



まちの元気応援マガジン

広報おまえざき

No.260



MAEZAKI

お兄さんと遊んで
笑顔が増えた日



おまえざきのきらり輝く人

日本スポーツマスターズ2025愛媛大会ゴルフ競技 男子団体で優勝

細川 悦男 さん


子どもが子どもらしく
いられるまちのために

ヤングケアラーとは、本来大人が担うと想定されている家事や家族の世話などを日常的に行っている若者や子どものことを指します。
あなたの身近にこんな子どもがいませんか？


子どもが子どもらしい時間を過ごせるよう、社会で守っていくことが大切です。まわりの人が気付き、声をかけ、手を差し伸べることで、ヤングケアラーが「自分は一人じゃない」「誰かに頼ってもいいんだ」と思える、「子どもが子どもでいられるまち」を、みんなでつくっていきま

**相談
窓口**


御前崎市社会福祉協議会
0548-5294 (平日9時～17時)




障害や病気のある家族に代わり、買い物・料理・掃除・洗濯などの家事をしている。




家族に代わり、幼いきょうだいの世話をしている。




障害や病気のあるきょうだいの世話や見守りをしている。




目を離せない家族の見守りや声かけなどの気づかいをしている。




日本語が第一言語でない家族や障害のある家族のために通訳をしている。




家計を支えるために労働をして、障害や病気のある家族を助けている。




アルコール・薬物・ギャンブル問題を抱える家族に対応している。



がん・難病・精神疾患など慢性的な病気の家族の看病をしている。



障害や病気のある家族の身の回りの世話をしている。



障害や病気のある家族の入浴やトイレの介助をしている。

御前崎市ヤングケアラー啓蒙啓発講演会
ヤングケアラーを取り巻く現状と、私たちにできること

日時 令和8年1月19日(月) 14時30分～16時

場所 御前崎市役所 3階302会議室

内容 第1部 14時30分～

テーマ 静岡県のヤングケアラー支援


講師 静岡県健康福祉部こども若者局こども家庭班 北川明宏 氏

第2部 15時15分～


テーマ ヤングケアラー支援の事例から見る支援の実際

講師 静岡県ヤングケアラーアドバイザー 安藤千晶 氏


申込期限
1月13日(火)



「ヤングケアラー」を知っていますか？



静岡県御前崎市
My Shimizu



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.260 12.December.2025

目次

003 「ヤングケアラー」を知っていますか？

004 旧可燃物専用指定袋の使用期限は令和8年3月31日
フードドライブにご協力ください

005 令和7年秋の叙勲
ワンバウンド・ふらば～るボールバレー・バウンズボール教室を開催

006 まちかど探訪
御前崎市に芸術の秋が来た / 河原崎きよさん長寿の祝い / まちをより良くするために / 消防士の仕事を体験しよう / 医療従事者向けの大会開催 / まちの貢献者に感謝の表彰 / おいしい日本茶を入れよう


008 おまえざきくらしのダイアリー

010 Series
おまえざきレシピコンテスト受賞作品 / ECOタネ
図書館情報 / 文芸おまえざき

012 おまえざきのきらり輝く人
日本スポーツマスターズ2025 愛媛大会ゴルフ競技 男子団体が優勝
細川 悦男さん

013 情報掲示板
補助金請求書が電子申請で提出可能 / 御前崎市DV防止講演会を開催 / 浄化槽を使用している皆さんへ / 里親制度ってどんな制度？休日里親相談会を開催 / リニア中央新幹線オープンハウス形式の説明会 / 優秀な成績を残した個人・団体に賞賛金を交付 / スマホなんでも相談会を実施 / 交通事故の補償問題でお困りの方へ / 大井川農業用水が断水早めの対策を ほか

016 かわいいおまえざきのたから / 食のまち御前崎



12月の表紙

お兄さんお姉さんと遊ぶの楽しいな

11月21日、はまおか幼稚園に浜岡中学校の2年5組32人が保育体験で訪れました。園児は、初めて会うお兄さんお姉さんとすぐに打ち解け、楽しさいっぱいの笑顔を見せていました。

御前崎市の人の動き

(令和7年11月末日現在の速報値)

人	口	29,293 (-13)
男		14,919 (-5)
女		14,374 (-8)
世帯数		12,206 (+16)

令和7年 秋の叙勲



旭日小綬章 - 地方自治功労 -

平成16年4月から令和6年4月までの20年間、永きにわたり市議会議員を務められました。

平成28年4月から平成30年4月まで、令和2年4月から令和4年11月まで、令和5年6月から令和6年4月までの3期(合計5年5か月)にわたり議長を務められたほか、文教厚生委員会委員長、総務経済委員会委員長、監査委員などの要職を歴任し、豊富な経験と卓越した識見をもって地方自治に貢献されました。

増田 雅伸 さん(薄原区)

元 御前崎市議会議員

照 会 総務課 ☎0537⑤1132

ワンバウンド・ふらば〜るボールバレー

バウンスボール

教室を開催します

ワンバウンド・ふらば〜るボールバレーとは

「ふらば〜る」という変形ボールを使用するバレーボールで、ボールをワンバウンドさせてから返球します。予測不能な動きをするため、バレーボール未経験者も楽しむことができます。

point! 軽いボールを使用するため、ボールに対する恐怖心をもつことなくプレーできます。



▲熊本県立天草青少年の家ホームページより引用



▲長野県上田市行政チャンネル

場所・日時

- ① B&G 海洋センター：令和8年1月14日(水)～2月18日(水) (毎週水曜日全5回) ※祝日は除く。
- ② 朝比奈体育館：令和8年1月15日(木)～2月12日(木) (毎週木曜日全5回)

※どちらも19:30から21:00まで

参加料 1,000円 定員 24人(先着順)

バウンスボールとは

3人1組で、専用の柔らかいボールをバウンドさせてから手の平で打ち合うスポーツです。「70歳以上はツーバウンドで返球できる」という特別ルールがあります。

point! 昨年10月に開催された「ねんりんピックはばたけ鳥取2024」に、競技種目として初めて採用されました。



◀鳥取県バウンスボール協会ホームページより引用



◀競技解説動画

申込期限
1月5日(月)
申し込みおよび詳細は二次元コードから



① B & G 海洋センター



② 朝比奈体育館

照 会 社会教育課 ☎0537⑨8735

旧可燃物専用指定袋の使用期限は 令和8年3月31日

令和6年度から可燃物専用指定袋の名称が「燃やすすかないごみ」に変更され、25Lと36Lの2種類となりました。

令和8年3月31日以降は、旧可燃物専用指定袋の使用ができなくなります。

年末は早めのごみ出しを！

年末は環境保全センターへ直接搬入される人が増えて混み合うため、早めの搬入にご協力をお願いします。

◆環境保全センターへの直接搬入

受付日 月曜日～金曜日、第2・4日曜日

※祝日、12月29日(月)から1月4日(日)は除く

搬入時間 8時30分～12時、13時～16時30分

ボタン電池やモバイルバッテリーなどの回収方法はこちら▶



◆家庭ごみの収集

下記の期間、集積所のごみは回収されません。

可燃ごみ 12月31日(水)～1月4日(日)

プラあり 12月29日(月)～1月4日(日)

※家庭ごみは、収集当日の0時から8時までに指定場所へ出してください。

※その他のごみの収集日は「家庭用ごみ収集カレンダー」をご確認ください。

照 会 市民課生活衛生係 ☎0537⑤1162
環境保全センター ☎0548⑤0044

フードドライブに ご協力ください



生活困窮世帯のために、食料の寄付を募ります。寄贈を受けた食料は、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。食料は、次の場所で回収します。

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

令和8年1月5日(月)から30日(金)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ごみ・浜岡福祉会館)
- ・各地区センター

希望食料

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、お茶漬けの素、のりなど常温保存できるもの

食料の条件

- ・賞味期限が令和8年4月以降のもの
- ・賞味期限が明記されているもの
- ・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 ☎0537⑤1121 社会福祉協議会 ☎0548③5294
浜岡福祉会館 ☎0537⑥8066



御前崎市に芸術の秋が来た

御前崎市文化協会による市民の芸術文化を披露する「御前崎市文化祭」が10月24日から11月3日にかけて市内各所で開かれました。

市民会館で開かれた芸能部門は、308人がカラオケや舞踊、吹奏楽などを発表し、912人が来場しました。芸能部門に加えて展示部門やお茶会が開かれ、2,188人が芸術の秋を楽しみました。

◀舞踊を披露する小田たま江さん



まちをより良くするために

浜岡中学校の3年生170人が10月31日、「御前崎市の未来を考えよう」というテーマで考えたまちをよりよくするための取り組みを市職員に発表しました。

シティプロモーション事業の一環で、まちの現在と未来を自分事として考えられるようにすることが目的です。GX推進課の丹所浩夢主事は「中学生の新しい発想を取り入れていきたい」と話しました。

◀環境政策に関する取り組みを発表する生徒



医療従事者向けの大会開催

市立御前崎総合病院による医療従事者向けのサーフィン大会「OMAEZAKI HOSPITAL SURF CUP」が11月2日、御前崎ロングビーチで開催されました。

サーフィンを通じてまちの魅力を感じてもらうことで、医療従事者不足の解消と地域医療の充実につなげることが目的です。大会には、茨城県から岡山県までの医療従事者63人が出場しました。

◀華麗なターンを披露する参加者



おいしい日本茶を入れよう

おいしいお茶の入れ方などを学ぶ「親子でたのしみお茶講座」が11月9日、図書館アスパルで開かれ、9組23人が参加しました。

講師は、日本茶シニア・インストラクターの資格を持つ戸塚彩子さん(新野南)が務めました。参加者の山本響心さん(本町)は「1杯目から3杯目まで味が違っておいしかった」と話しました。

◀戸塚さんから学んだ方法でお茶を入れる参加者



河原崎きよさん長寿の祝い

10月28日に100歳の誕生日を迎えた河原崎きよさん(朝比奈原)に、下村市長から祝い状や花束が贈られました。

70歳ごろまで米や茶などの農業を営んでいたきよさん。週3回のデイサービスで友人と話すことが楽しみだといいます。きよさんは「みんなに祝ってもらいうれしい」と笑顔を見せました。

◀息子夫婦と孫2人と一緒に暮らすきよさん



消防士の仕事を体験しよう

市消防本部は11月1日、「おまえざき消防フェスタ2025」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、861人が来場しました。緊急車両の見学のほか、7mの綱渡り体験や放水体験などが催され、子どもたちは目を輝かせながら、憧れの消防士になりきっていました。

◀消防士にサポートされながら放水体験をする子どもたち



▲市の発展にご尽力された皆さん

受彰者は次のとおり(敬称略)

【表彰】

▶地方自治功労

増田雅伸

▶産業振興功労

山下智久

【感謝状】

▶金品の寄付

株式会社望月塗工、日本発条株式会社、株式会社ウォーターエージェンシー、柳澤重夫

▶交通安全指導員

大澤俊郎

▶文芸おまえざき編集委員

田部井いつ子、増田嘉伸、松本由利、伊達潔

▶青少年健全育成サポート隊

貝塚勇、高塚清、栗林清志、鈴木清司、長島孝、赤澤正、島田春夫、下村菊志、吉村善五、遠州夢咲農業協同組合浜岡東支店

▶おまえざき介護予防運動指導士

松下哲夫、樽林詳子、松本としゑ、深間八千代

まちの貢献者に感謝の表彰

市は、本年度の市表彰式と感謝状贈呈式を11月6日に市研修センターで執り行いました。同式では、市の振興発展に寄与した2人を表彰し、23人に感謝状を贈りました。

増田雅伸さんは受彰者を代表して、「今回いただいた栄誉を励みに今後も精進を重ねていきます」と述べました。

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
<div>28</div> <div>先勝</div> <div></div>	<div>29</div> <div>友引</div> <div>市役所開庁日</div>	<div>30</div> <div>先負</div> <div>市役所開庁日</div>	<div>31</div> <div>仏滅</div> <div>市役所開庁日</div>	<div>1</div> <div>大安</div> <div> (㊤)堀口外科医院(外・呼・胃・肛・整) 牧之原市大沢617-1 ☎0548㊤5858 市役所開庁日 </div>	<div>2</div> <div>赤口</div> <div> (㊤)田形内科医院(内・小・心内・リハ) 牧之原市片浜1084-2 ☎0548㊤5320 市役所開庁日 </div>	<div>3</div> <div>先勝</div> <div> (㊤)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 市役所開庁日 </div>
<div>4</div> <div>友引</div> <div> (㊤)酒井内科医院(内・消) 牧之原市地頭方1丁目153-2 ☎0548㊤1100 </div>	<div>5</div> <div>先負</div> <div></div>	<div>6</div> <div>仏滅</div> <div></div>	<div>7</div> <div>大安</div> <div> 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 </div>	<div>8</div> <div>赤口</div> <div> 薬物・アルコール・ギャンブル依存相談【要予約】 ☎054(286)9245/13:00～16:00 県静岡総合庁舎 </div>	<div>9</div> <div>先勝</div> <div> 3歳児健康診査(R4.12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 </div>	<div>10</div> <div>友引</div> <div> 御前崎市消防出初式 開会14:00/ 御前崎市民会館 </div>
<div>11</div> <div>先負</div> <div> (㊤)石井内科皮膚科医院(内・小) 牧之原市静波248 ☎0548㊤0013 はたちの集い 受付9:00開会10:00/ 市民会館 </div>	<div>12</div> <div>仏滅</div> <div> (㊤)しろわクリニック(内・小・外・整・皮) 御前崎市白羽3521-10 ☎0548㊤3211 </div>	<div>13</div> <div>大安</div> <div> 2歳児歯科検診(R5.11月・12月生) 受付12:45～13:10/ 市役所西館3階 </div>	<div>14</div> <div>赤口</div> <div></div>	<div>15</div> <div>先勝</div> <div> 家庭教育支援 あそび塾 ☎0537㊤8735/9:00～11:00 図書館2階和室 HIV・B・C型肝炎・梅毒【要予約】 ☎0538㊤2253/16:00～17:30 県中遠総合庁舎西館1階 </div>	<div>16</div> <div>友引</div> <div> 6～7カ月児健康相談(R7.6月・7月生) 受付8:45～9:10/ 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 </div>	<div>17</div> <div>先負</div> <div></div>
<div>18</div> <div>仏滅</div> <div> (㊤)田形内科医院(内・小・心内・リハ) 牧之原市片浜1084-2 ☎0548㊤5320 御前崎市駅伝大会 9:10開始 / 浜岡総合運動場付近 </div>	<div>19</div> <div>赤口</div> <div> 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 薬物・アルコール・ギャンブル依存相談【要予約】 ☎054(286)9245/13:00～16:00 県静岡総合庁舎 </div>	<div>20</div> <div>先勝</div> <div> 1歳6カ月児健康診査(R6.5月・6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 </div>	<div>21</div> <div>友引</div> <div> 弁護士相談 受付☎0537㊤8066/13:00～15:00 浜岡福祉会館 </div>	<div>22</div> <div>先負</div> <div> すくすく相談(旧こどもの健康相談) 受付9:00～10:00/ 市役所西館3階 薬物・アルコール・ギャンブル依存相談【要予約】 ☎054(286)9245/13:00～16:00 県静岡総合庁舎 </div>	<div>23</div> <div>仏滅</div> <div> 2歳6カ月児歯科検診(R5.6月生) 受付12:45～13:10/ 市役所西館3階 </div>	<div>24</div> <div>大安</div> <div></div>
<div>25</div> <div>赤口</div> <div> (㊤)渥美医院(内・小・循・胃) 牧之原市波津1丁目41-1 ☎0548㊤0583 </div>	<div>26</div> <div>先勝</div> <div></div>	<div>27</div> <div>友引</div> <div></div>	<div>28</div> <div>先負</div> <div> もちもちくらぶ(6カ月～1歳児対象) 受付9:30～10:00/ 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 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 </div>	<div>29</div> <div>仏滅</div> <div> 2カ月児健康相談(R7.11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㊤2253/13:15～15:00 県中遠総合庁舎西館1階 </div>	<div>30</div> <div>大安</div> <div></div>	<div>31</div> <div>赤口</div> <div></div>



※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		
金属物	6	20	13	-	16	14	21	7
ガラス	13	6	20	9	-	21	7	14
ペットボトル	20	13	6	16	9	7	14	21
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)		
プラマークなし	9	9	9	14	14	12	12	8
陶磁器	-	-	-	-	-	-	-	-

1

January 2026
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)

市県民税(第4期)

2月2日

国民健康保険税(第7期)

2月2日

※後期高齢者医療保険料(第6期)

2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

2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

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・12/29～1/3)

※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・12/29～1/3)

俳句 おまえざき俳句会

すり切れた靴 今も私の足 守っている 小野田重代
電線から 声かけてくるカラス アイラブユー 小野田重代
高校野球 体が身軽に宙を飛ぶ 小野田重代
大きくなあれ くやし涙の運動会 増田葉子
酷暑乗り越え 揚羽蝶二頭舞う 増田葉子
夏バテの顔 鏡の中に母がいる 増田葉子
おむつはずしも 個人尊重 令和の子育て 増田葉子
白雨来たぞ 洗濯物が騒ぎ出す 鈴木喜夫
貝殻拾う 海の流れの子守歌 鈴木喜夫
墓洗う 涼くなったね盆終わる 鈴木喜夫

鈴木 喜夫
鈴木 喜夫
鈴木 喜夫
増田 葉子
増田 葉子
増田 葉子
増田 葉子
増田 葉子
鈴木 喜夫

夫の金魚が 私の方へ寄って来る 増森きく江
夏草に追われた畑に 種を蒔く 増森きく江
波乗りの娘に光る ど根性 増森きく江
打ち上げた花火と踊る 遠い空 増森きく江
釘付けのタイブレーク 息を飲む 長尾美喜子
猛暑去る 種蒔く準備 腰重く 長尾美喜子
当てもなく 童心に返る駄菓子屋さん 長尾美喜子
初司会 亡母の上着勇氣出る 鈴木喜夫
海の幸 波の音して皿の上 鈴木喜夫
終戦日 洗脳された私が立っていた 鈴木喜夫

鈴木 喜夫
鈴木 喜夫
鈴木 喜夫
増森きく江
増森きく江
増森きく江
増森きく江
増森きく江
鈴木 喜夫

Books

図書館情報

1 おにたろかっぱ (戌井昭人／著)



3歳のタロと、崖っぷちミュージシャンの父ちゃん。門司港、山口、尾道、倉敷、京都…。ライブをしながら、2人は旅をして…。親子の時間のかけがえのなさに、笑いながら泣けてくる物語。

出版／中央公論新社

2 永遠猫の祝福 (清水晴木／著)



中学生の景奈が会ったのはベージュと黒のマーブル模様の猫エルだった。永遠にも似た時間を生きるエルが、母や友との向き合い方に悩み揺れる景奈に問いかけた言葉とは…。

出版／実業之日本社

3 クッキー投票！ (M. マクナマラ & D. バーンストロム／文 G. ブライアン・カラス／絵 椎名かおる／訳)



クラスで、州の「花」や「鳥」があるのに「クッキー」がないことに気づき、「州のクッキー」を決めようとするが…。「投票」のすすめかたがわかる絵本です。

出版／あすなろ書房

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つくろう！

RECIPE CONTEST

おまえざきレシピコンテスト受賞作品



調理時間 30分	
使用している特産品：トマト	
材料（2人分）	
トマト……………3個	◆ケチャップ…大さじ1
ジャガイモ……………1個	◆砂糖……………小さじ1/4
合い挽き肉……………50g	◆カレー粉……………小さじ1/4
タマネギ……………1/4個	◆ソース・しょうゆ・
サラダ油……………適量	料理酒…各小さじ1
チーズ……………適量	塩こしょう……………少々

栄養満点☆まるごとトマト！！

小中学生の部 優秀賞レシピ
考案者 今井 梨里穂 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)

15/30作品



まるごとトマトで見た目も豪華♪
栄養バランス◎の身体にも嬉しい1品！

作り方

- 1 ジャガイモはカットし、柔らかくなるまでゆでてざるにあげる。
- 2 タマネギはみじん切りにし、トマトは中身をくりぬく。
- 3 フライパンに油をひき、くりぬいたトマトの中身を炒め、水分が飛んだらタマネギを加え、炒める。
- 4 タマネギがしんなりしたら合い挽き肉を加え、火が通ったら◆も加えて炒める。
- 5 に1を入れてまぜ、中身をくりぬいたトマトに詰める。チーズをのせて200℃のオーブンで10分程度焼く。
- 6 塩・こしょうで味付けし、パセリを盛りつけたら完成♪

照 会 健康づくり課 ☎0537-1123

ENVIROMENT

ECOタネ

学ばって、おもしろい！
GXと暮らしの関係



クリーンエネルギーってどんなエネルギーのこと？

「クリーンエネルギー」とは、太陽や風、水など、自然の力を利用してつくられるエネルギーのことです。クリーンエネルギーは、石油や石炭などの化石燃料を燃やさずに発電できるため、地球温暖化の原因の一つである二酸化炭素をほとんど排出しません。

市では、太陽光発電などの導入が進み、環境にやさしいまちづくりが広がっています。節電をしたり、再生可能エネルギーを選択したり、私たちひとりひとりにできることから取り組み、持続可能な社会を未来へつなげていきましょう。



太陽光発電



風力発電

照 会 GX推進課 ☎0537-1134

補助金請求書が
電子申請で提出可能

「新エネルギー・省エネルギー機器導入促進補助金」の請求書が電子申請で提出できるようになりました。これまで必要だった押印や紙での郵送・窓口持参が不要となり、申請から完了報告まで全ての手続きをオンラインで完結できます。

※「省エネ診断補助金」「中小企業者省エネルギー・GX推進事業費補助金」の請求書も電子申請の対象です。

照会 GX推進課

☎0537-851134



▲ホームページ

御前崎市
DV防止講演会を開催

あなたのまわりにつらい思いをしたり、なんだか涙が出たり、心が壊れる思いをしている人はいませんか？あなた自身は大丈夫ですか？DVについて知ること、理解することは「誰もがしあわせになる」一歩です。

日本スポーツマスターズ2025愛媛大会
ゴルフ競技男子団体が優勝ほそかわ えつお
細川悦男さん

PROFILE

ほそかわ えつお(61歳・門屋)
「ゴルフを通じて全国に交友関係が広がるのも楽しみのひとつ」と笑顔を見せる悦男さん。

風を読み、自分と向き合う

細川悦男さん(門屋)が、9月9日から10日にかけて愛媛県で開かれた「日本スポーツマスターズ2025愛媛大会」に静岡県代表として出場し、ゴルフ競技男子団体が優勝、個人で10位タイと大健闘を見せた。

悦男さんは、プロ大会を観戦したことをきっかけにゴルフへ興味を持ち始めた。野球を趣味としていたが、社会人になると仲間を集めるのが難しい。そこで、個人競技であれば自分のペースで取り組めるのではないかと考え、24歳のときにゴルフを始めた。上達する中で、プロ選手と同じコースを回る機会にも恵まれ、「上には上がいる」と実感し、さらに練習に励んだ。

全国大会への出場権は過去にも得ていたが、仕事の都合で参加できなかったという悦男さん。初出場ながら良い結果を収め、「自分でも驚きました。とてもうれしいですね」と喜びを表す。

悦男さんは、「毎回違う条件の中でプレーすることが楽し

い」とゴルフの魅力を語る。止まっているボールを打つ競技であるが、決して同じ状況はなく、その時々気持や体調がプレーに反映されるという。自分の心身に向き合い、風向きや強さを読みながらプレーすることがおもしろさだと語る。

若手を育て、自らも磨く

悦男さんは、競技人口の裾野を広げるため、若手育成にも力を入れ、ゴルフ練習場で若者や子どもに積極的にアドバイスをしている。「人に教える以上、自分も上を目指さなければならぬ」と考え、練習を続けてきたことが今回の結果につながったのだと思いきやと振り返る。

悦男さんは今後の目標を「長く続けること」と話す。体が動く限りゴルフを続けるため、毎日のウォーキングや筋力トレーニングを欠かさない。「続けることが日々の励みとなり、前向きな気持ちにつながる」とはにかむ。日々の鍛錬と情熱を積み重ねてきた悦男さんの姿は、地域に元気を届けてくれるだろう。

お知らせ

日時 令和8年1月24日(土)

10時～11時30分

場所 研修センター2階大研修室

講師

社会福祉士 瀧野 裕子氏

社会福祉士 飯田 みどり氏

申し込み 電話または電子申請

参加費 無料

※託児あり。申し込み時にお伝えください。

照会 福祉課

☎0537-851121



▲申込フォーム

浄化槽を使用している
皆さんへ

浄化槽を使用している人には、浄化槽法により年3回以上の保守点検、年1回以上の清掃、毎年1回の法定検査が義務付けられています。合併処理浄化槽・単独処理浄化槽にかかわらず、浄化槽を使用している人には、検査実施の案内が届きますので必ず法定検査を受けてください。検査は、県が指定する一般財団法人静岡県生活科学検査センターが実施します。

◆白羽・御前崎地区の皆さんへ
合併処理浄化槽への転換を推進しています。補助金を活用できますので、汲み取り便槽・単独処理浄

里親制度ってどんな制度？
休日里親相談会を開催

里親ってどんな人になるの？どのくらいの期間受け入れるの？少しでも興味のある人は相談会へお立ち寄りください。

日時 令和8年2月21日(土)

14時～16時

場所 デンマーク牧場こども家庭サポートセンター

申し込み 不要

照会 児童家庭支援センターたより

☎0538-247951

リニア中央新幹線
オープンハウス形式の説明会

リニア中央新幹線の概要や大井川の水資源に関するJRR東海の取り組みについて、パネルや映像などで紹介します。地域の皆さまのお声をお聴かせください。

日時 ①1月18日(日) 10時～16時

☎0537-851126

照会 上下水道課

申込先 静岡県生活科学検査センター

☎054(621)5030

照会 上下水道課

優秀な成績を残した個人・
団体に賞賜金を交付

市では、本年度開催の全国以上の大会に出場した、市内に住所を有する個人または団体に、「スポーツ及び芸術文化振興賞賜金」を交付しています。

交付条件

- ・地区大会などの予選を伴う全国大会に出場した個人および団体
- ・各種団体の推薦を受けて出場した個人および団体
- ・実施要項の規定(標準記録など)を満たして全国大会に出場した個人および団体

照会 社会教育課

☎0537-298735



▲アンケート

☎054(685)1452

照会 JR東海 中央新幹線静岡工務事務所

※混雑時は入場を制限する場合があります。

※大井川流域にお住まいの人へアンケートを実施しています。二次元コードから回答してください。

②1月19日(月) 14時～20時

場所 研修センター2階大研修室

※開催時間内はいつでも入退場可能です。

※混雑時は入場を制限する場合があります。

※大井川流域にお住まいの人へアンケートを実施しています。二次元コードから回答してください。

照会 JR東海 中央新幹線静岡工務事務所

☎054(685)1452



▲アンケート

スマホなんでも相談会を実施

スマホを買ったけど使い方が分からない、LINEを使いたいなど相談内容は自由です。貸出端末もありますので、スマホを持っていない人でも相談できます。

日時 令和7年12月22日(月)、令和8年1月29日(木)、2月27日(金)、3月27日(金) 10時～16時

※相談時間は1人25分まで
場所 御前崎ケーブルテレビ

申込方法 照会先に電話(予約制)
参加料 無料

照会 (株)御前崎ケーブルテレビ
☎0537-88882



交通事故の補償問題でお困りの方へ

自動車事故の被害に遭い、示談をめぐる損害賠償の問題でお困りの方へ、センターの弁護士が中立・公正な立場で、当事者間の紛争解決のお手伝いをします。被害者ご本人が損害賠償問題の法律知識がなかったり、交渉に不慣れであっても安心です。

第45回危険業務従事者叙勲

瑞宝双光章 増田 敏 さん
警察功労 (上朝比奈・74歳)

昭和44年4月に静岡県警察官を拝命されました。主に刑事課に配属され、平成23年3月に定年退職するまで事件の捜査や解決に尽力されました。

照会 総務課 ☎0537-1132

お子様の教育資金を「国の教育ローン」がサポート

国の教育ローンは、高校や短大、大学、専修学校などの各種学校や外国の高校、大学などに入学・在学するお子さまをお持ちのご家庭を対象とした公的な融資制度です。
融資額 お子さま一人につき350万円以内
金利 年3・15%
※母子家庭などは年2・75%(令和7年9月1日現在)

返済期間 20年以内
照会 教育ローンコールセンター
☎0570(00)8656



▲ホームページ

募集

世界で一つの手作り黒はんぺんを作ろう

日時

①令和8年2月7日(土)
②令和8年2月11日(水)(祝)

両日とも9時15分～正午

場所 静岡県立焼津青少年の家
対象 3歳以上の家族・グループ(各グループ最大6人、小学生以下は保護者同伴)

参加料 1000円

申込方法 ホームページから
※申し込み多数の場合は抽選

申込期間 令和8年1月6日(火)正午～1月20日(火)13時
照会 静岡県立焼津青少年の家
☎054(624)4675

放送大学2026年度4月入学生を募集

10代から90代の8万人以上が、大学卒業や学びを楽しみなど、さまざまな目的で学んでいます。心理学や経済、歴史、文学、自然科学など300以上の授業科目を、テレビやインターネットでいつでもどこでも学ぶことができます。

募集期限
第1回 令和8年2月27日(金)

法律の専門家を活用することにより、早期に紛争解決を図ることができます。センターでの弁護士費用は、解決するまで一切かかりません。まずは、電話で予約をお願いします。

大井川農業用水が断水 早めの対策を

中部電力(株)川口発電所の法定点検の実施に伴い、大井川農業用水が完全断水します。農業用水を使用している皆さまは、早い時期からの断水対策をお願いします。

断水期間 令和8年1月1日(木)～8日(木)
照会

▼大井川右岸土地改良区
☎0537-2413

▼農林水産課
☎0537-1125

所得税の申告相談を受け付けます

令和8年1月5日(月)～2月9日(月)の期間、税務署での申告相談を、事前予約制により実施しています。事前予約の方法は、LINEまたは電話です。「国税庁LINE

E公式アカウント」を友だち追加していただくと、令和7年12月下旬以降、順次予約が可能となりますので、ぜひご利用ください。
※当日受付は実施していません。



▲国税庁LINE

手洗いは食中毒と感染症予防に有効です

ノロウイルスによる食中毒や感染性胃腸炎は、一年を通して発生しますが、特に冬季に流行する傾向があります。ノロウイルス食中毒を予防するためには、手洗いと加熱が最も重要です。調理前後やトイレの後には石けんで「2度洗い」を実施しましょう。また、カキなどの二枚貝は、中心部まで「85度～90度で90秒以上」加熱することが必要です。食品にウイルスを「つけない」ために、下痢やおう吐症状のある人は調理作業を避けるべきです。調理器具や共有スベースは「次亜塩素酸ナトリウム」で消毒することも有効です。

照会 静岡県西部保健所掛川支所
☎0537-3262

第2回 令和8年3月16日(月)
授業料 1単位6千円(入学金別)
照会 放送大学浜松サテライトスペース
☎053(453)3303



▲ホームページ

平和を仕事にする 防衛省職員を募集

◆自衛官候補生
受験資格 18歳以上33歳未満の人
募集期間 年間を通じて募集
※試験日などは受付時に伝えます。
照会 自衛隊静岡地方協力本部 袋井地域事務所
☎0538-3717

磐田市立総合病院がんサロン「なごみ」を開催

内容
①患者さんやご家族が集い、語り合う場
②イースター飾り作り
日時 1月23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
☎0538-5286

広告募集中

市内事業者 1枠10,000円/1月
市外事業者 1枠15,000円/1月
発行部数 10,000部

照会 総務課 ☎0537-1132



＼かわいい／ おまえぎのたから 12月 生まれの 元気な子



おやまだ ゆうひ
小山田 結陽くん 3歳
(下木)



くりやま あかり
栗山 明花里ちゃん 3歳
(桜ヶ池)



さいき りあ
齋木 梨愛ちゃん 3歳
(大山)



さわいり ゆうま
澤入 悠真くん 3歳
(大山)



おおいし さゆ
大石 沙優ちゃん 2歳
(下岬区)

かわいい笑顔を募集します。
対象：2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：1月5日(月)8時15分～
16日(金)17時(先着8枠)
申し込みフォーム▶
照会：総務課
☎0537-1132



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



大根シラス炒め

生姜と唐辛子がアクセントに
なっていて、薄味でもおいしく
いただけます。

材料（4人分）

大根……………120g
生姜……………15g
シラス干し……………12g
サラダ油……………大さじ1
唐辛子(輪切り)……………適量
◆しょうゆ……………小さじ2
◆みりん……………大さじ1

▶ 1人分=48kcal
▶ 食塩相当量 0.6g

作りかた

- 1 大根は皮をむいて、拍子木切りにする。しょうがは千切りにする。
- 2 フライパンにサラダ油を熱し、シラス、生姜、唐辛子、大根の順に炒め、◆で味を整えて完成。