

# 広報 **ふじ**

平成29年

**7 | 5** No.1150

## もくじ

- ② ユニバーサル就労がスタートしました！
- ④ 今より動こう！あと10分
- ⑥ 社会を明るくする運動
- ⑦ LGBTへの理解を広げよう／  
富士のふもとの大博覧会2017結果発表
- ⑧ 後期高齢者医療被保険者証が新しくなります／  
高額療養費制度の見直しについて
- ⑨ 市立看護専門学校入学生募集／  
河川愛護美化推進月間
- ⑩ まちかどネットワーク／7月の救急当番医など
- ⑪ 暮らしのたより ⑬ 栗石通信

6月15日 アジサイ（岩本山公園）



いただきへの、はじまり 富士市

～富士市ブランドメッセージ大作戦展開中！～

全国初！



# ユニバーサル就労がスタートしました！

市は、ことし4月1日に「富士市ユニバーサル就労の推進に関する条例」を施行し、「ユニバーサル就労」を推進することとしました。これは、行政と議会、市民の皆さんが一丸となって推進していく全国初の取り組みで、大きな注目を集めています。

今回は、ユニバーサル就労支援のイメージや就労支援センターの役割についてお知らせします。

問い合わせ／生活支援課 ☎55-2886 ☎55-2987 くらし・しごと相談窓口 ☎64-6969

## ユニバーサル就労で

### 生涯青春都市の実現へ



富士市長  
小長井 義正

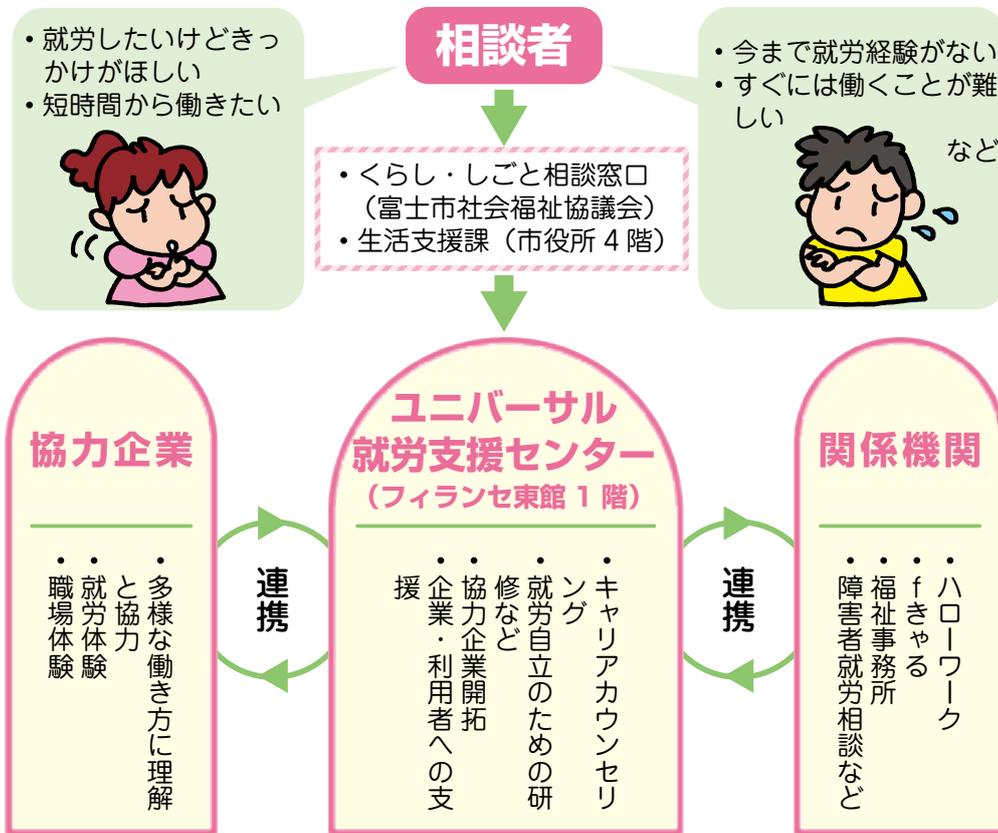
就労意欲がありながらさまざまな理由により働きたくても働くことができない人が多くいます。このような人を含む全ての人が、社会経済活動に参加できるよう推進していくのがユニバーサル就労支援です。障害者の就労支援を図る条例などは県内の他市にもありますが、富士市では全国に先駆け、働きたい市民全てを対象にした条例を制定・施行しました。

ユニバーサル就労支援を推進することで、私が目指す都市像である、「市民一人一人がかけがえのない個人として尊重され、生き生きと暮らし、明るい未来へ向かってチャレンジする『生涯青春都市 富士市』」の実現に近づくのではないかと考えています。今後はこの取り組みを通じ、既存のさまざまな就労支援のすき間を埋めていくとともに、各相談窓口との連携をさらに深めていきたいと考えています。

## ユニバーサル就労とは

ユニバーサル就労は、障害や引きこもり、家庭の事情などさまざまな理由により働きたくても働くことができない状態にある全ての人が、その個性や意欲に応じて、みずから選択した仕事に従事し、社会経済活動に参加することを言います。

## ユニバーサル就労支援のイメージ



# 就労先を見つけた！

## 展開する主な事業

### ■就労準備支援事業

生活保護受給者及び生活困窮者に不足しがちな就労に必要な知識・技能などを補うため、就労に向けた準備支援を行います。

### ■就労困難者就労支援事業

就労困難者に対し、アセスメント(聞き取り・評価)やキャリアアカウンセリングを行い、個々の特性に合わせた就労支援を実施します。

### ■協力企業等開拓事業(受け皿開拓)

就労困難者に多様な働き方を提供できる企業などを調査・訪問し、協力いただける事業所を開拓し、就労・就職につなげます。

### ■企業支援事業(支援つき就労)

ユニバーサル就労に協力をいただいた事業所での雇用継続のため、就労者や事業所に対する相談・支援を行います。

### ■市民ネットワーク推進事業

ユニバーサル就労の考え方を、より多くの市民や企業の皆さんに理解してもらうための周知・啓発を行います。

ユニバーサル就労の実施状況は、今後、専用ウェブサイトを専用SNS、メールマガジンで配信します。

## ユニバーサル就労支援センターが開所しました

ユニバーサル就労を推進するための中核施設として、対象者に対する相談・研修などの具体的な支援、協力企業の開拓など、多くの主要事業を展開していきます。



▲センターの様子

### 一般就労からユニバーサル就労の相談まで、ワンストップで対応

ユニバーサル就労支援センターは、若者のためのキャリアデザイン支援室「fきゃる」、くらし・しごと相談窓口、福祉相談室、マザーズコーナー(ハローワーク富士)などを含む富士市就労総合支援センターと隣接しており、職業紹介・就業相談や就労するまでの生活相談などの窓口からもユニバーサル就労相談へワンストップでつながります。

### 多様な職業訓練・就労支援の提供

専用の相談ブースを設けて、相談者のニーズを確実に把握するとともに、評価を行います。また、対象者の個性や能力に応じて、必要な訓練や能力開発などを実



▲就労訓練の様子

施するほか、協力企業での就労訓練などにも同行し、切れ目のない継続した支援を行います。

### 〔基本情報〕

相談料/無料

開館時間/月～金曜日(祝休日、年末年始を除く) 8時30分～17時15分

所在地/富士市フイランセ東館1階

(富士市本市場432-1)

問い合わせ/ユニバーサル就労支援センター ☎(62)7520

### ユニバーサル就労の協力企業を募集しています

対象者の皆さんに活躍の場を提供するユニバーサル就労協力企業を募集しています。社会の支え手を1人でも多くふやすために、また、対象者の皆さんが、社会の中で居場所を見つけられるよう、ご協力をお願いします。

### 協力企業になると：

- ・ワークシェアで業務効率化
- ・人材の有効活用
- ・人材不足の改善が期待されます。

詳しくは、ユニバーサル就労支援センター 向笠<sup>むかき</sup> 方へお問い合わせください。

☎080(6988)6055

### ユニバーサル就労にご協力を！



ユニバーサル就労支援センター長 向笠 弘之<sup>むかき ひろゆき</sup>さん

ユニバーサル就労支援センターは、自立した生活を送ることができる社会を実現するための中核施設として開所しました。この事業は3年前に市民が行った署名活動によりスタートしました。多くの人々の思いをのせた事業の基礎づくりから携われることは、大きな喜びであるとともに責任を痛感しています。

ユニバーサル就労支援センターでは、複合的な課題を持ちながら、自分一人では就労への解決の糸口が見つからない人に個別に寄り添い、オーダーメイドの支援をします。また、利用者に対してどんな対応をしていけばよいのかなど、協力企業への支援も同時に行います。

「働きたくても働くことのできない」全ての人が「生きがい・働きたい」を感じられる社会づくりには、市民・事業者・事業者団体の人々の協力が不可欠です。「私は会社で働いています」と言える仕組みづくりを進めていきますのでご理解、ご協力をお願いします。

プラス・テン  
+10

健康で 笑顔あふれる 明るい富士市 を目指して



# 今より動こう！あと10分

～健康ふじ21アクションプラン後期計画～

「健康ふじ21アクションプラン後期計画」では、4つの取り組みを重点的に進めています。今回は、その中の1つ「今より動こう！あと10分」の取り組みについて紹介します。

問い合わせ／健康対策課 健康政策担当 ☎ 64-9023 FAX 64-7172

## 富士市の「お達者度」

静岡県は、全国2位の健康長寿県です（表1参照）。  
しかし、静岡県が公表している市町別お達者度では、富士市は県内35市町中、下位に位置しています（表2参照）。  
※お達者度とは、「65歳から元気で自立して暮らせる期間」のこと。

(表1)

	平成25年 健康寿命		
	男性	女性	男女計
静岡県	72.13歳 (全国3位)	75.61歳 (全国2位)	73.90歳 (全国2位)
全国	71.19歳	74.21歳	72.74歳

(出典：厚生労働省「都道府県別健康寿命」)

(表2)

	平成25年 お達者度	
	男性	女性
富士市	17.27年 (県内23位)	20.30年 (県内27位)
静岡県	17.64年	20.92年

(出典：静岡県「市町別お達者度」)

## 【お達者度が高い県内市町の特徴】

- ・運動習慣がある人が多い
  - ・大豆製品を食べる人が多い
  - ・緑茶を飲む人が多い
  - ・喫煙経験がある人や肥満に該当する人が少ない
  - ・世代間の交流が多い
  - ・二世帯以上で居住する人が多い
- (平成26年度静岡県お達者度追跡調査から)



## 健康ふじ21アクションプラン後期計画

市では、このような現状や市民健康意識調査の結果などを踏まえ、平成27年度、市民の健康づくりのために「健康ふじ21アクションプラン後期計画」を策定し、特に強化して進める4つの重点取組を設定しました。

### 【4つの重点取組】

① **受けよう！検診 使おう！受診券**  
検診は、毎年計画的に受けましょう（詳しくは広報ふじ5月20日号3ページをごらんください）。

② **声かけしよう！あったか子育て**  
子育て中の人を見かけたら、挨拶と温かい声かけをしましょう。

③ **食べよう！野菜 あと一皿**  
野菜不足の人は、野菜料理を今よりも1皿多く摂りましょう。

④ **今より動こう！あと10分**  
運動不足の人は、今より10分多く体を動かすように心がけましょう（左ページ参照）。

### 4つの重点取組のロゴマーク



「健康ふじ21アクションプラン後期計画」について詳しくは、市ウェブサイトを「市ウェブサイト」くらしと市政↓健康・福祉・子育て↓健康・医療↓計画・構想・資料↓健康ふじ21アクションプラン後期計画2016～2020

## 今より動こう！あと10分

運動不足の人は、まずは日常生活の中で、今より10分多く体を動かしましょう。

仕事や育児・家事で忙しく、運動する時間がとれないという人にも、気軽にできる身体活動がたくさんあります。日常生活の中で、ほんの少し取り入れてみてはいかがでしょうか。

### 【身体活動の一例】

#### 歩いて買い物



#### 休日に庭の手入れ



#### 階段を使う



#### 歩幅を広く歩く



#### 「ながら」ストレッチ



#### 仕事のすき間時間に筋力トレーニング



## 運動をするとよいことたくさん！

心地よい眠り

免疫力をアップ

血液さらさらで生活習慣病予防

丈夫な骨や筋肉をつくり若々しく

太りにくい身体をつくる

疲れにくい身体をつくる

運動するとよいことはわかっても、続けることは大変です。そこで、健康づくりのきつかけと継続のために、市では「ふじさん青春マイレージ」を勧めています。健康づくりを実践すると、季節の野菜やお茶などの景品の抽せんに応募できます。ぜひご利用ください。詳しくは健康対策課へ。



## おすすめ講座「メタボ解消！運動講座」

とき／左記の日程表から、都合のよい日を5日選択してください（1日のみの参加も可）  
ところ／フィランセ西館4階大ホール

### 内容／

- ・体組成測定（体重・体脂肪・部位別筋肉量）や体力測定
- ・運動・食事のミニ講話
- ・理学療法士による運動の個別指導（希望者）

対象／市内在住の70歳以下で、減量したい人や血圧・コレステロール・中性脂肪・血糖値が気になる人

定員／各日25人（先着順）

参加費／無料

申し込み／事前に電話で健康対策課成人保健担当へ ☎(64)8993

### 【メタボ解消！運動講座 日程表】

	午前の部 (10:00~11:30)	夜間の部 (19:00~20:30)
7月	—	25日(火)
8月	—	22日(火)
9月	9日(土)	20日(水)
10月	19日(木)	6日(金)
11月	6日(月) 25日(土)	—
12月	13日(水)	—
平成30年	12日(金)	—
1月	20日(土)	—
2月	7日(水)	—

## 運動は楽しんで無理なく続けることが大切です

昨年度は健康ふじ21推進会議委員として、運動を広めるだけでなく、その後も運動を継続してもらえるように取り組んできました。その中で、多くの人が「汗をかかなければ運動と言えない」「運動は毎日やらなければならない」という誤解を持っていることに気がつきました。まずは、そのような誤解を取り除き、運動に対する垣根を低くする必要があります。

運動習慣がない人の中には、「運動が得意ではないけれど、体を動かすことが好き」という人も多いのではないのでしょうか。運動は、その人のライフスタイルや身体状況に合わせて、無理なく続けることが大切です。運動すること自体を目的にするのではなく、「自分の好きなことを続けていくための体づくり」という考え方に変えることで、楽しんで続けられると思います。



健康ふじ21推進会議委員（健康運動指導士、水治療士）  
田中 礼人さん

# 社会を明るくする運動

犯罪や非行を防止し、

立ち直りを支える地域のチカラ

社会を明るくする運動

とは

全ての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい地域社会を築こうとする全国的な運動です。

市は、市長が委員長となる「社会を明るくする運動富士市推進委員会」を39の更生保護関係団体などで組織し、この運動を推進しています。

この運動を始めて67回目を迎えたことは、地域の人たちに、罪を犯した人の立ち直りについて考え、協力していただけるよう、「犯罪や非行を防止し、立ち直りを支える地域のチカラ」をテーマとして運動を展開していきま

7月は

社会を明るくする運動の強調月間です

7月1日の富士市大会をはじめ、小学生の作文コンテストや、各地区まちづくりセンターなどで保護司が中心となるミニ集会や講演会、街頭啓発などの事業の開催を予定しています。多くの人に理解と共感をしていただけるよう、運動を進めていきます。



▲街頭啓発の様子



▲講演会の様子

活動の推進役となる

更生保護関係団体とは

●保護司会  
罪を犯した人や非行をした人の生活を見守り、立ち直りを地域で支える民間のボランティア団体です。

●更生保護女性会  
女性の立場から、地域における犯罪予防の活動や、子どもたちの健全育成のための子育て支援活動などを行うボランティア団体です。



▲更生保護施設での食事づくり

●協力雇用主

過去に犯罪や非行をした人を雇用し、立ち直りを支援する民間の事業主です。

●BBS会 (Big Brothers and Sisters Movement) (略)

さまざまな問題を抱える少年・少女に、兄弟姉妹のような身近な立場で接することで、少年・少女の成長を助ける青年ボランティア団体です。

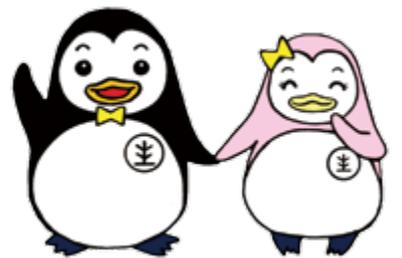
★富士地区BBS会員募集中

対象/毎月1回程度の活動に参加できる、18歳からおおむね30歳の人  
※職業・経験・資格は問いません。  
申し込み・問い合わせ/  
直接または電話で福祉総務課、EメールでBBS会事務局へ  
bbs\_fuji\_jimukyoku@yahoo.co.jp

問い合わせ先/福祉総務課

TEL 054-227-1517

FAX 054-227-0100



▲更生保護マスコットキャラクター  
更生ペンギンのホゴちゃん (左) とサラちゃん

# 誰もが ありのままに 認め合って

## 「LGBT(性的マイノリティ)への理解を広げよう」

社会にはいろいろな人がいます。その中には、誤解や偏見の中で生活し、誰にも言えず悩み苦しむ、自殺を考えてしまう人もいます。誰もが否定されることなく輝ける社会にするために、私たちに何ができるのか考えてみませんか。

### 「LGBTを知っていますか」

- L レズビアン (女性同性愛者)
- G ゲイ (男性同性愛者)
- B バイセクシュアル (両性愛者)
- T トランスジェンダー (心と体の性が一致しない人)

の頭文字をとった総称です。

民間企業が約7万人を対象に実施した調査(平成27年)によると、7・6%(13人に1人程度)がLGBTに該当するという結果が出ており、LGBTへの理解に向けた動きは全国的に広がっています。

### 想像したことがありますか

あの子が学校へ行かないのは、性別に合わせた制服やトイレが苦しくてたまらないのかもしれない。自分の息子があなたに彼氏を紹介するかもしれません。性の多様性を知り、家庭、学校、職場、地域で理解を深め、互いに人格を認め合うことが大切です。

### 「ひとりで悩まないで話をしてみませんか」

- ① 多文化・男女共同参画課 (市役所3階)
  - 相談時間/平日 8時30分～17時15分
  - 相談方法/予約は不要です。直接、多文化・男女共同参画課へ
- ② 女性のための相談室(フイランセ西館3階)
  - 相談時間/平日 9～12時、13～16時
  - 相談方法/電話または面談です。面談を希望する場合は、事前に予約が必要です。電話で女性のための相談室へ

☎(64)8997

### 講演会「性別で見る多様性と人権」 誰もがいきいきと輝く未来へ」

全国的にLGBTへの理解を進める活動をしている飯田亮瑠さん(任意団体)ダイバーノン代表)による講演会を行います。

とき/8月21日(月) 13時30分～15時

ところ/フイランセ西館4階大ホール

参加費/無料  
申込方法/8月15日(火)までに、電話で、多文化・男女共同参画課へ

問い合わせ/多文化・男女共同参画課

☎(55)2724

☎(55)2864

## 富士のふもとの大博覧会2017 結果発表

「グルメコンテスト」「新商品賞」の結果を発表します。なお、5月27日(土)・28日(日)の来場者数は、合計3万9,595人でした。

問い合わせ/  
商業労政課  
☎55-2907  
☎55-2971

### グルメコンテスト

#### グランプリ (各部門の1位)

##### ■ごはん・パン部門

品名/炙りチャーシュー丼  
店名/自家製麺 味一番  
所在地/厚原1244-3  
☎090-4466-1194



##### ■めん部門

品名/まぜそば  
店名/中華料理 駿香楼  
所在地/天間900-7  
☎72-6778



##### ■一品惣菜部門

品名/骨付きもも  
店名/くるくるチキン  
所在地/御殿場市ぐみ沢79-1  
☎0550-82-8123



##### ■お菓子スイーツ部門

品名/富士山チーズケーキ  
店名/旬まかいの牧場  
所在地/富士宮市内野1361-2  
☎0544-54-0710



#### 金賞 (各部門の2位)

##### ■ごはん・パン部門

品名/もちもちドーナツ  
店名/小麦畑 松林堂  
所在地/今泉1-12-9 ☎52-0676

##### ■めん部門

品名/フジマルG・T  
店名/タブー・ザ☆ボニート  
所在地/青葉町88 ☎62-7677

##### ■一品惣菜部門

品名/富士の鶏 からあげ  
店名/(株)チキンハウス  
青木養鶏場  
所在地/富士宮市宮原541-5  
☎0544-58-3298

##### ■お菓子スイーツ部門

品名/クレープ  
店名/クレープの店  
オレンジポット  
所在地/八幡町6-3  
☎32-7979

#### 新商品賞

事業者からのアイデア・創意工夫による「富士のふもとらしい」新商品に注目した賞です。

##### ■ディッシュ部門

品名/フジマルG・T  
店名/タブー・ザ☆ボニート  
所在地/青葉町88 ☎62-7677



##### ■デザート部門

品名/富士登山物語  
店名/パティスリー カンター  
ビレ  
所在地/富士見台  
6-3-2  
☎78-0590



75歳  
以上の人へ

# 後期高齢者医療被保険者証 が新しくなります

8月1日  
から

現在使用している「オレンジ色」の保険証の有効期限は、7月31日までです。8月1日からは、「自宅」に郵送される「藤色」の保険証を使用してください。



「オレンジ色」から  
「藤色」に  
変わります

8月1日から

古い保険証は使用できません。有効期限（7月31日）を過ぎた保険証は、使用できません。古い保険証は、細かく裁断するなど、個人情報取り扱いに注意し、処分してください。



↑ 保険証が封入される封筒

8月1日以降にお使いいただく保険証は、「黄色い封筒」で市役所から7月中旬以降に郵送します。



限度額適用・標準負担額減額認定証をお持ちの人へ

認定証も8月1日から新しくなります。交付対象者には、新しい認定証を7月下旬以降に郵送します。  
※更新のための手続は必要ありません。

後期高齢者医療保険料について  
平成29年度の保険料については、8月中旬に通知します。

問い合わせ

国保年金課 高齢者医療担当  
☎(55)2754 ⑤(5)2521

## 70歳以上の人の 高額療養費制度の見直しについて



高額療養費制度は、家計に対する医療費の負担が重くなりすぎないように、被保険者の所得などに応じて自己負担限度額を設定し、被保険者はその範囲内で自己負担分の医療費を支払う制度です。世代間の公平な負担や、負担能力に応じた負担を求める観点から、2年をかけて高

額療養費の自己負担額を段階的に見直すこととなりました。平成29年8月施行の見直しは、下表のとおりです。

問い合わせ 国保年金課 保険給付担当  
☎55-2751

### ■ 現行（平成29年7月末まで）

区分	自己負担限度額（月額）	
	外来（個人）	外来＋入院（世帯単位）
現役並み所得	4万4,400円	8万100円 (医療費が26万7,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算) ※1
一般	1万2,000円	4万4,400円
低所得Ⅱ ※2	8,000円	2万4,600円
低所得Ⅰ ※2		1万5,000円

### ■ 見直し後（平成29年8月から）

区分	自己負担限度額（月額）	
	外来（個人）	外来＋入院（世帯単位）
現役並み所得	5万7,600円	8万100円 (医療費が26万7,000円を超えた場合は超えた分の1%を加算) ※1
一般	1万4,000円 ※3	5万7,600円 ※1
低所得Ⅱ ※2	8,000円	2万4,600円
低所得Ⅰ ※2		1万5,000円

※1 12か月間に4回以上、世帯単位の限度額を超えた場合、4回目以降は4万4,400円。

※2 低所得Ⅰは、同じ世帯の世帯主及び国保被保険者が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除（年金の所得は控除額を80万円として計算）を差し引いたとき0円となる人。低所得Ⅱは、同じ世帯の世帯主及び国保被保険者が住民税非課税で低所得Ⅰに該当しない人。

※3 年間（8月1日から翌年7月31日まで）の外来での自己負担額の上限額は14万4,000円。

平成30年度

# 市立看護専門学校



平成29年度戴帽式

## 募集内容

学科／看護学科（3年課程）  
 定員／40人（推薦入学者を含む）  
 対象／高等学校を卒業した人（見込みを含む）または、文部科学大臣が同等以上の学力を有すると認定した人  
 試験日／一次 平成30年1月10日（水）  
           二次 平成30年1月25日（木）  
 ※一次は学科試験・小論文、二次は面接（二次試験合格者のみ）。  
 受験料／7000円  
 申し込み／12月4～18日に、入学願書を直接または郵送で、〒416-0904 本市場新田111-1 市立看護専門学校へ  
 ※詳しくは、学生募集要項（市立看護専門学校で配布）をごらんください。  
 ★募集要項及び過去問題の送付を希望する人は、市立看護専門学校へお問い合わせください。

## 入学生募集

### オープンキャンパス 看護への道



学内演習

とき／

① 7月23日（日） 9時30分～11時30分  
 （受付9時～9時30分）、13時30分～15時30分（受付13時～13時30分）  
 ※荒天中止。

② 10月21日（土） 10～12時（学生祭「紫苑祭」開催時）  
 ※荒天の場合は10月22日（日）に延期。

ところ／市立看護専門学校

内容／

① 全体説明、在校生・卒業生の話、模擬授業、実習体験、施設見学、個別相談  
 ② 模擬授業、体験コーナー、個別相談  
 対象／

① 高校生以上の人とその保護者、学校関係者ほか  
 ② 中学生以上の人

申し込み／

① 7月19日（水）までに、市ウェブサイトの「くらしと市政」トップページから電子申請するか、電話で市立看護専門学校へ（申込者多数の場合、お断りすることがあります）  
 ② 当日直接会場へ

問い合わせ 市立看護専門学校 ☎64-3131 FAX64-3135

7・8月 きれいな川をいつまでも

# 河川愛護美化 推進二月間

市は、7・8月の2か月間を「河川愛護美化推進月間」とし、川に親しみ、河川愛護の心を育てるための活動を推進しています。

川は、私たちが暮らしていくために必要な水を運んでくれます。また、清らかな水の流れと水辺の空間は、私たちの生活に潤いを与えてくれます。

この財産を未来に引き継いでいくために、川を愛し、正しく利用し、美しく保ち、守っていきましょう。

### 参加者募集

#### 「水辺探検隊2017」

とき／8月22日（火）9～16時

（8時30分受け付け）

探検場所／滝川（原田地区）周辺

※雨天時は、原田まちづくりセンターに集合。

内容／富士山の湧水が流れる滝川周辺

での体験を通して、人と自然とのつながりを発見する（雨天時は、原田まちづくりセンターで雨プログラムを実施）

対象／市内在住の小学4～6年生

定員／30人程度（先着順）

参加費／無料

申し込み／7月19日～8月15日（土・日曜日、祝日は除く）に、電話またはFAXに参加者の住所、氏名、学校名、学年、性別、保護者の氏名・携帯電話番号を記入し、河川課へ

※参加者には、後日、詳細な案内を郵送します。

【問い合わせ】河川課

☎(55)28833

FAX(51)03660



水辺探検隊2016

# まちかどネットワーク



## エゾミソハギ

夏の浮島ヶ原自然公園を鮮やかに彩る



## 磯部 伸行さん

(中之郷)

第6回全国手芸グランプリでグランプリ大賞を受賞した



クロスステッチ刺しゅうの作品で、磯部伸行さんが「第6回全国手芸グランプリ」福祉施設利用者部門のグランプリ大賞を受賞しました。

「12年前に患った病気が原因で右手右足が不自由になり、リハビリを兼ねてクロスステッチ刺しゅうを始めました。受賞作品は、広隆寺(京都市)の『弥勒菩薩』を題材に製作しました。コンテストへの出品は初めてだったので、結果を知り驚きました」と話します。

「刺しゅう糸を一边が約1・3ミリメートルの枠内にクロス(交差)させて1目ができ上がります。今回の作品は31色の糸を使い、約2万目を6か月かけて完成させました。1日に1200〜1500目を目標に作業を進めますが、

最近になってようやく1目を自分の足のいくように編めるようになりまし。今後も継続してよい作品をつくり続けていきたいです」と意気込みを話してくれました。

磯部さんのクロスステッチ刺しゅう展が、8月1〜31日にシャローム富士川ギャラリ(北松野)で開催されます。受賞作品も展示されますので、見に出かけてみてはいかがでしょうか。次(北松野)の作品の完成を目指し、1目1目を丁寧に編む磯部さん



次(北松野)の作品の完成を目指し、1目1目を丁寧に編む磯部さん

## 植

物が青々とするこの季節、浮島ヶ原自然公園では、7月初旬〜8月にミソハギ科の「エゾミソハギ」が見ごろを迎えます。日当たりのよい湿地に生える多年草で、穂状に咲く紅紫色の花を楽しむことができます。

「富士自然観察の会」会長の山田高さん(富士岡)は、「よく似たミソハギとの違いは、エゾミソハギの茎や葉には短い毛が生えていて、葉が根元部分で茎を抱くようになっていることです。花の直径は1・5センチメートル程度で、花によって花びらが4〜6枚と異なります。雄しべと雌しべには長いものと短いものがあり、うまく組み合わせることで、自家受粉を防いでいます」と話します。

名前の由来は、ハギに似ていて、みそぎに用いられたことから「禊萩」、または用水路などの溝に生えることから「溝萩」となり、それがなまったと言われています。地方によってはお盆の時期に飾られる花として、「ボンバナ」「シヨウリヨウバナ(精霊花)」とも呼ばれます。

緑の植物に混じって鮮やかな花を咲かせるエゾミソハギを、見に行ってみてはいかがでしょうか。



花が咲き始めているエゾミソハギ (6月17日撮影)

## 7月の救急当番医

Emergency Hospitals Available on Holidays  
Pronto Socorro em atendimento fim de semana e feriados

救急当直医案内  
☎51-9999

## 7月の接骨師会 休日当直当番

柔道整復  
Bonsetter  
Clinica de osteopatia  
9:00~17:00

よしだ接骨院 88-1190 富士見4  
たなか接骨院 21-3670 石坂  
久保寺接骨院 85-3916 北松野  
しおざわ整骨院 62-1133 水戸島1  
らくらく接骨院 88-1623 松岡

歯科  
Dentistry  
Dentistas  
歯科医師会館 ☎53-5555  
伝法2850-3  
日曜日・祝休日 9:00~12:00  
13:00~16:00

産婦人科  
Gynecology & Obstetrics  
Gineco-Obstetrica  
8:00~18:00

9日(日) 武田産婦人科医院 63-5122 宮島  
16日(日) 望月産婦人科医院 34-0445 比奈  
17日(月) 窪田レディースクリニック 65-7077 平垣  
23日(日) ロゼレディースクリニック 60-5747 蓼原町  
30日(日) たむらレディースクリニック 65-7777 米之宮町

眼科  
Ophthalmology  
Oftalmologia  
9:00~17:00

天神眼科医院 ☎23-7050 富士宮市  
小森眼科クリニック 21-0333 伝法  
なかじま眼科 72-0011 入山瀬  
聖隷富士病院 52-0780 南町  
海野眼科医院 30-6260 松岡

耳鼻科  
Otorhinolaryngology  
Otorrinolaringologia  
8:00~17:00

耳鼻科サイラクリニック ☎935-1133 沼津市  
善得クリニック 51-8733 今泉5  
つりた耳鼻咽喉科クリニック ☎927-3387 沼津市  
本橋耳鼻咽喉科医院 ☎972-1133 三島市  
さわたの森耳鼻咽喉科クリニック ☎929-8787 沼津市

内科・小児科・外科  
Internal Medicine/Pediatrics/Surgery  
Clinica Geral/Pediatricia/Cirurgias

救急医療センター ☎51-0099 津田217-2  
平日19:00~翌8:00 土曜日14:00~翌8:00 日曜日・祝休日 9:00~翌8:00  
〈診療上の注意〉必ず保険証とお薬手帳(ある場合)を持参してください。緊急性により診察順が変わります。投薬は1日分です。子どもが受診する場合は、早目の時間帯にお越しください。  
共立蒲原総合病院(主に内科) ☎81-2211 中之郷 2500-1  
診療可能な科目や時間帯は日によって異なります。受診の際は、必ず病院へ電話でお問い合わせください。

## おりがみ講座 ゾウを折る (無料)

と き / 8月11日(金) 山の日 10:00~11:30  
 ところ / 西図書館多目的室  
 講 師 / 寺尾洋子さん(クラフト作家)  
 対 象 / 市内在住の小学生とその保護者 (鶴と風船を折ることができる小学生は1人でも参加可)  
 定 員 / 12組(応募者多数の場合抽せん)  
 申し込み / 7月25~30日に、直接または電話・FAXに、参加する児童の氏名、学年、保護者の氏名、電話番号を記入し、西図書館へ ☎64-2110 ☎64-3001

## 夏休みジュニアゴルフ教室

と き / ① 8月12日(土) 11:00~12:00  
 ② 8月24日(木) 14:00~15:00  
 ところ / ① 岩本山ゴルフ練習場(岩本) ☎61-6808 ② ヤマキゴルフガーデン(大淵) ☎36-0101  
 ※各会場1回のみ体験レッスンです。  
 対 象 / 市内在住の小学3~6年生  
 定 員 / 各10人(先着順)  
 受講料 / 500円(ボール代、保険料)  
 申し込み / ①②とも7月20日(木)から受け付けます。電話で各会場へ  
 問い合わせ / スポーツ振興課 ☎53-6045

### お詫びと訂正

広報ふじ6月20日号裏表紙7月のカレンダーに掲載の「15日(土) 特別徴収(年金からの天引き) 6月分」は記載の誤りでした。正しくは、6月15日(木)でした。

## 夏休み福祉なんでも学習(無料)

夏休みに福祉について楽しく学んでみませんか。  
 と き / 8月5日(土) 9:00~12:00  
 ところ / フィランセ東館3階  
 内 容 / 車椅子サッカー、ポッチャ(足の不自由な人も楽しめるスポーツ)、サウンドテーブルテニス(目の不自由な人と一緒にできる卓球)、点字・手話などの体験、人権の啓発など  
 申し込み / 当日直接会場へ  
 問い合わせ / 社会福祉協議会 ☎64-7100

## 親子紙ひこうき教室

と き / 8月27日(日) 10:00~12:00  
 ところ / ラ・ホール富士多目的ホール  
 対 象 / 年長・小学生とその保護者  
 定 員 / 50組(応募者多数の場合抽せん)  
 ※1組3人まで。  
 受講料 / 1組500円  
 持ち物 / はさみ、30センチメートル程度の定規、色鉛筆セット、木工用ボンド  
 申し込み・問い合わせ / 7月20日~8月20日(必着)に、申込用紙(ラ・ホール富士で配布)または、はがき・FAXに、住所、氏名、参加人数を記入し、〒417-0052 中央町2-7-11 ラ・ホール富士へ ☎53-4300 ☎53-2040

## 富士山かぐや姫ミュージアム各種講座

内容	と き	と ころ	対 象	定 員	受講料
① 布ぞうり作り体験	7月29日(土) 9:00~11:30	講座室	小学生以上(小学生は保護者同伴)	20人(先着順)	400円
② 戦時中の料理	8月9日(水) 10:00~13:00	歴史民俗資料館、旧稲垣家住宅	小学3~6年生	10人(先着順)	300円
③ 富士の型染体験	8月11日(金) 山の日 9:30~12:30	工芸棟染色室	小学生以上(小学4年生以下は保護者同伴)	20人(先着順)	1,000円

申し込み・問い合わせ / ①は7月22日(土)、②は7月30日(日)、③は7月29日(土)の各9:00から受け付けます。直接または電話で、富士山かぐや姫ミュージアムへ ☎21-3380

## 水の事故を防止しましょう ~楽しい夏を過ごすために~

消防本部警防課 ☎55-2856

- ◎子どもの遊泳や水遊びには必ず保護者が同伴し、目を離さないようにしましょう。
- ◎釣りや水辺のレジャーには、体に合ったライフジャケットを必ず着用しましょう。
- ◎飲酒後や体調がすぐれないときの遊泳はやめましょう。
- ◎天候の急変による川の増水や高波に注意しましょう。
- ◎富士海岸や流れのある場所など、危険区域や立入禁止区域への立ち入りはやめましょう。

# 夏休み 特集



## ロゼこどもサマーフェスティバル スタンプラリー (無料)

と き / 8月3日(木) 10:00~14:00 (受付10:00~13:30)  
 ところ / ロゼシアター会議室ほか  
 申し込み / 当日直接会場へ  
 ※詳しくは、ロゼシアターに問い合わせるか、ロゼシアターウェブサイトをごらんください。  
 ☎60-2500 <http://rose-theatre.jp>

## 絵本の中のおいしいものを作ろう! 「からすのパンやさん」

と き / 8月9日(水) 13:30~15:30  
 ところ / 東図書館  
 内 容 / 絵本の読み聞かせとパンづくり  
 講 師 / 鈴木裕紀子さん(パティシエ)  
 対 象 / 市内在住の小学生とその保護者  
 定 員 / 12組(応募者多数の場合抽せん)  
 受講料 / 300円  
 持ち物 / エプロン、三角巾、布巾  
 申し込み・問い合わせ / 7月21~30日に、直接または電話で東図書館へ ☎38-1550

## 社会福祉センターのプールを 一般開放します(無料)

と き / 7月25日~8月27日 9:00~16:00 (12:00~13:00は昼休み)  
 ところ / 田子浦荘、東部市民プラザ、鷹岡市民プラザ  
 休場日 / 毎週月曜日、第3日曜日、8月11日(金) 山の日  
 問い合わせ / 田子浦荘 ☎61-0171  
 東部市民プラザ ☎34-0500  
 鷹岡市民プラザ ☎72-1770  
 ※必ず水泳帽を着用してください。  
 ※天候により休場する場合がありますので、お問い合わせください。

## 募 集

### 富士市民レディース グラウンド・ゴルフ大会参加者

スポーツ振興課 ☎53-6045  
と き／8月23日(水) 8:30～  
※雨天の場合は25日(金)に順延。  
ところ／富士川緑地ソフトボール場  
対 象／市内在住の女性  
参加費／500円 (保険料含む)  
申し込み・問い合わせ／8月1日(火)  
までに、電話またはFAXで富士市  
グラウンド・ゴルフ協会 木村  
方へ ☎090-4210-7259 ☎63-5995

### 第37回市民福祉まつり ポスター図案

社会福祉協議会 ☎64-7100  
市民福祉まつりでは、思いやり・  
助け合いなど、広く福祉をイメージ  
した作品を募集しています。  
応募資格／市内在住の人  
規 格／四つ切り画用紙、縦向き(縦540  
ミリメートル×横380ミリメートル)  
応募方法／8月18日(金)までに、作品  
の裏に住所、氏名、学校名と学年  
または年齢、電話番号、作品への  
思いを記入し、直接社会福祉協議  
会(フィランセ東館1階)へ  
※作品には、タイトル・日時・会場など  
の文字、数字は記入しないでください。

### 地場産業の振興を目指します 紙モニター

産業政策課 ☎55-2779  
応募資格／市内に1年以上在住して  
いる満20歳以上の人  
任 期／9月1日～平成30年8月31日  
内 容／会議(年3回程度)、イベン  
ト等でのキャンペーン活動、紙関  
係の工場等の視察研修など  
謝 礼／年間1万2,000円以内(活動  
回数により変動あり)  
定 員／10人程度  
申し込み／7月28日(金)(消印有効)  
までに、はがきまたはFAX・Eメ  
ールに、住所、氏名、年齢、職業、  
電話番号、各種モニター経験の有  
無、応募動機を記入し、〒417-  
8601 富士市役所産業政策課へ  
☎51-1997  
☎sa-sangyou@div.city.fuji.shizuoka.jp

### 児童扶養手当の現況届

こども家庭課 ☎55-2738  
児童扶養手当の受給資格を認定さ  
れている人(全部支給停止の人も含  
む)は、8月1日時点の家庭状況の  
届け出が必要です。必ず本人が来庁  
し、手続してください。  
と き／8月11～16日 8:45～16:00  
※この期間のみ、土・日曜日、祝休  
日も手続できます。  
ところ／消防防災庁舎7階大会議室

### 第11回富士市環境フェア 出展希望者説明会

環境総務課 ☎55-2901  
第11回富士市環境フェア(12月2  
日(土))への出展希望者向けに説明会  
を開催します。  
と き／8月1日(火) 14:00～  
ところ／ふじさんめっせ会議室  
申し込み／7月28日(金)までに、FAX  
またはEメールに団体名、担当者  
名、電話番号、FAX番号、参加人  
数を記入し、環境総務課へ  
☎51-0522  
☎ka-kankyousoumu@div.city.fuji.shizuoka.jp

### 新富士インターチェンジ 周辺住宅地を販売します

インター周辺区画整理課 ☎37-1555  
市が施行する区画整理によって生  
まれた専用住宅街の住宅地を販売  
します。  
場 所／16街区4号地(大淵2558番  
地の1付近)  
地 積／222.83平方メートル  
価 格／1,247万8,000円  
申し込み／7月19日(水)から受け付け  
ます。詳しくは、市ウェブサイト  
をごらんになるか、電話でインタ  
ー周辺区画整理課へ  
※申し込みは先着順。同日に複数の  
申し込みがあった場合は抽せん。

### 臨時福祉給付金(経済対 策分)の申請を忘れずに

臨時福祉給付金(経済対策分)  
の申請期限は7月31日(月)(消印有  
効)です。  
申請期限を過ぎての受け付けは  
できません。申請書が届いてい  
てまだ申請が済んでいない人は、早  
目の申請をお願いします。  
問い合わせ／福祉総務課 ☎55-2840

## お知らせ

### 障害福祉事業所説明会

障害福祉課 ☎55-2761  
と き／7月29日(土) 10:30～15:30  
ところ／フィランセ  
対 象／福祉事業所に通いたい人や  
保護者、支援者、福祉に関心のあ  
る人  
申し込み／当日直接会場へ

### 富士発・女と男のフォーラム(無料) 映画上映会「カレーライスを一から作る」

多文化・男女共同参画課 ☎55-2724  
と き／8月19日(土) 13:30～15:15  
(開場受付13:00～)  
ところ／フィランセ西館4階大ホール  
定 員／100人(先着順)  
申し込み／7月19日～8月10日に、  
電話で生活クラブ生活協同組合静  
岡沼津センターへ  
☎055-923-4828

### 富士山世界遺産センター(仮称) ボランティア募集説明会

企画課 ☎55-2718  
12月にオープンする富士山世界遺  
産センター(仮称)でのボランティア  
募集について説明会を開催します。  
と き／7月27日(木) 13:30～15:00、  
19:00～20:30 7月30日(日) 13:30  
～15:00  
※3回とも同じ内容です。  
ところ／駅前交流センターきらら2  
階集会室(JR富士宮駅前)  
申し込み／7月24日(月)までに、電話ま  
たはFAX・Eメールに氏名、電話番  
号またはEメールアドレスを記入し、  
静岡県世界遺産センター整備課へ  
☎054-221-2856 ☎054-221-3757  
☎whcenter-seibi@pref.shizuoka.lg.jp  
※詳しくは静岡県世界遺産センター整  
備課ウェブサイトをごらんください。  
☎https://www.pref.shizuoka.jp/bunka/  
bk-150/fujisanwhc-top/fujisanwhc-top.html

### 7月の教育委員会会議

7月定例会を開催します  
(どなたでも傍聴できます)  
と き／7月21日(金) 13:30～  
ところ／市役所9階第2委員会室  
教育総務課 ☎55-2865

## 障害者差別解消法講演会(無料)

**障害福祉課 ☎55-2761**  
 と き / 8月2日(水) 13:30~15:00  
 ところ / 消防防災庁舎7階大会議室  
 演 題 / 障がい者差別解消法の背景と意味、そしてこれから行うこと  
 講 師 / 渋沢茂さん(千葉県中核地域生活支援センター長生ひなた所長)  
 申し込み / 当日直接会場へ

## 食生活講座

**健康対策課 ☎64-8993**

- ①**バランス美人編**  
 と き / 8月5日(土) 10:00~12:30  
 ところ / 吉永まちづくりセンター  
 内 容 / 生活習慣病を予防するメニューの調理実習  
 定 員 / 20人(先着順)
- ②**野菜もりもり編**  
 と き / 8月19日(土) 10:00~12:30  
 ところ / 吉永北まちづくりセンター  
 内 容 / 野菜がたっぷりとれるメニューの調理実習  
 定 員 / 12人(先着順)
- .....①②とも.....
- 受講料 / 500円程度  
 持ち物 / エプロン、三角巾、布巾2枚、筆記用具  
 申し込み / ①は7月19日(水)、②は7月20日(木)の各9:00から受け付けます(土・日曜日、祝休日は除く)。電話で健康対策課へ

## 「フードドライブ」にご協力をお願いします!

**生活支援課 ☎55-2886**

「フードドライブ」は、余っている食品の寄附を皆さんにお願いするキャンペーンです。食品企業の製造過程で発生する規格外品などを認定NPO法人フードバンクふじのくにが引き取り、行政などの生活相談窓口と連携し、生活困窮者などへ無料で提供するフードバンク事業の一環として行います。

と き / 8月1~31日 8:30~17:15 (土・日曜日、祝休日は除く)  
 ところ / 生活支援課(市役所4階)  
 ※8月1~4日は、市役所2階市民ホールで受け付けます。

対象品 / 缶詰、レトルト食品、インスタント食品、飲料、米、調味料などで、次の条件を全て満たすもの

- ① 生鮮食品以外で常温保存ができるもの
- ② 賞味期限が明記され、期限が2か月以上のもの
- ③ 未開封(包装が破損していない)のもの

※上記以外の物は受け付けません。

## まちなか哲学カフェ ~運命はあるのか~

**商業労政課 ☎55-2907**  
 と き / 7月29日(土) 14:30~  
 ところ / SŌDĀLA (水戸島元町)  
 内 容 / コーヒーを片手に、対話を楽しむ  
 参加費 / 一般1,000円、学生500円  
 (スイーツ・フリードリンクつき)  
 申し込み / 当日直接会場へ  
 問い合わせ / まちなか哲学カフェ実行委員会 ☎philo.cafe.in.fuji.city@gmail.com

## 第2回市民生活講座(無料)

**市民安全課 ☎55-2750**  
 と き / 7月31日(月) 10:00~11:30  
 ところ / フィランセ東館2階ふくし体験・学習室  
 内 容 / 知っていますか?公正取引委員会~安くて良い商品が買えるワケ~  
 講 師 / 公正取引委員会事務総局中部事務所取引課職員  
 申し込み / 当日直接会場へ  
 問い合わせ / 富士市消費者運動連絡会 中川 方 ☎080-6909-2318  
 ※託児あり(要予約。7月27日(木)までに、FAXに子どもの氏名・年齢(〇歳〇か月)、保護者の氏名・連絡先を記入し、富士市消費者運動連絡会へ) ☎52-9414

## 高校生カラフルライフデザインセミナー(無料) ~なりたい自分や自分にとっての幸せについて考えてみよう~

**子ども未来課 ☎55-2731**  
 高校生が、自分自身の結婚や出産、子育てなどのライフイベントを含めた5年後、10年後の自分の姿を想像し、十人十色のよりよい人生設計(ライフデザイン)について考えるセミナーを開催します。

と き / 8月8日(火) ①10:00~12:00  
 ②13:30~15:30  
 ところ / ホテルグランド富士  
 対 象 / 市内在住または在学の高校生  
 内 容 / ライフデザインシート(時系列で結婚・出産などのライフイベントを記入していくもの)の作成、模擬結婚式体験(チャペル見学など)  
 定 員 / 各40人(先着順)  
 申し込み / 7月20日~8月3日に、申込用紙(子ども未来課で配布、市ウェブサイトでダウンロード可)に必要な事項を記入し、直接またはFAX・Eメールで子ども未来課へ ☎55-2956  
 ☎fu-kodomomirai@div.city.fuji.shizuoka.jp

## 市民福祉まつり参加団体の福祉活動を支援します

**社会福祉協議会 ☎64-7100**  
 市民福祉まつりに参加している福祉団体などの活動を支援することを目的に、助成を希望する団体を募集します。

募集期間 / 8月1~31日  
 助成内容 / 3万円以下の備品などは除き、上限20万円  
 ※車両購入は助成対象外。  
 申込方法 / 直接社会福祉協議会へ  
 ※詳しくは、社会福祉協議会ウェブサイトをごらんください。  
 ☎http://fujishishakyo.com

## 単親家庭の会 バス交流旅行参加者

**社会福祉協議会 ☎64-4649**  
 と き / 8月24日(木) 出発5:00 帰着22:30  
 行き先 / 東京ディズニーランド  
 対 象 / 市内在住の母子・父子家庭・両親のいない家庭で、会員登録(年会費1,000円)できる人  
 定 員 / 40人(応募者多数の場合抽せん)  
 参加費 / 大人7,000円、中学・高校生6,000円、4歳~小学生4,500円、3歳以下500円(チケット代含む)  
 申し込み / 7月26日(水)(必着)までに、往復はがき(124円)の往信裏面に住所、参加者全員の氏名・年齢(学年)、電話番号を記入し、〒416-8558 富士市社会福祉協議会へ

## 講座・教室

### ラ・ホール富士各種教室

**ラ・ホール富士 ☎53-4300**  
 教室名 / ①エクセル基礎教室 ②エクセル&ワード初級教室  
 と き / ①9月5日~10月24日の毎週火曜日 ②9月7日~10月26日の毎週木曜日  
 ところ / ラ・ホール富士OALーム  
 受付期間 / 8月7~13日  
 ※受講料、申込方法など詳しくは、ラ・ホール富士にお問い合わせるか、りぷす富士ウェブサイトをごらんください。  
 ☎http://www.fuji-kousya.jp

## 各地区まちづくりセンター講座 受講生募集!

講座名	学習日・時間など	対象	申込先(まちづくりセンター)	内容(受講料など)	定員	募集期間
① 筆ペンで美文字	9月5日～10月31日の毎週火曜日 19:00～20:30 計9回	市内在住・在学・在勤の成人	天間 〒419-0205 天間1106-1 ☎71-4007	手軽に使える筆ペンで、祝儀袋や年賀状をきれいに書く(900円。別途教材費550円)	20人	7月18日～8月2日
② 50代から始める男の筋力アップ	9月6日～平成30年1月24日の主に第1・3水曜日 13:30～15:00 計10回	※②は50歳以上の男性限定。 ※④はワードで文字入力ができ、パソコンとデジタルカメラの持ち込みができる人。		日常から無理なく取り組める筋力トレーニングやストレッチを学ぶ(1,000円)	20人	
③ Let's和食! ～地域伝承料理を添えて～	9月13日～平成30年1月10日の毎月第2水曜日 19:00～21:00 計5回			世界が認める「和食」と地域伝承料理を学ぶ(500円。別途材料費4,000円)	12人	
④ マイ・パソコンでワード活用術	10月26日～平成30年1月18日の毎週木曜日 13:30～15:30 計10回			デジタルカメラの画像を使い、年賀状やポスターを作成する(1,000円。別途教材費1,800円)	16人	
⑤ シルバー世代の健康クッキング	9月5日～平成30年2月6日の主に第1火曜日 9:30～12:00 計6回	市内在住・在勤のおおむね60歳以上の人	広見 〒417-0862 石坂470-5 ☎21-3444	栄養バランスのとれた献立を学ぶ(500円。別途材料費4,500円程度)	12人	7月28日(金)まで
⑥ 40・50代エクササイズ	9月8・15・22日、10月6・13日、11月10・17・24日、12月1・8・15日、平成30年1月12日 13:30～15:00 計12回	市内在住・在勤の40・50代の人		ストレッチ、スロー筋トレが中心のエクササイズを行う(1,200円)	30人	
⑦ 男の魚料理! ～小さな魚の調理法～	9月11日～平成30年2月19日の主に第3月曜日 18:30～20:30 計6回	市内在住・在学・在勤の成人男性		魚の味つけや調理法を学ぶ(600円。別途材料費4,200円程度)	12人	
⑧ 季節を味わうお菓子 ～秋・冬編～	9月6日～12月6日の毎月第1水曜日 13:30～15:30 計4回	市内在住・在学・在勤の成人	富士川 〒421-3305 岩淵121 ☎81-1111	家庭でできるお菓子づくりを学びながら季節を楽しむ。秋・冬のお菓子を各回2種類ずつ作る(400円。別途材料費3,200円)	16人	7月19日～8月2日
⑨ バドミントンでリフレッシュ!	9月12日～平成30年2月27日の毎月第2・4火曜日 19:00～21:00 計12回			日ごろの運動不足とストレスを解消する。初心者大歓迎!(1,200円)	30人	
⑩ リトミック(前半)	9月14日～12月14日の毎月第2・4木曜日(祝休日を除く) ⑩9:30～10:30 ⑪10:45～11:45 各計6回	市内在住・在勤の保護者と平成27年4月2日～平成28年4月1日生まれの子ども		リトミックと造形を通して、子どもの五感の発達を促し、情操を豊かにする(500円。別途教材費200円) ※⑩⑪は同じ内容です。	各15組	
⑪ リトミック(後半)				地元でとれる食材を用いて調理法を学ぶ(400円。別途材料費4,000円)	16人	
⑫ 季節のやさしいイタリアン	10月20日～平成30年1月19日の毎月第3金曜日 13:30～16:30 計4回	市内在住・在学・在勤の成人	神戸 〒417-0855 三ツ沢600-1 ☎21-2203	家で簡単にできるおやつづくり方を学ぶ(400円。別途材料費2,000円程度)	16人	7月10日～8月4日
⑬ 簡単おやつ ～私だけ・子どものために～	9月7・28日、11月2日、12月14日の各木曜日 10:00～12:00 計4回	市内在住・在学・在勤の成人		バドミントンの基礎から試合まで行う。会場：神戸小体育館(1,300円)	20人	
⑭ レッツ!バドミントン	9月7日～12月7日の毎週木曜日 19:00～21:00 計13回	※⑭は道具を持参できる人。		日々の運動不足を解消し、快適な睡眠を促す(800円)	15人	7月24日(月)まで
⑮ おやすみ前のストレッチ	9月7日～12月14日の主に第1・3木曜日 19:00～20:30 計8回	市内在住・在学・在勤の成人	岩松 〒416-0909 松岡837-7 ☎63-5210	ベビータッチやわらべうたなどを通して赤ちゃんとのスキンシップの方法を学ぶ(400円。別途材料費200円)	10組	
⑯ ママとベビーのハッピータイム	9月8日～10月27日の毎月第2・4金曜日 10:00～11:30 計4回	市内在住・在勤の母親と平成29年2月1日～5月31日生まれの子ども		新しい趣味探しにパンをつくってみませんか?(300円。別途材料費2,500円) ※受講をどちらか一方に制限する場合があります。	各12人	
⑰ 男性限定!季節のパン作り(秋)	10月16・30日、11月13日の各月曜日 9:00～12:00 計3回	市内在住・在勤のおおむね60歳以上の男性	岩松北 〒416-0901 岩本88-1 ☎60-8008	みんなでゴスペルを歌い、楽しさと喜びを共有する(800円)	20人	7月30日(日)まで
⑱ 男性限定!季節のパン作り(冬～春)	平成30年2月19日、3月5・19日の各月曜日 9:00～12:00 計3回			少量からつくられる旬の味覚を生かした、おいしい健康料理を学ぶ(500円。別途材料費3,600円)	16人	
⑲ みんなでゴスペル	9月7日～12月21日の木曜日 19:00～21:00 計8回	市内在住・在学・在勤の成人		介護予防対策、ストレッチ体操、社交ダンス、コーラスなど、パラエティに富んだ学習を通じて、健康づくり、仲間づくりをする(400円)	20人	
⑳ 健康おばんざい	9月13日～11月22日の毎月第2・4水曜日 9:30～12:00 計6回	市内在住・在勤のおおむね60歳以上の人	吉永 〒417-0847 比奈1447-1 ☎34-1014	簡単なお菓子づくり、かわいくラッピングします。初心者大歓迎!(400円。別途材料費2,800円)	20人	7月28日(金)まで
㉑ うめ塾～健康づくり、はじめましょう～	9月14日～12月14日の木曜日 13:30～15:30 計4回		元吉原 〒417-0845 大野新田744-2 ☎33-0170	パスタ麺・巻き寿司・豆腐・和菓子・シューマイ・薫製をつくる。普段自分では作らないような食品を楽しくつくりましたよ!(500円。別途材料費5,000円程度)	16人	7月31日(月)まで
㉒ 簡単!プレゼントスイーツ	9月8日～12月15日の主に第2金曜日 19:00～21:00 計4回	市内在住・在学・在勤の成人	富士北 〒416-0951 米之宮町288 ☎64-0099	いろいろな筋肉を目覚めさせて、しなやかで安定した身体を手に入れる(700円。別途教材費1,000円程度)	30人	7月31日～8月9日
㉓ ようこそ!手作り食品の世界へ☆	9月11日、10月2日、11月13日、12月11日、平成30年1月15日の各月曜日 19:00～21:00 計5回	市内在住・在学・在勤の15～39歳(中学生を除く)		赤ちゃんとのふれあいを大切に、仲間とゆったりとした時間を過ごす(500円。別途教材費実費負担あり)	12組	
㉔ はじめてのピラティス(後期)	9月11・25日、10月2・23・30日、11月6・13日の各月曜日 10:00～11:30 計7回	市内在住・在学・在勤の成人	原田 〒417-0852 原田485 ☎52-0124	原田地区にまつわるかぐや姫伝説について学ぶ(300円)	20人	7月31日(月)まで
㉕ びよびよくらぶ	10月5日～12月7日の毎月第1・3木曜日 10:00～11:00 計5回	市内在住・在勤の保護者と平成29年2月1日～6月30日生まれの子ども		来年の干支のぬいぐるみなどを1人2個程度つくる(500円。別途材料費1個1,300円程度)	12人	
㉖ かぐや姫をたどる	9月15・29日、10月6日の各金曜日 9:30～11:30 計3回	市内在住・在学・在勤の成人		囲碁のルールを覚えて、9路盤での対局ができるようになる(500円。別途教材費1,620円)	20人	
㉗ 干支のちりめんぬいぐるみ	10月2日～12月4日の毎月第1・3月曜日 13:30～15:30 計5回	※㉗はおおむね60歳以上の囲碁初心者。		整理収納のコツや知識を身につけ、快適で幸せな生活を送る(300円)	20人	
㉘ ハラダの碁	10月4日～12月20日の毎週水曜日 9:30～11:30 計12回		富士見台 〒417-0851 富士見台6-1-1 ☎21-7102	ポーセラーツ、パスボム、ロザフィ、プリザーブドフラワー、ヘアアクセサリーをつくる(500円。別途材料費4,000円)	15人	8月15～21日
㉙ 暮らし快適☆幸せ生活♪整理収納術	10月11・25日、11月8日の各水曜日 19:00～21:00 計3回	市内在住・在学・在勤のおおむね18～39歳の女性(高校生を除く)		正しく効果的な筋力トレーニングを学び、よい汗をかく(1,000円)	20人	8月30日～9月5日
㉚ 女性力UP!ステキなハンドメイド	9月19日～平成30年1月16日の主に第3火曜日 19:00～21:00 計5回	市内在住・在学・在勤の成人男性				
㉛ 富士見台筋トレ部	10月10日～平成30年2月27日の第2・4火曜日 19:00～20:30 計10回					

←次ページへ続く

講座名	学習日・時間など	対象	申込先(まちづくりセンター)	内容(受講料など)	定員	募集期間
⑫ 正しい姿勢と歩き方講座	9月22日～12月8日の主に金曜日 10:00～11:30 計10回	市内在住・在勤のおおむね60歳以上の人	松野 〒421-3303 南松野1792-2 ☎56-1055	ストレッチやコア体操で体幹を鍛え、体のゆがみを減らして正しい姿勢と歩き方を身につける(500円) ※ヨガマットは各自持参。	30人	7月28日(金)まで

申し込み／各募集期間に、市ウェブサイトで電子申請するか、はがきを持参または往復はがき(124円)の往信裏面に住所、氏名、年齢、性別、電話番号、市外在住の人は学校名または勤務先、講座名、⑬⑭は子どもの氏名・性別・生年月日を記入し、申込先の各地区まちづくりセンターへ  
☎http://fujishi.jp/mckouza/

※全て消印有効、全て応募者多数の場合抽せん(応募者多数の場合、⑩⑪は富士川地区在住者を優先し抽せん)。

## 初心者のための卓球・バドミントン・ファミリーバドミントン・新体操教室

スポーツ振興課 ☎53-6045

講座名(対象)	と き	ところ	申込先・問い合わせ
① 卓球(一般)	9月6日～11月29日の毎週水曜日 19:00～21:00 計13回	市立富士体育館	市卓球協会事務局 長尾方 〒417-0862 石坂100-4 ☎090-8549-8274
② バドミントン(小学生以上)	9月7日～11月30日の毎週木曜日 19:00～21:00 計13回		市バドミントン協会事務局 大石方 〒416-0909 松岡2423-11 ☎090-3834-1759
③ ファミリーバドミントン(小学生以上)	10月6日～12月22日の毎週金曜日 19:00～20:45 計12回	吉原高校	市ファミリーバドミントン協会事務局 稲葉方 〒417-0061 伝法1861-16 ☎080-5110-9385
④ 新体操(小学生女子)	10月7～28日の毎週土曜日 14:00～15:30 計4回		市新体操協会 風間方 ☎080-8263-7631 吉原高校 青柳方 ☎52-8082

※①～③は往復はがき(124円)の往信裏面に、④はFAXに、住所、氏名、年齢を記入し、各申込先へ。全てEメールでの申し込みも可。 ☎sport@fuji-taikyo.jp

## さわやか健康体操教室(60歳以上対象) ～ストレッチ体操、リズム体操、レクリエーション～

スポーツ振興課 ☎55-2876

会場	と き	曜日	開講時間	定員
鷹岡まちづくりセンター	9月4日～11月27日	月	10:00～11:00	60人
大淵まちづくりセンター			① 9:30～10:30 ② 10:45～11:45	各40人
富士北まちづくりセンター	9月5日～11月7日	火	① 9:30～10:30 ② 10:45～11:45	各40人
市立富士体育館	9月6日～11月8日	水	9:30～10:30	60人
天間まちづくりセンター	9月6日～11月15日		10:45～11:45 ※男性対象。	50人
富士見台まちづくりセンター	9月7日～11月9日	木	① 9:30～10:30 ② 10:45～11:45	各40人
須津まちづくりセンター			10:00～11:00	50人
市立富士川体育館			① 9:30～10:30 ② 10:45～11:45	各60人
市立富士体育館	9月8日～11月17日	金		

※全て計10回、祝休日・休講日を除いて毎週開催。受講料は各1,000円。

対象／市内在住の60歳以上(平成29年9月1日時点)の人

申し込み／8月4日(金)(必着)までに、往復はがき(124円)の往信裏面に住所、氏名、年齢、性別、電話番号、会場名・曜日・開講時間(①・②)がある会場は、第1希望、第2希望)を記入し、〒417-8601 富士市役所スポーツ振興課へ

※申し込みは1人1会場。応募者多数の場合抽せん。同じ会場内で人数調整をする場合があります。

## 7月の水道料金・下水道使用料 上下水道お客様センター ☎55-2846

～納入は便利で確実な口座振替で～

申し込み／直接、市指定金融機関の窓口へ  
持ち物／通帳・印鑑(届印)・水栓番号(各世帯配付の「使用水量等のお知らせ」に記載)

※納入は2か月に1度です(地区によって納入月が異なります)。

- 納入期限 7月31日(月)  
(納入通知書は、7月中旬に郵送します)
- 口座振替日 7月28日(金)

## 講座・教室

### 健康ふじ21推進地区講演会 (無料)

健康対策課 ☎64-8993

#### ①知って安心!糖尿病～初期の「自覚症状なし」が落とし穴～

と き／8月3日(木) 19:00～20:30  
ところ／田子浦まちづくりセンター  
講師／日向真一さん(医師)

#### ②太らない食べ方

と き／8月31日(木) 19:00～20:30  
ところ／富士見台まちづくりセンター  
講師／健康対策課管理栄養士  
※①②とも当日直接会場へ。

### Let's美ボディ教室(中期) ～蓄えた脂肪をじっくり落としましょう～

スポーツ振興課 ☎55-2876

と き／9月5日～10月3日の毎週火曜日 11:00～12:00 計5回

ところ／市立富士体育館2階体育室(託児場所:1階柔道場)

内容／脂肪除去筋力トレーニング、ストレッチなど(託児あり。1～3歳程度)

対象／市内在住・在勤の45歳未満(平成29年9月1日時点)の人

定員／40人(うち託児希望者20人まで、各応募者多数の場合抽せん)

受講料／1,000円(託児希望者は、託児1人につき1,000円)

申し込み／8月4日(金)(必着)までに、市ウェブサイトで電子申請するか、往復はがき(124円)の往信裏面に住所、氏名、年齢、性別、電話番号、託児希望者は子どもの氏名・生年月日・性別を記入し、〒417-8601 富士市役所スポーツ振興課へ

### 夜間納税相談

7月25日(火) 17:15～19:00  
収納課 ☎55-2730

7月の救急当番医・接骨師会休日当直当番の情報は10ページに掲載しています。

第11回  
「栗石の山」



岩手山と水田



紅葉の三ツ石山頂から望む岩手山



花に覆われた駒ヶ岳

このコーナーでは、平成25年11月1日に友好都市提携を結んだ岩手県栗石町から、旬な情報を定期的にお届けします。



栗石町観光キャラクター「しずくちゃん」

## 栗石町を代表する3つの山

**岩手山**（2038メートル）

日本百名山の一つ。十和田八幡平国立公園の南東部に位置し、どっしりと構えた大型の活火山（コニーデ型）です。栗石町に隣接する滝沢市、八幡平市にもまたがり、この3市町のほか盛岡市などの平野部どこからでも望める岩手県の最高峰かつ象徴的な存在です。富士山型の雄大・秀麗な山容から、「南部片富士」の別名でも親しまれています。

**駒ヶ岳**（1637メートル）

栗石町と秋田県仙北市にまたがり、東側には栗石町と盛岡市など近郊の平野部、西側には鏡のような田沢湖を望むことができます。花の百名山にも数えられており、高山植物が豊かな山として知られ、初夏から夏にかけては、コマクサ、シラネアオイ、チングルマなどといったさまざまな花が登山者を出迎えます。また、栗石町側登山口には、緑色の湯が魅力の国見温泉があります。

**三ツ石山**（1466メートル）

岩手山から八幡平に続く裏岩手連峰縦走コースのほぼ中間地点に位置します。なだらかな山容中央に粘り気のある溶岩が噴出した山で、山頂付近に残る3つの溶岩塊があることにちなんだ山名と言われています。高山植物に富んだ山で、特に紅葉の時期には、その美しい景色を一目見ようと多くの登山者が訪れます。

### こちら編集室

7月に入り、富士登山のシーズンが始まりました。富士山は下から見るのもいいですが、山頂からの景色もまた格別です。こしは富士山に登る機会がありそうなので、しっかり体力をつけて、万全の状態です富士山の「いただき」に挑みたいと思います。

前号でも紹介しましたが、市が設定した「富士山登山ルート3776」は富士山の高さを海拔0メートルから体感できる唯一のルートです。市や富士山の新たな魅力が発見できるこのルートに、自分に合ったスタイルでぜひ挑戦してみてください。(K)

人口 254,877人 (前月比-35)  
 男 126,031人 (+23)  
 女 128,846人 (-58)  
 世帯 103,817世帯 (+88) 6月1日現在  
 編集・発行 総務部シティプロモーション課  
 〒417-8601 静岡県富士市永田町1-100  
 ☎0545-51-0123 ㊚0545-51-1456

お問い合わせは  
 富士市コールセンター  
**おしえて**  
**コールふじ**  
**53-1111**  
 【受付時間】  
**8:30~18:00**  
 土・日曜日、祝日も受け付けます(年末年始除く)