

Mishima

広報みしま

NO. 1318
Jul. 2023

7.1



ありがとう！ みしまコロッケは今年で



周年！

夏休み子どもイベント 4

KENPOS ためてつかって楽しく健幸に 28



COVER PHOTO

表紙
今が旬の三島馬鈴薯を使った「みしまコロッケ」は多くの人に愛され、今年で誕生15周年。コロッケを作る・食べる人の笑顔が溢れています。
(関連特集2ページ)



広報みしまをスマホでも！
無料アプリ「マチイロ」から！▶

CONTENTS

目次

- 2 みしまコロッケ誕生15周年
- 4 夏休み子どもイベント
- 8 みしま情報便 (information)
「しゃぎり」上映会 / 農兵節パレード
参加者募集 / 市民カレンダー写真募集 / 介護保険料および各種軽減制度 / 後期高齢者医療被保険者証の更新 / 三島市職員採用試験 ほか
- 14 お知らせアラカルト
- 19 図書館からのお知らせ
- 20 スポーツ教室参加者募集
- 22 スポーツ情報
- 23 保健カレンダー
- 24 いきいき健康 / フォトマイタウン
- 26 市民活動団体応援コーナー
- 27 歴史の小箱 / わたしのおじいちゃんおばあちゃん
- 28 KENPOS ためてつかって 楽しく健幸に

▶▶次回発行は7月15日号

この夏、

みしまコロッケ誕生15周年！

三島馬鈴薯100%のご当地グルメ「みしまコロッケ」
2008年に誕生したみしまコロッケは、この夏、15周年を迎えます。
外はサクッ、中はクリーミーで、甘みが強いのが特徴のみしまコロッケ。
唯一のルールは、じゃがいもに三島馬鈴薯を使うこと。
具材や味、形は各店のオリジナル。
「みしまコロッケ認定店」ののぼりやステッカーのあるお店で、それぞれに
創意工夫されたコロッケをお楽しみください。

三島馬鈴薯の季節がやってきた！



三島馬鈴薯とは

丁寧な収穫や風乾貯蔵による熟成、厳格な品質管理により、肌目がきれいで甘みのあるメイクイン種のじゃがいも。国のGI(地理的表示) 産品にも認定されており、同時期の他産地のメイクインと比較しても高い単価で取引され、市場で高い評価を受けています。

ご賞味ください

■ 購入場所

J A ふじ伊豆ファーマー
ズマーケット みしまる
かん (谷田235・8)
※フレッシュ北上店、通信
販売サイト「JAタウン」でも購入可



▲みしまるかん

■ 営業時間

午前9時〜午後4時

■ 定休日

水曜日、年末年始

■ 値段 (JA窓口、みしまるかんでの販売予定価格)

- ▼5kg化粧箱入り・2700円(税込)
- ▼10kg段ボール・3400円(税込)

■ 問合せ

J A ふじ伊豆三島函南地区本部
地区営農販売課 (みしまるかん)
☎9711・8208



通販サイト「JAタウン」

ころもっけ LINE スタンプ

みしまコロケ公式キャラクター「ころもっけ」のLINEスタンプが7月にリリースします。(全16種類)



対象店舗の確認
ラリーの参加はこちら

3店舗以上で集めた人
先着300人に
「みしまコロケマグ
ネット」をプレゼント!
さらに、誕生15周年を
お祝いして、特別に
「みしまコロケふせん」
ももらえる!



イベントいろいろ

ボンジュール!
みしまコロケ2023

7月はみしまコロケの誕生月。クレシエ&小坂真智子さんによる公式ソング「みしまコロケンロール!」を演奏します。

一緒に踊って、お祝いしよう!
※ルアナ・マルシェ同時開催

時7月16日(日)午前10時30分から

※小雨決行
場楽寿園

先着200人に
みしまコロケ1個
プレゼント!



フォトスポット

三島大通りに、みしまコロケのアニバーサリーフォトスポットがお目見え!

時7月下旬まで

場ニッセイ・スト

リート・ギャラ

リー「アルテア

ルイテ」

(本町交差点)

みしまコロケの
オブジェをバックに
写真を撮ろう!



みしまコロケ
デジタルスタンプラリー

市内の対象店舗でみしまコロケを買って、スマホやタブレットを使ってデジタルスタンプを集めよう!
時7月16日(日)〜8月13日(日)

ここにも!みしまコロケ

農業大学校で
使用される
教科書でも
紹介されています



教科書に

みしまコロケは
小学校でも
人気のメニューです



小学校の給食に



詳しくは
こちら

作ってくれてありがとう!

生産者さんの声

三島馬鈴薯農家

山田貴臣さん



今年春先の天候があたたかく、三島馬鈴薯は大きめに育って
良好な出来です。
ぜひ、多くの皆さんに食べて
いただきたいです。

認定店も募集中!
問合せ

みしまコロケの会事務局
(三島市商工観光課内)
☎9833・2766



みしまコロケ
誕生15周年について



夏休み

子どもイベント

体験

夏休み自由研究体験講座
in 東部地域

時 7月22日(土)～8月20日(日)

場 静岡県東部地域の各企業

内 地域にある企業を知ってもら
うため、その仕事の魅力を知
り、体験します。

対 東部地域在住の小学3～6年生
申 静岡県東部地域局

☎ 920・2063

問 商工観光課 ☎ 983・2655



▲詳細は
こちら

都市ガスの防災・エネルギーに
ついて学ぼう！

時 7月27日(木)午後2時～3時30分

場 生涯学習センター多目的ホール

内 液体窒素で身近なものを凍ら
せたり、ガスを曲げたりす
る実験や、クイズで防災を学
びます。自由研究に使える資
料も用意します。

講 静岡ガス株式会社

対 市内在住の小学3～6年生

定 30人※応募多数時抽選

持 筆記用具、液体窒素で凍らせ
てみたいもの

申・問 7月13日(木)までに電子申
請、電話またはメールに下の

【基本事項】、メールアドレス、
在学中の小学校、学年を政策
企画課 ☎ seisaku@city.mishi
ma.shizuoka.jp ☎ 6983・2
698

MISHIMA SPORTS
FES2023 (MINDスポーツ
フェスティバル2023)

時 7月29日(土)

午前9時30分～正午

場 東レ体育館(末広町23・14)

※駐車場あり(要事前申込み)

内 バレーボール・ラグビー体験
講座(初心者向け)

※講座終了後15分間、選手サイ
ン会を実施

講 東レアローズ(男子)、静岡ブ
ルーレヴズの選手・スタッフ

対 県内在住の小学生※応募多数
時抽選(市内在住の人優先)

定 100人※保護者の観覧可
(児童1人につき2人まで)

持 運動できる服装、体育館シ
ューズ、水分補給できるもの

申・問 7月13日(木)までに電子申
請、または直接、生涯学習課

☎ 983・0881



▲どの選手が来るかは当日のお楽しみ！



▲ラグビー体験教室の様子

夏休み親子でダンス

時 7月29日(土)午前10時～11時

場 坂公民館 講堂

内 初心者向けのダンスエクサ
イズです。K・POP、J
POPのリズムにのって、親
子でダンスを楽しみましょう。

講 影島鈴花さん(ZUMBAイ
ンストラクター)

対 市内在住の小学生とその保護者

定 10組(1組3人まで)
※応募多数時抽選

持 室内用運動靴、水分補給用飲
み物、汗拭きタオル
申・問 7月18日(火)までに電子申
請、電話または直接、坂公民
館 ☎ 972・6676

夏休み子ども教養講座

「親子茶道教室」

時 7月31日(月)

① 午前10時～11時30分

② 午後1時30分～3時

場 錦田公民館 和室

内 親子で茶道を楽しみながら、
礼儀作法を学びましょう

講 中山節子(宗春)さん

費 1人800円

対 市内在住の小学生とその保護者

定 各10人※応募多数時抽選

持 清潔な無地の靴下

申・問 7月12日(水)までに電子申
請、直接またははがきに下の【基
本事項】を記入し錦田公民館 ☎

411・0801 谷田973・1
973・0308

QR

目指せホワイトハッカー

「ゲーム」で学ぶサイバーセ
キュリティのお仕事

時 8月2日(水)午後1時～3時45分

場 生涯学習センター3階 講義室

内 ゲームや警察官との話を通じ
て、サイバーセキュリティの

【凡例】 時 とき・場 場所・内 内容・講 講師・費 費用(記載なしは無料)・対 対象・

定 定員・持 持ち物・注 注意事項・申 申込み(記載なしは不要)・問 問合せ



【電子申請はこちらから】

QRと記載の記事は、このQRコードからオンライン申込みできます。

詳しくは、市ホームページ (<https://www.city.mishima.shizuoka.jp/shinsei.html>)

仕事とインターネットを安全に使う方法を学びます。

静岡岡警サイバー犯罪対策課、草の根サイバーセキュリティ推進協議会

対市内在住、在学の小学5年〜中学3年生

定20人

申・問 7月14日(金)までに電子申請または電話でデジタル戦略課 ☎971・4322 QR

夏休みのゆうすい探検

時 8月5日(土)午前8時30分〜正午

※雨天の場合は8月6日(日)に延期
場 千貫樋脇(加屋町)、清住緑地(清住町)、源兵衛川など

内 昔から水の都と言われてきた三島市のゆうすいを探します。源兵衛川では湧水口を探し、簡単な水質検査を実施

講 三島ゆうすい会

対 小・中学生

※小学2年生以下は保護者同伴
定 10人程度

申・問 電話またはメールで三島ゆうすい会 ☎975・6516

✉info@yusui.org または

商工観光課 ☎983・2656

✉shoukou@city.mishima.shizuoka.jp

okaj.jp

つくる

めざせアイドル!

K-POPダンスに挑戦

時 8月5日(土) ①【低学年向け】

午前10時〜11時30分 ②【高学年向け】午後1時30分〜3時

場 中郷文化プラザ

内 K-POPダンスを簡単な曲に合わせて踊ります。

講 栢山絵里さん

対 市内在住の小学生

定 各30人 ※応募多数時抽選

持 タオル、水筒、室内シューズ
申・問 7月14日(金)までに電子申請、電話または直接、中郷公民館 ☎982・5100 QR

民館 ☎982・5100 QR

なつやすみわくわく工作ひろば

時 7月23日(日) ①午前10時〜11時30分、②午後1時〜2時30分

場 生涯学習センター2階 児童センター

内 簡単に可愛いキーホルダー作成
費 1セット100円

対 0歳〜高校生

※未就学児は保護者同伴
定 各50人

問 三島市児童センター

☎983・0890

※三島市地域活動連絡協議会主催

作ってみよう! わくわく工作

時 7月27日(木) ①午後1時30分〜

2時30分 ②午後3時〜4時

場 錦田公民館 講堂

内 スーパーカー、バナナアート、クラフトバンド(クローバーの箸置き)の3つのうち1つを選んで製作

対 市内在住の小学生

定 ①②各30人程度(工作ごとに10人程度) ※応募多数時抽選

申・問 7月12日(水)までに電子申請、直接またははがきに下の【基本事項】を記入し錦田公民館 ☎411・0801 谷田 ☎973・1973・0308 QR

☎973・0308 QR



▲1つ選んで作ってみよう

やさしい工作教室

時 8月2日(水)午前10時〜11時30分

場 中郷文化プラザ

内 牛乳パックを使ってびっくりおはなしボックスを作ります。

対 市内在住の小学生

定 20人 ※応募多数時抽選

持 牛乳パック(1リットル)、はさみ、黒マジック(油性)

申・問 7月14日(金)までに電子申請

講、電話または直接中郷公民館 ☎982・5100 QR



▲紐を引くと、紙芝居のように絵が変わります

お部屋のインテリア(ハーバリウム)づくり

時 8月4日(金)午前10時〜正午

場 北上文化プラザ 実習室

内 自分だけのオリジナルハーバリウムを作ります。

講 薬師寺紀美代さん
費 1000円(材料費)

対 市内在住の小学4〜6年生

定 10人 ※応募多数時抽選
持 新聞紙、作品を入れる袋、花ばさみ(普通のはさみでも可)、長めのはし

申 7月12日(水)までに電子申請、電話または直接、北上公民館

☎987・5950 QR



▲オリジナルハーバリウム

申込時の【基本事項】 ①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員

の氏名(ふりがな)、人数、年齢、⑤返信用あて名(往復はがきの場合)

つくる

不思議なおもちや・浮沈子（ふ
ちんし）づくり

時 8月9日(水)午後1時30分～3時
場 北上文化プラザ 実習室

内 「パスカルの原理」と「アル
キメデスの原理」を利用した
不思議なおもちや「浮沈子（ふ
ちんし）」を身の回りにある
材料で作ってみよう。

講 鈴木敏光さん（発明クラブ指
導員）ほか

費 100円（材料費）

対 市内の小学生

※1～3年生は保護者同伴

定 20人※応募多数時抽選

持 透明な空ペットボトル（50
0 ml炭酸飲料用のもの）、新
聞紙、小学校で使用している
タブレット

申・問 7月12日(水)までに電子申
請、電話または直接、北上公
民館 ☎987・5950 QR



▲中の魚の容器が
浮いたり沈んだりします

三島の森を学んで、どうぶつの
アクセサリーをつくらう

時 8月18日(金)午前10時～11時30分
場 中郷文化プラザ

内 オリジナルのどうぶつのは
セサリー作り

講 NPO法人三島フォレストク
ラブ

費 100円

対 市内在住3歳～小学生

※未就学児は保護者同伴

定 30人※応募多数時抽選

持 上履き、水筒

申・問 7月14日(金)までに電子申請、
電話または直接、中郷公民館 ☎

982・5100 QR

三島の森を学んで、ミニイスを
つくろう

時 8月18日(金)午後1時～3時

場 中郷文化プラザ

内 オリジナルのミニイス作り

講 NPO法人三島フォレストク
ラブ

費 1000円

対 市内在住の小学生

※3年生以下は保護者同伴

定 15人※応募多数時抽選

持 上履き、水筒

申・問 7月14日(金)までに、電子申
請、電話または直接、中郷公民
館 ☎982・5100 QR

料理

お菓子づくり講座 アイシング
カップケーキづくり

時 7月26日(水)午後1時30分～4時
場 北上文化プラザ 調理室

内 手作りしたカップケーキにア
イシングでデコレーション

講 藤井京子さん

費 800円（材料費）

対 市内在住の小学3～6年生

定 12人※応募多数時抽選

持 エプロン、三角きん、布きん2
枚、タオル、上履き、持ち帰り
の容器、マスク、筆記用具

申・問 7月12日(水)までに電子申
請、電話または直接、北上公
民館 ☎987・5950 QR

子どもお菓子づくり教室
おいしいマドレーヌを作ろう！

時 7月28日(金)午前9時30分～
正午②午後1時30分～4時

場 錦田公民館 調理室

内 しっかりとおいしいマドレーヌ
作り

講 伊奈淑子さん、西原典子さん

費 700円

対 市内在住の小学生

定 各15人※応募多数時抽選

持 エプロン、三角きん、布きん、
タオル、上履き、水筒、マスク

申・問 7月12日(水)までに電子申請、
直接、またははがきに下の【基

本事項】を記入し錦田公民館

☎411・0801谷田973・

1 ☎973・0308 QR

食品ロス削減に向けた

親子料理講座

時 7月30日(日)午前9時～正午
場 学校法人鈴木学園 中央歯科
衛生士調理製菓専門学校

（一番町15・35）

内 豆腐でふわふわお好み焼き、
完熟バナナのパンプディング

講 堀池悟さん（中央歯科衛生士
調理製菓専門学校）

対 市内在住の小学4～6年生と
保護者（児童1人につき1人）

定 20組（2人1組）
※応募多数時抽選

持 エプロン、三角きん、台ふき、
筆記用具

申・問 7月14日(金)までに電子申
請、メールで下の【基本事項】を

入力し廃棄物対策課 haitai@city.nishima.shizuoka.jp

☎971・8993 QR



▲美味しく食品ロス削減



【電子申請はこちらから】

QRと記載の記事は、このQRコードからオンライン申込みできます。

詳しくは、市ホームページ (<https://www.city.mishima.shizuoka.jp/shinsei.html>)

三島産フルーツでデザートをつくろう

時①8月3日(木)②4日(金)
各午前9時30分〜正午

場中郷文化プラザ

内三島産マンゴーを使ったデザート作り

講師 石田浩隆さん(洋菓子エレン) 鈴木貴之さん(鈴木農園)

費1000円

対市内在住の小学生

定各15人※応募多数時抽選

持三角きん、布きん、保冷剤、持ち帰り容器、上履き、筆記用具、水筒

申・問7月14日(金)までに、電子申請、電話または直接、中郷公民館 ☎982・5100



▲三島産マンゴーを使ったデザート

スマイル子育て講座

「夏休み親子クッキング」

時8月5日(土)午前10時〜11時45分

生物・環境

場生涯学習センター 料理講習室

内夏の和菓子(練り切り)作り

講師 佐々木典子さん(JVS華和菓子上生菓子上級認定講師)

費1組600円

対市内在住の小学生とその保護者

定12組(2人1組)

※応募多数時抽選

持エプロン・持ち帰り用の保冷バッグと保冷剤

申・問7月16日(日)までに電子申請または直接、生涯学習課

☎983・0881



▲さまざまな形の練り切り

夏休み子ども遺伝学講座「植物はどうやって成長するのか？」

時7月26日(水)午前9時30分〜正午

場国立遺伝学研究所 講堂

内田んぼに生育しているイネを材料にしてルーペや顕微鏡を使って植物が葉や花を作る様子を観察する。

講師 佐藤豊さん(国立遺伝学研究所教授)

対市内在住の小学4〜6年生

※保護者は受講できません

定40人※応募多数時抽選

場ルーペ、写真撮影できるスマホまたはタブレット(持っている人)

申・問7月12日(水)までに電子申請または直接、生涯学習課

☎983・0881

夏休み親子水生生物観察会

時7月29日(土)①午前10時〜11時30分 ②午後1時30分〜3時

場源兵衛川(南田町広場付近)

内源兵衛川で水生生物の採集、観察

環境政策課職員

対市内在住の小学生

※小学3年生以下は保護者同伴

定各15人※応募多数時抽選

持筆記用具、タオル、軍手、飲み物、着替え、濡れてもよい靴

申7月14日(金)までに電子申請、電話または直接、環境政策課 ☎983・2646

※雨天の場合は7月30日(日)に順延



▲昨年度の観察会の様子

おさかなって面白いね！
みて、きいて、さわってみよう。

時7月29日(土)午前10時〜11時30分

場錦田公民館 講堂

内魚の生態について分かりやすく解説。珍しい魚の剥製や標本を展示

講師 遠藤純一さん(幼魚採集家)

対市内在住の小学生

定50人※応募多数時抽選

申・問7月12日(水)までに電子申請、直接、またははがきに下の【基本事項】を記入し錦田公民館 ☎411・0801 谷田973・1973・0308



▲魚の生態をわかりやすく解説



▲透明骨格標本の展示

申込時の【基本事項】 ①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員

の氏名(ふりがな)、人数、年齢、⑤返信用あて名(往復はがきの場合)

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・
定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

募集

参加者募集
農兵節パレード

三嶋大祭りの農兵節パレードに参加しませんか。
時8月17日(木)午後3時（午後2時40分集合）
場三嶋大社駐車場集合
対年齢・性別不問、自前の浴衣・草履で当日踊れる人
注祭り当日のパレードに飛び入り参加はできません。事前申込みの上、下記いずれかの事前練習会に必ずご参加ください。



▲昨年度農兵節パレードの様子

■事前練習会

時①7月28日(金)午後3時30分

②8月7日(月)午後7時

③8月11日(金・祝)午後7時

場①中郷文化プラザ 多目的ホール

②③商工会議所1階 TMOホール

申・問7月25日(火)までに三嶋農兵節普及会事務局（三嶋市観光協会内）☎971・5000

FAX 971・8882

催し

短編映画「しゃぎり」
上映会&トークイベント

三島市周辺在住の学生がプロの映画スタッフ指導のもと市内で撮影した短編映画「しゃぎり」が、アジア最大級の国際短編映画祭「ショートショート フィルムフェスティバル&アジア 2023」にてジャパン部門に入選しました。これを記念し、上映会およびトークイベントを開催します。ぜひご家族でお越しください。

時7月22日(土)午後1時～6時

場商工会議所1階 TMOホール

内セレモニー、監督・ワークショップ参加者を交えたトークイベント、映画上映・メイキングムービーの上映（複数回上映）

問三島市観光協会

☎971・5000

問商工観光課☎983・2656



▲「しゃぎり」メインビジュアル



◀予告編動画はこちら

募集

テーマは「来て・見て・感じて♪人も街も“三島のいいね”」
令和6年版市民カレンダーの写真を募集します



◀詳細はこちら

令和6年版の市民カレンダーに掲載する三島の魅力を表現した写真を公募します。

募集テーマは「来て・見て・感じて♪人も街も“三島のいいね”」です。市内で撮影した四季折々の写真をお待ちしています。あなたが三島で感じた素敵な一枚を、自由な感性・発想で応募してください。

■応募資格

市内外を問わず、どなたでも応募できます。

■応募規定

▶応募者本人が三島市内で撮影した写真で、未発表のもの（デジタルカメラで撮影したもので、JPEG形式でデータを提供できるものに限る）

▶1人10点まで※掲載は応募者1人につき1点

■応募方法（①または②）

①電子申請 市ホームページに記載の電子申請フォームから応募

②プリント写真 写真店などでプリントしたL版の裏面に応募用紙（市ホームページでダウンロード可）を貼り付け、直接または郵送

■応募上の注意事項

▶市ホームページなどに掲載する「募集要項」を確認の上、応募してください。

※応募をもって、注意事項などに同意したものとします。

▶応募作品の著作権は応募者に帰属します。

※市民カレンダーへの掲載以外にも、市は無償で作品を公式ホームページやフェイスブック、インスタグラムなどでの配信、テレビ放映、広報紙やポスターなどでのPR素材として利用します。

▶応募作品に関して肖像権や著作権など第三者の権利の侵害が認められた場合、応募者本人がその責を負うこととします。

申・問9月8日(金)までに作品と応募用紙を、電子申請、直接または郵送で広報課☎983・2620

☎411・8666 北田町4・47



▲令和5年版市民カレンダー

情報

介護保険料をお知らせする決定通知は、7月中旬に発送
令和5年度介護保険料と各種軽減制度について

介護保険料について

介護保険は、認知症や身体機能の低下などによって介護が必要と認定された人が、介護給付の範囲内で、介護や介助、機能訓練などのサービスを受けられる制度です。皆さんに納めていただく介護保険料は、介護保険を支える大切な財源です。

65歳以上の人の介護保険料

被保険者本人の前年の収入、被保険者本人および世帯員の当該年度住民税課税状況などに基づき、介護保険料を決定します。

※土地建物の譲渡所得がある人は、特別控除後の所得が保険料算定の指標となります。

■支払方法

- ①年金額が年額 18 万円以上の人は、特別徴収（年金からの引き落とし）
- ②年金額が年額 18 万円未満の人、年度途中で 65 歳に達した人、転入した人は普通徴収（納付書での支払い）

※普通徴収の人で、口座振替での納付を希望する場合は、市内の金融機関・郵便局へお申込みください。

※特別徴収・普通徴収を変更することはできません。

介護保険料の減額について

世帯の生計を主として維持する人の収入が、失業などにより著しく減少した場合や、住民税非課税世帯で、生活保護基準額程度の収入、預貯金が 100 万円未満であるなどの要件に該当する人は介護保険課にご相談ください。

介護保険の利用方法について

介護サービスを利用するためには、要介護などの認定を受ける必要があります。介護が必要になった場合は、申請をお願いします。

☑65 歳以上の人、40 歳～ 64 歳の特定疾病の人



40歳～64歳の人介護保険料

加入している医療保険（健康保険）に医療保険分と合わせて納付します。医療保険によって保険料の金額や納付方法が異なりますのでご注意ください。

利用料や食費・居住費（滞在費）の負担を軽減する制度

軽減や助成の制度	対象	内容
介護保険施設における食費・居住費の負担減額	住民税非課税世帯で、資産などが一定の要件に該当する人	介護保険施設入所（短期入所を含む）における食費や居住費（滞在費）の負担額の減額
社会福祉法人等利用者負担額の軽減	社会福祉法人などが提供する通所、訪問サービス、短期入所サービスを利用している人、特別養護老人ホームに入所している人のうち、住民税非課税世帯で前年の年間収入が単身世帯で150万円以下の人など	利用料、食費・居住費（滞在費）が軽減されることがあります
介護保険居宅サービス等利用者負担額の助成	通所、訪問サービスなど、在宅のサービス（住宅改修、特定福祉用具販売を除く）を利用している人のうち、毎月の世帯収入が生活保護基準額程度の収入である人	月ごとの利用料から3,000円を差し引いた額の2分の1に相当する額を助成

※判定に用いる収入は、親族からの仕送りや遺族年金などの非課税収入も含まれます。借家などの不動産収入がある場合には、別途収入を算出し、資産保有にも制限があります。

☎介護保険課 ☎ 983・2607

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ



後期高齢者医療被保険者証などの更新時期

8月1日(火)からは「藤色」の新しい被保険者証を提示してください

新しい被保険者証（保険証）のご確認を

7月末までに黄色い封筒で郵送しますので、住所、氏名、生年月日、性別、負担割合など記載内容をご確認ください。8月以降に医療機関にかかるときは、必ず新しい被保険者証（保険証）を提示してください。

■一部負担割合を更新します

医療機関の窓口で支払う自己負担割合は、令和4年中の所得をもとに判定を行い、「1割」、「2割」または「3割」のいずれかに決定されます。被保険者証の記載をご確認ください。

3割負担の人 令和4年中の課税所得が145万円以上ある被保険者が1人でもいる世帯の人

2割負担の人 令和4年中の課税所得が28万円以上の被保険者がいる世帯の人で、下記①②のいずれかに該当する人

①世帯に被保険者が1人だけであり、「年金収入＋その他の合計所得金額」が200万円以上である

②世帯に被保険者が2人以上であり、「年金収入＋その他の合計所得金額」の合計額が320万円以上である

1割負担の人 上記（3割負担、2割負担）以外の人

高額療養費制度 自己負担限度額

自己負担割合	所得区分	外来(個人ごと)	外来+入院(世帯ごと)
3割	①現役並みⅢ 課税所得690万円以上	252,600円+(医療費-842,000円)×1% <4回目以降 140,100円(※)>	
	②現役並みⅡ 課税所得380万円以上	167,400円+(医療費-558,000円)×1% <4回目以降 93,000円(※)>	
	③現役並みⅠ 課税所得145万円以上	80,100円+(医療費-267,000円)×1% <4回目以降 44,400円(※)>	
2割	④一般Ⅱ 課税所得28万円以上であり「年金収入+その他の合計所得金額」が(世帯に被保険者1人の場合)200万円以上(世帯に被保険者2人以上の場合)合計320万円以上	18,000円または、{6,000円+(医療費-30,000円)×10%}の低い方(年間上限額144,000円) ※医療費が30,000円未満の場合は30,000円として計算	57,600円 <4回目以降 44,400円(※)>
1割	⑤一般Ⅰ 他の所得区分に該当しない世帯の人	18,000円 (年間上限額144,000円)	57,600円 <4回目以降 44,400円(※)>
	⑥住民税非課税世帯Ⅱ	8,000円	24,600円
	⑦住民税非課税世帯Ⅰ (年金収入80万円以下など)	8,000円	15,000円

※過去12カ月以内に「外来+入院」の自己負担限度額を超えた分の支給が4回以上あった場合、4回目以降から限度額が<>内の金額

限度額適用認定証（限度証）・標準負担額減額認定証（減額認定証）について

■更新の場合は、郵送します

医療機関で提示すると窓口負担額が自己限度額で済む限度証または減額認定証をすでに持っている人で、令和5年度も対象となる人には、7月末までに8月から使用する新しい限度証または減額認定証を保険証とは別に郵送します。

■新規交付には、保険年金課窓口での申請が必要です

▶限度証の交付

対下表の所得区分②、③のいずれかに該当する人

▶減額認定証の交付

対下表の所得区分⑥、⑦のいずれかに該当する人

共通事項

持印鑑、被保険者証、マイナンバーカードなどのマイナンバーを証明する書類

注下記の所得区分①④⑤のいずれかに該当する人は、限度証・減額認定証の申請対象外です。被保険者証のみで下記の表の自己負担限度額が適用されます。

用・問保険年金課 ☎ 983・2710

情報

国民健康保険被保険者証、 国民健康保険被保険者証兼高齢受給者証を送ります

国民健康保険加入者に、8月1日～令和6年7月31日まで有効な被保険者証を、7月末までに送ります。

▶被保険者証は個人ごとに封筒に入れて世帯主宛てに送ります。

▶学生や施設などに入所し、住民票を市外に移している人の被保険者証も世帯主宛てに送ります。

▶70～74歳の人には、「被保険者証兼高齢受給者証」が交付されます。

※被保険者証の有効期限が一部異なる人もいます。有効期限が切れる前に、新しい被保険者証兼高齢受給者証を送ります。

■資格喪失手続きなどについて

社会保険などに加入した場合は、国民健康保険の資格喪失の届け出が必要となります。

持ち物 ①社会保険の被保険者証②国民健康保険の被保険者証③マイナンバーの分かるもの

※それぞれ該当者全員分が必要

提出先 保険年金課窓口

※40～64歳で、介護保険適用除外施設に入退所する人は手続きが必要です

■一部負担金の減免について

災害などにより資産に重大な損害を受けた、失業により収入が著しく減少したなど、医療費（一部負担金）の支払いが困難で、一定の基準を満たした場合、減免などが受けられます。

問保険年金課 ☎ 983・2604



▲色が「うぐいす色→クリーム色」に変更されます

情報

7月12日(水)発送 令和5年度国民健康保険税納税通知書

国民健康保険税は、世帯主、被保険者などの前年中の所得に応じて計算されます。令和5年度からの主な変更点は以下のとおりです。

■賦課限度額の変更

	改正前(令和4年度)	改正後(令和5年度)
医療分	65万円	65万円
支援分	20万円	22万円
介護分	17万円	17万円
合計	102万円	104万円

■所得による軽減制度に係る対象範囲の拡大

軽減割合	改正前(令和4年度)	改正後(令和5年度)
2割軽減	43万円+(52万円×被保険者数及び特定同一世帯所属者数)+{10万円×(給与所得者等の数-1)}以下	43万円+(53.5万円×被保険者数及び特定同一世帯所属者数)+{10万円×(給与所得者等の数-1)}以下
5割軽減	43万円+(28.5万円×被保険者数及び特定同一世帯所属者数)+{10万円×(給与所得者等の数-1)}以下	43万円+(29万円×被保険者数及び特定同一世帯所属者数)+{10万円×(給与所得者等の数-1)}以下
7割軽減	43万円+{10万円×(給与所得者等の数-1)}以下の世帯	43万円+{10万円×(給与所得者等の数-1)}以下の世帯

※特定同一世帯所属者とは、国民健康保険から後期高齢者医療制度へ移行し、継続して同一の世帯に属する人を指します。

※給与所得者等とは、一定の給与所得者(給与収入55万円を超える人)または公的年金所得者(公的年金等の収入が60万円を超える65歳未満の人、または125万円を超える65歳以上の人)を指します。

■発送日

7月12日(水) ※配達に1週間程度かかる場合あり

■減免について

災害などにより資産に重大な損害を受けた場合や、失業などにより収入が著しく減少した場合などで、国民健康保険税の支払いが困難なときは、一定の基準を満たすことで減免などが受けられる場合があります。

問税額・減免について 課税課 ☎ 983・2626

問加入・脱退について 保険年金課 ☎ 983・2604

問納付相談について 市税収納課 ☎ 983・2629

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

募集

**大学で学ぼう！
家族介護教室in順天堂大学**

順天堂大学の教員が講師となり、効率的な介護方法や力を抜ける介護方法を学ぶことができます。

時①8月8日(火)午前10時～正午

「排泄ケア・清潔に過ごすために」

②8月9日(水)午前10時～正午

「看護の視点 災害看護・リフレクソロジー」

※①②いずれかのみでの参加も可

場順天堂大学保健看護学部11番教室(大宮町3丁目7-33)

※実習室に変更する可能性があります。

※駐車場はありません。

対家族を介護している人、将来に備えて介護方法を学びたい人

定各回30人程度

持室内履き

申・問7月21日(金)までに、電話、FAXまたはメールで
地域包括ケア推進課 ☎ 983・2609 FAX 975・6788

✉houkatsu@city.mishima.shizuoka.jp

情報

**ご協力をお願いします
水道メーターの取り替え**

水道メーターは、計量法で有効期限が8年と定められているため、有効期限前に検針地区ごとに取り替えを行っています。作業は「三島市指定上下水道工事店協同組合」が行い、対象家庭には予定日を事前に通知します。

取り替え期間	対象地区※全部または一部
7月中旬～8月中旬	徳倉1丁目、谷田、谷田（御門）
8月中旬～9月中旬	加茂、富士見台、幸原町(旧幸原簡易水道)
9月中旬～10月中旬	壺町田、幸原町、沢地、大場
10月中旬～11月中旬	若松町、寿町、泉町

注▶立ち会い不要▶メーターボックスの上に車や荷物などを置かないでください▶取り替えは無料▶作業中は給水を停止▶取り替え後は一時的に水が濁る場合があるため、少し水を流してからご使用ください▶作業員は、「水道メーター交換作業者証」を携帯し、代表作業者は「三島市指定上下水道工事組合」の蛍光ベストを着用しています

問水道課 ☎ 983・2657

募集

**令和5年度前期（9月～11月）の参加者を募集しています
シニア向け運動教室に参加しませんか？**

運動機能や口の機能の維持・向上、認知症予防の方法について学ぶ運動教室を開催します。

対運動に支障がなく、会場まで通うことのできる65歳以上の人※介護保険の認定者、事業対象者登録をしている人は対象外

注▶年間1人1教室▶定員を超えた場合は、昨年度参加していない人を優先して抽選▶健康状態のアンケートの結果、参加をお断りする場合があります

運動教室の詳細

内容	とき	ところ	定員
▶体・脳の機能の向上 脳がイキイキするような教室です。脳の活性化を図る体操やプログラムを行い、脳の機能が低下しやすい部分を鍛えます。	9月5日～11月7日 毎週火曜日午後(全10回) ※予備日：11月14日(火)	北上文化プラザ2階 研修室2	15人
▶体・口の機能の向上 表情、体型、ダブルで美しくなる方法を学びます。体や口の機能アップの体操など盛りだくさんの講座です。	9月7日～11月9日 毎週木曜日午後(全10回) ※予備日：11月16日(木)	社会福祉会館4階 大会議室	20人

申・問7月14日(金)までに参加したい教室を、地域包括ケア推進課 ☎ 983・2609

※令和5年度後期（11月～令和6年2月）の開催については、9月1日号でお知らせします。



募集

令和5年度実施

三島市職員採用試験【B日程】



◀採用試験案内
電子申請はこちら

試験区分		年齢、学歴、資格要件	採用予定人数
職種	試験の種類	※それぞれ令和6年3月卒業見込みと令和6年3月資格取得見込みを含む	
一般事務	短大卒	平成7年4月2日以降に生まれた人で、短期大学を卒業した人	1人程度
	高校卒	平成9年4月2日以降に生まれた人で、高等学校を卒業した人	
一般事務 (障がいのある人)	短大卒 高校卒	昭和58年4月2日以降に生まれた人で、次の①、②の両方を満たす人 ①身体障害者手帳、療育手帳または精神障害者保健福祉手帳の交付を受けている人 ②短期大学または高等学校を卒業した人	1人程度
社会福祉士	免許資格職	昭和63年4月2日以降に生まれた人で、社会福祉士資格を有する人	1人程度

■職員採用試験 (B日程)

時9月17日(日)

場市内 ※申込者に後日通知

申7月21日(金)～8月4日(金)に市ホームページから電子申請※電子申請ができない場合は郵送可

※詳細は採用試験案内をご覧ください。採用試験案内は、市ホームページからダウンロードできるほか、市役所玄関受付・生涯学習センター・公民館(中郷・錦田・北上・坂)で配布しています。

■職員採用説明会 (B日程)

時7月16日(日)午前10時～正午

場市役所本館3階 第1会議室

内B日程の採用に関する説明、先輩職員との職種別座談会(働き方、やりがいなど)

定50人※参加の有無は試験に考慮しません。

申・開7月3日(月)～12日(水)に市ホームページから電子申請または電話で人事課☎983・2617

市民生活
相談センター
からの
お知らせ

ストップ! 消費者トラブル

布団の処分や点検を口実にした
強引な訪問販売に注意!

■事例

「処分してもよい布団はないか」と男性が訪問してきたので、2階の押し入れにある座布団を引き取ってもらうことにした。すると、業者が勝手に上がり込んで押し入れを開け、座布団ではなく羽毛布団などを勝手に出し「このままではダメになってしまうので、リフォームしたほうがよい」と熱心に勧めてきた。根負けして約13万円の契約をしてしまった。年金暮らしの身には高額過ぎて支払えない。

(80歳代)

■アドバイス

◆「処分してもよい布団はないか」などと訪問されても、安易に家の中に入れないようにしましょう。家の中にあげてしまうと、点検を強いられたり、布団の購入やリフォームの契約を勧められたりする恐れがあります。

◆布団の処分は事業者ではなく、市のルールに従って処分しましょう。

◆事業者の来訪は、なるべく一人に対応せず、一度帰ってもらうなどして、家族や周囲の人などに同席してもらいましょう。

◆家族や周囲の人は、高齢者の家に不審な訪問者が来ていないか、いつもと違う様子はないかなど、気を配りましょう。

◆困ったときは、市民生活相談センターまたは消費者ホットライン(局番なし188)へご相談ください。

開市民生活相談センター☎983・2621

à la carte

お知らせアラカルト

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

イベント

郷土資料館企画展

「学校の美術品展 Part1」

市内小学校14校のうち7校（東小・西小・徳倉小・沢地小・錦田小・向山小・中郷小）が所有する美術品について、郷土ゆかりの芸術家の作品を中心に紹介します。

時10月1日(日)まで

場郷土資料館

費楽寿園入園料

問郷土資料館 ☎971・8228

※月曜休館(祝日の場合は翌平日)

楽寿園 7月中旬～下旬のイベント&子ども遊び広場

① L U A N A M A R C H E (ルアナ・マルシェ)

② 旧小松宮別邸特別公開

時7月16日(日)午前10時～午後4時

内① ハンドメイド雑貨やグルメ、ステーションなどが楽しめる

マルシェ。お菓子まきもあり

② 梅御殿の散策路を含め、「楽

寿館」「梅御殿」「桜御殿」を

特別公開(※桜御殿は所有者

のご厚意により公開します)

※7月16日(日)は、楽寿園開園記

念感謝デーのため入園無料

③ ハーブ&スパイシー
時7月17日(月・祝)
午前10時～午後4時

内夏にぴったりのスパイシーな料理が並びます。

④ しましまの3

時7月22日(土)午前10時～午後4時

内「小粋なイベント屋さんnic oii」による「しましま」がテーマの飲食や雑貨のマルシェ

⑤ M i s h i m a C r a f t

B E E R M a r c h e (三

島クラフトビア・マルシェ)

時7月23日(日)午前10時～午後4時

内ビールに合うフードやクラフト雑貨など、大人から子どもまで楽しめるマルシェ

⑥ アンマーマルシェ

時7月30日(日)

内美味しい・可愛い・楽しいが集結する雑貨やフードのマルシェ。キッズダンスステージ、ひとり親家庭応援企画もあり

■ 子ども遊び広場

小さなお子様でも安心して遊ぶことができますので、夏の避暑にぜひお出かけください。

時7月22日(土)～8月27日(日)

午前10時～午後3時

場楽寿園内特設会場

問楽寿園 ☎975・2570

Pick Up!!

第49回ランチタイムコンサート

時7月15日(土)午後0時10分～55分
場生涯学習センター1階 エントランスホール
出演 山田帆菜さん(ヴァイオリン)、伊藤早紀さん(ピアノ)
曲目 タイスの瞑想曲(マスネ)、シシリエンヌ(フォーレ)、川の流れるようにほか
問ロビーコンサート実行委員会・佐野
☎090・5452・4846
問文化振興課 ☎983・2756



▲楽寿園イベント一覧、SNSなどのリンク集

講座・募集

消費税・インボイス制度

登録要否相談会

時7月24日(月)、8月23日(水)、9月22日(金)、29日(金)

午前の部 午前9時～正午

午後の部 午後1時～4時

場三島税務署

内制度概要のDVD(約45分)

視聴後、個別相談(約30分)

※要予約。時間は予約の際にお

伝えします。また、応募多数

などで開催日に予約が取れな

い場合、別日をご案内します。

申・問三島税務署法人課税第一

部門 ☎987・6942

問課税課 ☎983・2625



▲山田帆菜さん



▲伊藤早紀さん



申込時の【基本事項】 ①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員の氏名(ふりがな)、人数、年齢、⑤返信用あて名(往復はがきの場合)



【電子申請はこちらから】

QRと記載の記事は、このQRコードからオンライン申込みできます。

詳しくは、市ホームページ (<https://www.city.mishima.shizuoka.jp/shinsei.html>)

Pick Up!!

市民文化会館自主文化事業

①三島ゆうゆう祝祭管弦楽団 デビュー公演

時 8月20日(日)

開場 午後1時30分

開演 午後2時

出演 米田覚士さん(指揮)、森田真由さん・奥田結衣さん(ピアノデュオ/ピアノ音楽研究会)、三島ゆうゆう祝祭管弦楽団(管弦楽)

曲目 モーツァルト フィガロの結婚 序曲 2台ピアノのための協奏曲、ベートーヴェン 交響曲 第5番『運命』

費全席自由:一般2,500円、高校生以下1,000円(当日券は各500円増し)

※8月誕生月の人は無料(免許証などで本人確認)



▲米田覚士さん



▲森田真由さん



▲奥田結衣さん

②笑福亭羽光 芸歴30周年記念 三島落語会

時 9月2日(土)

開場 午後0時30分、開演 午後1時

出演 笑福亭羽光さん(真打・三島市在住) ▶ ゲスト:春風亭昇也さん(真打)

※寄席囃子コーナーあり 費全席指定 一般3,500円、高校生以下1,000円



▲笑福亭羽光さん



▲春風亭昇也さん

■共通事項

場 市民文化会館

①大ホール ②小ホール

一般発売 ①販売中 ②7月9日(日)午前9時から市民文化会館に直接または同日午後1時から電話予約

注 未就学児入場不可、車で来場する場合、近隣の有料駐車場をご利用ください。

問 市民文化会館 ☎ 976・4455

錦田公民館講座「ふるさと再発見! 関東大震災100年講演『子供の世界「震災慰問号」』」
知られざる三島・静岡県東部小学生の被災体験を読む」
大正12年9月1日、相模湾を震源とする巨大地震が発生しました。推定マグニチュード7.9、死者・行方不明者は推定10万5000人とされ、この甚大な災害が起きたのは、今からちょうど100年前でした。
今回の講座では、地元三島で発行された子ども雑誌『子供の世界「震災慰問号」』に残された被災体験を知ることができます。
時 7月22日(土)9時30分〜11時30分
場 錦田公民館 講堂
講 錦田郷土研究会

定60人※応募多数時抽選
申・問 7月13日(木)までに錦田公民館 ☎ 411・0801 谷田973・1☎973・0308 QR
「みしまサンバ」講習会
踊りを覚えて「三嶋大祭り」でみしまサンバを一緒に踊りませんか。
時 7月21日(金)、23日(日) 午後7時〜9時
※本番は8月17日(木)
場 市民体育館 多目的室
対 市内在住の人
※運動のできる服装・靴で参加
問 みしまサンバ振興会事務局 (三島市観光協会)
☎ 971・5000
問 商工観光課 ☎ 983・2656

8月の郷土教室
「江戸時代の三島宿」
時 8月5日(土)午前10時〜正午、午後1時〜2時30分
場 郷土資料館(楽寿園内)
内 江戸時代のペーパークラフト立版古作りと三島宿の展示ガイド
問 郷土資料館 ☎ 971・8228
※変更・中止の場合は郷土資料館HPまたはFacebookにてお知らせ
QR 郷土資料館 HP
QR 郷土資料館 Facebook

上級救命講習
時 8月20日(日)午前9時〜午後5時
場 富士山南東消防本部三島消防庁舎3階 消防センター
※実技を行うため、動きやすい服装・靴で参加※スカート不可
申・問 7月15日(土)〜8月13日(日)の間に富士山南東消防本部警防救急課救急係 ☎ 972・5803、または三島消防署救急係 ☎ 972・5800
(南田町4・40)
※車での来場不可
内 成人・小児・乳児に対する心肺蘇生、AEDの取り扱い、気道異物の除去、傷病者の管理・搬送法、外傷の手当など
定 先着20人
持 筆記用具



【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

認知症予防のためのアロマ&ハーブ講座〜認知症予防のための3つの習慣とは？〜

ハーブボールで五感を刺激しながら、体を動かしてみませんか。

時 7月28日(金)

場 北上文化プラザ 研修室2

講 鈴木淑子さん（認知症予防専門士）

対 市内在住で認知症予防に関心のある人、介護者の人など

定 先着25人

申・問 7月10日(月)〜24日(月)までに北上地区地域包括支援センター ☎989・6500

時 7月29日(土)午後1時30分〜4時

場 北上文化プラザ 和室

講 村上庄子さん（北上公民館女性学級着付け教室講師）

対 市内在住・在勤の人(10人)

時 浴衣、帯、ひも(3〜4本)

申・問 7月12日(水)までに北上公民館 ☎987・5950 QR

第18回 三島市発達障がい療育支援専門講座

時 7月31日(月)

午前10時〜午後3時30分

場 市民文化会館 大ホール

対 自閉症・発達障がいおよび療育に関する、支援者の資質向上を図るための専門講座

講 加茂登志子さん（日本PCIT研修センター所長）

対 定障がい児療育、保育、教育などの関係者(400人)

申・問 7月27日(木)までに発達支援課 ☎975・1588 QR

時 9月24日(日)、11月3日(金・祝)

場 事前研修(場所…生涯学習センター)

対 11月19日(日) 公開討論会(本番)

場 場所…イトーヨーカドー(三島店)

対 市内在住・在学の高校生

定 若干名※応募多数時抽選

申・問 7月26日(水)までに下の【基本事項】、在学名を生涯学習課 ☎syougai@city.mishima.shizuoka.jp ☎983・0800

時 8月3日〜31日の毎週木曜日

介護予防運動教室(8月)

午前10時〜11時20分(全5回)

場 北上文化プラザ

対 インストレッチや筋トレを中心としたさまざまな運動・体力測定・フレイル予防講話

講 市内在住の65歳以上で運動に支障がなく通うことができる人

定 先着15人

時 7月13日(木)午前10時よりデザートサービスセンターヴィタール・ソラーレ ☎987・0310

場 地域包括ケア推進課 ☎983・2609

技能功労者および優良技能者表彰の候補者推薦について

技能功労者表彰

対 大工職、左官職、造園工、整備士、写真師、時計修理、調理師、美容師、理容師などの技術職全般で、市内で同一業種に30年以上従事し、令和5年10月1日時点で60歳以上の入

優秀技能者表彰

対 「職業能力開発促進法」に基づく国家検定制度において認定を受けた人、技能五輪など各種競技会で金・銀・銅を獲得した人、事業所内の特許取得者で特許が商品化され事業成績に著しく貢献した技術者

などで、令和5年10月1日時点で40歳以下の人

申・問 8月18日(金)までに

場 商工観光課 ☎983・2655

第2回消費生活講座〜親子で学ぼう!食品の選び方と食品ロス〜

時 8月3日(木)午後2時〜3時

場 生涯学習センター3階 講義室

対 食品の選び方や食品ロスに関するクイズで、親子で楽しく学ぶ。

講 市民生活相談センター職員

対 市内在住の小学4年生以上の児童とその保護者(10組)

申・問 8月2日(水)までに

場 市民生活相談センター ☎983・2621 QR

防衛省採用試験

区分 ①一般曹候補生②航空学生

試験日 資格

① 9月15日(金) 18歳以上33未満の人(32歳以内)は、採用予定月の末日現在、33歳に達していない人

② 9月18日(月・祝) 海:18歳以上23歳未満の人 空:18歳以上21歳未満の人(高卒者見込含)または高専3年次修了者(見込含)

問自衛隊三島募集案内所 ☎989・9111



「自衛隊三島募集案内所」ホームページ

申込時の【基本事項】 ①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員の氏名(ふりがな)、人数、年齢、⑤返信用あて名(往復はがきの場合)



【電子申請はこちらから】

QRと記載の記事は、このQRコードからオンライン申込みできます。

詳しくは、市ホームページ (<https://www.city.mishima.shizuoka.jp/shinsei.html>)

日本語の教え方講座

時 9月1日～11月24日の間の

毎週金曜日(全12回)

午前10時～11時30分

場 市役所中央町別館 会議室

内 在住外国人に日本語を教える

ボランティア養成講座

費 20000円(協会員10000円)

※別途テキスト代

対・定 市内在住・在勤・在学または協会員(20人)

※応募多数時、会員優先で抽選

申・固 8月3日(休)(必着)までに

電子申請または、はがきにて

の【基本事項】、メールアドレス、

レス、会員・非会員の別、テ

キスト『みんなの日本語初級

I本冊』所有の有無を記入し

三島市国際交流協会

☎411・8666 中央町5・5

✉kokusai@city.mishima.shizuoka.jp

QR

静岡県男女共同参画会議委員を募集します

任期 12月1日(金)から2年間

内 県の男女共同参画の推進に関

する施策などについて話し合

う参画会議への出席(年2回

程度の予定)

定 3人(書類、面接により選考)

対 県内在住で18歳以上の人

申・固 7月31日(月)までに応募用

紙(※)と「男女共同参画社

会の実現に向けて私のできる

こと」をテーマに意見を80

0文字以内にとまとめたものを

静岡県男女共同参画課

☎420・8601

静岡県葵区追手町9・6

☎054・221・3363

※応募用紙、詳細は県ホーム

ページ

▲静岡県ホームページ

環境・エコ

資源ごみ回収団体報奨金(前期)

申請予定の団体は、次の書類

を提出をお願いします。

全団体必須 報奨金交付申請書、

領収書や仕切り書の原本(集

めたごみの重さがわかる書類)

必要な団体のみ 回覧文書等周知

資料、振込口座指定書、委任状

申・固 7月20日(木)までに直接、

環境政策課(市役所中央町別

館2階) ☎983・2647

☎976・8728

※詳細、申請書などは、市ホー

ムページ



▲市HPはこちら

クールスポット巡りウォーキング

時 8月5日(土)午前9時～11時

コース 市役所(集合)↓三嶋大

社↓水上通り(桜川)↓白滝公

園↓楽寿園↓源兵衛川(解散)

内 三島のクールスポットを巡りな

がら、三島の水と「COOL

CHOICE」について学ぶ

ウォーキング

講 ストップ温暖化推進員

定 20人※応募多数時抽選

持 飲み物、タオル、帽子

申・固 7月31日(月)までに環境政

策課 ☎983・2647

子育て・教育

児童扶養手当を振り込みます

振込日 7月10日(月)

対象期間 5月～6月

固 子育て支援課

☎983・2712

お知らせ

7月は

社会を明るくする運動強調月間

「社会を明るくする運動」は、

すべての国民が、犯罪や非行の

防止と、あやまちを犯した人の

立ち直りについて理解を深め、

それぞれの立場において力を合

わせ、犯罪や非行のない安全で

安心な地域社会を築こうとする

全国的な運動です。

三島市推進委員会では「街頭

宣伝、ポスター表彰式・展示、

ふれあいスポーツ交流大会、一

般公開ケース研究会、施設訪問」

を実施しています。

固 福祉総務課 ☎983・2610

夏の交通安全県民運動

子どもと高齢者に関する交通

事故が増えています。運転手は、

歩行者優先義務の徹底を、歩行

者は横断歩道を正しく利用し、

交通ルールを遵守しましょう。

また、自転車乗車時はヘルメッ

トを着用しましょう。

時 7月11日(火)～20日(木)

場 市内各所

スローガン 「安全を つなげ

て広げて 事故ゼロへ」

運動の重点 ▼子どもと高齢者

の交通事故防止 ▼二輪車と電

動キックボードの安全利用の

促進 ▼飲酒運転等危険運転の

根絶 ▼交差点での安全確認と

自転車マナーの向上

固 地域協働・安全課

☎983・2651

お知らせアラカルト

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

7月は静岡岡県青少年の非行・被害防止強調月間

強調月間に合わせ、市は街頭啓発活動や青少年問題協議会、県内一斉夏季少年補導などさまざまな活動を行います。

青少年やその家族の相談

青少年相談室 ☎983・0886

受付 毎週火～土曜日 午前9時～午後4時

※土曜日は午前11時まで

地域の青少年は、地域で見守り、育てる

青少年と大人がふれあう地域の行事に積極的に参加しましょう。

地域の青少年声掛け運動に参加しよう

県教育委員会では、大人から青少年に積極的に関わり健やかな成長を支援する、声掛け運動を展開しています。参加者には実行章(バッジ)をお渡しします。
参加申込書(市ホームページよりダウンロード)を直接、生涯学習課 ☎983・0883



詳細・参加申込書はこちら

市長が語る2023三島

市長が次のテーマについて、

コミュニティFMボイス・キュー (FM77・7MHz) で話します。
午後0時40分から・午後5時20分から (5分間)

Calendar table showing dates for July and August with specific events like 'Water Environment Safety Promotion' and 'Disaster Prevention DX化'.

過去の放送は市ホームページ「FM市長室」掲載
秘書課 ☎983・2619

国民年金のお知らせ

国民年金は、基本的に日本に住む20歳以上60歳未満のすべての人に加入する義務があります。

Table with 3 columns: ① 第1号被保険者 (農業者, 自営業者, etc.), ② 第2号被保険者 (会社員, 公務員, etc.), ③ 第3号被保険者 (第2号被保険者の扶養者).

加入方法

①自身で住所地の市区役所・町村役場の国民年金担当窓口で手続き
②勤務先が手続き
③第2号被保険者の勤務先を経由し手続き

Pick Up!!

防犯一口メモ 「安全安心な明るいまちへ」

防犯灯は、夜間の安全な通行と犯罪の抑止を図るための明かりです。防犯灯が夜間に点灯しない、昼間に点灯しているときなどは、次の3点を地域協働・安全課までご連絡ください。



- ①防犯灯の所在地(付近住所)
②防犯灯番号(緑色プレート)
③電柱番号(例:本町1260)

また、以下の心がけをお願いします。
▶防犯灯にかかる枝葉を切りましょう。
▶夜間、家の玄関灯や門灯を点灯させる「一軒一灯運動」を実施しましょう。

☎地域協働・安全課 ☎983・2765

退職した第2号被保険者や、第2号被保険者の扶養から外れた第3号被保険者は、第1号被保険者への変更が必要のため、早めの手続きをお願いします。

国民年金課 ☎983・2606
※詳細は「日本年金機構」ホームページ

☎973・1166
日本年金機構三島年金事務所

市内と羽田空港を結ぶ高速バス「三島羽田シャトル」運行開始

令和2年より延期となっていた「三島羽田シャトル」の運行を開始します。羽田エアポートガーデンバスターミナルに乗り入れ、羽田空港まで乗り換えなしで到着し、また、横浜駅、新

木場駅にも停車します。

7月21日(金)より運行開始 (運行便数:1日3便)

Table with 2 columns: 区分 (三島横濱間, 三島羽田, 新木場駅間) and 運賃(片道) (2400円, 2800円, 予約割引2600円).

予約サイト「WILLER TRAVEL」または予約センター ☎0570・200・770 (午前10時～午後6時)

※空席がある場合、直接乗車可
WILLER TRAVEL

お問い合わせ窓口 ☎0570・666・447 (午前10時～午後6時)



詳細・予約はこちら



【電子申請はこちらから】

QRと記載の記事は、このQRコードからオンライン申込みできます。

④図書館 (大宮町1・8・38) 983・0880、FAX 983・0876
⑤中郷分館 (梅名353・1) 982・5102、FAX 982・5103
⑥図書館ホームページ <https://tosyokan.city.mishima.shizuoka.jp/>

Library

図書館からのお知らせ

7月の休館日

■本館・中郷分館
3日(月)、10日(月)、18日(火)、
24日(月)、28日(金)、31日(月)

催し

7月のおはなし会(事前申込不要)

とこ	とき
2〜3歳	毎週水曜日 午前10時30分〜 10時50分
4歳以上 (※)	7月17日(月・祝) 午後3時30分〜 4時
3〜5歳 程度	毎週水曜日 午後4時〜 4時30分
0〜2歳 程度 (赤ちゃん おはなし 会)	7月11日(火) 午前10時30分〜 10時50分

※読み聞かせと工作を行う「コースペシャルおはなし会」



子どもと本の教室(本館)

■子ども図書館たんけんたい

時7月27日(木)

①午前10時〜11時30分
②午後1時30分〜3時
場図書館1階 児童おはなし
コーナー

図書館の使い方を楽しく学び、みんなでクイズに挑戦。普段は入ることができない図書館の裏側などを一緒に探検しましょう。

■紙コプターを作ろう!
時8月4日(金)
午前10時〜11時30分
場生涯学習センター3階 多目的ホール

図書館にある本を参考に、紙コップを使ってよく飛ぶ紙コプターを作ります。

■対市内在住の小学1〜3年生
定30人※応募多数時抽選
持ハサミ、筆記用具、色えんぴつ(または色マジック)
申7月23日(日)まで

■スイカの手紙を作ろう!

時8月10日(木)

午前10時〜11時30分
場生涯学習センター5階 美術室
スイカの形の手紙を作ります。完成したら送りたい人
に手紙を書いてみよう。

■対市内在住の小学4〜6年生
定30人※応募多数時抽選
持ハサミ、のり、黒マジック、コンパス、筆記用具
申7月28日(金)まで



▲スイカの手紙

■共通事項

▼申込方法

図書館で申込書を記入、電話、または電子申請QR
※申込多数時抽選(結果は全員にお知らせします)

問図書館



子どもと本の教室(中郷分館)

■子ども図書館員になろう

時①7月27日(木)、②8月8日(火)
午後1時〜4時10分
場図書館中郷分館

図書館の返却、ブックカバーのかけ方、本の探し方など

■対市内在住の小学3〜6年生
定各回4人※応募多数時抽選
持筆記用具、ブックカバーをかけた自分の本、水筒、タオル
申7月14日(金)までに中郷分館で
申込書を記入、電話、または
電子申請QR

問図書館中郷分館

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用(記載なしは無料)・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み(記載なしは不要)・問問合せ

■スポーツ教室の詳細はこちら
https://sports-info.jp/school_gym/



体育館・屋外教室								
教室名	対象	曜日	時間	定員	会場	回数	参加料	
シニア体操	60歳以上	火	11:00~12:00	各30人	体育	12	6,000円	
卓球 (初級)	一般		9:20~10:50					
卓球 (中級)			11:00~12:30					
卓球 (上級)		木	11:00~12:30	20人			8,400円	
レディースバレーボール (初・中級)	一般女性	月	10:30~12:00	各30人			10	7,000円
レディースバドミントン (初級)			9:20~10:50			12	8,400円	
レディースバドミントン (中級)			11:00~12:30					
一般バドミントン	一般	水	19:15~20:45					
健康エクササイズ*4	40歳以上	木	15:00~16:00					7,200円
のびのびリフレッシュ体操	一般	木	9:30~10:30	各15人			9	5,400円
社交ダンス (初・中級)	20歳以上	水	13:00~14:30				12	8,400円
大人HIP HOP	高校生以上	土	19:45~21:00	25人			10	6,000円
美ママエクササイズ*5	5カ月~3歳の子と母親	木	13:30~14:30	12人		12	7,200円	
硬式テニス (初級)	一般	月	11:00~12:30	各20人	文テ	8	8,800円	
硬式テニス (初・中級)*6	中学生以上※経験者		19:00~20:30					
ワンパク体操	4歳以上の未就学児	水	14:45~16:00	15人	体育	12	7,200円	
ジュニアバレーボール	小学3~6年生		16:30~17:45	各30人		10	6,000円	
ジュニア卓球	小学生	月	17:45~19:00			12	7,200円	
ジュニアバドミントン①	小学3~6年生	水						
ジュニアバドミントン②	小学3年~中学生	金				10	6,000円	
幼児体操	4歳以上の未就学児	月	14:45~16:00	25人			12	6,600円
		火	15:00~16:00	20人				
児童体操	小学生	月	16:15~17:30	40人			10	6,000円
		火	16:15~17:15	25人			12	6,600円
ベビー体操	生後2カ月~ハイハイの子と親	月	13:30~14:30	10組 (20人)			10	5,500円
親子健康体操	1歳6カ月~3歳の子と親	金		15組 (30人)			12	6,600円
キッズHIP HOP	4歳以上の未就学児	月	16:15~17:15	20人		長A	10	5,500円
HIP HOP (ベーシック)*7	小学生		17:30~18:45	各25人	6,000円			
HIP HOP (アドバンス)*7	小学4年生~高校生	土	18:15~19:30					
中学生卓球	中学生	月	19:15~20:30	各20人	文テ	8	5,600円	
キッズベースボール	小学3~6年生	水	16:30~17:45					
硬式ジュニアテニス (ベーシック)	小学生 初心者	月	17:00~18:00	各30人		10	7,000円	
硬式ジュニアテニス (ステップアップ)	小学生 初・中級者	水						
硬式キッズテニス	4歳以上の未就学児 初心者		15:15~16:15	各20人		10	7,500円	
硬式ジュニアテニス (マスター)	小学生 中・上級者 ※経験者	金	16:45~18:00					
中学生硬式テニス	中学生 ※ラリーができる経験者		19:00~21:00					12人

表内注意事項

- ▶定員、回数、参加料…各教室・各曜日のものです。
- ▶対象 一般は18歳以上の人
- *1 エスパルスサッカースクール コーチが指導
- *2 防具の無い初心者も気軽に参加可
- *3 自由教室は電話・窓口での事前申込みが必要です。各教室で規定人数に達しない場合は中止する可能性があります。
- *4 初回、最終回は時間変更 午後3時~4時30分開催 協力：NPO 法人 FINE
- *5 お母さんが対象。子どもは室内で遊びながら待ちます。
- *6 試合経験者、試合が出来る人
- *7 保護者は部屋の外でお待ちください。

会場名の凡例 ▶体育…市民体育館▶文テ…文教テニスコート▶錦テ…錦田テニスコート
▶長A…長伏Aグラウンド▶南グ…南二日町人工芝グラウンド

令和5年度第2期（8月～12月）スポーツ教室参加者募集

■申込み

8月4日(金)までに、往復はがきの往信裏面に①氏名（ふりがな）、申込者が未成年の場合は、保護者の氏名も記入②生年月日、年齢、学年③性別④住所⑤電話番号⑥希望教室名、曜日⑦前回受講していた教室名、曜日を記入。返信表面に自分の住所、氏名を記入し、郵送⑧411・0033 文教町2・10・57

■第2期教室日程

市民体育館、屋外施設

8月24日(休)～12月1日(金)

■注意事項など

- 応募多数時抽選。結果は返信はがきで連絡。（8月16日(休)までにはがきが届かない場合はご連絡ください）
- 申込者が定員より大幅に少ないときは、中止の場合あり
- 申込みは1人1教室につき1通
- 申込み後のキャンセルは要連絡
- 参加料は施設利用料・傷害保険料を含んだ金額。初回または事前に一括払い（自由教室は毎回払い）

※教室開始後の返金不可

- 健康状態が不安な人は、事前に医師の許可を受けてください
- 詳細は、市民温水プール、市民体育館や公共施設にあるチラシまたはホームページをご覧ください

■問合せ

市民体育館 ☎ 987・7570

体育館・屋外教室								
	教室名	対象	曜日	時間	定員	会場	回数	参加料
スポーツ協会	太極拳	一般※初心者～	月	13:30～15:00	30人	体育	10	4,400円
	中学生ソフトテニス	中学生	木	19:00～21:00	各20人	錦テ		
	硬式テニス	一般	水	19:00～21:00			30人	体育
	空手道	小学生～一般	月	19:00～20:30				
サッカー教室*1	キッズクラス	年中・年長		15:50～16:40	各30人	南グ	10	14,450円
	チャイルドクラス	小学1・2年生	火・水・金	16:45～17:45				
	ジュニアクラス	小学3～6年生		17:50～18:50				
スポーツ教室	さわやかトリム(A)	40～64歳	水・金	9:00～10:30	各50人		12	2,400円
	さわやかトリム(B)	65歳以上	水・金	10:30～12:00				
	健康増進	一般		19:15～20:45	各30人		12	3,600円
	剣道*2	小学生～高校生 一般	木	19:00～20:45				
自由教室*3	ビューティーバレエEX	一般女性	月	9:30～10:30	30人	体育	—	1回700円
	ジョイフル☆エアロ	一般		10:40～11:25	25人			1回600円
	ダイヤモンドプレス☆ストレッチ			11:35～12:35	30人			1回700円
	ピラティスストレッチ		月・金	14:45～15:45	30人			1回600円
	HIT(ヒート)		月	19:00～19:45	25人			1回600円
	ヨガミックス		月	20:00～21:00	30人			1回700円
	リンパ☆リラクゼーションEX		水	15:15～16:15	各25人			1回600円
	ベーシックエアロ			19:10～19:55				
	ダンシングエアロ			20:05～20:50				
	フローピラティス		木	10:45～11:30	20人			各25人
	リンパ☆リフレッシュEX		日	9:30～10:15	30人			
	はじめてエアロ		日	10:30～11:15	各25人			
	シェイプエアロ			11:30～12:15				

お知らせ

第2期プール教室募集に関する情報は、**7月15日号に掲載予定**です。
夏休み期間中（7～8月）の短期水泳教室については、P22をご確認ください。

問合せ 市民温水プール ☎ 980・5757



申込時の【基本事項】 メール・はがき・FAXなどの場合、必ず①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員の氏名（ふりがな）・年齢・学年⑤保護者氏名⑥返信用あて名（往復はがきの場合）

◎市民体育館
☎ 987・7570、FAX 987・2909

◎市民温水プール
☎ 980・5757、FAX 980・5775

◎スポーツ推進課
☎ 987・7571、FAX 987・8550
☎ 411・0033 文教町2・10・57

☎指定管理者ホームページ
<https://www.sports-info.jp/>

◎長伏スケートリンク
☎ 977・3800

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

7月の施設情報

■市民体育館（体育施設全般）
▼終日休場：7月18日（火）

■市民温水プール
▼終日休場：7月18日（火）
▼夜間休場：7月17日（月・祝）

■長伏・上岩崎プール
▼開放期間：7月2日（日）～9月3日（日）午前9時～午後6時
（祝日・無料開放日は午前9時～午後4時）

■長伏スケートリンク
▼休場中

募集

グラウンド抽選会（9月分）

時7月31日（月）

対象グラウンド	抽選会時間
長伏A（日中）、長伏C、錦田グラウンド	午後6時30分
ナイター7施設	午後7時
南二日町人工芝グラウンド	午後7時30分
場・市民体育館	

トレーニングルーム利用者講習会

日時（8月）
① 午前10時～2日（水）、16日（水）
② 午後3時～5日（土）、19日（土）、26日（土）
③ 午後7時～8日（火）、13日（日）、20日（日）

場市民体育館

費大人1000円、高校生50円、※午後7時から大人2000円、高校生1000円

対・定高校生以上（各回先着30人）
申・開7月19日（水）より予約開始、直接または電話で市民体育館

生活筋力向上ゆっくりプログラム

日時（8月）	
水曜日 2日、9日、23日、30日	① 午後1時～2時 ② 午後2時30分～3時30分
火曜日 1日、8日、22日、29日	① 午前9時30分～10時30分 ※9、23、30日のみ
	② 午前11時～正午

場市民体育館2階大会議室
費1回500円※当日支払い
対・定40歳以上（各回先着15人）

申・開7月19日（水）より予約開始、直接または電話で市民体育館

クラブパーティー

時7月29日（土）
① 午後6時30分～7時30分
② 午後7時45分～8時45分

場市民体育館2階 多目的室

内音楽に合わせて楽しく踊るダンスエクササイズ

対高校生以上の人
費800円※当日支払い

定25人※応募多数時抽選、落選者のみ電話連絡

持室内用シューズ、運動着、飲み物、タオル

申・開7月23日（日）までに直接または電話で市民体育館

親子わくわく水泳教室

時7月24日（月）、25日（火）、31日（月）、8月1日（火）
午後0時30分～1時20分

場市民温水プール

内定期教室で行う水慣れ教室を親子で体験

費1回1000円

対未就学児とその保護者（18歳以上）※高校生不可

定各20組
申・開直接または電話で市民温水プール

夏休み子ども短期水泳教室

■ジュニアクラス

期間 ▼7月24日（月）～28日（金）
▼7月31日（月）～8月4日（金）

コース ①小学生4泳法修正コース ②小学生水慣れ・バタ足・腕回しコース

コース	時間	対象
コース①	午前8時30分～9時20分	小学1～6年生（クロールを12.5m以上泳げる人）
コース②	午後4時30分～5時20分	小学1～6年生（顔を水につけられない人）

費4200円（初回一括払い）

■キッズクラス
期間 ▼7月26日（水）～28日（金）
▼8月2日（水）～8月4日（金）

コース 幼児水慣れコース
時午後0時30分～1時20分

対4歳以上の未就学児

（令和5年12月15日（金）時点）
費2520円（初回一括払い）
持アームヘルパー

共通事項

定各期間30人※応募多数時抽選
申往復はがきまたは窓口専用申込はがきに上記【基本事項】、希望コース・期間を記入して、7月10日（月）（必着）までに市民温水プール
※抽選結果はがきが7月19日（水）までに届かない場合は連絡

夜間・休日に急病になったときは

科目	内科・外科・小児科		外科	耳鼻科・眼科 産婦人科	休日の歯科診療	
担当 医療機関	三島メディカル センター (南本町4・31)	沼津夜間救急 医療センター (日の出町1・15)	三島消防署※当番医を紹介		7月2日(日)	ヒコ歯科医院(梅名) ☎977・8241
連絡先	☎972・0711	☎926・8699	☎972・5800※問合せのみ		7月9日(日)	長野歯科医院(芝本町) ☎975・2740
平日夜間	午後6時～10時	午後8時30分～ 翌日午前7時	午後10時～ 翌日午前9時		7月16日(日)	にしはら歯科(南町) ☎971・1177
土曜日	午後2時～9時				7月17日(月・祝)	半田歯科医院(大場) ☎977・1234
日曜日 祝日 ※年末年始 大祭り等言	午前9時～ 午後9時	午後6時～ 翌日午前7時	午後9時～ 翌日午前9時	午前8時～ 午後5時	7月23日(日)	平川歯科医院(萩) ☎986・3989
備考	119番での問合せはご遠慮ください。 番号をよく確かめておかけください。 受診時は、保険証を持参してください。				7月30日(日)	日野原歯科クリニック (南田町) ☎973・1085

夜間・休日相談先

- ・静岡県内の当番医情報 ☎ 0800・222・1199
- ・子どもの救急電話相談 ☎ # 8000、☎ 054・247・9910 (24時間対応)
- ・精神科救急情報 ☎ 054・253・9905 (24時間対応)
- ・救急協力医テレホンサービス ☎ 983・0116
- ・三島メディカルセンター ☎ 972・0711 (音声ガイダンス)

歯科診療時間 午前9時～午後4時
※詳細は市ホームページの「歯科休日診療当番表」
をご覧ください。



◀詳細はこちら

ほけんの相談・健診・講習

事業	日	時間	対象・内容	会場
乳幼児健康相談会	7月11日(火)	予約制(市ホームページまたは 右記QRコードから電子申請) ※人数制限あり	身体計測・育児・発達相談など	保健センター
前期離乳食講習会	7月5日(水) 8月2日(水)	午前10時～11時30分 (受付:午前9時45分から) ※要予約(市ホームページ から電子申請)	満4～5カ月児	
後期離乳食講習会	7月19日(水)		満8～9カ月児	
1歳6カ月児健康診査	7月4日(火) 8月1日(火)		満1歳6カ月児	
2歳児健康相談会	7月21日(金)	・対象者には通知します。 ・時間、内容の詳細は通知をご覧ください。	満2歳児	
3歳児健康診査	7月20日(木)		満3歳児	
総合健康相談会	7月11日(火)	午後1時30分～3時15分 ※要予約 ☎973・3700	血圧・体脂肪・超音波骨強度(簡易) 生活習慣病に関する相談など	
栄養個別相談会	7月12日(水)	午前9時～午後3時30分 ※要予約 ☎973・3700	大人の生活習慣病予防の食事や偏食・小食・ 過食などの食事に関する困りごとの相談	
精神保健福祉総合相談	9月27日(水)	午後 ※要予約 東部健康福祉センター ☎920・2087	医師による心の病気や悩みについての相談	
酒害相談	7月4日(火) 8月1日(火)	午前10時～正午 ※要予約 ☎973・3700(緊急時、日程調整可能)	本人や家族のアルコールによる悩み相談	
高次脳機能障害医療等 総合相談	7月10日(月)	午後 ※要予約 東部健康福祉センター ☎920・2087	高次脳機能障害についての相談	東部健康福祉 センター
依存相談	7月5日(水) 8月2日(水)	午前10時～正午 ※要予約 精神保健福祉センター ☎054・286・9245	薬物・アルコール・ギャンブルなどの依存 症についての相談	
こころの電話相談	月～金曜日 (祝日を除く)	午前8時30分～11時45分、午後1時～4時30分 ※専用電話 ☎922・5562	こころの悩み相談	
ひきこもり個別相談	電話相談は随時、来所相談は要予約 東部健康福祉センター ☎920・2087		ひきこもりに関する本人および家族の ための相談	
エイズ検査・梅毒検査 肝炎ウイルス検査など	検査により曜日・時間の指定あり ※要予約 東部健康福祉センター ☎920・2109		各種採血検査など	
東部わかちあい「すみ れの会」	7月15日(土)	午後1時30分～3時30分※申込不要※感染拡大 の状況により中止の可能性あり ☎054・286・9245	大切な人(家族や友人など)を自死で 亡くされた人が語り合う会	
子どもの不登校などの 相談	毎週 水・金曜日	午前9時～午後4時 ※要予約 県総合教育センター ☎0537・24・9738	不登校・非行などの学校生活や家庭教 育または子どものこころに関する相談	
もの忘れ相談	7月18日(火)	午前9時～正午 ※要予約 ☎983・2689	もの忘れを心配しているご本人または そのご家族、認知症支援推進員など による相談	地域包括ケア 推進課

Health

いきいき健康

◎健康づくり課（保健センター・健幸推進室）

☎973・3700、FAX 976・8896 ◎411・0832 南二日町8・35

講座・募集

オンライン両親教室 NEWファミリーセミナー

時 8月5日(土)

午前10時～11時30分

※午前9時40分から受付

妊婦・分娩の経過、栄養・妊婦体操など、三島総合病院の助産師によるオンライン講話
市内在住の妊婦とその家族（夫やパートナー、祖父母など）※一人でも参加可
ZOOMが視聴できるネット環境が必要

申 7月8日(土)～28日(金)の間に電子申請または健康づくり課

健康づくり課

ピピッと簡単クッキング



▲電子申請

時 8月6日(日)

午前10時～午後0時30分

※午前9時30分から受付

場 保健センター 東館

内 電子レンジで手軽にできる料理の紹介、講師による調理のデモンストレーションと試食

講 篠原啓子さん（日本大学短期大学部食物栄養学科准教授）

費 1人300円

持 筆記用具

市内在住・在勤・在学の20歳～40歳代の人

定 25人※応募多数時抽選

申 7月21日(金)までに電子申請または健康づくり課

健康づくり課



▲電子申請

電話相談員養成研修生募集

「静岡いのちの電話」は、死にたいと思うほど苦しみや悲しみを抱えながら、身近に相談できる人がなく、孤独と不安に苦しむ一人一人と電話を通して対話することで、自ら生きる勇気をもてるように支援するボランティア活動を行っています。少しでも長く電話を受けられるために

より多くの人に電話相談員になってもらえるよう、第24期電話相談員養成研修生を募集します。1年6カ月の研修後、電話相談員として認定されます。まずはお問い合わせください。

研 修 期 間 10月～令和7年3月

3 課 程（各課程6カ月間）

場 静岡市内

対 23歳～おおむね65歳の人

費 3万円（各課程ごと）に1万円、ほかに宿泊費2万円）

問 社会福祉法人静岡いのちの電話事務局 ☎054・272・4344（平日午後1時～5時）

344（平日午後1時～5時）

PMT



三島市公式 Facebook ページ

FB 三島市

検索

6月7日(水)



三島甘藷のつる挿し体験

《佐野小学校東側》

気持ちよく晴れた青空のもと、伊豆佐野保育園の園児と佐野小学校の1・2年生が、佐野地区で生産される「山北印の三島甘藷」のつるを一本ずつ丁寧に挿していました。

フォト マイ タウン
PhotoMyTown



6月3日(土)



三島ホテルまつり 第1弾

《商工会議所TMOホール・白滝公園》

商工会議所1階TMOホールでは「一番町ホテルまつり」が、白滝公園では「リバーサイドほたる by 芝町」が開催され、子どもシャガリが会場を盛り上げたほか、さまざまな飲食店が出店し多くの人で賑わいました。



6月7日(水)



東レアローズの選手が先生に

《中郷中学校》

オリンピックを含む現役選手9人が中郷中学校を訪れ、保健体育の授業でバレーボールを学ぶ2年生の指導にあたりました。生徒は基本的な技術やルールを学びながらバレーボールの楽しさを体感しました。

6月7日(水)



のびる幼稚園田植え体験

《のびる幼稚園園舎横》

園児は初めて入る田んぼの感触に驚きながらも、「できた!」「もっとやりたい!」と楽しそうに印がついた位置めがけて苗を植えていました。

6月14日(水)



県内初! 4市合同による投票用紙リサイクル事業

《市内》

使用済みの投票用紙は、主原料がプラスチックであることなどから、リサイクルが進まず焼却処分していましたが、裾野市、富士宮市、磐田市との合同で実施されるこの取り組みによって、約119万票の投票用紙が、うちわなどの製品に生まれ変わります。

6月8日(木)



みしまコロッケ15周年記念展示用オブジェを制作

《西小学校》

三島市出身のデザイナー木村美穂さんを講師に迎え、西小学校4年生の児童が、記念展示用のオブジェを制作しました。用意されたダンボールと絵の具を使い、揚げたての美味しいみしまコロッケを思い浮かべながら一生懸命作っていました。

市公式 Facebook ページでお届けしている記事から、話題のものを掲載しています。



市民活動団体 応援コーナー

このコーナーは、毎月1日号で、市内で活動する皆さんの主催するイベントや会員募集を紹介するものです。掲載申込みの詳細は、市HPをご覧ください。
☎広報課 ☎983・2620

三島市 市民活動団体応援

9月1日号への掲載の申込みは、
7月21日(金)までに電子申請

(電子申請がご利用
いただけない場合
は、申込用紙を広報課
FAX 983・2719)



電子申請はこちら▶
(<https://logoform.jp/form/pqff/143867>)

※「電子申請」からお申込みください。



◀掲載基準などの詳細は
市ホームページ

子育て・教育

三島市私立幼稚園・こども園協会 「あそびの広場」

☎7月11日(火)午前9時50分(開場)、午前10時15分～11時30分 ☎商工会議所・TMOホール ☎幼稚園の先生と遊び、また劇を楽しんだり、リトミックの講師の指導のもと音楽に合わせて身体を動かし親子で楽しい時間を過ごす。子育て相談コーナーもあり ☎未就園の2・3歳児親子 ☎動きやすい服装で参加 ☎ ☎星園幼稚園 ☎975・7535

CoderDojo 三島 / 沼津 参加者募集

☎9月10日、11月12日、令和6年1月14日、3月10日(各日曜日)午前10時～正午 ☎静岡工科短期大学・沼津キャンパス ☎パソコンを使いプログラミングやロボットの操作など、思いついたことを自由に実践しましょう。 ☎小学3年生～中学生 ※小学生は保護者同伴 ☎先着10人 ☎パソコン ☎ ☎詳細、申込みは「CoderDojo 三島 / 沼津」ホームページ ※問い合わせは ☎kidswmn@gmail.com

文化

伝統文化和装礼法教室 ゆかたの着付けと日常マナー

☎8月1日(火)～3日(休)午前9時～午後3時 ☎市民文化会館・和室 ☎1,100円(ゆかた一式レンタル代) ※希望者のみ ☎小・中学生 ☎20人 ※応募多数時抽選 ☎ゆかた一式(レンタルあり)、足袋、タオル2枚、昼食、飲み物など ☎ ☎7月18日(火)までに①氏名②住所・電話番号③学校名・学年④ゆかたの貸出の有無を和装礼法教室 ☎mishimacity_oyakokyouhitsu@yahoo.co.jp

スポーツ・健康

初心者弓道教室

☎7月26日～11月8日(毎週水曜日)午後7時～9時(全15回) ☎三嶋大社・弓道場 ☎6,000円 ☎18歳以上 ☎20人 ☎7月19日(火)までに往復はがきに住所、氏名、生年月日、電話番号を記入し長谷川靖高 ☎411・0033 文教町2・32・8 ☎090・1984・4227

その他

がん哲学外来メディカル Cafe@ 三島

☎7月8日(出)、10月14日(出)午前10時～正午 ☎市民活動センター(本町タワー4階) ☎医療関係者が同席し、がん治療中の人、経験者が気軽にお話できるサロンです。 ※令和6年1月13日(出)開催予定 ☎がん治療中または経験者やその家族、友人 ※がんの種類や性別・年齢不問 ☎15人 ☎特定の治療法の推奨や宗教・政治目的、また発熱など体調不良の人は来場不可 ☎ ☎大橋 ☎mishima_gantetsu@yahoo.co.jp

池川明先生講演会「自分を大切にしますか？」 - 自分らしく生きる -

☎7月30日(日)午後6時～8時 ☎みしまプラザホテル ☎胎内記憶第一人者“池川明先生”による講演 ☎2,800円(小学生以下無料、高校生以下半額) ☎子育て世代または関心のある人 ☎50人 ※小学生以下は保護者同伴 ☎ ☎前日までに心音道 ☎973・8931 ※詳細は「心音道」ホームページ

第42回順天堂大学保健看護学部公開講座 「頑張らない森林療法」

☎8月6日(日)午後1時～2時30分 ☎順天堂大学・保健看護学部(オンライン参加あり) ☎岡美智代さん(群馬大学教授) ☎順天堂大学保健看護学部 ☎991・3111 ※オンライン参加の場合のみ、当学部ホームページ(トップページ)→講習会・公開講座)より申込み

シニアのための脳トレピアノ講座 お仲間募集

☎8月より月2回(主に日曜日、土・祝日もあり)午後1時～4時30分(うち60分間) ▶無料体験会(予約制): 7月29日(出)午後1時～4時(うち60分間) ☎生涯学習センター5階・音楽室 ☎グループで楽しく行う、ピアノ初心者向けのアンチエイジング脳トレピアノ講座です。 ☎一回2,000円(別途、楽器レンタル300円) ☎60歳程度から ☎ ☎7月20日(休)までに井上 ☎080・3313・0602

三島市五十雀山歩会 新会員募集

☎毎月1回(原則月末日曜日) ☎初・中・上級のコースがあり、年1回宿泊の特別山行をします。月に1回、下見登山・安全確認をして登山案内書を作成しています ☎ ▶年会費: 2,000円 ▶参加費実費: 4,000円程度 ☎成年男女 ☎ ☎大村 ☎090・3968・1603

【凡例】 ☎とき・☎場所・☎内容・☎講師・☎費用(記載なしは無料)・☎対象・☎定員・☎持ち物・☎注意事項・☎申込み(記載なしは不要)・☎問合せ

歴ゆみ小箱

No.421

郷土ゆかりの画家

おおもてまさはる
大沼貞夫

楽寿園内の郷土資料館では、企画展「学校の美術品展 Part 1」を10月1日(日)まで開催しています。
郷土資料館(楽寿園内) ☎ 971・8228

市内の学校では、卒業生や地域の人々から寄贈された郷土ゆかりの芸術家の作品を中心に、多くの美術資料が今日まで受け継がれてきました。それらは玄関や廊下、会議室などに飾られ、学校に通う子どもたちがいつでも見られるようになっていきます。今回は現在開催中の企画展「学校の美術品展 Part 1」で取り扱う画家の中から大沼貞夫氏(一九三〇―二〇一四)について紹介します。

大沼貞夫氏は昭和五年(一九三〇)、沼津市に生まれました。大学は武蔵野美術大学西洋画科に進学し、首席で卒業しています。また、在学中には独立美術展(現・独立展)に入選、二十五周年記念展奨励賞受賞を機に独立美術協会(戦前から続く洋画家団体)の会友に推挙されるなど、二十代のうちから洋

画界で頭角を現していききました。大学卒業後は公立中学校の美術教師としての道を選びました。昭和三十九年には三島市の文化使節として、姉妹都市バサデyna市(アメリカ合衆国カルフォルニア州)の小中学校で美術教育の視察・指導をしています。退職後も三島市美術展の審査員や三島美術協会会長を務めるなど、地域の美術普及に貢献されました。

大沼氏はそうした教育活動のかたわら、自身の作品制作にも精力的に取り組みました。その作品群の一部は平成四年(一九九二)に日象展に入選したほか、東京都知事賞、国土庁長官賞などを受賞しています。

大沼氏は若いころから人物画を多く描き、その中で新しい表現に挑戦し続けていました。三十代で世界一周を体験した後は、主に中近東やシル



▲《タイの少女》大沼貞夫 沢地小学校蔵

クロードを舞台とした至福に満ちた人間像を好んで描いています。また、年を重ねるにつれて「温故創新」(過去の事実を研究して新しいことを知るだけでなく、それを形にして創り上げていくこと)という新たなテーマに挑戦しています。世界の文化遺産や古典などを数多く取材して、構想的な作品を製作するようになりました。

この《タイの少女》は平成十五年(二〇〇三)、大沼氏が七十三歳の時に作成し、沢地小学校に寄贈されたものです。この時期の大沼氏が試みた新たな表現手法であるパーミリアン、鮮やかな赤の色彩が印象的な作品です。

わたしの

おじいちゃん
おばあちゃん

当番 うさぎわ かほさん

私のおじいちゃん、おばあちゃん
は世界一のおじいちゃんおばあちゃんです。おじいちゃんは大工さんでとつても力もちで元気でよく遊んでくれます。おじいちゃんと一緒にいると時間をわすれてしまうくらいとっても楽しいです。おばあちゃんは料理がとっても上手で特にオムライスが大好きです。おばあちゃんの作るオムライスには、生クリームが入っているの、フワフワしていて、たくさん食べることが出来ます。二人とも大切な家族なので百才まで生きてほしいです。



細井 巧夫(65才) 息子(64才)
宇佐川 花帆(錦細小) 6年

「KENPOS」

ポイント

P **ためて つかって**
たのしく健幸に!!

日々の歩数、食生活などの記録・・・
地域イベントへの参加・・・
日常における健康的な活動で
ポイントがたまる!

健幸アプリ「KENPOS (ケンポス)」を利用して
楽しみながら健康寿命を延ばしましょう!!

健康づくり課 ☎973・3700

START!!

登録方法

初回登録 (無料) で500 P もらえる!
※通信料は本人負担



初回登録

① 登録サイトへアクセス
登録情報入力



② 仮登録完了メールが
届きます

③ 24時間以内に
メールのURLをクリック

設定 歩数連携

① アプリをダウンロード
ログイン



② 目標を設定
歩数・体重など

③ データの取得設定
準備完了

P ためる

初回登録、日々の活動記録や
対象イベント参加でポイント
がたまります!

【7月・8月の対象イベント】

★ 毎月1日～14日
歩数イベント 50P

★ 7月16日(日) 271P
71周年記念ラリーイベント
楽寿園 ※相談会ブースあり

★ 8月27日(日) 100P
リカレント講座



◀市H.P.は
こちら

イベントは随時追加! 市H.P.をご確認ください!

毎日のログイン
活動記録でも
ポイントをゲット!



つかう

貯まったポイントは
アプリ・WEBサイトから景品と交換!

グルメ・日用品・医薬品など

3,000 種類

電子ギフト・電子マネー等にも交換できる

(例)



100円分(145P)

※PayPayマネーライトを付与。
出金不可。

利用者のみなさんの声



みなさんも楽しく健幸になりましょう!
まずは登録から!!

登録方法や使い方がわからない人へ
サポート窓口を設置しています

- ☑ TOKAI モバイルショップ
イトーヨーカドー三島
(日清プラザ) 3階
- 🕒 午前10時～午後5時30分
※最終受付時間 午後5時
※不定休あり
- 📱 スマートフォン
- ☑ 三島 TOKAI モバイルショップ
イトーヨーカドー三島
☎943・5400(要予約)