

- ・2面…定額給付金を支給
- ・3面…緑化まつりは4/27～29
- ・6面…ポリオの予防接種

特集(4・5面)…安心と活力を生み出す平成21年度予算



●発行 平塚市 ●編集 広報・情報政策課
〒254-8686 神奈川県平塚市浅間町9番1号
電話 0463-23-1111 FAX 0463-23-9467
http://www.city.hiratsuka.kanagawa.jp/
●発行部数 99,000部(毎月1日・15日発行)

▶「花と緑のふれあい拠点寺田縄」周辺の美しい景観づくりを進める「明日の金田を創る会」のみなさん



「安心と活力を生み出す社会」の実現を目指します

一般会計予算総額は745億6,000万円 (市民一人あたり28万6,477円)

※一般会計の歳入・歳出額を平成21年3月1日時点の人口26万265人で割った額

100年に一度といわれる経済危機を乗り切るには、平塚市の平成21年度当初予算は、市民のみなさんが安心を感じ、活力を生み出すことのできる社会の実現をめざして編成しました。一般会計予算は、前年度と比べて1・3%多い745億6000万円となっています。

◆問い合わせ先 財政課(021-8765)

記事で「市民一人あたり」とあるのは、予算額を平成21年3月1日現在の人口26万265人で割ったものです。予算額は1万円単位、一人あたりの額は1円単位に四捨五入しています。

平成21年度に進める新たな事業

■小学校に地デジ対応テレビ、LAN回線を導入

2011年7月24日にアナログテレビ放送が終了することから、2年計画で小学校の視聴覚機器を地上デジタル放送に対応するものにしていきます。

・8130万円(市民一人あたり312円)

■寺田縄に「花と緑のふれあい拠点を整備

寺田縄の旧農業総合研究所跡地の「花と緑のふれあい拠点」に、農地の有効利用や地元農産物の消費を進めるための市民農園を開設し、直売施設や収穫体験農園づくりを支援します。

・1億980万円(市民一人あたり422円)

■障がい者グループホーム・ケアアホーム入居者の家賃助成

グループホームやケアアホーム入居者の家賃を助成し、障がい者の地域生活を支援します。

・2160万円(市民一人あたり83円)

■防災気象情報システムの導入

局地的豪雨などによる被害を最小限に抑えるため、防災気象情報システムを導入することで、警戒体制や市民への情報発

信を強化します。

・2000万円(市民一人あたり77円)

■故木谷九段生誕100周年記念事業

平塚で道場を開き囲碁文化を広めた故木谷九段。その生誕100周年を記念する事業を展開し、「囲碁のまちひらつか」を全国に発信します。

市民とともに進める行政提案型協働事業

行政が抱える課題を市民に提示し、市民活動団体から企画提案を募集する行政提案型の協働事業を、今年度新たに実施します。

▽男女共同参画の推進 紙芝居を通じた男女共同参画の啓発(下写真) 10万円

▽花のある景観づくり 「花と緑のふれあい拠点」周辺の美しい景観づくり(上写真) 13万円

▽市民活動の普及啓発 フォーラムの開催など 11万円

▽防災講演会の開催 地域参加型防災講演会の開催 13万円

・400万円(市民一人あたり15円)

■リサイクルプラザの包括的民間委託

資源再生物のリサイクルを進めるリサイクルプラザの工場部門の業務を民間に委託します。

・2億6560万円(市民一人あたり1020円)

■私設保育施設での統合型保育実践モデル事業

発達支援が必要な子どもと保護者への個別対応を充実させたモデル事業を実施します。

・304万円(市民一人あたり12円)

■太平洋中学校体育館の改築工事

生徒が安心して学べる環境をつくります。※21・22年度継続

・8209万円(市民一人あたり315円)

平成21年度予算の紹介は4・5面に続きます



▶「男女共同参画紙芝居」の準備を進める「平塚てづくり紙芝居の会」のみなさん

定額給付金の支給日が決定しました

口座振り込みによる支給は5月15日に開始、現金支給の場合は6月以降に。詳しくは本紙2面のお知らせをご覧ください。



左のバーコードから犯罪発生などの緊急情報をお知らせする「ほっとメールひらつか」に登録できます

定額給付金の給付日が決定

▽口座振り込みは5月15日以降、現金給付は6月以降

定額給付金は、各世帯の世帯主が代表して申請・受給・外国籍の方は対象者本人が申請・受給します。4月17日(金)に申請書を各世帯の世帯主の方(外国籍の方は対象者本人)に発送します。申請書が届いたら必要事項を記入して、同封する返信用封筒で返送してください。

◆問い合わせ先 行政総務課(☎34-92219)

定額給付金は、5月15日(金)以降、原則口座振り込みにより給付します。金融機関に口座をお持ちでない方には、6月以降現金で給付することもできます。

▽対象 平成21年2月1日現在で住民基本台帳に記載されている方、外国人登録原簿に登録されている方

▽給付額 一人あたり1万2000円(昭和19年2月2日以前に生まれた方と平成2年2月2日以降に生まれた方は2万円)

▽記入方法 住所、氏名、世帯構成員ごとの給付の要否、振り込みを希望する口座情報を記入し、印を押してください

▽申請方法 次の①②③を返信用封筒に入れて返送し

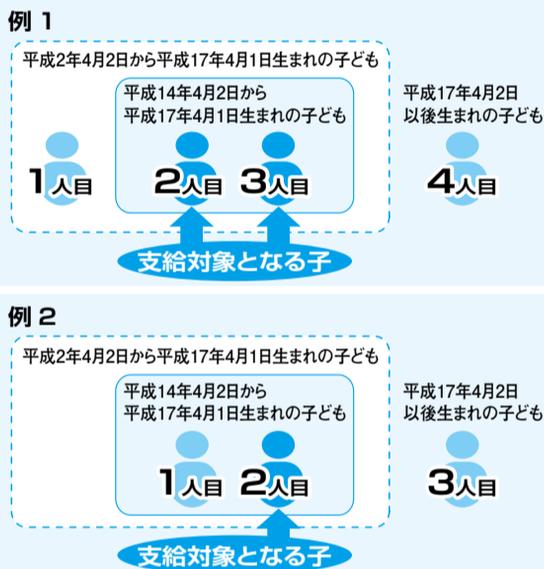
子育て応援特別手当

定額給付金とは別に、多子家庭の幼児教育期の負担を考慮し、子育て応援特別手当を給付します。

対象となるお子さんのいる世帯の世帯主あてに、4月17日(金)に申請書を発送します。定額給付金と同じ方法で申請してください。

申請の受領後、5月15日(金)以降に指定の口座に振り込みます。

【子育て応援特別手当給付対象例】



▽給付対象となる子 平成2年4月2日～平成17年4月1日に生まれた子ども

2人以上いる世帯で、平成14年4月2日～平成17年4月1日に生まれた第2子以降の子
▽給付額 一人あたり3万6000円
詳しい内容は、申請書に同封する案内や、市のウェブサイトをご覧ください。

工事費用や診断費用を補助 耐震改修計画を策定しました

阪神淡路大震災や、新潟県中越地震などの大地震では、建物の倒壊により、大勢の死傷者が出るなどの被害が報告されています。平塚市では、地震による建物の倒壊を最小限に抑えるため、平成27年度までに住宅などの建物の耐震化率を90%に引き上げることを目指した「耐震改修促進計画」を策定しました。

市議会3月定例会の結果

市議会3月定例会が2月23日から3月24日の日程で開かれ、「平成21年度一般会計予算」など39議案を市長が提案し、すべて原案どおり可決されました。

★緊急ごみ処理に対応する補正予算を可決
3月10日に、市環境事業センターの焼却炉の排出ガスから、排出基準値を超えるダイオキシン類が検出されたことから、3基ある焼却炉のうち、2基の稼働を停止しました。

この計画では、各家庭の耐震化の取り組みを支援するために、住宅の耐震診断や補修工事費の補助制度を設けています。どうぞ、ご利用ください。
●耐震診断費 昭和56年5月以前に建築した木造住宅が対象。最高7万5000円を補助します(市民負担額は50000円)
●耐震補修工事費 最高68万円を限度に補助。直近2年間の市民税が非課税の世帯には、最高102万円を補助します
●ブロック塀の改修補助 市が調査し、危険度と判定したブロック塀が対象。改修工事費の2分の1の額を60万円を限度に補助します
お問い合わせは、建築指導課(☎21-97731)へ。

お問い合わせは、ご自宅(☎34-98842)へ。
定額給付金をもらった振り込み詐欺に注意
定額給付金の給付を装った振り込み詐欺が発生しています。自宅や職場などに市の職員などをかたった電話がかかってきたら、迷わず市役所や警察に連絡してください。

お問い合わせは、ATM(銀行・コンビニエンスストアなどの現金自動預払機)の操作をお願いすることはありません
ATMを自分で操作して、他人からお金を振り込んでもらうことはできません
市役所の職員が、定額給付金の給付のために、手数料などの振り込みを求めるときはありません
給付の申請書の送付前に、市役所の職員が世帯構成や銀行口座の番号などを照会することはありません
お問い合わせは、くらし安全課(内線2263)へ。

エコな生活を応援します

●太陽光発電などに補助金●

資源やエネルギーを有効活用する施設を購入または自宅に設置する市民の方に、その費用の一部を補助します。

【太陽光発電システム】

▷対象 住宅の屋根などに設置し、電力会社と電力供給契約を結ぶもの
▷補助金額 1kWあたり2万円に、太陽電池の最大出力を乗じた金額(限度額8万円)。さらに1kWあたり3万5000円に、太陽電池の最大出力を乗じた金額(限度額12万円)が県の補助として上乗せされます

◆問い合わせ先 環境政策課(内線2330)

【雨水貯留槽施設】

▷対象 容量が100ℓ以上のもの
▷補助金額 設置費用の2分の1の金額(限度額3万円)

◆問い合わせ先 土木総務課(内線2449)

【浄化槽転用雨水貯留槽施設】

▷対象 公共下水道排水設備工事をする際に不用となる既設の浄化槽を雨水貯留槽に転用したもの
▷補助金額 設置費用の2分の1の金額(限度額4万円)

◆問い合わせ先 土木総務課(内線2449)

【電動生ごみ処理機】

▷対象 微生物や熱を利用して、生ごみを分解、たい肥化したり乾燥させて容量を減らしたりする処理機
▷補助金額 購入費の2分の1の金額(限度額3万円)

◆問い合わせ先 リサイクルプラザ(☎51-5301)

4月納期の市税・手数料
●清掃し尿従量手数料(第1期)
◆納期最終日 4月30日(木)
納付には安心して便利な口座振替をご利用ください。市役所1階⑥番窓口、市内の金融機関でお申し込みいただけます。
☎ 市税総務課(☎21-8769)

中村絃子ピアノリサイタル

デビュー50周年

今秋デビュー50周年を迎える中村絃子。ますます円熟を深めるピアノ界の巨匠の演奏をお楽しみください。

▷日時 8月1日(土)午後5時30分開場
▷会場 市民センター
▷入場料 3,500円(全席指定)
※未就学児の入場はご遠慮ください
▷チケット 4月26日(日)午前10時から市民センター、山野楽器平塚ラスカ店、ヨネザワ楽器などで販売
※電話予約は4月28日(火)から市民センターで受け付けます

☎ 文化財団(☎32-2237)



いきいきひらつか企業紹介

第1回 ニッポ電機株式会社

ニッポ電機株式会社は、宮松町の本社工場と、国内8か所の営業所を拠点に、店舗用スリムランプの製造、販売を行なっています。顧客の要望に合わせて様々な形や大きさのランプを製造できる独自の技術をつくりあげています。
六本木ビルズや、横浜の赤レンガ倉庫、市内では駅ビル平塚ラスカの内装などに同社のランプが使われて

います。ほかにも、全国のホテルや空港、美術館、結婚式場、美容院といった身近な施設などでも使われています。

現在、同社は米国を中心に海外にも進出しています。また、地域に根ざした企業を目指して、訓練用のAED(自動体外式除細動機)を市内の小・中学校に寄贈するなど、地域貢献事業にも取り組んでいます。

◆産業振興課(☎21-9758)



ご協力をお願いします

袋に入れたプラクルをまとめないで

◆問い合わせ先 リサイクルプラザ(☎51-5301)



平塚市では、収集したプラクルの袋を作業員が一つ一つ破いて中身を点検してから、リサイクル業者に引き渡しています。プラクルを入れた小袋が大きな袋にまとめて入れられていると、点検の作業効率が悪くなったり、すべての中身を点検することができなくなったりします。きちんと選別ができないと、リサイクル業者に引き取ってもらえません。プラクルの入った小袋をまとめないよう、みなさんのご協力をお願いします。

4月27日(月)~29日(祝)
総合公園

ひろげようみどりの輪 緑化まつり



花とみどりの祭典「緑化まつり」を総合公園で開きます。植木市や花市をはじめ、お茶会やコンサートなどたくさん催しを用意してお待ちしています。
お問い合わせは、みどり公園・水辺課(内線2591)へ。

★主なイベント ◆緑の相談室

樹木や草花の手入れ、庭

や生け垣などに関する質問に専門家がご答えします。
▽日時 4月27日(月)~29日(祝)、午前10時~午後3時
▽会場 野外ステージ北側テント
◆柳生真吾さん講演会
NHK「趣味の園芸」など

でおなじみの、柳生真吾さんが平塚にやってきました。園芸の楽しさや花を育てるちょっとしたコツなどを自身の経験をお話しながらお話しします。
▽日時 4月28日(火)午後1時30分~3時

▽会場 野外ステージ
◆湘南風お茶会
落ち着いた雰囲気の中、日本庭園で、野点をお楽しみください。
▽日時 4月27日(月)~29日(祝)午前10時~午後2時
30分※4月27日のみ午前10時30分~午後3時
▽会場 日本庭園
▽定員 各日300人(先着順)

◆ミニ機関車乗車会
子どもたちに人気のミニ機関車。お子さんと一緒に乗ってみませんか。
▽日時 4月27日(月)・29日(祝)、午前10時~午後4時
▽会場 平塚のはらっぱ

野外ステージイベント

- 4月27日(月)
 - 9:00 開会宣言
 - 9:30 フラワーマジックショー
 - 10:45 開会式
 - 11:30 園芸教室
 - 13:00 大正琴演奏
 - 14:30 アクアマリンライブ
- 4月28日(火)
 - 10:00 童謡・唱歌を歌おう
 - 13:30 柳生真吾講演会
- 4月29日(祝)
 - 10:30 吹奏楽コンサート
 - 11:30 市民花壇コンクール表彰式
 - 12:15 子どもの安全・防犯教室
 - 12:35 交通安全クイズ案内
 - 13:00 民謡花舞台
 - 14:30 沖縄民謡

田植えから稲刈りまで みんなのチヤレんじ 米づくり体験隊

米づくりを通して、農家のみなさんと交流します。収穫時には、玄米約30kgを受け取ることもできます。
▽日程/体験内容 6月20日(土)/田植え、7月18日(土)/草取り、9月5日(土)~ひえとり、10月17日(土)・18日(日)/収穫(稲刈り・もみすり)※雨天の場合はそれぞれ翌日に延期
▽会場 体験水田(寺田縄367-1)

▽対象 県内にお住まい、または市内にお勤め、通学している20歳以上の方とその家族
▽定員 20家族(1家族4人程度、市内枠15家族・市外枠5家族)
▽参加費 1家族1万5000円
▽申し込み方法 農水産課にある申込書(市のウェブ)

お問い合わせは、農水産課(☎35-8106)へ。

友好都市・岩手県花巻市と 小・中学生ホームステイ交流

平塚の友好都市、岩手県花巻市の小・中学生と家族ぐるみで交流してみませんか。夏は花巻市の小・中学生を受け入れて、冬は花巻市を訪問します。湘南の海を案内して、花巻の雪景色や名物わんこそばを楽しんでみませんか。
▽日程
●受け入れ期間 8月7日(金)~9日(日)
●訪問期間 12月25日(金)~27日(日)
▽対象 花巻市の小・中学生を受け入れることのできる



家庭の小学校5・6年生、中学校1・2年生
▽募集人数 8人(先着順)
▽参加費 1万円
お申し込みは、文化・交流課(☎25-2220)へ。

びわ青少年の家 森の新緑祭

新緑に囲まれたびわの里で、よもぎやかきの葉の新芽を摘んでんぶらにしたり、うどんを作ったりします。竹を使った食器作りにも挑戦します。親子で楽しむ過ごしませんか。
▽日時 5月9日(土)午前9時~午後3時
※雨天決行
▽会場 びわ青少年の家
▽対象 市内にお住まいの小・中学生とその家族
▽定員 30人(先着順)
▽参加費 小学生2000円、中学生・保護者5000円
▽持ち物 水筒、軍手、エプロン、ビニール袋
▽申し込み方法 4月18日(土)午前9時に受け付けを開始します。参加費を添えて青少年会館へ
※月曜日は休館
お問い合わせは、びわ青少年の家(☎59-0871)へ。

「心をいやすシルクロードの響き」 中国と日本の伝統楽器の競演

中国楽器の二胡や中国琵琶、日本の箏の幻想的な調べとジャズのセッションをお楽しみください

- ▽日時 6月14日(日)午後1時30分開場
- ▽会場 市民センター
- ▽曲目 おぼろ月夜、ふるさと、ウシュクダラ、映画「ニューシネマパラダイス」ほか
- ▽入場料 1000円※全席自由
- ▽チケット 市民センター、山野楽器平塚ラスカ店、ヨネザワ楽器で販売中

文化財団(☎32-2237)



スタンウェイ・ピアノ リレーコンサート

みなさんのリクエストから
選んだ曲を演奏します。

- ▷日時 7月12日(日)午後1時30分~4時30分
- ▷会場 市民センター
- ▷出演 木崎二郎、青木雅也、山田武彦
- ▷入場料 一般1000円、中学生以下500円
※全席自由

▷チケット 4月16日(木)から市民センター、山野楽器平塚ラスカ店、ヨネザワ楽器で販売
▷リクエスト チケット販売所などにあるリクエスト用紙(平塚市文化財団のウェブサイトからダウンロードすることもできます)を使って「映画音楽」「ジャズ」「クラシック」「日本の歌」の分野から3曲をリクエストしてください

文化財団(☎32-2237)



家庭の不用品、捨てちゃうのはもったいないから お譲りします・譲ってください

◇問い合わせ先 リサイクルプラザ(☎51-5301)

- ▷譲ります ひな人形セット、ウェストポーチ型だっこひも、ピアノ用いす、学習机、座いす、パソコン、プリンター、洗濯機、除湿器、石油ファンヒーター、剣道胴着
- ▷譲ってください 男の子用ランドセル、リカちゃん人形、ベビーカー、女の子用幼稚園制服、チャイルドシート、乳母車、学習机、ミシン、スキーウェア、自転車

健康福祉

国民健康保険の手続きを忘れずに

就職や、扶養に入るなどの理由でほかの健康保険に加入した方は、国民健康保険証、勤務先の健康保険証、印をお持ちになって14日以内に手続きしてください。代理の方でも手続きできます。お問い合わせは、**保険年金課**（☎21-8775）へ。

国民健康保険の納税通知は6月に送付

平成21年度分国民健康保険の納税通知書を6月に加入世帯の世帯主に郵送します。

なお、65歳〜74歳の方のみで構成する世帯を対象とした保険税の年金からの天引きは、平成22年度から実施します。

お問い合わせは、**保険年金課**（☎21-8775）へ。

ポリオ（小児まひ）生ワクチン予防接種

ポリオ生ワクチンの予防接種を実施します。直接会場にお越しください。※車でお越しの方は、保健センターまたは総合体育館をご利用ください

実施日	会場
4月28日(火)	保健センター
5月8日(金)	総合公園体育館
11日(月)	なぎさふれあいセンター
15日(金)	保健センター
18日(月)	神田公民館
20日(水)	旭南公民館
25日(月)	金目公民館
28日(木)	総合公園体育館
29日(金)	保健センター

- ▷受け付け時間 午後1時30分〜2時30分
 - ▷対象 生後3か月〜7歳6か月未満のお子さん
 - ▷接種できないお子さん
 - ・体温が37.5℃以上ある
 - ・下痢をしている
 - ・直前に受けた予防接種、特定の疾患が治ってから一定期間経過していない
 - ▷持ち物 母子健康手帳、体温計、筆記用具、上履き（総合体育館はスリッパ不可）
- ☎ 健康課（☎55-2111）

転倒骨折予防教室にご参加ください

ストレッツなど転倒骨折を予防しましょう。
 ▷日時 5月14日〜6月25日の毎週木曜日、午前10時〜正午、全7回
 ▷会場 南部福祉会館
 ▷対象 市内にお住まい、お勤めの65歳以上で介護認定を受けていない方
 ▷定員 20人（先着順）
 お申し込みは、**高齢福祉課**（☎21-8778）へ。

プールで開きます 転倒骨折予防教室

水中運動で筋力をつけて転倒骨折を防止しましょう。
 ▷日時 5月7日〜7月2日の毎週木曜日、午前9時〜11時、全9回
 ▷会場 ①レオスイミングスクール 平塚校（〒22-118） ②レオスイミングスクール 岡崎校（〒581-5）
 ▷対象 市内にお住まい、

お勤めの65歳以上で、介護認定を受けていない方
 ▷定員 ①35人（先着順）②30人（先着順）
 ▷申し込み先
 ①レオスイミングスクール 平塚校（☎34-3575）
 ②レオスイミングスクール 岡崎校（☎59-5511）
 お問い合わせは、**高齢福祉課**（☎21-8778）へ。

土曜ボランティア スクールに参加を

平日に時間の取れない方を対象に、ボランティア入門講座を開きます。どこでも参加ください。
 ▷日時 5月16日〜6月20日の土曜日、午前10時〜正午、全6回
 ▷会場 福祉会館
 ▷定員 40人（先着順）
 お申し込みは、**ボランティアセンター**（☎33-2333）へ。

健康推進員になりませんか

「運動と休養」をテーマに健康になるきっかけづくりを広める健康推進員の養成講座を開きます。

嘱託員・臨時職員を募集

- 嘱託員**
 ★管理栄養士(1人) / 精神保健福祉相談員(1人)
 ▷試験日時 4月25日(土)午前9時30分開始
 ▷会場 教育会館
 ▷応募方法 職員課(市役所3階)や公民館などにある受験申込書(平塚市ウェブサイトからダウンロードすることもできます)を4月22日(水)までに本人が直接同課へ
 ☎ 職員課(☎21-8762)
- ★幼稚園教諭(2人)
 ▷試験日時 4月25日(土)午前9時30分開始
 ▷応募方法 教育総務課(豊原分庁舎1号館2階)や公民館などにある受験申込書(平塚市ウェブサイトからダウンロードすることもできます)を4月22日(水)までに本人が直接同課へ
 ☎ 教育総務課(☎35-8113)
- 臨時職員**
 ★助産師(若干名)
 ▷応募方法 4月30日(木)までに履歴書と助産師免許証の写しを健康課(〒254-0082東豊田448-3)へ
 ☎ 健康課(☎55-2111)

中級者向け手話教室を開きます

手話のスキルアップを目指す方を対象に開きます。
 ▷日時 5月19日〜平成22年3月23日の毎週火曜日、午後7時〜9時、全40回
 ▷会場 勤労会館

日赤救急法基礎講習会を開きます

AED(自動体外式除細動器)の操作や心肺蘇生法などを学びます。※検定試験あり
 01200170458
 ☎ Kodonokata@city.hiratsuka.kanagawa.jp
 お問い合わせは、**こども家庭課**（☎21-9842）へ。

子育て支援の計画にご意見を

平塚市では、家庭や地域で子育てへの理解が深められるよう、「次世代育成支援行動計画」を定めています。ここで平成20年度の実施状況がまとまりましたので、みなさんの意見を伺います。実施状況は、市役所1階市政情報コーナーや公民館のほか、市のウェブサイトでもご覧いただけます。
 ▷意見の送付 ご意見と住所、氏名、電話番号を5月14日(木)までにこども家庭課(〒254-8686浅間町9-1)へ。

日赤幼児安全法講習会を開きます

幼児期に起こりやすいけがや事故に対応する知識・技術を学びます。※検定試験あり
 ▷日時 6月6日(土)・13日(土)・14日(日)、午前10時〜午後4時
 ▷会場 中央公民館
 ▷対象 15歳以上の方(中学生は除く)
 ▷定員 20人(抽選)
 ▷教材費 1500円
 お申し込みは、はがきに講習会名、住所、氏名、生年月日、電話番号を記入し、5月12日(火)までに**福祉総務課**(〒254-8686浅間町9-1)へ。

備えて安心 防災一口メモ



第1回 いつ襲ってくるかわからない大地震に備えよう

平成17年に内閣府が「防災に関する世論調査」を実施しました。その結果、「地震への備えを何もしていない」と答えた人は、全体の約30%にもなりました。つまり、3人に1人は地震対策をしていないというのが現状です。しかし、わたしたちの住む日本に地震の安全地帯はありません。いつ起きてもおかしくないといわれている東海地震などに対し、今か

らでも決して遅くはありません。「自分の身は自分で守る」を合言葉に、さっそく準備を始めてください。
《今日にでも、今すぐに始めよう》
 ・家具の転倒防止
 ・ガラスの飛散防止
 ・非常持ち出し品の準備
 災害時に必要となる備えやアドバイスを、一年間このコラムの中で紹介していきます。
 ◆防災危機管理課(☎21-9734)

あなたは？ 生活習慣病 Q&A

Q.1 最近太った感じがして心配です。肥満ですか？



身長と体重から求めるBMIを計算してみましょう。BMIとは「体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)」で算出される体格指数のことです。25以上を「肥満」とします。標準は22です。また、内臓の周りに脂肪が蓄積している内臓脂肪型肥満にも注意が必要です。自分が内臓脂肪型肥満かどうかを調べるには、腹囲を計測します。男性で85cm以上、女性で90cm以上ある場合は、内臓脂肪型肥満の疑いがあります。
《肥満予防のためには》
 ・年に1度は定期健診を受ける
 ・自分の腹囲や体重の値を知り、適正な値かを確認する
 ・普段の運動量や食事内容を見直す
 ◆健康課(☎55-2111)

18歳以上の身体障害者手帳をお持ちの方が対象です 補装具の相談会を開きます

◇問い合わせ先 障がい福祉課(☎21-8774)

毎月第4金曜日に、社会生活に必要な補装具の作成や修理の相談を、医師や補装具業者が受けます。予約のうえ、身体障害者手帳と印などを持って、本人が来場してください。奇数月には、車いすの相談も受け付けています。
 ▷4月の実施日 4月24日(金)午後1時〜3時
 ▷会場 市役所南附属庁舎

情報館

◆親子ふれあい自転車教室の参加者を募集します

交通ルールや自転車の技術を親子で学びます。

▽日時 5月23日(土)午後1時～3時30分※雨天決行

▽会場 崇善小学校

▽対象 市内にお住まいの小学校4～6年生とその親(2人1組)

▽定員 40組(先着順)

▽申し込み ぐらし安全課(市役所西附属庁舎2階)にある申し込み用紙(平塚市ウェブサイトでダウンロード)を郵送、またはファクスで同課(〒254-8686浅間町9-1・FAX 21-6619)へ

お問い合わせは、ぐらし安全課(内線2640)へ。

◆美術館のワークショップに参加しませんか

自分の思い出や記憶の中の風景を、色鉛筆を使って表現します。

▽日時 4月26日(日)・5月9日(土)、午後1時～4時30分

▽講師 寺崎百合子さん(画家)

▽材料費 1500円

▽定員 20人(先着順)

お申し込みは、住所、氏名、電話番号、フアックス番号、メールアドレスをほか、フアックスまたはメールで美術館(〒254-0073西八幡一丁目3-3・FAX 35-2741・E-mail: hiratsuka.kanagawa@city.hiratsuka.kanagawa.jp・☎35-2111)へ。

◆金融商品の仕組みやリスクを知って安心資産運用

自分にあつた資産運用を学ぶ講座です。

▽日時 5月17日(日)午前10時～正午

▽会場 ひらつか市民活動センター

▽講師 井上康子さん(ファイナンシャルプランナー)

▽定員 50人(先着順)

お申し込みは、市民情報相談課(E-mail: jousou@city.hiratsuka.kanagawa.jp・☎20-5775)へ。

◆青少年会館で子ども美術教室を開きます

デッサンを習ったり、焼き物を焼いたりします。

▽日時 5月～12月の主に第2・4土曜日、午後1時30分～4時、全16回

▽会場 青少年会館

▽講師 小泉正彦さん(画家)

▽対象 市内にお住まいの小学校4年生～中学校3年生

▽定員 20人(先着順)

▽参加費 3000円

お申し込みは、青少年課(☎32-7029)へ。

◆正社員を目指す子育て中の母親向けのセミナーです

再就職活動の対策やパソコンの研修をします。

▽日時 6月2日(火)～26日(金の間の10日間、午前9時30分～午後3時30分、全10回)

▽会場 県立かながわ女性センター(藤沢市江の島1-11-1)ほか

▽講師 杉山早苗さん、岩崎和彦さん(キャリアアカウンセラー)

▽対象 パソコンの基本操作ができる方

▽定員 30人(選考)

▽教材費 10000円

▽申し込み 人権・男女共同参画課(市役所東附属庁舎2階)にある申込書をフアックスでかながわ女性センター(☎0466-251649)へ

※県立かながわ女性センターの受付は、文化財団「琵琶」入門講座を開きます

平塚物語を通して、琵琶の歴史や弾き方を学びます。

▽日時 7月7日(火)～11月18日(水)の間の10日間、午後6時30分～8時全10回

◆文化財団ワークショップ「琵琶」入門講座を開きます

お申し込みは、文化・交流課(☎25-4010)へ。

STOP 地球温暖化 エコライフのすすめ



地球温暖化の一因である二酸化炭素(CO₂)の排出量を家庭生活の中で減らすには、どうしたらよいでしょうか。平均的な家庭では、マイカー、給湯、暖房の使用によるCO₂の排出量が多く、全体の6割近くを占めています。つまり、テレビを2時間消しても、シャワーを1分余計に使えば努力は帳消し。車で往復2kmの買い物に出かければ、10Wの蛍光灯を100時間つけていたのと同じくらいのCO₂を排出してしまうことになります。今回から始まった「エコライフのすすめ」では、CO₂の排出量をもっと減らす方法や、環境に配慮した、省エネで経済的な暮らし方を、みなさんと一緒に考えていきます。

◆環境政策課(内線2266)

◆市民意識調査にご協力ください

平塚市総合計画の達成状況を測るために、調査を実施します。

◆地球環境をテーマにした高校生の論文を募集します

応募者のうち2名を、9月に山梨県で開かれる、地球環境をテーマにしたフォーラムに派遣します。

◆市営住宅運営審議会委員を募集します

お申し込みは、企画課(☎21-8760)へ。

◆環境政策課(内線2266)へ

☆しゅりやぶらいんぐ☆
平塚市と周辺市町のイベント情報をお届けします

県立秦野丹沢まつり(秦野市)
期間 4月18日(土)・19日(日)
会場 秦野戸川公園(渋沢駅からバス10分)

アルプホルンが鳴り響く表丹沢の「山開き式」をはじめ、丹沢で当地検定や子ども大行列など、イベントが盛りだくさんです。

◆秦野市観光課(☎82-9648)

▽日時 4月26日(日)・5月9日(土)、午後1時～4時30分

▽講師 寺崎百合子さん(画家)

▽材料費 1500円

▽定員 20人(先着順)

お申し込みは、住所、氏名、電話番号、フアックス番号、メールアドレスをほか、フアックスまたはメールで美術館(〒254-0073西八幡一丁目3-3・FAX 35-2741・E-mail: hiratsuka.kanagawa@city.hiratsuka.kanagawa.jp・☎35-2111)へ。

◆金融商品の仕組みやリスクを知って安心資産運用

自分にあつた資産運用を学ぶ講座です。

▽日時 5月17日(日)午前10時～正午

▽会場 ひらつか市民活動センター

▽講師 井上康子さん(ファイナンシャルプランナー)

▽定員 50人(先着順)

お申し込みは、市民情報相談課(E-mail: jousou@city.hiratsuka.kanagawa.jp・☎20-5775)へ。

◆青少年会館で子ども美術教室を開きます

デッサンを習ったり、焼き物を焼いたりします。

▽日時 5月～12月の主に第2・4土曜日、午後1時30分～4時、全16回

▽会場 青少年会館

▽講師 小泉正彦さん(画家)

▽対象 市内にお住まいの小学校4年生～中学校3年生

▽定員 20人(先着順)

▽参加費 3000円

お申し込みは、青少年課(☎32-7029)へ。

◆正社員を目指す子育て中の母親向けのセミナーです

再就職活動の対策やパソコンの研修をします。

▽日時 6月2日(火)～26日(金の間の10日間、午前9時30分～午後3時30分、全10回)

▽会場 県立かながわ女性センター(藤沢市江の島1-11-1)ほか

▽講師 杉山早苗さん、岩崎和彦さん(キャリアアカウンセラー)

▽対象 パソコンの基本操作ができる方

▽定員 30人(選考)

▽教材費 10000円

▽申し込み 人権・男女共同参画課(市役所東附属庁舎2階)にある申込書をフアックスでかながわ女性センター(☎0466-251649)へ

※県立かながわ女性センターの受付は、文化財団「琵琶」入門講座を開きます

◆文化財団ワークショップ「琵琶」入門講座を開きます

お申し込みは、文化・交流課(☎25-4010)へ。

◆市民意識調査にご協力ください

平塚市総合計画の達成状況を測るために、調査を実施します。

▽調査対象 4月1日現在住民基本台帳に記載されている満16歳以上の方の中から無作為に抽出した5000人

▽調査方法 対象の方へ、アンケート用紙を発送します。同封する返信用封筒にアンケート用紙を入れて、5月1日(金)までに投函してください。

お問い合わせは、企画課(☎21-8760)へ。

◆市営住宅運営審議会委員を募集します

お申し込みは、企画課(☎21-8760)へ。

◆環境政策課(内線2266)へ

◆美術館のワークショップに参加しませんか

自分の思い出や記憶の中の風景を、色鉛筆を使って表現します。

▽日時 4月26日(日)・5月9日(土)、午後1時～4時30分

▽講師 寺崎百合子さん(画家)

▽材料費 1500円

▽定員 20人(先着順)

お申し込みは、住所、氏名、電話番号、フアックス番号、メールアドレスをほか、フアックスまたはメールで美術館(〒254-0073西八幡一丁目3-3・FAX 35-2741・E-mail: hiratsuka.kanagawa@city.hiratsuka.kanagawa.jp・☎35-2111)へ。

◆金融商品の仕組みやリスクを知って安心資産運用

自分にあつた資産運用を学ぶ講座です。

▽日時 5月17日(日)午前10時～正午

▽会場 ひらつか市民活動センター

▽講師 井上康子さん(ファイナンシャルプランナー)

▽定員 50人(先着順)

お申し込みは、市民情報相談課(E-mail: jousou@city.hiratsuka.kanagawa.jp・☎20-5775)へ。

◆青少年会館で子ども美術教室を開きます

デッサンを習ったり、焼き物を焼いたりします。

▽日時 5月～12月の主に第2・4土曜日、午後1時30分～4時、全16回

▽会場 青少年会館

▽講師 小泉正彦さん(画家)

▽対象 市内にお住まいの小学校4年生～中学校3年生

▽定員 20人(先着順)

▽参加費 3000円

お申し込みは、青少年課(☎32-7029)へ。

◆正社員を目指す子育て中の母親向けのセミナーです

再就職活動の対策やパソコンの研修をします。

▽日時 6月2日(火)～26日(金の間の10日間、午前9時30分～午後3時30分、全10回)

▽会場 県立かながわ女性センター(藤沢市江の島1-11-1)ほか

▽講師 杉山早苗さん、岩崎和彦さん(キャリアアカウンセラー)

▽対象 パソコンの基本操作ができる方

▽定員 30人(選考)

▽教材費 10000円

▽申し込み 人権・男女共同参画課(市役所東附属庁舎2階)にある申込書をフアックスでかながわ女性センター(☎0466-251649)へ

※県立かながわ女性センターの受付は、文化財団「琵琶」入門講座を開きます

◆文化財団ワークショップ「琵琶」入門講座を開きます

お申し込みは、文化・交流課(☎25-4010)へ。

◆市民意識調査にご協力ください

平塚市総合計画の達成状況を測るために、調査を実施します。

▽調査対象 4月1日現在住民基本台帳に記載されている満16歳以上の方の中から無作為に抽出した5000人

▽調査方法 対象の方へ、アンケート用紙を発送します。同封する返信用封筒にアンケート用紙を入れて、5月1日(金)までに投函してください。

お問い合わせは、企画課(☎21-8760)へ。

◆市営住宅運営審議会委員を募集します

お申し込みは、企画課(☎21-8760)へ。

◆環境政策課(内線2266)へ

平塚信用金庫 広告

リフォームプラン

地球環境に優しい

ご自宅の増改築や高効率給湯機器の購入・設置等リフォームをご計画のお客様を対象としたリフォームプランが、お取引に応じ金利を優遇・環境にやさしい設備の導入に金利を優遇する商品に生まれ変わりました。

最優遇金利 **年2.20%** 通金 常金利 **年3.20%**

キャンペーン期間 (平成21年4月1日現在)

平成21年4月1日(水)～平成22年3月31日(水)

詳細は店頭窓口または営業係までお問い合わせください。

TRIbank Hiratsuka
平塚信用金庫 <http://www.shinkin.co.jp/hiratsuka/>

貸し出しています

広報ビデオ

★ビデオの一覧は市のウェブサイト「平塚発 メディア情報」→「広報ビデオ」

おすすめビデオ紹介

「画道を歩く 画家 本荘起」(平成19年制作)

市内の中学校で教員をしていたこともある画家本荘起。その作品は、市民センターホールのだんちょうなどに残されています。平塚の美術振興にも尽力した氏の作品などから、その人物像に迫ります。

☎ 広報・情報政策課(☎21-8761)

広報ひらつかの有料広告主を募集しています

広報ひらつか4月15日号の1部当たりの印刷単価は6円97銭です。そのうちの約10%にあたる76銭を広告収入で賄っています。

広報紙への広告掲載のお問い合わせは、広報・情報政策課(☎21-8761)へ。

赤ちゃんの健康メモ

5月のカレンダー

会場・問い合わせ先は保健センターです。母子健康手帳を忘れずに。

母親父親教室

これから母親、父親になる方の教室です。

【前期 妊娠6か月までの方】

- 11日(月)午後1時30分～3時15分 歯の衛生・妊娠中の過ごし方
- 16日(土)午前10時30分～午後2時 調理実習で学ぶ妊娠中と産後の栄養(予約制)

【後期 妊娠8か月以降の方】

- 18日(月)午後1時30分～3時15分 お産の進み方と産後の過ごし方、呼吸法。祖父母教室も開催
- 30日(土)午後1時30分～3時30分 赤ちゃんのおふる
- 【プレババ&ママクッキング教室】
- 30日(土)午前10時30分～正午 大人の食事と離乳食の調理・試食(予約制)。

子育て相談

【妊婦・新生児の訪問相談】

ご自宅で、妊娠中の健康管理や新生児に関する相談をお受けします(予約制)。

【育児相談】

生活、歯の衛生、食事の相談。

◇受け付け 毎週水曜日午前9時30分～10時30分

乳幼児の健康診査

【乳児個別健康診査】

医療機関へ直接お申し込みください。実施医療機関の一覧表は保健センターで

お配りしています。

◇4か月児対象 (満4か月～5か月未満)

◇8～10か月児対象 (満8か月～11か月未満)

【幼児集団健康診査】

受診日の1週間前までに案内通知を送ります。受け付け時間は午後1時～2時です。

◇対象 1歳6か月のお子さん (1歳7か月になる月が対象)

●実施日 12日・19日・26日(火)

◇対象 3歳のお子さん (3歳2か月になる月が対象)

●実施日 7日・14日・21日(木)

【歯科健康診査】

歯の健康診査やフッ素体験塗布・相談など(予約制)。

◇2歳1か月～2歳6か月児対象

●13日(水)午後1時30分～2時30分

●28日(木)午前9時30分～10時30分

【離乳食の教室】

離乳食の進め方など、赤ちゃんの成長に合わせたコースです。1週間前までに予約してください。

【ごっくん離乳食教室】

●5～6か月児対象、28日(木)午後1時30分～2時40分

【もぐもぐ離乳食教室】

●7～8か月児対象、8日(金)午後1時30分～3時

【カミカミ離乳食教室】

●9～12か月児対象、14日(木)午前10時30分～11時30分

育児ひとことアドバイス

おしっこできるかな？

おむつ卒業のベストな時期は子どもによっていろいろ。身体の機能が整ってからトイレトレーニングを始めましょう。

■始める目安

- ①一人で上手に歩ける
- ②おしっこの間隔が2時間以上あく



③言葉や動作で自分の意志を伝えられる

体の準備ができたら、起床時など生活の節目にタイミングをみてトイレに誘ってみましょう。

でも、子どものやる気がなければ、なかなかうまくいきません。上手にできたらしっかり誉めてあげることも忘れないでください。



佐藤真央ちゃん
平成20年8月29日生まれ
(重平)



三輪丈翔ちゃん
平成20年5月17日生まれ
(東中原一丁目)



西川權生ちゃん
平成20年7月10日生まれ
(片岡)

▶応募方法 写真に赤ちゃんの氏名(ふりがな)・生年月日・住所・電話番号を記入し、広報ひらつか「赤ちゃんのステージ」係(〒254-8686 浅間町9-1)へ



▶対象 市内にお住まいの1歳未満(掲載時)の赤ちゃん
▶締め切り 前月の20日(応募多数の場合は抽選)。
★今回の応募は35人でした。



木口琉輝ちゃん
平成20年8月8日生まれ
(桜ヶ丘)



白砂海風ちゃん
平成20年5月8日生まれ
(めぐみが丘二丁目)



佐藤悠然ちゃん
平成20年8月19日生まれ
(南豊田)

★応募写真は平塚市ウェブサイトの「広報ひらつか」のページでも紹介します。デジタル写真の応募も同サイトをご利用ください★

【離乳食卒業教室】

●1歳1か月～1歳6か月児対象、26日(火)午前10時30分～11時30分

【ダイジェスト版離乳食教室】

●5か月～1歳6か月児対象、離乳食の開始から卒業までのポイント、23日(土)午前10時30分～正午

子育て教室

お子さんと一緒に学べる体験教室です(予約制)。

【のびのびキッズ2歳児教室】

●楽しい食事と好き嫌い15日(金)午前10時30分～11時30分

●むし歯予防とブラッシング実習 22日(金)午前10時30分～11時30分

【すくすく子育て教室】

5～6か月児が対象。育児や遊び方など。「ブックススタート」事業を同時開催。

●20日(水)午後1時30分～3時15分

【歯っぴい教室】

12か月～1歳3か月児が対象。歯の手入れなど。

●12日(火)午前10時～11時

【おっぱい教室】

母乳分泌、授乳方法など。母乳で育てたい方に。

●22日(金)午後1時30分～2時45分

保健センター

東豊田448-3 ☎55-2111

バス 平塚駅北口から「下島・大島經由田村車庫行き」または「平間・大島經由伊勢原駅南口行き」、「湘南車検場前」下車、大人片道230円



旬の食材で健康メニュー

平塚沖のシラス漁が真っ盛りです。ゆでたシラスを堅干しにしたちりめんじゃこで「じゃこちらし」を作ってみましょう。

【作り方】

- ①米は通常より少な目の水加減で炊く。調味料を合わせご飯を切るようにほぐしながら混ぜ合わせる。
- ②きゅうりは塩(分量外)で板ずりして薄い輪切りに。かにかまぼこはほぐしておく。
- ③錦糸卵を作る。卵を割りほぐし調味料を入れる。フライパンに油を
- ④冷ました酢飯に、ちりめんじゃこときゅうり、かにかまぼこ、白ごまを混ぜ合わせる。
- ⑤器に盛り付けて錦糸卵と刻みのりで飾ればできあがり。

今月一品 じゃこちらし

◆材料(4人分)

- 酢飯 米(キヌヒカリ)…2合
- 米酢…35ml(大さじ1と1/3)
- 砂糖…14g(大さじ1と1/2)
- 塩…5g(小さじ1)
- 白ごま ○刻みのり
- ちりめんじゃこ…30g
- きゅうり…1/2本
- かにかまぼこ…2本
- 錦糸卵 卵…Lサイズ1個
- みりん…9g(小さじ1/2)
- 砂糖…2g(小さじ1/2)
- 塩…ひとつまみ



協力 平塚市食生活改善推進団体のママの会



吉川喜郎さん

ひらつかスケッチブック

五月晴れの空にたなびく鯉のぼり

岡崎地区を流れる鈴川の土手。青空と若草の緑、菜の花の黄色がのどかな風景を織り成します。毎年5月の声を聞くと、ここでは川を渡るようにたくさんさんの鯉のぼりが泳ぎます。岡崎地区の人たちの手による「鈴川鯉のぼりまつり」の演出です。「ボクもあんな風に泳いでみたいなあ…」

土手の上には、だれが置いたのか石彫りの鯉が一匹、そうつぶやくように流れを見つめていました。

■鈴川鯉のぼりまつり

▽日時 5月1日(金)～5日(祝)

※5月3日(祝)午前10時～午後3時には、模擬店や太鼓の演奏、「子牛・子豚」のふれあい広場などのイベントもありです

▽場所 鈴川、舟橋、新大畑橋の間

