

# 3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】◎市民課 ☎ 36-7194	
平成 25 年 1 月末現在 総人口：101,988 人（- 109） 男 49,983 人（- 49）女 52,005 人（- 60） 世帯数：35,923 世帯（- 14） ※ 外国人を含む。（）内の数値は前月比	

【市内の交通事故状況】◎市民安心課 ☎ 36-7144	
平成 25 年 1 月末現在 人身事故：62 件（±0 件） 死者：1 人（+1 人）負傷者：89 人（-2 人） ※（）内の数値は前年・同月比	

【愛の献血】◎福祉課 ☎ 36-7158		
3 日(日)	午前 9 時 30 分～正午 午後 1 時～3 時 30 分	市役所駐車場
26 日(火)	午後 1 時 30 分～4 時	市役所駐車場

【納税】納期限▷4月1日(月)	
後期高齢者医療保険料（第八期）	

【身体障害者悩みごと相談】◎福祉課 ☎ 36-7154		
10 日(日)	午後 1 時～3 時 30 分	プラザおおるり 第一会議室

【市民無料相談】◎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 川根地区センター（※）		
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	19 日(火)	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	19 日(火)	13：30～16：00
行政相談委員相談 （川根）	6 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
人権擁護委員相談 （川根）	6 日(水)※	13：30～16：00
社会保険労務士相談 （労働関係）	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】◎・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		

【内職】◎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

【障害】◎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



**【3月の運行日】**  
とき／2 日(土)・9 日(土)・10 日(日)・16 日(土)・17 日(日)・  
20 日(水)・23 日(土)・24 日(日)・30 日(土)・31 日(日)  
乗車料金／1 乗車 100 円（小学生以上）  
※ 小学生未満は、成人の同乗（有料）が必要です。

**【3月のミニ鉄道愛好家開放日】**  
とき／3 日(日) 軌道利用料金／1 日 1,000 円  
**【共通】**時間／午前 10 時～午後 4 時  
（正午～午後 1 時を除く）※ 雨天中止

※3月中旬に、利用者数が 10 万人を達成する見込みです。達成の翌週には、記念の無料運行を予定しています(雨天順延)。



**【3月の予定】◎コース開放日**  
とき／17 日(日) 午前 10 時～午後 4 時(正午～午後 1 時を除く)  
ところ／ローズアリーナ 研修室（1 階）  
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）

【水道修理事業】◎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	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)	(有)秋山設備工業（中溝町）	37-2719
3 日(日)	朝日設備(株)（稲荷三丁目）	36-2816
9 日(土)	(株)太田（阪本）	38-1511
10 日(日)	(株)杉本電設（阪本）	38-0160
16 日(土)	杉本設備（中溝町）	37-4651
17 日(日)	(有)瀧設備（湯日）	38-3119
20 日(水)祝	松本配管設備（細島）	35-2604
23 日(土)	山本設備（元島田）	35-3882
24 日(日)	平設備（元島田）	35-4002
30 日(土)	浜建工業(株)（三ツ合町）	36-9221
31 日(日)	(株)松本興管（横井四丁目）	35-2213
大井上水道企業団 ☎ 46-4130（給水区域が金谷地区の人）		
2/24 日(日)～3/2 日(土)	(有)カワムラ（牛尾）	46-2735
3 日(日)～9 日(土)	田代配管工業所（金谷天王町）	45-4064
10 日(日)～16 日(土)	(有)牧野設備（金谷栄町）	46-2618
17 日(日)～23 日(土)	協和水道(株)（金谷田町）	45-3813
24 日(日)～30 日(土)	(株)増商（金谷東一丁目）	45-2145
31 日(日)～4/6 日(土)	(有)北榛設備（島）	46-1531
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】◎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べり（※）
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
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
29 日(金)	午前 10 時～午後 3 時	手芸の日、何を作るかお楽しみ（※）
（※）必要なものを持参（☆）要予約（◎）新規要申込		

— 材料(4人分) —

切り干し大根	50g
乾燥ひじき	20g
ニンジン	100g
ショウガ	1 かけ
しょうゆ、酢、砂糖	大さじ各 5
ごま油	大さじ 1 と 1/2
ぬるま湯	小さじ 5

提供：食推グループ さざんか

① 切り干し大根は、熱湯で戻して固く絞っておく。

② 乾燥ひじきは、水に戻して、さっと茹でて水気をよく切る。

③ ニンジンとショウガは、千切りにする。

④ ①～③を、Aの合わせ調味料に漬ける。

⑤ お好みの漬け具合で、器に盛る。

### 変わりハリハリ漬け

(1人前 52 kcal)



