

〈ゆずります〉子供用自転車▷椅子▷冷蔵庫▷アートフ
ラワー道具・材料一式▷湯たんぽ▷犬小屋〈ゆずって
ください〉松浪中学校女子制服▷松浪中学校指定体育
館シューズ▷小型冷蔵庫▷炊飯器▷野球グローブ▷三
輪自転車▷犬用踏み台
問合 市民相談課消費生活センター

健康

成人糖尿病教室～糖尿病と付き合う方法 基礎編

日時 10月17日(火)14時～16時
場所 市立病院
講師 佐藤忍(代謝内分泌内科医師)他
定員 50人〈当日先着〉
問合 市立病院病院総務課経営総務担当 ☎(52)1111

エイズHIV抗体の検査(即日血液検査)

日時 10月24日(火)9時～10時30分
場所 保健所相談室9
申込 随時 ☎で(匿名・年齢・性別で申し込み可)
ほか 結果は約1時間後。判定保留の場合は、1週間後に
再度来所が必要
問合 保健所保健予防課感染症対策担当 ☎(38)3315

肝炎ウィルスB型・C型検査(血液検査)

日時 10月24日(火)11時～11時30分
場所 保健所相談室9
対象 40歳未満で、過去に検査を受けていない方〈申込制〉
申込 検査日前日までに ☎で
問合 保健所保健予防課感染症対策担当 ☎(38)3315

精神科医師によるこころの健康相談 (精神保健福祉相談)

日時 10月27日(金)、11月1日(水)・16日(木)・29日(火)いづれ
も14時～17時
場所 保健所医療相談室
申込 随時 ☎で
問合 保健所保健予防課保健対策担当 ☎(38)3315

市立病院職員による出張講座

日時 10月31日(火)15時～16時30分
場所 茅ヶ崎地区コミュニティセンター
内容 人間ドックで健康長寿～がん、生活習慣病の予防
講師 秦康夫(健康管理科)、田中洋(臨床検査科)
定員 100人〈当日先着〉
問合 市立病院医事課医事担当 ☎(52)1111

献血にご協力を(400ml献血) 追加実施の日程は市 画 に掲載

日時 11月6日(月)10時～12時・13時～16時
場所 さがみ農協茅ヶ崎ビル南側
内容 17歳～69歳の男性、18歳～69歳の女性(65歳以上
の方は男女とも60歳～64歳に献血をした経験があ
る方)で、いづれも体重50kg以上の方
問合 保健所地域保健課地域保健担当 ☎(38)3314

楽しみながら自分で健康チェック フレイルチェックしてみませんか

日時 ①11月7日(火)②11月16日(木)いづれも14時～16時
場所 ①鶴嶺西コミュニティセンター②高砂コミュニ
ティセンター
対象 市内在住でおおむね65歳以上の方各40人〈申込制
(先着)〉



市民の活動だより

【ちがさき市民活動サポートセンター ☎(88)7546】

NPO法人 ニッポン・アクティブライフ・クラブ 横浜湘南ブロック

ニッポン・アクティブライフ・クラブは、頭文字から通称
NALC(ナルク)と呼ばれています。“自立・奉仕・助け合い”をモッ
トーに、シニアの積極的な社会参加により、高齢者・子育て支
援、環境美化などのボランティア活動を地域で行っています。



優しく寄り添う話し相手

人の役に立つ活動で生きがいを見つけませんか

私たちの活動の基本は、会員同士が助け合い、元気な会員が助けを必要とする
会員のお手伝いをします。家事や庭木の手入れ、子どもの登下校の見守り、道路
や河川の清掃活動など、「できる人が、できる時に、できること」を構えず気軽に
活動しています。ボランティア活動の他にも、交流会(サー
クル活動や研修会)を毎月開催し、和気あいあいと相互交
流しています。

そして、活動の大きな特徴は「時間預託制度」です。
援助を必要とする会員に支援活動を行った時間を貯え、
将来自分が困った時にその時間を使い援助を受けること
ができる、“時間のやりとり”をしています。

活動に興味のある方は、お気軽に問い合わせください。



交流会で水彩画を楽しむ

問合 榎保禎彦 ☎・ 画 0463(24)3877、✉yoshihiko.muneyasu@ma.scn-net.ne.jp

申込 10月16日(月)～開催直前までに ☎で

問合 企画経営課長寿社会推進担当



精神保健福祉普及啓発講演会「統合失調 症を知る～病気の理解と当事者の声」

日時 11月21日(火)14時～16時
場所 市役所本庁舎会議室2
講師 けやきの森病院医師、ピアサポーター
対象 市内在住・在勤の方50人〈申込制(先着)〉

申込 開催日前日までに ☎で

問合 保健所保健予防課保健対策担当 ☎(38)3315



仕事帰りの栄養教室～食事の基本を学ぼう 作り置き&お手軽レシピで夕食づくり

日時 11月8日(水)18時30分～20時30分
場所 男女共同参画推進センターいこりあ
対象 64歳以下の就労者20人〈申込制(先着)〉

申込 11月6日(月)までに ☎で

ほか 費用400円。調理実習あり

問合 保健所健康増進課健康づくり担当 ☎(38)3331



保健所の講座

申込 いずれも実施日の前日まで(前日が日曜日の場合
は直前の平日)

問合 保健所健康増進課こども健康・予防接種担当
☎(38)3331

区分(いずれも申込制)	対象	日時(11月)
プレママ教室	初めて母親になる方	13日(月)
ママサポ教室	初めて父親になる方とその妻	11日(土)
離乳食講習会	4～6か月児の保護者※	16日(木)
1歳児の食事と歯の 教室	2016年11月・12月生まれの子 と保護者※	27日(月)

※ 第1子優先。対象の詳細はお問い合わせください



統合失調症家族教室～家族の分かち合い

日時 11月14日(火)14時～16時
場所 保健所講堂
講師 保健所精神保健担当ケースワーカー
対象 統合失調症の方の家族
申込 開催日前日までに ☎で
問合 保健所保健予防課保健対策担当 ☎(38)3315



精神科医師によるもの忘れ相談

日時 11月14日(火)14時～17時
場所 保健所医療相談室
申込 随時 ☎で
問合 保健所保健予防課保健対策担当 ☎(38)3315



こどもと大人のすこやか講座 親子でハッピー歯っぴい教室

日時 11月25日(土)9時30分～10時50分
場所 保健所講堂
対象 生後6か月～11か月の第1子と保護者(父母いづれ
か1人でも可)12組〈申込制(先着)〉

申込 10月16日(月)～ ☎で

問合 保健所健康増進課健康づくり担当 ☎(38)3331



効果を高めてもっと楽しく！ ウォーキング講座～応用編

日時 11月28日(火)9時30分～11時30分
場所 総合体育館
対象 20歳～64歳でウォーキングをしている、またはさ
らに効果を高めたい方30人〈申込制(先着)〉

申込 10月16日(月)～ ☎で

問合 保健所健康増進課健康づくり担当 ☎(38)3331



がん集団検診～胃・大腸・乳(マンモグラ フィ)・子宮がん

日時 11月30日(木)
場所 保健所講堂
申込 11月2日(木)～〈申込制(先着)〉
問合 保健所健康増進課健康づくり担当 ☎(38)3331

区分	対象	検診時間	定員	費用
胃がん(X線撮影)	40歳以上	午前のみ	100人	1000円
大腸がん(便潜血検査)	40歳以上	午前・午後	100人	600円
乳がん(マンモグラフィ)	40歳以上の 偶数歳		120人	※1
子宮がん(頸部)	20歳以上の 偶数歳		160人	900円

※1 40歳代の方はマンモグラフィ2方向で1500円、50歳以上の方はマン
モグラフィ1方向で1000円

※ 年齢は2018(平成30)年3月31日現在

※ 次のいずれかに該当する方はがん集団検診の費用が免除になりま
す。(A)75歳以上(昭和18年3月31日以前生まれ)の方、後期高齢者医
療の被保険者(B)生活保護世帯の方(C)市民税非課税世帯の方(同一世
帯の全員が課税されていない方)、(B)・(C)に該当する方は受診日の5
日前(閉庁日を除く)までにお申し出ください



女性のための健康講座～骨のお話と骨 を元気にする体操

日時 12月7日(木)10時～11時30分
場所 総合体育館
対象 市内在住の女性20人〈申込制(先着)〉
申込 11月17日(金)17時までに ☎で(土・日曜日・祝日を
除く)
問合 スポーツ推進課推進担当 ☎(82)7136

防災・消防



広域避難場所検討状況、洪水(相模川)・土砂 災害ハザードマップ作成の説明会を開催

地震に伴う大規模な火災が発生したときに、緊急的
に身を守る場所として市内8箇所に広域避難場所を指
定しています。この広域避難場所について人口の増加
や都市構造の変化などを踏まえ、1月から現状・課題
の整理や新規指定の考え方などを検討してきました。
また、相模川の氾濫による洪水浸水想定区域の公表が
されたことにより、洪水・土砂災害ハザードマップの
改訂作業を進めています。これらについて、①広域避
難場所検討状況②洪水(相模川)・土砂災害ハザード
マップ作成の説明会を開催します。

問合 防災対策課防災担当政策担当

内容	日程 (10月)	時間	場所(市役所)	定員
①・②	21日(土)	10時～12時	分庁舎F会議室	30人
①・②	21日(土)	14時～16時	分庁舎F会議室	30人
①	23日(月)	18時30分～20時	本庁舎会議室1	70人
①	25日(水)	15時30分～17時	本庁舎会議室1	70人
①	29日(日)	10時～11時30分	本庁舎会議室2	100人

※ 事前申し込み不要



広げよう 救命の輪～普通救命講習会(救急法) 心肺蘇生法、AEDの使用法ほか

日時 11月26日(日)9時～12時
場所 松林公民館
対象 市内在住・在勤・在学で中学生以上の方25人〈申
込制(先着)〉
申込 11月1日(水)～19日(日)に ☎(52)1314松林公民館へ
ほか 受講者には修了証を発行
問合 消防指導課消防指導担当 ☎(85)4594

茅ヶ崎マカナ・フラ・フェスティバル2017 11月3日(金・祝)～5日(日)

今年で3回目となる茅ヶ崎マカナ・フラ・フェスティバル。マカナとはハワイ語で
贈り物や祝福を意味し、競い合うことよりも、学びを重視したフラダンスの大会です。

コンペティション

日時 11月3日(金・祝)
〈第1部〉12時20分～16時30分 ケイキ(子ども)・クプナ(シニア)
〈第2部〉17時20分～21時 ワヒネ(女性)

場所 総合体育館第1体育室他
ほか 一般入場券は茅ヶ崎マカナ実行委員会 ☎03(5297)6518(平日10時～18時)へ
10月16日(月)～ 65歳以上の方に無料優待券を配布します(先着250人)



茅ヶ崎マカナ
実行委員会HP

【男女共同参画課多文化共生担当 ☎(57)1414】



親子で踊ろう、初めてのフラ

親子でハワイ文化の一つであるフラを体験してみませんか。茅ヶ崎
の子どもたちによるミニフラショーも開催します。

日時 11月5日(日)10時30分～12時(10時受付開始)
場所 市役所分庁舎コミュニティホール大集会室
講師 今井裕子さん(カロケメレメレ・フラ・スタジオ代表)
対象 小学生以下の子と保護者100人〈申込制(先着)〉
申込 10月27日(金)までに ☎で(市 画 可)
問合 男女共同参画課多文化共生担当 ☎(57)1414



市 画 申込フォーム

10月17日(火)開催の「市民参加の課題解決に向けたワークショップ」の会場変更 広報ちがさき10月1日号に掲載の「市民参加の課題解決に向けたワークショップ」の場所が選
挙事務のため市役所本庁舎会議室2から総合体育館会議室に変更になります。【市民自治推進課協働推進担当】