

- ・3面…幼稚園児を募集します、市議会9月定例会の結果
- ・4面・5面…介護保険Q&A
- ・6面…健康フェスティバル開く



●発行 平塚市 ●編集 企画部広報広聴課  
〒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 103,000部(毎月1日・15日発行)

## バードウォッチングに出かけませんか

### ▼愛宕山公園でカケス

10月中旬になると、丹沢の山々から愛宕山や湘南平など市内西部の丘陵地帯に下りてきます。林の奥からジェーゲーという鳴き声が聞こえてきたら、それはきっと翼に青い模様があるカケスでしょう。その鳴き声から、英語ではJAYと呼ばれています。  
●愛宕山公園(土屋) 最寄りバス停「七国峠」平塚駅から中沢橋経由秦野駅行き



### 総合公園でハクセキレイ

市街地の公園などでも見かける白っぽいスマートな小鳥。尾が長く、顔や背中から白黒の模様があります。かつては冬鳥でしたが、20年ほど前から一年じゅう見られるようになってきました。

### サイクリングコースでカワセミ

野鳥観察にほどよい幅の金目川。サイクリングコースを走れば、いろいろな鳥と出会えます。運がよければ、「水辺の宝石」カワセミがダイビングして小魚を捕らえる姿を見られるかも。



### ▲貴船神社裏の野道でモズ

秋に、木のこすえなどでギチギチと強く鳴く声は「高鳴き」と呼ばれます。これは、えさとなる昆虫などが見つけにくい秋から冬にかけて、一羽一羽が縄張りを宣言している声なのです。平塚市では郊外の田園地帯、例えば貴船神社北側に広がる台地の野道を歩けば、その声が聞こえてくるでしょう。  
●貴船神社(城所) 最寄りバス停「大句」平塚駅からバス伊勢原駅行き



### 詳しくは観光マップで

平塚八景や公共施設などの位置がわかる「観光ガイドマップ」。駅ビル2階の総合案内所や各地区公民館で湘南平お配りしています。無料

### ▼立堀親水公園でコガモ

秋から冬にかけて、金目川水系や相模川の寒川取水ぜきなどは北国からの渡り鳥でにぎわいます。そのトップバッターで、数多いちばん多くなるのがコガモです。渡ってきたばかりの雄のカモは雌に似た地味な色をしていますが、やがて羽が抜けかわり、派手な色に変わります。



●立堀親水公園(渋田川と鈴川の合流点) 最寄りバス停「長瀬」平塚駅から秦野駅行き

かきをついばむムクドリ▶

# 秋の平塚を歩こう



**初めは川へ行こう**  
野鳥に興味を持ったなら、初めは近くの川に出かけてみましょう。小さな川で、土手の道から水際が見通せれば申し分ありません。腰を下ろして待っていると、いろいろな野鳥が姿を見せるでしょう。身近な場所でも、意外なほど多くの種類と出会うことに驚くかもしれませんよ。  
観察に慣れてきたら、今度は雑木林に行ってみましょう。初めのうちは歩き回って鳥を追いかけるより、林を見通せる場所に座って鳥が近づくと待つほうが、じっくり観察できるでしょう。忘れてはならないのが観察のマナーです。二面に掲載した「質の高い楽しみ方とは」を出かける前によく読んで、確実に実行してくださいね。  
※鳥の写真は平田寛重さん、荒川計三さん提供

◀2面に続く



▲ 寒川取水ぎのゴサギ

ゴサギは一日に数十匹もの小魚を食べています。もし、水が汚染されていけば、食物連鎖の中で濃縮された汚染物質がゴサ

ギの体に悪影響を与えるでしょう。私たちと同じ空気を吸い、水を飲み、植物や動物を食べる鳥たちは、環境汚染の監視役を務めているともいえます。

私たちの仲間が七月に吉沢でカラスバトらしい鳥を観察しました。本来は伊豆諸島や沖縄などに生息する鳥ですから「三



山田文則さん(山下)

「定点観察」で広がる楽しさ

秋も深まり木々の葉が散り始めると、野鳥が観察しやすくなります。近くの水辺には、大きくて見つけやすいカモやカモメがやってきます。公園や庭には、小鳥たちがやってきます。そんな鳥たちの暮らしにふれることが、身近な自然を考えるきっかけになるかもしれませんね。まずは、美しい声や、かわいらしいしぐさを楽しむことから始めてみませんか。

まずは、楽しむことから始めてみませんか

鳥たちを通して身近な自然を考えよう

探鳥を始めたきっかけは、ポストに投げ入れられていた一枚のパンフレットです。探鳥会「こまたん」の案内でした。八年前のことになります。探鳥は一人でも楽しいけれど、仲間がいればもっと楽しくなります。ベテランが親切に教えてくれるので楽しさの幅が広がりますよ。

たとい野鳥観察といっても、自然の中を歩くことは自然を傷めることにつながります。そのことを、いつも頭において行動しましょう。まず必要なのは、近づきすぎたり大声を出したりして野鳥の生活を脅かさないこと。そして、野鳥ばかりでなく、自然の構成員であるほかの動物や虫、木や草などにも優しい心配りを忘れないようにしましょう。

質の高い楽しみ方とは

探鳥会「こまたん」の案内 毎月第二日曜日の朝七時三十分は大磯町高麗の高来神社へ集合して湘南平まで歩きます。参加自由。そのほかにも探鳥会を開いています。ホームページURLは下のとおりです。

◆縄文時代の鳥の骨 五領ヶ台貝塚(国指定史跡・広川)からは、貝や土器にまじって、カモやカラスなどの骨が出ています。これらは食用にされた可能性があります。 ◆首を縮めて飛ぶサギ 大型のアオサギは、よくツルと間違われます。サギ類とツルの違いの一つは、飛ぶとき

◆もっと詳しく 中央図書館で十月二十九日まで「野鳥観察の本」を特集(展示・貸し出し)しています。また、平塚市ホームページ(URLは一面題字右)の平塚図鑑でも、平塚の自然を紹介しています。

くらし快適メモ <連載17> 「ただ」より高いものはない 「羽毛布団の無料点検にうかがいます」 「キャンペーン中ですから、1,000円でハウスクリーニングができますよ」といった電話を受けたことはありませんか。 「無料」や「ただ同然」でつって、家庭を訪問し、高額な商品売りつける商法があります。最近では、エステや育毛サービスの体験でもこのような無料商法の被害が増えています。「ただ」より高いものはないと心得て、こういった商法には十分注意しましょう。

まちなみフォーラム 徳山家康と東海道 歴史をいかしたまちづくりを考えよう 村井弦斎を主人公にした小説「美食探偵」の著者で市内にお住まいの歴史作家・火坂雅志さんの講演「徳山家康と東海道」を聞きながら、歴史をいかしたまちづくりについて考えてみませんか。参加は自由です。

丸沼芸術の森所蔵 アンドリュー・ワイエス水彩素描展 開催中 問い合わせ先 美術館(☎35-2111)

アメリカン・リアリズムの代表的作家アンドリュー・ワイエスが描いた水彩と素描作品115点を紹介する「アンドリュー・ワイエス水彩素描展」を平塚市美術館で開催しています。月曜日休館。会期 11月26日(日)まで、午前9時30分～午後4時50分(入館は午後4時30分まで) 観覧料 一般800円、大学生・高校生600円、小・中学生400円

幼稚園児募集

ながよし、見つけよう!

11月1日から 入園願書受け付け



市内二十八の幼稚園で、来年四月に入園を希望する園児を募集します。募集する幼稚園は下表のとおりで、私立は三〜五歳児を、市立は二年保育のため、四歳児のみを募集します。入園については、直接希望する園にお問い合わせください。

- 4月2日〜9年4月1日生
▽3歳児(3年保育) 平成9年4月2日〜10年4月1日生
◆入園願書の配布
▽私立 10月15日(日)から各幼稚園でお配りします
▽市立 10月16日(月)から各幼稚園と学務課(豊原分庁舎1号館1階)でお配りします
◆入園願書の受け付け
▽私立 11月1日(水)から各幼稚園で受け付けます
▽市立 11月1日(水)と2日(木)に各幼稚園で受け付けます
◆問い合わせ先 学務課(☎3518118)

行政委員決まる

九月二十七日に閉会した市議会九月定例会では、「平塚市一般会計補正予算」など十八議案を市長が提案し、原案どおり可決されました。主な内容は次のとおりです。

◆一般会計補正予算：六億一千四百三十七万五千円を追加。この結果、一般会計の予算規模は、六百九十七億四百七十九万九千円になりました。

◆固定資産評価審査委員会委員の選任：大木莊司さんの任期満了に伴い、和岡守穂さん(代官町)の選任を求め、同意されました。

市民豆ルポ

55



平塚市中学校駅伝競走大会の優勝旗を寄贈 平塚市陸上競技協会OB「なでしこ会」

平塚市の陸上競技振興のため、数々の支援をしてきた「なでしこ会」。今年で50年目を迎え、「平塚市から世界にはばたくランナーが出るように」と願いを込めて市中学校駅伝競走大会の優勝旗を寄贈します。



レポーター 桑島幸子さん

毎年、秋に開かれる平塚市中学校駅伝競走大会(平塚市教育委員会、平塚市中学校体育連盟共催)にこのたび「平塚市陸上競技協会OBなでしこ会」から優勝旗が寄贈されることになりました。

なでしこ会は、陸上競技を愛する人たちの集まりで、昭和二十六年に発足し、今年、五十年目を迎えます。これを記念して、陸上で頑張っている子どもたちの励みとなるように、またその中から将来、マラソンの小幡佳代子さん(平塚市出身)のようなすばらしいランナーが生まれることを期待して優勝旗の寄贈を決めたそうです。

何人かの会員は、この日、開かれていた市中学校陸上競技大会の審判をしていました。その姿を見て、選手が競技に集中できるからだと、改めて思いました。

このからの抱負を聞くと、六十周年に向けて会員を増やすこと、特に女性の入会を歓迎します」とのことでした。子どもたちには「とにかく何をやるにしても続けてほしい。継続は力なり」と五十年目を迎えた方たちの重みのあるメッセージをいただきました。



固定資産評価審査委員 和田富生さん



教育委員会委員 宮川利男さん



教育委員会委員 石原健次さん



教育委員会委員 清田恒順さん



魚まつり 朝市です
ちよつと早起きして、「魚まつり朝市」に出かけてみませんか。平塚沖でとれた魚をはじめ、新鮮な魚介類を販売します。

女と男のフェスティバル 湘南の風2000

「本音で語る 女の言い分・男の言い分」をテーマに辛 淑玉さん(香料舎代表)と広岡守穂さん(中央大学教授)が対談します。

- 日時 11月18日(土)午後7時〜9時
会場 ひらつかスカイプラザ(MNビル11階)
定員 200人(先着順)
申し込み方法 はがき、またはFAX(22-3037)で参加する方全員の郵便番号、住所、氏名、電話番号を記入し、「ひらつか女性フェスティバル実行委員会」(〒254-0034宝町3-1MNビル10階女性行政推進室内)へ



広岡守穂さん 辛 淑玉さん
女性行政推進室 (☎21-7500)

文化財を特別公開します

ハイキングで文化財を巡ってみませんか。市内5か所で文化財を特別公開します。今回は10月1日に新しく市の重要文化財に指定した「木造観音三十三尊現身立像」33尊(右写真)も公開します。

- 日時 11月3日(祝)〜7日(火) 午前9時〜午後3時
公開場所・文化財
・延命寺(上吉沢) 木造地藏菩薩半跏像
・光明寺(南金目) 本堂内厨子、銅鐘、木造観音三十三尊現身立像ほか
・平等寺(豊田平等寺) 木造薬師如来坐像
・福田寺(入野) 紙本墨画淡彩十六羅漢図、紙本着色十王図
・葉生寺(纏) 木造阿弥陀如来及び観音・勢至尚菩薩立像



文化財を巡るモデルコースを掲載したパンフレットを公民館などでお配りしています

社会教育課 (☎35-8124)

ホームページを充実!!

情報システム課(内線2636)
http://www.city.hiratsuka.kanagawa.jp/

- ◆幼稚園情報…園児の募集案内、各園の地図など
◆保育園情報…市内の保育園の紹介、利用状況、子育て支援情報など(10月17日から)
◆国民健康保険情報…加入手続き方法、医療費の給付、保険税の支払い方法など(10月16日から)
◆総合公園情報…催し物の案内、園内の施設の紹介、ふれあい動物園の紹介など



# あ

〈お答え〉  
納めることとなります。  
例えば、本人に収入がなくとも、同じ世帯の中に市民税が課税されている方がいる場合には、第三段階の介護保険料(下表参照)が適用されます。なお、納付にあたって、災害などにより損害を受けたり、生計中心者が入院したりして収入が著しく減った場合などには、徴収の猶予や減免の制度があります。高齢福祉・介

## 介護サービスを利用するには

再度、紹介します  
お問い合わせの多い項目を

### 在宅サービスの利用限度額

介護サービスを利用するには、市へ申請して「要介護」または「要支援」の認定を受けることが必要です。介護サービスの利用者は、かかった費用の1割を負担します。利用限度額を超えて介護サービスを受けるときは、超過分が自己負担となります。  
「自立」と判定された場合は介護サービスを利用できません。こうした方のために、市では生活支援や介護予防などの制度を設けています。詳しくは結果通知に同封した案内書をご覧ください。

	訪問通所サービスの利用限度額 (1か月)	短期入所サービスの利用可能日数 (6か月)
要支援	6万1,500円	7日
要介護1	16万5,800円	14日
要介護2	19万4,800円	14日
要介護3	26万7,500円	21日
要介護4	30万6,000円	21日
要介護5	35万8,300円	42日

### 施設サービスの平均利用額

施設サービス (要介護1~5に認定された方)	特別養護老人ホーム 老人保健施設 療養型病床群など	32万6,000円 35万7,000円 42万9,000円
------------------------	---------------------------------	-------------------------------------

### こんなサービスが利用できます

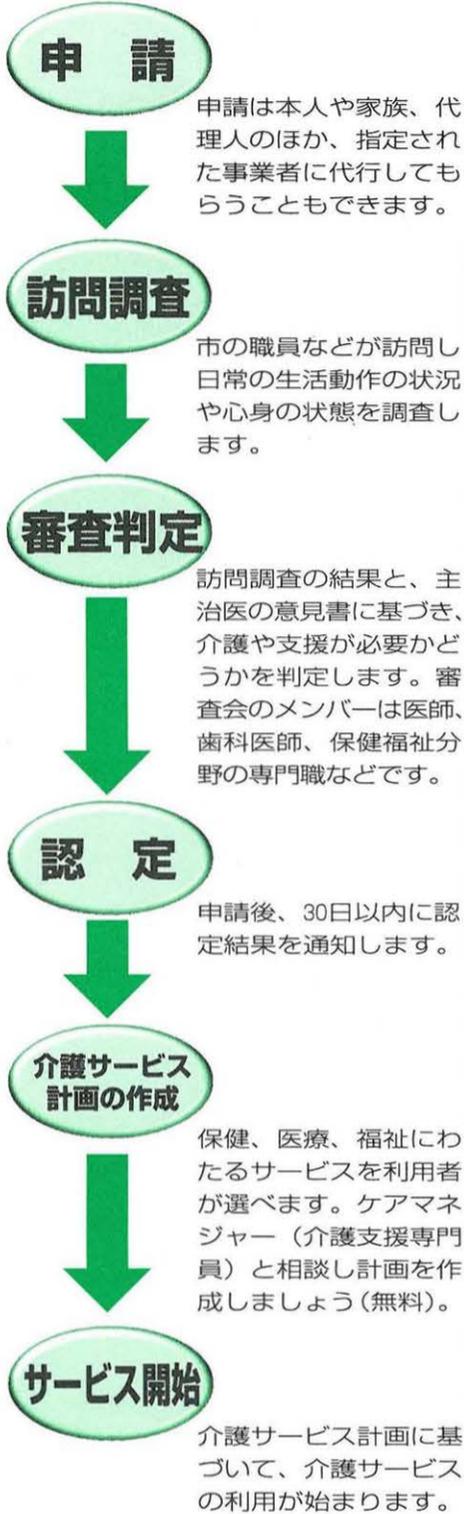
#### 〈居宅サービス〉

- ▷訪問介護…ヘルパーが身の回りの世話や家事などを手伝います
- ▷訪問入浴サービス…浴槽付きの車で入浴の介護をします
- ▷訪問看護…医師の指示のもと看護婦(士)が療養上の世話や診療の補助をします
- ▷訪問リハビリ…理学療法士などが機能訓練などをします
- ▷通所介護(デイサービス)…デイサービスセンターなどに日中通って、食事や入浴、日常動作訓練などをします
- ▷通所リハビリ(デイケア)…老人保健施設に通って日常生活が自立できるように援助するための機能訓練をします
- ▷福祉用具の貸与…車いすや特殊ベッドなどを貸し出します
- ▷福祉用具の購入・住宅改修…入浴補助用具の購入や手すりの取り付けなどの費用を補助します
- ▷居宅療養管理指導…医師、歯科医師、薬剤師などが療養上の管理や指導をします
- ▷短期入所(ショートステイ)…特別養護老人ホームなどに短期間入所し、食事や入浴、日常動作訓練などをします
- ▷グループホーム…痴呆の状態にある高齢者が共同で生活し、入浴やトイレなどの日常生活の世話や機能訓練をします
- ▷有料老人ホームなどでの介護…有料老人ホームなどの入所者に対して、一定の計画に基づいてその施設が介護します

#### 〈施設サービス〉

- ▷特別養護老人ホーム…寝たきりや痴呆などで常に介護を必要とし、家庭での介護が困難な方を介護するための施設です
- ▷老人保健施設…寝たきりや痴呆などの方で、症状が安定し、リハビリや看護を必要とする方が入所し、家庭復帰を図る施設です
- ▷療養型病床群など…長期療養が必要な方へ医学的管理のもとに介護や医療を行う病院、診療所です

### 申請からサービス開始まで

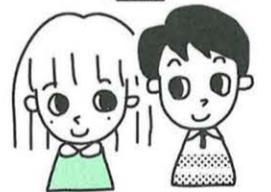


### 平塚市の65歳以上の方の保

所得段階	所得状況	平成13年10月平均
第1	生活保護を受けている方。または、世帯全員が市民税非課税で、かつ老齢福祉年金を受けている方	約
第2	世帯全員が市民税非課税の方	約
第3	本人が市民税非課税の方	約
第4	市民税課税で合計所得金額が250万円未満の方	約
第5	市民税課税で合計所得金額が250万円以上の方	約

※介護保険の財源は、利用者の負担(1割)の半分を公費(税金)で、残り半分を介護費負担します  
※介護保険料は、介護を必要としている方らいるか、介護サービスがどれくらいあるかなどによって、市町村ごとに決めら  
※国の特別措置により、平成12年10月~13年介護保険料は半額に軽減されています  
※40歳~64歳の方は、すでに加入していることにより介護保険料が徴収されています。健康保険証に記載されている健康保険組  
保険事務所などにお問い合わせください

### 教育相談



#### 思春期の子ども

思春期には、むしろ親がうつつうしく感じられるときがあります。突然、親の顔が見たくなくなる。一緒に食事を取らなくなる。部屋に閉じこもって好きな音楽を聴いたり、友人と携帯電話で深夜まで話し込んだりする。親が心配して学校や友人のことを尋ねても、その声ややさしそうであればあるほど、うつつうしく感じられて、無視したり乱暴な言葉を返したりしてしまうことがあります。子どもたちの持味は、それぞれ違いがあり、直面している問題も様々です。

現実の場面でうまくいかなくなると、プライドが傷つけられ、自信をなくし、自分は全く何もできないだめな人間なんだと感じてしまうことがあります。そんな弱自分否定するかのようになり、攻撃的になったり、逆に周囲との関係を断ち、引きこもったりすることもあります。思春期は、それだけ大変な時期なのです。乱暴な言葉を子どもからぶつけられたとき「親に向かって一体何なの」「こんな子に育てた覚えはない」と子どもを責め、その後で、子どもを責めている自分が嫌になってしまふことがあります。子どもの乱暴な言葉は、表面的には親への攻撃ですが、心の中にあるイライラや不安、自信のなさや、安心して出せる親に向けているとも考えられます。親自身が攻撃されていると思うと苦しくなりませんが、子どもの言動の背景にあるものを感じつつ、受け止めていくことが大切だと思います。

◆子ども教育相談センター  
崇善小学校北側(36) 6013

#### 更年期を上手に乗り切ろう

更年期は、すべての女性が迎える節目の時期で、壮年期と老年期の過渡期にあたります。一般には、女性の体と心に大きな影響を与える女性ホルモン(エストロゲン)の分泌が減少し、排卵が不規則になる四十歳代後半からの約十年間を、更年期と呼んでいます。

最初に更年期に入ったと気づくのは、月経の不順です。個人差もありますが、閉経の平均は五十歳前後です。そして、更年期には約70%の女性が様々な症状を経験する



悪くなり「骨粗しょう症」が進んだり、コレステロールの値が上昇したりすることもあります。更年期を上手に乗り切るため、年一回の基本健康診査やがん検診で自分の体をチェックしたり、ゆううつな気分や不眠が続くときは医師に相談したりするよう心がけましょう。

市では、健康診査を受ける機会のない四十歳以上の方を対象に、基本健康診査を実施しています。自己負担は一千円です。詳しくは保健センターへお問い合わせください。

#### 健康なんでも相談

健康について気になることはありませんか。あなたの疑問に、保健婦と栄養士

が答えします。(予約制)  
▽日時 10月19日(木)午前9時30分~11時  
▽会場 申し込み先 保健センター4面  
「市民相談」欄参照(☎34)03311

ケーブルテレビ「みんなのテレビ~平塚発・まち探検~」

### 花水公民館から生放送

10月21日(土)午後2時~2時45分

SCN湘南チャンネル(2チャンネル)で、市内各地域の歴史やサークル活動などを紹介する「みんなのテレビ~平塚発・まち探検~」。今回は、花水公民館から生放送でお送りします。再放送は10月25日(水)午後9時~9時45分です。  
◇問い合わせ先 広報広聴課(☎21-8761)

※問い合わせ先

広報広聴課

(☎)8761

0120-704589