

広報こさい Kosai

令和2年
2月号

東海道五十三次 白須賀宿と新居宿を歩く 2

『成年後見制度』を知っていますか? 5

所得税・市県民税の申告をお忘れなく! 6

ふるさと情報局 10

子どもたちの新しい 遊び場オープン!!

子どもたちに大ニュースです! 12月14日(土)、浜名湖ポートレース場に親子の遊び場『ポートキッズパークムーヴィー浜名湖』がオープンしました。子どもの発達段階などに応じて、4つのゾーンに分かれており幅広い年齢の子どもが遊べます。親子などで過ごす湖西の新しいスポットとして期待されます。





東海道五十三次 白須賀宿と新居宿を歩く 愛・LOVEウォークin白須賀参加者募集



開催日 3月1日(日)

江戸時代、江戸の日本橋と京都の三条大橋を結ぶ、重要な街道として整備された東海道。その全長は492キロメートルにもおよび、街道沿いには多くの町が発展してきました。

日本のほぼ真ん中に位置する湖西市も、古くから交通・輸送の要所として栄えてきました。特に、白須賀周辺や全国で唯一現存する関所建物が残る新居関所周辺は、宿場町として栄えた当時をしのばせます。

しかし身近にあるものほど、皆さん意外と知らないものです。自分の住んでいる地域ではない人も同じ湖西市のことをさらに知るために、早春の宿場町を歩いてみませんか。

午前コース

コース 白須賀宿中心コース

※白須賀宿周辺を歩く約6・2キロメートル。所要時間約2時間。

スタート 10時(8時45分受け付け開始)

集合方法 ▼自家用車で集合

▼JR 新居町駅から8時40分に出発する送迎バスを利用。帰りも新居町駅までバスが出ます。

午後コース

コース 白須賀宿・新居関所コース

※白須賀宿から新居関所周辺まで歩く約6・3キロメートル。所要時間約2時間。

スタート 12時30分(11時45分受け付け開始)

集合方法 ▼自家用車で集合

▼午後コース用の送迎バスはありません。ゴール地点(新居関所)からスタート地点までのバスはありません。

集合場所

参加料 南部構造改善センター 1人500円(当日受付で徴収します。)

駐車場

駐車場 白須賀中学校運動場

申込方法 郵便番号、住所、氏名、電話番号、参加コース

(午前・午後、午前のみ、午後のみ)、送迎バスの利用について明記の上、FAX、メールまたは郵送で応募。

申込期限

2月17日(月)(当日参加可ですが、8時40分新居町駅発の送迎バスをご利用の方は申し込みください。)

その他

雨天中止の場合は、当日7時30分に同報無線で放送するほか、当日7時に湖西市のウェブサイトにのお知らせします。

申込先

愛・LOVEウォークin 白須賀実行委員会事務局(スポーツ・文化課内)

〒431-0431 湖西市鷺津1293-4
TEL 576-1140 FAX 576-1237



白須賀宿

白須賀宿は、慶長6年（1601年）、新居宿と同時期に設置されました。

江戸時代後期の記録では、白須賀宿の人口は2704人、家は613軒。本陣・脇本陣・旅籠屋27軒で約1・5キロメートルにわたり、町並みが続いていました。

当時の人たちは、畑や漁、旅籠屋の営業などで生計を立てていたようです。現在も残る格子戸のある民家は、一番古いもので約150年前のものではないかと言われています。

潮見坂

潮見坂は、西から江戸に向かって進むと、初めて太平洋と富士山が見えた場所で、歌川広重も潮見坂から太平洋を描いています。

また、宝永4年（1707年）に宝永の大地震が発生した際は、白須賀に8メートルの津波が押し寄せてきたと言われ、白須賀宿では全壊51軒、半壊37軒、流失家屋45軒という被害がありました。

潮見坂の下にあった宿場町は、新居

宿の移転で距離が短くなったことと、「また津波があつたら困る」ということで、千メートル近く離れた潮見坂の上に移転しています。

江戸幕府としても、宿場町は宿駅制度を維持する上で重要なものであったことから、直ちに移転が行われました。その費用は1万340両だったそうです。

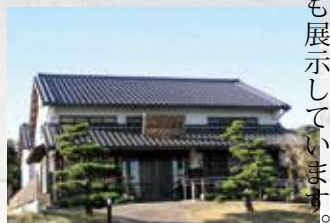
おんやど白須賀

「おんやど白須賀」には、道の駅潮見坂周辺にあった室町時代末〜江戸時代前期（約400〜500年前）の長谷元屋敷遺跡に関する出土品や津波地層が展示されています。

津波地層は発掘した地層をパネル保存したもので、宝永（約300年前）・慶長（約400年前）・明応（約500年前）の津波で堆積した、砂の地層を見ることが出来ます。津波の痕跡を示す貴重な資料は、南部構造改善センターロビーにも展示しています。ぜひご覧ください。

●開館時間

10時〜16時
月曜休館（祝日の場合は、翌日休館）



愛 LOVE ウォーク in 白須賀 午前コースの見どころ



名所ポイント	説明
① 潮見公園跡地	現在は石碑が残り、浜名湖周辺の景勝地「遠江八景」に選定。
② 曲尺手	大名行列同士の鉢合わせを防ぐ役割を担っていたところ。
③ 本陣跡	身分の高い人が宿泊した施設。建坪183坪、畳敷き231畳、板敷き51畳と大きい。
④ 夏目襲麿邸址 加納諸平生誕地	国学で活躍した夏目襲麿と息子の加納諸平のゆかりの地。現在は石碑が立つ。
⑤ 火防樹	軒が連なる白須賀宿で、火事の延焼を食い止めるために植えられたマキの木。
⑥ 庚申堂跡	天和元年(1681年)建立。天保12年(1841年)再建の庚申堂があったところ。
⑦ 八幡神社	文治4年(1188年)現在地に遷宮。津波に遭うも、文治4年の棟札が現存する。
⑧ 禮雲寺	正保元年(1644年)に元町の西に建立。享保19年(1734年)に現在地に移る。

お知らせ

新居関所史料館 館蔵品展
「浮世絵にみる歌舞伎名場面」

浮世絵とは風俗を描いた風俗画ですが、江戸中期以降に多くの種類の浮世絵版画が大量に刷られるようになり、風景や美人画、役者絵の他、歌舞伎の場面を描いた歌舞伎絵が刷られました。今回、館蔵品の浮世絵版画の中から、江戸時代後期から明治期にかけての役者や歌舞伎を描いた浮世絵22点を紹介します。

●とき 1月3日(金)～3月1日(日)

9時～17時 月曜休館(祝日の場合は開館)

●入場料 大人320円 小人100円



紀伊国屋資料館おひなさま展

新居宿の旧家などから寄せられたおひなさまを部屋いっぱい飾ります。3月1日には、新居宿史跡案内人の会が甘酒のおもてなしを行います。

●とき 1月28日(火)～3月8日(日)

9時～16時30分

月曜休館(祝日の場合は開館)

●入場料 大人210円

小人100円

●問合せ先 新居関所史料館

☎・FAX 594・3615

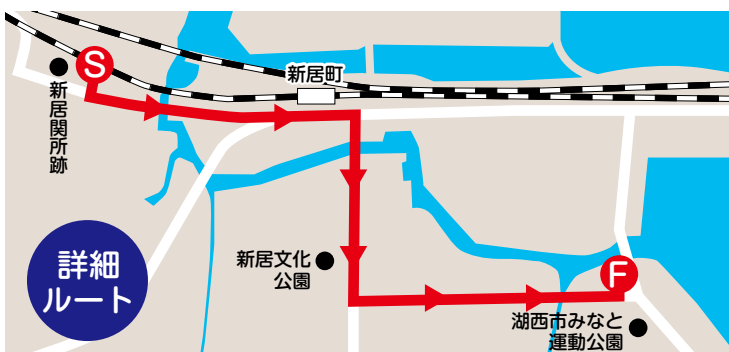


お知らせ

東京2020オリンピック
聖火リレー ルート決定

12月17日、東京2020オリンピック聖火リレーのルートが発表されました。湖西市は静岡県のスタート地として6月24日(水)に新居関所跡前を出発し、みなと運動公園北までのルートです。1964年以来56年ぶりに聖火が湖西にやってきました。日本全国47都道府県をまわるこ

の聖火リレーは、3月26日(木)に福島県のナショナルトレーニングセンターJヴィレッジでスタートした後、121日をかけて日本全国858市区町村で実施されます。ランナーは1人当たりおよそ200メートルの距離を2分ほどかけてゆっくり走ります。



▲八ちゃん会 鈴木芳朗氏提供 1964年湖西市内での聖火リレーの様子

『成年後見制度』を知っていますか？ みなさんのくらしを守るために

① 成年後見制度ってどんな制度？

認知症、知的障がい、精神障がいなどで、判断能力が十分でない人が、金銭の管理が難しくなったり、悪徳商法などの被害が心配になったり、介護などのサービスや施設への入所に関する契約行為が困難となった場合に、本人の財産や権利を守り、本人が安心して生活ができるよう支援するための制度です。

この制度は、任意後見制度（将来、判断能力が低下したときに備え、事前に本人自らサポートしてくれる人を選びその人と契約しておく制度）と法定後見制度（判断能力が低下し、契約行為等ができなくなり、生活に支障が出てきた場合、本人や親族が申請して利用できる制度）に分かれます。法定後見制度は、ご本人の判断能力の程度に応じて「後見」「保佐」「補助」の3つに分類されます。

② 成年後見制度（法定後見制度）の手続きは誰がどこにすればいいの？

ご本人の住所地を管轄している家庭裁判所に申し立てを行います。湖西市の場合は、静岡家庭裁判所浜松支部（浜松

市中区中央1・12・5）です。申し立てができるのは、本人や配偶者、4親等内の親族です。身寄りのない高齢者等でご自身で申し立てができない場合は、市長が申し立てをすることができます。

③ 成年後見人等にはどのような人が選ばれるの？

配偶者や親族の人以外では、弁護士、司法書士、社会福祉士等の法律や福祉の専門家が選任されます。また、社会福祉協議会のような法人が選任されることもあります。そのほか、一定の研修を受けた市民後見人が地域に暮らす同じ市民の目線から後見活動を行っている地域もあります。

④ 成年後見制度の相談はどこにすればいいの？

高齢者の場合…お住まいの地域包括支援センター、長寿介護課
障がい者の場合…障がい者相談支援センター「みなづき」、地域福祉課
問合せ先 長寿介護課

地域福祉課

☎576・1212
☎576・4532

住宅借入金等特別控除のための申告会のご案内

と き 2月14日(金) 9:30~16:00

※先着順で240人になり次第、受け付けを終了。

と ころ アクトシティ浜松展示イベントホール

対 象 者 給与所得者の人で、住宅ローンなどを利用してマイホームを新築・購入し、平成31年(令和元年)中に入居し昨年末まで引き続き住んでいた人で、適用要件を満たす人。

詳 細 適用要件などの詳細は、国税庁ウェブサイト「タックスアンサー」をご覧ください。

問合せ先 浜松西税務署 ☎555-7111

湖西会場では
申告できません



■申告相談日程 開場時間 8:30 受付時間 9:00～11:30、13:00～16:00

	と き	地 域	会 場
湖西地区	2月17日(月)	白須賀第1・3・5(自治会)	南部構造改善センター
	2月18日(火)	白須賀第2・4・6(自治会)	
	2月19日(水)	あかつき、女河、中岡、入江、神明	新所幼稚園
	2月20日(木)	正砂町、日之岡、池、月見ヶ丘団地	
	2月21日(金)	駅南3・4丁目、入会地、ときわ1・3丁目	西部地域センター
	2月25日(火)	駅南1・2丁目、南台2・3・4丁目	
	2月26日(水)	梅田、新所原2・3丁目	
	2月27日(木)	新所原東、岡崎、新所(大森)その他の新所原地区	
	2月28日(金)	神座、太田、青平	北部多目的センター
	3月 2日(月)	大知波、利木、横山	
	3月 3日(火)	入出(1～6町内)	はつらつセンター
	3月 4日(水)	入出(7～12町内)	
	3月 5日(木)	古見、山口、坊瀬	市役所1階101会議室
	3月 6日(金)	吉美(川尻、市場自治会)	
	3月 9日(月)	鷺津(鷺津自治会)・新居地区	
	3月10日(火)	風の杜・鷺津(表鷺津自治会)・新居地区	
	3月11日(水)	鷺津(河美自治会)・新居地区	
全地区	3月12日(木) 3月13日(金) 3月16日(月)	それぞれの対象地区の会場に 来場できない人	
新居地区	2月17日(月) ～ 3月 6日(金) 土・日・祝日除く	※2月17日(月)～28日(金)は、税理士による 無料申告相談あり。ただし譲渡所得、贈 与税、相続税などの申告は不可。また、 消費税で記帳や記録に不備がある場合な ど、長時間要することが想定される申告 も不可。	新居地域 センター

※2月17日(月)～3月16日(月)は、市役所税務課窓口での申告相談は行いません。
午前に受付をしても込み具合によっては、午後でのご案内となる場合があります。

所得税・市県民税の 申告をお忘れなく！

平成31年(令和元年)分の所得税などの確定申告・市県民税の申告の時期がやってきます。2月17日(月)から3月16日(月)までの期間、申告相談を市内で実施しますので、該当する地域の実施日にご来場ください。

「確定申告のお知らせ」ハガキ

一部の人を除き、確定申告書は送付されません。代わりにハガキが届きます。書類が必要な人は、市役所税務課または税務署で取得してください。

※市役所税務課の在庫書類は限りがあります。

所得税の申告

■申告が必要な人(例)

- 営業所得、農業所得、不動産所得があった人
- 土地や建物を売った人
- 給与収入が2千万円を超えた人
- 2力所以上から給与を受けた人
- 給与以外の所得が、20万円を超えた人(給与・年金など)
- 年金収入が400万円を超えた人
- 太陽光発電による売却所得が20万円を超えた人
- ※詳しくは税務署へお問い合わせください。
- 還付などの申告をする人
- 医療費控除またはセルフメディケーション税制の適用を受けようとする人
- 年度途中で退職するなど、年末調整を受けなかった人
- 住宅ローン控除を今年から受けようとする人
- 寄附金控除を受けようとする人



■公的年金所得者の皆さんへ

○1年間の公的年金などの収入金額が400万円以下で、それ以外の所得金額が20万円以下の場合、確定申告の必要はありませんが、源泉徴収された所得税の還付を受ける場合は確定申告が必要です。

○公的年金所得のみの人で、所得税の確定申告が不要な人でも、市県民税の申告をすることにより医療費、生命保険料、扶養などの控除が適用され市県民税が減額になることがあります。



市県民税申告が必要な人

- 給与所得や公的年金のほかに、20万円以下の所得があった人
- 平成31年(令和元年)中の収入は無いが、令和2年度の所得(課税)証明書などを必要とする人
- 国民健康保険税、介護保険利用料の減免や軽減を受けようとする人

申告に必要なもの

申告内容によって必要なものは異なりますが、次の持ち物を忘れないでください。

□「確定申告のお知らせ」のハガキ、または利用者識別番号記載の書類

□給与・年金の源泉徴収票

□平成31年（令和元年）中の収入を証明するもの ※個人年金支払証明書、生命保険の満期返戻金の支払証明書、配当の支払通知書など

□印鑑 ※認印可・ゴム印不可

□預金通帳など申告者名義の口座番号、支店名がわかるもの

□控除額を証明するもの、生命保険・地震保険の控除証明書、社会保険料の納付額がわかるもの、寄附受領書など

□株式などの配当所得を申告する人は、支払通知書、年間取引報告書

□営業・農業・不動産所得を申告する人は、収支内訳書などの提出が必要です。収入

金額・必要経費を事前に計算、記入をしてください。

□医療費控除またはセルフメディケーション税制の適用を受けようとする人は、支払った医療費の総額と、高額医療などの公的補助や、保険金などで補填される金額を事前に計算し、「各種控除明細書」に記入してください。（領収書などは自宅で5年間保存してください。）

■マイナンバーについて

申告書への記載が必要となります。「マイナンバーカード」または「マイナンバーが記載された通知カードなど」と「免許証や保険証などの身分証明書」をお持ちください。

ご利用ください

記入した申告書などは、期間中に税務課、新居地域センター申告相談会場、市内巡回申告相談会場に設置する提出用ポストへ投函、または直接浜松西税務署へ郵送できるほか、インターネットを經由しての提出や、スマホでの申告も便利です。詳しくは、ウエ

ブサイト（名古屋国税局）で検索）をご覧ください。また所得税、消費税、贈与税などの申告に関する電話での相談先は、浜松西税務署となります。平成31年4月1日以降の申告を自身でされる場合は、源泉徴収票などの添付が不要となりました。ただし、申告会場などへお越しの場合は、ご持参ください。



申告書の作成はこちらから！

次の申告は アクトシティ浜松へ

次の申告は市内会場では相談ができません。浜松の確定申告会場へお越しください。

- 青色申告
- 新規開業者の申告
- 譲渡所得（株・土地建物）
- 先物取引
- 新規の住宅ローン控除
- 住宅耐震やバリアフリー改修などの特別控除の申告
- 消費税の申告
- 贈与税の申告

▼確定申告開場案内図 （アクトシティ浜松展示イベントホール）



○雑損控除の申告
○外国籍の人

▼とき 2月17日（月）～3月16日（月） 9時～17時（受け付け終了16時）※平日のみ。ただし、2月24日（月）、3月1日（日）は開催。

※会場の混み具合で、受け付けを早めに終了する場合あり。

▼ところ アクトシティ浜松展示イベントホール

▼注意 期間中は、税務署での申告指導は行いません。

▼問合せ先 浜松西税務署

☎555-7111

2月



お気軽にご相談を!

今月の相談

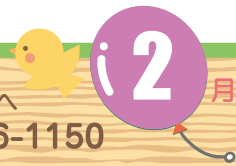
- 相談は無料です。
- 秘密は固く守られます。

相談名	と き	ところ	内 容	問い合わせ先
行政相談	3日 ^月 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
	13日 ^木 13:30～15:30	新居地域センター		
夜間納税相談	18日 ^火 17:15～20:00	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	6日 ^木 10:00～15:00 予約制	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
	27日 ^木 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	19日 ^水 9:00～12:00 ※事前に連絡してください	健康福祉センター(おぼと)相談室	人権擁護委員が、日常生活での困りごとや悩みごとの相談に応じます。	地域福祉課 ☎576-1295 FAX576-1220
女性相談	6日 ^木 (10:00～12:00) 13日 ^木 (電話相談) 20日 ^木 (13:00～16:00) 27日 ^木 (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などについて相談に応じます。	市民課(相談用) ☎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	18日 ^火 13:00～16:30 予約制(先着5人まで、 前日12:00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 9:00～15:00	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。	社会教育課 ☎576-4793 FAX576-1237
	火木土 9:00～17:00	☎577-5116		
法律相談	15日 ^土 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
	22日 ^土 9:00～12:00 予約制(先着8人まで)	健康福祉センター(おぼと)相談室		
司法書士相談	12日 ^水 13:00～16:00 予約制(先着8人まで)	健康福祉センター(おぼと)相談室	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 9:30～16:30 (12:00～13:00除く)	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	今月のこころの健康福祉総合相談はお休みです。			
エイズ検査・相談	13日 ^木 9:30～11:00 27日 ^木 13:30～15:15 予約制	中遠総合庁舎 西館1階検診室 (磐田市見付3599-4)	エイズ感染の心配がある人の血液検査や相談に応じます。	西部健康福祉センター ☎0538-37-2253 FAX0538-37-2224
高次脳機能障害医療等総合相談会	17日 ^月 13:10～17:00 予約制	中遠総合庁舎 西館1階検診室 (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
健康相談	27日 ^木 13:30～16:00 予約制	健康福祉センター(おぼと)栄養指導室	生活習慣病など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。※随時電話相談可能です。	健康増進課 ☎576-1114 FAX576-1150

※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。

子育てけんこう伝言板

お問い合わせは、子育て支援課へ
☎576-4794 FAX576-1150



行事名	対象	とき	ところ	持ち物	
プレパパ・プレママ教室	今月のプレパパ・プレママ教室はお休みです。				
離乳食教室	2019年10月生まれの第1子と保護者および希望者	27日木	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
すくすく育児教室 (7～8か月児教室)	2019年6月生まれの第1子と保護者および希望者	6日木	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2月生まれの子(希望者)	13日木	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7月生まれの子	12日水	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 ※お子さんは歯みがきをしてきてください
2歳親子教室	2018年1月4日～14日 生まれの子とその保護者	3日月	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 ※お子さんは歯みがきをしてきてください ※保護者も歯周病検診を行います
	2018年1月15日～26日 生まれの子とその保護者	17日月			
3歳児健康診査	2016年11月生まれの子	26日水	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	20日木	受付9:30～11:00	2階 健康ホール	母子手帳、バスタオル ※相談のある人は、前日までに電話で予約
遊びの広場	どなたでも ※身長体重計、おもちゃなどを常設	月～木	9:00～15:00	2階 遊びの広場	開放日4～6、13、18～20、27日 ※開放日は変更になる場合があります
ちびっこ相談	子どもの発達面で心配のある人	10日月 25日火	予 約 制	2階 健康ホール	母子手帳

※上表以外にも、随時電話などで相談できます。

毎月1日は「こさい健康の日」 脂質異常症に気をつけよう~ part2 ~



脂質異常症の予防・改善には、食べすぎを防ぎ、栄養バランスのとれた食事をするのが大切です。

《予防・改善のポイント》

- 毎食「主食、主菜、副菜」をそろえる
- 動物性脂肪を控え、魚や大豆・大豆製品を食べる頻度を増やす
- コレステロールを多く含む食品を控える
- 野菜、海藻類、きのこ類を積極的にとる
- アルコールは適量を守る



《おすすめレシピ》

ぶりのトマト煮 カレー風味



材料(4人分)	作り方
ぶり……………4切れ 「塩……………ひとつまみ こしょう……………少々 にんにく……………1かけ 玉ねぎ……………1個 にんじん……………1/3本 ブロッコリー……………1/4株 オリーブ油……………小さじ1 〈調味料〉 かつおだし…1.5カップ(300cc) カットトマト……………200g カレー粉……………小さじ1・1/2	①だし汁を作っておく。 ②ぶりは塩、こしょうを両面にふっておく。にんにくはみじん切り、玉ねぎは薄切り、にんじんは短冊切りにする。ブロッコリーは小房に分けておく。 ③フライパンにオリーブ油を熱し、②のにんにく、玉ねぎ、にんじんを入れ軽く炒める。 ④野菜を端に寄せ、中心に②のぶりを置き両面焼く。 ⑤②のブロッコリーと調味料を加え、蓋をして約5分煮る。 ⑥蓋を外し、煮詰めたら完成。
エネルギー229kcal たんぱく質16.4g 脂質12.0g カルシウム45mg 鉄分1.9mg 食塩相当量0.9g	

魚に含まれる脂質はDHAやEPAが豊富で、血液をサラサラにして血栓をできにくくし、動脈硬化を予防します。また、にんじんやブロッコリー、トマトなどの緑黄色野菜には、抗酸化作用のあるビタミンA、ビタミンE、ビタミンCが多く含まれていますので、献立の中に取り入れていくことをおすすめします。

☆プチ情報☆ 次回は「意識してからだを動かそう」です。お楽しみに♪

コーちゃん健康マイレージガイド 月1回の健康相談を利用して健康づくりに取り組もう。ポイントもゲット!

問合せ先 健康増進課 ☎576-1114 FAX 576-1150

イベント

第41回美術の祭典 第14回ジュニア美術展

- とき 2月8日(土)～12日(水)
9時～18時
※8日は13時開場
12日は15時開場
- ところ アメニティプラザ
サブアリーナ



内容

▼美術の祭典 書道、絵画、写真、水墨画

▼ジュニア美術展 市内小・中学校、浜名特別支援学校の作品(絵画、デザイン、版画、立体の作品)

●問合せ先 湖西市文化協会
☎ 578・1700
月・水・金曜日9時～16時

「和のびびき」 吟・舞・鼓の競演



●とき 2月9日(日) 10時～16時(開場9時30分)

●ところ 新居地域センター
内容 「太鼓、吟、剣詩舞、琴のコラボ」皆で楽しく!!

●問合せ先 湖西市文化協会
☎ 578・1700
月・水・金曜日9時～16時

おんやど白須賀催し物

白須賀小学生の作品展

●とき 2月4日(火)～29日(土)の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

静岡県西部地域魅力発見フェアin名古屋

2021年3月卒業予定の大学生などを対象に、県西部地域で「はたらく・くらす魅力」を発信するイベントを開催します。

●とき 2月13日(木)
13時～16時30分

●ところ ミッドランドホール(名古屋市中村区)
●企業数 30社+市役所(湖西・磐田・浜松)

●申込方法 磐田市UIJ
ターン就職促進
事業サイトを
ご覧ください(「磐田de」で検索)



●問合せ先 産業振興課
☎ 576・1215
FAX 576・1115

募集

予備自衛官補募集

一般社会人や学生などを対象に教育訓練修了後、予備自衛官として任用する制度です。詳しくはウェブサイト「静岡地本」で検索をご覧ください。お問い合わせてください。

■技能

▼対象 18歳～54歳(保有する技能により異なる場合があります)

▼訓練 2年以内に5日間の訓練を2回実施

■一般

▼対象 18歳～33歳

▼訓練 3年以内に5日間の訓練を10回実施

●試験日

第1回 4月18日(土)～22日(水)の指定された1日
第2回 10月3日(土)～6日(火)の内の指定された1日

●問合せ先 自衛隊静岡地方協力本部浜松出張所
☎ 454・4605

生活

不用品活用バンク

家庭で不用になり、無料譲渡できるものの情報を広報こさいや市ウェブサイトで紹介しています。電話でのお問い合わせもできます。

●ゆずります

▼新着分 縁台(アルミ・樹脂)、ゴルフセット、毛糸、岡崎幼稚園体操服・リュック・防災頭巾、湖西高校ジャージ上下

▼先月分 学習机、火鉢、長いす

●ゆずってください

▼新着分 ペット用エサ、バリカン、農業用管理機

▼先月分 耕運機(小型)、表鷺津の法被(子ども用)、

鷺津小学校体操服、硯箱、硯石、布、扇風機、電気ストーブ、ペットシート

●問合せ先 観光交流課

☎ 576・1230
FAX 576・4876

2月は児童手当の支給月です

児童手当は、「家庭等における生活の安定」および「次代の社会を担う児童の健全な成長に資すること」を目的に、中学修了前の児童を養育している人に支給されます。次回の振込日は次のとおりです。

●支給日 2月10日(月)

●支給該当 10月分～1月分

●問合せ先 子育て支援課
☎ 576・1813
FAX 576・1220

支給額	3歳未満	月額15,000円
	3歳以上 (第1子・第2子)	月額10,000円
	3歳以上 (第3子以降)	月額15,000円
	中学生	月額10,000円
	所得制限限度額 以上(一律)	月額 5,000円

暮らしなんでも無料相談

日常生活のトラブルや悩みごと、困ったこと、どこに相談すれば良いかわからないことなどの相談窓口です。

●とき 月～金(祝日除く)
9時～17時

●問合せ先 ライフサポートセンター西部事務所
☎ 461・3715



見え方が気になる乳幼児から大人の相談

眼疾患のあるお子さんの子育て、眼疾患等があるために、見え方や眼の状態、学習や生活などに心配事がある人の相談に応じています。相談は無料です。お気軽にご連絡ください。

●問合せ先 浜松視覚特別支援学校
☎ 436・1261

税・その他

2月の納税
納期限は3月2日です

◆固定資産税・都市計画税
第4期

●問合せ先 税務課
☎ 576・4536
FAX 576・1896

◆国民健康保険税第8期

●問合せ先 保険年金課
☎ 576・4585
FAX 576・4880

小笠山総合運動公園(エコパ)静岡アリーナの利用停止

改修工事のため、小笠山総合運動公園(エコパ)静岡アリーナの利用を停止します。ご理解とご協力をお願いします。なお、トレーニングルームは利用できます。

●とき 令和2年9月～令和3年10月

●問合せ先 静岡県公園緑地課
☎ 054・221・3495
FAX 054・221・3493

2月のシルバー人材センター入会説明会

新居 2月10日(月)
湖西 2月25日(火)



寄付をいただきました

11月7日(木)、「こやぶ園茶舗」小藪幸子様から鷺津小学校に、お茶の良さを知ってもらうため、お茶の寄付をいただきました。

ありがとうございました。

お詫びと訂正

広報こさい1月号に誤りがありましたので、お詫びして訂正します。

●11ページ「放送大学4月生募集」

(誤) ●申込期限 3月21日(土)
(正) ●申込期限 3月17日(火)

ごみ分別ワンポイント 「雑がみ」



●リサイクルできる紙、捨てていませんか？

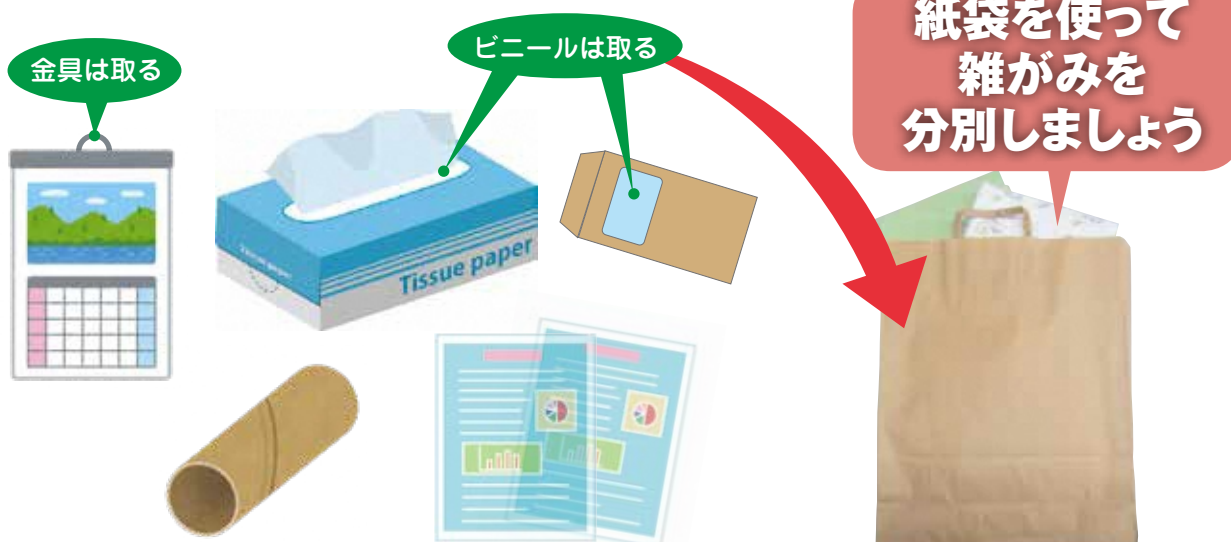
燃やせるごみの内訳を調べた結果、紙類が約2割を占めていることが分かりました。普段、ごみ箱に捨てているものの中にも、まだまだリサイクルできる紙があるかもしれません。チェックしてみましょう。

●こんな紙が「雑がみ」です

新聞紙・雑誌・ダンボール・紙パック以外の「再生できる紙類」が雑がみです。紙製の袋に入れて回収場所に出してください。

・雑がみの例

投げ込みチラシ、カレンダー、ティッシュ箱、ラップの芯、封筒、包装紙など



※カレンダーの金具や、ティッシュ箱のビニール、窓付き封筒のフィルムなど、紙ではない部分は取り除いてから出してください。

●雑がみ・新聞紙・雑誌・ダンボールの回収場所

地域の古紙回収ステーションのほか、健康福祉センター（おぼと）、新居地域センター、西部地域センター、北部多目的センター、環境センターで回収しています。詳しい場所は、ごみガイドブックやごみ分別アプリで確認できます。



ごみ分別アプリの
ダウンロードはこちらから



▲android版



▲iphone版

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

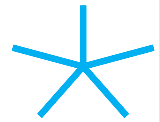
わくわく広場 9:00 ~ 17:00

今月のイベント

まめまき（わくわくタイム）

【日時】2月4日（火）11:00 ~

【内容】節分のおはなし、手あそび、
まめまき



☆のびりんでリフレッシュ☆

子育てをしていると、「美容院や病院に行きたいな」「一人でゆっくり買い物がしたい」なんて思うことはありませんか？「同年代のお友達と遊ばせたい」「幼稚園前に親から離れる練習をさせたい」と考えるママもいらっしゃるでしょう。そんなときは、[のびのび預かり保育](#)を利用してみませんか？

【対 象】市内在住の2歳から就学前までの幼児

【実施日】火曜日～金曜日の9:00～12:00（火曜日がのびりんの休館日に当たる場合はお休み）

【場 所】子育て支援センター「のびりん」または健康福祉センター「おぼと」

【利用料】最初の1時間までは300円、以降30分ごとに150円

【予 約】毎月15日から翌月の利用予約を受け付けています。（電話またはのびりんでは受け付け）

【その他】利用登録が必要です。2歳の誕生日を迎える1か月前から申請ができます。

のびりんの様子



おぼとの様子



湖西病院職員(会計年度任用職員※)の募集案内

職種	募集人数	受験資格	業務内容	報酬	勤務時間
臨床検査技師	1人	臨床検査技師の資格を有する人(令和2年3月末までに資格を取得する予定者を含みます。)	検診車での検査業務や検査結果の入力など	日額 4,170円～ 5,085円 ※経験に応じ決定します。 ※賞与無し	平日 8:00～12:00 年間100日程度
社会福祉士または病院事務	1人	社会福祉士の場合→資格を有するもの(令和2年3月末までに資格を取得する予定の人を含みます。) 病院事務の場合→高卒以上(令和2年3月末卒業見込の人を含みます。)	社会福祉士の場合MSW業務、医事会計業務、電話応対、PC操作、文書作成など庶務全般 病院事務の場合医事会計業務、電話応対、PC操作、文書作成など庶務全般	月額 141,387円～ 199,645円 ※資格の有無や経験に応じ決定します。 ※6月12月に賞与有り(計1.69月分)	平日の8:30から17:00までの7時間30分(休憩1時間)

任用期間 令和2年4月1日から令和3年3月31日まで(更新の場合あり)

申込方法などについては、市または病院Webサイトでご確認ください。今回の募集のほか、湖西病院では職員の募集を随時行っています。

※会計年度任用職員とはこれまでの非常勤職員に代わる新たな呼称です。

湖西病院だより

申込先
湖西病院管理課
☎ 576-1231
FAX 576-1119

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

2月

開館時間

9:30～18:30

中央図書館休館日

3. 10. 17. 25日

新居図書館休館日

4. 12. 18. 25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

- ブックスタート
対象: R1年8月生まれの子とその保護者
中央図書館28日(金)、新居図書館17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6日・20日、新居図書館13日・27日 ※全て木曜日
幼児、小学生向け
中央図書館1日・8日・15日・22日・29日、新居図書館1日・15日 ※全て土曜日

お知らせ

★絵本の読み聞かせ入門講座 参加者募集!

お子さんやお孫さんと一緒に絵本を楽しみたい人、読み聞かせボランティアとして活躍したい人、絵本が好きな人など、ぜひご参加ください。全3回の参加が条件です。

▶と き 2月7日(金)・14日(金)・21日(金)
10:00～12:00

▶と ころ 中央図書館 ▶定 員 20人程度

▶内 容 絵本の選び方、読み聞かせの意義・仕方など

▶申込方法 2月2日(日)までに電話、メールまたは直接中央図書館に申し込み。

おすすめ本の紹介

「沃野の刑事」 堂場 瞬一/著 講談社



1970年。刑事の高峰と公安の海老沢は、かつてふたりの親友だった週刊誌編集長の息子の自殺を知る。単なる自殺と思われたが、独自に調べを進めるうち、日本全土を揺るがすスキャンダルの存在が、徐々に明るみに出て…。(TRC TOOLi)

◆一般書

▶文学・歴史

「甘夏とオリオン」 増山実

「家族パズル」 黒田研二

「瓦礫の死角」 西村賢太

▶趣味・実用書

「犬のための家庭の医学」 野澤延行

「精神科医がみた老いの不安・抑うつと成熟」

竹中星郎

「遠距離介護で自滅しない選択」 太田差恵子

▶その他

「日本のイスラーム」 小村明子

◆児童書

▶絵本

「10にんのせんにん」 佐々木マキ

▶読み物

「きれいずきのマグスおばさん」

イーディス・サッチャー・ハード



37

新たな年のスタート！ 変わらないうために、 変わり続けるために。

令和2年がスタートしました。遠州灘からの初日の出には、道の駅や海湖館、湖西連峰、海岸や湖岸はじめ各地区とも大勢の人で賑わい、何よりです。

年末には、旧新居町当時から友好交流いただいている木曾町の木曾福島スキー場がオープン。新居手筒花火の皆様により、雪上での勇壮なオープンングイベント、大好評でした！

今年1月16日には、海湖館で牡蠣小屋がオープン！関係者の皆様のご尽力により、今年も開催できることに感謝申し上げます。毎年の楽しみに遠方から訪れる方も多く、大粒でプリプリのプリ丸を、ぜひ味わっていただきたいと思っています。

また夏には、東京2020オリンピック・パラリンピック

クが開催。6月24日には、湖西市の新居関所から静岡県内の聖火リレーがスタートすることも、正式に発表されました！ 同時期には浜名湖キューバ・ヘミングウェイカップも初開催。カジキマグロ釣り、ビーチ・マリンスポーツ体験、地元の特産展など、浜名湖の夏の一大観光イベントとして、継続的に多くの方々にお越しいただけるよう、準備を進めていきたいと思っています。

影山剛士

男女共同参画コラム

3月に女の子のひな祭りがありますが、国連では3月8日が「国際女性デー」と制定されています。アメリカで参政権を求める運動から始まったこの日は、女性の政治的社会的自由や平等を呼び掛け記念行事を開催して祝います。市内でもこの日にちなんでホワイトトリボンランを開催します。

新聞で国連の中満泉事務次長のインタビューを読みました。「各国から職員が集まる国連では職員の男女同率をめざしている。男性幹部は女性

の登壇者がいない国際会議などには出席しないという意識も浸透した。」というのです。どちらも女性として胸を張りたい動きです。

先日、営業の男性が「うちの社長は女性で、社員と地域の働く人を応援しようと社内に保育所を作った」と何気なく、でも誇らしげに語っていました。また、若い女性議員が「前職場で女性差別を感じた。解決しなかった。」一つの職業として議員に挑戦した。」と話すのを聞くこともありました。最近胸を張って進む女性の活躍を身近に感じています。

執筆 湖西市女性相談員

市のように

※外国人を含む

令和元年12月末現在の人口など	前年同月末数	令和元年12月の異動者数
■人口 59,656 人	59,678 人	■転入 174 人
■男 30,567 人	30,539 人	■転出 227 人
■女 29,089 人	29,402 人	■出生 27 人
■世帯数 24,331 世帯	23,645 世帯	■死亡 51 人

休日救急当直医(9:00~17:00)

2日 後藤内科医院 (内/小) ☎ 572-3292 牛田クリニック (内/外/消/小/皮) ☎ 574-2252	16日 なかしま内科 (内/消) ☎ 574-3317 長尾クリニック (内/循/小/リハ) ☎ 574-3222
9日 みなとクリニック (内/循) ☎ 595-0780 長尾クリニック (内/外/小/リハ) ☎ 574-3222	23日 いしはま医院 (内/小) ☎ 573-0101 あらい青葉クリニック (小/内) ☎ 594-0044
11日 疋田クリニック (内/循/小) ☎ 594-8222 伊藤医院 (内/小) ☎ 578-0658	24日 なかむらクリニック (消/内/外/腫/皮/リハ) ☎ 577-5554 新村医院 (内/小) ☎ 594-0080

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。

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





全国トップの技術！

12/9 株式会社デンソー湖西製作所の社員で、第57回技能五輪全国大会の機械組立て部門金賞の平松諒太さん、銀賞の有園大珠さん、銅賞の渥美優さん、電子機器組立て部門で敢闘賞の田中広晃さん、静岡県優秀技能者表彰を受けた勝間田和美さんが市役所を訪れ、市長へ報告しました。この他、前島祐二さんが瑞宝単光章を受賞しました。



癒やしのハーモニー♪

12/12 湖西病院でクリスマスコンサートが催されました。湖西市民合唱団による「シングルベル」などの合唱やハンドベルの演奏などを行い、病院内はクリスマスの雰囲気に包まれました。会場に来た人たちと一緒に脳トレや、全員で合唱をするなどして来場した人たちも参加できる形をとり、たくさんの笑顔も見られました。

編集後記

最後までお読みいただいた皆さんへ

2020年がとうとうスタートしました。皆さん、今年はどんな1年にしたいですか？「まがめ種は生えぬ」、何もしなければ良い結果は得られないを意味することわざです。今年はこの言葉を胸に、たくさん種をまき、たくさん花を咲かせたいと思っています。花咲かじいさんならぬ花咲かおじさんですね。まいた種全てが花を咲かせるわけではありませんが、まいた種が多いほど楽しみも多くなります。MH

◆トピックス

TOPICS

まちの話題をスナップで紹介します。



おいしいお餅がつけました

12/9 浜名学園で第47回浜名学園組合もちつき会が催されました。これは日本モーターボート競走会浜名支部や同選手会静岡支部の協力のもと、参加者全員の無病息災を願い、組合施設の安全に感謝して開催。ゲストとして参加した競艇選手たちとともに心を込めてお餅をつき、楽しい時間を過ごしました。



地域が家族になればいい

12/20 湖西市商工会が21世紀商工会グランプリで、準グランプリを受賞したことを市長に報告しました。この受賞は、様々な生活支援サービスを利用できる地域の仕組みづくりに取り組む「地域家族プロジェクト事業」が評価されたもの。全国1600ある商工会の中から選ばれ、準グランプリ以上は静岡県内の商工会としては初の快挙です。