



い  
か  
い  
ま  
せ  
ん  
か  
か  
い  
か  
つ  
つ  
ご  
い  
い  
あ  
な  
た  
で  
い  
つ  
ま  
で  
も

総合体育館のトレーニングルーム

かつて、自動車などの配線で使うケーブルを製作する会社に勤務し、製造から営業部門まで経験した。健康維持のために始めたトレーニングは、仕事を頑張るためのエネルギーとなった。

そして、定年退職後の今。午前は総合体育館のトレーニングルームで体を動かして、午後は好きな日本史を勉強するために大学へ通っている。好きなことを楽しむための基礎体力づくりとして、現在トレーニングに励んでいる。

体も頭も鍛えて、ますます元気な65歳は、今日もエアロバイクで汗を流す。

——関連記事は2面へ

多くの方に読んでいただくために、広報ひらつかは全戸配付しています。次号発行日は2月4日(金)です。

広報ひらつかが届かない場合のお問い合わせは(株)カナオリ ☎ 0120-280339(受け付け 月～金曜日午前10時～午後5時)へ

### 室内でできる簡単体操

の部分を筋肉を意識しましょう。繰り返すときは休憩を取り過ぎず、1分以内とすると効果的です。

### 背筋&バランス

# 畳一枚のスペースでできる 室内トレーニングチャレンジ

外は、北風がビュービュー。外出するのがおっくうに感じてしまうこの季節。運動はしたいけれど、寒いのは苦手という方には工夫次第で楽しくできる室内トレーニングがお勧めです。

#### 腹筋

へそを見て、肩を床から離し、体を丸めます。

▶1セット10回を2~3セット繰り返す。



#### ウエスト

ペットボトルや電話帳などを持ち、骨盤を動かさず、ウエストを意識して動かします。

▶1セット10回を2~3セット繰り返す。



手を肩幅に広げ、手が肩の真下に来るようにし、背中はずっと伸びます。右手を上げるときは左足と逆のように、手と足は逆になります。



#### 生活の中に取り入れてみよう

トレーニング機器を使わなくても効果的な体力アップはできます。家庭でも、少しの空間がトレーニングルームに早変わり。簡単な体力アップの方法を、総合体育館のトレーニングルームの指導員内田みきさんに紹介してもらいました(上写真)。

#### 三日坊主で終わらせないためには

総合体育館のトレーニングルームにはさまざまな機器があり、それらで継続して楽しくトレーニングができるような工夫をしています。利用会員になると、コンピュータに自分の状態を登録することができ、打ち出された結果表でトレーニングごとの変化が一目瞭然です。また、2月27日(日)まで「チャレンジ龍馬の里、四国を目指して」と題し、エアロバイクなどの有酸素系マシンで走った距離をトレーニングルームの壁に貼った日本地図で記録をします。家庭でも、記録帳やパソコンなどで変化を記録してみませんか。長年トレーニングルームを利用している方の中には、ゴルフやテニスの腕を落とさないためといった、自分の趣味を楽しむことを目的にする方がいます。この様な取り組みが長く続けやすく、結果として健康維持につながります。

#### 将来につながる元気

高齢になっても、若い頃のようにいつまでも自分の身の回りのことは

### さらに頑張るあなたには

#### ◆総合体育館トレーニングルーム

午前9時~午後9時。3部入替制。正午~午後1時と午後5時~6時は閉室。1回300円。初めての方は、ビギナー講習会の参加が必要です(要予約)。

☎ 総合体育館 ☎35-2255

#### ◆スポーツ教室

参加者募集の情報は広報ひらつか、財団のウェブなどでご確認ください。

☎ 文化スポーツまちづくり振興財団  
スポーツ事業課 ☎35-0102

自分でしたいもの。日頃から体を動かすことが、いつまでも元気に生活できることにつながります。将来、介護のお世話にならないためにも毎日の積み重ねが大切です。自分のペースで無理なく体を動かしましょう。

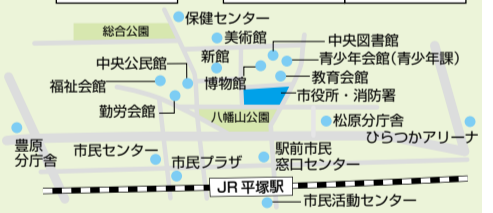
### 生活・イベント情報

本文中に必要事項とある場合は、郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号をご記入ください

- 申し込み方法は次のとおりです。
- 市役所への郵便物は〒254-8686 平塚市役所〇〇課で届きます。
- 申し込み開始日の記載がないものは1月24日(月)午前8時30分から受付開始。
- メールで申し込む場合は @ 以下に city.hiratsuka.kanagawa.jp を付けてください。

#### お申し込み記入例

<input type="checkbox"/> イベント名 <input type="checkbox"/> 郵便番号 <input type="checkbox"/> 住所 <input type="checkbox"/> 全員の氏名 <input type="checkbox"/> 電話番号 <input type="checkbox"/> 各イベントの必要事項	<input type="checkbox"/> 氏名 <input type="checkbox"/> 住所 <input type="checkbox"/> 氏名
--	---



### 募集

#### 高校に進学する方を支援します

修学支援生60人(選考)。月額7000円。次のすべてに該当する方① 市内在住② 来年度高等学校などに進学する③ 経済的な支援が必要である④ 学業成績と品行が良い⑤ 返還義務のない奨学金をほかに受けていない  
☎ 2月10日(木)までに、在籍(出身)中学校へ、平塚市立の中学校以

#### 選挙事務の臨時職員(登録制)

市内在住の18歳以上の方(高校生は除く)。選挙投票日の午前6時30分~午後8時30分。選挙の前日に準備のための勤務あり。時給900円。  
☎ 市役所新館1階の選挙管理委員会事務局 ☎21-8795や市のウェブにある登録用紙を本人が直接同委員会へ。受付時に面接をします。

#### 応急手当てを学びませんか

- ① 日赤救急法基礎講習会  
2月20日(日)正午~午後4時。中央公民館。15歳以上の方20人(抽選)、中学生は除く。15000円。
- ② 応急手当て普及員講習会  
2月16日(水)~18日(金)、午前9時~午後5時。勤労会館。普通救命講習を受講済みの市内在住・在勤の方、または市内の防災組織に所属している方30人(抽選)。AEDの取り扱いや心肺蘇生法など。48000円(テキスト代)。
- ③ 応急手当て普及員再講習会  
2月15日(火)、午前の部午前9時~正午、午後の部午後1時30分~4時30分。勤労会館。応急手当て普及員の資格を取得した日からおおむね

3年経過する方、各30人(抽選)。  
① はがきに「2月20日分日赤救急法基礎講習会」と必要事項・生年月日を記入し、1月28日(金)までに福祉総務課 ☎内線21448へ。② ③ は電話または直接1月21日(金)~2月4日(金)に消防庁舎2階の消防救急課 ☎21-9729へ。

#### お店に役立つエクセル講座

実践編としてデータベースや実用的な関数の使い方などを学びます。  
2月15日(火)・17日(木)・22日(火)・24日(木)、3月1日(火)、午後7時~9時、全5回。神奈川ビジネスカレッジ(代官町11-39)。市内の事業所に勤務し、エクセルを使用したことがあり、簡単な表計算などができる方25人(抽選)。10000円。  
☎ 1月28日(金)までに商業観光課 ☎35-8107へ。

#### 平日ボランティアスクール

2月7日~3月14日の月曜日、午後1時30分~3時30分、全6回。福祉会館。ボランティアを始めようと考えている方など。ボランティア活動の基礎知識、車いす体験、高齢者疑似体験など。40人(抽選)。詳細と申し込みは電話または直接、2月6日(日)までに福祉会館 ☎33-2333へ。

#### 福祉総務課内線2217

#### 平塚駅前地下道の広告板利用者

利用期間は4月1日~平成24年3月31日。48か所(先着順)。年額8万4000円~14万4000円。  
☎ 市役所新館3階の土木調整課 ☎21-9847やウェブにある申請書を2月14日(月)~25日(金)に同課へ。

#### 労働者と使用者のための労働法

昨年4月に改正された労働基準法などを解説します。  
2月21日(月)・24日(木)、3月2日(水)・4日(金)・9日(水)、午後6

### 駅西口駐輪場 定期利用の受付開始

4月から開設するため、自転車とバイク(125cc未満)の定期利用の申し込みを受け付けます。  
1か月の料金 自転車(1階利用)2,200円、バイク(屋上)3,100円ほか。  
受付台数 自転車1階1,000台・2階1,400台、バイク屋上430台。

申し込み 2月1日(火)~28日(月)に平塚駅周辺のバイク・自転車駐輪場、駅前市民窓口センター、公民館などで配布する申込書を提出してください。  
☎ 文化スポーツまちづくり振興財団総務施設課 ☎35-8108

#### 40代から始める家族のためのライフプランニング講座

将来、年金だけに頼らないための貯蓄や資産運用を学びます。  
2月19日(土)午前10時~正午。勤労会館。市内在住・在勤の方30人(先着順)。昼食の弁当があります。申し込みは平塚市勤労者共済会 ☎35-3399へ。

#### 産業振興課 ☎21-9758

#### リサイクル品を提供します

① 再生家具 50個程度(抽選)。一人1点。修理費程度の負担。  
② 不用品登録 譲ります。洋服ダンス、冷蔵庫、テレビほか。譲ってください。食器棚、シンクほか。  
☎ ①は2月1日(火)~7日(月)、午前9時~午後4時(最終日は正午まで)に直接現物を確認に四之宮7-3-5のリサイクルプラザ ☎51-5301へ。②は随時電話で受け付け。



### 健康・福祉

#### 介護保険適用受領委任払での住宅改修をする事業者の説明会

平成23年度の受領委任払の登録を希望する事業者は必ず受講してください。居宅介護支援事業者も参加できます。

2月14日(月)、新規登録事業者は午後6時～9時、更新登録事業者は午後6時～7時30分。勤労会館。☎電話で2月9日(水)までに介護保険課☎21-8790へ。

#### 市民病院での人間ドックの取り扱いを今年3月末で終了します

受診者数の減少などのため終了します。なお、脳ドックは引き続き実施しますのでご利用ください。

☎ 医事課☎32-0015

#### 災害時要援護者登録制度にご協力ください

この制度は、災害時に自力で避難することが困難な方を地域の協力で支援するものです。現在、各地域で支援の仕組みづくりを進めています。いざというときは、近所にお住

まいの方の支援が必要ですので、ご協力をお願いします。

なお、災害時の支援を希望する方はご相談ください。地域で情報を共有し、災害時の支援に活用します。

☎ 防災危機管理課☎21-9734

#### 口の中の健康を学びませんか

事前の申し込みは①は不要、②は健康課☎55-2111へ。

①市民公開講座 老化はお口から

ドライマウスから考える全身のアンチエイジング医学の話。2月6日(日)午後1時～3時。平塚商工会議所(松風町2-10)。講師は齋藤一郎さん(鶴見大学教授)。

②今日からできる健口力アップ教室

歯の健康から表情を豊かにする体操など。2月23日(水)午後1時30分～3時。保健センター。

☎ 健康課☎55-2111

#### 家族の介護をしている方の教室

家族介護者交流教室を開催します。

2月23日(水)午後1時30分～3時30分。花水公民館。高齢者を介護する市内在住・在勤の方または市内在

住の高齢者を介護する方20人(先着順)。介護の方法や介護食の作り方を学んだり、参加者同士で情報交換などをしたりします。申し込みは、NPO法人ひなたぼっこ☎33-2511へ。

☎ 高齢福祉課☎21-8778

#### ひきこもりを学びませんか

会場と申し込みは、豊原町6-21の平塚保健福祉事務所☎32-0130です。社会的ひきこもりの方

の家族などが対象です。

①ひきこもり家族教室

2月18日(金)午後2時～4時。

②不登校・ひきこもり地域講演会

2月28日(月)午後2時～4時。80人(先着順)。講演「ひきこもることろ。いい加減さ」という力を育む」。講師は長谷川俊雄さん(白梅学園大学教授)。締め切りは2月17日(木)。

☎ 障がい福祉課☎21-8774

#### 女性のための健康教室

市内在住・在勤の方が対象です。

①レディースセミナー2日コース

2月24日、3月3日の木曜日、午後1時30分～3時30分。美術館。30人(先着順)。更年期の健康づくり。

②ウーマンボディエクササイズ

3月2日(水)午後1時30分～3時。保健センター。35人(先着順)。冷え性や尿漏れなどに効果的な運動の紹介。持ち物は、室内用運動靴・飲み物・タオル。運動しやすい服装でご参加ください。

☎ ①②ともに健康課☎55-2111へ。

#### 60歳から始める男の料理教室

2月1日・8日・15日、3月1日・8日の火曜日、午前10時～午後1時30分、全5回。福祉会館。市内在住の60歳以上の男性、16人(抽選)。3000円(材料費など)。持ち物はエプロン・ふきん・三角布またはバンダナ・箸・筆記用具。詳細と申し込みは電話または直接、1月24日(月)

午前9時～27日(木)午後4時に福祉会館☎33-2333へ。

☎ 福祉総務課☎内線2217

#### 特定健診・健康診査は2月末まで

次に該当する方でまだ受診していない方は、早めに受診してください。

①国民健康保険に加入している40歳以上の方②後期高齢者医療制度に加入している方③生活保護を受けている40歳以上の方。

☎ ①は保険年金課☎21-8776 ②③は健康課☎55-2111へ。

#### 市議会12月定例会の結果

市議会12月定例会が開かれ、都市公園条例の一部を改正する条例など12議案が可決されました。詳しくは、1月27日(木)の新聞朝刊でお届けする議会だよりをご覧ください。

☎ 議政局☎21-8791

#### 統一地方選挙の事前説明会

出席は1候補者3人までです。

①市議会議員・市長選挙(4月24日投票日)の立候補予定者 2月5日(土)午後1時30分～4時。教育会館。

②県議会議員選挙(4月10日投票日)の立候補予定者 3月10日(木)午後1時30分～3時30分。東附属庁舎2階A会議室。

☎ 選挙管理委員会事務局☎21-8795

#### ちゅうおうFESTA

1月28日(金)～30日(日)、午前9時～午後5時(最終日は午後4時まで)。中央公民館。芸能発表(29日と30日)、展示発表、体験教室、模擬店。

☎ 中央公民館☎34-2111

#### 償却資産の申告は1月31日まで

平成23年1月1日現在、土地・家屋を除く事業用償却資産(構築物・機械装置・器具・備品など)で、そ

の減価償却費が所得の計算上損金または必要経費として算入されるものがある方は申告が必要です。

☎ 固定資産税課☎21-8768

#### 1市2町ごみ処理広域化実施計画骨子案にご意見を

骨子案は2月1日(火)から市政情報コーナー、公民館、市のウェブなどでご覧いただけます。意見は市のウェブや公民館などにある提出票で、3月2日(水)までに資源循環課☎254-8686浅間町9-1☎21-9603(ask@city.hiratsuka.lg.jp)へ。

☎ 資源循環課☎21-9763

#### 不登校相談会

1月29日(土)午後1時～4時30分(受け付けは午後0時30分開始)。県立総合教育センター(亀井野庁舎藤沢市亀井野2547-4)。フリースクールの活動紹介、不登校経験者などによる座談会、個別相談など。

☎ 指導室☎35-8120

#### 木造白衣観音菩薩坐像を市指定重要文化財に指定

指定に伴い、1月21日(金)～23日(日)、午前9時～午後4時に明王院(徳延365)で一般公開をします。

なお、毎年1月26日は文化財防火デーです。市内には数多くの文化財

#### お知らせ

の減価償却費が所得の計算上損金または必要経費として算入されるものがある方は申告が必要です。

☎ 固定資産税課☎21-8768

#### 反町康治監督のメッセージ

今年再びJ2の舞台での戦いとなりますが、「モーションとエモーション」つまりピッチの上で躍動し、熱い想いが伝わるようなサッカーで、J1を目指して戦っていきます。スタジアムでの声援が大きな力となります。ぜひ今年も熱いご声援をよろしく願います。

☎ 社会教育課☎35-8124

#### 2月のアリーナ無料開放日


2月1日(火)午前9時～午後5時。卓球、バレーボールなど。

☎ ひらつかアリーナ管理事務所☎25-0011




反町康治監督のメッセージ

今年再びJ2の舞台での戦いとなりますが、「モーションとエモーション」つまりピッチの上で躍動し、熱い想いが伝わるようなサッカーで、J1を目指して戦っていきます。スタジアムでの声援が大きな力となります。ぜひ今年も熱いご声援をよろしく願います。



#### 相模人形芝居大会

2月13日(日)正午開演 市民センター

演目(出演)

絵本太功記(林座・厚木市)、菅原伝授手習鑑(下中座・小田原市)、数鶯恋枝道(長谷座・厚木市)、壺坂観音霊驗記(足柄座・南足柄市)、生写朝顔話(前鳥座・平塚市)。下中座による人形芝居教室もあります。

☎ 社会教育課☎35-8124

#### 1月納期の市税・手数料

- ①国民健康保険税(第8期)
- ②後期高齢者医療保険料(第7期)
- ③介護保険料(第8期)
- ④清掃し尿従量手数料(第10期)

納期最終日 1月31日(月)

◆問い合わせ先

- ①介護年金課☎21-8775
- ②介護保険課☎21-8790
- ③環境業務課☎21-8796

#### はつらつサロン

高齢者よろず相談センター「倉田会」

四之宮・八幡・真土地区担当 (東真土4-4-31 ☎53-1930)



私たちが相談を受けます

写真左から  
山本悦子さん(社会福祉士)  
横山康代さん(ケアマネジャー)  
村田雅樹さん(ケアマネジャー)

SCN湘南チャンネルで1月31日(月)までの毎日午前11時30分からと午後9時45分からの5分間「倉田会」が紹介されます。

地域包括支援センターの呼び名が「高齢者よろず相談センター」になりました。担当地区ごとに、高齢者の生活や介護、健康に関する相談を受け付けています。各地区のセンターはお問い合わせください。

☎ 高齢福祉課☎21-8778

センターは、緑色の壁の明るい建物です。昨年、くらす病院の東側の道を挟んだところに引っ越しました。

一人暮らしの高齢者や高齢者の介護をしている家族など、さまざまな内容の相談を受けます。お話をよく聞き、快適な生活を送れるように支援をしています。

日頃から気軽に相談できるセンターを目指しています。

# 育児教室

## 2月のカレンダー

【メールで答える離乳食相談室】  
http://www.city.hiratsuka.kanagawa.jp/kenko/kodomo-soudan-mail.htm

母子健康手帳を忘れずにお持ちください。教室の詳細は、出生届を提出のときに配付した子育て情報ファイル「すてっぷ」や市のウェブに掲載しています。

☎ 保健センター ☎55-2111

母親父親教室	
歯の衛生・妊娠中の過ごし方 妊婦さんご家族が対象	5日(土)13時30分～15時15分
調理実習で学ぶ妊娠中と産後の栄養 予約制。妊婦さんご家族が対象	14日(月)10時30分～14時
お産の進み方と産後の過ごし方など 妊娠8か月以降の方ご家族が対象 祖父母教室もあります	21日(月)13時30分～15時15分

# ピックアップ 祖父母教室

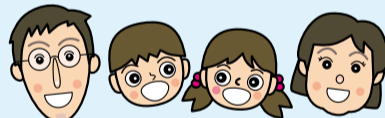
お孫さんを迎えるにあたり、赤ちゃんとお母さん、お父さんをサポートするのに役立つポイントを紹介し、昔とは違う育児の方法を学びます。



もく浴の実習もあります

赤ちゃんのおふろ・妊婦体験 妊娠8か月以降の方ご家族が対象	25日(金)13時30分～15時30分
ブレパ&ママクッキング教室 大人の食事と離乳食の実習と試食 予約制。妊婦さんご家族が対象	5日(土)10時30分～12時
離乳食の教室 ※1週間前までに予約を	
ごっくん離乳食教室 5～6か月児対象	25日(金)13時30分～14時40分
もぐもぐ離乳食教室 7～8か月児対象	4日(金)・18日(金)、13時30分～15時
カミカミ離乳食教室 9～12か月児対象	3日(木)10時30分～11時30分
離乳食卒業教室 1歳1か月～1歳6か月児対象	22日(火)10時30分～11時30分
出張ダイジェスト版離乳食教室 5か月～1歳6か月児対象。開始から卒業までのポイント	2日(水)13時30分～15時。金目公民館
子育て教室 ※予約制	
すくすく子育て教室 5～6か月児対象 赤ちゃんの病気と育児、遊び方など	16日(水)13時30分～15時15分 ブックスタートも同時開催
歯っぴい教室 1歳～1歳3か月児対象 歯のお手入れ方法を学びます	8日(火)10時～11時
歯科健康診査 ※予約制	
2歳1か月～2歳6か月児対象	9日(水)13時30分～14時30分 24日(木)9時30分～10時30分

# 育児相談



## 風邪をひいた時の離乳食

風邪をひいてしまっても食欲があり元気そうであれば、離乳食を止めず、消化の良いものを食べさせてあげましょう。熱があつたり下痢をしていたりするときは水分の補給をしてください。授乳はいつもどおりして、野菜スープやリンゴ果汁などでビタミンやミネラルを補

います。乳幼児用イオン飲料は、ミネラルや糖分を含むため水分が体内に吸収されます。しかし、量や頻度が多いと胃腸の状態が悪くなったり、食欲の低下を招いたりすることがあります。利用する場合は医師に相談し、指示を受けましょう。

☎ 健康課 ☎55-2111

〈育児相談の受け付け〉保健センター ☎55-2111  
生活、歯の衛生、食事、母乳など。毎週水曜日、午前9時30分～10時30分

## ウォーキングで健康づくりと地域の再発見

### ◆健康ウォーキング 平塚と伊勢原の岡崎を歩こう

2月8日(火)午前9時～午後0時30分。午前7時直前のNHKの降水確率が50%以上の場合は翌日9日(水)に順延。9日も50%以上の場合は中止。岡崎公民館集合ー岡崎神社ー腰取神社ー無量寺ーさくらの家福祉農園ー岡崎四郎の墓ー岡崎公民館解散。7.5キロ。持ち物は、飲み物・タオル・帽子・雨具、お持ちの方は歩数計。

☎ 健康課 ☎55-2111

### ◆ふるさと再発見「湘南めぐり」

2月26日(土)小雨決行。寒川駅

南口スリーエフ前Aグループ午前8時20分、Bグループ午前9時集合。グループ分けは抽選。寒川駅南口ー八角公園(旧西寒川駅)ー川とのふれあい公園ー寒川神社ーさむかわ中央公園Aグループは午後0時20分、Bグループは午後1時解散。80人(抽選)。大人500円、小学生300円。持ち物はレジャーシート。申し込みは、往復はがきに代表者の郵便番号・住所・氏名・電話番号と参加者全員の氏名・年齢を2月14日(月)までに寒川町産業振興課〒253-0196寒川町宮山165へ。

☎ 商業観光課 ☎35-8107

## 川の環境を楽しく学びましょう

### ◆馬入水辺の楽校エコアップ1日体験

2月12日(土)午前9時30分～正午。馬入ふれあい公園内の馬入水辺の楽校。水辺の草はらの保全作業と観察遊び、クラフトづくり。小学校3年生以上の方20人(抽選)。小学生は保護者同伴。1人200円。☎ 往復はがきに、代表者の郵便番号・住所・氏名・年齢・電話番号と参加者全員の氏名と年齢を記入し、1月31日(月)までにみどり公園・水辺課 〒254-8686浅間町

9-1 ☎21-9852へ。

### ◆湘南里川づくりフォーラム2011

金目川水系の河川などでの環境保全活動を紹介し、1月30日(日)午後2時～4時。東海大学湘南キャンパス松前記念館(北金目4-1-1)。湘南里川づくりの仕組みを活用した事例紹介、参加者同士の活動情報交換など。当日先着200人。詳しい内容の問い合わせは県湘南地域県政総合センター企画調整課 ☎22-2711へ。☎ 企画課 ☎21-8760

## 文化スポーツまちづくり振興財団からのお知らせ

### ◆湘南ひらつか級位認定大会

囲碁の実力を試しませんか。3月6日(日)午前9時15分～9時35分受付、午前10時対局開始。勤労会館。県内在住の級位者。参加費(弁当代を含む)は2,500円、高校生以下は1,200円。☎ 往復はがきに郵便番号・住所・氏名(氏名にはふりがな)・電話番号・年齢・現在の級位を記入し、2月21日(月)までに文化スポーツまちづくり振興財団文化事業課 〒254-0045見附町15-1 ☎32-2237へ。

### ◆湘南百番寄席 in 市民センター林家木久蔵独演会

落語を聞いてお腹の底から笑ってみませんか。3月19日(土)午後5時30分開演。市民センター。出演は林家木久蔵さん、林家ひろ木さん。全席自由。前売り2,500円。当日3,000円。☎ チケットは1月23日(日)午前10時から市民センター内の文化スポーツまちづくり振興財団文化事業課 ☎32-2237、中華百番 ☎22-1550で販売。電話予約は同日時から文化事業課で受け付けます。

## 美術館 ミュージアムコンサート

「花が咲く頃」をテーマにハイドン作曲の「騎士」ほかを新日本フィルハーモニーのメンバーである堀内麻貴さん(バイオリン)、小山千鶴さん(ピオラ)らが演奏します。3月6日(日)午後2時開演。美術館1階テーマホール。200人(抽選)。☎ はがきに、参加者全員の郵便番号・住所・氏名・電話番号をはがき1枚につき2人まで記入し、1月31日(月)までに美術館 〒254-0073西八幡1-3-3 ☎35-2111へ。

## 少年少女マラソン大会 参加者募集

3月6日(日)午前9時開会式。小雨決行。受け付けは平塚競技場正面玄関で午前8時開始。市内在住・在学の小学校5年生～中学校3年生。中学生は3キロ、小学生は2キロ。☎ 大原1-1平塚球場内のスポーツ課 ☎31-3060にある申込書を2月2日(水)までに同課へ。



## 話題を追って 市民まめルポ

### 夢は競技の普及と数学教師

足にフィンと呼ばれるヒレを付けて泳ぎ、タイムを競うフィンスイミング……。そのスピードが魅力の競技です。昨年5月に開催された



【レポーター】  
茂木宏さん(市政モニター)

フィンスイミング日本選手権大会でユース日本新記録を更新した野沢俊策さんに会いました。

フィンスイミングとの出会いは小学校5年生のとき。味わったことのないスピード感に魅せられ競技に打ち込むようになったそうです。

昨年7月にはスペインで開催された第11回フィンスイミングユース世界選手権大会に出場し、自己記録を更新。着実に力を伸ばしています。

野沢さんは県立平塚江南高校に在学する2年生で、小学生のころから水泳やマラソンなどの運動が得意だったとのこと。現在、神奈中スイミングスクールの仲間とともに練習に打ち込んでいます。「フィンスイミ

ングをもっとメジャーな競技に発展させたい」と語ってくれた野沢さん。さらに記録を伸ばしていくため、「ランニングとウエートトレーニングで身体を鍛えなければ」とも語ってくれました。

また、小学生からの夢である数学教師への道もフィンスイミング同様に挑戦し続けていきたいとのこと。今まで培ってきた集中力でフィンスイミングと学業の両立も図っています。常に目標に向かって突き進む野沢さんの澄んだ瞳は、未来への希望で輝いていました。



プールサイドで愛用のフィンを持つ野沢俊策さん