

2026  
3

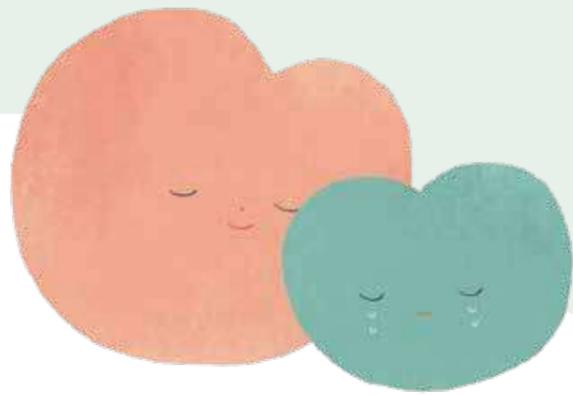
# MAEZAKI



歩幅を合わせて

ひと足早い春を歩く





# 3月は命を守る月間です

3月は、大切な命について考える「自殺対策強化月間」です。この時期は、就職や転職、転居など、生活環境が大きく変わる時期で、自殺者数が増加する傾向にあります。

自殺者の多くが、健康や家族の問題といったさまざまな要因が重なり、追い込まれた末に自らの命を絶つ選択をしています。自殺に至る直前には、うつ病などの精神疾患を抱えていた人も多く、周りにさまざまな「サイン」を発しています。

## ストレスサインに気づこう あなたがストレスを感じたときに出るサインは？

### こころのサイン

- 不安や緊張が高まる
- イライラ、怒りっぽい
- 気分が落ち込んで、やる気が出ない
- 人づきあいが面倒になる



### 体のサイン

- 肩こり、頭痛、腰痛、膝痛
- 寝つきが悪い、夜中や朝方に目が覚める
- 食欲がない、食べ過ぎてしまう
- めまい、耳鳴り

自殺を防ぐには、相手のこころのサインに気づき、適切に関わるのが重要です。この役割を担う人をゲートキーパー(命の門番)といいます。悩んでいる人に寄り添い、関わりを通して「孤独・孤立」を防ぎ、支援します。

## 身近な人のこころのサインに気づいたら…

あなたもできる自殺予防のための行動(ゲートキーパーの役割)



### 気づき

家族や仲間の変化に気づいて声をかける

### 傾聴

本人の気持ちを尊重し、耳を傾ける

### つなぎ

早めに専門家への相談を勧める

### 見守り

温かく寄り添いながら、じっくりと見守る

## 周りの人が気づくこころのサイン



- 体調不良の訴えが多くなる
- 表情が暗く、元気がない
- 仕事や家事の能率が低下し、ミスが増える
- 周囲との交流を避けるようになる
- 遅刻、早退、欠勤(欠席)が多くなる
- お酒の量が増える
- 服装や身だしなみがだらしなくなる

照会 福祉課 ☎0537⑤1121

## こころの健康に関する相談窓口

相談窓口	受付時間
御前崎市福祉課 ☎ 0537⑤1121	月～金(祝日を除く) 8:15～17:00
相談支援事業所 Mネット ☎ 0537⑥7576	月～金(祝日を除く) 9:00～17:00
こころの電話 ☎ 0538⑦5560	月～金(祝日を除く) 8:30～11:45 13:00～16:30
静岡県うちあけダイヤル LINE相談@静岡 (対象：県内の39歳以下)	14:00～22:00



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 目次 まちの元気応援マガジン 広報おまえざき No.263 13.March.2026

- 003 | 3月は命を守る月間です
- 004 | 令和8年4月1日から  
市役所の行政組織が変わります
- 005 | 御前崎市職員を募集します
- 006 | みんなスポーツしようぜ！  
スポーツ少年団入団者を募集
- 008 | まちかど探訪  
河原崎豊子さん長寿の祝い / 岡村松枝さん長寿のお祝い / タスキと思いつないで力走 / 命を守る職場づくりを推進 / プロサッカーチームが合宿 / 飯塚翔太選手に走り方学ば / 2団体が環境大臣表彰受賞 / 有事に備え災害協定を締結
- 010 | おまえざきくらしのダイアリー
- 012 | 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
- 014 | おまえざきのきらり輝く人  
第78回静岡県書きぞめ展西部地区で静岡県知事賞を受賞  
砂本 剛幸さん
- 015 | 令和8年度 市税等納期一覧表
- 016 | TOPICS  
「令和7年度静岡県広報コンクール」3部門で入賞 / 「第18回静岡県景観賞」で優秀賞を受賞 / 静岡ブルーレヴズ市民無料招待 / 御前崎市指定文化財へ新たに指定 / 令和8年4月1日から自転車に「青切符」が導入 / マイナ保険証を正しく使おう
- 018 | 情報掲示板  
令和8年高齢者叙勲 / 旧可燃物専用指定袋の期限は令和8年3月31日 / 軽自動車税種別割の減免申請は5月25日まで / 令和8年4月から督促手数料を廃止 / 森林づくり県民税の課税期間を延長 / 母子免疫RSウイルスワクチンが定期接種に変更 ほか
- 020 | かわいいおまえざきのたから / 食のまち御前崎



3月の表紙

### 歩幅に合わせてひと足早い春を歩く

「浜岡砂丘さくら祭り2026」が2月21日から3月7日まで、白砂公園で開催されました。期間中は市内外から多くの来場者が訪れ、濃いピンク色に咲き誇る河津桜を楽しみました。

御前崎市の人の動き	(前月比)	
	人口	世帯数
人	29,190 (-24)	
男	14,877 (-12)	
女	14,313 (-12)	
世帯数	12,215 (+4)	

(令和8年2月末日現在の速報値)

# 公務員=堅い

## それ、変えませんか？



令和9年4月1日採用  
御前崎市職員を募集します

照会 総務課 ☎0537⑤1132

令和8年4月1日から

## 市役所の行政組織が変わります

市では、複雑・多様化する市民ニーズや新たな行政需要に迅速かつ的確に対応するため、政策や施策を戦略的に展開できるように、令和8年4月1日から行政組織を変更します。

第3次総合計画の基本目標を実現する目的志向型の組織にすることで、事務の効率化を図り、行政サービスの品質向上を目指します。

照会 総務課 ☎0537⑤1132

令和7年度			令和8年度		
総務部	総務課	行政係 秘書広報係 人事給与係	総務部	総務課	行政係 秘書係 人事給与係
	企画政策課	企画係		法務文書室	法務文書係
	協働推進室	協働推進係		企画政策課	企画係
			協働推進室	協働推進係	
			シティプロモーション推進室	シティプロモーション推進係	

### 1 総務課内に「法務文書室」を新設

総務課に「法務文書室」を新設します。

法務文書室は、条例や規則など法令の整備・審査、適正な運用支援、さらには公文書の管理を専門的に担当する部署です。法令遵守(コンプライアンス)の徹底と文書の正確性・透明性の確保を図ります。

近年、行政を取り巻く法制度は高度化・複雑化しており、市民ニーズも多様化しています。こうした状況に対する的確に対応するため、専門性を高めた体制を整備し、迅速かつ正確な行政運営を推進します。法制機能の強化により、公正で信頼される市政の実現を目指します。



### 2 企画政策課内に「シティプロモーション推進室」を新設

企画政策課内に「シティプロモーション推進室」を新設し、総務課秘書広報係の広報・シティプロモーションに関する業務を移管します。また、これまで企画政策課企画係で取り組んできた移住定住やふるさと納税に関する業務もシティプロモーション推進室に移管します。

厳しい財政状況に立ち向かい、「挑戦」できる体制を構築することを目的に、情報発信と施策を一体的に推進します。本市が持つ豊かな自然、特色ある産業や文化、人の温かさといった多彩な魅力を磨き上げ、効果的に市内外へ発信することで、移住・定住の促進や関係人口の拡大、さらには地域経済の活性化へとつなげます。市民や事業者の皆さまとも連携しながら、本市の価値を高める取り組みを進めます。





### 正剛黒潮空手道

対象 幼年、小学1年～6年生の男女  
地域 市内全域(市外も可)  
練習 毎週木曜日  
18時30分～20時  
指導者 中嶋 祥雄 ☎090-4083-5133



### 黒潮キッズバレーボール

対象 小学1年～6年生の男子  
地域 市内全域  
練習 毎週火・木・金曜日17時30分～19時30分  
土・日曜日練習・大会参加有  
指導者 鈴木 正人 ☎0537⑥7865



### 浜岡黒潮サッカー

対象 小学1年～6年生の男女  
地域 市内全域  
練習 毎週土・日曜日 9時～12時または  
13時30分～16時30分  
指導者 岩崎 康昌 ☎0537⑥9851



### 黒潮東北野球

対象 小学1年～6年生の男女  
地域 市内全域  
練習 毎週土・日曜日 8時～12時  
不定期 18時30分～20時30分  
指導者 五十棲 泰 ☎090-3556-6541



### 黒潮野球

対象 小学1年～6年生の男女  
地域 市内全域  
練習 毎週土・日曜日  
8時30分～12時  
指導者 小川 貴修 ☎0537⑥4148



### 颯志館空手道

対象 小学1年～6年生の男女  
地域 市内全域  
練習 毎週火・金曜日(B&G)  
毎週水・木・金曜日(東小)19時～21時  
指導者 山崎 雅樹 ☎0548③2484



### 御前崎黒潮バスケットボール

対象 小学1年～6年生の男女  
地域 市内全域  
練習 毎週火・木・金曜日19時～21時  
毎週土曜日9時～12時  
指導者 阿形 竜馬 ☎090-3582-7817



### 少林寺拳法

対象 幼年、小学1年～6年生の男女  
地域 市内全域(市外も可)  
練習 毎週火・木曜日18時～19時  
毎週土曜日18時30分～19時30分  
指導者 樽松 靖洋 ☎090-7687-4817



### 浜岡黒潮剣道

対象 幼年、小学1年～6年生の男女  
地域 市内全域(市外も可)  
練習 毎週水・金曜日  
19時～20時30分  
指導者 増田 栄輝 ☎090-8133-4411



### 御前崎オーシャンズミニバスケットボール

対象 小学1年～6年生の男女  
地域 市内全域  
練習 毎週火・金曜日18時30分～20時30分  
毎週木曜日19時～21時  
指導者 吉村 和志 ☎090-4796-7583



### 黒潮東バレーボール

対象 小学1年～6年生の女子  
地域 市内全域  
練習 毎週火・水曜日18時00分～20時00分  
毎週土曜日13時～17時  
指導者 岡村 信廣 ☎0537⑥6274



### 御前崎黒潮剣道

対象 小学1年～6年生の男女  
地域 市内全域  
練習 毎週水曜日18時～20時  
毎週土曜日9時～11時  
指導者 高田 和幸 ☎0548③3378



### 浜岡黒潮柔道

対象 年長、小学1～6年、中高一般の男女  
地域 市内全域(市外も可)  
練習 毎週月・水・金曜日  
小学生19時～20時  
指導者 村越 潤 ☎090-2182-3533



### 御前崎バレーボール

対象 小学2年～6年生の女子  
地域 御前崎・白羽小学校区  
練習 毎週金曜日  
18時～19時30分  
指導者 植田 一 ☎0548③3911

## スポーツ少年団入団者を募集

スポーツ少年団の活動は、スポーツを通じて心身を鍛え、将来、人間性豊かな社会人として活躍できる子どもの育成を目的としています。また、子どもたち同士の親睦と融和も図ります。

詳細は、各小学校を通じて配布する「新規入団者募集」の案内をご確認ください。

### 申し込み

申込書を記入後、入団先へ提出してください。

### 締め切り

3月8日(日)までですが、随時募集中です。



▲市スポーツ協会  
ホームページ

照 会 御前崎市スポーツ協会  
☎0537②8735  
(平日午前のみ)



みんな  
スポーツしてよーいっしょー!



### 河原崎豊子さん長寿の祝い

1月11日に100歳の誕生日を迎えた河原崎豊子さん(上朝比奈)に、下村市長から祝い状や花束が贈られました。

裁縫学校で和裁を学んでいた豊子さんは、独学で洋裁も身につけ、子どもや孫の服などを作っていました。「スポーツ選手の目の輝きを見ると活力をもらえる」と笑顔を見せました。

◀朝夕の散歩が日課の豊子さん



### 岡村松枝さん長寿のお祝い

1月17日に100歳の誕生日を迎えた岡村松枝さん(西側区)に、下村市長から祝い状や花束が贈られました。

70歳くらいまでカツオの加工場で働いていた松枝さん。退職後は、自宅で農作物を育てていました。手先が器用で編み物が得意だといいます。松枝さんは「元気の秘訣は何でも食べる。頭や体の体操をやることも日々の楽しみです」と話しました。

◀子どもや孫、ひ孫に囲まれる松枝さん



### タスキと思いつないで力走

「第21回御前崎市駅伝大会」が1月18日、浜岡総合運動場周辺で開かれ、114チームが参加しました。

参加選手は、周回コースの4区間をタスキでつなぎました。

【優勝チーム】 一般男子▶佐倉 A チーム 中学生男子▶あぶりサーモン 一般女子▶プリキュア A エース 中学生女子▶FULL SPEED 小学生▶浜岡黒潮サッカー U12A

◀浜岡総合運動場から一斉にスタートを切る選手たち



### 命を守る職場づくりを推進

応急手当に関する正しい知識と技術の習得に積極的に取り組む事業所を認定する「応急手当協力事業所認定証交付式」が1月19日、市消防本部で開かれました。

初認定されたのは株式会社木村鋳造所御前崎製作所で、約70人の従業員が普通救命講習を修了し、工場内に4基のAEDが設置されています。同社の杉山優一さんは「社内での万が一に備えたい」と話しました。

◀杉山さんは「体調が悪い従業員に適切な対応ができた」と振り返りました



### プロサッカーチームが合宿

「福島ユナイテッドFC」が1月19日から31日にかけて、御前崎ネクスタフィールドで5回目となるトレーニングキャンプを実施しました。

19日の歓迎式では、市と静岡カントリー浜岡コース&ホテルから、遠州夢咲牛などの記念品を贈呈。下村市長は「市内でも福島ファンが増えてきており、注目されている。頑張ってください」と激励しました。

◀寺田周平監督は「念願のJ2昇格を果たしたい」と話しました



### 飯塚翔太選手に走り方学ば

市内出身で、ロンドン大会から4大会連続でオリンピック陸上競技に出場している飯塚翔太選手によるランニング教室が1月24日、浜岡総合運動場陸上競技場で開催されました。

飯塚選手は、小学生から高校生までの参加者150人にストレッチやトレーニング方法、体の軸を安定させる走り方などを指導しました。

◀参加者にトレーニング方法を伝授する飯塚選手



### 2団体が環境大臣表彰受賞

環境省の「気候変動アクション環境大臣表彰」を受賞した2団体が1月27日、下村市長に受賞を報告しました。

気候変動対策に取り組む個人や団体を表彰するもので、NPO法人 EarthCommunication が普及・促進部門の緩和・適応分野、株式会社プランニックが先進導入・積極実践部門の緩和分野で受賞しました。

◀それぞれの取り組みを報告した2団体



### 有事に備え災害協定を締結

市と株式会社日本旅行は2月12日、「大規模災害における応援職員にかかる宿泊施設等の確保に関する協定」を締結しました。

他自治体から派遣される応援職員の宿泊施設や移動手段の確保が円滑に進み、市は復旧作業に専念できます。同社ソリューション事業本部中部広域営業部の石垣健一部長は「いち早い復旧に貢献したい」と話しました。

◀下村市長は「心強い支援に感謝します」と話しました

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
29 赤口	30 先勝	31 友引	1 先負 特設人権相談 ☎0548@5294/ 受付13:00~15:00 ふれあい福祉センターなごみ	2 仏滅	3 大安 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	4 赤口 御前崎市消防団入退団式 開会14:00/ 市民会館
5 先勝 🏨石井内科皮膚科医院(内・小) 牧之原市静波248 ☎0548@0013	6 友引	7 先負	8 仏滅 権利擁護相談[要予約] ☎0548@5294/13:30~16:30 ふれあい福祉センターなごみ 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	9 大安 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	10 赤口 こころの健康相談日[要予約] ☎0537@1121/13:30~16:30 西館相談室	11 先勝
12 友引 🏨えのきだクリニック(消内・内) 牧之原市細江3821-1 ☎0548@3633	13 先負 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	14 仏滅 2歳児歯科検診(R6.3月・4月生) 受付12:45~13:10/ 市役所西館3階	15 大安 弁護士相談 受付☎0537@8066/13:00~15:00 浜岡福祉会館	16 赤口 1歳児健康相談(R7.2月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階	17 先負 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	18 仏滅
19 大安 🏨中村医院耳鼻咽喉科歯科(耳) 牧之原市波津2丁目117 ☎0548@0434	20 赤口 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 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	21 先勝 だれでも食堂もぐもぐ(加多世) ☎0548@5945/17:00~19:00	22 友引 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 県静岡総合庁舎	23 先負 3~4カ月児健康相談(R7.12月・R8.1月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階 HIV・B・C型肝炎・梅毒・HTLV-1[要予約] ☎0538@2253/13:15~15:00 県中遠総合庁舎西館1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	24 仏滅 2歳6カ月児歯科検診(R5.9月生) 受付12:45~13:10/ 市役所西館3階	25 大安
26 赤口 🏨渥美医院(内・小・循・胃) 牧之原市波津1丁目41-1 ☎0548@0583	27 先勝	28 友引	29 先負 🏨廣瀬医院(内・呼・循・小) 牧之原市相良174-1 ☎0548@0006	30 仏滅 2カ月児健康相談(R8.2月生) 受付8:45~9:10/ 市役所西館3階	1 大安	2 赤口



図書館アスパル	
休館日	
毎週月曜日	6,13,20,27
第4木曜日(資料整理日)	23
祝日開館日	
	29

※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	7	21	14	3	17	8	15	1
ガラス	14	7	21	10	3	15	1	8
ペットボトル	21	14	7	17	10	1	8	15
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	10	10	10	8	8	13	13	13
陶磁器	-	-	-	-	-	-	-	-

# 4

April 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)  
※介護保険料(第1期) 4月30日  
→※コンビニ払い不可  
池新田・高松の上下水道料 4月30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 子ども未来課☎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)

# 文芸

おまえざき

## 俳句 おまえざき俳句会

さて台所心意気だけが先走る  
北風とモミジの会話に仲間入り  
香りにさそわれ寄ってしまった料理店  
どれだけの草引いたか丸くなった背  
あいさつの声大きくなる目孫が来る  
四世帯真剣勝負のカルタ取り  
凍みる夜はペットボトルを湯タンポに  
今年が終わる過去が私を押ししてくる  
思い出の細い糸引く子守歌  
砂利道に昔の歌が眠ってる

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

富士あおぎ誰にも会わぬ散歩道  
カメの背を照らして灯台白い波  
我が心煮こごりみたいと苦笑する  
氏神に平凡な日々ただ願う  
露の玉逆さまに映る小宇宙  
手を伸ばすアラーム音の二分钟前  
寒空に吹き出す蒸気芋踊る  
稽古楽し覚えられぬは花の名よ  
俳句する遠くで芭蕉が笑ってる  
冬日和冬芽のように今日も生き

増森きく江  
増森きく江  
増森きく江  
増森きく江  
長尾美喜子  
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

# Books

図書館情報

## 今読みたい！ 今月のオススメ本

1 水は動かず芹の中  
一般 (中島京子/著)



スランプに陥った小説家は、気分転換に唐津を旅することに。陶芸体験をした窯元の夫婦から、天下一の茶人が愛でた茶碗と、戦を逃れ天竺から九州に辿り着いた「水神」の奇想天外な物語を聞き…。

出版/新潮社

2 黄金と水飴のアパルトマン  
一般 (瀬那和章/著)



夢を失ったピアニストの梨音は〈アパルトマン黒猫〉の管理人になることに。芸術と真剣に向き合う住人たちの交流が、彼女の心を変えていき…。たったひとつの才能を信じるアーティストたちの青春ストーリー。

出版/中央公論新社

3 とろとろおばけ  
児童 (たなかひかる/著)



おばけをレンチンしてみると……？  
とろとろふにゃふにゃふくらましたりこねたり変幻自在！  
「おばけのかわをむいたら」「しりながおばけ」につづく、あっとおどろくシリーズ第3弾！

出版/文響社

## 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

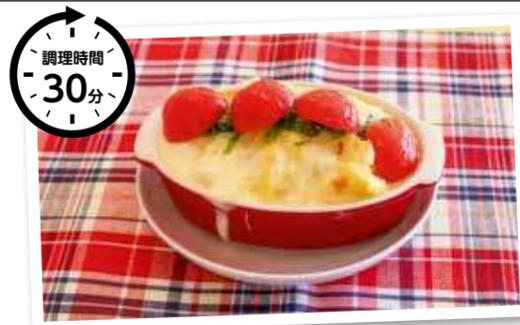


照会 市立図書館アスパル ☎0537⑧8181

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



使用している特産品：サツマイモ、ミニトマト

材料 (2人分)

サツマイモ…1本(500g) マヨネーズ…大さじ2  
タマネギ…1/2(100g) 牛乳…大さじ2  
しめじ…40g モッツアレラチーズ…100g  
ミニトマト…6個 大葉…4枚

## スイートポテトグラタン

一般部 優秀賞レシピ  
考案者 海野 良子 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)

17/30作品



サツマイモの甘味と  
焼いたチーズの香ばしさがクセになります♪

### 作り方

- 1 サツマイモは皮をむき、水にさらす。
- 2 サイコロ状に切り、鍋で茹でる。
- 3 タマネギはみじん切り、しめじは細かく刻み、サツマイモと一緒に茹でる。
- 4 茹で上がったら水気を切り、マヨネーズ、牛乳を加えて混ぜる。
- 5 グラタン皿に盛り、モッツアレラチーズをのせて、オーブンで焦げ目がつくまで加熱する。
- 6 5に湯むきしたミニトマトと刻んだ大葉を盛ったら完成♪

照会 健康づくり課 ☎0537⑧1123

# ENVIRONMENTO

ECOタネ

学ぶって、おもしろい！

GX と暮らしの関係



バックナンバー



GXとは？

## 市内4つの公共施設へEV充電器を設置しました！

EV(電気自動車)は、走行時にCO<sub>2</sub>や有害な排気ガスをほとんど排出しないため、大気汚染や地球温暖化の抑制に大きく貢献します。化石燃料を使用しないクリーンなエネルギーで動くため、環境に優しい次世代の交通手段として注目されています。

EVを利用しやすい環境づくりの一環として、市内施設にEV充電器を新たに設置しました。市民の皆さまの利便性を向上させ、持続可能な社会の実現を目的としています。施設にお越しの際は、ぜひご利用ください。

設置場所	設置機器	料金
市役所本庁舎第一駐車場	急速充電器	44円/分
図書館駐車場	急速充電器	44円/分
あらさわふる里公園	急速充電器	44円/分
高松緑の森公園	普通充電器	5円/分



利用方法などは  
こちらから



▲エネ smileタウン

※料金は電気料金などによって変動する可能性があります。

照会 GX推進課 ☎0537⑧1134

# 令和8年度 市税等納期一覧表

科目 月別	市・県民税	固定資産税	軽自動車税 種別割	国民健康 保険税	後期高齢者 医療保険料	介護保険料	水道料・下水道料
令和8年 4月						1期 4月30日	池新田・高松 4月30日
5月		1期 6月1日	全期 6月1日				佐倉・比木・朝比奈・新野・ 御前崎・白羽・港 6月1日
6月	1期 6月30日					2期 6月30日	池新田・高松 6月30日
7月		2期 7月31日		1期 7月31日			佐倉・比木・朝比奈・新野・ 御前崎・白羽・港 7月31日
8月	2期 8月31日			2期 8月31日	1期 8月31日	3期 8月31日	池新田・高松 8月31日
9月				3期 9月30日	2期 9月30日		佐倉・比木・朝比奈・新野・ 御前崎・白羽・港 9月30日
10月	3期 11月2日			4期 11月2日	3期 11月2日	4期 11月2日	池新田・高松 11月2日
11月		3期 11月30日		5期 11月30日	4期 11月30日		佐倉・比木・朝比奈・新野・ 御前崎・白羽・港 11月30日
12月				6期 12月25日	5期 1月4日	5期 12月25日	池新田・高松 12月25日
令和9年 1月	4期 2月1日			7期 2月1日	6期 2月1日		佐倉・比木・朝比奈・新野・ 御前崎・白羽・港 2月1日
2月		4期 3月1日		8期 3月1日	7期 3月1日	6期 3月1日	池新田・高松 3月1日
3月				9期 3月31日	8期 3月31日		佐倉・比木・朝比奈・新野・ 御前崎・白羽・港 3月31日
照会	税務課 0537 <sup>05</sup> 1114			市民課 国保年金室 0537 <sup>05</sup> 1171	高齢者支援課 0537 <sup>05</sup> 1118	水道料金お客さまセンター 0120 (005) 335 0537 <sup>05</sup> 7075	

- ◆市税などの納付には口座振替が便利です。市役所関係各課、指定金融機関などで受け付けています。通帳と届出印をお持ちの上、ご依頼ください。
- ◆口座振替日は上表の納期と同じです。残高が不足した場合は、翌月10日に再度振り替えをします。再振替日が土・日・祝日の場合は金融機関の翌営業日となります。
- ◆介護保険料の欄は第1号被保険者分です。(対象は65歳以上の人)
- ◆納期を過ぎると延滞金が発生します。ご注意ください。(水道料・下水道料を除く)



「御前崎市公式LINE」を友だち登録して受信設定をすると、支払期限の1週間前にお知らせが届きます。予期せぬ未納を防ぐためにも、登録しよう!

市公式LINE



照会 税務課 ☎0537<sup>05</sup>1114



### PROFILE

すなもと たかゆき(7歳・大山)  
好き嫌いなくなんでも食べる。特に母のお手製スープが好物。  
得意科目は図画工作で、工作が得意。



## 砂本 剛幸さん



### 第78回静岡県書きぞめ展西部地区で 静岡県知事賞を受賞

◀静岡県知事賞を受賞した作品

第一小学校1年生の砂本剛幸さん(大山)が、「第78回静岡県書きぞめ展西部地区」小一の部で最高位となる静岡県知事賞を受賞した。幼年から大人までの出展数は7947点で、県下最大規模のコンクール。その中で堂々の最高位である。剛幸さんは「すごくうれしかった。書道をやっている良かった」とこぼす。

#### まっすぐな向上心

剛幸さんが書道始めたのは5歳のとき。「字を書くことが好きだったし、筆で書くのが楽しそうだったから」と話す。池新田地区の「ひよこ書道教室」に、月4回通い、硬筆と毛筆をそれぞれ2回ずつ学んでいる。目標は「漢字などの難しい字をきれいに書けるようになること」。そのため「たくさん練習する」と力強く語る姿からは、まっすぐな向上心が伝わってくる。書道の難しいところを聞くと、「字のバランスをとること、書き始め(始筆)の位置」と真剣な表情に変わる。

剛幸さんの将来の夢は「自衛隊に入って飛行機に乗ること」。国や人を守る姿がかっこいいと思ったからだという。一方で「ドラッグストアの店員さんにもなりたい」とはにかみ、子どもらしい可愛いらしさを見せる。

剛幸さんが力いっぱい書く一筆の向こうには、まっすぐな努力ときらきらとした未来が広がっている。

#### 好奇心から広がる可能性

剛幸さんは好奇心旺盛で、書道のほかにも英語やそろばん、ピアノ、サッカー、体操にも挑戦中。平日はほとんど毎日習い事があるが、「どれも楽しい」と元氣いっぱいだ。両親は「剛幸がやりたいことなら」と全力で応援。そんな家族の支えも、大きな力になっている。

剛幸さんは好奇心旺盛で、書道のほかにも英語やそろばん、ピアノ、サッカー、体操にも挑戦中。平日はほとんど毎日習い事があるが、「どれも楽しい」と元氣いっぱいだ。両親は「剛幸がやりたいことなら」と全力で応援。そんな家族の支えも、大きな力になっている。

TOPICS 05 令和8年4月1日から  
自転車に「青切符」が導入

照会 危機管理課 ☎0537⑤1119  
菊川警察署 ☎0537⑥0110

道路交通法の改正により、令和8年4月1日から、自転車の交通違反に対して「交通反則通告制度」がスタートします。これは「青切符」制度とも呼ばれ、16歳以上の方が自転車に乗っている際に交通ルールを守らなかった場合、違反の内容に応じて反則金の支払いが求められるものです。新制度の導入により、自転車による事故を減らし、誰もが安心して道路を利用できる安全なまちづくりを目指します。

16歳以上が対象  
自転車の主な違反と反則金

- 携帯電話使用 …… 12,000円 (ながらスマホ)
- 信号無視 …… 6,000円
- 通行区分違反 …… 6,000円
- 指定場所一時不停止 …… 5,000円
- 公安委員会遵守事項違反 …… 5,000円 (イヤホン・傘差しなど)
- 並進禁止違反 …… 3,000円

他にも多くの交通違反が対象になっています。詳細は静岡県警察のホームページをご確認ください。



静岡県警察  
ホームページ

TOPICS 03 ラグビーを観戦しよう  
静岡ブルーレヴズ市民無料招待

照会 社会教育課 ☎0537⑨8735  
ブルーレヴズ ☎050(3354)0315



申込期間

3月16日(月)12時～4月12日(日)23時59分  
※申し込みにはCLUB REVSの会員登録が必要です。  
※申し込み多数の場合は抽選となります。

席種

- ・自由席(バックスタンド)
- ・200組400人(1人2枚まで)



申込フォーム

TOPICS 01 広報おまえざきのメッセージ性やデザイン性などが評価  
「令和7年度静岡県広報コンクール」3部門で入賞 照会 総務課 ☎0537⑤1132

「静岡県広報コンクール」は、地方公共団体の広報活動の向上を目的に、県広報協会が毎年実施しているものです。同コンクールでは、審査委員が各種広報作品を評価し、優秀団体を表彰します。本市は、エントリーした「一枚写真の部」「広報紙の部」「組み写真の部」の3部門でそれぞれ受賞しました。これもひとえに取材にご協力いただいた皆さまや広報おまえざきを楽しみにしていただいている皆さまのおかげです。この受賞を機に本紙を手にとってくれる人が増えると幸いです。今後ともご愛読よろしくお祈りします。

組み写真の部

優秀賞 令和7年10月号P2-3



▶審査員コメント

御前崎ならではのスポーツ大会が躍動感とともに伝わる。構成の仕方や大会全体の様子が伝わるように配慮された写真選びが良い。

広報紙の部(市)

奨励賞 令和7年11月号



▶審査員コメント

特集記事は完全保存版ともいえる構成。市民が一丸となってウミガメを守り、共存している様子が記事とデザインで伝わってくる。

一枚写真の部

奨励賞 令和7年5月号表紙



▶審査員コメント

画面構成がよく考えられている。季節ならではの文化と幼児の姿が美しい色彩や雰囲気とともに収められている。

TOPICS 06 3つのポイント  
マイナ保険証を正しく使おう

マイナポータルで保険の情報を確認しましょう

スマホやパソコンで「マイナポータル」にログインし、健康保険の情報が最新か必ず確認しましょう。

情報が表示されないときは証明書を持参しましょう

最新の健康保険の情報が表示されない場合は、加入中の健康保険から届く「資格情報のお知らせ」などの書類をマイナンバーカードと一緒に病院で提示してください。

保険の変更があったら速やかに手続きをしましょう

転職や引っ越しなどで保険が変わったら速やかに手続きをしてください。保険情報の変更が反映されるまで数日かかるため、最新情報の確認を忘れずに。

▶マイナポータルに関すること

市民課住民記録係  
☎0537⑤1117

▶国民健康保険に関すること

市民課国保年金室  
0537⑤1171



マイナポータル

TOPICS 04 御前崎市指定文化財へ新たに指定  
絵画「絹本着色十六羅漢図」

照会 社会教育課 ☎0537⑨8735

宗教法人東泉寺所蔵の「絹本着色十六羅漢図」が1月30日、御前崎市指定有形文化財に指定されました。これにより、御前崎市指定文化財は29件になりました。



制作年月日と月嶂の署名がある十六羅漢図▶

名称および員数 絹本着色十六羅漢図 16幅  
種別 御前崎市指定有形文化財(絵画)  
所在地 御前崎市池新田25番地の1  
所有者 宗教法人東泉寺  
時代 江戸時代後期 文政8年(1825年) 市ホームページ



本羅漢図が制作された時期は、文政8年(1825)8月とされ、丸尾月嶂の最晩年に描かれた代表する作品であり、16幅の掛け軸がすべて現存していることや、制作優秀で御前崎市及びこの地方の文化史上貴重なものとの評価を得て指定されました。

TOPICS 02 あらさわふる里公園の展望台からみる遠州風景  
「第18回静岡県景観賞」で優秀賞を受賞 照会 都市整備課 ☎0537⑤1122

「静岡県景観賞」とは、県や関係団体で構成する「美しいしずおか景観推進協議会」が、優れた都市景観を創出している地区などを表彰するもので、18件の応募から最優秀賞1地区、優秀賞2地区が表彰されました。同協議会は、「しずおかの美しさを守り・育て・創ること」を目的に創設され、景観に関する啓発活動を実施しています。

市は「あらさわふる里公園の展望台からみる遠州風景」を応募し、書類審査や現地審査などを経て、優秀賞である「日本造園建設協会静岡県支部賞」を受賞しました。

関係団体

- ▶有限会社グランパークあらさわ
- ▶あさひな地区農地保全の会
- ▶浜岡北小学校
- ▶御前崎市

審査員コメント

- ▶海、山、茶畑、棚田など日本の原風景が広がっている場所である。
- ▶15.4haの広大な公園を荒廃農地の再生事業もしながら適正に管理されている。
- ▶里山ならではのふれあいができる環境が整備されている。



市ホームページ



あらさわふる里公園  
Instagram



県ホームページ

**65歳の肺炎球菌  
予防接種のワクチンが変更**

65歳の肺炎球菌予防接種に使用されているワクチンが令和8年4月1日から変更されます。自己負担金が変わるため、まだ接種していない人は接種をご検討ください。

※接種するときは、医療機関に予約の上、予診票を持参してください。予診票が無い場合は、再発行が可能です。

**変更前** 肺炎球菌ワクチン23価  
(商品名：ニューモバックスNP)

**変更後** 肺炎球菌ワクチン20価

**母子免疫RSウイルス  
ワクチンが定期接種に変更**

**接種対象** 妊娠28週から36週までの妊婦

※特に妊娠38週までの間に出産を予定している場合などは早めの接種をご検討ください。

**接種回数** 妊娠ごとに1回

**接種費用** 無料

**開始日** 令和8年4月1日(水)

※接種するときは、医療機関に予約の上、母子手帳を持参してください。

※接種に必要な予診票は、3月末に対象の妊婦へ郵送予定です。

**照会 健康づくり課**  
☎0537⑤1123

**旧可燃物専用指定袋の  
期限は令和8年3月31日**

期限以降は旧可燃物専用指定袋の使用ができません。旧袋の買い取りや新袋との交換もできませんのでご注意ください。



▲ホームページ

**令和8年 高齢者叙勲**

旭日単光章 地方自治功勞	武井 孝之 さん (早苗町・88歳)	瑞宝双光章 地方自治功勞	増田 光彦 さん (新野東・88歳)
-----------------	-----------------------	-----------------	-----------------------

平成3年4月から平成15年4月まで、浜岡町議会議員として豊富な経験と卓越した識見をもって地方自治の発展に貢献しました。文教厚生委員会委員長や副議長を務め、議会の円滑な運営に尽力しました。

昭和37年4月から平成4年3月まで、浜岡町職員として豊富な知識や経験を生かし、地方自治の振興発展に尽力しました。平成4年4月から8年間は、浜岡町収入役として厳正な公金管理に努めました。

**令和8年経済センサス  
活動調査を実施**

国は、社会経済の発展を支える基礎資料として活用される「経済センサス活動調査」を実施します。

過去の調査結果などから既に把握している事業所へは、4月中旬からインターネット回答に必要な調査書類を郵送します。

**あなたにぴったりの  
講座や教室を探しませんか**

市内で開かれている100以上の学びの場(講座・講演会など)を、1冊のガイドブックにまとめました。3月中旬から順次、市役所や地区センター、市内店舗(金融機関や病院など)へ配布します。

**照会 社会教育課**  
☎0537⑨8735

**令和8年4月から  
督促手数料を廃止**

令和8年4月1日以降に納期限が到来する市税などの督促手数料(100円)が廃止されます。令和8年3月31日以前に納期限が到来した市税などの督促状は、これまでどおり督促手数料の納付が必要です。督促状は令和8年度以降も送付され、納付が遅れると納期限

**お知らせ**

**軽自動車税種別割の  
減免申請は5月25日まで**

身体や精神に障がいがあり、その障がいがある軽自動車などは、軽自動車税種別割が減免されます。障がいのある未成年者の家族が所有する軽自動車も減免の対象に含まれます。継続して減免を受ける場合でも申請は毎年必要ですので、ご注意ください。

**令和8年度分の申請期間**  
4月1日(水)から5月25日(月)

**照会 税務課**  
☎0537⑤1114



▲ホームページ

**令和8年4月から  
静岡銀行派出所が廃止**

令和8年3月31日をもって、会計課内の「静岡銀行御前崎中央支店派出所」は廃止となります。会計課窓口では、これまでどおり市税などのお支払いが可能です。窓口の混雑緩和のため、最寄りの金融機関や口座振替をぜひご利用ください。

**照会 会計課**  
☎0537⑤1116

全国すべての事業所・企業が対象です。

**経済センサス  
活動調査**

令和8年6月1日

総務省・経済産業省・都道府県・市区町村からのお知らせ。

インターネット未回答事業所やその他事業所へは、5月中旬から調査員証をつけた調査員が調査書類を配布します。調査へのご理解ご協力をお願いします。

※支社・支所をもつ企業や規模の大きい事業所などには「直轄調査」という別の方法で調査を実施します。

**対象** 令和8年6月1日を基準とした市内全ての事業所・企業

**照会 企画政策課**  
☎0537⑤1161

**森林づくり県民税の  
課税期間を延長**

県では、荒廃森林を整備する「森の力再生事業」の財源として、平成18年度から「森林づくり県民税」を導入しています。令和7年度までの導入を予定していましたが、集中豪雨などによる山地災害のリスクが高まっていることから、事業を継続し、本税を5年間延長します。森の恵みを次世代へ引き継ぐため、ご理解をお願いします。

**照会 県税務課**  
☎054(221)2337

▼県中遠農林事務所  
☎0538⑦2301

の翌日から納付の日までの期間に応じて延滞金が加算されます。(水道料・下水道料を除く)

◆督促手数料を廃止する市税など

市県民税(普通徴収・特別徴収)、固定資産税、軽自動車税、法人市民税、国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、水道料金、公共下水道使用料、下水道事業受益者負担金、農業集落排水処理施設使用料、農業集落排水分担金、道路占用料、普通河川流水占用料 など

**照会 税務課**  
☎0537⑤1114

遊び心を  
かたちにしよう

CHUZO

株式会社 木村鋳造所

御前崎製作所 TEL: 0537-86-8877

HPはこちらから



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

※詳しくはスタッフまで

「テレビ」・「ネット」・「電話」も  
まとめておトク!

ご契約相談 受付中

株式会社 御前崎ケーブルテレビ



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 **3** 月 生まれの 元気な子



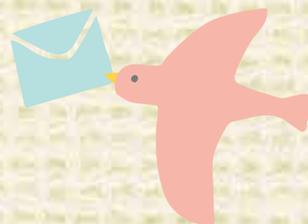
なが た れん  
**永田 蓮くん 3歳**  
(広沢区)



かわもり とわ  
**河守 杜羽くん 1歳**  
(佐倉一区)



たなべ なゆ  
**田邊 奈悠ちゃん 2歳**  
(白羽区)



かわいい笑顔を募集します。  
対象：5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：4月1日(水)8時15分～10日(金)17時(先着8枠)  
申し込みフォーム   
▶照会：総務課  
☎ 0537 ⑤ 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



ギリークヨーグルト

酸味控えめでなめらか、濃厚な水切りヨーグルトは高たんぱくで朝の活力に最適です。

### 材料（4人分）

- ヨーグルト(無糖)・・・400g
- バナナ・・・・・・・・・・2本
- キウイフルーツ.....2個
- イチゴ・・・・・・・・.....8粒
- グラノーラ.....30g
- はちみつ.....適量

▶ 1人分 = 202kcal  
▶ 食塩相当量 0.5g

### 作りかた

- 1 ポウルにザル・キッチンペーパー・ヨーグルトの順に入れ、ラップをする。冷蔵庫で2時間～6時間おき、水切りヨーグルト(ギリークヨーグルト)にしておく。
- 2 バナナ、キウイフルーツ、イチゴは食べやすい大きさにカットする。
- 3 器に1、2グラノーラを盛りつけ、仕上げにはちみつをかける。

紙 この冊子は雑紙としてリサイクルできます