

広報こさい

# Kosai

令和2年

7月号

湖西市のここが好き! 2

自然災害に備えて事前に決めよう! 私の避難場所・避難所 4

湖西市土砂災害警戒区域 6

ふるさと情報局 16

※コロナウイルスの影響により、掲載してある内容が変更となる場合があります。



がんばろう 湖西!!



美しい景色



広報こさいは昭和30年6月に第1号を発行し、今号で700号を迎えました。700号を記念し、皆さんからお寄せいただいた「湖西市のここが好き！」メッセージをご紹介します。湖西市も、

# 湖西市のここが好き！



白須賀の砂浜と道の駅潮見坂のヤギが好き





美しい景色



広報こさいも、多くの皆様に  
支えられて今があります。こ  
れからも湖西市を支えてくれ  
る皆さんをつなげ、「ここが  
好き！」を増やしていけるよ  
うな広報こさいであり続けたい  
と思います。

あなたが好きな湖西はどん  
なところですか？

●問合せ先 観光交流課

☎053・576・4541

FAX 053・576・4876



ウォータースポーツが存分に  
楽しめる湖西が大好き



湖西市特産の  
美味しい野菜やお肉、  
魚が好き♡



# 自然災害に備えて事前に決めよう！ 私の避難場所・避難所

## 避難場所・避難所は、事前に決めておくことが大事！

土砂災害や台風などで自宅から避難するとき、大地震で自宅が倒壊してしまい生活できないとき、みなさんは自分が避難する避難場所・避難所を決めていますか？

もしものときに、「今からどこに避難しよう…」と考えている時間はありません！ 事前に避難場所・避難所を決めておきましょう。

市のウェブサイトでは避難場所・避難所を決めるために参考となる「私の避難場所・避難所一覧」を掲載していますので、ご確認ください。

**Q** 「避難場所」と「避難所」って、違うの？

避難場所……災害から命を守るために一時的に避難する場所で、災害の種類によって異なります。市が指定した施設（津波避難ビル・命山など）のほか、各地域で決めた場所があります。  
避難所……地震や津波などの災害で自宅に住めなくなった人が、生活する避難先です。

市は小中学校などの17カ所を「指定避難所」としています。

**Q** 発災直後すぐに「避難所」へ避難しても良いの？

① 発災直後は、まず「避難場所」へ避難しましょう。  
② 「避難場所」から自宅に帰ったとき、災害によって自宅が住めない状態だった場合に、「避難所」へ避難しましょう。

**Q** 避難するときに、どんなことに気を付けたほうが良いの？

① 市が発表する避難勧告等の「避難情報」を確認しましょう。同報無線や防災ほつとメール、市のウェブサイトでお知らせします。  
② 避難するときは、自分が必要な物を持って避難しましょう。非常食や懐中電灯、常備薬など事前に「非常持ち出し袋」を準備しておくと、すぐに避難できます。



**もしもに備えて事前に決める！  
私の避難場所・避難所一覧**

高台に避難してください

**避難場所は、災害ごと！**

地震 津波	
土砂災害 警戒区域	
台風	

食べ物や毛布など、**必要な物を持って避難しよう！**  
持ち出し品を、事前に準備できるとイイネ。

雨風が強くなると、**無理な避難はかえって危険かも！**  
自宅の2階に上がるなど、できる避難を考えよう。

**避難所は、**

避難所	
-----	--

**災害時も家で生活できることが1番！**

自宅に住めなくなったとしても、**親戚やご近所の家**のほ  
うが、**公共施設**よりも生活しやすいこともあるよ。  
公共施設以外に、**自分だけの避難場所・避難所の候補**  
を決めておくと安心だね！

## 感染症対策に関するお願い

避難場所や避難所では、3密（密閉・密集・密接）になりやすく、アルコール消毒液などの不足により、衛生環境の確保が難しいことから、新型コロナウイルスなどの感染症リスクが高まる恐れがあります。

市民が一丸となって感染症リスクを抑えるため、次のことにご協力ください。

1. 自宅付近に災害の危険性があるかを、ハザードマップで確認しましょう。災害の想定がなければ、自宅にいるほうが安全かもしれません。
2. 避難先は、避難場所・避難所ではありません！ 親戚や友人宅などへの避難も検討してみてください。
3. 避難する際は、「マスク」「体温計」「消毒液」などをお持ちください。

避難場所一覧（土砂災害・台風）

	自治会・町内会	土砂災害避難場所※	台風避難場所※
鷺津中学校区	表鷺津	表鷺津防災センター	鷺津中学校体育館
	鷺津	鷺津防災センター	
	河美	河原公民館・河原南公会堂・鷺津中学校体育館	
	古見	古見公会堂	
	川尻	川尻公会堂	
	市場	市場公会堂	
	山口	山口公会堂	
	坊瀬	坊瀬公民館	
白須賀中学校区	白須賀第1	1区公民館	白須賀中学校体育館
	白須賀第2	坂下公民館・中丁公民館・東丁公民館 ・宮本公民館・白須賀中学校体育館	
	白須賀第3	若葉台公会堂	
	白須賀第4	南笠子集会場・白須賀中学校体育館	
	白須賀第5	5区公会堂・白須賀中学校体育館・西長谷公会堂	
	白須賀第6	土砂災害警戒区域はありません	
岡崎中学校区	大森	土砂災害警戒区域はありません	西部地域センター
	岡崎・上ノ原	上ノ原集落センター	
	南上の原第1	土砂災害警戒区域はありません	
	南上の原第2	土砂災害警戒区域はありません	
	南上の原第3	土砂災害警戒区域はありません	
	新所原	ふれあい会館	
湖西中学校区	梅田	西部地域センター	北部多目的センター
	新所	新所むつみ荘・あさひ会館	
	入出	入出集落センター	
	神座	神座集落センター	
	太田	太田公民館・中尾平集会所	
	青平	北部多目的センター	
	大知波	北部多目的センター・大知波公会堂	
	利木	利木集会場	
新居中学校区	横山	北部多目的センター	新居地域センター
	泉町	泉町公民館	
	中町	中町公民館	
	上田町	新居地域センター	
	西町	新居地域センター	
	内山	内山公民館	
	源太山	新居地域センター	
	日ヶ崎	日ヶ崎公民館	
	若磯・柚川	柚川公民館	
	高師山	高師山公民館	
	松山・大倉戸	大倉戸公民館	
	郷南	中之郷南公民館	
	郷北	中之郷北公民館	
	三ツ谷	三ツ谷公民館	
	あけぼの	あけぼの公民館	
	栄町・向島・ 新弁天・船町・ 俵町・中田町・ 高見・柏原・ ベイリーフ・ 港町・新居弁天・ ひばりヶ丘・ 住吉西・住吉東	土砂災害警戒区域はありません	



※土砂災害警戒区域内にお住いの方は「土砂災害避難場所」へ。  
土砂災害警戒区域外にお住いの方は校区の「台風避難場所」へ避難してください。

# 湖西市 土砂災害 警戒区域



## 新たに60区域が指定

令和2年3月13日、県により湖西市土砂災害(特別)警戒区域が新たに60カ所指定されました。今回の指定で市内全域で土砂災害の危険があるとされる237カ所全てが土砂災害(特別)警戒区域として指定されました。

警戒区域について、市は警戒避難体制の整備を図っており、このような地域にお住まいの人を対象に「土砂災害ハザードマップ」を配布するなど周知を行っています。

なお、警戒区域に関する情報は静岡県県砂防課ウェブサイトまたは湖西市ウェブサイトで確認することができます。

### ◎土砂災害防止月間のお知らせ

6月は土砂災害防止月間です。土砂災害に関して関心を持ち、いざという時に早めの行動ができるようにしましょう。

### ●問合せ先

#### ○土砂災害警戒区域について

##### 土木管理課

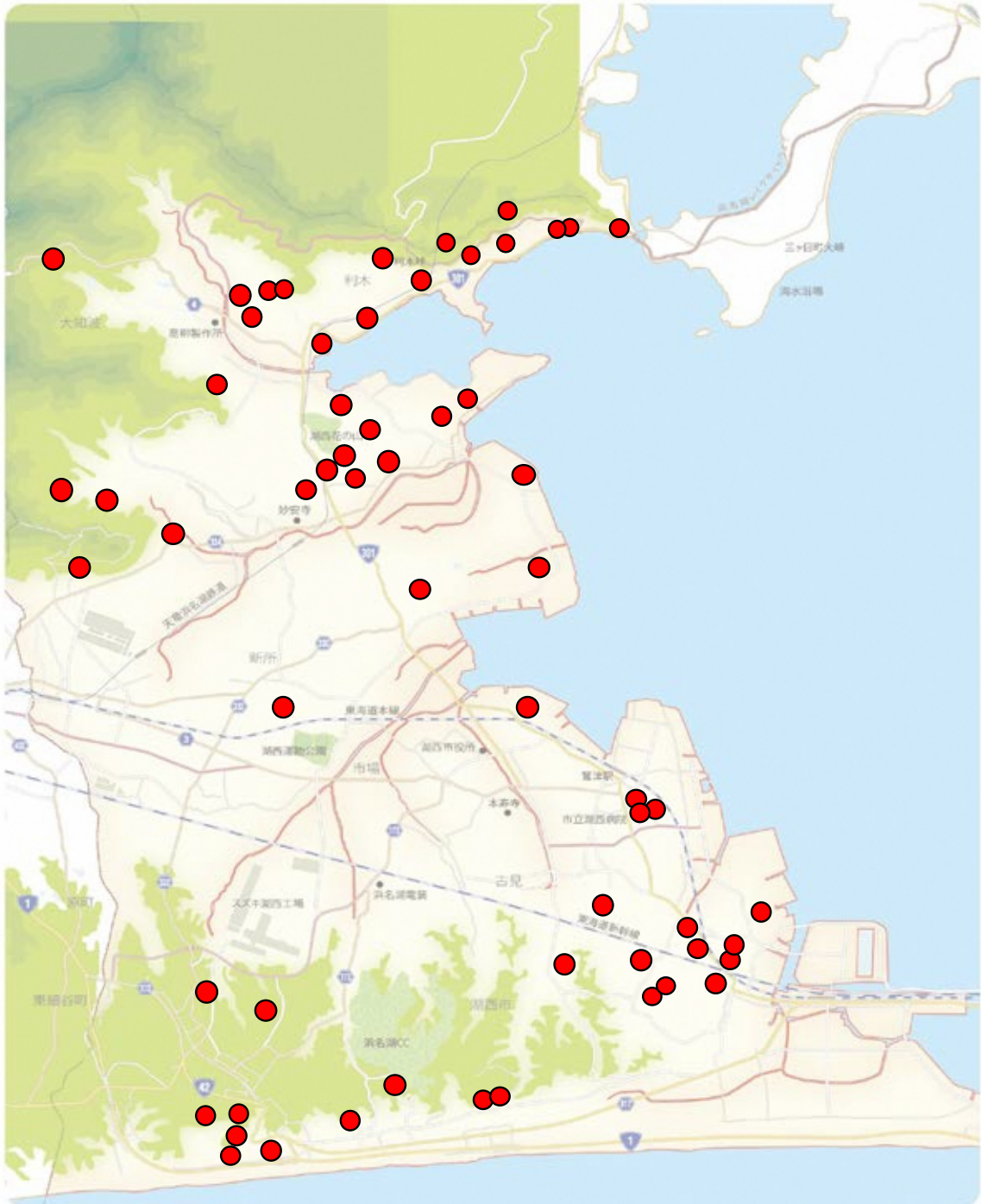
FAX ☎ 576-4545  
576-1897

#### ○ハザードマップについて

##### 危機管理課

FAX ☎ 576-4538  
576-2315

## 市内の土砂災害(特別)警戒区域(令和2年3月13日新規指定区域)





# ひとり親家庭などへの 支援のお知らせ

ひとり親家庭などの皆さんに、生活の安定や自立の促進を図るための支援制度を紹介いたします。申請方法や詳しい支給の条件などは、お問い合わせください。

## ① 児童扶養手当

子ども（18歳に達して最初の3月31日を迎えるまで）を養育する人の所得と、子どもの人数および扶養義務者の所得に応じて手当を支給します。

●対象 次のいずれかに当てはまる子どもを養育する人

- ① 両親が離婚
- ② 父または母が死亡
- ③ 父または母に重度の障害がある
- ④ その他婚姻によらないで生まれた児童、両親がいないなど

●支給月額

- 子ども1人の場合  
1万1800円～4万3160円
- 2人目の場合  
51000円～1万1900円を加算
- 3人目以降の場合  
30600円～61100円を加算



## ② 交通遺児等福祉手当

18歳未満の交通遺児（在学中の場合は20歳未満）を扶養している保護者などに、手当を支給します。

●対象

交通事故が理由で両親または片親が次に当てはまる人

- ① 死亡した人
- ② 生死不明となった人
- ③ 重度の障害を負った人

●支給月額

子ども1人につき1万円



## ③ 村田光雄奨学金

母子家庭で、子どもが高校などに在学している世帯に奨学金を支給します。

●対象 児童扶養手当の全部支給を受けている母子家庭で、高校などに在学している世帯

●支給月額

子ども1人につき5千円

## ④ ひとり親家庭等医療費助成

子ども（20歳未満）がいるひとり親家庭などに、医療費の自己負担分を助成する制度です。（保険給付分のみ）

●対象 同居している全員が、前年分の所得税が非課税で、次のいずれかに当てはまる人

- ① 母子家庭の母と子ども
- ② 父子家庭の父と子ども
- ③ 両親のいない子ども

※非課税の判断は、扶養控除廃止前の計算方法です。また、未婚のひとり親に対して寡婦（夫）控除がみなし適用されます。所得税が課税されている場合でも、対象になる可能性がありしますので、詳しくはお問い合わせください。



## ⑤ 母子父子寡婦福祉資金の貸し付け

ひとり親家庭、寡婦家庭に各種資金の貸し付けを行います。

●対象 ひとり親家庭、寡婦家庭

※種類により対象が異なります。

●種類 就学支度資金、修学資金、就職支度資金、転宅資金など

※令和3年4月に進学する子どもの就学支度資金・修学資金申請の案内は、広報こさい11月号で改めてお知らせします。

## ⑥ JR通勤定期乗車券の割引

JR通勤定期乗車券を3割引で購入できます。

●対象 児童扶養手当の支給を受けている世帯（通学用は不可）



問合せ先  
子育て支援課  
☎576-1813  
FAX576-1220

高齢者の皆さんへ

# 自粛生活でも

# 今日からできるトレーニング

教室や集まりの場が中止になったり、人が集まる場所を避けたりすることから外出を控え、家に閉じこもりがちになることで、体力や筋力の低下を招く恐れがあります。健康のためにぜひうちでも取り組めることを実践しましょう。

●問合せ先 長寿介護課 ☎576-1212 FAX576-1220

だいたい

## ももの前側(大腿四頭筋)

椅子に座り、つま先が上を向いているのを確認しながら、膝を(伸ばしきることを目標に)ゆっくり伸ばし、ゆっくりと床へ戻しましょう。足を入れ替えて、同様に。膝を伸ばしきると痛い人は、やや曲げた位置までにとどめましょう。



## ももの内側(内転筋)

椅子に座りましょう(あおむけで膝を立ててもよい)。足はつま先を正面に向けて、肩幅に開きます。ボール(または枕やタオル)をももの間に挟み、ゆっくりとボールをつぶしながら両膝を引き寄せ、ゆっくりと戻しましょう。

目標：10回を2セット程度。



## ももの裏側(ハムストリングス)

軽く前傾して、椅子につかまりながら立ちましょう。膝だけを曲げて、膝から下を直角ぐらいまでゆっくりと後ろへ上げましょう。膝の位置を変えずに行い、ゆっくり戻します。足を入れ替えて同様に。

目標：左右各10回を2セット程度。



かたい

## ふくらはぎ(下腿三頭筋)

椅子につかまりながら立ちましょう。つま先を正面に向けて、肩幅に足を開きましょう。ゆっくりと(4秒くらい)かかとを持ち上げ、ゆっくりと(4秒くらい)かかとを床へおろします。

目標：10回を2セット程度。



けいこつ

## すねの前(前脛骨筋)

椅子に座り、足は肩幅に開きます。つま先をゆっくり上に向けてるように持ち上げ、ゆっくり戻します。

目標：10回を2セット程度。





## バランス能力を高めるトレーニング

日常の動作をスムーズに行ったり、転びそうになったとき、機敏に体勢を立て直す能力を高めます。

### 立位バランス

1分間片足立ちをします。不安な人は無理をせず、いつでも支えられるようにします。余裕のある人は上げている足を少し動かしてみましよう。



## 足の指の動きを良くするトレーニング

足裏の感覚機能低下を予防し、本来の機能を回復させます。また、バランスをとったり、踏ん張ったりする能力が高まります。足がつかないように、よくもみほぐしてから始めましよう。

### タオルギャザー

椅子に座り、足元にタオルを敷きます。タオルを足指でたぐり寄せましよう。外反母趾の人は、症状が悪化することがあるので注意ましよう。



### 鉛筆つかみ

椅子に座り、鉛筆やボールペン（いずれも太めのものがよい）を足指でつかみ上げ、反対側の足の下に置き、これを左右で繰り返しましよう。はだしで行い、鉛筆は足の下に落下させず、ゆっくり置ましよう。



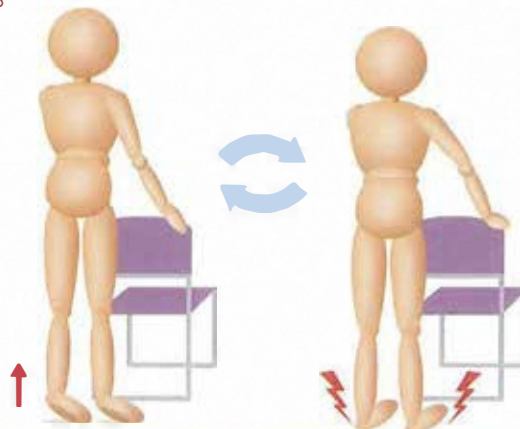
## 骨を丈夫にするトレーニング

骨量低下を防止し増加させる運動として、ウォーキング、エアロビクスなどがあります。体重をかける運動が骨量増加のために有効です。エレベーターやエスカレーターを使わずに階段の上り下りをする、適度に太陽光を浴びながら散歩を楽しむといったことでも効果があります。

### 運動例

(体重と同程度の負荷による衝撃運動)

※ 足は肩幅に開き、椅子や壁を支えにして立ちましよう。  
かかとを高くあげて、膝を伸ばしたまま打ち下ろします。少ない回数から始め、慣れてきたら 50 回程度を目標にましよう。人工関節や人工骨頭などが挿入されている場合には行わないか、医師に相談ましよう。



出典：静岡県総合健康センター すこやか大陸より



運動不足、偏った食事、多すぎるストレスなどの不健康な生活を送っていませんか？ ほどよく身体を動かすこと、バランスのよい食事は、ストレスの軽減や生活習慣病の予防につながります。いつまでも元気に過ごすためにも、楽しく健康づくりをしませんか？

## 令和2年度 すまいるな健康づくりセミナー ＝生活習慣病予防教室＝

●定員 各教室30人

●対象 ①～③40歳から74歳までの人  
④30歳から49歳までの人  
⑤30歳から74歳までの人  
運動や食事制限のある人は参加できません。  
治療中の人は主治医の了承を得てからお申し込みください。

●申し込み ①～⑤から参加したいものを選択してお申し込みください。

●申込先 健康増進課 ☎576-1114 FAX576-1150



No.	日にち (時間は全て 9:30～11:30)	内 容	場 所	申込締め切り
①	9月29日(火)	<b>運動実技とワンポイント講話</b> 『脂質異常症対策』 血管若返りをめざして！	アメニティ プラザ	9月18日(金)
②	10月28日(水)	<b>運動実技とワンポイント講話</b> 『糖尿病対策』 身体を動かす習慣を身につけよう！	新居体育館	10月16日(金)
③	11月26日(木)	<b>運動実技とワンポイント講話</b> 『高血圧対策』 無理せず楽しく身体を動かそう！	新居体育館	11月16日(月)
④	12月14日(月)	<b>運動実技とワンポイント講話</b> 『体重コントロール』 ちょっと頑張ればできることから始めよう！ (託児あります)	アメニティ プラザ	12月2日(水)
⑤	1月15日(金)	<b>調理実習とワンポイント講話</b> 『おいしくてバランスのよい食事』 おいしい たのしい 簡単！	健康福祉 センター	1月5日(火)

新型コロナウイルスの影響で中止となる場合がありますのであらかじめご了承ください。

今回は「熱中症に気をつけよう！」です。

コーちゃん健康マイレージガイド こまめに水分補給をしながら身体を動かしてポイントをためましょう。

問合せ先 健康増進課 ☎576-1114 FAX 576-1150

# 子育て 情報館

湖西市子育て支援センター「のびりん」

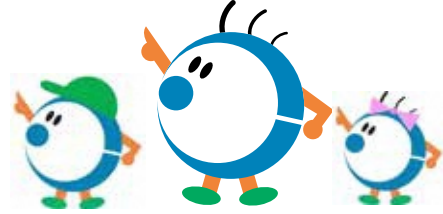
湖西市新居町浜名 485

☎ 594-5922 / FAX594-5923

【開館時間】

事務所 8:30～17:15

## 子育て支援センター「のびりん」 再開のお知らせ



令和2年6月9日より、「のびりん」の利用を再開しました。  
新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、以下の注意事項等をご確認の上、ご来館ください。

### ◆のびりん1階わくわく広場運営時間

午前の部 9時30分～11時30分（最大10家族）

午後の部 11時30分～15時30分（最大10家族）

### ◆対象者

保護者、お子さん、ともに市内在住の人

### ◆のびのび預かり実施日時

火曜日～金曜日の9時～12時

### ◆対象者

市内在住の2歳～就学前の幼児

### ■予約と利用について

予約開始	利用対象日
6月9日(火)から	6月16日(火)～6月19日(金)
6月16日(火)から	6月23日(火)～6月26日(金)
6月23日(火)から	6月29日(火)～7月3日(金)



※当面の間、土日の開放を中止させていただきます。

※予約期限は利用したい日の前日(月曜日除く)16時までです。

※予約外の当日利用は10家族に満たしていてもお受けできません。

※のびのび預かり保育については通常通りの日時で再開しますが、予約については上記のとおりお受けします。

状況により、各種事業が変更になる場合があります。  
市ウェブサイトで随時情報を更新していますので、  
詳しくはウェブサイトでご確認いただくか、のびりんへ直接お問合せください。



# 令和3年度市立幼稚園の入園説明会・願書受け付け

令和3年度市立幼稚園の入園説明会と願書受け付けを行います。

●対象児 3歳児 平成29年4月2日から平成30年4月1日生まれの子ども  
4歳児 平成28年4月2日から平成29年4月1日生まれの子ども  
5歳児 平成27年4月2日から平成28年4月1日生まれの子ども

◆入園説明会  
説明会開催日に、お住まいの学区の幼稚園に直接ご来園ください。

◆入園願書受付

●受付期間 9月3日(木)から9月17日(木)まで

●受付時間 8時15分から16時45分まで

※土・日曜日を除く

●申込方法 お住まいの学区の幼稚園へ提出してください。

※お住まいの学区が不明な場合は、市ウエブサイトまたは幼児教育課にお問い合わせください。

●お願い 感染症対策をして来園してください。例年より短時間で行います。保護者のみの参加でも構いません。

●問合せ先 各幼稚園または幼児教育課

☎576-1156  
FAX 576-4872

## 入園説明会会場一覧

幼稚園(住所)	とき	電話番号
鷺津幼稚園 (鷺津650)	7月30日(木) 10:00~10:30	☎576-0783
白須賀幼稚園 (白須賀4804-1)	7月31日(金) 10:00~10:30	☎579-0221
新所幼稚園 (新所2820)	7月29日(水) 10:00~10:30	☎578-0080
岡崎幼稚園 (岡崎2586-37)	7月30日(木) 10:00~10:30	☎577-0328
知波田幼稚園 (大知波503)	7月9日(木) 9:45~10:15	☎578-0450
新居幼稚園 (新居町新居1730)	7月29日(水) 10:00~10:30	☎594-0249

岡崎幼稚園と新居幼稚園の説明会は幼稚園部(1号認定)が対象です。保育園部(2・3号認定)は10月以降、市役所にて受付をします。  
※新居幼稚園は令和2年度よりこども園となりました。  
※岡崎幼稚園は令和3年度からこども園となる予定です。

# 浜名病院介護医療院開設

8月1日(土)、浜名病院に介護医療院が開設されます。介護医療院とは、「日常的な医学管理」や「看取りやターミナルケア」などの医療機能と、「生活施設」としての機能を兼ね備えた施設です。長期にわたり療養が必要な要介護者に対して、「長期療養のための医療」と「日常生活上の支援」を一体的に提供します。

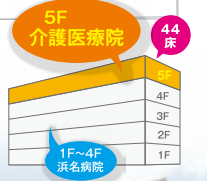
●設備 療養室の定員は4人以下。  
●問合せ先 浜名病院介護医療院

☎577-2333  
FAX 577-2483

どんな施設? **介護医療院とは**  
医療と介護が必要な方のために作られた、新しいタイプの長期療養・生活施設です。

対象の方は? **入所対象者は**  
介護認定審査会で要介護1~5と認定され、長期的な医療と介護を必要とされる方になります。

浜名病院介護医療院は、浜名病院の介護療養病床をこの**新しい療養施設**へと転換したものです。



お問い合わせは、下記までご連絡ください。  
浜名病院介護医療院 TEL 053-577-2333 FAX 053-577-2483  
〒431-0423 湖西市新所岡崎梅田入会地15番地の70 http://www.hamanakai.or.jp/

# ごみ収集車の火災が発生！ 正しいごみの分別にご協力ください

4月、燃やせない（不燃）ごみ回収中に、ごみ収集車の火災が発生しました。原因は中身が残ったスプレー缶やカセットボンベが不燃ごみに混入していたことによるものです。ごみや資源物の正しい分別方法を改めて確認し、事故防止にご協力ください。







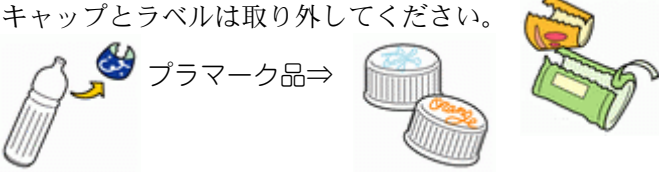
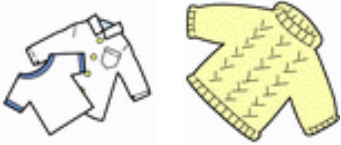

## 5-3-0 いいじゃん

eco

問合せ先

**廃棄物対策課**  
 ☎ 577-1280  
 FAX577-3253

## ■分別で間違いが多いもの

<p>【スプレー缶・ライター・カセットボンベ】</p> 	<p>中身を使い切ってください。 穴を開ける必要はありません。 <b>絶対に不燃ごみとして出さないでください。</b></p>
<p>【プラマーク品】</p>  <p>このマークがあるもののみ</p>	<p>お弁当や惣菜の容器などの<b>生ごみは必ず捨ててから</b>、汚れが無い状態で出してください。</p>  <p>次のものは燃やせるごみです</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プラマークが無いプラスチック製品やビニール</li> <li>・汚れが残っているものやラベルシールが貼ってあるもの</li> </ul>
<p>【白色トレイ】</p> <p>両面に色や模様が無いトレイのみ</p>	<p><b>生ごみは必ず捨ててから</b>、汚れが無い状態で出してください。 ※色のついたトレイ、納豆のパック、発泡スチロールはプラマーク品</p>
<p>【ペットボトル】</p>  <p>このマークがあるもののみ</p>	<p>中身を捨てて、軽くすすぐ。 キャップとラベルは取り外してください。</p>  <p>プラマーク品⇒</p>
<p>【古布】</p> <p>衣類、タオル、シーツのみ</p> 	<p>次のものは燃やせるごみです(大きなものは50cm以下に切ってください)</p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>・下着や靴下</li> <li>・バッグやかばん</li> <li>・ぬいぐるみ</li> <li>・クッション</li> <li>・カーペット</li> <li>・汚れやおいのあるもの</li> </ul>

7月



お気軽にご相談を!

# 今月の相談

- 相談は無料です。
- 秘密は固く守られます。

相談名	とき	ところ	内容	問い合わせ先
行政相談	6日 <sup>月</sup> 13:30~15:30	地域安全安心ステーション	国の行政に関する苦情や相談に応じます。	総務課 ☎576-1698 FAX576-1115
	9日 <sup>木</sup> 13:30~15:30	新居地域センター		
夜間納税相談 休日納税相談	14日 <sup>火</sup> 17:15~20:00 19日 <sup>日</sup> 9:00~12:00	市役所税務課	市県民税、国民健康保険税などの納税相談に応じるほか、納付もできます。	税務課 ☎576-4536 FAX576-1896
年金相談	9日 <sup>木</sup> 10:00~15:00 予約制	新居地域センター	厚生年金に関する相談のほか、年金に関して幅広く相談に応じます。	浜松西年金事務所 ☎456-8511 FAX452-8011
	21日 <sup>火</sup> 10:00~15:00 予約制	健康福祉センター(おぼと)医師控室		
障害者(児)相談	月~金 8:30~17:00	健康福祉センター(おぼと)相談室	障害者(児)について生活、そのほか幅広く相談に応じます。	障害者相談支援センター みなづき ☎576-4796 FAX576-4213
人権相談 ①みんなの人権110番 ②子どもの人権110番 ③女性の人権ホットライン	月~金 8:30~17:15	☎ ①0570-003-110 ②0120-007-110 ③0570-070-810	日常生活での困りごとや悩みごとの相談に応じます。インターネットでの相談はこちら <a href="https://www.jinken.go.jp">https://www.jinken.go.jp</a>	地域福祉課 ☎576-1295 FAX576-1220
女性相談	2日 <sup>木</sup> (10:00~12:00) 9日 <sup>木</sup> (電話相談) 16日 <sup>木</sup> (13:00~16:00) (面談、予約制)	☎576-4878	女性の相談員が、夫婦やパートナーとの関係、子どもや家族の問題、セクシュアリティの悩みなどについて相談に応じます。(内容により電話相談のみの場合があります)	市民課(予約受付) ☎576-4878 FAX576-4880
家庭児童相談	月~金 9:00~15:30	健康福祉センター(おぼと)相談室	子どもたちが成長していくときに生じる問題の相談に応じます。	子育て支援課 ☎576-1125 FAX576-1220
多重債務者相談	21日 <sup>火</sup> 13:00~15:00 予約制(先着5人まで、 前日までに要予約)	市役所一般相談室	弁護士が住宅ローンやクレジット、サラ金による多重債務などに関する相談に応じます。	消費生活相談室 ☎576-1609 FAX576-4876
消費生活相談	月~金 8:45~11:45 12:30~15:00	市役所一般相談室	訪問販売や通信販売などの消費に関する相談や、疑問に答えます。	消費生活相談室 ☎576-1609 FAX576-4876
ヤングダイアル こさい ※電話相談	月 <sup>水</sup> 金 9:00~17:00 火 <sup>木</sup> 土 9:00~17:00	☎576-0770 ☎577-5116	学校・職場・家庭などにおける青少年の悩みごとの相談に応じます。	社会教育課 ☎576-4793 FAX576-1237
法律相談	18日 <sup>土</sup> 9:00~12:00 予約制(先着8人まで)	新居地域センター	弁護士が、専門的な法律の相談に応じます。(1人20分程度)	湖西市 社会福祉協議会 ☎575-0294 FAX575-0263
	7日 <sup>火</sup> 13:00~16:00 予約制(先着8人まで)	健康福祉センター(おぼと)		
司法書士相談	14日 <sup>火</sup> 13:00~16:00 予約制(先着8人まで)	健康福祉センター(おぼと)	司法書士が、相続や不動産登記、成年後見などの相談に応じます。(1人20分程度)	湖西市 社会福祉協議会 ☎575-0294 FAX575-0263
内職相談	火 9:30~12:00 13:00~16:30	新居地域センター2階	内職に関する相談に応じます。あっ旋、企業などからの内職の求人も受け付けます。	ハローワーク浜松 湖西市地域職業相談室 ☎594-0855 FAX594-0857
こころの健康福祉総合相談	9日 <sup>木</sup> 13:30~15:30 予約制 (開催日の1週間前 までに要予約)	西部健康福祉センター 浜名分行舎	不眠や不安、ひきこもり、アルコールなどの依存症、物忘れや認知症、思春期の問題など、こころの病気や健康について、精神科医、保健師が相談に応じます。	西部健康福祉センター 浜名分行舎 ☎594-3661 FAX594-3075
依存相談	20日 <sup>月</sup> 13:00~16:00 予約制	中遠総合庁舎 (磐田市見付3599-4)	薬物・アルコール・ギャンブルなどの依存症に関する相談に応じます。	精神保健福祉センター ☎054-286-9245
健康相談	30日 <sup>木</sup> 13:30~16:00 予約制(調整可)	健康福祉センター(おぼと)	生活習慣病などの健康について相談に応じます。塩分測定を希望する人は、みそ汁を持参してください。※随時電話相談も可能です。	健康増進課 ☎576-1114 FAX576-1150

※コロナウイルスの影響により、掲載してある内容が変更となる場合があります。

※生活に役立つ各種相談を実施しています。事前予約などを確認して、お気軽にご利用ください。



行事名	対象	とき	ところ	持ち物
プレパパ・プレママ教室	妊婦とそのパートナー	4日 <sup>+</sup> 受付9:00~9:15 9:15~11:30	3階 研修室	母子手帳 ※事前申し込みが必要です
離乳食教室	2020年3月生まれの第1子 と保護者および希望者	16日 <sup>+</sup> 受付9:00~9:15 9:15~11:00	2階 栄養指導室	母子手帳、バスタオル
7~8か月児教室	2019年11月生まれの第1子 と保護者および希望者	14日 <sup>+</sup> 受付9:00~9:15 9:15~11:30	2階 栄養指導室	母子手帳、バスタオル、アンケート、 おんぶひも
1歳のお誕生日教室	2019年8月生まれの子 (希望者)	28日 <sup>+</sup> 受付9:00~9:15 9:15~10:30	2階 健康ホール	母子手帳、 フェイスタオル
1歳6か月児 健康診査	2018年12月生まれの子	1日 <sup>+</sup> 受付13:00~13:20 13:20~	2階 健康ホール	母子手帳、バスタオル、アンケート、 歯ブラシ ※歯みがきをしてきてください
2歳児教室	2018年6月7日~29日 生まれの子とその保護者	13日 <sup>+</sup> 受付13:00~13:20 13:20~	2階 健康ホール	母子手帳、アンケート、歯ブラシ ※子どもも大人も歯みがきをしてきてください ※大人は歯周病検診を行います
	2018年6月30日 ~7月17日 生まれの子とその保護者	27日 <sup>+</sup>		
3歳児健康診査	2017年4月生まれの子	15日 <sup>+</sup> 受付13:00~13:20 13:20~	2階 健康ホール	母子手帳、バスタオル、アンケート、 歯ブラシ ※アンケートは後日送付します
育児相談	どなたでも ※計測・相談ともに予約制	9日 <sup>+</sup> 受付9:30~11:00	2階 健康ホール	母子手帳、バスタオル
遊びの広場	どなたでも ※身全体重計、おもちゃなどを常設	月~金 9:00~15:00 ※金は13:00~15:00	2階 遊びの広場	1、15日と土日祝日はお休みです

※上記以外にも、随時電話などで相談できます。

## 新型コロナウイルス感染症に関連した法務大臣メッセージ

まず、冒頭、人と人との接触を8割削減するとの目標の実現に向けて、外出自粛の要請に応えてくださっている国民の皆様改めて感謝申し上げます。また、新型コロナウイルス感染症に関連して、昼夜を問わず、最前線で検査や治療などにご尽力されている医療従事者の方々に心からの敬意を表したいと思います。さらに、生活物資の輸送など社会機能の維持に貢献してくださっている方々にも心から謝意を申し上げます。

しかしながら、これらの方々やその御家族が不当な差別的取扱いを受けるなど悲しい事例も報道されています。国民が一丸となって感染の拡大に立ち向かうべきときに、こうした方々を傷つけるような不当な差別や偏見は決してあってはなりません。感染者やその属する施設・機関あるいは、我が国に居住する外国人の方々等に対する誤解や偏見に基づく差別もあってはならないものです。一方で、休業や外出の自粛が要請されている中で、DVや虐待の増加も大きな心配です。私たちは、皆さんの助けになりたいと考えています。

法務省の人権擁護機関では、差別や虐待等の様々な人権問題について、電話やインターネットで相談を受け付けています。配偶者やパートナーからのDVにお悩みの方は、「みんなの人権110番」や「女性の人権ホットライン」に電話してください。インターネットによるメール相談も御利用ください。児童生徒の皆さんは、フリーダイヤル「子どもの人権110番」やスマートフォンからも利用可能な「子どもの人権SOS-eメール」を活用してください。そして、DVや虐待を見聞きした方も、どうぞ私たちにご連絡ください。秘密は守ります。安心してください。一人で悩まずに、どうぞ、ご相談ください。

●連絡先 みんなの人権110番 ☎0570-003-110  
 子どもの人権110番 ☎0120-007-110  
 女性の人権ホットライン ☎0570-070-810  
 インターネット受け付け <https://www.jinken.go.jp/>

【電話受付時間】  
平日 8時30分~17時15分

# ふるさと情報局

My Town Information



## Event

### おんやど白須賀催し物

禮雲寺等所蔵の写真を  
行います。

●とき 7月1日(水)～8月30日(日)  
10時～16時(月曜日は休館)  
月曜日が祝日に当たるときは  
その翌日(休館)

●問合せ先 おんやど白須賀  
☎579・1777

## Invitation

### 防衛省採用試験

●対象  
▼航空学生(海上自衛隊)

18歳～22歳の高校卒業をした人(見込み含む)で、裸眼視力0・1以上で矯正視力が1・0以上の人

▼航空学生(航空自衛隊)

18歳～20歳の高校卒業をした人(見込み含む)で、裸眼視力0・1以上で矯正視力が1・0以上の人

▼一般曹候補生・自衛官候補生

18歳～32歳の人

●受付期間 7月1日(水)～9月10日(木)

※必着。ただし自衛官候補生は随時受け付け中。

●その他 資格年齢は令和3

年4月1日時点の年齢です。試験日など、詳しくはウェブサイトをご覧ください。くか、お問い合わせください。

●問合せ先 自衛隊静岡地方協力本部浜松出張所  
☎454・4605

## Life

### 75歳以上の皆さんへ 保険証を更新します

後期高齢者医療の保険証

は毎年8月に切り替わりま

す。7月下旬までに郵送される新しい保険証(藤色)を確認して、8月1日からご利用ください。

簡易書留や窓口での直接交付を希望する場合は、7月7日(火)までにご連絡ください。

●問合せ先 保険年金課  
☎576・4530  
FAX 576・4880

### 国保に加入している皆さんへ 保険証を更新します

国保の保険証は8月に切り替わりま

す。7月下旬までに郵送される新しい保険証(クリーム色)を確認して、8月1日からご利用ください。

簡易書留郵便を希望する人は、7月3日(金)までにご連絡

ください。また、令和2年8月1日からは被保険者証と高齢受給者証をひとつにし、「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」となります。

●高齢受給者証をすでに持っている人と令和2年8月1日までに70歳を迎える人 7月末までに「国民健康保険被保

険者証兼高齢受給者証」を送付します。8月1日からご利用ください。

●令和2年8月2日以降に70歳を迎える人 今回更新した被保険者証の有効期限は、70歳の誕生日末日までとなります。「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」については、誕生日中に送付します。

※1日生まれの人は、前月末までに送付します。

●その他 従来の保険証とは別に、令和3年3月から順次、マイナンバーカードも健康保険証として利用できるようになる予定です。このため、個人番号カード交付申請書を同封しますので、マイナンバーカードの取得にご協力をお願いします。

●問合せ先 保険年金課  
☎576・4585  
FAX 576・4880

### 不用品活用バンク

家庭で不用品になり、無料譲渡できるものの情報を広報くださいやウェブサイト(「不用品活用バンク」で検索)で紹介しています。電話でもお問い合わせ

わせできます。

不用品活用バンクは令和3年3月末をもって終了します。

●ゆずりま

▼新着分 柔道着(成人男性用)、座布団

▼先月分 布生地(ニット、オールウール)、松の木、ベビー用いす

●ゆずってください

▼新着分 振り袖、自転車、学生服、ベビーベッド

▼先月分 扇風機、洗濯機、掃除機、ミシン、テレビ

●問合せ先 観光交流課  
☎576・1230  
FAX 576・4876

### 暮らしなんでも無料相談

日常生活で起こるトラブル

や悩みごと、家庭問題、介護、法律、年金、消費生活、住まいなどの相談を受け付け、解決方法の提案や相談窓口の紹介をしています。

●相談窓口 ライフサポートセンター(西部事務所)  
☎461・3715  
月～金曜日(祝日休日除く)9時～17時



## 公文書・個人情報の開示などの実施状況

平成31年4月1日から令和2年3月31日までの、湖西市情報公開条例に基づく公文書の開示と、湖西市個人情報保護条例に基づく請求者本人の個人情報の開示などの実施状況をお知らせします。

### ●問合せ先 総務課

☎ 576・1698  
FAX 576・1115

区分		件数	
公文書開示	請求	192	
	請求に対する決定内容	開示（部分開示を含む）	188
		不開示	2
		却下	2
不服申立て		0	
個人情報開示	請求	6	
	請求に対する決定内容	開示（部分開示を含む）	6
		不開示	0
		却下	0
	不服申立て		0

## 大気汚染(ダイオキシン類)の状況について

ダイオキシン類は、主に物が燃焼することによって発生し、大気中に放出されます。微量でも毒性が強く発生源は主に廃棄物焼却時や化学物質製造時です。

静岡県が毎年4回、市内で行っているダイオキシン類の大気測定の結果をお知らせします。

### ●問合せ先 環境課

☎ 576・1141  
FAX 576・4880

(単位：pg-TEQ/m<sup>3</sup>)

調査年度	年平均値	環境基準
平成29年度	0.11	0.6
平成30年度	0.041	
令和元年度	0.028	

詳しくは、静岡県公式ホームページをご覧ください。  
<http://www.pref.shizuoka.jp/kankyoka-050/index.html>

## Tax・Other

## 税・その他

### ●今月の納税

納期限は7月31日です

### ◎固定資産税・都市計画税第2期

#### ●問合せ先 税務課

☎ 576・4536  
FAX 576・1896

### ◎国民健康保険税第1期

#### ●問合せ先 保険年金課

☎ 576・4585  
FAX 576・4880

## 県・市合同休日納税相談の開催

仕事などで平日、市役所へ来庁できない人のために、休日納税相談を行います。

今回は、市税(市県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税)のほか、自動車税などの県税についても納付に関する相談や現金での納付も受け付けます。

必要な人には、ポルトガル語通訳もご利用いただけます。

●とき 7月19日(日)9時～12時

●ところ 市役所1階税務課

### ●問合せ先 税務課

☎ 576・4536  
FAX 576・1896

静岡県浜松財務事務所

☎ 458・7136  
FAX 458・7162

## 7月のシルバー人材センター入会説明会

◆13日(新居)

◆27日(湖西)

●問合せ先 (公社)湖西市シルバー人材センター

☎ 575・0654  
FAX 574・0097

## 令和2年度おいでん祭中止のお知らせ

令和2年度湖西おいでん祭は、新型コロナウイルスの影響により中止とさせていただきます。

### ●問合せ先 観光交流課

☎ 576・1230  
FAX 576・4876

## 令和2年度湖西市敬老会中止のお知らせ

令和2年度湖西市敬老会は、新型コロナウイルスの影響により中止とさせていただきます。

### ●問合せ先 長寿介護課

☎ 576・1212  
FAX 576・1220

## 寄付をいただきました

(株)リヴレーゾンから学校教育活動のために4月3日(金)白須賀小学校、白須賀中学校、4月20日(月)新居小学校に対してそれぞれ寄付をいただきました。

匿名で5月13日(水)、(有)CAR LIFE GROWから5月14日(木)にマスクの寄付をいただきました。

日本モーターボート選手会から小中学校でのコロナウイルス感染拡大防止のために5月19日(火)に寄付をいただきました。

浜名湖、浜松、浜北の各青年会議所から4月27日(月)除菌消臭剤の寄付をいただきました。ありがとうございます。

## お詫びと訂正

広報こさい6月号に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

●15ページ「市のようす」

(誤) 転入 421人

(正) 転入 429人

## 市立湖西病院採用試験のご案内

令和3年4月採用

湖西病院だより

職 種	募集人員	受験資格
看 護 師	10名程度	看護師の資格を有するもの
看 護 補 助 者	5名程度	高校卒業以上の人（令和3年3月卒業見込み含む） 特に資格や免許などは必要ありません
臨床工学技士	若干名	臨床工学技士の資格を有するもの

令和3年3月末日までに受験に必要な資格を取得する見込みのある人も対象です

- 申込期間 令和2年6月1日（月）～7月29日（水）
- 試 験 日 令和2年8月8日（土）実施予定
- 申込方法 病院Webサイトまたは、湖西市Webサイトから申込書（履歴書）をダウンロードし、必要事項を記入のうえ顔写真を貼って次の書類を添付して郵送または、直接申し込み。  
※以下の4点と合わせて提出してください。
  - ①受験資格に該当する免許の写し
  - ②成績証明書（原本）
  - ③最終学歴の卒業証明書又は卒業見込証明書（原本）
  - ④返信用封筒2通（長形3号）84円切手を貼り、宛先を明記してください。



Library Information

# 図書館だより

中央図書館 ☎576-4351 FAX 576-1100 新居図書館 ☎594-3155 FAX 594-3604  
ウェブサイト▶<https://www.lib.kosai.shizuoka.jp/> ※ウェブサイトで本の予約可能

7月 開館時間 9:30～18:30 ● 中央図書館休館日 6, 13, 20, 27日 ▲ 新居図書館休館日 7, 14, 21, 28日

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

- ブックスタート  
対象:令和2年1月生まれの子とその保護者  
中央図書館17日(金)、新居図書館20日(月)
- おはなし会(10:30～11:00)  
ちいさい子向け(3歳ぐらゐまで)  
中央図書館2日・16日、新居図書館9日・23日 ※全て木曜日  
幼児、小学生向け  
中央図書館4日・11日・25日、新居図書館4日・18日 ※全て土曜日

## お知らせ

★お気に入りの本を見つけよう!

- ☆「中央図書館 チャレンジブックラリー」
- ☆「新居図書館 こども読書スタンプラリー」

8月31日まで期限延長

- ☆「中央図書館 リサイクル本の無料配布」7月中旬からイベントの他にも、夏休みの宿題に役立つような本もご用意しています。ぜひご来館ください。

※詳しい内容は、館内ポスター・ホームページなどをご覧ください。

## ネット予約が便利です!

ネット予約なら、自宅にいながら時間を気にせず予約ができます

### 【アドレス登録】

ネット予約の場合、連絡方法はメールのみとなりますので、メールアドレスの事前登録をお願いします。  
図書館ウェブサイト内の「My ページ」から、「利用者情報変更」画面にて変更します。



### 【予約方法】

1. 図書館のホームページから蔵書検索画面に入ります
2. 蔵書検索画面から資料を検索し、該当するタイトルを選択
3. 「カートに入れる」ボタンをクリック
4. 「予約する」ボタンをクリック
5. 「利用者番号」と「パスワード」を入力し、「次に進む」をクリック
6. ご希望の受け取り館とご連絡方法を選択し、「次に進む」をクリック
7. 予約受付完了画面が表示されます

### 【注意事項】

「利用者番号」は貸出カード裏面のバーコード下の数字7ケタをハイフンを入れずに入力してください。  
「パスワード」の初期値は生年月日(西暦8桁)となっています。  
※Myページの「利用者情報設定」から変更可能です。



42

**緊急事態宣言が解除。引き  
続き感染防止と社会経済活  
動の両立のために**

梅雨空に紫陽花の似合う季節となりました。先月には阜月の風薫る気持ち良い気候の下で、各地区においてポランテイヤさん達が、道路沿いなど花の植え替え作業をしてくださいました。いつも本当にありがとうございます！

5月25日、国内における緊急事態宣言が解除されました。新型コロナウイルスに関し、感染拡大防止のために長期間に亘り、奮闘いただいた医療・福祉関係者はじめ、市民生活を支えてくださったすべての関係者の皆様に改めて感謝申し上げます。宣言が解除されたといっても、いまだワクチンや治療薬が開発中である中、ウイルスの脅威や、感染のリスクがなくなつたわけではありません。これからは、災害発生時の感染防止対策など、「with コロナ・アフターコロナ」といった、ウイルスとの共存を前提に、気を緩め

ることなく、感染拡大防止と社会経済活動を両立させていきたいと思います。湖西市としても、学校の給食再開、設置したエアコンを活用しての夏休み期間短縮による授業、避難所等における感染拡大防止策、地域での消費喚起や事業継続のための経済支援策、地域医療体制の充実等により、安全・安心な日常生活と活気ある経済活動を取り戻せるよう、各種の政策を全力で行っていきます。皆様におかれましても、引き続きいわゆる「3密（密閉・密集・密接）」を避け、人と人の距離の確保、こまめな手洗い・消毒、行動記録表の活用などにより、一人ひとりが感染予防に努めていただくよう、お願いいたします。

影山剛士

■市のようす ※外国人を含む		
令和元年5月末現在の人口など	前年同月末数	令和元年5月の異動者数
■人口 59,674人	59,950人	■転入 138人
■男 30,696人	30,836人	■転出 163人
■女 28,978人	29,144人	■出生 18人
■世帯数 24,601世帯	24,411世帯	■死亡 45人

■休日救急当直医(9:00~17:00)	
5日 牛田クリニック (内/外/消/小/皮) ☎ 574-2252	23日 伊藤医院 (内/小) ☎ 578-0658
12日 ありき眼科 (眼) ☎ 594-7104	24日 川口整形外科 (整/リウ/リハ/外) ☎ 573-3737
19日 きもと小児科 (小) ☎ 576-1938	26日 なかしま内科 (内/消) ☎ 574-3317
5日 ありき眼科 (眼) ☎ 576-0053	26日 こいで整形外科・皮膚科 (整/リウ/リハ/皮/ア) ☎ 575-1080
19日 疋田クリニック (内/循/小) ☎ 594-8222	26日 長尾クリニック (内/循/小/リハ) ☎ 574-3222
5日 西湖西整形外科 (整/リウ/リハ) ☎ 522-7001	26日 すずぎ整形外科 (整形/リウ/リハ) ☎ 594-7277

**同報無線 自動放送**  
市内に気象情報が発表された場合や、震度4以上の地震が計測された場合などに、自動に同報無線が放送されます。

**同報無線テレホンサービス**  
☎ 0120-331-282 <http://www.city.kosai.shizuoka.jp/>  
「同報無線が聞こえなかった」というときは、同報無線テレホンサービスや市ウェブサイトで、同報無線の内容を確認することができます。

**静岡県LINE相談(相談無料)**

友達や家族とケンカした/いじめのことで悩んでいる  
/将来や進路のことが不安~そんなとき、LINEでありのままの気持ちを打ち明けてみませんか~

ID検索 @shizusoudan

問合せ先 静岡県健康福祉部障害福祉課 054-221-2920

急に当直医が変更される場合があります。最新の情報は、ウェブサイト(浜名医師会で検索)で確認してください。



## みんなで助け合おう!

**5 | 13** 遠州信用金庫湖西支店駐車場で第2回「ごはん湖西」が開催されました。第1回のようなドライブスルー形式ではなく、車を降りてのテイクアウト形式で催され、たくさんの方がお弁当などを購入。どんな状況になっても工夫し立ち向かう湖西市民の心の強さ、湖西市みんなで助け合おうという思いやりが感じられました。

### 編集後記 最後までお読みいただいた皆さんへ

暑くなってきましたね。マスクを着けていると余計に暑く感じます。だからと言ってマスクを外すわけにはいかない。なんとかできないものかと思いついたのが、シャツなどに吹きかけると冷たく感じるというメントール入りスプレー。これをマスクに吹きかければ暑くなくなるのではないかと思います。試してみました。そしてマスクを装着した瞬間、目と口に激しい痛みが！皆さん、商品は使用上の注意をよく読み、正しい使い方をしましょう。

MP

◆トピックス

# TOPICS

まちの話題をスナップで紹介します。



## 1日も早い収束を願って

**6 | 1** 20時、全国で一斉に花火が打ち揚げられました。これは花火業者の有志による「Cheer up! 花火プロジェクト」という企画。花火大会のルーツをたどると、観賞用としてだけでなく、悪疫退散の願いも込められていました。今回、全国各地でコロナウイルスの収束を願い行われ、湖西でも65発の花火が打ち揚げられました。

## 耐震補強工事で地震に強い家を!

想定される大規模地震から、市民の生命や財産を守るため、市では次のような事業を実施しています。自分の住宅が地震にどのくらい耐えられるか、まずは無料の耐震診断で確認しましょう。



対象	昭和56年5月以前に建築された木造住宅
無料耐震診断	専門家(耐震診断補強相談士)による耐震診断
補強計画作成 耐震補強工事	木造住宅の耐震補強を計画・設計し、それに基づく工事を行うと、1,000,000円を上限として助成します。 ※高齢者のみの世帯や、障害のある人との同居世帯等は、1,200,000円を上限として助成。 (耐震補強の計画・設計のみ(補強工事を行わない)の場合は補助の対象から外れます)

申込先 建築住宅課 ☎ 576-4549 FAX 576-1897