

広報ごてんば

GOTEMBA

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

2024

6/20

No.1467

野菜をたべようね♪

御殿場市制施行 70 周年記念事業

GOTEMBA MIRAI PROJECT 2024

powered by TGC

TOKYO
GIRLS
COLLECTION
by @riswalker.com



SHIZUOKA
FINANCIAL GROUP

6/20

もくじ NO.1467

CONTENTS

GOTEMBA MIRAI PROJECT 2024	2・3
変わる！介護のあれこれ	4
ごてんば市民芸術祭	5
大切なのは、これからのこと	6
高校生の1コマ	7
PHOTO MY TOWN	8・9
ごてんばニュース	10・11
Pick up Information	12・13
市民伝言板／くらしのエコ／ 不用品活用バンク	14
みんなの健康／図書館だより	15
くらしのカレンダー	16

どんなプロジェクト？

東京ガールズコレクション（TGC）とコラボし、各業界のプロやインフルエンサー、若手起業家たちと共に、課題解決力やアントレプレナーシップ*について学びます。

様々な分野で活躍する人々との交流を通して、楽しみながら、未来を切り拓く力を身に付けられるプロジェクトとなっています。

※起業家精神とも言われ、リスクを恐れず挑戦し、新しいものを生み出していく姿勢や考え方のこと



応募方法など詳しくはこちら！

応募資格や申込方法などの詳細は、市ホームページ（二次元コード）をご覧ください。



ポイント

- インフルエンサーやタレントと一緒に活動できる！
- 自分の住んでいるまちの魅力と課題を改めて知れる！
- 様々な業界のプロや起業家、大学生などとの交流によりたくさんの刺激を受けられる！
- 進学や就職活動などでPR できる！
- アイデアとやる気次第で起業できるかも！？

プロジェクト年間予定

2024

7
July

御殿場応援大使なえなのさんが登場！プロジェクトの実施に向けて、地域の魅力や課題を知るセミナー



8
August

バズる動画の作り方を解説！TikTok プロモーション講座



9
September

地域の魅力や課題を体感！御殿場コシヒカリの収穫体験

10
October

「ごてんばの日」記念イベントで活動の中間報告！



11
November

3月のTGC イベントの企画や、地域の課題解決策を考えてみよう



2025
2
February

3
March

TGC プロデュースイベント開催！1年間の活動の総まとめをして発表しよう！



プロジェクト 「MIRAI」を創造する 私たちが、このまちの未来を創造するんだ！



地球温暖化に伴う気候変動や、少子高齢化の急速な進行、担い手不足、人口減少など、全国の自治体は様々な社会課題に直面しています。これら諸課題に向き合い、御殿場市の明るい未来を切り開くためには、次世代を担う若者たちの力が不可欠です。

そこで市では、高校生を対象に、企業やインフルエンサー・タレントなどと共に、社会課題の解決に取り組むことで、御殿場の未来を担う人材を育成するプロジェクトをスタートします。

企画課 ☎ (82) 4421



— COVER PHOTO —

6月は食育月間です。市内出身のトマト兄さんと「ちゃす」さんが、市内の保育園・幼稚園などで、オリジナルの歌や踊りを披露しながら、「野菜を食べよう」と呼び掛けていました。

富士山GOGOエフエム 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SDGsラジオ」
…月曜日 11:15～・水曜日 17:30～
「ごてんばインフォメーション」
…月～金曜日 8:30～・13:00～・16:30～
「HAPPY SMILE」…金曜日 11:15～
「ごてんばビュー」…土曜日 12:30～



「御殿場市制施行 70 周年」 記念事業 ごてんば市民芸術祭



「御殿場市制施行 70 周年」 記念事業として、令和 6 年度ごてんば市民芸術祭を開催します。7 月 6 日(土)のオープニングセレモニーとジュニア・洋舞フェスティバルを皮切りに、様々なイベントが行われます。詳しくは市ホームページをご覧ください。社会教育課 ☎ (82)4319



1 ステージ部門

開催日	行事名	場所	募集期間
7/6 (土)	オープニングセレモニー ジュニア・洋舞フェスティバル	市民会館 大ホール	募集終了
7/7 (日)	コーラスフェスティバル		
10/6 (日)	ほのぼのコンサート		
10/19 (土)	日本芸能のつどい	ふじざくら	6/20 (木)～ 7/19 (金)
10/20 (日)	邦楽のつどい		
11/24 (日)	アマチュアダンスフェスティバル		
R7/2/1 (土)	吹奏楽のつどい	市民会館 大ホール	10/20 (日)～ 11/29 (金)

2 展示部門

開催日	行事名	場所	募集期間
10/1 (火)～ 7 (月)	ジュニアアート展 (絵画部門/小学生の部①)	市民会館 展示ホール	—
10/4 (金)～ 6 (日)	書道展	市民会館 小ホール	6/20 (木)～ 8/23 (金)
10/16 (水)～ 22 (火)	ジュニアアート展 (絵画部門/小学生の部②・中学生の部)	市民会館 展示ホール	—
10/17 (木)～ 20 (日)	美術展	市民会館 小ホール	6/20 (木)～ 10/4 (金)
10/26 (土)・ 27 (日)	華道展		
10/30 (水)～ 11/5 (火)	文化展 (園芸・手工芸・俳句など)	秩父宮記念公園	6/20 (木)～ 8/23 (金)
10/30 (水)～ 11/5 (火)	ジュニアアート展 (書道部門/小学生の部①)	市民会館 展示ホール	—
11/2 (土)～ 4 (月) (振)	刀剣展示会	秩父宮記念公園	—
11/7 (木)～ 13 (水)	ジュニアアート展 (書道部門/小学生の部②・中学生の部)	市民会館 展示ホール	—
11/28 (木)～ 12/1 (日)	写真展	市民会館 小ホール	6/20 (木)～ 11/15 (金)
R7/2/1 (土)～ 9 (日)	キッズ絵画展 (幼稚園の部)	市民会館 展示ホール	—
R7/2/11 (火)祝～ 18 (火)	キッズ絵画展 (保育園の部)		

3 その他の部門

開催日	行事名	場所	募集期間
10/6 (日)	囲碁大会	ふじざくら	当日受付
10/20 (日)	小・中学生将棋大会	市民会館 会議棟	9/5 (木)～ 10/15 (火)



御殿場市は昭和 30 年 2 月 11 日に市制を施行し、令和 7 年 2 月で 70 歳を迎えます。この節目を市民の皆さんと祝い盛り上げるために、本年度から令和 7 年度にかけて記念事業を開催していきます。ぜひご参加ください！



変わる！介護のあれこれ

高齢者福祉の現状に合わせて新たに変わる、介護の取り組みについて紹介します。

長寿福祉課 ☎ (82)4134

変わる①

御殿場市第 10 次高齢者福祉計画及び第 9 期介護保険事業計画・成年後見制度利用促進基本計画

令和 6 年度から 8 年度までを期間とする計画を作成しました。ポイントを紹介いたします。

■介護サービスについて

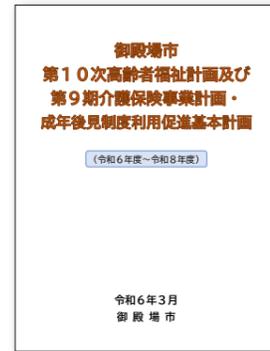
- ・地域に合わせたサービスや施設を確保
- ・医療と介護の連携を強化
- ・在宅生活向けのサービス普及を推進
- ・訪問リハビリや、介護施設による在宅者支援を充実

■高齢者への取り組みについて

- ・支え合いと社会参加により、住み慣れた地域で安心して生活できるまちづくりを推進
- ・認知症の人や家族が住みやすいまちづくりを推進
- ・誰もが尊厳ある生活を続けられるよう、成年後見制度などの権利擁護支援を推進
- ・適正な介護給付をするための体制を強化

■介護現場について

- ・人材確保のための補助などを実施
- ・職場の環境改善のための支援や施策を推進



変わる②

介護保険制度

■福祉用具の借用と購入の選択肢拡大

使用する際、借用か購入かを選べる福祉用具に次のものが増えました。

- ・固定用スロープ
- ・歩行器 (歩行車は除く)
- ・単点杖および多点杖 (松葉杖は除く)



▲歩行器の例

■居宅介護支援事業所による介護予防支援実施

要支援者が利用する介護予防支援事業を、市から指定を受けた居宅介護支援事業所が直接実施できるようになりました。これにより、利用者が要支援から要介護となった場合でも、同一の事業所による支援を受けられます。

市では、令和 6 年 4 月に、市社会福祉協議会居宅介護支援事業所が対象になりました。

変わる③

65 歳以上の人の介護保険料

令和 6 年度から 8 年度までの保険料基準額は、令和 5 年度の保険料と同基準 (5,300 円) に据え置きます。また、所得などの条件によって決まる保険料率は、国の基準と市独自の基準を効果的に組み合わせ、負担の軽減を図ります。新しい保険料額の決定通知は 7 月中旬頃に送付します。

詳しくは市ホームページをご覧ください



▲計画の詳細

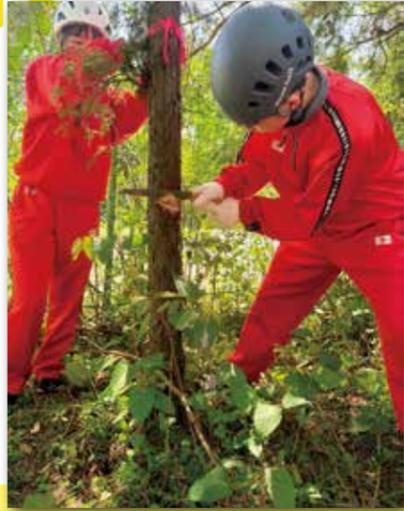


▲保険料の詳細

高校生の1コマ

A piece of youth

御殿場高等学校創造ビジネス科



▲①ごてんばっ木に学ぶ
②木村 優花 (きむら ゆうな)・3年
③国立中央青少年交流の家
④課題研究の授業で、御殿場の木について学んでいる写真です。木を伐採するという体験を通じて、木の香りやぬくもりを感じることができ、自然の良さを再認識しました。木や緑の美しさを感じられるように撮影しました。



▲①心躍る調理実習
②杉本 柚菜 (すぎもと ゆうな)・2年
③御殿場高等学校
④デザイン科の生徒が出来上がりに期待しながら楽しそうに調理している姿を撮影しました。集中して緊張感のある姿や、笑顔で取り組んでいる姿が収められました。



▲①未来に繋ぐ光
②日吉 陸斗 (ひよし りくと)・2年
③御殿場高等学校
④工業科の溶接の授業を見学しました。溶接の慎重な作業に緊張しながら取り組む様子を写真に収めることが出来ました。光の輝きが美しく、この技術が未来を支えるのだらうと感じました。



▲①夢のために
②細谷 倅汰 (ほそや こうた)・2年
③御殿場高等学校
④ビジネス科の簿記の授業では、グループ学習で問題演習に取り組んでいました。今回撮影をした友達は「難しいけど楽しい！」とニコニコしながら電卓を使っていたのがとても印象的でした。

毎月20日号で、市内3校の高校生が撮影した日常の様子を紹介します。今号は、御殿場高等学校の皆さんの作品です。高校生ならではの視点をお楽しみください！

大切なのは、これからのこと

6月23日から29日までは、男女共同参画推進週間です。

色々な場所で誰もが平等にチャンスを与えられ、個性と能力を発揮し、積極的に社会に参加することを「男女共同参画」と言います。

市では、令和4年度に「第5次レインボープラン御殿場」をスタートさせ、「大切なのは、これからのこと」をキャッチフレーズに、男女共同参画都市宣言を行いました。

これは、日常の中での疑問に思っている「あたりまえ」や気づいていることを行動に変えて、誰もが生きがいと誇りを持っていきいきと暮らせるまちづくりを目指していくことを宣言するものです。プランと宣言をもとに、皆さんと一緒に男女共同参画を推進していきます。

市民協働課 ☎ (82)4308



こんな取り組みをしています！

男女共同参画講師派遣事業

市内小・中学校に、講師として市職員(女性消防士・男性幼稚園教諭・保育士)を派遣し、職業講話を行っています。令和4年度からは民間企業からも講師を招いています。

男女共同参画推進講演会

男女共同参画について様々な視点から話をする講演会を、市婦人会連絡協議会と共催で開催しています。今年も次のとおり開催します。

7月4日(木) 午後1時30分～3時

ふじざくら交流ホール

災害大国における自助力の大切さ

講師：敷島産業(株)取締役 馬場美穂氏



おはなし会

2024男女共同参画おすすめBOOK

図書館や保育園で、図書館ボランティアによる男女共同に関する絵本読み聞かせ(おはなし会)を行っているほか、図書館で6月にお勧め本の展示を行っています。

図書館 ☎ (82)0391



男女共同参画社会づくりキャッチフレーズコンクール

男女共同参画社会づくりのためのキャッチフレーズを募集・表彰しています。今年も、応募総数528作品の中から入賞作品が決定しました。市役所で表彰式と作品展示を行います。ぜひお越しください！



中学生の部

特選

「お互いに尊重しあって咲かせる笑顔」 遠藤 由理 (御殿場中)

「多様性認める心明るい未来」 田代 健斗 (御殿場中)

「認めよう互いの「らしさ」を大切に」 勝又 奏綯 (富士岡中)

入選

佐藤 璃愛 (御殿場中)、高田 遼一 (御殿場中)、杉山 菜稚 (御殿場中)、勝又 莉紗 (御殿場中)、鎌田 奈愛 (富士岡中)、佐藤 優空 (西中)、安田 望 (西中)

一般の部

特選

「認め合い個性が生きる明るい社会」 内海 宏幸 (川島田)

入選

廣岡 綾子 (新橋)

※敬称略

- ①作品タイトル
- ②撮影者氏名・学年(撮影時点)
- ③撮影地
- ④撮影エピソード

二次元コードから、御殿場高等学校のInstagramにアクセスできます。





Good Time

PHOTO MY TOWN

市内の話題を写真とともに
お届けします。

看護の道へ一歩前進

5月23日、御殿場看護学校2年生が載帽式を行いました。ナースキャップをつけてもらい、ナイチンゲール像から受け取った灯りの中でナイチンゲール誓詞を朗読し、看護の道への記念すべき一歩を踏み出しました。

賑わう中央公園

5月19日、中央公園で「メダカ市&ふろしき市」が開催されました。ハンドメイド品やクラフト品などのフリーマーケットのほか、メダカすくいなどが行われ、会場は多くのお客さんで賑わっていました。

今年も開催！

5月18日・19日、富士山樹空の森で、「ACO CHILL CAMP 2024」が開催されました。今年で10年目を迎えたアコチルには、様々なジャンルのアーティストやミュージシャンが登場し、会場は大盛り上がりでした。

森の名は「ゆうのもり」

日本郵船㈱が市内の森林の整備を進める「ゆうのもりプロジェクト」の拠点が東田中に完成し、5月14日、オープニングイベントが行われました。今後も整備が続ぎ、生物多様性の維持や環境教育の場などとして、活用されていく予定です。

野菜を植えたよ！

5月中旬、市内の認定農業者が育てた野菜の苗を幼稚園・保育園・こども園に配布しました。この日は、認定こども園ぶらんこの園児たちが、認定農業者の指導のもと、ナスとピーマンの苗を「大きなあれ」と心を込めて植えていました。

お馬さんこんにちは！

5月11日、市馬術・スポーツセンターで「UMAFESTA 2024」が開催されました。青空のもと、約1,200人の親子らが乗馬体験や、うさぎ・ハリネズミとのふれあい、働く車展示など様々な体験を楽しんでいました。



Mt.FUJI TRAIL STATION のぼる、マナブ、つながる、トレステ。

マウントフジトレイルステーション（通称トレステ）は、富士山御殿場口新五合目に期間限定でオープンする、富士山と様々な形でふれあうことの出来る交流拠点です。

トレステでは富士登山はもちろんのこと、観光、富士山自然休養林ハイキング、トレイルランニングなど訪れる人の目的に合わせて、アクティビティを楽しんでもらえるような案内やスタンプラリーなどの各種イベントを開催します。

名物の展望台からは早朝のご来光や雲海、朝日に染まる赤富士など素晴らしい景色を堪能することができます。登山以外の楽しみ方もあります。

富士山御殿場口は開山期間中でもマイカーで気軽に来ることも出来ますので、ぜひ足をお運びください。

詳細は、二次元コードからご覧ください。



富士山トレステ
検索

開催期間

7.10 (水)～9.10 (火)



観光交流課 ☎(82)4622

富士山開山日に合わせて トレステがオープンします！



御殿場エコサポーターに 登録しませんか

環境課 ☎(83)1603

御殿場エコサポーター制度とは、市民・事業所・団体・行政が相互に連携し、市内における環境保全活動を活性化するための制度です。5月末現在で55の団体・事業所が登録しています。

御殿場エコサポーターの登録方法や各団体・事業所の取り組み事例などは市ホームページをご覧ください。



登録団体インタビュー

日立 Astemo 御殿場工場

「地域・社会との共存 生態系保護活動」

日立 Astemo 御殿場工場では、地域・社会と信頼関係を築くと共に、ボランティア活動を通じ、住民とのコミュニケーションを推進しています。

また、生態系を適切に保つ取り組みなど、生物多様性や自然保護に関する社会貢献活動を実施しています。

主な活動内容

①カーボンニュートラルに向けたCO2排出量削減

社有地にソメイヨシノと河津桜12本を植樹しました。

②富士山周辺の清掃活動

今後もこの活動を継続し、美しい世界遺産富士山の自然環境を守っていきます。

③近隣河川の清掃活動

豊かな自然と綺麗な海を守るため、定期的に清掃を実施しています。



私道整備助成金を交付します

管理維持課 ☎(82)4233



国民年金保険料を納めることが 難しい人は免除の申請が出来ます

沼津年金事務所 ☎055(921)2201

国保年金課 ☎(82)4122

生活や防災など、地域と密接に関わりのある既存私道の整備を目的とし、助成を行います。助成を受けるためには、事前申請が必要ですのでお問い合わせください。

助成対象となる私道

次の条件を全て満たした私道

- ① 既存私道であること
- ② 4以上の幅員が確保できること (図1)
- ③ 起終点が公道または幅員4以上の私道に接続していること (図2)
- ④ 工事に支障となるような物件及び地下埋設物(水道管・下水道管など)がないこと
- ⑤ 当面、地下埋設物の設置予定がないこと
- ⑥ 整備工事について関係する土地権利者の承諾が得られること

助成金額と維持管理

助成金額は、人口密度や沿道の家屋の数、公共施設の有無、道路幅員、接続道路などの状況により整備工事費用の5割または7割となります。

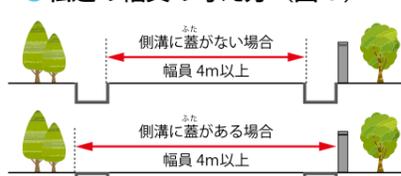
なお、整備工事が終了した私道の維持管理は、皆さんで定期的に行なってください。

助成対象となる整備工事の種類

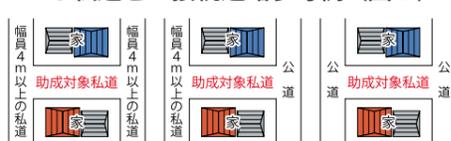
舗装新設工事	未舗装の私道をコンクリート・アスファルト舗装する工事
舗装修繕工事	舗装されている私道の一部または全部を舗装し直す工事
道路排水工事	道路側溝などを新設・修繕する工事
道路安全施設工事	ガードレールや防護柵などを設置する工事

※ただし、個人に関わる塀や乗り入れ、土留め工事などは、助成対象外となります。

私道の幅員の考え方 (図1)



私道との接続道路参考例 (図2)



免除の種類

全額免除または一部免除

- 受付開始日/7月1日(月)
- 対象/本人・配偶者・世帯主それぞれの前年の所得が一定額以下の人
- 免除期間/7月～令和7年6月
- 納付猶予
- 受付開始日/7月1日(月)
- 対象/50歳未満で本人・配偶者それぞれの前年の所得が一定額以下の人
- 猶予期間/7月～令和7年6月
- その他

失業などを理由として全額免除または納付猶予を承認された人や一部免除を承認された人は翌年度も申請が必要です。

学生納付特例

対象/前年の所得が128万円以下の学生
申請対象期間/令和7年3月まで

共通事項 (持ち物)

・マイナンバーカードまたは基礎年金番号がわかるもの

身分証明書

・離職票など(失業した人のみ)

・学生証または在学証明書(学生納付特例のみ)

※免除・納付猶予・学生納付特例が承認された期間は、年金を受給するための資格期間に算入されます。保険料を納めず、免除などの申請をしないままにしておくと、加算されません。

※過去の期間については申請日より原則2年1ヵ月前までさかのぼって申請が出来ます。

※確定申告など所得の申告をしておく必要があります。

▼詳しくは、日本年金機構ホームページ(二次元コード)をご覧ください。



▼「マイナンバー(二次元コード)」からマイナンバーカードを利用して免除の電子申請が出来ます。



案内

ひとり親家庭等
医療費助成制度

医療機関で受診した時の費用のうち、保険給付の対象となる医療費の自己負担分（入院時食事標準負担額分を除く）を全額助成する制度です。

対 母子家庭または父子家庭などで、同居の家族を含め所得税非課税世帯であり、20歳未満の児童を扶養している人（養育者）とその児童

持 世帯全員分の健康保険証、保護者の預金通帳、世帯全員分の個人番号（マイナンバー）が確認できるもの、身元確認書類（マイナンバーカード、運転免許証など）

※手続きをする年の1月1日（1月から6月までに手続きの場合は前年の1月1日）以降に転入された人は、所得証明書や源泉徴収票が必要な場合があります。

申・問 子育て支援課☎(82)4124へ

募集

保護者向け
夏休み宿題応援講座（無料）

夏休みの読書感想文・自由研究のアドバイスや手伝いの仕方を、保護者に紹介する講座です。

日 7月6日(土)
読書感想文応援講座
午前10時～10時40分
自由研究応援講座
午前11時～11時40分

※1講座または両講座の受講可。

会 図書館2階会議室

対 市内在住の小学生の保護者

数 各15人（先着順）

持 筆記用具

申・問 6月20日(木)から7月2日(火)までに直接または電話で、図書館（社会教育課）☎(82)0391へ

子ども統計教室（無料）

統計の基本をクイズで理解し、統計グラフの演習などを行います。夏休みの自由研究に役立ててみませんか？

日 7月21日(日)

①低学年の部（1～3年生）

午後1時～

②高学年の部（4～6年生）

午後3時～

※いずれも1時間程度

会 図書館2階会議室

対 市内在住の小学生

数 ①10人（保護者同伴）、②10人

※いずれも先着順

申・問 6月20日(木)から7月10日(火)までに直接または電話で図書館（社会教育課）☎(82)0391へ

夏休み
給食センター体験隊（無料）

普段は入ることが出来ない給食センターで、給食作りの疑似体験をしてみませんか。

日 7月25日(木)

午前9時30分～11時30分

会 南学校給食センター

対 市内在住の小学生を含む家族、グループ

数 15組（定員を超えた場合は抽選）

持 エプロン、マスク、タオル、三角巾、室内用履物、飲み物

申 7月1日(月)から8日(月)までに代表者氏名、参加者数（大人・子ども）、子どもの年齢または学年をメールで、学校給食課（南学校給食センター）、

☐kyushoku@city.gotemba.lg.jpへ

問 学校給食課☎(78)6689



おやこ食育教室

日 7月31日(木) 午前9時30分～

会 保健センター

内 食についての学習と調理実習

※調理実習はチキン料理、みそ汁、サラダ、デザートなどを作ります（メニューは変わる場合があります）。

対 市内在住の小学生とその親または保護者

数 8組（先着順）

料 300円（1人）

持 エプロン・三角巾・マスク・手ふきタオル・麦茶やお茶などの飲み物・筆記用具

※調理実習時はマスク着用。

申・問 6月24日(月)から7月12日(金)までに直接または電話で、健康推進課☎(82)1111へ

ごてんば未来塾（無料）

より住み良いまちを自分たちの手でつくるために、「課題発見・企画づくり・チームビルディング・プレゼンテーションのやり方」などを学ぶ実践講座です。この機会に、まちづくりにどう向き合っていくのかを学び、考えてみませんか。

日 8月31日、9月14日、28日、10月12日、26日 土曜日 全5回

会 市役所東館201～203会議室

対 市内在住または通勤・通学している高校生以上で、5回の講座全てに参加できる人

数 18人（先着順）

講 特定非営利活動法人 NPOサブライズ代表 飯倉 清太氏（静岡大学地域創造学環客員教授、内閣府地域活性化伝道師）

申 7月31日(木)までにLoGoフォーム（二次元コード）またはメール、☐kyodo@city.gotemba.lg.jpへ

問 市民協働課☎(82)4308

▶詳しくは市ホームページ（二次元コード）をご覧ください。

水辺の教室（無料）

水生生物の観察や調査を行います。

日 8月6日(月) 午前9時～正午

会 市浄化センター横 黄瀬川（竈）

対 市内在住の小・中学生とその保護者

数 35人（先着順）

申・問 7月24日(木)までに直接または電話で、環境課☎(83)1603へ

国・県からのお知らせ

子育て世帯を対象とした
市営住宅の入居募集

印野第1団地101号室を子育て世帯向けにリフォームしました。

申・問 7月10日(木)から18日(木)までに県住宅供給公社東部支所 ☎055(920)2271へ



「第28回静岡県すこやか長寿祭
美術展」作品募集

規格…県内在住で昭和41年4月1日以前に生まれたアマチュアの人が創作した未発表作品

部門…日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真の各部門につき1点（複数部門の出品可）

出品料…1作品2,000円
※各部門の上位作品は県代表として「ねんりんピック岐阜2025美術展」に出展されます。

申・問 7月1日(月)から9月30日(月)までに財団ホームページまたは応募用紙で（公財）しずおか健康長寿財団☎054(253)4221へ

▶詳しくは公式ホームページ（二次元コード）をご覧ください。



「親子で木こり体験」
参加者募集（無料）

御殿場高等学校創造ビジネス科メディア観光コース3年生がインストラクターとなり、のこぎりを使った伐採体験を行う親子をサポートします。

伐採した木（ごてんばっ木）を使った小物作りも行います。

日 7月20日(日)

午前10時～午後1時

会 国立中央青少年交流の家

対 市内在住の小学校3年生から6年生までの児童とその保護者

申 二次元コードへ

問 御殿場高等学校 稲月 ☎(82)0111



自衛官採用試験

①貸費学生（技術）

日 11月4日(月)

対 大学の理学部、工学部の3・4年次または大学院修士課程在学の人（正規の修業年限を終わる年の4月1日現在で26歳未満（大学院修士課程在学者は28歳未満））

②自衛官候補生

受 年間を通じて

対 18歳以上33歳未満の人

申・問 電話で自衛隊静岡地方協力本部沼津地域事務所 ☎055(916)0605へ

本県に 安心して住み続けたい方の為に **修理 張替 塗装**

屋根・外壁リフォーム専門店

先ずはお気軽にご相談ください

Free Dial **0120-418-471**

本社：富士宮市山本384-5 富士宮営業所：富士市天間584-13 代表番号：0544-22-4580

完全自社施工だから **低価格・高品質!!**

雨もり得意です! 調査・見積り無料 すぐ行きます。

金属屋根施工技師・屋根診断士による **安心の屋根・防水工事**

有限会社リルーフ

RISK CONSUL 株式会社 **リスクコンサル**

損害保険トータルプランナー認定代理店

取扱保険会社

- ・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)

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

空調衛生設備工事 設計 施工

モスバーガー御殿場店（東田中）

株式会社 アイ設備

TEL: 0550-84-8686 FAX: 0550-84-8687 E-mail: info@ai8686.co.jp

御殿場市萩原552番地の1

ライフスタイルに合わせて、自分に合った運動を行いましょう

皆さんは日ごろ運動をしていますか？運動不足は高血圧や糖尿病などの生活習慣病の引き金にもなります。しかし、忙しい毎日の中で運動する時間が取れない人もいないのでしょうか。

運動する時間が取れない人は、生活の中で今より10分多く毎日体を動かす「+10(プラス・テン)」を意識しましょう。プラス・テンの生活を続けることは生活習慣病のリスクの低下、ストレス解消などの効果があります。

例えば、「テレビを見ながらストレッチする」、「スーパーに行ったら車を遠い場所に駐車して歩く」などの方法があります。日々の生活の中に取り入れられるプラス・テンをみつけて、自分に合った運動習慣を身につけましょう。

プラス・テン
+10 から始めよう！



■乳幼児に対する健康診査・予防接種などの日程はくらしのカレンダー、詳細は市子育て支援サイト(二次元コード)をご覧ください。



■御殿場健康福祉センターの相談(予約制)
HIV検査、肝炎検査(匿名) 医療健康課 ☎(82)1224
夜間HIV検査(匿名) 東部保健所地域医療課 ☎055(920)2109
精神保健福祉・ひきこもり相談 福祉課 ☎(82)1222

図書館だより

問い合わせ/
図書館 ☎ (82)0391

パソコン、スマートフォンで、本や図書館に関する情報を確認できます



※紹介文は週刊新刊全点案内(桐図書館流通センター刊)より



新着図書 **老いの上機嫌**
90代! 笑う門には福来る

樋口恵子 著

ヒグチさん91歳、ヨタヘロ期を前向きに実況中継! 物忘れ防止術、転んで顔面5色事件、89歳の乳がん手術…。トホホな日常をアハハに変える、ご機嫌のヒント満載エッセイ。『婦人公論』掲載と書き下ろしを合わせ単行本化。



新着図書 **キミの知らない恋の物語**
ナツメク〜ふしぎな恋

万城目学・中島京子 著

ドキドキ謎めいて、すこし怖くて…。想像力を刺激する、ふしぎなラブストーリー。万城目学「はじめの一步」、中島京子「ガリップ」など全4篇を収録した、恋愛小説短篇アンソロジー。



イチオシ **第2回 論創ミステリ大賞**
悪夢たちの楽園

小里巧 著

大手デベロッパーのエースだった吉沢は、プロジェクト失敗の責任を負わされて左遷。今回さらに宮古島支社に配属。翌日、高級別荘地の大型案件を一手に引き受けていた同僚が水死体で発見され…。

株式会社アイ・リンク iLink
静岡県御殿場市新橋1798-5111 1F
TEL 0120-568-929
https://ilink-smile.co.jp/

失敗しない、賢いお金の

貯め方

増し方

守り方

資産運用や老後資金・年金・保険のことをわかりやすく説明しています。

- 月1回セミナー……………参加者1,000円
- 克美先生の個別相談……………1,000円

克美先生!!
100年後時代に向けて!

LINE: 0120-568-929

市民伝言板

掲載する内容を募集しています。☎ 魅力発信課 ☎ (82)4127

「市民会館カルチャー教室」	<ul style="list-style-type: none"> ■ 初心者ペン字教室 月2回 月曜日 10:00~12:00 ■ 子どもいけばな教室 月1回 土曜日 9:30~11:00 市民会館 ☎ (83)8000、文化協会 ☎ (82)4533	
笑いで伸ばそう! 健康長寿(無料)	日時/7月17日(水) 14:00~ 会場/市民会館大ホール 出演者/唸家 林家久蔵師匠 ☎ シニアクラブ御殿場市事務局 ☎ (89)2513	
張鶴 二胡コンサート 悠久の調べ 2024	<演奏予定曲>二胡古典曲、地上の星、君をのせて、他。本公演にて「いのちの歌」を一緒に歌う人を募集します。日時/7月28日(日) 14:00開演(13:30開場) 会場/市民会館小ホール ※全席自由・チケット発売中 ☎ 市民会館 ☎ (83)8000	
第28回親子現場見学会(無料)	日時/8月9日(金) 8:50~(市民会館第2駐車場集合) 会場/山梨県立リニア見学センター、さかな公園 対象/市内在住の小学生とその保護者 募集人数/40人 申・☎ 7月8日(月)8:30から12日(金)までに(一社)沼津建設業協会 ☎ 055(943)6726へ	
駿東地域職業訓練センター 8月度講座受講生募集	講座/技能講習(特定化学物質及び四アルキル鉛等作業主任者、高所作業車運転など)、特別教育・安全衛生教育(低圧電気特別教育など)、パソコンコース(パソコン入門、ワード基礎、ワード活用など)、カルチャーコース(手作り木綿ぞうり教室、絵画教室) 申・☎ 7月1日(月)8:30から(先着順)駿東地域職業訓練センター ☎ (87)3322へ	

SAVE THE EARTH くらしのエコ

緑のカーテンを育てておいしく省エネ

環境課 ☎ (83)1603 エコハウス御殿場 ☎ (88)3337

緑のカーテンとは、つる性の植物を育て、窓の外や壁面に張ったネットなどに這わせてカーテンのように覆ったものです。室内の温度上昇を防ぐ効果があり、エアコンなどの使用を抑えることが出来るため、省エネや地球温暖化の防止につながります。

●緑のカーテンによる3つのおいしい効果

- ・電気代の節約につながります。
- ・食用の植物を植えた場合、収穫しておいしくいただけます。

・花や実など観賞用として楽しめます。

●緑のカーテンに適した植物

【食用】
ゴーヤ、キュウリ、ミニトマト、インゲンマメ、シカクマメ など

【観賞用】
アサガオ、ユウガオ、クレマチス、フウセンカズラ、つるバラ など



不用品活用バンク

エコハウス御殿場 ☎ (88)3337 ※ファクス・留守番電話での受付不可

譲ります	無料	サイドボード、応接セット、鏡台、たんす、ロフトベッド、ガスレンジ
	相談	自転車
譲ってください	無料	もちつき機、洗濯機

エコハウス御殿場では、不用品の紹介のみ行っています。現物はありません。

※令和6年5月14日現在

御殿場市・小山町 **個別指導塾 トロステッポup**

個性とレベルに合わせた個別指導! 自習スペース有り! 質問も可能!
大手個別指導を超える指導力! 合格実績多数! (中学受験から大学受験まで)
家庭と一緒に歩む地域密着型! 一人ひとりに親身の指導!

授業内容: 主要5科目完全対応 無料体験実施中!
対応学年: 小、中、高全学年
授業形式: 教室で個別指導又は家庭教師選択可能
教室住所: 〒412-0018 御殿場市山之尻 1011
URL: https://www.tostepup.org
TEL: 0550-82-3249

講師: 滝口 映次

補助金支援 人材支援 販路拡大 住宅・リフォーム 資産相続 教育 資産運用

経営・家計に関するあなたの悩み 三島信用金庫にお聞かせください!!

三島信用金庫 御殿場支店 住所 〒412-0045 静岡県御殿場市川島田 503-6
電話番号 0550-83-0100 窓口営業時間 (平日) 9:00~15:00 ATM営業時間 8:00~20:00
FAX 0550-83-0050

