

広報ごてんば

GOTEMBA

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

2025

7/20

No.1493

特集

保護司

「活動の先に」

保護司手帳



特集 保護司 - 活動の先に -

その日、保護司の勝又さんは、保護観察対象者との面接を終え、報告書を作成していました。

勝又さんは保護司の活動について「罪を犯してしまった人の立ち直りに寄り添い、新たな犯罪を予防する活動」と話します。

*

誰もが安心して暮らせる社会の実現は、全ての人の願いです。その実現のため、犯罪や非行をしてしまった人たちと向き合いながら、私たちの身近なところで活動している人が保護司です。今号は、保護司について特集します。

社会福祉課 ☎ (82)4136

用語

更生保護とは、社会の適切な環境の中で、犯罪や非行をした人の改善更生と自立を支援し、再犯防止を図ること。保護観察とは、更生保護の主要な取り組みの一つで、保護司などが定期的な面接による指導や助言を通して更生支援を行うこと。

地域社会
更生保護
保護観察
など



「幸せの黄色い羽根」は、犯罪のない幸福で明るい社会を願うシンボル

7/20

もくじ

NO.1493

CONTENTS

特集 保護司 - 活動の先に -	2 ~ 13
(仮称) 富士山の恵み産業パーク	14・15
みちしるべ	16
秩父宮記念第50回富士登山駅伝競走大会	17
PHOTO MY TOWN	18
高校生の1コマ	19
ごてんばニュース／御殿場の文化財	20 ~ 22
Pick up Information	23 ~ 25
市民伝言板／くらしのエコ／不用品活用バンク	26
みんなの健康／図書館だより	27
くらしのカレンダー	28

- COVER PHOTO -

保護司が身に着けるものに「記章」があります。法務省により、着用（着用）が義務付けられています。

日本で桜と同様に国花として扱われることが多い「菊」がモチーフになっています。



電話番号
市外局番
0550

富士山GOGOエフエム 市からのお知らせ
86.3MHz 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～

2つの役割

① 保護観察対象者への対応

保護観察対象者と定期的に面接を行い、更生のための約束事を守るよう指導すると共に、生活上の助言や就労の手助けなどを行います。

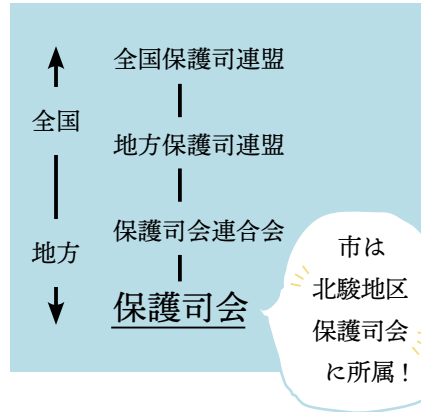
また、刑務所や少年院を出た後の帰住予定地の調査や引受人との話し合いなどを行い、受け入れ体制を整えます。

② 地域社会への対応

犯罪の予防を図るための啓発、宣伝や、地域の理解促進、関係づくりなどを行います。



組織



主に市区町村を単位とし、全国で882の保護司会が組織されています。

これらの保護司会は、さらに広範囲の保護司会連合会、地方保護司会連盟、全国保護司連盟に所属しています。

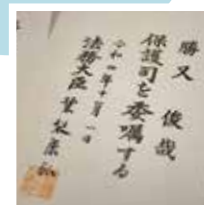
市は、小山町と共に「北駿地区保護司会」に所属しています。定員40人のところ39人(市26人・小山町13人)が所属しており、充足率は高いと言えます。

待遇

保護司選考会に推薦された人の中から法務大臣が委嘱する、非常勤の国家公務員です。ただし、交通費などの経費を除き、給与は支給されず、実質的に民間ボランティアとして活動します。

職務上知った秘密の厳守が求められる他、活動中に受けた災害に、公務災害の補償が受けられます。

非常勤の国家公務員
(実質的にボランティア)

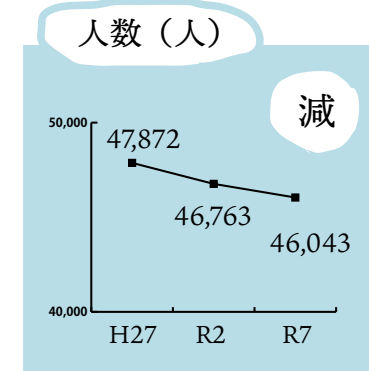


I 全体像

一目でわかる！保護司の世界

The world of "HOGOSHI"

保護司は、犯罪や非行をした人たちが再び罪を犯すことのないよう、その立ち直りを地域で支える民間ボランティアです。



保護司の人数・年齢・性別

人数 減少傾向
46,043人(定員52,500人)

平均年齢 高齢化傾向
65.4歳

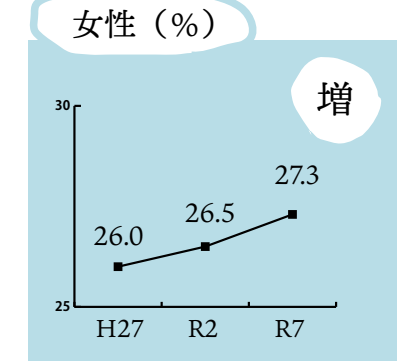
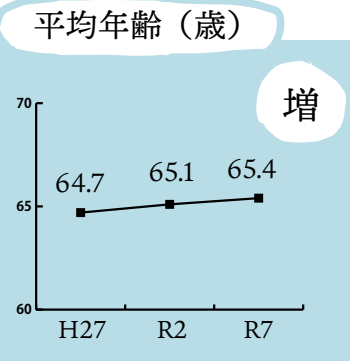
性別 女性の比率上昇傾向
男性72.7% 女性27.3%

26人
(減少傾向)

69.9歳(初任時59.4歳)
(高齢化傾向)

男性76.9%(20人)
女性23.1%(6人)
(女性の比率上昇傾向)

※全国は令和7年1月・市は同6月現在



任期

任期は2年です。再任が出来るため、多くの保護司が10年、20年といった長期にわたり活動を続けています。

原則として、78歳になるまで活動できます。

市での平均在職年数は、9.6年です。現在の平均年齢(69.9歳)を考慮すると10年以内にほとんどの保護司が任期の満了を迎えることとなります。

任期
365 365
2年

78歳
77歳
76歳
再任可能
就任

くろ…全国のこと
きいろ…市のこと

interview

用語

保護観察官…

保護司と協働して保護観察などを行う専門職の国家公務員。全国の保護観察所や駐在官事務所などに勤務。



法務省 静岡保護観察所 沼津駐在官事務所
保護観察官 本多 香樹 さん

先を見据えた体制づくりを

北駿地区保護司会の皆さんは、年3回ある保護観察所主催の研修への出席率が高く、活動に真摯に向き合っている姿が印象的です。

一方、現在の定員に対する充足率は高いものの、将来を考え後任を探していくことが大切です。

また、保護司の皆さんがより安心して活動できるよう、市役所などとの連携・協力の下、アクセスしやすい面接場所の確保なども必要です。

これらの改善を図り、5年、10年先を見据えた体制づくりを行なっていければと思います。

なれる人

条件として、法律で

- ①社会的信望を持っていること
- ②熱意と時間的余裕を持っていること
- ③生活が安定していること
- ④健康で活動力があること

が定められています。会社員、公務員、宗教家、主婦など様々な人がいます。

市の保護司には、他市町に比べ、教育関係者、農家、経営者が多いことが特徴です。その他、会社役員、福祉事業従事者、主婦などの人たちが保護司として活動しています。

今までで4人の保護観察を担当しました。1人につき月に2〜3回、1対1で各1時間程度の面接を行います。私の場合、面接は職場の事務所で行います。保護観察の他にも、定例会や部会、小・中学生を対象としたミニ集会と呼ばれる啓発活動などを行っています。平日の昼間に行われる活動は、仕事の都合で欠席することもあります。

近年では保護観察官のケアや保護司同士のコミュニケーションも増え、不安の少ない活動体制となっています。

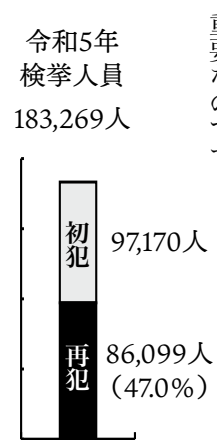
現状について

PTA役員として北駿地区保護司会の活動に参加した際に、当時の会長にお声掛けいただきました。社会福祉士の資格を持っており、社会貢献できるかも知れないと思い決断しました。

保護司になったきっかけ

市内の保護司の中でも、若手ホープとして活動されている勝又さんにお話を伺いました。

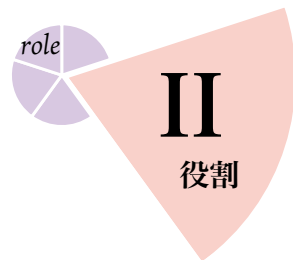
保護司に聞く



犯罪や非行で処分を受けた人が社会生活を取り戻すためには、住まいや仕事、相談相手などの「居場所」が必要です。全国の刑務所などの被収容者の90%以上が「もう二度と犯罪はしたくないと思っている」（法務省）にも関わらず、検挙人員のうち約半数を再犯者が占めています（警察庁）。再犯に至る理由は様々ですが、ハンディキャップや社会の偏見のため「居場所」が得られないことも大きな理由の一つです。そこで、支援により「居場所」を作ることが重要なのです。

なぜ支援が必要か

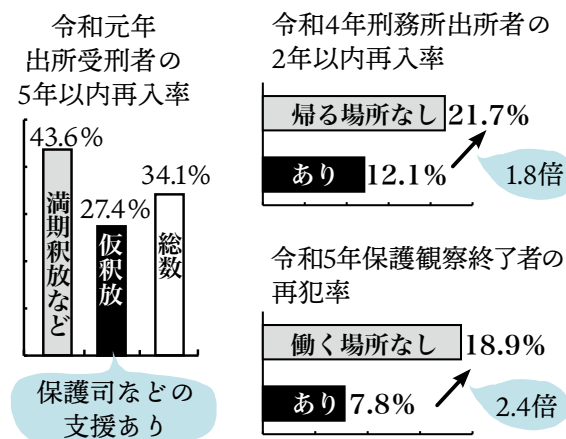
保護司の最も重要な役割は、保護観察を通して保護観察対象者の支援を行うことです。



最も重要な役割

データが示すこと

実際、社会復帰後に帰るべき場所がない場合や、就労していない場合は、刑務所などへの再入率や再犯率が上がるというデータがあります。さらに、支援が行われる「仮釈放者」の再入率は、支援が行われない「満期釈放者など」と比較し減少することが分かっています（データはいずれも法務省）。



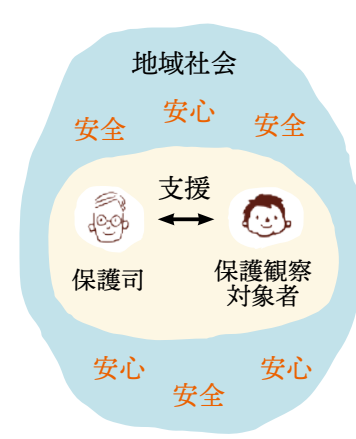
印象的なエピソード

想いが伝わらないまま、保護観察対象者が転居して手元を離れたことがあり、もう少し違うやり方があったのではと後悔したことがあります。一方で、保護観察対象者はありのままのことを周囲に話す機会が少なく「気持ちの正直に話せる場所があつてありがたい」と言われたことは嬉しかったです。



保護司の支援が安全・安心に直結

以上のように、再犯防止には「居場所」づくりなどの支援が必要です。支援と言っても、地域社会に復帰して日々の生活を送るに当たっては、地域社会の実情に合わせた対応が重要なため、その地域の事情に詳しい民間の協力が不可欠です。その意味において、保護司は最も地域事情に精通し、なおかつ親身な専門家として対象者の自立と更生を支援できます。このようにして、保護司の支援が保護観察対象者の支えとなることで再犯などを防ぎ、社会全体の安全・安心につながっていきます。



最も大切なことの1つが「傾聴」

保護観察対象者の中には、縁もゆかりもない土地で孤立し、再び犯罪に手を染めてしまう人もいます。更生に向けて進む上での生きづらさを少しでも解消するために、とにかく話を聞くことを心掛け、その経験や考えを出来る限り想像し、理解しようとすることを大切にしています。

これからのために

一度道を外しても、更生しようと努力している人が数多くいます。地域の方々には、そのような人がいることをご理解いただき、更生する機会の芽を摘まず、長い目で見守っていただきたいと思います。

また、保護観察対象者は多感期に恵まれない家庭環境だったことが多く、学校や地域での見守りも大切だと考えます。

最後に、相手に応じたよりの確な支援を行うため、現役世代や女性の保護司を増やすことも大切です。興味があればぜひお声掛けください。

column

ある1日を紹介



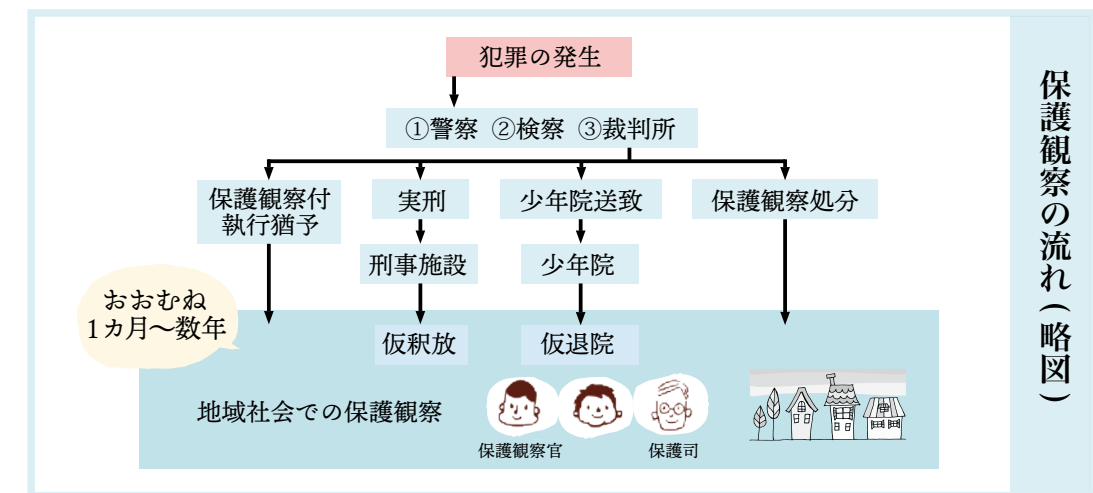
保護司の定例会に参加。

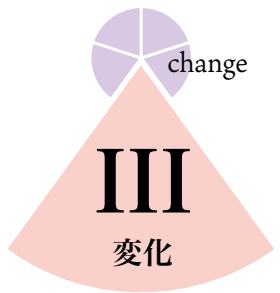


所属する広報部会での広報紙作成に参加。



保護観察対象者と面接を行ったのち、報告書を作成。





保護司と出会って

1 「緊張してないでしょ？」
「緊張してます」

6月のある夜、保護司の芹沢さんと共に、仕事終わりの男性が駆けつけてくれました。過去に芹沢さんの保護観察を受けていて、更生した現在は運送会社で働いているAさん（20代・男性）です。

保護司と出会い、今どう変わり、どのように感じているのか。実際に保護司の支援を受け、更生への道を歩んだAさんにお話を伺うことが出来ました。

＊

保護司と出会い、素直な自分に

芹沢先生（以下、先生）と出会って私生活が変わりましたが、一番変わったのは、精神的な部分です。

2

裁判所で、保護司の先生には隠し事なく話すように言われましたが、その指導の通りに素の自分が出せるようになりました。以前は親と折り合いが付かず、家庭内でも萎縮してしまうことがありましたが、先生と出会い、月2回の面接などの支援を繰り返し受けているうちに、嫌なことが困ったことを素直に話すことが出来るようになりました。

親とは今でも同居していますが、性格が徐々にオープンになり、生活が安定してきたこともあり関係は良好で、一緒に出掛けることもあります。

目標に向かって頑張る毎日

現在お世話になっている運送会社

「目標に向かって頑張れ」
「頑張ります」

Aさんには元々2年間の保護観察が予定されていたが、保護司の支援の下でひたむきに更生し、1年半でその期間を終えることが出来た。

他にもある就労を支える仕組み

協力雇用主

犯罪や非行歴を持つ人たちの雇用に協力する事業者。保護観察所への登録により認定。市では22社が登録中。

3

は、朝が早く、夜明け前に出勤します。起きるのが辛い日もありますが、休まず働くことが出来ています。そのような中、将来、同じような運送会社を経営したいという目標を持つことが出来ました。先生の支援のおかげで更生が果たせ、真面目な生活を送るようになってから、この仕事や、会社を束ねて先導する社長を見て格好いいと思うようになりました。目標に向けて、一日一日を頑張っています。

過去の過ちについて

過去に迷惑を掛けた相手には出来る限り償いました。過ちを犯してしまっただけの動向を知らず、何も出来ない相手もありますが、目の前にいたとしたら、素直に謝ることが出来ると思います。過去の過ちは、二度としたくありません。

4

保護司への思い

先生と面と向かってお話しをするのが久しぶりなので緊張しますが、「ありがとうございました」の一言に尽きます。これ以上の言葉はないと思います。

地域生活を送るにあたって

過ちを犯してしまっても、保護司の先生と出会い、自分のように過去と向き合い、これからに向けて真面目に暮らしている人もいます。

当たり前のように受け入れることは難しいかもしれませんが、地域の一員として暮らしていることを理解してほしいと思います。

芹沢保護司から -Aさんと皆さんへ-

Aさんは、初顔合わせの時、自分から電話をしてきてくれました。更生の過程では「仕事を紹介して欲しい」と相談してくれ、やる気が見えてきたことで、私もやりがいを見出せました。更生はしましたが、今でも心配であることに変わりはありません。まだ若いので、何かやる時は調子に乗らず、冷静になって考えることが大切です。目標に向けて、真面目に頑張ってください。

罪を犯した人の過去は消しようがありませんが、社会復帰をした人は決められた償いはしています。偏見は持たず、普通の人と同様に付き合っ欲しいと思います。そのことが更生にもつながります。

一方、例えば後遺症が残っているなど、償いようがない被害を受けた人のことを考えると、保護司としても複雑かつ難しい思いです。この問いに、どのように向き合っていくかがこれから先の課題だと思います。



芹沢 眞成 さん

平成26年から保護司として活動。現在は保護司会研修部会長に就任。また、原里地区代表として、地域や学校での活動を実施。

※本インタビューは、保護司の役割や働きを知っていただく上で重要であると判断し、Aさん及び北駿地区保護司会のご協力の下、芹沢保護司同席で行いました。



地域社会と保護司

身近な場所で

保護司のもう一つの役割は、犯罪の予防を図るための啓発、宣伝、地域の関係づくりなどを行うことです。

社会を明るくする運動

「社会を明るくする運動」は、国民一人ひとりがそれぞれの立場で力を合わせ、犯罪や非行のない安全で安心な明るい地域社会をつくるための運動です。毎年7月を強調月間とし、全国各地で様々な活動を行っています。市でも、各地区で自治会や学校関係者、保護者、警察、婦人会、民生委員などが参加するミニ集会を開催している（写真①②）他、本の寄贈や「アートフロムプロジェクト」（12ページ）を開催し、啓発活動を行っています。

各地区でも

社会を明るくする運動の時期のみならず、北駿地区保護司会では、各地区ごとに支部を形成し、日頃から活動を行っています。

今年3月11日、原里地区の保護司5人が原里中学校を訪れ、特別授業を行いました（写真③）。和やかな雰囲気の中、保護司制度を中心にわかりやすく説明しました。また、保護観察対象者が近くに住んでいたかどうかなど、中学生に自分ごととして考えてもらえる内容となりました。

この他にも、閲覧板で日頃の活動をお知らせするなど、地域とのつながりを意識した活動を行っています。



②

①御殿場地区の様子。御殿場南小学校を会場に、小・中学校別に5つの分散会に分かれ、オーバードーズ（薬の過剰摂取）を題材に意見交換を実施。学校への本の寄贈も行った。

②富士岡地区の様子。富士岡幼稚園を会場に、心理臨床の専門家による「子どもを豊かに育てるために親ができること」などがテーマの講話を行った。

③原里中学校での授業の様子。



①



③



更生保護女性会の存在

更生保護女性会とは

地域社会で、女性の立場から犯罪予防、青少年の健全育成や非行の防止、更生を目指す人の援助活動などを通して、明るい社会の実現に貢献することを目的としているボランティア団体が生徒保護女性会です。全国に約12万人の会員があり、県内では約3,000人が活動しています。

市が所属している「北駿地区更生保護女性会」は、北駿地区保護司会同様、市と小山町で組織されています。昭和42年の創設当初は婦人会が兼任で活動していましたが、現在は広く加入を呼び掛けています。市59人、小山町50人の109人で積極的

保護司との連携

更生保護女性会は、日頃から保護司と連携し、様々な活動を行なっています。例えば、毎年7月に行う各地区でのミニ集会や社会貢献として福祉施設で保護観察対象者と一緒に行う清掃作業などです。保護司と連携すること、会員自身が様々なことを知り考える場ともなります。

その他にも、年2回計4日間、更生保護施設「少年の家」で夕食作りを行います。「少年の家」の建て替え資金の一部には、県内の更生保護女性会がお茶の販売を通して集めた寄付金が使われています。また、少年院への視察研修や、高校生対象の人権教育講座を開催しています。



連携



「少年の家」（静岡市）での夕食作りの様子。入所者が一緒に調理することもある。どの入所者も気持ちのいい挨拶ができ、「楽しみ」「美味しい」などといった声も聞いた。



少年院「駿府学園」（静岡市）を視察。参加者からは「子どもたちの様子を見ると、これから更生して、立派に成長していくのだろうと思った」「実際に見て驚いた。とても良い経験になった」などの感想があった。

用語

更生保護施設：犯罪や非行をした人の社会復帰への第一歩として身寄りのない場合に入所し、入所生活を通して生活指導などを行う施設。



▲少年の家

- welcome -



会員募集中！



北駿地区更生保護女性会では、一緒に活動してくれる会員を募集しています。誰でも活動することが出来ます。

興味のある人は、ぜひご連絡ください！

社会福祉課 ☎ (82)4136

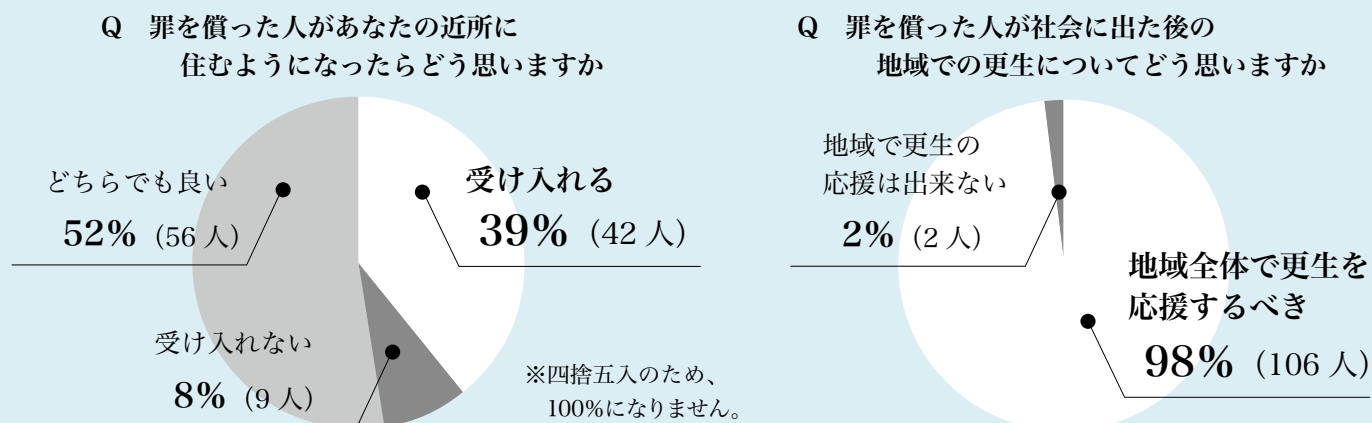
社会を明るくするため

市民の声

罪を犯した人や、その人たちが地域社会で暮らすことについて、更生保護や保護司のことを学んだ人、刑務所などの被収容者の作品を見た人はどのように感じているのでしょうか。ここでは一例として、保護司についての授業を受けた中学生のアンケートと、罪を犯した人の作品展示を観た来場客の感想の一部を紹介します。

中学生アンケート

今年3月に原里中学校で行われた保護司による特別授業の終了後に、アンケートを取りました。授業を受けた当時の3年生112人から寄せられた結果を紹介します。



アートフロムプロジェクト

昨年7月の強調月間に合わせ、市内で「アートフロムプロジェクト」が初開催されました。この事業は、被収容者に自己肯定感や地域とのつながりを実感させることで、社会参画・復帰への意欲を高めるプロジェクトです。会場には、静岡刑務所と事業所の官民協働で、静岡刑務所の被収容者の富士山などのイラスト、書道、短歌などが展示されました。会場に設置した、来場客が任意で感想を書ける自由記載帳には、更生をし、再び社会の一員として生きていくことを望む声も寄せられました。本プロジェクトは、今年も開催します。ぜひご覧ください。



やり直しができる社会にしたいです。

更生を信じています。

人はやり直せる社会は必要です。

未来は誰でも持てる。取り戻して下さい。

▲自由記載帳に寄せられた実際の声（一部）



アートフロムプロジェクト
今年の開催概要

期間 7月28日(月)～
8月8日(金)

会場 市役所本庁舎1階
市民ホール

Q あなたはどう考えますか

保護司の活動の先に

様々なデータや保護司、保護司の支援を受けた人、保護司を取り巻く人たちの言葉から、安全・安心な地域社会の実現のためには、過ちを犯した人が再び同じことを繰り返さないよう、保護司などが中心となり、地域社会の中で立ち直りを支えていくことが重要だと分かりました。

一方、その過ちによって被害を受けた人がいる場合は、被害を受けた人の支援が重要であることは言うまでもありません。安全・安心な社会づくりにつながるとは言え、被害を受けた人の支援を差し置いて、罪を犯した人の更生や将来のために制度があるわけではありません。更生保護

の分野でも、被害者の心情や意見を聴き、処遇に生かしたり、被害者への情報提供や相談・支援などを行ったりしていますが、支援の内容としては充実しているとは言えないという意見もあります。

そのような意見があることを十分に考慮した上で、過ちを犯した人を社会の隅に追いやり、見えなくするのはなく、保護司の活動を通して時にはスポットライトを当て、私たち自身も注目をしていくことが、社会を明るくするための近道の一つのように感じます。

保護司の活動の先に見える社会について、あなたはどうか考えますか？

TOPIC

褒章を受章



今年の春の褒章で、勝又そのさんが、藍綬褒章を受章しました。

藍綬褒章は、国や自治体から依頼された公共の事務に尽力した人などに天皇陛下から授与されます。

勝又さんは平成16年5月から20年以上保護司として活動し、令和5年度からは北駿地区保護司会の会長職などを歴任しています。

TOPIC

活動寄金へのご協力を



非行を犯してしまった少年などの更生援助のための経費や、更生保護団体の活動助成として利用される「社会を明るくする運動活動寄金」へのご協力をお願いします。詳しくは、広報ごてんば6月20日号に合わせて各世帯に配布したチラシまたは各自治会で回覧している文書をご確認ください。

参考にしたサイト



■全国保護司連盟





富士山の恵み産業パーク
～富士山の麓で、水の恵みを未来へつなぐ交流創造拠点を目指して～

市が国道 138 号沿いに富士山の恵みを最大限に生かした「道の駅」的な機能を持つ施設の整備を計画している、(仮称)富士山の恵み産業パーク(沿道利便施設)の基本コンセプト、イメージ図を策定しましたのでお知らせします。

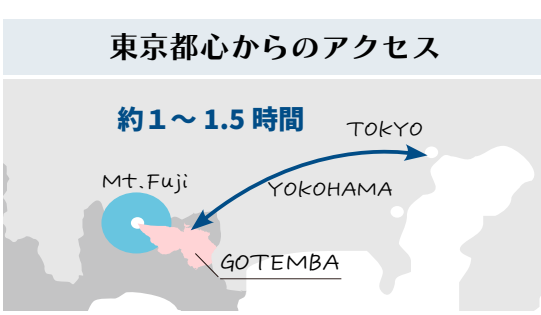
未来プロジェクト課 ☎ (82)4349

- 整備及び管理運営における基本方針**
(沿道利便施設の整備効果を最大限生かすための整備および管理運営における基本方針)
- 【基本方針1】施設全体として空間の魅力を発揮する沿道利便施設を目指す
 - 【基本方針2】民間事業者の創意工夫の発揮と管理運営を見据えた沿道利便施設を目指す
 - 【基本方針3】市民の参加・協働を推進し地域活性化に寄与する沿道利便施設を目指す

【整備予定地】

整備予定地は国道 138 号沿いに位置し、J R 御殿場線御殿場駅や東名高速道路の御殿場 IC から、直線距離で約 1 km 内外と各種交通網にアクセスしやすい立地であり、箱根と富士五湖を結ぶ広域の観光動線として誘客のポテンシャルが高い場所です。

また、東京都心から電車・高速バスとも約 1 ～ 1.5 時間で移動でき、良好なアクセス性をもっています。



【地域ニーズの調査と分析】

市では、地域ニーズを把握するために市民など 550 人以上を対象とした「御殿場市の魅力」に関するアンケート調査を実施。その結果、本市のおすすめスポットは「富士山」「アウトレット」との回答が最も多く、魅力としては、「交通アクセスの良さ」「自然・公園の豊かさ」「御殿場の水・食材関連」の回答がみられました。

このアンケートを考慮し、富士山の伏流水が市の食材や暮らしなどの基盤となっていることから、コンセプトの柱としました。

青：特定の施設 オレンジ：魅力・その他

秩父宮記念公園 コシヒカリ パン屋
交通アクセス とらや工房 湧水 富士山樹空の森
富士山 温泉施設
時之栖 自然 **アウトレット** 東山エリア
Maison KEI 公園 ほどよい田舎
ファーマーズ御殿場



- 【みんなの声を生かす意見公募の結果】** 意見提出者数…102人
提出された意見の数… 90 件
- (基本構想(案)に対し、市民の皆さんからの意見を反映した内容)
- ① 富士山の眺望が大変良好であるため、その景観を最大限に生かした飲食店などの整備を検討していきます。
 - ② 富士山をはじめ、御殿場の美しい自然景観を背景にしたフォトスポットなど、来訪者が思わず立ち寄りたくなるような魅力的な場所づくりを検討していきます。
 - ③ 子どもたちが安全に楽しく遊べる機能や地域コミュニティの形成、多様なニーズに対応できる場所づくりを検討していきます。
 - ④ トイレを含め、本施設整備は、多様性を尊重し、すべての人が安心して利用できる環境づくりを目指していきます。
 - ⑤ 周辺住民の生活環境や安全対策、渋滞緩和策としてインフラ整備やシャトルバスの運行などを検討していきます。
- 詳しくは市 HP (二次元コード) をご覧ください ▶



▲わくわくゾーン(広場)と回廊のイメージ



▲建物と広場のイメージ

※各イメージ図は、施設整備内容を決定づけるものではありません。

秩父宮記念 第 50 回富士登山駅伝競走大会

8月3日 日 午前8時スタート 市陸上競技場

86.3 メガヘルツ 富士山 GOGO エフエムで実況生中継！

放送
予定

テレビ静岡・BSフジ・テレビ神奈川・テレビ愛知

(8月23日(土) 15:30～16:30) (8月31日(日) 14:00～15:00) (8月31日(日) 18:30～19:30) (9月6日(土) 24:55～25:55)

富士登山駅伝競走大会は、今大会で記念すべき 50 回目の節目を迎えます。今大会は 2 年連続でテレビ放送（収録番組）が予定されており、昨年度の 2 倍の 1 時間枠での放送となります。

また、市応援大使の、なえなのさん（タレント・インフルエンサー）が、3 年連続スターターを務めます。さらに、大会当日のスタート時には、航空自衛隊入間基地による展示飛行が披露される予定です。

コースは市陸上競技場をスタートし、富士山頂で折り返し、市陸上競技場がゴールです。総距離は 48.19km、標高差 3,199 m、気温差は 20 度以上。全 11 区で 6 人の選手がタスキをつなぐ世界一過酷な駅伝競走です。

スポーツ交流課 ☎ (82)4135



今年も、山頂区の区間賞者に日本マラソンの父と称される「金栗四三」ゆかりの地、熊本県玉名市から「金栗四三賞」としてトロフィーを贈呈していただきます。今年の大会は、一般の部 75 チーム、自衛隊の部 26 チームの計 101 チームが出場を予定しています。

大会の歴史

大正 2 年に時事新報社主催で、富士登山マラソンが開催されました。スタートは御殿場口太郎坊、ゴールは富士山頂で、総走行距離は 10.5 キロでした。その後、第 2 次世界大戦をはじめとする様々な社会情勢が影響し、昭和 14 年から 25 年までと昭和 30 年から 50 年まで中断期間が生じました。昭和 51 年に富士登山マラソン復活大会が開催され、この大会を第 1 回大会とし、第 3 回大

会からは、マラソンが駅伝に変更となり、第 15 回大会からは、名称に「秩父宮」が付くようになって現在に至ります。なお、第 45・46 回は、コロナ禍により中止しました。

▶第 49 回大会では、18 年ぶりのテレビ放映が実現しました。YouTube（二次元コード）でご覧になれます。



交通規制

午前 7 時から午後 1 時 30 分頃まで、市陸上競技場周辺から、富士山御殿場口新五合目にかけて、一部交通規制を実施します。この時間帯は、周辺道路の混雑が予想されますので、迂回などのご協力をお願いします。
※交通規制など詳しくは、市 HP、チラシ、ポスターなどでお知らせします。

生涯学習情報

みちしるべ

御殿場市生涯学習推進会のイベントや団体などを紹介します。

文化協会

会場／市民会館
申し込み・問い合わせ／文化協会 ☎ (82)4533



おとな

イスヨガ教室

イスに座って行うヨガですので負担なく始めていただけます。ヨガの「呼吸」「ポーズ」「瞑想」は自律神経を整え血流をうながし心身ともにリフレッシュできます。

日時／月 3 回 月曜日 10:00～11:00
参加料／月 3 回 3,300 円 月 2 回 2,200 円
講師／健美会 伊藤 栄子



おとな

初心者ペン字教室

いざという時、さっと美しい文字が書けるといいですね。実用文字や季節のあいさつ文などを練習し身に付けます。紙とペンがあればいつでも練習できる手軽さも魅力です。

日時／月 2 回 月曜日 10:00～正午
参加料／月 2,200 円
講師／青萌書道教室 山本 青萌



おとな

50 才からのなつかしい曲でダンス教室

ディスコミュージックや懐かしい歌謡曲に合わせてエクササイズしながら楽しく踊ります。普段使わない筋肉を動かして心もカラダも頭もリフレッシュすること間違いなし！同世代の仲間と楽しく踊りましょう！

日時／月 3 回 火曜日 14:00～15:00
参加料／月 3,850 円
講師／MIA DANCE FACTORY 渡井 美亜



団体 PICK UP! 御殿場市子ども会世話人連合会

問い合わせ／
事務局 良知 ☎ (89)5380

昭和 37 年 6 月に設立された子ども会組織です。

市内の各子ども会の会員が相互に結びつき、子どもの健全な育成を目的に活動を行っています。

親と子の写生大会

期 7 月 24 日(木)～8 月 25 日(月)

内 今年のテーマは「スポーツをするひと」です。富士山麓の自然を感じながら親子で絵を描き、絆を深め、楽しい思い出を作りましょう。

■入賞作品展示：10 月 4 日(土)午後～10 日(金)午後
ふじざくら展示ホール

※入賞者には副賞としてアイスクリームギフト券を贈呈します。

対 市内在住の幼児、小・中学生及びその保護者

申 申込用紙（事務局で配布または HP（二次元コード）から印刷）を作品に貼り付けて事務局に提出。

※小・中学生は、申込用紙を学校でも配布します。
原則として、学校に提出してください。



高校生の1コマ

御殿場西高等学校写真部



▲①燦々（さんさん）
②丸山 奏介（まるやま そうすけ）・3年
③保土沢
④散歩していたとき、ふと富士山の方を見上げると、太陽の光とともにそびえ立つ富士の神々しさに照らされ、思わず息をのみました。御殿場の持つ自然の雄大さがよく表れている1枚かなと思います。



▲①太陽みたいな
②日野 壽（ひの ことほ）・2年
③御殿場西高等学校付近
④部活帰りの夜に撮影したものです。明るい何かが目に入り、ふと横を見ると、太陽のように橙色に光っている月がありました。普段見る月とは明らかに違うものであり、撮るべき風景だと思いました。



▲①体育祭
②串間 健三（くしま けんぞう）・3年
③市陸上競技場
④体育祭の部活動対抗リレーで、走りながら撮った写真です。自分が後ろでカメラを持ちながら、皆が懸命に走っているところを撮りました。ブレているところも含めて、体育祭を思い出す写真です。



▲①初夏の空
②大井 崇郷（おおい しゅうや）・3年
③御殿場西高等学校
④とある1日の終わりに撮影したものです。日照時間が長くなり、もう春は過ぎ去って夏へと向かっているのだと感じさせる空だったので、写真を撮りました。そして、雲の模様と光の当たり方が絵画のようで、自分がいつか絵を描く時に参考にしてみたいと思った青い空です。

- 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、御殿場西高等学校の各種 SNS にアクセスできます。



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、御殿場西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！



「この場所から、御殿場をもっとオモシロく」
6月29日、Fujiyama Come Come Townで音楽とカルチャーの祭典「カムカムフェス」が開催されました。このイベントは、実行委員の1人が「御殿場100人ミライ会議」に参加したことをきっかけに生まれたプロジェクトです。

音楽をきっかけとした世代や地域の交流、若者の地元回帰促進など、多方面において地域活性化の効果が期待されます。
▼詳しくは、カムカムフェス公式インスタグラムをご覧ください。



都心へのアクセスが便利に
6月23日、「R御殿場駅と小田急新松田駅を結ぶ「富士山ライナー」の実証運行の出発式が行われました。利用者は、「早朝は電車が無く困っていた。通勤に利用したい」と話してくれました。富士山ライナーは令和8年3月末まで実証運行予定です。



運行ダイヤ

御殿場駅 箱根乙女口	東名足柄 バス停	新松田駅 北口
5:00 発 ▶	5:10 着 ▶	5:45 着
17:40 着 ◀	17:20 着 ◀	16:55 発
20:15 着 ◀	19:55 着 ◀	19:30 発

▶バスの予約はこちらから



国際化進む
6月16日、御殿場西高等学校の生徒たちが「国際ポエトリー交流プログラム」に参加しました。オンラインで日本、米国、韓国、オーストラリアなどの高校生が、自作の詩を朗読。英語での質問も飛び交い、楽しく交流が行われました。



新図書館の愛称が「ほんでらす」に決定 &施設のロゴマークを募集します！

●新図書館の愛称

施設愛称を募集したところ、446件の応募がありました。たくさんのお応募ありがとうございました。その中から、施設のイメージを表現した、親しみやすい子どもから大人まで皆に呼ばれやすい愛称が決定しました。新図書館は令和8年4月の開館を目指してふじざくら南側に整備中です。

愛称（最優秀賞）／ほんでらす
 応募者／勝又政和さん（富士市・市内在勤）

意味／いろいろな本と出会い、人々が集うことで生まれる「照らす」という意味を込めました。

選考理由／市民を始めとした多くの皆さんに親しみを持っていただけるような短く覚えやすい言葉であり、「本」と「照らす」が掛け合 わさることで、本を通じて光が広がっていくような温かみを感じられる。この新図書館が、御殿場の地と市民の皆さんを照らす光のよ

図書館（社会教育課）☎（82）0391

うな存在となり、新たなランドマークとして愛される素晴らしい施設 となって欲しい。

※その他、優秀賞として8作品を選出しています。詳しくは、市HP（二次元コード）をご覧ください。

●新図書館のロゴマーク募集

今回決定した愛称「ほんでらす」をモチーフとした、施設のシンボルとなるロゴマークを募集します。たくさんのお応募お待ちしております。

対象／市内在住または通勤・通学している人
 応募方法／7月29日（火）から8月29日（金）まで（当日消印有効）に、所定の応募用紙に必要事項を記入し、ロゴマークを描いた用紙と合わせて、直接または郵送で、図書館へ詳しくは、市HP（二次元コード）をご覧ください。

市HP（二次元コード）



健康とお得をダブルでゲット！ ごてんば健康マイレージを始めよう

健康推進課 ☎（70）7765

②富士山Gコイン300ダラー ※毎年度1回限り

③ごてんばこめオリジナルグッズ ※先着順

対象者／市内在住または通勤・通学している満18歳以上の 人

始め方／「ごてんば健康マイレージアプリ」をダウンロードするか、市HPなどにあるチャレンジシートを使って記録を始めてください。

▼詳しくは、市HP（二次元コード）をご覧ください。



「ごてんば健康マイレージアプリ」では、スマホで日々の記録や「ふじのくに健康いきいきカード」の申請・表示ができ、手軽に特典を受けることが出来ます。

アプリは二次元コードからダウンロード出来ます。



※有効期限は発行から1年間です。 ※協力店・施設は県HP（二次元コード）をご覧ください。



令和8年4月1日付採用の 職員を募集します



8月はフードドライブ（食料寄付運動） 強化月間です

人事課 ☎（82）4321
 消防本部消防総務課 ☎（82）4628

●一次試験（共通事項）

受付期間／7月18日（金）～8月18日（月）
 （窓口は土・日曜日及び祝日を除く）

受付時間／午前8時30分～午後5時15分

試験日／9月21日（日）

●市の募集

募集職種／一般事務（短大・高専卒 高卒）、建築技師

※障害のある人も募集します。

会場／市役所
 試験案内／市採用情報サイト（二次元コード）からダウンロードまたは人事課で配布



申込方法／二次元コードから申込みまたは所定の様式に必要事項を記入して、直接または郵送で、〒412-8601 人事課へ



●御殿場市・小山町広域行政組合 の募集

募集職種／消防職員（短大・高専卒 高卒）

会場／御殿場消防署 消防庁舎

試験案内／広域行政組合HP（二次元コード）からダウンロードまたは消防総務課窓口で配布



申込方法／二次元コードから申込みまたは所定の様式に必要事項を記入して、直接または郵送で、〒412-0026 東田中1丁目19番1号 消防本部消防総務課へ



日本では、本来食べられるのに捨てられる食品「食品ロス」が年間約500万t（農林水産省調べ）あり、国民1人当たり毎日お茶碗1杯分のご飯とほぼ同じ量になります。また、捨てられた食品の処理による環境への負担が大きな問題となっています。

一方、物価上昇などの影響で生活に困窮し、食料支援を必要とする世帯は多くあります。フードドライブは、このような生活困窮世帯への支援となる他、SDGsにおいても複数の課題に貢献する大切な取り組みです。

フードドライブに参加して、食を通じた助け合いの輪を広げ「困ったときはお互い様」の社会づくりを目指しましょう。

○食料寄付の受付

期間／8月1日（金）～29日（金）

（土・日曜日及び祝日を除く）

受付時間／午前8時30分～午後5時15分
 受付場所／社会福祉課、市役所各支所、市社会福祉協議会（ふじざくら1階）

ざくら1階）

社会福祉課 ☎（82）4239
 市社会福祉協議会 ☎（70）6801

○夏休み応援プロジェクト

フードドライブinふじざくら 中学生・高校生が福祉体験として寄付を受け付ける2日間です。

期間／8月5日（火）・6日（水）
 受付時間／午前9時～午後3時（2日目は午後1時30分まで）

受付場所／ふじざくら1階

問御殿場・小山フードバンク協議会 ☎090（7676）4509

●寄付できる食料

2カ月以上の賞味期限があり、常温保存が可能で、未開封かつパッケージに破損の無いもの



●寄付できない食料

アルコール類、保存水、もち米、サプリメントなど



〇
 にごてんば未来塾(第2期)
 全5回講座
 参加者募集中！

市民協働課 ☎(82) 4308

ごてんば未来塾は、地域課題に当事者意識を持って取り組む人材を育てること、広く市民・地域活動のきっかけとなることを目指す連続講座です。

地域課題の発見や企画づくり、チームづくり、プレゼンテーションの方法を学び、最終日には自ら考える地域課題の解決策を発表します。より住み良いまちを作ること、「まちづくり」について皆で学び、考えてみませんか。

講座の日程・内容		
1	9月6日(出)	オリエンテーション・講義
2	9月20日(出)	ショートプレゼンテーション・チームビルディング
3	9月27日(出)	グループワーク
4	10月25日(出)	模擬プレゼンテーション
5	11月8日(出)	プレゼンテーション

時間／午後1時30分～4時

会場／市役所東館2階

対象／市内在住または通勤・通学している全5回の講座全てに参加できる高校生以上の人

募集人数／18人(先着順)

参加料／無料

講師／NPO法人NPOサプライズ代表 飯倉清太氏(いづくら きよた) (静岡大学 地域創造学環客員教授)

申込方法／8月20日(水)午後5時までに

①申込フォーム(二次元コード)から

②市HP(二次元コード)にある募集チラシ裏面の申込用紙で

③住所、氏名、年齢、メールアドレス、生年月日を記入し

メールで市民協働課
 その他／当日の写真を市HPなどに掲載することがあります。

未来に
 残したい
 御殿場の文化財

社会教育課 ☎(82) 4319

名称 駒門の大公孫樹 (市指定天然記念物)

所在地 駒門

●根回り 8.9 m

●目通り 7.2 m

●樹高 18・5 m

●枝張り 20 m (南北) 18 m (東西)

国道246号の札場交差点の西側、東名高速道路や新東名

高速道路の高架橋が通る一帯は江戸時代に開拓された駒門新田の中心地でした。ここかつて鎮座した駒門浅間神社の境内には、同神社の御神木でもある市内最大級のイチヨウがあり、昭和55年に「駒門の大公孫樹」として市の天然記念物に指定されました。

根元近くにぽっかりと空洞があり、離れた場所から見ると木自体が南東側に傾いているように見えます。これは、160年程前に落雷を受けて当時の主幹



が枯れてしまい、脇に残った幹が次世代の主幹となつて今日まで成長を続けてきたという、修復・再生の歴史を物語っています。新東名高速道路建設に伴い、駒門浅間神社は移転しましたが、推定樹齢300年、駒門新田と共に歴史を重ねてきた巨樹は、地区の中心で現在も駒門の人々の生活を見守っています。

市HP内にある文化財などを紹介するデジタルミュージアムです。詳しくはこちらをご覧ください。

御殿場資料館

成年後見制度に関する
 司法書士相談 (無料)

日 8月14日(木) 午後1時～4時

会 ふじざくら

数 若干名(要予約)

申 8月13日(水)までに、成年後見支援センター(社会福祉協議会内) ☎(70)6801へ

問 長寿福祉課 ☎(83)1463

福祉就労事業所紹介フェア
 開催 (無料)

市の就労継続支援A・B型事業所を紹介する「福祉事業所紹介フェア」を開催します。

どのような事業所があるのか、どのような作業をしているのかなど、事業所の紹介や皆さんからの質問に答えます。事業所の職員と直接話しが出来る機会となりますので、ぜひご参加ください。

日 7月30日(水) 午後1時30分～4時

会 市民会館小ホール

対 障害のある人、特別支援学校・公立小・中学校支援学級児童・生徒とその家族、教職員、障害福祉サービスに興味のある人

問 社会福祉課 ☎(82)4238、FAX(84)1046



ペット
 自慢

まろん
 パピヨン
 女の子



掲載するペットを募集しています。

申 魅力発信課 ☑koho@city.gotemba.lg.jp

\ Pick up /
 Information

案
 内

出張ハローワーク!ひとり親
 サポートキャンペーン (無料)

日 8月5日(火) 午前10時～午後3時

会 市役所東館3階

内 ハローワークの支援メニューの案内や就職に関する不安・悩み相談

対 児童扶養手当を受給している求職者

問 子育て支援課 ☎(82)4124、ハローワーク沼津 ☎055(918)3711

児童扶養手当現況確認

児童扶養手当は、18歳までの子どもがいるひとり親家庭などに支給されます。現在この手当を受給している人は、現況確認の手続きをしないと11月以降の手当が継続して受けられなくなります。該当者には、7月末に通知を送付しますので、必ず期間内に手続きをお願いします。

対 児童扶養手当を受給している人、児童扶養手当の現況確認通知が届いた人

申・問 8月1日(金)から29日(金)までに、子育て支援課 ☎(82)4124へ

市民協働型まちづくり事業
 体験型コミュニケーション講座

座学とゲームを通じて、組織やプライベートでの「人付き合い」のヒントを学べる体験講座です。

日 8月20日(水) 午後3時～5時 (講演45分・ワークショップ60分)

会 市役所本庁舎3階

講 筒井 佳代子氏 (タッチケアハウスMotherese)

対 市内在住の人

数 30人(先着順)

料 500円(35歳以下無料)



申 8月15日(金)までに
 申込フォーム
 (二次元コード) へ

問 子育て支援課 ☎(82)4124、ごてんば子ども支援ネットワーク ☎080(6679)4018 (櫻井)

救急医療センター
 休診のお知らせ

休 8月14日(木)午後6時～15日(金)午前8時

※当日は、富士病院 ☎(83)3333が代行

問 救急医療課 ☎(83)1111

定額減税不足額給付金

令和6年度に実施した定額減税調整給付金の給付額に不足が生じる人などに給付を行います。

対 令和7年度個人住民税が当市で決定される人(原則として令和7年1月1日に御殿場市に住民登録のある人)で、次のいずれかの要件に該当する人

①令和6年分所得税及び定額減税の実績などが確定した後、本来給付されるべき所要額と、調整給付額との間で差額が生じた人

②本人及び扶養親族などとして定額減税対象外であり、かつ低所得世帯向け給付の対象世帯の世帯主・世帯員にも該当しなかった人

※対象となる世帯には、令和7年8月上旬から関係書類を送付します。

※令和6年1月2日以降に他市区町村から転入した世帯などは、課税情報がないため申請が必要となる場合があります。

問 社会福祉課 ☎(70)3223

▼詳しくは、市HP(二次元コード)をご覧ください。



募 集

もしバナゲーム体験会 参加者募集（無料）

「余命半年、あなたは何を大切にしたいですか？」もしバナゲームは、自分と大切な誰かが「もしものための話し合い（＝もしバナ）」をするきっかけを作るためのカードゲームです。

ゲームを通じて、人生において大切な「価値観」や、自分自身の「在り方」について様々な気づきを得ることが出来ます。

体験会では実際に4人1組でカードゲームを行い、自分が大切にしたいと思うことを考え、共有します。

家族や知り合い同士、1人でも参加できます。

日 8月7日(木) 午前10時～11時

会 ふじざくら第3・4会議室

対 市内在住の人

数 40人（先着順）

※参加者には市版エンディングノート「私の覚え書き」をプレゼントします。

申・問 8月1日(金)までに長寿福祉課 ☎(83)1463へ

御殿場市環境市民懇話会 構成員募集

環境の保全及び創造に関する施策を総合的かつ計画的に推進するため、平成28年度から第二次御殿場市環境基本計画に基づく施策を実施しています。計画の実施状況に関して意

見・提案をしていただく「御殿場市環境市民懇話会」の構成員を募集します。

期 令和9年3月31日(木)まで

※第1回の懇話会は11月～令和8年2月の平日に開催予定

対 市内在住で18歳以上の人

数 3人（応募者多数の場合選考）

申・問 9月12日(金)まで（必着）に、応募の動機、住所、氏名（ふりがな）、年齢、性別、職業、電話番号を記入して、直接、郵送、申込フォーム(二次元コード)、ファクスまたはメールで、〒412-8601環境課 ☎(83)1603、☎(83)1685、
✉ kankyo@city.gotemba.lg.jp へ



市が誕生した70年前の資料を 探しています

今年、市が誕生して70周年を迎えました。現在整備を進めている新図書館内の郷土資料展示などに活用するため、市が誕生した70年前の町村合併に関わる資料を探しています。

文書や写真、記念品など、当時の町村合併に関わる資料をお持ちの人は、情報提供をお願いします。

問 社会教育課

☎(82)4319



市町対抗駅伝 練習会参加者募集（無料）

12月6日(土)に開催される「第26回しずおか市町対抗駅伝」に向けて御殿場市チームの練習会が始まります。タイムトライアルなどに挑戦し、市の代表を目指してみませんか？小・中学生の練習で一緒に走っていただける大人も募集中です。

日 8月5日～12月2日（予定）

毎週火曜日 午後7時～8時30分
※雨天中止

会 市陸上競技場

対 市内在住または通勤・通学している小学4年生以上の人

申・問 7月31日(木)までに申込フォーム(二次元コード)または電話で、スポーツ交流課 ☎(82)4135、市スポーツ協会 ☎(80)5566へ



国・県からのお知らせ

年金について知りたいことが すぐに探せる！年金ポータル

年金ポータル（二次元コード）では、年金制度の基本的な仕組みについて、専門用語をできるだけ使わずに、図やイラストによる解説でシンプルに説明しています。年金について知りたいことがすぐに探せる「入口」としてご利用ください。

問 沼津年金事務所 ☎055(921)2201



令和7年度エイズ検査・ 肝炎検査の実施（無料）

検査は、感染の心配があった日から3カ月後に受けてください。

日 8月7日、9月4日、10月2日、11月6日、12月4日、1月8日、2月5日、3月5日 木曜日
午前9時30分～11時30分

※要予約

会 御殿場保健所健康相談室

内 エイズ検査（HIV抗体検査）、梅毒検査、肝炎検査（B型肝炎・C型肝炎）

※エイズ・梅毒検査は、匿名・迅速検査です。

申・問 電話で御殿場保健所医療健康課 ☎(82)1224へ

中北駿地区公立高等学校 合同説明会（無料）

日 8月25日(月)
午後1時30分～3時30分
（受付午後1時）

会 御殿場南高等学校

内 御殿場高等学校、御殿場南高等学校、小山高等学校、裾野高等学校の学校説明、各校個別相談・説明会

※事前申込不要

対 中学生とその保護者

問 御殿場高等学校 ☎(82)0111

こえのもりしずおか 意見募集中

皆が自分らしく幸せに暮らせる未来の静岡県を創るため、オンラインプラットフォーム「こえのもりしずおか」で、子どもや若者の声（意見、考え、気持ち、感じていること、アイデア）を募集します。

対 県内の小学生以上29歳以下の人

問 県子ども政策課 ☎054(221)2037



市内公営住宅の入居者募集

公営住宅（県営及び市営）の入居者を原則毎月募集しています。

募集発表 毎月10日

受付期間 毎月10日～18日

申・問 県住宅供給公社東部支所
☎055(920)2271へ



富士山静岡空港に青島線開設

中国の航空会社、青島航空による静岡-青島線の運航が決定しました。ビジネスや旅行に富士山静岡空港をぜひご利用ください。

日 毎週木曜日

青島午後3時発

（静岡午後7時着）

静岡午後7時50分発

（青島午後10時5分着）

問 県空港振興課 ☎054(221)2230



自筆証書遺言書保管制度・相続登記の申請義務化に関する説明会（無料）

日 8月26日(火)、9月30日(火)、10月20日(月)、12月18日(木)、1月21日(木)、2月20日(金)、3月12日(木) 各1時間

※要予約

会 静岡地方方法務局沼津支局(沼津市杉崎町)

※WEBでの参加も可能

申 電話で静岡地方方法務局沼津支局

☎055(923)1201へ

▶詳しくは、二次元コード

をご覧ください。



ふれあいプール
ALL SEASONS
玉穂

TEL 0550-80-1515
https://www.tamahopoal.jp/

オールシーズン対応

損害保険トータルプランナー認定代理店

RISK CONSUL 株式会社 リスクコンサル

取扱い保険会社

- ・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)
- ・三井住友海上プライマリー生命保険(株)
- ・メットライフ生命保険(株)
- ・オリックス生命保険(株)

生命保険・損害保険プロ代理店

※中お見舞い申し上げます

〒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

とんかつ 志

コース料理 2,500円～

地図アプリ

instagram

ディナータイム（完全予約制）について

※お食事時間は概ね1時間でお願ひ致します。
※一斉スタートとなりますので、時間厳守でお願ひ致します。
スタート時間に大幅に遅れる場合、ご来店頂いてる他のお客様と同じお料理からのご提供とさせて頂く場合がございます。

静岡県御殿場市東田中2丁目14-1
0550-70-5222(月曜定休※祝日の場合は翌火曜日)
通常 11:30～17:00 (LO16:30)
完全予約 18:00～/20:00～ (2部制)
https://tonkatsu-hajimari.com/

スタッフ募集中

「肝臓週間」をご存じですか？（7月28日からの1週間）

肝臓は健康的な生活を送るため、摂取した栄養素をエネルギーに換えること、消化吸収を助けるため胆汁を作ること、アルコールや薬剤の解毒をすることなど重要な働きを持っています。

肝臓の病気の多くは、ウイルスに感染することで発症するB型肝炎やC型肝炎などの肝炎です。肝臓の病気は自覚症状がなく、気付いたときには既に病気が進行していることがあります。これが「肝臓は沈黙の臓器」と言われる理由です。気付かず放置してしまうと重症化してしまい肝硬変や肝臓がんにもなりかねません。

B型肝炎、C型肝炎は市が実施する「肝炎ウイルス検診」で調べることが出来ます。早期に治療が開始できるよう、一度も受けたことがない人は受診し

てください。

肝臓に負担をかけない生活には、栄養バランスの取れた食事、適度な運動、十分な睡眠、アルコールの適量摂取、禁煙が大事です。健診などで「肝機能検査の数値」を調べ、自身の肝臓の状態を確認し、健康的な生活を送りましょう。



▲検診案内

■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

ひきこもり個別相談 福祉課 ☎ (82) 1222

図書館たより

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



新着図書

作家とおやつ

平凡社編集部 編

毎日の気どらないおやつ、通い慣れた名店の逸品、幼いころ大好きだった忘れられないお菓子…。文豪や現代の人気作家、料理家、漫画家らによる、「おやつ」にまつわるエッセイ、詩、漫画、写真資料など59篇を収録。

新着図書

動物のことがわかる本

ドクター・ニック・克蘭プトン 作
エイドリアン・バーマン イラスト いでさとみ 訳

いろいろな動物たちの鳴き声、点滅する光、ポンポン・トントンと鳴らす音、けたたましい騒ぎや、雷のようにひびく声…。それらはどんな意味なんだろう？動物たちのことが理解する方法を教えてくれる一冊。

イチオシ

2025年度 科学ジャーナリスト賞大賞
バッタを倒すぜアフリカで

前野ウルド浩太郎 著

13年間、世界中を飛び回り、重ねてきたフィールドワークと実験は、バッタの大発生を防ぐ可能性を持っていた！バッタの繁殖行動の謎を研究した記録。「バッタを倒しにアフリカへ」続編。

※紹介文は週刊新刊全点案内（㈱図書館流通センター刊）より

株式会社アイ・リンク *iLink*

静岡県御殿場市新橋1798-51ドリームヒルズ1F

TEL0120-568-929

<https://ilink-smile.co.jp/>

LINE@

保険無料見直し相談センター（3台駐車場）

富士病院 西側駐車場

富士病院

教える 克美先生!!

100年後の未来を楽しむ！

資産形成く笑顔のために！

最適な考え方を 知ってほしい。

アイ・リンクは、あなたのお悩みに 役立つ情報を提供する場所です。

お金の不安 今から解消しませんか？

未来の安心は、今の知識から！

★ NISA・iDeCo 超初心者向け講座

★ 50代からの老後資金準備

★ 保険見直し無料相談

★ エンディングノート講座

余計な出費をカット！

自分らしい未来のために

ご予約・詳細は0120へ！

☎お電話でもOK！

詳細はお問い合わせください！

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」～夏の教室特集～	■意外に知らない基本野菜の調理法を学ぼう～トマト～ 日時／7月30日(木) 19：00～20：30 ■夏休み1日絵画教室 日時／8月4日(月) 13：00～15：00 ■地場産にこだわった教室～ポテトもち～ 日時／8月7日(木) ①10：00～正午 ②13：00～15：00 ■親子で学ぶパーソナルカラー&カラーセラピー 日時／8月22日(金) 10：00～正午	
笑い健康講演会「大道芸人たつきゅうさんのユーモアセラピー」	日時／8月12日(火) 14：30～16：00 会場／ふじざくら 内容／笑いヨガを融合した笑っぱなしの講演会 募集人数／300人 参加料／無料 ※事前申込不要 ☎ 市シニアクラブ連合会事務局 梶本 ☎ (89)2513 へ	
片づけ相談会	日時／8月23日(土) 13：15～16：40 会場／ふじざくら第1会議室 参加料／有り 対象／片づけの悩みがある人 募集人数／6人 ※ひと枠30分予約制 ☎・☎ 申込フォーム（二次元コード）または増井 ☎ 080(6955)0826 へ	
医療体験イベント2025「君も医療従事者になってみよう」	日時／8月24日(日) 9：30～16：00 会場／キラメッセめづ多目的ホール（沼津市大手町） 内容／人工血管縫合・コイル治療・ステント治療の体験・医療職種の説明など 参加料／無料 ※事前申込不要 対象／中学生以上の人 ☎ 西島病院医療連携室 ☎ 055(922)3068	
駿東地域職業訓練センター9月度講座受講生募集	講座／技能講習（フォークリフト運転技能講習など）、特別教育・安全衛生教育（刈払機取扱作業安全衛生教育など）、受験対策（第2種電気工事士受験対策講座【筆記】）、パソコンコース（パソコン入門、ワード基礎、エクセル基礎など）、カルチャーコース（絵画教室） ☎・☎ 8月1日(金)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

野菜を再生栽培してみませんか

環境課 ☎ (83)1603 エコハウス御殿場 ☎ (88)3337

「再生栽培」とは本来捨ててしまう野菜の切れ端や根っこを「水耕栽培」と「土植え栽培」で復活させる栽培方法です。水耕栽培は、庭やプランターが無くても、キッチンで手軽に始められます。

○栽培のコツ○

- ・カビや雑菌が繁殖しやすいため、1日に1回（真夏は1日2回）は水を交換し、容器や野菜にぬめりがあつたら取りましょう。
- ・野菜の切れ端を水に浸しすぎると、腐敗しやすくなります。水の量は野菜を枯らさないように注意しながら、少なめを意識しましょう。

◆豆苗

豆から5cm程度上部分でカット。水量は豆まで浸すと腐りやすいので、根が浸る程度。10日前後で収穫できる。

◆小松菜

根元3cm程を水に挿す。約2週間で収穫できる。葉が無くなるまで何度でも収穫できる。高さのある容器が良い。

◆ネギ

5cm程に切った根元を水に浸す。細長い容器を使用したり、水を含ませたスポンジで固定すると倒れにくく育てやすい。伸びた部分を収穫する。

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 そろばん、電気バリカン、子ども用ジャングルジム、シングルベッド
	有料 充電式バスポリッシャー

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7年6月13日現在

OPEN SCHOOL オンスクール

8/1(金) 2(土)
9:30-12:00

オンスクール部活 見学会 9/6(土) 9:30-12:00

特別選抜コース 見学会 9/10(水) 17:30-19:00

御殿場高等学校 西

連絡先 | 御殿場高等学校 広報部

TEL. 0550-89-2466

FAX. 0550-89-5172 お申込み

<https://gotembanishi-h.ed.jp/>

くらしのカレンダー 8月

市役所 保健センター 図書館 ふぎやかん 歯科当番 水道当番店
予約制の行事／法律相談、行政相談、司法書士相談、こころの健康相談、成人健康相談、ママサポート
ハローベビー学級、4カ月ベビー教室、心配ごと法律相談

[illegible]