



まちの元気応援マガジン

広報おまえざき

No.242



MAEZAKI

御前埼灯台点灯 150周年

海の安全を見守り続けるまちの象徴

シンボル

おまえざきのきらり輝く人
ガーデニングの楽しさを伝える
須藤 祐美 さん



150th ANNIVERSARY

OMAESAKI Lighthouse

5.3 FRI
記念式典

5.3 FRI ▶ 5.5 SUN
御前埼灯台まつり
竹あかり&トワイライトマルシェ

式典終了後は、御前埼灯台を守る会による灯台まつりと、「御前埼灯台150周年を民間の力で盛り上げよう会」による竹あかり&トワイライトマルシェが3日間にわたり開催。

3日間で県内外から5744人が来場し、御前埼灯台やその周辺がにぎやかな雰囲気になりました。

御前埼の自慢、白亜の灯台。空が青く澄み渡り、暖かな日差しが緑の葉を照らし出す5月3日、御前埼灯台150周年を祝う記念式典が灯台前広場ウミエールで開かれました。オープニングアクトでは、「なぶら御前太鼓保存会」が、ダイナミックな動きと華麗なバチさばきを披露し、式典に華を添えました。

御前埼の自慢、白亜の灯台。

海を照らし続けて150年

長い歴史に人々が集う



1 渚の交番から御前埼灯台へ続く階段に420本の手作り竹灯籠が飾られ、幻想的な雰囲気を醸し出した 2 記念式典終了後に実施された餅投げ。1874年、建設記念に英国人技師リチャード・ヘンリー・ブラントンらと餅投げをしたと記録が残っている 3 あかりが灯されたトワイライトマルシェでピザを購入する来場者 4 白く輝く灯台を撮影する来場者 5 式典では御前埼灯台を守る会が作製したくす玉が割られた 6 子どもが通り抜けると丈夫で健康な子に育つと言われる鯉のぼりくぐり 7 オープニングアクトを飾ったなぶら御前太鼓保存会 8 御前埼小学校の6年生31人がソーラン節を披露 9 優雅なフラダンスを魅せた Ui Lehua 10 笑顔が輝く御前埼ドリームメイトのステージ

INTERVIEW

御前埼灯台とともに歩み続けた清水海上保安部と御前埼灯台を守る会、150周年を盛り上げようと熱い思いをもった人々で構成された御前埼灯台 150 周年を民間の力で盛り上げよう会にお話を伺いました。

これからも灯台とともに歩む

毎年開催している灯台まつりですが、例年以上の盛り上がりを見せた3日間でした。式典で披露した鯉のぼりを模したくす玉は、来場者の思い出に残ってほしいと願いを込め、趣向を凝らしました。

私たちは普段、旧官舎を資料館として活用し、来館者の皆さんに御前埼灯台の歴史を伝えていきます。会員にはクルーズ船「飛鳥II」やフェリー「さんふらわあ」の元乗組員もいるので、リアルな話を聞けるとあって好評なんです。生活の一部として当たり前にある御前埼灯台ですが、魅力や観光資源としての可能性は無限大。全国で約3100基ある灯台の中でも16基しかない貴重な「のぼれる灯台」でもあります。これからも灯台の歴史や魅力を伝承することにも、愛護や活用する活動を続けていきます。



御前埼灯台を守る会
さいとう まさとし
齋藤 正敏 会長

現在、137人3団体の支援を得て活動し、18年目を迎える。「岬にそびえる灯台の風景を残したい」という思いで発足した。



御前埼灯台 150 周年を
民間の力で盛り上げよう会
かわぐち まさひろ
川口 正洋 座長

「オール御前埼」でまちに元気を
150周年を盛り上げようと団体を立ち上げ、約4カ月という短期間の中、急ピッチで「竹あかり&トワイライトマルシェ」を企画しました。さまざまな業種で働く人たちが構成されるため、多くの分野の知恵が集まり、フットワークの軽さを実感する日々でした。

これから御前崎市に観光客など人を呼び込み、盛り上げていくためには、官民一体となって取り組む「オール御前埼」がキーワードになると思います。行政をはじめとしたさまざまな事業に、民間が企画段階から入っていくことで垣根を越えていけるでしょう。今回のイベントが民間が率先して活動するきっかけのひとつとなることを願います。

同じ思いをもった30人ほどで構成。当初300本ほど製作する予定だった竹灯籠は、市民約60人の協力で420本までに増え、かつてない幻想的な雰囲気を作り上げた。

約36キロ先を照らす海の指標

技術が発展し、電波による位置情報の取得が可能になりましたが、灯台は不具合などに影響されず、「定められた場所に確かに存在するもの」として、海を生業とする私たちや漁師などに圧倒的な安心感を与えてくれるのです。

灯台は「航路標識」として安全に航海するための道しるべですが、観光資源としても期待されます。5月3日の特別公開では、923人が灯台にのぼり、御前崎の海や風を感じていただきました。日没前後の点灯直後、光が安定するまでの間、エメラルドグリーンの特別な光を放ちます。この約1分間は、「ゴールデンタイム」「エメラルドタイム」と呼ぶ人もいます。貴重な時間です。他の灯台に比べてアクセスも良い御前埼灯台を活用できるように多方面と協力していきます。



清水海上保安部 交通課
こんどう だいすけ
近藤 大輔 係長

灯台の保守・管理を担当する。灯台は全国約3,100基。うち清水海上保安部が管理するのは42基で、御前埼灯台から一番近い登れる灯台は熱海市の初島灯台。

おまえざきあかりの作文コンクール



わたしと灯台

御前崎小学校 5年
増田 風紗



私の御前埼灯台との思い出は、たくさんあります。たとえば、夜に外を見ると灯台の光がキラッと見えることです。あの光だけがたくさんの船を港まで手助けしていると聞いて、おどろきました。漁業がさかんな御前崎市にはすぐく灯台はなくてはならないもので御前崎市のシンボルなんだと思いました。最初、御前埼灯台は全然興味はなかったけど「御前埼灯台を守る会」の人の話を聞いて御前埼灯台を守る会のみなさんはすぐく灯台が大好きだと感じました。お話を聞いていくうちにだんだん灯台に興味がわき、なんと今年で御前埼灯台は150周年だと知りとてもびっくりしました。全国の中でも登れる灯台

は16基しかなく、灯台を身近に感じるのはとても貴重な体験だなと思いました。御前埼灯台ではいろいろな歴史がありたとえば、戦争で灯台が襲撃されたり、人々が困難を乗り越えたから、御前埼灯台が今ここにあるんだなと思いました。

最後に私は、未来の御前崎市では御前埼灯台をシンボルにし、御前崎市という市が発展して、さらに豊かな街になり、大人も子供もみんな住みやすい街になればいいなと思いました。

そのために、私は海を照らしてくれる灯台のためにも、ビーチクリーンというイベントに積極的に参加し、御前崎の海をよりきれいにし、御前埼灯台を全国に広めていきたいです。

Instagram フォトコンテスト

#御前埼灯台150周年

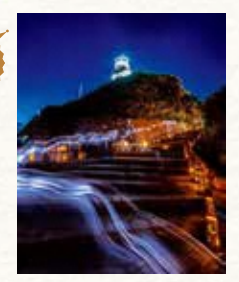
#あかり



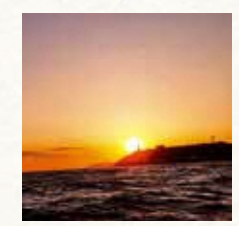
@tezuka.koji 様



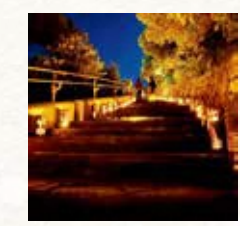
@boso_penguin 様



@tezuka.koji 様



@koukimaru2017 様



@kuri_naoko 様

御前崎市観光協会が5月1日から10日にかけて、Instagramでフォトコンテストを開催しました。テーマは「あかり」。5月1日から5日までの間に御前埼灯台周辺で撮影され、「#御前埼灯台」「#あかり」がついた投稿の中から、5作品が受賞しました。

御前崎市は令和6年度で市制施行20周年！

御前崎市制施行20周年記念冠称事業の募集

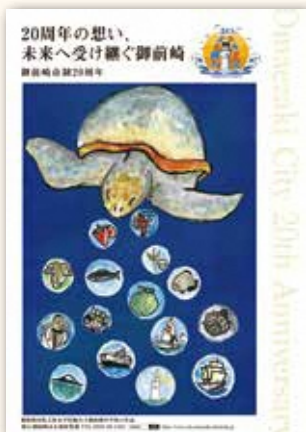
各種団体や市民の皆さまが実施する事業で、「20周年記念」の冠を使用してお祝いする事業を募集しています。承認された事業は市ホームページなどに掲載し、20周年の記念ノベルティを参加者へ配布できます。既存事業にも冠をつけることができるため、ぜひご応募ください。

20周年
記念
ポスター

市内の中学校・高等学校の生徒に記念ポスターを制作していただきました。記念ポスターは市内の各施設に掲示してありますのでぜひご覧ください。



浜岡中学校



御前崎中学校



池新田高等学校

照 会 企画政策課 ☎0537-1161



静岡県御前崎市

My Omahazaki



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。

CONTENTS_ 目次

まちの元気応援マガジン
広報おまえざき No.242 14.June.2024

002 海の安全を見守り続けるまちの象徴 御前崎灯台点灯150周年

007 御前崎市制施行20周年記念冠称事業の募集 暑熱避難施設「クーリングシェルター」を指定しました

008 まちかど探訪 愛犬とピクニックを楽しむ / 新野左馬助公を顕彰し献茶 / 有事に備え市職員動員訓練 / アカウミガメの産卵地守る / 増田まつ江さん100歳祝い / ふ化しなかった子ガメ供養 / 思いが伝わる写真を撮ろう / 和文文化体験で新発見と感動

010 おまえざきくらしのダイアリー

012 Series おまえざきレシビコンテスト受賞作品 / 暮らしと原子力図書館情報

014 おまえざきのきらり輝く人 ガーデニングの楽しさを伝える 須藤 祐美さん

015 令和6年度国民健康保険税などのお知らせ

016 情報掲示板 個人住民税の定額減税が実施されます / 私有地から張り出した樹木などは所有者が責任を持って管理してください / 歯の健康を守ろう！歯周病検診 / 土砂災害対策には日頃の備えと早めの避難を / 農地を適正に管理しましょう / 東海アクシス看護専門学校オープンキャンパス / 協会けんぽは健診費用を補助しています / 白羽保育園では資源ごみの持ち込みを随時受付中です ほか

020 かわいいおまえざきのたから / 食のまち御前崎

暑さから身を守ろう！ 暑熱避難施設「クーリングシェルター」を指定しました

毎年気温が上昇する季節になると、熱中症による健康被害が多く見られます。環境省による熱中症特別警戒アラートが発表されたときは、健康に被害が生じるおそれがあるので、他人事と考えず暑さから自分の身を守りましょう。まずは室内のエアコンなどにより涼しい環境で過ごし、そのうえでこまめな水分・塩分補給が重要です。

市内に危険な暑さから避難できる涼み処(暑熱避難施設＝クーリングシェルター)を新たに指定しました。一時的に暑さをしのぐ場所としてご活用ください。

※自宅にエアコンがあるなど涼しい環境が確保できる際には、クーリングシェルターへの移動は不要です。

市内のクーリングシェルター

設置施設	市立図書館 アスパル	白羽地区センター	杏林堂薬局 浜岡店	ウエルシア薬局 御前崎白羽店	ウエルシア薬局 御前崎池新田店
所在地	池新田 5560	白羽 5403-20	池新田 4359-1	白羽 5266-1	池新田 2420-1
開放日など	開館日 	平日8:15～17:00 (12時～13時は閉館)	営業日(年中無休) 9時～21時	営業日 9時～18時30分	月曜日～金曜日 9時30分～18時30分 (13時～14時は除く)
受入可能人数	約35人	約5人	約10人	約12人	約2人

熱中症警戒アラートまたは熱中症特別警戒アラートが発表されたら、当日午前中に市公式 LINE でお知らせします。※市公式 LINE の受信設定で受け取りたい情報として「市からのお知らせ」を選択している人または未設定の人に届きます。

熱中症警戒アラート	熱中症特別警戒アラート
熱中症の危険性に対する「気づき」を促すもの	人の健康に重大な被害が生じるおそれがある暑さが予測されるとき

クーリングシェルターの
目印はのぼり旗！

照 会 健康づくり課 ☎0537-1123

SNS



LINE



Instagram



Facebook



X(旧Twitter)

6月の表紙

御前崎灯台点灯150周年

御前崎市のシンボル「御前崎灯台」が令和6年5月1日に点灯150周年を迎えました。手作りの竹灯籠が飾られた灯台前広場には、いつもと違う雰囲気を感じようとたくさんの人が訪れました。

御前崎市の 人の動き (令和6年5月末日現在の速報値)	(前月比)	
	人 口	30,033 (－31)
	男	15,306 (－20)
	女	14,727 (－11)
世帯数		12,171 (+20)



愛犬とピクニックを楽しむ

市商工会が主催する「御前崎シーサイドピクニック」が4月20日から21日にかけて、マリンパーク御前崎で開催されました。

同イベントは、愛犬家が犬の散歩をしながら、買い物や飲食を楽しめるよう企画されたもの。来場者は「心地良い天気の中、愛犬と参加できてうれしい」と話し、愛犬と楽しい時間を過ごしました。

◀愛犬が好むおやつを探す来場者



新野左馬助公を顕彰し献茶

新野左馬助公顕彰会は、新野左馬助公の遺徳をしのぶとともに、地域の発展と地場の茶業の振興を祈願し、4月21日に左馬武神社で献茶式を開催しました。

新野地区の住民や新野左馬助にゆかりのある浜松市の新野さんなど約40人が参列し、同地区で摘まれた新茶を献上しました。同顕彰会の村松彰会長は「新茶を収穫できる環境に感謝したい」と話しました。

◀新野左馬助を祀った新野左馬武神社の前で執り行われた神事



有事に備え市職員動員訓練

市は、大規模地震発生を想定した職員動員訓練を4月24日に実施しました。

人事異動をふまえ、新体制のもと情報伝達や初動対応などを確認。朝6時50分に一斉メールで参集を呼びかけ、73.3%にあたる277人の職員が1時間以内に登庁しました。下村市長は「日ごろから有事に備え、周囲に注意を払って過ごしてほしい」と話しました。

◀抜き打ちの動員訓練で参集した職員



アカウミガメの産卵地守る

御前崎中学校の全校生徒328人が5月8日、同校伝統行事の「亀バックホーム大作戦」(御前崎海岸清掃)に取り組みました。

天然記念物に指定されているアカウミガメの生息環境を改善するとともに、地域の自然を大切にする心を醸成することが目的。環境委員長の杉山恵都さんは「亀が安心できる海岸を守りたい」と話しました。

◀手際良く大きな流木を片づける生徒



増田まつ江さん100歳祝い

5月8日に100歳の誕生日を迎えた増田まつ江さん(合戸)に、下村市長から祝い状や花束が贈られました。

かつては小学校教員をしていたまつ江さん。栄養のバランスが取れた食事が長寿の秘けつで、編み物が得意だといいます。まつ江さんは「100歳になった実感がない。みんなが会いに来てくれてうれしいです」と話しました。

◀100歳の誕生日にはご家族がお祝いに駆けつけました



ふ化しなかった子ガメ供養

子ガメ供養祭が5月11日、下岬区のアカウミガメふ化場で執り行われました。

同供養祭は、前年度にふ化できなかった子ガメを弔うために毎年実施されています。19年間、ウミガメ保護監視員として活動する良知正美代表(塩原)は、「上陸・産卵数は近年減少傾向にある。今年はたくさんの卵を産卵してほしい」と話しました。

◀保護監視員らは、子亀塚に線香を手向けました



思いが伝わる写真を撮ろう

市生涯学習講座の「バラエティー講座」のひとつとして、スマートフォンを使った写真の撮り方講座が5月18日、市立図書館アスパルで開催されました。

講師は市内出身でフォトグラファーとして活躍する杉山幸さんで、講座には22人が参加しました。幸さんは「何に感動して写真に残したいと思ったのか明確にすることが大切です」と語りました。

◀八千代公園に咲く花を被写体に撮影のコツを伝える幸さん⑥



和文化体験で新発見と感動

“和”文化の楽しさを伝えるとともに、地域の人々との交流の“輪”を育むことを目的とした「みんなのWA文化体験会」が5月18日、丸尾記念館で開かれました。

茶道や生け花、お琴を体験しようと26人が参加。体験会を主催した丸尾記念館イベント実行委員会の会長で、茶道の魅力を伝えた赤堀みち代さん(中町)は、「和文化を身近なものに感じてほしい」と話しました。

◀お琴体験で「さくら」を演奏する参加者

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
30 大安	1 赤口	2 先勝	3 友引 精神保健福祉総合相談【要予約】 ☎0537㊟3263/13:30～15:00 西部健康福祉センター掛川支所	4 先負 6カ月児健康相談 (R6.1月生) 受付8:45～9:10/ 市役所西館3階	5 仏滅 3歳児健康診査 (R3.6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】 ☎0537㊟1121/9:00～16:00 研修センター2階	6 赤口 資源回収 (浜岡北小)
7 先勝 ☎田形内科医院(内・小・心内・リハ) 牧之原市片浜1084-2 ☎0548㊟5320	8 友引 ひきこもり・不登校相談【予約可】 受付☎0537㊟8066/13:30～16:00 浜岡福祉会館 家庭教育支援 あそび塾 ☎0537㊟8735/9:00～11:00 浜岡健康センター	9 先負 2歳児歯科検診 (R4.6月生) 受付12:45～13:10/ 市役所西館3階	10 仏滅	11 大安 こどもの健康相談 受付 9:00～10:00/ 市役所西館3階 HIV・B・C型肝炎・梅毒・HTLV-1【要予約】 ☎0538㊟2253/9:15～11:00	12 赤口 こころの健康相談日【要予約】 ☎0537㊟1121/13:30～16:30 市役所西館1階相談室4	13 先勝 マリンパーク御前崎海水浴場開場
14 友引 ☎堀口外科医院(外・呼・胃・肛・整) 牧之原市大沢617-1 ☎0548㊟5858	15 先負 ☎しろわクリニック(内・小・外・整・皮) 御前崎市白羽3521-10 ☎0548㊟3211	16 仏滅 1歳6カ月児健康診査 (R4.12月生) 受付12:45～13:10/ 市役所西館3階 だれでも食堂もぐもぐ(加多世) ☎0548㊟5945/17:00～19:00	17 大安 弁護士相談 受付☎0537㊟8066/13:00～15:00 浜岡福祉会館 すみれの会(自死遺族のつどい)【要予約】 ☎054(286)9245/14:00～15:30 静岡県精神保健福祉センター	18 赤口 1歳児健康相談 (R5.6月生) 受付8:45～9:10/ 市役所西館3階	19 先勝 障がい等地域生活相談室【要予約】 ☎0537㊟1121/9:00～16:00 研修センター2階	20 友引 資源回収 (おまえざきこども園)
21 先負 ☎サガラ眼科(眼) 牧之原市大沢617-1 ☎0548㊟2222	22 仏滅	23 大安	24 赤口 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 弁護士・司法書士・心配ごと相談 受付☎0548㊟5294/13:00～15:00 ふれあい福祉センターなごみ	25 先勝 2カ月児健康相談 (R6.5月生) 受付8:45～9:10/ 市役所西館3階 HIV・B・C型肝炎・梅毒【要予約】 ☎0538㊟2253/17:30～19:00	26 友引 2歳6カ月児歯科検診 (R3.12月生) 受付12:45～13:10/ 市役所西館3階	27 先負
28 仏滅 ☎酒井内科医院(内・消) 牧之原市地頭方1丁目153-2 ☎0548㊟1100	29 大安	30 赤口	31 先勝	1 友引	2 先負	3 仏滅



※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。
※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		
金 物	2	16	9	5	19	10	17	3
ガ ラ ス	9	2	16	12	5	17	3	10
ペットボトル	16	9	2	19	12	3	10	17
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)		
あ り プ ラ マ ー ク な し	12	12	12	10	10	8	8	8
陶 磁 器	-	-	-	-	-	-	-	-

7

July 2024

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、10:00、11:00

毎週木曜日 13:00、14:00

予約制 こども未来課☎0537㊟6666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 ☎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2期) 7月31日

国民健康保険税(第1期) 7月31日

佐倉・比木・朝比奈・新野・御前崎
白羽・港の上下水道料 7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

☎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

▶☎榛原医師会

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・祝)

文芸

おまえざき

俳句 おまえざき俳句会

影法師といたわり合って散歩道
投票所朝日の如く花一輪
指先一瞬止まったイチゴ愛らしい
置替え家の歴史を塗り替える
譲り受けた鉄 姑の汗の染み
「まず良し」と祖父の口ぐせに育てられ
若葉そよぐ廢家 にぎやかに鳥は啼く
片言で本読む声は婆の耳もと
指先黒くしてフキをいた母と笑った日
断捨離ボタン外す思い出小さくなった

小野田重代
小野田重代
小野田重代
増田 葉子
増田 葉子
増田 葉子
増森さく江
増森さく江
増森さく江
増森さく江
増森さく江

夏ミカンぶらさがっている温い冬の幸せ
春着出す星帰りの娘とファッションショ
夢の中若くそつとはにかむ母
雑草名前があると主張する
同級生タイムスリップ「花いちもんめ」
床の間の梅一枝の明るさよ
園児の笑みは宝物 四月の風のプレゼント
陽だまりの温さは母の胸いつまでも
逝く前にホタルになって逃げ行くか
今日は大安 虫をそつと逃がしてやる

山本 英子
山本 英子
山本 英子
長尾美喜子
長尾美喜子
長尾美喜子
鈴木 喜夫
鈴木 喜夫
鈴木 喜夫
鈴木 喜夫
鈴木 喜夫

Books

図書館情報

今読みたい！ 季節のオススメ本

1 時代を超えた「つながり」で読み解く日本史 (松本一夫／著)

大人向け



原敬は坂本龍馬の孫弟子だった!? 三越は江戸時代の呉服屋からはじまった!? 日本の歴史を時代区分の枠を取り払い、人物、武家、行政、軍事、地名、企業などの新たな視点から、共通点や意外な「つながり」を明かす。

出版／ベレ出版

2 天国からの宅配便 時を越える約束 (柊サナカ／著)

大人向け



30年以上絶縁していた姉が妹に送ろうとした箱の中身とは？亡き人から生前託された遺品配送を行う配達人は、今日も誰かの元へ想いを届けに走る。小包を開けば涙あふれる、4つの温かな希望の物語。

出版／双葉社

3 ロボットのたまごをひろったら (奈雅月ありす／作 酒井以／絵)

子ども向け



友達なんていないと言う効率重視の小学生、財前功。ひょんなことからクラスメイトと一緒にロボットのたまごをひろい、育てることに・・・!?赤ちゃんロボットを通じて成長していく友情の物語。

出版／ポプラ社

図書館アスパルからのお知らせ

新刊図書



話題図書



行事・展示



照 会 市立図書館アスパル ☎0537-8181

特産品を使った
健康でおいしい食事をとろう！

RECIPE CONTEST

おまえざきレシピコンテスト受賞作品

カツオの夏野菜春巻き

一般の部 最優秀賞レシピ
考案者 松永 裕見子 さん

3/30作品



コンテストテーマ 朝食(令和3年度) ▶野菜(令和4年度) 減塩(令和5年度)



使用している特産品：カツオ、トマト

材料（2人分）

カツオ……………100g	しょうゆ・みりん…各適量
ミニトマト………4個	オリーブ油………大さじ4
オクラ……………3本	にんにくパウダー……適量
ピザ用チーズ……80g	水溶き片栗粉……適量
春巻きの皮………4枚	

たんぱく質、ビタミン、
食物繊維、カルシウムがとれる
夏バテ防止に最適な1品！

作り方

- 1 カツオは細切りにし、しょうゆ・みりんに10分程度漬け込む。
- 2 ミニトマトはへたを取り縦4等分に切る。
- 3 オクラはへたを取り、塩をまぶしてこすり産毛をとってから4等分にする。
- 4 春巻きの皮にオクラとトマト、水気をきったカツオとチーズをのせてお好みでにんにくパウダーをかけて巻き、水溶き小麦粉でしっかり留める。
- 5 フライパンにオリーブ油をひき、中火できつね色になるまで焼いたら盛り付けて完成♪

照 会 健康づくり課 ☎0537-1123

Atomic

暮らしと原子力

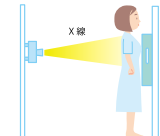
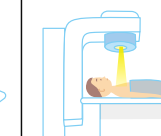
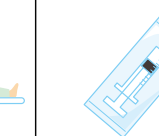
なっとく！原子力とエネルギーのQ&A

Q

放射線ってどのように活用されているの？～医療分野～

A

放射線には、物質を通り抜けるチカラや細胞を死滅させるチカラがあります。これらを活かして、胸や胃のエックス線撮影、CT スキャン検査など、病気の発見や、がん治療などに活用されています。また、医療器具の滅菌にも使われています。

エックス線撮影	CT スキャン検査	放射線治療	医療器具の滅菌
			
放射線の透過性を利用し、骨や筋肉、臓器など体の内部の様子をフィルムに焼き付けて診断します。	放射線の発生装置と検出装置を回転させながら体の内部をスキャンし、立体画像を作成して診断します。	放射線を照射したり、放射線を出すカプセルを体に埋め込んだりすることで、がん細胞を死滅させます。	放射線を照射することにより、医療器具を滅菌します。密封された状態で、温度変化なく滅菌ができます。



▲放射線学習電子マンガ
「七海もスッカリ!放射線のギモン!」

照 会 エネルギー政策課 ☎0537-1134

令和6年度国民健康保険税などのお知らせ

令和6年度分から国民健康保険税の課税限度額が見直されます

国の税制改正により、国民健康保険税の後期高齢者支援金分の課税限度額が引き上げられました。限度額を超えた分は減額されます。

課税限度額	区 分	令和5年度	令和6年度	増 減
	医療給付費分	65 万円	65 万円	—
	後期高齢者支援金分	22 万円	24 万円	+ 2 万円
	介護納付金分	17 万円	17 万円	—
	合計	104 万円	106 万円	+ 2 万円

国民健康保険税の軽減対象世帯が拡大されます

低所得世帯に対する均等割額^{※1}と平等割額^{※2}の軽減措置の対象を拡大するため、5割軽減と2割軽減の対象となる世帯の軽減判定所得基準額が引き上げられました。

区分	令和5年度	令和6年度	改正箇所
5割軽減	43万円＋29万円×被保険者数（特定同一世帯所属者 ^{※3} を含む）＋10万円×（給与所得者等 ^{※4} の数－1）以下	43万円＋29.5万円×被保険者数（特定同一世帯所属者を含む）＋10万円×（給与所得者等の数－1）以下	29万円→29.5万円
2割軽減	43万円＋53.5万円×被保険者数（特定同一世帯所属者を含む）＋10万円×（給与所得者等の数－1）以下	43万円＋54.5万円×被保険者数（特定同一世帯所属者を含む）＋10万円×（給与所得者等の数－1）以下	53.5万円→54.5万円

※1 均等割額…国保被保険者数×均等割額

※2 平等割額…1世帯に対する金額

※3 特定同一世帯所属者…国保から後期高齢者医療制度に移行した人

※4 給与所得者等…一定の給与所得者と公的年金等の支給を受ける人

令和6年6月1日から国民健康保険の入院時食事療養標準負担額が変更されました

入院時食事療養標準負担額（自己負担額）

所得区分		標準負担額	
		変更前	変更後
住民税課税世帯		1食 460 円	1食 490 円
住民税非課税世帯	過去12か月で90日までの入院	1食 210 円	1食 230 円
低所得者Ⅱ	過去12か月で90日を越える入院	1食 160 円	1食 180 円
低所得者Ⅰ		1食 100 円	1食 110 円



▲詳細はこちら

◎小児慢性特定疾病児童等または指定難病患者については260円→280円となります。

◎65歳以上の人療養病床に入院したときは、食費1食あたり460円→490円または420円→450円となります。

◎上記標準負担額は、高額療養費の対象とはなりません。

令和6年6月1日から後期高齢者医療の入院時食事療養標準負担額が変更されました

入院時食事療養標準負担額（自己負担額）

所得区分		変更前	変更後
①	②③以外の人	1食 460 円	1食 490 円
②	低所得者Ⅱ	過去12カ月の入院数が90日以下	1食 230 円
	世帯全員が住民税非課税の人（③以外の人）	過去12カ月の入院数が90日超え ^{※1}	1食 180 円
③	【低所得者Ⅰ】 世帯全員が住民税非課税で、世帯全員の所得が必要経費・控除（年金所得の控除額は80万円とし計算）を差し引いた金額が0円となる人	1食 100 円	1食 110 円



▲詳細はこちら

※1 過去12カ月間で、低所得者Ⅱの減額認定証の交付を受けている期間の入院日数が対象です。

◎低所得者Ⅰおよび低所得者Ⅱに該当しない指定難病患者の食事療養標準負担額は、1食につき280円に変更となります。

◎入院時生活療養費は、食費1食につき460円→490円または420円→450円となります。

◎入院時食事療養標準負担額と入院時生活療養費は、高額療養費の対象とはなりません。



晴れやかな空が広がる5月、洋風な家の庭を彩る花壇やたくさんの鉢に、柔らかな笑顔向けながら水やりをする女性がいる。ガーデニングのコツをインスタグラムで発信している須藤祐美さん（塩原）だ。フォロワー数は3・9万人を誇り、世界のガーデニング愛好家とつながっている。

ガーデニングライフを発信

幼いころから植物が好きで「いつかマイホームの庭を花で飾りたい」と憧れを抱いていた祐美さん。結婚後、マイホームを建て、始めたことはもちろんガーデニング。レンガで花壇を作り、カリブラコアとバーベナを育てた。初心者向けの品種であったが、たくさん花を咲かせたときの達成感や高揚感は忘れられないという。そこからさまざまな植物を種や苗から育てていった。私たちの生活を一変させたコロナ禍。おうち時間の推奨により、ガーデニングに費やす時間が増えた祐美さんは、育てる植物を増やすとともに、ガーデニングのコツや失敗談などをインスタグラムで

発信するようになった。祐美さんは静岡デザイン専門学校フラワービジネス科を卒業。専門的な知識を家庭で実践しやすいように簡略化したものや常識に捉われない栽培方法への挑戦を動画などで発信している。愛好家であれば思わず共感してしまうことや参考になることばかりのインスタグラムは親しみやすさがウリだ。祐美さんは「植物も生き物のひとつです。品種や状況、条件によって見せてくれるものが違うので、そこが楽しいですね」とこやかに語る。

長く楽しめるガーデニングを

試行錯誤を重ねながら、庭に季節の彩りを添え続ける祐美さん。これからは仕事や家事、育児と忙しい日々の中でも続けられる「ローメンテナンスでも楽しめるお庭づくり」に焦点をあてていく。

「植物とのふれあいは癒やしにつながります。完璧じゃなくてもいい。気軽にガーデニングを楽しんでほしいです」と話す祐美さんには、いつも穏やかな雰囲気漂っている。



ガーデニングの楽しさを伝える

須藤 祐美さん

フォロワー
3.9万人!!



Instagramで
ガーデニングのコツを
発信しています！

個人住民税の定額減税が実施されます

令和6年度税制改正により、令和6年度分の個人住民税(市民税・県民税)の定額減税が実施されます。

定額減税の対象者

令和5年分の合計所得金額が1,805万円以下の個人住民税所得割の納税義務者

定額減税額

- ①納税義務者本人…1万円
- ②配偶者を含む扶養親族(国外居住者を除く)…1人につき1万円



定額減税の実施方法

①給与所得者(特別徴収)

令和6年6月分の給与天引きは実施せず、定額減税後の税額を11分割し、令和6年7月分から令和7年5月分で給与天引きします。

②事業所得等の人(普通徴収)

第1期分(令和6年6月分)の税額から控除し、控除しきれない場合は、第2期分(令和6年8月分)以降の税額から順次控除します。

③年金所得者(年金特別徴収)

令和6年10月分の特別徴収税額から控除され、控除しきれない場合は、令和6年12月分以降の特別徴収税額から順次控除します。

照 会 税務課 ☎0537⑤1114

私有地から張り出した樹木などは所有者が責任を持って管理してください

私有地から道路上に張り出した樹木などは、日常的な雨や風の影響で枝が折れたり、垂れ下がったりすることがあります。これらは、歩行者や自動車の視界などを妨げ、重大な事故の原因となる恐れがあります。道路上に張り出した樹木などの維持管理も土地所有者の義務です。

なお、張り出した樹木などにより事故が発生した場合は、土地所有者が賠償責任(民法717条)を問われる可能性があります。道路通行者だけではなく、自分自身も守るために、私有地から樹木などが張り出している場合は、ご自身の責任で伐採をお願いします。

事故を未然に防ぎ、安全に道路を通行できるよう、皆様のご理解とご協力をお願いします。

※民法717条…「土地の工作物の占有者及び所有者の責任」



国道・県道に関する問い合わせ先
袋井土木事務所維持管理課 ☎0538④3215

市道に関する問い合わせ先
建設課 ☎0537⑤1122

お知らせ

歯の健康を守ろう！ 歯周病検診

歯周病の予防や早期発見をするため、対象年齢の人に歯周病検診(歯と歯ぐきの検診)を実施します。歯周病は全身の健康に影響を及ぼします。健康を維持するため、この機会にぜひ受診しましょう。

検診期間 9月30日(月)まで
対象年齢 令和6年4月1日時点で20・30・40・50・60・70歳の人
※対象者には受診券のハガキを送付しておりますので、記載事項をご確認のうえ、契約歯科医院へ予約し、受診してください。

照 会 健康づくり課

☎0537⑤1123

土砂災害対策には 日頃の備えと早めの避難を

6月は土砂災害防止月間です。日頃から危険箇所や避難経路を確認しておくとともに、気象情報をしっかりと把握し、土砂災害の危険や不安を感じたら、たとえ警報や注意報が出ていなくても早めの避難を心掛けましょう。

照 会 建設課

☎0537⑤1122

農地を適正に 管理しましょう

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、適正な管理をしましょう。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活用ください。

照 会 農林水産課

☎0537⑤1125

東海アクセス看護専門学校 オープンキャンパス

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 など
日 程 8月3日(土)
会 場 東海アクセス看護専門学校
申込方法 ホームページで申し込み
照 会 東海アクセス看護専門学校
☎0538④8111



▲ホームページ

協会けんぽは 健診費用を補助しています

協会けんぽ(全国健康保険協会)では、年度内1回に限り、健康診



▲ホームページ

白羽保育園では資源ごみの 持ち込みを随時受付中です

本年度から、資源ごみ回収を随時園内で受け付けます。地域への回収活動は実施しません。ご家庭の資源ごみをぜひお持ち込みください。
回収物 新聞紙・雑誌・雑誌・段ボール・アルミ缶・ボロ布
照 会 白羽保育園
☎0548③3023

生活保護受給者のがん検診等 費用は免除されます

生活保護受給者には、市のがん検診などを無料で受けることができる制度があります。希望者は事前申し込みが必要です。詳細や申込方法は照会先にお問い合わせください。
対象の検診 胸部検診(肺がん・結

静岡県下水道設備工事 責任技術者試験を実施します

受験願書配布 7月1日(月)から照会先で配布
申込期間 7月16日(火)～7月31日(水)
試験日 10月16日(水)
受験手数料 7000円
会 場 静岡商工会議所静岡事務所会館
照 会 上下水道課
☎0537⑤1126

里親相談会を 開催します

里親制度とは、さまざまな理由で家族と離れて暮らす子どもたちを家庭環境の下で養育する制度です。里親ってどんな人になれるの？どのくらいの期間受け入れるの？里親制度について説明します。ご興味のある人はお立ち寄りください。
目 的 里親制度の普及・啓発
日 時 7月17日(木) 14時～16時
場 所 市役所本庁舎ロビー
照 会 静岡県西部児童相談所
☎0538⑦2852

がんサロン「なごみ」を開催します

内容
①患者さんやご家族が集い、語り合う場
②医療者によるミニレクチャー
講師 管理栄養士
テーマ 療養中の食事
日時 7月26日(金) 13時30分～15時
場所 磐田市立総合病院 周産期母子医療センター講堂
対象 がん患者や家族
申し込み 不要
照会 磐田市立総合病院がん相談支援センター
☎0538(38)5286

見え方が気になる人の相談を受け付けています

静岡県立浜松視覚特別支援学校では、眼疾患のあるお子さんの子育てや眼疾患などがあるために日常生活や学校生活で見え方による悩みがある人の教育相談に応じています。教育相談はどなたでも利用可能です。
また、見えにくいために、就職や進学、仕事でお悩みの方に、専攻科の入学相談を実施しています。専攻科に入学すると3年間で、あん摩マッサージ指圧師および、はり師、きゅう師になるための国家試験受験資格を取得できます。

弁護士無料法律相談会を開催します

相談内容 相続、交通事故、借金問題、離婚の4分野限定
日時 6月29日(土)、7月27日(土)、8月31日(土) 各日10時～16時
場所 研修センター
相談料 無料(30分程度)
※要予約。定員に限りがあります。
申込方法 照会先に電話またはホームページから申し込み
照会 焼津総合法律事務所牧之原オフィス
☎0548(28)6710

募集

シニアの皆さんが学ばしさを味わいませんか

子どもたちの学校生活を感じながら、さまざまな学びを体験できます。ぜひお申し込みください。
対象 55歳以上の市民
開催期間 8月下旬～12月上旬 全8回
スクール名(会場)
・浜岡地区シニアスクール
(浜岡中学校・御前崎中学校)

相談対象 高校卒業資格(見込みを含む)をお持ちで矯正視力が0.3未満か、0.3以上であっても視野異常などの障害のある人、また、進行性の眼の疾患などで将来視覚障害になる可能性のある人

教育相談・入学相談 随時実施
入学試験 3月上旬
願書配付 1月上旬
※相談は無料です。
照会 静岡県立浜松視覚特別支援学校
☎053(436)1261
平日 9時～16時30分

中部電力パワーグリッドからのお願い

雷や台風の到来時期になりました。この時期、落雷や強風による飛来物により、電線が切れて垂れ下がることがあります。切れた電線を見つけた場合は、感電する恐れがあるため、絶対に触らずに中部電力パワーグリッド掛川支社へご連絡をお願いします。
◆「停電情報お知らせサービス」のご案内
中部電力パワーグリッドでは、停電発生時に役立つ無料アプリ「停電情報お知らせサービス」を提供しています。ご自宅が停電の際にはプッシュ通知でお知らせする機能や地図上で停電地域を表示する

ウミガメ保護活動を見学しませんか

ウミガメ保護監視員による保護活動見学会の参加者を募集します。ウミガメに会えるかも!?
目的 国指定天然記念物であるウミガメとその産卵地の保護意識の啓発とウミガメの魅力発信
対象 どなたでも
日時 7月6日(土)・7日(日)・13日(土)・14日(日) 5時～6時
場所 下岬海岸(御前崎マリンパーク横)
申し込み 二次元コードから
照会 社会教育課
☎0537(29)8735



る機能などの便利な機能があります。ぜひご利用ください。

照会 中部電力パワーグリッド(株) 掛川支社
☎0120(977)230



保育のしごと出張相談会

内容 保育職のためのミニセミナー、保育施設説明会、就職相談
対象 保育の仕事を探している人、保育の仕事に興味がある人
日時 7月17日(水) 13時30分～15時30分
場所 牧之原総合健康福祉センターさざんか
申し込み 不要
※無料、託児なし、子連れ可
照会 しずおか保育士・保育所支援センター
☎054(271)2110

平和を仕事にする防衛省職員募集

◆自衛官候補生
受験資格 高校卒業見込み者
募集期間 7月1日(月)～
※試験日などは受け付け時に伝えます。
※自衛官候補生(一般)は年間を通じて募集しています。
◆一般曹候補生
受験資格 18歳以上33歳未満の人
募集期間 9月3日(火)
一次試験日 9月20日(金)、21日(土)のいずれか1日
試験会場 浜松合同庁舎
照会 自衛隊静岡地方協力本部 袋井地域事務所
☎0538(43)3717

道の駅風のマルシェ御前崎
リニューアルオープン
Instagram・Facebook
フォロー・いいねをお願いします
風のマルシェ御前崎

お墓のことならすべておまかせ
下村石材店
https://shimomurasekizai.com
【一級技能士】下村和之 下村数春
御前崎 110-16 ☎0548-63-2416

自分らしさを叶えるプライベートサロン
hair salon
Ka Pilina
＜御前崎市御前崎 120-10＞
☎080-1614-8791
OPEN/ Tue-Sat
CLOSE/ Sun・Mon
1席のプライベート空間の為完全予約制

家庭にやさしい プリペイドカード
とばふり
最大 **5円引**
ガソリン・軽油
鳥羽石油 ※詳しくはスタッフまで

広告募集中
このスペースは有料広告です。
ぜひご利用ください。
照会 総務課 ☎0537(29)1132

＼かわいい／ おまえざきのたから 6 月 生まれの 元気な子



ひろかわ なみと
廣川 七海翔くん3歳
(大山区)



すずき りょうた
鈴木 梁太くん3歳
(下朝比奈)



まつもと るか
松本 琉翔くん3歳
(塩原)



すずき めい
鈴木 愛唯ちゃん2歳
(大山)



かとう りの
加藤 里望ちゃん2歳
(佐倉一区)



での りょうま
出野 涼真くん2歳
(中原区)

かわいい笑顔を募集します。
対象：8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：7月8日(月)8時15分～19日(金)17時(先着8枠)
申し込みフォーム▶
照会：総務課
☎0537⑨1132



かわもり そら
河守 空くん1歳
(佐倉一区)



すずき さら
鈴木 紗良ちゃん1歳
(塩原)

～食のまち御前崎～

毎月19日は食育の日！
プラス1品でバランスのよい朝食を



シラスのはんぺんステーキ

トースターで手軽にできるはんぺんステーキ。シラスがおいしいこの時期にぜひどうぞ！

材料（4人分）

はんぺん……………2枚
スライスチーズ……………2枚
シラス……………20g
三つ葉……………適量
オリーブ油……………少々
◆しょうゆ……………小さじ2
◆砂糖……………小さじ2

▶1人分＝60.5kcal
▶食塩相当量 1.15g

作りかた

- 1◆を器に入れ、電子レンジ600Wで1分加熱し、たれを作る。
- 2アルミホイルに薄くオリーブ油を塗り、はんぺんを乗せてオーブントースターで3分ほど焼く。
- 3スライスチーズを乗せてさらに1～2分焼く。チーズが溶けたら皿に移す。
- 43にシラスと三つ葉を盛り、1のたれをかけたら完成♪