

しずおか Shizuoka Prefectural Newsletter

# 県民だより! 1月号

特集

## 新春知事インタビュー

子どもたちが語る未来

18歳で大人に! ~成年年齢引き下げで何が変わるの?

結婚支援サービスがスタート!



県民栄誉賞贈呈式 12月6日(月)県庁

左から榎美選手、山崎選手、鈴木選手



左：水谷選手 右：伊藤選手



岩崎選手



佐藤選手



杉浦選手



杉村選手

選手写真：フォート・キシモト

# 東京2020大会の 金メダリストに県民栄誉賞

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会で金メダルを獲得した静岡県ゆかりの9人の選手に、令和3年12月県民栄誉賞が贈られました。

贈呈は数回に分けて行い、その様子はインターネット版県民だよりでご覧いただけます。▶▶▶▶▶▶▶▶▶▶



県民栄誉賞は、広く県民に敬愛され、県民に明るい希望と活力を与えることに顕著な業績があった方に贈られ、これまでにオリンピック・パラリンピック金メダリストやノーベル賞受賞者へ贈呈しています。

### 受賞された皆さんと金メダル獲得種目

#### オリンピック

- 水谷 華さん 卓球 混合ダブルス
- 伊藤 美誠さん 卓球 混合ダブルス
- 榎美 万奈さん ソフトボール
- 山崎 早紀さん ソフトボール
- 岩崎 優さん 野球

#### パラリンピック

- 鈴木 孝幸さん 水泳 男子100m自由形(S4)
- 佐藤 友析さん 陸上 男子400m(車いすT52)
- 陸上 男子1500m(車いすT52)
- 杉浦 佳子さん 自転車 女子個人ロードタイムトライアル(C1-3)
- 自転車 女子個人ロードレース(C1-3)
- 杉村 英孝さん ボッチャ 個人(混合BC2)



インターネット版県民だよりのご案内

パソコンでは「しずおか県民だより」で検索(音声による「こえの県民だより」もあります)



県の推計人口(令和3年12月1日現在)

総数3,602,840人(前月比1,716人減)、世帯数1,492,079世帯(前月比78世帯増)  
※令和2年国勢調査(確定値)により算出。国勢調査へのご協力、ありがとうございました。

県民だより2月号は、  
1月30日(日)にお届けします  
※一部の地域は、2月2日(火)のお届けとなります

動画で開催!  
令和3年度子ども県議会

# 子どもたちが語る未来

## みんなで作る“故郷 ふじのくに”

子どもたちが県の未来を考え語ることを通じて、静岡県や県政に関心を高めてもらうことを目的に、毎年8月21日の「県民の日」に開催している子ども県議会。

例年は、各市町から選出された中学2年生の子ども議員が県議会本会議場に集まり、知事などと意見交換しますが、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、昨年度に続き今年度も動画で開催しました。

子ども議員68人の意見動画と、知事などの答弁動画を特設ホームページで公開!  
子ども議員の“ふじのくに”への熱い思いがたくさん詰まっています。



公開は令和4年  
3月末まで!

静岡県子ども県議会 検索

身近な話題や問題を自分の事として捉えた主体的で具体的な提案も! 子どもたちが真剣に静岡県の未来や夢について考えています。ぜひご覧ください!

### 意見と答弁の一部をご紹介します!!

三島市立山田中学校 **三浦 真音 マグネスさん**

私たちが将来、地域の発展に尽くしたり、国内外で活躍したりするために、国内のことだけでなく、世界を知る必要があると考える。そこで、小・中学校での国際交流の機会をさらに増やしてほしい。

**木苗教育長** がお答えします!

地域の発展に貢献し、国内外で活躍する人材となるためにはさまざまな地域や人を知ることが大切です。県は、「ふじのくに留学生親善大使」などを通して、学校で海外の方々と交流し、異なる文化に触れ、互いの違いや共通点を学ぶ場を数多く提供しています。今後も、市町や国際交流に取り組む団体など一層の連携を図り、皆さんが参加しやすい国際交流の場をより増やせるよう、取り組んでいきます。

富士宮市立富士根北中学校 **五十嵐 煌介さん**

清水町立清水中学校 **松田 朱音さん**

まだまだ世の中は性に関する知識が少なく、LGBTに対する理解がない。性に関する教育を県全体で推進し、全国に広げてほしい。皆が正しく理解し、差別や偏見のない、誰もが住みやすい静岡県になってほしい。

**出野副知事** がお答えします!

皆が性の多様性を理解して尊重することは、誰もが自分らしく生き、活躍できる社会の実現のためにとても大切です。県は、「ふじのくに(レインボーページ)」を開設し、性の多様性に関する情報発信や、啓発パネルの巡回展示を行っています。また、県内在住の方が「パートナーシップ制度」を公平に利用できるよう、導入に向けて取り組みを進めています。今後も性の多様性の理解促進に積極的に取り組んでいきます。

静岡大学教育学部附属静岡中学校 **折尾 侑紀さん**

リニア中央新幹線トンネル工事の正確な情報が分らず、不安だ。中学生が正確な情報と数値を基に自分の意見を持てるよう、環境破壊などで生じる影響まで具体的に示し、リニア問題について伝える場を設けてほしい。

**難波副知事** がお答えします!

リニア問題は経済と環境の両面から、皆さんの将来に直接関係する問題です。未来を担う皆さんがリニア問題を自分たちの問題として考え、意見を持ち、行動できるようにするのは、行政として大変重要なことです。具体的なデータや根拠を示しながら、中学生の皆さん向けに、何が問題なのか「伝わる」よう、分かりやすく説明する場をつくっていきます。

【問い合わせ】 県広聴広報課 ☎054(221)2231 ㊟054(254)4032

### WEB 県民だより 紙面にない情報もインターネットでお届けします

#### 知れば知るほど巡りたい! 静岡県の文化財

建造物や天然記念物、祭りなど、私たちの身近な「文化財」を知り、訪れてみませんか? 今年のNHK大河ドラマの主人公である北条氏ゆかりの文化財も紹介しています!



▲実は富士山も文化財!

#### 海外からの“旬な”お便り

中国の上海には、2種類の高-speed鉄道があり、速くて便利だそうです。県中国駐在員事務所の浅原所長が紹介してくれました!



▲高铁(ガオティエ)車両

# 18歳で大人に!

**成年年齢**  
引き下げで何が  
変わるの?

民法の改正により、令和4年4月1日から成年年齢が20歳から18歳に引き下げられます。大人の消費者になることで生じる権利や責任について、家族みんなで考えてみませんか?

## Q 成年年齢って何?

A 民法上、大人と認められる年齢です。

## Q 成年になるとどんなことが変わるの?

A 親の同意を得ず、自分一人で自由に契約を交わすことができるようになります。一方で、未成年者取消権が行使できなくなります。

⚠ 未成年者と成年者はここが違う	
未成年者	成年者
契約に親の同意が必要	契約に親の同意は必要なし
親の同意を得ずに契約した場合、民法で定められた未成年者取消権により契約を取り消すことができます。	成年に達すると、未成年者取消権による契約の取り消しができない!

## Q 契約って自分にあまり関係ないのでは?

A いいえ! 毎日の暮らしの中で、私たちはさまざまな事業者と契約をしています。

例えばこんなことも契約行為です!

ネットで洋服を買う

オンラインゲームで課金する

アパートを借りる



英会話教室に通う

保険に入る

引き下げ後も20歳にならないと  
できません!

**18歳・19歳はNG!**



社会経験が浅い18歳・19歳は悪質事業者狙われやすい!  
これって消費トラブル?と思ったら...

◆「それってトラブル? やばい!? SOS! 静岡県」にアクセス!  
若者が消費者トラブルに遭ったときに解決のよりどころとなるサイト。消費者トラブルの事例や対処法が、分かりやすくまとめられており、早期解決に役立ちます!

現役高校生 私たちが試しに使ってみました

浅井さん (2年生) 若者言葉が使われていて親しみやすい!

塚本さん (2年生) 消費者問題を身近に感じる事ができる!

鈴木さん (2年生) トラブル事例が具体的に分かりやすい!

望月さん (2年生) 「やばい度診断」は面白い役立つ!

アクセスはこちら

◆消費者ホットラインだまされるの「188」へ電話!

土日祝日もOK ※通話料がかかります ※お住まいの郵便番号の入力が必要です

消費生活相談窓口へおつなぎします。トラブル回避、被害からの回復、その他、消費生活全般の悩みもお気軽にご相談ください。

【問い合わせ】 県民生活課 ☎054(221)2175 054(221)2642

# 結婚支援サービスがスタート!

~安心な出会いを提供し、静岡県で暮らす二人の未来をサポートします~

静岡県で結婚を希望する皆さんに最適な出会いを提供するため、「ふじのくに出会いサポートセンター」を開設します!

## 「ふじのくに出会いサポートセンター」とは?

県と市町が運営し、結婚を希望する若者をサポートするための結婚支援拠点です。

## どんなサポートをしてくれるの?

### ●出会いを提供

お相手探しを支援するマッチングシステムを導入します。スマホやパソコンで、時間と場所を選ばず希望のお相手を検索できるシステムです。

### ●結婚相談

プロフィールの作成からお相手探し、交際期間中のアドバイスなど、専門の相談員が会員それぞれの相談に親身に対応します。市町独自の結婚支援もご案内します。

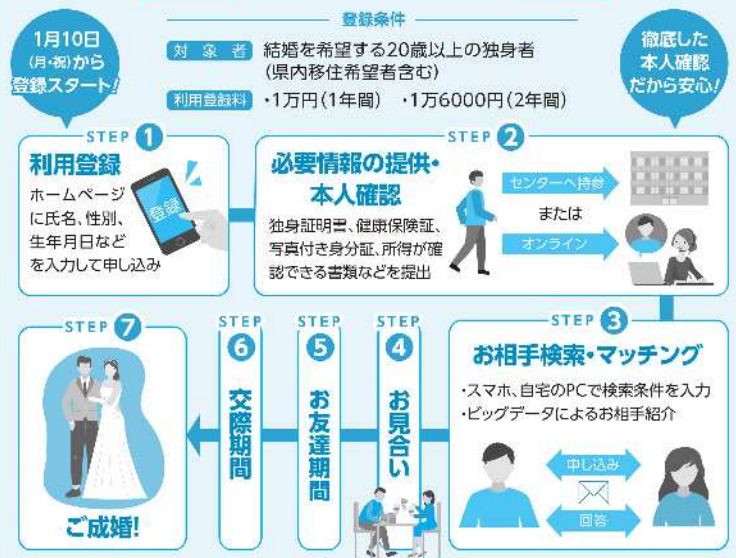
### ●婚活イベント

会員のニーズに合わせ、県内各地の観光地などで楽しい婚活イベントを開催。すてきな出会いを提供します。

### ●ライフデザイン相談

会員が結婚後の生活を具体的に思い描くことができるよう、今後の生活設計を支援します。

## 登録から結婚まで



登録はこちら

令和4年3月末までに登録すれば、  
利用登録料が令和5年3月末まで無料!



※1月10日(月・祝)から閲覧可能です

会員登録や結婚相談全般の問い合わせ

ふじのくに出会いサポートセンター ☎0120(005)342

【問い合わせ】 県子ども未来課 ☎054(221)2608 054(221)3521

新春 知事インタビュー

# 富国有徳の「美しい“ふじのくに”」づくり ～東京時代から静岡時代へ～

令和4年の幕開けに当たり、今年の県政のビジョンや抱負などについて、Daichi-TVアナウンサーの松原大祐さんが聞きました。

## 感染症との戦い、東京2020大会で希望と活力

**松原** 新しい年を迎えました。今年もよろしくお祈りします。さて、昨年新型コロナウイルス感染症との戦いが流石の一年となりました。一年の延期を経て記念の凱歌や無類夢中で開催された東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会(以下「東京2020大会」)は、静岡県にゆかりのある選手の活躍が、県民に大きな喜びをもたらしてくれました。

**知事** 昨年はコロナ禍の一年でしたが、医療従事者をはじめ、県民の皆さまには、感染防止に多大なご協力をいただき、深く感謝しております。第5波の感染拡大は危機的であり、昨年8月に県内の一市の新規感染者数が700人近くに達し、緊急事態措置が実施される事態になりました。我々の日々が続きました。県民の皆さま、特に医療従事者のご努力によって、危機を脱しました。ワクチンの接種も普及し、明るい兆しも見えています。

昨年は他に県内で忘れられない3つの大きな出来事がありました。1つ目は一年延期された東京2020大会です。ロード、トラック、マウンテンバイクの自転車競技が県内で開催され、オリンピックは有観客での開催となり、本県ゆかりのオリパラ選手が金メダル11個を含む延べ25個のメダルを獲得するなど、希望と活力を与えてくれました。金メダルを獲得した選手には県民栄誉賞を贈呈しました。

2つ目は、熱海市伊豆山の土石流災害です。盛り上がり崩れ、26人の方が犠牲になりました。ご冥福をお祈りします。1人の方はまだ行方不明です。家や仕事場を奪われた避難者や一時は500人以上になりました。土石流災害はコロナ禍で起こり、避難者にワクチンを優先接種するなど、複合災害の対応を求められました。

3つ目は、南アルプスのリニア工事で不安が払拭できない「水」の問題です。南アルプスの自然環境と大井川の水は命の源であり、生活・経済活動に欠かせません。昨年の知事選では「南アルプストンネル工事で、一度県外に流出した水は戻ら

ず、生態系はダメージを受け、トンネル構内の膨大な盛り土は崩壊する危険性がある」と訴えました。南アルプスの自然環境と命の水は守るという県民の意思がはっきりと示された選挙になりました。

## 危機管理の柱は防災と防疫。盛り土に厳しい条例を制定

**松原** 新型コロナウイルス感染症は突然として油断できない状況が続き、ソノゾン感染が連日続いているものの、県民の皆さまは基本的な不安を感じています。また南海トラフ巨大地震や集中豪雨なども懸念されています。県民の安全安心を守る取り組みをお聞きください。

**知事** 県民の命を守る危機管理は最優先です。これまでは地震・津波・風水害などの防災が中心でしたが、感染症に備える防疫が加わり、これからは防災・防疫が本県の危機管理の二本柱になります。

防災については、防災先進県として、令和4年度を最終年度とする「地震・津波対策アクションプログラム2013」の総仕上げに向けて、南海トラフ地震による想定犠牲者ゼロ、豪雨災害への対応強化を目指し、防潮堤の整備や防災訓練の実施などの対策を進めます。

また、熱海市伊豆山の土石流災害を教訓として、二度と類似の災害が起こらないように県内の盛り土の危険箇所を徹底調査し、本年度中に盛り土に特化した実効性のある条例を設け、届け出制から許可制に変更し、地方自治法で条例に認められた最も厳しい罰則(二年以下の懲役、百万円以下の罰金)を盛り込みます。

防疫については、最後の砦は医療提供体制です。病床の確保ははば見途つき、要員確保についても、県環境衛生科学研究所と三島市の国立遺伝学研究所と連携した検査体制を整えました。また、県独自で感染症に専門に対応する拠点の設置と人材の育成に乗り出します。

## 幸せを創り出す経済政策「フジノミクス」

**松原** 経済への影響も非常に大きなものがありました。地域主導型の経済政策についてお



静岡県知事 川勝 平太

しいただけますか。

**知事** 本県の経済政策「フジノミクス」は、富める者が富めば自然に貧が浸透するトリクルダウンを期待した新自由主義でも、上から富の再分配を図る新しい資本主義でもなく、県民の皆さまに自由に経済活動をしていただきながら、県内に新しい物流を起し、生産と消費の新しい循環を創出する取り組みです。フジノミクスは新結合、イノベーション(革新)、セキュアフロー(物の循環)などをフルに活用していますが、経済学者シュンペーターの「経済発展の理論」によっています。一例では、地元の食材などを東京経由ではなく、域内で流通する「バイ・シズオカ」、それを山梨県に広める「バイ・ふじのくに」、さらに長野・新潟に拡大する「バイ・山の湖」がそれぞれ、生産者を喜ばせ、消費者も幸せになるという利他と自利を一体にする政策でもあります。山の湖での生活空間は東京よりも広いので「生活空間倍増」を実現しながら、移住を促進し、個人消費を伸ばし、県民の幸福感を高めます。

**松原** その取り組みを進める上で、中伊豆総合自動車道の静岡-山梨区間全線開通は大きな出来事ですね。

**知事** 静岡県と山梨県にとって中部縦断自動車道は悲願でした。本県の医薬品・医療機器生産金額が十年連続全国一の実績と、山梨県のメディカル・デバイス・コリドー政策とを結びつけ、さらに静岡・山梨両県民の健康寿命が世界トップクラスという地域特性を生かし、ヘルスとウェルネスを結合させた「医療健康産業」をリーディング産業に育てあげます。また、食材の豊かな両県、さらに山の湖の4県の食文化(ガストロミー)と広域観光を結合した「ガストロミーツ

リズム」を推進します。中長期的には、美しい環境を守るためにCO<sub>2</sub>を出さないものづくりを推進します。多様性の和である富士山の「和(結合)」のイメージを経済政策に落とし込んだ取り組みなので、フジノミクスと称しています。

## スポーツの聖地、文化芸術のレガシーとして

**松原** 東京2020大会での盛り上げがレガシーとしてどう残していくか、県の取り組みをお聞きください。

**知事** レガシーが本県で根付いたのはラグビーワールドカップ2019の「静岡ショック」でした。本県で開催された東京2020大会自転車競技もレガシーにしていきたいです。サイクルスポーツの聖地を目指す本県にとって、太平洋岸自転車道がナショナルサイクルルートに指定されたのは追い風です。

**松原** 国際大会の誘致も期待できそうですね。

**知事** ラグビーワールドカップ2019と東京2020大会の成功、またサッカー、野球、卓球などスポーツが盛んなことを背景に、「スポーツコミッション推進本部」を立ち上げます。オリンピック憲章は「オリンピックは、スポーツと文化、教育と融合させ、生き方の創造を追求するもの」と定めており、2012年のロンドン大会で文化プログラム「カルチュラル・オリンピックアード」が成功したことに倣い、本県独自の文化プログラムを実施し、それをレガシーにするために昨年「アーツカウンシル」を設置しました。静岡をスポーツの聖地、文化芸術の花咲く地域として、官民一体となって、文化とスポーツの新たなレガシーを築きます。

## しずおか型特別自治市で新たな地方活躍時代へ

**松原** 今年は県の新たな総合計画が策定されます。県の将来像について、また「コロナ禍」で迅速な対応が求められるデジタル化の推進につ

いて、取り組むをお聞きください。  
**知事** 2018年から2027年までの10年間を計画期間とする「静岡県の新ビジョン」は、前半の4年間の基本計画が今年3月で終了します。後半の残り6年間の計画を4年間に前倒して完遂することを目指し、富国有徳の美しい「ふじのくに」づくりの総仕上げの道筋を明確にします。

新型コロナウイルスによって分散型国土の形成が求められています。過密の大都市から地方が活躍する時代への転換点です。岸田総理の「デジタル田園都市国家構想」に注目しています。デジタル環境を整備すれば、豊かな県の中でも仕事ができます。社会の各分野でのデジタル化を推進し、「デジタル田園都市」のスーパー特区(仮称)の指定を目指し、働きやすさ暮らしやすい地域社会を実現します。

**松原** 浜松市と静岡市、二つの政令指定都市との関係はどうなっていますか。

**知事** 浜松市長が「しずおか型特別自治市」を目指すと言いました。市長の意向を実現するため、県庁の分庁化の検討を始めた。浜松・静岡の両政令市の自治権を尊重しつつ、両市に属さない地域の振興を図るために分庁化を進め、そこを拠点に県上の均衡ある発展につ



## 熱海市土石流災害から半年を迎えて

令和3年7月3日に熱海市で発生した土石流災害から、1月3日で半年となります。改めて、被害に遭われた方々にお見舞い申し上げます。また、亡くなられた方のご冥福をお祈りするとともに、ご家族の皆さまに心からお悔やみ申し上げます。被災地での救出救助活動には、県外の警察、消防、自衛隊から、多くの隊員を派遣していただきました。また、県内外から多数のボランティアにご協力いただきました。国内外から多くの義援金をいただきました。皆さまのご支援に厚くお礼申し上げます。県は、生活再建支援をはじめとした被災者支援活動を継続するとともに、国や市と連携した災害復旧のさらなる進捗を図り、被災地の一日も早い復旧・復興に引き続き努めてまいります。

### 救出救助活動にご支援いただいた警察・消防・自衛隊

- ◆警察(県外災害派遣隊): 延べ約4400人
  - 北海道警察、宮城県警察、福島県警察、滋賀県、栃木県警察、群馬県警察、埼玉県警察、千葉県警察、神奈川県警察、新潟県警察、山梨県警察、長野県警察、富山県警察、石川県警察、岐阜県警察、静岡県警察、愛知県警察、三重県警察、滋賀県警察、京都府警察、大阪府警察、兵庫県警察、奈良県警察、和歌山県警察、岡山県警察、広島県警察、山口県警察
- ◆消防(緊急消防援助隊): 延べ約7800人
  - 徳島県大隊、香川県大隊、新潟県大隊、東京都大隊、神奈川県大隊、山梨県大隊、長野県大隊、静岡県大隊、愛知県大隊、近畿圏大隊
- ◆自衛隊: 延べ約9700人 (離上自衛隊)
  - 第34普通科連隊、第10師団司令部、第1師団司令部、第32師団連隊、第1独立支援隊、第1施設大隊、第1飛行隊、第128地区隊、第413合同隊、陸上自衛隊
  - (航空自衛隊): 中隊航空隊、中隊航空隊特別隊、第1航空隊
- ◆ボランティア: 個人 延べ1228人、団体 延べ約30団体
  - 復旧などにご協力いただいたボランティア、寄せられた義援金
    - ◆義援金: 5億73万3964円(令和3年11月末時点)
    - ◆義援金: 5億73万3964円(令和3年12月6日時点)



マークのないものは原則無料です
マークのない講座・講演会や催し・相談会は、直接会場へお越しください
郵便番号だけのものは、所在地なしで届きます

情報ひろば

お知らせ

第11回戦没者等の遺族に対する特別弔慰金の請求受付

国として弔慰の意を表すため、戦没者などのご遺族に特別弔慰金を支給
請求は、各市町協議担当課で受け付けています。詳細は県地域福祉課へお問い合わせください

戦没者名などの三親等以内親族(死亡当時)のうち最優先順位者1人(一部要件あり)
※遺族年金などの受給者(戦没者等の配偶者など)がいる場合は、未請求の方のみ
各各市町協議担当課、県地域福祉課
☎054(221)3625
☎054(221)2864

蜜蜂飼育届のお願い

蜜蜂を飼育されている方は法により毎年、届け出が必要で
飼育届を飼育されている方
☎1/31(日)必着 県民局
住所・氏名・蜜蜂の飼育計画などを郵送、持参で住所を管轄する家畜保健衛生所

※郵送先は県庁をご覧ください
県民局畜産課
☎054(221)2707
☎054(273)1123

定期報告提出のお願い

家畜を飼養されている方は法により毎年、報告書の届け出が必要で
牛、豚、鶏などを1頭、1羽以上飼養している方
☎1/15(金) 締切→6/15(水)

消費生活
県民局
定期報告書を郵送、持参で調査地を管轄する家畜保健衛生所
※郵送先は県庁をご覧ください
県民局畜産課
☎054(221)2708
☎054(273)1123

「はたちの献血」キャンペーン

冬は献血者が少なく、血液が不足しがちです。「はたちの若い若さまを中心に献血へのご理解とご協力をお願いします。会場は、十分に新型コロナウイルス感染症対策を行っています

県庁畜産課
☎054(221)2411 ☎054(221)2199

ノロウイルスによる食中毒の予防

ノロウイルスによる食中毒は冬季に多発します。調理の前、トイレの後などは、石けんを使った2度手洗いで食中毒の予防に努めましょう

県衛生課
☎054(221)3708 ☎054(221)2342

しずおか県民カレッジで学ぼう!

スマホ講座や健康・料理講座など、市町や大学・NPO法人などが主催する講座です。一定時間以上講座を受講すると、「ふるさと学生」などの称号が授与されます
詳細は「しずおか県民カレッジ」
まなぼうとは、その他の生涯学習に関する県内の講座・イベント情報も多数掲載!!
※「生涯学習」とは、生涯にわたって学校や職場だけでなく、レクリエーション・趣味などでさまざまな場や機会において、自らが学ぶことです
県総合教育センター企画・ICT推進課
☎0537(24)9715
☎0537(24)9748

あなたは大丈夫? ネット依存度チェッカー

気がつくかと思っていたよりも長い時間インターネットをしていたことはありませんか? スマホやタブレットで簡単にネット依存度リスクがチェックできます。判定結果はあくまで目安ですが、ご家庭でのネット利用のルール作りや、生活習慣を見直すきっかけとしてください
※子ども向けですが、一般の方も利用できます
県社会教育課
☎054(221)3305
☎054(221)3362



不審者情報をメールでお知らせ エスピーくん安心メール

子どもや女性に対する不審者情報や、防犯対策のポイントなどをお知らせします。配信情報や対象地域は選択可能です
空メールを送付で
※QRコードから簡単にメールを送れます
県警察本部人身安全対策課
☎054(271)0110
☎054(271)7255
E sp-m@anzen.police.pref.shizuoka.jp



新型コロナウイルスに負けない健康づくりで新年を元気にスタート!

「新・健康生活」のススメ①

おうち時間で始める! 「新・健康生活」

コロナ禍でおうちで過ごす時間が増えた今、健康習慣を身につけるチャンスです! 「新・健康生活」6つのススメをご紹介します!



運動



食事



禁煙



飲酒



睡眠



健診・検診



▶▶ 次回もお楽しみに!

毎日10分の身体運動のススメ

在宅勤務や、外出自粛の影響などで、運動不足を感じることはありませんか?
おうちで簡単! 「デイ・バイ・デイしずおか」で健康づくりはいかがでしょうか?
ゆったりとした動きの中で全身の筋肉を動かす体操です。足腰の強化、姿勢の保持、バランス能力・柔軟性の向上につながります。

今日のPickUp!

体操の一部をご紹介します!

静岡ならではの風景を楽しい体操にしました!



富士山

富士山の稜線を擦りて重心移動



体の軸を感じて大きな富士山



膝伸ばし



ふくらはぎ伸ばし

【問い合わせ】 県健康増進課 ☎054(221)2779 ☎054(221)3291

発熱などの症状があれば...かかりつけ医に電話して受診を! 受診先にお困りの方は下記にご相談ください。

静岡県発熱等受診相談センター (静岡市・浜松市を除く)
☎050(5371)0561 ☎054(281)7702

静岡市保健所 ☎054(249)2221 (静岡市在住の方)

浜松市保健所 ☎0120(368)567 (浜松市在住の方)

新型コロナウイルス後遺症調査

新型コロナウイルスにかかって4週間以上たっても症状が残っていた方、今も症状が残っている方は、困からアンケートにご協力をお願いします。
1/31(月)までに回答をお願いします

県新設1 コロナ対策企画課
☎054(221)2459
☎054(221)2261

健康福祉部メールマガジン

いきいき生活応援 登録者募集中!

健康や福祉に関するイベントなどのお知らせをメールで配信しています。ぜひご登録ください!
県健康福祉部企画政策課
☎054(221)3357 ☎054(221)3264
E kentoku\_kikaku@pref.shizuoka.lg.jp

いろいろな事が次々起きた2021年。人の温かさを感じる年でもありました。県民だよりを見て、私に出来ることをし、静岡県を大切に、誇りある県にしたいです。
熱海市 多田さん
WEB県民だよりでパルーンアートの写真を見ました。淡い色彩とキラキラした光がとてもきれいで素敵でした。コロナ禍で疲れ切った心にほっと灯がもった気がしてうれしくなりました。
浜松市西区 竹田さん

静岡の名所を回るプラン、今まで見たことのない風景に出会えそうな気がします。休日に家族で行きたいなと思います。
島田市 古川さん
【編集部から】明けましておめでとうございます。今年も県民だよりをよろしくお願いたします。私も、この年の「新・健康生活」のススメで紹介している体操を生活に取り入れて、一年を健康で過ごしたいと思います。

県民のこえ 県民の皆さんから寄せられたご意見を回答しています。その一例をご紹介します。


ご意見 動物管理指導センターは何をしている部署なのか教えてほしい。
回答 動物管理指導センターは、県の動物愛護管理行政の中核を担っています。命の大切さや適正な飼育について伝える動物愛護啓蒙などの啓蒙事業、保健所で保護された動物を飼育し譲渡する、命をつなぐ事業、動物から人へうつる感染症や動物愛護のための調査研究などを行っています。
その他の事例は、県庁でご覧いただけます。
静岡県 県民のこえ (検索)

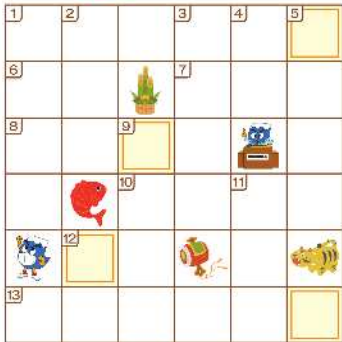
困ったな...どこへ相談したらいいんだろう?
あなたの困りごとに応じた専門の相談窓口をご案内します
相談窓口案内
☎054(221)2292(ふじのくに)
平日8時30分~18時

県政へのご意見をお待ちしています
県民のこえ担当へ
県庁の全課(室)、県のすべての出先機関には、それぞれの県民のこえ担当者がおりますので、お気軽にどうぞ
広聴広報課県民のこえ班(広聴担当窓口)へ
〒420-8601 県広聴広報課県民のこえ班あて
☎054(221)2235 ☎054(254)4032
E koe@pref.shizuoka.lg.jp

# 新春 クロスワードパズル

問題

一年のスタートに、クロスワードパズルで頭の体操をしてみませんか。タテ、ヨコのカギを解いて、の4文字を並べ替えると、ある言葉になります。さて、何でしょう。



## タテのカギ

- ①新型コロナウイルス感染症に関する皆さんからの疑問に県健康福祉部の後藤参事が動画で答える「○○○○!後藤参事」
- ②相撲取のこと
- ③酢や香辛料などの調味液に野菜などを漬け込んだ保存食。西洋風の漬物
- ④物の表面のこと。「上っ○○」
- ⑤これが出ると誰かがうわさをしているのかも。回数によって、うわさの内容が違うという説も
- ⑥今年のNHK大河ドラマ「○○○○殿の13人」の主人公 北条義時は、静岡県とも関わり深い人物
- ⑦中学生が静岡県の未来を考え県や県政に関心を高める 県民の日の行事「○○○県議会」。2面をチェック!!
- ⑧60秒ごとの時間の単位

## ヨコのカギ

- ①昨年、東京を中心に開催された国際的なスポーツの祭典。県内で自転車競技が行われました
- ②春、夏、秋、冬のこと
- ③一日一日を過ごしていくこと。コロナで急激に変化した人も
- ④倫理的・道徳的という意味。今年はこの視点で、人や社会、環境に配慮した消費行動をしませんか(ヒントは6面)
- ⑤新聞や雑誌、ラジオ、テレビなど不特定多数の 대중に大量の情報を伝達することや、その媒体
- ⑥愛称は「ぶじのくに○○○産品」。障害のある人が働く 県内の福祉サービス事業所で作る授産品のこと
- ⑦個人や団体同士で情報を伝えるための電話などのネットワーク。以前は小学校などでよく使われました



正解者の中から抽選で、A・B・C・Dの賞品をそれぞれ10人の方にプレゼントします。※写真はイメージです。

**A** めざっつとまるごと にんじんジュース (9本セット)

「三島にんじん」100%のジュース。ニンジン臭さがなく、ニンジン嫌いの方にもお薦め

(株)東平商会  
☎055(986)8635 ☎055(986)8670



**B** 静岡しらすのパスタソース (ペペロンチーノ風、ピネガー・ジンジャー風、トマトバジル風)

茹でたパスタにそのままあえるだけで、いろいろな料理にアレンジも

(株)マルカイ  
☎054(259)2329 ☎054(259)8893



**C** 季咲亭・静岡めんま

放任竹林の幼竹を使った、地球環境に優しいめんま

(株)季咲亭  
☎054(262)0267 ☎054(262)0268

**D** ふじっぴーのランチバッグとハンカチ

NPO法人 オールしずおかベストコミュニティ  
☎054(251)3515 ☎054(251)3516



### 応募方法

クイズの答え、ご希望の賞品(※B・C・Dのいずれか)、郵便番号・住所・氏名・年齢・性別(任意)・職業・電話番号をハガキ、Eメール、インターネット版県民だよりの入力フォームで、今月号の感想やご意見、新型コロナウイルス感染症について取り上げてほしい話題などもぜひお書き添えください。

※応募は「みんなの広場」でご紹介する場合があります。匿名を希望される方は、「匿名希望」と明記ください。※個人情報等は賞品の発送と読者同士の調査のために使用します。

**応募先** / 〒420-8691 静岡中央郵便局私書箱第1号県民だよりクイズ係  
**Eメール** : quiz@pref.shizuoka.lg.jp

**応募期限** / 令和4年1月15日(土)必着  
※当選者の発表は発表の発注をもって代えさせていただきます。

**12月号の答え** : 応募総数は1474通でした。正解者の中から20人の方に(3)メディア「イジシカ」のソーセージと伊豆蓮のハム」をお送りします

**プレゼント応募入力フォーム**



編集・発行 / 静岡県広報紙 420-8601 静岡市葵区追手町9-6 ☎054(221)2231 054(254)4032 掲載記事・写真の無断転載を禁じます。

## ご存じですか? B型肝炎給付金

☑ B型肝炎ウイルスに感染している  
☑ 昭和16年7月2日～昭和63年1月27日生まれ

上記2つとも当てはまる方は、国から給付金を受けられる可能性があります。対象者から母子感染した方や、ご遺族(相続人)も対象となります。ただし給付金を受け取るには対象者から国へ請求する必要があり、請求には期限があります。早めの準備をご検討ください。対象者になりそうかどうかは、**無料電話相談**で確認できます。お気軽にお電話ください。

**無料電話相談** (平日9時～17時30分)  
**0120-918-862**

死亡・肝がん・3600万円  
肝硬変(重症)・2500万円  
慢性B型肝炎・1250万円  
※その他症状に応じて支給

## 自動車事故の被害にあわれ、損害賠償の問題でお困りの方へ

中立 公正 無料

### まずは、お電話でご予約を!

# 054-255-5528

■センターの弁護士が中立公正な立場で紛争解決のお手伝いをいたします。(センターは無料で御利用できます)

詳しい内容は当センターホームページに掲載しています。  
<https://www.jcstad.or.jp/>

公益財団法人 交通事故紛争処理センター 静岡相談室  
静岡市葵区黒金町11-7 大樹生命静岡駅前ビル4階



## 65歳以上 一人暮らし シニアの方々へ

静岡県内におひとり暮らししている、親族には頼りたくない・迷惑をかけたくない。そんな方々のお悩みをタスカルが解決いたします。

もしもの時の **5つの安心**

- 1. 身元保証支援**  
入院や福祉施設へ入所時の身元保証人・連帯保証人・身元引受人を引き受けます。
- 2. 生活支援**  
日々の安否確認や、日常生活上での困り事を幅広くサポート致します。
- 3. 万一の支援**  
24時間365日対応しており、緊急時の駆けつけやご逝去後の各種手続きを行います。
- 4. 葬儀・納骨支援**  
生前のご意思に基づき、葬儀と納骨をします。お元氣なうちにご意向をお申し付けください。
- 5. 法律支援**  
公正証書遺言の作成や成年後見申立て、不動産の売却、金銭管理等を協力している静岡県内の弁護士や司法書士と一緒にお手伝いします。

私たちが家族代わりに なって安心を届けます

一般社団法人タスカル | 資料(無料)請求、お問い合わせは電話・ハガキで

**電話** 受付時間 9:00~18:00 ☎054-293-6115 ☎053-451-6082 ☎055-928-6845

**ハガキ** 静岡事務所 〒420-0013 静岡市葵区八千代町 1-430-0926 浜松市中央区御山町1091 〒410-0892 沼津市泉町5-24-9やちよビル3階 沼津事務所 〒410-0892 沼津市泉町5-24-9やちよビル3階 沼津事務所 〒410-0892 沼津市泉町5-24-9やちよビル3階 沼津事務所 〒410-0892 沼津市泉町5-24-9やちよビル3階