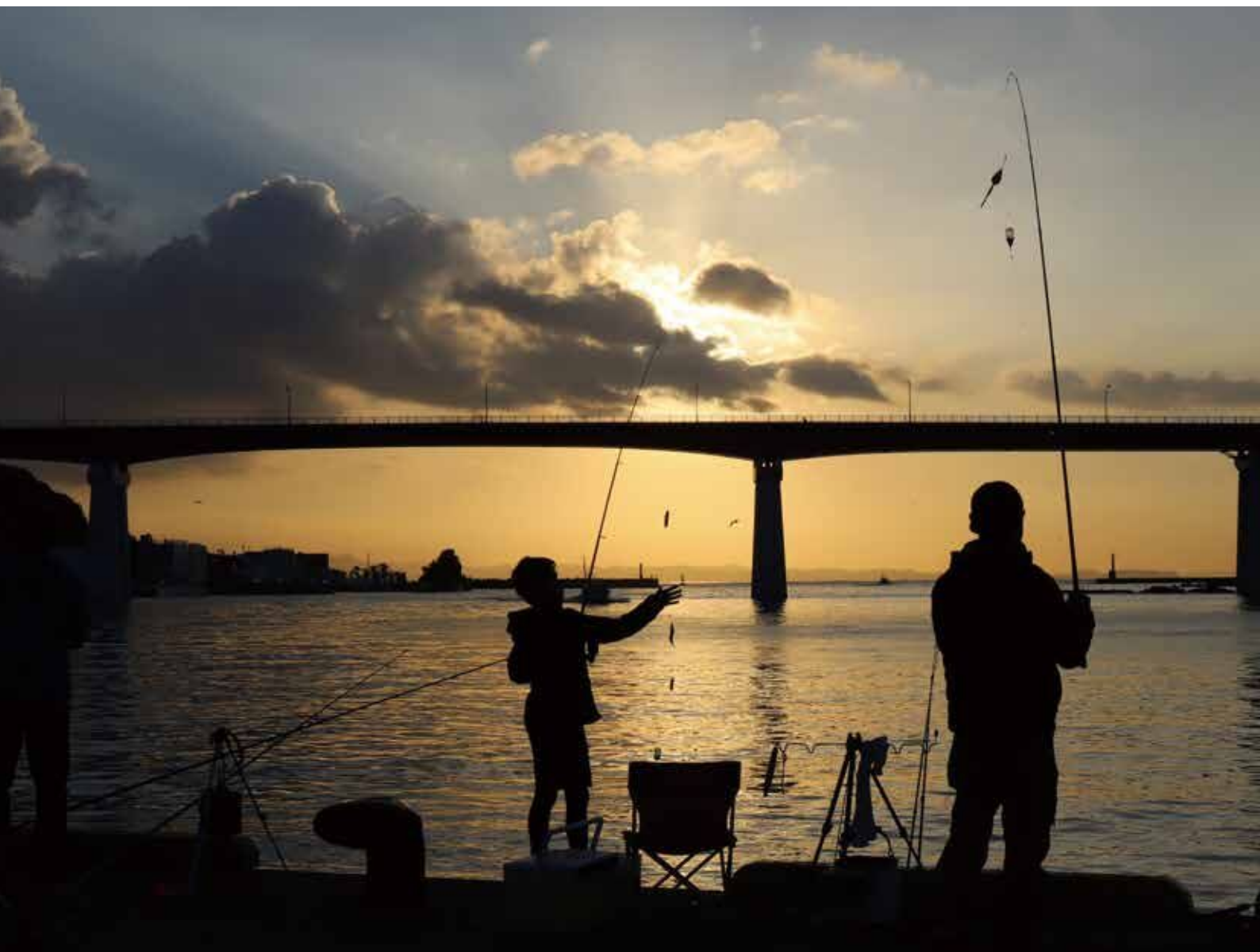


三浦の魅力 集めたい。伝えたい。

vol.7/54 「仲崎区 ～橋の向こうに神々しい光」



## 市の人口

40,359人（世帯数：17,176世帯）

※令和5年9月1日現在

（令和2年国勢調査結果に基づく推計人口）

城ヶ島大橋を臨む仲崎区は、初日の出撮影の穴場スポットです。船着き場から城ヶ島大橋にカメラを向ければ、橋の向こうに見える房総半島から、ゆっくりと昇る神々しい初日の出を撮影することができます。船着き場の手前に祀られているのは、航海の安全を守る竜神様。春先には河津桜と菜の花が、鳥居と祠を彩り、かわいらしい写真が撮れるでしょう。仲崎区の人にとって、毎年夏のお盆に開催されるカラオケ大会は大きな楽しみの一つでした。帰省中の家族が幼馴染と一緒にうどんやポップコーンを頬張りながら夏の夜を楽しみ、住民の笑い声が響き渡る良い時間です。

# 花火大会

## 三浦海岸ウインター花火フェス2023

～ANAウインドサーフィンワールドカップ  
横須賀・三浦大会同時開催～

中止になった三浦海岸納涼まつり花火大会について、  
日程・名称を新たに設定し、下記のとおり開催すること  
となりました。ぜひご来場ください。

日時 11月10日(金) 19時～19時30分

※荒天中止。荒天の場合の予備日はありません。

場所 三浦海岸

主催 三浦海岸納涼まつり実行委員会

問合せ 実行委員会事務局 ((一社)三浦市観光協会内  
(☎046-888-0588)) [記事提供:もてなし課]

## 第4回・第5回三崎・城ヶ島花火大会

地域経済の発展や地元住民の方々の楽しみとなるよう、今年  
は2日間開催します。

日時 ①10月21日(土) ②12月24日(日) 時間はいずれも18時  
30分～18時45分

※荒天中止。荒天の場合の予備日はありません。

場所 新港魚市場先(堤防より打ち上げ)

主催・問合せ みさき花火大会実行委員会 香山  
(kayamassmail@yahoo.co.jp)

[記事提供:もてなし課 ☎内線77324]

## ANAウインドサーフィン ワールドカップ 横須賀・三浦大会

11月10日(金)から5日間、津久井浜海岸にてウイ  
ンドサーフィンワールドカップが開催されます。

世界のトッププロ選手による白熱したレースを、  
会場やライブ中継により観戦いただけます。

当日のレースの詳細は、大会公式ホームページを  
ご確認ください。

日時 11月10日(金)～14日(火)

会場 津久井浜海岸～三浦海岸沖

問合せ ANAウインドサーフィンワールドカップ  
横須賀・三浦大会実行委員会事務局(横須賀市文化  
スポーツ観光部企画課内) (☎046-822-9284)

同時開催!

三浦半島マルシェ

三浦海岸トラック市

11月11日(土)・12日(日) 10時～17時

11月11日(土)～14日(火)  
10時～

場所 三浦海岸駅前

問合せ (一社)三浦市観光協会(☎046-888-0588)  
[記事提供:もてなし課]

# 今年の秋～冬は | 観光イベント目白押し!

## 三崎港町まつり

時間 7時～15時

場所 うらり

主催 三崎港町まつり実行委員会

問合せ 実行委員会事務局

(三浦商工会議所内 ☎046-881-5111)

[記事提供:もてなし課]

主なイベント(予定)

- ★姉妹都市須坂市農業委員会(物産販売)
- ★魚のタッチングプール
- ★商店街スタンプラリー
- ★にじいろさかな号特別優待乗船
- ★プレジャーボート体験クルーズ
- ★ステージ ほか

10月22日(日)  
同日開催

市内でみこしを有する団体が集結し、三崎下町周辺をパレードする「三崎木遣みこしパレード」が4年ぶりに帰ってきます。  
当日は、三崎下町を中心とした各団体のみこしが、地元の皆さまや観光客の目を楽しませてくれます。

時間 12時～14時30分 ※雨天決行

会場 三崎下町周辺(商工会議所前【スタート】→横浜銀行前→三崎公園(休憩)→ファミリーマート前  
→うらり前(パフォーマンス)→三崎水産物地方卸売市場【ゴール】) ※予定

※当日、パレードのコース区間内は交通規制(片側交互通行)が行われる予定です。予めご理解とご協力をお願いします。

主催 三崎木遣みこしパレード実行委員会

問合せ もてなし課(☎内線77433)

# 令和5年度第2回三崎木遣みこしパレード

三浦市文化連盟主催の文化祭を下記のとおり開催します。  
観覧と入場は無料です。皆さまのご来場をお待ちしております。



**小品盆栽展**

- 団 湘南はまゆう小品盆栽会
- 日 10月7日(土)、8日(日) 9時~17時
- 会 市民交流センター ニナイテ 研修室

**吟道大会**

- 団 三浦市詩吟連盟
- 日 10月10日(火) 12時~16時
- 会 三浦市民ホール (うらり2階)

**三浦華道協会展**

- 団 三浦華道協会
- 日 10月28日(土)、29日(日) 10時~17時  
※29日(日)は16時まで
- 会 三浦市民ホール (うらり2階)

**民謡・民舞大会**

- 団 三浦市民謡協会
- 日 11月12日(日) 10時~16時
- 会 三浦市民ホール(うらり2階)

団 : 主管団体名  
日 : 日程  
会 : 会場  
備 : 備考

**文化展**

- 団 三浦市書道連盟・三浦短歌会・三崎俳句会・丹青会・全日本写真連盟フォトみうら支部
- 日 11月16日(木)~19日(日) 10時~16時
- 会 三浦市民ホール (うらり2階) 備 出品の申し込み受け付けあり

**茶会**

- 団 三浦茶道協会
- 日 11月18日(土) 10時~15時
- 会 三浦市民ホール (うらり2階) ホワイエ
- 備 お茶有料

**三浦市合唱祭**

- 団 三浦市合唱連盟
- 日 11月26日(日) 13時30分~16時 (開場13時)
- 会 三浦市民ホール (うらり2階)

**陶芸工房夢窯作品展**

- 団 夢野頓坊農場窯
- 日 12月2日(土)、3日(日) 10時~17時
- 会 市民交流センター ニナイテ 多目的スペース

**市民のためのクリスマスコンサート**

- 団 三浦シティ・ウインドオーケストラ
- 日 12月10日(日) 14時~15時30分 (開場13時30分)
- 会 三浦市民ホール (うらり2階)

問合せ 三浦市文化連盟事務局 (文化スポーツ課内 ☎内線427)

## 第39回初声市民センターまつり「深めよう地域のきずな」

11月4日(土)  
~12日(日)

**サークル作品展**

日時 4日(土)~12日(日) 9時~17時  
※4日(土)は13時~、12日(日)は12時まで

**出展サークル**  
陶彩会[陶芸]、陶陶会[陶芸]、水彩・たんぼぼ[水彩画]、とうがらし俳句会[俳句]、きぬの会[洋裁]

**青空バザール (フリーマーケット)**

11日(土) 10時~14時 本のリサイクル市  
12日(日) 9時30分~12時  
フリーマーケット、陶器[陶彩会、陶陶会]、きものリサイクル[麻の葉]、おもちゃ・子ども服[BeBeくらぶ]、本のリサイクル市  
※出店希望者の受付開始は10月10日(火)から (出店料無料)

**催し物**  
(入場料・体験料は無料。ぜひご参加ください)

**4日(土)**

- ・手話で楽しく歌おう [初声手話サークル] 時間:13時~15時
- ・バンド・コンサート [ハンゲテン] 時間:13時~16時

**7日(火)**

- ・みんなで楽しく運動しよう(卓球) [初声ピンポンパン] 時間:9時~14時
- ・素敵な音色をきいてください [オカーナ小組「奏」] 時間:14時30分~15時30分

**9日(木)**

- ・親子で楽しくリトミック [リトミック教室カンパネラ] 時間:10時~11時
- ・楽しく健康的な太極拳 [三浦太極拳同好会] 時間:10時~13時

**10日(金)**

- ・0歳~3歳の遊び場 [BeBeくらぶ] 時間:10時~12時
- ・吹矢で体も気分もスッキリ [みうら吹矢会] 時間:14時~17時

**5日(日)**

- ・ラージボールで簡単卓球 [フレンドサークル] 時間:9時~12時
- ・囲碁を見学参加大歓迎 [ザル碁会] 時間:13時~15時

**8日(水)**

- ・楽しい時間を一緒に [すみれ会] 時間:9時~12時
- ・いい汗・卓球を楽しもう [水曜会] 時間:13時~16時

**11日(土)**

- ・詩吟の集い[湘清吟詠会] 時間:10時~12時
- ・囲碁体験とお祭り対局 [三浦市子供囲碁教室] 時間:10時~12時
- ・和服リフォーム ファッションショー [むつみ会] 時間:14時~16時

**6日(月)**

- ・秋の朗読会[ひばりの会] 時間:13時30分~15時

・太極拳を体験しませんか [初声太極拳] 時間:19時~21時

問合せ・青空バザールの申込み  
初声市民センターまつり  
企画運営委員会  
(初声市民センター ☎046-888-1626)

# 令和4年度決算の概要をお知らせします

## 令和4年度三浦市全会計決算について

### 全会計の歳出状況および前年度との比較

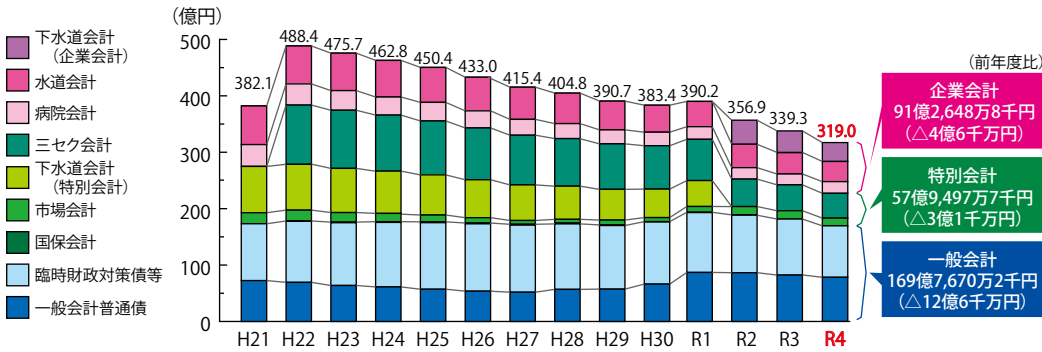
区 分		令和4年度	令和3年度	差 引	伸 率
		千円	千円	千円	%
一 般 会 計		19,327,883	19,112,730	215,153	1.1
特 別 会 計	国 民 健 康 保 険 事 業	5,604,601	5,662,545	△57,944	△1.0
	後 期 高 齢 者 医 療 事 業	828,578	782,016	46,562	6.0
	介 護 保 険 事 業	5,516,452	5,354,013	162,439	3.0
	市 場 事 業	353,277	255,812	97,465	38.1
	第 三 セ ク タ ー 等 改 革 推 進 債 償 還 事 業	263,744	264,445	△701	△0.3
	小 計	12,566,652	12,318,831	247,821	2.0
企 業 会 計	病 院 事 業	3,482,762	2,979,184	503,578	16.9
	水 道 事 業	2,031,982	1,950,056	81,926	4.2
	公 共 下 水 道 事 業	1,712,927	1,823,147	△110,220	△6.0
	小 計	7,227,671	6,752,387	475,284	7.0
合 計		39,122,206	38,183,948	938,258	2.5

※都市計画税(約4億782万円)は、公共下水道事業へ充当しています。

◎令和4年度の全会計の歳出は、前年度に比べて約9億3,826万円(2.5%)増加しました。

◎増加の主な要因としては、一般会計における観光の核づくり推進事業の増加や病院会計における病院業務医療情報システムへの更新などによるものです。

### 全会計の市債残高の推移



◎令和4年度決算における全会計の市債残高は約319億円となりました。

◎令和4年度は病院会計の残高は増加しましたが、その他の会計においては減少し、全会計では減少となりました。

## 令和4年度一般会計決算について

### 一般会計歳入の内訳と前年度比較

区 分		令和4年度	令和3年度	差 引	伸 率
		千円	千円	千円	%
自 主 財 源	市 税	5,474,778	5,422,267	52,511	1.0
	諸 収 入 ほか	1,680,596	1,708,173	△27,577	△1.6
	繰 入 金	774,997	166,715	608,282	364.9
	繰 越 金	549,848	257,966	291,882	113.1
	小 計	8,480,219	7,555,121	925,098	12.2
依 存 財 源	地 方 交 付 税	5,091,503	4,842,606	248,897	5.1
	国 県 支 出 金	4,750,455	5,352,726	△602,271	△11.3
	地 方 譲 与 税 ほか	1,255,269	1,385,349	△130,080	△9.4
	市 債	415,893	975,079	△559,186	△57.3
小 計	11,513,120	12,555,760	△1,042,640	△8.3	
合 計		19,993,339	20,110,881	△117,542	△0.6

◎「市税」は、これまで8年連続で下がり続けていましたが、令和4年度においては増加に転じました。これは主に、市民税の増加によるものです。

◎「繰入金」の増加は、主に財政調整基金繰入金の増加などによるものです。

◎「国県支出金」の減少は、主に子育て世帯などに対する臨時特別給付金事業費補助金の減少などによるものです。

◎「市債」の減少は、臨時財政対策債発行額の減少によるものです。

### 一般会計歳出の内訳と前年度比較

区 分		令和4年度	令和3年度	差 引	伸 率
		千円	千円	千円	%
義 務 的 経 費	人 件 費	2,997,620	2,960,868	36,752	1.2
	公 債 費	1,745,315	1,646,264	99,051	6.0
	扶 助 費	4,132,483	4,628,010	△495,527	△10.7
	小 計	8,875,418	9,235,142	△359,724	△3.9
そ の 他 経 費	普 通 建 設 事 業 費	692,557	694,993	△2,436	△0.4
	繰 出 金	2,948,855	3,010,053	△61,198	△2.0
	そ の 他	6,811,053	6,172,542	638,511	10.3
	小 計	10,452,465	9,877,588	574,877	5.8
合 計		19,327,883	19,112,730	215,153	1.1

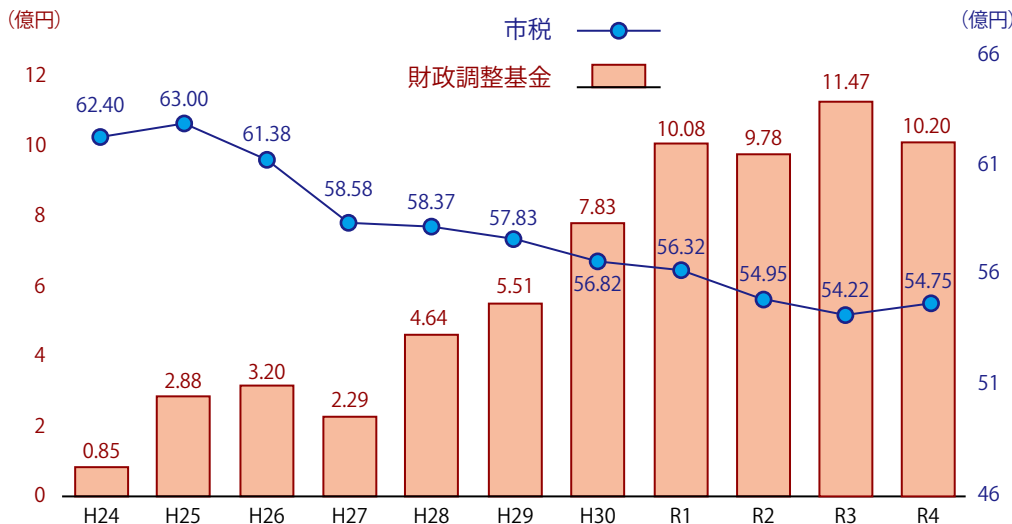
◎「公債費」の増加は、ごみ処理広域施設整備事業債などの元金償還の開始によるものです。

◎「扶助費」の減少は、新型コロナウイルス感染症対策に係る児童手当扶助の減少などによるものです。

◎「繰出金」の減少は、主に市場事業特別会計への繰出金の減少によるものです。

◎「その他」の増加は、新型コロナウイルスワクチン接種対策費国庫負担金返還金による補助費等の増加などによるものです。

## ■市税と財政調整基金の推移



◎財政調整基金の現在高については、平成28年度以降、前年度からの繰越金の増加等により取崩を抑えられたため、増加してきました。令和元年度以降の現在高は、令和3年度を除いて、ほぼ横ばいとなっています。

◎財政調整基金は、年度間の財源の不均衡を調整するために積み立てている基金ですが、一方で、災害対策など緊急の事態に対応するために必要な財源を確保するという一面もあるため、現在高を安定させる必要があります。

## 令和4年度決算に基づく健全化判断比率および資金不足比率

地方公共団体の財政の健全化に関する法律により、地方自治体は、財政の健全性を判断するための4つの指標(健全化判断比率)と、公営企業ごとに経営状況を明らかにする指標(資金不足比率)を監査委員の審査に付した上で議会に報告するとともに、住民に対して公表することとされています。このたび各比率の算定をいたしましたので、お知らせします。

### ■健全化判断比率

(単位:%)

指 標	三浦市の比率		早期健全化基準	財政再生基準
	令和4年度	令和3年度		
実質赤字比率	—	—	13.26	20.00
連結実質赤字比率	—	—	18.26	30.00
実質公債費比率	12.0	12.4	25.0	35.0
将来負担比率	84.5	96.9	350.0	

### ■資金不足比率

(単位:%)

会 計 名	三浦市の比率		経営健全化基準
	令和4年度	令和3年度	
市場事業	—	—	20.0
病院事業	—	—	
水道事業	—	—	
公共下水道事業	—	—	

◎「実質赤字比率」「連結実質赤字比率」とともに「なし」となっています。

◎「実質公債費比率」は、前年度より0.4ポイント減少(改善)しましたが、依然として公債費の割合が高いことから、更なる財政の健全化に努めます。

◎「将来負担比率」は、前年度より12.4ポイント減少(改善)しました。引き続き、新規に発行する起債額を抑えながら、借入金の現在高を減らしていくよう努めます。

◎「資金不足比率」は、各事業会計ともに、資金不足額はありません。

## 令和4年度決算の総評

◎従前からの財政指標である財政力指数は令和4年度において0.568で、前年度(0.588)より0.02ポイント減少(悪化)しています。また、経常収支比率は100.6%となり、前年度(95.2%)より5.4ポイント増加(悪化)しています。いずれの指標も、県下16市(政令指定都市除く)で比較すると非常に低い水準にあるため、引き続き改善に向けて取り組んでまいります。

◎歳入については、市民税の増加などから市税は前年度より増加しました。また、令和3年度に実施した子育て世帯などに対する臨時特別給付金事業費補助金などの影響により国庫支出金が大幅に減少し、歳入総額は前年度と比較して減少しました。

◎歳出については、新型コロナウイルス感染症対策に係る児童手当扶助の影響により扶助費が減少した一方で、新型コロナウイルスワクチン接種対策費国庫負担金返還金による補助費等の増加などにより、前年度と比較して増加しました。

◎引き続き、行財政改革に努め、より一層の歳入の確保を図るとともに歳出の削減に向け取り組んでまいります。

## 第56回三浦市青少年問題協議会地区大会（講演会）

### 「青少年問題について」～問題解決に向けて私たちが出来る事～

子ども達が抱えるさまざまな青少年問題（不登校、ひきこもり、いじめ、虐待、自傷行為、ドラッグなど）に対し、問題解決に向けて子ども達が変わっていくことや、その問題に関わる周りの大人たちがどのように関わっていけばよいのか、また変わっていかねばいけぬのかについて考える機会として講演を行います。



講師プロフィール

上智大学文学部哲学科卒業。横浜市にて高校教員として勤務。その内12年間を定時制高校で過ごす。教員時代、生徒指導を担当し、中・高校生为非行・薬物汚染・心の問題に多く関わり、生徒の更生と、非行防止、薬物汚染の拡大の予防のための活動を精力的に行なってきた。

また、若者たちから「夜回り」と呼ばれている深夜の繁華街のパトロールを通して、多くの若者たちとふれあい、彼らの非行防止と更生に取り組んでいる。

現在も子どもたちの不登校や自殺などに関する全国各地からのメールや電話による相談に対しての相談者として、子どもたちの心の支えとなっている。

**講師** 水谷 修氏（水谷青少年問題研究所）  
**日時** 11月14日(火) 18時～19時30分（開場17時30分）  
**会場** 初声市民センター2階 講堂  
**定員** 100人（先着順）  
**参加費** 無料  
**申込方法** 11月6日(月)までに氏名（ふりがな）、住所、年齢、電話番号を青少年教育課へ電話、フ

ックスまたはEメールにてご連絡ください。  
 ※託児所はありませんが、キッズスペースを設置予定です。  
**主催** 三浦市青少年問題協議会、市  
**共催** 神奈川県横須賀三浦地域県政総合センター  
**申込み・問合せ** 青少年教育課（☎内線418、FAX046-882-1160、Eメールkyoui0601@city.miura.kanagawa.jp）

## 各種無料相談のご案内（11月）

相談名	日程	時間	会場	問合せ先	相談担当者
法律相談	8日(水)	13:00～15:00	市役所別棟2階市民相談室	内線 319	弁護士
	28日(火)		初声市民センター2階集会室		
	24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	10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	9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	21日(火)	14:00～16:00	初声市民センター2階集会室	内線 319	司法書士 土地家屋調査士
行政書士相談	28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	22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	30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	8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	17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(金)	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、シロ抜き相談は予約制（定員・締切有）です。11月8日（水）・28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

10月10日（火）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

### 生ごみ処理器（キエーロなど）購入に対する新たな補助制度が始まります！

家庭から排出される生ごみの削減を目指して、キエーロなど家庭用生ごみ処理器の購入費の一部を補助する制度が10月1日から装いを新たに始まりました。ぜひこの機会に、お気軽に生ごみ処理器の活用にチャレンジしてみてください。



#### 補助制度の概要

##### <補助額>

生ごみ処理器（非電動式）：購入費の80%（上限2万円）  
生ごみ処理器（電動式）：購入費の50%（上限2万円）

##### <補助の条件>

**対象者** 市内在住の方

**補助対象** 市内販売店で購入した生ごみ処理器

※市外販売店やネット通販で購入したもの、中古品、自作したもの、個人間で売買したものは対象となりません。

##### <その他>

○キエーロを購入された方のうち、希望者には無料で黒土を配付します。

○キエーロの自宅配送が必要な場合には、販売価格とは別に500円の運搬費がかかります。

○微生物など（処理器本体とは別売）を使用しなければ生ごみの処理ができないタイプの処理器の場合、使用開始にあたって必要最低限のもの（同日・同店舗での購入に限る）については、補助の対象となります。

○予算の範囲内での補助となりますので、年度途中で終了となる場合があります。

○申請方法などの詳細については、市ホームページをご覧ください。担当までお問い合わせください。

#### キエーロを購入した場合の例

種類	販売価格	自己負担額
キエーロ（足付き）	22,000円	4,400円
キエーロ（足無し）	20,000円	4,000円
小キエーロ（足付き）	20,000円	4,000円
小キエーロ（足無し）	18,000円	3,600円
薄型小キエーロ（足付き）	16,000円	3,200円

※キエーロは三浦建設業組合（☎046-888-5321）で購入できます。

生ごみの量が  
確実に減りま  
した

収集曜日を気に  
せずに捨てられ  
るので便利

#### キエーロモニターから寄せられた感想

臭いや虫が気  
にならないの  
で快適です

捨てたカボチャの  
種から芽が出て収  
穫できました

### フードドライブにご協力をお願いします！

フードドライブとは、家庭で余っている食品を持ち寄り、福祉団体などに寄付する活動です。市では、毎年10月の食品ロス削減月間に合わせて、フードドライブを実施しています。家庭で余っている食品がありましたら、ぜひこの機会にフードドライブにお持ちください。また、市内の食品ロス発生量調

査の結果をホームページで公開していますのでご覧ください。

**実施期間** 10月10日(火)～31日(火)の平日

**受付場所** 市役所分館3階 環境課窓口

**対象食品** 賞味期限が2カ月以上あるもの、常温保存できるもの、未開封のもの

### 充電式家電製品などは「破碎できないごみ」の日に必ず出してください！！

8月に横須賀ごみ処理施設エコミルにおいて火災が発生しました。火災原因については特定できなかったのですが、昨今、全国的に、充電式家電製品が原因と思われる火災が多発しています。

充電式家電製品のほか、ガスボンベ、ライターなどについても、火災や爆発事故を引き起こす可能性が高いので、必ず**透明なビニール袋**に入れて「**破碎できないごみ**」の日に出してください。また、危険ですので、「燃せるごみ」や「不燃ごみ」への混入

は絶対にやめてください。

なお、一部の充電式家電製品は、小型家電回収ボックスで回収できるものもあります。詳細は、『ごみと資源の分け方・出し方早見表』10頁と17・18頁を参照してください。

破碎できないごみの収集日は、次のとおりです。

**三崎地区** 第1・3水曜日

**南下浦地区／初声地区／南下浦初声地区** 第2・4水曜日

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

### お知らせ

#### 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5月31日以前に建築された木造の住宅に対して行う耐震診断などにかかる費用の一部について、補助を実施しています。簡易診断から工事監理まで最大42万円の補助を受けることができます。

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。詳しくはお問い合わせください。

**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に直接提出  
・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

#### 「空き家相談会」を開催します！

空き家を所有または管理する方などを対象に、不動産の専門家が相談に応じる「空き家相談会」を実施します。空き家の売却や管理などについて、お気軽にご相談ください。なお、参加される方は予約が必要となりますので、下記問い合わせ先までご連絡ください。

**日時** 11月27日(月) 10時～12時15分(1組30分程度)

**場所** 市民交流センター ニナイテ 研修室  
**費用** 無料

**定員** 12組(先着順)

**協力団体** (公社)神奈川県宅地建物取引業協会横須賀三浦支部

**申込み・問合せ** 都市計画課 ☎内線274、Eメールtoshi0101@city.miura.kanagawa.jp)

#### 第69回三浦市総合体育大会開催のお知らせ

三浦市総合体育大会が9月から各所で開催されています。9月号に引き続き各競技会の情報を掲載します。詳細は市のホームページをご確認ください。

##### ●柔道大会

**日時** 11月25日(土) 9時～

**会場** 潮風アリーナ

**内容** 部門別個人戦(トーナメント方式)

**申込期限** 11月15日(金)

##### ●サッカー大会

**日時** 11月26日(日) 9時～

**会場** 潮風スポーツ公園

**内容** 一般男子によるトーナメント

**申込期限** 10月31日(火)

##### ●バスケットボール大会

**日時** 12月10日(日)・17日(日) 9時30分～

**会場** 潮風アリーナ

**内容** 一般男子・一般女子の部(高校生以上)

**申込期限** 11月3日(金)

**その他** 組み合わせ抽選会を11月5日(日)13時～潮風アリーナ談話室で行います。

**問合せ** 文化スポーツ課 ☎内線402

### 三浦市社会教育講座

#### ①歴史講座「ペリー来航170年、三浦半島の移り変わり」

**日時** 10月21日(土) 13時30分～15時30分

**場所** 初声市民センター

**内容** ペリー来航170年目になり、三浦半島の移り変わりを学ぶ。

**講師** 山本 詔一氏(横須賀市開国史研究会会長)

**対象** 市内在住・在勤の方

**定員** 20人(先着順)

**持ち物** 筆記用具

**受講料** 600円

#### ②健康体操講座「肩こり・腰痛すっきり体操」

**日時** 11月28日(火)、11月29日(水)(全2回) 受付：14時～14時25分/講義：14時30分～16時(両日とも同時開講)

**場所** 初声市民センター講堂

**内容** 体の不調と背骨の歪みとの関係について学び、背骨の歪みを整え、肩こり腰痛をはじめ、症状の改善・緩和のための「背骨コンディショニング体操」を行います。

**講師** 須藤 孝 氏(背骨コンディショニング協会パーソナルトレーナー)

**対象** 市内在住・在勤の方で軽い全身運動が可能な成人の方(両日参加可能な方)

**定員** 20人(先着順)

**持ち物** 筆記用具、ヨガマットまたは大きめのバスタオル、飲み物、薄目の浴用タオル(体操で丸めて使用)、動きやすい服装

**受講料** 無料

<①・②共通>

**申込み・問合せ** ①は10月6日(金)から、②は11月8日(水)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。(日曜日・祝日を除く) ☎046-888-1626)

### 10月2日は 市県民税(3期) 国民健康保険税(5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

### 各種無料相談のご案内

市では、市民を対象に次の無料相談(予約制)を行っています。

**会場** 市役所別棟2階市民相談室

**相談時間** 1組30分

#### <住まいの相談>

住まいの修繕(雨漏りやひび割れなど)、リフォームやバリアフリー化、工事後の不具合など建築に関する相談。

**相談日** 毎月第2木曜日14時～16時

**相談員** 建築士、建築大工技能士

#### <行政書士相談>

終活(遺言書、エンディングノート)、相続手続き(預貯金・有価証券・自動車)、許認可申請手続きなどに関する相談。

**相談日** 毎月第4火曜日13時～16時

**相談員** 行政書士

#### <成年後見相談>

判断能力が低下した方の生活、療養看護や財産管理に関するサポートをしてくれる成年後見制度に関する相談。

**相談日** 毎月第4水曜日13時～16時

**相談員** 行政書士

**問合せ** 市民サービス課お客様センター ☎内線319

### 人権擁護委員の紹介

10月1日付けで人権擁護委員に菊池恵さん、植坂泰雄さん、白勢順子さん、永井朋子さんが再任されました。

人権擁護委員とは、市長の推薦を受けて法務大臣から委嘱された無報酬で活動する民間の方々で、市内では9人の人権擁護委員が活動しています。

偏見、差別、悪質な嫌がらせ、各種ハラスメント、DVなどさまざまな人権問題でお悩みではありませんか。いじめや虐待を見たり聞いたりした情報提供でも構いません。次の電話による人権相談にお話してください。(受付時間はいずれも平日8時30分～17時15分)

**みんなの人権110番** ☎0570-003-110

**子どもの人権110番** ☎0120-007-110

**女性の人権ホットライン** ☎0570-070-810

**問合せ** 市民サービス課お客様センター ☎内線319)

### 「違法駐車」しない!させない!

違法駐車や放置自転車(バイク)は、交通事故・交通渋滞の要因や歩行者の通行妨害になっています。危険性や悪質性について一人ひとりが考え、交通ルールの順守と交通マナーの向上に取り組むことで、交通事故を防止しましょう。

**問合せ** 市民協働課 ☎内線315)

### 三浦市読書感想画展覧会を開催します!

「第34回読書感想画中央コンクール」に応募した市内の小中学生の作品のうち、三浦市の代表として選ばれた作品を展示



します。お時間のある方はぜひ、お越しください。今年度が最後の開催です。  
**日時** 11月7日(火)~12日(日) 9時~21時  
**場所** 市民交流センター ニナイテ 多目的スペース  
**問合せ** 文化スポーツ課 (☎内線427)

### 第46回みさき白秋まつり 俳句大会のご案内

**日時** 11月3日(金・祝) 13時~  
**会場** 城ヶ島区民センター (旧漁村センター)  
**受付** 当日会場にて (正午~)  
**参加費** 1,000円  
**投句締切** 13時まで 3句 (当季雑詠・城ヶ島での作品) ※時間厳守  
**選者** 笠井 久人氏 (俳人協会・「春野」同人)  
**主催** 三崎白秋会・(一社) 三浦市観光協会城ヶ島地区  
**主管** 三崎俳句会  
**問合せ** もてなし課 (☎内線77324)

### 2023年漁業センサスにご協力ください

農林水産省は、令和5年11月1日現在で「2023年漁業センサス」を実施します。調査票が届きましたら、回答をお願いします。  
 なお、スマートフォンなどを利用したオンラインでの回答も可能です。  
**問合せ** デジタル課 (☎内線225)

### 三浦花とみどりのつどい

**テーマ** 身近な花と緑を育てる  
**日時** 10月29日(日) 9時~16時  
**場所** 市民交流センター ニナイテ 多目的スペース・研修室  
**<展示>** 三浦の野の花展、三浦のフラワーロード写真展、三浦の植生写真展  
**<寄せ植え教室>**  
**時間** 14時~16時  
**講師** 島田 昌一氏  
**参加費** 2,000円 (材料費)  
**申込期間** 10月10日(火)~ (定員に達し次第締め切り)  
**申込方法** 電話  
**定員** 20人  
**<苗木の配布>** 来場者で展示などをご覧になり、市の緑地保全・緑化推進について学ばれた先着100人程度の方 (1家族に1本まで) にブルーベリーの苗木を配布します。  
 ※持ち帰りの袋 (エコバッグなど) を持参してください。  
**問合せ** 環境課 (☎内線289)

### 神奈川県最低賃金改定のお知らせ

10月1日から、神奈川県最低賃金は時間額1,112円 (41円引上げ) となりました。  
 神奈川県内の事業場で働く常用・臨時・パート・アルバイトなどの雇用形態や呼称の如何を問わず、すべての労働者に

適用されます。  
**賃金引き上げに活用できる「業務改善助成金」**

業務改善助成金は、事業場内で最も低い賃金 (事業場内最低賃金) の引き上げを図る中小企業・小規模事業者を支援する助成金です。詳しくは神奈川働き方改革推進支援センター (☎0120-910-090) にお問い合わせください。

また、厚生労働省と中小企業庁が連携し、最低賃金の引き上げにより影響を受ける中小企業に対する支援の周知を実施しています。厚生労働省のインターネットサイトから、「最低賃金・賃金引き上げに向けた中小企業・小規模事業者への支援施策紹介マニュアル」 (全文または概略版) がダウンロードできます。  
**問合せ** 神奈川労働局労働基準部賃金室 (☎045-211-7354)

### 横須賀税務署からのお知らせ

事業者の皆さまへ。10月1日からインボイス制度が開始されました。  
 インボイス発行事業者になるための登録申請はお済みですか。  
 国税当局では、準備の第一歩として、インボイス登録発行事業者の早期登録申請をご案内しています。

インボイス制度の情報や、国税庁が行っているオンライン説明会の模様、申請手続きに関することやQ&Aなどを掲載しています。



インボイス制度に関する一般的な質問や相談は以下までお問い合わせください。  
**問合せ** インボイスコールセンター (☎0120-205-553 (無料、土日祝日・年末年始を除く9時~17時))

### 初期キャリア期の悩みを乗り越える「私らしいキャリアデザインセミナー」

総就業年数入社3年目~5年目程度の女性を対象としたキャリアアップセミナーです。

**日程および開催方法**  
 ・11月17日(金)10時~16時30分:セミナー [集合形式]  
 ・11月22日(水)、30日(木):キャリアカウンセリング [個別面談]  
**会場** かながわ県民センター (横浜市神奈川区鶴屋町2-24-2)  
**定員** 20人程度 (申し込み多数の場合は抽選)  
**受講料** 2,000円  
**申込締切** 10月17日(火)  
 ※詳しくは、かなテラスホームページをご覧ください。  
**申込み・問合せ** かなテラス (☎0466-27-2117)



**会社を元気に! /**

**中退共の退職金制度**

国が掛金の一部を助成

掛金は全額非課税

管理がカンタン

詳しくはホームページをご覧ください

中退共
検索

独立行政法人勤労者退職金共済機構  
**中小企業退職金共済事業本部**  
 TEL (03) 6907-1234

### かなテクカレッジ(県立総合職業技術校) 2024年4月生 若年者・高校推薦枠募集

**対象者** 職業に必要な知識、技術、技能を習得して、就職する意思がある方※各種推薦枠・優先枠があります。

**実施校と募集コース**  
**○かなテクカレッジ東部 (東部総合職業技術校)**

- <募集コース>**
- ・工業技術分野 (自動車整備、コンピュータ組込み開発、精密加工エンジニア、3次元CAD&モデリング、電気)
  - ・建築技術分野 (建築設計、造園)

**○かなテクカレッジ西部 (西部総合職業技術校)**

- <募集コース>**
- ・工業技術分野 (自動車整備、ICTエンジニア、精密加工エンジニア、機械CADシステム、電気)
  - ・建築技術分野 (室内設計施工、木材加工)

**募集期間** 10月4日(水)~24日(火)※消印有効

**申込方法** ハローワークで事前手続後、各校へ郵送または持参してください。

**選考日** 11月7日(火)

**募集案内・入校申込書** 各校およびハローワークなどで配布

**その他** オープンキャンパスや体験入校を随時実施しています。

**問合せ** 神奈川県産業人材課 (☎045-210-5715)

### 三浦市防犯のつどい

毎年10月11日~20日は「安全・安心まちづくり旬間」です。これに合わせ、防犯意識の高揚を図るため「三浦市防犯のつどい」を開催します。

**日時** 10月14日(土) 13時30分~15時

**会場** 三浦市民ホール (うらり2階)

**内容**

- 第1部 防犯標語・ポスター優秀作品表彰
- 第2部 市内3中学校合同吹奏楽部による演奏会

**主催** 三浦市防犯協会

**共催** 三崎警察署・市

**問合せ** 三浦市防犯協会 (☎046-882-5671) [記事提供: 市民協働課]

### 三浦市民ホールを利用する 主な催し

#### ●日本民謡桃水会・日本民謡平成会 合同発表会

日時 10月9日(月) 開場11時/開演11時30分

主催 和田 (☎090-2975-3616)

内容 全国の民謡を50曲以上発表します。

#### ●みうらの音楽教室の第3回ピアノ発表会

日時 10月15日(日) 開場13時/開演13時30分

主催 長田 (☎080-3607-6696)

内容 音楽教室の生徒によるピアノ発表会

※各催しとも入場無料です。

※詳細は各主催者に直接お問い合わせください。

問合せ (株)三浦海業公社 (☎046-881-6721)

## 福祉のひろば

### 三浦市子育て支援・子ども 応援ネットワーク(仮称)の 参加者・団体を募集します

子育て情報の集約化、ネットワーク化の推進を図るため、「三浦市子育て支援・子ども応援ネットワーク(仮称)」の参加者・団体を募集します。

このネットワークの目的は、市内の子育て支援の関係者・団体が、子育てに関する情報を交換・連携できる環境を構築することです。

**対象** こどもや保護者を対象とした交流・相談・情報提供、子育てに関する活動を行っている個人や団体(サークル、ボランティア団体、NPOなど)

参加申込方法など 詳しくは、市ホームページをご覧ください。

問合せ 子ども課 (☎内線365)



### みうらファミリー・サポート ・センター会員募集と研修 会開催のお知らせ

ファミリー・サポート・センターは、子育てのお手伝いをしてくださる方(提供会員)と、お手伝いをして欲しい方(依頼会員)の橋渡しをすることにより、地域の中の子育てを支援します。

この活動に参加してくださる方を募集します。

#### 【活動の内容】

・保育施設等の保育開始前と保育終了後の子どもの預かり。

・冠婚葬祭や他の子どもの学校行事の際の子どもの預かり。

・買い物・美容院・通院等の外出の際の子どもの預かり。

※保育場所は、原則提供会員の自宅となります。

#### 【会員の要件】

##### ○提供会員

保育に関する知識及び経験又は育児の経験を有する、心身ともに健康で積極的に援助活動を行うことができる20歳以上の方で、研修を受講した方。

##### ○依頼会員

市内に住所を有し、生後3カ月～小学6年生のお子さんをお持ちの方

※いずれも会員登録が必要です。ご希望の方は子ども課へお問い合わせください。

#### 【利用料金】

○平日7時～19時 1時間700円

○上記以外 1時間900円

※依頼会員から提供会員へ直接お支払いいただきます。

#### 【提供会員向け研修会】

##### ○基本コース

**対象** 提供会員の登録を希望される方

日時 11月14日(火)、15日(水)の13時30分～16時30分、16日(木)の9時30分～12時30分 全3回

##### ○病後児保育コース

**対象** 基本コースを修了した方で、病後児の預かりが可能な方

日時 11月17日(金)13時30分～16時30分

場所 市民交流センター ニナイテ 研修室

申込み・問合せ 親子相談センターひなたぼっこ(子ども課内) (☎内線338)

### 価格高騰重点支援給付金 (3万円給付金)の受付は 間もなく終了します。

エネルギー・食料品等の価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい住民税非課税世帯等に対して、給付金を支給しています。

**<対象となる世帯>** 令和5年6月1日に三浦市に住民票のある世帯で次の(1)または(2)該当する世帯

(1) 世帯全員の令和5年度住民税(均等割)が非課税の世帯

①市から確認書が郵送された世帯

②市から申請書(請求書)が郵送された世帯(未申告者の方がいる世帯)

③市から案内通知が郵送された世帯(令和5年1月2日以降に転入した世帯)

※②、③とも未申告の方は、住民税申告が必要です。

(2) 予期せず家計が急変したことで収入が減少し、世帯全員が住民税非課税相当となった世帯

(住民税非課税相当とは、世帯員全員のそれぞれの年収見込額(令和5年1月から9月までの任意の1か月収入×12倍)が住民税均等割非課税相当水準以下であることを指します。)

#### <手続き>

●(1)の①は、郵送された書類の内容を確認し承諾の上、返送ください。

●(1)の②、③及び(2)は支給を受けるには、申請が必要です。

●(1)③、(2)の申請書は、市役所(福祉課)・各出張所に配架しています。また市のホームページからダウンロードが可能です。

・申請書に必要事項を記入して、添付書

類と一緒に価格高騰重点支援給付金コールセンターに直接または郵送でご提出ください。

**申請期限** 10月31日(火)(消印有効)

詳細はお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

**問合せ** 価格高騰重点支援給付金コールセンター(福祉課内) (☎内線541・542・543・544)

### 子育て応援サロン ほっと \*ハート

コロナ禍でお休みしていた「子育て応援サロン ほっと\*ハート」を、場所を新たに10月13日(金)から再開します。

誰かと話したり、相談したり、ちょっとしたのんびり、ゆったり、息抜きしてエネルギーの充電をしませんか。

場所 神田・黒崎区会館

日時 毎月第2金曜日 10時～11時30分

対象 乳幼児・児童と保護者《申し込み不要・自由参加・無料》

主催 三浦市民生委員児童委員協議会

問合せ 福祉課 (☎内線355)

### 年金生活者支援給付金制度 について

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入やその他の所得額が一定基準額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。受け取りには請求書の提出が必要です。案内や事務手続きは、日本年金機構(年金事務所)が実施します。

老齢基礎年金を受給している方の場合  
①65歳以上である

②世帯員全員が市町村住民税非課税

③前年の年金収入額とその他所得額の合計が878,900円以下である

の3つの条件をすべて満たしている必要があります。

障害基礎年金・遺族基礎年金を受給している方の場合、前年の所得額が4,721,000円以下(扶養親族等に応じて増額)である必要があります。

毎年10月から新年度の受付を開始しますが、受給中の方は2年目以降の手続きは不要です。

新たに年金生活者支援給付金をお受け取りいただける方には、日本年金機構からお知らせを送付します。同封のがき(年金生活者支援給付金請求書)に記入し提出してください。これから年金請求をする方は、年金請求手続きと併せて年金生活者支援給付金請求手続きをしてください。

年金生活者支援給付金のお問い合わせは、「ねんきんダイヤル」☎0570-05-1165にお電話ください。

問合せ 保険年金課 (☎内線302)

### 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** 10月4日(水)、18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** 10月23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)

### みんなのひろば

#### 中世三浦歴史探検隊一周年 記念講演会

三浦にゆかりのある「三浦道寸とその  
 時代」と「新井城最後の日」の講演  
**日時** 10月29日(日) 13時~16時25分  
**場所** 潮風アリーナ 研修室  
**講師** 真鍋淳哉(青山学院大学非常勤講  
 師)、アダチクリスティ(探検隊隊長)  
**定員** 100人  
**費用** 800円  
**申込方法** ファックス(046-882-5130)  
 またはEメール(miura.historia@gmail.  
 com)にてお申し込みください。  
**申込期限** 10月10日(火)  
**申込み・問合せ** 安達 (☎046-881-  
 2090)

#### 『にほんご広場』

#### 日本語学習支援教室です!

ボランティアが日本語学習をお手伝い  
 しています。どうぞお気軽にお問い合わせ  
 してください。  
**日時** 10月14日、21日、28日、11月4  
 日、11日、18日 いずれも土曜日

**場所** 市民交流センター ニナイテ 研修室  
**対象** 市内および周辺に在住の外国籍の方  
**費用** 1レッスン100円  
**問合せ** 江川 (☎070-4485-6020、Eメ  
 ールpalemint77@gmail.com)

#### 初心者のヨガ 無料体験受 付中

美しい姿勢は正しく動く体から! 動け  
 る体づくり、歪みのない体づくりをご一  
 緒に。  
**日時** 10月20日(金) 10時30分~11時  
 30分  
**場所** 勤労市民センター  
**講師** (公財) 体力づくり指導協会体力  
 づくり支援士 林  
**対象** 60歳以上の方  
**定員** 5人  
**費用** 無料  
**持ち物** ヨガマットまたはバスタオル、  
 飲み物、タオル、動きやすい服装  
**申込期限** 10月16日(月)  
**申込み・問合せ** 林 (☎090-4945-9901)

#### コミュニケーションの仕方 を楽しく学ぼう!

自分と違う“当たり前”を持つ人と上手  
 くコミュニケーションを取るコツとは…  
**日時** 10月25日(水) 10時~12時  
**場所** マホロバ・マインズ三浦  
**講師** 松好 登紀子  
**費用** 2,200円  
**持ち物** 筆記用具  
**申込み・問合せ** マホロバ・マインズウ  
 ォーターパーク (☎046-889-8960)

#### クラリネット&ホルン デュオリサイタル

**日時** 10月22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** 松本健司(クラリネット)、福川  
 伸陽(ホルン)、井澤久美子(ピアノ)  
**入場料** 大人3,000円/高校生以下  
 1,000円  
**定員** 先着50人  
 ※事前予約制

※予約後のキャンセルは代金をお支払い  
 いただきます。  
**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)

#### 三浦における終活に関する セミナー&相談会

終活・遺言・相続をテーマとしたセミ  
 ナーと無料法律相談会を実施します。  
**日時** 10月22日(日) セミナー13時~  
 14時/相談会14時~16時  
**場所** 市民交流センター ニナイテ 研修室  
**定員** 40人(先着順)  
**申込み・問合せ** 神奈川県弁護士会横須  
 賀法律相談センター (☎046-822-9688)

#### (独) 国立特別支援教育総 合研究所公開

障害のある子どもを支援する教材展  
 示、ユニバーサル野球体験ほか。詳細は  
 ホームページから。  
**日時** 11月3日(金・祝) 10時~15時  
 30分  
**場所** 国立特別支援教育総合研究所  
**費用** 無料  
**申込み** 研究所ホームページ ([https://  
 www.nise.go.jp/nc/laboratory\\_  
 release](https://www.nise.go.jp/nc/laboratory_release))  
**問合せ** 国立特別支援教育総合研究所広  
 報係 (☎046-839-6803)

#### 10月・11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** 10月21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** 11月4日(土) 9時~  
**場所** 三戸浜 火の見櫓前
- (2) 城ヶ島の海岸清掃  
**日時** 11月5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** 11月12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)

三浦市民の健康づくりの場 **健康ぶらっと** 健康づくり事業のお知らせ

令和5年度の乳がん検診の実施期間 **令和6(2024)年3月31日まで**

乳がんは、30歳代から増えはじめ、**40歳代から急激に増加**します。  
 治る確率がとても高い**早期がんの期間はたった1~2年**で、すぐに進行がんになってしまいます。  
 早期がんのうちに発見するには、**毎年 乳がん検診を受ける**ことが重要です。

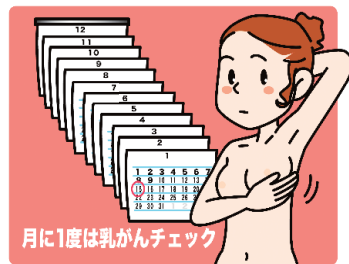
**毎月 乳がんのセルフチェック (自己触診) をしましょう**

毎月の生理が終わった4~5日後、閉経後は日にちを決めて行いましょう。  
 定期的にセルフチェックをすることで、異常を早期発見することができます。

★ 異常を見つけたら、医療機関にかかりましょう。

《 セルフチェックの方法 》

- 鏡の前で両手を頭の後ろで組み、乳房や乳頭の色や形をよく見ましょう。  
 「くぼみ」「ふくらみ」「ひきつれ」「ただれ・変色」はないですか？
- 乳房やワキの下を触って「しこり」がないか調べましょう。  
 ポイント! ①右乳房は左手で、左乳房は右手で触りましょう。  
 ②親指を除く4本の指をそろえて指の腹側で軽く圧迫しながら触りましょう。  
 ③鎖骨の下から乳房の下方、ワキの下まで広い範囲をまんべんなく触りましょう。
- 乳頭の根元を軽くつまんでしぼり出すようにして、異常な分泌物がないか調べましょう。



**チャレンジ!**

**健康づくりセミナー**

体重や健診結果などが気になっている、あなた! 仲間と一緒に健康的に痩せるためのヒントを学んでみませんか?

栄養や運動の講義、グループワーク、体組成測定 食事・運動のチェックなどを行います。  
 まずは連続3回(3カ月)の参加でチャレンジ!

~参加者の声~

みなさんの頑張っている意見を聞き、やる気が出ました!

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: 10月11日(水)、11月1日(水)、12月6日(水)  
 申込み: 健康づくり課に電話で申し込み  
 ★何月からの参加でもOKです★

**8020 達成者の方を表彰します!**

昭和18年4月1日~昭和19年3月31日の生まれで、ご自身の歯が20本以上ある方は、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いただき、「8020 希望」とお伝えください。

成人歯科健診日程	時間	場所
11月6日(月)	9時~12時	三浦合同庁舎 2階 健康ぶらっと
12月7日(木)		
令和6年1月31日(水)		

**ぶらっと健康相談 無料!!**

『血管年齢』『貧血』『骨健康度』の目安が測定できます。ほかに、管理栄養士による食事(栄養)相談や 歯科衛生士による歯科相談も同時に実施しています!

日時	場所
10月17日(火) 午後	健康ぶらっと (三浦合同庁舎内2階)
11月 2日(木) 午前	市民交流センター ニナイテ
11月20日(月) 午後	健康ぶらっと (三浦合同庁舎内2階)

午前 9時10分~11時10分 / 午後 13時10分~15時10分  
 ★完全予約制【各日程 定員18人(先着順)】★  
 健康づくり課まで電話にてご予約ください。

**みうら ウキウキ ラジオ体操サマ会**



日時: 10月25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」

内科医師 **須釜 一博**  
すがま かずひろ

市民の皆さま、こんにちは。

内科医師の須釜と申します。市民の皆さまの元気で温かい雰囲気にもいつも力をもらっています。また、マグロや野菜もおいしくいただいています。

これまで在宅医療に携わる機会があり、認知症を持った方をよく診てきました。今回は認知症予防について簡単にお話ししたいと思います。

認知機能低下を招く習慣のなかに、〈刺激のない生活〉があります。改善策には運動など、いろいろな方法がありますが、会話は比較的簡単にできる方法かと思えます。楽しいコミュニケーションをすることがポイントです。今ではインターネット上で世

界のあらゆる場所を疑似的に訪問できるサービスもあるので、懐かしの場所や行ってみたかった場所を見て感想を言い合うのも面白いかもしれません。

また、会話をすることは嚥下機能の保持にも効果があります。

脳血管性認知症の場合、リスクとして高血圧や糖尿病や脂質異常症などがあり、生活習慣にも気を付ける必要があります。健康面で困ったことがあれば内科外来を受診してください。

これまでの経験を力に、三浦の医療に貢献していきたいと思えます。よろしくお願ひします。

## 脳ドックと一緒に認知症画像オプションが受けられます！

アルツハイマー型認知症の早期発見に役立つ認知症画像検査を、脳ドックのオプションとして実施できます。まずはお気軽に相談ください。

**検査日時** 脳ドックと同時実施

**検査料** 脳ドック料金19,500円+4,400円（税込）

**対象者** 50歳以上

**申込方法** 脳ドックお申し込み時に「認知症画像オプション希望」とお伝えください。

※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)

October		10月の救急当番医院		(10月1日~11月10日分)		
診療時間 18時~21時 (月曜日~金曜日)		<ul style="list-style-type: none"> <li>■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。</li> <li>■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。</li> <li>■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、救急出場等により連絡が通じないことがあります。)</li> </ul>				
一般	月曜日	内科系	10月 2日	こだまクリニック	☎046-880-0358	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
			10月16日	矢島内科医院	☎046-881-2467	
			10月23日	矢島内科医院	☎046-881-2467	
			10月30日	矢島内科医院	☎046-881-2467	
			11月 6日	こだまクリニック	☎046-880-0358	
	火曜日	外科系	11月 6日	みなみ湘南医院	☎046-889-1211	
			11月 7日	三浦診療所	☎046-889-3388	
	水曜日	内科系	11月 7日	田中内科医院	☎046-881-4678	
			11月 8日	飯島医院	☎046-881-5265	
	木曜日	内科系・外科系	11月 8日	塩崎産婦人科(第1木曜日)	☎046-889-1103	
11月 9日			徳山診療所(第2~5木曜日)	☎046-888-5115		
10月 6日			三浦市立病院	☎046-882-2111		
10月13日			あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
10月20日			徳山診療所	☎046-888-5115		
金曜日	内科系・外科系	10月27日	あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
		11月 3日	あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
		11月10日	あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
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。			

## 「三崎地区 第2層協議体 勉強会」の開催

市では、地域の皆さんの支え合い活動が活発に行われるための仕組みづくりを構築するため、「身近な地域(第2層)」の住民同士の「情報交換の場(協議体)」を作る取り組みを行っています。

※「第2層」とは、中学校圏域である南下浦地区、初声地区、三崎地区の3カ所を指します。

この取り組みは全国で始まっており、三浦では令和4年度から、毎月南下浦地区の住民同士が互いの情報を交換し、地域の支え合い活動を作り出すきっかけづくりの場となっています。

第2層協議体は、南下浦地区・三崎地区・初声地区で実施していきます。令和5年度は三崎地区、令和6年度は初声地区で開始していく予定です。

「自分たちでできることを考えたい!」「もっと地域の情報を知りたい!」という方はぜひご参加ください。

日時 10月26日(木) 14時~15時30分

場所 市役所第2分館(旧三崎中学校)第1会合室

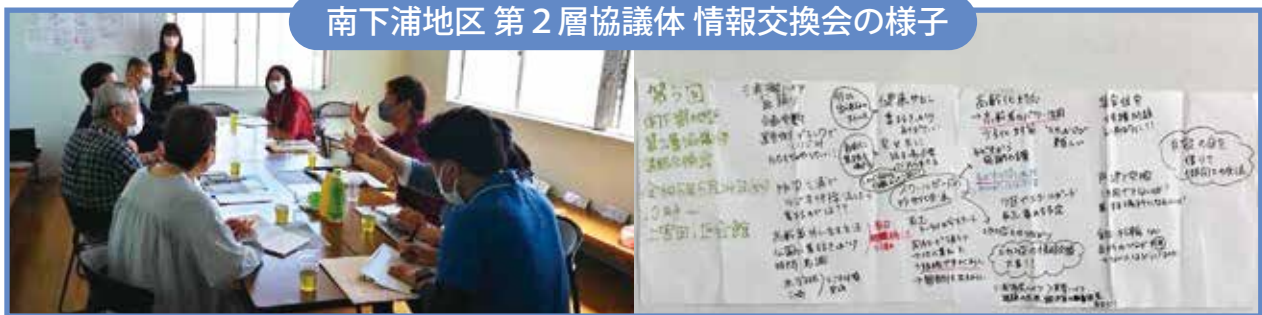
内容 三崎地区の方に向けた第2層協議体についての勉強会

講師 公益財団法人さわやか福祉財団 長瀬 純治氏

対象者 三崎地区にお住まいの方、第2層協議体の取り組みに興味がある方

申込締切 10月17日(火)(参加を希望する方は事前申し込みをお願いします)

申込み・問合せ 高齢介護課(☎内線352)



南下浦地区 第2層協議体 情報交換会の様子

### 図書館に、新しい本が入りました。

#### 【図書館本館：市役所第2分館内】

- ◇頭のいい人が話す前に考えていること (安達 裕哉)
- ◇スタジオジブリ物語 (鈴木 敏夫)
- ◇ハンチバック (市川 沙央)
- ◇ソノリティ はじまりのうた (佐藤 いつ子)
- ◇おつきさまのさくせん (いなば みのる/片岡 まみこ)

#### 【初声分館：初声市民センター内】

- ◇エレガントな毒の吐き方 脳科学と京都人に学ぶ「言いにくいことを賢く伝える」技術 (中野 信子)
- ◇メメンとモリ (ヨシタケ シンスケ)
- ◇チンギス紀十七 天地 (北方 謙三)
- ◇かいけつゾロリ いきなり王さまになる? (原 ゆたか)
- ◇おばけえんは すぐそこです (山崎 るり子/石黒 亜矢子)

#### 【休館日】

10月は2日、9日~11日、16日、23日、30日、31日です。  
11月は3日、6日、13日、20日、23日、27日、30日です。

### 本のリサイクル市

図書館での役目を終えた本を有効に活用していただくため、市民の皆さまへ無料で提供する「本のリサイクル市」を開催します。

新しい本との出会い(マッチング)の場にぜひお越しください。

日時 11月11日(土)10時~14時、12日(日)9時30分~12時

場所 初声市民センター 1階ロビー

※当日は、本を持ち帰るための袋をご持参ください。

※本の寄贈については、常時図書館で受け付けています。なお、雑誌、マンガ、全集、百科事典、書き込みのある本、汚損・破損の著しい本、10年以上経過した本はご遠慮ください。

### 蔵書点検に伴う臨時休館のお知らせ

10月9日(月)~11日(水)は、蔵書点検のため図書館本館と初声分館は休館します。

問合せ 図書館(☎内線415)

図  
書  
館  
だ  
よ  
り

知って! 男女共同参画キャンペーン

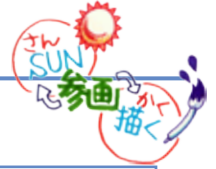
Let's draw your sun!  
あなただけの太陽のイラストを募集します。

知って!さんかくクイズ  
「神奈川なでしこブランド」って何?  
答えは・・・

三浦 男女 キャンペーン 検索

問合せ 市民協働課(☎内線311)

## 令和5年度三浦市男女共同参画推進に関する講座



読み聞かせで学ぼう！あなたも私もすてきってこと。

あなたは何色が好き？大きくなったら何になりたい？それって男の子も女の子も関係ないんだ。絵本の読み聞かせをきっかけに、「みんなが自分らしくいられる世界って、どんな世界かな？」って、大人も子どもも一緒に考えてみませんか。

講師 伊藤 孝子さん

NPO法人「絵本で子育て」センター・絵本講師、よみきかせサークルえほんの海をおよぐメンバー



日時 11月11日(土)10時～11時30分  
場所 市民交流センター ニナイテ 研修室  
参加費 無料

対象 この講座に興味のある方。お子さま(※)連れの方歓迎 ※お部屋で皆さんと一緒に話を聞けるお子さま。託児所はありません。

定員 50人(先着順)  
講師 伊藤 孝子さん

申込方法 お住まいの市町村、氏名(ふりがな)、性別、年齢、電話番号、Eメールアドレスを、電子申請(右QRコード)、電話またはEメールにより、市民協働課までお伝えください。※下線は参加者全員分



申込期限 11月2日(木)

申込み・問合せ 市民協働課(☎内線311、Eメールshiminkyodo0101@city.miura.kanagawa.jp)

## 菊名の飴屋踊り(神奈川県指定無形民俗文化財)

菊名の飴屋踊りは毎年10月23日菊名の白山神社に奉納されている郷土芸能です。江戸時代の街頭の飴売りが人寄せの為にいったのが始まりと言われ、菊名の伝統文化として「手踊り」と「段物」が伝えられてきました。今年も奉納が行われます。

日時 10月23日(月)  
19時ごろ(雨天順延)  
場所 菊名区民会館前  
広場  
問合せ 文化スポーツ課(☎内線412)



## 令和6年3月3日(日)開催!! 第39回三浦国際市民マラソン

**エントリー開始!** 令和6年3月3日(日)に開催される第39回三浦国際市民マラソンの参加申し込みが10月1日(日)から始まりました。受け付けは先着順となります。募集案内などをご確認のうえ、お早めにお申し込みください。

### ■種目【参加資格】

- (1) ハーフマラソン [高校生以上]
- (2) 5キロ [小学校5年生以上]
- (3) キッズビーチラン [小学校1年生～4年生]

### ■参加料・定員

- (1) ハーフマラソン : 7,500円・8,000人
- (2) 5キロ : 4,500円・3,000人
- (3) キッズビーチラン : 1,500円・200人

■エントリーサイト 次のサイト内で検索してください。(1)RUNNET (2)スポーツエントリー (3)ローソン DO スポーツ

■申込期間 10月1日(日)～11月30日(木)

※定員に達し次第、募集を締め切ります。

### ボランティア募集!

第39回三浦国際市民マラソンに、選手誘導や給水所運営のボランティアとして参加してみませんか?多くのご応募お待ちしております。

■時間 6時30分ごろ～14時ごろ(係によって集合・解散時刻は異なります)

■募集人数 約50人(先着順、全員に記念品を配布する予定です)

### ■応募方法

(1) 郵送またはファックス: 住所・氏名(ふりがな)・性別・年齢・連絡先を明記してください。

(2) 電話

(3) インターネット: 三浦国際市民マラソン公式ホームページ(<https://miura-marathon.com/>)の、「ボランティアに参加する」のページをご覧ください。

■募集期限 令和6年1月12日(金)

※募集人数に達し次第、締め切りとなります。

■申込み・問合せ 三浦国際市民マラソン事務局(もてなし課) (☎046-882-1120、FAX046-882-5010) 〒238-0243 三崎5-245-7三浦市三崎水産物地方卸売市場4階 ※土曜・日曜・祝日を除く8時30分～17時

〒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)

発行／三浦市 編集／市民協働課

(広告)



(広告)

(広告)

(広告)

(広告)