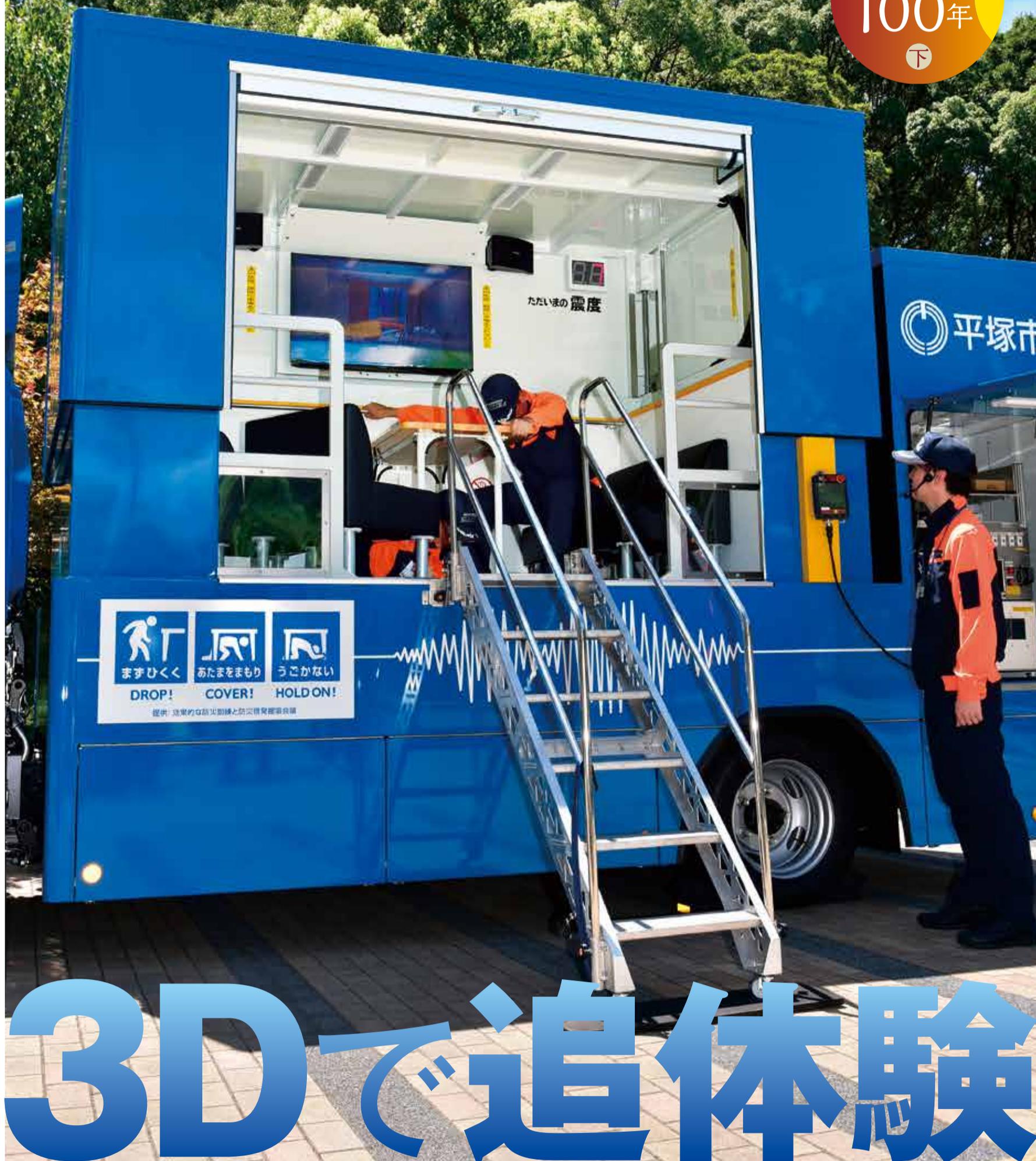


大人が飛ばされそうになるほど大きく揺れる、新しい地震体験車。前後・左右・上下の3軸による本格的な揺れで過去の大地震などを体験できます。自治会などで活用して、震災時の行動をイメージしたり、身の回りを見直したりするきっかけにしませんか。

特集
 関東大震災
100年
 下



3Dで追体験

目次

1～4面…**特集** 震災に備えよ…関東大震災から100年。過去のさまざまな震災を教訓にした事前にするべき備えや、活用できる市の補助制度などを紹介します。
 4～7面…募集・お知らせ・健康と福祉・スポーツ 「正解！ごみの出し方」「身近な話題」
 8面…ヒラツカルチャー 「きてみて！博物館」

平塚市の推計人口と世帯数

<令和5年8月1日現在 ()内は前月比>

人 口 258,230人…(+121)
 世帯数 116,326世帯…(+115)

●発行 平塚市 ●編集 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 FAX 0463-23-9467

●配布のお問合せは、ミッド ☎0120-350311 (月～金曜日、午前9時30分～午後5時)



震災に備えよ

9月1日で、関東大震災（大正関東地震）から100年がたちます。震災が続いた日本では過去を教訓に、さまざまな対策がとられてきました。地震発生直後に身を守るための行動や、避難行動につながる備えの他、市の耐震補助制度などを確認しましょう。自宅の災害リスクを知るのに役立つまち歩きのポイントなども紹介します。



七夕の街をほうふつさせる天の川と七夕飾りをデザイン

震度6強〜7の揺れの中では人は立って、はわないと動けません。固定していない家具のほとんどが移動し、倒れたり飛んだりします。自宅地震が発生したら、机の下などに潜り、揺れが収まるまで動かずに、まずは自分の身を守りましょう(下写真)。

地震による負傷原因の3〜5割は家具類の転倒・落下だといわれています。命を守るためには、屋内の家具固定や家の耐震化(下段など、事前の備えが重要であることが分かれます。ただ家具を固定するだけでなく、「倒れたら扉をふさがれないか」「大きな家具を寝室に置いたままで良いか」などを考えて、安全な空間を作ることが大切です。床に横になって部屋を見上げてみる

いきなり起きた地震に対して、とっさに命を守る行動ができるでしょうか。地震発生直後の行動や自宅の安全性を考えてみましょう。

☎ 災害対策課 ☎21-9734

まずは身を守る



と、部屋の中の危険に気づきやすいです。

体感して危機感を持つ

地震を疑似体験しておけば、とっさに身を守るための対策がイメージしやすくなります。市災害対策課が今年8月に新しく導入した地震体験車(1面)では、最大震度7までの揺れが体験できます。前の体験車に比べ、さまざまな機能がグレードアップ。緊急地震速報の音声に連動した地震を、音声ナレーションと臨場感のあるCG映像で体験できます。平成28年にあった熊本地震など、九つの再現地震の他、南海トラフ地震などの六つの想定地震がプログラムされています。関東大震災の108秒にわたる、予想外の方向からくる激しい揺れもリアルに再現されています。

8月19日の市総合防災訓練では、導入後初めて市民向けの乗車体験がありました。今後は自治会や学校などのイベントでも活用していきます。

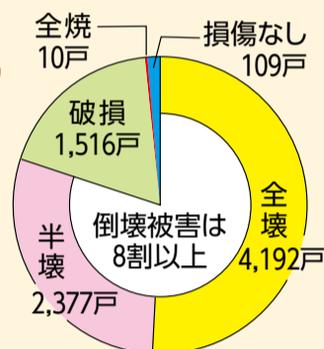


平塚尋常高等小学校前から見た東海道の惨状(博物館提供)

大地震に耐えられる家に

大正12年の関東大震災が平塚市域にもたらした被害で最も大きかったのが、家屋倒壊(右グラフ)。過去を教訓に住宅の耐震化はどのように進んできたのでしょうか。

☎ 建築指導課 ☎21-9731



関東大震災による平塚市域のり災別の戸数と倒壊率

「大正関東地震による神奈川県内の家屋倒壊率(博物館,2015)」と『平塚市史』を基に広報課で作成

強化された耐震基準

平成7年の阪神・淡路大震災でも家屋倒壊による被害は大きく、9割近くの人が圧迫死や窒息死が原因で亡くなっています(平成7年度「警察白書」)。特に昭和56年5月31日以前の旧耐震基準で建てられた木造住宅では大きな被害がありました。

一方、新耐震基準で建てられた木造住宅では、倒壊に至る被害は1割程度にとどまっています(阪神・淡路大震災建築震災調査委員会報告書(平成7年))。地震などに耐えるために必要とされる壁の量が増えたり、耐力壁として使える材料が増えたりするなど、大幅に強化された基準で建てられていたからだと考えられます。

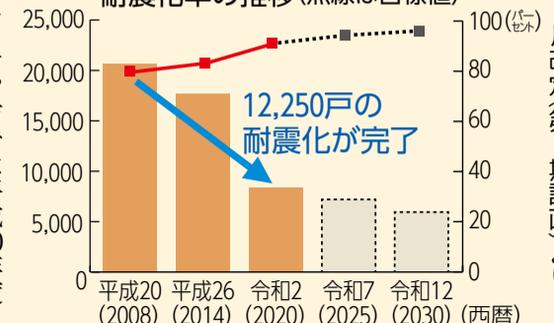
そこで重要視されるようになったのが、既存建築物の耐震化。平成7年10月に耐震改修促進法が制定、18年1月に法改正があり、国の基本方針で耐震化の目標値が示されました。その後も震災が起きる度に、耐震化への取り組みは強化されています。

約9割は耐震化済み

市建築指導課の赤根亮介技師(左写真)は「市では旧耐震基準で建てられた木造住宅の耐震化に力を入れています」と



市内で住宅の耐震化が必要な戸数と耐震化率の推移(点線は目標値)



市耐震改修促進計画令和4年3月改定(第3期計画)より

まずは耐震診断を

市では平成25年度から、専門的な知識を持つ耐震診断技術者による相談会を開いています。一般的にかかる費用など、耐震化への不安をプロに相談できます。これがきっかけとなり、特に全額補助の、

市耐震改修促進事業では、木造住宅の耐震診断などにかかる費用を補助しています(3面下段囲み)。耐震診断の費用は全額補助。地震の衝撃に対して倒壊・崩壊の可能性があると診断され、耐震改修設計・工事をする場合も、それぞれ補助が出ます。

避難行動を考えよう

地震発生直後の被害を防いだら、慌てず次の行動に移りましょう。関東大震災以降に起きた、大きな地震の教訓に触れつつ、避難行動につながる備えなどを紹介します。

避難中に起きる火災

揺れが収まってから避難を開始するまでにすべきことの一つに、「ブレーカーを切る」があります。地震後に電力が復旧した際に、通電火災を防ぐための対策です。倒れたり破損したりした電気機器に再送電されることで発熱・発火して火災が起きます。この火災が目撃されたのは、阪神・淡路大震災(左囲み)。出火原因の判明した火災の6割以上が電気機器によるものでした。国は有効な対策として「感震ブレーカー」の設置を推奨しています。大きな地震が発生すると、自動的に電源を遮断してくれる製品です。平塚市では平成29年度から簡易タイプ之感震ブレーカーを1個500円で配布しています。

在宅避難という選択肢

避難とは自分の身の安全を確保すること。避難先は市が開設する避難所だけでなく、



内閣府の平成26年版「防災白書」

阪神・淡路大震災での救助主体と救出者数約8割が自助・共助

自宅や知人の家なども含まれます。「必ずしも避難所です。必要はありません」と話すのは、市災害対策課の大平啓太主査(右写真)。余震による破損のおそれなく自宅が安全であれば、在宅避難という選択肢があります。ただし高齢者の一人暮らしで熱中症の危険があるなど、周りの助けが必要な場合を除きます。「地震の後にどこで生活するかは、自分で判断することになります。被害状況に応じた避難場所を、離れて暮らす家族のことも含めて、事前に考えておきましょう」

自助・共助でつなぐ時間

災害時、行政からの本格的な支援(公助)が始まるまで約3日はかかるといわれています。市は各地域の被害状況を把握し、被災した全員をケアする体制作りをします。そのため公助の手が届かない時間を、自分の備えや地域との助け合いでつなぐことが重要になってきます。過去の災害でも自助・共助で救われた命が

市と地域のパイプ役

避難生活では、正しい支援情報を得たり相談したりできる場所を知っておくことも大切です。災害時、市が各地域の困りごとを把握するパイプの一つが避難所です。市は避難所にいるいないにかかわらず、被災した方全員を支援します。避難場所に関係なく、遠慮せずに困りごとを伝えてください」と呼び掛けます。市社会福祉協議会の災害ボランティアセンターなども頼れる場所です。

また受けられるサポートを事前に知っていれば、困りごとへの対応がスムーズです。市が7月に作成した「被災者支援ハンドブック」では、災害時に使える補助金制度などをまとめて確認できます。

平塚で起きる混乱

近い未来に起こるといわれている首都直下地震や南海トラフ地震。平塚では震度5強〜6弱の揺れが予想されます。平塚の被害は、家が倒れるなどのダメージはそこまで大きくはないと考えられています。水道やガス・電気、医療といった社会インフラへの大きな影響が見込まれます。しかし、国の支援が優先されるのは、より大きな被害を受けた地域です。「社会インフラが混乱する中で生活が一定期間見込まれる平塚では、特に市民のみなさんの協力が必

要不可欠になってきます」と大平主査は力を込めます。また地震は家族と別の場所にいる時に起きる場合もあります。「家族との安否確認の方法やそれぞれの避難行動など、家族で話し合っておくことも大切です」。

避難生活をイメージ

見込まれる混乱に対応するためには、備えがなければいけません。平塚は関東大震災以降、人が亡くなるような災害を経験していません。災害を自分ごととしてイメージし

出る耐震診断に踏み出す人が多いそうです。「素人目では安全かどうかは判断できません。地震対策の第一歩として、プロの目による耐震診断で自宅の耐震性を認識することから始めてほしいです」と赤根技師は呼び掛けます。

危険を放置しないで

改修工事の費用は、上限額90万円の補助が出るものの、

決して安くはありません。平成27〜令和4年度に市の補助制度を利用した、約5割の改修工事で100〜200万円の費用がかかっています。費用の面から、改修工事の段階に進むのを躊躇うちよする人が多い現状があるそうです。「住宅の地震対策は耐震改修工事最も有効です。地震は明日起きるかもしれません。診断で判明した住宅の危険をそのままに

せず、自分や家族の命を守るために工事で補強してほしいです」と話します。また「費用面から寝室だけでも耐震化したい」など、個別の事情に応じた選択ができるように市は支援の幅も広げています。「申請手続きの負担などを少しでも減らせるように、市登録の耐震診断技術者と一緒にサポートしていきます」と気を引き締めます。

補助金を活用して住宅を耐震化

昭和56年5月31日以前の旧耐震基準で建てられた、2階建て以下の木造住宅の所有者または居住者が対象です。補助金額は、補助対象者の区分により変わります。補助金の受付は先着順です。対象者の区分・申請方法など、詳しくは市ウェブをご覧ください。

耐震診断 全額を補助。150平方メートル以下の住宅は9万2,000円、150平方メートルを超える住宅は10万1,000円。**改修工事(改修設計・現場監理の補助金を含む)** 最大で101万円・非課税世帯は133万円。

危険なブロック塀はありませんか

傾いていたりひび割れていたりするブロック塀は、地震により倒壊する危険性があります。歩行者が負傷するだけでなく、道路をふさぐなどして避難や救助の妨げになります。住宅と併せて、ブロック塀の安全性も確認しましょう。

ブロック塀などの除去工事費用の補助もしています。工事の前に補助金交付決定を受けた方が対象です。事前の相談を受けてから、職員が現地調査をします(写真)。詳しくは市ウェブをご覧ください。



東日本大震災

平成23年3月11日午後2時46分ごろに発生。三陸沖の宮城県牡鹿半島の、東南東130度付近を震源とする地震。最大震度7、国内観測史上最大となるマグニチュード9.0を観測した。死者・行方不明者は約2万3,000人。

づらいと思うんです」と大平主査。まずは避難生活の一部を切り取って過ごす「防災キャンプ」などで、楽しんで必要な備えを考えることを提案します。「断水・停電など、

水や電気がない状況はイメージしやすいと思います。その状況を再現して1日過ごしてみてください。その生活が一定期間続いたら、と考えると自分にとっての困りごとが見えてくると思います。食料や水の他、非常時にすぐに入手できない常備薬などの備えも考えてほしいと言います。

首都直下地震や南海トラフ地震は、平塚でも計画停電などの影響があった東日本大震災(左上囲み)よりも震源地が近いのです。そのため、12年前に平塚が経験した状況をはるかに超える、社会インフラの停止や混乱も覚悟した方がよいと言います。大切だと分かっている後回しにしがちな震災への備え。未然に防げる自分にとっての困りごとを考え、災害時への具体的な備えにつなげましょう。

4面 地域を歩いて楽しく防災





防災を楽しく学ぶ

6月4日、須賀地区で市災害対策課が「防災さんぽ」を実施した。今回は関東大震災がキーワード。歴史的・観光的視点で、日常に紛れた防災スポットや災害伝承碑などを巡りました。参加者は「ずっと平塚に住んでいるのに初めて知ることばかり。気になって

いた津波のリスクや、家でできる対策が分かって良かった」と振り返りました。令和2年に始まった「防災さんぽ」には初回から、ひらつか防災まちづくりの会がガイドとして協力しています。同会は平成15年に結成。専門家との勉強会や現地調査を繰り返して、市民主導の防災啓発



①出発前にハザードマップで自宅の災害リスクを市職員と確認
②地盤の液状化を実験で学ぶ③国が自然災害伝承碑に認定する長楽寺(札幌町15-42)の大震災犠牲者供養塔④平成29年に台風の影響で、海水が流れて来た道路を当時の写真と見比べる

活動に役立てています。同会に防災のためにまちを歩く際のポイントなどを聞きました。

歩いて分かる地域の弱点

「20年前から自治会などと一緒に『防災まち歩き』を続けています」と話すのは会長の山田美智子さん(下写真の右から2番目)。防災意識が高まり、独自の逃げ地図作りなどにつながった地域もあるそうです。「家族や地域のひととの近くを歩くだけでも、いつもの道の弱点が見つかります。平たんに見えるのに、実はくぼ地だった場所も多いです。山田さん。「水害や津波で浸水しやすいから、どこに避難すべきか」など、弱点が見つければ、避難行動を考えるきっかけになると話します。また、同会が「防災まち歩き」で意識しているのが、地形の成り立ちや歴史を楽しく学んで地域を好きになってもらうこと。「地域への愛着が、住み続けるための防災を考えることにもつながると思うんです。地域を昔から知っている人と歩くに興味深い話が出てきて面白いですよ」。

特性からリスクを知る

「まずはどういう特性の場所に住んでいるのかを知ることが大切です」と山田さん。事前にどんな危険があるかを確認してから歩くことを勧めます。「災害のリスクを知った上で、なぜその被害を受けやすいのかを自分で考えながら現地を歩くことで理解が深まります」。

防災活動を手伝います

自治会や子ども会などの防災まち歩きや防災教育などを手伝います。

◎ ひらつか防災まちづくりの会
山田 ☎31-2161



11歳の津波が来た時の被害を説明するひらつか防災まちづくりの会

り立ちを知るには、博物館の地盤図(8面)を見てみて! 博物館も参考になります。

想定外を考える

現在の津波ハザードマップは最大津波9.6mを想定しています。もし想定より大きい津波が来ても、マップ上で浸水しないと思われる区域は安全なままでしょうか。「ハザードマップは安全マップではありません。ハザードマップを見て『自分の家は大丈夫』と考えることを終わらせずに、想定外をシミュレーションしてほしいです」と山田さんは呼びかけます。「地形の特性から考えて、どのように水が流れてきて、被害を受ける可能性があるかなど、想定外の避難行動も考えておくことが命を守ることに繋がります」。

地形に分けられます。例えば、川が作った地形は比較的軟弱地盤が厚く、地震の際に液状化のリスクが考えられます。どのような自然災害のリスクがあるのかは、津波・洪水・高潮など、市が災害別に作っているハザードマップで確認できます。リスクを正しく把握するためには、各ハザードマップを組み合わせて見るのが大切です。また土地の成

記憶を風化させない

震災を経験した人から同会がよく聞くのが、「まさか自分の家が...」「備えておけば良かった」「地域の人を知っておけば良かった」という言葉だと言います。山田さんは「過去の震災からたくさん教訓があるのに、時間がたつと人は意識が薄れてしまうんです。だからこそ、続けやすい形で防災活動をして、楽しみながら振り返ることが大切で

す」と話します。震災を振り返る方法はさまざまです。「市内に三つある震災に関連した石碑を巡ったり、震災時の写真を現地で見比べたり、歴史的に振り返るのも良いですよ」と楽しみ方を提案します。大きな地震は確率に関係なくいつ起きるか分かりません。関東大震災から100年という節目に、過去の教訓から学び、減災につなげましょう。

応募方法

- 募 応募方法 応募必須 問 問い合わせ
- e 電子申請システム (e-kanagawa) で応募可
- 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平塚市役所〇〇課で届きます。
- 募集開始日の記載がない場合、9月4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 @以下に city.hiratsuka.kanagawa.jp を付けてください。

記入例

往復はがき		郵送・ファクス・メール	
住所	〒	イベント名	郵便番号
氏名	全員の氏名	住所	住所
	電話番号	全員の氏名	電話番号
	その他の事項	電話番号	その他の事項

募集

市内の小・中学校で働きませんか

採用は10月1日以降。介助員10人(選考)。特別支援学級などで障がいのある児童・生徒の介助をします。条件など、詳しくは市ウェブをご覧ください。

市ウェブや浅間町4-39子ども教育相談センター ☎361-6012 にある申込書に写真を貼り、本人が直接、同センターへ。

パブリックコメントに意見を寄ってください

持続可能な地域医療の提供体制を確保するために「市民病院経営強化プラン(素

市民総合体育大会に参加しませんか

10月22・29日、11月12日の日曜日。市内の各スポーツ、

日頃の訓練成果を魅せる

消防団の消防操法大会



選抜された消防団員が熱戦を繰り広げます

火災消火を想定した器具操作・動作の訓練をしている市消防団の全分団が、市消防操法大会に挑みます。行動の安全性と正確さ、放水までの所要時間を競います。消防団員の規律正しく迫力ある動きを間近で見ませんか。

9月17日(日)午前9時～正午。小雨決行。総合公園平塚のはらっぱ。

消防救急課 ☎21-9729

地域活動などから優れた取り組みを表彰します。応募され

みんなのまちづくり事例

10月17日～12月19日の火曜日、全10回、午前9時～11時。まちづくり財団。6回以上参加できる、初めて囲碁を学ぶ女性20人(先着順)。5000円。☎ 電話で、9月5日(火)午前10時から、まちづくり財団文化事業課 ☎32-2237へ。

女性囲碁入門教室

施設など。①軟式野球など地区対抗の正式種目15種目②水泳などの個人公開種目6種目。市内在住で住民票に記載された地区から出場できる方。☎ 市ウェブや本館7階のスポーツ課 ☎31-3060にある申込書を、直接、9月29日(金)までに、①は各地区体育振興会②は各種目の協会または同課へ。

た事例は事例集に掲載します。対象は市民活動団体・地域活動団体・事業者・大学などが地域課題を解決するために継続的にしている、営利目的ではない活動です。新型コロナの影響で縮小・休止などしている活動も含まれます。

☎ 市ウェブや市民活動センター・本館7階の協働推進課 ☎21-9618 ☎21-9756 ☎kyodo@ にある申込書を、郵送・ファクス・メールまたは直接、9月1日(金)～10月6日(金)に、同課へ。☎

ガイドと巡る文化資源

「豊田の庄を巡るコースです。9月24日(日)午前9時30分～午後0時30分。荒天中止。神奈中「豊田本郷駅」バス停集合、慈眼寺(豊田打間木49)解散。約4時。20人(先着順)。☎ 300円、中学生以下は無料。☎ 全員の必要事項・コース

雇用のミスマッチを解消

人材不足が課題の中小事業者向けにセミナーと合同会社説明会を開きます。勤労会館。両方参加できる市内中小企業15社(選考)。

採用力強化セミナー 10月19日(木)午後3時～6時。

合同会社説明会 12月13日(水)午後1時30分～5時30分。

☎ 市ウェブにある申込書を、メールで、9月1日(金)～22日(金)に、産業振興課 ☎21-9758 ☎sangyo-s@ へ。

就活パソコン基礎講座

午前10時～午後4時。勤労会館。15～49歳の仕事を探している雇用保険未加入の方、各講座10人(先着順)。筆記

お知らせ

村井弦斎まつり

村井弦斎の功績を紹介するパネル展示や弦斎のレシピアを再現した弁当の販売、茶道体験、抽選会などをします。

9月24日(日)午前10時～午後2時30分。小雨決行。村井弦斎公園(八重咲町22-5)。

ピアノ連弾コンサート

兄弟ピアノ連弾デュオ「レ・フレール」のパフォーマンスを聴きませんか。11月18日(土)午後4時開

用具。エクセル 9月20日(水)・21日(木)、全2回。

☎ 電話で、県西部地域若者サポートステーション ☎0465-32-4115へ。

不登校・引きこもりを改善しませんか

図書館ボランティア体験を通して自立を支援します。

9月15日、10月20日の金曜日、午後1時30分～4時。中央図書館。不登校・引きこもりの当事者ら、各日8人(先着順・小学生は保護者同伴)。

☎ 全員の氏名・電話番号を、電話・メールで、ぜんしん ☎23-1177 ☎lifestyle@lifestyle-cps.sakura.ne.jp へ。

不登校・引きこもりからの自立を支援します

不登校などの元当事者親子らに、回復体験談などを聞いて

たり進路相談したりできます。9月16日(土)午前10時～午後5時。青少年会館。市内在住で不登校・引きこもりの当事者と保護者ら12人(先着順)。室内履き。

☎ 氏名(ふりがな)・電話番号・人数を、電話・メールで、9月1日(金)から、ぜんしん ☎23-1177 ☎info@zen-shinpo.sakura.ne.jp へ。

農業体験で引きこもりの自立を支援

農業を通して自立を支援します。就職を目指すこともできます。まずは説明会に参加しませんか。

9月19日(火)午後2時～4時。崇善公民館(見附町1-8)。高校生以上で引きこもり状態の方25人(先着順)。

☎ 必要事項を、電話・メールで、ぜんしん ☎23-1177 ☎info@zenshinpo.sakura.ne.jp へ。

館(南金目%)。初めてマイナンバーカードを申請する市内在住の方60人(当日先着順)。交付申請書(国から郵送または通知カードに付属)。申請書がない方は、氏名・住所が確認できる運転免許証や健康保険証などの本人確認書類をお持ちください。

オープンライブSPECCIAL 杉山兄弟

誰もが驚くシャボン玉パフォーマンスをします。9月10日(日)午前11時～午後1時30分。見附台公園(見

附町16-3)。

公民館でマイナンバーカードの出張申請支援

9月6日(水)午前9時30分～午後0時30分。金目公民



横浜DeNAベイスターズ イースタン・リーグ

9/17(日) 午後1時 試合開始
迫力あるプロ野球の試合を応援しませんか。読売ジャイアンツ戦。雨天中止。バッティングパレス相石スタジアムひらつか。チケットは試合開始1時間30分前から同スタジアムで販売します。1,200円、4歳～中学生500円。市内在住の小学生はドリームサポートを使って無料で観戦できます。☎ 総合公園管理事務所 ☎35-2233

就農体験会 お試しノウック

農家で働く人材の確保や障がい者などの就労を結びつけるのが農福連携マッチングです。本格的なマッチングの前にお試し体験しませんか。

半日程度で、畑での掃除や種まき・収穫、作物の袋詰めなどを体験します。日時は農家・福祉施設双方の希望で調整します。詳しくはお問い合わせください。

☎ 湘南NPOサポートセンター ☎070-6662-2455 ☎shonan@npo-sc.org

湘南百番寄席

立川龍志と立川談幸が演じます。11月11日(土)午後3時30分開演。ひらしん平塚文化芸術ホール。150人(先着順)。前売り券2800円、当日券3000円。チケットは9月6日(水)午前10時から、ひらしん平塚文化芸術ホール・湘南ケーブルネットワーク(宝町

3-1)で販売します。

SunSunマルシェ

9月10日(日)午前10時～午後2時。小雨決行。湘南海岸公園(高浜台34-1)。

人権ふれあいイベント

やさしい未来を考えて人権メッセージを書きませんか。参加者には啓発グッズをプレゼントします。9月9日(土)午前10時～午後3時。ららぽーと湘南平塚1階(天沼10-1)。

☎ 人権・男女共同参画課 ☎21-9861

交通安全教室

公民館利用サークルや老人クラブ、自治会などを対象に交通安全教室を開いています。転倒の可能性や見える範囲を調べるセルフチェック・体操や脳トレなど、交通安全の知識を楽しく学べる内容をそろえています。希望する団体はお問い合わせください。

☎ 交通政策課 ☎21-9840

☎ アルベリアールホーム ☎31-7211



健康と福祉

応募方法は4面

長寿のお祝い

敬老祝い品を9月中旬に郵送または持参して届けます。
 9月16日現在、88歳(米寿)・99歳(白寿)・100歳以上の方。
 ☎ 高齢福祉課 ☎21-9622

いのちと暮らしの総合相談会

精神科医・司法書士・社会保険労務士・臨床心理士などの専門職員に、心の病や法律・仕事・生活などの悩みを相談しませんか。
 9月26日(火)午後2時・3時(各回50分)。本館7階各会議室。市内在住・在勤・在学の方、各回3組(先着順)。
 ☎ 電話で、福祉総務課 ☎21-8779へ。

健康推進員と歩こう健康ウォーキング

「湘南海岸公園から茅ヶ崎柳島方面へ」コースです。
 9月26日(火)午前9時20分～午後0時10分。約6・7km。
 当日午前7時のNHKの天気予報で、横浜の午前の降水確

率が50%以上または熱中症予防情報で危険(暑さ指数が31度以上)の場合は、27日(水)に延期。27日も同様の場合は中止。湘南海岸公園プール前(高浜台34-1)集合・解散。
 市内在住・在勤の方。タオル・帽子・飲み物・雨具、お持ちの方は歩数計・健康サポート手帳。
 ☎ 健康課 ☎55-2111

健康講話 慢性腎臓病の予防

慢性腎臓病は症状が出る前の予防が大切です。原因・治療・予防を専門医と管理栄養士が話します。希望者は講話終了後に血圧測定をします。
 11月8日(水)午前10時～午後0時10分。保健センター。市内在住・在勤の方50人(先着順)。筆記用具。
 ☎ 電話または直接、健康課 ☎55-2111へ。

くすの木体操講習会

9月28日(木)午後1時30分～3時。金田公民館(入野108-1)。市内在住の方25人(当

日先着順)。飲み物・タオル・バスタオルまたはヨガマット・室内用運動靴、お持ちの方は健康サポート手帳。
 ☎ 健康課 ☎55-2111

障がい者テレワーク雇用オンラインセミナー

テレワーク型障がい者雇用を促進し、雇用機会の創出を進めるため、テレワークという働き方の理解促進と就労に向けた実践的な情報提供などをします。
 9月25日(月)午後1時30分～3時。市内在住で障がい者・保護者。
 ☎ 市ウェブで、9月21日(木)までに、応募してください。問い合わせは障がい福祉課 ☎21-8774へ。

やさしいエアロビクス

音楽に合わせて簡単な有酸素運動をします。
 9月26日(火)から毎月第4火曜日、午後1時40分～2時40分。南部福祉会館(袖ヶ浜20-1)。市内在住で60歳以上の方40人(先着順)。室内用運動靴・飲み物・タオル。毎回400円。

心のサポーター養成研修

地域や職場でメンタルヘルスの問題を抱える人を手助けするサポーターになりませんか。
 10月16日(月)午後1時30分～5時。教育会館。県内在住・在勤・在学の方80人(抽選・以前受講した方は応募で

小児医療費助成の対象者を拡大

中学校卒業までを対象としていた医療費の無償化を、12月1日(金)から「18歳の年度末まで」に拡大します。新たに対象となる方には申請の案内を郵送します。9月1日(金)から☎・郵送または本館1階こども家庭課で受け付けます。現在小児医療証をお持ちの方には、手続き不要で有効期限を延長した小児医療証を後日郵送します。詳しくは市ウェブをご覧ください。
 ☎ こども家庭課 ☎21-9844

家族介護リフレッシュ

9月13日(水)午前9時30分～午後0時30分。福祉会館。市内在住で家族を介護している方6人(抽選)。
 ☎ 電話で、9月8日(金)までに、福祉会館 ☎33-3100へ。

福祉ボランティアスクー ル受講者

点字・傾聴・要約筆記・手話などの基礎を学んでボランティア活動をしませんか。
 10月18日を除く10月4日、11月15日の水曜日、全6回、午前10時～正午。福祉会館。市内在住・在勤・在学の方20人(先着順)。筆記用具・マスク。
 ☎ 電話または直接、9月4日(月)午前9時から、福祉会館 ☎33-0007へ。

高齢者住まい探し相談会

賃貸住宅を探している方に相談員がアドバイスします。
 9月21日(木)午後1時30分～4時。福祉会館。5人(先着順)。
 ☎ 電話で、かながわ住まい・

正解!

ごみの出し方

粗大ごみの考え方

ごみを分別する際に粗大ごみとして出すものか、判断に迷ったことはありませんか。粗大ごみの基準は、立方体状(写真右)の場合は5センチを超え、長さが1メートルを超え、2メートル以内のもの。棒状(写真中央)の場合は直径が10センチを超え、長さが1メートルを超え、2メートル以内のもの。板状(写真左)の場合は厚さ5センチを超え、長さが1メートルを超え、2メートル以内のもの。その他、重さが25キロを超えるものです。写真の基準を越えると、粗大ごみになります。



粗大ごみは、大きさなどによって手数料がかかります。予約受付専用ダイヤル ☎24-1610に電話し、各戸収集などを依頼できます。しっかりと「正解!」のごみ出しをしましょう。(一)



まちづくり協会

896へ。問い合わせは高齢福祉課 ☎21-9621へ。

精神保健家族教室

統合失調症の理解と、対応の仕方を精神科医が話します。当事者による講義や、福祉サービスの説明もします。
 10月4日(水)午後2時～4時30分。平塚保健福祉事務所(豊原町6-21)。統合失調症の方の家族15組(先着順)。
 ☎ 電話で、平塚保健福祉事務所 ☎32-0130へ。

生きがい事業団の出張入会説明会

9月22日(金)午後2時～4時。岡崎公民館(岡崎3634)。市内在住で60歳以上の方9人(先着順)。筆記用具。
 ☎ 必要事項・生年月日を、電話・ファクス・メールで、9月1日(金)午前8時30分から、生きがい事業団 ☎33-2335 ☎35-1744 ㊟hira_gai@ma.scn-net.ne.jp。

講座 高齢者のための睡眠マネジメント

正しい睡眠の知識を睡眠健康指導士から学びます。
 9月27日(水)午前10時～11時30分。福祉会館。市内在住

COVID-19

新型コロナウイルス関連情報

秋のワクチン追加接種

9月20日(水)から秋の接種を予定しています。令和5年春開始接種期間の5月8日～9月19日(火)に接種した方で、接種間隔が3カ月経過した方から順次接種券を郵送します。5月8日～9月19日に接種していない方は、令和5年春開始接種用接種券が使用できません。使用ワクチンはXBB対応ワクチンの予定ですが、詳しくは改めてお知らせします。

☎ 新型コロナウイルス接種コールセンター ☎0120-751-738

身近な話題

八幡地区

カブトムシを配りました

八幡公民館では公民館事業「カブトムシを育てよう！」で、原則、八幡地域の中学生以下の方を対象に、5月22日から幼虫を、7月下旬からは成虫を配りました。

今年も大好評で57人が参加し、約200匹のカブトムシを育ててもらいました。参加した子からは「成虫に育ててうれしかった」「サナギから成虫に成長する姿がとても不思議だった」などの声。観察した内容や絵などの記録を、館内入口に9月末まで掲示する予定です。

家でカブトムシを飼えないけど、実際にカブトムシを見てみたい、触ってみたい、そんな子でもカブトムシと触れ合える「カブトムシ小屋」が、八幡公民館(西八幡1-10-22)にありますので、ぜひ気軽にお越しください。



ちいき情報局は、市内を24の地区に分けて、自治会・防災・子育てなどの情報を市ウェブで発信しています。2次元コードからアクセスできます。



- ① テニス 10月5日、12月15日の水・木・金曜日、各コース全10回。各コース15人。Aコース(初心・初級・初中級)は午前9時20分、10時50分。Bコース(初中級)は11時、午後0時30分。J1コース(小学校2、4年生)は5時5分、6時5分。J2コース(小学校5年生、中学生)は6時10分、7時10分。Nコース(初心・初級)は7時20分、8時50分。A・Bコースは1万5000円、J1・J2コースは1万2500円、Nコースは1万8000円。
- ② 楽しいフラダンス 10月17日、12月19日の火曜日、全8回、午後1時20分、2時50分。50人。4000円。
- ③ フットネス 10月17日、12月21日の火・木曜日、各コース全16回、1コースは午前9時20分、10時50分、2コースは11時10分、午後0時40分。各コース100人。5600円。
- ④ ゆつくりエアロビクス 10月11日、12月20日の水曜日、各コース全8回、1コースは午前9時30分、11時、2コースは午後1時30分、3時。各コース50人。3200円。
- ⑤ いきいき若返り体操 10月6日、12月15日の金曜日、全8回、午前9時15分、10時30分。50人。3200円。
- ⑥ 火曜ストレッチ体操 10月17日、12月19日、全10回、午後1時30分、2時45分。70人。4500円。
- ⑦ すっきり・のびのび体操 10月18日、12月20日の水曜日、全10回、午前9時20分、10時50分。70人。4500円。
- ⑧ 水曜ストレッチ体操 10月18日、12月20日、全10回、午前11時10分、午後0時25分。70人。4500円。
- ⑨ ウィークエンドヨガ 10月

- 10月18日、12月20日の水曜日、全10回、午前9時20分、10時50分。70人。4500円。
- 10月18日、12月20日、全10回、午前11時10分、午後0時25分。70人。4500円。
- 10月18日、12月20日、全10回、午前11時10分、午後0時25分。70人。4500円。

リズムダンス教室
リズム感を養い、音楽に合わせて体を動かせるようにな

スポーツ

5面 応募方法は

28日、令和6年1月13日の土曜日、全8回、午前11時10分、午後0時40分。70人。3600円。

湘南ベルマーレスポーツクラブのコーチが教えます。各教室全8回。小雨決行。馬入ふれあい公園サッカー場(中堂24-1)。先着順。運動のできる服装でお越しください。教室の内容など、詳しくは同公園ウェブをご覧ください。

運動・サッカー教室

和4年4月1日生まれの未就園児と保護者25組50人。親子サッカー教室 年長コース 令和5年10月4日、11月22日の水曜日、午後3時10分、4時10分。市内在住で平成29年4月2日、平成30年4月1日生まれの幼児と保護者30組60人。

ポッチャ(写真)は障がいの有無にかかわらず、誰もが楽しめます。10月15日(日)午前10時～午後2時。ひらつかサン・ライフアリーナ。市内在住・在勤・在学で小学生以上の方3～5人で編成した24チーム(抽選・小学生は保護者同伴)。



市民相談

市民相談室

- 市民情報・相談課 ☎21-8764
- 市民生活 月～金曜日、午前8時30分～正午・午後1時～5時
- 法律(予約制) 水・木曜日、午後1時～4時
- 行政 9月4日(月)、10月2日(月)、午後1時～4時
- 税理士(予約制) 9月22日(金)午後1時～4時
- 司法書士(予約制) 9月8日(金)午後1時～4時
- 多重債務(予約制) 9月12日(火)午後1時～4時
- 社労士(予約制) 9月12日(火)午後1時～4時
- 行政書士(予約制) 9月5日(火)、10月3日(火)、午後1時～4時
- 不動産(予約制) 9月15日(金)、10月6日(金)、

- 午後1時～4時
- 分譲マンション管理(予約制) 9月25日(月)午後1時～4時
- 住宅(新築・リフォーム・予約制) 9月19日(火)午後1時～4時
- 消費生活センター 市民情報・相談課 ☎21-7530(相談専用)
- 来所・電話 月～金曜日、午前9時30分～午後4時
- 成年後見利用支援センター 平塚栗原ホーム ☎35-6175
- 来所・電話 月～金曜日、午前8時30分～午後5時
- くらしサポート相談 ☎21-8813
- 来所・電話 月～金曜日、午前8時30分～午後5時
- ヘルスアップ相談 保健センター ☎55-2111
- 来所(予約制) 9月8日(金)午前9時30分～10時30分・

- 午後1時～3時、27日(水)午後1時～3時
- 保健福祉総合相談 福祉総務課 ☎21-8779
- 来所・電話 月～金曜日、午前8時30分～午後5時
- 就労相談 勤労会館 ☎32-3355
- 来所(予約制・先着4人・1人50分) 9月13日(水)、午後1時～4時50分
- 高齢者健康相談(フレイル) 保険年金課 ☎72-7266
- 来所(予約制) 月～金曜日、午前9時～午後5時
- 電話 月～金曜日、午前9時～午後5時
- 青少年相談室 青少年会館 ☎34-7311
- 青少年相談 火～土曜日、午前10時～午後6時30分
- ヤングテレホン相談(青少年専用) ☎33-7830 火～土曜日、午前10時～午後

- 6時30分
- ヤングメール相談(青少年専用) ☎y-soudan@
- 教育相談・就学相談 子ども教育相談センター 崇善小学校北側 ☎36-6013
- 来所(予約制) 月～金曜日、午前10時～午後5時
- 電話 月～金曜日、午前9時～午後5時
- 子ども発達支援室くれよん ☎子ども家庭課 ☎32-2738
- 子どもの発達相談(来所・予約制) 月～金曜日、午前8時30分～午後5時
- 子育て支援センター 豊田分庁舎 ☎34-9076
- 未就学児対象の子育て相談・情報提供 月～金曜日、午前10時～午後3時
- 子どもの総合相談(ヤングケアラーなど) ☎子ども家庭課 ☎21-9843
- 子ども総合相談 月～金

- 曜日、午前8時30分～午後5時
- 母子・父子相談 月～金曜日、午前10時15分～午後5時
- 出入国管理・在留資格相談 文化・交流課 ☎25-2520
- 来所(予約制) 9月26日(火)午前9時～正午
- 外国籍市民相談 文化・交流課 ☎25-2520
- 来所 15言語。対応言語や日時は市ウェブをご覧ください。
- 女性のための相談 人権・男女共同参画課 ☎21-9611(相談専用)
- 来所・電話 月～金曜日、午前9時30分～午後4時
- 人権相談 人権・男女共同参画課 ☎21-9861
- 来所 9月19日(火)午後1時～3時

