

- ・2面…地域コーディネーター
 - ・3面…馬入・光と風の花づつみ
- でコスモスが見ごろに

特集(4・5面)…10月25日は健康フェスティバルへ

●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)



市役所 新庁舎を建設

基本設計案にご意見を

平塚市では、平成20年10月に策定した新庁舎建設基本構想に基づき、平成24年度中の一部利用開始を目標に新しい市庁舎の基本設計を進めています。

地方自治の基本である市民を主体としたまちづくり。その拠点となるのがこれから造っていく新しい市庁舎です。今回は市の総合計画に定める事業の「新庁舎建設」に向けて進めている基本設計を紹介します。

◆問い合わせ先 庁舎建設室(☎21-9608)

新しい庁舎が必要に

平塚市役所の現本庁舎が完成したのは昭和39年11月のこと。それから44年の年月が経過した現在、この庁舎にはバリアフリー化対策や情報化時代への対

応の限界といった問題が表面化しています。市の業務は拡大し、豊原分庁舎をはじめ各地に分散した市の機能は行政効率の低下を招き、利用者の利便性を損なっています。また、耐震診断を実施した結果、地震発生時に

倒壊の危険性があることが指摘されました。このような理由から建設を計画しているのが、今回お知らせする新しい市庁舎です。現在の庁舎を使用しながら、同じ敷地内に地上9階(9階部分は機械室・地下2階建ての庁舎を建設する予定です。



みなさんの声でよりよい市役所に

市職員と新庁舎の基本設計について語る「基本設計アドバイザー会議」の座長、室伏次郎さん(神奈川県工学部特任教授・写真右)

新庁舎建設基本設計アドバイザー会議に参加し、専門家として自由に意見を述べさせていただきました。

今、時代の変化の中で、市民からの視線がとても大事になってきています。市民のみなさんからご意見をいただくことで、さらにより設計に近づけるのではないかと考えています。



新庁舎のイメージ模型



市役所前交差点 車両がスムーズに通行できるよう、交差点形状の変更を計画しています。

新庁舎配置図

敷地中央に庁舎を建設し、南側に緑豊かな広場を配置します。周辺への日照に配慮し、地上9階建ての庁舎高層部は南側に、それを囲むように3階建ての低層部を配置します。また、庁舎北側の地上と地下に駐車場を配置します。

新しい市役所を まちづくりの拠点に

市民に開かれた庁舎を

平塚市新庁舎建設基本構想では、自治の基本に立ったまちづくりの拠点「新庁舎」と考え、次のことを基本方針として掲げています。

- ①市民に開かれ親しまれる庁舎
- ②人と地球環境にやさしい庁舎
- ③市民の安心・安全な暮らしを支える拠点としての庁舎
- ④市民サービス、事務効率の向上を目指した機能的な庁舎

市と国の庁舎を一体的に整備

市庁舎と国の庁舎を一体的に

しっかりとした防災拠点に

整備することで効率のよい庁舎とし、官庁の窓口機能を集中すること、さらなる市民サービスの向上を図っていきます。このような整備の手法は、全国に先駆けたものです。

新しい市庁舎は、「親しみ」「耐久性」「安全性」「省エネルギー」などを設計コンセプトに掲げています。周辺の環境と調和するとともに、高度な耐震性や防火性を持ち、大規模地震発生時などには防災拠点としての機能を発揮する建物とします。

建設費には基金を充当

現段階の概算建設費は、約138億円。これは新庁舎に入る市と国が負担します。今後実施設計を行い、最終的な建設費と、市・国の負担割合が確定します。市の負担分は、平成2年から計画的に積み立ててきた庁舎建設基金約70億円と、市債を財源とします。

意見募集

市民のみなさんに 親しまれる庁舎を目指します

平塚市庁舎基本設計案に対するみなさんのご意見をお待ちしています。基本設計は、今年12月に完成予定です。完成後あらためて広報紙などで紹介します。

▽設計案の閲覧場所 市役所1階市政情報コーナー、公民館、図書館、駅前市民窓口センター、市のウェブサイト
(http://www.city.hiratsuka.kanagawa.jp/chousha/)ほかの閲覧いただけます。

▽意見の提出(ご意見と住所、氏名、電話番号を庁舎建設室(〒254-8686浅間町9-1-1 FAX 0120-017045889・chousya@city.hiratsuka.kanagawa.jp)へ)の締め切り 11月13日(金)

市民と市職員とのコミュニケーションの場

主なフロアの配置は次のようになる予定です。

- 1～3階 1階に転入出や戸籍関係、福祉関係の窓口、多目的スペースを配置。国の機能は2・3階の一角に配置します。
- 4～7階 執務室のほかに市民と職員が打ち合わせに利用できるコミュニケーションラウンジなどを設けます。
- 8階 市議会議場を配置。一体感のある傍聴席を置きます。



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「はっとメールひらつか」に登録できます

あなたの力が地域を結びつける 地域コーディネーターを募集

防災、防犯、子どもたちの見守りなど、様々な活動に取り組み地域団体。これらの団体がつながりを持って活動していけば、地域の力はより高まるはず。このような団体の活動を結びつけるのが地域コーディネーターの役割。今、地域コーディネーターとして活動する人が求められています。

◆問い合わせ先 協働推進課(☎21-9618)



地域の団体が力を合わせて描いた地下道の壁画が完成
岡崎地区では、「地下道の落書きを消そう」という中学生の提案を元に自治会やPTAが協力し、みんなで壁画を描きました。



壁画制作をコーディネートしたのが町内福祉村のスタッフ。今では月一度の連携会議も開かれています。

市の職員と嘱託員を募集します

- ①建築技師(2人)②電気技師(1人)③薬剤師(1人)④診療放射線技師(2人)⑤理学療法士(1人)⑥作業療法士(1人)⑦臨床工学技士(1人)⑧幼稚園教諭(1人)⑨給食調理員(1人)

▷対象 ①②は昭和54年4月2日～昭和63年4月1日に生まれ大学の専門課程を卒業または平成22年3月までに卒業見込みの方、③～⑦は昭和56年4月2日以降に生まれそれぞれの資格がある方または平成22年3月までに資格取得見込みの方、⑧は昭和40年4月2日以降に生まれ幼稚園教諭普通免許がある方または平成22年3月までに取得見込みの方、⑨は昭和48年4月2日以降に生まれた方

- ⑩統計事務嘱託員(2人)⑪管理栄養士嘱託員A・B(各1人)⑫図書館奉仕業務嘱託員(障がい者対象)(1人)

▷対象 ⑩はパソコン(ワード・エクセル)の基本操作ができ普通自動車の運転ができる方、⑪は管理栄養士の資格がある方(Bは普通自動車の運転とパソコンの基本操作もできる方)、⑫は身体障害者手帳などがあり、自力で通勤・勤務可能な方

◆受け付け期間 ①～⑨は10月30日(金)～11月1日(日)、⑩⑪は10月27日(火)まで、⑫は10月23日(金)まで詳しくは、公民館などにある募集案内(市のウェブサイトでもご覧いただけます)をご覧ください。

☎ ①～⑦と⑩⑪は職員課(☎21-8762)、⑧⑨⑫は教育総務課(☎35-8113)へ

身近なところからまちづくりについて学ぶ「まちづくりわいわい塾」を開催し

まちづくりわいわい塾

「まち」に合った色を塗る講座

今回は、市の景観アドバイザーから色の基礎知識やまちにふさわしい色を学び、自分の家の色についても考えます。講座では、文化公園のベンチなどの色彩を考え、参加者のみなさんで実際に塗り替えもします。ぜひ、ご参加ください。

▽日時 11月18日・25日・12月2日の水曜日、午後1時～4時30分、全3回

▽会場 青少年会館

▽定員 30人(先着順)

お申し込みは、住所、氏名、電話番号をまちづくり

政策課(〒254-8686浅間町9-1・FAX23-9467・machis@city.hiratsuka.kanagawa.jp・☎21-8762)へ。

産業振興計画・環境基本計画

みなさんのご意見をお待ちしています

平塚市では次の二つの計画案を策定しました。これらの案に対するみなさんのご意見を伺います。お寄せいただいたご意見に対する回答は、内容ごとに整理して後日、市の考えとして公表します。

【平塚市産業振興計画(素案)】

社会経済環境や産業構造の変化に対応するため、産業の活性化を進めていくための計画

▷案の閲覧方法 産業振興課、公民館、市のウェブサイトなどでご覧いただけます

▷意見の送付方法 みなさんのご意見(書式は問いません)と住所・氏名・電話番号を11月16日(月)までに産業振興課(〒254-8686浅間町9-1・FAX0120-704589・sangyo-s@city.hiratsuka.kanagawa.jp・☎21-9758)へ

【平塚市環境基本計画(改訂版)の進捗よく状況と次期事業計画(素案)】

地球温暖化などに対応する市の計画の進み具合とこれからの事業計画

▷原案の閲覧場所 環境政策課、公民館、市のウェブサイトなどでご覧いただけます

▷意見の送付方法 みなさんのご意見(書式は問いません)と住所、氏名、電話番号を11月16日(月)までに環境政策課(〒254-8686浅間町9-1・FAX21-9603・kankyo-s@city.hiratsuka.kanagawa.jp・内線2330)へ

地域コーディネーター養成講座を開催

地域づくりの推進役であり課題解決の仕掛け人、地域コーディネーターを養成する講座を開きます。市内にお住まいで、地域団体で活動している方、公民館など地域の施設で活動している方などの参加をお待ちしています。

▽日時 11月21日(土)午前9時～正午・12月6日(日)午後1時～4時、全2回

▽会場 市民活動センター

▽講師 木原勇さん(さわやか福祉財団地域ネットワークづくり推進事業プロジェクトリーダー)ほか

▽定員 30人(抽選)

▽締め切り 11月6日(金)

お申し込みは、住所・氏名・電話番号、地域活動をしている方は団体名を、協

働推進課(☎21-9756・kyoudo@city.hiratsuka.kanagawa.jp・☎21-9618)へ。

市議会 9月定例会の結果

市議会9月定例会は、8月26日から9月18日まで開かれ、駅西口へのエレベーター設置事業などを盛り込んだ一般会計補正予算など24議案が提出されました。このうち23議案が可決され、真田、北金目地区の一部に町の区域などを定める議案は継続審査となりました。また、暴力団追放・暴力団組事務所撤去の推進に関

する決議が可決されました。お問い合わせは、議会局(☎21-8769)へ。

10月納期の市税・手数料

- ・市県民税 (第3期)
- ・国民健康保険税 (第5期)
- ・後期高齢者医療保険料 (第4期)
- ・介護保険料 (第5期)
- ・清掃し尿従量手数料 (第7期)

◆納期最終日 11月2日(月)

納付には便利な口座振替をご利用ください

☎ 市税総務課(☎21-8769)

ニューイヤーコンサート2010

ウィーン交響楽団 ヨハン・シュトラウスアンサンブル



▷日時 平成22年1月16日(土)午後2時開演

▷会場 市民センター

▷入場料 S席5,000円 A席3,500円 ※全席指定

▷チケット 10月25日(日)午前10時から市民センター、山野楽器平塚ラスカ店ほかで販売します ※電話予約は10月27日(火)から市民センター(☎32-2237)で午前8時30分から受け付けます

☎ 文化財団(☎32-2237)

いきいきひらつか企業紹介 ～ものづくりの現場から～

第5回 (株)ネモト・ルミマテリアル



暗闇でも輝く同社の蓄光顔料を使った看板

(株)ネモト・ルミマテリアルは、「人と地球のための化学」をテーマに独創的な技術を駆使し、光る粉―“蛍光体”を作っている会社です。

蛍光体とは、照明や薄型ディスプレイに使用されている紫外線によって発光する物質です。

そのほかにも、暗闇で電気なしでも明るく輝く蓄光顔料「N夜光」なども製造しており、地下鉄駅の非常口

誘導標識などに使用されています。同社は環境に優しく、従来の蓄光顔料の約10倍の輝度があるこの「N夜光」で、日本、アメリカほか16か国で特許を取得しており、世界シェアの約90%を占めています。

災害時の安全に役立つ製品など、現在も更なる蓄光性能の向上や新製品の研究開発に取り組んでいます。

◆産業振興課(☎21-9758)

市役所に行かなくても申請や届け出ができます

各種申請にインターネットのご利用を

◇問い合わせ先 広報・情報政策課(☎21-8792)

市では、窓口の手続きに加えて、インターネットに接続したパソコンを利用して、自宅や職場から申請・届け出が24時間いつでもできるサービスを提供しています。印鑑登録証明書や住民票の写しの交付申請、介護保険要介護・要支援認定更新申請、犬の登録事項変更届け出など16の手続きで利用できます。詳しい利用方法などは、市のウェブサイトをご覧ください。

コスモスが見ごろです 相模川河川敷に花のじゅうたん



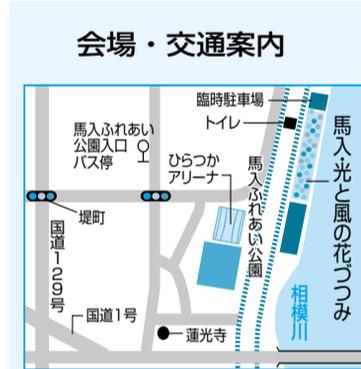
あふれるコスモスに囲まれて

相模川河川敷にある「馬入・光と風の花づつみ」のコスモスが見ごろを迎えています。10月24日(土)にはお花畑にきれいに咲くコスモスの摘み取りイベントを開きます。

コスモスの摘み取り 咲き乱れる花を摘みに行こう

鮮やかに咲くコスモスの摘み取りをお楽しみください。無料でご参加いただけますが、お花畑維持のための協力金にご協力ください。模擬店の出店などもあります。

※摘み取りに使うはさみ、花を持ち帰るための水入り容器や新聞紙などは、お持ちください
日時 10月24日(土)午前10時～午後3時※雨天中止
会場 馬入・光と風の花づつみ
 ※イベント当日以外や当日開始前の摘み取りはご遠慮



会場・交通案内
 馬入光と風の花づつみ
 馬入ふれあい公園入口バス停
 馬入ふれあい公園
 相模川
 堤町
 国道129号
 国道1号
 蓮光寺
バス 平塚駅北口9番乗り場から茅ヶ崎行き「馬入橋」下車、徒歩10分
車 国道129号堤町交差点を東に進み、突き当たりを左、馬入・光と風の花づつみ臨時駐車場をご利用ください

「花畑ボランティア募集」
 花畑に咲く花々を、「馬入」
 ください
 花畑の会のみなさんが育てています。一緒に種まきや水やりなどをして、花を育ててみませんか。
 お問い合わせは、みどり公園・水辺課(☎21-99852)へ。

企業や大学の技術・研究成果を紹介 湘南ひらつかテクノフェア開催

湘南地域などで活躍する100を超える企業、市内の大学、専門機関、団体が出展し、技術や製品、研究成果などの展示をします。ほかにも、市内小・中学校の児童生徒による創意くふう展もあります。

イベント
●22日(木)
 ・日産車体太鼓部「湘南鼓連」による演奏 午前9時20分開始



各社自慢の製品が見られます

みんなのまち情報宅配便のご利用を

質問
 PTAのメンバーで市が進めている事業の話聞かせてほしいのですが...

お答え

平塚市には、「みんなのまち情報宅配便」という制度があります。これは市の職員が市民グループや団体のみなさん

のところで伺い、行政が抱える課題や取り組みの状況などを説明し、市民のみなさんと一緒にまちづくりを考えていく取り組みです。宅配のテーマは65あり、協働推進課(市役所東附属庁舎2階)や公民館などにあるパンフレット、市の

ウェブサイトをなどでご覧いただけます。
 宅配の利用時間は、午前9時～午後9時の間の2時間。10人以上のグループで会場をご用意のうえお申し込みください。

協働推進課

(☎21-9618)

里地里山再生プロジェクト わらで工作を楽しもう

市民と東海大学、神奈川大学、市が協力して里山を体験し、その再生を目指す交流事業です。今回は、稲刈りのときに残ったわらを使った工作や、ゲームを楽しみます。

日時 11月14日(土)午前10時～午後2時
 ※荒天の場合は11月15日(日)に延期
集合場所 神奈川大学湘南ひらつかキャンパス第2駐車場(土屋2946)
持ち物 帽子、軍手、タオル、弁当、飲み物など

対象 市内にお住まい、お勤め、通学の方
定員 150人(先着順)
申し込み 代表者の住所、氏名、電話番号と参加者全員の氏名・年齢を環境政策課(〒254-8686浅間町9-1・☎21-9603・FAX kan-ko-s@city.hiratsu.kanagawa.jp)
 お問い合わせは、環境政策課(内線2659)へ。

「まちづくり」を画用紙に 子どもたちの絵画展

三つの絵画コンクールに応募のあった作品の共同展示会を美術館で開催します。ぬり絵など、楽しいイベントもあります。

日時 10月29日(木)～11月1日(日)、午前9時30分～午後4時30分(最終日は午後3時まで)
会場 美術館
対象コンクール 「わたしが好きなまちかどスケッチ展」夢はこぼれ絵画「コンクール」緑化ポスター「コンクール」
 お問い合わせは、まちづくり政策課(☎21-8781)へ。

●24日(土)
 ・産学公講演会 午前10時30分～11時10分
 ・農工商連携フォーラム 午後1時30分～4時20分

・平塚高等職業技術校による技能祭「ものづくり体験」
 午前10時～午後4時
 お問い合わせは、産業振興課(☎21-9758)へ。

商業まつり

日時 11月1日(日)
 午前11時～午後4時
会場 駅北口中心商店街

市内の商店が自店のいちおし商品やサービスを販売・紹介します。「一坪いちおしSHOP」で各商店の自慢の品を探し、買い物の楽しさと面白さを味わってください。



掘り出し物は見つかるかな

主な会場
 湘南スターモール・紅谷パールロード・公園通り新仲会・公園通り西口商店会
主な内容
 ・グルメフェア
 ・かながわ若手あきんど市場
 ・商業文化展、ステージ
 ※正午～午後2時には源頼朝旗揚げ相模武者行列、田村ばやし、祇園ばやしなどのパレードがあります

☎ 商業観光課(☎35-8107)

★★幼稚園児を募集します★★

市内28の幼稚園(右表参照)で、来年4月に入園を希望するお子さんを募集します。私立は3～5歳児を、市立は2年保育のため4歳児のみを募集します。入園については、各幼稚園にお問い合わせください。

◆入園できるお子さん

- ▷1年保育・5歳児(平成16年4月2日～17年4月1日生まれ)
- ▷2年保育・4歳児(平成17年4月2日～18年4月1日生まれ)
- ▷3年保育・3歳児(平成18年4月2日～19年4月1日生まれ)

◆入園願書の配布開始日

10月15日(木) ※各幼稚園で配布します

◆入園願書の受け付け

- ▷私立幼稚園 各幼稚園で 11月1日(日)受け付け開始
- ▷市立幼稚園 各幼稚園で 11月1日(日)と2日(月)の2日間

☎ 学務課(☎35-8118)

園名(私立)	所在地	電話	園名(私立)	所在地	電話
育英	出縄	33-2215	花乃	入野	32-0086
大神美里	大神	54-3288	花水	龍城ヶ丘	31-5921
大野	東八幡	21-7302	東中原	東中原	33-4849
神田	大神	55-0841	平岡	岡崎	58-1188
黒部丘	黒部丘	31-1955	平塚二葉	見附町	31-0864
さきとり	四之宮	54-3558	平塚めぐみ	纏	32-3422
さなだ	真田	58-0001	松風	松風町	22-0558
清水学園付属	根坂間	58-8080	美里	下島	55-3830
湘南桜ヶ丘	桜ヶ丘	31-2623			
園名(市立)	所在地	電話			
しらふじ	山下	34-3237	港	夕陽ヶ丘	22-4189
つくし	飯島	58-7111	さくら	東真土	55-4414
つるみね	浅間町	22-2007	ひばり	御殿	31-3828
道と	豊原町	31-0595	土屋	土屋	58-1415
なでしこ	平塚	31-2471	金目	南金目	58-0243
白鳥	河内	32-7875			

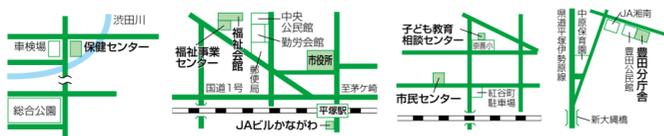
家庭の不用品、捨てずに再利用

お譲りします・譲ってください

◇お問い合わせ先 リサイクルプラザ(☎51-5301)

- ▷譲ります ベビーラック、ゲーム機、室内用すべり台、ベビーふとん、ジュニアシート、マッサージ用ベッド、電動ベッド、学習机、角材、波板、コンパネ、ふとん
- ▷譲ってください 食器棚、テレビ、バイオリン(子ども用)、自転車(一般・子ども用)

市民相談



- 人権相談** (市役所・人権・男女共同参画課) ☎23-1111・内線2172
 - ◇来所 10月20日(火)・11月17日(火)13時~16時
- 女性のための相談** (市役所南附属庁舎2階・人権・男女共同参画課) ☎21-9611
 - ◇来所・電話 毎週月~金曜日、9時30分~16時
- 消費生活センター** (JAビルかながわ2階) ☎21-7530
 - ◇来所・電話 毎週月~金曜日、9時30分~16時
- 健康相談** (保健センター) ☎55-2111
 - ◇来所(生活習慣病の予防や食事・運動による病状改善相談。予約制) 毎週月~金曜日、8時30分~17時
- 65歳からの健康相談** (市役所南附属庁舎2階・高齢福祉課) ☎21-8778
 - ◇来所(予約制) 10月19日(月)9時30分~12時30分・11月18日(水)13時30分~17時
- 市民相談室** (市役所1階) ☎21-8764
 - ◇一般法律(予約制) 毎週水・木曜日、13時~16時
 - ◇行政 11月2日(月)13時~16時
 - ◇多重債務(予約制) 11月10日(火)13時~16時
 - ◇税務(予約制) 11月6日(金)13時~16時
 - ◇発明・考案・特許 11月9日(月)10時~15時
 - ◇年金・社会保険・労災
- 福祉会館** ☎33-2333
 - ◇法律(予約制) 11月10日(火)13時30分~15時30分
 - ◇生活支援 毎週月~金曜日8時30分~17時
 - ◇ボランティア 毎週月~金曜日、8時30分~17時
- 障がいがある方の相談** (市役所南附属庁舎1階・障がい福祉課) ☎21-8774
 - ◇手話案内(☎35-5770) 毎週金曜日、9時~12時
 - ◇精神保健福祉(予約制)
- 市民相談室** (市役所1階) ☎21-8764
 - ◇子ども教育相談センター(市役所南附属庁舎1階) ☎36-6013
 - ◇子ども総合相談(市役所1階・子ども家庭課) ☎23-1111・内線2744
 - ◇家庭児童相談 毎週月~金曜日、9時~16時
 - ◇母子相談 毎週月~金曜日、9時~15時45分
 - ◇療育相談室(福祉事業センター) ☎・☎ 32-2738
 - ◇子どもの発達相談(来所・予約制) 毎週月~金曜日、10時~15時
- 保健福祉総合相談** (市役所南附属庁舎1階) ☎21-8779
 - ◇来所・電話 毎週月~金曜日、8時30分~17時
- 子ども教育相談センター** (崇善小学校北側) ☎36-6013
 - ◇来所 毎週月~金曜日、10時~17時
 - ◇電話 毎週月~金曜日、9時~17時
- 青少年相談室** (市民センター2階) ☎34-7311
 - ◇青少年相談 毎週月~土曜日、10時~18時30分
 - ◇青少年専用ダイヤル・ヤングテレホン ☎33-7830 毎週月~土曜日、10時~18時30分
- 子育て支援センター** (豊田分行舎) ☎・☎ 34-9076
 - ◇子育ての相談・情報提供 毎週月~金曜日、9時30分~16時
- こどもの総合相談** (市役所1階・子ども家庭課) ☎23-1111・内線2744
 - ◇子ども総合相談 毎週月~金曜日、8時30分~17時
 - ◇家庭児童相談 毎週月~金曜日、9時~16時
 - ◇母子相談 毎週月~金曜日、9時~15時45分
- 療育相談室** (福祉事業センター) ☎・☎ 32-2738
 - ◇子どもの発達相談(来所・予約制) 毎週月~金曜日、10時~15時



総合公園で健康フェスティバル

健康の秋真っ盛り

この秋、もっともっと健康に

保健センターなどで開催する健康教室を紹介します。この機会にぜひ、ご参加ください!

- ① **ストップ!メタボリック教室**

正しくメタボ予防を。ご希望の方には「血管年齢」の測定も。

 - ▷日時 11月4日(水)午後1時30分~3時
 - ▷会場 旭南公民館
 - ▷定員 40人(先着順)
- ② **知っておきたい乳がんのこと**

自己触診の方法など。「マンモグラフィ」検診車の見学もあり。

 - ▷日時 11月28日(土)午前10時~11時30分
 - ▷会場 保健センター
 - ▷定員 50人(先着順)
- ③ **ウォーキング&ストレッチ教室**

ちょっとした運動を始めたい方にもぴったり。全2回コース。

 - ▷日時 11月7日(土)・14日(土)、午前10時~11時30分
 - ▷会場 保健センター
 - ▷定員 35人(先着順)
 - ▷持ち物 運動しやすい服装と室内用運動靴、タオル、飲み物
- ④ **糖尿病の食事まるわかり - 基礎編(料理を作る&間くコース)**
 - ▷日時 11月17日(火)午前10時~午後1時
 - ▷会場 中央公民館
 - ▷定員 25人(先着順)
 - ▷持ち物 エプロン、三角布、手ふき
 - ▷参加費 400円
- ⑤ **ストップ!メタボリック食生活 - 基礎編(料理を作る&間くコース)**
 - ▷日時 11月27日(金)午前10時~午後1時
 - ▷会場 保健センター
 - ▷定員 40人(先着順)
 - ▷持ち物 エプロン、三角布、手ふき
 - ▷参加費 400円
- ⑥ **健康推進員とウォーキング - 遠藤原と土屋の里めぐり**
 - ▷日時 11月10日(火)午前9時~午後0時30分
 - ※当日朝7時直前のNHK天気予報で午前の降水確率50%以上の場合は11日(水)に延期。11日も雨の場合は中止
 - ▷集合・解散 神奈川大学正門前(土屋2946)
 - ▷コース 神奈川大学...土屋一族の墓...大乗院...熊野神社...日枝神社...土屋霊園...芳盛寺...神奈川大学(約7.5km、2時間30分)
 - ▷持ち物 飲み物、タオル、帽子(あれば歩数計も)
- ⑦ **腎臓病と糖尿病のお話と相談会**
 - ▷日時 10月18日(日)午後1時30分~4時
 - ▷会場 市民活動センター
 - ▷講師 武林祥裕さん(えいじんクリニック院長)、三上憲子さん(くらた病院管理栄養士)
 - ★申し込み ①②③は電話で、④⑤は往復はがきに教室名と住所・氏名・年齢・電話番号を記入して健康課(〒254-0082東豊田448-3・☎55-2111)へ。⑥⑦は事前申し込み不要です。

▶日時 10月25日(日)
午前9時~午後3時
▶会場 総合公園



総合公園で開催する健康フェスティバルに出かけてみませんか。野外ステージが大いに盛り上がるダンスや体操の発表、気軽に参加できるスポーツ体験、お子さんに人気の「ギネスに挑戦コーナー」、そして健康相談や健康管理情報の提供など、心と体のリフレッシュに役立つ催しがいっぱいです。
◆問い合わせ先 健康課(☎55-2111)



健康づくりヘルシーゾーン(大池北東)
生活習慣病やスポーツ医学のこと、体脂肪の測定など、専門家による本格的な健康相談が受けられます。健康管理に関する展示・体験コーナーも充実しています。※献血の実施、マンモグラフィ検診車の展示もあり

インフォメーションゾーン(大池北西)
生活に密着した、暮らしに役立つ情報を提供します。

スポーツ体験ゾーン(平塚球場ほか)
いろいろなスポーツを楽しく体験できます。

わくわくワイワイ体験ゾーン(日本庭園南)
フェスティバルに花を添えるアトラクションゾーンです。緑のほかに、ブラジル料理の紹介なども。

健康ウォーキング ~平塚のルーツをたずねて~
(午前8時15分野外ステージ前集合・正午ゴール)
午前9時に総合公園を出発。平塚の塚...金目川(花水川)土手...達上ヶ丘公園...ヘルシーロードを経て総合公園に戻るコースを歩きます。小学生は保護者同伴でご参加ください。
▷持ち物 飲み物、タオル、帽子、お持ちの方は歩数計
※当日朝7時直前のNHK天気予報で午前の降水確率50%以上の場合は中止。参加の事前申し込みは不要です。

スポーツ&ベビーフリーマーケット(平塚競技場南側)①
40店が出店。ベビー・子ども用品や、スポーツ・レジャー用品を販売します。

スリー・オン・スリーバスケットボール大会(午前9時~9時30分受け付け/平塚球場北側コート)②
小学生以上の方が対象です。1チーム3人以上でご参加を。



ギネスに挑戦(午前9時~正午/平塚球場)③
スピードガン測定、ストラックアウト、リフティング、ソフトボール投げ、バレーサーブコンテスト、剣道面打ちなどでギネス記録に挑戦。運動靴でご参加を。

ステージアトラクション(午前10時~午後3時/野外ステージ)④
フォークダンス、ジュニア新体操・ジュニアフラダンス発表会、フラメンコ舞踊、みんなで元気だダンベル体操、ファミリーステージ「三匹のこぶた」、「くすの木体操」ほか。

湘南創作ダンベル大会(午前9時50分~午後2時30分/総合体育館)⑤
ダンベルを使った創作体操の発表会を開催。

同時開催「福祉フェスティバル」(午前10時~午後3時/平塚のはらっぱ)⑥
ミニ運動会、福祉体験、パザーなど、「福祉」を身近に感じる楽しいお祭りです。お子さんもお年寄りも、体に障がいがある方も、どなたでもお楽しみいただけます。

新型インフルエンザが流行しています

みんなで感染の防止に努めましょう

外出から戻ったら手洗いとうがいを

せきが出たらマスクをしましょう

●妊娠している方、人工透析をしている方、ぜんそくや糖尿病などの持病がある方は日ごろから健康管理に注意し、発熱などの症状があらわれたら、できるだけ早くかかりつけ医に相談してください。

☎ 健康課(☎55-2111)

話題を追って 市民まめルポ

居合の道を極める



室町時代に開かれたという居合道「無双直伝英信流」。その達人、大日本兵法居合道範士十段の肩書きを持つ小山辰巳さんを、けいこ場の岡崎公民館に訪ねました。

「正面に礼、先生に礼」。号令が静まりかえった練習場に響き、この日のけいこが始まりました。前斬り、前後斬り、斬り上げ...。師範の小山さんが見せる数々の技。精神を鎮め、間合いを取り、刀を抜くその気合。その鋭さに身が引き締まる思いがしました。

小山さんは、とても86歳とは思えない精かな顔つき。そして背筋がピンと張り若々しい声。さすがは全国に二人しかいないという範士十段です。

一人ひとりの門人への指導を終え、居合道のこと、ご自身のことを語り始めた小山さんは、

けいこ中とは違って変わって終始にここ顔。とても温厚な方でした。なんでも子どものころはチャンバラが大好きだったとか。最終戦、居合道に出会い、日々の厳しい修練を乗り越え、今日に至っているそうです。

現在、日曜日の夕方月に3回ほどお弟子さんにけいこをつけている小山さん。心身の鍛錬や健康管理にも役立つ居合道を、多くの人に伝えていきたいとおっしゃっていました。

【レポーター】内田靖彦さん(市政モニター)

みんなの相談室

人権相談

あなたの身近な相談です

日常生活の中で困ったときに、だれに相談したらよいか分からず困ったことはありませんか? そんなときの相談窓口の一つとして「人権相談」があります。

人権とは、人間が人間らしく生きていく権利のことです。現代社会における人権課題としては、障がい者への不当な扱い、病気の方への差別、高齢者や児童への虐待、いじめ、女性への差別、外国人への差別などがあります。

▽だれが相談を受けるの?
人権擁護委員が相談を受けます。人権擁護委員は、法務大臣から委嘱された相談活動や人権についての啓発活動などを行っています。平塚市では現在12人の委員が活動しています。

▽いつ、どこで相談できるの?
毎月第1・第3火曜日(祝日を除く)の午後1時から4時まで、市役所に相談所を開設しています。受け付け時間は午後3時までです。どうぞ、お気軽にご利用ください。

◆人権男女共同参画課(内線2172)

健康福祉



この秋、もっと健康に

総合公園で開催する健康フェスティバル、保健センターなどで開く健康教室、市内を巡る健康ウォーキングなどの催しを4・5面で紹介しています。

家族のための介護教室

市内にお住まい、お勤めで高齢者の介護をしている方を対象に二つの会場で開きます。

- ◆サンレジデンス湘南(田村二丁目11-5)
 - ▷日時 11月8日(日)・15日(日)、午後1時30分～3時30分
 - ▷内容 8日/高齢者の食事・15日/高齢者のかかりやすい病気の理解と留意点
 - ▷定員 30人(先着順)
 - ▷申し込み先 サンレジデンス湘南(☎54-7007) ※平塚駅北口からの送迎あり(要予約)
 - ◆花水公民館
 - ▷日時 11月28日(土)午前10時～正午
 - ▷内容 家庭で作れる簡単な介護食
 - ▷定員 30人(先着順)
 - ▷申し込み先 富士白苑(☎61-1842)
- ☎ 高齢福祉課(☎21-8778)

子育て支援の会員を募集します

子育ての手助けをしてほしい方(依頼会員)とお手伝いをしてほしい方(支援会員)を募集します。支援会員になる方向けにオリエンテーションと講習会を開きます。

- ▷日時 11月5日(木)または6日(金)、午前10時～11時30分または午後1時30分～3時
- ▷会場 福祉会館
- ▷定員 各回10人程度

「里親制度」の説明会を開きます

家族と一緒に生活することができない子どもたちが健やかに成長できるように支援する「里親制度」について説明します。里親の体験談を聞いたり、児童養護施設の見学をしたりします。

- ▷日時 11月7日(土)午後1時30分～3時30分

介護者家族の交流教室

フラワーアレンジメントや会食を楽しみながら介護者同志の交流を深めます。

- ▷日時 11月13日(金)・16日(月)・19日(木)、午前9時30分～午後0時30分
- ▷会場 保健センター
- ▷定員 50人(抽選)

弱視レンズ展示会を開きます

弱視レンズ(近用・遠用)、遮光眼鏡、拡大読書器など、視覚補助具の展示会を開きます。

- ▷日時 10月30日(金)午後2時～4時30分
- ▷会場 平塚盲学校(追分10-1)

「子どもの病気を予防するために

「あなたのこころ、お元気でですか?」と題して、精神科医師の話を開きます。

- ▷日時 10月29日(木)午後2時～4時
- ▷会場 平塚保健福祉事務所(弘徳会愛光病院診療部長)

年末慰問金などを支給します

①年末慰問金 ②対象 次のいずれかに該当する方 ③生計が困難な世帯で生活保護を受けていない方の在宅重度の身体・知的・精神障がい児者(身体1・2級、知的A1・A2、精神1級)

- ▷対象 市内の20歳未満の交通遺児がいる世帯
- ▷対象 両親または片親が病死などによりいない18歳

秋のハイキング参加者募集

10月から65歳以上の方が受給する公的年金などにかかる市県民税を年金から特別徴収(天引き)する制度が始まりました。

- ▷日時 11月21日(土)午前9時30分集合 ※雨天中止
- ▷コース 八幡山公園・魚市場：かつお節製造所見学：浜辺のさんぽ道：平塚駅南口(約9km)

高齢者教室の参加者を募集します

★お口のケアで病気を予防 歯科医師の話を開き、お口の体操にご参加ください。

- ▷日時 11月19日(木)午後1時30分～3時30分
- ▷会場 中央公民館
- ▷講師 今村豊 歯科医師(今村歯科医院院長)

市県民税を年金から天引きする制度

10月から65歳以上の方が受給する公的年金などにかかる市県民税を年金から特別徴収(天引き)する制度が始まりました。

- ▷日時 11月16日(月)午後2時～3時30分②11月19日(木)午後2時～3時30分

視覚障がい者の交流会を開きます

自立更生への話を聞き、ゲーム、食事などを楽しみます。自宅へ送迎もします。

- ▷日時 11月17日(火)午前10時～午後3時
- ▷会場 福祉会館
- ▷対象 市内にお住まいの視覚障がい者

転倒骨折予防教室

運動機能測定、ストレッチ、筋力アップの運動をし

- ▷申し込み先 高齢福祉課(☎21-8778)

地上アナログ放送は平成23年7月24日で終了 地デジへの切り替えはお済みですか ◆問い合わせ先 広報・情報政策課(21-8761)

地上デジタル放送移行に伴う説明会を市役所1階市民ホールで開催します。▷日時 10月19日(月)～11月5日(木)午前10時～午後5時 ※公民館でも開催します。日時は各公民館にお問い合わせください。

生活習慣病 Q&A

Q.7 歯周病を予防するには?

歯周病とは、口腔内の細菌によって引き起こされる感染症で、生活習慣病のひとつ。食べかすなどが歯の間に残っていると、歯周病の原因になります。

野菜などの繊維がある食品が、歯と歯の間にはさまり、歯ブラシでなかなか取れないときは、「デンタルフロス」や「糸つきようじ」を使うとよいでしょう。

◇使い方
・歯と歯の間に前後に動かしながら入れる
・歯の側面をこするように上下に数回動かす
デンタルフロスは歯と歯の間のむし歯の予防にもつながります。食事を楽しんだあとは、お口のケアを忘れずに。

◆健康課(☎55-2111)



備えて安心 防災一口メモ

第7回 車内や道で地震に遭ったら

地震はいつでもどこで起こるかわかりません。地震に遭遇しても落ち着いて行動することが大切です。

車を運転中に地震に遭ったらハザードランプを点滅させ、徐々にスピードを落とし、車を道路の左側に停車します。避難するときは車を近くの駐車場や空地に駐車し、かぎをつけたまま徒歩で避難しましょう。道を歩いているときに地震が起きたら、かばんなどで頭を保護しながら落下物に注意し、速やかに障害物の少ない広場などの安全な場所に避難しましょう。また、デパートやスーパーマーケットなどで地震に遭ったときは、ショーウィンドウから離れ、柱や壁ぎわに身を寄せ地震の揺れがおさまるのを待ち、係員の誘導に従って冷静に行動するようにしましょう。

◆防災危機管理課(☎21-9734)



情報館

◆市営住宅の入居者を募集します

建築住宅課(市役所4階)、公民館などでお配りする募集のしおりをご覧ください。
※応募多数の場合は抽選となります。

▽入居募集住宅

万田貝塚住宅(新築)39戸、各地区の空き家住宅17戸
▽申し込み期間 11月9日(月)～11月11日(水)

▽申し込み場所

市役所南附属庁舎2階D会議室
▽主な申し込み資格 次のすべてを満たす方

- ①20歳以上、または既婚
- ②平塚市に1年以上住民登録・外国人登録をしている
- ③収入が基準内
- ④市税などの滞納がない
- ⑤夫婦や親子主体の家族
- ※⑤は単身世帯用住宅には非適用

▽入居予定日 平成22年3月1日(月) ※万田貝塚住宅

☆しゅりやらいん☆

平塚市と周辺市町のイベント情報をお届けします

あつぎ国際大道芸(厚木市)

期日 11月7日(土)・8日(日)
場所 本厚木駅北口広場・厚木公園ほか



国内外から集まるパフォーマー44組が、本厚木駅周辺でトップクラスの演技を繰り広げます。
◆厚木市商業にぎわい課(☎046-225-2840)

宅(新築)は平成22年4月1日(木)
お問い合わせは、**建築住宅課**(☎21-8784)へ。

◆市営住宅の指定管理者を募集します

▽募集要項 建築住宅課(市役所4階)で配布します
※市のウェブサイトでダウンロードすることもできます
▽説明会 10月30日(金)
※応募団体は必ず参加してください

▽応募期間

12月7日(月)～17日(木)
お問い合わせは、**行財政改革推進課**(☎21-9604)へ。

◆秋の風物詩を見に行こう

総合公園で「菊花展」
愛好家が育てた菊を展示します。菊作りの指導や相談、苗の販売もします。
▽日時 10月31日(土)～11月12日(木)、午前10時～午後4時
▽会場 総合公園ふれあい動物園北側
お問い合わせは、**商業観光課**(☎35-8107)へ。

◆下水道排水設備工事責任技術者試験を実施します

①責任技術者更新講習会
▽期日 平成22年1月14日(木)・15日(金)
▽会場 関内ホール(横浜)

市中区住吉町4-42-1)
▽受講料 5200円
②責任技術者試験
▽期日 平成22年2月17日(水)

◆市営住宅の指定管理者を募集します

▽募集要項 建築住宅課(市役所4階)で配布します
※市のウェブサイトでダウンロードすることもできます
▽説明会 10月30日(金)
※応募団体は必ず参加してください

▽応募期間

12月7日(月)～17日(木)
お問い合わせは、**行財政改革推進課**(☎21-9604)へ。

◆カウント・ベイシー・オーケストラ結成75周年ツアー

▽日時 平成22年2月7日(日)午後4時開演
▽会場 市民センター
▽入場料 S席6000円・A席4500円・学生席(大学生以下)2000円
※全席指定
▽チケット 10月18日(日)午前10時から、市民センターほかで販売します
お問い合わせは、**文化財団**(☎32-2267)へ。

◆シニアボランティア入門講座を開きます

ボランティア活動の体験談を聞き、活動を始めようか検討しませんか。
▽日時 10月31日(土)午後2時～4時
▽会場 市民活動センター
▽講師 早瀬英男さん(歩く箱根山の会会員)、井上駿さん(ひらつか自治体財政研究会代表)、保坂弘子さん(八ローパトロール代表)
▽定員 30人(先着順)
お申し込みは、**市民活動センター**(☎21-7517)へ。
◆生きがい事業団まつりを開きます
生きがい事業団の活動を紹介します。また、木工・工作・手芸などの教室を開

STOP 地球温暖化 エコライフのすすめ

第7回 生物多様性



川の生物の観察会
1992年に開かれた地球サミットで「温暖化防止条約」とともに採択されたのが「生物多様性条約」です。日本では昨年、生物多様性基本法が制定され、来年10月には名古屋で第10回締約国会議(通称COP10)が開催されます。「生物多様性」とは生物の種類の豊富さのこと。それを維持していきこうというのが生物多様性の保全ということです。身近な場所に多様な動植物が生息できる環境を作ること、人間が生きていくためにも重要なことです。また、多様な動植物との交流が子どもたちの心身をはぐくむという教育的な意味もあります。身近な自然に親しんだり、環境を保全したりする活動に参加してみたい方はいかがでしょうか。
◆環境政策課(内線2266)

▽日時 10月15日(木)～20日(火)、午前10時～午後5時
※最終日は午後3時まで
▽会場 ひらつか市民プラザ
お問い合わせは、**生きがい事業団**(☎33-2335)へ。
◆高山市の友だちと一緒に「スノー交流しませんか」
友好都市・岐阜県高山市の小学生と、スキーや雪遊びをして交流しませんか。
▽日程 12月26日(土)～28日(月)
▽対象 市内にお住まいの小学校5・6年生
▽定員 男女各10人(抽選)
▽参加費 1万8000円
▽締め切り 10月31日(土)
お申し込みは、市内小学校で配付する申込書に必要事項を記入して、**文化・交流課**(〒254-0031天沼7-8・☎25-2520)へ。
※市のウェブサイトから申し込みすることもできます
◆学童まつりに出かけてみませんか
バザーや活動紹介、入所相談などをします。
▽日時 10月18日(日)午前10時～午後2時
▽会場 青少年会館ほか
お問い合わせは、**青少年課**(☎21-8769)へ。

◆「青年海外協力隊」シニア海外ボランティア説明会
▽説明会(日時/会場) 10月18日(日)午後2時～3時
▽青年海外協力隊(20歳～39歳)10月18日(日)午後2時30分開始/JICA横浜・10月23日(金)午後7時開始/相模原南市民ホール・10月30日(金)午後7時開始/藤沢産業センター
◆シニア海外ボランティア(40歳～69歳)10月18日(日)午前10時30分開始/JICA横浜・10月27日(火)午後7時開始/相模原南市民ホール
お問い合わせは、**文化・交流課**(☎25-2520)へ。
◆七夕写真コンクール入賞作品を展示します
▽日時 10月22日(木)～27日(火)、午前10時～午後8時
▽会場 梅屋ユニー館6階イベントホール(紅谷町5-20)※会場では観光風景写真コンクール入賞作品も展示します
お問い合わせは、**商業観光課**(☎35-8107)へ。
◆死について考える「なるほど講座」を開きます
▽日時 11月28日(土)午後2時～4時

◆恒久平和を祈念する集いに参加ください
▽日時 10月23日(金)午前10時30分～11時30分
▽会場 平和慰霊塔前(八幡山公園)
お問い合わせは、**福祉総務課**(内線2148)へ。
◆平成22年度納税通知書用封筒に広告を募集します
▽募集数 4枠
▽掲載料 1枠7万円
▽掲載サイズ 縦40ミリ×横90ミリ
▽製作予定数 19万5000部
▽申し込み期限 11月16日(月)
お問い合わせは、**市税総務課**(☎21-8769)へ。

平塚法人会社団化40周年記念講演会
テーマ 「私の取材ノートから」
講師 元NHKアナウンサー **松平定知さん**

▷日時 11月11日(水)午後2時開演
▷会場 中央公民館大ホール
※公民館北側の浅間緑地に臨時駐車場を用意します
▷定員 700人(先着順)
お申し込みは、住所、氏名、電話番号、参加人数を平塚法人会(〒254-0807 代官町11-38・☎21-2891・FAX24-0785)へ。

NHKでは連想ゲーム、日本語再発見、その時歴史が動いたの司会などを担当

TRUbank Hiratsuka 平塚信用金庫 相談センター しあわせプラザ

平日午後 5時まで営業
平塚信用金庫 本店2階 平日9:00～17:00
しあわせプラザは、お客さまのためのご相談窓口です。お気軽にご相談ください

年金相談 どの手続き?いくらもらえるの? 社会保険労務士等がお答えします
ローン相談 住宅ローン(新築・建替・リフォーム・借換) マイカー・個人・教育ローン・カードローン
経営相談 財務診断・創業相談・事業承継等 中小企業診断士等がお答えします
資産運用相談 各種商品を取り揃えております お気軽にご相談ください
法律相談 弁護士がお答えします 第1,3木曜日 13:30～16:30
税務相談 税理士がお答えします 第2,4木曜日 13:30～16:30

休日相談会も開催中 (毎月第3日曜日) 今月の休日ローン・年金相談会は 10月18日(日) です 相談時間 9:00～17:00

〒254-0043 平塚市紅谷町11-19 平塚信用金庫 本店2階 受付・お問合せはこちらの番号へおかけください
http://www.shinkin.co.jp/hiratsuka ☎0463-25-6730

広報ひらつかの有料広告主を募集しています
広報ひらつかに広告を掲載しませんか。市では右の広告スペースにお店や会社のPRを掲載する広告主を募集しています。
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

11月のカレンダー

会場・問い合わせ先は保健センター(☎55-2111)です。母子健康手帳を忘れずにお持ちください。

母親父親教室

妊婦さんとご家族が対象の教室です。

【母親父親教室】

- 2日(月)午後1時30分～3時15分 歯の衛生・妊娠中の過ごし方
- 7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)
- 16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
- 28日(土)午前1時30分～3時30分 赤ちゃんのおふる、妊婦体験
- 【プレババ&ママクッキング教室】
- 28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】 妊娠中の健康管理や新生児に関する相談をご自宅でお受けします(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か月に成る月が対象)

●実施日 10日・17日・24日(火)

◇対象 3歳のお子さん(3歳2か月に成る月が対象)

●実施日 5日・12日・19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

●11日(水)午後1時30分～2時30分

●26日(木)午前9時30分～10時30分

離乳食の教室

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、26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、6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、5日(木)午前10時30分～11時30分

育児ひとことアドバイス

むし歯菌はうつる?

生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には、むし歯菌は存在せず、生活をしていく中で、身近な大人からうつるものだといわれています。赤ちゃんにむし歯菌をうつさないよう、むし歯があったら治療をし、日ごろから歯の健康を保ちましょう。また、大人が自分のはしなどで赤ちゃんに食べ物を与えることは、むし歯菌

をうつす原因になることもあり注意が必要です。

赤ちゃんのむし歯には、食習慣や歯みがきなどが大きく関係します。正しい食習慣や歯みがきが楽しくできるような雰囲気づくりを忘れずに。



嶋崎陽哉ちゃん
平成20年10月17日生まれ
(東真土三丁目)



加瀬友晴ちゃん
平成20年10月31日生まれ
(中原一丁目)



仲谷美晴ちゃん
平成20年11月11日生まれ
(徳延)

▶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28人でした



坪井優奈ちゃん
平成20年10月21日生まれ
(貝附町)



柳田心愛ちゃん
平成20年12月26日生まれ
(纏)



添田悠人ちゃん
平成21年2月4日生まれ
(西八幡四丁目)

★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、24日(火)午前10時30分～11時30分

【ダイジェスト版離乳食教室】 離乳食の開始から卒業までのポイント。

●5か月～1歳6か月児対象。14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】

●2歳児の特徴と接し方、親子遊び 6日(金)午前10時30分～11時30分

●楽しい食事と好き嫌い 13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 20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。

●18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。

●10日(火)・28日(土)、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。

●20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

メールで答える離乳食相談室

www.city.hiratsuka.kanagawa.jp/kenko/kodomo-soudan-mail.htm



旬の食材で健康メニュー

ホクホクでおいしいさつまいもが市内の直売所などに並ぶ季節になりました。さつまいもは栄養価が高く、お子さんのおやつにもぴったり。ちょっと面倒...という方にも手軽に美味しくできるのでお勧めです。

【作り方】

- ①さつまいもは皮付きのままよく洗い、一口大の乱切りに。水に浸してあく抜きをした後、水気を切る。
- ②フライパンにごま油を熱し、さつまいもを入れてグラニュー糖、塩を振り入れてふたをする。
- ③焦げないように時々フライパンを揺すりながら5～6分火を通し、柔らかくする。
- ④仕上げに黒いりごまを振ってできあがり。



今月一品 かんたん大学いも

◆材料(2人分)

- さつまいも.....大1本
- ごま油.....大さじ1
- グラニュー糖.....大さじ2
- 黒いりごま.....小さじ1
- 塩.....少々



協力 平塚市食生活改善推進団体ママの会



ひらつかスケッチブック

市内の北部や西部に広がる田園。ついこの間まで青々と茂っていた稲は、秋風が吹いたと思っただけあっという間に色付き、今では重そうに頭を垂れています。黄金色のじゅうたんの産量を誇る稲作地ということを感じ出し、実りのありがたさを感じます。

この広報紙が出るころには、市内各所で稲の刈り入れが始まります。コンバインで一気に刈り取るのが主流ですが、昨年、金田地区でなつかしい光景を目にしました。一株一株、かまを使って稲を刈り取っていく人たちが。中には子どもたちの姿も。どうやら、稲刈り体験を楽しんでいる家族のようでした。

平塚で栽培されている米は「キヌヒカリ」という水稲が中心。やわらかい粘りと、コシヒカリよりさっぱりとした口当たりが人気だとか。とれたての新米が、店頭で並ぶのが待ち遠しいこのごろです。

黄金色に広がる実りの秋

絵 吉川嘉郎さん