



シュウメイギク



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)

健康フェスティバル

日時 10月21日(日) 午前9時~午後3時
会場 総合公園
共同開催 生涯スポーツフェスタ

知念かおるとさわやかエアロビック
NHK「BSエアロビック」インストラクターと全
国トップレベルの指導者の演技とレッスンです。
演技 午前11時、野外ステージ
レッスン 午前9時30分~午後3時、総合体育館

スーパーウォーキングラリー2001
午前9時に総合公園を出発し、馬入と風の花づ
つみ、ビーチパーク、平塚新港などを歩きます。
受け付け 午前8時~8時30分、野外ステージ
対象 小学生以上の体力に自信のある方、150人

湘南ベルマーレ少年少女サッカー教室
平塚競技場でサッカーをしよう。当日受け付け。
午前の部(午前10時30分~正午)
小学3~6年生の経験者、100人
午後の部(午後1時~2時30分)
小学3~6年生の未経験者、100人

フライングサンダル選手権大会
正午から野外ステージで「元祖!サンダルとばし」。
健康リサイクルスポーツ&ベビー
フリーマーケット
スポーツ、ベビー用品が充実した40店。

スポーツ体験ゾーン
各種スポーツの本格的なレッスンやニュースポ
ーツの体験などができます。当日受け付け。
事前申し込みの必要な「初心者シンクロ教室」
「健康ランニング」は、3面のスポーツ欄に掲載して
あります

健康づくりヘルシーゾーン
生活習慣病からスポーツ医学、肩こり・腰痛、
体脂肪測定ほか、専門医による本格的な健康相談、
健康管理の展示や体験など。

インフォメーションゾーン
暮らしに役立つ情報はここで。
わくわく・ワイワイ体験ゾーン
ミニSLやトランポリンなどで遊ぼう。

同時開催 ともしび市民フェスティバル

障害のある方もない方もみんなで楽しめます。
ミニ運動会や福祉体験、地域作業所の製品の展
示販売ほか、よさこい踊りで盛り上げます。
会場 平塚のはらっぱ
問 社会福祉協議会(☎33-2333)

元気な暮らしを応援!

みなさんの元気な体をつくるために役立つ講
座が、年間を通じて多数開催されています。ご
活用ください。教室の案内は、実施前月に広報
ひらつかに掲載されます。
専門医の話 高脂血症、糖尿病、高血圧
栄養コース 血液サラサラ術、うす味健康食、
生活習慣病予防食など
運動コース 楽しくウォーキング
骨粗しょう症予防教室
健康相談
問 保健センター(☎34-0311)

元気な体
つくりましょ。



あなたは自分の健康に自信がありますか。「健康フェスティバル」は、健康
に役立つ情報でいっぱいです。さわやかな秋空の下、心と体のリフレッシュ
をしませんか。 問い合わせ 健康課(内線2667)



さまざまなスポーツに挑戦



医師による健康のアドバイス

食事を楽しもう

平塚市食生活改善推進員
坂野光江さん(左)、平林弘子さん

最近、外食やコンビニエンスストアな
どが広まり、便利になった反面、栄養の偏
りが見られます。特に塩分やカロリーのと
り過ぎなどは生活習慣病の原因となります。
家族そろって楽しく食事をとること、栄養
のバランスのとれた食事をとることなど、
家庭での食の大切さを見直してほしいです
ね。健康フェスティバルでは、ヘルスチエ
ックや食事のアドバイスをします。子ども
のころに正しい食習慣を身に付けることが
重要なので、子育て中のお母さんに立ち寄
ってほしいです。



気軽に体を動かそう

平塚市健康推進員
長島慶明さん

運動不足は、健康の大敵です。ウォーキ
ングは、普段の自分の歩幅より少し大きく
踏み出して歩けば立派な運動になるという
点で誰にでも気軽に始められます。短い距
離から構いません。仲間と話をしながら
歩いてみませんか。私たちは、月に一回、
健康ウォーキングを開催しています。歩く
ことの楽しみを味わいながら、周りの風景
もゆったりと眺め、平塚の良いところを発
見するのも楽しみの一つですね。フェステ
イバルのスーパーウォーキングラリーへの
ご参加をお待ちしています。



10月は体力づくり強調月間と食生活改善普及月間です。健康を
考える活動をされている方が「元気の秘けつ」をお教えします。

健康づくり、どんなことから?

サークル 掲示板



10月7日(日)囲碁まつり500面打ち大会

スポーツ

剣道新入生の募集
毎週月・水曜日、午後6時30分～8時30分/富士見小学校/入会金二千五百円/月会費一千五百円/問平塚市剣道連盟富士見支部の明地(58)0737

大極拳フェスティバル
市内のサークルの交流演武/10月20日(土)、午後1時～4時30分/総合体育館/無料/問平塚市大極拳協会の新藤(55)8540

健康ヨガの会員募集

毎月2回土曜日、午前10時～11時30分/中央公民館ほか/入会金一千円/月会費一千円/問健康ヨガ教室の松尾(24)6128

カルチャー

木彫りの体験者募集
フクロウのキーホルダー/かけを彫る/10月17日、12月19日、10月3日、11月28日/水曜日、全5回/中央公民館、午前10時～正午/市民センター、午後1時～3時/土曜日、午後1時～3時/市民センター/中央公民館/花水公民館/入会金一千円/月会費三千円/問草筆会の岡本(34)2280

速記の入門講座
10月9日、12月11日の毎週火曜日、午後7時～9時/なでしこ公民館/教材費四千円/問湘南速記研究会の尾上(32)4866

囲書教室で頭の体操
毎月第2・4土曜日、午前10時～午後1時/市民センター、午後1時～3時/土曜日、午後1時～3時/市民センター/月会費二千四百円/問囲書カルチャーの三杉(22)1548

ミニミュージック

ジョイントコンサート
女声合唱団「なぎさヴォーカル」とひばり野ホール/10月26日(金)、午後1時30分～3時/市民センター/先着80人/無料/問ひばり野ホールの長本(33)3758

一緒に楽しく歌おう
毎週火曜日、午前10時～午後0時30分/南原公民館/月会費三千円/問コールみなみはらの寺井(36)6401

ミニコンサート、和の会
イタリア歌曲とオペラ/10月14日(日)、午後2時～4時30分/ラスカ6階ホール/無料/問和の会の山家(31)1807

介護者教室

高根台ホーム
10月31日、11月28日の毎週水曜日、午後1時30分～4時30分/11月28日は、午前10時～午後2時/南原公民館ほか/20人/問高根台ホーム在宅介護支援センターの五十嵐(31)4932、10月23日までに

湘南老人ホーム
「痴ほう編」10月2日(火)4日(木)、「基礎編」22日(月)、24日(水)、26日(金)午後1時～4時/湘南老人ホーム/問同ホームの三宅(76)7580

エトセトラ

講演会のお知らせ
平塚市PTA連絡協議会主催「子どもの心の声を聴く」あいつく事件の背景/10月10日(水)、午後1時30分開演/中央公民館/先着300人/無料/問神明中学校の山本(23)6215

福祉講演会のご案内
上手に介護保険を利用するには/10月20日(土)、午後1時～4時/秦野市保健福祉センター/200人/無料/問湘南老人ホーム(76)7580

御殿まわりを作ろう
毎月1回金曜日、午後1時～3時45分/市民センター/参加費一回一千五百円(材料費別)/問御殿まわりの会(阿部)23)2455

映画上映会のご案内
「ホーム・スイート・ホーム」痴ほう老人と介護に翻るつる家族の物語/10月14日(日)、午前10時、午後1時30分からの2回/市



よるずてつ ころう
萬鐵五郎「湘南風景」
1926年/油彩・キャンパス 33.5x45.7cm

の成果が現れた作品といえるでしょう。実際にはあり得ない色の重なりと対比と、しっかりとした筆致による風景が湘南の空気を表現しています。

萬鐵五郎のプロフィール
1885年岩手県東和町に生まれる。34歳の時、結核と神経衰弱に過労と睡眠不足が重なり、弟が療養していた茅ヶ崎に転地療養する。茅ヶ崎では現在の南湖4丁目に住み、医者が使っていた家の診療室をアトリエにあて、制作する。今回紹介するのは茅ヶ崎時代の油彩画作品である。

平塚市美術館

湘南の美の光

はじめに、葉を茂らせた木々の緑色と、サーモン色などの赤色系の色の対比に目が引きつけられます。『湘南風景』と題されていますから、当時萬鐵五郎の住んでいた茅ヶ崎あたりの景色が題材とされたのでしょう。

画面をよくみると、手前から色面に変化をつけて奥に目を誘いこむ空間の連なりは、草むらや畑のようにも見えます。中央の遠景に洋館の屋根らしい赤とその上に広がる空。

画家は41歳。描かれた空間の大きさ、伸びやかさが感じられるこの作品は、萬が茅ヶ崎時代に打ち込んだ南画研究

「ホーム・スイート・ホーム」痴ほう老人と介護に翻るつる家族の物語/10月14日(日)、午前10時、午後1時30分からの2回/市

CAMERA 9ツクル

9月9日(日)救急フェア

9月9日は救急の日。オリンピックシティ湘南を会場に、救急フェアを開催しました。心肺蘇生法の実技などに、真剣に取り組む親子連れでにぎわいました。



体にはたくさん機能があるね

人形を使って学ぶ応急処置



9月16日(日)「湘南ひらつかふれあいマーケット」

毎月第三日曜日に総合公園南駐車場で開くふれあいマーケット。今回は秋の収穫祭でした。新鮮な野菜や魚、平塚産の食材を使った豚汁などに訪れた方もニコニコ顔でした。



秋の味覚がずらり

魚もとれたてだよ



おいしい豚汁をどうぞ

プロスポーツ

囲碁まつり500面打ち大会

囲碁の一流棋士たちが集う、湘南ひらつか囲碁まつり。あこがれの棋士と対戦するも、イベントに参加するも楽しみ方はいろいろです。

日時 10月7日(日) 午後1時～4時
会場 紅谷町パールロード商店街



- 木谷門下会(全45人)
- | | | |
|---------|------------|------------|
| 加藤正夫 九段 | 石田芳夫 九段 | 小林 覚 九段 |
| 上村邦夫 九段 | 佐藤昌晴 九段 | 久島国夫 九段 |
| 宮沢吾朗 九段 | 園田泰隆 九段 | 大矢浩一 九段 |
| 尾越一郎 八段 | 日高敏之 八段 | 小林千寿 五段 |
| 小山満鶴 五段 | 袴 陽子 女流本因坊 | ハンス・ビーチ 四段 |
| 武宮陽光 四段 | 穂坂 繭 二段 | 柴田寛二 二段ほか |
- 日本棋院(全27人)
- | | | |
|---------|----------|----------|
| 三王裕孝 九段 | 小島高穂 九段 | 高木祥一 九段 |
| 淡路修三 九段 | 鄭 銘理 九段 | 石倉 昇 九段 |
| 小山鎮男 六段 | 矢代久美子 四段 | 金 艶 三段ほか |
- 韓国棋院(全5人)
- | | | |
|--------|---------|-----------|
| 金 寅 九段 | 崔 珪珖 九段 | 河 燦錫 八段ほか |
|--------|---------|-----------|

小林千寿五段のファミリー囲碁入門教室(無料)
時間・会場 午後1時50分～3時20分、長崎屋東側
対象 囲碁をやったことのない方、30人(先着順)
申 電話で文化財団(☎32-2237)へ

サークル掲示板
1 1日号に掲載/前月1日締め切り/問広報課(21)8761・FAX(21)9613