

元気共奏 飛躍ふじえだ

9/20

Fujieda

❁ 広報ふじえだ



Special
特集

スポーツが地域を変える！

三年に一度の神事「神ころばし」(岡部町岡部・若宮八幡宮)



活躍に日本中が盛り上がりました。その他にも、経済の活性化や国際友好など、国境を越えるほどのたくさんの魅力がスポーツにはあります。

少子化による参加機会の減少

スポーツは本来、年齢や性別、障害の有無などに関係なく、すべての人が自由に楽しめるものです。そのためには誰もがスポーツに親しめる環境づくりが重要です。しかし、少子化により、各学校単位でチームを結成することが難しくなっています。子どもにとって、好きなスポーツができない状況が生じています。中・高校生でも部活動に所属できないと、スポーツをする機会が限られることとなります。また、地域のスポーツサークルの多くは、メンバーが固定化。このため、誰もが参加できるといった受け皿には、なっていませんでした。これらの多くの課題を解決し、多様化するライフスタイルにも対応できる、新しい地域環境づくりが求められていました。その中で誕生したのが地域が主体となった「総合

総合型地域スポーツクラブ スポーツが地域を変える！

市では、「いつでも」「誰でも」「どこでも」「いつまでも」スポーツに親しむことができる環境づくりとして、総合型地域スポーツクラブの支援を行っています。今回は、地域を変えるほどのその魅力についてお伝えします。

☎スポーツ振興課 ☎643・3111 内線774

スポーツを取り巻く現状

- 運動不足
- 子どもの体力低下

地域における社会問題

- 少子・高齢化の進展
- 地域コミュニティの希薄化

いつでも、誰でも、どこでも、いつまでもスポーツができる環境づくり

地域での子育て、地域交流の場など、地域コミュニティの再構築

総合型地域スポーツクラブ

- ・地域におけるスポーツ活動の推進
- ・地域のつながりの強化（地域教育力の再生）
- ・放課後や土・日曜日の子どもたちの受け皿
- ・家族のふれあいや世代間交流による青少年の健全育成
- ・健康づくり、体力づくり

地域を変えるスポーツクラブ

総合型地域スポーツクラブには、通常、複数のスポーツ種目が用意されています。子どもからお年寄りまでが、それぞれの体力や技術、興味に応じて気軽にスポーツを楽しむことができるようにするためです。運営は、地域のみならずが主体となっています。このため、地域住民の新たな交流の場、家族のふれあいや青少年の健全育成の場、さらには元気な地域づくりといっ

た観点でも期待できます。

平成18年10月、葉梨地区に市内で最初の総合型地域スポーツクラブとして「スポーツクラブかわせみ」が誕生。現在は「NPO法人大洲スポーツクラブ」「広幡スポーツクラブ」「NPO法人岡部スポーツクラブ」「藤枝東スポーツクラブ」と合わせて5つのクラブが地域で活動しています。今後も、岡部地区には「スポーツクラブりゅうせい」が、高洲地区には「高洲スポーツクラブ」が設立される予定です。スポーツから新たな地域のつながりが生まれています。

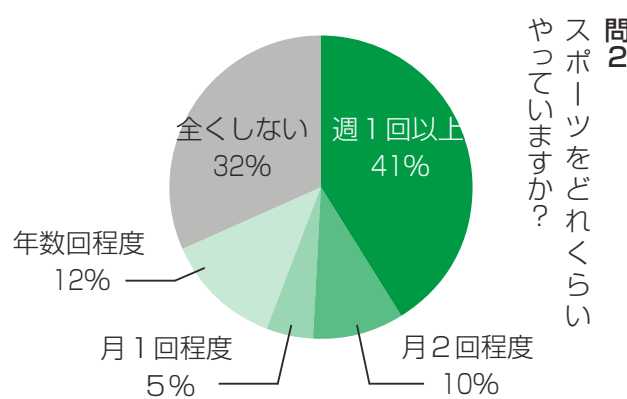
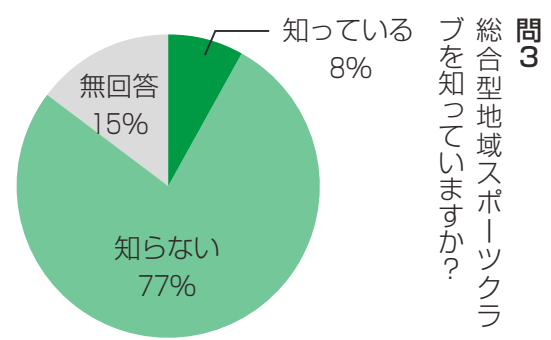
枠を超えたスポーツの魅力

「スポーツの秋」がやってきました。みなさんは、日ごろからスポーツで体を動かしていますか。市の調査によると、20歳以上の市民のおよそ4割が、週一回以上スポーツをしているという結果が出ています。

スポーツは、ただ単に体を動かすことではありません。爽快感・達成感・仲間との連帯感などを感じることができ、ストレス発散や健康づくりに効果があります。子どもの場合、心身ともに健やかに成長するために必要不可欠。また、地域のひととの交流にもつながります。

競技スポーツは、人間の可能性の極限への挑戦という意味合いも。競技スポーツに打ち込む選手のひたむきな姿やその高い技術力は、人々のスポーツへの関心を高め、夢や感動を与えてくれます。その一つが記憶に新しい「FIFA女子ワールドカップドイツ2011」でのなでしこジャパンの快進撃。彼女らの

スポーツや体を動かすことが好きと回答した成人は約500人のうち80%。しかし、実際に週一回以上スポーツをしている人は約40%でした。理由を聞いてみると、「仕事や家事で忙しい」「機会がない」「時間が合わない」「仲間がいらない」などが挙げられました。「いつでも」「誰でも」「どこでも」「いつまでも」スポーツを楽しめるのが総合型地域スポーツクラブ。残念ながら、その存在を知らない人は約80%。地域に広がるスポーツクラブの活動内容を知れば、もっとスポーツが楽しめるはずです。



問1
スポーツや運動は好きですか？

好き
どちらかといえば好き
80%

20歳以上の市民
約500人に
聞きました

アンケート実施

参加者の声



大洲ジュニアクラブ
鈴木はんなちゃん
(小学校2年生)

今年の6月に大洲ジュニアクラブに入会しました。私には弟がいます。まだ小さいのでお母さんは弟につききりです。だから、なかなか友だちの家に遊びに行くことが出来ません。でも、ジュニアクラブに来るとたくさんの友達やお姉さんに会えて、おもいっきり遊べるので楽しいです。フラフープが得意で、バランスボールで遊ぶのも好きです。友達と競争するのも楽しいです。今は月に2回のクラブだけど、毎週、毎日あったらうれしいな。

スポーツを通じて、参加する人たちの体も心も、そして地域も元気にしようという、総合型地域スポーツクラブ。スポーツをする以外にも、指導や運営のサポートなど、クラブの参加の仕方はいろいろ

主役はあなた！

あります。地域のみんなで「考え」「支え」「楽しむ」という思いで成り立っています。総合型地域スポーツクラブの主役は、地域に住む、そう「あなた」です。一人一人が元気になれば、地域が元気に、地域が元気になれば、藤枝市が元気になります。町中に笑顔の花を咲かせましょう。

藤枝東スポーツクラブ

☎長谷川宅 ☎641・8178



藤枝東スポーツクラブは、県中西部地区、いわゆる藤枝市を含む志太榛原地区のサッカーのレベルアップを図ることを目的に立ち上げました。活動を通じて、小・中学生、そしてシニア世代の健康増進に寄与できたと考えています。

このクラブの特長は、誰でも簡単に入会でき、誰でも楽しみながら、その年代のトップを目指せるようなクラブであることです。環境の整った藤枝東高校のグラウンドを拠点に、「志太から世界へ！」を合言葉に、将来、日本を代表するような選手が育ってほしいと活動しています。

現在は、サッカーと太極拳の2種目。将来的には、種目数を増やし、優秀な指導者のもと、より充実した活動を行うことで、多くの人たちに楽しんでもらえるようなクラブを目指しています。

●活動内容

サッカー（キッズ・小学生・中学生・一般・シニア・女子）、太極拳



事務局長
長谷川二三さん

NPO法人岡部スポーツクラブ

☎事務局 ☎667・6331



岡部地区の多くの子どもたちに、いい環境で充実した活動をしてもらいたい。多世代がさまざまなスポーツで交流してほしい。この2つの願いから、クラブを立ち上げました。

私たちのクラブの特長は、スタッフが若くて活発なことです。サッカーがメインですが、幼児から中学生まで一貫した指導法で行っています。ヨガなどは、地元の結婚式場の協力のおかげで、開放感のある広い会場で活動できるのが魅力の一つとなっています。岡部地区を中心に複数の地域から多くの会員が集まっています。

サッカーや陸上では、志太地域ナンバー1を目指しながら、将来は日本代表になれる選手の育成をしたいと考えています。

多世代交流の場を増やし、スポーツを通じて活気あふれるまちづくりを目指します。

●活動内容

サッカー（キッズ・小学生・中学生）、陸上、ヨガなど



代表
大塚浩一さん

広幡スポーツクラブ

☎片山宛 ☎090・9174・5924



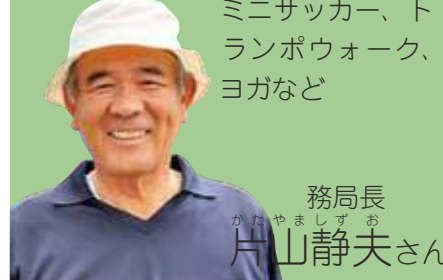
スポーツを楽しむことは、健康の維持・管理を行う上でも大切です。「いつでも」「誰でも」「楽しく」スポーツができる環境を作ろうと、広幡スポーツクラブを立ち上げました。

自治会、公民館、幼稚園、小・中学校が連携して、スポーツ大会や教室を開催したり、交流ミニキャンプを行ったりしています。スポーツ教室などへの参加者の募集は、自治会の全面的な協力を得て、各町内会の全戸への回覧板で行っています。

今後は、サークルの数を増やし、スポーツを楽しめる環境を充実し、地域住民相互の親睦の場を広げたいと考えています。まずは広幡地区の人口8千人のうち、半数以上の人々が気軽にスポーツを楽しむようになることを目指します。

●活動内容

健康・親子体操教室、フレッシュテニス、ファミリーバドミントン、ミニサッカー、トランポウォーク、ヨガなど



務局長
片山静夫さん

NPO法人大洲スポーツクラブ

☎鈴木宛 ☎090・1755・6094



大洲地区では、昭和47年に体育振興会を立ち上げ、以来35年にわたり地域のスポーツ事業を企画・運営してきました。平成19年、さらなる活性化を図ろうと、総合型地域スポーツクラブに。

大洲地区の多くの人たちに交流の場・健康の場を提供したいと、地区のみなさんと地区内の企業の従業員のみなさんに声をかけ、スポーツ大会や教室を開催しています。青少年健全育成事業として、大洲幼稚園で体操教室を開催、各スポーツ少年団には育成補助を行っています。また、放課後子ども教室（大洲ジュニアクラブ）では、子どもが自由にスポーツに親しめる環境を整えて、その子の個性を伸ばす取り組みも行っています。

健康・予防日本一の藤枝市の中でも大洲地区が、一番健康な地域となることを目標にしています。

●活動内容

大洲ジュニアクラブ、ファミリーバドミントン、サッカー、バレーボール、卓球など



理事長
鈴木悦郎さん

スポーツクラブかわせみ

☎水野宛 ☎080・6917・9696

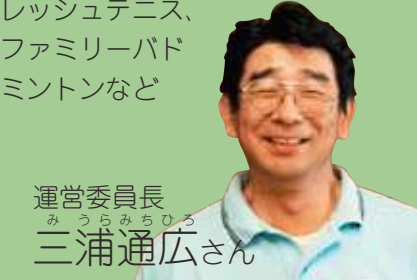


スポーツクラブかわせみは、葉梨地区の自治会役員や体育指導委員長が中心となり、平成18年10月に市内で最初の総合型地域スポーツクラブとして誕生しました。私たちのクラブの特長は、自治会と一緒にいることです。各町内の体育委員がそのままクラブの常任委員となっています。この体育指導委員と常任委員が協力し合い、地域のみなさんの要望に応じたスポーツ教室を開催するなど、自治会のスポーツ活動をすべて行っています。

葉梨地区には、各種のスポーツ団体があります。今後は、これらの団体と共にクラブ運営していくことが、本物の総合型地域スポーツクラブへと成長するカギだと考えています。

●活動内容

幼児体操教室、ステップアップ体操、バスケットボール（小学校・中学生）、トランポウォーク、フレッシュテニス、ファミリーバドミントンなど



運営委員長
三浦通広さん

第1回 フードスマイル フェスティバル in ふじえだ

☎産業政策課 内線464

10月23日(日)
午前9時～午後3時
市民体育館・市武道館

※会場には、駐車場がありません。公共交通機関をご利用ください。



☆近隣市&友好都市PRゾーン

- ・焼津市 ・オーストラリア・ペンリス市
- ・韓国・楊州市 ・福岡市 ・白山市 ・恵那市
- ・川崎市多摩区 ・宮古島市〈名産品を販売〉

☆野外出店ゾーン

- ・藤枝の新B級グルメ「藤枝ぐるみ」 ・せとやコロッケ
- ・大久保ジャンボ串焼き ・おかべ焼そば
- ・シイタケバーベキュー ・柏もち
- ・藤枝朝ラーメン など14店が出店

☆藤枝の食文化堪能ゾーン

お茶・スイーツ・蜂蜜など
藤枝の食を堪能しよう



☆食育フェアゾーン

- ・元気ふじえだ お弁当コンテスト表彰式
- ・食育講演会（午前10時～11時）
（講師：こばたてるみ さん・スポーツ栄養士）
- ・食育啓発コーナー



☆藤枝のお茶PRゾーン

- ・藤枝めぐみ・朝比奈玉露・韓国茶などの試飲コーナー
- ・茶手揉み体験

☆居酒屋グランプリゾーン

市内の居酒屋14店が「シイタケ」を使った料理を競う居酒屋グランプリ。どの料理が好みか食べて投票しよう

勤労者のためのパソコン講座

☎産業政策課 内線462

パソコン入門

対象／在職・求職者で、初めてパソコンを使う人
とき／10月20日(木)・24日(月)・27日(木)
午後6時30分～8時30分
内容／パソコンの基本操作(文字入力・印刷などの実習)
定員／15人(抽選) **受講料**／1,300円(全3回)

実用Excel

対象／在職・求職者で、パソコンの基本操作のできる人
とき／10月31日(月)・11月7日(月)・10日(木)・14日(月)・17日(木)・21日(月) 午後6時～9時
内容／エクセルの基本操作、表・グラフ作成の基礎、関数やデータベース機能の利用などの実習
定員／15人(抽選) **受講料**／4,000円(全6回)

再就職のためのパソコン講座

対象／中高年の求職者で、パソコンの基本操作のできる人

る人

とき／11月24日(木)・28日(月)・12月1日(木)・5日(月)・8日(木)・12日(月)・15日(木)・19日(月) 午後6時～9時
内容／ワード(イラストの挿入、表の作成など)、エクセル(表の作成、関数の利用、書式設定など)、就職のための応募書類作成の実習
定員／15人(抽選)
受講料／5,200円(全8回)

ところ／システムイン吉野(市内田沼2-20-22)
申し込み／10月7日(金)までに、往復ハガキまたはEメールに、希望するコース名・住所・氏名・年齢・性別・電話番号・勤務先・具体的なパソコン経験を記入し、産業政策課へ
住所：〒426-8722市内岡出山1-11-1
✉sangyoseisaku@city.fujieda.shizuoka.jp

第3回 病院ふれあいフェスタ

～来て！見て！知って！みんなの病院～

☎市立総合病院管理課 ☎646・1111

10月15日(土)
午前10時～午後3時

市立総合病院

体験コーナー

親子院内探検ツアー

普段は入ることのできない病院内を探検してみよう
所要時間60分、計6回(当日予約制)

内視鏡手術練習器体験

内視鏡手術練習器の説明
や模擬手術体験

心肺蘇生法

小児科医師などによる心肺蘇生法と看護師・救急隊員によるAED(自動体外式除細動器)を使った心肺蘇生法の体験



プチナース・プチドクター体験

ナースやドクターの衣装を着て記念撮影

相談コーナー

健康相談コーナー

骨密度測定コーナー。簡易視力検査コーナー。栄養相談や食生活相談、運動相談も行います

がん相談コーナー

がんに関する悩みをご相談ください

動脈硬化チェック

血圧などを測定して、動脈硬化の危険度を簡易検査

展示・説明コーナー

放射線Q&A

放射線に関する質問にお答えします。資料も展示

レントゲン写真を展示

レントゲン撮影をした写真などを展示



おたのしみコーナー

バルーンアート(午前10時～、正午～、午後2時～)、スーパーボールすくい、健康茶の試飲、似顔絵の実演、パンや焼き菓子・せとやコロッケの販売など



働く若者のための教養講座

☎生涯学習課 ☎643・3047

対象／市内に住む勤労者か、市内に通勤している人(おおむね35歳以下の人)
申し込み／9月21日(水)～10月12日(水)に、電話またはファクス・Eメールに、講座名・住所・氏名・生年月日・電話番号を記入し、生涯学習課へ
☎646・3217 ✉rouju@city.fujieda.shizuoka.jp
※申込多数の場合は抽選。 ※申し込みが少ない場合は、開講しないことがあります。
※別途、教材費・保険料が必要な講座があります。



講座名	とき	ところ	定員	受講料	回数
着付け教室(女性のみ)	10月19日～1月18日の水曜日 午後7時～9時	生涯学習センター	20人	4,000円	全10回
初心者ゴルフ教室	10月20日～12月15日の木曜日 午後7時～8時30分	城南ゴルフセンター	10人	3,200円	全8回
簡単！お手軽！料理教室	10月22日～12月17日の土曜日 午後6時～8時	勤労青少年ホーム	16人	3,200円	全8回
骨盤修正ヨガ	10月28日～2月10日の金曜日 午後7時～8時	生涯学習センター	20人	4,000円	全10回
ズンバ (ダンスフィットネスエクササイズ)	10月30日～2月26日の日曜日 午前10時～11時30分	勤労青少年ホーム	15人	4,000円	全10回

情報 i ファイル

藤枝市役所

〒426-8722

藤枝市岡出山1丁目11番1号

☎643・3111 ㊟643・3604

㊟http://www.city.fujieda.shizuoka.jp/

INFORMATION File.

お知らせ

子ども手当の振込日

10月期（6月～9月分）の子ども手当は、10月14日（金）に該当者の指定口座に振り込みます。

㊟児童課 内線681

ごみ分別・資源化推進月間

10月は、ごみ分別・資源化推進月間です。燃やすごみの中に、紙類や容器包装プラスチックなどのリサイクルできる資源を混ぜないよう、分別に努めましょう。10月は、ごみ集積所で啓発活動を行います。ご協力をお願いします。

㊟生活環境課 内線412

新小学一年生・子育て講座

▼対象／来春小学校へ入学する子の保護者 ▼とき／各小学校の就学時健康診断日 ▼ところ／各小学校 ▼内容／親の役割やしつけ ※申込不要 ※託児（1人300円）の希望者は、各小学校の就学時健康診断日の10日前までに、電話またはファクスで生涯学習課へ

☎643・3047

㊟646・3217

瀬戸谷さんさん市

▼とき／10月2日（日）午前8時～午後2時 ▼ところ／藤の瀬会館 ㊟藤の瀬会館

☎639・0120

フラワーツーリズム スタンプラリー

▼とき／10月1日（土）～31日（月） ▼ところ／玉露の里 ㊟中山間地域活性化推進室

内線458

殿のコスモスイベント

約2.8ヘクタールの色鮮やかなコスモス畑を訪ねてみませんか。 ▼とき／10月2日（日）・9日（日）・10日（祝）・16日（日）・23日（日）・30日（日） ▼ところ／JA大井川 殿

市営藤枝駅前駐車場 一部休止

耐震工事を実施します。工事期間中は、40台程度に利用を制限して営業します。

▼工事期間／10月1日（土）～平成24年3月31日（土）（予定）

㊟管財課 内線373

市民会館臨時休館

市民会館の休館日は毎月第一火曜日です。10月は、2日（日）が定期点検に伴う停電で臨時休館のため、10月4日（火）は開館します。 ㊟市民会館

☎643・3931

農地パトロールの実施

放置された農地は、雑草が茂り、病害虫の巣となり、周辺農地に悪い影響を及ぼします。不法投棄や不審火の温床にもなります。適切な管理をお願いします。

▼実施期間／11月14日（月）まで

㊟農業委員会事務局

内線473

看護専門学校推薦入試

▼受験資格／平成24年3月に高校卒業見込みの人 ▼出願期間／10月7日（金）～19日（水） ▼試験日／11月9日（水）

試験日／11月9日（水）

㊟静岡岡県中部看護専門学校

☎629・4311

社会生活基本調査

10月20日（木）を調査基準日として社会生活基本調査を実施します。10月6日（木）ころから調査員が対象世帯の調査に伺います。ご協力をお願いします。

㊟県統計調査課

☎221・2995

島田年金事務所耐震工事

耐震工事を10月1日（土）から行います。ご迷惑おかけしますが、ご協力をお願いします。

㊟島田年金事務所

☎0547・36・2215

催し

桂花祭（文化祭）

▼とき／10月8日（土）午前9時30分～午後3時 ▼ところ／静岡岡県中部看護専門学校（焼津市） ▼内容／ゲーム、フリーマーケット、足浴、妊婦・老人・車椅子乗車体験など ▼入場料／無料 ㊟静岡岡県中部看護専門学校

☎629・4311

ビームライフル入門講座

▼対象／高校生以上 ▼とき／10月30日（日）、12月18日（日） 午前9時30分～11時30分 ▼ところ／スポーツ・パル高根の郷 ▼定員／各15人（申込順） ▼参加料／1回400円 ▼申し込み／9月30日（金）～10月18日（火）に、電話で藤の瀬会館へ

☎639・0120

子育て応援プログラム

▼対象／園児・小学生の保護者など ▼とき・内容／10月22日（土）・和久田雅之さん（静岡産業大学非常勤講師）の講演、10月28日（金）、11月4日（金）・12日（土）…子どもの自己表現力を育てる関わり方 いずれも午前10時～正午 ▼ところ／福祉センターきすみれ ▼定員／30人（抽選） ▼参加料／800円（全4回。初回のみ300円） ▼申し込み／10月14日（金）までに、電話で社会福祉協議会へ

☎667・2940

※託児（無料）の希望者は申し込み時にお申し出ください。 ※10月22日は、園児・小学生をお連れの場合、講演中に子どもはお弁当作りをします（要お弁当代）。

郷土博物館・文学館の催し

㊟郷土博物館 ☎645・1100

休館日／月曜日、10月11日（火）（10月10日（祝）は開館）

入館料／大人200円、中学生以下無料

ミニ新幹線・ミニSL乗車会

とき・内容／10月8日（土）・9日（日）（雨天は10日（祝））
午前10時～正午：ミニ新幹線の乗車体験
午後1時～4時：ミニSLの乗車体験
ところ／郷土博物館前広場
乗車券／入館者限定の整理券が必要です

文学館のおはなし会

とき／10月5日（水）午前11時～11時30分
ところ／文学館子ども学習室 ※直接会場へ
内容／「くまさん くまさん」手袋人形など

ふるさと自然学講座

とき／10月6日（木）午後2時～4時30分
ところ／文学館講座学習室
講師／板井隆彦さん（静岡淡水魚研究会会長）
演題／外来魚の脅威 定員／60人（申込順）
参加料／無料 申し込み／電話で郷土博物館へ

文学館読書会

対象／高校生以上
とき／10月15日（土）午後2時～3時30分
ところ／文学館講座学習室
内容／小川国夫著「火喰鳥」を読む
受講料／500円（資料代含む）
定員／30人 申し込み／電話で郷土博物館へ

25年ぶりになつかしいオリンピック焼きが復活！

勝草橋のたもとで昭和61年まで売られていた藤枝の名物お菓子・オリンピック焼を味わってみませんか。
とき／10月8日（土）・9日（日） 午前10時～午後4時（雨天の場合は10日（祝））
ところ／文学館2階テラス
価格／1個100円



図書館とびくす

㊟駅南図書館 ☎636・4800

岡出山図書館 ☎643・3489

岡部分館 ☎667・3755

図書館ホームページから蔵書検索・予約ができます ㊟http://lib.city.fujieda.shizuoka.jp/

10月の休館日

駅南図書館・岡部分館…3日（月）・11日（火）・17日（月）・24日（月）・31日（月）
岡出山図書館…6日（木）・13日（木）・20日（木）・27日（木）

★ 今月の本 ★

漢字んな話

前田安正・桑田真／著
（株）三省堂／発行



読んで笑って漢字が好きなになれる本です。漢字のウンチクを江戸落語風のやり取りで100話紹介。漢字の字源を「ご隠居」と、近所に住む「熊」そして、その娘「咲」が読み解きます。気軽に読めて、漢字の知識が身に付き、漢字のおもしろさが分かってきます。

やしゃんぼおはなし会（無料）

とき／10月13日（木）
午後3時30分～4時
ところ／大洲公民館



子ども16ミリ映画と紙芝居（無料）

対象／幼児・小学生
とき／10月15日（土）午後2時～3時
ところ／岡出山図書館2階視聴覚室
内容／「一房の葡萄」など

移動図書館車「ふじのはな」

10月	巡回先	
	午後2時～4時	
3日（月）	葉梨西北小学校	
4日（火）	清里（10:00～10:40） 平島第2公園（11:00～11:40）	
5日（水）	円月荘（10:30～11:10） 高洲小学校	
7日（金）	大洲小学校	
11日（火）	稲葉小学校	
12日（水）	瀬戸谷小学校	
14日（金）	広幡小学校	
17日（月）	藤岡小学校	
18日（火）	高洲南小学校	
19日（水）	青島北小学校	
21日（金）	岡部小学校	
24日（月）	朝比奈第一小学校	
25日（火）	藤枝小学校	
26日（水）	藤枝中央小学校	
28日（金）	青島小学校	
31日（月）	西益津小学校	

※豪雨などの場合は運休します。

平成23年度 市民文化祭

☎街道・文化課 内線755

〈開会式〉とき／10月1日(土)午前9時40分～
ところ／文化センター

〈表彰式〉とき／11月27日(日)午前10時～
ところ／市役所大会議室

【展示の部門】

部門	開催期間	会場
華道展	10月1日(土)・2日(日) 午前10時～午後6時(2日は午後4時まで)	文化センター
書道展	10月13日(木)～16日(日) 午前9時30分～午後5時(16日は午後4時まで)	文化センター
絵画・造形展	10月26日(水)～30日(日) 午前9時30分～午後5時(30日は午後4時まで)	文化センター
手工芸展、写真展、文芸展、 立体書画展、絵手紙展	10月27日(木)～30日(日) 午前9時30分～午後5時(30日は午後4時まで)	生涯学習センター
盆栽・水石展	11月5日(土)・6日(日) 午前9時30分～午後5時(6日は午後4時まで)	文化センター

【芸能・音楽発表の部門】

部門	開催日	会場	部門	開催日	会場
詩舞道(吟剣)	10月1日(土) 午前10時～午後4時30分	市民会館	和楽器	10月29日(土) 午後1時～4時30分	市民会館
民舞	10月10日(祝) 午前10時～午後3時30分	市民会館	歌謡	10月30日(日) 午前9時30分～午後4時30分	市民会館
吹奏楽・器楽	10月16日(日) 午後1時～5時	市民会館	詩舞道(連合)	11月3日(祝) 午前10時～午後4時30分	市民会館
日本舞踊	10月22日(土) 午前11時～午後5時	市民会館	手作りビデオ	11月5日(土) 午後6時30分～9時	生涯学習センター
茶会	10月23日(日) 午前10時～午後3時	文化センター	奏踊・詩吟	11月6日(日) 午前10時～午後4時	市民ホール おかべ
謡曲	宝生流 10月23日(日) 午前10時～午後3時	文化センター	大正琴	11月19日(土) 午後1時～4時	市民会館
	観世流 10月23日(日) 午前10時～午後4時	生涯学習センター	和太鼓	11月20日(日) 午後1時～5時	市民会館
コーラス	10月23日(日) 午後1時～5時	市民会館	※終演時間は早まることがあります。		

「生き生きトーク 市長と語る会」が出前講座に

☎生涯学習課 ☎643・3047

「生き生きトーク 市長と語る会」が出前講座になりました。北村市長自身が語る「藤枝のまちづくり」を聞いてみませんか。
対象／市内に住んでいるか、通勤・通学している30人以上の団体
開催期間／11月1日(火)～平成24年1月31日(火)の午前10時～午後7時の間で、おおむね1時間程度 ※年末年始を除く
申し込み／開催を希望する日の1カ月前までに、市役所1階ロビーや各市立公民館に備え付けの申込用紙に必要事項を記入し、生涯学習課へ
※会場は市内に限ります。申込団体で会場を確保してください。
※団体の総会や研修会などとの合同開催、ほかの出前講座とのセットでの開催も可能です。
※都合により、日時や会場など、ご希望に添えない場合があります。
※陳情や要望などをお受けする場ではありません。
※公序良俗に反する催し、政治活動・宗教活動または営利を目的とした催しなどの場合は、利用できません。

ごみ処理基本計画策定等の市民委員公募

☎志太広域事務組合計画課 ☎636・0074

藤枝市・焼津市のごみ処理基本計画を本年度策定します。この計画及び新ごみ処理施設の処理方式について検討する会議に参加して下さる市民委員を公募します。
応募資格／藤枝市・焼津市に住んでいるか、通勤・通学している20歳以上の人で、平日昼間の会議に出席できる人
とき／11月～平成24年2月(月1回程度)
定員／10人程度 **選考方法**／作文審査
応募方法／10月20日(木)(必着)までに、住所・氏名・年齢・性別・電話番号を明記し、「ごみの減量化について」をテーマにした400字程度の作文を、直接、または郵送、ファクス・Eメールで志太広域事務組合へ
住所：〒426-0041市内高柳2338-1
☎636・0099 ✉info@shida.or.jp

募集

親子さつまいも収穫体験

▼対象／市内に住んでいる小学生以下の子とその保護者 ▼とき／10月22日(土)午前9時～11時(雨天順延) ▼ところ／白ふじの里(北方) ▼定員／20組(抽選) ▼参加料／無料 ▼申し込み／10月11日(火)までに、電話で農林課へ 内線454

秋のそば打ち体験

▼対象／小学生以上の子とその親 ▼とき／10月16日(日)午前9時30分～11時30分 ▼ところ／大旅籠柏屋 ▼内容／そば打ち(そばヒザ付) ▼定員／5組(申込順) ▼講師／前田茂樹さん(そば屋店主) ▼参加料／1組1500円 ▼持ち物／手拭き、箸、エプロン、三角巾 ▼申し込み／10月14日(金)までに、電話で大旅籠柏屋へ ☎667・0018

ロールケーキ作り講座

▼とき／10月12日(火)午前9時～正午 ▼ところ／福祉センター きすみれ ▼講師／中西利幸さん

街道文化展開催者

ん(洋菓子店主) ▼定員／20人(申込順) ▼参加料／500円 ▼申し込み／10月3日(月)から、電話で福祉センターきすみれへ ☎667・3144

いきいきまつり物産市出店者

▼とき／11月13日(日) ▼ところ／岡部宿の民家 ▼定員／10組(個人も可、選考) ▼申し込み／10月14日(金)までに、電話で岡部町商工会へ ☎667・0244

博物館ボランティア第3期生

郷土博物館ボランティアになり常設展「藤枝の歴史」の案内を来館者に行ってみませんか。養成講座の受講が必要です。

養成講座

▼とき／毎月1回、木曜日午後(全8回・初回は10月13日

屋外広告物講習会

▼とき／11月18日(金)午前9時～午後4時40分 ▼ところ／県産業経済会館(静岡市葵区) ▼内容／屋外広告物に関する法令、履修状況確認試験など ▼定員／140人(申込順) ▼持ち物／屋外広告物関係法令集(当日購入もできます) ▼申し込み／10月3日(月)～14日(金)に、県土木事務所に備え付けの申請書(県ホームページからダウンロード可)に必要事項を記入し、県収入証紙3900円分を貼り、島田土木事務所都市計画課へ ☎0547・37・4181

ひとのうごき

人口	145,353人
	(前月比：+56人)
男	71,291人
女	74,062人
世帯数	53,157世帯
	(前月比：+54世帯)
	平成23年9月1日現在

☎http://www.pref.shizuoka.jp

国民健康保険証の更新

☎国保年金課 内線622

現在お使いの国民健康保険証の有効期限は、9月30日(金)です。新しい保険証は9月下旬に郵送します。
〈注意事項〉
・新しい保険証の記載事項に誤りがある場合は、国保年金課にご連絡ください。
・10月1日(土)からは、クリーム色の新しい保険証をお使いください。
・古い保険証は、各自の責任で処分してください。
※国民健康保険税の納付が困難なときは、お早めにご相談ください。やむを得ない事情により、国民健康保険税の納付が難しい場合は、申請により減免が認められることがあります。

こども医療費受給者証の更新

☎児童課 内線680

現在、お使いのこども医療費受給者証の有効期限は、9月30日(金)です。新しい受給者証は9月下旬に郵送します。
〈注意事項〉
・新しい受給者証の記載事項に誤りがある場合は、児童課にご連絡ください。
・10月1日(土)からは、新しい受給者証をお使いください。
・古い受給者証は、各自の責任で処分してください。
・健康保険証や住所などに変更があったときには、児童課へ変更届を提出してください。
〈来年4月に小学校に入学予定の子〉
新しい受給者証の有効期限は、来年3月31日です。来年4月1日以降の受給者証は、来年3月下旬に郵送します。
〈来年4月に中学校に入学予定の子〉
新しい受給者証の有効期限は、来年3月31日です。中学生には受給者証を発行していません。児童課での払い戻しとなります。詳しくは同封の案内をご覧ください。



暑い季節には冷茶のサービス。お店に来たお客さんの表情も和みます。



▲藤枝宿上伝馬商店街にある「上伝馬ギャラリー」。商店街のお客さんや地域の人たちの交流の場となっています。節句の飾りや版画展など季節を感じる展示も訪れる人たちの目を楽かせています。



▶「ちよっくら いっぱく処」であることをお知らせする看板。この他に、のぼり旗も店先に立ち、お客様を出迎えています。

ちよっくら いっぱく処 しませんか



藤枝の街中で見かける「ちよっくら いっぱく処」の看板。この看板は、各店のおもてなしの心の証し。「いっぱく処」は、気軽に立ち寄れる「出会いと交流の場」です。

商業観光課 内線468 藤枝商工会議所 ☎641・20000

ちよっくら いっぱく

街中の商店街や郊外のお店の前などで「ちよっくら いっぱく処」の看板やのぼり旗を見かけたことはありませんか。藤枝に住む人たちが藤枝を訪れた人たちを温かく迎える「人に優しいまち」を目指して、藤枝商工会議所が中心となって行っている「ちよっくら いっぱく処」参加店の証しです。

藤枝のまちを歩く人たちが、一休みしたい、トイレを借りたい、道を尋ね



▲茶商の小野さん【左】と藤枝商工会議所の担当者：阿井さん【右】。阿井さんは「いっぱく処」を回って意見を聞き、今後の展開に役立ってます。

ついで、検討を始めました。『まちの駅』事業とは、商店や事業所に、地域の人たちやまちを訪れた人たちのための情報提供機能や、休憩機能を設けるものです。

藤枝のまちのおもてなし

そもそも個人商店は、ものを売るだけではありません。訪れた人たちとやりとりをするなかで、その地域やまちの魅力売り、同時に、また訪れたくなるその店の魅力を感じているのです。このような個人商店の思いを伝えるためには、どうすればよいのか。

考えた末にたどり着いたのが、藤枝を代表する農産物の一つ「お茶」の活用。自分たちが目指しているおもてなしの心と、お茶の文化には通じるものがある。「お茶」をキーワードにおもてなしをするのは、藤枝にふさわしいと商業振興委員会は考えました。お茶を楽しんでいただき、気軽に一服してもらえるところにしたいと、「ちよっくら いっぱく処」と名付けました。

岡部宿には おかべの駅



江戸時代に東海道の宿場町として栄えた岡部宿には、「おかべの駅」があります。休憩や地域の情報を知ることができます。



▲岡部イメージキャラクター「おかべ」

岡部町商工会 ☎667・0244

おもてなしのまちづくり

平成22年10月に、市内45店が参加してスタートした「ちよっくら いっぱく処」。看板やのぼり旗を掲げ、マップも作成しました。

参加店同士による勉強会も定期的に開催し、より良いおもてなしを提供できるように、研究を重ねています。参加店も徐々に増えて、現在では54店(9月1日現在)になりました。

「あるのは知っているけど、なんとなく敷居が高くて」と思っているあなた。一度、訪ねてみませんか。昔から親しまれているお店はもちろん、市内のいろいろなお店の魅力に気付けるはずです。



▲藤枝ならではの「藤枝茶」でホッと一息。和みの空間を演出します。

たい、といった時に気軽に立ち寄れる「出会いと交流の場」が「ちよっくら いっぱく処」です。市内外のみなさんをもてなす環境を整えることで、訪れやすく、暮らしやすい藤枝市をPRする意図もあります。

継続的な取り組み

日本人の消費動向は時代とともに大きく変わりました。現在は郊外型大型店の買い物が主流となり、街中の商店街の衰退が顕著になってきています。このため、商店街などでは、イベントや共同セールなどを行い、さまざまな方法でお客さんを確保しようと努力してきました。しかし、根本的な解決策はないという状況です。

一時的なイベントではなく、来店のきっかけとなるような継続的な取り組みはないのか。この商店街の思いを受けて、平成21年度に藤枝商工会議所内に商業振興委員会を設立。全国で取り組んでいる『まちの駅』事業の導入に



▲参加店を紹介するマップ。商業観光課、藤枝商工会議所、市観光協会、各市立公民館などに置いてあります。

そばの種まきを体験

瀬戸谷地区にある陶芸センター近くの田んぼで、8月28日、市民など約40人が参加して、そばの種まきが行われました。この催しは、自分で打ったそばを、自分で作陶したそばちょこで食べるという体験プログラム。参加した人は、小さなそばの実を手に取り、丁寧にまいていました。この日、まいたそばは、10月下旬に収穫できる予定です。



親子で竹細工に挑戦

8月21日の県民の日に、玉露の里で親子体験フェアが行われました。会場内には、うちわ作りやお茶の手もみ、紙すきなどの体験コーナーが設けられ、多くの親子連れで賑わいました。竹細工のコーナーでは、トンボのやじろべえ作りに挑戦する姿が見られました。指先に乗せては、バランスよく止まるように微調整を繰り返しながら、竹のトンボを作っていました。



水環境を守る仕組みを学ぶ

水環境を守る公共下水道の仕組みを親子で楽しく学んでもらおうと、8月5日・6日の両日、浄化センターで夏休み親子施設見学会を行いました。6日午後の見学会には、親子12人が参加。実際に施設を見学しながら、污水处理の仕組みや役割を学びました。見学会の最後には、総まとめとして、下水道クイズラリーに挑戦しました。



藤枝ブランド「藤里梨」を味わう

8月2日、市役所1階ロビーで藤里梨の極早生品種「喜水」の試食会が行われました。市梨業振興会のメンバーらが収穫したばかりの藤里梨15kgを市民などに振る舞いました。市役所を訪れた人たちは、思わぬ梨のサービスに大喜び。子どもたちは、「おいしい、おいしい」と梨をほおぼっていました。

HOT ほつと フオト

女子中学生が消防士体験

8月12日・13日、女子中学生が消防士体験をしました。体験したのは、青島中学校2年生の5人。彼女たちは、将来、自分が就きたい仕事は何かを考え、消防士体験を希望しました。12日には、可搬ポンプの操作や救助袋の設置などを体験。13日には、AEDを使用した普通救命講習を受講しました。参加した5人は「消防の仕事は、人の命を守るすごく大切な仕事だと感じました」と話してくれました。



稲葉地区で伝統行事「とうろん」

8月13日、寺島河川敷グラウンドで地域の伝統行事「とうろん（あげんだい）」が行われました。お盆の行事の一つである「とうろん」は長さ7～12mの竹竿の先端に木くずや花火など入れた籠を付け、この籠を目掛けて参加者がたいまつをぐるぐる回して放るものです。今年は、子ども用3基、大人用5基の合計8基の「とうろん」が立てられました。

藤枝おやこ館入館者1万人達成

8月25日、BiVi藤枝内にある藤枝おやこ館の入館者が1万人を達成しました。1万人目の入館者は市内前島に住む鈴木啓介さん・伶ちゃん親子。「開館して間もないのに1万人と聞いてびっくりしました」と鈴木さん。

藤枝おやこ館は、本年4月にオープン。子どもが自由に遊べるスペースがあり、相談員のいる施設です。



インフルエンザ予防接種 ～早めの接種が効果的～

☎健康推進課（保健センター） ☎645・1111

インフルエンザによる重症化を予防するため、ワクチンを接種しましょう。予防接種の効果は接種後、2週間から5カ月間程度あります。早めの接種をお勧めします。

接種期間／10月1日(土)～平成24年2月29日(水) 持ち物／健康保険証・母子健康手帳など
申し込み／直接、各医療機関へ

〈費用の一部を助成します〉

対象／65歳以上の人、60～64歳で心臓やじん臓・呼吸器に重い病気のある人（身体障害者手帳1級所持者）

自己負担額／1,050円（生活保護世帯の人は無料）

持ち物／健康保険証（該当する人は、生活保護受給者証（休日夜間受診証）・身体障害者手帳）

※以下の医療機関が焼津市内の医療機関以外で接種を希望する場合は、事前に手続きが必要です。接種する前に健康推進課にご連絡ください。

医療機関一覧

医療機関名	所在地	電話番号	医療機関名	所在地	電話番号
八木医院	本郷	☎639-0009	山崎クリニック	志太二	☎645-1211
菅ヶ谷内科医院	堀之内	☎641-2903	みやはら内科クリニック	小石川町一	☎647-5670
聖稜リハビリテーション病院	宮原	☎639-0112	藤枝駿府病院	小石川町二	☎641-3788
ふじえだ耳鼻咽喉科クリニック	上藪田	☎648-1000	よしだ整形形成外科医院	小石川町四	☎645-9200
おだクリニック	上藪田	☎648-1234	いわしたクリニック	上青島	☎631-6660
誠和藤枝病院	中ノ合	☎638-3111	高橋医院	下青島	☎647-0370
川口内科	八幡	☎644-3366	坂本医院	青南町四	☎637-2737
三倉医院	五十海四	☎644-1235	青島北クリニック	瀬古二	☎647-7707
敬天堂医院	岡出山一	☎641-1723	田熊こどもクリニック	瀬古二	☎647-5225
高松整形外科	岡出山三	☎643-2378	五十嵐医院	瀬戸新屋	☎643-5571
鈴木内科医院	茶町四	☎644-6960	板倉医院	田沼四	☎636-0881
すぎむらクリニック	若王子三	☎647-7077	藤枝南クリニック	前島二	☎634-0210
柴田医院	藤枝四	☎641-0127	藤枝平成記念病院	水上	☎643-1230
大持医院	藤枝五	☎641-0651	近藤胃腸科外科	南新屋	☎641-2625
井澤内科クリニック	本町二	☎644-5566	たぬま街道整形外科	大新島	☎634-1110
にわ医院	藤岡一	☎645-2800	大岩内科医院	高岡一	☎636-0018
藤岡クリニック	藤岡二	☎641-6288	大井内科消化器科医院	高洲	☎635-2088
柳原内科医院	藤岡四	☎638-2288	北川医院	高洲	☎634-3231
井澤医院	大手一	☎641-0062	さいとう内科クリニック	高柳	☎637-9797
入交医院	大手二	☎641-0135	しまづ整形外科	高柳	☎634-0888
はた医院	田中三	☎645-2077	つばくろ在宅ケアクリニック	高柳	☎637-1365
ハラダ城南医院	田中三	☎647-1234	西井胃腸科外科	高柳	☎637-0610
いしかわレディースクリニック	平島	☎643-0311	水上内科クリニック	高柳二	☎634-1200
西山クリニック	平島	☎646-3003	高洲早川クリニック	与左衛門	☎636-0021
水島医院	青木三	☎641-0052	志太ENTクリニック森耳鼻咽喉科	大洲一	☎635-8687
川上内科医院	青葉町二	☎635-8112	秋好医院	大洲三	☎635-7565
錦野クリニック	青葉町二	☎636-5000	吉田クリニック	大洲四	☎634-0006
すずき小児科医院	青葉町五	☎636-3360	朝比奈診療所	岡部町新舟	☎668-0272
匡ペインクリニック	駅前一	☎646-7261	花岡医院	岡部町内谷	☎667-3323
ひろせクリニック	駅前一	☎641-0689	ほしのクリニック	岡部町内谷	☎667-0100
まつなが耳鼻咽喉科クリニック	駅前一	☎645-3387	三輪医院	岡部町内谷	☎667-3000
藤枝クリニック	駅前一	☎636-8990			



Fujieda City News

藤の里 ニュース ネットワーク

SEI.

藤の里ニュースネットワークは、市政の動きを分かりやすくお知らせするコーナーです。

酒井 勇さん
(岡部町岡部)



瑞宝双光章
(郵政事業功労)

浅川脩治さん
(大手一)



瑞宝双光章
(教育功労)

栄えある受章
(高齢者叙勲)

心肺蘇生法などを学ぶ～総合防災訓練～

☎危機管理課 内線382



「防災の日」の9月1日、市内各地で自主防災会などによる総合防災訓練が行われました。訓練に参加した市民は約4万人。警戒宣言のサイレンとともに速やかに避難所に向かいました。

メイン会場の広幡中学校では、消防本部と消防団がAEDを使用した心肺蘇生法の訓練を指導。自衛隊による家屋の倒壊を想定した、けが人の救出訓練なども行われました。また、東日本大震災の被災地で活動をした藤枝警察署員から経験を踏まえ「日ごろから、隣近所とのつながりを強めてください」と体験談が語られました。

明るい地域づくりを推進～コミュニティ事業助成～

☎市民協働課 内線262



明るい地域づくりを推進する(財)自治総合センターでは、宝くじの売り上げによる社会貢献広報事業を行っています。地域のコミュニティ活動や地域住民の親睦・交流を推進するため、市内の2団体がこの宝くじの助成を受け、次の事業を実施しました。

山東町内会
子どもから高齢者までが快適な環境でコミュニティ活動を行えるよう、山東公民館にエアコン3台を設置しました。

青島第5自治会
青島第5自治会館で使っている会議用のテーブルや折りたたみイス格納台車を更新しました。

9社16店舗が協力～レジ袋削減を推進～

☎環境政策課 内線417

市と藤枝市もつたいない運動推進委員会が取り組んでいるレジ袋削減。このほど(株)食鮮館タイヨーが賛同し、協定を締結しました。

レジ袋の削減は、ごみの減量とともに、地球温暖化の原因といわれている二酸化炭素排出量の削減にも貢献。レジ袋の原料である石油などの資源の節約にもつながります。出かけるときには、マイバッグを持って出かけるように心掛けましょう。

「藤枝市におけるレジ袋削減に向けた取り組みに関する協定」を締結したスーパーマーケットは、次の9社16店舗です。(9月1日現在)

- アビタ藤枝店
- K O マート(藤枝志太店・藤枝高柳店・岡部店・田中店)
- コープしずおか高洲店
- しずてつストア(駿河台店・藪田店・岡部店・藤枝水守店・茶町店)
- 食鮮館タイヨーB i v i 藤枝店
- バロー藤枝店
- ヒバリヤ新鮮市場大洲店
- フードマーケットマム水上店
- マックスバリュ藤枝田沼店

10月

すこやか情報箱

問健康推進課(保健センター内)
☎645・1111 FAX 645・2122
✉hokencenter@city.fujieda.shizuoka.jp
※場所の記述がない場合、会場は保健センターです。

いづこも

●もぐもぐぐくく 赤ちゃん教室(無料)

離乳食の話と作り方について。
▼受付時間/午前9時30分～
9時45分 ▼終了時間/午前11時ころ ▼持ち物/母子健康手帳、筆記用具、おんぶひも(実技を行うため、子ども連れの人のみ) ※申込不要

●離乳食の話前編

▼対象/3カ月児から
▼とき/10月3日(月)

●離乳食の話後編

▼対象/7カ月児から
▼とき/10月24日(月)

●委託医療機関での 乳児健康診査(無料)

▼持ち物/母子健康手帳、

健康診査票、健康保険証、
こども医療費受給者証

4か月児健康診査

▼対象/平成23年6月生まれ
10か月児健康診査

▼対象/平成22年12月生まれ
※日時は、平成23年度健康
カレンダーに記載の医療
機関にご確認ください。

●乳幼児健康診査(無料)

▼受付/正午～午後1時
▼診査時間/午後1時～
6か月児すこやか相談

▼対象/平成23年4月生ま
れ ▼とき/7日(金)・21日

(金)・28日(金) ▼持ち物/母
子健康手帳、アンケート、
バスタオル

1歳6か月児健康診査

▼対象/平成22年4月生ま
れ ▼とき/5日(水)・12日
(水)・19日(水) ▼持ち物/母

子健康手帳、アンケート、
歯ブラシ、フッ素塗布料4
00円(希望者のみ)

3歳児健康診査

▼対象/平成20年10月生ま
れ ▼とき/4日(火)・18日
(火)・25日(火) ▼持ち物/母
子健康手帳、アンケート、
早朝尿

●ポリオ

▼対象/生後3カ月以上7
歳6カ月未満の子 ▼とき/
6日(木)・14日(金)・20日(木)・
26日(水) ▼受付時間/午後
1時30分～3時 ▼持ち
物/予診票、母子健康手帳

おとな

●特定健診・肺がん検診など

本年度の市の特定健診、大
腸・肺・前立腺がん検診・
肝炎ウイルス検査は、12月
2日(金)までです。対象者へ
の通知発送は、すべて終了
しました。お早めに受診し
てください。通知が届いて
いない人で、受診を希望す
る人は、健康推進課へお問
い合わせください。

●がん検診

申し込みは健康推進課へ。
胃がん検診(40歳以上)
▼負担金/2300円
子宮がん検診(20歳以上)
▼子宮頸がん負担金/1400円
乳がん検診(30歳以上)

▼視触診負担金/700円
▼エコー負担金/2千円
(39歳以下希望者) ▼マン
モグラフィ負担金/2千円
(40歳以上必須)
検診による胃がん検診(35歳以上)
▼負担金/千円 ▼受付時
間/午前8時30分～10時30分
▼ところ・とき/

●市立総合病院がん検診

子宮・乳がん検診(要予約)
受診券の申し込みは健康推
進課へ。
▼とき/4日(火)・6日(木)・
11日(火)・13日(木)・25日(火)・
27日(木) ▼受付時間/午後
0時30分～1時 ▼負担
金/子宮頸がん…1400

円、乳がん(視触診)…7
00円 ※エコー、マンモ
グラフィは各2千円。▼予
約先/電話で市立総合病院
健診推進室へ
☎646・11117

●母子健康手帳の交付

▼とき/月曜～金曜日 午
前9時～11時30分 ▼持ち
物/妊娠届出書

健康相談

一般健康相談・乳幼児相談

▼とき/月曜～金曜日 午
前9時～11時30分

成人健康相談

▼とき/月・水・金曜日
午後1時～3時30分
管理栄養士の食生活相談

●とき/木曜日午後1時～

3時、金曜日午前9時～11
時 ※要予約

歯科衛生士の歯科相談

▼とき/4日(火)・18日(火)・
25日(火) 午後3時～4時
※要予約

出張健康相談(乳幼児・成人)

▼とき/5日(水)・19日(水) 午
前9時30分～11時 ▼とこ
ろ/福祉センターきすみれ

健康 5&5<

めざそう！健康・予防日本一 睡眠は心と体のバロメーター

問健康推進課 ☎645・1111 Vol.37

私たちの生活に欠かすこ
とのできない睡眠。睡眠時
間は、脳と心身をリフレッ
シュし、ストレスからも解
放される大切な時間です。
しかし、最近、さまざまな
理由から眠れない人が増え
ています。

不眠による心への影響

うつ病の危険性

うつ病患者の9割が不眠
です。最近では、不眠が継
続することです病が引き
起こされることも知られて
います。2週間以上不眠が
続く場合は、かかりつけ医や
専門機関に相談しましょう。

不眠による体への影響

肥満になりやすい

睡眠不足により、脳内の
食欲を抑制する物質・レプ
チンが減少し、食欲を増進
する物質・グレリンが増加
空腹感が一日中続き、肥満
を招きます。睡眠時間が6
時間以下だと、肥満になる
確率が約2倍になります。

糖尿病になりやすい

睡眠不足は、血中の血糖
値を一定に保つ能力を低下
させるため、糖尿病を招い
たり悪化させたりします。

高血圧になりやすい

睡眠中は、心拍数が減り、
血圧が低下するため、血管
への負荷が減るので、血管
の修復タイムとなります。

睡眠不足は、血管のリフ
レッシュタイムが減り、高
血圧の原因となることも…。
統計では、7～8時間の睡
眠が病気になるににくいとさ
れています。

◆快眠のための6カ条◆

- ①就寝前の自分なりのリ
ラックス法をみつける
- ②就寝時間にこだわらず、
眠くなった床に就く
- ③毎日同じ時間に起床する
- ④朝起きたら日光を浴びる
- ⑤規則正しい3度の食事と
運動習慣を身につける
- ⑥眠りが浅いときは、むし
ろ積極的に遅寝・早起き

10月の休日当番医

問志太医師会 ☎641・3385 Hhttp://www.shida.shizuoka.med.or.jp/
藤枝歯科医師会 ☎646・2270
診療時間/午前9時～午後5時(焼津市の耳鼻科は午前8時30分～、歯科は正午まで)

	2日(日)	9日(日)	10日(祝)	16日(日)	23日(日)	30日(日)
外 科	西井胃腸科外科 (高柳) ☎637・0610	高松整形外科 (岡出山三) ☎643・2378	藤枝南クリニック (前島二) ☎634・0210	ほしのクリニック (岡部町内谷) ☎667・0100	大久保医院 (焼津市上小杉) ☎622・2500	秋山医院 (本町三) ☎641・6175
内 科	西井胃腸科外科 (高柳) ☎637・0610	高橋医院 (下青島) ☎647・0370	櫻井医院 (焼津市上新田) ☎622・0122	板倉医院 (田沼四) ☎636・0881	大久保医院 (焼津市上小杉) ☎622・2500	高洲早川クリニック (与左衛門) ☎636・0021
小児科	すぎむらクリニック (若王子三) ☎647・7077	大持医院 (藤枝五) ☎641・0651	鈴木内科医院 (茶町四) ☎644・6960	ハラダ城南医院 (田中三) ☎647・1234	水上内科クリニック (高柳二) ☎634・1200	柴田医院 (藤枝四) ☎641・0127
眼 科	ともの眼科医院 (青葉町二) ☎636・3044	—	朝比奈診療所 (岡部町新舟) ☎668・0272	ほしのクリニック (岡部町内谷) ☎667・0100	入交医院 (大手二) ☎641・0135	—
耳鼻科	村松耳鼻咽喉科 (藤枝五) ☎641・5318	仲神医院 (焼津市中新田) ☎623・0805	藤枝診療所 (高洲) ☎635・8749	きむら眼科 (焼津市上新田) ☎622・5811	ふじえた耳鼻咽喉科クリニック (上敷田) ☎648・1000	藤枝眼科クリニック (青木二) ☎647・7770
その他	—	—	はた医院 (田中三) ☎645・2077	やいづ6丁目耳鼻咽喉科 (焼津市焼津六) ☎620・6001	いしかわレディースクリニック (平島) ☎643・0311	吉田耳鼻咽喉科医院 (焼津市下小田) ☎623・1187
歯 科	おおいし歯科医院 (立花二) ☎645・2251	原歯科医院 (大洲二) ☎636・1900	はせがわ歯科 (益津下) ☎647・2500	みやけ皮膚科 (前島二) ☎634・4112	岡歯科医院 (大洲四) ☎635・5141	永井歯科クリニック (藤岡五) ☎644・3500

志太榛原地域救急医療センター ☎644・0099

ところ/瀬戸新屋362-1 診療時間/月曜～木曜日…午後7時30分～10時 金曜～日曜日…午後7時30分～翌
日午前7時 診療科目/内科・小児科 ※2日(日)・9日(日)・16日(日)・23日(日)・30日(日)の午後10時～翌日午前7時は、
小児科のみ。現在、施設の改修工事を行っています。診療は行っています。

10月の
いっしょに子育て楽しもう
～子育て支援事業～

※参加料は無料です。要予約以外は直接、会場にお越しください。
※各保育園で電話・面接相談を受け付けています（月曜～金曜日）。
※いずれも祝日は休みです。 ※記載の場所は集合場所です。

くるるん（前島保育園内） ☎636・7780	
〈ふれあい広場〉 5日(水)午前9時30分～11時30分…生涯学習センター	
〈きのこ〉 いずれも午前9時45分～11時 平成20年度に生まれた子：25日(火)…稲葉公民館 平成21年度に生まれた子：19日(水)…稲葉公民館 平成22年度に生まれた子：6日(木)…葉梨公民館	
〈こんにちは赤ちゃん〉 要予約（9月29日(木)午前9時～） 13日(木)午前9時30分～11時…青島南公民館 ※対象は生後6カ月までの子。	
〈赤ちゃん遊ぼう〉 要予約（9月29日(木)午前9時～） 11日(火)午前9時30分～11時…大洲公民館 ※対象は生後7カ月から1歳の誕生月までの子。	
〈みんなで遊ぼう〉 要予約（9月30日(金)午前9時～） 28日(金)午前10時～11時…保健センター ※対象は1歳6カ月以上の子。	
〈おひさまひろば〉 要予約（9月30日(金)午前9時～） 20日(木)午前9時30分～11時…総合運動公園 ※対象は1歳6カ月以上の子。	

ちびっこルーム（福祉センターきすみれ内） ☎667・7051	
〈ホール開放〉 月曜～金曜日 午前9時～午後5時	

めばえキッズ（わかば保育園内） ☎636・6303	
〈園庭開放〉 雨天中止 12日(水)・26日(水) 午前9時30分～11時	

ひよこ（ひよこ保育園内） ☎636・0560	
〈園庭開放〉 雨天は室内 月・金曜日 午前9時30分～11時30分 〈赤ちゃんあそびにおいでよ〉 4日(火)・11日(火) 午前9時30分～11時30分 ※対象は歩行前までの子。 5日(水)午前9時30分～11時30分 ※対象は歩行ができる子から2歳までの子。 〈ピョピョお話し会〉 要予約 12日(水)午前10時30分～11時 〈親子遊び〉 13日(木)・27日(木) 午前9時30分～11時30分 〈口腔衛生指導〉 要予約 6日(木)午前10時～ 〈すくすく赤ちゃん〉 25日(火)午前9時30分～11時30分…青島南公民館 ※対象は1歳までの子。	

ふれあいルーム（たちばな保育園内） ☎644・2522

※すべて午前9時30分～11時

〈園庭であそぼう〉 雨天は室内

3日(月)・17日(月)・24日(月)・31日(月)

〈そだちの広場〉 ☆は要予約

☆1日(土)…たちばな保育園

7日(金)…たちばな保育園(試食会は要予約) ※対象は1歳の子。

12日(水)…広幡公民館 ※対象は1歳以上の子。

〈赤ちゃんと遊ぼう〉 20日(木)…西益津公民館

※対象は生後7カ月から歩行前までの子。

A colorful illustration of a woman with brown hair tied in a ponytail, wearing a pink apron over a white shirt. She is holding the hands of two young children, a girl and a boy, both wearing yellow dresses. They are all smiling and appear to be dancing or playing. There are several musical notes floating in the air around them, suggesting a lively atmosphere.

あさひな（岡部あさひな保育園内） ☎668・0200	
〈ホール・園庭開放〉 月曜～金曜日 午前9時～午後4時 〈ぴよぴよルーム〉 4日(火)午前10時～11時30分 ※対象は生後6カ月から1歳6カ月までの子とその親。 〈あつまれ広場〉 いずれも午前10時～11時30分 13日(木)…貝立公園 27日(木)…岡部あさひな保育園	

ひまわり（ふじの花保育園内） ☎636・7760	
〈園庭開放〉 雨天は室内 月曜～金曜日 午前9時～正午、午後1時30分～4時 〈年齢別遊び〉 要予約（9月30日(金)午前9時～） いずれも午前10時～11時30分 平成21年度に生まれた子：12日(水)・13日(木)のいずれか一日 平成23年度に生まれた子：5日(水) 〈食育講座〉 要予約（9月30日(金)午前9時～） 19日(水)午前10時～11時30分…高洲公民館 27日(木)午前10時～正午…ふじの花保育園 ※対象は2回とも参加できる、平成20・21年度生まれで 2歳以上の子とその親。（参加料は210円） 〈ひまわり広場〉 雨天中止 17日(月)・25日(火) 午前10時～10時30分…駅南公園	

エンジェルルーム（藤枝聖マリア保育園内） ☎638・2941	
〈園庭であそぼう〉 雨天は室内 20日(木)・27日(木) 午前9時30分～11時 〈公園であそぼう〉 雨天中止 7日(金)午前10時～11時30分…蓮華寺池公園子ども広場 〈室内遊び〉 要予約 18日(火)午前10時～11時 ※対象は2歳以上の子。 〈赤ちゃん遊ぼう〉 要予約（5日(水)午前9時～午後4時） 13日(木)午前10時～11時…生涯学習センター ※対象は生後6カ月くらいまでの子。 〈星の子広場1・2・3〉 ☆は要予約 ☆平成20年度に生まれた子：25日(火)午前10時～11時 平成21年度に生まれた子：6日(木)午前9時30分～11時 平成22年度に生まれた子：4日(火)午前9時30分～11時	

おひさま（岡部みわ保育園内） ☎667・0901	
〈園庭開放〉 雨天中止 12日(水)午前9時30分～11時	

めだかっこ（藤枝保育園内）

☎270・7381

〈園庭開放〉雨天は室内 4日(火)・18日(火) 午前9時30分～11時

〈室内遊び〉いずれも午前9時30分～11時

11日(火)・25日(火)…藤枝保育園

26日(水)…藤の瀬会館

〈めだかっこパーク〉雨天中止

13日(木)午前9時30分～11時…蓮華寺池公園子ども広場

21日(金)午前9時30分～11時…蓮華寺池公園ジャンボ滑り台

〈赤ちゃん遊ぼう〉要予約

6日(木)午前9時30分～11時 ※対象は1歳までの子。

〈ママと赤ちゃん〉要予約 27日(木)午後1時30分～2時30分

※対象は妊婦さんと生後6カ月くらいまでの子とその親。

A cartoon illustration of a baby with brown hair, wearing a blue onesie and a white collar with a bell. The baby is on all fours, crawling towards a small red toy car with black wheels. The baby has a yellow nose and rosy cheeks. The background is plain white.

光の子広場（青木橋保育園内）

☎641・1262

〈園庭で遊ぼう〉雨天は室内

6日(木)・27日(木) 午前9時30分～11時

〈室内遊び〉 20日(木)午前9時30分～11時

〈元気に1・2〉 要予約（12日(水)午前9時～）

25日(火)午前10時～11時

※対象は1歳3カ月から2歳3カ月までの子。

〈赤ちゃん遊ぼう〉 要予約（9月29日(木)午前9時～）

11日(火)午前10時～11時…青木橋保育園

※対象は首がすわった子から生後10カ月までの子。

18日(火)午後2時20分～3時…青島北公民館

※対象は妊婦さんと生後5カ月くらいまでの子とその保護者。

A cartoon illustration of a woman with brown hair tied in a ponytail, wearing a yellow shirt and a red apron. She is smiling and holding a baby who is wearing a blue outfit. There are three small lines above the woman's head, suggesting a happy or excited expression.

さくらんぼ（城南保育園内） ☎641・2697	
〈園庭開放〉 13日(木)・27日(木) 午前9時30分～11時	

ほかばかルーム（岡部聖母保育園内） ☎667・0232	
〈園庭開放〉 雨天は室内 7日(金)・12日(水) 午前10時～11時30分	

10月の 各種相談

※相談料は無料です。☆は要予約。
※いずれも祝日は休みです。

男女共同参画課 内線292		
☆女性のための相談	木曜日	13:30～16:15
納税課 内線634		
夜間納税（市税・国保税）	木曜日	17:30～19:00
子ども家庭相談センター ☎643・7227		
家庭児童	月曜～金曜日	9:00～16:00
☆家庭養育	12日(水)・26日(水)	9:00～12:00
生涯学習課 ☎643・3047		
青少年	月曜～金曜日	8:30～17:00
☆夜間青少年		19:00～21:00

市民相談センター 内線672	
一般	月曜～金曜日 8:30～17:00
消費生活	月曜～金曜日 9:00～17:00
交通事故	月・水曜日 9:00～16:00
よろず	12日(水)・26日(水) (受付9:30～14:00) 10:00～15:00
よろず（岡部支所）	12日(水)・26日(水) 13:00～16:00
☆法律	5日(水)・12日(水)・19日(水) 13:00～16:00
☆税務	11日(火) 13:00～16:00
☆遺言公正証書	25日(火) 13:40～16:00
木造よろず	18日(火) 13:00～16:00
労働	17日(月) 13:30～16:00
☆多重債務	14日(金)・26日(水) 14:00～16:00
☆測量・登記	21日(金) 13:00～16:00

サンライフ藤枝		☎644・3012
内職	水・金曜日	9:00～16:00
教育電話相談		☎644・7867
不登校など	月曜～金曜日	13:00～16:30
藤枝パートバンク		☎636・2126
求人求職	月曜～金曜日	10:00～18:30
福祉センターきすみれ		☎667・2940
結婚	9日(日)・19日(水)・ 23日(日)	10:00～15:00
認知症コールセンター		☎643・7830
認知症	月曜～金曜日	8:30～17:00
中部健康福祉センター		
☆精神	11日(火)	☎644・9279
☆酒害	26日(水)	
☆エイズ即日検査 ☆骨髄ドナー登録 ☆肝炎ウイルス検査	6日(木)・20日(木)	☎644・9273

グラウンドゴルフ場の休場日	
藤枝総合運動公園 ☎646・6100	休場日／10月3日(月)・11日(火)・17日(月)・24日(月)・31日(月) 専用使用日／10月4日(火)午前
大井川河川敷スポーツ広場 ☎090・1286・1475	休場日／10月3日(月)・11日(火)・17日(月)・24日(月)・31日(月) 専用使用日／10月7日(金)午前・10日(祝)・16日(日)・22日(土)・25日(火)午前・28日(金)午前・29日(土) ※専用使用日は、個人使用ができません。
温水プールの休場日	
大洲温水プール ☎636・8899	休場日／10月1日(土)～4日(火)
西益津温水プール ☎643・7755	休場日／10月29日(土)～31日(月)
犬・ねこの引き取り	
中部保健所（瀬戸新屋） 飼衛生業務課 ☎644・9283	とき／10月4日(火)・11日(火)・25日(火) 午後1時～1時45分
献血	
市役所駐車場 〇社会福祉協議会 ☎667・2940	とき／10月18日(火) 午前9時30分～11時30分、午後0時30分～4時

10月	水道休日 当番店	1日(土) 藤枝市水道組合 ☎643・7308 2日(日) 望月配管 ☎667・1030 8日(土) (有)富岡ポンプ工業所 ☎641・0346 9日(日) (有)スギモト設備 ☎636・2678 10日(祝) 中村住宅設備 ☎641・6775 15日(土) 藤枝市水道組合 ☎643・7308 16日(日) 秋山設備 ☎667・3002 22日(土) 榎エクスワタナベ ☎643・7707 23日(日) (有)坂田設備 ☎641・6467 29日(土) 藤枝市水道組合 ☎643・7308 30日(日) (有)正信ポンプ商会 ☎635・1189
〇上水道工務課 ☎646・4112		
〇水		
市税の納付はお早めに		固定資産税・都市計画税第3期、国民健康保険税第3期の納付期限は
10月5日(水)です		
※口座振替の人は、前日までに預金準備をお願いします。		※市では、安心・便利な口座振替をお勧めしています。
〇納税課 内線633		

● ● 募 集 ● ●

しずおかスポーツフェスティバル
ライフル射撃競技中部地域大会

▶**対象**／県内に住んでいるか、通勤・通学している小学生以上の人 ▶**とき**／10月9日(日)午前9時30分～ ▶**ところ**／スポーツ・パル高根の郷 ▶**種目**／小学生・中学生・一般の部：チームライフルひじ打ち10発 ▶**参加料**／100円 ▶**申し込み**／大会当日の午前9時30分までに、参加料を持参し直接、会場へ

◎藤枝市ライフル射撃協会（小城宅）
☎623-0748

JFVC講座 カンボジアを知ろう

▶**とき**／10月23日(日)午後1時30分～
▶**ところ**／生涯学習センター ▶**内**
容／カンボジアの人から、現地の生活・
文化について学ぶ ▶**定員**／45人(申
込順) ▶**参加料**／300円 ▶**申し込**
み／10月1日(土)から、電話またはファ
クスで遠藤宅へ ☎637・1515

Ms.ジョアンナとABC

外国人女性と気さくに英会話。
▶とき／毎週水曜日午後7時～8時
30分 ▶ところ／西益津公民館 **▶参**
加料／8,350円（全10回） **▶持ち**
物／筆記用具、英和・和英辞典 **▶申**
し込み／電話で松村宛へ
☎090・6096・9038
 ※見学もできます。

藤枝順心少女サッカースクール

▶対象／年長児～小学校４年生の女子
▶とき／１０月～平成２４年２月の日曜
日（月２回）午前８時～９時 ▶ところ／藤枝順心高校グラウンド ▶参加
料／３千円（全１０回） ▶持ち物／運
動ができる服装・靴、水筒、ボール（あ

る人) ▶**申し込み**／9月30日(金) (当日消印有効) までに、往復ハガキに住所・保護者氏名・電話番号・参加を希望する子の氏名および学校(園)名と学年を記入し、〒426-0067市内前島2-3-1藤枝順心サッカースクール(渡邊宛)へ ☎636-2856

ブルーエコーズ ハーモニカクラブ

▶**とき**／毎月第1・第3火曜日午後7時～9時 ▶**ところ**／広幡公民館 ▶**講師**／下山馨さん（ハーモニカ振興会認定講師） ▶**定員**／6人（申込順） ▶**会費**／3千円（2カ月） ▶**持ち物**／ハーモニカ（ある人） ※直接会場へ
 岡宇都木宅 ☎641・3660

● ● 催 し ● ●

わかふじ祭り

▶**とき**／10月2日(日)正午～午後3時15分 ▶**ところ**／障害者デイサービスセンターわかふじ(青南町一) ▶**内容**／模擬店、リサイクル工作体験、バザー、わかふじ利用者の作品の販売など ▶**入場料**／無料
 ㊤障害者デイサービスセンターわかふじ
 ☎636・1710

ボランティア活動講演会

ボランティア活動を始めてみませんか
▶とき／10月2日(日)午後2時～4時
▶ところ／青島北公民館 **▶講師**／
 山本伸晴さん（地域福祉研究所主宰）
▶演題／あなたの力を求めている人
 がいいます **▶定員**／150人（先着順）
▶入場料／無料 ※直接会場へ
 〆ふじえだボランティアビューロー
 ☎644-4041

墨心会 水墨彩画展

▶とき／10月7日(金)～9日(日)午前9時～午後5時（7日は午後1時から、

9日は午後4時まで) ▶ところ／生涯学習センター ▶入場料／無料
問小林宅 ☎641・6583

ふれあいコンサート

▶**とき**／10月9日(日)午後1時～3時30分 ▶**ところ**／藤の瀬会館 ▶**内容**／ピアノやチェロなど音楽愛好家によるコンサート ▶**入場料**／無料 ※直接会場へ

📞藤枝音楽協会（中村宛）
📞090・4199・1195

書道講習会

▶とき／10月12日(水)午前10時30分～
正午 ▶ところ／文化センター ▶講師／杉浦太圭さん(県書道連盟顧問)
▶内容／書道講話と席上揮毫 ▶入場料／無料 ※直接会場へ
㊤藤枝市書道連盟(小泉宅)
☎635・2309

遊墨会 水墨画展

▶**とき**／10月13日(木)～15日(土)午前
9時～午後9時(13日は午後1時から、
15日は午後4時まで) ▶**ところ**／
生涯学習センター ▶**入場料**／無料
関橋本宅 ☎638・2333

Saturday Night Radio Jack

だいすき☆FUJIEDA放送予定

【10月1日】 広域連携の取り組み・秋のスイーツ特集

【10月8日】 玉露の里・秋のオススメ「殿のコスモス畑」

【10月15日】 フードスマイルフェスティバル・藤枝の日本一検証

【10月22日】 東海道紀行・おいしいご飯とそのお共

【10月29日】 第5次総合計画・藤枝市の外国語活動

〆市広報課 ☎643・3111

結 成4年目を迎えた木町を良くする会KYK。子どもたちの笑顔があふれる木町を作るため、自衛団のOB14人で結成。木町の行事や瀬戸川こもれびの道など、さまざまな催しに参加しています。

メンバーには、地域防災指導員や地域安全推進員、少年補導員などの役員もいて、地域防災や地域防犯にも、力を入れて活動しています。

3月11日に発生した東日本大震災。静岡県に住む私たちにとっては他人事とは思えません。被災されたみなさんのために、何かできないかとKYKでも考えました。そして被災地で今一番必要とされて

夏の必需品を届けることに決めました。支援物資を自動車に積み込み、7月8日、静岡県支援センターのある岩手県遠野市に向けて出発しました。支援センターでは、被災地の現状を聞き、今回の大震災



▶支援物資を届けたメンバー

藤
枝東高等学校
本年度初めて

藤 枝東高等学校定時制では、
本年度初めてインターン

心を持つ職業分野で、どんな能力や心構えが求められるかを体感することにあります。実習を終えた生徒たちは、口をそろえ、「すごく勉強になった」「初めは心配だったけど、やって良かった」「来年もやりたい」と言っていました。

私は今回のインターンシップの成功を通して、一重に「藤枝の底力」のすごさを感じました。公務員、医療・福祉関係、美容師（エステ）、販売員自動車整備士など、生徒の体験希望は多岐にわたりました。そのすべての職場で生徒たちを快く受け入れてくれました。実習先では、生徒たちを従業員と同じように、厳しく、ま

被災地からの手紙

宮 城県七ヶ浜町の住民です。
今回の東日本大震災の復
旧には、藤枝市から給水車に
よる応援をいただき感謝して
います。藤枝市のマークを見
るたびに、遠いところからも
応援に来てくれているんだと、
本当に勇気づけられました。
ありがとうございました。

宮 城東七ヶ浜町の住民です。
今回の東日本大震災の復興には、藤枝市から給水車による応援をいただき感謝しています。藤枝市のマークを見るたびに、遠いところからも応援に来てくれているんだと、本当に勇気づけられました。ありがとうございます。



た優しく指導していただきました。

インターンシップを通じて、自分自身を見つめる機会を得た生徒たち。やがて彼らが、この素晴らしい地元で働き、地域を支える人材となってくれると信じています。

藤枝東高等学校校定時制教諭
大石雅俊



台風一過の青空に映えるムクゲ

9月20日号

市民のみなさんからの声をお待ちしています。広報ふじえだの感想や藤枝市への思い、地域の話題などをお寄せください。

〒426-8722
市内岡上山1-11-1
市役所広報課宛
✉info@city.fujieda.shizuoka.jp

▼「もつとスポーツをしてほしい」という思いから編集した総合型地域スポーツクラブの特集笑顔が溢れる会場もあれば、真剣な眼差しでスポーツをする会場もあります。共通しているのは、どのクラブも「元氣」があること。そして、参加している人たちの瞳がキラキラと輝き生き生きとしているのがとても印象的でした。見ている自分も自然と元氣をもらい、すがすがしい気持ちになりました。

暑い夏が過ぎ、スポーツをするのに、暑い季節がやってきました。みなさん、スポーツをしましょう!!

スポーツ振興課 広報委員

▼残暑が厳しい日もありますが、少しずつ涼しい日が増えてきました。秋の気配が日に日に感じられるようになってきました。

秋といえば、やっぱりスポーツ。さわやかで過ごしやすい、この季節は、体を動かしたくなりますよね。秋晴れの真っ青な空の下、外に出て体を動かしてみませんか。今まで特にスポーツをしていない人にも、気軽に楽しめるスポーツがいっぱいあります。この秋から新しいスポーツに挑戦して、新たな趣味を見つけてませんか。運動不足の私は、まずはケガをしないように準備運動から。⑤

水木しげるの

妖怪道五十三次展



妖怪道五十三次「日本橋」首途の景 ©水木プロ

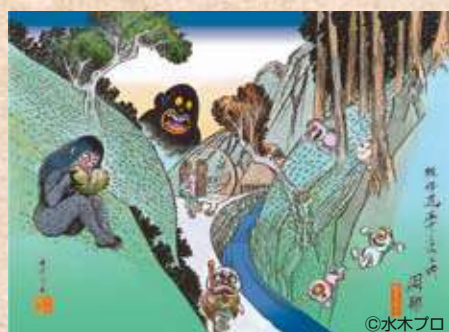
浮世絵師・歌川広重の「東海道五十三次」(複製)を同時展示

とき／9月24日(土)～11月27日(日)
午前9時～午後5時(入場は午後4時30分まで)

ところ／岡部支所ミニギャラリー

入場料／300円、中学生以下無料

問岡部支所地域振興課 ☎667・3411



▲妖怪道五十三次「岡部」御巫山戯峠



▲妖怪道五十三次「藤枝」魑魅人馬継立



妖怪道五十三次「京師」晴姿妖怪道中 ©水木プロ