

安心できるまち、人が集まるまちへ

広
報

I W A T A

いわた

08月号

令和6年 | No.292



果てしない青
— 白波の輝きに過ぎ行く夏を想う —

CONTENTS

目次

- 3 | **きらりいわた人**
V.LEAGUE DIVISION 1 東レアローズ静岡 所属
酒井 啓輔 選手
- 4 | **トピック**
健「幸」づくりに取り組もう！
～住み慣れた地域で安心して幸せに暮らすために～
- 6 | 市からのお知らせ
- 15 | 情報BOX / 市民伝言板
- 21 | 相談窓口&救急医療情報
- 22 | みんなで子育て / いっしょに読もう
- 24 | ジュビロ×レヴズ
- 25 | スポーツのカ アスリートのコトバ / 市長コラム
- 26 | 健幸plus+ / 暮らしplus+
- 27 | いわたで遊ぼう&きょうも♪たのしっぺい
- 28 | イワタフォトニュース
- 30 | **イワタノゴハン**
サバ缶トマトのチーズ焼き
- 30 | 編集後記 / 広報クイズ

— 今月の表紙 —

今月の表紙は、豊浜海岸で撮影したサーファーの写真です。海と空の青色が美しく重なり合う絶好のサーフィン日和となったこの日は、多くのサーファーたちが集まり、夏の魅力を存分に楽しみました。



人の動き(6月末現在)

人口 166,034人 (-59人)
男 83,993人 (-47人)
女 82,041人 (-12人)
世帯 71,517世帯 (+62世帯)
※住民基本台帳調べ(外国人市民含む)
※()内は前月比

市税の納期限

【9月30日(月)】

国民健康保険税(第3期)

納付は、口座振替やスマートフォン決済が便利です。

☎**収納課** ☎ 37-4810 ㊟ 36-6310

市民課・市民税課の時間外窓口

【市役所本庁舎】

毎週木曜日 午後5時15分～7時

毎月第2日曜日 午前8時30分～正午

※市民課では旅券業務など一部の業務は取り扱いできません。市民税課では一部の証明書発行業務を取り扱っています

☎**市民課** ☎ 37-4816 ㊟ 37-2871

市民税課 ☎ 37-3767 ㊟ 33-7715

広報紙をもっと楽しむ

ホームページ連携

ページ番号 1000038

各情報にある「ページ番号」を市ホームページの「ページ番号検索」に入力して検索すると、簡単に目的のページを探すことができます。

広報プラス ページ番号 1011301

広報いわたをスマートフォンなどで読めるアプリ「広報プラス」をぜひご利用ください。



▲広報プラス

広報いわたを漫才で紹介

広報いわたの内容を磐田市出身のお笑いコンビ「ヴィレッジ」が漫才で楽しく紹介します。

毎月の発行日に合わせて市公式

YouTubeチャンネル

「磐田TV」で公開しています。

ぜひご覧ください。



▲磐田TV

地域情報サイト「いーわいわた」

誰でも情報を投稿・発信ができる地域情報サイト「いーわいわた」をぜひご利用ください。



▲いーわいわた



© toray arrows shizuoka



磐田豊田VSCの後輩たちを指導
「大人になったら、Vリーグと一緒にバレーを
やろう！」とエールを送りました。



© toray arrows shizuoka

kirari
✦ きらり ✦
いわた人

V.LEAGUE DIVISION 1
東レアローズ静岡 所属

さかい けいすけ
酒井 啓輔 選手

1996年生まれ、身長187センチ。小学2年生から、磐田豊田VSCでバレーボールを始め、豊田中学校から浜松商業高校に進み、3年生で高校生日本代表に選出。2017年にはユニバーシアード競技大会に日本代表として出場。現在、東レアローズ静岡に所属。高いセットアップからの速い攻撃とブロックを得意とするセッターで、Vリーグ優勝とオリンピック出場を目指す。

バレーボール始めたきっかけ

小学2年の時、従兄弟に誘われ地元
の少年団の練習に参加しました。コー
チにプレーを褒められ、調子に乗って
バレーを始めました(笑)。

Vリーガーを目指すまで

中学は、バレー部のある隣の学区の
豊田中学校に進学しました。同じ小学
校の友だちと離れるのは寂しかったで
すが、大好きなバレーボールを続ける
選択をしました。

高校は、中学同期の静岡選抜メン
バー達が私立の強豪校へ進路を決める
中、当時、県ベスト8だった浜松商業
高校への進学を選びました。正直、高
校でバレーを終えた場合、就職に有利
と考えた部分もありますが、強豪校に
進学するメンバーに勝ちたいと考え、
高校生ながらに、大学関東1部リーグ
でプレーし、Vリーグに進むため、絶
対にここで実力をつけて大学へ行く
と決意しました。その結果、高校2年の
時は、県大会で優勝し全国大会に出場
することができ、3年生の時には高校
選抜にも選出されました。

セッターとメンタル

セッターは、第2の監督と呼ばれ、

攻撃の司令塔となり、アタッカーにトスを配球するポジションです。高校時代は「お前が勝たせろ」と言われ、主体的にトスを回してゲームを組み立ててきました。大学からVリーグに進むにつれて、アタッカーのレベルが日本代表クラスになると「トスが良ければ勝てるよね」と言われ、ミスが許されないトスと周囲からの要求に、心が壊れそうになり、勝手に涙が溢れてしまうような時期もありました。

現在は、メンタル面を克服し、昨シーズン3位の結果を残すことができ、また、大学院でスポーツ心理学の勉強を始めました。引退後からも考えましたが、現役でプレーする中で専門知識を得ることに意味があると感じています。

これからの目標

次のロサンゼルスオリンピック出場を目指しています。プレーヤーであるからには、世界最高の舞台に立つことを目指し、最善の努力をしていきます。

また、バレーボール選手としての成長だけでなく、個人として経験と知識を深め、将来、子どもたちが、楽しかったバレーボールを楽しくないと思うような時、子どもたちや選手たちのサポートが出来たら良いと考えています。

けんこう「幸」づくりに取り組もう！
～住み慣れた地域で安心して幸せに暮らすために～

☎健康増進課 ☎0538-37-2013 FAX0538-35-4586

磐田市は、年齢を重ねても、障がいがあっても、病気になっても「安心できる磐田」を目指し、令和6年4月1日に『磐田市健幸づくり及び地域医療を守り育む条例』を施行しました。

1 磐田市の現状

磐田市を含む中東遠地域は、県内の他地域と比較して医師や看護師が少なく、生活習慣病の方が多く傾向にあります。

また、少子高齢化が急速に進むなか、認知症の対策や健康診断の受診率の伸び悩み、新たな感染症や病気に対応する地域の医療体制の充実などが課題になっています。



2 条例制定の経緯

健康でいきいきと幸せに暮らしていくことは、市民共通の願いです。

そこで、市民、市、地域、医療機関、議会、地域医療などに関わるみんなが健幸づくりの大切さや限りある医療資源を知り、一人一人自ら「健幸づくり」を進め、「地域医療を守り育む」ことを目指して『磐田市健幸づくり及び地域医療を守り育む条例』を制定しました。



3 条例のポイント

1. 健幸づくりの取り組み

一人一人が心身ともに健やかで、生涯にわたって希望や生きがいを持ち、自らの状態に合わせて取り組み続けるもので、家庭や地域、職場など社会全体で支援していくことを目指します。

2. 地域医療を守り育む

将来にわたり安定した医療を受けることができる体制を確保するため、みんながそれぞれの役割を果たして、地域全体で守り育むことを目指します。



～皆さんの健「幸」づくりのための取り組み～



不登校児と保護者がリラックスできる居場所を作っています。学習支援、相談などを通して困っている人の力になるために頑張っています。

労働者協働組合
いわたツナガル居場所ネットワーク 山田 美沙 さん



スポーツを通じた「健康的なライフスタイル」と「新しいコミュニティへの参加」を応援する活動を続けています。

NPO 法人 SAC 代表 長谷川 勇次 さん

地域の高齢者がいつまでも元気に生活できるように「いきいき百歳体操」を継続して実施していますので、ぜひ参加してください。



於保いきいきサロンすずらん代表 鈴木 良子 さん

磐田市健幸アプリを使い、健康維持の活動が見えることで従業員の主体的な健康づくりに繋がっています。



遠州スプリング代表取締役 栗屋 紘介 さん



地域医療を守るために仲間と一緒に活動をしています。医療従事者に「ありがとうメッセージ」を送ったり、「人生会議(ACP)」の啓発普及活動をしています。

地域医療いわた代表 三輪 邦子 さん



「子ども見守りボランティア活動団体」の一員として、毎日子どもたちの見守りをしています。子供たちの挨拶を聞いて元気をもらっています。

旗振り見守り 村上 勇夫 さん



愛犬と朝晩合計で8km散歩しています。仕事のアイデアもたくさん出る私の大切な時間です。

材木屋カワイ代表取締役
川合 伯員 さん



病気や治療の学びの場として市民公開講座や、生涯を通じた疾病予防、健康づくりに関する56種類の出前講座を運営しています。

市立総合病院
地域医療連携室長 小川 住江 さん



3人の子育ては大変ですが、たくさん幸せをもらっています。毎日のおんぶ&抱っこが筋トレです。

子育て全力中
今村 浩子 さん



ページ番号

1013866

マイナ保険証を 活用した救急搬送

救急業務の円滑化、迅速化に向けて

市では、令和5年度の救急件数が7277件と過去最多を更新し、救急現場での正確な情報収集が課題となっております。特に高齢者の場合、病院受診歴が多く、情報収集に時間を要するなど、搬送遅延に繋がるケースが増えているのが現状です。

そのため、国の事業であるマイナンバーカードを健康保険証として利用する仕組み「マイナ保険証」を活用した救急業務の実証事業を8月23日(金)からおよそ2カ月間行います。救急現場において、マイナ保険証から通院履歴や服薬情報を把握することで、救急業務の円滑化、迅速化につなげることを目的です。

マイナ保険証の利用は傷病者本人の同意を基本としており、救急隊がマイナ保険証を活用して情報収集を行います。

なお、この実証事業は全国67消防本部、静岡県内では当消防本部のほか静岡市消防局、浜松市消防局で行われます。

期待される効果

病院受診歴が多く、正確な情報収集が困難になるケースが増えているため、マイナ保険証を活用することにより通院履歴や服薬情報などを迅速に把握でき、現場滞在時間の短縮、早期医療介入が期待できます。

警防課 救急企画室
(消防署2階)

☎ 0538-36-9919

FAX 0538-36-0951

実証事業の概要

期間 8月23日(金)～
およそ2カ月間

実証 市消防本部の
救急隊 全救急隊

マイナ保険証を活用するメリット



傷病者本人の情報を
正確に伝えられる



病院の選定や搬送中
の応急処置を適切に
行える

必要な準備



マイナ保険証の
登録が必要です

本実証事業にご協力いただくため
マイナンバーカードの携帯をお願いします



▲利用登録

健康保険証としての 利用登録をお願いします

市内のマイナンバーカード普及率は75・5%となっております。このうち、マイナンバーカードと健康保険証の紐づけをしている方は約半数と推定されています。

現行の健康保険証は、令和6年12月から新規発行を停止し、マイナ保険証へ移行します。このため、万が一の時のためにマイナンバーカードと健康保険証の紐づけ登録をお願いします。

市消防本部は 今年で65周年を迎えました

市消防本部は1959年5月に発足し、今年で65周年を迎えました。

これからも地域の皆さまと共に、より安全で安心な暮らしを実現するために尽力してまいります。

今後とも、消防へのご理解とご支援をよろしくお願いいたします。



「みんなが主役のまちづくり条例」の制定

自治デザイン課
(本庁舎2階)

☎ 0538-37-4811
FAX 0538-32-2353

誰もが、まちづくりに参加できることを目指して

市では、「自らのまちは、自らの手でつくる」、「まちづくりは人づくり」の考えのもと、「協働のまちづくり推進条例」を改正しました。

磐田市みんなが主役のまちづくり条例

本市のまちづくりをわかりやすくイメージできる条例名に改正しました。この条例名は、市民参加によるワークショップで提案されました。

条例の目的

市民自治によるまちづくりを推進し、より良い地域社会の実現に寄与することを目的としています。



▲ワークショップに参加した市民が描いた、まちづくりをイメージしたイラスト

基本理念(第3条)

本市のまちづくりを進めていくための、基本的な考え方を基本理念として掲げています。

(基本理念)

- 第3条 市民等及び市は、次に掲げる基本理念に基づき、市民自治によるまちづくりを推進するものとする。
- (1) 市民等は、市民活動に関心を持ち、市民自治によるまちづくりに参加すること。
 - (2) 市民等及び市は、互いの活動の目的を理解し、主体性を尊重すること。
 - (3) 市民等及び市は、互いの役割を理解し、協働すること。
 - (4) 市民等及び市は、互いに市民活動に必要な情報を提供し、共有すること。
- (原文)

市民自治によるまちづくりとは

市民・地域づくり協議会・自治会・市民活動団体・事業者が、主体的に活動し、協働しながら、地域の実情に合ったまちづくりに取り組むことです。

協働とは

市民等および市が、対等な立場で、信頼し合い、互いの特性を生かし協力することです。

対話によるまちづくりの推進

市と市民活動センターでは、誰もが気軽にまちづくりに参加できるよう、対話の場づくりを支援する市民ファシリテーターの育成にも力を入れています。

市民ファシリテーターとは、地域の発展や社会問題の解決のために、市民同士の対話を促進し、地域住民のコミュニケーションを円滑にして、市民自治によるまちづくりを支援する役割を担います。

まちづくりネットワークイベント

気軽にまちづくりに参加できる対話の場として、まちづくりワークショップを開催します。

条例についてのリーフレットづくりを通して、市民自治によるまちづくりについて学びます。

磐田市みんなが主役のまちづくりワークショップ

条例のリーフレット作成を通じ、まちづくりについて考え、関心を持ってもらうことを目的に開催しています。

つき・日

- ・ 8月25日(日)
- ・ 9月8日(日)、10月20日(日)、11月10日(日)
- ・ ひと・ほんの庭 にごとく 視聴覚室

※どの回からでも参加可能

対象

中学生以上(先着25名)

申込方法

電子申請または電話で市民活動センター
(☎36-11890)へ



▲電子申請

その他、条例についての詳細は、市ホームページ掲載の解説書をご覧ください

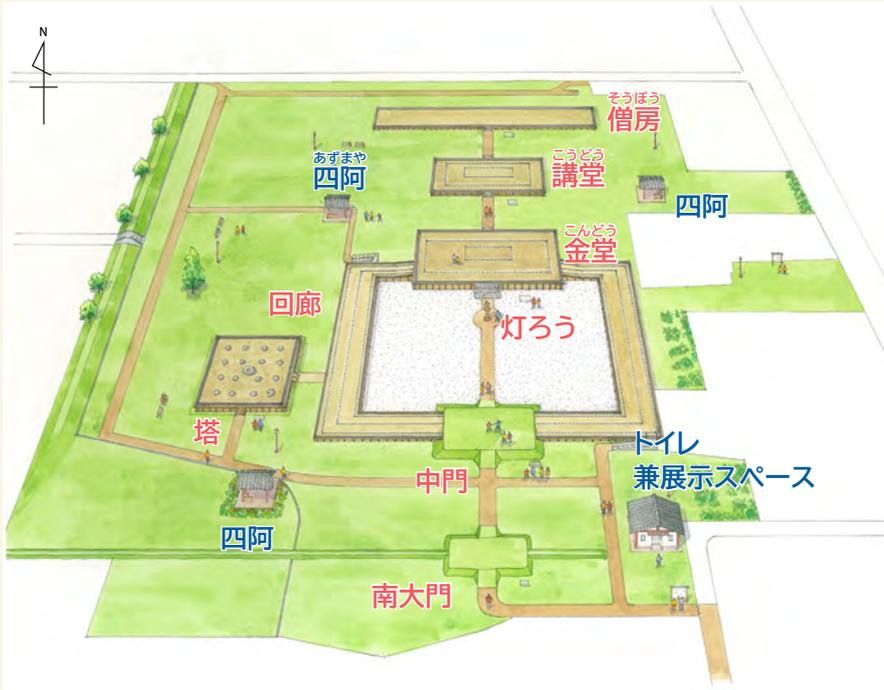


▲解説書



遠江国分寺跡の再整備を行っています

より良い史跡公園を目指すために



▲遠江国分寺跡 再整備イメージ図

文化財課
(埋蔵文化財センター)

☎ 0538-32-9699

FAX 0538-32-9764



▲復元された金堂基壇

遠江国分寺とは

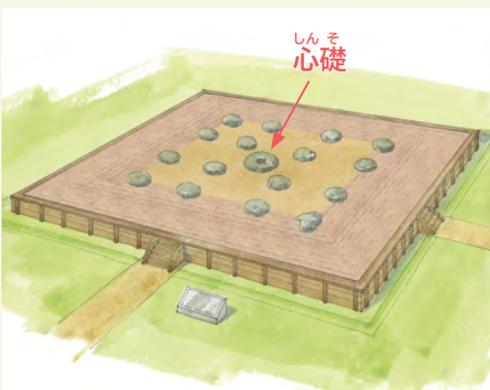
天平13年(741)、聖武天皇は仏教の力で当時の社会不安を取り除こうと、全国に国分寺を建てるように命令しました。そのひとつが遠江国分寺であり、当時国府(現在の県庁にあたる役所)があった磐田の地に国分尼寺と併せて建てられました。

発掘調査と特別史跡指定

遠江国分寺跡は昭和26年(1951)に実施された発掘調査によって、全国の国分寺でも初めて金堂や塔、講堂などの主要建造物の配置が明らかになりました。このことが評価され、翌年には国の特別史跡に指定されました。

史跡の再整備事業

特別史跡に指定された遠江国分寺跡では、昭和40年代に史跡整備が行われまし



▲塔基壇整備イメージ図

たが、経年により各施設の老朽化が進んできました。そこで市は、より良い史跡公園を目指すため、遠江国分寺跡の再整備事業を現在進めています。

整備工事

遠江国分寺跡では、令和3年度より再整備工事を進めています。現在、金堂のほか、講堂と僧房の基壇(建物の土台部分)の復元整備が完了しました。この基壇は側面が木材で覆われており、全国的にも珍しい事例です。

令和6年度は、塔跡の基壇整備工事を進めていきます。奈良時代から残る心礎(塔の中心柱を支える石)も現地で見学できるよう整備する計画です。

皆さんの学びたい思いを支援します!!

①市民活動団体、NPO 法人などへの支援

各種講演会を行うNPO法人などの団体へ開催経費を補助します。

対象者：市内のNPO法人および市民活動センターの登録団体

対象経費：自らの学びと共に広く住民が参加できる講演会や研修会を行う経費で総事業費が5万円以上のもの

補助額：10万円（上限）※一部補助対象外経費があります
《翌年度以降同一事業実施の場合は、1/2以内で上限5万円》

昨年実績：子育て支援、歴史、まちづくりなどをテーマに9団体が実施

☎自治デザイン課 ☎0538-37-4811

②事業者などへの支援

従業員などを対象に学びの場を提供していく市内事業者などへ開催経費を補助します。

対象者：市内に事業所を有する中小事業者

対象経費：人材育成のために市内で新たに実施する研修などにかかる経費

補助額：10万円（上限）※総事業費の1/2以内

☎産業政策課 ☎0538-37-4904

ページ番号

1010587

「学びと対話」で
「最新」学習歴の更新を

『学びたい思い』が実現、人が集まる磐田市へ

市は、多くの市民が多様な学びを楽しみ、人と人との交流が生まれることを目指して校舎のない学び舎をコンセプトとした「磐田ここからラボ」に取り組んでいます。

政策推進課
(本庁舎4階)

☎ 0538-37-4805

FAX 0538-36-8954

小中学校で 子どもの自由な学びを応援



水谷隼さんと対話の会 (城山中)

夢に向かう気持ちのつくり方、困難に立ち向かうための心の整え方などを講演



「遠州縮つむぎ」体験 (豊田北部小)

伝統を継承している方からの話を聞き、体験して伝統文化の大切さを学ぶ

高校生が企画する講演会を応援 ～高校生ラボ～



五郎丸歩さん (磐田東高)

元ラグビー日本代表選手が、大舞台で活躍する際のメンタリティなどを生徒との対話形式で講演



浦木雄太さん / 音楽クリエイター (磐田南高)

エンタメ業界の第一線で活躍されている若手クリエイターが、挫折や困難への立ち向かい方などを講演



全世代が

「学びたいこと」を「学びたいとき」に
「学びたい場所」で学べる

校舎のない学び舎

新たな知識や文化・芸術に触れる「学び」の機会は、世代を問わず、常に胸を躍らせ、その場での「対話」を通じた交流は、新たな人と人とのつながりを生むものです。

市では、そのような機会を「磐田ここからラボ」と呼び、市内の至るところで「学びと対話」の場が生まれるよう、支援しています。

最終学歴ではなく、人生において新たな発見や感動を与えてくれる「最新学習歴」を大切にしていきたいと思います。



認知症の方と、その家族が 安心して暮らせるまちに

福祉政策課
(1 プラザ3階)

☎ 0538-37-4831

FAX 0538-37-6495

認知症を『自分のこと』として考えてみませんか

認知症の方は、2025年に全国で472万人、65歳以上の高齢者の約6人に1人の割合になるといわれています。

認知症は「誰もがなりうる病気」です。今は関係ないと思っている方も、いずれどこかの時点で、自分や家族、友人が認知症になるかもしれません。

認知症を身近に捉え、正しい知識を持つておくことが大切です。

あなたも「認知症サポーター」に！

市では、認知症についての正しい知識や接し方を学ぶ「認知症サポーター養成講座」を開催しています。



▲中学校での認知症サポーター養成講座の様子

認知症サポーターとは

認知症サポーターは、「認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る応援者」です。

認知症サポーター養成講座は、自治会や職場など、10人以上の団体を対象に開催しています。認知症サポーターの詳細、講座の申し込みなどは、市ホームページをご覧ください。



▲認知症サポーターの証明「オレンジリング」



▲市ホームページ

地域で支えるために

認知症になると、全てができなくなるわけではありません。周囲の理解や、少しの手助けがあれば、できることはたくさんあります。

また、誰よりも本人や家族が不安を感じています。安心して暮らしていくためには、地域における認知症に対する理解と、思いやりの手助けが必要です。

見守りオレンジシール

認知症などにより、行方不明になる可能性がある高齢者などを対象に、地域包括支援センターで登録、配布をしています。

氏名、住所などの登録をした情報は、警察などと共有し、地域での見守りや行方不明時の早期発見に繋がっています。



▲「磐田市」と「登録番号」が書かれたオレンジ色のシールを身の回りのものに付けます

9月は「世界アルツハイマー月間」

9月は「世界アルツハイマー月間」として世界各地で啓発活動が行われています。

市では、認知症の方の介護のことなど日頃の悩みや心配事を気軽に相談できる「認知症カフェ」や、認知症を正しく理解し、認知症の方も住み慣れた地域で暮らせるまちづくりを目指すための「認知症フォーラム」を開催しています。詳しくは、市ホームページをご覧ください。



▲認知症カフェの様子



▲市ホームページ

災害時

ごみはどうするの？

ごみ対策課
(クリーンセンター内)

☎0538-37-4812
FAX 0538-36-9797

台風シーズン到来！ごみはどうしたらいいの？

近年、台風やゲリラ豪雨、地震など、大規模災害が各地で多発しています。災害が発生した時には通常の「生活ごみ(家庭ごみ)」の他に、大量の「災害廃棄物」が発生します。災害に備え、ごみの処理方法について日ごろから正しい知識を持つておきましょう。

生活ごみの収集はあるの？

大雨や洪水などによる道路封鎖や大規模地震などの非常事態を除き、荒天時でも基本的に生活ごみの収集を停止することはありません。

なお、暴風時のごみ出しは「ごみの散乱」や「飛来物によるケガ」の危険がありますので、お急ぎでない場合は次回の収集日に出してください。

状況により、収集を停止する場合は、市ホームページなどでお知らせします。

台風などで出たごみはどうしたらいいの？

通常どおり分別した上で指定された収集日に、地域のごみ集積所へ出してください。

飛来ごみ(強風などで自分の敷地に飛来したトタンなど、所有者不明のごみ)についても通常の分別ルールに従って、ごみ集積所へ出してください。



大規模災害時に出るごみは、『生活ごみ』と『災害廃棄物』に分けられます

災害廃棄物とは？

大規模な災害などにより壊れた家具や家電、家屋の損壊で発生した木くず、金属くず、瓦などのことです。

大規模災害が発生した時は、普段の集積所とは違う場所に市が災害廃棄物の仮置場を設置する場合があります。設置状況は、市ホームページなどお知らせします。災害廃棄物の仮置場へも必ず**分別してから**持ち込んでください。

※仮置場は、災害廃棄物を分別、保管、処理するために一時的に集積する場所です

生活ごみの収集はどうなるの？

災害の状況によっては、生活ごみ(家庭ごみ)の収集は**一時的に停止**する場合があります。生ごみや使用済みの紙オムツ、携帯トイレ(凝固剤で適切に処理されたもの)などの「可燃ごみ」を優先して収集再開していきます。収集再開のお知らせ後に、通常のごみ集積所へ出してください。



仮置場まで運べない場合は

災害廃棄物を**分別して**地域の広場などにまとめた場合や、仮置場に運べない住民がトラックで横づけできる場所に**分別して**出した場合は、市で順次回収します。また、地域で事前に分別看板が必要な場合は、ごみ対策課にご連絡ください。

大規模災害が発生した場合に備え、地域で災害廃棄物を一時的に出せる場所や出し方を、**あらかじめ話し合っておく**こともご検討ください。



▲地域の広場に分別して出された災害廃棄物



ページ番号

1013390

こどもの居場所づくりを 支援します

こども未来課
(iプラザ3階)

☎0538-37-2808

FAX 0538-37-4631

こども“ど”真ん中社会の実現に向けて

こどもたちが家庭や学校以外の場所で安心して過ごすことができる「居場所」を増やすため、こどもの居場所づくりの新規立ち上げ、または事業拡充をしようとする市民活動団体に補助金を交付します。

補助対象経費

食事提供や学習支援に要する修繕費（建物改修に係る経費）など、新規立ち上げまたは事業拡充をするために要する経費

申請方法

申請書（市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入の上、直接または郵送（〒438-8650 国府台57-7）でこども未来課へ提出してください。

※申請を希望される方は、事前にこども未来課までご相談ください

補助限度額

- ・食事提供 20万円（補助基準額40万円）
 - ・学習支援 5万円（補助基準額10万円）
- ※補助金の申請は、1団体1回限り
※補助率2分の1



ページ番号

1010664

中学生以上 全住民アンケート

自治デザイン課
(本庁舎2階)

☎0538-37-4811

FAX 0538-32-2353

地域課題の把握と解決に向けて

人口減少や少子高齢化、核家族化など、社会情勢の急速な変化に伴い、従来の地域活動では、多様化する地域のニーズへの対応が難しくなっています。

そのような課題を把握し対応するため、一部の地域づくり協議会では、中学生以上全住民アンケートを行っています。

中学生以上全住民アンケートとは

中学生以上の全住民に対し、アンケートを行うことで、地域特有の住民ニーズや生活する上での困り事などを把握するものです。アンケート結果を活用することで、地域事業の整理、新たな取組の実施など、より効率的で効果的な地域活動を行うことが可能になります。

現在市内では、6つの地域づくり協議会（長野・豊浜・豊田東・豊岡東・岩田・青城）がアンケートを実施し、地域課題の把握と解決に取り組んでいます。

講演会を開催します

地域活動のさらなる活性化のため、中学生以上全住民アンケートについて学ぶ講演会を開催します。聴講のみの講演会ですので、どなたでもお気軽にご参加ください。

とく

9月28日(土) 午前10時～正午

ところ

アミューズ豊田 ゆやホール

講師

里山くらしLABO

池田水穂子氏、河村将雄氏

定員

先着300人

申し込み

9月24日(火)までに電子申請で自治デザイン課へ



▲電子申請

災害に強い地域を 作りましょう

危機管理課
(防災センター2階)

☎0538-37-2116

FAX 0538-32-0177

9月に実施する自治会の防災訓練に参加しましょう

大規模地震が発生したとき、市役所や消防、警察などの力だけでは十分な対応ができません。被害を最小限に留めるため、「自分の命は自分で守る(自助)」「自分たちの地域は自分たちで守る(共助)」という心構えが、災害に強い地域をつくりまします。

9月1日(日)は、自治会連合会で定めた総合防災訓練の統一実施日です。(地域の事情により訓練実施日は異なる場合があります)

各自治会(自主防災会)で実施される「防災訓練」に参加し、家族やご近所で防災・減災について話し合い、日々の備えを確認しましょう。

訓練重点点項目

- ・ 安否確認訓練
- ・ 止血、搬送法などの応急救護訓練
- ・ 避難行動要支援者への避難支援訓練
- ・ 中学生をはじめ、さまざまな住民が主体となって行う訓練

安否確認はなぜ重要か

人命救助のタイムリミットは発災後72時間といわれています。そのため、安否不明者の確認を早急に行う必要があります。玄関先に黄色いタオルを掲げるなど自治会ごとのルールで、自分の無事をまず主張し、安否不明者を確認できる仕組みづくりを進めましょう。



▲黄色いタオル
災害時に玄関先に掲げること
で家族の無事を知らせ、
素早い安否確認に繋がります

みんなで参加しましょう

過去の大地震では、近隣の方の救助により多くの命が救われています。一人でも多くの方が災害時の行動を身につけることで、災害に強い地域コミュニティが育っていきます。ぜひ、みんなで呼び掛けて防災訓練に参加しましょう。

ふるさと納税返礼品 提供事業者大募集!

産業政策課
(西庁舎1階)

☎0538-37-4781

FAX 0538-37-5013

事業者の皆さんの情報を全国に発信します

市は、市内事業者が磐田市内で生産製造している商品をふるさと納税返礼品とすることで、磐田の魅力を全国へ発信しています。

そのため、市の活性化や魅力発信、販路拡大の手段として返礼品を登録していただく事業者を募集します。

返礼品を登録していただくことで、ふるさと納税専用サイトに掲載され、寄附者からの注文が入ります。

返礼品を登録するには、総務省の定める地場産品基準を満たす必要があるため、事前に産業政策課までお気軽にお問い合わせください。登録の流れは、市ホームページをご確認ください。

市が出品サポートを行います

インターネット販売を独自で行えない方、すでに販売を行っている方

販路拡大・売り上げ増加をサポートします!

※サイトの運営費、送料は全て磐田市が負担します。

返礼品の登録に一切費用はかかりません!



返礼品を提供するメリット

サイト掲載料
無料
最大10サイト
掲載

送料負担
なし
市が負担します

事務作業
なし
伝票発行もお任せ

自社商品を
PR
発送時にチラシ
同封可



ページ番号
1001864

未来につながる 今から始める健『幸』習慣

健康増進課
(1プラザ3階)

☎0538-37-2011
FAX 0538-35-4586

健診は健『幸』への第一歩

受けましたか？

今年の健康診断&がん検診

生活習慣病は気づかないうちに進行している恐れがあり、年に1度の健康診断が生活習慣病の予防・早期発見につながります。

また、がん検診はがんを無症状のうちに早期発見し、適切な治療を行うことで、がんで亡くなることを防ぐことにつながります。

助成を使ってお得に受けよう

健康診断

対象／国民健康保険加入の方・後期高齢者医療制度加入の方

がん検診

対象／市内在住の方

※お手元に受診券のない方、令和6年4月1日以降に転入や国保に加入された方は、電子申請または電話で健康増進課にご連絡ください。なお、加入されている医療保険や年齢によ

生活習慣の見直しサポートを受けた方からの声

- ・中性脂肪や血糖値がなぜ高いといけないのか分かり、飲み物の種類に気を付けるようになりました。(70代男性)
- ・体重が増えた原因を振り返ることができ、禁酒とストレッチの目標を自分で決めて、7kg減量できました。(50代女性)



生活習慣を切り替えるチャンス
健康診断の結果によって、無料で保健師・管理栄養士から生活習慣の見直しのサポートが受けられます。

詳細はホームページをご覧ください
り、ご案内できる内容が異なります。

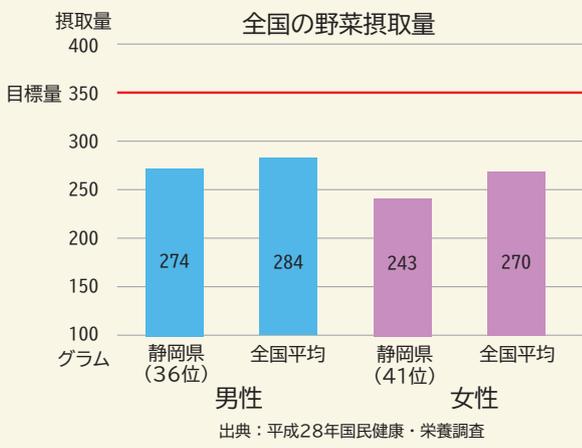


▲ホームページ

食生活の改善から始める健『幸』づくり

野菜摂取の現状

1日の野菜摂取目標量は350グラムです。しかし、静岡県の野菜摂取量は、目標量に70〜100グラム不足しており、全国平均よりも下回っています。



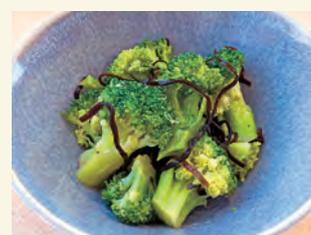
冷凍野菜を使ったお手軽料理をご紹介

小鉢1皿(約70グラム)追加することで、野菜摂取目標量に近づきます。冷凍野菜やカット野菜を使って、手軽に野菜摂取量を増やしましょう。



ブロッコリーのあえ物

材料：冷凍ブロッコリー
塩昆布
ごま油



ほうれん草のごまあえ

材料：冷凍ほうれん草
ごまドレッシング



ベジ・ファーストで野菜を食べよう

おかずや汁物に入っている野菜などから食べ始めることで、野菜に含まれる食物繊維が、食後の血糖値の急上昇やコレステロールの吸収を抑えます。



▲ロゴマーク



情報BOX

市外局番「0538」の表記は省略しています

お知らせ

屋外広告物の適正な管理を

市は県と連携し、屋外広告物の条例違反を調査しています。特に9月1日～10日の屋外広告物適正化旬間中は調査を強化し、条例に適合していない場合は、適正な許可申請や改修、除却などの措置について指導を行います。なお、規制区域や許可申請については、市ホームページをご確認ください。 ※屋外広告物とは、建物の壁面や屋上に設置されている広告、野立ての広告板など

◎都市計画課 ☎37-4907
FAX 36-12459
ページ番号：10002164

〔磐田地区巡回バス検診〕 結核健診、肺がん・大腸がん検診

▼とき／9月下旬～10月下旬 ▼対象
／市内在住で本年度40歳以上になる方
▼受診費用／結核健診・肺がん検診（胸部レントゲン撮影）…無料 喀痰検査（希望者）…700円（受診日当日の年齢が75歳以上の方は500円） 大腸がん検診（検便2日法）…500円 ▼申込方法／令和2年度～令和5年度に受診した方…申込は不要 それ以外の方…申し込みが必要です。電話または電子申請で健康増進課へ ▼その他／検診日、検診会場については、受診票に同封する通知または、市ホームページをご覧ください



▲電子申請

8月は電気使用安全月間

夏場は、感電や電気事故の最も多い時期です。コンセントやプラグに埃がたまると火災や事故につながる恐れがあります。定期的な清掃を心がけましょう。

◎（一財）中部電気保安協会
☎0120-470-1127
FAX 36-15730

事業所における化学物質の規制が見直されています

事業所で取り扱われている化学物質の中には、危険性や有害性が不明な物質が多く含まれるため、労働者が安全に働けるように法律で規制されています。労働安全衛生法などの改正により、令和6年4月から事業所の化学物質規制が大きく変わりました。詳しくは、労働安全衛生総合研究所ホームページをご覧ください。



▲ホームページ

◎事業者のための化学物質管理無料相談窓口
☎050-15577-4862

健幸ないわた・健康長寿を目指して

9月15日(日)は老人の日、15日(日)～21日(出)は老人週間です。老人の日・老人週間とは、昭和26年に「としよりの日・としよりの週間」として、全国各地でさまざまな運動が展開されたことがはじまりです。

平成13年の老人福祉法の改正で9月15日が「老人の日」、同月21日までが「老人週間」と定められました。平均寿命が80歳を超える今日において、多年にわたり地域や社会に貢献してこられた高齢者を敬うとともに、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせる社会の実現を目指していきましょう。

健幸(けんこう)とは「健康は幸せの源であり、生涯を通じて健康で生きがいを持ち、幸せな生活を営んでいる」という考え方による造語です。

令和6年度 市内の長寿の状況	
喜寿(77歳)	2,665人(男1,290人、女1,375人)
米寿(88歳)	945人(男 365人、女 580人)
百寿(100歳)	82人(男 14人、女 68人)
101歳以上	117人(男 12人、女 105人)

※上記は年度内に年齢に達する方です
※6月末日現在の状況です
※市内最高齢の方は、男女とも110歳です

令和6年度 就学時健康診断

令和7年度に市内小学校へ入学する子ども(平成30年4月2日～平成31年4月1日生まれ)を対象とした就学時健康診断を10月～11月に各小学校で実施します。詳細は9月以降、郵送で通知します。学校により実施日や受付時間などが異なりますので、通知文書をご確認ください。日時については、市教育委員会ホームページをご覧ください。

◎学校教育課 ☎37-4923
FAX 36-13205
ページ番号：10007280

在宅介護手当の支給について

市は、介護者の慰労と要介護者の在宅福祉の増進を目的に在宅介護手当を支給します。

▼対象／令和5年4月1日～令和6年3月31日の間、次の①～③のいずれかに継続して該当した方を180日以上在宅で介護した方 ①要介護2で重度の認知機能の低下と判定された方 ②要介護3～5の方 ③②のうち、重度の認知機能の低下と判定された方 ▼支給額／①2万円 ③4万円 ▼申請方法／9月中旬、対象者となる可能性のある方に通知を送付します。通知の案内に従い手続きをしてください

☎高齢者支援課 ☎37-4869

FAX 37-6495

ページ番号…1001891

宝くじ助成で

コミュニティ活動備品を整備しました

宝くじの社会貢献広報事業として(一財)自治総合センターが行う「コミュニティ助成事業」を次のとおり活用しました。竜洋住みよいまちづくり協議会は、展示用パネル、展示用ポール、パネル収納運搬車、アンプ、チューナー、マイク、ソフトミラー、草刈機、炊飯器を整備しました。また、西貝地域づくり協議会はノートパソコン、マウス、マイク、ミキサー、パワーアンプ、会議テーブル、ホワイトボード、液晶テレビ、BDプレーヤー、アンプ、チューナーユニット、マイク、ポータブル電源を整備しました。この事業により、地域住民が快適に協議会活動を行うことができ、コミュニティ活動の活性化につながることを期待されます。

自治デザイン課 ☎37-4811
FAX 32-2353

募集

市立総合病院の職員を募集

▼採用職種／①薬剤師 ②臨床検査技師 ③看護師・助産師 ④作業療法士 ▼受験資格／①平成元年4月2日以降に生まれた方で当該免許取得者または令和7年3月31日までに当該免許取得予定者 ②平成6年4月2日以降に生まれた方で、当該免許取得者または令和7年3月31日までに当該免許取得予定者 ③昭和49年4月2日以降に生まれた方で、当該免許取得者または令和7年3月31日までに当該免許取得予定者 ④平成8年4月2日以降に生まれた方で、当該免許取得者または令和7年3月31日までに当該免許取得予定者 ▼募集人数／①6人 ②④1人 ③若干名 ▼試験日／10月5日(土) ▼募集締

切／9月13日(金)午後4時まで ▼その他／応募条件、応募書類など詳しくは市立総合病院ホームページをご覧ください



▲ホームページ

☎病院総務課 ☎38-5032
FAX 38-5050

ページ番号…1007774

磐田市社会福祉協議会の職員を募集

▼採用職種／事務職員(正規職員) ▼受験資格／以下の①②いずれも満たす方 ①社会福祉士資格をお持ちの方 ②自動車運転免許をお持ちの方で交通違反などにより停止または失効していない方(AT可) ▼募集人数／1人 ▼試験方法／小論文(800字程度)と面接 ▼試験日程／随時 ▼会場／受験申込者に通知します ▼採用日／応相談 ▼手続き／受験申込書に必要事項を記入の上、提出してください ※申込書はホームページからダウンロード可 ▼受付／随時(平日午前8時30分～午後5時15分) ▼その他／詳しくはホームページをご覧ください



▲ホームページ

☎磐田市社会福祉協議会
☎37-4824 FAX 37-4866

2025年農林業センサス調査員を募集

令和7年2月1日を基準日として、5年に一度の農林業センサスが全国一斉に実施されます。市では、調査員としてご協力いただける方を募集します。

▼対象／以下のいずれも満たす方 ①20歳以上の方 ②責任を持って調査事務を遂行できる方 ③調査で知ったことを漏らさない方 ④警察・選挙・税務に直接関係のない方 ▼報酬／約2～4万円(調査世帯数により異なります) ▼申込／9月6日(金)までに電話または電子申請で総務課へ



▲電子申請

☎総務課 ☎37-4803
FAX 37-4829

ページ番号…1013810

磐田市環境市民会議委員を募集

▼対象／申込時に市内在住、在勤または在学の満18歳以上の方 ▼内容／環境の保全などに関する取り組みについて審議します ▼定員／4人程度(選考により決定) ▼報酬／市の報酬規程により支給 ▼任期／令和6年11月1日から2年間 ▼申込／電子申請または、指定の応募用紙に記入の上、直接もしくは郵送、FAXで環境課へ ▼申込期限／9月30日(月)(必着) ▼その他／



▲電子申請

応募用紙は、環境課で配付または市ホームページに掲載

◎環境課 ☎37-4874

FAX 37-5565

ページ番号…1008634



しずおかジョブステーション

出張就職相談会 in 磐田

自分にどんな仕事に向いているのかわからない方や転職に自信が持てない方向けに「出張就職相談会」を開催します。求人票の探し方や応募書類の書き方などを、キャリアアカウンセラーが直接アドバイスします。就職や転職でお悩みの方は、お気軽にお越しください。

▼とき／9月4日(水) 午前10時～午後4時

▼ところ／ワークピア磐田 教養文化室

▼申込／電話でしずおかジョブステーション西部へ

▼その他／予約優先。予約なしでも当日相談可能。相談時間は1人40分まで

◎しずおかジョブステーション西部

☎053-454-2523

パートタイマー就職相談面接会

あなたのライフプランにぴったりな就職先に出会える相談会です。採用担当

者と直接お話ができます。また、出張ハローワークや就職に役立つ無料セミナーも同時開催。子育て世代歓迎の求人もあります。

▼とき／9月7日(土) 午前10時～午後2時

▼ところ／ワークピア磐田

▼参加企業／15社程度

▼参加費／無料

▼持ち物／ハローワーク受付票(ハローワーク登録済みの方)

▼申込／不要。当日、直接会場へ

▼その他／託児あり(要予約)。詳しくはワークピア磐田ホームページをご覧ください

◎ワークピア磐田 ☎36-8381

FAX 36-8383



▲ホームページ

第1回転職・再就職相談カフェ

正社員を募集している市内企業とカフェ形式の就職相談会を開催します。

▼とき／9月8日(日) 午後1時30分～5時

▼ところ／磐田市民文化会館

▼対象／転職・再就職を希望する概ね55歳までの方

▼内容／就職相談会・転職支援セミナー

▼参加費／市内の企業12社程度

▼参加費／無料

▼申込／9月6日(金)までに専用サイト内イベントページから申し込み

▼その他／県外在住の方など、当日会場に足を運ぶことができない方



▲専用サイト

に向けてウェブ相談を実施予定。詳しくは市ホームページをご覧ください

◎(株)東海道シグマ浜松支店

☎053-424-5121

☎053-454-6820

経済観光課 ☎37-4819

FAX 37-5013

ページ番号…1013851

介護サービス相談会

▼とき／9月7日(土) 午後1時～5時

▼ところ／iプラザ2階ふれあい交流室3

▼対象／市内介護施設に入所されている方のご家族、市内在住で介護サービス(デイサービスなど)を利用して

いるご本人またはご家族

▼内容／介護サービスに関する不安や悩みを介護相談員がお聞きします

▼相談員／磐田市介護サービス相談員

▼相談料／無料

▼申込／9月4日(水)までに電子申請

▼電子申請

で高齢者支援課へ

◎高齢者支援課 ☎37-4869

FAX 37-6495



▲電子申請

ページ番号…1011750

「ちあいのイベント」創業セミナー

受講者を募集します

創業者の成長・発展支援を目的として創業に必要な知識などを学ぶセミナーを開催します。

▼とき／①9月10日(火) ②10月7日(月) 午後1時30分～4時(受付は午後1時から)

▼ところ／ワークピア磐田

▼対象／創業を考えている方、創業して間もない方

▼内容／①起業の「ヒント」と事業の「組み立て方」を一緒に学びませんか?

②お客様の声から売れる広告を作る!「A4」1枚アンケート®で

チャシ・HP・SNSを最高のセール

スパートナーに変える方法

▼定員／各20人(先着順)

▼参加費／無料

▼申込／申込フォームから静岡県信用保証協会へ

◎静岡県信用保証協会

☎054-252-2124



▲申込フォーム

いろいろな工作教室

▼とき／9月14日(土) 午前9時30分～11時30分

▼ところ／桶ヶ谷沼ビクターセンター

▼対象／一般 ※小学生は保護者同伴、未就学児は参加不可

▼内容／自然の素材を使って掛時計などを作成

▼参加費／250円(材料費)

▼定員／先着10名(保護者含む)

▼持ち物／作業ができる服装、水筒、タオル、作品を持ち帰る入れ物

▼申込／直接または電話、FAXで桶ヶ谷沼ビクターセンターへ

◎桶ヶ谷沼ビクターセンター

☎39-3022

FAX 39-3023

おしえて！LGBTパネル展

▼とき／9月10日(火)～25日(水) 午前9時30分～午後6時(月曜休館) ▼ところ／福田図書館 ▼内容／LGBTをはじめとする性の多様性に関するパネルや関連図書などを展示します

◎福田図書館 ☎58-3300
FAX 59-1911

中央図書館で防火ポスターを展示

市内小学生および幼年消防クラブ員が火災予防意識向上のために作成した防火ポスターを展示します。9月11日(水)の午前10時には、しつぺいとべっくんもやつてきます。

▼とき／9月11日(水)～15日(日) 午前9時～午後7時(土・日は午後5時) ▼ところ／中央図書館
◎消防本部予防課 ☎59-1718
FAX 59-1766

住まいの終活セミナー(相続登記など)

▼とき／9月20日(金) 午前10時～11時30分(受付開始9時50分) ▼ところ／iプラザ ふれあい交流室1・2 ▼対象／空き家に関心がある方など ▼内容／空き家にしないためのポイントや相続の際に気を付けること ▼講師／県派遣講師 ▼定員／先着60人



▲電子申請

▼参加費／無料 ▼申込／9月19日(木)午後5時までに電話または電子申請で建築住宅課へ
◎建築住宅課 ☎37-4851
FAX 33-2050

ページ番号：1012477

がんサロン「なごみ」

患者さんやご家族が集い、語り合う場です。がん薬物療法認定薬剤師によるミニレクチャー「薬のあれこれ」もあります。

▼とき／9月27日(金) 午後1時30分～3時 ▼ところ／市立総合病院周産期センター講堂 ▼対象／がん患者や家族 ▼申込／不要 ※電話または市立総合病院ホームページで最新情報をご確認の上お越しください
◎市立総合病院がん相談支援センター ☎38-5286 FAX 38-5050



▲ホームページ

介護に関心のある男性向け「ケアメン講座」

介護中または介護経験のある男性(ケアメン)を対象に、介護についての知識を深め、日頃の悩みなどを共有するための講座です。介護の悩みや、他人には聞きにくいことなど、ケアメン同士で打ち明けてみませんか。

▼とき／9月28日(土) 午後1時30分～

3時30分 ▼ところ／豊岡中央交流センター ▼対象／市内在住の介護をしている男性または介護に関心のある男性 ▼内容／①認知症を支えるケアについて ②介護に関する座談会 ▼定員／15人 ▼参加費／無料 ▼申込／9月20日(金)までに電話で豊田地域包括支援センター(☎36-1300)へ ▼その他／介護が必要なご家族と一緒に参加を希望される場合は、申し込み時にお伝えください。ご家族は、別室でカフェの雰囲気の中お過ごしいただけます

◎福祉政策課 ☎37-4831
FAX 37-6495

旧見付学校「昔の授業体験」

かすりの着物を着て、明治時代の小学生になった気分でご国語や唱歌、体操の授業を体験してみましよう。

▼とき／9月29日(日) 午前9時30分～11時30分 ▼ところ／旧見付学校 ▼対象／小学生 ▼定員／先着30人 ▼参加費／500円 ▼申込／9月7日(土)～15日(日)、参加者名(ふりがな)、学校名、学年、身長、性別、保護者の住所・氏名・電話番号をEメール(iwata-misuke@uv.inc.ne.jp)で旧見付学校へ ▼その他／詳細は、後日メールにてお知らせします

◎旧見付学校 ☎32-4511

子どものための郷土史講座

▶ところ／中央図書館2階視聴覚ホール ▶対象／小学5年生～中学3年生(2回とも参加できる方) ▶定員／25人 ▶申込／電子申請 ▶申込期間／8月27日(火)午前9時～9月13日(金)午後5時

◎中央図書館 ☎32-5254 FAX 32-5154

日時	内容
9月21日(土) 10:00～11:30	「赤松文庫を見て、触れて」 図書館所蔵の赤松文庫を見て、触って読んでもらい、これらの資料を所蔵していた旧赤松家や資料館の見学をします。
11月16日(土) 10:00～11:30	「見付宿を訪ねて」 文化財課や図書館で所蔵している絵図や地図を使って、史跡や街並みについて説明を聞いた後、実際に旧東海道の見付宿を歩きます。



▲電子申請

みんなで知ろう！見よう！考えよう！
これからの公共施設と学校施設の意見交換会

市民と市長と教育長による「磐田市のこれから」についての意見交換会を開催します。

市内にある多くの施設が、老朽化に伴う更新時期を迎える中、小中学校32校を含めた市の施設全体がどうあるべきか、市の施設と教育施設のあり方について考える意見交換会です。



▲電子申請

- ▶時間／午後7時～8時 ▶対象／中学生以上で市内在住・在勤・在学の方 ▶定員／各会場50人(先着) ▶参加費／無料 ▶申込／各開催日1週間前までに電子申請 ▶その他／託児あり
- ☎資産経営課 ☎37-4804 FAX37-4876

地区	とき	ところ
福田地区	10月15日(火)	福田支所 大会議室 (磐田市福田400)
豊岡地区	10月25日(金)	豊岡中央交流センター 多目的ホール (荖貫地76-5)
磐田地区	11月15日(金)	iプラザ ふれあい交流室1、2 (国府台57-7)
竜洋地区	11月20日(水)	竜洋交流センター 会議室1、2 (岡783-1)
豊田地区	12月20日(金)	文化会館かたりあ リハーサル室 (上新屋678-1)

静岡産業大学 F P 3 級講座

▼とき／9月25日～12月11日の毎週水曜日 午後6時30分～8時30分 ▼ところ／静岡産業大学磐田キャンパス 6101教室 ▼対象／当該資格取得を目指す方、お金の活きた使い方を学びたい方 ▼定員／先着40人 ▼受講料／3万6300円(税込) ※別途テキスト代有 ▼申込方法／9月18日(水)までに電子申請、または申込書(ホームページからダウンロード可)を直接またはFAXで静岡産業大学へ ※パソコン

ン操作が不慣れな方は受験が難しい場合があります



▲電子申請

磐田市恋活イベント
和菓子作り×カフェランチ

やさしい甘さ、彩り豊かな練り切り。和菓子作りとカフェランチを楽しみながら、素敵な出会いを見つけませんか？

☎静岡産業大学磐田キャンパス
☎36-8864 FAX36-8800

☎静岡県農業ビジネス課
☎054-221-2629
FAX054-221-3688

女性農業者に向けた
ステップアップセミナー
農業分野における女性の活躍を応援するためセミナーを開催します。
▼とき／10月4日(金)から全5回(日程は決まり次第ホームページに掲載します) 午前10時30分～午後4時 ▼ところ／静岡県男女共同参画センター「あざれあ」(静岡市駿河区馬淵1-17-1) ▼対象／静岡県内の女性農業者 ▼定員／40人(応募者多数の場合は抽選) ▼参加費／無料 ▼申込／9月20日(金)までに県ホームページから電子申請



▲ホームページ

▼とき／9月29日(日) 午前10時～午後2時 ▼ところ／やっほーカフェ(見付2342-1) ▼対象／25～35歳の出会いに前向きな独身の方 ▼定員／男女各6人(応募者多数の場合は抽選) ▼参加費／2000円 ▼申込／9月12日(水)までに電子申請でこども未来課へ
☎こども未来課 ☎37-2808
FAX37-4631
ページ番号：1013389



▲電子申請

桶ヶ谷沼で秋の昆虫観察

▼とき／10月6日(日) 午後1時30分～3時30分 ▼ところ／桶ヶ谷沼 ▼対象／一般ターセンター、桶ヶ谷沼 ▼対象／一般(小学生は保護者同伴、未就学児の参加不可) ▼内容／講義を受けた後、桶ヶ谷沼に出かけ初秋の昆虫を観察します ※捕まえた昆虫は観察した後、放します ▼服装／野外活動ができる服装(長そで、長ズボン、帽子)、水筒、タオル、長靴、カッパ(少雨の場合)、虫取り網、虫かご、虫眼鏡 ▼定員／先着20人(保護者含む) ▼参加費／無料 ▼申込／直接または電話、FAXで桶ヶ谷沼ビジターセンターへ
☎桶ヶ谷沼ビジターセンター
☎39-3022 FAX39-3023

保育出張相談会

▼とき／10月24日(水) 午後1時30分～3時30分 ▼ところ／iプラザ ▼対象／保育士の仕事に興味のある方 ▼内容／保育職のためのセミナー・就職相談 ▼参加費／無料 ▼申込／不要 直接会場へ
☎しおか保育士・保育所支援センター
☎054-271-2110

静岡産業大学「冠講座」

▶**とき**／10月～令和7年1月の下記の各曜日・時間（全14回：同大学生とともに聴講）▶**ところ**／静岡産業大学磐田キャンパス ▶**対象**／同大学生、一般 ▶**定員**／先着各10人（複数受講可、ただし同大学生優先）▶**受講料**／無料 ▶**申込**／電話またはEメール（k-kyoumu@ssu.ac.jp）で静岡産業大学磐田キャンパス教務課（☎37-3852 FAX 36-8800）へ

とき	内容	担当
毎週火曜日 13:20～15:00	100年に一度の大変革期を迎えたといわれる自動車産業におけるスズキの取り組み	スズキ株式会社
毎週火曜日 13:20～15:00	静岡県西部地域の動向、中小企業の課題と信用金庫の取り組み	浜松いわた信用金庫
毎週水曜日 10:50～12:30	ヤマハ発動機のマーケティングからものづくりまでの手法について	ヤマハ発動機株式会社
毎週水曜日 13:20～15:00	食育、スポーツ、こどもの健康など、健康づくりをテーマとした講義および静岡県の取り組みの紹介	県経済産業部新産業集積課
毎週木曜日 9:00～10:40	地方公共団体における防災・減災等について（施設見学やグループワークに参加できる方）	磐田市役所
毎週木曜日 15:10～16:50	チェーンストア経営システムからわかるフード産業について	タニザワフーズ株式会社

市民 伝言板

催し

磐田おしゃべりサロン

9月6日(金)午前10時～12時に、iプラザで。寺谷用水についてのお話を聞きます。今回は午前中の開催となりますのでご注意ください。定員20人程度。参加費は100円（資料代）。申し込みは不要、直接会場へ ㊟熊野ふるさとプロジェクト・福本☎66-4507

磐田市テニス協会 秋季テニス教室

9月11日～10月23日の毎週水曜（全7回）午後7時～9時、竜洋海洋公園テニスコートで。対象は成人男女、初心者から中級者まで。定員

20人。参加費は5,000円。申し込みは、竜洋テニスサークル・寺田（☎090-5056-9540）または、リバーサイドテニスコート（☎66-7004）へ

子どものメンタルヘルス向上を支援する講演会

9月28日(土)午後2時～4時（開場午後1時30分）、ひと・ほんの庭にこっと2階視聴覚室で。いじめ、不登校、ひきこもり予防に重要な「子どもたちのメンタルヘルス向上」をテーマにした講演とワークショップです。個別相談のご希望も受け付けます。定員50人。参加費無料。申し込みは、電話またはEメール（murata-kikou@cotton.ocn.ne.jp）で、NPOいきいき・いわた・村田（☎090-8076-4570）へ

会員募集

ウクレレ音楽愛好会 仲間募集

毎週水曜午前10時～正午、青城交流センターにて、ウクレレを中心に

楽器演奏を楽しむ会を始めて一年半になります。第1、第3水曜は初心者（現在10人）、第2、第4水曜は経験者（現在5人）です。初めての方も歓迎で、初歩から始めています。講師はいませんので参加費は無料です。ジャンルは決めなくて各自好きな曲を持ち寄ってお互い教え合って演奏を楽しんでいます。現在会員は30代から70代の男女です。キーボードの方が参加してくれたら、もっと音の幅が広がり充実します。お気軽にお問い合わせいただくか、見学に来てください。ウクレレ、ギター、ハーモニカ、リコーダー、スチールギターなど、好きな楽器でお楽しみください。お問合せ申し込みは、電話で石川（☎090-3252-3737）へ

ゆず水彩会 会員募集

毎月第2水曜、午前9時30分～正午、西貝交流センター2階で。主に静物を水彩で描いています。定員は15人、会費は月1,000円。持ち物は水彩画の道具。申し込みは、電話で熊谷（☎32-0321・090-5852-7770）へ

9月の相談窓口 & 救急医療情報

市民の相談・意見などの総合的な窓口として、**市民相談センター**（本庁舎1階 ☎0538-37-4746）をご利用ください。
 ★は12:00～13:00を除く ※原則、祝日は休み（結婚相談を除く）

市役所での相談

☎ 市民相談センター ☎37-4746		
弁護士法律相談	5日(木) 12日(木) 19日(木) 26日(木)	13:30 ～17:00
※定員7組。予約制(予約受付は原則開催日の1週間前の木曜日から。予約は原則電話のみ受付8:30～17:15)		
司法書士 相続・登記相談 県司法書士会浜松支部主催	3日(火) 17日(火)	13:30 ～16:30
※定員6組。予約制(8月26日(月)から予約受付。予約は原則電話のみ受付8:30～17:15)		
公証人 遺言・約束相談	24日(火)	13:30 ～16:30
※定員6組。予約制(9月10日(火)から予約受付。予約は原則電話のみ受付8:30～17:15)		
人権身の上相談	5日(木)	9:00 ～12:00
行政相談	本庁舎 9日(月) 竜洋支所 24日(火)	13:00 ～15:00
☎ 消費生活センター ☎188 (局番なし)		
消費生活相談(電話可)	毎週月～金曜日	8:30 ～17:00
※最終受付は16:00		
☎ 交通事故相談室 ☎37-2112		
交通事故相談(電話可)	毎週月～金曜日	★8:30 ～17:00
※最終受付は16:00		
☎ 浜松東年金事務所 ☎053-421-0192 (自動音声案内)		
年金相談 磐田市役所本庁舎	偶数月のみ開催します	
年金相談 浜松市浜名区役所	3日(火) 18日(水)	★10:00 ～15:00 ※要予約
☎ 外国人情報窓口 ☎37-4785		
外国人情報窓口	毎週月～金曜日	8:30 ～17:15

iプラザでの相談

☎ 福祉相談課 ☎37-4919		
くらしと仕事相談 ☎32-8880	毎週月～金曜日	8:30 ～17:15
障がい者生活相談 ☎84-6661	偶数月のみ開催します	
身体障がい者相談会 ボランティア会議室1	11日(水)	19:00 ～21:00
知的障がい者相談会 研修室	12日(木)	13:30 ～15:30
☎ 健康増進課 ☎37-2013またはLINE		
こころの寄り添い相談 相談室3 ※要予約	毎月第2・4 金曜日	10:00 ～12:00
☎ 子ども若者家庭センター ☎37-2018		
子ども相談 ☎35-4317	毎週月～金曜日	8:30 ～17:00
女性相談 ☎37-4844		
若者相談 ☎37-2752		

市立総合病院での相談

☎ 市立総合病院 ☎38-5000		
よろず相談	毎週月～金曜日	8:15 ～17:00
医療相談		
肝疾患相談		
医療福祉相談		
認知症相談		
各種就労支援相談		
がん相談	☎38-5286(直通)	

社会福祉協議会での相談

☎ 社会福祉協議会 ☎37-9617		
ボランティア相談	毎週月～金曜日	★8:30～17:15 16:45まで受付
福祉なんでも相談		
成年後見相談 ☎37-2792		
結婚相談	1日(日) 14日(土) 22日(日)	9:00 ～11:15
※最終受付は11:00 ☎37-4824		
※新規登録の受付は9月で終了します。		

ワークピア磐田での相談

☎ ワークピア磐田 ☎36-8381		
外国人総合相談 コーナー	毎週月・金曜日	★9:00～16:30
職業総合相談	毎週火～土曜日	★9:00～17:00 水曜日/13:00～17:00、 18:00～21:00 【オンライン相談(要予約)】 水曜日/19:00～、20:00～
内職相談	毎週火・木曜日	★9:00～16:00

はじまり 窓口	中小企業診断士 2日(月)・12日(木)・30日(月) 10:00～/11:30～/13:30～/15:00～
(専門家 なんでも 創業相談)	税理士 毎週水曜日 13:00～/14:30～
※要予約 ☎30-6255	キャリアコンサルタント 3日(火)・17日(火) 18:00～21:00
	WEBとSNS相談 13日(金)・27日(金) 9:00～12:00

ひきこもり・不登校相談

ひきこもり、不登校などの お悩みをご相談ください(予約制)	
▶と き	9月24日(火) 午前10時～午後4時
▶ところ	磐田サポートハウス「ほっと」 (見付2386-7)
▶対象	外出・通学に踏み出せない 中学校卒業から64歳までの ご本人およびその家族
▶その他	電話相談は随時受付しています
☎若者相談ダイヤル ☎37-2752	

その他の機関の相談

☎ 磐田地区労福協 ☎32-2706		
弁護士法律相談	28日(出)	9:30 ～12:30
※定員6組。予約受付は毎月1日から月・水・金の9時～13時		
☎ ライフサポートセンターしずおか ☎33-3715 (転送電話対応)		
暮らしの中の 何でも相談	毎週月～金曜日	9:00 ～17:00
☎ 連合労働相談ホットライン ☎0120-154-052 (電話相談のみ)		
労働相談	毎週月～金曜日	10:00 ～17:00
☎ 県西部健康福祉センター ☎37-2252 ※要予約		
精神保健福祉 総合相談	19日(木)	13:30 ～15:30
高次脳機能障害 医療等総合相談会	偶数月のみ開催します	
☎ 県認知症コールセンター ☎0120-123-921 (電話相談のみ)		
認知症コールセンター	毎週月・木・ 土・日曜日	10:00 ～15:00

夜間・休日急患診療

磐田市急患センターへは 電話をしてから行きましょう	
▶ところ	上大之郷51
【夜間(月～土曜日)】	
▶受付時間	午後7時15分～10時00分
▶診療科目	内科・小児科
【昼間(日曜・祝日のみ)】	
▶受付時間	午前8時45分～11時30分 午後1時45分～4時30分
▶診療科目	内科・小児科・外科
※上記の時間以外は市立総合病院へ	
☎磐田市急患センター ☎32-5267	

静岡子ども救急電話相談

平日・土曜・日曜・祝日 毎日24時間対応	
固定電話(プッシュ回線)、携帯電話 #8000	
IP電話、固定電話(ダイヤル回線)	
☎054-247-9910へ	

いじめ・不登校電話相談

子どもたち、保護者の方、お気軽に ご相談ください(毎週月～金曜日)	
子ども若者家庭センター	☎35-4317
▶受付時間 / 午前8時30分～午後5時	
磐田市学校教育課	☎37-4923
▶受付時間 / 午前8時30分～午後5時15分	
教育支援センター(あすなる)	☎33-5198
▶受付時間 / 午前8時30分～午後5時	
※「あすなる」は不登校相談のみ	

みんなで子育て



子育て支援センター

とこやい

見付2353-1(磐田北幼稚園内)
☎37-1888
月～金曜9時～12時45分、14時～16時 ※祝日休

●とこよタイム／11時20分～、15時45分～
★乳児期・幼児期／開館時間内いつでも
保 月～金曜9時～12時、13時～16時 ※祝日休
は 24日(火)13時30分～14時30分
保 17日(火)10時～11時

ぽつけ

高丘162-1(子育てセンターとみがおか内)
☎35-2546
月～金曜9時～12時、13時～16時 ※祝日休

★乳児期・幼児期／3日(火)・24日(火)14時～
◆絵本の日／10日(火)10時30分～
◆はじめてママさん／27日(金)14時～
保 月～金曜14時～15時
は 24日(火)14時30分～15時30分

ほのぼの

南島164-1(子育てセンターみなみし内)
☎55-6171
月～金曜9時～12時、13時～16時 ※祝日休

●ほのぼのタイム／11時45分～
★乳児期・幼児期／10日(火)・24日(火)の開館時間内いつでも
保 24日(火)10時～11時

エンジェル

国府台84-3(ここのり保育園内)
☎32-4732
月～木曜8時30分～13時30分 ※祝日休

●あそぼうエンジェル／11時～
★乳児期・幼児期／3日(火)9時45分～
◆わらべうたベビーマッサージ＆おしゃべり会／10日(火)、24日(火)10時～
◆ハイハイヨチヨチかけっこよーいドン!＆誕生会／11日(水)10時～
◆子エンジェルトミック／12日(木)
保 月～金曜9時45分～10時45分
は 17日(火)9時45分～10時45分
保 3日(火)9時45分～10時45分

のびのび

上大之郷51(急患センター内)
☎37-4102
毎日9時30分～17時30分 ※木曜休

●おはなしポケット／11時～、15時～
★乳児期・幼児期(身長のみ)／9時30分～
◆赤ちゃんと一緒に「ベビーマッサージ」
／9日(月)10時～先着10組
◆読みきかせ講座「毎日の読み聞かせで心通わせ」／20日(金)10時～
保 月～金曜13時30分～14時30分
は 27日(金)13時30分～14時30分
保 10日(火)10時～11時

【であいのひろば】

10時～11時30分
※各地に出張して活動します
田原交流センター／5日(木)
竜洋体育センター(研修室)／11日(水)
今之浦記念館／24日(火)

あいあい

吉貴地76-5(豊岡中央交流センター内)
☎0539-163-0047
火～土曜9時～11時45分、13時～16時 ※祝日休

●おいでおいでばあつ!／11時20分～
★乳児期・幼児期／開館時間内いつでも
◆みんなであつ!／11日(水)11時10分～
◆おはなし会／14日(土)11時10分～
◆赤ちゃんいらっしやい／20日(金)13時30分～
◆赤ちゃん計測と図書館のおはなし会／26日(木)10時30分～
保 月～金曜13日(金)10時30分～11時10分
は 13日(金)9時30分～10時15分
保 13日(金)9時30分～10時15分

ふわっと

福田中島55(福田こども園内)
☎58-1566
月～金曜9時～11時45分、13時～16時 ※祝日休

●ふわっとタイム／11時20分～、15時45分～
★乳児期・幼児期開館時間内いつでも
◆わらべうた遊び／17日(火)11時15分～、15時20分～
保 月～金曜20日(金)13時30分～14時30分
は 20日(金)13時30分～14時30分
保 12日(木)10時～11時

こどもの家

岡783-1(竜洋交流センター内)
☎66-9000
火～土曜9時～11時45分、13時～16時 ※祝日休

●ひまわりっこ／11時5分～
★乳児期／毎週金曜13時～
★幼児期／4日(水)9時～11時
◆おたのしみ会／13日(金)10時50分～
保 月～金曜10日(火)9時45分～10時45分
は 4日(水)9時30分～10時30分


子育て情報はいわた子育てアプリ「母子モ」をご利用ください。
予...【予約が必要】
●...【ふれあい遊び】
★...【計測日】
◆...【お知らせ】
は...【はじめてのいっぽ】
保...【保健師相談日】

※「はじめてのいっぽ」開催中は貸し切りのため予約の方のみの利用となります

みちるーむ

前野2575(龍の子幼稚園内)
☎51-5144
月～金曜8時30分～14時30分 ※祝日休

●にぎにぎゆっこ／11時10分～
★乳児期・幼児期／開館時間内いつでも
◆赤ちゃん遊ぼう／3日(火)・4日(水)10時～先着5組※詳細はおたよりで
◆13日(金)は環境整備のため休館
保 月～金曜10日(火)10時～11時
は 10日(火)11時～12時

こどもの森

城之崎1丁目2-13
☎36-11311
月・火・木曜10時～15時30分 ※祝日休

●もりもりタイム／11時30分～
★乳児期・幼児期／10時～、13時～
◆離乳食相談日／毎週月曜10時～(30日)月曜は13時～14時(実施)
◆栄養相談日／5日(木)10時～、13時～
保 月～金曜10日(火)13時30分～14時30分
は 10日(火)14時30分～15時30分

たっち

新井一丁目28-1
☎30-6110
火～土曜9時～16時 ※祝日休

●たっちへゴー／11時～、15時～
★乳児期・幼児期／開館時間内いつでも
◆ママと赤ちゃんびったんこ／10日(火)13時30分～先着8組
◆27日(金)13時～環境整備のため休館
保 月～金曜20日(金)13時30分
は 20日(金)14時30分



こころ

国府台57-17 (イプラザ内)

※31-0115
月～金曜 9時～11時45分、13時～16時 ※祝日休

● にっこにこぼん / 11時30分～15時45分
★ 乳児期・幼児期 / 9時～11時20分、13時～15時40分

◆ 6日(金)午後は環境整備のため休館
【保】は / 20日(金)13時30分～14時30分
【保】は / 2日(月)13時30分～14時30分

移動子育て支援センター

はぐはぐ

※37-2012 (こども育児家庭センター)

岩田交流センター

／5日(休)・19日(休)10時～15時

大藤交流センター

／12日(休)・26日(休)9時～14時

向笠交流センター

／13日(金)・27日(金)10時～15時

【毎回共通】

● はぐはぐタイム11時～

★ 乳児期・開催時間内ならいつでも

◆ 手形足形アートを楽しもう

【保】は / 27日(金)10時～11時

子育てスポット

多文化交流センター こんにちは

東新町1丁目1-8

※35-2512
月～金曜 10時～12時 ※土・祝日休



【催し】

【予】 はじめてのえいご / 毎週水・金曜 10時～30分

※歌や遊びを通して親子で楽しみながら英語に親しもう 各先着7組

【予】 親子でリズムあそび / 10日(火)10時～30分

※親子で体を動かしながらスキミングを楽しむ 先着7組

【予】 手作りおもちゃで遊ぼう / 24日(火)10時～30分

※口ケットおもちゃ、袋でふくらむおもちゃの2つを作ります 先着7組

ひと・ほんの庭 こころ

上新屋304

※36-1711
9時30分～18時 ※月・第4木曜休



【お知らせ】

【予】 栄養士個別相談 / 1日(日)9時30分～定員5組

【予】 ブックスタート / 5日(休)・14日(休)生後6～8カ月くらい 市内の親子対象 (引換券持参)

【予】 パパとおはなし会 / 7日(土)10時30分～プレママおはなし会 / 8日(日)10時30分～ちいさなおなべのおはなし会 (ストーリーテリング) / 11日(水)15時～

【予】 にこごと女性相談 / 11日(水)9時30分～定員3組

【予】 心理士にこごと相談&ミニ講座 / 13日(金)相談 9時30分～定員4組 (講座) 10時30分 「トイレトレーニングどうする?」定員9組

【予】 外国語おはなし会 / 22日(日)10時30分～「てで」はなそう」手話講座 / 28日(土)10時30分

【予】 ポルトガル語おはなし会 / 29日(日)10時30分

【毎週の催し】

【予】 「にこごと」のおはなし会 / 毎週水曜 10時30分からは0～2歳向け、毎週日曜 15時からは3～5歳向け

【予】 にこごとハローワーク / 毎週水・金曜 13時30分～16時

【予】 天体観測 / 毎週土曜 19時15分～ (曇天・雨天の場合は中止)

いっしょに読もう

『はけたよ はけたよ』

初めてできた喜びは言葉になってあふれ出ます



かんざわ としこ / ぶん
にしまき かやこ / え
偕成社

たつくんは、一人でパンツがはけません。片足をあげるとふらふらして、どでんと、ころんでしまいます。何回やってもできないので、パンツをはかずに外へかけだしました。すると、いろいろな動物が、たつくんのしっぽのないおしりを見て笑います。そこから逃げて田んぼに来ると、サギが一本足で、上手に立っていたのでまねをしたら、やっぱり、どでん！おしりは泥だらけに。

家に帰ってお母さんにおしりを洗ってもらったら、今度こそパンツをはかなくては。その時、たつくんはいいことを思いつきました。さあ、上手にはけるでしょうか。

優しく語りかけるような文章とやわらかな線や明るい色彩の絵は、今まで出来なかったことに挑戦し、成長する子どもを見守る温かさがあります。

子どもが一人で何かをやり遂げたときの喜びや達成感、出来たことを周りに認められる嬉しさの積み重ねは、生きていく自信に繋がります。3歳くらいから楽しめます。

中央図書館 ☎ 32-5254



Júbilo IWATA

SOCCER & RUGBY



SHIZUOKA BlueRevs

ジュビロ×レヴズ



© 1993 JUBILO

サッカー

古川陽介選手 W 受賞！！

古川陽介選手が6月度「明治安田 J1 リーグ月間ベストゴール」「明治安田 J1 リーグ月間ヤングプレーヤー賞」の2つの賞を受賞しました！



明治安田 J1 リーグ月間ベストゴール

受賞ゴール

第20節 6月26日(水)磐田 vs. 東京V(ヤマハスタジアム)
90 +5 分の得点

古川陽介選手コメント

約1年間ゴールが取れていなかった中で取れたゴールを、明治安田 J1 リーグ月間ベストゴールに選んでもらえてとても光栄です。ただチームの勝利が一番なので、そこに貢献できたことが一番嬉しいです、自分自身の価値を示せた1ゴールになったと思います。そういったゴールが、月間ベストゴールに選ばれてうれしく思います。

明治安田 J1 リーグ月間ヤングプレーヤー賞

古川陽介選手コメント

正直自分でも納得いかないぐらいのパフォーマンスだったので、まさか選ばれるとは思っていませんでした。ただ選ばれたことは光栄ですし、今後も自信を持ってやっていきたいと思っています。これからもっと出場時間を伸ばして、結果も残しながら、こういった賞をまた受賞できるように、こだわってやっていきたいと思っています。

9・10月のホームゲーム



節	開催日	キックオフ	対戦相手	会場
31	9/21(土)	19:00	アビスパ福岡	ヤマハスタジアム
33	10/5(土) or 10/6(日)	16:00	サンフレッチェ広島	

第33節の広島戦は、8月16日(金)実施予定のACL抽選会(ドロー)後に確定となります。

ラグビー

4選手と2024-25シーズン契約



静岡ブルーレヴズは、このたび NTT ジャパンラグビーリーグワン 2024-25 シーズンに向けて、新たに4名の選手と契約しました。新選手の活躍にご注目ください！

シアレ・マヒナ選手

【PR (プロップ) /HO (フッカー)】

2005年8月23日生(18歳) 175cm/105kg
オーストラリア出身。パワフルさと度胸たっぷりのプレースタイルが特徴。母親が和歌山県出身のため日本代表資格を持つ。



ジャスティン・サングスター選手

【LO (ロック)】

1996年11月30日生(27歳) 198cm/115kg
ニュージーランド出身。母国のハリケーンズに所属していた若手成長株の選手。テコンドーの国際大会で優勝した異色の経歴を持つ。



シモン・ミラー選手

【FL (フランカー) /LO (ロック)】

2001年5月5日生(23歳) 198cm/118kg
南アフリカ共和国出身。体格の良さと運動能力の高さが特徴。南アフリカで将来を有望視されている。



ジャック・ティム選手

【CTB (センター) /WTB (ウイング)】

2004年4月4日生(20歳) 175cm/85kg
ニュージーランド出身。ラグビー一家のDNAを持ち、ユーティリティさと柔らかい動きを併せ持つ。



最新情報は、静岡ブルーレヴズ公式ウェブサイトをご確認ください▶





アスリートのコトバ



明治大学野球部提供

明治大学野球部所属
侍ジャパン大学日本代表

たかす ひろまさ
高須 大雅 さん

「勝負は準備で8割決まる」

自分が大切にしている言葉は「勝負は準備で8割決まる」という言葉です。

高校時代の恩師である栗林先生に教えていただいた言葉で、大学3年生になった今でもこの言葉を大切にしています。

練習から常に本番を想定し、自信がつくまで練習に取り組むように心がけています。この練習のおかげで、本番では「これだけやってきたから大丈夫だろう」という気持ちで試合に臨むことができ、自信をもってプレーができています。その結果が今春リーグの最優秀防御率獲得という結果につながったと考えています。

これからもこの言葉を胸に刻み、自分が納得のいくまで練習し、常に万全の準備をして、自信をもって勝負に臨んでいきたいと思っています。

■高須 大雅（たかす・ひろまさ） 2003年生まれ、磐田市出身。小学校時代は磐田スモールキングに所属し、磐田東中学から静岡高校に進む。明治大学では2024年東京六大学野球春季リーグ戦で最優秀防御率を獲得。身長は193センチ、91キロ。右投げ右打ち。

市民との対話の中で「市は健康増進事業にどのくらい力を入れているの？」とよく聞かれます。「健康」には「肉体的健康」「精神的健康」「社会的健康」があるといわれ、私がスポーツや文化活動に力を入れているのは、それら3つの「健康」を増進させたいという思いからです。

ところで、「肉体的健康」のバロメーターになるのが健康診断です。皆さんは、1年に1回、定期的に健康診断を受けていますか。会社員の方は事業所で行う定期健康診断、自営業や農業を営んでいる方などは国民健康保険の特定健診、75歳以上の方は後期高齢者医療制度による健康診査があります。

また、市では40歳以上で肺がん、大腸がん、胃がん検診、40

歳から5歳刻みで胃がんリスク検診、40歳以上偶数年齢で女性のマンモグラフィによる乳がん検診などを実施し、受診しやすいように助成も行っています。

検診で「所見なし」や「異常なし」ならいいのですが、「要再検査」と診断されたらこれは黄色信号です。放置をせず、検査が可能な医療機関を頼りにしていただき、必ず次のステップに進んでもらいたいと思います。

病気を治すには早期発見、早期治療が大切です。仕事が忙しくて、または時間が取れなくて再検査に行くのが遅れてしまっただという声は本当によく聞きます。健康の維持には、ご家族や職場の理解も必要です。ぜひ周りの方々と声を掛け合って、健診をすすめていきましょう。



大クスの下から

第39回

健診のすすめ

市長 草地博昭



花粉・果物アレルギー症候群 (PFAS) の理解と対策



皮膚科医師
石川 優人 (いしかわ ゆうと)

- 花粉・果物アレルギー症候群 (PFAS) という言葉をご存じでしょうか。これは、特定の花粉症を持つ人が、その花粉の構造に似た成分を含む果物を食べると、口やのどにかゆみや腫れを引き起こすアレルギー反応です。次に主なものを示します。
- ① シラカバやハンノキの花粉症
リンゴ、モモ、サクランボなどのバラ科の果物や大豆に反応することがあります。
 - ② イネ科の花粉症
ウリ科の果物やキウイフルーツで反応が出ることがあります。
 - ③ キクやヨモギの花粉症
セロリ、ニンジン、カレースパイなど口周りのどにかゆみを感じる場合があります。これらの反応は、ジャムや缶詰など加熱処理された果物では症状が出にくくなることが知られていますが、一部の人は加熱後でも反応が現れることがあります。PFASの症状は

一般的に口やのどに留まる軽症例が多いですが、まれに全身の皮膚症状や呼吸困難、腹痛などを引き起こすことがあるため注意が必要です。

一番の対策は、過去に口やのどに違和感を覚えた果物を避けることです。食品のラベルを確認したり、外食時に食事の調整を依頼することが重要です。また、花粉症があっても、これまでに症状が出なかった食べ物に避ける必要はありません。ただし、特に症状がひどい場合や他のアレルギーと併発している場合は、医療機関で原因を調べる検査や緊急時の対応について相談することをお勧めします。

PFASを含め、身近なアレルギーの理解を深めて適切な対策をとることは、日常生活の質を高めることにつながります。



ポリファーマシーを防ぐために



薬剤部長
太田 敦代 (おおた あつよ)

ポリファーマシー、テレビなどで紹介されているのを聞いたことがあるのではないかと思います。

ポリファーマシーとはポリ(多くの)とファーマシー(調剤)を合わせた造語ですが、単に薬の数が多いうことを言うのではなく、多くの薬を飲んでいることにより副作用を起こしたり、飲み間違いや飲み忘れなどにより、きちんと薬が飲めなくなっている状態を言い、特に高齢者で問題となっています。では、なぜポリファーマシーが起こるのでしょうか？

高齢になると、複数の病気がかかる方が増え、飲む薬も多くなってきます。さらに、加齢により肝臓や腎臓の働きが弱まることにより、薬が体内に留まる時間が長くなるため、薬同士が影響し合う相互作用なども起こり、薬の効きが変化したり、副作用が出やすくなったりします。その他にも、薬によって起こった症状のため、さ

らに薬が多くなる悪循環が起こることもありますし、薬が多すぎて管理が難しくなると、きちんと正しく飲む意欲が低下してしまうこともあります。では、このようなポリファーマシーを防ぐためにはどうしたらよいのでしょうか？

薬が多いことが必ずしも悪いわけではありません。自己判断で急に服用をやめると症状が悪化し、思わぬ副作用が出る場合がありますので、勝手にやめることは控えてください。飲んでいられる薬の数が多くて心配な方や気になる症状などがある場合には、医師や薬剤師に相談しましょう。その際には、薬だけでなく健康食品やサプリメントなどもすべて伝えてください。そのためにお薬手帳を一冊にまとめて持ち、気になる症状などをメモしておくといでしょう。かかりつけ薬局・薬剤師を持ち、自分の飲んでいられるお薬の情報を把握してもらうとより安心できると思います。





しっぺいオフィシャルサイト
4コマまんがが作者たちが語る制作秘話 & 裏話あれこれ! 絶賛公開中! =>

イベント
みんなで軽トラ市
いわた☆駅前楽市

9月8日(日)は「みんなで軽トラ市いわた☆駅前楽市」の開催日です。数多くの軽トラが出店する本州最大規模のイベントです。公式LINEでは最新情報をお届けしています。友だち登録をお願いします。

時 9月8日(日) ※雨天決行
午前9時~正午
所 JR 磐田駅前ジュピロード
間 みんなで軽トラ市
いわた☆駅前楽市実行委員会
☎ 0538-32-2261



今年も見付天神裸祭にあわせて開催されるのが、磐田市と友好都市の特産品を販売する「うまいもん市」です。
玉野市(岡山県)からは、海苔、大藪みかんジュレ、はちみつなど、駒ヶ根市(長

野県)からは、ソースかつ弁当、信州ご当地名物の牛乳パン、人気キャラクター「こまかつぱ」のグッズなどが販売されます。
大祭とあわせて友好都市の特産品も楽しめる貴重な機会です。ぜひ足を運んでみてください。

見付天神裸祭は、毎年旧暦8月10日の直前の土曜と日曜にかけて行われる、見付に古くから伝わる矢奈比賣神社の大祭です。国の重要無形民俗文化財に指定されています。



▲見付天神裸祭の様子

とき 9月7日(土) ※雨天決行

午後5時から午後9時まで

ところ JA遠州中央見付支店
駐車場(見付1273-1)

※午後6時から翌日午前1時まで見付本通り周辺は車両通行止めとなります
ご来場は公共交通機関をご利用ください
くわしくは、見付天神裸祭保存会ホームページをご確認ください

☎ 見付天神裸祭保存会 (見付天神社内)

☎ 0538-32-5298 FAX 0538-36-8117

見付天神裸祭

うまいもん市



いわたで遊ぼう

磐田のお楽しみスポットを紹介

2024 8



しっぺいとこまかつぱも遊びに来るよ!



◀ホームページ

7/9 甘くてみずみずしいメロン


給食のデザートとしてメロンを食べる児童

JA 遠州中央のライオンメロン59玉が長野小学校、竜洋東小学校、竜洋北小学校に提供され、子どもたちが給食でメロンの味を楽しみました。

長野小学校では JA 遠州中央の職員とメロン農家の方からライオンメロンの特徴や栽培方法についての授業が行われました。メロンを食べた子どもたちからは「甘くて美味しかったです」などの声が上がりました。

7/2 カラフルなかばんを作りました


裁縫ボランティアの方から丁寧に説明を受ける園児

磐田北幼稚園の年長が、裁縫ボランティアの方と一緒に手作りのかばんを作りました。

園児たちは、カラフルなパーツを選び、針を使って裁縫ボランティアの方から丁寧な説明を受けながらかばんを作り、おしゃべりを楽しんだりして交流を深めました。

園児たちからは「楽しかった」「難しかった」などの声が上がりました。

7/10 磐田ポッカ食品の出張工場見学


実験に興味津々の児童たち

「将来を担う子どもたちの学びの場」の提供として、磐田ポッカ食品株式会社が竜洋西小学校で出張工場見学を実施しました。

磐田ポッカ食品株式会社の製造品であるスープの紹介や、造粒と呼ばれる粉末を溶けやすく加工をしたものと、そうでないものを児童たちが実際にお湯で溶かす実験をしたり、工場の作業服を着る体験をしたりしました。

7/6 防災、防犯を呼びかけました


静岡 SSU ボニータの安間帆乃香選手と中川瑚々選手

ららぽーと磐田で磐田市消防本部と磐田警察署のコラボレーションによる広報イベントが行われました。

当日は、はしご車やパトカーなどの車両展示、子ども消防服の試着体験も行われました。また、静岡 SSU ボニータの安間帆乃香選手を1日消防長に、同じく中川瑚々選手を1日警察署長に委嘱し、救急車の適正利用や詐欺被害の防止について、来館者に向けて呼びかけました。



7/21 向陽学府小中一体校起工式



地鎮行事を行う代表児童と草地区長

向陽中学校で向陽学府小中一体校建設工事の起工式が行われ、関係者約150人が参列しました。

向陽学府小中一体校は、令和8年4月の開校予定で、向陽中学校と岩田小学校、大藤小学校、向笠小学校が1つになり、現在の向陽中学校の敷地に建設されます。草地区長は「新たな歴史を作る子どもたちにとってよりよい学びの場となることを願っています」と話しました。

7/11 全国の舞台で全力を尽くします



全国大会での健闘を誓った生徒たち

「令和6年度全国高等学校総合体育大会」に出場する磐田東高等学校の男子剣道部7人、男子テニス部5人、女子テニス部2人の選手が市長を表敬訪問しました。

男子剣道の個人戦と団体戦で全国大会に出場する菊前陽さんは「全国大会の舞台で勝つために日々努力してきました。全国ではベスト8以上を目指して頑張ります」と話しました。

7/21 やすみりえ先生 川柳サロン



やすみ先生から川柳の作り方のコツを教わる子どもたち

磐田市民文化会館「かたりあ」で、文芸磐田第50号の発行を記念した「やすみりえ先生 川柳サロン」が開催され、応募した約40人が参加しました。

やすみ先生から音の数え方などの川柳の基礎や作る際のコツなどを学んだあと、「笑う」をお題に川柳を作りました。出された作品の中から、やすみ先生が選出した句を読み上げると、参加者は笑ったり、感心したりと川柳の醍醐味を味わいました。

7/12 楽しいことを見つけてチャレンジ



山本さんの話を真剣に聞く児童たち

田原小学校で、パラスポーツアスリートの山本篤さんによる講演会と走り方の講座が行われました。

児童たちは、山本さんから義足との出会いや陸上を始めた話、夢へ向かうための心構えの話を聞きました。山本さんは「楽しいという気持ちがあれば、苦しいことがあっても続けられると思います。自分の得意なこと、楽しいと思えることを見つけて本気でやってみてください」と話しました。



1人分当たり【エネルギー 120kcal】
たんぱく質 8.7g 脂質 7.6g カルシウム 148mg 鉄 1.0mg 食塩相当量 0.7g

■材料 (4人分)

トマト ……………大1個 (200g)
ズッキーニ ……………中1/2本 (120g)
サバ味噌煮缶 ……………1缶 (140g)
チーズ ……………40g
粗びき黒こしょう ……適量

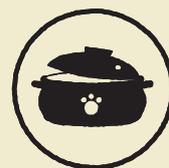
■作り方

- ① トマトは縦半分に切り、1cm幅にスライスする。
- ② ズッキーニは縦半分に切り、薄い半月切りにする。
- ③ 耐熱皿にトマト、ズッキーニ、粗くほぐしたサバ味噌煮を交互に並べる。
- ④ サバ味噌煮缶の汁を、お皿の半分くらいの深さまで入れる。
- ⑤ 上からチーズをかけ、オーブントースターでチーズが溶けるまで焼く。
- ⑥ お好みで粗びき黒こしょうをかける。

POINT

サバ味噌煮缶の汁の量を調整すると、お好みの味に調整できます。
倍の量で作ると、メインのおかずにもなります。

〜サバ缶で味が簡単に決まる〜
**サバ缶トマトの
チーズ焼き**
あと一品欲しいときにおすすめ
とても便利なおかずです♪



イワタノ ゴハン

IWATA no GOHAN

クックパッドで
レシピを
チェック!



和助産院 院長
伊藤 和代さん

和助産院では、地産地消を意識し、野菜を多く使ったメニューを提供しています。

大久保にある和助産院の院長、伊藤和代さん考案のレシピです。
簡単に好きな野菜でアレンジもできて、野菜もたんぱく質も摂れる栄養たっぷりな一品です。

和助産院 院長 伊藤さん考案メニュー

編集 後記

表紙の撮影で、久しぶりに海へ行きました。暑さに耐えられるのか心配でしたが、心地良い潮風と波の音に暑さを忘れ、癒されました。予想外に磐田の素敵な場所を再確認でき、嬉しかったです。ただ、日焼け止めを塗り忘れ周りに笑われるくらい日焼けをしたのは想定外でした。☹

広報 クイズ

東レアローズ静岡 所属の
酒井啓輔選手のポジションは？

- ① セッター
- ② リベロ
- ③ オポジット



今月のプレゼント

図書カード 1,000円分 …10名様

6月号の結果

答えは『②遠州織物』でした。
(応募総数288通)
当選発表は賞品の発送をもって代えさせていただきます。

【応募方法】 正解者の中から抽選でプレゼントが当たります。

9月18日(水)までに、はがき(当日消印有効)、FAXまたは電子申請で、クイズの答え、住所、氏名、年齢、電話番号、広報いわたへのご意見を記入し、広報広聴・シティプロモーション課(〒438-8650 国府台3-1 FAX32-3946)へ



▲電子申請