



特集

認知症

~その心に寄り添って~

祖母に戻ったように思えました。

次の瞬間には、もう私が分からないようでし

「ばーちゃん。俺が分かるの?」と聞くと

た。しかし、その一瞬だけは、元気なころの

した。

てしまったんだよ。 ごめんね」 とつぶやきま

はっきり呼び「ごめんね。ばーちゃんは壊れしまいました。そして、数分後、私の名前を

母は一瞬、驚いた顔をして、悲しそうに黙ってだ!」と大きな声を出してしまいました。 祖

少しでも寄り添える自分に今度は、なりたい 事間の広告の裏に書いたメモを見つけました。 そこには、すでに亡くなった祖父の名前や命 おどがメモしてありました。その時、私は 前などがメモしてありました。その時、私は たのではなく、消え行く記憶を無くさないた たのではなく、消え行く記憶を無くさないた かに必死に戦っていることを知りました。その気 がで、本当は本人が一番不安なのに、その気 を恥じました。 「ばーちゃんごめんね」 もし、両親が認知症になったら、その心に もし、両親が認知症になったら、その心に もし、両親が認知症になったら、その心に

笑顔ですごせるようになるのかを考えます。その家族の方がどうすれば住みなれた地域でない「認知症」に焦点を当て、認知症の方やの月の広報では、誰にとっても他人事では

と思います。

3

脳の細胞が壊れたり、

働きが悪く して日常生

脳の機能が低下

認知症とは、

さまざまな原因で



誰もがなり得る脳の病気、 認知症とは?

米した状態が6カ月以上継続して

対人関係に支障を

せるまちづくりが求められていま 地域の方がお互いに安心して暮ら これは、 り、 解 認知症は、 人の計算となります。 そのため、 決して他人事では 65歳以上の方の約5人に 認知症の方とその 誰でもなる可能性が 認知症を正しく あり 家族、

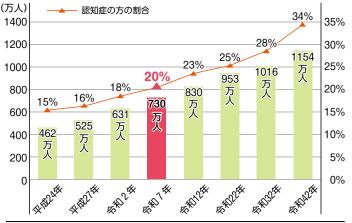
ります。 計では令和7年には、730万人 ば誰もがなり得る身近な病気とい の方が認知症になると推測され は誤解や偏見も少なくなく、 知症」も増えていますが、 うことがあります。 も家族も心身共に疲れきってしま えます。 に加齢に伴い発症リスクが高くな 前のことを忘れてしまう記憶障 などの行動が現れます。 いることをいいます 人に起こる病ではなく、 若い世代が発症する「若年性認 初期段階では大切なことや数分 しかし、認知症について つまり、認知症は特別な 症状が進行すると、 また、 歳をとれ 国の統

【令和7年時の町65歳以上人口 に占める認知症の方の割合】



国立社会保障・人口問題研究所 「日本の地域別将来推計人口(平成30年推計)」より算出 人が

(万人) 認知症の方の割合 1400 1200 28%



【65 歳以上人口に占める認知症の方の将来推計】

「日本における認知症の高齢者人口の将来推計に関する研究」 (平成26年度厚生労働科学研究費補助金特別研究事業九州大学二宮教授)による速報値から

主な認知症は4種類あります

※症状には特徴があり、また症状の出方には個人差があります。そのため それぞれに合ったケアが必要です。

①アルツハイマー型認知症…67.6%

脳細胞が徐々に減少し脳が萎縮する。

〈主な症状〉

ゆっくり進行する。物忘れが増えたり 同じことを何度も言う。

②脳血管性認知症…19.5%

脳梗塞や脳出血などにより脳細胞が 壊死する。

〈主な症状〉

意欲が落ちたり、気分が落ち込む。 感情の制御が難しくなる。

③レビー小体型認知症…4.3%

「レビー小体」というタンパク質が 脳の神経細胞に溜まる。

〈主な症状〉

小刻み歩行などパーキンソン病に似た症状。幻覚や妄想が見られる。

4その他(前頭側頭型認知症)…8.6%

脳の前頭葉や側頭葉を中心に脳細胞が 萎縮する。

〈主な症状〉

我慢や思いやりなどの社会性を失う。

主な認知症と疾患部位



※②は脳のどの部位でも起こります。

「周辺症状」

周りの人の助けや 薬などにより 改善する場合がある

不安、うつ状態、 妄想、徘徊、興奮、 排泄の失敗など

「中核症状」

治すことが難しい

記憶障害:

新しいことを覚えられず、すぐ忘れてしまう

見当識障害:

場所や時間、季節感、周囲の人との関係が分からなくなる

理解・判断力低下の障害:

考えるスピードが遅くなり、2つ以上のことが重なるとうまく処理できない

実行機能の低下の障害:

計画を立てて、段取りをすることができなくなる

辺症状」があります。
校症状」と、心理状態やその・校症状」と、心理状態やその・死んでしまうことで起こる「・死んでしまうことで起こる「・死んでしまうことで起こる「・死んでしまうことで起こる「・

2つに分かれます

「加齢による物忘れ」と「認知症による物忘れ」は何が違うの?

加齢による物忘れは「体験の一部を忘れる」のに対して、認知症の物忘れは「体験その物を忘れる」という特徴があります。例えば、朝ごはんに何を食べたか思い出せないのは加齢による「物忘れ」で、朝ごはんを食べたこと自体を忘れてしまう場合は「認知症」が疑われます。

ここと日体を忘れてしまつ場合は「説

加齢による「物忘れ」

- 体験の一部を忘れる。「何を」食べたか忘れる。
- ●目の前の人の「名前」が思い出せない。
- ●物を置いた場所を「思い出せない」ことがある。
- ●「ヒントがある」と思い出せる。



認知症の「物忘れ」



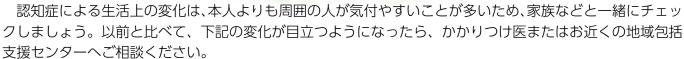
- 体験の全部を忘れる。「食べたこと自体」を忘れる。
- ●目の前の人を見て「誰なのか」分からない。
- 「置き忘れや紛失」が頻繁になる。
- ●「ヒントがあっても」思い出せない。



※症状には個人差があります。

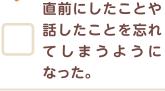
最近、こんな変化ありませんか?

それは認知症の サインかも!?



今すぐチェック







なった。 同じことを何度も 言ったり、聞いた



置き忘れやしまい 忘れが増えて、い つも探しものをし ている。

うになった。

り、したりするよ



知っているはずの 人やものの名前が 出てこなくなった。



つじつまの合わな い作り話をするよ うになった。



以前にくらべ、さ さいなことで怒 りっぽくなった。



おしゃれや清潔感 など身だしなみに 気を使わなくなっ た。



今まで好きだった 趣味などへの興味 や関心がなくなっ た。



外出したり、人と 会ったりするのを おっくうがり、嫌 がるようになった。



今までできていた 家事、計算、運転 などのミスが多く なった。



日付や時間を間違えたり、慣れた道で迷ったりするようになった。



財布が見当たらないときなど、盗まれたと人を疑うようになった。



数値で知る認知症

4月1日現在で町の人口は

43,301人

そのうち、65歳以上の方は

9,468人

高齢化率は

これは、県内で最も低い数値です

65 歳以上で町の介護保険申請者のうち 生活に支障を来す認知症の方 997人 32% (468人) 介護保険 認知症でない方 および軽度の方 利用者 1.465人 日常生活に支障を 68% (997人) きたす認知症の 症状がある方

皆さんに聞きました

「かかりつけ医は?」「運動は?」

●かかりつけ医がいない方の割合

45.6%

●かかりつけ医がいないと答えた方で 「かかりつけ医」がいたら良いと思う方の割合

82.4%

●運動する習慣のない方の割合

56.6%

65歳以上の方に聞きました

「最近、思うことは?」

●外出の機会が減っていると思う方の割合

15.5%

●もの忘れが多いと感じる方の割合

32.7%

●自分の健康が心配な方の割合

57.8%



まだまだ65歳、第二の人生を楽しもう!!

人生を楽しむための取り組みベスト3を聞きました

健康について知りたいこと

1位 認知症予防

2位 がんや生活習慣病予防

3位 正しい食生活



健康について心がけていること

1位 食事

2位 休養や睡眠

3位 定期的な健康診断



生きがいや喜びを感じるとき

1位 友人と過ごしているとき

2位 テレビ・ラジオを聞いているとき

3位 おいしいものを食べているとき



これからチャレンジしてみたいこと

1位 趣味の活動

2位 健康づくりやスポーツ

3位 働くこと



の場合もあります。 出ても治療により回復する病気 異常など認知症のような症状が

早期発見・早期治療が 多くの場合、一度、発症した

来のことや財産管理など重要な とができます。そして何より将 健康に過ごせる時間を延ばすこ りますが病気の進行を遅らせ

ことを家族と話し合って決める

水頭症や脳腫瘍、甲状腺ホルモン ことができます。また、正常圧 早期治療を行えば、個人差はあ

ることはできません。しかし、

認知症は現在の医学では完治す

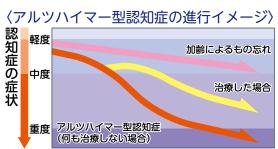
認知症は誰にでも起こり得る脳の病気です。 特別な病気ではありません。

早く見つけて、早く治療すれば本人も家族も、 その後の生活が大きく変わります。

「もしかして…」と感じたら、 かかりつけ医または地域包括支援センターに 早めに相談してください。

り気付くことがあります。 怒りっぽくなるなどの異変によ つくろい」の症状が見られるか てさまざまです。物忘れや身だ しまう場合があります。それ ことを何度も言う、気力がない. と思っても初期症状を見逃して しなみを気にしなくなる、同じ 認知症の初期症状は、人によっ ただし、周囲の方が「あれ?. 認知症の特徴である「とり

らです。何か聞かれた時に本人



時間の流れ



認知症に関する相談窓口

認知症コールセンター

認知症についての電話相談です。

20545-64-9042

相談日/月・木・土曜日 10:00~15:00 (祝日・年末年始を除く)

炡の専門医につなぎます。

可能性があります

せんので、できるだけ早く医療

怖い診察も痛い治療もありま

なってしまうかもしれません。 その予兆に気付かず手遅れと

相談員/認知症の人と家族の会 静岡県支部

若年性認知症相談窓口

若年性認知症についての電話相談です。

2054-252-9881

相談日/月・水・金曜日 9:00~16:00

(祝日・年末年始を除く)

相談員/静岡県社会福祉士会 若年性認知症支援コーディネーター

日常生活自立支援事業の相談

認知症や知的・精神障がいなどにより、 日常生活に必要な福祉サービスの利用を自 分の判断で利用することが難しい方に日常 的金銭管理、書類の預かりなどのサービス を行います。

2987-7680

相談日/平日 8:15~17:00

(祝日・年末年始を除く)

相談員/長泉町社会福祉協議会専門員

成年後見制度の相談

認知症などにより適切な意思決定が困難 な方たちの財産や権利を守る制度です。成 年後見制度の相談は各地域包括支援センター で受け付けています。

早めにかかりつけ医または地域 子が変わってきた」と感じたら、 がとても重要です。 があります。 が雰囲気を察して、 てください。必要に応じて認知 に困っているのか」 をよく知る家族からの「今、何 で、正確な診断・治療には本人 を合わせてしまうため、 を行い、その場の話につじつま 包括支援センターなどに相談し **症状がない場合もありますの** 気が付くのが遅れてしまう場合 いずれにしても「今までと様 また、 本人に自覚 などの情報 言い訳など 異変に

> い 認知症への進行を遅らせられる 直すことで、 正しい食生活など生活習慣を見 運動や記憶力のトレーニング、 態をMC-下し、正常と認知症の中間の状 機能が同年齢の方と比較して低 います。 認知症ではないものの、 があります 能が回復する この段階であれば、 (軽度認知障害) 認知機能の改善や

認知機能 正常 予防 回復 MCI 認知症 低

〈認知機能回復イメージ〉

怖い病気ではありません。 講座などに参加してください。 や町で開催している認知症予防 重要です。積極的に地域の活動 の方とのコミュニケーションが 運動習慣、 は生活習慣病の予防、継続的な につなげることが重要です。 ますが、認知症を正しく理解し 7生おしまい」と考える人がい まとめに また、認知症の予防について 適切な処置を行えば決して 正しい食生活、周囲 「認知症になったら

理解しましょう

ることです。 そして、家族や周囲の人が認知 とは早期発見と早期治療です。 症について正しく学び、理解す 認知症について関心がないと、 認知症の治療で最も大切なこ

③ 忘れていませんか? お口の健康!!

近年の研究では、歯の健康状態がアルツハイマー型認知症の発症に関係していることが分かってきました。また、自分の歯が多く残っている方は、少ない方と比較して年間の医療費が安いとのデータも報告されています。生涯、自分の歯でおいしく食事をするためには、食事ごとの歯磨きと定期的な歯科検診が重要です。自分の歯でしっかり噛んで食べることは、脳への刺激になり何より食事をすることが楽しみになります。



4 食生活は 健康管理の基本です!!

認知症予防においても正しい食生活は基本です。 意識したいのは偏った食事ではなく、3食きちん と食べ、できるだけ多くの食品をバランスよく食 べることです。主食で炭水化物(米など)、主菜で たんぱく質(肉、魚、卵、大豆製品など)を、副 菜でビタミンやミネラル(野菜、海藻、きのこな ど)を摂取しましょう。



(5) 生活に 会話と笑いを!!

周囲との交流が少ない方は、認知症になりやすいと言われています。1人で過ごす時間も大切ですが、外出せず誰とも話さない状況が続くことは好ましくありません。まず

は、近所の方と会話をする、趣味や習いごとを始める、地域の行事やボランティア活動に参加するなど新しいことにチャレンジしてみましょう。新たに始めたことで「楽しい」、「もっと上達したい」といった感情が脳の働きを活性化させ、生活にも張りが生まれます。





▲シニアクラブスポーツ大会

今日から変わろう! 認知症予防のための **5** つのポイント

認知症発症のリスクのうち約35%が予防可能な要因(生活習慣病や喫煙、運動不足、 社会的孤立など)によって起こると分かってきました。

1 生活習慣病で 認知症のリスク増加!!

糖尿病や高血圧、脂質異常などのいわゆる生活習慣病を患っている方は、認知症になる可能性が高いと言われています。従って生活習慣病の予防は、同時に認知症を予防することになります。生活習慣病は食生活や運動、喫煙、飲酒などの生活習慣がその発症・進行に関係しています。すでに生活習慣病にかかっている場合は、適切な治療を受け、それ以外の方は定期検診などで自分の健康状態を確認しましょう。



Kさん

これ筋肉ですよ!!

ロバ隊長

いいえ、それは内臓脂肪です。 メタボですよ!!



筋肉は使わなければ、 衰える一方ですよ!!



②体と脳を同時に刺激!!

ウオーキングなどの有酸素運動をすることで認知機能が改善することは知られていますが、最近の研究で「体の運動」と「脳の運動」を同時に行うことがより効果的ということが分かってきました。具体的には、その場で足踏み(体の運動)をしながら、しりとりや簡単な計算(脳の運動)を同時に行います。このような2つの運動を同時に行うには少しコツが必要です。町の「健やか脳教室」に参加して、この運動を体験してみませんか?









援する応援者です。 や家族を温かく見守り、 することが大切です。 認知症サポーターが地域で活躍 症の正しい知識や理解を学んだ るまちをつくるためには、 認知症の方が安心して暮らせ

が咲くと信じています。

んなの心に

、優しさの花

日々の暮らしの中で認知症の方 なことをする人ではありません。 認知症サポーターは何か特別

を希望される企業や自治会など わってみませんか。講座の開催 なってこうした支援の輪に加 症サポーター養成講座にご参加 ぜひ、皆さんもサポーターに 団体には講師を派遣します。 個人の方は町主催の認知

認知症サポーター養成講座で認知症をテーマにした創作劇を公演

が行方不明になってしまうと聞きました。こう しい心が広がっていけば、 したことも「どうしました?」と地域の誰かが 言、声を掛けるだけで減らせると考えています。 毎年全国では、 大人だけでなく、 1万5千人以上の認知症の方 子どもたちにもその優 認知症の方が安心し

思いやりと協力し合って生き

ていくことで、いつの日にか

す。

私たちは、公演を通じて

て暮らせる町になると思いま

認知症に対する偏見がなくな

人の心は変わらず温かく

<劇団にんじん> 南幼稚園の保護者会で知り合った仲良しグループで劇団を結成。 自分たちの活動が誰かの心の栄養になるように"にんじん"と命名。

県東部を中心に創作劇や朗読劇などを中心に活動中。結成36年。



広がっています。"優しさの輪"

「私たちは優しい大人になりたい」

小学校で行われた講座で私たちもサポーター になりました。登下校の時に見守り隊のおじい ちゃんやおばあちゃんが私たちの安全を見守っ

てくれているので、そ の人たちが困ったら今 度は私たちが助けにな りたいと思います。

北小6年 下山美月さん(下長窪) 福井亜美さん(納米里)



ا !! حا





地域の高齢者を支えていくため には、まず認知症を正しく理解し なければならないと考え、商工会 員を対象とした講座を行いました。

長泉町商工会会長

喫茶 花あかり

ح き/月に2回開催 13:00~15:00

ところ/さつき園内

※開催日など詳細はお問い合わせください。

長泉南地域包括支援センター

2918-2121

カフェ

き/毎月第2水曜日 10:00~12:30 ところ/ながいずみホーム

> そちらを利用して サービスがあります。

日分の生活を

や民間などでさまざまな福祉の

介護をされている方は心身共に本

地域づくりセンター内

長泉北地域包括支援 センター

☎941-5335

がら介護を

人切にしな

と思います。 してほしい こ存知ですか?認知症カフェ

も不要で帰る時間も自由です きます。お茶を飲むだけでも大丈夫。申し込み 同じ悩みを持つ人と繋がり、専門職に相談もで 認知症の方だけでなく誰もが集まれる場所です。

当に大変だと思います。今では行政 と呼んでいます。

スタッフの方に声を掛けていただき スとショートステイを利用する中で いので助かっています。 辛いにも義母は性格が穏やかで優し 私は現在、義母の介護をしています。 デイサービ

います。私はそれを「しあわせ貯金 自分の心に栄養を蓄えるようにして あります。そんな時は趣味の観劇で や気持ちが落ち込んでしまうことも こともあり、時には不安になること あることなので思い通りにいかない 勇気を出してこのカフェに参加して が軽くなりました。また、さまざま な情報交換もでき助かっています 始めは、どんな所か少し心配でした この認知症カフェに参加しました。 本当に良かったです。介護は相手が 悩みや心配事を聞いてもらい心

「私は美佐子さんのこと が本当に大好きなの。い つもありがとう」と満面 の笑顔のひろさん。



▲渡邉ひろさんと美佐子さん

救われるでしょう。また、

医師

いる方と話し合えたらどれほど

▲渡邉美佐子さん(薄原上)

問

同じ悩みの方と直接 話せて心が楽になりま した。困った時の対処 法も相談でき、何より 話を聞いてくれる人が ここにいることが分 かっただけで安心でき ました。参加して良かっ たです。 (Kさん)

ください。見気軽にご参加 学だけでも大 す。ぜひ、お 募集していま 丈夫です。



が出席することもあり、医療面 で悩まず一緒に考えましょう。 の相談でもかまいません。 の相談もできます。認知症以外 会員は随時

認知症家族の会 Dog Wood(ハナミズキ)の会 認知症介護の葛藤や悩みは、

経験の無い方に理解してもらう

ことは難しいかもしれません。

そんなとき、

同じ経験をして

あわせ貯金しています.

です。異変に最初に気付くのは本です。異変に最初に気付くのは本が、不安やいら立ち、暴言などはが、不安やいら立ち、暴言などはが、不安やいら立ち、暴言などはが、不安やいら立ち、暴言などはが、不安やいら立ち、暴言などはが、不安やいら立ち、暴言などはのが、不安やいら立ち、暴言などはのです。異変に最初に気付くのは本です。異変に最初に気付くのは本です。異変に最初に気付くのは本です。

理由があります」

らなくなる」という考えは間違い

認知症を発症すると何も

#₀5 **シ**2 **シ**2 **シ**3

家族が認知症を

受け入れるようになるまでの

「心の変化」

第1ステップ

驚き 戸惑い 否定 今までになかった行動に戸惑い、 病気であることを認めたくない。悩 みを打ち明けられず悩む時期。



混乱 怒り 拒絶 どう対処してよいか分からずに混乱して、些細なことで怒ってしまう。 身体的・精神的に疲労し、拒絶感や絶望感に陥りやすく最もつらい時期。

第3ステップ

割り切り

怒ったりイライラしたりしても仕方ないと気付き割り切って考えられるようになる。症状に変化がなくても気持ちが楽になる。

第4ステップ

受 容

認知症に対する理解が深まり、認知症の方の気持ちを介護者がくみ取れるようになる。認知症をあるがまま受け入れられるようになる。

認知症の方への接し方 **3つの「ない!**」

①自尊心を傷つけない!

頭ごなしに否定したり怒ったりすると自尊心を傷つけてしまいます。本人の気持ちを理解できるように努めましょう。また、表情や感情は伝わります。笑顔で接するように心がけましょう。

②急がせない!

ゆっくりであればできることも多いので焦らせたり急がせたりしないようにしましょう。また、一度にたくさんのことを言うと、混乱してしまうので、ゆっくりと話し、本人の言ったことを繰り返して、反応をみながら意思の確認を行いましょう。

③驚かせない!

後ろから声を掛けたり、大声で話したり、複数人で同時に話しかけたりせず、正面から視線を合わせて話しかけましょう。

ステップ3・4に進む ためには、認知症につ いての正しい知識と理 解が必要です。



イレの失敗をしたりすることが増え、介護者に負担が集中しま 大切なのは、悩みを 認知症が進行すると、外出後、自宅に戻れなくなったり、ト

(で抱え込まないこと)



思いに寄り

添います。

長泉町認知症初期集中支援 ーム(社会福祉協議会) 渡邉麻由さん

ご相談ください!!

長泉南地域包括支援



もあります。

です。話す権利も、

話さない権利

長寿介護課

さないかは、あなたが決めること

認知症について、人に話すか話

2989-5519



を知ることができて本当に嬉し

にも支援の輪が広がっていること

かったです。

認知症は誰もがなり得る病気で

認知症になっても、住み慣れ

なりたい」と笑顔で話す彼女の心

「認知症の人を見かけたら力に

講座を受けたとのことでした。

と話しかけてくれました。話を聞 ですよね。私もサポーターです_

くと学校で認知症サポーター養成

北地域包括支援 **2**941-5335

06



す。介護で最も大切なことは「悩みを1人で抱え込まないこと」 利用して自分の生活や時間を守りながら介護を行ってほしいで あり、デイサービス、ショートステイ、グループホームなどを 追い込まれてしまいます。現在ではさまざまな福祉サービスが す。介護者も自分の生活を送りながらの介護なので、心身共に

です。認知症の対応に悩んでいる場合は、医療・福祉の専門職が

ず現れることも事実です。 る人、相談に乗ってくれる人が必 ことはとても勇気がいることです。 が広がることを願って…。 でも、話すことで、助けてくれ いずれにしても、自分から話す いつの日か長泉町全体に支援の

> **2**989-5537 FM989-5515

持たず、正しい知識と理解、そし

く自分の事と真剣に考え、偏見を

て地域の支えが必ず必要です。

⊠tiikihoukatu@town.nagaizumi.lg.jp

に地域で自分らしく暮らすために

誰もが認知症を他人事ではな

取材を終えて 先日、あるイベントを取材中に

1人の生徒が私が付けているリン

グを見て「それ、オレンジリング

問い合わせ●

町職員の給与などの公表

町の人事行政の透明性を高めるため、職員の給与や職員数の状況についてお知らせします。 職員の給与は、国やほかの地方公共団体との均衡を考慮し、町議会の審議を経て決定します。

職員給与費

(普通会計決算)

| 区分 | 職員数(人) | | 1人あたり | | | |
|--------|--------|-----------|-------------|-------------|------------|----------|
| 区刀 | (A) | 給料 | 職員手当 | 期末・勤勉手当 | 計(B) | 給与費(B/A) |
| 平成30年度 | 216 | 7億6,727万円 | 1億5,609万3千円 | 3億2,126万7千円 | 12億4,463万円 | 576万2千円 |

- 注) 職員手当は各種手当の合計です。退職手当は含まれません。
- 注) 職員数は、平成30年4月1日現在の人数です。
- 注) 給与費は再任用短時間勤務職員を含み、職員数は当該職員を含みません。
- 注)普通会計とは公営企業等の会計を除いた会計のため、表9の部門別職員数の合計とは一致しません。

職員の平均年齢・平均給料月額・平均給与月額 3 職員の初任給 2

(平成31年4月1日現在)

| 区分 | 平均年齢 | 平均給料月額 | 平均給与月額 |
|--------|-------|-----------|-----------|
| 一般行政職 | 39.7歳 | 30万5,119円 | 37万2,369円 |
| 技能労務職 | 56.2歳 | 30万3,400円 | 35万6,499円 |
| 幼稚園教育職 | 36.8歳 | 27万5,874円 | 32万7,763円 |

- 注) 「平均給料月額」とは、平成31年4月1日現在の職種ご との職員の基本給を平均したものです。
- 注)「平均給与月額」とは、給料月額と毎月の各種手当(扶 養手当、地域手当、住居手当、時間外勤務手当など) の額を合計したものの平均です。

(平成31年4月1日現在)

| 区分 | | 長泉町 | 玉 |
|-------|-----|-----------|-----------|
| 一般行政職 | 大学卒 | 18万700円 | 18万700円 |
| | 高校卒 | 14万8,600円 | 14万8,600円 |
| 技能労務職 | 高校卒 | 14万6,000円 | 14万6,000円 |
| | 中学卒 | 13万8,000円 | 13万8,000円 |

4 職員の経験年数別平均給料月額

(平成31年4月1日現在)

| 区分 | 経験年数 | | | | | |
|----------------|-----------|------------|------------|--|--|--|
| | 7年以上10年未満 | 10年以上15年未満 | 15年以上20年未満 | | | |
| 一般行政職 (大学卒) | 23万3,561円 | 26万1,880円 | 32万1,976円 | | | |

期末・勤勉手当

(平成31年4月1日現在)

| | | | | | (. , , , , , , , , , , , , , , , , , , | , , |
|------|-------|---------|---------|-------|---|---------|
| VΔ | | 長泉町 | | | 玉 | |
| 区分 | 期末手当 | 勤勉手当 | 計 | 期末手当 | 勤勉手当 | 計 |
| 6月期 | 1.3月分 | 0.925月分 | 2.225月分 | 1.3月分 | 0.925月分 | 2.225月分 |
| 12月期 | 1.3月分 | 0.925月分 | 2.225月分 | 1.3月分 | 0.925月分 | 2.225月分 |
| 計 | 2.6月分 | 1.85月分 | 4.45月分 | 2.6月分 | 1.85月分 | 4.45月分 |

6 退職手当

(平成31年4月1日現在)

| ▽△ | 長男 | 包含 | 国 | | |
|-------|-----------|-------------|-----------|-------------|--|
| 区分 | 自己都合 | 定年 | 自己都合 | 定年 | |
| 勤続20年 | 19.6695月分 | 24.586875月分 | 19.6695月分 | 24.586875月分 | |
| 勤続25年 | 28.0395月分 | 33.27075月分 | 28.0395月分 | 33.27075月分 | |
| 勤続35年 | 39.7575月分 | 47.709月分 | 39.7575月分 | 47.709月分 | |
| 最高限度額 | 47.709月分 | 47.709月分 | 47.709月分 | 47.709月分 | |

7 特別職の給料など

(平成31年4月1日現在)

| 区分 | | 給料・報酬月額 | 期末手当 | |
|----|-----|---------|--------------|--|
| | 町長 | 80万円 | 左即 | |
| 給料 | 副町長 | 64万円 | 年間 4.45月分 | |
| | 教育長 | 59万円 | 11 13/ 17 | |
| | 議長 | 33万円 | / | |
| 報酬 | 副議長 | 28万円 | 年間 3.95月分 | |
| | 議員 | 26万円 | 3.33/3/3 | |

8 一般行政職の級別職員数

(平成31年4月1日現在) 6級 ┗ □1級 主事補等 部長・課長等 23人(15.2%) 18人(11.9%) 5級 ┗ □2級 参事・主幹等 主事等 16人(10.6%) 43人(28.5%) 4級 ┗ □3級 副主幹 主査 20人(13.3%) 31人(20.5%)

9 部門別職員数と過去3年間の推移

(各年4月1日現在)

| | 区分 | | 対30年 | | |
|------|------|-----|------|-----|---------------|
| 部門 | | H29 | H30 | H31 | 増減 |
| | 議会 | 3 | 3 | 3 | 0 |
| | 総務 | 47 | 48 | 53 | 5 |
| | 税務 | 17 | 18 | 18 | 0 |
| | 農林水産 | 6 | 5 | 6 | 1 |
| 一般行政 | 商工 | 4 | 4 | 3 | $\triangle 1$ |
| | 土木 | 19 | 20 | 20 | 0 |
| | 民生 | 58 | 57 | 60 | 3 |
| | 衛生 | 19 | 15 | 16 | 1 |
| | 小計 | 173 | 170 | 179 | 9 |
| | 教育 | 45 | 44 | 44 | 0 |
| 特別行政 | 消防 | 1 | 1 | 1 | 0 |
| | 小計 | 46 | 45 | 45 | 0 |
| | 水道 | 4 | 5 | 5 | 0 |
| 公営企業 | 下水道 | 6 | 5 | 5 | 0 |
| 等 | その他 | 16 | 17 | 18 | 1 |
| | 小計 | 26 | 27 | 28 | 1 |
| 合 | 計 | 245 | 242 | 252 | 10 |

10 その他の主な手当

(平成31年4月1日現在)

■毎月支給されるもの

①給料 職種や職務に応じた給料表に定める額

②扶養手当 配偶者6,500円、子10,000円、そのほか

の親族各6,500円

③地域手当 給料、扶養手当、管理職手当の合計額

の6%

④住居手当 借家は家賃の額に応じ最高30,000円

自己所有住宅は5,000円

⑤通勤手当 車などの利用者は距離に応じ最高26,000円

公共交通機関などの利用者は運賃相当額

●問い合わせ● 行政課 ☎989-5500

■実績や職務に応じて支給されるもの

⑥時間外勤務手当 通常の勤務時間を超えて勤務したとき

⑦そのほか 管理職手当など

※給与とは、給料と②~⑦の手当の合計です。

■臨時に支給されるもの

期末・勤勉手当 民間の賞与に相当するもの

退職手当 民間の退職金に相当するもの

都市計 再検証を進めています 画道 の必要性について

都市計画決定からの時間経過や道路利用ニーズの変化などを踏まえ、都 います。これまでに約22・2㎞(約73%)の整備を進めてきましたが、 して定められており、町では18路線、約3・4㎞が都市計画決定されて 市計画道路の必要性について再検証を進めています。 都市計画道路は、機能的な都市活動を支えるために必要な都市施設と

必要性再検証の流れ

間を有する8路線を選定しました。 整備状況を確認し、未整備などの区 再検証対象道路の選定

要性を検証しました。 評価項目を設定し、路線ごとに必 必要性の確認

合理性の確認

制約の有無、将来交通需要への対 代替道路の有無や地形・構造的な 応などを検証しました。

再検証結果

(案

の取りまとめ

パブリック・コメントの実施 説明会の開催

最終結果の公表

再検証結果 (案

検証結果(案)は次のとおりです。 再検証対象道路である8路線の再

存続 (案

4路線

沼津三島線、 三島駅北口線、 高田上土狩線*、 納米里本田町線

継続検討

2 路線

抜粋

※ 同 高田上土狩線*、 重複して記載しています。 一路線で「存続」と「継続検 区間がある高田上土狩線は 小山三軒家線

廃止 案

3 路線

南小林線(2路線)、 桜堤遊歩道

── 存続 ── 総続 ── 廃止 ── 再検

※各回とも説明内容は同じです。 ところ/防災センター ②12月22日(1)午前10時~11時

ح

|必要性再検証に関する説明会を開催します

き/①12月19日休午後7時~8時

都合の良い日に直接会場へお越しください

|パブリック・コメント

~必要性再検証に対する意見を募集します~

資料名/長泉町都市計画道路必要性再検証方針・評価基準マニュアル(案)、 長泉町都市計画道路必要性再検証結果

資料の公表・意見の提出期間

12月17日以~令和2年1月15日似

蒠見の提出方法/窓口で直接、または郵送、ファックス、

資料の公表場所/町ホームページ、建設計画課: Eメール、電子申請のいずれかで建設計画課へ提出

役場西館2階・情報公開コーナー

1-4-34 南小林鄉 3.4.8 納米里本田町紛 3-4-3 高田上土狩 3.4.69 三島駅北口線 (三島市氷炉) -68 三島駅北口線

0.25 0.5

再検証結果図 (案)

●問い合わせ● 建設計画課 ⊠keikaku@town.nagaizumi.lg.jp **☎**989-5520 M986-5905

参加しませんか? **「認知症サポーターステップアップ講座」に**

くための講座を開催します。 症についての理解を深め、認知症の方を支援する担い手となっていただ 認知症サポーター養成講座を受講された皆さんを対象に、さらに認知

せんか。 地域の認知症の方を支えるために何ができるのか、一緒に考えてみま

■第1回「オリエンテーション」

と き/令和2年1月10日 金

■第2回「認知症の基本症状と 周辺症状を理解する.

と き/1月17日金

認知症の方との関わり方を学ぶ

第3回

と き/1月24日金

■第4回「認知症の方と出会う.

と き/2月上旬 (町内施設での体験学習)

認知症の

第5回

グループディスカッション

■ 共通 事項

ところ/南部地区センター 間/午前10時~11時30分

と き/2月1日金

問 長寿介護課

定

員/20人

講 師/中村晴信さん

対

(学識経験者)

町内在住で、認知症サポーター養 成講座を受講したことのある方

参加費/無料

※電話でお申し込みください。

※原則全ての回の参加をお願いし ます。

■第2回「認知症について知ろう!

定

員/20人

と き/1月29日 水 午後1時30分~3時

■第3回 「認知症予防と運動の効果.

午後1時30分~3時 き/2月5日依

師/内藤ルミ子さん

対 (健康運動指導士) 象/町内在住で65歳以上の方

■第4回「認知症予防と

解し、予防するための各種講座を開催します。

てきました。頭と体を同時に使う軽運動などを続けることで、認知症の 発症を遅らせることが期待できます。町では、認知症について正しく理

認知症は、発症する前であれば予防できる可能性があることが分かっ

コミュニケーション効果.

午前10時~11時30分 と き/2月19日外

午後1時30分~3時

師/内藤ルミ子さん

と き/令和2年1月18日出

■第1回「認知症予防講演会

(花メディカルクリニック) 師/太田宏平医師

対 象/町内在住の方

定 員/40人

対

象

(健康運動指導士)

町内在住で65歳以上の方

~知ればあなたもサポーター~

師/長寿介護課職員

員/40人 象/町内在住の方

■共通事項

ところ

※10月、11月に開催した健やか脳 コミュニティながいずみ 講する方を優先します。 教室と同じ内容です。初めて受

申込期限/1月15日冰(先着順) 申込方法

窓口で直接、 または電話で申し

問 長寿介護課 989 - 5 - 5 - 3 7

「健やか脳教室」 参加者を募集します

19

問 ベルフォーレ 989 0 0 0

▼JAY'S GARDEN

開催します

2020ベルフォーレ軽音JAMを

催します。 **県東部地区で音楽を愛するアーティストを応援する音楽イベントを開**

ところ/ベルフォーレ き/令和2年1月19日回

開開

/午後1時

開

演

/午後1時30分

入場料(全席自由)

当日 800円 前売り一般 500円

※高校生以下は無料です。 鈴木勇輝、岩田翔、フルヤトモ LO, JAYS GARDEN 演

ベルフォーレ、コミュニティながいずみ、三島市民文化会館、 沼津・三島のプレイガイドでチケット販売中

▲フルヤトモヒロ

■チケット販売時間

ベルフォーレ/8:30~20:30

毎月第1月曜日休館

(月曜日が祝・休日の場合は翌日休館)

コミュニティながいずみ/9:00~17:15

毎週月曜日休館 (月曜日が祝・休日の場合は開館)

問 ベルフォーレ

※3歳未満の入場はご遠慮ください。

ベルフォーレ、コミュニティながいずみ、 三島市民文化会館、やまがた楽器店、

30

ます。

中学校

は翌日休館)

: 00~17:15

(月曜日が祝・休日の場合は開館)

※出場校は変更になる場合があり ところ/ベルフォーレ 入場料(全席自由) 学校、函南東中学校、沼津第五 長泉中学校、北中学校、 き/令和2年3月8日回 演/午後1時30分 場/午後1時 /500円 函南中

チケット発売

| | 発売日 | 丹澤楽器店で発売 |
|------------------------------------|--------------------|--|
| 一般販売 (電話予約はベルフォーレ のみで13:00~) | 12/7 (土) 13:00~ | ■チケット販売時間 ベルフォーレ/8:30~20:3 毎月第1月曜日休館 |
| | | (月曜日が祝・休日の場合はコミュニティながいずみ/9 毎週月曜日休館 |
| | | 世 但 月 唯 日 1 作 貼 |

2020ベルフォ 中学生吹奏楽フェスティバルを開催. Ĭ レ しま

各参加校の特色を生かした演奏をお楽しみください

県東部地区の中学校吹奏楽部がベルフォーレで合同演奏会を開催します。



12月は消費者被害防止月間です

れる被害が発生しました。 欺の被害が多発しています。今年 は町内でも70歳代の女性2人が、 合計で約330万円をだまし取ら 近年、全国で悪質商法や特殊詐

時には、町の「消費生活相談」 お気軽にご相談ください。 や契約などをしてしまい、困った 態度で断りましょう。万が一購入 不審な訪問や電話は毅然とした

相談時間

相談場所/くらし環境課 平日 午前9時~午後4時

※土・日曜日、祝日は「国民生活 センター」で相談を受け付けて へお電話ください。 に消費者ホットライン「188」 います。午前10時から午後4時

くらし環境課

年末年始の し尿収集についてのお知らせ

月20日金までに予約してください。 す。年内に収集を希望する方は、12 内に処理しきれないことがありま 年末はし尿の収集が集中し、 年

申込先/

年末・年始の休業期間

問 12月28日出~令和2年1月5日回 くらし環境課 989 - 5 - 5 1 4

年末年始のごみの収集日を お知らせします

8時までに出してください。 各区で指定された収集日の午前

一年末最後の収集日

燃やせるごみ(月・木コース)/ 12月26日休

燃やせるごみ (火・金コース)

12月27日金

プラスチックごみ/12月30日用

燃やせるごみ(月・木コース) |新年最初の収集日

燃やせるごみ(火・金コース) 令和2年1月6日月

プラスチックごみ/1月8日似

1月7日火

※資源物、有害ごみの収集日はご みカレンダーのとおりです。

|年末にごみを焼却場へ直接持ち 込むことができます

午前8時30分~午後3時 き/12月28日出

年末年始の休業期間 12月28日出午後3時~令和2年

問 1月5日(1) くらし環境課 989 - 5 5 1 4

問

こども未来課

町立小・中学校の 入学通知書を送付します

2年4月に小・中学校に入学する 返却してください。 が、後日、通知書を教育推進課に 学校などに入学予定の方にも通知 なお、転出予定の方、私立小・中 る家庭で、1月中に通知書が届か 年齢の子どもがいる家庭を対象に、 校に入学しない方は、お手数です 書が送付されます。町立小・中学 ない場合は、お問い合わせください。 入学通知書を送付します。 該当す 町に住民登録のある方で、

母子父子寡婦福祉資金 貸し付けのお知らせ (就学支度資金・修学資金)

を行っています。 の入学金、授業料などの貸し付け もが高校や大学などに進学する際 母子・父子家庭を対象に、子ど

※事前に親子面接・審査を行い、 申請用紙配布場所/こども未来課 内容によっては貸し付けできな い場合があります。

※審査時期により、貸し付けが4 あります。 月の入学に間に合わない場合も **2**989 − 5573

ご協力ください 年末の交通安全県民運動に

スローガン **実施期間**/12月15日⑪~31日処

安全を つなげて広げて

運動の重点

事故ゼロへ

- ・子供と高齢者の交通事故防止
- 夕暮れ時から夜間の交通事故防止 の活用と「早めのライトオン」・ ~「自発光式等の反射材用品. 「ハイビームの活用」の実践~
- 「静岡県自転車条例」 の周知
- 飲酒運転の根絶
- の徹底 安全確認「止まる・見る・待つ」

地域防災課 **2**989 - 5505

問

水道管の凍結にご注意ください

どの凍結防止策を行ってください。 その上にビニールテープを巻くな ります。水道管を乾いた布で包み、 水道管が凍り、破裂することがあ と、屋外にむき出しになっている 気温がマイナス4℃以下になる



改修工事を実施します いずみの郷の外壁の 福祉会館の浴室と

工事期間 (予 定)

え制で営業します。騒音などが予 想されますので、皆さんのご理解: ご協力をお願いします。 力所を時間に応じた男女入れ替 12月上旬~令和2年3月下旬 また、いずみの郷は外壁改修工 工事期間中、福祉会館の浴室は

☎ 988 - 3 9 2 0

来館の際はご注意ください。

社会福祉協議会

事のため、足場が設置されます。

予・学生納付特例の期間の保険料 追納制度をご利用ください。 できます。老後の年金額を増やす は、10年以内なら納付することが ためにも、就職後や卒業後などに 国民年金保険料の免除・納付猶

時の保険料額に経過月数に応じた 加算額が上乗せされます。 年目以降に納付される場合は、 付特例の承認年度の翌年度から3 なお、 沼津年金事務所 福祉保険課 免除や納付猶予・学生納 989 - 55 13 921 - 2 - 2 0 1 当



参加者を募集します 潜在保育士研修会

として研修会を開催します。 所に勤務していない方の就職支援 保育士の資格を持ち、現在保育

想案について意見を募集します。

|現在の保育事情と手遊び講座

ところ/防災センター き/12月18日欧午前10時~正午

園見学と現場職員との座談会

午前10時~正午 き/令和2年1月16日休

ところ/竹原保育園 |保護者対応と事故予防について

ところ/防災センター き/1月27日 ||午前10時~正午

追納制度をご利用ください

国民年金保険料の

ح 家庭支援と子どものSOS き/2月6日休

ところ/防災センター 午後3時~5時

参加費/無料 共通事項 象/保育士資格を有する方

<u>م</u> ښ

申込期限/開催日の3日前 員/各回10人(先着順

申込方法/電話で申し込む ※原則全ての回の参加をお願いし

問

こども未来課

989 - 5528

らの10年間を計画期間とする次期 今回は、総合計画の核となる「目指 総合計画の策定を進めています。 について、町では、令和3年度か すまちの姿」などを定めた基本構 パブリックコメント計画(素案) 行政の運営指針となる総合計画 に対する意見を募集します

蒠見の提出方法/ **素案名**/総合計画基本構想 素案の公表・意見の提出期間 12月16日例~令和2年1月15日例 クス、Eメール、電子申請のい 窓口で直接、または郵送、ファッ

設置場所 素案公表・意見提出用紙の ずれかで企画財政課へ提出

持

参

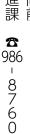
問 **18**98 - 5585 町ホームページ、企画財政課 役場2階・情報公開コーナー 企画財政課 **2**989 − 5 5 0 4

こんにちは赤ちゃん教室 (全4回)参加者を募集します

※1人でも参加できます。 ところ ウェルピアながいずみ 象/町内在住の妊婦と夫

> 内

問 申込期限 各回1週間前 健康増進課



| ♪ ベ 受 た 講 い ③ さ | 5 体 🛛 🛈 ス 5 加 | | | , , |
|---|---|---|---|---|
| ま講はすずはし するれA |)操 ン は リ 物 費 ゜の と 手 ッ / / | 1 | 令和2年1月8日例 9:30~正午 | 妊娠後半期の生活・ 親子の歯科保健 |
| ~ ° る 万 か か ・ か と 、 を B 選 も ま 受 の | き角と、子料 | 2 | 1月15日(水) 9:30~12:30 | 妊娠、授乳中の栄養・ 調理実習 |
| | る服装でお越- ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ | 3 | 1月22日(水) A 9:30~10:20 B 10:35~11:40 | A マタニティストレッチ 出産の準備について B おむつ交換の練習、先輩 ママと赤ちゃんとの交流 |
| | の越しくだ ②はエプ 筆記用具、 | 4 | 1月31日金 18:30~21:00 | 小児科医の話 赤ちゃんのお風呂 |

容

参加者を募集します 長泉町起業支援講座「幹英塾」

と き/令和2年2月1日出 を取得するための講座を開催します。 ある方を対象に、起業のためのヒン 事例の紹介など起業に役立つ知識 や事業計画書の作成、融資制度や 起業を検討している方や興味の

ところ/ベルフォーレ 容

午前10時~午後3時

· 午前

セミナー聴講

ビジネスプランの発表会 師/勝又幹英さん(㈱ グループごとに作成した . N C

町内で起業を検討している方 象/町内在住・在勤、 代表取締役社長) または

員/30人 (先着順)

申込方法/電話またはEメールで 申込開始/12月10日巛午前9時

🛚 sangyo@town.nagaizumi.lg.jp 産業振興課 989 - 5 5 1 6

開催しませんか 赤十字講習会」 を

ご活用ください。 や事業所、団体の行事などにぜひ の講師を派遣しています。 日本赤十字社では、 各種講習会 自治会

> 内 ※この講習会は皆さんからいただ 害時の高齢者支援、幼児安全法: いた会費の一部で実施しています。 水上安全法など 容/減災セミナー、救急法、災

開催費用/無料 **所要時間**/各講座2時間程度

(一部の講座で教材費が必要)

申込方法/電話で申し込む 申込期限/開催希望日の2カ月前 (希望日が重複した場合は要相談)

福祉保険課

参加者を募集します みかんちゃん」 1月行事

象

リトミック

ح 午前9時30分 き/令和2年1月9日休

②平成29年4月2日~平成30年4 ①平成28年4月2日~平成29年4 月1日までに生まれた子どもと

月1日までに生まれた子どもと

象/町内在住の小学生

員/50人(先着順)

③平成30年10月1日~平成31年4 月1日までに生まれた子どもと

定 ③ 10 組 員/①②各20組 (先着順 (先着順

チェリーの会

き/1月21日 火午前10時

持ち物/弁当、飲み物、

撥水加工

離乳食

対 1年10月1日に生まれた子ども と保護者 き/1月24日 金午後 1時30分 象/平成31年4月2日~令和

定 員/各20組 (先着順

■身体計測と健康相談 き/1月27日月9時30分

■誕生会(1月誕生会) き/1月8日以1時3分

申込開始/12月9日用 【共通事項

申込方法/窓口で直接申し込む みかんちゃん **☎**73 - 4141

ながいずみ健康わくわくクラブ 参加者を募集します 「冬季スケート教室」

集合場所/勤労者体育センタ ところ/ぐりんぱ(裾野市 **集合時間**/午前8時 午前8時~午後4時(予定) き/令和2年1月18日出

参加費/5200円 (入場料、貸スケート靴、

乗り

申込方法/窓□で直接、

または電

話で申し込む

※申込時にご用意ください。 ※貸スケート靴が不要な方は、 加費4500円です。 物券、保険料、バス代を含む 参

> 替えなど 靴下、防水の手袋、タオル、 された衣類(上下)、厚手の帽子・ 着

申込方法/窓口で直接申し込む 申込期間/12月18日別午後6時 8時、 ~午後5時 体育協会 19日本・20日金午前9時 **2**987 - 5 8 5 9

参加者を募集します 桃チャ

■クリスマスリース作り

と き/12月8日(雨天決行) 午後1時30分~4時

参加費(子ども1人)

参加費(1家族) と き/12月22日 日午前10時~正午、 午後2時~4時(雨天決行)

共通事項

ところ

対 桃沢キャンプ場、 桃沢工芸村

申込み/受付中(先着順) 持ち物/汚れてもよい服装(エプ ロンなど)、タオル、飲み物 小学生以下の子どもを含む家族

●掲示板に掲載を希望される方は、次のことにご注意ください●
①原稿には「とき、ところ、内容、対象、定員、参加費、申込期限、問い合わせ先、電話番号」を記載してください。②開催日、申込期限は、広報発行日の10日以降に設定してください。③掲載は町内で無料で開催されるものを優先させていただきます。④情報は紙面の都合上、内容の省略および掲載できない場合があります。⑤原稿の提出期限は掲載を希望する広報発行日の1カ月前とさせていただきます。

開放的な空間で 森の中のレストラン開店!

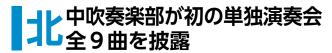
10月27日(日)、桃沢郷まつりで開催されるイベントの1つとして、桃沢野外活動センターに「森の中のレストラン」が開店しました。

森の中のレストランは、自然の中で開店する1日限定のレストランで、山田チカラシェフ監修のもと長泉ブランド認定品などを使用した料理が振る舞われました。



練習の成果を"披露" 長泉町民文化祭

10月18日金から20日日、25日金から27日日の期間で「第55回長泉町民文化祭」が開催されました。展示の部では、写真や書道、俳句、生け花、絵でがみなどの展示が行われました。また、芸能の部では、舞踊、クラシックバレー、民謡、社交ダンス、合唱、フラダンス、吹奏楽などが披露され、観客からは大きな拍手が送られました。



11月3日儭、ベルフォーレで北中吹奏楽部が初の単独演奏会を開催しました。

1・2年生21人による3部構成の演奏会で、第1部では吹奏楽でお馴染みの曲を演奏。第2部では楽器紹介とクイズで約300人の来場者を楽しませ、第3部では往年のロック曲などを、力強い音色で披露しました。



参加する福祉と健康づくり・ 環境にやさしいおまつり

10月20日(日)、福祉会館、いずみの郷、ウェルピアながいずみで福祉健康まつりが開催されました。会場では、福祉・健康・環境に関するさまざまなイベントや展示、体験コーナー、スタンプラリー、抽選会などが行われました。

また、各団体による屋外出店もあり、多くの来 場者でにぎわいました。



選手たちと一緒に 全力!スポーツ体験!

11月5日(火)、竹原保育園で、東レアローズとアスルクラロ沼津が初の合同事業として「全力教室」を開催しました。これは町と両チームが締結したパートナーシップ協定に基づき開催されたものです。参加した園児54人は、バレーボール、サッカー、チアダンスの3チームに分かれて選手たちとの交流を楽しみました。













今年度から始まった町の起業体験事業による「花 +カフェ」(下土狩)が、11月7日休にプレオープン しました。

花+カフェでは、プリザーブドフラワーの販売 や教室を開催しながら軽食の提供を行います。今 後は、起業体験事業としてプレオープン後、来年 4月に本格オープンの予定です。





子育てマイスター 認定証交付式を開催

町では毎年、子育てに関する知識の習得や育児に関する不安の解消を図るため、子どもの救護法や保育の心などについて学ぶ、子育てマイスター講習会を開催しています。前期の11人に引き続き、後期も全4回の講座を修了した6人が新たに子育てマイスターに認定され、11月7日休に、パルながいずみで認定証が交付されました。



「信州・青木村タチアカネ蕎麦の日」を制定

11月16日(土)、17日(日)の2日間で「青木村産業祭2019」と「タチアカネ新そばまつり」が開催されました。今回で18回目となる産業祭。2日間で約3万人が来場し、さまざまな催しが執り行われました。また、数量限定のタチアカネの新そばを求め、販売開始前から多くの方が行列を作りました。そしてさいたま蕎麦打ち倶楽部の皆さんによる打ちたてのそばは、今年も大好評でした。

また、タチアカネ蕎麦の試験栽培を始めて11年目を迎え、より多くの方にタチアカネ蕎麦のおいしさを知ってほしいという思いから、16日に「信州・青木村タチアカネ蕎麦の日」が制定され、毎年青木村産業祭の2日間がタチアカネ蕎麦の日になりました。





MOGU MOGUERTOR

外はカリッと、中はもちっと 大和芋の揚げ包み



材料(油揚げ3枚分) 油揚げ……………………3枚 大和芋………………………280g ぎんなん…………………15g 枝豆(冷凍)……………15g 薄口しょうゆ………大さじ1 バター………10g

- (1)油揚げは熱湯をかけて油抜きをし、半分に切って袋状にする。
- ②大和芋をすりおろし、粗く刻んだぎんなんと枝豆、薄口しょうゆを混ぜ、油揚げに詰める。
- ③フライパンにバターを熱し、両面をこんがり焼く。

★Point ★

テフロン加工のフライパンで、バターを使わずに焼けばカロリーカットに!

レシピ考案:長泉町・長泉町食育推進ボランティア「もりもり倶楽部クレマチス」

協力医が変更される場合がありますので 事前に電話で確認してください。

救急協力医テレホンサービス
☎ 055-983-0115

※12/29~31については、外科・内科・小児科の診療時間は8:00~18:00です。

| | 外科 | | 0~21 : 00 =~18 : 00 0~18 : 00 | 大村 大利 上 | | 17:00~21: 正 午~18: | 00 | 小児科 | 土曜日 | 17:00~21:00 正 午~18:00 8:00~18:00 |
|----------------|-----------------------|--------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|------------|-------------------------|---------------|------------------------------|--------------|--|
| 16日(月) | 香貫医院 | (931) 2465 沼津 | 市本郷町 | 望月医院 | (931) 5362 | 沼津市下香 | 貫宮脇 | スキップこども | (992) 6303 | 裾野市茶畑 |
| 17日(火) | 五十嵐クリニック | (934)6700 沼津 | 市志下 | 武藤医院 | (931) 0088 | 沼津市三園 | ⊞Ţ | 田中医院 | (921) 2053 | 沼津市高島町 |
| 18日(水) | おおしろクリニック | (976)0027 清水 | 町堂庭 | 髙遠クリニック | (926) 8739 | 沼津市東椎 | 路 | まるやま小児科 | (981) 8577 | 清水町堂庭 |
| 19日(木) | 池田病院 | (986)1212 長泉 | 町本宿 | 南一色セントラル内科 | (980) 5777 | 長泉町南一 | 色 | 白十字小児科 | (933) 5111 | 沼津市下香貫馬場 |
| 20日金 | 萩野クリニック | (966)7111 沼津 | 市根古屋 | かとう内科医院 | (946) 5562 | 沼津市大岡 | | よざ小児科 | (967) 5722 | 沼津市原 |
| 21日(土) | 池田病院 | (986)1212 長泉 | 町本宿 | きせがわ病院 | (952) 8600 | 沼津市大岡 | | 大橋内科・小児科 | (992) 2800 | 裾野市佐野 |
| 22日(日) | 守重医院 遠藤クリニック | (931) 2511 沼津 (975) 8801 清水 | | 小林 (今沢) 医院 さはこクリニック いずみクリニック | (999) 3850 | 長泉町中土 | 狩 | 坂小児科 | (931) 3233 | 沼津市下香貫前原 |
| 23日(月) | 清水館医院 | (993) 2323 裾野 | 市茶畑 | あめみや内科 | (935) 1159 | 沼津市吉田 | ⊞Ţ | りゅうじん医院 | (988) 3133 | 長泉町下土狩 |
| 24日(火) | 田中クリニック | (992) 1881 裾野 | 市伊豆島田 | 福士クリニック | (932) 3553 | 沼津市下香 | 貫藤井原 | 杉谷小児科 | (923) 6543 | 沼津市筒井町 |
| 25日(水) | 鈴木(州)医院 | (993)0430 裾野 | 市佐野 | 大庭クリニック | (995) 1123 | 裾野市佐野 | | 田中医院 | (921) 2053 | 沼津市高島町 |
| 26日(木) | 池田病院 | (986) 1212 長泉 | 町本宿 | 今井医院 | (921) 3211 | 沼津市五月 | ⊞Ţ | 大橋内科・小児科 | (992) 2800 | 裾野市佐野 |
| 27日金 | 沼津整形 | (921)3791 沼津 | 市共栄町 | 杉山(和)医院 | (972) 3223 | 清水町伏見 | | すずきファミリー | (960) 0333 | 沼津市一本松 |
| 28⊟ (±) | 関外科 | (921) 2185 沼津 | 市花園町 | 杉山病院 | (963) 4114 | 沼津市錦町 | | 白十字小児科 | (933) 5111 | 沼津市下香貫馬場 |
| 29日(日) | 西方外科 御成橋栄クリニック | (921) 1333 沼津 (952) 2525 沼津 | | 青沼クリニック 御成橋栄クリニック 杉山(茂)医院 | (952) 2525 | | ⊞Ţ | 西村医院 | (971) 6510 | 長泉町下土狩 |
| 30日(月) | 瀬尾記念慶友 | (935)1511 沼津 | 市下香貫島郷 | 村岡クリニック 望星第一クリニック おぐち医院 | (922) 0222 | | | りゅうじん医院 | (988) 3133 | 長泉町下土狩 |
| 31日(火) | 聖隷沼津 | (952)1000 沼津 | 市松下 | あそうクリニック 森医院 裾野赤十字 | (966) 2017 | 沼津市筒井 沼津市石川 裾野市佐野 | | よざ小児科 | (967) 5722 | 沼津市原 |
| | 22日 | 里和耳鼻咽喉 | | | | 29日 | 三島耳 | 「鼻咽喉科 | | |
| 耳鼻科 | | 0545 (23) 1133 | | | | (日) | | 681 沼津市下香買 | 貫樋ノ□ | |
| 8:00~17 | :00 30日 | 三島中央病院 (971)4133 三島 | | | | 31日 火 | | : 耳鼻咽喉科 333 沼津市庄栄= | J | |
| 眼系 | 22日 日 | みつい眼科 (992)5555 裾 | 野市茶畑 | | | 29⊟ (⊟) | 山内眼 (975)8 | !科 338 三島市中田⊞ | J | |
| 8:00~17 | :00 30日 (月) | むらまつ眼科 (993)8855 裾 | | | | 31⊟ (⊟) | 山秋眼 (924)4 | 科 680 沼津市筒井⊞ | J | |
| 産婦人 | 22日 | ウスイクリニ (980)5580 長短 | | | | 29⊟ (⊟) | 岩端医 (962)1 | 院 368 沼津市大手 | J | |
| 8:00~17 | :00 30日 (月) | 聖隷沼津 (952)1000 沼泡 | 聿市松下 | | | 31日 火) | | 婦人科 341 三島市寿町 | | |
| 歯を | 22 (=) | 会田歯科医院 (972)0418 清z | | | | 29⊟ (⊟) | | リニックみよし 900 裾野市佐野 | , | |
| 9:00~15 | :00 30日 (月) | 飯塚歯科医院 (993)1077 裾 | | | | 31日 火) | | 科医院 390 長泉町下土約 | j | |
| | \ T \= === | | | | | | - | _" 1 | | |

| 沼津夜間救急医療センター ☎ 055-926-8699 沼津市日の出町1-15 | 三島メディカルセンター ☎ 055-972-0711 三島市南本町4-31 |
|---|---|
| 外科・内科・小児科 | 外科・内科・小児科 |
| 平 日 20:30~翌朝7:00 土、日、祝・休日 18:00~翌朝7:00 | 平 日 18:00~22:00 土曜日 14:00~21:00 日、祝・休日 9:00~21:00 |

1歳 6カ月のよときだちあっまれ H30.4月 Eまれ

11月8日金 1歳6カ月児健診で撮影



発行/長泉町役場 編集/行政課 ☎055-989-5500 (直通) 〒411-8668 静岡県駿東郡長泉町中土狩828