

# 回 覧

令和 6 年 8 月 30 日

各組 組長各位

宮竹一・二丁目自治会

## 令和6年度 第6回役員会議題

### 1 令和6年度「敬老会」について

- (1) 対象者（80歳以上）は、一丁目41名、二丁目80名 計121名  
9月14日（土）～16日（月）に記念品の配布を予定しております。その他、米寿（88歳）6名に祝金1万円、傘寿（80歳）19名に祝金5千円がございます。
- (2) 令和6年度の「敬老会」式典は開催いたしません。

### 2 宮竹学区納涼夏祭りについて（主催：宮竹学区自治会連合会）

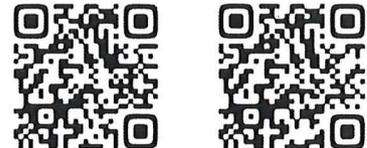
項 目	金 額	内 訳
収入 (a)	25,500 円	<売上>ポップコーン 25,500 円 @100 円×255 食
支出 (b)	49,320 円	<ポップコーン>材料費 49,320 円
収益(a-b)	-23,820 円	電源トラブルにより2時間販売できなかった為

自治会費からの支出（お弁当、飲料代）21,547 円  
準備及び片付け作業配付用の飲料代 22,138 円  
堀田内科医院様からご祝儀として10,000 円を頂戴致しました。  
※自治会活動へのご支援心より感謝申し上げます。

### 3 8月8日に南海トラフ地震臨時情報（巨大地震注意）が発表され1週間の呼びかけ期間を経て各家庭内での防災対策、備えを確認されたことと思っておりますがご案内いたします。家庭内での防災対策「防災チェックシート：別紙」や「非常用品持出袋」の有無を確認しましょう。

QR：家庭内での防災対策：静岡市公式 HP

QR：南海トラフ地震臨時情報発表時における静岡市の対応



### 4 自主防災会の備えについて

有事の備えと自治会活動での利活用を目的に、市の防災資機材等購入費補助金を活用し、応急資機材として①AED（自動体外式除細動器）230,040 円、②リヤカー（ノーパンクタイヤ）89,000 円、避難生活用資機材として③ソーラーパネル付き蓄電池 152,099 円、④その他交換補充備品 75,882 円を備える事業に対し8/7 市より決定通知を受けました。  
※自治会負担金額 274,021 円 補助金 273,000 円 総事業費 547,021 円

### 5 当番について

- (1) 古紙回収・・・毎月 第4水曜日 7:30～8:30（当番制なし）  
◆9月回収日：9月25日（水） ※ 雨の日も回収します。  
古紙は資源回収（ビン・缶）と同じ場所に8時30分までにお出し下さい。
- (2) 資源回収（ビン・缶）・・・毎月 第4火曜日 7:20～8:00（雨天決行）  
◆9月の当番：9月24日（火） 7-1組・10組、11組・12-1組  
同じ組の方へ回覧板を回す際に声かけするなど、組全員で対応をお願いします。  
※ 令和6年度の資源回収の当番は当番表を参照。
- (3) 防犯活動・のぼり旗当番・・・毎月 第4日曜日（組長のみ・雨天中止）  
◆9月の当番：9月22日（日） 4組・13組  
① 午前9時に、「公民館西側倉庫」より旗（担当組長各2本）を取出し、「ウエルシア駐車場・バス停側」角の「塩ビ管」に旗を立てる。

② 午後5時に、旗を片付け公民館西側倉庫に戻してください。

(4) 公民館清掃・・・毎月 第4日曜日 9:00~10:00

◆9月の当番：9月22日(日) 7-2組・15組(鍵当番15組 満園組長)

当番組長の方は、「チェックシート」のチェックをお願いします。

## 6 自治会会計報告

7月古紙等資源回収による収益金は100円でした。

## 7 公民館総務、会計報告

7月の公民館使用料収入は14,400円でした。(13団体、392人)

## 8 民生委員より報告～活動の紹介～

活動報告およびエンディングノートの活用について

## 9 地域安全推進員より報告

高松交番管内で、自転車盗・万引き被害が有りました。また、例年夏季は浴室の窓からスマホを利用したのぞきの被害が発生しています。気を付けて下さい。

## 10 体育委員会からのお知らせ

①先月の回覧板で9月29日(日)予定の「宮竹学区体育祭」の案内をしました。引き続き体育祭参加者の募集をしています。参加頂ける方は各組の体育委員または体育委員長鈴木まで連絡下さい。(電話番号 XXXXXXXXXX)

ご近所さんお誘いの上ご参加頂く様よろしく申し上げます。

②毎月1度開催しております「宮竹スポーツナイト」9/5、10/3、11/7、12/5、1/9、2/6、3/20、宮竹小体育館19時半~21時、事前申し込み不要、当日自由参加OKです。体育館シューズご持参ください。

③【組長にお願い】各種スポーツイベントの参加者募集チラシの回覧がある場合は、組長から体育委員のチラシに記載されている担当者へ、参加締切日程までに参加者を連絡してください。

## 11 婦人会より報告

夏祭りの盆踊りでは練習から多くの方に参加していただき暑い中ご協力ありがとうございました。当日も子供から大人まで楽しめたのではないかと思います。

## 12 子ども会より

①【夏祭り】お神輿参加人数(宮竹1・2丁目子供会のみ)・・・子供会会員22名中15人、兄弟関係5人。今年は、城南静岡高等学校地域貢献部の生徒さん5名にお手伝いに来ていただきました。当日、16時30分に公民館に集合し、子供達に法被を着てもらいました。16時45分に公園へ移動。高校生にお神輿を運んでもらいました。17時からお神輿練り歩き開始。高校生のお兄さん達が一緒にお神輿を担いでくれたので、子供達は楽に練り歩くことができました。

②【ラジオ体操】8月5日(月)・6日(火)・7日(水)の3日間、朝6時30分より高松公園にて行いました。体操終了後、凍らせたスティックゼリーを配りました。3日間皆勤賞の子は8人でした。皆勤賞としてサーティワンアイスの商品券をプレゼントします。朝から蒸し暑い3日間でしたが、みんな元気に参加してくれました。保護者の皆様、そして自治会の皆様の温かいご支援とご協力のおかげで、子ども達は無事に夏のイベントを楽しむことができました。ありがとうございました。

随時、子ども会の会員入会は受付中です「年会費は無料」お問い合わせは

[miyatake12.kodomokai@gmail.com](mailto:miyatake12.kodomokai@gmail.com) 平濱までお願いします。

### 13 交通安全会より

交通安全会は毎月 10 日、20 日、30 日のいずれかの日程にてのぼり旗の掲出活動を実施しております。（雨天の場合は中止）

### 14 自治会連合会の報告（詳細は別紙「会長の報告資料」を参照）

- ① 8/3 第 27 回宮竹学区納涼夏祭り（高松公園）
- ② 8/9 第 5 回駿河区自治会連合会理事会（みなくる）
- ③ 8/23 宮竹学区連合会定例会（宮竹小）【深堀会長参加】

### 15 その他

#### (1) 団体傷害保険について

自治会の行事・活動において怪我などをされた場合には、宮竹一二丁目自治会では傷害保険（学区連合団体）に加入していますので、自治会役員にお申し出ください。

#### (2) 自治会の今後の予定

- ・ 高松公園の一斉清掃 : 10月27日（日）8:30～10:00
- ・ 自治会費・公民館建設資金の集金 : 10月14日（月）より

#### (3) 防犯灯について

宮竹一・二丁目に設置の防犯灯の滅灯など不備がありましたら組長に連絡をお願いします。

連絡を受けた組長は、役員会にて役員へ報告をお願いします。

### 16 三役会議、広報仕訳について

9月13日（金）19:00～三役会議

9月26日（木）19:00～広報仕訳作業 ※終了後三役打合せ

### 17 次回役員会について

第7回役員会 9月27日（金）19:00～20:00

※ 時間厳守をお願いします。

### 18 広報物等配布について

定例会にやむを得ず欠席された組長は、広報物等を公民館西側「宅配ボックス」に入れておきますので、原則翌日までに取りに来ていただくようお願いいたします。

### 19 ホームページで回覧板が容易に閲覧可能

回覧板が回ってこなくても、月末には最新の情報を閲覧することができます。

その他、

「ごみの出し方ガイドブック」、「不燃ごみの受付サイト案内」、

「主な活動内容やお知らせ」、「イベント情報」など

適宜更新しておりますので、是非ご活用ください。

#### 【閲覧手順】

- ・ スマホやパソコンから「宮竹自治会」とウェブ検索すると一番にヒットします。
- ・ 会員ページに入ると PDF データで月ごとに保管されており、最新のものは上段に配置されております。



ホームページQRコード

2024年8月23日

宮竹一・二丁目自治会長

深堀 祐一（備忘録）

## 回覧

### 宮竹学区自治会連合会 8 月度(8/23)定例会について

宮竹小学校体育館 2 階会議室において宮竹学区自治会連合会の定例会が開催され参加しましたので、役員のみなさんへ情報共有のため要点について以下のとおり報告いたします

詳細に関しては、配布資料一式を自治会ホームページの組長ページ（閲覧制限）にリリースしましたので参照下さい。この資料は役員会後に回覧板に添付いたします

#### 1. 連合会からの報告

##### (1) 活動報告

- ① 7/25 夏祭り盆踊り練習会（宮竹小）
- ② 7/29 静岡市長なんばたかし市政報告会（ブケトーカイ）
- ③ 8/3 第 27 回宮竹学区納涼夏祭り（高松公園）
- ④ 8/9 第 5 回駿河区自治会連合会理事会（みなくる）
- ⑤ 8/23 宮竹学区連合会定例会（宮竹小）【深堀会長参加】

##### (2) 今後の活動予定

- ① 8/29 登下校児童見守りボランティア活動の再開
- ② 9/7 南中学校区青少年健全育成会（南中学校）
- ③ 9/22 宮竹学区体育祭の事前準備会（宮竹小）

##### (3) 確認・討議事項

- ① 今後の宮竹学区納涼夏祭りについて
  - a) 決算書内容について報告
  - b) アンケート依頼（次年度に向けた意見聞き取り）
- ② 12 月防災訓練の再確認  
12/1（日）学区合同で耐震性貯水槽訓練を中心に高松公園で実施する  
8月8日南海トラフ地震臨時情報が発表されてからあらためて災害時の備えとして「防災チェックシート」を活用し自助の意識づけ「非常用品持出袋」の有無を確認するなど注意喚起をしていこうと案内があった

##### (4) 配布資料

- ① 令和 6 年度 宮竹学区自治会連合会／定例会 8 月度次第
- ② その他、部会などの資料を含め 26 項

(5) 副会長・会計・総務からの報告

- ① 8月度活動について報告がなされた（別紙参照）
- ② 令和6年度静霊奉賛会会費の報告がなされた（別紙参照）

自治会名	令和元年度	令和2年度	令和3年度	令和4年度	令和5年度	令和6年度
高松一丁目	¥11,000	¥11,000	¥11,000	¥11,000	¥11,000	¥11,000
高松二丁目	¥17,700	¥17,700	¥17,500	¥17,500	¥17,500	¥17,500
宮竹1・2丁目	¥19,500	¥19,500	¥10,000	¥10,000	¥10,000	¥10,000
敷地一丁目	¥16,500	¥16,500	¥16,500	¥16,500	¥16,500	¥10,000
敷地二丁目	¥15,600	¥15,600	¥15,000	¥15,000	¥15,000	¥15,000
下島北	¥17,000	¥10,000	¥10,000	¥10,000	¥10,000	¥10,000
合 計	¥97,800	¥90,300	¥80,000	¥80,000	¥80,000	¥73,500

2. 各自治会からの報告

(1) 敷地2丁目、下島北、高松1丁目、高松2丁目、宮竹1・2丁目、敷地1丁目

① 敷地二丁目

- 1. 毎月実施している公園清掃に国際研修支援センターの外国人数名が参加したいと問い合わせがあったがどの様に対応すべきか相談があった（自治会内で判断していただくように確認された）

② 下島北

- 1. ごみ集積場が無くなってきている、公園周辺など限られ民家に隣接する置き場が少なくごみ集積場が遠く不便な状況との相談があった（他自治会も事業所へ協力要請する他ないとの情報共有がされた）

③ 高松2丁目

- 1. 子ども会復活に向け8月イベントとして「流しソーメン会」を実施したが、目当ての子供参加は15名と大人の参加が多く厳しい状況であった。年明けのイベント「どんど焼き」で餅つきをあわせて予定し子どもたちに喜んでもらえる企画をしているとの報告がなされた

④ 宮竹一・二丁目

- 1. 子ども神輿でボランティア協力いただいた城南静岡の地域貢献部6名のサポートにより子どもや子ども会役員の負担が軽減され手伝いに来ていただきとても助かったと子ども会会長より報告を受けた
- 2. 夏祭りの模擬店で電源の供給が悪く1.5時間ほど販売できなかったことから並んでいただいた町内の方々に迷惑をかけ残念であったがその他は予定通り販売できた

3. 各部会等からの報告

- (1) PTA
- (2) 交通安全会
- (3) 子供会
- (4) 婦人会
- (5) 施設利用
- (6) 社会福祉協議会

- (7) 民生・児童委員協議会
- (8) 見守りボランティア 配布資料にて報告された
- (9) 体育振興会

1. 9/29（日）宮竹学区体育祭について

2024年8月23日

宮竹学区自治会関係者各位

宮竹学区体育祭  
連合会長 木下俊也  
運営委員長 小林拓矢

平素は、学区諸行事に格別のご理解とご協力をいただき誠にありがとうございます。  
今年度も第34回宮竹学区体育祭を9月29日（日）に開催する運びとなりました。  
つきましては、下記の通り運営人員のご協力をお願い申し上げます。

記

	高松1	高松2	宮竹12	敷地1	敷地2	下島北	合計（人）
審判	9★	9★					18
用具			9★	9★			18
進行					9★	9★	18
放送		2					2
合計	9	11	9	9	9	9	56

★印の体育委員長を責任者とします。  
\*放送係（アナウンス）→令和6年度 高松2丁目  
\*放送係は、高松1丁目（スタート）から順番にまわります。

■9月22（日）全体説明会（19時30分 宮竹小体育館）  
【説明会への出席を御願います】  
◎連合会3役及び各自治会会長  
◎各自治会体育委員及び放送係（アナウンス担当者）※全員出席  
◎PTA2名（景品担当）  
◎子供会2名（景品担当）  
【全体説明会の出席は必要ありません】  
◎婦人会3名（接待・救護・受付係）※大会前日に説明します。  
◎交通安全会6名（交通整理・見回り）※当日説明します。

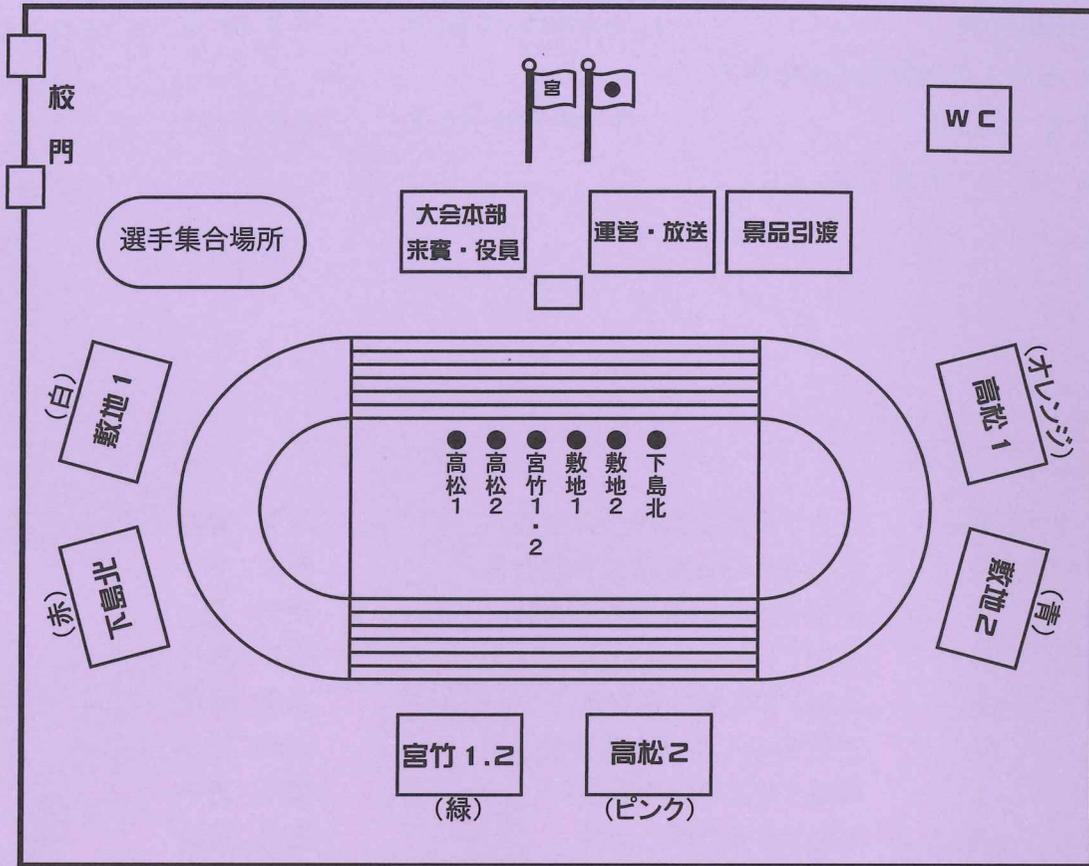
■9月28日（土）会場設営（13時30分より）  
◎本部設営で各自治会から4名の応援をお願いします。  
◎各自治会でテント2張り設営に必要な人数の調整をお願いします。  
※大会当日の本部設営があった場合は、各自治会から応援をお願いする場合がございます。

■9月29日（日）大会当日は7時30分、宮竹小学校グラウンドに集合して下さい。  
※9月29日（日）雨天の場合延期10月6日（日）となります。

4. 今後の連合集会日程

定例会 2024年9月24日（火）19時30分～（宮竹小クラブ室）

ーグラウンド配置図ー



ご案内 体育振興会下期行事カレンダー

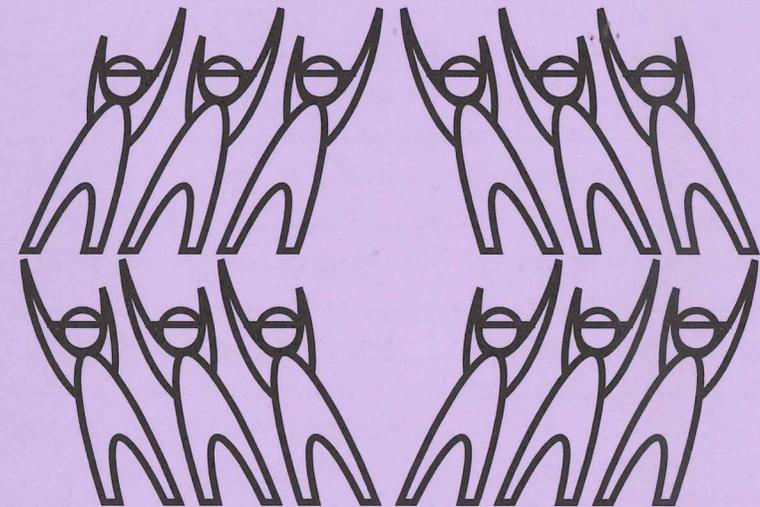
イベントに参加して地域の皆さんと交流しましょう

10月 3日(木)	宮竹スポーツナイト	宮竹小体育館	12月 5日(木)	学区ポッチャ練習	宮竹小体育館
10月 6日(日)	宮竹学区体育祭予備日	宮竹小運動場	12月12日(木)	学区ポッチャ練習	宮竹小体育館
10月13日(日)	駿河区民体育大会	西ヶ谷総合競技場	12月15日(日)	学区ポッチャ大会	宮竹小体育館
10月31日(木)	学区ディスコン練習	宮竹小体育館	1月 9日(木)	宮竹スポーツナイト	宮竹小体育館
11月 7日(木)	宮竹スポーツナイト	宮竹小体育館	1月19日(日)	学区スカイクロス大会	宮竹小運動場
11月 7日(木)	学区ディスコン練習	宮竹小体育館	1月26日(日)	駿河区婦人バレーボール大会	清水総合体育館
11月10日(日)	学区ディスコン大会	宮竹小体育館	2月 6日(木)	宮竹スポーツナイト	宮竹小体育館
11月17日(日)	駿河区民ディスコン大会	清水総合体育館	2月 9日(日)	チャレンジスポーツDAY	清水総合体育館
11月24日(日)	駿河区民スカイクロス大会	有度山競技場	3月 2日(日)	チャレンジスポーツラリー	清水総合体育館
12月 5日(木)	宮竹スポーツナイト	宮竹小体育館	3月20日(木)	宮竹スポーツナイト	宮竹小体育館

# 宮竹学区 体育祭

- 日 時 令和6年9月29日(日) 午前8時30分より  
雨天時は10月6日(日)
- 場 所 宮竹小学校グラウンド

## 第34回



みんなで体育祭を盛り上げよう!

主催：宮竹学区自治会連合会  
運営主管：体育振興会・スポーツ推進員

8:30~ 開会式

- (1) 全員入場・整列
- (2) 開会宣言 体育振興会会長 小林 拓矢
- (3) 国旗・自治会連合会旗掲揚
- (4) 大会会長挨拶 自治会連合会会長 木下 俊也
- (5) 来賓紹介
- (6) 競技上の注意 体育振興会会計 横山 充紀
- (7) 選手宣誓 宮竹1.2丁目自治会 体育委員
- (8) ラジオ体操 各自治会小学生代表 男女各1名
- (9) 一同礼・退場

9:00~ 競技

①	9:00~	パン食い競走	児童/小学生/学生/一般 自由参加	300名
②	9:30~	ボール送り	各自治会男女年齢不問 (学生2名迄可)	14名
③	9:50~	学年別障害物競走	小学1、2、3年生 自由参加	100名
④	10:10~	学年別障害物競走	小学4、5、6年生 自由参加	100名
⑤	10:30~	釣って景品ゲット	60歳以上男女 自由参加	80名
⑥	10:50~	デカパン競走	園児/幼児と保護者 自由参加	110名
⑦	11:10~	駿河玉入れ	各自治会小学生以下男女問わず	10名
			一般男女各15名 (中学生以上男女各5名まで可)	30名
⑧	11:40~	自治会対抗リレー	各自治会小学生男女	各2名
			一般男女	各2名

注1) ボール送りのボールは必ず手渡しで股の下を通過させ投げないで下さい

注2) 駿河玉入れのカゴは大人と小学生で高さを変え、小学生から先に玉を入れます

注3) 自治会対抗リレーは男女混合リレーとし、全員100m 走とする

11:50~ 閉会式

- (1) 全員入場・整列
- (2) 総評 自治会連合会会長 木下 俊也
- (3) 国旗・自治会連合会旗降納
- (4) 閉会宣言 体育振興会副会長 太田良 尚美
- (5) 一同礼・全員退場

大会役員

大会会長	宮竹学区自治会連合会会長	木下 俊也
大会副会長	宮竹学区自治会連合会副会長	安田 博
委員	宮竹学区自治会連合会会計	園田 薫
委員	高松1丁目自治会会長	漆畑 真弓
委員	高松2丁目自治会会長	遠藤 幸平
委員	宮竹1.2丁目自治会会長	深堀 祐一
委員	敷地1丁目自治会会長	田中 恵子
委員	敷地2丁目自治会会長	長島 亮治
委員	下島北自治会会長	森藤 敏夫

運営上のお願い

◎各競技参加者は競技開始30分前には必ず会場にて待機して下さい。

◎プログラムは競技の進行具合で多少早まったり遅れたりする事があります。

◎当日は学校内の遊具は事故防止のため使用できません。

◎競技中は参加者以外のお子様がトラック内に入らない様注意して下さい。

◎学校敷地内は禁酒、禁煙となっています、指定の場所以外での喫煙は出来ません。

◎会場には駐車場は用意してありません、お車での来場はご遠慮下さい。

◎学校施設は大事にきれいに使い、ゴミは各自持ち帰って下さい。



# 言葉で伝え合おう

令和6年7月19日  
静岡市立南中学校  
学校便り8月号

## 部活動の思い出

石丸友梨香

「ゴールド 金賞！」吹奏楽部経験者なら誰しも聞いたことのある、また、誰もがこの一声を願う、コンクールでの結果発表だ。銀賞と聞き分けられるよう、金賞だけこの発表の仕方がされる。

中学で吹奏楽部に入部し、大学まで吹奏楽を続けた。自分の学校の結果発表でこの言葉を聞いた瞬間は今でも忘れられない。演奏そのものはあっという間のものだったが、それまでの練習は同じフレーズを何度も繰り返し練習したり、曲の解釈のために作曲家を調べて部員と意見を交わしたりと、地道な取り組みが求められた。

早く辞めたいと何度も思った部活だったが、引退し振り返ってみると、仲間と一緒に悩み、練習に打ち込んだ時間、部活を通じて出会った仲間や指導していただいた先生方など多くの人たちとの出会いは、私の大切な財産であると今も強く思う。

教員になり、大会で勝っても負けても涙する部員達の姿に、これまでの練習での葛藤や頑張りを垣間見ることができ、自分も頑張らなくては、とパワーをもらう。また、大人になっても、生徒たちのすぐ近くでそれを感じることができるのは、教師という仕事についての醍醐味だ。

どの部活も様々な思いを抱えて向かう中体連・コンクールであろうが、仲間との出会いはもちろん、仲間と最後までやり通した、努力した、という事実は必ず自信になるはずだ。

中体連・コンクールの時期を迎え、中学生の頃、当たり前のように練習に打ち込んだ日常が、とてもありがたいものだったと特に感じる今日この頃の私である。



## 8・9月行事予定

8月		9月	
28日(水)	授業再開日 学校集会 避難訓練、地区別集会 午後カット	2日(月)	給食再開
29日(木)	定期テスト 午後カット	3日(火)	3年生 静岡県学力調査
30日(金)	定期テスト 午後カット	4日(水)	集金日
31日(土)	南中部活動なしの日	6日(金)	命の道徳 石巻市立門脇小学校で被災した 相沢進様を講師に迎え話を聞きます

# 静岡市総合体育大会 結果

「全力を出し切った。」「悔いが残る。」様々な思いとともに静岡市総合体育大会（市中体連）が終わりました。

<市大会結果>

野球				サッカー				男子バスケットボール						
南	1	-	3	日本平	南	0	-	0	清水八	南	9	-	75	袖師
南	6	-	6	清水七・八	南	4	-	0	袖師・庵原・飯田	南	16	-	58	観山
	(2)	-	(3)		南	2	-	0	大里・中島	南	43	-	56	大里
( )内は特別延長戦の得点				南	2	-	1	豊田	南	14	-	74	豊田	
ソフトボール				女子卓球				女子バスケットボール						
南	7	-	0	東豊田	南	0	-	6	翔洋	南	17	-	69	高松
南	15	-	0	清水二・飯田	南	2	-	4	清水六	南	19	-	91	安東
南	13	-	0	清水七・八	南	0	-	0	清水八	南	34	-	59	末広
南	10	-	1	オール長田	南	3	-	1	中島	南	30	-	82	由比
静岡市 第1位 県大会出場				南	3	-	0	清水一	男子バレーボール					
剣道				南	3	-	1	長田西	南	2	-	0	清水七	
南	5	-	0	末広	南	3	-	1	長田南	南	2	-	0	籠上
南	4	-	1	東	南	1	-	3	清水六	南	0	-	2	城内
南	3	-	1	オール長田	南	3	-	2	大里	女子バレーボール				
南	3	-	0	清水六	静岡市 第3位 県大会出場				南	2	-	0	大里	
南	0	-	3	翔洋	飯塚花音 第14位 県大会出場				南	2	-	0	清水袖師	
静岡市 第2位 県大会出場				男子卓球				南	2	-	0	末広		
櫻田 悠之 第4位				南	3	-	1	清水飯田	南	1	-	2	安倍川	
杉本 映人 第7位				南	1	-	3	長田南	ソフトテニス					
田中 宥成 第10位				南	2	-	3	賤機	南	2	-	1	豊田	
以上3名 県大会出場				水泳【中部予選】				南	2	-	1	清水四		
柔道				柗次金奏羽				南	1	-	2	清水五		
松永 凜音 軽量級準優勝				100m平泳ぎ 第1位				南	1	-	2	城山		
体操				200m平泳ぎ 第1位				杉山・澁谷ペア 第16位						
中村 希海 県総合5位				小山田 耀				県大会出場						
東海大会出場				200m自由形第2位				陸上競技部						
				椿 梨璃華				7月27日(土)に行われる						
				200mバタフライ第2位				予定です。3年生にとって						
								最後の大会となります。						

県大会・東海大会に出場する部活・選手もいます。9月号でお知らせします。

## 災害時に備えての防災チェックシート (一度、確認しましょう)

今すぐに行えることから始めよう

- 家具の固定はできていますか
- 強い揺れで物が落ちてこないですか

### 災害発生時の避難行動

- 下記の避難行動を家族と決めている
- 避難所へ避難
- 在宅避難
- 縁故避難
- 車中避難
- テント避難

### 災害時の持ち出し品

- 飲料水(1人、3リットル/日、7日以上)
- 食料品(調理の必要のないもの、缶詰、乾パン、チョコレート)
- 貴重品(通帳、印鑑、現金、健康保険証、身分証明書、アドレス帳)
- 医薬品類(常備薬、胃腸薬、鎮痛薬、お薬手帳)
- 携帯トイレ(1人、5回/日、7日以上)
- 懐中電灯、ランタン、笛
- ヘルメット、防災ずきん、軍手
- 衛生用品(ウエットティッシュ、タオル、洗面具、生理用品等)
- 衣類(下着、セーター、ジャンパー類)
- 寝袋、毛布、上履き、スリッパ
- ラジオ、予備電池、携帯電話、充電器
- 使い捨てカイロ
- 筆記用具(ノート、ボールペン等)

小さな子どもがいるご家庭は

- ミルク、ほ乳ビン
- 紙おむつ

# 事前に確認しておこう

## 避難所等

名称	住所	電話番号
指定避難所		( )
津波緊急避難場所等		( )
家族の集合場所		( )

## 家族の連絡先

名前	勤務先・学校	住所	電話番号	避難先
			( )	
			( )	
			( )	
			( )	

## 非常時の連絡先(親戚・友人の家への避難を検討しましょう)

名前	住所	電話番号	家族との関係
		( )	
		( )	
		( )	

## 非常持出品 (参考)

### ●貴重品

- 身分証明書
- 健康保険証
- 印鑑
- 通帳
- 現金 (小銭を用意)



### ●袋類

- ゴミ袋、レジ袋
- チャック付きビニール袋

### ●その他

- プラスチックコップ・紙皿
- スプーン・箸
- ティッシュ
- ウェットティッシュ



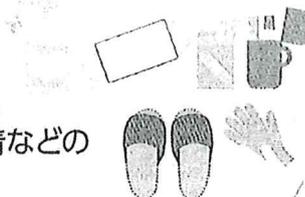
### ●水・食料など

- 飲料水
- 非常食



### ●衛生用品など

- マスク
- 消毒液
- 絆創膏
- 体温計
- 歯ブラシ
- タオル
- 軍手
- 下着・上着などの着替え
- 雨具、防寒着
- スリッパ
- レジャーシート
- 万能ナイフ



### ●小物道具類

- 懐中電灯
- 携帯ラジオ・防災ラジオ
- 乾電池
- 携帯電話、充電器



### ●必要な人は

- 処方薬・常備薬
- お薬手帳
- 衛生用品・生理用品
- おむつ・離乳食・乳児用ミルク
- 入れ歯・コンタクトレンズ・眼鏡



# 回 覧

令和6年8月30日

宮竹一・二丁目自治会の皆様へ

宮竹一・二丁目自治会  
会 長 深堀 祐一

## 古紙回収にご協力ください

2024年の古紙回収（毎月第四水曜日）

次回の回収日は

9月25日（水）

資源（ビン・缶）回収と同じ場所に  
8時30分までにお出し下さい

☆ 雨の日も回収いたします。



☆ この日に回収した古紙は、奨励金となって自治会に戻ってきます  
ぜひ、皆様のご協力をお願いします。

★ 業者が設置した古紙ステーション等に出された古紙は、奨励金の対象には  
なりません

☆ 回収の際の積み込み、片づけ等のお手伝いは必要ありません。

☆ 回収品目 新聞・折込広告・雑誌・カタログ・書籍・段ボール・紙パック等

- ・品目ごとに整理して出してください。
- ・細かいものは紙袋等に入れて下さい。
- ・新聞紙は白色の紙ヒモでしばって下さい。

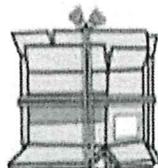
新聞紙



雑誌



ダンボール



古着



缶



# 教職に関心のある方募集

## R6 静岡市教職説明会開催

～静岡市立小中学校で臨時の先生してみませんか～

日時 9月21日(土) 9時00分～11時00分

会場 清水庁舎(静岡市役所)

3F ふれあいホール

参加費 無料(事前申込あり 当日受付も可)

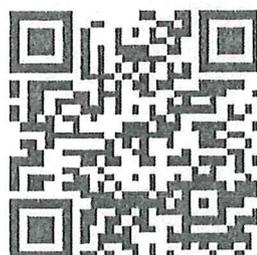
対象 教員免許を所有または取得見込みの方で  
現在静岡市立小中学校にお勤めでない方  
(昨年度、参加された方でも大歓迎!!)

持ち物 教員免許、更新講習修了確認証明書等

(持参しなくても可)

今年は、昨年度質問が多かった項目について詳しく説明します。

【事前申し込みはこちら】



### 【プログラム】

- ・静岡市小中学校教員の任用状況
- ・臨時講師、非常勤講師について
- ・最新の教育事情
- ・教職免許法一部改正について
- ・質疑応答 など

主催 静岡市教育委員会 教職員課 TEL (054) 354-2508

利用  
無料

# お仕事探しでお困りの方 一人で抱え込まないでまずは相談を

## 令和6年度静岡市インクルーシブ雇用推進事業

静岡市では市内在住の障害者手帳をお持ちではない障がいのある方、難病患者、ニート、ひとり親などで就労にお困りの方を対象に就労に向けた相談支援、マッチング支援等を行っています。

ご自身はもちろん、ご家族の方もお気軽にご相談ください

### こんなお悩みはありませんか？

障害者手帳はないけど障がいがあって、同じ仕事が長く続かなくて……



卒業してから就労経験がなくて、働くことが不安……



フルタイムで仕事をしたいのにひとり親だとなかなか採用してもらえない



難病があっても、働けるのに仕事が決まらない

## 就労までしっかりサポートします！

1

話してみましょう  
**相談・面談**

得意なことや苦手なことを見つけるなど、自己理解を深めます。

予約制でじっくり相談  
ご家族の同席もOK

2

役立っ！  
**就労準備**

必要な訓練などを受け、就労前の準備を整え、職場体験や実習を行います。

就労相談支援員が一緒に考えます！

3

やってみましょう  
**就職活動**

自分にどういった仕事に向いているのか支援員と一緒に探して、求人などに応募します。

履歴書の書き方や面接の受け方などもフォローします！

ご相談のお申込み方法は裏面をご覧ください

令和6年度静岡市インクルーシブ雇用推進事業事務局

受託事業者

一般社団法人コネクトラボ

🏠 静岡市葵区七間町14-7 ☎ 054-204-1261 ✉ info@connect-lab.or.jp

受付時間：月曜日～金曜日10時～16時（祝日、8/13～8/15、12/29～1/4を除く）

# 就労相談は予約制です。ご利用は無料です。

ご相談のお申込みは下記のフォームからお願いいたします

 <https://forms.office.com/r/Cayi2hbuzM>



ご相談お申込みはお電話でも受け付けいたします

 **054-204-1261** 電話番号のおかけ間違いにご注意ください

電話受付：月曜日～金曜日10時～16時（祝日、8/13～8/15、12/29～1/4を除く）

## ご相談までのステップ

### 1 フォームまたはお電話から申込み

フォームまたはお電話にてお申込みください。

### 2 日程とご相談場所の調整

日程調整を行いご連絡いたします。相談場所以外でのご相談を希望される場合はオンラインや出張相談を行います。

### 3 ご相談（ご面談）

対面またはオンラインでのご相談となります。

## 相談コーナー アクセス

至 静岡市葵区役所



※専用駐車場はございません。駐車料金は自己負担となります。

## 連携体制

職業訓練

ハローワーク

専門  
支援機関

就労移行  
支援事業所

お話をお聞きしながら、必要に応じて様々な支援機関と連携して支援いたします。

## よくある質問

**Q** 予約は必要ですか？

**A** 事前予約制となっております。

**Q** 相談したいのですが、外出ができません

**A** オンラインでのご相談も可能ですので、ご相談ください。

**Q** 相談できるのは本人のみですか？

**A** ご家族からのご相談も受け付けております。

インクルーシブ雇用についてのイベント・セミナー情報は、ホームページをご覧ください

インクルーシブ雇用推進事業HP

お役立ち情報を発信しています。



 <https://inclusive.connect-lab.or.jp>



公式アカウント  
LINE友達募集中



 ID : @759xnxgt

左記QRコードを読み取るか上記のIDを検索していただき友達追加をお願いします。

就職氷河期世代の方向け

# 仕事のこと ひとりで悩まず ご相談ください

令和6年度静岡市就職氷河期世代就労困難者支援モデル創出事業

まずは電話・  
ホームページで  
相談ください!



ご家族様からの  
相談も歓迎

対象者

- ・静岡市内在住の就職氷河期世代  
1993年(平成5年)~2004年(平成16年)に学校卒業期を迎えた、概ね38歳~53歳の方
- ・上記世代で長期無業者の方、正規雇用として働いた経験が少ない方 等

仕事に関するお悩みの解決を支援員がお手伝いします!

こんなお悩み  
ありませんか?

- 就職・社会復帰を考えており相談したい
- 転職を考えており相談したい
- 職業訓練に参加したい
- 子育てしながら短時間の仕事を探したい
- 自分に向いている仕事が見つからない
- ブランクが長く、就労に不安
- 非正規で転職を繰り返している
- ひきこもりの子供を就労させたい



支援の流れ 1.相談・お申込み ➡ 2.ヒアリング ➡ 3.マッチング支援 詳細は裏面をご覧ください▶

■ 令和6年度静岡市就職氷河期世代就労困難者支援モデル創出事業

受託企業 株式会社東海道シグマ教育事業部内(担当:西田、田代)  
静岡市葵区御幸町8-1 JADEビル6階

0120-034-036

月~金曜日(9:00~18:00) ※土日祝定休

[https://sigma-jp.co.jp/education/shizuoka\\_sh\\_support/](https://sigma-jp.co.jp/education/shizuoka_sh_support/)





## 相談から支援開始までは 3つの簡単ステップにて進んでいきます

Step 1

### 相談・申込

電話(フリーダイヤル)  
またはホームページより  
問い合わせください

Step 2

### ヒアリング

ライフプラン/キャリアプランの策定

対面または  
オンラインにて支援員が  
ヒアリングを行います

Step 3

### マッチング支援

(職業訓練紹介、面接・職場見学同行等)

支援員が求人を紹介、  
マッチングを支援します



## さらに スキルアップしたい方はこちらのプログラムも!

下記の4つのプログラムからお好きなものを選び参加する事ができます。  
内容については、ホームページをご覧ください。

**1 ヒューマンアッププログラム**  
コミュニケーションや対人スキルなどの講座

**2 キャリアアッププログラム**  
パソコンを使った基本操作・電話応対などの講座

**3 チャレンジアッププログラム**  
ITスキルを中心とした専門性の高い講座

**4 特別プログラム**  
特定の業種で必要なスキルの習得を目指す講座

## 相談・お申込みはコチラから!

お気軽に  
お問い合わせ  
ください!

市内各地で、予約なしで相談ができる出張相談窓口を開催します。  
会場・スケジュールは、お電話でのお問合せ・ホームページにてご確認ください。



**0120-034-036**

月～金曜日(9:00～18:00) ※土日祝定休



令和6年度静岡市就職氷河期世代就労困難者  
支援モデル創出事業 ホームページ

[https://sigma-jp.co.jp/education/shizuoka\\_sh\\_support/](https://sigma-jp.co.jp/education/shizuoka_sh_support/)





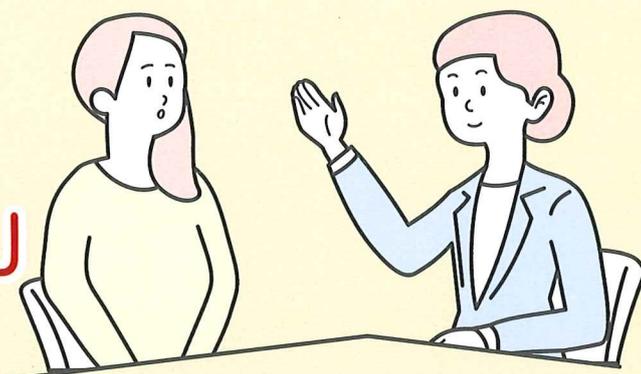
特定非営利活動法人

青少年就労支援ネットワーク静岡

# 回覧

令和6年度 静岡市若年無業者就労支援業務

## 若者就労支援 「出張相談会」



「働きたいけど働けない…」

「なかなか仕事が長続きしない…」

「一人で仕事を探すことに疲れてしまった…」

私たちは、仕事を探している若者の就労支援をしています。一緒にあなたの希望に沿った仕事探しをサポートいたしますので、一人で悩まずに、まず私たちサポーターに話を聞かせてくれませんか。

ご本人の他、ご家族の方・知人の方のご相談も承ります。

個別対応  
秘密厳守

参加費 **無料**

対象

■就労に悩んでいるご本人

■お子さんや知り合いの就労を心配しているご家族

内容 相談員による個別相談

日程 **第3 火 曜日 13:30~16:30**

葵区

駿河区

場所 北部勤労者福祉センター(ラベック静岡) 和室

場所 静岡地域共生センター(みなくる) 2階会議室

住所 静岡市葵区本通7丁目11-9

住所 静岡市駿河区南八幡町3-1

会場	令和6年				令和7年
	葵区 (ラベック静岡)	5/21	7/16	9/17	11/19
駿河区 (みなくる)	6/18	8/20	10/22	12/17	2/18

上記日程外

相談会当日にどうしても予定が合わない方にも随時、個別に相談できますので安心してまずはお問合せください。

NPO法人青少年就労支援ネットワーク静岡  
(静岡地域若者サポートステーション)

電話 **054-351-7555**

住所 〒424-0823 静岡市清水区島崎町223 清水テルサ2F

開所 火曜日~土曜日 10:00~17:00

休み 日・月曜日、及び祝日・年末年始

MAIL shizusapo@aurora.ocn.ne.jp

FAX 054-351-7556

URL www.shizusapo.com



「駿府秋のわくわく祭」は、静岡市内の商店街と大型店などが参加し、懸賞企画・福袋・イベント・セールなどを行う大商業祭です。

回覧

秋の大商業祭  
地元の魅力を再発見！

# 第33回 駿府 秋の わくわく祭 2024

開催期間

9.27(金) ~ 10.14(月) 祝

## わくわくスピードくじ

その場で当たる  
ハズレくじ無しスピードくじ

※原品はその場でお渡しします。※くじの配布基準は概ねお買い上げ1,000円で1枚が目安ですが、参加店によって異なります。※くじが無くなり次第終了。



参加店で  
お買い物を  
すると  
もらえる!

何が当たるかお楽しみ



入浴剤

(1包・種類は選べません)



ツナ缶セット



駄菓子

(1袋)



メラミンフォーム

3本



わくわくリゾート賞

[50,000円相当]

静岡市内ホテル  
ペア1泊朝食付き  
宿泊券

※宿泊対象期間ならびに  
除外日あり。

わくわく  
グルメ賞

[10,000円相当]

ジェフ  
グルメカード

10本



## わくわく お店めぐり

デジタル商店街アプリ「Streets」  
を使って買い回りをしよう!  
参加店のうち指定する2箇所以  
上のデジタルスタンプを集めると、  
抽選で豪華賞品が当たります。

わくわく  
静岡おみや賞

[5,000円相当]

静岡市内の  
地産品詰め  
合わせ

3等



35本

主催/静岡商工会議所「駿府秋のわくわく祭」実行委員会 協力支援/静岡市・静岡市清水商工会

後援/1 Loveしずおか協議会・静岡新聞社・静岡放送・テレビ静岡・静岡朝日テレビ・静岡第一テレビ・中日新聞東海本社・朝日新聞静岡総局・毎日新聞静岡支局・読売新聞静岡支局・産経新聞静岡支局・K-MIX・76.9FM-HI!・マリナル76.3(順不同)

お問合せ  
平日のみ

静岡商工会議所 商工観光課

〒420-0851 静岡市葵区黒金町20-8  
TEL054-253-5113

駿府秋のわくわく祭

検索



# 参加一覧 (五十音順)

## 葵 区

### 商店街

えびす通り発展会

駒形通4丁目商店街

呉六名店街

(商振)静岡呉服町名店街

静岡市民会館通り商店会

(商振)七間町名店街

七ぶらシネマ通り繁栄会

鷹匠一丁目商業発展会

茶町通連合発展会

伝馬町発展会

長谷通商店街振興会

御幸町発展会

### 大型店

ASTY静岡

大村洋品店

静岡駅ビル パルシェ

シラトリ 静岡店

新静岡セノバ

ホテルアソシア静岡

MARK IS 静岡

松坂屋静岡店

### 店 舗

葵煎餅本家

アクアリウムジムノ

おでんやおばちゃん 駿府城公園

お抹茶こんどうの食堂

きよさわ里の駅

駒形 桃園

CSシントミ

静岡物産商会

JAZZCLUB LIFETIME

駿府城公園 東御門翼櫓 売店

日本料理 うおかね

Beer OWLE

マエジマベーカリー

マルヒデ 岩崎製茶

リュバン青葉メサージュ店

ルクレクサ 鍼灸マッサージ院

## 駿河区

### 商店街

駅南銀座振興会

大谷街道発展会

小鹿商店会

片山商工会

曲金商店会

丸子商店会

### 店 舗

スズキ薬局

ヤマサン農園・ゆめ苺

レストランAoki

## 清水区

### 商店街

清水駅江尻口よってこ商店街振興会

清水駅前銀座商店街振興組合

美濃輪町商店会

## 大型店

エスパルスドリームプラザ

## 商工会

静岡市清水商工会

## 店 舗

清水魚市場河岸の市

就労継続支援B型事業所 あさひ

制服のハマザキ

坪井豊店

パッケージプラザイトウ

四葉商会

## 市内各所

### 大型店

しずてつストア

生活協同組合ユーコープ

### 店 舗

居酒屋海ぼうず

JA静岡市 じまん市

静岡シェル石油販売

スポーツショップ アラジン

大庄水産

天神屋

パーティーレイン藤田屋

マルカイ

詳しくは...  
サイトをチェック!



駿府秋のわくわく祭

検索

# 暮らしのめ

静岡県では、ひとりひとりが消費行動を通して社会の発展と改善に積極的に参加していく社会「消費者市民社会」の実現を目指しています。

## もくじ

親切?あやしい?  
災害に便乗した点検商法のトラブル

被災地を応援する気持ちにつけ込む  
悪質な手口に注意!

親切?

あやしい?

## 災害に便乗した点検商法のトラブル

地震や台風、土砂災害などの**自然災害の発生後**は、これらに**便乗した悪質商法**による被害が増加する傾向にあります。災害時でも慌てず冷静な判断ができるよう、消費者トラブルに備える知識を身につけましょう。

### ケース 1 屋根工事のトラブル

数日前に地震があり、「**屋根瓦がずれているのが見えたので、無料で点検しますよ**」と突然業者が訪ねてきたので、お願いした。「**このままだと瓦が落ちて近所に迷惑がかかる**」「**保険金を使える**」と言われ、高額な契約をしてしまった。後日、付き合いのある瓦屋に見てもらうと、工事は不要だったと判明した。

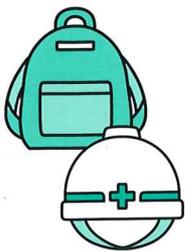


### 被害に遭わないためのポイントチェック!!

- 1 突然訪問してきた業者に**安易に点検させない!**
- 2 その場で**契約を即決しない!**他社と比較の上で検討を

### 「保険金を使える」に注意!

まずは加入先の保険会社、代理店に相談を!



### 災害関連で寄せられた消費生活相談内容

(2016年度~2023年度)

※令和6年7月現在  
※災害関連の指定ワードで検索

	全国	静岡県
1	賃貸アパート	修理サービス
2	屋根工事	役務その他のサービス
3	修理サービス	屋根工事
その他	●建物火災保険	●ファンド型投資商品

消費者ホットラインから、お近くの市町の消費生活相談窓口へおつなぎします!

だまされるの

# 消費者ホットライン 188

※お住まいの地域の郵便番号の入力が必要です。  
※通話料がかかります。(通話料定額プランの対象外となります。)  
・条件によっては相談窓口につながらない場合があります。  
・この場合、ガイダンスなどにより受付時間や連絡先をご案内します。  
・一部のIP電話、プリペイド式携帯電話からはご利用できません。

【留守なし】

# 被災地を応援する気持ちにつけ込む 悪質な手口に注意!

被災地以外の地域でも、災害に便乗した悪質商法による被害が発生する恐れがあります。

## ケース2. 不要品回収のトラブル

「先日の豪雨で被災した地域に送る支援品を回収している。近くを回っているので訪問して良いか」と突然電話がかかってきた。支援したい気持ちはあったが、あやしいと思って断った。



### 被害に遭わないための ポイントチェック!!

- 1 来訪の申し出は断り、  
突然訪問されても家に入れない!
- 2 売る気のない貴金属の売却を  
迫られたら、きっぱりと断る!

## ケース3. 義援金詐欺

地震で被災した方がSNSで寄付を求める投稿をしていたので、連絡を取って電子マネーで1万円を送金した。後日相手のアカウントや他の投稿を確認し、被災者を装った詐欺だと判明した。



- 1 送金前に信頼できる個人や団体かを確認!
- 2 不審な電話やメール、SNSは無視する!

公的機関のなりすましも!

個別に義援金を募ることはありません

## 困ったときは一人で悩まず、県の消費生活相談窓口へ御相談ください

県の消費生活相談窓口 (平日9:00~16:00 土日祝日及び年末年始は受け付けておりません。)

●東部県民生活センター  
TEL 055-952-2299

●中部県民生活センター  
TEL 054-202-6006

●西部県民生活センター  
TEL 053-452-2299

## 商品テスト情報を発行しました

環境衛生科学研究所では毎年、話題の商品や相談の多い商品について調査し、「商品テスト情報」をHPに公開しています。今年度は令和5年度に調査した「プロテインチョコバー」と「食品に含まれる糖類」の「商品テスト情報」をHPに公開しましたので、ぜひご覧ください。



静岡市にお住まいの**65**歳以上の方対象  
 静岡市で新たな介護予防事業がスタート!

# 趣味や仲間との出会いが 健康につながる プログラム

市内在住の65歳以上を対象に、趣味や興味をきっかけにした新しい介護予防事業がスタートします。

自分が“楽しい”と思うことを見つけて・学んで・続けることで、いつまでも健康で自分らしく過ごすことを目指します。  
 地域とのつながりを体験し、誰かと一緒に長く続けたいくなる楽しみを見つけてみませんか?



9・10月開催予定のイベント情報 (情報公開8月下旬)

## 1 まちなかウォーキング 開催期間 9月10日(火)～11月29日(金) ※毎週水曜日を除く



「MIRAIEリアン コミュニティホール七間町」からスタートする、期間中何度も参加可能な事前受付・参加費不要のウォーキングイベント。お出かけのきっかけや静岡市の魅力再発見に。参加者にはミニプレゼントや、参加回数に応じて抽選で景品がもらえるチャンスも。

## 2 65歳からの趣味を楽しむ しずおかおでかけフェスタ 9月21日(土)10:30～16:00

MIRAIEリアン コミュニティホール七間町他、七間町名店街で行う、健康と趣味をテーマにした、丸一日楽しめる体験型イベント。ステージイベント、コーヒー教室など10月から始まる連続講座の体験会、健康計測、商店街と連携した催しなどを実施。一部事前予約優先、参加費無料。



## 3 プロから学ぶ 趣味の連続講座 10月下旬～12月中旬

趣味をきっかけに地元講師から専門的なことを学ぶ、初心者でも安心して参加できる全3回の連続講座。コーヒー教室や基礎からはじめる発声レッスンなど多彩なプログラムを実施予定。



問い合わせ

おでかけフェスタ・ウォーキング事務局 (株式会社阪急交通社内)

☎ 0570-001-089 (平日10:00～17:00)

公式LINEはこちら

今後のイベント情報や講座の様子をお届けします。  
 その他、広報しずおかや市内各所チラシでもお知らせします。



# 結核・肺がん検診の日程 (令和6年度)

静岡市在住の40歳以上 受診券のない方は身分証明書をお持ち下さい。

(65歳以上には受診券が届きますのでお持ち下さい)

レントゲンは無料ですので都合の良い所で受診して下さい。

大里西・中島・大里東・宮竹地区

10月7日	月	9:30 ~ 11:30	大里保健福祉センター
		13:30 ~ 15:00	静岡保健所
10月8日	火	9:30 ~ 11:30	中島小学校
		13:15 ~ 14:30	JA大里支店
10月9日	水	9:30 ~ 11:30	宮竹小学校
		13:15 ~ 14:15	中島浜公民館
		14:30 ~ 15:00	下島南公民館
10月10日	木	9:30 ~ 11:00	中島団地公民館
		13:00 ~ 14:15	中島上公民館
10月11日	金	9:30 ~ 11:30	ふじみ幼稚園
		13:15 ~ 14:30	西島公民館
10月16日	水	9:30 ~ 10:00	大里東小学校
		10:30 ~ 11:30	高松公民館
		13:15 ~ 14:00	下島公民館
		14:30 ~ 15:00	敷地公民館
10月21日	月	13:00 ~ 15:00	大里保健福祉センター
10月22日	火	9:30 ~ 10:30	寿町 花村家具倉庫前
		11:00 ~ 12:00	新川公園
10月23日	水	9:30 ~ 11:30	西脇公民館
		13:00 ~ 14:00	
10月24日	木	9:30 ~ 10:40	新川簡易児童館
		11:00 ~ 11:45	中野新田公民館
		13:30 ~ 14:30	登呂コープ集会所
10月25日	金	9:30 ~ 10:40	中原公民館
		11:00 ~ 11:45	緑が丘公民館
		13:30 ~ 14:15	見瀬天満宮

静岡市保健所 11/11(月) 12/2(月) 2/3(月) 3/3(月) 13:30~15:00

静岡競輪場(正面入り口) 9/18(水) 9:30~11:30

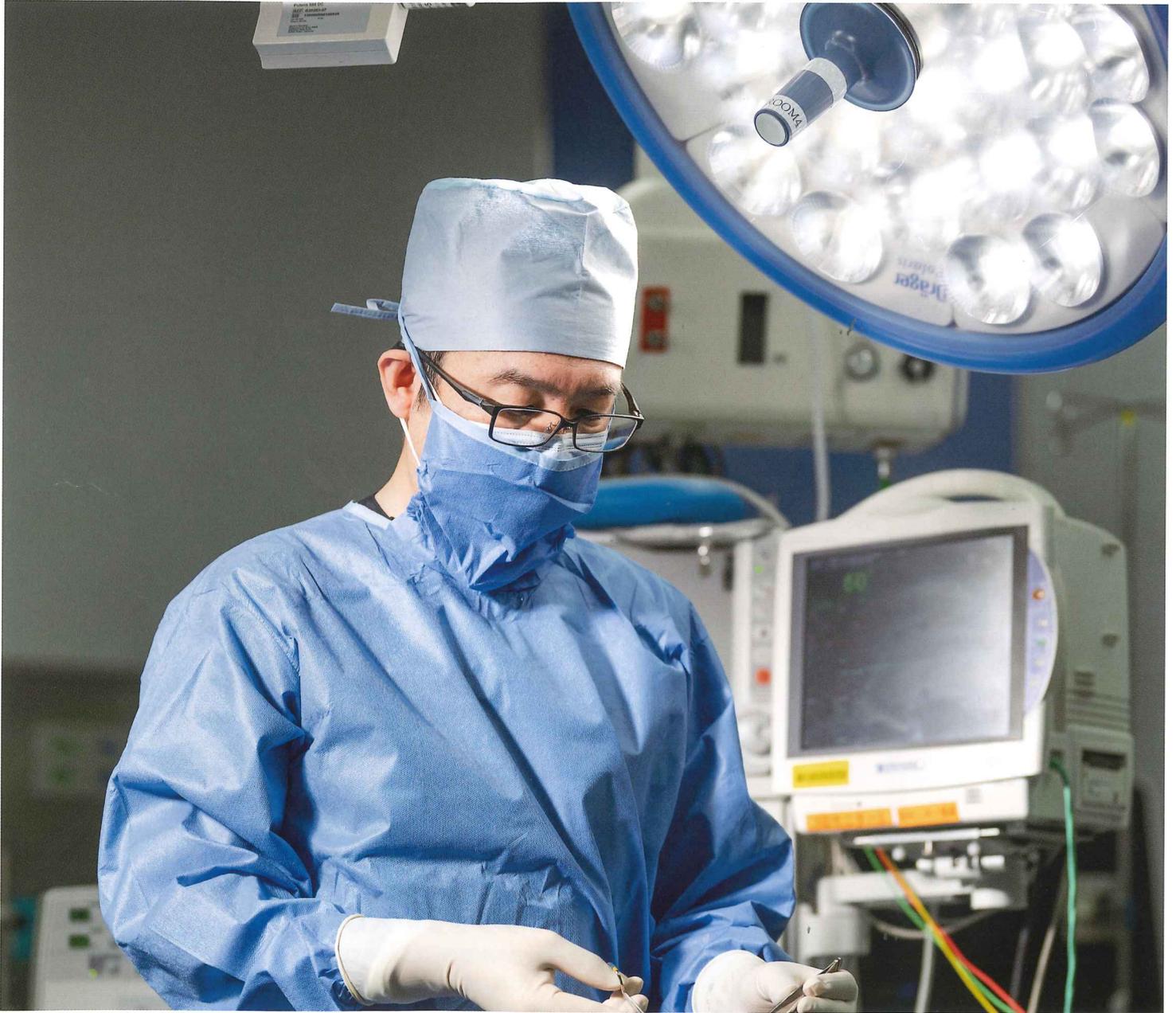
ふれあい健康増進館ゆらら 9/15(日) 9:00~12:00

# home.

Shizuoka Saiseikai Communication Paper

July.2024

Vol.49



特集

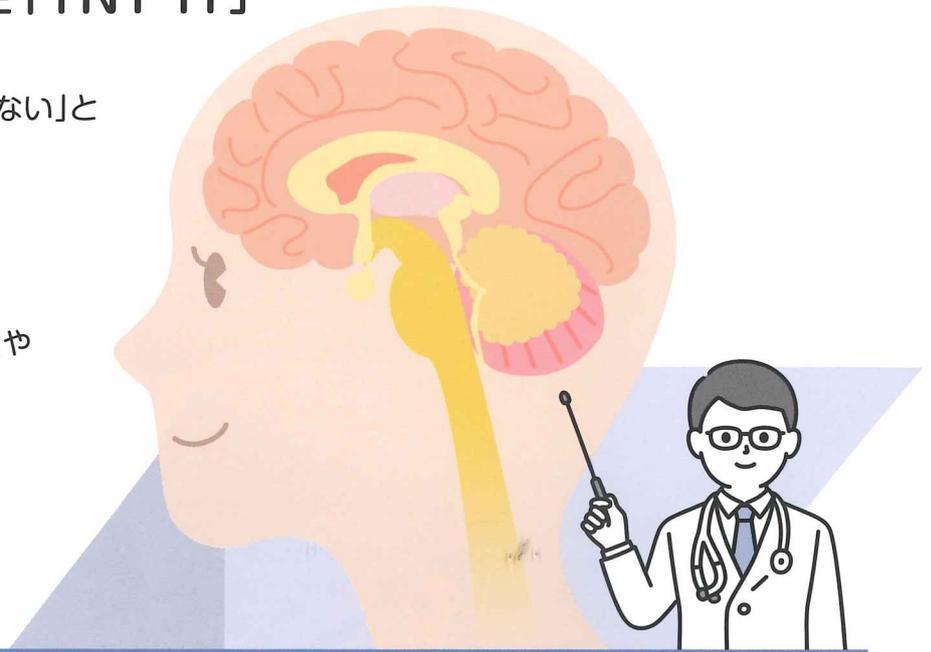
## その認知症、治療できるかも!

- 1 iNPHってどんな病気?ドクターが解説します!
- 2 もしかしてiNPHかも? セルフチェック
- 3 iNPHは見過ごされやすい病気です。一度検査を受けてみましょう。
- 4 済生会のiNPH治療の特色
- 5 無料低額診療事業のご案内/マイナンバーカードをご利用ください
- 6 医療連携医のご紹介
- 7 当院からのお知らせ

# その認知症、治療できるかも!

## 特発性正常圧水頭症「iNPH」

「認知症は治らない」「年だから仕方ない」と最初からあきらめていませんか。実は治療可能な認知症もあります。「特発性正常圧水頭症(iNPH)」は、高齢者によく見られる認知症の症状や歩行障害を引き起こす、脳の病気。他の認知症と違うのは、手術で改善が期待できることです。



## iNPHってどんな病気?ドクターが解説します!

隠れiNPH患者さんは数多くいます。気になったらぜひ相談ください!



解説：脳神経外科 部長

岩崎正重 Masashige Iwasaki

### 症状は?

- 歩行障害 ▶ 歩幅が小刻みになったり、開脚気味に歩くようになります。
- 認知症 ▶ 物忘れが増えたり、やる気が出ないなどうつ病のような症状が表れます。
- 排尿障害 ▶ 進行すると頻尿や尿失禁などの症状も出てきます。

### どんな病気?

脳室を満たしている脳脊髄液が多く溜まり、大脳を圧迫する病気です。加齢とともにゆっくりと進行し、脳圧も高くならず頭痛も伴いませんが、徐々に上記のような症状が表れます。

### なりやすい人は?

加齢が関係しているものの原因はまだ分かっておらず、高齢になれば誰がなってもおかしくない病気。早期発見が大切です。

脳の断面図



アルツハイマー病

iNPH

健常者

脳室の中央部に髄液が溜まって黒い部分が広がって見えます。

もしかして  
iNPHかも?

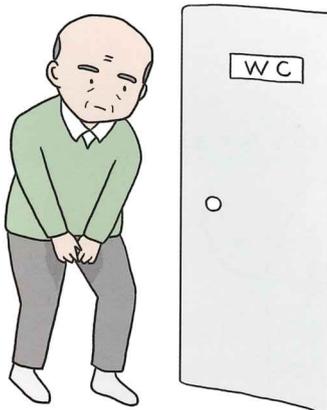
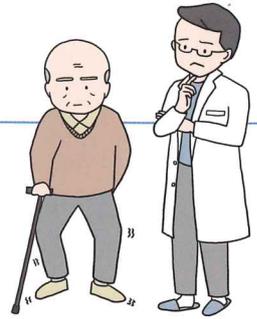
# セルフチェック

iNPHは患者さん本人には気づきにくい病気。  
ご家族に客観的にチェックしてもらうことをおすすめします。



## 歩行障害

- ひざを上げづらい、小刻みに少しずつ歩く
- 少しガニ股で不安定な歩き方になる
- つまずきやすくなったり、不意に転んでしまうことがある
- 歩く時に第一歩が出なかったり、床に貼り付いたような感覚がある
- 歩くことができない、または、立つと不安定



## 尿失禁

- 最近、トイレが非常に近い
- おしっこを我慢できる時間が非常に短くなった(特に夜間)
- おしっこを漏らしてしまうことが多くなった

## 認知症

- 注意力、集中力を維持するのが難しい
- 最近、物忘れが始まった
- 日ごろ習慣としていたことや趣味などをせず、ぼーっとしてしまう
- 少し怒りっぽくなった



## その他

- 表情が乏しくなった
- 声が小さくなった
- 食事をとるのに時間がかかるようになった



いかがでしたか? 多くの場合、まず歩行障害が表れ、進行すると認知症、尿失禁が出てきますが、いずれかの症状が出ない人もいます。一つでもあてはまったらiNPHの可能性ががあります。

地域のかかりつけ医や当科を受診しましょう。

# iNPHは見過ごされやすい病気です。 一度検査を受けてみましょう。

iNPHの厄介なところは、歩くのが遅い、記憶力が衰えた、気力がないといった症状が、年のせいとか、脚が弱っているせいなどと自己診断で片付けられてしまう点です。アルツハイマー型認知症など、他の病気と間違われることもしばしばあります。iNPHは脳の画像検査で発見することができ、早期に発見して手術すれば大きく改善する可能性があります。気になったらまず検査をおすすめします。

## 検査

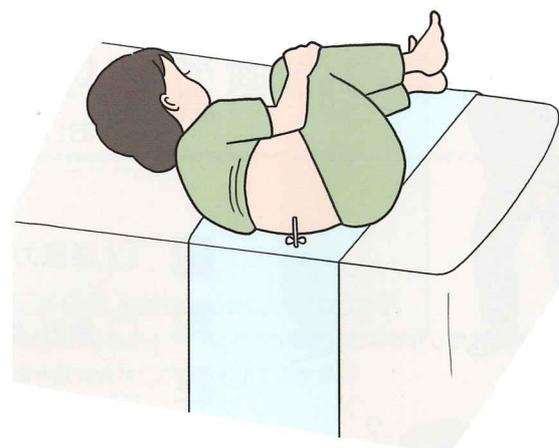
### 画像検査

問診後、CTとMRIによる画像検査を行います。「水頭症」にはいくつか種類があるので、iNPHとは別の病気という可能性も考慮し、画像で原因を探ります。



### 髄液タップテスト

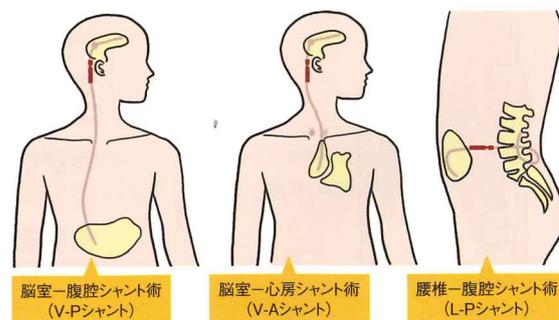
画像検査でiNPHが疑われた場合に行う検査です。腰から脳脊髄液を少量抜いてみて、脚が上がりやすくなる、認知機能が向上するなどの改善が見られるかを診断します。タップテストによる症状の改善は一時的であるため、以下の手術が必要となります。



## 治療

### 手術

シャント術といい、体内に細いシリコンチューブを留置し、流れが滞った髄液を身体の別の場所へと流す手術を行います。どこにチューブを通すかは3つの方法があり、患者さんの状態に合わせて最適な方法を選択しています。また、手術は通常1時間以内で終了します。



出典:iNPH.jp

### リハビリテーション

退院後は自宅でもリハビリテーションを続けていきます。当院の理学療法士・作業療法士はiNPHの症例に精通し、患者さんに合わせたリハビリテーションを実施しています。

当院ではiNPH専門外来を  
開設しています

済生会の  
iNPH治療の  
特色

脳神経外科 部長

岩崎 正重 Masashige Iwasaki

日本脳神経外科学会専門医・指導医  
日本神経内視鏡学会技術認定医

## 「iNPHの手術を受けて趣味の油絵を再開した患者さんもいます」

特発性正常圧水頭症 (iNPH) は、アルツハイマー型認知症などと比べて一般に知られていないため、認知症の症状があってもiNPHを疑う人が少なく、実際に治療しているのはiNPH患者の1割にも満たないと言われてます。進行してからでは回復の可能性も低くなってしまいますので、一般の方はもちろん地域のクリニックの先生にももっと知っていただきたいと、当院では2020年からiNPH専門外来を開設しています。

手術する前は家に引きこもっていた患者さ

んが、治療後には庭の手入れをするようになったり、趣味だった油絵を再開したと絵を持ってきてくださったり、中には認知症も歩行障害も良くなって運転免許が無事に更新できたと非常に喜んでいた方もいます。患者さんやご家族からそうした声を伺うと、医師としてもやりがいを感じますね。

この病気は多くの場合、1~2年も放置していたり、いろいろな症状が出てから受診する患者さんが多いので、初診の際の問診ではこれまでの経過や症状をじっくり時間をかけて伺っ

ています。歩く姿や顔の表情にiNPHの特徴が出ているのに、本人は何ともないと言うケースも多いですね。だからこそ、この病気はご家族の気づきが大切です。いつものかかりつけ医の先生にご家族から「iNPHではないですか?」と相談してみてもいいと思います。

「うちの家族はiNPH?」といった気づきをもっと増えていくよう、当院では地域連携室と連携して公開講座や新聞などでのPR活動に力を入れています。治せる症状は治して、健康寿命を延ばしていただきたいと思ひます。

## 特発性正常圧水頭症(iNPH)専門外来

診療日 毎週月曜日午後(完全予約制)

お問合せ TEL.054-280-5040 受付時間▶月曜日~金曜日 8:30~18:00(祝日を除く)

初回の受診には紹介状が必要となります。かかりつけ医を通じて、地域医療センター 地域連携室までご連絡ください。



# SAISEIKAI NEWS

## 無料低額診療事業のご案内

当院では社会福祉法に基づき、経済的な理由により必要な診療が制限されないよう、医療費の自己負担を軽減する「無料低額診療事業」を行っています。

医療相談室では医療ソーシャルワーカーが、患者さんのお身体の状態や生活の状況をお伺いし、対象となる方へ「無料低額診療事業」をご案内させていただきます。おひとりで悩まずに、窓口または下記までお気軽にご相談ください。



お気軽にご相談ください

静岡済生会総合病院 地域医療センター 医療相談室 TEL.054-280-5038

●受付時間▶平日8:30~17:15

## マイナンバーカードをご利用ください

健康保険証の新規交付・再交付は2024年12月2日に廃止されます。保険証廃止までにマイナンバーカードの保険証利用登録を済ませておくことをおすすめします。登録の際の操作方法などご不明な点はスタッフへお気軽にお声がけください。

**△ご注意ください!**  
本年12月2日から  
現行の健康保険証は  
発行されなくなります  
※12月2日時点で有効な保険証は最大1年間有効です

**マイナンバーカード  
をご利用ください**  
今回お持ちでない方は次回ご持参ください

マイナンバーカードの保険証利用登録がまだの方  
▶利用登録は窓口（カードリーダー）でできます 厚生労働省

## 連携医のご紹介

地域の中核を担う総合病院として、地元の医院との連携も欠かせません。

静岡市駿河区

### かのう内科クリニック

診療科目 内科・脳神経内科

〒421-0115 静岡市駿河区みずほ1丁目7-4

☎054-660-7660



ホームページ



育ててくれた地元へ  
医療を通して恩返し

狩野 允芳 院長

2024年3月、幼少期によく遊んだ思い出のある公園の隣地で、“病を抱えた方がその人らしい生活を送るための力になりたい”この想いを胸に開業しました。患者さんの生活と治療の両立を考え、日中の時間帯に受診ができない方に向けてオンライン診療の準備を整えております。

専門としている神経内科疾患はもちろんのこと、頭痛・もの忘れや、どの診療科を受診するべきかわからない症状の方も、ぜひ当院を頼りにしていただきたいです。地域の皆さまが末永く安心して受診いただけるクリニックにしていきたいと思っております。

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
午前の部 8:30~12:00	●	●	●	●	-	●	-
午後の部 15:00~18:00	●	●	●	●	-	△	-
オンライン診療 19:30~20:30	●	●	●	●	-	-	-

休診日: 金曜、日曜、祝日 ※土曜午後は14:00~16:00まで  
※詳しくはお気軽にお問い合わせください。

#### ACCESS

- JR「安倍川駅」より徒歩6分
- 静鉄バス「川原」バス停より徒歩2分
- 駐車場あり



静岡市清水区

### あさり内科クリニック

診療科目 内科・脳神経内科

〒424-0934 静岡市清水区村松原3丁目3-10

☎054-660-8850



ホームページ



地域のホームドクターとして  
皆さまの健康を守り、支えます

浅利 博基 院長

総合病院の医師として患者さんと向き合う中で、より患者さんの生活に寄り添った医療がしたいと思い、2022年に開業しました。

脳神経内科疾患は患者さんのことをより深く知る必要があるため、日頃より患者さんの話に耳を傾け、患者さんがなにを望まれているかを汲み取るよう心がけております。

また、当院では高齢で来院が難しい患者さんが、ご自宅で医療を受けられるよう訪問診療にも力を入れております。今後も地域の皆さまと共に歩んでいけたらと思っております。

診察時間	月	火	水	木	金	土	日
午前の部 8:30~12:00	●	●	-	●	●	●	-
午後の部 15:30~18:00	●	●	-	●	●	△	-
オンライン診療 19:30~20:30	●	●	-	●	●	-	-

休診日: 水曜、日曜、祝日 ※土曜午後は17:00まで  
※詳しくはお気軽にお問い合わせください。

#### ACCESS

- JR「清水駅」より車10分
- 静鉄バス「五分団前」バス停前
- 駐車場あり



# INFORMATION

静岡済生会

## 済生会フェア '24開催しました

6月8日(土)当院にて25回目となる済生会フェアを開催し、約2,000名の皆さまにご来場いただきました。今年は“インクルーシブ社会の実現のために地域で支え合う医療と福祉”をテーマに、インクルーシブスポーツや点字の体験、学生服の回収・リユースランドセルの相談会、白衣の試着、縫合・葉の分包などの職業体験や簡易健康診断などを行いました。

ご来場いただいた皆さま、ご協力いただいた団体、企業の皆さま、ありがとうございました。



## 市民公開講座のご案内

当院では地域の皆さまに医療の知識を分かりやすくお伝えし、健康増進にお役立ていただけるよう定期的に市民公開講座を開催しております。今年度2回目の講座は落語家の林家たい平さんをお招きしてトークショーを、3回目は糖尿病についての講座を企画しています。申し込みは専用フォームもしくはお電話にて承ります。たくさんの方の参加お待ちしております。

**お申込み** 下記のQRコード、またはお電話から **TEL.080-8664-4221** (平日 9:00~17:00)

**テーマ** 落語を通して人の心に幸せのタネをまく

**お申込み**



**日時** 10/14(祝) 10:00~11:30 **申込開始日** 8月20日(火) 9:00~

**会場** グランシップ 会議ホール 風(静岡市駿河区東静岡2丁目3-1)

**講師** 林家たい平氏(落語家)、田中章義氏(歌人/作家)、竹内隆浩(血液内科部長)

**テーマ** 糖尿病って予防できるの?

**お申込み**



**日時** 11/23(土) 14:00~16:00 **申込開始日** 9月10日(火) 9:00~

**会場** グランシップ 会議室910号室(静岡市駿河区東静岡2丁目3-1)

**講師** 稲葉直之(内分泌代謝科部長)、看護師、臨床検査技師、管理栄養士、理学療法士、薬剤師

### 前号の訂正とお詫びのお知らせ

home vol.48に掲載した満足度調査の記事内容に誤りがありました。つきましては、下記の通り訂正をさせていただきます。ご迷惑をおかけし大変申し訳ありませんでした。

●患者さん満足度調査(P4) 全体として当院に満足していますか?

〈入院〉誤:非常に満足44.3% ▶ 正:満足44.3% 〈外来〉誤:非常に満足57.0% ▶ 正:満足57.0%

私達は暖かい思いやりの心で質の良い医療・福祉サービスを実践します

社会福祉法人 静岡済生会  
**静岡済生会総合病院**  
Shizuoka Saiseikai General Hospital

〒422-8527  
静岡県静岡市駿河区小鹿一丁目1番1号  
TEL.054-285-6171 FAX.054-285-5179



<https://shizuoka-saiseikai.jp/>

静岡済生会総合病院 LINE公式アカウント & インスタグラム



公式LINE



SHIZUOKA\_SAISEIKAI\_OFFICIAL

地域周産期  
母子医療  
センター



# 腎臓病教室

2024年

日時 | 9月9日 月 14:30~16:00

## ● 会場

静岡済生会総合病院 北館地下階 講堂

## ● 対象

腎臓病をお持ちの方、またはそのご家族

## ● 定員

80名

## ● 内容

- 1 腎臓病のしくみとはたらき（腎臓内科医師）
- 2 腎臓を守るために（看護師）
- 3 腎臓を守るための薬のお話（薬剤師）
- 4 腎臓にやさしい運動療法（理学療法士）
- 5 やさしい腎臓病食（管理栄養士）

## ● 申し込み方法

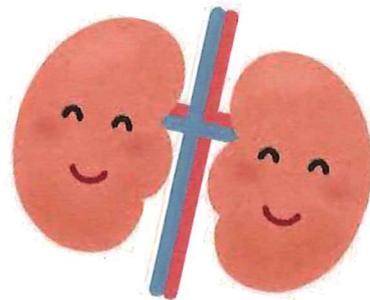
Web または 電話



☎ 腎臓内科外来054-285-6171（代表） 平日14:00~16:00

参加費  
無料

お申込みは  
WEBまたは  
お電話で！



社会福祉法人 恩賜財団 済生会

静岡済生会総合病院

Shizuoka Saiseikai General Hospital

お問い合わせ

静岡済生会総合病院 腎臓内科外来窓口

TEL 054-285-6171(代表)

# 落語を通して人の心に 幸せのタネをまく

武蔵野美術大学在学中に落語と出会ったエピソードや  
落語家になってから道のりに交え、昔も今も大事にしている  
「笑いの力」について、お話しいただきます。

トークショー  
ゲスト 落語家 林家 たい平 (はやしや たいへい)

明るく元気な林家伝統のサービス精神を受け継ぎながらも、古典落語を現代に広めるために努力を続け、その楽しさを伝えている。たい平ワールドと呼ばれる落語には、老若男女問わず数多くのファンを集める。定期的に行う独演会を中心に、年間を通し全国で数多くの落語会を行っており、また、テレビやラジオ等でも幅広く活躍している。  
オフィシャルページ<https://www.hayashiya-taihei.com/index.html>

2024  
10/14 月・祝 10:00  
▼  
11:30

場所 静岡県コンベンションアーツセンター  
グランシップ 11階 会議ホール・風  
(静岡市駿河区東静岡 2丁目 3-1)

定員 250名

申し込み開始 8月20日(火)9:00 ~

参加  
無料

\*定員に達し次第、お申し込み終了となりますのでお早めに！

9:30 開場・受付開始  
10:00 第一部：講演  
「その症状大丈夫!?」  
できることから始めよう病気の予防  
講師：静岡済生会総合病院 血液内科部長 竹内 隆浩  
10:30 第二部：トークショー  
「落語を通して人の心に幸せのタネをまく」  
・ゲスト：林家 たい平氏 (落語家)  
・MC：田中 章義氏  
・竹内 隆浩 医師  
11:30 終了予定

MC 歌人・作家・元WAFUNIF親善大使  
田中 章義 (たなか あきよし)

1970年静岡県生まれ。第36回角川短歌賞を受賞。以後、大学在学中から、角川書店、文藝春秋、新潮社、集英社、講談社などの雑誌に執筆・連載を開始。国連環境計画「地球の森プロジェクト」推進委員長、ワールドユースピースサミット平和大使なども務める。現在、国学院大学で教鞭をとるほか、「ふじのくに地球環境史ミュージアム」アドバイザー・客員教授として活躍中。

静岡済生会総合病院 医師 血液内科部長  
竹内 隆浩 (たけうち たかひろ)

25年以上難病治療に従事。その中で、病気の原因追求から未病、病気の予防の重要性に気づく。重要なのは内なる健康からと考え人々の健康のための啓蒙活動を続けている。



お申し込みは  
こちらから！

お電話で申し込み

080-8664-4221

(平日 9:00-17:00)

\*8月20日(火)9:00 ~ 申し込みを受け付けいたします。

WEBで申し込み



# 糖尿病って 予防できるの!?

糖尿病の治療や予防のために、  
上手な血糖管理法について学ぶ



2024  
**11/23** 14:00  
土・祝 16:00

場所 静岡県コンベンションアーツセンター  
グランシップ9階910号室  
(静岡市駿河区東静岡2丁目3-1)

定員 80名(要予約)

申し込み開始 9月10日(火)9:00～

参加  
無料

\*定員に達し次第、お申し込み終了となりますのでお早めに!

静岡済生会総合病院  
内分泌代謝科部長

稲葉 直之 医師  
(いなば なおゆき)



## プログラム

13:30 開場  
14:00 講演会

- 医師 糖尿病になっちゃう!? 平気?
- 看護師 自分の体に関心を持とう!
- 臨床検査技師 大丈夫?“126”  
休憩
- 薬剤師 糖尿病のくすり
- 管理栄養士 今日からできる! 食事のポイント
- 理学療法士 毎日の運動習慣で糖尿病予防!

15:40 質問コーナー  
16:00 終了

お申し込みは  
こちらから!

お電話で申し込み・お問い合わせ

**080-8664-4221**

(平日 9:00-17:00) \*9月10日(火)9:00～申し込みを受け付けいたします。

WEBで申し込み

