市制施行60周年を迎えました
夢・希望！　未来へつなごう
毎月２回（１日・15日）発行

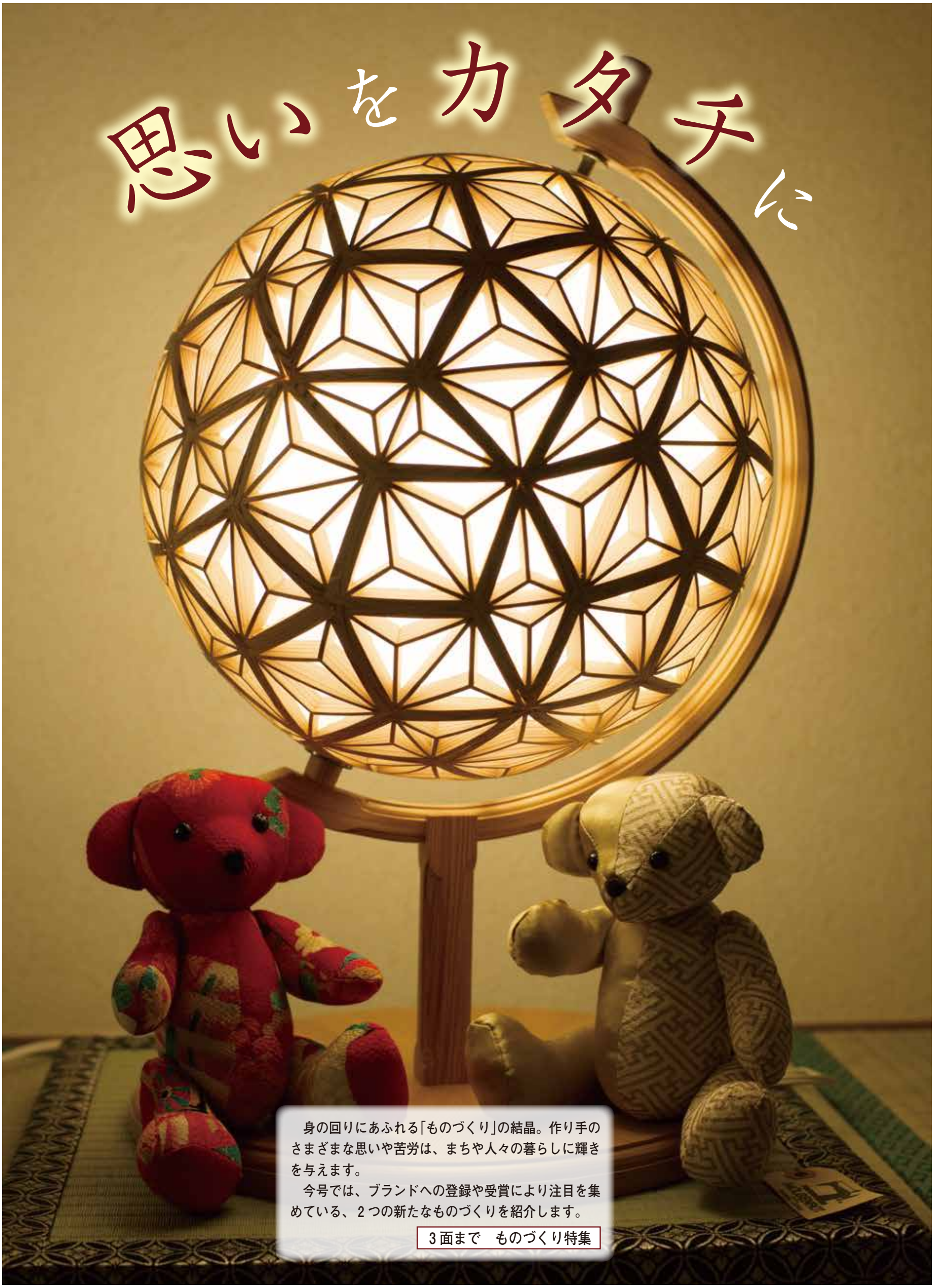
広報 はだの

平成27年（2015年）
7/1
No.1127

主　な　内　容

◇夏のイベント特集　（４面）
◇サマー湯ったりキャンペーン　（６面）
◇10月から土日の開庁日程を変更　（７面）
◇市民投票「はだの50選」　（８面）
◇第68回秦野たばこ祭　（８面）

編集・発行　秦野市　市長室広報課　〒257-8501　秦野市桜町一丁目3番2号　代表　☎0463(82)5111　FAX0463(82)9792　http://www.city.hadano.kanagawa.jp



身の回りにあふれる「ものづくり」の結晶。作り手のさまざまな思いや苦労は、まちや人々の暮らしに輝きを与えます。

今号では、ブランドへの登録や受賞により注目を集めている、２つの新たなものづくりを紹介します。

３面まで　ものづくり特集

「どうやって作ったんだろうと 作品の背景を感じてもらいたい」

全国建具展示会で入賞した「地球儀型行燈」

コンマ数ミリの誤差が命とりのピース

一目惚れした伝統技

コン、コン。アパートの一室で、生活音に紛れたかすかな音がする。

「スッと型にはまると、すごく気持ちいいんですよ」

まるでジグソーパズルをしている子供のような台詞だが、遊びではない。全国的に歴史のある伝統工芸「組子細工」だ。専用のかんなで絶妙な角度に薄く削った木を打ち込み、まざまな模様に組み上げることで障子や欄間などに芸術性を与える。釘や接着剤は、一切使わない。

「最近は3Dプリンターで簡単に複雑な物が作れるけど、手工品は、出来上がるまでの過程や苦労で作品の背景が生まれる。そんな良さがあると思うんです」

そう話す佐藤真司さん(49歳)は、組子細工の出会いは、8年前に市内で佐藤建具工房を開業する少し前。テランの建具職人が若手を指導する講習会に参加し、組子細工を教わった。

「その繊細さに憧れて、始めは、たずら程度に始めてみたんです。それが今では、自宅に持ち込んで作業をするほどの熱中ぶり。近年は、建具職人がその技術を競い合う全国建具展示会に出品し、3年連続で入賞。昨年は、こだわりの逸品・秦野産杉を使った「地球儀型行燈」が県知事賞を受賞し、「はだのブランド」にも認証された。

「球体にするためには、角度と削り方の微妙に違う2種類のひしがたのピースを使って、90面体を組み上げる必要があったんです。1月くらい、試行錯誤しましたよ。球体をつなげるアームの部分も薄い木材を曲げて重ね合わせるなど、曲線美にこだわり抜いたその形は、全国でも類を見なかった。

「初めは、ただ楽しいだけでやっていたけど、こうして周りの人たちに認められると、励みになりますね」

しかし、それを商売にできるかは別問題だ。大規模なハウスメーカーの台頭で地元の工務店のニーズは減り、さらに洋風建築が主流となっている現在、地域に根付いていた伝統工芸は影を潜めつつある。

「最近は、お客に組子細工の小物も紹介していますが、仕事の中心はこれまでどおり扉や引き戸の受注です。サッカー選手の台詞ではないですが、職人としてもっと「個の力」を高めないと、伝統は守れませんね」

冗談交じりの苦笑いを見せた。

いいモノを後世へ

そんな佐藤さんに昨年10月、転機が訪れた。鶴巻にある老舗旅館・陣屋の宮崎富夫社長(37歳)が、はだのブランドに登録された行燈を一目見て、ロビーや客室用に是非作ってほしいと、注文を即決した。現在は、新たに欄間や襖なども発注している。

「地元の人が、地元の素材を使って、こんなに素晴らしい物を作っている。市外の人や外国人のお客にお伝えできる物語が、そこにはある」

まちにとって、こうしたものづくりは必要だと宮崎社長は続ける。

「今時、こういう物を作る人がいない。買う人がいない。でも、その地の魅力が詰まった「いい物」であることに変わりはない」

ものづくりがまちに息づくことで、地域の大切な伝統文化や技術を守ることにつながる。佐藤さんも、自分の持つ技術を残そうと、最近は建具以外にも目を向け始めている。

「組子細工でスマートフォンのスタンドを作ったら面白いと思う。作り手が時代に合わせれば、技術は生き続けると信じています」

担い手が少ない課題もある中、体験教室などで、近い将来は自分が若手職人や子供に教えられたらと、今後の取り組みを模索中だ。

そんな思いを胸に佐藤さんは今、今年の全国建具展示会の出品に向けて大忙し。今回は秦野産の杉に加え、土中に長い間埋もれて色濃くなった希少な「神代杉」など4種類の木を使った、円柱型の行燈を製作中だ。

「5種類の模様の配置を少しずつずらしながら組み上げ、らせん状に並べたこだわりのデザインです。徹夜覚悟で間に合わせますよ」

「組子細工のまち　はだの」。そんな未来を思い描きながら、佐藤さんは今日も芸術的な「ジグソーパズル」を楽しんでいる。

募集

まちの魅力を全国へ発信
第4回はだのブランド認証品

秦野ならではの商品やサービスを、はだのブランド「みっけもん秦野」として認証しています。認証品は、市ホームページで紹介されるほか、はだのブランドのホームページ内のオンラインショップに出品することができます。

対象　「秦野生まれ」、「秦野育ち」、「秦野発」のいずれかに該当し、申請者がその権利を所有する商品やサービスなど

申し込み　申請書(市役所西庁舎1階産業政策課、はだのブランドホームページ(http://www.hadano-brand.jp)にあります)に、申請品の写真などを添えて、7月31日(金)までに〒257－8501産業政策課内はだのブランド推進協議会事務局へ郵送または持参

問い合わせ　産業政策課☎(82)9646

「大切な思い出をもう一度輝かせたい」

よりよい物を作るため、意見を出し合う

パーツに綿を入れて縫い合わせる

位置が決まったら機械で型抜きする

世界に一つのテディベア

「おなかの部分は赤を入れたいな」「目元は色がない方がスッキリするね」布の前で楽しそうに話す女性たち。和風小物や置き飾り、ストラップなどの商品を企画・製造している株式会社「にしきや」の作業場での風景だ。

「にしきや」は昭和20年、この地で創業した伝統ある老舗。「アップリケ研究所」として、戦後使われなくなった日本軍の絹製のパラシュートに絵を描き、進駐軍へ売っていた。現在は縁起物や観光土産品が中心。ぬいぐるみやマスコット人形などの顔や手、足などの型を布に当て切り取り、従業員、内職者を含め約70人で縫い合わせや貼り合わせをしている。

「一枚の布から型抜きした幾つものパーツを組み合わせます。立体的になると、本当に感動しますね」

創業者の父の代から家業に携わり約30年という代表取締役の原しのぶさん(63歳)は目を細める。商品の企画も手掛ける原さんにとっては、親心にも似た心情だ。

新商品として企画されるのは年間約50種類。サンプル品を小田原や東京の問屋へ持参したり、京都や大阪の問屋には郵送したりして営業しているが、その中には残念ながら商品化されない物もあるそうだ。

10年ほど前に企画したちりめん布のテディベアもその一つ。試行錯誤してサンプル品を作ったが、価格設定の段階で採算が合わず、商品化できなかったという。

「残されたサンプル品を見るたびに、新しい形でテディベアが作れたらという強い気持ちに駆られました」

「赤ちゃんのときの着物だよ」と笑顔の碧依さん

と原さん。2年前、一念発起して「テディベアのオーダーメイド」を始めた。子供が小さいころの衣類や学生服など、着る機会はなくなったが思い入れがあり、手放せない物。これを型抜きして縫い合わせた物を依頼主へ届ける。

「お客さん一人一人の気持ちに応えられる、これまでにない一点物を作りたかったんですよね」

念願がかなったと、原さんは満面の笑顔で話す。

思い出が蘇える喜びを共有

これまで受けた注文は、約30体。

一年前に母を亡くしたという50代の女性(東京都)からは、もえぎ色の羽織が送られてきて、自分の子供と姪っ子合わせて5人への形見分けの注文があった。「可愛らしいぬいぐるみに子供たちも大喜び。母がいつも身近に感じられて、私もうれしいです」との声が寄せられたという。

「30年前、娘のお宮参りにと母がくれた産着でした。これを着せて近所の八幡神社へ行きましたね」

懐かしそうに話す諸星小富さん(60歳・戸川)も依頼者の一人。初孫の碧依さん(9歳)のお宮参りにも着せたという、世代を超えた大切な宝物。ずっとタンスにしまったままで、虫食いや変色の心配をしながらも、捨てる気持ちにはなれず、今年3月、テディベア作りを依頼した。

「布に余裕があったので、3体も作っていただきました。これで一安心。大切に飾っているんですよ」

孫からまたその子へと思い出を語り継いでほしいと微笑む諸星さん。

碧依さんも

「とってもかわいい。顔のところが一番好き」

そっと頭をなでながら、うれしそうに話す。

「着物や洋服には、必ず何かしらの思いが込められているはず。依頼された方の気持ちに寄り添い、できるだけ希望にかなった物を作りたいですね」

「にしきや」で16年働く三上春江さん(54歳)は、力を込める。布柄の微妙な配列で印象が変わるため、仕上がりが不安なときは、必ず依頼者にイメージの確認をしているという。

3年目に入った「世界にひとつのテディベア」作り。今年1月には、女性が開発に貢献した商品の中でも、人の心を動かす力があると評価され、秦野初の「神奈川なでしこブランド」に認定された。

「うれしいですね。依頼された方からの喜びの声は、私たちにも感動を分けてくれます」

口ぐちにそう話す「にしきや」の皆さん。今後も心通わすものづくりを続けたいと目を輝かせた。

輝く女性を応援 神奈川なでしこブランド

県内の企業や団体から、女性が開発に貢献した商品を募集し、審査した上、優れたものを「神奈川なでしこブランド」として認定しています。

神奈川なでしこブランド2015の認定

食料品・飲料	8件
生活・文化用品	5件
サービス	3件

※27年度も募集予定。詳しい内容は県ホームページ(http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/f531754/)を確認してください。

問い合わせ　産業政策課☎(82)9646または県労政福祉課☎045(210)5744

とことん夏を楽しもう

もうすぐ夏本番。キャンプ、自然教室など、さまざまなイベントを開催します。暑さに負けず、いろいろな体験をして、思い出いっぱいの夏にしましょう。

くずはの家　夏休み自然教室

内　容	と　き	対　象
親子で水遊び	７月20日(月) 午前９時半～正午	40人
子ども昆虫教室	24日(金) 午前９時半～11時半	小学生以上30人
動物の足あと観察	25日(土) 午前９時半～11時半	小学生以上30人
木の葉図鑑を作ろう	26日(日) 午前９時半～正午 午後１時～３時半	各回小学生以上20人
水生生物教室 (東公民館～金目川)	28日(火) 午前９時～正午	小学生24人
セミの羽化観察会	８月１日(土) 午後６時半～８時半	小学生以上30人
ちびっ子あつまれ・虫さがし	２日(日) 午前10時～11時半	３～６歳児と 保護者10組
川の生き物観察	８日(土) 午前９時半～11時半	小学生以上30人
子ども工作教室 糸まき車できょうそう	９日(日) 午前９時半～11時半	小学生20人

※小学２年生以下は保護者同伴。７月10日(金)締め切り。申し込み多数のときは抽選。抽選結果は、７月14日(火)正午～市ホームページで発表

問い合わせ　くずはの家☎(84)7874

こども絵画教室

とき・対象　７月11日～８月22日の土曜日　全７回　◇小学１～３年生　午前９時～10時半、午前10時40分～午後０時10分　◇小学４～６年生　午後１時15分～３時15分　いずれも20人　**ところ**　はだのこども館　**費用**　1200円　**申し込み**　７月１日(水)午前９時～

茅ヶ崎市・秦野市交流キャンプ

とき　７月28日(火)～29日(水)の１泊２日　**ところ**　茅ヶ崎海岸、表丹沢野外活動センター　**対象**　市内在住の小学４～６年生30人　**費用**　3000円　**申し込み**　７月１日(水)午前９時～

夏休み自然工作教室

丹沢の自然素材を使った工作

とき　８月５日(水)　午前９時半～正午　**対象**　小学１～３年生と保護者20組　**費用**　１組300円

間伐材を使ったブックエンド作り

とき　８月12日(水)　午前９時半～正午　**対象**　小学４～６年生と保護者10組　**費用**　１組500円

※いずれも表丹沢野外活動センター。申し込みは７月４日(土)午前９時～

国会議事堂・ＪＡＬ機体整備工場見学バスツアー

とき　８月６日(木)　午前７時半～午後５時　**対象**　小学４～６年生40人　**費用**　2000円　**申し込み**　７月５日(日)午前９時～

共通事項　いずれも申し込み先着順。電話のみ受け付け

問い合わせ　こども育成課☎(81)7011

はだのクリーンセンター夏休み親子施設見学会

親子で学ぼう

とき　８月５日(水)　午前９時半～11時半　**内容**　ごみ処理の仕組み　**対象**　小学生と保護者35人(申し込み先着順)

問い合わせ　はだのクリーンセンター施設課☎(82)2502

企業体験学習

優しく丁寧に介助

看護師のお仕事を体験しよう　**とき**　７月24日(金)　午前９時半～午後３時　**ところ**　秦野赤十字病院　**内容**　車イスの介助、血圧測定、病院食の実食など　**対象**　小学５～中学生９人　費用　500円　**申し込み**　７月４日(土)午後１時～

トンネル工事を見学しよう　**とき**　７月26日(日)　午前９時～　**ところ**　新東名トンネル(羽根トンネル東坑口)　**対象**　小学生と保護者30組60人　**申し込み**　７月２日(木)午前９時～

オリジナルカントリーマアムを作ってみよう　**とき**　８月２日(日)　午前９時～正午　**ところ**　(株)不二家秦野工場　**対象**　小学生と保護者12組24人(申し込み多数のときは抽選)　**申し込み**　往復はがきに保護者と児童１人の住所、氏名、電話番号、学校名、学年と返信欄に住所・氏名を書き、７月15日(水)までに〒257-0042寿町３-12こども育成課へ郵送

消防士のお仕事を体験しよう　**とき**　８月３日(月)　午前10時～11時半　※雨天や緊急出動のときは５日(水)　**ところ**　消防本署　**対象**　小学１～３年生と保護者10組20人　**申し込み**　７月６日(月)午前９時～

お気に入りの髪型に

美容師のお仕事を体験しよう　**とき**　８月４日(火)　午前９時半～11時半　**ところ**　パンドーラ美容室など　**対象**　小学３～６年生20人　**申し込み**　７月３日(金)午前９時～

銀行の裏側ってどうなってるの？　**とき**　８月６日(木)　午後２時～４時　**ところ**　中栄信用金庫本店　**対象**　小学生と保護者10組20人　**申し込み**　７月６日(月)午後１時～

空気を感じよう　**とき**　８月７日(金)　午前10時～正午　**ところ**　新晃空調工業㈱　**内容**　大人になると聞こえない音や台風並みの風を体験　**対象**　小学４～６年生20人　**申し込み**　７月１日(水)午後１時～

共通事項　いずれも申し込み先着順で電話のみ受け付け(オリジナルカントリーマアムを作ってみようは除く)です。

問い合わせ　こども育成課☎(81)7011

小学生救命チャレンジ

とき　７月31日(金)　午前10時～11時半　**ところ**　保健福祉センター　**内容**　心肺蘇生法、ＡＥＤの使い方など　**対象**　市内在住・在学の小学４～６年生40人(申し込み先着順)　※保護者も参加可

ＡＥＤの貸し出しをしています

夏休みのイベントなどで積極的にご利用ください。

問い合わせ　警防対策課☎(81)8020

はだのっ子アワード　ふるさと秦野検定

自分たちのまち秦野の自然や歴史をどれだけ知っているかチャレンジしてみよう。

とき　７月25日(土)　午前９時～11時　**ところ**　本町小学校　**内容**　自然・歴史・地理・公民・産業などから100問出題し80問以上正解で合格(社会科資料集「わたしたちのまちはだの」、「私たちの秦野」、「秦野ふるさとめぐり」から出題)　※難易度に応じて１～３級があります　**対象**　市内在住・在学の小学３年～中学生　**申し込み**　申込書(小・中学校、公民館、図書館にあります)を７月６日(月)までに小・中学校または市役所西庁舎３階教育研究所へ持参

問い合わせ　教育研究所☎(86)9102

海の家 優待利用券

切り取り線

大磯海岸海の家「凡児(ぼんじ)」を優待料金で利用できます。この記事が割引券になりますので、利用人数を書き、切り取ってご利用ください。

期間　７月５日(日)～８月30日(日)

料金　1000円(３歳～小学生は500円)

※月～土曜日(祝日を除く)は、指定駐車場が無料(案内図は、観光協会のホームページにあります)。

大人　　人　**子供**　　人

問い合わせ　観光協会☎(82)8833

みんなの伝言板

市内の公共施設を利用

催し案内

コーラスあらかると　７月４日(土)　午後２時～４時　本町公民館　５団体のコーラス　250人(当日先着順)　鈴木☎(83)2402

絵本の読み聞かせ　◇７月４日(土)　午後２時半～　南が丘公民館、末広ふれあいセンター　◇８日(水)　午後３時～　堀川児童館　◇９日(木)　午後３時～　大根公民館　◇11日(土)　午後２時半～　西公民館　◇16日(木)　午後３時～　鶴巻公民館　◇21日(火)　午後３時～　東公民館　◇28日(火)　午後３時半～　戸川児童館　堀☎(88)3286

今の教科書ってどんな　７月５日(日)　午後１時半～４時半　大根公民館　中学校で学ぶ歴史の模擬授業など　150人(当日先着順)　300円　※保育あり　子どもと教科書さがみ野・古尾谷☎(81)3920

デジフォトクラブくずは写真展　７月７日(火)～12日(日)　午前10時～午後５時(７日は午後１時～、12日は午後４時まで)　宮永岳彦記念美術館　三木☎(81)3740

2015「夏」ふる里七夕まつり　７月11日(土)　午前10時～午後５時　堀川公民館　チャリティーソングと踊りの発表　秦野ふる里会・原田☎(87)7200

仲間募集

デジフォト堀川　第２・４火曜日　午前９時～正午　堀川公民館など　初心者　月1500円　村上☎(88)6390

西体操会　月２回火曜日　午後１時半～３時半　西公民館　月800円　森☎(88)6819

囲碁同好会　毎週土曜日　午前９時～正午　サンライフ鶴巻　月1000円　松村☎(87)2181

たがねの会(彫金・七宝)　第２・４水曜日　午前10時～午後４時(第４水曜日は午後１時～５時)　南が丘公民館　月3000円　古関☎(78)8454

羽根里山の会　第１・２土曜日　午前９時～午後３時　里山ふれあいセンター付近　里山整備の草刈り、シイタケ栽培など　年1000円　※昼食あり　田辺☎090(1254)8962

丹沢日曜大工の会　第１・３日曜日　午前９時～正午　西公民館　のこぎり、ノミ、カンナなどを使った木工工作　月1000円　千竈(ちかま)☎(83)1462

八丈太鼓はなみずき　毎週土曜日　午後６時～９時　中野健康センター　月2000円　横井☎090(2167)2621

水墨画教室　第１・３土曜日　午後１時半～３時半　本町公民館　月500円　本町水墨画同好会・田畑☎(81)8728

秦野混声合唱団　毎週土曜日　午後７時～９時　南公民館など　月3000円(学生は1000円)　入会金1000円(学生は500円)　串田☎(88)9772

ギターアンサンブル　アニマート(クラシックギター)　毎週土曜日　午前10時～正午　本町公民館など　月4000円　坂東☎0465(43)2623

スポーツ吹矢　毎週月・木曜日　午前９時～11時　総合体育館　菅野☎(75)2383

源氏物語を読みましょう　第２日曜日　午後１時～３時　大根公民館　講師　秋澤亙氏(國學院大学教授)　６カ月5000円　古典文学愛好会・小川☎(77)1214

秦野子ども将棋クラブ　第３日曜日　午後１時～３時　本町公民館　小・中学生　月500円　中島☎(76)6467

秦野二胡合奏団　第１・３土曜日　午前９時半～午後０時半　鶴巻公民館　月1000円　水野☎(81)3916

秦野丘の会　第１土曜日　午前９時半～11時半　南が丘公民館　歌会、近・現代短歌の勉強会　年2000円　細井☎080(5439)9861

北丹沢囲碁同好会　毎週水曜日　午後１時～５時　北公民館　月500円　成瀬☎(75)2192

大根水墨画同好会　第２・４火曜日　午前９時～正午　大根公民館　月1000円　蔭山☎(91)0393

秦野弓道協会　◇毎週火・木曜日　午前９時～午後３時　◇毎週水・金曜日　午前９時～午後１時　◇毎週土曜日　午後１時～５時　◇毎週火・水・金曜日　午後７時半～９時半　総合体育館　18歳以上の有段者(高校生は不可)　年１万2000円(学生は6000円)　入会金2000円　石田☎(81)9646

麻雀木星会　毎週木曜日　午後２時半～５時半　大根公民館　初心者　月1500円　入会金1000円　笠島☎090(1542)7700

銀友卓球　毎週金曜日　午後１時～４時　大根公民館　月600円　入会金500円　秋吉☎(77)3290

丹沢水墨画鶴巻教室　第２水曜日　午後２時～４時　鶴巻公民館　月2500円　安楽☎090(4947)6655

その他

秦野古代ロマン「秦野に古代の都があった」　７月21日(火)　午後１時半～３時　保健福祉センター　講師　石川邦夫氏(秦野ぶらり会代表)　60人(申し込み先着順)　市民活動サポートセンター☎(83)1760

県職業技術校10月生募集　ハローワーク松田☎0465(82)8609で手続きをし、７月９日(木)～８月６日(木)に東部・西部職業技術校へ　※募集案内は各校、ハローワーク松田で配布　ハローワーク松田または県産業人材課☎045(210)5715

労働安全衛生法が改正されました　12月１日(火)から、従業員数50人以上の事業主は、ストレスチェックと面接指導の実施が義務付けられます。　神奈川労働局雇用均等室☎045(211)7353

公民館・会館だより

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。

大根公民館☎(77)7421

初心者のためのパン作り教室　７月17日(金)　午前９時半～午後２時　12人　1200円

子供陶芸教室　７月18日(土)　午前９時半～正午　食器作り　小学３年生以上20人　400円

男の料理「アジとイカと夏野菜」　７月26日(日)　午前９時半～午後１時半　男性15人　1200円

本町公民館☎(84)5100

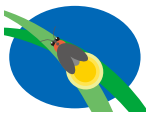
高齢者くらしのミニ講座「転ばない歩き方」　７月８日(水)　午後１時半～３時　20人

親子のお話し会　７月17日(金)　午前10時～11時、午前11時～正午　各回４歳以下の親子10組

初心者パソコン相談　７月21日(火)　午後１時半～３時半　パソコン持参

堀川公民館☎(87)4111

ヘイケボタル観察会　７月18日(土)　午後７時桂林寺(堀西1025)集合～四十八瀬川～８時半　30人(中学生以下は保護者同伴)　西公民館でも受け付け



アンモナイトのレプリカ作り　７月24日(金)　午前10時～正午　小学３～６年生　20人　500円

渋沢公民館☎(87)7751

夏休み子供陶芸教室　７月22日(水)、８月５日(水)、19日(水)の全３回　午前９時半～正午　小学生16人　500円

渋沢地域高齢者支援センター介護予防講座　７月22日(水)　午前10時～11時半　爪の手入れ　65歳以上20人

上公民館☎(87)0212

リフレッシュ教室　７月15日(水)　午後１時半～３時半　軽い体操と楽しい会話　10人

夏休み子供陶芸教室　７月25日(土)、８月22日(土)、29日(土)の全３回　午前10時～正午　小学生以上15人　500円

鶴巻公民館☎(76)0463

鶴巻高齢者生き生きランチの集い　７月24日(金)　午前10時～午後３時　手作りの昼食と楽しい会話、歌声喫茶など　65歳以上15人　500円

ヘルシー料理講座　７月31日(金)　午前10時～午後１時半　ホイコーローなど　15人　500円

南が丘公民館☎(84)6411

季節の写真展　７月３日(金)～21日(火)

母と子の絵本を楽しむ会　７月15日(水)　午前10時～11時　親子15組

東公民館☎(82)3232

家族新聞づくり　７月30日(木)、８月20日(木)の全２回　午前９時半～11時半　小・中学生の親子20組　100円

大型絵本と腹話術を楽しもう　８月３日(月)　午前10時～11時　小学生以下15人(未就学児は保護者同伴)

南公民館☎(81)3001

アクティブ65南「リラックスヨガ体操」　７月15日(水)　午前10時～11時半　65歳以上20人

子供恐竜折り紙教室　７月25日(土)　午前９時半～11時半　小学生15人

パソコン何でも相談　７月28日(火)　午後１時半～３時半　パソコン持参

西公民館☎(88)0003

はなかごブローチ作り　７月10日(金)　午前９時～正午　布やビーズを使った夏らしいブローチ　20人　850円

北公民館☎(75)1678

パソコン何でも相談　７月４日(土)　午前９時～正午　パソコン持参

里山カフェ　７月14日(火)　午前９時半～11時半　お茶を飲みながら楽しく会話　100円

パソコン講座エクセル表・関数　７月18日(土)　午前９時半～午後３時半　13人　850円

ほうらい会館☎(81)8310

子供茶道教室　７月26日(日)　午前９時半～正午　小学生14人　200円

子供歴史ランド「江戸東京で遊ぼう」　８月５日(水)午前８時ほうらい会館集合～江戸東京博物館(東京都墨田区)など～午後４時　小学３～６年生　20人　500円

お知らせ

時＝とき　場＝ところ　内＝内容　対＝対象　定＝定員　費＝費用
申＝申し込み　締＝締め切り　問＝問い合わせ

行政一般

●社会を明るくする運動啓発活動
時場◇7月1日(水)　秦野・渋沢・東海大学前駅　午後4時～5時　鶴巻温泉駅　午後3時～4時　◇15日(水)　イオン秦野SC　午後4時～5時　内啓発物品の配布　問人権推進課☎(82)7618

●7月11日(土)はお休みします　市役所本庁舎の窓口サービス
連絡所での戸籍謄本・抄本と税関係証明などの交付、保健福祉センターでの母子健康手帳の交付もできません。　問戸籍住民課☎(82)5127または健康づくり課親子健康担当☎(82)9604

●10月から土日の開庁日程を変更
市役所本庁舎では窓口サービスの一部を土曜日にも行っていますが、10月からは、第3土曜日は行わず、翌日の日曜日に実施します。　問行政経営課☎(82)5102

●市議会議員選挙の立候補予定者事前説明会
任期満了に伴う選挙を8月30日(日)に行います。事前説明会を開催しますので、関係者は2人以内で出席してください(代表者は印鑑を持参)。　時7月17日(金)　午後2時～　場文化会館　**説明会後の日程**
◇告示日、立候補の届け出　8月23日(日)　◇投・開票日　30日(日)
◇当選証書付与式　9月1日(火)
問選挙管理委員会事務局☎(82)9661

●障害者雇用に補助します
対市内で1年以上継続して事業を営み、次のいずれかに該当する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事業主　①身体障害者手帳1・2級、療育手帳A1・A2を持っている　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を持っている　※精神障害者は平成18年7月1日以後の雇用に限る　**補助額**(1人当たり)
①年額15万円　②年額9万6000円
※期間は10年間　申申請書、雇用状況報告書(いずれも市役所西庁舎1階産業政策課にあります)に手帳の写しを添えて、7月31日(金)までに〒257-8501産業政策課へ郵送または持参　問産業政策課☎(82)9646

●7・8月は夏の特別滞納整理期間
税負担や受益者負担の公平性を保つため、期間中は訪問や電話などによる納税の指導、催告、公共料金の滞納整理の取り組みを強化します。
問債権回収課☎(82)5134

●ご利用ください　市営駐車場
場◇片町駐車場(本町四ツ角交差点そば)　◇渋沢駅北口駐車場(渋沢駅北口前)　**駐車料金**　30分100円(午後10時～翌朝8時までは1時間100円)　※市役所西庁舎1階産業政策課と駅連絡所で回数券(10枚900円)を販売　問産業政策課☎(82)9646

●戦没者遺族へ特別弔慰金を支給
対戦没者などの死亡当時の遺族で、平成27年4月1日時点で公務扶助料や戦没者に関する遺族年金などを受ける方がいない遺族のうち1人　**支給額**　年額5万円(5年間)　**期限**　平成30年4月2日まで　問地域福祉課☎(82)7392

●補助します　私立幼稚園の保育料

対市内在住で、新制度に移行していない私立幼稚園に在園する3歳以上の園児の保護者(所得要件あり)または、2人以上が就園している世帯などの保護者　**補助額**　市民税所得割課税額の合計額に応じて決定　申申請書(各園にあります)を各園に提出　問子育て支援課☎(86)3460

●免除・猶予されます　国民年金の保険料
内対保険料を納めること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　◇**若年者納付猶予**　30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、在学期間中は全額猶予
※免除の申請は、2年1カ月前までさかのぼってできます　問国保年金課☎(82)9614または平塚年金事務所☎(22)1515

●今月中旬に送付します　後期高齢者医療保険料納入通知書
平成27年度の通知書を加入者の方に送付します。　※保険料は、昨年の所得により決定　問国保年金課☎(82)5491

●携帯電話などで確認できます　国保年金課窓口の混雑状況
市ホームページにある「国保年金課混雑情報」(右のQRコードからもアクセス可)から、現在の待ち人数や呼び出し番号を確認できます。　問国保年金課☎(82)9613

●青少年を非行から守ろう　社会環境実態調査を実施
7月は、青少年の非行・被害防止全国強調月間。期間中は青少年相談員が市内の古書店、ビデオ店、インターネットカフェなどを調査します。
問こども育成課☎(81)7011

●青少年に関する相談
電話や面接で、相談を受け付けています。　**相談時間**　月～土曜日　午前9時～午後7時(土曜日は午後4時まで)※面接は事前予約　**相談専用電話**　☎(82)5273・(84)7800
問こども育成課こども若者相談担当(青少年相談室)☎(82)6241

催し

●消防団消防操法競技会
市内から選出された7隊が出場し、ポンプ車操法の訓練成果を披露します。　時7月5日(日)　午前9時～正午　場日産車体秦野工場(堀山下233)　問消防総務課☎(81)7992

●就職を支援　個別カウンセリング
時7月8日(水)　15日(水)　午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)　場市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、求人情報の検索・活用、応募書類の書き方、面接トレーニングから1つを選択　※1人1時間以内　対市内在住の18～65歳の求職者5人(申し込み先着順)　※15日は若年者を優先。保育あり　申電話で予約し、市役所西庁舎1階産業政策課または市ふるさとハローワークへ　問産業政策課☎(82)9646

●一時保育を実施　市ふるさとハローワーク
時第3水曜日　午前10時～午後4時(正午～午後1時を除く)　場秦野駅前農協ビル5階　※前日までに電話で予約(予約状況により当日の利用も可)　問産業政策課☎(82)9646

●地域婦人団体連絡協議会　創立60周年記念講演
時7月8日(水)　午後1時～3時半　場文化会館　内ハープの演奏と子育てトーク　講師　永山友美子氏(オペレッタ演奏者)　定200人(当日先着順)　問生涯学習課☎(84)2792

●安全衛生講習会
時7月8日(水)　午後3時～4時半　場商工会議所(平沢2550-1)　内労働災害の防止　申商工会議所☎(81)1355　問産業政策課☎(82)9646

●流しそうめんと　里の七夕・ホタル観賞会
時場7月11日(土)午後2時半渋沢公民館集合～千村生き物の里周辺～8時　定10人(申し込み先着順)　費500円　問森林づくり課☎(82)9631

●里山を歩こう「夏の生き物」
時場7月18日(土)午前9時東公民館集合～正午　内野鳥や植物の観察　定30人(申し込み先着順)　問環境保全課☎(82)9618

●ご参加を　大根地区市政懇談会
時7月18日(土)　午後1時半～4時　場大根公民館　※他の地区は7月下旬以降を予定　問広聴相談課☎(82)5128

●盆踊りでリフレッシュ　納涼大会
時場◇7月18日(土)　午後6時～　南・東小学校　午後6時半～　北小学校　◇8月18日(火)　午後5時～　総合体育館　◇22日(土)　午後2時～　広畑小学校　※雨天のときは南・北小学校は中止。東小学校は7月19日(日)、広畑小学校は8月23日(日)　問スポーツ振興課(84)2795

●開業サポートセミナー
時8月8日(土)　午前9時～午後0時45分　場商工会議所(平沢2550-1)　**講師**　竹内幸次氏(中小企業診断士)ほか　定40人(申し込み先着順)　問産業政策課☎(82)9646または商工会議所☎(81)1355

募集

●臨時保育士
勤務場所・時間・報酬　◇**市立保育園・こども園**　午前7時半～午後7時で交代勤務　時給1025円　◇**私立保育園**　午前7時～午後8時で交代勤務　報酬は各園により異なる　申履歴書に保育士証の写しを添えて、市役所2階保育こども園課へ本人が持参　問保育こども園課☎(82)9606

●病後児保育室の看護師
勤務場所　病後児保育室「おひさまルーム」(ひろはたこども園内)　**勤務内容**　病気の回復期にある児童を看護師と保育士の2人体制で保育
勤務日など　週2～4日(平日)　午前7時半～午後1時15分または午後1時～6時半の交代勤務　**人数**　1人　**報酬**　時給1514円　申事前に電話し、履歴書に資格証明書の写しを添えて、7月14日(火)までに市役所2階保育こども園課へ本人が持参
※後日面接あり　問保育こども園課☎(82)9606

●弘法の里湯の職員
勤務内容・勤務日など　◇**設備担当業務**　週4日以内(土・日曜日、祝・休日を含む)　午前8時～午後9時半のうち週21時間以内で交代勤務
◇**駐車場整理・案内業務**　週3日以内(土・日曜日、祝・休日を含む)　午前9時半～午後6時半のうち週14時間以内で交代勤務　**人数**　各1人
任用期間　8月1日～平成28年1月31日　**報酬**　時給960円　申履歴書を7月9日(木)までに弘法の里湯(午前10時～午後5時)へ本人が持参
※後日面接あり　問弘法の里湯☎(69)2641

●はだの議会だよりの表紙写真
テーマ　秦野の風景、地域や学校の行事など　**応募資格**　市内在住・在勤・在学の方　**応募規格**　2Lサイズ(横長・カラープリント)。デジタルデータも可(ただし、500万画素以上のJPEG形式)　※1人3点まで。未発表作品に限る　**応募方法**　写真に応募用紙(市役所4階議会事務局、公民館、駅連絡所、市ホームページにあります)を添えて、7月27日(月)までに〒257-8501議会事務局へ郵送または持参。メール(gikai@city.hadano.kanagawa.jp)も可(ファイルサイズは2メガバイト以下)　問議会事務局☎(82)9652

スポーツ

●障害者スポーツ教室
時内◇**ユニカール**　7月25日(土)　◇**室内ペタンク**　8月22日(土)　◇**太極拳**　9月26日(土)　いずれも午後1時半～4時半　場総合体育館　入場自由　問障害福祉課☎(82)7616

●はだのっ子　エンジョイスポーツ教室
時内◇**ミニバスケットボール**　7月29日(水)、30日(木)、8月3日(月)、4日(火)の全4回　午前9時15分～10時45分　◇**卓球**　8月3日～6日(木)の全4回　午前9時15分～10時45分　場総合体育館　対各コース小学3～6年生30人(申し込み多数のときは抽選)　費2000円　申7月3日(金)～9日(木)　問スポーツ振興財団☎(84)3376

●子供スポーツクライミング教室
時8月2日～23日の日曜日　全4回　午前9時～11時　場県立山岳スポーツセンター　対小学3～6年生20人(申し込み多数のときは抽選)　費4000円　申7月3日(金)～9日(木)　問スポーツ振興財団☎(84)3376

健康・子育て

●囲碁サロン
時7月9日(木)　午後1時～3時　入場自由　場サブセンターむつみ(平沢370-3)　対65歳以上　問高齢介護課☎(82)7394

●目指せイクメン講座

時7月11日(土)　午前9時半～11時　場保健福祉センター　内ベビーマッサージ体験　対4～11カ月児と家族20組(申し込み先着順)　問健康づくり課親子健康担当☎(82)9604

●献血
時場◇7月11日(土)　19日(日)　26日(日)　イオン秦野SC　◇21日(火)　市役所駐車場　いずれも午前10時～11時半、午後0時半～4時　問健康づくり課☎(82)9603

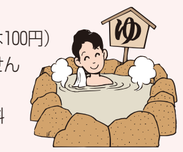
受講生募集　地域の魅力を再発見　ふるさと講座

専門家などを講師に招き、講座を開催します(全7回)。

とき	ところ	内容
8月29日(土)	保健福祉センター	近現代の秦野史(たばこ産業など)
9月12日(土)	文化会館	秦野名水を守る
10月24日(土)	保健福祉センター	全国初の簡易陶管水道「曽屋水道」
11月14日(土)	本町公民館	秦野～中井を走った機関車「軽便鉄道」の歴史
12月5日(土)	図書館	郷土が生んだ南画家「大津雲山」に関する講演
1月17日(日)	保健福祉センター	ジェットエンジン発祥の地・秦野
2月27日(土)		丹沢の生き物たち

※いずれも午前9時半～正午(12月5日は午後2時～4時)。
対市内在住・在勤・在学の18歳以上40人(申し込み多数のときは抽選)　費1000円　申はがきに住所、氏名、年齢、電話番号を書き、7月24日(金)までに〒257-8501生涯学習課へ郵送
問生涯学習課☎(84)2792

7・8月は弘法の里湯へ　サマー湯ったりキャンペーン



入浴料金を割り引き
午後6時以降の入浴料金を200円(小・中学生は100円)割り引きます。　※他の割引との併用はできません
海の日キャンペーン
7月20日(月)は、中学生以下の入浴料金を無料にします。
イベント

とき	内容
7月18日(土)	コンサート「Canon」
19日(日)	マジック「秦野マジッククラブ」
20日(月)	フラダンス「イリマ マヒプア レミフラスタジオ」
25日(土)	太鼓と踊り「秦野酔心太鼓とひょっとこ座」
26日(日)	大道芸
8月1日(土)	テノール&ピアノ演奏「Venticello」
2日(日)	フルート演奏「アンサンブル　ラルジュ」
9日(日)	落語「柳家花いち・小んぶ・緑君」
16日(日)	落語「春風亭一左」
22日(土)	オカリナ演奏「ほっと歩夢歩夢」
23日(日)	大道芸

※いずれも午後2時～3時

アンケート(弘法の里湯、鶴巻温泉の旅館・ビジネスホテルにあります)に答えた方の中から、抽選で賞品をプレゼントします。

問弘法の里湯☎(69)2641

●私の終活「老いじたく」
時7月15日(水)　午前10時～11時半　場ライフプラザ鶴巻(鶴巻北3-1-3)　対65歳以上20人(申し込み先着順)　問高齢介護課☎(82)7394

●健康チェック・健康講座
時7月21日(火)　午前10時～11時　場地域交流福祉拠点なつめ(戸川702)　入場自由　内イスに座って行う体操、ストレッチ　対65歳以上　問高齢介護課☎(82)7394

●スリムアップバランス料理講座
時7月23日(木)　午前10時～午後1時　場保健福祉センター　内豚肉と玉ねぎのポン酢炒めなど　対血圧が高い74歳以下20人(申し込み先着順)　費500円　問健康づくり課☎(82)9603

●アロマでリラックス
時7月23日(木)　午後1時半～3時　場広畑ふれあいプラザ　対65歳以上20人(申し込み先着順)　問高齢介護課☎(82)7394

●介護者のつどい
家族を介護している方同士で話しませんか。　時7月25日(土)　午前10時～11時半　場高齢者地域交流センターぷらっと(下大槻173)　定20人(申し込み先着順)　問高齢介護課☎(82)7394

●はだの野菜ヘルシー料理講座
時7月31日(金)　午前10時～午後1時半　場保健福祉センター　内豆腐とエビのショウガ炒めなど　費500円　定30人(申し込み先着順)　問健康づくり課☎(82)9603

施設情報

図書館☎(81)7012

●映画会
時内◇7月4日(土)　午前10時～11時45分　「雨に唄えば」(洋画)　◇18日(土)　午後3時半～4時半　「ムーミン」(アニメ)　定各日80人(当日先着順)

●おはなし会
時内◇7月4日(土)　「弘法の清水」など　◇11日(土)　「だいくとおにろく」など　◇18日(土)　「ガンピーさんのふなあそび」など　◇25日(土)　英語のおはなし会　◇26日(日)　「マドレーヌといめ」など　いずれも午後2時半～3時　定各日30人(当日先着順)

桜土手古墳展示館☎(87)5542

●ミュージアムさくら塾　盆の火と大山灯籠
時7月18日(土)　午前10時～正午　**講師**　小川直之氏(國學院大学教授)　定70人(申し込み先着順)　費100円

●ミュージアムさくら工房　こども土の器屋
時7月23日(木)　午前9時半～午後3時　※焼き上げは8月20日(木)の午前9時～午後4時に島津製作所グラウンドで実施　対小学4年～中学生10人(申し込み先着順)　費300円

広畑ふれあいプラザ☎(77)6061

●ふれあい学級　盆踊り
時7月19日(日)　午前9時半～11時半　対40歳以上20人(申し込み先着順)

税の納期限

固定資産税(償却資産を含む)・都市計画税第2期・国民健康保険税第2期の納期限は7月31日(金)です。
市税の納付は便利な口座振替で
問市民税課☎(82)5129または債権回収課☎(82)5134
納付書をなくしたときは、連絡してください。

今月末で有効期限が切れます

高齢受給者証
8月以降は、今月中旬に送付する新しい高齢受給者証と、既に持っている国民健康保険証を使用してください。

限度額適用・標準負担額認定証
入院・通院時に提示すると、医療費などの支払いが自己負担限度額までとなる限度額適用・標準負担額減額認定証。8月以降も認定証が必要な方は、8月1日(土)以降に改めて交付の申請をしてください。
問国保年金課☎(82)9613

7月11日～20日　夏の交通事故防止運動

交通事故防止涼風キャンペーン「トマトの交通安全」

「とまろう　まとう　とびださない」をキャッチフレーズに、トマトなどを400人(1人1個)に配布します。
時7月13日(月)　午後5時～6時　※雨天のときは14日(火)　場はだのじばさんず(平沢500)

高齢者と子どもの交通事故防止キャンペーン
時7月17日(金)　午前11時～正午　場県道705号堀山下・秦野停車場線、北小学校周辺交差点など4カ所
問くらし安全課☎(82)9625

市制施行60周年・図書館開館30周年記念
寄席の日

寄席の看板や「めくり」などに使われる寄席文字、紙切り、落語に触れて、寄席の雰囲気を味わってみませんか。

林家正楽

三遊亭遊吉

とき　8月9日(日)　午後1時～4時
内容　◇寄席文字の魅力　橘右橘氏(寄席文字書家)
◇紙切り　林家正楽師匠
◇落語　三遊亭遊吉師匠
定員　70人(申し込み先着順)

寄席文字展
とき　8月1日(土)～9日(日)(3日(月)を除く)　午前9時～午後5時　**内容**　寄席で実際に使われる看板や「めくり」などの展示

問い合わせ　図書館☎(81)7012

市民投票
未来に遺したいもの　はだの50選

震生湖

秦野だばこ祭

市制施行60周年を記念して、皆さんが未来の秦野に伝えていきたいと思うものを選定します。5つの部門の中で、思い入れのあるもの、印象に残っている場所を投票してください。

部門　「自然」、「景観」、「行事」、「建造物」、「文化財」
対象　市内在住・在勤・在学の方
投票方法　投票用紙(市役所西庁舎3階生涯学習課、公民館、図書館、桜土手古墳展示館、宮永岳彦記念美術館にあります)を9月30日(水)までに投票箱(投票用紙設置場所にあります)へ。市ホームページからも投票できます。

三廻部のソバ畑

宝蓮寺の阿形像・吽形像

問い合わせ　生涯学習課文化財担当☎(87)9581

9/26(土) 27(日)
みんなの力で盛り上げよう
第68回秦野たばこ祭

本市発展の礎を築いた、たばこ耕作の歴史と情熱を伝える「秦野たばこ祭」を開催します。

息の合った千人パレード

参加者募集

はだのよさこい踊り
とき　9月27日　午後2時45分～4時　**ところ**　本町四ツ角周辺　**定員**　15チーム程度(1チーム15人程度)

たばこ音頭千人パレード
とき　9月27日　午後1時半～4時　**ところ**　市内目抜き通り

祭りボランティア　受付案内やキャンペーン、写真撮影などにご協力ください。

※いずれも7月31日(金)までに観光課へ申し込んでください。

協賛金のお願い
たばこ祭は、法人や個人の皆さんからの協賛金で運営しています。今年もご支援、ご協力をお願いします。

打上花火募金にもご協力を
祭りのフィナーレを飾る花火への募金をお願いします。銀行振込と募金箱で受け付けています。

振込先　横浜銀行秦野支店　普通　6093030　秦野たばこ祭実行委員会(花火募金)
募金箱の設置場所　市役所など市内の公共施設、秦野郵便局、JAはだの本・支所、市内の金融機関、コンビニ、スーパーなど

問い合わせ　観光課☎(82)9648

入賞おめでとう
表丹沢写真コンクール

最優秀賞　藤岡さんの作品

98点の応募の中から、藤岡正さん(平塚市)の「春の雪」が最優秀賞に選ばれました。

入賞作品は、市ホームページで閲覧できるほか、8月1日(土)から30日(日)まで、鶴巻温泉弘法の里湯に展示されます。最優秀賞以外の入賞者は次のとおりです(敬称略)。

優秀賞　小林昭五(東田原)　小平和男(堀川)
佳作　藤澤政義(ひばりが丘)　伊藤良一(平塚市)
入選　中村雄二(戸川)　石川政信(小田原市)　広瀬奈津美(堀西)　志村孝之(千村)　杉山俊明(南矢名)　青木房雄(北矢名)　栗飯原茂(曲松)　野間口英敏(堀西)　佐藤節夫(渋沢)　小宮幸雄(春日町)

問い合わせ　観光課☎(82)9648

こんにちは赤ちゃん

受付時1歳未満。住所、氏名、生年月日、電話番号を書いてください。写真は返却しません。

野川 湊歩ちゃん
(26.12.22生 大秦町)

前田 真奈香ちゃん
(27.1.11生 落合)

簑島 澄人ちゃん
(27.3.28生 清水町)

7月は河川浄化月間
未来に残そう　このせせらぎを

みんなできれいに

葛葉川美化清掃
とき　7月5日(日)　午前9時～11時半
集合場所　◇本町地区　新九沢橋下　◇東地区　100円ショップオレンジ駐車場(東田原97－1)　◇北地区　菩提原会館

四十八瀬川環境ウオーク
とき　7月11日(土)　午前9時～11時
集合場所　才戸橋・田頭橋

金目川環境ウオーク
とき　7月18日(土)　午前9時～11時
集合場所　東公民館

廃食用油を使った名水せっけん作り
とき　7月22日(水)　午前9時半～11時半
ところ　南が丘公民館
対象　小学生の親子10組(申し込み先着順)
申し込み　南が丘公民館☎(84)6411

問い合わせ　環境保全課☎(82)9618

サマージャンボ宝くじ
1等・前後賞合わせて 7億円
〈発売期間〉7/8㈬～7/31㈮
〈抽せん日〉8/11㈫
1等/5億円　前後賞/各1億円
サマージャンボミニ 7000万 と同時発売
宝くじ売り場等に関するお問い合わせ ☎03-3535-9085
この宝くじの収益金は市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます。
公益財団法人 神奈川県市町村振興協会

文化会館チケット情報

サマーシアター20回記念

7月20日(月)　午前10時～　小ホール、展示室など　入場自由
人形劇、腹話術、布おもちゃなど

地域貢献券が利用できます

秦野みなせ寄席
人間国宝 一龍斎貞水 立体怪談

7月12日(日)
午後2時～
小ホール
全席指定
3000円

※未就学児は入場できません。

問い合わせ　文化会館☎(81)1211

「広報はだの」は再生紙を使用しています。

健康づくり特集

未来のあなたの健康のために

～受けて活かそう　特定健診～

関野小児科内科クリニック
関野 高弘 院長先生

特定健診の流れ
（秦野市国保の場合）

1. 受診券が届きます
2. 健診を受けます
3. 結果を確認します
4. 生活習慣の改善に役立てます

先生からのひと言

生活習慣病は、自覚症状がないうちに進行します。症状がでた時には、継続した治療を受けることになり、症状がまだ出ない状態で病気の芽を見つけて治療・予防することが重要です。

ぜひ、年１回の健診を受診するように心がけましょう。
（関野小児科内科クリニック　関野院長）

日々、健やかな生活を送るには健康状態を確認することが大切です。
未来のあなたの健康のために特定健診を受診し、いつまでも心豊かな生活を送りましょう。

特定健康診査・特定保健指導とは

特定健康診査（特定健診）は、加入している健康保険（国保、健保組合など）が実施します。特定健診は、40歳から74歳までの方を対象とした生活習慣病を予防するための健診で、メタボ健診とも言われています。主な検査内容は、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査、医師の聴打診であり、腹囲（おへそ周り）の測定は、メタボリックシンドロームの状態を調べる重要な検査のひとつです。特定保健指導は、特定健診の結果から、生活習慣病の発症のリスクがあり、生活習慣の改善による生活習慣病の予防効果が期待できる方に対して、生活習慣を見直すサポートを行います。（特定保健指導「すっきり健康体」（裏面参照））

毎年受診で早期発見

毎日の生活習慣により引き起こされる生活習慣病は年々増加し、医療費は、受診開始年齢である40歳を境に増加していきます。毎年健診を受診し、自分の健康状態を知ることで、日頃の生活習慣を見直しましょう。また、動脈硬化を進行させる高血糖や脂質異常及び高血圧の症状を早期に発見し、心臓病・脳卒中など重篤な病気を予防しましょう。

医療費を増やさないために

秦野市国民健康保険加入者の医療費のうち、生活習慣病の疾患を含む医療費は過半数を超えています。

また平成25年度の秦野市国民健康保険の特定健診受診率は33・1％で、県下19市中、7番目でした。特定健診を定期的に受診しなければ、生活習慣病の重症化を招き、将来、高額な医療費が必要となり、結果的に保険税負担が大きくなる可能性があります。医療費にかかる負担を大きくしないために、病気の早期発見や予防を意識した健康づくりが必要です。ご家族や友人、ご近所など、地域全体で特定健診を受診し、健康管理に役立てましょう。

今を変えれば、未来も変わる

◆◆◆生活習慣病の進行◆◆◆

厚生労働省生活習慣病対策室HP引用

日本人の三大死因は、がん、心臓病、脳卒中ですが、そのうち心臓病と脳卒中は、動脈硬化が原因となる病気です。内臓脂肪型肥満に加え、高血糖、高血圧、脂質異常いずれか２つ以上をあわせもった状態をメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）と呼び、放っておくと動脈硬化を急速に進行させます。

不適切な食生活（エネルギー、食塩、脂肪の過剰、過度の飲酒等）や運動不足、喫煙、ストレス状態といった不健康な生活習慣が続くと、メタボリックシンドロームとなります。さらに進行すると、肥満症、糖尿病、高血圧症、脂質異常症を発症します。これらの症状は、互いにからみ合い動脈硬化を急速に進め、重症化や合併症を引き起こします。虚血性心疾患（例　心筋梗塞、狭心症）、脳卒中（例　脳出血、脳梗塞等）、糖尿病の合併症（例　失明、人工透析等）など命にかかわる病気です。また生活機能は低下し、要介護状態を招く恐れがあります。

〈左の図は、生活習慣病の進行を示しています。〉

とくちゃん★ていちゃんの Q＆Aコーナー

Q1. 特定健診を受けるには??

A1.

40歳から74歳までの方に各医療保険者が実施しています。

秦野市国保の場合、毎年6月に受診券（ピンク色）を発送していますので、ご確認ください。費用は、**1,500円**です。

（70歳以上の方または住民税非課税世帯の方は、**無料**です。）

お近くの医療機関で受診できます。

（受診券に同封の実施医療機関一覧をご参照ください。）

Q2. 特定保健指導とは??

A2.

生活習慣病のリスクが高い人を対象に保健師や管理栄養士が生活習慣改善に向けたプランを提案し、６カ月間一緒に取り組んでいきます。

計画
専門スタッフと一緒に計画を立てる

実行
計画に沿って生活習慣を改善

確認
現在の健康状態を確認

生活習慣改善プログラム「すっきり健康体」

Q3. 特定保健指導の効果は??

A3.

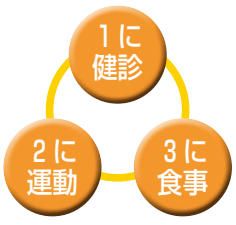
特定保健指導では、保健師と管理栄養士が運動と食事について専門的見地から、一人一人に合わせたプランを提案します。「野菜から先に食べよう」、「階段を使おう」…日々の生活に取り入れることで、心身の健康に対する意識の変化を大切にしています。

さらに

参加者のうち、
- **76%**の人の**体重**が減少！
- **62%**の人の**腹囲**が減少！
- **30%**の人の**肥満度**が改善！

Q4. 生活習慣病を予防するためには??

A4.



1に健診…生活習慣病は、自覚症状がないうちに進行し、症状が出たときには重症化していることがあります。
年に一度特定健診を受けて、健康状態をチェックしましょう。

2に運動…日常的な身体活動を増やして、無理なく続けましょう。

3に食事…過食に注意し、バランスのよい食事を心がけましょう。

（＋服薬している方は、きちんと服用しましょう。）

☆下記の生活改善10か条「すっきり健康体のために」にチャレンジしてみましょう☆

今日からできる！10か条

ジェネリック医薬品（後発医薬品）とは?

最初に作られた薬（先発医薬品：新薬）の特許が切れた後に厚生労働省の認可のもとで製造・販売された薬です。

ポイント1　先発医薬品より安価で経済的です。
開発コストが少ない分、新薬より約２～７割も安価です。

ポイント2　効き目や安全性は先発医薬品と同等です。
新薬と有効成分が同じなので、同等の効果が得られます。

ポイント3　いろいろな病気や症状に対応しています。
高血圧や糖尿病のほか、様々な病気や症状に対する医薬品があり、カプセルや錠剤、点眼剤など形態も多様。新技術により、味や飲みやすさが改良されたものもあります。

○ジェネリック医薬品を希望される場合は医師・薬剤師に相談しましょう。
○ジェネリック医薬品希望カードを保険証や処方せんと一緒に調剤薬局に提示し、薬剤師さんに相談してみましょう。（カードや保険証ケースは、公民館や駅連絡所に設置してあります。）

がん検診を受診しましょう!

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。

がん検診を希望する人は、登録手続をすることで受診することができます。現在、平成28年度分の登録を受付けています。

登録方法

未登録の人、既に登録していても３年間受診していない人は登録用紙（市役所２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。）に必要事項を記入し、健康づくり課へ郵送または持参してください。なお、市ホームページ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
男女共通	胃	40歳以上	胃部Ｘ線撮影
	大腸		便による潜血反応検査
	肺		肺部Ｘ線撮影 ※必要時は喀痰（かくたん）検査
女性	乳		視触診、マンモグラフィ検査
	子宮頸	20歳以上	細胞検査、内診
男性	前立腺	50歳以上	採血によるＰＳＡ検査

平成28年度電子申請画面にアクセスできます。
【携帯電話用】　【スマートフォン用】

※転入や退職等で、受診機会を無くされた人は、平成27年度分として登録を受け付けています。詳しくは、健康づくり課に問い合わせください。

生活改善10か条「すっきり健康体のために」

一　一日３回規則正しい食事
二　気をつけよう糖分、塩分、油分
三　毎日食べよう食物繊維（野菜、きのこ、海藻類）
四　食べ過ぎず腹八分目
五　控えよう間食、夜食、甘いもの
六　体重を測って、日常生活を見直そう
七　階段は手軽なトレーニングマシン（膝への負担にはご用心）
八　今より動こうプラス10分（歩行、体操）
九　禁煙、節酒で健康長寿
十　年に一回、健診を受けましょう

秦野市特定健診PRキャラクター

とくちゃん　ていちゃん