

広報こさい

Kosai

2024

6.15号



いっぱいとれたよ！

5月21日 知波田幼稚園 ジャガイモ収穫

園内の畑で育てたジャガイモを園児たちが収穫しました。

収穫したジャガイモは、同じく園内で育てた玉ねぎとともに、カレーにして味わいました。

特集 知っていますか？ 「人生会議」



人生の「これまで」と
「これから」を大切な人と
^は_な会議してみませんか

インタビュー 本人の思いを尊重し、それを支えた家族に話を聞きました

最期はどこでどのように過ごしたいのか。自分の希望を家族に伝え、湖西市内の自宅で最期まで『自分らしく』生き抜いた伊藤一朗さん(仮名・享年85歳)。本人の思いを尊重し、それを支えた妻の晴子さん(仮名)にお話を聞きました。

戸惑いもあったけれど

一朗さんは8年前にがんの初期診断を受け、手術や入院治療を受けました。その後は落ち着いた日々を過ごしていましたが、一昨年秋にがんが大腸へ転移して入院、さらに昨年4月には、多臓器に転移していることが分かりました。余命を告げられたとき、一朗さんは「うちにいたい。最期は家で診てもらいたい。」と晴子さんに伝えました。

晴子さんは在宅医療のイメージが全くわからず、何かあっても安心な入院のほうが本人のためにいいのではと考えましたが、医師が「やれるところまでやって、ダメならまた私たちと一緒に考えましょう」と言ってくれた言葉が後押しになり、一朗さんの思いを尊重することに決めました。



一朗さんの思い出を話す晴子さんと担当看護師の前田さん

自宅で過ごせてよかった

今まで過ごしてきた日々と同じように、朝起きたら「お茶にする？ コーヒーにする？」と普段の日常のように過ごせたのが良かったと晴子さんは振



「突然、「あれが食べたい。こうして欲しい。」って要望が多い人だったのよ。」写真の中でチャームングに笑う一朗さんの思い出を語り合う晴子さんと前田さん

り返ります。

「好きな時に好きなものを食べたり、いつでも家族が会いに来られたり。やっぱり自分の家は落ち着くんだと思う」市外から子ども、孫、ひ孫が一朗さんのベッドの周りに集まりにぎやかに過ごしました。お酒が大好きで、泊まりに来た息子と晩酌を楽しんだり、誕生日に介護用の車を借りて子どもたちみんなと白須賀の浜にピクニックに行ったりもしました。

在宅看護が始まって1カ月ほど経った朝、一朗さんの様子を見た看護師から「会いたい人には会っておいた方がいい」と言われ、子どもたちが3人ともすぐ駆けつけました。その夜、晴子さんと子どもたち全員に手を握られながら、ずっと眠るように、そしてとても穏やかに一朗さんは息を引き取りました。「みんなでみとれたこと、それが夫にとって一番よかったかな」。

人は誰でも、いつでも、命に関わる病気やけがを
する可能性があります。命の危機が迫った状態になると、
約7割の人が、医療ケアなどを自分で決めたり、望み
を人に伝えたりできなくなると言われています。

あなたやあなたの大切な人の「もしも」に備え、信頼
する人と、価値観や気持ちを共有しておくことが助け
となります。

人 生 会 議

あなたが病気にかかったときや、けがをした
とき、どのような医療やケアを望みますか？
もしもの時に備え、あなたの希望や大切にしたい
と思うことについて、周囲の信頼する人たち
やかかりつけ医などと繰り返し話し合い、共有
する取り組みを「人生会議」といいます。

支えになった医療スタッフの存在

週に一度往診してくれる在宅医の先生は、本人
や家族の意思を大事にしてくれて、考えられる症
状に対応できる薬を一通り置いておいてくれました。
使用法は丁寧に薬剤師が説明してくれ、判
断に困るときは24時間いつでも看護師に電話で対
応方法を聞くことができました。

在宅医療は24時間目を離せません。一朗さんが
訪問看護で入浴などのケアを受けている時間を利用
して、晴子さんが趣味活動などに出かけられる

よう、関係機関が調整してくれたこともありまし
た。

最初は医療スタッフが代わる代わる家に入るこ
と自体に抵抗を感じていた晴子さんでしたが、時
間がたつにつれ、「自分一人で悩んで抱え込んで
いるより、いろんな人に頼ってみると道が開ける
んだな」と感じるようになり、そのうち関わって
くれる専門職の人たちが家族のような存在になっ
たと言います。「お風呂が好きだったから回数を
増やしてもらったり、訪問看護の皆さんにはわが
まを聞いてもらったりしました。」



引きこもりがちになる介護の生活。社会とのつながりを大事に
したり、介護者の息抜き(レスパイト)をしたりすることは、本人・
家族両方にとって重要です。本人も申し訳ないなどの感情を持つ
方も多く、そのせいで精神的に疲弊することもあります。介護を
担う家族の負担を軽減することは、在宅医療を続けるための前向
きな選択です。



一朗さんの趣味だった陶芸や書、スケッチの作
品が家にはたくさん飾ってある



手作りの陶芸茶碗を見ながら趣味の多かった一
朗さんを懐かしむ

正解のない選択だからこそ、本人やご家族が良かったと思える生き方を選ぶことが大切です。

そのためには、自分の思いを日頃から大切な人に伝えておくことが大事です。

自分が最期まで自分らしく生きる準備として「人生会議」をしてみるのはいかがでしょうか。

大切なことは まず本人と家族の言葉を紡ぎ 記録すること

市立湖西病院 副院長兼外科部長

太田 学 医師



自分のこれからについて考え話すことの大切さ

緩和ケアで入院し最期を迎える時、医療者や家族、関わる人々全てが、本人が何を大切にしてきたか、本当の気持ちはどうだったのか、これでよ

かったのか、いつまでも悩み続けます。そして最期を迎えたあとも、ご遺族は「これでよかったのでしょうか」と悩み、医療スタッフも「本当に本人の希望に添えたのでしょうか」と悩みつづけ、罪悪感さえ持つこともあります。

「さようなら」の代わりに

本人の気持ちをエンディングノートにつづることで、本人・家族・医療者が一時の気持ちではなくその過程や変化を含め共有できます。本人の思いが最期まで尊重され、家族や医療者も後悔なく、大切な人が最期まで自分らしく生きたと実感されます。

死は全ての人に平等にやってきます。しかし結局のところ最期に何かを決めなければならないのは、家族や医療者です。そんな時に人生会議をしていれば、エンディングノートがあれば、本人の

思いを最期まで尊重できるのではないのでしょうか。本人が亡くなった後も、ご遺族の思いと本人の思いがつまったエンディングノートは、後悔なく達成感にあふれるものとなると思います。



もしもの時に備えて、家族や大切な人のために必要な情報を残すノートです。湖西市では、エンディングノートを作成し、配布しています。

◀エンディングノート

湖西病院の取り組み

湖西病院では毎週金曜日の午後に緩和ケア外来の診療を行っており、人生会議も行います。担当医師、患者、家族以外にも看護師、薬剤師、必要に応じ栄養士、医療ソーシャルワーカーも参加して行っています。

しかし、いきなり「人生会議」と言われても、「そんな縁起でもない」と思われるかもしれません。まず最初は緩和ケア外来にみんなで参加していただき、**本人が、本人の言葉で好き**

なこと、大切にしていることなどささいなことから共有し、話し合いを行います。最初は何も決まれないかもしれませんが話し合いを繰り返し行うことで、人生において

大切にしていること、受けたい医療、伝えたいことを整理し、信頼できる人と共有、記録していくとよいでしょう。

また、時間とともに状態は変化します。「だんだん食べられなくなった」「歩くことができなくなった」など、その状況に応じ、私たちは、可能な限り生活の質の維持とあらゆる苦痛の対処を行います。緩和ケア外来だけでなく、訪問看護ステーション、ケアマネジャーとも情報共有し、訪問診療にも対応します。この段階では家族との絆、社会的な立場の確認、治療方針、療養の場の確認を行います。そして、命に危険が迫った状況や自分の意志が伝えられないときには、エンディングノートをもとに最後まで本人の意思や尊厳を尊重します。



▲湖西病院の緩和ケア外来

＼ 人生会議を始めてみましょう ／

STEP1

**あなたが大切に
していることは何ですか？**

今の思いや大切にしていること、生きがいややりたいことがあるか考えましょう。

STEP2

信頼できる人は誰ですか？

思わぬ出来事で突然自分の思いを伝えることができなくなるかもしれません。そんなとき、あなたの代わりに伝えてくれる人を決めましょう。

STEP3

**信頼できる人やかかりつけ医と
話し合いましょう**

あなたが大切にしている価値観や人生観を知ってもらいましょう。生活に対する希望や受けたい医療ケアなどを話し合っておきましょう。

STEP4

**話し合った結果は
書き留めて
大切な人たちと共有しましょう**



希望や思いは状況によって変わることがあります。人生会議は何度行っても構いません。その都度、繰り返し考え、話し合い、記録しておきましょう。

＼ エンディングノートをご活用ください ／

配布場所

市立湖西病院地域・利用者支援センター、地域包括支援センター(恵翔苑、光湖苑、湖西白萩、燦光)、健康福祉センターおぼと(高齢者福祉課)、市役所(1階情報コーナー)

＼ 人生会議についてもっと知りたい ／

人生会議のきっかけに…「もしバナゲーム」

あなたと大切な誰かが「もしものための話し合い(=もしバナ)」をする、きっかけを作るためのゲームです。

ゲームを通じて、人生において大切な「価値観」や自分自身の「あり方」について、様々な気づきを得ることができます。

湖西市ではこのようなレクリエーションなどを活用して、人生会議を身近に感じてもらえるような取り組みをしています。



▲もしバナゲーム

問い合わせ

本人・家族から個別のケースについて相談したい → かかりつけ医・担当ケアマネジャー

人生会議についての一般的な相談 → 高齢者福祉課 TEL.053-576-4916 FAX.053-576-1220

健康こさい21が新しくなりました

健康づくりを推進する計画(健康増進計画)と食育を推進する計画(食育推進計画)を一体化した新たな計画「健康こさい21」を策定しました。健康づくりと食育を通じて、誰もが健やかで心豊かに暮らすことができるまちを目指します。

目標

健康増進計画

健康寿命の延伸
健康格差の縮小

食育推進計画

健やかで持続可能な
食の推進



基本方針

健康増進計画

- ①生活習慣病の予防と重症化予防
- ②心身ともに健康になれる環境づくり
- ③生涯を通じた健康づくり

①健やかな食生活
に関心を持ち、
実践しやすい食
環境づくり

食育推進計画

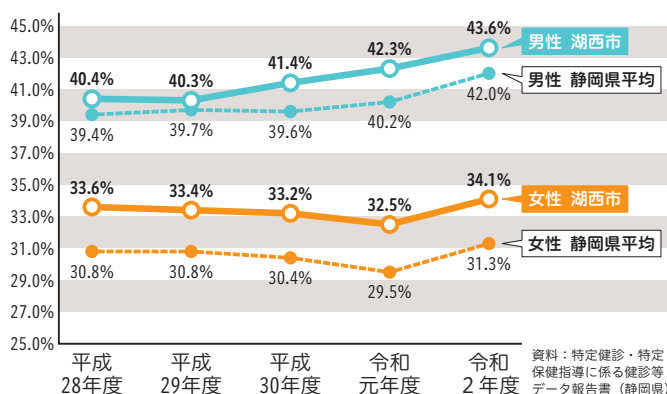
- ②食を通じたコミュニケーションで食の
大切さや楽しさを実感
- ③自然や生産者などへの感謝の気持ちを
育み、環境にやさしい食生活を実践

湖西市の主な健康課題

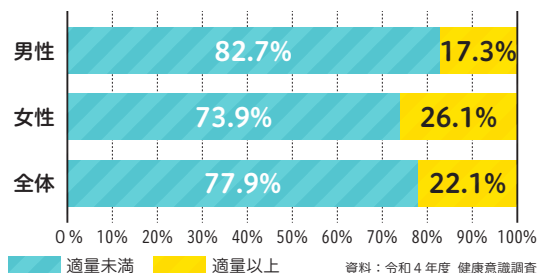
- 脳血管疾患や腎不全のように、生活習慣病(高血圧・糖尿病など)が重症化することで発症する疾患で死亡する人の割合が高い
- 糖尿病の有病率が増加傾向
- 食事がかみにくい、かめないと感じる人の割合が高い
- 若い世代ほど朝食を食べない人の割合が高い
- 高血圧の有病率が県平均より高い

- 同年代と比較して歩行速度が遅い人の割合が高い
- 子どもから大人まで肥満の割合が増加傾向
- がん検診の受診率が低い
- 1日の野菜摂取量が適量未満の割合が高い

【男女別高血圧有病者割合の推移】



あなたは、普段、1日に野菜をどのくらい食べていますか。ご自身の片手になる野菜の量を目安にお答えください。
※適量＝生野菜で片手6杯以上



健康づくりは誰が取り組むの？



みんなで取り組みましょう /



健康こさい21の詳細はこちら▼



私たちは、皆さんの健康づくりをお手伝いしています

湖西市保健推進員会

市民の健康に対する意識を高め、健康づくりを推進するために、健康づくりに関する基礎知識を学び、地域で健康に関する教室の開催や啓発活動を行っています。

各地区の教室は、回覧板やウェブサイトでお知らせします。

こんなことをしています！



各地区の教室の様子(脳リフレッシュ体操)



健診受診の啓発

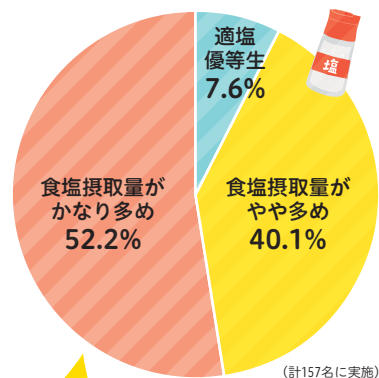


減塩教室(令和5年度)

令和5年度
減塩教室を行いました

塩分のとりすぎは、高血圧となる原因の一つとされます。教室での塩分の取り方チェックの結果、半分以上の人が塩分をとりすぎている可能性があります。

【お塩のとり方チェックの結果】



減塩教室で行った塩分のとり方チェックはこちら▶



保健推進員の活動紹介はこちら。健康づくりの教室にぜひご参加ください。



湖西市食育ボランティア

(旧：湖西市健康づくり食生活推進協議会)

食育に興味のある人が誰でも気軽に会員になれるよう、新しい会に生まれ変わりました！

幅広い年代に向けた食育の推進のために、必要な基礎知識を会員自身が学び、地域で食に関する教室を市民向けに開催しています。湖西市食育ボランティアが企画する教室に、ぜひ、ご参加ください！

こんなことをしています！



すわま作り教室



生産者直伝料理講座



親子料理教室

会員募集中

湖西市食育ボランティアの活動に興味のある人は、お気軽にお問い合わせください。

事務局連絡先 湖西市健康増進課

TEL:053-576-1114 メール: kenkou@city.kosai.lg.jp

教室の開催予定などはこちら▶



災害に備えよう!

避難情報を正しく理解し、いざというときに「自分は大丈夫」と思わずに、避難行動を適切に開始しましょう。また、台風などの風水害に備えて、避難場所の確認を事前に行いましょう。

◀令和5年7月の土砂崩れによる人家被害(佐賀県)
出典：災害写真データベース

警戒レベルの種類

▼引用：内閣府ウェブサイト

警戒レベル		新たな避難情報等
5		きんきゅうあんぜんかくほ 緊急安全確保※1
~~~~<警戒レベル4までに必ず避難!>~~~~		
4		ひなんしじ <b>避難指示※2</b>
3		こうれいしゃとうひなん <b>高齢者等避難※3</b>
2		大雨・洪水・高潮注意報 (気象庁)
1		早期注意情報 (気象庁)

※1 警戒レベル5は、命が危険な状況です。今いる場所よりも安全な場所に直ちに移動してください。

※2 警戒レベル4は、危険な場所から全ての人が避難するタイミングです。台風などにより暴風が予想される場合は、早めに避難を完了しましょう。

※3 警戒レベル3は、高齢者など以外の人も必要に応じ普段の行動を見合わせ始めたり、避難の準備をしたりしましょう。危険を感じたら自主的に避難するタイミングです。

災害時は、市公式LINEや市ウェブサイトから道路異常の通報などを受け付けます。

※平常時はLINE画面の「各種通報」ボタンからご報告ください。



### 防災ほっとメールはこちら



パソコン・スマートフォン



フィーチャーフォン・ガラケー



## 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

停電で困ったときは…

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





# 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※1	台風避難場所※1
鷺津中学校区	表鷺津	表鷺津コミュニティ防災センター	鷺津中学校 体育館
	鷺津	鷺津コミュニティ防災センター	
	河美	河原公民館・河原南集会所・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	白須賀三区公会堂	
	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	岡崎公会堂	
	上ノ原	上ノ原公会堂	
	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	(令和6年8月31日まで) 子育て支援 センター     (令和6年9月1日から) 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・西町	子育て支援センター※2	
	内山	内山公民館	
	源太山	子育て支援センター※2	
	日ヶ崎	日ヶ崎公民館	
	若磯・杣川	杣川公民館	
	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・住吉東は、土砂災害警戒区域はありません。		

## 【避難場所とは】

災害から命を守るために一時的に避難する場所で、災害の種別により異なります。

津波や地震発生時のハザードマップは、右の二次元コードからご確認ください。



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

※1 土砂災害警戒区域内にお住まいの人は「土砂災害避難場所」へ、土砂災害警戒区域外にお住まいの人は各中学校区の「台風避難場所」へ避難してください。

※2 令和6年8月31日までは子育て支援センターへ、令和6年9月1日からは新居地域センターへ避難してください。



# 令和6年度 湖西市表彰

問い合わせ先

秘書広報課

TEL.053-576-1155

FAX.053-576-1139

令和6年度湖西市表彰式を開催しました。式では、長年にわたり各分野で湖西市の発展に尽力された受賞者の皆さんに、市長から表彰状が贈られました。表彰された皆さんをご紹介します。(順不同・年齢は5月31日時点)



## 自治功労

加藤 弘己さん(78歳)

平成23年4月に湖西市議会議員に初当選し、以来12年にわたり熱意あふれる政治手腕をもって、議員としての責務を全うした。議員在職中は、平成29年5月から副議長、令和元年5月から議長の要職を1期務め、地方自治の振興と住民福祉の向上に尽力し、本市の発展に大きく貢献した。



## 自治功労

中村 博行さん(83歳)

平成15年4月に新居町議会議員に初当選し、約7年にわたり町議会議員として、平成22年3月の湖西市との合併後約13年、湖西市議会議員として、責務を全うした。議員在職中は、新居町議会文教建設委員会委員長、湖西市議会副議長など新居町・湖西市両議会の要職を歴任した。



## 自治功労

吉田 建二さん(77歳)

平成23年4月に湖西市議会議員に初当選し、以来12年にわたり熱意あふれる政治手腕をもって、議員としての責務を全うした。議員在職中は、福祉教育委員会委員長、総務経済委員会委員長、議会運営委員会正副委員長などの要職を歴任し、地方自治の振興と住民福祉の発展に尽力した。



## 社会福祉功労

蒔山 ゑみ子さん(79歳)

昭和61年より35年以上、湖西地区保護司として犯罪をした者および非行のある少年の改善更生を助けるとともに、犯罪の予防のため世論の啓発にも努めた。平成10年から退任まで、湖西地区保護司会理事を務め、地域更生保護活動の円滑な運営に尽力した。



## 寄付功労

見山 行雄さん(87歳)

令和5年8月23日、「市政全般へ役立てるため」湖西市へ1億円の寄付をされた。寄付金は、将来の公共施設整備のための基金として活用される。  
※同氏は令和5年9月3日逝去。ご遺族代表者へ追賞した。



# 国民健康保険税の 軽減措置などが変わります

問い合わせ先

保険年金課

TEL.053-576-4585

FAX.053-576-4880



## 国民健康保険税の軽減措置の基準が変わります

国民健康保険税の税額は、低所得世帯の負担を軽減するため、世帯主およびその世帯の国保加入者の前年所得の合計額が一定金額以下の場合、その世帯の「均等割額」と「平等割額」をそれぞれ7割・5割・2割軽減しています。令和6年度の制度改正により、この軽減の基準となる所得金額が引き上げられ、**保険税を軽減される方が拡充されました。**

## 申請手続き

対象者は、自動的に軽減が適用されるため、申請などの手続きは必要ありません。

## 軽減を

## 受けるには

世帯主およびその世帯の国保加入者の中で、所得の申告をしていない人がいると軽減を受けることができない場合があります。未申告の人には、6月上旬に申告書を郵送します。所得がない場合でも必ずご提出ください。

## 国保税の課税限度額が変わります

国保税は、世帯ごとに税額の上限が設定されており、これを課税限度額といいます。令和6年度の制度改正により、後期高齢者支援金分が22万円から24万円に引き上げられます。基礎課税分と介護納付金分に変更はありません。

	令和5年度	令和6年度から
後期高齢者 医療支援金 等 課 税 分	22万円	<b>24万円</b>



制度改正の詳しい内容についてはこちらをご覧ください。▲

### Q1 今回の変更で、被保険者の負担が増えるのでしょうか？

**A1** 世帯の国保加入者の所得により異なります。従前の軽減判定基準額より、少し世帯所得が高い方は、負担額が減ります(軽減措置を受けることができるようになるため)。一方、課税限度額の適用を受けるような、世帯所得が相当高い方は、負担額が増えます。

### Q2 自分は国保に加入していないのに、自分宛てに納税通知書が届くのはなぜですか？

**A2** 国保税の納税義務者は世帯主となります。そのため、世帯主が国保に加入していなくても、世帯内に1人でも国保加入者がいれば、納税通知書は世帯主に送られます。

### Q3 就職などにより職場の社会保険へ加入した際の手続きは？

**A3** 国保脱退の手続きが必要です。職場で新しく発行された社会保険証と国民健康保険証を持参の上、保険年金課または新居支所へお越しください。

### Q4 退職などにより職場の社会保険を脱退した際の手続きは？

**A4** 国保加入の手続きが必要です。社会保険等脱退証明書、年金手帳、マイナンバーカードまたは通知カードを持参の上、保険年金課または新居支所へお越しください。

## 国民健康保険税の納税通知書を7月12日(金)に発送します

世帯主が国保加入者でなくても、世帯内に国保加入者がいる場合は、世帯主に納税通知書が届きます。

特別な事情により納付が困難な場合は、分割納付や減免などが認められる場合があります。お早めに保険年金課にご相談ください。

- ▶ 口座振替を希望するときは、同封の口座振替依頼書をご利用ください。
- ▶ スマホアプリ決済サービス(PayPay、楽天ペイなど)での納付も可能です。
- ▶ 期限内の納付にご協力ください。



# // **ごみ出しルールが変わりました** // **剪定枝・竹・草 編**

剪定枝・竹・草は、4月から「燃やせるごみ」になりました。これからの時期、草刈りや枝払いの機会が増えます。正しいごみの出し方を確認しましょう。

## **剪定枝・竹・草の出し方**

### ●指定ごみ袋に入る場合

指定ごみ袋に入れて収集日の朝8時までにお住まいの地域で決められたごみステーションに出す。

### ●剪定枝など指定ごみ袋に入れない場合

枝の太さの直径が10cm以下で、長さが70cm以下の枝はひもで束ねてごみステーションに出す。それ以上のものは、笠子廃棄物処分場へ持ち込む。

### 【枝の束ね方】

45ℓの燃やせるごみ指定袋で束ねるか、ひもで束ねたものに45ℓの燃やせるごみ指定袋を挟んで出す。

## **このような出し方は回収できません**



45ℓの燃やせるごみ指定袋をはさんでいない



燃やせるごみ指定袋に入っていない

### ●一度に大量に排出するときは

笠子廃棄物処分場へ持ち込んでください。家庭からの持ち込み費用は無料です。

**受け付け** 月～金曜日 9:00～11:45/13:00～16:30(祝日は休み)

笠子廃棄物処分場(白須賀3985-1961)



◀剪定枝・竹・草の持ち込みについて



お問い合わせ先 廃棄物対策課  
TEL.053-577-1280 FAX.053-577-3253  
第3日曜日の搬入は3日前までに事前予約を！

## **正しい出し方**



**Q** なぜ、ごみ袋を付けないといけないの？

**A** 指定ごみ袋の販売価格には、ごみの処分や収集にかかる費用の一部が含まれているためです。

〈 広告欄 〉

湖西市の魅力をSNSでも発信中！  
フォロー、友だち登録をお願いします！

LINE

定期的に旬な情報をお届け！



Instagram

浜名湖のほとり・ゆったり・おいしい暮らしをご紹介します



X(旧Twitter)

市政情報などをお知らせします



YouTube

市の魅力を動画でも！





お知らせ

## (仮称)浜松湖西豊橋道路の 環境影響評価方法書の縦覧と 説明会の開催

(仮称)浜松湖西豊橋道路(静岡県区間)環境影響評価方法書(以下、方法書)の縦覧および説明会を実施します。

**縦覧期間** 7月19日(金)～8月19日(月)

※閉庁日および職員の勤務時間外を除く。

### 縦覧場所

- 静岡県交通基盤部都市局都市計画課(県庁東館12階)
- 湖西市都市整備部都市計画課(市役所2階)
- 静岡県ウェブサイト

### 意見書の提出

**【提出方法】**①～③を記載した書類を郵送または直接提出するか静岡県ふじのくに電子申請サービスにより提出①住所、氏名(団体の場合、名称・代表者の氏名)②方法書の名称③方法書に対する意見(日本語により記載)※様式の指定はありません。

問い合わせ先 静岡県交通基盤部  
都市局都市計画課

TEL.054-221-3204

**【提出期間】**7月19日(金)～9月2日(月)

### 提出先

- 〒420-8601 静岡市葵区追手町9番6号  
静岡県交通基盤部都市局都市計画課
- 〒431-0492 湖西市吉美3268番地  
湖西市都市整備部都市計画課

### 説明会

**【と き】**7月21日(日) 13:30～

**【ところ】**湖西市健康福祉センター(おぼと)3階  
研修室

※本説明会は方法書に関する説明会であり、  
ルートに関する説明会ではありません。

静岡県ふじの  
くに電子申請  
サービス▶



静岡県ウェブ  
サイト▶



「自分は大丈夫」と思っていませんか

## 水の事故に 注意しましょう

水辺の事故の約半数が海で発生し、例年6月から水難事故が多くなっています。夏のレジャーを安全に楽しむために次の点に注意しましょう。

### 防ぐための8力条 水の事故を

- 1 「立ち入り禁止」の場所には近づかない。
- 2 体調が悪いときは水に入らない。
- 3 子どもから目を離さない。
- 4 ライフジャケットを着用する。
- 5 悪天候時は水場に近づかない。
- 6 自分の体力、技術を過信しない。
- 7 水に入る前には必ず準備運動をする。
- 8 海水浴場、プールなどではルールを守る。



◀水上バイクを使用した水難救助訓練の様子





## プロラグビーチーム 静岡ブルーレヴズ

### こさい産豚肉を使った栄養満点のおいしいレシピをご紹介します！

湖西市は養豚の飼育数が県内でナンバー１！こさいの豚肉PR大使の「静岡ブルーレヴズ」から豚肉を美味しくいただけるレシピが届きました。体が資本のラグビー選手もおすすめする栄養満点なレシピです。こさいの豚肉を食べて、元気に梅雨を乗り越えましょう！

#### 豚しゃぶ カルシウムごまソース



#### チームの管理栄養士のコメント

こさい産豚肉は脂がおいしいので、食材のうまみを生かすためにシンプルなしゃぶしゃぶにしました。タンパク質とカルシウムを摂取できるように、粉豆腐を使用した特製ごまソースです。成長期のお子さまにもぴったりのメニューなので、ぜひご家庭でも試してみてください！



©SHIZUOKA Blue Revs



◀静岡ブルーレヴズ  
公式ウェブサイト

#### 作り方

レシピ協力：シダックスコントラクトフードサービス(株)

- ①キャベツは2cm短冊切り、赤パプリカは千切りにする。
- ②鍋に湯をわかし、①をゆで、火が通ったら流水し、水を切っておく。
- ③小ボウルに粉豆腐を入れ、鶏ガラスープを加えてふやかす。
- ④③にAを順に加えて混ぜる。
- ⑤大き目の鍋にたっぷりの湯(分量外)をわかし、豚肉をゆでる。この時、沸騰するかしないか程度のお湯でゆでると、肉が硬くなりにくいのでおすすめ。
- ⑥お皿に②の野菜、⑤の豚肉をのせ、③のソースを添える。

#### 材料(4人分)

- 豚肉(しゃぶしゃぶ用スライス) ..... 400g
- キャベツ... 1/6玉(250g)    ●赤パプリカ... 1/6個(20g)

#### 【カルシウムごまソース】

- 粉豆腐..... 20g  
 鶏ガラスープ(顆粒をお湯で溶いたもの)..... 大さじ4 (60cc)  
 A：白ねりごま... 大さじ1 (18g) / しょうゆ... 大さじ1 (18g)  
 酢... 大さじ1/2 (8g) / 砂糖... 大さじ1/2 (5g)

おいしく  
いただき  
ました！



▲榎 瑛人選手



▲白野 剛志選手

〈 広告 欄 〉



## 市立幼稚園の入園説明会・願書受け付け

## 対象児

3歳児 令和3年4月2日～令和4年4月1日生まれ

4歳児 令和2年4月2日～令和3年4月1日生まれ

5歳児 平成31年4月2日～令和2年4月1日生まれ

**入園説明会** 写真付きの本人確認書類をお持ちの上、説明会開催日に、お住まいの中学校区の幼稚園にご来園ください。

幼稚園(所在地)	説明会日時	電話番号
鷺津幼稚園 (鷺津650)	7月24日(水) 10:00～10:45	TEL.053- 576-0783
知波田幼稚園 (大知波503)	6月28日(金) 9:45～10:15	TEL.053- 578-0450
岡崎幼稚園 (岡崎2586-37)	7月26日(金) 10:00～10:30	TEL.053- 577-0328
新居幼稚園 (新居町新居1730)	7月25日(木) 10:00～10:30	TEL.053- 594-0249

## 入園願書受け付け

●受付期間：9月3日(火)～9月13日(金)

●受付時間：8:30～16:45

※土・日曜日、祝日を除く

**申し込み方法** お住まいの中学校区の幼稚園に書類を提出

**注意事項** 白須賀幼稚園は令和6年3月31日で閉園しました。白須賀中学校区にお住まいで公立幼稚園の入園を希望される場合は幼児教育課へお問い合わせください。

今回の説明会は幼稚園部が対象です。保育部は10月以降、幼児教育課にて受け付けします。

**お願い** お子さま向けの内容は用意していませんので、保護者のみの参加で構いません。

※お住まいの学区が不明な場合は、市ウェブサイトを確認するかお問い合わせください。



# アイドル登場



**小池 孝虎さん**  
(2歳)

父 ● 悠輔さん  
母 ● 明日香さん  
(ときわ)

虎の笑顔が  
自分たちを  
笑顔にしてくれる！  
大好きだよ！！



**川中 大生さん**  
(9カ月)

父 ● 大史さん  
母 ● 萌衣さん  
(鷺津)

いつも笑顔で  
おしゃべりしている  
はるくん。  
たくさんの人に  
愛されますように！

アイドル大募集！

ウェブサイトの専用フォーム  
(右の二次元コード)から投稿  
してください。



秘書広報課  
TEL.053-576-4541 FAX.053-576-1139  
〒431-0492 湖西市吉美3268番地

## 寄付・寄贈いただきありがとうございました

◆ 5月10日(金) 湖西クラウン会から、交通遺児等福祉事業基金への寄付をいただきました。

◆ 5月22日(水) サーラグループおよび株式会社ジュビロから、地域と共に持続可能な社会の実現に向け、地域の清掃活動を支援するため、リサイクルごみ袋を寄贈いただきました。

◆ 4月24日(水)・25日(木) (株)リヴレーゾンから、新居中学校と白須賀中学校への寄付をいただきました。



# 7月 子育て応援情報



こども未来課



詳細や予約はこちら▶

## ■ 母子保健事業(教室・健診など)

問い合わせ先 子育て応援係 TEL.053-576-4794

行事名	対 象	と き		と ころ	持ち物	予約
母子手帳交付	妊婦	市役所 開庁日 (平日)	9:00～16:30 ※水は午前のみ	おぼと1階 こども未来課	妊娠届出書、アンケート、顔 写真付き身分証明書、マイナ ンバー・妊婦さん名義の銀行 口座の情報が分かるもの	予約優先
妊娠期 パパママ講座	妊婦とその パートナー	20日(土) 2024.9 予定日	⑤ 8:50～ 9:00 9:00～11:00	おぼと3階	母子手帳	要
離乳食教室	4カ月児	18日(木) 2024.3生	⑤ 9:00～ 9:15 9:15～11:00	おぼと2階	バスタオル	要
7～8カ月児教室	7～8カ月児	11日(木) 2023.11生	⑤ 9:00～ 9:15 9:15～11:30	おぼと2階	母子手帳、バスタオル、 アンケート、おんぶひも	要
1歳の お誕生日教室	1歳児	25日(木) 2023.7生	⑤ 9:00～ 9:15 9:15～10:30	おぼと2階	バスタオル	不要
1歳6カ月児健診	1歳6カ月児	3日(水) 2022.12生	⑤13:00～13:20 13:20～	〈受付〉 おぼと1階南口		不要
2歳児教室	2歳児	8日(月) 2022.6.1生～ 2022.6.20生 29日(月) 2022.6.21生～ 2022.7.10生	⑤13:00～13:20 13:20～	おぼと2階	母子手帳、バスタオル、 アンケート ※歯みがきをしてきてください	不要
3歳児健診	3歳児	17日(水) 2021.4生	⑤13:00～13:20 13:20～	〈受付〉 おぼと1階南口		不要
育児相談	どなたでも (主に0歳～就学前)	23日(火)	⑤ 9:15～11:00	おぼと2階	母子手帳、バスタオル	要

## ■ 子育ての相談窓口

専門の職員が子育ての悩みを随時お聞きします。ひとりで抱え込まずに、お気軽に相談してください。  
対象年齢は目安ですので、どの窓口にご相談いただいてもかまいません。予約は不要です。

行事名	対 象	とき(平日)	内容	問い合わせ先
子育て 電話相談	どなたでも (主に0歳~就学前)	8:30~17:00	◆育児子育てについて相談したいとき お子さんの発達・育児や食事のこと、育児方法など、 保健師、栄養士が相談に応じます。	子育て応援係 TEL.053-576-4794
発達相談	どなたでも (主に2歳~就学前)	8:30~17:00	◆発達について相談したいとき 言葉が遅い、かんしゃくがひどい、集団行動が苦手 など、お子さんの発達に関する心配や困りごとにつ いて、保育士、保健師、心理士が相談に応じます。	地域子育て支援 第1係 TEL.053-576-4919
家庭児童 相談	どなたでも (主に0歳~18歳の こどもとその保護者)	8:30~17:00	◆子育てに悩んだとき こどもの養育や家庭に関すること、その他成長に 伴って生じるさまざまな相談に応じます。	家庭児童相談係 (家庭児童相談室) TEL.053-576-1125、 053-576-4874
静岡県 LINE相談	子育ての不安、家庭や親子関係の悩みなど、こどもや保護者からの相談につ いて無料で気軽に相談できます。			静岡県健康福祉部 こども未来局 こども家庭課 TEL.054-221-2307

## ■ 親子の遊び場

小さなお子さんを連れて、安心して遊べる場所を無料で開放しています。いつでも遊びに来てください♪

行事名	対 象	とき	ところ	内容	問い合わせ先
遊びの広場 「おぼと」	就学前のこども とその保護者	月・火 13:00~16:00 水・木・金 9:00~16:00	おぼと2階	おもちゃやボールプールで親子で自由に 遊べます。身長体重計もあります。 ※開放日は変更になることがあります。	地域子育て支援 第1係 TEL.053-576-4919
遊びの広場 「わくわく」	就学前のこども とその保護者	火~日曜日 9:00~16:45 (月曜、年末年始休館) ※月曜祝日は火曜休館	子育て支援 センター 「のびりん」	小さなお子さんが安心して遊ぶことが できるおもちゃや絵本を用意しています。 スタッフに子育てなどの相談もできます。	地域子育て支援 第2係(のびりん) TEL.053-594-5922
ブック スタート	2024年1月生ま れの子どもとその保 護者	22日(月) 26日(金)	案内通知をご確 認ください。	新居図書館 中央図書館 【持ち物】 案内通知、貸出登録申込書(貸出カード 作成希望者のみ)	湖西市立 中央図書館 TEL.053-576-4351



7月

# 今月の相談



お気軽にご相談を！

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
健康相談	18日木 13:30～16:30	健康福祉センター (おぼと)	今月のテーマは「減塩」。塩味に関する味覚チェックや、味噌汁の濃度チェックをしてみませんか。対面のみ。要予約。	健康増進課 TEL.053-576-1114 FAX.053-576-1150
こころの健康福祉総合相談 ^②	7月のこころの健康福祉総合相談はお休みです。			
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 TEL.053-576-4796 FAX.053-576-4213
人権面談相談	17日水 13:00～15:50	健康福祉センター (おぼと)医師控室	差別、パワハラ、いじめなど人権に関する相談に応じます。	地域福祉課 TEL.053-576-4873 FAX.053-576-1220
人権電話相談	月～金 8:30～17:15	TEL.0570-003-110	面談相談は7月12日(金)までに要予約、先着3名。	
女性相談 (面談 ^② )	木 10:00～12:00 (電話相談) 13:00～16:00 (面談)	TEL.090-3959-4878	女性相談員が、家族の問題やセクシュアリティの悩みなどについて相談に応じます。面談の予約はこちらから	市民課(予約受け付け) TEL.090-3959-4878
ヤングダイヤル こさい ※電話相談	月水金 9:00～16:00 火木土	TEL.053-576-0770 TEL.053-577-5116	学校・職場・家庭などにおける青少年と家族の悩みごとを匿名で相談できます。	スポーツ・生涯学習課 TEL.053-576-4793 FAX.053-576-1237
行政相談	3日水 13:30～15:30 11日木	西部地域センター 新居地域センター	国の行政に関する苦情や相談に応じます。	総務課 TEL.053-576-1698 FAX.053-576-1115
年金相談 ^②	11日木 10:00～15:00 23日火	新居図書館 健康福祉センター (おぼと)相談室	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 TEL.053-456-8511 FAX.053-452-8011
多重債務者 相談 ^②	16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。(前日午前中までに要予約、先着5人まで)	消費生活相談室 TEL.053-576-1609 FAX.053-576-4876
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。	
内職相談	火 9:30～12:00 13:00～16:30	新居地域センター 1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 TEL.053-594-0855 FAX.053-594-0857
暮らし なんでも 無料相談	月～金 (祝日除く) 9:00～17:00	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。一人で悩まずお気軽にお電話ください。		ライフサポート センター西部事務所 TEL.053-461-3715
シルバー 人材センター 入会説明会	8日月 13:30～ 22日月	湖西市シルバー人材 センター事務所	予約不要です。	湖西市シルバー人材 センター事務所 TEL.053-575-0654
法律相談 ^②	2日火 9:00～12:00 20日土 13:00～16:00 27日土	健康福祉センター (おぼと)	弁護士が、専門的な法律の相談に応じます。 (1人20分。先着8人まで)	湖西市社会福祉協議会 TEL.053-525-6667
司法書士 相談 ^②	9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。先着8人まで)	湖西市社会福祉協議会 TEL.053-525-6667
空き家に 関する相談	月～金 8:30～17:15	市役所都市計画課	空き家の維持管理、利活用、処分などの相談に応じます。ウェブ予約ができます	都市計画課 TEL.053-576-3117 FAX.053-576-1897

②…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

### アマモ場生きもの観察会！

浜名湖の小さな生き物たちのゆりかご「アマモ場」を観察しませんか？

**とき** 8月3日(土) 13:00～16:00

(小雨決行)※荒天時翌日に延期

**ところ** 南海荘(浜松市中央区村櫛町5750)

**対象者** 市内在住の小学生と保護者

**持ち物** 水着、着替え、マリンシューズなど

**参加料** 5組10人※小学生1人に対して保護者1名

**申し込み** 7月3日(水)までに二次元コードから

**問い合わせ先** 環境課 TEL.053-576-1141



### 親子であそぼう！(親子ダンス)

親子でダンスを楽しみましょう♪

**とき** 8月17日(土) 9:45～11:15(受け付け9:30)

**ところ** 新居体育館

**対象者** 市内在住の2歳以上の未就学児とその保護者

**定員** 先着12組 **参加料** 無料

**申し込み** 7月17日(水)から8月6日(火)までに上記二次元コードから

**問い合わせ先**

スポーツ・生涯学習課 TEL.053-576-4793



### はつらつセミナー「シニアの運動講座」

加齢による身体機能の変化に対応する筋力増強訓練・バランス運動について、実際に体を動かしながら学びませんか？

**とき** 7月25日(木) 10:00～11:30

**対象者** 市内在住で65歳以上の人(介護サービス利用者は、申込時に要相談)

**申し込み** 7月18日(木)までに問い合わせ先に電話または直接申し込み

**講師** 山本喬大氏 **参加料** 無料

**持ち物** 水またはお茶、タオル

**その他** 健康マイレージ2P対象

**ところ・問い合わせ先** はつらつセンター  
TEL.053-578-1118(月曜休館)



### デカスポテニス体験会

湖西発祥のデカスポテニスを体験してみませんか？

詳しくは

**とき** 7月20日(土) 9:00～11:30 **こちら▶**

**ところ** アメニティプラザ メインアリーナ

**対象者** ・小学生または中学生と保護者のペア

・中学生同士のペア **参加料** 無料

**申し込み** 7月4日(木) 9:00から7月17日(水) 17:00

までに二次元コードから

**問い合わせ先** スポーツ・生涯学習課

TEL.053-576-8560 FAX.053-576-1237



### 介護者交流会“あいあい”を開催

介護者交流会“あいあい”は、介護の悩みなど介護者同士が自由に語ることができる場です。お気軽にご参加ください。

**とき** ①6月26日、②8月28日、③10月23日、④12月25日、⑤2月26日(偶数月第4水曜)13:30～15:30

**ところ** 特別養護老人ホーム湖西白萩

**対象者** 高齢者を介護している人、介護経験がある人

**その他** 申し込みは不要

**問い合わせ先** 湖西市地域包括支援センター湖西白萩  
TEL.053-573-2050



### 創業スクール 参加者募集

創業の心構え、資金の借り方、利益計画の考え方、マーケティングなどについて学び、ビジネスプランを作成する全5回の講座です。

**とき** 7月3日、10日、17日、24日、31日(全て水曜) 18:30～21:00

**対象者** 創業したい人、創業して3年以内の人、創業に興味のある人

**申し込み** 右の二次元コードから

**問い合わせ先** 湖西市商工会 TEL.053-576-0637



### あのお仕事の話が聞きたい！ マイライフ・トークショー開催！

性別による職業の壁を超えて活躍する女性ボートレーサー、女性消防士、男性保育士によるトークイベントです。うなぼんも来るよ♪

**とき** 8月15日(木) 第1部 12:25～12:45、第2部 13:20～13:40 ※時間が前後する可能性があります。

**ところ** 浜名湖ボートレース場 アトリウムステージ  
**入場料** 15歳以上100円。ただし、市ウェブサイトや市内公共施設などで配布している入場券を中央門で提示すると入場無料です。詳しくはウェブサイトをご確認ください。

**問い合わせ先** 市民課 TEL.053-576-1213





## 夏休みゲームプログラミング教室

プログラミングソフト「スクラッチ」を使ってアクションゲームを作ろう！ 初心者向けと経験者向け2つの教室から選べます。

**とき** 7月24日(水)

①10:00～11:45、②13:30～15:45

**ところ** 湖西地域職業訓練センター

**対象者** 市内在住の小学生①主に低学年、②主に高学年

**内容** ①宇宙シューティングゲームを作ろう(初心者向け)、②深海ダイビングゲームを作ろう(経験者向け)

**定員** 各回12人

**申し込み** 7月5日(金)までに二次元コードから  
※応募多数の場合は抽選

**その他** 保護者は教室終了30分前から見学できます。

**問い合わせ先** モノづくり推進室  
TEL.053-576-0018



## レク楽のひろば ゲームで防災体験！

災害にあったときの避難生活を避難所運営ゲームで考えてみませんか？

**とき** 7月17日(水) 19:00～21:00

**ところ** 湖西高校湖風館

**持ち物** 筆記用具、マスク、上履き

**定員** 15名 **参加料** 無料

**申し込み・問い合わせ先** レク楽の会 服部隆宏  
TEL.090-2774-4239 FAX.053-594-4555



## 中小製造業のDXとAIセミナー

今注目のDXやAI技術を中小製造業者などが導入する際のポイントや活用事例、将来的な可能性について分かりやすく解説します。



**とき** 7月24日(水) 13:30～16:00

**ところ** 湖西地域職業訓練センター

**対象者** 中小企業者、DXに関心がある人など

**定員** 30人 **参加料** 無料

**内容** 講演「中小企業のDXとAI活用のポイント」、製品・技術事例紹介

**申し込み** 7月19日(金)までにウェブまたはFAXから

**問い合わせ先** フォトンバレーセンター  
TEL.053-471-2111 FAX.053-471-2113



## (第11回) 講談&落語 in 表鷺津

日本の伝統芸能・講談&落語を一緒に楽しみませんか？

**内容** 神門久子氏による講談と喜六家清八氏による落語イベント

**とき** 7月6日(土) 14:00～15:30

**ところ** 表鷺津多目的ホール

**参加料** 500円(高校生以下無料)

**その他** 事前申し込み不要

**問い合わせ先** 表鷺津生涯学習推進懇談会  
TEL.090-1621-1487



## シラスカリフォルニア活動写真展示

白須賀地区でボランティア活動を行っているNPO法人シラスカリフォルニアの活動を紹介した写真を展示します。

**とき** 7月2日(火)～8月31日(土) 10:00～16:00

**ところ** おんやど白須賀 ※月曜休館

**入館料** 無料

**問い合わせ先** おんやど白須賀 TEL.053-579-1777



## 国保・後期高齢医療制度 (被保険者証の更新)

8月1日以降の新しい保険証(国民健康保険は藤色・後期高齢者医療は緑色)を、7月下旬までに郵送します。特定記録郵便を希望する人は、7月1日までにご連絡ください。

### 国民健康保険をお使いの皆様

令和6年8月1日までに70歳を迎える人

▶7月末までに送付します。

令和6年8月2日以降に70歳を迎える人

▶今回更新する被保険者証の有効期限は、70歳の誕生日末日までです。

「国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証」については、誕生月中に送付します。

(1日生まれの人は、前月末までに送付)

**問い合わせ先** 保険年金課

国民健康保険▶ TEL.053-576-4585

後期高齢者医療▶ TEL.053-576-4530



▲国保



▲後期  
高齢者

## HPVワクチンのキャッチアップ接種終了

公費(原則自己負担なし)でHPV(子宮頸がん)ワクチンのキャッチアップ接種ができるのは、令和7年3月末までです。

**対象者** 下記①と②の両方を満たす女性

①平成9年4月2日～平成20年4月1日生まれ

②過去、HPVワクチン接種を3回受けていない

**注意事項** 標準的な接種間隔の場合、接種完了までに6カ月以上かかります。

3回の接種を公費で受けるためには、9月までに1回目の接種を受ける必要があります。

**その他** 対象となる人へ令和4年8月に予診票を送付しています。

**問い合わせ先** こども未来課

TEL.053-576-4794



## 総合集団検診の予約受付開始

総合集団検診の予約を開始します。

### 予約期間

【9月検診分】6月27日(木)～7月12日(金)

【10月検診分】6月27日(木)～8月14日(水)

※土日祝日は除く



▲申込み  
フォーム

検診日	会場	検診内容
9月10日(火)	健康福祉センター	特定健診
9月14日(土)		国保U-39健診
9月17日(火)		健康ミニチェック 胃がんX線検診 大腸がん検診
10月15日(火)	新居地域センター	乳がん検診
10月16日(水)		子宮頸がん検診 前立腺がん検診
10月21日(月)	健康福祉センター	肝炎ウイルス検診 胸部検診

※時間は全て午前中(正午までに終了)

※先着順で定員になり次第終了

**注意事項** 大腸がん検診は単独で受診することができません。後期高齢者健診はこの総合集団検診の対象外です。

**申し込み** 電話、窓口または二次元コードから

**申込先・問い合わせ先**

健康増進課 TEL.053-576-1114

## 税・その他

### 公文書の開示などの実施状況

令和5年4月1日から令和6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などの実施状況をお知らせします。

区分			件数
公文書開示	請求		330
	請求に対する 決定内容	開示(部分開示を含む)	323
		不開示	5
		却下	2
	不服申立て		1

**問い合わせ先** 総務課 TEL.053-576-1698



## 令和6年度 銃砲刀剣類登録審査会

新たに銃砲刀剣類を発見し所持する場合は、登録が必要です。

**とき** ①7月30日(火)、②令和7年1月21日(火)

受付 9:30~12:00、13:10~16:00

**ところ** 静岡県浜松総合庁舎9階901会議室

**その他** 銃砲の登録ができるのは②のみです。

**問い合わせ先**

静岡県スポーツ・文化観光部 文化財課  
TEL.054-221-3169



## 見え方が気になる 乳幼児~大人の相談

眼疾患のあるお子さんの子育ての相談、眼疾患などがあるために、日常生活や学校生活で見え方による悩みがある人の教育相談に応じています。教育相談はどなたでも相談可能です。また、見えにくいことで、就職や進学、仕事でお悩みの人のために、専攻科の入学相談を行っています。入学すると3年間で、あん摩マッサージ指圧師およびはり師、きゅう師になるための国家試験受験資格が取得できます。

**入学相談の対象**

①か②いずれかに該当する人。

①高校卒業資格(見込み)があり、矯正視力が0.3未満か、0.3以上で視野異常などの障害がある

②進行性の眼の疾患で将来視覚障害になる可能性がある

**入学試験** 令和7年3月上旬

**願書配布** 令和7年1月上旬

**その他** 相談は無料です。詳しい内容については、お電話でお問い合わせください。

**問い合わせ先**

静岡県浜松視覚特別支援学校

▶教育相談：教育支援相談課 教育相談係

▶専攻科入学相談：高等部専攻科 入学相談係

TEL.053-436-1261(平日9:00~16:30)

## ボートレース浜名湖冠協賛募集!

ボートレース浜名湖で開催される「創刊70周年記念中日スポーツ後援 湖西市長杯争奪戦 黒潮杯」のレースにタイトル名をつけて観戦しませんか?

**対象レース** 8月10日(土)から8月15日(木)までの6日間 72レース

**協賛特典** 冠レース映像DVD、オリジナルクオカード500円分、ロイヤルルーム入場券2枚、一般席入場券2枚、湖西市オリジナルグッズ

**協賛金** 1レース現金1万円、優勝戦現金3万円

**申し込み** 7月25日(木)までに右のウェブサイトから

**その他** 協賛金は市の地震・津波対策などに活用されます。

**問い合わせ先**

ボートレース浜名湖宣伝課 冠協賛レース担当

TEL.053-594-7116

(ボートレース浜名湖開催日10:00~17:00)



## 令和6年度 静岡県下水道排水設備工事 責任技術者試験実施

静岡県内で公共下水道に接続する排水設備工事をを行う工事店に義務付けられている静岡県下水道協会登録の下水道排水設備工事責任技術者試験を実施します。

**受験願書配布** 7月1日(月)~

**受験申込期間** 7月16日(火)~7月31日(水)

**受験手数料** 7,000円

**その他** 9月19日(木)に受験に関する講習会を実施します。希望される人は、受験と併せてお申し込みください。

**試験・講習会場** 静岡商工会議所静岡事務所開館(静岡市葵区)

**申込先・問い合わせ先**

下水道課 TEL.053-574-2211

静岡県下水道協会 TEL.054-251-2870

# 図書館だより

Library  
Information

中央図書館 TEL.053-576-4351 FAX.053-576-1100  
新居図書館 TEL.053-594-3155 FAX.053-594-3604



7月

開館時間

9:30~18:30

中央図書館休館日

1、8、16、22、29日

新居図書館休館日

2、9、16、23、30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			

## おはなし会 (10時30分~11時)

### ちいさい子向け (3歳ぐらいまで)

中央図書館 4日(木)、18日(木)

新居図書館 11日(木)

### 幼児、小学生向け

中央図書館 6日(土)、13日(土)、27日(土)

新居図書館 6日(土)

### ブックスタート 「子育て応援情報」(16ページ)をご覧ください。



## 新着本

湖西市立図書館ウェブ  
サイトをご覧ください▶



## お知らせ

### ★夏休みは図書館へ行こう！

図書館では、夏休みにさまざまなイベントを企画しています。夏休みの宿題に役立つ本も用意していますので、ぜひ来館ください。

#### 中央図書館

##### ●わくわくデー 7月20日(土)

▶夏休みチャレンジクイズ  
7月20日(土)~8月31日(土)

▶おはなし会スペシャル

▶リサイクル本の無料配布

#### 新居図書館

##### ●夏のおはなし会 7月31日(水)

##### ●夏休みスタンプラリー

7月20日(土)~8月31日(土)

※詳しい内容は、館内掲示やウェブサイトをご覧ください。



### 貸し出し登録の手続きは電子申請が便利！

図書館や、電子図書館の本を借りるときに必要な「貸し出し登録」に関する手続きは、オンラインでも受け付けています。

【電子申請でできること 新規登録、有効期限の更新、住所・電話番号の変更 ほか】

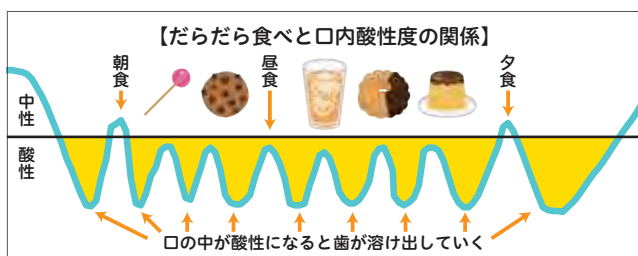
## 毎月1日は「こさい健康の日」

問い合わせ先 健康増進課

TEL.053-576-1114 FAX.053-576-1150

### むし歯とおやつの食べ方の深〜い関係！？

みなさんは、おやつを食べる時間を決めていますか？ たくさんは食べないけれど、あめ玉1つ、チョコレート1粒、ジュース1口など、**いつも何かを口に入れていませんか？ 実はこれが歯の健康に良くありません！** 食べ物と口の中の関係を見てみましょう。



口内は元々中性ですが、食べ物を食べると口の中が酸性になり、歯のエナメル質からカルシウムなどのミネラルが溶け出していきます

す(脱灰)。口の中に食べ物がない状態になると、唾液の力で口の中が中性に戻り、唾液に含まれるカルシウムなどのミネラルが歯のエナメル質に与えられ、歯が修復されます(再石灰)。

三度の食事やおやつを食べる時間にメリハリをつけて口の中を中性にする時間を作り、むし歯予防に努めましょう。



皆さん、見に来てください

### 「歯と口の健康週間」ポスターを展示します

ポスターコンクールに応募された、市内の園や小中学校のみなさんの優秀作品を展示します。

とき 7月9日(火)まで(9:30~18:30)

ところ 湖西市立中央図書館ロビー(月曜休館)



## 今年も5月31日「こさいの日」 うなぽんソングも誕生！

5月31日は「こさいの日」！市制50周年を契機に宣言して2年が経ちました。今年の湖西市表彰では地方自治や社会福祉など5名の方々を表彰。長年のご功労、本当にありがとうございます。

また市内の幼稚園、こども園では、うなぽんのお誕生日会を行って頂きました。公募により選ばれたsatoriさん作詞作曲による公式ソング「にじをみにいこう」を誕生日に合わせてお披露目。知波田幼稚園、しらゆりこども園に加え、YouTubeでは微笑こども園、おかさきこども園の皆さんに楽しく歌って踊って頂き、ありがとうございます！湖西市ふるさと大使、STARMARIEの中根もにゃさんも駆けつけ、子どもたちと一緒に披露目頂きました。浜名湖花博の湖西市ステージや、STARMARIEライブでもご披露させて頂き、これから市民多くの方に愛され、また市外の方にも湖西市の魅力を発信していきます。



▲湖西市ステージを盛り上げるSTARMARIEとうなぽん

こさいの日の翌日には、新居図書館が大正13年6月1日、新居関所に誕生してから100歳を迎えました。こちらもpomocoloによる箏とフルート、うなぽん、作者の稲空穂さん、記念ロゴや菜とともに沢山の皆さんでお祝い頂き、ありがとうございます。

さて最近、市内で建物火災が半月で5件と多発、枯れ草火災も発生しています。同報無線などでも注意喚起しており、原因はタバコや配線などさまざまですが、改めて火の元の確認をお願いいたします。

6月16日、浜名湖花博2024が閉幕します。湖西市の海湖館や浜名港と浜名湖ガーデンパークを繋ぐ舟運は、約1,100名と多くのご利用、ありがとうございました。引き続き、水路めぐりなどを継続し、舟運による観光振興を行っていきます！

湖西市長

影山剛士

### ■7月の休日救急当直医(9:00~17:00)

7日 大久保小児科内科クリニック (小/内/アレ) TEL.053-594-7311	14日 西湖西整形外科 (整/リハ/リウマチ) TEL.053-522-7001
15日 新所原医院 (耳/皮/内/小/気管食道) TEL.053-577-0112	21日 榛名医院 (内/循) TEL.053-578-1092
28日 こいで整形外科・皮膚科 (整/リハ/リウ/皮/アレ) TEL.053-575-1080	

### 休日救急当直医についてのお知らせ

- 担当医が変更になる場合があります。受診前に必ず電話をしてから受診しましょう。
- 市立湖西病院および浜名病院では365日24時間体制で救急医療業務を実施しています。
- 最新の情報は、市ウェブサイト(右の二次元コード)でご確認ください。



### 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、自動的に同報無線が放送されます。

### 同報無線テレホンサービス▶TEL.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で、同報無線の内容を確認することができます。

### ■市のようす ※外国人を含む

令和 6 年 5 月末現在の人口など		前年同月末数	令和 6 年 5 月の異動者数	
■ 人口	57,755 人	58,251 人	■ 転入	204人
■ 男	29,823 人	30,008 人	■ 転出	239人
■ 女	27,932 人	28,243 人	■ 出生	21人
■ 世帯数	25,307世帯	25,102世帯	■ 死亡	58人

### 広報こさいのご感想をお待ちしています

右の二次元コードから入力してください。

※個別に回答はできません。

※匿名での投稿が可能ですが、誹謗中傷などはお控えください。



### 編集後記

うなぽんのテーマソングは一般公募から公開まで多くの方にご協力をいただき、皆さんにお披露目できました。ご応募いただいた方々をはじめ、関係者の皆様に感謝申し上げます。うなぽんをきっかけに、湖西市と多くの方が「つながる」ことを願っています。(T・M)

最後まで  
お読みいただいた  
皆さんへ

## 4/27 いろんな湖西を“体感”



湖(うみ)の見えるマルシェが今切体験の里 海湖館で開催されました。当日ははっきりしない空模様でしたが約1,000人が来場し、会場では地場製品の販売、市内企業によるエコカー展示、自転車発電ラジコンカー体験、溶接体験、陶芸体験などいろいろな湖西を“体感”でき、にぎわいを見せていました。新居の水路を巡る遊覧船体験では、船上から新居の町並みと浜名湖の景色を楽しめました。

## 5/9 消防車の前でポーズ！



鷺津幼稚園の年長児が、消防署の見学に訪れました。消防服を着て消防車の前で写真撮影をしたり、消防職員による放水訓練を見学したりして消防士の仕事を学びました。園児たちは放水の勢いにびっくりしながらも、消防士に「がんばれ～」と大きな声で声援を送っていました。



## 5/12 発明クラブ 開講式



▲発明クラブ員の目標を宣誓する児童

湖西少年少女発明クラブの令和6年度開講式が豊田佐吉記念館で行われました。同クラブは、豊田佐吉翁の「報恩・創造」の精神を引き継ぎ、想像力豊かな子どもたちの育成を目指そうと設立され、今年度で48年目を迎えます。今年度は過去最多の118名の小中学生が入会しました。参加した小学生の一人は、「ロボットを作りたいので、プログラミングを勉強したい」と意気込んでいました。一年間、子どもたちは指導員の下でさまざまな工作に挑戦し、モノづくりの楽しさ、仲間と協力して努力することの大切さを学びます。

## 5/21 戦没者追悼式



戦没者追悼式が健康福祉センター(おぼと)で行われ、遺族および市関係者ら55名が出席しました。全員で黙とうをささげた後に献花を行い、平和への決意を新たにしました。

