

# 身近な人の命のために

日本赤十字社の神奈川県支部平塚市地区では、命と健康を守るための講習会を開いています。もしもの時のために、受講してみませんか。

問 福祉総務課 ☎21-9862

平塚市地区の講習会では、平塚市赤十字奉仕団が活躍しています。

「いざという時に勇気をもって一歩踏み出せる人を、多く育てることが目標です」と、同奉仕団の委員長、相原隆文さんは語ります。設立から30年以上、多くの団員に支えられながら活動してきた同奉仕団。現在、老若男女を問わず50人を超える団員が所属し、市内の講習会で活躍しています。

「以前に比べて講習の参加人数が減っていると感じます」と活動の課題を話す相原さん。多くの方が



「実践から知識を身に付けます」と話す相原さん(左)

参加できるよう、公民館や大学などさまざまな場所で、積極的に講習をしています。「若い世代はもちろんのこと、高齢者にもぜひ講習に来てほしいですね。身近な人が自宅などで倒れてしまったとき、救急車の到着を待っている間に行動できるようになってほしいです」と熱を込めます。

## 充実した講習内容

講習会で学べるのは、人工呼吸・胸骨圧迫・気道異物の除去方法・傷病者の保温方法・AED(自動体外式除細動器)の使用法など。救護対象を定めた講義などもしており、より充実した知識を身に付けられます。

また、「訓練をするだけでなく、応急処置が必要な状況に陥らないようにする『防止』の考え方も、講習では重要視しています」と相原さんは強調します。

## あなたもぜひ参加を

「団員はみんな、親切丁寧な指導や対応を心掛けています」と話す相原さん。「皆さんの参加をお待ちしています。講習の依頼があればどこへでも伺いますよ」と呼びかけます。

## 各講習会の日程

勤労会館。①～③は検定試験があります。抽選。

①救急法基礎と救急法救急員の養成 2月17日(土)・18日(日)・24日(土)、全3回、午前9時30分～午後5時30分。中学生を除く15歳以上の方20人。3,200円。

②救急法救急員の養成 2月17日(土)・18日(日)・24日(土)、全3回、午前9時30分～午後5時30分(17日は2時40分から)。救急法基礎講習を修了している方または赤十字ベーシックライフサポーター認定証をお持ちの方10人。1,700円。

③幼児安全法支援員の養成 2月17日(土)・18日(日)、全2回、午前9時30分～午後5時30分。中学生を除く15歳以上の方20人。1,800円。

④幼児安全法支援員の資格継続研修 2月24日(土)正午～午後4時。資格があり、認定証の有効期限が1年未満の方20人。800円。

募 講習会名・開催日程の初日・必要事項・生年月日(②④は以前に取得した認定証の両面の写しも)を、①③ははがき②④は封書で、1月29日(月)までに、福祉総務課 ☎21-9862へ。認定証を紛失した場合は、事前に日赤神奈川県支部 ☎045-681-2123で再発行の手続きをしてください。

大切な方を自死(自殺)で亡くした方の集いです。参加者がお互いのプライバシーを尊重

### わかちあいの会

2月16日(金)午前10時～11時30分。中原公民館(御殿2-17-38)。市内在住・在勤の方30人(先着順)。筆記用具・飲み物。  
電話で、高齢者よろず相談センター ☎31-6957へ。

### 家族介護教室

腰痛・肩こりの予防運動や、いざという時の応急手当など、運動が健康寿命に与える影響などを学びます。  
1月27日(土)午後4時～5時30分。保健センター。80人(先着順)。  
電話で、平塚市医師会事務局 ☎52-0355へ。

### 健康スポーツ医学講座

し、気持ちを分かち合います。  
2月6日(火)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

### 認知症サポーター養成講座

## 健康と福祉

4面 応募方法は

## 子どもの健康 ●●●●●●●●●● 2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。  
問 健康課 ☎55-2111

### ◆育児相談

身体計測や生活の様子などの育児相談。  
7日・14日・21日の水曜日、午前9時30分～10時30分。

### ◆7カ月児相談

成長発達の確認と相談。  
6日・20日・27日の火曜日、午前9時～10時受け付け。

### ◆歯科健康診査(予約制)

7日(水)午後1時～2時

30分。15日・22日の木曜日、午前9時～10時30分。2歳1カ月児～2歳6カ月児。

### ◆母親父親教室(予約制)

★妊娠中の過ごし方、歯の手入れなど。3日(土)午前10時30分～午後1時30分。妊婦とその家族。  
★先輩ママの体験談など。23日(金)午後1時30分～3時15分。妊娠8カ月以降の方と家族。同時開催の祖父母教室では、沐浴・おむつ交換などをします。

### ◆乳児の個別健康診査

実施医療機関へ直接お申し込みください。4カ月児・8～10カ月児。実

施医療機関の一覧表は、ウェブまたは保健センターにあります。

### ◆歯つびい はみがき教室(予約制)

歯みがき準備期編。13日(火)午前10時～11時。8カ月児～1歳0カ月児。  
◆離乳食教室(予約制)  
★5・6カ月児 19日(月)午後1時30分～2時40分。  
★7・8カ月児 16日(金)午後1時30分～2時45分。  
★9カ月児～1歳6カ月児 26日(月)午前10時30分～11時30分。

★ダイジェスト版 5カ月児～1歳6カ月児 24日(土)午前10時30分～正午。

### 広告

## 絵画教室生徒募集

アトリエオクトでは中学生から80代の方までが受講しています。少人数制で、ご自分の都合により予約・受講回数など自由に選択できます。絵画の基本から順を追ってアクリル絵の具を使って進めますので、初心者の方でも安心していつからでも始められます。



受講料1単位3時間 3,150円  
午前10:00～13:00 午後14:00～17:00  
月曜から日曜まで 毎日開講(要予約)

画材&ギャラリー-OCT オクト  
お問合せ 0463-34-1098  
http://www.octkun.com/

## 年金の予約相談を実施しています

平塚年金事務所では、お電話にて1ヶ月先までの年金相談及び請求手続きのご予約を受け付けています。ご予約の際は、基礎年金番号の分かる年金手帳等をご用意の上、お電話ください。

### ご予約をいただくと・・・

- ①お客様の都合に合わせてスムーズに相談できます!
- ②相談内容にあったスタッフが丁寧に対応します!

\*予約相談の時間帯 8:30～16:00 (月～金曜日)  
\*予約受付電話 (ねんきんダイヤル) 0570-05-1165 (当日予約不可)

平塚年金事務所 〒254-8563 平塚市八重咲町8-2

## Jアラートの県内一斉訓練

1月31日(水)午前11時ごろに、市内全域の防災行政用無線で、国民保護サイレンの訓練放送をします。実際の災害とお間違えないよう、お気を付けください。市ウェブでは、弾道ミサイルの落下など緊急時にとるべき行動をお知らせしています。日頃からご確認ください。

問 危機管理課 ☎21-9863

## ちゅうおう FESTA



中央公民館の利用団体が、芸能発表や作品展示をします。  
1月27日(土)・28日(日)、午前9時～午後5時(28日は午後4時まで)。中央公民館。  
☎ 中央公民館 ☎34-2111

2月9日(金)午後2時～3時30分。西部福祉会館(公所868)。60歳以上で市内在住の方30人(先着順)。筆記用具・室内履き。  
電話または直接、午前9時～午後4時に、西部福祉会館 ☎50-5525へ。

**住宅改修の受領委任払制度の事業者向け説明会**  
2月9日(金)午後4時～5時30分。本館7階720会議室。介護保険制度が適用される住宅改修で、新たに受領委任払制度の登録を希望する事業者は、必ず受講してください。  
電話で、2月5日(月)までに、介護保険課 ☎21-8790へ。

**エンディングノートの書き方講座**  
遺言状との違いなども解説します。  
2月9日(金)午後2時～3時30分。西部福祉会館(公所868)。60歳以上で市内在住の方30人(先着順)。筆記用具・室内履き。  
電話または直接、午前9時～午後4時に、西部福祉会館 ☎50-5525へ。

**家族介護リフレッシュ**  
腰痛肩こり予防プログラムで心と体をスッキリさせます。  
市内在住で家族を介護している方。先着順。  
①2月2日(金)午前9時30分～午後0時30分・午後1時30分～4時30分。福祉会館。各12人②8日(木)午前9時30分～午後0時30分。リフレッシュプラザ平塚(大神3344-4)。6人。  
電話で、福祉会館 ☎33-3100へ。

**歯周病を学びませんか**  
歯周病と糖尿病の関係や、歯科医による生活習慣病予防の話などがあります。  
2月4日(日)午後2時開演。平塚プレジール(八重咲町3-1)。

**認知症予防教室**  
認知症高齢者を守る法律・制度の話や、脳活性化運動のコグニサイズ体験(下写真)などをします。  
2月16日(金)午後1時30分～3時。大野公民館(東真土2-12-1)。65歳以上で市内在住・在勤の方と家族30人(先着順)。室内履き・飲み物・筆記用具。動きやすい服装で。  
お越しく下さい。  
電話で、高齢者よろず相談センター倉田会 ☎53-1930へ。

**USA リージョナルズ 神奈川大会**  
500円。  
総合公園管理事務所 ☎35-2233

**ひらつかサン・ライフアリーナを無料開放**  
2月5日(月)午前9時～午後5時。午前8時30分から受け付け。卓球10台・バドミントン2面・ソフトテニス・バレーボール(当日先着順)。詳しくは馬入ふれあい公園ウェブをご覧ください。  
馬入ふれあい公園管理事務所 ☎25-0011

**世界の客船広告の展示**  
戦後すぐに使われていた、船旅の広告を展示します。  
2月1日(木)～28日(水)、午前9時～午後5時(土・日・祝日を除く)。平塚本宿郵便局(平塚2-30-1)。  
府川 ☎33-5665

**美文字を書いてみよう**  
1月26日(金)・2月2日(金)、午後2時30分～4時。青少年会館。  
実用ペン習字の杉山 ☎34-2725

**怒りの感情に向き合う アンガーマネジメントの方法**  
メンタルヘルスの話です。  
1月27日(土)午後1時30分～3時30分。市民活動センター。  
NPO法人ワーカーズ・コレクティブ笑顔 ☎36-6118

**湘南蘭友会 洋蘭展**  
洋蘭の人気投票などもします。  
1月20日(土)～23日(火)、午前10時～午後6時(23日は午後5時まで)。ラスカ平塚6階(玉町1-1)。  
湘南蘭友会の仲田 ☎55-7722



体を動かして脳を活性化させます

## 30年度の広告を募集します

広告は広告主が作成し、作成費用は自己負担です。発行部数は約11万5000部で、市内の全世帯にポストインングでお届けしています。  
掲載は毎月第3金曜日号の4～7面など。8枠。掲載位置は選べません。詳しくは市ウェブをご覧ください。  
本館4階の秘書広報課 ☎21-8761や市ウェブにある掲載申込書と広告のデザイン案を、郵送または直接、2月16日(金)までに、同課へ。

4枠	3枠	2枠	1枠
縦96ミリ×横237ミリ 18万6000円	縦96ミリ×横178ミリ 14万4000円	縦96ミリ×横118ミリ 10万3000円	縦96ミリ×横59ミリ 6万2000円

## お知らせ掲示板

**湘南蘭友会 洋蘭展**  
洋蘭の人気投票などもします。  
1月20日(土)～23日(火)、午前10時～午後6時(23日は午後5時まで)。ラスカ平塚6階(玉町1-1)。  
湘南蘭友会の仲田 ☎55-7722

**美文字を書いてみよう**  
1月26日(金)・2月2日(金)、午後2時30分～4時。青少年会館。  
実用ペン習字の杉山 ☎34-2725

**怒りの感情に向き合う アンガーマネジメントの方法**  
メンタルヘルスの話です。  
1月27日(土)午後1時30分～3時30分。市民活動センター。  
NPO法人ワーカーズ・コレクティブ笑顔 ☎36-6118

**世界の客船広告の展示**  
戦後すぐに使われていた、船旅の広告を展示します。  
2月1日(木)～28日(水)、午前9時～午後5時(土・日・祝日を除く)。平塚本宿郵便局(平塚2-30-1)。  
府川 ☎33-5665

## スポーツ

**USA リージョナルズ 神奈川大会**  
500円。  
総合公園管理事務所 ☎35-2233

**ひらつかサン・ライフアリーナを無料開放**  
2月5日(月)午前9時～午後5時。午前8時30分から受け付け。卓球10台・バドミントン2面・ソフトテニス・バレーボール(当日先着順)。詳しくは馬入ふれあい公園ウェブをご覧ください。  
馬入ふれあい公園管理事務所 ☎25-0011

**世界の客船広告の展示**  
戦後すぐに使われていた、船旅の広告を展示します。  
2月1日(木)～28日(水)、午前9時～午後5時(土・日・祝日を除く)。平塚本宿郵便局(平塚2-30-1)。  
府川 ☎33-5665

## 相続税・相続手続 個別無料相談会開催

将来に備える相続全対策!!

**ご相談内容**  
相続税申告・相続対策・遺言・名義書換など

日時 平成30年1月27日(土) 午前9時～午後5時

場所 平塚市松風町18-36 当社1階東A会議室 随時、個別のご相談もお受けいたします。

お気軽にお問い合わせください。  
フリーダイヤル ☎0120-002-503

相続税の相談は **めぐみ税理士法人** 電話0463-21-2494

(株)あんしん相続サポートセンター  
http://anshin-souzoku-support.jp/

## 不動産の売買・賃貸・管理・相続・リフォーム・建替・新築など全てお任せください!

**DAIYU** 不動産の総合デパート  
GENERAL DEPARTMENT OF REAL ESTATE  
株式会社 大雄

☎0463-33-8000

〒254-0075 平塚市中原1丁目17番1号 FAX.0463-33-8080  
神奈川県知事許可(12)第7627号 (公社)神奈川県地建物取引業協会会員 (公社)首都圏不動産公正取引協議会加盟

## 相続・借金でお悩みの方へ

相続で不安なことありませんか? **相続**  
不動産の名義変更・遺産分割協議書作成などお手伝いいたします。

**借金** 利息を払いすぎていませんか?  
消費者金融・カードローンなどで借金を返済中の方、または10年以内に完済した方。利息を払いすぎている可能性があります。払いすぎた利息の返還請求をします。

**その他** その他債務整理、不動産・商業登記の業務も受付中!

**無料相談実施中!**  
是非ご相談ください。(要予約・出張可)  
神奈川県司法書士会所属 認定司法書士 **片野 昭彦**

**片野司法書士事務所**  
〒254-0042 神奈川県平塚市明石町24番33号201A  
☎0463-22-6686 (片野司法書士事務所 検索)



自分だけの石を彫る

華やかに新年を迎える

お正月リース作り教室が12月17日、ひらつかサン・ライフアリーナでありました。

植物のつるを土台に松や造花のツバキのほか、松ぼっくりや木の実など自然の素材を使って作るリース。参加者は時折、壁に掛けて眺めながら、色鮮やかなオリジナルリースを作っていました。



ワークショップ滑石の彫刻教室が12月16日・23日、美術館でありました。

鉱物の中でも最も軟らかい滑石を、彫刻刀などで思い思いの形に彫っていく参加者。立体的なイメージを膨らませながら、慎重に彫っていました。



研ぎ澄ませて感じる

特集展「所蔵作品による なんだろう展+新収蔵品展」を2月25日(日)まで、美術館で開いています。

同館が所蔵する1万点以上の中から、およそ30点を展示。作品には題名や作者名、解説文はありません。幻想的な作品の前で足を止めて「なんだろう」と考えてみませんか。

図書館の仕事を体験

中学生・高校生のボランティア8人が12月26日～平成30年1月5日、中央図書館で活動しました。

参加者は本棚の整理や返却された本の配架を担当。立ち並ぶ本棚から文書分類記号などを頼りに予約本を探す作業では、「見つけるのは難しい」と話しながらも楽しく活動していました。



競輪日本一決まる

競輪最高峰のレース「KEIRIN グランプリ2017シリーズ」を12月28日～30日、平塚競輪場で開催しました。3日間で2万7,341人が来場し、期間中の売り上げは約114億円。レースは浅井康太選手が優勝し、2年ぶり2回目の日本一に輝きました。



写真リポート



クリスマスビーチフェスタが12月22日～24日、湘南ベルマーレひらつかビーチパーク by shonanzoenでありました。ビーチセンターやヨットなどをイルミネーションで飾る同イベントは、海がある平塚ならではの海辺を彩りました。

中身は何か?

「本の福袋」の貸し出しが12月22日～28日、中央図書館でありました。

子ども向け・大人向けの2種類があり、それぞれテーマごとに分けられてはいるものの、袋の中身は見えません。借りに訪れた人は、袋に書いてあるテーマの紹介文を頼りに、楽しそうに福袋を選んでいました。



美しく輝く砂浜

食堂から発信! 新鮮でおいしい 地場産食材



落合克宏 市長こらむ

仕事始めの1月4日、市役所本館がランドオープンしました。ラウンジや緑豊かな屋外広場などを設けたこの庁舎を、市民の皆さんに親しまれる場所にしたいという思いが、私にはあります。

昨年末、庁舎東側の屋外の階段からも出入りできる2階に「れすとらん・かふえアルテール」が開業しました。フランス語で「星を意味する」アルテールの店内は、明るく開放感があります。暖かくなれば、屋外のテラス席で緑を眺めながらくつろげます。

平塚産の採れたて野菜を使った、一押しメニュー「ひらベジカレー」を早速、食べました。小松菜とトマトは、色鮮やかで新鮮そのもの。まろやかな味のルーが「辛すぎなくて、子どもも喜びそう」と一緒に食事をした子育て中の職員にも好評でした。当面は平日のみの営業で、お昼時は混み合いますが、近くにお越しの際は、皆さんもお立ち寄りください。

ところで、「アルテール」で使



地場産食材を使ったひらベジカレーは450円

用するお米は、平塚産のキヌヒカリです。店長は「地産地消を心掛け、食材選びにも工夫を凝らしています」と語っていました。さまざまなメニューに旬の野菜を取り入れて、平塚の食の魅力が市役所の食堂からも発信していただきたいと期待を寄せています。

平塚の食の魅力は、東海大学湘南キャンパスにある学生食堂でも発信されています。平塚産の野菜を取り入れたサラダバーが昨年9月から本格的に始まりました。東海大学学生と市長の対話集会に参加した学生さんも「みずみずしくおいしいうから、毎日利用する人も多いんです」と話してくれました。豊富な種類の地場産野菜が、学生の健康志向に一役買っているという、大変うれしく思いました。今後、市民の皆さんをはじめ、市内で働く人や学ぶ人の食を支える場に、地場産品を取り入れていただくことで、地域の恵みを味わい、魅力の再発見に結び付けてほしいと願っています。



☎ 秘書広報課 ☎ 21-8556

平塚海岸の沖合1kmにある「平塚沖総合実験タワー」は平塚の海のランドマーク的存在。この時期は真後ろから太陽が昇ってくるダイナミックな風景を見ることが出来ます。

もっと! 平塚のgoodな ギュッと! 写真募集中

インスタグラムの「#hiratsukagood」には、約1万6,000件の投稿が集まっています。身近にある風景など、平塚の魅力あふれる写真や動画を大募集中。皆さんの投稿が平塚市のPRにつながるインスタグラムで「手をつなぎたい街 湘南ひらつか」を全国にPRしましょう。

次回納期の市税・手数料

納付には、便利な口座振替をご利用ください。市内の郵便局・金融機関の窓口で、申し込みます。

①国民健康保険税(第8期)	21-87768
②後期高齢者医療保険料(第7期)	21-87768
③介護保険料(第8期)	21-87768
④清掃し尿従量手数料(第10期)	21-87768
納期最終日 1月31日(水)	
①保険年金課	21-87768
②保険年金課	21-87768
③介護保険課	21-87768
④循環型社会推進課	21-87768

