

広報

ふくろい 8.1

人も自然も美しく 活力あふれる 日本一健康文化都市

No 137



「^{かなめ}共助の要として、
災害に^い活かせる技術を磨く」
消防団・消防操法査閲大会

今月の内容

すすめています！農を活かしたまちづくり	2
ふくろい日記帳	4
袋井の人／グループ紹介	6
THE対談「にぎわいのあるまちづくり」	7
街の写真館／市政Q&A	8
塩尻見聞録／環境ナビ／災害時の健康ガイド	9
プラスチック製容器包装の分別にご協力ください	10
フクロインフォ	11
市民編集員がお伝えます Citizens' Eye	18
市長の散歩道／季節の健康レシピ	20

すすめています！



農を活かしたまちづくり

問企画政策課企画係 ☎44-3105



実施の背景

多くの物やサービスに満たされ、自由で便利な生活を送ることができるようになった現在、私たちの意識は、健康や生きがいづくり、自然とのふれ合いなど「生活の質の向上」に移行しつつあります。

また、市民の生活を支える地域経済の発展やコミュニティづくりなどに、地域が持つ資源を活用することの重要性が高まっています。

このような中、温暖な気候や市域に広がる水田と緑豊かな茶畑、メロンや茶・米などの農産物など、豊富な農の資源に恵まれていることを強みに、それらを一層、私たちの暮らしの営みやまちづくりに有効活用することで、市民生活の向上と産業の振興を図り、袋井市のまちの将来像「人も自然も美しく活力あふれる 日本一健康文化都市」の実現につなげていくことをする取り組みが、「農を活かしたまちづくり」です。

多岐にわたる

農の効用をまちづくりに

市民生活の質の向上

市では、「農」とのかかわり合いによる健康増進や福祉・教育・コミュニティの充実など、まちづくりの様々な分野に「農」を取り入れることで、市民の皆さんの生活の質を高める取り組みを進めています。

産業の振興

また、「農を活かしたまちづくり」では、付加価値を付けた新たな特産品の開発や、6次産業化などによる新規事業の創出など、産業の振興・まちの活性化にも取り組んでいます。

「農を活かしたまちづくり」概念図

1. 実施の背景

- 1 温暖な気候に恵まれた、県下有数の農業生産地
- 2 農にかかわる資源が豊富に存在
- 3 多岐にわたる農の効用と新たな可能性



活用する

2. 仕掛け

豊富な農資源を、様々な分野でまちづくりに活用



高める

3. ねらい

- ① 「市民生活の質の向上」
- ② 「産業の振興」



4. 目指す姿

日本一健康文化都市の実現

現在取り組み中の主な事業(★は、3ページに詳細掲載)

事業名	内容
いきいき健茶グリーン事業(★)	茶振興(給茶器設置)
のびのび園庭グリーン事業(★)	保育所・幼稚園園庭の芝生化
ふくろい特産物宣伝隊支援事業	農作物の販売促進など
市民農園拡充事業	市民農園の利用促進
農を活かした授業づくり事業	学校授業での農体験
竹エネルギー活用促進事業	竹の活用など
菜の花エコプロジェクト	バイオマス利活用など
袋井フロンティア農園プロジェクト	耕作放棄地解消など
はじめよう！農業人育事業	新規農業者育成
農作物加工販売応援事業(★)	6次産業化推進

平成23年度から
実施しています！

農産物加工販売応援事業

◇地域の第1次産業(農業)に携わる農業者が、加工・販売などの第2次・第3次産業にもかかわること(1次×2次×3次=6次産業)によって、農業の活性化と地域農作物の付加価値向上を図る「6次産業化」を推進します。

【利用する資源】 各種農作物、商工業者の加工技術

【参加対象】 市内農業者

【活動内容・成果】 平成23年度から「6次産業化促進事業費補助金」を整備し、農産物の生産だけでなく、加工・流通や販売を主体的に行うなど、新たな取り組みに挑戦する意欲ある農業者を支援しています。

▽平成23年度実績…「米粉のホットケーキミックス開発」相談会・セミナーの開催など

【今後の課題】 6次産業化の実現には、加工品を作るだけではなく「売れる」商品を作ることが必要です。安定生産に加えて、商品開発や販路確保も求められるため、ノウハウを持った商工業者との連携もサポートしていきます。

☎ 農政課農業振興係
☎44-3133



米粉のホットケーキミックス

平成22年度に
実施しました！

いきいき健茶グリーン事業



笠原小学校での給茶器お披露目

◇小さなころから、袋井の特産であるお茶を飲む習慣を身に付けるなど、お茶に親しむ環境作りを進めることで、茶産地としての茶業振興を図ります。

【利用する農の資源】 袋井茶の粉碎茶

【参加対象】 市内の全小学校(12校)

【活動内容・成果】 平成22年度に、市内すべての小学校に42台の給茶器を設置しました。茶葉(粉碎茶)は、袋井茶振興協議会から市が全校分を購入するほか、同協議会から寄付いただいています。休み時間や昼休みに、児童がお茶を飲んだり、お茶でうがいをする習慣が定着しつつあります。

【今後の課題】 安定的な利用促進を図るため、児童を対象に袋井茶の効能をPRするなど、継続的に分かりやすく伝えていくことが求められています。

☎ 教育企画課総務企画係 ☎44-3120

平成22年度から
実施しています！

のびのび園庭グリーン事業

◇幼稚園の園庭を、芝生化する取り組みです。ポットで育てた芝苗を園庭に移植し、一面に広げていく「ポット苗移植法」を採用しています。

◇体や環境にやさしい特性を持つ芝生を園庭に利用することで、体を使った遊びを通して、子どもたちの体力向上や緑化による癒し効果による情緒の安定などにつながります。

【利用する農の資源】 幼稚園の園庭、芝生

【参加対象】 幼稚園の園児と保護者、地域の皆さん

【活動内容・成果】 芝苗の移植から日常の管理までを自分たちの手で行うことで、園児や保護者、幼稚園職員に加え、自治会や地域ボランティアの皆さんの協力も得ながら、地域との協働によるまちづくりを展開できました。

▽平成22年度実績…高南幼稚園(380㎡)、若葉幼稚園(740㎡)、田原幼稚園(600㎡)

▽平成23年度実績…今井幼稚園(820㎡)、若草幼稚園(700㎡)、三川幼稚園(590㎡)

▽平成24年度実績…袋井東幼稚園(550㎡)、袋井西幼稚園(550㎡)、浅羽北幼稚園(1,100㎡)

(毎年、3つの幼稚園で芝生化を実施し、平成26年度までに市内すべての保育所・幼稚園の芝生化を図ります)

【今後の課題】 病害虫の駆除や芝刈りなど、維持管理の負担を心配する声があるため、地元企業などに協力を依頼するなど、地域全体で芝生化をサポートする体制づくりをすすめていきます。

☎ 教育企画課施設整備係 ☎44-3190



ポット苗移植の様子(袋井西幼稚園)

7/1 スポーツクリニック～親子で学ぶ器械体操～
トップアスリートとの交流で、子どもたちの技術力向上を

7月1日、アテネオリンピック体操団体競技の金メダリスト・水鳥寿思さん、元体操競技オリンピックコーチの青木倫さん、カワイ体育教室のインストラクターによる「スポーツクリニック」が開催されました。

クリニック前半は、参加者全員で「オリンピック選手が行う準備体操」を行ったほか、水鳥さんとインストラクターによる倒立や側転、前宙1回半ひねりなどの模範演技が行われ、間近で見る一流の演技に子どもたちは目を輝かせていました。



水鳥さん(写真左)も指導してくれました



的確な指導で、子どもたちもみるみる上達

クリニック後半は、跳び箱・マット運動・鉄棒の3種目に分かれての指導が行われ、今まではできなかった鉄棒の逆上がりができるようになる子もいるなど、楽しみながら汗を流しました。また、保護者やスポーツ推進委員も各種目の補助の仕方を指導してもらい、今後の指導に役立つ知識や技術を身に付けていました。

7/1 浅羽海岸クリーン作戦
私たちの海岸を守ろう

7月1日、浅羽海岸に散乱しているごみなどの清掃作業を行う「浅羽海岸クリーン作戦」が行われました。

今回は、小雨が降るあいにくの天候にもかかわらず、地元自治会や浅羽中学校の生徒、市内企業のボランティアなど約1,400人の参加者が集まり、台風4号の影響による流木などの漂着ごみや、花火やプラスチックなどの一般ごみなど、例年より多い4トン車9台分のごみを回収しました。



みんなで力を合わせて、たくさんのごみを回収しました

6/24 消防団・消防操法査閲大会
迅速・確実な消火活動を



ポンプ車操法の部優勝:袋井方面隊第7分団

大会結果は以下のとおりです(最終ページ「表紙のことば」もあわせてご覧ください)。

ポンプ車操法の部

優勝	袋井方面隊第7分団(三川地区)
準優勝	袋井方面隊第5分団(袋井東地区)
第3位	袋井方面隊第9分団(山梨地区)

小型ポンプ操法の部

優勝	袋井方面隊第8分団(笠原地区)
準優勝	袋井方面隊第7分団(三川地区)
第3位	袋井方面隊第5分団(袋井東地区)

7/6・7

液状化講演会「液状化危険度マップの見方と使い方」 地域の液状化危険度を正しく知り、今後の対策に活かす

7月6日・7日、市役所東分庁舎「コスモス館」とメロプラザで「液状化講演会」が開催され、2日間で約530人が聴講しました。

市では、昨年度、袋井市液状化被害軽減対策検討会を立ち上げ、液状化被害の軽減対策について検討を始め、『液状化危険度マップ』（「お知らせふくろい」6月15日号に合わせ全戸配付）を作成しました。



講演後には、液状化対策などについての
質疑応答も行われました

今回は、液状化のしくみと危険性をより正しく理解していただくため、東海大学海洋学部教授の福江正治さん（袋井市液状化被害軽減対策検討会会長）を講師に招き、液状化発生のしくみや地形・地質との関連、液状化危険度マップの見方などを、詳しく分かりやすく解説していただきました。

協働まちづくりワークショップ『防災』

6月23日、月見の里学遊館で、地震災害の減災や避難生活の負担軽減について考える「協働まちづくりワークショップ『防災』」が開催されました。

一般応募者や市民活動団体から25人が参加し、地震発生前・発生後のそれぞれに想定される行動について意見交換した後、避難所運営ゲームを実施しました。



避難所運営ゲームの様子

7/7・8

こどもみらいプロジェクト in エコパ 楽しみながら子育て支援

7月7日・8日、「こどもみらいプロジェクト in エコパ」がエコパアリーナで開催され、市からは、カンガルーのぼっけと親子交流広場が「出張!!子育て支援センター」を設置し、手作りおもちゃの制作や廃材で作ったおもちゃの紹介コーナーを展開しました。

会場内には、子育て支援団体のブースや県内の高校・大学による理科の実験コーナー、新聞プールや巨大迷路などの遊びのコーナーが設置されたほか、ステージではダンスやカラオケのコンテストが開催され、訪れた多くの家族連れが、楽しいひと時を過ごしていました。



しゅうがんぎょうを作ったよ

7/6

笠原幼稚園・七夕会「流しそうめん」 楽しい！おいしい！



上手にすくえたよ

7月6日、笠原幼稚園で例年この時期に実施している七夕会で、「流しそうめん」が行われました。

流しそうめんを使う竹は、地域のボランティア「わくわく先生」の竹原善一郎さんの協力により用意いただいたものを使用し、PTA役員の皆さんがセッティング。

準備が整うと、園児たちは年少・年中・年長の3グループに分かれ、交代で竹の周りに並び、流れてくるそうめんや野菜をつかまえては、「冷たくておいしいね」「うまくつかめないよ」と、おいしそうに食べていました。

袋井の人

【ふくろい】

大人顔負けの迫力と真摯な姿勢で 相撲の伝統を受け継ぐ小学生力士

「第28回わんぱく相撲全国大会静岡県代表

鈴木碧央尉君(天神町)
永田涼真君(堀越上)



永田君(左)と鈴木君(右)

6月17日に、富士総合運動公園相撲場で開催された、「わんぱく相撲静岡ブロック大会富士場所」において、鈴木碧央尉君(袋井北小学校6年)と永田涼真君(袋井北小学校4年)が、それぞれ、6年生の部で準優勝、4年生の部で優勝に輝きました。

これを受けて、2人は、7月29日に東京都の両国国技館で開催される「わんぱく相撲全国大会」に、静岡県代表として出場します。(※)

クラブの練習だけでなく

出稽古・自主練習も力に

鈴木君と永田君の2人は、「袋井相撲クラブ」に所属し、共に鍛錬する仲間です。

鈴木君と相撲との出会いは、小学4年生のとき。小学校から案内をもらって初出場した、わんぱく相撲の大会でいきなり優勝。その場で相撲クラブに入力ウトされました。

永田君はら歳の



まわし姿の永田涼真君(左)と鈴木碧央尉君(右)
(愛野公園相撲場にて)

ころ、テレビで朝青龍が優勝した場面を目にし、「かっこいいー」と、すっかり相撲のとりこになり、相撲クラブに入り門したそうです。

2人は、所属クラブで週に2回の練習を行うほか、週に1回は、わんぱく相撲が盛んな焼津の相撲クラブに出向いて、出稽古を受けたり、毎日の地道な自主練習に励んだりしています。



練習も真つ向勝負!

悔しい思いや、痛々しい

全てが相撲に活かされる

相撲を続ける中で、2人が最もうれしと感じるのは、「前回勝てなかったライバルに勝ち、成長を実感できたときや、団体戦で優勝できたとき」(鈴木君)。「優勝すると、クラブの仲間みんなが喜んで、一斉に土俵に駆け寄ってきてくれること」(永田君)とのこと。

一方で、鈴木君は、苦手な筋トレや柔軟に苦戦し、永田君は、試合で顔を強く打って痛い思いをした記憶が残っているなど、それぞれに苦労もあったようです。

す。しかし、全ての経験を次の勝利につなげようとする心の強さが、話をしてくれる2人の表情から伝わります。

周囲への感謝と、相撲ができる

喜びを胸に、全国大会へ

毎日の体調管理や練習への送り迎えに協力してくれる家族や、クラブのコーチ・仲間を支えられて成長してきた2人。全国大会では、家族や仲間のためにも勝利を目指します。

全国大会で楽しみにしていることは、「いつも対戦している県内の仲間と、一緒に相撲部屋の体験宿泊ができること」(鈴木君)、「国技館での試合、相撲部屋での稽古など、プロの相撲に触れられること」(永田君)と、笑顔で話してくれました。

袋井の力士たちの迫力あふれる取り組みを、皆さんも応援してみませんか。

袋井相撲クラブの練習

日 毎週金曜日・土曜日
時 午後7時30分～9時30分
所 愛野公園相撲場

対象 幼稚園 保育所(園児) 小学生

◇随時、仲間を募集しています！
ぜひ、見学に来てみてください。

グループ紹介

袋井で活動中

私たち「遠州鳳南会」は、その昔、江戸から遠州横須賀に伝わった祭り囃子を地元の高南地区に伝えて、約30年余りがたちます。メンバーは、代表の石川をはじめ、戸塚、山本、高橋、柳瀬の5人で、それぞれが笛や太鼓などの指導に携わっています。また、準メンバーとして、小中学生からシニアまでの男女約20人も練習やイベントに参加してくれています。

公民館行事や文化協会のイベントへの出演、社会福祉施設への慰問活動なども行って、イベントの帰りには「また来てね!」と声を掛けていただくこともあり、私たちも元気をもらっています。

これからも応援よろしくお願いします。

南町お囃子倶楽部

遠州鳳南会



メンバーの皆さん



練習の様子

活動内容 定例会(月1回)、子ども会や祭青年へのお囃子指導、各種イベントへの出演、デイサービスなど社会福祉施設への慰問など

活動場所 南町集会所

代表 石川晴彦さん(南町) ☎42-5356

THE 対談

今回は、「にぎわいのあるまちづくり」をテーマに市内の事業者の皆さんと市長が対談しました。

「袋井の持つ雰囲気と人のつながりを活かしたにぎわい創出を」

のびのびとしたまちづくり？

袋井のイメージは？

市長：事業をされている皆さんが感じる、袋井市の良い点・悪い点や、袋井市のイメージはどんなことがありますか？

倉田：遠州地方には「群れの文化」があるといいますが、どこかでだれかとながっている感じがありますね。これは、まちづくりやにぎわいづくりに活かせるのではないかと思います。

若い世代のパワーを
まちのにぎわいづくりに



倉田布美江さん(東通)
2級建築士

井谷：磐田と掛川の間に位置しているのは、メリットにもデメリットにもなり得ます。

中東遠の中心としての社会基盤整備や情報発信を行うことで、まちがさらに活気を増すと思います。

チャレンジをサポートしてにぎわいの創出を



大石勘夫さん(豊住)
靴販売業

大石：袋井は、道路や鉄道など、人の移動がスムーズに出来る環境にあると思います。

これは、市外から入ってきたやすい半面、市内から出ていきやすいという面もある。商売をしている者としては、PRの方法次第でもっと人を呼び込める可能性を秘めていると感じます。

「地方の時代」
袋井の進む方向は？

市長：近年は、様々な要素が地方に移行する「地方の時代」が進んできています。

都会と地方という視点から見て、今後の袋井市はどう進むべきだと思いますか？

人のつながりを活かせる環境整備を



金原康夫さん(栄町)
生花販売業

倉田、井谷：昔に比べて、交通網も情報面も、都会と地方の差がなくなってきたと思います。あえて都会化するのではなく、袋井の良さやこだわりを上手に発信したり、地場産物を活用するなど特徴を持ったまちを育成することが必要ではないでしょうか。

にぎわいづくりのために
袋井に必要なものは？

市長：袋井のまちがにぎわいを増し、成長するためのアイデアがあれば教えてください。



井谷茂さん(上町)
結婚式場宴会場

大石：チャレンジすることをサポートする環境があれば、地方であっても、才能を発揮できる人材が必ずいるはずですよ。

青木：袋井は、頑張っている若い世代のお店がとっても多い。

行政と市民が一緒になって、まちぐるみで事業者をサポートする体制があれば、都会に負けないまちになれる力を持っていると感じます。

人と人がふれ合う場所から
まちの元気を生み出せたら



青木良太さん(春岡)
飲食業

金原：健康文化都市として、スポーツを通じて人が集まり、交流できる「スポーツシユール」(*)のような施設があるといいですね。市内で頑張っている様々な団体を効果的につなぐことも、有効だと思えます。

大石：文化的な面は恵まれた環境にあると思うので、今後は、安心して生活するための就業・定住環境が重要だと感じます。

倉田：今の10代・20代の若者が、夢を追いながら働き、生活できる環境が必要だと思います。

年長者が応援してあげれば、若い人たちの創造力やチャレンジ精神が、まちのにぎわいに反映されていくのではないのでしょうか。

産業育成のためにも
若い「人材」の育成を



袋井市長 原田英之

市長：袋井らしい環境と人のつながりの育成。行政としても、積極的に取り組んでいきます。

今日は、素晴らしいアイデアをありがとうございました。

※「スポーツシユール」…グラウンド、体育館、ミーティングルーム、宿泊施設などを備える総合スポーツセンター。ドイツでは、地域におけるスポーツの拠点の意味する。





浅羽メロンカップ選抜ミニバスケットボール大会出場

8月25日(土)・26日(日)に、浅羽東小学校と浅羽南小学校で開催される大会に出場します。力を合わせて頑張ります！ 浅羽ミニバスケットボールクラブ(女子)



仲良し姉弟

5月に第2子が誕生し、4人家族となり、我が家にもぎやかになりました。お姉ちゃんは、ママと一緒に弟のお世話を手伝ってくれています。仲の良い姉弟になってほしいです。

安田帆花ちゃん(3歳)・怜央ちゃん(2か月) 下久能

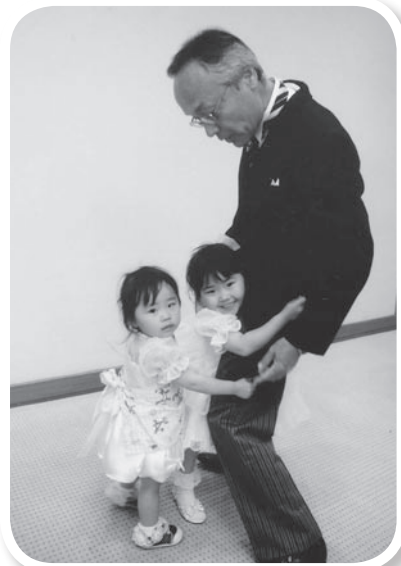
街の写真館

地域やサークルの行事、お気に入りの写真や子どもの写真などを郵送してください。写真には、タイトル、住所、氏名(ふりがな)、年齢(生年月日)、電話番号、自治会名を書き添えてください。

送り先

〒437-8666

袋井市役所 秘書広報課
広報広聴係



じいじ、大好き♡

結婚式で正装したじいじに抱き付いて、じいじの取り合い中！じいじ、この子たちの結婚式まで長生きしてね。

中村心結ちゃん(3歳)・心絆ちゃん(1歳)

教えてフッピー

市政Q&A



Q 自治会で名簿を作成して配布する際、個人情報保護の観点から気をつけるべきことを教えてください。

A 個人情報保護法は、5,000人以上の個人情報を扱う団体などが守るべきルールを定めた法律で、市内の自治会で対象となる自治会はありません。

しかし、個人情報を集め、その情報を記載した名簿などを配布する際は、次の点に注意しましょう。

- ①自治会員に名簿を配布することをあらかじめ説明し、了解を得た上で個人情報を収集しましょう。
- ②作成した名簿は、目的に沿った範囲で使用し、確実な管理を行いましょ。
- ③名簿を作成するために個人情報の提供を強制することはできませんので、ご注意ください。

●個人情報の提供について

個人情報とは、生存する個人に関する情報で、特定の個人を識別することができるもの(氏名、住所、生年月日、電話番号など)をいいます。

個人情報保護法の施行以来、「個人情報であれば何でも保護される」という誤解により、必要以上に個人情報の提供を控えるケースもあるようです。

個人情報の提供に協力を求められた場合は、情報収集者から目的や用途の説明を受け、同意した上で、必要な範囲の情報を提供しましょう。

☎総務課行政係 ☎44-3100

姉妹都市塩尻見聞録

●塩尻のブドウやリンゴを味わいませんか？

塩尻市は、年間日照時間が長い上に雨が少なく、紫外線も適度に多い気候で、ブドウの栽培に適した全国有数のブドウ産地として知られています。

市内21カ所の農園では、8月下旬から10月末まで「信州しおじり ブドウまつり」を開催し、小学生以上は、1人600円からブドウ狩りが楽しめます。

特に「緑の宝石」とも呼ばれる「ナイヤガラ」は、糖度が高く、甘さの中にも酸味があり、その濃厚な味がとてもおいしいブドウです。

また、種無しブドウの「テラウエア」や、ジュースやワインによく使われる「香り」が良く甘い「コンコード」、そして「巨峰」や「ポートランド」など、様々な種類のブドウがあります。

市内にはたくさんブドウ園があるほか、JR塩尻駅のホームにもブドウが植えられているなど、これからの季節は、ブドウの甘い香りが街中に広がります。

そのほかにも、9月から11月中旬にはシナノスイート、シヨナゴールド、フジなどのリンゴが食べごろを迎えるほか、梨や桃狩りを楽しめる農園もあります。



皆さんも、塩尻の秋の味覚を味わいに訪れてみませんか？

問袋井市秘書広報課秘書係 ☎44-3103

環境100

●お出掛け前にエコドライブチェック！

夏休み、家族そろっての旅行など、子どもも大人もワクワクする季節ですね。自動車でのお出掛け前に、環境と車にやさしいエコドライブチェックをしてみませんか？

空気圧は適正ですか？

タイヤの空気圧が下がると、4〜8%も燃費が悪くなるのが研究で明らかになっています。適正空気圧を確認して、ガソリンを給油する時に、一緒に空気圧も調整しましょう。

荷物が増えると、車への負担も増えます

重い物を積んで走行すると、当然燃費も悪くなります。お出掛けの際は不要な荷物を降ろし、必要な物だけを積んで、快適なドライブにしましょう。

アイドリングストップ

アイドリングを10分間続けると、乗用車の場合、約140ccのガソリンが浪費されるといわれています。長時間停車する時には、アイドリングストップをお忘れなく。

適度なエアコンの使用を

エアコンを使用すると、エンジンの回転数が高くなるため、燃料消費量が増加します。窓を少し開けて走行するなど、気温や体調を考慮した適度なエアコンの使用を心掛けましょう。



自動車でのお出掛けで遭遇する渋滞は、エネルギー消費量や排ガスによる大気汚染の問題だけでなく、長時間の乗車によるストレスも引き起こします。時には、バスや電車を利用して、渋滞から解放されたお出掛けをしてみるのもいいですね。

問環境政策課環境企画係 ☎44-3135

災害時の健康ガイド

●水は命の源！脱水症とは？

私たちの体の中には、大量の水分が含まれています。成人の場合、体重のおよそ60〜70%、乳幼児の場合、体重のおよそ80%が水分です。体内の水分が乏しくなると、体を動かすためのエネルギーが作れなかったり、体内のいろいろなものを外に捨てることができなくなったりします。この状態を、「脱水症」といいます。

災害時にライフラインが被害を受け、飲料水が不足すると、脱水症を引き起こす危険性があります。

もしかして脱水症？注意したい症状

- ① 体がだるい ② 発熱する ③ 唇や舌などの皮膚が乾燥する ④ 排尿の量や回数が少なくなる、色が濃い など

高齢者と乳幼児は要注意！

体内の水分は、血液や筋肉の中に蓄えられています。そのため、筋肉量の少ない乳幼児や高齢者は、ちよつとしたことで脱水症になりやすいです。

脱水症を予防するには？

暑い時期は水分が失われやすいため、のどの渇きを感じる前に早めに少しずつ水分を補給するのが効果的です。暑い時期の災害に備え、1人あたり1日6ℓ、3日分の水を確保しておきましょう。また、高齢者は、のどの渇きを感じにくくなっているため、水分補給の時間を決めておくのも効果的です。

災害時は環境の変化やストレスにさらされ、脱水症にかかりやすくなります。飲料水の不足に備えて、万全の備えを心掛けましょう。

問健康づくり政策課健康支援2係 ☎23-19222

次回のテーマは「低体温症」



プラスチック製容器包装の 分別にご協力ください！

プラスチック製容器包装は、正しく分別されていれば、貴重な資源として再利用することができます。もう一度、分別方法を確認し、ごみを正しく出しましょう。

環境政策課環境衛生係 ☎44-3115



1 プラスチック製容器包装とは

商品を入れているもの(容器)や、包んでいるもの(包装)で、中身を取り出した後、使い切ったりした後に不要になるプラスチック製品のことです。

「マーク」の表示が目印ですが、表示がなくても対象になるものもあります。

プラスチック製容器包装の分別区分は、「容器包装リサイクル法」により決められ、全国統一の基準になっています。

◎対象となる主なもの

- ・ 生鮮食品などのトレイ
- ・ シャンプー、歯磨き粉などの容器
- ・ ペットボトルのふた、ラベル
- ・ 菓子類などの袋
- ・ 商品を包んでいたプラスチック製のシート、フィルム
- ・ インスタント食品などの容器
- ・ 家電製品の発泡スチロール製緩衝材 など



◎プラスチック製容器包装と間違えやすいもの

次のものは、「プラスチック製容器包装」ではありません。分別の際には注意しましょう。

「革製品・その他プラスチック」に分別するもの：ポリバケツ、おもちゃ類、長靴、靴、プラスチック製ハンガー、CD、DVD など、「容器」や「包装」ではないプラスチック製品

2 プラスチック製容器包装の出し方

中身を使い切って、汚れや固形物は、布や紙でふき取るか、水で軽く洗ってから、資源ごみ・埋立ごみの収集日に出してください。

また、収集場所では、プラスチック製容器包装を持ち運ぶために詰めてきた小袋などから出して、「プラスチック類回収容器」のかごに入れてください。

◎プラスチック製容器包装の収集では、「こんなルール違反が目立っています！」

① プラスチック製容器包装以外のごみが入られる：リサイクルの過程で、機械が壊れたり、事故につながったりする可能性があります。危険です。

② レジ袋などの小袋に詰めただまま収集かごの中に入れる：「燃やせるごみ」や「その他プラスチック」が混ざっていないか、確認する作業に手間取ることになり、効率的なリサイクルができなくなります。

③ 汚れが付いたままのプラスチック製容器包装を入れる：食品の食べ残しなどの異物が多く混入すると、リサイクル製品の品質が落ちたり、機械が壊れてしまったりすることもあります。



収集後は手作業で再点検(市内の中間処理施設にて)

3 正しく分別すると 何か良いことがあるの？

効率的なリサイクルにより、品質の良い製品ができるだけでなく、資源の枯渇を防ぐことができます。

また、異物混入や汚れが少ない自治体には、プラスチック製容器包装のリサイクルを推進している(財)日本容器包装リサイクル協会から、お金(拠出金)が支払われます。袋井市では、平成23年度には、1,266万円の拠出金をいただきました。



袋井市から集まったプラスチック製容器包装の、異物混入などの検査(指定リサイクル工場にて)

4 何にリサイクルされるの？

プラスチック製品の原料となつて、プラスチック製のパレットや、園芸用プラントナー、ポリ袋などの日用品や、土木建築用資材に生まれ変わります。





講座

スローエアロビック教室 (後期)

◇なじみのある音楽を使って行う、心身に優しい運動に参加しませんか。
 日 9月3日(月)～11月5日(月)の毎週月曜日(10月8日(月)・29日(月)を除く) 全8回
 時 午後3時～4時
 所 風見の丘フィットネス室
 定員 20人(先着順)
 受講料 3,000円/全8回分
 申込方法 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 8月24日(金)
 持ち物 体育館シューズ、タオル、飲み物
 ⑧⑨スポーツ推進課スポーツ振興係
 ☎44-3129 FAX44-3117
 ✉sports@city.fukuroi.shizuoka.jp

ノルディックウォーク教室 (後期)

◇2本のポールを使って歩くことで、上半身への効果もある、新しいウォーキングを体験しませんか。
 日 9月7日(金)～28日(金)の毎週金曜日 全4回
 時 午前10時～11時
 所 市役所南側芝生広場
 講師 富田寿人さん(静岡理工科大学准教授)ほか
 定員 20人(先着順)
 ◇前期教室未受講者を優先します。
 受講料 1,000円/全4回分
 申込方法 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 8月24日(金)
 持ち物 タオル、飲み物
 ◇受講者の方は、11月に開催予定の「ツーデーウォーク」に、無料で参加いただけます。
 ⑧⑨スポーツ推進課スポーツ振興係
 ☎44-3129 FAX44-3117
 ✉sports@city.fukuroi.shizuoka.jp

全日本学生フォーミュラ大会

◇国内外からエントリーした82チームの学生たちが、約1年間かけて製作した小型フォーミュラカーの企画・設計力や走行性能など、ものづくりの総合力を競います。
 ◇7チームによる電気自動車仕様でのブレ大会も、併せて開催します。
 日 9月3日(月)～7日(金)
 時 午前7時～午後5時30分(3日は正午から、6日は午後7時まで)
 所 小笠山総合運動公園エコパ東第1・第3駐車場
 内容 審査見学、小型電気自動車の展示、県内産農産物の展示販売など
 入場料 無料
 ◇事前の申し込みは不要ですが、当日、大会本部で受け付けが必要です。
 ◇車で来場する方は、エコパ袋井ゲートから入場してください(掛川ゲートは封鎖されます)。
 ⑧公益社団法人 自動車技術会
 ☎03-3262-8214

講演会「食文化も交流文化・和魂外才」

◇料理、技術、笑顔、人づくりを柱とした、テンポよく元気の出る講演会です。
 日 9月6日(木)
 時 午後2時30分～4時30分
 所 総合センター3階第1・第2研修室
 講師 神谷信将さん(神谷料理研究所所長)
 対象 どなたでも
 ◇手話通訳、要約筆記もあります。
 定員 50人(先着順)
 参加料 無料
 申込方法 電話または、ファクスで住所、氏名、電話番号をお申し込みください。
 申込受付 8月14日(火)～
 ⑧⑨袋井商工会議所 清水かおりさん
 ☎42-6151 FAX42-9871

催し

平和推進事業費補助金事業 「あの日の記憶～被爆地長崎から～」被爆者講演会・原爆映像上映会

◇原爆について一緒に考えましょう。
 日 8月26日(日)
 時 ▽開場…午後1時30分 ▽開演…午後2時
 所 月見の里学遊館うさぎホール
 講演者 増川雅一さん(ナガサキピースミュージアム専務理事、元NBC長崎放送(株)ディレクター)
 対象 どなたでも
 定員 380人(先着順)
 参加料 無料
 ◇申し込みは、不要です。直接、会場にお越しください。
 ⑧袋井市核兵器廃絶平和都市宣言を推進する市民の会 代表 竹野さん ☎43-3456



月見の里学遊館 ハーモニカ&オカリナコンサート

日 9月29日(土)
 時 午後2時～4時(開場午後1時30分)
 所 月見の里学遊館うさぎホール
 出演 ▽ハーモニカ…津田佳世子、袋井ハーモニニー ▽オカリナ…山城奈奈子、ナナリーナ・オカリナ合奏団、ふくろうオカリナ合奏団
 定員 380人
 入場料 1,000円
 チケット取扱い 8月1日(水)午前9時から、月見の里学遊館、市役所売場で販売します。
 ⑧月見の里学遊館
 ☎49-3400
 FAX49-3405



●「日本語サロン」受講者募集

日 毎週木曜日
 時 午前10時～11時30分
 所 社会教育関係団体事務所2階会議室
 (袋井市高尾783-4)
 対象 市内または、近隣在住で、日本語を習いたい外国籍の方
 定員 10人
 受講料 無料
 ◇詳しくは、お問い合わせください。
 ㊚㊚袋井国際交流協会 ☎43-8070

●食生活推進員 育成セミナー受講生募集

◇地域で食育を推進する食生活推進員を育成するセミナーです。
 ◇健康の基本、「食」について学び、食生活推進員として活動しませんか。

日時	内容
10月23日(火) 9:00～12:00	開講式、食品衛生について
11月13日(火) 9:00～13:00	食事バランスガイドについて、調理実習
12月 4日(火) 9:00～13:00	食品成分表の使い方、調理実習
12月25日(火) 9:00～13:00	運動について、調理実習
1月(開催日は、地区ごとに別途連絡します)	地区の活動について、調理実習(食生活推進協議会の地区活動に参加)
2月12日(火) 9:00～12:00	生活習慣病について、閉講式

◇全6回出席できない場合も、欠席した講座を来年度受講するか、補講を受けることで、修了できます。

所 袋井保健センター
 対象 セミナー修了後、食生活推進協議会の会員として活動できる方
 定員 25人(先着順)
 受講料 2,000円(テキスト代、食材費)
 申込方法 10月1日(月)までに、電話で住所、氏名、電話番号をお申し込みください。託児(無料)を希望する方は、併せてお申し込みください。
 ㊚㊚健康づくり政策課健康支援1係(袋井保健センター) ☎42-7275

●【協働まちづくり事業】 風船で遊ぼう!

◇バルーンアーティストと風船で楽しく遊びましょう。
 日 8月21日(火)
 時 午後2時～4時
 所 メロープラザ2階会議室3
 対象 障害をお持ちのお子さんと、その家族
 ◇障害のないお子さんと家族も参加できます。
 定員 30人(先着順)
 参加料 ▽小学生以上…200円/人
 ▽未就学児…100円/人
 申込方法 電話または、Eメールで住所、氏名、電話番号、年齢をお申し込みください。
 申込締切 8月14日(火)
 ㊚㊚ピチャカマジカ 白畑さん
 ☎090-3448-2441
 ㊚ mama05@ezweb.ne.jp
<http://mamayaramaika.hamazo.tv/>



●街角かがく倶楽部・袋井 「生物と細胞」

◇細胞説の楽しさと、細胞説から広がる世界を体験し、ものごとを知ることの難しさや、すばらしさを感じてみませんか。
 日 8月26日(日)
 時 午後1時30分～4時30分
 所 高南公民館
 対象 小学5年生以上の方
 定員 20人(先着順)
 参加料 1,000円(家族内であれば、2人目からは500円、資料代含む)
 申込方法 8月23日(木)までに、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。
 ㊚㊚街角かがく倶楽部・袋井 名倉さん
 ☎090-3254-5480 FAX42-5947
 ㊚ kasetu2010@gmail.com

講 座

●【協働まちづくり事業】 幸せを育む素敵な人間関係! ～心理学を学ぼう～

日 9月11日(火)、10月16日(火)、11月20日(火)、12月11日(火)、1月22日(火)、2月19日(火) 全6回
 時 午前10時～正午
 所 袋井北公民館
 対象 心理学に興味がある方
 定員 40人(先着順)
 参加料 500円/回(テキスト代、お茶菓子代)
 申込方法 開催日の前日までに、電話または、ファクスで住所、氏名、電話番号をお申し込みください。
 ㊚㊚喜楽会
 竹内好江さん ☎・FAX43-6094
 ☎080-6919-6027
 斉藤百合子さん ☎・FAX43-2334
 ☎090-1234-9533

●英語が苦手な子も集まれ! 英語ゲームでオリピック イヤーを楽しもう!

◇自己紹介を始めとする、小学英語に必要な基礎を、色彩やスポーツの話題、ゲームを通して遊び感覚で身に付けます。
 日 8月9日(木)
 時 午前10時～11時30分
 所 山名公民館202号室
 対象 小学4年生～6年生
 参加料 600円
 申込方法 電話または、ファクスで住所、氏名、電話番号をお申し込みください。
 主催 NPO法人健康文化クラブ
 ㊚㊚市協働まちづくりセンター「ふらっと」
 ☎・FAX43-6315(電話は、月～土曜日の午前9時30～正午)
 ㊚㊚NPO法人色彩心理診断士協会COMPAS
 ☎86-3486 FAX86-3487



「地域元氣いきいき講座」受講者募集

公民館名	講座名	日	時	受講料	講師	定員	持ち物	申込受付
山名公民館	切り絵	9月15日(土)・29日(土)、10月13日(土)・20日(土)・27日(土) 全5回	13:00~15:00	1,000円(材料費別途)	松永義司さん	10人(先着順)	-	8月21日(火) 9:00~
浅羽東公民館	おもしろ実験教室(※)	9月2日(日)、11月11日(日)、12月2日(日)、1月13日(日) 全4回	10:00~12:00	1,000円	名倉和弘さん 街角かがく倶楽部	15人(先着順)	筆記用具	8月16日(木) 9:00~
浅羽南公民館	気軽に楽しく英会話	9月7日(金)~10月26日(金)の金曜日 全8回	13:30~15:00	1,000円	鈴木アグネスさん	20人(先着順)	-	8月17日(金) 9:00~
	詩吟入門	9月15日(土)、10月6日(土)・20日(土)、11月10日(土)・24日(土)、12月1日(土)・8日(土) 全7回	13:30~15:30	1,000円	佐々木麻りさん	10人(先着順)	筆記用具、カセットテープ	
	水墨画入門	9月12日(水)・19日(水)・26日(水)、10月3日(水)・17日(水) 全5回	10:00~12:00	1,000円(材料費別途)	佐々木寛直さん	10人(先着順)	書道道具など	
	ヨガ入門	9月13日(木)・20日(木)・27日(木)、10月4日(木)・11日(木)・18日(木)・25日(木)、11月8日(木)・15日(木)・29日(木) 全10回	9:30~11:00	1,000円	辻美代子さん	20人(先着順)	ヨガマット(バスタオル可)、飲み物	

(※)「おもしろ実験教室」は、小学生以上の方が対象です(小学校1・2年生は、保護者同伴)。

申込方法 各公民館へ、電話または、ファクスで住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

☎山名公民館 ☎FAX49-3401、浅羽東公民館 ☎FAX23-7470、浅羽南公民館 ☎FAX23-7205

メロープラザ「9月開講！メローカレッジ(入門編)」受講者募集

曜日	講座名	期間・回数	時間	受講料	講師	内容
火	㊸健康応援！ポディケア	9月11日(火)・18日(火)・25日(火) 全3回	19:00~20:30	1,500円	鈴木剛さん (ポディケア浅羽療術院)	日々の疲労や慢性痛、スポーツ障害に悩む方、自宅でする簡単ポディケアを学びませんか。
日	㊹敬老の日に贈ろう！プリザーブドフラワー	9月 9日(日)	10:00~11:30	3,000円(材料費含む)	馬淵みどりさん (プリザーブドフラワー アネモネ工房)	長期間美しい姿を楽しめる加工花のアレンジメントを作ります。親子で1個作ることもできます。
	㊺9月のお菓子づくり 抹茶モンブラン	9月30日(日)	9:30~12:00	2,000円(材料費含む)	江川唯姫子さん	カスタードクリームが入った、抹茶クリームのモンブランを作ります。

対象 どなたでも(㊸「健康応援！ポディケア」は、初めて受講する方) 定員 各10人(先着順)

申込方法 電話または、メロープラザ窓口で住所、氏名、電話番号、希望講座番号をお申し込みください。

申込受付 8月18日(土) 午前9時~

◇希望者が少ない場合は、講座を開催しないことがあります。詳しい内容は、メロープラザホームページをご覧ください。

☎メロープラザ ☎30-4555(午前9時~午後10時、水曜日休館) <http://www.mellowplaza.com/>

月見の里学遊館 ワークショップ参加者募集

講座名	日時	場所	受講料	講師	持ち物	対象
旬の食材ワークショップ「イチジクジャムづくり」	9月25日(火) 10:30~13:00	食のワークショップルーム	1,000円(1人1瓶持ち帰りあり)	谷野一恵さん (La chou-choute シェフパティシエール)	エプロン、布きん、三角きん	どなたでも(託児が有ります)
健康づくりワークショップ「ノルディックウォーキング入門」全3回	9月8日(土)・15日(土)・22日(土) 10:00~11:30	文字・文のワークショップルーム	2,000円(ポールレンタル料・保険料含む)	中野直子さん (健康運動指導士)	運動できる服装、タオル、飲み物	20歳以上の方
健康づくりワークショップ「ママと一緒にベビーピクス&ヨガ」全5回	9月7日(金)~10月5日(金)の金曜日 10:30~11:30	集会室A	2,500円(保険料含む)	山内佳代さん (ベビーピクスインストラクター)	運動できる服装、バスタオル、飲み物	3か月~1歳までの子どもと、母親

定員 各20人(「ママと一緒にベビーピクス&ヨガ」は、20組)(先着順)

申込方法 電話または、月見の里学遊館窓口で住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

申込受付 8月14日(火) 午前9時~ ☎月見の里学遊館 ☎49-3400 FAX49-3405

【県民の日】夏休み親子体験 と市内観光施設めぐり

◇夏休みにしかできない「たまごふわふわ」作りや、工場見学などにチャレンジしませんか？

日 8月24日(金)

時 午前9時～午後4時(集合午前8時45分)

集合場所 市役所1階ロビー

コース 市役所～ダイワハウス(工場見学)～月見の里学遊館(ダンボール工作)～「たまごふわふわ」作りと昼食～油山寺(滝行体験:滝に打たれます)～市役所

対象 小学生(ただし、1～3年生は保護者同伴)

定員 40人(申込多数の場合は、抽選。当選者には、事務局から連絡します)

参加料 500円(昼食代、保険代を含む)
持ち物 筆記用具、水着、タオル、飲み物など

申込方法 電話または、ファクスで代表者の住所(郵便番号)、氏名、電話番号と、参加者全員の氏名、年齢、子どもの学校名・学年をお申し込みください。

申込締切 8月17日(金)

問申市観光協会事務局

㊚43-1006 FAX44-3189

姉妹都市 「長野県塩尻市」市民訪問

日 ①9月21日(金) ②10月27日(土)

時 午前6時30分～午後7時30分

内容 ①奈良井宿の見学、ぶどうまつり(予定)など ②奈良井宿の見学、ハロウィンイベント(予定)など

対象 市内在住の20歳以上の方
※平成21～24年度の姉妹都市・友好都市市民訪問に参加した方は、申し込みできません。

参加料 2,000円(昼食代など)

定員 ①②各コース30人(申込多数の場合は、抽選)

申込方法 往復はがきに参加希望日、参加する1人または、2人の住所、氏名、年齢、電話番号を記入して、1人または、2人1組でお申し込みください。

◇申し込みは、1組1通に限ります。
①②両方のコースに申し込みした場合や、参加者を重複して申し込みした場合、記入漏れがあった場合は、無効です。

申込締切 8月17日(金)必着

問申秘書広報課秘書係 ㊚44-3103
〒437-8666 袋井市役所

4歳児・5歳児の 食育クッキング講座

日 ①いちごコース…9月12日(水)、10月3日(水)、11月14日(水)、12月19日(水) 全4回

②じゃがいもコース…9月4日(火)、10月16日(火)、11月6日(火)、12月12日(水) 全4回

時 午後3時～5時

所 ①袋井保健センター ②月見の里学遊館

内容 ▽第1回・3回・4回…食べ物の話と体験実習(子どものみ)

▽第2回…親子クッキング

対象 市内在住で、全4回参加できる4歳児または、5歳児(年齢は、平成24年4月1日現在)

参加料 2,000円(4回分)

定員 各コース20人(申込多数の場合は、抽選)

申込方法 電話で希望するコース、住所、氏名、電話番号、幼稚園・保育所(園)名とクラス(年長・年中)をお申し込みください。

申込締切 8月20日(月) 午後5時

問申健康づくり政策課健康支援1係
(袋井保健センター) ㊚42-7275



募集

平成25年度私立幼稚園入園児を募集します

◎山名幼稚園

対象・定員 ▽3歳児(平成21年4月2日～平成22年4月1日生)…60人

▽4歳児(平成20年4月2日～平成21年4月1日生)…若干人

入園説明会 8月18日(土)午前10時～

募集要項配布 9月3日(月)～

願書受付 9月27日(木)・28日(金)
午前9時から午後4時まで

◇詳しくは、お問い合わせください。

問申山名幼稚園

㊚42-3312



◎愛野こども園(幼稚園部)

対象・定員 ▽3歳児(平成21年4月2日～平成22年4月1日生)…30人

▽4歳児(平成20年4月2日～平成21年4月1日生)…若干人

▽5歳児(平成19年4月2日～平成20年4月1日生)…若干人

入園説明会 8月25日(土)午前10時～

募集要項配布 9月1日(土)～

願書受付 9月24日(月)・25日(火)

午前9時から午後4時まで

◇詳しくは、お問い合わせ下さい。

問申浜松学院大学付属愛野こども園

㊚44-7800

袋井市民親睦ゴルフ大会 参加者募集

日 11月1日(木) 雨天決行

時 午前7時30分～(予定)

所 葛城ゴルフ倶楽部(宇刈コース)

対象 市内在住・在勤の方または、袋井ゴルフ連盟・浅羽ゴルフ連盟登録者

定員 160人(先着順)

参加料 3,000円

プレー代 13,450円(市民大会特別料金)

◇昼食代は、別途かかります。

申込方法 電話で住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

申込期間 8月1日(水)～9月30日(日)

問申浅羽ゴルフ連盟事務局 吉田さん

㊚090-4154-7689

㊚23-7166(ワコーゴルフクラブ)

問申すこやか子ども課子ども保育係 ㊚44-3157



お知らせ

● 児童手当現況届の提出はお済みですか

◇現況届が提出されない場合、平成24年6月分以降の手当の支給がされませんので、必ずお手続きください。



提出が必要な方 平成24年5月分まで児童手当を受給されていた方で、現況届を提出していない方

◇平成24年6月以降、新たに受給の対象となる方は、現況届の提出は不要です。

◇養育者が他市町村で手当を受給されている場合、袋井市への提出は不要です。

◇公務員の方は、勤務先の給与担当にお問い合わせください。

提出期限 8月31日(金)

提出に必要なもの 児童手当現況届、印鑑(スタンプ式は不可)、受給者(保護者)の健康保険証(国民健康保険の方は不要)、子どもが住んでいる世帯全員の住民票(市外に住む子どもを養育している方のみ)

☎しあわせ推進課家庭福祉係

☎44-3184

市民サービス課市民サービス係

☎23-9213

● 重度精神障害者の医療費助成が始まります

開始時期 10月1日(月)～

対象 精神障害者保健福祉手帳1級をお持ちで、前年度所得が基準を下回る方

◇助成を受けるには、事前に申請する必要があります。詳しくは、お問い合わせください。

☎しあわせ推進課障害者福祉係

☎44-3114



相談

● 高次脳機能障害医療等総合相談会

◇脳卒中などの病気のあと、『忘れっぽくなった、怒りっぽくなった』など、社会参加の場面で困っている方や、家族を対象とした相談会です。

日 8月27日(月)、10月22日(月)、12月17日(月)、2月25日(月)

時 午後1時～5時

所 中遠総合庁舎(磐田市見付3599-4)

内容 高次脳機能障害に関する医療、福祉などの総合相談

対象 高次脳機能障害をお持ちの方や、その家族

定員 各回4人(先着順)

申込方法 事前に、電話で住所、氏名、電話番号、相談内容をお申し込みください。

☎☎西部健康福祉センター障害福祉課

☎37-2252

● 見えない方・見えにくい方の入学相談

◇「見えない・見えにくい」ために、就職や進学・仕事でお悩みの方に、専攻科への入学相談を行っています。

対象 高校卒業資格(見込み)をお持ちの方で、次のいずれかに該当する方

- ①矯正視力が0.3未満の方
- ②矯正視力が0.3以上であっても、視野異常など高度の障害のある方
- ③進行性の目の疾患などで、将来、視覚障害になる可能性のある方

就学内容 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。

入学願書配布 1月中旬

入学試験 3月上旬

◇詳しくは、お問い合わせください。

☎☎県立浜松視覚特別支援学校

高等部専攻科 入学相談係

☎053-436-1261

FAX 053-438-2876

● ベトナム人留学生のホームステイ受け入れ家庭募集

◇日本各地で学ぶベトナム人留学生のためのホームステイ受け入れ家庭を募集します(無償ボランティア)。



◇留学生は、日本語での会話ができます。

受入期間 9月15日(土)～17日(月・敬老の日)(2泊3日)

定員 20家庭(1家庭1人の受け入れ)

内容 宿泊受け入れ、食事の提供、共通行動場所への送迎など

申込方法 電話または、ファクスで住所、氏名、年齢、電話番号、家族構成をお申し込みください。

申込締切 8月16日(木)

◇申込多数の場合は、調整します。

◇決定後、説明会を行います。

☎☎袋井国際交流協会

☎43-8070 FAX43-8068

☎浅羽ベトナム会 安間さん

☎・FAX23-2525

● 放送大学 学生募集のお知らせ

◇平成24年度第2学期(10月入学)の学生を募集しています。

◇放送大学は、テレビなどの放送を利用して授業を行う、通信制の大学です。

◇働きながら学んで大学を卒業したい方、学びを楽しみたい方など、様々な目的の方が学んでいます。

◇心理・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など、幅広い分野を学べます。

◇詳しくは、お問い合わせください。

申込方法 電話で願書を請求し、記入のうえ、郵送でお申し込みください。

出願締切 8月31日(金)必着

☎☎放送大学浜松サテライトスペース

☎053-453-3303

私立幼稚園の保育料の一部を補助します

対象 市内在住で、平成24年度市民税所得割課税額(住宅借入金等特別税額控除等適用前の額)が211,200円以下の世帯

補助内容 園児1人あたり、年額49,800円～305,000円

◇世帯の子どもの数や平成24年度市民税所得割課税額などにより異なります。

申込方法 8月31日(金)までに、電話でお申し込みください。受付後に郵送する申請書に必要事項を記入し、通園している幼稚園に提出してください。

◇既に幼稚園から申請書が配布されている場合は、電話での申し込みは不要です。必要事項を記入し、通園している幼稚園に提出してください。

問申すこやか子ども課子ども保育係 ☎44-3157

「後期高齢者医療被保険者証」をお持ちの皆さんへ

◎保険証が更新されます

◇8月1日(水)から、「後期高齢者医療被保険者証」が更新されます。8月1日(水)以降に病院などにかかるときは、今まで使っていた保険証(藤色)ではなく、新しい保険証(緑色)をお持ちください。

◎平成24年度後期高齢者医療保険料が決定しました

◇保険料の決定通知書は、8月上旬に発送しますので、ご確認ください。

◇年金から天引きで納付している方は、決定した1年分の保険料から、4月・6月・8月に仮に徴収した保険料を差し引いた残りの額を、10月・12月・平成25年2月に振り分けて徴収します。

納期限(口座振替、現金納付の方)

期別	期日	期別	期日
第1期	8月31日(金)	第5期	1月 4日(金)
第2期	10月 1日(月)	第6期	1月31日(木)
第3期	10月31日(水)	第7期	2月28日(木)
第4期	11月30日(金)	第8期	3月29日(金)

◎市職員を名乗る、不審な電話や訪問に気を付けましょう

◇後期高齢者医療被保険者の方に対して、市職員などを名乗り、保険料や医療費の還付金があると思わせて、金融機関の自動預け払い機(ATM)を操作させようとするなどの、不審な電話や訪問の事例が、全国各地で発生しています。

◇不審な電話や訪問があった場合は、市役所にお問い合わせください。

問市民課保険サービス係 ☎44-3191

市訪問看護ステーションの業務を終了します

◇市訪問看護ステーションは、平成11年10月の開設以来、市民の在宅看護への要望に応じてきましたが、現在、民間事業により、市内3箇所まで訪問看護事業が実施されていますので、9月30日(日)をもって、業務を終了します。

市内で訪問看護を行う事業所

事業所名	所在地	電話番号
ウェルライフ地域リハビリテーション・看護センター(有限会社 ウェルライフ)	方丈3-2-3	44-8508
看護ステーション袋井(株式会社 オール看護小笠)	川井272-1	45-2255
トータルケアひかり(医療法人社団 英明会)	田町1-1-5	45-1315

問市訪問看護ステーション ☎43-7630

しずおか子育て優待カード 事業推進キャンペーン

期間 8月16日(木)～9月15日(土)

内容 しずおか子育て優待カード事業の協賛店で期間中に買い物をした応募者に、協賛店が提供する賞品が抽選で当たります。

対象 県内在住で、期間中に、異なる3つの事業協賛店で合計2,000円以上の買い物をした方

応募方法 協賛店または、市役所2階すこやか子ども課にある応募用紙に、レシートを添付のうえ、郵送で応募してください。

◇応募用紙は、8月上旬に協賛店、市役所などに配置されます。

◇当選者の発表は、発送をもって代えさせていただきます。



▲しずおか子育て優待カード

問申県健康福祉部こども未来局
こども未来課少子化対策班
☎054-221-3546

問すこやか子ども課子育て支援係
☎44-3147

ふくちゃんカードを お持ちですか

◇ふくちゃんカードは、袋井商店連盟加盟店で発行・利用できるポイントカードです。

◇袋井商店連盟加盟店は、衣料品、薬品、食品、化粧品、寝具・家庭用品など、日常生活用品の小売店です。



▲ふくちゃんカード

◇加盟店で買い物をすると、購入金額に応じてポイントが発行され、満点(500ポイント)カード1枚につき、加盟店で700円分の買い物ができます。

◇通常、100円お買い上げごとに1ポイントが付きます。毎月29日の「ふくちゃんの日」は、ポイントが通常時の3倍付きます。

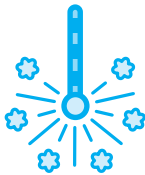
問協同組合袋井商店連盟事務局

(袋井商工会議所 馬場さん) ☎42-6151



花火はルールを守って 楽しく遊みましょう

- ①子どもだけで遊ばないで、大人と一緒に遊みましょう。
 - ②花火に書いてある遊び方や注意をよく読んで、必ず守りましょう。
 - ③花火は人や家に向けたりせず、燃えやすいものがない場所で遊みましょう。
 - ④風の強い時は、花火をするのはやめましょう。
 - ⑤水を入れたバケツを必ず用意して、残り火を完全に消しましょう。
 - ⑥きちんと後片付けをしましょう。
- ☎袋井消防署 ☎44-5119
浅羽分署 ☎23-0119



～ 8月は電気使用安全月間～ 家庭でも電気の安全点検を!

- ◇夏場は、高温多湿のため、1年の中で最も感電や電気事故が多い季節です。
 - ◇家庭でも電気製品・電気設備の安全点検を行い、悪い箇所は早めに直し、事故を防ぎましょう。
- 点検のポイント**
- ① 傷んだ電線、コードを使っていますか
 - ② 洗濯機、電子レンジにアースを取り付けてありますか
 - ③ 1つのコンセントから、たくさんの電気を使っていますか
- ☎(一財)中部電気保安協会 掛川営業所 ☎0537-24-3277

編集後記

取材で小中学生の相撲の練習を見学しました●子どもたちが、年齢や体格に関係なく全力でぶつかり合う姿がとてまかつこ良かったです●指導の内容は素人の私にも分かりやすく、テレビで見る大相撲も楽しくなりました●相撲の迫力やだいで味を、もっとたくさんの子どもたちにも知ってもらえるといいなと思いました。「ゆ」

子育てサポートキャラバン 「くるクル」が巡回中です

日程

日	所
8月20日(月)	春岡公会堂
21日(火)	袋井北公民館
22日(水)	袋井東公民館
23日(木)	高南公民館
24日(金)	浅羽東公民館
27日(月)	方丈ふれあい会館
28日(火)	今井公民館
29日(水)	三川公民館
30日(木)	浅羽西公民館
31日(金)	浅羽南公民館

◇16日(木)・17日(金)は、夏期休館
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
料金 無料
☎子育てサポートキャラバン「くるクル」☎090-1565-3487

平成23年度の 情報公開制度利用状況

◇情報公開制度は、市の仕事や仕組みを知っていただくため、市民の皆さんからの請求に基づいて市が持っている公文書を公開する制度です。

【平成23年度利用状況】

利用状況 ▼請求人数…33人
▼請求件数…1,112件

主な請求内容 工事設計図書、各種審議会・委員会の会議資料・会議録など
決定内容

公開・非公開などの結果	件数	
内容	公開	752件
	部分公開	359件
	非公開	0件
	却下	1件
	請求取り下げ	0件
合計	1,112件	

※部分公開は、個人情報の保護などのため。却下は、公文書が存在しないなどのため。

◇公文書を閲覧したい時や写しの交付を受けたい時は、市役所4階総務課へお問い合わせください。

☎総務課行政係 ☎44-3100

【県民の日】 市内運動施設の無料開放

◎風見の丘

◇プール、トレーニング室、浴室の個人利用に限りです。

日 8月18日(土)

時 午前9時～午後9時(浴室は、午前10時～午後9時)

※プール、浴室の小学2年生以下の利用は、保護者の同伴が必要です。

※トレーニング室は、小学生利用不可、中学生は保護者または指導者同伴。運動に適した服装で、室内運動靴を着用してください。

※浴室をご利用の方は、タオル、石けん、シャンプーなどを持参してください。

☎風見の丘 ☎24-0345

◎袋井市民体育館(競技場)

◇個人利用に限りです。

日 8月22日(水)

時 午後1時～5時、午後5時30分～9時30分

☎市民体育館 ☎42-1920

◎浅羽体育センター(卓球室)

◇個人利用に限りです。

日 8月22日(水)

時 午前8時30分～正午、午後1時～9時30分

☎浅羽体育センター ☎23-4812

◎袋井体育センター

◇個人利用に限りです。

日 8月17日(金)

時 午前8時30分～正午、午後1時～9時30分

☎袋井体育センター ☎43-1790

◎袋井・浅羽B&G海洋センター

日 8月19日(日)

時 午前9時～正午、午後1時～5時、午後6時～9時

☎袋井B&G海洋センター ☎43-1523
浅羽B&G海洋センター ☎23-7790

【アクアピクス体験会】

日 8月19日(日)

時 午前10時30分～11時

所 袋井・浅羽B&G海洋センター

対象 一般利用の方すべて

定員 20人(先着順)

☎☎袋井B&G海洋センター ☎43-1523



食べて健康

野菜いっぱい生活

バランスのとれた食事は健康への第一歩。
つい不足しがちな野菜を、いつもよりひと皿多くする
ヒントを探してみませんか。

日常的に野菜不足？ 「野菜いっぱい運動」の始まり

厚生労働省では、健康づくり施策のひとつとして、1日350g(両手3杯分)の野菜摂取を推奨していますが、平成22年の「国民健康・栄養調査」をみると、日本全体の成人の平均的な野菜摂取量は、1日281.7gとなっています。

また、市の健康づくり政策課によれば、近年、生活習慣病のひこつである「糖尿病」の心配を抱える方が増加しているそうです。

平成22年度に実施された、国民健康保険に加入する40歳〜74歳の方の特定健康診査結果のうち、HbA1c^{ヘモグロビンA1c}について、医師の受診を必要とする人の割合が10.4%となっており、これは県下でワースト3でした。市では、こうした現状と厚生労働省の健康施策を受けて、平成20年度から、1日350gの野菜を食べることを通じて、生涯にわたり健康で豊かな生活を送ることを目標にした「野菜いっぱい運動」を始めました。



健康づくり政策課健康支援1係 管理栄養士 塩原さん(左)塚本さん(右)

野菜いっぱい運動の主な活動は、公民館まつりや各種検診時に、年齢に合わせた野菜摂取量や調理法について話したり、市内飲食店の120g以上の野菜を

使った料理に「野菜いっぱいマーク」を付け、外食時にも野菜を多くとることを呼び掛けたりすることです。

また、野菜いっぱい運動の一環で、健康づくり食生活推進協議会と一緒に、市民館や公会堂での試食会や調理実習があります。子育てサポートキャラバン「くるくる」でもおやつ試食会を行っています(次ページで紹介)。

さらに学校給食では、小学生は95g以上、中学生は120g以上の野菜が使用されている場合、献立表に「野菜いっぱいマーク」を表示。食を通じた健康づくりを進めています。

市内では様々な農産物が豊富に生産されています。地元の野菜を毎日の生活にうまく取り入れ、生活習慣病の予防や健やかな体づくりに役立てていきたいですね。

野菜いっぱいいただきます！



給食の献立



野菜いっぱいマークの献立

- ・米粉パン
- ・牛乳
- ・ポイルウインナー
- ・キャベツのカレーソテー
- ・じゃがいものスープ煮
- ・スティックチーズびわ

「存知ですか？」食推協

市健康づくり食生活推進協議会は、食を通じた健康づくりの推進を目的に活動しているボランティア組織で、市内各市町にあります。市内ではよく「食推協」「食推さん」と呼ばれ、市が行う「食生活推進員育成セミナー」を受けただけで構成されています。

活動は公民館単位のもが多く、野菜いっぱい運動の推進、生活習慣病予防教室のほか、食推協交流会で会員同士の交流を図ったり、健康に関する勉強会で学習したことを地域に伝えたりしています。

野菜いっぱい運動では、野菜を使ったおやつ試食会、野菜を食べよう教室、野菜を食べようキャンペーンの活動を行っています。

あなたも地域の食のアドバイザーとして活躍してみませんか？(本紙12ページに、募集案内を掲載しています)

トマトの保存方法 豆知識

トマトは、冷蔵庫に入れると低温障害を起こすこともあるので、段ボールなどに入れて風通しのよい場所へ保存しましょう。



またトマトは冷凍保存もできます。冷凍用の袋に入れて冷凍し、流水で洗えば簡単に皮がむけます。そのままスープに入れて煮込むなどの応用ができますよ。1〜2週間で使い切りましょう。

市民編集員がお伝えします

市民編集員のひとこと



袋井市産のズッキーニ。ビタミン、カリウムが豊富で、美肌効果もあります。

こせきゆうこ たにぐちふみえ
小関裕子、谷口史恵

☆ミニクイズ

野菜の日はいつでしょーっ。

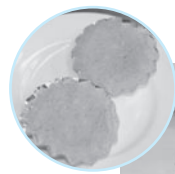
① 8月30日

② 8月31日

③ 8月7日

答えは18ページ

今回活動した4人は同期入会。広報ふくろいの募集記事がきっかけで、食推協の活動を始めたそうです。



おやつ試食会の様子

みてね」とレシピも配布しました。

参加者からは「かぼちゃは子どもが好きなので食べやすい」といった声が聞かれ、「作って

カップケーキを、参加した親子に試食してもらいました。

6月19日、北公民館に来た子育てサポートキャラバン「くるくる」には、子どもと保護者合わせて約30人が参加。その中で、食推協北地区会員の4人が、野菜を使ったおやつ試食会を行いました。

野菜いっぱい運動にひと役買っています

野菜食べてますか？

～おやつ試食会に参加した皆さんの声～

野菜は毎日みそ汁に入れ食べています。

子どもは野菜好き。離乳食で食べさせたのがよかったようです。

野菜が苦手な子どもに食べさせるには、親がおいしそうに食べるのがいいかな？

「活動は、何より自分の楽しみですよ」と笑顔の皆さんでした。



チームワーク良く試食の準備

地域の人と交流したい、料理のレパートリーを増やしたい、食推協のレシピに興味があるなど、思いは様々。日程の調整もお互いに協力しています。

外食でも野菜いっぱい

野菜いっぱいマーク表示店募集中

市内飲食店で、1食あたり野菜120gを使用しているメニューに「野菜いっぱいマーク」を表示し、それを提供している飲食店を、野菜いっぱいマーク表示店として登録しています。表示店は野菜いっぱいマップ、市ホームページなどに掲載し、紹介しています。



35年間、同じメニューで営業しています。地場産の野菜をたっぷり使っています。野菜いっぱいマーク表示店店主



タンメン

目印は、お店のメニューや店頭にある野菜いっぱいマーク。見つけてね。

市では登録していただける飲食店を随時募集しています。
健康づくり政策課健康支援1係(袋井保健センター) ☎42-17275

ちょこっと民話

～東地区編～
(「袋井に伝わる昔話」より)



久津部(東地区)

遠州七不思議のひとつ「片葉の章」の話は、遠州地方にいくつが残っています。

昔、源氏と平氏が戦っていた頃、熊谷次郎直実という源氏の武将が、久津部の村を通りかかりました。村の西に「七ツ森」というところがあり、この辺りはたんぼと章の生えた沼地でした。馬を沼のほとりにつないでおいたところ、馬は章の片方の葉ばかり食べてしまいました。それ以来、七ツ森に生える章は、片方しか葉のでない「片葉の章」になったそうです。

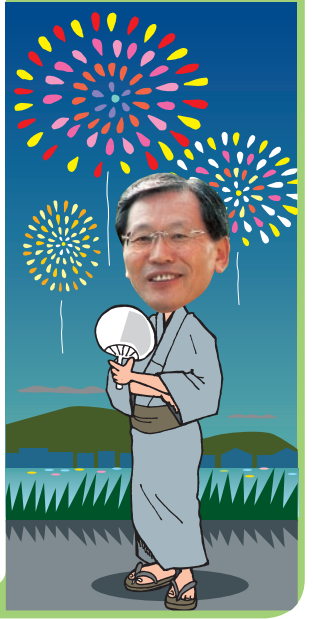
子育てサポートキャラバン「くるくる」って知ってますか？

子育て支援員がキャラバンカーに遊具やおもちゃを積んで、公民館や公会堂にお伺いします。巡回日程は本紙でご案内中です。



原田市長の

さんぽみち 散歩道



先日、俳優の山本孝さんの話を聞く機会があった。俳優座に入った経緯や初めて演技の指導を受けた時の話など、興味深い内容であった。

「泣く」演技がうまく出来なかったが、自宅へ来て、酒を飲んで泣く父親の友人を思い出して、その姿をまねて成功したという話もあった。

若いころ、演技の基礎を作っておいた結果が、今日までの長い間、第一線で活躍出来ることにつながっているのがよく分かった。

今年も夏休みの時期が来て、自宅の隣の公園で子どもが遊ぶ声が聞こえる。

私も、自由な時間が一杯あって、遊びたいだけ遊べる夏休みは、何よりの楽しみであった。

何日も休みが続くので、とかく生活がだらしないがちの中で、母親は私たち子どもに「勉強は朝の涼しい10時まで」「お盆までにすべての宿題を終えなさい」とのこと

を指示し、それ以外は全く干渉しなかった。毎朝、ラジオ体操を終えると、朝食後から10時まで机に向い、午後には近くの友達と川へ泳ぎに行った。

原野谷川は水量が少ないので、その南側の逆川で泳いだり、川が汚れていて、水が汚かったことを今でも思い出す。

深みに入って溺れて友達に助けられたが、恥ずかしいので家族に黙っていたところ、後日、親に知られて、一緒にその友達の家にお礼に行ったこともあった。

お盆を過ぎると、「河童が出るから」と川泳ぎはやめて、母の実家のある山田川へ行った。

「夏休みの思い出」

いっしょが集まると、2〜3日はにぎやかに過ごしたが、宿題が終わっていた私は夏休みの残りごろになっても平気で留まっていた。祖父母から自分の家に帰るよう促されるのも毎年のことであった。

今思うと、私にとって夏休みは、自由に出る時間をいかに組み立てるかを学んだり、嫌なことを先送りしないで出来るだけ早く済ませる習慣を身に付けたりすることができた期間だった。

この4月に逝った母には、生活「1」めりはり「1」が必要なことを、小さなころに簡単な指示を通じて身に付けさせてくれたことを、改めて感謝したい。



野菜の寒天寄せ

旬の食材を使ったレシピ

●材料(4人分)

- ナス 15g
- カボチャ 40g
- 枝豆(さや付き) 50g
- ミニトマト 2個
- 水 300ml
- 固形コンソメ 1/2個
- 粉寒天 1/2本(2g)

●作り方

- 鍋に水、コンソメを入れて火にかける。
- ナスは皮をむいて5mm角に切り、①のスープ100mlでひと煮立ちさせる。
- カボチャは種を取ってラップに包み、レンジで加熱する。柔らかくなったら冷まして5mm角に切る。枝豆はゆでて豆を取り出し、ミニトマトはへたを取って4等分に切る。
- ①のスープ200mlに粉寒天を入れて、沸騰してから1分ほど煮る。
- ゼリーカップに汁けを切った②と③を入れ、④を加えて冷蔵庫で固める。固まったら器に取り出す。

●栄養価(1人分) エネルギー33kcal/たんぱく質2.0g/脂質1.0g/カルシウム13mg/鉄0.4mg/ビタミンC10mg/食物繊維1.5g/塩分0.1g

●食推協からのコメント 夏野菜を口当たりよく食べられるようにした、暑い夏に最適な1品です。

毎月19日は、「食育の日」



食材まめ知識

カボチャには、「日本カボチャ」と「西洋カボチャ」があります。

どちらもカロチンが豊富で、ビタミンB1・B2・C・Eも多く、カリウムや食物繊維も豊富な食材です。

袋井市の木・花・鳥のイメージデザイン



市の木:キンモクセイ



市の花:コスモス



市の鳥:フクロウ

市の木・花・鳥それぞれの特徴を見やすくシンプルに表現し、「FUKUROI」の「F」を図案化しました。



災害を想定し、迅速な操法を披露(小型ポンプ操法の部優勝:袋井方面隊第8分団)

6月24日、消防技術の向上と士気の高揚・消防活動の進歩充実を目的に、消防団員の消防操法に対する訓練習熟の成果を競う「消防操法査閲大会」が開催されました。各出場隊は、日頃の訓練の成果を発揮し、指揮者の号令に従い、迅速かつ正確な消防操法を披露しました。

成績は、本紙4ページ「ふくろい日記帳」をご覧ください。

表紙の「いっしょ」