがい」と回答が返ってきました。人それぞれ障がいの種類や程度、症状も異なるので、雇用する側の事業者も不安を抱いているようです。このような状況の中、市は就労継続支援A・B型事業所や相談支援事業所、ハローワークといった関係各所と連携し、一人でも多くの人を就労に結び付けられるよう支援をしています。

に聞く 用の実態

雇用に不安を感じている中で、
している事業所があります。
配慮したことなどを聞き、
の手掛かりを探ります。

教えたとおりに作業してくれる 地域産業の人手不足の解消に

南雲苺園 南雲仁志 さん

埼玉県出身。東京都内で12年勤めた会社を退職。
昨年12月から合戸地区でイチゴ栽培を開始。



南雲仁志さんは「農業を通じて地域に貢献したい」という思いのもと、イチゴ栽培に励んでいます。また、障がいのある人が農業を通じて社会参画を実現していくための取り組み（農福連携）にも力を入れています。

南雲さんは、池新田地区にある就労継続支援B型事業所「ポトラッチ」で働く障がい者を、本年9月から10月にかけて自家農園で雇用しました。5〜7人の利用者に毎日2時間ずつ定植作業を依頼。「始めは『教えたとおりに作業してくれる

のかな』と不安がありました。たが、いざ働いてもらうと、とても丁寧に取り組んでくれたので安心しました。また、ポトラッチの職員さんが利用者さんを適材適所に配置してくれたり、一緒になって仕事に取り組んでくれたりするので安心して仕事を頼むことができました」と話します。

さらに、市内で働き口が少なく困っている障がい者がいる一方、農業は人手が不足しているといえます。南雲さんは「農業では作物の収穫時期によって繁忙期

が異なるため、さまざまな農作物の現場で人手が不足しています。これらの農業は、それぞれの作物の繁忙期に合わせ、障がいのある人にピンポイントで仕事をお願いすることも増えています。また、障がいのある人でも経験を積み、必要な支援を周囲がすること、ゆくゆく

くは農業の担い手として活躍していけると考えています。さらに農業だけでなく、さまざまな業種の需要に応じていくことで、新たな働き手となるでしょう。これは、障がいのある人が就労できるということだけでなく、生きがいづくりの場を生み出すことにもつながるのかもしれない。まずはこの農園で経験を積み、一般雇用への一歩を踏み出すきっかけにしてほしいですね」と語ります。



就労継続支援B型事業所
ポトラッチ

ポトラッチと契約している利用者は、地域企業から請け負った仕事に取り組むことで経験と報酬を得ています。

住所 御前崎市池新田 2465-28
TEL 0537-64-3885
営業 9:30~15:30

雇用主 障害者雇

多くの事業主が障がい者の
積極的に障がい者を雇用
実際の仕事ぶりや雇用時に
障がい者を雇用するため



ジョブコーチの支援が 障害者雇用の不安を払拭した

エイケン工業株式会社 櫻井英司 取締役部長

従業員数は約 240人。うち身体障害者 1人、知的障害者 2人、精神障害者 1人
の計 4人を一般雇用。

昭和42年創業のエイケン工業株式会社は、主に自動車用フィルタやガスバナーを専門に取り扱う企業です。総務部長の櫻井英司さんは、「私たちは、地域に根ざす企業となるために障害者雇用を進めています。障がいのある従業員の仕事の成果に関しては、他の従業員と比べてもほとんど見劣りしません」と目を細めて話します。

仕事を教える際に何回も同じ事を伝える必要があったり、ミスが出てしまったりすることに關しては「それは他の従業員も同じことです。上司や先輩が従業員の仕事ぶりを確認しながら何回も教えることが大切だと考えています」と話す櫻井さん。障がい者と他の従業員を区別する様子は全く感じられません。

同社では、「障がい者への指導の仕方が分からない」という悩みが社内から寄せられていました。そんな中、櫻井さんは厚生労働省静岡労働局から届いたパンフレットの中のジョブ

コーチに関する情報を見つけ、すぐに電話を掛けたといいます。

ジョブコーチとは、障がい者が円滑に就労できるような職場内外の支援環境を整える人のことを指します。櫻井さんは「連絡したらすぐに対応してくれました。いただいたノウハウは現在でも生きています」と語ります。

現在、積極的に障がい者を雇用しようとしている企業は多くありません。これについて櫻井さんは「確かに障がいのある人を雇用するということは簡単なことではありません。しかし、障がいのある人の仕事におけるミスを減らすため、視覚的に判断しやすいような工夫をしたり、障がい者の特性に合わせた仕事を留意したりしてその人ができることに着目すれば、雇用は増えていくと思います。障がいのある人の雇用が不安な企業は、ぜひジョブコーチの話だけでも聞いてみてほしいですね。今後も障害者雇用を進めていきたいです」と話します。



▲視覚で判断しやすくなるよう、手元に置かれた製品サンプル



製造第二部 製造四係
杉山武史 係長

周囲の気遣いがあれば能力を発揮できる

障がいのある従業員も、他の従業員と同じように真面目に一生懸命働いてくれます。

仕事の仕方や手順の教え方については、特に変わりはありません。

筋道を立ててレクチャーしたり、本人の許容範囲を超えないように配慮したりすれば、私たちの予想をはるかに超える仕事ぶりを見せてくれるので助かっています。

障がいのある人と 会社を結ぶ ジョブコーチの存在

障害者雇用においては、障がいのある人や雇用する企業にさまざまな不安や悩みが生じます。そこで、両者を結び付けるのがジョブコーチです。

障がいではなく「人」を見る

静岡障害者職業センターでは、就労や職場適応に課題のある障がい者の雇用促進や就業の安定を図るため、企業や事業所に対してジョブコーチを派遣しています。

ジョブコーチの役割は、障がい者本人と障がい者を雇用する企業のニーズに合わせての支援です。障がい者に対しては、職場適応に向けた助言と援助をしています。また、障がい者を雇う企業に対しては、障がいの特性に配慮した指導方法や具体的なノウハウなどをお伝えしています。

日本全国の障害者雇用数は平成19年から右肩上がりに伸びています。しかし、法定雇用率の企業の

達成状況を踏まえると、まだまだ伸び悩んでいるのが現状だと思います。

では、なぜ雇用数が思うように増えないのか。それは「障がいの特性や支援方法などの知識、障害者雇用に関する情報を得ることができていない企業が多い」ということが考えられます。

企業が従業員を雇用する際には障がいの有無に関係なく課題はつきものです。障がい者を雇用する場合、どのようなサポートをすれば良いのか分からないために二の足を踏む企業もあるようです。確かに未知のことに挑戦することは勇気がいると思います。しかし、それは外国人雇用においても同じだったのではないのでしょうか。

誰もが働きやすくなる 職場作りを支援します

雇用が始まった頃は大変珍しいことだったと推測されますが、現代においては企業が外国人を雇用すること自体が当たり前になってきています。

外国人雇用にしても、障害者雇用にしても、会社に合うかどうかは「人」によると思います。企業の担当者には、障がいではなく人そのものを見ていただきたいと思えます。



独立行政法人高齢・障害・求職者
雇用支援機構 静岡支部
静岡障害者職業センター

所在地 静岡市葵区黒金町 59-6 大同生命静岡ビル7F
TEL 054-652-3322
FAX 054-652-3325
Email shizuoka-ctr@jeed.go.jp
開庁日時 8:45 ~ 17:00 (土日祝、年末年始休暇を除く)

小田 訓 所長
静岡障害者職業センター

私たちも 雇用をサポートします

現在、私たちは障がいのある人や企業のサポートをしています。どちらの相談も受け付けていて、障がい者に対しては就労するためにはどうしたらよいか、企業に対しては障がい者とのように関わればよいのかということをお伝えしています。

障がいのある人が就労するには「自分の病気や得意・不得意を知っていること」が重要です。障がいのある人が自分の事をわかっていないと企業側も接し方や配慮の仕方がわかりません。私たちは「ナビゲーションブック」というものを活用しています。これは障がい者自身の取り扱い説明書のようなものです。自ら作成することで、自分の事を理解することや企業とのマッチングなどに役立てています。

これからも市内の障害者雇用を増やしていくために活動を続けていきます。ぜひご相談ください。



社会福祉法人ひつじ 生活支援センター いつでもおまえざき

住所 御前崎市白羽 5372 番地 28
TEL 0548-63-1251
営業 9:00~17:00
(祝日を含む月~金曜日)

私たちに
任せてください!

佐藤 奈巳 さん

精神保健福祉士

障がいのある人と事業主に対する支援の具体例

- ★効率よく仕事を進めるためのスケジュール、マニュアルの作成
- ★会社の中での困りごとを改善するための相談
- ★雇用管理に活用してもらうためのサポートブックの作成や説明

障害者雇用という言葉のない社会へ

法定雇用率の引き上げに伴い、日本企業の障害者雇用への意識は高まっていると思います。しかし、障がい者を雇用する際、障がい者向けの仕事を探しても雇用の拡大に至らないことがあります。必要なのは、これまで各職場や各人が主要業務の間に行っていた隙間的な職務や作業分担任を整理し、「新たに仕事を作り出す」という考え方はです。また、障がい者が働きやすい環境を整える必要もあります。例えば、調理器具の「おたま」を壁に掛けるという仕事があるとし

ましよう。障がい者の中には、障がいによって形の違うおたまをどこに掛けるか判断が難しいという人もいます。そういった時は、おたまを掛ける場所にそれぞれの写真を貼ってあげると色や形を見て判断できるようにになります。ちょっととした工夫で障がい者の失敗を減らしていくことができるのです。

企業の皆さんに意識してほしいことは「この考え方は一般の従業員に対しても有効」ということです。障がい者が働きやすい環境は、健全者も働きやすい職場だと思えます。職場環境を整えると、結果

として会社全体のミスを減らすことにもつながります。

現代社会では、男女の性差のないジェンダーレスが受け入れられようとしています。これは、すべての人が自分らしく生きる権利を持つていていくことを多くの人が理解し始めてきたからです。私は障害者雇用も同様だと考えています。

障害者雇用という言葉そのものがなくなる社会にしていくためにも、まずは障がいに関する正しい知識を得る機会を増やし、お互いが認め合うことで、社会が変わっていくことを期待しています。

渡邊祐斗さんは浜松市にある特別支援学校に在学中、エイケン工業株式会社へ職場実習に行き、それがきっかけで平成26年に同社へ入社しました。渡邊さんは「職場実習をさせてもらった際、自分が働きやす

そうな環境が整っているように感じました。また、会社の規模が大きいことから、自分の生活や将来を安定させられると考えたので入社を決めました」と力強く話します。

コンベア上に設置された乾燥炉から出てくる自動車のフィルタを目視で選別し、良品を箱に詰める作業をこなしています。実際に仕事の様子を見てみると、動きの早さに驚きました。テキパキと仕事を進める姿はま

障がいのある人もない人も 自分らしく生きられる社会へ

特集では、障害者雇用の実態やジョブコーチの存在について取り上げました。最後に7ページで掲載したエイケン工業株式会社で働く、障がいがある従業員の声を紹介します。

カメラの先には、仕事や今後の将来について考える普通の青年の姿がありました。

取材を終えて

障がいのある人が直面する困難の1つ「就労」。「障害者の雇用の促進等に関する法律」で法定雇用率が定められている背景には、障がいがある人の雇用が増加しないという要因があります。現在、法定雇用率が規定に満たない場合は「障害者雇用納付金」の納付義務が生じたり、企業名が公表されたりします。そうまでしなければ雇用数が増えない現実を皆さんはどう感じるのでしょうか。

今回の取材を通じて、社会全体の「障害」という言葉だけで、その人の可能性に目を向けなくなる姿勢が、障害者雇用の「障害」になっているのではないかと感じました。十人十色という言葉があるように、人にはそれぞれ個性があります。それと同じで、障がいのある人は、障がいという「個性」があるだけで、可能性や能力は十分に持ち合わせています。今回取材した渡邊祐斗さんも、企業やジョブコーチのサポートにより、障がいがあっても職人のように仕事をこなしていました。障害者雇用では、雇用する側の障がいという「個性」に対する正しい知識とそれを踏まえた周囲の気遣いが重要です。それさえあれば障がいのある人も障がいのない人と同じように働くことができるのです。

今日も「一般就労したい」と志し、職業訓練に励んでいる人が大勢います。障がいのある人の就労が増え、誰もが自分らしく輝いて生きていけるまちとなるよう、障がいのある人も、ない人も同じように働いている職場作りが進むことを願っています。

特集 誰もが輝ける働き方へ 終

さに職人。渡邊さんは「仕事中に意識していることは不良品を出さないことです。製品ごとに規格や工程の手順が決まっているので、その通りに作業しています」と話します。しかし、そんな渡邊さんにも入社当時は困難があったようです。それは職場の人とコミュニケーションを取ることでした。

「学生の頃から家族や友だち以外の親しくない人と話をするのが苦手でした。でも、仕事でトラブルを起こさないためには上司や先輩、同僚などと対話しなければなりません。これ

ができるようになったのはつい最近のことです。仕事でさまざまな人と関わる中でコミュニケーション能力は上がっていったのだと思います」
今では先輩に仕事を教えることもあるという渡邊さん。「人に教えることは難しいことですね。仕事を細かくかみ砕いて相手に伝えることは、自分自身の勉強にもなっています」とほほ笑みます。

今後の目標を経済面と精神面で安定することだと話す渡邊さん。現在、仕事で頑張ることができている理由を「これまでさんさん迷

惑をかけてきた母を安心させたいからです。今回、この取材を受けるか否か母に相談すると、「この体験はきつとあなたの将来に役立つときがくるから受けなさい」と言ってもらいました。母の言葉のように、これからもさまざまなことに挑戦していきたいと考えています」と語ります。

渡邊さんは「一人暮らしをするためのコツをつかみたいです。現在は家事がほとんどできないので、徐々に身に付けていきたいと思っています」と未来を見据えながら今後の展望を話します。

Thu

Fri

Sat

1

January 2022
Omaezaki city
Useful Calendar

おまえざき くらしの ダイアリー

●消費生活相談

9:00~17:00
月~金曜日〔祝日を除く〕
商工観光課

●母子手帳の交付 ▶市役所西館

毎週火曜日 9:00~11:00
毎週木曜日 13:00~15:00
予約制 ☎0537⑥6666まで
※他日時はご相談ください

●高齢者の介護・認知症に 関する相談と問い合わせ

地域包括支援センターはまおか ☎0537⑥1167
地域包括支援センターおまえざき ☎0548⑥6857

今月の納期

(コンビニで納付できます)
市・県民税(第4期) 1月31日
国民健康保険税(第7期) 1月31日
※後期高齢者医療保険料(第6期) 1月31日
→※コンビニ払い不可
佐倉・比木・朝比奈・新野・御前崎
白羽・港の上下水道料 1月31日

平日夜間、日曜・祝日の急患診療

▶小笠掛川急患診療所

☎0537⑥1299 掛川市杉谷南1丁目1-30

受付時間 19:00~21:30(平日)

9:00~16:30

(日・祝・12/30~1/3)

※交通事故と労災の診察はお受けできません。

日曜・祝日の急患診療

▶🌳榎原医師会

診療時間 9:00~17:00(日・祝)

当番医はカレンダー内に記載

※日曜・祝日・夜間診療については、
ご連絡の上、受診してください。

休日歯科診療

▶小笠掛川急患診療所

☎0537⑥1299 掛川市杉谷南1丁目1-30

受付時間 9:00~11:30(日・祝)

30 先勝

31 友引

1 先負
🌳
渡辺内科医院(内・小)
牧之原市大沢329-1
☎0548⑤5232

6 先負

7 仏滅
こころの健康相談日【要予約】
☎0537⑥1121/13:30~16:30
市役所3階会議室

8 大安

13 仏滅
6か月健康相談(R3.7月生)
受付8:45~9:10/市役所西館3階
【要予約】HIV・B・C型肝炎・梅毒検査
☎0538⑦2253/9:30~11:00
中遠総合庁舎西館1階

14 大安
3歳児健康診査(H30.12月生)
受付12:45~13:10/市役所西館3階

15 赤口

20 大安
こどもの健康相談
受付9:00~10:00/市役所西館3階

21 赤口
障がい等地域生活相談室【要予約】
☎0537⑥1121/9:00~16:00
研修センター2階

22 先勝

27 赤口
2か月児健康相談(R3.11月生)
受付8:45~9:10/市役所西館3階
【要予約】HIV・B・C型肝炎・梅毒検査
☎0538⑦2253/17:30~19:30
中遠総合庁舎西館1階

28 先勝

29 友引

ゴミ収集日	東町・本町 早苗町	中町・大山	門屋 塩原・合戸	佐倉	比木・新野 朝比奈	上岬・下岬 大山・西側	女岩・広沢 新谷・薄原	中原・白羽 白浜・新神子	
可燃物	毎週月・木曜日					毎週火・金曜日			
金物	4	18	11	7	21	12	19	5	
ガラス	11	4	18	14	7	19	5	12	
ペットボトル	18	11	4	21	14	5	12	19	
ビニール・ プラスチック類	金曜日(第2を除く)			水曜日(第2を除く)		月曜日(第2を除く)			
プラマーク あり									
プラマーク なし	14	14	14	12	12	10	10	10	
陶磁器	-	-	-	-	-	-	-	-	

Sun

Mon

Tue

Wed

26 先負

27 仏滅

28 大安

29 赤口

2 仏滅

🍷
石井内科皮膚科医院(内・小)
牧之原市静波248
☎0548②0013

3 赤口

🍷
酒井内科医院(内・消)
牧之原市地頭方1丁目153-2
☎0548⑤1100

4 先勝

5 友引

すみれ相談(自死遺族の相談)
[要予約] ☎054(286)9245
13:00~16:00/ 静岡県精神保健福祉センター

9 赤口

🍷
座光寺医院(内・小・消内)
御前崎市白羽5243-3
☎0548③3206

10 先勝

🍷
中村医院耳鼻咽喉科歯科(耳)
牧之原市波津2丁目117
☎0548⑤0434

11 友引

2歳児歯科検診(R1.12月生)
受付12:45~13:10/ 市役所西館3階
精神保健福祉総合相談[要予約]
☎0537②3263/13:30~15:30
西部健康福祉センター掛川支所

12 先負

16 先勝

🍷
高木内科医院(内・小)
牧之原市静波900
☎0548②0003

17 友引

ひきこもり・不登校相談
受付13:30~16:30/ 浜岡福祉会館
【予約可】0548③5294

18 先負

1歳6か月児健康診査(R2.6月生)
受付12:45~13:10/ 市役所西館3階

19 仏滅

弁護士相談
受付☎0537⑧8066/13:00~15:00
浜岡福祉会館

23 友引

🍷
石井内科皮膚科医院(内・小)
牧之原市静波248
☎0548②0013

24 先負

25 仏滅

26 大安

弁護士司法書士心配ごと相談
受付☎0548⑤294/13:00~15:00
ふれあい福祉センターなごみ

30 先負

🍷
あかほりクリニック(産婦・女内・内・小)
牧之原市片浜873-2
☎0548②5555

31 仏滅

※新型コロナウイルス感染症拡大防止に伴い、中止・延期となる可能性があります。
※発行日時点で実施が未決定のものは掲載していません。



令和3年度防火ポスターコンクール表彰式

ポスターで防災意識を高揚

市消防本部が10月29日、市内の小学6年生を対象にした防火ポスターコンクールの表彰式を執り行いました。防火意識の高揚を目的に開催した同コンクールでは、25作品の中から審査で選ばれた7作品を表彰しました。市長賞を受賞した御前崎小学校の中岡竜馬さん(広沢区)の作品は、市内の公共施設や事業所へ掲載される予定です。

◀火災の発生防止を呼び掛けるポスターを描いた児童



▲表彰・感謝状を受賞された皆さん

まちの貢献者に感謝の表彰

市は、本年度の市表彰式と感謝状贈呈式を11月4日に開きました。同式では市の振興発展に寄与した5人を表彰し、12人に感謝状を贈りました。受賞者は次のとおり(敬称略)。

【表彰】

▶地方自治功労

杉浦謙二、清水澄夫、大澤 満、若杉泰彦

▶教育文化功労

大澤茂美

【感謝状】

▶金品の寄付

(株)望月塗工 代表取締役 望月 勲

(株)ニッセー 代表取締役 川村憲久

▶民生委員児童委員

四ノ宮 主、森田まさ子

▶保護司

植田勇次郎、赤堀吉史、白鷺洲浩道

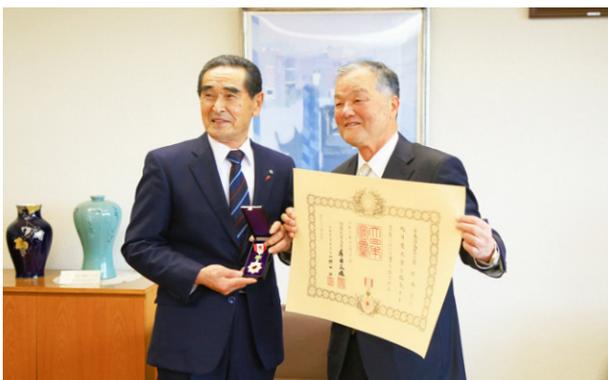
▶おまえざき介護予防運動指導士

永田由美子、岡本ひろ子、石川由美子、増田真弓、

牧野美津江



▲柳澤市長に謝辞を伝える大澤 満さん



御前崎のまちづくりに貢献

秋の叙勲で旭日双光章を受章した若杉泰彦さん(門屋)が11月30日、市役所を訪れて柳澤市長に喜びを報告しました。若杉さんは平成16年から4期16年にわたり市議会議員を務め、地方自治の進展に貢献してきました。若杉さんは「受章することができて光栄。周りの皆さんの支えがあったから成せたことだと感謝している」と話しました。

◀受章の喜びを柳澤市長に伝える若杉さん



港を守る 4 団体を県が認定

静岡県御前崎港管理事務所が10月19日、御前崎港周辺で環境保全や美化活動などに努めるNPO法人EarthCommunication、心がすっきり御前崎で夢拾い、OMAEZAKI BEACH CLEANUP、(一社)御前崎スマイルプロジェクトの4団体を「しずおかポートサポーター」に認定しました。行政からの支援を受け、各団体のさらなる活動の充実・拡充が期待されます。

◀「きれいな海岸を求めて頑張りたい」などと抱負を語った代表者



青少年の健全育成を考える

市内の学校関係者や保護者、地域が一体となって青少年の育成に取り組むことを目的とした「スクラム御前崎の集い」が10月30日、佐倉地区センターで開催されました。

約120人の参加者は、川口眞矢さんの御前崎クエストの活動発表や東北大学の瀧教授の「子供たちの健やかな脳発達のために」の講演を聴講しました。

◀活動報告をするNPO法人EarthCommunicationの川口眞矢代表



灯台が国の重要文化財指定

本市で初めて国の重要文化財に指定された御前崎灯台の指定書伝達式が11月1日、御前崎灯台前広場で執り行われました。同式では、柳澤市長から海上保安庁の戸田陽一清水海上保安部長に文部科学大臣の指定書が手渡されました。戸田部長は「この御前崎灯台は147年間、絶えず機能し続けている。今後も管理運営に努めたい」と語りました。

◀御前崎灯台で開かれた指定書の伝達式



市特産物への理解を深める

市と県立掛川特別支援学校御前崎分校、道の駅「風のマルシェ御前崎」が連携して育てたサツマイモの収穫作業が11月5日、「風のマルシェ御前崎」敷地内の農場で実施されました。この事業は、地元で生産が盛んな農作物への理解を深めることを目的に行われています。福島大和さん(牧之原市)は「この収穫したサツマイモでおいしい芋切干しを作りたい」と話しました。

◀大きなサツマイモを収穫する生徒

OMAEZAKI BRAND

品質の良さは折り紙付き「御前崎ブランド」

御前崎手火山式鰹節 (令和2年度認定)



「^{てびやま}手火山式鰹節」は、御前崎の鰹節伝統製法により作られた鰹節です。「手火山」という名前は、鰹節を燻製する際、常に「火(温度)」を「手」で計りながら熱量を調整していくことから名付けられたとされています。また、その歴史は350年におよび、日本最古の製法とされています。手火山式には旨味を中に閉じ込める効果があり、強い香りを持たせるという特長があります。

鰹節は、燻製を続けると表面の水分ばかりが蒸発し、中心の水分が蒸発しづらくなります。そのため手火山式では、熱と煙を当てている鰹節を直接手で触って温度を確認するという作業をします。この作業には熟練した職人の技術が必要になりますが、現在ではこの作業ができる職人の数は少なくなっています。



認定者 マルミツ鰹節店

照 会 農林水産課 ☎0537-851125

Atomic

暮らしと原子力

なっとく！原子力とエネルギーの



Q

目に見えない放射線の量は、どのような機器を使って測定するの？

A

放射線の量を測定する機器には以下のようなものがあります。用途に合わせて測定器を選ぶ必要があります。

測定器			
測定できるもの	放射線の量	放射性物質の量	個人の被ばく量
用途	測定したい場所へ測定器を持ち運び、空間中の放射線の量を測定します。	人やものの表面に付着している放射性物質を、測定したいものに近づけて測定します。	個人が身に付けて、どれくらい被ばくしたか測定します。

照 会 エネルギー政策課 ☎0537-851134

文芸

おまえざき

俳句 おまえざき俳句会

断捨離で出会えた亡夫のエアメール	小野田重代
老いが病が私の生を問うてくる	小野田重代
孫がいて 老いのひと時若返る	山本 英子
盃蘭盆 火種揉る影ひとり	山本 英子
心に棘刺さる ご飯丸飲みする	栗林 純子
遺影とマスクなして話す 秋彼岸	栗林 純子
若者選拳離れ 秋空に雲一片	栗林 純子
空箱までも愛しい 娘からの贈り物	増田 葉子
おいしいと食べる あなたの顔がおかずです	増田 葉子
餓鬼仏 分け合う心金の膳	増田 葉子

絡みの糸穏やかに解きたい老年	増森さく江
初乳 アップアップした娘 はや還暦	増森さく江
注文は瓜もみ 包丁弾む軽やかに	増森さく江
押し車の母と投票 秋空仰ぐ	長尾美喜子
試行錯誤 コロナと共に生きる道	長尾美喜子
クモは軽業師 電線に架けたモデルハウス	長尾美喜子
シャツの穴 こぼれた思い出縫い付ける	鈴木 喜夫
古靴履く 足が覚えていたあの日	鈴木 喜夫
黙とう 原爆忌の重たい雨	鈴木 喜夫
ちさくとも世の灯となるか まだ生きん	鈴木 喜夫

Books

図書館情報

PICK_01 一般

くらべてわかる文鳥の心、インコの気持ち (細川博昭/著 ものゆう/イラスト)



ともに小鳥と呼ばれる文鳥とインコだが、体も心も行動も大きくちがう。それぞれの比較を通して、文鳥とインコの心理をカラーイラスト・写真とともに解説。鳥たちと幸せに暮らすために知っておきたいことも収録。

出版/講談社

PICK_02 子ども用

ほんやねこ (石川えりこ/作)



本屋のねこがお散歩にでかけたある日の夕暮れ。閉め忘れた窓から入り込んだ強い風が、絵本の登場人物たちを窓の外へ吹き飛ばしてしまいました。ねこはお散歩をしながら彼らを探すことに…。

出版/誠文堂新光社

今月の新着図書から PICK UP!!

●一般

- YouTubeの教科書(監修/大須賀淳)
- 100万回死んだねこ 覚え違いタイトル集(編著/福井県立図書館)
- リカちゃんのおしゃれ着物(出版/日本ヴォーグ社)
- 炊飯器で一発定食(著/澁谷梨絵)
- 自宅でできるキックボクササイズ(著/岡田敦子)
- 救国ゲーム(著/結城真一郎)
- 蛍と月の真ん中で(著/河邊徹)
- むかしむかしあるところに、やっぱり死体がありました。(著/青柳碧人)
- ふしぎ(霊験)時代小説傑作選(著/西條奈加 著/泉ゆたか 著/廣嶋玲子 著/宮本紀子 著/宮部みゆき 編/細谷正充)

●子ども

- 入門図鑑わたしたちと世界の生きもの100(作/サイモン・バーンズ 絵/フラン・プレストン=ガノン 訳/鳥見真生)
- 自動車のひみつ(監修/廣田幸嗣)
- えきべんとふうけい(作/マメイケダ)
- おかしなおかしなおはなしえほん(作/上岡麻美)
- かせいじんのおねがい(作/いとうひろし)
- セカイを科学せよ!(著/安田夏菜)
- とうみんホテルグッスリドーズ(作/かめおかあきこ)
- らいおんレストラン(文/やまぐちりりこ 絵/土屋富士夫)
- 黒い兄弟 上・下(著/リザ・テツナー 訳/酒寄進一)

照会 市立図書館アスパル ☎0537-8181



ICTを使って

国や地域にアクションを起こしていきたい

河原崎 賢治さん



PROFILE

かわらさき けんじ(上朝比奈)
掛川工業高校電子機械科の2年生
趣味はギターを弾くこと

高校生ICT会議で最優秀

上朝比奈に住む河原崎賢治さんが11月3日、東京都内で開かれた「高校生ICTカンファレンス2021」で最優秀に選ばれた。カンファレンスとは共通の関心事について話し合う会議という意味で、例年、全国各地で開かれる同大会では、高校生が情報モラルについて語り合う。今年のテーマは「フェイクを見極める」。参加者は、インターネット上にあふれる誤った情報との向き合い方を考えた。河原崎さんは「私はもともと人と話すことが好きなんです。話を聞くと自分が知らないことを教えてもらえます。私がこの会議で最優秀に選ばれたのは、話すことを楽しもうとして自然体で取り組むことができたからだと思います」とほほ笑む。

同大会に出場するためには事前に15都道府県で行われる予選を勝ち抜く必要がある。静岡県大会では、掛川工を含めた5校から選出された17人がオンラインで議論。参加者相互の投票により、河原崎さ

んが県の代表に決まった。「選んでもらったからには頑張ろう」と意気込んで臨んだ全国の舞台では「偏った意見が出ないよう、考えてから話すようにしました」と振り返る。

河原崎さんは、現在にぎわいを見せているネット利用について、「悪質な情報にだまされなければならないには細心の注意を払わなければなりません。情報を受け取る側が、主体的に情報の取捨選択をする必要があります」と注意喚起する。

市の発展に高校生の力が必要

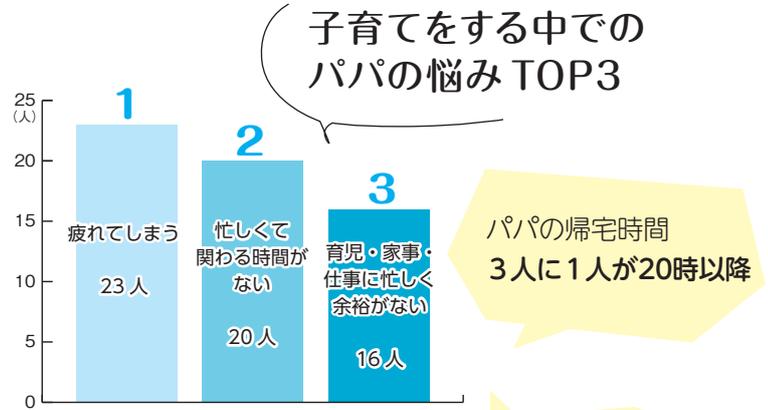
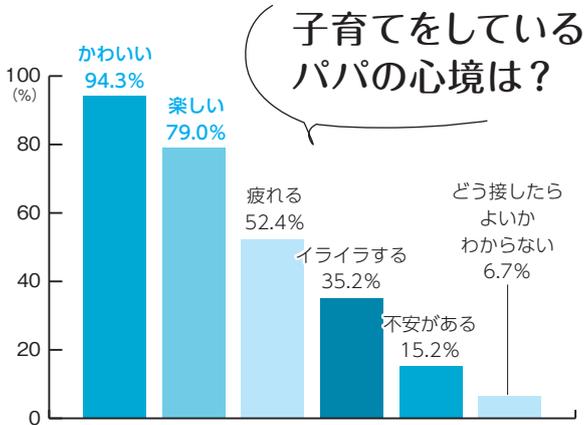
「国や地域を巻き込みながらICTを使ってアクションを起こしていきたい」と今後の抱負を語る河原崎さん。現在は、掛川市が主催するイベントの動画配信などに興味を持ち、仲間と積極的に参加しているという。

「今後は、高校生がまちづくりに参加することで市を盛り上げていく必要があると考えています。地元を盛り上げるためには、私たちのような若者の力が必要だと思います」と話す河原崎さんの今後の活躍に期待したい。

パパを楽しもう



近年「イクメン」という言葉がすっかり浸透してきました。
今回、0～3歳の子どもを子育てしているパパ105人に「パパの現状」を聞きました。



パパの帰宅時間
3人に1人が20時以降

帰宅後、1時間以内の家事と
2時間程育児をしているパパが
約半数

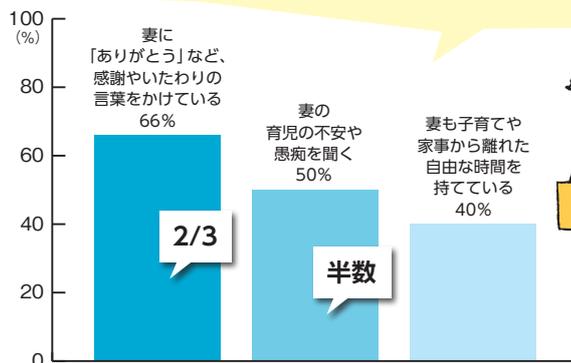
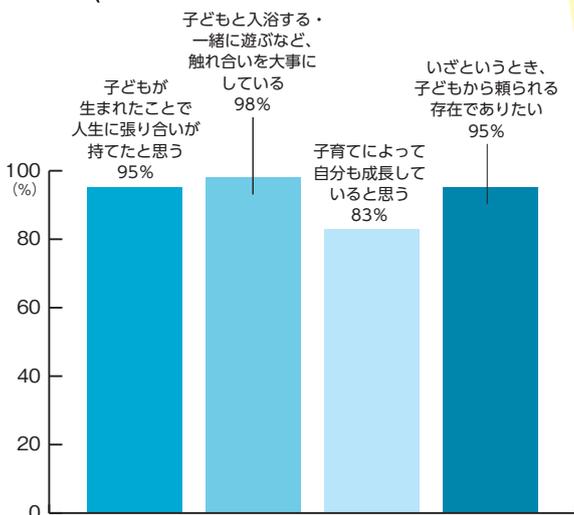
パパは毎日忙しい!!

子どもをかわいい、子育てが楽しいと思う反面、パパの2人に1人が「疲れる」、3人に1人が「イライラする」と答えています。

子どもは、一緒に遊んでくれるパパが好き。
でも、もっと大好きなのは「パパとママが仲良くしている姿」を見ること。パパの育児で何よりも大切なのは、育児に家事に奮闘するママのケア。パパが忙しくてママに自由な時間をプレゼントできなくても、「ありがとう」とママに感謝の気持ちを伝えるのが大事!!

御前崎市のパパは、思っても気持ちを伝えるのが苦手なのかも。「ありがとう」はママが言われてうれしい言葉ダントツ1位!!言葉に出して伝えてみましょう。

忙しいパパであっても…



子どもが生まれたことで張り合いを感じたり、頼られる存在でありたいと思っているパパがほとんど。子どもへの触れ合いも大事にし、子育てによって自分も成長していると感じているパパは80%もいます。

御前崎市のパパは、素晴らしい!!

パパと0-3歳までのお子さんの遊びの教室を開催します。

12月18日(土) 10:00～11:00

市役所西館3階健診ホール 限定15組

申し込みは照会先へお電話ください。

照会 こども未来課 母子保健係 ☎0537-6666

Information

ご自宅からの e-Tax 申告のご案内

申告書の作成・送信は
国税庁ホームページから

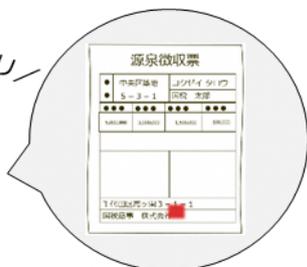


確定申告



令和3年分(令和4年1月以降)からはさらに便利に!

スマホのカメラで源泉徴収票を自動入力



カメラを起動して給与所得の源泉徴収票を撮影



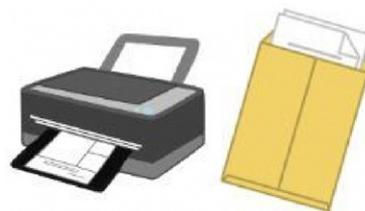
内容を確認



読み取り内容が自動入力

印刷して提出

印刷して郵送することができます。マイナンバーカードの読み取りができなくても、スマートフォンやPCで作成した申告書は印刷して掛川税務署に郵送で提出することも可能です。



照 会 掛川税務署 ☎0537②5141 (自動音声に従ってください)

御前崎市のために寄せられたふるさと納税

寄付者の意向に沿って大切に使用させていただきます

寄付金の使途	寄付金額(円)	件数
子育て支援・保健福祉の充実	10,881,000	388
学術文化の向上・体育の振興	5,824,000	185
自然環境の整備・保全	5,682,000	206
防災対策の充実	3,456,000	113
産業の活性化	3,288,500	128
国際交流、多文化共生の推進	222,000	10
その他	10,781,000	388
合計	40,134,500	1,418



令和2年度に、全国の皆さまから頂いた寄付金は総額4,013万4,500円でした。

頂いた寄付金は、寄付者の皆さまのご希望に寄添って、大切に使用いたします。今後もふるさと納税制度へのご理解とご協力をお願いします。

▲令和2年度分ふるさと納税の使途

照 会 財政課 ☎0537②1112

情報掲示板

年末のごみ出しにご注意ください

本年も残すところわずかとなり、大掃除を始める時期となりました。年末は大掃除で出たごみを環境保全センターに直接搬入する人が増えるため、大変混み合います。同センターの営業日を確認して早めに搬入しましょう。また、ごみ集積所に出されるごみの量も多くなります。収集日を守り、ごみが散乱することのないよう、マナーを守りましょう。

◆環境保全センターへの直接搬入

受付日 月曜日から金曜日 第2・4日曜日

休業日 土曜日、第1・3・5日曜日、祝日、12月29日(水)から1月3日(月)

◆家庭ごみの収集

可燃物は、次の期間では回収されません。

浜岡地区 12月31日(金)～1月5日(水)

御前崎地区 12月29日(水)～1月3日(月)

※家庭ごみは、収集当日の0時～8時までに指定場所へ出してください。

※その他のごみの収集日は「家庭用ごみ収集カレンダー」をご確認ください。

ごみ分別動画も
QRコードから
ご覧ください!



可燃物編



ビニプラ編



その他編

資源回収を行っています

市は、新聞・雑誌・段ボール・牛乳パックなど、リサイクルできる資源ごみを回収しています。正しく分別して、ごみの減量化・資源化にご協力ください。

ごみの種類	回収場所	出し方
古着	御前崎市役所第3駐車場 (青色のボックス) 24時間いつでもご利用できます。	袋に入れる、またはひもでしばって回収ボックスへ入れてください。
雑誌・雑紙・新聞紙・ 段ボール・牛乳パック	御前崎市役所第3駐車場 御前崎市文化会館北駐車場 (緑色のボックス) 24時間いつでもご利用できます。	種類ごとに紙ひもでしばって回収ボックスへ入れてください。 ※従来実施しているPTAなどの集団回収を優先してください。
廃油	御前崎市役所環境課 御前崎支所 平日8:15～17:00	使用済みの油は軽くこしてからペットボトルなどに入れてください。未開封の油は封を開けずに出してください。
小型家電 (パソコン本体を含むと 無料)	市の連携事業者(リネットジャパン) による自宅回収 ※直接業者へ申し込みが必要	リネットジャパンで検索 https://www.renet.jp/ 0570-085-800 (受付10時～17時)
使用済みインクカート リッジ	御前崎市役所1階ロビー	収集ボックスへ入れてください。



市役所第3駐車場 (古着・古紙)



文化会館北側駐車場 (古紙のみ)

※詳細は、御前崎市ホームページをご覧ください。

照会 環境課

☎0537⁸⁵1162

環境保全センター

☎0548⁵⁸0044

Information

お知らせ

フードドライブにご協力をお願いします

生活困窮世帯のために食品の寄贈を募ります。寄贈された食品は、NPO法人「フードバンクふじのくに」が回収し、県内の生活困窮世帯に無料で配布します。なお、食料支援が必要な場合は照会先へご相談ください。

期間 1月4日(火)～1月31日(月)

場所 市役所(本庁 ロビー・西館 福祉課)、社会福祉協議会(御前崎ふれあい福祉センターなど)・浜岡福祉会館)、各地区センター

希望食品 缶詰や瓶詰などの保存食品、レトルト食品、インスタント食品、調味料、食用油、米、飲料、ふりかけ、お茶漬け、のりなど常温で保存できるもの

食料の条件 賞味期限が2カ月以上前のもので、賞味期限が明記されているもの、未開封のもの、破損で中身が出ていないもの、米は常識の範囲で古くないもの(もち米は不可)

照会 福祉課

☎0537(85)1121

社会福祉協議会

☎0548(63)5294

浜岡福祉会館
☎0537(86)8066

狩猟免許試験が実施されます

日時 2月20日(日)9時～

会場

- ① わな猟 中遠総合庁舎
- ② 第1種・第2種銃猟 北遠総合庁舎

試験内容

- ・ 知識試験(法令、猟具、鳥獣、鳥獣の保護および管理)
- ・ 適正試験(視力、聴力、運動能力)
- ・ 技能試験(猟具の取り扱い、鳥獣の判別など)

申込期間 12月20日(月)～1月21日(金)

申込方法 狩猟免許申請書に次の①～④を添えて照会先に郵送してください。

- ① 顔写真(1枚)
- ・ 申請の6カ月以内に撮影したものの無帽、正面、上3分身、無背景
- ・ 大きさは縦3センチ、横2・4センチ
- ・ 裏面に氏名と撮影年月日を記入
- ② 申請手数料額の静岡県収入証紙
- ・ 狩猟免許申請書に貼付が必要
- ③ 返信用封筒 1枚
- ・ 84円分の切手を貼付し、返信先の住所および郵便番号を明記
- ④ 銃所持許可証の写し、または概ね3カ月以内に医師が作成した診断書 1通

申請手数料 5200円
※すでに他の狩猟免許を取得している場合は3900円

照会 中遠農林事務所森林整備課
☎0538(37)2301

介護入門的研修を開催 まずは事前説明会へ!

「今まで介護に関わりがなかったけど、介護について知りたい」「自分や大切な家族のために介護の基礎を学びたい」という人を対象に、介護入門的研修を開催します。介護に係る基本的な知識をこの機会に学んでみませんか。

また、介護の仕事に興味があるという人にもお勧めです。希望者には研修終了後に介護事業所への就労支援をします。

対象者 介護に関心がある人

定員 15人

※応募多数の場合は先着順

◆事前説明会

開催日 1月13日(木)

時間 14時30分～15時30分

会場 市役所3階302会議室

※研修の受講には説明会への参加が必要

研修日程(全4日間)

① 1月21日(金)、② 1月24日(月)

③ 1月27日(木)、④ 1月31日(月)

※9時30分～16時(日)によって異なります)

受講料 無料

申込方法 電話、窓口で申し込み

照会 高齢者支援課
☎0537(85)1118

浄化槽を使用している人は法定検査を受けよう

合併処理浄化槽は、家庭からの生活排水を浄化することで、地域の快適な生活環境を守る役割を担っています。

浄化槽の維持管理は、浄化槽法で年3回以上の保守点検、年1回以上の清掃、毎年1回の法定検査が義務付けられています。合併処理浄化槽・単独処理浄化槽に関わらず、浄化槽を使用している人には検査実施の案内が届きます。

単独処理浄化槽を使用している家庭の生活雑排水は、浄化処理されないまま放流されています。より良い環境づくりのため、合併処理浄化槽への転換をご検討ください。合併処理浄化槽へ転換する場合は補助金が活用できます。なお、令和3年度は補助金申請の受け付けが終了したため、令和4年度に申請してください。

申し込み 一般財団法人静岡県生活科学検査センター

☎054(621)5030

照会 上下水道課

☎0537(85)1126

情報掲示板

精神疾患を理解しよう こころの専門家が講演

偏見と差別がない共生社会をつくるため、「障がいがあってもなくても自分らしく生活できる御前崎市を目指して」と題した講演会を開催します。

講師は、社会福祉法人Mネット東遠の理事長で精神保健福祉士の八木光春氏です。

この機会に精神疾患についての理解を深めてみませんか。

日時 1月19日(水) 13時30分～15時(受付 13時～)

会場 御前崎市佐倉地区センター さくらんぼホール

定員 100人(参加費無料)

申込締切 1月14日(金)

※電話でお申し込みください。
※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、参加時はマスクを着用し、発熱など風邪症状のある人は参加をご遠慮ください。

照会 (福)Mネット東遠 地域活動支援センターおまえざき
☎0537(86)7576

骨の健康再確認！ 「骨粗しょう症検診」

本年度の骨粗しょう症検診を受けていない人を対象に、追加の日程を設けました。

骨が脆くなると骨折や寝たきりの原因となります。特に女性は定期的に検査を受けて骨量を確認することが大切です。

この機会にぜひ検診を受けましょう。

対象者 令和3年4月1日現在で40、45、50、55、60、65、70歳の女性のうち、本年度の受診をしていない人

場所 市立御前崎総合病院健診センター

内容 問診、X線による骨塩量測定

金額 500円

期間 2月1日(火)～2月25日(金)

申込方法 照会先へ電話で申し込んでください。

予約期間 2月14日(月)まで

※定員があるため、お早めにお申し込みください。

やまもも福祉会で 保育士を募集します

(福)やまもも福祉会は、令和4年度の高松保育園・やまもも保育園の職員を募集します。

就労場所 高松保育園またはやまもも保育園

募集人員 保育士3～6人
受験資格 保育士(有資格者また

は資格取得見込みの人)

※経験者大歓迎

募集地域 御前崎市、菊川市、掛川市、牧之原市に在住の人

試験日 1月16日(日)

応募期間 1月8日(土)まで

応募方法 電話連絡後、応募用紙と試験要綱を受け取りに来園してください。ホームページからプリントアウトすることもできます。必要書類は、応募期間内に郵送または直接提出してください。

照会 やまもも保育園
☎0537(28)7576

高松保育園
☎0537(86)7878

第四級アマチュア無線 技士養成課程講習会

主催 (一財)日本アマチュア無線振興協会

場所 佐倉地区センター

日時 1月23日(日)・30日(日) 9時～18時10分

講習会番号 B・21(170)

申込期限 1月12日(水)

講習費用
大人・大学生 23150円
小中高生 9850円

照会 (一財)日本アマチュア無線振興協会静岡県中部地区担当増田
☎0548(52)2393

Loss time

本号の特集を組むために障害者雇用の実態を調べたところ、想像以上に進んでいない現状を知りました。同時にサポートしている人たちの想いも知ることができました。

今後、少しでも力になれるよう、できることから始めていきたいと思

表紙の関連記事

社会福祉法人ひつじ「学び舎あいまいもこ」の利用者は、毎月第一金曜日に市役所本庁舎1階ロビーで手作りパンを販売しています。利用者は「パンを販売するのが楽しい」と意欲的に取り組んでいました。



人の動き

(令和3年11月末日現在の速報値)

	(前月比)
人口	31,224 (-13)
男	15,854 (-10)
女	15,370 (-3)
世帯数	12,023 (+5)

「かわいい」おまえぎのたから 12月 生まれの元気な子



かわいい笑顔を募集します。
 対象：2月生まれの子 1歳～3歳児で、本コーナーへ掲載されたことのない子
 申込期間：1月5日(水)、6日(木)の2日間、8時15分～17時 (最大8枠。先着順)
 ◆申込先：総務課
 ☎0537⑨1132

コロナウイルスを予防しよう!!



2m



～食のまち御前崎～

毎月19日は食育の日! 御前崎をたべよう!



サワラとポテトのチーズ焼き

サワラにはDHAやEPAが豊富に含まれています。脳の発達や血管の健康維持に大切です。

材料(4人分)

- サワラ(切り身).....4切れ
- 薄力粉.....大さじ2
- ジャガイモ.....3個
- とろけるチーズ.....60g
- 塩・こしょう.....適量
- オリーブ油.....大さじ2
- パセリ.....適宜

▶ 1人分 = 322kcal
 食塩相当量 0.7g

作りかた

- 1 サワラを一口大に切り、塩・こしょうで下味をつける。
- 2 ジャガイモは皮をむいて2割角に切る。
- 3 フライパンにオリーブ油をひいて中火にかけ、2を炒める。
- 4 1に薄力粉をまぶし、3に入れて炒める。
- 5 耐熱容器に4を盛り、チーズをのせてトースターで焼く。チーズに色が付いたら取り出し、パセリをちらす。