

広報

# ふくろい 2.1

人も自然も美しく 活力あふれる 日本一健康文化都市

No.167



ひな人形が伝える  
物を大切にする心

可睡齋ひなまつり

今月の特集

お忘れなく！税の申告…………… 2



平成26年分の所得にかかる所得税の確定申告と市県民税の申告が始まります。

# お忘れなく！ 税の申告

確定申告(所得税など)に  
関するお問い合わせ

磐田税務署

☎32-6111(自動音声案内です。申告に関する質問などは「2」を選択してください) 〒438-8711 磐田市中泉112-4

市県民税に関する  
お問い合わせ

袋井市役所  
税務課市民税係

☎44-3109 〒437-8666 袋井市新屋1-1-1

## ●磐田税務署確定申告会場「磐田市文化振興センター」

受付期間 2月16日(月)～3月16日(月)(※土・日曜日を除く)

受付時間 午前9時～午後5時(※混雑状況により、終了時間が早まる場合があります)

## ●市内申告会場

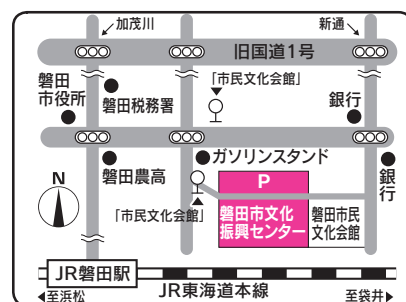
会場・受付期間(※土・日曜日を除く)

1 市役所東分庁舎「コスモス館」…2月16日(月)～3月16日(月)

2 支所1階・第1会議室…2月16日(月)～2月27日(金)、3月5日(木)～3月16日(月)

3 月見の里学遊館・ものづくりのワークショップルーム…3月2日(月)～3月4日(水)

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



### 確定申告が必要な方は、確定申告会場を確認しましょう

「給与」・「年金」・「一時所得(保険の満期など)」・「シルバー人材センターからの配当金」のみの申告ですか？

いいえ

はい

所得税の「住宅借入金等特別控除」を行いますか？

はい

いいえ

所得税の「住宅借入金等特別控除」を受けるのは、今回が初めてですか？

はい

いいえ

給与所得者の場合、年末調整で所得税の「住宅借入金等特別控除」を受けていますか？

いいえ

はい

磐田市文化振興センター

市内申告会場または、磐田市文化振興センター

- ◇市県民税の申告をする方は、市内申告会場へお越しください。
- ◇医療費控除の申告をする方は、上の表に当てはまる会場で申告してください。
- ◇すべて記入してある申告書は、どちらの会場でも提出できます。

**確定申告会場はお間違えなく**

申告内容によって会場が異なりますので、申告する内容を左の表に当てはめて、会場を確認してください。会場を間違えると申告書作成のアドバイスが受けられません。

磐田税務署確定申告会場「磐田市文化振興センター」でも、税務署職員が主にパソコンを利用した申告書の作成指導を行います。

**国税庁のホームページで  
確定申告書が作成できます**

インターネットを利用できるパソコンをお持ちの方は、国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で、画面の指示に従って必要項目を入力すれば、確定申告書を作成できます。

作成した申告書をプリンターで印刷すれば、添付書類とともに提出することができます(カラー印刷でなくても可)。

## 申告書は自分で記入しましょう

確定申告は、前年1年間(1月から12月まで)に得た所得の総決算として、自分で所得金額と税額を計算し納税する「申告納税制度」です。

「確定申告の手引き」や「収支内訳書の書き方」などを参考に、自分で作成しましょう。

## 申告が必要な方

### ▽所得税の申告が必要な方

①平成26年中の所得合計額が、基礎控除額や配偶者控除などの控除合計額より多い方

②平成26年中の給与収入が2,000万円を超える方

③給与所得があり、年末調整を受けなかった方

④給与所得者で、給与以外の所得が20万円を超える方

⑤2か所以上から給与を受け、年末調整がされていない給与の収入が20万円を超える方

### ▽市県民税の申告が必要な方

①自営業の方、不動産収入のある方、土地を売った方で、所得税の確定申告をする必要がない方

②給与以外の所得がある方(所得税と違い、給与以外の所得が20万円以下でも申告が必要です)

③平成26年中の所得について、所得税・課税証明書が必要になる方(収入がない方も、申告をしていないと証明書は発行できません)

## 医療費控除の申告に関するワンポイントアドバイス

◇「医療費控除」は、平成26年中に生計を一にする親族が支払った医療費が10万円(※所得が200万円未満の場合は、所得の5%)を超える場合に、超過金額を所得税の確定申告や市県民税の申告で控除として計上できるものです。

### ①領収書を集計しましょう!

治療を受けた病院などが発行した領収書で、医療費控除に該当する金額を確認しておいてください。

※領収書は、平成26年1月1日～12月31日の日付のものが対象となります。

### ②支払金額を集計しましょう!

医療費控除の申告をする方は、あらかじめ医療費の支払金額を集計し「平成26年分医療費の明細書」を作成しましょう。領収書は、医療費の明細書と一緒に、必ず原本を提出してください。

### ③高額療養費や療養費の申請を先に済ませましょう!

健康保険の高額療養費や療養費の支給対象になる方は、事前に申請をしてください。国民健康保険に加入している方は、市役所1階・市民課保険サービス係または、支所1階・市民サービス課市民サービス係で申請してください。領収書は確認してお返しします。

①②に関するお問い合わせ…☎磐田税務署 ☎32-6111

③に関するお問い合わせ…☎市民課保険サービス係 ☎44-3191

④国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している方で、平成26年中の収入がなかった方または、平成26年中の収入が障害者年金、遺族年金のみの方

### ▽市県民税の申告が必要ない方

所得税の確定申告をした方や給与所得のみで年末調整が済んでいる方(給与と支払報告書が、勤務先から税務課に直接提出済みの方)は、市県民税の申告は必要ありません。

ただし、所得税・市県民税の申告が必要ない方でも、市県民税の課税計算で医療費控除(左の囲み参照)や生命保険料控除を追加する場合には市県民税の申告が必要となります。

### ▽公的年金等の所得がある方

平成23年分から、年金収入が400万円以下でその他の所得が20万円以下の方は、所得税の確定申告が不要となりました。この場合でも、還付を受けるための申告はできます。

## 市内申告会場での受付方法

◇市内申告会場の受付開始時間は、午前9時です(受付の番号札は配布しません)。

※申告会場では、会場の混雑状況などにより受付を早めに終了することがあります。午後の部の受付終了時間は午後3時30分ですが、大変混み合いますので、時間にゆとりを持ってお越し下さい。

◇市内申告会場では、職員がアドバイスをしますが、申告内容の確認(検算)は行いません。申告内容に誤りや不備があった場合、後日、税務署から連絡がいくことがあります。

◇自宅などで作成した確定申告書は、市内申告会場や磐田税務署へ提出してください。なお、確定申告期間中は、市役所2階・税務課市民税係と支所1階・市民サービス課の窓口でも申告書の提出を受け付けますが、両窓口では申告書の作成相談は行いません。

## 申告時の持ち物

添付すべき書類が全部そろっているか、記入漏れがないか、提出前にもう一度確認しましょう(源泉徴収票・各種保険証明書・医療費の領収書などは、すべて原本を提出していただきます)。

①印鑑、電卓、筆記用具

②源泉徴収票(給与や公的年金などの収入がある方)

③収支計算してある収支内訳書(営業所得、農業所得、不動産所得のある方)

④国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料、国民年金保険料などの支払額が確認できるもの

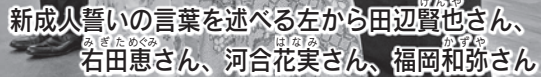
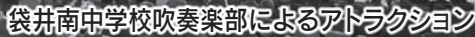
⑤生命保険料、個人年金保険料、地震保険料、損害保険料などの控除証明書

⑥寄附金の領収書

⑦障害者控除を受ける場合は、障害等級などが確認できるもの

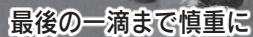
⑧医療費控除を受ける場合は、医療費などの領収書





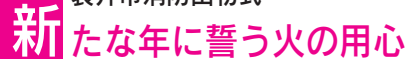
平成27年 袋井市成人式

新成人誓いの言葉では、代表の4人が「支えてくれた家族や仲間たちに感謝し、夢に向かってまい進します」と意を表明しました。平成28年の袋井市成人式は、平成28年1月10日(日)午前11時から開催されます。



## T-1グランプリinふくろい2014

▽団体1位…おちやちやDX(山城穂乃花さん、<sup>デラックス</sup> 斉藤碧さん、<sup>はのか</sup> 村松美咲さん<sup>あおい</sup>)



永年勤続団員の家族に対する感謝状を受ける  
大西直希さん(袋井方面隊長)ご家族





完走を目指し、一斉にスタート

## 冬 第26回袋井クラウンメロンマラソン in ECOPA の袋井路で健脚を競う

12月14日、エコパスタジアムをスタートする「第26回袋井クラウンメロンマラソン in ECOPA」が開催され、過去最多となる約9,400人のランナーらが袋井市内を駆け抜けました。

沿道では、地元市民から「頑張れ!」「もう少しでゴールだよ」などといった声援や市内の小学生による演奏のエルがランナーらの背中を押す光景も見られました。

各コースを走り終えたランナーらは、この大会の目玉でもあるゴール後のクラウンメロンサービスで、疲れた体を癒していました。



わたしたちの顔より大きい!

## う 浅羽西幼稚園 キャベツ収穫体験 んとこどっこいしょ!

12月17日、浅羽西幼稚園の園児63人が、保護者の鈴木隆彦さんの畑でキャベツの収穫体験を行いました。

園児たちは、畑の中から自分がとりたいキャベツを選んで力を入れて引っ張り、大きなキャベツが抜けると「やったー!」と大喜び。

収穫後には、鈴木隆彦さんや栄養士の名倉<sup>ちかこ</sup>麻子さんから「キャベツには体の抵抗力を高める働きがあるビタミンCが多く含まれていること」や「外葉や芯に栄養があること」などを教えていただき、実際にとれたてのキャベツを味見する姿が見られました。

## 高 第12回袋井<sup>ふくしゅう</sup>ショップ 校生社員がおもてなしの心で販売

12月13日・14日の2日間、袋井商業高等学校で、『ふれあい』をテーマに「第12回袋井ショップ」が開催され、約6,000人のお客さんでにぎわいました。

生徒たちは、自ら仕入れた商品を丁寧にお客さんに説明・販売。生徒の対応にお客さんからは「高校生らしいイキイキとした接客がすごいですね」といった感想も聞かれました。

校内では、商品販売のほかちびっこ広場や同校吹奏楽部による演奏会などの会場も設けられ、子どもからお年寄りまで楽しいひとときを過ごしていました。



体育館での販売の様子

## 家 袋井東小学校 エコリーダー認定セレモニーイベント 族でエコ活動を進めよう!

12月16日、袋井東小学校で、家庭内で地球温暖化防止に取り組む「アース・キッズチャレンジ」のエコリーダー認定セレモニーイベントが行われ、4年生68人が認定されました。

9月30日から10月6日までの1週間、エコ生活に取り組んだ子どもたちは、72.4キログラム(2リットルペットボトル19,393本分)の二酸化炭素(CO2)を削減。

エコリーダー認定セレモニーイベントでは、引き続き活動を続けていこうと「コップ1杯分の水で歯磨きをする」などクラスごと新たなエコ宣言を掲げていました。



エコリーダーに認定してもらったよ

エコ活動を継続していきます!



# ぼくたち・わたしたちの学校紹介

## 第9回：袋井北小学校 ～教育目標「夢いだき とともに高め合う子」～

### 【1人ひとりの『学び』を大切に】

袋井北小学校は、児童数895人を数える磐周地区で一番大きな小学校です。児童1人ひとりが、「分かった」・「できた」と実感できる授業づくりに取り組んでいます。

本校の教師は、『学び』とは、教師と子ども、子ども相互の対話によって創られるものであり、教師が一方向的に教え込むものではないという授業観に立ち、日々この姿勢で子どもたちと向き合っています。子どもたちは、分からないことについて進んで質問したり調べたりして、自らの力で問いを解決しようと努力しています。

こうした日々の授業改善によって思考力や判断力・表現力を養い、『学び』を通して人づくりを行っています。

子どもたちへのアンケート調査の結果によれば、90%近い子どもが「授業がよくわかる」と答えており、授業改善の成果が表れています。



対話を大切にした授業

### 【地域が支える『おらが学校』】

自治会や老人会・スクールガードリーダーなどの『おらが学校』という地域の意識に支えられ、安心・安全・安定な教育活動が行われています。

学校支援地域本部「ともえサポーターズ」は、本校を地域で支え、教師が子どもとじっくり向き合える時間を増やそうと平成21年度に発足しました。登下校の見守りや家庭科の授業での裁縫指導、校庭の整備、学校行事の運営補助など多岐にわたった支援を行い、教師や子ども・保護者から信頼される存在です。

こうした活動が評価され、昨年12月に「地域による学校支援活動」推進にかかる文部科学大臣表彰を受賞しました。



裁縫の実技

### 学校概要

五訓(校訓) 「よく考える子 思いやりのある子  
礼儀正しい子 ねばり強い子 けんこうな子」  
生徒数 895人(平成27年1月1日現在)  
☎袋井北小学校 ☎42-3024

## 市民編集員の

## ふくろいまちなか探訪

No. 8

平成26年12月19日付で国登録有形文化財に登録!

可睡齋瑞龍閣と東司



久能にある可睡齋は、曹洞宗の寺院で、地元では「おかすい」と呼ばれ親しまれています。境内に建つ瑞龍閣は、昭和12年に建てられた木造2階建ての迎賓施設です。東司は、同年に建てられた、当時最新の設備を取り入れた水洗式トイレで、健康を守るトイレの神様「烏菟沙摩明王(うすさまみょうおう)」が祭られています。



瑞龍閣は、総ヒノキ造りの大規模な建物です。建物内部に入ると木のぬくもりを感じられ、窓ガラス越しの日差しはとてもやさしいです。

広大な座敷の周囲にめぐらされた畳の廊下、桜・藤などの襖絵や欄間(らんかん)で飾られた部屋、色鮮やかな天井など、見事です。

見どころ満載で、ちょっとしたテーマパークのよう。一見の価値(ひとみ)があります。







## 姉妹都市塩尻見聞録

### ●「松本山雅FC」のホームタウン・塩尻

松本山雅フットボールクラブ (FC) は、松本市で1965年に発足したサッカーチームで、今シーズンから日本プロサッカーリーグ (Jリーグ)・J1の舞台に初挑戦します。

塩尻市は、2013年に松本山雅FCのホームタウンとして登録をしました。毎年、ホームゲームの1試合を「塩尻市デー」と題した冠ゲームとして開催し、来場した対戦相手のサポーターへ塩尻の特産品をプレゼントしたり、会場内で特産品を販売したりしながら、塩尻ブランドの発信と地域活性化に結び付けるイベントを実施しています。また、松本山雅FCの選手が講師として市内の小学校で「キャリア教育授業」を行うなど、チームと塩尻市が連携し、サポートをしながら、様々な取り組みを進めています。

このように地域と共に歩んでいる松本山雅FC。昨年は、J2ホームゲームでの平均観客動員数が1万2千人を超え、J2のチーム中1位を記録しています。大都市ではないホームグラウンドにこれだけ多くのサポーターが集まる理由は、今までの地域に根ざした地道な活動のもと、幅広い年代の皆さんが注目し、活躍に励まされているからこそ熱い支持を得ているのではないかと、全国のサッカー関係者の話題にもなっています。

塩尻市は、今年もホームタウンとして登録を更新し、チームを応援します。



「塩尻デー」でのエスコートキッズの様子

問塩尻市企画課 ☎0263-52-0280



## 健康チャレンジ!! 日常ながら運動

健康づくりには、適度な運動を定期的に継続していくことが大切です。

運動のために特別な時間を割く必要がなく、お金もかからない「日常ながら運動」を、皆さんも是非、実践してみてください。

### 第6回：「膝から下の筋肉を鍛えて転倒予防！」

#### 1 つま先上げ運動

椅子に座り、すねの筋肉に意識を集中して、つま先の上げ下げを両足同時に行う (※1秒間に1回のペースで10回、1秒間に2回のペースで20回、合計30回で1セット)。

ながらチャンス テレビを見ながら、椅子に座ったとき

効果 転倒予防、足首・すねの引き締め

ポイント 足首は、なるべく大きく曲げましょう！



#### 2 かかとの上げ下げ運動

背筋を伸ばしおなかをへこませ、足を少し広げて体を安定させて、その姿勢からかかとの上げ下げを繰り返す (※1秒間に1回のペースで10回、1秒間に2回のペースで20回、合計30回で1セット)。

ながらチャンス テレビを見ながら、歯磨きをしながら

効果 転倒予防、ふくらはぎの引き締め、バランス力の向上

ポイント かかととは出来るだけ高く上げましょう！



問健康づくり政策課健康企画室

☎44-13138



## 交通安全コラム

### ◆平成26年の市内交通事故発生状況

平成26年の袋井市内の交通事故発生件数は、775件と平成25年の739件より36件も増加していますが、交通事故死者数は3人で、前年より3人減少しました (事故件数は、速報値です)。

市内で発生した交通事故の特徴としては、追突事故が全体の約5割を占め、国道1号や県道など主要幹線道路における事故が目立っています。また、交通事故死事故では、いずれも高齢者の尊い命が失われました。

ドライバー・歩行者・自転車運転者の皆さん、交通ルールを守り、交通事故防止に心掛けましょう。

#### ●交通事故防止のために注意するポイント

1 道路を横断するときは、横断歩道を渡りましょう。

2 ドライバーは、歩行者を見落とさないよう十分注意しましょう。特に、夜間の歩行者や、見通しの悪い道路・渋滞中の対向車線の自動車の間から飛び出す歩行者には注意が必要です。

#### ●横断歩行者の妨害には罰則が設けられています

横断歩道は、車両の通行よりも歩行者の横断が優先され、「横断歩道等における歩行者等の優先」違反の罰則 (道路交通法第38条) が設けられています。

横断や横断しようとしている歩行者がいるときは、必ず一旦停止をして、横断者を優先しましょう。

▽罰則：3か月以下の懲役または

5万円以下の罰金

▽違反減点：2点



問市民協働課交通政策係 ☎44-13125





## 新たな一歩 踏み出せ未来へ



## ふくろい 市制施行10周年

### 市制施行10周年 3つの基本理念

- 1「新しい価値観を育てる  
環境づくり」  
…物・量の豊かさから、質の豊かさへ。時代の変化に柔軟に対応できる市民へ。
- 2「市民の郷土に対する誇りや  
愛着の醸成」  
…誇れる袋井の魅力を確認。地域愛を醸成し、次世代につなげる。
- 3「環境問題や世界平和など  
国際的な社会貢献への取り組み」  
…人のために時間を費やすことへの喜び。グローバルな時代に即した社会貢献。

## キャッチフレーズと シンボルマークが決定しました!

### ●キャッチフレーズ

#### 「新たな一歩 踏み出せ未来へ」

袋井市は、平成27年4月1日に市制施行10周年を迎えます。  
これに先立ち、平成26年7月に、荒木信幸・静岡理工科大学学事顧問を委員長とする「袋井市市制施行10周年記念事業推進委員会」を発足し、キャッチフレーズや記念事業などについて協議を重ねてきました。

この度、キャッチフレーズとシンボルマークが決定しましたので、お知らせします。節目となる10周年を盛り上げ、袋井市のイメージアップとPRにつなげるため、年間を通して使用していきます。

問合せ 秘書広報課秘書係  
☎44-3103

### ●シンボルマーク

決定したキャッチフレーズを基にデザインされたシンボルマークは、市制施行10周年の3つの基本理念を飛び立つ羽根になぞらえ、ローマ字のFUKUROIの頭文字「F」をモチーフに、未来に向かって新たな一歩を踏み出す姿を表現しました。

また、新しい袋井市に対する思い（丸い部分）を市民が両手で包みこみ・支え・磨きあげる姿もイメージしており、新しい価値観が育まれるようにという願いも込められています。

袋井で  
活動中

## グループ紹介

### ソフトマダム

私たち「ソフトマダム」は、毎週水曜日の午後2時～3時に浅羽北公民館で、鈴木洋子先生の指導のもとエアロビクスを習っているサークル(現在、会員13人)です。

「ソフトマダム」と言いながらも、ほとんどの会員が「マダム」ではなく「グランマ(おばあちゃん)」なので、動きもゆったりソフトに活動しています。美容や健康が気になるお年ごろなので、いろんな情報も集まり、活動の楽しさが増します。

リズムに乗って気軽に体を動かしてみたい方におすすめのサークルです。会員もみんな優しい方ばかりです。興味をお持ちの方は、お気軽にお問い合わせください。



鈴木先生と会員の皆さん

会費 1回ごとに500円

問合せ ソフトマダム代表 前嶋早苗さん ☎・FAX23-0178



# 「協働まちづくり事業」の

## 提案を募集します

市では、多様化する地域の課題や市民ニーズに 대응するため、NPO法人などの市民活動団体と行政、市民活動団体同士がお互いの特性を生かしながら協力・連携して事業に取り組む「協働まちづくり事業」を推進しています。あなたのアイデアを、まちづくりに活かしてみませんか？  
 市民協働課協働推進室  
 ☎ 44-3107

### 「協働まちづくり事業」ってどんなもの？

- ◇「協働まちづくり事業」とは、市民活動団体と行政とが、各自の役割分担や経費負担などを明確にした上で、地域課題の解決や市民ニーズの実現などに取り組む事業です。
- ◇市民の皆さんが持っている経験や技術を活かしたアイデア、行政とは違った視点での提案を募集し、市民の皆さんと行政が協働してまちづくりに取り組みます。

### 「協働まちづくり事業」の対象となる事業は？

- ◇主に市内で実施する次の**1**～**3**の事業が対象となります。
  - 1**市のまちづくりの施策に合致し、総合計画に掲げた29の取り組みに沿って提案される事業
  - 2**提案団体と市が協働して実施することにより、地域課題の解決や市民ニーズが実現できる事業
  - 3**公益性があり、団体の特性を発揮した先駆的で新たな視点からの取り組みである事業
- ◇対象となる事業は、役割分担や経費負担などにより次の**1**～**3**の3種類に区分されます。
  - 1委託事業**…本来、行政が行う公共サービスを市民活動団体に委託することで、効率的で効果的な事業の実施につながると認められた場合に事業を委託するものです。
  - 2補助事業**…特定の事業の実施や研究などを支援・促進するため、公益上必要があると認められた場合に市が事業費の補助を行うものです(事業費の3分の2以内で補助)。
  - 3連携事業**…行政からの金銭的支援はありませんが、市が公共施設の使用を手配したり事業に必要な広報をしたりなど、お互いに連携し合って事業を実施するものです。

### 応募資格や申込方法は？

- 応募資格** 次の**A**～**D**に該当する団体
- A**…市内に事業所を置き、主に市内で市民活動を行っているまたは、今後活動計画がある
  - B**…代表者を含め5人以上である
  - C**…団体に関する定款・規約などがあり、それに基づいて運営している
  - D**…提案する事業を的確に遂行できる能力があり、その成果報告ができる
- 申込方法** 3月18日(水)までに、事業提案書や事業計画書など必要な書類を市役所4階・市民協働課協働推進室まで提出してください。
- ◇申し込みは、1つの市民活動団体につき、1つの事業に限ります。
  - ◇必要書類や実施要領などは、市役所4階・市民協働課や下記説明会で配布するほか、説明会の翌日からは市ホームページからダウンロードもできます。まずは、説明会にご参加ください。
- 説明会を開催します！**  
 日時・場所 2月13日(金) 午後7時～ 総合センター4階・大会議室

### 事業実施のスケジュール

- ▽応募受付(協働まちづくり事業の募集)…2月16日(月)～3月18日(水)
- ▽書類審査…3月下旬～4月上旬
- ▽公開プレゼンテーション
  - 日時・場所 4月中旬開催予定。詳しくは、後日、本紙でお知らせします。
  - 内容 応募団体による提案内容の発表(1団体10分程度の説明と質疑応答を行います)
  - ◇どなたでも見学できます。見学希望の方は、直接、会場へお越しください。
- ▽採択事業の決定…5月上旬予定。実施事業の決定後、市ホームページで公開します。
- ▽事業の実施…6月上旬以降
  - ◇担当課協議・事務手続きを経て、事業を実施していただきます。事業期間中盤には中間評価、事業終了時には実績報告を行っていただきます。
- ▽事業の完了…平成28年2月12日(金) 事業完了の実績報告を受け、事後評価を行います。
- ▽事業報告会…平成28年3月開催予定



皆さんからのご応募をお待ちしています！



## ●親子で楽しくリトミック

◇発達に心配のあるお子さんをお持ちの方、まずはお気軽に参加ください。親子で楽しく体を動かしましょう。

日 2月28日(土)、3月7日(土)

時 午前10時～11時

所 袋井南公民館1階・和室

内容 専門講師によるリトミック指導

対象 発達に心配のあるお子さんと保護者

定員 各10人程度

参加料 200円

◇各開催日の前日までに、電話で住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

☎☎袋井市手をつなぐ育成会

高橋さん ☎42-0902

☎しあわせ推進課障害者福祉係

☎44-3114

## ●東海道どまんなか市<sup>いち</sup>

◇資源の大切さとエコの発想で、「フリーマーケット」や新鮮野菜を扱う「軽トラ市」を開催します。

日時 3月1日(日) 午前9時～午後1時

場所 市役所西側駐車場

☎東海道どまんなか市実行委員会

代表 鈴木邦彦さん

☎090-2263-5522

## ●メロープラザ ワンコインコンサート ～響きあう音たち～

日時 3月7日(土) 午後7時～8時

場所 メロープラザ1階・ガレリア

出演 後藤桂さん(ソプラノ歌手)

対象 小学生以上の方

定員 50人(先着順)

チケット料金 500円

チケット取扱い メロープラザ

チケット販売開始 2月10日(火) 午前9時～

☎メロープラザ ☎30-4555

(午前9時～午後5時、水曜日休館)

## ●ひと足早い春を呼ぶ 「市南部ふれあい芸能祭」

◇浅羽地域・笠原地区の5公民館と岡崎会館で活動している16団体が、日ごろの成果を発表する地域の文化イベントです。今年は、あさば保育園も参加します。

日 2月22日(日)

時 午前10時～(開場午前9時15分)

所 メロープラザ・多機能ホール

内容 よさこい踊り、フラダンス、ハーモニカ・オカリナ演奏 など

対象 どなたでも

定員 500人(先着順)

◇参加無料。申し込みは不要です。直接、会場へお越しください。

☎市南部ふれあい芸能祭実行委員会事務局(メロープラザ内)

☎30-4555

(午前9時～午後5時、水曜日休館)

## ●民謡と民謡の発表会

◇市文化協会の「民謡部」と「民謡部(雄和の会)」の合同発表会です。

日 2月28日(土)

時 午後1時～(開場午後0時30分)

所 月見の里学遊館・うさぎホール

対象 どなたでも

定員 350人(先着順)

◇参加無料。申し込みは不要です。直接、会場へお越しください。

☎市文化協会事務局(月見の里学遊館内) ☎49-3443

(午前9時～午後5時、木曜日休館)

## ●新袋井フォーラム 「遠州弁」を楽しみましょう

日時 2月28日(土) 午後1時30分～3時 場所 メロープラザ1階・会議室1、2

演題 「遠州弁を楽しまいか」

講師 舟橋弘子さん(コーラス指揮者、作詞家、作曲家、元教員)

対象 どなたでも 定員 50人(先着順) 入場料 200円(小学生以下は無料)

申込方法 2月25日(水)までに、ファクスまたは、Eメール、はがきに住所、氏名、電話番号を記入してお申し込みください。ファクスの場合は、「新袋井フォーラム宛」と記載してください。

☎☎新袋井フォーラム事務局(静岡理科大学小栗研究室内)

FAX45-0110(代表) 〒437-8555 袋井市豊沢2200-2 ✉oguri@ns.sist.ac.jp



## 催し

## ●袋井特別支援学校 「袋特市」

◇中等部・高等部の生徒が作業学習で作った製品を販売します。

日 2月14日(土)

時 午前10時30分～正午

所 袋井特別支援学校(袋井市高尾2753-1)

◇参加無料。申し込みは不要です。直接、会場へお越しください。

☎袋井特別支援学校 ☎43-6611

## ●地域健康寺子屋

日 2月14日(土)

時 午後7時30分～8時30分

所 浅羽南公民館・大ホール

演題 「生活習慣病を予防するためにぜひ、知ってほしいこと」

講師 溝口哲弘医師(溝口ファミリークリニック院長)

対象 どなたでも

定員 50人程度(先着順)

参加料 無料

申込方法 2月12日(木)までに、電話で住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

☎☎健康づくり政策課健康支援2係(浅羽保健センター) ☎23-9222





## ● 市内中学校音楽祭 クローバーコンサート

◇市内4中学校の吹奏楽部員が、バラエティに富んだ曲目を演奏します。

日時 3月15日(日) 午後1時30分～(開場午後1時)

場所 メロープラザ・多機能ホール 対象 どなたでも 定員 380人(先着順)

◇入場無料。申し込みは不要です。直接、会場へお越しください。

☎メロープラザ ☎30-4555(午前9時～午後5時、水曜日休館)

## ● 河川環境保全講演会 「誇れるふるさとの川づくりプロジェクト」報告会

◇皆さんの身近な「川」について考えてみませんか。

日時 3月17日(火) 午後2時～4時 場所 中遠クリーンセンター3階・会議室

内容 第1部…河川環境保全講演会

講師 澤井健二さん(水辺に学ぶネットワーク会長)

第2部…「誇れるふるさとの川づくりプロジェクト」報告会

対象 どなたでも 定員 70人(先着順) 参加料 無料

申込方法 3月13日(金)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。

☎☎環境政策課環境企画係 ☎44-3135 FAX44-3185

✉ kankyou@city.fukuroi.shizuoka.jp

## ● 月見の里 手作り和菓子で お茶席体験

◇日本の伝統的な作法を分かりやすく  
楽しく学ぶワークショップです。

日時 3月29日(日) 午後1時～3時

場所 月見の里学遊館・食のワーク  
ショップルーム、和のワークショッ  
プルーム

講師 ▽和菓子作り…(株)たこまん

▽お茶席…市文化協会茶道部

対象 小学3～6年生

定員 30人(先着順)

参加料 600円(材料費含む)

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 2月17日(火) 午前9時～

持ち物 エプロン、布きん、三角きん

◇3月23日(月)以降のキャンセルは、  
キャンセル料300円が発生します。

☎☎月見の里学遊館 ☎49-3400

(午前9時～午後5時、木曜日休館)

## ● 月見の里 お菓子づくり シリーズ③ 「贅沢ミルクのスイーツ」

◇新鮮でおいしい牛乳を使ったお菓子  
をつくります。

日時 3月11日(水) 午前9時～正午

場所 月見の里学遊館・食のワーク  
ショップルーム

講師 太田牧場「MOTAの店」

対象 20歳以上の方

定員 24人(先着順)

受講料 1,500円(材料費含む)

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 2月16日(月) 午前9時～

持ち物 エプロン、布きん、三角きん

◇3月6日(金)以降のキャンセルは、  
キャンセル料1,000円が発生しま  
す。

☎☎月見の里学遊館 ☎49-3400

(午前9時～午後5時、木曜日休館)

## ● こどもアートサークル Tette 「Tetteパーティー」

◇1年間の活動の様子を写真で振り返  
りながら、みんなで楽しくランチを  
します。

日 3月10日(火)

時 午前11時～午後0時30分

所 月見の里学遊館2階・子ども室

対象 おおむね1歳以上の未就園児と  
その保護者

定員 20組(先着順)

参加料 1,000円(ランチ代含む)

申込方法 3月7日(土)までに、電話  
または、Eメールでお子さんと保護  
者の氏名、お子さんの年齢、電話番  
号をお申し込みください。

☎☎こどもアートサークルTette

鈴木さん ☎090-8233-9518

✉ suzuki.sachiko0406@gmail.com

http://s.ameblo.jp/kodomo-art-tette

## ● 高校生と企業を結ぶ 袋井市合同企業説明会

日 3月18日(水)

時 午後1時30分～4時(受付午後1時  
～)

所 市役所東分庁舎「コスモス館」1  
階・大会議室

内容 ▽事前説明…午後1時30分～1  
時45分 ▽個別企業説明会…午後1  
時45分～4時

対象 平成28年3月卒業予定の高校生

参加企業 採用予定がある企業36社  
(予定)

◎参加企業、参加学生を募集します！

申込方法 ▽参加企業…2月18日(水)

までに、ファクスで会社名、担当者  
名、電話番号、Eメールアドレス、  
をお申し込みください。

▽参加学生…2月27日(金)までに、  
電話で住所、氏名、電話番号、学校  
名をお申し込みください。

☎☎産業振興課商業労政係

☎44-3136 FAX44-3179

袋井商工会議所

☎42-6151 FAX42-9871

浅羽町商工会

☎23-2440 FAX23-4879



## ● 街角かがく倶楽部・袋井 「力と加速度のヒミツ」

◇難解といわれる「動力学」を実験で確かめていくと、面倒な計算をしなくてもすっきり理解できます。力と加速度をきっかけに物理を好きになってみませんか。

日 2月22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/人(家族内であれば、2人目からは半額)

申込方法 2月19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

Facebook 名倉和弘

## ● レクリエーション講習会

◇地域や職場で生かせる、楽しいレクリエーションゲームを体験しませんか。

日 2月22日(日)

時 午前10時～正午(受付午前9時30分～)

所 袋井北公民館・ホール

講師 山田芳実さん(レクリエーションコーディネーター)

対象 18歳以上の方

定員 30人(申込多数の場合、抽選)

参加料 500円

申込方法 2月13日(金)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、性別、年齢、所属をお申し込みください。

持ち物 飲み物、上履き、運動のできる服装

☎☎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・ウォーク講習会

日 2月25日(水)、3月11日(水)・18日(水) 全3回

※雨天の場合は、3月25日(水)に延期します。

時 午前9時30分～11時 所 上田町グラウンド

講師 相場肇美さん 内容 ノルディック・ウォークの講義、応用、実践 など

対象 どなたでも

定員 20人(先着順) 参加料 1,500円(3回分)

申込方法 2月14日(土)までに、電話で住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

☎☎袋井体育センター ☎43-1790(月曜日休館)

## ● ワーク・ライフ・バランス講座

◇「仕事」と「生活」の調和を考えてみませんか。

日時 2月28日(土) 午後1時30分～3時 場所 サンライフ袋井

講師 木内育代さん(21世紀職業財団代表)

対象 市内または、近隣市町に在住・在勤の18歳以上の方(高校生は除く)

定員 40人(先着順) 受講料 無料

申込方法 サンライフ袋井窓口または、電話、ファクスで住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

申込期間 2月10日(火)～2月24日(火) 午前9時～午後8時30分(2月23日(月)は休館)

☎☎サンライフ袋井 ☎43-5051 FAX43-4594 袋井市上田町267-5



## 催し

### ● 農業体験サークル☆ あぐりい de 婚活

日 3月29日(日)

時 午前9時～午後4時

集合場所 掛川市役所北側駐車場(掛川市長谷1-1-1)

内容 天竜浜名湖鉄道乗車、鳥羽山公園の散策、バーベキュー など

対象 ▽男性…おおむね28歳～49歳の独身の方(県内在住・在勤の方を優先) ▽女性…居住地・勤務地を問わずおおむね25歳～46歳の独身の方

定員 男女各15人(先着順)

参加料 ▽男性…4,500円 ▽女性…3,500円

申込方法 電話または、Eメールで住所、氏名、電話番号、性別、年齢をお申し込みください。

申込期限 3月10日(火)

◇歩きやすい靴で、お越しください。

☎☎あぐりい実行委員会事務局

☎070-5645-7357

✉agry.369@gmail.com

http://agry.hamazo.tv/



## 講座

### ● 市郷土資料館体験講座 「大人の勾玉づくり講座」

◇古代の勾玉を作って、親しい人にプレゼントしましょう。

日 2月22日(日)

時 午後1時～3時30分

所 市郷土資料館

対象 20歳以上の方

定員 10人(先着順)

受講料 400円(材料費)

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。

申込受付 2月15日(日)～

☎☎市郷土資料館 ☎23-8511

(月曜日休館)







## 募 集

### ● 内職・職業相談員を募集します

募集人数 1～2人

応募条件 内職・職業相談に関する知識を有し、業務内容に関心と理解を持って取り組める方

業務内容 内職・職業相談への対応、内職のあっせん、求人情報の提供、内職求人開拓、業務日誌・月末報告の作成 など

勤務日時 火～木曜日 午前9時～午後5時(1人、月4～5日程度)

※祝日出勤もあります。

報酬(日額) 6,200円

申込方法 履歴書(写真貼付)に必要事項を記入して、市役所3階・産業振興課商業労政係へ直接持参または、郵送により提出してください。

申込締切 2月18日(水)当日消印有効

☎④産業振興課商業労政係

☎44-3136

〒437-8666 袋井市役所産業振興課「内職・職業相談員募集」宛

### ● エアロビックフェスティバル参加チーム募集

◇エアロビックをみんなの前で発表してみませんか。

日 3月1日(日)

時 午前10時～午後0時30分

所 エコパサブアリーナ

内容 2分30秒以内の曲で、エアロビック・スローエアロビックの発表

※手具などの使用不可

対象 エアロビック愛好の方

定員 20チーム程度(先着順)

参加料 無料

申込方法 2月18日(水)までに、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。

☎④スポーツ推進課スポーツ振興係

☎44-3129

### ● 心に届く広報のしかた講座

◇広報媒体づくりを考える講座です。

日 3月7日(土)

時 午前10時30分～午後3時30分

所 メロエプラザ3階・会議室3

講師 谷口年江さん(NPO法人男女共同参画フォーラムしずおか理事)

対象 メロエプラサポータークラブ会員または、市民団体で活動されている方

定員 20人(先着順)

受講料 無料

申込方法 2月27日(金)までに、電話で住所、団体名、氏名、電話番号をお申し込みください。

☎④メロエプラザ ☎30-4555

(午前9時～午後5時、水曜日休館)

### ● 日本茶の淹れ方講座

◇おいしく、体に良いお茶の淹れ方を学んでみませんか。

日 2月24日(火)

時 午後1時30分～3時

所 袋井南公民館2階・大会議室

講師 三輪悦夫さん(日本茶インストラクター)

内容 日本茶の種類と淹れ方の講義

対象 どなたでも

定員 20人(申込多数の場合、抽選)

受講料 1,000円(教材費含む)

申込方法 電話または、ファクスで住所、氏名、電話番号、参加人数をお申し込みください。

☎④袋井茶文化促進会 小泊さん

☎・FAX0537-24-4864

### ● 3月のマイペース貯筋教室(無料)

◇メタボリックシンドロームやロコモティブシンドローム(運動器症候群)、認知症や生活習慣病の予防などのメニューを組み合わせた楽しい運動教室です。

| コース(会場)名          | 日        | 時              |
|-------------------|----------|----------------|
| 1月見の里学遊館コース(集会室C) | 3月 9日(月) | 午前9時30分～10時30分 |
| 2袋井保健センター分室コース    | 3月18日(水) |                |
| 3浅羽保健センターコース      | 3月26日(木) | 午後1時30分～2時30分  |

対象 市内在住・在勤で20歳以上の方 定員 各コース25人(先着順)

申込方法 電話または、市役所2階・健康づくり政策課健康企画室窓口で住所、氏名、電話番号、年齢、性別、希望するコースをお申し込みください。

申込期間 12月10日(火)～3月6日(金) 22月10日(火)～3月16日(月) 32月10日(火)～3月24日(火) ※土・日曜日、祝日は除く

持ち物 飲み物、タオル ※運動のできる服装と靴(2は体育館シューズなど上履き)でご参加ください。

☎④健康づくり政策課健康企画室 ☎44-3138

### ● サンライフ袋井「3月開講の短期講座」受講者募集

| 講座名                 | 日時                     | 定員(先着順) | 受講料               | 講師      |
|---------------------|------------------------|---------|-------------------|---------|
| プリザーブドフラワー(ギフトのお祝い) | 3月8日(日)<br>13:00～15:00 | 10人     | 3,500円<br>(材料費含む) | 馬淵みどりさん |
| 親子で春のパンづくり          | 3月21日(土)<br>9:30～12:30 | 12人     | 1,500円<br>(材料費含む) | 岡村貴代美さん |

対象 市内または、近隣市町に在住・在勤の18歳以上の方(高校生は除く)

申込方法 サンライフ袋井窓口または、電話、ファクスで住所、氏名、電話番号をお申し込みください。

申込期間 2月16日(月)～2月28日(土) 午前9時～午後8時30分(2月23日(月)は休館)

◇勤務先が遠州ライフサポートセンター会員の場合、文化教養講座受講料補助金交付制度が受けられます。詳しくは、勤務先にご確認ください。

☎④サンライフ袋井 ☎43-5051 FAX43-4594 袋井市上田町267-5

## 風見の丘「健康づくりウィーク」受講者募集

●短期キッズスイミング 期間：3月26日(木)～3月28日(土) 全3回 受講料：3,240円

| プログラム名   | 時           | 対象                 | 定員  | 内容               |
|----------|-------------|--------------------|-----|------------------|
| 幼児スイミング  | 15:00～16:00 | 平成21年4月～平成23年3月生まれ | 25人 | 楽しみながら水に慣れていきます。 |
| 小学生スイミング | 16:30～17:30 | 平成18年4月～平成21年3月生まれ | 25人 |                  |

●英会話・音楽プログラム 受講料：500円

| プログラム名    | 日時                      | 対象                 | 定員  | 内容                               |
|-----------|-------------------------|--------------------|-----|----------------------------------|
| 子ども英語(園児) | 3月16日(月)<br>15:00～16:00 | 平成21年4月～平成24年3月生まれ | 20人 | 発達段階に合わせたレッスンで英会話を習得します。         |
| 子ども英語(児童) | 3月16日(月)<br>16:00～17:00 | 平成18年4月～平成21年3月生まれ | 20人 |                                  |
| 大人トラベル英会話 | 3月16日(月)<br>14:00～15:00 | 18歳以上の方            | 20人 | トラベル・日常会話など、安心して基礎の英会話を習得できます。   |
| 親子おんがく教室  | 3月16日(月)<br>11:20～12:20 | 平成24年4月～平成26年3月生まれ | 25組 | リトミックと体育を組み合わせた特別コースです。          |
| うたごえの集い   | 3月23日(月)<br>9:30～10:30  | 60歳以上の方            | 20人 | うたごえ喫茶のような、好きな曲でリフレッシュできるレッスンです。 |
| いきいき音楽運動  | 3月23日(月)<br>13:00～14:00 | 60歳以上の方            | 20人 | シニア向けの健康増進レッスンで、音楽に合わせて体を動かします。  |

●フィットネス・プールプログラム 受講料：500円

| プログラム名            | 日時                      | 対象                 | 定員  | 内容                                  |
|-------------------|-------------------------|--------------------|-----|-------------------------------------|
| キッズダンス(年長)        | 3月23日(月)<br>15:00～16:00 | 平成21年4月～平成22年3月生まれ | 20人 | ダンスの基礎からリズム感を学びます。                  |
| キッズダンス(年少)        | 3月25日(水)<br>15:00～16:00 | 平成23年4月～平成24年3月生まれ | 20人 |                                     |
| キッズダンス(年中)        | 3月27日(金)<br>15:00～16:00 | 平成22年4月～平成23年3月生まれ | 20人 |                                     |
| ヒップホップ            | 3月23日(月)<br>19:30～20:30 | 中学生以上の方            | 20人 | ヒップホップの音楽に合わせて、楽しく体を動かします。          |
| 水中機能向上教室          | 3月25日(水)<br>10:00～11:00 | 18歳以上の方            | 15人 | 水中でのリハビリや機能向上を図っていきます。              |
| ジュニアダンス           | 3月26日(木)<br>17:00～18:00 | 平成15年4月～平成21年3月生まれ | 20人 | 音楽に合わせて体を動かしながら、ダンスの基礎やリズム感を学びます。   |
| ストレッチ&ダンス         | 3月26日(木)<br>19:00～20:00 | 18歳以上の方            | 20人 | ストレッチやダンスでしなやかな体づくりを目指します。          |
| やさしいエアロ           | 3月28日(土)<br>13:00～14:00 | 18歳以上の方            | 20人 | 誰でも簡単に楽しく踊れる初級エアロビクスです。             |
| からだ<br>身体が元気になるヨガ | 3月28日(土)<br>17:00～18:00 | 18歳以上の方            | 20人 | パワーヨガをベースに自らの潜在能力に働きかけ、元気にしていくヨガです。 |
| ZUMBA(ズンバ)        | 3月28日(土)<br>18:30～19:30 | 18歳以上の方            | 20人 | ラテンのリズムに乗って、楽しくエクササイズ。              |

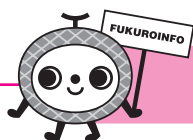
申込方法 風見の丘にある申込用紙に必要事項を記入して、風見の丘へ直接お申し込みください。申込用紙は、風見の丘ホームページ(<http://kazami-hill.jp/>)からダウンロードもできます。

申込期間 2月14日(土) 午前9時～ ※いずれの講座も先着順となります。

◇希望者が少ない場合は、教室を開催しないことがあります。

問申風見の丘 ☎24-0345 袋井市岡崎6635-8(午前9時～午後9時30分、火曜日休館)





## 袋井B&G海洋センター「スイミングプログラム」受講者募集

●キッズスイミングプログラム 期間：4月6日(月)～10月1日(木) 全18回(月曜日は全15回)

| プログラム名       | 対象                 | 曜日 | 時           | 定員  | 受講料     | 内容                                   |
|--------------|--------------------|----|-------------|-----|---------|--------------------------------------|
| ①幼児(月曜日)     | 年少・年中・年長           | 月  | 14:50～15:50 | 40人 | 11,000円 | 水慣れから始めて、1人ひとりの能力に合わせて練習するクラスです。     |
| ②幼児(火曜日)     |                    | 火  |             | 30人 | 12,000円 |                                      |
| ③幼児(水曜日)     |                    | 水  |             | 30人 | 12,000円 |                                      |
| ④幼児(木曜日)     |                    | 木  |             | 40人 | 12,000円 |                                      |
| ⑤幼児(金曜日)     |                    | 金  |             | 40人 | 12,000円 |                                      |
| ⑥幼児(土曜日)     | 年中～小学2年生           | 土  | 9:20～10:20  | 40人 | 12,000円 | 基礎からクロールの習得を目指すクラスです。                |
| ⑦幼児・小学生(月曜日) |                    | 月  | 15:55～16:55 | 50人 | 11,000円 |                                      |
| ⑧幼児・小学生(土曜日) |                    | 土  | 10:25～11:25 | 50人 | 12,000円 |                                      |
| ⑨小学生(月曜日)    | 初心者～中級者            | 月  | 17:00～18:00 | 40人 | 11,000円 | 基礎からクロール・背泳ぎの習得を目指すクラスです。            |
| ⑩小学生(土曜日)    |                    | 土  | 11:30～12:30 | 50人 | 12,000円 |                                      |
| ⑪小学生(土曜日)    | 中級者～上級者            | 土  | 12:35～13:35 | 50人 | 12,000円 | 平泳ぎ・バタフライを習得し、4泳法の泳力向上を目指すクラスです。     |
| ⑫親子          | 平成24年4月～平成25年3月生まれ | 金  | 10:15～11:15 | 40組 | 15,000円 | お子さんの発育・発達・水慣れのために、親子で楽しく水遊びするクラスです。 |

●成人スイミングプログラム 期間：4月8日(水)～10月1日(木) 全18回(10歳若返り教室は全36回)

| プログラム名             | 対象      | 曜日 | 時           | 定員  | 受講料     | 内容                                         |
|--------------------|---------|----|-------------|-----|---------|--------------------------------------------|
| ①いきいきレディーススイム      | 20歳以上の方 | 水  | 10:35～11:35 | 20人 | 12,000円 | クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライでの25m完泳を目標に、泳力の向上を目指します。 |
| ②ファーストステップスイム(木曜日) |         | 木  | 9:20～10:20  | 20人 | 12,000円 | クロール・背泳ぎの25m完泳を目指し、平泳ぎの基礎を覚えさせます。          |
| ③ファーストステップスイム(金曜日) |         | 金  | 19:30～20:30 | 10人 | 12,000円 |                                            |
| ④リフレッシュスイム         |         | 木  | 10:40～11:40 | 10人 | 12,000円 | レッスン前半は水中歩行・水中運動を行い、後半は泳いで体をリフレッシュさせます。    |
| ⑤エンジョイスイム          |         | 木  | 19:30～20:30 | 15人 | 12,000円 | クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライでの25m完泳を目標に、泳力の向上を目指します。 |
| ⑥10歳若返り教室          |         | 水金 | 9:10～9:55   | 20人 | 17,000円 | 水中運動(ストレッチ、筋力トレーニング)などを行い、健康づくりを目指します。     |

●ベビースイミングプログラム 期間：4月7日(火)～10月1日(木)

| プログラム名   | 対象                 | 曜日  | 時間          | 回数  | 定員  | 受講料     | 内容                                |
|----------|--------------------|-----|-------------|-----|-----|---------|-----------------------------------|
| ベビースイミング | 平成25年4月～平成26年9月生まれ | 火、木 | 10:30～11:15 | 18回 | 30組 | 14,500円 | お子さんの発育・発達・水慣れのために、楽しく水遊びするクラスです。 |
|          |                    |     |             | 36回 | 20組 | 17,000円 |                                   |

◇各プログラムとも、申込多数の場合は抽選を行い、結果は郵送でお知らせします。

◇受講料には、いずれもプール使用料、保険料を含みます。

申込方法 袋井B&G海洋センター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。申込用紙は、袋井B&G海洋センターのホームページ(<http://fukuroi-bg.jp/>)からダウンロードもできます。印鑑をご持参の上、ご来館ください。

※電話での申し込みは受け付けていませんのであらかじめご了承ください。

申込受付 2月23日(月)～3月7日(土) 午前10時～午後7時

☎袋井B&G海洋センター ☎43-1523 袋井市上田町267-32(午前9時～午後9時、毎月第3月曜日休館)

## 袋井B&G海洋センター「春のスイミングスクール体験会」受講者募集

### ●キッズスイミングプログラム

| プログラム名  | 対象       | 日                                     | 時           | 定員  | 受講料    | 内容                               |
|---------|----------|---------------------------------------|-------------|-----|--------|----------------------------------|
| ①幼児     | 年少・年中・年長 | 3月7日(土)・14日(土)・21日(土)・春分の日・28日(土) 全4回 | 9:20~10:20  | 30人 | 3,240円 | 水慣れから始めて、1人ひとりの能力に合わせて練習するクラスです。 |
| ②幼児・小学生 | 年中~小学2年生 |                                       | 10:25~11:25 | 40人 |        | 基礎からクロールの習得を目指すクラスです。            |
| ③小学生    | 初心者~中級者  |                                       | 11:30~12:30 | 50人 |        | 基礎からクロール・背泳ぎの習得を目指すクラスです。        |
| ④小学生    | 中級者~上級者  |                                       | 12:35~13:35 | 50人 |        | 平泳ぎ・バタフライを取得し、4泳法の泳力向上を目指します。    |

◇受講料には、いずれもプール使用料、保険料を含みます。

**申込方法** 袋井B&G海洋センターにある申込用紙に必要事項を記入し、受講料を添えてお申し込みください。申込用紙は、袋井B&G海洋センターのホームページ(<http://fukuroi-bg.jp/>)からダウンロードもできます。印鑑をご持参の上、ご来館ください。

※電話での申し込みは受け付けていませんので、あらかじめご了承ください。

**申込受付** 2月17日(火) 午前9時~ ※いずれの講座も先着順となります。

☎①袋井B&G海洋センター ☎43-1523 袋井市上田町267-32(午前9時~午後9時、毎月第3月曜日休館)

## メロープラザ「3月開講！メローカレッジ(入門編)」受講者募集

| 講座名                           | 日・回数                                                                                   | 時           | 受講料               | 講師      | 内容                                               |
|-------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------|-------------------|---------|--------------------------------------------------|
| ⑥からだリセットヨガ                    | 3月2日(月) 全1回                                                                            | 19:00~20:00 | 500円              | 神谷美早さん  | 自分の体のバランスをチェックしながら楽しく行います。                       |
| ⑧古布でつくるこいのぼり                  | 3月3日(火) 全1回                                                                            | 9:30~12:00  | 5,000円<br>(教材費含む) | 戸塚和子さん  | 5月の節句に向けて端午飾り(ひこい、まこい、兜子童)を作ります。                 |
| ⑨3月のスイーツ倶楽部「タルト・オ・フリュイ」(午前の部) | 3月7日(土) 全1回                                                                            | 9:30~12:30  | 2,000円<br>(材料費含む) | 江川唯姫子さん | タルトの生地にイチゴをトッピングしたケーキを作ります。1人18cmのイチゴタルトを持ち帰ります。 |
| ⑩3月のスイーツ倶楽部「タルト・オ・フリュイ」(午後の部) |                                                                                        | 13:30~16:30 |                   |         |                                                  |
| ⑦パン作り体験(初級編)                  | 3月8日(日) 全1回                                                                            | 9:30~12:30  | 1,100円<br>(材料費含む) | 岩倉恵美子さん | ベーコンエビとチーズパンを作ります。ベーコンエビ1本とチーズパン3個を持ち帰ります。       |
| ⑫そば打ち体験                       | 3月10日(火) 全1回                                                                           | 10:00~14:00 | 1,100円<br>(材料費含む) | 渡辺武さん   | 一流のそば職人からプロの技を学びます。体験後は、自分の打ったそばを試食します。          |
| ⑬米麴作りから始める味噌づくり               | ①3月12日(木) 19:00~21:00<br>②3月13日(金) 19:00~20:00<br>③3月14日(土) 9:00~10:00、18:00~21:00 全3回 |             | 4,500円<br>(材料費含む) | 寺下恵美子さん | 米麴にこだわった手作りみそを1人10kg持ち帰ります。                      |

**対象** どなたでも(ただし、⑨・⑩・⑪…20歳以上の方) **定員** 各12人(⑬…6人。いずれも先着順)

**申込方法** 電話で住所、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** 2月15日(日) 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。

☎①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/>





## 市営住宅入居者募集(入居時期：平成27年3月下旬)

| 団地名   | 募集戸数    | 家賃(月額)          | 建築年度   | 構造                    | 駐車場(月額)  |
|-------|---------|-----------------|--------|-----------------------|----------|
| 広岡団地  | 3DK…2戸  | 17,400円～34,300円 | 昭和56年度 | 耐火3階建て、トイレ水洗、風呂備え付け   | 3,000円/台 |
|       | 3DK…1戸  | 22,200円～43,700円 | 平成元年度  |                       |          |
| 旭ヶ丘団地 | 3DK…1戸  | 17,900円～35,200円 | 昭和62年度 | 耐火3階建て、トイレ水洗、風呂持ち込み   | 2,000円/台 |
| 太田西団地 | 2DK…1戸※ | 10,000円～19,700円 | 昭和50年度 | 耐火2階建て、トイレ汲み取り、風呂持ち込み | 2,000円/台 |
|       | 2DK…3戸※ | 9,000円～17,600円  | 昭和48年度 |                       |          |
|       | 3DK…4戸  | 12,700円～24,900円 | 昭和53年度 |                       |          |

**申込資格** 次のすべてに該当する方

①市内在住または、在勤 ②現在、同居中または、同居しようとする親族がいる ③政令で定める基準以下の収入(世帯の給与所得控除後の金額または、所得金額から政令で定める金額を控除した所得月額が、一般世帯158,000円以下・裁量世帯214,000円以下)である ④現在、住宅に困っている ⑤国税・地方税の滞納がない ⑥暴力団員でない

※広岡・旭ヶ丘・太田西団地(3DK)は、単身者の募集はしていませんが、太田西団地の2DKは、単身者で要件に該当する方は応募できます。要件の詳細については、建築住宅課へお問い合わせください。

**申込方法** 市役所3階・建築住宅課または、支所1階・市民サービス課地域支援室にある申込用紙に記入し、必要書類を添えて持参してください。

**申込期間** 2月23日(月)～2月27日(金)

◇申込多数の場合は、公開抽選会を行います。抽選会の日時・場所は、申込者に別途お知らせします。

問④建築住宅課営繕係 ☎44-3139 問⑤市民サービス課地域支援室 ☎23-9211

## 袋井市フーバ交流大会 参加者募集

日 3月8日(日)

時 午前9時～午後3時30分(受付午前8時30分～)

所 市民体育館

対象 市内在住・在勤・在学、市フーバ練習会参加者で構成されたチーム(5人以上8人以下)または、個人

定員 16チーム(申込多数の場合、抽選)

参加料 ▽チーム…1,000円 ▽個人…200円

※当日集金します。

**申込方法** 市役所2階・スポーツ推進課または、市ホームページにある申込用紙に必要事項を記入して、窓口または、ファクス、Eメールでお申し込みください。

**申込期限** 2月20日(金)

問④スポーツ推進課スポーツ振興係  
☎44-3129 FAX44-3117  
✉sports@city.fukuroi.shizuoka.jp

## 子育てサークル会員を募集します

### ①げんきっこクラブ

日時 第1・3火曜日 午前10時～11時30分

場所 中央子育て支援センター「カンガルーのぼっけ」(袋井市高尾町5-22)

対象 市内在住で0～3歳のお子さんと保護者 定員 10組(先着順)

参加料 2,000円/年(保険料 1人当たり500円/年)

**申込方法** 中央子育て支援センター「カンガルーのぼっけ」にある申込用紙に記入して、お申し込みください。

問④中央子育て支援センター「カンガルーのぼっけ」 ☎45-0085

### ②浅羽西チューリップぐみ

日時 毎週火曜日 午前10時～11時30分(4月は、午前9時30分～10時30分)

場所 浅羽西公民館(袋井市中410-1)

対象 市内在住で1歳6か月～就園前のお子さんと保護者 定員 30組(先着順)

参加料 2,000円/月(保険料 1組当たり1,320円/年)

**申込方法** 電話で住所、お子さんと保護者の氏名、電話番号をお申し込みください。

問④すこやか子ども課子育て支援係 ☎44-3147

### ③浅羽南チューリップぐみ

日時 毎週水曜日 午前10時～11時30分(4月は、午前9時30分～10時30分)

場所 浅羽南公民館(袋井市太郎助1044)

対象 市内在住で1歳～就園前のお子さんと保護者 定員 30組(先着順)

参加料 2,000円/月(保険料 1組当たり1,320円/年)

**申込方法** 電話で住所、お子さんと保護者の氏名、電話番号をお申し込みください。

問④すこやか子ども課子育て支援係 ☎44-3147

◇申込締切は、いずれも2月27日(金)です。詳しくは、お問い合わせください。

## ●市の公用車を売却します

◇市の公用車を一般競争入札により売却します。

売却物件 トヨタ クラウン、5人乗り、平成12年4月初度登録、車検あり(平成27年4月26日まで)、走行距離63,759km(平成27年1月15日現在)



最低売却価格 50,000円(税込)

入札参加資格

- ①袋井市に住民基本台帳登録をしている20歳以上の方。法人の場合は、事業所(本店または、支店など)を袋井市内に有すること。
- ②市税や市納付金の滞納がないこと。法人の場合は、法人及びその代表者(委任関係があるときは、その受任者)に、市税や市納付金の滞納がないこと。
- ③そのほかの詳細については、希望者に個別に説明します。

### ●入札参加の申請方法

申請期間 2月16日(月)午前8時30分～2月23日(月)午後5時15分

申請場所 市役所5階・議会事務局

申請方法 議会事務局へ直接お申し込みください。必要書類は、議会事務局で配布するほか、市ホームページからダウンロードもできます。

### ●入札日時・場所

日 3月2日(月)

時 午後1時30分～

所 市役所5階・第2委員会室

(問)議会事務局総務係 ☎44-3143



## 相談

### ●袋井商工会議所 無料「定例なんでも相談」

◇法律・税務・労務・経営革新など、仕事上のお悩みに専門家がお答えします。

◇消費税増税に伴うご相談にもご利用ください。

日時 3月12日(木)

|         |            |
|---------|------------|
| 法律相談1・2 |            |
| 税務相談    | 午後1時30分～4時 |
| 労務相談    |            |
| 金融相談1   |            |
| 金融相談2   | 午前10時～正午   |

※法律相談1は弁護士、法律相談2は司法書士が担当します。

所 袋井商工会議所

対象 どなたでも

定員 各相談5人(先着順)

申込方法 事前予約が必要です。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。

(問)袋井商工会議所経営支援グループ  
☎42-6151 FAX42-9871



## お知らせ

### ●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26年10月～平成27年1月分の児童手当を指定の口座に振り込みます。

振込日 2月10日(火)

手当の額(月額) 子ども1人につき

①3歳未満児・第3子以降の3歳～小学生…15,000円

②第1子・2子の3歳～小学生と中学生…10,000円

③特例給付対象者…一律5,000円

(問)あわせ推進課家庭福祉係  
☎44-3184



## 募集

### ●「歌声広場」フォーク特集演奏・伴奏者募集

◇フォークソングを交代で演奏・伴奏します。

開催日 5月16日(土)

時 午後1時～4時

所 月見の里学遊館・東側芝生広場(雨天の場合は、室内)

対象 楽器を演奏・伴奏できるグループまたは、個人

※楽器は持ち込みです。詳しくは、お問い合わせください。

定員 10組(先着順)

参加料 1,000円

申込方法 2月20日(金)までに、電話または、Eメールで住所、代表者氏名、グループ名、電話番号をお申し込みください。

(問)歌声広場実行委員会事務局

中岡さん ☎42-7139

✉ keith914nk@yahoo.co.jp

### ●NPO法人ふじの国スポーツ文化コミッション教室受講者募集

教室名・内容

▽袋井スイミングクラブ…基礎から水泳を学ぶ教室

▽アスリートクラブ…体力・能力に合わせ、運動能力の開発を目指す教室

▽HIP-HOPクラブ…リズムの取り方などの基本から上級を目指した子ども向けの教室

▽袋井茶道クラブ…茶道を通じて、子どもの「しつけ」やお茶への理解を深める教室

◇各教室の詳細については、ホームページをご覧ください。電話でもお問い合わせください。

(問)NPO法人ふじの国スポーツ文化コミッション

☎41-1771 FAX84-9636

http://www.fsc-net.jp



## ● 公共施設を管理する指定管理者が決まりました

◇市では、平成27年4月から各施設の管理運営を行う指定管理者の選定手続きを進めてきました。この度、11月市議会定例会での議決を経て、次のとおり各施設の指定管理者が決まりました。

| 施設名                                                                       | 指定管理者・指定期間                                               | 担当課   |
|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|-------|
| 袋井駅前駐車場、愛野駅前南駐車場、愛野駅前北駐車場、袋井駅東自転車等駐車場、袋井駅西自転車等駐車場、愛野駅南自転車等駐車場、愛野駅北自転車等駐車場 | アマノマネジメントサービス株式会社<br>1年                                  | 市民協働課 |
| 月見の里学遊館(水玉プール含む)                                                          | 袋井市文化協会グループ<br>(一般社団法人袋井市文化協会、遠州鉄道株式会社、東海ビル管理株式会社)<br>5年 | 生涯学習課 |
| 月見の里公園                                                                    |                                                          | 建設課   |

☎総務課行政係 ☎44-3100

## ● 身体障害者手帳をお持ちでひとり暮らしなどの方に緊急通報システム機器を貸し出します

◇身体障害者手帳をお持ちでひとり暮らしなどの方の日常生活での安全確保や緊急事態に備え、緊急通報システム機器を貸与します。

◇緊急通報システムは、電話回線に接続した24時間対応の通報サービスです。家庭内で緊急事態が発生したときにシステム機器の緊急通報ボタンを押すと、必要に応じて事前に登録された家族などの緊急連絡先に連絡します。

**対象者** 身体障害者手帳をお持ちで、次の①～④のいずれかに該当する方

- ①身体障害者手帳2級以上でひとり暮らしの方 ②身体障害者手帳2級以上で障害をお持ちの方のみで構成されている世帯の方 ③聴覚障害3級以上の方 ④視覚障害2級以上の方

**申込方法** 市役所1階・しあわせ推進課障害者福祉係または、支所1階・市民サービス課市民サービス係にある申請書に必要事項を記入してお申し込みください。

☎☎しあわせ推進課障害者福祉係 ☎44-3114

## ● 子育て支援センターサポートキャラバン「くるくる」が巡回中です

| 日        | 所              | 日        | 所              |
|----------|----------------|----------|----------------|
| 2月16日(月) | 明和第二保育園(午後は休み) | 3月 2日(月) | 春岡公会堂          |
| 17日(火)   | 高南公民館          | 3日(火)    | 袋井北公民館         |
| 18日(水)   | 三川公民館          | 4日(水)    | 三川公民館          |
| 19日(木)   | 宇刈いきいきセンター     | 5日(木)    | 高南公民館          |
| 20日(金)   | 浅羽東公民館         | 6日(金)    | 浅羽東公民館         |
| 23日(月)   | 方丈ふれあい会館       | 9日(月)    | 明和第二保育園(午後は休み) |
| 24日(火)   | 今井公民館          | 10日(火)   | 今井公民館          |
| 25日(水)   | 袋井東公民館         | 11日(水)   | 袋井東公民館         |
| 26日(木)   | 浅羽西公民館         | 12日(木)   | 浅羽西公民館         |
| 27日(金)   | 神長自治会館         | 13日(金)   | 浅羽南公民館         |

…駐車場が少ないため、できるだけ徒歩や自転車でお越しください。

**時** 午前10時～午後4時 **対象** 就学前(0歳～年長児)のお子さんとその保護者

**費用** 無料

☎子育てサポートキャラバン「くるくる」 ☎090-1565-3487

## ● 市道東同笠油山線久津部交差点夜間通行止めのお知らせ

◇袋井バイパス4車線化に伴う橋りょう工事のため、夜間通行止めを行います。ご不便をお掛けいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。

**日** 2月16日(月)～21日(土)

**時** 午後9時～翌朝午前6時

**内容** 久津部交差点の南北直進及び、右折(全方向)の通行ができません。



☎国土交通省浜松河川国道事務所

☎053-466-0115

## ● 国道1号側道・県道磐田袋井線の夜間通行止め・交通規制のお知らせ

◇袋井バイパス4車線化に伴う橋りょう工事のため、夜間通行止め・交通規制を行います。ご理解とご協力をお願いいたします。

**日** 2月23日(月)～27日(金)

**時** 午後9時～翌朝午前6時

**内容** ▽国道1号袋井バイパス側道…東新屋北交差点から久津部交差点(静岡方面)の通行ができません。

▽県道磐田袋井線…新屋交差点から七ツ森神社交差点(静岡方面)への通り抜けができません。



☎国土交通省浜松河川国道事務所

☎053-466-0115

## 新エネルギー機器導入促進奨励金の申請はお済みですか？

◇市では、地球温暖化の防止やエネルギーの有効活用、資源の再利用促進を図るため、新エネルギー機器を導入した方に奨励金を交付しています。

◇平成25年4月～平成26年3月に購入された対象機器の奨励金申請期限は、3月31日(火)です。

**対象** 市内在住で、市税を完納していて、次の①～⑥のいずれかの機器を購入した方

(①のみ自治会または、事業者も対象。⑤・⑥は非営利目的で購入したものが対象)

**対象機器** ①太陽光発電システム(電力会社と余剰電力買取制度による契約を締結したもの) ②太陽熱利用システム、太陽熱温水器 ③風力発電機 ④ヒートポンプ型給湯器、潜熱回収型給湯器、ガスエンジン給湯器 ⑤新車で購入したクリーンエネルギー自動車(電気、プラグインハイブリッド、天然ガス、メタノール) ⑥新車で購入した電動の原動機付自転車

**奨励金額** ①…最大出力1キロワットあたり3万円で上限12万円 ②…購入額の2分の1以内で上限3万円 ③～⑤…購入額の2分の1以内で上限2万円 ⑥…購入額の2分の1以内で上限5万円

**申請方法** 市役所3階・環境政策課または、支所1階・市民サービス課にある申請書に必要事項を記入し、添付書類を添えて提出してください。申請書は、市ホームページからダウンロードもできます。

◇申請は、1つの対象機器につき、1世帯1回限り(⑤・⑥は1人1回限り)となります。

**持ち物** 申請書に記載された添付書類、認め印、奨励金振込先口座の分かるもの

### ●平成27年度から太陽光発電システムへの奨励金の額を変更します

◇太陽光発電システムの奨励金について、平成27年4月1日から次のとおり変更します。

| 設置・購入した年度                     | 奨励金額                 |
|-------------------------------|----------------------|
| 平成26年度※(平成26年4月1日～平成27年3月31日) | 1キロワットあたり3万円で上限12万円  |
| 平成27年度(平成27年4月1日～平成28年3月31日)  | 1キロワットあたり1.5万円で上限6万円 |

※平成26年度に設置・購入した太陽光発電システムとは、対象機器の領収書の領収年月日(ローンの場合はローン契約書の契約年月日)または、電力会社発行の「電力受給契約に関するお知らせ」に記載されている系統連系・受給開始日のいずれかが平成26年4月1日～平成27年3月31日のものとします。

(問)(申)環境政策課環境企画係 ☎44-3135

## ～皆様のご意見をお寄せください～ パブリックコメントを実施しています

### ●袋井市総合体育館基本計画(案)について

◇市では、市内のスポーツ拠点施設となる新しい総合体育館の具体的な施設内容や諸室構成・規模などを定める「袋井市総合体育館基本計画(案)」について、パブリックコメントを実施しています。

**資料閲覧方法** 案の詳細は、市役所2階・スポーツ推進課、市役所2階・情報公開コーナー、支所1階・ロビー、市民体育館、袋井体育センター、浅羽体育センター、風見の丘、市ホームページ(<http://www.city.fukuroi.shizuoka.jp/>)で閲覧できます。

**意見募集期限(資料閲覧期限)** 2月26日(木)必着

**意見を提出できる方** ①市内在住・在勤の方 ②市内の企業・団体 ③本事業に利害関係のある方

**意見提出方法** ①件名「袋井市総合体育館基本計画(案)」 ②住所 ③氏名 ④電話番号 ⑤意見を記入して、郵送または、ファクス、Eメールで提出してください(様式は問いません)。直接、スポーツ推進課窓口へ提出することもできます。

※電話でのご意見は受け付けていません。また、個別の回答は行いませんので、ご了承ください。

※提出された意見を公表する場合は、氏名や住所などは公表しません。

◇受け付けた意見は、個人情報を除き、市の考え方を付して市ホームページで公表します。

(問)(申)スポーツ推進課スポーツ振興係 ☎44-3129 FAX44-3117

✉ [sports@city.fukuroi.shizuoka.jp](mailto:sports@city.fukuroi.shizuoka.jp)

## 中小企業事業資金利子補給制度をご利用ください

**対象となる融資** 日本政策金融公庫の普通貸付・経営改善貸付・生活衛生一般貸付・生活衛生振興事業貸付・生活衛生改善貸付(平成26年度中に支払われた利子が対象)

※特別貸付は対象外

**対象** 次の①～③の全てに該当する市内の店舗や事業所

①同一事業を6か月以上営んでいる

②従業員が50人以下(卸・小売・サービス業は20人以下)

③市税を完納している

**利子補給額** 借受資金が500万円以内で、年利0.5%以内の利子相当額

**利子補給期間** 2年以内

**申込方法** 3月5日(木)までに、市役所3階・産業振興課にある申込書に必要事項を記入し、支払額明細書(日本政策金融公庫発行)と市税納税証明書の写しを添えてお申し込みください。

(問)(申)産業振興課商業労政係

☎44-3136



# 3月の救急診療

安心できる地域医療体制を守るため、  
救急診療の適正受診にご協力ください。  
☎地域医療推進課推進係 ☎43-7640



- ◇体の調子がおかしいと感じたら、まずは早めにかかりつけ医の診療時間内に受診してください。  
◇救急診療を受診するときは、必ず電話で症状などを連絡し、健康保険証・お薬手帳・使用している薬をお持ちください。  
◇「袋井市休日急患診療室」(袋井市立聖隷袋井市民病院横・☎84-9131)や「救急当番医(開業医)」は、急な病気やけがについて診察する一次救急医療を行っています。入院や手術が必要な重症な方には、中東遠総合医療センターなどの二次救急病院を紹介します。

## 救急当番医(月～金曜日は内科系のみ)

| 日・曜日 | 医療機関名                               | 電話番号    |
|------|-------------------------------------|---------|
| 1 日  | 袋井市休日急患診療室(内、小児、外)                  | 84-9131 |
| 2 月  | 永田内科・消化器科医院(内・消化器内)                 | 43-2355 |
| 3 火  | 城所医院(内・消化器内)                        | 44-2323 |
| 4 水  | 橋本内科循環器科医院(内・循環器内)                  | 43-9555 |
| 5 木  | 坂口医院(内・小児)                          | 42-3423 |
| 6 金  | 青葉こどもクリニック(小児・アレルギー)                | 41-0852 |
| 7 土  | 通常診療中の開業医または、中東遠総合医療センター            |         |
| 8 日  | 袋井市休日急患診療室(内、小児、外)                  | 84-9131 |
| 9 月  | 溝口ファミリークリニック(内・小児)                  | 23-8300 |
| 10 火 | 山名診療所(内・リウマチ・循環器内・消化器内)             | 49-1331 |
| 11 水 | 上杉内科クリニック(内・循環器内)                   | 41-3000 |
| 12 木 | 三木小児科医院(小児)                         | 43-3797 |
| 13 金 | 志村内科医院(内・呼吸器内・小児)                   | 44-1159 |
| 14 土 | 通常診療中の開業医または、中東遠総合医療センター            |         |
| 15 日 | 袋井市休日急患診療室(内、小児、外)                  | 84-9131 |
| 16 月 | 諸井医院(小児・内)                          | 43-8611 |
| 17 火 | 河野内科医院(内)                           | 42-2277 |
| 18 水 | げんま内科・呼吸器内科クリニック(内・呼吸器内・アレルギー・感染症内) | 41-0055 |
| 19 木 | 徳永医院(内・小児・皮膚・リハビリテーション)             | 23-2017 |
| 20 金 | 城所医院(内・消化器内)                        | 44-2323 |
| 21 土 | 袋井市休日急患診療室(内、小児、外)                  | 84-9131 |
| 22 日 | 袋井市休日急患診療室(内、小児、外)                  | 84-9131 |
| 23 月 | 野草こども診療所(小児・アレルギー)                  | 48-5515 |
| 24 火 | いしづか小児科・内科クリニック(小児・内)               | 49-2099 |
| 25 水 | ひろクリニック(内)                          | 48-5200 |
| 26 木 | 永田内科・消化器科医院(内・消化器内)                 | 43-2355 |
| 27 金 | 橋本内科循環器科医院(内・循環器内)                  | 43-9555 |
| 28 土 | 通常診療中の開業医または、中東遠総合医療センター            |         |
| 29 日 | 袋井市休日急患診療室(内、小児、外)                  | 84-9131 |
| 30 月 | 青葉こどもクリニック(小児・アレルギー)                | 41-0852 |
| 31 火 | 小野クリニック(内・呼吸器内・消化器内)                | 43-9833 |

## ① 救急当番医・袋井市休日急患診療室・中東遠総合医療センター 診療受付時間

| 曜日・時  | 8時30分～17時 | 17時～22時      | 22時～8時30分   |
|-------|-----------|--------------|-------------|
| 月～金曜日 |           | 救急当番医(内科系のみ) | 中東遠総合医療センター |

※救急当番医の外科系は休診です。夜間の外科系一次救急は、中東遠総合医療センターで受診してください。

| 曜日・時 | ～9時 | 9時～17時          | 17時～22時 | 22時～8時30分   |
|------|-----|-----------------|---------|-------------|
| 土曜日  |     | 開業医通常診療(かかりつけ医) |         | 中東遠総合医療センター |

※救急当番医は、内科系・外科系ともに休診です。

※午後は、通常診療を行っている開業医または、中東遠総合医療センターで受診してください。

| 曜日・時      | ～9時 | 9時～17時             | 17時～22時 | 22時～8時30分   |
|-----------|-----|--------------------|---------|-------------|
| 日曜日<br>祝日 |     | 袋井市休日急患診療室(内・小児・外) |         | 中東遠総合医療センター |

◇中東遠総合医療センター(☎0537-21-5555)でも、月～金曜日の午後10時～翌朝8時30分と、土・日曜日、祝日の終日は、救急診療を行います。重症患者さんの診療を中心にいきますので、ご理解とご協力をお願いします。

## 休日救急歯科当番医(午前9時～正午)

| 日・曜日 | 医療機関名・所在地              | 電話番号    |
|------|------------------------|---------|
| 1 日  | 松浦歯科医院(袋井市田町)          | 43-8282 |
| 8 日  | 野末歯科医院(袋井市下山梨)         | 49-1110 |
| 15 日 | 磐田市立総合病院歯科口腔外科(磐田市大久保) | 38-5000 |
| 22 日 | 西尾歯科医院(袋井市方丈)          | 43-5050 |
| 29 日 | 宮本歯科医院(袋井市旭町)          | 43-1931 |

### 救急当番医は次の①～⑥の方法で確認いただけます

- ①お知らせふくろ(このページ)
- ②市ホームページ
- ③火災・当直医テレホンガイド(☎42-7151)
- ④市役所日直(☎43-2111)
- ⑤支所日直(☎23-9211)
- ⑥メローねっと(詳しくは、右の案内をご覧ください)

子どもを受診させる前に、誰かに相談したいときは…

◇看護師や小児科医が電話でアドバイスします。  
静岡こども救急電話相談(午後6時～翌朝午前8時(年中無休))  
プッシュ回線の固定電話・携帯電話の方 ☎#8000  
「#8000」がご利用いただけない方 ☎054-247-9910

### ☎ 袋井市メール配信サービス「メローねっと」

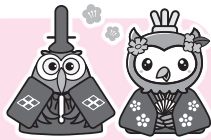
◇携帯電話やパソコンのメール機能を利用して、夜間・休日の救急当番医や同報無線の放送内容などの行政情報を配信しています。登録は無料です。是非、ご利用ください。

登録方法 メローねっと登録用アドレス(mellow-entry@tokyoanpi.sbs-infosys.com)に空メールを送信し、返信される案内に従い、ご登録ください。

◇二次元コード対応の携帯電話をお使いの方は、右の二次元コードからもアクセスできます。



# 3月の 行事予定カレンダー



# 3月 子育て支援センター 行事予定



◇詳しくは、各支援センターにお問い合わせください。  
事前申し込みや持ち物が必要な場合もあります。

| 日・曜日 | 行事予定                                                                                                              |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 日  | ◇第13回陶芸会作品展(～10日)<br>市役所2階・市民ギャラリー<br>◇東海道どまんが市<br>9:00～13:00 市役所西側駐車場<br>◇エアロビックフェスティバル<br>10:00～12:00 エコパサブアリーナ |
| 2 月  | ◇固定資産税・都市計画税第4期納期限<br>◇国民健康保険税(普通徴収)第9期納期限<br>◇後期高齢者医療保険料(普通徴収)第7期納期限<br>◇介護保険料(普通徴収)第6期納期限                       |
| 3 火  | ◇市議会一般質問(～5日(予定))<br>9:00～ 市役所5階・議場                                                                               |
| 4 水  |                                                                                                                   |
| 5 木  |                                                                                                                   |
| 6 金  |                                                                                                                   |
| 7 土  | ◇親子で楽しくリトミック<br>10:00～11:00 袋井南公民館1階・和室<br>◇ワンコインコンサート～響きあう音たち～<br>19:00～20:00 メロープラザ1階・ガレリア                      |
| 8 日  | ◇袋井市フーバ交流大会<br>9:00～15:30 市民体育館                                                                                   |
| 9 月  | ◇市議会常任委員会(～12日(予定))<br>9:00～ 市役所5階・各委員会室                                                                          |
| 10 火 |                                                                                                                   |
| 11 水 | ◇絵画三人展(～20日)<br>市役所2階・市民ギャラリー                                                                                     |
| 12 木 |                                                                                                                   |
| 13 金 |                                                                                                                   |
| 14 土 | ◇東海アクシス看護専門学校卒業式<br>9:30～ 同校                                                                                      |
| 15 日 | ◇市内中学校音楽祭 クローバーコンサート<br>13:30～ メロープラザ・多機能ホール                                                                      |
| 16 月 |                                                                                                                   |
| 17 火 | ◇河川環境保全講演会 14:00～16:00<br>中遠クリーンセンター3階・会議室                                                                        |
| 18 水 | ◇市内幼稚園卒園式 午前 各幼稚園<br>◇高校生と企業を結ぶ袋井市合同企業説明会<br>13:30～16:00<br>市役所東分庁舎「コスモス館」1階・大会議室                                 |
| 19 木 | ◇市内中学校卒業式 午前 各中学校                                                                                                 |
| 20 金 | ◇市内小学校卒業式 午前 各小学校                                                                                                 |
| 21 土 | ●春分の日<br>◇芸能人似顔絵(エンピツ画)手作り絵本姉妹展(～31日)<br>市役所2階・市民ギャラリー                                                            |
| 22 日 | ◇年度末窓口業務臨時開設<br>8:30～17:15 市役所、支所                                                                                 |
| 23 月 | ◇市議会定例会閉会<br>9:00～ 市役所5階・議場                                                                                       |
| 24 火 |                                                                                                                   |
| 25 水 |                                                                                                                   |
| 26 木 |                                                                                                                   |
| 27 金 |                                                                                                                   |
| 28 土 |                                                                                                                   |
| 29 日 | ◇年度末窓口業務臨時開設<br>8:30～17:15 市役所、支所<br>◇風見の丘(プール、トレーニング室、浴室)無料開放日<br>9:00～21:00(浴室は10:00～) 同所                       |
| 30 月 |                                                                                                                   |
| 31 火 | ◇後期高齢者医療保険料(普通徴収)第8期納期限                                                                                           |

◇事前に申し込みが必要な行事もあります。

| カンガルーのぼっけ (☎45-0085) |                |               |             |
|----------------------|----------------|---------------|-------------|
| 赤ちゃんクラブ              | 5日(木)          | 親子で一緒に遊ぼう     | 10:30～11:30 |
| 1歳児クラブ               | 12日(木)         | 電車でお出掛けしよう    | 10:15～11:45 |
| 2歳児クラブ               | 6日(金)          | 給食センター「見学と試食」 | 10:45～12:00 |
| 小学生クラブ               | 21日(土)         | アレンジメントフラワー   | 13:30～15:00 |
| らんらん広場               | 10日(火)・24日(火)  | 親子で運動あそび      | 11:00～11:30 |
| 電話子育て相談              | 毎日(11日・25日は休み) |               | 9:00～18:00  |

| めいわ可睡保育園内 (☎43-5899) |                              |                |               |
|----------------------|------------------------------|----------------|---------------|
| 赤ちゃんクラブ              | 5日(木)                        | お楽しみ製作(要予約)    | 10:00～11:00   |
| 1歳児クラブ               | 12日(木)                       | リトミック          |               |
| 2歳児クラブ               | 19日(木)                       | 思い出遠足(要予約)     |               |
| ママピヨの日               | 17日(火)                       | 妊婦さんと1歳未満の親子交流 | 14:30～15:30   |
| おはなし広場               | 月・火・水・金曜日(2日・16日・30日・31日は休み) |                | 10:30～、14:30～ |
| 電話子育て相談              | 月～金曜日、14日(2日・16日・30日・31日は休み) |                | 9:30～16:00    |

| 袋井ハロー保育園内 (☎49-3398) |                   |                   |             |
|----------------------|-------------------|-------------------|-------------|
| 赤ちゃんクラブ              | 19日(木)            | しつけについて(要予約)      | 10:00～11:00 |
| 1歳児クラブ               | 12日(木)            |                   |             |
| 2歳児クラブ               | 5日(木)             | もうすぐ入園おたのしみ会(要予約) | 10:30～      |
| 誕生会                  | 24日(火)            | 3月生まれのお友だちのお祝い    |             |
| おはなし広場               | 火・金曜日(31日は休み)     |                   | 10:30～11:00 |
| 電話子育て相談              | 月～金曜日(30日・31日は休み) |                   | 9:15～15:45  |

| チューリップ(たんぽぽ保育園内) (☎43-1865) |                       |               |             |
|-----------------------------|-----------------------|---------------|-------------|
| たんぽぽワクワタイム                  | 6日(金)                 | 保育士と楽しく遊ぼう!!  | 11:00～11:20 |
| 赤ちゃんあつまって                   | 10日(火)                | 壁飾りをつくろう!!    | 14:00～14:30 |
| 1歳児あつまって                    | 11日(水)                |               | 11:00～11:30 |
| 2歳児あつまって                    | 12日(木)                |               |             |
| ひな祭り会                       | 3日(火)                 | おひなさまのお祝いをしよう | 11:00～11:30 |
| 電話子育て相談                     | 月～金曜日(27日・30日・31日は休み) |               | 9:30～16:00  |

| すくすく(ルンビニ第二保育園内) (☎23-0370) |                   |                      |             |
|-----------------------------|-------------------|----------------------|-------------|
| 赤ちゃんクラブ                     | 11日(水)            | お楽しみ会(要予約)           | 10:00～11:00 |
| 1歳児クラブ                      | 12日(木)            |                      |             |
| 2歳児クラブ                      | 5日(木)             | お別れ会(要予約)            | 14:00～      |
| ベビー&マタニティクラブ                | 4日(水)             | 妊婦さんや0～1歳までのお母さんの集まり |             |
| 親子で英語デビュー                   | 18日(水)            | 親子で英語にふれ合おう(要予約)     | 11:30～      |
| 電話子育て相談                     | 月～金曜日(30日・31日は休み) |                      | 9:30～16:00  |

| 親子交流広場(メロープラザ内) (☎30-4520) |               |                |                 |
|----------------------------|---------------|----------------|-----------------|
| リトミック                      | 6日(金)         | リズム遊び(要予約)     | ①10:10～ ②10:40～ |
| のびのび広場                     | 3日(火)・17日(火)  | 親子で体力づくり       | 11:00～11:30     |
| おさむおじさん                    | 28日(土)        | 親子でふれあい遊び      | 10:30～11:00     |
| ベビーマッサージ                   | 16日(月)        | オイルを使用(要予約)    | 10:30～11:30     |
| 誕生会                        | 21日(土)        | 3月生まれのお友だちのお祝い | 11:00～          |
| 電話子育て相談                    | 月・火・木・金・土・日曜日 |                | 10:00～16:00     |



# 3月のふくろい市民相談窓口

◇相談日が祝日の場合は、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 せ                                                                         |
|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|
| 市民<br>法律相談       | 法的解決に関する相談(予約受付は、<br>相談日の1週間前の午前8時30分から。<br>電話可。市内在住の方で、1人年度内1<br>回。◆印はポルトガル語通訳対応あり) | 4日(水)◆・18日(水)・<br>25日(水)要予約<br>11日(水)要予約                                                                                      | 午後1時～4時<br>(30分ごとの<br>予約制) | 市役所1階<br>第1相談室<br>支所2階<br>相談室      | 弁護士<br>市民課市民サービス係<br>☎44-3112<br>市民サービス課市民サービス係<br>☎23-9212                     |
| 行政相談             | 行政に関する意見・要望・苦情など                                                                     | 12日(木)                                                                                                                        | 午後1時～4時                    | 支所2階<br>相談室                        | 行政相談<br>委員<br>市民サービス課市民サービス係<br>☎23-9212                                        |
| 社協<br>法律相談       | 法的解決に関する相談(予約受付は、<br>相談日の1週間前の午前8時30分から。電<br>話可。市内在住の方で、1人年度内1回)                     | 23日(月)要予約                                                                                                                     | 午後1時～4時<br>(30分ごとの<br>予約制) | 社会福祉協議会                            | 弁護士<br>社会福祉協議会<br>☎43-3020                                                      |
| 家庭児童<br>相談       | 育児や児童虐待・DVなどの<br>悩み相談                                                                | 月～金曜日(11日・25日は休み)<br>▽月・水・金…午前9時～午後4時 ▽火・木…正午～午後6時<br>中央子育て支援センター「カンガルーのぼっけ」<br>2日(月)・16日(月) 午前10時～午後1時<br>親子交流広場相談室(メロープラザ内) |                            | 専門相談員<br>(DVは、<br>女性相談員)           | 家庭児童相談室<br>(中央子育て支援センター<br>「カンガルーのぼっけ」内)<br>☎44-3161                            |
| 消費生活<br>相談       | 契約や借金など消費生活の相談(来庁さ<br>れる場合は、事前にご連絡ください)                                              | 月～金曜日                                                                                                                         | 午前9時30分～<br>午後4時           | 市役所3階<br>産業振興課                     | 専門相談員<br>市消費生活センター<br>☎44-3174                                                  |
| 内職相談             | 内職のあつせん、相談など                                                                         | 火・水・木曜日                                                                                                                       | 午前9時～正午<br>午後1時～5時         | サンライフ袋井<br>2階相談室                   | 専門相談員<br>内職相談室<br>☎44-5551                                                      |
| 職業相談             | 求職者への職業相談、職場適応に関する<br>助言・指導、就職に関する情報提供など                                             | 火・水・木曜日                                                                                                                       | 午前9時～正午<br>午後1時～5時         | サンライフ袋井<br>2階相談室                   | 専門相談員<br>相職業談室<br>☎44-5551                                                      |
| 心配ごと<br>相談       | 日常生活の様々な心配ごとの相談                                                                      | 4日(水)・11日(水)・15日(日)・<br>18日(水) 午後1時～4時<br>25日(水) 午後1時～4時                                                                      |                            | 社会福祉協議会<br>支所2階<br>会議室             | 人権擁護委員<br>保護司<br>民生委員<br>児童委員<br>社会福祉協議会<br>☎43-3020<br>社会福祉協議会浅羽支所<br>☎23-9229 |
| こころの<br>相談       | 心の問題や悩み事などの相談(予約受付<br>は、相談日の1週間前の午後5時まで)                                             | 12日(木)要予約                                                                                                                     | 午後1時～4時                    | 社会福祉協議会                            | 精神保健<br>福祉士<br>社会福祉協議会<br>☎43-3020                                              |
| 結婚相談             | 結婚相手の紹介<br>(持ち物：申し込み時に写真、認め印、<br>運転免許証などの身分証明書)                                      | 1日(日)・15日(日)・24日(火)<br>午後1時～4時<br>10日(火) 午後1時～4時                                                                              |                            | 総合センター<br>3階会議室<br>メロープラザ<br>1階会議室 | 民生委員<br>児童委員<br>ほか<br>社会福祉協議会<br>☎43-3020                                       |
| 身体障害者<br>定例相談    | 体に障害がある方の相談                                                                          | 2日(月)                                                                                                                         | 午後1時30分～<br>3時30分          | 市役所1階<br>相談室                       | 身体障害者<br>相談員<br>しあわせ推進課障害者福祉係<br>☎44-3114                                       |
| 補聴器<br>相談        | 補聴器に関する相談                                                                            | 10日(火)                                                                                                                        | 午前10時～正午                   | 市役所3階<br>303会議室                    | 専門相談員<br>しあわせ推進課障害者福祉係<br>☎44-3114                                              |
| 障害福祉サービス<br>利用相談 | 主に知的に障害のある方が障害福<br>祉サービスを利用するための相談                                                   | 27日(金)                                                                                                                        | 午前10時～正午                   | 市役所1階<br>101会議室                    | 専門相談員<br>指定相談支援事業所<br>「風の窓」 ☎45-2772                                            |

## 3月の健康伝言板

☎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)

| 区分            | 対象                                             | 日                         | 所        | 受付時間                    | 持ち物など                                      |
|---------------|------------------------------------------------|---------------------------|----------|-------------------------|--------------------------------------------|
| 7か月児相談        | H26年7月1日～15日生<br>H26年7月16日～31日生                | 3日(火)<br>10日(火)           | 浅羽保健センター | 午前9時～10時                | 母子健康手帳、相談アンケート                             |
| 1歳児相談         | H26年2月1日～15日生<br>H26年2月16日～28日生                | 5日(木)<br>9日(月)            | 浅羽保健センター | 午前9時～10時                | 母子健康手帳、相談アンケート                             |
| 1歳6か月児健診      | H25年8月1日～15日生<br>H25年8月16日～31日生                | 3日(火)<br>13日(金)           | 袋井保健センター | 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         | H25年2月1日～15日生<br>H25年2月16日～28日生                | 4日(水)<br>11日(水)           | 袋井保健センター | 午前中(受付時間は、<br>個別に通知します) | 母子健康手帳、相談アンケート                             |
| 2歳6か月児相談      | H24年8月1日～15日生<br>H24年8月16日～31日生                | 2日(月)<br>18日(水)           | 袋井保健センター | 午前9時～10時                | 母子健康手帳、相談アンケート                             |
| 3歳児健診         | H24年2月1日～15日生<br>H24年2月16日～29日生                | 6日(金)<br>20日(金)           | 袋井保健センター | 午後1時～1時30分              | 母子健康手帳、健診アンケート、尿                           |
| すこやかガイド<br>交付 | H27年1月16日～31日生<br>H27年2月1日～15日生                | 12日(木)<br>19日(木)          | 袋井保健センター | 受付時間は、個別に<br>通知します      | 母子健康手帳、アンケート                               |
| 母乳相談          | 要予約(申し込みは、浅羽<br>保健センターへ)                       | 17日(火)                    | 浅羽保健センター | 午前9時～11時                | 母子健康手帳                                     |
| 離乳食実習         | H26年10月生のお子さん<br>の保護者                          | 6日(金)                     | 袋井保健センター | 午前9時15分～<br>9時30分       | 母子健康手帳、エプロン、ハンドタオル、<br>マタニティ&赤ちゃんガイド、おぶいひも |
| 食事療法相談        | 糖尿病・腎臓病・生活習慣病<br>などの方 要予約(申し込<br>みは、袋井保健センターへ) | 2日(月)<br>10日(火)<br>18日(水) | 袋井保健センター | 午後1時30分～<br>3時30分       | 医師からの指示カロリーなど注意事項が分<br>かるもの、最近の血液検査結果、お薬手帳 |



市民編集員がお伝えます

企画・編集：市民編集員(小関裕子)

シ チ ズ ン ズ ア イ  
Citizen's Eye

# 笑って免疫力をアップしよう！

最近、思いつき笑ったことはありますか？  
笑えば楽しくなり、心も体も元気になりますね！

「笑う門には福来たる」



「いつもここにいて笑いが満ちている人の家には自然に福運がめぐって来る  
(広辞苑より)」

2月に入り、節分を過ぎれば暦の上では春ですが、まだまだ寒暖の差は大きく、体調管理に気を付けたい時期です。免疫力は体の基本であり、体調を整えるためにも、免疫力をアップすることの重要性はよく言われます。バランスよく栄養をとる、体を内外から温める、ストレスをためないなど、免疫力アップにつながる方法はいくつかあります。

笑いにも効果があり、ウイルスやがん細胞を攻撃する体内の「ナチュラルキラー細胞(NK細胞)」は、笑うことで活性化するそうです。健康の維持や回復にもいい作用を及ぼすことから、「ホスピタルクラウン(道化師の病院訪問)」という笑いを届ける活動も行われています。

また、笑いは健康にいいだけではなく、人間関係にも役立ちます。笑顔で話しかければ相手も笑顔になりますし、気持ちが落ち込んでいるときに周囲の人の笑顔に助けられることもあります。

意識して笑うのは難しいものですが、「1日に1回、鏡の前でにっこり笑う」など、毎日の習慣にしてみるのもいいかもしれません。

笑いを日常生活に上手に取り入れて、福を呼び込みましょう！



## 笑いヨガが楽しいよ！



笑いヨガを健康講座に取り入れている、健康運動指導士の長谷川久彰さんに、市健康づくり政策課職員の山本隆文さんと一緒にお話を聞きました。

笑いヨガはラフターヨガともいい、長谷川さんはラフターヨガリーダーの資格をお持ちです。

「市では、身近な公民館を会場にみんなで健康について楽しく学ぶ、地域健康寺子屋を開催しています。長谷川さんも講師として活躍です」と山本さん。長谷川さんの講座では、笑いヨガの要素を折り込み、笑いヨガのおかげで講座内容の幅が広がったそうです。

「笑いヨガは、ヨガの呼吸法と笑いの動作を取り入れた健康法です。おもしろいから笑うのではなく、笑うという行動をとることで、楽しいという感情を呼び起こすものです」と長谷川さん。

ウォームアップでは、リズムカルに手拍子をつけて「ホ、ホ、ハハハ」と笑い、しっかり呼吸をします。そしてハンザイをして大きな声で「エイー」。参加者でストーリーを作りながら行うとおもしろく、例えば「宝くじラフター」として、「宝くじが当たった！やったー」とハンザイをして笑うなど、方法は自由です。

ストレス軽減、リラックス効果など体にいいことがたくさんあり、口角が上がれば表情も豊かになるそうです。

「自分もやってみて、深呼吸をするから



## 見れば笑顔に！「笑い鬼」



笑っている鬼、「平成の笑い鬼」を存じですか？

市内の鬼瓦工房「鬼秀」の鬼板師（鬼瓦職人）、名倉孝さんが考案した鬼瓦です。

名倉さんは鬼秀の四代目。体験施設で鬼瓦作りの講師をしていた時に、参加者に「僕の作った鬼瓦は笑っていませんか？」と聞かれ、「笑った鬼もいじやないですか」と答えた会話がきっかけで、笑っている鬼瓦を作ることになったそうです。

鬼瓦には魔よけの意味がありますが、「平成の笑い鬼」には「福も招く笑った鬼瓦があつてもいいのでは」という名倉さんの思いが込められています。

「へらで磨いて、きれいにこしらえると優しくなります」と名倉さん。仏様をお守りする鬼だから、品格のある鬼を心掛けているそうです。

「こんなものも魂を込めて作っています。笑った鬼を作っていると、朗らかな気持ちになりますね」

平成13年に厚生労働大臣表彰卓越技能章「現代の名工」、平成14年には永年の業績

が認められ黄綬褒章を受章されています。現在、鬼瓦を作っているのは遠州地方では名倉さんのみだそうです。

遠州鬼瓦の伝統を伝えたいという思いから、名倉さんは、毎年地元の子どもたちへ鬼瓦作りの指導を続けています。出来上がった鬼の表情は作っている子どもの顔に似ているとか。今年もたくさんの元気な鬼が目を笑ましてくれそうです。

## 笑顔の「コツ」は元気の「コツ」



日常生活の中で、写真を撮ってもらう時など、「笑って」と言われることがよくあります。

市内のカメラ店で、笑顔の「コツ」をお聞きしたところ、よく言われる口元で笑うことだけでなく、目で笑うことも意識すると素敵な笑顔になるとのこと。大きく笑ってしまうのではなく、目で笑っている気持ちを心掛けるというそうです。

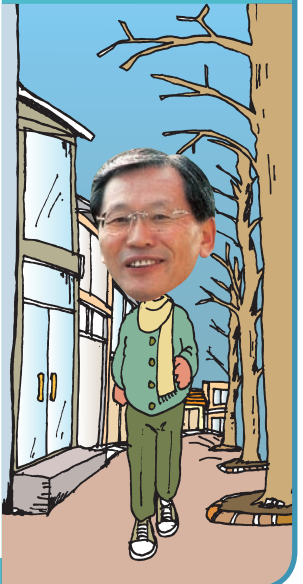
笑顔の自分の写真を目にすれば、気分もアップします。心がご機嫌になれば、また笑顔になり、笑顔は家族や周囲の人にも元氣にします。

笑いのつながりで、みんな元氣に春を迎えたいですね。

## 市民編集員のひとこと

新春初笑いとして落語寄席へ出掛けました。「さあ笑うぞ！」という意欲一杯だったことも手伝って、大笑いしているうちに体が温まり、笑いの効果を実感してきましたよ。(小)

# 散歩道



今年は、旧袋井市と旧浅羽町が合併して10周年となる。

この10年の間に、メロウプラザの建設によって浅羽地域の中心核が充実し、袋井市民病院と掛川市立総合病院の統合によって安定した医療環境が整備され、湊命山や防潮堤による津波対策の方向性も決まった。昨年11月にはJR袋井駅の新駅舎と南北自由通路が完成し、駅南北の各エリアのますますの発展が期待されている。

近年、市内への企業集積が順調に進んでいることも、今後の本市にとって大きな強みとなってくる。

市が用意した山科東工業団地は完売し、現在は小笠山麓など新たな開発事業用地への企業進出の打診もある。加えて、市内に工場のある企業の中には、市外や国外から製造拠点を袋井市へ移転することを予定しているところもある。

こうした流れを受け、今後は、ICT関連企業が集まる場所の設置や60〜70歳の方たちが働ける場を創っていくことに力を注いでいきたいと思っている。

ICT企業の集積という面では、袋井市が東京や名古屋といった都市圏から車で簡単に来られる位置にあることを活か

して、ICT関連企業の設立を目指す方たちに場所や優れた通信環境を提供することを考えていきたい。

高齢者の働ける場の創出では、60歳以上の少しお年を召された方たちが、洒落た服装で、買い物客に丁寧な物腰で、相手をする風景が見られる店が並ぶ一角を創っていければとも考えている。

街並みの整備では、袋井駅の南側はこれから創る新しい街なので、地中化を含めた幹線道路の無電柱化によるスッキリとした風景と遊水池を兼ねた大きな公園の整備が特色となるようにしていきたい。

## 「地方創生」

また、市内には、静橋や駅の南北をはじめとする各所に優れた彫刻が設置されている。この彫刻などを行って、歩いて楽しいまちになっていくことも望んでいる。

今、地方が元気になることが我が国が元気になることにつながると言われ、「地方創生」が叫ばれている。

私は、若者だけでなく年配の方も含めて雇用があり、市の財政も安定していて、耳障りなにぎやかさでなく、落ち着いた潤いがあり、人の交流が途切れることのないまちを創ることが、袋井の目指す「地方創生」であると思っている。

### ●食推協がりのコメント

ヨーグルトをプラスすることで、まろやかなすし酢になります。

### 鉄骨ちらしすし

#### ●材料(2人分)

米……………1合  
菜の花……………1/2束  
プロセスチーズ……………15g  
サケフレーク……………20g  
プレーンヨーグルト・酢……………大さじ1と1/2  
砂糖・レモン汁……………大さじ1  
塩……………小さじ1/2

#### ●作り方

- ①米を炊く。
- ②Aの調味料を合わせてすし酢を作る。
- ③菜の花は茎の堅い部分を切り落とし、塩少々(分量外)入れてゆでる。
- ④炊きあがったご飯に②を混ぜ、なじませる。
- ⑤④に小さく角切りにしたプロセスチーズと食べやすい長さに切った菜の花、サケフレークを加えて混ぜる。



#### ●栄養価(1人分)

エネルギー…355kcal / たんぱく質…11.3g / 脂質…3.7g / カルシウム…119mg / 鉄…1.1mg / ビタミンC…59mg / 食物繊維…2.2g / 塩分相当量…1.7g



毎月19日は  
『食育の日』



2016年は、東海道五十三次どまん中・袋井宿が開設して400年の節目の年！



現在、袋井宿開設四〇〇年記念事業を企画中です。みんなで盛り上げよう！

### 表紙のことは



ひな人形の前で「はい、チーズ！」

1月1日から、秋葉總本殿可睡齋・瑞龍閣で「可睡齋ひなまつり」が開催されています。

今回の催しには、市内外の方からの提供や供養のため同寺に納められていたひな人形に、もう一度命を与えるとともに、子どもたちに物を大切にすることを育んでほしいとの願いが込められているそうです。

この「可睡齋ひなまつり」は、3月15日まで開催されています。