

ひらつか

新米の季節がやって来た

「どんどお米を運ばなきゃ」

9月28日に、土屋にある里山体験フィールドで開かれた稲刈り体験では、子どもから大人まで、汗をかきながら収穫を楽しみました。

平塚は身近でお米がとれるまち。皆さんも、地元産のお米を味わいませんか。



目次

1～3面…**特集** 平塚のお米を食べよう…県内一の米どころ平塚でとれる米の魅力などを紹介します。
4～7面…募集・お知らせ・健康と福祉
「子どもの健康」「お知らせ掲示板」など

8面…「写真リポート」「市長コラム」
「リトアニア×平塚 ホストタウンNavi」
広報ひらつかのPDF版は市ウェブからご覧いただけます。
アプリ「マチイロ」「Catalog Pocket」からもご覧いただけます。



▶1束ずつ稲を手でつかみ、鎌で刈り取ります
▼刈った稲を天日で干すと、約2週間後に食べられます



9月28日、秋晴れの空の下、里山体験フィールド(土屋1076付近)で、稲刈り体験が開かれました。
これは市民と神奈川大学・東海大学の学生、そして市が里山の保全・再生に取り組み、

里山で 稲刈り 体験

問 環境保全課

☎23-9969

自然を体験するイベントです。6月に植えた稲を収穫するために151人が参加しました。作付面積は約300坪。稲の半数以上は平塚生まれの品種「はるみ」です。鎌で刈り取り、天日で約2週間乾燥させた後には、手作業で脱穀し、新米をみんなで食べます。
指導するのは、里山をよみがえらせる会のメンバー。谷戸と呼ばれる谷に囲まれた土地で、失われかけている自然を守る活動を続けています。同会の荒井啓三会長は「里山の田んぼではトンボやチョウ、バッタなど、さまざまな生き物が観察できます。田んぼが豊かな生態系を育む、と知ってもらえたらうれしいです」と参加者に語り掛けます。
幼稚園に通う2人の息子と熱心に作業していた女性は「家族で田植えから参加しています。苗から稲穂、そしてお米になるまでを体験できるとても良い機会ですね。普段自分たちが食べているお米になるまでに、たくさんのお米と手間がかかっていることを子どもたちが実感できますから」と笑顔を見せました。



平塚のお米を 食べよう

県内一の米どころ平塚では、今年も地産の新米が店頭に並んでいます。食欲の秋、おいしい平塚を楽しみませんか。



新米の出荷が始まる

倉庫の中に積まれたたくさんの米袋。JA湘南の経済センター(片岡657)で新米の集荷が始まりました。

集まったお米は、農産物検査員の資格を持つ職員の検査を受け、一等～三等の等級がつけられます。営農販売課の山本創真さんは「今年は6月～7月の日照不足と、8月下旬の高温によって、例年より収穫量が減る見込みです。JA湘南での集荷量の目標は約900トです。そのうち約8割が人気の品種「はるみ」です」と話し、「今年の味を、ぜひ楽しみにしてほしいです」と期待します。

収穫して持ち込んだお米に、一等級がついた女性生産者は、「1年間大切に育ててきたので、ほっとしたと同時にうれしさが込み上げます。たくさんの人に食べてほしいです」と安堵の表情を浮かべました。



大切にしてお米を手取る生産者



あさつゆ広場で販売中

9月27日、JA湘南の大型農産物直売所「あさつゆ広場」で新米の販売が始まりました。入荷したのは、米の食味ランキングで最高評価の特Aを2年連続で獲得したこともある平塚生まれの人気の品種「はるみ」です。一袋4.5kg入り、1,900円(税込み)で販売しています。

午前9時の開店を待ちかねたように、新米を次々と手にとる来店客の姿がありました。いつも同店でお米を購入しているという、市内在住の東海林伸和さん(写真)は、はるみの新米を2袋購入。「ちょうど自宅のお米がなくなったので買いに来たのですが、良いタイミングでした。新米を食べるのが楽しみです」と笑顔を見せていました。

問 JA湘南大型農産物
直売所あさつゆ広場
寺田縄424-1
☎59-8304



炊き方にもこだわってみませんか

☎ 生活の道具なべや 紅谷町3-19 ☎21-0206

「何気なく炊いているお米ですが、時には普段と違う炊き方をしてみるのも面白いですよ」と話すのは、平塚駅北口中心商店街で生活雑貨店「なべや」を営む升水宏樹さん。同店は、生活に役立つ知識を店主が伝える「まちゼミ」にも毎年参加し、生活雑貨店ならではの、さまざまな鍋を使ったお米の炊き方を紹介しています。「お米を炊く道具として、土鍋を思い浮かべる方が多いと思いますが、アルミやステンレスの鍋でも簡単に炊くことができるんですよ」と

解説する升水さん。おいしいお米を炊く秘訣として、「米と水をきっちり計測することと、とき始めと炊く時に、浄水器の水やミネラルウォーターなどを使うこと」と紹介します。「といた後にザルでしっかりと水を切ってから、正しい分量の水を加えることもポイントですよ」と付け加えます。「新米を買った時など、ちょっと特別な食卓の時には、炊き方にもこだわってみてはいかがでしょうか」と笑顔を見せます。



「好みの道具を見つけてください」と店頭で話す升水さん

お薦めの三つの鍋で炊き上がりを比べてみました

ふっくら柔らか ◀ ● ● ● ● ● ▶ バランスよく ● ● ● ● ● ▶ 粘り気・歯ごたえ



ステンレス多層鍋
7層構造で抜群の熱効率。IH調理器でも使えます。お米の粒が立ち、ふっくらつやつやに仕上がります。柔らかめに炊け、甘みも感じられるので高齢者や子どもにお薦め。



文化鍋(アルミ)
鍋の縁がせり出し、高くなっているため吹きこぼれにくい構造。保温性が高く、厚みもあり、しかも軽いので、鍋でお米を炊く初心者にも扱いやすい鍋です。



炊飯用土鍋
外蓋と内蓋の二重構造で、ほかの鍋よりも高い圧力で炊くことができます。お米が鍋の中で対流するので、粘り気が強くて歯ごたえのある炊き上がりになります。

須賀湊の開き干し(2尾入り500円)。甘めの味付けでご飯が進みます



甚商店(千石河岸)の高橋健太さんは「サバの味を際立たせるように、つけダレを試行錯誤しました」と話します。「魚という若い人は骨をよけて食べるのが苦手かもしれない」

「ご飯のお供」と聞くと、皆さんは何を思い浮かべますか。平塚は豊かな海が身近にあるまち。漬物や梅干しなどと共に、干物や刺身など、海の幸を思い浮かべる人も多いのではないのでしょうか。ご飯と一緒に食べたい、お薦めの魚のおかずを紹介します。その名も「須賀湊の開き干し」。平塚漁港で水揚げされた新鮮なサバを使ったみりん干しです。平塚市漁業協同組合が地場産にこだわりの企画したこの一品。製造するのは、干物の名店として市の匠の店にも認定されている甚商店(千石河岸)です。店主の高橋健太さんは「サバの味を際立たせるように、つけダレを試行錯誤しました」と話します。「魚という若い人は骨をよけて食べるのが苦手かもしれない」



サバを加工する高橋さん。同店ではアジやカマスなどさまざまな干物も人気

ご飯と食べたい海の幸

☎ 平塚市漁業協同組合

千石河岸28-13 ☎21-0146

が、このみりん干しは丁寧に取り除いてあるので、とても食べやすいですよ。焦がさないように弱火でじっくり焼いて、ご飯と一緒に食べてみてください」と呼び掛けます。須賀湊の開き干しは、あさつゆ広場(2面)や毎月第4金曜日(ひらつかタマ三朗漁港(新港)で開いている「地どれ魚直売会」、同組合で販売しています。平塚産にこだわっているため、水揚げ状況によっては、在庫がない場合もあります。

地元産が一番

「やっぱり食卓には白米がなくっちゃね」と炊きたてのご飯を盛る柳川さん



「今年の新米もおいしそうね」と話す柳川久子さん。地域の公民館で開く料理教室で長年講師を務めています。「料理教室では、季節感を意識しています。そして、何より地元産の旬の食材を取り入れる事を大切にしています」と話す柳川さん。「話も弾みまじ、自分たちが暮らしている土地で育った、と聞くとやっぱり愛着を感じますから」と続けます。「平塚生まれの『はるみ』が注目を集めていますね。もちろん『はるみ』以外のお米も好きですよ。銘柄以上に、地元産というのが私には何より魅力的です」とほほ笑みます。

いつでもはるみを提供中

平塚生まれの米「はるみ」を気軽に味わいたい時は、市役所本館2階にある「れすとらん・かぶえアルテール」にお越しください。

JA湘南から、精米したてのお米が直送される同店。久保俊広店長は「精米したばかりのお米は、色も白くてきれいです。香りも味も良いですよ」と話します。厨房では炊き上がったお米の水分量や甘さなど

を毎日チェック。最適の状態を提供します。

同店ではお米だけでなく、野菜も平塚産にこだわり、地元でとれた小松菜やトマトを積極的にメニューに取り入れています。「定食に付いてくる小鉢はたくさん種類から選べるので、ご飯のお供にもお薦めです」と笑顔を見せる久保店長。「ふらっと来て、平塚産のお米を食べてもらえたら」と呼び掛けます。



「週替わりのメニューも充実しています」と久保店長

募集

応募方法は
下段

短時間勤務職員(障がい者)

10人(選考)。次のいずれかを満たす方。①身体障がい者手帳の交付を受けている②精神保健福祉手帳の交付を受けている③療育手帳の交付を受けている。

職務内容は、パソコンによるデータ入力・書類整理などの市役所の事務補助。採用予定日は、12月1日。勤務時間など、詳しくは市ウェブをご覧ください。

■本館4階の職員課 ☎21-8762 や市ウェブなどにある申込書などを、郵送で、10月18日(金)〜31日(木)に、同課へ。

市営住宅の入居者

入居予定日は令和2年3月1日(日)。次の条件を全て満たす方(抽選・単身世帯は②を除く)。①申込者が20歳以上または既婚②夫婦や親子主体の家族③市内に1年以上在住④収入が基準以内⑤住宅困窮理由が市の条件に該当⑥市税などの滞納がない⑦住宅や

土地を所有していない⑧申込者または同居しようとする親族が暴力団員ではない。

■令和元年11月1日(金)〜15日(金)に、本館1階案内窓口や各公民館などで配る申込書を、郵送で、15日までに、〒254-0042 明石町7-10 弥生ビル1階東急コミュニケーションセンター 塚市営住宅サービスセンター ☎74-4005へ。

みんなのまち情報宅配便

市の職員が市民グループや地域の団体に出向き、事業や施策の説明などをします。メニューは市ウェブや各公民館などにあるパンフレットをご覧ください。メニューにない事業やパブリックコメントを募集している案件を希望する場合は、ご相談ください。

市民で構成する10人以上のグループ・団体。希望日の午前9時〜午後9時の2時間以内(年末年始は除く)。会場は申込者が用意してください。■市ウェブなどにある申込書を、郵送・ファクス・メールまたは直接、希望日の2週間前までに、本館7階の協働

推進課 ☎21-9618 FAX 21-9756 kryodo@city.hiratsuka.jp

市民病院の常勤職員

診療放射線技師、数人(選考)。採用は令和2年1月1日以降。試験日程などは、同病院ウェブをご覧ください。■電話で、病院総務課 ☎32-0015へ。

令和2年度の税務納税通知書の送付用封筒の広告

4枠(選考・市内事業所を優先)。1枠、縦40mm×横90mmで7万円。発行予定は19万3000部です。詳しくは市ウェブをご覧ください。■市ウェブにある申込書を、郵送または直接、10月18日(金)〜11月18日(月)に、本館2階の納税課 ☎21-8769へ。

防災標語

①小学生の部②中学生の部③一般(高校生以上)の部があります。市内在住・在勤・在学の方。1人1点。自作の未発表の作品に限ります。■作品・必要事項・応募部門を、はがき・ファクスまたは直接、11月1日(金)までに、本館3階の災害対策課 ☎21-

パブリックコメントを募集します

案の内容は、10月18日(金)〜11月18日(月)に、市ウェブや各公民館などで閲覧できます。

- ①市総合計画 ひらつかNEXT 改訂基本計画(1次素案) 市政運営を総合的・計画的に進めるための基本となる計画を見直します。
 - ②市用途地域等の見直しに係る基本方針(素案) 市全域を対象とした用途地域などを見直すための基本方針を作成しました。
- 意見・必要事項(団体の場合は団体名と代表者名も)を、郵送・ファクス・メールまたは直接、11月18日までに、①は本館4階の企画政策課 ☎21-8760 [kikikaku](mailto:kikikaku@city.hiratsuka.jp) ②は本館6階のまちづくり政策課 ☎21-8781 machi-s@city.hiratsuka.jpへ。ファクスはいずれも FAX 0120-704589へ。

就活応援相談

9734 FAX 21-1525へ。市ウェブからも応募できます。保護者相談などもあります。11月5日・12日・19日・26日の火曜日、各日午前10時〜11時・午後1時〜2時・3時開始。勤労会館。15〜39歳の求職中の方、各時間帯3人(先着順)。そのほかの講座内容など、詳しくはお問い合わせください。

馬入水辺の楽校 ワークシヨップ

11月16日(土)午後1時〜3時。雨天時は、17日(日)に延期。相模川河川敷の馬入水辺の楽校。小学生以上の方(先着順・小学生は保護者同伴)。竹灯籠づくり 12人。1000円。空き瓶キャンドルづくり 50人。空き瓶。300円。

イクボスで変わる組織 変わるひらつか

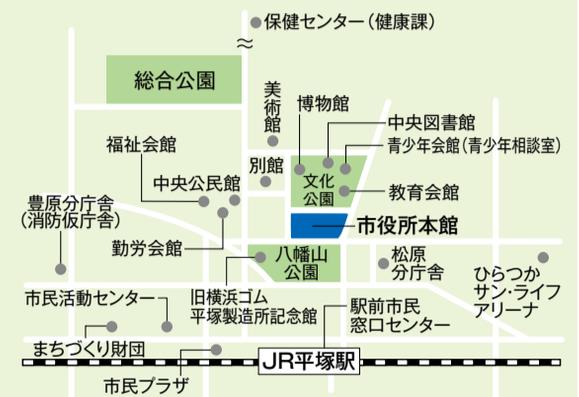
イクボスを学ぶ講演会と、イクボス宣言している企業の事例発表をします。11月13日(水)午後2時〜4時。本館3階303・304会議室。企業の経営者・人事担当者・管理職の方ら60人(先着順)。■本館7階の人権・男女共同参画課 ☎21-9861 FAX 21-9756 dati.10@city.hiratsuka.jpにある申込書を、郵送・ファクス・

秋のばらフェスタ

バラにちなんだイベントやバラのつぼみティーなどを楽しめるばらカフェを開きます。10月26日(土)・27日(日)、午前9時〜午後4時(ばらカフェは午前10時から)。旧横浜ゴム平塚製造所記念館。次のイベントは申し込みが必要

応募方法

- 募=応募方法 (応募が必要です)
- 問=問い合わせ
- 必要事項とある場合、郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号をご記入ください。
- 市役所への郵便物は、〒254-8686平塚市役所〇〇課で届きます。
- 募集開始日の記載がない場合、10月21日(月)午前8時30分から受け付けます。
- メールの応募の場合 city.hiratsuka.kanagawa.jp を付けてください。



記入例

往復はがき	郵便番号 住所 全員の氏名 電話番号 その他の事項	郵送・ファクス・メール	イベント名 郵便番号 住所 全員の氏名 電話番号 その他の事項
住所氏名	住所 全員の氏名 電話番号 その他の事項	返信	往信

ダンスプロデューサーに聞く 家庭教育講演会

モーニング娘。やAKB48などのアーティストの振り付けを担当してきた夏まゆみさんが講師を務めます。言葉の掛け方ひとつで人間の成長度合いに違いが出るというその秘訣を、惜しみなく語ります。

12月12日(木)午後6時30分〜8時。中央公民館。市内在住の小学生以上の方350人(先着順)。11月5日(火)午前9時から各公民館で、整理券を1人2枚まで配ります。要約筆記もあります。

問 中央公民館 ☎34-2111



ダンス界の第一人者から学べるチャンスです

11月20日(水)。旧横浜ゴム平塚製造所記念館。先着順。アロマバスソープづくり 午前11時〜正午。10人。500円。天然石を使ったネックレス作り 午後1時30分〜2時30分、

八幡山の洋館 遊館日

27日午前10時〜11時30分。花切はさみ。1000円。薔薇のお話。27日午後1時30分〜3時。30人。1000円。■イベント名・必要事項を、電話・ファクスまたは直接、10月18日(金)午前9時から、旧横浜ゴム平塚製造所記念館 ☎35-7114へ。

パークゴルフ大会

11月28日(木)午前8時〜午後0時50分。小雨決行。荒天の場合は、12月5日(木)に延期。木村植物園湘南ひらつかパークゴルフ場(上吉沢1579-1)。市内在住の18歳以上の方90人(先着順)。500円。■木村植物園湘南ひらつかパークゴルフ場 ☎58-9300にある申込書を、本人が直接、10月18日(金)から、同パークゴルフ場へ。



広報紙をより良いものとするために市ウェブでアンケートを実施しています。ご意見をお寄せください。右の2次元バーコードからアンケートページにアクセスできます。



10月22日(祝)は閉庁します

10月22日は休日となるため、市役所は閉庁します。市役所以外の公共施設に

問

行政総務課 ☎21-9754

公民館の講座に参加しよう

中央公民館。抽選(市内在住・初めての方を優先)。300円。

①市民大学講座 私のルーツを考える 人類の進化やDNAの謎など、壮大な自然の営みを学びます。

11月14日～12月19日の木曜日、全5回、午前10時～11時30分(11月21日は正午まで)。高校生を除く、市内在住・在勤の18歳以上の方40人。

②市民アカデミー デイビッド先生と英語で遊ぼう(写真) 英語が母語の講師と一緒に、楽しみながら英語を学びませんか。最終回は「ちゅうおうFESTA」で成果を発表します。

11月30日～令和2年1月25日の土曜日、全6回、第1回～第5回は午前10時～11時。市内在住の小学校3・4年生20人。

☎ 講座名・必要事項(①は年齢②は学年と保護者氏名も)を、はがき・メールまたは直接、①は10月31日(木)②は11月13日(水)までに、〒254-0047追分1-20中央公民館 ☎34-2111 chuo-k@へ。



短期労働講座

ワーク・ライフ・バランスの実現やメンタルヘルス不調の現状と対策などについて、実務家・学識者の講師が解説します。

11月22日(金)・28日(木)、12月3日(火)・6日(金)、全4回、午後6時30分～8時30分(11月28日は午後2時～4時)。市民活動センター。50人(先着順)。

☎ 本館5階の産業振興課や各公民館、図書館などにある申込書を、ファクスで、10月18日(金)から、県かながわ労働センター1湘南支所 ☎22-2711 ☎21-2848へ。

家計簿講習会

堅実な暮らしをサポートする家計簿の書き方などを紹介します。希望する方には保育もあります。

11月14日(木)午前10時～正午。市民活動センター。60人(先着順)。筆記用具。300円、保育利用者は別途250円。

☎ 電話で、10月18日(金)午前10時から、平塚友の会 ☎591-997へ。

市民活動応援講座 NPOマネジメント講座

中長期の事業計画・収支計画を作るワークショップを通じてNPOのマネジメントを学びます。

11月30日、12月21日の土曜日

11月22日(金)・28日(木)、12月3日(火)・6日(金)、全4回、午後6時30分～8時30分(11月28日は午後2時～4時)。市民活動センター。50人(先着順)。

日、全2回、午後2時～4時30分。市民活動センター。市民活動団体やNPO法人に所属している方30人(先着順)。2000円。

☎ 所属団体・氏名・電話番号を、電話・ファクス・メールで、10月18日(金)午前9時から、市民活動センター ☎317-571 ☎35-6601 info@hiratsuka-shimin.net

アマダイ沖釣り大会

12月7日(土)午前7時30分～午後1時。受け付けは午前6時～7時。荒天の場合は21日(土)に延期。ひらつかタマ三郎漁港(新港)。高校生以上

お知らせ

市長と語るうー! ほっとミーティングの傍聴

「これからも住み続けたい平塚に」をテーマに、無作為に選ばれた25～29歳の若い世代の市民と市長の対話を傍聴しませんか。

10月26日(土)午後2時30分～4時。本館3階303会議室。30人(当日先着順)。当日は本館北西側出入口(守衛室前)から入館してください。

☎ 市民情報・相談課 ☎21-8764

不動産を公売します

市税滞納のため差し押さえた不動産を、入札により公売します。詳しくは市ウェブをご覧ください。

11月28日(木)午後1時～1時30分。県藤沢合同庁舎(藤沢市鶴沼石上2-7-1)。

子育て支援会員の説明会

地域で子育ての手伝いをしたい方にファミリーサポートの活動を説明します。①④は午前10時～11時30分②③は午前10時～11時30分・午後1時30分～3時。市内在住の20歳

の方100人(先着順)。釣り竿・針・おもりなど。9000円。

☎ 電話または直接、千石河岸30-18豊漁丸 ☎22-5956・千石河岸57-13浅八丸 ☎21-0904・千石河岸57-16庄治郎丸 ☎21-1312・千石河岸57-17庄三郎丸 ☎21-1012へ。

10月21日(月)～11月5日(火)の平日、午前8時30分～午後5時。本館6階のまちづくり政策課。

☎ まちづくり政策課 ☎21-8781

軽減税率制度の説明会

すべての事業者の方は、税率ごとに区分した経理処理が必要になります。また、税率ごとに区分記載した請求書の交付を求められる場合があります。軽減税率制度実施後の経理処理や消費税額の計算などの注意点を説明します。

10月29日(火)、11月25日(月)、12月17日(火)、午後3時～4時。平塚税務署3階310会議室(浅間町9-1)。

☎ 平塚税務署 ☎22-1400

みんなの消費生活展

暮らしに役立つ知恵や情報を紹介いたします。スタンプラリー参加者には啓発グッズをプレゼントします。

11月9日(土)午前10時30分～午後4時・10日(日)午前10時～午後3時30分。文化公園など。

放課後児童クラブの入所説明会

令和2年4月の入所希望者向けの説明会を開きます。詳しくは市ウェブをご覧ください。

11月3日(祝)午後0時30分～1時。平塚中等教育学校(大原1-13)。

年末調整などの説明会

11月7日(木)午後2時～3時50分(用紙配布は1時から)。中央公民館。

くか、各放課後児童クラブへお問い合わせください。

☎ 青少年課 ☎71-5950

ふれ愛・なぎさ祭り

南部福祉会館利用団体の作品展示や、ポッチャや卓球の体験教室などをします。

11月16日(土)・17日(日)、午前10時30分～午後4時。なぎさふれあいセンター(袖ヶ浜20-1)。室内履き。

☎ 南部福祉会館 ☎21-3370

不登校・引きこもりの改善と自立に向けた居場所

元当事者や相談員と意見交換や相談ができます。体育館での運動などもします。

11月2日(土)午前10時～午後5時。青少年会館。不登校・引きこもりの当事者と保護者ら16組(当日先着順)。

☎ ぜんしん ☎23-1177

吹奏楽フェスティバル

市内などで活動する吹奏楽団らが、日頃の練習の成果を披露します。

11月3日(祝)午後0時30分開演。平塚中等教育学校(大原1-13)。

まちづくり財団文化事業

☎ まちづくり財団文化事業課 ☎32-2237

浅間祭を楽しもう



模擬店やバンド演奏、バウンドテニスやテーブルゲームなどが楽しめます。

11月9日(土)午前10時30分～午後4時・10日(日)午前10時～午後3時30分。文化公園など。

☎ 青少年課 ☎71-5950

1月2日(祝)は長休します

については、各施設にお問い合わせください。なお、ごみ収集業務は通常通りです。

行政事務課 ☎21-0975

健康と福祉

応募方法は4面

高齢者のインフルエンザ予防接種

10月15日(火)〜令和2年1月31日(金)に、直接、実施医療機関で受けてください。

市内在住の、65歳以上の方と60〜64歳で心臓・腎臓・呼吸器などに重い病気のある方。1600円。生活保護を受けている方や市民税非課税世帯の方は無料。健康保険証(お持ちの方は身体障がい者手帳や生活保護受給者証なども)。詳しくは、各公民館にあるチラシや市ウェブをご覧ください。

健康課 ☎55-2111

高齢者健康・教養講座 一眼レフ講座

風景や人物などの撮影方法の講義を受け、実際に撮影します。

11月14日〜28日の木曜日、全3回、午後1時30分〜4時。福祉会館。21日は総合公園。全日程に参加でき、一眼レフカメラの操作が一通りできる、市内在住の60歳以上の方

3B 体操教室



専用の道具を使い、楽しみながら体を動かします。11月18日(月)午後1時30分〜3時。大原公民館(大原1-15)。市内在住の方。飲み物・タオル・バスタオル・室内用運動靴。

健康課 ☎55-2111

15人(先着順)。一眼レフカメラ(ミラーレスカメラ可)・取扱説明書・筆記用具。500円。電話または直接、10月18日(金)から、福祉会館 ☎33-2333へ。

市民病院の健康講座

「急性心筋梗塞 心疾患のリスクに注意し、突然死を防ごう」をテーマに、医師が話します。

11月7日(木)午後2時30分〜3時30分。市民病院(南原1-19-1)。50人(当日先着順)。

経営企画課 ☎32-0015

家族介護リフレッシュ

腰痛肩こり予防プログラムや介護者同士の交流で、心と体をリフレッシュしませんか。市内在住で家族を介護している方。先着順。

①10月28日(月)、11月8日(金)。福祉会館(午前9時30分〜午後0時30分。12人)②11月30日(水)午前9時30分〜午後0時30分。南部福祉会館(袖

くすの木体操をしませんか

金曜日。午後1時30分〜3時。市内在住の方。飲み物・タオル・バスタオル・室内用運動靴

①11月8日。横内公民館(横内2506)②29日。金目公民館(南金目966)。

健康課 ☎55-2111

家族介護教室

介護の疲れを癒やすためストレッチを体験しませんか。介護者同士の交流会もあります。

11月22日(金)午後1時〜3時。ニチイケアセンターさがみの国湘南(四之宮4-20-37)。福祉・介護事業所関係者を除く、市内在住の要介護者を介護している方ら15人(先着順・10人に満たない場合は中止)。タオル・飲み物。動きやすい服装でお越しください。

電話で、10月21日(月)から、午前9時〜午後5時に、ニチイ学館平塚支店 ☎25-682へ。

市民病院 クラウドファンディング

大切な赤ちゃんの命を救うための搬送用保育器の購入に向けて、クラウドファンディングで寄付を募っています。

期間 12月31日(火)まで。目標金額 200万円。申し込みは同病院ウェブからでき、

秋野不矩展関連事業

「インドのろうけつ染め・パティツタを体験しよう」

二つのコースから選べます。11月23日(祝)午前10時〜正午。美術館。小学生以上の方(抽選・小学校3年生以下は保護者同伴)。2,000円。コースA 自分で模様を考えて、蠟引きをし、一色で染めます。8人。コースB 用意されたデザインから好きなものを選び、カラフルに色を付けます。12人。イベント名・実施日・必要事項・年齢・希望するコースを、はがき・メールで、10月17日(木)〜11月7日(木)に、〒254-0073西八幡1-3-3美術館 ☎35-2111 art-museへ。

子どもの健康 ●●●●●11月

会場は保健センターです。母子健康手帳をお持ちください。詳細は、市ウェブをご覧ください。健康課 ☎55-2111 ◆母親父親教室(予約制) 出産までのプロセス・育児のポイントなど。希望する方は妊婦や育児の体験ができます。23日(祝)午後1時30分〜3時30分。妊娠8カ月以降の方と家族30組(先着順)。◆祖父母教室(予約制) 育児のサポート・今と昔の育児の違い・沐浴オムツ交換。29日(金)午後1時30分〜3時15分。市内

〜10時30分。2歳1カ月児〜2歳6カ月児。◆育児相談 身体計測や生活・母乳などの育児相談。6日・13日・20日の水曜日、午前9時30分〜10時30分受け付け。◆7カ月児相談 成長発達の確認・触れ合い遊びの紹介や各相談。5日・26日の火曜日、午前9時〜10時受け付け。◆歯っぴい はみがき教室(予約制) 歯の手入れについて学べます。午前10時〜11時。★歯みがき準備期編 9日(土)。8カ月児〜1歳0カ月児。★歯みがきイヤイヤ克服編 12日(火)。1歳3カ月児〜1歳6カ月児。◆産後ルーム「ママはぐ」(予約制) 赤ちゃんとの触れ合い遊びや仲間づくりなどをします。8日・22日の金曜日、午前10時〜午後1時30分。4カ月以内の乳児がいる初産婦で、育児に不安がある方ら20組(先着順)。500円。◆離乳食教室(予約制) 離乳食の進め方など成長に合わせたコースです。100円。★5・6カ月児 11日(月)午後1時30分〜2時40分。★7・8カ月児 15日(金)午後1時30分〜2時45分。★9カ月児〜1歳6カ月児 25日(月)午前10時30分〜11時30分。

広告

2020年度新入学
中学校 制服・体操服
年内早期ご予約キャンペーン開催!!

まずはお電話にてお問い合わせください 採寸は後日改めてになります

早期ご予約をいただくと、恒例のグループ申込み(3名様以上)はもちろんお1人様でもお得な特典を対応いたします!

- 1 制服一式ご購入で通常価格より **10%OFF!!**
- 2 男子には **ワイシャツ&ベルト** プレゼント!!
女子には **ブラウスorワイシャツ**
- 3 体操服も **5%OFF!!**

さらに/年内のご予約で **ソックスやシューズ入れをプレゼント!**

卒業式・式服 レンタル
先着順・一部無料貸出/詳しくはお問い合わせください。

出張採寸 好評受付中!

セブンティーン専属モデル **田鍋梨々花ちゃん**
OLIVE des OLIVE School
コラボリュック 数量限定販売・先行予約開始!

School SHOP
トキワヤ
トキワヤ平塚紅谷町本店 ☎0463-21-0203 紅谷町12-29 受付時間 10:00〜19:00
トキワヤユーユー館店 ☎0463-25-1919 紅谷町5-20 ユーユー本館(旧輪屋)5階 受付時間 10:00〜20:00
創業100年へ向け、県西地区で10店舗を展開(グループ含む) お車は市営駐車場・ユーユー館提携駐車場をご利用ください。

平塚市のみなさん
ご葬儀費用の準備は大丈夫?
-葬儀のための保険-

ご葬儀で家族に負担を掛けたくないという人が増えています。そんな万が一に備えてご家族の経済負担をサポートする保険が生まれました。

サン・ライフ・ファミリーの「ご葬儀サポートプラン」なら、あなたの万が一に備えて、大切なご家族への負担をサポートいたします。

満40歳から84歳までが加入でき、95歳まで一年単位で更新が可能で、持病があっても、通院中でも、規定の告知事項に該当しなければどなたでもご加入いただけます。

保険料は月額2,000円からで、**死亡保険金は60歳女性の場合167万2千200円支払われます。**

また、介護の準備金として、要支援から支払い対象となる介護一時金付定期保険もございますので、**まずは資料請求!お気軽にお電話ください。**

資料請求・お問合せ
TEL.0463-22-2953

サン・ライフグループ 関東財務局長(少額短期保険)第50号
株式会社 **サン・ライフ・ファミリー**
〒254-0024 平塚市馬入本町13-2

サン・ライフ・ファミリー 検索

ジュニア・リーダーとクリスマスキャンプ

ジュニア・リーダーと一緒に野外炊事やクリスマスケーキ作りなどをします。

12月7日(土)午前9時~8日(日)正午の1泊2日。びわ青少年の家(土屋2710-1)。青少年会館に集合・解散。市内在住の小学校6年生36人(抽選)。1,500円。

募集 イベント名・必要事項・性別・生年月日・学校名を、ファクス・メールまたは直接、11月1日(金)までに、本館1階の青少年課 ☎71-5950 ☎21-9738 ✉seishonen@h.



ファクス・メールはタイトルをイベント名にしてください。

楽しい思い出をつくりませんか

健康推進員と一緒に歩こう
中原御殿周辺を散策します。11月12日(火)午前9時30分~午後0時10分。約7歳。当日午前7時のNHKの天気予報で、横浜の降水確率が50%以上の場合13日(水)に延期。13日も50%以上の場合は中止。総合公園野外ステージ前集合・解散。市内在住・在勤の方。タオル・帽子・雨具・飲み物・お持ちの方は歩数計。

認知症予防教室
認知症に関する講話を聴いて、脳活性化運動のコグニサイズを体験します。11月6日(水)午前10時~11時30分。伸生会(御殿2-17-42)。市内在住・在勤の65歳以上の方または家族30人(先着順)。筆記用具・飲み物・室内用運動靴・外履きを入れる袋。動きやすい服装でお越しください。

経営企画課 ☎32-0015
電話で、高齢者よろず相談センターごてん ☎31-6957へ。

県民の集い これからの精神科医療を考える
11月13日(水)午後0時30分~4時。中央公民館。

西部福祉会館 西部祭
宝探しゲーム・サークル発表・模擬店や、神奈川大学ジャズ同好会による演奏などが楽しめます。11月4日(休)午前9時30分~午後3時30分。西部福祉会館(公所868)。

フレイルチェック測定会を開きます
加齢に伴って筋力や心身の活力が低下した状態のフレイルにならないよう、兆候を見

介護に関する入門的研修
介護の基本的な知識を身に付け、介護の分野に興味を持つきっかけにしませんか。11月13日(水)・18日(月)・20日(水)・25日(月)・27日(水)、全5回、午前9時~午後4時30分。平塚栗原ホーム(立野町31-20)。市内在住の方20人(先着順)。筆記用具。動きやすい服装でお越しください。

権利擁護講演会
成年後見制度や、あらかじめ後見を決めておく任意後見制度を利用する場合のメリット・デメリットを弁護士

次回納期の市税・手数料
①市県民税(第3期) ②国民健康保険税(第5期) ③後期高齢者医療保険料(第4期) ④介護保険料(第5期) ⑤清掃し尿従量手数料(第7期) 納期限 10月31日(木)

①納税課 ☎21-8769 ②保険年金課 ☎21-8775 ③保険年金課 ☎21-9768 ④介護保険課 ☎21-8790 ⑤収集業務課 ☎21-8796

朝市 湘南ひらつか ふれあいマーケット

湘南ひらつか名産品や野菜などを販売します。今回はクイズ大会があります。全問正解した方には景品をプレゼントします。10月27日(日)午前7時~8時。平塚地方卸売市場(四之宮1-7-1)。



産業振興課 ☎21-9758

認知症サポーター養成講座
知識と対応方法を学び、認知症への理解を深めませんか。講座修了後には認知症サポーターの証しのオレンジリングを渡します。11月22日(金)午後2時~4時。崇善公民館(見附町1-8)。市内在住・在勤・在学の方70人(先着順)。

元気応援ポイント説明会
市内の介護保険施設などで、高齢者の話し相手や趣味を生かす活動をするポイントが付きます。たまったポイントは市内の名産品や地場産の農水産物を使った加工品を詰め合わせた「元気応援セット」などに交換できます。11月13日(水)午前10時~11時。福祉会館。市内在住の65歳以上の方。

湘南ベルマーレ
わがまちのプロサッカーチーム「湘南ベルマーレ」をみんなで応援しましょう。チケットは、梅屋・コンビニエンスストアなどで販売。市内の小中学生は、ドリームパスポートを使うと無料で観戦できます。11月3日(祝) 16:00 VS G大阪 BMWス 11月30日(土) 14:00 VS 広島 BMWス

平塚市代官町に 新規オープン グループホーム 花物語ひらつか ナーシング
月額利用料 139,500円
家賃・管理費・食材費・水道光熱費 込み
介護の先進技術導入施設 『眠りスキャン』全居室導入
0463-21-0087 (管理者:宮島) 080-4930-8775 (入居相談員:平林)

お住まいすべておまかせ 平塚市助成金制度取扱店
耐震 免震 バリアフリー住宅登録店 高齢者・障がい者 介護保険等登録店
大成商事株式会社 58-3812 平塚市広川671

健康ボウリング教室
プロボウラーがレベルに合わせて指導します。各全4回、神奈中平塚ボウル(宝町10-4)。2200円。先着順。①11月7日~28日の木曜日。午後2時~4時。12月11日~12月9日の月曜日。午後7時~9時。8人。電話または直接、10月19日(土)午前9時から、神奈中平塚ボウル ☎23-3786へ。

お知らせ掲示板
講演会 障がいのある方のきょうだいにって考える 障がい者の兄弟姉妹が抱える悩みや問題を知り、必要とする支援などを学びます。10月19日(土)午後2時~3時30分。レンタルホール湘南平塚4階(宝町5-27)。

わくわくコンサート

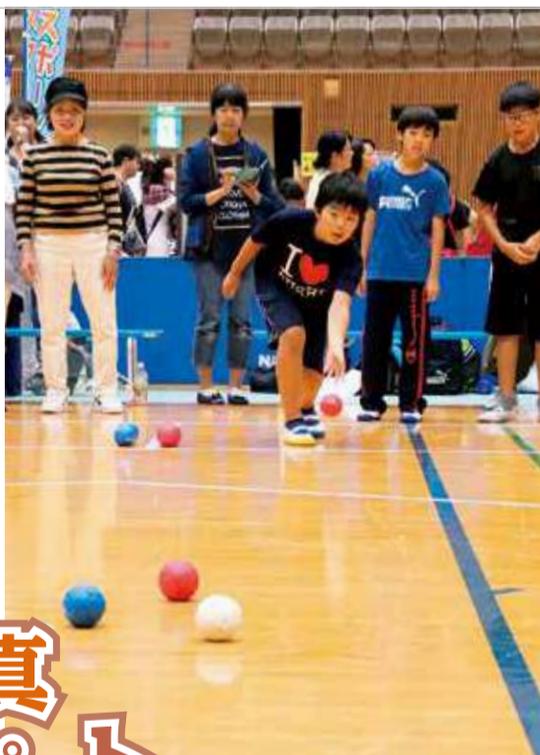
親子で楽しむオータムコンサート クロッシュベル&カオリンが9月29日、西部福社会館でありました。

親子で歌える「さんぽ」の曲から始まると、絵本を読み聞かせながら、絵本の世界をチェロとピアノの音色で彩りました。和やかな雰囲気の中は、参加者の笑顔であふれていました。



白い球の近くへ

さまざまなパラスポーツが楽しめるイベントです。同時にポッチャ大会も開かれ、40チームが出場。子どもやお年寄り、障がい者も元気にいっばいにプレーしていました。



「経営」を身近に学ぶ

土屋小学校の児童による「一日大学生」体験が9月19日、神奈川県湘南ひらつかキャンパスでありました。

講義の後半では、紙飛行機の製造会社の経営体験を通して経営の世界を体験。児童らは、製造した紙飛行機を飛ばす検査や、他社との売り込みの駆け引きに目を輝かせていました。

写真リポート

まちの話題

認知症を予防しよう

世界アルツハイマーデーのイベントが9月20日、本館1階多目的スペースでありました。

頭と体を同時に使って脳を活性化するコグニサイズも実践。後出しジャンケンで負けるように手を出すなど、頭で考えたとおりになかなか体が動かないメニューを体験し、楽しく認知症予防に取り組みました。



消防団が技術を競う

消防団の消防操法大会が9月22日、総合公園でありました。

市内の全19分団が出場した同大会。水槽から水をくみ上げて、約70m先の標的に放水、ホースなどを収納するまでの一連の動作を披露しました。優勝した第6分団をはじめ、出場者の迅速で確実な動きに、会場からは惜しみない拍手が送られました。

夕暮れ時のぼんぼり

ぼんぼりまつりが9月14日から9月16日に、平塚八幡宮でありました。

境内には絵や書などが描かれた約300のぼんぼりが並び、夕暮れになると巫女の手によってろうそくへ火がともされました。訪れた人は、幻想的な雰囲気に包まれながら、ぼんぼりを見て楽しんでいました。



弦斎の食に触れる

村井弦斎まつりが9月22日、村井弦斎公園でありました。

平塚に居を構えた明治時代のベストセラー作家の功績を広めるため開かれている同まつり。美食家として知られた弦斎にちなんだグルメが並んだほか、野点などもあり、訪れた方は、平塚で過ごした先人の思いに触れるひとときを過ごしました。

市長コラム

落合克宏

深まる秋を感じる

「最近『真つ赤な秋』や『小さい秋見つけた』に歌われる、カラスウリの赤い実やモズの声を見聞きしたことのない子どもが多いんですよ。そんな話を小学校の先生から聞いたことがあります。カラスウリやモズと聞いて思い浮かぶのは、土屋にある『びわ青少年の家』。市職員として青少年課に在籍していた30年ほど前、年に7、8回は引率で宿泊し、自然に囲まれて季節の移り変わりを感じたものです。びわ青少年の家は、昭和56年に開設。宿泊棟、キャンプ場、野外炊事場などがあり、団体利用できます。小学4年生〜中学生が対象の自主事業では、農作業などの体験教室も開催。四季折々の貴重な経

験ができた」とれたたて野菜がおいしかったなどの感想が寄せられています。昨年から学生を中心としたボランティアスタッフの提案で、耕すところから畑作りをしていくとのこと。これらは「食育」にもつながると思います。ところで、びわ青少年の家には「食べ残しはもったいない」と、口酸っぱく指導してくださった方がいました。びわ青少年の家の土地提供者、故・原元助さんの妹で、調理の統括などをしていただいた故・久保田高子さんです。明治生まれの久保田さんが戦争中の出来事などを例に、子どもや若者に語り掛けてくれた言葉を今も思い出します。かつて、びわ青少年の家は子ども会などでにぎわっていましたが、10年ほど前からは利用者が徐々に減少し、近年は幼稚園や保育園、スポーツクラブなどが利用の中心となっているようです。もっと多くの子どもに訪れてもらいたいと願っています。

この週末には「森の収穫祭」を開催します(参加募集は締め切りしました)。農作物だけでなく、今年収穫が遅れたという栗など「里の恵み」も味わえるとか。自然の中でのこうした体験は子どもの感性を育んでくれることでしょう。



見掛ける機会が減ったカラスウリの実(土屋)



リトアニア×平塚

ホストタウンNavi

食べて感じるリトアニア

リトアニアでは、私たちがお米を食べるように、ジャガイモをよく食べ、同国の伝統料理にはジャガイモを使った料理がたくさんあります。

その中から「ブルビネイ・ブリーナイ」を紹介しま

す。別名「ポテトパンケーキ」とも呼ばれている、すりおろしたジャガイモをベースとした同国の定番料理です。ベーコンやチーズを使った濃厚なソースと合わせると、とてもおいしい一品です。

11月3日まで、市内の飲食店でリトアニアの伝統料理などが楽しめる、リトアニアフェアを開いています。店舗情報など詳しくは、右の2次元バーコードからアクセスできます。

問 オリンピック・パラリンピック推進課 ☎20-8700



伝統料理を食べて、リトアニアをもっと身近に感じませんか