

2月の便利帳

■各種相談業務は、当該施設の開館日のみに実施します■

【市の人口】 〇市民課 ☎ 36-7194

平成 24 年 12 月末現在
 総人口：102,097 人（- 4）
 〇 50,032 人（- 10）㊦ 52,065 人（+ 6）
 世帯数：35,937 世帯（+ 18）
 ※ 外国人登録者を含む。（）内の数値は前月比

【市内の交通事故状況】 〇市民安心課 ☎ 36-7144

平成 24 年 12 月末現在 人身事故：824 件（-28 件）
 死者：7 人（±0 人） 負傷者：1,069 人（-24 人）
 ※（）内の数値は前年・同月比

【愛の献血】 〇福祉課 ☎ 36-7158

26 日(火) 午後 1 時 30 分～4 時 00 分 市役所駐車場

【納税】納期限▷ 28 日(木)

国民健康保険税（第八期）
 後期高齢者医療保険料（第七期）

【市民無料相談】 〇市民安心課市民相談係 ☎ 36-7153
 ところ／プラザおおるり市民相談室

一般相談（相続など）	月～金曜日	9：00～12：00 13：00～16：00
消費生活相談	月～金曜日	9：00～12：00 13：00～16：00
弁護士一般相談 （要事前相談）	6 日(水)・13 日(水)	13：30～15：30
司法書士相談	20 日(水)	13：30～15：30
交通事故弁護士相談 （要事前相談）	27 日(水)	13：30～15：30
行政相談委員相談	20 日(水)	13：30～16：00
人権擁護委員相談	6 日(水)・13 日(水)・ 27 日(水)	13：30～16：00
税理士相談 （要予約）	12 日(火)	13：30～15：30
労働相談	14 日(木)	13：30～16：00
宅建相談	21 日(木)	13：30～15：30
土地家屋調査士 相談	28 日(木)	13：30～15：30

【高齢者相談】 〇・ところ／各高齢者あんしんセンター
 ※ 高齢者あんしんセンターは、地域包括支援センターの愛称です。

とき	月～金曜日	8：30～17：00
----	-------	------------

高齢者あんしんセンター中央（第二中学校区）
 保健福祉センター「はなみずき」内 ☎ 34-3240

高齢者あんしんセンター第一・北
 老人保健施設「アポロン」内 ☎ 33-0882

高齢者あんしんセンター六合
 六合公民館「ロクティ」内 ☎ 32-9699

高齢者あんしんセンター初倉
 初倉地域総合センター「くらら」内 ☎ 30-0617

高齢者あんしんセンター金谷
 金谷北地域交流センター内 ☎ 45-5610

高齢者あんしんセンター川根
 市役所川根支所内 ☎ 58-0321

【障害】 〇福祉課 ☎ 36-7270（専用電話）
 ところ／市役所障害相談窓口

障害相談	月～金曜日	8：30～17：15
------	-------	------------

三二鉄道
 運行情報

〇観光課 ☎ 36-7163
 2 月の運行日とミニ鉄道愛好家開放日はありません。次回の運行は 3 月です。

三二四駆
 インフォメーション

〇観光課 ☎ 36-7163

【2 月の予定】
 ●コース解放日
 とき／17 日(日)
 午前 10 時～午後 4 時（正午～午後 1 時を除く）
 コース／全長 200m・5 レーン
 コース利用料／無料
 申し込み／不要 ※ レンタルマシン有り（1 台 100 円）

【内職】 〇商工課 ☎ 36-7166
 ところ／市役所商工課（第二庁舎）

内職相談（雇用に関する情報提供）	毎週月・木曜日	9：00～12：00 13：00～16：00
------------------	---------	---------------------------

【水道修理事業】
 ※ ご自宅の給水地区をご確認の上、お問い合わせください。

とき	業者名（住所）	電話番号
島田市水道課 ☎ 35-2107（給水区域が島田地区の人）		
2 日(土)	㈱松本興管（横井四丁目）	35-2213
3 日(日)	㈱佐藤設備（御飯屋町）	36-2200
9 日(土)	㈱常盤商会（宝来町）	37-2722
10 日(日)	牛尾設備（旭二丁目）	36-2435
11 日(月)	㈱五光設備（野田）	35-0519
16 日(土)	P・S工業（三ツ合町）	37-3157
17 日(日)	㈱園田設備（東光寺）	36-1407
23 日(土)	㈱片岡設備（向谷元町）	36-3450
24 日(日)	㈱サン設備（東町）	36-2700
大井上水道企業団 ☎ 46-4130（給水区域が金谷地区の人）		
1/27 日(日)～2/2 日(土)	協和水道(株)（金谷田町）	45-3813
3 日(日)～9 日(土)	㈱増商（金谷東一丁目）	45-2145
10 日(日)～16 日(土)	㈱北棟設備（島）	46-1531
17 日(日)～23 日(土)	森下商事(株)（金谷栄町）	46-2121
24 日(日)～3/2 日(土)	㈱カワムラ（牛尾）	46-2735
川根支所 ☎ 53-4583（給水区域が川根地区の人）		

【高齢者ふれあい事業】 〇健康づくり課 ☎ 34-3281
 ところ／保健福祉センター「はなみずき」内
 ふれあいセンター（2 階）

とき	教室名
4 日(月) 午前 10 時～正午	みんなで楽しく歌いませんか
5 日(火) 午後 1 時～3 時 30 分	大正琴を楽しみましょう
7 日(木) 午前 10 時～午後 3 時	ビーズ細工で楽しむおしゃれ(※)
8 日(金) 午前 10 時～午後 3 時	手芸の日、何を作るかお楽しみ(※)
13 日(水) 午前 10 時～正午	絵手紙を描こう
14 日(木) 午前 10 時～正午	楽しく遊んで若返り
15 日(金) 午前 10 時～午後 3 時	手芸の日、何を作るかお楽しみ(※)
19 日(火) 午前 9 時 30 分～正午	楽しい食生活(☆)
19 日(火) 午前 10 時～正午	美しい「詩歌」を吟じて健康づくり
19 日(火) 午後 1 時～3 時 30 分	大正琴を楽しみましょう
20 日(水) 午前 10 時～午後 3 時	ビーズ細工で楽しむおしゃれ(※)
21 日(木) 午後 1 時 30 分～3 時 30 分	作って解いて、生きいきパズル
22 日(金) 午前 10 時～午後 3 時	手芸の日、何を作るかお楽しみ(※)
27 日(水) 午前 10 時～午後 3 時	手芸の日、何を作るかお楽しみ(※)
28 日(木) 午後 1 時～3 時	健康は足の裏から

(※) 必要なものを持参 (☆) 要予約 (※) 新規要申込

— 材料(4 人分) —

ホウレンソウ 160g
 糸こんにゃく、柿 各 60g
 ニンジン 15g、生しいたけ 3 枚
 かつをだし 1/2 カップ、酒 小さじ 1
 砂糖 大さじ 1、しょうゆ 小さじ 2
 木綿豆腐（水切りしたもの） 1/2 丁
 塩 小さじ 1/4
 砂糖 大さじ 2、すりゴマ 大さじ 2

提供：食推グループ すみれ

①ホウレンソウは、茹でて水にとり絞ってから 3 cm に切る。糸こんにゃくは、下茹でて湯切りしてから 4 cm に切る。
 ②ニンジン(※)と、柿は短冊切りに、生しいたけ(※)は、薄切りにして、(※)は①と汁気がなくなるまで中火で煮る。
 ③②をすりませ、①②と和える。

ホウレンソウの白和え(1 人前 101 kcal)


