青い海と みどり豊かな 平和都市

広報 ずし

2026
11
NO.1017



自分で、みんなで備える 防災

自分で、みんなで 備える防災



7月に起きた熊本地震では甚大な被害がありました。いつ起きるか分からない災害。一人一人が備える自助、地域みんなで備える共助の視点から、改めて防災について考え、備えていきましょう。　問防災安全課

自助

災害時は、自分自身そして家族の安全を守ることが何より大切です。普段からの備えとして住宅の耐震化や家具などの転倒防止、水や食料、非常用トイレなどの備蓄に加え、災害時の避難場所や周辺の危険箇所を確認しておきましょう。



INTERVIEW

吉田なぎ沙さん（逗子）

もしものときを想像し 不安を減らすための備えを

心配性なこともあり、災害時を想像し備えています。私と夫、それぞれのサイズやグッズに分けた緊急持ち出し袋は玄関収納に常備。在宅避難用の備蓄品と併せて中身を定期的にチェックし、賞味期限が近いものは日頃の食事やキャンプに活用しています。食料は、おいしいものや子どもが喜ぶものなど、非常時でも食べたくなるものを備蓄。避難所用ビニールシートやテープは、一目で自分のものと分かる色や柄を選ぶなどしています。

一番の気がかりは小学校１年生の息子２人。共働きなので災害時、すぐ迎えに行けないかもしれません。桜山に住む私の両親と、LINEグループのノート機能でもしものときの家族の動き方などを共有し、息子たちにも伝えています。また、非常時に電波が混んでいても使える防災アプリも導入。備えることで不安を少なくできるよう工夫しています。



飼い犬用の備蓄はもちろん、普段からケージに慣れさせている。

備蓄品

災害時に備え、水や食料、非常用トイレなど最低3日分、できれば1週間分の備蓄を。また、避難所にはペット用の備蓄はありません。フードやケージなども用意しておきましょう。

ハザードマップ

津波と土砂災害等の２つのハザードマップがあり、危険区域や避難場所などを確認できます。 ID1001542

市の防災情報

▶防災・防犯メール

登録したアドレスに、防災情報をメール配信します。 ID1001617

▶公式LINEアカウント

日頃の行政情報に加え、緊急時は防災情報を配信します。

▶防災行政無線テレホンサービス

050-5533-8199

防災行政無線の放送内容を自動音声で確認できます。

From 令和８年熊本地震の災害現場

被災後の生活再建に向けて





防災安全課
上池弘起

派遣先の熊本市南区役所では罹災証明書発行業務などを担当。被災者の一人一人が異なる不安を抱えながらも、生活の再建に向かっていることを強く実感しました。

また、全壊した住宅や屋根瓦が崩れブルーシートで覆われた住宅などを実際に見て、災害の大きさを目の当たりにしました。発災後1か月が経過した当時も、避難所などで復旧・復興に向け懸命な対応が続いていました。



共助

自分や家族の安全を確保した後、近所や地域の人と協力して助け合うことを共助といいます。地域の自主防災組織の活動や避難所運営訓練に、ぜひ参加してください。

INTERVIEW

亀が岡自主防災組織、防災士
梶原 聡さん（小坪）

自分たちの命とまちを守る地域防災



亀が岡自主防災組織は、主に地域住民と亀が岡自治会の役員や班長で構成されています。自治会世帯の安否確認訓練や発電機など防災資機材訓練・整備、亀が岡自治会館に備蓄している災害用生活用水の定期交換、要支援者の把握など、地域に根差した防災活動を行っています。

昨年は、市の補助制度を利用して防災士の資格を取得しました。そこで得た防災の専門知識を、日頃の防災活動に生かしています。また、防災ワークショップも開催し、地域防災について一緒に考え、自主防災活動を知ってもらう機会を設けています。

自分たちの命を守り、安全・安心なまちづくりのためには“共助”が不可欠です。地域の皆さんを巻き込みながら一人一人ができることを持ち寄り、支え合える地域を目指して、これからも防災活動を続けていきます。

自主防災組織

“自分たちのまちは自分たちで守る”と、地域の人が集まり地域防災の要となるのが自主防災組織です。防災資機材などを購入するための補助金交付があり、メンバーの防災士資格取得費用も補助対象に。自主防災組織の結成を検討する場合は、防災安全課に問い合わせてください。

◀自主防災組織の詳細
ID 1001555

自主防災組織の補助金▶
ID 1001557





左）消火栓に直接ホースをつなぐスタンドパイプを3基所有。いつでも使えるよう訓練を行う。
右）亀が岡自治会館の災害用備蓄生活用水は、年4回程度交換。

避難所運営訓練 ID 1014703

池子小学校地区
時 11月14日㈯9:00～12:00　場 池子小学校

久木小学校地区
時 11月29日㈰10:00～11:30　場 久木小学校

小坪小学校地区
時 12月5日㈯8:30～12:00　場 小坪小学校

津波避難訓練 ID 1009327

津波避難ビルを開放し、実際の避難場所を確認する訓練を行います。
時 11月17日㈪10:00～10:30
場 小坪海浜地区（小坪4・5丁目）
＊開放する津波避難ビルは市ホームページで確認してください。



火の確認　いい日を支える　いい習慣

11月9日～15日 秋の火災予防運動

火災予防への意識を高め、日頃から
火の取り扱いに注意しましょう。
問消防予防課TEL046-871-4326



いのちを守る10のポイント

4つの習慣

- 寝たばこは絶対にしない、させない
- ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- こんろを使うときは、火のそばを離れない
- コンセントは、ほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

6つの対策

- ストーブやこんろは安全装置の付いた機器を使用する
- 住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する
- 火災拡大予防のため部屋を整理整頓し、寝具や衣類、カーテンは防炎品を利用する
- 消火器などを設置し、使い方を確認する
- 高齢者や体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
- 防災訓練への参加や戸別訪問など、地域で防火対策を行う

防火ポスターコンクール 入賞作品の展示

京浜急行逗子・葉山駅北口改札内
時11月6日㈮～12日㈭

沼間コミセン　時11月13日㈮～19日㈭

小坪コミセン　時11月20日㈮～26日㈭

災害時のぼり旗の掲出訓練

災害時に診察・開局している目印になる災害時のぼり旗。市内の診療所や薬局などで旗を掲げる訓練を行います。
時11月13日㈮
問国保健康課



広報ずしでは誌面に掲載する有料広告を募集しています。
詳しくは企画課へお問い合わせください。

広報ずしでは誌面に掲載する有料広告を募集しています。
詳しくは企画課へお問い合わせください。

広告

広報ずしでは誌面に掲載する有料広告を募集しています。
詳しくは企画課へお問い合わせください。

広報ずしでは誌面に掲載する有料広告を募集しています。
詳しくは企画課へお問い合わせください。

11月のくらしのガイド

施設の電話番号・休館日

市役所 TEL046-873-1111
FAX046-873-4520
休 ㈯㈰㊡年末年始

その他の施設の電話番号・休館日は市ホームページで確認してください。
ID1009312

時日時　場場所　対対象　定定員　持持ち物　費費用（表示のないものは無料）
申申込方法、申込先　問問い合わせ先　TEL電話　FAXファクス　MAILEメール
休休館日（表示のないものは㈯㈰㊡）　URLホームページアドレス　IDホームページ番号

休日夜間診療

逗葉地域医療センター
内科・小児科・外科　TEL046-873-7752　10:00～17:00㈰㊡のみ・20:00～23:00
歯科　TEL046-873-2368　10:00～17:00㈰㊡のみ
上記の時間以外・その他の診療科目
消防署テレフォンサービス TEL046-872-9999

防災行政無線が聞こえないとき　TEL050-5533-8199

インフォメーション

＊問い合わせ先の電話番号がないものは市役所TEL046-873-1111へ

池子米軍住宅地区の放送

防災無線の試験放送
実際の災害ではありません。毎月第3㈬9:00頃に実施します。
時11月18日㈬9:00頃
米国祝日の定期放送
時11月11日㈬・26日㈭
米国国歌と日本国国歌　8:00頃
ファンファーレ　日没時
＊変更がある場合は市ホームページなどで知らせます。
問基地政策課
ID1005674

防災行政無線等による全国一斉情報伝達試験（Jアラート）

サイレン音は鳴らしません。
時11月11日㈬11:00頃
＊予備日25日㈬
問防災安全課
ID1001567

給与支払報告書の事業所向け配布

2026年分の給与支払報告書を配布します。詳細は市ホームページで確認してください。　＊今年から年末調整関係の書類は配布しません。
時11月19日㈭～
場問課税課　ID1001897

人権のつどい 2026in さむかわ

拉致被害者である曽我ひとみさんの講演会の他、中学校吹奏楽部の演奏や拉致問題の動画上映も行います。
時11月28日㈯13:00～15:45　＊講演会は14:30～
場寒川町民センター（高座郡寒川町宮山165）
問寒川町町民窓口課
TEL0467-37-3690
ID1014723

いじめや差別などの悩みがある人は相談を

法務省から委嘱されている人権擁護委員が相談を受けます。
特設人権相談
時12月7日㈪13:00～16:00
場市役所会議室
電話人権相談
時㈪～㈮8:30～17:15
TEL046-825-6511（横浜地方法務局横須賀支局）
共通　問市民協働課
ID1002486

第一運動公園テニスコートが新しくなりました

独立行政法人日本スポーツ振興センターの令和8年度スポーツ振興くじ助成金を受け、7月から8月にかけて第一運動公園のテニスコート人工芝の更新工事を行いました。
問文化スポーツ課



神奈川県最低賃金の改定

10月1日から最低賃金は時給1,279円（54円引き上げ）になりました。
問経済観光課

最高裁判決を踏まえた生活保護費追加給付の申出受付

平成25年生活扶助基準の改定に関する最高裁判決を踏まえた対応として、対象者に保護費の追加給付を開始しています。当時生活保護を受けていた自治体に申し出ることにより追加給付を行います。
申出書受付期間　2027年7月31日まで

市公式アカウントなど　LINE　X　facebook　市ホームページ

申問社会福祉課　＊制度概要や追加支給についての問い合わせは、最高裁判決を踏まえた保護費の追加給付相談センター TEL0120-179-445(平日9:00～17:00)へ　ID1004296

生活のしづらさなどに関する調査

障がい福祉施策推進の基礎資料とするため、障がいのある人などを対象に生活のしづらさなどに関する調査を11月に行います。対象世帯に調査員証を携帯した調査員が訪問するので、ご協力をお願いします。

問障がい福祉課

知的障害児・者ガイドヘルパー養成研修

知的障がいのある人への理解を深め、必要な知識や援助方法を学びます。

時1月16・23日、3月6日の㈯、他実習6時間以上　場鎌倉市生涯学習センター、鎌倉市福祉センター他

定先着30人　費15,000円

申問12月28日までに、鎌倉・逗子ガイドヘルプネットワークへ TEL0467-55-8882(朝倉) ID1009763

介護人材育成事業補助金

介護職員研修受講助成補助金

対2027年3月31日までに介護職員初任者研修か介護職員実務者研修を修了予定の、市内在住者または市内の介護事業所などで働いている人など

補助額　1人当たり5万円まで

介護事業所等就労支援補助金

対1月以降に市内の介護事業所などと新たに雇用契約を交わし、身体介護のサービスに従事する人で、その就労時間が累計100時間を超えた人

補助額　1人当たり5万円

共通　申問2027年3月31日までに、高齢介護課へ　ID1004166

国民年金　産前産後期間免除制度

申請すると、4か月間は保険料を納めなくても年金の支給対象期間になります。現在他の免除申請をしている人も手続きができます。詳細は問い合わせてください。

対子を出産する国民年金第1号被保険者

問国保健康課　ID1001959

木造住宅の無料耐震相談会

建築士と市職員が現地を訪問し、簡易耐震診断とアドバイスを行います。

時11月20日 ㈮ ①9:00②10:00③11:00(1組45分程度)

対建築確認が昭和56年5月31日以前の木造住宅を所有している市内在住者

申問11月16日17:00までに、電話で、またはまちづくり景観課窓口へ ID1002163

まきストーブなどの使用に注意

煙突から出る煙の苦情が増えています。乾いた燃料を使用するなど、近隣に配慮し適切に使用してください。

問資源循環課　ID1002311

灯油を捨てるときは処分業者へ

毎年、古い灯油を側溝に流し、河川が汚染される事故が起きています。下水管に流したり、庭に穴を掘って捨てたりすることはできません。捨てる場合は必ず処分業者に依頼してください。

問資源循環課

11月は不法投棄撲滅強化月間

不法投棄の行為者が特定できないときは、その土地の所有者・管理者がごみを処分する必要があります。フェンスを設置するなど、不法投棄されにくい環境を作りましょう。

不法投棄を目撃したら、警察または資源循環課に通報してください。

問資源循環課　ID1002112

屋外での焼却やたき火は禁止です

一般家庭や事業所から出るごみや草木ごみを屋外で焼却することは、法律や条例で原則禁止しています。



問資源循環課

傍聴



個人情報保護運営審議会

時11月9日㈪10:00～

場市役所会議室　問情報公開課

教育委員会　定例会

時11月27日㈮14:30～

場市役所会議室　問教育総務課

＊この他の会議は市ホームページ「イベントカレンダー」で確認してください。

市の求人

10月13日現在の募集状況です。

職員を随時募集しています。報酬や勤務時間など詳細は市ホームページで確認してください。

任期付職員　ID1012775

保育士(休業代替)

会計年度任用職員(月額) ID1006783

保育士、ふれあいスクール(チーフ、サブ、プレイパートナー)

申問教育総務課

時日時　場場所　対対象　定定員　持持ち物　費費用（表示のないものは無料）　申申込方法、申込先　問問い合わせ先　TEL電話　FAXファクス　MAILEメール　休休館日（表示のないものは㈯㈰㊊）　URLホームページアドレス　IDホームページ番号

パブリックコメント　ID1006317

提出方法　案件名・住所・氏名・意見を、ファクス・Eメール・郵送などで、または提出先窓口へ。　＊意見への個別回答はしません。

資料の閲覧場所　パブリックコメントの提出先、情報公開課、市民交流センター、沼間コミセン、小坪コミセン、文化プラザホール、逗子アリーナ、高齢者センター、体験学習施設、図書館　＊市ホームページでも閲覧可

案件名	募集期間	概要	提出・問い合わせ先
地域公共交通計画の策定	11月9日～12月9日	地域公共交通計画を策定します。	環境都市課 MAILkankyo@city.zushi.lg.jp ID1014806 ＊福祉会館、保健センター、子育て支援センター、療育教育総合センターでも閲覧可
渚マリーナ条例（案）の制定	11月16日～12月15日	「逗子市渚マリーナ」の設置及び管理に関し、必要な事項を定める条例を制定します。	経済観光課 MAILkeizai@city.zushi.lg.jp ID1014831
保健センターと福祉会館の統合	11月16日～12月16日	老朽化が進む福祉会館を廃止し保健センターと統合することに伴い、保健センター条例改正及び福祉会館条例を廃止します。	社会福祉課・国保健康課 MAILkenkou@city.zushi.lg.jp ID1014841 ＊福祉会館、保健センターでも閲覧可

相談案内　各種相談を受け付けています。　ID1002380

消費生活相談
㈪㈬㈭㈮9:30～12:00・13:00～16:00
問市消費生活センター（市民協働課内）
㈪～㈮9:30～17:00・㈯9:30～16:30
問かながわ中央消費生活センター　TEL045-311-0999

人権相談　㈪～㈮8:30～17:15
問横浜地方法務局横須賀支局　TEL046-825-6511

女性相談　㈪～㈮9:30～12:00・13:30～16:00
女性相談専用　TEL046-873-5531

行政書士相談（遺言・相続・空き家など）（予約制）
第1・3㈬9:00～16:00（1人1時間）

行政相談（国への要望）（予約制）　第1㈭13:00～15:00

法律相談（予約制）　第2・4㈫10:00～16:30

不動産の登記・測量相談（予約制）　第2㈪14:00～16:00

マンション管理相談（予約制）　第3㈪14:00～16:00

不動産相談（予約制）　第4㈪14:00～16:00

司法書士相談（相続登記など）（予約制）　第4㈭13:00～16:00
問市民協働課

まちづくり条例開発事業紛争相談（予約制）
奇数月の第3㈬9:00～12:00　問まちづくり景観課

成年後見相談（予約制）　第2㈬10:00～16:00　問高齢介護課

成年後見相談（予約制）　第4㈬14:00～16:00
法律相談（障がい者・高齢者に関して）（予約制）
第4㈮14:00～16:00
問逗子あんしんセンター　TEL046-871-8458

障がいに関する相談（障がい福祉サービスなど、面接は予約制）
主に身体障がい・知的障がい　㈪～㈮9:00～17:45
問支援センター凪　TEL046-870-5280　FAX046-873-5370
主に精神障がい　面接相談（予約制）㈪～㈮10:00～16:00
電話相談㈪～㈮9:00～17:00
問カモミール　TEL046-872-4581　FAX046-872-4550

家庭・児童相談（子どもに関する一般相談）
㈪～㈮9:00～17:00
問子ども相談室　TEL FAX046-872-8117

療育相談（心身の発達など、面接相談は予約制）
電話相談㈪～㈮9:30～16:30（面接相談予約受付～17:00）
問こども発達支援センター　TEL046-872-2523（直通）

教育相談　㈪～㈮9:00～16:00　問教育研究相談センター
教育相談専用　TEL046-872-9498・2898

イベントナビ

＊問い合わせ先の電話番号がないものは市役所 TEL 046-873-1111へ

スポーツ



海岸を走る会

時 11月1日、12月6日の㈰7:30受付・8:00スタート
場 新宿会館集合
申 当日会場へ
問 逗子アリーナ TEL 046-870-1296
休 毎週㈪　＊23日を除く

地域対抗球技大会

種目　女子バレーボール、男子ソフトボール、卓球、バドミントン、テニス、ターゲット・バードゴルフ
時 11月8日㈰9:00～
場 逗子アリーナ、第一運動公園テニスコート、池子の森自然公園野球場
申 11月1日までに各地域の体育会へ
問 逗子アリーナ TEL 046-870-1296
休 毎週㈪　＊23日を除く

いきいき体操教室

タオルを使うストレッチや筋力トレーニングをします。
時 11月9・30日㈪10:10～11:40
場 高齢者センター
対 市内在住の60歳以上の人
定 各先着30人　費 1回200円
申 問 各開催日3日前までに、ズシップ連合会（高齢者センター内）へ TEL 046-872-0732（平日9:00～15:00）

元気に歩こうウォーキング教室

時 11月10・17・24日㈫13:30～14:30（全3回）
場 第一運動公園野球場
対 16歳以上の人　定 先着15人
費 1,500円
申 問 10月15日以降、逗子アリーナへ TEL 046-870-1296　休 毎週㈪
＊23日を除く

やさしいヨガ体験教室

体を伸びやかに動かして、筋力の衰えを改善しましょう。
講師　前島由布子さん（ヨガインストラクター）
時 11月13・20日㈭13:30～15:00（全2回）　場 沼間コミセン
対 2日間受講できる市内在住・在勤者　定 先着15人
申 問 11月2日以降、①講座名②住所③氏名④電話番号⑤年齢を、電話・ファクス・Eメールで、または社会教育課窓口へ FAX 046-872-3115 MAIL syakaikyouiku@city.zushi.lg.jp ID 1014598

くびれエクササイズ FIGURE8

時 11月26日、12月3・10・17・24日、1月7・14・21日の㈭9:30～10:30（全8回）
対 16歳以上の人
定 先着25人　費 4,800円
場 申 問 11月12日以降、逗子アリーナへ TEL 046-870-1296　休 毎週㈪
＊23日を除く

第20回神奈川県障害者スポーツ大会

卓球（精神障がい者）
時 2027年1月15日㈮
申 11月16日まで
卓球・サウンドテーブルテニス（身体・知的障がい者）
時 2027年1月17日㈰
申 11月16日まで
ボッチャ（身体障がい者）
時 2027年2月21日㈰
申 12月14日まで
共通　場 県立スポーツセンター
申 申込書（障がい福祉課で配布、県ホームページからも入手可）に記入し、郵送で県身体障害者連合会大会事務局へ 住所 横浜市神奈川区反町3-17-2（県社会福祉センター内）
問 障がい福祉課

文化・教養



伊香保地区・逗子市児童生徒作品展

渋川市伊香保地区との交流の一環として、児童生徒の作品を展示します。
逗子市立小学校児童の作品
時 11月2日㈪～10日㈫
逗子市立中学校生徒の作品
時 11月12日㈭～19日㈭
伊香保地区児童生徒の作品
時 11月30日㈪～12月11日㈮
共通　場 市役所5階ずし子どもギャラリー
問 学校教育課　ID 1003744

図書館展示　Let's read！！こんな本はいかが

時 11月11日㈬～12月7日㈪
場 問 図書館 TEL 046-871-5998
休 毎週㈫　＊3日開館、4日休み

歌舞伎を知って楽しみましょう

歌舞伎についての講演を聞いて、簡単な舞いや装飾を披露します。
時 11月17日㈫10:10～12:00
場 高齢者センター
対 市内在住の60歳以上の人
定 先着50人
申 問 11月16日までに、ズシップ連合会（高齢者センター内）事務局へ TEL 046-872-0732（平日9:00～15:00）

図書館名画座映画会

バリアフリー映画会『Coda コーダ あいのうた』
聴覚障がい者用日本語字幕、視覚障がい者用音声ガイド付き
時 11月30日㈪14:00～（開場13:30）

時日時　場場所　対対象　定定員　持持ち物　費費用（表示のないものは無料）　申申込方法、申込先　問問い合わせ先　TEL電話　FAXファクス　MAILEメール　休休館日（表示のないものは㈯㈰㊊）　URLホームページアドレス　IDホームページ番号

場文化プラザホール
定当日先着100人
問図書館TEL046-871-5998
休毎週㈫　＊3日開館、4日休み

映画『めぐみ―引き裂かれた家族の30年』上映会及びパネル展示

時12月10日 ㈭14:00 ～ 16:00（開場13:15）
場文化プラザホール　定先着100人
申問11月26日までに、申込フォームで県横須賀三浦地域県政総合センターへ
TEL046-823-0317

その他



東逗子朝市

時11月1日㈰8:00 ～ 10:00　＊荒天中止
場東逗子駅前ふれあい広場
問逗子市商工会TEL046-873-2774

ビーチクリーン

時11月1日㈰13:00～　＊荒天中止
場逗子海岸中央
問逗子ビーチ・クリーン隊　小林
TEL080-8071-4453

デジタル相談会

高齢者センター　時11月18日㈫①10:00～10:40②10:40～11:20③11:20～12:00
対60歳以上の人　＊スマホに関する相談限定
定各先着3人　ID1014634

市役所会議室　時11月21日㈯①13:30～14:30②14:30～15:30
定各先着10人　ID1014635

時11月26日 ㈭ ①9:30 ～ 10:30②10:30～11:30
定各先着5人　ID1014636

共通　申問11月1日以降、①氏名②電話番号③希望する日と時間④相談内容を、電話・Eメール・申込フォームでデジタル推進課へ
MAILjouhou@city.zushi.lg.jp

逗子ならいごとハッケン！

市内の習い事事業者やスポーツ団体による習い事体験会やワークショップ、ミニ講座などを行います。
時11月29日㈰11:00～16:30
場逗子アリーナ
対未就学児～小学生とその保護者
問逗子市商工会TEL046-873-2774

LINEの使い方講座

時12月18日㈮13:30～15:30
場市役所会議室
定先着10人
申問11月1日以降、電話・Eメール・申込フォームでデジタル推進課へ
MAILjouhou@city.zushi.lg.jp
ID1014639

音楽に触れる11月

共通　場問文化プラザホールTEL046-870-6622
休第1・3㈫　＊3日開館、4日休み

山田麗 デュオコンサート

オペラとミュージカルで紡ぐ　ロマンス＆コミックオペラ「電話」

逗子市広報大使の山田麗さんが、バリトンの大山大輔さんと共に名曲の数々をストーリー仕立てで届けます。
時11月14日㈯14:00～（開場13:30）
費一般前売2,500円・当日3,000円
高校生以下前売1,000円・当日1,500円
＊全席指定、未就学児入場不可



©YUU KAMIMAKI



©Hidemi Watanabe

大萩康司・朴葵姫 ギター・デュオリサイタル

クラシックギタリスト界のトップランナー２人による夢の競演。それぞれの個性が際立ち会話をするような、時に情熱がぶつかり合うようなデュオを楽しめます。
時11月23日㈪祝14:00 ～（開場13:30）
費一般前売4,000円・当日4,500円
高校生以下前売2,000円・当日2,500円
＊全席指定、未就学児入場不可



©SHIMON SEKIYA



©Ho Chang

市公式アカウントなど　LINE　X　facebook　市ホームページ

自分の体を見つめ直す秋に

シニアを楽しむための健康セミナー

体の動かし方と口の健康から、転ばない体を作るためにできることを学びます。

時12月10日㈭14:00～16:00
場市役所会議室
対市内在住の65歳以上の人
定先着50人
申問11月2日～12月3日に、電話・申込フォームで、または社会福祉課・国保健康課窓口へ
ID1008408



歯とお口の健康講座

自宅でできる口の健康を保つコツについて話します。

時12月17日㈭10:00～11:30
場市役所会議室
対市内在住の40歳以上の人
定先着40人
申問12月16日までに、電話・申込フォームで、または国保健康課窓口へ
ID1010574

講演　慢性腎臓病（CKD）

慢性腎臓病について、3つの講演を行います。

講演①「腎臓が悪い」と言われたら
講師　金井大輔さん（腎臓高血圧内科部長）
講演②透析予防外来
講師　中島早紀さん（透析センター看護師）
講演③まずは減塩です
講師　徳島真弓さん（管理栄養士、腎臓病療養指導士）

時11月6日㈮14:00～15:30（開場13:30）
場文化プラザホール
定先着500人
申当日会場へ
問横浜南共済病院TEL045-782-2101

広　告

広報ずしでは誌面に掲載する有料広告を募集しています。
詳しくは企画課へお問い合わせください。

広　告

広報ずしでは誌面に掲載する有料広告を募集しています。
詳しくは企画課へお問い合わせください。

広報ずしでは誌面に掲載する有料広告を募集しています。
詳しくは企画課へお問い合わせください。

おとなの健康

＊問い合わせ先の電話番号がないものは市役所 TEL 046-873-1111へ

12月の集団健診・検診

保健センター	葉山港 港湾管理事務所	申込期間
1日㈫・11日㈮	4日㈮	11/1～7

＊先着順　問 国保健康課　ID 1004029

今年度は無料　特定健診は早めに

今年度中に40～74歳になる国民健康保険の加入者へ特定健診受診券を送付しています。未受診の人には連絡することがあります。また、特定健診と同じ項目を人間ドックなどで受診している人は国保健康課へ連絡してください。

特定健診の項目

①身長②体重③ＢＭＩ④腹囲⑤血圧⑥中性脂肪⑦ＨＤＬコレステロール⑧ＬＤＬコレステロール⑨GOT⑩GPT⑪γ-GTP⑫空腹時血糖⑬ヘモグロビンＡ１Ｃ⑭尿糖⑮尿たん白⑯その他（受診日、医療機関名、医師名、内服の有無、喫煙の有無など）

問 国保健康課　ID 1004031

高齢者帯状疱疹予防接種　接種時期に注意

助成対象者には、予診票を送付しています。

組換えワクチンでの接種を希望する場合、１回目の接種後、２か月以上の間隔を空けて２回目の接種をする必要があります。２回目のワクチンを３月末以降に接種する場合は、その費用は全額自己負担になります。１回目の接種時期に注意してください。

問 国保健康課　ID 1012399

各種相談や検査

からだとこころの健康相談

更年期障害・PMS・妊活・夫婦生活、子育てや性に関する相談などを産婦人科医師が受けます。

時 11月12日㈭13:30～（各回40分）　＊対面・電話・オンライン　定 先着４組

メンタルヘルス・認知症相談

時 11月18日㈫14:00～17:00、26日㈭13:30～16:30

HIV・梅毒血液検査

時 11月19日㈭13:15～15:00

B型・C型肝炎ウイルス検査

時 11月19日㈭15:15～15:45　対 39歳以下の人

アルコール問題に関する個別相談

時 11月20日㈮15:00～17:00

共通　場 申 問 県鎌倉保健福祉事務所 TEL 0467-24-3900

認知症介護者の居場所　逗子家族会

時 11月13日㈮14:00～16:00

場 福祉会館またはオンライン

対 認知症の人を介護している、していた家族　費 100円

申 問 中部地域包括支援センター TEL 046-872-2480

認知症カフェ

おれんじカフェずし

時 11月20日㈮14:00～16:00

場 福祉会館またはオンライン

対 認知症の人・その家族、認知症に関心のある人

費 100円

申 問 中部地域包括支援センター TEL 046-872-2480

東逗子オレンジカフェ　あつま～る

時 11月24日㈫13:30～15:30

場 県営逗子桜山ハイツ集会所

費 200円

問 あつま～る実行委員会　長谷川 TEL 090-7054-3348

フレイルチェック測定会

時 11月26日㈭13:00～15:00　場 小坪コミセン

対 市内在住の65歳以上で、介助なしで参加できる人

定 先着15人

申 問 11月１日以降、①氏名②電話番号・ファクス番号・メールアドレス③生年月日を、電話・ファクス・Eメールで社会福祉課へ

MAIL houkatsu@city.zushi.lg.jp　ID 1004101

心のサポーター養成講座



身近な人のSOSを見逃さず、わずかなことでも人のためにできることを考えます。

時 12月８日㈫14:00～16:40

講師　大堀由美子さん（県立衛生看護専門学校看護学科長）

場 市役所会議室　対 県内在住・在勤・在学者

定 先着50人

申 問 11月24日までに、申込フォームで国保健康課へ　ID 1014485

みんなの広場

みんなの広場は営利・宗教・政治を目的としない市内の団体に紙面を提供するもので文責は各団体にあります。1月号掲載申し込みは11月20日17:00までにファクス・郵送・ホームページで、または直接窓口へ。編集の都合上掲載できない場合もあります。　問企画課

文芸誌「北斗七星」会員募集

文芸誌を一緒に作りませんか。小説、詩、随筆などを自分で書きます　時月1回15:00～　場市民交流センター　問小説講座北斗七星　佐々木TEL090-8640-3294

ハーモニカ会員募集

ハーモニカを練習して楽しむ会です。丁寧な指導で初心者でも安心して入会できます　時毎月第1・3㈭13:00～15:00　場高齢者センター　問ハモニ会　成田TEL046-873-5483

秋のしおかぜバザー

食品・家庭用品・衣類・おもちゃ・雑貨など掘り出し物がたくさん　時11月1日㈰10:00～　場フェスティバルパーク　問国際ソロプチミスト逗子・葉山　池田TEL090-2739-6423

逗子ゼロ・ウェイストの会イベント

①エコ広場　時11月9日㈪～12日㈭　場逗子4丁目古民家　②包丁研ぎ・着物リメイク　時11月12日㈭　場交流センター　③シティクリーン　問同会　海野TEL090-9380-1422

暮らしと家計の講習会

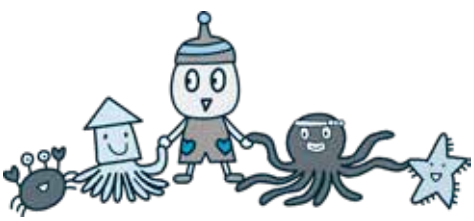
生活を楽しむ工夫いろいろ！ クッキー作りと家計簿　時11月12日㈭10:00～11:30　場黒門カルチャーくらぶ　費300円　問逗子友の会　谷之口TEL080-5094-4539

視覚に障がいのある女性の会アリス

1人で悩まないで、あなたは1人ではありません。お話しませんか　時11月12日、12月10日の㈭10:00　場市民交流センター　費200円　問アリスの会　堀田TEL080-6700-3366

逗子パレットクラブ　絵画展

時11月13日㈭～16日㈪10:00～16:00（13日11:00～、16日15:00まで）　場文化プラザホールギャラリー　問同クラブ　井本TEL090-3401-7365



湘南ハーモニカサークル交流会

ハーモニカのアンサンブル！ 郷愁を誘う音色、ハーモニーを楽しんでください　時11月19日㈭12:30開場13:00開演　場鎌倉芸術館小ホール　問同会　川田TEL046-874-5340

アマチュア無線初心者向け講習会

交信方法など免許所持者向け講習と交信体験　時11月22日㈰11:00～15:00　場市民交流センター　費500円（資料代他）　申問逗子・葉山アマチュア無線クラブ　石井TEL046-872-2350

渚の街の出会いあふれるコンサート

第114回リクエスト特集　ソプラノ谷口玲子・ピアノ藤原弥生　時11月25日㈫14:30　場ささなみホール　費1,200円　問チェチリア谷口TEL046-871-5979

逗子ふれあいフリーマーケット

出店者募集中　時11月27日㈮、12月11日㈮8:00～14:30　11月28日㈯、12月12日㈯骨董市開催　＊雨天中止　場亀岡八幡宮境内　問同フリーマーケット　片岡TEL090-5442-3778

認知症の方のケアマフを編もう

おしゃべりをしながら一緒に編みましょう　時11月27日、1月22日の㈮10:30～12:30　場市民交流センター　持7号かぎ針　問やすらぎマフの会　石橋TEL090-8223-7390

ブラインドワールド! 2026

目が見えない見えにくい方のための情報発信と相談の場　時11月29日㈰10:00～14:00　場市民交流センター　問ブラインドワールド実行委員会　澤崎MAILbw.madoguchi@gmail.com

秋の仲町橋マルシェへ行こう

ハンドメイド雑貨やワークショップ、軽食やお菓子などの出店　時11月29日㈰10:00～16:00　＊雨天開催　場サードプレイス仲町橋　問仲町橋マルシェ　星合TEL090-4000-8322

逗子混声合唱団30周年記念演奏会

曲目は「水のいのち」他、日本や外国の合唱曲など　時11月29日㈰14:00開演　場なぎさホール　問同合唱団　辻TEL090-9671-0175MAILtkyk0468@gmail.com

フェアトレードタウン連続講座　第1回

子どもたちの未来のためにできること

今年３月、全国で８番目のフェアトレードタウンに認定された愛知県大府市は、子育て中の人たちが活動を担うまち。自身も子育て中の講師が、子育てとフェアトレードについて話します。

講師　平見舞子さん（おおぶフェアトレードタウン推進委員会代表）

時11月28日㈯14:00～16:00
場市役所会議室　定先着60人
費500円　＊高校生以下無料
申問11月1日以降、①氏名②メールアドレスを、Eメール・申込フォームで逗子フェアトレードタウンの会へMAILfttzushi.event@gmail.com
TEL090-6155-0675（松本）　＊手話通訳・要約筆記は11月13日までに申し込み
ID1014707



▶申込フォーム

2025年度の 決算状況

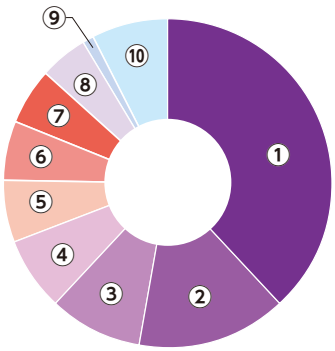
2025年度の決算についてお知らせします。
問財政課　ID1006719

1 一般会計

歳入

総額284億4,782万円

基金からの繰入金などが減少しましたが、市税収入や施設整備事業に係る市債などの増加により、前年度と比較して約21億円(8.0%)の増加となっています。

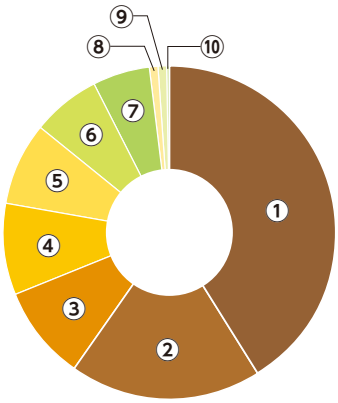


①市税
108億3,064万円
②国庫支出金
41億9,174万円
③地方交付税
26億4,256万円
④繰越金
20億1,854万円
⑤県支出金
17億4,194万円
⑥市債
16億6,310万円
⑦繰入金
15億6,956万円
⑧地方消費税交付金
13億7,983万円
⑨使用料及び手数料
3億2,352万円
⑩寄付金などその他
20億8,639万円

歳出

総額258億66万円

給与改定に伴う人件費の増加や、公共施設の整備に係る投資的経費の増加などにより、前年度と比較して約15億円(6.1%)の増加となっています。



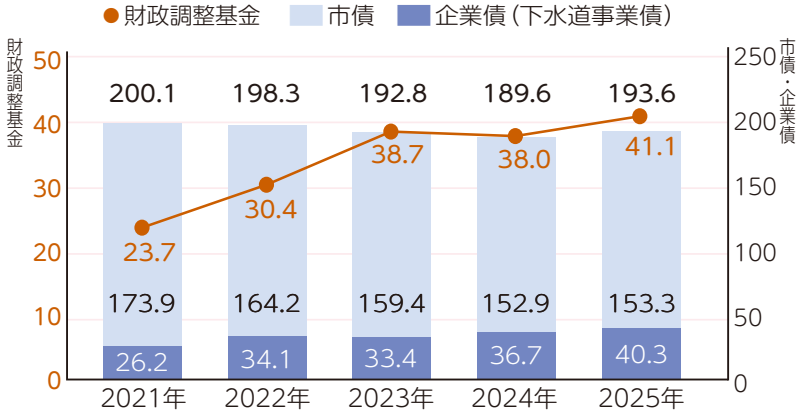
①民生費
106億4,286万円
②総務費
48億605万円
③衛生費
23億5,660万円
④土木費
23億1,509万円
⑤教育費
20億7,520万円
⑥公債費
16億9,110万円
⑦消防費
14億1,528万円
⑧商工費
2億5,307万円
⑨議会費
2億842万円
⑩農林水産業費
3,699万円

2 特別会計 企業会計

国民健康保険事業		歳入	58億5,669万円	歳出	57億5,609万円
後期高齢者医療事業		歳入	16億9,059万円	歳出	16億　508万円
介護保険事業		歳入	71億6,747万円	歳出	69億2,647万円
下水道事業(企業会計)	収益的収支	収入	19億　684万円	支出	19億3,278万円
	資本的収支	収入	10億5,025万円	支出	13億　659万円

3 2025年度末の財政調整基金と市債・企業債の残高

財政調整基金残高、市債・企業債残高の推移（単位：億円）



年度間の財源調整や災害などの不測の事態に備えるため、財政調整基金(積立金)を設置しています。財政調整基金の残高は2024年度末から約8.0%増加し、約41億円となりました。
事業費が高額で効果が将来に及ぶ場合、財政負担の年度間調整や世代間負担の公平のため市債(借入金)を活用しています。市債･企業債の残高は約194億円で、減少傾向から増加に転じました。
将来の財政負担が大きくならないよう、財政調整基金と市債を適切に活用していきます。

くらしのガイド
ズームアップ

＊問い合わせ先の電話番号がないものは市役所 TEL 046-873-1111へ

時日時　場場所　対対象　定定員　持持ち物　費費用(表示のないものは無料)　申申込方法、申込先　問問い合わせ先　TEL電話　FAX ファクス　MAIL Eメール　休休館日(表示のないものは㈯㈰㊡)　URL ホームページアドレス　ID ホームページ番号

イベント　池子の森自然公園 秋の植物観察会

通常は立ち入りが禁止されている場所で、見頃の植物を観察します。

講師　大塚隆之さん(池子の森自然公園自然環境調査会)

時11月15日㈰9:30～11:30　＊雨天中止

場池子の森自然公園

対小学生以上　＊小学生は保護者同伴

定15人　＊市内在住者優先、多数抽選

申 問11月1日～8日に、申込フォームで緑政課へ

ID 1009225

▶申込フォーム



講座　筋肉をつける 食べ方と動き方講座

スポーツをする子どもの保護者や健康寿命を延ばしたいシニアの人にも役立つ健康の知恵を学びます。　＊簡単な運動の実習と手軽にたんぱく質を摂れる試食付き

講師　菅洋子さん(関東学院大学教授)

時11月30日㈪13:00～15:00

場保健センター　対市内在住者

定先着30人　費800円程度

申 問11月13日までに、①講座名②住所③氏名(ふりがな)④電話番号を、電話・ファクス・Eメールで、または国保健康課窓口へ

MAIL kenkou@city.zushi.lg.jp

ID 1004054

キッズ　親子で遊べる 体験学習施設のイベント

体を動かす親子遊びイベント　ID 1012521

時11月23日㈪祝①10:00～10:50②11:00～11:50③13:00～13:50④14:00～14:50⑤15:00～15:50

対市内在住の6か月～12歳までの子ども　＊20歳以上の保護者同伴　定各60人程度　＊多数抽選

申11月4日～11日に、申込フォームで申し込み

第31回親子ひろば　ID 1003011

リトミック、親子ヨガ、計測、歯磨き指導など

時11月25日㈫10:00～12:30

対市内在住の未就園児とその保護者

共通　場 問体験学習施設

TEL 046-873-8581

休毎週㈫　＊3日を除く

講座　近代美術館入門講座 松本陽子　宵の明星を見た日

光と色に満ちた唯一無二の平面表現を展開している、画家松本陽子。近年国際的に再評価されている創作の軌跡を、展示に向けて描かれた新作も含めて紹介します。

講師　三本松倫代さん(県立近代美術館　葉山)

時12月2日㈬10:00～11:15

場市役所会議室　定先着20人

申 問11月11日以降、①講座名②住所③氏名④電話番号を、電話・ファクス・Eメールで、または社会教育課窓口へ

FAX 046-872-3115　MAIL syakaikyouiku@city.zushi.lg.jp

＊手話通訳・要約筆記は11月20日までに申し込み

ID 1014648



松本陽子《私的光景》　2005年　油彩、木炭、パステル、カンヴァス　神奈川県立近代美術館蔵

KIDS通信

＊問い合わせ先の電話番号がないものは市役所 TEL 046-873-1111へ

健診・教室

乳幼児健康診査

4か月児健診　時 11月10日㈫
対 2026年7月生
お誕生日前健診　時 11月24日㈫
対 2025年12月生
1歳6か月児健診　時 11月12日㈭
対 2025年5月生
＊受付時間は13:15～14:30です。詳細はSMSで案内します。
3歳児健診　対 2023年8月生
＊対象者には10月末までに個別案内を送付します。
共通　場 保健センター
問 子育て支援課　ID 1002636

子育て中の悩み相談

子どもを遊ばせながら、心理士や保健師に気軽に相談できます。
どんぐり広場
時 11月7日㈯10:00～12:00
場 子育て支援センター
対 未就学児とその父親
持 母子健康手帳　ID 1002641
集まれ！ 電車好きKIDS！
おもちゃの電車で遊びます。
時 11月20日㈭10:00～12:00
場 体験学習施設　対 未就学児とその保護者　定 先着10人
申 11月19日までに、①イベント名②子どもの氏名③子どもの年齢④連絡先を、電話・Eメールで申し込み
MAIL kosodate@city.zushi.lg.jp
ID 1008637
共通　問 子育て支援課

パパママ準備クラス

セカンドステップ　親になる準備をはじめよう
時 11月21日㈯13:30～15:30
場 市役所会議室
対 妊娠4～6か月の妊婦とその家族
サードステップ　出産に向けた準備と確認　＊実習あり
時 12月11日㈭13:30～15:00
場 子育て支援センター
対 妊娠7～8か月の妊婦とその家族
共通　定 先着12組
申 問 開催日の前日までに、電話・申込フォームで子育て支援課へ
ID 1002592

お知らせ

子育て支援センター

時 ㈪～㈯9:00～17:00
休 3日、18日午後、23日

巡回相談

小坪ほっとスペース　時 ㈫10:00～15:00　休 3日
沼間ほっとスペース　時 ㈭10:00～15:00
問 子育て支援センター TEL 046-871-5001　ID 1002740

イベント

11月の図書館のおはなし会

おひざにだっこのおはなし会
時 7日㈯10:30～11:00
対 2～3歳児とその保護者
土よう日おはなし会
時 7日㈯14:00～14:30
対 小学校低学年
わらべうたであそぼう
時 19日㈭10:30～10:50
対 0～1歳児とその保護者
わんぱくおはなし会
時 19日㈭15:30～16:00
対 4～6歳の子ども
共通　場 問 図書館 TEL 046-871-5998　休 毎週㈫　＊3日開館、4日休み

スマイル講座

アート体験講座⑥マカロニクリスマスツリー
時 11月28日㈯10:00～12:00
対 小学校1年生～高校3年生
定 10人　＊多数抽選、小学校1・2年生は保護者同伴
費 300円　申 11月5日～11日
アート体験講座⑦正月飾りを作ろう
時 12月12日㈯10:00～12:00
対 小学校1年生～高校3年生
定 10人　＊多数抽選、小学校1・2年生は保護者同伴
費 400円　申 11月12日～18日
＊他にも、お豆腐作り体験講座、工作体験講座を開催します。
共通　場 申 問 申込フォームで、体験学習施設へ TEL 046-873-8581
休 毎週㈫　＊3日を除く

クリスマスポーツランド

時 12月5日㈯10:00～11:30
対 2～4歳児とその保護者
定 先着40組
費 子ども700円　＊プレゼント付き、大人300円
場 申 問 11月3日9:00以降、逗子アリーナへ TEL 046-870-1296　休 毎週㈪　＊23日を除く

子育てポータルサイト「えがお」

子育て情報はこちらもチェック

連載市民インタビュー
人生のへそは逗子にあり

身の回りの人々や地域の環境、そして自分自身を信じ認めて前向きに生きる市民に、このまちで生きる意味を聞きました。

障がいがあっても元気に暮らせるまちへ



ブラインドワールド実行委員会代表
眼科専門医
澤崎　弘美さん（新宿）

視覚障がい者に向けた情報発信の場「ブラインドワールド」。眼科専門医である澤崎さんが、実行委員会の代表を務めている。

見えなくなっても生きていける

眼が見えなくなると情報収集や移動が難しくなり、孤立してしまう人が多い。「見えなくなっても元気に生きていける手段はあります。そのことを発信する場を作りたかった」という思いで始まったブラインドワールドは、今年で８回目を迎える。視覚障がいの支援をしている県のライトセンターなどの専門機関や支援者が一同に集まり、視覚障がい者が知りたい情報をワンストップで得られる場だ。白杖や拡大読書器などの支援機器、視覚障がい者を対象とした特別支援学校や当事者団体など支援機関の紹介に加えて、視覚障がい者同士で交流できるのも人気の理由という。

活動による当事者の前向きな変化

障がい者スポーツ医でもある澤崎さん。健康な生活・人生・命を守ることをミッションに、さまざまな方面で当事者と一緒に活動を続けている。視覚障がい者を対象にしたブラインドヨガや、視覚障がいのある女性が集まる「アリスの会」、池子の森自然公園内で行う「みんなでラン＆ウォーク」といった活動にも関わる。

「当事者同士で交流し、眼が見えなくても安心して生活する手段があることを知ると、心も自然と回復する」と当事者の前向きな変化を感じるという。「失明によって一時は絶望して家に引きこもった高齢女性も、専門的なリハビリを受けたことで今は元気に外出し、人生を楽しめるまでになった」と振り返る。

誰もが安心して暮らせる地域に

活動の原動力は、「自分自身が、家族が、身のまわりの人が、どんな状態にあっても楽しく安心して暮らせる逗子であってほしい」という思い。「『当事者抜きで当事者を語ってはいけない』という言葉を大切にしている。私が関わっている活動はすべて当事者と共にある。これからも、何ができるのかを一緒に考えていきたい」と話す。

＊開催案内を12ページ「みんなの広場」に掲載

現場第一主義

市長だより　vol.92

今月は防災特集です。７月に起きた熊本地震では甚大な被害があり、備えの大切さを改めて感じるところです。

最近は大雨の災害も激甚化しています。８月は千葉県で大規模な豪雨、９月は台風第25号による大雨が神奈川県を襲いました。逗子市は大きな被害を免れたものの、近隣市では深刻な被害を受けました。

本市ではこれまで、池子米軍家族住宅横の400mトラックが調整池として機能し、田越川などの越水や氾濫を防いできました。しかし、昨今の異常な降水量を前に、従来の設備に頼る安心は通用しなくなっています。地震や津波対策に加え、今後は大雨への備えも不可欠です。

市民の皆様は、まずご自宅周辺の浸水リスクや山の斜面などの環境を確認し、日頃から家族で避難時の意思を統一させてください。避難所への移動が危険な場合は上層階への垂直避難を行うなど、命を守る最善の判断が必要です。市も引き続き雨水対策の整備や避難指示など迅速な防災情報の発信に取り組みます。

安心できるまちづくりには、行政の対策だけではなく、自主防災組織や市民の皆様一人一人の力が必要です。ご理解とご協力をお願いいたします。

逗子市長　桐ケ谷覚

市役所への問い合わせは
㈯㈰㊊を除く8：30～17：00
〒249-8686　逗子市逗子5丁目2番16号
TEL 046-873-1111　FAX 046-873-4520

広報ずし 2026年11月号　No.1017
発行/逗子市経営企画部企画課　毎月1回1日発行
Web版・音声版・点字版・テキスト版もあります。
▼10月1日現在の人口　54,887人（男25,547人、女29,340人）、24,668世帯