

まちの元気応援マガジン 広報おまえざき No.260

# MAEZAKI

2025  
12



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 悅男 さん

## CONTENTS

- 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～るポールバレー・バウンスボール教室を開催
- 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 男子団体で優勝  
**細川 悅男さん**
- 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 / 済生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



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「〇」と「オ」を図案化したもの。ブルーは遠州灘、オレンジは太陽、太陽に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。

# 「ヤングケアラー」を知っていますか？

## 子どもが子どももらしく 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？

照会 御前崎市社会福祉協議会

☎ 0548⑥5294

ヤングケアラーは、本当に享受できたはずの、勉強に励む時間、部活に打ち込む時間、将来に思いを巡らせる時間、将来の他愛ない時間など、「子どもとしての大切な時間」と引き換えに、家事や家族の世話をしています。ヤングケアラー本人は、特になことだと気付いていないことが多い、周囲も気付いていないのが現状です。

子どもが子どももらしく過ごせるよう、社会で守つていてることが大切です。まわりの人気が付き、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」「誰かに頼つてもいいんだ」と思える、「子どもが子どもでいるから」と思われるまちを、みんなでつくっていきませ

**御前崎市社会福祉協議会**  
0548⑥5294 (平日9時~17時)



## 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 申込期限  
1月13日(火)

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



## SNS



LINE



Instagram



Facebook



X (旧Twitter)



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人が保育体験で訪問しました。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っていました。



(令和7年11月末日現在の速報値)

|     | (前月比)  |       |
|-----|--------|-------|
| 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ヶ月)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

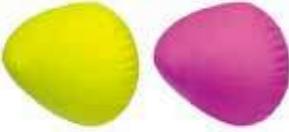
照 会 総務課 ☎ 0537⑧1132

## ワンバウンド・ふらば～るボールバー 教室を開催します

### ワンバウンド・ふらば～るボールバーとは

「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

### 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

### 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)

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「燃やすしかないごみ」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 ☎ 0537⑧1162  
環境保全センター ☎ 0548⑧0044

## 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・浜岡福祉社会館)
- 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 ☎ 0537⑧1121 社会福祉協議会 ☎ 0548⑧5294  
浜岡福祉社会館 ☎ 0537⑧8066



## 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



## 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されました。

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



## 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



## 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



## 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



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、榑林詳子、松本としあ、深間八千代



## 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「親子でたのしむお茶講座」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杯目まで味が違つておいしかった」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

## 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

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 ☎0537⑧1135

## ●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 ☎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・12/29~1/3)  
※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

▶櫻原医師会

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・12/29~1/3)

28 先勝

29 友引

市役所閉庁日

30 先負

市役所閉庁日

31 仏滅

市役所閉庁日

4 友引

（）酒井内科医院(内・消)  
牧之原市地頭方1丁目153-2  
☎0548⑧1100

5 先負

6 仏滅

7 大安

精神保健福祉総合相談【要予約】  
☎0537⑧3263/13:30~15:00  
西部健康福祉センター掛川支所

11 先負

（）石井内科皮膚科医院(内・小)  
牧之原市静波248  
☎0548⑧0013  
はたちの集い  
受付9:00開会10:00/市民会館

12 仏滅

（）しろわクリニック(内・小・外・整・皮)  
御前崎市白羽3521-10  
☎0548⑧3211

13 大安

2歳児歯科検査(R5.11月・12月生)  
受付12:45~13:10/ 市役所西館3階

14 赤口

18 仏滅

（）田形内科医院(内・小・心内・リハ)  
牧之原市片浜1084-2  
☎0548⑧5320  
御前崎市駅伝大会  
9:10開始 / 浜岡総合運動場付近

19 赤口

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  
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

20 先勝

1歳6ヶ月児健康診査(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)  
☎0548⑧5945/17:00~19:00

21 友引

弁護士相談  
受付☎0537⑧8066/13:00~15:00  
浜岡福祉会館

25 赤口

（）渥美医院(内・小・循・胃)  
牧之原市波津1丁目41-1  
☎0548⑧0583

26 先勝

27 友引

28 先負

もちもちくらぶ(6ヶ月~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☎0548⑧5294/13:00~15:00  
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



※発行日時点で実施が未決定のものは掲載していません。

1 大安

（）堀口外科医院(外・呼・胃・肛・整)  
牧之原市大沢617-1  
☎0548⑧5858  
市役所閉庁日

2 赤口

（）田形内科医院(内・小・心内・リハ)  
牧之原市片浜1084-2  
☎0548⑧5320  
市役所閉庁日

3 先勝

（）あかほりクリニック(産婦・女内・内・小)  
牧之原市片浜873-2  
☎0548⑧5555  
市役所閉庁日

8 赤口

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

9 先勝

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】  
☎0537⑧1121/13:30~16:30  
市役所3階

10 友引

御前崎市消防出初式  
開会14:00/ 御前崎市民会館

15 先勝

家庭教育支援 あそび塾  
☎0537⑧8735/9:00~11:00  
図書館2階和室  
HIV・B・C型肝炎・梅毒【要予約】  
☎0538⑧2253/16:00~17:30  
県中遠総合庁舎西館1階

16 友引

6~7ヶ月児健康相談(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】  
☎0537⑧1121/9:00~16:00  
研修センター2階

17 先負

22 先負

すぐすぐ相談(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

23 仏滅

2歳6ヶ月児歯科検査(R5.6月生)  
受付12:45~13:10/ 市役所西館3階

24 大安

29 仏滅

2ヶ月児健康相談(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】  
☎0538⑧2253/13:15~15:00  
県中遠総合庁舎西館1階

30 大安

| ゴミ収集日            |             | 東町・本町<br>早苗町 | 中町・大山 | 門屋<br>塩原・合戸 | 佐 倉        | 比木・新野<br>朝比奈 | 上岬・下岬<br>大山・西側 | 女岩・広沢<br>新谷・薄原 | 中原・白羽<br>白浜・新神子 |
|------------------|-------------|--------------|-------|-------------|------------|--------------|----------------|----------------|-----------------|
| 毎週月・木曜日          |             |              |       |             |            |              | 毎週火・金曜日        |                |                 |
| 可燃物              |             | 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・<br>プラスチック類 | ブラマーク<br>あり | 金曜日(第2を除く)   |       |             | 水曜日(第2を除く) |              |                | 月曜日(第2を除く)     |                 |
|                  | ブラマーク<br>なし | 9            | 9     | 9           | 14         | 14           | 12             | 12             | 8               |
| 陶磁器              |             | -            | -     | -           | -          | -            | -              | -              | -               |







# かわいい あまえさきのたから

12月  
生まれの  
元気な子



かわいい笑顔を募集します。

**対象:** 2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:** 1月5日㈪8時15分～16日㈮17時(先着8枠)

**申し込みフォーム▶**

**照会:** 総務課

✉ 0537-85-1132



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

生姜と唐辛子がアクセントになつて、薄味でもおいしくなつります。

**大根シラス炒め**

## 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。