

しみが 広報



割れるかな？！

(令和3年7月16日(金) 清水西幼稚園 スイカ割り)

2021
8/15
No.1034

ますます便利！お持ちですか

マイナンバーカード

マイナンバーカードとは、希望者が申請することで取得できるプラスチック製のICチップ付きカードで、表面に氏名、住所、生年月日、性別、本人の顔写真、裏面に個人番号が表示されます。本人確認のための身分証明書として利用できるほか、コンビニでの住民票の写しの取得や電子証明書を利用した確定申告（e-Tax）など、様々なサービスにご利用いただけます。

詳細 役場1階 住民課 戸籍住民係
☎ 981・8208

コンビニで各種証明書が取得可能



早朝から夜まで、土日祝日もお近くのコンビニのマルチコピー機で住民票、印鑑登録証明書、課税（非課税）証明書が役場窓口に行かず、お得に取得できます。

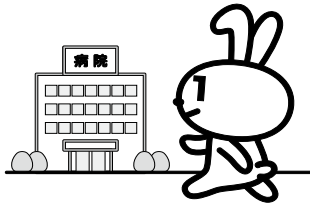
身分証明書になる

金融機関における口座開設やパスポートの取得、各種行政手続きなど、本人確認資料として活用できます。本人確認とマイナンバーを確認できる唯一のカードです。



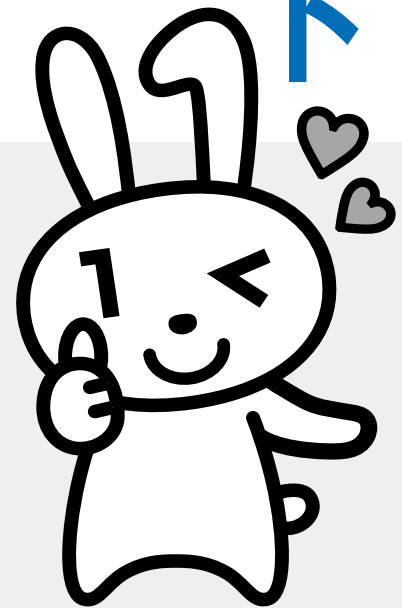
ますます便利になる予定

マイナポータル（政府が運営するオンラインサービス）を利用登録することにより、健康保険証の一体利用や児童手当の現況届などのほか、各種行政手続きが電子申請でできるようになります。



e-Taxの届出不要で確定申告ができる

確定申告などのオンライン申請システム「e-Tax」の利用が税務署長への事前の届出なしに、利用できます。



マイナンバーPRキャラクター
マイナちゃん

01 申請する

検品

申請から約1カ月程度で国機関から役場にカードが届きます。検品作業後、受取案内を送付します。

パソコンやスマホ、郵送などで申請してください。

※「マイナンバーカード5つの申請方法」は次ページ上段へ

マイナンバーカードの 受取方法



マイナンバーカードの

5つの申請方法

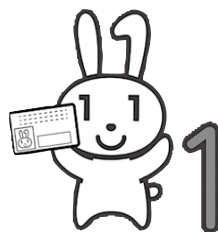
マイナンバーカードの申請は、交付申請書がご自宅にある場合、次の5つのいずれかの方法で直接国の機関に申請が可能です。交付申請書がお手元ない方は、役場1階住民課窓口で発行できます。※本人確認資料（免許証など）をお持ちください。



スマートフォンで申請

- ①顔写真を撮影し保存
- ②交付申請書の右下にあるQRコードを読み取り、申請書WEBサイトにアクセスし、画面に従って必要事項を入力
- ③顔写真を添付して送信

《登録完了メールを必ず確認してください。》



証明写真機(マイナンバー機)で申請

- ①タッチパネルから「個人番号カード申請」を選択
- ②交付申請書の右下にあるQRコードをバーコードリーダーにかざし、画面に従い必要事項を入力
- ③顔写真を撮影して送信



パソコンで申請

- ①顔写真を撮影し、パソコンに保存
- ②マイナンバーカード申請で検索し、申請WEBサイトで申請書ID等の必要事項を入力
- ③顔写真を添付して送信

《登録完了メールを必ず確認してください。》



役場窓口(事前予約制)で申請

職員が顔写真撮影から申請までお手伝いをします。事前に電話で予約の上、予約の際にお伝えした持ち物を持参し、役場1階住民課にお越しください。



郵送で申請

交付申請書に必要事項を記載し、顔写真を貼り付け、専用封筒に入れて郵便ポストに投函。※専用封筒がない場合は役場1階住民課窓口で配布するほか、ホームページからダウンロードが可能です。

受け取り時の必要書類



- ・通知カード
- ・本人確認書類
- ・住民基本台帳カード
(持っている人)
- ・暗証番号設定記載票
(ピンク色の用紙)



住民課

03 役場で受け取る

予約日時に予約の際にお伝えする必要書類を持参して、役場1階住民課窓口にお越しください。
※暗証番号を設定していただいた後、カードをお渡します。

02 電話で予約する



受取案内が届きましたら、受け取りに来られる日時の事前予約をお願いします。
※予約は平日8時30分から17時までに電話で予約してください。

マイナンバーカードの手続きにお越しの際は事前予約を



●マイナンバーカードの窓口は、交付申請者が急増していることから、大変混雑しています。このため、マイナンバーカードの申請、受け取り、更新のお手続きの際は事前予約の上、お越しください。※手続きはお一人につき、10分から15分程度かかります。

●事前予約方法

平日の8時30分から17時までに電話（☎981・8208）で予約の上、予約日時にお越しください。※予約の際にお手続きの種類をお伝えください。また、平日の昼間の時間が比較的空いています。平日の昼間の時間帯の来庁をおすすめします。

●事前予約の必要がないお手続き
電子証明書の更新／マイナンバーカードの暗証番号の初期化・再設定
※お待ちいただく場合があります。

窓口の混雑状況を公表しています

町ホームページでマイナンバーカード窓口の混雑状況を公表しています。事前予約の際の参考にしてください。

URL <http://www.town.shimizushima.jp/shizuoka.jp/kokuhokokuho-new00021.html>



町ホームページ
混雑状況公開

カード受け取りの延長窓口を開設しています
(事前予約制)

●平日延長窓口

毎週火曜日17時15分～18時30分

●休日延長窓口

原則第2土曜日の休日開庁日
8時30分～12時30分、13時30分～17時

※延長窓口は大変混雑しますので、平日昼間の時間帯の来庁をおすすめします。

※休日延長窓口の予約は前月1日から開始します。



マイナンバーカード・電子証明書有効期限通知が届いた方へ

マイナンバーカードとカードに格納されている電子証明書には、有効期限があります。有効期限が近づくと国の機関から更新の案内（青い封筒）が届きますので、内容を確認のうえお手続きください。更新手続きは無料です。

●マイナンバーカードの有効期限交付時に20歳以上であった方は5年目に電子証明書の更新、10年目にカードの更新が必要になります。交付時に20歳未満であった方は5年目にカードの更新が必要になります。

●更新手続きの方法

【カードの更新の方】

マイナンバーカードの申請を再度行うことで更新されます。手続きは郵送による申請のほか、送付される通知書に記載のQRコードなどを利用してスマートフォンなどから申請することができま

す。※申請後、役場から交付通知書が届きましたら、受取案内（封書）が届きましたら、事前予約の上、住民課窓口にお越しください。

※受け取りの際に必ずマイナンバーカードを持参してください。

【電子証明書の更新の方】

有効期限後も引き続き電子証明書を利用する場合（コンビニ交付など）は更新手続きが必要です。

※更新の際には、設定した暗証番号の入力が必要になりますので、交付の際にお渡ししている暗証番号設定記載票（ピンク色の用紙）をご確認ください。

※有効期限を過ぎ電子証明書が失効した後も、マイナンバーカードの有効期限内であれば電子証明書は無料で再発行することができます。

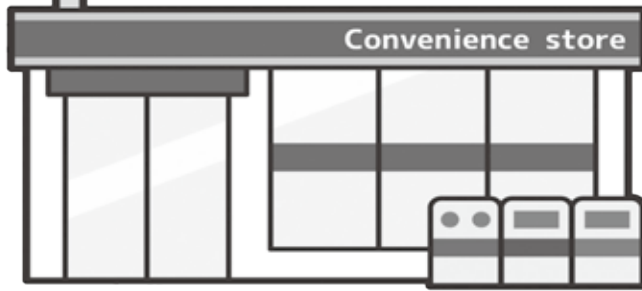
マイナンバーカードの受け取りにお越しになつていない方へ

カードの受け取りについては、現在コロナ禍であることを鑑み、受け取り期限を設けておりません。役場で大切に保管しておりますので、適切な時期に事前予約の上、住民課窓口にお越しください。

※マイナポイントは9月末日で終了となりますので、活用予定の方は速やかにお受け取りください。※交付通知書を紛失した方は、再発行しますので、お問い合わせください。

証明書※はコンビニ交付で

24 100円お得 に取得できます！



※住民票の写し、印鑑登録証明書、課税（非課税）証明書

コンビニ交付の

便利でお得なポイント

全国のコンビニで交付可能

全国のセブン・イレブン、ローソン、ファミリーマート、ミニストップに設置のマルチコピー機を操作することによって、証明書を取得できます。

毎日、6時30分から

23時まで交付可能

役場の開庁していない時間でも交付可能です。

※年末年始とメンテナンス日を除きます。

窓口発行より100円お得！

コンビニ交付は、窓口での証明発行より100円安く手数料を設定しています。

●交付できる証明書

住民票の写し／200円、印鑑登録証明書／200円、課税（非課税）証明書／200円

マイナンバーカードのみ

申請書の記載不要

マイナンバーカードの発行時に登録した「利用者用電子証明書」の暗証番号（4桁）で発行するので、窓口発行と違い、申請書等の記載は不要で、スピーディーに発行が可能です。

住民基本台帳カードをお持ちの方へ

住民基本台帳カード（住基カード）の交付は平成27年12月末で終了しました。

この度、住基カードによる証明書のコンビニ交付サービスを令和3年9月末で終了し、マイナンバーカードに一本化します。

なお、お持ちの住基カードは、有効期限内に限り、印鑑登録証と併用されている方は印鑑登録証として窓口で利用できるほか、顔写真がある住基カードは、本人確認資料として利用できます。

今後コンビニ交付の利用を希望する方は、マイナンバーカードの交付申請をしてください。交付には日数がかかりますので、早めの申請をお願いいたします。

※マイナンバーカード交付の際に住基カードは回収し、印鑑登録証と併用されている方には新たに有効期間がない印鑑登録証を発行します。

※住基カードと印鑑登録証を併用されている方は、住基カードの有効期限後は印鑑登録証が廃止となり、新たに有料による印鑑登録が必要になります。有効期限内に印



住民基本台帳カード（現在は発行していません）

鑑登録証の切り替え手続きをお願いいたします。

詳細／役場1階 住民課 戸籍住民係
☎981・8208

健（検）診を受けて健康を守ろう！

食べすぎや飲みすぎ、運動不足など不健康な生活習慣が原因で起こる「高血圧」「糖尿病」「脂質異常症」や、日本人のおよそ2人に1人が、生涯において一度はかかるであろうと推計されている「がん」（悪性新生物）などの生活習慣病は、ある程度進行するまで自覚症状がなく、何らかの症状が現れて気づいた時には、すでに病気が進行してしまっていることも少なくありません。

これらの生活習慣病やそのほかの病気の早期発見、早期治療に効果を発揮するのが、健康診査やがん検診、人間ドックです。

特定健診で何がわかる？

特定健診はメタボリックシンドローム（以下メタボ）に着目した健診です。

動脈硬化を進行させ、血管を傷つける肥満や喫煙などの生活要因や、高血圧や高血糖、脂質異常症などが起きていないかなどを調べます。

がん検診で何がわかる？

がん検診は、がんのリスクの低いいたくさんの健康な人々の中から、がんの疑いのある人をふるいにかけるための検査です。

自覚症状もほとんどなく、生活に支障もない人が対象なので、早期がんで発見されるケースが多くあります。

現在、日本では胃・肺・大腸・乳・子宮の5つの「がん検診」が有効な検診として推奨されています。

これらのがん検診は、がんによる死亡を防ぐ効果があるということが科学的に証明されています。

健（検）診を受けた後は

健（検）診は、勤め先や市町の指定する医療機関などで受診します。健（検）診結果が手元に届いたら、結果内容を必ず確認します。

再検査、精密検査が必要と判定された場合には、迷わず、医療機関を受診する必要があります。たとえ、異常があったとしても早期であればあるほど治療効果が上がります。確率が高くなります。

要医療、要治療と判定された場合には、病気の恐れが高いと考えられます。こちらも、すぐに医療機関を受診してください。

特定健診結果で、特定保健指導の対象となった方は、メタボ（内臓脂肪症候群）が疑われます。そのまま放置しておくとう動脈硬化が進行し、心臓病、脳卒中、糖尿病の合併症などのリスクが高まっている状態なので、リスクに応じたサポートを、保健師等の専門職から受けることのできる特定保健指導を必ず活用してください。

メタボの該当者は、新型コロナウイルス

感染症のハイリスク者であることがわかってきました。特定健診で異常がないかをチェックし、生活習慣の改善や治療に取り組み、からだを良い状態にコントロールすることは、新型コロナ対策としても重要です。

まずは、健（検）診を受け、結果を確認し、次のステップに進みましょう。

※検診の対象とならない方（対象年齢未満の方など）も症状がある場合は医療機関を受診してください。

清水町では、10月30日までの期間、各種がん検診、国民健康保険加入者、後期高齢者医療制度に加入している方を対象とした健康診査が、指定医療機関で受診できます。

特定健診・がん検診に関する問い合わせ先
まほろば館内 健幸づくり課 けんしん指導係
☎ 971-5151



のりしろ④

※裏面ののりしろ③④を先にお貼りください。
※こちらの面にのりを塗ってのりしろ④をかぶせてください。

お聞かせください

まちを愛する
まちを育てる

あなたの声を

411-8790
171

三島郵便局私書箱7号

清水町企画課

「町長くのメッセージ」係 行

料金受取人払郵便

三島郵便局承認

1171

差出有効期間
令和5年7月
31日まで

(切手を貼らずに
お出しください)



ヤマオリ

アンケート

「広報しみず」についておたずねします。

- 1 「広報しみず」を読んでいますか。
ア. 毎号読む イ. 時々読む ウ. ほとんど読まない
 - 2 「広報しみず」の内容は、読んで楽しいですか。
ア. 楽しい内容がある イ. 特に感じない
ウ. つまらない エ. 内容が面白い
 - 3 毎日の生活に役立っていますか。
ア. 役立っている イ. 役立っていない ウ. 時々役立つものもある
 - 4 ページ数は適当だと思いますか。
ア. 適当 イ. 少ない ウ. 多い
 - 5 文章はわかりやすいですか。
ア. わかりやすい イ. 理解できない文章が多い
ウ. 時々理解できない文章がある
 - 6 写真の量は適当だと思いますか。
ア. 適当 イ. 少ない ウ. 多い
- ▲以上の各設問には、一つだけ○印をつけてください。▲
- 7 今回の記事についてのご感想があまりましたら記入してください。
 - 8 広報で取り上げてほしい内容がありましたら記入してください。

ヤマオリ



犯罪被害者等支援条例に関する要望書の提出がありました



7月15日(休) 町長応接室

沼津警察署協議会会長曾根恵子様、沼津警察署署長原田達彦様、警務課長藤原泰彦様が、来庁し、犯罪被害者等が地域社会において平穏な生活を営むことができるよう、犯罪被害者等支援条例の制定を要望しました。

町では被害にあわれた方に対する支援を推進するために条例の制定に向けて取り組んでいきます。

事故なく安全に楽しもう！ 花火教室

7月16日(金) 清水保育所

清水保育所で駿東伊豆消防本部による花火教室が実施されました。子どもたちは消防職員から花火の安全な楽しみ方や置型花火の実演、AEDの使い方などを教えてもらいました。



柿田川を守れ！ 外来種駆除作業



7月24日(土) 柿田川 外来種駆除作業

柿田川の貴重な生態系を守るため、柿田川みどりのトラストを中心に、関係団体やボランティアが特定外来種オオカワヂシャなどの駆除作業を行いました。外来種の駆除作業は1月・2月を除き、毎月実施予定で、ボランティアの募集は広報しみずに掲載されます。作業中に、川辺に生息する貴重な生物に出会えるかもしれません。

敬老会中止のお知らせ

9月に開催を予定していた清水町敬老会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止します。

詳細／役場1階 福祉介護課 地域福祉係
☎981・8207



「在宅介護者のつどい」のご案内

家族の介護に悩んでいる、介護している人同士の仲間がほしい、と
思っている方はいませんか。

ご家族などを介護している方を対象に、介護に関する情報交換、介護者同士の交流の場として「在宅介護者のつどい」を毎月第3木曜日の午後に開催しています。

とき／9月16日(木) 13時30分～15時

ところ／町福祉センター

テーマ／身近な薬について(降圧剤、眠剤等)

申し込み／左記へ電話でお申し込みください。

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により、中止になる場合があります。
詳細／清水町地域包括支援センター

☎981・1675

清水町の特産品がめざましじゃんけんに登場します

清水町をPRし、町の魅力を全国に発信するシティブロモーションの一環として、フジテレビが放送する、めざましじゃんけんの視聴者プレゼントに清水町の特産品を提供します。清水町が全国にPRされますので、ぜひ参加してください。

放送予定日／8月23日(月)～28日(土)

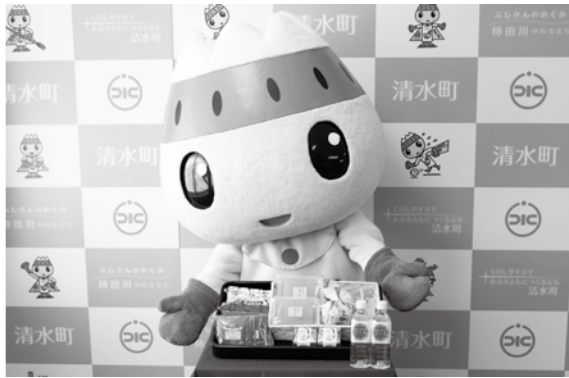
放送予定時間／

平日5時58分頃・6時58分頃

7時35分頃・7時58分頃

土曜日7時38分頃・8時21分頃

詳細／役場3階 企画課 企画調整係
☎981・8279



水や緑米などの特産品で町をPRします

全国一斉「子どもの人権110番」強化週間～ひとりで悩まず、お電話ください～

強化週間期間 8月27日(金)～9月2日(木)
日頃、いじめや体罰、虐待などでお悩みの方は、1人で抱え込まず、お気軽にご相談ください。(家族からのご相談も受け付けています。)

時間／8時30分～19時
※土日は10時～17時

※強化週間以外の期間において
☎0120・007・110
(通話料無料)

主催／静岡地方務局・静岡県人権擁護委員連合会

噛むカムケア8020コンクール表彰式 保育所(園) & 幼稚園むし歯ゼロ優良施設表彰式

▼噛むカムケア8020コンクール

80歳以上で自分の歯が20本以上ある皆さまが審査を受けた歯科医院等で表彰されました。(敬称略・五十音順)

- 浅田辰江 石原廣吉 落合清太郎
- 小野佐敏 工藤安子 桑原義志
- 佐藤一夫 眞田謹吾 篠原邦夫
- 芹澤和子 高橋睦子 田中俊行
- 原福雄 藤田文代 古川康男
- 村上宅司

▼保育所(園) & 幼稚園むし歯ゼロ優良施設

町内の保育所(園)・幼稚園でむし歯のない幼児(年長児)の割合が最も高かった清水保育所が表彰されました。

詳細／まほろば館内 健幸づくり課
健幸増進係 ☎981・8206



保育所(園) & 幼稚園むし歯ゼロ優良施設 清水保育所受賞

65歳未満の方 新型コロナウイルスワクチン接種のご予約はお済みですか？

町では、8月17日から町地域交流センターでの集団接種を開始します。また、医療機関での個別接種を開始できるように、準備を進めています。

接種券発送／6月1日現在で清水町に住民登録のある満12歳以上の方に発送しました。

予約開始時期／8月21日以降は、15歳以上（中学生を除く）の方が予約できるようになります。

▼地域交流センターでの集団接種

とき／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（ワクチン接種後15～30分待機時間あり）

持ち物／接種券・予診票・身分証明書・おくすり手帳（お持ちの方のみ）

交通手段／駐車場は混雑が予想されます。なるべくご家族の方に送迎していただくか、バス・自転車・バイク・徒歩でご来場ください。

自家用車でお越しの際は、周辺駐車場をご案内させていただきます。待ちいたいただく可能性があります。

予約方法／Web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。）

●Web予約（24時間対応）



接種予約ページ
QRコード

●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（日・祝日除く）

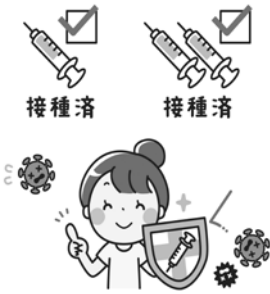
高校生相当の方（15歳～18歳）／必ず保護者同伴で来場してください。

※親子で同日の接種はできません。

▼医療機関での個別接種

医療機関での個別接種は調整中です。詳細が決まり次第、町ホームページなどでご案内します。

小中学生の方（12歳～15歳）／保護者同伴で個別接種のみとなります。



★キャンセル待ち登録を募集します

新型コロナウイルスワクチンを接種する際、体調不良などにより急きょキャンセルが生じた場合に、貴重なワクチンを有効活用するため、すぐに接種していただける学生の方を募集します。

対象／①、②の両方に該当する方

- ①清水町に住民登録のある学生（大学生、短大生、専門学校生、保護者同伴で来場できる高校生）
- ②連絡（17時15分頃）を受けて、すぐに来られる方

申し込み／希望する方は町ホームページから電子申請でお申し込みください。



登録ページ
QRコード

詳細／まほろば館内 健康づくり課
保健予防係 ☎971・5151

道路や歩道にはみ出た枝葉の 枝打ち・剪定をお願いします

ご家庭などの樹木が生い茂り、道路や歩道にはみ出した枝や葉は、車や歩行者の通行を妨げるだけでなく、交通標識やカーブミラーを見え

にくくし、交通事故を誘発する恐れがあります。

快適で安全なまちづくりのため、通行の妨げや他人の迷惑にならないよう、ご家庭で定期的な樹木の枝打ち・剪定をお願いします。

詳細／役場別館 建設課 管理係
☎981・8228

危険物取扱者試験のご案内

とき／11月7日(日)
ところ／飛龍高等学校
（沼津市東熊堂）

種類／①甲種、②乙種全類、③丙種
受験料／①6600円、②4600円、③3700円

申込期間／8月30日(月)～9月9日(木) 必着

※電子申請の場合は、8月27日(金)～9月6日(月)

申し込み／駿東伊豆消防本部の各消防署にある所定の用紙を消防試験研究センター静岡県支部に郵送または左記ホームページから電子申請でお申し込みください。

URL <https://www.shoubo-shiken.or.jp/>

詳細／清水町防火協会（駿東伊豆消防本部第一方面本部）
☎935・5119

すくすく子育て 9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。

子育て講座

思い出を一緒に残そうね 陶芸

親子で土の感触を楽しみながら思い出づくりをしてみませんか？お皿づくりか手形づくりかを選べます。

と き／16日(木) 10時20分～11時30分

対 象／1歳～2歳児とその保護者

講 師／瀧口芳孝さん

持ち物／手拭きタオル、飲み物（水・お茶）、お子様のお出かけグッズ、服の汚れが気になる方はエプロン等

申し込み／8月20日(金)10時～17時 先着8組
参加費無料・託児あり（人数制限あり）

※受付時にお皿か手形を選んでください。

※定員になり次第、受付を終了させていただきます。

※新型コロナウイルス感染症拡大状況により中止になる場合があります。

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
10時～12時、13時～17時

休館日／毎週水曜日・12月29日～1月3日

※新型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っています。

今回はおすすめの絵本を2冊紹介します

「さかさのこもりくんとおおもり」 対象：3歳～小学校中学年



こもりくんのお父さんは「おおもり」。さかさ言葉しか話せないこもりくんとお父さんのへんてこで、あったかなお話です。

「カッパもやっぱりキュウリでしょ？」 対象：5歳～小学校高学年



予測のつかない展開にぐいぐいとひっぱられるお話です。どうやらこの絵本「世界中のカッパが泣いたベストセラー」らしい!?そんなカッパたちの心を動かした主人公は、やっぱりカッパです。

図書館つうしん

まほろば館内 町図書館 ☎973-0351

おはなし会

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／4日(土) 13時30分～14時30分

テーマ／機械（機械に関する絵本の読み聞かせ）

おりがみ／バッタ

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

と き／23日(祝) 10時30分～11時

テーマ／そら（そらに関する絵本の読み聞かせ）

図書館の休館日と開館時間（9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	🌐	🌐

☐ 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

- ♪園庭開放（10時～11時）
親子で安心して好きな遊びを楽しめます。
3日（金）
持ち物／着替え・水筒（お茶・白湯のみ）
※感染防止のため、できる限りマスクの着用をお願いします。
- ♪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

10日（金） 町防災センター 10時～11時30分
親子でからだを動かして遊ぼう！
対象／未就学児童とその保護者、出産を控えた妊婦さん
（予約不要）
※駐車場がありますので、お気軽にご参加ください。
※活動は10時開始ですので、10分前にお集まりください。
※入場制限があります。想定数を超えた場合、入場をお断りする可能性があります。

問い合わせ／ 役場2階 こども未来課 子育て支援係
☎981-8215

子育て支援センター ローズ

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
10時30分から11時30分
※手遊びやリズム遊び、かみしばいとお楽しみがいっぱい
13日（月） いろいろな楽器にさわろう（予約制）
30日（木） うんどうかいごっこ（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

☀清水保育所 ☎975-8935

8日（水） 10時～12時 粘土で作ろう！陶芸に挑戦
（事前予約済みの方のみ）

- ♪園庭開放
月～金曜日 11時～12時（予約制）
- ♪電話での子育て相談
月～金曜日 9時～16時
※参加者はマスクの着用をお願いします。
- ☀南保育所 ☎932-5016
- ♪地域子育て支援センター
月～金曜日 時間・人数制限あり（予約制）
2日（水） 10時～12時 HugHug親子体操（予約制）
13日（月） 10時～12時 粘土で作ろう！陶芸に挑戦（予約制）
21日（火） 10時～12時 大きくなったね♪
（誕生会・身体測定）（予約制）
- ※予約受付／8月16日（月）から
平日13：30～16：30
- ※状況により、中止や変更になる場合があります。

- ♪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～15時30分

- ♪地域子育てセンター
※9日（水）は園行事のため午前はお休みとなります。
6日（月）・7日（火）・8日（水）
つくりましょう「スタンプ遊び」 各日先着5組
16日（水） 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

9月の保健センター

まほろば館内 健康づくり課 保健予防係 ☎971-5151

	日時		対象者	内容・注意事項
成人健康 栄養相談	1日(水)	9:30~11:30	一般成人 ※栄養相談は要予約	▶ 保健師による血圧測定・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。
	15日(水)	13:30~15:30		
乳幼児 健康相談	10日(金) 24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	8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)
	9日(木)	9:30~11:30		
	27日(月)	13:00~15:00		
ことばの相談	3日(金)	9:00~11:00	幼児期の子どものことばについて心配のある方	▶ 言語聴覚士による発音・吃音などことばの相談 ※事前に町保健センターへご連絡ください。(予約制)
	10日(金)	9:00~11:00		
	17日(金)	9:00~11:00		
	24日(金)	9:00~11:00		
1歳6か月児 健康診査	14日(火)	(受付時間) 12:45~14:00	令和2年2月生まれ	▶ 身体計測、内科・歯科健診、生活習慣・栄養・歯科相談など 持ち物 / 母子健康手帳、問診票、バスタオル
3歳児 健康診査	28日(火)	(受付時間) 12:45~14:00	平成30年8月生まれ	▶ 身体計測、内科・歯科健診、眼科検査、尿検査、生活習慣・栄養・歯科相談など 持ち物 / 母子健康手帳、問診票、尿検査、バスタオル
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。			
後期離乳食 講習会	2日(木)	13:00~14:00	7カ月~1歳児の保護者 (母子健康手帳アプリから予約制)	▶ 栄養士による2~3回食頃の離乳食の講話と実演 持ち物 / 母子健康手帳、筆記用具 ※赤ちゃんに参加のときは抱っこ紐やその他必要なおでかけグッズ
マタニティ 教室	29日(水)	13:30~15:00	出産を控えている方 (母子健康手帳アプリから予約制)	▶ 妊娠中の生活について、歯の話 持ち物 / 母子健康手帳、筆記用具

※保健センターは、9月4日(土)は開所日で、9月6日(月)は休所日となります。

※新型コロナウイルス感染症の影響で事業中止や延期となる場合があります。

9月の相談

項目	相談日	時間	場所
行政・人権相談 ☎981-8238	10日(金)	10:00~12:00 13:00~15:00	役場
無料法律相談 要電話予約 ☎981-8238	21日(火)	10:00~12:00 13:00~15:00	役場
交通事故相談 ☎981-8217	22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	16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	19日(日)	9:30~12:30	役場
	22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。

井出 富夫 様 (87) 柿田
 河原崎 利郎 様 (81) 徳倉
 久保田 常雄 様 (84) 柿田
 炭屋 悦子 様 (81) 徳倉
 堀内 哲 様 (94) 柿田
 松島 なかち 様 (95) 長沢
 宮内 榮一 様 (84) 的場
 山田 節 様 (86) 柿田
 渡邊 誠一 様 (81) 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：6月16日~7月15日)

まちの人口(8月1日現在) 人口/31,977人 (前月比/4人) 男/15,657人 女/16,320人 世帯数/14,212世帯

救急協力医

9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 平日 17時～21時 土曜 12時～18時 日曜・祝休日 8時～18時			内科 平日 17時～21時 土曜 12時～18時 日曜・祝休日 8時～18時			小児科 平日 17時～21時 土曜 12時～18時 日曜・祝休日 8時～18時		
1(水)	さくら胃腸科	994-1008 御宿	境医院	975-8021 竹原	杉谷小児科	923-6543 筒井町		
2(木)	池田病院	986-1212 本宿	いずみクリニック	993-4760 茶畑	西村医院	971-6510 下土狩		
3(金)	清水館医院	993-2323 茶畑	花クリニック	987-9145 下土狩	すずきファミリー	960-0333 一本松		
4(土)	池田病院	986-1212 本宿	池田病院	986-1212 本宿	桜ヶ丘こども	983-0833 谷田		
	守重医院	931-2511 我入道江川	柿田川医院	973-3601 柿田	田中医院	921-2053 高島町		
5(日)	西方外科	921-1333 共栄町	高田クリニック	962-1410 仲町				
			おぐち医院	992-6611 深良				
6(月)	田沢医院	962-1205 大手町	田沢医院	962-1205 大手町	スキップこども	992-6303 茶畑		
7(火)	大沢ハートクリニック	929-1313 若葉町	福士クリニック	932-3553 下香貫藤井原	クボタ小児科	975-7984 泉町		
8(水)	遠藤クリニック	975-8801 久米田	森医院	966-2017 石川	りゅうじん医院	988-3133 下土狩		
9(木)	池田病院	986-1212 本宿	旭医院	966-0031 原	白十字小児科	933-5111 下香貫馬場		
10(金)	山本整形外科	989-8111 南一色	おい医院	922-8886 北高島町	よざ小児科	967-5722 原		
11(土)	聖隷沼津	952-1000 松下	杉山病院	963-4114 錦町	まるやま小児科	981-8577 堂庭		
	山本整形外科	989-8111 南一色	稲玉クリニック	991-5111 伏見	杉谷小児科	923-6543 筒井町		
12(日)	関外科	921-2185 花園町	高遠クリニック	926-8739 東椎路				
			東名裾野病院	997-0200 御宿				
13(月)	五十嵐クリニック	934-6700 志下	薬袋クリニック	933-0148 徳倉	すずきファミリー	960-0333 一本松		
14(火)	沼津整形	921-3791 共栄町	大沢医院	931-1019 御幸町	大橋内科・小児科	992-2800 佐野		
15(水)	桑名眼科脳神経	975-2200 久米田	森本クリニック	976-5221 竹原	田中医院	921-2053 高島町		

耳鼻科 8時～17時		眼科 8時～17時		産婦人科 8時～17時		歯科 9時～15時	
5(日)	つちや耳鼻咽喉科 0545-30-8003 厚原	関眼科胃腸科 975-2381 東本町		かめき岩端医院 932-8189 前原		ベルの木歯科 992-7777 深良	
12(日)	内藤耳鼻咽喉科 987-1717 桜堤	中ノ森眼科 921-3217 緑ヶ丘		市立病院 924-5100 東椎路		しおみ歯科医院 992-0202 平松	

清水町 長泉町 沼津市 三島市 裾野市 御殿場市 函南町 富士市

沼津夜間医療センター
(外科・内科・小児科)

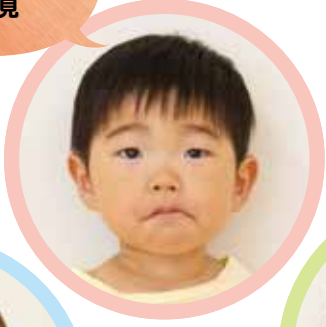
926 - 8699
平日 20時30分～翌朝7時 土・日・祝休日 18時～翌朝7時



わた なべ り あ
渡邊 鈴梓ちゃん
／伏見



たか き れつ
高木 烈くん
／伏見



む か さ たい せい
向笠 泰正くん
／徳倉



わた なべ れん
渡邊 怜くん
／徳倉



ご協力ありがとうございました

6月28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

～食でつなく明日への元気～

担当/まほろば館内 健幸づくり課 健幸増進係 ☎981-8206

朝食
100%
プロジェクト



毎月19日は「食育の日」

19日は、いっしょに食べよう!

“けんこう 健幸朝ごはん”

毎月19日の「食育の日」は「健幸朝ごはん」の日。
朝ごはんを食べないと、太りやすくなる傾向があるって知ってるかな?朝ごはんを抜いて昼ごはんを食べると、お腹が空きやすくなり、食べる量や間食が増えることがあるんだよ。ダイエット中であっても、朝ごはんはしっかり食べようね。
「健幸朝ごはん」を食べて、心も体も健康に!



具たくさんスープでバランスアップ!

簡単ミネストローネ

主菜

副菜



- 【材料】・ベーコン ・水 ・トマトジュース
・玉ねぎ、人参、キャベツ、なす、サヤインゲン などのお好みの季節の野菜
・コンソメ(顆粒や固形) ・ケチャップ
・ソース ・オリーブオイル



①ベーコン、野菜は食べやすい大きさに切る。サヤインゲンは下茹でする。



②鍋にオリーブオイルを入れ、ベーコン、野菜の順に炒める。



③トマトジュース、水、コンソメを入れて野菜が軟らかくなるまで煮る。ケチャップ、ソースを少々入れて味を調べて出来上がり。

お好みの野菜をトマトジュースで煮込んで作る簡単スープです。時間のある時に作っておくと忙しい朝に便利です。小分けにして冷凍しておくこともできます。また、ベーコンが入っているので主菜にもなるスープです。ベーコンをウインナーソーセージに変えても良いでしょう。トースト等に添えて、バランスのよい朝ごはんにはいかがでしょうか。