

みんなで手作りマスクを作ったよ!

- <用意するもの>
- ・ペーパータオル
 - ・ゴム (髪の毛をしばるゴム)
 - ・両面テープ



新型コロナウイルス 力を合わせて乗り越えよう



▲SDGsの目標

感染が拡大する新型コロナウイルス。私達は、目に見えない新型のウイルスに立ち向かう上で、大変重要な局面を迎えています。市では、大切な市民の命を守るため、国や県、医療機関と連携し、全力をあげて感染拡大対策に取り組んでいます。また、地元企業や市民の皆さんも独自に活動し、感染拡大対策に取り組んでいます。みんなで心をつにし、乗り越えていきましょう。

正しい知識を手に入れましょう

新型コロナウイルスについて、誤った情報やデマが流れています。そういった情報に惑わされないよう、まずは、正しい知識を身につけましょう。

Q 感染すると、どんな症状がでるの?

国内の症例では、発熱や呼吸器症状が1週間前後持続することが多く、強いだるさを訴える人が多いようです。症状のない人や軽症の人もあります。

Q 感染すると、なぜ怖い?

新型コロナウイルスによる肺炎が重篤化した場合は、人工呼吸器など集中治療を要し、入院期間が長くなる事例が報告されています。高齢者や基礎疾患(糖尿病、心不全、呼吸器疾患など)のある人は、重症化するリスクが高いと考えられています。インフルエンザのようにワクチンが開発されていない未知のウイルスだから怖いのです。

Q どのように感染しますか?

現時点では、飛沫感染と接触感染の2つが考えられます。

- 1 感染者のくしゃみや咳、つばなどの飛沫による「飛沫感染」
- 2 ウイルスに触れた手で口や鼻を触ることによる「接触感染」

空気感染は起きていないと考えられます。 ※この情報は、4/1時点のものです。

Q マスクは効果がありますか?

マスクは、咳やくしゃみによる飛沫、それらに含まれるウイルス等病原体の飛散を防ぐ上で高い効果を持ちます。咳やくしゃみ等の症状のある人は、他の人に移さないよう、マスクを着用しましょう。マスクが手に入らない場合は、身近にあるものを使って手作りすることもできます。(手づくりマスクの作り方は2ページに掲載)



発熱など症状がある人は…

帰国者・接触者相談センター (24時間対応)
☎249-2221・FAX249-3153

新型コロナウイルスに関する一般的な相談は…

保健所(☎平日8:30～17:15・FAXは24時間対応)
☎249-3172・FAX249-3153



- 新型コロナウイルス感染症について ほか …… 02～03
- 健康診査・がん検診 ほか …… 04～05
- 相談機関一覧 ほか …… 06～07
- 健康ひろば/お知らせ ほか …… 08～15
- きらっと/しずおか推し ほか …… 16



静岡病院 感染管理室長が解説!!

**新型コロナウイルス
正しい知識をもって冷静な行動を!**

手洗いが有効

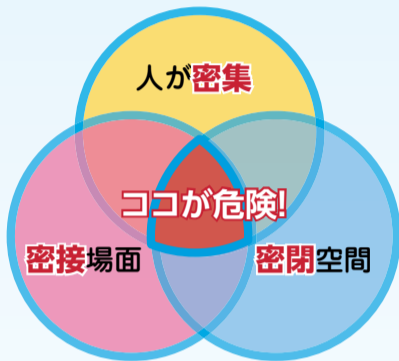


今、私たちが気をつけなければならないことを、静岡病院の感染管理室長 岩井一也医師に聞いてみました。

**感染を拡げないために
気をつけなければならないことは?**

新型コロナウイルスは、「換気の悪い**密閉**空間」「人が**密集**」「近距離(1~2m)での会話や発声が行われる、**密接**場面」という3つが同時に重なると、一気に感染が広がりやすいと言われています。

まず、体調の悪い人は外出しないでください。そして、この3つの条件が重ならないように、工夫してください。会議などは、こまめに換気し、なるべく短い時間で行うようにしてください。



point

**家庭ですぐにできる
有効な対策は?**

自分が感染しないために、**手洗いをすること**が大変効果的です。アルコール消毒液が手に入らなくても、石けん水で洗えば十分です。人の手が触れるドアノブやスイッチなどの消毒は、家庭用塩素系漂白剤※でも代用できます。使用する際は、既定の濃度を守ってください。(濃度が0.05%) ※主成分が次亜塩素酸ナトリウムのもの

看護師が実演! 手洗いの方法



①指輪や時計ははずし、手を流水で濡らし石けんをつける。



②石けんをよく泡立てる。



③指の間、指先、手首まで丁寧に洗う。



④流水でよくすすぐ。



⑤水気をよく拭きとる。

石けんを手洗いした後に、**消毒液の使用は必要ありません。どちらかひとつで十分です。消毒液は、乾いた手に付けなければ、効果がありません。**

また、手洗いや消毒のし過ぎは、手が荒れます。ハンドクリーム等でケアをしましょう!



もし、家族に新型コロナウイルスの感染が疑われたら...

「発熱・咳が出る=新型コロナウイルスの感染」ではありません。かかりつけ医がいる人はかかりつけ医に、いない人は、帰国者・接触者相談センター☎249-2221・FAX249-3153に相談してください。その結果、感染が疑われる場合は、次の点に注意してください。

- (1)部屋を分けましょう。食事や寝室も別室にしてください。
- (2)感染が疑われる人の世話は、限られた人だけにしましょう。免疫の低下した人や妊娠中の人などは避けてください。
- (3)マスクをつけましょう。また、使用したマスクは他の部屋に持ち出さないでください。

(4)こまめに手を洗いましょう。洗っていない手で目や鼻、口などを触らないようにしてください。

(5)換気しましょう

(6)手で触れる共有部分を消毒しましょう。物に付着したウイルスはしばらく生存します。ドアの取っ手やノブなど薄めた市販の家庭用塩素系漂白剤で拭いた後、水拭きしましょう。



(7)汚れたりネン(シーツや枕カバー、タオル等)、衣服を洗濯しましょう。体液で汚れた衣服やリネンを取り扱う際は、手袋とマスクをつけ、一般的な家庭用洗剤で洗濯し、完全に乾かしてください。

(8)ゴミは密閉して捨てましょう。鼻をかんだティッシュはすぐにビニール袋に入れ、室外に出すときは密閉して捨ててください。

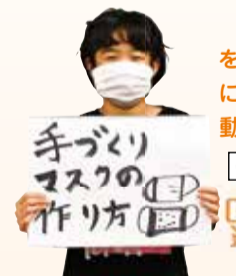
詳しくは、日本環境感染学会HPをご覧ください。



みんなで助け合う ~ 地域や企業に広がる支えあいの輪! ~

地域では...

身近な材料で作るマスクという取り組みが始まっています。地域の人などが「静岡One Team支え合いマスクプロジェクト」を結成し、自分用のマスクの作り方を教えたり、布マスクを作成し寄贈するなどの活動をしています。マスクの作り方・材料などの情報をフェイスブックで公開しています。



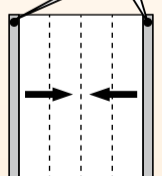
スマホにアプリCOCOAR2をダウンロードして左の写真にかざすとマスクの作り方を動画で、ご覧いただけます。



①ゴム2本を結んで輪にする。(1本30cmくらい)ペーパータオルの上下を1.5cmずつ折る。



②半分に折って折り筋を付け、その折り筋に合わせて左右を折り、折り筋を付けて開く。



※①で折った部分



③ひっくり返しプリーツを作るように折る。



④繰り返しプリーツを折る。



⑤輪にしたゴムを置き、両端を3つ折りにする。



⑥3つ折りの内側を両面テープで止めれば出来上がり。

完成♪
1人でできたよ!



手作りマスクについての問合せ 「静岡One Team支え合いマスクプロジェクト」☎090-3582-7734(杉本方)



企業では...

鈴与や、男子プロバスケットボールチームベルテックス静岡とそのオフィシャルクラブパートナーなどからマスクを、静岡青年会議所から空間除菌用スプレーと容器を、寄贈していただきました。また、臨時休校で外出を制限された子どもたちを笑顔にしようと、市内の製菓会社ミホミから、静岡土産のお菓子「こっこ」をいただき、児童クラブや福祉施設に配布しました。地元企業の皆さんからの数多くのご支援により、支えあいの輪が広がっています。



一人ひとりの意識が大切です



全国的に新型コロナウイルスの感染が拡大する中、4月7日に新型インフルエンザ等特別措置法に基づく緊急事態宣言が発令されました。市内でも感染者が増加傾向にあり、市民の皆さんにおかれましては、身近に起こりうる出来事として不安に感じていることと思います。

今、子どもたちをはじめとする市民の皆さんの日常生活を守るためにも、市民一人ひとりの自覚ある自制した行動が求められています。緊急事態宣言が発令されたことの意義を自分ごととして受け止め、3つの「密」を発生させない、東京や大阪などの対象区域への往來を避けるなど、自らの行動を今一度見つめ直し、自制した行動を取っていただくようお願いいたします。緊急事態宣言の期間は1か月間を目途とされています。この難局を乗り越えるため、引き続き市民の皆さんのご理解・ご協力をお願いいたします。

静岡市長 田辺信宏

高齢者福祉サービスをご利用ください

市では、高齢者がいつまでも住み慣れた自宅で安心して暮らせるよう、さまざまなサービスを用意しています。ご自身にあったサービスをご活用ください。申込みは、持ち物をご確認のうえ、それぞれの申込窓口へどうぞ。

- 問合せ**
- ①高齢者福祉課(静岡庁舎新館14階) ☎221-1201・FAX221-1090
 - ②葵区 高齢介護課(静岡庁舎新館2階) ☎221-1089・FAX221-1079
 - ③駿河区 高齢介護課(駿河区役所2階) ☎287-8678・FAX287-8708
 - ④清水区 高齢介護課(清水庁舎1階) ☎354-2162・FAX354-3131
 - ⑤蒲原出張所(福祉係) ☎385-7790・FAX385-3110
 - ⑥長田支所 ☎259-5522・FAX259-5563

区分	サービス	対象者	回数・利用料など	持ち物	申込窓口
要介護認定を受けている人	紙おむつ支給(紙おむつと交換できる引換券の支給)	在宅で生活している65歳以上で、要介護3以上の人または特に排泄機能に障害があり紙おむつが必要な要介護1,2の人(所得制限あり・各区の障害者支援課から紙おむつ券を受給している人除く) ※1	おむつ券支給額(月額) 要介護5…6,500円 要介護4…6,000円 要介護3…5,500円 要介護1,2…1,500円	対象者の本人確認書類(介護保険証など・コピー不可)、認め印(スタンプ印不可)	上記問合せ先②～⑤
	理容・美容	在宅で生活している65歳以上かつ要介護3以上で外出が困難な人	1回500円負担(年度内2回まで利用可)		
ひとり暮らしの高齢者世帯などの人	緊急通報システム設置	65歳以上のひとり暮らしの人や寝たきりの人がいる高齢者の2人暮らし世帯など(借家の場合は要問合せ) ※1	1日10円程度(回線使用料)	上記問合せ先②～⑤	上記問合せ先②～⑤
	自動消火器設置		1世帯1台		
ひとり暮らしの高齢者世帯などの人	配食型見守り(配食を通じた安否確認)	65歳以上のひとり暮らしや寝たきりの人がいる高齢者の2人暮らしなどの世帯で、日常的に食事の準備に支障がある要介護状態などの人 ※2	週5回以内(平日の昼食か夕食・1日1回) ※食事は自己負担(提供事業者により金額は異なる)	認め印(スタンプ印不可)	上記問合せ先②～⑥
	S救セット配付	65歳以上のみの世帯や日中または夜間に高齢者だけの状態になる世帯など	無料		
介護を家族で行っている人	家族介護慰労金	要介護4以上の認定を1年以上受けている65歳以上の人を、過去1年間介護保険サービスを利用せずに市内の自宅で同居して介護している家族 ※1	年額10万円	申請者本人確認書類(保険証など・コピー不可)、認め印(スタンプ印不可)	上記問合せ先②～⑤

70歳以上の人にシルバーカードを配付しています

市の施設の入場料が無料・割引料金となるカードです。
※保険証等、年齢が確認できるものを提示すれば、同様のサービスを受けられます。

内 対象施設▶日本平動物園、登呂博物館、芹沢銈介美術館、文化財資料館、駿府城東御門・巽櫓・紅葉山庭園・坤櫓、静岡科学館、東海道広重美術館、静岡市美術館 ※静岡市美術館は、展覧会によって特別料金で観覧できる場合があります。

持 本人確認書類(保険証など・コピー不可)

問 上記問合せ先②～⑥、井川支所 ☎260-2211

S救セットは、自宅で救急車を呼んだ場合に備え、筒状の容器の中に、緊急連絡先、かかりつけ医、服薬等の情報を記した連絡カードを入れ、冷蔵庫内に保管しておくものです。緊急時の医療機関への引き継ぎなどに役立ちます。

気が動転した時、S救セットが役立ちます!

※1 生活保護世帯かすべての世帯員が市民税非課税である世帯に属する人
※2 基本チェックリストの実施結果により、生活機能の低下がみられた人(事業対象者)及び要介護認定において要支援以上の人(2号被保険者含む)が対象です

しぞ〜か でん伝体操と ちゃきちゃき体操 で健康寿命世界一!

市では、いつまでも健康で自分らしく暮らしていけるよう、介護予防事業に取り組んでいます。その取り組みのひとつとして、高齢者の身体機能低下を防ぐために、「しぞ〜か でん伝体操」「しぞ〜か ちゃきちゃき体操」の普及をはかっています。

あなたも始めてみませんか?

でん伝体操は…
おもりが入ったバンドを手首足首に付けて、ゆっくりとした動きの6つの体操を行います。転倒予防に効果的で誰でも簡単に取組めます。

ちゃきちゃき体操は…
指の運動、口の運動、手足同時運動の3種類で構成され、楽しんで脳を使うことで脳活性化を促すことを目的とした体操です。

体験者から続々と喜びの声が!!

でん伝体操を始めて、2年近くになります。週に1度通っていますが、膝が痛く正座が出来なかったのが、最近では20分位出来るようになりました。両腕もスムーズに上がるようになり、とても助かっています。(80代男性)

1人で参加しましたが、回を重ねるうちに友達もでき、食事に行ったり一緒にボランティアに行ったり、楽しみが増えました。前より体が軽い感じ。週2回のでん伝体操は、楽しみのひとつです。(70代女性)



問合せ 地域リハビリテーション推進センター (葵区城東町 ☎249-3182)

150か所以上で実施

市内には、でん伝体操やちゃきちゃき体操を週1回以上実施しているグループなどがたくさんあります。会場など詳しくは、地域リハビリテーション推進センターへお問い合わせください。市HPにも掲載しています。
※老人福祉センターにも教室あり(13ページに掲載)

尿失禁の予防もしましょう!

市では、排泄に関する基本的な知識を手軽に学び、排泄機能をアップする体操をDVD「知っておこう これからの排泄機能と骨盤力アップ」としてまとめました。DVDは、市内の公立図書館で借りることができます。

さわやかなグリーンTシャツがトレードマーク! 「フレイルサポーター」になりませんか!

「フレイル」って何?
健康と要介護状態の間の状態のことです。フレイルの兆候に早く気づき、「運動」「食生活」「社会参加」の3つをバランスよく取り組むことで、健康な状態に回復することが期待できます。

市では、高齢者(65歳以上)が自身の健康について「気づくこと」を促し、健康意識を高めてもらうことを目的に、市内の生涯学習交流施設等で**フレイルチェック**を行っています。ゲーム感覚で楽しくチェックできます。あなたも健康チェックをしてみませんか。

「フレイルサポーター」って何?
市民の健康寿命の延伸に向けた「フレイル予防事業」を住民主体で推進していくため、市のパートナーとして活動するボランティアです。フレイルチェックを行う会場で、会場設営や講義、フレイルチェックの測定補助など、自分のできる範囲で運営に携わっていただきます。現在、27人が活動中です!



誰でもなれるの?
市内に住むか通勤している人なら、どなたでもなれます。座学と測定技術の簡単な養成研修を1日受講していただきます。研修修了後は、「フレイルサポーター」として活動していただきます。研修日程や会場などは、お問い合わせください。



問合せ 地域包括ケア推進本部 ☎221-1576

まるけあ 検索

～いつまでも 健やかで 生き生きとした生活を送るために～

健康診査・がん検診のお知らせ

問合せ 健康づくり推進課
☎221-1579

※各対象の年齢は、令和3年3月31日現在です(ただし30代の健康診査は平成3年4月1日生まれも含む)。

◎国民健康保険・後期高齢者医療制度加入者の健康診査

静岡市 健康診査

検索

健診の種類	対象	検査内容	自己負担金	注意事項
国民健康保険 特定健康診査	40～74歳で、4月1日現在、国保に加入している人(75歳になる誕生日の前日まで)	●基本項目 問診、診察、身体計測、血圧測定、血液検査(血糖・脂質・肝機能・腎機能)、尿検査	無料	<ul style="list-style-type: none"> ●受診券は4月下旬以降順次発送 ●心電図は実施できない場合がありますので、申込時に確認を ●静岡市国民健康保険以外の方は、勤務先などにお問い合わせを ●受診券は事前に各区保険年金課、井川支所、長田支所、蒲原支所で交付を受けてください ●30～39歳の人で保険料を滞納している場合は受診券は交付されません ●30～39歳の非課税世帯の方は、自己負担金が500円になります(受診券に表示されませんので証明は不要) ●受診券は4月下旬以降順次発送
国民健康保険 健康診査 (30代と途中加入者)	30～39歳で国保に加入している人	●追加項目 貧血検査(全員)、心電図(希望者) ※詳細な健診(眼底検査)は、国の基準に該当し医師が必要と判断した場合に実施	1,500円	
	40～74歳で、4月2日以降から国保に加入している人	※詳細な健診(眼底検査)は、国の基準に該当し医師が必要と判断した場合に実施	無料	
後期高齢者 医療制度 健康診査	75歳以上の人(65歳以上で一定の障がいがあり、制度に加入している人含む)	特定健康診査の基本項目と同様 ※詳細な健診(心電図、眼底検査、貧血検査)は、国の基準に該当し、医師が必要と判断した場合に実施	無料	

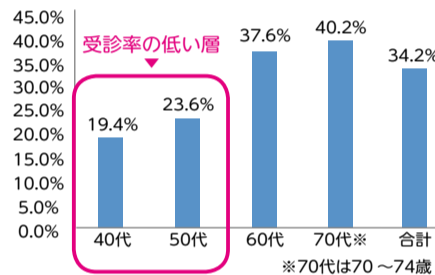
静岡市国民健康保険に加入する40～59歳のみなさんに朗報です!

令和2年度内に「特定健康診査」と「大腸がん検診」を同時受診すると...

「大腸がん検診」の自己負担金が無料になります!

静岡市国民健康保険では、特定健康診査受診率の低い40～59歳の人を対象に、「特定健康診査」と「大腸がん検診」を同時受診すると、「大腸がん検診」の自己負担金が無料になる事業を令和2年度から実施します。対象者には、「無料クーポン券」を4月下旬以降順次送付します。

平成30年度 特定健診年代別受診率



●健康診査の受診は、生活習慣病やがんを早期に発見・治療することができ、将来的な医療費の抑制につながります。
年1回無料で受けられる特定健康診査をぜひご利用ください。

◎がん検診など

静岡市 がん検診

検索

※検診は完璧ではありません。自覚症状がある場合は、早めに医療機関に相談してください。

検診名	対象	検査内容	自己負担金	申込み	注意事項
子宮頸がん検診	20歳以上の女性 (2年に1回)	問診、内診、細胞診	個別検診 1,100円 集団検診 800円	<ul style="list-style-type: none"> ●個別検診：電話で、開業医など市内の個別検診実施医療機関へ ●集団検診：電話で、総合病院や健診センター、検診車などの集団検診実施医療機関へ ※検診車の日程は、自治会・町内会の回覧板などでお知らせします ●乳がん検診：電話で、マンモグラフィ実施医療機関へ 	<ul style="list-style-type: none"> ●勤務先などで受診機会のない人が対象 ●受診券なし。直接、検診実施医療機関へ「静岡市の〇〇検診希望」とお申し込みください ●受診の際は、保険証と自己負担金をお持ちください ●次の(1)～(4)のいずれかに該当する人は自己負担金が免除されます (1)70歳以上の人(2)後期高齢者医療保険証を持っている人(3)生活保護受給世帯の人(4)市民税非課税世帯の人 ※(3)の人は生活保護を証明する書類、(4)の人は市民税課税証明書(1通300円・主たる生計者のもの)を医療機関窓口へ提示してください
乳がん検診	40歳以上の女性 (2年に1回)	問診、視触診、マンモグラフィ	2,000円		
胃がん検診	35歳以上の人	問診、X線撮影(バリウム)か内視鏡検査(胃カメラ)を選択	X線撮影(バリウム) 個別検診 1,900円 集団検診 500円 内視鏡検査(胃カメラ) 3,000円		
大腸がん検診	40歳以上の人	問診、便の潜血反応検査(2日間採取)	個別検診 400円 集団検診 200円	<ul style="list-style-type: none"> ●個別検診：電話で、静岡・清水の各歯科医師会所属の検診実施歯科診療所へ ●集団検診：日程・申込方法は自治会・町内会の回覧板などでお知らせします 	<ul style="list-style-type: none"> ●歯ピカ検診の歯のクリーニングは、集団検診では実施しません ●歯ピカ検診は要受診券(対象者に5月上旬頃発送予定) ☎ 口腔保健支援センター ☎249-3175
前立腺がん検診	50歳以上の男性	血液検査	1,000円		
骨粗しょう症検診	30歳以上の女性	問診、骨塩量測定	500円	<ul style="list-style-type: none"> ●個別検診：電話で、市内の肝炎ウイルス検査実施医療機関へ 	<ul style="list-style-type: none"> ●受診券なし。受診時に保険証をお持ちください ☎ 保健予防課 ☎249-3172
歯周病検診	41歳以上の人	問診、口腔内検査、歯科指導	個別検診 600円 集団検診 500円		
歯ピカ検診・歯周病検診・歯のクリーニング	40歳の人	問診、口腔内検査、歯科指導、歯のクリーニング	歯周病検診 無料 歯のクリーニング 300円		
肝炎ウイルス検査	過去に受けたことのない人	血液検査	無料	<ul style="list-style-type: none"> ●勤務先などで受診機会のない人が対象 ●65歳以上の人には、地域の検診日程に合わせて受診票を郵送します。40～64歳の人には、受診票は発行しませんが、健康保険証など住所と生年月日が確認できるものをお持ちください ☎ 保健予防課 ☎249-3172 	
結核・肺がん検診	40歳以上の人	胸部レントゲン	無料 ※喀痰検査(肺がん用)を希望する場合は、300円		

健診実施医療機関など、詳しい内容は

『成人健診まるわかりガイド』をご覧ください!

4月初旬、自治会・町内会を通じて配布しました。各区総合案内、各保健福祉センター、各生涯学習施設などにもあります。
※市HPにも掲載しています。

がん検診無料クーポン券を郵送します!

6月初旬に、下記無料クーポン券を対象者へ郵送します。

- ①子宮頸がん検診 対象 平成11年4月2日～平成12年4月1日生まれの女性
 - ②乳がん検診 対象 昭和54年4月2日～昭和55年4月1日生まれの女性
- ※職場等で受診する機会がある人は、そちらの受診を優先してください。



第73回 清水

みなと祭り

8/28金～30日



参加者募集! みんなで一緒に盛り上げよう!

に開催します!!

問合せ

清水みなと祭り実行委員会 ☎354-2189・FAX351-2124
清水産業・情報プラザ1階(〒424-0821清水区相生町6-17)

※詳しくは、HPをご覧ください。

清水みなと祭り

検索

総おどり講習会

とき	練習曲
5/10(日)、6/28(日)	かっぱれ・フラメンコ
5/17(日)	港かっぱれ、地踊り3曲
5/24(日)、6/14(日)	かっぱれ <small>かっぱ</small> 仮武彦
5/31(日)	かっぱ <small>かっぱ</small> 活惚レゲエ
6/7(日)	かっぱれエイサー
6/21(日)	港かっぱれ、かっぱれエイサー
7/17(金)、19(日)	地踊り全般(浴衣踊り含む)

所 清水総合運動場体育館(清水区清開二丁目)
特 室内用シューズ ※当日、直接会場へ(無料)

次部長道中 8/29(土)、30(日)

① ハガキがFAXで、同実行委員会へ[5/18(月)消印有効・催事名、住所、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号、役者かスタッフの別も記入] ※未成年者は保護者の承諾が必要。事前説明会あり(5/22(金)、19:00～)

●役者(出演者)募集

② 清水の次部長ほか28人衆に扮し、道中の練り歩きや手踊り・口上などを披露

※6月から15回程度の練習会と化粧教室あり

③ 2日間とも参加できる健康な人

32人(無料)

●スタッフ募集

④ 設営、音響、整理誘導など

⑤ 10人程度(無料)



出店募集 8/30(日)

時 8/30(日)、①④10:00～21:00

②③10:00～14:00(予定)

所 日の出頭(清水区日の出町)①④・旧5号上屋裏道路沿い
②③④・旧5号上屋前エプロン④清水マリンパーク(清水区港町一丁目)

内 ①飲食販売など②③農産物、雑貨、企業PRなど

④キッチンカーによる飲食販売

※①④は実行委員会が電源を用意。①は実行委員会がテントを用意。③は軽自動車(小型貨物可)販売(軽トラ市)

費 出店料▶①④6万円②③5,000円

申 申込期間▶5/7(木)～28(木)

問 申込方法などは、日の出委員会(静岡商工会議所清水事務所内☎353-3401)へ



清水区広報キャラクター「しずく」

港かっぱれ in 日の出

清水みなと祭り「港かっぱれ総おどり」と「ゆかた踊り」の一般参加者対象の練習会です。参加予定以外の人も自由に参加できます。ぜひご利用ください。

時 7/3(金)、4(土)、25(土)、31(金)、8/1(土)、21(金)、19:00～20:40

※雨天中止(開催可否はHPをご覧ください)

所 清水マリンパーク(清水区港町一丁目)

※当日、直接会場へ(無料)。公共交通機関が近隣の有料駐車場をご利用ください。

和太鼓体験教室

時 8/29(土)、10:00～11:30(受付9:30) ※8/30(日)に発表会を予定

所 清水マリンビル(清水区日の出町)

内 パチの持ち方、腕の振り方、構え方、簡単なリズム打ちなど

人 小学1～4年生20人(要保護者同伴) 費 1,000円

申 往復ハガキで、同実行委員会へ[7/1(水)必着・催事名、住所、子と保護者の氏名(ふりがな)、子の学校名、学年、性別、返信用あて名を記入・多数抽選]

DAIDOGEI WORLD CUP IN SHIZUOKA

10/31(土)～11/3(祝)



ボランティアスタッフ募集!

大道芸ワールドカップ

検索

問合せ

大道芸ワールドカップ実行委員会
葵区常磐町一丁目8-6 常磐町アイビル6階
☎205-9840 FAX204-9920
まちは劇場推進課 静岡庁舎16階
☎221-1228 FAX221-1109

○原則、開催期間中2日以上参加でき、事前に研修や全体説明会(10/3(土)、6(火)のいずれか)に参加できる人。
○下記の募集人数は1日当たり(大道芸カレッジは1回当たり)。
○小中高生の参加は保護者の承諾が必要。対象が18歳以上の場合、高校生の申込不可。

① 大道芸ワールドカップHPからどうぞ [8/31(月)まで(一部先行締切あり)・選考あり]
※郵送・FAXでの申込も可。応募要項・用紙は、まちは劇場推進課、各区総合案内、同実行委員会にあります。募集内容は変更になる可能性があります。HPをご確認ください。



●ポイントリーダー

内 演技ポイントの運営・進行
人 18歳以上60人 限 7/1(水)

●ポイント

内 演技ポイントの会場整理・観客誘導
人 18歳以上120人

●エリア

内 移動型パフォーマンスの運営サポート・来場者誘導
人 18歳以上50人

●通訳(通訳以外の業務あり)

内 外国人アーティストとスタッフの通訳など
人 語学検定上級程度の外国語ができる18歳以上50人
限 7/31(金)

●インフォメーション

内 会場案内や来場者からの問合せ対応
人 高校生以上60人 ※日常会話程度の手話、外国語ができる人大歓迎!

●ナイトインフォメーション

内 夕方から夜間の会場案内や来場者からの問合せ対応 人 18歳以上10人

●迷子

内 迷子の保護・捜索、迷子シール「みつけ」の運用 人 高校生以上30人



●キッズガーデン

内 子ども向けイベントスペースの運営・サポート 人 中学生以上15人

●キッズメイク

内 来場者の手にワンポイントメイクを描く
人 中学生以上20人

●サポキッズ

内 キッズガーデンの企画・運営
人 18歳以上10人 限 7/31(金)

●FM実況

内 視覚に障がいのある来場者などのため、パフォーマンスをFMラジオにて実況中継
人 高校生以上15人

●エスコート

内 高齢者や障がいのある来場者への誘導や移動の手伝い
人 高校生以上50人

●ノーマライゼーション運営サポート

内 エスコート・FM実況スタッフの活動サポート、事前準備
人 高校生以上3人
限 7/1(水)

●防災準備

内 防災マニュアルの作成・会場見回り
人 18歳以上5人 限 7/1(水)



●サポート

内 事前準備、スタッフ休憩所の運営
人 18歳以上10人 限 7/31(金)

●広報

内 パフォーマンスや会場の取材と記事の執筆
人 パソコンが操作できる高校生以上10人

●広報外国語

内 広報の業務・取材時の通訳・記事の英訳
人 パソコン操作と外国語ができる高校生以上10人

●広報カメラ

内 パフォーマンスや会場の写真撮影
人 デジタル一眼レフカメラを所有し撮影とパソコン操作ができる高校生以上3人
※選考あり(作品提出) 限 7/31(金)

●天使の羽

内 天使の羽をつけてマナーアップの呼びかけ・会場清掃 人 中学生以上30人

●天使の羽プラス

内 親子で天使の羽をつけてマナーアップの呼びかけ・会場清掃 人 小学生5人
※保護者が天使の羽に応募していることが条件

●ストア

内 公式グッズ販売所などで関連グッズの販売・両替ほか 人 高校生以上40人

●市民クラウン

内 市民クラウンとして会場の盛り上げ
人 大道芸カレッジに参加したことがある18歳以上80人

●市民クラウン(大道芸カレッジ) ※合宿あり

内 市民クラウンの基礎を学ぶ(9/19(土)～21(祝)の2泊3日) ※大道芸期間中も従事
人 初めてクラウンになる18歳以上30人
費 1万5,000円 限 7/31(金)

●クラウン室サポート

内 市民クラウンのサポート 人 高校生以上10人

●市民審査員

時 11/1(日)、10:00～18:00
内 ワールドカップの受賞者を決める審査
人 原則、他スタッフと兼任ができる中学生以上25人 ※多数選考 限 6/26(金)

●ステージ

内 プレミアムステージ会場運営など

人 18歳以上30人

●プレミアムステージMC

内 プレミアムステージの司会進行
人 司会進行等の経験があり4日間すべて参加できる20歳以上2人 ※書類選考通過者は、7/19(日)に選考会実施
限 6/26(金)

ON STAGE SHIZUOKA

市民の皆さんのさまざまな相談に応じるため、市内の公共機関に相談窓口を設けています。
お気軽にご利用ください！

- 葵区市民相談室**
(市役所静岡庁舎新館 1階 ☎ 221-1053)
- 駿河区市民相談室**
(駿河区役所 3階 ☎ 287-8698)
- 清水区市民相談室**
(市役所清水庁舎 4階 ☎ 354-2036)

困った時は、

秘密厳守

種類	相談内容	とき(祝休日除く)	ところ・問合せ	種類	相談内容	とき(祝休日除く)	ところ・問合せ			
一般相談	市民相談	月～金曜日、8:30～17:15	葵区市民相談室 駿河区市民相談室 清水区市民相談室	消費生活相談	商品やサービスについての苦情・契約などの消費者問題や多重債務問題	月～金曜日、9:00～16:00	消費生活センター (市役所静岡庁舎新館1階・清水庁舎4階 ☎ 221-1056) 県中部県民生活センター (駿河区南町 ☎ 202-6006)			
	県民相談	月～金曜日、9:00～16:00	県中部県民生活センター (駿河区南町 ☎ 202-6008)		クレジット・サラ金相談	弁護士、司法書士などによる、返済問題や消費者金融に関する相談	月・水曜日、10:00～12:00、 火・木曜日、13:30～16:00、 金曜日、10:00～12:00、 13:30～16:00	静岡県弁護士会静岡支部 (葵区追手町 ☎ 252-0008) ※予約制(受付9:00～17:00★)		
	暮らしなんでも相談	月～金曜日、9:00～17:00	ライフサポートセンター中部 (葵区黒金町 ☎ 273-3715)		司法書士相談	月～金曜日、14:00～17:00 ※面接は火・金曜日のみ	司法書士総合相談センターしずおか (駿河区稲川一丁目 ☎ 289-3704) ※面接は予約制 (受付9:00～17:00 ☎ 289-3700)			
法律等の相談	行政書士相談	官公署に提出する書類、権利義務、事実証明について【相続(遺言)、土地の利用、農地転用等】	第4月曜日、13:00～16:00 偶数月第2火曜日、13:30～15:30 第1水曜日、10:00～16:00	葵区市民相談室 清水区市民相談室 県行政書士会 (葵区駿府町 ☎ 254-3003)	貸金業務相談 苦情紛争解決	月～金曜日、9:00～17:00	日本貸金業協会静岡支部 (葵区追手町 ☎ 0570-051-051) ※予約制			
		入国、在留・帰化、相続について	第4火曜日、13:00～16:00	駿河区市民相談室						
		成年後見に関する相談	奇数月第2火曜日、13:30～15:30	清水区市民相談室						
	司法書士相談	不動産登記、商業登記、相続、売買、債務整理等について	第1水曜日、13:00～16:00 (5月は第3水曜日) 第3水曜日、13:00～16:00	葵区市民相談室 ※予約制 駿河区市民相談室 ※予約制	税務相談	所得税、相続税、贈与税、その他税務一般	第2・3・4木曜日、13:00～16:00 (3月除く。祝日の場合、第3月曜日) 第3木曜日、13:30～15:30 (2・3月除く)	駿河区市民相談室 ※予約制 清水区市民相談室 ※予約制		
		相続・不動産売買などの登記について	第1木曜日、13:30～15:30	清水区市民相談室 ※予約制						
		司法書士業務全般	第4木曜日、13:00～15:00	清水区地域福祉推進センター (清水区宮代町・はーとびあ清水 ☎ 371-0305) ※予約制						
	弁護士法律相談	法律問題全般	弁護士、司法書士などによる、返済問題や消費者金融に関する相談	第1月曜日、13:30～15:00	県中部県民生活センター (駿河区南町 ☎ 202-6008) ※予約制	交通事故相談	示談の進め方、損害賠償の請求など交通事故に関する諸問題 弁護士による相談	第1・3火曜日、9:00～17:15★ 第2・4火曜日、9:00～17:15★ 月・水・金曜日、8:30～17:15★	葵区市民相談室 ※予約制 駿河区市民相談室 ※予約制 清水区市民相談室	
			金曜日、13:30～15:00	葵区市民相談室 ※予約制	交通事故 後遺障害認定申請相談			行政書士による、後遺障害認定申請に関する相談	第1月曜日、13:00～16:00 (相続・遺言等の相談も可)	葵区市民相談室
			水曜日、13:30～15:30	清水区市民相談室 ※予約制						
	社会保険労務士相談	労災、賃金、年金、パワハラ、健康保険その他労働問題について	第1月曜日、13:00～16:00 ※10月は21日(水)も実施	葵区市民相談室	男性相談	男性の悩みについての電話相談	第2・4火曜日、19:00～21:00	ほっとライン ☎ 274-0105 問 男女共同参画課 ☎ 221-1349		
第3金曜日、13:00～16:00 ※10月は23日(金)も実施			駿河区市民相談室							
第2月曜日、13:00～16:00			葵区市民相談室 ※予約制							
公証人相談	遺言や契約等の公正証書について	第4水曜日、13:30～15:00	駿河区市民相談室 ※予約制	男女共同参画に関する相談	性別による差別や市の施策に関する相談・要望・苦情	月～金曜日、8:30～17:15	男女共同参画課 (市役所静岡庁舎15階 ☎ 221-1349)			
		第3金曜日、13:30～15:30	清水区市民相談室 ※予約制							
		第1・3木曜日、13:00～15:00	葵区地域福祉推進センター(葵区城東町 ☎ 249-3210) ※予約制							
テラス相談	法律全般	第2・4木曜日、13:00～15:00	駿河区地域福祉推進センター (駿河区南八幡町 ☎ 286-9550) ※予約制	女性のための電話相談	女性をとりまく諸問題について	火・水・金曜日、10:00～13:00、14:00～18:00 木曜日、14:00～20:00 土曜日、10:00～13:00	女性会館相談室(葵区東草深町) ☎ 248-1234 ※希望や必要に応じて面接相談あり			
		第2・4火曜日、13:00～15:00	清水区地域福祉推進センター (清水区宮代町・はーとびあ清水 ☎ 371-0305) ※予約制							
		第2・4水曜日、13:00～15:00	清水区市民相談室 ※予約制							
行政相談	行政相談委員による行政相談	国、県、市対する意見・要望・苦情	月曜日、10:00～12:00 水曜日、10:00～12:00 金曜日、10:00～12:00	葵区市民相談室 駿河区市民相談室 清水区市民相談室	女性のための法律相談	女性の法律問題に関する弁護士相談(面談)	原則第1土・第3木曜日、14:00～17:00(1回30分)	女性会館相談室(葵区東草深町) ☎ 248-1234 ※予約制		
		第3木曜日、10:00～12:00	白銀すこやかセンター (清水区蒲原 ☎ 385-5554)							
		18日、10:00～12:00(土日祝休日の場合、翌開庁日)	清水保健福祉センター由比分館 (清水区由比北田 ☎ 376-0294)							
	総務省の行政相談	国、特殊法人の業務などについての意見・要望・苦情	月～金曜日、8:30～17:15 ※時間外は留守番電話	静岡行政監視行政相談センター (葵区追手町・静岡地方合同庁舎内) 行政苦情110番 ☎ 0570-090110	DV相談	配偶者や恋人等からの暴力について DV・その他暴力について(面談)	月～金曜日、8:30～17:15 月・木曜日、10:00～15:00 水曜日、14:00～19:00	DV相談ダイヤル (葵区 ☎ 221-1274、駿河区 ☎ 201-9126、清水区 ☎ 354-2335) 問 福祉総務課 ☎ 221-1370 あざれあ(駿河区馬淵一丁目) ☎ 272-7879 ※予約制		

◆**健康に関する相談** ※各保健福祉センターの所在地・電話番号は、市HPか「しずおか生活ガイドブック2019」等をご覧ください。

種類	とき(祝休日除く)	ところ・問合せ
妊産婦健康相談、育児相談、成人・高齢者健康相談	月～金曜日、8:30～17:00	市内の各保健福祉センター
栄養相談 ※予約制	月～金曜日	各区健康支援課 葵区 ▶ 城東保健福祉センター内 ☎ 249-3196 駿河区 ▶ 南部保健福祉センター内 ☎ 285-8377 清水区 ▶ 清水保健福祉センター内 ☎ 348-7981 蒲原保健福祉センター 問 清水区健康支援課 由比分館(清水区由比北田) ☎ 348-7981
		歯科相談 ※予約制

◆**医療と薬の相談** 医療や薬に関するさまざまな相談に専門家がご答えします。

種類	とき(祝休日除く)	ところ・問合せ
医療に関する相談	月～金曜日、9:00～16:00 ※12:00～13:00除く	市医療安全支援センターほっとはあと(葵区城東町・保健所内) ☎ 209-0311 ※面接は予約制
くすり相談	月・水・金曜日、9:00～16:30	市薬剤師会(駿河区小黒一丁目 ☎ 283-7294)
夜間相談	毎日 19:00～23:00 ※土日祝休日含む	

◆**子ども・若者の相談**

種類	とき(祝休日除く)	ところ・問合せ	
不登校、学校生活、いじめなどの相談 ※30代まで	月～金曜日、8:30～17:15	子ども若者相談センター(市役所静岡庁舎本館1階) ☎ 221-1314	
ひきこもりの相談	火～土曜日、9:00～17:00	DanDanしずおか (駿河区南八幡町 ☎ 260-7755)	
こころのホットライン(友達関係、学校生活などの相談) ※30代まで	月～金曜日、9:00～17:00	☎ 0120-783-370 (フリーダイヤル)	
24時間いじめ電話相談	毎日24時間受付 ※土日祝休日含む	☎ 254-6811	
家庭児童相談	18歳未満の子どもと子どもを取りまく家庭の相談	月～金曜日、8:30～17:15	各区子育て支援課 葵区 ▶ 静岡庁舎新館2階 ☎ 221-1096 駿河区 ▶ 駿河区役所2階 ☎ 287-8675 清水区 ▶ 清水庁舎1階 ☎ 354-2429
		子ども・家庭110番	月～金曜日、9:00～20:00 (土日は17:00まで)

ご相談ください!

相談無料

- ◆★印…昼休み(12:00～13:00)除く
- ◆市役所の業務に関する相談は、それぞれの担当課で受け付けています。
- ◆年末年始・祝休日の場合や各相談機関の都合により、相談日程は変わる場合があります。事前に各問合せ先へ電話で確認してください。



種類	相談内容	とき(祝休日除く)	ところ・問合せ	種類	相談内容	とき(祝休日除く)	ところ・問合せ
労働相談	労働相談	解雇・賃金未払い等の労使間トラブルなど	原則 ①第2水曜日②第3水曜日 ③第4水曜日、 18:00～21:00 ※日程は、要問合せ	保護司相談	青少年の非行防止や更生、家庭問題など	第2水曜日、 13:00～15:00	葵区市民相談室 問 葵区保護司会更生保護サポートセンター 葵 ☎209-0170
	職場のメンタルヘルス相談	働く人の人間関係・仕事の悩み、メンタルヘルス不調など	原則第3水曜日、 18:00～21:00 ※日程は、要問合せ			第3水曜日、 10:00～15:00	みなくる(駿河区南八幡町) 問 駿河区保護司会事務局 ☎284-6135
	就職相談	就職活動の悩み、応募書類の書き方など	月～金曜日、 9:00～16:00★			県中部中小企業労働相談所(駿河区南町・県中部県民生活センター内) ☎0120-9-39610(フリーダイヤル)	火曜日、10:00～12:00 (第5火曜日除く)
人権相談	人権相談	差別やいじめなどの人権侵害について	10日、10:00～12:00(土日祝日の場合、前後の開庁日)	不動産相談	不動産の売買や賃貸借など	第2火曜日、10:00～12:00	葵区市民相談室
			月～金曜日、 8:30～17:15			清水区市民相談室	
			静岡地方法務局人権擁護課 「みんなの人権110番」 ☎0570-003-110 「子どもの人権110番」 ☎0120-007-110(フリーダイヤル) 「女性の人権ホットライン」 ☎0570-070-810			第2火、第2・4水曜日、 13:00～16:00	葵区市民相談室
福祉関連相談	障害者110番相談	障がいのある人や家族の悩み、困りごとについて	月～金曜日、 9:00～17:00	土地家屋調査士相談	登記、測量、境界問題など	第2火曜日、13:00～16:00	駿河区市民相談室
	発達障がいに関する相談	発達障がいのある人や家族の日常生活など	月～金曜日、 8:30～17:00	土地境界に関する相談	土地境界問題など	第3火曜日、10:00～12:00 (8月除く)	清水区市民相談室
	障がい者虐待相談	障がい者虐待や権利擁護について	毎日24時間 (土日祝休日含む)	住リフォーム相談	耐震補強、介護住宅など住宅の増改築や修繕について	第2火曜日、 13:30～16:30	静岡境界紛争解決センター(駿河区曲金六丁目・県土地家屋調査士会館内)☎282-0910 ※予約制
	知的障がい児者相談	生活上の悩みの相談や福祉サービス紹介など	月曜日、 9:30～12:00	建築設計相談	住宅の新築や建替えの設計、施工、契約など	第2火曜日、13:00～16:00	葵区市民相談室 ※予約制
	こころはればれ相談	精神障がいに伴う生活上の悩みや、ひきこもりについて	第1・3水曜日、 10:00～15:00★	建築全般相談	マンション管理組合の運営や紛争解決など	第4火曜日、 13:00～16:00	清水区市民相談室 ※予約制
	介護よろず相談	介護経験者による、介護の悩みや不安に関する相談	第2木曜日、 10:00～12:00	マンション管理相談	建設工事の請負契約について	第1・3火曜日、 13:00～16:00	駿河区市民相談室
	認知症よろず相談	労働環境・労働問題について	月曜日、 10:00～15:00★	建設工事紛争相談	不動産業者の売買・仲介業務に関する紛争(宅地建物取引業法に関するもの)	第1火曜日、13:30～15:30	清水区市民相談室 ※予約制
	労働に関する相談	成年後見制度についての専門相談	第1・3火曜日、 13:00～15:00	不動産取引に関する紛争相談	事件事故や犯罪被害に関する相談・要望・意見	第4月曜日、13:00～16:00	県建設業課(県庁舎内 ☎221-3057) ※来課は予約制
	成年後見相談会	生活困窮状態からの自立について	原則 ①第2木曜日②第3水曜日 ③第4火曜日、 13:00～17:00	県警ふれあい相談室	少年の非行・被害について	月～木曜日、9:00～16:00★ 金曜日、9:00～15:00★	県住まじづくり課 (県庁舎内 ☎221-3072)
	生活困窮者自立相談	リハビリ、福祉用具、住宅改修について	月～金曜日、 9:00～17:00	外国人のための生活相談	生活全般について(14言語で対応)	月～金曜日、 8:30～17:15 ※外国語相談員の勤務時間はお問い合わせください。	県警ふれあい相談室(警察本部内) ☎254-9110か#9110(プッシュ回線。一部のIP電話等不可)
リハビリ介護相談		月～金曜日、 8:30～17:15	ひとり親相談	ひとり親家庭の就職、養育費、生活相談など	月～金曜日、 9:00～17:00★	静岡地区少年サポートセンター ☎0120-783-410(フリーダイヤル) 静岡 ☎250-0110、静岡南分室 ☎288-0110、清水分室 ☎366-0110	

各種市民委員を募集します

犯罪等に強いまちづくり推進審議会

- ④ 第2次静岡市犯罪等に強いまちづくり基本計画の進捗管理や見直し等
- 任期▶8月から2年間(年2回程度)
- ① 市内に住むか通勤通学する成人2人
- ※書類選考・面接あり
- ④ 申込書等を郵送か直接、生活安心安全課(静岡庁舎新館1階)☎221-1058へ [5/29金必着]
- ※申込書等は、同課、各区市政情報コーナー、市HPなどにあります。

静岡市茶どころ日本一委員会

- ④ 「茶どころ日本一計画」の進行管理や見直しの審議
- 任期▶7月から2年間(年2回程度)
- ① 市内に住むか通勤通学する成人2人
- ※書類選考・面接あり
- ④ 申込書等を郵送か直接、農業政策課(清水庁舎6階) ☎354-2089へ [5/29金必着]
- ※申込書は、同課、各区市政情報コーナー、市HPなどにあります。

日本平動物園運営委員会

- ④ 動物園の運営、入園者の誘致等についての調査審議
- ① 市内に住むか通勤通学する成人2人
- ※書類選考・面接あり
- ④ 申込書と必要書類を郵送か直接、日本平動物園(駿河区池田)☎262-3251へ [5/31日必着]
- ※申込書等は5/1(金)～、同園、各区総合案内、同園HPにあります。

自転車等対策協議会

- ④ 放置自転車対策などに関する協議
- 任期▶8月から2年間(年2回程度)
- ① 市内に住むか通勤通学している成人若干名
- ※書類審査・面接あり
- ④ 申込書を郵送か直接、交通政策課(静岡庁舎7階)☎221-1412へ [6/11木必着]
- ※申込書は、5/11(月)～、同課、各区総合案内、各生涯学習施設にあります。



●●健康ひろば●●				いずれも原則として無料・申込順。問い合わせ先に電話予約を。				
タイトル	とき	対象(申込日)	ところ(問合せ)	タイトル	とき	対象(申込日)	ところ(問合せ)	
元気アップ講演会 ミュージックで脳活 認知症を予防しよう	6月29日(月) 13:30~15:30	65歳以上30人 (5月11日(月)~)	藁科保健福祉センター (☎277-6712)	両親教室 はじめての パパ・ママへ	6月①6日(土) ②13日(土) ③20日(土) 9:30~12:00	妊娠35週6日までの初め て親になる夫婦各35組 (5月12日(火)~)	①南部保健福祉センター ②清水保健福祉センター ③城東保健福祉センター (市コールセンター☎200-4894)	
離乳食の 作り方教室	6月①8日(月) ②11日(木) ③23日(火) ④26日(金) 13:30~15:30	①③5~6か月頃②④8~ 11か月頃の乳児の保育 者各20人程度 (①②5月7日(木)~ ③④5月18日(月)~)	①④城東保健福祉センター ②北部生涯学習センター ③東部生涯学習センター (葵区健康支援課☎249-3196)	プラス10の 運動教室 ※毎月異なる プログラムを 月1回6か月間 実施	6月①10日(水) ②11日(木) ③16日(火) ④17日(水) ⑤24日(水) 9:15~11:30 (①のみ) 13:30~15:30	40~64歳のこれから運 動に取り組みたい人 (5月11日(月)~)	①藁科保健福祉センター (☎277-6712) ②清水保健福祉センター (☎348-7711) ③南部保健福祉センター (☎285-8111) ④城東保健福祉センター (☎249-3180) ⑤東部保健福祉センター (☎261-3311)	
	6月①11日(木) ②18日(木) ③24日(水) ④26日(金) 13:30~15:30	①③④5~6か月頃②8 ~11か月頃の乳児の保 育者各20人程度 (①②5月7日(木)~ ③④5月18日(月)~)	①②南部保健福祉センター ③大里生涯学習センター ④長田保健福祉センター (駿河区健康支援課☎285-8377)	フレッシュ マタニティ教室 (各全2回)	6月①16日(火) ②18日(木) 13:30~15:30	6月①16日(火) ②18日(木) 13:30~15:30	妊婦各30人 (5月11日(月)~)	①大里保健福祉センター (☎288-1111) ②城東保健福祉センター (☎249-3180)
	6月①1日(月) ②15日(月) ③18日(木) ④22日(月) 13:30~16:00	①④5~6か月頃②8~11 か月頃③5か月以降の乳 児の保育者 ①②④各25人③5人 (5月12日(火)~)	①②④清水保健福祉センター ③蒲原保健福祉センター (清水区健康支援課☎348-7981)	元気で長生き 栄養講座	6月①29日(月) ②30日(火) 13:30~15:30	6月①29日(月) ②30日(火) 13:30~15:30	健康的な食生活を知り たい65歳以上①20人 ②15人 (5月11日(月)~)	①城東保健福祉センター (葵区健康支援課☎249-3196) ②長田生涯学習センター (駿河区健康支援課☎285-8377)
おやこ食育教室	6月①3日(水) ②10日(水) ①13:30~15:30 ②13:15~15:30	開催日時点で、妊娠16~ 35週6日までの初めての 妊婦各25人 (5月11日(月)~)	大里保健福祉センター (☎288-1111) 清水保健福祉センター (☎348-7711)	風しん 抗体検査	6月9日(火) 17:30~20:00	妊娠を希望する女性や その配偶者、妊婦の同居 家族、昭和37年4月2日 ~昭和54年4月1日生ま れの男性30人 (5月1日(金)~)	保健所 (市コールセンター☎200-4894 問 保健予防課☎249-3172)	
	6月①23日(火) ②26日(金) ①13:30~15:30 ②13:15~15:30			2~3歳の幼児と保育者 各12組 (5月11日(月)~)	①長田保健福祉センター (駿河区健康支援課☎285-8377) ②東部生涯学習センター (葵区健康支援課☎249-3196)	エイズと肝炎 検査・相談	5月7日(木) 9:00~11:30 17:30~20:00	当日、直接会場へ ※匿名検査

(仮称)認知症ケア推進センターの愛称を募集します!

この秋、認知症の人やその家族に対する総合的な支援を行う拠点として葵区七間町にオープンする、(仮称)認知症ケア推進センターの愛称を募集します! 気軽に立ち寄ってもらえるような、ステキな愛称をお待ちしています!

応募方法 提案書を、地域包括ケア推進本部(市役所静岡庁舎14階 ☎221-1576)へ[5/29(金)必着]
※提案書は、同本部、各区総合案内、市HPにあります。

※同センターについて詳しくは、市HPをご覧ください。

セミナーも開催!

家族のための依存症教室

依存症にまつわる家庭内の問題を解決するためのヒントが満載です!

時 6/11(木)、7/9(木)、8/13(木)、9/10(木)の14:00~16:00(全4回)
所 こころの健康センター(葵区柚木)
人 家族のアルコール・ギャンブル・薬物等への依存に悩んでいる人15人程度(無料)
※匿名での参加可
申 電話で、こころの健康センター ☎262-3011へ[5/1(金)~・申込順]

あなたの肺年齢は何歳ですか?

肺年齢測定と健康に関するアドバイスを行います!

時 5/19(火)、10:00~12:00、14:00~17:00
所 ウェルネスパーク静岡(葵区呉服町一丁目・静岡伊勢丹7階)
人 成人
※当日、直接会場へ(無料)
健康づくり推進課☎221-1376

5月 専門家の無料相談				相談名				区				とき(祝休日除く)				相談名				とき(祝休日除く)				ところ(問合せ)			
●葵区役所1階(静岡庁舎新館) ☎221-1053 ●駿河区役所3階 ☎287-8698 ●清水区役所4階(清水庁舎) ☎354-2036 ※区を問わず利用できます。問合せは各市民相談室へ ※原則として、面談にて行います。 ※電話が混み合う場合もあります。ご了承ください。 ※詳しくは、市HPをご覧ください。				交通事故相談 専門相談員による 交通事故相談 ※昼休み除く ※葵・駿河区は予約制 ※清水区は8日(金)除く				葵				19日(火) 9:00~17:15				0歳児の 育児相談				8日(金) 9:00~10:30				各保健福祉センター			
				弁護士による交通事故相談 ※予約制 行政書士による交通事故 後遺障害認定申請相談 ※相続相談も可				清水				12日(火)、26日(火) 9:00~17:15 毎週月・水・金曜、 8:30~17:15 19日(火) 13:30~15:30				14日(木)、21日(木) 14:00~16:00 毎週月~金曜、 8:30~17:15 9:00~12:00、13:00~16:00 20日(水) 18:00~21:00 ①13日(火)②20日(水)③27日(水) 18:00~21:00				城東保健福祉エリア ※本人以外・未成年者も可 (健康づくり推進課☎221-1376・予約制) 地域リハビリテーション推進センター(☎249-3182・ 予約制) ※理学療法士・作業療法士が対応します。 ほっとはあと(☎209-0311) ※面談希望の場合は要予約 来・て・こ(商業労政課☎354-2430) ※18日(月)までに予約 ①清水テルサ②ペガサート③来・て・こ (商業労政課☎354-2430・予約制)							
税務・法律などに関する相談 税理士相談 ※予約制 行政書士相談 ※駿河区は入国、 在留・帰化、清水 区は成年後見に 関する相談のみ 司法書士相談 ※予約制 弁護士法律相談 ※予約制 社会保険 労務士相談 公証人相談 ※予約制				不動産取引相談 土地家屋調査士相談 住宅相談 ※予約制 マンション管理相談 行政相談 その他 白銀すこやかセンター3階 (蒲原)☎385-5554 清水保健福祉センター 由比分館1階(由比北田) ☎376-0294 人権相談				葵				12日(火)、13日(水)、27日(水) 13:00~16:00 1日(金)、19日(火) 13:00~16:00 14日(木)、26日(火)、28日(木) 13:30~15:30 7日(木)、21日(木) 13:00~16:00 13日(水) 13:00~16:00 19日(火) 10:00~12:00 19日(火) 13:00~16:00 26日(火) 13:00~16:00 清水 今月はありません 葵 毎週月曜 駿河 毎週水曜 清水 毎週金曜 葵 11日(月) 10:00~12:00 清水 21日(木) 10:00~12:00 葵 11日(月) 10:00~12:00 清水 18日(月) 10:00~12:00 葵 11日(月) 10:00~12:00 清水 12日(火) 12:00				女性のための 総合相談 電話 法律 就職・転職 ・キャリア セクシュア リティや性 別の違和に 関する相談 男性電話相談 精神保健相談 酒害相談 聴覚障がい者 相談 保護司相談				10:00~13:00、14:00~18:00 木曜、14:00~20:00 土曜、10:00~13:00 2日(土)、21日(木)、14:00~17:00 15日(金)、16日(土)、21日(木) 10:30~11:20、13:30~14:20 9日(土)、14:00~17:00 24日(日)、13:30~16:00 12日(火)、26日(火) 19:00~21:00 12日(火)、13:30~15:45 19日(火)、13:30~15:45 27日(水)、14:00~16:15 22日(金)、13:30~15:45 11日(月) 21日(木) 13:00~16:30 12日(火) 13日(水)、13:00~15:00 20日(水)、10:00~15:00 毎週火曜、10:00~12:00				蒲原(☎385-5670) 城東(☎249-3180) 東部(☎261-3311) 長田(☎259-5112) 大里(☎288-1111) 南部(☎285-8111) 北部(☎271-5131) 藁科(☎277-6712) 清水(☎348-7711) ※14日は母乳相談、28日は栄養相談も実施 女性会館(☎248-1234) ※女性相談員対応。希望や必要に応じて面接 相談を行います。 (☎248-1234・予約制) ※女性弁護士対応 (☎248-7330・予約制 1日(金)、12:30~) ※おおむね40代以下 アイセルにじいる相談(☎248-2216) ※家族や教師、知人からの相談も可 にじいるカフェ(男女共同参画課☎221-1349) ※詳しくは、HPをご覧ください。 メンズほっとライン静岡(☎274-0105) ※男性相談員対応 各区障害者 葵区(☎221-1589) 支援課 駿河区(☎287-8690) ※予約制 清水区(☎354-2168) 保健所(精神保健福祉課☎249-3174・予約制) 各区障害者 葵区(☎221-1099-FAX254-6322) 支援課 ※7日 駿河区(☎287-8690-FAX287-8660) 前までに予約 清水区(☎354-2106-FAX352-0323) 葵区市民相談室(☎221-1053) みなぐる(駿河区保護司会☎284-6135) はーとびあ清水(清水区保護司会☎366-3932)			

ハガキ・FAXなどで申込みの際は、必ず次の事項を記載してください。 <必要記載事項>…●催事名 ●住所 ●全員の氏名(ふりがな) ●電話番号 ●返信用あて名(往復ハガキの場合)

ラベック静岡

葵区本通七丁目☎251-2315
 ④ 申込方法など詳しくは、ラベック静岡へ
 ※HPもご覧ください。

◆6～7月開講 パソコン講座

講座名	とき	講座名	とき
① ゆっくりワード	はじ①月午前 めて②水午後 ③火午後	⑬ パワポ応用	水午後
④ ワード	④ドリル②金午前 ⑤演習問題①金午後	⑭ 日商検定 文書作成3級	土午前
⑥ ワード	⑥演習問題③月午後	⑮ 日商検定 データ活用3級	土午後
⑦ ワード	⑦演習問題②火午前	⑯ パソコンで英会話	木午前
⑧ ドリル	⑧演習問題②水午前	⑰ プログラミング体験	月夜間
⑨ 一般	⑨ワード応用 木夜間	⑱ google体験	土午後
⑩ エクセル	⑩エクセル 金夜間	⑲ エクセルで ライフプラン	土午後
⑪ 応用	⑪水夜間	⑳ 弥生会計	月午前
⑫ パワポ(夜間)	⑫火夜間	㉑ 講習会	月午後

④ 市内に住むか勤務する19歳以上
 ⑤ 5/15(金)必着

◆5・6月開講教室等

④ 19歳以上各20人
 <味噌づくり教室>
 ⑤ 5/17(日)、10:00～
 ⑥ 費 3,850円 ※味噌(5kg)持ち帰り可
 <アレルギーと自然療法①>
 ⑦ 5/17(日)、10:00～ ⑧ 費 1,500円
 <女性ホルモンとホメオパシー医学①>
 ⑨ 6/10(水)、10:00～ ⑩ 費 1,500円

健康文化 来・て・こ 交流館

〒422-8021駿河区小鹿二丁目25-45☎202-4300

◆6月開講 パソコン講座

講座名	とき	講座名	とき
① ワード入門	月午前	⑤ パワーポイン ト入門	木午前
② ワード中級	火夜間	⑥ プレゼンテー ション入門	金夜間
③ エクセル関数	水夜間		
④ レイアウト入門	金午前		

④ 19歳以上か勤労者各5人
 ⑤ ①④⑥各3,700円②④⑤各3,000円 ③ 往復ハガキ[5/12(火)必着・年齢も記入・多数抽選] ※HP申込可

◆ねんねちゃんのベビマ & ママ体操 夏

ベビマで赤ちゃん楽しくスキンシップ! お母さんのためのエクササイズも♪
 ⑦ 6/8～7/20の隔週月曜日、10:00～12:00(全4回)
 ⑧ 6か月以内の乳児(6/1時点)と母親10組
 ⑨ 費 1組1,600円
 ⑩ 往復ハガキ[5/11(月)必着・子の月齢も記入・多数抽選] ※HP申込可

◆紙バンドで作るグラデーションバッグ

⑦ 6/9(火)、23(火)、7/7(火)の13:30～15:30(全3回)
 ⑧ 市内に住む60歳以上10人
 ※要入館者カード(免許証が健康保険証提示で無料作成)
 ⑨ 費 2,000円
 ⑩ 電話[5/12(火)、10:00～申込順]

◆食でつながる!～スキルを活かそう～

⑦ 6/10(水)、24(水)、7/8(水)の10:00～11:30(全3回) ※6/24(水)は13:00まで
 ⑧ 料理講座運営の方法を学ぶ
 ⑨ 10人(無料)
 ⑩ HPからどうぞ[5/13(水)まで・多数抽選]

静岡市立図書館

◆トリコロールシネマ

姉妹都市カンヌ市で開催されるカンヌ国際映画祭に、ちなんだ上映会です。

※当日、直接会場へ(無料・先着順)。公共交通機関をご利用ください。

<中央図書館(葵区大岩本町)>

とき(5月)	内容
3(祝)	わが故郷の歌(字幕)
10(日)	13:30 巴里のアメリカ人(字幕)
17(日)	シラノ・ド・ベルジュラック(字幕)
24(日)	黒いオルフェ(字幕)
31(日)	アーティスト(字幕)

④ 各108人
 ⑤ 中央図書館☎247-6711

<清水中央図書館(清水区入江岡町)>

とき(5月)	内容
子ども映画会	10(日)、10:00～ 忍たま乱太郎の宇宙大冒険
ライブラリー映画会	24(日)、10:00～ 一命 24(日)、13:00～ そして父になる

④ 各120人
 ⑤ 清水中央図書館☎354-1331

<南部図書館(駿河区南八幡町)>

とき(5月)	内容
シネマ館	2(土) 14:00 おしりたんでいブッ やみよにきえるきょじん
16(土)	くまのアーネストおじさんとセレスティヌ 機械じかけのピアノ
7(木)	海よりもまだ深く
14(木)	13:30 第三の男
21(木)	地獄門
28(木)	アラバマ物語

④ 各200人 ⑤ 南部図書館☎288-2151

◆赤ちゃんのための読み聞かせ講座(6月)

とき	ところ(図書館)
3(水)	清水中央(清水区入江岡町☎354-1331)
10(水)	美和分館(葵区安倍口団地☎296-6501)
12(金)	北部(葵区与一六丁目☎653-1817)
14(日)	御幸町(葵区御幸町☎251-1868)

※いずれも時間は10:30～11:30
 ④ 各館15組程度(無料) ※御幸町は5組
 ⑤ 電話か各館窓口[5/13(水)～・申込順]

◆古文書講座(前期)受講者募集

⑦ 5/29～7/31の毎週金曜日、13:30～15:30(全8回・6/12、7/24除く)
 ⑧ 清水中央図書館
 ⑨ よみがえる江戸時代の清水～古文書の基礎力を高めよう～ ④ 35人(無料)
 ⑩ 往復ハガキで、清水中央図書館(〒424-0839清水区入江岡町15-23☎354-1331)へ[5/18(月)必着・多数抽選]
 ※公共交通機関をご利用ください。

◆子どもの本を学ぶ講座

⑦ 6月～来年2月の毎月1回火曜日、10:00～12:00(全8回・8月除く)
 ⑧ 南部図書館(駿河区南八幡町)
 ⑨ 150人
 ⑩ 5,000円
 ※託児あり(2歳以上・要予約)
 ⑪ 会費持参の上、直接、南部図書館へ[5/19(火)、10:00～・申込順]
 ⑫ 中央図書館☎247-6711

南アルプス ユネスコパーク 井川自然の家

葵区井川☎260-2761
 ④ 家族がグループ各18組
 ⑤ 5/21(木) ※会費・申込方法など詳しくは、市HPをご覧ください。

◆井川 de アウトドアクッキング入門

⑦ 6/20(土)～21(日)(1泊2日・4食付き)
 ⑧ 気軽なアウトドアクッキング
 ◆井川 de キャンプ入門
 テント泊初心者大歓迎!
 ⑨ 7/4(土)～5(日)(1泊2日・4食付き)
 ⑩ テント設営、野外炊飯、キャンプファイヤーなど ※テント持ち込み不可

◆井川 de キャンプ入門

テント泊初心者大歓迎!
 ⑨ 7/4(土)～5(日)(1泊2日・4食付き)
 ⑩ テント設営、野外炊飯、キャンプファイヤーなど ※テント持ち込み不可

東海道由比宿交流館

清水区由比☎375-5166

◆御幸亭お抹茶DAY開催!

通常、お煎茶サービスのみのところ、お菓子付きのお抹茶(希望者は250円別途)も選べる人気企画!
 ⑦ 5/3(祝)、10:00～15:30
 ⑧ 由比本陣記念館「御幸亭」(清水区由比)
 ※当日、直接会場へ(要入館料)

◆宝さがしゲーム

隠された宝(イラスト)をたくさん探そう! 見つけた数に応じて景品をプレゼントします!
 ⑦ 5/3(祝)、10:00～15:30
 ⑧ 由比本陣公園(清水区由比)
 ※当日、直接会場へ(無料)

◆由比交響吹奏楽団演奏会

⑦ 5/31(日)、11:00～、13:30～
 ※当日、直接会場へ(無料)

女性会館(アイセル21)

〒420-0865葵区東草深町3-18☎248-7330
 ※HP申込可

◆男女共同参画(ジェンダー)川柳募集

④ 性別に関係なく個性と能力を十分に発揮できる男女共同参画社会をテーマにした川柳を募集。優秀作品は賞品あり
 ⑤ どなたでも(無料)
 ⑥ 専用用紙を郵送か直接、女性会館へ[5/26(火)、17:00まで・多数抽選]
 ※専用用紙は、同会館・HP、男女共同参画課(静岡庁舎15階)、各市立図書館、各生涯学習施設にあります。

◆講座「家族がうつかも?と思ったら」

⑦ ①6/11(木)②25(木)、10:00～12:00(全2回)
 ⑧ ①うつ病の正しい理解と社会資源②知っておきたい、家族の接し方
 ⑨ 女性20人(無料)
 ※託児あり(1歳～未就園児・要予約)
 ⑩ 電話[5/12(火)、10:00～・申込順]

◆被災地に学ぶ災害に強い地域づくり

⑦ 6/13(土)、13:00～15:00
 ⑧ は一とびあ清水(清水区宮代町)
 ⑨ 被災経験に基づいた防災への男女双方の視点の必要性と、地域防災に活かす方法を学ぶ ④ 40人(無料)
 ⑩ 電話[5/27(水)、17:00まで・多数抽選]

◆女性防災講座 私の声を地域に活かす

⑦ ①6/13(土)②27(土)③7/11(土)④8/23(日)⑤9/5(土)、13:00～16:00(全5回)
 ⑧ ①は一とびあ清水(清水区宮代町)②③④⑤市役所清水庁舎3階
 ⑨ 女性が地域防災に関わるために必要な基礎的知識などを学ぶ
 ⑩ 女性25人(無料)
 ※託児あり(1歳～未就学児・要予約)
 ⑪ 電話[5/27(水)、17:00まで・多数抽選]

◆産後ママのリカバリーピラティス

⑦ 6/19(金)、10:00～11:30
 ⑧ 首の座っている0歳の子と母親12組(無料)
 ⑨ 電話[5/29(金)、17:00まで・多数抽選]

資源循環 体験プラザ しずもーる西ヶ谷

葵区西ヶ谷☎294-7451

④ 電話[5/1(金)～・申込順]
 ◆再生ガラスで吹きガラス体験
 ⑦ 5/3(祝)、4(祝)、5(祝)、6(振替)、10(日)、17(日)、31(日)、9:00～16:00 ④ 6歳以上 ⑤ 各1,570円
 ◆ガラスで作る、葉っぱのアクセサリ
 ⑦ 5/9(土)、17(日)、21(木)、31(日)、10:00～12:00
 ⑧ 各6人 ⑨ 各1,330円
 ◆ガラスモザイクで壁掛け一輪ざし作り
 ⑦ 5/24(日)、10:00～12:00
 ⑧ 10人 ⑨ 1,020円
 ◆羽根のシルバーイヤリング
 ⑦ 5/23(土)、10:00～12:00
 ⑧ 5人(小学3年生以下保護者同伴)
 ⑨ 2,100円
 ◆フェージング(ガラスのアクセサリ等)
 ⑦ 毎週水、木、金曜日、10:00～14:00
 ※土日は要問合せ
 ⑧ 1,330円 ※小学4年生以下保護者同伴

市民文化会館・静岡音楽館・マリナートなどのイベント情報が一覧になっています!

静岡市文化振興財団 イベントニュース

ぜひ、ご利用ください! 検索

◆フェージング(ガラスのアクセサリ等)

⑦ 毎週水、木、金曜日、10:00～14:00
 ※土日は要問合せ
 ⑧ 1,330円 ※小学4年生以下保護者同伴

◆ガラスモザイクで壁掛け一輪ざし作り

⑦ 5/24(日)、10:00～12:00
 ⑧ 10人 ⑨ 1,020円
 ◆羽根のシルバーイヤリング
 ⑦ 5/23(土)、10:00～12:00
 ⑧ 5人(小学3年生以下保護者同伴)
 ⑨ 2,100円

◆フェージング(ガラスのアクセサリ等)

⑦ 毎週水、木、金曜日、10:00～14:00
 ※土日は要問合せ
 ⑧ 1,330円 ※小学4年生以下保護者同伴

市民文化会館・静岡音楽館・マリナートなどのイベント情報が一覧になっています!

静岡市文化振興財団 イベントニュース

ぜひ、ご利用ください! 検索

! ハガキやFAXで申し込みの際は、上段の必要記載事項を必ず記載してください。

新茶シーズン到来!

5月1日は八十八夜

担当
 農業政策課 清水庁舎6階☎354-2089
 お茶のまち静岡市 [検索](#)

茶 毎月1日は「お茶に親しむ日」です
 協賛店で、うれしい特典があります。
 詳しくは、「お茶のまち静岡市」HPをご覧ください。



茶吉

新婚さんへのプレゼントがリニューアル!
 市茶業振興協議会では、婚姻届を提出した新婚さんに、急須やお茶をプレゼントしています。この度、プレゼントが次の3つの中から選べるようになりました!

- ① ガラス製急須+茶葉
- ② フィルターインボトル
- ③ 茶葉2種類

※各区戸籍住民課で引換券を渡します。
 引き換え場所: 喫茶一茶(JR静岡駅北口地下)、農業政策課

ハガキ・FAXなどで申込みの際は、必ず次の事項を記載してください。 <必要記載事項>…●催事名 ●住所 ●全員の氏名(ふりがな) ●電話番号 ●返信用あて名(往復ハガキの場合)

生涯学習センター・交流館

● 葵 駿河区 静岡市生涯学習センター 検索
● 清水区 静岡市生涯学習交流館 検索

★印の講座・イベントについて詳しくは、各施設へお問い合わせください。

葵 区

葵生涯学習センター ☎246-6191
〒420-0865 東草深町3-18(アイセル21)
●ハンカチで作るミニ振袖姿
時 6/9(火)、16(火)、23(火)の13:30～15:30(全3回)
人 10人 費 800円
申 電話[5/15(金)、10:00～・申込順]

藁科生涯学習センター ☎278-4141

〒421-1217 羽島本町5-9
●まず、親が知るべき「勉強」の話
時 6/10～7/8の毎週水曜日、10:00～11:30(全5回)

内 「勉強する意味」を考え、家庭学習のやり方を学ぶ
人 5歳～小学2年生の子の保護者15人
※託児あり(要予約)
費 1,000円
申 電話[5/13(水)、10:00～・申込順]



★夏のわらしな自然観察!
★四季の星座～春の巻
★講演会 作曲家入門 F.ショパン

西部生涯学習センター ☎255-3960

〒420-0068 田町三丁目46-5
●自分だけの駿河塗下駄制作講座
時 6/26(金)、7/3(金)、10(金)、31(金)の18:30～20:30(全4回)
人 中学生以上12人
費 女性用▶6,000円 男性用▶7,000円
申 往復ハガキ[5/25(月)必着・1枚1人・多数抽選] ※HP申込可
★パソコンサロンボランティアになろう!
★講演会「オーケストラを聴こう」
★自由研究のテーマ探し～夏の星空編～
★古文書考証が語る「明智光秀」

東部生涯学習センター ☎263-0338

〒420-0803 千代田七丁目8-15
●わが子の思春期、親ができること
時 6/16～7/14の毎週火曜日、10:00～11:30(全5回)
人 10歳～中学生の保護者20人
費 1,000円
申 電話[5/15(金)、14:00～・申込順]
★色と光のかぐ遊び

西奈生涯学習センター ☎265-2468

〒420-0911 瀬名二丁目32-43(リンク西奈)

●思わず使いたくなる英会話
時 6/19～7/17の毎週金曜日、18:30～20:00(全5回)
内 外国人とのコミュニケーションや基本的な英語フレーズを学ぶ初心者向け講座
人 成人20人 費 500円
申 往復ハガキ[5/15(金)必着・年齢も記入・多数抽選] ※HP申込可

★あそぼうあそぼうABC～春・夏編～
★親子で楽しむベビーヨガ

北部生涯学習センター ☎271-5111

〒420-0871 昭府二丁目14-1

●静岡を襲った大水害～七夕豪雨を学ぶ～
時 6/21(日)、28(日)の10:00～11:30(全2回)
※28(日)は、治水交流資料館がわなび(駿河区大谷二丁目)集合解散
人 20人(無料)
申 電話[5/20(水)、10:00～・申込順]

★古布で布草履づくりに挑戦!
★初めてのベビーマッサージ

美和分館 ☎296-7122

〒421-2113 安倍口団地5-1(アカデ美和)

●絵手紙で暑中見舞いを描こう
時 6/4(木)、11(木)、18(木)の13:30～15:30(全3回) 内 初心者向け絵手紙講座
人 15人 費 500円
申 電話[5/7(木)、13:30～・申込順]

★親子でふれあいリトミック!
★美和農業体験

駿 河 区

南部生涯学習センター ☎281-2184

〒422-8074 南八幡町25-21

●豊かなセカンドライフのための資産運用
時 6/10(水)、24(水)の13:30～15:30(全2回)
人 30人(無料)
申 電話[5/13(水)、14:00～・申込順]

長田生涯学習センター ☎257-0780

〒421-0137 寺田131-1

●お庭のお悩み解決講座
時 6/13(土)、20(土)、27(土)の10:00～12:00(全3回)
内 庭木や花壇の手入れや病害虫対策の方法などを学ぶ
人 中学生以上20人
費 500円
申 電話[5/23(土)、10:00～・申込順]



★「適当」子育てのススメ
★おさだファミリーコンサート
★おさだの桃でスープづくり

大里生涯学習センター ☎283-1698

〒422-8051 中野新田57-5

●人形劇あつぷっぷ 夏公演
時 6/26(金)、10:30～11:30
内 人形劇団体による乳幼児親子向けの公演
人 100人(無料)
申 電話[5/22(金)、10:00～・申込順]

清水 区

辻生涯学習交流館 ☎364-0234

〒424-0807 宮代町5-75

●筆ペン講座
時 5/22(金)、29(金)の9:30～11:30(全2回)
内 のし袋やハガキ等の正しい書き方を学ぶ
人 15人 費 600円
申 電話が窓口[5/7(木)、9:30～・申込順]

★夏の着物をリメイク コーディガン作り
★パン作り講座

江尻生涯学習交流館 ☎367-3321

〒424-0812 小芝町3-35

●知らないで損! 老後資金はいくら必要?
時 6/27(土)、10:00～12:00
内 老後の生活に役立てる為に、税金・年金等の制度を学ぶ
人 成人20人(無料)
申 電話が窓口[5/26(火)、10:00～・申込順]

★10歳若返るストレッチとウォーキング

入江生涯学習交流館 ☎363-2802

〒424-0831 入江三丁目8-12

●子育て応援! 若葉クラブ
時 6/18～11/19の毎月第3木曜日、おおむね10:00～11:30(全5回) ※8月除く
内 絵本の読み聞かせ、小さな水族館、運動遊びなど
人 1～3歳の子の保護者15人
費 500円
申 電話が窓口[5/14(木)、9:30～・申込順]

★静岡・清水の生活と文化の歴史
★全国温泉めぐりと歴史のお話



●三保生涯学習交流館 ☎334-2230
〒424-0901 三保1077-1

●家庭教育学級 子育て講座 のびのび三保
時 6/18～9/17のおおむね毎月第3木曜日、10:00～12:00(全5回)
内 絵本と子育て、絵本に登場する料理、ものづくりなど
人 0～3歳の子の保護者15人
※託児あり(無料)
費 1,200円
申 電話が窓口[5/8(金)、9:30～・申込順]

★レベルアップ! 走り方&ボール投げ教室
★世界のお茶を楽しむ講座

浜田生涯学習交流館 ☎351-3030

〒424-0834 浜田町4-4

●はまだレディースセミナー
時 6/18～11/19の毎月第3木曜日、19:00～21:00(全5回) ※8月除く
内 生活、手芸、料理、健康などについて
人 成人女性25人 費 500円(材料費別途)
申 電話が窓口[5/14(木)、9:30～・申込順]

★子育てポケット
★おはなしあつぷっぷ

不二見生涯学習交流館 ☎335-6211

〒424-0926 村松534-2

●健康寿命を延ばそう! 医療講座
時 6/18(木)、7/16(木)、8/20(木)の13:30～15:00(全3回)
内 動脈硬化、ロコモ予防、骨粗しょう症予防について
人 30人(無料)
申 電話[5/29(金)、10:00～・申込順]

★家庭教育学級「わいわいクラブ」
★リンパマッサージでセルフケア
★女性学級「ライフサロン」



駒越生涯学習交流館 ☎335-6171

〒424-0913 迎山町1-7

●komaゆうゆうクラブ(高齢者学級)
時 6/11～12/24のおおむね木曜日、9:30～11:30(全8回)
内 医師による講演会、陶芸、和菓子作りなど
人 60歳以上20人 費 1,800円
申 電話が窓口[5/7(木)、9:30～・申込順]

★koma女子会(女性学級)
★合気道で護身術
★歴史講座「駒越の歴史」第3編
★女性のための楽しい趣味時間

飯田生涯学習交流館 ☎364-0911

〒424-0012 下野西3-19

●初級英語で案内 清水の観光地
時 6/26(金)、7/3(金)、10(金)の10:00～11:30(全3回) 人 成人12人 費 800円
申 電話が窓口[6/9(火)、17:00まで・多数抽選]

★和ハーブでお灸と健康茶
★大人のラジオ体操
★子ども将棋教室
★ハッピーママ・プロジェクト
★季節の野菜でキムチづくり

由比生涯学習交流館 ☎376-0511

〒421-3104 由比北田457-1

●しずまえてなあに?～地魚で料理～
時 6/15(月)、9:30～12:30
人 成人16人 費 1,000円
申 電話が窓口[5/15(金)、9:30～・申込順]

★ポールウォーキング(春)

くらしの Q and A

格安旅行予約サイトを 利用する時に、注意することは?

Q インターネットで見つけた格安旅行予約サイトで、ホテルや航空券の予約をしようと思っています。サイトの文章は日本語で書かれていますが、海外の事業者のようです。注意することはありますか。

A インターネットによる旅行予約サイトの相談が多く寄せられています。海外の事業者の場合、問合せをする時に日本語対応できる窓口があるとは限りません。

旅行サイトを運営する事業者の所在や日本語対応が可能かなどを契約前に確認することが大切です。サイトによっては、日程が変更できなかったり、解約時に返金がなかったりするものもあります。申し込む場合には、規約をよく読み、解約料等の契約条件がどうなっているのか、よく確認しましょう。予約確認メールは旅行が終わるまで大切に保管しましょう。困った時には消費生活センターに相談してください。

問合せ 生活安心安全課 消費生活センター ☎221-1056 FAX221-1291

ゴールデンウィーク中の消費生活相談は、消費者ホットライン☎188(10:00～16:00)をご利用ください。

戦没者等の遺族に対する特別弔慰金

第十一回特別弔慰金

基準日(令和2年4月1日)において、公務扶助料等の年金給付の受給権者がいない戦没者等のご遺族に、特別弔慰金が支給されます。

対象者 公務上の傷病等が原因で死亡した戦没者等の先順位の遺族1人
請求期限 令和5年3月31日 **支給額** 25万円(5年償還の記名国債)

請求窓口 遺族(請求者)の居住地が…

- 葵区 → 市民自治推進課 ☎221-1439(静岡庁舎15階)
- 駿河区 → 市民自治推進課 ☎221-1439(静岡庁舎15階)
- 清水区 → 清水区地域総務課 ☎354-2144(清水区役所4階)

※窓口は混み合うため、10月以降に各地で開催する説明会等での手続きにご協力ください。説明会の日程は、「広報しずおか」10月号に掲載予定です。

ハガキ・FAXなどで申込みの際は、必ず次の事項を記載してください。 <必要記載事項>…●催事名 ●住所 ●全員の氏名(ふりがな) ●電話番号 ●返信用あて名(往復ハガキの場合)

岡生涯学習交流館 ☎354-1350
〒424-0836 桜が丘町7-1

●家庭教育学級「さくらが岡マクラブ」
時 6/23～11/28のおおむね毎月第4火曜日、10:00～11:30(全5回)
内 赤ちゃんの子育て情報や、災害、救急時に役立つ知識を学ぶ
人 0歳の子の母親15人 費 500円
申 電話か窓口[5/27(水)、10:00～・申込順]
★夢を叶える土曜塾・色・音・心・未来
★あつまれ! 2～3歳児親子体操
★はじめてのスマホ活用術

興津生涯学習交流館 ☎369-1111
〒424-0205 興津本町829

●働く女性のための心と身体の整え方
時 5/23～8/29の毎月おおむね第4土曜日、9:30～11:30(全4回)
内 上手な聴き方や好感を持たれる話し方を身に付け、心身のリラックス方法を学ぶ
人 働いている成人女性15人
費 1,100円
申 電話か窓口[5/2(出)、10:00～・申込順]
★Instagramの魅力
★キャッシュレスの基礎知識講座
★あんこの里であんパン作り
★興津路ガイド養成講座

船越生涯学習交流館 ☎351-3121
〒424-0866 船越三丁目12-74

●ズンパで楽しくダンスエクササイズ!
時 6/2(水)、16(水)、30(水)の10:00～11:30(全3回)
人 20人 費 500円
申 往復ハガキ[5/21(木)必着・年齢も記入・1枚1人・多数抽選]
★ミカちゃん先生と楽しく親子運動あそび



高部生涯学習交流館 ☎346-0828
〒424-0008 押切1086-2

●不登校とケアについて
時 6/20～7/11の毎週土曜日、14:00～16:00(全4回)
内 不登校の現状や体験談、医師による「命のお話」を通して一緒に考え、アロマテラピーなどのケアについて学ぶ
人 30人 費 800円
申 電話か窓口[5/13(水)、9:30～・申込順]

蒲原生涯学習交流館 ☎385-4331
〒421-3211 蒲原新田一丁目21-1

●蒲原の歴史をたどる
時 6/6(出)、10/24(出)、11/28(出)の9:30～11:30(全3回)
人 30人 費 300円
申 電話か窓口[5/14(木)、9:30～・申込順]

清水生涯学習交流館 ☎352-7755
〒424-0921 松井町7-22

●夏を涼しく苔玉づくり
時 6/18(木)、9:30～11:30
内 身近にある植物や苔を利用して2つの苔玉をつくる
人 16人 費 1,500円
申 電話[5/8(金)、9:30～・申込順]
★おしゃれなクラフトテープバッグ
★こうじを使った家庭料理

有度生涯学習交流館 ☎345-4886
〒424-0884 草薙一里山3-1

●やさしいアトラー心理学
時 6/3(水)、10(水)、17(水)の10:00～11:30(全3回)
人 成人女性20人 費 500円
申 電話か窓口[5/8(金)、9:30～・申込順]
★絵手紙を描いてみませんか

袖師生涯学習交流館 ☎367-1138
〒424-0037 袖師町1092-1

●そでしははおや学級
時 6/4～11/5の毎月第1木曜日、おおむね10:00～12:00(全5回)
※8月除く
内 ペットトーク、パン作り、工作など
人 中学生以下の子の母親16人
費 1,000円
申 電話か窓口[5/7(木)、9:30～・申込順]
★骨盤セルフ調整
★初めてのパンづくり

庵原生涯学習交流館 ☎366-7564
〒424-0114 庵原町68-1

●初めて学ぶ庵原の歴史
時 5/30(出)、6/6(出)の10:00～12:00(全2回) 人 30人 費 300円
申 電話か窓口[5/8(金)、9:30～・申込順]
★いはら・ママ・カレッジ
★レディースセミナー・いはら

小島生涯学習交流館 ☎393-2053
〒424-0303 但沼町284-1

●初めての梅干し作り
時 6/10(水)、24(水)の10:00～12:00(全2回)
人 初めての人16人
費 2,500円
申 往復ハガキ[5/27(水)必着・多数抽選]

生涯学習施設の休館について

施設の大規模改修・耐震補強工事のため、折戸生涯学習交流館(清水区折戸四丁目)は、6月～来年3月の期間中休館します。詳しくは、市HPをご覧ください。

問合せ 生涯学習推進課 ☎221-1206

賤機都市山村 交流センター **安倍ごころ**

〒421-2106 葵区牛妻2352 ☎294-2501

◆色鮮やかな押花でフレームカード作り
時 6/12(金)、10:00～12:00 人 成人8人
費 2,500円 申 往復ハガキ[6/2(水)必着・1枚1人・多数抽選]
◆山葵の収穫と苗植え
時 6/13(土)、9:00～12:00 ※各自車で安倍ごころ集合後、有東木へ移動。小雨決行
人 成人10人 費 2,500円 申 往復ハガキ[5/29(金)必着・1枚1人・多数抽選]
◆社交ダンス入門編・レディースダンス
時 6/18(木)、7/2(木)、16(木)、30(木)、8/6(木)、20(木)の10:00～11:30(全6回)
人 成人女性15人(無料)
申 電話[5/12(水)、10:00～・申込順]

東部勤労者 福祉センター **清水テルサ**

清水区島崎町 ☎355-3111

問 申込方法など詳しくは、清水テルサへ
※HP申込可

◆6月開講 すいすいマタニティ

コース	会費	コース	会費
① 火曜(全5回)	6,500円	③ 火・金曜(全9回)	1万1,700円
② 金曜(全4回)	5,200円		

※時間はいずれも13:00～14:00。500円のお試し体験あり
人 妊娠16週以上で19歳以上各15人
限 5/15(金)必着 ※分娩予定日も記入

◆6月実施 日商PC検定

検定	とき	会費
① 3級	文書作成 データ活用	13(出) 9:00～ 各 10:30～ 5,240円
② 2級	文書作成 データ活用	21(回) 13:00～ 各 15:00～ 7,330円
③ basic	文書作成 データ活用	19:00～ 各 4,200円

人 19歳以上 限 5/31(日)必着

◆7月開講 フィットネススクール

講座名	とき	講座名	とき
① 産後ママヨガ	火午前	⑫ ストレッチ&ダンス	木午後
② 気功	火午前	⑬ ズンパゴールド	木午後
③ ヨガ①	火午後	⑭ タヒチアンダンス	木午後
④ ヨガ②	火午後	⑮ 大人ジャズダンス(入門)	金午前
⑤ 大人ジャズダンス(初級)	火夜間	⑯ 初級クローラ	金午後
⑥ 入門クローラ	水午前	⑰ フラ	金午後
⑦ 水中フィットネス①	水午後	⑱ 初めてフラ	土午後
⑧ ズンパ	水午後	⑲ 太極拳(夜)	土夜間
⑨ ピラティス	木午前	⑳ フリースタイルダンス	土夜間
⑩ コルセット&リンパ	木午前	㉑ 太極拳(朝)	日午前
⑪ 水中フィットネス②	木午後		

人 19歳以上 ※①産後6週間経過の、1歳未満の子を持つ健康な女性⑩⑭⑱⑲女性のみ
費 各5,630円 限 6/10(水)必着

◆7～9月開講 パソコン教室

講座名	とき	講座名	とき
① プログラミング	火午前	⑰ お勤め帰りパワポ基礎	木夜間
② ネットを楽しむ	火午後	⑱ 日商PC検定文書作成3級	金午前
③ エクセル基礎	火午後	⑲ スマートフォン(Android)	金午後
④ ワード・エクセル基礎	火夜間	⑳ シニアゆくりワード・エクセル	金午後
⑤ お勤め帰り基礎	火夜間	㉑ プログラミング入門講座	金午後
⑥ ワード 応用	水午前	㉒ LINE活用	金夜間
⑦ エクセルマクロ&VBA超入門	水午後	㉓ 日商PC検定データ活用3級	日終日
⑧ イラスト作成	水午後	㉔ 役立つ基礎エクセル 応用	土午前
⑨ エクセル演習	木午前	㉕ やさしいエクセル	土午前
⑩ パソコン講座(GIMP)	木午後	㉖ エクセル業務改善	土午後
⑪ お勤め帰り基礎エクセル 応用	木夜間	㉗ エクセル関数	
⑫ エクセル 応用	木夜間		
⑬ 書類の作り方	木夜間		
⑭ ワード演習	木夜間		
⑮ パソコン入門	木夜間		
⑯ イラスト作成	木夜間		

※Windows10/Office2016使用
人 19歳以上各10人
費 6,300円～1万1,500円(テキスト代別途)
限 5/31(日)必着

◆7月開講 教養教室

講座名	とき	講座名	とき
① お勤め帰りのリラク&リンパ	火夜間	④ リンパケア&ストレッチ	木午後
② 昭和を歌おう!	水午後	⑤ 絵手紙入門	木午後
③ ステンドグラス	水午後	⑥ オカリナ入門	金午前

人 19歳以上各20人 ※①④女性のみ
費 3,200円～1万7,300円(工具代等別途)
限 5/31(日)必着

静岡音楽館 AOI

葵区黒金町 ☎251-2200

◆ベートーヴェン:交響曲全集Ⅲ
時 5/23(土)、15:00開演
内 出演▶沼尻竜典(指揮)、三浦文彰(ヴァイオリン)、日本フィルハーモニー交響楽団
曲目▶L.v.ベートーヴェン:交響曲第7番 イ長調 op.92など 費 全指定7,000円(22歳以下1,000円) ※未就学児入場不可
問 申込方法は、お問い合わせください。

IAIスタジアム日本平
清水エスパルスホームゲーム

5/30(土)、19:00～ vs. 名古屋

ハガキやFAXで申し込みの際は、上段の必要記載事項を必ず記載してください。
●多数抽選の場合、原則1人1枚です。

浄化槽を設置して大切な川を守りましょう

浄化槽設置費用の補助制度について

新たに合併処理浄化槽を設置する人を対象に、補助金を交付しています。補助金額は、以下の通りです。

人槽/区分	単独処理浄化槽またはくみ取り便槽から付け替える場合	新築・増築・改築等
5人槽	33万2,000円	16万6,000円
7人槽	41万4,000円	20万7,000円
10人槽以上	54万8,000円	27万4,000円

単独処理浄化槽からの付け替え
▶宅内配管工事費として最大30万円上乗せ(今年度から新設しました)

単独処理浄化槽またはくみ取り便槽からの付け替え
▶地区によって最大20万円上乗せ

単独処理浄化槽の場合

お風呂、キッチン、トイレ → 単独処理浄化槽 → 未処理のままの生活雑排水を河川に放流 **悪臭!**

合併処理浄化槽の場合

お風呂、キッチン、トイレ → 合併処理浄化槽 → 処理された水が放流されるので、衛生的!

補助制度を活用し、ぜひ合併処理浄化槽を設置してください!
補助金額・申込みについて詳しくは、廃棄物対策課 ☎221-1264へお問い合わせください。

5/30(土)～6/5(金)は **全国ごみ不法投棄監視ウイーク**

市では、ごみの不法投棄を防ぐため、山間地等廃棄物不法投棄監視員によるパトロール等を実施しています。

土地所有者・管理者のみなさんへ
所有地、管理地に不法投棄された場合、自ら処理しなければなりません。不法投棄防止対策をしましょう!

不法焼却(野焼き等)は禁止されています
たき火などでも、苦情があれば指導の対象になります。お互いの生活環境には十分配慮しましょう!

不法投棄・不法焼却の罰則について
5年以下の懲役・1,000万円以下の罰金、またはこれらを併科されることがあります。

主に池田周辺の美化に努めていますが、季節を問わず廃棄物の不法投棄が後を絶ちません。美しい日本平の景観を守るため、監視活動に積極的に取り組み、不法投棄の撲滅を目指します。

森谷保俊さん

廃棄物対策課 ☎221-1364

ハガキ・FAXなどで申込みの際は、必ず次の事項を記載してください。 <必要記載事項>…●催事名 ●住所 ●全員の氏名(ふりがな) ●電話番号 ●返信用あて名(往復ハガキの場合)

ふれあい健康増進館 ゆ・ら・ら
〒420-0905 葵区南沼上1379-1 ☎263-3456
※HP申込可

◆健康・元気いきいき教室
時 5/17(日)、11:00～11:45
内 自重トレーニング 人 高校生以上15人
費 300円
申 往復ハガキ [5/12(日)必着・生年月日も記入・多数抽選]

◆ゆ・ら・らで作る梅ジュース教室
時 5/24(日)、10:30～12:00
内 地元で収穫した梅で、ジュースを作る
人 どなたでも15組(1組5人まで)
費 高校生以上1,000円、3歳～中学生500円(材料費1組1,500円別途・4リットルのピン持参で材料費500円引き)
申 往復ハガキ[5/13(日)必着・生年月日も記入・多数抽選]

◆ゆ・ら・ら体力測定
時 6/5(金)、13:00～14:00
内 握力、上体起こし、長座体前屈、開眼片足立ち、10m障害物歩行、6分間歩行
人 65歳以上12人(無料・施設利用料別途)
申 往復ハガキ [5/26(日)必着・生年月日も記入・多数抽選]

<カガクを究める! 放射線を見てみよう>
時 5/23(土)、13:30～15:30(1回20分程度)
内 身近な放射線の利用を学び、実験で放射線が飛ぶ様子を観察する
講 静岡大学理学部 大矢研究室
<サイエンスショー シャボン玉ワールド>
時 5/30(土)、31(日)、11:00、14:00(各30分程度)
内 シャボン玉の魅力がいっぱいの大型実験ショー

◆予約の必要な催し
<科学茶房 ムシカフェ>
時 6/14(日)、13:00～15:00
内 カブトムシの角がいづ、どのようにつくられるのかを解説
講 新美輝幸氏(基礎生物学研究所教授)
人 30人(無料・要入館料)
申 電話 [5/17(日)～・申込順]

<昔の生き物の姿を復元する!>
時 6/21(日)、10:00～12:00、13:30～15:30
内 化石の骨パズルを組み立てながら、絶滅した生き物の姿を復元
人 小学校3～6年生各20人(無料・要入館料)
申 電話 [5/24(日)～・申込順]



静岡科学館 る・く・る
駿河区南町 ☎284-6960

◆予約のいない催し
※当日、直接会場へ(無料・要入館料)
<スタッフ押し! G W 工作 & 実験まつり>
時 5/2(土)～6(日)、13:00～15:30
内 スタッフおすすめの工作 & 実験が楽しめる特別な5日間
<磁石っておもしろい!>
時 5/9(土)、17(日)、12:00、13:00、14:00、15:00(各20分程度)
内 磁石を使った実験ショー
<光と鏡のファンタジー 万華鏡をつくろう>
時 5/10(日)、24(日)、13:00～15:30(1回20分程度)
<一緒に遊ぼう! おもちゃ箱トーク>
時 5/10(日)、24(日)、11:30、15:30(各15分程度)
内 ミニ実験がたっぷりの展示解説トーク
<動くスライムをつくろう>
時 5/16(土)、13:30～15:30(1回20分程度)
内 磁石にひばられて動くスライムをつくる
講 静岡理工科大学 科学実験工房
<めばえのかがく はじめてのいきもの観察>
時 5/16(土)、10:30～12:00(1回15分程度)
内 ダンゴムシの観察 人 未就学児と保護者

静岡市立体育館
※医師に運動を止められている人はご遠慮ください。詳しくは、市体育協会HPをご覧ください。

◆蒲原体育館の催し
清水区蒲原新田一丁目 ☎385-7501
<幼児いろいろ運動教室①②>
時 ①5/14～7/9の隔週木曜日、15:30～16:30 ②5/21～7/16の隔週木曜日、15:30～16:30(各全5回)
内 マット運動、跳び箱、ボールを使った運動
人 ①おおむね3歳～4歳 ②5歳(4/1時点)
費 各2,500円
申 窓口 [5/1(金)～・会費持参・申込順]

◆中央体育館の催し
葵区駿府町 ☎255-1010
<幼児水泳教室>
時 6/2～7/14のおおむね毎週火・金曜日、15:35～16:40(全12回)
人 来年4月に小学校へ入学する幼児30人
※初めての人優先
費 4,200円
申 窓口 [5/14(木)、15:30～15:40・会費、筆記用具持参・多数抽選]
※複数人の申込不可。双子等は応相談・保護者代理の場合は18歳以上

◆東部体育館の催し
葵区東千代田二丁目 ☎264-8485
<東部体育館の教室>
時 ①6/9～7/14の毎週火曜日、19:00～20:00(全6回) ②6/12～7/17のおおむね毎週金曜日、19:30～20:30(全5回)
内 ①火曜ヨガ ②金曜ピラティス
人 18歳以上の女性各25人
費 ①4,200円 ②3,500円
申 窓口 [①5/12(日)～②5/15(金)～・会費持参・申込順]

静岡市美術館
〒420-0852 葵区紺屋町17-1 ☎273-1515

◆学芸員によるギャラリートーク
時 5/16(土)、14:00～14:30
内 展覧会「ミュシャと日本、日本とオリクめぐるジャポニスム」の見どころを解説
※当日、直接会場へ(無料・要観覧券)

◆講演会「描かれた東海道の名所と宿場」
時 6/13(土)、14:00～15:30
内 展覧会「東海道の美 駿河への旅」関連講演会
講 日比野秀男氏(掛川市二の丸美術館館長)
人 70人(無料)
申 往復ハガキ [5/28(日)必着・全員分の年齢も記入・1枚4人まで・多数抽選]
※HP申込可

◆父の日だ! 親子でプレゼントをつくろう
時 6/20(土)、13:00～17:00
内 美術館の案内サインと同じモザイクタイルで、お父さんの顔を作る
人 小学生と父親10組
※見学、付き添い不可
費 1人500円
申 往復ハガキ [6/4(木)必着・全員分の年齢も記入・1枚1組・多数抽選]
※HP申込可

清水ナショナルトレーニングセンター **J-STEP**
清水区山切 ☎371-9000
※医師に運動を止められている人はご遠慮ください。

◆フットサルミックス大会
男女混合エンジョイミックスカテゴリのフットサル大会です。
時 5/31(日)、9:00～16:00
人 女性が小学生が常時2人以上出場できる
初級者チーム8チーム
費 1チーム8,000円
申 窓口 [5/20(日)まで・多数抽選]
※同施設HP申込可

清水総合運動場
清水区清開二丁目 ☎334-5049
※医師に運動を止められている人はご遠慮ください。詳しくは、市体育協会HPをご覧ください。

◆ふれあいスポーツday
時 5/5(祝)、9:00～13:00
内 トランポリン、弓道、ストラックアウトなど
持 室内用シューズ ※当日、直接会場へ(無料)

◆5月から始まるスポーツ教室
時 ①5/11～6/29の毎週月曜日、14:00～15:30(全7回・6/1除く) ②5/20～7/8の毎週水曜日、13:30～15:00(全6回・6/3、7/1除く)
内 ①スポーツウェルネス吹矢教室 ②40歳からの筋力UP!! 教室
人 ①18歳以上15人 ②40～74歳の人25人
費 ①3,650円 ②3,000円
申 窓口 [5/7(日)～・会費持参・申込順]

イベント
光るヒミツを知ろう!
ホタル学習会
時 5/23(土)、18:20～19:20
所 紅葉山庭園茶室(駿府城公園内)
内 クイズや実験を通してホタルの生態を学ぶ
人 小学生と保護者20人(無料・要入園料)
申 電話で、市コールセンター ☎200-4894へ [5/8(金)まで・多数抽選]
問 環境創造課 ☎221-1319



駿府城公園ホタルプロジェクト
ホタル舞う初夏の紅葉山庭園
時 5/22(金)～24(日)、29(金)～31(日)、19:00～21:00(最終入場20:30)
所 紅葉山庭園(葵区駿府城公園)
※当日、直接会場へ(無料・要入園料)
問 ノ丸施設管理事務所 ☎251-0016

きむらとしろうじんと行くお散歩会
現代アート展「めぐるリアート静岡」で9/27(日)に実施する「野点」の会場を美術家じんじんさんが探します。一緒に歩きながら、野点や陶芸に関するお話を聞けます。
時 5/30(土)、31(日)、10:00～18:00
所 西部生涯学習センター(葵区田町三丁目)集合解散。
※当日、直接会場へ(無料・昼食各自、交通費別途)。途中参加の場合は、当日時間内に専用ダイヤル ☎050-5361-6257へ
問 静岡県立美術館 ☎263-5857
担 まちは劇場推進課 ☎221-1229

SHIZUOKA 2020

第74回 日本選手権競輪 G1
5/5(祝) 6(休) 7(木) 8(金) 9(土) 10(日)

日本選手権競輪はG1最高峰のレースで、6日間にわたって、トップレーサー達の熱い戦いが繰り広げられます。

静岡競輪場(駿河区小鹿二丁目 ☎283-3200)

スズメバチの巣を見つけたら、まずは、ご相談ください。

早期発見! 早期駆除!

夏から秋に増えるハチの刺傷事故を防ぐため、家の周囲を確認し、巣が小さいうちに除去することがとても大切です。

軒下・木の枝・生け垣の中など雨や風に当たらない場所を好みます。

個人住宅で、活動中のスズメバチの巣に限り、市の委託業者が駆除します。
※事業所・集合住宅・田畑などには対象外です。また、営業場所などにより駆除ができない場合や依頼者に追加料金が発生する場合があります。

この時期がチャンス!
六角形の巣穴がむきだしになっているものも多く、電気の傘やとつくりの様な形をしている。攻撃性がほとんどない女王蜂が1匹で作っているため、駆除がしやすい。

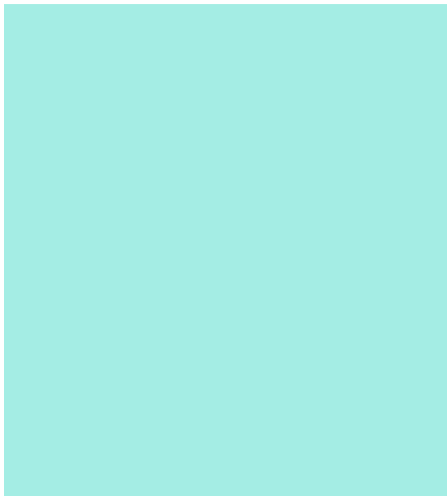
7月以降(最盛期) 危険度 MAX!
こうなる前に・・・
マール状の模様で、働きバチがたくさんいる可能性が高い!

ご相談・駆除申込み
市コールセンター ☎200-4894
問合せ 生活衛生課 ☎249-3155 保健所清水支所 ☎354-2214

ハガキ・FAXなどで申込みの際は、必ず次の事項を記載してください。 <必要記載事項>…●催事名 ●住所 ●全員の氏名(ふりがな) ●電話番号 ●返信用あて名(往復ハガキの場合)

昆虫観察とハナバチの竹宿づくり

時 5/16(土)、10:00～15:00 ※小雨決行
 所 高山・市民の森(葵区水見色) ※現地集合解散
 人 40人程度(無料・子ども連れ優先)
 申 ハガキかFAXで、中山岡地振興課(〒421-1212葵区千代538-11 ☎294-8807・FAX278-3908)へ[5/7(木)必着・年齢も記入・多数抽選]



葵区魅力づくり事業 葵トラベラー

※市役所静岡庁舎前集合解散。バス代無料
 申 ハガキかFAXで、葵区地域総務課(〒420-8602 ☎221-1051・FAX221-1104)へ[各申込期限必着・生年月日も記入・多数抽選] ※HP申込可

◆梅ヶ島編「梅ヶ島の山を知る」

時 5/23(土)、8:00～17:00
 所 葵区梅ヶ島
 内 治山現場見学、化石採集、温泉入浴など
 人 30人(入浴希望者は700円別途)
 限 5/13(水)
 ※入浴希望の有無も記入

◆清沢編「お茶感謝祭 & 地域散策」

時 5/24(日)、8:00～15:00
 所 きよさわりの駅(葵区相俣)ほか
 内 地域散策、地場産品販売など
 人 40人(散策希望者は500円別途)
 限 5/13(水)
 ※散策希望の有無も記入

◆清沢編「ほたる鑑賞会」

時 6/13(土)、17:00～21:00
 所 清沢生涯学習交流館(葵区昼居渡)ほか
 内 ほたる鑑賞、地域住民による講話など
 人 20人 限 6/3(水)

静岡市民文芸作品募集

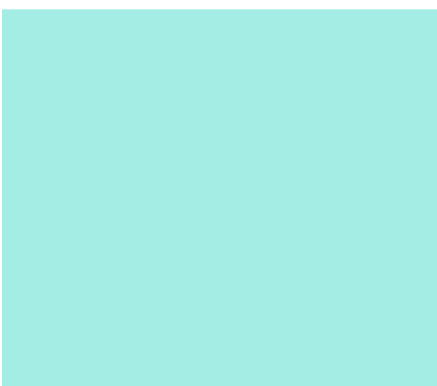
内 小説、児童文学、評論・ノンフィクション、随筆・エッセイ、現代詩、短歌、俳句、川柳の8部門
 人 市内に住むか通勤通学する文芸活動を職業としていない中学生以上(無料)
 限 9/3(木)消印有効
 問 申込方法などは、文化振興財団(葵区御幸町 ☎255-4746)へ
 ※応募用紙は、同財団窓口・HP、文化振興課(静岡庁舎16階)、各区総合案内などにあります。市HP申込可

みほしるべ企画展 「柄鏡に描かれた富士」

時 5/1(金)～6/28(日)、9:00～16:30
 所 みほしるべ(清水区三保)
 内 江戸時代の柄鏡から、人々の憧れの名所であった富士山と三保松原の風景について紹介 ※当日、直接会場へ(無料)
 問 みほしるべ ☎340-2100

静岡市民文化祭の開催について

時 5/13(水)～6/28(日)
 所 静岡市民ギャラリー、市民文化会館、静岡音楽館AOI、マリナート、清水テルサなど
 内 ホール部門(演奏会・演劇など)、展示部門(写真・華道など)、大会部門(茶会・川柳など)、講演会(書道) ※当日、直接会場へ
 問 各催しの料金・展示の時間など詳しくは、市文化協会 ☎204-8811へ
 ※市HPもご覧ください。
 担 文化振興課 ☎221-1040



静岡市歴史文化施設「展示トーク会」第二弾!

時 5/27(水)、18:30～20:00(開場18:00)
 所 市役所清水庁舎3階
 内 施設の展示製作に携わる学芸員と担当者が「展示のこだわりポイント」を紹介
 人 100人(無料) 講 鈴木将典氏(文化振興財団)、歴史文化課学芸員
 申 電話で、市コールセンター ☎200-4894へ[5/1(金)～申込順]
 問 歴史文化課 ☎221-1569

プレミアムフライデー プラスコンサート

時 5/29(金)、開演18:30 所 マリナート
 内 オーボエ・ファゴット・ピアノ三重奏
 出演▶静岡交響楽団スペシャルユニット
 費 無料(要入場整理券・未就学児入場不可)
 ※整理券は、マリナート、清水テルサ(清水区島崎町)、エスパルスドリームプラザ(清水区入船町)などで配布
 問 申込方法などは、マリナート ☎353-8885へ

フリーフリーしずおか! CCC HUB登録クリエイター展

イラスト、グラフィック、アートなどの多彩な作品を通じて静岡をPRします。
 時 4/24(金)～5/10(日)、10:00～21:00
 所 CCC(葵区七間町)
 ※当日、直接会場へ(無料)
 問 CCC ☎205-4750

ワークショップフェスティバル 街カル in CCC 2020

アートやものづくりの作家等を講師に迎え、子どもから大人まで多彩なカルチャーを体験しながら、楽しめるイベントです。
 時 5/16(土)、17(日)、10:00～16:00
 所 CCC(葵区七間町) ※当日、直接会場へ
 問 CCC ☎205-4750

春の田園コンサート @ 登呂遺跡

時 5/23(土)、14:00～15:30
 所 登呂遺跡博物館前広場(駿河区登呂五丁目)
 内 市立高松中学校ほか2校の吹奏楽部による屋外コンサート
 ※当日、直接会場へ(無料)
 問 登呂博物館 ☎285-0476

用宗港なぎさ市 開催!

時 5/24(日)、8:00～11:30
 所 用宗漁港西岸壁多目的広場(駿河区用宗二丁目) 内 新鮮な水産加工品や地元農産物などの販売
 問 用宗港なぎさ市実行委員会(清水漁協用宗支所内) ☎259-2111
 担 水産漁港課 ☎354-2337

花菖蒲観賞会を開催します

時 6/6(土)、7(日)、9:00～16:00 ※雨天決行
 所 城北浄化センター(葵区加藤島)
 内 花菖蒲の観察、下水道の学習など
 ※当日、直接会場へ(無料)。6/1(月)～12(金)は、花菖蒲園の一般開放も行います。
 問 城北浄化センター ☎261-2981

駿府楽市

JR静岡駅アスティ静岡内

- 5/8(金)～20(水)
- 5/22(金)～31(日)

第19回 駿河の下駄祭り 職人展
しずおか素敵な手土産展

ハガキやFAXで申し込みの際は、上段の必要記載事項を必ず記載してください。

さわやかな気持ちで 婚活をしよう!

所 ジュノール(葵区常磐町一丁目)
 申 ジュノール(☎205-4122)のHPからどうぞ[5/1(金)～申込順]
 担 青少年育成課 ☎354-2614

◆婚カフェ

とき	内容	対象(各5人)
水曜 5/27(水)、19:00～20:45	自己紹介、マッチング	30～35歳の独身男女
金曜 5/29(金)、19:00～20:45		40～47歳の独身男女
日曜 6/14(日)、14:00～15:45		45～56歳の独身男女

費 男性各3,000円、女性各2,500円

◆カラーで見る貴方の恋愛観

時 6/6(土)、7(日)、13:00～16:00(1人40分)
 内 恋愛カラー診断、婚活相談
 人 結婚を考えている20～50代の独身男女各4人
 費 各1,100円

◆日本平ホテル婚活

時 7/4(土)、16:00～18:30
 ※男性は、ジュノールで事前セミナーあり(6/28(日)、18:30～19:15)
 所 日本平ホテル(清水区馬走)
 ※JR静岡駅、JR東静岡駅から送迎あり
 内 洋食、自己紹介、マッチング
 人 34～46歳の独身男女各10人
 費 男性1万円、女性9,000円

7～9月 老人福祉センター等教室生募集

※一部6月開催あり。日程は、変更になる場合があります。

《老人福祉センター》

教室名	開催日時	定員
卓球	木・午前	各15人
はじめての社交ダンス	第1、3火・午前	
スマイル3B体操	第1、3火・午後	
囲碁入門	第2、4日・午後	
ノルディック・ウォーク	金・午前	※1
歴史秘話	第2土・午前	各15人
駿河組ひも	第1、3火・午後	
ゆるり心が鎮まる仏画	第1、3金・午前	
男性ヨガ ※2	第1、3水・午後	
ラージボール卓球	水・午前	15人
初級パソコン	第1、3火・午前	各10人
1日講座 トンボ玉でアクセサリ作り	6/23(水)・午前	
エコクラフト	7/9(木) 10:00～15:00	

教室名	開催日時	定員
ミニトランポウオーグ	第2、4木・午前	40人
カントリーダンス	第2月・午前	各
メンズヨガ ※3	第2、4木・午後	30人
硬筆講座	第4月・午後	各
ラージボール卓球	第1、3金・午後	20人
卓球	第1、3木・午後	各15人
スローエアロビクス	第1、3金・午後	
ミニトランポウオーグ	第2、4木・午後	
男の体操	第2、4金・午後	※1
カラオケ体操	金・午後	

※1 当日、直接会場へ(定員なし)
 ※2 12月までの講座
 ※3 パソコン、ヨガマット各自持参

◎の施設では、しぞ～かでん伝体操の教室生を募集中! ※1

《世代間交流センター》

教室名	開催日時	定員
パン作り	第4日・午前	24人
ノルディック・ウォークA	第1、3金・午前	各
ノルディック・ウォークB	第2、4金・午前	15人
折り紙クラブA	第1、3木・午前	各10人
折り紙クラブB	第2、4金・午前	
ぬり絵A	第1火・午後	
ぬり絵B	第3火・午後	
クラフト	第2、4火・午後	各8人
中級パソコン ※3	木・午後	
中級パソコン(夜) ※3	木・夜間	
初級パソコン ※3	火・午前	7人

その他老人福祉センター、世代間交流センター、老人憩の家(清水東部 ☎369-5513、清開きらく荘 ☎334-1241)でも各種教室開催!

老人福祉センター

長尾川: 葵区長尾 ☎265-1415・FAX265-1410
 用宗: 駿河区用宗五丁目 ☎257-2022・FAX257-1496
 鯉ヶ池: 葵区下 ☎294-9778・FAX294-9196
 清水船越: 清水区船越二丁目 ☎352-5505・FAX352-5507
 蒲原: 清水区蒲原神沢 ☎388-3186・FAX388-9223
 清水折戸: 清水区折戸四丁目 ☎336-3117・FAX388-9663

世代間交流センター

清水北部: 清水区八坂町 ☎364-8902・FAX388-9721
 由比: 清水区由比北田 ☎376-0435・FAX376-0528
 清水南部: 清水区駒越南町 ☎335-0609・FAX376-6718

ハガキ・FAXなどで申込みの際は、必ず次の事項を記載してください。 <必要記載事項>…●催事名 ●住所 ●全員の氏名(ふりがな) ●電話番号 ●返信用あて名(往復ハガキの場合)

スポーツ

※医師に運動を止められている人はご注意ください。

鍛えて緩めて すっきりヨガ教室

時 5/13～7/15の毎週水曜日、9:15～10:15
所 清水清見湯公園スポーツセンター(清水区横砂) 人 18歳以上各50人
費 各500円 ※当日、直接会場へ(先着順)
問 清水清見湯公園スポーツセンター ☎367-9780
※詳しくは、市体育協会HPをご覧ください。

親子で運動会を開催します!

時 5/24(日)、9:30～11:30(受付9:00～)
所 清水総合運動場体育館(清水区清開二丁目) 内 玉入れ、かけっこなど
人 3～6歳の未就学児と保護者60組程度(無料・参加賞あり)
申 電話で、市コールセンター ☎200-4894へ[5/8(金)～・申込順]
問 スポーツ振興課 ☎221-1038

楽しく無理なく走ろう! 初心者ジョギング教室

時 6/4(木)、11(木)の19:00～20:30(全2回)
※荒天時18(木) 所 駿府城公園
人 ジョギング初心者の成人30人
費 1,000円 申 電話で、市体育協会 ☎654-5151へ[5/11(月)、9:00～・申込順]

静岡市民・シニア鮎釣り大会を開催します!

時 ①6/10(水)②14(日)、7:00～13:00
※荒天時①17(水)②21(日)
所 藁科川(葵区富厚里) ※富厚里橋上流駐車場集合 内 ①シニア大会②市民大会
人 ①60歳以上の健康な人で友釣りか石川釣り経験者②中学生以上
費 友釣り各1,000円(おとり鮎含む)、石川釣り各500円
申 電話で、安倍藁科川漁業協同組合 ☎272-3111へ[①6/9(水)②12(金)まで]
問 市体育協会 ☎654-5151

わかふじスポーツ大会 出場者を募集!

9/13(日)～11/8(日)に開催される静岡県障害者スポーツ大会の出場者を募集します。
所 草薙総合運動場(駿河区栗原)ほか
人 障がいのある12歳以上の人(4/1時点) 限 5/15(金)
問 障害福祉企画課 ☎221-1197・FAX221-1494 ※参加資格、競技日程、申込方法などは、市HPをご覧ください。

遊びながら上手に体を動かそう!

時 6/17(水)、24(水)の10:30～11:30(全2回)
所 清水蛇塚スポーツグラウンド(清水区蛇塚)
講きのいい羊たち 人 1歳6か月(4/2時点)以上の未就園児と保護者25組(2人1組)
費 1組1,500円
申 申込書をFAXか直接、清水日本平運動公園球技場管理事務所(清水区村松 ☎335-5111)へ[6/7(日)必着・多数抽選] ※申込書は、同施設にあります。HP申込可

講座・教室

静岡市なわとび判定員講習会を開催します

時 5/31(日)、9:00～15:00
所 長崎新田スポーツ交流センター(清水区長崎新田) 内 チャレンジなわとび(なわとびテスト会)の判定員講習会
人 成人 申 電話かFAXで、スポーツ振興課 ☎221-1038・FAX221-1453へ[5/8(金)まで] ※市HPもご覧ください。

今なら聞ける天守台発掘調査成果 駿府城公園歴史カフェ

時 5/15(金)、6/19(金)、7/17(金)、14:00～15:00
所 紅葉山庭園茶室(葵区駿府城公園)
内 4年間の天守台発掘調査成果の学習とお点前体験
人 各15人 費 各1,000円
申 往復ハガキで、坤櫓管理事務所(〒420-0855葵区駿府城公園1-1 ☎266-7205)へ[5/11(月)必着・参加希望日も記入・多数抽選] ※同公園HP申込可

プラモデル「登呂遺跡」をつくる

時 5/17(日)、10:00～15:00
所 登呂博物館(駿河区登呂五丁目)
人 小学生以上8人 ※小学3年生以下保護者同伴 費 1,200円
申 電話で、登呂博物館 ☎285-0476へ[5/1(金)～・申込順]

戦国武者の甲冑を作ってみよう!

時 5/17(日)、9:30～12:00
所 東御門・巽櫓(葵区駿府城公園)
内 今川氏についての学習と段ボールでの甲冑の製作
人 小学生30人(3年生以下保護者同伴) 費 2,000円(保護者は要入館料)
申 往復ハガキで、坤櫓管理事務所(〒420-0855葵区駿府城公園1-1 ☎266-7205)へ[5/10(日)必着・多数抽選] ※同公園HP申込可

治水交流資料館講座 「静岡から地球を考える」

時 5/16(土)、14:00～15:30
所 治水交流資料館かわなび(駿河区大谷二丁目)
講 竹林知大氏(ふじのくに地球環境史ミュージアム非常勤講師) 人 20人(無料)
申 申込方法などは、治水交流資料館かわなび ☎237-1322へ

車椅子 シーティング講座

時 5/21(木)、13:30～15:30
所 地域リハビリテーション推進センター(葵区城東町)
人 市内に勤務する医療・介護・福祉職、福祉用具専門相談員等20人(無料)
申 電話で、地域リハビリテーション推進センター ☎249-3182へ[5/7(木)～・申込順]

市場料理教室を開催します

所 中央卸売市場(葵区流通センター)
人 各18歳以上16人 費 各1,500円
申 往復ハガキで、市場協力会(〒420-0922葵区流通センター1-1 ☎263-3435)へ[各申込期限必着・年齢、性別も記入・多数抽選]
◆魔法のおかわりレシピ! 春野菜テリーヌ 時 5/30(土)、9:30～12:00 限 5/18(月)
◆野菜博士たちと歩く市場見学と料理 時 6/12(金)、9:30～12:00 限 6/1(月)

こ・こ・に 静岡シチズンカレッジ

◆「消費の賢者」養成講座
時 7/9～12/10の木曜日、おおむね10:00～12:00(全7回)
所 清水テルサ(清水区島崎町)ほか
人 18歳以上20人程度 費 2,000円
申 申込書を郵送か直接、生活安心安全課(静岡庁舎新館1階 ☎221-1054)か、消費生活センター清水窓口(清水庁舎4階)へ[5/29(金)必着・選考あり] ※申込書は同課、各生涯学習施設、市HPなどにあります。HP申込可

ネコを知ろう! ～猫お悩みなんでも相談会～

時 5/24(日)、10:00～15:00
所 動物愛護館2階(葵区産女)
内 ボランティアによるネコふれあいコーナー、譲渡登録会、飼育相談など
※当日、直接会場へ(無料)。ペット同伴不可
問 動物愛護館 ☎278-4070

おもてなし英会話 ～発展編～

時 6/2～30の毎週火曜日、10:00～11:00(全5回) 所 市役所清水庁舎3階
人 15人程度(最少催行人数6人)
費 5,500円 申 電話で、市国際交流協会清水支部 ☎354-2009へ[5/25(月)、17:00まで・多数抽選] ※HP申込可

わらびこ 初級パソコン講座

時 6/10～8/26の第2・4水曜日、①9:30～12:30②13:30～16:30(各全6回)
内 コーストワードかエクセル ※今までに受講済みのコースは参加不可。希望によりインターネットの指導あり 人 初心者各10人
費 各1,000円(テキスト代別途)
申 往復ハガキで、わらびこ(〒421-1314葵区大原1834 ☎270-1501)へ[5/27(水)必着・①②の別、パソコン持ち込みの有無も記入・1枚1人・多数抽選]

わくわく キッズ英語

時 6/20～来年1/16の毎月1回土曜日、10:00～10:45、11:00～11:45(各全8回)
所 アイセル21(葵区東草深町)
人 市内に住む小学生各15人程度
費 各8,000円 申 市国際交流協会HPからどうぞ[6/5(金)、17:00まで・多数抽選]
問 市国際交流協会清水支部 ☎354-2009

ものづくり機械加工科 受講生募集

時 7/1(水)～12/23(水)、9:20～
所 ポリテクセンター静岡(駿河区登呂三丁目)
内 施設内実習(5か月間)と企業実習(1か月間)で機械加工に関する技術を学び、就職を目指す
人 ハローワークに求職申込をしているおおむね55歳未満13人(無料・要教材費)
持 求職者カード
申 直接、ハローワークへ
葵・駿河区の人▶ハローワーク静岡(駿河区西島) 清水区の人▶ハローワーク清水(清水区松原町) [5/7(木)～6/10(水)・選考あり]
問 ポリテクセンター静岡 ☎285-7186
担 商業労政課 ☎354-2430

高齢者を介護・福祉・健康・医療の面からまるごと支援! 地域包括支援センター「まるけあ」

問合せ 地域包括ケア推進本部 ☎ 221-1203

まるけあ 検索

地域包括支援センターとは…
高齢者の皆さんが、住み慣れた地域でいつまでも安心して生活できるよう、市が設置する相談窓口です。保健師・主任介護支援専門員・社会福祉士などの専門職員がチームで総合的に支援します。相談は無料です。近くのセンターにご相談ください。

相談してよかった!

親の介護と仕事との両立に悩み相談した。介護サービスやボランティアを利用しながら、仕事も継続できている。一人で抱えなくていいとわかり、気持ちが楽になった。(50代女性)

退職後、人の役に立つ活動がしたいと思い、相談した。地域でボランティアグループと繋がりが、今は中心メンバーとして活動している。(70代男性)

◆地域包括支援センター

1人で悩まないで お気軽に相談ください

は、昨年と所在地・問合せ先が変更になった施設です。

センター名	所在地	問合せ
小鹿豊田	小鹿一丁目	☎284-0284
八幡山	有東二丁目	☎202-6677
大谷久能	根古屋	☎236-0778
大里中島	中野新田	☎280-4970
大里高松	登呂五丁目	☎203-3385
長田	みずほ二丁目	☎268-5080
丸子	丸子二丁目	☎270-8720
港北	本郷町	☎371-0296
興津川	承元寺町	☎369-3482
岡河内	和田島	☎343-1515
港南	淡川三丁目	☎625-6663
岡船越	船越一丁目	☎376-6651
高部	柏尾	☎347-5271
飯田庵原	石川本町	☎364-6631
松原	宮加三	☎337-0500
有度	長崎新田	☎344-7721
蒲原由比	蒲原	☎385-5595
	由比北田★	☎376-0417

★は窓口機能のみ

ハガキ・FAXなどで申込みの際は、必ず次の事項を記載してください。 <必要記載事項>…●催事名 ●住所 ●全員の氏名(ふりがな) ●電話番号 ●返信用あて名(往復ハガキの場合)

ファミサポ 子育て支援講座
～自宅で預かる子育て支援～
時 5/12(水)、14(木)、20(水)、22(金)、27(水)か
28(木)の9:00～(全5回)
所 静岡中央子育て支援センター(葵区呉服町二丁目)ほか
人 子育てに関心のある人25人程度(無料)
※託児あり(無料・要予約)
問 申込方法などは、ファミリー・サポート・センター静岡事務局 ☎254-2283へ
※講座終了後、「まかせて会員」に登録し、サポート活動ができます。
担 子ども未来課 ☎354-2607

市民参画

清水新興津地区
都市計画案の縦覧
時 5/8(金)～22(金)、8:30～17:15
所 都市計画課(静岡庁舎7階)、都市計画事務所(市役所清水庁舎3階)
内 区域区分の変更、用途地域の変更、臨港地区清水臨港地区の変更 ※意見のある人は意見書を郵送か直接、各縦覧場所へ [5/22(金)必着]。意見書は各縦覧場所、市HPにあります。
問 都市計画課 ☎221-1409

お知らせ

ひとり親のための無料弁護士相談

時 ①奇数月第2水曜日②偶数月第3土曜日、13:00～17:00(8月除く) ※1人30分まで
所 ①水の森ビル(駿河区南町)②県総合社会福祉会館(葵区駿府町)
内 養育費、面会交流、親権、戸籍、慰謝料、財産分与等の相談
人 ひとり親家庭などの保護者、子どもがいて離婚を考えている人
問 申込方法などは、ひとり親サポートセンター(母子家庭等就業・自立支援センター内) ☎254-1191へ
担 子ども家庭課 ☎354-2651

製菓衛生師試験(7/28(火))の願書を受け付けます

時 願書受付 ▶5/18(月)～22(金)
所 試験会場 ▶グランシップ
人 義務教育課程を修了し、製菓衛生師業務に2年以上従事した経験のある人
費 受験料 ▶9,400円
申 願書を直接、食品衛生課(葵区城東町) ☎249-3161、保健所清水支所(清水庁舎2階) ☎354-2384)へ
※願書は各保健所にあります。

きれいな川、海はみんなの財産 河川・海岸美化運動

時 5/24(日)、8:00～9:00 ※雨天中止
所 安倍川・葦科川河川敷スポーツ広場とその周辺、駿河区の海岸、富士川緑地公園(清水区蒲原向島地先)
持 ごみ袋、軍手、火ばさみなど
※当日、直接会場へ(無料)
問 河川課 ☎221-1131

国道150号 新日本坂トンネル 点検作業等に伴う夜間交通規制

上下線2トンネルの点検作業側を全面通行止めにし、もう一方を対面通行にします。ご理解ご協力をお願いします。
時 6/1(月)～7(日)、22:00～翌6:00
問 駿河道路整備課 ☎221-1443(平日17:15まで)、土木施設監視センター ☎221-1227(平日17:15以降・土日祝日)

日本平動物園ボランティアを募集します

時 研修日 ▶6/7(日)、14(日)の10:00～15:00(全2回)
所 日本平動物園(駿河区池田)
内 毛皮などを使った動物の説明や小動物と触れ合うイベントの手伝い
人 月2～3回(土日祝日)程度活動できる人 ※中高生は保護者の同意が必要。小学生要保護者同伴(活動に一部制限あり)
申 ハガキかFAXで、動物園協会(〒422-8005駿河区池田1767-6) ☎262-3252・FAX262-7135)へ [5/15(金)必着・年齢も記入・選考あり]

光化学オキシダントやPM2.5に注意しましょう!

5～9月は光化学オキシダントが発生しやすい時期です。また、PM2.5は、年間を通して濃度が高くなる場合があります。これらの注意報等は、同報無線、防災メール、市HP等でお知らせしますので、屋外での活動を控えるようにしてください。もし、目やのどに刺激や痛みを感じたら、目を洗ったりうがいをして、屋内で休みましょう。
問 環境保全課 ☎221-1358

介護職員初任者研修の受講費用を助成します!

研修を修了し、3か月以上市内介護施設等で就労することを条件に、研修に要した費用の2分の1の額(上限5万円)を助成します。
人 15人
限 12/11(金) ※定員に達し次第終了
問 条件や申込方法などは、介護保険課 ☎221-1202へ ※市HPもご覧ください。

国 民生活基礎調査 中止のお知らせ

6月から実施予定でした令和2年度国民生活基礎調査については、新型コロナウイルス感染症の影響により中止とさせていただきます。来年度以降の調査へのご協力をお願いします。
※国民生活基礎調査は、世帯の保健・医療・福祉・年金・所得等を調査するものです。
問 生活衛生課 ☎249-3159

児童扶養手当のお知らせ

3～4月分の児童扶養手当を5/11(月)に振り込みます。現況届が未提出の人など、支給が決定していない人には支給できません。(一部支給停止適用除外事由届出書が未提出の人は、支給額の2分の1が支給停止になる場合があります。)
問 各区子育て支援課(葵 ☎221-1093 駿河 ☎287-8674 清水 ☎354-2120)、蒲原出張所 ☎385-7790

日本赤十字社の活動にご協力ください

日本赤十字社は、人道的使命に基づく活動をしています。被災地での救護活動も、皆様から寄せられた会費で支えられています。会費募集はお住まいの地域等で呼びかけられますので、ご協力をお願いします。
問 市民自治推進課 ☎221-1265

ミニ情報

●フィンランド講座

時 5/9(土)、10:00～11:40
所 番町市民活動センター(葵区一番町)
内 フィンランドの文化について
人 30人

費 700円(学生500円、障害のある人・中学生以下無料) ※飲み物・食べ物付き
問 申込方法などは、EGG異文化理解教室(岡田方) ☎080-2611-8546へ

●盲ろう者向け通訳介助者養成講座

時 7/12(日)～11/29(日)の土・日曜日、10:00～16:00(全10回)

所 県総合社会福祉会館(葵区駿府町)
人 講座修了後、コミュニケーションと移動の支援が必要な盲ろう者の通訳介助者として活動でき、講座を全日程出席できる人20人(無料・テキスト代3,850円別途)
申 電話かハガキまたはFAXで、県聴覚障害者情報センター(〒420-0856葵区駿府町1-70) ☎221-1257・FAX221-1258)へ [5/23(土)必着・FAX番号も記入・選考あり]

●しずおか・三保羽衣謡隊「うたいびと」募集

時 稽古 ▶5/9(土)、6/9(水)、7/14(水)、18:00～19:00 ※ほか8月以降に2回程度予定発表(羽衣まつり) ▶10/10(土)
所 稽古 ▶静岡音楽館AOI(葵区黒金町) 発表(羽衣まつり) ▶三保松原(清水区三保)
調 佐野登氏(宝生流能楽師シテ方)
人 発表(10/10(土))に参加できる人30人程度
費 1,000円
問 申込方法など詳しくは、日本能楽謡隊協会(佐藤方) ☎090-2576-9897へ
※同協会HPもご覧ください。

●ボランティア日本語講師養成講座

時 5/22～10/30の金曜日、19:00～20:30(全10回)

所 生涯学習交流館(清水区宮代町)
人 市内に住む外国人にボランティアで日本語を教えてみたい成人20人
費 1万1,800円

問 申込方法などは、清水日本語交流の会(鶴飼方) ☎050-5435-9006へ [5/10(日)まで]

●ハローワーク静岡からのお知らせ

職業紹介分室とマザーズハローワーク静岡の開庁時間に変更になります。

<職業紹介分室(葵区追手町)>

曜日	現在	6/1(月)～
月～火曜日	8:30～19:00	9:15～18:00
水～金曜日	8:30～17:15	
第1・3土曜日	10:00～17:00	

<マザーズハローワーク静岡(葵区追手町)>

曜日	現在	6/1(月)～
月～金曜日	8:30～17:15	9:15～18:00

※ハローワーク静岡、ハローワーク清水の開庁時間は変更ありません。

問 職業紹介分室 ☎250-8609

●大浜ビーチフェスタ2020浜ゆき

時 6/7(日)、9:00～15:30 ※荒天中止
所 大浜公園・大浜海岸(駿河区西島)
※公共交通機関をご利用ください。
内 ビーチスポーツ・ステージイベントの開催、体験ブース等の出展 ※当日、直接会場へ
問 大浜ビーチフェスタ実行委員会(井田製材内) ☎261-0717

●県営住宅の入居者募集

詳しくは、県営住宅供給公社HPが県内公営住宅関係窓口で配布している「県営住宅のご案内」をご覧ください。
問 県営住宅供給公社住宅サービス課 ☎255-4824

「広報しずおか」の内容について、電話でのお問い合わせが困難な場合は、FAXで市コールセンターFAX200-4895へどうぞ。(〇月号〇ページ、記事のタイトル、問い合わせ内容、返信先FAX番号を記入してください。)

新型コロナウイルス感染症の感染拡大が懸念されています。少しでも体調が悪く感じた人は、外出を控えましょう。



納	期
●軽自動車税種別割	定期 6/1(月)
●国民年金保険料	4月分 6/1(月)

ハガキやFAXで申し込みの際は、上段の必要記載事項を必ず記載してください。

「マイナポイント」の事前予約をしよう♪

今年9月にマイナンバーカードとキャッシュレス決済サービスを活用し、最大5,000円が還元される、「マイナポイント」事業がスタートします。

制度を利用するには、「マイナポイント」の事前予約が必要です。

スマホやパソコンなどで、アプリをダウンロードし、事前予約をしてください。

でも… スマホやパソコンはちょっと苦手…

そんなあなたでも、大丈夫♪

スマホの操作より簡単!

マイナポイント予約専用端末でラクラク予約♪

4/1(水)から、各区役所1階にマイナポイント予約専用端末が設置されました。

操作は簡単! ATMを操作する感覚で、あっという間に事前予約ができます。

平日、8:30から17:15まで利用可。

持ち物:マイナンバーカード、マイナンバーカード取得時の暗証番号

担当 ICT推進課 ☎221-1341

●マイナンバー制度についての問合せ
マイナンバー総合フリーダイヤル ☎0120-95-0178 (平日9:30～20:00/土日祝9:30～17:30)

●マイナポイント予約コールセンターもオープン!! ☎260-7900(平日9:00～18:00)



やなだ かずき
築田 一輝さん

静岡市在住
日本選手権競輪(GI)
出場予定選手
※関連記事を12ページに掲載



目指すは日本一の競輪選手!

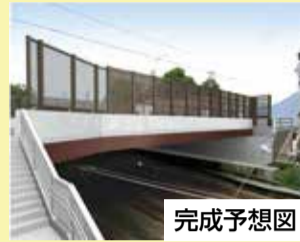
日本選手権競輪(GI)に出場する築田さんにお話を伺いました。
自転車競技を始めたきっかけは? 「家族みんなが自転車競技が好きで、小学生の頃からよく観に行き、その頃からプロの選手になりたいという夢があり、憧れていました。」
自転車競技はいつから始めましたか? 「中学生の時からロードレースの大会に出場していました。高校では、本格的に自転車競技を練習し、全国高校総体等で良い成績をおさめることができました。」
競輪選手になって大変なことは? 「ケガが絶えないことです。レースや練習中に接触したり、バランスを崩して落車すると、大きなケガにつながります。前回のレース「たちあおひ賞争奪戦」では、初日に落車し、ケガをしました。その時は、翌日以降も何とか出場でき、ファンの

皆さんからの熱い声援が励みになりました。ケガを恐れてのレース運びでは勝つことはできません。皆さんには迫力あるレースを観ていただけよう、リスクを覚悟しレースに臨んでいます。」
競輪の魅力について教えてください。 「なんといつでもスピードです。トップスピードで通過する時は、風を切る音や、選手の息づかいなどが感じられ、映像で観るより実際に観に来た方が臨場感があつて感動すると思います。また、公営競技の中では唯一、人力での競技であるため、スピードだけではなく、選手のテクニックや駆け引きも魅力です。」
皆さんにメッセージは? 「静岡競輪場は、バンクとスタンドが近いので、声援が直接選手に届きます。声援は選手にとって力になります。地元開催のGIに勝利し、年末開催のグランプリを制覇できるような頑張りますので、応援よろしくお願いします。」



災害に強く・安全に暮らせるまちづくりを目指して 桜橋架替工事 片側1車線通行 を行っています

昭和6年の架設以来、皆さんの重要な交通路の一部として役割を担ってきました。約90年を経過した今、劣化や交通量の増加に伴う損傷が著しくなっています。桜橋は市の防災ネットワークとして重要な緊急輸送上にあり、JR東海道本線や静岡鉄道(また、こせんきょう)を跨ぐ跨線橋です。



南海トラフ巨大地震などの大地震が起こった際には、被害により道路や鉄道に大きな影響を及ぼす可能性もあります。これからも皆さんが安心して安全に通行できるように、架替工事を実施しています。ご理解ご協力をお願いします。

《交通規制期間》令和7年3月まで(予定)

※詳しくは、道路通行規制情報「しずみちinfo」をご覧ください。→



問合せ 清水道路整備課 ☎354-2203

JR静岡駅北口駅前ロータリーの混雑解消を考える 実証実験を実施します!!

時 5/20(水)~6/2(火)
所 JR静岡駅北口駅前ロータリー
内 「駅前ロータリーへの出入り」、「送迎車の停車方法」の見直し ※実証実験に伴い混雑が予想されます。ご理解ご協力をお願いします。詳しくは、市HPか「しずみちinfo」をご覧ください。



問合せ 市街地整備課 ☎221-1413

しずおか 推し vol.11 SHIZUOKA

「このみち通れる?」は「しずみちinfo」で確認

「しずみちinfo」とは、市内の道路通行規制情報等を提供しているウェブサイトのことで、道路工事や自然災害による通行規制についての情報を、地図上にアイコンで表示し、選択すると規制の最新情報を手軽に確認することができます。

例えば、山間地の道路で土砂崩れが発生し、通行止めとなった場合には、専用のタブレットにより職員が現地で収集した情報を即座にウェブサイトに反映させ、最新の道路通行規制情報を確認することができます。



▲県道における崩土の状況(築上区上落合)



▲アンダーパスの冠水状況(清水区颯津)

また、主要なアンダーパスの水位情報もリアルタイムで発信しています。画面上に道路面からの高さを記し、水位上昇に伴う危険度をアイコンの色で表示しています。

これから雨の多い季節を迎え、突発的な自然災害で道が通れなくなったり、局地的大雨でアンダーパスが冠水する危険性が増します。お出かけ前に「しずみちinfo」で道路状況を確認して頂ければ、より安全でスムーズな移動につながると思います。

問合せ 道路保全課 ☎221-1129

必要な人に必要な情報を

道路保全課の池谷夏輝です。道路は日常生活に欠かせない大切なものです。普段使っている道路で突然工事が始まると、「通勤通学に時間がかかる」、「渋滞でイライラする」など皆さんの生活に不便を生じることは避けられません。工事通知や町内回覧などで事前にお知らせしていますが、すべての道路利用者に情報を届けるのはとても難しいことです。「刻々と変わる道路情報を、より早く、正確に道路利用者届けたい!」こんな思いから構築されたシステムが「しずみちinfo」です。スマホやタブレットから手軽に最新の道路情報を確認できます。

静岡市道路通行規制情報 しずみちinfo



私たちの理想は、「しずみちinfo」の情報をカーナビに反映することです。わざわざスマホを見なくても、必要な情報がドライバーにダイレクトに届く仕組みが実現すれば、より快適で安全な道路空間につながると思っています。

ぜひ、「快適な道づくりに貢献したい」という思いが詰まった「しずみちinfo」を活用してください。

ひと、まち、輝く

静岡気分

発行日 / 令和2年5月1日 広報課 ☎(054)221-1021・FAX(054)252-2675

困ったときは コールセンターへ ☎(054)200-4894・FAX(054)200-4895
年中無休・8:00~20:00 Eメール info@call.city.shizuoka.jp

市役所への郵便物は、郵便番号とあて名(静岡市役所・担当課名)で届きます。
静岡庁舎(葵区役所) ☎420-8602
駿河区役所 ☎422-8550
清水庁舎(清水区役所) ☎424-8701

市役所代表電話番号 ※平日 8:30~17:15 市外局番(054)
静岡庁舎 ☎254-2111 駿河区役所 ☎202-5811 清水庁舎 ☎354-2111

救急診療の問い合わせは、**県救急医療情報センター**へ (24時間 ☎0800-222-1199)
★AED設置場所検索 → (QRコード)

静岡市HP 静岡市 検索

広報しずおかは電子ブックでも配信中!

静岡市の人口・世帯数
※()は前年同月との比較
R2.3月末日現在

男 339,634人(-1,568人)
女 356,733人(-2,011人)
合計 696,367人(-3,579人)

世帯数 318,732戸(+2,761戸)
※数字は住民基本台帳に基づく

同報無線、こちらは「こうほうしずおか」です。内容の確認は、電話 ☎0180-99-5656(★)、または市HPで確認できます。★IP電話、ひかり電話、PHSからは利用できません。

★静岡市道路通行規制情報しずみちinfo(QRコード)→

市のお知らせを放送します ※放送時間が変更する場合あり
ラジオ
・SBSラジオ/毎週土曜日、7:48~
・K-MIX(FM静岡)/毎週土曜日、13:53~
※その他FM-Hi!, マリンパルでも放送中