



2021
7/15
No.1032

グループで探検！力をあわせて手を洗ったよ

(令和3年6月17日 清水幼稚園園外保育 丸池・清住緑地)

スポーツ奨励金

頑張る子どもたちやアスリートを応援しています

清水町のスポーツ関係の団体・個人（中学校の部活動は除く）が各種全国大会等へ出場する場合に、選手および監督等に対し奨励金を交付し応援します。

対象

個人 団体の所在地にかかわらず、町内在住者

団体 清水町スポーツ協会、清水町スポーツ少年団または清水町に所在する高等学校に所属する団体

※団体の奨励金を受けることができない場合は、団体が優先されます。

※同一の大会に対し他市町等から奨励金・補助金等を受ける場合は対象外となります。

対象となる競技会

予選会または選考会を経て出場する競技会で、下記に記載するもの。ただし、東海地区規模の競技会は、中学生が出場する競技会に限ります。

※大会によっては交付の対象とならない場合があるので、事前に健幸づくり課スポーツ振興係までお問い合わせください。

申請に必要な書類

(1) 清水町スポーツ競技会参加奨励

金支給申請書

(2) 競技会開催要項

(3) 競技会出場者名簿（出場が証明できるもの）

(4) 競技会組合せ表など競技会へ出場することが確認できる書類

※競技会開催日の14日前までに申請してください。

競技会終了後に必要な書類

(1) 清水町スポーツ競技会参加奨励金結果報告書

(2) 競技会の結果を確認できる書類
※競技会終了後1カ月以内に提出してください。

注意事項

・同一の年度内において、支給できる奨励金は2回までです。

・同一の競技会において、支給できる奨励金は1回です。

詳細

町図書館・保健センター複合施設（まほろば館） 健幸づくり

課 スポーツ振興係
☎ 981・8206

✉ kenkouzoushin@town.shizuoka-shimizu.lg.jp

スポーツ奨励金の交付区分と金額



	個人		団体		
	選手1人につき	選手1人につき	選手5人まで 選手1人につき	選手6人から12人まで 1団体につき	選手13人以上 1団体につき
オリンピック大会	10万円	10万円	—	—	—
世界規模の競技会	5万円	5万円	—	—	—
アジア地区規模の競技会	3万円	3万円	—	—	—
全国規模の競技会	1万円	—	1万円	6万円	7万円
東海地区規模の競技会	3千円	—	3千円	1万8千円	2万1千円
全国高等学校 総合体育大会	1万円	—	1万円	6万円	7万円
駿東地区レクスポ大会	—	—	選手および監督1人につき1千円		

★企画課情報戦略係からのお知らせ★
10月から「広報しみず」の発行は1日号のみとなります。

17歳から64歳の方へ 新型コロナウイルスワクチン接種券を順次発送しています

町では、8月17日から地域交流センターでの集団接種・医療機関での個別接種開始に向けて準備を進めています。

接種場所／

①町地域交流センターでの集団接種

毎週火～土曜日（祝日除く）

受付時間 13時45分～17時15分

接種時間 14時～18時

②各医療機関での個別接種

詳細は町内医療機関と調整中のため、決まり次第町ホームページでお知らせします。

接種券発送／基礎疾患のある方から

順次年齢ごとに発送中

予約開始時期／年齢ごとに異なるため、接種券をご確認ください。

予約方法／

Web予約またはコールセンター

※電話は混雑が予想されますので、

Web予約を推奨します。

※電話は、「ナビダイヤルにおつなぎします」のアナウンスの後から

通話料金が発生します。

※コールセンターに電話がつかない場合、役場や保健センターにおかけいただいても、予約はできません。

Web予約／（24時間対応。Web予約を推奨します。）

清水町コールセンター／

0570・025671

（ナビダイヤル）

電話受付時間／平日8時30分～18時

土曜日8時30分～17時

内容／新型コロナウイルスの接種予約・接種に関する相談等



▲特設サイト

★インターネット予約が困難な方のサポート日を設けます

とき／7月19日(月)・26日(月)

8月7日(土)・16日(月)

9時～16時

ところ／町図書館・保健センター複合施設（まほろば館）

※接種券番号が必要なため、接種券と筆記用具をご用意ください。

詳細／町図書館・保健センター複合施設（まほろば館）

課 保健予防係

☎ 9711・5151

☎ 9755・9731

《訓練の流れ》

土砂災害警戒情報発令

協定先バス会社に園児の移送依頼

01 園児をバスで移送

02 防災センターへ避難

出水期の防災訓練

園児がバスで避難訓練

土砂災害の発生に備え警戒避難体制の確認と防災意識の高揚を図ることを目的に土砂災害防止月間の6月に避難訓練を実施しました。

01 南幼稚園にバス到着 避難開始

警戒情報を受けて町と「災害時における協力に関する協定」を結んでいるドリーム観光バス様が園児を町防災センターまで移送しました。訓練は大雨洪水警報と土砂災害警戒情報が出され、避難指示が発令されたという想定で、園児は雨がっぱを着て、清水町消防団と沼津警察署の協力のもと訓練にあたりました。



02 町職員による講話

園児は町職員による土砂災害の仕組みや災害時に身を守る標語「おはしも」の話を聞きました。



避難時の標語

- お 押さない
- は 走らない
- し しゃべらない
- も 戻らない

～ 熱中症予防 ～

暑さから身を守ろう

暑い夏、気温が上昇し、体温も上昇します。そんな時期に心配なのが「熱中症」。

熱中症は、重症になると生命にかかわる状態にもなりますが、予防法を知っていれば防ぐことができます。

熱中症は、梅雨入り前の5月ごろから発生し、梅雨明けの7月下旬から8月上旬に多く発生する傾向があります。

暑さからからだ

この時期は、からだはまだ暑さに慣れていないために熱中症が起こりやすい状態です。

人間のからだは、暑い環境での運動や作業を始めてから3〜4日経つと汗をかくための自律神経の反応が速くなり、体温上昇を防ぐのが上手になります。

さらに、3〜4週間経つと、汗に無駄な塩分を出さないようになり、からだの塩分欠乏により生じる症状を防ぎます。

このようなことから、暑いときには無理をせず、徐々に暑さに慣れる工夫が必要です。



日常生活での注意点

熱中症は、気温などの環境条件だけではなく、体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。からだ暑さに慣れるには、「やや暑い環境」で、「ややきつい」と感じる強度の運動（ウォーキング等）を毎日30分程度、2週間位継続することで獲得できるといわれています。日頃からウォーキング等で汗をかく習慣を身につけておくことで、熱中症にもかかりにくくなり、また、生活習慣病の予防効果も期待できます。

▼暑さを避ける

〈行動の工夫〉

- ・暑い日は決して無理しない、頑張らない。
- ・日陰や涼しい場所を選び、適宜休憩する。

〈住まい・衣服の工夫・室内で涼しく過ごす工夫〉

- ・風通しや空調設備などを利用し、窓から射し込む日光は遮る。
- ・ゆったりした衣服を選んだり、襟もとを緩める等して、衣服の中や体の

表面に風を通し、からだから出る熱と汗をできるだけ早く逃がす。

▼こまめに水分補給をする

- ・のどが渇く前、起床時、入浴前後等に水分をとる（アルコールは水分補給になりません。）

▼熱中症予防と、マスク・換気等の「新しい生活様式」を両立させる

- ・マスク着用時は、激しい運動を避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を行う。特に気温・湿度が高いときは体調に注意。

子ども、高齢者、からだに障がいや病気のある方々は、屋外だけでなく、温度や湿度が高い室内でも発症する危険があるので注意が必要です。

熱中症を疑ったときには

熱中症は、場合によっては急速に進行し重症化する可能性があります。

救急車を要請する場合も、その到着前から冷却を開始することが必要です。

風通しのよい日陰やクーラーが効いている室内等に避難させ、露出させた皮膚に冷やしたタオルをあてたり体温の冷却をできるだけ早く行います。



清水町ドリームキッド 学童軟式野球全国大会へ！

6月8日(火) 町長応接室

清水町ドリームキッドの選手のみなさんが全国大会出場の報告に来庁しました。5月に行われた静岡県大会を制し、新潟県で8月16日に開幕する「高円宮賜杯第41回全日本学童軟式野球大会マクドナルド・トーナメント」に出場します。キャプテンの戸倉悠吾君は「優勝目指してがんばります。応援よろしくお願ひします」と意気込みを語りました。



旬野菜 赤しそでしそジュース作りに挑戦！



6月23日(水) 南保育所

旬野菜、赤しそのしそジュース作りに園児たちが挑戦しました。赤しそは体の調子を整える緑グループの食品であると栄養士から教えてもらいました。園児たちは煮出すと赤いしそが緑色になることに興味津々の様子でした。力を合わせて作ったしそジュースは冷たく冷やしておやつ時間にいただきました。

清水町農業委員会有志が町の子どもたちに野菜を寄贈

6月25日(金) 町長応接室

今年も、町農業委員会の有志の皆さまからそれぞれの畑でとれたじゃがいも100kgとたまねぎ150kgを寄贈いただきました。地元産のおいしい野菜は、さっそく町内の各保育所、小・中学校に届けられ、給食に登場しました。



敬老祝金の贈呈について

長寿を祝福し、敬老の意を表する
ため、節目の年齢を迎える方に「敬
老祝金」を贈呈します。

対象者／

70歳（古稀）昭和25年9月16日～
昭和26年9月15日生まれの方
77歳（喜寿）昭和18年9月16日～
昭和19年9月15日生まれの方
88歳（米寿）昭和7年9月16日～
昭和8年9月15日生まれの方
99歳（白寿）大正10年9月16日～
大正11年9月15日生まれの方

祝金額／

70歳・77歳の方——5千円
88歳の方——1万円
99歳の方——3万円
※新型コロナウイルス感染症拡大防
止のため、口座振込による祝金贈
呈となります。対象の方には、8
月上旬に振込依頼書を送付しま
す。8月末までにご提出いただい
た方には、9月末に敬老祝金を振
込みます。

詳細／役場1階 福祉介護課 地域
福祉係 ☎981・8207

図書館講座受講生募集

柿田川公園探検隊

「聞いて」、「見て」、「触れて」柿
田川を再発見しよう。

とき／8月12日(木)・13日(金)
両日とも9時30分～11時30分

ところ／町図書館・保健センター複
合施設（まほろば館）視聴覚室お
よび柿田川公園内

内容／柿田川について講義を受けた
後、柿田川公園を探検

対象／小学3年生～6年生

定員／各日5人 計10人（先着順）

持ち物／タオル、筆記用具、300
円（水みくじ代）、帽子、飲み物

※水にぬれてもよい服装でお越しく
ださい。

申し込み／電話または町立図書館の
受付窓口で、7月15日(木)から8月

6日(金)までにお申し込みください。

詳細／町図書館（まほろば館）

☎973・0351

図書館講座受講生募集

夏休みクラフト教室

親子で楽しめる簡単な折り紙の講
座を開催します。

とき／8月8日(祝)

1回目…9時30分～10時30分
2回目…10時45分～11時45分
※内容は同じですので、どちらか一
方の回をお選びください。

ところ／町図書館・保健センター複
合施設（まほろば館）1階くつ

ろぎオアシス

内容／折り紙や色画用紙等を使っ
て、涼しい水辺の生き物「ラッコ」

と「白鳥」を作ります。

対象／小学生以下（未就学児は保護
者同伴）

定員／定員各回15人（先着順）

受講料／無料

持ち物／不要（教室で必要なものは
こちらで用意します。）

申し込み／電話または町立図書館の
受付窓口で、7月15日(木)から8月

7日(土)までにお申し込みください。
詳細／町図書館（まほろば館）

☎973・0351

図書館・保健センター講座

「1★」体教室

「1★」——夜の空をのぞいてみよう

「体」——自分の体のことについて学ぼう。

とき／8月28日(土) 19時30分～21時

ところ／町立図書館・保健センター
複合施設（まほろば館）1階く
つろぎオアシスおよび屋上広場

※参加人数や観測状況によって、天体観
測の場所を変更する場合があります。

内容／

▼月光天文台（函南町）から招いた
講師による月や惑星、天体の解説
と観察

▼保健師による健康講座「熱中症を
予防しよう」

※雨天の場合は、健康講座と月や惑
星の解説のみとなります。

受講料／無料

対象／町内在住の小学生
※夜間に開催するため、保護者が同
伴してください。

定員／20人（先着順）

申し込み／7月25日(日)から8月25日
(水)までに左記へ直接または電話で
お申込みください。

持ち物／懐中電灯

詳細／町図書館（まほろば館）

☎973・0351

柿田川 夏の自然観察会

最下流から最上流まで1.2km、
柿田川流域の豊かな生態系を観察し
ましょう。

とき／8月8日(日) 9時30分～11時
30分（小雨決行）

集合場所／清水町役場前

参加費／1組300円（資料・傷害
保険代として）

持ち物／ノート、筆記用具、帽子、
日焼け止め、飲み物、タオル、あ
れば双眼鏡、図鑑

詳細／柿田川みどりのトラスト

☎975・5454

戦争はならない！子どもたちに愛と平和を」令和3年度 清水町戦争展を開催します

世界で唯一の核被爆国として、核兵器の恐ろしさや戦争の悲惨さ、二度と戦争を起こさない、起こさせない決意等を理解していただくため、広島・長崎の原爆写真や戦中の資料を展示した「清水町戦争展」を開催します。

とき／8月6日(金)～17日(火) (休館日除く) 9時～17時 (土日は9時～16時30分)

ところ／町福祉センター2階 ホワ

イエ (多目的ホール前)

内容／広島・長崎の原爆写真の資料展示、広島原爆記録のDVD放映等
※入場無料

▼戦中の資料などを募集します

戦中に使われていた生活用品や軍隊用品、当時の写真や、生活がわかる資料をお持ちでしたら、ぜひ、出品のご協力をお願いします。

※資料は、戦争展終了後、すみやかに返却します。

受付期間／7月26日(月)～30日(金)

8時30分～17時15分

受付場所／役場1階 福祉介護課

詳細／役場1階 福祉介護課 地域

福祉係 ☎981・8214

フードドライブにご協力ください

品質に問題のないものの、やむなく捨てられてしまう食品を寄付していただき、行政・社会福祉協議会・支援団体等を通じて、食べる物がなくて困っている方々に食品をお渡しします。

とき／8月1日(日)～31日(火)

8時30分～17時15分(開庁日・開館日のみ)

ところ／役場1階 福祉介護課・町防災センター・町地域交流センター・清水町社会福祉協議会 窓

口(町福祉センター 1階)

食べ物をお贈りする時の注意

- ・ 生鮮食品・保存水・アルコール類(ノンアルコール飲料含む)・栄養ドリンク・健康食品・もち米はご遠慮ください。
- ・ 賞味期限が2カ月以上ある、原則未開封の食べ物をお贈ください。
- ・ 缶詰などの副食が喜ばれます。

主催／NPO法人フードバンクふじのくに

詳細／役場1階 福祉介護課 地域
福祉係 ☎981・8214

ひとり親家庭のための出張個別相談会のお知らせ

生活・就業・法律の相談会
職業紹介や求職登録、弁護士による養育費等の相談、行政の方による生活相談ができます。

とき・ところ

《8月12日(木) 9時30分～16時》

裾野市役所 401会議室
(裾野市佐野1059)

《8月16日(月) 9時30分～16時》
函南町役場 3階中会議室
(函南町平井717番地の13)

※相談時間は1人30分

参加／無料

※託児あり(要予約・無料)

申し込み／左記へ電話でお申し込みください。(予約優先・当日受付可)

詳細／ひとり親サポートセンター
☎054・254・1191

8月1日から国民健康保険の保険証が変わります

現在お使いの「クリーム色の保険証」の有効期限は7月31日です。8月1日からは、「藤色の新しい保険証」で受診してください。

新しい保険証は、7月中旬から郵送します。7月末までに新しい保険証が届かない場合は、住民課国民健康保険係までご連絡ください。

なお、国民健康保険の保険証は、加入者一人一人にそれぞれ一枚ずつの交付となりますが、国民健康保険は、世帯主単位の加入となっていることから、世帯主の方宛てに一括して保険証を郵送します。

※世帯主の方が国民健康保険の加入者ではなく、会社の健康保険などに加入されている場合でも、世帯主の方宛てに保険証が郵送されます。

詳細／役場1階 住民課 国民健康保険係 ☎981・8209

広報しみずの発行が10月から1日号のみになります

清水町では毎月1日と15日に「広報しみず」を発行していますが、町民アンケート結果のほか、情報発信手段の多様化、町の財政状況、県内市町の発行状況などを鑑み、**令和3年10月以降、1日号のみの発行となります。**

ご理解のほど、よろしく申し上げます。

詳細／役場3階 企画課 情報戦略係

☎981・8234

すくすく子育て

8がっ

〈市外局番は055〉

子育て総合支援センター ひまわり

サントムーン柿田川2階 ☎ 972-2712
10時～12時、13時～17時 ※水曜日はお休み

※現在、新型コロナウイルス感染症拡大防止策として、
利用時間の短縮等を行っています。

利用時間 10:00～11:30
13:00～14:30 15:00～16:30
※1時間30分ごとの入れ替え制
※入場組数・人数に制限があります。
※3歳以上の方はマスクをしてください。



あかちゃん広場に絵本コーナーがあるよ！

こども交流館

サントムーン柿田川2階（子育て支援センター横）
☎ 981-7700

開館時間：10時～12時、13時～17時

休館日：毎週水曜日、12月29日～1月3日

※コロナウイルス感染症拡大防止策として、入場人数の制限を行います。

おすすめの絵本を2冊紹介します

「いないいないばあさん」対象：3歳～小学校低学年



いたずら好きのかわいいおばあさんに、ふりまわされてばかりのふしぎでたのしい毎日。このおばあちゃんくせものですよ。

「ほこほこのがっこう」対象：年中～小学校中学年



廃校になった小学校。たまたまほこりたちが風に吹かれて舞い上がり、ほこほこがたんじょうしたよ。個性ゆたかなほこほこたちは、どんな事件を巻き起こすのかな？

図書館つうしん

町立図書館 ☎ 973-0351

おはなし会（町立図書館）

おはなしのいずみ

※小学生までを対象としたおはなし会、絵本の読み聞かせとクラフトやうごく絵本の上映など（参加費無料）
と き／8日(日) 13時30分～14時30分
テーマ／箱（箱に関する絵本の読み聞かせ）
人形劇／一尋座「てんぐのうちわ」

おはなしの玉手箱

※乳幼児を対象としたおはなし会、絵本の読み聞かせと保健師・栄養士からのおはなし（参加費無料）
と き／26日(休) 10時30分～11時
テーマ／みず（みずに関する絵本の読み聞かせ）

図書館の休館日と開館時間（8月カレンダー）

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31	🎎	🎎	🎎	🎎

□ 休館日 □ 9時～17時 □ 9時～19時

ようちえんであそぼうよ！

清水幼稚園 ☎975-2494 北幼稚園 ☎975-7325
南幼稚園 ☎931-0299 西幼稚園 ☎973-2320
電話受付／月～金曜日 9時～16時

♪ 8月の園庭開放はお休みです。

♪ 電話での子育て相談
月～金曜日 9時～16時

地域親子ふれあいランド カンガルー

役場2階 こども未来課 子育て支援係 ☎981-8215

♪ 8月のカンガルーはお休みです。

ローズ つうしん

恵明キッズローズビレッジ 地域子育て支援センター
☎943-5519
月～金曜日 10時～12時、13時～16時

- ♪ 毎週月・木曜日はおやこであそぼうを開催
- ※手遊びやリズム遊び、かみしばいとお楽しみがいっぱい
- 10時30分から11時30分
- 12日(木) たいこでリズムあそび(予約制)
- 30日(月) おまつりごっこ(予約制)
- ※予定は感染症対策のため変更する場合があります。
- ※詳細は園にお問い合わせください。
- ♪ 園庭開放、子育て相談実施中！



にこにこランド

にこにこランドはいずれも10時～12時

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、下記の事業のみ実施します。詳細は各施設にお問い合わせください。

☀清水保育所 ☎975-8935
♪ 園庭開放
月～金曜日 11時～12時 (電話予約制)
♪ 電話での子育て相談
月～金曜日 9時～16時

☀南保育所 ☎932-5016
※夏のお休み／10日(火)～13日(金)
♪ 地域子育て支援センター
月～金曜日 時間・人数制限あり(電話予約制)
♪ 園庭開放
月～金曜日 11時～12時 13時30分～15時
♪ 電話での子育て相談
月～金曜日 9時～16時

どんぐりひろば つうしん

しいの木保育園 地域子育て支援センター ☎933-4123
月～金曜日 9時～12時、13時30分～15時30分
※夏のお休み／13日(金)～17日(火)

3日(火)・4日(水)・5日(木) 各日先着5組
つくりましょう
※絵本「きんぎょがにげた」をモチーフにした
けん玉をつくります。
26日(木) リトミック(予約制)

- ♪ お誕生日おめでとう！(予約制)
誕生月のお友達に手作りカードのプレゼント
- ♪ 園庭開放は平日の11時～12時、子育て相談実施中！

すこやか保育園 はぐくみ

すこやか保育園 子育て支援センター ☎971-7600
新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、下記の事業のみ実施します。詳細は、施設にお問い合わせください。

- ♪ 地域子育て支援センター
午前中開館 園庭開放なし
- ♪ 電話での子育て相談
月～金曜日 9時～12時、13時～16時
※毎週金曜日出張保育 総合運動公園 10時～12時

	日時		対象者	内容・注意事項
成人健康 栄養相談	18日(水)	9:30~11:30	一般成人 ※栄養相談は要予約	▶ 保健師による血圧・体組成測定、尿検査、健康相談、骨の強さ測定(手首で骨のセルフチェックが可能な測定器です。) ▶ 栄養士による高血圧、糖尿病、食生活などの相談 ※水曜日に変更となります。
	25日(水)	13:30~15:30		
乳幼児 健康相談	6日(金) 27日(金)	9:30~11:30	乳幼児とその保護者	▶ 身体計測(自由計測可)、育児・栄養相談(予約制)、助産師による授乳相談 持ち物 / 母子健康手帳・バスタオル ※個別相談は事前に町保健センターへご連絡ください。
こどもの 発達相談	4日(水)	9:30~11:30	幼児期の子どもの発達について心配のある方	▶ 心理士などによる発達・心理の相談 ※事前に町保健センターへご連絡ください。(予約制)
	5日(木)	9:30~11:30		
	23日(月)	13:00~15:00		
こどもの 発達相談	6日(金)	9:00~11:00	幼児期の子どもの発達について心配のある方	▶ 心理士などによる発達・心理の相談 ※事前に町保健センターへご連絡ください。(予約制)
	13日(金)	9:00~11:00		
	20日(金)	9:00~11:00		
	27日(金)	9:00~11:00		
1歳6か月児 健康診査	31日(火)	(受付時間) 13:00~13:30	令和2年1月 生まれの幼児	▶ 身体計測、内科・歯科健診、生活習慣・栄養・歯科相談、フッ素塗布(希望者)など 持ち物 / 母子健康手帳、問診票
3歳児 健康診査	24日(火)	(受付時間) 13:00~13:30	平成30年7月 生まれの幼児	▶ 身体計測、内科・歯科健診、眼科検査、尿検査、生活習慣・栄養・歯科相談、フッ素塗布(希望者)など 持ち物 / 母子健康手帳、問診票、尿検査
6か月児 健康相談	現在、実施を見合わせております。対象の方には通知いたしますのでご確認ください。 また、町ホームページや母子健康手帳アプリでお知らせいたします。母子健康手帳アプリの登録がお済みでない方は右記QRコードからご登録ください。			
前期離乳食 講習会	5日(木)	13:30~15:00	3か月~6か月児	▶ 栄養士による離乳食の講話と実演 持ち物 / 母子健康手帳 ※赤ちゃんと参加のときはお子さんに必要なおでかけグッズ
マタニティ 教室	12日(木)	13:00~15:30	出産を控えている方	▶ 妊婦体操、お産の経過と産後の過ごし方 持ち物 / 母子健康手帳、筆記用具、運動のできる服装
	18日(水)	18:30~20:30		▶ ビデオ鑑賞、新生児の保育、沐浴実習、妊婦疑似体験 持ち物 / 母子健康手帳、筆記用具

※保健センターは8月7日(土)が開所日、8月10日(火)は休所日となります。

※新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、行事を延期または中止する場合がありますので、町ホームページをご覧ください。

8月の相談

項目	相談日	時間	場所
行政・人権相談 ☎981-8238	10日(火)	10:00~12:00 13:00~15:00	役場
無料法律相談 要電話予約 ☎981-8238	20日(金)	10:00~12:00 13:00~15:00	役場
交通事故相談 ☎981-8217	25日(水)	10:00~12:00 13:00~15:00	役場
消費生活相談 ☎981-8238	月~金曜日 ※祝休日を除く	9:00~16:00	役場
教育相談 ☎973-6122	月~金曜日 ※祝休日を除く	9:00~16:00	役場
多重債務解決無料相談 要電話予約 ☎981-8219	19日 (第3木曜日)	14:00~17:00	役場
福祉総合相談 ☎981-1665	月~金曜日 ※祝休日を除く	9:00~16:00	福祉センター
外国人生活相談 ☎981-8238	15日(日)	9:30~12:30	役場
	18日(水)	9:30~12:00 13:00~14:30	

謹んでご冥福をお祈りいたします。

いい 飯島達道様 (86) 中徳倉
 伊藤まさ子様 (104) 徳倉
 江本太一様 (88) 長沢
 小倉寛治様 (85) 的場
 小池増子様 (87) 八幡
 小井玉清様 (73) 八幡
 鈴木英子様 (95) 長沢
 鈴木美津乃様 (75) 戸田
 古谷征子様 (83) 堂庭
 わたなべまさ子様 (92) 徳倉

ご承諾いただいた方を50音順に掲載しています。
(届出日：5月16日~6月15日)

まちの人口(7月1日現在) 人口/31,973人 (前月比/-42人) 男/15,648人 女/16,325人 世帯数/14,217世帯

救急協力医

8月1日～15日

！救急協力医は変更になることがありますので、事前に電話で確認してください。

救急協力医テレホンサービス
☎055 - 958 - 0119

〈市外局番は055〉

外科		内科		小児科	
平日 17時～21時 土曜 12時～18時 日曜・祝休日 8時～18時		平日 17時～21時 土曜 12時～18時 日曜・祝休日 8時～18時		平日 17時～21時 土曜 12時～18時 日曜・祝休日 8時～18時	
1(日)	五十嵐クリニック 934-6700 ㊟ 志下 鈴木(州)医院 993-0430 ㊟ 佐野	山谷医院 966-5333 ㊟ 青野 やぐちクリニック 973-3811 ㊟ 伏見 鈴木(州)医院 993-0430 ㊟ 佐野	よざ小児科 967-5722 ㊟ 原		
2(月)	萩野クリニック 966-7111 ㊟ 根古屋	田沢医院 962-1205 ㊟ 大手町	スキップこども 992-6303 ㊟ 茶畑		
3(火)	青木整形 922-0521 ㊟ 高島町	べっく・クリニック 921-1300 ㊟ 西沢田	クボタ小児科 975-7984 ㊟ 泉町		
4(水)	酒井医院 966-1755 ㊟ 今沢	望月医院 931-5362 ㊟ 下香貫宮脇	まるやま小児科 981-8577 ㊟ 堂庭		
5(木)	池田病院 986-1212 ㊟ 本宿	清流クリニック 941-8688 ㊟ 堂庭	白十字小児科 933-5111 ㊟ 下香貫馬場		
6(金)	遠藤クリニック 975-8801 ㊟ 久米田	なおきクリニック 929-8555 ㊟ 東椎路	りゅうじん医院 988-3133 ㊟ 下土狩		
7(土)	池田病院 986-1212 ㊟ 本宿	池田病院 986-1212 ㊟ 本宿	函南平出クリニック 978-1366 ㊟ 塚本		
8(祝)	西方外科 921-1333 ㊟ 共栄町 御成橋栄 952-2525 ㊟ 八幡町	杉山(和)医院 972-3223 ㊟ 伏見 小林(今沢)医院 966-7700 ㊟ 今沢 杉山(茂)医院 992-0028 ㊟ 平松	白十字小児科 933-5111 ㊟ 下香貫馬場		
9(休)	駿東整形 922-8855 ㊟ 高沢町 関外科 921-2185 ㊟ 花園町	永野医院 962-4450 ㊟ 大岡 さわだ・クリニック 921-1711 ㊟ 西沢田 高桑医院 997-0486 ㊟ 岩波	三島メディカル (9時～18時) 972-0711 ㊟ 南本町		
10(火)	守重医院 931-2511 ㊟ 我入道江川	おおい医院 922-8886 ㊟ 北高島町	すずきファミリー 960-0333 ㊟ 一本松		
11(水)	白石医院 951-4593 ㊟ 市道町	森本クリニック 976-5221 ㊟ 竹原	まるやま小児科 981-8577 ㊟ 堂庭		
12(木)	池田病院 986-1212 ㊟ 本宿	あそうクリニック 929-7575 ㊟ 筒井町	西村医院 971-6510 ㊟ 下土狩		
13(金)	山本整形外科 989-8111 ㊟ 南一色	さはこクリニック 999-3850 ㊟ 中土狩	よざ小児科 967-5722 ㊟ 原		
14(土)	聖隷沼津 952-1000 ㊟ 松下	沼津リハビリテーション 931-1911 ㊟ 香貫葛原	杉谷小児科 923-6543 ㊟ 筒井町		
15(日)	沼津整形 921-3791 ㊟ 共栄町 遠藤クリニック 975-8801 ㊟ 久米田	池田病院 986-1212 ㊟ 本宿 杉山病院 963-4114 ㊟ 錦町 大橋内科・小児科 992-2800 ㊟ 佐野	大橋内科・小児科 992-2800 ㊟ 佐野		

耳鼻科		眼科		産婦人科		歯科	
8時～17時		8時～17時		8時～17時		9時～15時	
1(日)	たかひろ耳鼻咽喉科 ㊟ 宮島 0545-66-5100	山内眼科 ㊟ 中田町 975-8338	関谷レディース ㊟ 西椎路 968-6611	会田歯科医院 ㊟ 卸団地 972-0418			
8(祝)	芹沢耳鼻咽喉科 ㊟ 茶畑 993-8000	三島総合病院 ㊟ 谷田 975-3031	市立病院 ㊟ 東椎路 924-5100	栗田歯科医院 ㊟ 下土狩 986-1667			
9(休)	しんふじ耳鼻咽喉科 ㊟ 川成新町 0545-65-0600	山秋眼科 ㊟ 筒井町 924-4680	かやま産婦人科 ㊟ 岩波 997-3551	こうざい歯科クリニック ㊟ 堂庭 928-5434			
15(日)	アミクリニック ㊟ 長沢 981-3341	あいあい眼科 ㊟ 原 967-7715	田中産婦人科 ㊟ 中央町 971-3541	木の花歯科医院 ㊟ 堂庭 972-0097			

㊟ 清水町 ㊟ 長泉町 ㊟ 沼津市 ㊟ 三島市 ㊟ 裾野市 ㊟ 富士市

沼津夜間医療センター
(外科・内科・小児科)

☎055 - 926 - 8699

平日 20時30分～翌朝7時 土・日・祝休日 18時～翌朝7時



きたむら ゆりな
北村 由莉奈ちゃん
／久米田



りゅうこう こう たろう
龍光 剛太郎くん
／伏見



わがやに笑顔を ありがとう

いどばた ふみ
井戸端 芙美ちゃん
／徳倉



さいとう れん
齋藤 錬くん
／徳倉



みやざき しんのすけ
宮崎 慎ノ介くん
／的場



ご協力ありがとうございました

5月24日(月)に実施した3歳児健診に参加したお子さんにご協力いただきました。

みんなで

食育大行進

～食でつなぐ明日への元気～

担当/町図書館・保健センター複合施設(まほろば館)
健幸づくり課 健幸増進係 ☎981-8206



毎月19日は「食育の日」 19日は、いっしょに食べよう♪ “健幸朝ごはん”

毎月19日の「食育の日」は「健幸朝ごはん」の日。
朝ごはんは1日の元気の源!! 朝ごはんで見覚まし
スイッチオン! バランスのよい朝ごはんを食べること
で「頭(脳)のスイッチ」「体のスイッチ」「おなかのスイ
ッチ」3つのスイッチが入って1日を元気に過ごせるよ。
「健幸朝ごはん」を食べて、心も体も健康に!



楽ラク
朝ごはんMENU

野菜を手軽にたっぷり! チンゲン菜ときのこの ツナマヨ和え

副菜



- 【材料】
・チンゲン菜 ・にんじん ・ぶなしめじ
・ツナ缶 ・マヨネーズ ・しょうゆ ・白すりごま



①チンゲン菜は2cm幅、にんじ
んは千切りにし、ぶなしめじ
は石づきを取ってほぐす。



②ボールに、軽く液を切った
ツナ缶、マヨネーズ、しょ
うゆ、白すりごまを入れ、
混ぜる。



③チンゲン菜は茹でて水冷して
絞り、にんじんとぶなしめじ
は茹でて冷まし、②のボール
で和えて出来上がり。

緑黄色野菜ときのこを、和風のツナマヨ味で和えて食べやすく仕上げました。
チンゲン菜はカルシウムを、ぶなしめじは食物繊維を多く含んでいます。野菜は
加熱することでカサが減ってたっぷり食べることができます。
ご飯、パン、どちらの主食でも合わせやすい味付けですので、一品添えて
朝ごはんをバランスアップしてみましょう!