

広報ごてんば

GOTEMBA

<https://www.city.gotemba.lg.jp>

謹賀新年

2024

1/5

No.1456



年頭のご挨拶	2・3
選挙啓発機関紙 しろばら 第30号	4
御殿場市議会議員選挙	5
自転車ヘルメットの購入費を助成します	6
御殿場 GIGA スクール通信	7
PHOTO MY TOWN	8
ごてんばニュース	9～11
消防まるかじり	12
Pick up Information /消費生活豆知識	13・14
市民伝言板	15
ごてんば学校通信 /我が家のアイドル	16



— COVER PHOTO —

雲ひとつない空と富士山。御殿場らしい1枚と共に令和6年の幕開けです。辰が空を昇っていくように、上向きの1年にしたいですね。

今年も広報ごてんばをよろしくお願いいたします。

富士山GOGOエフエム
86.3MHz

市からのお知らせ
を以下の番組で放送
しています。

「デイリーごてんば」…月～水曜日 13:05～
「ごてんばインフォメーション」…月～金曜日
8:30～・13:00～・16:30～（各5分間）
「HAPPY SMILE」…金曜日 11:15～
「ごてんばビュー」…土曜日 12:30～

年頭のご挨拶

輝かしい新春を迎え
心からお慶び申し上げます

明けましておめでとうございます。

令和6年の輝かしい新春を迎え、市民の皆様のご健勝を心からお慶び申し上げます。旧年中は、市政に対し格別のご支援、ご協力を賜り厚く御礼申し上げます。

昨年は、いまだ惨劇が続く国際情勢、エネルギー資源高騰による物価高、急激な円安など、経済・社会状況の変化があった一方、5月には新型コロナウイルス感染症の位置付けが変更されたこともあり、日常生活は以前の活気を取り戻しつつあります。そのような中、「市民とともに歩む情のある御殿場」の実現を目指し、「御殿場らしい人づくり、まちづくり」を着実に推進していく中で「富士山東麓エコガーデンシティ地域循環共生圏」の実現に向けた取り組み※をスタートさせました。市域の約56%を占める森林を守り育てるとともに、環境保全と経済活動の両立を図り、持続可能な地域の発展につなげてまいります。

また、令和5年10月8日を語呂合わせで「ごてんばの日」とし、一年を通じて様々な催しを開催しました。各所でのイベントなどは、人々に笑顔を与えただけでなく、本市が誇る水や食などの多彩な魅力を発信する機会ともなり、地場産業の振興につながりました。多くの方々のご参加のもと、「ごてんば」を市内外へ存分にアピールできたものと自負しております。

地域通貨「富士山Gコイン」を活用した施策では、マイナンバーカード保有者へのポイント付与、過去最大の51・08%のプレミアム付商品券の販売など、市内経済の活性化はもとより、デジタル社会の進展にも大きな効果がありました。今では市民の約半分が富士山Gコインを利用するまでに普及しました。今後も、ボランティア・イベント参加ポイントなど、市の施策と連動した活用を推進してまいります。

更に、官民連携で推進している「スポーツタウン御殿場」に関し、全国大会出場など、各競技で市民の活躍があった一年でした。特に未来を担う中学・高校生の躍動は、私自身も大変元気づけられました。去る12月には、第24回しずおか市町対抗駅伝大会において、本市代表チームが見事4年ぶり5度目の優勝を果たし、市民に多くの感動と勇気を与えました。

さて、令和6年も、引き続き将来都市像である「緑きらきら、人いきいき、交流都市御殿場」を目標として、本市のもつ豊かな自然をはじめ、あらゆる資源を最大限に生かすことにより、人々が集い、市民にとって希望と活力があふれるまちとすべく誠心誠意努めてまいります。

結びに、本年が市民の皆様一人ひとりとりまして素晴らしい一年となりますよう心からご祈念申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。



市長

勝 又 正 美



※脱炭素と地域経済の好循環を創出するため、国の「J・クレジット制度」と市独自のデジタル地域通貨「富士山Gコイン」を連携させる。地域課題の解決にもつながる国内の先進的モデルとなる取り組み。



御殿場市議会議員選挙

令和5年4月9日の静岡県議会議員選挙での市全体の投票率は37.81%と、とても低い結果でした。令和6年2月4日の「御殿場市議会議員選挙」では皆さんの大切な一票を投票しましょう。

市選挙管理委員会 ☎ (82)4521



投票できる人

● 令和5年10月27日（転入届を出した日）以前から当市に引き続き住所（住民登録）のある人で、平成18年2月5日までに生まれた人
※ 市内転居者（当市の選挙人名簿に登録されている人で、令和6年1月12日（金）以降に市内転居の届出をした人）は、以前に住んでいた所の投票所で投票してください。

投票時間

午前7時～午後8時
※ 第11投票所は午前9時から午後4時まで

選挙公報

- 2月上旬に各戸にポスティングします。
- 市役所・市役所各支所・駅前サービスセンター・保健センター・一部のコンビニエンスストアやスーパーなどに配架します。
- 市ホームページに掲載します。

投・開票速報と結果

市ホームページでお知らせします。
投票速報…午前10時頃から投票終了まで随時更新
開票速報…午後10時頃から開票終了までおおむね30分毎更新
開票結果…開票終了後から



▲市ホームページ

期日前投票をご利用ください

以下のどの投票所でも期日前投票をすることが出来ます。
※ 投票所により期間や時間が異なりますのでご注意ください。

場 所	期 間	時 間
市役所本庁舎 1階市民ホール	1月29日(月)～2月3日(土)	午前8時30分～午後8時
富士岡支所		
原里支所	2月1日(木)・2日(金)	午前8時30分～午後5時15分
玉穂支所		

持ち物／投票所入場券（あらかじめ裏面の宣誓書を記入してお持ちください）

● 第30号 ● 御殿場市明るい選挙推進協議会／選挙啓発機関紙



しろばら

「白ばら」の由来

「白ばら」は「清潔さ」を象徴するものとされ、明るい選挙の「シンボル」として使用されています。

御殿場市明るい選挙推進協議会 ☎ (82)4521



▲総会に高校生委員が参加しました。

● 御殿場市明るい選挙推進協議会
各行政区・婦人会・高校生の代表71人で構成され、明るく綺麗な選挙の推進や投票率向上のための活動をしています。

活動内容

- ・ 選挙時の投票呼び掛け
- ・ 期日前投票立ち会い
- ・ 新有権者へのメッセージ送付
- ・ 選挙出前授業 など

● 御殿場市明るい選挙推進協議会役員

会 長	佐南 秀明	(御殿場)
副会長	只野 光男	(富士岡)
	福島 美津子	(玉穂)
理 事	芹澤 則夫	(御殿場)
	塩川 講吉	(富士岡)
	齋藤 保	(原里)
	長田 幸夫	(玉穂)
	勝間田 一彦	(印野)
	滝口 総光	(高根)
	鎌野 美子	(婦人会)

令和5年度 明るい選挙啓発ポスターコンクール市特選作品

市内の小・中学生、高校生が、明るい未来のために「1票の大切さ」を力いっぱい表現してくれた作品です。その想いを受け止め、投票による、住みよいまちづくりに参加しましょう！

県コンクール入選



山崎 恋暖さん
(御殿場高3年)

県コンクール入選



佐藤 百華さん
(原里中3年)

県コンクール入選



武田 徠聖さん
(暁秀中1年)

県コンクール入選



堀内 紀恵さん
(御殿場南小1年)



金澤 花梨奈 さん
(御殿場高3年)



佐々木 彩 さん
(原里小6年)



川久保 緋真 さん
(御殿場南小6年)

【優秀作品展】

市優秀作品（入選・特選）は、1月19日（金）午後1時から26日（金）午後4時30分まで市役所本庁舎1階市民ホールに展示します。

市内小・中学校に1人1台端末(iPad)を整備し、令和3年度から授業などで本格的な活用がスタートしました。このコーナーでは、ICT教育に興味・関心を持っていただくため、GIGAスクール構想の取り組みを紹介します。

教育総務課 ☎ (78)6233

児童・生徒・教職員にインタビュー！実際、1人1台端末ってどうなの！？

児童・生徒編

- Q1 端末を使う授業は、使わない授業と比べてどうですか？
Q2 端末をどのような場面で、どのように使っていますか？(家庭も含む)
Q3 端末を使う時に注意していることはありますか？

授業で発表する時に、端末に自分の考えを入力し、そのまま大型提示装置に映すことが出来て便利です。

社会科や総合のまとめの場面で、プレゼンテーションを作成しています。また、家庭学習では、音読を録音したり、AIドリルを使ったりして勉強しています。

目が悪くならないように、長時間利用しないよう気を付けています。また、学習の目的を意識して利用することを心掛けています。



玉穂小学校 6年
はなあり るき
花村 瑠希 さん

クラス全員と意見共有がしやすくなりました。また、調べ学習もすぐに出来るので学習の幅が広がりました。

家庭学習の際、英語のリスニング練習を行っています。生徒会活動では、資料や動画の作成をしたり、アンケートを取ったりします。部活動でも利用しています。

写真や情報などのデータ流失が心配なので、データの管理を心掛けています。勝手に他人の写真などを使わないよう著作権にも気を付けています。



南中学校 3年
はやし こゆみ
林 瑚弓 さん

教職員編

- Q1 端末が導入されて、メリットに感じていることはありますか？
Q2 端末を児童・生徒にどのように使わせていきたいですか？

教材などを配付する時に一斉に配信でき、スピード感が上がりました。また、欠席した児童に、黒板に書かれた内容や次の日の予定を伝える連絡手段としてとても便利です。

児童の力を最大限に引き出す文房具だと思います。授業中は、自ら進んで自分の考えを表現したり、友達の考えを共有したりする道具として使わせていきたいです。



原里小学校
とがし まり
富樫 麻梨 教諭

生徒の考えをクラス全体へ共有しやすくなり授業が活性化するようになりました。また、アンケートを取る時も、紙に比べて集計や集約が簡単出来るようになり便利です。

生徒たちが主体的に学ぶための道具の1つだと思います。積極的に使ってもらい、生徒自身が効果的な使い方を判断・選択し、自分の学びをより良いものにして欲しいです。



高根中学校
はしもと けいじ
橋本 圭司 教諭



自転車用ヘルメットの購入費を助成します



すべての自転車利用者に対しヘルメットの着用が努力義務化となったことを受け、市では、市民のヘルメットの着用を促進し、悲惨な交通事故を1件でも減らすことを目的に自転車用ヘルメットの購入費を助成します。

くらしの安全課 ☎ (82)4123

●対象となる人

- ①市内在住で、着用を目的に購入した本人
- ②市内在住で、親権を持つ子または監護している未成年が着用する目的で購入した人(未成年の子の実親、未成年後見人など)

●対象となるヘルメット

- 次の①②、両方に該当し、令和6年1月1日以降に「市内の店舗で購入した新品のヘルメット」
- ①自転車に乗車する際に着用し、頭部を保護する目的で製造されたもの
 - ②一般財団法人製品安全協会が安全基準に適合することを認証したSGマーク、その他相当する安全基準に適合したもの(JCFマーク、CEマーク、GSマーク、CPSCマークなど)

●補助金額

最大2,000円、ヘルメットの購入金額(税込)の半額までが申請の上限

●必要書類

- ①申請書(くらしの安全課窓口または市ホームページからダウンロードできます)
- ②領収書(購入者(申請者)の氏名、購入日、領収金額、購入品名、購入店がわかるもの)※レシート不可
- ③安全基準を確認できるもの(品質保証書など。パッケージに記載がある場合はそのままお持ちください)
- ④申請者名義の口座を確認できるもの(通帳、キャッシュカードの写しなど)
- ⑤認印(電子申請の場合は不要)

●注意事項

- ・申請できる回数はヘルメットの着用者1人につき1度のみです。申請後に破損などで買い直した場合でも再申請は出来ません。
- ・申請期限はヘルメットの購入日から6カ月以内です。
- ・インターネット通販や中古品販売店で購入したヘルメットは対象外です。

●申請方法

上記、必要書類(コピー可)を添えて直接または郵送で、〒412-8601 くらしの安全課へ。
※電子申請も受け付けています。

▶詳しくは市ホームページをご覧ください。





市内の話題を写真とともに
お届けします。

親子で自然探検！

12月2日、SDGs親子自然探検ツアーが行われました。20組の親子が、YMCA東山荘から森林を探索し、約3・3キロメートル離れた寒沢の源流を訪ねました。
水・森・食など、ツアーを通して自然の恵みの大切さを学びました。



唯一無二。御殿場モルトウイスキーが誕生します

12月4日、キリンデイスティラリー富士御殿場蒸溜所で、ウイスキーのもととなる蒸留液をオーク樽に詰める樽詰式が行われました。

同社は昨年操業50周年を迎えたことを記念し、地域の人々と協力し、富士山の伏流水と、高根地区の休耕

田を利用して育てられた香り高い大麦・美釀黄金（ミカモゴールド）を原料とする、完全御殿場産ウイスキーの生産を始めました。



国際酒類コンクールで最高賞を受賞！

スペイン政府公認の国際酒類コンクール（CIVVE 2023）の古酒部門で、(株)根上酒造店の「鳴鶴 長熟古酒」が最高金賞を受賞しました。さらに、最高金賞の中で最も高い評価を得たお酒に贈られる最高賞（CIVVE大賞）に輝きました。

このお酒は、富士山の伏流水を使って仕込まれ、長い時間を掛けて醸造されました。通の人に好まれる、辛めの口当たりが特徴です。販売は2月以降を予定しています。



上水道料金5%割引を延長します

令和3年3月から令和6年2月までの期間限定で実施している上水道料金の5%割引を、令和9年2月まで延長します。

経緯

割引の実施期間が令和6年2月をもって満了となることに伴い、市長からの諮問を受け、今後の上水道料金について審議する水道事業審議会を開催しました。

市は、審議会の答申に基づき、上水道料金の5%割引を令和9年2月まで3年間延長することとする条例改正案を市議会に提出しました。そして、市議会12月定例会において本改正案は可決されました。

水道事業審議会の答申

水道事業審議会とは、地域代表者、水道の受益者、有識者で構成される審議会です。審議会は計4回開催され、水道事業の経営状況の確認など、幅広い観点から今後の上水道料金についての話し合いを行いました。



▲審議会による市長への答申の様子

上水道課 ☎（82）4602



20歳になったら国民年金に加入

国民年金課 ☎（82）4122
沿津年金事務所 ☎055（921）2201

Q. 保険料を教えてください。
A. 月額16,520円です。

また、前納制度※を利用すると、割引があります。

※6カ月分、1年分などをまとめて事前に納付することが出来る制度です。申し込む時期が決まっているので、ご注意ください。

Q. 経済的な理由などがあれば保険料の納付が出来ない時に、何か助けてくれる制度がありますか？

A. 学生は、「学生納付特例制度」の申請が出来ます。

学生以外で所得が少ないなどの理由から納付が困難な人は、「免除制度」、「納付猶予制度」の申請が出来ます。申請に必要なものがありますので、詳しくはお問い合わせください。

▼詳しくは日本年金機構ホームページをご覧ください。



令和5年分所得税の確定申告 令和6年度市・県民税の申告

課税課 ☎（82）4 1 2 9

申告義務がある人の例

- ◆ 自営業者、農業・不動産経営者
- ◆ 2力所以上から給与をもらっている人
- ◆ 給与と年金をもらっている人
- ◆ 扶養親族の数などに変更があった人（年末調整で済んでいる場合を除く）
- ◆ 株式・家・土地を売却した人
- ◆ 生命保険の一時金・損害保険の満期返戻金・印税・配当などがあった人

申告すると還付が発生する可能性がある人の例

- ◆ 年の途中で退職し、年末調整が済んでいない人
- ◆ 多額の医療費を支払った人
- ◆ 災害・盗難・横領などにより住宅や家財に損害を受けた人
- ◆ 寄附金控除の対象となる寄附をした人
- ◆ 住宅ローンを組んで家を新築または購入した人

御殿場会場

申告受付

日時／2月16日(金)～3月15日(金) 午前9時～午後5時(午後4時受付終了)

申告に必要なもの

- ◆ 申告者本人の金融機関などの口座番号がわかるもの
- ◆ マイナンバーカードまたは通知カード・身元確認書類（運転免許証など）
- ◆ 税務署から送られてきた確定申告用紙または「確定申告のお知らせ（はがき）」、令和4年分の確定申告書・収支内訳書などの控え、利用者識別番号のわかるもの（ある人のみ）
- ◆ 収入額のわかるもの
 - ・ 給与、公的年金の源泉徴収票
 - ・ 各種支払調書（不動産、報酬、個人年金、満期保険金など）
 - ・ 収支内訳書（作成済みのもの）
- ※ 不足があると申告受付できない場合があります。
- ◆ 控除額のわかるもの
 - ・ 国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料の納付証明書（発送は1月下旬予定）
 - ・ 国民年金保険料などの控除証明書
 - ・ 生命保険料、地震保険料などの控除証明書
 - ・ 医療費控除、セルフメディケーション税制の申告に必要なもの（下段(A)参照）
 - ・ 障害者手帳、療育手帳（等級や交付年月日のわかるページ）
 - ・ 被扶養者の所得のわかる書類（源泉徴収票など）

※ 土・日曜日及び祝日を除く
 会場／市民会館会議棟3階

事前予約

- ① WEB予約（24時間予約可能）
 日時／1月15日(月) 午前9時～2月29日(木)午後5時
 ※ 2月分の予約は、2月15日(木)午後5時まで。
- 予約方法／予約サイト（QRコード）にアクセスし、案内に従ってください。

▼ 予約サイト



② 電話予約（土・日曜日及び祝日を除く）
 電話番号／ ☎（70）3 0 1 7

日時／1月15日(月)～2月9日(金) 午前9時～正午、午後1時～4時

税理士による無料税務相談（予約不可）

日時／2月16日(金)、22日(木)、28日(水) 午前9時30分～正午、午後1時～4時

※ 譲渡、山林所得のある人、贈与税の申告をする人、令和4年分の所得金額が300万円を超える人は受付不可。

・ 寄附金の受領証（領収書） など
 ※ 添付の必要がある書類は、返却できません。

(A) 医療費控除

対象／令和5年中に各種所得があり、治療のための医療費を支払った人
 控除額／1年間に支払った医療費から10万円または所得金額の5%のいずれか少ない金額を差し引いた残額（限度額200万円）

※ 高額療養費・生命保険などで補填された金額は差し引いて計算します。
 添付書類／医療費控除の明細書または医療費通知（医療費の領収書は5年間保管する必要があります）
 ※ 医療費の領収書の添付または提示による申告は出来ません。

(B) 介護が必要な高齢者の所得控除

確定申告に「介護が必要な高齢者などの障害者控除の証明」と「おむつ代の医療費控除の証明」が必要な場合は、長寿福祉課 ☎（83）1 4 6 3 までご相談ください。
 詳しくは、13ページをご覧ください。

年金受給者の皆さんへ

公的年金の収入金額が400万円以下で、かつその年分の公的年金以外の所得金額が20万円以下である場合、確定申告をする義務はありません。

御殿場会場で受け付け出来ない人

- ◆ 令和6年1月1日時点で御殿場市に住民登録されていない人
- ◆ 医療費控除の申告をする人で明細書が完成していない人
- ◆ 青色申告をする人
- ◆ 白色申告で事業（農業・営業）所得・不動産所得の収支内訳書が完成していない人
- ◆ 令和4年分以前の申告をする人
- ◆ 準確定申告（死亡した人、出国する人の分の確定申告）をする人
- ◆ 分離課税所得の申告をする人（退職所得、山林所得、土地・建物・株式等の譲渡所得、配当所得、先物取引による雑所得など）
- ◆ 消費税、贈与税及び相続税の申告をする人
- ◆ 雑損控除、災害減免法による減免の手続きをする人
- ◆ 外国籍の人または国外居住親族の扶養控除の申告をする人
- ◆ 初めて住宅借入金等特別控除の申告をする人
- ◆ 申告書の控えに税務署の收受印の押印を希望する人
- ◆ 作成済みの申告書の確認を希望する人（提出のみの場合は、会場内の受付箱に投函すると、沼津税務署へ回送されます）。

沼津会場

日時／2月16日(金)～3月15日(金) 午前9時～午後5時(午後4時受付終了)

※ 土・日曜日及び祝日を除く
 会場／キラメッセぬまづ（沼津市大手町）

※ 入場には、「入場整理券」が必要です。会場での当日配付または「E-Tax」で国税庁公式アカウントを友だちに追加し事前発行できます。

▼ 国税庁「E-Tax」公式アカウント



注意／

- ◆ 駐車場が限られています。公共交通機関をご利用ください。
- ◆ 沼津会場では、基本的に各自のスマホで申告を作成します。事前にマイナポータルアプリをインストールし、マイナンバーカード（作成時に設定したパスワード2種類）が必要です。
- ◆ 青色申告決算書及び収支内訳書の提出が必要な人は、事前に作成し、来場してください。
- 問い合わせ／沼津税務署
 ☎ 0 5 5（9 2 2）1 5 6 0

e-Taxで電子送信

用意するもの／マイナンバーカード、ICカード対応のスマートフォンまたはパソコン

◆ ID・パスワードを使って、e-Taxで電子送信

用意するもの／ID・パスワード方式の届出完了通知

※ 申告者本人が確認書類を持参し、税務署で発行する必要があります。

◆ マイナンバーカード、ID・パスワードを使用せず、申告書を印刷して郵送または直接持参し、〒410-8686 沼津税務署へ

申告書の作成などの相談

電話相談／ ☎ 0 5 5（9 2 2）1 5 6 0
 音声案内に従い「0」を選択してください。
 ※ 令和6年3月15日(金)まで利用できます。

▼ チャットボットでの相談

質問を入力すると、AIを活用した「税務職員ふたば」がお答えします。



20代は特に注意！ 簡単に稼げる副業の誘い

【事例】

「スマホ1台で簡単に稼げる」というインターネット広告を見てSNS登録したら、事業者からマニュアルが必要と言われたため、2千円で購入した。

その後、事業者から電話があり、「初心者でも簡単に出来る」と勧められ、FX（外国為替証拠金取引）のAI自動売買ツールを契約した。代金の70万円は、事業者の指示に従ってスマートフォンに遠隔操作アプリを入れ、画面を共有しながらインターネット上で複数の貸金業者から借りた。

しかし、副業の内容が難しく理解できない。解約したい。

【解説】

20代を中心に遠隔アプリを悪用して借金させる副業トラブルの相談が多く寄せられています。

【トラブルに遭わないために】

⚠️「簡単に稼げる」「短時間で儲かる」などと強調する広告を信用しない。

⚠️遠隔アプリは安易にインストールしない。

⚠️借金してまで契約しない。

おかしいと感じたら、市消費生活センターへ相談してください。

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

Information

案 内

入札参加資格審査申請の受付

市が発注する測量・建設コンサルタント業務、保守管理委託業務、物品の購入・製造などに関する競争入札に参加するためには、市が行う資格審査を受け、入札参加資格を有している必要があります。

市の競争入札へ参加を希望する場合は、申請手続きを行ってください。

期 2月1日(休)～20日(火)

(当日消印有効)

※詳細は市ホームページ
(QRコード)をご覧ください。

問 管財課 ☎(82)4322



介護が必要な高齢者の 所得控除に必要な書類の交付

介護が必要な高齢者やその人を扶養している人で、確定申告（所得控除）において、「介護が必要な高齢者などの障害者控除」、「おむつ代の医療費控除」の申告をする場合には証明書の提出が必要です。

○「介護が必要な高齢者などの障害者控除」用の証明書

介護が必要な65歳以上の人に、控除の際の証明書となる「障害者控除対象者認定書」を交付しています。
※障害者手帳の交付を受けている人や、既に認定書を交付されている場合は改めて手続きをする必要はありません。

※認定された対象者の状態の変化に伴い、認定区分に変更が生じると思われる場合は相談してください。

○「おむつ代の医療費控除」用の証明書

おむつ代の医療費控除を受ける場合は、医療機関が発行する「おむつ使用証明書」または、市で交付する「おむつ代のための主治医意見書内容確認書」が必要です。

初めておむつ代の医療費控除を受ける場合

医療機関が発行する「おむつ使用証明書」が必要です。

※証明書の発行には診察料などが発生する場合があります。

介護認定を受けている人で、おむつ代の医療費控除の適用が2回目以降の場合

医療機関が発行する証明書に替えて、市で交付する「おむつ代のための主治医意見書内容確認書」で控除手続きが出来る場合があります。

○共通事項

市で交付する「障害者控除対象者認定書」と「おむつ代のための主治医意見書内容確認書」はいずれも無料です。

なお、控除対象者と認められないなど、市で交付できない場合があります。

また、税務署で発行する「所得税の確定申告の手引き」の障害者控除及び医療費控除の内容を併せてご覧ください。

※確定申告については10・11ページをご覧ください。

問 長寿福祉課 ☎(83)1463



寒暖差による急激な血圧変動が原因で、心筋梗塞や脳卒中などを引き起こすことをヒートショックと呼び、冬の寒い季節に多く発生します。
人間の体は、体温が下がると血管が収縮して血圧が上がり、逆に体温が上がると血管が拡張して血圧が下がります。
この血圧変動が急激に起こると、心臓や血管に大きな負担が掛かり、身体に大きなダメージを与えてしまいます。



ヒートショックは、日常生活のあらゆる場面で起きる可能性があります。
ポイントは「寒暖差」です。
そのほかに、朝目覚めて布団から出る時や、暖かい部屋から外に出る時などが挙げられます。

市民の皆さんへお願い
年々、救急出動件数は増加しています。
しかし、救急車の台数には限りがあり、救急要請が重複すると現場到着まで時間が掛かってしまうことがあります。
救急車の適正利用にご協力をお願いします。

入浴時には、あらかじめ脱衣所や浴室を暖めておきましょう。
また、起床時には、暖房器具で部屋を暖めてから起きること、外出する際には、薄手の服装は避け、コートやマフラーなどの防寒対策をすることが効果的です。「寒暖差」を作らないように心掛けましょう。

予防するにはどうすればいい？



消防まるかじり
Q & A

ヒートショックに気をつけましょう

御殿場消防署 ☎(82)7150



▲御殿場市・小山町広域行政組合ホームページ

公益財団法人
富士霊園

桜並木をのぞむ四季折々の
風景がお出迎えいたします。

お墓のご相談、ご要望等お気軽にご相談ください。

桜中央通り隣接区画募集中

駿東郡小山町大御神 888-2【水曜定休】
☎0550-78-0311

詳しくはこちら！

永代供養墓『祈りの丘』・樹木葬『さくらの丘』同時募集中！

墓石付完成墓所 200万円より(新区画 210万円)

地域密着!!
創業36年!!

結婚情報サービス

入会金
月会費無し
無料!!

地元成婚1200組以上誕生中!!

20代～シニア迄(男・女)紹介可能です
県東部在住BAP会員様**4,000名以上**在籍
※各種公的証明書提出済みの
身元確かな会員様ばかりです。安心出会いをお約束!!

※リスクの無い安心出会いをお約束!!
人生百年2人で生きる幸せ探し応援!!

県知事認可静岡結婚相談事業協同組合員

BAP結婚情報サービス

☎055-952-5999

bap 沼津 検索

からあげの聖地

中津からあげ

中津からあげ どりしょうき
からあげ 鶏笑
専門店

12年連続
金賞受賞!

GRAND MENU

御殿場店

お電話にてご予約承ります!

☎0550-70-5337

市民伝言板

「市民会館カルチャー教室」 カラダが整うラクラク体操	呼吸を意識した簡単な体操で体を整え、気持ちもリフレッシュ！ 日時／月4回 木曜日 10：30～11：30 対象／18歳以上 募集人数／5人 受講料／有り 団・図 市民会館 ☎(83)8000 へ	
「市民会館カルチャー教室」 手作りパン教室 ～ベーシックコース～	定番のパンと手作りお菓子を基礎からじっくり学べます。 日時／月1回 火曜日 18：00～20：30 対象／18歳以上 募集人数／5人 受講料／有り 団・図 市民会館 ☎(83)8000 へ	
「市民会館カルチャー教室」 手作りパン教室 ～おたのしみコース～	ちょっと珍しいパンや手の込んだパンを作る中級者向けのクラスです。 日時／月1回 水曜日 18：00～20：30 対象／18歳以上 募集人数／5人 受講料／有り 団・図 市民会館 ☎(83)8000 へ	
「市民会館カルチャー教室」 囲碁教室	仕事帰りなど空いた時間に楽しく脳トレしましょう。 日時／月2回 月曜日 19：00～21：00 対象／18歳以上 募集人数／5人 受講料／有り 団・図 文化協会 ☎(82)4533 へ	
「市民会館カルチャー教室」 絵てがみ教室	季節の絵に気持ちを書き添えて大切な人に送る絵てがみ。初心者大歓迎です。 日時／月1回 水曜日 13：30～15：30 対象／18歳以上 募集人数／10人 受講料／有り 団・図 文化協会 ☎(82)4533 へ	
「市民会館カルチャー教室」 トランペット教室	トランペットのスキルアップを目指す人向けの個人レッスンです。 日時／月2回 月曜日 ①17：00～17：30 ②19：00～19：30 対象／中学生以上 募集人数／2人 受講料／有り 団・図 市民会館 ☎(83)8000 へ	
第17回 中学生英語スピーチ コンテスト	市内の中学生が、日頃感じていることを英語で発表します。 日時／1月20日(土) 10：00～12：00 会場／玉穂報徳会館 入場料／無料 図 市国際交流協会事務局 ☎(82)4426	
終活セミナー ～事前相談で安心を～	日時／1月27日(土) 13：30～14：30 会場／けやきかん 生涯学習室 参加料／無料 募集人数／36人 ※事前予約制 講師／赤川なおみ 主催／㈱青葉式典社 団・図 ㈱青葉式典社 斎藤 ☎0120(22)8161 へ ※セミナー後、無料の個別相談（15分間）を開催します（先着6人、事前予約制）	
不動産無料相談会	日時／2月8日(木) 13：30～16：00 会場／プラサヴェルデ 402 会議室（沼津市大手町） 募集人数／20人（先着順） 相談料／無料 団・図 公益社団法人全日本不動産協会静岡県本部 ☎054(285)1208 へ ※1月15日(月)10：00から予約の受け付けを開始します。	
プラネタリウムと星空探訪	プラネタリウムをはじめとした様々なプログラムを通して、 家族で満天の星と朝霧高原の夜を楽しみませんか？ 日時／3月1日(金)・2日(土) 一泊二日 会場／県立朝霧野外活動センター 対象／県内在住の未成年の子どもを含む家族またはグループ ※未成年者のみでは参加できません。 募集人数／80人（応募者多数の場合は抽選） 参加料／有り 団 申込フォーム(QRコード)から 図 県立朝霧野外活動センター ☎0544(52)0322	

うちの子「結婚」しないのかしら？

独身のお子様の結婚相談承ります

お子様の結婚に関するお悩み、
プロの仲人がお答えします。

まずはお気軽に仲人にご相談下さい

☎055-946-6072

結婚相談所 ムスベル

謹賀新年

RISK CONSUL 損害保険トータルプランナー認定代理店

株式会社 リスクコンサル

生命保険・損害保険プロ代理店

取扱
保険会社

詳しくはこちら

●三井住友海上火災保険(株)
●損害保険ジャパン(株)
●三井住友海上あいおい生命保険(株)
●メットライフ生命保険(株)
●オリックス生命保険(株)

本年もよろしくお願ひ致します

〒412-0039 静岡県御殿場市かまど538-48 ☎0550-82-0477
(旧御殿場青果市場跡地) FAX 0550-82-0484

\\ Pick up / Information

案内

高根ふれあい広場
休場のお知らせ

照明交換工事のため、下記の期間、
高根ふれあい広場は利用できません。
期 2月1日(木)～4月15日(月)
※天候などの影響により期間が変更
になる場合があります。
※期間中は、ウォーキングコースも
利用できません。
図 市民協働課 ☎(82)4308

国保被保険者が出産した場合
国保税が免除されます

令和5年11月以降に出産した国
民健康保険被保険者にかかる国保税
のうち、所得割額と被保険者均等割
額が免除される制度が始まります。
免除を受けるには、原則世帯主か
らの申請が必要です。詳しくはお問
い合わせください。
免除期間
出産予定日（出産日）の属する月の
前月から翌々月までの計4カ月間（多
胎出産の場合は6カ月間）
※令和6年1月以降分の国保税が対象
図 国保年金課 ☎(83)1255

募集

「放課後子ども教室」
支援員募集

勤 火曜日 午後2時30分頃～4時30分頃

木曜日 午後2時頃～4時頃
場 原里支所（火曜日）
富士岡支所（木曜日）
対 小学校3年生の児童に、宿題
（主に国語・算数）を教えるこ
とができ、年間で26回程度従
事できる人（教員免許不要）
数 数人
他 謝礼有り
（1時間あたり1,480円）
申・問 2月29日(木)までに社会教
育課 ☎(82)0339へ

第2次御殿場市住宅マスタープラン
（案）への意見を募集します

本案は、市ホームページ（QRコー
ド）、市役所情報公開コーナー、建築
住宅課及び市役所各支所で閲覧でき
ます。
※案は1月16日(火)から公開
申・問 2月2日(金)まで（必着）に意
見書または任意の様式に必要な事
項を記載し、直接、郵送または
メールで〒412-8601建築住宅課
☎(82)4229、
☐ kenchiku@city.
gotemba.lg.jpへ

育英奨学生募集

貸与期間
その学校の正規の修業期間
貸与額
月額12,000円…高等学校、高等専門学
校（1～3学年）、専修学校（高等課程）

月額30,000円…大学（短期大学含
む）、高等専門学校（4・5学年）、
専修学校（専門課程）
応募資格（下記の条件をどちらも満
たす人）
①保護者が御殿場市に引き続き3年
以上住所を有する人
②優秀な資質を有し、経済的な理由
などにより修学困難な人
奨学金の返還
10年間で全額返還（無利息）
数 10人程度
申・問 1月15日(月)から2月2日(金)
までに教育総務課 ☎(82)4520へ
※申込方法など詳細
は市ホームページ
（QRコード）をご覧
ください。

第2回わくわくボッチャ
フェスタ参加チーム募集

日 2月24日(土) 午前9時～正午
会 市体育館アリーナ
対 市内在住または市内に通勤・通
学している小学生以上の人
数 24チーム（1チーム3～5人、
先着順）
持 屋内シューズ、寒くない服装
料 1人100円（傷害保険料として）
申・問 2月5日(月)までに、スポー
ツタウン御殿場ホームページ
（QRコード）または電話でス
ポーツ交流課
☎(82)4135へ

● 浄化槽清掃・保守点検
● 粗大ゴミ収集・タイヤ処分
● 排水管詰まり修理

高森商事(株)

■本 社
静岡県御殿場市電498-2 ☎0550-82-1911
■タイヤカット工場(神場南企業団地内)
静岡県御殿場市神場3-18 ☎0550-80-3888



市内の小・中学校で行われた行事や取り組みを紹介します。

富士岡小 市役所庁舎見学

11月28日、3年生が、市役所の庁舎見学を行いました。

子どもたちは、環境や防災など担当者からの説明を熱心に書き留め、多くの質問を投げかけていました。

普段は入ることの出来ない屋上を見学した子どもたちは、まちを一望できる景色を見渡すと、「富士山がきれい！」と嬉しそうな様子でした。



～認知症の理解を深める～ 認知症サポーター養成講座

富士岡中

11月28日、2年生を対象に、認知症の症状を正しく理解し、高齢者を支える「認知症サポーター」の養成講座を開催しました。

講座では、認知症の症状などの講義を受けた後、寸劇を通して、道に迷っている認知症の高齢者との接し方などを学びました。

講座の終わりには、認知症サポーターになった証として、キッズサポーターカードが贈られました。



山口 悠鶴ちゃん（1歳1カ月）
父 大樹さん／母 琴海さん（富士岡）



我が家の
アイドル



芳澤 こころちゃん（1歳7カ月）
父 祥太郎さん／母 翠さん（御殿場）