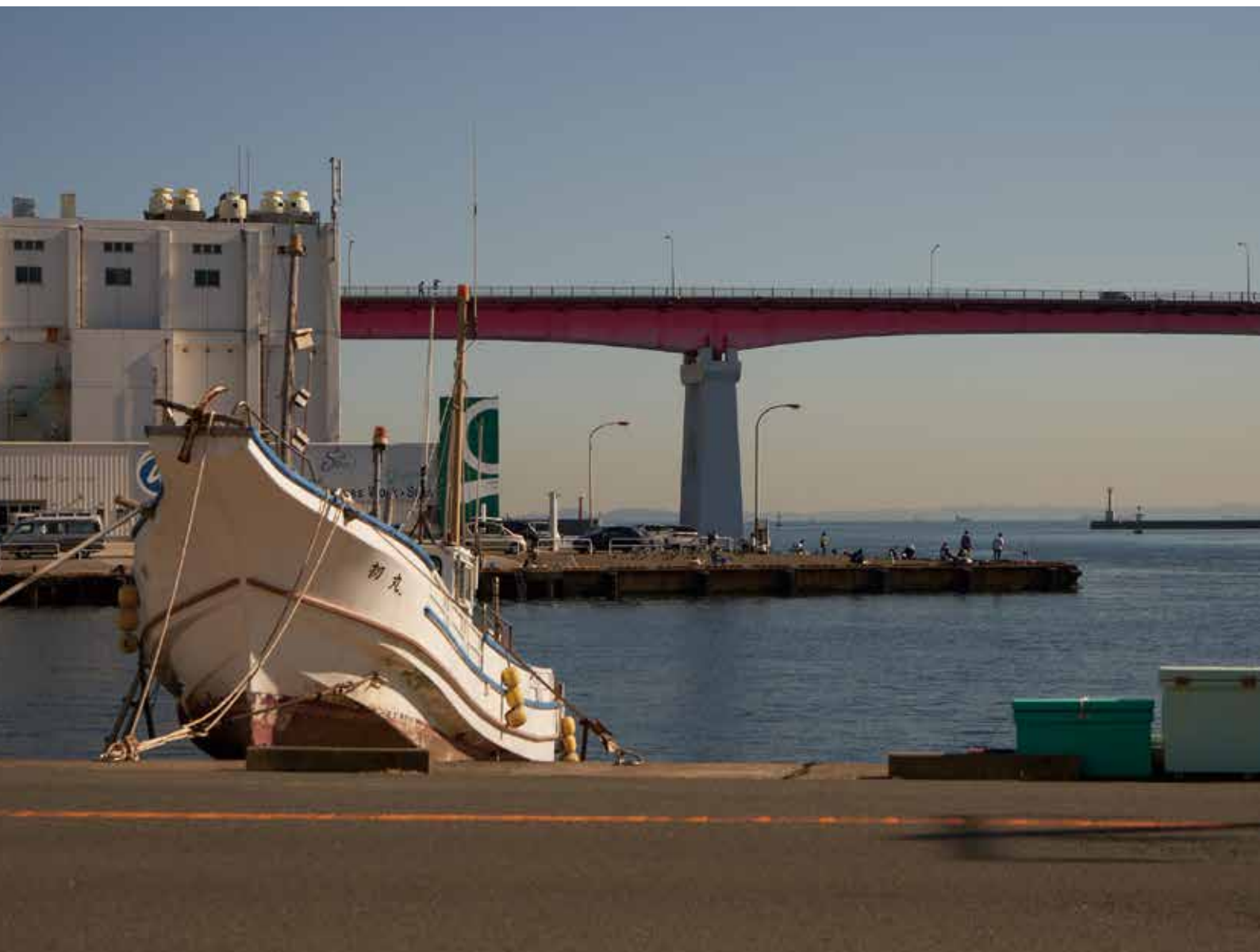


三浦の魅力 集めたい。伝えたい。

vol.4/54 「入船区 ～船の発着地の面影が残る町」



市の人口

40,505人（世帯数：17,170世帯）

※令和5年6月1日現在

（令和2年国勢調査結果に基づく推計人口）

かつてひっきりなしに船が出入りしていたことからその名が付いたとされる入船区。わずか75世帯の小さな区ではありますが、だからこそ住民の皆さんの声を区の活動に反映していこうと心がけてきました。最近では、お子さんを持つ世帯の数が増えていることから、子ども会を復活させ、地域全体で子育て支援に取り組んでいます。また、民生委員との連携によりお年寄りの皆さんの暮らしに関するニーズを発見し、サポートにつなげています。青年会では、区外からの希望者の協力も受け入れながら、住民が楽しみにしている祭りなどの行事を盛り上げていきたいと思っています。子どもにもお年寄りにもやさしい入船区で、港町の暮らしを体感してください。

海業フェスタ @みうら・みさき海の駅

日時 令和5年7月17日(月・祝) 10時～15時
※サンセットクルーズのみ18時30分～19時

会場 みうら・みさき海の駅
(三崎フィッシャリーナ・ウォーフ うらり)

事前の申し込みが必要です

▶ 船上釣り体験(キスなど)(協力:ヤマシタ)
時間 9時～10時30分・11時～12時30分(全2回)
定員 各回25人(先着順) 参加料 1,000円/人
申込先 右のQRコードからお申し込みください。
(申込締切 7月10日(月)12時まで)



▶ 稚魚放流体験(協力:神奈川県栽培漁業協会)
時間 14時～15時 定員 35人(先着順・参加無料)
申込先 三浦海業公社 ☎ 046-881-6721(電話申込みのみ)
(申込締切:7月14日(金)17時まで)

当日受付・参加無料

- ▶ エギ(餌木)釣り体験(協力:ヤマシタ)
- ▶ プレジャーボート乗船体験(協力:海の駅ネットワーク、スバル興業)
- ▶ 水中ドローン操縦体験(協力:神奈川県立海洋科学高等学校)
- ▶ 鮮魚にタッチ(協力:日本さかな専門学校)
- ▶ 神奈川県警察音楽隊演奏(協力:神奈川県警察)
- ▶ にじいろさかな号・サンセットクルーズ(時間 18時30分～19時)
定員 60人(先着順) (協力:スバル興業)
申込先 うらり内 にじいろさかな号チケット売り場(当日受付のみ)
- ▶ うらりデッキフェス(バンドやダンスチームが出演)



「海業(うみぎょう)」フェスタは
「海で遊ぶ」「海を知る」が盛りだくさん!

海業フェスタセレモニー

時間 12時30分～
来賓 三浦市長、小泉進次郎衆議院議員
司会 藤田優一(FMヨコハマ)

当日受付・参加無料



- ▶ 全国の海の駅
(協力 国土交通省関東運輸局)
全国海の駅の紹介や缶バッジづくり
- ▶ マグロの生態(協力 水産研究・教育機構)
マグロの生態の紹介やペーパークラフト配布
- ▶ 海の安全(協力 神奈川県警察)
神奈川県警察警備艇「みうら」の見学やパトカーなどの展示
- ▶ 「海業」と三崎魚市場の歴史(三浦市)
三浦市の「海業」の取組と、昨年100周年を迎えた三崎魚市場の歴史を紹介
- ▶ 三崎diary(協力 関東学院大学法学部木村ゼミ)
遠洋漁業の基地三崎のまちなみ写真展

主催・問合せ 三浦海業公社 ☎ 046-881-6721

[記事提供:海業水産課]

梅雨や台風などの集中豪雨に備えて

梅雨などの集中豪雨、台風が起きやすい時期のことを出水期といいます。

大雨や台風などは、テレビなどの気象情報により、ある程度、事前に予測することが可能です。少しでも被害を軽減できるよう日頃から防災意識を持ち、自分や家族の安全を守りましょう。

家の周囲をチェック!

アンテナが錆びたりゆるんだりしていませんか?

雨どいに枯葉や砂が詰まっていますか?

窓にひび割れ、がたつきはありませんか?
また、雨戸はしっかりと閉まりますか?

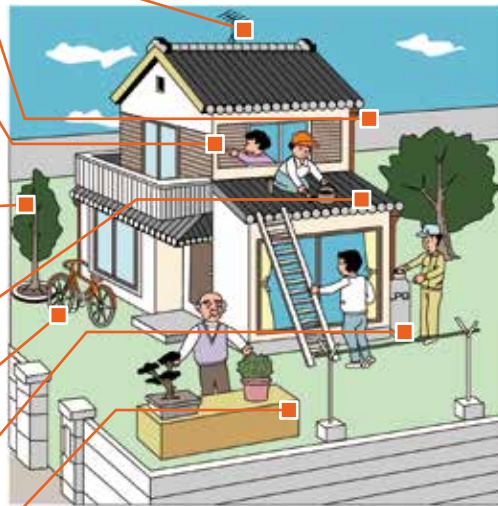
風で折れてしまいそうな木や枝はありませんか?

屋根瓦やトタンがめくれたり、壊れていませんか?

自転車やバイクなどはしましましょう

プロパンガスは固定されていますか?

物干し竿や植木鉢が風で飛ばされないように注意しましょう



防災気象情報を収集しましょう

大雨や台風の被害が予想されるときは、テレビやラジオ、インターネットなどで気象台から発表される気象警報・注意報などを収集するとともに、防災行政無線、防災情報メールなどによって市から提供される情報に注意し、危険を感じたときは、早めに避難しましょう。



問合せ 防災危機対策室 (☎内線60642)

花火はルールを守って楽しく遊びましょう



楽しく花火をするために

■ 音の出る花火は、人の迷惑にならない場所と時間を選びましょう。

■ 高く上がって音のする花火は、マンションや近隣民家などに飛び込んで破裂し大きな音を発生させたり、人に当たりけがをさせる危険があります。飛ばすものは、飛び方向と音に気を付けましょう。



■ 風向きを考え、煙で迷惑にならないようにしましょう。夏は窓を開けている家も多いので、煙が入らないように風向きに気を付けましょう。



■ 花火は火の粉が舞ったり、炎が噴き出したりしますので、取り扱いを誤ると、やけどや火災など思わぬ事故につながりま

す。近くの燃えやすい物に燃え移り火災となったり、衣服に着火しやけどをする危険がありますので、取り扱いには十分注意し、大人と一緒に遊びましょう。

■ 花火をやるときは、消火の準備と後片付けをしましょう。終わった花火は水バケツにつけ、完全に消火しごみは持ち帰りましょう。

■ 子どもはライターなどに興味を持ちやすく、大人をまねて遊びます。子どもの手の届くところに置かないようにしましょう。

■ 市では、22時から翌朝7時まで、海岸、公園などの公共の場所などでの花火は「まちをきれいに」みんなで守る条例により禁止されています。場所と時間を守り楽しく遊びましょう。

問合せ

横須賀市消防局予防課 (☎046-821-6466)

三浦消防署 (☎046-884-0122)

市民協働課 (☎内線 315)

住宅リフォーム助成制度について



令和5年度住宅リフォーム助成制度の第2期(8月分)の申請受付を行います。

申請受付期間は8月1日(火)～24日(木)です。

対象 ●市内の施工業者で行う20万円以上(消費税などを除く)のリフォーム工事

●市内にある自己所有の専用住宅、併用住宅、マンションなど(賃貸は除く)

●申請住宅に居住していて、三浦市に住民登録をしている方
(注意事項)

○すでに着手または完了している工事は対象となりません。

○令和6年3月末までに完了できない工事は対象となりません。

○市税に滞納がある場合、補助の対象となりません。

内容 助成金額：一律7万円

助成件数：第2期8月分 29件(年間80件)

※予定件数を超える申請があった場合は抽選

申請 申請に必要なものは以下の書類です。

●申請書(市役所、出張所、三崎口駅、三浦海岸駅などで配架しています)

●**工事の見積書(市内施工業者発行で捺印のあるもの、税抜20万円以上)**

●**工事着手前の日付入り状況写真(住宅外観+施工箇所)**

※見積書および写真の日付については**申請日の直近(概ね2カ月以内)**のもの

受付場所 市役所第2分館2階財産管理課

問合せ 財産管理課(☎内線251)



木造住宅耐震診断・改修補助制度のお知らせ

市では、昭和56年以前に建築された木造の住宅に対して行う耐震診断等にかかる費用の一部について、補助を実施しています。

簡易診断、一般診断、耐震改修設計、耐震改修工事、工事監理の各費用に対する補助がありますが、まずは簡易診断を受けていただく必要があります。簡易診断は3万円の費用のうち2万円を市が補助する内容となっており、実質1万円の負担でご自宅の耐震性の目安を知ることができます。詳

しくはお問合せください。

受付期間 12月末まで ※簡易診断は先着5件

申請方法 次の書類を受付窓口へ直接提出

・申請書(市役所で配布)

・建築確認通知書の写しまたは建物平面図

※資料がない場合はご相談ください。

受付窓口 市役所第2分館2階財産管理課

問合せ 財産管理課(☎内線252)



後期高齢者医療制度に加入されている皆さんへ

7月中旬に、後期高齢者医療制度加入の方へ
令和5年度保険料の決定通知書などをお送りします。

対象者は？

令和5年6月上旬時点で75歳以上の方、または65歳以上75歳未満で一定の障害の状態にあることにより広域連合の認定を受けた方です。それ以降に加入される方には8月以降順次発送します。



保険料は？

加入者ごとに計算され、被保険者全員が均等に負担する「均等割額」と、被保険者の前年所得に応じて負担する「所得割額」を合計した額となります。

保険料(年額)	=	均等割額	+	所得割額
限度額66万円		43,100円		(前年の総所得金額等-43万円) × 8.78%

保険料の納め方は？

年金からの天引きとなる「特別徴収」、納付書または口座振替で納める「普通徴収」があります。

■ 納付書が届いた方は便利な口座振替をご利用ください。

指定の金融機関へ通帳と通帳印を持参し、口座振替依頼書に記入して提出します。

被保険者証の年次更新について

令和5年8月1日から被保険者証の負担割合が変更となる方には、新しい負担割合を記載した被保険者証を送付します。

一部負担金の割合の判定は、毎年8月1日を基準日として行います。令和5年8月1日からの窓口負担割合は、令和5年度(令和4年1月～12月の所得)の市町村民税課税所得で判定します。現在お使いの保険証の窓口負担割合が変わる方には7月中に新しい保険証を送付します。

「限度額適用・標準負担額減額認定証」および「限度額適用認定証」の年次更新について

市民税非課税世帯の方には「限度額適用・標準負担額減額認定証」(外来・入院時における医療費の自己負担限度額がはじめから適用され、入院時の食事療養費が軽減されます)、現役並み所得者(自己負担割合が3割の方)の一部の方には「限度額適用認定証」(外来・入院時における医療費の自己負担限度額がはじめから適用されます。)が申請手続きにより交付されます。

今まで交付を受けたことがある後期高齢者医療制度の認定証については、8月以降該当になる場合、7月下旬に新しい証を送付します。改めて申請する必要はありません。

問合せ 保険年金課 (☎内線303)

神奈川県後期高齢者医療広域連合 (☎0570-001120または045-440-6700)

三浦市社会教育講座

料理講座「かぼちゃを使った料理」

■対象 市内在住または在勤の方

■会場 初声市民センター

日時	定員	内容	講師	持ち物	費用
8月4日(金) 10時~13時	12人	かながわ名産 100 選にも選定されている三浦のこだわりかぼちゃを使って、かぼちゃのいところ煮、かぼちゃのコロッケ、茄子そうめん、かぼちゃ白玉を作ります。	金子誠子氏 (県認定ふるさと生活技術指導士)	エプロン・三角巾 ふきん 2 枚 筆記用具	1,000円

「みちしお学級」～夏休み体験学習～

■対象 市内在住または在学の小学生と保護者

■会場 初声市民センター

	日時	定員	内容	講師	持ち物	費用
①	1回目 7月23日(日) 2回目 8月6日(日) 9時30分~12時	14組	「親子やきもの」 1 回目 作陶 2 回目 色付け	上田博幸氏 (初声中学校教諭)	エプロン・タオル ぞうきん・飲み物 筆記用具 (2 回とも)	1,200円 (1組)
②	7月30日(日) 10時~12時	10組	「ポーセラーツ」① 茶碗にかわいい柄の特殊なシールを貼り、焼き付けます。	藤本智子氏 (ヴォーグ社認定講師)	はさみ・ピンセット 手ふき・飲み物 筆記用具	1,200円 (1組)
③	8月27日(日) 10時~12時	10組	「ポーセラーツ」② 茶碗にかわいい柄の特殊なシールを貼り、焼き付けます。	藤本智子氏 (ヴォーグ社認定講師)	はさみ・ピンセット 手ふき・飲み物 筆記用具	1,200円 (1組)
④	8月19日(土) 10時~12時	10人	「アイシングクッキー」 クッキー作り	秋元麻衣氏 (アイシングクッキー講師)	エプロン・三角巾 ふきん・飲み物 筆記用具	1,000円
⑤	8月25日(金) 10時~12時	10人	「創作折り紙」 万華鏡・こま作りほか	さわたり 佐渡富代氏	飲み物・筆記用具	200円

(※)①~③の定員は、小学生とその保護者の組数です。

「したうら塾」～今年の夏は「初声」で挑戦・体験しよう!～

■対象 市内在住または在学の小学生

■会場 初声市民センター

	日時	定員	内容	講師	持ち物	費用
①	7月28日(金) A:9時30分~12時 B:14時~16時30分	各9人	「子ども料理教室」 型抜きクッキー	永田小夜子氏	エプロン・三角巾 ふきん・飲み物 筆記用具	500円
②	8月7日(月) 10時~12時	20人	「竹細工教室」 竹を使って宝物を作ろう	三浦竹友の会	飲み物・筆記用具	500円

(※)①のAとBは同じ内容です。(重複参加はできません)

(※)②は「(1) 輪ゴム竹 3 連発銃」「(2) かぐや姫」のどちらかから、作りたい作品 1 つを選んでお申し込みください。

<竹細工教室作品例>

左: (1) 輪ゴム竹 3 連発銃
右: (2) かぐや姫



■申込方法

●「料理講座」は7月12日(水)から、「みちしお学級」は7月5日(水)から、それぞれ電話または直接、初声市民センターにお申し込みください。(日曜・祝日を除く)

「みちしお学級」「したうら塾」は複数の教室への申し込み可。各教室とも先着順とし、定員になり次第締め切ります。

●「したうら塾」は7月14日(金)9時から、電話または直接、初声市民センターにお申し込みください。(土曜・日曜・祝日を除く)

※「したうら塾」の②竹細工教室は、材料用意のため7月18日(火)17時で申し込みを締め切ります。ご注意ください。

■問合せ 初声市民センター (☎046-888-1626)

介護予防サポーター養成講座を開催します!!

一緒に始めませんか？あなたの笑顔を地域に届ける活動

高齢者の方が、いつまでも住み慣れた三浦で元気でいきいきと過ごせるよう、市で開催する介護予防教室やイベントで、サポーターとして活動してみませんか？

月1～2回から活動できるので、育児・介護・仕事をしながらでも大丈夫です。「高齢者の方のために、何かお手伝いをしてみたい」「自分自身の介護予防のために活動してみたい」など、少しでも興味を持たれた方は、お気軽にお問い合わせください。

■対象者

原則18歳以上70歳以下の市民の方で、研修会に参加できる方（要予約、先着10人）

※研修受講後、サポーターとして登録・活動ができます。

■活動内容

認知症予防教室での学習サポート、運動教室やサロンでの講師のお手伝い・参加者の方への声かけ、介護予防のイベントへの参加など。



■研修会

日時 8月2日(水)、9日(水)の2日間

13時30分～16時30分

会場 市民交流センター ニナイテ 研修室

内容 講話と実技

- ・三浦市の介護予防事業について
- ・介護予防サポーターの役割とは
- ・介護予防サポーター体験談
- ・教室での具体的な活動内容とその実際など

持ち物 運動しやすい服装と靴、水分、汗ふきタオル、筆記用具

申込方法 電話にて、7月28日(金)までに、お申し込みください。

※これまで研修を受講した方で再受講を希望する方は、お問い合わせください。

問合せ 高齢介護課(☎内線348)

各種無料相談のご案内（8月）

相談名	日程	時間	会場	問合せ先	相談担当者
法律相談	9日(水)	13:00～15:00	市役所別棟2階市民相談室	内線 319	弁護士
	22日(火)		初声市民センター2階集会室		
	25日(金)	10:00～12:00	三浦市社会福祉協議会安心館	046-888-7347	
行政相談	4日(金)	13:00～15:00	市役所別棟2階市民相談室	内線 319	行政相談委員
住まいの相談	10日(木)	14:00～16:00	市役所別棟2階市民相談室	内線 319	建築士 建築大工技能士
登記測量相談	15日(火)	14:00～16:00	市役所別棟2階市民相談室	内線 319	司法書士 土地家屋調査士
行政書士相談	22日(火)	13:00～16:00	市役所別棟2階市民相談室	内線 319	行政書士
成年後見相談	23日(水)	13:00～16:00	市役所別棟2階市民相談室	内線 319	行政書士
宅地建物相談	24日(木)	13:00～16:00	市役所別棟2階市民相談室	内線 319	宅地建物相談員
女性相談	9日(水)	10:00～15:00	市役所第2分館1階市民相談コーナー	内線 311	女性相談員
犯罪被害者相談	18日(金)	9:00～12:00	市役所第2分館1階市民相談コーナー	内線 60643	専門相談員
消費生活相談	毎週木曜日 (祝日は順延)	9:30～15:30	市役所第2分館1階市民相談コーナー	内線 313	消費生活相談員
教育相談	月～金 (祝日を除く)	9:00～16:00	教育相談室・相談指導教室	046-881-3380	教育相談員
		8:30～17:15	市役所第2分館2階学校教育課	内線 419	指導主事
一般相談	月～金 (祝日を除く)	8:30～17:15	市民サービス課お客様センター	内線 319	担当職員
出張職業相談	10日(木)	13:30～17:00 (受付終了16:30)	勤労市民センター	内線 77344	ハローワーク 横須賀職業相談員

※相談はいずれも無料で、シロ抜きの相談は予約制（定員・締切有）です。8月9日（水）・22日（火）の法律相談、行政相談、住まいの相談、登記測量相談、行政書士相談、成年後見相談、宅地建物相談、犯罪被害者相談は

7月10日（月）から予約を受け付けます。出張職業相談は、新卒の方以外どなたでも相談できます。

※人権相談は、電話相談のみんなの人権110番（電話番号0570-003-110）をご利用ください。

ごみとリサイクルに関するお知らせ

真夏に向け 更なる水切り徹底のお願い

夏はスイカやトマトなど水分の多い生ごみや野菜残渣が増える時期です。直近の「燃せるごみ」の水分率は45.2%と改善傾向がみられました。引き続き、更なる水切りの徹底にご協力ください。また、水切り徹底のほかにも、たばこの吸い殻や食品が付いてしまった紙製容器などと一緒に生ごみや野菜残渣を出すと、水気を低減することができます。

市では、広域焼却施設である横須賀ごみ処理施設「エコミル」へ搬出する前に、環境センターに

集積された「燃せるごみ」の水分を最大限排出する作業を行っています。各家庭や事業者の皆さまにおかれましても、更なる水切り徹底について協力をお願いします。また、適正な分別はごみ量の減量につながりますので、各ごみ収集場所においても、違反ごみが出ないように確認をお願いします。



キエーロ（生ごみ処理器）の販売が始まりました！

市ではこれまで毎年キエーロモニターを募集し、キエーロの普及を図ってきましたが、市職員が製作できるキエーロの数に限りがあったことから、三浦建設業組合へキエーロの製作販売について協力を依頼し、1月から販売がスタートしました。

キエーロは、水分を含んだ生ごみを上手に分解し、余計な水分を出さずに済むだけでなく、収集曜

日を気にすることなく「生ごみ」を捨てられるといったメリットがあります。皆さんも、ぜひこの機会に、キエーロの導入をご検討ください。

キエーロの販売に関する問い合わせは、三浦建設業組合（☎046-888-5321）まで。



ごみダイエット大作戦推進ポスター、標語およびエコ川柳の募集します！

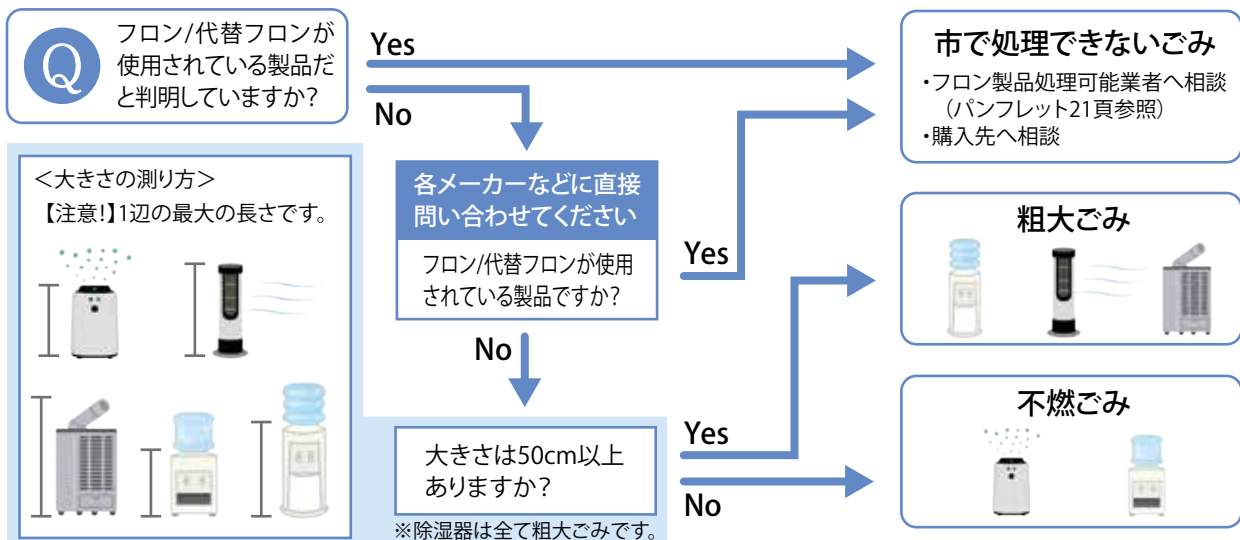
ごみの減量化、資源化、食品ロスおよびプラスチック製品の海洋投棄などの環境問題を課題として、小中学生を対象に夏休みの期間などを利用したポスター・標語・エコ川柳の募集を行います。

また、エコ川柳については、一般の方からの募集も行います。応募の詳細は、市ホームページや小中学生の夏休み課題などとしてお知らせする予定です。詳しくはお問い合わせください。

「フロン/代替フロン」が使用されている製品は市では回収できないので注意してください！

フロン/代替フロンが使用されている製品については、市では収集・処理できませんので、購入元や専門の処理業者へご相談ください。

空気清浄機、除湿機、冷風機、冷水機、製氷機、ウォーターサーバーなどの処理については、下記フローチャートにより対応をお願いします。



問合せ 廃棄物対策課（☎内線291）

市役所の電話・FAX

☎ 046-882-1111
FAX 046-882-1160

募集

三浦市職員採用試験

市では、次のとおり職員採用試験を行います。

募集職種 一般行政職（事務・土木技術・電気技術・建築技術・社会福祉）、技能労務職

採用予定日 令和6年4月1日

第1次試験 9月17日(日)

受付期間 8月1日(火)～14日(月)

採用予定人数 各若干名

受験案内配布先 人事課、南下浦・初声両出張所（市ホームページからのダウンロード可）

問合せ 人事課（☎内線223、Eメールgyouseikanri0101@city.miura.kanagawa.jp）

市立病院事務職員採用試験

市立病院では、次のとおり職員採用試験を行います。

募集職種 行政職（総務事務担当）

採用予定日 令和5年9月1日以降

試験日 7月22日(土)

受付期間 7月3日(月)～10日(月)

採用予定人数 若干名

受験案内配布先 市立病院（市ホームページからのダウンロード可）

問合せ 市立病院総務課（☎046-882-2111内線5101、Eメールbyouin0101@city.miura.kanagawa.jp）

陸海空自衛官などの募集

航空学生（海上・航空）

受付期間 7月1日(土)～9月7日(木)

一般曹候補生（陸・海・空）

受付期間 7月1日(土)～9月5日(火)

自衛官候補生（陸・海・空）

受付期間 年間を通じて行っています。

試験について QRコードからご確認ください。

問合せ 自衛隊横須賀地域事務所（☎046-823-0404）



お知らせ

令和5年度市内海水浴場について

今年度の市内海水浴場については、三浦海岸、和田および荒井浜の3カ所の海水浴場が、各海水浴場組合などにより開設されます。

各海水浴場開設期間

三浦海岸海水浴場 7月8日(土)～8月31日(木)

和田海水浴場 6月30日(金)～9月3日(日)

荒井浜海水浴場 7月14日(金)～8月31日(木)

問合せ もてなし課（☎内線77323）

学校プール開放の中止について

市内中学校の夏季休業期間中における学校プール開放（団体および一般開放）につきましては、近年の利用者減少を受け、今年度以降、中止することとしました。プールの利用を楽しみにされていた方には大変申し訳ございませんが、ご理解いただきますようお願いいたします。

問合せ 文化スポーツ課（☎内線403）

水道からのお知らせ

1 不審なメールにご注意ください

「水道料金を支払わなければ給水停止する」との内容の不審なメールやSMS（ショートメッセージサービス）が届いたというお問い合わせが寄せられています。水道料金の支払いなどに関して市からメールなどでお知らせすることはありません。お心当たりのないメールなどは、開かずに削除してください。

2 パブリックコメントを実施します

水道の使用などを規定した三浦市水道事業給水条例の改正に向け、意見を募集します。詳しくは下記にお問い合わせください。

問合せ 営業課（☎内線383）

第46回みさき白秋まつり

三浦三崎をこよなく愛した詩人、北原白秋。白秋の三崎滞在時代は、彼の文学に重要な転機をもたらし、詩「城ヶ島の雨」は、城ヶ島の名を全

国に知らしめる作品となりました。

この白秋の偉大な功績を末永く顕彰し、在りし日の白秋を追慕するため、みさき白秋まつりを開催します。なお、みさき白秋まつりは碑前祭をはじめさまざまな記念行事を開催します。

○碑前祭

日時 7月11日(火)10時～

場所 城ヶ島白秋詩碑前（雨天時は中止）

内容 北原白秋を追慕する式典。地元保育園児や合唱連盟による白秋ゆかりの歌などの披露。

主催 三崎白秋会、（一社）三浦市観光協会城ヶ島地区

問合せ もてなし課（☎内線77324）

空家等相談員の派遣について

市内に空き家を所有している方で、空き家の管理や利活用などのお困り事はございませんか。市では、専門家が助言を行う空家等相談員の派遣を実施しています。詳細については、市ホームページをご確認いただくか、下記までお問い合わせください。

費用 無料

問合せ 都市計画課（☎内線274）

7月31日は

固定資産税(2期)

国民健康保険税(2期)

の納期です。

口座振替なら便利で確実、安心です。
市税の納付は、
口座振替をご利用ください。

問合せ 税務課（☎内線244・245・249）

採ってはダメ！海のルールを守りましょう

市沿岸の海や磯では漁業が営まれ、その場所（漁場）には漁業権が設定されています。

そこでは、漁業権を持つ漁協の組合員以外の者が、アワビやサザエ、イセエビやタコなどの水産動物やワカメなどの海藻類を採ると漁業権の侵害（漁業法違反）となり、違反者は処罰されますのでご注意ください。

*詳しくは県ホームページ「海のルールを守りましょう!」をご覧ください。

問合せ 海業水産課（☎内線77337）

公共下水道処理区域内に お住まいの方へ

○公共下水道を利用していない方 公共下水道に接続し、より良い生活 環境を！

公共下水道は、トイレやお風呂はもちろん、最も環境を汚染する台所からの排水を処理し、快適な生活と同時に川や海などの環境を保全する役割を果たす施設です。

一部の地域を除き、南下浦町上宮田・菊名・金田、初声町下宮田が公共下水道を利用できる地域です。公共下水道を利用できる地域の方は、できる限り早く下水道に接続することが下水道法で義務付けられています。まだ接続していない方は、1日も早く公共下水道へ接続しましょう。

なお、下水道に接続するための排水設備工事は、市の指定を受けた工事店でなければ行えません。指定を受けていない工事店に依頼することは、条例違反となります。また、不良工事や金銭トラブルも起きていますので、接続工事は必ず市の指定工事店に依頼してください。

○公共下水道を利用している方 公共下水道には油を流さないでください！

油は下水管の中で固まり、詰まりの原因となります。台所などから油を流さないようにしてください。また、除害施設（グリーストラップなど）を設置している店舗などは、適正な維持管理をお願いします。

下水道使用料の確認をお願いします！

公共下水道を利用している方は、2カ月に一度各家庭に届く「水道使用量のお知らせ」に下水道使用料が表示されています。公共下水道を利用している方で、下水道使用料および下水道利用料金の表示がない場合は下水道課までご連絡ください。

問合せ 下水道課（☎内線263）

横須賀税務署からの お知らせ

6月19日以降、税務署での面接相談は**完全事前予約制**となっています。

税務署へ電話をかけて音声案内に従い【2】を選択、「相談の事前予約をしたい」とお伝えください。

国税に関する一般的な相談は、音声案内【1】を選択、国税局電話相談センターにおいて専門の国税局職

員がお答えします。

問合せ 横須賀税務署 ☎046-824-5500（土日祝日・年末年始を除く、8時30分～17時）

〔記事提供：税務課〕

ハローワークをご利用の 皆さまへ

ハローワーク横須賀では、月に1度、土曜日に電話のみで就職相談を行っていましたが、8月1日(火)から、ハローワークプラザよこはまに集約され、平日夜間および土曜日に就職相談（オンライン相談+電話相談および来所相談）を下記のとおり実施します。ぜひご利用ください。

○平日夜間（17時15分～19時）

オンライン相談+電話相談 月・水・金曜日

来所相談 火・木曜日

○土曜日（10時～17時）

オンライン相談+電話相談 第1・第4週

来所相談 第2・第3週（※第5週は閉庁）

問合せ ハローワークプラザよこはま（☎045-410-1010）

〔記事提供：もてなし課〕

福祉のひろば

社会を明るくする運動

7月は、法務省主催による「第73回社会を明るくする運動」の強調月間です。

「社会を明るくする運動」は、犯罪の防止と罪を犯した人たちの更生に理解を深め、犯罪のない明るい社会を築くことを目的とする運動です。本市においても、三浦地区「社会を明るくする運動」推進委員会により、次のとおり街頭キャンペーンを実施します。

日時 7月15日(土) 14時～

場所 うらりピロティ

問合せ 福祉課（☎内線356）

国民健康保険証が新しく なります

現在お使いの国民健康保険証（あさぎ色●）の有効期限は7月31日です。8月1日以降の新しい国民健康保険証（あじさい色●）は、三浦市国民健康保険に加入している方の世帯主宛てに7月下旬に特定記録郵便で

郵送します。

就職や市外へ転出したことにより他の健康保険に加入した場合は、保険年金課または南下浦、初声出張所のいずれかに届け出てください。

問合せ 保険年金課（☎内線301）

国民年金保険料免除・納付 猶予申請について

納付が難しい方は国民年金保険料免除・納付猶予申請をしてください。免除申請には本人、配偶者、世帯主の所得に応じて審査する4段階の免除制度があります。また、本人と配偶者の所得のみで審査する納付猶予制度（対象年齢が50歳未満）もあります。

7月から令和5年度（令和5年7月～令和6年6月分）の受け付けを行います。ご希望の方は、保険年金課もしくは出張所にて手続きをしてください。2年1カ月前分まで受け付けることができますが、万が一の障害年金請求などに備えて、申請は納付期限までをお願いします。

継続免除や継続猶予で承認されている方は、改めての申請は不要です。結果通知のハガキをお待ちください。継続却下の場合は一部免除が承認される場合もありますので、お問い合わせください。

産前産後の免除申請も随時受付をしています。所得判定はなく、出産日の前月から4カ月間免除されます。国民年金第1号被保険者であれば、既に他の免除申請が認定されている方でも申請可能です。付加保険料の納付もできます。通常の免除と違い、納付をしなくても納付した時と同じように年金を受給できます。出産予定日の6カ月前から申請可能で、出産後はいつでも申請可能です。

持ち物

①個人番号がわかるもの

※個人番号カード以外の場合は、身分証明書もお持ちください（写真付き1点または写真なし2点）。

②失業を理由に申請される方は、雇用保険被保険者離職票、雇用保険受給資格者証、辞令など

③出産前に申請される方は、母子健康手帳など出産予定日がわかるもの。出産後に申請される方で母子が別世帯の場合は、戸籍謄本など。

※マイナポータルからもスマートフォンなどでマイナンバーカードを利用して、24時間365日いつでもどこでも電子申請ができます（産前産後の免除申請は除く）。処理状況や

申請結果も確認できます。詳しくは日本年金機構のホームページの電子申請（マイナポータル）をご確認ください。
問合せ 保険年金課（☎内線302）

国民年金保険料法定免除届について

障害年金1・2級を受給している方、生活保護（生活扶助）を受給している方、ハンセン病にて生活援助や診療所などに入所している方は、届出をすることにより国民年金保険料が免除されます。保険年金課、南下浦・初声出張所にて、手続きをしてください。また、法定免除の資格を喪失した場合にも手続きをしてください。

持ち物

- ①個人番号がわかるもの
※個人番号カード以外の場合は、身分証明書もお持ちください（写真付き1点または写真なし2点）。
- ②各々の受給などを証明するもの（障害年金証書、生活保護受給証明書など）

問合せ 保険年金課（☎内線302）

7月中旬に介護保険料決定通知書兼納入通知書を発送します

○発送対象者について

本通知書は65歳以上の方（第1号被保険者）のみにお送りします。

40歳以上65歳未満の方（第2号被保険者）は、加入されている医療保険の保険料と併せて納めていただいております。

○介護保険料の額について

介護保険料は、介護保険事業計画の見直しに応じて3年ごとに設定されます。令和5年度は第8期三浦市介護保険事業計画（令和3年度～令和5年度）に基づく額となっております。詳細については、通知書に同封するパンフレットをご覧ください。

○介護保険料の納付にご協力ください

介護保険料は、介護サービス費用などに充てられる大切な財源となっております。介護が必要になったときに、誰もが安心してサービスを受けることができるよう、保険料の納付にご協力をお願いします。

○保険料を納付しないと

災害などの特別な事情がないにもかかわらず保険料を滞納した場合は、利用した介護サービス費用がい

ったん全額自己負担となる措置（支払方法変更）や、利用時支払額を3割（利用者負担割合が3割の方が対象となったときは4割）に引き上げる措置（給付額減額）などを受けることとなります。

問合せ 高齢介護課（☎内線354）

介護の仕事をしてみたい方へ

「令和5年度求職者と介護業界のマッチング支援事業」参加者募集

神奈川県では、介護資格を未取得で、介護分野へ早期就労を希望する方と、介護施設とのマッチングを行っています。

マッチング後は、初任者研修を無料で受講しながら県内の介護施設で派遣職員として働き、就職へつなげる支援を行っています。

問合せ

神奈川県介護人材マッチング事業事務局（（株）シグマスタッフ内 ☎044-741-1835）

神奈川県地域福祉課福祉介護人材グループ（☎045-210-4755）

認知症介護者「三浦のつどい」

日頃の介護での思いや悩みを出し合い、認知症についての講演を聴くことで理解と交流を深めてみませんか。ぜひご参加ください。

日時 7月23日(日)

①10時～12時 介護家族交流会

②13時～15時 川崎幸クリニック 杉山孝博氏講演「認知症の理解と援助」（DVD鑑賞あり）

場所 潮風アリーナ ①会議室、②研修室

主催 公益社団法人 認知症の人と家族の会神奈川県支部

※参加には事前の申し込みが必要です。

※1日を通して参加される方には昼食（実費）の用意ができますので、申し込みの際にお申し付けください。（お弁当持参も可能です。）

※上履きをご持参ください。

※当日は駐車場が大変込み合うことが予想されますので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。

申込期限 7月13日(木)

申込み・問合せ 地域包括支援センターおまかせ 植村（☎046-874-9882（三浦市社会福祉協議会ボランティアセンター内））

【記事提供：高齢介護課】

メンタルヘルス・もの忘れ相談のご案内

○精神科医による相談（予約制・秘密厳守）

うつ・不眠・ひきこもり・アルコール・薬物・統合失調症などの病気・もの忘れ・認知症の相談に応じます。（自身のこと・家族の対応）

日時 7月5日(水)、19日(水)、8月2日(水)

※午前中となります。

○福祉職や保健師による相談（随時受付）

申込み・問合せ 鎌倉保健福祉事務所三崎センター 保健予防課（☎046-882-6811）

酒害相談のご案内

○酒害相談（予約制・秘密厳守）

アルコールによる問題でお困りの方の相談（自身のこと・家族のこと）に、県から委嘱された酒害相談員が応じます。

日時 7月10日(月) 15時～

会場 三浦合同庁舎4階401会議室

申込み・問合せ 鎌倉保健福祉事務所三崎センター 保健予防課（☎046-882-6811）

三浦市社会福祉協議会 介護職員初任者研修 通学コース(夜間)開催のご案内

福祉現場で働きたい方、介護やボランティアに興味がある方におすすめです。

定員 24人

受講対象者 16歳以上の、市内または近隣に在住・在勤の方

申込受付期間 7月18日(火)まで

受講料 35,000円（テキスト、資料代含む。税込）

研修日程 7月19日(水)～10月27日(金)の月・水・金曜日で18時～3時間程度

会場 三浦市社会福祉協議会安心館（旧総合福祉センター）

その他 今年度はこのコースのみとなります。来年度から福祉の現場において資格取得が必要になってきますので、ぜひお申し込みください。

問合せ 三浦市社会福祉協議会 介護職従事者等人材育成・研修センター 成田（☎046-854-5820）

みんなのひろば

相模湾体験セーリングの
お知らせ

小学生～一般の方を対象に、大型クルーザーヨットで相模湾体験セーリングを行います！セーリング終了後はハーバーでバーベキューパーティーもあります！

日時 8月27日(日) 9時30分～15時(9時受付開始) ※少雨決行

場所 三崎マリン油壺ヨットハーバーおよび近隣海面

定員 30人(申し込み多数の場合は抽選※初めての方を優先)

費用 18歳未満500円/18歳以上1,000円

申込締切 8月6日(日)

申込方法 ファックスまたはEメールで「相模湾体験セーリング申込」と明記し、住所、氏名、年齢、電話番号、ファックス番号またはEメールアドレス、セーリング体験の有無を記載してください。

○申込Eメールアドレス aburatsuboYH@misakimarine.com

○FAX 046-882-1770

問合せ 三崎マリン株式会社 山田・橋場 (☎046-882-6081)

いきいきワイワイウォーキング2023

夏の小網代の森とカニダンス

日程 7月27日(木)【雨天中止】

時間 9時30分～12時頃(9時20分受付開始)

場所 市民交流センター ニナイテ前(ベイシア2階)

定員 25人(2時間歩ける方)

費用 無料

持ち物 タオル・水分・運動しやすい服装・帽子・靴・リュック

申込方法 氏名、住所、連絡先、年齢などを下記まで連絡

申込締切 7月20日(木)

申込み・問合せ 椎名 (☎090-9802-7738)

お子さま向け「夏のおはなし会」

絵本、語り、大型紙芝居など楽しいお話がいっぱい！ぜひ家族でおいでください！

日時 7月23日(日) ①10時30分～11時30分、②14時～15時

場所 ①市民交流センター ニナイテ 研修室、②初声市民センター2階 講義室

費用 無料

問合せ 朗読ボランティアひばりの会 松原 (☎090-6016-0513)

山下伶が奏でる魅惑の世界
「クロマチックハーモニカ
コンサート」

日時 7月16日(日) 開場13時30分、開演14時

場所 (公財)横須賀三浦教育会館2階ホール

出演 山下伶(クロマチックハーモニカ)、吉岡“Ree”リサ(アコーディオン)

入場料 大人3,000円/高校生以下1,000円

定員 20人

※当日券はありません。

※電話予約も受け付けますが、予約後のキャンセルは代金をいただきます。

※未就学児は入場できません。

予約・問合せ 横須賀三浦教育会館 (☎046-824-0683、月～金曜日の9時～17時)

7月・8月の海岸清掃

どなたでも、ご参加いただけます。直接、集合場所へお越しください。

(1) 諸磯の海

日時 7月15日(土) 9時

場所 諸磯区民会館横(浜諸磯バス停)

(2) 三戸浜ビーチクリーン

日時 8月5日(土) 9時～

場所 三戸浜 火の見櫓前

(3) 城ヶ島の海岸清掃

日時 8月6日(日) 9時～

場所 「城ヶ島」バス停

(4) 油壺クリーンウォーク

日時 8月13日(日) 9時～

場所 三浦市営油壺駐車場(油壺バス停)

問合せ 大森 (☎090-8312-6222)

(広
告)

(広
告)

三浦市民の健康づくりの場 **健康ぶらっと** 問合せ 健康づくり課 市内線 370~373 健康づくり事業のお知らせ

みうらのお医者さんと話そう

検診で胃がん「ゼロ」を目指そう！

～もう胃がんは怖くない！？～

胃がんについて・胃に優しい生活習慣 一人ひとりにあった検診の受け方 など 三浦のお医者さんが分かりやすくお伝えします！

【日程】 7月27日(木)
 【時間】 13時30分～15時(受付13時～)
 【場所】 三浦合同庁舎4階 衛生教育室
 【講師】 あさい内科クリニック院長 浅井 和規 医師
 【定員】 50人(先着順)
 【申込】 7月20日(木)までに健康づくり課へ電話で申し込み

三浦市医師会 健康管理事業

みうらかむかむ歯っぴーDay

子どもから大人まで学んで楽しめる、お口とカラダのイベントを開催します。市内在住の年長児さんは、歯みがきチャレンジャーとしてご参加いただけます。詳細は、5月下旬に郵送された招待状をご覧ください。※イベントは、どなたでもご参加いただけます。

【日時】 7月30日(日) 10時～14時
 【場所】 三浦合同庁舎2階
 ※駐車場には限りがあります。ご了承ください。
 【内容】 ★無料歯科健診 ★歯みがきキング&プリンセス認定式(年長児のみ) ★クイズラリー ★釣り&クイズ(食育) ★無料歯周病リスク検査 ★無料歯科相談 ★8020達成者の表彰 …ほかにもいろいろ！ **ツナ之介も来るよ！**

令和5年度も **8020 達成者の方を表彰**します

ぶらっと健康相談

「血管年齢」「貧血」「骨健康度」などの目安を測定！栄養・歯科相談も実施します。

午前:9時10分～11時10分
 午後:13時10分～15時10分

日時	場所 (定員:18人)
7月14日(金) 午後	健康ぶらっと (三浦合同庁舎内2階)
8月1日(火) 午前	市民交流センター ニナイテ
8月21日(月) 午後	健康ぶらっと (三浦合同庁舎内2階)

電話にてご予約ください。

昭和18年4月1日～昭和19年3月31日の生まれで、自身の歯が20本以上ある方は、みうらかむかむ歯っぴーDay(7月30日開催)の歯科健診、または、下記日程の成人歯科健診を受診してください。**無料**です！★ご希望の方は、健康づくり課にご連絡ください。

成人歯科健診日程	時間	場所
7月18日(火)	9時～12時	三浦合同庁舎2階
8月3日(木)		
9月1日(金)		

街頭献血のお知らせ

みなさまのご協力をお願いします。

日程	7月21日(金)	7月26日(水)
	12時～16時	10時～11時30分 13時～16時
場所	三浦市市民交流拠点 駐車場	ベイシア三浦店
協力	三浦市消防団	三浦ライオンズクラブ

※体調が悪い方、薬を飲んでいる方は、献血できないことがあります。

チャレンジ！健康づくりセミナー

健康的に痩せるために、管理栄養士や保健師があなたの頑張りをサポートします！

★主な内容★
 ○体組成測定でカラダの状態をチェック
 ○健診・計測結果の解説
 ○栄養・運動の講義
 ○グループワーク など

対象 : 30～74歳の市民の方
 時間 : 9時～11時30分
 場所 : 健康ぶらっと(三浦合同庁舎内2階)
 日程 : 7月10日(月)、8月7日(月)、9月4日(月)
 申込 : 健康づくり課へ電話で申し込み
 3回以上の参加でチャレンジ！何月からの参加でもOK！

みうら ウキウキ ラジオ体操サマ会

日時: 7月26日(水) 9時45分～10時
 場所: 健康ぶらっと(三浦合同庁舎内2階)

三浦市立病院

「はじめまして」

外科医師 すえまつ ひであき 末松 秀明

市民の皆さま初めまして。今年の4月に市立病院に赴任しました外科の末松と申します。出身は福岡県ですが、幼少期は横浜、学生時代は八王子に住んでおりました。記憶にある中では横浜に住んでいた時に一度だけ三浦（幼少期で場所は定かではありませんが）を訪れたことがあります。その時の地引き網をした楽しい思い出があり、何かのご縁かと思っております。私は外科医として勤務いたしますが、癌の治療から外傷まで幅広い領域を診させていただき、市民の皆さまのお役に立てるように頑張ります。

どうぞよろしくお願ひします。

鼠径ヘルニアという病気をご存知ですか？一般的に脱腸と言われ、子どもの時になったという方もいらっしゃるのではないのでしょうか。症状は足の付け根（鼠径部）から腸管などの内臓が脱出してくる病気です。足の付け根が腫大している症状のある方で、徐々に大きくなってきたり、違和感や痛みが出現してきたりした方はぜひ一度病院を受診してみてください。ひどくなると緊急で手術が必要になることもあります。当院でも待機的に手術を行っており、腹腔鏡など使用した手術なども可能です。相談だけでも承っておりますので、お気軽に受診ください。

健診と一緒に脳ドックを受けませんか？

平日に健診を受けられる方は、ご希望で脳ドックを同時に実施できます。健診予約時または来院時に相談ください。

検査内容 頭部MRI・MRAと頸動脈超音波検査

検査結果 専門医による判定後、結果を郵送

検査日時 平日16時～

検査料 19,500円（税込）

申込方法 平日8時30分～16時30分の間に下記連絡

先までご連絡ください。

申し込み時にMRI検査の適合を確認する問診を行いますのでご協力ください。

※検査日時がご希望に添えない場合もあります。ご了承ください。

※市外の方でも受診できますので、まずはご連絡ください。

申込み・問合せ 市立病院医事課（☎046-882-2111 内線5119）

JULY		7月の救急当番医院			(7月1日～8月10日分)	
一般	診療時間 18時～21時 (月曜日～金曜日)		<ul style="list-style-type: none"> ■変更になる場合がありますので、受診の前に必ず当番医院にお問い合わせください。 ■診療内容によって受診できない場合がありますので、必ず当番医院にお問い合わせください。 ■受診病院や診療科目がわからない場合は横須賀市三浦消防署（☎046-884-0119）にお問い合わせください。（ただし、救急出場などにより連絡が通じないことがあります。） 			
	月曜日	内科系	7月 3日	こだまクリニック	☎046-880-0358	内科系又は外科系 三浦市立病院 ☎046-882-2111 月～金曜日 17時～ 翌朝8時30分 土、日曜日・祝日 8時30分～ 翌朝8時30分
			7月10日	こだまクリニック	☎046-880-0358	
			7月24日	矢島内科医院	☎046-881-2467	
			7月31日	矢島内科医院	☎046-881-2467	
			8月 7日	こだまクリニック	☎046-880-0358	
		外 科 系		みなみ湘南医院	☎046-889-1211	
	火曜日	内科系・外科系		三浦診療所	☎046-889-3388	
	水曜日	内科系		田中内科医院	☎046-881-4678	
		外科系		飯島医院	☎046-881-5265	
木曜日	内科系・外科系		塩崎産婦人科	☎046-889-1103		
金曜日	内科系・外科系	7月 7日	三浦市立病院	☎046-882-2111		
		7月14日	あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
		7月21日	徳山診療所	☎046-888-5115		
		7月28日	あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
		8月 4日	三浦市立病院	☎046-882-2111		
小児科	平日	20時～24時	横須賀市救急医療センター ☎046-824-3001			
	土曜日	17時～24時	※三浦市立病院では、小児救急は対応しておりません。			
	日・祝日	8時～24時	横須賀市救急医療センターをご利用ください。			
歯科	日・祝日	10時～16時	横須賀口腔衛生センター（ウェルシティ市民プラザ2階） ☎046-823-0062 ※横須賀市歯科医師会が行う休日急患歯科診療です。			

ネット通販の「初回お試し価格」に注意しましょう！

事例

インターネットの広告を見て、化粧品が初回 980 円とあったので、試しに使ってみようと思い、その画面から購入手続きをした。商品はすぐ届いたが、10 日後に 2 回目の商品が届き、9,000 円の請求書が入っていた。驚いて電話したら、4 回の定期購入契約になっていると言われた。

アドバイス

ネット通販での購入は、「価格」だけで判断せず、契約条件を必ず確認しましょう。

購入する前に「定期購入になっていないか」「定期購入になった時の購入価格はいくらか」「定期購入期間内の解約はできるのか。こういった方法で解約したらよいか」について、よく確認しましょう。

「スマートフォンで注文したので、小さい文字の表示はよく見えなかったのだからわからなかった」といった事例もあります。画面が小さな端末から購入する際は特に注意が必要です。

広告の表示や利用規約で購入時の条件などをよく確認しましょう。できれば、画面の保存や印刷をしておくこととトラブル解決の役に立つことがあります。

問合せ 市民協働課 (☎内線 313)

図

書

館

図書館に、新しい本が入りました。

だ

よ

り

【図書館本館：市役所第2分館内】

- ◇94歳 花らんまんに元気 (牧野 富太郎)
- ◇刀剣聖地巡礼ガイド 日本かたな旅 全国版 (ホビージャパン)
- ◇街とその不確かな壁 (村上 春樹)
- ◇鉄道へえ～事典 (栗原 景)
- ◇チーターじまんのてんてんは (みやけ ゆま)

【初声分館：初声市民センター内】

- ◇医者が飲まない薬 誰も言えなかった「真実」 (鳥集 徹)
- ◇水車小屋のネネ (津村 記久子)
- ◇糸暦 いとごよみ (小川 糸)
- ◇友だちのこまったがわかる絵本 みんなちがってみんないい (WILL子ども知育研究所)
- ◇くみたて (田中 達也)

【臨時休館について】

休館期間 7月31日(月)～8月11日(金) 図書館本館および初声分館

休館理由 閉架書庫を本館学習室に移動するため

利用者の皆さまにはご不便をおかけしますが、ご理解ご協力をお願いします。

【休館日】

7月は3日、10日、17日、18日、24日、31日です。

8月は1日～11日、14日、21日、28日、31日です。

問合せ
図書館 (☎内線415)



Let's draw
your sun!

あなただけの太陽のイラストを募集します。
今月の太陽は、横須賀市在住のりのむぎさんの作品です。

知って! 男女共同参画キャンペーン

知って!さんかくクイズ

恋人からの連絡は即返信しないと怒られる、恋人が異性との会話を絶対許さない。これってDV?恋愛?



答えは...

三浦 男女 キャンペーン 検索

男女共同参画に関する詳しい内容は「第3次みうら男女共同参画プラン」をご覧ください。プランは市のホームページに掲載、また、市民協働課でも配布しています。

問合せ 市民協働課 (☎内線311)



熱中症を予防しよう！



- 気温・湿度が高い時は、特に注意しましょう。
- のどが渇いていなくても、こまめに水分補給をしましょう。
- 環境省・気象庁が運用している「熱中症警戒アラート」も参考にしてください。
- エアコン・扇風機を上手に使用しましょう。
- シャワーやタオルで身体を冷やしましょう。
- 部屋の風通しを良くし、温度を計りましょう。
- 暑いときは無理をしてはいけません。
- 涼しい服装にし、外出時には日傘、帽子を着用しましょう。
- 緊急時・困った時の連絡先を確認しましょう。

『熱中症警戒アラート』は、暑さ指数(WBGT値)33度以上が予測される場合に発表されます。



『暑さ指数』とは = 人間の熱バランスに影響の大きい、暑さの厳しさを示す指標です。

気温×0.1



湿度×0.7



輻射熱×0.2

※単位は度(°C)



暑さ指数に応じた注意事項など (※1日本気象協会指針 ※2日本スポーツ協会指針を引用)



暑さ指数	生活の目安	注意事項※1	運動指針※2
31°C以上	すべての生活活動で起こる危険性	高齢者では安静状態でも発生する危険性が大きい。外出は避け、涼しい室内へ。	運動は原則中止
28~31°C		炎天下を避け、室温の上昇に注意。	激しい運動は中止
25~28°C	中等度の生活活動で起こる危険性	運動や激しい作業時には十分に休憩をとる。	積極的に休憩
21~25°C	強い生活活動で起こる危険性	一般に危険性は少ないが、激しい運動や重労働時は危険性あり。	積極的に水分補給

問合せ 健康づくり課 (☎内線370)

マイナンバーカードの受け取りはお早めに

マイナンバーカードの交付通知書(はがき)が届いた方は、早めの受け取りをおすすめします。受け取りは予約制です。交付通知書(はがき)を手元に用意し、電話にて予約をしてください。現在、予約が集中しているため、希望の日に受け取りができない場合がありますのでご了承ください。なお、交付通知書(はがき)を紛失した方も受

け取り可能ですのでご連絡ください。

問合せ

市民サービス課
マイナンバーコール
センター (☎内線
359)



ともに生きる社会
かながわ憲章

KANAGAWA CHARTER for an Inclusive Society



〒238-0298 神奈川県三浦市城山町1番1号
TEL 046 (882) 1111 (代) FAX 046 (882) 1160

(広告)

(広告)

(広告)



発行／三浦市 編集／市民協働課



(広告)

(広告)

(広告)

(広告)