

7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 24 年 5 月末現在 総人口：102,282 人（- 12） ◎ 50,111 人（- 6）◎ 52,171 人（- 6） 世帯数：35,818 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】◎市民安心課 ☎ 36-7144
平成 24 年 5 月末現在 人身事故：324 件（+ 4 件） 死者：3 人（±0 人） 負傷者：434 人（+ 23 人） ※（）内の数値は前年・同月比

【納税】納期限▷① 2 日(月) ② 31 日(火)
市県民税（第一期）① 固定資産税・都市計画税（第二期）② 国民健康保険税（第一期）②

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

【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
一般相談（相続など） 月～金曜日 9：00～16：00
消費生活相談 月～金曜日 9：00～16：00
弁護士一般相談（要事前相談） 4 日(水)・11 日(水) 13：30～15：30
司法書士相談（無料） 18 日(水) 13：30～15：30
交通事故弁護士相談（要事前相談） 25 日(水) 13：30～15：30
行政相談委員相談 18 日(水) 13：30～16：00
人権擁護委員相談 4 日(水)・11 日(水)・25 日(水) 13：30～16：00
税理士相談（要予約） 9 日(月) 13：30～15：30
労働相談 12 日(木) 13：30～16：00
宅建相談 19 日(木) 13：30～15：30
土地家屋調査士相談 26 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

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



【7月の運行日】
とき／7 日(土)・8 日(日)・14 日(土)・15 日(日)・16 日(月)祝・21 日(土)・22 日(日)・28 日(土)・29 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。

【7月のミニ鉄道愛好家解放日】
とき／1 日(日) 軌道利用料金／1 日 1,000 円
【共通】 時間／午前 10 時～午後 5 時
(正午～午後 1 時を除く) ※ 雨天中止



【7月の予定】
◎コース解放日
とき／7 月 29 日(日)午前 10 時～午後 4 時
(正午～午後 1 時を除く)
コース／全長 200 m・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】◎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

【水道修理工番店】 ※ 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）		
1 日(日)	P・S 工業（三ツ合町）	37-3157
7 日(土)	(有)園田設備（東光寺）	36-1407
8 日(日)	(有)片岡設備（向谷元町）	36-3450
14 日(土)	(有)サン設備（東町）	36-2700
15 日(日)	(有)秋山設備工業（中溝町）	37-2719
16 日(月)祝	朝日設備(株)（稲荷三丁目）	36-2816
21 日(土)	(株)太田（阪本）	38-1511
22 日(日)	(株)杉本電設（阪本）	38-0160
28 日(土)	杉本設備（中溝町）	37-4651
29 日(日)	(有)瀧設備（湯日）	38-3119
大井上水道企業団 ☎ 46-4130（給水区域が金谷地区の人）		
1 日(日)～7 日(土)	(有)北榛設備（島）	46-1531
8 日(日)～14 日(土)	森下商事(株)（金谷栄町）	46-2121
15 日(日)～21 日(土)	(有)カワムラ（牛尾）	46-2735
22 日(日)～28 日(土)	田代配管工業所（金谷天王町）	46-4064
29 日(日)～8/4 日(土)	(有)牧野設備（金谷栄町）	46-2618
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	
2 日(月) 午前 10 時～正午 みんなで楽しく歌おう	
3 日(火) 午後 1 時～3 時 30 分 大正琴を楽しみましょう	
5 日(木) 午前 10 時～午後 3 時 ビーズ細工で楽しむおしゃれ(※)	
6 日(金) 午前 10 時～午後 3 時 手芸の日、何を作るかお楽しみ(※)	
11 日(水) 午前 10 時～正午 絵手紙を描こう	
12 日(木) 午前 10 時～正午 楽しく遊んで若返り	
13 日(金) 午前 10 時～午後 3 時 手芸の日、何を作るかお楽しみ(※)	
17 日(火) 午前 9 時 30 分～正午 楽しい食生活(☆)	
17 日(火) 午前 10 時～正午 美しい「詩歌」を吟じて健康づくり	
17 日(火) 午後 1 時～3 時 30 分 大正琴を楽しみましょう	
18 日(水) 午前 10 時～午後 3 時 ビーズ細工で楽しむおしゃれ(※)	
19 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	
20 日(金) 午前 10 時～午後 3 時 手芸の日、何を作るかお楽しみ(※)	
25 日(水) 午前 10 時～午後 3 時 手芸の日、何を作るかお楽しみ(※)	
26 日(木) 午後 1 時～3 時 健康は足の裏から	
27 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(5 人分) —

- 鶏挽肉（ムネ・モモ） 各 200g
- ネギみじん切り 大さじ 4
- しょうが汁 小さじ ½
- 酒・しょうゆ・片栗粉 各大さじ 1
- 塩 小さじ ¼
- 細ネギ 50g
- 焼きのり：2 枚、梅干し(種抜き)：3 個

提供：食推グループ さざんか

①梅干しは、細かくたたく。細ネギは、のりの幅に合わせて切る。

②巻きすの上にラップ、のりの順に敷き、よく混ぜた④の半量を平らにのばし、①を芯にして巻く。

③フライパンにサラダ油大さじ 1 を熱して②を焼く。しっかり火が通ったら少し冷まし、1.5 cm の厚さに切って皿に盛る。

鶏挽肉ののり巻き

(1 人前 184 kcal)


