

ひらつか



薬剤師



平塚市民病院



管理栄養士

メ デ イ カ ル medical ス タ ッ フ staff

「medical staff」は「医療専門職」という意味です。

医療現場で働く人といえば、医師・看護師がまず思い浮かぶのではないのでしょうか。実は、管理栄養士や放射線技師など、さまざまな専門知識を持ったスタッフが、連携して患者さんの治療やケア、生活のサポートをしています。



放射線技師



助産師



言語聴覚士



乳がん看護認定看護師

目次

- 1～3面…**特集** 医療を支える専門職…平塚市民病院の医療専門職を紹介します。各分野の専門知識や技術を共有・連携して、患者さんの治療や生活のサポートをしています。
- 4～7面…募集・お知らせ・健康と福祉・スポーツ 「気軽にスポーツ」「119番！ もしものときに」
- 8面…ヒラツカルチャー 「ひらしん平塚文化芸術ホールへ行こう」



平塚市の推計人口と世帯数
<令和6年4月1日現在 ()内は前月比>

人 口 258,166人…(+44)
世帯数 117,422世帯…(+520)

●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 〆0463-23-9467

医療を支える 専門職

市民の健康を守り、地域医療に貢献
することを掲げている平塚市民病院。
各分野の高度な専門知識や技術を共
有・連携して治療を施し、患者さんの
人生、生活の質の維持・向上を目指し
ています。

☎ 医事課 ☎ 32-0015



管理栄養士

患者さんに合わせた栄養管理や、退院後の食事療養の相談を受ける他、入院・外来問わず栄養指導をします。

たかはし
高橋佐弥さん

「食」に興味がありました。元々食ることが好きで、高校生の時に栄養や調理学などを学んでいく中で、管理栄養士という職業を知りました。幅広い分野で働ける資格ですが、大学の実習で病院の管理栄養士になるうと決めました。きっかけは、脳梗塞の後遺症で胃に直接栄養を注入する「胃ろう」を余儀なくされている

患者さんに向き合う管理栄養士の姿を見たことです。病氣や怪我で食えることが困難な方に食の支援をした

栄養面から支える

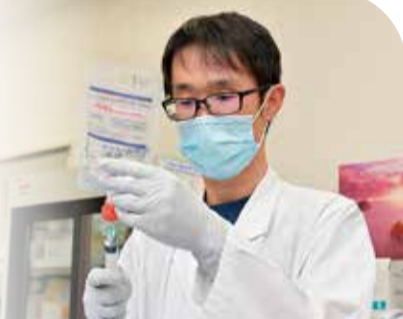
突然のけがや病氣などで食欲がなくなった方に、食事をしてもらうことは難しいです。性格や生活背景、食習慣が異なる方々と接するため、その都度どのような助言や関わり方をすれば良いのかを考え、分かりやすい言葉で説明することを心掛けています。栄養相談後に、採血結果などの数値が改善し、本人の喜びや笑顔が見られるとうれしく思います。

また、市民病院では糖尿病や、がんなどの疾患に特化した資格を持つ管理栄養士もいます。栄養面から治療の支援をしていることに、やりがいを感じます。末期心不全で入院を繰り返していた患者さんを以前担当したことがあり、少しづつ食事が摂れなくなり、活力が失われ、リハビリ意欲も下がっていました。そこで本人の希望に合わせて食事を調整したら、8割以上を食べられるようになりました。活力が戻り、リハビリにも意欲的に取り組めるようになったんです。転院する時に「この食事がなかったら、他のこともうまくいかなかったと思う。本当にありがとう」と涙ながらに伝えてくださいました。私にとって忘れられない出来事です。

薬剤師

薬学を基礎として幅広い知識を持ち、薬の管理や医師の処方した薬の調剤、服薬指導などをします。

五味裕介さん



「化学」が好きだったんです。高校生の時、進路を考えるまで薬剤師という職業を知りませんでした。好きな化学を生かせることや、医療系の職業に就けることから薬剤師に興味を持ち、薬学部のある大学に進学しました。

抗がん剤治療の支援

市民病院は「県がん診療連携指定病院」に指定されていて、専門的ながん医療を提供しています。さまざまな治療法の一つ、化学療法に薬剤師として携わり、医師や看護師とともに、がん患者の抗がん剤治療をサポートしています。化学療法は患者さんの全身状態や副作用の発生などに個人差があるため、患者さん一人一人に対応した管理が必要になります。薬剤師の役割は注射薬の混合・調製や、投与量、投与スケジュールの確認をすることです。他には治療中の患者さんの元へ行き、体調や副作用など

抗がん剤の副作用に苦しむ患者さんの話を聞いて、どうしたら副作用が軽減するかを考えます。調製した抗がん剤を使って副作用が減ったと言われた時はやりがいを感じますね。「患者さんのために」というのを常に考えています。少しでも副作用を減らしたり痛みを和らげたりしたいので、絶対に手を抜きません。

放射線技師

マンモグラフィーやレントゲン、CT、MRIなどの医療機器で診断に必要な画像撮影などをします。

ほそたに
細谷朱里さん



放射線技師を目指すきっかけになったのは、私自身がレントゲン撮影をしてみたことでした。機械を扱う技師の姿を見て、カッコいいと思ったんです。正確な画像が撮影された患者さんは、以前重症の状態入院されていた方だったんです。入院された方だった時、診断に必要な画像を私が撮影させてもらいました。重症の状態だった方が、回復されてご自身

不安な気持ちに寄り添う声かけ

マンモグラフィー検査は痛みが付きもので、恥ずかしさや検査に対する不安も拭えないものです。市民病院では、女性の技師だけ

正しい画像が患者の将来を決める

放射線技師が撮影した画像は病気の発見や治療方針の決定に必要なものです。先日、外来で撮影にいられた患者さんは、以前重症の状態入院されていた方だった時、診断に必要な画像を私が撮影させてもらいました。重症の状態だった方が、回復されてご自身



優しいピンク色の壁が特徴のマンモグラフィー検査室

言語聴覚士

話す・食べることに不自由を抱えている人の検査や、機能を回復するための訓練・指導をします。



下川季未さん

「言葉が失う」「口からご飯を食べられなくなる」というのは、相当な精神的ダメージを受けますし、その人の人生を左右してしまいます。市民病院は病気やけがをして間もない方や、病状が安定せず集中的な医療を要する方に対応する急性

言語聴覚士を知ったのは、高校生の時に参加した孤児院でのボランティアで、小児のリハビリに携わった時です。看護師の母親を通して言語聴覚士の方に出会えたことも、目指すきっかけとなりました。

急性期から回復期につなげる

「言葉が失う」「口からご飯を食べられなくなる」というのは、相当な精神的ダメージを受けますし、その人の人生を左右してしまいます。市民病院は病気やけがをして間もない方や、病状が安定せず集中的な医療を要する方に対応する急性



言語訓練に使う絵カード

期病院です。患者さんの症状が安定する回復期までの限られた時間ですが、言葉の訓練をしたり、飲み込む力を鍛えたりします。回復期につなげる大切な時間を担っていることを意識しています。

期病院です。患者さんの症状が安定する回復期までの限られた時間ですが、言葉の訓練をしたり、飲み込む力を鍛えたりします。回復期につなげる大切な時間を担っていることを意識しています。

言葉を理解する

期病院です。患者さんの症状が安定する回復期までの限られた時間ですが、言葉の訓練をしたり、飲み込む力を鍛えたりします。回復期につなげる大切な時間を担っていることを意識しています。

期病院です。患者さんの症状が安定する回復期までの限られた時間ですが、言葉の訓練をしたり、飲み込む力を鍛えたりします。回復期につなげる大切な時間を担っていることを意識しています。

乳がん看護認定看護師

乳がんに伴う看護技術と知識を持ち、患者さんのさまざまな悩みに寄り添い、支援などをします。



相原理恵さん

女性病棟への異動がきっかけで、乳がん患者さんと関わるようになりました。乳がんの患者さんは20代から90代の方までいて、年代によっていろいろな悩みを抱えています。もっと知識や技術を身に付けて支援していきたいと思ひ、乳がん

看護認定看護師の資格を取ろうと決めました。

市民病院初の乳がん看護のエキスパート

「認定看護師」は看護師として5年以上の実践経験があり、日本看護協会が定める教育を経て、認定試験に合格することで取得できる資格です。21の認定看護分野に分かれていて、市民病院では12分野19人の認定看護師が分野ごとの専門性を発揮して活動しています。

私は市民病院では初の乳がん看護認定看護師です。患者さんの治療選択や心理面・ボディイメージの変容などをサポートします。多様な

患者さんが話しやすい環境を整えたいと思ひ、穏やかな声のトーンや表情に気を付けています。また、悩みを打ち明けられるので、こちらから問いかけることを心掛けています。

些細なことで

患者さんが話しやすい環境を整えたいと思ひ、穏やかな声のトーンや表情に気を付けています。また、悩みを打ち明けられるので、こちらから問いかけることを心掛けています。

毎年5月12日は「看護の日」

高齢社会を支えていくために「看護の心」「ケアの心」「助け合いの心」をみんなで分かち合おうと、近代看護を築いたナイチンゲールの誕生日にちなみ、制定されました。

医療の専門職員から学ぼう 看護フェスティバル

市民病院では「看護の日」にちなんで、看護フェスティバルを開きます。今年のテーマは「備えて減災」です。日頃から災害に備えるための知識や、災害が起こった時の対応を学びませんか。災害拠点病院の市民病院で働く、救急看護師や助産師、栄養士、薬剤師、理学療法士などがレクチャーします(写真)。

5月10日(金)午前10時～午後1時。市民病院(南原1-19-1)。

問 医事課 ☎32-0015



- おうち防災チャレンジ!
- 子育て世代の災害対策
- 地震でけがしたら、どこに行けばいいの?
- 教えて あなたの備蓄食 知って納得 いつものアレが備蓄食品に
- 災害に備えた薬の管理を知っておこう
- 避難生活で起こる危険から身体を守ろう

主な内容

助産師

お産の介助、妊産婦への保健指導、産後の新生児や乳児のケアなどの他、思春期や更年期など女性の健康を支援します。

吉田淳さん

看護学校の実習で分娩を見学して感動しました。看護学や産科などさまざまな分野を学ぶ中で、人間の身体の神秘性に興味を持ち、産科の専門職を目指しました。

気軽に相談を

私は主に妊娠・分娩・育児に関わっています。お母さんには安心快適なマタニティライフを過ごしてほしいと思ひ、不安や心配なことを医師には聞きづらいことなどは、妊娠期間中の個別保健指導や母親学級、入院中、産後2週間健診などで気軽に助産師に相談してほしいです。母乳外来は、当院で出産した方以外の相談も受けています。

命の誕生に立ち会う責任

市民病院は、平塚・中郡地域で唯一の産科・小児科の2次救急を担う病院です。24時間、産婦人科・小児科医師が在駐し、医師・助産師・新生児集中治療室(NICU)の看護師が連携を取っています。お母さんと赤ちゃんの命を守り、安全に出産できるように、いざという時にすぐ対応できるようにしていきます。



命の誕生に立ち会う責任。市民病院は、平塚・中郡地域で唯一の産科・小児科の2次救急を担う病院です。24時間、産婦人科・小児科医師が在駐し、医師・助産師・新生児集中治療室(NICU)の看護師が連携を取っています。お母さんと赤ちゃんの命を守り、安全に出産できるように、いざという時にすぐ対応できるようにしていきます。

体制を整えています。産科病棟は全員が助産師であり、新生児蘇生法専門コースの資格を所有しています。助産に関する高度な知識と技術を認証されたアドバンス助産師も多く在籍しており、皆さまが安心して出産に臨めるようにサポートします。

谷戸田で田植え体験

市民と大学生による里地里山再生プロジェクトに参加しませんか。里山の自然の中で、手作業での田植えを体験します(右写真)。



6月1日(土)午前10時～午後1時。雨天の場合は2日(日)に延期。里山体験フィールド(土屋1076付近)。市内在住の方50人(抽選・1組5人まで)。雨具・帽子・軍手・タオル・飲み物・着替えなど。作業のできる服装でお越しください。

☎ 代表者の**必要事項**、全員の氏名(ふりがな)・生年月日を、はがき・ファクス・メールで、5月10日(金)までに、**環境保全課**☎23-9969✉21-9603✉k-hozen-event@へ。

セルフバーベキューと五平餅作り

自然の中で、中部地方の郷土料理・五平餅を作りませんか。バーベキューも楽しめます。食材や調味料、飲み物、調理器具などは持参してください。

5月25日(土)・26日(日)、午前10時～午後4時。雨天決行。びわ青少年の家(土屋2710)から、**社会教育課**☎35-8124✉34-5522✉k-shakai@へ。

募集

右 応募方法は

- ☎のある記事は事前に応募が必要です
- 必要事項は郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号です
- 受付開始日の記載がない場合、**5月7日(火)午前8時30分**から、受け付けます
- メールの場合、✉以下に、city.hiratsuka.kanagawa.jpを付けてください
- 📧の場合、電子申請システム(e-city.hiratsuka.kanagawa.jp)で応募できます。右の2次元コードからもアクセスできます
- 市役所への郵便物は、〒254-8686 平塚市役所〇〇課で届きます

応募方法



人まで)。1人100円。
☎ 電話で、5月3日(祝)午前8時30分～16日(木)午後5時に、びわ青少年の家☎59-0871へ。

ガイドと巡る文化資源

「相模国府を訪ねて」コースです。

5月26日(日)午前9時30分～午後0時30分。荒天中止。前鳥神社(四之宮4-14-26)集合・国厨墨書土器出土地(四之宮2-9-25付近)解散。15人(先着順)。飲み物300円、中学生以下は無料。

☎ コース名・全員の**必要事項**を、はがき・ファクス・メール(一通で3人まで)で、5月4日(祝)から、**社会教育課**☎35-8124✉34-5522✉k-shakai@へ。

軽自動車税の減免申請は期限内に

令和6年度の申請を受け付けます。障がいのある方らのために使用する軽自動車は、一定の要件に該当すると軽自動車税種別割の減免が受けられます。詳しくは市ウェブをご覧ください。お問い合わせください。

市営住宅の入居者

入居予定日は9月1日(日)です。次の条件を全て満たす方(抽選)。

①18歳以上または既婚②夫婦または親子が主体



ゆるぎの里きさわ 里山体験ワークショップ



東京農業大学との協働・東海大学との協力により、吉沢地区の活性化を目指している「湘南ひらつか・ゆるぎ地区活性化に向けた協議会」。同協議会が開く里山の再生・保全活動のワークショップに参加しませんか。

6月8日(土)午後1時～5時30分。小雨決行。吉沢公民館(上吉沢395-1)集合。50人(先着順・小学生以下は保護者同伴)。保険証の写し・軍手・帽子・タオル・雨具・飲み物。歩きやすい靴でお越しください。3歳以上の方500円。

①**吉沢八景を巡るゆるぎ地区の自然環境を学ぶエコツアー** 吉沢地区の名所「吉沢八景」やトンボの里を、地元の人や生き物の専門家が紹介します。

②**散策路の整備(里地里山の維持管理)** 散策路沿いで草刈り作業をしながら、自然環境保全の課題などを学びます。

☎ **湘南ひらつか・ゆるぎ地区活性化に向けた協議会**☎58-4179✉59-2933ウェブ、または**必要事項**・ファクス番号・年齢・希望するコースを、ファクスで、5月7日(火)午前10時から、同協議会へ。右の2次元コードからも応募できます。



できます。市の補助制度なども説明します。

6月5日(水)午後1時30分～2時30分・3時30分(各回1時間)。本館3階302会議室。市内木造住宅の所有者または居住者、各回5組(先着順)。

就活・パソコン入門講座・基礎講座

☎ 電話または直接、本館6階の**建築指導課**☎20-8860へ。

パソコン技術を学びます。労働会館(追分1-24)。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)。筆記用具。

入門講座 5月10日(金)午後1時～4時。基礎講座(エクセル) 22日(水)・23日(木)、全2回、午前10時～午後4時。

基礎講座(ワード) 24日(金)午前10時～午後4時。☎ 電話で、**県西部地域若者**

サポートステーション

65-32-4115へ。

錦絵にみる平塚宿を歩く

江戸時代の平塚を描いた錦絵や、幕末明治初期の写真を基に、まち歩きをします。お菊塚や江戸見附、西組問屋場、平塚の塚などを巡ります。歩きながら平塚の今昔を探りませんか。

6月1日(土)午前9時～正午。約4時。平塚MNビル北広場(宝町3-7)集合・市民プラザ(紅谷町18-8)解散。40人(抽選)。飲み物。歩きやすい服装と靴でお越しください。500円。

☎ **市観光協会**☎20-5110ウェブで、5月1日(水)午前8時30分～20日(月)午後5時に、応募してください。

子育て支援企業を応援

従業員の仕事と子育ての両立支援に取り組む、市内の小企業を応援します。応募方

映画撮影現場の見学会

映画の撮影現場を見学しませんか。作品名は非公開です。集合時間や場所は、参加者の決定後に直接、お知らせします。詳しくは、左下の2次元コードをご覧ください。



5月24日(金)午前10時～11時30分。平塚市内。市内在住で高校生を除く18歳以上の方50人(抽選)。

☎ 📧で、5月13日(月)までに、応募してください。問い合わせは**広報課**☎21-8556へ。

法や条件など、詳しくは市ウェブをご覧ください。

①**子育て支援企業応援アドバイザー派遣** 社会保険労務士を派遣します。1回2時間、

奨学金の返済を支援

年間10万円を上限に、奨学金の返済額の一部を補助します。補助の要件を満たす方は、令和10年度まで毎年、交付申請と請求ができます。



手続きの流れ

認定申請(A)

令和6年5月20日(月)～6月14日(金)

交付申請(B)

令和7年1月16日(木)～2月15日(土)

請求・交付
令和7年3月

年間10万円を上限として、奨学金の年間返済額の2分の1を補助します。まずは認定申請が必要です。認定申請は令和6年5月20日(月)～6月14日(金)に、交付申請は令和7年1月16日(木)～2月15日(土)に、申請書を提出できます。次の条件を全て満たす方100人(先着順)。認定申請時(手続きの流れA)に①令和7年3月31日時点で29歳以下②大学などを卒業している③大学などの在学中に本人名義で奨学金の貸与を受け、自ら返済している④令和6年1月1日時点で市内在住⑤令和7年1月1日から5年以上平塚市に定住する意思がある⑥市内の企業などで常勤の従業員などとして働いているまたは自営業者である⑦

公務員でない⑧暴力団員でない⑨就業内容が公序良俗に反するものでない。交付申請時(手続きの流れB)に条件①を満たし、⑩継続して市内に在住している⑪継続して就業している⑫奨学金の返済を滞納していない⑬市税を滞納していない⑭奨学金の返済に係る他の支援を受けていない。詳しくは、市ウェブをご覧ください。

市ウェブや青少年会館(浅間町12-41)・各公民館・本館1階の青少年課☎71-5950にある応募用紙を、令和6年5月20日(月)から、直接、月曜日～金曜日(土曜日は青少年会館☎32-7029へ。右の2次元コードからも申請できます。e



お知らせ

体験型木工遊びLAND

木材を使って遊びます。

5月5日(祝)。①②は午前11時～午後4時。③は1時から。見附台公園(見附町16-3)。雨天の場合はひらしん平塚文化芸術ホール(見附町16-1)。

①玉コログシプロジェクトカラフルな玉を転がす大きな装置で遊べます②たからものづくりワークショップ 木片や貝殻など、いろいろな素材を組み合わせて、自分だけのオリジナルオブジェを作ります③拍子木づくりワークショップ 木材を紙やすりで

SunSunマルシェ

手作り雑貨やアクセサリ、の販売、キッチンカーの料理などが楽しめます。

5月12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)。

相模川クリーンキャンペーン

海に漂流するマイクロプラスチックを減らすため、相模川河口でプラごみを拾います。

5月12日(日)午前9時～11時。雨天中止。相模川河口干潟。柳島水再生センター(茅ヶ崎市柳島1900)の西側路上集合(車で集合する場合は事前に連絡が必要です)。

街頭労働相談会

解雇・雇い止め・退職や賃金、職場の人間関係などの労働問題を相談できます。年金相談もできます。

5月9日(木)午前11時～午後6時。荒天中止。平塚駅北口駅前広場(宝町1-1)。県内在住・在勤の方。

県かながわ労働センター

湘南支所☎22-2711

消費者月間パネル展

5月の消費者月間に合わせて、デジタルサービスの消費者トラブルや、悪質商法の手

川河口でプラごみを拾います。

5月12日(日)午前9時～11時。雨天中止。相模川河口干潟。柳島水再生センター(茅ヶ崎市柳島1900)の西側路上集合(車で集合する場合は事前に連絡が必要です)。

5月8日(水)～17日(金)午前8時30分～午後5時(17日は午後3時まで)。本館1階多目的スペース。

5月25日(土)・26日(日)、午前10時～午後6時。旧横浜ゴム平塚製造所記念館(浅間町1-1)。

5月22日、8月28日、11月20日、令和7年2月12日の水曜日、午前11時。いずれも10時45分に、事前の案内を放送

緊急時に市民の皆さんに迅速・確実に情報を伝達できるよう、システムが適正に作動しているかを確認します。市内全ての防災行政無線・防災ラジオから、試験放送が流れます。実際の災害など間違えないように、注意してください。

5月22日、8月28日、11月20日、令和7年2月12日の水曜日、午前11時。いずれも10時45分に、事前の案内を放送

優雅な明治時代の木造洋館で、クラシックやポップス、邦楽などさまざまな演奏を楽しみませんか。各ステージ30分～1時間の演奏です。

梅雨や台風などの出水期を前に、ダム放流による事故を防ぐための演習です。相模川周辺の警報所からスピーカー放送やサイレンの吹鳴、赤色回転灯の点灯などをします。

入場料100円、保護者同伴で15歳未満の方は無料。A.B.E.M.A.湘南バンク(久領堤5-1)。

入場料100円、保護者同伴で15歳未満の方は無料。A.B.E.M.A.湘南バンク(久領堤5-1)。



湘南ひらつかジャズフェスティバル

平塚ウィンドオーケストラ、SHJFビッグバンド、NKダンスラボラトリーが出演します。少人数で編成するコンボバンドの演奏もあります。ジャズの音色を楽しみませんか。

5月12日(日)午後2時開演。ひらしん平塚文化芸術ホール(見附町16-1)。1,100人(当日先着順)。

まちづくり財団文化事業課☎32-2237

ウェブでお知らせします。

5月8日(水)・9日(木)。小雨決行。

入場料100円、保護者同伴で15歳未満の方は無料。A.B.E.M.A.湘南バンク(久領堤5-1)。

開始時間など、詳しくは平塚競輪場ウェブをご覧ください。

お笑いステージ。大テント下ステージ。①オジンオズボーン篠宮暁さん(左写真)が出演します。5月11日(土)午後4時5分～6時②お笑いコンビ「駆け抜けて軽トラ」(左写真)のライブです。12日(日)4時5分～6時。

5月22日、8月28日、11月20日、令和7年2月12日の水曜日、午前11時。いずれも10時45分に、事前の案内を放送

緊急時に市民の皆さんに迅速・確実に情報を伝達できるよう、システムが適正に作動しているかを確認します。市内全ての防災行政無線・防災ラジオから、試験放送が流れます。実際の災害など間違えないように、注意してください。

5月22日、8月28日、11月20日、令和7年2月12日の水曜日、午前11時。いずれも10時45分に、事前の案内を放送

優雅な明治時代の木造洋館で、クラシックやポップス、邦楽などさまざまな演奏を楽しみませんか。各ステージ30分～1時間の演奏です。

梅雨や台風などの出水期を前に、ダム放流による事故を防ぐための演習です。相模川周辺の警報所からスピーカー放送やサイレンの吹鳴、赤色回転灯の点灯などをします。

入場料100円、保護者同伴で15歳未満の方は無料。A.B.E.M.A.湘南バンク(久領堤5-1)。



光と噴水と音のショー。10日(金)～12日、午後6時30分～8時40分のレース間。12日は最終レースの終了時に表彰式をします。表彰式の前には打ち上げ花火をします。荒天中止。バンク内。

事業課☎21-3935

健康と福祉

応募方法は4面

くすの木体操を楽しもう



お持ちの方は健康サポート帳。②③は筆記用具も。

①講習会 5月30日(木)大原公民館(大原1-15)②教室31日(金)なぎさふれあいセンター(袖ヶ浜20-1)③教室 6月4日(火)横内公民館(横内2506)。

健康課 ☎55-2111

医療的ケア児の保育所入所事前申請

楽しく体を動かします(右写真)。くすの木体操は、誰もが簡単に健康づくりができるように考えられた、市のご当地体操です。②③は体操の前に、保健師が高血圧の予防方法を話したり、希望者の血圧測定をしたりします。

保育課 ☎21-9612

初めてのスマホ体験講座

午後1時30分〜3時。市内在住の方。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、

スマートフォンを持っていない方または、持っているけど

福社会館などのあり方にご意見を

「福社会館などのあり方見直し(案)」を策定しました。福社会館などを将来にわたって有益に活用し、価値を高めるための見直し案です。市内在住・在勤・在学の方から意見を募集します。

案の閲覧期間 5月22日(水)まで。

閲覧場所 市ウェブ、各福社会館など。

☎意見を、5月22日までに、郵送・メールの場合は本館1階の福祉総務課 ☎21-9862 ✉fukushi@、直接の場合は同課・福社会館(追分1-43)・南部福社会館(袖ヶ浜20-1)・西部福社会館(公所868)・七国荘(土屋4594)・リフレッシュプラザ平塚(大神4-20-8)・平塚栗原ホーム(立野町31-20)へ。

男の料理教室



みんなで楽しく料理を作って食べませんか(上写真)。

5月28日(火)午前9時30分〜11時30分・正午〜午後2時。福社会館(追分1-43)。市内在住で60歳以上の男性、各時間帯8人(抽選)。エプロン・三角巾・ふきん・タオル・筆記用具。1,000円。

☎講座名・必要事項を、電話・ファクス・メールまたは直接、5月7日(火)午前9時〜17日(金)午後5時に、福社会館 ☎33-2333 ✉33-6588 ✉kaikan@hiratsukasyakyo.netへ。

在学中、骨粗しょう症の治療中でない20歳以上の方100人(先着順)。素足になりやすい服装でお越しください。

☎電話で、5月8日(水)から健康課 ☎55-2111へ。📧

スキマ時間でちょい筋トレ肩こり予防編

運動不足と感じていても、何から始めたら良いかわからない方、椅子に座ってできる運動を中心に教えます。オンラインで開きます。安全な場所で、動きやすい服装で参加しましょう。

6月22日(土)午前10時〜11時。市内在住・在勤で次の条件を全て満たす20〜64歳の方60人(先着順)。

☎eで、健康課 ☎55-2111へ。

乳がん検査を受けましょう

早期発見のために検査を受けませんか。検査内容はマンモグラフィ(2方向)・エコー・視触診です。結果は当

日に分かれます。

6月23日(日)午前9時〜正午。市民病院(南原1-19)1。26人(先着順)。1万4300円。

☎市民病院ウェブで、5月3日(祝)午前8時30分から応募してください。問い合わせは医事課 ☎32-0015へ。

笑いヨガ教室

楽しく笑って免疫力をアップしましょう。

5月27日(月)午後1時30分〜3時。なぎさふれあいセンター(袖ヶ浜20-1)。市内在住の方100人(当日先着順)。飲み物・タオル・室内用運動靴、お持ちの方は健康サポート手帳。動きやすい服装でお越しください。

☎健康課 ☎55-2111

元気応援ポイント説明会

趣味を生かしたさまざまな活動で、健康づくりや社会貢献をしませんか。5月17日(金)午前10時〜11時。南部福社会館(袖ヶ浜20-1)。市内在住で65歳以

気軽にスポーツ

スポーツ課 ☎31-3060



ニュースポーツの一つ、トリムバレーボール。バレーボールに比べてやや大きく、軽量で軟らかい感触のボールを、ネット越しに打ち合います。ボールの滞留時間が長く、ボールが当

たっても痛くないので、初心者の方でも簡単にプレーできます。

競技ルールは、バレーボールに準じています。前衛と後衛を分ける「アタックライン」より前でジャンプしてのアタックやブロックの返球は、反則になります。ラリーが多く、とても楽しめます。

スポーツ課では、市内で活動する団体を対象に、トリムバレーボールをはじめとするスポーツ用具の貸し出しをしています。詳しい借用方法や用具一覧は、市ウェブをご覧ください。

は市ウェブをご覧ください。

出入国管理・在留資格相談

☎文化・交流課 ☎25-2520

●来所(予約制) 5月28日(火)午前9時〜正午

就労相談

勤労会館(追分1-24) ☎32-3355

●来所(予約制・先着4人・1人50分) 5月8日(水)午後1時〜4時50分

子育て支援センター

豊田分行舎(東豊田381) ☎☎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

こども発達支援室くれよん

☎こども家庭課 ☎32-2738

●こどもの発達相談(来所・予約制) 月〜金曜日、午前8時30分〜午後5時

、聞き、一緒に考えます。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 いじめや体罰、家族間のもめごと、近隣関係の悩みなどを人権擁護委員に相談しませんか。5月21日(火)午後1時〜3時

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(浅間町4-39) ☎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

外国籍市民相談

☎文化・交流課 ☎25-2520

●来所 17言語。対応言語や日時

119番! もしものときに

情報指令課 ☎21-9733

119番は「場所」と「状況」を伝えよう



通報のポイント

- ①火事か救急か
- ②場所はどこか
- ③状況はどうか

119番をかけるときは、安全な場所から通報してください。危険を伴う現場もあるので注意しましょう。119番通報は①火事か救急かを聞いた後②場所を聞きます。通報をするときは目の前で起きている状況から説明したくなるものですが、救急車などを一刻も早く出動させるには、場所の確定が重要です。分かりやすいのは住所です。もしものに備え、自宅や職場の住所を正確に伝えられるようにしましょう。住所が分からないときは、目立つ建物やお店の名前、交差点やバス停などの目印を伝えてください。最後に③状況を聞きます。119番をかけるのは、いざという時だからこそ慌ててしまうものです。通信指令員が必要なことを順番に聞きますので、落ち着いて質問に答えてください。



家族介護リフレッシュ

腰痛肩こり予防プログラム(左写真)で、日頃の疲れを癒やしませんか。介護者同士で交流もできます。

市内在住で家族の介護をしている方。抽選。

- ①5月15日(水)午前9時30分～午後0時30分。福祉会館(追分1-43)。9人
- ②22日(水)午前9時30分～午後0時30分。西部福祉会館(公所868)。9人
- ③27日(月)午前9時30分～午後0時30分。福祉会館。12人
- ④27日1時30分～4時30分。福祉会館。6人。

☎ 電話で、土・日曜日と祝日を除く各開催日の3日前までに、福祉会館 ☎33-3100へ。

- ④火曜ストレッチ体操 体の筋を伸ばして柔軟性を高めましょう。6月25日～9月10日、21日～10月4日の金曜日、全8回、午前9時15分～10時30分。60人。3200円。
- ③いきいき若返り体操 6月21日～10月4日の金曜日、全8回、午前9時15分～10時30分。60人。3200円。
- ②ゆつくりエアロビクス 有酸素運動で健康づくりをしませんか。6月5日～9月25日の水曜日、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。

- ①楽しいフラダンス ハワイで生まれた、ゆつたりとした動きの伝統的なダンスを楽しみましょう。6月18日～10月8日の火曜日、全8回、午後1時20分～2時50分。60人。4000円。
- ⑨がトッケイセ キュリテイ平塚総合体育館(大原1-1) ⑩が総合公園内。抽選。

湘南ひらつか福祉事業所 合同説明会
各福祉事業所のブースで活動内容が聞けます。障がい基礎年金・福祉サービス制度の

学習会もあります。
5月24日(金)午前10時～午後1時。トッケイセキュリテイ平塚総合体育館(大原1-1)。障がいのある方と家族。福祉ショップありがとうの高橋 ☎090-3815175

スポーツ

スポーツ教室

会場は①～⑨がトッケイセ キュリテイ平塚総合体育館(大原1-1) ⑩が総合公園内。抽選。

- ⑦ウイークエンドヨガ 6月15日～9月7日の土曜日、全8回、午前11時10分～午後0時40分。70人。3600円。
- ⑧はつらつ水中体操 6月19日～9月25日の水曜日、全8回、1コースは午前10時～10時45分、2コースは午前11時15分～正午。各コース40人。3600円。
- ⑨アクアビクス 水の浮力で関節への負担を軽減しながら、エクササイズをします。6月20日～9月26日の木曜日、全8回、午前10時25分～11時25分。40人。5600円。
- ⑩ノルディックウォーキング(中級) ポールを使いながら歩きます(左写真)。楽しく歩いて、体力作りをしませんか。6月6日(木)午前9時30分～11時30分。30人。500円。



バレトンは、バレエをベースにしたエクササイズです(右写真)。バレエの経験がなくとも気軽に挑戦できます。ストレッチと合わせて、体を動かしましょう。6月19日～10月9日、全10回、午前11時

市政情報は市公式のSNSでも配信しています

2次元コードからご確認ください

Facebook Instagram LINE

教室名(②⑧はコース名も)・必要事項・年齢を、はがきで、5月15日(水)までに、〒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。



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
- 弁護士(予約制) 水・木曜日、午後1時～4時
- 行政 6月3日(月)午後1時～4時
- 税理士(予約制) 5月24日(金)午後1時～4時
- 司法書士(予約制) 5月10日(金)午後1時～4時
- 多重債務(予約制) 5月14日(火)午後1時～4時
- 社会保険労務士(予約制) 5月14日(火)午後1時～4時
- 行政書士(予約制) 5月7日、6月4日の火曜日、午後1時～4時

- 不動産(予約制) 5月17日、6月7日の金曜日、午後1時～4時
- 分譲マンション管理(予約制) 5月27日(月)午後1時～4時
- 住宅(新築・リフォーム・予約制) 5月21日(火)午後1時～4時
- 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
- こどもの総合相談ヤングケアラーなど
☎こども家庭課 ☎21-9843
- こども総合相談 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

- 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
- くらしサポート相談
☎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
- 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
- 青少年相談室
青少年会館(浅間町12-41) ☎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@
- 成年後見利用支援センター
平塚栗原ホーム(立野町31-20) ☎35-6175
- 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(東豊田448-3) ☎55-2111
- 来所(予約制) 5月17日・6月7日の金曜日、午前9時30分～10時30分、5月29日(水)午後1時30分～2時30分
- 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 DV問題や心の苦しさなどの悩みを女性の相談員が

ヒラツツカルチャー



必要事項 郵便番号・住所・氏名(ふりがな)・電話番号。
 メールで応募する場合は hiratsutsu@city.hiratsuka.kanagawa.jp を付けてください。
 ② 電子申請システム (e-kanagawa) でも応募できます。右の2次元コードからアクセスできます。

美術館

〒254 0073 西八幡1-3-3
 ☎ 3512111 内線3512741
 ⑦ 7.13.20.27.6月3日

1950s 60年代の日本画
 造形への挑戦 日本画の変
 革が目指された1950s 60
 年代。日本画の伝統にこだわ
 り過ぎず、新風を吹き込もう
 とした画家たちが参考にした
 のは欧米の絵画でした。硬く
 て丈夫な造形や、油絵の具の
 持つ力強い絵肌、あるいは当
 時注目を集めていた抽象表現
 が取り入れられました。当館

中央図書館

〒254 0041 浅間町12-41
 ☎ 3100415 内線3199884
 ⑦ 7.13.20.27.31.6月3日

市民の図書館体験 図書館
 の裏側を見学したり、本の修
 理・フィルム掛けをしたりし
 ませんか。窓口業務の体験は
 ありません。

平野杏子展
 HIRANO Kyoko
 A dedicated life for painting
 生きるために
 描きつづけて



《春の風》昭和62(1987)年、
 作家蔵

市内在住の洋画家、平野杏子さんの本格的回顧展です。女性作家が少ない昭和戦前期から制作を始め、出産・育児と制作の悩みから東洋的な死生観へたどり着きました。その後、仏教思想や韓国慶州、南山の石仏に目を向け、幻想的な作風を確立していきました。代表作や初公開の作品を含めた約60点を紹介します。

6月9日(日)まで。800円、高校生・大学生500円。

ギャラリートーク 5月11日(土)午後2時~3時。
 美術館展示室。観覧券。

博物館

〒254 0041 浅間町12-41
 ☎ 3315111 内線313949
 ⑦ 7.13.20.27.31.6月3.14日

■ **燻蒸に伴う休館** 資料を保存するために燻蒸します。6月4日(火)~14日(金)。
 ■ **春期特別展 ひらつかの古道を行く** かつて平塚に存在

ゴールデンウィークこども映画会

『ムーミンぼくは王様だ!!』『はらぺこあおむし』
 他全5話を上映します。
 5月6日(休)午前10時30分~正午。中央図書館
 3階ホール。70人(当日先着順・未就学児は保護者
 同伴・当日午前9時からこども室で整理券を配布)。



リアル恐竜ショー「恐竜パーク」
 恐竜パークの飼育員によるガイドのもと、恐竜の生態を観察する、ダイナミックでリアルな恐竜ショーです(写真)。かわいい赤ちゃん恐竜から眼光鋭い肉食恐竜まで、ショーに登場する、さまざまな恐竜たちはオーストラリアで誕生した「恐竜どうぶつ園」で使われていたパペットです。そののざらざらとした皮膚や鋭い牙の精巧さはもちろんのこ、恐竜に

ひらしん平塚文化芸術ホールへ行こう

リアル恐竜ショー「恐竜パーク」

ひらしん平塚文化芸術ホール
 見附町16-1 ☎ 2019273

よって異なる歩き方や鳴き声は、まるでステージ上で生きているようです。肉食恐竜・ティラノサウルスが現れると、映画の世界にいるような緊迫感を味わえます。

公演中は全て撮影が可能です、ご来場のお客さまが舞台上で恐竜と触れ合えるチャンスもあります。呼び掛けがあった際は逃さず手を挙げてください。迫力を目の前で感じられる会場前方の席がお勧めです。

また、恐竜の化石や恐竜を紹介するパネルの展示やAR(拡張現実)フォトスポット、グッズコーナーもありますので、公演の前後も楽しめます。夏休みの始まりに、家族で恐竜パークにお越しください。

7月27日(土)午後1時・4時開演。各時間帯800人(先着順)。全席指定3,000円、3歳~中学生1,000円、親子ペア3,500円、2歳以下膝上鑑賞無料。チケットは、5月12日(日)午前10時から、ひらしん平塚文化芸術ホールウェブで、13日(月)午前10時から同ホールで直接、販売します。

- **新着資料展 自然分野** 5月12日(日)まで。寄贈品コーナー。
- **新着資料展 人文分野** 5月16日(木)~6月30日(日)。寄贈品コーナー。
- **ポスト特別展 天象儀100年の軌跡 プラネタリウムの歴史編** 6月2日(日)まで。寄贈品コーナー。
- **プラネタリウム** 各50分。各70人(当日先着順・投影日の午前9時から博物館の受付で整理券を配布)。200円、18歳未満と65歳以上の方は無料。65歳以上の方は年齢の分かるものをお持ちください。
- ① **一般向け 見えないブラックホールを見る** 未知なるブラックホール姿に迫ります。5月4日(祝)午後2時、

- 5日(祝)午前11時~午後2時。
- ② **特別投影 ひらはくオールスターズ** 今回は、音楽ユニット「アクアマリン」の作詞作曲・キーボードを担当している、ミマスさんが投影します。5月5日午後3時30分。
- ③ **一般向け 月を詠み 星を綴る 王朝文学に刻まれた月と星** 枕草子や源氏物語、拾遺和歌集などの平安時代の文学作品には、月や星が登場します。当時の人々はこのように思いで夜空を見上げていたのか、文学作品に刻まれた情景を紹介します。5月11日~7月14日の土・日曜日、午前11時~午後2時(土曜日は2時だけ)。
- ④ **星空音楽館 プラネタリウムの故郷から** 約100年前にド

- イツで誕生したプラネタリウム。同じく、ドイツが生んだ偉大な作曲家、バッハ・ベートーベン・ブラームスの楽曲を聴きながら、星空を眺めませんか。5月25日(土)午後3時30分。
- ⑤ **特別投影 星空散歩** 6月7月に見られる星や星座、天文現象を紹介します。6月2日(日)午後3時30分。
- ⑥ **幼児向け ヤドカリくんまんげつのはみつきち** 海の生き物たちの大冒険物語です。8月31日までの土曜日、午前11時。

- **学芸員が語る相模の家の暮らし** 端午の節句 市内の端午の節句や節句飾りの話をします。5月5日(祝)午後1時~15分~1時35分。展示室内「相模の家」。
- **館長の民俗学入門 季節の民俗** 旧暦と新暦、季節ごとの暮らしとその折り目となる年中行事の話をします。5月19日(日)午後1時30分~3時。講堂。50人(当日先着順)。
- **ろばたばなし** 平塚に伝わる昔話などを話します。5月19日(日)午後3時15分~3時45分。展示室内「相模の家」。
- **盛口満氏講演会 ゲッチョ先生冬虫夏草の不思議を語る** 生き物の絵本や図鑑などを執筆している作家で教育者の盛口満さんが、虫に生える不思議なキノコの話をご紹介します。要約筆記もあります。5月26日(日)午後2時~3時30分。中央公民館(追分1-20)。200人(当日先着順)。

