

- ・2面...天城湯ケ島で秋を楽しむ
- ・3面...違法駐車追放強化月間
- ・4・5面...介護保険、ケアマネジャーから考える

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 104,000部(毎月1日・15日発行)



## うまさの証



中戸川君子さん(豊田本郷)

### 言の証

**みそ** みそは、日本人の食生活の中で欠かせないものです。ね、わたしの「みそ」は、平塚産の大豆を使って、平塚の気候で一年間熟成したみそを作っています。調味料を加えていないので素材そのもののまろやかで深みのある味が楽しめます。料理を作っているときの香りもほかのみそとは違いますね。



加藤征弘さん(岡崎)

### 貳の証

**豚肉** うちの牧場では、およそ一年頭の豚を飼育しています。いい肉を作るにはえさが大事ですね。うちでは鹿児島から仕入れた「さつまいも」をえさに使っているんです。そのさつまいもの効果がでた甘くてやわらかい肉は最高ですよ。まだまだ残る夏の疲れを回復させるにも豚肉はいいんですよ。



石田嘉之さん(田村)

### 参の証

**里いも** 梅雨の雨と夏の日差し。里いもにはこれが必要なんです。その点、平塚の気候は里いもに良く合っていますね。お勤めは手のひらからいり、大ききで外側のすじがハッキリしているものかな。大きな葉にたくさん日差しを浴びた平塚産の里いもは、口の中で甘くとろけて、とてもおいしいですよ。

## この豚汁、平塚産でできています

材料(4人分) 豚肉薄切り140g 里いも150g こんにゃく70g にんじん70g 大根150g ごぼう70g 長ねぎ1本 みそ大さじ4 出し汁5カップ サラダ油小さじ2 塩適宜  
作り方 ①豚肉は2~3cm幅に切る ②里いもは皮をむいて乱切りにし、塩をふって水でぬめりを洗い流す。こんにゃくはゆでて一口大にちぎる ③大根、にんじんは皮をむいて乱切りにする。ごぼうは皮をこそげて乱切りにし、水につける。長ねぎは1.5cmの長さに切る ④鍋に油を熱し、豚肉、にんじん、ごぼう、大根、こんにゃくを入れていため、油がまわったところで、里いもと出し汁、みその半量を加える。沸騰するまでは強火、煮立ってきたらコトコト煮えるくらいの火加減にして、浮いてきたアクをまめにすくい取る ⑤材料がやわらかく煮えたら、残りのみそと長ねぎを加え一煮してできあがり



# 平塚産を めしあられ

「なるべく新鮮で、生で、天然に近く、寿命が長く、近くでとれたもので、刺激の少ないもの」。明治・大正時代の小説家で平塚に住んでいた村井弦斎は、大正九年に発表した小冊子「食物に関する十八年間の研究」の中で、食物の原則をこう示しています。野菜、魚、肉、卵：平塚にはたくさん「とれたて」があります。さあ、食欲の秋の始まりです。月に一度、総合公園で開催している朝市でもたくさん「平塚産」を販売しています。どうぞ平塚の大地と海の恵みをめしあがってみてください。

## 朝市で手にいれよう

「ふれあいマーケット・朝市」9月16日は「秋の収穫祭」  
毎月一回、第三日曜日に総合公園南側駐車場を会場に、平塚産の野菜や魚などを販売する朝市を開催しています。  
九月十六日(日)の朝市は、「秋の収穫祭」と題し、お買い上げ五百円ごとに秋の収穫にちなんだ野菜などが当たる抽選券をさしあげたり、今回紹介した豚汁の材料をセット販売したり詳しくは左欄します。どうぞ、お出かけください。

**限定50セット**  
**朝市で「豚汁セット」が600円**  
9月16日(日)のふれあいマーケット・朝市(会場：総合公園南側駐車場)で午前6時30分から、今回紹介した豚汁の材料4人分を600円でセット販売します。  
新鮮な素材を集めた先着50人までのお買い得限定セットです。  
セット販売する豚汁の材料は、収穫の状況により今回紹介しているものと変わることがありますのでご了承ください。



**ふれあいマーケット・朝市開催日**

9月16日(日)
10月21日(日)
11月18日(日)
12月16日(日)
1月20日(日)
2月17日(日)
3月17日(日)

10月~3月の開催時間は午前7時~9時です。

当日の開催の有無の確認は午前六時から123-1111へお問い合わせください。平塚産の野菜や果物などは市内九か所のJA直売所でも販売しています。詳しくはJA湘南経済センター(158-7799)へお問い合わせください。

撮影協力：平塚市食生活改善推進団体ママの会 材料提供：服部食品、加藤さんちの牧場、中戸川自然農産物加工所ADew、JA湘南城島支所直売部会、JA湘南神田支所直売部会(いずれも、ふれあいマーケット・朝市出店団体)



# 市職員を募集します

**一般事務 民間企業等職務経験者対象** (1人)...次の要件をすべて満たす人 昭和41年4月2日以降に生まれ、大学の課程を卒業した人、または同程度の学力がある人 TCP/IPネットワークについての知識があり、民間企業などで200台以上のパソコンを接続するコンピュータネットワークの設計、構築、運用管理などの職務経験が3年以上(平成13年9月末時点)ある人

**一般事務 身体障害者対象** (1人)...次の要件をすべて満たす人 昭和46年4月2日～59年4月1日の間に生まれ、身体障害者手帳の交付を受けている人 自力で通勤および職務遂行ができる人 高等学校卒業程度以上の学力がある人

**一般事務 言語障害指導業務および一般事務** (1人)...昭和46年4月2日～55年4月1日の間に生まれ、大学の言語障害教育関係もしくは、ろう教育関係の課程を卒業した人(平成14年3月卒業見込みを含む) または言語障害教育の指導経験が1年以上ある人

**保育士**(若干名)...昭和51年4月2日～57年4月1日の間に生まれ、保育士の資格がある人、または平成14年3月までに資格を取得する見込みの人

**保健婦・士**(1人)...昭和46年4月2日以降に生まれ、保健婦・士の資格がある人、または平成14年3月までに資格を取得する見込みの人

**栄養士**(2人)...昭和46年4月2日以降に生まれ、管理栄養士の資格がある人

**清掃・公園・土木等作業員**(若干名)...昭和42年4月2日～59年4月1日の間に生まれ、中学校以上を卒業した人 4年制大学以上を卒業(卒業見込みを含む)した人は受験できません

**応募方法** 職員課(市役所3階)などでお配りする「申込書」、「自己推薦書」、「受験票」に必要事項を記入し、本人が直接、受け付け場所へお持ちください。申し込み時に面接があります。郵送や代理人による申し込みはできません

**受け付け期間** 9月17日(月)～25日(火)の午前9時～午後5時(正午～午後1時と土・日曜日・祝日は除く)

**受け付け場所** 教育会館1階研修室・談話室  
**第1次試験日** 10月6日(土)午前9時～正午(予定)

**問い合わせ先** 職員課(121-8762)



滑沢渓谷

川端康成の代表作『伊豆の踊子』の中で、主人公が踊り子たちと歩いたという小説の舞台に

## 天城のみみし祭り

紅葉の季節を迎える天城山中は、天城山隧道や滑沢渓谷、世古峡、八丁池周辺など鑑賞スポットもたくさんあります。市民休養の郷で、とっておきの秋を楽しみませんか。

紅葉の季節を迎える天城山中は、天城山隧道や滑沢渓谷、世古峡、八丁池周辺など鑑賞スポットもたくさんあります。市民休養の郷で、とっておきの秋を楽しみませんか。

市民休養の郷・静岡県天城湯ケ島町は、雄大な天城山に抱かれた清流沿いの素朴な里です。豊富な湯量を誇る温泉。自然の恵みを生かした、ふるさとの味わい。井上靖や与謝野晶子など多くの文人墨客に愛された風土。アクティブに活動できるスポーツ施設。天城の里は魅力がいっぱいです。

# 市民休養の郷・天城湯ケ島町

## とっておきの秋を楽しもう

湯ケ島温泉から天城峠に向かい六キロのところにあります。滑沢渓谷入り口のバス停から徒歩五分、国道四一四号を西へ三百メートル程入ると滑沢渓谷です。安山岩の間を清流が流れ、四季折々にすばらしい風景を楽しめます。特に秋の紅葉シーズンは最高です。

## 滑沢渓谷

湯ケ島温泉から天城峠に向かい六キロのところにあります。滑沢渓谷入り口のバス停から徒歩五分、国道四一四号を西へ三百メートル程入ると滑沢渓谷です。安山岩の間を清流が流れ、四季折々にすばらしい風景を楽しめます。特に秋の紅葉シーズンは最高です。

湯ケ島温泉から天城峠に向かい六キロのところにあります。滑沢渓谷入り口のバス停から徒歩五分、国道四一四号を西へ三百メートル程入ると滑沢渓谷です。安山岩の間を清流が流れ、四季折々にすばらしい風景を楽しめます。特に秋の紅葉シーズンは最高です。

湯ケ島温泉から天城峠に向かい六キロのところにあります。滑沢渓谷入り口のバス停から徒歩五分、国道四一四号を西へ三百メートル程入ると滑沢渓谷です。安山岩の間を清流が流れ、四季折々にすばらしい風景を楽しめます。特に秋の紅葉シーズンは最高です。



**天城山隧道** (旧天城トンネル) 明治33年に起工、37年に開通した全長446mの石造りのトンネル。数々の文学の舞台となったここは一世紀たった今、道路隧道として初めて国の重要文化財に指定されました。

## ひらつか天城山荘

### 市民特別割引

秋を満喫したあとは、山荘の露天風呂で疲れをいやしませんか。特別プランを用意しました。

**期間** 11月11日(日)～20日(火) 土曜日は除く  
**宿泊料金**(1泊2食諸税込み) 家族室使用) 宴会コース 八千円(宴会料理 10人以上の団体は2人あたり日本酒1合またはビール大瓶1本つき) 通常コース六千円  
10人以上の団体は、平塚市山荘間をマイクロバスで往復送迎(カソリン代、有料道路代は利用者負担)  
**申し込み方法** 9月30日(日)までに電話でひらつか天城山荘(0558-87-1050)へ  
**お問い合わせは、交流親善課**(125-2520)へ。



# ITビジネス交流プラザ

## 会員を募集

企業や大学、自治体、個人などITに関心のある方の交流の場として設立する「平塚エリア・ITビジネス交流プラザ」の会員を募集します。会費は無料です。ぜひ、ご応募ください。

**事業内容** ITに関するセミナーの開催 会員間やほかの団体との交流会の実施 ホームページ(http://www.kitc.gr.jp/plaza/hiratsuka/index.html)を開発し、IT関連情報の提供

**対象** 平塚、伊勢原、秦野、大磯、二宮にある企業・お住まいの方

**申し込み方法** 産業推進課(135-8101)へ。

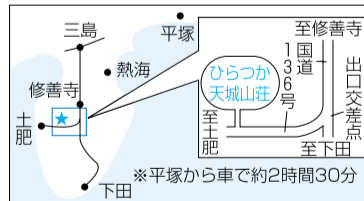
# ケーブルテレビ「TAIKEN通信」出演者募集

ケーブルテレビ(2チャンネル)で放送中の市民体験型番組「TAIKEN通信」の出演者を募集します。



- 番組内容 21世紀を担う若い人たちに福祉・環境・防災などをテーマに様々な体験をしていただき、その姿を伝えます。(放送例...インスタントシニア体験、ペットボトルをリサイクル、消防隊体験、里山づくり体験、酪農体験) 体験内容は、収録前に出演者にお知らせします。
- 応募資格 市内にお住まい、通学の18歳～30歳の方(高校生は除く)
- 応募方法 市販の履歴書に応募動機を記入し、広報課(〒254-8686 浅間町9-1)へ。随時受け付けます
- 募集人数 若干名(選考) 問 広報課(121-8761)

# 「ひらつか天城山荘」空き状況



**申し込み** ひらつか天城山荘  
**申し込みは4か月前から受け付け**  
電話 0558-87-1050  
FAX 0558-87-0557  
住所 〒410-3216静岡県田方郡天城湯ケ島町上船原1120-1  
1泊2食諸税込み、大人5,820円・子ども5,140円(一般室)から

×印 満室 印 早めに申し込みを 印 まだ余裕がある 休印 休館日 平成13年9月3日現在

10月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
月	火	水	木	金	土	日	祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
						x	x	休	休	休		x	x														x	x				
11月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
月	木	金	祝	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金		
			x	休	休	休		x									x						x	x	x							

日帰り利用できる露天風呂やテニスコートもあります。

# 9月20日から26日は 動物愛護週間です

問い合わせ先 環境管理課(内線2242)

動物を飼うときにはマナーとルールを守り、責任をもって飼いましょう。動物の本能や習性、生理をよく理解する。家族の一員として扱い、愛情をもって世話をする。生活環境を守り、他人に危害や迷惑をかけないように配慮する。最後まで責任をもって飼う。繁殖を望まない場合は、不妊手術や去勢手術など繁殖制限の措置をとる。



# 駐車違反は犯罪です

## 10月は違法駐車追放強化月間



駐車違反車両が原因で、交通事故の危険が増大します

みなさんは、「みんながして  
いるから」という軽い気持ち  
で違法駐車をした経験はありま  
せんか。本人は、ほんのちよっ  
とのもりでも、その駐車違反  
の車両が原因で交通事故が起き  
たり、一分一秒を争う救急車や  
消防車が現場に到着するのが遅  
れ、時には尊い命が奪われたり  
します。

また、あふれかえった放置自  
転車やバイクは、道をふさぎ、  
高齢者や体の不自由な人にとっ  
て歩きにくく危険な状態となり  
ます。

「もしも自分が迷惑を受ける  
立場になったら」と一人一人が  
考えることで違法駐車や放置自

英国紙から学んだ

## 「一人の力の大きさ」

英国の新聞「ガーディアン」の記事を読んで、物の  
買い方でも、みんなの力が集まれば大きな力になるこ  
とを再認識しました。

## 市長室から こんにちは



吉野 稜威雄 市長

「こんなシーンでもあなたの  
携帯電話は通じますか?」とい  
う見出しと、悲惨な遺体に鼻を  
覆う黒人兵の写真が、英国の  
新聞「ガーディアン」の一面を  
飾りました。イギリスを自主  
視察していたわたしは、ロンド  
ンのホテルの一室で三ページ  
にもわたる記事を読みました。

みんなが携帯電話を使えば  
使うほど、「コンゴの紛争が熾  
烈になって、大勢の人が死ん  
でいく。なぜならば、コンゴ  
では携帯電話には欠かせない  
希少な金属コルタンを産出す

る。この高価な金属が売れれ  
ば売れるほど、「コンゴ」は武器  
を買うようになる。このこ  
とをみなさんは理解しなけれ  
ばいけないんじゃないか、と  
いう記事でした。「そんな実態  
があるのか」という驚きと、  
日本の新聞にはない切り口の  
鋭さを感じました。

政治や行政がやるべきこと  
であっても、その限界を知っ  
ていて、一人一人がやるべき  
ことはやらなければならない、  
という意識がイギリスにはあ  
ります。例えば、家具を買う  
場合でも「材料の木はどこで  
産出されたものか、その国は  
木を切った後に植林している  
のかどうか」を確認したうえ  
で買うことがあります。

これと同じように、ダイヤ

モンドを買う時も、このダイ  
ヤがどこで産出されたものか  
を購入決定の非常に大きな要  
素にしている。このダイヤを  
買うことによって、戦争の資  
金源になっているとすれば買  
つてはいけない。もっと平和  
なところから産出されたもの  
を買わなければいけない。そ  
ういう買い方をしているんで  
すね。

平和の問題や外交、環境問  
題についても、国にすべてを  
任せるのではなく、自分たち  
ができることは自分たちで一  
人一人やるのが大きな力に  
なるんだ、ということに彼ら  
は知っています。こういう点  
は、見習うべき大きな要素で  
はないか、と考えさせられま  
した。

## 秋の全国交通安全運動

九月二十一日から三十日まで  
の十日間、秋の交通安全運動が  
全国一斉に実施されます。

ここ数年、特に多いのが高齢  
者の交通事故です。市内でも今  
年七月までの高齢者の事故は、  
昨年比べて九件多い百四十件

## 歯周疾患検診、始まる。

快適な生活は歯の健康から

歯周疾患(歯周病)は、中高  
年が歯を失う大きな原因の一  
つになっています。

歯周病は、歯肉や歯を支えて  
いる骨などが破壊され、放置し  
ていると歯が抜けてしまう病気  
です。初期の段階では痛みが少  
なく、気付いたときには、かな  
り進行している場合が多いので

早期に発見することが大切です。  
市では歯の健康を守り、いつ  
までも快適な生活を送れるよう  
歯周疾患検診を実施します。こ  
の機会に、歯の健康状態を確認  
してみたいかがですか。

対象 40歳(昭和36年4月1  
日)昭和37年3月31日生まれ)  
50歳(昭和26年4月1日)昭和  
27年3月31日生まれ)の方  
申し込み方法 9月下旬にお  
送りする受診票に記載されてい  
る指定医療機関へ直接、電話で  
予約してください  
負担金 500円  
お問い合わせは、保健センタ  
(1341031)へ。

## エンゼルプラン策定の アンケートにご協力を

平塚市のエンゼルプラン(児  
童育成計画)を策定するため、  
子育て支援サービスの利用状況  
や意向調査などのアンケートを  
実施します。ぜひ、ご協力くだ  
さい。

対象となる五千世帯の方々は  
住民基本台帳に記載されている  
0歳から九歳のお子さんのいる  
世帯のみ(無作為に抽出し  
ました。対象となった方々  
には、調査票をお送りしまし  
たので、九月二十六日(水)まで  
ご返送ください。

お問い合わせは、児童福祉課  
(12119612)へ。

## 秋のサロンコンサート さわやかなソプラノと ハープの夕べ

平塚出身で日本を代表するソプラノ  
歌手の悦田比呂子さんと、全日本ハ  
ープコンクール優勝者の梅津三知代さん  
を迎え、秋のサロンコンサートを開き  
ます。

u 日時 11月16日(金)  
午後6時30分開演  
u 会場 市民センター大会議室  
u 定員 80人(先着順)  
u 入場料 1,000円(お茶付き)  
u 前売り 市民センター、ヤンレイレ  
コードで発売中  
問 文化財団(132-2237)

くらし快適メモ 連載 28

## 賃貸住宅退去時のトラブル

「賃貸住宅を退去する際、貸し主から畳の表替え、ふすま・クロスの張り替えなどの修繕費や、ハウスクリーニング代として高額な費用を請求され、敷き金を返金してくれない」という相談が多く寄せられています。

借り主には、建物を明け渡すときは元の状態に戻す(原状回復)義務があります。しかし、借り主が責任を負うのは、故意・過失による破損、汚れに限られ、自然に損耗した部分についての負担義務はないと旧建設省(現在の国土交通省)の「原状回復ガイドライン」や判例などで示しています。

借り主に落ち度がなければ敷き金は全額戻りますので、納得いくまで話し合うことが大切です。折り合いがつかない場合は、民事調停や少額裁判を利用しましょう。

問 市民活動推進課(内線2263)

消費生活相談：毎週金曜日午前9時～午後4時 / 市民活動推進課(市役所東附属庁舎2階) / 電話(内線2910)でも相談できます

## 一人で悩むより、まず相談

各地で無料相談会を開きます

- 特設社会保険相談(市役所1階市民ホール)**
  - 日時 10月9日(火)午前10時～午後4時
  - 内容 年金・労務管理・労働保険など
  - 問い合わせ先 市民情報・相談課(121-8764)
- 無料調停相談会(ひらつかスカイプラザ)**
  - 日時 10月10日(水)午後1時30分～4時
  - 内容 お金の貸し借り・夫婦のもめごとなど
  - 問い合わせ先 平塚調停協会(131-0513)
- 特設市民相談(松原公民館)**
  - 日時 10月19日(金)午後1時～4時
  - 内容 一般・人権・行政相談など
  - 問い合わせ先 市民情報・相談課(121-8764)
- 公証週間です**
  - 10月1日～7日は公証週間です。遺言や相続などの相談をお受けします(要予約)
  - 日時 10月5日(金)
  - 午前10時～午後3時
  - 会場 市民相談室 市役所1階)
  - 申 9月17日(月)から、市民情報・相談課(121-8764)へ

お受けします  
**保健福祉サービスの相談**  
問 保健福祉総合相談窓口(121-8779・市役所1階)

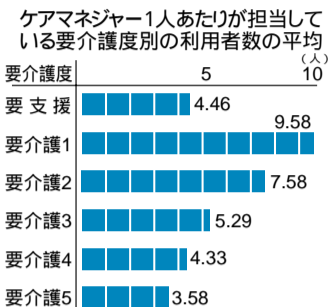
「保健福祉サービスを利用したいが、どこへ行ったらよいか分からない」。そんなときは、保健福祉総合相談窓口をご利用ください。高齢者の在宅福祉サービスの紹介、介護の心配や悩みの相談など、様々な保健福祉サービスの利用案内や相談をお受けします。 相談日時 月～金曜日の午前8時30分～午後5時



# ケアマネジャーから考える

者に  
来た  
頂  
つ  
て  
は  
ま  
す

介護支援専門員実態調査  
6月に市内の居宅介護  
支援事業所に勤務するケ  
アマネジャー（介護支援  
専門員）を対象に「平成  
13年度介護支援専門員実  
態調査」をしました。この  
ページに掲載したグラ  
フはこの調査結果による  
ものです。



## この制度を一人一人に 手渡すことが大切です。

計画をはりつけるだけではなく、  
落ち着いて一人一人の利用者の状況  
を見て、ケアプラン(介護計画)が考  
えられる時期になってきたと思いま  
す。でも、そのためにはまだまだ勉  
強したいことがいっぱいですね。



ひらつか地域介護システム会議  
介護支援専門員連絡部会  
谷澤 隆子さん  
部会長

介護保険制度が始まってもうすぐ一年半がたちま  
す。制度が定着しつつある一方で様々な問題点や課  
題も見えてきました。今回は、この制度の中で活躍  
するケアマネジャー(介護支援専門員)の方の思いと  
利用者の声を紹介します。介護を社会全体で支える  
システム「介護保険制度」についてみなさんで考え  
てみましょう。

ケアプランを作成するとき  
に気をつけていることは、本人の意  
志の尊重と「生きる尊  
重」です。普通の価値観では理解  
できないことでもその人にとって

## ケアプランは本人の生 き方の尊重が基本です

制度が始まって間もないこと  
もあって、この制度を受け入れがた  
いという方もいます。このような  
場合は、その方の状況や変化を見  
ながら、必要と感じられて使いた  
めるまで、時が熟するのを共に歩  
んで待つというお付き合いをするよ  
うにしています。

ケアマネジャーの役割の中で一  
番大事だと思っていることは、介  
護保険制度をかみくだいて利用者  
へ伝えるということです。これは  
ただ説明するということではなく  
この制度を一人一人にきつちり理  
解していただいて、介護サービス  
を利用できるようにするまでにし  
て「手渡す」ということです。

## 介護保険制度を わかりやすく利用者へ

ケアマネジャーの役割の中で一  
番大事だと思っていることは、介  
護保険制度をかみくだいて利用者  
へ伝えるということです。これは  
ただ説明するということではなく  
この制度を一人一人にきつちり理  
解していただいて、介護サービス  
を利用できるようにするまでにし  
て「手渡す」ということです。

ケアプランを作成するとき  
に気をつけていることは、本人の意  
志の尊重と「生きる尊  
重」です。普通の価値観では理解  
できないことでもその人にとって

## ケアプランは本人の生 き方の尊重が基本です

制度が始まって間もないこと  
もあって、この制度を受け入れがた  
いという方もいます。このような  
場合は、その方の状況や変化を見  
ながら、必要と感じられて使いた  
めるまで、時が熟するのを共に歩  
んで待つというお付き合いをするよ  
うにしています。

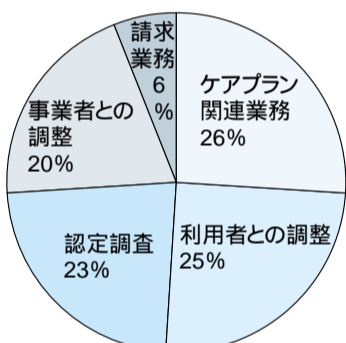
ケアマネジャーの役割の中で一  
番大事だと思っていることは、介  
護保険制度をかみくだいて利用者  
へ伝えるということです。これは  
ただ説明するということではなく  
この制度を一人一人にきつちり理  
解していただいて、介護サービス  
を利用できるようにするまでにし  
て「手渡す」ということです。

## 事業者からの情報が 役に立っています

ケアマネジャーだけでは利用者  
の全ての状況を把握できません。  
ですから、事業者の方からの情報  
はすごくありがたいです。

事業者の方が「利用者に変化が  
見られたらすぐにケアマネジャー  
に連絡する」ということをしてく  
れるので、今は事業者とケアマネ  
ジャーのコミュニケーションが良  
くできているなと思っています。  
事業者の方からの情報がなければ  
ケアプランはたてられないです

## ケアマネジャーの業務時間 配分(1か月あたり)



ケアマネジャー...利用者として接し  
ながら介護支援サービスをする  
介護支援専門員。保健・医療・  
福祉分野の専門知識を持った人  
の中から養成されています。

ケアマネジャーはどこまでも広  
く、おもしろい仕事だと思いま  
す。知識や経験を持って働かな  
いと恐い仕事でもあるんです。  
自分の力量によって利用者の利益  
に差がでてしまうことがあります  
し、利用者のプライバシーに踏み

## 「勉強したい」と声 多いですよ

今、ケアマネジャーは「勉強し  
たい。知識を得たい。そして事例  
を研究して自分たちがやっている  
仕事を検証したい」という気持ち  
を持っていきます。

「介護保険制度が始まって一年半  
だんだんと制度の行き届かない部  
分も見えてきました。在宅サービ  
スが足りないこととか、低所得者  
にとって利用料が高いというこ  
とがですね。

## 現場の声を行政に これも仕事です

「介護保険制度を利用したこと  
で、生活に余裕がもてるようにな  
った」という声を聞けたときには  
この制度をきつちり手渡すことが  
できたんだという気持ちになり  
ます。そして、本人と家族が安定  
した生活をしているのが確認でき  
たときは、本当に良かったなっ  
て思います。

「介護保険制度を利用したこと  
で、生活に余裕がもてるようにな  
った」という声を聞けたときには  
この制度をきつちり手渡すことが  
できたんだという気持ちになり  
ます。そして、本人と家族が安定  
した生活をしているのが確認でき  
たときは、本当に良かったなっ  
て思います。

### 市民相談室 (市役所1階)

1 21 - 8764

人権 9月18日(火) 10月2日(火) 13時~16時  
行政 10月2日(火) 13時~16時  
一般法律(予約制) 毎週水曜日・毎月第4木曜日(9月27日) 13時~16時  
登記・供託・測量 10月12日(金) 13時~16時  
住宅(新・改築) 9月18日(火) 13時~16時  
発明・考案・特許 11月12日(月) 10時~15時、10月は休み  
下請け取り引き 9月20日(木) 13時30分~16時  
年金・社会保険・労災 10月9日(火) 13時~16時  
消費生活 毎週金曜日 9時~16時  
手話案内 毎週金曜日 9時~12時30分  
建築設計・耐震・バリアフリー 9月17日(月) 13時~16時

## 市民相談

### 健康相談 (保健センター)

1 34 - 0311  
電話 毎週月~金曜日10時~16時  
育児相談(来所) 毎週水曜日9時30分~10時30分

### 子ども教育相談センター (崇善小学校北側)

1 36 - 6013  
来所 毎週月~金曜日10時~17時  
電話 毎週月~土曜日9時~17時(第2・4土曜日は除く)

### 青少年相談室 (市民センター2階)

1 34 - 7311  
青少年相談 お子さんについての相談 毎週月~土曜日10時~18時30分  
ヤングテレホン1 33-7830(みみてなやみなし)  
(青少年専用ダイヤル) 毎週月~土曜日10時~18時30分

### 労働相談 (勤労会館)

1 32 - 3355  
労働(勤労者・事業主対象) 10月11日(木) 13時~16時

### 福祉会館

1 33 - 2333  
法律(要予約) 10月11日(木) 13時30分~15時30分  
生活支援・ボランティア 毎週月~金曜日8時30分~17時  
母子 毎週月~金曜日9時~16時  
家庭児童 毎週月~金曜日9時~16時

### 療育相談室 (福祉事業センター)

1・FAX32 - 2738  
子どもの発達・発育の相談 毎週月・水・金曜日10時~15時(来所相談は予約制)

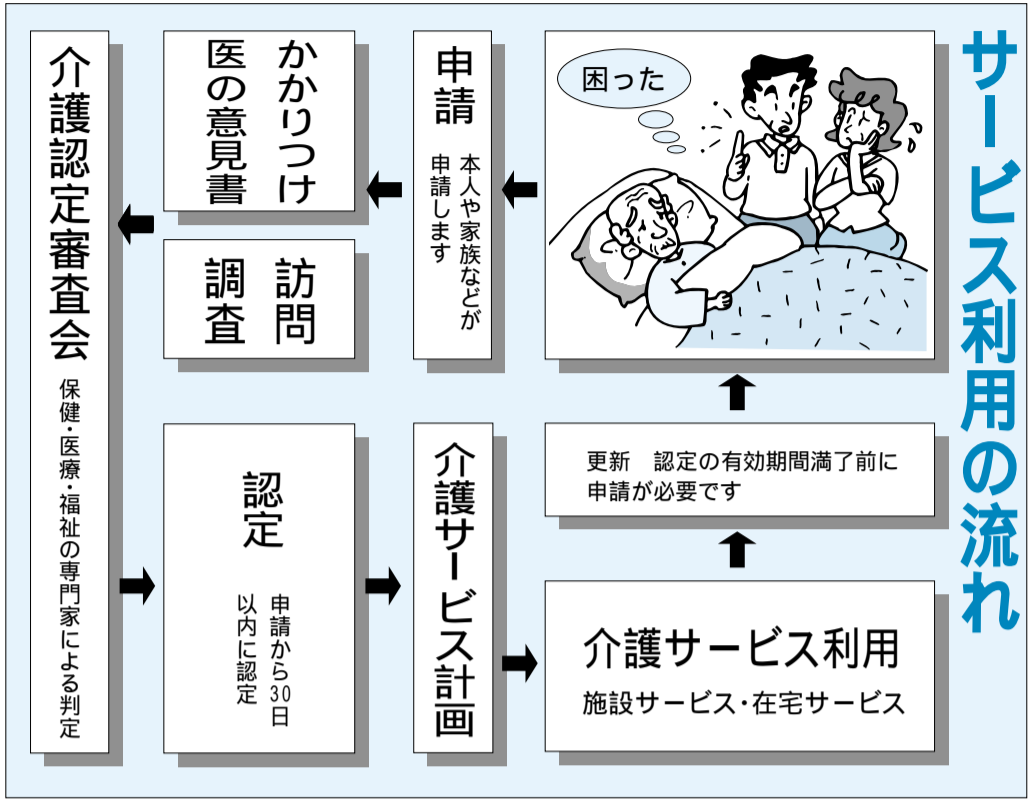
### 子育て支援センター (豊田分庁舎)

1・FAX34 - 9076  
子育ての相談・情報提供 月・火・水・金曜日9時30分~16時(第3月曜日午前のみ)

あなたの手紙  
市長への手紙  
郵送料市負担の手紙  
公民館などにあります。



# 介護保険、介護サービス利用の流れ



「ありがたい」の一言です。

75歳男性 平塚三丁目

三十五年ほど前に腰を悪くして、それから足の不自由な生活が続いています。

今は月曜日から金曜日までホームヘルパーの方が来てくれる訪問介護サービスを受けています。食事の準備や部屋の掃除、買い物など身の回りのことをやっていたいただき感謝しています。介護計画はケアマネジャーの方がたててくれました。介護保険が始まる前の福祉サービスを受けていたときからの付き合いでしたので、わたしのことを良く理解して作っていただいた計画です。

ケアマネジャーの方は、たくさんさんの書類を作る事務処理に追われています。

妻が亡くなり、一人になって三年がたちます。ケアマネジャーやホームヘルパーの方と出会えなかつたら生きてこれなかったと思います。彼女たちには本当に「ありがたい」の一言ですね。

れ、なかなか本来の仕事ができなくて大変だろうと思います。でもわたしたち利用者は、資格があるだけのケアマネジャーではなくて心を通い合やすことが出来るケアマネジャーを望んでいるんです。

幸い、わたしを担当してくれるケアマネジャーの方は、「煩雑な事務なんて当たり前だから」と、いろいろと気遣ってくれます。例えば、正月にはわたしに唯一外を眺められる窓をきれいにしてくれました。心が通っていかねばそんなこと気付いてくれるわけありません。

夫が十七年ほど前に脳の病気で倒れ、今は週に四回、福祉施設を利用しています。特にデイサービスでの入浴は、ありがたいですね。本人も楽しみにしているようです。

介護計画は、昨年の七月にケアマネジャーの方が来て、体の動かし方を見たり、わたしたちと話したりしながらたててくれました。あまり親切にやっていたら、体が動かなくなってしまうのではなにかと思いましたが、自立を考えた計画にしてみました。おかげで、ひげをそるなど簡単なことは自分でできるようにになりました。

ケアマネジャーの方はよくコミュニケーション

### 認定の目安

要支援 食事やトイレはほとんど一人でできるが、立ち上がりなどの動作に手助けを必要とすることがある社会的支援を要する状態

要介護1 食事やトイレはほとんど一人でできるが、掃除などの身の回りのことに何らかの手助けが必要な部分的な介護を要する状態

要介護2 食事やトイレに手助けが必要なことがあり、掃除などの身の回りのこと全般に手助けが必要な軽度の介護を要する状態

要介護3 身の回りのことが一人でできず、歩行や立ち上がりの動作が一人でできないことがある中等度の介護を要する状態

要介護4 身の回りのことが一人でできず、一般的な理解の低下が見られる重度の介護を要する状態

要介護5 身の回りのことがほとんどできず、最重度の介護を要する状態

認定の目安ですので、個々の状態と一致しないことがあります。

**問い合わせ先** 高齢福祉・介護保険課 (1 21-8790)

「サービスを利用したいが、どこに相談したらいいかわからない」「業者に連絡する前にサービスの内容を比べたい」。そんなときは、市内の介護サービスのホームページ「ひらつか介護情報ネットワーク」をご覧ください。

<http://www.hiranosuke.or.jp>



### 野焼きと騒音

野焼きや騒音が隣近所との良好なコミュニケーションを損なう原因になっています。

ちよとした気配りで快適な生活環境がつかれます。ものを燃やすときや音を出すときは、隣近所の迷惑にならないかどうか、考えてみましょう。

**野焼き**

人家の前でこみを燃やす姿を見かけることがあります。野焼きは、焼却設備とは認められない方法でこみを燃やすことや、

場合でもビニールやプラスチック類を除かなければなりません。また、悪臭やばい煙で人に迷惑をかけるような燃やし方はできません。

**騒音**

「こみは家庭で燃やす市の収集日にお出しください。」

テレビ、オーディオ、ピアノ、エアコンの室外機、ベットの鳴き声など騒音の原因は様々です。例えば営業で夜十一時以降にカラオケ機器を使用することは条例で制限されています。特に住宅街では、午後十一時から午前六時までの間は音響機器を使ったり、使わせたりすることができません。

**問い合わせ先** 環境政策課(内線2659)

### 介護保険

#### 介護保険

#### インフォメーション

減額の制度があります。災害などにより損害を受けたり、生計を支えている人が入院したりして、収入が著しく減った場合には介護保険料のお支払いを猶予または減額する制度があります。

また、十月から、世帯全員が市民税非課税になっている方で、老齢福祉年金を受けている方、一定の条件を満たしている生活が著しく困難と認められる方(生活保護を受けている方は除く)にも、介護保険料を減額する制度が始まりました。

このように場合に該当すると思われる方は、高齢福祉・介護保険課(市役所東附属庁舎2階・内線2154)までご相談ください。

お支払いは便利な口座振替で介護保険料のお支払いは口座振替が安全で便利です。六十五歳以上の方で、保険料を納付書でお支払いいただいている方を対象に九月二十日ごろ郵便で口座振替の申し込み書をお送りします。ぜひ、この機会にご利用ください。

なお、すでに口座振替の手続きをされている方や、年金から保険料が天引きされている方は、あらためて手続きをする必要はありません。

### 突然の変化

聞き慣れない大きな声にぶと気付くと仲間たちと教室で遊ぶK君でした。

子ども教育相談センターの「適応指導教室」は、様々な理由で、現在学校を休んでいる小・中学生のための教室です。ここは、体験活動などをしながら、自分のペースで生活できる場所です。

K君はこの教室に来るようになって半年。学習やゲームなどを半日過ごして帰ることを日課としてきました。しかし、ここところが急にほかの子もたちのかかわりが深まり、小グループに加わって遊ぶことが増えてきました。

教室で子どもたちとかわって生活しているとき、突然と思えるような変化に出会うことがあります。「体験通室以来ほとんど来なかった子が毎日来るようになる」「学習に手をつけようとした子が学習を始める」「学校へ行くようになる」...

しかし、傍らから見ると突然に見える変化も見えないところ少ずつ変わっていたり、こちらが小さな変化を見落としていたりすることが多いようです。スタッフやほかの子もたちとの日々の小さなかわり合い、日常的な体験、様々な情報などが積み重なり、蓄積されて突然に見える変化につながっていきます。

現在、教室には毎日十人程度の子もたちが通ってきています。見える形、見えない形で影響し合い、それぞれの小さな変化を生み出しながら生活しています。

子ども教育相談センター  
崇善小学校北側1(36)6013



# 【あたたかい心】

※敬称は省略させていただきます

## 社会福祉基金

地域福祉やボランティアの助成などに使われます。お問い合わせは、社会福祉協議会(133-2333)へ。

u ボランティアグループさつき会のロータスクーポン収集整理還元金 12,945円、松風調剤薬局 4,678円、磯崎輝夫 2,000円、遠藤篤志 12,000円、藤本会計事務所職員一同 6,000円、飯尾佳弘 200,000円、相模ライフルクラブ SRC 5,000円、近藤純正 5,000円、川口節子 5,000円、進藤好造 10,000円、匿名(1件) 24,000円

交通遺児へ u 平塚市交通安全母の会連絡協議会 90,703円

児童福祉へ u 匿名(1件) 1,000円

平塚市へ u 高木隆弘 500,000円

以上7月受け付け分

## 献血ありがとう～8月の献血実施協力事業所

u 日本パーカラライジング、高周波熱練、富士チタン工業、田中貴金属工業、神奈川県湘南地区行政センター、JAグループ神奈川教育センター、三菱樹脂、日産車体

## 社会福祉展を開催

子育て支援についての活動や事業などをパネルで紹介し、また、社会福祉施設の紹介と作品の展示、地域作業所で作られた木工作品や人形の即売もあります。ぜひ、ご来場ください。

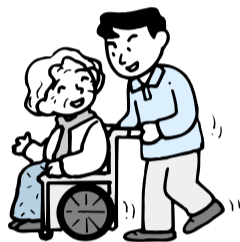
日時 9月27日(木)～10月2日(火)、午前10時～午後6時30分(2日は午後3時～)

障害者をお持ちの方の就職機会を増やすため、「集団職業相談会(障害者と企業を結び集い)」を開きます。

日時 9月20日(木)午後1時～4時

会場 県立湘南老人ホール(秦野市下大槻)

お申し込みは、県立湘南老人ホーム(176-17580)へ。



## 介護者のつらい介護者のつらい

日ごろの介護の悩みを話し合ってみませんか。寝たきりや痴ほうのお年寄りを在宅で介護している方を対象に介護者のつらい

## 男の介護教室

男性を対象に介護の実技を体験する講座を開きます。夫婦での参加可

日時 9月29日(土)午後1時～4時

会場 県立湘南老人ホール(秦野市下大槻)

お申し込みは、県立湘南老人ホーム(176-17580)へ。

## 健康講座 痴ほう症

「痴ほう症について」医師がお話しします(参加自由)。

日時 9月26日(水)午後2時45分～4時

会場 済生会平塚病院

お問い合わせは、済生会平塚病院(131-0520内線2504)へ。

## 歯の健康教室

内容は「訪問歯科診療の実際」です。

日時 9月20日(木)午前10時～11時30分

会場 保健センター

お申し込みは、保健センター(134-0311)へ。

## 小児マヒ(ポリオ)の予防接種を

対象 生後3か月～7歳6か月児

受け付け時間 午後1時30分～2時40分

持ち物 母子健康手帳、体温計、筆記用具、印上履き(インスリッパ不可)

お問い合わせは、健康課(内線2667)へ。

## ご利用ください

在宅訪問歯科診療

平塚市では、四十歳以上の在宅で寝たきりの方を対象に、歯科医師が往診して診察や治療をしています。利用するときは、保健センター(134-0311)へご連絡ください。健康課の歯科衛生士と保健婦が訪問し、口の中や全身状態を確認のあと、お申し込みいただけます。

車いすや介助によって外来受診できる方は、診療医師、平塚歯科医師会の協力医

費用 保険証の種類により負担金あり

## 身体障害者補装具の相談です

身体障害者手帳と印をお持ちのうえ、ご来場ください。補装具(車いす以外)の相談

日時 10月22日(月)～11月26日(月)・12月17日(月)午後1時～2時

会場 福祉会館

車いすの相談

日時 11月26日(月)午後2時～3時

会場 福祉会館

補聴器の相談

日時 12月14日(金)午後1時～2時

会場 県平塚合同庁舎

お問い合わせは、障害福祉課(121-8774)へ。

## 国民健康保険証の更新

十月一日から国民健康保険証が新しくなります。該当の方には新しい保険証を郵送します。九月末になっても届かない場合は、ご連絡ください。

また、古い保険証は、保険年金課(市役所一階番窓口)、公民館、駅前市民窓口センター(MNビル十階)までご返却ください。

お問い合わせは、保険年金課(121-8775)へ。

## ヘルスアップ相談(予約制)

健康管理、生活習慣病などについて保健婦と栄養士がお答えします。

日時 10月9日(火)午前9時30分～11時、10月23日(火)午後1時～3時

会場・申し込み先 保健センター(134-0311)

## ヘルシー体験教室

おいしく食べよう、うす味健康食(調理実習と栄養士の話)

「ちょっと血圧が高いだけであとは健康」と思っている方、高血圧を甘く見てはいけません。生活習慣病の引き金にならないように、また、健康維持のために、ぜひ、ご参加を。

日時 10月30日(火)午前10時～午後2時

会場 保健センター u 持ち物 エプロン、三角布

材料費 300円

楽しくウォーキング(生活習慣病と腰痛・肩こり予防)

日時 10月29日(月)午後1時30分～3時

会場 保健センター u 持ち物 運動服、運動靴

お問い合わせは、健康課(内線2667)へ。

## ヘルスアップ相談(予約制)

健康管理、生活習慣病などについて保健婦と栄養士がお答えします。

日時 10月9日(火)午前9時30分～11時、10月23日(火)午後1時～3時

会場・申し込み先 保健センター(134-0311)

## 健康教室

元気いきましょ

の教室のお申し込みは、往復はがきに教室名、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し保健センター(〒254-0054中里34-17)へ。の教室のお申し込みは、電話で保健センター(134-0311)へ。

## 健康講座 痴ほう症

「痴ほう症について」医師がお話しします(参加自由)。

日時 9月26日(水)午後2時45分～4時

会場 済生会平塚病院

お問い合わせは、済生会平塚病院(131-0520内線2504)へ。

## 歯の健康教室

内容は「訪問歯科診療の実際」です。

日時 9月20日(木)午前10時～11時30分

会場 保健センター

お申し込みは、保健センター(134-0311)へ。

## 小児マヒ(ポリオ)の予防接種を

対象 生後3か月～7歳6か月児

受け付け時間 午後1時30分～2時40分

持ち物 母子健康手帳、体温計、筆記用具、印上履き(インスリッパ不可)

お問い合わせは、健康課(内線2667)へ。

# ボランティアって何だろう

## 「ボランティア活動セミナー」受講生募集

社会福祉とボランティア活動について学ぶ講座を開きます。この機会に身近で自分にあったボランティア活動を探してみませんか。

日時 10月10日～26日の水・金曜日、午後1時30分～4時30分、全6回

会場 福祉会館ほか

定員 40人(先着順)

内容 社会福祉とボランティア活動についての基礎知識講習、手話・視覚障害者誘導・車いす操作などの演習

申し込み方法 9月17日(月)からボランティアセンター(福祉会館内・133-2333)へ



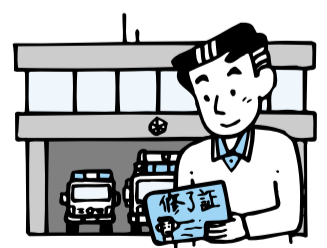
# 「124」ってなあ～に

## 防火管理者の資格を取ろう

124は、平成12年度に防火管理者の資格を取得した人の数です。

マンションや会社、学校、病院、福祉施設などで、収容人員数により義務づけられた施設の防火管理・監督をしようとする人は、防火管理者の資格を取りましょう。

ちょっとした気のゆるみや不注意により発生する火災。「自分たちのものは、自分たちが守る」の基本精神に基づき、火災から人命・財産をみんなで守りましょう。



問 予防課(121-9727)

平塚市消防本部のホームページ  
http://www.city.hiratsuka.kanagawa.jp/shoubou/

# 健康づくりの骨チェック

## ～骨粗しょう症予防展～

問 保健センター(134-0311)

骨粗しょう症予防パネルの展示のほか、骨の健康診断、カルシウム度チェック、骨を強くする食事の選び方の紹介などをします。この機会に骨の健康について考えてみませんか?参加は無料です。ぜひ、ご来場ください。

日時 10月1日(月)午前10時～午後3時 u 会場 市民ホール(市役所1階)



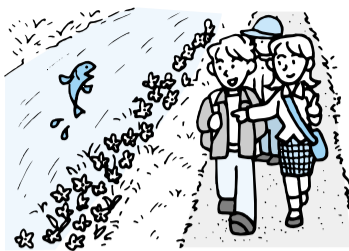


平塚市役所 〒254-8686 浅間町9-1  
1 23-1111・35-1111

ふるさと再発見「湘南めぐり」

寒川神社から馬入・光と風の花づつみまでを散策して、相模川の自然を感じてみませんか。焼きいも体験もあります。

日時 10月21日(日)午前8時30分寒川神社集合、正午解散予定  
対象 平塚 鎌倉 藤沢 茅ヶ崎 寒川 大磯 二宮にお住まいの方  
定員 100人(抽選)



### 市民の声

#### 生ごみ処理機購入費の補助を受けるには？

質問 家庭用電動生ごみ処理機の購入費を市で補助してくれるのですが、どうすればいいのですか。(原田久さん・高根)

お答え 「家庭用電動生ごみ処理機」購入費の補助を受けるには、購入前に環境業務課(新館)階や公民館、市内六十一の販売登録店でお配りする申請書に必要事項を記入し、見積書を添えて同課へ申請してください。手続き完了前に購入してしまうと、補助の対象にならないので、

購入前に環境業務課(新館)階や公民館、市内六十一の販売登録店でお配りする申請書に必要事項を記入し、見積書を添えて同課へ申請してください。手続き完了前に購入してしまうと、補助の対象にならないので、

ご注意ください。補助金交付決定通知書が届いたら、見積書と同じ販売登録店で購入し、補助金交付請求書と領収書を同課に提出してください。処理機が自宅に設置されていることを確認後、補助金をお支払いします。

対象となるのは、市内にお住まいの方が自宅で使う家庭用電動生ごみ処理機です(ディスプレイは除く)。ただし、一世帯一台までです。補助する金額は、本体購入価格の二分の一以内で、限度額は二万円です。お問い合わせは、環境業務課(121-8796)へ。

「私の夢」の作文朗読吉

七月二十六日に行われた監査について、監査委員小山稔さん、相原光治さん、柳川藤一さん、山原栄一さんから報告がありました。

「浅間祭」に参加しよう！  
11月10日(土)、11日(日)に青少年会館と同館前広場で開かれる「浅間祭」で、バンド演奏やダンスなどをステージで発表してみませんか。

「浅間祭」の結果  
栗山紗也香(土沢中3年) 店舗コンクールの結果  
店舗の近代化や、消費者サービスの向上などを競う「平塚店舗コンクール」。

「おかしの家ラテール」  
・優秀賞：茶加藤平塚支店(明石町)、ディスプレイショップ・ヤギ(紅谷町)  
・飲食・サービス業店の部  
・最優秀賞：相州長屋湘南平塚店(宝町)  
・優秀賞：ヘアサロン・ドレノマ四之宮店(四之宮三丁)

「精神障害者生活ホーム」が復旧  
平成十二年九月に豪雨で敷地の一部が崩落した生活ホーム「メゾン高根」が、次のとおり助成を受け復旧しました。この生活ホームは、精神障害者地域作業所と同じ敷地にあり、社会復帰を目指して同作業所・太陽の家」で働く人などが入居する施設です。

「軽自動車の廃車手続き」  
原付き自転車や軽自動車を廃棄処分、盗難などで既に所有していない場合には、廃車手続きをしてください。盗難などで実際に所有していないにもかかわらず、手続きをしないとい引き続き課税されます。また、手続きを代理人や業者に依頼した方は、手続きが完了していることをもう一度確認してください。

「監査の結果」  
七月二十六日に行われた監査について、監査委員小山稔さん、相原光治さん、柳川藤一さん、山原栄一さんから報告がありました。

「よい歯の作文の結果」  
応募総数百三十六点の中から次の八人の方が、優秀に選ばれました。(敬省略)  
村上裕太郎(花水小2年) 苜籠望(岡崎小2年) 大田裕美香(岡崎小4年) 柴原美紗(横内小3年) 小原木渚紗(花水小6年) 山根春菜(なでしこ小6年)

「9月納期の市税・手数料」  
対象税など  
・固定資産税 (第3期)  
・国民健康保険税 (第4期)  
・介護保険料 (第4期)  
・国民年金保険料 (9月分)  
・清掃し尿従量手数料 (第6期)  
・清掃し尿ごみ定額手数料 (第2期)  
・公共下水道使用料 (第6期)  
納期最終日 10月1日(月)

「お譲りします」  
ご家庭の不用品を再デビューさせませんか。  
譲ってください  
七五三祝い着(3歳女の子用)、双子用ベビーカー、学生服(男子詰め襟、175~180センチ)、シングルベッド、サーフボード(大人用、初心者用の長いもの)、ぶらさがり健康機、自転車(子ども用14インチ、子ども用18インチ、大人用26インチ)  
譲ります 有料 ベビーカー、木製勉強机(大人用)、じゅうたん(3畳)、剣道着(中学生女子用)  
無料 木製レンジ台

「川詩織さん・春日野中三年」  
川詩織さん・春日野中三年や平塚童謡の会による唱歌もありです。  
日時 10月3日(水)午前10時30分~11時30分  
会場 平和記念塔前(平塚八幡山公園内)  
お問い合わせは、生活福祉課内線2210へ。

「このほかの二輪車や軽自動車」  
このほかの二輪車や軽自動車を購入するときは、次のところへお届けください。  
二輪車(126cc以上)  
・湘南自動車検査登録事務所(東豊田369-10・154-8908)  
三輪・四輪の軽自動車  
・軽自動車検査協会(東豊田369-10・154-8825)  
お問い合わせは、市民税課内線2268へ。

「みなんで第九を歌いませんか」  
第九合唱団員募集  
12月23日(祝)午後2時から市民センターで開く「湘南ひらつか第九のつどい」に参加しませんか。  
対象 小学生以上で、指定した練習日に参加できる方  
参加費 一般5,000円、高校生3,000円、小・中学生1,000円  
一般、高校生は、公演チケット2枚分含む  
申し込み方法 市民センター、公民館などにある申込書に必要事項を記入し、参加費を添えて文化財団(市民センター内)へ  
問 文化財団(132-2237)

### 燃える! 湘南ベルマーレ

感動のドラマは平塚競技場で

9月19日 水	19:00~	平塚競技場	湘南 vs 横浜
10月6日 土	19:00~	平塚競技場	湘南 vs 川崎
10月13日 土	14:00~	平塚競技場	湘南 vs 大分

主なチケット販売所  
ベルマーレクラブショップ(大神) 梅屋(本館1階)  
総合公園管理事務所 サクラ書店各店 神奈中駅前サービスセンター

座席・前売り料金	
S席	3,700円
ブロック席	2,200円
サポーターズ席	1,700円
ジュニア席	700円

65歳以上の方はブロック席・サポーターズ席への入場は無料です。

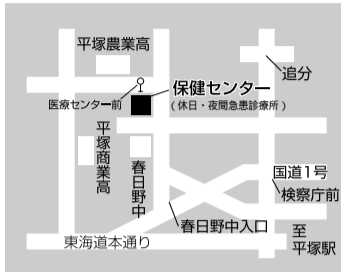
### みなんで第九を歌いませんか

#### 第九合唱団員募集

12月23日(祝)午後2時から市民センターで開く「湘南ひらつか第九のつどい」に参加しませんか。  
対象 小学生以上で、指定した練習日に参加できる方  
参加費 一般5,000円、高校生3,000円、小・中学生1,000円  
一般、高校生は、公演チケット2枚分含む  
申し込み方法 市民センター、公民館などにある申込書に必要事項を記入し、参加費を添えて文化財団(市民センター内)へ  
問 文化財団(132-2237)



# 赤ちゃんの健康メモ



保健センター  
・中里34-17  
・1 34-0311

**バス** 平塚駅北口 番線から諏訪町・農業高校經由市民病院行き、「医療センター前」下車、大人片道170円 同番線からの湘南日向岡行き、東海大学行き金田公民館行きも停車します。

## 10月のカレンダー

会場・問い合わせ先は保健センターです。母子健康手帳を忘れずに。

- 赤ちゃん誕生の準備を**
- 【母親父親教室】  
時間は午後1時30分～4時、15日のみ午前10時～午後2時。  
前期(妊娠6か月までの方)  
・1日(月)歯の衛生、妊娠中の過ごし方  
・15日(月)調理実習で学ぶ妊娠中と産後の栄養 予約制  
後期(妊娠8か月以降の方)  
・22日(月)お産の進み方と産後の過ごし方、呼吸法など  
・26日(金)赤ちゃんのおふる祖父教室 22日の母親父親教室と同時開催
- 子育て相談**
- 【育児相談】  
発育や歯の衛生などの相談  
受け付け 毎週水曜日午前

- 9時30分～10時30分
- 【こここ栄養相談】  
食事などに関する相談。  
受け付け 10日(水)・24日(水)午後1時30分～3時
- 乳幼児の健康診査**
- 【個別健康診査】  
指定医療機関へ直接お申し込みください。  
4か月児対象(満4か月～5か月未満)  
8～10か月児対象(満8か月～11か月未満)
- 【集団健康診査】  
受診日の1週間前までに案内通知をお届けします。受け付けは午後1時～2時です。  
1歳7か月児対象  
・2日 12年3月1日～10日生  
・9日 12年3月11日～20日生



Q 松本咲耶ちゃん  
平成13年4月18日生まれ  
(代官町)



P 遠藤和紀ちゃん  
平成12年10月27日生まれ  
(広川)



Q 中野静佳ちゃん  
平成12年10月23日生まれ  
(平塚一丁目)

応募方法 カラー写真の裏に赤ちゃんの氏名(ふりがな)・生年月日・性別・住所・電話番号を記入し、広報課「赤ちゃんのステージ」係(〒254-

### 赤ちゃんのステージ

8686 浅間町9-1)へ。対象は市内にお住まいの1歳未満(掲載時)の赤ちゃん。締め切りは前月の20日。今回の応募は33人。



Q 高瀬真優ちゃん  
平成12年11月10日生まれ  
(下吉沢)



P 山下温輝ちゃん  
平成12年10月28日生まれ  
(横内)



P 佐藤岳龍ちゃん  
平成12年11月22日生まれ  
(公所)

応募写真(掲載写真は除く)はケーブルテレビ2ch「くすのきTime」で紹介しています(1人1回)

- ・16日 12年3月21日～31日生 3歳2か月児対象
- ・4日 10年8月1日～10日生
- ・11日 10年8月11日～20日生
- ・18日 10年8月21日～31日生
- 【歯科健康診査 予約制】  
2歳1か月児対象  
・10日(水)午後1時30分～3時  
・25日(木)午前9時30分～11時  
ポリオの予防接種の日程は6面に掲載しています。
- 離乳食の教室は**  
離乳食の進め方など成長に合わせたコースをご用意。1週間前までにご予約を。
- 【ごっくん離乳食教室】  
・3～5か月児対象、25日(木)午後1時30分～3時
- 【もぐもぐ離乳食教室】  
・7～8か月児対象、5日(金)

- 19日(金)午後1時30分～3時
- 【かみ・ブラッシング 離乳食教室】  
・10～12か月児対象、11日(木)午前10時～11時
- 【離乳食卒業教室】  
・1歳3か月～1歳5か月児対象、23日(火)午前10時～11時
- 子育て教室**  
お子さんと一緒に楽しく学べる体験教室です 予約制。
- 【すくすく子育て教室】  
赤ちゃんの病気と育児、遊び方など。5～6か月児対象。  
・3日(水)午後1時30分～3時15分
- 【のびのびキッズ2歳児教室】  
3回コース。対象は2歳～2歳6か月児。途中参加も可。  
1回目は10月26日(金)生活リズムと遊び方、2回目は11

月27日(火)「楽しい食卓と好き嫌い対策」、3回目は11月30日(火)「むし歯予防とブラッシング実習」です。時間はいずれも、午前10時～11時です。

**育児一口メモ**  
赤ちゃんの便秘  
おなかが張って機嫌が悪かったり、便が固くて排便時に痛がったりするときは、おなかを時計回りに円を描くようにマッサージしたり、綿棒の先にオイルなどをつけておしりの穴に出し入れしたりすると効果的です。また、規則正しい生活をすることも大切です。  
ホームページで子どもの健康情報! <http://www.city.hiratsuka.kanagawa.jp/kenko/kodomono.htm>

## 平塚写真スケッチ



### 早起きの得はお金じゃ買えない

午前五時 久しぶりの早起きで、地引き網に出かけた。九月二日、平塚海岸で開かれたこのイベントには百五十五人の参加者が集まった。参加費は五百円。

大漁を思い描きながら一杯ロープを引っ張る。もう少し、もう少し。でもとれた魚はわずかだった。初めて参加したわたしは、これならお店で買ったほうが、とれた魚と参加費を比べてしまった。スズキから小さなイワシまで何とか参加者全員に魚が配られた。すると、ある子が言った「楽しかったね。魚の名前も分かったしね」。その声に気づかされ、お金に換算して考えてしまった自分の心が恥ずかしくなった。

帰り道、遠ざかる夏を惜しむように海を見つめるメマツヨイグサに出会った。早起きをしなければ見つけられなかっただろう。そして、さっきまでの心ではこんなに鮮やかに目に映らなかつただろう。早起きの得はお金で買えるものではない。

## ふるさとの歴史

s 第6回

### 徳川家康と中原の御林

中原御林地図 明和元年(一七六四年)当時



当時の面影がわずかに残る日枝神社(中原三丁目)

### 豊かさをもたらした御林の松

御殿造営当時の中原は一面の芝地であったといわれます。徳川家康は慶長六年(一六〇一年)、代官頭・伊奈忠次に命じ、御殿の周囲に松などを植えさせました。これが中原御林の始まりです。

御林とは幕府直轄林のことです。実際に植林事業を担当したのは、小田原北条氏の旧臣で在地の有力者であった小川庄左衛門と佐藤郷左衛門です。両名は豊田本郷村村民の一部とともに中原へ移住し、芝地を開墾しながら植え付けに従事しました。元禄十年(一六九七年)には、明暦三年(一六五七年)に解体されていた中原御殿の跡地にも松苗が植えられ、中原御林は十六か所(約百二十六ヘクタール)となりました。

この御林は御殿の囲いのみならず、防風・防砂・水源涵養などの役割を併せ持ち、風下地は地下水が保持され、田畑の拡大も図られました。御林の利用は制限されていましたが、中原をはじめとする八つの村に限って苗木の植え付けなど引き換えに落葉・下草の利用が農民に許されていました。

中原御林は幕府御林奉行 代官 御林守の支配形態で管理されてきました。御林守は代々中原上・下宿から二人選出され、勤役中は苗字帯刀を許されています。そして広大な御林を管理するため二人の下役を御林給のうちから召し抱え、野火取り締めりや無断伐木の防止などにあたらせました。

中原御林から切り出された木材は、相模国内各村の治水などの土木用材、江戸城修復などの建築用材、幕府船建造などの造船用材として利用されました。これらは主に、当時物流の拠点であった須賀湊を経由して運ばれました。

担当 社会教育課(135 81 30)