

三浦の魅力 集めたい。伝えたい。

vol.11/54 「上宮田第4区 ～お互いに助け合う文化を築く」

令和4年度に三浦市区長会で実施した「すべて魅せます!三浦のふるさと54区知って写真展」で展示された各区の写真と紹介文を54回にわたって掲載しています。



市の人口

40,123人（世帯数：17,136世帯）

※令和6年1月1日現在

（令和2年国勢調査結果に基づく推計人口）

上宮田第4区は、昭和50年代初頭に入居が始まった「県営上宮田団地」のことを指します。三浦海岸駅まで歩いて10分とかからず、住環境としては三浦随一かもしれません。一方で、入居者の高齢化問題が長年の懸案事項となっており、区長・自治会長を拝命した10年くらい前から少しずつ対策を進めてきました。独居のお年寄りもみんなに見守られながら最期を迎えられるコミュニティを目指し、防災訓練を兼ねた昼食や団地周辺の美化活動など、若い世代の方も巻き込みながら、住民同士の絆を深めてきました。そして今、お互いに助け合う文化が築かれたと思っています。引き続き、安心して暮らせる県営団地を目指して、自分たちにできることを少しずつ進めてまいります。

第20回三浦海岸桜まつり お迎え式



「第20回三浦海岸桜まつり」への観光客をお迎えする「桜まつりお迎え式」が開催されます。

今回は20周年記念企画として、みうら観光大使にも就任された川村エミコさん（たんぽぽ）が出演予定です。

＊日時

2月11日（日・祝）10時30分～12時ごろ
（桜まつりの会期は2月5日（月）～3月3日（日））

＊場所

三浦海岸駅前広場（改札外）

＊内容（予定）

主催者・来賓挨拶、三浦野菜授与式
（※観覧者へのプレゼントはありません）、川村エミコさんとみんなでつくるキャンバスアート（※観覧者は式典後参加可）、地元団体の出演（ダンス、舞踊、コーラス、太鼓）



公式ウェブサイト



＊主催

三浦海岸まちなみ事業協議会三浦海岸桜まつり運営委員会
／京浜急行電鉄株式会社

問合せ 三浦海岸まちなみ事業協議会 三浦海岸桜まつり運営委員会 事務局
（もてなし課内 ☎内線77324）

三浦市奨学生新規募集（大学・短大・専門学校等入学者対象）

三浦市奨学金制度は、大学などへ進学する市内在住の方に対し、日本学生支援機構給付奨学金の採用候補者の支援区分に応じた入学時の一時金給付を行います。



◆応募資格

- ①市内に在住する方
- ②日本学生支援機構給付奨学金の採用候補者になっている方（支援区分が第1区分、貸与奨学金のみ該当している方を除く）
- ③令和5年度中に高等学校などを卒業した（する）方、高等学校を卒業後2年以内の方または高等学校卒業程度認定試験合格（予定）者
- ④大学・短大・専門学校などから入学を許可された方（対象教育機関に限る）
- ⑤学業成績が優れている方
- ⑥経済的理由により学資の援助を必要とする方

◆奨学金の額

日本学生支援機構給付奨学金の採用候補者の支援区分に応じた奨学金を支給します。

支援区分が第2区分の方…10万円

支援区分が第3区分の方…20万円

※一時金のみ給付となります。

◆募集人数 若干名

※選考の結果、奨学金を受けられない場合があります。

※新規貸付型奨学生の募集は廃止となりました。

◆願書受付期間

2月19日（月）～3月29日（金）

◆応募方法

本人が署名した奨学生願書（指定様式）に、必要書類を添えて教育総務課へ直接持参してください。様式は、教育総務課、南下浦出張所および初声市民センターで配布しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。



※書類の内容を確認する場合があります。

ため、提出の際は本人も必ず来庁してください。

◆出願先・問合せ

市役所第2分館2階 教育総務課（☎内線407）

※応募を希望される方は、事前に電話などで相談されることをお勧めします。



年2回、男女共同参画にまつわる新鮮ネタをお届け！

男女共同参画ニュース

vol. 7

～誰もが性別に関係なく夢に挑戦できる社会にしていこう！②～

こんにちは！

男女共同参画とは、男性も女性も、自分らしさを大切にしていきいきと暮らすこと。とはいえ、その人を取り巻く環境や状況はさまざま。

今回は、やりたいと思ったことを行動に移し、海外での修行を経て自分のお店を開いたという重田明子さんへインタビューしてきたので、その一部をご紹介します！

さんかくインタビュー



重田 明子 さん



- 三浦生まれの三浦育ち。
- ドイツでパン職人として7年ほど勤めた後帰国して、地元の三浦市小網代でパン屋「ベッカライ・ゾンネンキント」を開業。店名のゾンネンキントは「太陽の子ども」という意味で、明子さんの名前が由来。
- 実家は農家で、両親が作る三浦野菜をパンにもふんだんに使用。両親も袋詰め作業などをお手伝い。

Q ドイツで修行され、パン職人になった経緯を教えてください。

A 横浜でパティシエとして4年間働いたあと、ワーキングホリデーで1年間ドイツに行ったんです。帰国後もドイツへの想い消えず、現地のケーキ屋で働こうと思いましたが、ビザの関係で断念。でも、縁あってパン屋で働くことになったら、パンのファンになっちゃいまして。それでパン職人を目指すようになったんです。

Q ドイツに行く前は、ドイツ語のレッスンなどされましたか？

A 挨拶くらいしかできませんでしたが、しゃべれないと暮らしていくのに困る。困ると努力しますよね。学校に通ったり、友達と遊んだり、ドイツ語をしゃべる機会を増やすことで覚えていきました。

Q ドイツで暮らしてみて、日本との違いはどのような感じでしたか？

A まず、女性がとっても強くて、生き生きしている方が多いですね。女性は権利を堂々と主張しますし、男性も女性を対等に扱います。働く面では「子どもが熱を出したから今から帰るね」が当たり前。

家事についても、男性も食事の支度や掃除、洗濯もするし、ご飯を作ったら片づけはあなた、そんな感じで決めている家庭が多い。そんなところが、女性が生き生きとしている秘訣かと思います。

また、ドイツではジェンダー平等の考えが結構進んでいます。性的マイノリティの方が身近にいましたが、オープンにしていました。風当たりが強いこともあるけれど、みんな自信を持って生活しています。

日本では、発言をためらってしまう場面もありますけど、ドイツは逆。自分の主張をしない人が悪い、意見を言わないならあなたはここにいないのと同じ、という感じ。もちろん文化の違いはありますが、意見の言いやすさで違いは感じますね。

Q 最後にメッセージをお願いします。

A 男とか女とか関係なく、やりたいことをやればいいんだと思います。私も女性1人でお店をやっていますけど、支えて応援してくれる人もいます。簡単ではないですけど充実感があります。まずはやりたいことがあったらやってみる。ダメだったらやめればいい。そのくらいの気持ちでやられたほうがいいんじゃないかと思います。

ドイツでの暮らしで日本とのギャップを感じつつも、自分のやりたい目標に向かってまずは行動に移し、周囲の協力を受けながら夢を叶えた重田さん。

性別に関わらず、誰もがやりたいことに挑戦できる社会にしていきたいですね。

#男女共同参画 #三浦で夢
#かなえよう #みんなハッピー
#ひとりひとりが #おたがいに尊重し
#幸せに暮らせる社会

ホームページでもっと
詳しいインタビューを
掲載しています。ぜひ
ご覧ください！

三浦 男女キャンペーン 検索

問合せ 市民協働課 (☎内線312)



所得税の確定申告、市民税・県民税申告の受け付けについて

1 e-Tax申告 ～確定申告はスマホがおすすめです～

詳しくは、国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」をご覧ください。



【国税庁ホームページ】

2 税務署の申告書作成会場 ～会場への入場には「入場整理券」が必要です～

- 期間** 2月16日(金)～3月15日(金)
時間 9時～17時(受け付けは8時30分～16時)
場所 横須賀地方合同庁舎2階(横須賀市新港町1-8)
 ※1 土、日および祝日を除く。ただし、**2月25日(日)は開設**します。
 ※2 **原則、会場ではスマホを使用して申告書を作成します。**申告される方のマイナンバーカード、マイナンバーカード取得時に設定している次のパスワードが必要になります。
 ・利用者証明用電子証明書(数字4桁)
 ・署名用電子証明書(英数字6文字以上16文字以下)
 ※3 還付申告をされる方は、上記開設期間の前でも相

- 談を受け付けています。
 ※4 混雑回避のために「入場整理券」を配付し、配付状況に応じて、受け付けを早く締め切る場合があります。
 ※5 入場整理券は、当日、会場で配付するほか、**LINEによる事前発行で入手することが可能です。**
 ※6 3月中は入場整理券の入手が困難となることが予想されるため、2月中の来署をお勧めします。
 ※7 公共交通機関をご利用ください。
 ※8 医療費控除を受ける場合は、事前に明細書を作成して、ご持参ください。

事前発行はこちら

LINEアプリで国税庁公式アカウントを友だち追加してください。



3 市役所での所得税の確定申告相談および仮収受

市役所では、**給与所得のみの方を対象にした申告相談および完全記載済確定申告書の仮収受**を下記の日程で実施します。

場所	期間	受付時間	内容・対象
【給与所得のみの方の申告相談】 市役所第2分館(旧三崎中学校) 1階市民交流スペース	3月1日(金)～ 3月15日(金)	10時～15時	給与所得者の医療費控除や中途退職者などの申告
【完全記載済申告書の仮収受】 市役所分館1階税務課④番窓口	2月16日(金)～ 3月15日(金)	8時30分～ 17時15分	完全記載済の所得税確定申告書の提出

※ 給与所得以外に年金収入のある方や住宅借入金等特別控除の追加がある方は、税理士による無料相談または横須賀税務署で申告・相談ください。

4 市民税・県民税の申告受け付けについて

市役所では、令和6年度(令和5年1月～令和5年12月の所得)の市民税・県民税の申告の受け付けを下記の日程で実施します。

場所	期間	受付時間	内容・対象
市役所分館1階税務課④番窓口	2月16日(金)～ 3月15日(金)	8時30分～ 17時15分	市民税・県民税の申告

5 所得税の確定申告や市民税・県民税の申告には「マイナンバー(個人番号)の記載」と「本人確認書類」が必要です

令和6年度(令和5年1月～令和5年12月の所得)所得税の確定申告書や市民税・県民税の申告には申告される方の「**マイナンバー(個人番号)の記載**」と「**本人確認**

書類の提示または写しの添付」が必要です。また、配偶者控除や扶養控除の対象となる被扶養者のマイナンバーの記載も必要になります。

6 医療費控除などの申告には、「明細書」の添付が必要です

医療費控除を申告する際には、医療費控除の明細書の添付が必要です。医療費の領収書は自宅で5年間保存する必要があります(提出は不要)。

※医療費の明細書は、医療費通知(例:健康保険組合などが発行する「医療費のお知らせ」)を添付すると、明細の記入を簡略化することができます。

※令和5年分の三浦市を含む神奈川県内の国民健康保険および後期高齢者医療制度の医療費通知は、申告に使うことができますが、医療費通知に記載のない診療月については、明細の記入が必要となります。

◆市民税・県民税の申告が必要な方

令和6年1月1日現在、市内に住所がある方は、令和5年中の所得金額の多少にかかわらず申告してください。

また、令和5年中に所得がなくても、国民健康保険の加入者(収入が遺族年金や傷病手当などの非課税所得のみの場合も含む)や、同世帯のどなたにも扶養されていない方は、申告が必要です。

◆市民税・県民税の申告が必要ない方

①給与所得のみで、勤務先から給与支払報告書が、市へ提出されている方

②公的年金等所得のみで、年金支払者から公的年金等支払報告書が、市へ提出されている方(※ただし、扶養控除・社会保険料・医療費などの所得控除を受けられる方は申告の必要があります)

③所得税の確定申告書を提出される方

④市内にお住まいの方から扶養されている方

問合せ 市民税・県民税の申告:税務課(☎内線242)

所得税の確定申告:横須賀税務署個人課税第一部門(☎046-824-5500 内線4412)

原動機付自転車・軽自動車などの各種手続きについて

軽自動車税（種別割）は、毎年4月1日（賦課期日）現在で市内に主たる定置場（使用の本拠地）のある軽自動車などの所有者に課税されます。そのため、廃車や名義変更、住所変更などの異動が

生じた方は所定の手続きが必要になりますので、令和6年度課税の賦課期日までに各種手続きを済ませてください。



ナンバーの種類	車種	手続き先
三浦市ナンバー	原動機付自転車(125cc以下のもの) 小型特殊自動車	税務課 (☎内線247)
横浜ナンバー	二輪の軽自動車 (125ccを超え250cc以下のもの) 二輪の小型自動車 (250ccを超えるもの)	関東運輸局神奈川運輸支局 (☎050-5540-2035)
	三輪・四輪の軽自動車 (660cc以下のもの)	軽自動車検査協会神奈川事務所 (☎050-3816-3118)

毎年、廃車や名義変更などの手続きが完了していないために新年度の税金が課税されるケースがあります。廃車や名義変更などの手続きが確実に完了しているかご確認ください。

また、軽自動車および二輪の小型自動車（横浜ナンバーの車両）の廃車などの手続きを行い、自身で軽自動車税（種別割）の課税を止める手続き

をする方や、県外で変更手続きをした方は、定置場のある市区町村へ課税を止める申告書を提出してください。未提出の場合、課税され続けてしまう場合があります。

※令和6年度の税率などについては、本年1月号に掲載していますのでご確認ください。

問合せ 税務課 (☎内線247)

犬の登録（変更）手続きをお忘れなく！



犬を飼っている方で次のような場合は、環境課で登録変更などの手続きが必要です。特にこれからの時期は、転居が多くなりますのでご注意ください。

① 犬の所有者の住所などが変わった場合

市内転居 環境課へご連絡ください。

市外から転入 前住所地の犬鑑札を持って、環境課までお越しください。

市外へ転出 転出先市町村の担当窓口にお問い合わせください。

② 犬を譲り渡した、または譲り受けた場合（飼い主の変更）

市内在住者同士での譲渡 すでに登録されていて、犬鑑札がある場合、電話で変更ができます。登録されていない場合は狂犬病予防注射を接種した後に、環境課で新規登録をする必要があります。

（登録手数料3,000円、狂犬病予防注射済票交付手数料550円）

市外からの譲受 前所在地の犬鑑札を持って、環境課で転入の届出が必要です。三浦市の犬鑑札と無料交換します。

市外への譲渡 新しい飼い主に、三浦市の犬鑑札を持って新所在地の担当窓口で転入の手続きをするように伝えてください。

③ 犬をペットショップで購入した場合

すでに狂犬病予防注射と登録がされているかを確認してください。

済んでいる場合 犬鑑札と注射済票を持って、転入または所有者変更届出をしてください。

済んでない場合 狂犬病予防注射接種後、「狂犬病予防注射済証」をご持参のうえ、環境課で新規登録をしてください。

④ 飼育していた犬が死亡した場合

環境課へご連絡ください。犬鑑札は返却をお願いします。

※狂犬病予防注射を動物病院で受けたまま、まだ注射済票（今年度は赤色のプレート）の交付を受けていない方は、獣医師発行の「狂犬病予防注射済証」をご持参のうえ環境課へお越しください。注射済票を交付します（交付手数料550円）。動物病院によっては、新規登録や狂犬病予防注射の登録申請を代行する病院もありますので、注射を受けた時に獣医師に問い合わせください。

※犬の体調が悪く狂犬病予防注射が接種できないときは、動物病院で猶予理由書を発行してもらい、環境課にお持ちください。

狂犬病は致死率がほぼ100%の感染症です。
狂犬病予防注射を毎年1回、飼い犬に必ず受けさせてください。

問合せ 環境課 (☎内線289)

小規模工事等契約希望者登録申請のご案内(令和6・7年度)

市が発注する50万円以下の工事や修繕の受注を希望される方の登録申請を受け付けます。登録を希望される方は、下記要領をご確認のうえ、申請書類をご提出ください。また、現在(令和4・5年度)の名簿に登録されている方で、継続登録を希望される場合も申請は必要となります。

1 登録できる方

次の要件のすべてを満たしている方です。(建設業法の許可の有無は問いません)

- 市内に住所がある個人事業者または市内に本店(本社)がある法人
- 市の競争入札参加資格者名簿に登録されていない方
- 地方自治法施行令第167条の4に定める欠格事項(契約締結能力がない、不正行為をしたなど)に該当しない方
- 登録を希望される業種に必要な資格や免許などを有している方
- 市税を滞納していない方
- 三浦市暴力団排除条例第2条第4号に規定する暴力団員等または同条第5号に規定する暴力団経営支配法人等に該当しない方
- 暴力団員等と密接な関係を有していない方

●3月31日現在において、登録を希望される業種の元請けとしての業務実績が1年以上あり、自ら施工ができる方

2 登録業種

土木、建築、内装、塗装、電気、管、造園、その他

3 登録有効期間

4月1日(月)～令和8年3月31日(火)

4 申請書の入手方法

●市ホームページ(「しごと・産業・まちづくり」、「入札・契約」)からダウンロードできます。

●契約課(市役所第2分館1階)で配布します。

5 申請受付期間

2月1日(木)～15日(木)※12時～13時および土・日曜日、祝日を除きます。

6 問合せ・申請書受付場所

契約課 (☎内線237)

各種無料相談のご案内(3月)

相談名	日程	時間	会場	問合せ先	相談担当者
法律相談	13日(水)	13:00～15:00	市役所別棟2階市民相談室	内線 319	弁護士
	26日(火)		初声市民センター2階集会室		
	22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	1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	14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	19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	26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	27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	28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	13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	15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	8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、シロ抜きの相談は予約制(定員・締切有)です。3月13日(水)・26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

2月9日(金)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

充電式小型家電などによる発火トラブルが急増しています！
プラスチック製容器包装(プラの日)に危険物や他のごみを入れないでください!!
～見た目がプラスチックでも収集日が違います～



モバイルバッテリー

デジタルカメラ

加熱式たばこ

発火する危険性のあるごみは必ず「破碎できないごみ」の日に出してください!!

処理施設や収集車両内で火災が発生すると業務に多大な支障をきたします。火災や発火/発煙の原因となる「破碎できないごみ」(充電式家電製品、ライター、モバイルバッテリー、カセット式ガスボンベなど)は必ず「破碎できないごみ」の日に出してください。

【収集日】 三崎地区 第1・3水曜日 南下浦/初声/南下浦・初声地区 第2・4水曜日

「破碎できないごみ」(火災の原因となるので他のごみに入れしないでください)

●充電式小型家電(※できる限り使用済み小型家電回収BOXへ)



●ライター

●カセット式ガスボンベ



間違えやすいプラスチック製品(※最近プラ製容器包装への混入が目立ちます!)

プラスチック製容器包装に該当しないプラスチック製の製品は、「プラの日」には出せません。

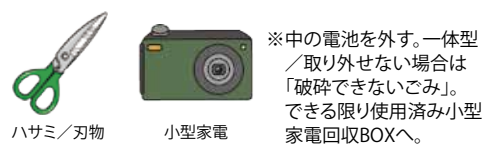
【一部分プラスチック製だが、「プラ製容器包装」に分別されないものの例】※詳細は早見表や市ホームページを参照

「燃せるごみ」(1辺50cm以上は「粗大ごみ」)



※おもちゃなどの電池は外して出してください。

「不燃ごみ」



※中の電池を外す。一体型/取り外せない場合は「破碎できないごみ」。できる限り使用済み小型家電回収BOXへ。

「金属類」



フライパン アイロン

「破碎できないごみ」



※使い捨てライターの中身は使い切る。

不燃ごみにも危険物や混入物を入れないよう注意してください!!

不燃ごみにも火災などの原因となるリチウムイオン電池などが入っているものがあります。電池が取り外し可能な小型家電は電池を外して「不燃ごみ」の日に出してください。

【収集日】 三崎地区 第2・4水曜日 南下浦/初声/南下浦・初声地区 第2・4金曜日

火災などの原因となる「不燃ごみ」



デジタルカメラ ビデオカメラ ハンディ式掃除機

※カメラ・ビデオは中の電池を外す。一体型/取り外せない場合は「破碎できないごみ」。できる限り使用済み小型家電回収BOXへ。



電池は外して!!

リチウムイオン電池など



取り外した電池は、販売元、家電量販店、JBRC登録店などにご相談ください。詳細は、『ごみと資源の分け方・出し方早見表』18頁参照

※イラスト出典:経済産業省ウェブサイト
写真出典:(公財)日本容器包装リサイクル協会

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

漏水調査実施のお知らせ

市では、有収率向上を目的に宅地内の止水栓や水道メーターで漏水音を確認する調査を3月下旬にかけて実施します。
この調査は市水道事業の負担で実施しますので、調査費用の請求をすることは一切ありません。
●宅地内の調査は、お声かけしてから実施します。
●留守の場合やご都合の悪い場合は調査しません。(全てのお宅を調査するものではありません)
●夜間には、道路上の水道の弁や消火栓の調査を実施します。
●調査員は【漏水調査員証】と【腕章】を必ず携行しています。
不審と思われた場合はお問い合わせください。ご理解とご協力をお願いします。
問合せ 給水課 (☎内線386)

**南下浦コミュニティセンター
公共施設利用予約システム
への利用者登録のお知らせ**

南下浦コミュニティセンター(6月下旬開設予定。利用が可能になる日については3月1日以降、当システムでご確認ください)の6月利用分の抽選申し込みの期間は、3月1日(金)~10日(日)です。当施設での申し込みには新たに利用者登録が必要です。利用者登録受け付けについては、事前申し込みの上、火曜日または木曜日の9時~16時に南下浦出張所内で行いますので、連絡の上お越しください。なお、7月利用分の抽選申し込みは4月です。
申込み・問合せ 文化スポーツ課南下浦コミュニティセンター開設準備担当(南下浦出張所内) (☎046-888-1111) (土・日・祝を除く)

**生ごみ処理器(キエーロなど)購入に対する補助制度
のお知らせ**

生ごみ処理器(キエーロなど)購入に対する補助制度が令和5年10月に始まり、大変ご好評をいただきました。現在第2期の申し込みを開始しています。生ごみ処理器の利用についてご興味のある方はお気軽にご連絡ください。
補助条件
①市内在住の方
②市内販売店で購入した生ごみ処理器
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)
問合せ 廃棄物対策課 (☎内線291)

**寺本育英会奨学生新規募集
今春高校入学者対象【給付】**

募集対象 市内在住で令和5度中に中学校を卒業し、今年4月高等学校へ入学する方
給付金額 年額30,000円(返還不要)
募集人数 1人
募集期間 2月15日(木)~3月15日(金)
応募方法 本人が署名をした願書(指定様式)に、中学校の推薦書(指定様式)などの必要書類を添えて教育総務課に本人が持参
願書などの入手方法 市内の各中学校および教育総務課(市役所第2分館2階)にありますのでお申し出ください。
問合せ 教育総務課(公益財団法人寺本育英会事務局) (☎内線407)

2月29日は
固定資産税(4期)
国民健康保険税(9期)
の納期限です。
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)

三浦市社会教育講座

<①料理講座「飾り巻き寿司」>
日時 2月20日(火) 10時~13時
場所 初声市民センター
内容 飾り巻き寿司、魚のみぞれ煮、焼き油揚げの和風サラダ、クリーム水ようかん(初桜)
講師 石渡 久子氏(飾り巻き寿司インストラクター)
対象 市内在住・在勤の方
定員 10人(先着順)
<②料理講座「キャベツを使った料理」>
日時 3月8日(金) 10時~13時
場所 初声市民センター
内容 簡単ソースのキャベツときのこのカレードリア、キャベツとマカロニのコンソメスープ、冬野菜のさっぱりサラダ
講師 金子 誠子(のぶこ)氏(県認定ふるさと生活技術指導士)
対象 市内在住・在勤の方
定員 12人(先着順)
<①・②共通>
持ち物 エプロン、三角巾、ふきん2枚、筆記用具、飲み物
受講料 1,000円
申込み・問合せ ①については2月5日(月)から、②については2月13日(火)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・祝を除く) (☎046-888-1626)

「いなりっこ」(三浦市指定重要無形民俗文化財)のお知らせ

いなりっこは、農村の豊作祈願をする信仰の一つで稲荷講がなまった呼び名とされ、商売繁盛や家内安全を祈願するものです。海南神社に奉納されている「面神楽」の影響を受けて、子ども達が面をつけて踊りを披露するようになったもので、現在、三浦いなりっこ保存会により三崎の伝統芸能として保存継承されています。
毎年2月11日に海南神社敷地内にある正一位福德稲荷神社に奉納されています。
日時 2月11日(日) 10時頃※雨天決行
場所 海南神社神楽殿
演目 国固め、天狐の舞 ほか
問合せ 文化スポーツ課 (☎内線412)

**「図書ボランティアなび」
の作成を行います!**

多くの市民の皆さんと図書ボランティアの皆さんとの橋渡しをするため、今年より「図書ボランティアなび」の作成を行います。
「図書ボランティアなび」とは、図書ボランティアの皆さんの活動の情報を登録していただくことによって、「図書ボランティアさんに来てほしい!」という市民の皆さんと図書ボランティアの皆さんの橋渡しを行い、子ども読書活動の活性化を図ることを目的としている制度です。皆さんに登録していただいた図書ボランティア情報は、各種施設などで一覧を配布します。
登録方法 文化スポーツ課や活動を行っている公共施設などで登録申込書の配布、回収を行います。また、登録申込書は市ホームページからダウンロードできます。
登録対象 市内で広く活動を行いたい図書ボランティア団体または個人
問合せ 文化スポーツ課 (☎内線427)

「三浦市地球温暖化対策実行計画」パブリックコメント実施中です

地球温暖化とは、人間の活動が活発になるにつれて、二酸化炭素(CO₂)などの「温室効果ガス」が大気中に放出され、地球全体の平均気温が上昇している現象のことです。市は、地球温暖化対策を進め、2050年までに二酸化炭素排出実質ゼロの実現を目指す「ゼロカーボンシティみうら」を令和2年5月に宣言しました。「三浦市地球温暖化対策実行計画」は、「ゼロカーボンシティみうら」宣言の達成に向けた今後の取り組みの指針となるものです。現在、計画案についての皆さまからのご意見を募集しています。詳しくは、市ホームページ、または、環境課、南下浦出張所、初声出張所に配架する資料をご確認ください。
問合せ 環境課 (☎内線296)

防災行政無線を用いた情報伝達訓練の実施

地震・津波や武力攻撃などの発生時に備え、次のとおり情報伝達訓練を行います。これは、全国瞬時警報システム(Jアラート)※を用いた訓練で、市外の地域でもさまざまな手段を用いて情報伝達訓練が行われます。

実施日時 2月9日(金) 11時ごろ

試験放送の内容 市内100カ所に設置してある防災行政無線から、一斉に次のように放送されます。

①上りチャイム音

②「これは、Jアラートのテストです」×3

③下りチャイム音

※Jアラートとは、地震・津波や武力攻撃などの緊急情報を、国から市町村へ、人工衛星などを通じて瞬時にお伝えするシステムです。

問合せ 防災危機対策室(☎内線60642)

第7回サイエンスカフェ 「白石洞穴の地層に残る三浦の歴史」

平成26年から開始した白石洞穴遺跡の発掘調査では、その研究成果について、市民の方々と語り、研究のおもしろさを知っていただく機会を設けています。

コロナウイルスの感染拡大に伴い2年間調査を中断していましたが、令和4年春に再開しました。今回は、発掘成果とともに白石洞穴内で発見された津波の痕跡に焦点を当てたいと思います。

サイエンスカフェでは、市民と研究者がコーヒーを片手に気軽に話し合えるような会を目指しています。歴史への興味さえお持ちであれば予備知識は必要ありません。一緒に三浦の歴史について楽しく語り合いませんか？

参加費は無料、お茶菓子も用意していますので、ぜひお気軽にお越しください。

日時 2月17日(土) 13時30分～16時ごろ(当日受付13時～、先着45人)

会場 うらり2階研修室

オンライン配信(ZOOM利用)も行います。配信の情報は下記Google Formにて登録いただいた後にメールにてお知らせします。

<https://forms.gle/uXrxVp85g7QrEV9V9>

話題1：杉山浩平(東京大学)

「白石洞穴に残る人々の歴史—白石洞穴遺跡を掘ってみた5—」

話題2：藤原治(国立研究開発法人 産業総合技術研究所)

「白石洞穴遺跡に残る関東地震と津波の痕跡」

問合せ 白石洞穴遺跡学術調査団・杉山(☎03-5454-6852 [東京大学内 研究室 直通])

街頭労働相談会のお知らせ

かながわ労働センターの職員による街頭労働相談会が開催されます。

解雇・雇止め、賃金不払い等の労働条件に関する相談やパワハラなど、働く

方、雇う方の労働問題について、相談に応じます。

日時 2月22日(木) 10時～16時

場所 バイシア三浦店1階入口

その他 参加費無料、事前申込不要

問合せ 神奈川県かながわ労働センター労働相談課(☎045-633-6110〈代〉)

みうらで働こう！面接・相談会開催のお知らせ

地元三浦市で働いてみませんか。市内で働きたい方向けの面接・相談会を開催します。企業の方と直接話ができるチャンスです！企業など13社参加予定、入場無料です。当日は履歴書をご持参の上、会場にお越しください。相談だけでも可能ですので、ぜひお気軽にご参加ください！

日時 2月16日(金) 13時30分～16時(受付時間13時15分～15時30分)

場所 潮風アリーナ1階研修室

問合せ ハローワーク横須賀(☎046-824-8609)

創業応援セミナー

創業する上で、個人と法人の違いや会社の作り方、人材育成等をテーマに解説します。

講演 創業にあたっての「マネジメント」「人材育成」

講師 神奈川県よろず支援拠点コーディネーター 大野 順弘氏

日時 2月14日(水) 14時～16時

会場 三浦商工会議所

参加費 無料

申込方法 電話にて三浦商工会議所まで(事前申込が必要)

問合せ 三浦商工会議所(☎046-881-5111) [記事提供：もてなし課]

福祉のひろば

価格高騰重点支援給付金 (7万円給付金)

エネルギー・食料品価格等の物価高騰対策として、住民税非課税世帯などに対し1世帯当たり、7万円を支給します。

<対象となる世帯> 令和5年12月1日に三浦市に住民票のある世帯で次の(1)または(2)に該当する世帯

(1) 世帯全員の令和5年度の住民税均等割が非課税となる世帯

※世帯全員が、住民税が課税されている方の扶養親族等のみからなる世帯は、対象外です。

(2) 家計急変世帯

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

※(1)と(2)を重複して受給することはできません。

※他の市町村で実施する「価格高騰重点支援給付金(7万円給付金)」と重複して受給することはできません。

<手続き>

●<対象となる世帯>(1)で価格高騰重点支援給付金(3万円)を口座振込で受給した世帯：「支給のお知らせ」を送付します。(2月上旬予定)

支給のお知らせが届いた世帯は、給付金受取の申請手続き不要です。3万円の給付金を受給された同じ金融機関口座へ7万円給付金を振込みます。

※振込先の変更を希望する場合、辞退する場合は、別途手続きが必要となります。

●<対象となる世帯>(1)で世帯全員の令和5年度住民税均等割が非課税の世帯(3万円を振込をした世帯以外)：「確認書」を送付します。(2月上旬予定)

給付を受けるには、申請手続きが必要です。

●<対象となる世帯>(1)で令和5年度住民税未申告の方がいる世帯：「申請書」を送付します。(2月上旬予定)

支給を受けるには、申請が必要です。※未申告の方は、住民税申告が必要です。

●<対象となる世帯>(1)で令和5年1月2日に降に転入した世帯：「案内通知」を送付します。(2月上旬予定)

●<対象となる世帯>(2)

市役所(福祉課)、両出張所および市のホームページに申請様式を配架および掲載します。(2月上旬予定)

●申請は必要書類を添付の上、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 4月30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)

令和6年度第18回神奈川県障害者スポーツ大会開催のお知らせ

県内に住む障害者のみなさんが一同に集う競技会が行われます。

【フライングディスク競技会(身体・知的障害者)】

期日 4月14日(日)

会場 神奈川県立スポーツセンター

【陸上競技会(身体障害者)】

期日 4月21日(日)

会場 神奈川県立スポーツセンター

【ボウリング競技会(知的障害者)】

期日 4月28日(日)

会場 湘南とうきゅうボウル

【アーチェリー競技会(身体障害者)】

期日 4月28日(日)

会場 神奈川県総合リハビリテーションセンター アーチェリー場

【陸上競技会(知的障害者)】

期日 5月12日(日)

会場 神奈川県立スポーツセンター

【水泳競技会(身体・知的障害者)】

期日 7月7日(日)

会場 さがみはらグリーンプール

【卓球競技会(精神障害者)】

期日 令和7年1月17日(金)

会場 神奈川県立スポーツセンター

【卓球・サウンドテーブルテニス競技会(身体・知的障害者)】

期日 令和7年1月19日(日)

会場 神奈川県立スポーツセンター

【ボッチャ競技会(身体障害者)】

期日 令和7年2月16日(日)
会場 神奈川県立スポーツセンター
*会場・期日については、競技場の都合により変更となる場合があります。
*競技により参加資格等制限がありますので参加申込・詳細についてはお問い合わせください。
問合せ 福祉課 (☎内線362)

パパと遊ぼう

「子どもとどう遊んでいいかわからない」「パパだと泣かれる」そんな悩みを解決し、教室で楽しく遊びましょう。
日時 3月9日(土)
日後6カ月～1歳のお子さん 9時30分～10時20分
2歳～3歳のお子さん 10時40分～11時30分
場所 潮風アリーナ1階 研修室
対象 市内在住の生後6カ月～3歳児とその父親
内容 「だるまさんが転んだ」や「バスに乗って」など身体を使った遊びのほか、保育士による絵本の読み聞かせ、保健師による育児相談など
持ち物 上履き、動きやすい服装、飲み物
※申込みは3月4日(月)まで、定員は10組程度です。
申込み・問合せ 子ども課 (☎内線337)

親子でクッキング

絵本の世界の食事を作ろう

三浦の食材を使って、親子で簡単な調理の体験をしませんか。
日時 3月5日(火) 10時～11時30分
場所 三浦合同庁舎3階
講師 県立保健福祉大学栄養学科講師 管理栄養士 樋口 良子氏
対象 3歳～就学前のお子さんと保護者
※申し込みは3月1日(金)まで。定員あり。
申込み・問合せ 子ども課 (☎内線337)

低所得の子育て世帯に対する
子育て世帯生活支援特別給付金の申請期限は2月29日です!

食費などの物価高騰に直面し、影響を特に受ける低所得の子育て世帯の生活支援を行う観点で支給する特別給付金の申請を、受け付けています。
申請期限は2月29日(木)です。まだ申請されていない方はお早めに申請してください。
対象者、申請方法の詳細については、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 子ども課 (☎内線365)

「ピンクシャツデー」
イベントのお知らせ

「いじめストップ!」の意思表示を行うピンクシャツデー運動により、こどもや

子育て世帯の方々に、いじめのことを考えてもらうきっかけとするイベントです。
日時 2月25日(日) 11時～16時
場所 コースカ・ベイサイド・ストアーズ(京浜急行汐入駅から徒歩3分)
費用 無料

～ピンクシャツデー運動について～
2月はピンクシャツデー月間です。
ピンクシャツデー運動は、ピンク色の物を身に着けることで「いじめ反対」の意思表示をする運動です。
運動のきっかけは、カナダの男子生徒が、ピンク色のシャツを着ていたことをきっかけにいじめにあったことです。いじめに立ち向かうべく、学校の生徒たちがピンクのシャツを着たり、ピンクの物を身に着けて登校したりしたことで、いじめストップにつながったということです。
ピンク色の物を身に着けることで誰もが参加できるポジティブキャンペーンとして、毎年、2月最終水曜日をピンクシャツデーとし、世界約180カ国にこの運動が広がりました。
問合せ 子ども課 (☎内線316)、学校教育課 (☎内線408)



三浦市聴覚障害者協会主催
手話奉仕員養成講座

初めて学ぶ方も、過去に少し経験のある方も、この機会に手話を学び、手話で会話してみませんか?
日時 4月8日～令和7年2月17日の原則毎週月曜日 9時30分～11時30分(全40回)
場所 潮風スポーツ公園 管理棟会議室(やむを得ず会場が変更となる場合や、参集型ではなく、Zoomを使用した講座になる場合があります)
受講料 5,000円(テキスト代含)
申込方法
①はがき(郵送先 杉山節子(〒238-0101三浦市南下浦町上宮田3183))
②ファックス(046-889-1841)
③メール(miurasisyuwa@yahoo.co.jp)
いずれの場合も住所、氏名、年齢、電話番号(ファックス有・無)、受講理由を記入
申込締切 3月16日(土)必着(受講可否については3月末までに事務局からご連絡します)
問合せ 福祉課 (☎内線362)

家族介護教室

「ストレッチ・体操で
元気に過ごしましょう!!」

家族の介護などで腰などの不調を感じていませんか?ストレッチや体操で、腰痛などの予防をおこなっていきましょう。
日時 2月16日(金) 10時～11時30分
場所 市民交流センター ニナイテ 研修室
講師 風の谷リハビリデイサービス 長谷川 由理氏
定員 20人※定員になり次第締め切りとさせていただきます。
持ち物 汗拭きタオル・水分補給用お茶など(参加時は、動きやすい履物・服装でお越しください)
対象者 現在高齢者を介護している方、今後介護する可能性のある方、または介

護に関心のある方
申込締切 2月9日(金)
申込み・問合せ はまゆう地域包括支援センター(☎046-881-3351)【記事提供・高齢介護課】

認知症家族のつらいオレンジ
ジ会のご案内

認知症の方を介護している家族が集まり、介護の相談や情報交換を行います。日頃の介護の不安や悩みを語り合ひましょう。今回はアドバイザーとして福井記念病院医師 伊藤 博貴氏をお招きします。
日時 2月16日(金) 10時～12時
場所 三浦市社会福祉協議会 会議室
対象 認知症の方を介護している方、身近に認知症の方を介護している方がいる方など
申込締切 2月9日(金)
※参加される場合はご連絡ください。
申込み・問合せ 地域包括支援センターおまかせ 植村(☎046-876-7557)【記事提供・高齢介護課】

「公的年金等の源泉徴収票」
の送付について

令和5年分の源泉徴収票は1月中旬～下旬にかけて順次発送しています。源泉徴収票を紛失したときは下記のいずれかの方法で再発行ができます。
①「ねんきんネット」での通知書の内容確認と再交付申請
1週間程度で郵送されます。詳しくは日本年金機構のホームページをご確認ください。
②電話での再交付申請
2週間程度で郵送されます。「ねんきんダイヤル」0570-05-1165もしくは「横須賀年金事務所」046-827-1251へご連絡ください。
③年金事務所または街角年金相談センター窓口での再交付申請
マイナンバーまたは基礎年金番号が確認できる書類と公的機関が発行した身分証明書(顔写真付きは1点、顔写真なしは2点)をご持参ください。代理人の場合は、その他に委任状や代理人の身分証明書も必要になります。後日郵送になる場合もあります。
問合せ 横須賀年金事務所(☎046-827-1251)【記事提供:保険年金課】

「社会保険料(国民年金保険料)控除証明書」の送付
について

令和5年10月3日～12月31日の間に資格を取得して国民年金保険料を納付した方に、2月上旬から控除証明書を郵送します。「ねんきんネット」において、事前に連携手続きをしている方には電子送付を1月下旬から行っています。マイナポータルで受け取るにより、確定申告・年末調整に必要な通知を電子データで受け取ることができます。詳しくは、日本年金機構のホームページをご確認ください。

なお、令和5年1月1日～10月2日までの間に納付がある方については、令和5年10月下旬～11月上旬に郵送されています。
問合せ 横須賀年金事務所（☎046-827-1251）〔記事提供：保険年金課〕

老人クラブの活動に参加しませんか

三浦市老人クラブ連合会（通称、ゆめクラブ三浦）は、現在、市内の26の老人クラブが加入しています。演芸大会、グランドゴルフ大会、スポーツ大会、新年会、福祉大会、旅行、研修会などを行いながら楽しく活動しています。

体を動かすことや、外に出ていろいろな人と話をしたり、さまざまな活動に参加したりすることは、フレイル予防にもなると言われていています。ご連絡お待ちしています。

対象者 市内在住で60歳以上の方
問合せ 三浦市老人クラブ連合会事務局（三浦市社会福祉協議会内 ☎046-874-9882）〔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 2月7日(水)、3月6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 2月26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

『三浦半島いにしへの道』を歩く

弥生時代の遺跡から天平の郷まで歩く、三浦半島を横断するウォーキングです。

日時 2月15日(木) 9時～12時〔※雨天中止（中止の場合は前日にメールでご連絡します）〕

場所 京急「三崎口駅」前集合（京急バス停「岩浦」解散）

定員 30人（先着）

参加費 500円

行程 徒歩6.6km 約3時間（健脚向けのコースです）京急三崎口駅→赤坂遺跡→引橋→円福寺→義村墓碑→福寿寺→金田漁港

持ち物 飲み物、雨具など各自必要なもの
申込方法 参加者全員の氏名・年齢・住所・電話番号をご記入の上、申込専用メール（info.miuraguide@gmail.com）からお申し込みください。

申込締切 2月8日(木)

問合せ みうらガイド協会・田村（☎046-888-2446）

初～中級ヨガ 無料体験受付中

座位～立位のポーズへ進みます。初級より少し上のクラスにチャレンジしてください。

日時 2月15日(木) 13時～14時10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指導士 林

参加費 無料

持ち物 ヨガマット、飲み物、タオル、動きやすい服装

申込み・問合せ 林（☎090-4945-9901）

聴いて、見て、感じて、三浦港音楽祭第4弾！

朝本千可と実力派ミュージシャンたちが贈る、三浦市立中学校吹奏楽部活動支

援ジャズコンサートの第4弾。プロのミュージシャンと中学生が織りなす熱い演奏をぜひお楽しみください！

※コンサートの収益金は、市教育委員会に中学校吹奏楽部の支援活動として寄付されます。

日時 2月12日(月・祝) 開場13時30分／開演14時

場所 三浦市民ホール（うらり2階）

チケット 3,000円

問合せ 港音楽祭実行委員会・辻（☎090-8581-9874）

『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ください。

対象 三浦市周辺在住の外国籍の方

場所 市民交流センター ニナイテ 研修室

学習日 2月10日、17日、24日、3月2日、9日（いずれも土曜日）

時間 14時～16時

参加費 1レッスン100円

問合せ にほんご広場・江川（☎070-4485-6020、Eメール：palemint77@gmail.com）

2月・3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 2月17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 3月2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 3月3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 3月10日(日) 9時～

場所 市営油壺駐車場（油壺温泉バス停）

問合せ 大森（☎090-8312-6222）

健康ぶらっと 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、376・377 **健康づくり事業のお知らせ**

高齢者肺炎球菌ワクチン予防接種 市の補助で接種できるのは1回のみ

【実施期間】3月31日(日)まで

【対象者】

- ① 3月31日(日)までに
65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方
- ② 60~64歳で身障手帳1級の方

【費用】3,000円 (生活保護の方は免除)

※令和6年4月から対象者は65歳の方のみとなります。
※令和5年度に65歳となった方は、令和6年4月1日以降も66歳になるまで接種が可能です。この機会を逃さないようご注意ください。

※接種医療機関は市内のみとなります。希望される方は、各医療機関にお問い合わせください。
※今までに肺炎球菌ワクチン(23価・ニューモバックスNP)を接種したことがある方は対象外となります。

8020 達成者の方を認定します

今年度80歳(昭和18年4月~昭和19年3月生まれ)になり、自身の歯が20本以上ある方に、認定証とお口にまつわる記念品を差し上げます!

【期間】2月1日(木)~3月22日(金)土日祝除く

【時間】9時~17時

【場所】健康づくり課(三浦合同庁舎2階)

【持ち物】①自身の歯が20本以上とわかるもの(歯科健診結果の用紙など)

②生年月日がわかるもの(保険証など)

※歯科健診、治療、文書料などは、自身でご負担ください。

みうらのお医者さんと話そう

知らなきゃ損する!?

学んで防ぐ! 糖尿病教室

プログラム

- 体験「頸動脈エコー測定」
- 講演「知らなきゃ損する! 糖尿病と歯周病」
- 講演「学んで防ぐ糖尿病!」

糖尿病は正しく学べば防げます!
じゃあいつ学ぶの? 今でしょ!



- 【日程】2月14日(水)
- 【時間】14時~16時(受付13時30分~)
- 【場所】三浦合同庁舎4階 衛生教育室
- 【講師】こだまクリニック院長 児玉 康史氏 ほか
- 【定員】30人(先着順)
- 【申込】2月9日(金)までに電話で申し込み

三浦市医師会 健康管理事業

無料 ぶらっと 健康相談

『血管年齢』『貧血』『骨健康度』の目安が測定できます。ほかにも、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
2月28日(水) 9時10分~11時10分	健康ぶらっと (三浦合同庁舎内2階)
3月12日(火) 13時10分~15時10分	健康ぶらっと (三浦合同庁舎内2階)

★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 ラジオ体操サツ会

日時: 2月28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)

チャレンジ! 健康づくりセミナー

最近お腹まわりが気になるあなた!
脱メタボに向けて専門職がサポートします!

- ★主な内容★
- 体組成計で内臓脂肪レベルや筋肉量を確認
- 健診・計測結果の解説
- グループワーク
- 栄養の講義 など

連続3回で
1セットの
教室です!

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: 2月9日(金)、3月8日(金)、4月中旬
申込み: 健康づくり課に電話してください。
★何月からの参加でもOKです★

三浦市立病院

「はじめまして」

作業療法士 たかはし しずか
高橋 静香



こんにちは、今年度から市立病院のリハビリテーション科作業療法士として入職した高橋静香と申します。

三浦に来てから7年くらいとなりました。三浦に移り住んでからとても住み心地が良く自然豊かな土地が気に入っています。また、三浦の方々の暖かさに包まれ、のび

のびと子育てを行っており、少しでもこの土地に貢献できればと思い入職を決断しました。

市立病院に入職する前は、回復期病院・訪問リハビリテーションとさまざまな分野を経験させていただきました。多くの経験をさせていただく中で一つ、作業療法士として変わらず持っている信念があります。それは、患者さまの役割を守るためのリハビリを行うということです。

人にはそれぞれの役割があると私は思っています。親・子ど

も・妻・夫・仕事などたくさんの役割を担っていますが、その役割は病気・怪我をしたからといって無くなるわけではありません。病気・怪我になった状態でも役割を遂行できるようリハビリを提供するということが心掛けています。このように思うようになったきっかけは、まだ学生時代進路を決めようとした際、病院見学をした時にお会いした患者さまとの会話です。

「私は脳梗塞になって右手が動かなくなったけど、お母さんという役割は変わらずあるの。その役割を果たすためにいろいろな工夫やリハビリを作業療法士さんがしてくれているの。あなたもそのような作業療法士になってね!」

この患者さまとのやりとりをきっかけに作業療法士になることを決断しました。その時に教えていただいた言葉を胸に刻み、これからも市民の方々の役に立てるように努めたいと思います。今後ともよろしくお祈りします。

メディカルショート健診・入院をおすすめします!!

市立病院では、介護者である家族の健康を守りたいという思いから、**メディカルショート健診**を実施しています。

メディカルショート健診は、在宅療養されている患者のうち、**医療依存度が高く**ショートステイなどの介護サービスが受けられない方に**メディカルショート入院**(介護者の休息のための入院)をご利用いただき、その間に、介護者の健康をチェックいただくものです。

また、介護者が緊急入院となり、ショートステイの介護

サービスをすぐに利用できないときなど、健診を伴わない**メディカルショート入院**のみの対応も可能ですので、ご相談ください。

※介護者の健診料のほか、メディカルショート入院をされる方の入院料が必要です。入院される方の容態により入院料は異なります。

※予約状況により、受診日をご希望に沿えない場合もございますので、お早めの予約をお勧めします。

申込み・問合せ メディカルショート入院に関しては、市立病院地域医療科 (☎046-882-2111 内線5130)
メディカルショート健診に関しては、市立病院医事課 (☎046-882-2111 内線5118)

FEBRUARY		2月の救急当番医院		(2月1日~3月10日分)		
診察時間 18時~21時 (月曜日~金曜日)		■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、救急出場等により連絡が通じないことがあります。)				
一般	月曜日	内科系	2月 5日	こだまクリニック	☎046-880-0358	内科系又は外科系
			2月12日	こだまクリニック	☎046-880-0358	
			2月19日	矢島内科医院	☎046-881-2467	
			2月26日	矢島内科医院	☎046-881-2467	
			3月 4日	こだまクリニック	☎046-880-0358	
	火曜日	外科系	みなみ湘南医院		☎046-889-1211	三浦市立病院 ☎046-882-2111
			三浦診療所		☎046-889-3388	
	水曜日	内科系	田中内科医院		☎046-881-4678	
			飯島医院		☎046-881-5265	
	木曜日	外科系	塩崎産婦人科(第1木曜日)		☎046-889-1103	
徳山診療所(第2~5木曜日)			☎046-888-5115			
金曜日	内科系・外科系	2月 2日	三浦市立病院	☎046-882-2111	土、日曜日・祝日 8時30分~ 翌朝8時30分	
		2月 9日	あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
		2月16日	徳山診療所	☎046-888-5115		
		3月 1日	三浦市立病院	☎046-882-2111		
		3月 8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。			

インターネット通販での「定期購入トラブル」にご注意を!

インターネット通販で「初回無料」「お試し価格」の広告を見て、1回だけのお試しのつもりで購入したら、定期購入の契約だった…。そんな定期購入のトラブルに遭わないために、インターネット通販を利用するときに注意すべきポイントを紹介します。



(イラスト出典：政府広報オンライン)

『「お試し」「1回だけ」のつもりで申し込んだら、実際には複数回の商品購入が条件だった』『「いつでも解約できます」と書いてあるのに、解約しようとする、追加支払いを求められた』といった相談が多く寄せられています。

こうした定期購入トラブルの原因として、契約内容や条件などについて、通販サイトの表示が分かりにくいことが挙げられます。これらのサイトには、

- 購入条件などの注意事項が小さい文字で書かれていたり、何度も画面をスクロールしないと表示されない。
- 申し込みの最終確認画面で、初回分の商品価格のみが表示される。
- 解約・返品に関する条件が見つげにくい。などといった特徴があります。

インターネット通販で申し込む際は、最終確認画面で商品の内容や取引条件・解約条件などを慎重に確認しましょう。

■申し込む前の確認ポイント■

- 1回限りの購入か？ 継続的な購入か？
- 継続的な購入の場合、回数が定められているか？
- 支払う総額はいくらか？
- 解約や返品が可能か？ その条件・方法は？

また、もしものトラブルに備え、通販サイトの申し込みの最終確認画面のスクリーンショットを撮り、表示されていた契約条件を証拠として残しましょう。

問合せ 市民協働課 (☎内線313)

宝くじの助成金で消防団用防火衣を整備しました



令和5年度コミュニティ助成事業による宝くじ助成金を受け、消防団に防火衣を15着整備しました。

問合せ 防災危機対策室 (☎内線60642)

図書館 だ よ り

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】

- ◇人物叢書 321 三浦義村 (高橋 秀樹)
- ◇黒い絵 (原田 マハ)
- ◇いとエモし。超訳 日本の美しい文学 (koto)
- ◇紫式部(学習まんが 世界の伝記NEXT) (塩島 れい/はの まきみ/高木 和子)
- ◇どうぶつ・ものがたり絵本 ホッキョクグマのブック (あずみ虫)

【休館日】

2月は5日、11日、12日、19日、23日、26日、29日です。
3月は4日、11日、18日、20日、25日、31日です。

【初声分館：初声市民センター内】

- ◇イェール大学集中講義 思考の穴 わかっていても間違える全人類のための思考法(アン・ウーキョン)
- ◇長く続けられる美しい庭づくり (青木 純子)
- ◇君が手にするはずだった黄金について (小川 哲)
- ◇月さんとザザさん (角野 栄子)
- ◇ノラネコぐんだん ペこぺこキャンプ (工藤 ノリコ)

問合せ
図書館 (☎内線415)



東部浄化センター下水処理施設市民見学会

参加費
無料!

令和5年4月1日から、三浦下水道コンセッション株式会社は、三浦市公共下水道（東部処理区）運営事業を開始しました。ぜひこの機会に下水処理施設について学んでみませんか？



内容 施設概要説明、東部浄化センター施設案内

日時 3月23日(土) 14時～15時30分 ※受付開始13時30分

会場 東部浄化センター

対象 市内在住の方20人（応募者多数の場合は抽選となります）

申込方法 QRコードのWEB申込フォームからお申し込みください。

申込期限 3月1日(金)

※詳細はホームページ（<https://www.miuragesuido.com>）をご覧ください。



参加者には
素敵なプレゼント
もあるよ!



問合せ 三浦下水道コンセッション株式会社（☎046-854-7360）

〔記事提供：下水道課〕

令和5年度みうら歯とお口の健康ポスター



市内の小学校に在籍している児童を対象に、夏休み課題として歯とお口の健康をテーマとしたポスター原画を募集しました。応募いただいたいずれの作品も、個性が光る素晴らしい作品でした。ご参加いただいた皆さま、ありがとうございました。

最優秀作品からポスターを作成し、現在、市役所、歯科医療機関などで掲示しています。

カラダの健康はお口の健康から…日頃から、お口のケアに取り組んでいきましょう。

問合せ 三浦市歯科保健連絡会事務局
（健康づくり課内 ☎内線372）
〔記事提供：健康づくり課〕

〒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

発行／三浦市 編集／市民協働課



(広告)

(広告)

(広告)

(広告)