



MAEZAKI



特集

御前崎の海を 安全に楽しもう

おまえざきのきらり輝く人

第51回全国消防救助技術大会に出場

市消防本部救助隊

高井健伍・川合大介ペア



003 **もうすぐ夏本番 御前崎の海を安全に楽しもう**

008 **まちかど探訪**
 犬とのふれあいで笑顔咲く / ぼくたちは小さな警察官! / 御前崎や地球の環境を守る / 緑のカーテンで温暖化防止 / 小川あまさん100歳の祝い / アカウミガメ初産卵を確認 / 模擬投票で仕組みを学ぼう / 大きく成長して戻ってきて

010 **おまえざきくらしのダイアリー**

012 **Series**
 暮らしを便利に / 暮らしと原子力 / 健康に役立つ情報 / 子育て応援

014 **おまえざきのきらり輝く人**
 第51回全国消防救助技術大会 ロープ応用登はんの部に出場
市消防本部救助隊 高井健伍・川合大介ペア

015 **おまえざきレシピコンテスト作品募集!**

016 **情報掲示板**
 令和6年4月1日から施設使用料と減免対象が変わります / 海上自衛隊多用途支援艦「えんしゅう」が御前崎港に入港します / 令和5年全国広報コンクール 一枚写真の部で入賞しました / フードバンクにご協力ください / あなたの健康を守るために特定健診を受診しましょう / 8月1日から新しい保険証で受診しましょう / 国民年金保険料免除申請本年度分受け付け中 / 気象情報の収集にはサイポスレーダーを / 遊休農地は適正に管理しましょう / 東アジア文化都市2023を静岡県で開催します / 景観まちづくり瓦版を発行しました / 令和6年はたちの集いの実行委員を募集します / おまえざき介護予防運動指導士養成講座を開催 / 文芸おまえざき第20号の作品を募集します / 牧之原畑地総合整備土地改良区職員を募集 / 東海アクシス看護専門学校オープンキャンパス / 御前崎みなと夏祭を開催

020 **かわいいおまえざきのたから 御前崎を食べよう**



7月の表紙

自分で模様をつけて手作りうちわ

子育て支援センターほほえみを訪れた親子が、段ボールやゼリーのカップを使用したスタンプでうちわに模様をつけました。子どもたちは色とりどりのうちわを作りました。

御前崎市の動き		(前月比)	
人口	30,478	(-31)	
男	15,524	(-16)	
女	14,954	(-15)	
世帯数	12,093	(-15)	

(令和5年6月末日現在の速報値)



御前崎市は、静岡県最南端の岬のまちです。漁業が盛んで生カツオの水揚げ量は全国でもトップクラスを誇ります。また、日本屈指の日照時間と温暖な気候を生かした農業も盛んな地域です。

物流やエネルギー基地としての基盤も整備されており、商工業が盛んな地でもあります。御前崎港には5万トン級の大型コンテナ船が接岸できる多目的国際ターミナルがあり、世界各地とコンテナ航路がつながっています。

御前崎市の市章は「O」と「オ」を図案化したもの。ブルーは遠州灘、オレンジは太陽、太陽へ向かう白地の形は先進性を表し、市民の協力と情熱で世界へ発信するイメージを表しています。

★ SNS



LINE



Instagram



Facebook



Twitter

御前崎の海を安全に楽しもう

日差しが強く照りつけ始め、夏が近づいてきたことを実感するようになってきました。海辺では、潮風が爽やかに吹き、夏の到来を告げるとともに、心地良い高揚感を感じさせます。

夏の御前崎といえば、もちろん海。夏の訪れとともに、海水浴や磯遊び、マリンスポーツ、釣りなど海でレジャーを楽しむ機会が増えてきます。

しかし、海には危険がつきもの。十分な安全対策や気の緩みなどにより、時に悲しい事故が引き起こされます。しっかりと安全対策を講じた上で楽しんでいても、自然の力には抗えず、事故に遭ってしまうこともあります。

悲しい事故を少しでも減らすためにはどんなことに気を付ければよいのでしょうか。家族や友人と過ごす時間が楽しい思い出となるように、海での安全を今一度考え直してみませんか。





海上保安庁が運営する海辺でのレジャー活動を安全に無事故で楽しむための総合情報サイト「ウォーターセーフティガイド」

予測不能な事故に備えた準備を

御前崎市は、渚の交番や救難所など民間団体による水難救助力が高いまちです。念入りなパトロールなどによって、大きな事故を防いでくれています。

しかし、海での事故はいつ、どのように発生するのか予想がつかえません。海に慣れている人も、海水の誤飲や遊泳中に冷たい潮の流れに突然触れたことによる体の硬直などによって溺れてしまうことがあります。水難事故を発見したら、すぐに118番通報をお願いします。

心停止状態が5分続くと、救命率は25%まで一気に下がってしまいます。バイスタンダー【救急現場に居合わせた人】が、迅速に心肺蘇生などの救命措置にあたることで救命率が高まります。いつ遭遇するかかわからないその時に備えて、心肺蘇生法などを習得しておくことで、大事な人の命を守ることができるかもしれません。

御前崎海上保安署 保坂 和彦 署長

北海道出身。令和4年度から御前崎海上保安署長に就任。



✓ CHECK! 海で身の危険を感じたら？

1 まずは助けを求めよう

「助けてサイン」とは

自身が困っている状態にあることを周囲の人に知らせるサインです。困っている人や溺れている人を発見し、助けを求める際にも使います。

- ▶ 浮いていられる、足がつく状態であれば、片手を左右に大きく振る
- ▶ ライフジャケットを着用している場合は、備え付けの笛を吹く

「助けてサイン」をするケース

- ▶ 離岸流などに流されたと感じたとき
- ▶ 防波堤などから落水し、陸上に戻れないと感じたとき
- ▶ 足がつったとき
- ▶ 寒さを感じたときや、震えが止まらないとき
- ▶ クラゲなどの生物に刺されたとき

2 「セルフレスキュー」で生き延びよう

ライフジャケットを着用する

- ▶ サイズがあつたものを選び、ベルトでしっかり締める
- ▶ 子どもには、股ひもの付いたものを着用させる

ライフジャケットを着ていないときは、とにかく浮く

- ▶ 浮くことで呼吸ができ、落ち着いて周囲の状況を確認しやすくなり、助けてサインを出すなど次の行動につながります

✓ CHECK! 溺れている人を見つけたら？

1 まずは助けを求めよう

海水浴場内のとき

監視員やライフセーバー、まわりの人に助けを求めましょう。

海水浴場以外のとき

緊急通報用電話番号の118番（海上保安庁）、110番（警察）、119番（消防）に救助を求めましょう。

伝える情報

- ① どのような事故か
- ② 事故の場所
- ③ 事故者の人数
- ④ 通報者の名前と連絡先

2 自分の安全を第一に

溺れた人を助けるために、海に入るのは危険です。まずは自分の安全を確保し、道具を使うなどして助けましょう。ひとりで助けようとするのではなく、まわりの人に助けを求めましょう。

3 身の回りの浮くもので浮力を確保しよう

ライフジャケットなどの浮力体を身に着けずに溺れている人を見つけたら、身の回りの浮くものを投げ入れて、浮力を確保しましょう。

浮力を確保できるものの例

- ▶ 衣類・ペットボトル・サンダル・発泡スチロールなど近くにあるものを大きなポリ袋に入れて口を縛ったもの
- ▶ 大きめのペットボトル・サッカーボール・クーラーボックス



海は、私たちに充実した時間や気持ちをもたらしてくれると同時に、命をも脅かす怖い一面も持っているのです。

静岡県は、きれいな海水や砂浜に恵まれ、都心からのアクセスがよいこともあり、夏の来訪者は増加傾向にあります。御前崎市も例外ではなく、令和4年7～8月のマリナーパーク御前崎海水浴場来場者数は2万8千人と、市内はもちろん県内外からも観光客が多く訪れ、たくさんの方が家族や友人と夏の思い出作りの場所として、静岡県や御前崎市の海を選んでいきます。

その一方、令和4年中における静岡県内の水難事故発生件数は53件で、そのうち海での発生件数は43件と8割を占めています。さらに、令和4年夏期における県内の水難事故発生件数は、東京都と岐阜県の28件、千葉県27件に次いで、沖縄県と並び25件。県内の水難事故が多いことは、私たちにとって身近な問題です。

令和4年夏期における都道府県別水難発生状況

東京都	28件
岐阜県	28件
千葉県	27件
静岡県	25件
沖縄県	25件

参考：警察庁生活安全局生活安全企画課「令和4年夏期における水難の概況」

令和4年中における静岡県内の水難事故発生状況

	件数	死傷別人数			
		無事救助	負傷	死亡	行方不明
海	43	26	7	14	3
河川	9	6	0	3	0
湖沼地等	1	0	0	1	0

参考：静岡県警察本部地域部地域課「令和4年中における水難事故の概要」

海で遊ぶときのポイント

ライフセーバーや監視員が監視できる場所にいれば、危険に気付いて助けに来てくれます。水上オートバイなどとの接触事故も防げます。

01 海水浴は遊泳エリアで



子どもは危険を察知できません。小さな波でも足をすくわれて溺れることがあります。常に子どもから目を離さないようにしましょう。

02 子どもから目を離さない



飲酒により、判断力や集中力、運動能力が低下し、溺れやすくなります。

03 お酒を飲んだら海に入らない



ライフジャケットの適切な着用で、生存率を約2倍高めることができます。

04 ライフジャケットを適切に着用する



防水バックに入れた携帯電話を持ち歩くことで、事故にあっても助けを求めることができます。複数人で行動することも大切です。

05 連絡手段を確保する



御前崎 夏のイベント

① マリンパーク御前崎 海水浴場

7/15(土)～8/27(日)



開場時間▶8時～17時
有料温水シャワー、売店有り

② バナナボートで 思いっきり遊ぼう!

海水浴場開場期間内の土日祝
・8/11(金)～16(水)



料 金▶2,000円/1人
場 所▶マリンパーク御前崎海水浴場

③ ぶるるの屋外プールで 思いっきり遊ぼう!

7/15(土)～8/31(木)



7月15日～8月31日は無休
屋外プールは16時50分まで

④ マリンスポーツ フェスタ

7/16(日)



料 金▶無料
場 所▶御前崎港マリーナ

⑤ ヨット& カヌー・サップ教室

7/22(土)・8/5(土)



料 金▶2,000円/1人
場 所▶御前崎港マリーナ

詳しいイベント情報は、下記にお問い合わせください。

- ①②御前崎市観光協会
☎0548⑨2001
- ③御前崎市振興公社(ぶるる)
☎0537⑨0195
- ④⑤マリンスポーツクラブ(御前崎港の交番)
☎0548⑨9927

命を守る安全対策



御前崎市消防本部救助隊
川口 卓也 隊長

市消防本部救助隊34人を指揮。有事の際に住民を守るため、救助隊の知識や技術の向上を図っている。



誰もが自由に海で充実した時間を過ごすことができますが、そのためには、自分自身で命を守る安全対策を講じる必要があります。

近年では、水辺での安全対策として、ライフジャケットの着用が重要視されています。もし海上に取り残されてしまったら、浮くことさえできればわれわれが救助します。落ち着いて待っていてください。もし、溺れている人を見つけたらベットボトルやクーラーボックスなど身近にあるものを浮力体として投げ入れるといいでしょう。

消防署は、年間を通じてさまざまな訓練を実施しています。夏のレジャーシーズン前には、潜水士の潜水訓練や水上オートバイを用いた救助訓練などにより、緊急時の対応力を高めています。

これから夏本番。海の危険を理解し、自分でできる安全対策を講じながら、御前崎の夏を満喫してください。

自分がいる位置を把握



地域おこし協力隊
瀬尾 陸斗 さん

御前崎港の交番を拠点にマリンスポーツを主とした地域発展に励む。大学時代にはライフセーバーとして活動していた。



御前崎の海は、サーフィンなどのマリンスポーツにもってこいの環境です。また、海水浴場などの内海は、波も穏やかで比較的安心して遊ぶことができます。しかし、風が強い日などは気づかないうちに沖に流されてしまうことがあるので注意が必要です。陸地に標準物を定め、自分がいる位置を常に把握しましょう。海水浴場で安全に遊ぶためには、ライフセーバーがいる開場時間内に訪れることも重要です。

渚の交番では、皆さんが海で安全に過ごしているか市内全域の海岸をパトロールしています。さらに、水上オートバイによる水辺の安全安心を確保する「シーバード御前崎」や「御前崎港の交番救難所」として活動するなど、御前崎の海の平和を守ります。

海水浴を楽しんでいると、自覚症状がないまま熱中症になっていることもあります。水分を十分に取って夏のレジャーを楽しみましょう。

御前崎の海で 夏を安全に 楽しみましょう!

御前崎市観光協会
松井 厚樹 観光物産会館長兼事務局長

これを機に御前崎の海に足を運び、ご家族やご友人との思い出を安全に楽しく作られてみてはいかがでしょうか。

御前崎市の海は、遠州灘と駿河湾に囲まれ、それぞれ性質の違う波が押し寄せるため、老若男女問わず多様な遊び方ができます。海岸周辺には、無料駐車場が多く点在しているのもおすすめポイントです。遠州灘側の海は、磯遊びやマリンスポーツに適していますが、監視員が常にいるわけではないので、安全対策をしっかりと講じた上で楽しんでください。

マリンパーク御前崎海水浴場には、監視員が常駐し、無料更衣室や温水シャワー(有料)、売店が備わっており、快適に過ごすことができます。波も穏やかで、静かな海水浴場なので、小さなお子さんが波打ち際で遊ぶのに最適です。また、環境省選定「快水浴場百選」に認定されており、環境省水質調査でもトップ評価の「AA」を受けると、きれいで安全な海水浴場として人気を博しています。安全には万全を期していますが、ご自身の対策もお願いします。

御前崎市の海は、遠州灘と駿河湾に囲まれ、それぞれ性質の違う波が押し寄せるため、老若男女問わず多様な遊び方ができます。海岸周辺には、無料駐車場が多く点在しているのもおすすめポイントです。遠州灘側の海は、磯遊びやマリンスポーツに適していますが、監視員が常にいるわけではないので、安全対策をしっかりと講じた上で楽しんでください。



①②③海上保安庁や市消防署など9団体による官民合同水難救助訓練が6月14日、御前崎漁港で実施された。④渚の交番と市消防署による着衣泳の授業が7月3日、白羽小学校で実施された。



笹田 彩七 さん
(中原区)

着衣泳を体験

服が水で重たくなり、動きにくかったです。溺れたときは慌てずに浮くことが一番大事だと知りました。もし溺れている人を見つけたら、近くにいる大人に助けを求めます。



犬とのふれあいで笑顔咲く

一般社団法人静岡県動物保護協会による動物ふれあい訪問が5月12日、特別養護老人ホーム灯光園で実施されました。

入居者に心の安らぎを与えることが目的で、同園入居者のうち12人がトイ・プードルや柴犬など5匹の犬とふれあいました。入居者は「動物と楽しい時間を過ごせた」と笑みをこぼしました。

◀犬とふれあい、リラックスした表情の入居者



御前崎や地球の環境を守る

御前崎小学校の4年生36人が5月22日、NPO法人Earth Communicationの川口眞矢代表と市役所職員を講師に招き、環境について学びました。

地球環境の現状を知り、未来の環境を守るためにできることを考え、環境保全に取り組む一歩にすることが目的。伊村颯真さん(大山区)は「電化製品によって消費電力が違うことを知りました」と話しました。

◀ワットチェッカーを使って電化製品の消費電力を調べる児童



小川 ぬまさん100歳の祝い

6月1日に100歳の誕生日を迎えた小川ぬまさん(西側区)に、柳澤市長から祝い状や花束が贈られました。

手先が器用で縫い物が好きなぬまさんは、若いころ着物を仕立てていました。几帳面な性格で、今でも丁寧に食器を洗い、洗濯物をきちんとたたみます。ぬまさんは「若くして戦死した2人の兄の分まで長生きします」と元気に話しました。

◀柳澤市長は「元気に長生きしてください」と話しました



模擬投票で仕組みを学ぼう

市選挙管理委員会の協力のもと、実際の選挙で使用される投票箱や記載台などの資材を使用した池新田高校生徒会選挙が、6月13日に実施されました。

若年層の選挙への理解や関心を高め、投票参加の促進が目的。同委員会の佐藤陽一郎委員長は、「現在は18歳で選挙権が与えられる。期日前投票なども利用し、家族で選挙に参加してほしい」と話しました。

◀自身の意思を反映させた投票用紙を投票する生徒



ぼくたちは小さな警察官!

菊川警察署は5月17日、池新田幼稚園の年長児28人を「ちびっこおまわりさん」に任命しました。

ちびっこおまわりさんは市内9園で結成され、園児が地域のおまわりさんとなり、家庭や地域で防犯や交通安全を呼びかけます。園児は「家の鍵をかける・安全運転をする・振り込め詐欺に注意する」の3つを呼びかけることを約束しました。

◀地域安全推進員らと一緒に敬礼ポーズをとる園児



緑のカーテンで温暖化防止

第一小学校の4年生108人が5月26日、つる性植物などで夏の強い日差しを防ぐ「緑のカーテン」の取り組みを実施しました。

緑のカーテンにより冷房器具の使用が控えられ、地球温暖化防止への効果が見込まれます。児童は、中部電力株式会社の社員や御前崎市花の会の会員とアサガオなどの苗を校内のプランターや花壇に植えました。

◀自分たちで植えたアサガオの成長を見守る児童



アカウミガメ初産卵を確認

薄原区と東町の海岸で6月6日早朝、アカウミガメの初産卵が確認されました。産卵跡を見つけたウミガメ保護監視員の澤部春市さん(広沢区)と福田伸次さん(東町)が、深さ50センチほどの地中からそれぞれ82個、105個の卵を掘り起こし、アカウミガメふ化場に移殖しました。2人は「今年は例年より少し遅い初産卵。やっと確認できてひと安心」と安堵しました。

◀地中から慎重に卵を掘り起こす福田保護監視員



大きく成長して戻ってきて

学校の伝統としてアカウミガメを飼育している御前崎小学校の4～6年生106人が6月15日、下岬海岸で子ガメ9頭を放流しました。

児童は、打ち寄せる波に押し戻される子ガメに「頑張れ」と声を掛けながら見守りました。横山朱里さん(大山区)は「毎日のお世話が日課だったから少しさびしい。海でも強く生きてほしい」と話しました。

◀「大きくなって御前崎に戻ってきてね」と見送る児童

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
30 赤口	31 先勝	1 友引	2 先負 特設人権相談 受付13:00~15:00 浜岡福祉会館 ☎0537⑧8066	3 仏滅 6カ月児健康相談 (R5.2月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階	4 大安 3歳児健康診査 (R2.6月~7月15日生) 受付12:45~13:10/ 市役所西館3階 障がい等地域生活相談室【要予約】 ☎0537⑧1121/9:00~16:00 研修センター2階 こころの健康相談日【要予約】 ☎0537⑧1121/13:30~16:30 市役所3階会議室	5 赤口 御前崎みなと夏祭
6 先勝 酒井内科医院(内・消) 牧之原市地頭方1丁目153-2 ☎0548⑤1100	7 友引 家庭教育支援 あそび塾 ☎0537⑨8735/9:00~11:00 浜岡健康センター	8 先負 2歳児歯科検診 (R3.7月生) 受付12:45~13:10/ 市役所西館3階	9 仏滅 御前崎市経営相談会【要予約】 ☎0537⑧1135/9:30~15:00 権利擁護相談【要予約】 ☎0548⑧5294/13:00~16:00 ふれあい福祉センターなごみ	10 大安 1歳児健康相談 (R4.7月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階	11 赤口	12 先勝
13 友引 田形内科医院(内・小・心内・リハ) 牧之原市片浜1084-2 ☎0548⑤5320	14 先負 ひきこもり・不登校相談【予約可】 受付☎0537⑧8066/13:30~16:00 浜岡福祉会館	15 仏滅 精神保健福祉総合相談【要予約】 ☎0537②3263/13:30~15:00 西部健康福祉センター掛川支所	16 先勝 弁護士・司法書士・心配ごと相談 受付☎0537⑧8066/13:00~15:00 浜岡福祉会館	17 友引 こどもの健康相談 受付9:00~10:00/ 市役所西館3階	18 先負 2歳6カ月児歯科検診 (R3.1月生) 受付12:45~13:10/ 市役所西館3階 障がい等地域生活相談室【要予約】 ☎0537⑧1121/9:00~16:00 西館相談室	19 仏滅 【完全予約制】パパママセミナー 受付9:30~/ 市役所西館3階
20 大安 堀口外科医院(外・呼・胃・肛・整) 牧之原市大沢617-1 ☎0548⑤5858 だれでも食堂もぐもぐ(加多世) ☎0548⑤5945/17:00~19:00 【完全予約制】パパママセミナー 受付9:30~/ 市役所西館3階	21 赤口	22 先勝	23 友引 弁護士相談 受付☎0548⑤5294/13:00~15:00 ふれあい福祉センターなごみ	24 先負 2カ月児健康相談 (R5.6月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階 1日ハローワーク/マザーズハローワーク 13:30~15:30/ 市役所3階会議室 HIV・B・C型肝炎・梅毒・HTLV-1【要予約】 ☎0538②2253/17:30~19:30 県中遠総合庁舎西館1階	25 仏滅	26 大安
27 赤口 サガラ眼科(眼) 牧之原市大沢1-29 ☎0548③2222	28 先勝 高次脳機能障害医療等総合相談会【要予約】 ☎0538②2252/13:10~16:00 県中遠総合庁舎西館1階	29 友引	30 先負 もちもちくらぶ(6カ月~1歳児対象) 10:00~11:00/ 市役所西館3階	31 仏滅	1 大安	2 赤口



※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。
 ※イベント情報は、事前申し込みが不要のものを掲載しています。

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	1	15	8	4	18	9	16	2
ペットボトル	8	1	15	11	4	16	2	9
ビン・プラスチック類	15	8	1	18	11	2	9	16
陶磁器	金曜日(第2を除く)			水曜日(第2を除く)			月曜日(第2を除く)	
ビニール・プラスチック類	11	11	11	9	9	14	14	14
陶磁器	22	22	22	25	25	23	23	23

8

August 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 ☎0537⑧1135

●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☎0537⑧6666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 ☎0537⑧1167
地域包括支援センターおまえざき ☎0548⑧6857

今月の納期

(コンビニで納付できます)
 市県民税(第2期) 8月31日
 国民健康保険税(第2期) 8月31日
 ※後期高齢者医療保険料(第1期) 8月31日
 ※介護保険料(第3期) 8月31日
 →※コンビニ払い不可
 池新田・高松の上下水道料 8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
☎0537②1299 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
☎0537②1299 掛川市杉谷南1丁目1-30
受付時間 9:00~11:30(日・祝)

Health

健康マイレージで健康づくりを！

健康に役立つ情報

健康マイレージとは、市民の健康づくりを促進する取り組みで、「運動や食事といった日々の生活習慣の改善」や「健康診断などの受診」などをポイント化し、所定のポイント数を貯めた人が特典を受けられる制度です。

【対象】 18歳以上の市内在住者または在勤者
【チャレンジシート配布場所】

健康づくり課、御前崎支所、市民プールすいすいパークふるる、図書館、各地区センターなど
※町内会回覧で全戸配布しています。

【チャレンジ期間(ポイントをためる期間)】

令和6年2月29日(木)まで

【提出締切】

令和6年3月4日(月)17時までに照会先に提出。
右の二次元コードからも提出できます。

【特典】

◆全員もらえる

- ・ふじのくに健康いきいきカード
- ・市民プールふるる無料利用券(5回分/3,000円相当)
- ・つゆひかりのティーバッグ

◆抽選で当たる

- ・御前崎ブランド認定品(夢咲牛やアローマメロンなど)
- 今年協賛企業から提供された商品も当たります。

「健康」と「お得」を手に入れるチャンスです！
たくさんのご参加をお待ちしています。



◀電子提出はこちらから

照会 健康づくり課 ☎0537⑤1123



新連載

Digital

暮らしを便利に

市民と共に進む デジタルな未来への道！

みなさん、はじめまして。御前崎市CIO補佐官の高村弘史(たかむらこおし)と申します。今回から、デジタルよもやま話として、市民の皆さんに、世間で騒がれているDXなどデジタルのお話をさせていただくことになりました。

はじめに少しだけ自己紹介を。私は現在東京都に住んでいますが、本籍は静岡県小山町で、高校まで暮らしていました。御前崎市には、子どものころ社会科見学で訪れて、白い灯台とマグロの解体ショーを見たことを鮮明に覚えています。

昨年からのお仕事で定期的に来させていただいて、改めて海が近い、いい場所だなと実感しています。

これから、御前崎市の良さを再発見させていただきながら、毎月寄稿していきます。

ご意見やご質問、感想などをいただけますとうれしいです。どうぞよろしくお願いいたします。



照会 御前崎市CIO補佐官 高村弘史
(総務省地域情報化アドバイザー)
デジタル推進課 ☎0537⑤1127

Child

子育て応援

夏の感染症にご注意を！ 暑い夏を元気に乗り越えよう



夏は子どもの感染症が流行しやすい時期です。5～6月ごろから流行が始まり、7月にピークを迎えるといわれています。感染症対策の行動を心がけ、暑い夏を元気に乗り越えましょう。

◆子どもの3大夏風邪

●ヘルパンギーナ

発熱と口蓋垂(のどちんこ)周辺に水ぶくれが現れる。5歳以下の乳幼児を中心に流行。予防には手洗いが有効。症状が回復した後も2～4週間の長期にわたりウイルス排出が続くため、おむつを替えた後は手洗いをすることが大切。

●手足口病

口の中や手足などに水ぶくれが現れる。予防には手洗いとタオルの共有をしないことが大切。唾液のついたおもちゃを触ったり舐めたりすることでも感染の可能性はある。

●プール熱

発熱、のどの痛み、目の充血(結膜炎)といった症状がでる。予防には、感染者との接触を避けること、うがいをすることが大切。

照会 こども未来課 母子保健係 ☎0537⑤6666

Atomic

暮らしと原子力

なっとく！原子力とエネルギーのQ&A



原子力災害時の広域避難について教えて！⑤



◀原子力災害ガイドマップ



安定ヨウ素剤ってなに？

安定ヨウ素剤とは、「ヨウ化カリウム」を飲みやすい薬にしたものです。安定ヨウ素剤には、放射性ヨウ素*による甲状腺被ばくを抑える効果があります。万が一の原子力災害に備え、市では安定ヨウ素剤の事前配布を実施しています。

*放射性ヨウ素は、原子力発電所で事故が起きると周辺に放出される放射性物質の一つで、甲状腺に溜まる性質があります。

安定ヨウ素剤はいつ飲むの？

安定ヨウ素剤は飲むタイミングが重要です。原子力発電所の事故の状況により、県や市が飲むタイミングをお知らせしますので、必ずお知らせを受けてから飲んでください。



▲安定ヨウ素剤(丸剤)
◀ゼリー状安定ヨウ素剤
(3歳未満乳幼児用)

照会 危機管理課 ☎0537⑤1119
エネルギー政策課 ☎0537⑤1134

おまえざき レシピコンテスト 作品募集!

今回のテーマは
「減塩」
です!!

地産地消に対する意識を高め、食を通じて豊かな心を育むことを目的に
レシピコンテストを実施します。
御前崎市の特産品を使った「減塩レシピ」を考えてみませんか?

募集部門 小中学生の部、一般の部

募集期限 令和5年8月31日(木)

応募資格 市内在住、在学または在勤者

応募先 健康づくり課(直接提出、郵送、ウェブ申し込み)

応募用紙は健康づくり課や各地区センターに用意してあります。また市ホームページから、ダウンロードおよびウェブ申し込みができます。

- 応募条件**
- ①御前崎の特産品【カツオ(カツオ節)・サツマイモ・しらす・トマト(ミニトマト)・茶・落花生・遠州夢咲牛】を使うこと
 - ②調理開始から30分以内に完成できるもの
 - ③スーパーマーケットなどで簡単に用意できる食材を使うこと
 - ④主菜・副菜・汁物から1品のみ
 - ⑤未発表のオリジナル作品であること

スケジュール 一次審査(書類) → 二次審査(試食) → 表彰式

※一次審査を通過した人は10月28日(土)に実施される二次審査へ参加していただきます。

◆部門ごと最優秀レシピ賞の1作品、優秀レシピ賞の4作品には、賞状と副賞*を用意します。
※最優秀レシピ賞は遠州夢咲牛、優秀レシピ賞は野菜・果物セットを予定しています。
入賞作品は令和6年度発行予定のレシピ本に掲載予定!



市ホームページ

コンテストの開催は
今年が最後!
たくさんのご応募
お待ちしております!

※左の写真は見本です。
現物とは異なる場合
があります。



第51回全国消防救助技術大会

ロープ応用登はんの部に出場

市消防本部救助隊

高井 健伍・川合 大介・ペア



PROFILE

⑤たかい けんご ⑥かわい だいすけ
「大会優勝は救助隊の誰もが目標とすることです。仲間と喜びを分かち合いました」と笑みを浮かべる。

- ①息を合わせ県トップのスピードを見せる高井消防士長と川合消防士長
- ②ロープブリッジ渡過の部では濱田大地消防士長が準優勝した
- ③出場した全5種目で減点なしの好成績を残した市消防本部救助隊



市の消防救助技術が認められる
6月6日に静岡県消防学校で開催され、県下16消防局・本部が出場した「第51回静岡県消防救助技術大会」のロープ応用登はんの部で、御前崎市消防本部救助隊の高井健伍消防士長・川合大介消防士長ペアが見事優勝を決めた。これにより同ペアは、8月25日に北海道で開催される「第51回全国消防救助技術大会」への出場権を獲得した。全国大会への出場は19年ぶり。全国の猛者を圧倒するため、引き続き訓練に励む。

「ロープ応用登はん」とは、2人一組で地上15メートルの到達点まで器具を使わずに手とロープのみで登り、その安全確実性と所要時間を競う種目。同ペアのタイムは10秒2で、2位とは1.6秒もの差をつけた。スタートの合図とともに、登はん者が補助者の腰と肩に足を掛けてロープに移り、補助者と息を合わせながらロープを登っていく様子はまさに圧巻。隊員の迅速かつ巧みな動きの連携は、住民の安全を守るための訓練と情熱の結晶だ。

御前崎市の名を背負って24時間体制の消防署は3つの部で編成されており、署員は交代制で勤務している。大会に向けて4月から開始された訓練は、当直以外の日に1日2時間半実施されてきた。隊員たちは、いつ出動があるかわからず緊迫する当直に加えて実施される訓練にも決して疲れは見せない。

市消防本部救助隊を指揮する川口卓也隊長は、「訓練で冷静な判断力や技術を養うことで、現場での迅速な救助活動につながります。訓練でできないことは、現場でもできません。住民の生命と財産を守るため、普段から体力づくりや救助技術の向上などには余念がありません。これからも最善を尽くします」と強い意志を込めて話す。

近年、南海トラフ地震の発生や大雨などによる風水害などが危惧され、まちの防災力に関心が高まっている。隊員たちには、これからも住民の期待に応え、頼もしい存在であってほしい。

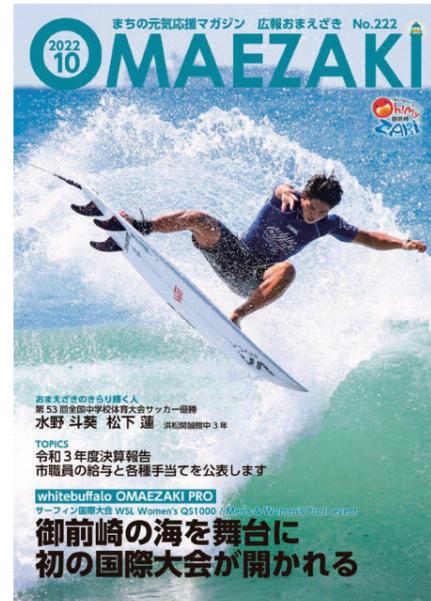
令和5年全国広報コンクール 一枚写真の部で入選しました

「全国広報コンクール」は、地方公共団体の広報活動の向上を目的に、公益財団法人日本広報協会が毎年実施しているものです。同コンクールでは、審査委員が各都道府県から推薦された広報作品を評価し、優秀団体を表彰します。

一枚写真の部では、静岡県広報コンクールで最優秀賞を受賞した本市が推薦され、全国61作品のなかで入選しました。

これもひとえに取材にご協力いただいた皆さまや本紙を楽しみにいただいている皆さまのおかげです。この受賞を機に本紙を手にとってくれる人が増えると幸いです。今後ともご愛読よろしくお願い致します。

表彰区分	
特選	1自治体
入選1~3席	3自治体
入選	8自治体



広報おまえざき
2022年10月号(表紙)

照会 総務課 ☎0537⑧1132

審査員コメント(一部抜粋)

- ▶スポーツ写真の基本はブレないことである。本作品は1/1000の高速シャッターをしっかりと理解して止めたいシーンをきっちり表現した。
- ▶シャッターチャンスを見逃さないように連写モードにしても、技のタイミングや速さにフレーミングが追いつかないこともある中で、素早い判断と構図作りをしていることも素晴らしい。
- ▶市報では、過去にウインドサーフィンの大会などを表紙に採用しているが、今回も上質なスポーツ紙に仕上げている。写真の良さを生かしたデザインの完成度も高く、いい意味で行政広報らしくない。

フードバンクにご協力ください

生活困窮世帯のために、食品の寄贈を募ります。寄贈を受けた食品は、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されます。

なお、前述の理由で食料支援が必要な場合は、福祉課または社会福祉協議会へご相談ください。

回収期間 8月1日(火)から31日(木)まで

回収場所

- ・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 ながみ・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、食用油、お米、飲料、ふりかけ、お茶漬、のりなど常温保存ができるもの

食料の条件

- ・賞味期限が明記されているもの
- ・賞味期限が2カ月以上あるもの
- ・未開封のもの
- ・破損で中身がでていないもの
- ・お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 ☎0537⑧1121
社会福祉協議会 ☎0548⑧5294
浜岡福祉会館 ☎0537⑧8066



令和6年4月1日から施設使用料と減免対象が変わります

公共施設利用に関する税負担の公平性を確保し、適正な受益者負担と公共施設の適正な維持管理のために、社会教育・学校体育施設使用料と減免対象を見直します。利用者の皆さまには、ご理解、ご協力をよろしくお願い致します。使用料などの詳細は、二次元コードから市ホームページをご覧ください。

対象社会教育施設	
市民プール ぶるる	入場料
B & G 海洋センター	屋内プール、体育館、第二体育館 など
浜岡総合運動場	野球場、陸上競技場、多目的広場、テニスコート など
御前崎運動場	野球場、運動場、テニスコート など
市民会館	舞台、ホール、ホワイエ など
丸尾記念館	和室

対象学校体育施設
御前崎小学校
白羽小学校
第一小学校
浜岡東小学校
浜岡北小学校
浜岡中学校

照会 ▶社会教育施設について
社会教育課
☎0537②98735



▶学校体育施設について
教育総務課
☎0537②98733



海上自衛隊多用途支援艦「えんしゅう」が御前崎港に入港します

御前崎港は、一昨年、開港50周年を迎えました。本年度も「御前崎港開港50周年記念事業」として、各種船舶の寄港、一般公開を予定しており、今回、海上自衛隊の多用途支援艦「えんしゅう」が御前崎港に入港することになりました。

「えんしゅう」は、艦艇や航空機の射撃訓練の支援、航行不能になった艦艇のえい航や消火、救難や物資輸送など離島に対する災害派遣、新装備の洋上試験など多用途に使用されています。

入港期間中に、船内の一般公開やトラックなどの装備品展示を予定しています。



◀ホームページ

入港期間 7月22日(土)、23日(日)
場 所 御前崎港東ふ頭2号岸壁
時 間 9時~16時(最終受付15時30分)

※船内の一般見学の日時は、詳細が決まり次第ホームページなどでお知らせします。



◀「えんしゅう概要」
基準排水量
980t
主要寸法
長さ65m、幅12m、
深さ5.8m、喫水3.5m

出典: 海上自衛隊ホームページ

照会 御前崎港開港50周年記念事業実行委員会事務局
(商工観光課企業港湾室)
☎0537⑧1164

お知らせ

**あなたの健康を守るために
特定健診を受診しましょう**

特定健診は、糖尿病や脂質異常など生活習慣病の早期発見や自身の健康を振り返って生活習慣を改善するための大切な健診です。同様の項目を自費で受診すると9千円程度かかりますが、特定健診は千円で受診できます。国民健康保険に加入している40歳から74歳までの人は、毎年特定健診を受診して生活習慣病を予防しましょう。

照会 市民課国保年金係
☎0537⑧1171

8月1日から新しい 保険証で受診しましょう

国民健康保険被保険者証と後期高齢者医療被保険者証が新しくなります。7月上旬から順次対象者に郵送しています。これまで使用していた保険証は8月になったらご自分で責任をもって処分するか照会先に返却してください。

◆国民健康保険被保険者証 新しい保険証はクリーム色です。

世帯主宛てに加入者全員分を郵送しています。70歳以上の人には、保険者証と高齢受給者証が一つに

募集

令和6年はたちの集いの 実行委員を募集します

一生に一度のはたちの集いを自分たちの手で企画・運営して、素敵なお出でを作りたいませんか。

実行委員会の活動は9月からスタートし、月1〜2回程度会議を開きます。オンラインでの出席も可能です。詳細やお申し込みはホームページをご覧ください。

照会 社会教育課
☎0537⑨8735



▲ホームページ

おまえざき介護予防運動 指導士養成講座を開催

理学療法士による指導のもと、楽しく運動しながら健康について学び、介護予防をサポートする人

なった「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」を郵送しています。

◆後期高齢者医療被保険者証 新しい保険証は藤色です。本人宛てに郵送しています。

マイナンバーカードは健康保険証(マイナ保険証)として利用できます。利用には、事前に「利用登録」が必要です。まだ登録していない人はお早めの登録をお願いします。

照会 市民課国保年金係
☎0537⑧1171

国民年金保険料免除申請 本年度分受け付け中

所得が少ない場合や失業など、経済的な理由により国民年金保険料を納付することが困難な場合は、未納のままにせず免除申請をしましょう。マイナンバーを利用した電子申請もできますので、ぜひご利用ください。

照会 市民課国保年金係
☎0537⑧1171

気象情報の収集には サイポスリーダーを

静岡県が運営している防災サイポスリーダーは、河川水位や監視カメラ映像などの情報を提

照会 市民課国保年金係
☎0537⑧1171

文芸おまえざき第20号の 作品を募集します

材を育成します。運動を通じて仲間を作り、自分と地域のための介護予防を始めてみませんか。

開催日 9月21日〜12月7日の毎週木曜日(全11回)
時間 13時30分〜15時30分
場所 佐倉地区センター2階会議室4
参加費 無料
申し込み 照会先に電話(定員15名) 申込期限 9月14日(木)
照会 高齢者支援課
☎0537⑧1118

東アジア文化都市2023を 静岡県で開催します

「東アジア文化都市」とは、日本・中国・韓国の3カ国で、文化芸術による発展を目指す都市を選定し、文化交流、文化芸術イベントなどを実施するプロジェクトです。本年度の都市に、日本では静岡県が選定されました。県内の豊かな文化的魅力の発信や文化イベント

照会 市民課国保年金係
☎0537⑧1171

遊休農地は適正に 管理をしましょう

農作物を栽培していない農地は、保全管理をしないと雑草が生い茂り、鳥獣や病害虫の巣となる場合があります。周辺農地にも影響を及ぼす恐れがありますので、適正な管理をお願いします。自分で管理できない場合は、シルバー人材センターなどをご利用ください。



▲サイポスリーダー

照会 危機管理課
☎0537⑧1119

東アジア文化都市2023を 静岡県で開催します

「東アジア文化都市」とは、日本・中国・韓国の3カ国で、文化芸術による発展を目指す都市を選定し、文化交流、文化芸術イベントなどを実施するプロジェクトです。本年度の都市に、日本では静岡県が選定されました。県内の豊かな文化的魅力の発信や文化イベント

照会 農林水産課
☎0537⑧1125

牧之原畑地総合整備 土地改良区職員を募集

募集内容 技術職員 1人
※令和6年4月1日現在満30歳未満で、島田市、牧之原市、掛川市、菊川市、御前崎市に在住見込みの人
※土木、建築、機械、電気、情報を履修された人は優遇します。
勤務内容 農業水利施設の維持管理、工事発注・施工監理など
申込期間 ①大卒(短大含む) 8月1日(火)〜9月12日(火)
②高卒 9月5日(火)〜9月12日(火)
照会 牧之原畑地総合整備土地改良区
☎0547③9903



▲ホームページ

東海アクシス看護専門学校 オープンキャンパス

開催日 8月5日(土)
①9時30分〜12時
②13時30分〜16時
内容 学校の概要説明、学生による体験発表、模擬授業、施設見学、在校生との懇談会、個別相談など
会場 東海アクシス看護専門学校

トを実施し、開かれた芸術回廊として、「文化首都」の使命を実現していきます。公式ホームページでは、多彩なコンテンツや県内の関連事業を掲載しています。

照会 社会教育課
☎0537⑨8735



▲ホームページ

景観まちづくり瓦版を 発行しました

市では、令和3年度から市内全域を対象とした景観計画の検討を進めています。本年度からは良好な景観形成を進める重点地区計画を市民、事業者と協働で策定しています。「景観まちづくり瓦版」では、市の景観を維持・創出していく様子をお伝えします。

照会 都市政策課
☎0537⑨8732



▲市ホームページ

申込方法 ホームページから申し込み
照会 東海アクシス看護専門学校
☎0538④8111



▲ホームページ

8.5 Sat 御前崎みなと夏祭

17:00〜 うまいみさき屋台村
19:45〜 御前崎の花火



▲詳細はこちら

※駐車場に限りがあります。乗り合わせてお越しください。
照会 商工観光課
☎0537⑧1135



＼かわいい！＼ おまえぎのたから

7月
生まれの
元気な子



くりばやし ゆい
栗林 優衣ちゃん3歳
(中町)



まつもと こうすけ
松本 幸助くん3歳
(塩原)



おおくぼ いおり
大久保 偉織くん2歳
(白羽区)



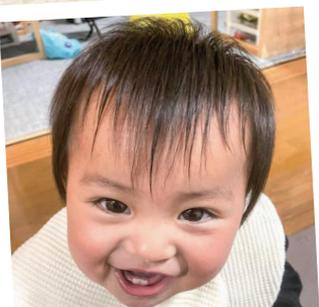
なかた みあ
中田 実愛ちゃん2歳
(塩原)



たけうち いくと
竹内 郁人くん2歳
(女岩区)



たかしみず ほるや
高清水 遥也くん1歳
(桜ヶ池)



くわばら しらね
栗原 白弥ちゃん1歳
(下朝比奈)



すずき れお
鈴木 蓮風くん1歳
(大山)

かわいい笑顔を募集します。

対象：9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：8月7日 8時15分～
25日 金17時(先着8枠)

申し込みフォーム▶

照会：総務課

☎0537⑧1132



～食のまち御前崎～

毎月19日は食育の日！ 御前崎をたべよう！



カボチャのテリ風サラダ

ヨーグルトを加えること
ですっきりとした味わい
に仕上げています。

材料（4人分）

- カボチャ(皮付き)……400g
- タマネギ……………1/4個
- ゆで卵……………4個
- パセリ・黒コショウ……適量
- ◆マヨネーズ……大さじ3
- ◆無糖ヨーグルト…10g
- ◆塩……………ひとつまみ

▶ 1人分 = 202kcal
食塩相当量 0.3g

作りかた

- 1 カボチャは一口大に切り、耐熱皿にのせてラップをし、柔らかくなるまで電子レンジで加熱する(600Wで4分30秒程度)。タマネギは薄切りにして、塩を振り5分程おく。ゆで卵は4等分に切る。
- 2 ボウルに加熱したカボチャを入れてフォークで軽く潰し、粗熱をとる。
- 3 2に水気を切ったタマネギ、ゆで卵、混ぜ合わせた◆を入れ、全体をかき混ぜる。
- 4 器に盛り、パセリ・黒コショウをまぶす。

