



ペゴニア



●発行 平塚市 ●編集 企画部広報課
〒254-8686 神奈川県平塚市浅間町9番1号
電話 23-1111・35-1111 FAX 23-9467
http://www.city.hiratsuka.kanagawa.jp/
●発行部数 100,000部 (毎月1日・15日発行)

湘南平・霧降り溪流のみちハイキングコース 松岩寺付近
(公民館などでお配りしている観光マップにコースを紹介しています)



平塚を 歩こう！

「健康のために運動するぞ」と意気込んでみたものの、なかなか時間がとれず、結局やらずに日々が過ぎてしまう。また、「運動は健康に良い」とは言っても、今まで運動をしていなかった人がいきなり激しい運動をするのは、かえって逆効果です。つらいだけで、体を壊しかねません。自分の体力レベルに合った、無理のない強さの、ある程度の時間にわたって持続する運動をすることが大切です。

ウォーキングは、そんなに身構えずにでき、体への負担も軽いので、だれでも思い立ったらすぐに始められます。ウォーキングで、健康への第一歩を踏み出しましょう。

ウォーキングの健康効果

「歩く」という行為は、あまりに日常的な行為であるため運動として意識されませんが、この「歩く」という運動には運動療法としての効果があります。主な健康効果としては、ストレスの解消、老化の予防、高血圧の抑制、肥満・骨粗しょう症・糖尿病・高脂血症の予防や改善などが挙げられます。

健康づくりのためのウォーキングは、散歩のようにただ歩くだけでは、効果がありません。背筋を伸ばし、あごを引き、腕はリラックスさせ軽くひじを曲げ、足の動きに合わせて前後に大きく振りましょう。また、一般に大人が歩く速さは、一分間に約六十〜七十歩ですが、ウォーキングではもう少し速く、一分間に百〜百十歩のペースが理想です。ただ、個人差もありますので、最初はゆっくり、徐々に自分のペースでスピードアップしていきましょう。

身近なところから歩いてみよう

ウォーキングは、車や自転車とはスピードが全く違います。普段、車や自転車で通っている街並みも、ウォーキングでは意外な景色を発見したり、思わぬ人に出会ったりします。まずは、身近なところから歩いてみましょう。

平塚市は、海や川、丘陵や雑木林など、多様な自然環境に恵まれています。平塚八景や公共施設などの位置の分か

基礎を学んでみませんか

靴の選び方や正しい姿勢、足の運び方などウォーキングの基礎を学ぶ教室を、毎月一回開催しています。ウォーキングを始めた方や、ウォーキングでもっと健康になりたい方、専門家のアドバイスを受けてみませんか。今月の開催は次のとおりです。どうぞご参加ください。

日時 10月30日(木)午後1時30分〜3時

会場 保健センター

持ち物 運動服、運動靴

お申し込みは、保健センター(☎34-0331)へ。

健康フェスティバルウォーキング2003

- 日時** 10月26日(日)、総合公園野外ステージ前午前8時30分集合、正午解散(午前中の降水確率40%以上の場合は中止)
- 対象** 小学生以上の方(小学生は保護者同伴)、100人(先着順)
- 持ち物** 水筒、タオル
- コース** 総合公園〜平塚の塚緑地〜高来神社〜総合公園(約8km)
- 用** はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、健康課「ウォーキング2003」係(〒254-8686浅間町9-1・内線2260)へ



平塚の塚緑地(平塚四丁目)

一緒に歩きませんか

第2回湘南ひらつかウォーク大会

- 日時** 11月1日(土)、総合公園野外ステージ前午前8時30分集合、午後3時30分解散(午前中の降水確率40%以上の場合は2日に延期)
- 対象** 市内在住、在勤、在学の方(小学生以下は保護者同伴)、200人(先着順)
- 持ち物** 弁当、水筒、タオルなど
- コース** 総合公園〜高麗大橋〜吉沢公民館(昼食)〜霧降りの滝〜妙円寺(銭洗い弁天)〜土屋公民館解散(約13.5km)
- 用** 電話またはファクス、Eメールで住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、スポーツ課「湘南ひらつかウォーク実行委員会事務局」(☎31-3060・FAX 31-9640・Eメールsports@city.hiratsuka.kanagawa.jp)へ



霧降りの滝(下吉沢)

イベント・生活情報

必要事項

本文中に必要事項とあるものは、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号をお書きください。

☎…問い合わせ先 ㊟…申し込み先

お知らせ

駅前市民窓口センターが休止

10月18日(土)は電算工事のため、駅前市民窓口センターでの住民票の写しなどの発行ができなくなります。ご迷惑をお掛けしますが、ご協力ください。

また、10月19日(日)は第3日曜日のため、お休みします。

☎ **市民課** (☎21-8773)

私立幼稚園などの保育料を補助

平成9年4月2日～11年4月1日に生まれ、10月1日現在、市内に在住して私立幼稚園などに在園する幼児の保護者に保育料を補助します。

補助金額 38,400円

申請書の提出先 通園する幼稚園

☎ **学務課** (☎35-8118)

無料相談・説明会

お問い合わせは、**市民情報・相談課** (☎21-8764)へ。

★**各種年金・保険相談**

日時 10月14日(火)午前10時～午後4時

会場 市役所1階市民ホール

内容 各種年金、労災・雇用保険など

★**不動産取り引きの知識・説明会**

日時 10月22日(水)午後1時～4時30分
会場 ひらつかスカイプラザ(MNビル11階)

内容 不動産購入・買い替え時の注意事項など

★**行政・人権相談**

日時 10月24日(金)午後1時～4時

会場 大原公民館

内容 法律、人権、行政対応など

平和を祈念する集い

戦争犠牲者を追悼し、恒久平和を祈念する集いを開催します。どうぞ、ご参加ください。

日時 10月9日(木)午前10時30分～11時30分

会場 平和慰霊塔前(平塚八幡山公園内)

☎ **生活福祉課**(内線2142)

クビード、イタリアを歌う

日時 10月19日(日)午後5時開演

会場 市民センター

出演 アルベルト・クビード(テノール)、ラスカ祝祭管弦楽団ほか

曲目 ブッチーニ歌劇「トスカ」より

“歌に生き恋に生き”ほか

入場料(全席指定) 1,000円

チケット 市民センター、ラスカ1

階インフォメーション、チケットぴあで発売中

☎ **文化財団** (☎32-2237)

ニューイヤーパーティコンサート

日時 平成16年1月11日(日)午後2時開演

会場 中央公民館

出演 ミハイル・カンディンスキー

曲目 ショパン「華麗なる大円舞曲・エチュード」ほか

入場料(全席自由) 一般2,500円、小学生1,000円

チケット 市民センター、ヤンレイルコード店(ラスカ5階)、ヨネザワ楽器、平塚YWCA、純喫茶ウィーン、レストランくすの木(中央公民館内)で発売中

☎ **文化財団** (☎32-2237)

建物もリサイクルしましょう

10月は建設リサイクル法推進月間です。建物の解体工事などをする場合は、分別解体をするとともに再資源化に努めましょう。

建築物の解体、新築・増築、修繕、土木工事などをする場合は、事前の届け出が必要になる場合があります。ご確認ください。

☎ **建築指導課** (☎21-9731)

☎ **湘南ひらつかふれあいマーケット**

日時 10月19日(日)午前7時～9時(ダンベル体操は午前7時30分～8時)

会場 総合公園南駐車場

☎ **産業推進課** (☎35-8101)

教育委員会定例会

傍聴を希望する方は**教育総務課**(☎35-8113)へご連絡ください。

日時 10月20日(月)午後2時～

会場 豊原分庁舎1号館1階会議室

平塚市畜産共進会

日時 10月7日(火)午前9時30分～午後3時

会場 総合公園多目的広場

内容 乳牛・肉牛・豚肉の品評会、牛乳・たい肥の無料配布など

☎ **農産課** (☎35-8103)

平塚市地域安全運動推進大会

日時 10月15日(水)午前9時～11時30分

会場 城島小学校

内容 防犯功労者表彰、児童の防犯ポスター・作文・書道の展示など

☎ **市民活動推進課**(内線2263)

生産緑地地区の変更案を縦覧

日時 10月14日(火)～28日(火) ※土・日曜日は除く

会場 都市計画課(市役所4階)

☎ **都市計画課**(内線2428)

スポーツ

ハーフマラソン大会

平成16年2月15日(日)に開く「第3回湘南ひらつかハーフマラソン大会」に参加しませんか。スポーツ課や公民館などにある所定の用紙に必要事項を記入し、1月9日(金)までにお申し込みください。

種目 ①ハーフマラソンの部(21.0975km) ②小学生の部(2km) ③中学生の部(3km) ④高校生・一般の部(5km)

対象 ①500人(先着順) ②③④各100人(先着順)

対象 ①高校生以上で、2時間以内で走る力のある方(18未満の方は保護者の同意が必要) ②③④市内を

☎ **市民活動推進課**(内線2263)

日時 10月15日(水)までに、往復はがきが必要事項を記入し**博物館**へ

図書館

〒254-0041浅間町12-41 ☎31-0415 ☎31-9984 休館日/月曜日(13日は除く)、14日、月末

★**赤ちゃん絵本のつどい**

日時 ①10月23日(木)②10月29日(水)、午前10時30分～11時

会場 ①中央図書館②南図書館

対象 市内に生れたお子さんとその保護者、各15組(抽選)

☎ ①10月9日(木)～16日(木)の午前10時～午後4時に**中央図書館**(☎31-0415)②10月15日(水)～22日(水)の午前10時～午後4時に**南図書館**(☎21-3080)へ

★**10月の特集展示**

読書週間記念展示「キーツの絵本」
期間 10月25日(土)～11月9日(日)

会場 中央・北・西・南図書館

★**10月の映画会**

中央図書館(上映:午後2時～)

4日(土)「ジャングル大帝 森の掟」ほか

5日(日)「風のかけ橋」

11日(土)「トム・ソーヤの冒険」

12日(日)「ハリポッターと賢者の石」

18日(土)「オーシャンズ2」

19日(日)「桜桃の味」

25日(土)「子犬と子ねこの冒険旅行」ほか

26日(日)「ようこそエゴコ島」ほか

西図書館(上映:午後3時～)

1日(水)「シャッターチャンス」

15日(水)「グリム名作童話」

☎ **社会教育課**(☎35-8130)

住、在勤、在学の方
参加費 ①3,000円 ②③無料 ④高校生1,000円、一般1,500円

☎ **スポーツ課**(☎31-3060)・ハーフマラソン大会実行委員会(☎0120-846-866)へ

スポーツ教室に参加しよう(抽選)

会場は、平塚総合体育館。お申し込みは、往復はがきに教室名(卓球教室はコースも)、必要事項を記入し、**スポーツ振興財団**(〒254-0074大原1-1・☎35-0102)へ。

1**さわやかエアロビクス教室**

日時 10月25日～12月13日の土曜日、全8回、午前9時30分～11時

対象 市内在住の方(初めて参加する場合は60歳まで)、110人

参加料 3,000円(初日に持参)

締め切り 10月14日(火)

2**ゆっくりにエアロビクス教室**

日時 11月5日～12月24日の水曜日、全8回、午後1時30分～2時45分

対象 市内在住の65歳までの方、110人

参加料 3,000円(初日に持参)

締め切り 10月20日(月)

3**エアロビクス教室**

日時 11月7日～平成16年1月9日の金曜日、全8回、午前10時30分～11時45分

対象 市内在住の方、70人

参加料 5,000円(初日に持参)

締め切り 10月20日(月)

4**アクアビクス教室**

日時 10月30日～12月11日の木曜日、全6回、午前10時30分～11時30分

対象 市内在住の方、45人

参加料 5,000円(初日に持参)

締め切り 10月14日(火)

5**卓球教室**

日時 11月5日～12月10日の水曜日、全6回、午前9時30分～正午

コース 初心、初級、中級、中上級

対象 市内在住の方、70人

参加料 4,000円(初日に持参)

締め切り 10月20日(月)

見附台体育館の開放日

期日 10月14日(火)、20日(月)

種目 卓球・バドミントン・バスケットボール(午後1時～8時)、ソフトテニス(午後1時～4時)、バレーボール(午後4時～8時)

☎ **見附台体育館**(☎31-3057)

平塚あるく会10月例会(参加自由)

丹沢湖の浅瀬から不老山に登り駿河小山駅まで歩きます(弁当持参)。

期日 10月19日(日) ※当日の午前または午後の降水確率50%以上の場合は、26日(日)に延期

集合 平塚駅北口改札前午前8時、または小田急線松田駅改札前午前9時

参加料 400円(一般)、交通費実費

☎ **スポーツ課**(☎31-3060)

市民総合体育大会の結果

総合優勝：旭北地区、準優勝：金目地区、第三位：富士見地区

募集

楽しい理科教室

日時 10月25日(土)午前11時～午後2時30分

会場 神奈川大学湘南ひらつかキャンパス

対象 市内在住の小学生(保護者の参加可)、40人(抽選)

内容 講演「不思議だな、なんでこんなに色が変わるんだろう」、実習「算数への利用と模様のお絵書き」、「生物の観察」

☎ 10月10日(金)までに、はがきまたはファクス、Eメールで**必要事項**と学年、保護者が参加する場合は保護者名を記入し、**社会教育課**(〒254-0051豊原町2-21・☎35-8123・☎34-5522・Eメールk-shakai@city.hiratsuka.kanagawa.jp)へ

☎ **少年化対策の策定委員を募集**

日時 11月7日～平成16年1月9日の金曜日、全8回、午前10時30分～11時45分

対象 市内在住の方、70人

参加料 5,000円(初日に持参)

締め切り 10月20日(月)

☎ **少年化対策の策定委員を募集**

日時 10月5日～12月10日の水曜日、全6回、午前9時30分～正午

コース 初心、初級、中級、中上級

対象 市内在住の方、70人

参加料 4,000円(初日に持参)

締め切り 10月20日(月)

☎ **言語講座受講生の追加募集**

英語、中国語、韓国語、ポルトガル語の各講座の受講生を追加募集します。お申し込みは、**交流親善課**(☎25-2520)へ。

募集人数 各講座若干名(先着順)

受講料 13,000円(4か月分) ※講座により別途教材費が必要となります。講座の開催日時、会場などは交流親善課へお問い合わせください。

☎ **英語講座受講生の追加募集**

日時 ①11月14日(金)②11月21日(金)、午後1時30分～3時

会場 ①松原公民館 ②神田公民館

定員 各30人(先着順)

持ち物 バスタオル、上履き(スリッパ不可)、飲み物

☎ **歯周病予防教室**

日時 10月30日(木)午前10時～正午

会場 保健センター

定員 20人(先着順)

持ち物 歯ブラシ、手鏡、コップ

☎ **保健センター**(☎34-0311)

☎ **ボランティア預託制度を学ぶ**

高齢社会を生き抜くために、これからの福祉「ボランティア預託制度」について学びませんか。

日時 11月8日(土)午前9時30分～正午

会場 市民活動センター(JAビルかながわ2階)

定員 40人(先着順)

※未就学児の無料一時保育があります(要予約)。

☎ **男女共同参画推進室**(☎21-7500)

車いすフォークダンス講習会

車いすダンスのインストラクターになって活躍してみませんか(先着30人)。

☎ **車いすフォークダンス講習会**

日時 10月5日・19日の日曜日、全2回、午後1時～5時

会場 南部福祉会館

受講料 2,000円

☎ **ボランティアセンター**(福祉会館内・☎33-2333)

献血にご協力ください

日時・会場 10月9日(木)午後1時30分～3時30分・JR平塚駅北口、10月26日(日)午前10時～午後3時・総合公園健康フェスティバル会場

☎ **献血にご協力ください**

日時 10月5日(日)午後1時～4時(健康相談は午後2時から)

会場 ひらつかスカイプラザ(MNビル11階)

内容 糖尿病網膜症についての講座と目の健康相談

☎ **平塚市医師会**(☎31-0814)

Let's あらりんぐ

このコーナーでは、茅ヶ崎・秦野・伊勢原・大磯・二宮のイベント情報をお届けします

太田道灌公園鷹狩り行列や北条政子日向薬師参詣行列など、華麗な時代絵巻が繰り広げられます。今年の道灌・政子役には、タレントの森末慎二さんと、女優の大西結花さんが扮します。さわやかな秋の一日を、道灌まつりでお楽しみください。

日時 10月18日(土)・19日(日)、午前10時～午後8時(18日は午後1時

湘南の美術・光



原 精一「しずよのデスマスク(仮題)」

1984年1月12日/紙・鉛筆 19.0×26.6cm

巧みな素描を描く原精一にしては、鉛筆の線が乱れているスケッチです。画面左下には「静代84.1.12朝」の文字。線がさまよっているのは、これが妻・しずよさんが亡くなった朝のスケッチだからです。原からしずよさんの様子が変だという電話をもらった次女・平子さんが駆け付け、部屋に入ると、そこには妻の顔をスケッチしている原の姿がありました。平子さんは、母のそばに行くと初めて亡くなっていることに気が驚きますが、その前に座り鉛筆を握って黙々と絵を描き続けてい

る父にもあざんとします。不安定な鉛筆の線が、妻の死に直面し動転している原の心境を伝えています。どんなときにも鉛筆を離すことのできない、素描の画家としての本性がここに表れています。

原精一のプロフィール

1908年～86年。藤沢中学校(現在の藤沢学園藤沢高等学校)在学中に萬鐵五郎と出会い、絵描きになることを決意。裸婦をはじめとする人物を描いた作品に優れ、生活の中でも鉛筆やペンを手放さず、膨大な素描を残した。

平塚市美術館

● **講演会と絵本原画展**
10月11日(土)、午後1時～3時/市民活動センター

● **遊びあそびで楽しむ**
10月19日(日)、午前10時～午後3時/日産車体(天沼/尾崎亜美スタジオ、仮面ライダー555ショー、電気自動車試乗会ほか/日産車体総務部 ☎028001

● **第49回東海大学建築祭**
11月1日(土)～11月4日(火)、午前9時～午後5時/東海大学湘南校舎/テーマ「あまのこ」各種企画、展示、模擬店など/関連学祭実行委員会 ☎(58)1211・内線4995

● **楽しい秋のコンサート**
10月25日(土)、午後6時30分開演/市民センター/入場料八百円/託児室五百円(要予約)/指揮 富平恭平/歌劇「こもり」序曲、歌劇「魔弾の射手」序曲ほか/平塚フィルハーモニー管弦楽団の木谷 ☎(35)2239

● **マンドリン楽団部員募集**
経験者/毎週土曜日、午後6時30分～9時/水花公民館/月会費二千五百円/日産自動車/月会費一千五百円/伊藤 ☎(34)11800

「テーマ・プリント」シリーズのものごたりから学ぶ子どもの人権とAIDS/講師 森野さかな(絵本作家/40人(先着順)/参加費五百円/平塚YWCAの小宮 ☎(1)9900

● **講演会に参加しませんか**
10月10日(土)24日の金曜日、全3回、午前10時～正午/中央公民館/テーマ「子供の心を豊かに育てるために」/講師 大畑真由美(ストーリーテラー、学童保育指導員/100人(抽選)/資料代一千円/託児室(要予約)/一回二百円/10月6日(月)までに平塚こども劇場の内藤 ☎(33)06060月・火・木・金曜日の午前10時～午後4時

火星大接近

博物館秋期特別展「火星大接近2003」



2003年夏、火星と地球の大接近が起きました。最も近づいたのは8月ですが、秋になると火星は夕方に高くなり観察しやすくなります。最接近に近く観察しやすいこの時期に、博物館特別展として「火星大接近2003」を開催します。5万7千年ぶりという火星の大接近を様々な角度から紹介します。ぜひ、ご家族おそろいでお出掛けください。

火星がやってきた 火星大接近の様子や地球との位置関係を、模型で解説します。
火星観測史・地史 17世紀からの火星観測の歴史や、地球と比較した火星の地史をパネルで紹介。

火星は今 火星の様子をリアルタイムで表示します。また、インターネットで配信される火星の最新情報を展示します。
そのほか 火星の地形と気象、火星から飛来したいん石などを展示します。

日時 10月4日(土)～11月30日(日)
午前9時～午後5時(金曜日は午後7時まで)
※月曜日は休館。ただし、10月13日・11月3日は開館、10月14日・11月4日は休館

博物館 ☎33-5111

● **カルチャ**
パンの花を始めませんか
毎月第1・3金曜日、午前10時～正午/市民センター/10人(先着順)/月会費三千円/開パンの花すまいるの芳川 ☎(54)5192

● **やさしい手編み教室**
初心者歓迎/毎月第1・3土曜日、午前10時～正午/市民センター/入会金五千円、月会費二千六百円/問やさしい手編みの津田 ☎(22)020205

● **中国語の新会員募集**
初心者/講師 韓霞/毎月3回月曜日、午後7時30分～9時/中央公民館/15分(先着順)/月会費 千円

● **油絵を習いませんか**
初心者歓迎/講師 武井 徳一(神奈川現展会員)/毎月第1・3火曜日、午後1時～5時/旭南公民館/月会費五千円(教材費含む)/彫彩相会の吉川 ☎(32)0629

● **剣道新入生を募集**
幼稚園年長児以上/毎週月・水曜日、午後6時30分～8時30分/富士見小学校/入会金 千五百円、月会費 一千五百円/平塚市剣道連盟富士見支部の安田 ☎

サークル 掲示板

● **フラワーアレンジメント**
毎月第1・3金曜日、午後1時30分～5時/市民センター/材料費一回三千五百円/開フラワーサークル Bloomsの松田 ☎091-6713-3300

● **英語を学びませんか**
毎週木曜日、午後1時～2時30分/旭南公民館/6人(先着順)/月会費 二千円/開サステイニンググリッシュの野口 ☎(36)5183

● **水彩画を楽しむ**
60歳以上/毎月第1・3木曜日、午後1時30分～3時30分/福祉会館/月会費 二千円/開電話またははがき(住所、氏名、電話番号を記入)で、〒254-024水花台1-11水彩のすみ会野まで ☎(32)4758

● **楽しい秋のコンサート**
10月25日(土)、午後6時30分開演/市民センター/入場料八百円/託児室五百円(要予約)/指揮 富平恭平/歌劇「こもり」序曲、歌劇「魔弾の射手」序曲ほか/平塚フィルハーモニー管弦楽団の木谷 ☎(35)2239

CAMERA 9ツツクル



9月6日(土) **自主防災総合訓練**
総合公園で実施した防災訓練。今年の5月と7月に宮城県を中心に大きな地震が発生した後もあり、参加した自主防災組織のみなさんは、消火や救助訓練など真剣に取り組んでいました。



あわてずに火の始末 協力しあって応急救護