

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 ☎33-2333へ。
▷伊藤陽子 2,000円、福祉政策課募金箱 3,337円、林屋酒店 7,064円、福祉会館募金箱 5,706円、関島工業代表取締役 関島弘 300,000円、鈴木外科内科医院 4,902円、国際ソブチミスト平塚 200,000円、平塚市日本海重油回収ボランティア同 7,284円、磯崎輝夫 2,000円、沼田光憲・憲次 3,000円、平成8・9年度吉沢地区自治会婦人部 12,000円、平塚民謡連合会 81,057円、湘南福祉カラオケ連合会代表 小林恒生 90,772円、匿名 (5件) 64,018円

♥児童福祉へ ▷匿名 (1件) 1,000円

♥みどり基金 緑化団体の助成などに使われます。お問い合わせは、みどり公園課 (内線425) へ。
▷国際ソブチミスト平塚 100,000円、保健センター募金箱 1,806円、平塚ロータリークラブ 10,000円、平塚市造園協会 100,000円、平塚市資源回収協同組合 35,886円、緑化まつり募金箱 41,691円、平塚木材市場 45,926円、平塚市ごみ減量化婦人の会 36,446円

+献血ありがとう〜5月の献血実施協力事業所
▷サン・ライフ、大東化学、パイロット、小松エレクトロニクス、小松エレクトロニクス事業本部、コマツ製作所研究本部

「ホームヘルパー2級」
▽研修期間 10月19日(月)〜平成11年3月16日(火)
▽対象 1年以上の活動歴がある2級ホームヘルパー費用 テキスト代一万八千円、実習費八千五百円
▽募集人数 30人

お子さんの医療費をバックアップ

◆0歳児〜2歳児
お子さんが医療機関に通院または入院したときに対象になります。医療証(市役所1階13-1番窓口で発行)と健康保険証を医療機関の窓口へ提示してください。かかった医療費のうち健康保険診療分が無料になります。ただし、1・2歳児は保護者の所得が一定額を超えると対象になりません。
◆3歳児〜中学生
お子さんが医療機関に入院したときに対象になります。医療費の領収書(月ごとにまとめたもの)・健康保険証・印・金融機関の口座番号が確認できるもの(預金通帳など)をお持ちになり、市役所1階13-1番窓口で申請してください。支払った医療費のうち健康保険診療分が市から支給されます。ただし、保護者の所得が一定額を超えると対象になりません。
▶問い合わせ先 保険年金課(内線256)



補装具の相談
身体障害者手帳と印をお持ちになって、ご来場ください。
▽会場 福祉会館
▽お問い合わせは、障害福祉課(内線222)へ。

健康福祉

楽しく体験教室

保健センターを会場に体験教室が開かれます。
お申し込みは、保健センター(☎34-0311)へ。

栄養コース

内容は、調理実習と栄養士の講話による「楽しく学ぶ」
▽日時 6月26日(金)午前10時〜午後2時
▽持ち物 三角布、エプロン、ふきん
▽材料費 三百円
▽締め切り 6月19日(金)
◆運動コース
内容は、歩き方と腰・ひざの痛みの予防です。



健康講話

高血圧の知識と予防法について医師がお話しします。
▽日時 6月23日(火)午後1時30分〜3時30分
▽持ち物 運動しやすい服装、運動靴、タオル
▽締め切り 6月26日(金)



1時30分〜2時30分
▽会場 保健センター
▽持ち物 筆記用具・健康手帳
▽締め切り 6月19日(金)
お申し込みは、保健センター(☎34-0311)へ。

健康テレホンをご利用ください

県保険協会では、電話をかけるだけで健康・医療などのアドバイスを自動的に音声で聴くことができる「健康テレホンサービス」を実施しています。このサー

婦人の健康教室

内容は「更年期の肥満と運動のしかた」です。
▽日時 7月7日(火)午後3時30分〜5時
▽会場 市民病院北棟2階
▽申し込み方法 市民病院婦人科外来の予約ノートに氏名を記入する(予約制)
お問い合わせは、午後二時から五時までの間に市民病院婦人科外来(☎32-015内線2218)へ。

介護者の教室

「県立湘南老人ホーム」お年寄りの介護について学びます。
▽日程 6月27日〜7月11日の毎週土曜日
▽時間 午後1時〜4時
▽会場 県立湘南老人ホーム(秦野市下大槻1-2)
▽定員 20人(先着順)
お申し込みは、県立湘南老人ホーム(☎76-7580)へ。

シェイプアップ講座

ご希望の方には、無料で体脂肪測定を実施します。
▽日時 7月10日(金)午前10時〜11時30分
▽会場 なぎさふれあいセンター
▽主な内容
・高脂血症や体脂肪について
・「日常生活での腰痛・肩こり予防」
・「腰痛・肩こり予防のストレッチ」
お申し込みは、保健センター(☎34-0311)へ。

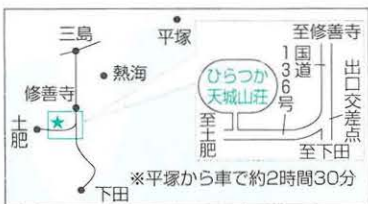
福祉サービス紹介コーナー



寝たきりの方のための歯科診療
四十歳以上の在宅で寝たきりの方を対象に訪問歯科診療を実施しています。車いすや介助により
外来受診ができる方を除きます。
歯が痛んだり、口の中が不衛生だったりすると、不快感が続く、十分な食事を取れなくなります。体力が落ちて生活意欲
が低下しないよう訪問歯科診療をご利用ください。
◆診療
健康課の歯科衛生士と保健婦が診療を希望された方の口の中の状態や体調を確認し、平塚市歯科医師会の協力医が診療にあたります。
◆費用
治療内容により、一部自己負担金があります。
◆問い合わせ先
保健センター(☎34) 0311



「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6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ヶ島町上船原1120-1
・1泊2食付き、大人4,780円、子ども4,280円から

×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10年6月8日現在

7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
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
	○	○	○	×	○	休	休	休	○	×	△	△	△	△	△	○	△	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	

8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
	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月
	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	×	

天城山荘・年末年始の申し込みを

市民休養の郷・静岡県天城湯ヶ島町にある「ひらつか天城山荘」では、年末年始(12月30日〜1月5日)の利用申し込みを受け付けます。
お申し込みは、7月14日(火)までに往復はがきに住所、氏名、電話番号、大人・中学生・小学生・幼児別の利用人数、宿泊希望日(○月○日から○泊○日間)を記入して同山荘へ。申し込み多数の場合は抽選となります。

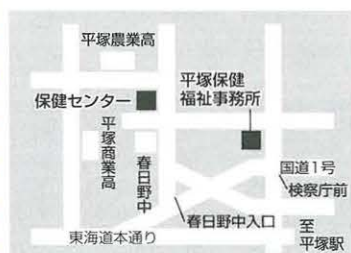


▷ひらつか天城山荘 〒410-3216 静岡県田方郡天城湯ヶ島町上船原1120-1
☎0558-87-1050
▷宿泊料金(通常料金の1,000円増し、1泊2食の料金、消費税・入湯税別)
・一般室 大人 5,780円、子ども 5,280円
・家族室 大人 6,280円、子ども 5,780円

市民生活ガイドブック「くらす平塚」を
公民館でお配りしています

ごみの出し方や避難施設の案内、公共施設の案内や緊急ダイヤル一覧などを掲載した「市民生活ガイドブック〜くらす平塚」をお配りしています。
◇配布場所 各公民館、市役所3階広報広聴課
◇問い合わせ先 広報広聴課(内線314)

赤ちゃんの健康メモ



●保健センター
・中里34-17
・☎34-0311
●県平塚保健福祉事務所
・豊原町6-21
・☎32-0130



古川正樹ちゃん
平成9年8月16日生まれ
(八重咲町)



守屋海人ちゃん
平成9年8月1日生まれ
(大神)



篠原由梨香ちゃん
平成9年7月28日生まれ
(夕陽ヶ丘)

応募方法 赤ちゃんの氏名(ふりがな)・生年月日・性別・住所と連絡先の電話番号を記入し、カラー写真(裏に赤ちゃんの氏名を記入)と一緒に広報広聴課

赤ちゃんのステージ

「赤ちゃんのステージ」係(〒254-8686浅間町9-1)へ。対象は1歳未満の赤ちゃん。締め切りは前月の20日。抽選で6人掲載。今回の応募は53人。



平松沙也ちゃん
平成9年12月24日生まれ
(豊原町)



田中幸穂ちゃん
平成9年10月24日生まれ
(岡崎)



野川理奈ちゃん
平成9年9月16日生まれ
(長持)

★応募写真はCATVでも紹介(1人1回)しています。(SCN・番組名「くすのきTime」)

7月のカレンダー

7月の母親父親教室

- ◇前期(妊娠6か月までの方)
 - ・6日(月)歯の衛生、妊娠中の過ごし方
 - ・13日(月)妊娠中・産後の栄養
- ◇後期(妊娠8か月以降の方)
 - ・27日(月)お産の進み方と産後の過ごし方、呼吸法
 - ・31日(金)赤ちゃんのおふろ
- ◇時間 午後1時30分～4時(13日は午前10時30分～午後2時)
- ◇会場 保健センター
- ◇持ち物 母子健康手帳、筆記用具(以上各回とも)、副読本「赤ちゃん」・歯ブラシ・コップ・手鏡・牛乳パック(6日)、エプロン・三角布(13日)、手ふきタオル(31日)

離乳食教室です

- お申し込みは、教室の開かれる1週間前までに会場の保健センターへ。母子健康手帳と筆記用具などをお持ちになってご参加ください。第1子が生まれた父母向けです。
- 【ごっくん離乳食教室】
 - ◇対象 生後4～5か月児
 - ◇日時 7月23日(木)、午後1時30分～2時30分
 - ◇内容 始め方と試食
- 【もぐもぐ離乳食教室】
 - ◇対象 生後7～8か月児
 - ◇日時 7月3日(金)、17日(金) 午後1時30分～3時
 - ◇内容 始め方と作り方
- 【カミカミ・ブラッシング 離乳食教室】
 - ◇対象 生後10～12か月児

- ◇日時 7月9日(木)、午前10時～11時
- ◇内容 進め方と試食、ブラッシング指導
- 乳幼児健康診査は
 - ◇受け付け 午後1時～2時
 - ◇会場 保健センター
 - ◇持ち物 母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ(1歳6か月児のみ)
- 【日程と対象】
 - ◇7月の4か月児
 - ・1日 10年3月1日～10日生
 - ・8日 10年3月11日～20日生
 - ・15日 10年3月21日～31日生
 - ◇7月の1歳6か月児
 - ・7日 8年12月1日～10日生
 - ・14日 8年12月11日～20日生
 - ・21日 8年12月21日～31日生

- ◇7月の3歳児
 - ・2日 7年5月1日～10日生
 - ・9日 7年5月11日～20日生
 - ・16日 7月5月21日～31日生
- 2歳1か月児歯科診査
 - ◇日程 7月7日(火)、21日(火)、28日(火)
 - ◇時間 午前9時～10時
 - ◇持ち物 母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ
 - ◇会場・問い合わせ先 県平塚保健福祉事務所
- 障害児の歯科検診
 - 心身に障害のある6歳以下のお子さんを対象に、歯科検診や予防措置を実施します。予約制
 - ◇日時 7月23日(木)午前10時

- 30分～11時30分
- ◇持ち物 母子健康手帳、歯ブラシ
- ◇会場・問い合わせ先 県平塚保健福祉事務所
- 育児一口メモ
 - 〈歯ブラシの選び方〉
 - 歯が生えたら、歯ブラシに慣れさせましょう。歯ブラシは、子どもが自分で使うものと仕上げ磨き用の2本を用意しましょう。前歯がそろったら小さく毛足が短いものが、汚れを落としやすく、口の中で小回りがききます。仕上げ磨き用は、毛の柔らかいものを使えば歯肉を傷めません。また、毛先が開いたら取り替えましょう。

平塚写真スケッチ



花や緑が好きな生き物

ガーデニングがブームだ。でも、一昔前の「植木の手入れ」や「庭いじり」と、どう違うのだろう。言葉の響きだけではなさそうだが、地域の人の手により「花とみどりのまちづくり」が進められている。河内川ではアジサイ(写真上)が、花水川ではナデシコ(同中下)が植えられた。参加者に聞いてみた。「近所に花や緑があるのは気持ちがいいよね。もちろん自宅の庭にもね。生活が潤っているのかな」「ものを買ったり、旅行に行ったりするだけが、『豊かさ』じゃないでしょ。美しいまちに住むとか、近所の人とゆっくり時間を楽しむとか、いろいろあつていいと思うよ」。

ガーデニングブームは、心の豊かさを求める人が増えてきていることを示しているのだろうか。こんな疑問に、一人のお年寄りが答えてくれた。「みんな何でも計算づくで動いている訳じゃないよ。人間は、もともと花や緑が好き生き物なんだよ」。

※広報ひらつかへの意見、提案、感想などをお送りください。広報広聴課 予254-8686(浅間町9-1)
FAX 0120-704589

ひらつかの自然

No.27

オイカワ

▶肉食のハスは口に特徴があります
▼「婚姻色」になった雄のオイカワ
(いずれも小杉正則さん撮影)



琵琶湖から来た魚たち

市内を流れる相模川や金目川、鈴川などで最も数の多い魚は、恐らくオイカワだと思われる。

オイカワは大きい尻びれを持つコイ科の淡水魚です。その雄は、初夏になると緑や赤の派手な装いの「婚姻色」に姿を変えます。顔には、にきびのようなぶつぶつもたくさんで、これは「追星」と呼ばれます。オイカワは地域によって、さまざまに呼び名を持つ魚で、ヤマベと呼ばれることがよくあります。平塚での呼び名の一つにビワコという名前があります。この変わった名前前はオイカワの由来を示しています。

オイカワは主に西日本に分布する種類で、もともとは神奈川県に生息

していませんでした。ところが、琵琶湖水系からアユの稚魚を運んで放流するようになってから、その稚魚に混じって放され、それが増えて広がったらしいのです。今では、ほかの淡水魚を上回る勢力を持つまでになりました。

同じように、アユの稚魚に混じって持ち込まれたと考えられる魚の一つに、ハスがあります。ほかの魚をえさにしている肉食の魚で、写真で見られるとおり曲がった口をしています。これは、捕らえた魚を逃さないのに役立つと言われています。

ハスはまれに相模川で見つかることがあります。オイカワやハスがみられるようになったことは、人間の活動が動物の分布に影響を与えている一つの例です。

▽担当 博物館 33 5111