



2024
11

MAEZAKI



特集

学びで潤う私の日常

人生の宝物を
探す航海に出よう

人生の宝物を探る航海に出よう

充実した毎日を過ごすためには、日常の中に生きがいややりがいを見出すことが大切です。

本特集では、御前崎市独自の3つのツールを活用した「学び」が、私たちにもたらしてくれるものを考えていきます。



ふれあい学習講座「木琴」

佐倉地区センターが主催する学びの場「ふれあい学習講座」では、木琴のほか全8回ずつの13講座が開かれ、107人が参加。12月下旬の閉講式では、講座で培った成果を発表し合います。木琴は地区住民の要望で本年度から開講されました。



静岡県御前崎市

My Goma



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)

- 003 | **学びで潤う私の日常**
人生の宝物を探る航海に出よう
- 012 | **まちかど探訪**
吉野岩雄さん 100歳の祝い / 子ガメ受け入れ育てあげる / 雑がみをリサイクルしよう / 全国大会での好成績を報告 / いもじいさんをしのび法要 / ねんりんピック出場を報告 / 火事からまちを守るために / 進路選択に役立てるために
- 014 | **おまえざき暮らしのダイアリー**
- 016 | **Series**
おまえざきレシコンテスト受賞作品/暮らしと原子力 学び舎の窓から
- 018 | **おまえざきのきらり輝く人**
バイクで観光を盛り上げる
#オマエザキライダー
- 019 | **しずおか市町対抗駅伝選手紹介**
- 020 | **まちに祭りばやし響き渡る**
おまえざき秋のにぎわい
- 022 | **御前崎市オンライン地図情報サービス「うみかぜマップ」**
- 024 | **確定申告はマイナンバーカード×e-tax でさらに便利!**
- 025 | **情報掲示板**
磐田市立総合病院・中東遠総合医療センター令和7年1月10日から産科における救急当直が一部当番制になります / 令和7年4月1日からJ R運賃の精神障がい者割引制度が開始します / 11月・12月は税の滞納整理強化月間 / 令和7年御前崎はたちの集いを開催 / 婦人科がん検診日程を追加 / 騒音や悪臭などの公害で困っていませんか? / 職場のトラブルで悩んでいませんか? ほか
- 028 | **かわいいおまえざきのたから / 食のまち御前崎**

11月の表紙



実りの秋を全身で感じ取る

浜岡北小学校の5年生31人が10月1日、あささわふる里公園で稲刈りを体験しました。児童は、5月に自分たちで植えた苗を刈り取り、収穫の喜びを体感していました。

御前崎市の人の動き

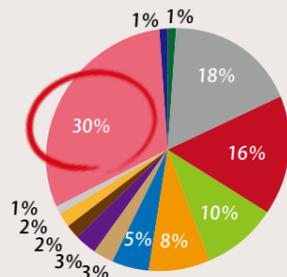
(令和6年10月28日現在の速報値)

	人口	(前月比)
人口	29,833	(-42)
男	15,188	(-19)
女	14,645	(-23)
世帯数	12,159	(-6)

令和2年10月「学びに関する調査」より抜粋
(回答者 687人)

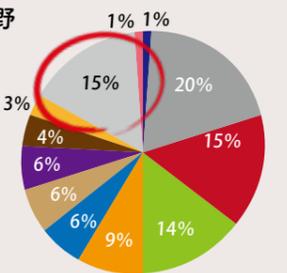
1 1年間で参加したことがある活動

- 交通安全のための活動 18%
- 子どもの健全育成をはかる活動 16%
- 自分の知識や特技を他人の学習に役立てる活動 10%
- 清掃や花いっぱい活動など地域を住みよくなるための活動 8%
- 他人の助けを必要とするお年寄りに対する活動 5%
- 心身に障害をもつ人の手助けをする活動 3%
- 育児や子育てグループを支援する活動 3%
- 外国人を支援するなど国際協力・援助に関する問題 2%
- 図書館や学校での読み聞かせボランティア活動 2%
- 美術館・博物館・観光名所などを案内する活動 1%
- 特になし 30%
- その他 1%
- 無回答 1%



2 これまでに参加した講座・活動の分野

- 健康・スポーツ 20%
- 文化的なもの 15%
- 子育て・家庭教育 14%
- 家庭生活に役立つ技能 9%
- 教養的なもの 6%
- 社会問題 6%
- 自然体験・生活体験 6%
- パソコンやインターネット 4%
- 語学 3%
- 学習していない 15%
- その他 1%
- 無回答 1%



30%が生涯学習活動に1年以上参加していない
15%が講座や活動に参加したことがない

市民にとって
「生涯学習」は身近なものではない



朝比奈居場所「憩いの場 ほろがや」

地区の協議体で運営している高齢者の居場所づくり事業のひとつ。会話やミニゲームを楽しみながら、参加者同士が交流しています。参加者は「ここでみんなと笑いながら過ごすのが楽しみ」と笑顔を見せます。

「生涯にわたって学習なんてできない…」
そんなことはありません！
これらも生涯学習のひとつです

学校教育



社会教育



家庭教育



ボランティア



文化活動



スポーツ活動



趣味



企業内教育



豊かな人生を過ごすために

長い人生について考えたとき、誰もがただなんとなく過ごすのではなく、生きがいややりがいを持ち、いつも笑顔で暮らしていきたいと思うものではないでしょうか。

その実現のためには、さまざまな要素が必要ですが、そのうちのひとつが「生涯学習」だと考えられています。

「生涯学習」とは、「人が生涯にわたって行う学習」のことをいいます。こう聞くと、堅苦しい印象を受ける人が大半かもしれませんが、乳幼児から高齢者までのあらゆる年齢の人が家庭・学校・職場・地域といったさまざまな場所や場面で幅広く学ぶことを表しています。趣味や地域活動などでの生涯学習を通じて自分の成長を感じたり、人と交流したりすることは生きがいややりがいにつながります。学び続ける毎日の積み重ねが豊かな人生の糧となるとされています。

生涯学習をサポートするツール

令和2年に市が実施した「学びに関する調査」では、3割が「生涯学習活動に1年以上参加していない」と回答しており、市民の皆さんにとって生涯学習が身近なものではないことが読み取れます。市民の皆さんの生涯学習をサ

ポートするため、市では次の3つのツールを作成しました。
①おまえざき学びの航海図
②生涯学習ガイドブック
③おまえざき学びのパスポート
これらのツールを活用していただくことで、学びをより有意義なものにし、豊かな人生に近づいていくことができます。

01
おまえざき
学びの航海図

02
生涯学習
ガイドブック

03
おまえざき
学びのパスポート

おまえざき学びのパスポートと生涯学習ガイドブックは、社会教育課または地区センターに配架されています。*おまえざき学びの航海図は、社会教育課(0537@8735)にお問い合わせください。



おまえざき学びの航海図

「おまえざき学びの航海図」は、自分が思い描く理想の生き方を実現するための計画書となるものです。「年齢に応じたライフステージ」に目指す姿を見える化して、目標達成のために必要なことを考えることができます。

航海図では、6歳までの「育ちステージ」から76歳以上の「輝きステージ」まで市独自の8つのライフステージに区分しています。各ステージで大切にしたい学びやライフイベントを記入し、これまで大切にしてきたこと、これから大切にしていきたいことなどを振り返ったり考えたりすることができます。

市独自のライフステージ	0～6歳	育ちステージ
	7～12歳	学びステージ
	13～17歳	成長ステージ
	18～30歳	自立ステージ
	31～45歳	出航ステージ
	46～60歳	舵取りステージ
	61～75歳	順風満帆ステージ
	76歳以上	輝きステージ

人生を振り返ることが楽しかった

おまえざき学びの航海図を使って時間をかけてじっくりと、「これが好きだったな」「思春期で親とぶつかっていたな」と振り返るの楽しい時間でした。

教員として働いていたときは、自分の知識や経験を生徒に還元しようと奮闘していた日々。その中で、結婚、子育て、管理職への昇格など歩みを進めました。立場が変わるとこれまで見えていなかったものが見え始め、より慎重に責任を持って行動するようになりました。航海図に自分の人生を書き記したとき、「一生懸命過ごしてきたこの人生もまんざらでもなかったな」と思えたことが、大きな気づきでした。ね。将来のことを考えたとき、20年、30年先のことは想像がつきませんでしたが、そんなときに、多様な航海図を見たことで、自分が思っていたよりも、いろいろな道があることを発見し、希望をもてたような気がします。

後悔のない毎日を過ごすために

過去を振り返ってみると、多世代との交流が自分の成長に大きな影響を与えていることを改めて感じました。10年前、妻の提案で家の庭にピザ窯を作り、

人生を考える

一度しかない人生。これまでどんな風に過ごしてきたのか、そして、これからどんな風に過ごしていきたいのか、理想の自分について考えてみましょう。



過去をじっくりと考えてみたらまんざらでもない人生でした

たくさんの人と気軽に集まれるように整えました。人と交流することで新しいパワーをもたらしています。いつか訪れる生涯の終わりには、「これまでの日々が意味あるものだった」と思えるように、これから先も人との交流やつながりを大切にしたいです。ね。

学びの航海図利用者



杉浦 尚志 さん(下朝比奈)



航海図は人生の選択肢を増やす

社会教育課では、航海図を使った人生を考える交流会や出前講座を実施しています。航海図を通じて他者と交流することで、一人では思いつかなかった人生の選択肢に出会えるかもしれません。人それぞれ歩んできた人生が異なるように、人の数だけ経験や希望が記された航海図があります。十人十色の航海図は、新たな発見や気づきを得る機会につながります。

おまえざき学びの航海図詳細はこちら



生涯学習に関する情報をお知らせ



▲社会教育課公式Instagram



自分が知らない世界を感じたい

私は、物事を自分の目で見て感じることを大切にしてきました。中学2年生で部活を辞めたあとは、いろいろな経験をする時間を意図的に設けていました。そんなとき、授業でおまえざき学びの航海図を使って、進路について考えることになりました。世界は知らないことばかりだと感じていた私は、留学してみたいという自分の中に眠っていた新たな気持ちに気づきました。今は将来に向けて英語の勉強に力を入れ、英語検定の取得に励んでいます。

過去の自分と未来の自分

私が歩んできた人生はまだ15年。これまで、過去を振り返ることより、進学・就職など将来について考えることの方が多かったです。今回、航海図を使ったことでいろいろな角度から将来を思い浮かべることができました。自分が大切にしてきたことを踏まえ、これから取り入れた方がいいと思うことを見つけ、きつかけにもなりました。

「留学してみたい」という気持ちに気づきました

私も考えてみました

20代中ごろに1つの転機があったように思います。世界で誰もやっていないことを研究するという経験から、広い知識を付けること、その中から重要なことを選別することなど、現在の自分の考え方が染みついた時期でした。実体験が人生に影響を与える大きさを改めて実感しました。

御前崎市市長 下村 勝

学びの航海図利用者



御前崎中学校3年 高塚 理央 さん(薄原区)



市民と協力しながら作成した「おまえざき学びの航海図」

学びの航海図に記載されている表現や考え方は、令和2年度に開催された「あなたから始まる楽しい対話講座」と、地区で選出された委員や学校長など有識者で構成される社会教育委員会で考えられました。市民目線で作成された航海図は、皆さんの人生の歩みと近く、親しみやすいものとなっています。



生涯学習ガイドブック



いざ何か始めてみようと思っても、チャレンジしてみたいことや始め方がわからないことはありませんか?そんなときに活躍するのが「生涯学習ガイドブック(以下、「ガイドブック」)です。

ガイドブックでは、市内で開催されているさまざまな講座や教室など150以上の学びの場を分野ごとに紹介しています。講座や教室のほか、市内で活動する団体などの情報も掲載されているので、自分好みの学びの場を探すときにピッタリです。

学びの場を探すきっかけは、さまざまです。自分の目指す姿に近づくために、時間に余裕ができたから、なんだかおもしろそうだからなど、どんな理由でチャレンジしても、どれだけの時間を費やしても、全てが人生の糧となります。あなたにとっての「やってみよう」や「好き」をガイドブックで探してみてください。

生涯学習ガイドブック 詳細はこちら



「好き」を探す

あなたが今、チャレンジしてみたいことはなんですか? スポーツやものづくり、語学など生涯学習といっても分野はさまざま。なんとなく始めてみたものが生継続ける大切なものになるかもしれません。



あなたの知識や技能を伝えませんか

子ども同士が勉強を教え合うことでお互いに理解が深まるように、生涯学習でも同様の作用が起きます。

そんな視点から生まれたのが、「自主講座」事業です。市が知識や技能を持つ講師を募集し、講師自身が講座を開設・運営します。講師は、受講者からのフィードバックを受け、新たな視点やアプローチに気付くこともあります。人と交流したり、誰かに何かを伝えたりすることも生涯学習のひとつといえます。

また、市が発行するガイドブックや社会教育課公式インスタグラムで自主講座情報を発信するため、ネットとなる集客面でもメリットがあります。唯一無二の経験を生かした多様な講座が実施されることで、同じ興味関心を持つ人々のつながりが生まれるきっかけになります。「伝える楽しさ」も一緒に感じてみませんか?

自主講座 詳細はこちら



学びの人材バンク ~伝えたい人と学びたい人をつなげます~

自分のスキルを伝えたい人と、出前講座の実施により学びを得たい団体をつなげるのが「学びの人材バンク」です。

講師の派遣を希望する場合は、市ホームページで公開されている人材リストから、希望する分野の講師を

探すことができます。講座の実施を希望する団体が直接講師に連絡し、日時などを決定します。

「自主講座を開くのは難しいけど、自分のスキルを生かしたい、人に伝えたい、共有したい」とお考えの方はぜひ「学びの人材バンク」にご登録ください。



▲学びの人材バンクの詳細・登録はこちら

「好き」は継続するための一番の原動力

元々体を動かすことが好きで、よさこいやスキー、ボディボードなどをやっていたことがあります。ぶるののプールに通い出したのは病気のリハビリがきっかけです。歩いているだけでは物足りず、教室に申し込んで泳ぐようになりました。泳ぎ方を習得したときには、達成感と充実感で胸がいっぱいになったことを覚えています。今は平泳ぎとバタフライの習得を目標に、週1回教室に通っています。

水泳に通い出して3年。筋肉量が増えたのか体の調子が良い日が多く、元気に過ごせる時間が増えました。教室の仲間と一緒に楽しく練習できるのも魅力のひとつです。77歳になっても運動し続けているのは、運動が好きだから。「好き」という気持ちは、継続するための一番の原動力だと思っています。

学びの場参加者



「ぶるのプール教室」を受講 植田 牧子 さん(佐倉一区)

子育てが落ち着き、自分のための時間を過ごせるようになった60歳ころから、趣味や習い事に打ち込んできた。

講師の私も元気をもらえる

学びに取り組む人とそうでない人とは、人生の豊かさに大きな差が生まれると思っています。少しでも多くの人のチャレンジするきっかけになりたいと思い、講座を開設しました。講師としてクラスを運営することは、受講者に合わせた進行や場作りが必要です。トライ&エラーの繰り返しで大変ですが、自分のスキルアップにつながります。

参加者は50~70代の方が多いですが、みなさん人生を楽しまれ、表情がキラキラと輝いています。10年後、20年後の自分もこんな風になりたいと元気で勇気もらっているんですよ。市がサポートしてくれる自主講座は、どうやって自分の知識や技能を生かすか悩んでいる講師初心者にもオススメです。

「使える! 日常英会話」 「リラックスヨガ」を開講 寺尾 千紘 さん(牧之原市)

御前崎市でパン屋を夫婦で営む。1年のアメリカ留学で取得した「TEFL」のほか、SUP ヨガやマインドフルネスなどの資格も取得している。

TEFL(テフル)…英語教授法[Teaching English as a Foreign Language]の略。英語を母語としない人に英語を教えるための国際資格。



自主講座講師



シニアスクール



フラダンス



初心者の男性向け料理教室



バラエティー講座(コーヒー)



おまえざき体良教室



シェイプアップエアロビクス



多肉植物講座



tool 13 おまえざき 学びのパスポート

「おまえざき学びのパスポート（以下、「パスポート」）は、取り組んだ学びや参加した活動を記録する日記のようなものです。

パスポートは、1冊で30回分の学びを記録できるほか、目標と振り返りも記入することができます。進み具合や成果を見える化でき、自分がどれほど成長できたのか具体的に確認することができます。モチベーションも維持でき、次のステップに向けた計画も立てやすくなります。

また、1冊修了したことを社会教育課に届け出ると認定証が交付されます。学びを振り返る楽しさもあるパスポートを活用してみてください。



▲おまえざき学び認定証 修了ごとに交付される認定証は、御前崎のさまざまな写真を使用しており、思わず集めたくくなります



おまえざき 学びのパスポート 詳細はこちら

Message of expert

生涯学習は生きがいのきっかけ

人生に充実感や生きがいを感じられるかどうかには、生涯学習が大きな役割を果たします。仕事や子育てが忙しいときは、それ自体が生きがいとなっているかもしれません。しかし、別の生きがいを持っていけば、また違った人生展開となるはずで

「生涯学習」という言葉に壁を感じてしまう人もいるかもしれませんが、難しく考える必要はありません。中には、無意識のうちに取り組んでいる人もいます。生涯学習はそのくらい気楽なものでもいいんですよ。

そこに御前崎市独自の3つのツールを加えると、学びがより深くなります。ぜひ一度使ってみてください。

航海図とパスポートをリンクさせる

学びのパスポートは他自治体にもある取り組みですが、人生を考えるツールである「学びの航海図」は他にない画期的な取り組みだと思えます。将来の方向性を考えたり、振り返ったりすることは、日々に自分なりの意義を見出すために必要な過程です。



学びを記す

学んだり、活動に参加したりすることの次に大切なことは、「やりっぱなしにしない」こと。学びを記すことで、自分の成長具合を確認したり、理想像への計画を立てやすくなったりします。

学びのパスポート 活用者

学びが記録として目に見える 自信につながります

正行 私たちが学びを記録するようになったのは2年前。ふと手にした生涯学習ガイドブックで見つけた自主講座「太極拳」を夫婦で受講した際に紹介されて書き始めました。

さと江 二胡や朗読会など週2〜3回ほど学びの機会があり、約3カ月で1冊が修了するペースです。過去には手話サークルやパソコン教室などにも参加していました。外に出掛けていろいろな人と交流するのが楽しいんです。

正行 太極拳のほかギターをやったり英語教室にも通ったりしています。英語教室をきっかけに御前崎港での外国客船寄港イベントの通訳ボランティアにも参加しましたよ。外国人を相手に実践ができて楽しかったです。パスポートに学習記録を残すことで、自分の学びが目に見える形で残るから自信につながりますね。

れいしいし、励みになります。正行 学びを自分の中だけで留めてしまうと成長に限界があると思います。披露したり、伝えたりすることでまた一歩成長につながるんじゃないかな。学びのパスポートには、自分の学びを振り返る楽しさもありますよ。



正行さんは6冊目、さと江さんは9冊目のパスポートに学びをしたためている。



平岡 正行さん・さと江さん(大山)

取材を通して

本特集では、学びの航海図や生涯学習ガイドブック、学びのパスポートの3つのツールを軸に、学びが私たちにもたらしてくれるものについて考えました。

今回、生涯学習に取り組む大勢の人を取材しました。全員が自分の学びについて笑顔で楽しそうに話してくれ、とても生き生きとしていました。日常の中で、自分たちのペースで学びを楽しんでいる姿からは、「学びが暮らしの一部になっている」ことがひしひしと伝わってきました。

学ぶことは特別なことではありません。誰がなんのために学ぶのかは人それぞれで、一つとして同じものはありません。全ての学びや経験が人それぞれの個性であり、大切な宝物です。

市では、生涯学習を通じて、市民の皆さんが日々生きがいややりがいを持てる地盤を整えています。3つのツールを活用して学びに取り組み、日常を豊かにしませんか？

【特集】学びで潤う私の日常 人生の宝物を探す航海に出よう 終



吉野岩雄さん100歳の祝い

9月18日に100歳の誕生日を迎えた吉野岩雄さん(新野西)に、下村市長から祝い状や花束が贈られました。若い頃から90代まで農業に従事していた岩雄さん。トマトや芽キャベツの栽培に特に力を入れ、熱心に市場調査をし、研究に励んでいたそうです。岩雄さんは「皆さんのおかげで元気に過ごしています」と感謝しました。

◀長生きの秘けつはよく食べて、よく寝ることと話す岩雄さん



子ガメ受け入れ育てあげる

アカウミガメの子ガメ受け入れ式が9月19日、御前崎小学校で開かれました。今回受け入れたのは、ふ化したばかりの子ガメ10頭。子ガメは、5年生を中心に約9か月間飼育され、来年6月ごろに放流される予定です。川口晴愛さん(女岩区)は「命の大切さを感じ、毎日ていねいに育てていきたい」と話しました。

◀ウミガメ保護監視員から受け入れた子ガメを見つめる児童



雑がみをリサイクルしよう

市は9月20日、6月から7月にかけて実施された「雑がみリサイクルアクション」の協力校である浜岡東小学校に雑紙から作られたトイレトーパーを贈呈しました。雑がみが資源としてリサイクルできることを啓発する取り組みで、雑紙回収にはコアレックス株式会社が協力。根津有沙さん(佐倉二区)は「学校や家でもごみの分別を意識したい」と話しました。

◀同校のほか、白羽小学校と御前崎中学校でも実施されました



全国大会での好成績を報告

8月24日から25日にかけて静岡市清水区で開かれた「2024ジュニアユースウィンドサーフィン選手権」で好成績を収めた御前崎ウインドサーフィングクラブの7人が9月27日、下村市長に大会結果を報告しました。海上のコースを走り、順位を競うもの。中学生クラスで3位となった野口一喜さん(中原区)は「悔しさをバネにこれからも頑張ります」と決意を新たにしました。

◀今大会では、同クラブの10人が各クラスで入賞しました



いもじいさんをしのび法要

御前崎にサツマイモ栽培を広めた江戸時代中期の先人で、「いもじいさん(甘藷翁)」の愛称で親しまれる故大澤権右衛門の遺徳をしのぶ祥月忌法要が10月9日、海福寺で営まれました。甘藷翁祥月忌の実行委員長でもある下村市長は、「農業発展に尽くした翁の功績を後世に伝えるとともに、市の農業振興に努めていきたい」と話しました。

◀市の誇りでもある「いもじいさん」の遺徳をしのぶ参列者



ねんりんピック出場を報告

10月20日から21日にかけて開催される「ねんりんぴっくはばたけ鳥取2024」グラウンドゴルフに出場する河原崎静夫さん(朝比奈原)と増田實さん(桜ヶ池)が10月9日、下村市長に出場を報告しました。河原崎さんは静岡県チームの団長、増田さんは副団長を務めます。2人は「ホールインワンを目指し、良い結果を報告できるように頑張ります」と笑顔を見せました。

◀「ルールが簡単で和気あいあいとできる」と魅力を語る河原崎さん



火事からまちを守るために

防火意識の高揚と火災予防の普及を目的とした防火ポスターコンクール表彰式が10月9日、市消防署で執り行われました。市内小学生から応募された28作品のうち7作品を表彰。市長賞を受賞した増田朱南さん(新野西)は、「イメージしやすいように主な火災の原因を調べて描いた。火事が無くなってほしい」と話しました。

◀応募作品は市立図書館アスパルで11月17日(日)まで展示されます



進路選択に役立てるために

御前崎中学校の2年生120人が将来の進路選択に役立てるために、10月22日から24日にかけて、市内外の事業所に出向いて職業体験をしました。生徒はそれぞれ将来希望していたり、興味があったりする職種の仕事を体験。御前崎市民プールぶるで活動した小田将範さん(女岩区)は、「働く人の気持ちがわかりました。将来に役立てたい」と話しました。

◀カウンターで接客体験をする将範さんと川口蒼空さん(西側区)

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
1 大安 ㊦田形内科医院(内・小・心内・リハ) 牧之原市片浜1084-2 ☎0548⑤5320 御前崎市地域防災訓練 HIV・B・C型肝炎・梅毒【要予約】 ☎0538②2253/13:15~15:00	2 赤口 	3 先勝 2歳児歯科検診 (R4.11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】 ☎0537②3263/13:30~15:00 西部健康福祉センター掛川支所	4 友引 特設人権相談 受付13:00~15:00 浜岡福祉会館 / ☎0537⑧8066 ふれあい福祉センターなごみ / ☎0548⑧5294	5 先負 6カ月児健康相談 (R6.6月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階	6 仏滅 3歳児健康診査 (R3.11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 研修センター2階	7 大安
8 赤口 ㊦堀口外科医院(外・呼・胃・肛・整) 牧之原市大沢617-1 ☎0548②5858	9 先勝 家庭教育支援 あそび塾 ☎0537②8735/9:00~11:00 浜岡健康センター [家庭教育支援]凸凹だって良いじゃない ☎090-7916-4122/9:30~11:00 おはな助産院 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	10 友引 1歳6カ月児健康診査 (R5.5月生) 受付12:45~13:10/ 市役所西館3階	11 先負 ももちくらぶ (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☎0537⑧8066/13:00~15:00 浜岡福祉会館 権利擁護相談【要予約】 ☎0548⑧5294/13:30~16:30 ふれあい福祉センターなごみ	12 仏滅 HIV・B・C型肝炎・梅毒・HTLV-1【要予約】 ☎0538②2253/9:15~11:00 県中遠総合庁舎西館1階 [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	13 大安 こころの健康相談日【要予約】 ☎0537⑧1121/13:30~16:30 市役所3階	14 赤口 資源回収(第一小)
15 先勝 ㊦サガラ眼科(眼) 牧之原市大沢1-29 ☎0548③2222	16 友引 こどもの健康相談 受付9:00~10:00/ 市役所西館3階 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	17 先負 だれでも食堂もぐもぐ(加多世) ☎0548⑧5945/17:00~19:00	18 仏滅 弁護士相談 受付☎0548⑧5294/13:00~15:00 ふれあい福祉センターなごみ	19 大安 2カ月児健康相談(R4.10月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階	20 赤口 2歳6カ月児歯科検診 (R4.4月・5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 研修センター2階	21 先勝
22 友引 ㊦しろわクリニック(内・小・外・整・皮) 御前崎市白羽3521-10 ☎0548③3211	23 先負 	24 仏滅 	25 大安 	26 赤口 1日ハローワーク / マザーズハローワーク 13:30~15:00/ 市役所3階会議室	27 先勝 リサイクルBOX設置(白羽小) 1月9日まで	28 友引
29 先負 ㊦酒井内科医院(内・消) 牧之原市地頭方1丁目153-2 ☎0548⑤1100	30 仏滅 ㊦サガラ眼科(眼) 牧之原市大沢1-29 ☎0548③2222	31 赤口 ㊦座光寺医院(内・小・消内) 御前崎市白羽5243-3 ☎0548③3206	1 先勝 	2 友引 	3 先負 	4 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。

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			
金属物	3	17	10	6	20	11	18	4	
ガラス	10	3	17	13	6	18	4	11	
ペットボトル	17	10	3	20	13	4	11	18	
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	13	13	13	11	11	9	9	9	
陶磁器	-	-	-	-	-	-	-	-	

12

December 2024
Omazaki 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)
 国民健康保険税(第6期) 12月25日
 ※後期高齢者医療保険料(第5期) 1月6日
 ※介護保険料(第5期) 12月25日
 →※コンビニ払い不可
 池新田・高松の上下水道料 12月25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 ☎0537⑧1135

●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 子ども未来課☎0537⑧6666
 ※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

平日夜間、日曜・祝日の急患診療

▶小笠掛川急患診療所
 ☎0537⑧1299 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
 ☎0537⑧1299 掛川市杉谷南1丁目1-30
 受付時間 9:00~11:30(日・祝)

School

学び舎の窓から

輝け！元気っ子

大切にしていること



浜岡北小学校6年1組
河原崎 亜優奈さん

私の将来の夢は、アメリカのディズニーランドで働きながら、文化や言語を学ぶことです。

そのために大切にしていることが2つあります。

1つ目は「笑顔」です。「笑顔」でいると自分も周りの人も幸せになるし、今年シンガポールへ行ったとき笑顔で話すと相手も笑顔で話してくれて世界共通だなと感じたからです。ディズニーのキャストさんと話しているとすごく楽しい理由も、いつも笑顔で話してくれるからだとは私と考えているので、「笑顔」を大切に

しています。

2つ目は「挨拶」です。挨拶をするといいい気持ちになるし、いろいろな人と気軽にコミュニケーションが取れるからです。私は1年間運営委員として、「挨拶」を北小の自慢にするために頑張ってきました。私自身、はじめはお辞儀しかできなかったけれど、今は友達、先生などに声を出して笑顔で挨拶できるようになりました。

これからもこの2つを大切に、将来の夢に向かっていきます。

特産品を使った健康でおいしい食事をつくろう！

RECIPE CONTEST

おまえざきレシピコンテスト受賞作品

とっても簡単！！ 6/30作品
さつまいもと落花生のトマトスープ
小中学生の部 優秀賞レシピ
考案者 吉田 夏菜 さん
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：さつまいも、トマト、落花生



材料 (2人分)	
さつまいも.....200g	水.....150ml
トマト.....大2個	コンソメキューブ.....1個
ゆで落花生(さやなし).....100g	バター.....10g

野菜の甘味を引き立てるヘルシーなスープです！

作り方

- 1 さつまいもは5mmくらいのいちよう切りにして水にさらす。
- 2 トマトは小さめのざく切りにする。
- 3 鍋にバターを入れ、水をきった1を中火で軽く炒める。
- 4 さつまいもの表面が透き通ってきたら、トマトを入れる。
- 5 トマトが柔らかくなってきたら落花生と水を入れ、中～強火で煮る。
- 6 スープが沸騰してきたらコンソメを入れ、5分程度弱火で煮る。
- 7 さつまいもがやわらかくなったら完成♪

照会 健康づくり課 ☎0537⑤1123

学校へようこそ

笑顔があふれる御前崎

浜岡中学校2年5組 山本 和花さん

浜岡中学校では、10月15日から後期の生徒会活動が始まりました。今までは3年生が中心となり浜中をまとめてくれていましたが、2年生へとバトンが渡されました。私は生徒会長として、浜中をたくさんの笑顔と幸せであふれる学校にしていきたいです。

後期の生徒会目標は「浜中に誇りを持ち、自ら行動する生徒」です。この目標には、浜中生が浜中に誇りを持つことはもちろん、地域の皆さんにも浜中を誇りに

思っしてほしいという思いが込められています。

その目標に向けて、私は地域の皆さんとの交流を大切にしていきたいです。私は登下校の際に、地域の方が気持ちの良い挨拶をしてくれると嬉しくて、笑顔になります。気持ちの良い挨拶は笑顔につながると思うので、スクラムグッドマナー運動にも力を入れ、素晴らしい挨拶をもっと広めていきたいです。地域の皆さんも浜中生を見かけたら声をかけてみてください。



▶浜岡中学校
生徒数 515人
校長 鈴木 秀和

Atomic

暮らしと原子力

なっとく！原子力とエネルギーの Q&A

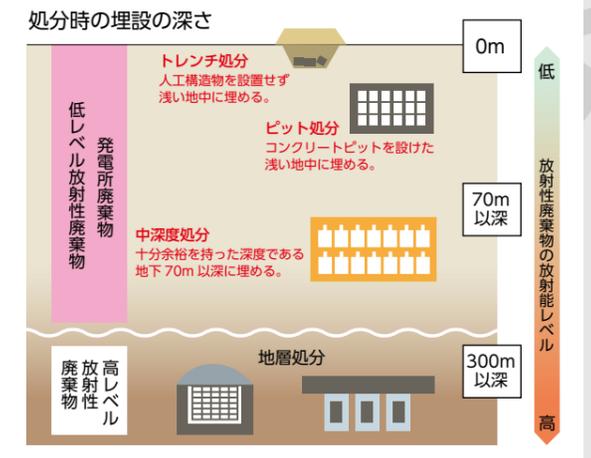
Q

原子力発電所で発生した低レベル放射性廃棄物はどうなるの？

A

低レベル放射性廃棄物は、高レベルに分類されるものを除いた放射性廃棄物の総称で、地中に埋め立て処分されます。

埋設の深さは放射能レベルにより異なります。放射能レベルが限りなく低いものは「トレンチ処分(浅い地中)」、比較的低いものは「ピット処分(浅い地中のコンクリートピット)」、比較的高いものは「中深度処分(地下70m以深)」に埋め立てられます。



照会 エネルギー政策課 ☎0537⑤1134

第25回しずおか市町対抗駅伝大会が11月30日(土)10時にスタートします。
選手は、県庁本館前から県営草薙陸上競技場までの42.195*₀を
12人でたすきをつないでいきます。
日々練習に励んできた選手たちを、みんなで応援しましょう。

照会 社会教育課 ☎0537²⁹8735

 40歳以上 清水 基之さん 株式会社トッパンコミュニケーションズ プロダクト	 40歳以上 西原 哲也さん スペラネックス	 一般男子 伊藤 大晴さん 城西大学4年	 一般男子 植田 航生さん 芝浦工業大学2年	 一般女子 藤田 智子さん 藤田ポデーサービス	 一般女子 丸尾 ミカさん ウエルシア
 高校生男子 鈴木 陽向さん 掛川西高2年	 高校生男子 牧野名実斗さん 池新田高2年	 高校生男子 長島 駆流さん 藤枝明誠高1年	 高校生女子 揚張 結さん 池新田高3年	 高校生女子 清水 唯さん 池新田高3年	 高校生女子 漢人ひかりさん 常葉菊川高2年
 中学生男子 長島 陸人さん 浜岡中1年	 中学生男子 藤田 健希さん 浜岡中1年	 中学生女子 漢人 なつきさん 浜岡中3年	 中学生女子 内田 あかりさん 雙葉中1年	 小学生男子 増田 文さん 浜岡北小6年	 小学生男子 増田 友さん 浜岡北小6年
 小学生男子 富岡 蒼太さん 第一小5年	 小学生女子 増田 朱南さん 浜岡北小6年	 小学生女子 匂坂 美侖さん 第一小4年	 監督 大橋 昌弘さん 株式会社中部プラントサービス	 コーチ 大塚 久美さん フルキャスト	

選手に応援
メッセージを
送ろう！



▲大会公式HP

第1区 中・高校生 (女子)	第2区 小学生 (男子)	第3区 小学生 (女子)	第4区 中・高校生 (女子)	第5区 高校生 (男子)	第6区 40歳以上 (男女不問)	第7区 中学生 (男子)	第8区 中学生 (女子)	第9区 小学生 (男女不問)	第10区 一般 (女子)	第11区 中・高校生 (男子)	第12区 一般 (男子)	
3.673km	1.903km	1.715km	3.549km	6.855km	3.911km	3.564km	3.020km	1.619km	3.051km	4.310km	5.025km	
県庁本館前	二之丸橋	二之丸橋	長谷通り 西草深町交差点	J A静岡市 あさはた支店	鳥坂 自治会館	清水六中	袖師生涯学習 交流館	清見湯公園	榎屋	清水区役所	清水七中	草薙 陸上競技場

しずおか市町対抗駅伝

11.30

SAT 10:00 START



PROFILE

⑥まつばやし ちどり(上岬区・バイク歴5年)
民宿八潮の女将。好きな観光名所は灯台下広場。

⑦たなか よしみち(白羽区・バイク歴6年)
The Green Room INNを夫婦で経営。
好きな観光名所はあらさわふる里公園。

⑧なつめ ともみ(下岬区・バイク歴1年)
お宿なかにしの女将。好きな観光名所は日向子坂からの風景。
3人が中心となり「#オマエザキライダー」プロジェクトを推進している。

▲#オマエザキライダー 公式Instagram



バイクで観光を盛り上げる #オマエザキライダー



▲7月28日のミーティングの様子

御前崎をバイクの聖地に
セミの鳴き声が響き渡り、本格的な夏を迎えた7月28日、バイク好きが集う交流会、#オマエザキライダーミーティングが開催された。御前崎渚の交番駐車場に70台以上のバイクが集結、夕日に向かってツーリングを開始した。「こんなにたくさんの方が集まり驚いた。バイクがもつ可能性に改めて感動した」と感嘆の声をあげるのは、主催のひとり夏目友実さん(下岬区)。ミーティングは、自身もライダーである友実さんが温めてきたアイデアのひとつだった。

ライダーに愛されるまちとは「市内観光業を盛り上げ、まちを活気づけたい。バイクがその起爆剤になれば」と話すのはライダー仲間松林千鳥さん(上岬区)。熱い思いをもつ彼女たちが所属する市観光協会未来部会で立ち上がったプロジェクトが「#オマエザキライダー」である。本市の誇る抜群のロケーションや観光スポットをライダーが堪能することで、ファンになっ

てもらいたい。周囲の協力を得てさまざまな企画を実行していった。まずは、SNSによる情報発信、次に市内の観光名所を巡るスタンプラリーとステッカー販売、そしてミーティングの開催。魅力発信のため奮闘した。

同部会長の田中善通さん(白羽区)は、「この活動は来訪者だけでなく、地元の人にも喜ぶ相乗効果で市内が活性化することを目指したい」と思い描く未来を話す。

「本市を訪れたライダーへ確実に魅力を感じたい。そこから家族や友人へ魅力が伝わり、ファンが増えていく。そうなれば観光はさらに盛り上がり、活気あふれるまちになるだろう」。そう語る3人の姿に市内観光の明るい未来が見えた。

▶遠州夢咲牛レザラーを使用したオリジナルステッカーは大好評





秋の おまえ志を にぎわい



まちに祭りばやしが響き渡る

秋の祭典が10月12日から13日にかけて市内各地で開催されました。市内のあちこちで、法被や肉じゅばんを身にまとった人々の威勢のいい掛け声や、地域ごとに伝わるさまざまな祭りばやしに響き渡りました。祭典を楽しむ人に話を聞くと、「お囃子を聞くと元気が出るよ」、「祭典が無事開催されることに感謝したい」などと充実した表情を見せました。

また、漆が塗り直されるなど、32年ぶりに全面改修された池新田地区大山の屋台。町内はより一層の盛り上がりを見せました。

秋の収穫への感謝や五穀豊穡、海上安全、大漁満足などの願いを込めて開催される祭典。まちに響き渡った祭りばやしは、余韻を残して幕を閉じました。

「うみかぜマップ」へのアクセス方法

パソコンやタブレット、スマートフォンから URL または二次元コードでアクセス



パソコン用サイト

<https://www2.wagmap.jp/omaezakicity/>

スマートフォン用サイト

<https://www2.wagmap.jp/omaezakicity-sp/>



市ホームページからもアクセス可能

仕事や暮らしに役立つ情報が、いつでもどこからでも閲覧可能になりました 御前崎市オンライン地図情報サービス「うみかぜマップ」

照会 デジタル推進課 ☎0537-81127

地図情報の閲覧方法

マップを選ぶ

STEP 01

見たいマップをクリック！



利用規約

STEP 02

地図をご覧になる際には利用規約をご確認の上、「同意」をクリックしてください。



場所を選ぶ

STEP 03

住所などで検索！
イラスト地図からも選べます



市では、市が保有する地図情報を提供することで、住民や事業者の皆さまの利便性向上を図ることを目的に、御前崎市オンライン地図情報サービス「うみかぜマップ」の運用を11月1日から開始しました。

「うみかぜマップ」には、道路や都市計画、防災、福祉施設情報などさまざまな地図情報を掲載しています。パソコンやタブレット、スマートフォンを使って、いつでもどこでも閲覧することができます。各種申請に必要な添付書類の作成などに活用できます。ぜひご利用ください。

「うみかぜマップ」で閲覧できる地図情報

閲覧できる主な地図情報は以下のとおりです。地図情報は今後も追加していく予定です。

道路	道路台帳図 ・道路台帳図 ・道路基準点	上下水道	上水道台帳 ・仕切弁 ・消火栓 ・空気弁 ・配水管	農業	農振地図 ・農振界 ・農用地区域(青地) ・農用地区域(白地) ・地番図
子育て支援	子育てマップ ・幼・保・こども園 ・小規模保育事業所 ・児童館 ・子育て支援センター	防災安全	津波ハザードマップ 洪水ハザードマップ 避難所・施設 ・広域・福祉・一次避難所 クーリングシェルター	観光史跡	市内の観光名所 御前崎学び歩きマップ 埋蔵文化財包蔵地
福祉医療	市内医療機関 介護サービス事業所 障がい者生活おたすけマップ 路線バス情報 クーリングシェルター	都市計画	都市計画マップ 屋外広告物 埋蔵文化財包蔵地 騒音振動規制区域図	地籍	基準点 参考地籍

施設を選ぶ

STEP 04

見たい施設のアイコンをクリック！



「マップ切替」で、同じ位置の他のマップ情報に表示変更できます。

レイヤー選択

STEP 05



表示したい情報をチェックボックスのON/OFFで選択できます。

2画面比較

STEP 06

異なるマップを並べて比較しながら地図を見ることができます。



上水道台帳 都市計画図

磐田市立総合病院・中東遠総合医療センター
令和7年1月10日から産科における救急当直が一部当番制になります

近年、働き方改革が社会全体で進められており、令和6年4月には医師の働き方改革の新制度が施行されました。働き方改革に取り組みながら中東遠地域の分娩体制を維持していくため、令和7年1月10日から産科における金曜日診療時間外の救急当直を当番制に変更します。

磐田市立総合病院	毎月 第1・3・5金曜日 17時～翌日8時15分
中東遠総合医療センター	毎月 第2・4金曜日 17時～翌日8時15分

- ※金曜日以外は、いずれか受け入れが可能な病院に搬送されます。
- ※当番病院で受け入れが困難な場合は、聖隷浜松病院や浜松医科大学病院へ搬送されます。
- ※いずれかの病院を「かかりつけ」として通院している妊婦さんは、かかりつけ病院に搬送されます。

照 会 健康づくり課 ☎0537⑤1123

令和7年4月1日からJR運賃の精神障がい者割引制度が開始します

対 象

精神障害者保健福祉手帳(旅客鉄道株式会社等旅客運賃減額第一種または第二種の記載かつ写真の貼付のあるもの)をお持ちの人
 第一種：精神障害者保健福祉手帳1級
 第二種：精神障害者保健福祉手帳2級または3級

利用手続きの流れ

- ①福祉課窓口で手続き
(第一種または第二種の記載、写真の貼付)
- ②JRの窓口で乗車券類を購入
※令和7年4月1日以降

制度の概要

①一人で利用する場合(片道の営業キロが100キロを超える場合)

対象者	対象の乗車券類	割引率
第一種精神障がい者 第二種精神障がい者	普通乗車券	5割

②介護者と一緒に利用する場合

- ・介護者は対象者と同一区間の乗車券類を購入できます。
- ・割引となる介護者は1人です。

対象者	対象の乗車券類	割引率
第一種精神障がい者	普通乗車券、回数乗車券、普通急行券、定期乗車券(小児定期乗車券を除く。)	5割
12歳未満の第二種精神障がい者	定期乗車券(小児定期乗車券を除く。)	5割

照 会 ▶割引内容や利用方法について JRまたは各鉄道会社へお問い合わせください
 ▶手帳への区分別記や手続きについて 福祉課 ☎0537⑤1121

確定申告は

マイナンバーカード × e-Tax で さらに便利!



マイナンバーカード×マイナポータルと連携
確定申告書に自動入力



◀国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」

令和6年分の確定申告には、スマホとマイナンバーカードを利用した[e-Tax 申告]をご利用ください。国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に沿って入力・操作することで、所得税の申告書や青色申告決算書・収支内訳書のほか、消費税の申告書の作成・送信が可能です。また、マイナポータルと連携することにより、給与所得の源泉徴収票(お勤め先から税務署にe-Taxなどで提出された源泉徴収票が対象)や控除証明書などのデータが自動入力されます。



マイナポータル連携の対象はこちら!

収入関係

- 給与所得の源泉徴収票*
- 公的年金等の源泉徴収票
- 株式の特定口座年間取引報告書

※[給与所得の源泉徴収票]の情報が自動入力の対象になるためには、お勤め先(給与等の支払者)が税務署にe-Taxで給与所得の源泉徴収票を提出していることが必要です。

控除関係

- 医療費・ふるさと納税・生命保険・地震保険
- 社会保険(国民年金保険料、国民年金基金掛金)
- iDeCo・小規模企業共済掛金・住宅ローン控除関係

マイナポータル連携の詳細はこちら!

国税庁HPの「マイナポータル連携特設ページ」をご確認ください。



確定申告会場が変わります

令和7年2月に開設する所得税及び消費税の確定申告会場が JA 掛川市茶業研修センター(千羽会場)から掛川税務署に変わります。駐車場の混雑が予想されますので、公共交通機関をご利用ください。

【掛川税務署(掛川市緑ヶ丘二丁目11番地4)】

- 電車：JR 掛川駅より徒歩15分
- バス：市街地循環線南回り
掛川税務署前停留所すぐ



国税に関する相談のお知らせ

チャットボットで相談

所得税の確定申告や、個人の消費税の確定申告などに関する相談にAIが自動で回答します。24時間利用可能です。



キーワードやシーンに合わせたQ&Aを検索

「タックスアンサー」では、キーワードやご自身のシーンに合った回答を探すことができます。



照 会 掛川税務署 ☎0537②5141 (自動音声の案内に従い[2]を選択してください)

お知らせ

11月・12月は 税の滞納整理強化月間

◆納税はわたしたちの義務です

税金は、教育や福祉、防災、道路の整備・補修など、私たちが安心して健康に暮らせる環境づくりのための重要な財源です。

税金の滞納は、市の財政を圧迫し、住民サービスに支障をきたします。また、納期限内に納税している大多数のひととの公平性を欠くことにもなります。滞納整理強化月間では徴収強化に取り組みます。

◆税金の納め忘れはありませんか
支払い能力があるのに納付がない滞納者に対し、財産差し押さえなど滞納処分をしています。

◆納期限を過ぎると危険です

①延滞金が増えます
納期限の翌日から日々延滞金が増算されます。

②財産を調査します

勤務先や取引先、金融機関などに所有財産を調査します。

③財産を差し押さえます

給与、売掛金、預金などを差し押さえます。

④滞納整理の専門機関が徴収します

滞納整理の専門機関が弁護士や警察などと協力しながら、徹底的

職場のトラブルで 悩んでいませんか？

静岡県では、賃金未払いや解雇など職場トラブルを解決するため、労働相談を受けるとともに、弁護士相談や県労働委員会のあっせん制度を紹介しています。あっせんでは「あっせん員」が間に入って解決のお手伝いをします。

※秘密は厳守されます。

受付日時 月～金曜日
9時～12時、13時～16時

場所 西部県民生活センター
相談料 無料

照会 西部県民生活センター
☎053(452)0144

募集

東海アクシス看護専門学校 令和7年度入学生募集(一般)

募集人数 推薦・社会人入学試験と合わせて60人

受験資格

- ①高等学校卒業業者または令和7年3月に高等学校を卒業見込みの人
- ②文部科学大臣が①と同等以上の学力を有すると認定した人

出願期間 12月4日(水)～12月18日(水) 17時15分必着

出願方法 直接または郵送(簡易書留)

に徴収します。

◆納税相談(税務課窓口)

期限内納付や滞納額の一括納付が困難な場合は、早めにご相談ください。※平日8時15分～17時

照会 税務課収納推進室

☎0537(8)1174

令和7年御前崎はたちの 集いを開催

令和6年11月1日時点で、本市に住民票がある20歳(平成16年4月2日)～平成17年4月1日生まれ(および市内中学校の平成31年度卒業生に案内状を送付します)。

日時 令和7年1月12日(日)
受付9時 開式10時

場所 御前崎市民会館
照会 社会教育課

☎0537(8)8735



▲ホームページ

婦人科がん検診 日程を追加

女性のがん罹患数第1位は乳がん、第5位が子宮がんです。がんを早期発見するためには定期的な検診を受けることが重要です。2年に1度の婦人科がん検診を必ず受けましょう。予約方法は追加日

学科試験 令和7年1月9日(木)

面接試験 令和7年1月10日(金)

面接追試験 令和7年1月17日(金)

※面接追試験は該当者のみ

合格発表 令和7年1月30日(木)

照会 東海アクシス看護専門学校

☎0538(8)1111



▲ホームページ

ミニトランポウォーク 参加者募集

日時 12月8日(日)10時～11時30分

場所 池新田地区センター

対象 市内在住・在勤の18歳以上

参加費 500円

申込方法 所定の用紙を照会先に提出または二次元コードから

申込期限 11月22日(金)

照会 社会教育課

☎0537(8)8735



▲申込フォーム

オペラ「新野の子守歌」 合唱団員募集

市制施行20周年を祝して開催するオペラ「新野の子守歌」に出演する合唱団員を募集します。練習日は照会先にお問い合わせください。

程の通知(はがき)をご覧ください。

対象 令和6年4月1日時点で

20歳以上かつ偶数年齢の女性であり、本年度婦人科がん検診を未受診の人

料金 乳がん検診1500円

子宮頸がん検診1000円

検診医療機関

①市立御前崎総合病院

検診期間 令和6年12月2日(月)～令和7年1月30日(木) 定員あり

②小野澤医院(乳がん検診は20歳～38歳の人のみ受け付け)

検診期間 令和6年12月2日(月)～令和7年1月31日(金)

照会 健康づくり課

☎0537(8)1123

騒音や悪臭などの公害で 困っていませんか？

市では、公害(騒音や悪臭など)により、生活に支障が出てお困りの人の相談を受けています。お気軽に照会先までご連絡ください。

◆相談時に聞き取る内容

- ・公害の種類や時間、場所
- ・どのように困っているのか
- ・原因者(特定できれば)

照会 環境課

☎0537(8)1162



▲ホームページ

申込期間 12月末まで

参加料 一般1万円

小中学生3000円

練習場所 御前崎市民会館ほか

開催日時 令和7年2月23日(日) 14時開演

照会 御前崎オペラ「新野の子

守歌創造プロジェクト事務局

☎0537(8)3433

宝くじ助成金で 祭典用備品を整備

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、祭典用屋台の修繕と祭典用備品の整備を実施しました。

この整備により、地域住民の伝統行事に関心を持つきっかけの一つとなり、コミュニティ活動の一層の活性化が期待されます。



「安全」と「安心」をまとめてお届け
ねっと安心サポート
【1】セキュリティサービス
【2】フィルタリングサービス
440円/月
【特典】通信端末修理費用保険
※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
とばぷり
最大 **5**円引
ガソリン・軽油
鳥羽石油

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！＼ おまえぎのたから 11月 生まれの 元気な子



すずき ひさと
鈴木陽咲人くん2歳
(本町)



すずき けいと
鈴木結友くん2歳
(白羽区)



しみず ゆあ
清水悠愛ちゃん1歳
(東町)



ますだ ゆの
増田悠乃ちゃん1歳
(中町)

かわいい笑顔を募集します。
対象：1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：12月9日(月)8時15分～20日(金)17時(先着8枠)
申し込みフォーム▶ 
照会：総務課
☎0537⑧1132



かわいいな～！
すくすく元気に
大きくなってね！

～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



ひき肉入り卵焼き

合いびき肉でうま味UP♪
ほうれん草の彩りも加わり
食欲をそそります！

材料（4人分）

合いびき肉……………120g
しょうゆ・砂糖…各小さじ2
卵……………6個
ほうれん草……………1/2束
油……………適量

▶ 1人分=204.8kcal
▶ 食塩相当量 0.8g

作りかた

- 1 合いびき肉にしょうゆ、砂糖を混ぜて下味をつけ、油をひいたフライパンで炒める。
- 2 ほうれん草はゆでて冷水にとり、水気を切って5cm幅に切る。
- 3 卵を溶きほぐし、1、2を混ぜる。
- 4 卵焼き器を中火で熱し、油をしみこませたクッキングペーパーで表面を拭いて3の1/3を流し入れる。
- 5 表面が固まり始めたら縁から巻く。4の作業を2回繰り返す。
- 6 食べやすい大きさに切ったら完成。

この冊子は雑紙としてリサイクルできます