

広報ごてんば

# GOTEMBA

2019

9/5

No.1352

<http://www.city.gotemba.shizuoka.jp>



開催会場



# 認知症介護家族の会に 参加しませんか

問い合わせ／長寿福祉課 ☎(83) 1463

## ● 認知症介護家族の会

日時／毎月第3木曜日

午後1時～3時

会場／晴れテラス

参加料／無料

※予約不要

問い合わせ／晴れテラス ☎(98) 8963

「世界一の長寿国日本。長生きは素晴らしいことですが、その一方で認知症高齢者の増加などの問題も生じています。家族の誰かが認知症になった時、誰しもがショックを受け、戸惑い、混乱に陥るものです。そんな時、同じように認知症の家族を介護する人に悩みを聞いてもらえたら、きつと心が軽くなったり、介護のヒントを得られたりするのではないのでしょうか。

「認知症介護家族の会」は、市内にあるデイサービスで行っていた、職員とデイサービス利用者の家族の勉強会から発展して出来たものです。現在は、月に1回の集まりを通じて、家族同士の相談や現状報告などを行っています。参加者はそれぞれに悩みを抱えつつも、ときに真剣に、ときに大笑いしながら、明るい雰囲気でお茶を飲みながら話をしています。

認知症の家族のことで悩んでいる人は、一人で抱え込まず、一度参加してみてはいかがでしょうか。



## 一人で悩まずにぜひ参加してほしい

Interview



認知症介護家族の会  
会長 鈴木 君代さん

母が認知症になったことがきっかけで勉強会に参加し、その後、認知症介護家族の会を立ち上げることになりました。

認知症は症状も対処も人によって様々です。そのため、家族の悩みもそれぞれ違います。自分の体験を話したり、人の体験を聞いたりすることで、お互いが情報を得ることができ、実践することがで

きます。雑談をしながら苦労していることを話すだけでも、楽になるし救われるんですよ。

もし困っている方がいれば、誰でも参加できますので、家の中で悩んでいないで家族の会に参加して欲しいです。毎回とても明るい雰囲気ですよ。

## 少しでも力になることができれば

Interview

お互いの勉強のため、デイサービスに通う方のご家族と一緒に、月1回の勉強会に通っていました。勉強会が終了した後、少しでも困っている方の力になることができればと考え、できたのが認知症介護家族の会です。

家族の会では、参加者の皆さんがお互いに苦労していることや大変なことを話

すことで楽になれる、ストレス発散の場になっています。同じ経験をした方と話すことで共感が得られ、心の負担を軽減することができていると思います。家族の会は、笑い声がたくさんとても明るい雰囲気ですよ。

困っている方は一人で悩まずにぜひ参加していただければと思います。



認知症介護家族の会  
担当 長嶺 織江さん

一人ひとりが環境  
について考えます



## ゴテナビ

こども環境会  
議ってどんな取  
り組み？

GOTE-NAVI

## 担当職員が紹介

# —大人にはまかせておけない、未来の地球！— こども環境会議からの提言!!

御殿場市政のホットな話題を紹介する「ゴテナビ」。  
第6弾は、「こども環境会議」の紹介です。

環境課 ☎ (83)1603

## こども環境会議とは

市内の小・中学生、高校生が一堂に会し、御殿場の環境を良くするため、子どもたち自ら運営する会議で意見を取りまとめ「御殿場の環境への提案」を採択する取り組みです。

23回目となる今回は227人の児童・生徒が参加。各学校での取り組みや御殿場の環境についての意見を発表しあい、「御殿場の環境への提案」を採択しました。採択された富士山、ごみ分別、自然、節水・節電などに関する全28の提案を、市内6中学校の代表生徒が市役所を訪問し、市長・市議会議員に直接手渡しました。



## 16の体験コーナーで環境問題を学ぶ

児童・生徒は、16の体験コーナーからひとつを選び、エコに繋がる体験学習を行い学んだことを、報告会の中で発表しました。



組立ぞうり体験



冷熱実験！  
エネルギーってなあに？



ふわふわパンケーキと  
ひんやりシャーベット



わくわく！  
森の贈り物工作



紫外線で変化する！  
ビーズストラップ作り



苔玉作り体験



こども環境会議 議長  
渡邊 夢叶さん (西中学校)

## こども環境会議を通して

Interview

会議の議長を務めて、最初は緊張しましたが、話していくうちに慣れてきました。進行は少しずつまづきましたが、上手くできたと思います。

会議の中で皆さんの意見を読んで、御殿場の環境や環境対策について考えなければいけないと思いました。

また、今日は議長として会議に参加でき、エコアクションの活動のことをより多くの人へ広めたいと思いました。

書いてもらった提言の中には、ポイ捨てをしないなど、自分たちでもできる活動があったので、まずできることから広めて行きたいです。



# GOTEMBA BUS FES

# 9.23 MON

9:00~14:00  
国立中央青少年交流の家

※9月23日(月)は祝日です。

## GOTEMBA BUS FES (ごてんばバスフェス)初開催

未来プロジェクト課 ☎(82)4349

御殿場市地域公共交通協議会では、市民の皆さんに公共交通機関を身近に感じてもらえるように、9月23日(祝)にバスの日にちなんだイベントを開催します。

当日は公共交通を利用してお越しください。特典が有ります。

イベント内容／

バスの乗り方教室

バスと綱引き

ミステリーツアー(無料)

乗車体験(小型バス「ポンチョ」、

運転士教育訓練車・ユニバーサルデ

ザインタクシーなど)

クイズスタンプラリーなど

※詳しくは市ホームページをご覧ください。

HP <http://www.city.gotemba.shizuoka.jp/gyousei/g-p-info/g-p-info-01/9050.html>

### ●バスの日は

明治36年9月20日に京都市で日本最初のバスの運行が始まったことを記念して、昭和62年の全国バス事業者大会において、この日がバスの日に定められました。



## 「秋の全国交通安全運動」が 実施されます

くらしの安全課 ☎(82)4123

秋の全国交通安全運動が、9月21日から30日まで実施されます。最終日は「交通事故死ゼロを目指す日」です。

### ●全国交通安全運動の重点

○高齢運転者の交通事故防止

○夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止

○全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

○飲酒運転の根絶

○子どもと高齢者の安全な通行の確保【市重点】

これから日没が早くなる季節です。運転者は早めのヘッドライト点灯、歩行者は自発光式反射材を着用し、お互いの存在を早期に発見し、夕暮れ時の交通事故防止に努めましょう。

高齢歩行者の交通事故の特徴は自宅から500メートル以内での発生が多く、夕暮れから夜間にかけての事故も多くなっています。また、横断歩道以外の場所を横断すると重大事故につながります。慣れた道こそ細心の注意を図り安全を確認するこ

とが重要です。

### ●孫から祖父母に交通安全の贈り物

敬老の日に合わせて市内の幼稚園、保育園、こども園の年長児から、祖父母などの大切な人に向けて、お守り型反射材に交通安全を願うメッセージや絵をしたためて贈ります。



### ●大切な人への贈り物(反射材)を作ってみませんか

祖父母、父母、孫の三世代で来場し、それぞれの交通安全を願ってオリジナル反射材を作りましょう。

日時／9月28日(土)

午前10時～午後2時30分

会場／市民交流センター「ふじざくら」ふれあい広場イベント内

# 御殿場市健やか事業利用券を 郵送します

長寿福祉課 ☎ (83) 1463

「御殿場市健やか事業利用券（緑色）」を9月に交付します。今年度から新たに「郵便局のみまもり訪問サービス」が利用できます。

## ● 健やか事業利用券とは

高齢者の社会参加を促進し、健康の増進及び日常生活の便宜を図ることを目的としています。

有効期間／10月1日(火)～令和2年9月30日(水)

利用できる施設やサービス／御殿場鍼灸マツサージ師会に所属する治療院、入浴施設、郵便局のみまもり訪問サービス、御殿場総合体育施設、市民会館での各種講座や教室などで利用できます。

※紙おむつへの引き換え申請は、長寿福祉課へ。

対象／70歳以上（昭和25年4月1日以前に生まれた人）

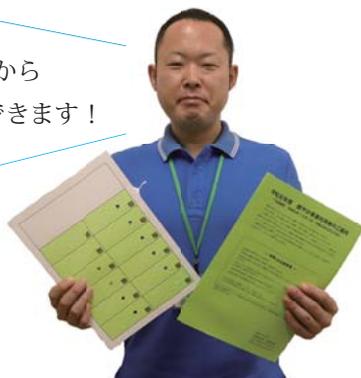
交付枚数／500円相当券12枚

配付方法／各家庭へ郵送

9月30日(月)までに健やか事業利用券が届かない場合は、長寿福祉課へ

問い合わせてください。昨年度交付した利用券（青色）は10月以降使用できなくなるのでご注意ください。※各施設やサービスなどの詳細は同封の案内をご覧ください。

10月から  
利用できます！



## ● 郵便局のみまもり訪問サービス

毎月1回、郵便局職員などが利用者宅を訪問して生活状況を確認し、その結果を指定した報告先や市へ連絡します。健康、医療、介護に関する電話相談なども利用できます。

いい顔いっぱい！



ジュニアフェスティバルを皮切りに、令和元年度ごてんば市民芸術祭を開催しています。ここでは、9月から10月に開催される行事の一部を紹介します。是非お越しください！

ステージ部門 会場／市民会館大ホール 入場料／無料

行事名	日時	内容
オープニングセレモニー	9月22日(日) 13:00～	
洋舞フェスティバル	9月22日(日) オープニングセレモニー終了後	フラダンス、バレエなど
ほのぼのコンサート	10月6日(日) 13:00～	軽音楽、大正琴など
邦楽のつどい	10月13日(日) 13:30～	三曲、日本舞踊
吹奏楽のつどい	10月26日(土) 13:30～	吹奏楽団体の演奏会
コーラスフェスティバル	10月27日(日) 13:30～	合唱

展示部門 ※華道展、美術展、書道展の最終日は午後4時までの開催 入場料／無料

行事名	日時	会場	内容
華道展	9月21日(土)・22日(日) 9:30～17:00	市民会館 小ホール	華道団体、高校華道部の作品展示、 生け花体験コーナー（有料）
美術展	10月3日(木)～6日(日) 10:00～17:00		絵画、立体作品などの展示
ポスター原画展	10月5日(土)～13日(日) 9:00～21:00	市民会館 展示ホール	翌年の市民芸術祭ポスター・ プログラム表紙の原画展
書道展	10月12日(土)～14日(月) 10:00～17:00	市民会館 小ホール	創作、臨書の作品展示
武具刀剣展	10月12日(土)～14日(月) 9:00～16:30	秩父宮記念公園	歴史的価値のある刀剣類の展示
文化展	10月26日(土)・27日(日) 26日／10:00～17:00 27日／9:00～16:00	市民会館 小ホール	手工芸、園芸、俳句などの作品展示

# ● 9・10月開催イベント ごてんば市民芸術祭

社会教育課 ☎ (82) 4319

# PICK UP INFORMATION

## 案内

### 国民健康保険被保険者証の有効期限が変わります

70歳以上75歳未満の人が持つ高齢受給者証と保険証が令和2年8月から一体化するため、保険証の有効期限が変更になります。9月中旬に郵送するウグイス色の新しい保険証の有効期限は令和2年7月31日です。

変更に伴い、来年からは7月中旬頃に新しい保険証を郵送します(70歳以上75歳未満の人は、来年の8月から医療機関に受診する際は保険証1枚だけを提示してください)。

#### 保険証有効期間

変更前 10月1日～翌年9月30日

変更後 8月1日～翌年7月31日

**注** 後期高齢者医療制度該当や短期被保険者証世帯の人など有効期限が異なる場合があります。

**問** 国保年金課 ☎ (82)4121



▲新しい保険証はウグイス色です

### 音楽の森を開催します

音楽に親しむ1日を過ごしませんか。未就学児の参加も大歓迎です。

日時 9月29日(日)

午前10時～午後2時

会場 市民会館ホール棟

内容 楽器体験(午前10時～正午)、コンサート(午後0時30分～1時30分)

入場料 無料(フード販売・ワークショップは有料)

**問** 社会教育課 ☎ (82)4319

市民会館 ☎ (83)8000

## 募集

### 第1回ファミリーバドミントン大会参加者募集

日時 10月26日(土) 9時30分～午前9時受付開始

会場 市体育館

対象 市内在住または通勤・通学している人

定員 30チーム(先着順)

参加料 無料

**申・問** 9月10日(火)から30日(月)までに直接、郵送またはファクスで ☎ 412-8601 市民スポーツ課 ☎ (82)4135、FAX (82)4230 へ

### 「星空観察会 - 富士・秋・夜空 -」参加者募集

雄大な富士山の麓で秋の月、星空、惑星を見てみませんか。天体観測が初めての人も「星の見方」などを丁寧に教えます。

日時 10月21日(月)(予備日28日(月)) 午後7時～8時30分

会場 市馬術・スポーツセンター

内容 天体観測(望遠鏡で観測)

対象 市内在住または通勤・通学している人

講師 御殿場星の会

定員 30人(先着順)

18歳未満は保護者の同伴が必要です。

参加料 無料

持ち物 筆記用具、星座早見盤(持っている人のみ)

参加者には後日詳細を通知します。

**申・問** 10月15日(火)までに直接または電話で環境課 ☎ (83)1603 へ

### ファミリー・サポート・センター「子育てサポーター養成講座」受講生募集

お子さんを預かるための子育てサポーターを養成する講座を開催します。子育て中の方は「子育て講座」として

受講できます。

日時 10月23日(水)・24日(木)・29日(火)・30日(水)  
午前9時～午後4時

会場 市民交流センター「ふじざくら」第3・4会議室

対象 市内・小山町在住の18歳以上の人

募集人数 30人程度

受講料 無料

**注** 6カ月以上のお子さんを対象とした託児サービスがあります。希望する場合は申し込み時に予約をしてください。

**申・問** 10月16日(水)までに、直接または電話で子ども家庭センター内「ごてんば・おやまファミリー・サポート・センター」 ☎ (88)5200 へ

### 第27回交通安全スローガンコンクール作品募集

優秀作品は、市の交通安全スローガンとして来年度の交通安全事業に活用します。

テーマ 交通マナー向上・交通事故の防止・交通違反の抑止を呼び掛けるもの

区分 一般の部・小学生の部(小学生5年生は小学校を通じて応募)

対象 市内在住または通勤・通学している人

賞 一般の部…優秀賞

小学生の部…優秀賞・佳作

応募要領 応募作品は未発表の自作のもので一人2点までとし、入選作品の著作権は主催者に帰属します。また、応募作品は返却しません。入選作品は一部加工・補作する場合があります。作者の氏名などを公表します。

応募要領 応募作品は未発表の自作のもので一人2点までとし、入選作品の著作権は主催者に帰属します。また、応募作品は返却しません。入選作品は一部加工・補作する場合があります。作者の氏名などを公表します。

**申・問** 9月24日(火)から12月20日(金)まで(当日消印有効)に郵送、ファクスまたはメールで ☎ 412-8601 ぐらしの安全課内「御殿場市交通安全対策委員会事務局」 ☎ (82)4123、FAX (82)4333、✉ seikatsu@city.gotemba.lg.jp へ

# 暮らし上手の💡 ヒントコーナー

## 家の修繕に火災保険が使える!? 甘い言葉にご用心

### 事例

業界団体のようなところから「家を修繕するのに火災保険が使えるのを知っていますか。手続きは当社がします」と電話があり、お願いすることにした。送られてきた書類をよく見ると、成功報酬として保険金の4割をこの団体が受け取ることになっている。不審なので申し込みを止めたい。

年々、大雨などの自然災害が多くなる中、全国的に事例のような相談が増えています。

自然災害による住宅修繕について「保険金が使え」と勧誘されても、実際に損害保険金が支払われるかどうかわかりません。

まずは自分で加入している保険会社に連絡し、保険金の支払い対象になるかを確認してください。

また、修繕を依頼する時は、複数の業者に見積もりを取ることをお勧めします。

おかしいと感じたら市消費生活センターに相談してください。

### 問い合わせ

消費生活センター(くらしの安全課)  
☎ 83-1629 FAX 82-4333



## ペット自慢。

### だいふく

ジャンガリアン  
男の子

掲載するペットを募集しています。

☎ 魅力発信課☎(82)4127

## PICK UP INFORMATION

### 案内

## 公的年金等の受給者に「扶養親族等申告書」が郵送されます

日本年金機構から9月に郵送する予定です。

老齢年金などには所得税が掛かり、受け取る年金が一定額以上の方は、その年金から所得税が源泉徴収されます。所得税の扶養控除を受けるためには、「公的年金等の受給者の扶養親族等申告書」を提出する必要があります。

申告書の提出が遅れると、一時的に控除なしで源泉徴収額計算が行われる場合があります。その結果、年金の支払額が一時的に減る可能性がありますので期限内に提出してください。

届かない場合や失くしてしまった場合などは問い合わせてください。

☎ 日本年金機構 沼津年金事務所  
☎ 055(921)2201  
国保年金課☎(82)4122

## 重度障害者(児)医療費助成受給者証の更新受付が始まります

現在発行されている受給者証の有効期限は9月30日までです。更新対象者には、8月末に案内を送付済みです。確認してください。

対象 身体障害者手帳1・2級の人  
または内部障害3級の人  
療育手帳A判定の人または療育手帳B判定かつ身体障害者手帳または自立支援医療(精神通院)受給者証を持っている人  
特別児童扶養手当1級の受給対象児  
精神障害者保健福祉手帳1級の人  
本人や家族の所得により対象とならない場合があります。  
内部障害3級の人、65歳以上の人は給付制限がある場合があります。

☎ 子ども医療費助成制度との併用はできません。

☎ 社会福祉課☎(82)4238

## 全国家計構造調査に協力してください

この調査は、国民生活の実態を明らかにし社会保障や福祉政策の検討など、国民生活に身近な様々な政策などに役立てられます。

期間 10月1日(火)~11月30日(土)

調査内容 家計における収支や貯蓄・負債、就業状況、住居に関する事項など

調査方法 県知事から任命された調査員が調査対象となる地域で抽出された世帯を訪問し、調査票の記入依頼、配布、回収を行います。

☎ 回答内容は、統計法によって厳重に保護されます。

オンライン回答も可能で、24時間入力・送信ができます。

☎ 家計構造調査コールセンター  
☎ 0570(55)0852、  
☎ 03(6626)0960(携帯・PHS)  
情報政策課☎(82)4316

## 広報ごてんば・市議会だよりをアプリで配信中

無料アプリ「マチイロ」を利用してスマートフォンなどで閲覧できます。発行日には自動でお知らせが届き、いつでもどこでも読むことができます。登録方法など詳しくは市ホームページをご覧ください。

主な内容 市ホームページに接続しなくても最新号の「広報ごてんば」「市議会だより」を発行日に自動で端末にお届けします。各ページの全部または一部を画像として切り取り・保存ができ、メールやSNSなどでシェアすることができます。ページめくりや拡大・縮小も簡単です。

☎ 魅力発信課☎(82)4127

HP <http://www.city.gotemba.shizuoka.jp/gyosei/g-4/g-4-1/9001.html>

# PICK UP INFORMATION

## 募集

### 東京 2020 大会に向けた 300 日前記念イベント ウィーラスクール in ごてんば

自転車文化の創造と交通安全教育の一環として「日本で一番楽しい自転車教室」を開催します。

日時 9月23日(月)

午前9時～11時30分

午前8時30分受付開始

会場 原里小学校グラウンド

雨天時は原里小学校体育館

対象 一人で自転車に乗れる市内在住の小学生

募集人数 50人(先着順)

持ち物 自転車、ヘルメット、手袋(軍手可)、保険証、運動のできる服装、運動靴

注 自転車、ヘルメットが用意できない場合は相談してください。

参加料 無料

申・問 9月17日(火)までに2020オリンピック・パラリンピック課または市ホームページにある申込書を直接、ファクスまたはメールで2020オリンピック・パラリンピック課 ☎(78)6233、FAX(82)4230、  
☑olypara@city.gotemba.lg.jpへ

### 10月開催分の救命・救急講習会受講者募集

AED(自動体外式除細動器)を用いた救命・救急講習会を開催します。

日時 10月10日(休)午後1時～4時

会場 御殿場消防署

内容 普通救命講習Ⅰ(成人に対する心肺蘇生法など)

対象 市内・小山町在住または通勤・通学している中学生以上の人

募集人数 20人(先着順)

受講料 無料

申 開催日の1週間前までに救命講習受講申込書を消防署または分署へ

消防本部ホームページから申込書をダウンロードできます。

問 御殿場消防署 ☎(82)7150

## 国・県からのお知らせ

### 県介護サポーター育成事業 説明会開催

県では介護の周辺業務を担う「介護サポーター」の育成研修に関する説明会を開催します。事前予約が必要です。

日時 9月13日(金)・25日(水)

午前10時～正午

会場 市民会館第4会議室

申・問 株式会社東海道シグマ介護事業部 ☎054(255)4259へ

問 県介護保険課 ☎054(221)2314

### 県営住宅入居者募集

対象 ①住宅に困窮している人  
②申込者及び同居親族の過去1年間の所得が公営住宅法で定める金額以下の人

③県が定める条件を満たす連帯保証人がいる人

注 自家を所有または現在公営住宅に居住している人は申し込みできません。

単身申込可能住宅へ単身の人

が申し込む場合は条件有り

募集団地 県営東山団地Aタイプ11戸(3DK)、Bタイプ1戸(3DK)

注 募集は先着順

申し込み後書類審査有り

申 直接、県住宅供給公社東部支所へ

問 県住宅供給公社東部支所

☎055(920)2271

### 自転車保険に 加入していますか

県では「静岡県自転車の安全で適正な利用の促進に関する条例」が施行され、自転車保険への加入などが義務化されます。

自転車保険には様々な種類があり、自動車保険や火災保険などの保険に自転車事故の補償が付帯している場合もありますので、保険加入状況を確認してください。詳細は、県ホームページをご覧ください。

施行日 10月1日(火)

内容 自転車保険加入の義務化、乗車用ヘルメットの着用義務化(児童・中学生が通学時に利用する場合、幼児が幼児用座席に乗る場合)など

問 県くらし交通安全課

☎054(221)2549

**出張訪問美容  
なるー  
自宅にしながら  
手軽にカット!!**

『出張訪問美容なるー』とは、ご自分で美容室に行くことが困難な方のためにご自宅に伺ってカット・パーマ等を行う出張美容サービスです。

男性 女性  
カットのみ  
**3,500円**

パーマ・カラーは  
ご相談下さい

御殿場をはじめ、小山方面須走方面まで伺います。お気軽にお電話下さい。

ヘアブティック **なるー** ☎0120-399-502 無料送迎致します  
http://www.narrow.jp 御殿場市川島田630-27 携帯電話090-9914-9306

**2020年市政カレンダー  
広告主募集!!**

市政カレンダーに掲載する有料広告を募集しています

魅力発信課 ☎(82)4127 ✉koho@city.gotemba.lg.jp

大人の囲碁教室 日時／月2回 第2・4火曜日 19:00～21:00 募集人数／8人 受講料／有り

初心者書道教室 日時／月2回 第1・3火曜日 10:00～12:00 募集人数／10人 受講料／有り

## MESSAGE BOARD

## 市民伝言板

## 障害者就職面接会

日時／9月19日(木) 13:00～15:30 (受付12:30～) 会場／プラサ・ヴェルデ1階多目的ホール(沼津市大手町) 内容／就職希望の障害者と企業との個別面談形式による面接会など 参加料／無料 持ち物／履歴書(複数枚)、障害者手帳など ※事前申込不要 〇 〇 ハローワーク沼津障害者担当 ☎ 055(918)3713

## 御殿場山草教室展示会

期間／9月20日(金)～26日(木) 会場／秩父宮記念公園 〇 〇 文化協会 ☎ (82)4533

## 椿実拾い体験のお誘い

日時／9月22日(日)・23日(月) 9:00集合 会場／高根中郷館グラウンド上駐車場 ※事前申込不要 〇 〇 御殿場椿の会 滝 ☎ 090(6465)8476

北駿公立高校合同説明会  
～御殿場高校・御殿場南高校・  
小山高校～

日時／9月30日(月) 19:00～ 会場／玉穂報徳会館区民ホール 内容／3校の教育内容や入試などの合同説明会 対象／中学生、保護者、教育関係者 ※事前申込不要 〇 〇 御殿場高校教頭 芹沢 ☎ (82)0111

## 家族による家族学習会

日時／10月12日(土)・11月2日(土)・16日(土)・30日(土)・12月15日(日) 13:30～16:15 会場／市民会館第3会議室 内容／精神障害者を抱える保護者の学習会 対象／3回以上出席できる人 募集人数／10人(先着順) 参加料／無料 〇・〇 住所、電話番号、氏名(保護者)、当事者の現状を電話または郵送で〒412-0027 西田中453-7辻井 ☎ (82)1164へ

G I A 海外料理講座  
イタリア編～手作り生パスタ  
でボナペティート～

日時／10月19日(土) 14:00～16:00 会場／市民会館調理実習室 内容／本場イタリアのパスタ、トマトソース作りを学ぶ 募集人数／20人(先着順) 受講料／有り 〇・〇 9月25日(木)までに市国際交流協会 ☎ (82)4426へ

さくら学園秋桜祭り  
フリーマーケット出店募集

日時／10月26日(土) 10:00～14:00 会場／さくら学園駐車場 募集区画／指定25区画程度(予定・先着順) 出店料／無料 ※雨天中止・延期なし 〇・〇 さくら学園 小林 ☎ (89)0789へ

## 沼津高専公開講座

7講座の申込を受付中です。  
会場／沼津工業高等専門学校(沼津市大岡) その他／詳しくはホームページをご覧ください  
〇・〇 沼津工業高等専門学校公開講座担当 ☎ 055(926)5762、  
☑ koukaikouza@numazu-ct.ac.jp 〇 HP http://techno.numazu-ct.ac.jp/koukai/

# 沼津石材株式会社

## 御殿場店

御殿場市萩原 448  
TEL: 0550-83-3460 FAX: 0550-83-3440

☎ 0120-147-135

土・日・祝日  
営業しております。  
【営業時間】9:00～18:00  
定休日：毎週金曜日



全優石  
全国優良石材店

お墓の  
正しい選び方  
お教えします♪



店長：中根大樹

御殿場バイパス(国道138号線)、  
『小原南』信号交差点より側道にお入りください。

〇〇 白い大きな  
看板が目印



まずはお気軽にお電話を！ 親切・丁寧に対応いたします！



すきやきコロツケの温泉卵乗せ。



「大衆ビストロ 2918」料理人  
橋積 正浩

information  
新橋 1938-10  
TEL : 84-2918

### 材料 (3人分)

- じゃがいも……………5個
- 玉ねぎ……………1/2個
- 牛肉小間切れ……………150g
- しらたき……………50g
- 砂糖……………50g
- 醤油……………70cc
- 酒……………100cc
- 温泉卵……………3個



美味しいよ!!

## お手軽、簡単!! フロレシピ。

プロの料理人から学ぶ簡単レシピ。  
今回は「大衆ビストロ2918」  
の橋積正浩さんに教わりました。

- ① すきやきを作る…  
砂糖、醤油、酒を火にかけて、煮立ったらスライスした玉ねぎ、牛肉、湯通ししたしらたきを加えて煮ます。すきやきは残り物でも。
- ② じゃがいもをゆで潰す…  
鍋にじゃがいもとかぶるくらいの水を入れゆでます。ゆで上がったたら皮をむき潰します。粗さはお好みで。
- ③ コロツケを成形する…  
①、②を混ぜ合わせます。タネは大きめに。温泉卵を乗せやすいように丸く平たく成形します。
- ④ 衣をつける…  
③の表面に小麦粉(※)を薄く付けて、溶き卵(※)をからめ、パン粉(※)を全体に付けます。※分量外
- ⑤ コロツケをあげる…  
170〜180℃の油でこんがりときつネ色になるまであげます。
- ⑥ 温泉卵を乗せて完成…  
器にコロツケを盛り、その上に温泉卵を乗せて完成です。味は付いているのでまずはそのまま。お好みで塩やソースも合います。



杉本 有里紗ちゃん (2歳7カ月)  
父 <sup>みちひさ</sup>道寿さん/母 浩美さん (御殿場)



## 我が家の アイドル



<sup>ゆきな</sup> 芹澤 由奈ちゃん (1歳)  
父 <sup>ひろかず</sup>広師さん/母 めぐみさん (玉穂)

市の人口 計/ 88,391(+21) 男/ 45,336 女/ 43,055 世帯/ 37,406 8月1日現在 (外国人住民含む)