

まちの元気応援マガジン

広報おまえざき

No.246



OMAEZAKI

World Surf League アジアランキング 1 位

ASFアジアサーフィン選手権2024 優勝
whitebuffalo OMAEZAKI Pro 準優勝

池田 美来 選手(中町)



whitebuffalo
OMAEZAKI
PRO
Mens Womens
QS 3000





whitebuffalo
OMAEZAKI
PRO
 Mens Womens
QS 3000



1_優勝した小林桂選手の迫力あるレイバック／2_準優勝の本市在住・池田美来選手／3_市内で活動するウッドバーニング作家・KANさんによるオリジナルトロフィー／4_入り慣れた地元の海で正確なターンを披露する本市在住・佐藤李選手／5_豪快にジャンプ技を披露する鈴木一歩選手／6_優勝した松岡亜音選手は安定したターンで魅せる／7_ヒートを勝ち上がり笑顔を見せる佐藤李選手／8_勝負の行方を見守るジャッジメント／9_快晴に恵まれた大会期間中、約7,800人が来場。白熱する試合に盛り上がりを見せた／10_準優勝した長沢侑磨選手の圧巻の水しぶき／11_西慶司郎選手のターンの軌跡



2024.9.4 ▶ 9.8
 WED
 SUN

OMAEZAKI LONG BEACH



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

X (旧Twitter)

CONTENTS

まちの元気応援マガジン
広報おまえざき No.246 11.October.2024

002 3回目のサーフィン国際大会
whitebuffalo OMAEZAKI Pro

006 令和5年度決算
知りたい！御前崎市の財政

008 御前崎市職員の給与と各種手当での状況を公表します

010 市制施行20周年記念事業 魚を食べて健康になろう
おまえざきの魚料理

012 まちかど探訪
建築士の魅力身近に感じて / 海をきれいにする奉仕活動 / 松林りつさん 100歳の祝い / 御前崎の伝統料理を作ろう / きれいな海を守っていこう / 港の振興を通じまちを発展 / おいしいいちじくを食べて / 消防士になりきってみよう

014 おまえざきくらしのダイアリー

016 Series
第3次総合計画/暮らしと原子力健康に役立つ情報/子育て応援

018 おまえざきのきらり輝く人
第12回C1カロムグランプリ全国大会ベスト16
北川 優奈さん・川合 啓太さん

019 安定ヨウ素剤を事前配布します

020 子どもたちを見守る地域の目
青少年健全育成活動を知ろう

022 国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険証をお使いの皆さまへ

023 情報掲示板
未来の健康、今から守りませんか？ / 市民公開講座「もっと知ろう！肝臓病」 / 高齢者のインフルエンザと新型コロナ予防接種 / 空き家対策我が家の終活セミナー / 大井川農業用水が断水 対策をお願いします / 第29回焼津青少年の家まつりフェスタ石津浜を開催 / 静岡県の最低賃金が改正 / スクラム御前崎の集いを開催 / 弁護士無料法律相談会を開催 / ほか

028 かわいいおまえざきのたから / 食のまち御前崎

10月の表紙

サーフィン国際大会が開かれました

9月4日から8日にかけて、御前崎ロングビーチで3回目となる国際大会「whitebuffalo OMAEZAKI Pro」が開催。本市出身の池田美来プロが準優勝に輝きました。 ※アジアランキングは令和6年9月30日時点

御前崎市の動き

(令和6年9月末日現在の速報値)

人口	29,875	(-42)
男	15,207	(-31)
女	14,668	(-11)
世帯数	12,165	(-9)

Interview

大会を振り返っていかがでしたか？

Women's Qualifying Series / QS3,000

WINNER ▶ 松岡 亜音

RANK	NAME	COUNTRY
1	松岡 亜音	日本
2	池田 美来	日本(御前崎市)
3	中塩 佳那	日本
3	野中 美波	日本



風やうねりが毎日変わる中で、良いサーフィンをするのが醍醐味。御前崎はローカルサーファーの皆さんも優しい人ばかりで、好きな場所です。

Men's Qualifying Series / QS3,000

WINNER ▶ 小林 桂

RANK	NAME	COUNTRY
1	小林 桂	アメリカ
2	長沢 侑磨	日本
3	仲村 拓久未	日本
3	渡邊 壱孔	日本

3年ぶりに日本の大会に出場して、自分のサーフィンを日本のサーファーに見せることができてうれしい。世界トップレベルの選手たちと御前崎の海で戦えて楽しかったです。

Urban Sports Camp

▶パリ五輪で中国選手を指導した中坂優太さん(静岡県出身)にスケートボードのコツを教えてもらう来場者。

▶世界で活躍する御前崎市出身のフリースタイルフットボーラー・Yu-toさん(女岩区)。ショーケースと体験会で来場者にフリースタイルフットボールの魅力を伝えた。

students event



▲池新田高校「シーバインズ」はブースを出し、食べ物販売や缶バッジ作りで来場者をもてなした(写真⑥)。様原高校生が企画・運営した「ティラノサウルスレース」では、子どもも大人もティラノサウルスになりきり砂浜を駆け抜けた(写真⑥)。

3回目のサーフィン国際大会

サーフィンの国際大会「ホワイトバッファロー御前崎Pro」が、9月4日から8日にかけて御前崎ロングビーチで開催されました。同大会は、世界団体ワールド・サーフ・リーグ公認のプロツアー。年齢制限のない男女2部門に国内外から約120人の選手がエントリーし、熱戦を繰り広げました。

成年女子の部では、ワールド・サーフ・リーグのアジアランキング1位を走る市内在住の池田美来選手が準優勝。池田選手は、8月17日から24日にかけてモルディブで

開かれたASFアジアサーフィン選手権大会でも優勝しました。佐藤李選手は惜しくもベスト16となりましたが、地元選手2人の活躍に会場は熱気を帯びていました。会場には飲食店や企業によるブースが出店され、来場者は地元や企業の魅力にふれていました。また、気さくにサインや記念写真などに応じてくれる選手に、来場者は喜びを隠せない様子でした。

御前崎Proの詳細

QRコード

ホームページ

QRコード

Instagram



▶パリ五輪・9位タイの松田詩野選手。稲葉玲王選手や大原洋人選手、都筑有夢路選手らオリンピックにが出場した。

beach clean project

▶4日・7日には、選手やスタッフ、来場者でビーチクリーン。海洋保全の心も忘れない。

▶7日、選手とのサイン交流会が開かれ、憧れの松田詩野選手にサインを書いてもらう来場者。大会ポスターや公式グッズを“一点もの”にしようと長蛇の列をなした。

autograph session



知りたい！御前崎市の財政



照 会 財政課

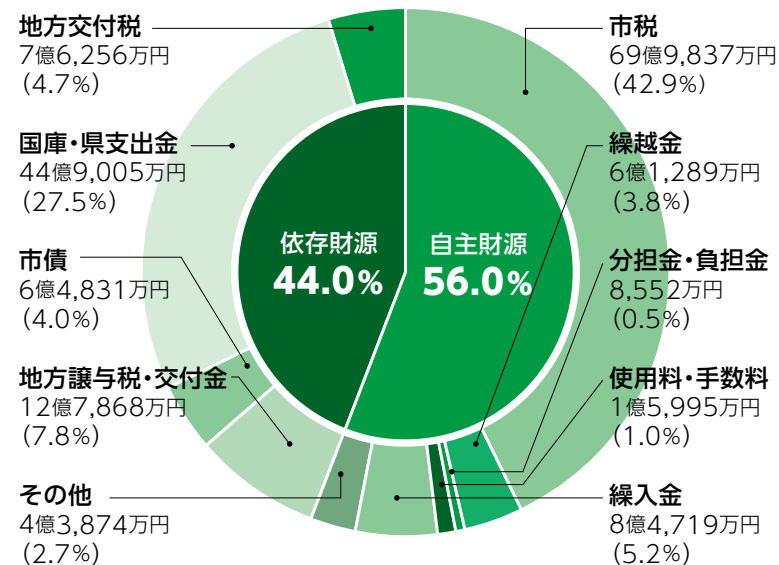
☎0537-1112

1 令和5年度はどれくらいお金を使ったの？

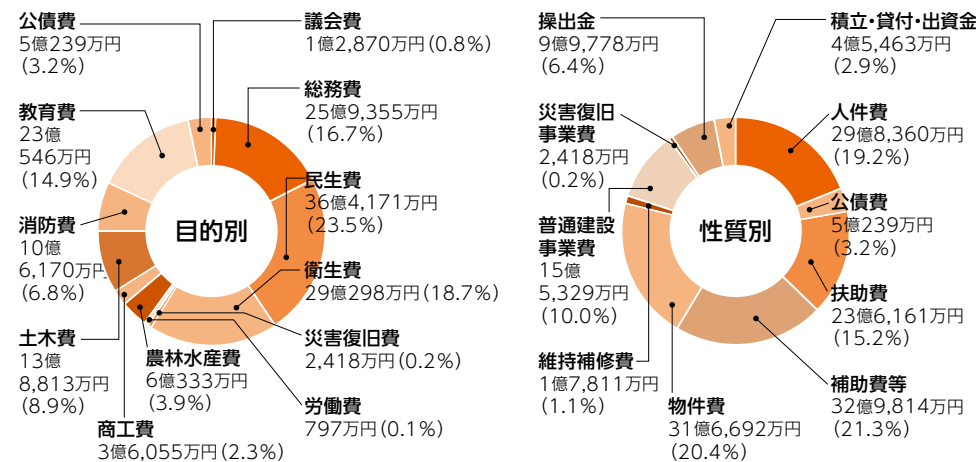
一般会計の歳入総額は、**163億2,225万円**、歳出総額は**155億2,065万円**となりました。歳入と歳出の差のうち、翌年度に繰り越すべき財源である**9,959万円**を除くと、**7億202万円**の実質黒字となります。

一般会計

歳入額 163億2,225万円 (前年度比▲1億4,719万円)



歳出額 155億2,065万円 (前年度比▲3億3,590万円)



特別会計及び公営企業会計の決算

区 分		歳 入	歳 出	差 引
一般会計		1,632,225	1,552,065	80,160
特別会計	国民健康保険	364,817	364,164	654
	後期高齢者医療保険	41,651	40,259	1,392
	介護保険	296,027	281,346	14,681
	工業団地建設事業	14	0	14
	水 道 事 業	収益的収支 92,772 資本的収支 48,464	97,571 70,072	▲ 4,800 ▲ 21,608
企業会計	下水道事業	収益的収支 112,708 資本的収支 18,675	111,236 41,777	1,472 ▲ 23,102
	病 院 事 業	収益的収支 503,920 資本的収支 4,000	547,141 26,641	▲ 43,221 ▲ 22,641

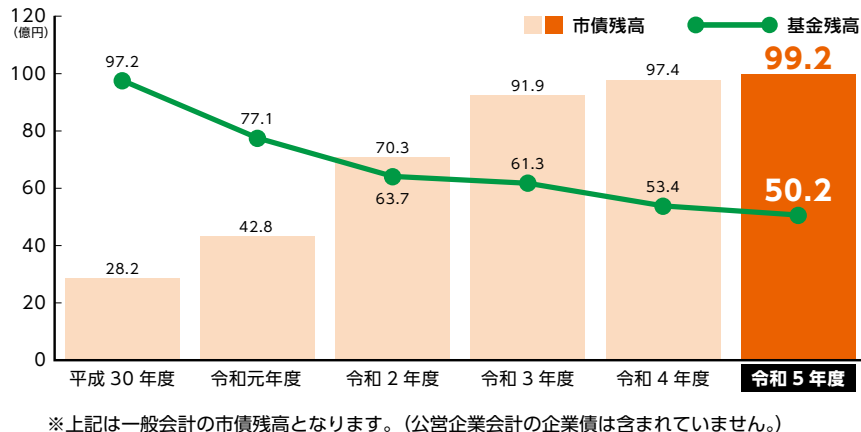
※本ページのグラフや表の数値は表示単位未満を四捨五入しているため、合計と一致しない場合があります。
※歳入及び目的別は、決算書から、性質別は国報告数値から掲載しています。

2 市の貯金や借入金残高はどれくらいあるの？

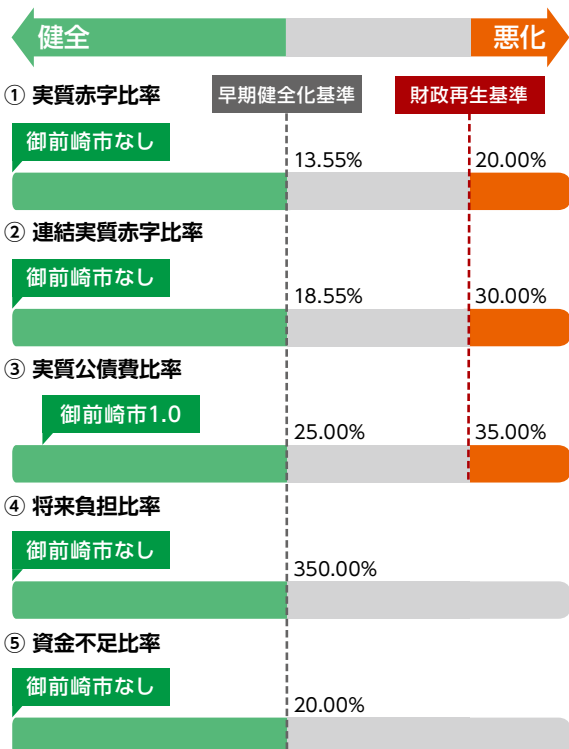
令和5年度末には、市の貯金(基金)は50.2億円、借入金(市債)残高は99.2億円となりました。

貯金は減り、借入金は増え続けている

市債残高と基金残高の推移



健全性を判断する指標



① 実質赤字比率

市の福祉や教育、まちづくりなどを行う一般会計等の赤字の程度

② 連結実質赤字比率

公営企業会計を含む市の全会計の赤字や資金不足の程度

③ 実質公債費比率

市の標準的な収入に対し、市の一般会計等が負担する借入金の返済額やこれに準じる額の大きさの程度

④ 将来負担比率

市の一般会計等が借入金や公営企業などに対して将来支払う可能性のある負担などの程度

⑤ 資金不足比率

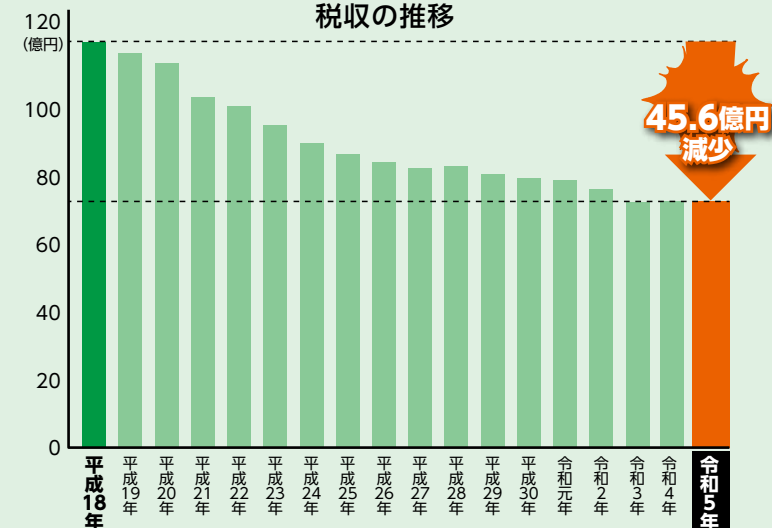
上下水道や病院などの公営企業の資金不足を営業収益の規模と比較し、経営状況の度合い

3 財政は健全？今後も大丈夫？

地方公共団体の財政の健全性を判断する5つの指標があります。指標は、2つの基準があり、1つ目の「早期健全化基準」を超えると市が財政の健全化を図るための計画を立て、自主的に健全化に努める必要があります。さらに悪化し、2つ目の「財政再生基準」を超えると市が財政再生計画を立て、国の関与を受けながら財政を再生する必要があります。御前崎市は、いずれも令和5年度末時点では、健全とされる範囲内となりました。

持続可能な財政運営を目指して

税収の推移

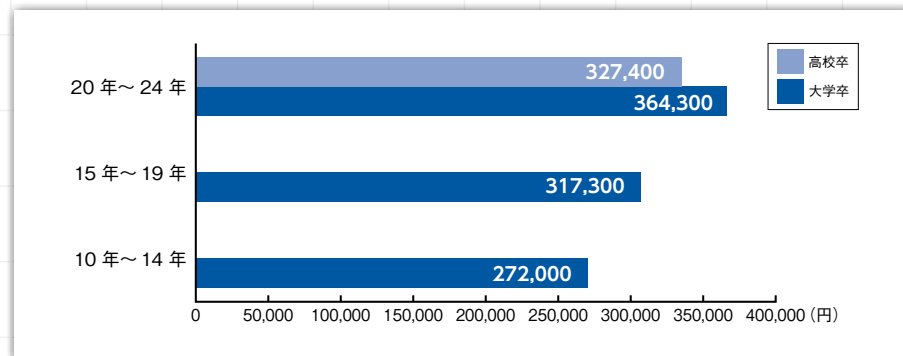


市税は、平成18年度の115.6億円をピークに令和5年度には、70.0億円と45.6億円減少しました。固定資産税のうち償却資産の割合が多く占めており、償却資産の減価償却により税収は年々減少していきます。

「市債残高と基金残高」の推移をみると、浜岡中学校や給食センターの整備を開始した令和元年以降から、急激に市債残高が増加し、基金残高が減少しています。借り入れた市債の償還金(公債費)は年々増加していく見込みです。

また、近年では、行政サービスを維持するために市債や基金を取り崩しながら、行財政運営をしています。持続可能な行財政運営をするためにも、今後は、どのように行政サービスを維持するのか、市民の皆さまと考えていかなければなりません。

■一般行政職の経験年数別・学歴平均給料月額



※経験年数区分に該当する職員が3人以下の場合、平均給与月額は記載しません。



■特別職等の報酬などの状況

区分	支給額	期末手当		
		6月期	12月期	合計
給料(月額)	市長	860,000円		
	副市長	680,000円	2.25月分	2.25月分
	教育長	610,000円	2.25月分	4.50月分
報酬(月額)	議長	390,000円		
	副議長	330,000円	1.75月分	1.75月分
	議員	300,000円	1.75月分	3.50月分

■職員の手当の状況

◆期末・勤勉手当

区分	6月期	12月期	合計
期末手当	1.225月分	1.225月分	2.45月分
勤勉手当	1.025月分	1.025月分	2.05月分
計	2.25月分	2.25月分	4.50月分

◆退職手当

区分	勤続20年	勤続25年	勤続35年	最高限度
自己都合	19.6695月分	28.0395月分	39.7575月分	47.709月分
定年	24.58687月分	33.27075月分	47.709月分	47.709月分

◆扶養・住居・通勤手当

支給内容		支給金額
扶養手当	配偶者	6,500円
	父母など	6,500円
	子	10,000円
	満16歳に達する年度初めから満22歳の年度末までの子について5,000円加算	
住居手当	借家(家賃月額16,000円を超える場合)	限度額28,000円
通勤手当	片道2km以上(通勤距離による)	2,000～31,600円

■一般行政職の級別職員数

区分	7級	6級	5級	4級	3級	2級	1級	計
標準的な職務内容	部長	課長	課長補佐	係長 総括主任	主任	主査	主事 主事補	
職員数	9人	28人	31人	35人	49人	22人	32人	206人
構成比	4.4%	13.6%	15.0%	17.0%	23.8%	10.7%	15.5%	100%

■部門別職員数

部門	普通会計部門											公営企業等会計部門					合計
	一般行政部門								教育	消防	小計						
区分	議会	総務企画	税務	民生	衛生	農林水産	商工	土木				教育	消防	小計	水道	下水道	国保介護
令和6年度	3	70	15	59	19	11	7	26	67	75	352	6	4	12	325	347	699
令和5年度	3	67	15	58	21	11	7	25	69	75	351	6	4	12	325	347	698
増減	0	3	0	1	△2	0	0	1	△2	0	1	0	0	0	0	0	1

御前崎市職員の給与と各種手当での状況を公表します

照会 総務課 ☎0537-11132

人事行政の運営などの状況をお知らせします。詳細は、市ホームページに掲載しています。



▲ホームページ

■人件費（令和6年度一般会計予算額）

市全体の歳出額(A)	人件費(B)	人件費率(B/A)
158億円	33億2,308万円	21.0%

※人件費には、特別職（市長・市議会議員・行政委員など）や臨時的任用職員、会計年度任用職員に支給される給料・報酬などが含まれています。

■給与（令和6年度一般会計予算額）

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)	
355人	12億6,527万円	2億3,040万円	5億2,509万円	20億2,076万円	569万円

※病院、水道、下水道事業会計および学校組合会計は含まれていません。
※職員手当は扶養、住居、通勤、管理職、時間外勤務手当などです。退職手当と共済費は含まれていません。

■一般行政職の初任給の状況

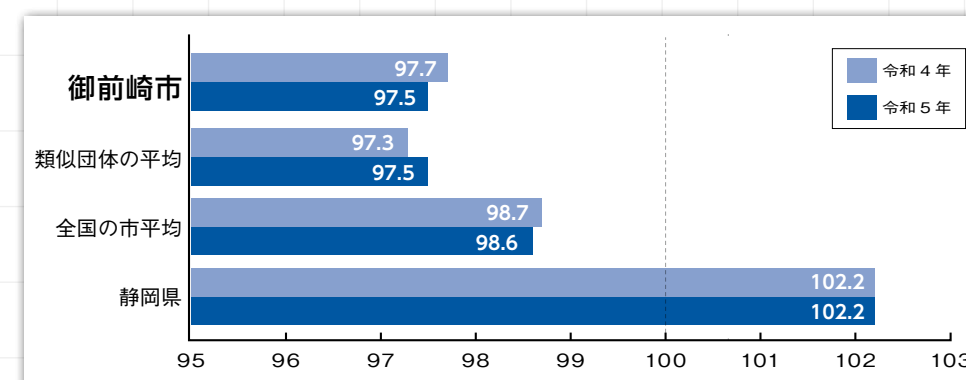
区分	御前崎市	静岡県	国
一般行政職	大学卒	196,200円	202,400円
	短大卒	179,100円	179,100円
	高校卒	166,600円	166,600円

■平均給料・給与月額と支給される平均年齢

区分	一般行政職	技能労務職
平均給料月額	309,600円	230,500円
平均給与月額	361,200円	277,400円
平均年齢	40.5歳	47.2歳

※給与とは給料および職員手当の合計です。

■ラスパイレス指数 ※ラスパイレス指数とは、国家公務員の給与を100として比較した場合、市職員の給与がどの程度になるかを示す指数です。



※類似団体の平均とは、人口規模や産業構造が類似している団体のラスパイレス指数を単純平均したものです。



魚を食べて健康になろう！

おまえざきの

魚料理

市制施行 20 周年を盛り上げる記念事業「魚を食べて健康になろう！おまえざきの魚料理」を開催！
港町である御前崎市では、さまざまな魚が水揚げされます。体内でほとんど生成されない必須脂肪酸である DHA や EPA などが多く含まれる魚は、食事として楽しめるだけでなく、健康を手助けする一面ももつ素敵な食材です。健康とおいしい食事を求めて市内の飲食店巡りをしてみませんか？



▲市ホームページ

照 会 企画政策課 ☎0537⑤1161
健康づくり課 ☎0537⑤1123

登録店一覧 ※料金は税込です

お食事処 浜一



たちうお天丼

若返り効果のビタミン E を含むコーン油と米油であっさり揚げました。サラダ付きで栄養バランスばっちり！

¥1,100円 ②池新田6232 ☎0537⑥7388 ①11:00～13:30、17:00～20:30(日曜日は19:30まで) ④月

いかり食堂



御前崎カレー

ごろっとした野菜と厚切りのなまりぶしがたっぷり入って元気になる、夏でも冬でも食べたくなる一品です。

¥600円 ②御前崎3407 ☎0548③2153 ①11:00～19:30 ④日

御前崎レストラン たわら屋



かつを丼

新鮮なカツオには良質な脂がたっぷり。貧血予防と疲労回復にもってこいの一品です。

¥1,350円 ②合戸4433 道の駅風のマルシェ御前崎内 ☎0537⑤1660 ①7:00～10:00、11:00～14:00 ④月

一本釣り 日光丸



鰯焼きカツオタタキ定食

良質な脂と鉄分がとれるカツオの栄養をギュッと閉じ込めました。鰯焼きの香りが食欲をそそります。

¥1,100円 ②港6099-7 海鮮なぶら市場内 ☎0548③1250 ①11:00～17:00(ネタがなくなり次第終了) ④火

寿し処 海幸



御前崎海幸丼

御前崎港で水揚げされた海産物を一皿にした贅沢な一品。カルシウムとタンパク質が豊富です。

¥1,430円(テイクアウト1,380円) ②港6099-7 海鮮なぶら市場内 ☎0548③6166 ①11:00～16:00(ネタがなくなり次第終了) ④火

お食事処 海鮮

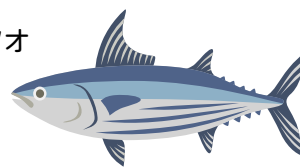


レアかつおカツ定食

カツオをクエン酸が含まれるポン酢と食べることで、鉄分やカルシウムの吸収を促進します。

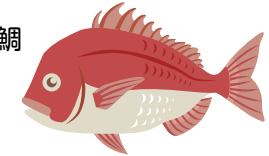
¥1,500円 ②港6099-7 海鮮なぶら市場内 ☎0548③6789 ①11:00～15:00 ④土日祝

カツオ



DHA・EPAといった良質な脂の含有量は魚の中でもトップクラス。貧血予防や疲労回復、細胞再生を助ける。

金目鯛



脂がのっており、DHAが豊富。貧血予防や疲労回復、細胞再生を助ける。

シラス



カルシウムのほか、カルシウムの吸収を助けるビタミンDやビタミンB12、EPA、DHAを多く含む。

タチウオ



オレイン酸が体内の酸化予防を助け、DHAが豊富に含まれる。

登録店の
目印は
のぼり旗！



登録店はまだまだ募集中！お店自慢の一品、ぜひご応募ください！

三平寿司



かつお漬け入りばらちらし丼

魚のタンパク質と野菜のビタミンが盛りだくさん。栄養満点のばらちらし丼です。

¥1,320円(テイクアウト1,300円) ②御前崎91-15 ☎0548③3019 ①11:30～13:30、17:00～22:30 ④月

海鮮料理みはる



なぶら定食

御前崎港で水揚げされた旬な魚をふんだんに使い、鮮度良く栄養価が豊富な定食です。

¥2,000円 ②御前崎1099-3 ☎0548③5328 ①11:00～14:00、17:00～21:00(L.O20:30、月、火は屋営業のみ、材料がなくなり次第終了) ④無

和風レストラン ナチュラル



金目鯛姿煮定食

煮付けることで身が柔らかくなるので、消化しやすく、体に優しい定食です。

¥1,760円 ②港6099-7 海鮮なぶら市場内 ☎0548③6618 ①11:00～18:00 ④火

磯料理 厨



なまりぶしサラダ

野菜のビタミンとなまりぶしの栄養を一緒にとれるヘルシーサラダです。

¥680円 ②御前崎1140-22 ☎0548③1439 ①11:00～14:00、17:00～21:00 ④水、隔週で木

割烹 合亀



かつおのサラダユッケ丼

10種類の野菜とカツオを韓国風特製ダレで食べるヘルシー丼。卵黄を絡めてタンパク質アップ！

¥1,200円 ②合戸335 ☎0537⑥3022 ①11:30～14:00、17:30～23:00(L.O21:30) ④日

小松寿し



太刀魚の西京焼き

味噌と組み合わせることで腸内の善玉菌を増やして腸内環境を整えます。腸活にぴったり！

¥1,000円 ②池新田5799-1 ☎0537⑥3962 ①11:00～14:00、16:30～22:00 ④月

※掲載は申込順

OMAEZAKI | 10



建築士の魅力身近に感じて

公益社団法人静岡県建築士会によるジモトノシゴト展が8月13日から8月25日にかけて、図書館アスパルで開催されました。

県西部地区の建築士12人が設計した住宅や施設の図面と写真などを展示。25日には無料建築相談が実施されました。同会の森下庄治さん(合戸)は、「建築の仕事を手近に感じてほしい」と話しました。

◀来場者は個性豊かな施工例に興味深そうに見ていました



松林りつさん100歳の祝い

8月10日に100歳の誕生日を迎えた松林りつさん(上岬区)に、下村市長から祝い状や花束が贈られました。

60歳から夫の勘財茂さんと始めた土産店を今も営むりつさん。亡き勘財茂さんに、1日の出来事を報告するため、仏壇に手を合わせる事が日課。りつさんは「お店に来てくれた人に『いらっしゃい』と言うことが日々の楽しみです」と笑顔で話しました。

◀長寿の秘訣は何でも食べることで、好物は刺身だというりつさん



きれいな海を守っていこう

株式会社キャタラーが8月25日、海洋ごみ回収BOXを市に寄贈し、記念イベントとして「宝さがしIN 御前崎ロングビーチ〜ビーチクリーンをしながら宝物をGETしよう〜」を開催しました。

約600人の参加者はイベントを楽しみながら海洋ごみを拾いました。広沢駐車場に設置された同BOXには、海洋ごみであれば誰でも入れることができます。

◀集めた海洋ごみをBOXに入れる参加者たち



おいしいいちじくを食べて

J A 遠州夢咲いちじく委員会が9月12日、北こども園に秋の味覚を楽しんでもらおうと、当日朝に採れたいちじくを100個贈呈しました。

いちじくの品種は「杵井ドーフィン」で、1つあたりの重さは80g前後。同委員会の鈴木美佐副委員長は、園児にいろいろなサイズや形のいちじくを紹介しながら、「おいしく食べてね」と笑顔を見せました。

◀贈呈後の試食会で甘いいちじくを頬張る園児



海をきれいにする奉仕活動

国土交通省中部地方整備局清水港湾事務所長から「海をきれいにするための一般協力者」として表彰された市内団体「OMAEZAKI BEACH CLEANUP」が8月16日、下村市長に受賞を報告しました。市内の海岸でゴミ拾いを長期的に実施し、環境保全への功績が認められたもの。同団体の中山琴乃代表(中町)は「これからも活動を続けていきます」と語りました。

◀海岸や環境保全に対する気持ちを語る中山代表

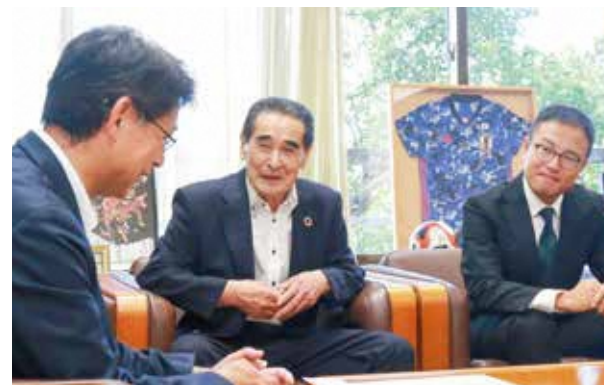


御前崎の伝統料理を作ろう

中遠農山漁村ときめき女性連絡会が主催する「食育体験教室」が8月23日、白羽地区センターで開かれ、8組16人の親子が参加しました。

同会と市栄養友の会が講師を務め、地元に伝わる「がわ」や「おさくらごはん」などを調理。柏田真由子さん(白浜区)は「正しい調理方法を子どもと一緒に楽しく学べました」と話しました。

◀協力しながら「遠州焼き」を調理する親子



港の振興を通じまちを発展

長年に渡る御前崎港振興への功績が評価され、国土交通省中部地方整備局から港湾空港関係功労者表彰を受賞した柳澤重夫前市長(佐倉二区)が9月6日、下村市長へ報告に訪れました。

柳澤さんは「在任中は港湾事業を重点的に実施してきた。評価されて嬉しいです」と満足した表情を浮かべました。

◀下村市長は「今後も御前崎港を重要な財産として扱います」と話しました



消防士になりきってみよう

市消防本部が9月15日、「おまえざき消防フェスタ2024」を開催しました。

地域に密着し、住民に消防活動への親しみを感じてもらうことを目的に開催され、1,029人が来場。緊急車両見学のほか、7mの綱渡り体験や放水体験、煙体験などが催され、子どもたちは目を輝かせながら憧れの消防士になりきりました。

◀消防士にサポートされながら放水体験をする子ども

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
27 先負	28 仏滅	29 大安	30 赤口	31 先勝	1 仏滅 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	2 大安
3 赤口 🏯石井内科皮膚科医院(内・小) 牧之原市静波248 ☎0548㊟0013	4 先勝 🏯中村医院耳鼻咽喉科歯科(耳) 牧之原市波津2丁目117 ☎0548㊟0434	5 友引 2歳児歯科検診(R4.10月生) 受付12:45～13:10/ 市役所西館3階	6 先負	7 仏滅 6カ月児健康相談(R6.5月生) 受付8:45～9:10/ 市役所西館3階 だれでも食堂もぐもぐ(マツイ学園) ☎0548㊟2047/18:30～19:00	8 大安 3歳児健康診査(R3.10月生) 受付12:45～13:10/ 市役所西館3階 こころの健康相談日【要予約】 ☎0537㊟1121/13:30～16:30 市役所3階	9 赤口 安定ヨウ素剤事前配布説明会 朝比奈・新野・高松・比木・池新田 詳細は本号19ページ
10 先勝 🏯渡辺内科医院(内・小) 牧之原市大沢329-1 ☎0548㊟5232	11 友引 家庭教育支援 あそび塾 ☎0537㊟8735/9:00～11:00 浜岡健康センター	12 先負 1歳6カ月児健康診査(R5.4月生) 受付12:45～13:10/ 市役所西館3階	13 仏滅	14 大安 1歳児健康相談(R5.10月・11月生) 受付8:45～9:10/ 市役所西館3階 HIV・B・C型肝炎・梅毒・クラミジア【要予約】 ☎0538㊟2253/9:15～11:00 【家庭教育支援】ベビーマッサージ教室 ☎090-7916-4122/9:30～11:00 おはな助産院	15 赤口 障がい等地域生活相談室【要予約】 ☎0537㊟1121/9:00～16:00 西館相談室	16 先勝 パパママセミナー【完全予約制】 ☎0537㊟6666/9:30～11:00 西館3階
17 友引 🏯座光寺医院(内・小・消内) 御前崎市白羽5243-3 ☎0548㊟3206 安定ヨウ素剤事前配布説明会 白羽・御前崎・佐倉 詳細は本号19ページ	18 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 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	19 仏滅 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	20 大安 弁護士相談 受付☎0537㊟8066/13:00～15:00 浜岡福祉会館	21 赤口 こどもの健康相談 受付9:00～10:00/ 市役所西館3階	22 先勝	23 友引 🏯高木内科医院(内・小) 牧之原市静波900 ☎0548㊟0003 御前崎市大産業まつり 9:30～15:00/ 市役所周辺
24 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 ☎0548㊟5555 御前崎市大産業まつり 9:30～15:00/ 市役所周辺 【家庭教育支援】安産教室 ☎090-7916-4122/9:30～11:00 おはな助産院	25 仏滅	26 大安	27 赤口 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	28 先勝 2カ月児健康相談(R6.9月生) 受付8:45～9:10/ 市役所西館3階	29 友引	30 先負 しずおか市町対抗駅伝 10時スタート / 静岡市内



※発行日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		
金物	5	19	12	1	15	13	20	6
ガラス	12	5	19	8	1	20	6	13
ペットボトル	19	12	5	15	8	6	13	20
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	8	8	8	13	13	11	11	11
陶磁器	26	26	26	22	22	27	27	27

11

November 2024
Omaezaki city
Useful Calendar

おまえざき
くらしの
ダイアリー

今月の納期
(コンビニで納付できます)
固定資産税(第3期) 12月2日
国民健康保険税(第5期) 12月2日
※後期高齢者医療保険料(第4期) 12月2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 12月2日

- 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
※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

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)

Health

健康に役立つ情報

御前崎市民の2人に1人が高血圧！？ ～有酸素運動に取り組もう～

高血圧の改善には有酸素運動が有効といわれています。有酸素運動とは、息を切らせずに長時間続けられる運動のことで、ウォーキングや水泳、サイクリングなどがあります。

1日30分を目安に有酸素運動を日常に取り入れましょう。普段の生活動作(掃除などの体を動かす家事)も運動になります。忙しくて運動の時間が確保できない人は、階段を使うように心がけるなど、積極的に体を動かしましょう。

◆運動の注意点

- ・しっかりと準備運動を行う
- ・こまめに水分補給をする
- ・調子が悪い時は無理をしない
- ・病気や痛みがあるときは医師に相談をする



照 会 健康づくり課 ☎0537⑤1123

Future

第3次総合計画

市民を交えたワーキング会議を実施しました

令和8年度からスタートする「第3次御前崎市総合計画」の策定に向け、9月5日に「第1回御前崎市総合計画市民ワーキング会議」を開催しました。この会議は、防災、福祉、教育などの7つの基本目標を策定するために、公募により選出された市民や各分野の専門人材、市職員が参加しました。

初回は、「みんなで考える10年後の御前崎市」がテーマ。御前崎市の好きなところや強み・弱みなどの意見を出し合い、各グループで「未来の御前崎市がこうなっているといいな」という未来年表を作成しました。今回考えられた意見は、第3次御前崎市総合計画内に反映させていく予定です。

本年度は、ワーキング会議での意見集約やパブリックコメントの実施を経て、市の将来都市像などの基本構想を策定していきます。



▲御前崎市の魅力などを発表する参加者

照 会 企画政策課 ☎0537⑤1161

Child

子育て応援

親子でお散歩を楽しみましょう

秋の散歩は、自然の移り変わりを感じることができます。自然の中で動き回り、落ち葉やどんぐりなどを拾い集める遊びは、全身を動かすため体力向上にも効果的です。また、自然を五感で感じることで、脳の成長を促すなどの効果もあります。子どもは、目で見て、手で触って、匂いを嗅いで、音を聞いて、自ら体感することで、あらゆることに好奇心をもち、想像力が鍛えられていきます。そして、太陽の光を浴びて歩くことにより、質の高い睡眠をとることができます。

散歩に行きたがらない時は、お気に入りのおもちゃと一緒に散歩したり、本や図鑑を活用したりするなど、子どもが楽しめるように工夫すると良いでしょう。散歩から帰った後は、手洗いと水分補給をしましょう。

◆散歩する時の持ち物

帽子、飲み物(お茶や水など)、ハンドタオル



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

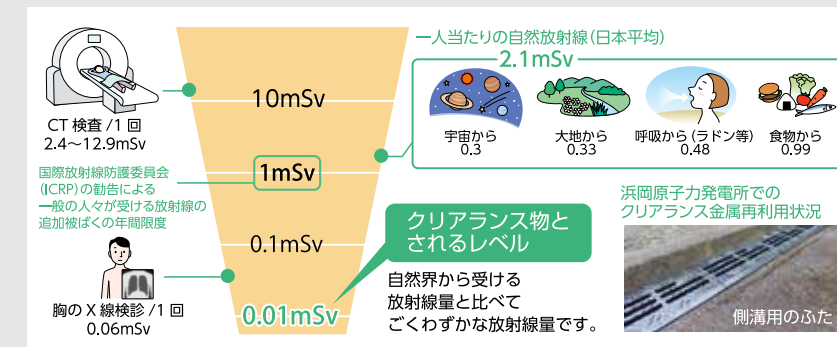
Q

クリアランス制度って何？

A

クリアランス制度とは、原子力発電所の運転や解体により発生する放射性廃棄物のうち放射能レベルが極めて低い放射性廃棄物を、国の認可・確認を経て再利用または一般の廃棄物として処分できる制度です。クリアランス制度における基準は、年間0.01ミリシーベルトと法律で定められています。これは自然界から受ける放射線量の100分の1以下で、健康への影響を無視できるレベルと国際的に認められています。

浜岡原子力発電所では1・2号機で発生したクリアランス物を発電所構内で側溝用の蓋として再利用しています。



照 会 エネルギー政策課 ☎0537⑤1134

安定ヨウ素剤を 事前配布します



原子力災害に備えて、安定ヨウ素剤の事前配布説明会を開催します。
対象者には10月15日(火)から案内通知を郵送します。

対象者

市内在住で、次の①または②に当てはまる人

- ①安定ヨウ素剤を受け取っていない人
- ②所有している安定ヨウ素剤の使用期限が切れる人

持ち物

- ①整理券(案内通知に同封)
- ②チェックシート(案内通知に同封。記入したものをご持参ください)
- ③お薬手帳など服用中のお薬の名前がわかるもの

安定ヨウ素剤の効果

安定ヨウ素剤は、医療用医薬品です。原子力災害時に放出されるおそれのある放射性物質の一つに、「放射性ヨウ素」があります。安定ヨウ素剤を前もって服用することで、環境中に放出された放射性ヨウ素による甲状腺の内部被ばくを抑えることができます。

ただし、安定ヨウ素剤で、放射性ヨウ素以外の放射性物質による被ばくを抑えることはできません。安定ヨウ素剤は、原子力災害時に国や県、市から指示があった場合に服用します。

開催日程

対象地区	日時	場所
朝比奈地区、新野地区	13:00~14:00	第一小学校 体育館
高松地区、比木地区	14:00~15:00	
池新田地区(中町、大山)	15:00~16:00	
池新田地区(東町、本町、早苗町)	16:00~17:00	
指定なし	17:00~19:30	
白羽地区	10:00~11:00	白羽小学校 体育館
御前崎地区	11:00~12:00	
佐倉地区	13:00~14:00	
指定なし	14:00~17:30	

※お住まいの地区の説明会に参加できない場合は、別の日時にご参加ください。



PROFILE

きたがわ ゆうな(早苗町・榛原高等学校1年生)
「負けた悔しさはありますが、久しぶりに試合ができたり、いろいろな技が見れたり、楽しく大会に臨めました」と振り返る。
かわい けいた(第一小学校卒業・名古屋市立菊里高等学校1年生)
日本カロム協会シングルスランキング20位。滋賀県彦根市へ遠征するなど、全国のトッププレイヤーと切磋琢磨している。



きたがわ ゆうな
北川 優奈さん
かわい けいた
川合 啓太さん

第12回C1カロムグランプリ全国大会ベスト16



9月15日、掛川市で開かれた「第12回C1カロムグランプリ全国大会」でベスト16になった北川優奈さん(早苗町)と川合啓太さん(第一小学校卒業・現在は愛知県名古屋市中区在住)。8月に開かれた地区予選で優勝し、本大会への出場権を獲得した。

「カロム」とは、ボードゲームの一種で、おはじきとビリヤードを掛け合わせたようなゲーム。1対1または2対2でプレーし、パックを正確にはじく技術と盤面から5手10手先を読む戦術が必要だという。明治末期から大正初期に海外から持ち込まれたと推測され、滋賀県彦根市を中心に広まった。

カロムがつないだ二人の絆

2人のカロムとの出会いは小学4年生のとき。第一小学校放課後児童クラブで、指導員の有海貴代美さんがルールや遊び方を教えてくれた。有海さんの勧めで大会にも出場した。同校卒業後は、啓太さんの引っ越しにより、会う機会がめっきりと減った2人だったが、中学、高校とカロムを

続けた啓太さんが本大会出場にあたり、優奈さんに声を掛けたという。小学校卒業後、カロムから離れていた優奈さんは、幼なじみの誘いに二つ返事で引き受けた。「カロム名人になりたいと宣言するほど熱中していたのに、ずっとプレーできていなかったことが心残りでした。久しぶりにカロムができる!とすぐに出場を決めました」と顔をほころばせる。

全国制覇を目指して

本大会には、全国8地区の予選を勝ち抜いた猛者が出場。決勝トーナメントに勝ち上がるのが目標だった。ベスト16という結果に満足はしていないものの、啓太さんは「プレッシャーに強く、自分と同じようにカロムに熱中していた優奈さんを誘って正解でした」と笑顔を見せる。

「プレーしながら、味方はもちろん対戦相手とも交流でき、誰もが楽しめるゲーム」と魅力を語る優奈さん。啓太さんは「これまで手にしたことがない全国大会のメダルを獲得できるように練習に励みたい」と力強く語った。

毎月10日 スクラムグッドマナーあいさつ運動



御前崎市では、毎月10日(土日祝の場合は前日)に「スクラムグッドマナーあいさつ運動」を実施しています。市内の園や小中学校、高校前で、子どもたちやPTA 役員・保護者会、地域住民、近隣企業が登校する子どもたちにあいさつをする活動です。

子どもたちに会ったら声を掛け、あいさつの輪を広げていきましょう。



スクラムグッドマナー運動のポスター

青少年健全育成活動に興味のある人は照会先または各地区センターにご連絡ください。

皆さまのご協力をお待ちしています！

照 会 社会教育課
☎0537-8735

困ったときは
声を掛けてね！



こども110番の家
登録軒数
約420軒

子どもたちが事故無く学校へ行けるように

私がサポート隊として活動をはじめたのは約10年前。町内会役員になると同時に、サポート隊にも入隊しました。初めは通勤時間と重なってしまい、毎朝というわけにもいかず、できる範囲で活動をしていました。町内会役員を退任し、一度サポート隊の活動も終えましたが、子どもたちの安全を見守る意義を感じて2年後に再開。それからは毎朝、帽子を被り、旗を持ち、子どもたちを見送っています。

暑い日や雨の日に約20分活動するのは大変ですが、そんな天候の日こそ危険が潜んでいると思います。これからの子どもたちが事故無く過ごせるように活動していきます。



活動歴10年 山本 佐太郎さん(佐倉三区)

約30人の児童が使用する通学路。横断歩道がない場所を安全に渡れるようにサポートする。



毎日同じ場所で見守ってくれているから安心して登下校ができるよ！ありがとう。



御前崎小5年 川口 晴愛さん(安治区)
萩原さくらさん(安治区)

家族以外の大人が見守ってくれている安心感は大きいです。毎日のこの光景は当たり前ではありません。感謝しています。



4年生と2年生の母 笹本 敦子さん(本町)

VOICE

子どもたちを見守る地域の目 青少年健全育成活動を知ろう

子どもの健やかな心身の成長には家庭や学校だけではなく、地域の支えも必要です。本市では「地域の子どもは地域で守り育てる」を合言葉に、青少年健全育成活動に取り組んでいます。



横断補助

交通量の多い池新田高等学校前で子どもたちを見守る野川 勝美さん(早苗町) 活動歴6年。お孫さんの第一小学校入学をきっかけに活動を始めた。毎朝、「おはよう。気を付けて行くだよ」と笑顔で声をかけている。

01 サポート隊

全国的に不審者の出没や学生を巻き込んだ交通事故が後を絶ちません。

子どもの安全安心を願い、ボランティアで登下校を見守るサポート隊。本市では平成17年に地域活動として発足し、主に登下校の時間帯に、通学路で子どもを見守り、交通安全対策や防犯対策に努めています。また、サポート隊は「あいさつを通じて大人と子どもの関わりを深めること」も目的に声かけ活動を実施しています。

「できるときに、できるところで」を合言葉に、子どもたちの安全と安心を守り、地域の大人との人間関係づくりを目指しています。



▲白羽小学校前で交通安全運動キャンペーンに参加

02 こども110番の家

「こども110番の家」は、子どもたちが不審者などの被害に遭いそうになったときや遭ってしまったときに、助けを求めて飛び込める家のことです。

登録している家や店舗は、子どもが助けを求めてきたら、その場で保護し、家庭や学校、状況によっては警察へ連絡をします。近年の酷暑によって、登下校時の休憩場

サポート隊
登録者数
約630人

登下校に同行し、子どもたちと交流しながら様子を見守る



未来の健康、今から守りませんか？

毎日忙しく過ごしていると、自分の健康のことはつい後回しにしがちです。健康に関する問題は、症状が出る前に発見することが大切です。自身の体の状態をチェックし、普段気付かない体のサインを把握したり、必要な改善策を講じたりすることで、より健康的な生活を送ることができます。

40歳～74歳の国民健康保険に加入している人は特定健診が1,000円で、75歳以上の方は健康診査を無料で受診することができます。より詳しい検査をしたい人は「人間ドック」や「脳ドック」がおすすめです（一部助成あり）。

特定健診・後期高齢者健康診査

対 象

- ①40歳以上の国民健康保険に加入している人
- ②後期高齢者医療制度に加入している人

自己負担額

- ①特定健診 1,000円
- ②後期高齢者健康診査 無料

受診期間 令和7年3月末まで(医療機関によって異なる)

人間ドック・脳ドック

対 象

- 国民健康保険に1年以上加入している人
- 後期高齢者医療制度に加入している人

助成額

- 人間ドック 2万円
- 脳ドック 1万円

対象期間 令和7年3月31日(月)までに受診するもの

申請期限 令和7年3月7日(金)

※特定健診(健康診査)と重複して受ける事はできません。

申請方法

照 会 市民課 国保年金係 ☎0537-1171

申請方法は2種類！

窓口申請
電子申請…事前に医療機関を予約し、右の二次元コードから助成の申請



▲国民健康保険加入者



▲後期高齢者医療制度加入者

市民公開講座「もっと知ろう！肝臓病」

肝臓病についての正しい知識を普及啓発し、生活の質を向上させることを目的に、市民公開講座を開催します。

日 時 10月26日(土)10時～12時(開場9時30分)

場 所 市立図書館アスパル 本館視聴覚室

参加料 無料

対 象 講演内容に関心のある人、肝臓病患者やその家族など

定 員 30人

申込方法 照会先に電話

内 容

①市民講座(1時間30分)

講演1 慢性肝疾患について(仮)

講 師 川田一仁 氏(浜松医科大学医学部附属病院・肝臓内科診療科長 兼 肝疾患連携相談室長)

講演2 肝疾患患者への理学療法について(仮)

講 師 前田彩光 氏(同病院 リハビリテーション部 理学療法士)

講演3 あらためて考える感染症対策

講 師 鈴木利史 氏(同病院 看護師長 兼 感染制御センター・副センター長)

②質疑応答(30分)

※質問は事前に募集します。お申し込みの際にお伝えください。



照 会 浜松医科大学医学部附属病院・肝疾患連携相談室
☎053(435)2476(受付時間：9時～16時 土日祝除く)

国民健康保険・後期高齢者医療制度の保険証をお使いの皆さまへ

12月2日から現行の保険証は発行されません
マイナ保険証をご利用ください



マイナ保険証とは

マイナンバーカードを健康保険証として利用できるように登録したものをいいます。マイナンバーカードを病院や薬局に置かれているカードリーダーにかざすだけで、保険証を提示しなくても受診することができます。



マイナ保険証を使うメリット

- ①医療費を20円節約できる。
- ②医師や薬剤師が過去の医療情報を確認できるため、身体の状態に合わせた病気の治療を受けることができる。
- ③手続きなしで高額医療の限度額を超える支払いが免除になる。



現行の保険証が使える期間

令和6年12月1日の時点でお手元にある有効な保険証は、保険証に記載の有効期限まで使用可能です。



マイナ保険証を取得していない人は

マイナンバーカードを取得していない人、取得していても保険証利用の登録をしていない人には、ご本人の被保険者資格の情報を記載した「資格確認書」を交付します。「資格確認書」はお手持ちの保険証の有効期限が切れる前に郵送します。



マイナ保険証の利用登録をしている人は

12月2日以降に「資格情報のお知らせ」を交付します。「資格情報のお知らせ」は、マイナ保険証の使用ができない病院や薬局などにマイナ保険証と一緒に掲示することで、受診が可能となります。「資格情報のお知らせ」はお手持ちの保険証の有効期限が切れる前に郵送します。

職員が申請手続きを補助します！



マイナンバーカードの申請

申請者本人が身分証明書を持参するだけで市民課または支所窓口で写真の撮影から申請までを職員がお手伝いします。

- ◎持 ち 物：身分証明書1点
(運転免許証、健康保険証 など)
- ◎所要時間：1人当たり10分～15分
- ◎受付時間：平日 8:15～17:00

マイナ保険証の利用登録

申請者本人がマイナンバーカードを持参するだけで、市民課または支所窓口で保険証として利用できるように職員がお手伝いします。

- ◎持 ち 物：マイナンバーカード
(4桁の暗証番号をご用意ください)
- ◎所要時間：1人当たり10分～15分
- ◎受付時間：平日 8:15～17:00



照 会 市民課 ☎0537-1171 御前崎支所 ☎0548-6801

お知らせ

高齢者のインフルエンザと新型コロナウイルス予防接種

インフルエンザや新型コロナウイルスの流行が心配される時期になりました。12月上旬ごろまでに接種することをおすすめします。

対象

- ① 65歳以上の人
- ② 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 令和7年1月31日(金)
自己負担金 インフルエンザ 1600円
新型コロナウイルス 3200円

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

照会 健康づくり課

☎0537-851123

空き家対策
我が家の終活セミナー

市内の空き家は年々増加し、空き家が抱える問題は今後ますます深刻になっていきます。「我が家を

どうしたらいい?」「空き家とはどういったもの?」「空き家にしないようにするためには?」など、相続や終活について興味がある人はぜひ参加してください。笑いあり、涙ありのセミナー間違いなしです。住まいの終活について、一緒に考えていきましょう。

対象

① 65歳以上の人
② 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

会場

市役所3階302会議室

講師

田島友子 氏

内容

我が家の終活、空き家にしないためのポイント、相続の際に気をつけることなど

参加料

無料

定員

30人(先着順)

申込方法

二次元コードまたは照会先に電話

照会 都市政策課

☎0537-298732



▲ホームページ

大井川農業用水が断水対策をお願いします

水路やトンネルの状態を確認する調査をするため、大井川農業用水の「菊川左岸幹線」は完全断水となります。早い時期からの断水対策をお願いします。

断水期間

① 11月5日(火)～11月8日(金)

- ② 11月18日(月)～11月22日(金)
- ③ 12月2日(月)～12月6日(金)

照会

▼西関東土地改良調査管理事務所
保全計画課

☎0537-353267

▼大井川右岸土地改良区

☎0537-352413

第29回焼津青少年の家まつり
フェスタ石津浜を開催

日時

11月17日(日)10時～15時

場所

静岡県立焼津青少年の家

内容

ステージ発表、創作プログラム体験、軽スポーツ体験、消防車展示、軽食販売

対象

どなたでも(申込不要)

参加料

なし(創作プログラムなど参加者実費)

持ち物

屋内で活動する場合は上靴

照会 静岡県立焼津青少年の家
☎054(624)4675

静岡県の最低賃金が改正

県内の事業場で働くすべての労働者(パート・アルバイトなど含む)に適用される「静岡県最低賃金」が改正されました。

また、特定の産業に従事する労働者に適用される「特定最低賃金」は、それぞれの特定最低賃金が改

正されるまでの「静岡県最低賃金」が適用されます。

最低賃金名	最低賃金額(時間額)	効力発生日
【地域別最低賃金】		
静岡県最低賃金	1,034円	令和6年10月1日
【特定最低賃金】		
鉄鋼、非鉄金属製造業	1,034円	令和6年10月1日
はん用機械器具、生産用機械器具、業務用機械器具、輸送用機械器具製造業	1,034円	
電子部品・デバイス・電子回路、電気機械器具、情報通信機械器具製造業	1,034円	

照会

▼静岡労働局賃金室

☎054(254)6315

▼磐田労働基準監督署

☎0538-2205



▲ホームページ

スクラム御前崎の集いを開催

11月は、子供・若者育成支援推進強調月間です。静岡県では、「県

情報掲示板

Information

民の子供・若者育成支援運動」に対する理解と自覚を高め、子供・若者育成支援県民運動の一層の発展を図るために、県大会を開催しています。本年度は、市制施行20周年記念事業「スクラム御前崎」として、御前崎市で開催されます。

日時

11月9日(土)

開場

12時30分 開演13時

場所

御前崎市民会館

内容

①発表「御前崎クエスト」グローバルプログラム

②青少年団体などの顕彰表彰式

③基調講演「子どものネット依存、ゲーム依存の現状と対応」

講師

独立行政法人国立病院機構 久里浜医療センター名誉

院長 樋口進 氏

照会

社会教育課

☎0537-298735



▲ホームページ

弁護士無料法律相談会を開催

相談内容

相続、交通事故、借金問題、離婚の4分野限定

日時

10月19日(土)、11月30日(土)、12月21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)

ハローワーク掛川でお仕事さがしませんか

ハローワーク掛川ホームページ内のかんたん求人検索では、ハローワーク掛川・島田・磐田の最新求人、希望条件を選択して簡単に検索することができます。ぜひご利用ください。

照会

ハローワーク掛川

☎0537-24185



▲ホームページ

10月17日(日)23日は「薬と健康の週間」

飲んでいる薬のことで気になることや困った経験をしたことはありませんか。「かかりつけ薬局」を決めておくと、薬の飲み残しや副作用を薬剤師が継続的にチェックするので安心です。また、「薬を飲



▲申込フォーム

医療と介護に関するシンポジウムを開催

日時

11月16日(土) 13時30分～15時30分

場所

三島商工会議所(三島市一番町2-29)

定員

100人

参加料

無料

申込方法

照会先に電話または二次元コードから

申込締切

11月8日(金)

テーマ

医療と介護の総合的な確保に向けて、医療と介護の上手な利用、

内容

◆基調講演

「災害からのちを守る為に私たちができることは?」

講師

浜松医科大学医学部 地域医療学講座 吉野篤人 特任教授

◆パネルディスカッション

「みんなで考えよう!安心・安全に暮らすために」

パネリスト

・公益財団法人伊豆保健医療センター 清水 啓介 総合診療科科長 兼未来プロジェクト室長

・三島市社会福祉部長 寿政策課 伊藤 里香 課長補佐

・田方郡函南町前議員 古村 高氏

コーディネーター

・吉野 篤人 特任教授

申込・照会先 浜松医科大学

☎053(435)2060



▲申込フォーム

第20回御前崎市文化祭を開催

文化を通じて多くの人が交流、地域参画することを目的に御前崎市文化祭を開催します。ぜひお越しください。

期間

10月29日(火)～11月3日(日)

場所

市民会館ほか公共施設

内容

ステージ発表や作品展示、お茶席

照会

社会教育課

☎0537-298735



▲ホームページ

募集

令和7年度自主講座
講座を開設しませんか

自主講座とは、皆さんが講師となり、特技や学習成果を活かした講座を企画・運営していくものです。あなたの趣味や特技を活かして、生きがいづくりの場を作ってみませんか？

募集期間 10月15日(火)～11月29日(金)

申込方法 照会先または各地区センターにある「自主講座開設計画書」をご提出ください。

開講期間 令和7年5月～令和8年3月の期間

講座内容 教養、手工芸、音楽、健康、娯楽や趣味、特技を活かした分野など、内容は自由です。

照会 社会教育課

☎0537-298735



▲ホームページ

フーバ大会
出場チームを募集

フーバとは、「ふだんのくらしをしあわせにするバレーボール」のことで、ビニール製のカラーボールを4人対4人で打ち合うユニ

申込期限 11月1日(金)

抽選日 11月11日(月)

※申請書類は照会先で配布しています。

照会 環境課

☎0537-251162

「御前崎市景観計画及び御前崎市
景観条例」(案)の意見公募

御前崎市では、景観法に基づき令和7年度からスタートする景観計画を策定しています。計画の策定にあたり、皆さまからの意見を募集します。

募集期間 10月25日(金)～11月25日(月)

資料閲覧場所 市ホームページ、都市政策課(市役所1階)、御前

崎支所

※募集期間になるまで資料の閲覧はできません。

意見を提出できる人

・市内に住所を有する人
・市内に事務所、事業所を有する個人、法人など

・市内に通勤、通学している人
・その他、利害関係を有する人

提出方法 インターネット、Eメール、FAX、照会先へ持参

または郵送

照会 都市政策課

☎0537-298732



▲ホームページ

スポーツです。

日時 12月15日(日) 8時45分～12時

場所 B&G海洋センター

対象 代表者は市内在住・在勤者、出場者は18歳以上の一般男女

参加料 1チームにつき千円

定員 先着16チーム(競技者4人以上8人以内)

※コート内競技者は4人まで

申込方法 申込フォームへ入力または公共施設に設置した申込用紙をFAXまたは直接照会先へ提出してください。

申込期間 11月13日(水)～12月2日(月)

照会 社会教育課

☎0537-298735



▲申込フォーム

生活習慣病予防
ウォーキング教室

働き世代の人必見！生活習慣病を予防するウォーキング教室を開催します。日頃運動不足を感じている人、「歩く」を見直してみませんか？市理学療法士が講師となり、ストレッチやウォーキングを通して代謝アップを目指します。

日時 11月1日(金)19時～20時30分

対象 市内在住の40～64歳の男女

場所 高松地区センター

クリスマスリース作り
参加者を募集

日時 11月30日(土)

午前の部 9時～11時30分

午後の部 13時～15時30分

場所 静岡県立焼津青少年の家

対象 家族や仲間

※小学生以下は保護者同伴

定員 12組(1グループ6人まで)

参加料 800円程度／1個

申込方法 ホームページの申込フォーム(定員を超えた場合は抽選)

申込期間 10月30日(水)正午～11月

13日(水)13時

照会 静岡県立焼津青少年の家

☎054(624)4675



▲ホームページ

放課後児童クラブ
令和7年度利用者を募集

受付期間 11月1日(金)～11月29日(金)

対象 次の①②③を満たす児童

①令和7年度に小学1～6年生になる

②保護者が就労などで昼間に面倒をみる人がいない

③令和7年4月から利用を希望する

※申込者が定員を超えた場合、利用できないことがあります。

開設時間

学校登校日 放課後～17時30分

参加料 無料

申込方法 照会先へ電話またはWEBで申し込み

定員 15人程度

申込期限 10月25日(金)

照会 健康づくり課

☎0537-251123



▲申込フォーム

里親制度を知ろう
「二日里親」参加者募集

目的 里親会員とのふれ合いを通じて里親制度への理解を深めること

日時 10月27日(日)9時30分～16時

場所 磐田市内屋内施設

内容 未定(過去にはトランポリン教室、軽スポーツ大会を実施)

参加費 中学生以上1000円

(昼食、保険料含む)

申込・照会 静岡県西部児童相談所

☎0538-22852



▲ホームページ

御前崎市栗ノ原霊園
墓所使用者を募集

募集区画 50区画(区画場所は抽選で決定)

学校休業日 7時30分～17時30分

提出書類 申込書、就労証明書など

※申込書は10月21日(月)から照会先と

クラブで配布します。ホームページからもダウンロードできます。

提出先

①御前崎ふれあい福祉センター

8時15分～17時(土日祝は除く)

②浜岡福祉会館

8時15分～17時(日月祝は除く)

照会 御前崎市社会福祉協議会

☎0548-5294



▲ホームページ

御前崎市大産業まつり
募金ボランティアを募集

第18回御前崎市大産業まつりで、赤い羽根共同募金の街頭募金を実施します。一緒に募金活動をしてくれるボランティアを募集します。

日時 11月23日(土)、24日(日)

各日9時30分～15時(シフト制

で、30分や1時間など短時間の参加も歓迎)

内容 募金呼びかけ、風船配布、体験コーナーの案内など

申込・照会 御前崎市社会福祉協議会

☎0548-5294



▲ホームページ

離れた部屋でも Wi-Fi が快適に
X-Stream Wi-Fi
660 2台セット 円/月
※お申し込みには当社ネットサービスの利用が必要です
株式会社 御前崎ケーブルテレビ
TEL 0537-86-8882(平日 8:30～17:15)

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
島根石油
※詳しくはスタッフまで

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

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

＼かわいい／ おまえざきのたから 10月 生まれの 元気な子



おがわ り あ
小川 莉明ちゃん3歳
(東町)



しみず と あ
清水 翔空くん3歳
(桜ヶ池)



かのう はるおみ
加納 悠臣くん3歳
(下朝比奈)



あさひ な ことは
朝比奈 思葉ちゃん3歳
(新野西)



うえだ とら
植田 虎くん2歳
(本町)



しげた めい
繁田 明依ちゃん2歳
(下比木)

かわいい笑顔を募集します。
対象：12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：11月1日金8時15分
～15日金17時(先着8枠)
申し込みフォーム▶
照会：総務課
☎0537⑨1132



ますだ みあ
増田 海彩ちゃん2歳
(白羽区)



ささき のん
佐々木 暖音ちゃん2歳
(女岩区)

～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



タラモサラゲ

トーストとの相性抜群！
夜のおつまみにも嬉しい
一品です！

材料（4人分）

ジャガイモ(大)……………2個
タラコ(生)……………50g
オリーブ油……………大さじ1
塩コショウ……………少々
マヨネーズ……………大さじ4
パセリ……………少々

▶1人分＝127.5kcal
▶食塩相当量 0.7g

作りかた

- 1 ジャガイモは皮をむいて一口大に切り、塩少々(分量外)を加えた水から茹でてやわらかになったら水気をきる。タラコはスプーンで中をしごいて中身を出す。パセリはみじん切りにする。
- 2 ボウルにすべての材料を入れジャガイモをつぶしながら混ぜ合わせる。
- 3 器に盛ってパセリを散らして完成。

紙 この冊子は雑誌としてリサイクルできません