

ひらつか

理解する。 全てはそこから

進学・就職・引っ越し……。人生の節目となるような大きな環境の変化が起こる春先は、心の健康を崩しやすい時期でもあります。精神疾患を抱えながら暮らしている人が、実はたくさんいます。

精神疾患にかかって一番苦しんでいるのは、当事者とその家族です。周囲の偏見や無理解で追いつめるのではなく、社会的な支援が必要です。

精神疾患は決して特別な病気ではないのだ、と理解するところから始めてみませんか。

2面から、精神疾患の経験談や支援情報を紹介します。

目次

1～4面…**特集**心の病を乗り越えて…心の健康を保つ取り組みや、市の支援策などを紹介します。
5～7面…募集・お知らせ・健康と福祉・スポーツ「みんなの力」「市民病院」
8面…ヒラツカルチャー「今、会いたい作品」

平塚市の人口と世帯数

<平成26年2月1日現在()内は前月比>

人 口 257,737人…(-339)
世帯数 105,652世帯…(-122)

◎発行／平塚市 ◎編集／秘書広報課
〒254-8686 神奈川県平塚市浅間町9番1号
tel 0463-23-1111 fax 0463-23-9467
<http://www.city.hiratsuka.kanagawa.jp/>

告白 心の病を乗り越えて

精神疾患を発症しても、周囲の適切なサポートで、社会復帰したケースは多くあります。精神疾患にかかったAさん（男性）が闘病体験を話してくれました。

幻聴と妄想が現れる

カーンカーン！ ドドドドドド……。工事のような激しい音がずっと聞こえていた。――いつまで工事してるんだ部屋で本を読んでいたAさんは、耐えきれず窓を開けた。晴れていた。隣の空き地はしんと静まりかえっている。工事などしていない。いつも通りの春の風景だった。

「幻聴」とは、気付いていなかった。

＊ ＊

Aさんは、外で遊ぶことが多い活発な子どもだった。中学校に入ってから塾に通うなど勉強に熱心に取り組む、高校生になると、化学工業の分野で活躍をしたいという目標を持つようになった。大学は理学部に入学したが、自分に何ができるのか？ と疑問を抱き、2年生からはあまり通わなくなった。

幻聴が現れ始めたのは、大学卒業後に具体的な就職活動をしないうちに1年が経つ、27歳の3月のことだった。

次第に重くなる症状

奇妙な事が増えてきた。「どつとして前を見ない」「女の人を見ろ」「力を見せろ」たくさんの声に同時に話し掛けられる。脳内を誰かに操作され、体を操られている感覚が付きまとう。外に出ると誰かに追い掛けられる。自分

の身に、何が起きているのか理解できなかった。

やがて、体にも異変が出てきた。外に出ようとすると視界がぼやけ、頭が重くなる。声も出せなくなった。簡単な漢字が書けなくなり、電話のかけ方が分からなくなった。心臓があまりにも激しく脈打つようになり、不安を覚えて内科を受診した。

診断結果に納得できず

心電図を見て、内科の医師は告げた。「Aさん、心臓には何も問

入院して自分を取り戻す

電車に乗っている3時間半、手で両目を覆ってやり過ごした。「自分が見た人は不幸になる」という考えに取りつかれていた。

山梨県は10年ぶりだった。うっすらと雪をかぶった南アルプスの山々を背景に、道端には桃の木が枝を広げていた。昔のままの、のどかな田舎道だった。

突然、訪ねてきたAさんを見るなり、叔父が言った。「知り合いの医者があるから、見てもらえ」

退院と、最初の就職

叔父が薦めた、山梨県にある総合病院は明るかった。症

題ありませんよ。大丈夫です」――問題はないだって？ そんなはずがないじゃないか疑いを拭えず、何度も内科の受診を繰り返した。しかし、医師はいつも同じように答えるだけだった。

病院の中を歩き回った。待合室にいと心臓がバクバクするけれど、廊下を歩いていると静まる。一体何なんだ。たまらず病院を飛び出した。声が呼び掛けてくる。

「力を見せろ」

知らない男の声だ。何度も何度も繰り返し、頭の中に迫ってくる。

「力を見せろ！」「力を見せろ！！」「力を見せろ！！」

Aさんは自分でも理由が分からないまま、電車に乗り込んだ。父方の叔父が住む山梨県に向かった。

状、病歴、家族構成を精神科の医師に伝えた。

「統合失調症ですね」

医師は告げた。思ってもみない言葉だった。幻聴は、びたりと消えていた。

自分が病気だという意識は全くなかったが、そのまま入院が決まった。

病気がかかっているという意識がないため、薬を飲むのには抵抗があった。しかし、医師や看護師に「飲まない」と良くならないから」と何度も説得され、薬を飲み始めた。

幻聴・妄想を抑える薬や、感情を安定させる薬を飲んだ。薬を飲み続けるうち、症状は一つ一つ霧が晴れるよ

病があってもその人らしく

神奈川県精神保健福祉センター所長 桑原 寛さん



心とは脳の働き

「心」とはなんでしょう。心の病気・精神疾患とは、どういう状態でしょうか。体の病気と違い、心の病気は分かりにくいというイメージがありますよね。

医学的視点で考えると、心は脳の働きです。脳の「見える化」が断層撮影の技術で進み、感情をつかさどる脳や自我をつかさどる脳など、心と脳の働きが分かってきました。

地球規模での課題

世界保健機関（WHO）は2001年に、メンタルヘルスの問題が地球規模での重要な課題であり、適切な情報や技術の普及を図るべきだ、と報告しています。

国際的な評価として、統合失調症にかかった人の77％が再発せず生活できているとされています。うつ病も60％以上が回復し、アルコールや薬物の依存症も、60％以上が改善すると認識されています。

理解の輪を広げる

精神疾患への理解が、少しずつ広まっていると感じ

ています。当事者がどんな思いで生きているかを語ってくれるようになったことが、影響しているのだと思います。県でも、当事者がピアサポーターとして自身の闘病体験を語る活動をしています。統合失調症やうつ病などを克服した経験を語る有名人も、たくさんいます。

いまや、人生90年の時代です。長い人生の中で、たくさんの人が、心や体にさまざまな病を抱えながら生きています。当事者の生の声は、病と共に生きて行く道があるのだ、ということを教えてください。

社会的支援が必要

昔は、精神疾患には「よく分からない」「怖い」というイメージしかないのが一般的でした。また「遺伝が原因」「根性がないからなる」など誤った認識もされていました。

実際は、精神疾患はいくつもの要因が重なって起こるものです。根性論ではありません。治す方法も一つではなく、社会的な支援も必要です。

病があっても、その人らしく生きていけるようにするのが治療の目的であり目標です。地域の中で生活しながら治療する取り組みが、必要とされています。

／うにパツと、消えていった。症状が和らぎ、退院に向け、何度か外泊をして回復の度合いを測った。

集中力を取り戻すため、塗り絵や習字といった作業療法もした。入院から半年後、Aさんは退院した。

＊ ＊

退院後は、高校生のときに立てた目標に立ち戻り、化学工業の分野の会社へ狙いを絞って就職活動を開始した。1年間の就職活動の末に、希望通りの分野で営業と開発の仕事を得た。

立ち上げられたばかりの会社はとても忙しかった。

いろいろなことが目まぐるしく進んで行く、濃密な期間を過ごした。いくつか開発もうまくいき、会社に貢献できた、と感じた。

しかし、どうしても明かしたくない事実があった。

――会社の人に、統合失調症を患って入院したことを知られたくない

そうした思いから、就職後は薬を飲むのを止めてしまった。飲まなくても案外、調子は良く、そのうち精神科への通院もやめた。

約3年会社に勤めた後、病気とは別の理由で退職した。

自殺だけはしない

退職後、また幻聴が聞こえるようになった。頭の中で考えるだけで、幻聴の相手とテレパシーのように会話が成立した。大勢に見られている、という感覚が現れたところで、統合失調症の症状が再発したと気付いた。山梨県の病

院へ再入院した。

必ず薬を飲むように、ときつく注意されて退院したが、薬を飲んだ後の不快感に耐えられなくなってきた。自分の判断で薬を減らしたり飲まなかったりした。病気は何度も再発した。ある会社への就職をきっかけに平塚で一人暮らしを始めた。病気のため、就職と退職を繰り返した。体調が悪く仕事に取り組める状況ではなく、年齢が上がったこともあり、就職の望みは薄くなっていた。職業安定所で仕事を探しても、採用してくれ

る会社はなかった。職がなくて不安な日々。いつの間にか、薬を飲んでも効果が感じられなくなっていた。次第に、このままでは死んでしまうのでは、という不安

感、吐き気、どうにも制御できないいらつきなどが襲ってくるようになった。Aさんは完全に行き詰まっていた。

「生きているから、こんな

周囲の支援で穏やかな生活

Aさんは、再び山梨県の病院に通い始めた。

「精神障がい者として生活してみてもどうか」と、医師は言った。

平塚保健福祉事務所の紹介で、ある事業所に通うようになった。ほかの利用者との交流などで、心と体を休ませた。精神障がい者保健福祉手帳も取得した。

一人暮らしを続けていた

に脳がいらいするんだ。死んだ方が楽だ」という考えが頭をよぎることもあった。それを振り払ったのは両親への感謝の気持ちだった。

「今ここで自分で死を選ん

でしまつては、これまで自分を信頼し、育ててくれた両親に申し訳ない」

両親の顔が浮かんだ。

「自殺だけは、絶対にしない！」

が、料理がからきしだめで困っていた。ファストフード店のハンバーガーに頼りきる毎日。具合が悪い日は、食事をとらず寝込むしかなかった。そんな折、通っている事業所で「グループホーム」の存在を知った。専門職員の支援を受けながら、ほかの精神障がい者と共同生活をする場所だ。Aさんは入居を決めた。

＊ ＊

自然が多く、静かな環境。

Aさんが入居したグループホームは、想像以上に快適だった。一人部屋で過ごすことができ、話をしたければ共有スペースで過ごす。食事は職員が用意してくれる。

「自分の家のように使っているんですよ」と、職員はほほ笑んだ。

現在の生活は幸せ

現在は、障がい年金と生活保護がAさんの主な収入だ。精神疾患で通院している人を対象にした、医療費を助成する制度「自立支援医療」も利用している。お金や食事の心配が減って、自由に使える時間が増えた。自分自身にも、そして病気にも、じつくりと向き合えるようになった。

日中は、地域活動支援セン

ターなどの福祉サービスを利用している。地域活動支援センターでは、夕食会やほかの利用者との交流などを楽しんでいる。日常の悩み事があれば、地域活動支援センターのスタッフが相談に乗ってくれる。闘病の体験談を話す、ピアサポーターとしての活動も始めた。

山梨県の病院へは2カ月に1度通っている。今でも薬は

欠かせない。たまに幻聴やいらつきに襲われることがあるが、以前より上手に付き合えるようになった。

グループホームでは趣味の詩を書きはじめた。

病気で得たものよりも、失くしたものが大きいと感じる。しかし、グループホームで雑談したり、地域活動支援センターで自分の詩を友人に読んでもらったりといった、日常のささやかな楽しみもある。

以前よりも笑うことが増えた。今の生活は確かに幸せだ。闘病生活を始めて18年。Aさんは今年、45歳になる。

平塚市の取り組みへ

統合失調症とは

幻覚や妄想、感情や意欲の障がいなど、さまざまな精神症状が現れるのが特徴です。思春期から40歳ごろまでに発病することが多いとされます。

精神疾患の中では、うつ病の次に多い病気です。生涯のうちに発症する人の割合は全世界でほぼ同様で、人口の0.7％程度と言われます。100人に1人弱がかかる、身近な病気と言えます。

ほかの慢性の病気と同じく、治療が長期にわたることも多くありますが、服薬や精神科のリハビリテーションで回復することができます。治療には、定期的に病院に通うことや薬をきちんと飲むことが大切です。

こんぺいとう

精神保健福祉ボランティアグループ



代表の小沢貞雄さん

「こんぺいとう」は現在、市社会福祉協議会と共催で、精神保健福祉ボランティア養成講座を開いています。

平成8年に結成された

「こんぺいとう」は現在、市社会福祉協議会と共催で、精神保健福祉ボランティア養成講座を開いています。こんぺいとうのメンバーは、この講座の卒業生です。主な活動は昼食を食べながら交流する土曜サロンと、お茶を飲みながらのんびり過ごすお茶会です。

お茶会に参加したSさん（男性）は「一度も欠席していません。皆勤賞です。お菓子を食べたりご飯を食べたりしながら、おしゃべりして過ごすのが楽しいです」と話します。Kさん（女性）は「障がいのある孫の世

話をしているので、ここで息抜きをしています。ボランティアの方が悩みを聞いてくれ、話していると安心できます」とほほ笑みます。

「参加の予約は不要なので、参加者が気楽に来られるのが、こんぺいとうの特徴ですね」と小沢さん。「我々は精神保健福祉の専門家ではないので、障がいのある方と同じ立場で交流しています。個々人が自主的に自分の力と時間を費やすのがボランティア。無理せずゆったり『良い加減』で活動しています」。

こんぺいとうの活動は、ライオンズクラブやロータリークラブと並ぶ、世界三大奉仕団体の一つ・国際キワニスにも評価されています。平成19年には、横浜キワニスクラブから社会公益賞を受けました。

「目指すのは、障がいのある方を理解し助け合いながら、一緒に地域で暮らせる社会をつくること。私たちの活動が、その一助になればうれしいですね」

社会福祉協議会ボランティアセンター ☎33-0007

心の健康を市もサポート

専門職で対応を強化

市では精神保健福祉の専門職・精神保健福祉士を採用しています。正規専門職としての精神保健福祉士の採用は、政令指定都市を除けば県内でほかに例がありません。市の取り組みを紹介します。

問 障がい福祉課 ☎21-8774

精神疾患にかかる人が増えています。3年ごとに行う厚生労働省の患者調査では、精神疾患の患者数は平成8年では218・1万人でしたが、平成23年（宮城県の一部と福島県を除く）には320・1万人に膨れ上がっています。この年の調査では、うつ病が95・8万人、統合失調症が71・3万人。この2つが、全体の過半数を占めています。

現在、市内で精神障がい者保健福祉手帳を持っている人は約1800人、精神疾患で通院する人の医療費を助成する自立支援医療を利用している人は約3500人です。政令指定都市を除くとどちらも県内で3番目に多い数字です。

市障がい福祉課の高橋宏彰（たかはし ひろあき）精神保健福祉士（右下写真）に、現状などを聞きました。

精神保健福祉への取り組みの現状は

自治体の精神保健福祉分野は、まだ発達段階にあると言えます。平成14年の精神保健福祉法の改正により、県で行っていた精神保健関連の業



務の一部を、市町村レベルの自治体が引き継ぐことになりました。平塚市でも、関連業務や相談が一気に増える中で、専門職ではない職員が対応に苦慮するという面がありました。

平塚の特徴は

精神保健福祉に関する相談窓口を、専門ごとに特化していることです。

現在は市の障がい福祉課、ほっとステーション平塚、平塚保健福祉事務所の3つの窓口があります。市は福祉制度や手続き、ほっとステーション平塚は日常生活、平塚保健

福祉事務所は精神医療について相談を受け付けています。役割を明確にすることで、専門職員がきめ細かに対応できるというメリットがあります。3者の連携を密にし、情報の共有にも努めています。

正規の市職員として精神保健福祉士がいるメリットは

関係団体とのつながりが強くなりました。また、精神疾患がある方への訪問や、相談支援も強化されました。

ほかの職員にも波及効果があったそうです

福祉部では職員のスキルアップを図るため、自主的な内部研修を続けています。

精神疾患については毎年、私が講師となり、接し方などについて話しています。

また、実際に精神疾患にかかった経験のある方に、話をしてもらう機会もつくってい

ます。2・3面で紹介されたAさんもその一人です。生の声を聞くことで、職員の理解が深まります。

注意している点は

精神疾患のある方ご自身の意思を大切にしています。ご家族だけで相談にいらっしゃることもありますが、必ずご本人の意思を聞き、サポートに当たります。

精神疾患がある方のご家族の中には、ご本人に対して無意識に、過保護・過干渉・批判的な態度を取ってしまう方がいます。接し方が分からず、疲れきってしまう方もいます。平塚保健福祉事務所と共催で家族教室を開くなどし、そうしたご家族をサポートしています。

また、ご家族から自立するためのプログラムを実施している民間の事業所を、ご本人に紹介することもあります。

サポートのポイントは

私だけで解決するのではなく、さまざまな機関と連携して支援に当たります。相談者にとって適切なサポートをご案内しています。

精神疾患のある方への接し方は

「ゆっくり、端的に、分かりやすく伝える」という当たり前のことです。大切なのは、丁寧に対応することです。精神疾患のある方への接し方は、全く特別なことはありません。

ゲートキーパーを養成



悩みや心の病などから、自殺を考えてしまうほど追い込まれている人もいます。市では「ここと命のサポート事業」として、心の健康を守る取り組みを進めています。その一つにゲートキーパー研修があり、市の職員が順次、受講しています（上写真）。

ゲートキーパーとは、家族や知り合いなど身近な人の様子の変化や、自殺に傾いている人のシグナルに気付き、必要な支援につなぐといった対応をする人です。行動や発言から変化に気付いたら、声を掛け話を聞き、必要があれば医療機関や相談機関につなげ、見守ります。研修では、対応方法やゲートキーパーの心構えなどを学びます。

いつもはきちんとしているのに急に身だしなみを気にしなくなる、音信不通だった知人に突然連絡する、など自殺に傾いている人は普段と違った言動をとる場合があります。こうした変化に気付いたら、話をじっくり聞き、必要な相談機関などにつなげることが大切です。

研修を受けた高梨秀美福祉部長は「地域や職場、家庭などさまざまな場で、ゲートキーパーを広めていくことが大事」と受け止めました。

職員のほか、民間団体なども対象に研修をしています。本年度は平成26年2月末時点で計16回実施され、約600人が受講しました。

◆「わかちあい・交流会」に参加しませんか

大切な方を自死で亡くした方が対象です。参加者がお互いのプライバシーを尊重し合いながら気持ちを語り、分かち合います。

3月26日（水）午後2時～4時。旧横浜ゴム平塚製造所記念館。

問 福祉総務課 ☎21-8779

一人で抱え込まないで

相談することで心が軽くなり、問題解決のきっかけになるかもしれません。不安を感じたら相談してみましょう。

内 容		名 称		住 所	相談日時	電話番号
精神疾患がある方の日常生活の困りごとの相談や、社会支援の情報提供		相談支援事業所 ほっとステーション平塚		老松町2-19読売高野ビル501	月～金曜日と第2・4土曜日、午前9時30分～午後6時30分	☎25-2728
精神障がい者保健福祉手帳、自立支援医療など制度の相談		市障がい福祉課 保健福祉相談		浅間町9-1	月～金曜日、午前9時30分～午後3時	☎21-8774
精神疾患がある方の医療の相談、心の悩みや病気の相談、医師による「こころの健康相談(予約制)」		平塚保健福祉事務所 保健予防課		豊原町6-21	月～金曜日、午前8時30分～午後5時15分	☎32-0130
心の健康の相談	県精神保健福祉センター	こころの電話相談		横浜市港南区 芹が谷2-5-2	月～金曜日、午前9時～午後9時(受け付けは午後8時45分まで)	☎0120-821-606
精神障がいがある当事者による、統合失調症の方の日常的な悩みの相談		ピア電話相談			金曜日午後1時30分～4時30分	☎045-821-6801
アルコールや薬物など依存症の相談		依存症電話相談			月曜日午後1時30分～4時30分	☎045-821-6937
大切な人を自死で亡くした方の相談		自死遺族電話相談			水・木曜日、午後1時30分～4時30分	☎045-821-6937
		自死遺族面接相談			月～金曜日、午前9時～午後5時	☎045-821-8822
精神疾患の急激な発症などに、当番医療機関を紹介		精神科救急医療情報窓口				月～金曜日、午後5時～翌朝8時30分。土・日曜日と祝・休日、午前8時30分～翌朝8時30分。翌日が平日の場合は、いずれも翌日午前8時まで受け付け



お知らせ

公益信託ひらつか市民活動ファンドの助成審査会

市民活動団体を資金面で支援する市民活動ファンド。平成26年度の助成事業を審査します。

3月15日(土)午後2時～3時。市民活動センター。

問 協働推進課 ☎21-7534

産業活性化セミナー

平塚の潜在力を生かした産業活性化について講演します。

3月12日(水)午後2時～4時30分。平塚商工会議所(松風町2-10)。200人(当日先着順)。

問 産業振興課 ☎21-9758

湘南ひらつかふれあいマーケット 朝市

地元産の魚・野菜・湘南ひらつか名産品などを販売するほか、ダンベル体操をします。

3月16日(日)午前7時～8時

時30分。小雨決行。総合公園南駐車場。

問 産業振興課 ☎21-9758

・当日の午前6時～8時30分は開催本部 ☎090-3215-0106へ。

湘南ひらつか駅前骨董市

3月から毎月第4土曜日に、全国から骨董の店80店舗が集まる骨董市を開きます。

3月22日(土)午前8時～午後4時。小雨決行。紅谷パールロード。

問 商業観光課 ☎35-8107

軽自動車・バイクなどの廃車手続き

車両本体を処分しても、4月1日(火)までに廃車手続きをしていないと、平成26年度の軽自動車税が課税されます。業者などに依頼して車両を処分した方や盗難にあった方などは、廃車手続きを確認

してください。

種別や排気量によって廃車手続きの場所が異なります。詳しくは、市ウェブをご覧ください。

問 市民税課 ☎内線2268

3月下旬の土・日曜日に窓口を特別開庁します

本庁舎1階の転入・転出などに開庁する窓口を開きます。

他の市町村に確認を取る必要がある手続きなどは、取り扱えない場合もあります。

3月22日～30日の土・日曜日、午前8時30分～正午と午後1時～5時。

住民異動届、住民票の写しの



健康と福祉

応募方法の詳細は5面

臨時保育士を募集

保健センターで幼児教室の保育をします。

保育士の登録がある方1人(選考)。原則木曜日、月2日、午前9時～午後1時。時給は940円。採用予定日は4月1日以降。

問 市販の履歴書に、保育士の登録証の写しを添えて、郵送または直接、3月20日(木)までに、〒254-0082東豊田448-3健康課 ☎55-2111へ。

日赤救急法の基礎講習会

心停止した人の救命率を上げるため一次救命処置を学びます。検定試験があります。

4月20日(日)正午～午後4時。勤労会館。中学生を除く15歳以上の方20人(抽選)。1500円。

募 必要事項・生年月日・講

交付、戸籍謄・抄本の交付、印鑑登録など。市民課①～③

番窓口 ☎21-8772。児童手当・児童扶養手当・ひとり親家庭等医療費助成の手続きなど。こども家庭課⑦番窓口 ☎21-9844。

国民健康保険の加入手続き、国民健康保険税の納付など

国民健康保険課⑬⑭番窓口 ☎21-8775。

高齢受給者証の手続きなど

保険年金課給付担当⑫番窓口 ☎21-8776。

国民年金加入者の市内転居手

続き。保険年金課国民年金担当⑩番窓口 ☎21-8777。

後期高齢者医療制度の手続き

元気応援ポイント説明会

市内の介護保険施設などで活動をするポイントがたまり、ポイントを換金できます。

3月11日(火)午後1時30分～3時。福祉会館。市内在住の65歳以上で介護保険料の未納がない方。

問 福祉会館 ☎33-0007

プール健康づくり教室

①4月1日～6月3日の火曜日コース②4月3日～5月22日の木曜日コース、各全8回、午前9時30分～11時(初回は8時40分から)。南部福祉会館(袖ヶ浜20-1)。市内在住の60歳以上の方、各25人(先着順・初心者の方を優先)。

1回100円。水着・水泳帽・タ

など。保険年金課後期高齢者

医療担当⑪番窓口 ☎21-9768。

小・中学校の転入学手続きなど

教育総務課学務担当 ☎35-8118。学務担当は、特別開庁日に限り、市民課③

1番窓口付近に窓口を開設。

問 市民課 ☎21-8772

勤労会館の利用申し込み

市議会仮議場ではなくなるため、4月1日(火)から、予約の受け付けを、利用日の3

カ月前の月の1日から変更します。予約状況などは、勤

労会館ウェブをご覧ください。

問 勤労会館 ☎32-3355

西部福祉会館の風呂を休業

3月17日(月)～22日(土)、西部福祉会館(公所86)の風呂は、工事・清掃のため利用できません。

問 西部福祉会館 ☎50-5525

花パワーで元気力アップ

花育ボランティアが押し花グッズの作り方を教えます。

3月20日(木)午後1時30分～3時。市内在住の60歳以上の方25人(抽選)。福祉会館。

募 電話または直接、3月13日(木)までに、福祉会館 ☎33-2333へ。

魔法の一本針作品展

体に障がいがある方が制作した編み物の展示会です。

3月18日(火)午前11時～20

すこやかサポート市民病院(終)

36放射線科

放射線科は主に画像診断を行う診断部門、画像ガイドで体を切らずに治療を行うインターベンショナルラジオロジー(IVR)部門、放射線治療部門の3部門に分かれています。

診断部門は、コンピューター断層撮影(CT)、磁気共鳴画像装置(MRI)、核医学を主に行っています。患者さんにとって最適な方法で撮影し、異常を指摘して各科に配信します。

IVR部門は、血管の中にカテーテルという細い管を入れて、狭い血管を広げたり、腫瘍に抗がん剤を入れたりします。外傷の患者さんでは出血した血管にカテーテルを進め、特殊な物質で出血を止め

ます。おなかに腫がたまっ患者さんでは画像ガイド下に安全



に針を刺して腫を排出します。放射線治療部門は、放射線の電離作用で治療します。適応疾患はがんやケロイドであり、乳がん、肺がん、子宮がんなどに行われることが多いです。外科手術などと組み合わせられ、集学的治療の一環として利用される場合もあります。放射線科は病院の縁の下の力持ちとして、医療の質を上げるために努力をしています。

◆市民病院 ☎32-0015



スポーツ

応募方法の詳細は5面

日(木)午後3時。本庁舎1階市民ホール。

問 健康課 ☎55-2111

県障がい者スポーツ大会

②～④は荒天中止。

①ボウリング・アーチェリー4月6日(日)湘南とうきゅうボウル(藤沢市遠藤滝ノ沢)・県総合リハビリテーションセンター(厚木市七沢)②フ

がい福祉課 ☎21-8774へ。

ShonanBMWスタジアム平塚の年度会員募集

4月1日～平成27年3月31日、市が指定した時間に、陸上競技の練習ができます。一般3000円、小学生～高校生2000円。

募 年間使用料(中学生・高

金目中学校体育館を開放

バドミントンなどのほか、基石に模した黒と白のボー、

東海大学メディア
プロジェクト
スピンナツチ

広報班Spinach!!

みんなの力

平塚の魅力をCMで表現

「平塚っていい所だなと感じ、多くの人が移り住んでほしい。今回のターゲットは子育て世代です」と、文学部広報メディア学科2年の三浦智美さん(写真後列右)は力を込めます。学生が自主的に集まり、テレビやラジオなどを通して情報発信をする同学科のメディアプロジェクト。今回、三浦さんら6人が企画・撮影・編集して、平塚を紹介する30秒のCMを制作しました。

このCMと制作過程を追った番組を「ひらつかビジョン」で放送します。SCN湘南チャンネルで、4月26日までの毎週土曜日午後7時30分～7時45分ほか。YouTubeの広報ひらつかのチャンネルでもご覧いただけます(市ウェブにリンクがあります)。

- イルを交互に打ち合う「囲碁ボール」も楽しめます。
- 3月17日(月)午後7時～9時。金目中学校(南金目103-2)。
- 市内在住・在勤・在学の方。小学校3年生以下の利用・中学生以下の午後6時以降の利用には保護者の同伴が必要です。本人確認ができる運転免許証や学生証・室内用運動靴・運動用具。
- コース 時間 水・木・金曜日
- | | | |
|----|----------------|-------|
| A | 午前9時20分～10時50分 | 初心級 |
| B | 午前11時～午後0時30分 | 初級 |
| J1 | 午後3時50分～4時50分 | ジュニア1 |
| J2 | 午後5時～6時 | ジュニア2 |
| J3 | 午後6時10分～7時10分 | ジュニア3 |
| N | 午後7時20分～8時50分 | 初級 |
- ①②がひらつかサン・ライファリーナ③が総合公園テニスコート④②②が総合体育館。抽選。
- ①リンパウオーキング 4月10日～6月19日の木曜日、全7回、午前9時15分～10時45分。80人。3080円。
- ②バドミントン 4月15日～7月15日の火曜日、全10回、午前9時30分～正午。60人。4620円。
- ③テニスクール 4月9日～6月27日の水・木・金曜日、全8回、午前9時30分～11時50分。110人。3080円。
- ④真向法体操 4月5日～6月14日の土曜日、全9回、午前9時20分～10時50分。50人。5140円。
- ⑤さわやかエアロビクス 4月5日～6月14日の土曜日、全8回、午前9時30分～11時50分。110人。3080円。
- ⑥フィットネス 4月8日～6月17日の火・木曜日、全16回、コース1は午前9時25分～10時55分、コース2は午前11時5分～午後0時35分。初めてのの方は60歳まで、各250人。4620円。
- ⑦火曜ストレッチ体操 4月8日～6月24日の火曜日、全10回、午後1時30分～2時45分。40歳以上の方120人。410円。
- ⑧ジュニア新体操 4月8日～平成27年3月17日の火曜日、全32回、コース1は午後5時～6時、小学校1～3年生、コース2は午後6時～7時、小学校4～6年生と中学生、各20人。前期16回分で2200円。
- ⑨水曜太極拳 4月9日～7月23日の水曜日、全12回、午前9時20分～10時50分。70人。5650円。
- ⑩ゆつくりエアロビクス 4月9日～6月11日の水曜日、全8回、コース1は午前9時30分～11時、コース2は午後1時30分～3時。初めてのの方は65歳まで、各100人。3080円。
- ⑪ウイークエンド・ヨガ 4月12日～6月14日の土曜日、全8回、午前11時10分～午後0時40分。70人。3080円。
- ⑫火曜太極拳 4月15日～7月29日の火曜日、全12回、午後1時20分～2時50分。70人。5650円。
- ⑬親子エアロビクス 4月15日～6月24日の火曜日、全8回、午後3時30分～4時30分。4歳～小学校3年生と保護者20組。4110円。
- ⑭すつきり・のびのび体操 4月16日～6月25日の水曜日、全10回、午前9時20分～10時50分。80人。3590円。
- ⑮はつらつ水中体操 4月16日～5月28日の水曜日、全6回、コース1は午前10時15分～11時、コース2は午前11時15分～正午。各60人。2570円。
- ⑯水曜ストレッチ体操 4月16日～6月25日の水曜日、全10回、午前11時10分～午後0時25分。40歳以上の方120人。4110円。
- ⑰アクアビクス 4月17日～5月29日の木曜日、全6回、午前10時30分～11時30分。45人。4110円。
- ⑱金曜ストレッチ体操 4月18日～6月27日の金曜日、全10回、午後1時30分～2時45分。40歳以上の方120人。4110円。
- ⑲すつきりエアロビクス 4月18日～7月25日の金曜日、全12回、午後6時20分～7時20分。60人。5140円。
- ⑳パワーヨガ 4月18日～7月25日の金曜日、全12回、午後7時35分～8時35分。80人。5140円。
- ㉑教室名(コース)・必要事項・年齢(⑬は子どもの氏名・年齢も)を、はがきで、3月14日(金)までに、〒254-0074大原1-1-1まちづくり財団スポーツ事業課☎35-0102へ。同財団ウェブから応募できます。

★横浜DeNAベイスターズ公式戦★

平塚球場。

セントラル・リーグ
①中日ドラゴンズ戦 5月13日(火)午後6時試合開始。

イースタン・リーグ
午後1時試合開始。
②埼玉西武ライオンズ戦 3月23日(日)③読売ジャイアンツ戦 26日(水)。

チケットは①が3月8日(土)から、総合公園管理事務所や各プレイガイドなどで発売。前売り券は、ネット裏SS指定席5,500円、内野の自由席大人2,500円・子ども500円など。②③は当日券を試合開始2時間前から、同球場で発売。大人1,000円、高校生500円、小・中学生300円。市内在住・在学の小学生は、ドリームパスポートで②③が無料になります。

☎ 総合公園管理事務所 ☎35-2233

市民相談

市民相談室

市民情報・相談課 ☎21-8764

一般市民 月～金曜日、午前8時30分～正午・午後1時～5時

一般法律(予約制) 水・木曜日、午後1時～4時

多重債務(予約制) 3月11日(火)午後1時～4時

税務(予約制) 3月7日(金)午後1時～4時

年金・社会保険・労災 3月11日(火)午後1時～4時

登記・供託(予約制) 3月14日(金)午後1時～4時

住宅(新・改築) 3月18日(火)午後1時～4時

不動産(予約制) 4月4日(金)午後1時～4時

分譲マンション管理 3月24日(月)午後1時～4時

許認可各種届け出 4月1日(火)午後1時～4時

外国籍

スペイン語：火曜日／ポルトガル語：水曜日／午前9時～正午・午後1時～4時

ビジネス相談

産業振興課 ☎21-9758

就労支援(予約制・先着5人・1人50分) 3月26日(水)午後1時～5時50分

消費生活センター

JAビルかながわ ☎21-7530

来所・電話 月～金曜日、午前9時30分～午後4時

保健福祉総合相談

南附属庁舎1階 ☎21-8779

来所・電話 月～金曜日、午前8時30分～午後5時

障がいがある方の相談

障がい福祉課 ☎21-8774

手話案内 ☎35-5770

精神保健福祉(予約制) 月～金曜日、午前9時～午後3時45分

福祉会館

追分1-43 ☎33-2333

法律(予約制) 3月11日(火)、4月8日(火)、午後1時～4時

生活支援 月～金曜日、午前8時30分～午後5時

ボランティア 月～金曜日、午前8時30分～午後5時

子ども教育相談センター

崇善小学校北側 ☎36-6013

来所(予約制) 月～金曜日、午前10時～午後5時

電話 月～金曜日、午前9時～午後5時

青少年相談室

市民センター ☎34-7311

青少年相談 月～土曜日、午前10時～午後6時30分

ヤングテレホン相談(青少年専用) ☎33-7830

月～土曜日、午前10時～午後6時30分

ヤングメール相談(青少年専用) my-soudan@. 返信に数日かかることがあります。

こどもの総合相談

こども家庭課 ☎21-9843

こども総合相談 月～金曜日、午前8時30分～午後5時

母子相談 月～金曜日、午前9時～午後5時

子育て支援センター

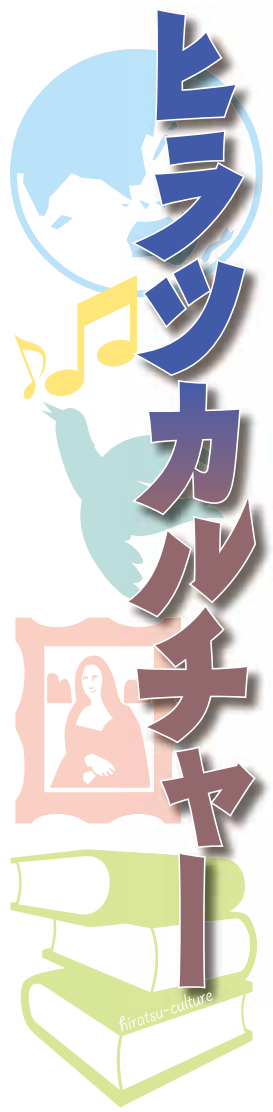
豊田分庁舎 ☎34-9076

未就学児対象の子育て相談・情報提供 月～金曜日、午前9時30分～午後4時

こども発達支援くれよん

福祉事業センター ☎32-2738 ☎31-1114

こどもの発達相談(来所・予約制) 月～金曜日、午前8時30分～午後5時



博物館

〒254 0041 浅間町12-41
☎ 33 5111 11 3949
※ 10・17・24・31日

知られざる平塚のロケット

平塚の海軍火薬廠で行われていたロケット研究の資料と、日本で作られたロケットの種類や設計を紹介します。3月30日(日)まで。1階寄贈品コーナー。

ミニ文化祭 日本の草木染め

東海大学教養学部が「赤と青の染料の種類とその現状」をテーマに展示します。3月27日(木)まで。2階情報コーナー。

染色体験！アカネ染めのハンカチを作ろう

ハンカチをセイヨウアカネで染めます。汚れてもよい服装でお越しください。3月9日(日)・15日(土)、午前10時～午後1時。科学教

室。各15人(当日午前9時50分に科学教室で受け付け。会場で抽選)。小学生以下は保護者同伴で。

プラネタリウム投影

☆ギャラクシー・クルーズ

4月6日までの土・日曜日と3月26日(土)・4月3日(水)・木曜日、午前11時と午後2時。3月8日(土)・22日(土)の午前11時は、すいせいゴエモンのぼうけんを上映します。200円。18歳未満の方と65歳以上の方は無料。

☆特別投影 星空とともに

仙台市天文台が制作した番組を特別投影します。東日本大震災が発生したときの星空と、人々の想いが題材です。3月9日(日)・11日(火)、午後3時30分。

雑貨団シアトリカル・プラネタリウム リウマ・カイギ

3月28日(金)午後2時30分と6時30分。プラネタリウム。60人(先着順)。200円。18歳未満の方と65歳以上の方は無料。

の方と65歳以上の方は無料。電話で、3月11日(火)午前10時から、博物館へ。

ろばたばなし

3月16日(日)午後1時20分と3時。展示室1階相模の家。

まちづくり財団

〒254 0045 見附町15-1(市民センター内)
☎ 32 2237 (文化事業課)

ひらつか市民合唱祭

市内で活動する合唱団などが、1年の成果を発表します。3月9日(日)午前10時開演。市民センター。

湘南ひらつか市民演劇フェスティバル 参加団体募集

9月27日(土)・28日(日)に開く、湘南ひらつか市民演劇フェスティバルの運営・参加団体を募集します。市内に拠点があり、大学生以上の市民が中心となって活動する演劇団体。中央公民館。参加分担金3万円程度。応募方法の詳細は、博物館へ。

春期特別展 水と生きる里 金目の風土とその魅力

エコミュージアム金目まると博物館とコラボレーションし、金目地区の魅力を紹介します。

3月15日(土)～5月11日(日)。特別展示室。

①展示解説 3月15日(土)午後0時45分～1時45分。特別展示室。

②記念講演会 田園都市構想と民権 平塚に根付いた民権思想を、土井浩・元博物館長が話します。3月22日(土)午後1時30分～3時。講堂。

③金目ウオーク 文化・自然など、歩いて金目の魅力を発見します。3月29日(土)午前10時～午後3時。雨天中止。金目周辺。30人(抽選)。

④金目の「食」を味わおう 金目でとれた食材を味わい、農業と食文化を考えます。4月12日(土)午前10時～午後1時。屋外展示場ほか。200円。

※ 必要事項を、往復はがきで、③は3月17日(月)④は31日(月)までに博物館へ。



一緒に舞台を作り上げよう

美術館

〒254 0073 西八幡1-3-3
☎ 35 2111 11 352741
※ 10・17・24・31日

ワークショップ

①親子でバステルアート 笑顔のカードを作ろう

4月5日(土)午前10時～正午。小・中学生の親子10組20人(抽選)。200円。

②木炭で描くデッサン教室

4月12日(土)午前の部10時～正午、午後の部2時～4時。小中学生各16人(抽選)。300円。

※ はがき・メール・ファクスで、講座名・実施日時(②は部も)・参加者全員の必要事項と年齢・ファクス番号・メールアドレスを、①は3月20日(木)②は27日(木)までに、美術館 art-muse@へ。

メールの場合、タイトルをワークシヨップ応募に。

ロビー展 林辺正子の世界

4月6日(日)まで。

所蔵名品展Ⅱ 新収蔵品を中心に

4月6日(日)まで。一般200円、高校生・大学生100円。

市民アートギャラリー

3月11日(火)～16日(日)銀杏カルチャー教室絵画展、

アート21油彩画展。18日(火)～23日(日)ひまわりの会展ふたり展。25日(火)～30日(日)樟の会、沙羅の会日本画展。4月2日(水)～6日(日)心派日本画大展。

中央図書館

〒254 0041 浅間町12-41
☎ 31 0415 11 319984
※ 10・17・24・31日

特別整理休館

中央図書館は3月6日(木)まで。西図書館は6日(木)～12日(水)。

ブックスタート

市内在住の1歳未満のお子さんとその保護者。午前10時～11時30分。①3月12日(水) 金田公民館(入野108-1)②16日(日)中央図書館③4月9日(水)西図書館(山下760-3)④20日(日)中央図書館。

※ 電話または図書館ウェブで中央図書館へ。

3月の開館日の木曜日午前10時～11時30分と午後1時30分～3時に、中央図書館こども室で予約不要のブックスタートを実施します。

中央図書館映画会

3階ホール。日曜日午後2時。3月9日(子ども映画会)アニメ日本昔ばなし こぶとりじいさん ものぐさ太郎。16日(一般映画会)サンダウナイズ(実写)。23日(こころと命のサポート映画会)桃色のクレヨン(アニメ)。30日(広報映画会)魅力発見 平塚市博物館など。

中央図書館特集展示 新しい生活のための本

3月7日(金)～30日(日)。2階貸出室。

今、会いたい作品(終) 渡辺千尋作「長崎情景(殉教の丘から)」

※ 美術館 ☎ 35-2111

咲き誇る白ツバキの花の向こうには長崎の街並が見えています。右手にある双塔の建物は「日本二十六聖人記念館」の記念聖堂で、タイトルにある殉教の丘とは、豊臣秀吉の命により、26人のキリシタンが磔に処せられた場所、長崎市西坂です。どこか幻想的な雰囲気、この作品から感じ取ることができませんか。

作者・渡辺千尋は、小学校時代からの約10年間を長崎市で過ごしています。19歳で上京し、桑沢デザイン研究所に入社。卒業後はデザインの仕事をする傍らで、油彩などさまざまな技法で作品を発表しています。

この作品の風景は、長崎市西坂にある作者の実家のベランダから見える景色だといえます。病床の身となり、いつも見ていた大好きな風景を見られなくなった母親のために描いた水彩画が原画となっています。版画に作る際、改めてツバキの花が組み合わされました。ツバキの数は26。これは聖人たちを暗示しているのかもしれませんが。母への愛、聖人たちへの畏敬の念、そんな作家の強い想いが込められた作品といえます。

この作品は4月6日まで開催している「所蔵名品展Ⅱ 新収蔵品を中心に」でご覧いただけます。(文：平塚市美術館 安部)



2005年 18センチ×45センチ カラーメジチント(銅版画)