

2023
1

OMAEZAKI



2023 新年あいさつ

卯年の決意

おまえざきのきらり輝く人

第22回全国障害者スポーツ大会
立ち幅跳び・50m走優勝

森下 実咲 さん

TOPICS

令和4年分

確定申告



新年あけましておめでとう
ございます。令和5年の
新春をご家族おそろいでお迎え
になったこととお慶び申し上げ
ます。

市民の皆さまには、市政をは
じめ各種事業に対しまして、格
別のご理解とご協力を賜り、心
より御礼申し上げます。

昨年を振り返りますと、一
昨年と同様に新型コロナウイルス
ウイルスの影響を受けた1年で
ありました。市民の皆さまには、
ワクチン接種や外出の自粛、手
指の消毒、国の行動制限などに
ご協力いただき誠にありがとうございました。
本年度は皆さま
のご協力もあり、これまで思う
ように実施できていなかったイ
ベントや事業を開催することが
できました。

市内で初開催となったサー
フィンの国際大会「ホワ
イトバツファロー御前崎プロ」、
例年以上の来場者数となった
「御前崎みなと夏祭」、3年間待
ちわびた「灯台ワールドサミッ
ト」、市内外から大勢の人が訪

化する災害に対し、市民を守る
ための防災対策や官民が連携で
きるような体制づくりに一層尽
力してまいります。

市民の皆さまにおかれまして
も「自分の命は自分で守る。家
族の命は家族で守る。市からの
指示を待つのではなく、助かる
行動を実践する」という意識を
持ち、日ごろから防災意識を高
く持ち、災害に備えていただき
たいと思います。

コロナ禍ではありましたが、
明るい話題もたくさんあ
りました。中南米エルサルバド
ルで開催されたISAサーフィ
ン世界ジュニア選手権大会16歳
以下の部で3位に輝いた浜岡中
学校3年の池田美来さん。全国
中学生空手道選手権大会で優勝
し、12月にウズベキスタンで開
催されたアジア選手権大会でも
栄冠を手にした常葉大学附属菊
川中学校3年の高塚彩夏さんな
ど、本市の子どもたちが世界や
国内の舞台で大活躍してくれて

れた「御前崎市大産業まつり」
など、各イベントは大盛況のう
ちに終わりました。市民の皆さ
まが、人と接する機会を求めて
いらっしやるのだと思うととも
に、御前崎に活気が戻ってきた
と実感いたしました。

昨年は自然の猛威を痛感す
る一年でもありました。7
月8日から10日にかけて、台風4
号から変わった温帯低気圧の影
響によって、家屋被害1棟、土
砂崩れ21件などが発生しました。
8日21時から9日3時までの6
時間雨量は、1976年からの
観測史上最大となる234.3mmを
記録しました。また、9月23日
には台風15号の通過時に風速約
50m/sの突風が発生し、中原区か
ら新谷区にかけて家屋やビニ
ルハウスなどが被害を受けまし
た。被災された方々に心からお
見舞い申し上げますとともに、復
旧作業にご協力いただいた方々
に敬意と感謝を申し上げます。
近年は、過去の災害事例から
は予測もできないような災害が
増えてきています。行政とい
しましては、多種多様かつ激甚

おります。市では無限の可能性
をもつ子どもたちを今後も応援
していきたいと考えております。

本年も新型コロナウイルス
の感染拡大が続いていま
すが、必要な感染対策を講じて
様々な事業を展開していきたい
と考えております。また、山積
する地域や地区の課題も解決し
ていかなくはなりません。市
民、各種団体、企業、行政が一
緒になって、市民協働のまちづ
くり、地域づくりに取り組んで
まいりたいと考えております。

結びに、今年の干支は「卯」
です。ウサギの穏やかな
性質から「家内安全」、さらにそ
の跳躍力から「飛躍」「向上」と
いう意味を持ち合わせる年です。
令和5年が市民の皆さまにとつ
て、幸多き1年となりますよう
心から祈念申し上げます。年頭
のご挨拶とさせていただきます。
本年もどうぞよろしくお願
い申し上げます。

2023 新年あいさつ
New Year Mayor's Message

卯年の決意

新年あけまして
おめでとろうございます



申告相談日程表

会場：研修センター1、2階(市役所西側)

時間：8時30分～15時(11時30分～13時は受け付けません)

対象地区	相談日	対象地区
東町	2月16日(木)	女岩区
本町	17日(金)	広沢区
早苗町	20日(月)	新谷区
中町	21日(火)	薄原区
	22日(水)	
大山	24日(金)	中原区
	27日(月)	
高松地区	28日(火)	白羽区
佐倉一区	3月1日(水)	白浜区
佐倉二区	3日(金)	新神子区
比木地区	6日(月)	上岬区
朝比奈地区	8日(水)	大山区
新野地区	10日(金)	西側区
全地区	14日(火)	全地区

スマホから事前予約ができるようになりました！

電子申告の推進と新型コロナウイルス感染症対策のため、申告相談受け付けが以下の2つの方法となります。

- 1. 入場整理券方式**
会場受付時に時間帯を記した整理券を配布します。
- 2. 事前予約方式**
電子申請で予約を受け付けます。右記の2次元コードからお申し込みください。
※電話での受け付けはできません。



所得税の確定申告書は国税庁ホームページで作成できます！

国税庁のホームページ(www.nta.go.jp)の「確定申告書等作成コーナー」を利用すれば…

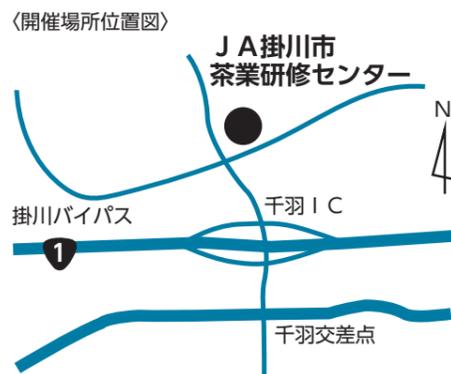
- 1. 税務署に向く必要なし！**
作成した申告書などは、自宅のパソコンからe-Taxで送信することができます。また、印刷して郵送などにより税務署に提出することもできます。申告期間中は、休日も含め24時間いつでも利用できます。
- 2. 正確な申告書が作成できる！**
画面の案内に従って金額などを入力するだけで、自動計算されます。

※市の申告会場でも、e-Taxによる電子申告を実施しますのでご利用ください。

◎作成した申告書の郵送先
〒436-8652 掛川税務署 宛て(所在地記載不要)

掛川税務署からのお知らせ

照会 掛川税務署 ☎0537-5141
※自動音声に従ってください。



掛川税務署 確定申告会場のご案内
令和4年分の所得税、個人事業者の消費税および地方消費税、贈与税の申告会場は次のとおりです。
◎場所 JA掛川市茶業研修センター(掛川市千羽609の1)
◎期間 2月16日(木)～3月15日(水)
※2月10日(金)～2月15日(水)には年金受給者からの相談、住宅借入金等特別控除に関する相談を受け付けます(土日祝日は除きます)。
◎時間 9時～17時(受付16時まで)会場の混雑状況により、受け付けを早めに終了する場合があります。
なお、期間中、掛川税務署では申告相談をすることができないのようになりました。



国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」から、ID・パスワード方式を利用してe-Taxで送信することができます。すでにID・パスワード方式の届出完了通知が発行されている人は、新たに取得する必要はありません。詳細は照会先へ問い合わせください。国税庁ホームページは、左記2次元コードからご覧いただけます。



スマートフォンでも所得税の確定申告ができます

申告、納税期限

- ▼所得税、贈与税
令和5年 3月15日(水)まで
- ▼消費税、地方消費税
令和5年 3月31日(金)まで



もうすぐ確定申告の時期です。皆さん、申告書作成に必要な書類はそろっていますか？
令和4年分の申告相談は、2月16日(木)から3月15日(水)(土・日・祝日を除く)までとなります。会場では申告書作成のお手伝いをします。必要書類が不足していると申告書が作成できない場合もありますので、必要書類をそろえてご来場ください。
照会 税務課 ☎0537-1114

確定申告が必要な人

- ▼営業や農業などの事業をしている人
- ▼地代家賃、保険満了などに係る一時金、配当(源泉徴収されていない一般株式などに限る)のほかの所得がある人
- ▼給与の支払いを2力所以上から受けている人
- ▼報酬(外交員、ホステス、検針員など)の収入がある人
- ▼土地や建物を売って所得(譲渡所得)があった人
- ▼雑損控除や医療費控除を受ける人
- ▼年の途中で退職し、年末調整をしていない人など

次に該当する場合には税務署の確定申告会場

- 「JA掛川市茶業研修センター」をご利用ください。
- ▼公共事業以外の土地・建物の譲渡がある人
- ▼株式などの譲渡がある人
- ▼上場株式などの配当所得で申告分離課税を選択した人
- ▼青色申告の人
- ▼海外への仕送り証明を添付する必要がある人(国外扶養)
- ▼初めて住宅借入金等特別控除の申告をする人
- ▼雑損控除を申告する人(台風の被害などがあつた人)
- ▼令和2年分以前の申告をする人
- ▼贈与税、相続税の申告をする人
- ▼消費税および地方消費税の申告をする人

年金所得者の確定申告不要制度について

公的年金の収入金額が400万円以下で、かつ、年金以外の所得金額が20万円以下の人は、確定申告書の提出は必要ありません。ただし、所得税の還付を受ける場合は確定申告が必要です。

※「公的年金などの源泉徴収票」に記載されている控除以外の各種控除(医療費控除など)の適用を受ける場合、または公的年金などに係る雑所得以外の所得がある場合は、市県民税の申告が必要です。

申告手続きにはマイナンバーの記載が必要になります。

社会保障・税番号制度(マイナンバー制度)の導入に伴い、申告手続きには「マイナンバーの記載」+「本人確認書類の提示または写しの添付」が必要です。

確定申告に必要な物



- 給与・年金の源泉徴収票(原本)、報酬などの支払調書(原本)
- その他、個人年金や保険の満期などの収入がわかる証明書など
- 営業・不動産・農業所得のある人は、収支内訳書を作成し、収入と支出内容が分かるようにしておいてください。※租税公課の固定資産税額は「固定資産税課税明細書」で確認してください。
- 国民健康保険税の支払金額が分かるもの(「令和4年分国民健康保険税納付額のお知らせ」)
※1月下旬に税務課から世帯主へ送付します。
- 社会保険料(国民年金保険料)控除、小規模企業共済等掛金控除、生命保険料控除、地震(損害)保険料控除の証明書
- 医療費控除を受ける人は、医療費控除に関する明細書(領収書の添付または提示は不可)および補てんされる金額の分かるもの
- 障害者控除を受ける人は障害者手帳など
- 還付申告をする人は振込先口座番号(申告者ご本人の名義)が分かるもの
- 「確定申告のお知らせ」はがき、または確定申告書(税務署から送付されてきた人)
- 個人番号確認書類(マイナンバーカード、運転免許証など)
- 利用者識別番号の通知 ※令和3年度に申告会場でお渡しした緑色の封筒
※源泉徴収票がない場合は申告を受けることができません。発行先で再発行のうえ持参してください。



選挙の投票区(投票所)の見直しについて



照 会 選挙管理委員会事務局(総務課) ☎0537-851132

近年、全国的に期日前投票制度が定着してきており、投票者の半数以上の人々が期日前投票を利用し、当日に各地区の投票所で投票する有権者が減少しています。

御前崎市選挙管理委員会では、社会情勢の変化や課題に対応するため、令和3年4月に浜岡地域の投票区を見直しました。今回は第2段階として、御前崎地域の白羽地区について投票区(投票所)を見直しました。

今回、改正された投票区(投票所)は、**令和5年4月9日執行予定の静岡県議会議員選挙から適用**します。ご理解とご協力をお願いします。

※第1投票区から第9投票区については、今回投票区(投票所)の変更はありません。

●見直し後の投票区・投票所一覧

※赤字が対象箇所となります。下記「◆変更内容」をご確認ください。

投票区	投票所	区画(行政区)	投票区	投票所	区画(行政区)
1	池新田地区センター	東町・本町・早苗町	7	新野地区センター	新野西・新野東・新野南
2	中町公民館	中町・大山	8	大山区民センター	上岬区・下岬区・大山区
3	高松地区センター	門屋・塩原・合戸	9	広沢区コミュニティセンター	西側区・女岩区・広沢区
4	佐倉地区センター	佐倉一区・佐倉二区・佐倉三区・桜ヶ池	10	白羽地区センター	新谷区・薄原区・ 中原区
5	比木地区センター	比木原・上比木・下比木	11	白浜コミュニティ防災センター	白羽区 ・白浜区・新神子区
6	朝比奈地区センター	朝比奈原・上朝比奈・下朝比奈			

※投票所は選挙ごとに指定するため、状況により変更となる場合があります。

◆変更内容

- ①第11投票区の「**中原区**」を「第10投票区 白羽地区センター」へ編入
- ②第11投票区の「**白羽区**」を「第12投票区 白浜コミュニティ防災センター」へ編入(名称を**第11投票区**とする。)

ご不明な点は、照会先にお問い合わせください。

第16回 2022 11.26|±|11.27|日| 御前崎市大産業まつり



本市の一大イベント「御前崎市大産業まつり」が、11月26日と27日の2日間にわたり、市役所周辺で3年ぶりに開催されました。今回で16回目。会場には2万人もの人が訪れました。

イベントは、市内の事業者が商品を販売、展示することによって、御前崎市の産業や特産品、取り組みなどを来場者や参加事業者にも知ってもらうことがねらいです。

本市の大産業まつりは、県内でも有数の規模を誇ります。他市町の類似イベントに比べて出店数や商品数などが多いのも特徴で、市内外から大勢の人が訪れます。

今年度は市内から91店が出店。イベントでは、司会を務めた小沼みりさんと梶山美佐さんが全ブースを訪問し、出店者にインタビューすると「うちにはこんな商品があるんですよ」「こんなこともやっています」と商品や取り組みなどをPRしていました。また、友好都市・長野県高森町産りんごも販売されました。

来場者は買い物袋を片手に商品などを定めながらさまざまなブースを巡り、イベントは大盛況のうちに終わりました。

大産業まつりは御前崎市の魅力を知る絶好の機会です。次回もぜひご来場ください。





身近な生き物に触れて学ぶ

日本自然保護協会自然観察指導員の宮本勝海さん(上比木)が11月16日、自身が出版した「身近な生き物を見つめると」を市内の幼保こども園、小中学校に寄贈しました。この本は、宮本さんが調査してきた動植物についてまとめられたものです。宮本さんは「身近な環境に目を向けて、自分の暮らしとの関わりに気づいてほしい」と本に込めた思いを語りました。

◀河原崎全教育長に著書を手渡した宮本さん



小田吉次さん100歳の祝い

11月16日に100歳の誕生日を迎えた小田吉次さん(女岩区)に柳澤市長から祝い状や花束が贈られました。今でも毎日の運動を欠かさないと吉次さん。徒歩や自転車で買い物に出かけるといいます。また、縁側で読書することが日中の楽しみだそうです。吉次さんは「大勢の人に祝ってもらってうれしいです。頑張って長生きしたい」と話しました。

◀柳澤市長から花束を受け取る吉次さん



トマトを医療従事者に贈る

J A遠州夢咲トマト委員会が12月2日、医療従事者への感謝の気持ちを込めて市立御前崎総合病院に夢咲トマトを贈りました。

贈られたトマトは「桃太郎」という品種で、12月1日に開かれた品評会に出品された高品質なものです。山田克巳委員長は「たくさんの人に夢咲トマトを知ってほしい」と話しました。

◀増田良江副院長兼看護部長にトマトを手渡す山田委員長



自然体験活動で郷土愛醸成

特定非営利活動法人 EarthCommunication の川口眞矢代表が12月7日、「ふじさんっこ応援大賞審査員特別賞」と「青少年団体等顕彰青少年団体の部」の受賞を柳澤市長に報告しました。

同団体の活動が、子どもの貴重な体験活動の支援や過去の参加者が指導者として携わり続ける学びの循環の形成につながっていると評価されました。

◀「活動を通じて子どもの郷土愛を醸成したい」と話す川口代表



故鴨川義郎さんに叙位伝達

旧浜岡町長を3期務め、まちの発展に尽力した故鴨川義郎さん(佐倉二区)に対する叙位の伝達式が12月7日、市役所で開かれました。叙位とは、国家・公共に対して功績のあった人が亡くなった際に、生前の功績を称えて国から「位」が贈られることです。

伝達式では、柳澤市長が長女の典子さんに位記を手渡しました。

◀柳澤市長から位記を受け取る典子さん



浜中生と市の未来を考える

浜岡中学校の1・2年生27人と市議会文教厚生委員会が12月13日、対話による交流をしました。この交流は同委員会が、御前崎市を「住み続けたいくなるようなまち」にするため、中学生との対話を通じて得た意見を議会に反映させることを目的に企画しました。

生徒は「自然豊かなまちであってほしい」などの、市への要望を伝えていました。

◀市の将来像などを思い思いに語る生徒と市議会議員



お茶で農林水産大臣賞獲得

茶の品質を競う品評会で農林水産大臣賞を獲得した株式会社赤堀商店と丸池製茶株式会社が12月16日、柳澤市長に結果を報告しました。株式会社赤堀商店は第56回静岡茶品評会鶴印の部、丸池製茶株式会社は第49回関東ブロック茶の共進会荒茶(深蒸し煎茶)の部で受賞。株式会社赤堀商店の赤堀浩司代表取締役は「品質の高い御前崎茶をもっと広めたい」と話しました。

◀賞を獲得した①株式会社赤堀商店と②丸池製茶株式会社



ウクライナ支援募金を贈呈

市と市社会福祉協議会は12月16日、4月から10月末まで市内で募ったウクライナ人道支援募金293,655円を日本赤十字社に贈呈しました。寄付金は、現地などで物資や医療、暖房器具の燃料に活用されます。募金を受け取った同社静岡県支部の鈴木亨事務局長は、「皆さんの温かい気持ちが詰まった寄付金。責任をもってウクライナの人々のために活用する」と話しました。

◀寄付金を渡す柳澤市長と社会福祉協議会の繁田昇会長

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
29 友引	30 先負	31 仏滅	1 大安 特設人権相談 受付☎0548@5294/13:00~15:00 ふれあい福祉センターなごみ 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	2 赤口 6か月健康相談(R4.8月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階	3 先勝 [要予約]障がい等地域生活相談室 ☎0537@1121/9:00~16:00 研修センター2階	4 友引
5 先負 🏢 中村医院耳鼻咽喉科歯科(耳) 牧之原市波津2丁目117 ☎0548@0434	6 仏滅	7 大安 2歳児歯科検診(R3.1月生) 受付12:45~13:10/ 市役所西館3階	8 赤口 [要予約]権利擁護相談 ☎0548@5294/13:30~16:00 ふれあい福祉センターなごみ だれでも食堂もぐもぐ(合亀) ☎0537@8735/17:30~	9 先勝 [要予約]HIV・B・C型肝炎・梅毒・クラミジア検査 ☎0538@2253/13:30~15:00 中遠総合庁舎西館1階	10 友引 [要予約]こころの健康相談日 ☎0537@1121/13:30~16:30 市役所3階会議室	11 先負 🏢 しろわクリニック(内・小・外・整・皮) 御前崎市白羽⑨3521-10 ☎0548@3211
12 仏滅 🏢 座光寺医院(内・小・消内) 御前崎市白羽5243-3 ☎0548@3206	13 大安 家庭教育支援 あそび塾 ☎0537@8735/9:00~11:00 浜岡健康センター	14 赤口 1歳6か月児健康診査(R3.7月生) 受付12:45~13:10/ 市役所西館3階 [要予約]精神保健福祉総合相談 ☎0537@3263/13:30~15:30 西部健康福祉センター掛川支所	15 先勝 弁護士相談 受付☎0537@8066/13:00~15:00 浜岡福祉会館	16 友引 こどもの健康相談 受付9:00~10:00/ 市役所西館3階 1日ハローワーク 13:30~15:30/ 市役所3階会議室	17 先負 2歳6か月児歯科検診 (R2.6月16日~30日・7月生) 受付12:45~13:10/ 市役所西館3階 [要予約]障がい等地域生活相談室 ☎0537@1121/9:00~16:00 市役所西館相談室	18 仏滅 [完全予約制]パパママセミナー 受付9:00~/ 市役所西館3階 対象：妊婦と夫
19 大安 🏢 あかほりクリニック(産婦・女内・内・小) 牧之原市片浜873-2 ☎0548@5555	20 友引 1歳児健康相談(R4.1月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階 ひきこもり・不登校相談 受付13:30~16:00/ 浜岡福祉会館 【予約可】☎0548@5294	21 先負 だれでも食堂もぐもぐ(加多世) ☎0548@5945/17:00~19:00	22 仏滅 2か月児健康相談(R4.12月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階 弁護士相談 受付☎0548@5294/13:00~15:00 ふれあい福祉センターなごみ	23 大安 🏢 高木内科医院(内・小) 牧之原市静波900 ☎0548@0003	24 赤口	25 先勝
26 友引 🏢 田形内科医院(内・小・心内・リハ) 牧之原市片浜1084-2 ☎0548@5320	27 先負 [要予約]高次脳機能障害医療等総合相談会 ☎0538@2252/13:10~16:00 中遠総合庁舎西館1階	28 仏滅	1 大安	2 赤口	3 先勝	4 友引



※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。
※発行日時時点で実施が未決定のものは掲載していません。

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			
ガラス	7	21	14	3	17	8	15	1	
ペットボトル	14	7	21	10	3	15	1	8	
ビン・プラスチック類	21	14	7	17	10	1	8	15	
プラマークあり	金曜日(第2を除く)			水曜日(第2を除く)		月曜日(第2を除く)			
プラマークなし	10	10	10	8	8	13	13	13	
陶磁器	28	28	28	24	24	22	22	22	

2

February 2023
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 ☎0537@1135

●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 こども未来課☎0537@6666
※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 ☎0537@1167
地域包括支援センターおまえざき ☎0548@6857

今月の納期

(コンビニで納付できます)
固定資産税(第4期) 2月28日
国民健康保険税(第8期) 2月28日
※後期高齢者医療保険料(第7期) 2月28日
※介護保険料(第6期) 2月28日
→※コンビニ払い不可
池新田・高松の上下水道料 2月28日

平日夜間、日曜・祝日の急患診療

▶小笠掛川急患診療所
☎0537@1299 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
☎0537@1299 掛川市杉谷南1丁目1-30
受付時間 9:00~11:30(日曜・祝日)

この冬は新型コロナウイルス感染症とインフルエンザ対策を万全に！

新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザ同時流行について

今冬は、新型コロナウイルス感染症と季節性インフルエンザが同時に流行する可能性があります。感染しない体づくりや周囲に広げないことを心掛けましょう。

感染対策の徹底

手洗い・消毒の実施

三密（密閉・密集・密接）を避ける

感染・重症化しないための体づくり

規則正しい生活リズム

1日3食 バランスのとれた食事

ストレスを適度に発散する（運動・趣味など）

発熱など体調不良の時のための備え

解熱鎮痛薬の準備

薬局・かかりつけ薬剤師にご相談ください。

生活必需品

体温計・日持ちする食料（5～7日分）など

新型コロナウイルス抗原定性検査キット

各家庭、検査ができる人数分の準備をお勧めします。

※発熱などの症状が改善しない場合、検査キットの結果が「陰性」でも、インフルエンザなど別の疾患の可能性があるので、医療機関にご相談ください。

相談・連絡先の確認

もしもの時に慌てないよう、電話相談窓口などを確認しておきましょう。

1. かかりつけ医療機関など

静岡県発熱等診療医療機関▶

2. 静岡県発熱等受診相談センター

☎050(5371)0561

3. 静岡県子ども救急電話相談

☎#8000



予防接種を検討

感染が拡大する前に、新型コロナワクチン・インフルエンザワクチンの接種を検討しましょう。

新型コロナワクチン接種

生後6カ月以上から接種対象となります。希望者は早めの接種を心掛けましょう。

問い合わせ先

新型コロナワクチンコールセンター ☎0537⑤1154

インフルエンザワクチン接種

▶ 3歳未満の子ども

対象 次の①～③全てに当てはまるお子さん

- ①静岡県内に居住している子ども
- ②予防接種時に生後6カ月の子どもから令和4年4月1日現在3歳未満の子ども（平成31年4月2日以降に生まれた子ども）まで
- ③令和4年9月1日から令和5年1月31日までにインフルエンザ予防接種をした子ども

助成額 1回当たり上限2,000円（1人2回まで）

申請受付期限 2月10日（金）

※静岡県に申請が必要です。

詳細は県ホームページをご覧ください▶



▶ 65歳以上の人など

対象 65歳以上の人、60～64歳で心臓や腎臓・呼吸器などにおいて身体障害者手帳1級に該当する人

接種期限 1月31日（火）

自己負担金 1,600円

※希望者は、各医療機関に予約の上、予診票を持参して接種してください。（予診票は各医療機関、各地区センターと市役所、支所、社会福祉協議会（なごみ）に置いてあります。）

健康づくり課 ☎0537⑤1123

子ども未来課 ☎0537⑤6666



Like an OMAEZAKI

観光プロデューサーが見た、感じた Oh!MyZAKI
私たちの「あたりまえ」が、市外の人には「お宝」なコト・モノ

海辺のキャンプ場は交流拠点！？

昨年、マリンパーク御前崎のオートキャンプ場がリニューアルされ、なぶら館2階のワーキングスペース「umikazebase」と共に運用が開始されました。最近これらの設備が次々に「進化」しているので紹介します。

まずキャンプ場。市内の企業が開発・販売しているガレージサウナ（テント式サウナ）を3月ごろから利用できるように準備中とのことです。また、近くの「なぶら市場」とのコラボレーションも計画中と聞きます。

次に「umikazebase」。素敵な内装の静かな空間で、テレワークの拠点として利用する人が増えています。利用者の中には都会から訪れ、ワーケーション*を楽しむ人もいます。また、ここを会場に市近辺に住む人たちの「異業種交流会（名刺交換会）」が開かれ、新たな交流の場としても活用

されました。

将来的に、なぶら館1階のフリースペースなどで、「市民同士」や「観光客と地元の人」が交流できるような仕組みができないものかと、思いを巡らせています。



※ワーケーション…

仕事（ワーク）と休暇（バケーション）を組み合わせた造語。リゾート地などで仕事をしつつ、別の日や時間帯には休暇を取ったり、その地域ならではの活動をしたりする働き方。

御前崎市観光プロデューサー 山崎 淳
照会 商工観光課 ☎0537⑤1135

Atomic

なっとく！原子力とエネルギーの Q&A

暮らしと原子力

Q

日本にはどんな原子炉があるの？

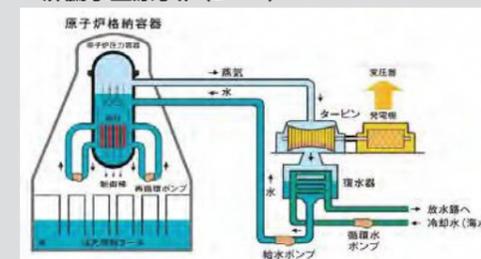
A

現在、日本にある商業用の原子力発電所には、沸騰水型原子炉と加圧水型原子炉の2種類があります。浜岡原子力発電所は沸騰水型原子炉に分類されます。

〈共通の特徴〉

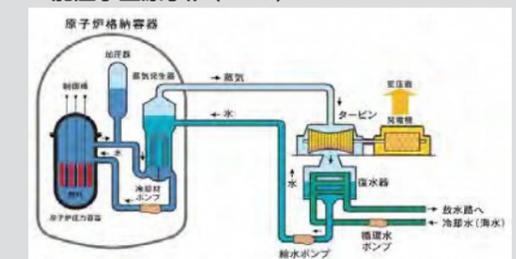
- ・核分裂によって発生した熱エネルギーを利用している。
- ・原子炉で発生した熱を冷やすために水を使用する。

●沸騰水型原子炉（BWR）



- ・原子炉内の水で蒸気をつくる。
- ・その蒸気（放射性物質を含む）でタービンを回して電気をつくる。

●加圧水型原子炉（PWR）



- ・原子炉内の水とは別の水で蒸気をつくる。
- ・その蒸気（放射性物質を含まない）でタービンを回して電気をつくる。

照会 エネルギー政策課 ☎0537⑤1134



12.3 SAT

しずおか
市町対抗駅伝

- 1区 漢人 ひかりさん
- 2区 酒井 直汰朗さん
- 3区 内田 あかりさん
- 4区 寺井 あすかさん
- 5区 植田 航生さん
- 6区 西原 哲也さん
- 7区 鈴木 陽向さん
- 8区 内田 あおいさん
- 9区 藤田 健希さん
- 10区 丸尾 ミカさん
- 11区 植田 悠生さん
- 12区 伊藤 大晴さん
- 1500m 長島 爽馬さん
- 1500m 齋藤 碧さん



チーム一丸となりタイムを縮める
第23回しずおか市町対抗駅伝が12月3日、静岡市内を舞台に開催されました。
同大会には、県内35市町から37チームが参加。小学生から40歳以上の選手たちが12区間42・195キロをタスキでつなぎました。本市チームの総合タイムは2時間21分13秒。市の部16位という結果でした。
清水楽監督は「昨年度のタイムから1分14秒縮め、順位も2つ上げることができました。選手たちは、それぞれが持っている力以上の素晴らしい走りです、御前崎のタスキをつないでくれました」と振り返りました。



PROFILE

もりした みさき(合戸) 18歳
生まれつき弱視(めがねなどの矯正は効かない)で、現在の視力は0.07ほど。YouTubeで動画を見るのが息抜き。



第22回全国障害者スポーツ大会
立ち幅跳びと50メートル走で優勝

森下実咲さん

森下実咲さん(合戸)が、10月29日から31日にかけて、栃木県で開催された「第22回国障害者スポーツ大会」の立ち幅跳びと50メートル走の視覚障害1部で見事優勝した。

3年分の思いをぶつけ全国優勝

実咲さんは、浜松視覚特別支援学校高等部の3年生。幼い頃から運動が好きで、年中から小学6年生まで週に1回体操教室に通っていた。

静岡視覚特別支援学校中学期に進学後、県主催のパラ陸上教室に参加するようになる。教室では当初、「走り幅跳び」を競技していたが、弱視のために踏み切りのタイミングをつかむことができず、思うように競技することができなかつた。そんなとき、踏み切り板に両足を揃えた直立姿勢から、助走をせずに遠くへ跳ぶ能力を競う「立ち幅跳び」の存在を知り、種目を変更した。それからは、運動好きな実咲さんの才能が開花し、みるみる記録が伸びていった。
全国大会への出場は令和元年から決定していたものの、

台風や感染症対策のため中止を余儀なくされ、悔しい思いをした。今大会では、3年間の練習の成果を発揮し、2種目で優勝。さらに、立ち幅跳びでは2メートル11センチを跳び、大会記録を更新した。実咲さんは「優勝だけではなく、大会記録を更新できるとは思わなくてびっくりしました。すごくうれしかったです」と笑顔で振り返る。また、今後の活動について「全国大会に年齢制限はありません。これからも出場し続けられるように努力する」と活力にあふれている。

何事にもチャレンジ

実咲さんは、小学1年生のころからピアノやハーモニカを習い、現在は韓国語を学ぶなど運動以外のことにも積極的に取り組んでいる。「障がいがあるからといってできないことはないと思う。これからいろいろなことにチャレンジしたいし、さまざまな人たちと交流しながら取り組んでいきたいです」と顔をほころばせる実咲さん。一生懸命頑張る彼女は輝いて見えた。

令和5年 4月1日から コンビニエンスストアでの 証明書発行手数料が100円オトクになります！

コンビニエンスストアで取得できる証明書及び発行手数料

取得できる証明書	市役所及び支所の窓口	コンビニエンスストア
住民票の写し	300円	200円
印鑑登録証明書		
市・県民税（所得・課税）証明書		
戸籍の附票 ※1	450円	350円
戸籍謄抄本 ※1		

マイナンバーカードをお持ちでない人は、お早めに申請ください。



マイナンバーカードの申請方法

※1…本籍地が御前崎市の人のみ取得できます。

対象のコンビニエンスストア

全国のセブン イレブン、ローソン、ファミリーマート

利用可能時間

6時30分～23時
※12月29日～1月3日、その他メンテナンス日を除く

コンビニエンスストアでの証明書取得方法

- ①マイナンバーカードを持参してコンビニへ
- ②マルチコピー機にマイナンバーカードをかざして利用者証明用電子証明書の暗証番号（数字4桁）を入力し、手順に従って操作
- ③発行手数料を支払う



マルチコピー機の操作手順

対象者

御前崎市に住民登録があり、利用者証明用電子証明書（数字4桁の暗証番号）を登録したマイナンバーカードを持っている人

照会 市民課 ☎0537⑤1117

令和5年 1月1日から 軽自動車継続検査(車検)での 「納税証明書の提示」が原則不要になります！

令和5年1月から軽JNKS^{ジュンクス}によって、三輪以上の軽自動車は継続検査窓口での納税証明書の提示が原則不要になります。軽JNKS（軽自動車税納付確認システム）とは、市区町村が車両ごとの納付情報を登録することで、継続検査時に軽自動車協会が納付情報を確認できるシステムです。

ただし、二輪の小型自動車(排気量250cc超)は軽JNKSの対象ではないため、従来通り継続検査時に、納税証明書の提示が必要です。

注意事項

- ・これまで口座振替で納付された場合は、市から納税証明書を送付していましたが、令和5年度以降は二輪の小型自動車（排気量250cc超）のみ納税証明書を送付します。（軽三輪・軽四輪の納税証明書は送付しません。）
- ・納付後すぐに車検を予定している場合は、軽JNKSに納付情報が登録されるまで数日かかるため、金融機関やコンビニの窓口にて現金で納付してください。納付書で納付すると支払完了時点で納税証明書を取得できます。納付書の取扱期限が過ぎてしまった場合は、照会先までご連絡ください。
- ・ほかにも納税証明書が必要となる場合があります。詳細は市ホームページをご確認ください。



▲市ホームページ

照会 税務課 ☎0537⑤1114



血圧のおはなし

3

御前崎市民の 2人に1人が高血圧!?

血圧って何？

血圧とは、心臓から全身に送り出された血流が血管の内壁を押し出す圧力のことです。
収縮期血圧(上の血圧)は、心臓が収縮して、最も強く血液を送りだそうするときの血圧
拡張期血圧(下の血圧)は、心臓がゆるんで送り出した血液が心臓に戻ってくる時の血圧

なぜ高血圧がいけないの？

高血圧の状態が長く続くと、血管や全身の臓器、心臓自体にも負担がかかります。例えば、脳梗塞、脳出血、狭心症、心筋梗塞、心房細動、慢性腎臓病などをおこしやすくなります。

将来の、脳・心臓・血管病に最も関連しているのは収縮期血圧です。ついで拡張期血圧、脈圧(収縮期一拡張期)です。
高血圧に喫煙、糖尿病、脂質異常症(高コレステロール血症など)、慢性腎臓病が合併すると脳・心臓・血管病のリスクはさらに上昇します。



血圧の基準値

高血圧の基準は、病院で測った場合と家庭で測った場合で異なります。

病院で測った場合：正常値は、上140mmHg/ 下90mmHg 未満
家庭で測った場合：正常値は、上135mmHg/ 下85mmHg 未満

血圧は常に変動しています。一般的に夜間睡眠中の血圧は低く、起きて活動している日中は高くなります。
食事、入浴、運動、喫煙などの日常生活や年齢・気温、緊張、不眠などの健康状態によっても変動します。1回の測定で一喜一憂しないようにしてください。



家庭でも血圧測定をしましょう ぶだんの血圧を知るためにも家庭での血圧測定は重要です。

- ◎ 上腕血圧計(できれば)を使用する。
- ◎ 静かな環境でリラックスして測定する。
- ◎ 1日2回(朝・夕)測定する。
(朝) 起床後1時間以内、トイレに行った後 服薬前、朝食前
(夕) 就寝前
- ◎ 原則2回測って平均をとる。
- ◎ 全ての測定値を記録する。



家庭血圧は135/85mmHg以上が高血圧

監修：むぎ運動場前クリニック 副院長 吉村理恵先生 照会 健康づくり課 ☎0537⑤1123

軽自動車などの廃車や名義変更、住所変更の手続きはお早めに

軽自動車税種別割は、毎年4月1日現在に課税台帳に登録されている所有者に課税されます。実際は所有していても、廃車や名義変更などの手続きが完了していないと、いつまでも軽自動車税種別割が課税されてしまいます。次に該当する人は必ず手続きをしてください。

- ①現在、車を所有しておらず、廃車の手続きをしていない人
- ②転入や転出をして車の住所変更をしていない人
- ③車を友人や知人に譲渡して名義変更をしていない人



車種別の問い合わせ先

区分	お問い合わせ先	必要な持ち物
原動機付き自転車 (~125cc以下)	御前崎市役所 税務課 ☎0537☎1114	●廃車…ナンバープレート、標識交付証明書、本人確認書類 ●名義変更… 【未廃車の場合】 ナンバープレート、標識交付証明書、譲渡証明書、本人確認書類 【廃車済みの場合】 廃車証明書、譲渡証明書、本人確認書類 ●相続…本人確認書類
小型特殊自動車 (トラクター、フォークリフトなど)		
ミニカー	静岡運輸支局 浜松自動車検査登録事務所 ☎050(5540)2052	●静岡運輸支局 浜松自動車検査登録事務所へお問い合わせください。
軽二輪車 ※ (126cc~250cc以下)		
小型自動二輪 ※ (250ccを超えるもの)	軽自動車検査協会 静岡事務所浜松支所 ☎050(3816)1777	●軽自動車検査協会 静岡事務所浜松支所へお問い合わせください。
軽自動車 ※ (660cc以下の三・四輪車)		

※モーターなどが手続きを代行してくれる場合があります。

照 会 税務課 ☎0537☎1114

勤労者住宅資金・教育資金 利子補給制度を利用しませんか

勤労者の住宅建設の促進や教育費の負担軽減、進学準備のために、住宅資金と教育資金の借入金に対して利子補給金を交付します。

対象資金 県労働金庫から借り受ける住宅資金と教育資金

対象者 市内に居住する住宅を建築・購入する勤労者

教育 市内に居住する勤労者または被扶養者が、大学や専門学校などへの入学時または在学中に要する教育資金を借り受ける勤労者

受付期間 2月28日(火)

利子補給対象額



▲図書館ホームページ

演 題 絵本と紙芝居は、こはんです

日 時 1月29日(日)13時30分~15時

場 所 御前崎市民会館

参加費 無料

※託児を希望する人は子ども1人当たり300円

申込方法 図書館カウンターへ来館(整理券をお渡しします)または図書館ホームページから申し込む。

定 員 200名※定員になり次第終了

照 会 市立図書館アスパル
☎0537☎8181

暮らしなんでも無料相談を実施しています

日常生活で起こるトラブルや悩みごと、家庭問題、介護、年金、消費生活、住まいなどの相談の受け付け、解決方法の提案、相談窓口の紹介をしています。一人で悩まずお気軽にお電話ください。

受付日時 月曜~金曜(祝日除く) 9時~17時

窓 口 ライフサポートセンター
中東遠事務所
☎0538☎3715



▲市ホームページ

学校給食の献立をお知らせしています

学校給食の予定献立表と毎日の給食の写真を市ホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。

照 会 学校給食センター
☎0537☎2044

◆**住宅** 最高500万円

◆**教育** 最高200万円

◆**利子補給率(利子補給期間)**

◆**住宅** 年1・0%以内(10年間)

◆**教育** 年1・75%以内(5年間)

照 会 県労働金庫小笠支店
☎0537☎7111

お知らせ

マイナンバーカード申請の手続き講習会を開催します

スマートフォンを使ってマイナンバーカード関連の申請をしてみませんか?

日程(会場)

①2月21日(火)市役所302会議室

②2月22日(水)文化会館2階大研修室

内容(時間)

- ・マイナンバーカードの申請方法(13時30分~14時30分)
- ・マイナポイントの申込方法(14時45分~15時45分)
- ・健康保険証利用の登録・公金受取口座の登録(16時~17時)

※各回で事前申込が必要です。

申し込み・照会 島田掛川信用金庫
☎0547☎5182



▲市ホームページ

子宮頸がん予防ワクチン任意接種費用の償還払いについて

子宮頸がん予防ワクチンの積極的勧奨の控えによって、自費で任意接種をした対象者に償還払いをしています。詳細はホームページをご覧ください。

宝くじ助成で コミュニティセンター整備

上岬区町内会は、一般社団法人自治総合センターが宝くじの社会貢献広報事業として実施する「コミュニティ助成事業」を活用し、コミュニティセンターを整備しました。



Loss time

あけましておめでとうございます。皆さん、年末年始はどのように過ごされましたか？ 私はあたたかい家の中でのんびりと過ごす日々でした。お正月はお雑煮やおせちなどおいしいものをたくさん食べることができ、心もお腹も満たされるとても幸せな時間ですね。 K

人の動き

(令和4年12月末日現在の速報値)

人 口	30,706 (-59)
男	15,610 (-33)
女	15,096 (-26)
世帯数	12,095 (-5)

前月比)

絵本作家を講師に招いた講演会を開催します

講演会の整理券を配付しています。詳細はホームページをご覧ください。

講 師 絵本作家 長野ヒデ子氏

◆**対象** 定期予防接種年齢(小学6年生から高校1年生相当)を過ぎて、自費で任意接種した人

照 会 こども未来課
☎0537☎6666

◆**図書館で除籍した本をご家庭で引き続き活用していただくため、リサイクル・ブック・フェアを実施します。混雑を避けるため、平日から開催します。**

※図書や雑誌がなくなり次第終了

対 象 市内外問わず参加可能

日 時 2月2日(木)~2月19日(日)

9時~17時まで(火曜金曜は19時まで)

※2月6日(月)、13日(月)は休館日

会 場 図書館2階

持 ち 物 本を持ち帰るための袋

照 会 市立図書館アスパル
☎0537☎8181

◆**リサイクル・ブック・フェアを開催します**

◆**図書館で除籍した本をご家庭で引き続き活用していただくため、リサイクル・ブック・フェアを実施します。混雑を避けるため、平日から開催します。**

◆**図書や雑誌がなくなり次第終了**

◆**対象** 市内外問わず参加可能

◆**日 時** 2月2日(木)~2月19日(日)

◆**9時~17時まで(火曜金曜は19時まで)**

◆**※2月6日(月)、13日(月)は休館日**

◆**会 場** 図書館2階

◆**持 ち 物** 本を持ち帰るための袋

◆**照 会** 市立図書館アスパル
☎0537☎8181



▲市ホームページ

「かわいい」おまえざきのたから 1 月 生まれの元気な子



ひらた あおい
平田 碧くん 3歳
(中町)



おかむら こう
岡村 虹佑くん 2歳
(下比木)



あおやま かける
青山 翔海くん 1歳
(本町)



くりやまひ かり
栗山 日花里ちゃん 2歳
(佐倉一区)

かわいい笑顔を募集します。
対象:3月生まれの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:2月6日月、7日(火)の2日間、8時15分～17時
 (受け付けは電話のみ。先着8人)
◆申込先:総務課
 ☎0537@1132

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!



ビタミンCや食物繊維が豊富に入っている芽キャベツで免疫力を高めましょう。

芽キャベツの肉巻き

材料(4人分)

- 芽キャベツ.....12個
- 豚バラ肉.....12枚
- ピザ用チーズ.....40g
- 片栗粉.....適量
- 黒コショウ.....少々
- オリーブ油.....大さじ1/2

▶ 1人分 = 422kcal
 食塩相当量 0.4g

作りかた

- 1 芽キャベツは電子レンジで加熱しておく。(大きい場合は1/2に切る)
- 2 豚バラ肉を広げ、ピザ用チーズと芽キャベツを乗せて巻く。
- 3 2に黒こしょうと片栗粉をまぶす。
- 4 フライパンにオリーブオイルを熱し、3の巻き終わりを下にして入れる。
- 5 転がしながら全体に焼き色がつくまで中火で焼き、弱火で3分ほど蒸し焼きにする。肉に火が通れば完成。