

1~3面… 得集 熱中症を予防して夏を快適に…熱中症予防 に必要な水分・栄養補給などを紹介します。

**4~7面**…募集・健康と福祉・お知らせ・スポーツ 「子どもの健康」「がんばれ湘南ベルマーレ」など

目

次

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。 スマートフォンアプリ「マチイロ」からもご覧いただけます。



●発行 平塚市 ●編集 秘書広報課 ●法人番号 3000020142034 〒254-8686 神奈川県平塚市浅間町9番1号 ☎0463-23-1111 m0463-23-9467

「熱中症の予防方法や症状

すると、体温が上昇

熱

中症を引き起こします。 体内のバランスが崩れて、

# 熱中症を予防して夏を快適に

いよいよ夏本番を迎えます。暑さに慣れていないこの時期は熱中症に要注意。 しっかり対策して、安全に夏を過ごしましょう。

節がうまくできなくなりま

のいずれかに問題が生じる

一歩です」と強調します。こ



6月24日に旭南公民館で開かれた熱中症予防 教室で「人ごととは思わずに対策を」と注意喚 起する鈴木看護師

遮ったりして、過ごしやすい 握して、エアコンや扇風機な リーンカーテンで直射日光を どを活用したり、すだれやグ 境 境を整えること。 ②バラン

身を守るための行動をするこ 力アップの運動をしたりと、 に負けない体を作るために筋 日傘や帽子を使ったり、暑さ い体を作ること。そして、 な睡眠、休養で暑さに負けな スの取れた食事とじゅうぶん 3

> を知っている方は少ないかも ングで摂取するのが効果的 ると思いますが、どのタイミ です。多くの方が意識してい

乾きのサインに気付く しれません」と危惧します。 中症予防では「喉が渇く

把握しやすいため有効活用し

てください」と呼び掛けます。

体力を過信しないことも重

策用のあめなどは、塩分量を 分制限のある方でも熱中症対

飲み込めなかったりしたら、 目安として、 で一口でいいので水分を取 水分不足のサインです。そこ にします。「乾きの状態を知る 前に水分を取ろう」とよく耳 てください」と促します。 い。唾液がたまらなかったり、 唾液をためてみてくださ 30秒間口を閉じ

> 考えはやめ、常に注意を払っ 要です。「私は大丈夫だという

水分は一度にたくさん取る 相談できるよう、 たら、まずはかかりつけ医に 防策・対応策を知って、 帯するなど、自分でできる予 周囲の人と気を配り合ってほ てください。家族や友人など いです。体調に異変を感じ 連絡先を携

、①部屋の温度・湿度を把熱中症の予防に必要なの |要なのは水分補給のタイミング

てほしいです」と訴えます。 ん。人ごとだと思わず、年齢 がなってもおかしくありませ 診しました。熱中症はいつ誰 ポーツをしていた子どもも受 現役世代や、日差しの下でス 者に限らず、 症状はさまざまでした。高齢 意識を失って倒れた方など、 具合が悪くなった方や、急に 返る鈴木看護師。「夜になって 齢者の割合が高かったと振り 受診した患者の中で、特に高 昨年、熱中症で市民病院を

接しています。

鈴木看護師は、「熱中症対策

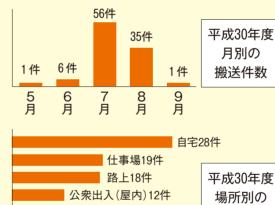
師として、日々多くの患者と を習得した救急看護認定看護 ズなどに対応できる看護技術 療の現場や災害時の医療ニー 木多恵子主任看護師。救急医 話す、市民病院救急病棟の鈴 が、自分の身を守ります」と など、正しい知識を持つこと

仕事をしている

だ・行動』の三つです。これ で注目すべきは『環境・から

らを理解することが予防の第

昨年、全国で被害が多発した熱中症。平塚 市でも100件近い救急搬送がありました。今年 もすでに6件(7月11日現在)の搬送があります。 人ごととは思わずに、予防対策を入念に。 56件 平成30年度 35件



その他5件 ※公衆出入…公共施設や商業施設など多数の人が集う場所

公衆出入(屋外)11件

教育施設6件

分や塩分制限のある方は、 取ってほしいですね。スポー ツドリンクが最適ですが、 分を含む水をコップ1杯程 れます。起きてすぐに、 です」と解説する鈴木看

ためには水分と塩分をこまめ

中でも、「熱中症にならな

の3点です。

に補給することがとても重要

### 中 も C

富な麦茶が適しています。

塩

ロリーを含まず、ミネラル豊



「モニターから音がしたら、お部屋に入るんだよ」。 園児に暑さ対策を話す西浜園長(写真左)

園庭を走り回る園児たちを見つめる、 市立ひばり幼稚園の西浜馨園長。腕に 本年度から市内の幼稚園や小・ 校で使い始めた、熱中症指数モニターを 付けています。

中

症

要注

このモニターは、WBGTという暑さ指数 を図るためのもの。湿度と日射などの熱 環境、そして気温から熱中症の危険度を 測定します。

「今までは、危険な暑さかどうかを感 覚で判断していましたが、今ではモニ ターで目で見て確認できます。より安全 に園児たちを見守ることができるように なりました」と笑顔を見せる西浜園長。 指数が警戒レベルに達すると、アラーム が鳴りモニターが点滅。周囲にも知らせ ることができます。「最初は腕に何を付け ているのか不思議がっていた保護者も、



搬送件数

31以上になると「画面上部が暑され 「危険」です 指数(WBGT)

今では『今日は何度でしたか』とモニター を信頼しているようですよ」とほほ笑み ます。

同園では日常的に、園児に熱中症の対 応方法を指導しています。「これからも園 児の安全を守るため、適切に管理と指導 を続けます」と西浜園長は話します。

暑さ指数は環境省ウェブなどで確認で きます。皆さんも熱中症対策に取り入れ てみてはいかがでしょうか。

ごはん、豚肉生姜焼き、トマトサラ ダ、キュウリの酢の物と、主食・主 菜・副菜のバランスのとれた1食 のモデル。食事に、1・2品の野菜 のメニューを追加して水分と栄養 を補給しましょう

0 0 0 0 0 0 0 0 0 0 0

# 課の伊藤淑江主査。 でも水分補給を

そこに野菜や果物をプラス ニューになりがちですね。 する水分です」と話す健康 なのが毎日の食事から摂取 いますが、見落とされがち

ンだけ、おにぎりだけ、と

忙しい朝は、ついつい

特に重視しましょう。

1日のスター

いった炭水化物のみのメ

• 000 • 000 • 000 • 000 • 000 • 000 • 000 • 000 • 000 • 000 • 000

切です ら得ることができます。 分の3分の1程度は食事か み物での水分補給も大 が、1日に必要な水 例

プです。

冷たくして飲んで

だくさんのおみそ汁やスー してください。お薦めは、具

事を3食きちんと食べれます。「バランスの取れた食ものに水分を多く含んでいますし、野 ます。熱中症や夏バテに強 を食事から取ることができ 日で1別程度の水分

> り入れたい食品です」。 豆腐に乳製品などもぜひ取 パク質が豊富な魚や肉、卵、 も良いですね。また、タン

のからだに夏野菜

菜として、トマトやキュウ ないでしょうか。「夏場に旬 い浮かべる方も多いのでは この時期の食卓に並ぶ野 ナスなどの夏野菜を思

て

もきれ 期以降は、生野菜を少しず 感覚でかじることができま どもでも食べやすくなって ない品種が多く、 が身近なまち。「トマトは色 の生産が盛んで、 います。キュウリもおやつ 平塚はトマトやキュウリ 赤ちゃんも離乳食の中 いで最近は酸味が少 新鮮野菜 小さい子

られるところもい ます。キュウリなどは加熱 な成分が豊富に含まれてい つ取り入れても大丈夫です ね」と笑顔で話します。 しなくても、 そのまま食べ

伊藤主査熱中症を予防しましょう」と

夏野菜を効果的に摂取して

• 00 • 00 • 00 • 00 • 00 • 00 • 00 • 00

# 湘南トマトジェラ-

### あさつゆ広場あさつゆ工房

寺田縄424-1☎59-8304

を含む食事を3食しっかり

市の特産品に選ばれている平塚のトマト。スイーツとして食べ るイメージの少ない野菜ですが、同店では人気のメニューです。 「今年はトマトはまだ無いの?」と楽しみにしてくれている常連客 の方もいるんですよ」と同店の上田大貴さんは笑顔を見せます。

旬な野菜や果物にこだわったジェラートが並ぶ店頭で「これか らの季節は、枝豆もお薦めです。平塚産の生乳を使ったソフトク リームも人気がありますよ」と話す上田さん。

同店があるあさつゆ広場は今年初めて、涼しさを共有する市の クールシェアスポットに登録。「期間中は『クールシェアに来た』と 言っていただければ、ソフトクリームを50円引きで提供します。 地場産の素材で作った冷たいスイーツを食べて、夏を乗り切りま しょう」と笑顔を見せます。







①平塚産の生乳と湯むきしたトマトをピューレしてジェラートマシーンへ ②ジェラートはカップとコーンが選べます。シングルは300円

③「トマトの酸味が抜群に美味しいね」。購入した人にも大好評です

## 湘南平展望レストランÉlát 万田790☎67-9887 ひ 「私たちは地産地消をモットーにしたメニューを提供していま す。3年前、夏に向けた新しいスイーツを開発しようとしましたが、 平塚には夏に旬を迎える果物があまりなかったんです。そこで、 趣向を変えて、野菜に目を向けました」と開発時を振り返る店長

の相原未沙さん。 一番のこだわりは、素材の味を生かすこと。キュウリの風味を 損なわないように、シロップに加えるのは砂糖のみ。原料のキュ ウリは、曲がっているB級品も積極的に利用しています。「シロッ プにすれば味は変わりません。野菜のロスの削減に貢献できれば」 と思いを語る相原さん。「湘南平は平塚屈指の名所です。地元の人

は気軽に、遠くから遊びに来た人には平塚の思い出に、ぜひ景色

キュウリ金時かき氷







①シロップはとろりと濃厚、爽やかな風味 ②小豆とクリーム、キュウリのシロップ漬けをトッピング。 このボリュームで600円 ③「お店は眺望も醍醐味です」と話す相原さん

# 緒に、かき氷を味わってほしいです」と期待を込めます。 ŋ



が、平塚野菜を使ったスイーツで、ちょっと一息入れを知っていますか。甘いものの取りすぎは要注意です トやキュウリを使ったひんやりスイー い体を作るために食べたい -ツがあるの い平塚産の

て、本人が直接、7月19日(金)

字程度の応募動機を添え

―8783にある申込書に 本館6階の都市整備課金

演。中央公民館。市内在住・

8月31日(土)午後2時開 生演奏を鑑賞します。

8月19日(月)に、

、同課へ。

合わせください。

ない、など。詳しくはお問い のほかの審議会などの委員で 開く審議会に出席できる④市 校生を除く18~75歳③平日に 以上在住②10月1日現在、高

> はじめてのオーケストラ ファミリーコンサー

ト

令和元年7月19日発行

住居表示審議会の市民委員

ス

10月2日③応急手当コー 11月6日④病気とけが

日②災害時の乳幼児支援コー

下段応募方法は

万2人(選考)。①市内に1年

前9時30分から、

健康課公55

電話で、7月22日(月)午

間。次の条件を全て満たす

コース 12月4日。

|期は10月1日(火)から2

自動車の工場で使われている工具などに触れ て、ものづくりを体験しませんか。

8月21日(水)午前10時~正午。ひらつかサン ライフアリーナ。小学校4・5年生20人(先着順 保護者同伴)。飲み物・室内履き。

電話または直接、7月22日(月)午前9時から 中堂246-1馬入ふれあい公園管理事務所☎25-00 11^

> もよい服装でお越しください。 雑巾・持ち帰り用の袋。汚れて 護者同伴)。50円。室内履き・ 方20人(先着順・小学生は保 リーナ。小学校4年生以上

前9時から、

ファクスで、

7月19日(金)午 市民活動セン

**ター☆**31-7571EX35-6

 $\begin{array}{c} 6 \\ 0 \\ 1 \\ \\ \\ \\ \end{array}$ 

就活応援相談

電話または直接、7月22

日産ものづくりキャラバンの方が 講師を務めます

ちづくり財団。7回

11時・午後1時・2時・3時 日の火曜日、各日午前10時

日(土)、

全11回。

相談への参加希望

(先着順)。 30

0

練習は9月16日

(祝)~12月 中央公民

日、全12回、午前10時~正午。ま

9月5日~12月5日の木曜

務所☎25-0011へ。

1馬入ふれあい公園管理事 (月)午前9時から、中堂26

女性のための囲碁入門教室

などもあります。

8月6日・13日・20日・27

保護者相談や職業適性診断

勤・在学の中学生を除く15歳 ンティーストッキング。保育 ③④は、大判のハンカチ・パ 以上の方、各20人(先着順)。 保健センター。市内在住・在 水曜日、 午前11時~正午。

# 全法短期講習会 ママのための日赤幼児安

枚につき、5人まで)で、7 着順)。2歳以下の幼児は膝 上での鑑賞になります。 在学の小学生と家族70人(先 ・年齢を、往復はがき(1 参加人数・全員の必要事

宣言書を提出した方の中か

女性20人(先着順)。5000円。

電話で、7月23日(火)か

9月20日(金)までに

できる、

囲碁を全く知らない

開始。勤労会館。

15 39 歳の

抽選で景品を差し上げます。 各公民館や市ウェブなど

月19日(金)から、まちづくり 財団文化事業課☎32─223

CO2CO2プランに参 加しませんか

一酸化炭素の排出を減らす

7621211-9603~。市ウェ 館5階の環境政策課☎21―9 送・ファクスまたは直接、 メニューを選び、宣言書を、郵 にある案内用紙から取り組み

ブからも申し込めます。

鎌倉彫を体験しよう

8月5日(月)午後1時

ひらつかサン・ライフア

時30分。市民活動センター。

8月21日(水)午後2時~4

ために市が提案する行動プラ

もあります。

①救命手当コース

9 月 4

# 施設の愛称を継続し

<mark>湘南ひ</mark>らつかビーチパークと、平塚総合体育 館のネーミングライツの更新をパートナー企業 と合意しました。契約期間は令和2年4月1日~ 令和5年3月31日の3年間です。

①施設名②パートナー -企業名③年間のネ ングライツ料。

資産経営課☎21-8763

## 湘南ベルマーレひらつか ク by shonanzoen



②湘南造園③10万円 ①湘南ひらつかビーチパーク

保障③301万円 ①平塚総合体育館②特別警備

# トッケイセキュリティ平塚総合体育館

# くはお問い合わせください。

着順)。講座内容など、詳し

求職中の方、各時間帯1人(先

課23-2237个。

ゲームで学ぶSDGs コミュカフェ カー

ら、まちづくり財団文化事業

65-32-4115\cdots サポートステーション☎○ 電話で、県西部地域若者

ド

# 子ども支援フォーラム

で公演します。 館など。12月15日

H

日

に

回同

習

に 7

上参加できる小

学生

以

上

0)

6

0 0 0

を深めませんか。 子どもの貧困問題への理解

高校生・大学生。

3

0

0

円円

夢まちづくり

小・中学生10

**別団文化事業** ○ 0 円。

課☎32—2237

や各公民館、

SDGs (持続可能な開発目

けにしませんか。テーマは、

地域活動への参加のきっか

標)です。

はお問い合わせください。 保育もあります。 時30分。中央公民館。40人(抽 こども家庭課などにある申込 選・落選者のみ結果を連絡)。 8月22日(木)午後1時~ 電話または、本館1階の 希望する方

順)。50円、学生は無料です。

氏名・電話番号を、電話・

中学生以上の方50人(先着

どい」の合唱団員 湘南ひらつか第九のつ

> 20日(土)から、 後継者向けの ミナー 後継 同課 事業承 者 塾

継セ

参加費を添えて

、直接、7月にある申込書に

同財団ウェブに

書をファクスで、8月16日

(金)までに、県子ども支援課

―8868へ。県ウェブから

ます。個別相談 後継者や若手経 4時30分。平塚 全2回、午前9時 9月7日 14 経営の知識な らどを身に付け 日 商 営 商工会議所。日の土曜日、 者 ら 個 15 別 人 15

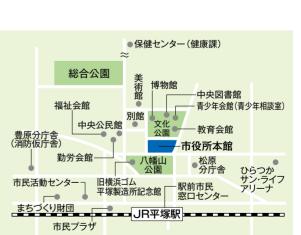
も申し込めます。

広告

は、円。



- ■舅=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 ○○課で届きます。
- ■募集開始日の記載がない場合、 7月22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(Y-I)(@以下に city.hiratsuka.kanagawa.jp を付けてください。



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

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。

# 平塚市 プレミアム付商品

10月上旬から、住民税非課税者・子育 て世帯を対象に「平塚市プレミアム付商 品券」を販売します。

①令和元年度住民税非課税者(住 民税課税者と同一生計の配偶者・扶養親 族、生活保護受給者などを除く)②平成 28年4月2日~令和元年9月30日生まれの 子どものいる世帯の世帯主。

商品券の概要 商品券は500円券10枚つ づり1冊(額面5,000円)を4,000円で販売 し、購入引換券1枚につき、5冊(額面2 万5,000円)まで購入できます(期間中、 冊を複数回に分けて購入できます)。

購入期間 10月上旬~令和2年2月28日(金)。 使用期間 令和元年10月上旬~令<mark>和</mark>2年3 月31日(火)。

購入手続き ①の対象者には令和元年7 月中に申請書を発送しますので、希望者 は12月20日(金)までに、購入申請<mark>をして</mark> ください(審査の結果、対象とな<mark>らない</mark> 場合があります)②の対象者は、購入申 請は不要です。

購入申請者と②の対象者には、9月下 旬から購入引換券を送付します。<mark>商</mark>品券 は市内金融機関などで販売する予定です。

> 申請手続・審査等専用 コールセンター☎79-5817

## 取扱店舗を募集します

プレミアム付商品券が使用できる店舗 を募集します。商品券事業への参加は無 料です。商品によっては商品券の使用対 象とならないものがあります。

登録を希望する店舗は8月9日(金)まで に、プレミアム付商品券公式ウェブなど で申し込みください。詳しくはお問い合 わせください。

店舗専用コールセンター☎23-5007

# む「通いの場」の説明会 健康チャレンジに取り組

介護予防に取り組む住民が

福祉 時30分。本館6階的会議室。 でに、地域包括ケア推進課众 電話で、8月26日(月)ま

認知症サポーター養成講座

方法を学び、理解を深めませ んか。講座修了後には、認知 認知症に関する知識と対応

や介護者同士の交流で、心と 家族介護リフレッシュ 腰痛肩こり予防プログラム

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

9月30日(月)のため、

規団体の申し込み締め切りは 対象に説明会を開きます。新 助金の交付を希望する団体を 動に補助金を交付します。補 いの場(サロン)を提供する活 主体となって、高齢者らに通

症サポーターの証しのオレン

ジリングを配ります。

8月24日(土)午前10時30分

富士見地区町内福祉

最後の説明会です。

8月30日(金)午前10時~11

す。 認知症予防教室 認知症予防の講話をしま 脳活性化運動のコグニサ

後2時。市民病院(南原1—

8月6日(火)午前10時~午

19―1)新館2階の売店横。

市民病院☎3-0015

養成講座 健康チャレンジリーダー

する講座です。 の火曜日、全4回、午前10時 活動するボランティアを支援 ~11時30分。本館6階69会議 9月10日~24日·11月26日 地域の通いの場(サロン)で

進課☎20-82

1 7 ~

電話で、

地

域包括ケア

推

越しください

を生かす活動を 元気応援ポイ 市内の介護保 高齢者の話 するとポイン し相手や趣味 /卜説明会 施設など

室(9月17日は福祉会館)。全

ての日程に参加できる方15人

タオル。動きやすい服装でお

たまったポイ

筆記用具・飲み物

の農 換できます。 市内在住の65歳以上の方。 ト」のほか、 。西部福祉会館(公所)8月9日(金)午前10時 福祉会館☎33−3 交付金などに

868

11

合わせた「元気応援セッ は市内の名産品や地場産 水産物を使った加工品を 交

どを体感します。

で1人5,000円、4人

夢 各公民館や市ウェブなどにある申込書を、郵送・

### 夏休み限定 施設入場・入館料を免除

夏休み期間中に花巻市内にある宮沢賢治記念館・宮 沢賢治童話村・花巻新渡戸記念館の3施設の入館料・ 入場料が免除されます。宮沢賢治童話村内にある「森 の店っこや」では、花巻のお土産を受け取れます。

7月20日(土)~8月31日(土)。平塚市内在住の方。運 転免許証・健康保険証などの住所が分かるもの。

問 文化・交流課☎25-2520

## 望レストランF1atでランは、持ち帰るほか、湘南平展 チメニューとして味わいます。 で収穫します。 8月9日(金)午前9時30分 低農薬で育てた野菜を親子 午後2時。JAビル(八重 収穫した野菜

22 - 5547ウェブなどをご覧ください。 方協力本部平塚地域事務所✿

生(18~32歳)など。詳しくは

推進週間」に合わせて、 「ともに生きる社会かながわ

パネ

いる方。先着順。

般曹候補生・自衛官候補

電話で、自衛隊神奈川地 4 本 事 方 法 は

> ルを展示します。 本館1階多目的スペース。 午前8時30分~午後5時。 障がい福祉課☎21―87

> > 時30分。リフレッシュプラザ

(木)、午前9時30分~午後0

①7月30日(火)、8月8日

わかちあいの会

時。旧横浜ゴム平塚製造所記 くした方の集いです。 8月6日(火)午後2時~4 大切な方を自死(自殺)で亡

福祉総務課21-8779

所868)。9人。

 $\begin{matrix} 3 \\ 1 \\ 0 \\ 0 \\ \\ \\ \end{matrix}$ 電話で、福祉会館☎3-

@午前9時30分~午後0時30 後0時30分。西部福祉会館(公 社会館(袖ケ浜20-1)。 6. ④7日(水)午前9時30分~午 30分~午後0時30分。南部福 分。9人③5日(月)午前9時 分。12人61時30分~4時30 日6人②2日(金)。福祉会館。 平塚(大神3344-4)。各

養相談や、身長・体重の測定

市民病院 ントを開きます 管理栄養士による個別の栄 栄養の日イベ 着順)。筆記用具・飲み物・ 以上の方または家族30人(先 86)。市内在住・在勤の65歳 ~3時。西部福祉会館(公所 イズも体験できます。 8月21日(水)午後1時30分

8月23日(金)午後7時から湘南

潮来(相模川河口)で、湘南ひら つか花火大会を開催します。皆 さんの願い事を願かけ花火に託 しませんか。

| 図24-0079などで配る申| 塚商工会議所☎22-2511

込書を、郵送・ファクスまた

で、7月23日(火)正午から、

談センターふじみ☎30―50

どで配る申込書を、ファクス

電話または、各公民館な

人(先着順)。筆記用具・飲み物。 1)。市内在住・在勤の方30

電話で、高齢者よろず相

ぬくもりの家(中里35

ビックパワー(神奈川県知事

 $\begin{array}{c}
1 \\
0 \\
\sim
\end{array}$ 

同会議所へ。

ひらつか野菜の魅力発見

登録旅行業第3─57号)☎34

-2306EX31-6701\^o

パネル展を開きます障がいへの理解を深める

7月22日(月)~26日(金)の

陸・海・空の自衛官

夢 〒254−0812 ≪風町2−10平 ∠日に受け付けます。

40人(先着順)。5000円。 咲町3―8)前に集合・解散

2,500円。願かけ花火観覧工 リア入場券(2人分)と、希望者 には願かけだるま絵を差し上げ ます。振込口座など、詳しくは お問い合わせください。

夢 湘南ひらつか花火大会実行 委員会の口座に代金を振り込み 後、本館5階の商業観光課☎35-8107國35-8125などにある申込 書を、郵送・ファクスで、8月 13日(火)までに、同課へ。

# 平塚市と岩手県花巻市の友好都市提携35周年

装でお越しください。 室内用運動靴。動きやす

談センターあさひきた☎30—

電話で、高齢者よろず相

 $\begin{array}{c} 3 & 6 & 1 & 1 \\ 1 & 1 & 1 \\ \end{array}$ 

## 記念市民ツアーに参加しませんか

をします。

1日目は花巻まつり(写真)の見学を中心に、花巻市 内の温泉(湯の社 ホテル志戸平)に宿泊。2日目はSL 銀河に乗車し、宮沢賢治の「銀河鉄道の夜」の世界観な

9月14日(土)・15日(日)。東京駅地下1階銀の鈴待ち 合わせ場所前に午前8時20分集合、帰りは東京駅の新

> 幹線改札口で午 後7時頃解散予 定。15人(先着順)。 5人1室利用で1人 4万9,800円。2人1 室利用で1人6,0 00円、3人1室利用

1室利用で1人2,000円追加。詳しくはお問い合わせく

ファクスまたは直接、7月19日(金)午前10時から、〒 254-0035宮の前1-13甲南アセット平塚ビル9階**近畿日** 本ツーリスト首都圏湘南支店(観光庁長官登録旅行業 第2053号)☎23-2811胍22-0895へ。

が始まります

幼児教育・保育の無償化

出し方」をリニューアルしま

家庭のごみ・資源の分け

お知ら

収集の依頼方法や持ち込み先区分や注意事項、粗大ごみの た。それに伴い、ごみの分別

平塚競輪場(久領堤5-

工作教室などのイベント

8月3日

(土)・4日

日

枝の収集を民間委託しまし

4月から、

粗大ごみ・剪定

夏休みの思い

体験は

8 月 12 日

16 日

生の宝物

ごみ分別表を全戸配布

美術館 35-21

上旬~9月中旬に農地 用などを把握するため、8月

ロールをします。

農業委員会事務局☎21

美術館。 きるおもちゃを作ります。 ~ 3時(入場は2時30分まで)。 そぼう 7月27日(土)午後1時30分 保育士と一緒に、 未就学児(保護者同 わくわくランド 簡単にで

農地利用状況の調査

産業振興課会21―9758

材料費が変わります

産業振興課会21―975

耕作放棄地や農地の違反転

時は開催本部☎99-3209 8・当日の午前9時~午後3

6875 5

ワークショップ 作ってあ

7月28日(日)午前7時~8

·果地方卸売市場(四之

南シティ(代官町33―1)。 終了)。荒天中止。OSC湘

1000円。内容によって、

後3時(材料がなくなり次第

2歳以下の住民税非課税世帯 3~5歳の全ての子どもと、 無償になります。詳しくは市 子どもを対象に、 認定こども園などに通う 月1日 保育課☎21—9612 から幼稚園、 利用料が

があります。 売します。今回はクイズ大会 した。今号の広報ひらつかと 湘南ひらつかふれあい 緒に全世帯に配布します。 収集業務課☎21—8796 の名産品や野菜などを販 ケット 朝市

> 持つ団体が丁寧に教えます。 体験をしませんか。匠の技をラップなどを作るものづくり りなどができます。 親子ものづくり教室 親子で、 7月28日(日)午前10時~午 平塚競輪場☎21—3935

工作教室では、偏光万華鏡作 テージでは、 開きます。 空気砲の体験 サイエンスス

県都市対抗囲碁大会のチ 考も兼ねます。入門者らが対象の級位認 定戦もあります。

9月8日(日)午前9時45分開会。勤労会 館。平塚市・大磯町・二宮町・中井町・大 井町・松田町に在住の方。先着順。2,000円、 高校生以下1.000円。

代表選抜戦 初段以上の方32人。 級位認定戦 級位者のA~C級各38人・D 級24人。

必要事項 · 年齢 · 段級位 · 参加種目 · ケーブルテレビ加入の有無を、はがきで、 または、〒254-0045見附町31-10**まちづ** くり財団文化事業課☎32-2237風32-2240 にある申込書を、郵送・ファクスまたは 直接、同課へ。同財団ウェブからも申し 込めます。



平塚地区の代表を目指しませんか

# を利用しませんか 夏期期間中に大学図書館

# 料の貸し出しはできません。 分証明書が必要です。所蔵資 用できません。学校発行の身 高校生。土・日曜日・祝日と 1(金)は利

対象は①高校生②中学生



秩父宮賜杯実業団 · 学生対抗陸 上競技大会をスタンドで観戦しま

7月27日(土)午後4時開会式。Sh onanBMWスタジアム平塚。

総合公園管理事務所

**☎**35−2233

# 子どもの健康 • • • • • 8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

歯の健康診査やフッ素 体験塗布、相談など。7日 (水)午後1時~2時30分、 22日(木)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) 妊娠中の過ごし方や妊 婦体操、妊娠中の食事、 歯の手入れなど。2日(金) 午前10時30分~午後1時 30分。妊婦の方と家族30 組(先着順)。

◆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 ウェブなどにあります。

◆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。 7日・14日・28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。6日・ 27日の火曜日、午前9時 ~10時受け付け。

◆産後メンタルヘルス (予約制) 臨床心理士に よる個別相談です。28日 (水)午後。育児や生活の 悩みなどがあり、主治医 のいない方または家族 3人(先着順)。

◆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。21日 (水)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 ポイントを解説。24日(土) 午前10時30分~正午。5力

月児~1歳6カ月児。 ★9カ月児~1歳6カ月児 26日(月)午前10時30分

に合わせたコースです。

★5・6カ月児 5日(月)

★7·8カ月児 9日(金)

★ダイジェスト版 離乳

食の開始から卒業までの

午後1時30分~2時45分。

午後1時30分~2時40分。

~正午。 ◆歯っぴい はみがき教 歯の手入れ

室(予約制) について学べます。

★歯みがき準備期編 20 日(火)午前10時~11時。 8カ月児~1歳0カ月児。

広告

# ご存知ですか? B型肝炎給付金

図 **昭和16** 図 **昭和16** 図 **昭和16** マ つとも当てはまる方 できます。給付金を受いた が、下記無料電話人がとります。 が、下記無料電話人がとした方の が、下記無料電話人がとした方の が、下記無料できます。 が、下記無料できます。 が、下記無料できます。 が、下記無料できます。 が、下記無料できます。 が、下記無料できます。 が、下記無料できます。 が、下記表 できます。 が、下記表 できます。 が、方の にお電話できます。 が、対象 



無料電話相談 27 0120-918-862 日 平日9:00~17:30 相談件数 6,900 件以上 ※2019年4月末日現在 神奈川県弁護士会所属弁護士法人マイタウン法律事務所**れ** 茅ヶ崎事務所 神奈川県茅ケ崎市元町 4-1 山口ビル 2 階

感染 して 生ま い る

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

新築・増築・リフォーム

塗装・水道・給排水・電気・地震対策・駐車場・ ブロック工事・床フローリング上張 張替・水漏 れ・トイレの改修・上下水道工事・クロス・ふ すま・畳取替 表替え・雨漏り・屋根葺き替え・ ガラス破損・ペアーガラスに取替(省エネ対策) ガラスフィルム張(断熱・UV・防犯) 植木の 剪定・伐採・給湯器取替(10年が目安、各メー カー指導)・太陽光発電・エコキュート・キッチ ン改修・ユニットバス改修・防犯対策・解体処 分工事・手すり取付出入口スロープ工事

建設業許可 土木業許可 給排水指定店 電気工事業届出 産業廃棄物収集運搬許可

**下**総合建設 大成商事株式会社

**☎58-3812** 平塚市広川671 ローン・クレジットの取扱店(JCB・VISA・信金・銀行)

### 険料を免除できます 玉

国民年金保険料を納めることが困難な場合、保険料の免除や (学生の方は学生納付特例) を申請できます。

①過年度分も申請 納付期限から2年を経過していない期間(申請 時点から2年1カ月前までの期間)もさかのぼって申請できます。

②年度毎に申請書が必要 1枚の申請書で申請できるのは7月から 翌年6月まで(学生納付特例は4月から翌年3月まで)の1年度分です。 複数年度の申請を希望される場合は年度毎に申請書の提出が必要です。

③過去の所得で審査 申請する年度の前年所得に基づき審査します。 申請者本人の他に世帯主や配偶者の所得審査もありますので、本人所 得が少ない場合でも承認されない場合があります(学生納付特例の審) 査対象は学生本人に限ります)。

平塚年金事務所 〒254-8563 平塚市八重咲町 8-2 ☎0463-22-1515(代表) 音声番号 2番

書を提出できます。

ある方は、縦覧期間中に意見

都市計画変更案です。意見の

都市計画公園見附台公園の

市政の動きやまちの話題を東海大学の学 ターが紹介する番組です。7・8月 -マは「障がい者福祉ショップ がとう」です。

SCN湘南チャンネル。毎週土曜日、 7時30分~7時45分。, 毎週日曜日、午後1時 45分~2時。YouTubéでも配信します。

秘書広報課☎21-8761



を紹介するほか、建築相談な 建築士の仕事や、

どができます。

午前10時~午後5時。

8月3日(土)・4日(日)、

建築士事務所のしごと展

たは取得予定の方。

かながわサイエンスサマー 保育課☎21—9612

町屋1―3―1)を見学しま 県衛生研究所(茅ケ崎市下 耐震診断

まちづくり政策課☎21―

つくり政策課。

(金)の平日、本館6階のまち

7月19日(金)~8月2日

館☎3-23333~。 館☎21−3370②は福祉会

が使用できません。 1体育室と第1体育室更衣室 和2年1月4日(土)の間、第 するため、8月2日(金)~令 総合体育館では、改修工事を

# 車いすバスケットボール を体験しませんか 車いすバスケットボー 総合公園管理事務所公35

手の講話を聞くほか、

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。

8月 3日(土) 19:00 VS 鹿 島 BMWス (土) 19:00 VS 鳥

④介護保険課☎21─8790 問 ①納税課☎21─8769 ⑤清掃し尿従量手数料(第4期) ③保険年金課☎21—9768 ②保険年金課☎21―8775 ①固定資産税(第2期) 4介護保険料(第2期) ③後期高齢者医療保険料(第1期) ②国民健康保険税(第2期) 次回納期の市税・手数料 納期限 7月31日(水)

市内の小学生はドリームパス 1000円、小・中学生30円。 前から同スタジアムで販売。 ムひらつか(右写真)。雨天中 ポートで無料になります。 止。当日券を試合開始2時間 総合公園管理事務所☎35 塚市のみなさん

広告 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、 資料請求・お問合せ 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。

TEL.0463-22-2953

**帰**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・

②は神奈川大学平塚図書館☆ 59-4111内線2100 ☎58-1211内線2731 前9時10分~午後4時50分。 8月1日~9月19日(木)、午 キャンパス(土屋2946) 都市計画変更案の縦覧 神奈川大学湘南ひらつか ①は東海大学中央図書館 リジナルグッズを作ろう 中高生ボランティアとオ 中学生・高校生のボランティ

②神奈川大学湘南記11~13号館の分館。

時~午後5時。中央図書館·

支部☎25-1383

県建築士事務所協会平塚

あります。

~午後3時30分。

7月25日(木)午前9時30分

午前10時~午後5時。

市民プ

学校5年生~中学生。

400 字詰 作文に

市内在住で、市内在学の小

め原稿用紙3枚以内。

8月9日(金)~11日(祝)、

体験などが楽しめます。

せんか。体験コーナーなども

日日 北

(木)~30日(金)、

午前

8

金 目 4-

3時まで)。美術館。3歳以 上の方(未就学児は保護者同 午後1時~3時3分(入場は バンなどを選んで作ります。 アと一緒に、缶バッジやプラ 8月2日(金)~4日(日)、 美術館 35-2111 1個につき50円。

技巧を披露します。

物販や展

ひらつか匠の店の店主らが

作文にしませんか。入賞者は ことや学校生活のことなどを

くはお問い合わせください。

青少年課☎71-5950

12月7日(土)に表彰式があり

ひらつか匠の店フェス

少年の主張作文コンクール

商業観光課☆3-8107

日常生活の中で考えている

は返却しません。各校の指定 表作品に限ります。応募作品 名を記入してください。未発 題名・学校名・学年・組・氏

する日までに、各校へ。詳し

県衛生研究所☎0467

ティバル

保育士就職セミナー

世代間交流囲碁ボール体験

术

"

4 面 方法は

できます。

高齢者と一緒に囲碁ボー

話を聞けます。 保育士資格を持っている方ま 内の保育施設の担当者に直接 ~4時。本館 3階 33会議室。 金などの制度も紹介します。 8月3日(土)午後1時30分 仕事内容や雇用条件など、市 市の就職支援

会館(袖ケ浜20 を体験しませんか。 ル・飲み物。 学生、各10人(先着順)。タオ 市内在住の小学校3年生~中 ①8月2日(金)。 午後1時30分~3時30分。 南部福祉

日(金)から、①は南部福祉会 (水)。福祉会館。 電話または直接、7月19 ① ② 7 日

電話または直接、

館☎33-0007~。 (月)午前9時から、

横浜DeNAベイスター イースタン・リーグ

ルス戦です。 (木)、午後6時試合開始(1 7月30日(火)~8月1日 東北楽天ゴールデンイーグ

総合体育館を改修します トッケイセキュリティ平塚

トッケイセキュリティ平塚

在勤・在学の小学校4年生以 お越しください。1世帯50円。 用運動靴。動きやすい服装で 順)。飲み物・タオル・室内 上の方と保護者30人(先着 7 月 22 ティングパレス相石スタジア 日は午後5時試合開始)。バ

村3-12-5)。市内在住

11時30分。神田公民館(田 8月3日(土)午前9時30

24日(土)辻堂スタジオ 8月26日(月)平塚スタジオ

午前10時~11時半 対象:小学生以下のお子様と保護者の方

多分野で今大注目の社交ダンス! 簡単なステップを覚えて、親子や兄弟で

-緒に踊ってみませんか? 動きやすい服装でご参加ください♪



持ち物:室内用シューズ 体験費用: 無料

お問い合わせお申込は <u>kohamadance.info</u> @gmail.comまで

ムページ問合せ からも可能です!

平塚市宝町 4-7 2F 0463-24-9811

**KONAMA** 

庭木1本から ます!



"広報ひらつか"をご覧の方に (0)(0)(0)

🐞 庭木1本より明瞭料金 🍵 土日もOKです

💍 トイレはお借りしません 💍 お茶はご遠慮します 1本からの ガーデン 三夕ス

● 藤沢支店 藤沢市大鋸 1032-20 **™** 0120-41-2891 9:00~17:00

8



## 親子で笑顔で

親子であそぼうフェスティバ ルが6月15日、トッケイセキュリ ティ平塚総合体育館でありました。

親子で一緒に走る障害物くぐ りや大型人形劇など、思わず笑 顔がこぼれる内容に、参加した 親子は大盛り上がりでした。



### ヘルシーに美しく

健康長寿を目指す、ヘルシー エイジングフェスが6月27日、 市役所でありました。

会場では、骨密度測定や声で 健康状態を測るミモシスにスト レス度のチェックなどを実施。 肌質チェックのブースでは、参 加者が自身の肌の状態に応じた アドバイスに熱心に耳を傾けて



「安野光雅展 絵本とデザインの仕事」を8月25日(日)まで、美術 館で開いています。

水彩画の絵本原画や切り絵など、親しみやすさとノスタルジーに あふれた150点の作品が並ぶ同展。「もりのえほん」には、風景画の中 に動物などが隠されていて、見つけると思わずうれしくなります。 子どもから大人まで楽しめる、安野光雅の世界を訪れてみませんか。



湘南ひらつか七夕まつりが、7月5日~7日にありました。 今年は曇り空が続きましたが、3日間で155万人もの人が来場。初 日には、きらびやかな飾りの下で織り姫も参加した七夕おどり千人 パレードが開かれ、沿道に集まった見物客を魅了しました。



七夕会場では多くのボランティアが清掃活動に従事

ることを心掛けて

います。来 面的に考え

70回目を迎える七夕まつ

市民の皆さん

と一緒に、

のイメー

を求めるなど、多 断するときには、

市長として一つ

施策を判

Sで紹介したところ、 などのボランティアの方々 事業者向けのル まつりを支えていただ 今年も額に汗を流しな トロールを実施しま 順守の呼び掛けや 会場清掃や案 ールを設

減っているのです 率よりも約10ポイ

た時期と重なります。つまり、は、6カ所の駐輪場を整備しと6割も減っています。これ げたとみることが 置自転車をなくす 駐輪場の整備とい の1166件が30年には46件 める自転車盗難は、 減少の理由を分析 犯罪の減少にも効果を上 刑法犯の中で約3割を占 できます。 つ施策が放 だけでな 平成23年 してみる

積み重ねていくことが大切 平塚市のさらなるイ ては

輪が広がりました よる、刑法犯認知件数が平のた。これは、県警察の統計 前回の平成27年度に比べ でも多く指 減っていま 入出者アン んでみて 摘されま いう回答

落合克 宏

市

コ ラ ム

います。 く発信して かるような

複数の効果

8月にリトアニアオリンピック委員会の自転車競 技トラックチームが市内でテストキャンプをしま す。自転車競技は、オリンピック第1回大会から、 続いている競技の一つです。近年は種目のバリエー ションが増えていることも特徴で、大迫力のスピー ドとレース中の白熱した駆け引きが見どころです。

寄せられています。そこで、 行委員会では新たに来場者

減ったことも要因

と考えま

同時期の県内の平均減少

ノトも多く

い」などの意見

くまで騒がしい」「ごみの捨

成23年の3549件から30年

1587件へと半分以下に

選手たちは、市内の施設で本格的なトレーニング を実施します。選手を見掛けた際は「sekmes(セク メス)! Lietuva(リエトゥヴァ)(がんばれ!リトアニ ア)」と声援をお願いします。テストキャンプの詳し い日程は、広報ひらつか8月第1金曜日号でお知らせ します。

オリンピック・パラリンピック推進課☎20-8700



リトアニアチームのユニフォ を見掛けたら温かい声援を  $\mathcal{L}$