

令和元年度第9回東区協議会 次第

日時：令和元年12月17日（火）午後1時30分から

会場：東区役所 31、32 会議室

1 開会

2 会長あいさつ

3 議事

地域課題について

- ・委員会報告
- ・防災マップなどの災害情報の取得方法

4 その他

(1) 東区の取り組み

(2) その他

(3) 1月の開催予定 令和2年1月31日（金）午後1時30分から

会場：東区役所 3階 31、32 会議室

5 閉会



区協議会の開催日程（12 月）について

このことについて、次のとおり区協議会が開催されますのでお知らせします。

協議会名	回数	日時	場所	会議内容(予定)	傍聴定員	問合せ先
中区協議会	-	-	-	-	-	中区役所 区振興課 TEL:457-2210
東区協議会	第9回	12月17日 (火) 13:30~	東区役所 3階 31・32会議室	・地域課題について ・その他	10人程度 (先着順)	東区役所 区振興課 TEL:424-0115
西区協議会	第8回	12月18日 (水) 13:30~	浜松市防災 学習センター	・浜松市防災学習センター見学 ・その他	5人程度 (先着順)	西区役所 区振興課 TEL:597-1112
南区協議会	-	-	-	-	-	南区役所 区振興課 TEL:425-1120
北区協議会	-	-	-	-	-	北区役所 区振興課 TEL:523-1168
浜北区協議会	第9回	12月26日 (木) 13:30~	浜北区役所 3階 大会議室	・地域課題について ・その他	10人程度 (先着順)	浜北区役所 区振興課 TEL:585-1141
天竜区協議会	第9回	12月24日 (火) 14:00~	天竜区役所 2階 21・22会議室	・(諮問)浜松市春野犬居スポーツ広場・浜松市春野熊切スポーツ広場の廃止について ・(諮問)浜松市旧天竜地域自治区ふるさとづくり事業基金の廃止について ・(協議)天竜区協議会団体推薦委員の公共的団体等の選定について ・地域課題について ・その他	5人程度 (先着順)	天竜区役所 区振興課 TEL:922-0013

市民部 市民協働・地域政策課 担当：増田
TEL 457-2094

浜松東署管内の交通事故日報

1 発生状況

(令和 1年11月30日分)

区分	当日			当月累計			当年累計		
	件数	死者	傷者	件数	死者	傷者	件数	死者	傷者
当年	3		7	194	1	260	2,117	5	2,813
増減	-7		-4	-22		-10	-373	-1	-446
率	-70.0		-36.4	-10.2	0.0	-3.7	-15.0	-16.7	-13.7

2 路線別

区分	当日			当月累計			当年累計			
	件数	死者	傷者	件数	死者	傷者	件数	増減	死者	傷者
国道				39	1	51	482	-73	1	695
主要地方道				15		19	153	-40	1	204
一般県道				25		36	272	-34		332
市町村道	3		7	101		136	1,069	-197	3	1,395
その他				14		18	141	-29		187

3 市区町別

区分	当月累計			当年累計					
	件数	死者	傷者	件数	増減	死者	増減	傷者	増減
浜松市									
中区	15		22	160	-25			217	-6
東区	116	1	155	1280	-213	3	1	1704	-260
南区	63		83	677	-135	2	-2	892	180

4 当事者別件数 (第1当)

区分	当日	当月	当年	増減数
大型車		3	42	-4
中型車		3	31	-13
準中型車		3	56	11
普通車	3	173	1,852	-332
二輪車		6	65	-14
自転車		5	61	-13
歩行者			1	-2
その他				

注：不明は除く

5 居住地別件数 (第1当)

区分	当日	当月	当年	増減数
管内	1	114	1,086	-222
管内	2	75	888	-127
管外		4	87	-21

注：不明は除く

6 年齢別件数 (第1当)

区分	当日	当月	当年	増減数
15歳以下		2	16	
16～19歳		9	92	-29
20～24歳		22	262	-41
25～29歳		10	178	-74
30～39歳	1	30	376	-20
40～49歳		27	387	-71
50～59歳	2	38	313	-28
60～64歳		18	117	-21
65歳以上		37	367	-84
不明		1	9	-5

7 事故類型別件数

区分	当日	当月	当年	増減数
人対(背)面通行中			14	-1
横断中	横断歩道		6	25
	その他		4	31
その他		2	42	-3
小計		12	112	-18
正面衝突		2	14	-1
追突	2	82	876	-177
出合頭	1	56	668	-114
追越すれ違い時		2	14	1
その他	右左折時		16	185
	その他		18	202
小計	3	176	1,959	-337
車両単独		6	46	-18
踏切				
合計	3	194	2,117	-373

8 各種事故別

区分	当日累計			当月累計			当年累計					
	件数	死者	傷者	件数	死者	傷者	件数	増減	死者	増減	傷者	増減
幼児				1		1	30	-5			33	-4
園児				3		3	28	-4			29	-8
小学生				9		11	87	-3			100	-5
中学生				4		4	31	-12			32	-10
高校生				16		13	96	-10			90	-11
高齢者	1		1	62		42	601	-97	1		371	-26
高齢運転				37		49	353	-87		-1	462	-106
歩行者				12		12	112	-19	2		110	-19
自転車				24		24	265	-34		-1	259	-35
原付車	1		1	12		13	111	-21	2	2	113	-32
自二車				11		12	108	-28			126	-27
ヤング				29		35	335	-60	1	1	447	-84
若者起因				39		49	512	-133	1	1	705	-152
初心者				7		7	87	-16			119	-17
無免許							4	-2			7	-2
飲酒							7	1		-1	10	2
交差点	1		1	79		96	853	-131	3		1,088	-215

出前講座(和田地区自治会連合会)

風水害への備えについて



写真:平成30年度西日本豪雨 広島県竹原市



東区振興課

目次

1. 水害の被害想定
2. 災害時の情報入手
3. 避難(命を守るために)
4. 台風が来る前に
5. 日頃からの備え



1. 水害の被害想定

安間川のハザードマップ



浸水がひどい地域
ではここまで水が
来るかも・・・

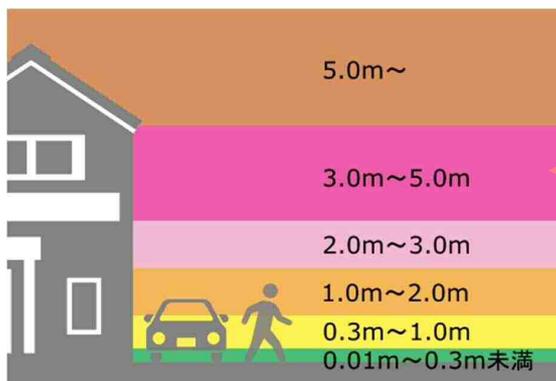
《過去の浸水被害(S49~H10)》

- ・ 概ね2年に1回程度の頻度で浸水被害が発生。
- ・ 大半は、排水路の雨水が、安間川に流れずに溜まってしまう内水氾濫。
- ・ 特に昭和50年10月の水害は台風13号の豪雨によるもので、3時間の間に147.5mmの降雨が観測され、一般資産の被害は約3億円

3

1. 水害の被害想定

天竜川のハザードマップ



浸水がひどい地域
ではここまで水が
来るかも・・・

→一般の住宅(木造2階建て)の2階への避難では、安全確保が難しい。

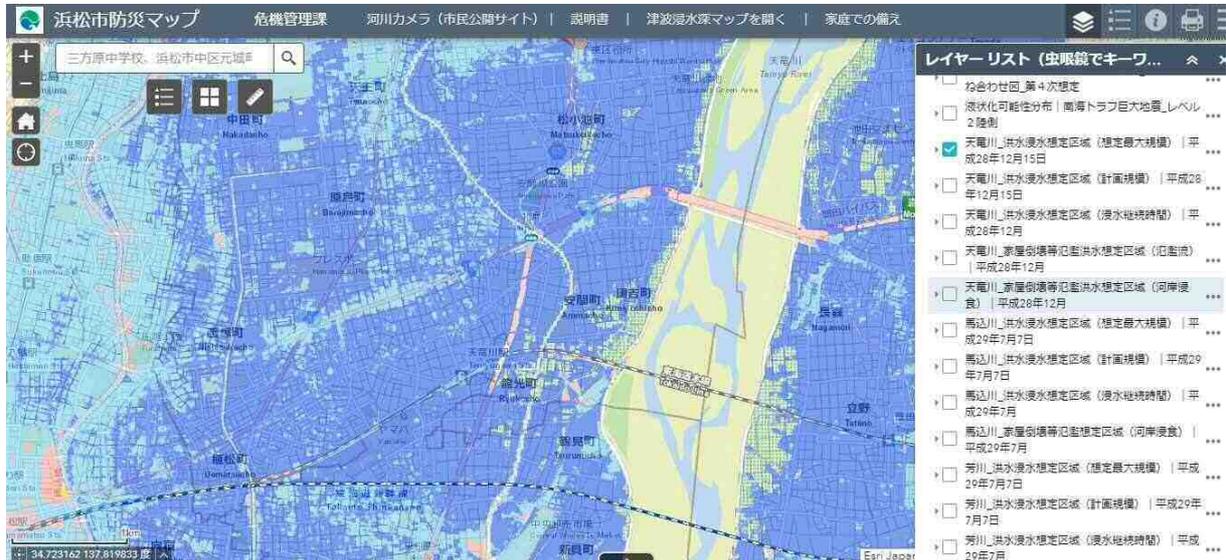
鉄筋コンクリート造りの3階建て以上の建物に避難する。
時間があれば、標高の高いところへ避難する。

必ずハザードマップで被害想定を確認！！

4

1. 水害の被害想定

地域の被害を把握するために
浜松市防災マップを確認！！



5

2. 災害時の情報入手

災害から命を守るためには

- ・いち早く情報を入手する。
- ・日頃から、被害想定や避難所(緊急避難場所)の場所を確認しておく。
- ・情報手段の特性を把握して、自分で入手できる情報手段を確保する。
- ・停電でも使用可能な情報手段を確保する。

情報手段の種類

- (1) インターネット
 - (2) テレビ(データ放送はNHK、SBS)
 - (3) メール
 - (4) ラジオ
- など



© dat 6

2. 災害情報の入手

(1) インターネット

「浜松市防災マップ」

→「緊急情報が発令されている地域」「開設中の緊急避難場所」「通行規制中の道路」などが確認できます。

「浜松市土木防災情報システム」

→「河川水位」「雨量計の情報」「河川ライブカメラ映像」が確認できます。

「サイポスレーダー」(静岡県)

→「天竜川、馬込川、芳川、安間川などの水位・雨量」「河川のライブ映像」「注意報・警報」などが確認できます。

「防災気象情報」(気象庁)

→「河川水位・雨量」「全国・中部地方の雨量データ」「注意報・警報」などが確認できます。

7

2. 災害情報の入手

(2) ラジオ

「FM HARO! (エフエム ハロー)」 周波数: 76.1MHz

→コミュニティFMとして、日頃から地域に密接した情報を発信しています。災害時は浜松市から最新の災害情報、避難所開設情報などを発信します。

(3) メール

「浜松市防災ホッとメール」

→登録された方の携帯電話などに「緊急情報」「気象情報」などを電子メールで配信するサービスです。

「緊急速報メール(エリアメール)」

→危険が迫っている場合に、お手元の携帯電話へ、避難情報等を発信します。登録手続きは不要ですが、対応していない機種もありますので、わからない場合は、販売店等にお問い合わせください。

8

2. 災害情報の入手

(4) テレビ

「dボタン」(NHK・SBS)

→テレビのデータ放送から地域の情報を得ることができます。

テレビのリモコンに付いている「dボタン」を押してデータ放送を見ると「河川の水位の情報」「気象警報・注意報」「開設した緊急避難場所」などが確認できます。



9

2. 災害情報の入手

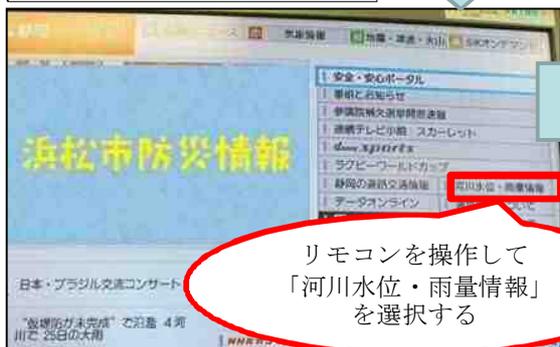
河川の様子はdボタンで確認！！



チャンネルを「NHK」もしくは「SBS」に合わせてください

dボタンではその他に

- 避難所の開設状況
- 警報の発令状況
- 今後の降水量予想などが分かります。



10

2. 災害情報の入手

おねがい!

風雨が激しい時や、川が増水しているときに、川や田畑の様子を見に行くことは、大変危険です。行かないでください。
インターネットやテレビで安全に情報を入手してください。

停電に備えて!

水害時は停電が起きやすいです。
停電でも使える情報手段
(例) 携帯電話の乾電池式充電器
手回し式充電器付きのラジオ
などを用意しましょう!



11

3. 避難(命を守るために)

警戒レベル	避難の情報など	命を守る避難行動など
警戒レベル5	災害発生情報	すでに災害が発生している状況です。命を守るための最善の行動をとりましょう。
警戒レベル4	避難勧告 避難指示(緊急) 市が発令	速やかに安全な場所へ避難をしましょう。 ※避難先は最寄りの緊急避難場所に限りません。 より安全な道を通って行ける別の緊急避難場所や、知人・親戚宅なども選択肢の一つです。 ※事前に自宅、学校、会社周辺の危ない場所を防災マップなどで確認しておきましょう。 防災マップ▶ 市HP▶ 防災マップ▶ 検索▶
警戒レベル3	避難準備・高齢者等避難開始	お年寄り、体の不自由な人、子供など避難に時間がかかりそうな人やその支援者は、避難を開始しましょう。その他の人は、避難の準備を整えましょう。
警戒レベル2	洪水注意情報 大雨注意情報	避難に備え、自らの命を守る避難行動を確認しましょう。
警戒レベル1	早期注意情報	気象情報などの最新情報に注意しましょう。

重要!

危険を感じたら、警戒レベルに関係なく、早めに避難しましょう。

その他の人たち

↓
警戒レベル4の段階で、安全な場所へ避難しましょう。

↓
お年寄りや、体の不自由な人、子供などや、その支援者

↓
警戒レベル3の段階で、安全な場所へ避難しましょう。

12

3. 避難（命を守るために）

「避難行動」とは？

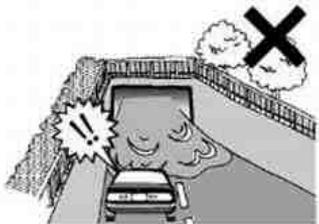
＝少しでも安全な場所へ移動して
命を守ること。安全を確保すること。

※自宅の2階などできるだけ高いところや、安全な隣家などへ移動することも、避難行動です。

避難所へ避難するのも一つの選択肢ですが、風雨が激しい時、浸水が始まっている時、夜間で暗い時に、自宅から避難所へ行くことは大変危険です。

13

3. 避難（命を守るために）

<p>危険な場所には近づかない</p>  <p>・水ざわは滑りやすく大変危険 ・増水した河川には絶対に近づかない</p>	<p>動きやすい服装・最低限の荷物</p>  <p>ヘルメット リュックサック (非常持出品など) 長そで 草手 長ズボン 運動靴</p> <p>・避難する時は動きやすい服装で、最低限の荷物にする ・長靴は水が入ると歩きづらくなるため、運動靴をはく</p>	<p>車は控えて歩いて避難</p>  <p>・車はタイヤが隠れるくらいの水深で浮き始めるため危険 ・また洗滞の原因となるため、避難行動要支援者の搬送など、必要な時以外は使用を控える</p>
<p>避難する時は2人以上で行動</p>  <p>・隣近所で声を掛け合うなどして、2人以上で避難する</p>	<p>浸水箇所の歩行は注意</p>  <p>・濁った水で足元が見えず危険 ・マンホールや側溝を車などで確認しながら歩く</p>	<p>地下道に注意</p>  <p>・浸水しやすい地下道などの通行は避ける</p>

14

3. 避難（命を守るために）

（参考）

風水害時に東区が開設する避難所（緊急避難場所）

条件 ①概ね中学校区に1箇所程度

②なるべく河川から離れていて、浸水被害の少ない場所

→和田地区では、和田小学校、中ノ町小学校

注意！

- ・警報が発令されていても、緊急避難場所を開設しない場合があります。詳しくは、市のホームページ、防災ホットメール、テレビなどをご確認ください。
- ・開設される避難所（緊急避難場所）は、変更される場合があります。
- ・安全に避難できるならば、和田小・中ノ町小以外の避難所でもOKです。

15

4. 台風が来る前に

被害を防ぐため、事前に対策しましょう！！

- ①窓ガラスに飛散防止フィルム
や養生テープを張って補強する
- ②雨戸を閉める
- ③周囲の側溝や排水溝をきれい
にして水はけを良くする
- ④風で飛びそうなものは固定、もしくは
家の中にしまう。



16

5. 日頃からの備え

- ①地域の水害時の被害想定、危険個所、避難所（緊急避難場所）の場所などを確認しておく。
- ②地域（自治会等）の水害時の体制を確認しておく。
- ③地域の人達と協力できる関係をつくる。
- ④水害時の情報入手手段、避難場所（自宅含む）、避難方法、家族との連絡方法などを決めておく。
- ⑤備蓄品（水・食料・服薬している薬・携帯トイレなど）の準備する。

※停電の備えも大切



17

風水害・土砂災害時の避難の心得

① 避難は自ら判断する

避難行動は、住んでいる場所や家族の状況により一人ひとり異なります。様々な状況から自ら危険を判断して、早めに避難しましょう。

特に、土砂災害の危険がある場所に住んでいる人や、家族に高齢者などの避難行動要支援者がいる場合は、早めの避難を心掛けましょう。

自宅の危険性
土砂災害の危険がある
家族構成
高齢者や乳幼児がいる など

テレビ・ラジオからの情報
大雨警報
土砂災害警戒情報 など

浜松市からの避難情報
避難勧告
避難指示（緊急）など（下表参照）

周囲の状況
夜間で見通しが悪い
周囲で外出が危険
浸水が始まっている など

避難行動を判断



② 命を守る行動をとる

夜間や浸水が始まっている時などに避難所へ向かうとかえって危険です。

避難する上で大切なことは「命を守る」こと、「安全を確保する」ことです。災害の状況に応じ、最善の方法を考え、避難行動を始めましょう。

避難行動とは・・・

1 命を守るための避難



例
え
は

- ・自宅の2階などできるだけ高い所へ移動
- ・知人宅や集会所など、身近で安全な場所へ移動

2 自宅で生活できない時の避難



避難所へ行く

18

「東区の取り組み」で使用した資料は以下のものです。

パンフレット：

はままつオレンジガイドブック（認知症ケアパス）

下記 URL をご参照ください。

<https://www.city.hamamatsu.shizuoka.jp/kourei/welfare/elderly/nintisyou/care-pass.html>

ホーム > 健康・福祉・子育て > 福祉 > 高齢者の方へ > 認知症 > はままつ
オレンジガイドブック（認知症ケアパス）

浜松市 年齢3階級別人口構成比

※人口は平成31年4月1日現在

区分	0～14歳		15～64歳		65歳以上		計
	人数	構成比	人数	構成比	人数	構成比	
中区	29,602	12.48%	145,468	61.35%	62,046	26.17%	237,116
東区	18,244	13.98%	79,149	60.65%	33,116	25.37%	130,509
西区	14,921	13.48%	65,375	59.07%	30,382	27.45%	110,678
南区	13,245	12.87%	62,029	60.29%	27,606	26.83%	102,880
北区	12,247	13.09%	54,000	57.70%	27,338	29.21%	93,585
浜北区	15,249	15.34%	58,303	58.67%	25,827	25.99%	99,379
天竜区	2,148	7.52%	13,801	48.29%	12,632	44.20%	28,581
計	105,656	13.16%	478,125	59.56%	218,947	27.28%	802,728

注) 構成比は、小数点以下第3位を四捨五入しているため、年齢3区分の合計が100とならない場合があります。

オレンジシール・オレンジメール登録状況

オレンジシール	H30年度末登録者数	R1年9月30日登録者数
中区	240	262
東区	74	79
西区	70	81
南区	84	84
北区	82	92
浜北区	70	79
天竜区	23	36
計	643	713

オレンジメール	H30年度末登録者数	R1年9月30日登録者数
中区	426	478
東区	277	309
西区	283	296
南区	186	210
北区	194	205
浜北区	171	189
天竜区	59	65
市外	60	66
未入力	15	18
計	1,671	1,836

オレンジシール・オレンジメールのお問い合わせはこちら

地域包括支援センター(高齢者相談センター)

区名	施設名	所在地	電話番号 (053)	担当地域
中区	元浜	中区元浜町356	479-1215	北, 曳馬
	鴨江	中区鴨江三丁目70-27	456-3362	西, 梶居, 江西
	佐鳴台	中区佐鳴台三丁目35-21	448-0201	城北, 佐鳴台
	和合	中区和合町555	475-5560	富塚, 萩丘(住吉・和合)
	板屋	中区板屋町697	456-5600	中央, アクト, 江東, 駅南
	高丘	高丘東四丁目43-11	420-6330	萩丘(萩丘中, 葵・高丘)
東区	ありたま	東区有玉南町1436	434-7899	横志
	さぎの宮	東区小池町38-1	432-5151	長上, 笠井
	あんま	東区安間町55-8	423-2701	中ノ町, 和田, 蒲
西区	大平台	西区大平台一丁目34-30	485-2800	入野, 篠原
	和地	西区大山町2893-1	437-2001	庄内, 和地, 伊佐見
	雄踏	西区雄踏町宇布見4080-4	597-0022	舞阪, 雄踏, 神久呂
南区	新津	南区法枝町248-3	444-3333	新津, 可美
	芳川	南区石原町739	426-1503	芳川, 河輪, 五峯
	三和	南区三和町242-1	462-1011	白鷺, 飯田
北区	三方原	北区新都田五丁目12-21	428-6333	都田, 新都田, 三方原
	細江	北区引佐町井伊谷2569	528-2288	細江, 引佐, 三ヶ日
	(三ヶ日支所)	北区三ヶ日町三ヶ日500-1(三ヶ日協働センター内)	528-0788	三ヶ日
浜北区	北浜	浜北区高藪208-2	584-2733	北浜
	しんばら	浜北区新原4092-2	584-1090	浜名, 鹿玉
	於呂	浜北区於呂2519-2	588-5600	中瀬, 赤佐
天竜区	天竜	天竜区二俣町二俣2396-56	925-0034	天竜, 春野
	(春野支所)	天竜区春野町宮川1467-2(春野協働センター内)	983-5000	春野
	北遠中央	天竜区龍山町戸倉711-2(龍山保健センターやすらぎ内)	969-0088	佐久間, 水窪, 龍山
	(水窪支所)	天竜区水窪町奥領家2980-1(水窪協働センター内)	982-0870	水窪
	(佐久間支所)	天竜区佐久間町中部18-11(佐久間協働センター内)	965-0080	佐久間

事業全体についてのお問い合わせ

中区役所 長寿保険課	中区元城町103-2 ☎053-457-2062	北区役所 長寿保険課	北区細江町気筒305 ☎053-523-1144
東区役所 長寿保険課	東区流邊元町20-3 ☎053-424-0186	浜北区役所 長寿保険課	浜北区貴布祿3000 ☎053-585-1123
西区役所 長寿保険課	西区雄踏一丁目31-1 ☎053-597-1164	天竜区役所 長寿保険課	天竜区二俣町二俣481 ☎053-922-0130
南区役所 長寿保険課	南区江之島町600-1 ☎053-425-1542	浜松市役所 高齢者福祉課	中区元城町103-2 ☎053-457-2105

発行 浜松市健康福祉部高齢者福祉課 電話 (053) 457-2105
発行年月 平成31年2月

—認知症の人と家族が地域で安心して暮らせるために—

浜松市オレンジシール・オレンジメール

(徘徊高齢者早期発見事業)

オレンジメール

浜松市オレンジメール

行方不明者情報です。
心あたりのある方は、
〇〇警察署
(TEL000-0000)まで
ご連絡ください。

日時:〇月〇日〇時
場所:〇〇付近
年齢:〇〇歳
性別:男性
特徴:身長165センチ
やせ型
服装:緑色の長袖シャツ
茶色のスポン
オレンジシールNo:★★★★



オレンジシール



●浜松市オレンジシール・オレンジメールとは?

「認知症」はさまざまな原因によって脳の働きが衰える病
気です。その症状のひとつにひとり歩き(徘徊)があります。
浜松市オレンジシール・オレンジメールとは、ひとり歩きに
よりご自宅に帰れなくなった人を警察や行政、地域包括支援
センター(高齢者相談センター)、はままつあんしんネット
ワーク協力事業者、関係機関、地域の方々の力でできるだけ
早く、ご家族の元に帰れるようにする事業です。



出世大名 家康くん



2つの取り組み(オレンジシール・オレンジメール)で 認知症の人を地域で見守り助けます。

どのような
取り組み
なの？

※ひとり歩きのおそれがある
高齢者は
「オレンジシール」を
靴に貼る



家に帰らない
…心配!

ご家族が
警察署に
相談・届出



浜松市から
「オレンジメール」を
協力者に配信



協力者が
地域で搜索協力



発見

よかった。
地域の見守り
があると安心だね。



※自宅等にお住まいの人を対象とします。
若年性認知症と診断された人も含まれます。

●オレンジシールの交付やオレンジメールの配信は、ご家族等の同意、申請のもとに行われます。

●発見された後は、その旨のメールも配信されます。

オレンジシールとは・・・

認知症によりひとり歩きのおそれがある人の靴に貼る登録番号付の反射シールです。
ひとり歩きが心配なご家族等が、お住まいの地域の地域包括支援センター（高齢者相談センター）に相談のうえ、事前に市に登録することで交付されます。



オレンジシール

オレンジメールとは・・・

登録はかんたん・無料!

※メール受信の通信費は別途かかります。

認知症状により自宅に帰れず万が一所在不明となった時、いち早く安全に発見するために、メール配信の登録をした見守り協力者に方不明者情報のメール配信を行い、搜索協力をお願いして情報提供を得るシステムです。搜索時に「オレンジシール」を目印にすることができます。

登録の方法

こちらから登録
いただけます。



登録用QRコード

QRコードを携帯電話のバーコードリーダーなどで読み取り、表示されたURLにアクセスします。

QRコードを読み取れない方は、次のアドレスに直接空メールを送信してください。
「浜松市オレンジメール」登録用アドレス
t-hamamatsu-city.orange@sg-m.jp

登録は簡単

利用者情報を
選択してください。

メールの内容

このようなメールが
届きます。

浜松市オレンジメール
方不明者情報です。
心あたりの方は、〇〇警察署(TEL〇〇〇-〇〇〇〇)までご連絡ください。
日時:〇月〇日〇時〇分
場所:〇〇付近
年齢:〇〇歳
性別:男性
特徴:身長165センチ
髪色:茶色
服装:緑色の長袖シャツ
茶色のスポン
オレンジシール№:★★★★

登録方法や携帯電話の操作方法等に関するお問い合わせは・・・

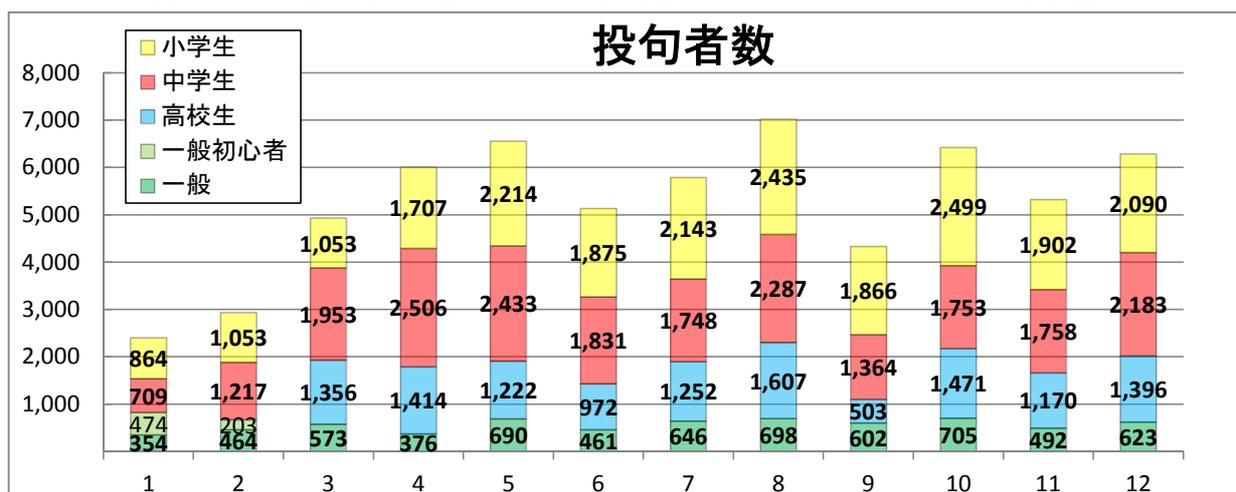
システム管理事業者
バイザー株式会社
ナビダイヤル
0570-055-783
(平日9時00分～18時00分
土日祝日、会社休業日を除く)

できるだけ多くの方がオレンジメールの登録をすることで、
早期発見・事故防止につながります!

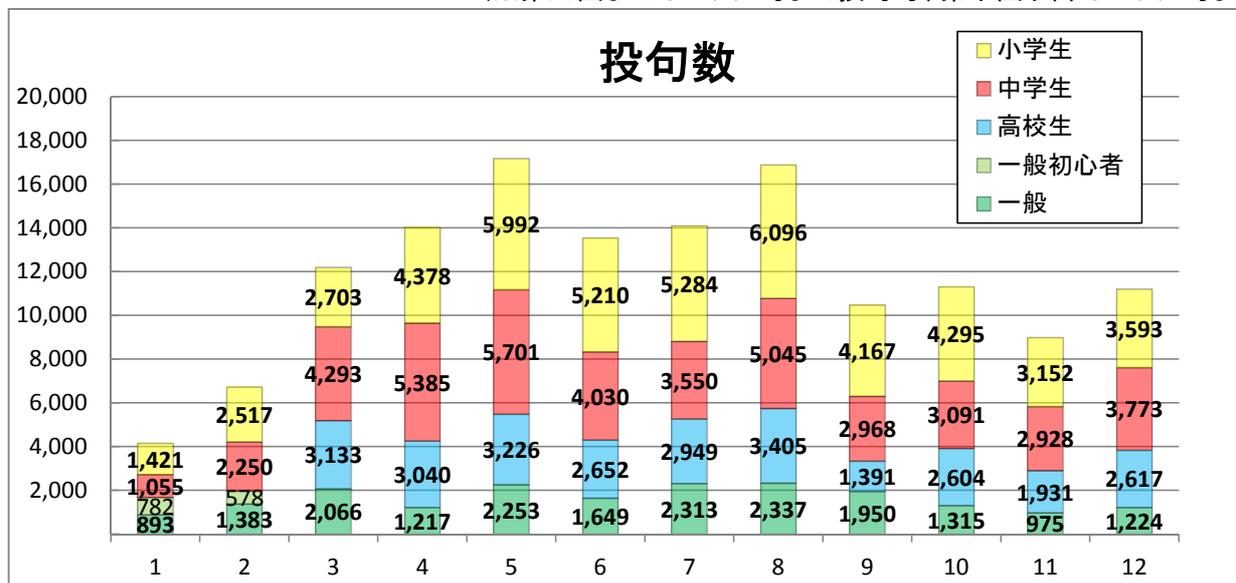
第十二回「十湖賞」俳句大会 投句集計報告書

部門	東区		浜松市内		市外(県内)		県外		合計		
	前回比	投句者数	投句数	投句者数	投句数	投句者数	投句数	投句者数	投句数	投句者数	投句数
一般の部		117	221	200	396	85	168	221	439	623	1,224
前回比		(+36)	(+65)	(-11)	(-25)	(+31)	(+61)	(+75)	(+148)	(+131)	(+249)
高校生の部		309	602	1,066	1,978	21	37			1,396	2,617
前回比		(-135)	(-187)	(+371)	(+889)	(-10)	(-16)			(+226)	(+686)
中学生の部		1,670	2,911	507	850	6	12			2,183	3,773
前回比		(+117)	(+281)	(+305)	(+556)	(+3)	(+8)			(+425)	(+845)
小学生の部		1,658	2,855	428	730	4	8			2,090	3,593
前回比		(-100)	(-48)	(+285)	(+482)	(+3)	(+7)			(+188)	(+441)
合計		3,754	6,589	2,201	3,954	116	225	221	439	6,292	11,207
前回比		(-82)	(+111)	(+950)	(+1,902)	(+27)	(+60)	(+75)	(+148)	(+970)	(+2,221)

第一回から投句者数・投句数の推移 (※一般初心者は2回まで、高校生は3回から設置)



(※第九回までは一人4句まで投句可、第十回以降は一人2句まで)



第十二回「十湖賞」俳句大会 投句集計報告書

1 一般の部

(1) 都道府県別

No.	県名	投句者数	投句数
1	静岡県	402	785
2	北海道	4	8
3	秋田県	2	4
4	山形県	1	2
5	岩手県	2	3
6	宮城県	2	4
7	福島県	5	10
8	埼玉県	13	26
9	栃木県	2	4
10	茨城県	6	12
11	東京都	32	64
12	神奈川県	21	41
13	千葉県	14	27
14	山梨県	1	2
15	新潟県	5	10
16	石川県	2	3
17	富山県	2	4
18	福井県	1	2
19	長野県	7	14
20	愛知県	20	39
21	岐阜県	7	16
22	三重県	3	6
23	滋賀県	7	16
24	和歌山県	2	3
25	京都府	3	6
26	大阪府	6	13
27	奈良県	3	6
28	鳥取県	2	4
29	兵庫県	10	19
30	岡山県	5	9
31	広島県	1	1
32	山口県	2	4
33	香川県	3	8
34	徳島県	2	3
35	愛媛県	5	10
36	高知県	1	2
37	福岡県	5	10
38	佐賀県	1	2
39	長崎県	4	8
40	大分県	2	4
41	熊本県	1	2
42	宮崎県	1	2
43	鹿児島県	2	4
44	不明	1	2
計		623	1224

(2) 県内市区町村別

市内	区名	投句者数	投句数
1	東区	117	221
2	中区	58	116
3	西区	45	90
4	南区	33	65
5	北区	20	40
6	浜北区	30	57
7	天竜区	14	28
計		317	617

市外	市名	投句者数	投句数
1	湖西市	6	11
2	磐田市	19	37
3	袋井市	7	13
4	周智郡森町	3	6
5	掛川市	10	22
6	御前崎市	3	6
7	焼津市	2	4
8	藤枝市	4	8
9	静岡市	10	20
10	沼津市	4	8
11	富士市	2	4
12	御殿場市	3	6
13	田方郡函南町	1	2
14	富士宮市	3	6
15	裾野市	2	4
16	熱海市	1	2
17	伊東市	5	9
計		85	168

県外で投句のなかった4県
青森、群馬、島根、沖縄

第十二回「十湖賞」俳句大会 投句集計報告書

2 高校生の部内訳

No.	学校名	所在地	投句者数	投句数
1	浜松東高校	浜松市東区	309	602
2	浜松学芸高校	浜松市中区	3	6
3	浜松修学舎高校	浜松市中区	526	1,020
4	西遠女子学園高等部	浜松市中区	103	191
5	浜松南高校	浜松市南区	1	2
6	浜北西高校	浜松市浜北区	293	512
7	浜名高校	浜松市浜北区	66	102
8	天竜高校春野校舎	浜松市天竜区	74	145
9	湖西高校	湖西市	18	31
10	藤枝順心高校	藤枝市	1	2
11	不二聖心女子高校	裾野市	1	2
12	加藤学園暁秀高校	沼津市	1	2
計			1,396	2,617

3 中学生の部内訳

No.	学校名	所在地	投句者数	投句数
1	笠井中学校	浜松市東区	352	685
2	与進中学校	浜松市東区	518	997
3	中郡中学校	浜松市東区	22	23
4	積志中学校	浜松市東区	17	34
5	天竜中学校	浜松市東区	209	222
6	丸塚中学校	浜松市東区	552	950
7	西部中学校	浜松市中区	117	151
8	高台中学校	浜松市中区	12	20
9	佐鳴台中学校	浜松市中区	89	171
10	八幡中学校	浜松市中区	3	3
11	浜松西高校中等部	浜松市中区	2	4
12	静岡大学教育学部付属浜松中学校	浜松市中区	66	129
13	浜松市修学舎中学校	浜松市中区	19	38
14	西遠女子学園中学校	浜松市中区	84	166
15	篠原中学校	浜松市西区	56	96
16	新津中学校	浜松市南区	3	4
17	西部特別支援学校	浜松市北区	3	4
18	亀玉中学校	浜松市浜北区	3	6
19	北浜東部中学校	浜松市浜北区	42	43
20	浜北北部中学校	浜松市浜北区	7	13
21	佐久間中学校	浜松市天竜区	1	2
22	榛原中学校	牧之原市	1	2
23	加藤学園暁秀中学校	沼津市	4	8
24	不二聖心女子中学校	裾野市	1	2
計			2,183	3,773

4 小学生の部内訳

No.	学校名	所在地	投句者数	投句数
1	笠井小学校	浜松市東区	105	196
2	豊西小学校	浜松市東区	357	591
3	与進小学校	浜松市東区	173	300
4	与進北小学校	浜松市東区	161	260
5	中郡小学校	浜松市東区	176	316
6	大瀬小学校	浜松市東区	54	95
7	積志小学校	浜松市東区	145	253
8	有玉小学校	浜松市東区	96	191
9	中ノ町小学校	浜松市東区	56	60
10	和田小学校	浜松市東区	111	219
11	和田東小学校	浜松市東区	61	118
12	蒲小学校	浜松市東区	163	256
13	県居小学校	浜松市中区	59	105
14	富塚小学校	浜松市中区	1	2
15	曳馬小学校	浜松市中区	144	250
16	佐藤小学校	浜松市中区	1	2
17	船越小学校	浜松市中区	1	2
18	篠原小学校	浜松市西区	1	2
19	神久呂小学校	浜松市西区	63	114
20	舞阪小学校	浜松市西区	76	142
21	西気賀小学校	浜松市北区	2	4
22	内野小学校	浜松市浜北区	1	2
23	浜名小学校	浜松市浜北区	15	28
24	中瀬小学校	浜松市浜北区	2	4
25	北浜東小学校	浜松市浜北区	44	45
26	北浜南小学校	浜松市浜北区	18	28
27	新居小学校	湖西市	2	4
28	青城小学校	磐田市	1	2
29	西小学校	三島市	1	2
計			2,090	3,593

十湖賞俳句大会 開催回別 集計表

開催回別集計

集計報告	投句者数	投句数	開催部門
第一回	2,401	4,151	一般、一般初心者、中学生、小学生
第二回	2,937	6,728	一般、一般初心者、中学生、小学生
第三回	4,935	12,195	一般、高校生、中学生、小学生
第四回	6,003	14,020	一般、高校生、中学生、小学生
第五回	6,559	17,172	一般、高校生、中学生、小学生
第六回	5,139	13,541	一般、高校生、中学生、小学生
第七回	5,789	14,096	一般、高校生、中学生、小学生
第八回	7,027	16,883	一般、高校生、中学生、小学生
第九回	4,335	10,476	一般、高校生、中学生、小学生
第十回	6,428	11,305	一般、高校生、中学生、小学生
第十一回	5,322	8,986	一般、高校生、中学生、小学生
第十二回	6,292	11,207	一般、高校生、中学生、小学生

投句者数

	第一回	第二回	第三回	第四回	第五回	第六回	第七回	第八回	第九回	第十回	第十一回	第十二回
一般	354	464	573	376	690	461	646	698	602	705	492	623
一般初心者	474	203	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
高校生	/	/	1,356	1,414	1,222	972	1,252	1,607	503	1,471	1,170	1,396
中学生	709	1,217	1,953	2,506	2,433	1,831	1,748	2,287	1,364	1,753	1,758	2,183
小学生	864	1,053	1,053	1,707	2,214	1,875	2,143	2,435	1,866	2,499	1,902	2,090
合計	2,401	2,937	4,935	6,003	6,559	5,139	5,789	7,027	4,335	6,428	5,322	6,292

投句数

投句数	第一回	第二回	第三回	第四回	第五回	第六回	第七回	第八回	第九回	第十回	第十一回	第十二回
一般	893	1,383	2,066	1,217	2,253	1,649	2,313	2,337	1,950	1,315	975	1,224
一般初心者	782	578	/	/	/	/	/	/	/	/	/	/
高校生	/	/	3,133	3,040	3,226	2,652	2,949	3,405	1,391	2,604	1,931	2,617
中学生	1,055	2,250	4,293	5,385	5,701	4,030	3,550	5,045	2,968	3,091	2,928	3,773
小学生	1,421	2,517	2,703	4,378	5,992	5,210	5,284	6,096	4,167	4,295	3,152	3,593
合計	4,151	6,728	12,195	14,020	17,172	13,541	14,096	16,883	10,476	11,305	8,986	11,207

浜松市 貯めよう! 健康ポイント



うごく & スマイル!



健康ポイントを貯めて 健康と特典を手に入れよう!

【対象者】18歳以上の浜松市民(浜松在勤の人を含む)
※特典のお申し込みは、お一人様 年1回です。

全員に「ふじのくに健康いきいきカード」
をプレゼント!!

県内の協力店で割引やポイントなどの
様々な特典が受けられます。



健康ポイントの貯め方 /

1 健康づくりのまえに
まずは、自分の生活習慣をチェック!!

2 自分にあつた
健康づくりの目標を立てよう!

3 貯め方はカンタン!
やってみよう! 「10日間チャレンジ」

4 ポイントハガキを
いきいきカードに交換しよう!

5 健康と特典をゲット!

記入例

健康づくりの目標を立てよう

- ・なるべく階段を使う
- ・毎日、体重計にのる

目標を市ホームページに掲載してもいいですか?(はい・いいえ)

やってみよう! 「10日間チャレンジ」

健康づくりに取り組んだら日付を記入

6/2 6/5 3

健康づくりを1回実践するごとに1ポイント貯まります。ポイントハガキに実践した日付を記入しましょう。●自己申告

取り組み例

(どんな内容の健康づくりでもOK)

- 「健康づくりの目標」を実践する
- 健康診査を受ける
- ボランティア活動 (介護ボランティアもOK)

ポイントハガキ

浜松市 貯めよう! 健康ポイント
うごく & スマイル!

健康づくりの目標を立てよう!

目標を市ホームページに掲載してもいいですか?(はい・いいえ) ※個人は特定されません

やってみよう! 「10日間チャレンジ」 1日最高 1ポイント

健康づくりに取り組んだら日付を記入

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10

健診など健康チェックを受けた年月(1年以内)

年 月頃 ※健診を受けていない人はリーフレットの生活習慣チェックをした日

アンケートにご協力ください。

Q1 うごく&スマイルに参加して健康づくりをはじめのきっかけになりましたか?
A1 (はい・いいえ・以前から取り組んでいる)

Q2 うごく&スマイルに参加するのは何回目ですか?
A2 (はじめて・【 】回目)

Q3 健康ポイントを貯め終わった後も健康づくりに取り組んでいますか?
A3 (取り組んでいる・どちらともいえない・取り組んでいない)

自分の生活習慣をチェックしよう!

1~14の項目に、「はい」か「いいえ」のどちらかを○で囲んでください。

運動	1	週に2回以上、1回30分以上の運動をしている	はい	いいえ
	2	エレベーターやエスカレーターがあってもなるべく階段を使うようにしている	はい	いいえ
	3	毎日楽しくからだを動かしている	はい	いいえ
食生活	4	毎食、野菜を一皿食べるようにしている	はい	いいえ
	5	減塩を意識している	はい	いいえ
	6	主食・副菜・主菜を組み合わせた食事を心がけている	はい	いいえ
生活習慣	7	健康診断・がん検診を受けている	はい	いいえ
	8	毎日体重を測るようにしている	はい	いいえ
	9	休肝日をつくっている、またはお酒を飲まない	はい	いいえ
	10	たばこは吸わない、または卒業した	はい	いいえ
歯の健康	11	歯科検診を受けている	はい	いいえ
	12	歯間ブラシや糸つきようじを使っている	はい	いいえ
こころの健康	13	悩み事を相談できる人がいる	はい	いいえ
	14	ストレス解消法がある	はい	いいえ

生活習慣チェックの項目が「はい」となるように目標を立ててみましょう。

ポイントハガキに漏れなく記入したら、**特典申込窓口** または **郵送** でお申し込みください。

ポイントハガキ

Post Card

4 3 2 8 5 5 0

郵送の場合は
切手をお貼りください

浜松市中区鴨江二丁目11-2
浜松市 健康増進課

貯めよう! 健康ポイント
うごく&スマイル担当 行

ポイントが貯まったら、
いきいきカードに交換しよう!



特典申込窓口 午前8時30分~午後5時15分(土日祝日を除く)

区	窓 口	電話番号	所在地
中区	健康増進課	453-6125	鴨江二丁目11-2
	中区役所健康づくり課	457-2890	元城町103-2(浜松市役所内)
	中央保健福祉センター	413-5577	板屋町596
東区	東区役所健康づくり課	424-0125	流通元町20-3
	東部保健福祉センター ※9:00~16:30	422-2228	南区青屋町300
西区	西区役所健康づくり課	597-1174	雄踏一丁目31-1
南区	南区役所健康づくり課	425-1590	江之島町600-1
北区	北区役所健康づくり課	523-3121	細江町気賀305
	引佐健康センター	542-0857	引佐町井伊谷616-5
浜北区	浜北区役所健康づくり課	585-1120	貴布祿3000
天竜区	天竜区役所健康づくり課	922-0075	二俣町二俣481
	龍山保健センター	※ご利用の際は天竜区健康づくり課にお問い合わせください。	
	春野協働センター保健指導室	983-0006	春野町宮川1467-2
	佐久間保健センター	966-0005	佐久間町中部18-11
	水窪保健福祉センター	982-0004	水窪町奥領家2980-1

「ふじのくに健康いきいきカード」は
どこで使えるの?

県内の「協力店ポスター」が貼ってあるお店で特典が受けられます。協力店とサービス内容は専用ホームページで確認できます。



静岡県 [Q検索](#) ふじのくに健康いきいきカード [Q検索](#)

※カードの有効期限は、発行日から1年です。

【お問い合わせ】
浜松市健康増進課 Tel.053-453-6125
〒432-8550 浜松市中区鴨江二丁目11-2



2017年3月発行

※お預かりした個人情報はこの事業以外では使用しません。

ふじのくに健康いきいきカード 協力店舗と特典

最新の情報および浜松市外の協力店とサービス内容は健康マイレージ専用ホームページで確認できます。

ふじのくに健康マイレージ



- ※特典の内容は、該当店の業務変更等、都合により変更させていただく場合がございます。
- ※他サービス・割引券との併用はできません。
- ※この事業は浜松市と静岡県との協働事業です。
- ※カードの有効期限は発行日より1年です。
- ※本人によるいきいきカードの提示に限ります。

令和元年11月2日現在

区分	協力店/団体	場所/店舗	特典
1	医療法人社団明徳会 十全記念病院	浜松市浜北区小松1700番地	1日人間ドック受診者限定 院内売店「花まる」商品引換券200円分を進呈 【時間】 月曜日～金曜日 7:30～19:00 土・日・祝日 8:00～17:00
2	聖隷健康診断センター	浜松市中区住吉2-35-8	左記センターにて人間ドックを受診された際に、受付窓口にて障がい者支援施設で作られた作品を1点プレゼントいたします。
3	聖隷予防検診センター	浜松市北区三方原町3453-1	左記センターにて人間ドックを受診された際に、受付窓口にて障がい者支援施設で作られた作品を1点プレゼントいたします。
4	特定医療法人社団 松愛会 松田病院	浜松市西区入野町753番地	消化器ドック10%OFF (半日・1日・1泊2日の各コース) ※他の割引(減免含む)との併用不可
5	アクバス浜松 スイミングクラブ	浜松市東区小池町838番地	① アクバス入会事務手数料無料 ② アクバス全商品(ゴーグル、水着、キャップなど) 10%割引
6	遠鉄スポーツクラブ エスポ	浜松市中区助信町51-5	ご入会時の事務手数料(通常5,400円)を無料
7	天竜浜名湖鉄道	天浜路ヘルシーウォーク会場 イベント当日のみ	天浜線列車型目覚まし時計プレゼント 天浜路ヘルシーウォークに合計5回参加した人限定 ※年度ごとに10個まで(先着)。プレゼントは、お1人1回限り。
8	浜松毎日ボウル 毎日ボウル芳川	東区有玉南町1867 南区四本松町460-11	ふじのくに健康いきいきセット(一般2ゲーム+つつ代)通常1,300円→950円 ※他の割引券との併用不可 ※予約、大会での使用不可 ※除外期間1/1～1/5、8/9～8/17
9	浜名湖グラウンド・ ゴルフパーク	浜松市西区白洲町3649-71	浜名湖グラウンド・ゴルフパーク利用料10%引き(土曜日、日曜日のみ)
10	斉観堂鍼灸治療院	浜松市西区大人見町12-135	初診料(2000円)を無料とします。
11	はんず	瓜内・浜松駅南・大平台・浜北・笠井・市野・志都呂・メイワン	カード提示で自由診療(自費)メニュー10%OFF ※キャンペーンメニューは除く・他割引と併用不可
12	ヒーリング氣光堂	浜松市浜北区宮口307-19	ヒーリング氣光堂が主催する森林セラピーワーク代に限り10%を割引いたします。
13	アビタ	浜北店	UCS/ユニコード感謝デー(毎月19日、20日)にお買上げレシート2000円分とふじのくに健康いきいきカードをサービスカウンターへお持ちいただくと、ペットボトル飲料500mlを1本プレゼント
14	株式会社 杏林堂薬局	全店(ただし調剤のみの店舗は除く)	杏林堂ポイントカードポイント2倍 ※月1回健康ポイントDAY設定致します。詳しくは店舗ポスターでご確認ください。
15	カワイ衣料	鍛冶町本店 浜松市中区鍛冶町1-63	お祭用品、外国人向けのお土産 10%引き

	区分	協力店/団体	場所/店舗	特典
16	買物	クリエイト	浜北店・半田山店・天王店・曳馬店・高林店・南浅田店・葵東店・高丘店・上島店・入野店・新橋店・渡瀬店・和田店・三島店	お会計時、ふじのくに健康いきいきカードのご提示で「栄養士が考えた毎日飲みたい青汁」を1袋プレゼント ※1日1回限り
17	買物	西静岡ヤクルト販売(株)	浜松市中区瓜内町2411	「ヤクルト400」と「ミルミルス」のW飲用セットをサービスします(ご本人様1回限り) 平日9:00~17:00 浜松支社のみ
18	買物	ピアゴ	於呂店・浜松泉町店	UCS/ユニカード感謝デー(毎週金曜日)にお買上げレシート2000円分とふじのくに健康いきいきカードをサービスカウンターへお持ちいただくと、ペットボトル飲料500mlを1本プレゼント
19	買物	フタバ薬局	浜松市中区鍛冶町100-1 ザザンティ中央館1階	全商品10%引 さらに2,000円以上お買い上げの方には大麦若葉1袋進呈。 ※他の割引(減免含む)との併用不可
20	買物	ホテルコンコルド浜松	浜松市中区元城町109-18	ホテル内レストラン、ベーカリーショップ(パン、ケーキ)5%OFF(レストラン:ベーカリー・ブッフェダイニング シャンゼリゼ、日本料理 堂満、中国料理 王府井、フランス料理 エトワール)※1枚につき5名様までご利用いただけます。一部対象外商品がございます。 ※他の割引、特典(ポイントサービス等)との併用はできません
21	その他	明治健康宅配センター 浜松北店	浜松市北区三方原町109-25	既に当社より宅配を契約の方:「健康ドリンク・ヨーグルトセット」を進呈(カード有効期間内に1回)。新規契約、又は再開契約の方:2週間の無料配達をさせていただきます。
22	買物	有限会社 加藤醤油	浜松市中区寺島町43-3	お醤油やお味噌をはじめとする手作り商品を50円引き(540円→490円)
23	飲食	Japanese dining 和民 浜松有楽街店	浜松市中区鍛冶町318-1 4 フシントン靴店ビル1・2・3階	「国産野菜の和民サラダ」1品プレゼント(無料提供)
24	飲食	沼津魚がし館	メイワン浜松店・流れ鮎浜松市野店	板前お薦めの一品プレゼント ※他の割引券と併用不可
25	飲食	はままつ フラワーパーク	浜松市西区館山寺町195	レストラン「花の散歩道」にてお食事メニューご注文時にソフトドリンク1杯サービス ※お食事メニューご注文の方が対象 ※お食事メニューは10:30から(オーダーストップは閉園時刻の30分前) ※本人によるいきいきカードの提示に限ります。 ※開園時間:10月~11月9:00~16:30、12月~2月10:00~16:30、3月~9月9:00~17:00。ただし、催事による夜間開園時は閉園時間21:00。12月29.30.31日は、臨時休園となります。
26	飲食	ホテル クラウンパレス浜松	浜松市中区板屋町110-17	ランチ&ディナー 10%OFF (日本料理「四季」、中国料理「鳳凰」、バイキングレストラン「ベルファサード」) ※コース料理をご利用のお客様に限ります。 ※除外期間1/1~1/3、5/3~5/5、12/23~12/25
27	文化・芸術	浜松市秋野不矩 美術館	浜松市天竜区二俣町二俣130	観覧料の個人料金を20%引き ※他の割引(減免含む)との併用不可 ※休館日:毎週月曜日(祝日の場合は翌日、展示替休館)
28	その他	浜松科学館	浜松市中区北寺島町256-3	常設展入館料を20%割引 ※他の割引との併用不可
29	文化・芸術	浜松市美術館	浜松市中区松城町100-1	平常展観覧料20%引き 企画展・特別展の観覧料100円引き ※他の割引(減免含む)との併用不可 ※休館日:毎週月曜日(祝日の場合は翌日、展示替休館)

	区分	協力店/団体	場所/店舗	特典
30	その他	株式会社 遠鉄トラベル	各ツアー	ぶらすいっぽの各ノルディック・ウォークツアーを会員価格より500円割引 (キャッシュバックいたします)
31	遊び	株式会社大鉄アドバンス 大鉄観光サービス 浜松営業所	浜松市中区中央3丁目2-2 7	大鉄アドバンス大鉄観光サービス主催旅行フレンドツアー旅行代金3%割引
32	レジャー	シダックス	浜松有楽街クラブ・浜松住 吉バイパスクラブ	カラオケをご利用の方、ふじのくに健康いきいきカード1枚につき1杯、対象のソフトドリンクをサービス
33	その他	ホテル鞠水亭	浜松市西区館山寺町398	日帰り入浴料20%割引 通常1,080円→864円 ※大浴場の利用についての予約は不要ですが、清掃や利用できない場合がありますので、お電話にてご確認ください。 ※対応時間:12:00~20:00 ※清掃、混雑時など不定休
34	その他	THE HAMANAKO (旧浜名湖ロイヤルホテル)	浜松市西区雄踏町山崎 4396-1	雄踏温泉入浴料金 大人通常1,200円→800円 ※ご利用時間:12:00~20:00、金曜日のみ15:30~20:00
35	遊び	ビッグエコー有楽街店	浜松市中区肴町322-20松 竹ビルB1	◆ご利用代金の総額20%OFF ※パーティーコース利用は、総額5%OFF
36	遊び	HAS浜松乗馬クラブ	浜松市北区三方原町2691	カード提示で乗馬スクール料30%OFF 乗馬スクール(45分):5,000円⇒3,500円 (税別、別途レンタル・保険代1,280円)
37	買物	やまざき薬局	浜松市中区上島二丁目11- 10	店内の商品3,000円(税抜き)以上お買い上げの方には、10%割引いたします。 ※他の割引との併用不可 ※本人によるいきいきカード提示のみ可