

健康と福祉

応募方法は4面

家族介護リフレッシュ

腰痛肩こり予防プログラムで疲れを癒やします。市内在住で家族の介護をしている方。先着順。

①7月6日(金)午前9時30分～午後0時30分・1時30分～4時30分。福祉会館。各12人②9日(月)午前9時30分～午後0時30分。南部福祉会館(袖ヶ浜20-1)。6人③12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 ☎33100へ。

認知症予防教室

認知症予防の講話をします。脳活性化運動のコグニサイズ(左写真)も体験できます。

7月11日(水)午後2時～3時30分。金田公民館(入野108-1)。市内在住・在勤の65歳以上の方と家族30人(先着順)。室内用運動靴・筆記用具・飲み物。動きやすい服装でお越しください。

電話で、高齢者よろず相談 ☎

談話センターとよだ ☎3612501へ。

成年後見・権利擁護・地域共生を学びませんか

成年後見を中心に、権利擁護・地域共生の講座を開きます。10月以降に開く市民後見人養成講座への参加を希望する方は、いずれかの日程に出席してください。

午後1時30分～4時45分。市内在住・在勤・在学の方各80人(抽選)①8月4日(土)。栗原ホーム(立野町31-20)②27日(月)。本館3階303・304会議室。

必要事項を、電話またはファクスで、①は7月13日(金)②は8月6日(月)までに、成年後見利用支援センター ☎3516175 又は ☎3777へ。手話通訳が必要な方はお問い合わせください。

お口の体操講座

7月18日(水)午後1時30分～3時。保健センター。市内在住・在勤の方40人(先着順)。電話で、健康課 ☎5512111へ。

健康ヨガ教室

7月24日(火)午後1時30分～3時。南部福祉会館(袖ヶ浜20-1)。飲み物・タオル・バスタオル・室内用運動靴。健康課 ☎5512111

うつ病家族教室

精神科医らが講話をします。7月20日～8月3日の金曜日、全3回、午後2時～4時。本館5階519会議室。うつ病を治

スポーツ教室に参加しませんか

テニス

7月4日～10月3日の水～金曜日、全11回。総合公園テニスコート。各15人。①②は1万6,450円③④は1万3,370円⑤は1万9,540円。

①Aコース 午前9時20分～10時50分。初心・初級・初中級の方②Bコース 午前11時～午後0時30分。初中級の方③J1コース 午後5時5分～6時5分。小学校2～4年生④J2コース 午後6時10分～7時10分。小学校5年生～中学生⑤Nコース 午後7時20分～8時50分。初心・初級の方。

バドミントン

7月17日～12月4日の火曜日、全10回、午前9時30分～正午。ひらつかサン・ライフアリーナ。60人。4,620円。

教室名・必要事項・年齢を、はがきで、〒254-0045見附町31-10まちづくり財団スポーツ事業課 ☎35-0102へ。同財団ウェブからも応募できます。

療中の方の家族30人(先着順)。電話で、6月15日(金)から、平塚保健福祉事務所 ☎3210130へ。

介護施設見学会・就職相談会を開催します

7月11日(水)。ハローワーク平塚(浅間町10-22)に①は午前9時②は午後1時15分集合。①平塚富士白苑(唐ヶ原1-2)わしんち元気・平塚(片岡833-10)。電話で、ハローワーク平塚 ☎2418609へ。

福祉事業所の製品展示即売会

6月21日(木)・22日(金)、午前9時～午後5時(22日は午後4時まで)。本館1階多目的スペース。

障がい福祉課 ☎2118774

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、自身の趣味を生かす活動をする、ポイントが付きます。さまざまなポイントは、市内の名産品や地場産農水産物の詰め合わせ

セット、交付金などと交換できます。

7月13日(金)午前10時～11時30分。西部福祉会館(公所868)。市内在住の65歳以上の方。福祉会館 ☎3313100

認知症サポーターになりませんか

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配ります。午前10時30分～正午。先着順。

①認知症サポーター養成講座 ☎

スポーツ

スタンドアップパドルボード体験教室

サーフボードの上に乗って海上散歩が楽しめます。

7月21日(土)午前9時～11時・11時30分～午後1時30分。20日(金)午後4時の海上風速の予測が6以上の場合は22日(日)または8月4日(土)に延期。湘南ベルマーレひらつかビーチパーク(高浜台33-1)。市内在住の中学生以上の方、各7人(抽選)。3000円。

教室名・希望の時間・必要事項・年齢・ウェットスー

座 7月14日(土)。ぬくもりの家(中里35-1)。市内在住・在勤の方30人。室内履き・筆記用具・飲み物。

②親子で学ぶ認知症サポーター キーホルダー作りなどもします。8月7日(火)。本館3階303・304会議室。市内在住の小学生と保護者25組。筆記用具・飲み物。

電話で、①は高齢者よろず相談センターふじみ ☎5010へ②は地域包括ケア推進課 ☎2018210へ。

ツを借りる方は身長と体重を、はがきで、6月28日(木)までに、〒254-0045見附町31-10まちづくり財団スポーツ事業課 ☎3510102へ。同財団ウェブからも申し込めます。

ジュニアテニススクール

午後3時45分～4時35分。桃浜町庭球場(桃浜町34-18)。小学校1～3年生、各16人(先着順)。

①7月5日～9月20日の木曜日、全10回。1万3500円②7月6日～9月28日の、

協力をします

親子朝ごはんクッキング教室

7月27日(金)～31日(火)、午前10時30分～午後1時。保健センター。4歳以上の未就学児と保護者、各日12組(抽選・子どもは1家庭で2人まで)。小学生以上の兄弟も参加できます。1人300円。

第1、第2希望日・全員の必要事項・子どもの年齢を、はがきで、7月13日(金)までに、〒254-0082東豊田448-3健康課 ☎55-2111へ。



子どもの健康 7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

◆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。3日・24日の火曜日、午前9時～10時受け付け。

◆母親父親教室(予約制) 各30人(先着順)。妊娠8カ月以降の方と家族。

★出産までのプロセス・先輩ママの体験談など。20日(金)午後1時30分～3時15分。

★妊婦体験・産後の話・

育児のポイントなど。28日(土)午後1時30分～3時20分。

◆歯科健康診査(予約制) フツ素体験塗布なども

できます。4日(水)午後1時～2時30分。19日(木)午前9時～10時30分。2歳1カ月児～2歳6カ月児。

◆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、市ウェブまたは保健センターにあります。

◆歯つばい はみがき教室(予約制) 午前10時～

11時。★歯みがき準備期編 21日(土)。8カ月児～1歳0カ月児。

★歯みがきイヤイヤ克服編 10日(火)。1歳3カ月児～1歳6カ月児。

◆育児相談 身体計測や生活・歯の衛生・食事・母乳などの育児相談。4日・11日・18日の水曜日、午前9時30分～10時30分受け付け。

◆離乳食教室(予約制) 進め方など、成長に合わせたコースです。

★5・6カ月児 9日(月)午後1時30分～2時40分。

★7・8カ月児 6日(金)午後1時30分～2時45分。

★9カ月児～1歳6カ月児 23日(月)午前10時30分～11時30分。

◆産後ルーム「ママはぐ」(予約制) 赤ちゃんとの触れ合い遊び・産後体操など。2日(月)・17日(火)、午前10時～午後1時30分。4カ月未満の乳児がいる初産婦で、育児に不安がある方20組(先着順)。

◆産後メンタルヘルス(予約制) 臨床心理士による個別相談。不安や焦りなどの症状が2週間以上続き、育児や生活に支障があり、主治医のいない方またはその家族、3人(先着順)。申し込み後に日程を調整します。



①花菜ガーデン②市役所本館西側③総合公園南側④ホテルサンライフガーデン⑤八幡山の洋館

バラ映えるまち

5月上旬から、市内各所でバラが咲き誇りました。今年はまだまとまった雨と温暖な気候の影響で例年より2週間ほど早く開花。各所でバラの甘く濃厚な香りが漂い、訪れた人を楽しませました。

リトアニアを身近に

リトアニア展が5月22日～25日、市役所1階の多目的スペースでありました。

会場では、同国の魅力を紹介するパネルを展示し、伝統工芸の木工品を販売。また、本館2階のレストランではリトアニア料理が楽しめるワンプレートランチを提供。訪れた人はリトアニア文化に興味津々でした。



木炭で立体的に描く

木炭を使って描くデッサン教室が6月3日、美術館でありました。

紙との接地面積が多い木炭の特性を生かし、濃くのせたり、薄くのせたりして、明暗を表現する木炭デッサン。参加者は館内にある彫刻を描き、大きく大胆に木炭を走らせ、立体的に表現しました。

まちの話題

写真リポート

植物から環境を学ぶ

子ども環境教室の海岸編が6月2日、南部福祉会館や平塚海岸でありました。

浜辺の植物がテーマの講義を受けた後に、海岸へ移動。参加者は「この草の名前は何かだろう」と、手元の資料と足元の植物を熱心に見比べて観察しました。



里山で田植えを体験

田植え体験が6月2日、里山体験フィールドでありました。

参加した子どもは、足に吸い付くような泥の感触を楽しみながら、時に笑顔で、時に真剣なまなざしで苗を植えました。カエルやオタマジャクシなどとも触れ合い、梅雨入り前の初夏の一日を緑深まる里山で過ごしました。



新鮮な海の幸がずらり

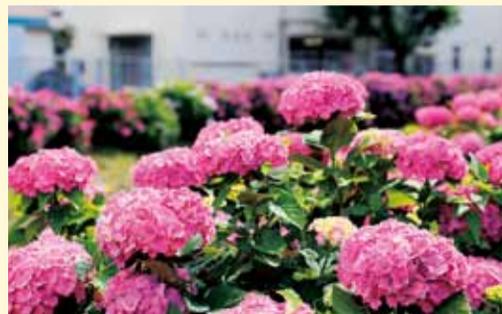
湘南ひらつか魚まつり朝市が6月3日、市水産物地方卸売市場でありました。

当日の朝に平塚沖で水揚げされた新鮮な魚や、地元で作られた干物などが販売されました。マグロの解体実演や漁師鍋の振る舞いなどのイベントもあり、会場は新鮮な魚を求める多くの来場者でにぎわいました。

よみがえる自然
地域の力で
あじさいまつり



落合克宏
市長こらむ



今年の河内川あじさいまつりは6月17日

「卯の花の匂う垣根に」と始まる唱歌「夏は来ぬ」。この歌詞の「匂う」は、卯の花(ウツギ)の香りではなく、美しさ、白い花が咲くさまの表現だと教わったのは、高校の古文の授業のことでした。

平塚の初夏の花といえは、アジサイでしょうか。総合公園や湘南平など、数ある見どころの中でも特におすすめなのが、旭地区を流れる河内川にかけての両岸約1・4キロにわたり、およそ2千株のアジサイが咲きそろいます。色とりどりのアジサイが川辺を彩る風景に、心が和みます。

30年ほど前の河内川は都市化の影響でごみが増え、人が寄り付かない場所でした。その惨状に心を痛めた地域の美化推進委員会の皆さんが中心となり、平成4年からボランティアで草取りやごみ拾いなどの清掃活動を開始。やがて、不法投棄やポイ捨てを防ぐため、県の協力も得てアジサイの植栽を始めたのだそうです。17年からは、地域全体を巻き込み、祭りも開いています。

「子どもの頃は辺り一面、水田が広がり、河内川で泳ぐのが楽しみでした。昔のように水遊びができる川にしたい」と語るのには、当初から活動に関わる、河内川あじさいの会の木村美江子副会長。地道な活動の結果、平成19年からは小学生の生き物調べも始まり、現在ではアユやウナギが観測されるほど、自然がよみがえってきました。

河内川をめぐる美化活動は地域の力を生かした、まちづくりのあるべき姿を見ることが、大変うれしく思います。ただ、木村副会長がもたらした「私たちも年を取ったからそろそろ引退したいけれど、引き継ぐ次の世代が少なくて」という言葉が気にかかります。

アジサイには、小さな花が寄り集まる姿から、「団結」「和気あいあい」などの花言葉があるそうです。地域の皆さんが心を寄せ合って目の前の自然や景観を守り続ける大切さを、アジサイはそっと教えてくれているようです。



インスタ投稿者が見つけた
#hiratsukagood
☎ 秘書広報課 21-8556

全国三大七夕祭りの一つ、湘南ひらつか七夕まつり。そろそろ準備が始まって、まちが七夕飾りで華やかになりますね。7月6日(金)～8日(日)に開催する今年の七夕まつりも楽しみです!

- 納期最終日 7月2日(月)
- ① 市県民税(第1期)
 - ② 国民健康保険税(第1期)
 - ③ 介護保険料(第1期)
 - ④ 清掃し尿従量手数料(第3期)
 - ⑤ 清掃し尿定額手数料(第1期)
 - ⑥ 清掃ごみ定額手数料(第1期)
- 納税課 ☎ 21-8769
 ① 納税課 ☎ 21-8769
 ② 保険年金課 ☎ 21-8775
 ③ 介護保険課 ☎ 21-8790
 ④ ⑤ ⑥ 収集業務課 ☎ 21-8796

湘南ベルマーレ

現在、大混戦のJ1リーグ。ぜひ熱い声援を送りましょう。
前売り券
自由席大人2,600円、小・中学生・高校生800円など。市内の小学生は、ドリームパスポートを使うと無料で観戦できます。

7月18日(水) 19:00 VS 鳥栖 BMWス