

その息切れはCOPDのサインかも

肺の生活習慣病に注意

保健所健康増進課☎(38)3331



息いき呼吸教室

「階段で息が切れる」「疲れやすい」といった症状、実はCOPD(慢性閉塞性肺疾患)かもしれません。COPDは主に長期間の喫煙によって肺に慢性的な炎症が起こり、空気の通り道が狭くなって呼吸がしにくくなる病気です。気づかないうちに進行し、息切れや咳などの症状がみられます。早めに医療機関を受診し、適切な治療や禁煙を始めることで症状の悪化を防ぐことができます。

こんな人はCOPDの可能性あり

- ☐ 40歳以上で喫煙歴がある
- ☐ 階段や坂道で息切れする
- ☐ 咳や痰が続く
- ☐ 風邪をひくと、咳や息苦しさが続く

～COPDを知って肺を元気に！～ 息いき呼吸教室

COPDの呼吸を実際に体験したり、肺機能の健康を維持する体操をしたり、COPDを知って予防しませんか。

日時 11/10(火)10時～11時
場所 保健所 **定員** 20人(先着)
申込 10/5(月)～11/6(金)



大切な人の未来のために

受けよう がん検診

保健所健康増進課☎(38)3331



がん検診

多くのがんは早期に発見・治療できれば、9割以上が治る病気です。「検診を受けるのは怖い」「何か見つかったらどうしよう」…そんな不安を取り除くため、がん検診について知ることから始めてみませんか。

がん検診を知るイベント

乳がんのしこりを見つける触診モデル体験、パネル展示、クイズ、アンケート(プレゼントあり)など。市立病院がん相談専従看護師によるがん検診相談もあり(当日先着)。

日時 10/7(水)10時～14時
場所 市役所本庁舎市民ふれあいプラザ
ほか 10/6(火)～8(木)8時30分～17時のうち、上記イベント開催時以外は展示のみ

ピンクリボンライトアップ

期間 10/5(月)～8(木)日没後
場所 市役所本庁舎と前広場、市立病院(10/5のみ)

女性のがん関連図書展示

期間 10/1(木)～31(土)9時～21時
場所 ハマミナ図書室
ほか 月曜日休館(祝日開館、翌日休館)

市のがん検診 対象者へ受診券を送付しています。乳がん、子宮頸がん、胃がんの内視鏡検査受診券が届いた方は2年に1度の受診チャンスです。

無料口腔がん検診を受けよう

保健所健康増進課

こんな症状はありませんか？

- ☐ 口内炎が治らない
- ☐ 口の中にしこりがある
- ☐ 口の中がヒリヒリする

口腔がんは、口の中にできる悪性腫瘍です。年間1万人以上が診断され、その約50%が舌がんです。目で見たり、触れたりできるところに発症するため、検診で見つけられる可能性が高いがんです。早期発見により治癒率は格段に上がるため、一度受診してみませんか。

日時 11/29(日)9時～12時 **場所** 保健所 **対象** 市内在住の20歳以上50人(抽選) **申込** 10/22(木)～29(木)にオンラインで
問合せ 茅ヶ崎歯科医師会☎(62)0981



申し込み

市内各地の郷土芸能が一堂に

社会教育課☎(81)7226

郷土芸能大会▶

茅ヶ崎の各地域に伝わる祭囃子、祝い唄、作業唄、甚句、民謡などを披露する「茅ヶ崎市郷土芸能大会」を開催します。受け継がれてきた文化や歴史、そして「茅ヶ崎らしさ」を肌で感じてみませんか。

日時 10/4(日)13時～16時 **場所** 市民文化会館
定員 380人(当日先着)



芹沢焼米搗唄

広告掲載のお申し込み・お問い合わせは広報シティプロモーション課☎(81)7123へ

市制80周年のシンボル

ロゴマーク・スローガンが決定

秘書課☎(82)1111



ロゴマーク・スローガン

茅ヶ崎市は2027年10月1日に市制施行80周年を迎えます。その節目を記念するロゴマークとスローガンを公募し、以下に決定しました。今後、80周年のシンボルとして幅広く活用されます。

市内小・中学生が選んだ2作品に

子どもたちが主体的に選ぶことで市への愛着や関心を育むことを目的に、市内の小・中学生による投票を行いました。

ロゴマーク1万818票、スローガン7014票の投票の中から、各上位の作品を決定しました。



ロゴマーク

ロゴマーク・スローガンを使って盛り上げよう

「茅ヶ崎市制施行80周年記念」の冠称や、ロゴマーク、スローガンを事業やイベントなどで活用できます。市全体が丸となって80周年を盛り上げていくことを目指します。

期間 2026年10/1(木)～2028年3/31(金)

湘南の波と共に
これから、
海の街茅ヶ崎

スローガン

青少年フェスティバル 子どもふれあいまつり

体験・ステージで笑顔あふれる一日に

青少年課☎(81)7227



イベント詳細

市内青少年育成団体が、地域と共に子どもたちの笑顔のためのイベントを開催。ゲームコーナーやステージ披露など盛りだくさんです。

日時 10/12(月・祝)10時～15時
場所 市役所本庁舎市民ふれあいプラザ、市役所前広場
ほか 一部有料あり

★VRの月面探検や3Dプリンター体験などのワークショップ ★地域の子どものステージ ★ヤギやポニーとのふれあいコーナー ★模擬店 他

子どもにとっての居場所とは？

教育センター☎(86)9965

「子どもにとっての『居場所』とは～その本質を考える～」をテーマに教育講演会を開催。学校以外でのさまざまな教育活動などを専門とする講師が、今の子どもたちがどのような居場所を求めているのかを話します。

日時 10/29(木)14時30分～16時30分 **場所** 青少年会館
講師 青山鉄兵さん(文科大学教授) **定員** 60人(先着)
申込 10/22(木)まで



青山鉄兵さん

教育センター▶

湘南茅ヶ崎やすらぎ霊園

立ったままお参り出来ます

総額 0.5m

97.6(税込)万円

※年間管理料別途

左右ゆとり

左右に
ゆとりを配した
プレミアム墓所



ペットと一緒に納骨可能です。

段差のない安心のバリアフリー設計。
車イスでも安心、広く作られた駐車スペース。
緑が多く、静かな空間なので落ち着いた気持ちでお参り出来ます。

所在地
茅ヶ崎市浜之郷356

詳しくはこちら▶

【湘南茅ヶ崎やすらぎ霊園概要】
○所在地／神奈川県茅ヶ崎市浜之郷356
○墓地管理者／宗教法人鶴前院
○墓地等敷地面積／1,670.96㎡ ○経基数／394基
○施設／トイレ、水場、駐車場完備
○宗旨宗派／不問(在来仏教に限る)
○許可番号／神奈川県指令第80-010-00007号
※記載内容は変更される場合がございます。予めご了承ください。

詳しい資料
差し上げます 0120-02-8888

メモリアルアートの大野屋 大野屋 湘南

地域の新たな拠点となる複合施設

松林コミュニティセンター開館

市民自治推進課☎(81)7126



松林コミュニティセンター

10/1(木)に地域の新たな拠点となる複合施設「松林コミュニティセンター(松林地区地域包括支援センターくろみ、ふれあい・支えあい松林ボランティアセンターも併設)」が開館します。

フリースペースや体育室も

館内へ入ってすぐの場所にフリースペースを設置し、地域の人が自由に訪れ交流できる場になっています。また、仕切りで広さを変更できる会議室や楽器演奏が可能な音楽室、調理室の他、体育室も備えています。

開館時間 9時～21時(7月～9月は21時30分)
休館日 月曜日(祝・休日の場合は翌平日)、12/28～1/4
※地域包括支援センター、ボランティアセンターの開館時間、休館日は異なります



ZEB Ready(一次エネルギー消費量を50%以上削減する省エネ建物)認証を取得し、環境にやさしい施設

	部屋	定員
1階	会議室1	18人
	調理室(多目的室)	24人
	体育室	60人
2階	会議室2	18人
	会議室3	27人
	会議室4	27人
	会議室5	18人
	和室	16人
	音楽室	40人

11/15(日)市役所で

ちがさき環境フェア2026

環境政策課☎(81)7176



スペシャルイベント

環境をテーマに、毎年人気のイベントを開催します。

スペシャルイベント 〈申込制〉

時間 13時30分～15時 **場所** 市役所本庁舎会議室2～5
対象 小学生と保護者120人(先着) **申込** 10/1(木)～23(金)



マリカ先生

おもしろ環境教室 〈申込制〉

- ① かまゆみアート研究所 ほうきマン作り
- ② 東京ガス 燃料電池ってなんだろう？ & ガス管で万華鏡工作
- ③ パナソニック LEDランタン工作
- ④ 海洋ごみ学習カードゲームワークショップ



時間 ①②10時30分～12時 ③④13時30分～15時
場所 市役所本庁舎会議室1他 **対象** ①②③小学生と保護者各15組(抽選)
④30人(抽選) **申込** 10/5(月)～23(金) **ほか** ③費用900円(材料費)

申込不要 10時～15時
★アロハシャツのリメイク品プレゼント ★電動自転車試乗会
★パッカー車の積込体験 ★パン販売 他

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

茅ヶ崎市ターゲット・バードゴルフ協会



発足から30年の歴史を持つ団体です。「健康」「仲間」「笑顔」を大切に、誰もが楽しめる生涯スポーツを通して、仲間づくりや健康づくりの輪を広げています。



練習の様子

健康で、楽しく、いつまでも

羽根のついたボールを専用クラブで打ち、パラソルを逆さにしたようなターゲットを目指す「ターゲット・バードゴルフ」。力よりも正確さがポイントで、ゴルフ経験がなくても、子どもからシニアまで気軽に楽しめます。活動する皆さんの平均年齢は81歳。週3回の練習の他、競技会や近隣団体との交流、遠征など、楽しみながら体を動かしています。「運動を始めたい」「これならできるかも」、そんな方はまず見学から始めてみませんか。

活動日 毎週火・木・金曜日(雨天中止)
場所 総合体育館前庭、小出暫定スポーツ広場
問合せ ☎090(5203)4431 森島



松原徳雄代表



団体