

広報

2021年

8月号

こさい

Kosai

どんな障害も突破！

救助隊員は、救助活動に不可欠な体力、精神力、技術力を養うため日々訓練を重ねています。  
詳しくは17ページをご覧ください。R3.6.8 湖西市消防本部

特集 水の事故と熱中症に注意

# 夏本番！ 水の事故と熱中症に

# 注意！

猛暑がやってきて、熱中症の危険が高まる時期です。  
また、本格的に水に親しむシーズンを迎えます。  
例年7月から水難事故が多く発生しています。  
水の事故にも注意しましょう。  
問合せ先 消防本部警防課 ☎ 574-0219 FAX574-0215



## 水の事故を防ぐための8カ条

- 1 危険な場所（立ち入り禁止、遊泳禁止など）には近づかない。
- 2 飲酒後、睡眠不足、疲労時等の体調不良時には水に入らない。
- 3 自分の体力、技術を過信しない。
- 4 子どもから目を離さない。
- 5 海水浴場、プールなどではルールを守る。
- 6 気象状況に注意し、悪天候時は水場に近づかない。
- 7 魚釣りやボートに乗るときは必ずライフジャケットを着用する。
- 8 泳ぐときには必ず準備運動をする。

## 救助隊員からのアドバイス

- 1 溺れないために…  
水に浮きやすいライフジャケットやマリンシューズを使用
- 2 もしも溺れたときは…  
手足を大の字に広げ浮いて待つ
- 3 溺れた人を見かけたら…  
つかまったり胸に抱えたりできるものを投げ入れる



湖西市消防本部 救助隊 みやした じゅんや 宮下 純也さん

# 熱中症予防の6カ条

**1** こまめに  
部屋の  
温度を確認!!

**2** 室温は 28 度を目安に  
エアコン、  
扇風機を  
使おう

**3** のどがかわいてなくても  
水分補給を!

**4** 外出時は体を締めつけない  
涼しい服装をしよう

**5** 無理をせずに  
体調に異変を感じた時は  
早めに休息を

**6** 日頃から  
バランスのよい食事で  
体調をととのえよう

## 救急隊員からのアドバイス

- 1 意識がおかしい
  - 2 自分で水分が取れない
- この2つの状態は大変危険です！  
ためらわずに救急車を呼びましょう！



湖西市消防本部 救急隊 しょざわ ゆうた 塩沢 佑太さん

熱中症予防×コロナ感染防止

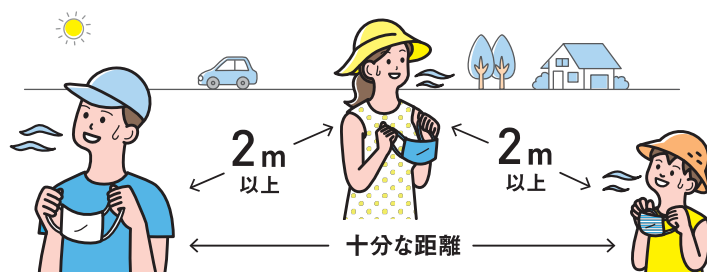
## 「新しい生活様式」を健康に！



熱中症を防ぐために

# マスクをはずしましょう

ウイルス  
感染対策は  
忘れずに!



屋外で  
人と**2m以上**  
(十分な距離)  
離れている時

引用：環境省・厚生労働省  
パンフレット

# 自然災害に備えて事前に決めよう!

問合せ先  
危機管理課  
☎ 576-4538  
FAX 576-2315

## 私の避難場所と避難所

**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、皆さんは自分の避難場所・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。



〈出典〉災害写真データベースより

### 【避難場所】と【避難所】は何が違う?

**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、災害の種別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)のほかに、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。市は小中学校等の15カ所を「指定避難所」としています。

### 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、災害によって自宅に住めない状態だった場合に、「避難所」へ避難しましょう。



## 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、自宅にいる方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」などを持参してください。
4. 避難場所や避難所に避難する際、受付で健康状態等の確認のため、「避難者カード」の記入をお願いします。カードは湖西市ウェブサイトからもダウンロードできます。

※受け付けの状況により、お待ちいただく場合があります。

## 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！**

自宅が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！



◀「私の避難場所・避難所」  
自分の避難場所・避難所を  
書き留めてコピーし、目  
につく場所に置いておく  
と、もしものときにすぐ  
確認できます。

湖西市ウェブサイトでは、  
左の様式のダウンロード  
や、自分の避難場所・避  
難所を決めるために参考  
となる、市内の避難場  
所・避難所の一覧を見  
ることができます。  
ぜひご利用ください！

こちらの2次元コードから  
ご確認ください。



※広報こさい7月号（6月  
15日発行号）に、市内  
の台風避難場所の一  
覧を掲載しています。

### 災害協定の締結



5月26日（水）、日本紙工業株式会社と「災害時における応急生活物資供給等の協力に関する協定」を締結しました。この協定により、地震等の災害時に、ダンボールベッドや間仕切りなどの物資提供を受けることが可能となりました。

避難所において応急的な物資、感染対策資器材の確保は災害時の市民生活の早期安定化に役立ちます。



中部電力パワーグリッド

停電で困ったときは…

### 停電情報お知らせサービス〈無料アプリ〉



〈アプリの主な機能〉

- ①停電情報をいち早くプッシュ通知でお知らせ  
停電の復旧情報や発生規模も確認できます
- ②停電や電気設備の「？」をチャットで相談  
電柱にカラス営巣を見つけたら写真送信のご協力をお願いします
- ③「防災マップ」で避難施設&道順検索

アプリをダウンロード  
してください

iOSはこちら



Androidはこちら



# 地震に備え、補助制度をご活用ください!

問合せ先  
**建築住宅課**  
 ☎ 576-4549  
 FAX 576-1897

## ブロック塀等の安全確保に関する補助

ご自宅のブロック塀等にひび割れ、傾き等はありませんか？

地震等で倒壊の恐れのある道路沿いのブロック塀等を撤去する場合、「TOUKAI-0」総合支援事業による補助があります。

また、湖西市が地域防災計画で位置付けた防災上重要な道路沿い（湖西市緊急輸送路沿道）のブロック塀などの撤去や改善に対する補助制度を拡充して実施しています。この機会に、ぜひご利用ください。

	補助対象	補助金額
①	緊急輸送路に面したブロック塀などの撤去	補助対象経費× 2/3 上限 13.2 万円 (基準額：8,900 円 /m)
②	緊急輸送路に面したブロック塀などを撤去し、新たにフェンス等を設置する	補助対象経費× 1/3 上限 8 万円 (基準額：38,400 円 /m) ※①併用可
③	緊急輸送路に面したブロック塀などを撤去し、新たに生け垣や植え込みを設置する	補助対象経費× 2/3 上限 16.4 万円 (基準額：38,400 円 /m) ※①併用可
④	緊急輸送路以外の道路に面したブロック塀などの撤去	補助対象経費× 1/2 上限 10 万円 (基準額：8,900 円 /m)

●補助対象経費は、実際の工事費（見積金額）と基準額×延長を比較して少ない額です。

## 利用者の声

制度を利用しようと思ったきっかけは何ですか？

所有している住宅の前面道路が避難場所への避難路になっており、ブロック塀も住宅も古くなり、地震の時に迷惑が掛かってはいけないと思い、取り壊そうと考えたことがきっかけです。



かわにし なおき  
 河西 尚章さん  
 (湖西市新居町中之郷在住)



制度のことをどこで知りましたか？

取り壊すにあたって友人に話をしたところ「補助があったと思うから調べてみたら？」と言われました。そこで、市役所に相談にいったところ、ブロック塀撤去の補助制度があることが分かりました。

利用してみていかがでしたか？

最初に、市から補助申請の流れを聞きました。難しいものではなく、個人でも申請ができて、補助を受けられて助かりました。制度利用を考えている方は、市に相談してみるといいと思います。

# 在宅避難ができるよう地震に強い家を！

～耐震補強工事補助金の割増を行っています～

湖西市プロジェクト  
TOUKAI(東海・倒壊)-0<sup>ゼロ</sup>

発生が予想される南海トラフ地震から、市民の生命や財産を守るため、次の事業を実施しています。お住まい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。

## ① 無料耐震診断

●対象 昭和56年5月以前に建築された木造住宅

市から委託された専門家（耐震診断補強相談士）による耐震診断を受けることができます。

電話でお申し込みください。



## ② 木造住宅耐震改修助成事業

木造住宅の耐震補強の計画と、それに基づく工事を一体的に行うと、事業に要する費用と100万円（※）とを比較していずれか少ない額（耐震補強工事費の8割を限度）を助成します。

※高齢者のみの世帯や、障害のある人との同居世帯等は、120万円が上限。

在宅避難ができるよう、現行の補助基準より高い耐震性を確保する耐震補強に対して補助額を**最大15万円**増額します。



### ●条件

補強前の評点0.7未満、補強後の評点1.2以上、家具固定化対策の実施、TOUKAI-0事業PRへの協力等が必要です。詳しくはお問い合わせください。

## 空き家等対策について No.4

前回、空き家の維持管理方法について紹介しました。

今回は、ご自身で空き家を適切に管理するための簡単なチェック方法をご紹介します。

- 屋根：屋根材、軒裏材や雨どいが破損したり、外れたりしていないか
- 窓、ドア：ガラスが割れていないか、スムーズに開閉ができるか
- 外壁：外壁材が剥がれたり、ひび割れたりしていないか
- 基礎：基礎に大きなひび割れや、壊れているところはないか
- バルコニー：バルコニーは壊れたり、床がたわんだりしていないか
- 家の周り：塀の傾きや、庭木や雑草の繁茂、多数の害虫が発生していないか
- 家の中：雨漏りやカビの発生、床のたわみや排水の詰まりはないか  
トイレ・台所・浴室・洗面所などの水漏れはないか

定期的にチェックを行い、気になる所があれば、専門家（建築士等）に相談しましょう。また、チェックする際に写真を撮っておくと、前回との違いを比較しやすくなるため、お勧めです。

●問合せ先 建築住宅課 ☎ 576-4549 FAX 576-1897



# 夏休みは新居で江戸時代にタイムスリップ!?

江戸の旅へいざ参らん!



案内してくれるのは…新居宿史跡案内人の会。  
会長はなんと、御年 100 歳!  
皆さん、新居の歴史を伝えてくれる貴重な存在です。

なかなか遠出ができないこの夏ですが、こういう時こそ地元を向けてみてはいかがですか。

夏休みの自由研究にも!



関所子ども歴史質問箱で不思議に思ったことを聞いてみよう。

すぎうら まさお 杉浦 政雄 会長 (100 歳)

## その1、新居関所史料館



早速、案内人さんの軽快なトークがスタート。  
「この石垣の向こうは、浜名湖が広がっていた」  
今では建物が立ち並ぶこの場所が湖なんて信じられない?と、思ったら VR で体験!

江戸時代は、ここから舞坂まで船で渡ったのじゃぞ。



VR 体験実施中 (タブレット貸し出し)

次に向かったのは、構内に新しく復元された「女改之長屋」という建物。

「この長屋は、関所を通る女の人を取り調べた改女の住まい。女改めは通行するための手形の文字が1文字違っただけで通れないくらい厳しかった」



案内人による案内予約受付中

なぜ女性だけが厳しい取り調べを受けたのでしょうか?  
答えは関所史料館で!

新居関所史料館 ☎ 594-3615

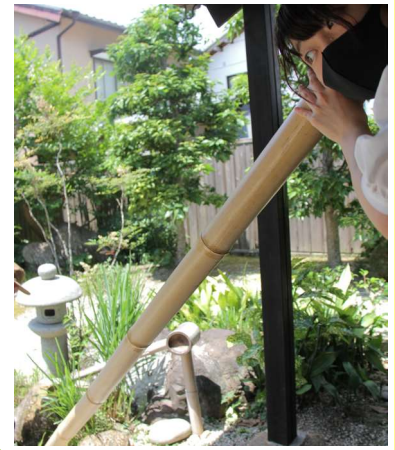
- 湖西市新居町新居 1227-5
- 開館時間 9時～16時30分
- 休館日 毎週月曜日(休日の場合開館) 8月は無休

< 広告欄 >



## その2、紀伊国屋資料館

新居関所の斜め向かいにある紀伊国屋資料館。  
 ここはかつて紀州藩の御用宿であったことから「紀伊国屋」と言われ、戦後まで続いた宿でした。  
 現在は、江戸後期の旅籠建築様式を体感できる資料館です。令和3年4月に展示リニューアルをして、紀伊国屋や宿場のことを詳しく紹介しています。



木の枕で寝てみたり、水琴窟で水の滴る音を庭で楽しんだり、ゆっくり涼んでいくのじゃ。



▲水琴窟



水琴窟の不思議な仕組みが知りたい人は紀伊国屋資料館へ!

紀伊国屋資料館

- 湖西市新居町新居 1280-1
- 問合わせ、開館時間、休館日は関所史料館と同じ

## その3、寺道

吉田藩の藩主が「城はないが、新居関所を城に見立てて城下町のようにしよう」と町が整備され山の近くに寺社が集められました。  
 まとまった地区に新福寺、隣海院、本果寺、神宮寺、龍谷寺の5つの寺と、住吉神社、諏訪神社の2つの神社があります。



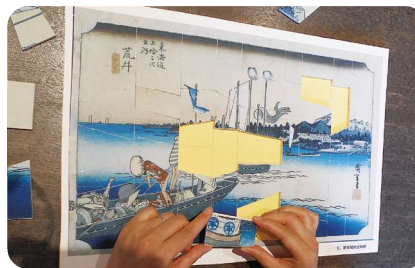
寺道の中でも、「神宮寺」という名称は全国的にとっても珍しいものです。

その理由が知りたい人は寺道へ足を運んでみてください。

- 寺道  
（5つの寺と2つの神社）
- 湖西市新居町新居周辺

## 新居関所史料館 夏の歴史展 「江戸時代の交通と旅」

江戸時代の街道や宿場の機能、関所についての説明や、庶民の旅の様子などを旅の道具や絵図、浮世絵などを通して、子どもにも分かりやすく紹介します。駕籠に乗ったり、浮世絵を使った遊び体験コーナーもあります。  
 企画展の詳細はこちら▶



関所・紀伊国屋共通券  
 大人 500 円・小人 200 円  
 年間パスポート  
 大人 1,000 円・小人 500 円

関所史料館・  
 紀伊国屋資料館が  
 無料開放されます。



〈広告欄〉

もったいない！まだ食べられるのに捨てられてしまう

# 「食品ロス」

食べ残しや売れ残り、期限が近いなど、さまざまな理由で食べられるのに捨てられてしまう食品を「食品ロス」といいます。

日本では、年間600万t、1日当たり大型トラック1,640台分の食品ロスが発生しています。

国民1人当たりには換算すると、毎日お茶碗1杯分(130g)の食べものが捨てられていることとなります。

「もったいない」と思いませんか？食品ロスを減らすために、一人ひとりができることから始めてみましょう。

国民1人当たり食品ロス量は**1日約130g**  
=茶碗1杯分のご飯の量に相当



年間で約**47kg**

国民1人当たりの  
米の消費量(約54kg)に  
近い量

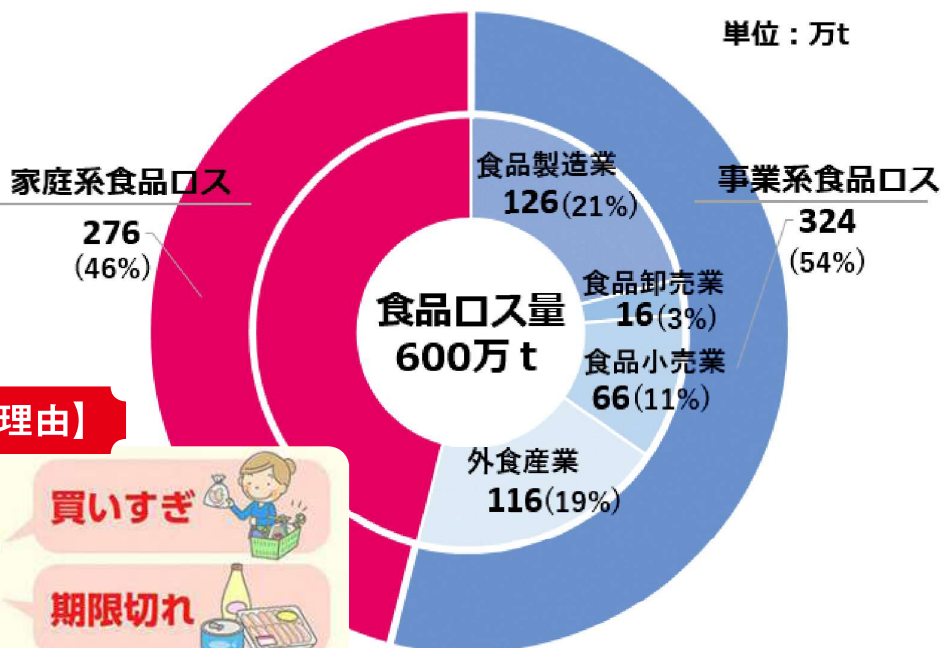
日本  
全体

年間**600万t**もの廃棄

1日当たり大型トラック



×  
**1,640台分**



## 【廃棄の理由】



買いすぎ



期限切れ



食べ残し

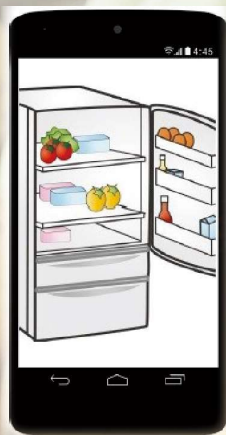


資料：総務省人口推計（平成30年10月1日）  
平成30年度食糧需給表（確定値）

# 食品ロスを減らすためにできること

## 【お買い物編】

### ① 買い物前に食材をチェックする



「在庫があるのを忘れて、同じ食材を買ってしまった」よくあることですが、買い過ぎは食材を余らせてしまう原因になります。事前に冷蔵庫や食品棚にある食材を確認するようにしましょう。スマホに食材をメモしたり、カメラ機能を使って冷蔵庫内を撮影したりすると便利です。

### ② 必要な分だけ買う

特売は魅力的ですが、無駄にしましては意味がありません。必要な食品、食材を事前にリストアップして計画的に買い物をしましょう。

### ③ 期限表示を知って賢く買う

スーパーでは陳列の手前から奥に向かって、賞味（消費）期限が長いものを置いています。期限が切れてしまうとお店での食品ロスが発生してしまいます。すぐ使う食品は棚の手前から取りましょう。

## 【ご家庭編】

### ① 適切に保存する

食材の種類に応じて適切な保存方法があります。正しく保存して最後までおいしく食べ切りましょう。

### ② 食材を上手に使い切る

新しく買ってきたものを先に使ってしまうと、残っている食材が傷んでしまいます。残っている食材から上手に使い切りましょう。食材が余ったときは使い切りレシピを検索するのもおすすめです。



### ③ 食べ切れる量を作る

体調や健康、家族の予定を配慮し、食べ切れる量を作りましょう。残ってしまったら冷蔵庫や冷凍庫で保存して早めに食べ切りましょう。



問合せ先

廃棄物対策課  
☎577-1280 FAX577-3253

# 高齢者の皆さんへ

# ウォーキング方法の紹介 part 1 ～歩き方を変えるだけで、運動効果 UP！～

ウォーキングは、今日からでも始めることができる運動です。歩くことによって多くの健康効果を期待することができます。しかし、ただ単に歩くことと運動を意識して歩くことでは健康効果に大きな差が出ます。

今回ご紹介する**インターバル<sup>そくほ</sup>速歩<sup>あおやぎしき</sup>や青柳式<sup>はやある</sup>・速歩き健康法 (アクティブウォーキング)**は速く歩くことを取り入れるプログラムです。正しい歩き方と準備運動を理解し、楽しくウォーキングを行いましょう。

## 正しい歩き方について

### ポイント

速く歩く時は、歩幅を広げて歩いてしまうと関節に掛かる負荷が大きくなりますので、注意が必要です。体力に自信のない方は、歩幅は無理に広げずに歩数を増やして速歩きをしましょう。

ヒジは90度  
くらいに曲げ、  
真っ直ぐ前に振る

後ろにも大きめに  
ヒジを振る

お腹を引っ込める

歩幅は無理に  
広げない

かかとから着地する



## ウォーキング前後のストレッチ体操

ウォーキング前に行うストレッチ体操は、ゆっくりペースで5～10分歩いて体が温まってから行いましょう。伸ばす時間はワンポーズ10～15秒程度に短めに行います。

ウォーキング後に行うストレッチ体操は、ゆっくりと時間を掛けて行うようにすることで疲労回復の効果が得られます。

ウォーキング前①～⑧(屋外で)

ワンポーズ 10～15秒

息を止めると血圧上昇を招きます。動作中は楽な呼吸をしながら行って下さい。

ウォーキング後①～⑫(室内で)

ワンポーズ 20～30秒



手を組んで、上に伸びをします。



手を後ろで組んで、斜め後ろに引きます。



背中を丸める

ヒザを少し曲げる

手を組んで、背中を丸めて前方に伸ばします。



左右

片ヒザを伸ばして、お尻を引くように手をつま先に近付けます。



左右

ヒザを伸ばす

つま先は正面に向ける

足を前後に大きめに開き、前のヒザを曲げます。



左右

かかとを着けて深く曲げる

足の幅をせまくして、後ろのヒザを深く曲げます。



左右

壁などに手をつき、ヒザを後ろに曲げて持ちます。



左右

壁などに背を向けて体をひねります。



背筋を伸ばし、両足の裏を合わせます。



左右

仰向けになり、片ヒザを手で引き付けます。



左右

仰向けになりヒザを立て、両ヒザを片方に倒します。

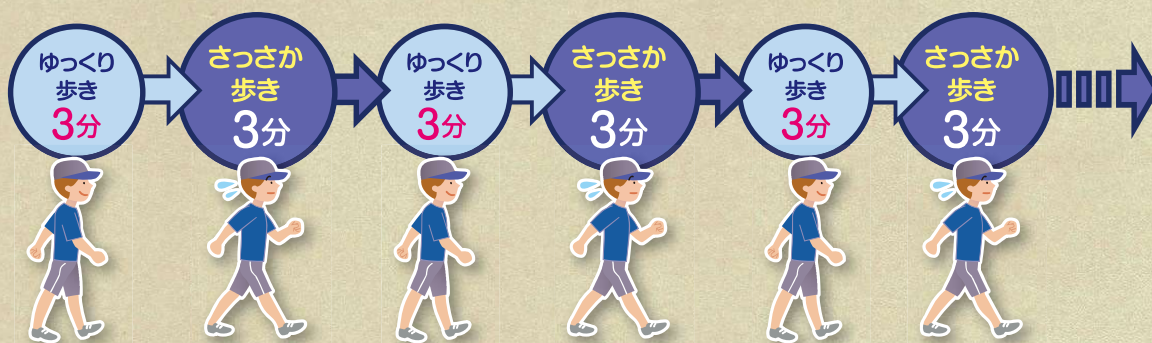


仰向けになり、手足を伸ばします

# インターバル速歩

インターバル速歩とは、「ゆっくり歩き」と「さっさか歩き(速歩)」を数分間ずつ交互に繰り返すウォーキング方法です。筋肉に負荷の少ない「ゆっくり歩き」と、負荷をかける「さっさか歩き」を合わせることで、筋力・持久力を無理なく向上させることができます。骨密度の増加や生活習慣病リスクの改善などにも効果があります。

1日の速歩の合計が15分という手軽さも長く続けることができるポイントです。体力のない高齢者や、忙しくて時間がとれないという人にもぴったりのウォーキング方法です。



## 〈実践方法〉

1. まずはゆっくり3分歩いてください。
2. ハアハアと息があがるように「さっさか歩き」を3分続けます。
3. 呼吸を整えてリフレッシュするように「ゆっくり歩き」を3分続けます。
4. また「さっさか歩き」を3分続けたあとに「ゆっくり歩き」を3分、これを交互に繰り返し、「メリハリ」をつけて歩きます。
5. 速歩の合計が15分以上に達したら、インターバル速歩は終了です。

速歩の合計が  
15分以上に達したら終了

## ポイント

- ①「さっさか歩き」の強度の目安は、「ややきつい」と「きつい」の中間の歩き方になります。
- ②3分の「さっさか歩き」がきつい場合は1~2分に変更して行ってもかまいません。ご自身の体力に合わせて調節してください。
- ③速歩の合計が15分以上になることを目安にしてください。また、高齢者の方など、15分以上続けて速歩を行うのが難しい場合は、下記のような方法で行ってみましょう。

## 小分け運動の例

朝 昼 夕 3回、小分けに行っても、同様の効果が得られます。

ゆっくり1分→さっさか2分→ゆっくり1分→さっさか2分→ゆっくり1分→さっさか1分→ゆっくり1分

一日で「さっさか歩き」の合計時間15分(朝5分+昼5分+夕5分)

※「インターバル速歩」はNPO法人熟年体育大学リサーチセンターの登録商標です。

引用:NPO法人熟年体育大学リサーチセンター

出典

静岡県総合健康センター すこやか大陸より

問合せ先

高齢者福祉課 ☎ 576-4916 / FAX 576-1220

# 新型コロナウイルス感染症に伴う 保険税(料)の減免等について

## 国民健康保険・後期高齢者医療保険の被保険者の皆さんへ

### 国民健康保険税が減免の対象になる人

- ①新型コロナウイルス感染症により、主たる生計維持者が死亡し、または重篤な傷病を負った世帯の人  
⇒保険税を全額免除
  - ②新型コロナウイルス感染症の影響により、主たる生計維持者の収入減少(※)が見込まれる世帯の人  
⇒保険税の一部を免除
- 減免の対象になるか、減免額の計算方法・必要書類・申請方法など詳細は市ウェブサイトをご覧ください。国民健康保険税納入通知書と同封するチラシをご覧ください。

なお、減免は後期高齢者医療にも同様の減免制度があります。詳細は市ウェブサイトをご覧ください。か後期高齢者医療係へお問い合わせください。

### 傷病手当金について

国民健康保険・後期高齢者医療保険の被保険者で、新型コロナウイルス感染症に感染または感染が疑われ療養のため労務に服することができなかった給与所得者は、傷病手当金の受給ができる場合があります。

※収入減少の要件(全てを満たすこと)  
世帯の主たる生計維持者について

- (1)事業収入・不動産収入・給与収入・山林収入について、令和3年分収入の種類ごとに見た収入のいずれかが、令和2年分比30%以上減少する見込みであること
- (2)令和2年分の合計所得が1000万円以下であること
- (3)収入の減少が見込まれる種類の所得以外の所得の合計額(令和2年分)が400万円以下であること



◀市のウェブサイトは▶  
2次元コードから  
ご確認ください。



ご不明な点などは担当へお問い合わせください。

### ●問合せ先

保険年金課 国保年金係 ☎576-4585  
後期高齢者医療係 ☎576-4530

## 国民年金の被保険者の皆さんへ

### 減収を事由とする保険料の免除と猶予

新型コロナウイルス感染症の影響により所得が相当程度まで減少した場合、特例免除申請により国民年金保険料の免除、納付猶予、一部免除が可能です。



〈広告欄〉

### 学生証が発行されない場合の学生納付特例

新型コロナウイルス感染症の影響により学生証が手元に届かない場合でも、学生納付特例の申請が可能です。※後日申請書の提出先に学生証のコピーを提出していただく必要があります。

詳しくは日本年金機構ウェブサイトまたは市ウェブサイトをご覧ください。

●申請先 浜松西年金事務所 ☎456-8511  
保険年金課 ☎576-4585

市では広報こさいに掲載する広告を随時募集しています。申込方法など、詳しくはウェブサイト(「湖西市広告」で検索)をご覧ください。お問い合わせください。

1カ月当たり	市内事業者	市外事業者
半段(縦45mm ×横80mm)	5,000円	10,000円
1段(縦45mm ×横165mm)	10,000円	20,000円

●問合せ先 秘書広報課 ☎ 576-4541  
FAX 576-1139

# 令和3年度 後期高齢者医療保険料の 軽減措置等が一部変わります

令和3年度の後期高齢者医療保険料の計算方法と均等割額の軽減措置が見直されました。  
納付方法や金額などについては、8月中旬に発送する後期高齢者医療保険料額決定通知書でご確認ください。

## 年間保険料の計算方法

税制改正により、令和2年の収入分から給与所得控除・公的年金等控除が10万円引き下げられ、基礎控除が10万円引き上げられました。この改正による保険料への影響を最小限に抑えるため、所得割額の算定に用いる「旧ただし書所得」の算出方法を見直します。

### ▼令和2年度

年間保険料	=	均等割額	+	所得割額
		42,100円		(前年の総所得金額等 - 33万円) × 8.07% (旧ただし書所得)



### ▼令和3年度

年間保険料	=	均等割額	+	所得割額
		42,100円		(前年の総所得金額等 - <b>43万円</b> ) × 8.07% (旧ただし書所得)

## 均等割額の軽減措置

令和2年度に7.75割だった軽減割合の区分が、令和3年度から7割になるため、均等割額が3,200円増えます。これは、令和2年度まで適用されていた軽減割合の上乗せがなくなり、本来の軽減割合（7割）に戻る見直しが行われたためです。

令和2年度	→	令和3年度
7.75割軽減 【9,400円】		7割軽減 【12,600円】

【】内の金額は、均等金額42,100円に対する軽減後の保険料です。

### ▼均等割額の令和3年度軽減判定所得基準額

軽減区分	軽減判定所得基準額 (世帯主および世帯の被保険者全員の前年中の総所得金額等の合計)
7割軽減	43万円 + (給与所得者等の数※ - 1) × 10万円以下のとき
5割軽減	(43万円 + (給与所得者等の数※ - 1) × 10万円 + 28.5万円 × 世帯の被保険者数) 以下のとき
2割軽減	(43万円 + (給与所得者等の数※ - 1) × 10万円 + 52万円 × 世帯の被保険者数) 以下のとき

※一定の給与所得（給与収入55万円超（専従者控除のみなし給与や青色事業専従者給与を除く））と公的年金等の所得（公的年金等収入が65歳未満の方は60万円超、65歳以上の方は125万円超）がある人の数。

# アイドル 登場!!



すずき りひと  
鈴木 理人さん(3カ月)

しんいち えりな  
父●伸一さん 母●恵利奈さん(新居町新居)

5人目の元気な男の子! りひとくん♡  
楽しい事、皆で沢山しよーね♡

## アイドル大募集中!!

メールまたは郵送で、写真、子どもの氏名(ふりがな)、生年月日、両親の氏名(ふりがな)、住所、電話番号と一言コメント(40字程度)を添えてください。(環境依存文字不可)

秘書広報課 ☎576-4541 FAX 576-1139  
〒431-0492 湖西市吉美3268番地  
e-mail public@city.kosai.lg.jp

## 寄付を いただきました

(株)リブレーゾンから、学校教育活動のため、4月5日(月)新居小学校と新居中学校、4月8日(木)白須賀中学校、4月12日(月)白須賀小学校の4校へ寄付をいただきました。ありがとうございました。

## 2つの分野で市にアドバイザーを採用

問合せ先

総務課 ☎ 576-1698

令和3年7月から令和4年3月までを任期とし、市の重点分野と位置付けている「広報戦略」、「DX(デジタルトランスフォーメーション)の推進」の分野で、専門的な技術や幅広い知識、豊富な経験を持った方を湖西市役所のアドバイザーとして採用しました。

アドバイザーには、①湖西市の知名度をより高めるための広報・シティプロモーションの戦略策定などや、②市民サービスを向上させていくためのDX推進に関することについて助言や提案をいただく予定です。

### ①広報戦略アドバイザー・村田 喜直さん



(40歳・東京都在住)

主な職歴:

- 横浜DeNAベイスターズや、学校法人角川ドワンゴ学園N高等学校で広報・PR・ブランディング・マーケティングなど
- 浜松市「農林水産物の魅力発信のデジタル化推進プランナー」

### ②DX推進アドバイザー・川口 弘行さん



(50歳・東京都在住)

主な職歴:

- 浜松市AI・RPAなど先進技術導入推進プロジェクトマネージャー
- 目黒区、港区における情報政策監(CIO補佐官)など

〈広告欄〉



# スポーツ講座 受講生募集

- 受付期間** 8月3日(火)～13日(金)  
初日は9:00受け付け開始
- 申込方法** 電話または直接申し込み。  
※定員になり次第締め切り

- その他**
  - ▶代理申請は原則不可です。また取り消しもできません。
  - ▶【みんなのスポーツ】は、コーちゃん健康マイレージ2ポイント事業です。
  - ▶持ち物など、詳しくは申込先でご確認ください。

## 【みんなのスポーツ】

講座名	とき	ところ	時間	定員	参加料	内容
ピラティス 【講師】 藤野 美保子	9月 7日～ 11月 9日(火) 【火曜日】全10回	アメニティ プラザ	13:30～14:30	30人	3,000円	マットの上で身体の土台となる体幹の骨(骨盤・背骨・肩甲骨)周りの筋肉を鍛えて柔軟性を養いましょう。
きゅっとボディ ストレッチ 【講師】 伴 亨世	9月 7日～ 11月 9日 【火曜日】全10回	アメニティ プラザ	19:30～20:45	30人	3,000円	ストレッチ体操や筋力トレーニングで健康を保つための体の動かし方を身に付け、体を動かす習慣を付けましょう。
バランスボール エクササイズ 【講師】 鈴木 孝則	9月 3日～ 11月12日 ※9月24日休講 【金曜日】全10回	アメニティ プラザ	19:30～20:30	30人	3,000円	大きなボールを利用したトレーニングで筋力の衰えを予防し、遊び気分楽しくエクササイズしましょう。

## 【ジュニアスポーツクラブ ※対象は中学生のみ】

クラブ名	とき	ところ	時間	定員	参加料	内容
硬式野球 【講師】 駒澤 俊明、 山内 伸悟他	9月 8日～ 3月12日 【水、第2・4土曜日】 全10回	湖西運動公園	水曜日 19:00～21:00 土曜日 13:00～17:00	30人	3,500円/ 月	高校入学後、硬式野球部への入部を希望している中学生を対象に練習を行います。※希望者が定員を超えた場合は、3年生を優先。

問合せ及び申込先 **スポーツ・生涯学習課** ☎ 576-8560 FAX 576-1237  
〒431-0431 湖西市鷺津 1293-4 市民活動センター(エミーナ)内

## 今月の表紙

令和3年6月8日(火)  
湖西市消防本部にて撮影



### 「静岡県消防救助技術大会種目披露」

この日、静岡県消防救助技術大会が開催される予定でしたが、新型コロナウイルスの感染拡大防止のため2年連続で中止となりました。

湖西市長や消防長、同僚職員が見守る中、24人の救助隊員及び2年目の若手職員が技術を披露しました。

### ●障害突破

表紙は障害突破競技の写真です。3mの高さがある壁をチームで協力して乗り越える瞬間を捉えました。

壁を越えたあと、全長8mのロープを渡り、重さ約10kgの呼吸器を装着して煙道を走り抜けるまでの速さを競う競技です。



### ひきあげ ●引揚救助

高さ7mの塔の上からスタートし、救助者がロープで塔の下に降りて要救助者を救出し、救助者が塔の上まで脱出する速さを競います。

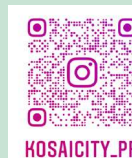


### 【記録】

障害突破	1分29秒
引揚救助	1分19秒

優勝を狙える  
好タイム!

◆紙面に載せきれなかった写真は、湖西市インスタグラムにて公開していますので併せてご覧ください。



KOSAICITY.PR

行事名	対象	とき	ところ	持ち物
プレパパ・プレママ教室 <sup>㊞</sup>	今月のプレパパ・プレママ教室はお休みです。			
はじめてのママ教室 <sup>㊞</sup>	今月のはじめてのママ教室はお休みです。			
離乳食教室 <sup>㊞</sup>	2021年4月生まれの第1子と保護者および希望者	26日 <sup>㊞</sup>	㊞ 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	2020年12月生まれの第1子と保護者および希望者	17日 <sup>㊞</sup>	㊞ 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	2020年9月生まれの子(希望者)	18日 <sup>㊞</sup>	㊞ 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	2020年1月生まれの子	4日 <sup>㊞</sup>	㊞ 13:00~13:20 13:30~	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	2019年7月6日~7月20日生まれの子とその保護者	30日 <sup>㊞</sup>	㊞ 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、バスタオル ※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
3歳児健康診査	2018年5月生まれの子	25日 <sup>㊞</sup>	㊞ 13:00~13:20 13:30~	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 <sup>㊞</sup>	どなたでも	31日 <sup>㊞</sup>	㊞ 9:15~11:00	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 ※身長体重計、おもちゃなどを常設	㊞~㊞	9:00~16:00 ※木金は13:00~16:00	2階 遊びの広場 4、9、25日と土日祝日はお休みです。 ※開放日は変更になる場合があります

※上表以外にも、随時電話などで相談できます。 ㊞…予約制 ㊞…受付時間

## 毎月1日は「こさい健康の日」

問合せ先 健康増進課

☎ 576-1114 FAX 576-1150

### 保健推進委員は市民と市（行政）のパイプ役。

6~7月に市内9か所で「こころリセット セルフメンテナンス~気づいていますか?心のサイン~」をテーマに市民健康講座が行われました。

▶保健推進委員は、市が実施する保健事業の地域とのパイプ役として、地域の方々に講座案内のチラシを配布し、PRを行い、当日は一緒に学びました。新型コロナウイルス感染症拡大予防を最優先に考慮し、地区ごとに会場の大きさ等に応じて定員を設定しました。

▶講座は、市職員による講話と参加者同士の話し合いと、最後に、今一番気になっている新型コロナウイルスワクチン接種に関する情報も提供しました。

▶参加者からは「新しい情報を発信してくれることで不安な気持ちが楽になりました」という声も聞かれました。



### ~保健推進委員から~

保健推進委員の地区活動として、ヨガやダンス、ウォーキングなどの運動や、リース作りなどの手芸、災害時に役立つ講座などを各地区で計画しています。

開催日近くになりましたら回覧でご案内します。ぜひ、私たちと一緒に楽しいひとときを過ごしましょう。

### コーちゃん健康マイレージガイド

25ポイントたまったら応募箱へ!  
ふじのくに健康いきいきカードをもらおう!

8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。

※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。

相談名	とき	ところ	内容	問い合わせ先
行政相談	2日(日) 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
	12日(木) 13:30~15:30	新居地域センター		
夜間納税相談	<b>今月の夜間・休日納税相談はお休みです。</b>			
年金相談(☎)	5日(木) 10:00~15:00	西部地域センター	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
	17日(火) 10:00~15:00	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
人権電話相談 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 ☎576-4873 FAX576-1220
女性相談(面談(☎))	5日(木) 10:00~12:00 12日(木) (電話相談) 19日(木) 13:00~16:00 26日(木) (面談)	☎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。	子ども家庭課 ☎576-1125 FAX576-1220
多重債務者相談(☎)	17日(火) 13:00~15:00	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。(前日までに要予約、先着5人まで)	消費生活相談室 ☎576-1609 FAX576-4876
消費生活相談	月~金 9:00~11:45 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
ヤングダイヤル こさい ※電話相談	月水金 9:00~17:00	☎576-0770	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。	スポーツ・生涯学習課 ☎576-4793 FAX576-1237
	火木土 9:00~17:00	☎577-5116		
法律相談(☎)	28日(土) 9:00~12:00	老人福祉センター	弁護士が、専門的な法律の相談に応じます。(1人20分程度。先着8人まで)	湖西市社会福祉協議会 ☎525-6667 FAX575-3299
	28日(土) 9:00~12:00	健康福祉センター(おぼと)		
司法書士相談(☎)	10日(火) 13:00~16:00	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、先着8人まで)	湖西市社会福祉協議会 ☎525-6667 FAX575-3299
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を受け付けます。	ハローワーク浜松 湖西市地域職業相談室 ☎594-0855 FAX594-0857
高次脳機能障害医療等総合相談会(☎)	23日(日) 13:10~16:00	中遠総合庁舎(磐田市見付3599-4)	高次脳機能障害(疑い)の本人および家族を対象に専門医などが相談に応じます。	西部健康福祉センター ☎0538-37-2252 FAX0538-37-2241
こころの健康福祉総合相談(☎)	<b>今月のこころの健康福祉総合相談はお休みです。</b>			
健康相談(☎)	26日(木) 13:30~16:00	健康福祉センター(おぼと)	生活習慣病など健康について相談に応じます。	健康増進課 ☎576-1114 FAX576-1150

(☎)…予約制



はコーちゃん健康マイレージ対象事業です。



## イベント

### おんやど白須賀写真展

禮雲寺所蔵の写真展を開催します。終戦関連写真、地獄極楽絵図写真、自然災害写真などを展示します。

- とき 8月1日(日)～31日(火)
- その他 展示内容は変更になることがあります。
- 問合せ先 おんやど白須賀  
☎ 579-1777

## 税・その他

### 8月のシルバー人材センター入会説明会

- とき 8月10日(火)、23日(月)  
13時30分(予約不要)
- ところ 湖西市シルバー人材センター事務所
- 問合せ先 湖西市シルバー人材センター ☎ 575-0654

## 募集

### 「豊田佐吉検定」参加者募集

豊田式自動織機等の発明王であり、湖西市に生まれた世界の偉人豊田佐吉翁に関する基礎講座と試験を行います。検定合格者には認定書と副賞を授与します。

- とき 8月22日(日)9時～12時  
※8時30分集合
- ところ 豊田佐吉記念館
- 対象 小学校4年生～6年生  
(大人も参加可)
- 内容 佐吉物語ビデオを視聴し、母屋、生家、観音堂を見学します。その後山口公会堂で講義と検定を行います。

- 検定 3級・2級(選択式)、1級(2～3行の記述)、博士(1200文字の論文)  
※博士受検は1級合格者のみ
- 応募期限 8月18日(水)
- 参加費 3・2・1級は無料  
博士は1,000円
- その他 新型コロナウイルスの感染対策にマスク着用、検温(37.5℃以下)をしてご参加ください。体調が思わしくない方は参加を取り止めてください。
- 問合せ先 湖西市文化協会  
(月・水・金 9時～16時)  
☎・FAX 578-1700

### 第44回北原白秋歌碑顕彰祭 短歌・俳句作品募集



- 規定 短歌および俳句のどちらか希望の種目に応募すること。自作未発表作品に限る。北原白秋および浜名湖周辺にちなんだものまたは雑詠。

- 応募資格 湖西市在住・在勤  
一般応募者は18歳以上
- 応募方法 官製ハガキに短歌一首または俳句二句、住所、氏名、電話番号を明記して郵送。もしくは直接持参も可。
- 応募期限 9月3日(金)
- 応募料 無料
- 表彰 入賞作品に賞状賞品贈呈  
10月10日(日)の顕彰祭で表彰。  
入賞者には事前に連絡します。
- 問合せ先 湖西市文化協会  
(月・水・金 9時～16時)  
☎・FAX 578-1700

人も、会社も、もっと元気に！

## 中退共済制度

CHU小企業退職金共済制度

- ◆掛金の一部を国が助成
- ◆掛金は全額非課税。手数料も不要
- ◆外部積立型なので管理が簡単
- ◆パートさんの加入もOK

詳しくはホームページへ  
中退共 検索

(独) 勤労者退職金共済機構 中小企業退職金共済事業本部  
TEL.03-6907-1234 FAX.03-5955-8211

## サマージャンボ7億円

(1等5億円・前後賞各1億円合わせて)

## サマージャンボミニ5千万円

(1等3千万円・前後賞各1千万円合わせて)

この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。

各1枚 300円

### 7月13日(火) 2種類同時発売!

発売期間 7/13(火)～8/13(金)

クレーちゃん

公益財団法人静岡県市町村振興協会

## 湖西市芸術祭 第54回文化の祭典作品募集

- 募集作品** 短歌、俳句、川柳、書道、絵画、水墨画、写真、華道、藤工芸、手まり、絵手紙、手織り、手芸、陶芸、その他作品
- 応募点数** 1人同一種目で2点以内
- 作品規格**  
写真▶ A4サイズ以上全紙以下でパネルまたは額装  
書道、絵画、水墨画、その他▶ 額装または軸装  
▶ 100cm×100cm以内(1㎡以内)  
その他の創作物▶ 額使用の作品100cm×100cm以内  
額使用でないもの(陶芸など)は、規定なし。ただし危険な物、大きすぎる物等はお断りする場合があります。  
※本人の創作作品であること。  
※ガラスなどの壊れやすい作品の出品は、自己責任でお願いします。
- 応募方法** 往復ハガキに出品種目、作品の大きさ、題名、住所、氏名、電話番号を明記して郵送。
- 応募期限** 9月13日(月)
- 出展料** 一般1,200円(1種目) 会員は無料
- 展示場所** アメニティプラザ
- 展示期間** 10月30日(土)～11月3日(水)9時30分～17時 ※最終日は9時30分～13時
- 問合せ先** 湖西市文化協会  
(月・水・金 9時～16時)  
☎・FAX 578-1700



## 「未来に残そう青い海」 海上保安庁 図画コンクール募集

海上保安庁では、海を美しく保つための取り組みとしてハガキサイズの図画を募集します。

- 対象** 小学校低学年の部、小学校高学年の部、中学生の部
- 応募方法**  
右の2次元コードから応募用紙をダウンロード 
- 申込期限**  
9月6日(月)当日消印有効
- 問合せ先** 第三管区海上保安本部警備救難部 環境防災課  
☎ 045-211-1118

## 生活

### ひとり親家庭のための出張個別相談会

- 生活・就業・法律の相談会です。職業紹介や求職登録、弁護士による養育費などの相談、行政職員に生活の相談ができます。
- とき** 8月19日(木)9時30分～16時(1人30分)
  - ところ** 浜松市役所本館3階32会議室  
(浜松市中区元城町103-2)
  - 定員** 10名(先着順)
  - 参加費** 無料  
託児は要予約(無料)
  - その他** 状況により中止や変更になる場合があります。
  - 問合せ先** ひとり親サポートセンター ☎ 054-254-1191

## 湖西市芸術祭 第48回秋季芸能の祭典出演者募集

- 募集種目** 民謡、詩吟、詩舞、民謡、箏曲、日本舞踊、新舞踊、舞踊、ダンス、バレエ、フラダンス、吹奏楽、大正琴、天平箏、三味線、太鼓、ハーモニカなど芸能全般
- 出演時間** 1団体(1人)5分～15分※出演団体が多い場合は調整
- 応募方法** 往復ハガキに出演種目、曲名、住所、氏名、電話番号を明記して郵送。
- 応募期限** 9月17日(金)
- 出演料** 一般1,200円/1演目(1人) 会員は無料
- 開催場所** 新居地域センター
- 開催日時** 11月21日(日)  
9時30分～16時30分終演予定
- その他** 新型コロナウイルスの感染状況により3密を避けるため開催日程を変更する場合があります。
- 問合せ先** 湖西市文化協会  
(月・水・金 9時～16時)  
☎・FAX 578-1700



〈広告欄〉

## 令和4年4月採用の市立湖西病院職員採用試験のご案内

職種	募集人数	受験資格
看護師	10名程度	看護師の資格を有するもの
薬剤師	若干名	薬剤師の資格を有するもの
臨床検査技師	若干名	臨床検査技師の資格を有するもの

令和4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。

受付期間 7月12日(月)から8月13日(金)まで

<添付書類>

試験日 8月21日(土)

①受験資格に該当する免許の写し(資格取得予定者は提出不要)

申込方法 湖西病院または湖西市ウェブサイトから申込書(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(必着)。または、平日の午前8時15分から午後5時までの間に湖西病院管理課(鷺津2259番地の1)へ持参。

②最終学歴の卒業証明書または卒業見込証明書(原本)

③最終学歴の成績証明書(原本)

④返信用封筒2通(長形3号に84円切手を貼り宛先を明記)

その他 試験実施に伴い、就職相談会を開催します。詳しくは湖西病院または湖西市ウェブサイトをご覧ください。

## 図書館だより

Library Information

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/>

8月 開館時間 9:30~18:30

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:R3年2月生まれの子とその保護者  
中央図書館27日(金)、新居図書館23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5日・19日 新居図書館12日・26日 ※全て木曜日  
幼児、小学生向け  
中央図書館7日・14日・21日・28日、新居図書館21日 ※全て土曜日

### お知らせ

#### ★夏休みイベント★

★夜のおはなし会(中央図書館)

8月7日(土)閉館後18:45~  
「夜のおはなし会」を開催します。いつもとは違う雰囲気図書館で、ちょっとふしぎなお話を楽しんでみませんか。(要予約)

★開館記念のつどい(新居図書館)8月7日(土)

・おはなしのつどいスペシャル(人形劇・パネルシアターなどの楽しいおはなし会が楽しめます。来てくれた子には、図書館からプレゼントがあります!)  
・一般書リサイクル本の無料配布 ※なくなり次第終了

## おすすめ本の紹介

※ウェブサイトでの本の予約可能

「古木巡礼」 倉本 聰 / 著 文藝春秋



樹を、植物をなめちやいかん。わしら、あんたら人間が生まれるずっと前から、この地球上に生きてきたんじゃ。全国各地の古木の声を詩と点描画でつづる。『季刊富良野自然塾カムイミンタラ』掲載に書き下ろしを加えて単行本化。(TRC TOOLI)

### 文学

「星影さやかに」 古内一絵  
「琥珀の夏」 辻村深月  
「どこからか言葉が」 谷川俊太郎

### 趣味・実用書

「手軽においしく発酵食のレシピ」 真野遥  
「入浴は究極の疲労回復術」 早坂信哉  
「こだわりのポイントはココ! からだを正しく使った移動・移乗技術」 竹田幸司

### その他

「つながり続けるこども食堂」 湯浅誠  
「基本からわかる電子回路」 高崎和之

### 絵本

「ぼくのがっこう」 鈴木 のりたけ

### 児童文学

「しんばいせんせい」 北川 チハル

### 図書館 Q & A

#### みなさん知っていますか?

Q 本やCDは何日間、借りることができますか?

A 2週間借りることができます。ぜひご利用ください。

**新型ワクチン接種は65歳以上から、次のステップへ。  
各種政策への民間専門家の活用拡充による、市民サービスの向上!**



梅雨空と、真夏の日差しが交互に訪れるような、7月となりました。

新型コロナのワクチン接種は、国からのワクチン供給量の減少懸念ほか、様々なことが朝令暮改の中、65歳以上の希望者の方々への接種については、地元の浜名医師会ははじめ多くの関係者の不休のご尽力により、7月中旬に2回完了する見込みとなりました。今後、基礎疾患のある方、64歳以下

の方々へ年齢順に順次接種を進めます。福祉施設、幼・保・こども園、小・中学校の教職員には、夏休み期間にまとめて接種します。ワクチン供給を含め順調に進めば、11月までには希望者へ2回の接種が完了予定であり、発症の予防や重症化リスク等を軽減することで、安全・安心な日常を取り戻していきましょう。

また、7月1日から、民間から専門家2名(①デジタルトランスフォーメーション(DX)、②広報戦略)を任命いたしました。お二方とも、企業等での経験に加え行政機関との事業経験も持っており、①DXにおいてはキャッシュレスなどに加え、交通渋滞・事故防止や道路の通行止め、災害状況など、地域の課題解決による市民サービスの向上と、職員の意識改革を含めた行政の効率化を、②広報戦略については、市政の情報発信媒体の分析と改善、市の魅力発信・ブランディングなどにつき、相手方(地域住民、市外の関係人口等)により到達することとなるよう、期待しています!

影山 剛士

	4月	5月	6月	7月	8月
医療従事者など	←→				
高齢者施設入所者など	←→				
65歳以上高齢者	←→				
基礎疾患を有する人				←→	
高齢者施設などの従事者				←→	
64歳以下の市民				←→	
小・中学校の教職員 保育園、幼稚園などの職員				←→	
職域接種(企業・大学)				←→	

市のようす ※外国人を含む		
令和3年6月末現在の人口など	前年同月末数	令和3年6月の異動者数
■人口 58,778人	59,509人	■転入 215人
■男 30,123人	30,556人	■転出 247人
■女 28,655人	28,953人	■出生 28人
■世帯数 24,423世帯	24,453世帯	■死亡 45人

休日救急当直医 (9:00 ~ 17:00)		
1日 西遠皮膚科アレルギークリニック (皮/アレ) ☎ 574-3741	15日 後藤内科医院 (内/小) ☎ 572-3292	
8日 クリニック井田 (内/外【酒/乳腺】) ☎ 595-1188	22日 あらい眼科 (眼) ☎ 594-7104	
9日 ありぎ眼科 (眼) ☎ 576-0053	29日 牛田クリニック (内/外【酒/小/皮】) ☎ 574-2252	

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)をご確認ください。  
新型コロナウイルスワクチン接種体制確保の関係で、当面の間は各日、1医療機関のみで実施します。

**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

**男女共同参画コラム**

**【ジェンダー平等を目指すオリンピック】**

オリンピックムーブメントとは、スポーツを通して健康と、フェアプレーの精神をもって男女・文化・国籍を越えて理解し合い、世界平和に貢献しようとするものです。男女平等もその一つです。東京2020大会では競技種目に男女混合や女性種目を増やし女性参加者を49%(パラ40.5%)としました。3月、五輪組織委員会は女性理事を42%とし「意識改革」も話題になりました。今後、この動きが各競技団体に広まるのが期待されます。

**【時代と共に変わるスポーツ】**

スポーツも変化しつつあります。「より速く高く強く」を目指す筋肉や骨格で男性が優位です。指導者や環境も男性中心でした。一方で、女性は容姿やママさんなどが強調され、女性コーチ等も少数でした。

しかし、男女問わず競う馬術、射撃、セーリングなど、筋力以外の力も必要な種目では女性が上位を占めることもあるといいます。また、男女混合種目競技は強さとともに戦略で面白さの幅を広げています。こうした競技への関心を高め、性別による待遇差のない環境づくりも目指しています。

執筆 湖西市女性相談員

**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 <https://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、同報無線の内容を確認することができます。

トピックス  
TOPICS

まちの話題をスナップで紹介します。



## 夏がやってきた！

**6/17** 知波田幼稚園で、プール開きが行われました。新型コロナウイルス感染対策として、少人数のグループごとにローテーションしてプールに入りました。子どもたちにとって、幼稚園で過ごす夏は何度も訪れるものではありません。湖西市の幼稚園や保育施設では、感染対策をしながら夏を楽しく過ごしています！



## 聖火トーチを市に寄贈

**6/28** 湖西市の聖火リレーの最終ランナーを務めた木村タエコさんが市長を訪問されました。実際に聖火リレーで使用したトーチを見せていただき、後ほど市に寄贈をしていただけたとお話をいただきました。「外国人、日本人に関わらず、湖西市の子どもたちに見てもらいたい」とのご意向に沿えるような展示方法を検討させていただきます。

### 編集後記

最後まで  
お読みいただいた  
皆さんへ

▶6月23日湖西市で聖火リレーが行われ、10代から80代まで幅広い世代のランナーが駆け抜けました。その写真は来月以降掲載しますのでお楽しみに！▶8～9ページでは新居宿史跡案内人の会に取材協力いただきました。皆さん圧倒的な知識の量。案内を受けてみると、湖西市で生まれた人でも知らない話が見つかるかもしれません（案内は予約推奨）▶私の座右の銘は「老いてなお盛ん」ですが、今月はそれを体現している人達に出会えて、私もそうありたいと改めて強く願いました！



## 市制施行 50周年記念コーナー 湖西市の50年を振り返る。

今月は、平成4年（1992年）から平成13年（2001年）の10年間にあった主な出来事を振り返ります。

令和4年で50周年！



### 平成5年（1993年）

- タイムカプセル埋設  
市制施行20周年記念事業として、市民の皆さんから寄せられたメッセージや記念品を入れたカプセルを埋設しました。開封は、令和4年（2022年）の予定です。



### 平成8年（1996年）

- 潮見バイパス開通  
潮見坂の迂回道路として、大倉戸ICから豊橋市境までの延長5.2kmが整備されました。平成12年（2000年）には、白須賀ICが開通しました。



### 平成11年（1999年）

- 非核平和都市宣言  
「核兵器のない世界」を願い、宣言を行いました。同年には「平和への願いと伸びゆく湖西」をイメージしたモニュメントを市役所に設置しました。

### 平成6年（1994年）

- 第1回愛 LOVE ウォーク in 白須賀  
東海道五十三次の32番目の宿場町である白須賀宿の面影をしのび、新居関までの旧東海道を散策するイベントとして、今なお親しまれています。



### 平成12年（2000年）

- アメニティプラザがオープン  
市民がスポーツを楽しみ、一層の健康増進が図られる場となるよう整備されました。平成15年（2003年）にはNEW!! わかふじ国体の卓球大会が開催されています。

●問合せ先 企画政策課 ☎576-4521 FAX576-1139