





記録的猛暑が続く近年の夏。4月から、従来の「熱中症警戒アラート」 より一段上の「熱中症特別警戒アラート」を設置するなど、国の対応か らも事の重大さが伝わってくる。命を守るために、私たちは何ができる のか。熱中症に精通する専門家に聞いた。

問い合わせ 健康づくり課☎(82)9603

まずは鼻近な手腕から



2 水分を取る

人によって必要量は異 なります。飲む回数を増 やしましょう。体液の電 解質バランスと近い「イ オン飲料」が効果的です。



Point

手のひら

前腕を

冷やすと

効果的





現状を知

となった。「毎年リスクは高まるばかり の7月と8月だけで計25回の熱中症警戒 とは、周知の事実だ。秦野市でも、 温超えの日」が度々各地を襲っているこ 温が28度を超えると熱中症のリスクが高 です」と警鐘を鳴らす。 まるとしているが、近年、40度に迫る「体 す暑さの危険性を訴える。環境省は、 を行う大塚製薬㈱の井口課長は、年々増 携協定を結び、熱中症対策の普及・啓発 **バラートが出されるなど、記録的な猛暑** 「状況はとても深刻です」。市と包括連 昨年 気

> てきても、シャワーで済ませないことが でも効果は得られるそうだ。「暑くなっ

を慣らすことが重要。身近なところでは、 囲のウオーキングなどで徐々に暑さに体 られないという。日頃から無理のない範

かけないと、暑さに見合った放熱量が得 因は、体に熱がこもること。うまく汗を

しっかりと湯船に漬かって汗をかくこと

8回。食べ物からも水分は取れるので、しっ と呼び掛ける。目安は食事を含めて1日 しては、十分な汗はかけない。頻繁に耳 述のとおり。しかし、体内の水分が不足 ポイントですよ」 かり1日3食取ることも重要だという。 にも、「『まだ足りない』 くらいの意識で. にする「小まめな水分補給を」という言葉 予防法② 「水分補給」 汗の重要性は前 「暑いものは冷や

秦野の強み。

で発症した熱中症患者が増えていること **症搬送者数を見ると、一昨年に比べ屋内**

特に注意が必要です」と井口 「高齢者は暑さを感じにくく 同じく昨年の傾向として、市内の熱中



本格的な猛暑を迎える前に、今からで 未然に防

きることをやっておきたいところ。

課長は三つの予防法を提案する。

予防法①「暑熱順化」

熱中症の主な要

すが、全身を氷水に浸すのが、最も早く

その場でできるあらゆる方法で体を冷や 射病」が疑われる。救急車を呼びつつ、

すことが必要だという。「極端ではありま

見極めるポイントは、意識障害の有無の

熱中症になったとき、症状の深刻さを

言動がおかしいと感じたら、最も重い

市内の熱中症搬送者数(疑い含む)

	令和4年		令和5年	
	屋内	屋外	屋内	屋外
5月	2	3	2	6
6月	14	17	4	6
7月	19	29	32	22
8月	15	18	33	13
9月	3	4	7	4
合計	53	71	78	51

(調査期間:5月1日~9月30日)

課長は提案する。エアコンや冷水浴、ア

外、両側から冷やしてください」と井口

す」というのは言うに及ばず。「体の内と

げる「外部冷却」と、冷水や氷状の飲料

イスパックなどを使って皮膚の温度を下

を飲み体内の温度を下げる「内部冷却」

を併せて使うことが効果的だという。

賢く、涼しく

いという。 をためらっ コンの使用 では、エア 近年の暑さ くるような 風が入って けても熱 窓

熱中症の警戒情

暑さ指数 (WBGT) が基準値に達すると アラートが出ます。新しい「熱中症特別警 戒アラート」が発表された場合、あらかじ め指定した施設を「クーリングシェルター」

として開放することが義務付け られました。 ※市内にあるク リングシェルターの一覧は市ホー ムページにあります



暑さ指数	警戒状況 新設
35以上	熱中症特別警戒アラート ※県内全観測地点で計測した場合
33以上	熱中症警戒アラート
31以上	危 険
28以上	厳重警戒
25以上	警戒
21以上	注 意
20以下	ほぼ安全

暑さ指数 (WBGT) とは

体と外気との熱のやり取りに与える 影響が大きい「湿度」、「周 囲の熱環境」、「気温」から 導き出される数値です。



令和3年に「健康増進に関する包括 連携協定」を締結

か」、「具合は悪くないか」という不安は、 サダーです」と話す。「水分は足りている 課長は「熱中症予防協力施設があるのが アンバサダー®」 施設の方々は身近なアンバ を 育成している。井口 識を持って市民ちは、正しい知ら、井口課長た る「熱中症対策 うならないよう、 たいところ。そ のケースは避け に声掛けができ 市と連携しなが

こんな場所が協力度に

オン秦野SC



高齢介護課☎(82)7394

問い合わせ

熱中症を予防し、地域を 支えるインフラとしての 役割を目指しています。

秦野郵便局

かし、



郵便やATMの利用者に限 らず、熱中症になる前に気 軽に立ち寄ってください。



このポスターが目印

力店・施設の一部できます。 ※協りを守る一時休憩 ジで紹 を 市· 介して して





翻中短号院

師になって

秦野赤十字病院 対象 後1時~4時 小学4年~中学生10人 とき 7月29日 午 ところ



とき

8月7日(水

午前9時~11時半

を作ろう マアム

ところ(㈱不二家秦野工場

対象

4~6年生と保護者12組24

31 日 (水) 小学1~3年生と保護者10組20人 とき ※雨天や緊急出動のときは、 7月29日(月) ところ 消防本部 午前10時~正

16 店人

ところ ファミリーマート秦野市役所前 とき 8月1日休 午前10時~午後1時

小学1~3年生と保護者8組



憧れのはしご車に乗ってみよう

小学4~6年生14人

ころ とき

大秦野カントリークラブ

対象

7月31日巛 午前9時~正午

MEW

コンビニスタッフになって

ジ打ちや品出しをしよう



MEW

ゴルフ場スタッフになって

ゴルフ場を体験しよう

発成品になって





護者 24 組

対象

小学3~6年生と保 市役所4階市議会

ころ 新晃工業㈱神 午前10時~正午

小学生と保護者10組20人

とき 7月3日火

学4~6年生と保護 奈川工場 対象 小

者10組20人

正午 議場

ところ





音や風の流れを感じよう

铝

せ つ



参加者

6270 ② ずれも抽選 ドから電子申請 までに下の二次元コー こども育成課☎(86)









体験する仕事の詳しい内容や

オリジナルカントリー

になっ

過去の体験の様 子は、市ホーム









自分だけのアイデアを形にしてみよう

日(月) 時半 学4年~中学 容美容専門学 アイム湘南理 時半~午後0 ところ 午 前 10 ネイルをデザインしよう なイツストになって ところ 中栄信用金庫本店 とき お金の大切さを学ぼう 8月8日休 午後2時 になって ~ 4 時 対象

とき 8月8日休 小学3~6年生16人 髪をカットしよう ところ はだのこども館 午前9時半~正 対象

2890は、はだのこど





市民は特別料金で利用できます

東海大学嬬恋高原研修センタ

家族や友人との旅行や夏の合宿などに利用してください。

			000000000000000000000000000000000000000		
区分		4人まで	7人まで	団体 (30人以上)	
	シーズン	中学生以上	7480円	7040円	4950円
本館		小学生以下	4400円	4400円	4400円
(和洋室)	オフ	中学生以上	5940円	5610円	3960円
	シーズン	小学生以下	3520円	3520円	3520円
	シーズン	中学生以上	6600円	6050円	4730円
新館		小学生以下	4400円	4400円	4180円
(和室)	オフ	中学生以上	5280円	4840円	3740円
	シーズン	小学生以下	3520円	3520円	3300円

※いずれも1人当たり1泊2食付きの税込み料金。2歳以下は無料。オフシー ズンは、5月20日~7月20日、9月20日~12月20日。

※12月21日~3月31日は、暖房費として1日1室に付き550円を加算。

ところ 嬬恋高原研修センター (群馬県吾妻郡嬬恋村大字干俣2401) 予約 **方法** 東海大学嬬恋高原研修センター☎0279 (96) 1211へ。予約時に秦野 市民であることを伝え、宿泊当日に身分証明書を持参(代表者が秦野市民で あれば、全員が特別料金で宿泊可) ※施設の設備やキャンセル費用などは、 大学ホームページ (http://www.tokaitc.com) にあります

問い合わせ 総合政策課☎(82)5101

伊勢原、愛川、清川と本市の5市町村が観光振興で連携 している「県央やまなみ地域」の魅力を、毎月紹介します。 では伝えきれない5市町村の観光にまつわるコラムを、ニュース サイトで紹介します。

厚木名物のアユと日本酒 丹沢の恵み

丹沢の山々が育む 清らかな水は、厚木の 町に、さまざまな食の 恵みをもたらします。

今年も釣りが解禁さ れたばかりのアユ資源 を守るため、種苗放流



に取り組んでいる人たちがいます。老舗の酒蔵では、地元の酒 米を丹沢の伏流水で仕込み、地産地消の日本酒作りに乗り出し

ています。厚木名物を届け るために奮闘している現 場を訪ねました。

ニュースサイトで 詳しく紹介



問い合わせ 厚木市商業観光課☎046(225)2820、 観光振興課☎(82)9648







低山ハイク 弘法山の魅力再発見

時場7月6日出午前9時半秦野駅改

札前集合~弘法山公園~吾妻山~鶴

巻温泉駅 定10人 費1000円 申

表丹沢野外活動センターホームペー

ジ内申し込みフォームから 間表丹

時7月13日出 午後1時~3時 場表

丹沢野外活動センター 定10人(17

歳以下は保護者同伴) 費2000円

即同センターホームページ内申し込

みフォームから 間表丹沢野外活動

時場7月20日出午前9時東公民館集

合~正午 内野鳥や植物の観察 定

里山を歩こう 夏の生き物

沢野外活動センター☎(75)0725

森林セラピー

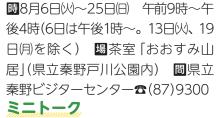
センター☎(75)0725

(82)9618





ボルダー教室



「丹沢の山や自然を学ぼう」

1(87)9300

企画展「丹沢に魅せられた人々」

☎(87)5542

山の日特別上映「写真で見る 丹沢の四季折々の自然」

時8月10日出~12日月 午前10時 ~午後3時 場県立秦野戸川公園ま たは県立秦野ビジターセンター 内 5~10分程度のミニトークを複数回 開催 間県立秦野ビジターセンター

時8月10日(土)~10月6日(日) 場はだ の歴史博物館 間はだの歴史博物館

20人 **閏**200円 **問**環境共生課**☎**

くずはの家 夏休み自然数室

	7 10 07 3		FX <u>-</u>
7月	内容	日時	定員・費用
0	親子で水遊び 竹の水でっぽう作り	20日仕) 午前9時半~正午	30人 50円
2	水生生物教室 東公民館付近の金目川	23日以 午前9時~正午	小学生24人 50円
8	葉っぱのたたき染めに挑戦	25日休)午前9時半~正午	小学生以上20人
4	広場で虫をさがそう	27日生) 午前9時半~11時半	小学生以上30人
6	ちびっこあつまれ 川あそび	28日(日) 午前10時~11時半	3〜6歳の幼児と保 護者20人 50円
8月	内容	日時	定員・費用
6	親子で生き物大調査 in今泉あらい湧水公園	3日出)午前10時半~正午	小学生以下の親子 10組
7	セミの羽化観察	3日生) 午後6時半~8時半	30人
8	危険を知って楽しむ くずは川探検	4日(日) 午前9時半~正午	小学生以上の親子 8組 50円
9	ナイトウオッチング 夜の森探検	10日生)午後6時半~8時半	小学生以上30人
0	クモのふしぎ大発見 はじめてのクモ観察	11日(日) 午前9時半~11時半	小学生以上20人
0	生物の知恵を学ぼう 君も明日から発明家	12日间)午前9時半~11時半	小学生以上20人
D	くずは川を歩いて 地形や石ころを観察しよう	17日出)午前9時半~11時半	小学生以上20人 50円

陽秦野ガス・ネイチャーパークくずは(②⑥を除く) ※小学生は保護者同伴 (①②③④⑩⑪⑫は小学2年生以下、⑦⑨は小学生以下) 17月2日以~。い ずれも申し込み多数のときは、7月10日🕪受け付け分までを抽選。結果は11 日休正午に市ホームページで発表 問くずはの家☎(84)7874



時~11時 ◇初級B 正午~午後2 時 ◇初級C 午後2時半~4時半 場はだの丹沢クライミングパーク 定各回10人 費市外在住者は1000 円 ※シューズのレンタル代などは 実費 1月4日休~(市外在住者 は11日休~) 間はだの丹沢クライ ミングパーク☎(63)2630

ゲーム形式で 楽しくハイキング

時場8月11日(日)午前9

時名水はだの富士見の 湯集合~弘法山公園~ 午後1時 内制限時間 内に5カ所のポイントを回り写真を 撮る ※参加者には記念品あり 対 小学生と保護者30組60人 置500 円 ■8月9日 金までに氏名、性別、 郵便番号、住所、緊急連絡先を県山 岳連盟にメール(yamanohi@kana

gawa-gakuren.gr.jp)または同連盟

報広聴課☎(82)5117

登山初級者講習

時8月11日(日) 午前10時~正午 場 県立山岳スポーツセンター 内◇緊 急対応とロープワークの紹介 ◇山 のリスクと魅力の関係性について紹 介 足各講座16人 18月9日 金ま でに氏名、性別、郵便番号、住所、 希望の講座名を県山岳連盟にメール (yamanohi@kanagawa-gakuren. gr.jp)または同連盟ホームページ内専 用申し込みフォームから

問広報広聴課☎(82) 5117

チャレンジトラバース

時8月11日(日) 午前10時~午後3時 場県立山岳スポーツセンター 内ト ラバース壁を使ったチャレンジゲー ム 間県立山岳スポーツセンター☎ (87)9025

















動かそう

9月1日(日)まで

じゃぶじゃぶ池



時午前9時~午後5時 ※荒天中止 場①カルチャーパーク ②NITTA Nパークおおね ※最大2mの高さ まで噴出するポップアップ噴水(① のみ)や日よけテントあり 間①カ ルチャーパークプール α (82)0004、 ②NITTANパークおおね α (77) 7888

カルチャーパーク 水泳プール



時午前9時~午後4時45分(中学生 を除き7月15日~8月30日の月・水・ 金曜日の50mプールは午後6時15分 まで) ※天候により休みあり 対◇ 50mプール 中学生以上 ◇25m プール 小学生以上 ◇円形・子供 用プール 小学生以下 置200円 (中学生以下は無料) 間カルチャー パークプール**☎**(82)0004

一般開放します 小学校のプール

時場7月20日出~26日金 ①南· 北・大根・西・堀川 午前9時~11 時45分 ②本町・東・上・広畑・南 が丘 午後1時~4時 ※未就学児は 保護者同伴、小学1・2年生は5年生 以上同伴。上記以外の小学校は開放 しません 問スポーツ推進課☎(84) 2795

夏休み こどもスポーツ教室

休の全4回 午前9時15分~10時45 分 ②バドミントン教室 **聞**7月30 日火~8月2日金の全4回 午前9時 15分~10時45分 ③陸上競技教室 時8月20日以~23日金の全4回 午 後5時半~7時 場(1)②メタックス体 育館はだの ③カルチャーパーク陸 上競技場 対小学生30人(②は24 人) 費3000円 申127月10日似 まで ③7月17日(水)~23日(火) ※い ずれも抽選 週スポーツ協会☎(84) 3376



秦野駅で開催 丹沢日和フェスティバル

時7月13日出 午前10時~午後4時 半 内小田急駅長・神奈中運転手 なりきり撮影会、駅員絵本読み聞か せ、キッズダンス、グッズ販売など 間交通住宅課☎(82)9644または丹 沢日和フェスティバル実行委員会☎ (81)1661

ふれあい夏まつり

時7月28日(日) 午前10時~午後4時 場渋沢駅南口 内商店会による出 店、小学生ベンチ作り体験(予約制) など 間産業振興課☎(82)9646

夏休み親子消費者教室 牛乳工場見学

時8月6日(火) 午前10時~ 11時半 **場**雪印メグミル ク㈱海老名工場(海老名市 中新田5-26-1) 対小学4~6年生と 保護者15組30人 間市民相談人権 課☎(82)5128

歴史を体験

ミュージアムさくら工房 「親子まが玉作り教室」

時7月24日(水)~29日(月) 午前9時~ 正午 場はだの歴史博物館 対各 日小学3~6年生と保護者8組 賈 500円



時7月27日出~令和7年3月30日回 午前9時~午後4時半 場はだの歴 史博物館、桜土手古墳公園内はだ の歴史博物館と桜土手古墳公園を巡 りクイズに正解すると記念品をプレ ゼント

間はだの歴史博物館☎(87)5542

夏休み親子ふくし体験教室

ボランティア体験

◇点字 閏7月29日(月) 午前10時 ~正午 場本町公民館 対小学3年 生以上と保護者10組 ◇手話 🗒 7月30日(火) 31日(火) 午前10時~ 正午 場本町公民館 对各日小学 生以上と保護者15組 ◇福祉施設 でパン作り 閏8月3日出 午後1時 ~3時半 場にこにこパン工房(清水 町9-24) 対小学生以上と保護者5 組 費500円

パラスポーツ体験

◇ボッチャ 時8月2日金 午前10 時~11時半 場保健福祉センター 対小学生以上と保護者12組 ◇車 時~11時半 場メタックス体育館は だの 対小学生以上と保護者15組

問社会福祉協議会☎(84)7711

時 とき 場 ところ

対 対象 申申し込み 定 定員 締締め切り 費費用

助期間は10年間 申請書、雇用状

況報告書(いずれも市役所教育庁舎1

階産業振興課にあります) に手帳の

写しを添えて、7月31日例までに干

257-8501産業振興課へ郵送または

(公財)秦野ロータリー奨学基金

持参 閻産業振興課☎(82)9646

対次の要件を全て満たす10人程度

◇令和7年度中に大学などに進学予

定 ◇申し込み時に3年以上市内在

住 ◇令和5年の1年間における保護

者の合計収入額が426万円以下 ◇

高等学校などの学業成績で、全科目

◇本奨学金の申し込みが初めてまた

は2回目 支給額 30万円 甲申し

込み書(市役所教育庁舎2階学校教育

課にあります)に必要書類を添えて、

7月16日似~8月16日金に〒257-

8501学校教育課へ郵送または持参

内対保険料の納付が困難な国民年金

の第1号被保険者で、次のいずれかに

該当する方 ◇法定免除 障害年金

1・2級の受給者や生活扶助を受けて

いる方(外国人住民を除く)は、全額

免除 **◇申請免除** 本人、配偶者、

世帯主の所得が一定以下の方は、全

額または一部免除 ◇納付猶予 50

歳未満で本人と配偶者の所得が一定

以下のとき、全額猶予 ◇学生納付

特例 所得が一定以下の学生は、在

学中は全額猶予 ※免除の申請は、

2年1カ月前までさかのぼってできま

す 圓国保年金課☎(82)9614また

は平塚年金事務所☎(22)1515

社会を明るくする運動

強調月間啓発キャンペーン

時場◇市内4駅 7月1日 午後4時

~5時(東海大学前駅、鶴巻温泉駅は

午後3時~4時) ◇イオン秦野SC

間学校教育課☎(84)2785

国民年金の保険料の

免除・猶予申請

の評定平均が5段階評価の3.5以上

給付型奨学金制度

問 問い合わせ

広報はだの

定員のあるものは原則申し込み先着順、ないものは原則入場自由です。 市のメールアドレスは@以下に city.hadano.kanagawa.jp を付けてください。

行政一般

販売中 市制施行70周年記念 ´ オリジナル①Tシャツ・②ポロシャツ



販売場所 観光協会 色 ネイビー、 白、グレー サイズ S、M、L、LL、 3L ※①のグレーはLLまで **価格** ①2000円、②2500円 週観光協会 **2**(82)8833

▶ 7月1日から工事のため全館休館 クアーズテック秦野カルチャーホール

間文化振興課☎(86)6309、クアー ズテック秦野CH☎(81)1211

夏の特別滞納整理期間

7~8月は、通知や電話などによる 納税の催告を行い、滞納整理の取り 組みを強化しています。 間債権回収 課☎(82)5134

7月は青少年の非行・被害防止 全国強調月間

7月は青少年の飲酒や喫煙、イン ターネットを巡るトラブルが多発し ます。行動の変化に気付けるよう親 子でコミュニケーションを取りましょ う。 週こども育成課☎(86)6270

補助します 障害者雇用

対次の全てに該当する事業主 ◇市 内で1年以上継続して事業を営む ◇①または②のいずれかを持つ市内 在住の障害者を、週20時間以上の所 定労働時間で10カ月以上継続して雇 用している ①身体障害者手帳1・2 級、療育手帳A1·A2 ②身体障害 者手帳3級以下、療育手帳B1·B2、 精神障害者保健福祉手帳 ※精神障 害者は平成17年7月1日以降の雇用に 限る 補助額(1人当たり) ①年額 11日休) 午後4時~5時 間市民相談 人権課☎(82)7618 就職を支援

個別カウンセリング

時7月3日~24日の水曜日 午前10 時~午後4時(正午~午後1時を除く) 場ふるさとハローワーク(秦野駅前 農協ビル3階) 内適職発見、応募書 類の書き方、面接トレーニングなど 対各日市内在住の18歳以上の求職者 5人 ※24日は保育あり(予約制) 間 産業振興課☎(82)9646またはふる さとハローワーク☎(84)0810

シルバー人材センターと共催 リユース もったいないDay

時7月20日出 午前9時~11時 ※ 雨天中止 場環境資源センター 内 家庭から出たリユース品の販売、フー ドドライブ(賞味期限が3カ月以上あ る食品の持ち寄り)など **注意** 午前 中は粗大ごみを自己搬入できません 問環境資源対策課☎(82)4401

> 平和施設を巡るバスツアー

時場7月26日 金午前8時20分市役所 西庁舎駐車場集合~明治大学平和教 育登戸研究所資料館~川崎平和館~ 午後5時 定20人 置2000円(18歳 以下は500円) ※昼食代は実費。小 学生以下は保護者同伴 間文化振興 課☎(86)6309

> 夕暮祭短歌大会表彰式・講演

時内7月27日出 ◇午後1時半~2時 20分 表彰式 ◇午後2時20分~3 時 講演「夕暮の愛した女性歌人 狭山信乃と川端千枝と」 講師 寺尾 登志子氏(歌人) 場本町公民館 定 70人 問図書館☎(81)7012

はだの生涯学習講座 「脳に良いこと、全部知りたい」

時7月28日旧 午後1時半~3時 場 市役所教育庁舎3階大会議室 内睡 眠の効能や認知症治療薬など最新の 脳科学を分かりやすく解説 講師 毛内拡氏(お茶の水女子大学基幹研 究院助教) 定70人 甲電話、市ホー ムページから電子申請または住所、 氏名、電話番号を書きファクス((86) 6563)。メール(s-gakusyu@)も可 間生涯学習課☎(84)2792

> 市認定ヘルパー研修

時8月5日 (月)、7日 (水の全2回 午後1) 時~5時 場保健福祉センター 内 市内の訪問介護事業所で従事するた めの基礎知識 定25人 間高齢介護 課☎(82)7394

▶ 手話通訳ステップアップ講座

時9月2日~令和7年3月3日の月曜日 全20回 午後7時~8時半 場保健 福祉センター対市内在住または在 勤で手話入門・基礎講座を修了して いる12人 ※8月5日 例午後7時~8 時半に面接あり 費1万円 間障害

7月末で保険証の有効期限が切れます

7月中旬以降に新しい保険証を特定記録郵便で送付します。 ※有効期 限が過ぎた保険証は破棄してください

①後期高齢者医療制度 「限度額適用・標準負担額減額認定証」「限度額 適用認定証」の有効期限が切れます 有効期限は7月31日例までです。住 民税非課税世帯または課税所得145万円以上689万円以下の被保険者が いる世帯で現在認定証を持っている方には、7月下旬に新しい認定証を送 付します

②国民健康保険 **限度額適用・標準負担額認定証** 8月以降も必要な方 は申請してください。事前申請を7月11日州から受け付けますので、国民 健康保険証、個人番号が分かるものを国保年金課へ持参してください

※市ホームページから電子申請も可

圆①国保年金課☎(82)5491、②同課☎(82)9613

みんなの 広言 仅 公共施設を利用 定員のあるものは原則申し込み先着順、ないものは原則入場自由です

催し案内

(日)に発表会 石田☎(88)2022

ふる里七夕まつり 7月20日出 午前11時半~午 後4時 堀川公民館 カラオケ、舞踊 150人 秦

相続・遺言・後見無料相談 7月20日出 8月17 日出 9月14日出 午後1時~3時 保健福祉セン ター 各日3人 コスモス成年後見サポートセン ター・栗原☎(88)3796

日休まで 1組1000円 「煙」を題にした1組を応 募用紙(市俳句協会ホームページにあります)また は任意の用紙に住所、氏名、電話番号を書きて 259-1331堀西443-9市俳句協会・武藤康へ郵送 ◇大会 9月29日间午前10時~午後4時 保健福 祉センター 武藤☎090(1259)0102

月30日倒まで 中栄信用金庫の各店舗 未開封・ 常温保存・賞味期限が2カ月以上ある食品の募集 中栄信用金庫業務部☎(81)1852

母なる川 酒匂川フォトコンテスト 酒匂川水系 を題材にした未発表の写真に応募用紙(小田原市 ホームページにあります)を添えて、9月13日魵ま でに〒250-8555小田原市荻窪300酒匂川水系保

t........

全協議会事務局(小田原市環境保護課内)へ郵送ま たは持参 酒匂川水系保全協議会事務局☎0465 (33)1481

障子ふすま張り替え講習会 7月24日(水) 午前9 時半~正午 保健福祉センター 市内在住でシル バー人材センターに入会し就業を希望する60歳 以上6人 300円 シルバー人材センター・吉田 **2**(84)3311

ハンセン病元患者の家族への補償金制度について 国では、ハンセン病元患者の家族が被った精神的 苦痛を慰謝するため、対象者に補償金を支給して います。請求は11月21日休まで。対象者や補償内 容などは、厚生労働省ホームページ(https://www. mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou iry ou/kenkou/hansen/index.html)へ 厚生労働省補 償金担当窓口☎03(3595)2262

福祉課☎(82)7616

職種

①保育教諭

幼稚園教諭職

②栄養士職

③消防職

確認してください

ら電子申請

はだの議会だよりの表紙写真

テーマ 秦野の風景、地域の行事な

採用予定人数

若干名

若干名

職員採用試験のお知らせ

方を含む

ある方

■7月1日午前9時~31日似午後5時に、市ホームページから電子申請。

8月7日 例に電子申請システム内で受付票が交付されたら、申し込み書

とエントリーシート(いずれも市ホームページにあります)を8月18日

回または19日间の指定された日時に市役所教育庁舎3階会議室へ本人

が持参 ※令和7年4月以降採用予定。試験日程などは、募集要項(市

ホームページ、市役所1階受付、3階人事課、消防本部にあります)で

採り用り説り明ら会

士職 時7月17日 午後1時半~3時 場いずれも市役所教育庁舎3

図各回採用試験の受験資格がある50人 ■市ホームページか

階会議室 ③消防職 閏7月23日(以 午後3時~5時 場消防本部

※募集要項など試験の詳細は、市ホームページ 「職員採用(保

育教諭・幼稚園教諭職・栄養士職・消防職)」へ。

圆①②人事課☎(82)5120、③消防総務課☎(81)5451

対

平成8年4月2日以降に生まれ、保育士資格およ

び幼稚園教諭免許(令和7年3月までの取得見込

みを含む)がある方 ※保育士資格は神奈川県

の国家戦略特別区域限定保育士の登録を受け

ている(令和7年3月までの登録見込みを含む)

昭和55年4月2日以降に生まれ、管理栄養士の

免許(令和7年3月までの取得見込みを含む)が

平成10年4月2日~平成19年4月1日に生まれた方

象

ど 対市内在住・在勤・在学の方 応募規格 横長(デジタルデータは 500万画素以上、JPEG形式。2Lサイ ズはカラープリント) ※1人3点まで。 未発表作品 田写真に応募用紙(市 役所4階議事政策課、市ホームペー

ジにあります)を添えて、7月16日火 までにメール(gikai@)。〒257-8501 議事政策課へ郵送または持参も可 ※作品の使用権は市に帰属します **間議事政策課**☎(82)9652

> 環境審議会委員

勤務内容 年2回程度市内の環境保 全に関する事項を審議 人数 2人 **任期** 8月から2年間 報酬 1回 7800円 甲履歴書に、「未来に残し たい秦野の環境」または「カーボン ニュートラルの実現のためにできる こと」をテーマとした小論文(800字) 程度)を添えて、7月12日倒までに干 257-8501市役所西庁舎1階環境共 生課へ郵送または持参 間環境共生 課金(82)9618

市立認定こども園の 保育幼稚園教諭

勤務内容 保育業務 対保育士およ び幼稚園教諭の資格がある方 人数 1人 任期 令和7年3月31日まで (開始日は応相談) 勤務日など 週 3~5日 午前7時半~午後7時で交 代勤務 報酬 時給1252円 田申 し込み書(市役所2階保育こども園課 市ホームページにあります)に資格証 明書の写しを添えて、保育こども園 課へ本人が持参 ※後日面接あり 間保育こども園課☎(82)9606

健康・子育て

> 献血

時場◇7月6日出 14日(日) 21日(日) 28日(日) 午前10時~11時半、午後1 時15分~4時 イオン秦野SC ◇17 日例 午前10時~11時半、午後1時 ~4時 市役所 圓健康づくり課☎ (82)9603

姿勢改善で痛み予防 **閏**7月18日休、25日休の全2回 午

前10時~11時半 場渋沢公民館 对65歳以上30人 問高齢介護課☎ (82)5617

離乳食セミナー ステップアップ編

時7月23日(火) 9月24 日火 午前10時~11 時 場保健福祉セン



ター 内2・3回食への進め方、調理 形態の変化など 対各日7~10カ月 児と家族15組 甲電話またはメール (oyako-c@) 固こども家庭支援課 **2**(82)9604

健康状態を見える化 健康バス無料測定会

時場◇8月2日金 鶴巻公民館 ◇ 23日盆 中野健康センター いずれ も午前10時~、10時半~、11時~ 内骨密度測定、体組成測定など 定 ページから電子申請 固健康づくり 課金(82)9603

船 施設情報

おはなし会 時内◇7月13日出 お はなしアリス 対3歳以上 ◇20日 出 おはなしころりん いずれも午 後2時~2時半 ◇28日(日) 午前11 時~11時半 おはなしぷりん 屋各 日15人(当日先着順)

付 (敬称略)

社会福祉協議会へ(市地域婦人団体

公民館・会館だより

鶴巻公民館 ☎(76)0463

親子折り紙教室 7月27日出 午前9時半~11時 半 小学生の親子10組

夏休み子供お菓子教室 7月27日出 午後1時~2 時半 小学3年生以上9人 500円

親子で防犯・交通安全教室 7月30日 午前10 時~11時 小学1~3年生の親子10組

北公民館 ☎(75)1678

第3木曜日は体を動かしてリフレッシュ 7月18 日休 午前9時半~11時 35人 200円 スポーツチャンバラ体験教室 7月24日(水) 午前 9時半~11時半 5歳~中学生20人

ストローで夏のつるし飾りを作ろう 7月30日火 午前9時~正午 小学生の親子20組 500円

西公民館 ☎(88)0003

夏休み子ども科学工作教室「クリップモーター作 り」 7月29日 (月) 午前9時半~11時半 小学3年 生以上18人 500円

子どもフリーテニス 8月7日 (水)、8日 (水)の全2回 午前9時半~11時半 小学3年生以上12人

南公民館 ☎(81)3001

時 小学生の親子10組 20円 ※雨天中止

木のおもちゃと仲間たち展 7月26日 金~8月7日 (水) 世界各地の木の絵と木のパズルを展示

本町公民館 ☎(84)5100

子供ピンホールカメラ教室 7月27日出 午後1 時半~4時 小学生15人 1000円

楽しいおもちゃ工作 7月28日(印 午前10時~11 時半 空飛ぶ種子の模型作り 5歳~小学生30人

渋沢公民館 ☎(87)7751 小学生の草木染め教室 7月23日以 午後1時~

3時半 小学4~6年生12人 300円 夏休み子供陶芸教室「マグカップ作り」 7月24日

め、8月7日め、21日めの全3回 午前9時半~正 午 小学3~6年生12人 500円

南が丘公民館 ☎(84)6411

親と子の絵本を楽しむ会 7月17日 分 午前10時 ~11時 7組(保護者のみの参加可)

夏休み親子料理教室 ピザ作り 7月 26日盆 午前9時半~午後1時 小学 生の親子12組 1200円

上公民館 ☎(87)0212

夏休み子供陶芸教室「マグカップ作り」 7月20日 出、8月17日出、24日出の全3回 小学3~6年生 12人 500円

親子で体験する土偶作り・紙芝居と川遊び 7月 28日回 午前9時~午後4時 小学生以上の親子 :......

堀川公民館 ☎(87)4111

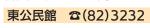
ヘイケボタル観賞会 7月13日出午後7時桂林寺 (堀西1025)集合~8時半 30人(中学生以下は保 護者同伴) 20円 ※雨天中止

子供陶芸教室 7月24日例、8月7日例、21日例 の全3回 午前10時~正午 小学3~6年生8人 600円

大根公民館 ☎(77)7421

絵本の読み聞かせ 7月21日 午後1時半~2 時 「なつやすみ」など

夏休み小学生絵画教室 7月26日金 午前9時半~正午、午後1時~3時半 各回12人 400円



家族新聞作り 7月27日出、8月24日出の全2回 午前9時半~正午 小・中学生の親子10組 300円 昆虫教室「スズムシを飼おう」 7月28日印 午前 9時半~11時 15人 250円

楽しい子供絵画 7月29日 午前9時半~11時 半、午後1時半~3時半 各回小学生6人 100円

ほうらい会館 ☎(81)8310

子供料理教室「楽しいクレープ作り&デザート」 7 月20日出 午前10時~正午 小学生9人 500円 平和啓発パネル展示「原爆パネル展」 8月2日金

図書館 **2**(81)7012

連絡協議会 積田圭子 松重啓子) 4月1日~30日 現金1件 2万円 物 品2件



伝統文化生け花親子教室 7月20日~令和7年1月 11日の土曜日 全9回 午前10時~正午 堀川公 民館 5~15歳 月800円 ※1月25日出、26日

野ふる里会・原田☎(87)7200

秦野たばこ祭「俳句大会」 ◇作品募集 7月25

家庭で眠っている食品募集「フードドライブ」 8

震生湖•昆虫観察会 7月28日(日) 午前9時~11

8月1日~7日は「水の週間」

水の大切さを考え

8月1日休は「水の日」。環境省の「名水百選」に選ばれた秦野 の水の魅力を体感しませんか。

問い合わせ 環境共生課☎(82)9618

秦野名水フェスティバル

秦野名水版 SUSTAINABLE DELICIOUS GROUNDWATER S

秦野の玄関口、秦野駅周辺で開催します。「おいしい地下水を未来へ つなぐ体験」に参加しませんか。

とき 午前10時~午後4時



①びっくり 科学実験 ショー 午前10時45分~11時15分 ②大切な水について考える トーク& ライブ 午後2時半~3時15分 ③車 掌体験&もころん・もりりん撮影会

⑤アート体験 ⑥ア ロマワークショップ

4 足水体験&打ち水大作





⑦里山の生き物が集合 水水族館 ⑧学ぼう環境エコろう私 SDGsパネル展 9感謝の風鈴 テラス&メッセージボード 10 SDGsを芸術で表現 階段モザ

キッチンカー

内容 ⑪地産地消 名水マルシェ

ところ ①②改札前広場、③コンコース、④まほろばの泉、⑤⑥⑦⑧⑨北口ペデ ストリアンデッキ、1001北口広場

7月は秦野市



葛葉川環境ウオーク

7月7日日 午前9時~11時 ところ ◇本町地区 新 九沢橋下 ◇東地区 葛葉大橋下河川敷 ◇北地区 菩提原 会館

四十八瀬川環境ウオーク

とき 7月13日(土) 午前9時~11時 とこ ろ 才戸橋・田頭橋

金目川環境ウオーク

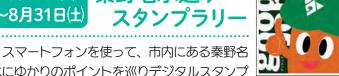
7月20日(土) 午前9時~11時 とこ ◇東地区 東公民館第二駐車場 ◇本 町地区 しもおちあい公園、十代橋付近 ※いずれも雨天中止。

イベントの開催 情報は、市ホー ムページへ



7月20日(土)

秦野名水巡り



水にゆかりのポイントを巡りデジタルスタンプ を集めた方に、「もりりん」のコラボグッズをプレゼントします。

参加手順などの詳細は、市ホームページ/



問い合わせ

総合政策課公

(82)5101

と8上秦野村が昭和30 村 西 秦野町(⑦西秦野 北秦野村 大 3 根 東

西秦野町との合併が実現し、 真田地区と分離した大根村が編入合併。 現在のはだのこども館の 場所に立つ当時の市庁舎

現在の市域ができあがりました。 村、北秦野村の2町2村 昭和38年1月1日に、 南秦野町、 秦野市が誕生 同年4月には 東秦野

までの歩みを全6回でたどります 令和7年1月1日に迎える市制施行70周年に向けて、 写真で振 昭和30年1月 IJ 返 日

募金箱の設置場所 営しています。 庫本店 普通0577349 6093030 コンビニ、 スーパーなど 市役所などの市内公共施設、 観光振興課☎(82)9648

市内の金融

秦野たばこ祭実行委員会(花火募金) ご支援をお願いします。 ▼横浜銀行秦野支店

夜空に咲く大輪の花 さまからの協賛金で運 金を、銀行振り込みと 飾る打ち上げ花火の募 募金箱で受け付けて 祭りのフィナーレ

第77回 なの力で盛り上げよう

▼中栄信用金

- 〈広告の掲載・お問い合わせは、広報広聴課までお気軽にご連絡ください〉 -

ξ葬専用ホール「たんざわ」「月」



事前相談 式場見学は随時

いつでもお気軽に ご相談ください



(外観イメージ)

秦野市曽屋1011(秦野火葬場隣) TEL0463-84-0222 ※本館でも家族葬を施行いたします。 回議会

セレモニーホール

24 時間 365 日受付

※写真は一例です

秦野市のみなさん 広告 ご葬儀費用の準備は大丈夫?-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。

もしあん少額短期保険の「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 資料請求・お問合せ 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、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。 令和5年12月1日よりサン・ライフ・ファミリーから社名が変わりました

TEL.0463-22-2953

もしもの時に安心をお届けする ※株式会社もしあん少額短期保険

〒254-0024 平塚市馬入本町13-2

特定健診特集号 令和6年(2024年)7月1日発行

健康に暮らし続けるために

~受けよう特定健診 健康づくりのスタートライン~

生活習慣病を予防するため、年に1回の健診で体の状態をチェックし、 健診後には「特定保健指導」を利用して、健康な体づくりに取り組みましょう。

特定健診の流れ

加入している医療保険によって、特定健診の受診方法や特定保健指導の内容などが異なります。 詳しくは、加入している保険者にお問い合わせください。

受診券が届く

今年度は5月30日に受診券を送付しました。 受診券には有効期限や受診費用などが書かれているので確認してください。 対象者は40歳から74歳までの国民健康保険に加入中の方です。



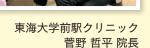
医療機関で受診する

受診券に同封している「健康診査等実施医療機関一覧」から、希望する医療機関を選び受診 してください。

診療日や受付時間、予約の有無などについては、受診前に医療機関に確認してください。

先生からの一言(東海大学前駅クリニック 菅野 哲平 院長)

特定健診は、メタボリックシンドロームに着目した「健診」によって生活習慣病のリスクを早期に発見する ことを目的としています。大きな病気になる前の段階から対応することで、健康で元気に生活できる可能性が高ま ります。ぜひ特定健診を受けましょう。



検査結果の確認

受診から2~3カ月後に、市から健診結果を送付します。 特定保健指導判定とメタボリックシンドローム判定の結果をお知らせします。

健康づくりに役立つ講座のご案内を同封しているので、併せて確認してください。



特定保健指導を受けて生活習慣の改善に役立てる

特定保健指導判定で「動機づけ支援」「積極的支援」 に該当した方は、特定保健指導対象者になります。

保健師や管理栄養士が、健診結果を基に生活習慣 改善のための相談を行います。







(♥) 特定健診

特定健診は生活習慣病予防を目的とし、メタボリックシンドロームに着目した健診で す。40歳から74歳の方が対象となっており、医療保険者が実施しています。

主な検査内容は、血液検査、尿検査、血圧測定、腹囲測定など。生活習慣病の前兆で あるメタボリックシンドロームの早期発見につなげます。肝機能や腎機能の異常なども 確認できます。

メタボリックシンドロームとは、健診の結果、腹囲(内臓脂肪型肥満)に加えて、脂質 異常、高血糖、高血圧のうち二つの異常を合わせ持った状態です。自覚症状がないまま 動脈硬化が進行し、心筋梗塞、脳卒中、糖尿病など生活習慣病のリスクが高まります。

特定保健指導

保健師・管理栄養士があなたのライフスタイルに合わせたオーダーメイドの健康づく りを提案する健康支援プログラム「すっきり健康体」を実施しています。

トの流れ

- Stepil

保健師・管理 栄養士と面談

・生活習慣の確認 ・目標と計画の設定

Step2 -中間連絡

支援開始から約1カ月半頃

・取り組み状況確認、相談 ・健康講座の案内

Steps 最終連絡

支援開始から3カ月

・取り組みの振り返り 継続のためのポイント

糖尿病リスク予測ツールの ご案内

被保険者の健康保持・増進のため、医療機関と連 携して糖尿病性腎症の重症化や人工透析への移行を 防止する取り組みを行っています。

糖尿病は、放置すると網膜症・腎症・神経障害な どの合併症を引き起こし、生活の質を著しく低下さ

30歳から64歳までの糖尿病と診断されたことが

無い方を対象に、健診結果などを 入力すると3年以内に糖尿病が発 症する確率を表示するツールです。 ぜひ、糖尿病予防のためにご活



用ください。 利用方法

> 二次元コードを読み取り各項目を入力 することで予測結果を確認できます



「第3期データヘルス計画及び

第4期特定健康診査等実施計画」を策定しました

この計画は、加入している医療保険者が皆さんの健康・医療情報などを分析して健康課 題を的確に捉え、効果的・効率的な保健事業を実施することにより、皆さんの健康保持・ 増進や医療費の適正化につなげるため策定しました。

計画の詳細は、市ホームページまたは国保年金課、行政情報閲覧コーナーで閲覧できます。

二次元コードから計画 を閲覧できます



医療費を抑えるために、皆さんに取り組んでいただきたいこと

特定健診を 受診する



病気の早期発見、 早期治療のため、 年に1回受診しま しょう。

早期発見、早期治療により、 体への負担が少ない治療を行う ことができます。







- 先発医薬品より安価
- 2 効き目や安全性は先発医薬品と同等
- 3 いろいろな病気や症状に対応

特定保健指導を 利用する



生活習慣病を予 防のため、保健指 導を利用して健康 に暮らしていきま しょう。

療費の抑制を実現

例えば、特定健診を受診している方と受診してい ない方では、年間医療費は約43万円の差があります。

生活習慣病にかかっている方の1年間の医療費 (令和3年度分)

	1人当たり 医療費(円)	年間 約43万円	
健診未受診者	690,179		· //±
毎年健診受診者	262,044		

これらの取り組みを一つでも実践すると、医療費の適正化につ ながります。国民健康保険制度を安定的に維持していくためにも、 積極的なご協力をお願いします。

参加する

健診や健康 イベント、生活 改善をして応募 しましょう。



健康ポイントラリー

応募すると、貯めたポイントに応じて抽選でグッズなどが当たります。 6月にお送りしている納税通知書に応募用紙を同封しています。今年度よ り応募用紙を写真でアップロードして応募できる電子申請が追加されました。

参加対象者 20歳~74歳の市国民健康保険加入者

応募期間 令和6年7月1日(月)~令和7年1月31日(金)

応募用紙 国保年金課窓口、市内各公民館で配布

応募締切日 令和7年1月31日

※郵送もしくは国保年金課窓口に持参。右記の二次元コードか ら電子申請もできます

問い合わせ 国保年金課☎(82)9613

100ポイントコース 5000円相当 合計50人







50ポイントコー

はだのじばさんず 商品引換券 (2000円相当)



※特典は予告なく変更する場合があります。コース内の特典は選べません。

二次元コードから電子申請のサイト にアクセスできます



がん検診のご案内

がんを早期発見するためには、がん検診を定期的に受診する ことが大切です。現在、令和6年度分の追加申し込みと令和7年 度に対象となる方などの新規申し込みを受け付けています。

申込方法 令和6年度追加申し込みは、健康づくり課窓口での み受け付けています。令和7年度新規申し込みは、申込用紙(市 役所3階健康づくり課、公民館、駅連絡所、医療機関などに あります)を〒257-8501健康づくり課へ郵送または持参し てください。右記の二次元コードから電子申請もできます。

問い合わせ 健康づくり課☎(82)9603

	種別	対象者	内 容
	胃		胃部X線撮影
女	大腸	40歳以上	便による潜血反応検査
男女共通	肺		胸部X線撮影
///			※必要時は喀痰検査(50歳以上)
4	乳		マンモグラフィ検査
女性	子宮頸部	20歳以上	頸部細胞検査、内診(施設のみ)
男性	前立腺	50歳以上 80歳以下	採血によるPSA検査

令和7年度申し込み画面に アクセスできます



歯周病検診の ご案内

対象者 令和6年度中に20歳・30 歳・40歳・50歳・60歳・70歳 になる方(対象の方には受診券を 送付済です)

実施期間 令和7年3月31日/月まで 健診費用 700円(70歳は無料) 実施場所 歯科医師会所属歯科医院

(市ホームページに掲載)