

2022 (令和4年)

8

No.709

広報

ふじのみや

いつも
笑顔
で

広報ふじのみやは、自治会の協力で配布しています。自治会に加入して地域活動に協力しましょう。

- 3 新型コロナ関連情報
- 4 富士宮の夏、始まる
- 8 マイナンバーカードの申請お手伝いします
- 9 こども・こそだて
- 14 いきいきライフ
- 20 見逃せない情報
- 25 わが家のスター／読者プレゼント
- 26 歩く博物館
- 27 暮らしのなかに
- 28 ごみリサイクル
- 29 図書館／文化会館
- 30 宮ゼミ
- 31 スケジュール
- 32 まちかど写真館

～富士宮の畜産～



下条にある土井ファームは、消費者においしい牛乳を届けるために、こだわりの詰まった牧場です。

「牛が健康であること」を第一に、栄養バランスの良い飼料やフリーバーン牛舎と呼ばれるストレスのかからない放牧スタイルで飼育しています。

また、ふんから堆肥を作り、その堆肥を使って飼料を生産する循環型の酪農を行っています。

牧場の隣にある土井ファーム直営店「バール・ジェラテリア」では、こだわりの牛乳を使ったジェラートやパン、プリン、クッキーなどの商品を販売しています。

ジェラート



ミルクや抹茶などのレギュラーメニューのほか、旬の野菜やフルーツ、地元の特産品を使った期間限定メニューもあります。

自家製パン



牛乳だけを使用したもちもちの生地で、牛乳の甘さを感じることができます。

土井ファーム
公式ウェブサイト



統計

人口と世帯数 (R4.7.1現在)

男性 64,516 (+76) ※()は前月比
女性 65,321 (-2)
合計 129,837 (+74) 世帯 58,227 (+165)

新型コロナ関連情報

☎ 健康増進課 ☎ 22-2727 ☎ 28-0267
 ✉ kenko@city.fujinomiya.lg.jp

4回目のワクチン接種

次の人は、3回目の接種から5か月を経過すると、市内35か所の医療機関で接種できます。

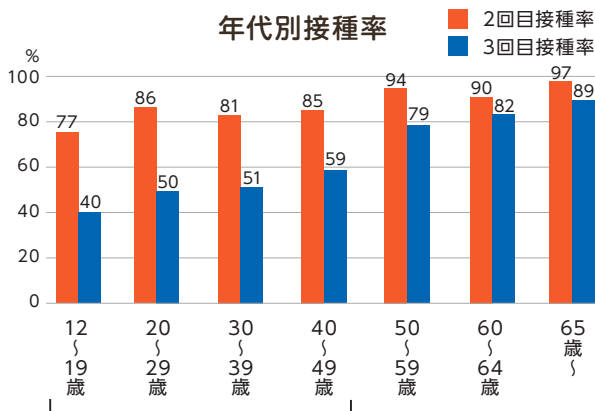
対象者	接種券の発送
60歳以上の人	3回目の接種が早かった人から順番に、接種券が届きます。
18～59歳で ・基礎疾患のある人※ ・重症化リスクの高い人 ※高血圧・糖尿病・喘息・肥満・心筋梗塞・心不全・腎臓の病気など (かかりつけ医にご相談ください)	希望する人に、接種券を発送します。 ☎ 電話、郵送(申請書は市公式ウェブサイトにあります)または窓口で ☎ 富士宮市コロナ4回目 🔍

接種券が届かない場合や、なくした場合は、健康増進課へお問い合わせください。

3回目のワクチン接種

7月14日現在、市内ではほとんどの年代で2回目の接種率が80%以上となっています。

しかし、3回目の接種率は、65歳以上の高齢者が約90%となっているのに対し、40代は約60%、20代～30代は約50%、12歳～19歳は40%と若い世代になりにつれて低くなっています。



3回目の接種率が低い40代までの若い世代で、感染が拡大しています。

夏休みなどで外出の機会が増える時期です。できるだけ早い接種を検討してください。

武田社製ワクチン接種

武田社製ワクチン(ノババックス)は、ファイザー社製やモデルナ社製のワクチンよりも副反応が出にくいことがわかっています。

アレルギーや、副反応が心配で接種を見送ってきた人も、ぜひ接種を検討してください。

詳しくはこちら



対象者	接種会場	接種日
1～3回目接種をする18歳以上の人	フジヤマ病院 ☎ 原683-1	火・木曜日

どの種類のワクチンも、接種した後は、ほとんどの人に副反応がみられます。

心配のある人は、相談しましょう。

静岡県新型コロナウイルスワクチン接種副反応相談窓口
 ☎ 050-5445-2369 毎日9:00～22:00

ワクチン接種に関する最新情報は、市公式ウェブサイトでお知らせしています。

HP トップページ>市民の皆さんへ>健康・福祉>新型コロナウイルス感染症>新型コロナウイルスワクチン接種について



基本的な感染対策の徹底を

感染力の高いオミクロン株(BA.5)が猛威を振るい、再び急激に感染が拡大しています。

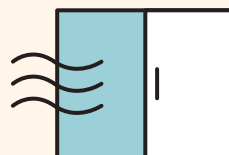
こまめな手洗い



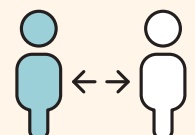
手指の消毒



こまめに換気



3つの密の回避 (密集・密接・密閉)



祝 富士山開山

富士宮の夏、始まる

毎年7月10日に行われるお山開きでは、富士山の開山を祝い、富士登山の安全を祈願します。
今年も、富士宮口から山頂までの登山ルートが開通し、富士宮の「夏」が始まりました。

富士山開山 村山の夏

富士山修験の拠点として栄えた富士山興法寺・村山浅間神社では、村山の山伏(富士山中で修行する修験者)が3年ぶりに本山の京都聖護院から訪れた修験者とともに、水垢離や護摩焚きなどを行いました。



1



4



2



3



5



6



7



8



9



10

1 入山式を終え、村山口登山道から、裏山の
たかね そうちんじゅしや
 高嶺総鎮守社参道を下り境内に戻る修験者
 ら 2 江戸時代、外国人で初めて富士登山を
 した英国公使(外交官)ラザフォード・オール
 コックを称えようと、オールコックまろけんしやうかい
 卿顕彰会が
 市に寄贈した胸像(境内にあった2つの石碑
 とともに駐車場に設置) 3 開山に合わせ3
 年ぶりに来宮した英国大使館一行を迎える
 ため、境内に掲げられた両国の国旗 4 明
 治時代の神仏分離令以降、激しく起こった廃
 仏ふつ 毀釈運動により富士山中で壊され大日堂
 に祀られる仏像 5 山伏の装束をまとう富
 士根北中学校の生徒 6 護摩壇の四方へ矢
 を射り、不幸や災いを払う作法を行う村
 山の山伏 7 護摩の煙が天上の仏に供物を
 運ぶ際、切なる願いも仏の世界に届くよう
 に、願い事や氏名が書かれた護摩木を焚き
 上げる「護摩焚き」 8 水垢離場の石垣の上
 に祀られる不動明王像 9 富士山に入る前
 に山から湧き出る神聖な水で罪や汚れを洗
 い落とし、心身を清める「水垢離」 10 水垢離
 を行う富士根北中学校の生徒

HP [トップページ](#)>[世界遺産富士山](#)>[世界遺産としての富士山](#)>[世界遺産富士山](#)>[ふじのみやを歩こう](#)





11

富士山開山 大宮の夏

富士宮口からの登山道の起点となる富士山本宮浅間大社では、富士登山の安全を祈願し、氏子青年会による富士山の湧水献上や山岳救助隊の夏山救助開始式、JR富士宮駅からの富士登山バスの出迎えなどを行いました。



12



13



14



15



16

11 氏子青年会が神前に献上した湧水 12 高提灯やお囃子、3.776メートルの大金剛杖を先頭に参道を進み拝殿に向かう氏子青年会や関係者 13 楼門前で出迎える銭太鼓稲葉会 14 夏山救助開始式に臨む山岳救助隊 15 金文字で書かれた開山日限定の御朱印



17



18



第33代ミス富士山グランプリ
秋山真南帆さん

第33代ミス富士山
成川真由さん

19



20



さくやちゃんと記念撮影

21

富士宮の夏

今年は、3年ぶりの「行動制限のない夏」として、さまざまなイベントが行われています。

17富士山本宮浅間大社で行われた「夏越の大祓式」 **18**富士山・白糸ノ滝テラスで開催した「白糸七夕飾り」 **19**世界遺産富士山のまちをPRする「ミス富士山」の決定 **20**お山開きのラストを飾る「富士山開山奉納手筒花火」 **21****22****23****24****25**イオンモール富士宮で開催した富士山の開山を祝うイベント「富士山にトキメクふじのみや」



お楽しみ抽選会

22



富士山の環境を学ぶゲーム

23



富士宮菓子工業組合の和菓子職人による実演

24



富士山南麓の草木を使った壁飾り「スワッグ」づくり

25

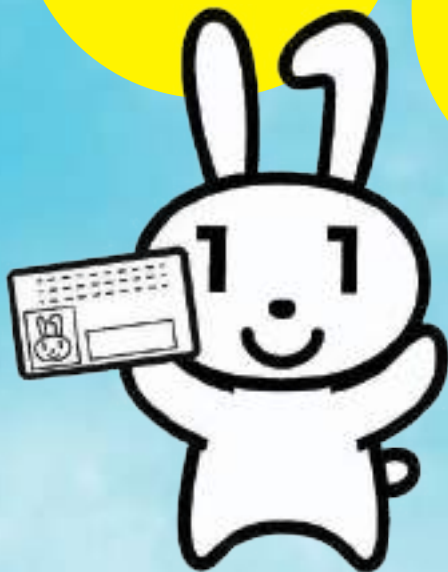
マイナンバーカードの申請 お手伝いします



撮影無料



手続きは
約10分



1
ついでに
申請



予約不要

持ってくるもの

- 本人確認ができるもの
(運転免許証・健康保険証など)
※15歳未満の場合は、保護者の本人確認
ができるものも必要です。
- 個人番号カード交付申請書
(持っている人)



申請書があると
自宅のパソコンやスマホで
手続きできます

詳しくは
こちら



富士宮市役所1階市民課窓口

平日

8:30~17:00
(水曜日のみ19:00まで)

土・日曜日

8月7日*(日)・14日(日)・20日(土)・28日(日)
8:30~11:30
※7日のみ16:30まで

イオンモール富士宮出張窓口

時 8月3日・10日・17日・24日*・31日の水曜日
10:00~16:00 ※24日のみ13:00~16:00

所 1階セセラギテラス(イオンリカー向かい側)

時 8月6日・13日・20日・27日の土曜日
10:00~16:00

所 2階フードコート東側(ミナモキッチン)



広がるベビステーション

ふじのみやベビステーション「ベビ*ステ」の旗をまちなかで見かけたことはありませんか。

ミルク用のお湯の提供やおむつ交換台、授乳スペースなどがあり、子育てに優しい取り組みをしているコンビニや公共施設、事業所が、ベビ*ステとして登録されています。

ベビ*ステの1つに、今年5月にオープンした児童館「らっこ」があります。調乳専用の浄水給湯器や子ども用トイレがあり、気軽に立ち寄ることができます。

詳しくは
こちら



こあら教室


わらべ歌や絵本を楽しみながら、その大切さについてお話しします。

時 9月7日(水)9:00～10:00
所 療育支援センターこあら
対 令和3年7月・8月生まれ
定 10人(先着順)
申 8月15日(月)～電話で
問 療育支援センター ☎22-6868

おもちゃ病院

壊れて動かなくなったおもちゃを修理しています。


時 8月21日(日)13:00～14:00
所 大富士交流センター
問 子ども未来課 ☎22-1146



あそびの教室

歌、手遊び、紙芝居、工作、体操、わらべ歌などで一緒に遊びます。

時 8月3日・31日の水曜日
10:00～11:00
所 児童館らっこ
対 未就学児
問 子ども未来課 ☎22-1146



急な病気

問 静岡子ども救急電話相談
☎#8000 または 054-247-9910

時 平日 18:00～翌8:00
土曜日 13:00～翌8:00
日曜日・祝日 8:00～翌8:00

緊急・重症のときは迷わず「119」へ

虐待かも

問 児童相談所全国共通ダイヤル
いちばやく ☎189
(お近くの児童相談所につながります)

時 24時間
問 子ども未来課家庭児童相談係
☎22-1230
時 平日 8:30～17:15

悩み相談

いじめ、不登校、生活態度、就労など、どんなことでも相談してください。

問 青少年相談センター ☎22-0064
いじめ110番 ☎22-1252
メール相談
✉ e-sodan@city.fujinomiya.lg.jp

時 平日 9:00～16:30
(第2・4水曜日は20:00まで)

富士山環境交流プラザ 工作プログラム



空気砲づくり



赤キヌ紙飛行機

事前予約不要で、いつでも体験できる工作プログラムがあります。

詳しくは、ウェブサイトを確認できます。

時 9:00～17:00(最終受付は16:30)

問 富士山環境交流プラザ

☎59-0050(休館日:火曜日)



催し・募集

プレイデイ フォーミーデイ
PLAYDAY・FORMEDAY



PLAYDAY～育児の悩み解消～

妊娠・出産・育児に関する講座や相談会を開催します。先輩ママに、こんな時どうしたらいい？などの相談も気軽にできます。

親子で楽しく遊べるスペースも用意しています。

ケアサロン(有料)も出店予定です。

時 8月26日(金)・9月27日(火)
10:00～14:00

FORMEDAY

子育て中でも自分のための時間を過ごせます。自分探しやスキルアップに関する講座や相談会を開催します。

仕事の復帰にはどんな準備が必要？などの相談や、自分の趣味の時間として活用できます。

時 9月14日(水) 10:00～14:00

共通

所 さあどぶれいすSAN
(野中1136-5)

対 乳幼児を子育て中の人や妊娠中の人

定 各内容による

料 無料(ケアサロンのみ有料)

申 NPO法人母力向上委員会ウェブサイト

問 NPO法人母力向上委員会

☎78-0741

市民交流課 ☎22-1307

HP <https://haharyoku.com/>



絵本とわらべうたの会

赤ちゃんも、歌声と一緒にゆっくりと身体を揺すられ心地よい時間を過ごします。

時 9月6日(火) 10:00～11:00

所 西公民館

対 市内在住の未就学児と保護者

定 10組(先着順)

講 市民読書サポーター

申 8月10日(水)～電話で

問 社会教育課 ☎22-1186

子どもの本を知る講座 (初心者向け)

子どもは楽しい本と出会うために、大人は子どもの本の良さを知るために、課題本を読んで話し合います。

時 9月30日、10月14日、
11月18日、12月16日、
1月20日、2月17日
の金曜日(全6回)
10:00～12:00

所 市役所6階630会議室

対 市内在住または在勤で子どもの本に関心がある人

定 10人(先着順)

料 無料

講 大塚清美さん(富士宮子どもの本研究会)

申 8月16日(火)～電話または窓口で

他 無料託児あり(先着5人・1歳以上)

詳しくは、市公式ウェブサイトをご覧ください。

問 社会教育課 ☎22-1186

HP トップページ>市民の皆さんへ>教育・文化・スポーツ>生涯学習>子どもの本を知る講座



子どもの本のセミナー

「子どもも大人も楽しもう！絵本・昔話・児童文学」をテーマにお話しします。

時 ①9月21日(水)

②9月26日(月)

③11月15日(火)(全3日)

10:00～12:00、13:30～15:30

(③は午後のみ)

所 市役所7階710会議室

対 市内在住・在勤・在学の人

定 40人(先着順)

料 1,500円

講 ①②伊藤明美さん

(元浦安市立中央図書館司書)

③脇明子さん

(ノートルダム清心女子大学名誉教授)

申 8月23日(火)～9月9日(金)に電話または窓口で

他 無料託児あり(①②は午前のみ・先着10人・1歳以上)

問 社会教育課 ☎22-1186

まがたま 作ろう！勾玉！

石から勾玉を作ります。

時 8月19日(金)・20日(土)

①10:00～12:00

②13:30～15:30

所 埋蔵文化財センター

(長貫747-1)

対 市内在住の小学生と保護者(2人1組)

定 各回6組(先着順)

料 無料

申 8月10日(水)～17日(水)に①氏名②年齢③電話番号④希望日時を電話で

問 埋蔵文化財センター

☎65-5151



親子マス釣り教室

神田川でマス釣りをします。

時 8月21日(日)9:00~11:00

所 神田川・神田川ふれあい広場
周辺

対 小学生と保護者

定 20組(先着順)

料 無料

申 8月8日(月)~19日(金)に①氏
名②年齢③電話番号を往復はが
きまたはメールで(必着)

他 釣りざおを無料で借りられま
す。

問 富士宮市非出資漁業協同組合
高野孝雄さん(青木395-1)

✉ fujinomiyaigyokyo@hotmail.co.jp



親子で作る ペットボトルロケット講座



親子で協力しながら、ペットボ
トルと牛乳パックでロケットを作
ります。

出来上がったら、みんなで一緒
に飛ばします。

時 8月21日(日)10:00~12:00

所 富士山環境交流プラザ

対 小学生以上の親子(小学生未満
は応相談)

定 6組(先着順)

料 子ども1人500円

申 8月10日(水)9:00~電話で

問 富士山環境交流プラザ

☎59-0050(休館日:火曜日)

ちびっこ染物体験 &夏の草木染め体験



プラザ周辺の森で植物を採り、
集めた材料で草木染めをします。

バンダナくらいの大きさの布に
模様をつけながら染めます。

時 8月27日(土)

ちびっこ染物体験(バンダナ)

時 10:00~12:00

対 4~6歳児と保護者

定 5組(先着順)

料 300円

夏の草木染め体験

(バンダナ+エコバッグ)

時 13:30~15:30

対 小学生(参加者の保護者は、有
料で参加できます)

定 5人(先着順)

料 600円

共通

所 富士山環境交流プラザ周辺の
森、工作室

申 8月13日(土)9:00~電話で

他 雨天中止

問 富士山環境交流プラザ

☎59-0050(休館日:火曜日)



ちびっこ木登り教室 &南陵の森 ツリーイング教室

ロープを使った安全で楽しい木
登り(ツリーイング)体験です。

時 9月23日(金・祝)~25日(日)

ちびっこ木登り教室



時 10:00~12:00

対 4~6歳児と保護者(対象外の
きょうだいも応相談)

定 各日3組(先着順)

料 1組1,500円
(1人追加につき800円)

南陵の森 ツリーイング教室



時 13:30~16:30

対 小学生以上

定 各日6人(先着順)

料 1,500円

共通

所 富士山環境交流プラザ、南陵
の森

講 ツリーマスタークライミング
アカデミー

申 8月28日(日)9:00~電話で

他 雨天中止

問 富士山環境交流プラザ

☎59-0050(休館日:火曜日)

もりのあそびば

今回のテーマは、水遊びです。定時の放水タイムや水鉄砲コーナーもあります。

ぬれても良い服装で来てください。

時 9月3日(土) 10:00~15:30

所 富士山環境交流プラザ中庭

対 どなたでも(4歳~小学生程度の内容です)

申 不要。直接会場へ **持** 着替え

他 雨天中止。当日の朝、富士山環境交流プラザのInstagramで実施可否をお知らせします。

問 富士山環境交流プラザ

☎59-0050(休館日:火曜日)



納涼交流会



富士根北地区のふれあいサロンの子育てママと交流しながら、夏休みのひとときを過ごそう。

マジックショーやあひるボール、ヨーヨー釣り、読み聞かせもあります。

時 8月13日(土) 9:45~11:45

受付9:00~

所 富士根北公民館

定 100人 **料** 無料

申 不要。直接会場へ

問 富士根北公民館 ☎23-3896

ふじのみやハハラッチライター7期生募集



育児や富士宮に関する情報を発信してくれるお母さんを募集します。

文章の書き方や撮影方法などを養成講座で学ぶと、市公認のライターとして活躍できます。

事前説明会

時 9月1日(木) 10:00~12:00

所 駅前交流センターきらら

申 不要

養成講座

日時	内容
9月22日(木)	開講式
9月29日(木)	ライティング講座①
10月 6日(木)	ライティング講座②
10月20日(木)	カメラ講座
10月27日(木)	フィールドワーク講座
11月10日(木)	タウンセールス講座
11月17日(木)	スキルアップ講座
12月15日(木)	修了式

時 10:00~12:00

所 市内公共施設

対 市内在住または在勤のお母さん

定 10人程度 **料** 無料

申 9月11日(日)までにハハラッチウェブサイト

他 養成講座は無料託児あり。

取材活動などに対する報酬はありません。

問 NPO法人母力向上委員会

☎78-0741

市民交流課 ☎22-1307

HP <http://haharazzi.info>



あいのうた ~出会いから子育てまでの短歌コンテスト~

恋人との出会いや、子育てのエピソード、家族への想いなどを詠んだ短歌を募集します。

募集部門

- ・一般の部
- ・ジュニアの部(18歳以下)

選賞(各部門)

最優秀賞	1作品
優秀賞	2作品
審査員特別賞	2作品
入選	15作品

対 どなたでも

申 9月30日(金)までに①氏名(ふりがな)②郵便番号③住所④年齢(小中高生は学校名と学年)⑤電話番号⑥メールアドレス⑦作品⑧作品を作ったときの気持ち(50字以内)を郵送、ファクス、またはあいのうた事務局公式ウェブサイト(当日消印有効)

〒430-0929

浜松市中区中央2丁目10番1号

浜松青色会館5階

(株)中日アド企画内

あいのうた事務局

宛

問 あいのうた事務局

☎053-452-0555

FAX053-452-0681

HP <https://ainouta2022.com/>



お知らせ

児童扶養手当現況届 (8月末分)

8月31日(水)までに現況届を提出しないと、11月分から児童扶養手当を受けられません。
必ず手続きしてください。

通常窓口

時 8月1日(月)～31日(水)
9:00～16:30(土日祝を除く)
所 市役所1階子ども未来課

集中受付

時 8月15日(月)～17日(水)
9:00～16:30(土日を除く)
所 [母子家庭など]
市役所1階111会議室
[父子家庭]
市役所1階子ども未来課

共通

持 通知文書、受給者証書
他 一部支給停止措置除外の対象者には、事前に通知しています。現況届の手続きの際に、届け出を提出してください。
問 子ども未来課 ☎22-1146

出張ハローワーク ひとり親全力サポートキャンペーン

ひとり親の就労支援のため、現況届を提出する時期に合わせて、就業相談の臨時窓口を開設します。

時 8月16日(火)9:00～15:00
(12:00～13:00を除く)
所 市役所1階111会議室
対 児童扶養手当受給者
料 無料
講 就職支援ナビゲーター(ハローワーク富士宮)
申 不要。直接会場へ
問 ハローワーク富士宮職業紹介部門 ☎26-3128

青少年相談センター 夜間相談を行っています

悩みや不安をかかえる青少年や、子どものことで心配事がある保護者と関係者の相談に応じます。
ささいなことでも構いません。
まずは、ご連絡ください。

夜間開設日 ※8月は開設しません

9月14日・28日、10月12日・26日、
11月9日、12月14日、
1月11日・25日、2月8日・22日、
3月8日・22日の水曜日

電話相談・面接予約

☎22-0064

子ども若者支援・いじめ110番

☎22-1252

時 平日9:00～16:30(土日祝を除く)
※夜間開設日は20:00まで
問 社会教育課 ☎22-1188

子どもの人権110番 ひとりで悩まず電話してください

いじめや体罰、虐待などの悩みについて、気軽に相談してください。家族からの相談も受け付けています。

☎0120-007-110

時 平日8:30～17:15
※強化週間[8月26日(金)～9月1日(木)]は、受付時間を延長します。
8:30～19:00
(土日は10:00～17:00)

料 無料
問 静岡地方法務局静岡県人権擁護委員連合会
☎0120-007-110



ふじのみや妊娠・子育て応援ナビ 「母子モ」



- 子育てに役立つ無料アプリです。
- 子育て情報はプッシュ通知でお知らせ
 - 必要な情報を受け取れる
 - 予防接種のスケジュールを自動で作成
 - 日記のように写真や文章で記録
 - 子どもの成長記録もバッチリ
 - 記録は家族と共有
 - 多言語に対応

アプリのダウンロードは

母子モ

検索

または二次元バーコードから



問 健康増進課 ☎22-2727

スポーツ安全保険に 加入しよう

スポーツや文化活動などを行う4人以上の団体は、保険に加入できます。

年間掛金は子ども1人800円からで、年齢や活動内容により異なります。

傷害保険、賠償責任保険、突然死葬祭費用保険がついています。

問 スポーツ安全協会静岡県支部
☎054-262-3039

あなたは大丈夫？ 正しく知ろう

ひまん 肥満

肥満は、食べ過ぎや食生活の乱れ、運動不足などが原因となり、体内に脂肪が溜まり過ぎている状態をいいます。

肥満度は、BMIで判定できます。

$$\text{BMI} = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)}$$

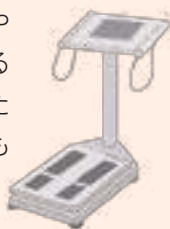
肥満度の判定

BMI	判定
18.5未満	やせ
18.5以上25.0未満	ふつう
25.0以上	肥満

(例) 身長170cm 体重75kg ➡ 肥満

$$75\text{kg} \div 1.7\text{m} \div 1.7\text{m} = \text{BMI } 25.95$$

BMIの判定では、「ふつう」や「やせ」でも、体脂肪(体重に占める脂肪の割合)が多い場合があるため、体脂肪率を目安にすることも大切です。



肥満になると

動きにくい、息切れをしやすいなどの症状のほか、糖尿病や高血圧症、心筋梗塞、脳梗塞、腎臓病など、命に関わる重い病気を引き起こすこともあります。

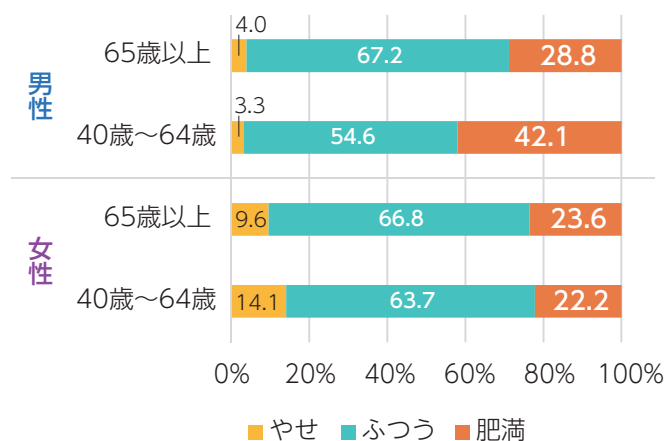
自覚症状がほとんどないまま進行し、一度悪くなると完全に治すことができない病気もあります。



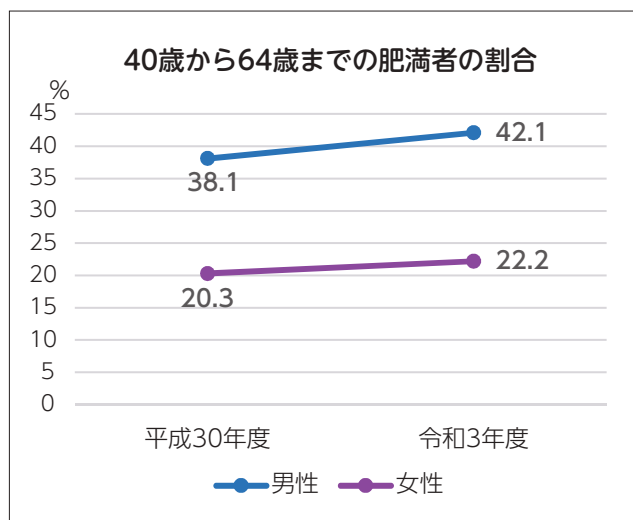
富士宮市には肥満の人が多い

富士宮市の肥満の割合は、県平均と比べて男性は1.19倍、女性は1.26倍高く、令和3年度特定健診の結果から、特に40歳から64歳までの男性に肥満が多いことがわかっています。

40歳以上の肥満者の割合



また、40歳から64歳までの肥満の割合を、平成30年度と令和3年度で比べると、男性は38.1%から42.1%、女性は20.3%から22.2%に増えており、コロナ禍により外出や活動の機会が減ったことなどが原因と考えられます。



(特定健診の結果より)

肥満を予防・改善しよう

肥満のほとんどは、体が消費するエネルギーよりも多くのエネルギーを食事などで摂ることが原因であるため、食生活や運動習慣など、肥満になりやすい生活習慣を見直し、生活リズムを整えることで、予防や改善をすることができます。

食生活を見直す

朝食は、必ずしっかり

朝食は、主食(ごはん・パンなど)、主菜(肉・魚・卵・大豆製品など)、副菜(野菜・きのこ・海藻など)を揃えて、しっかり食べましょう。

朝食を抜くと、
肥満のリスクが
約4倍に上がります



1日3食、規則正しく

1日3食、栄養バランスの良い食事を腹八分目を心がけて、できるだけ決まった時間に食べましょう。



夕食は、できるだけ早い時間に

夜中に食事をすると、太りやすく、朝食を食べられないなど、生活リズムが乱れる原因になります。

夕食はできるだけ早い時間に食べましょう。



ゆっくり、よく噛んで

食べ始めてから15~20分で「満腹」を感じるようになります。食べ過ぎを予防するために、よく噛み味わいながらゆっくり食べましょう。

硬めの食材を選んだり、大きめに切るなど、噛む回数を増やすために、調理を工夫することも大切です。



子どもの肥満が増えています

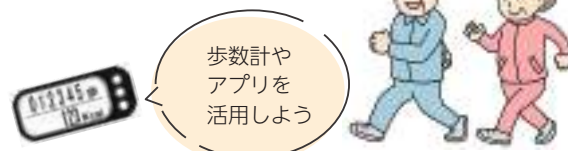
子どもは、大人的生活習慣の影響を大きく受けるため、家族で気を付けることが大切です。



活動的に日中を過ごして、筋肉量を増やす

無理なく続けられる程度の運動(有酸素運動)

15~30分程度のウォーキングやジョギング、水泳



少しきついくらいの筋トレ

腹筋やスクワット、腕立て伏せ



空いた時間を有効に使う

運動する時間を持っていない人は、数分でできるラジオ体操や、階段の上り下りなどを生活に取り入れましょう。



体の状態を定期的にチェック

1年に一度は職場の健康診断や、特定健診(40歳以上)を受け、体の状態をチェックしましょう。

また、保健センターで定期的に行っているからだチェック(体成分の分析)や、栄養相談なども利用できます(要予約)。

問 健康増進課 ☎22-2727 FAX 28-0267

催し・募集 たのしい脳トレ教室

認知症予防のためのストレッチや筋トレ、脳活性化レクリエーションを行います。

時 9月21日、10月19日、11月16日の水曜日
10:30～11:30

所 イオンモール富士宮さくらコート

対 市内在住の人

定 20人(先着順)

料 無料

講 脳トレの会

申 8月16日(火)～電話で(当日参加も可)

問 健康増進課 ☎22-2727

催し・募集 やさしい筋トレ教室

みんなの体操やストレッチ、スロートレーニングなどの簡単な筋トレで、コロナ太りや運動不足を解消します。

時 9月14日、10月12日、11月9日の水曜日
10:30～11:30

所 イオンモール富士宮さくらコート

対 市内在住の人

定 20人(先着順)

料 無料

講 筋トレ応援隊

申 8月16日(火)～電話で(当日参加も可)

問 健康増進課 ☎22-2727

催し・募集 初心者向け筋肉若返り塾

ストレッチやマシンを使ったトレーニングで、筋力の若返りを目指します。

時 10月5日～26日の水曜日(全4回)
9:00～12:00

所 保健センター機能訓練室

対 65歳以上の市民で、介護保険未申請または介護保険などの通所サービスを利用していない人

定 6人(応募多数の場合は初めての人を優先し抽選)

料 無料

講 筋トレ応援隊

申 9月14日(水)13:30～14:00に保健センター1階機能訓練室で(電話不可)

持 上履きまたはスリッパ、筆記用具

他 身体状況により参加できない場合があります。

問 健康増進課 ☎22-2727

**催し・募集 認知症サポーター養成講座
認知症ステップアップ講座**

【認知症サポーター養成講座】

認知症を正しく理解し、認知症の人やその家族を温かく見守る応援者「認知症サポーター」を養成します。

日付	場所
9月5日(月)	市役所7階710会議室
9月28日(水)	イオンモール富士宮 さくらコート

時 10:00～11:30

所 市役所7階710会議室

対 市内在住または在勤の人

定 各30人(先着順)

講 認知症キャラバンメイト

他 講座は、参加者が5人以上いれば、個別に講座を開催できます。希望する場合は、ご相談ください。

【ステップアップ講座】

認知症サポーターになると、認知症ステップアップ講座で、さらに知識を深めることができます。

時 11月21日(月)13:30～15:30

所 市役所7階特大会議室

対 認知症サポーター養成講座を受講した人

定 50人(先着順)

【共通】

料 無料 **申** 8月1日(月)～電話で

問 福祉企画課 ☎22-1591

**催し・募集 転倒骨折予防講座
～フレイルを予防しよう～**

加齢に伴い心身の活力が低下する「フレイル」を予防し、転倒骨折しにくい体を作るために、食生活や口腔ケア、認知症予防などの講話や筋力アップの運動を行います。

時 10月6日～10月27日の木曜日(全4回)
9:30～11:00

所 白糸出張所

対 65歳以上の市民とその支援をする人

定 15人(先着順) **料** 無料

講 歯科衛生士、管理栄養士、保健師

申 9月6日(火)8:30～電話で

他 1回のみを受講もできますが、内容が異なるため、全日程の受講がおすすめです。

問 健康増進課 ☎22-2727

催し・募集**出張認知症カフェ
認知症相談会**

認知症カフェは、認知症の人のほか、誰でも参加できる集いの場です。

今回の出張認知症カフェは、認知症の本人が企画しているため、認知症の人や家族も参加しやすく、家族や認知症を地域で支える仲間に出会えます。

パネル展や相談会も同時に開催しています。

【出張認知症カフェ】

時 8月30日(火)、9月7日(水)10:00～14:00

所 市役所1階111会議室

対 どなたでも

料 無料

他 会場での飲食はできません。

【認知症相談会】

時 8月30日(火)、9月7日(水)10:00～14:00

所 市役所1階市民ホール

定 各日5人(先着順)

料 無料

講 若年性認知症コーディネーター、
認知症疾患医療センター看護師、保健師、
社会福祉士などの専門職

申 前日までに電話で
(空きがあれば当日の相談も可能)

【認知症パネル展】

認知症って特別じゃないよ

～住み慣れた富士宮で暮らし続けるヒント～

時 8月29日(月)～9月8日(木)

所 市役所1階市民ホール

【出張地域包括支援センター相談会】

時 9月6日(火)10:00～15:00

所 市役所1階市民ホール

申 不要。直接会場へ

問 福祉企画課 ☎22-1591

**催し・募集****市民健康講座
コロナ禍の子ども達の声を聴く**

私たちの生活に大きく影響を与えた新型コロナウイルス感染症の世界的流行の中で、子ども達はどのようなことを感じ、どのような想いを持っているのか、市内の中学生を対象としたアンケート結果からわかったことや小児科を外来受診した子どもの声をお話します。

時 9月16日(金)18:30～20:00

所 市立病院南棟4階会議室

料 無料(無料駐車券をお渡しします)

講 榎並彩子さん(市立病院小児科医師)

申 不要。直接会場へ

問 病院管理課 ☎27-3151

催し・募集**市民講演会
最期まであなたらしく生きるために**

最期まであなたらしく生きるために、元気なときから大切な人と話し合っ欲しいことや、医療や介護の専門職が、市内の看取りの現状についてお話します。

時 10月1日(土)10:00～12:00

所 市役所7階特大会議室

対 市内在住・在勤・在学の人

定 80人(先着順) **料** 無料

申 8月23日(火)8:30～①郵便番号②住所③氏名④年齢⑤電話番号を電話、ファクス、メールまたは窓口で

問 福祉企画課 ☎22-1591 FAX 22-1277

✉ fukushi@city.fujinomiya.lg.jp

催し・募集**精神の病との付き合い方
家族による家族学習会**

同じ悩みを持つ者同士が、学び合い支え合いながら過ごした経験などを、テキストを用いながら学びます。

時 8月27日(土)、9月7日(水)・24日(土)、
10月5日(水)・22日(土)13:30～16:00(全5回)
※全5回の受講が必要です。

所 駅前交流センターきらら

対 市内在住の人

定 10人(先着順)

料 1,300円(テキスト代)

申 8月10日(水)～20日(土)に①郵便番号②住所③氏名④年齢⑤電話番号を電話、ファクスまたはメールで

問 ぬくもりの会

☎090-7432-0169 FAX 23-0233

✉ entaka.369@icloud.com

お知らせ 胸部検診(肺がんと結核)

- 対** 40歳以上の市民で他に検診を受ける機会のない人
- 料** 無料
- 申** 不要。直接会場へ
- 他** ボタンのある服装やネックレスなどは避けてください。
- 問** 健康増進課 ☎22-2727

月日	曜日	時間	実施会場
1	木	10:00~12:00	内房仲公民館
		13:30~15:00	巡沢児童遊園
2	金	10:00~15:00	芝川公民館 くれいどる芝楽
6	火	10:00~11:30	長貫上公民館
		13:30~15:00	大久保公民館
7	水	10:00~15:00	芝川会館
8	木	10:00~11:30	尾崎公民館
		13:30~15:00	芝川公民館内房分館
9	金	10:00~12:00	香葉台集会所
		13:30~15:00	稗久保公民館
13	火	10:00~12:00	B & G海洋センター
		13:30~15:00	富士山縄文の里 大鹿館
14	水	10:00~12:00	柚野公民館
		13:30~15:00	下柚野集会所
16	金	10:00~11:30	橋本地区集会所
		13:30~15:00	猫沢公民館
20	火	10:00~11:30	下稲子公民館
		13:30~15:00	上稲子区民館
21	水	10:00~11:30	馬見塚区民館
		13:00~15:00	下条下区民館
22	木	10:30~11:30	狩宿区民館
		13:30~15:00	熊久保集会所
27	火	13:30~15:00	青見公会堂
28	水	10:00~12:00	青木区3町内会集会所
		13:30~15:00	青木平区民館
29	木	10:00~15:00	上野出張所
30	金	10:00~15:00	上井出出張所



お知らせ 地域で支えあい高齢者への虐待を防ごう

高齢者への虐待には、身体的暴力や心理的暴力、介護や世話の放棄、金銭を自由に使わせないなど、さまざまなものがあります。

しかし、介護をしている家族などが心身ともに追い詰められた結果、自覚や悪意がないまま虐待をしていることもあります。

高齢者への虐待を防ぎ、みんなが安心して生活できるようにするためには、地域で高齢者や介護する家族を支援することが大切です。普段から、近所で声を掛け合い、介護に負担を感じている家族を見掛けたら、地域包括支援センターなどへ相談をしてください。

名称	住所	電話
富士宮市地域包括支援センター	弓沢町150	22-1591
北部地域包括支援センター	上井出1285-1	54-1092
中部地域包括支援センター	淀川町35-15	29-7808
南部地域包括支援センター	星山1058	23-3328
西部地域包括支援センター	大鹿窪143-1	67-0001
富士根地域包括支援センター	小泉1854-3	21-3611

他 高齢者への虐待のほか、普段の生活の中で気になることも相談もできます。

お住まいの地域包括支援センターが分からないときは、「富士宮市地域包括支援センター」にお問い合わせください。

問 富士宮市地域包括支援センター ☎21-1591

お知らせ いざという時に備えて見守り・SOSネットワークへの登録を

認知症で行方不明になる可能性のある人を市と警察署が事前に把握できると、いざという時に早期発見・早期保護につながります。

対 道に迷う、名前が言えないなど、家に帰れなくなる可能性のある人

持 顔写真と全身の写真
(撮影から半年以内のもの)

申 本人または家族が市役所1階福祉企画課窓口で(1人暮らしなどの場合は、相談してください)

問 福祉企画課 ☎22-1591

HP トップページ>市民の皆さんへ>健康・福祉>認知症>認知症への取り組み



お知らせ 肝炎ウイルス検診

B型肝炎ウイルスやC型肝炎ウイルスに感染しても、自覚症状がほとんどないため、気付かないうちに肝硬変や肝がんになってしまうことがあります。

早期に感染を知り適切な治療することで、完治したり、進行を遅らせることができます。

過去に1度も肝炎ウイルス検査をしたことがない人は検査を受けましょう。

時 2月28日(火)まで

所 市内の医療機関

対 40～70歳の未検査者

料 410円

申 各医療機関の窓口で

他 対象者以外の人も富士保健所(☎0545-65-2206)で検査を受けることができます。

問 健康増進課 ☎22-2727

HP トップページ>市民の皆さんへ>

健康・福祉>健康・医療>健康診査>検診



お知らせ 健康診査で生活習慣病を 予防・早期発見しよう

身体計測・尿検査・診察・血液検査・心電図などを行っています。

時 12月末(各医療機関の最終実施日)まで

所 指定医療機関、保健センター

対 ①昭和58年3月31日以前に生まれた富士宮市
国民健康保険加入者(40歳以上74歳以下)
②後期高齢者医療保険加入者

料 500円

※令和4年度に41歳、46歳、51歳、56歳、61歳になる人と、住民税非課税世帯で受診前に申請をした人は無料です。

申 各医療機関(受診券を確認してください)

問 保険年金課

国民健康保険については ☎22-1138

後期高齢者医療保険については ☎22-1482

HP トップページ>市民の皆さんへ

>税・保険・年金>保険>特定健診・
特定保健指導



手話で話そう



手話をコミュニケーション手段とする人がいることを知り、手話を学ぶ人が増えることは、やさしいまちづくりにつながります。



手話で話すときのポイント

手話に
合った表情で

相手の
目を見て



動画で見ることできます。

HP トップページ>市民の皆さんへ>健康・福祉>障害者支援>手話で話そう



暑いですね



①こぶしを作りうちわであおぐように動かす

②両手の親指と人差し指の先を上に向けて閉じたり開いたりする

8月

おやすみなさい

数字の「8」



①小指以外の指を立て、反対手の親指と人差し指をくっつける

②三日月を描くように指を広げながら下におろし、くっつける

頭を傾け、両手を合わせて頬に付ける



人穴富士講遺跡の碑塔

催し・募集

「家族」フォトコンテスト作品募集



「家族」のあたたかさや大切さをテーマに写真を募集します。

ご近所の人やペット、愛情弁当など、家族のつながりを感じるものであればOKです。あなたの「家族」を表現してください。

対 市内在住または在勤の人

申 9月1日(木)までに①題名②エピソード(100字以内)③住所④氏名⑤電話番号⑥メールアドレスを電子申請または窓口で

他 最優秀賞1点、優秀賞3点、協賛企業特別賞6点、参加賞

問 女性が輝くまちづくり推進室
☎22-1307

✉ koryu@city.fujinomiya.lg.jp

HP トップページ>市民の皆さんへ>その他>催し・講座・募集>催し・講座>2022「家族」フォトコンテスト



陣馬の滝まつり



富士の巻狩で源頼朝が近くに陣を張ったとされる陣馬の滝が舞台です。

子ども武者行列や陣馬の滝太鼓の演奏、季節の農産物の販売などを行います。

時 8月21日(日)10:00~14:00

所 陣馬の滝

問 陣馬の滝まつり実行委員会

☎090-8671-6591

富士地域畜産まつり



畜産たい肥の無料配布や、酪農作業車の展示などを通して畜産を学びます。

時 9月25日(日)9:00~14:00

所 富士ミルクランド

他 富士ハーネス駐車場と見返集会場を臨時駐車場として使えます。

問 農業政策課 ☎22-1149

FAIR9月開講 語学講座

教室・レベル	実施日(全10回)	曜日	時間
英会話	初級	9月7日~11月16日	水 19:00~20:30
	初中級	9月2日~11月11日	金 13:30~15:00
	中級	9月6日~11月22日	火 19:00~20:30
韓国語	初級	9月2日~12月2日	金 19:00~20:30
	中級	9月1日~11月24日	木 19:00~20:30

初級：簡単な会話を楽しむ、発音から学ぶ
 初中級：コミュニケーションを楽しむ
 中級：ディスカッションを楽しむ

所 駅前交流センターきらら
対 高校生以上
定 各10人(応募多数の場合は抽選)
料 1万円(韓国語のみ教科書代別途)FAIR要入会(年度会費2千円)
申 8月10日(水)~8月16日(火)に①住所②氏名(ふりがな)③生年月日④電話番号⑤希望講座名⑥FAIRの会員か非会員かを、往復はがき、メール(件名:希望講座名)またはFAIR事務局窓口まで
問 富士宮市国際交流協会FAIR
 ☎22-8111
 〒418-0065 中央町5-7
 ✉ info@fair-fujinomiya.com

外国人の皆さんへ

日本語を勉強できます。

いつ 9月6日から11月22日までの火曜日
 午後7時から午後8時30分まで

ところ 駅前交流センターきらら

かず 外国人10人

おかね 3,000円

もうしこみ 駅前交流センターきららに来てください。

でんわ 富士宮市国際交流協会
 FAIR ☎22-8111

富士山の植物で学ぶ 自然観察会

標高1,000m付近で植物や植生を観察し、特定外来植物や富士山の美しい森林を守り育てる「森林づくり」を学びます。

時 9月19日(月・祝)9:30~12:00

所 富士山「まなびの森」

対 どなたでも

(小学生以下は保護者同伴)

定 30人(先着順) **料** 無料

申 8月10日(水)~9月7日(水)(必着)までに①住所②氏名③年齢④電話番号を、電話・ファクス・メールまたは窓口で

他 雨天時は講義のみ行います。

問 花と緑と水の課

☎22-1169 FAX 22-1140

✉midori@city.fujinomiya.lg.jp

観光ガイドボランティア 養成講座

市内の名所旧跡地などを案内するボランティアを養成します。

時 【座学】10月12日・19日、11月9日、12月7日の水曜日 19:00~20:30

【実習】10月29日、11月12日・26日の土曜日9:00~12:00

所 総合福祉会館、浅間大社 ほか

対 観光ガイドボランティアの会に入会し活動できる、18歳以上の人

定 20人(先着順) **料** 1,000円

講 観光ガイドボランティアの会

申 8月8日(月)~9月21日(水)に郵送(宮町1-1観光案内所宛)またはファクスで

問 観光ガイドボランティアの会

☎090-7852-8096 FAX 29-7223

出張就業相談会

仕事や就職活動について就職相談員がアドバイスします。

時 8月23日(火)10:00~15:00

所 市役所1階112会議室 **料** 無料

申 電話またはウェブサイト

他 雇用保険受給資格者証に受講の捺印をします。

問 しずおかジョブステーション

☎090-4654-7276

HP <https://jobsta.pref.shizuoka.jp/>



ハイドロカルチャー教室

人工の土を利用して植物を育てるハイドロカルチャーの作り方や、管理の方法を学びます。

時 8月26日(金)13:30~15:00

所 富士山環境交流プラザ

対 市内在住の人

定 20人(応募多数の場合は抽選)

料 1,000円

講 岩田徹さん(岩田種苗店)

申 8月1日(月)~8月12日(金)に①住所②氏名③電話番号④教室名を郵送・メールまたはファクスで(必着)

〒418-8601(住所不要)

花と緑と水の課 宛

問 花と緑と水の課

☎22-1168 FAX 22-1140

✉midori@city.fujinomiya.lg.jp

花づくり教室

秋まき草花の種子のまき方や、育て方を学びます。

時 9月16日(金)13:30~15:00

所 富士山環境交流プラザ

対 市内在住の人

定 20人(応募多数の場合は抽選)

料 1,000円

講 岩田徹さん(岩田種苗店)

申 8月1日(月)~9月2日(金)までに①住所②氏名③電話番号④教室名を郵送・ファクスまたはメールで(必着)

〒418-8601(住所不要)

花と緑と水の課 宛

問 花と緑と水の課

☎22-1168 FAX 22-1140

✉midori@city.fujinomiya.lg.jp



歌舞伎の化粧「隈取」講座

鎌倉殿の13人にも登場した曾我兄弟を主役にした歌舞伎の隈取(歌舞伎特有の化粧)の体験などをしながら、曾我物語や歌舞伎を学びます。

時 9月4日(日)14:00~16:00

所 駅前交流センターきらら集会室

定 30人程度(応募多数の場合は抽選)

料 無料 **講** 向平美希さん

申 8月26日(金)までに①氏名②年齢③化粧体験の有無をメールで

他 参加者の中から2人、化粧体験ができます。

問 NPO文化芸術普及団体日本のイロハ
✉nihon.no.iroha@gmail.com

自衛官募集

種別	一般曹・自衛官候補生
対象	18歳以上33歳未満の者
種別	航空学生・防衛大学校学生 防衛医科大学校医学科学生 防衛医科大学校看護学科学学生
対象	高卒(見込含)21歳未満の者
種別	自衛隊高等工科学校生徒
対象	中卒(見込含)17歳未満の男
種別	一般幹部候補生
対象	22歳以上26歳未満の者

時 8月20日、9月10日の土曜日 10:00~15:00

所 西公民館2階第二会議室

問 自衛隊富士地域事務所

☎0545-51-1719

求職者支援訓練 WEB基礎&PC実践科(短時間)

ワードやエクセル、パワーポイント、Webサイトの作り方について学びます。

時 9月20日(火)~2月16日(木) 9:10~15:50

所 ㈱静岡キャリアステーション(富士市瓜島町82)

対 ハローワークで求職活動している人

定 20人(応募多数の場合選考により決定)

料 16,060円(テキスト代)

申 8月25日(木)までにハローワーク富士宮の窓口で

問 ㈱静岡キャリアステーション
☎0545-53-0553

カウンセリング基礎講座

人間関係やコミュニケーションの大切さ、周りの人の話を「傾聴する」方法を学びます。

時 9月14日～10月12日の水曜日
19:00～21:00(全5回)

※全5回の受講が必要です。

所 大富士交流センター

対 市内在住または在学の18歳以上でカウンセリングに興味のある人

定 30人(先着順) **料** 1,000円

講 梶原俊宏さん(カウンセリングに学ぶ会)ほか

申 8月17日(水)～9月7日(水)に電話または電子申請で

問 社会教育課 ☎22-1188

HP トップページ>市民の皆さんへ>教育・文化・スポーツ>家庭教育・青少年健全育成>令和4年度教育カウンセリング基礎講座



仕事や地域活動に活かす パソコン講座・エクセル初級

エクセルの基本操作や関数、便利機能などを習得します。

時 9月14日～10月12日の水・金曜日(9/23を除く)

9:30～12:00(全8回)

所 総合福祉会館3階第3会議室

対 市内在住または在勤の女性で、マウス・キーボードの操作とローマ字入力ができる人

定 13人(先着順)

料 6,200円(教材費を含む)

持 パソコン

※レンタルは2,200円(先着2台)

講 ファインネット協同組合パソコンインストラクター

申 8月12日(金)～26日(金)に電話で

他 無料託児あり(要予約・先着10人・1歳程度以上の未就学児)

問 男女共同参画センター

☎22-0341(日・月曜日、祝日を除く)



女性創業支援セミナー

女性の起業を支援するための講座と相談会です。

時 9月7日・21日、10月12日、11月2日の水曜日

[講座] 10:00～12:00

[相談会] ①12:15～、②13:15～の各日2回

※講座は全4日の受講が必要です。

所 さあどぶれいすSAN(野中1136-5)

対 市内または市内近郊に在住し起業を考えている女性

定 講座:8人 相談会:各日4人

料 無料(飲食代実費)

申 8月1日(月)～8月31日(水)に母力向上委員会ウェブサイトで

他 会場の一部をワークスペースで無料開放します。キッズスペースもあります。

問 NPO法人母力向上委員会

☎78-0741

HP <https://haharyoku.com/>



創業支援セミナー

創業に必要な4つのスキル[経営・販路開拓・財務・人材育成]を学びます。

時 9月7日(水)・13日(火)・21日(水)・28日(水)の(全4回)

19:00～21:00

所 富士宮商工会議所2F大会議室
オンライン受講可

対 創業を考えている人または創業して間もない人

定 30人(先着順)

会場の定員は20人、オンラインの定員は会場の人数により変わります。

料 無料

講 株式会社エイチ・イーエル

申 8月1日(月)～8月31日(水)に、電話・ファクス・ビジネスコネクトふじのみやウェブサイトまたは窓口で

問 商工振興課

☎22-1295 FAX 22-1385

HP ビジネスコネクトふじのみや

[https://bizconnect-](https://bizconnect-miya.com/)

[miya.com/](https://bizconnect-miya.com/)



第35期竜王戦第3局富士宮対局のおやつ選びコンテスト



10月28日(金)と29日(土)に、将棋のタイトル戦の中でも最高位となる第35期竜王戦七番勝負の第3局が、割烹旅館たちばな(野中)で開催されます。

対局の休憩時間に、藤井聡太竜王と挑戦者に提供する「おやつ」選びコンテストを開催します。

コンテストに応募した市内の菓子店や飲食店の「おやつ」の中から、藤井竜王と挑戦者に食べてほしい地元自慢の「おやつ」7品(和菓子3品・洋菓子4品)を選ぶための投票を受け付けます。選ばれた7品は、最終審査を経て「おやつ候補メニュー」として紹介されます。

応募方法

インターネット投票

時 8月9日(火)～31日(水)

申 電子申請で

HP トップページ>富士宮市について>シティセールス>市制施行80周年記念第35期竜王戦第3局富士宮対局



写真展示投票

時 8月9日(火)～18日(木)

所 市役所1階市民ホール

問 地域政策推進室 ☎22-1215

補助・助成

住民税非課税世帯などに対する臨時特別給付金

新型コロナウイルス感染症の影響で生活が困窮している世帯に、10万円を給付します。

支給対象

①住民税非課税世帯

対 市内在住(令和4年6月1日時点)で、令和4年度住民税(均等割)が非課税の世帯

※令和3年度非課税世帯は除く

申 確認書(10月7日(金)までに届きます)を郵送で

②家計急変世帯

対 新型コロナウイルス感染症の影響で令和4年1月以降の収入が減少し、「住民税非課税相当」と認められる世帯

申 9月30日(金)までに申請書(市公式ウェブサイトにあります)を郵送または窓口で

支給額

1世帯当たり10万円

問 富士宮市臨時特別給付金コールセンター ☎0570-022-228

HP トップページ>市民の皆さんへ>健康・福祉>福祉>住民税非課税世帯等に対する臨時特別給付金について



事業者

消費税インボイス制度説明会

令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式として新たに導入される「インボイス制度」について説明します。

時 8月22日、9月26日、10月24日の月曜日

10:00~11:00、13:30~15:00

所 富士税務署(富士本市場297-1)

対 消費税の仕組みから知りたい人

申 事前に電話で

問 富士税務署 法人課税第一部門 ☎0545-61-2460

お知らせ

台風シーズンに備えよう



台風が近づくと、豪雨や土砂災害、河川の氾濫、暴風や竜巻などによる突風の発生など、さまざまな災害が同時に起きることがあります。台風の接近が予想される時は、自宅の周りや周辺水路の清掃・点検、非常持出品の準備、避難所や避難経路の確認など、事前に台風や豪雨に備えてください。

「富士宮市防災マップ」は、市役所地下1階危機管理局または市公式ウェブサイトにあります。

問 河川課 ☎22-1219

HP トップページ>市民の皆さんへ>安全・安心なまちづくり>防災>富士宮市防災マップ



戦没者追悼式

過去の戦役における犠牲者の死を悼み、世界平和を祈念して、戦没者追悼式を行います。また市内小中学生の「平和を想う作文コンクール」表彰式を行います。

時 8月15日(月)10:45~(開場10:15~)

所 市民文化会館大ホール

他 城山公園の慰霊平和塔を

13:00~14:00まで開放します。

問 福祉企画課 ☎22-1457

黄色いハンカチの価格が上がります

原材料価格高騰のため「わが家は大丈夫!黄色いハンカチ作戦」で使用する黄色いハンカチの販売価格が、9月1日(木)から上がります。

改定前 1枚400円 → 改定後 1枚500円

問 危機管理局 ☎22-1319

総合防災訓練

9月1日(木)の「防災の日」に合わせて、各地区の自主防災会が、8月28日(日)に防災訓練を行います(別の日に行う地区もあります)。

防災訓練に参加し、家族でも防災について話し合しましょう。

家族で話し合う時に活用できるパンフレット「家族で防災会議」は、市役所地下1階危機管理局または市公式ウェブサイトにあります。



問 危機管理局 ☎22-1319

HP トップページ>市民の皆さんへ>安全・安心なまちづくり>防災>地震への備えを今始めよう



防災ラジオの無料配布



対 次を全て満たす人
・昭和22年4月1日以前に生まれた人
・一人暮らしの人
・市民税が非課税の人

持 身分証明書(運転免許証や保険証など) 認め印(代理の人のみ)

申 8月1日(月)~2月28日(火)に窓口で

問 危機管理局 ☎22-1319

水道メーターの取り替え

設置後7年を経過した水道メーターを無料で取り替えます。

市から委託を受けた指定給水装置工事事業者が9月に訪問します。

メーターボックスの周りや上に、作業の支障となる物を置かないでください。

対 泉町、内房、大鹿窪、上柚野、神田川町、源道寺町、下稲子、下柚野、城北町、田中町、中里東町、中島町、野中東町、羽鮒、穂波町、宮北町、淀師、淀平町、若の宮町

問 水道業務課 ☎22-1158

交通事故の補償問題で困っている人へ

交通事故紛争処理センターでは、交通事故の被害にあった場合、交渉に不慣れで示談をめぐる損害賠償の問題で困っている人に、センターの弁護士が当事者間の紛争の早期解決のお手伝いをします。

弁護士費用は、解決するまで一切かかりません。

まずは電話してください。

問 (公財)交通事故紛争処理センター 静岡相談室 ☎054-255-5528

眠っている食料品は食料回収ボックスへ



缶詰や乾麺、レトルト食品、お菓子など家庭に眠っている食料があったら、寄付してください。

寄付された食料品は、NPO法人「フードバンクふじのくに」を通して、生活困窮者などへ無料で提供します。

時 8月1日(月)～31日(水)

※上記期間外も随時受け付けます。

所 市役所1階福祉総合相談課前に回収ボックスがあります。

対 常温保存で賞味期限が2か月以上の食料品

問 福祉総合相談課 ☎22-1561

道路は安全に正しく使おう

「樹木や草が道路上に張り出している」という通報が増えています。

樹木は、所有者が適正に管理しなければなりません。

道路上に張り出した樹木が倒れると、歩行者や自動車の通行の妨げになります。それが原因で事故が発生した場合、所有者は損害賠償を請求されることもあります。

道路上に張り出している樹木があっても、災害など緊急性がある場合を除き、法律で所有者以外の方が刈払いなどをすることができません。

所有者は、私有地の樹木や草が道路沿いに張り出していないか定期的に確認し、剪定や草刈りをするなどして、正しく管理してください。



問 管理課 ☎22-1156

特定外来生物(植物)を見つけたら抜き取る



オオキンケイギク

鮮やかな黄色い花のオオキンケイギクは、特定外来生物(植物)で、市内でもよく確認されています。

繁殖力がとても強いので、一度定着すると、もともと国内にあった草木を枯らします。

その他の特定外来生物(植物)も市内で確認されています。

問 花と水と緑の課 ☎22-1169



オオカワヂシャ



アレチウリ



オオハンゴウソウ

生態系を守るために、**見つけたら、根から抜き取り、すぐにゴミ袋に入れる**など、繁殖や種の拡散を防ぎましょう。

わが家の スター



堀江 なぎせ 凧たかさん
R3.11.22生
感情が芽生え、
お喋りも。
わが家の天使です。



屋良 りゅうき 琉葵りゅうきさん
R3.8.16生
カメラ目線が可愛い
琉ちゃん♡

写真募集

写真と一緒に、子どもの氏名(ふりがな)・生年月日・住所・電話番号・家族の氏名・コメント(30字以内)をメールまたは郵送で送ってください。

掲載は、先着順・子ども1人につき1回です。

[メール]

件名:わが家のスター応募

✉ koho@city.fujinomiya.lg.jp

[郵送]

〒418-8601

富士宮市役所 広報課

**広報ふじのみやの
感想を聞かせてください**
抽選でさくやちゃんグッズプレゼント

郵送またはインターネットで

- ◆広報ふじのみやの感想
- ◆希望賞品(A~C)
- ◆郵便番号、住所、氏名、電話番号

※寄せられた感想の一部を紙面に掲載します。

送付先 〒418-8601 (住所不要)
広報課 宛

インターネットはこちら→



キャンバスタートバッグ

(定価1,000円)

ここで買える[※] ①②

A グレー

B カーキ

C ネイビー

事業者のみなさんへ
さくやちゃんグッズを
つくりませんか

イラストは140種類以上

市のプレゼント企画の景品やイベント記念品、ふるさと納税返礼品などに活用できるさくやちゃんのイラストを使った商品をつくりませんか。食品・文房具・生活用品・パッケージへの使用のみもOK! まずは、ご相談ください。

応募締切 8/20(土)

※当選者の発表は、9月上旬頃の賞品の発送をもって代えさせていただきます。

※応募は、月に一人1回までです。

HP トップページ>富士宮市について> 広聴・広報>富士宮市さくやちゃん> 広報ふじのみや読者プレゼント

問 広報課 ☎22-1119

さくやちゃんグッズここにあります

- ① 文具の蔵Rihei (宮町8-29/☎27-2725)
- ② 小田急西富士ゴルフ倶楽部 (内野1291-1/☎54-2000)

掲載の商品は、店頭または電話での予約販売です

LINE さくやちゃんスタンプ



大宮

矢立池の碑

鎌倉時代の初めに富士の裾野*1で巻狩*2を行った源頼朝が、矢を射立てたところから清水が湧き出し、その湧き水が矢立池になったといわれています。

その他にも、大宮町誌(1930年)では、墨つぼが「矢立」といわれるため、池の水で墨を磨ったという説や、山の神に矢を手向けてから狩りをする風習があったため、弓矢に関連しているという説があります。



現在、池は埋め立てられ、石碑のみ残されています

- ※1 現在の裾野市や御殿場市、富士宮市(朝霧高原一帯、人穴、白糸、上井出、北山など)
- ※2 イノシシやシカなどの獲物を大勢で四方から取り囲み、追い詰めて射止める狩りのこと



二つ石

矢立池の近くにある「二つ石」といわれる大きな石は、源頼朝が馬に乗るときに踏み台にしたといわれています。



歩く博物館 H東コース<大宮東地区> 旧大宮町東地区をめぐるコース

市役所6階文化課、郷土資料館(文化会館内)、出張所または市公式ウェブサイトなどにあります。

HP トップページ>市民の皆さんへ>教育・文化・スポーツ>郷土資料館>歩く博物館



大宮町鉄道馬車会社発着所の碑

馬車鉄道は、レール上の客車や貨車を馬が引いて運ぶ鉄道で、明治時代に各地で運行し、市内にも富士馬車鉄道と富士軌道の2路線が敷かれました。

富士馬車鉄道は、明治23(1890)年、鈴川駅(現在のJR吉原駅)~大宮町駅(現在の弓沢町)間で開通し、後に松山町駅(現在の西町)まで延長され、大正時代の終わりまで運行しました。鈴川駅から松山町駅までは、約2時間かかり、毎日上下各15本の馬車が運行していました。



富士馬車鉄道「大宮町駅」発着所跡には、記念碑が建てられています。

富士軌道は、明治42(1909)年、製紙工場や製材所への木材搬送を目的に大宮(現在の中央町)~上井出間で開通し、昭和13(1938)年バスの登場によって廃止されました。

富士山麓の傾斜地を馬力で登れるよう、傾斜の緩い場所を選んで軌道が敷かれました。市内各地では、今もその跡を見ることができます。



歩く博物館ガイドブック

全24コースの地図と解説付きです。

- 料 500円
- 申 市役所6階文化課、埋蔵文化財センターの窓口で
- 他 郵送で購入したい場合は、電話またはメールでお問い合わせください。
- 問 文化課 ☎22-1187
✉e-bunka@city.fujinomiya.lg.jp

有料ガイドブック



暮らしのなかに

一人一人が少し工夫するだけで、誰かの優しい暮らしにつながります。できることから一つずつ、暮らしのなかに取り入れてみませんか。

富士山を守り未来につなぐ

エスディー・ジーズ

富士山SDGs

富士宮市に住むわたしが、これからもずっとこのまちで生き続けるためにみんなで取り組む目標です。

できることから一つずつ、一人一人が意識して行動しましょう。

ここでは、富士宮市の取り組みを紹介します。



自然の恵みを活かして、食料の生産を支援し、安全なものを提供します。

自然環境を壊さずに、特色あるさまざまな食材を安全に生産し地域で消費できるよう、農地を土壌汚染や災害から守ったり、農作物が長い期間作られていない田畑を再生するなどの取り組みを続けています。



富士宮市のSDGsへの取り組みを市公式ウェブサイトで紹介しています。

HP [トップページ](#)>[富士宮市について](#)>[市政の運営](#)>[推進事業](#)>[地方創生に向けたSDGs](#)



富士宮産の牛乳を子どもたちに



富士宮市の生乳生産量は、県内の約半分を占めています。

「子どもたちに富士宮産100%の牛乳を飲んでもらおう」と、市内の酪農家が集まり、平成28年に(株)富士の国乳業を設立しました。

富士宮市・富士市の小中学校では、平成30年度から富士の国乳業の牛乳を学校給食で提供しています。

問 企画戦略課 ☎22-1113 FAX 22-1206

みんなで進めるデジタル化

ディー・エックス
DX

DXとは、私たちの暮らしを快適で便利にするためにデジタル化を進めることです。



マイナポータル

マイナポータルは、国が運営するオンラインサービスです。マイナンバーカードを使うと、さまざまな行政手続きや、スマートフォンなどでお知らせを確認することができます。

サービス(例)

行政手続き



マイナンバーカードの健康保険利用申し込み



公金受け取り口座の登録・変更



国民年金への加入など



確定申告の医療費控除

富士宮市のデジタル化への取り組みを市公式ウェブサイトで見ることができます。

HP [トップページ](#)>[富士宮市について](#)>[市政の運営](#)>[総合計画](#)・[各種計画](#)>[富士宮市DX](#)



マイナポータルを利用するには、マイナポータルのサイトで情報の登録が必要です。



お知らせの確認



自分の所得や住民税の情報を調べる



年金関係などのお知らせを受け取る



年金記録や見込み額を確認する



加入している健康保険証を確認する



確定申告などのお知らせを受け取る



薬剤・医療費・健康診断を確認する

問 デジタル推進課 ☎22-1116 FAX 22-1205



ごみ・リサイクル

【問い合わせ】
生活環境課 ☎ 22-1137 FAX 22-1207

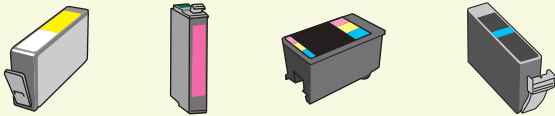
一人1か月の目標
りんご1個分の
ごみを削減しよう

【ごみ情報配信中】



資源ごみのリサイクル

インクカートリッジ



市内の出張所や公民館などで、全てのメーカーの家庭用インクカートリッジを回収しています。

回収した後、新しいインクカートリッジにリサイクルされます。

【回収場所】

市役所 4階生活環境課・上野出張所・上井出出張所・北山出張所・白糸出張所・芝川出張所・富丘交流センター・南部公民館・富士根南公民館・富士根北公民館・西公民館・柚野公民館・芝川公民館・大富士交流センター・駅前交流センター

廃食用油



サラダ油

ごま油

オリーブオイル

市内のガソリンスタンドや出張所で、回収しています。回収した後、発電機の燃料や床ワックスなどにリサイクルされます。

【回収場所】

赤池石油(猪之頭)・和出石油(下条)・植松商店(山宮)・星谷石油(北山)・駿河石油(株)セルフ富士宮(小泉)・土井石油(山本)・(株)池田油店朝日町SS(淀平町)・眞野石油(黒田)・ムラカタ(株)セルフ富士宮(宮北町)・芝川出張所(長貫)・清石油モータース(西山)・西東石油(株)セルフみそのだいら給油所(三園平)

ふとん類のリサイクル

清掃センターで、ふとん類を回収しています。回収した後、海外に輸出し再び使用されます。

【ふとん類の回収】

時 火曜日～金曜日 13:00～15:00

所 清掃センター

他 ひもで縛らず、持って来てください*

※燃えるごみとして集積場に出す場合は、ひもで縛ってください。

問 清掃センター ☎ 58-2667



ごみダイエットプロジェクト

ごみの減量化と資源化を推進するために「ごみダイエットプロジェクト」に取り組んでいます。

生ごみの水キリ

生ごみの70～80%は、水分だといわれています。捨てる前にギュッとひとしぼりすると、ごみ袋が軽くなり、嫌な臭いがなくなります。

水キリのコツ

- ①野菜は皮をむいてから洗うなど、調理くずを水に濡らさないようにする。
- ②水切りネットを使う。
- ③生ごみを三角コーナーに一晩置き、乾燥させる。



食材の使いキリ

冷蔵庫の中身を定期的にチェックすると、食品のロス削減につながります。

毎月第3日曜日は「冷蔵庫クリーンアップデー」

冷蔵庫にある食材を使い切りましょう。

8月13日(土)～17日(水)

し尿の汲み取りはお休みします

8月8日(月)～12日(金)

燃えるごみのみ収集します



図書館

※中央図書館は毎週水・木・金曜日は19:00まで開館。
※駅前・大富士・富丘交流センターでも貸出・返却できます。

[休館日] 中央・西富士 ○ 芝川 ○ 共通 □

8						
日	月	火	水	木	金	土
	①	②	3	4	5	6
7	⑧	⑨	10	⑪	12	13
14	⑮	⑯	17	18	19	20
21	⑳	㉑	㉒	24	25	㉖
28	㉒	㉓	30	31		

9						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
4	⑤	⑥	7	8	9	10
11	⑫	⑬	14	15	16	17
18	⑱	⑳	21	22	㉓	24
25	㉖	㉗	28	29	30	

[市立図書館ウェブサイト]

図書の予約・検索・
貸出延長ができます。



HP <https://www.fujinomiyalib.jp/index>

図書館ボランティア研修会

本の配架などを行うボランティアをするための研修会です。

時 9月15日(木)14:00~15:30

9月16日(金)10:00~11:30

所 中央図書館 視聴覚ホール

対 市内在住・在勤の人または富士宮市立図書館を利用している人

定 各回10人(先着順)

料 無料 **講** 図書館職員

申 8月17日(水)9:00~申請書(中央図書館・西富士図書館・芝川図書館・交流センター・ウェブサイトにあります)を中央図書館窓口へ※家族による代理申請可・電話申込不可

問 中央図書館 ☎26-5062

レファレンス講座

「意外と身近な著作権」をテーマに、専門家が最新の事例を紹介します。

時 9月28日(水)14:00~16:00

所 中央図書館 視聴覚ホール

対 市内在住・在勤の人

定 20人(先着順)

料 無料

講 中津川浩淳さん(日本行政書士会連合会知財専門委員)

申 9月7日(水)9:00~電話または中央図書館窓口で

問 中央図書館 ☎26-5062

西富士図書館講座

「富士山を詠む~俳句を学ぼう」と題して、俳句の基本を学びます。

時 9月28日(水)13:30~15:00

所 西富士図書館多目的ホール

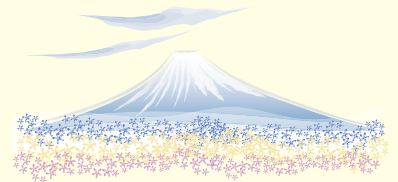
定 10人(先着順)

料 無料

講 渡井一信さん(郷土資料館長)

申 9月7日(水)~電話または西富士図書館窓口で

問 西富士図書館 ☎54-2020



文化会館

[問い合わせ]

☎ 23-1237 FAX 22-1494

[休館日]

第3月曜日

[市民文化会館ウェブサイト]

HP <https://fujinomiya-kosya.com/bunka>



宮JAZZ おがえりあみ いのうえめい 魚返明未&井上銘デュオコンサート



写真 垂水佳菜

東京藝術大学出身で気鋭のピアニスト魚返明未さんと、国内ジャズシーンをけん引するギタリスト井上銘さんのデュオコンサートです。

魚返さんは、2018年にSumitty & THE FUNFAIRのメンバーとして宮JAZZに初出演。昨年の金森もといトリオwith弦楽カルテット公演では、弦楽アレンジを担当、映画「菜」では西川悟平さん演奏の主題歌の編曲と劇中音楽を手掛けるなど、多方面で活躍中です。

井上さんは2011年にメジャーデビューし、ソロギターや自身のバンド活動をしながら、シンガーソングライターとしても活躍中です。

時 11月7日(月)18:30~

所 小ホール

料 一般 1,500円
高校生以下 500円

※当日は一般2,000円、高校生以下700円(全席自由)

申 8月17日(水)9:00~文化会館窓口で

電話またはウェブ予約可

問 文化会館 ☎23-1237





問い合わせ

南部公民館 ☎23-2818	富士根北 公民館 ☎23-3896	富士根南 公民館 ☎26-2211	西公民館 ☎22-3355	芝川公民館 ☎65-0402
柚野公民館 ☎66-0100	上野・北山 地域学習センター ☎58-0256	白糸・上井出 地域学習センター ☎54-1750	駅前交流 センターきらら ☎22-8111	大富士 交流センター ☎28-0024
			富丘 交流センター ☎21-3305	

講座名	実施日	時間帯	主催
	講師	料金	受付開始
手芸・工芸			
自分だけの植木鉢や一輪挿しを作ろう	9/2(金) 水島圭子さん(工房Kei)	午前 2,400円	根北 8/16
紙バンド教室	9/14~10/12(水) 望月久美子さん ほか	午後 4,000円	大富士 8/16
キャンドルのヒーリングライト	9/15(木) 杉本弘美さん	午後 2,900円	柚野 8/18
大人の折り紙(秋)	9/20(火) 清水裕香さん	午前 900円	白糸★ 8/18
スタンドグラス教室	9/21・28・10/5(水) 荒木延江さん	午前 4,000円	根南 8/23
干支のちりめん細工(A日程・B日程)	A日程:9/26・10/3・17(月) B日程:9/28・10/5・12(水) 河上尚子さん	A日程:午前 B日程:午後 2,400円	白糸★ 8/25
フラワーアレンジメント(秋)	10/2(日) 丸山恵子さん	午前 2,400円	大富士 8/30

講座名	実施日	時間帯	主催
	講師	料金	受付開始
スポーツ			
ゆったりヨガ～リンパマッサージ～《秋の教室》	9/9~10/21(金) 山田隆子さん	午前 2,400円~	根北 8/18
【長期】 ヨガ&ストレッチ	9/1~12/8(木) 村松美也子さん	夜間 4,000円	芝川★ 8/18
【長期】 木曜午後のピラティス	10/6~1/26(木) 佐野千穂さん	午後 4,000円	駅前 9/5
健康 のびのびストレッチ	10/24~11/28(月) 角田明日香さん	午後 2,000円	駅前 9/9

学術			
発見! 富士宮歴史塾	9/21~1/18(水) 渡井一信さん	夜間 2,000円	駅前 8/18

I T			
学・社連携講座 楽しく学ぶ 初級パソコン教室	9/7(水)・13(火)・21(水)・28(水) 星陵高校教諭 松下拓也さん 星陵高校生徒	夜間 1,600円	南部★ 8/12
スマートフォン活用術 【アンドロイド限定】	9/2~10/7(金) 平野謙武さん	午後 3,000円	芝川 8/18

料 理			
パン作り教室(秋)	9/24・10/8・22(土) 鈴木知子さん	午前 4,700円	大富士 8/23
発酵調味料「白たま」を使った料理教室	9/26(月) 遠藤香苗さん	午前 1,400円	駅前 8/25
無添加みそづくりと 麴の調味料	9/22(木) 深澤味噌店	10時~11時 or 11時~12時 2,700円~	西★ 8/30
マリトッツォやサラダ パンにアレンジ! DOI FARMのミルクパン	9/28(水) DOIFARM 土井智子さん ほか	午前 2,000円	上野 9/7



公民館公式Instagram

日々の活動の様子や、公民館の日常、講座のお知らせなどを投稿しています。



アカウント一覧

電子申請はこちらから



申し込み方法

各主催施設に電話で
(8:45~21:00)

★の講座は受付開始日
のみ電子申請可
(24時間受付)

きらら・大富士・富丘は
HPから申し込み可
(24時間受付)

受付開始日に定員を
超える場合は抽選

スケジュール(8/1~9/10)

令和4年7月21日現在の予定を掲載しています。開催日などは変更になる場合があります。

富士宮市救急医療センター

☎ 0544-24-9999 FAX 0544-24-9995

※ご利用の際は、健康保険証が必要です。

内科・小児科・外科	
平日	19:00~翌日8:00
土曜日	14:00~翌日8:00
日曜日・祝日・年末年始	8:00~翌日8:00
歯科(受付は16:30まで)	
日曜日・祝日・年末年始	9:00~17:00

緊急眼科医

診療時間 9:00~17:00

※医療機関が変更となる場合がありますので、必ずご確認ください。

日付	医療機関名	連絡先
8/7	花崎眼科(富士市青葉町)	0545-66-0100
8/11	富士宮ごとう眼科(西町)	0544-21-3100
8/14	加藤医院吉原分院(富士市中央町)	0545-57-3000
8/21	長野医院(富士市柚木)	0545-60-7100
8/28	ながかわ眼科(大岩)	0544-29-6000
9/4	阿部眼科(富士市柚木)	0545-61-5810

献血

日付	場所	時間
8/2	市役所北側駐車場	9:30~11:15
8/13	イオンモール富士宮	9:30~16:00*
8/20	イオンモール富士宮	9:30~16:00*
8/28	イオンモール富士宮	9:30~16:00*

*12:00~13:15は実施しません。

☎ 福祉企画課(☎22-1457)

教育委員会

日付	名称	時間
8/23	8月定例会	13:30~

※傍聴を希望する場合は、事前に連絡してください。

☎ 教育総務課(☎22-1182)

ラジオ FM84.4Mhz

番組名	放送日
富士宮市インフォメーション	月~金曜日の7:50、13:30、18:00
生電話インタビュー	金曜日13:30~
ときめき倶楽部(介護をしている人向けの情報)	金曜日11:00~
教えて!富士宮市長	8/12 7:42頃~
ヒーリングマインド・リーディング(図書館から本の紹介)	8/10・24 14:35頃~

緊急産婦人科医

診療時間 9:00~24:00

※医療機関が変更となる場合がありますので、必ずご確認ください。

日付	医療機関名	連絡先
8/7	富士宮市立病院(錦町)	0544-27-3151
8/14	板東レディースクリニック(杉田)	0544-28-5800
8/21	天神産婦人科医院(若の宮町)	0544-24-1322
8/28	小田部産婦人科医院(ひばりが丘)	0544-23-1182
9/4	富士宮市立病院(錦町)	0544-27-3151

税などの納期

日付	納期となる税など
8/1	保育料(7月分) 市営住宅使用料・駐車場使用料(7月分)
8/3	固定資産税・都市計画税(2期) 国民健康保険税(1期) 介護保険料(1期)
8/29	水道料金・下水道使用料(7月分) 後期高齢者医療保険料(1期)
8/31	保育料(8月分) 市営住宅使用料・駐車場使用料(8月分) 市民税・県民税(2期)
9/5	国民健康保険税(2期) 介護保険料(2期)

相談(祝日は実施しません)

場所:1階市民相談室

相談	日付・時間
①一般相談	月~金 8:30~17:00 (受付は16:30まで)
②外国人相談 日常生活全般のこと	月~金 9:00~16:00
③消費生活相談 商品やサービスなどの契約、悪質商法	8/3・10・17・24・31 13:30~相談終了
④弁護士相談 ※要予約 (相談日前日の12:00まで、先着7人) 法律に関すること	8/12 13:00~16:00
⑤司法書士相談 サラ金、登記、少額訴訟など	8/2・16 13:00~15:00
⑥行政書士相談 許認可申請や相続・離婚などに関する文書作成	8/19 13:30~16:30
⑧行政相談 国や特殊法人などに関する意見、苦情、要望	今月は実施しません
⑨人権相談 いじめ、差別、嫌がらせなど	8/16 13:00~16:00
⑩内職あつせん	毎週月・木(祝日を除く) 9:00~16:00
⑪弁理士相談 ※要予約 特許申請など	8/26 15:00~17:00
⑫創業相談 ※要予約 創業に関すること	8/23 10:00~15:00
⑬宅地建物取引士相談 不動産に関すること	今月は実施しません

☎ ①~⑨ 民生生活課(☎22-1196)

☎ ⑩~⑫ 商工振興課(☎22-1295)

☎ ⑬ 建築住宅課(☎22-1163)

場所:1階111会議室

相談	日付・時間
年金相談 ※要予約	8/25 10:00~15:00

☎ 富士年金事務所(☎0545-61-1900)

市役所休日開庁日 8/7(日)・9/4(日) 8:30~17:00

取り扱い業務	窓口
<ul style="list-style-type: none"> 戸籍届出(出生・婚姻・死亡など) 住民異動届出(転入・転出・転居など) 印鑑登録申請・廃止届 各種証明書交付(住民票・戸籍謄抄本・印鑑登録証明書など) マイナンバーカード電子証明書の更新手続き パスポートの受け取り 	<p>※17:00以降の戸籍届出は市役所1階当直室で預かります。 ※富士市との相互交付の取り扱いは9:00~16:00です。 ※パスポートの申請はできません。 ※マイナンバーカードによる転入手続きができない場合があります。</p> <p>市民課 ☎22-1134</p>
<ul style="list-style-type: none"> 国民健康保険の資格取得、喪失届 児童手当、子ども医療費受給者証の申請 	<p>保険年金課 ☎22-1138</p> <p>子ども未来課 ☎22-1146</p>
<ul style="list-style-type: none"> 市税などの納税相談と納付 税務証明書の交付 	<p>※納税相談をご希望の場合は事前にご連絡ください。 ※申告を必要とする非課税証明書などは発行できません。</p> <p>収納課 ☎22-1129</p>

開庁時間延長 毎週水曜日 19:00まで ※水曜日が祝日の場合は実施しません

取り扱い業務	窓口
<ul style="list-style-type: none"> 印鑑登録申請・廃止届 各種証明書交付(住民票・戸籍謄抄本・印鑑登録証明書など) 	<p>※富士市との相互交付、住民異動届出は取り扱いできません。 ※戸籍届出(出生・婚姻・死亡など)は市役所1階当直室で預かります。 ※出張所、公民館、富士・大富士交流センターでは実施していません。</p> <p>市民課 ☎22-1134</p>
<ul style="list-style-type: none"> 市税などの納税相談と納付 税務証明書の交付 	<p>※納税相談をご希望の場合は事前にご連絡ください。 ※申告を必要とする非課税証明書などは発行できません。</p> <p>収納課 ☎22-1129</p>



まちかど写真館

未知の世界と繋がる「南極教室」



7月1日(金)、南極の昭和基地と大富士小学校が衛星通信で繋がり、現地の隊員とリアルタイムで交信しました。

熱湯を空中にまくと瞬時に凍ることのできる「お湯花火」やオーロラなど、南極ならではの自然現象が映像で紹介されると、児童たちは目を輝かせながら見入っていました。

「どうしたら隊員になれますか」という児童の質問に、隊長が「強い意志と情熱が大切」と回答すると、児童らは南極への夢を膨らませている様子でした。

癒しのインテリア「苔テラリウム」

7月11日(月)、駅前交流センターでは、美濃部園子さんを講師に迎え、14人の参加者が「美しい苔を使ったテラリウム」づくりに挑戦しました。

苔や観葉植物、溶岩、流木、フィギュアなどを自分好みにレイアウトすると、ガラスの中でオリジナルの世界が完成しました。

参加者からは、「自分で作ったからこそ愛着がわく」「見ただけで可愛くて癒される」などの声が聞かれました。



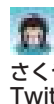
皆さんからの感想をお待ちしています (P25をご覧ください)

6月号の感想を一部抜粋して紹介します。

- ・市制80周年を盛り上げるのにふさわしい表紙で、モデルの親子がかわいく、ほのぼのとした気持ちになった。
- ・市制80周年のまちなみの歴史の写真に感動。子どもだった頃、富士宮駅前には鳥居があり、白糸の滝のすぐ横には土産物屋があったことを思い出し、懐かしく感じた。
- ・市職員募集の市役所の13人を見て、皆さんにぜひ頑張ってもらいたいと思った。プライベートも仕事も大切な時代だと感じた。

こちら編集室

この夏、初めて開催した富士山の開山を祝うイベント「富士山にトキメクふじのみや」では、多くの人が、地元企業の商品を買い求めたり、富士山SDGsにちなんだワークショップに参加しました。イオンモール富士宮・地元企業・市がコラボしてまちに賑わいを作れたことにとっても感動しました。(村)



さくやちゃん
Twitter

