

まちの元気応援マガジン 広報おまえざき No.110



MAEZAKI



クールビズ実施中

市役所では10月末までクールビズを実施しています。
お客様は軽装でお越しください。

今年の夏は 地元を満喫 しませんか

特集

—— 地元の海で遊んでいますか？

本特集では、なぜ地元の海で遊ばないのか、
若者の海離れ、その原因を考えていきます

観光交流客数の推移



(単位：人)

項目	平成20年	平成21年	平成22年	平成23年	平成24年
観光交流客数	2,365,572	2,106,259	1,855,773	1,759,492	1,958,882

出典：静岡県観光交流客数調査

市内の観光施設などに訪れた人の集計

なぜ海に行かないのか 市民の声を聞きました!

泳ぐのが
苦手なんです
(40代・男性)

御前崎海水浴場は静かな波と遠浅の浜辺が自慢の海水浴場です。

泳ぎが苦手な人も、子どもから大人まで家族で海水浴が楽しめますよ。

海水で体が
ベタベタするのが
ちょっと...
(30代・女性)

海水などに含まれるミネラルを皮膚から吸収することで代謝を活性化などの効果もあります。

海からあがったら温水シャワーで洗い流してすっきりしてください。

日焼けは
お肌の大敵!
(20代・女性)

日光浴によって体内で生成されるビタミンDは、免疫システムの働きを助け、呼吸器感染症を予防する効果があるんですよ。

健康のためにも適度な日光浴をお勧めします。

クラゲに
刺されるのが怖い
(20代・女性)

クラゲよけローションなどが市販されていますので、それを活用するのも対策のひとつです。

また、クラゲは8月中旬から増えてきますので、クラゲの少ない早い時期を狙ってみてはいかがでしょうか。

体にキラキラした
砂が付くんですけど
(20代・男性)

その正体は雲母うんもといって鉱物のかけらです。山から流れ出た自然の産物ですので、体に悪い物ではありません。これが砂金でないのが残念ですね。

御前崎市観光協会事務局長
おのぎくにはる
小野木邦治さん

御前崎海水浴場には、無料更衣室、温水シャワー(有料)、各種売店が整備されていて、近年は、海水浴場でマリンスポーツも体験できるということで若者にも、人気が出てきています。

何と言っても、駐車料金が無料なのはお勧めです。

コンパクトな海水浴場ですので、ゆつくり、ゆつたり楽しめますよ。

ただ、周りに防波堤があり、目立たないという弱点があります。

初めて来場した人は、必ず「こないところがあったなんて、知らなかった」と言います。

御前崎に住んでいても、まだ一度も海水浴場に来たことのない人は、是非一度足を運んでいただき、御前崎の海の楽しさを味わってもらえればと思います。



遊べ！



環境省から「日本の快水浴場百選」の認定を受けた、綺麗で安全な海水浴場として人気の御前崎海水浴場。マリンスポーツ体験もでき、海を満喫できます。環境省の水質判定でAAの判定を受けた透明度の高い水質は、県内随一！遠浅で波が穏やかな海水浴場で、家族で楽しんでみませんか。そして1年を通じてサーフィンやウインドサーフィンが楽しめる場所として、プロからも愛されるロングビーチは、マリンスポーツだけでなく景観も最高のポイントです。

※「快水浴場」の表記は環境省の快水浴場百選の場合に使用されます。



1 御前崎港中央ふ頭でのドラゴンボート大会 2 恋人の聖地「潮騒の像」 3 マリンスポーツフェスタでの水上バイク乗車体験 4 6 御前崎市内の海岸では一年を通してサーフィンやウインドサーフィンなどマリンスポーツが楽しめる 5 海の男の神事「だっくら」 7 潮だまりは、まるで小さな水族館 8 静かな波と遠浅の浜辺の御前崎海水浴場



1 御前崎海水浴場のライフガード
2 渚の交番メンバーによる海岸パトロール



1



2

3 消防署による水難訓練
4 近隣市との合同救助訓練



3



4

御前崎の海水浴場は人工的に整備された海岸のため、遠浅で波も穏やかなことから、他の海水浴場よりも安心して海水浴を楽しめる場所だと思います。

私たちライフガードは溺れた人の救助に向かうイメージが強いのですが、その事故を未然に防ぐのがライフガードの仕事といえます。事故は水の中だけでなく、更衣室や砂浜などいたるところで発生する危険があります。

死角になりやすい場所や危険が発生しやすい場所をチェックして事故の発生を未然に防いでいます。

海水浴場にはさまざまな人

が集まります。体調が悪そうな人やお酒を飲み過ぎている人、そんな人を見つけた時にただ注意するだけでは、せっかく海水浴を楽しみに来られた人の気分を害してしまいます。何気ない会話を通じてコミュニケーションを取ること、自然な形で注意喚起することを心がけています。

海水浴場ではよくクラゲが問題となりますが、浅瀬でクラゲに刺されないためのアドバイスとして、足を高く上げて水を踏みつけるように歩くと触手が絡まず刺されにくいですよ。

海水浴場に来た際には気軽に声を掛けてください。



ライフガード

たかつかあきひこ
高塚彰彦さん

私たち渚の交番のメンバーは夏季シーズンだけでなく、1年を通して海辺の利用者に異常がないか、巡回し安全を見守っています。

御前崎はウインドサーフィン、サーフィン、ボディボードなどの大会が多く開催されることでよく知られる日本でも有数の荒波ポイントです。

海は荒れた日もあれば穏やかな日もある、毎日が同じコンディションではないからこそ、そこに秘められた魅力を感じて集まる人が多く、私もそのひとりです。

海水浴場は津波が来てもうぐ裏手に高台がそびえ立つ安全な場所に加え、マリナー

ク内にはオレンジ回転灯、オレンジフラッグも配備され緊急時の伝達性も高いことも重要ポイントです。

そして多くのアクティビティがあり、子どもから大人まで楽しめるバナナボート、最近流行のSUP(サップ)と呼ばれるサーフィンとカヌーを融合したもの、ウインドサーフィンも体験できます。

マリンスポーツが苦手な人も、海岸で太陽の光を通して透けてきらめく幻想的な海の中に足をつけるだけで幸せいっぱいになりますよ。

すばらしい海が近くにあるのだから、もつと地元を楽しんでみませんか。



渚の交番のメンバー
のぐちたかふみ
野口貴史さん

富士山を望む御前崎の海は、「日本の快水浴場百選」に選ばれ、サーフィンやウインドサーフィンなどのマリンスポーツの聖地としても有名で、多くの人を楽しませてくれます。

しかし、海は楽しいだけではありません。利用する側も海の危険性を理解し、注意することも楽しく遊ぶためには必要なことです。

飲酒後の海水浴、離岸流や急な潮の満ち引きなど海の危険性を知らずに遊んでいると、時として命を脅かす大事故につながります。

過去に潮干狩りに夢中になっ

取り残されてしまったという事例もあります。

開放的な空間で、時間を忘れて楽しむことができる素晴らしい環境ですが、相手は自然ということを忘れずに自らの命を危険にさらさないよう注意してください。

消防署では、年間を通してさまざまな水難事故を想定した訓練を実施しています。

夏のレジャーシーズン前には、迅速な救助活動ができるよう、静岡県防災ヘリと連携訓練を実施し、緊急時の対応力を高めています。

海の危険を理解しつつ、これから訪れる夏を御前崎の海で満喫してください。



御前崎市消防署救助隊長
まつしたしゅうじ
松下周二さん

取材を終えて

御前崎の海は年間を通して風が強く、季節や天気によってさまざまな顔を見せてくれます。

海岸線を車で走ると大勢のサーファーやウインドサーファーを見ることができ、多くは市外の愛好者です。

この恵まれた環境にありながら、地元の人が海への関心が低いことは現代の海離れを顕著に表しているのではないのでしょうか。

整備された海水浴場や自然あふれるロングビーチなど、御前崎の良さをより多くの人に知ってもらうためには、まずは私たちが体験することです。自分が体験してみても、その良さを伝えることが出来ます。

7月13日(土)には御前崎海水浴場が開場します。

この素晴らしい海を全国に自慢できるよう、今年の夏は地元の海を満喫してみましよう。

終



灯台の歴史と自然を感じて

5/3

さわやかな風が吹く青空の下、御前埼灯台まつりが開催され、3日間で約3,000人が来場しました。

灯台資料館や貝細工などの体験コーナーの他、なぶら御前太鼓や御前崎小学校6年生による勇壮な御小ソーランが披露され、来場者は御前崎の自然と歴史や文化を楽しんでいました。

◀貝細工に熱心に取り組む参加者



狙うは大物、タコはどこだ

5/9

白羽小学校、御前崎小学校の全校児童が上岬海岸で磯遊びをして交流を深めました。

潮の引いた岩場を散策してタコやカニを捕まえ、御前崎の自然を満喫しました。

保護者や教師らが見守る中、海岸は児童たちの元気な声と笑顔で輝いていました。

◀大物を必死に探す児童たち



アカウミガメが今年も上陸

5/15

御前崎の白羽海岸で早朝、アカウミガメの初上陸、初産卵が確認されました。市のウミガメ保護監視員の鈴木紀捷さんが、海岸を巡視しウミガメの足跡を発見。ピンポン玉大の卵148個が監視員の手で大切に掘り出されました。卵は市のふ化場へ移され、60日程度でふ化する見込みです。

◀監視員の手で大切に掘り出される卵



故加藤源六さんに叙勲の栄

5/31

去る2月8日に逝去された加藤源六さん(新神子区)が旭日単光章の栄に浴され、石原市長から遺族に勲記と勲章が伝達されました。

加藤さんは昭和62年から3期12年間、御前崎町議会議員を務め、平成7年からの2年間は副議長として地方自治の伸展に尽力されました。

◀勲記を受ける加藤さんのご遺族



秋の豊作を期待し田植え体験 5/3

門屋ふれあい観光農園では、190人が参加し、田植え体験とイチゴ狩りイベントが開催されました。

当日は、例年に比べて気温も低いことに加え、西風が強く、寒さに身を震わせながらの田植えでしたが、参加者は秋の豊作を期待しながら、お米の苗を一株ずつ丁寧に植えていました。

◀丁寧に田植えをする参加者家族



新たな防災力の担い手として 5/8

御前崎中学校2年生を対象に、東海地震に備えて防災意識を高め、地域に貢献することを目的に、搬送法を含めた応急手当など5つの体験学習が行われました。

三角巾を使った止血法や固定法その他、家にある段ボールやラップ、ガムテープを使った止血や固定の方法を、生徒たちは熱心に聞き入っていました。

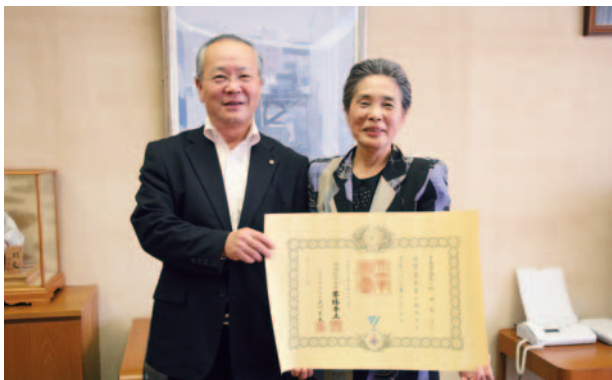
◀消防署職員から応急手当の指導を受ける生徒たち



親子で楽しくふれあい運動会 5/15

浜岡中央児童館と地域子育て支援センターの交流事業「第5回にこぴよパラwithたけのこ運動会」が開催されました。0歳からの未就学児とその保護者ら約260人が参加し、親子ふれあい遊びやそり競争、お菓子取り競争などが行われました。子供たちも保護者も笑顔で一緒に楽しんでいました。

◀親子でふれあいながら楽しく体を動かししました



長年の功労に対して叙勲の栄 5/31

長年の教育への功労が認められ、瑞宝単光章を受賞した松井幸子さん（本町）が石原市長のもとを訪問し、「とても光栄です。今後も生徒たちの良いところを伸ばしてあげたいと思います」と笑顔で受章の喜びを報告しました。この他に今回、寺田晴美さん（薄原区）も瑞宝単光章を受章されました。

◀石原市長に受章の報告をする松井さん



▲第1号墳の副葬品出土状況



▲第2号墳内部の状況

埋蔵文化財包蔵地 石田横穴群



History

キラリを再発見

長永寺の近くにあった横穴

石田横穴群第1号墳の発見された時期は定かではないですが、千歩ヶ谷土地改良事業の事前調査として、昭和60年2月26日から3月4日にかけて発掘調査が行われ、その調査中に第2号墳が発見されました。

現在は畑地や墓地になっており、門屋の長永寺に供養のための古墳菩薩が祀られています。

第1号墳の玄室床面の一部に河原石による敷石が貼られ、棺を置いたと見られる大きな河原石がその周りに置かれていました。その周辺に高坏やフラスコ瓶などの古墳時代後期(7世紀後葉)の須恵器8点と、直刀や刀の鏝、鉄鏃などの鉄製武器類が10点以上副葬されていました。

第2号墳の入口部分には閉塞石が残っており、玄室から出土した遺物は全て奈良時代前期(8世紀前葉)のもので土師器盤1点や坏身、長頸瓶、短頸壺などの須恵器5点が副葬されていました。

照 会 社会教育課 0548-1129

中部電力は、御前崎市と周辺3市在住者を対象に、浜岡原子力発電所の津波対策工事の現場見学会を毎月開催しています。

見学会では発電所敷地前面の防波壁や、高台に建設中の予備発電機の建物、さらに緊急時に新野川や海から冷却水を取水する大容量送水システムなどを、現場で見ることができます。

また、合わせて放射線に関する説明会も毎月開催しており、放射線について分かりやすい説明が受けられます。

参加希望者は毎月の中部電力からの新聞折込、もしくはダイレクトメールで送付される開催案内の応募はがきからお申し込みください。不明な点は照会先までお問い合わせください。

Atomic

暮らしと原子力

津波対策工事の現場を見てみよう

◇津波対策工事現場見学会

【募集対象日】

7月9日(火)～7月14日(日)6日間<締切6月14日(金)>

8月21日(水)～8月26日(月)6日間<締切7月12日(金)>

9月10日(火)～9月15日(日)6日間<締切8月9日(金)>

【開催時間(各日)】

9:30～11:30(午前の部)

13:30～15:30(午後の部)

【募集人数(各回)】

30名

【照会先】浜岡地域事務所 総括・広報グループ

0537-2460(平日9:00～17:00)

◇放射線に関する説明会

【募集対象日】

7月19日(金)<締切6月14日(金)>

8月29日(木)<締切7月12日(金)>

9月20日(金)<締切8月9日(金)>

【開催時間(各日)】

9:30～11:30(午前の部)

13:30～15:30(午後の部)

【募集人数(各回)】

30名

文芸
おまえざき

俳句 おまえざき俳句会

今日もいく聞き飽きた曲を聴きながら
増田絵里

折々に楽しみの花咲かせてくれる子等と会う
山本英子

新茶飲む すぐそばに亡き祖母がいて
増田葉子

小さな種残してくれた 言霊の花咲かせます
増田葉子

朝鏡 ありのままの私を今日も占う
小野田重代

春の木々 己の個性を染めていく
小野田重代

娘出立ちの朝 味噌汁の出汁丁寧に採る
松井宏子

カキツバタ 供え旅立つ子の無事祈る
松井宏子

春の香りだ 娘が花活けてくれる
鈴木美穂

マイナスは考えない 春の匂いの花見しています
鈴木美穂

春霞 ばかりと浮いた白い富士
 永遠のさよなら折鶴に伝言託す
 ハマボウフウ這い出て原発を確かめる
 挨拶して墓を通る 雀千千と啼く
 履き尽くした靴に労いのことばかけ
 孫の言い分に耳を貸す丸い婆でいる
 こけて転んで明日を拾う
 蟻が喪服で並ぶ どこかでクワガタの葬儀
 ストレスのシャボン玉飛ばして春風もいいな
 独りぼっちの石ころが友だちになった

増田実の里
 増森きく江
 増森きく江
 増森きく江
 栗林純子
 栗林純子
 栗林純子
 栗林純子
 鈴木喜夫
 鈴木喜夫
 鈴木喜夫
 鈴木喜夫
 鈴木喜夫

Books

図書館情報

PICK_01 一般

東京ダンジョン



主人公・的場は地下鉄の保線作業中に人影を目撃する。自分達以外には誰もいないはずなのに…。

またインターネット上でも「地底人」出現の噂が広がっていた。東京の地下を支配しようとしているものとは？その目的は？緊迫のサスペンス。

福田和代／PHP研究所

PICK_02 **子ども用**

あめあめふれふれねずみくん



ある雨の日、かさをさしているのはねずみくんだけ。「かさをささないの？」とねずみくんは尋ねますが、みんなの答えは「かさなんていらないよ」しょんぼりしていたねずみくんですが…。

長く読み継がれている「ねずみくん」シリーズの最新作です。

なかえよしお／ポプラ社

今月の新着図書

●一般

- (しかく) (著者/阿部和重)
- お墓に入りたくない！散骨という選択 (著者/村田ますみ)
- 子どもの心に光を灯すー父母と教師はいま何をなすべきかー (著者/東井義雄)
- ハウス食品社員のおうちカレーレシピ (著者/ハウス食品株式会社)
- 私はコーヒーで世界を変えることにした。ー夢をかたちにする仕事道ー (著者/川島良彰)
- スマホは捨てる！(著者/鈴木進介)
- 横綱 (著者/武田葉月)
- 人はチームで磨かれるー職場を元気にする72の質問ー (著者/齋藤孝)
- 俳優のためのハンドブッカー明日、舞台に立つあなたに必要なことー(著者/メリッサ・ブルーダー他)

●子ども

- おたんじょうびくろくま(作／たかいよしかず)
- おならゴリラ(作／もりやしげやす)
- ままみてて(作／まどかななみ)
- ガリレオ工房の炎のひみつー燃焼の科学ー(文／土井美香子)
- 雨がしくしく、ふった日はー6月のおはなしー(作／森絵都)
- はみがきさん (作／せなけいこ)
- いけのおと (作／松岡達英)
- デカ物語～日本一長生きしたカバが見つめた半世紀
(著者／あんずゆき)
- わたしのひよこ(文／磯みゆき)



今年も全日本選手権優勝を目指して！

石井孝良くん



PROFILE

いしい・たから (12・大山区)

御前崎中学校1年。昨年の全日本選手権で優勝し、今年も優勝を目指す。将来の夢は父と同じ、プロのウィンドサーファーになること。

きっかけは体験教室

本栖湖で5月25、26日、ウィンドサーフィンのレース「本栖湖チャンピオンシップ」が開催された。そのジュニアクラスのレースでデットヒートを制し優勝したのが石井孝良くん。

孝良くんがウィンドサーフィンを本格的に始めたのは、小1の時。プロである父親の久孝さんが指導員ということもあって市主催のウィンドサーフィン体験教室に参加したのがきっかけ。以来練習を重ね、さまざまな大会で好成績を収め、昨年の全日本選手権でも優勝を果たした。

攻めの練習で本番へ

「いいコンディションで風が吹いて、それを受けてみんなで自由に走るのが好き」と話す。また「ウィンドサーフィンをやっていないときも、いい風が吹くと気になる」とウィンドサーフィンが生活の中に溶け込んでいる。

御前崎ウィンドサーフィン

クラブに所属し、仲間と共に汗を流す。大会前はスタートやレースの練習を繰り返し行い本番に備える。

また「練習で心がけているのは、マークを回るときに速さ。速く回ること、レースで有利になる」という。レースではマークを回る際に混戦になつて転ぶこともある。リスクはあるがレースで少しでも有利になるよう、方向転換しながら内側の一番ぎりぎりのところをターンする攻めの練習をする。

今年も優勝を目指す

今は8月に御前崎で行われる全日本選手権の優勝を目指し練習に励んでいる。

中学生になり、大会で競い合うメンバーも変わり、自分より年上の選手とも競うことになるが、「今年もしつかり練習をして優勝を目指して頑張りたい」と力強く抱負を語ってくれた。

プロになるという夢の実現に向けて、8月の大会はぜひ、笑顔で優勝を勝ち取ってほしい。

フェスタアミーゴ2013開催

市内の外国人と日本人がお互いの文化、生活習慣を理解し共生できる社会を目指し、今年で6回目を迎えた「フェスタアミーゴ2013」が、5月19日(日)観光物産会館(なぶら館)で開催されました。1500人を超える来場者が、ダンスや音楽による交流を通じて、互いの文化や生活習慣にふれあうことができました。



第3回御前崎みなとかつお祭り

毎年恒例となった御前崎みなとかつお祭りが5月25日(土)に開催され、1万7000人の来場者で会場は熱気に包まれました。

当日は大きなクーラーボックスを持って行列に並んでいる人や、遠方から「今日を楽しみに来ました」と、足を運んでくれた家族の笑顔が印象的でした。無料配布されたカツオの刺身と生シラスは、もうただひたすらに「うまい」の一言しかありません。



作あり)

勤務時間 8時15分～17時

申込期間 6月14日(金)～28日(金)の
期間中に、履歴書(写真添付)を
照会先まで提出してください。
※詳細は照会先へお問い合わせく
ださい。

照 会 総務課

☎0537㉔1132

市立御前崎総合病院 の職員を募集します

職種と採用予定人数

▶看護師……………20人

受験資格

・50歳以下(昭和38年4月2日以
降生)で資格取得者又は資格取得
見込み者

試験日 8月3日(土)

応募方法

採用選考申込書に必要書類を添
えて、照会先へ提出してください。
※申込書は病院ホームページから
ダウンロードできます。

申込期間 7月1日(月)～26日(金)まで

照 会 病院管理課

☎0537㉔8511

平成26年度採用の東 遠学園組合職員募集

職種と採用予定人数

▶生活支援員・保育士・児童指導員
……………若干名

▶言語聴覚士……………1名

受験資格

・大学・短大卒業程度の有資格者
(取得見込み含む)昭和62年4月
2日以降生まれの人
・大学・短大卒業程度の言語聴覚士
を取得または取得見込みの昭和
62年4月2日以降生まれの人
実務経験者は昭和53年4月2日
以降生まれの人

募集期間 7月1日(月)～8月16日

(金)17時までに持参または郵送必着

試験日 8月25日(日)

照 会 東遠学園組合 事務係

☎0537㉔2735

税のプロフェッショ ナルになりませんか

職 種 税務職員

受験資格 高校卒業程度

申込期間 郵送または持参6月24
日(月)～28日(金)、インターネット
の場合は7月3日(水)まで

試験日

▶1次試験:9月8日(日)

▶2次試験:10月17日(木)～25日(金)
までのいずれか指定する日

※詳細は照会先へお問い合わせく
ださい。

照 会 名古屋国税局人事第二課

☎052(951)3511

アスパル20周年記念 「夏の夜の怪談」開催

日 時 7月20日(土)19時30分～

場 所 図書館二階 視聴覚室

内 容 鈴木英子さんが語る
「雪女」、「和解」(小泉八雲作)

申込受付 6月22日(土)～

照 会 市立図書館アスパル

☎0537㉔8181

絆深めよう親子食農 体験教室参加者募集

日 時 7月6日(土)

9時30分～14時30分

集合場所 (有)佐野ファーム

実習場所 袋井市月見の里学友館

対 象 小学生(3～6年生)親子

参加費 1人につき500円

申込期間 6月21日(金)まで 定員
になり次第終了(親子20組)

申し込み・照会 県中遠農林事務所

☎0538㉔2269

人の動き 
(平成25年5月末日現在の速報値)

	(前月比)
人 口	34,715 (+15)
男	17,531 (+10)
女	17,184 (+5)
世帯数	11,863 (+25)

 広報 今月の表紙



北こども園の年中、年長の
園児50人が5月16日(木)に毎年
恒例の泥んこ遊びを楽しみまし
た。

なかなか体験できない田ん
ぼでの泥んこ遊びとあって、
最初に入るのをためらっていた
園児たちですが、すぐに全
身泥だらけになりながら楽し
んでいました。

Loss time

季節の変わり目は気温の変
化が激しく、体調を崩しやす
くなります。体調管理に気を
付けてこれからの行楽シーズ
ンに備えてください。

広報担当となり写真を撮る
機会が増えたことで、最近カ
メラへの興味がわいてきまし
た。「ふとした瞬間にいい写真
が撮れるかも」と考えるとマ
イカメラを買うべきか、とて
も悩んでいます。買うべき時
はいつなのでしょう。……
どこからか「今でしょ!!」と
いう声が聞こえてくるような
気がしますね。 Y

お知らせ information

外国人の住基ネット 運用開始のお知らせ

平成25年7月8日(月)から、外国人住民の住基ネットの運用が開始されます。これにより住基カードの交付や、住所地以外の市区町村でも住民票が取得できるようになります。

住民票コードを通知しますので、通知を確認のうえ、大切に保管してください。

照 会 市民課
☎0537-81117

ひとりで悩まないで、 電話相談してみよう

6月24日(月)から6月30日(日)までは、全国一斉「**子どもの人権110番**」強化週間です。いじめや体罰、不登校や虐待などに困っていたら、お電話ください。

時 間 平日: 8時30分～19時
土日: 10時～17時

**照 会 静岡地方法務局、静岡県
人権擁護委員連合会**
☎0120(007)110
(フリーダイヤル)

児童手当を受けるに は現況届が必要です

日 時 6月26日(水)～6月28日(金)
9時～19時

場 所

- ・26日 御前崎・白羽地区 御前崎保健センター1階
- ・27日 池新田・高松地区 研修センター(市役所西隣)
- ・28日 佐倉・比木・朝比奈・新野地区 研修センター(市役所西隣)

※この3日間にご都合のつかない

人は、7月1日(月)以降に照会先へ届け出をしてください。

持ち物 印鑑、現況届の案内はがき、受給者(父親など)の保険証の写し、平成25年1月2日以降の転入者は、平成25年1月1日に住んでいた市町村発行の平成25年度児童手当所得証明書

照 会 福祉課子育て支援室
☎0537-81120

看護師による「まち の保健室」開きます

看護師が健康にまつわる暮らしや、医療・介護などのご相談を伺います。

日 時 6月29日(土)10時～12時
場 所 菊川市立小笠図書館
内 容 健康相談、血圧測定、体脂肪測定など
主 催 静岡県看護協会中東遠地区支部

照 会 御前崎総合病院看護部
☎0537-88511

看護師等再就職相談 勇気を出して再出発

日 時 7月12日(金)10時～14時
場 所 浜岡健康センター
対 象 看護職の資格を持ち、就業を考えている人

参加費 無料
照 会 静岡県ナースセンター
☎054(202)1761

できることから始め よう献血にご協力を

日時・場所

- ・6月28日(金)13時～16時 御前崎漁業協同組合
- ・7月4日(木)9時30分～11時50分、13時～16時 市役所玄関前

照 会 国保健康課
☎0537-81171

御前崎みなと夏祭が 今年も開催されます

開催日 8月4日(日)

会 場 御前崎マリンパーク

出店の募集は、6月中旬を予定しています。詳細は照会先へお問い合わせください。

照 会 商工観光課・観光協会
☎0537-81135(商工観光課)
☎0548-2001(観光協会)

富士山夏季マイカー 規制を実施します！

規制期間中はマイカーの通行ができません。

有料の駐車場を利用し、有料のシャトルバス・タクシーにお乗り換えください。

富士宮口(富士山スカイライン登山区間)
7月12日(金)17時～9月1日(日)

須走口(ふじあざみライン)

7月12日(金)17時～7月15日(月)17時
7月19日(金)17時～7月21日(日)17時
7月26日(金)17時～7月28日(日)17時
8月2日(金)17時～8月25日(日)17時
8月30日(金)17時～9月1日(日)17時

照 会 静岡県道路企画課
☎054(221)3351

募 集

invite information

平成25年度の御前崎 市役所臨時職員募集

採用予定人数……………1人
受験資格

▶パソコン操作(ワード・エクセルなど)が可能な人

▶18歳以上の人

勤務場所 御前崎市役所

任用期間 平成25年8月1日～平成26年3月31日

業務内容 事務補助(パソコン操

かわいい！ おまえぎのたから 6月 生まれの 元気な子



あらなみは ひと
荒波隼翔くん1歳
(東町)



おつみさき
渥美咲季ちゃん1歳
(新野西)



はざわら そら
萩原蒼空ちゃん1歳
(上比木)



うえた あこ
植田愛子ちゃん1歳
(白羽区)



すずきじん
鈴木稔くん2歳
(中町)



かわむら かずま
川村一真くん2歳
(佐倉一区)

お子さんのかわいい笑顔
を広報へ掲載しませんか。
8月に誕生日を迎える1
歳～3歳児で本コーナー
へ掲載されたことのない
お子さんを募集します。
秘書政策課へ電話でお申
し込みください。(先着順)
受け付けは7月8日(月)8
時15分～となります。
☎0537⑨1161



こばやし あい
小林依央ちゃん2歳
(新神子)



まつたけんしん
松下健真くん2歳
(佐倉一区)

高血圧予防 減塩レシピ



カボチャとニンジンのサラダサンド

材料(4人分)

全粒食パン	2枚
(8枚切り)	
カボチャ	160㌔
ニンジン	40㌔
玉ネギ	10㌔
キュウリ	20㌔
サラダ菜	8枚
マヨネーズ…大さじ4	A
コショウ…少々	

▶ 1人分 376kcal

①カボチャはゆでてつぶす。ニンジンも千切りにしてゆでる。玉ネギはみじん切り、キュウリは輪切りにする。

②①をAであえ、サラダ菜と共にパンにはさみ、切り分ける。

冷蔵庫で冷やして食べてもおいしいですよ。
※野菜はビタミンの宝庫で、細胞が傷んだときに修復して、がんや老化を抑える働きがあります。また、食物繊維も豊富で便量を増やすので便秘予防になります。