

Mishima

広報みしま

NO. 1332
Mar. 2024

| 3. 15

新しいことはじめませんか？



習い事で豊かな生活を 3

あなたのウェルビーイング、高めませんか 12

スマートフォンで広報みしまが読める

『マチイロ』アプリをご利用ください

広報みしまをご覧いただけるアプリ『マチイロ』は、広報みしまや市ホームページの情報をスマートフォンから見るができます。ぜひご利用ください。

● 広報みしまをいつでもどこでも、スマートフォンから手軽に読むことができます。

● 市ホームページで配信された新着情報もまとめてチェックできます。興味のある分野を選択することで、欲しい情報が分野別に表示されます。



※アプリ内で広告が表示されます。広告は、市とは無関係です。
※通信費は利用者負担となります。

アプリのダウンロードはこちら

● iPhone (アイフォン)



● Android (アンドロイド)



● パソコンの場合 (ブラウザのみ)

「マチイロ みしま」で検索してください。
最新3号を読むことができます。

※バックナンバーはアプリのみ

https://machihiro.town/lp/shizuoka_mishima/

問広報課 ☎ 983・2620

同報無線テレフォンサービスをご利用ください

同報無線（市の放送）で放送した内容を電話で確認できるサービスを実施しています。内容が聞き取れなかった際などにご利用ください。

フリーダイヤル ☎ 0120・212184 (通話料無料)

フリーダイヤルが利用できない場合 ☎ 055・975・2121 (通話料有料)

※電話すると、過去24時間以内の放送内容を確認できます。

※放送は最新のものから流れます。



問危機管理課 ☎ 983・2650

Mishima 広報みしま 第3.15号

COVER PHOTO

表紙

生涯学習センターや各市立公民館で開講する習い事に通う皆さんです。歌ったり、踊ったり、運動したり。いきいきと活動する皆さんからは笑顔が溢れています。

※受講生募集については
3ページ



広報みしまをスマホでも！
無料アプリ「マチイロ」から！▶



CONTENTS

目次

- 2 「マチイロ」アプリ・同報無線
テレフォンサービスをご利用
ください
- 3 習い事で豊かな生活を
- 7 みしま情報便 (information)
谷田幸原線暫定供用開始 / 児童セ
ンターに行こう / バスダイヤ改正
/ 国民年金学生納付特例 / 健康に
役立つ「お風呂のコツ」
- 9 お知らせアラカルト
- 12 あなたのウェルビーイング、高
めませんか
- 14 これぞ自治会・町内会 /
フォトマイタウン
- 16 移動図書館ジント号をご利用
ください

▶▶次回発行は4月1日号

折り込み (はずしてお読みください)
「ごみ減量トレンドィ」

お知らせ

広報みしまは、次号 (4月1日号)
から1日号のみの発行となります



生涯学習について
(市ホームページ)

習い事で 豊かな生活を

～新しいことはじめませんか？～

4月から始まる各種講座を紹介します。学習・趣味・スポーツやボランティアもあります。皆さんも新しいことに挑戦し、仲間づくりをしませんか？

- ▶三島市中央女性学級（3ページ）
- ▶公民館学級と教室・講座（4ページ）
- ▶三島いきいきカレッジ（5ページ）
- ▶エンジョイスports三島（6ページ）



三島市中央女性学級

いろいろな社会問題について考え、自分の趣味を広げ知識・教養を高めることで、今までの生活をより一層豊かなものにしてみませんか？市内にお住まいの成人女性なら、どなたでも学級生になれます。新しい出会いや、生涯を通して学べるものを見つけるチャンスです！

☎生涯学習課 ☎ 983・0883

- 全体学習**：全員参加の必須科目。開・閉講式、講演会など全員が受ける学習です。
- グループ学習**：下表のうちから興味のあるものに任意で参加（毎月実施）

グループ名	講師(敬称略)	学習日時（毎月）	グループ名	講師(敬称略)	学習日時（毎月）
健幸体操	キムラ利栄	第1・3火曜日 午前10時～	書道	増田文杏	第2・4水曜日 午後1時30分～
コーラス	月野義識 青木玲子	第2・4木曜日 午前10時～	スマホ	長島章五	第2・4火曜日 午後1時15分～
			スローエアロとダンス	石田里美	第2・4水曜日 午前10時～
写真	久保田義博	第2水曜日 午前9時～	文芸	関口昌男	第2金曜日 午後1時30分～
手芸（手編み）	斉藤厚子	第2・4金曜日 午前10時～	民謡	高岡由美子	第2・4金曜日 午前10時～

【学習場所】生涯学習センター、市民文化会館ほか

【申込期間】4月2日(火)～3日(水)午前10時～午後3時（昼休み：正午～午後1時）

【申込金】2,000円

【受付場所】生涯学習センター5階 美術室

【開講式】4月12日(金)午後1時30分～ 市民文化会館 小ホール

🌸 公民館学級と教室・講座参加者募集

【対象】市内在住・在勤・在学の人

【申込方法】3月21日(木)～3月31日(日)午前9時～午後5時に受
講希望者本人が直接公民館へ

※応募多数時抽選

※定員に満たない場合は4月1日以降も随時受付

※下記日程は休館日のため申込み不可

▶中郷文化プラザ：3月25日(月)

▶北上文化プラザ・錦田公民館・坂公民館：3月24日(日)、31日(日)

【日程など問い合わせは各公民館へ】

▶中郷文化プラザ(梅名353・1) ☎982・5100

▶北上文化プラザ(萩312) ☎987・5950

▶錦田公民館(谷田(並木)973・1) ☎973・0308

▶坂公民館(三ツ谷新田125) ☎972・6676

女性学級

🌸 中郷文化プラザ 🌸

全体学習▶日々を輝かせる講座(5回程度)
グループ学習▼

講座名	曜日	開始時間
絵手紙	第1金曜日	午前9時30分
リフレッシュ！ ボディケア	水曜日 (月3回)	午前10時
ペン習字	第4火曜日	午前10時
ヨガ	第1・3金曜日	午前9時30分
ときめ輝	第2木曜日	午前10時

🌸 北上文化プラザ 🌸

全体学習▶教養講座(5回程度)
グループ学習▼

講座名	曜日	開始時間
着付け	第1・3木曜日	午前10時
くらしのサロン	第2・4金曜日	午前9時
健康体操	第1・2・3・5 土曜日	午前9時30分
コーラス	第1・3・5 木曜日	午前10時
茶道	第1・3金曜日	午前9時
新舞踊	第1・2・3・5 金曜日	午後1時

🌸 錦田公民館 🌸

全体学習▶教養講座(5回程度)
グループ学習▼

講座名	曜日	開始時間
卓球	毎週木曜日	午前10時
茶道(表千家)	第1・3水曜日	午前9時15分
コーラス	第1・3水曜日	午後1時30分
錦田気持ちいい ヨガ	第2・4金曜日	午前9時30分
健康表現体操	第2・4水曜日	午後1時
絵手紙	第2・4水曜日	午前9時45分
パソコン初級	第1・3金曜日	午前10時 午後1時30分

生涯学級

🌸 坂公民館 🌸

全体学習▶教養講座(2回程度)
グループ学習▼

講座名	曜日	開始時間
みんなで うたおー	第1木曜日	午後2時
健康体操	第2・4金曜日	午後7時20分
箏曲部	第2・4金曜日	午後1時
ペン習字	第2火曜日	午後7時
リフレッシュ ヨガ	第1・3月曜日	午前10時
スポーツウエ ルネス吹矢	第1・3木曜日	午前9時

少年教室

🌸 中郷文化プラザ 🌸 ※高校生まで対象

講座名	曜日	開始時間
生け花	日曜日(全9回)	午後2時
マナー	第3土曜日	午前9時30分
剣道	毎週木曜日	午後7時

🌸 北上文化プラザ 🌸 ※小学生まで対象

講座名	曜日	開始時間
少年書道A	第1・3火曜日	午後3時30分
少年書道B	第2・4火曜日	午後3時30分
少年書道C	第1・3金曜日	午後3時30分
伝統文化(作法、 日本舞踊など)	第1・3土曜日	午後1時
こども将棋	月2～4回 (土曜日)	午前9時30分

個別講座

🌸 北上文化プラザ 🌸

講座名	曜日	開始時間
そば打ちで仲間 を作ろう	第4土曜日	午前9時

実年学級

🌸 北上文化プラザ 🌸

全体学習▶教養講座(5回程度)
グループ学習▼

講座名	曜日	開始時間
演歌	第2・4木曜日	午前10時 午後1時
社交ダンス	第1・2・3・5 火曜日	午後1時
バウンドテニス	第1・2・3・5 月曜日	午後1時

成人教室

🌸 中郷文化プラザ 🌸

講座名	曜日	開始時間
社交ダンス	第2・4水曜日	午後7時15分
太極拳	第1・3金曜日 第2・4土曜日	午後7時
大正琴	第2・4金曜日	午前9時30分
パン・ケーキ	第1水曜日	午前9時
フラワーアレ ンジメント	第1火曜日	午後7時

🌸 北上文化プラザ 🌸

講座名	曜日	開始時間
詩吟	第1・2・3 木曜日	午後6時
書道	第1・3金曜日	午後1時
日本画	第1・3木曜日	午後1時
ヨガ	第1・3水曜日	午後1時30分

🌸 錦田公民館 🌸

講座名	曜日	開始時間
生け花	第2・4木曜日	午後1時
囲碁	毎週木曜日	午後1時
絵画	第2・4水曜日	午後1時
錦田郷土研究会	第3火曜日	午後1時
大正琴	第1・3土曜日	午前9時
パソコン	第1・3水曜日	午前10時

気軽に楽しむ 30 講座

三島いきいきカレッジ

開講期間

6 月初旬～令和 7 年 3 月

※ 3 月に展示発表会を開催予定

【場所】生涯学習センター 各施設

【対象】原則として学習内容について初心者で、すべての回に出席可能な人 ※複数受講可

【費用】各講座 1 回 600 円（実費・材料費別）

※ 1 回目は当日徴収、2 回目以降は一括納入（返納不可）

【申込期間】4 月 1 日(月)～30 日(火)必着

※12人未満の場合は原則開講不可

【申込方法】 ※電話、FAX、メール不可

往復はがきに、「住所・氏名・電話番号・講座番号・講座名」を明記して、三島市民生涯学習センター『三島いきいきカレッジ』係（〒411-0035大宮町1・8・38）へ郵送

※往復はがき 1 通につき 1 講座

※応募多数時抽選

◆詳細については直接各講座の講師へ。三島いきいきカレッジについては生涯学習課 ☎ 983・0881

講座番号/講座名	日程(予定)	定員	教材費	講師(敬称略)・問合せ
①そうだ!! カウンセリングを習おう	第2・4土曜日ほか(年16回)午後1時～5時	20人	年3,000円	丹澤潔 ☎090・5864・6224
②挿絵をそえた小筆による行書入門	第2・4土曜日(年17回)午後1時30分～3時	16人	年2,500円	遠藤理津子 ☎090・1823・2420
③歌の発声教室	第1・3水曜日ほか(年18回)午後1時30分～3時	14人	年5,000円	濱野さえ子 ☎987・2470
④みんなで歌おう あんな歌こんな歌	第1・3火曜日ほか(年18回)午前10時～正午	40人	年1,000円	竹内恵美子 ☎090・3153・7964
⑤楽しいスペイン語	主に第2・4土曜日(年14回)午前10時～11時30分	14人	なし	モンサルベ・ルス ステラ ☎080・9487・1175
⑥万葉集を読む講座	第3日曜日ほか(年10回)午後1時～3時	36人	初回1,000円	関口昌男 ☎090・2344・0264
⑦心理学で幸せに!	第3土曜日ほか(年10回)午後1時30分～3時30分	15人	年2,000円	塩川小夜子 ☎080・9493・3389
⑧はじめての大正琴アンサンブル	第2・4土曜日(年19回)午前10時～正午	15人	年3,500円	西島翔太 ☎090・2264・4232
⑨指先ですりこみ描くパステル画	第2・4水曜日(年19回)午前10時～11時30分	12人	初回5,000円程度	加藤恵美子 ☎090・5875・1878
⑩はじめての方の健康麻將(マージャン)	第2・4火曜日ほか(年18回)午前10時30分～正午	24人	年4,620円	藤田麻里 ☎933・2788
⑪クラフトバンドを楽しもう!	第3土曜日ほか(年10回)午後1時15分～4時	18人	年8,000円程度	鈴木廣江 ☎090・7613・2236
⑫たのしい絵手紙	第2・4土曜日ほか(年19回)午前10時～正午	25人	年2,000円	鈴木穂子 ☎090・1747・9507
⑬やさしいステンドグラス	第1・3水曜日ほか(年20回)午後1時30分～3時30分	15人	年20,000円	杉山むつ美 ☎090・2340・0437
⑭チャレンジ! 洋裁	第1・3日曜日(年18回)午後1時～4時	12人	なし ※材料は各自持参	塩野作得子 ☎090・1804・9099
⑮旬彩ごはん	第1水曜日ほか(年10回)午前9時30分～正午	12人	1回1,500円	山田圭代 ☎090・8864・1913
⑯お家でヘルシーイタリアン	第3水曜日ほか(年10回)午後1時30分～4時	16人	年20,000円	笹俣江梨子 ☎916・3956
⑰血流改善のためのセルフ美容整膚	第2・4木曜日ほか(年18回)午後1時30分～2時30分	15人	年3,500円	高野典子 ☎090・6330・4101
⑱スローエアロビック	第2・4土曜日ほか(年18回)午前9時30分～11時	20人	なし	石田里美 ☎090・8557・4486
⑲柔軟ストレッチ	第1・3土曜日ほか(年20回)午後1時30分～2時30分	25人	年500円	鈴木芳恵 ☎080・3408・9938
⑳はじめてのヨガ	第2・4土曜日ほか(年17回)午前10時～11時15分	30人	なし	舘満美子 ☎090・3965・6829
㉑みんなで踊ろうハワイアンフラ	第2・4土曜日ほか(年16回)午後1時30分～2時45分	20人	年2,000円程度	深澤裕美 ☎090・9895・8633
㉒足裏健康法と中国体操	第1・3火曜日ほか(年17回)午前10時～11時30分	30人	年4,200円	丹澤由貴子 ☎090・4080・9849
㉓DISCO WORLD	第2・4金曜日ほか(年20回)午後1時30分～3時	20人	なし	伊海愛望 ☎090・5857・3683
㉔やさしい社交ダンス	第1・3土曜日(年12回)午前10時～11時	40人	年500円	石井淑子 ☎090・8137・7740
㉕さわやかで楽しいスポーツダンス	第1・3水曜日ほか(年20回)午前9時30分～11時	20人	年1,500円	中田正和 ☎090・4234・0560
㉖楽しいフォークダンスとレク教室	第1・3木曜日ほか(年20回)午前9時30分～11時30分	25人	なし	石川一/石川恵美子 ☎080・3647・5041
㉗はじめてのChatGPT(AI)教室	第1・3木曜日ほか(年20回)午後1時～3時	18人	年4,500円	高橋史郎 ☎070・2800・3089
㉘プログラミング入門	日曜日(1～3回/月)(年19回)午後1時30分～4時30分	18人	年1,000円	富張一郎 ✉JavaScratchJP@gmail.com
㉙やさしいワードとインターネット	第1・3土曜日(年17回)午後1時15分～2時45分	18人	年2,500円	池田英敏 ☎090・2948・4733
㊀シニア向けスマホ入門	第1・3金曜日ほか(年16回)午前9時30分～11時30分	14人	年1,800円	玉田保彦 ☎090・1098・7035

子どもから大人まで

総合型地域スポーツクラブ

エンジョイスポーツ三島

総合型地域スポーツクラブは、多世代・多種目・多志向という特徴をもち、身近な地域でスポーツに親しむことができる、地域住民のための地域の指導者によるクラブです。

【費用】

- ▶月会費1,500円(2教室目1,000円)
- ▶入会金1,000円
- ▶運営費1,000円(半年あたり)
- ※その他スポーツ保険料

【申込み・問合せ】

エンジョイスポーツ三島
☎ 080・3603・4809 (午前9時～午後5時)
※月途中でも参加 OK
※体験予約も可能

◆教室の詳細についてはエンジョイスポーツ三島へ。総合型地域スポーツクラブについてはスポーツ推進課☎ 987・7571

教室名	ところ	曜日	時間	月回数	対象(定員)
太極拳初級	生涯学習センターほか	木	午前9時30分	3回	どなたでも(若干名)
太極拳中級	生涯学習センターほか	木	午前10時30分	3回	どなたでも(若干名)
太極拳(クラブハウス)	南二日町クラブハウス	水	午後1時30分	3回	どなたでも(若干名)
太極拳(南中)	南中格技場	月	午後7時	3回	どなたでも(15人程度)
かんたんヨガとピラティス	南二日町クラブハウス	月	①午後1時15分	3回	どなたでも(10人程度)
			②午後2時30分		
やさしいヨガ	南二日町クラブハウス	金	午後7時	3回	どなたでも(若干名)
リフレッシュ体操	南二日町クラブハウス	金	午前10時	3回	どなたでも(若干名)
女子フットサル	南二日町人工芝グラウンド	水	午後7時	3回	中学生以上の女性 (10人程度)
フットサルパーク	南二日町人工芝グラウンド	水	午後7時	3回	40歳以上の男性 (初心者、10人程度)
柔道	錦田中格技場	金	午後7時	3回	幼児以上(20人程度)
卓球	南二日町クラブハウス	水	午後5時	3回	小学生以上(若干名)
フットサル(キッズ)	錦田小体育館	月	午後6時30分	3回	幼児(10人程度)
フットサル(小学生)	錦田小体育館	月	午後6時30分	3回	小学生(10人程度)
室内ミニテニスクラブ	南二日町クラブハウス	水	午前10時	3回	どなたでも(若干名)
ボッチャクラブ	南二日町クラブハウス	水	午前11時	3回	どなたでも(若干名)
やさしい英会話やさしい英語	南二日町クラブハウス	木	午後7時	2回	18歳以上(若干名)
源氏物語を楽しく読もう	南二日町クラブハウス	木	午前10時	2回	18歳以上(若干名)
ストレス解消策(初級)	南二日町クラブハウス	火	午前10時	2回	18歳以上(10人程度)
健康マージャン(初級)	南二日町クラブハウス	木	午後1時30分	2回	18歳以上(8人程度)
やさしいゼンタングル®	南二日町クラブハウス	金	午後1時30分	2回	18歳以上(10人程度)

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・
定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

情報

大型車両は進入できません

都市計画道路谷田幸原線（徳倉工区）の暫定供用を開始します

平成 22 年度から整備を進めている、壱町田と徳倉 2 丁目を結ぶ都市計画道路谷田幸原線（徳倉工区）について、全体 4 車線のうち西側 2 車線の整備が完了したので、暫定的に供用開始します。

供用開始 3 月 26 日(火)午前 10 時（予定）

大型車両は進入できません

問都市整備課 ☎ 983・2634



▲暫定供用する(都)谷田幸原線



情報

花のまち号・なかざと号・玉沢線
運行ダイヤを変更します

4 月 1 日(月)から、自主運行バス花のまち号、なかざと号、玉沢線のダイヤを一部変更します。

運転手の労働環境を改善するために労働規制が強化されることによる運転手不足（2024 年問題）に対応するため、減便を含むダイヤ変更となりますので、ご不便をおかけしますがご理解くださいますようお願いいたします。

また、民間バス路線についても減便を含めたダイヤ変更を行いますので、バス路線を利用する人は各社からの情報にご注意ください。

※自主運行バスの新しいダイヤは市ホームページ

問地域協働・安全課 ☎ 983・2701



▲自主運行バス
ダイヤなど



情報

子どもが遊べる施設です
児童センターに行こう！

児童センターは、赤ちゃんから高校生までが遊べる子どものための無料施設です。

利用時間 ▶午前の部…午前 9 時～ 11 時 30 分

▶午後の部…午後 1 時～ 4 時 30 分

休館日 毎週月曜日（月曜祝日の場合は翌日）

年末年始（12 月 28 日～ 1 月 3 日）

利用施設（生涯学習センター 2 階）

▶軽運動室…足こぎ車、風船など

▶遊戯室…絵本、おもまごとセット、ブロックなど

▶授乳室…ベビーベッド、ソファ

▶その他…チャレンジコーナー、折り紙コーナーなど

対乳幼児～高校生※未就学児は保護者同伴

問児童センター ☎ 983・0890



【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・
定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

情報

令和6年度

国民年金「学生納付特例」の申請をお忘れなく

20歳以上の学生で、国民年金保険料の納付が困難な場合、在学中の保険料納付が猶予される「学生納付特例」を申請することができます。

学生納付特例を申請する

特例対象期間 令和6年4月～令和7年3月

申請場所 保険年金課国民年金係または日本年金機構三島年金事務所

※日本年金機構ホームページから、電子申請ができます。

対学校教育法で定める大学（大学院）、短期大学、高等学校、高等専門学校、専修学校、各種学校などに在学の人（定時制、夜間部、通信課程も含む）

持▶「基礎年金番号通知書」、「年金手帳」、「国民年金保険料納付書」のいずれか1つ▶「学生証（表裏のコピー可）」か「在学証明書（原本）」▶前年就業していた人は「離職票」か「雇用保険受給資格者証」の写し

継続して学生納付特例を希望する

令和5年度に学生納付特例が承認され令和6年度も在学中の場合、4月に送付されるはがき形式の申請書を返送するだけで、継続の申請手続きができます。

※学生納付特例が承認された人で、納付への変更を希望する場合は、日本年金機構三島年金事務所に納付書送付をご依頼ください。

※詳細は、日本年金機構ホームページ「学生納付特例制度」

問日本年金機構三島年金事務所 ☎ 973・1166

問保険年金課 ☎ 983・2606



◀日本年金機構
ホームページ

情報

バスクリンのお風呂博士に聞く！ 健康に役立つ「お風呂のコツ」

石澤太市さん▶



水道課では、スマートウエルネスの一環として、「みしま風呂ジェクト～なみなみ情報発信～」を推進しています。今回は、株式会社バスクリンのスペシャリスト集団「チームお風呂博士」の石澤太市さんに、お風呂と睡眠についてのお話を伺いました。

Q 快眠のためには、体温が大きく関係しているそうですね。

A 良質な睡眠を得るのに大切なのは、寝る前に体の深部体温（体の中の温度）がグッと下がることです。体温が下がることでスムーズな入眠や快眠につながります。

Q 体温が下がることが快眠につながるのに、入浴すると逆に体温が上がってしまい、眠りにくくなってしまうのでしょうか。

A 入浴すると血行が促進され、体全体が温まり体温が1℃くらい上昇しますが、これは一時的なことです。入浴で一旦グッと体温を上げることが重要で、入浴後は、血管がひらいているために熱が放散されやすい体になり、結果として体温は下がっていきます。

Q 良質な睡眠に繋がる良い入浴方法がありましたら、教えてください。

A 39～40℃のぬるめのお湯に、10～15分ほどゆっくりつかる入浴方法がおすすめです。また、お風呂に入るタイミングの目安は、就寝予定からおおよそ1.5時間前です。個人差があるので、自分のベストタイミングを見つけてみてください。

Q 入浴後の過ごし方についても工夫できることはありますか。

A 入浴後は、できるだけリラックスできる環境で過ごすことが快眠には欠かせません。部屋の明かりを落とす（強い光をさける）、スマホやテレビは見ない、寝る前にコーヒーやお酒は飲まないことなどをお勧めします。また、布団に入ったときに手足が冷え切っていると、深部体温（体の中の体温）が下がりやすく眠れないため、お風呂上りには手足を冷やさないようにしてください。

問水道課 ☎ 983・2657

【電子申請はこちらから】



と記載の記事は、左記コードからオンライン申込みができます。

詳しくは、市ホームページ▼

<https://www.city.mishima.shizuoka.jp/shinsei.html>

à la carte

お知らせアラカルト

イベント

三島森田病院 第6回ホスピタリティ・コンサート（市共催）

音楽療法として、言葉を紹介

ず一流の音楽により心と身体の調子を整え感動を体験することを目的としたコンサートです。

時 4月9日(火)▼開場…午後1時30分▼開演…午後2時

場 市民文化会館 大ホール

出演 西本夏生さん(ピアノ)

演目 バッハ『主よ人の望みの喜びよ』、フアリヤ『火祭りの踊り』、カプースチン『24の前奏曲』よりほか

問 三島森田病院

☎ 986・3337

問 障がい福祉課

☎ 983・2612

楽寿園 4月上旬のイベント

① かが喫茶7

時 4月6日(土)午前10時～午後4時

内 「かが」をテーマに、こだわりの出店者が集まるフードや雑貨のマルシェ

② おとらくえん

時 4月7日(日)午前10時～午後4時

内 フードの出店と地元アイドルや実力派シンガーたちによる

元気あふれる音楽ステージ

(ステージは正午ごろスタート)

③ 静岡クラフトビアジャブリー in 三島

時 4月13日(土)午前10時～午後4時

内 県内のクラフトビールが勢ぞろいする、静岡クラフトビール協同組合の特別イベント

④ パンで乾ばいー5

時 4月14日(日)午前10時～午後4時

内 こだわりのパン屋さんが集合。パンをテーマにした作品販売やワークショップもあります。

問 楽寿園 ☎ 975・2570



楽寿園イベント、SNSなどのリンク

講座・募集

春の自然観察会

時 4月21日(日)午前10時～正午

場 箱根の里

内 箱根の里とその周辺を散策しながら、動植物などを観察

講 三島フォレストクラブ

対 市内在住の人

定 20人※応募多数時抽選

持 野外を歩きやすい服装(長袖・長ズボン推奨)、虫よけグッズ

申・問 3月27日(水)までに箱根の

里 ☎ 985・2131

マナビスト会員募集

三島市生涯学習課に拠点を置き、市民の生涯学習をお手伝い

するボランティア団体です。活動に参加希望する人を募集します。

主な活動場所 生涯学習センター

活動内容 地域出前講座(マナビー学習)・世界の愛唱歌を歌う会・生涯学習まつりへの参加など

申・問 生涯学習課

☎ 983・0881

お知らせ

令和6年度

第1回不動産無料相談会開催

時 4月5日(金)午前10時～午後4時

場 富士市交流センター 会議室1

(富士市富士町20・1)

内 鑑定評価、価格、賃料、売買、交換、借地、借家、相続、贈与、その他不動産に関すること

申 当日午後3時30分までに会場

で受付

問(公社)静岡県不動産鑑定士協会 ☎ 054・253・6715

会 ☎ 054・253・6715

問 都市計画課 ☎ 983・2632

「緑の募金」にご協力ください

3月15日(金)から「緑の募金」および「三島市ふるさとの緑保全基金」の募金活動が、皆さんの地域や職場などで行われます。

■ 緑の募金

大切な森林や緑を守り育ていくボランティア活動の支援や森林整備、学校、地域花壇など、緑化事業に活用します。

募金期間 3月15日(金)～5月31日(金)

■ ふるさとの緑保全基金

市内に残る貴重な樹林地の取得・保全など、ふるさとの緑の保全事業に活用します。

募金期間 随時

問 みどり水のまちづくり課

☎ 983・2642

納期をお忘れなく

■ 納期限 4月1日(月)

後期高齢者医療保険料第8期

■ 市税などの納付には口座振替が便利です

振替依頼用紙は市内各金融機関、郵便局、市役所にあります。

問 保険年金課 ☎ 983・2710



▲納付方法詳細

申込時の【基本事項】 ①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員

の氏名(ふりがな)、人数、年齢、⑤返信用あて名(往復はがきの場合)

【凡例】 時とき・場場所・内内容・講講師・費費用（記載なしは無料）・対対象・定定員・持持ち物・注注意事項・申申込み（記載なしは不要）・問問合せ

令和5年 市内交通事故発生状況

内容	件数(人数)	前年比
発生件数	435件	14件増
死者数	1人	1人減
負傷者数	511人	20人減

市内の交通事故による死者数、負傷者数は前年に比べて減少しましたが、小学生や高齢者に関する事故は増加しています。交差点内での事故も多く発生しているので、ドライバーは安全運転を心がけましょう。また、自転車に乗る際は乗車用ヘルメットを着用し、車道の左端を安全に通行しましょう。

問地域協働・安全課

☎983・2651

交通事故相談を実施しています

①相談員（予約不要）

時毎週月・水・金曜日（祝日を除く）
午前9時～正午、午後1時～4時

場市役所中央町別館2階 地域

協働・安全課（電話相談可）

②弁護士（要事前予約）

時毎月第2火曜日

午後1時～3時30分

場市民生活相談センター

（市役所本館1階）

令和6年度固定資産税に係る
縦覧・閲覧・証明書の発行について

時4月1日(月)～4月30日(火)（閉庁日を除く）

午前8時30分～午後5時15分

場課税課（市役所西館1階）

■縦覧・閲覧について

▶縦覧…自己資産と市内にある資産の価格の比較▶閲覧…納税義務者などが、関係する固定資産についての課税台帳を見る

持納税義務者…身分証明書

納税義務者以外…身分証明書と次の書類を持参▶同居の親族…前年度分の納税通知書▶代理人…納税義務者の委任状（委任者の押印：個人は認め印、法人は代表者印）▶借地借家人など…納税義務者（所有者）との権利関係（賃貸借契約書など）が確認できるもの

■証明書の発行について

証明の種類	手数料	開始日
固定資産評価証明書	1件目300円、 2件目から1件100円 (1筆1棟を1件とする)	4月1日(月)
固定資産公課証明書		4月8日(月)
名寄(課税)台帳の写し	1枚につき300円※注	4月1日(月)
その他証明	300円	

注縦覧期間中(4月1日(月)～4月30日(火))は令和6年度分の名寄(課税)台帳の写しは無料

問課税課☎983・2627(土地)、☎983・2758(家屋)

Pick Up!!

申・問相談日前日の午後3時までに地域協働・安全課

☎983・2651

■交通事故の補償問題で困ったら

自動車事故の示談をめぐる損害賠償の問題をセンターの弁護士が、中立・公正な立場から無料で、当事者間の紛争解決のお手伝いをします。（要事前予約）
申・問(公財)交通事故紛争処理センター静岡相談室

☎054・255・5528

国民年金保険料
産前産後期間免除制度について

国民年金第1号被保険者が出産された際、産前産後の国民年金保険料が一定期間免除される制度です。

免除される期間

多胎妊娠	単胎
出産予定日または出産日が属する月の3カ月前から6カ月間	出産予定日または出産日が属する月の前月から4カ月間

※出産とは、妊娠85日（4カ月）以上の出産をいいます。

（死産、流産、早産を含む）

対国民年金第1号被保険者で、出産日が平成31年2月1日以降の人

申出産予定日の6カ月前から申請できます。次の提出書類を直接、三島年金事務所または保険年金課

提出書類

産前に届出	産後に届出
母子健康手帳または医療機関が発行した証明書などの写し	出生届提出後は、原則添付書類は不要

問日本年金機構三島年金事務所

☎973・1166



▲詳細はこちら

申込時の【基本事項】 ①事業名②郵便番号・住所③電話番号④参加者全員

の氏名（ふりがな）、人数、年齢、⑤返信用あて名（往復はがきの場合）



【電子申請はこちらから】

と記載の記事は、左記コードからオンライン申込みができます。

詳しくは、市ホームページ (<https://www.city.mishima.shizuoka.jp/shinsei.html>)

狂犬病予防集合注射の廃止

市では、毎年4月に狂犬病予防集合注射を実施していましたが、安全面や衛生面を考慮し、廃止することになりました。

参加を予定していた皆さまには、大変ご不便をおかけしますが、ご理解のほどよろしくお願い致します。

今後の狂犬病予防注射については、かかりつけの動物病院などをお願い致します。

環境政策課 ☎983・2646

水道料金および

下水道使用料各種業務の

委託業者の名称が変わります

4月より、三島市上下水道料金お客様センターの委託業者の名称が分社化により変更されます。なお、業務内容については変更ありません。

変更前 シーデーシー情報システム㈱

変更後 CDCアクアサービス㈱

三島市上下水道料金お客様センター ☎983・2828

水道課 ☎983・2657

宝くじの助成を受けました

宝くじによる社会貢献広報を

Pick Up!!

ゆずりあい駐車場制度にご協力ください

公共施設やスーパーマーケットなどに設けられている車いすマークの駐車場に一般の人が利用してしまい、本当に必要な人が利用できないという声が多く聞かれます。そのため、車いす利用者など歩行が困難な人に「利用証」を交付することで、不適切な駐車を抑制する取組「静岡県ゆずりあい駐車場制度」を実施しています。

■ゆずりあい駐車場「利用証」の交付

交付場所 障がい福祉課(市役所西館1階)

歩行が困難で、かつ日常生活で車いすマークの駐車場の利用を必要とし、一定の基準を満たす人(障害者手帳の種別・等級、介護保険の要介護区分、特定疾患医療受給者証、妊娠婦などの基準あり)



※詳細は市ホームページ

障がい福祉課 ☎983・2612

利用証は駐車許可証で

はありません。利用証を持っていない人も、けがなど必要な場合には車いすマークの駐車場を利用する場合があります。また、利用証を持つ人の間でも「ゆずりあい」をお願いします。



詳細はこちら

自治会館を新設するとともに冷蔵庫、電子レンジなどの自治

■泉町自治会

危機管理課 ☎983・2650



▲整備した備品

ルなどを整備しました。

■三島市消防団

簡易流量計やガンタイプノズルなどを整備しました。



▲対象にはこちらのマークが入っています。

目的とした、コミュニティセンター助成事業を受けました。

沼津信用金庫 100万円

小学校ICT教育環境充実のために

小学校ICT教育環境充実のために

文台 カレンダー1800部

▼(公財)国際文化交友会 月光天

学習支援のため

小中学校新入学児童生徒の

善意ありがとうございます

問地域協働・安全課 ☎983・2708



▲新設した泉町自治会館



▲整備した備品

会備品の整備を行いました。

問福祉総務課 ☎983・2610

皆さまの温かいご支援、ありがとうございます。2月までに皆さまから寄せられた義援金総額は、1543万167円です。引き続き、市役所、各公民館にて義援金箱を設置しています。ご協力をお願いします。

支援ありがとうございます
静岡県飲食業生活衛生同業組合三島支部 10万円
三島ゆうゆう祝祭管弦楽団 40万6814円

令和6年能登半島地震
「災害義援金」

日本一幸せに暮らせる都市を目指して あなたのウェルビーイング、高めませんか

問合せ 地域協働・安全課 ☎ 983・2708



市では、日本一幸せに暮らせる都市を目指して、令和5年12月に、三島市、三島市自治会連合会、三島商工会議所の3者で、地域全体で「ウェルビーイング」に取り組む『めざせ！ウェルビーイング宣言』を実施しました。

1 ウェルビーイングとは、直訳すると「幸せ」

「身体的、精神的、そして社会的に満たされた状態」を指し、人生を豊かに過ごすためのキーワードです。
近年ではウェルビーイング経営を進めている民間事業者も数多くあります。

市ではその視点をまちづくりに取り入れ、三島に住む人が幸せに、その先に地域全体が幸せになることを目指しています。

2 これまでの市の取り組み

市では、令和4年度をウェルビーイング元年として取り組みを始めました。詳しくは、市のウェルビーイングについてまとめた動画をご覧ください。

講演会参加者の
ウェルビーイング
にも注目！

視聴はこちら ▶



♥ 講演会の実施



令和5年12月、市民文化会館で慶應義塾大学大学院の前野隆司教授を講師にお招きして、講演会を行いました。

♥ ウェルビーイングミーティングの開催(令和5年度)



日ごろから地域で活動している皆さんが集まり、個人の幸せ、周りの幸せを契機に地域でできることを話し合いました。

※ワークで作成したものは、市役所・各市立公民館にて3月15日(金)から2週間程度掲示予定



三島市公式ウェルビーイングアドバイザー / 慶應義塾大学大学院教授

前野隆司さんからのメッセージ

三島という美しく文化のある素敵な場所で、「ウェルビーイング宣言」。

ウェルビーイングを高めるまちづくりをしてくださること、非常に応援しています。ぜひウェルビーイングというのは幸せで健康でいいことだからですから、皆さんウェルビーイング宣言のもとでウェルビーイングなまちづくりをしてください。応援しています。

3 「めざせ！ウェルビーイング宣言」

「めざせ！ウェルビーイング宣言」は、前野教授の研究グループが導き出した「幸せの4つの因子(※)」をもとに、三島市独自の視点（With みしま）を取り入れ、**三島ざくら**に当てはめた宣言です。

1. 挑戦しよう

- ・わくわくしながら、やってみたいことに挑戦しよう
- ・夢や目標を設定し、楽しみながら頑張ろう

2. 感謝の気持ち

- ・感謝の気持ちを持ったら、恥ずかしがらず伝えよう
- ・自分が人にされてうれしいことを実践してみよう

5. With みしま

- ・自分が三島（地域）にできること、やってみたいことを考えよう
- ・元気に健康で、できる範囲で、やってみたいことを実践しよう

4. ありのままに

- ・人や周りと比較せず、自分らしく過ごそう
- ・自分自身を信じて、物事に取り組もう

3. なんとかなる

- ・前向きに物事に取り組もう
- ・失敗しても、不安な感情に引きずられないように、気持ちを切り替えよう

※
4つの
因子

1. やってみよう因子
2. ありがとう因子
3. なんとかなる因子
4. ありのままに因子

三島市
独自

5. With みしま

With みしま(例)

- ・犬の散歩をしながら町内をごみ拾いする
- ・公民館を使ってみんなが集まれるコミュニティカフェの開催

4 三島ウェルビーイングアクション認定制度にご参加ください

市では、「めざせ！ウェルビーイング宣言」を市内に広げるとともに、市民の皆さんに自身の幸せを再確認してもらう機会として、「**三島ウェルビーイングアクション認定制度**」を始めます。この宣言に賛同いただいた個人・企業・団体に「三島ウェルビーイングアクション認定制度」の認定ステッカーを配布します。ご賛同いただいた場合は、ウェルビーイングを高める目標を定め実施していただきます。ステッカーを表示することで周囲にわかりやすくPRができます。

賛同いただいた個人・企業・団体のウェルビーイングを高める取り組みは市ホームページなどに掲載し、PRする予定です。

※4月1日～6月28日に申請した人にKENPOS ポイント 100P 進呈

参加の流れ

申込書と宣言書を
地域協働・安全課へ

▼▼
審査

▼▼
認定ステッカー配布・掲示



大事なことは、まず自分が**幸せ**であること

幸せな人は、心に余裕が生まれるので、人にも優しくでき、最終的にそれが地域の活動にも広がっていきます。皆さんもご自身の幸せを考え、できる範囲で意識して生活し、**幸せの三島ざくら**を咲かせてみませんか。

誇れる私たちの活動

これで、 自治会・ 町内会！

活発に活動を行う
自治会・町内会を紹介！

富士ビレッジ自治会

代表者 ▶ 久保田誠二自治会長

加入世帯 ▶ 590世帯

活動状況 ▶ 環境美化、子ども教室、
ホットカフェ、ラジオ体操など



▲子ども防災フェスタの様子

～子ども防災フェスタの開催～
子どもの時から防災意識を！

＼ NO.24 /

子ども防災フェスタとは？

お祭りを夏から秋に変えたことで、夏休みに子どもたちが集まる機会がなくなると感じ、昨年からは防災フェスタを始めました。家族で遊びながら防災意識を高めるのが狙いです。起震車体験、AED・応急手当訓練、簡易トイレ訓練、消火器訓練、防災O×クイズ、炊き出し、防災料理ゲームなどを実施しています。

子どもたちの反応はどうですか？

防災訓練だけでなくゲームやスイカ割りで夏休みの一日を楽しみました。特に起震車は大人気で、肌で地震の恐ろしさを感じることができ、防災意識が芽生えたと思います。

他に子どもの活動はありますか？

子どもたちの交流を深めるために令和5年7月から「子供教室」を始めました。絵画や、童話の詩吟、折り紙、ちぎり絵を町内のボランティアの指導の下、楽しんでいます。

【取材者の感想】

子どものころから防災の意識を高めることは大切です。子どもの目線でさまざまな工夫をして楽しく実施していることに感心しました。富士ビレッジは地域活動が盛んで、素晴らしい自治会だと思います。

伊賀敬一（千枚原町内会長）

自治会連合会事務局（地域協働・安全課内） ☎ 983・2708

市公式 Facebook ページでお届けしている記事から、話題のものを掲載しています。



フォト マイ タウン
PhotoMyTown

2月11日(日・祝)

《市民文化会館》



しゃぎりフェスティバルシンポジウム

しゃぎりの持続的な発展を目的に活動しているしゃぎりフェスティバル実行委員会の主催で、講演やパネルセッションが行われました。

2月11日(日・祝)

《市民文化会館》



三島せせらぎ音楽祭「YouYouせせらぎコンサート」

三島に集結した14人の音楽家の皆さんが、2部構成でコンサートを開き、来場者は日本のトッププレイヤーによる上質なクラシック音楽を楽しみました。

2月14日(水)

《三嶋大社》



アスクラロ沼津が必勝祈願

2024 明治安田生命 J 3 リーグの開幕を前に、アスクラロ沼津の選手の皆さんが三嶋大社で必勝祈願を行いました。

2月13日(火)

《市長応接室》



「エコライフみしま」編集スタッフ 知事褒賞受賞

「エコライフみしま」の編集スタッフ（市民ボランティア団体）が、「令和 5 年度静岡県地球温暖化防止活動知事褒賞」を受賞しました。

2月22日(水)

《市長応接室》



地元のお米を地元で食べる「しずおか湧水米」

米穀にかかわる商品の卸・小売業者の(株)岩崎米穀が栽培・販売する「しずおか湧水米」について市長報告会が行われました。

2月16日(金)

《市長応接室》



サッカー元日本代表 高原さんが現役引退を報告

サッカー元日本代表の高原直泰さんが昨シーズン限りで現役引退したことを報告するため、市長を表敬訪問しました。

2月29日(木)

《市長応接室》



徳倉パワーズ全国大会出場決定

「全日本春季小学生男子・女子ソフトボール大会予選会」で徳倉パワーズソフトボールスポーツ少年団が準優勝し、全国大会への出場を決めました。

2月29日(木)

《市長応接室》



沼津信用金庫 寄付受納

市の ICT 教育環境整備資金として、いただいた寄付金は小学校での整備に活用させていただく予定です。

移動図書館「ジンタ号」をご利用ください

「ジンタ号」は、約3,600冊の本を乗せ、地域の集会所、公園、幼稚園、小学校、老人ホームなど市内36カ所を巡って貸し出しをしている移動図書館です。

問図書館 ☎ 983・0880

ジンタ号の利用方法

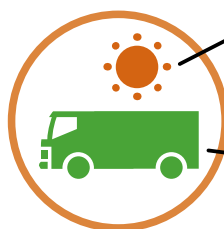
貸出 は図書館貸出カードで！



貸出冊数は本10冊、雑誌3冊まで。
カードのない人は、運転免許証や保険証などをお持ちください。その場でカードを発行できます。

約1カ月後…

返却 は次の巡回日に！



雨天などにより巡回中止の場合は翌月。
巡回日以外の返却は、図書館本館・中郷分館の窓口へ。(閉館時はブックポスト)



移動図書館「ジンタ号」巡回予定表(4月～9月)



◀ 詳細はこちら

	曜日	巡回地区	駐車場所	時間	4月	5月	6月	7月	8月	9月				
第1週	水	向山小	向山小学校	午後0時 30分～1時 20分	16(休)	1	5	3	休み	4				
		松が丘	松が丘公園	午後1時 50分～2時 35分	3				7					
		加茂	加茂集会所	午後3時～3時 45分										
	木	山田小	山田小学校	午後0時 40分～1時 30分	休み	2	6	4	休み	5				
		旭ヶ丘幼稚園	旭ヶ丘幼稚園	午後1時 40分～2時 25分	4				1					
		清住町	きよずみエコ公園	午後3時 30分～4時 15分										
	金	南小	南小学校	午後0時 55分～1時 35分	休み	14(休)	7	5	休み	6				
錦田こども園		錦田こども園	午後1時 50分～2時 35分	5	2									
錦が丘		錦が丘自治会集会所	午後3時～3時 45分											
第2週	火	西小	西小学校	午後0時 45分～1時 25分	17(休)	21(第3)	11	9	休み	10				
	水	徳倉小	徳倉小学校	午後0時 50分～1時 25分	10	8	12	10	休み	11				
		徳倉幼稚園	徳倉幼稚園	午後1時 40分～2時 25分					14					
		三恵台	三恵台自治会館	午後3時～3時 45分										
	木	坂小	坂小学校	午後0時 40分～1時 20分	11	9	13	休み	休み	12				
		小山押切	市立老人ホーム	午後1時 35分～2時 20分 (※1 午後1時 40分～2時 25分)				11 ※ 1	8					
		長伏小	長伏小学校	午後0時 40分～1時 20分				12	29(休)		14	2(休)	休み	18(休)
	金	松本幼稚園	松本幼稚園	午後1時 30分～2時 10分 (※2 午後1時 45分～2時 10分)	10	12	9			13 ※ 2				
		パサディナ	赤王山公園	午後2時 30分～3時										
東大場		東大場集会所	午後3時 10分～3時 55分											
第3週	水	佐野小	佐野小学校	午後0時 45分～1時 20分	23(休)	15	19	休み	休み	3(休)				
		萩	北上文化プラザ	午後2時～2時 45分	17			17	21	18				
		芙蓉台	芙蓉台公民館	午後3時～3時 45分										
	木	沢地小	沢地小学校	午後0時 40分～1時 20分	18	16	20	11(第2)	休み	19				
		光ヶ丘	光ヶ丘公民館	午後1時 40分～2時 25分				18	15					
	金	東小	東小学校	午後0時 50分～1時 30分	19	17	21	休み	休み	20				
		沢地幼稚園	沢地幼稚園	午後1時 55分～2時 35分				19	16					
第4週	水	錦田小	錦田小学校	午後0時 40分～1時 30分 (※3 午後0時 40分～1時 20分)	24	22	26	休み	休み	13(金) ※ 3				
		多呂	多呂公民館	午後1時 45分～2時 20分				24	28	25				
		玉沢	玉沢昭寿園	午後2時 35分～3時 20分										
	木	北上小	北上小学校	午後0時 55分～1時 30分	25	28(休)	27	休み	休み	26				
		徳倉5丁目	晴山台防火貯水槽敷地内	午後2時～2時 45分				23	25		22			
		佐野見晴台	やまばと公園	午後3時～3時 45分										
	金	中郷小	中郷小学校	午後0時 55分～1時 30分	26	24	28	休み	休み	27				
		大場幼稚園	大場幼稚園	午後1時 45分～2時 30分				26	23					
富士見台		富士見台自治会館	午後3時～3時 45分											

※一部指定曜日を変更する日がありますので、ご注意ください。