

広報

# ふくろい

平成20年

1.15

No.68

2008

人も自然も美しく 活力あふれる 日本一健康文化都市

今月の内容

まちかどピックアップ	2	情報ボックス	7
健康ガイド	4	おでかけスポット「わいわいフェスティバル」	12
2月の夜間・休日の救急当番医	6		



「世界に一つだけの寄せ植え」

寄せ植え教室

## 健脚競うマラソン大会

12月9日、エコスタジアムを発着点に、「袋井クラウンメロンマラソン大会」が行われました。  
市内はもちろん、県内外から3,000人を超える健脚ランナーが参加。フルマラソン、10キロ、3キロ、2キロ

ベアの部門に分かれてタイムを競いました(上位入賞者については、本紙情報ボックス9ページをご覧ください)。出場した皆さんは、沿道の声援を受けながら、さわやかに袋井のまちを力走しました。



## おもてなしの心を実践

12月8日・9日、袋井商業高校で「袋井シヨップ」が開店し、たくさんのお客さんでにぎわいました。  
校舎をデパートに見立て、各クラスごとに仕入れた商品を販売。生徒たちは、授業では学べない体験を通して、

商売の楽しさや大変さ、おもてなしの心とは何かなどを感じていました。  
今後、袋井シヨップは地域の企業や商店と連携を深めながら、成長していきます。今年は、12月6日(土)・7日(日)に開催する予定です。



## 交通事故に気をつけてね!

12月14日、年末の交通安全運動に合わせて、市内各所で交通事故を減らすための運動が行われました。  
浅羽東地区では、市交通安全会連合会の皆さんが高齢者のお宅などを訪問し、靴にはる反射材のシールや交通安



全を呼び掛けるちらしを配布。浅羽東幼稚園の園児たちは、自動車を運転する皆さんに手作りのマスコットをプレゼントし、「スピードを出さないでね」と安全運転を呼び掛けました。



## 水中で華麗な舞い

12月8日、月見の里学遊館水玉プールで、オリンピックメダリストの藤井来夏さん率いるライカエンターテイメントの皆さんによる「シンクロショー」が行われました。  
プールサイドには、200人を超える観客が詰め掛け、華麗な水中の演技を堪能。会場の皆さんは、間近で見ることが出来るシンクロショーの美しさと迫力に魅了されていました。



## 息ぴったりのダンス披露

12月16日、月見の里学遊館うさぎホールで「月見の里ダンスフェスティバル」が行われました。  
市内外で活動する31グループ386人が参加し、日ごろの練習の成果を披露。ジャズダンスやヒップホップ、フ



ラメンコやフラダンス、健康づくり体操などバラエティに富んだダンスを笑顔で踊りました。  
会場の皆さんは、華麗なパフォーマンスに魅了され、体リズムを取ったり、声援を送ったりしていました。





# 健康ガイド

## お正月太りを解消しよう！

お正月に飲んで食べて、暖かい部屋で過ごすしていたら、いつの間にか体重が増えていた。そんなお正月太りの経験はありませんか。

早く手を打つほど体重は戻りやすいので、食べ過ぎてしまったつけを払う気持ちでお正月太りを解消しましょう。

### ついた体脂肪を1kg減らすには

体脂肪1kgは、実は約7,000キロカロリーにもなります。これは体重60kgの方の場合、23時間休まずに走り続けないと消費できない熱量です。

ついでしまった体脂肪を一度に減らすのは難しいので、例えば、1日に200キロカロリーずつ減らすようにすれば、35日間で1kg減量できる計算になります。

食事だけで減らそうとすると、大切な筋肉まで落ちてしまいます。そこで、食べる量を普段より100キロカロリーずつ減らし、残りの100キロカロリーを運動で消費するようにしてみましょう。こうすれば、1日200キロカロリーを毎日無理せず減らしていくことができます。

### 摂取カロリーを減らすには

お正月についてつい食べ過ぎてしまつ「おもち」ですが、実は1個(45g)で約100キロカロリーあります。これは御飯茶わん半分(65g)と同程度のカロリーです。

こたつに入りながら、ついだらだらと食べてしまうという方もいるかと思いますが、まずは普段食べている食品のカロリーを知り、習慣的に食べている量を減らしてみましよう。

### 100キロカロリーの食品の目安

アーモンドチョコ 4粒	おもち1切れ (45g)
ジュース 250ml	御飯茶わん半分 (65g)
ビール 250ml	みかん 大2個

### 体を動かして上手に脂肪を燃やそう！

効果的に脂肪を燃やすには、ウォーキングなどの有酸素運動が効果的です。ただし、冬場は、暖かい部屋から急に外に出ると血圧が急激に上がってしまい危険です。外に出る時には、気温に合わせて脱ぎ着しやすい重ね着をしましょう。

運動を始める前には十分なウォーミングアップを行い、身体や筋肉を運動できる状態にしましょう。

### 100キロカロリー消費できる運動量の目安

普通歩き	60分
速歩	35分
ジョギング	12分
ラジオ体操	25分



## クッキングタイム

毎月19日は食育の日

### お花畑サラダにチャレンジ ブロッコリーとカリ フラワーの卵サラダ

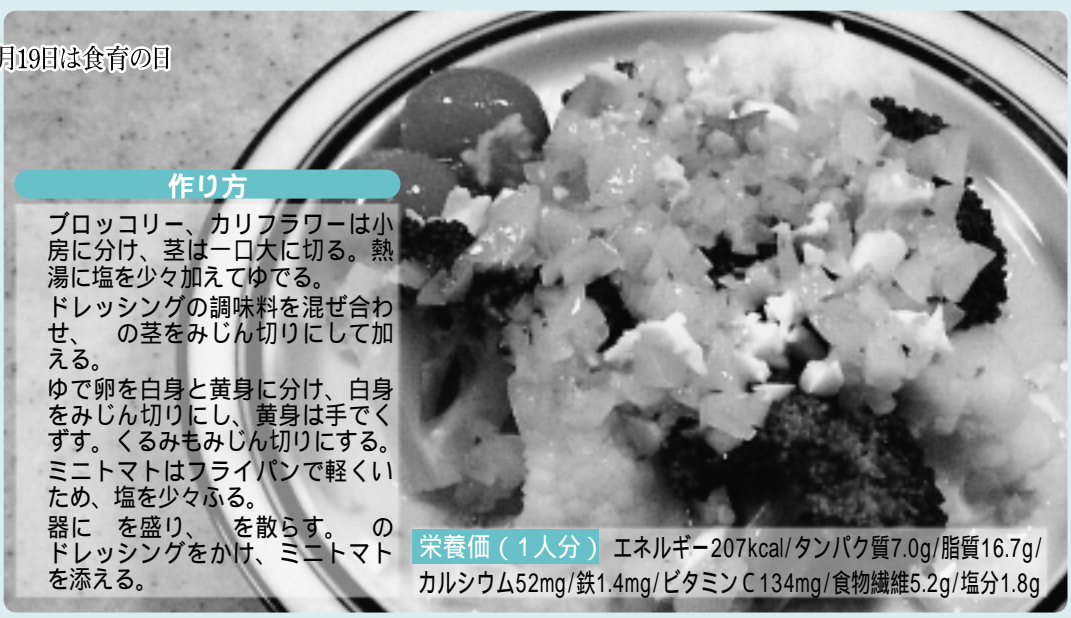
#### 材料(4人分)

- ブロッコリー.....1個
- カリフラワー.....1個
- ゆで卵.....1個
- くるみ.....4個
- ミニトマト.....8個
- サラダ油.....適量
- 塩.....少々
- ドレッシング
- ワインビネガー...大さじ1・1/2
- オリーブオイル...大さじ3・3/4
- 塩・こしょう.....少々

#### 作り方

ブロッコリー、カリフラワーは小房に分け、茎は一口大に切る。熱湯に塩を少々加えてゆでる。  
ドレッシングの調味料を混ぜ合わせ、の茎をみじん切りにして加える。  
ゆで卵を白身と黄身に分け、白身をみじん切りにし、黄身は手でくずす。くるみもみじん切りにする。ミニトマトはフライパンで軽くいため、塩を少々ふる。  
器にを盛り、を散らす。のドレッシングをかけ、ミニトマトを添える。

栄養価(1人分) エネルギー207kcal/タンパク質7.0g/脂質16.7g/カルシウム52mg/鉄1.4mg/ビタミンC134mg/食物繊維5.2g/塩分1.8g



# 2月の健康伝言板



問申 健康づくり政策課 (袋井保健センター ☎42-7275)  
(浅羽保健センター ☎23-9222)

内容	対象	日	所	時	持ち物
7か月児相談	H19年6月生 6・7月生	5日(火) 28日(木)	袋井保健センター 浅羽保健センター	受付午前9時～9時30分	母子健康手帳、相談アンケート、メロンキッズ
1歳児相談	H19年1月生	14日(木)	袋井保健センター	受付午前9時～9時30分	母子健康手帳、相談アンケート、メロンキッズ
1歳6か月児健診	H18年7月1日～15日生 7月16日～31日生	1日(金) 15日(金)	袋井保健センター	受付午後1時～1時30分	母子健康手帳、健診アンケート
2歳児相談	H17年12月・H18年1月生 H18年1月生	6日(水) 20日(水)	浅羽保健センター 袋井保健センター	受付午前9時～9時30分	母子健康手帳、相談アンケート
2歳6か月児相談	H17年7月生 H17年6・7月生	13日(水) 27日(水)	袋井保健センター 浅羽保健センター	受付午前9時～9時30分	母子健康手帳、相談アンケート
3歳児健診	H17年1月1日～15日生 1月16日～31日生	8日(金) 22日(金)	袋井保健センター	受付午後1時～1時30分	母子健康手帳、健診アンケート、尿
マタニティスクール(母乳編)	妊娠20週以降の方 要予約	19日(火)	袋井保健センター	受付午後1時15分～1時30分	母子健康手帳、わくわくマタニティ、筆記用具
母乳相談	要予約	4日(月)	袋井保健センター	受付午前8時45分～11時15分	母子健康手帳、タオル2本
離乳食実習	4～6か月児の保護者	21日(木)	袋井保健センター	受付午前9時15分～9時30分	エプロン(お子さんを連れてくる方はオムツやミルク、おぶいひもなど)
すこやかガイド交付	H19年12月生	18日(月) 25日(月)	袋井保健センター 浅羽保健センター	受付午前9時15分～9時30分	母子健康手帳、アンケート
でんわ健康相談	どなたでも	月～金曜日 (祝日は休み)	袋井保健センター 浅羽保健センター	受付午前8時30分～午後5時15分	
定例健康相談(母子)	どなたでも	7日(木)	袋井保健センター	受付午前9時30分～11時	母子健康手帳
定例健康相談(成人)	どなたでも	7日(木)	袋井保健センター	受付午前9時30分～11時	健康手帳または、健康ファイル
公民館・地区保健室	どなたでも	13日(水)	今井公民館 宇刈いきいきセンター	午前9時30分～11時30分	健康手帳または、健康ファイル
予約制の健康相談	要予約	毎週火曜日	袋井保健センター	午後1時30分～4時30分	健康手帳または、健康ファイル (1人当たり1時間程度)
		5日(火)	袋井保健センター	午後1時30分～4時30分 午後5時30分～7時30分	

## 保健センターからのお知らせ

基本健康診査を受けましたか？ 年に1度は自分の体をチェックしましょう！

自分の健康状態を知ることができる健康診査。あなたは定期的に受けていますか？

65歳以上の方は基本健康診査に加え、生活機能評価を行うため、今年度は2月29日(金)まで受診できます。男性は前立腺がん検診も同時に受診できます。

日 2月29日(金)まで

所 契約医療機関

対象 市内在住の65歳以上の方(平成19年12月31日現在)で、平成19年度に基本健康診査、総合検診を受診していない方

内容 問診、身体測定、医師の診察、血圧測定、尿検査、血液検査、心電図、眼底検査(医師の指示があった場合)など

費用 基本健康診査...2,700円 前立腺がん検診...1,000円(老人医療受給者証をお持ちの方、市民税非課税世帯で無料券をお持ちの方は無料)

持ち物 受診票、保険証、健診費用、老人医療受給者証または、無料券(お持ちの方)

申込方法 受診票をお持ちの方は、健診希望日などを医療機関へ予約してください。受診票をお持ちでない方は、健康づくり政策課健康指導1係へ電話で氏名、生年月日、電話番号を申し込み、受診票を受け取った後、医療機関へ予約してください。

市民税非課税世帯の方は、健診日の1週間前までに、健康づくり政策課健康指導1係へ電話で氏名、生年月日、電話番号をお申し込みください。無料券を郵送します。

問申 健康づくり政策課健康指導1係 ☎42-7275



## 2月の夜間・休日の救急当番医

健康づくり政策課健康企画室 ☎44-3138

市民病院は、祝日を除く月～金曜日の午後5時～10時は、手術や入院治療を必要とする二次救急に専念します（土・日曜日、祝日は、24時間体制で一・二次救急医療を実施）。

発熱や軽度のけがなどの一次救急医療は、救急当番医をご利用ください。

救急診療を受ける時は、必ず電話で症状などを当番医に連絡してから受診してください。

夜間・休日救急当番医（月～金曜日...午後5時～午後10時、土曜日...午後1時～午後5時、日曜日・祝日...午前9時～午後5時）

日	曜日	内科系医療機関	電話番号	外科系医療機関	電話番号
1	金	諸井医院(小児、内)	43-8611	井原外科医院(外、胃腸、内、皮膚)	42-5601
2	土	志村内科医院(内、呼吸器、小児)	44-1159	下出耳鼻咽喉科医院(耳鼻咽喉)	42-3055
3	日	山名診療所(内、リウマチ、循環器、消化器)	49-1331	川島整形外科医院(整形、リウマチ、リハビリテーション)	42-3555
4	月	河野内科医院(内、放射線)	42-2277	どい痛みのクリニック(麻酔、リハビリテーション)	45-1777
5	火	三木小児科医院(小児)	43-3797	みつはし医院(泌尿器、外)	43-1231
6	水	青葉こどもクリニック(小児、アレルギー)	41-0852	渡辺整形外科(整形、外、リウマチ、リハビリテーション)	43-7111
7	木	坂口医院(内、小児)	42-3423	清水医院(婦人、内、小児)	42-3600
8	金	永田内科消化器科医院(内、消化器)	43-2355	おのでらクリニック(眼、耳鼻咽喉)	30-1188
9	土	山名診療所(内、リウマチ、循環器、消化器)	49-1331	大草医院(皮膚、形成、アレルギー)	44-1112
10	日	河野内科医院(内、放射線)	42-2277	笠原産婦人科医院(産婦)	42-3616
11	月	野草こども診療所(小児、アレルギー)	48-5515	みつはし医院(泌尿器、外)	43-1231
12	火	いしづか小児科・内科クリニック(小児、内)	49-2099	川島整形外科医院(整形、リウマチ、リハビリテーション)	42-3555
13	水	橋本内科循環器科医院(内、循環器)	43-9555	可睡の杜レディースクリニック(婦人科、産科)	49-5656
14	木	山名診療所(内、リウマチ、循環器、消化器)	49-1331	でんだ整形外科(整形、外、リハビリテーション、リウマチ)	49-3311
15	金	神谷医院(内、循環器)	23-4019	おのでらクリニック(眼、耳鼻咽喉)	30-1188
16	土	旭日小児科医院(小児、内)	43-3080	下出耳鼻咽喉科医院(耳鼻咽喉)	42-3055
17	日	永田内科消化器科医院(内、消化器)	43-2355	宮嶋耳鼻咽喉科(耳鼻咽喉)	43-7110
18	月	野草こども診療所(小児、アレルギー)	48-5515	みつはし医院(泌尿器、外)	43-1231
19	火	小野クリニック(内、呼吸器、消化器)	43-9833	せきづか皮膚科(皮膚、アレルギー、形成)	41-0011
20	水	志村内科医院(内、呼吸器、小児)	44-1159	渡辺整形外科(整形、外、リウマチ、リハビリテーション)	43-7111
21	木	徳永医院(内、小児、放射線、皮膚)	23-2017	可睡の杜レディースクリニック(婦人科、産科)	49-5656
22	金	山名診療所(内、リウマチ、循環器、消化器)	49-1331	栗田眼科医院(眼)	43-0120
23	土	旭日小児科医院(小児、内)	43-3080	大草医院(皮膚、形成、アレルギー)	44-1112
24	日	いしづか小児科・内科クリニック(小児、内)	49-2099	清水医院(婦人、内、小児)	42-3600
25	月	城所医院(内、消化器)	44-2323	どい痛みのクリニック(麻酔、リハビリテーション)	45-1777
26	火	諸井医院(小児、内)	43-8611	岩本外科医院(外、整形、胃腸、肛門)	23-6766
27	水	河野内科医院(内、放射線)	42-2277	宮嶋耳鼻咽喉科(耳鼻咽喉)	43-7110
28	木	山名診療所(内、リウマチ、循環器、消化器)	49-1331	でんだ整形外科(整形、外、リハビリテーション、リウマチ)	49-3311
29	金	永田内科消化器科医院(内、消化器)	43-2355	せきづか皮膚科(皮膚、アレルギー、形成)	41-0011

休日救急歯科当番医（午前9時～正午）

日	曜日	医療機関	電話番号
3	日	まきの歯科クリニック(袋井市浅名)	23-0130
10	日	たしろ歯科医院(袋井市高尾)	42-4010
17	日	磐田市立総合病院歯科口腔外科(磐田市大久保)	38-5000
24	日	鈴木(紳)歯科医院(磐田市中泉)	35-1234

## 市内の確定申告記載会場が変わります

☎ 税務課市民税係 ☎ 44-3109

### 市内の申告記載会場が3会場になります

市内の申告記載会場が、市役所3階301会議室、浅羽会館、月見の里学遊館の3会場となります。申告記載会場一覧をご覧ください、お間違えのないようお越しください。

確定申告期間 2月18日(月)～3月17日(月)(土・日曜日は除く)  
受付時間 午前の部...午前9時～11時

午後の部...午後1時～3時30分

会場が混雑した場合、入場制限をする場合がありますので、ご了承ください。

受付番号札は配布しません。

申告書等は自分で作成していただきます。市職員は、申告書等の作成・記入に関するアドバイスを行います。

< 市内申告記載会場一覧 >

日	会場
2月18日(月)～ 2月29日(金) (土・日曜日は除く)	市役所3階301会議室 浅羽会館2階2号会議室
3月3日(月) 4日(火) 5日(水)	市役所3階301会議室 月見の里学遊館1階
3月6日(木)～ 3月17日(月) (土・日曜日は除く)	市役所3階301会議室 浅羽会館2階2号会議室

### 磐田税務署申告書等記載会場もご利用ください

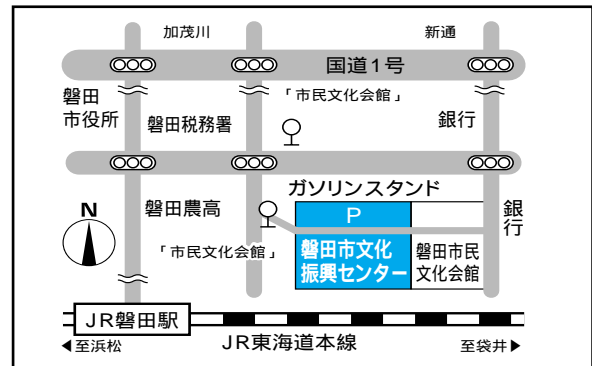
磐田税務署申告書等記載会場「磐田市文化振興センター」(右地図参照)では、市内申告記載会場と同様に税務署職員が申告書の作成、記入に関するアドバイスを行います。アドバイスに従い、自分で申告書などを作成してください。

< 磐田税務署確定申告書等記載会場 >

日 2月18日(月)～3月17日(月)(土・日曜日は除く)

受付時間 午前9時～午後5時

医療費控除などの還付申告については、当会場にて2月12日(火)からアドバイスをしています。混み合う前に申告を済ませましょう。



### 国税電子申告・納税システム「e-Tax」(イータックス)を利用しましょう

e-Taxは、自宅からインターネットを利用して、国税に関する申告・申請・届出ができるシステムです。所得税の確定申告が、国税庁ホームページ(<http://www.nta.go.jp>)「確定申告書等作成コーナー」から直接電子申告できます。

< e-Taxのメリット >

最高5,000円の所得税の税額控除を受けることができます(平成19年分または、平成20年分のいずれか1回)。

e-Taxを利用するためには、電子証明書(住民基本台帳カードなど)ICカードリーダーが必要ですが、住民基本台帳カードの電子証明書取得については、市役所1階市民課市民サービス係(☎44-3112)または、支所1階市民サービス課市民サービス係(☎23-9212)へお問い合わせください。

ICカードリーダーは、家電量販店などでご購入ください。

添付書類が提出不要です

医療費の領収書や源泉徴収票などは、記載内容を入力すれば提出は不要です。ただし、確定申告期限から3年間は、添付書類の提出または、提示を求められることがありますので大切に保管してください。

詳しくは、e-Taxホームページ(<http://www.e-tax.nta.go.jp>)をご覧ください。

## 児童手当の振り込みをご確認ください

2月は児童手当の支給月です。平成19年10月から平成20年1月分までの児童手当を指定の口座に振り込みます。



入金をお確かめください。

振込日 2月8日(金)

手当の額(月額)

3歳未満児 10,000円  
3歳以上児 第1・2子 5,000円  
第3子～ 10,000円

☎しあわせ推進課子ども係

☎44-3120

市民サービス課市民福祉係

☎23-9213

## 川村驥山物語 「天馬のように走れ」刊行

明治から昭和期、日本の書道界をリードした袋井市出身の川村驥山。生誕125周年を記念して川村驥山物語「天馬のように走れ」(202頁)を刊行しました。



中学生から一般向きです。

価格 1,575円(税込み)

購入方法 袋井商工会議所へ直接または、電話で住所、氏名、電話番号、冊数をお申し込みください。

☎☎袋井商工会議所 ☎42-6151

袋井市新屋1-2-1

## 子育てサポートキャラバン 「くるくる」が巡回中です

日程

日	所
2月1日(金)	浅羽東公民館
4日(月)	浅羽保健センター
5日(火)	今井公民館
6日(水)	三川公民館
7日(木)	浅羽西公民館
8日(金)	浅羽南公民館
13日(水)	袋井東公民館
14日(木)	宇刈いきいきセンター
15日(金)	浅羽東公民館

11日(月)建国記念の日、12日(火)は、休み。

時 午前10時～午後4時

対象 0歳～就学前のお子さんとその保護者

費用 無料

申し込みは不要です。直接、会場へお越しください。

上記以外の日程は、市ホームページ(<http://www.city.fukuroi.shizuoka.jp/>)をご覧ください。

☎明和第二保育園 ☎43-8488

しあわせ推進課子ども係

☎44-3120

## 平成20年度 入札参加資格審査申請を受け付けます

市役所が発注する工事の入札に参加するための申請を受け付けます。

対象 建設工事、測量・設計または、建設工事関係の委託業務を営む方など  
物品の販売・役務の提供などは登録制度をとっていません。

受付期間 2月1日(金)～29日(金)消印有効

提出書類 <一般建設業> 一般競争(指名競争)参加資格申請書(建設工事) 完成工事高表 工事経歴書 営業所一覧表 技術職員名簿 経営規模評価結果通知書・総合評価値通知書の写し(審査基準日が申請しようとする日の1年7か月以内であるもの) 建設業許可証明書の写し 法人...商業登記簿謄本 個人...代表者身分証明書 納税証明書 支店・営業所などに委任する場合は、委任状と受任者の身分証明書

は、全国統一様式または、国土交通省様式に記入してください。

～ はコピーでも構いません。

<測量、建設コンサルタントなど> 一般競争(指名競争)参加資格申請書(測量、建設コンサルタントなど) 測量等実績調書 技術者経歴書 営業所一覧表 登録者証明書の写し 法人...商業登記簿謄本 個人...代表者身分証明書 納税証明書 支店・営業所などに委任する場合は、委任状と受任者の身分証明書

～ は、全国統一様式または、国土交通省様式に記入してください。

はコピーでも構いません。

提出方法 市役所4階財政課契約管財係に持参または、郵送してください。

有効期間 4月1日(火)～平成21年3月31日(火)

詳しくは、市ホームページ(<http://www.city.fukuroi.shizuoka.jp/>)をご覧ください。

☎☎ 財政課契約管財係 ☎44-3102 ☎437-8666 袋井市役所

## 納税は安全・便利な 口座振替をお勧めします

市税などの納付は、安全・便利・確実な口座振替納付制度をご利用ください。

口座振替できる税目 市県民税(普通徴収) 固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税  
取扱金融機関 静岡銀行、スルガ銀行、清水銀行、みずほ銀行、磐田信用金庫、掛川信用金庫、静岡県労働金庫、遠州中央農業協同組合、ゆうちょ銀行

市外の店舗でも利用できます。

申込方法 口座振替を希望する方は、各金融機関へお申し込みください。

☎ 税務課徴税管理係 ☎44-3111

☎ 各金融機関



## エアロビックフェスティバル参加者募集

日ごろのエアロビックの成果を発表してみませんか。

日時 3月9日(日)午後2時15分～4時  
場所 市民体育館

対象 エアロビック愛好者ならどなたでも

定員 25チーム(先着順)

参加料 無料

内容 1チーム2分30秒以内の曲で発表(手具は使わないこと)

申込方法 市役所2階スポーツ推進課にある申込用紙に必要事項を記入して、お申し込みください。

申込受付 1月24日(木)～

☎☑スポーツ推進課スポーツ健康係  
☎44-3128

## ウォーキングキャラバンポイントカードを集めます

平成19年4月  
から市内13公民館を巡回



して行った「ふくろいウォーキングキャラバン6」。キャラバンで配ったカード(写真)のポイントが10ポイント以上になった方に、記念品を差し上げます。

<ポイントの数え方>

お住まいの地区の公民館の「ウォーキングキャラバン」に参加した場合...3ポイント

それ以外の公民館の「ウォーキングキャラバン」や「ふくろいツーデーウォーク」に参加した場合...1ポイント

提出方法 2月15日(金)までにカードに郵便番号、住所、氏名、電話番号を記入して、持参または、郵送してください。

提出場所 市役所2階スポーツ推進課  
☎☑スポーツ推進課スポーツ健康係  
☎44-3128

〒437-8666 袋井市役所

## お知らせ news



### クラウンメロンマラソン大会上位入賞者を紹介します(敬称略)

<フルマラソンの部> 総合優勝男子 長谷英孝(浜松市)2時間32分08秒  
総合優勝女子 長谷川真由美(愛知県)3時間10分58秒  
<10kmの部> 男子最高タイム 野村真司(愛知県)32分02秒  
女子最高タイム 河合さおり(浜松市)35分41秒  
<3kmの部> 男子最高タイム 高橋広(浅羽中)9分16秒  
女子最高タイム 石田凧帆(浜松市)10分38秒  
<ファミリーの部 2kmペア> 最高タイム 小野田忍・光貴(浜松市)7分10秒

市内出場者最高記録 カッコ内は出場部門。  
<フルマラソンの部> 75位(40歳以上男子27位)山崎貞雄  
<10kmの部> 5位(男子39歳以下5位)鈴木健司  
<3kmの部> 1位(中学生男子1位)高橋広  
<ファミリーの部 2kmペア> 10位 大場聖司・悠貴  
☎市スポーツ協会 ☎42-7714

### 介護給付費通知書を郵送します

2月下旬に、介護給付費通知書を郵送します。介護給付費通知書は、平成19年1月～12月の間に利用した介護サービス費の内訳が記載されています。

介護サービスを利用した方は、領収書と介護給付費通知書を見比べて、施設や事業所から請求された金額や内容に誤りがないかご確認ください。

☎いきいき長寿課介護保険係  
☎44-3152

## 「健康チャレンジ!!すまいる運動」12月の当選者発表

「健康チャレンジ!!すまいる運動」では、平成19年8月～平成20年1月までの間、提出された「すまいるカード」を抽選券として毎月20人に素敵な賞品が当たる抽選会を行っています。

12月の当選者は次の皆さんです。

鈴木隆三さん(睦町)、二俣秀子さん(清水町)、永田敦晴さん(大通)、鳥居恵子さん(菩提)、荒木重雄さん(神長南)、鳥居恵理子さん(本町)、寺田享市さん(山科下)、村松光夫さん(葵町)、福田有希さん(上貫名)、柴田照代さん(下貫名)、佐藤幸男さん(村松西)、石川とし江さん(川会)、土戸啓司さん(川会)、鈴木昌司さん(下区)、夏目京介さん(東区)、澤田哲さん(平宇)、山口周作さん(可睡の杜南)、久保田茉椰さん(春岡)、井上博之さん(浅羽南)、太田孝子さん(浅岡下)  
今回当選された皆さんには、賞品として「図書カード(3,000円分)」を差し上げます。おめでとうございます。

すまいるカードを提出して貯めたポイントは、公共施設利用券と交換できます。交換には、申請が必要で交換期限は2月29日(金)までです。

☎健康づくり政策課健康企画室  
☎44-3138

## 確定申告の電話相談は 確定申告テレフォンセンターへ

確定申告や贈与税の申告に関する電話での相談は、磐田税務署に電話を掛けて、自動音案内に従い「0」(確定申告テレフォンセンター)を選択してください。

国税に関することは「1」(電話相談センター)を、税務署からの照会やお尋ねまたは、職員にご用の方は「2」(税務署)を選択してください。

期間 2月1日(金)～3月17日(月)  
☎磐田税務署 ☎32-6111

## 講座 lecture



### 基礎から学ぶ ビジネスパソコン講習会

日 3月3日(月)~7日(金) 5日間  
時 午前10時~午後4時  
所 袋井・森地域シルバー人材センター(袋井市久能1287-1)  
内容 基礎からのワード  
対象 60歳代前半の方  
定員 20人(申し込み多数の場合は、選考)  
受講料 無料  
申込方法 電話で住所、氏名、年齢、電話番号をお申し込みください。  
申込締切 2月15日(金)  
☎(社)袋井・森地域シルバー人材センター袋井事務所 ☎43-1314

### すぐに役立つ 楽しく介護教室

介護の負担を少なくし、長続きできるコツを学びましょう。  
日 Aコース...2月12日(火)・26日(火)、3月4日(火)・15日(土)  
Bコース...2月16日(土)、3月1日(土)・8日(土)・15日(土)  
時 午後1時30分~3時30分(4回目は、午後4時まで)  
所 特別養護老人ホーム「<sup>ばんしょう</sup>萬松の里」(袋井市久能2914-4)  
内容 高齢者の疑似体験や介護実習、座談会など  
対象 市内在住・在勤で高齢者を介護している方や介護に興味のある方  
定員 各コース30人(先着順)  
受講料 無料  
申込方法 電話で住所、氏名、年齢、電話番号をお申し込みください。  
☎(市)いきいき長寿課長寿健康係 ☎44-3158

## 募集 recruitment



### 袋井B&G海洋センター エコバッグデザインコンテスト

エコバッグのデザインを考えて、みんなでエコ生活をしませんか。  
募集期間 1月15日(火)~2月10日(日)  
対象 小学生以下  
申込方法 袋井B&G海洋センターにある応募用紙にバッグのデザインと必要事項を記入して、お申し込みください。  
グランプリ、準グランプリを決定し、受賞者には記念品を贈呈します。  
グランプリ作品のデザインでエコバッグを作製します。  
☎(市)袋井B&G海洋センター ☎43-1523

### 広報広聴モニターを 募集します

市政や広報広聴事業についてのご意見、ご提言などをお寄せいただく「広報広聴モニター」を募集します。  
任期 4月~平成21年3月(1年間)  
内容 年に2・3回の会議、市政や広報広聴に関する通信、市議会の傍聴、公共施設巡りへの参加など  
対象 市内在住で市政・町政モニター経験がない20歳以上の方  
定員 13人(申し込み多数の場合は、調整します)  
申込方法 電話または、はがき、ファクスで住所、氏名、生年月日、職業、電話番号、自治会名、「広報広聴モニター希望」を記入して、お申し込みください。  
申込締切 2月8日(金)必着  
☎(市)秘書広報課広報広聴係 ☎44-3104 FAX44-3150  
〒437-8666 袋井市役所

### 市民病院の医療技術職員・看護師・助産師募集

募集職種 臨床工学技士、看護師、助産師  
募集人員 臨床工学技士...1人 看護師・助産師...10人程度  
対象 臨床工学技士...昭和52年4月2日以降に生まれ、臨床工学技士の資格があり、透析や心臓カテーテル検査に伴う機器操作の経験がある通勤時間30分以内の方 看護師・助産師...昭和42年4月2日以降に生まれ、看護師・助産師免許がある方(平成19年度中に国家試験を受験する方を含む)  
採用時期 平成20年4月  
試験日 臨床工学技士...2月25日(月) 看護師・助産師...随時  
試験会場 袋井市民病院  
試験方法 面接、教養試験、専門試験、小論文  
申込用紙の請求 市民病院管理課総務係で交付します。電話または、ファクスで請求する場合は、郵便番号、住所、氏名、電話番号、希望職種をお知らせください。市民病院ホームページから印刷して使うこともできます。  
申込方法 申込用紙に必要書類を添えて、市民病院管理課総務係へ持参または、郵送してください。  
申込締切 臨床工学技士...2月15日(金)消印有効 看護師・助産師...随時  
受付時間 午前8時15分~午後5時(土・日曜日、祝日は除く)  
詳しくは、市民病院ホームページ(<http://www.fukuroi-hospital.jp/>)をご覧ください。  
☎(市)市民病院管理課総務係 ☎43-2511 FAX43-5576  
〒437-0061 袋井市久能2515-1

**催し**  
event



## 多文化共生研修会

多文化共生の理解を深めるための研修会を行います。

日 2月14日(木)

時 午後2時～4時(開場午後1時30分)

所 アミューズ豊田ゆやホール(磐田市上新屋304)

講師 市町における多文化共生に関わる取り組み事例発表や多文化共生有識者による対談

対象 県西部地域にお住まいの方

定員 100人(先着順)

入場料 無料

申込方法 事前に電話または、ファクス、Eメールで住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

申込締切 2月7日(木)

☎④地域振興課協働共生推進係

☎44-3116 FAX43-2131

✉chiiki@city.fukuroi.shizuoka.jp

## ボランティアまつり

日時 2月3日(日) 午前10時～午後3時

場所 総合センター4階

内容 福祉に関する作文や絵の展示、ボランティア講演会など

直接会場にお越しください。

☎ 社会福祉協議会 ☎42-7914

## 編集後記

クラウンメロンマラソンの取材に出掛けてきました。厳しい寒さにもかかわらず、今年も多くのランナーが健脚を競い合いました。毎年、取材に行く度に来年こそは、フルマラソンに参加しようと思うのですが、未だ挑戦したことはありません。昨年は、けがをして以来、長距離を走るのが怖く、練習もままならない状態。以前は、1日10キロ近く走っていたものの、最近はずっと運動していません。まずは、体の調子を整え少しずつ体力を付けることが目の前の目標です。 「渡」

## 浅羽海岸植樹活動 グリーンウエーブキャンペーン

松林の再生に向けて、約1,300本の抵抗性クロマツを植樹します。美しい松林を次世代に継承するため、皆さん是非ご参加ください。

日 2月10日(日) 雨天決行

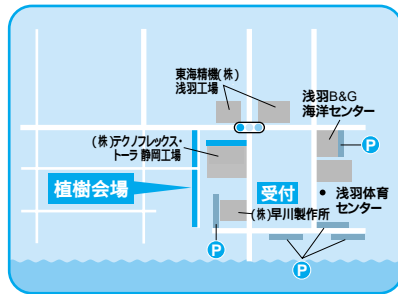
時 受付午前8時30分～9時

所 一般参加者...太郎助・西岡笠地内(地図参照)

ボランティア登録者...大野地内  
持ち物 タオル、軍手、スコップ(ある方)、雨具(雨天時)

申し込みは不要です。作業ができる服装でお越しください。

☎農政課農政企画係 ☎44-3133



## 市民ギャラリーの展示

読書感想文コンクール優秀作品展

期間 2月1日(金)～10日(日)

袋井市民読書感想文コンクールの特選者感想文と読んだ本などの展示をします。

子ども書き初め展

期間 2月11日(月)～20日(水)

市内小学生(3～6年生)の書き初め作品約100点を展示します。

袋井の四季「ほっとフォトコンテスト」入選作品展

期間 2月21日(木)～29日(金)

袋井市の風景や観光イベントなどを撮影した「ほっとフォトコンテスト」入賞作品写真を約60点展示します。

☎秘書広報課広報広聴係

☎44-3104

## 肝炎講演会

C型肝炎について学んでみませんか。

日 2月20日(水)

時 午後2時～4時

所 中遠総合庁舎西館2階204会議室(磐田市見付3599-4)

演題 正しく知ろうC型肝炎～C型肝炎の最新治療～

講師 小林良正医師(浜松医科大学医学部附属病院 肝臓内科診療副科長)

対象 どなたでも

定員 80人(先着順)

入場料 無料

申込方法 事前に電話で住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

申込締切 2月12日(火)

☎④西部健康福祉センター

健康増進課 ☎37-2253



### 表紙のことは

12月14日、月見の里学遊館でお正月用の寄せ植え教室が行われました。ハボタン、ピオラ、オタフクナンテン、ストック、ノースポールなど季節の花を使った寄せ植えづくりに挑戦！花の配置や色合い、組み合わせなど、一つとして同じ寄せ植えはなく、世界にたった一つだけの寄せ植えができました。

完成した寄せ植えは、家の玄関先などに飾られ、華やかな雰囲気でお正月を迎えました。

# おでかけスポット

男女共同参画推進事業  
「みんな輝こう！  
わいわいフェスティバル」

## 2/3(日) 誰もがいきいきと輝けるまちを目指して！

各団体の活動発表やステージイベント、落語家の古今亭菊千代さんによる講演と落語など、子どもから大人まで楽しめるイベントです。イベントに参加しながら、何かに気付いたり、新しい自分を発見したりして、男女共同参画について考えてみませんか。



節分に合わせて、豆まきも行います。家族や友達と一緒に、お出掛けください。

### ステージイベント(大ホール)

時間	内容
午前 9時30分	手話ソング(あさば保育園)
9時40分	よさこいソーラン踊り ・遠州ソーラン(浅羽町商工会女性部) ・TAKIOSソーラン(袋井中学校女子)
9時55分	開会 主催者あいさつ
10時05分	小学生による合唱(浅羽東小4年生)
10時30分	講演(女性の視点からの挑戦)
11時30分	落語
午後 0時15分	節分の豆まき

### その他のイベントや展示内容

健康づくり食生活推進協議会...どま  
ん中汁と鮭ごはんのサービス、1日  
350gの野菜展示 NPO法人ふぁみり  
あネット...活動パネル展示 浅羽町商  
工会女性部...どんきちまんじゅう・法  
多山厄除けだんご・ラスク販売 e市  
民ネットワーク袋井...ワークショップ  
赤十字奉仕団...活動パネル・防災グ  
ッズ展示 CAP倶楽部...パネル展示、  
コーヒー・紅茶・焼き菓子のサービス  
袋井人権擁護委員協議会...ウオー  
クパルーン、啓発ポスター展示など

## 古今亭菊千代さんによる講演・落語



長い歴史を持つ落語界において、女性初の真打ちに昇進。落語家生活20周年を迎えた古今亭菊千代さんが、<sup>はなしか</sup>噺家人生を振り返って、完全な男性社会だった落語界へ進むと決めた時のことや真打ちに昇進した時の思い、手話落語を通じて学んだことなどについて、たっぷり語ります。



日 2月3日(日)  
時 午前9時30分～午後2時30分  
所 浅羽会館(袋井市浅名1022)  
参加料 無料

直接、会場へお越しください。  
駐車場は、浅羽会館、浅羽支所、浅名研修センター、浅羽中学校職員駐車場をご利用ください。

講演・落語の際に託児を希望する方は、2月1日(金)までに電話で住所、氏名、電話番号をお申し込みください。



問(Ⓜ) わいわいフェスティバル実行委員会事務局  
(地域振興課協働共生推進係) ☎44-3116



2008年(平成20年)1月15日発行 第68号

編集・発行 / 袋井市役所総務部秘書広報課広報広聴係  
〒437-8666  
静岡県袋井市新屋一丁目1番地の1  
TEL 0538-43-2111(代表)  
【ホームページ】  
<http://www.city.fukuroi.shizuoka.jp/>  
【携帯サイト】  
<http://www.city.fukuroi.shizuoka.jp/i/>  
【Eメール】  
hisyo@city.fukuroi.shizuoka.jp

# ふくろい 市民の カレンダー

～市民課・市民サービス課窓口延長サービス～  
取扱業務...住民票の写し・戸籍謄抄本・印鑑登録証明書の交付、印鑑登録  
<毎週水曜日>  
時 午後8時  
所 市役所1階市民課市民サービス係、支所1階市民サービス課市民サービス係  
<毎週日曜日>  
時 午前8時30分～正午  
所 市役所1階市民課市民サービス係

～月見の里学遊館でも 証明書を発行～  
取扱業務...住民票の写し・戸籍謄抄本・印鑑登録証明書の交付  
日 月～水・金曜日  
時 午前8時30分～午後5時  
所 月見の里学遊館事務室

**3** 市長杯室内水泳競技大会  
9:00～ 袋井B&G海洋センター  
みんな輝こう！わいわいフェスティバル  
9:30～14:30 浅羽会館  
ボランティアまつり  
10:00～15:00 総合センター4階  
もったいないフェア 10:00～15:00  
協働まちづくりセンター「ふらっと」  
法多山節分祭  
12:00～、14:00～ 同所

**4**

**5**

**6** 朝ヨガ体操開講  
7:00～8:00ほか  
協働まちづくりセンター「ふらっと」  
絵本を楽しむワークショップ(乳幼児と保護者向け)  
10:30～11:30 月見の里学遊館  
絵本を学ぶワークショップ(読み聞かせボランティア向け)  
13:30～15:00 月見の里学遊館

**7** 赤ちゃんクラブ  
10:00～11:00  
めいわ可睡子育て支援センター  
10:30～11:30  
中央子育て支援センター

**8** お手軽チャー「手づくりみそ」講座  
開講  
9:00～12:00  
今井公民館

**9** エコバ春よ恋まつり～11日(月)  
エコバ  
エコバクロスカントリー  
受付8:20～9:00  
エコバ

**10** グリーンウエーブキャンペーン  
受付8:30～9:00  
西岡笠地内ほか  
猫の講演会  
13:00～16:00  
袋井動物病院

**11** 建国記念の日  
子ども書き初め展～20日(水)  
市役所2階市民ギャラリー  
食のワークショップ「バレンタイン～クッキー＆ブラウニー～」  
10:00～12:00 月見の里学遊館  
インターナショナルクラブ  
14:00～15:00 中央子育て支援センター  
ふれあいほっけクラブ  
14:00～15:00 中央子育て支援センター

**12** 楽しく介護教室開講  
13:30～15:30  
特別養護老人ホーム「萬松の里」

**13** はじめてクラブ  
10:30～11:00  
めいわ可睡・袋井ハロー保育園子育て支援センター  
袋井ハロー保育園子育て支援センター

**14** 1歳児クラブ 10:00～11:00  
めいわ可睡・袋井ハロー保育園子育て支援センター  
10:30～11:30 中央子育て支援センター  
こころの相談  
13:00～16:00  
総合センター

**15** カンガルーベビークラブ(染色体疾患や肢体不自由なお子さんの交流や遊びの場) 9:30～11:30  
南子育て支援センター  
ものづくりのワークショップ「香りを楽しむバスタイム～アロマ体験つき～」開講  
10:00～12:00 月見の里学遊館  
マイホールコンサート  
13:20～21:00 月見の里学遊館

**16** 子どもと大人のための「カラ～さぶり」講座開講  
9:30～11:30 浅羽会館  
福祉大会 13:00～16:30 中央公民館  
小学生クラブ 13:00～14:30  
中央子育て支援センター  
司法書士法律相談会  
13:00～15:00 総合センター3階  
浅羽郷土資料館講座  
13:30～16:30 浅羽図書館  
亀淵友香&VOJAゴスペルバレンタインライブ"愛" 16:00～18:00  
月見の里学遊館

**17** 食のワークショップ「和菓子～桜もち～」  
9:30～11:30 月見の里学遊館  
文化講演会「地域の力 文化の力」  
13:30～15:15 月見の里学遊館  
ものづくりのワークショップ「季節の樹脂粘土～ひな祭り～」  
13:30～15:30 月見の里学遊館

**18** 確定申告期間～3月17日(月)  
市県民税・所得税の申告相談  
9:00～11:00、13:00～15:30  
市役所3階301会議室、浅羽会館

**19** 市県民税・所得税の申告相談  
9:00～11:00、13:00～15:30  
市役所3階301会議室、浅羽会館  
赤ちゃんクラブ  
14:30～15:00  
チューリップ子育て支援センター

**20** 市県民税・所得税の申告相談  
9:00～11:00、13:00～15:30  
市役所3階301会議室、浅羽会館  
手作りみそ講座開講  
9:00～12:00 浅羽西公民館  
1歳児クラブ  
11:00～11:30  
チューリップ子育て支援センター

**21** 袋井の四季「ほっとフォトコンテスト」入選作品展～29日(金)  
市役所2階市民ギャラリー  
市県民税・所得税の申告相談  
9:00～11:00、13:00～15:30  
市役所3階301会議室、浅羽会館  
2歳児クラブ 10:00～11:00  
めいわ可睡・袋井ハロー保育園子育て支援センター  
10:30～11:30 中央子育て支援センター  
11:00～11:30  
チューリップ子育て支援センター

**22** 市県民税・所得税の申告相談  
9:00～11:00、13:00～15:30  
市役所3階301会議室、浅羽会館  
ふたごちゃんクラブ  
10:30～11:30  
中央子育て支援センター

**23** 認知症予防セミナー  
13:30～15:30  
総合センター4階  
絵本と遊ぶワークショップ(幼児～小学生向け)  
13:30～15:00  
月見の里学遊館

**24** 運転ボランティア講習会  
10:00～12:00  
総合センター3階306会議室ほか  
食のワークショップ「天ぷら」  
14:00～16:30  
月見の里学遊館

**25** 市県民税・所得税の申告相談  
9:00～11:00、13:00～15:30  
市役所3階301会議室、浅羽会館

**26** 市県民税・所得税の申告相談  
9:00～11:00、13:00～15:30  
市役所3階301会議室、浅羽会館  
市議会本会議開会(予定)  
9:00～ 市役所5階議場  
はじめての会  
10:30～11:00  
めいわ可睡子育て支援センター

**27** 市県民税・所得税の申告相談  
9:00～11:00、13:00～15:30  
市役所3階301会議室、浅羽会館  
献血 9:30～11:50、13:00～16:00  
市役所駐車場献血バス  
食のワークショップ「ひなまつりロールケーキ」  
9:30～12:00 月見の里学遊館  
就職相談 9:30～12:00、13:30～16:00  
サンライフ袋井2階会議室

**28** 市県民税・所得税の申告相談  
9:00～11:00、13:00～15:30  
市役所3階301会議室、浅羽会館  
赤ちゃんクラブ  
10:00～11:00  
めいわ可睡・袋井ハロー保育園子育て支援センター

**29** 固定資産税・都市計画法第4期納期限  
国民健康保険税第9期納期限  
市県民税・所得税の申告相談  
9:00～11:00、13:00～15:30  
市役所3階301会議室、浅羽会館

**救急当番医**  
今月の夜間・休日の救急当番医は、広報ふくろい1月15日号6ページをご覧ください。  
救急当番医は、テレホン・サービス☎42-7151でもご案内しています。  
月～金曜日 17:00～  
土・日曜日、祝日 9:00～  
市ホームページ( http://www.city.fukuroi.shizuoka.jp/ )では当番医のほか、各医院の地図もご覧いただけます。

**事前に申し込みが必要な行事もあります。**

<b>水中</b> 水中ウォーキング A10:30～B14:30～C19:15～ 月見の里学遊館水玉プール	<b>おは</b> おはなし広場 裏面参照 中央子育て支援センター、めいわ可睡子育て支援センター、南子育て支援センター、袋井ハロー保育園子育て支援センター、チューリップ	<b>骨</b> 骨髄バンクドナー登録(要予約)9:00～11:00 中遠総合庁舎1階	<b>心配</b> 社協心配ごと相談 13:00～16:00 総合センター、浅羽会館	<b>住宅</b> 無料住宅相談(要予約) 13:00～16:00 建築士会中遠支部事務局	<b>映</b> 子ども映画会 14:10～ 袋井図書館	<b>陸上</b> 陸上競技場個人利用日 8:30～17:00 補助競技場
<b>体力</b> 体力測定 A17:00～B18:00～ 月見の里学遊館水玉プールフィットネスルーム	<b>マタ</b> マタニティスイミング 11:30～12:30 袋井B&G海洋センター	<b>犬猫</b> 犬猫引き取り 13:20～13:50 市役所駐車場	<b>結婚</b> 社協結婚相談 13:00～16:00 総合センター、浅羽会館	<b>精神</b> 精神保健福祉総合相談(要予約)13:30～15:30 中遠総合庁舎2階	<b>年金</b> 年金相談 10:00～12:00、 13:00～15:00 袋井市役所3階304会議室、浅羽支所3階第2会議室、袋井商工会議所	<b>スタ</b> スタジアム見学ツアー 10:00～、13:00～ エコバスタジアム
<b>アク</b> アクアピクス 10:00～10:30 袋井B&G海洋センター	<b>ウオ</b> 水中ウォーキング 9:30～10:00、19:30～20:00 袋井B&G海洋センター	<b>市民</b> 市民相談 13:00～16:00 袋井市役所、浅羽会館	<b>身体</b> 身体障害者定例相談 13:30～15:30 市役所1階第4相談室	<b>体育</b> 市民体育館一般開放日 13:00～17:00、17:30～21:00 同所	<b>国保</b> 国保高齢受給者証交付 受付9:30～10:00 袋井市役所3階302会議室、受付9:45～10:00 浅羽保健センター	
<b>放</b> 子ども放送局 11:00～12:00 浅羽図書館、月見の里学遊館	<b>エイズ</b> エイズ検査(要予約) A9:15～B13:30～ 中遠総合庁舎西館1階	<b>法律</b> 社協法律相談(要予約) 13:00～16:00 総合センター	<b>補聴</b> 補聴器相談 10:00～12:00 市役所3階304会議室	<b>交通</b> 交通事故相談 裏面参照 市役所・浅羽会館		
<b>話</b> おはなし会 13:30～14:00 袋井図書館 14:00～14:30 浅羽図書館			<b>ボラ</b> ボランティア相談 13:00～16:00 総合センター1階	<b>あ</b> あさっばら市 7:00～ 支所駐車場		

# ふくろい市民相談窓口

## 袋井市役所 ほか

相談日が祝日の場合、お問い合わせのうえお出掛けください。

区分	内容	とき	ところ	相談員	問い合わせ
市民相談	家庭生活での心配ごと、行政に関する相談	第2木曜日 午後1時～4時	市役所1階第1相談室	市民相談員(行政相談委員、人権擁護委員)	市民課市民サービス係 ☎44-3112
市民法律相談	日常生活での問題の法的解決に関する相談(相談日の1週間前から予約を受け付けます。電話可)	第3水曜日 要予約 午後1時～4時 (30分ごとの予約制)	市役所1階第1相談室	弁護士	市民課市民サービス係 ☎44-3112
社協法律相談	日常生活での問題の法的解決に関する相談(相談日の1週間前から担当窓口で予約を受け付けます)	第4月曜日 要予約 午後1時～4時 (30分ごとの予約制)	総合センター相談室	弁護士	社会福祉協議会 ☎43-3020
年金相談	加入方法や手続きなど年金に関する相談	6日(水) 21日(木) 午前10時～正午、 午後1時～3時	市役所3階304会議室 袋井商工会議所	社会保険事務所職員	市民課国保年金係 ☎44-3113
家庭児童相談	育児や児童虐待などの悩み相談	月・水・金曜日 (第2・4水曜日は休み) 火・木曜日 午前9時～午後4時 午後1時～午後7時	中央子育て支援センター	専門相談員	家庭児童相談室 ☎44-3161 (中央子育て支援センター)
療育相談	発達が気になる子どもに関する相談	金曜日 要予約 午前9時～正午	中央子育て支援センター	専門相談員	しあわせ推進課障害者福祉係 ☎44-3114
消費生活相談	買い物や訪問販売によるトラブルなど、消費生活についての苦情や相談	月～金曜日 (11日(月)は休み) 午前9時30分～ 午後4時	市役所2階商工課	専門相談員	市消費生活センター(商工課商業労政係内) ☎44-3174
交通事故相談	交通事故をめぐる示談、賠償請求、慰謝料などの相談	月・金曜日(11日・29日は休み) 第3水曜日 第2・4水曜日 午前9時～午後5時 午前9時～正午	市役所1階第2相談室	専門相談員	地域振興課交通防犯係 ☎44-3125
職業・内職相談	求人、求職のあっせん、パートタイム内職のあっせん、相談など	月～土曜日 (11日(月)は休み) 午前10時～午後6時	パティオ1階	専門相談員	袋井パートバンク ☎49-4400
社協 心配ごと相談	心配ごとの相談	第3水曜日 第3日曜日 午後1時～4時	総合センター相談室	人権擁護委員、保護司、民生委員、行政相談委員	社会福祉協議会 ☎43-3020
社協 福祉総合相談	福祉全般の相談	月～金曜日 (11日(月)は休み) 午前8時30分～ 午後5時	総合センター相談室	社協相談員	社会福祉協議会 ☎43-3020
社協 在宅介護相談	在宅介護に関する相談	月～金曜日 (11日(月)は休み) 午前8時30分～ 午後5時	総合センター相談室	社協相談員	社会福祉協議会 ☎43-3020
社協 ボランティア相談	ボランティア活動に関する相談	月～金曜日 (11日(月)は休み) 第3日曜日 午前9時～午後4時 午後1時～4時	総合センター相談室	社協職員	社会福祉協議会 ☎43-3020
社協 結婚相談	結婚相手の紹介(持ち物 申し込み時に写真・認め印)	第4火曜日 第3日曜日 午後1時～4時	総合センター相談室	民生委員・児童委員など	社会福祉協議会 ☎43-3020
社協 こころの相談	心の問題、悩みごとなどの相談	第2木曜日 午後1時～4時	総合センター相談室	精神保健福祉士など	社会福祉協議会 ☎43-3020
無料住宅相談	住宅に関する心配ごとや相談など(月～金曜日の午前10時～午後3時に予約受付)	日曜日 午後1時～4時	建築士会中遠支部事務局(高尾町5-22)	建築士	建築士会中遠支部事務局 ☎42-2243
でんわ 子育て相談	電話での乳幼児に関する子育ての相談(袋井ハロー…23日(土)開館、25日(日)は休み)	月～金曜日 (11日(月)は休み) 午前9時30分～午後4時 午前9時15分～午後3時45分 午前9時30分～午後4時 午前9時～午後7時 第2・4水曜日を除く毎日	めいけい子育て支援センター 南子育て支援センター 袋井ハロー-保乳子育て支援センター チュール子育て支援センター 中央子育て支援センター	支援センター指導員	めいけい子育て支援センター ☎43-5899 南子育て支援センター ☎43-0820 袋井ハロー-保乳子育て支援センター ☎49-3398 チュール子育て支援センター ☎43-1865 中央子育て支援センター ☎45-0085
身体障害者 定例相談	体に障害がある方の相談	第1月曜日 午後1時30分～ 3時30分	市役所1階第4相談室	身体障害者相談員	しあわせ推進課障害者福祉係 ☎44-3114
補聴器相談	補聴器に関する相談	第2火曜日 午前10時～正午	市役所3階304会議室	専門相談員	しあわせ推進課障害者福祉係 ☎44-3114

精神保健 福祉総合相談	思春期の問題、ノイローゼ、認知症などの心の悩みの相談など	21日(木) 要予約 午後1時30分～ 3時30分	中遠総合庁舎(磐田市見付3599-4)	医師	西部健康福祉センター ☎37-2252
骨髄バンク ドナー登録	骨髄バンクのドナー登録(18歳以上54歳以下で健康な方)	4日(月)・18日(月)・ 25日(月) 要予約 午前9時～11時	中遠総合庁舎(磐田市見付3599-4)	—	西部健康福祉センター ☎37-2253
エイズ検査	感染の心配のある場合は、匿名、無料で検査できます。検査証明書は有料です。	14日(木)要予約 28日(木)要予約 午前9時15分～10時45分 午後1時30分～3時15分	中遠総合庁舎(磐田市見付3599-4)	—	西部健康福祉センター ☎37-2253

## 浅羽支所 ほか

相談日が祝日の場合、お問い合わせのうえお出掛けください。

区分	内容	とき	ところ	相談員	問い合わせ
市民相談	家庭生活での心配ごと、行政に関する相談	第3木曜日 午後1時～4時	浅羽会館2階3号会議室	市民相談員(行政相談委員、人権擁護委員)	市民サービス課市民サービス係 ☎23-9212
市民法律相談	日常生活での問題の法的解決に関する相談(相談日の1週間前から予約を受け付けます。電話可)	第2水曜日 要予約 午後1時～4時 (30分ごとの予約制)	支所3階第3会議室	弁護士	市民サービス課市民サービス係 ☎23-9212
年金相談	加入方法や手続きなど年金に関する相談	第3水曜日 午前10時～正午、 午後1時～3時	支所3階第2会議室	社会保険事務所職員	市民サービス課市民サービス係 ☎23-9212
交通事故相談	交通事故をめぐる示談、賠償請求などの相談	第2・4水曜日 午後1時～5時	浅羽会館	専門相談員	市民サービス課総務係 ☎23-9211
社協 心配ごと相談	心配ごとの相談	第2・4水曜日 午後1時～4時	浅羽会館2階第3会議室	人権擁護委員、保護司、民生委員、行政相談委員	社会福祉協議会浅羽支所 ☎23-9229
社協 福祉総合相談	福祉全般の相談	月～金曜日 (11日(月)は休み) 午前8時30分～ 午後5時	浅羽会館	社協職員	社会福祉協議会浅羽支所 ☎23-9229
社協 在宅介護相談	在宅介護に関する相談	月～金曜日 (11日(月)は休み) 午前8時30分～ 午後5時	浅羽会館	社協職員	社会福祉協議会浅羽支所 ☎23-9229
社協 ボランティア相談	ボランティア活動に関する相談	月～金曜日 (11日(月)は休み) 午前9時～午後4時	浅羽会館	社協職員	社会福祉協議会浅羽支所 ☎23-9229
社協 結婚相談	結婚相手の紹介(持ち物 申し込み時に写真・認め印)	13日(水) 午後1時～4時	浅羽会館	民生委員・児童委員など	社会福祉協議会浅羽支所 ☎23-9229
内職相談	内職のあっせん相談	火・金曜日 午前9時～正午、 午後1時～3時	浅羽会館	専門相談員	商工課商業労政係 ☎44-3136

# あなたも参加してみませんか?

区分	内容	とき	ところ	備考
あさつばら市 市民体育館	地元でとれた農作物を販売します。 インディアカ、バドミントン、卓球、バスケットボール	土曜日 第1・3水曜日 第2・4水曜日 午前7時～ 午後1時～5時、 午後5時30分～9時	支所駐車場 市民体育館	売り切れ次第、終了します。 入場料 50円 市民体育館 ☎42-7714
水中 ウォーキング	指導員が効果的な水中ウォーキング法をアドバイスします。	市民カレンダーのとおり	袋井B&G海洋センター	入場料 高校生以上300円 中学生以下150円 当日、教室コースにお集まりください。袋井B&G海洋センター ☎43-1523
アクアピクス	音楽に合わせて水中運動を行います。	水曜日 午前10時～10時30分	袋井B&G海洋センター	入場料 高校生以上300円 中学生以下150円 当日、教室コースにお集まりください。袋井B&G海洋センター ☎43-1523
体力測定	トレーニング専門コースを希望する方のための体力測定です。	市民カレンダーのとおり A午後5時～ B午後6時～	月見の里学遊館 水玉プール	定員 5人(予約制) 対象 トレーニング講習(随時開催)を終了した方 月見の里学遊館水玉プール ☎49-3201
スタジアム 見学ツアー	エコパサポーターがスタジアム内部をご案内します(約45分間)	市民カレンダーのとおり 午前10時～正午、 午後1時～3時	小笠山総合運動公園	参加無料、申し込みは不要です。直接、スタジアムチケット売り場へお越しください。エコパハウス ☎41-1800
陸上競技場 個人利用	エコパの補助競技場が利用できます。	市民カレンダーのとおり 午前8時30分～ 午後5時	小笠山総合運動公園	使用料 大人200円 高校生以下100円(エコパハウスで利用券を購入してください) エコパハウス ☎41-1800
マイホール コンサート	うさぎホールでコンサートグランドピアノを弾いてみませんか(20分間)。	15日(金) 午後1時20分～ 9時	月見の里学遊館 うさぎホール	参加無料、13日(水)までに電話でお申し込みください。月見の里学遊館 ☎49-3400
中央子育て支援センター 「カガルーのほっけ」	乳幼児と親、小・中学生、高校生までが自由に遊び、交流できる場所です。	第2・4水曜日を 除く毎日 7日…食育について、28日…絵本について 7日(木)・28日(木)	中央子育て支援センター(袋井センタービル2階)	参加無料 中央子育て支援センター ☎45-0085
赤ちゃん クラブ	おひな様を作ろう	28日(木) 19日(火) 7日(木)	めいけい子育て支援センター 袋井ハロー-保乳子育て支援センター チュール子育て支援センター	要予約(受付2月1日(金)～) 定員15組 持ち物 材料費500円・目打ち
1歳児 クラブ	小麦粉ねんどで遊ぼう 言葉の発達とかかわりについて おひな様を作ろう	14日(木) 14日(木) 20日(水)	めいけい子育て支援センター 袋井ハロー-保乳子育て支援センター チュール子育て支援センター	要予約(受付2月8日(金)～) 定員20組
2歳児 クラブ	図書館で読み聞かせを楽しもう 交通安全教室 言葉の発達とかかわりについて おひな様を作ろう ひなまつり	21日(木) 21日(木) 21日(木) 21日(木) 21日(木)	めいけい子育て支援センター 袋井ハロー-保乳子育て支援センター チュール子育て支援センター 中央子育て支援センター 中央子育て支援センター	要予約(受付2月15日(金)～) 定員20組 持ち物 のり・はさみ
はじめての会 はじめてクラブ	初めて子育て支援センターを利用する方のために活動内容を紹介します。	26日(火) 13日(水)	めいけい子育て支援センター 袋井ハロー-保乳子育て支援センター	
小学生クラブ	こま検定	16日(土)	中央子育て支援センター	要予約(受付随時) 定員20人 持ち物 こま・ひも
イター・アソカクラブ	日本以外の出身の保護者と子の交流の場です。	11日(月)	中央子育て支援センター	要予約(受付随時)
ふたごちゃんクラブ	ふたご以上のお子さんや保護者を対象に楽しく交流します。	22日(金)	中央子育て支援センター	要予約(受付随時) 持ち物 はさみ・のり
ふれあいほっけクラブ	人形劇を楽しもう	11日(月) 午後2時～3時	中央子育て支援センター	要予約(受付随時) 定員20組
ふれあい広場	絵本の読み聞かせや手遊びなどで楽しく過ごします。	土曜日 月～金曜日(13日・27日は休み) 月・金曜日(11日は休み) 火曜日 火・金曜日 月～金曜日(11日は休み)	中央子育て支援センター めいけい子育て支援センター 南子育て支援センター 袋井ハロー-保乳子育て支援センター チュール子育て支援センター	参加無料、申し込みは不要です。
おはなし 広場	絵本や紙芝居などを見ながら楽しく過ごします。	日曜日 午後1時30分～2時 午後2時～2時30分	袋井図書館 浅羽図書館	参加無料、申し込みは不要です。
おはなし会	絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊びなどを行います。	日曜日 午後1時30分～2時 午後2時～2時30分	袋井図書館 浅羽図書館	参加無料、申し込みは不要です。
おもちゃ 図書館	障害のある子どもたちがおもちゃで自由に遊べます。	第4日曜日 午前10時～正午	南こどもコミュニティハウス	しあわせ推進課障害者福祉係 ☎44-3114 社会福祉協議会 ☎43-3020