

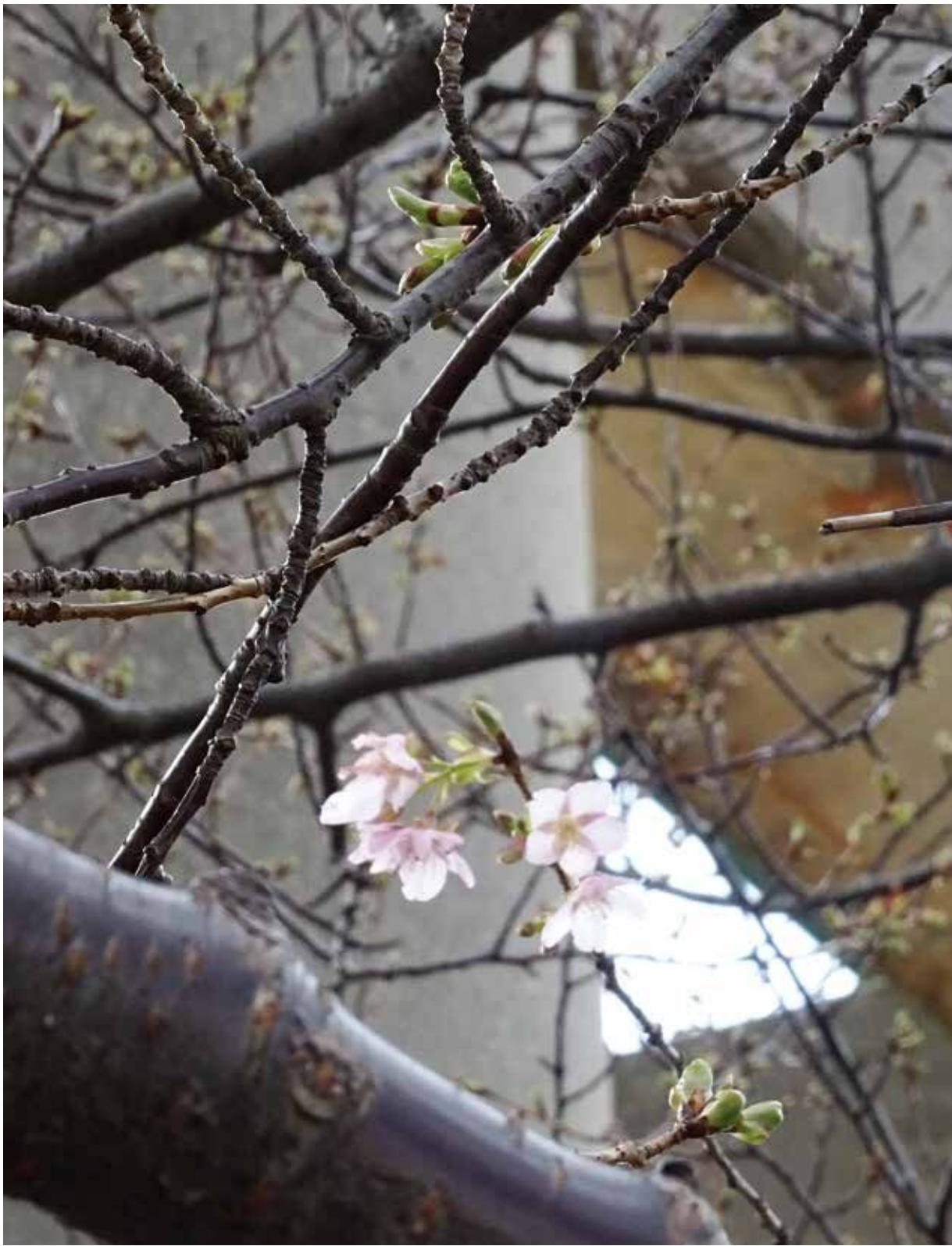
# 三浦市民

2 | 2026  
No.843

vol.35/54

三浦の魅力 集めたい。伝えたい。  
「飯森中区」

令和4年度に三浦市長会で実施した「すべて魅せます！三浦のふるさと54区知つて写真展」で展示された各区の写真と、各区の成り立ちや魅力などをお伝えする紹介文を54回にわたり掲載しています。写真は当時のものであるため現在の状況と異なる場合があり、紹介文は現在の状況に合わせて修正している場合があります。



市の人口 38,855人

(世帯数：17,172世帯)

※令和8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。  
令和7年10月1日以降の人口は、令和7年  
国勢調査の結果確定後に、その結果に基づ  
き改めて公表されます。)

「飯森中区の紹介～季節の花々が咲き乱れる町の通り」

三浦海岸駅と三崎口駅を結ぶ高架橋から潮風スポーツ公園に伸びる一帯の住宅地が飯森中区です。「三浦海岸桜まつり」の時期になると多くの人が行き交い、遠方からお越しいただいた皆様に気持ち良く散策していただこうと美化活動に取り組んできました。季節の花々が植えられた通りは「フラワーロード」と呼ばれ、今も住民の皆さんの中によって大切に守られています。高齢化の進む三浦市を市民全員で盛り上げていくためにも、今後は区だけでなく市の活動にも積極的に取り組んでいこうと思っています。

## みうら市民懇談会を開催します！

### みうら市民懇談会とは

市では「徹底した情報公開と住民自治のまち」の取組を進めるため、市の重点施策などの中からテーマを決めて情報発信を積極的に行い、それに対する市民などの皆さんのご意見をお聴きし、皆さんと市長・市の担当職員が懇談する場として、新たに「みうら市民懇談会」を開催することになりました。

第1回のみうら市民懇談会を次のとおり開催します。テーマに関心のある方、市長や市の担当職員の説明を聞いてみたい方、テーマについてご意見のある方は、ぜひご参加ください。

なお、第2回目以降は、春（4月～5月ごろ）と秋（10月～11月ごろ）に企画する予定で、南下浦地区や初声地区でも開催する予定です。

### 第1回みうら市民懇談会

テーマ① 新海業プロジェクトについて

テーマ② 市役所新庁舎について

**日時** 2月17日（火）18時～19時30分（予定）  
(17時30分開場)

**会場** 三浦市民ホール（うらり2階）

**対象** 市内在住、在勤、在学でテーマに関心のある方

**定員** 200人（先着順）

※開場の15分前から整理券を配布する予定です。

※駐車場のサービス券配布はありません。

なるべく公共交通機関でご来場ください。



問合せ 市民協働課（☎内線310）

## 第22回三浦海岸桜まつり開催期間の変更について

「第22回三浦海岸桜まつり」について、桜の開花が早まっていることを考慮し、開催期間を変更しました。

**期間** 変更前：2月11日（水・祝）～3月3日（火）  
変更後：2月5日（木）～3月3日（火）

**場所** 三浦海岸駅～小松ヶ池公園

**主催** 三浦海岸桜まつり運営委員会

**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（観光商工課内）  
(☎内線77323、Eメール：[keizai0101@city.miura.kanagawa.jp](mailto:keizai0101@city.miura.kanagawa.jp))



## 投票所が変わります

2月8日（日）執行の衆議院議員総選挙から、以下の投票所が変わりますのでご注意ください。

新しい投票所	今までの投票所
南下浦コミュニティセンター (Chell Seaみうら内) 2階多目的ホール	上宮田小学校体育館

問合せ 選挙管理委員会事務局（☎内線77436・77438）

## 物価高対応子育て応援手当について

対象児童1人につき2万円を1回限りで支給します。  
市町村から児童手当を受給している方は原則申請不要です。  
ただし、申請が必要になる場合があります。

### 1 対象児童

- 手当の対象になる児童は以下のとおりです。
- (1)令和7年9月分の児童手当の支給対象児童  
※9月1日以降、三浦市に転入した方は前住所の市町村から支給されます。ご不明な点があれば、転入前の市町村にお問い合わせください。
  - (2)令和7年9月1日から令和8年3月31日までに出生した児童

### 2 支給対象者

対象児童の保護者のうち以下に該当する方が手当の支給対象となります。

- (1)の対象児童について：児童手当を受給している方
- (2)の対象児童について：保護者のうち収入が高い方

### 3 支給時期

三浦市では令和8年2月13日から順次支給を開始します。※市町村によって異なります。

入金されていない場合は速やかにお問い合わせください。

### 4 支給方法

#### 児童手当を受給している方

令和7年10月に児童手当が振り込まれた口座、または事前に届出書で届け出た口座に振り込みます。

### 申請が必要な方

申請書に記載された口座に振り込みます。  
※口座を解約・変更したため振り込みができない場合、手当を支給できません。令和8年3月末までに必ず窓口にご連絡ください。

### 5 申請手続きが必要な場合

以下に該当する方は、申請が必要です。  
令和8年1月1日から令和8年3月31日までに出生した児童の保護者

市から申請書を送付または配布します。  
公務員の方

所属庁から児童手当を受給している場合は、手続きについてまず所属庁に確認してください。申請書類は所属庁を通じて配布されますので、市の窓口で申請してください。

#### 離婚後児童手当の申請が必要になった保護者

令和7年10月1日以降に離婚や離婚調停などを行い、新たに児童手当を申請した保護者には、市から申請書を送付または配布します。

問合せ 子ども課（内線367）

## 乳幼児の一時預かり事業所～あすカルみうら～オープンデーのお知らせ

10月に開催しご好評いただきました「オープンデー」を、この度2月・3月に改めて開催します。

お父さんやお母さん、そしてお子さま同士が交流できる場として、子育て仲間との出会いや情報交換、お子さまたちが一緒に遊べる機会として、ぜひ、気軽にお立ち寄りください。

施設の見学はもちろん、保育士との育児に関するちょっとしたおしゃべりも大歓迎です！

**開催日時** ・2月18日（水）10時～12時  
・3月18日（水）10時～12時

**場所** あすカルみうら（南下浦町上宮田1387-2 コスモ三浦海岸1階）

**内容** ・親子の交流タイム（施設の遊具などもご利用いただけます。）  
・みんなで楽しめる「脳育リトミック」などのミニ講座（30分程度）  
・お子さまと遊びながら、施設を自由に見学。

**対象** 0～2歳児までのお子さまとその保護者  
(兄弟姉妹も一緒に参加される場合、お子さまの年齢は問いません。)

**参加費** 無料

※予約不要。詳細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、367）

# 所得税の確定申告、市民税・県民税申告の受付について

## ① 確定申告はスマートフォンとマイナンバーカードで自宅から！

国税庁ホームページ「確定申告書等作成コーナー」から、スマートフォンで所得税などの申告書を作成し、マイナンバーカードを使用してオンラインで提出ができます。



## ② 税務署の申告書作成会場

期間 2月16日（月）～3月16日（月）

時間 9時～17時（受付は8時30分～16時）

※LINEによるオンライン事前予約をお願いします。

※受付は「入場整理券」配付終了まで。入場整理券は数に限りがあるため、配付が終了次第、LINEによるオンライン事前予約の方以外の受付を終了します。

場所 横須賀地方合同庁舎2階（横須賀市新港町1-8）

※土、日および祝日を除く。ただし、3月1日（日）は横浜南税務署で相談・受付を行います。

※原則、会場ではマイナンバーカードと自身のスマートフォンで申告書を作成していただきます。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た次のパスワードを持参して来場してください。

・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月中はLINEによるオンライン事前予約が困難となることが予想されますので、2月中の来場をお勧めします。

※ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

※医療費控除を受ける場合は、事前に自宅で医療費控除の明細書を作成し、持参してください。

※令和7年1月から、申告書などの控えに収受日付印の押なつを行っていません。申告書などを書面で提出する際は、申告書などの正本（提出用）のみを提出（送付）してください。

事前予約はこちら

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以下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1階市民交流スペース	3月2日(月)～ 3月16日(月)	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(月)～ 3月16日(月)	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ご申告・ご相談ください。

※令和7年1月から、申告書などの控えに収受日付印の押なつを行っておりません。申告書などを書面で提出する際は、申告書などの正本（提出用）のみを提出してください。

## ④ 市民税・県民税の申告受付について

市では、令和8年度(令和7年1月～令和7年12月の所得)の市民税・県民税の申告の受付を以下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2日(月)～ 3月16日(月)	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8年度(令和7年1月～令和7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7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8年1月1日現在、市内に住所がある方は、令和7年中の所得金額の多少にかかわらず申告してください

さい。また、令和7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（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8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を超えるもの） 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。  
※三浦市ナンバーの廃車の際は、ナンバープレートを必ずお持ちください。

問合せ 税務課（☎内線247）

## 小規模工事等契約希望者登録申請のご案内（令和8・9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、以下の要領をご確認のうえ、申請書類を提出してください。また、現在（令和6・7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。（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（水）～令和10年3月31日（金）

### 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2日（月）～2月16日（月）（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）

# 三浦市社会教育講座

## 親子農業体験教室（令和8年度講座）

日時	4月～10月の土曜日 全10回 9時～11時
場所	初声市民センター、和田実習地など
内容	ジャガイモ、トウモロコシ、サツマイモなど野菜づくりの農業体験
講師	みうら楽農くらぶ会員
対象	市内在住・在学の小学生とその保護者（毎回出席できる方）
定員	8組（先着順）

**持ち物** 筆記用具、タオル、水筒、帽子、軍手、長靴、手洗い用水、畑用の水4リットル、シャベル、マスク

**種苗料** 3,500円（種、苗、肥料など）

### 申込み・問合せ

2月20日（金）9時から電話または直接、南下浦出張所内文化スポーツ課講座担当にお申し込みください。（土・日曜日、祝日を除く）（☎046-888-1111）

**日程などの詳細** ※農作業できる服装をお願いします。内容など変更になる場合があります。

日時	内容
4月 4日(土)	【説明会と種まき】 初声市民センターで説明会を行った後、和田実習地で種まき トウモロコシ、つるなしインゲン、枝豆の種まき
4月18日(土)	ナス、トマト、ピーマンの苗植え (好みのナスなどの苗を各家庭で用意)
5月16日(土)	ジャガイモ掘り

日時	内容
6月 6日(土)	サツマイモの苗植え
6月20日(土)	つるなしインゲン、枝豆の収穫
7月 4日(土) 7月18日(土) 8月 1日(土)	いろいろな野菜の収穫、草取り
9月19日(土)	サツマイモの収穫、畑の片付け
10月3日(土)	収穫祭

## やさしく学ぶ終活講座「MY ライフプラン＆エンディング」

日時	3月6日（金）14時～15時30分
場所	南下浦コミュニティセンター (セルSeaみうら内) 2階多目的室1
内容	ライフ＆エンディングノートの書き方
講師	新館 真由子 氏 (明治安田生命講師、三浦営業所総務課長)
対象	市内在住・在勤の方

**定員** 15人（先着順）

**持ち物** 筆記用具

**受講料** 無料

### 申込み・問合せ

2月16日（月）9時から電話または直接、南下浦出張所内文化スポーツ課講座担当にお申し込みください。（土・日曜日、祝日を除く）（☎046-888-1111）

## 春の健康体操講座

日時	3月18日（水）15時30分～17時
場所	南下浦コミュニティセンター (セルSeaみうら内) 2階多目的室1
内容	日頃、運動していない運動不足の人が運動を始める機会となるよう初心者向けの簡単な体操
講師	鈴木 裕子 氏（健康運動指導士）
対象	市内在住・在勤の方

**定員** 15人（先着順）

**持ち物** ヨガマット、飲み物、動きやすい服装

**受講料** 200円

### 申込み・問合せ

2月17日（火）9時から電話または直接、南下浦出張所内文化スポーツ課講座担当にお申し込みください。（土・日曜日、祝日を除く）（☎046-888-1111）

## 料理講座「キャベツを使った料理」

日時	3月6日（金）10時～13時
場所	初声市民センター実習室
内容	キャベツと豚バラの蒸し煮、キャベツの巣ごもりシュウマイ、キャベツのナムル、簡単ミニ肉まんを作ります。
講師	金子 誠子 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）

**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

2月10日（火）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）

## パパと遊ぼう！

パパとお子さんで楽しく遊べる教室です。

「子どもとどう遊んでいいかわからない…」といった初心者パパも大歓迎です。

**日程** 3月15日（日）

**時間** ①9時30分～10時20分 ②10時40分～11時30分  
※開始5分前までに受付してください。

**場所** 潮風アリーナ2階 武道場

**内容** からだを使った遊びの紹介や育児相談など

**対象** ①生後6ヶ月～1歳のお子さんとその父親  
②2歳～3歳のお子さんとその父親

**定員** 各回10組程度。定員に達し次第申込終了

**持ち物** 動きやすい服装、飲み物

**申込み** 3月12日（木）までに子ども課へ電話



問合せ 子ども課（内線335）

## 各種無料相談のご案内（3月）

相談名	日 に ち	時 間	会 場	問合せ先	相談担当者	
1 法 律 相 談	11日(水)	13:00～15:00	市役所本館1階相談室	内線 319	弁 護 士	
	24日(火)		初声市民センター2階集会室			
	11日(水)	15:00～16:00	三浦市社会福祉協議会安心館	046-888-7347		
	27日(金)	10:00～11:00				
2 行 政 相 談	6日(金)	13:30～15:30	市役所本館1階相談室	内線 319	行政相談委員	
3 住まいの相談	12日(木)	14:00～16:00	市役所本館1階相談室	内線 319	建 築 士 建築大工技能士	
4 登記測量相談	17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	
5 行政書士相談	24日(火)	13:30～15:30	市役所本館1階相談室	内線 319	行 政 書 士	
6 成年後見相談	25日(水)	13:30～15:30	市役所本館1階相談室	内線 319	行 政 書 士	
7 宅地建物相談	26日(木)	13:30～15:30	市役所本館1階相談室	内線 319	宅地建物相談員	
8 女 性 相 談	11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 315	女性相談員	
	25日(水)					
9 犯罪被害者相談	19日(木)	9:00～12:00	市役所第2分館1階市民相談コーナー	内線 231	専門相談員	
10 消費生活相談	毎週木曜日 (祝日は順延)	9:30～15:30 (受付終了15:00)	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	
11 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			
12 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	
13 出張職業相談	13日(金)	12:30～16:00 (受付終了15:30)	市役所第2分館1階市民相談コーナー	内線 77440	ハロー ウーク 横須賀職業相談員	

※相談はいずれも無料です。1法律相談～9犯罪被害者相談は予約制（定員・締切有）で、2月10日（火）から予約を受け付けます（会場が三浦市社会福祉協議会安心館での法律相談と女性相談は予約開始日前でも可）。

※女性相談は、記載の相談日以外は担当課の職員がご相談をお受けします（平日8時30分～17時15分）。

※消費生活相談は、トラブルの原因となった契約書類など関係する資料を全てお持ちください。

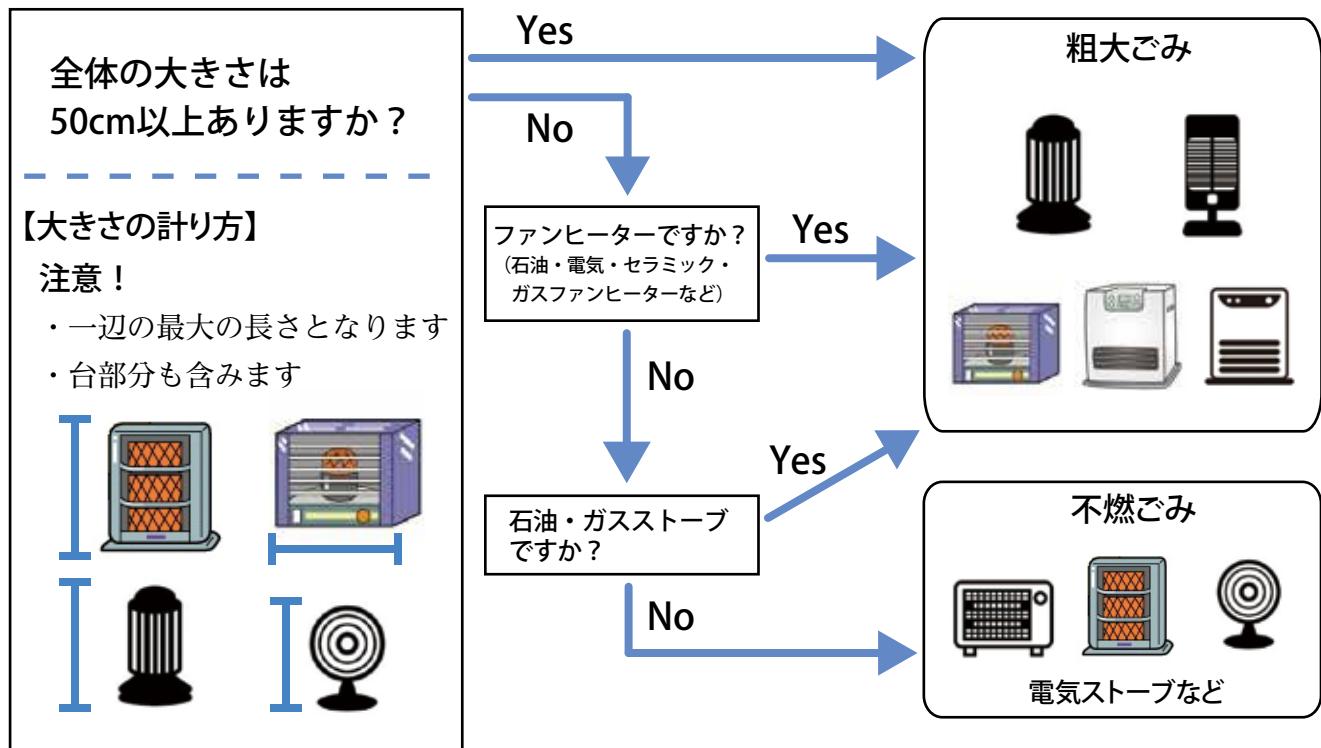
※出張職業相談は、新卒の方以外どなたでも相談できます。

※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。

## ごみとりサイクルに関するお知らせ

### ストーブ・ヒーターの出し方について

ストーブ・ヒーターにはさまざまなタイプがあり、出し方も異なります。分別が分かりにくいストーブ・ヒーターなどの出し方についてご案内しますので、以下のチャートを参考にして排出してください。



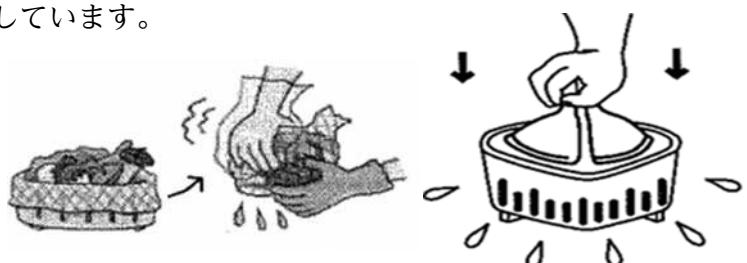
※オイルヒーターは市で収集・処分できませんので、専門業者へご相談ください。

（『ごみと資源の分け方・出し方のパンフレット』21ページをご参照ください。）

### 引き続き「生ごみの水きり」にご協力お願いします

三浦市の燃せるごみは、水分率の高さが課題となっており、焼却処理コストが余計にかかるだけでなく、二酸化炭素排出量増加にも繋がってしまいます。集中的に水分対策に取り組み、令和7年度は、**水分率50%以下**となることを目標としています。

水気のないものは濡らさない!!  
生ごみはギュッとしぼって!!  
生ごみを一晩干して(乾かして)!!



併せて、市では燃せるごみのうち、生ごみを発生させないために、食材を無駄なく使いきる「使いきり」、料理を残さず食べる「食べきり」、生ごみの水分をきる「水きり」の「3きり運動」を呼びかけています。キエーロなど生ごみ処理器を活用することで、生ごみの発生抑制を促進できます。目標達成のためには皆さまのご協力が不可欠です。「生ごみの水きり」を含む「3きり運動」を実践して、燃せるごみの水分率50%以下にするためのご協力をお願いします。

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

### お知らせ

#### 「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稻荷講がなまつた呼び名とされ、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、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稻荷社に奉納されています。

日時 2月11日(水・祝)10時ごろ

※雨天決行

場所 海南神社神樂殿

演目 国固め、天狐の舞、湯立ほか

問合せ 文化スポーツ課(☎内線411)

#### 火葬場の臨時休場について

2月28日(土)~3月2日(月)の間、火葬場の設備工事のため休場します。

なお、休場中も利用予約の受付は通常どおり、8時30分から17時まで行います。

問合せ 市民サービス課お客様センター(☎内線319)

#### 「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。三浦市内で働きたい方への面接・相談会を開催します。企業の方と直接お話しできるチャンスです！参加企業10社予定、入場無料です。当日は、履歴書を持参のうえ、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12日(木)13時30分~16時  
場所 潮風アリーナ1階研修室

主催 ハローワーク横須賀、三浦商工会議所、三浦市

問合せ ハローワーク横須賀(☎046-824-8609)

[記事提供：観光商工課]

#### 街頭労働相談のお知らせ

かながわ労働センターの職員による街頭労働相談が実施されます。

解雇・雇止め、賃金不払いなど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19日(木)12時~18時  
場所 ベイシア三浦店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)  
[記事提供：観光商工課]

#### 横浜地方法務局横須賀支局からのお知らせ

4月1日から、住所・名前の変更登記が義務化されます。住所や氏名・名称の変更の日から2年内に登記を！

詳しくは法務局ホームページから「住所等変更登記の義務化特設ページ」から検索できます。

問合せ 横浜地方法務局  
横須賀支局(☎046-825-6511)



#### 3月2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  
固定資産税・税務課(☎内線249・245・244)  
国民健康保険税・保険年金課(☎内線347)

#### 福祉のひろば

#### 令和8年度第20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12日(日)

会場 神奈川県立スポーツセンター

##### ◎陸上競技会(身体・知的障害者)

期日 4月19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26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26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

##### ◎水泳競技会(身体・知的障害者)

期日 7月5日(日)

会場 平塚市総合公園温水プール  
(予定)

##### ◎卓球競技会(精神障害者)

期日 令和9年1月15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9年1月17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9年2月21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など制限がありますので参加申し込み、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)

#### 「ピンクシャツデー」 イベントのお知らせ

「いじめストップ！」意思表示を行いうんくシャツデー運動により、多くの方にいじめについて考えてもらうきっかけとするイベントです。

日時 2月22日(日)10時30分~14時

場所 コースカ・ベイサイド・ストアーズ(京急汐入駅から徒歩3分)

内容 スタンプラリー、ワークショッピング、キャラクターアイコン集合、ステージイベント

##### 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429)

#### プレママパパ体験Day ～母親父親教室～

赤ちゃんを迎える準備はじめませんか。

日時 2月28日(土)9時30分~11時

50分(受付9時20分)

場所 健康ぶらっと



(三浦合同庁舎2階)

##### 内容

- ・赤ちゃんのお風呂の入れ方(実習)
- ・栄養と歯科のお話
- ・妊婦体験など

対象 妊婦さんとその家族

定員 12組

持ち物 母子健康手帳、筆記用具、子育てガイドブック

申込締切 2月24日(火)

申込み・問合せ 子ども課(☎内線335)

## 認知症家族のつどい オレンジ会のご案内

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いましょう。

今回はアドバイザーとして福井記念病院精神科医をお招きします。

**日時** 2月20日(金)13時30分～15時

**場所** 南下浦コミュニティセンター（セルSeaみうら内）2階多目的室1

**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13日(金)

**申込み・問合せ** 地域包括支援センターバトン（☎046-887-0856）

## 「公的年金等の源泉徴収票」の送付について

令和7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以下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の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7年10月1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ことにより、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7年1月1日～9月30日の間に納付がある方については、令和7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]

## 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18日(水)午前

### ○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9日(月)15時～

**場所** 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）

## 乳児事故予防教室（予防救急講習会）

**日時** 2月27日(金)9時30分～10時30分

**場所** 南下浦コミュニティセンター（セルSeaみうら内）2階多目的室1

**内容** 乳児（1歳未満）に対する心肺蘇生法の実習およびその他の応急手当の講義

**対象** 三浦市・横須賀市内に在住または在勤（在学）で中学生以上の方

**申込み** 横須賀市コールセンター（☎046-822-4000（平日8時～18時、土日祝日8時～16時（年中無休）、FAX: 046-822-2539）または横須賀市ホームページ「よこすかカレンダー」からネット申し込み（受付中）

### その他注意事項

※当日が荒天（大雨警報・洪水警報・暴風警報が発令）の際は中止とする場合があります。開催確認は当日8時以降に横須賀市コールセンター（☎046-822-4000）へお問い合わせください。

**問合せ** 教室の内容については、横須賀市消防局救急課救急管理係（☎046-821-6507）

会場については、子ども課（内線339）

## 普通救命講習のお知らせ

**日時** 3月9日(月)9時～12時

**場所** 横須賀市消防局

**内容** 成人に対する心肺蘇生法の実習およびその他の応急手当の講義。

**対象** 三浦市・横須賀市内に在住または在勤（在学）で中学生以上の方

**定員** 先着30人

**申込日** 2月17日(火)8時～

※定員に達し次第、募集を締め切らせていただきます。

**申込方法** 横須賀市コールセンターに電話で申し込み（☎046-822-4000）または横須賀市ホームページ「よこすかカレンダー」からネット申し込み。



### その他注意事項

※当日が荒天（大雨警報・洪水警報・暴風警報が発令）の際は中止とする場合があります。開催確認は当日8時以降に横須賀市コールセンター（☎046-822-4000）へお問い合わせください。

※各種救急講習などに関するお問い合わせは、横須賀市消防局救急課へお願いします。

**問合せ** 横須賀市消防局救急課（☎046-821-6507）

## 里親制度をご存知ですか

里親制度は、さまざまな事情によって家庭で暮らせない子どもを、自分の家庭に迎え入れ、必要なサポートを受けながらチームで養育するもので、子どものための制度です。

里親制度を広く知つていただくために、里親の体験談や里親制度の説明を行う「里親講座」を開催します。皆さまの参加をお待ちしています。

**日時** 2月14日(土)10時～12時

**場所** 鎌倉児童ホーム2階講堂（鎌倉市佐助1-6-6）

**定員** 30人

**申込み・問合せ** 鎌倉三浦地域児童相談所里親担当（☎046-828-7050）



## みんなのひろば

### 初茶会へのお誘い

三浦茶道協会の表千家・裏千家合同で行います。本席、立礼席、祝膳付き。どなたでもお気軽にご参加ください。

**日時** 2月15日(日)10時～15時（受付は14時30分まで）

**場所** 初声市民センター

**費用** 茶券3,000円

**持ち物** 懐紙（お持ちの方）

**申込締切** 2月10日(火)  
**申込み・問合せ** 松見 (☎080-5432-1920)

### みうら不登校・ひきこもりの親の会YouYou(ゆうゆう)

親どうしが集まって悩みを共有できる場です。経験者にしかできない話、しませんか？（事前申込み制、当日参加も可能です。）

**日時** 2月14日(土)

- ・不登校のお子さんのことをお話したい方 10時30分～12時
- ・ひきこもりのお子さんをお話したい方 13時～14時30分

**場所** 市民交流センター ニナイテ中研修室

**費用** 200円(飲み物はご持参ください)

**申込み・問合せ** 鈴木 (☎090-7907-5082、Eメール:miura.youyou.oyanokai@gmail.com)

### おはなしシャワー・読み聞かせ技術向上講座

3日間で大変身！読み聞かせの達人に！持ちネタにしたい絵本をご自身で選んで参加。1冊の絵本を深く読み込み、表現することを学びます。

**日時**

木曜コース 2月19日、3月5日、3月19日10時～12時

金曜コース 2月13日、3月6日、3月13日13時30分～15時30分

**場所** 横須賀総合福祉会館(予定)

**定員** 各回10人

**申込み・問合せ**

おはなしシャワー岩間 (☎090-6146-3047)



### いきいきワイワイ ウォーキング2025

来福寺と小松ヶ池河津桜コース  
**日時** 2月26日(木)9時30分～12時ごろ(9時20分受付開始)

**場所** 南下浦コミュニティセンター(チャルSeaみうら内)玄関前付近

**対象** 2時間歩ける方

**定員** 20人

**持ち物** タオル、飲み物、運動しやすい服装、帽子、靴、リュック

**申込締切** 2月19日(木)

**申込み・問合せ** 椎名 (☎090-9802-7738) 氏名、住所、連絡先、年齢をご連絡ください。

### 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21日(土)9時～

**場所** 諸磯区民会館横(浜諸磯バス停)

(2)城ヶ島の海岸清掃

**日時** 3月7日(土)9時～

**場所** 「城ヶ島」バス停

(3)三戸浜ビーチクリーン

**日時** 3月1日(日)9時～

**場所** 三戸浜 火の見櫓前

(4)油壺クリーンウォーク

**日時** 3月8日(日)9時～

**場所** 市営油壺駐車場(油壺バス停)

**問合せ** 大森 (☎090-8312-6222)

### 第4回三浦海岸ビーチクリーン作戦～みんなの大好きな砂浜をキレイにしよう～

綺麗な海を大切にしたい、海の生き物が安心して生息できる海にしたい、そして何よりゴミを捨てない綺麗な心を育みたい。そんな思いでビーチクリーン作戦を行います。動きやすく汚れても大丈夫な服装でお越しください。終了時にお弁当を配布します。軍手、ゴミ袋などは用意します。小・中学生は引率者の大人と申し込みください。

**日時** 3月8日(日)8時50分～

**場所** 三浦海岸ファミリーマート前砂浜

**申込期限** 2月24日(火)

**申込み・問合せ** 三浦ロータリークラブ事務局屋代 (☎046-881-5111、Eメール: miura.rotary@gmail.com)

### 放送大学入学生募集のお知らせ

放送大学は、令和8年4月入学生を募集しています。

10代～90代の幅広い世代、82,000人以上の学生が、大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で学んでいます。

授業には3つのスタイルがあり、BS放送やインターネットで視聴する、また講師から直接受ける授業があります。

心理学、福祉、経済、歴史、文学、情報、自然科学など、300以上の授業科目があり、テレビやインターネットで1科目から学ぶことができます。

資料を無料で差し上げています。  
 お気軽にご請求ください。

**出願期間**

第1回 2月27日(金)まで

第2回 3月16日(月)まで

**資料請求・問合せ** 放送大学神奈川学習センター (☎045-710-1910)

### 第50回記念ちびっこ探険学校ヨロン島参加者募集

沖縄に近い南の島「ヨロン島」のサンゴ礁の海と美しい自然の中で、全国から参加する仲間(日本人・外

国人)との民宿での共同生活や、さまざまな野外活動(海水浴、イカダ作りなど)を通して言葉や習慣の違いを乗り越え、友達作りの楽しさ(コミュニケーション力)を知り友情を深め、国際感覚を養う良い機会です。

**期間** 3月27日(金)～4月2日(木) 6泊7日

**場所** 鹿児島県大島郡与論町

**対象** 小学2年生～6年生

詳細はお問い合わせください。

**申込み・問合せ** (公財)国際青少年研修協会 (☎03-6825-3130、Eメール: info@kskk.or.jp)

### 英語の歌と手遊びひろば

マザーゲースを紹介！歌って踊って一緒に手遊びを楽しむひろばです。

**日程** 2月18日(水)、25日(水)、3月4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)

**時間** ①14時30分～15時、②16時～16時30分

**場所** 神田黒崎区会館または初声市民センター(申し込み後にお知らせします。)

**対象** 幼児、小学生

**定員** 10人(2人以上で開催)

**参加費** 初回無料、2回目から1回500円

**持ち物** 飲み物、汗拭き用タオル

**申込締切** 実施日の前日まで

**申込み・問合せ** ラボ・パーティ久野 (☎090-3912-4902、Eメール: kuno0516@gmail.com)

### キッズサッカー・体操(体育)無料体験会

保護者当番制なしのサッカークラブ、体操(体育)クラブです！遊びに来てね！

**日時**

サッカー：2月18日(水)または2月25日(水)17時～

体操(体育)：2月27日(金)17時～

**場所** 潮風アリーナ

**対象** 年中児、年長児、小学生

**申込み・問合せ** 江端 (Eメール: miura\_sports@yahoo.co.jp)

### 小学生英語教室無料体験会

楽しい英語を耳から入れて、英語に親しんでいきましょう！Join us!!

**日時** 2月24日(火)16時～17時

**場所** 潮風アリーナ会議室

**申込み・問合せ** ジョイナス英語C(Eメール: joinus\_eng@yahoo.co.jp)



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 宮内線 372~374

健康づくり事業のお知らせ

## 8020 達成者募集中！

※締切：令和8年3月13日(金)

【対象】昭和20年4月～昭和21年3月生まれ

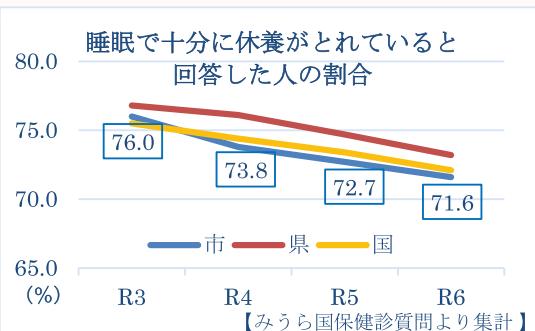
ご自身の歯が20本以上ある方は、8020(ハチマルニイマル)達成者として表彰します！

【表彰までの流れ】※歯科医院での健診費用や文書料などはご自身でご負担ください。

- ① 歯科医院で歯科健診を受診。歯が20本以上あるという証明ができる用紙をもらう(書式はなんでもOK)。
- ② 三浦合同庁舎2階健康づくり課(平日8時30分～17時15分)に身分証明書とその用紙を持参。

ちょっと嬉しいプレゼントを  
差し上げます

### 睡眠はこころとからだの充電タイム



みうら国保健診問診で「睡眠で十分に休養がとれている」と回答した人の割合をグラフにしました。「睡眠」と「休養」が十分を感じる人が減っていることがわかります。毎日をすこやかに過ごすため、「成人版睡眠5原則」をご紹介します。

- 1 適度な長さで休養感のある睡眠を6時間以上を目安に十分な睡眠時間を確保
  - 2 光・温度・音に配慮した、良い睡眠のための環境づくりを心がけて
  - 3 適度な運動、しっかり朝食、寝る前のリラックスで眠りと目覚めのメリハリを
  - 4嗜好品とのつきあい方に気を付けて カフェイン、お酒、たばこは控えめに
  - 5 眠れない、眠りに不安を覚えたら専門家に相談を
- 【第2期 みうら保健計画より】

### ふらっと 健康相談 無料です！

『血管年齢』『貧血』『骨健康度』の目安を測定します。  
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ます！

★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。

日 時	場 所
2月 25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 19日 (木) 13時10分～15時10分	南下浦 コミュニティセンター (チエルseaみうら内) 2階多目的室1



### みうらウキウキ ラジオ体操サークル

みんなでラジオ体操をしよう！予約は不要！

【日時】2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)



みんなでラジオ体操をしよう！予約は不要！

【日時】2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)

令和7年度肺がん検診の受診期限が迫っています！

受診期間 令和8年2月28日(土)まで

年に1度、肺がん検診を受けましょう！

【対象】40歳以上の三浦市民

【料金】40～69歳 1,100円

70歳以上 900円



【受診方法】医療機関へ直接申込み

※実施医療機関は二次元コードからご確認ください。

※令和7年4月から令和8年2月までの間に、1回受診できます。



寒い時期の今こそチャレンジ！

参加費無料！

### 健康づくりセミナー

冬は身体が体温を保つために脂肪が燃焼しやすい時期です。この時期に運動することで筋肉もつきやすくなります。

今こそ運動や食事について正しく学び、ご自分の健康づくりをはじめませんか???



セミナー内で体組成計にて測定をします。

筋肉量、脂肪量、基礎代謝量がわかります！

【日程】2月10日(火)、3月10日(火)

【時間】9時～11時30分

※3～6回参加する教室です。

【場所】健康ぶらっと(三浦合同庁舎内2階)

【対象】30～74歳の三浦市民

【申込み】健康づくり課へ電話

または e-kanagawa



# 三浦市立病院

## 「放射線業務27年目を迎えるにあたって」

放射線科技師長 さいとう 齋藤 まさき 正樹



放射線技師として市立病院に勤務している齋藤正樹です。市立病院に来てからもうすぐで10年が経とうとしています。市民の皆さまとはレントゲンやCT、MRI、ときには健康診断の胃バリウム検査などで携わらせていただいている。

私たちが主に取り扱うX線は1895年にドイツの物理学者レントゲン博士が発見したのですが、今からですと130年前になります。私が学生のころはちょうどX線発見100周年だったためその界隈ではひっそり

と盛り上がっていた記憶があります。その30年の間にもX線が人体に与える影響は調査が進みました。当時は放射線を浴びると染色体異常・突然変異誘発・遺伝障害などが心配されていましたが、今は病院の検査で使用される放射線量では遺伝的影響が起きないというのが常識となっています。小児の撮影では生殖腺防護として鉛のシールドを卵巣や精巣に当てるという作業を行ってきましたが、これは古い習慣として廃止されつつあります。今後も新しい知見により古い習慣が見直されることがあると思いますが、柔軟に対応できるように心がけていきたいです。

## 骨粗しょう症の検査を受けてみませんか？

骨粗しょう症は、自覚症状がなく、知らないうちに進行することがほとんどです。骨粗しょう症になると、骨折が起きるリスクが高まるので、定期的に検査を受けることが重要です。当院では、「骨ドック」としてDXA法での骨密度検査を行っています。平日に健診を受ける方は、健診と同時に実施できます。健診予約時または来院時にご相談ください。

**検査内容** エックス線検査 DXA法

**検査結果** 解析結果を郵送

**検査日時** 平日 8時30分～15時30分

**検査料** 4,950円（税込）

**申込方法** 健診と一緒にご希望の方は、平日 8時30分～16時30分の間にご連絡ください。当日でも申込み可能です。

※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5122）

## FEBRUARY

## 2月の救急当番医院

(2月1日～3月10日分)

<p>■当番の変更や診療内容によって、受診ができない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。</p>			<p>☆ 家庭での対処方法や救急車を要請した方が良いかななどについて、迷ったら『かながわ救急相談センター』【#7119】24時間 または 直通 045-232-7119・045-523-7119 FAX 045-242-3808</p> <p>☆ 『かながわ小児救急ダイヤル』【#8000】18時～翌8時 または 直通 050-3490-3742</p>
一般	<p>診療時間</p>		18時～21時
	月曜日	内科系	2月 2日 こだまクリニック 046-880-0358
			2月 9日 こだまクリニック 046-880-0358
		外科系	2月16日 矢島内科医院 046-881-2467
			3月 2日 こだまクリニック 046-880-0358
			3月 9日 こだまクリニック 046-880-0358
	火曜日	内科系・外科系	みなみ湘南医院 046-889-1211
			三浦診療所 046-889-3388
		内科系	田中内科医院 046-881-4678
			飯島医院 046-881-5265
		内科系・外科系	塩崎産婦人科(第1木曜日) 046-889-1103 徳山診療所(第2～4木曜日) 046-888-5115
小児科	金曜日	内科系・外科系	2月 6日 三浦市立病院 046-882-2111
			2月13日 あさい内科クリニック 046-888-2217
			2月20日 徳山診療所 046-888-5115
			2月27日 あさい内科クリニック 046-888-2217
			3月 6日 三浦市立病院 046-882-2111
	平日	20時～24時	横須賀市救急医療センター ☎046-824-3001
歯科	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。 横須賀市救急医療センターをご利用ください。
	日・祝日	8時～24時	
	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(受付は診療終了時間の30分前まで) ※横須賀市歯科医師会が行う休日急患歯科診療です。

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

## 三菱重工相模原ダイナボアーズホストゲームにおける市町村招待・優待企画について

神奈川県をホームタウンとするラグビーチーム「三菱重工相模原ダイナボアーズ」より三浦市民招待・優待のご案内がありました。

ぜひこの機会に会場へ足を運び、ラグビーの迫力や魅力に直接触れてください！



「三菱重工相模原ダイナボアーズ」ラグビー・リーグワン公式戦に三浦市の皆さまをご招待、優待販売します！

**対象試合** 三菱重工相模原ダイナボアーズ  
対東京サントリーサンゴリアス

**日時** 3月21日（土）12時キックオフ  
**会場** 秩父宮ラグビー場（外苑前駅徒歩5分）  
**対象** 市内在住・在勤・在学の皆さま  
**定員** 100人（先着順）

**優待内容** 自由席

高校生以下：無料、大人：1,000円

**申込方法** 二次元コード内の申し込み  
ページからお申し込みください。

**発売開始** 2月11日（水・祝）12時  
※発券の際、別途手数料が生じます。

※当日のイベント内容については三菱重工相模原ダイナボアーズのホームページに随時更新予定です。



問合せ 文化スポーツ課（☎内線403）

図 書 館

図書館に、新しい本が入りました。

だ よ り

### 【図書館：市役所第2分館内】

- ◇羽柴秀吉とその一族 秀吉の出自から秀長の家族まで  
(黒田 基樹)
- ◇官民軍インテリジェンス (山上 信吾／丸谷 元人  
／外薗 健一郎)
- ◇火星の女王 (小川 哲)
- ◇王様のキャリー (まひる)
- ◇冬にやってきた春と夏と秋 (ジョナサン・フリード  
ランド／エミリー・サットン)

### 【南下浦分館：セルSeaみうら 南下浦コミュニティセンター内】

- ◇読んだら勉強したくなる東大生の学び方 (西岡 壱誠)
- ◇このオムライスに、付加価値をつけてください (柿内 尚文)
- ◇受け手のいない祈り (朝比奈 秋)
- ◇おしえてガリレオ先生！月がなくなったら南極が砂漠になるってホント？ (渡部 潤一)
- ◇しごとつなんだろう (細川 貂々)

### 【初声分館：初声市民センター内】

- ◇すべてを蒸したい せいろレシピ、おかわり！  
(りよ子)
- ◇きみをわすれない ぼく モグラ キツネ 馬 そして嵐  
(チャーリー・マッケジー)
- ◇熟柿 (佐藤 正午)
- ◇こども文章教室 作文・感想文・レポートが上手に書けるようになる本 (バウンド)
- ◇もぐらけんせつ あなぐましまいのドーナツトンネル (長崎 真悟)

### 【休館日】

#### <図書館、初声分館>

2月は2日、9日、11日、16日、23日、24日、28日です。  
3月は2日、9日、16日、20日、23日、30日、31日です。

#### <南下浦分館>

無休です。



※詳しくは右記、二次元コードからご覧ください。

問合せ 図書館（☎内線415）



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。プランは市ホームページに掲載するほか、市民協働課でも配布しています。

### 知って!さんかくクイズ

- 国交省が解消へ！？
- 女性用〇〇〇の行列問題
- 〇〇〇に入る言葉は？

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315）

## 傾聴ボランティア養成講座

施設や地域で過ごす高齢者にとって、誰かに話を聞いてもらうことは、たとえ短い時間でも、社会つながりを感じ、心が潤います。

また、あなたの趣味や特技は、高齢者に笑顔や喜びを届ける力を持っています。

現場をよく知る講師の方々に、ボランティアの必要性、活動時のポイントを三浦市の現状に合わせて、お話しいただきます。

また、今後の活動場所や時間などを一緒に考えていきたいと思います。

あなたの存在が必要です。ぜひ、ご参加ください。お待ちしています。



日時	場所	内容	講師	
2月13日(金) 14時～15時	南下浦コミュニティセンター (チャルSeaみうら内)2階ホール	①傾聴の基本を理解する ②ボランティアの必要性	社会福祉法人三崎二葉会 ケアセンター南下浦・羊の家 施設長 青木 芳隆氏	
2月27日(金) 14時～16時	南下浦コミュニティセンター (チャルSeaみうら内) 2階ホール	①ボランティアの心得 ②活動の体験談 ③認知症サポーター養成講座	①社会福祉法人三浦市社会福祉協議会 ボランティアセンター 所長 齋田聖子氏 ②活躍中のボランティア ③社会福祉法人三浦市社会福祉協議会 地域包括支援センター 職員	
3月中	施設	施設実習（※日時や実習施設は、後日調整します。）		
3月27日(金) 14時～15時	南下浦コミュニティセンター (チャルSeaみうら内)2階ホール	①施設実習の振り返り ②今後の活動に向けて	社会福祉法人三崎二葉会 ケアセンター南下浦・羊の家 施設長 青木 芳隆氏	

**対象** 市内在住で関心のある方  
(過去に受講した方も、ぜひご参加ください。  
都合のつかない日があればご相談ください。)

**参加費** 120円  
(認知症サポーター養成講座テキスト代)

**問合せ・申込み** 高齢介護課（☎内線352）

## 三浦ならではのフレイル予防!いきいきシニア講座

「フレイル」とは、加齢による活力低下状態で、進行すると要介護に至ります。

今回は、健康長寿の3本柱「栄養・運動・社会参加」のうち「栄養」がテーマです。昨年11月の講座は男性限定でしたが、ご要望にお応えして、今回は65歳以上の三浦市民、どなたでもご参加いただける講座をご用意しました。

EPA・DHAなど“魚の油に含まれる若返り物質”を三浦の魚で摂取できるレシピをご紹介します。

あなたや家族のフレイル予防にぜひお役立てください！

**日時** 2月20日（金）10時～12時  
**場所** 三浦合同庁舎3階栄養指導室  
**講師** 三浦市漁協女性部連絡協議会  
**対象** 65歳以上の三浦市民  
**定員** 先着15人（要予約）  
**参加費** 500円  
**持ち物** エプロン、三角巾、タオル、飲み物  
**申込締切** 2月18日（水）



問合せ・申込み 高齢介護課（☎内線352）

## 令和8年度三浦市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16日～令和9年2月25日の原則毎週木曜日、  
10時～12時（全40回）

**場所** 南下浦コミュニティセンター（チャルSeaみうら内）多目的室2（会場が変更となる場合があります。）

**費用** テキスト代4,290円、手話動画視聴システム  
視聴料1,760円

※手話動画視聴システムの視聴には、パソコン、スマートフォンなどインターネットを使用できる機器が

必要になります。お持ちでない方やご利用できない方は受講をお断りさせていただく場合があります。

### 申込方法

①Eメール：hoken0101@city.miura.kanagawa.jp  
②福祉課窓口（市役所分館2階）  
いずれの場合も住所、氏名、年齢、電話番号、受講理由を記入してください。

### 申込期限

3月6日（金）必着  
(受講可否については3月中旬にご連絡します。)

### 事前説明会

4月9日（木）10時～12時  
手話動画視聴システム登録方法などの説明会を行います。

問合せ・申込み 福祉課（☎内線362）

(広告)

(広告)

(広告)

(広告)

〒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)  
[三浦市ホームページ](#)



三浦市公式YouTubeチャンネル開設しました



YouTube



市政情報発信中！



(三浦市長)

(三浦市役所)

問合せ 政策課(内線215)

