

青い海と みどり豊かな 平和都市

広報

ずし

2021

5

NO.951

特集 新型コロナウイルス感染症



## 特集 新型コロナウイルス感染症

# コロナ疲れを乗り越えるヒント

長期化するコロナ禍でも、ストレスを抱え込まず上手に気分転換して毎日を過ごしましょう。感染拡大を防止するため、引き続き3密の回避、マスク着用などの対策を徹底してください。



## コロナ禍と健康 登山のススメ

逗子市広報大使で登山家、医学博士でもある三浦豪太さんに、コロナ禍の健康維持をテーマに話を聞きました。



### 太陽の光をしっかりと浴びる

新型コロナウイルスへの感染に不安を感じ、外出をためらっている方もいるかもしれません。また、感染への不安が気付かないうちにストレスとなって、しっかりと睡眠がとれていない方もいるのではないのでしょうか。屋外での適度な運動は、私たちの健康にとって不可欠です。

太陽の光を浴び体を動かすことは、質の良い睡眠につながります。ぐっすり眠ることで、私たちの体の免疫システムは回復していきます。新型コロナウイルスに限らず、どんな病気に対しても免疫力を高めておくことは大事なことです。

最近ではビタミンDが新型コロナウイルス感染症

の重症化を防ぐという研究結果も報告されています。ビタミンDは、日光に当たることによって体内でつくることができるという特性があります。そういった点でも、適度に外に出るようにしましょう。もちろん、マスクの着用やソーシャルディスタンスなど最低限の感染予防対策は忘れないでください。

### 登山がもたらす体への効果

外出自粛により室内にこもってばかりで体を動かさないでいると、筋肉量が減ってしまいます。特に、高齢の方は加齢により足腰が弱くなると、動くことがおっくうになる傾向があります。緊急事態宣言中に体を動かす機会が減ったことで、ますます筋肉が衰えてしまっていないかと心配です。

日頃から運動して下半身の筋力や筋肉量を維持することで、自分の体をしっかりと支えられる強い足腰になります。過ごしやすい季節になってきたので、まずはウォーキングなどで外に出て、体を動かしましょう。最初から無理をすると続かなくなってしまうので、少しずつでも継続することがポイントです。

ウォーキングに慣れてきたら、ぜひ登山にも挑戦してください。ウォーキングやランニングなどの平地での運動とは違った筋肉を使う登山は、下半身の筋力づくりに効果的です。トレッキングポールを使うと、転倒防止や膝への負担を軽減できます。

また、下半身の運動は美肌に効果があるという研究もあります。下半身の筋肉から分泌されるマイオネクチンというホルモンは、血流に乗って顔まで運ばれます。このホルモンにはメラニンの生成を抑える働き



逗子海岸から第2号墳まで登りきると約100mの標高を登ったことになる

があるため、しみやそばかすが目立たなくなるなど美しい肌を保つことができるそうです。

### 逗子の山を楽しんで

三方を山に囲まれた逗子は、身近に山があるまちです。せっかく逗子に住んでいるのだから、ぜひ市民の方にも山登りの楽しさを味わってほしいと思っています。

私のおすすめは、逗子海岸から蘆花記念公園を經由して長柄桜山古墳群の第2号墳、第1号墳へと続くコース。第1号墳へと続く道はなだらかで歩きやすく、気持ちのよい山歩きを楽しめます。何より、山で食べるおにぎりは最高においしい。ぜひおにぎり持参で山を楽しんでほしいです。そして、次はどこに行こうか、どの山に登ろうかと、その先に続く楽しみを持ち続けることが、何よりも健康につながります。



## ワークスペースの利用で業務効率アップ

毎日の仕事を快適に!

コロナ禍で広がった在宅勤務。仕事に集中できない、プライベートとの境目が曖昧になる、仕事に適した部屋がないなど、自宅での仕事に不都合を感じていませんか。

個人でも利用できるワークスペースが市内に増えてきています。上手に活用することで、業務の効率を高めることができます。市内ワークスペースの一覧はホームページで確認してください。

☎ 企画課



市内ワークスペース一覧



## 親子でお出かけ 子育て支援センター

外出する機会が減ったことで、子育てがつまらなくなっていないですか。乳幼児と過ごす毎日の生活に負担を感じていませんか。

子育て支援センターは、子育て中の親子が話をしたり、遊んだり、くつろいだり、ほっとする時間を過ごすことができる場所。育児の悩み事もアドバイザーに気軽に相談できます。予約制なので、安心して遊びに来てください。☎ 子育て支援課



毎週月曜日午後と金曜日午前が赤ちゃん連れの親子の日です。開館時間などは23ページで確認してください。



# 新型コロナウイルス感染症関連情報

4月16日現在の市民向け、事業者向けの支援情報をまとめました。最新の情報は、市ホームページで確認してください。

## 市民向けの支援情報

### 失業などにより生活にお困りの人へ

#### ■ 総合支援資金（生活支援費）（特例）

対 失業などにより収入が減少し、日常生活の維持が困難になっている世帯

貸付額 世帯人数2人以上 月額20万円以内、単身月額15万円以内

問 社会福祉協議会 TEL 046-876-6222

#### ■ 緊急小口資金（特例）

対 休業などにより収入の減少があり、緊急かつ一時的な生活維持のための貸付を必要とする世帯

貸付額 10万円以内 \*条件を満たせば20万円以内

問 社会福祉協議会 TEL 046-876-6222

#### ■ 住居確保給付金

一定期間家賃を補助します。

対 離職・廃業などにより収入が減少し、求職活動を行う人で、一定の要件に該当する人

問 社会福祉協議会 TEL 046-876-6222

#### ■ 上下水道料金の支払い猶予

最長4か月、支払いを猶予します。

問 県鎌倉水道営業所 TEL 0467-22-6200

#### ■ 国民健康保険、後期高齢者医療保険の

##### 傷病手当金の支給

2020年1月1日～2021年6月30日に、新型コロナウイルスに感染、または感染の疑いで仕事を休み、無給や減給になった人に手当金を支給します。

対 給与の支払いを受けている被保険者

問 国保健康課

#### ■ 国民健康保険料、後期高齢者医療保険料の減免

納期が4月1日～2022年3月31日の保険料を減免します。事前の申請が必要です。

対 失業・廃業・事業休止などにより、一時的に納付することが困難な人で、一定の要件に該当する人

問 国保健康課

### 自宅療養している人へ

#### ■ 食事の提供

県の配食サービスを申し込んだ後、開始されるまでの3日間程度、1日あたり2食分程度の食事を自宅に届けます。 \*（土）（日）（祝）を除く

#### ■ ごみ出しの支援

保健所から自宅療養を指示されている期間、週1回程度、可燃ごみ・容器包装プラスチック・ペットボトルの戸別収集を行います。

共通 対 自宅療養を指示された人で、親族などからの支援を受けることが困難な人

問 社会福祉課地域共生係

#### ■ パルスオキシメーターの貸出

症状の判断目安となる血液中の酸素量を計測できます。

対 自宅療養を指示された39歳以下の市内在住者で、使用を希望する人 \*県の貸出対象となる人は除く

問 社会福祉課地域共生係

### 相談したいときなどの連絡先

#### ■ 逗子市コロナワクチン接種コールセンター

ワクチンの接種予約、接種スケジュールや対象者など

TEL 0570-010-08 (9:00～18:00) \*（土）（日）（祝）も実施

\*接種券が届いた人から予約ができます。

#### ■ 厚生労働省新型コロナワクチンコールセンター

ワクチンの有効性や安全性など

TEL 0120-761770 (9:00～21:00) \*（土）（日）（祝）も実施

#### ■ 県新型コロナウイルス感染症専用ダイヤル

感染の不安など

TEL 0570-056774 (無休 24時間)

\*一部IP電話など上記番号につながらない場合は、

TEL 045-285-0536

## 事業者向けの支援情報

#### ■ 一時支援金

対 2021年1月に発出された緊急事態宣言により、売り上げが50%以上減少した中小法人・個人事業主など \*商工会などによる事前確認が必要です。

申 5月31日まで

問 一時支援金事務局コールセンター

TEL 0120-211-240、03-6629-0478 (9:30～19:00) \*（土）（日）（祝）も実施

#### ■ 経営全般に関する相談（予約制）

中小企業診断士や経営指導員による経営相談

問 逗子市商工会 TEL 046-873-2774

### 情報の入手先

#### ■ 市ホームページ

最新情報を掲載しています。



感染動向など



ワクチン接種

#### ■ 逗子市防災・防犯メール

携帯電話やパソコンにメール配信します。次のアドレスまたは二次元コードを読み取り、空メールを送信してください。電話、ファクスでの配信を希望する場合は、問い合わせてください。



問 防災安全課

MAIL bousai.zushi-city@raidan.ktaiwork.jp

#### ■ セーフティネット保証、危機関連保証

民間金融機関から融資を受ける際に保証をします。

対 経営の安定に支障がある中小企業者・個人事業主

問 取引のある金融機関、経済観光課

#### ■ 感染予防対策用アクリル板などの貸し出し

飲食店へ無償で貸し出します。事前に申し込みが必要です。

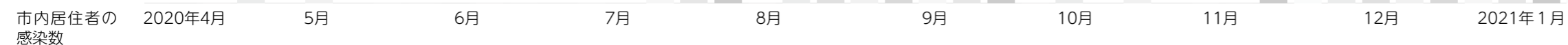
申 問 アクリル板等貸出会場（横浜） TEL 080-7486-

6356、横須賀三浦地域県政総合センター TEL 046-

813-1275 \* 9:30～12:00、14:00～16:00。（土）

（日）（祝）を除く


2020年4月～2021年3月までの市内居住者の感染数 累計240人





## 2021 年度予算の概要

# オンリーワンのまちづくりに向けて

崖地対策などへ積極的な予算措置を実施しました。2021 年度の新規事業や拡充事業などをお知らせします。  財政課

### 政策 1

## 共に生き、心豊かに暮らせるふれあいのまち

#### 重層的支援体制の整備 (1 億 1,721 万円)

地域共生社会の構築を目指すため、ひきこもりやダブルケアの課題など、複雑化・複合化した支援ニーズに対応する包括的な支援体制を整備します。

#### 民間保育所等への追加支援 (500 万円)

人材の確保に苦慮する保育所や、市内保育所に就労した保育士に対して補助金を交付します。



### 政策 2

## 共に学び、共に育つ「共育 (きょういく)」のまち

#### 市立小学校の給食調理業務委託の開始 (1,998 万円)

安全で安心な学校給食を継続的かつ安定的に提供するため、逗子小学校の給食調理の業務委託を開始します。

#### 学校施設の老朽化対策 (1,050 万円)

老朽化が進行している久木小学校の校舎長寿命化基本設計を実施し、適正管理や長寿命化対策に取り組みます。

#### 図書館のインターネット環境整備 (44 万円)

図書館内に市民が利用できる Wi-Fi 環境を整備します。



### 各会計当初予算額

- 一般会計  
約204億円 (昨年度比5.9%増)  
一般会計の増額の要因は、主に崖地対策や幼児教育・保育に係る経費の増加によるものです。また、公共施設の老朽化対策の経費も増加傾向にあります。
- 国民健康保険事業特別会計  
約59億円 (昨年度比1.1%増)
- 後期高齢者医療事業特別会計  
約13億円 (昨年度比1.6%増)
- 介護保険事業特別会計  
約63億円 (昨年度比14.7%減)
- 下水道事業会計  
約29億円 (昨年度比3.4%減)

### 新型コロナウイルス感染症対策

市民が速やかにワクチン接種を受けられるよう、体制を整備するため、2020年度と2021年度の補正予算にて5億8,384万円を計上。  
2021年度当初予算では、生活困窮者の自立支援や感染症予防対策に、5,965万円の予算措置を講じました。さらに、国の交付金を1億8,000万円と見込み、必要な対策を検討の上、補正予算による対応を予定しています。



### 政策 3

## 自然と人間を共に大切にするまち

#### 近隣公園維持管理事業 (1,523 万円)

桜山中央公園の擁壁補修工事を行います。

#### 池子の森自然公園維持管理事業 (309 万円)

見守りサポーターや世話人会などと協働し、池子の森自然公園緑地エリアの保全・活用に取り組みます。



### 政策 4

## 安全で安心な、快適な暮らしを支えるまち

#### 危険な崖地対策の強化 (2 億 3,100 万円)

市有地の崖地の防護工事や、緑地の計画的な管理伐採を行います。民有地については工事費助成制度の活用を積極的に促し、崖地対策の強化を図ります。

#### 災害対策備品の充実 (2,107 万円)

妊産婦や乳幼児の備品を増やします。また、第一運動公園にマンホールトイレを整備し災害に備えます。

#### 交通渋滞対策のための調査 (652 万円)

慢性化している交通渋滞の解消と JR 逗子駅周辺の歩行空間等の機能向上のための基礎調査を行います。



### 政策 5

## 新しい地域の姿を示す市民主権のまち

#### デジタル推進事業 (140 万円)

行政手続き等のデジタル化・オンライン化による市民の利便性の向上などデジタル技術の活用を推進します。

#### フェアトレードの啓発 (30 万円)

フェアトレードの推進に向けたイベントや講座を実施します。





フェアトレードラベルジャパンによる「100万アクションキャンペーン」に逗子市は参加中。イベント参加者数やSNS投稿数で100万を目指しています。



# 逗子フェアトレードフォーラム 2021 まちぐるみでフェアトレードを盛り上げよう

世界フェアトレード月間の5月は、市内でもイベントが盛りだくさん。物づくりに携わる人の「ものがたり」を大切にするフェアトレードを知るきっかけにしませんか。 市民協働課



イベント情報は  
こちらから

食べ応援  
テイクアウト、ディナーも!

## フェアトレード×ローカル ランチキャンペーン

食事をして、フェアトレードや地元の食材、生産地について身近に感じませんか。

時 5月1日(出)～31日(月) \*店舗によって異なります。

場 市内の対象店舗

問 逗子フェアトレードタウンの会 名女川 TEL 090-6006-3795

## 図書館展示 世界とつながるフェアトレード

時 5月7日(金)～22日(土)

場 図書館

## パネル展示 フェアトレードタウン逗子

フェアトレードやフェアトレードタウン、SDGsとの関連、逗子珈琲の生産地などを紹介します。土曜日、日曜日には逗子珈琲を販売します。

時 5月20日(木)～31日(月)

場 市民交流センター



## 映画上映 & 監督トーク マイクロプラスチック・ストーリー

ニューヨークの小学生がプラスチック汚染問題を学び、画期的なアクションを起こす映画です。



共同監督 佐竹敦子  
さん (ニューヨーク在住)

時 5月22日(土) 映画上映 18:00～19:25、監督トーク 19:30～20:30

場 オンライン 先着 100人 \*市内在住者優先

申問 5月7日以降、①住所②氏名③電話番号④Eメールアドレスを、電話・ファクスで、または市民協働課窓口へ \*市ホームページからも申し込み可

## 逗子珈琲リニューアル

中米ニカラグアの小さな農家が豊かな土壌でじっくり育てた、フェアトレード認証付きの珈琲です。



逗子珈琲イン  
スタグラム







時日時 場所 対象 定員 持ち物 費用 申込み方法、申込み  
先 問い合わせ先 TEL 電話 FAX ファックス MAIL Eメール URL ホーム  
ページアドレス \*費用の表示のないものは全て無料。

**休日夜間診療**

**逗葉地域医療センター**  
内科・小児科・外科 TEL 046-873-7752 10:00～17:00・20:00～23:00  
歯科 TEL 046-873-2368 10:00～17:00  
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 TEL 046-872-9999

**防災行政無線が聞こえないとき TEL 050-5533-8199**

**主な施設の電話番号・休館日(通常どおり開館している際の情報です)**

市役所 TEL 046-873-1111 FAX 046-873-4520	池子の森自然公園管理事務所 毎週月休館 TEL 046-871-7022
環境クリーンセンター TEL 046-871-7870 FAX 046-873-9428	池子遺跡群資料館 毎週月休館 TEL 046-871-7006
消防署 年中無休 TEL 046-871-0119	体験学習施設 毎週火休館 TEL 046-873-8581
図書館 毎週火休館 TEL 046-871-5998	福祉会館・社会福祉協議会 TEL 046-873-8011
図書館沼間分室 毎週火休館 TEL 046-872-3618	保健センター TEL 046-873-8333
図書館小坪分室 毎週火休館 TEL 0467-24-6726	高齢者センター TEL 046-873-2531
市民交流センター 第1・3火休館 TEL 046-872-3001 FAX 046-872-3003	子育て支援センター (休館日は23ページ) TEL FAX 046-871-5001
沼間小学校区コミュニティセンター 毎週火休館 TEL 046-872-2449	ずしファミリー・サポート・センター TEL 046-870-3400
小坪小学校区コミュニティセンター 毎週火休館 TEL 0467-24-6204	こども発達支援センター TEL 046-872-6051
文化プラザホール 第1・3火休館 TEL 046-870-6622	教育研究相談センター TEL 046-872-2898
逗子アリーナ・スポーツ協会 毎週月休館 TEL 046-870-1296	逗子警察署 年中無休 TEL 046-871-0110
	商工会館・逗子市商工会 TEL 046-873-2774

\*休館日の表示がない施設は(土)・(日)・祝休館。休館日が祝日に当たる場合は、各施設にお問い合わせください。

**相談案内**

<p><b>消費生活相談</b> (月)火(木)金9:30～12:00・13:00～16:00 問 市消費生活センター(市民協働課内) (月)～(金)9:30～19:00・(土)日9:30～16:30 問 かながわ中央消費生活センター TEL 045-311-0999</p> <p><b>人権相談</b> (月)～(金)8:30～17:15 問 横浜地方務局横須賀支局 TEL 046-825-6511</p> <p><b>女性相談</b> (月)～(金)9:30～12:00・13:30～16:00 女性相談専用 TEL 046-873-5531</p> <p><b>行政書士相談(遺言・相続・空き家など)(予約制)</b> 第1・3火9:00～16:00(1人1時間) <b>行政相談(国への要望)(1週間前までに予約)</b> 第1火13:00～15:00 <b>法律相談(予約制)</b> 第2・4火10:00～16:30 <b>不動産の登記・測量相談、マンション管理相談、不動産相談(予約制)</b> 第4月14:00～16:00 <b>司法書士相談(相続登記など)(予約制)</b> 第4火13:00～16:00 問 市民協働課</p> <p><b>まちづくり条例開発事業紛争相談(予約制)</b> 奇数月の第3火9:00～12:00 問 まちづくり景観課</p>	<p><b>成年後見相談(予約制)</b> 第2火10:00～16:00 問 高齢介護課</p> <p><b>成年後見相談(予約制)</b> 第4火14:00～16:00 <b>法律相談(障がい者・高齢者に関して)(予約制)</b> 第4金14:00～16:00 問 逗子あんしんセンター TEL 046-871-8458</p> <p><b>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)</b> 主に身体障がい・知的障がい (月)～(金)9:00～17:45 問 支援センター Ⅱ TEL 046-870-5280 FAX 046-873-5370 主に精神障がい 面接相談(予約制)(月)～(金)10:00～16:00 電話相談(月)～(金)9:00～17:00 問 カモミール TEL 046-872-4581 FAX 046-872-4550</p> <p><b>家庭・児童相談(子どもに関する一般相談)</b> (月)～(金)8:30～12:00・13:00～17:00 問 子ども相談室 TEL FAX 046-871-8801</p> <p><b>療育相談(心身の発達など、面接相談は予約制)</b> 電話相談(月)～(金)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 TEL 046-872-2523(直通)</p> <p><b>教育相談</b> (月)～(金)9:00～16:00 問 教育研究相談センター 教育相談専用 TEL 046-872-9498・2898 FAX 046-872-316</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



## インフォメーション

\*問い合わせ先の電話番号は9ページ参照。

新型コロナウイルスの影響により、掲載されているイベントや講座などが、急きょ中止になったり、延期されたりする場合があります。各催しの開催は、各記事の問い合わせ先に確認してください。

### 逗子市初の企業版ふるさと納税の寄付

㈱エネクスライフサービスから寄付をいただきました。

#### 寄付の使い道と寄付額

街区公園照明灯のLED化 20万円  
小坪トンネルの改修工事 80万円  
企画課



### 市長市政相談

時 5月20日(木)14:00～16:20(1組20分)

定 先着5組

申 5月6日～12日17:00に企画課窓口へ

### 米軍池子住宅地区防災無線の試験放送

実際の災害ではありません。毎月第2(木)9:00頃に実施します。

時 5月12日(木)9:00頃

企画課

### 防災行政無線等による全国一斉情報伝達試験(J-ALERT)

サイレン音は鳴らしません。

時 5月19日(木)11:00頃

企画課

### 経済センサス 活動調査

6月1日を基準日として調査を実施します。すべての事業所・企業を対象に調査員が訪問するので、協力をお願いします。

企画課



### 固定資産税・都市計画税第1期、軽自動車税の納期限は5月31日

企画課

### 暴力団被害無料電話相談会

弁護士・警察官・相談員が、暴力団や反社会的勢力などによる被害(振り込め詐欺被害を含む)・紛争に関する悩みについて、電話で対応します。

時 5月14日(金)10:00～17:30

TEL 045-662-650(当日限り)

企画 神奈川県弁護士会 TEL 045-211-7702

### 福祉の講座を開きませんか

日頃の活動経験を活かし、市民向けの講座を開きたいグループなどを募集します。受講者の募集や講座の運営をサポートします。

対象講座 福祉の分野に関する20～30人程度の座学中心で、原則市民交流センター会議室で開催するもの  
対象 主に市内で活動している福祉関係グループ・サークル

申 5月1日～8日に①グループ・サークル名、代表者氏名②〒住所③電話番号④ファクス番号を、はがき・ファクス・Eメールで問い合わせ先へ。

市民交流センターに専用箱あり。

企画 ずし楽習塾推進の会

住所 〒249-0006逗子4-2-11

TEL FAX 046-871-7007

MAIL z-gakushujuku@bz04.plala.or.jp

### 親子記者募集

長崎を訪れ、長崎原爆犠牲者慰霊平和祈念式典などの平和への取り組みを取材します。

時 8月8日(日)～11日(木)

対象 小学4～6年生とその保護者

定 全国で9組(18人) \*多数抽選

申 5月7日(必着)までに、日本非核宣言自治体協議会事務局(長崎市平和推進課内 TEL 095-844-9923)または市民協働課へ。詳細は同会ホームページで確認してください。

### 名称変更 逗子市スポーツ協会

4月1日付けで、(公財)逗子市体育協会は(公財)逗子市スポーツ協会に名称を変更しました。

企画 スポーツ協会

### 高齢者なんでも出張相談

池子会館 時 5月11日(木)13:00～14:00

東逗子第2団地集会所 時 5月26日(木)10:00～11:00

企画 東部地域包括支援センター

TEL 046-876-6299

### 特別障害者手当・障害児福祉手当

在宅の重度障がい児・者で、日常生活に常時特別な介護を必要とする人に支給します。申請には所定の診断書などが必要です。施設入所者や所得が一定額を超える人などには支給しません。

特別障害者手当 月額27,350円

障害児福祉手当 月額14,880円

企画 障がい福祉課

時 日時 場所 対象 定員 持ち物 費用 申込み方法、申込先 問い合わせ先  
TEL 電話 FAX ファクス MAIL Eメール URL ホームページアドレス \*費用の表示のないものは全て無料。

### 逗子ホームせせらぎ

#### 鯉のぼり遊泳

約300匹の鯉のぼりが遊泳します。

時 4月中旬～5月下旬

企画 逗子ホームせせらぎ TEL 046-873-2501



### 犬には必ずリードをつけて

犬の放し飼いは、県の条例により禁止されています。公園・海岸の利用者が安全・安心に過ごすことができよう、犬は必ずつないで散歩させ

ましょう。

企画 県鎌倉保健福祉事務所

TEL 0467-24-3900

### 下水道事業の健全経営に向けて

下水道使用料改定の検討を進めるため、現在、下水道事業運営審議会で見聞聴取を行っています。今後、広く市民意見の募集を行う予定です。経営の基本方針は、市ホームページに掲載の下水道事業経営戦略で確認してください。

企画 下水道課

### 経済的に困っている人へ学費の援助(就学援助費)

対象 市立小・中学校に在学する児童・生徒の保護者

申 6月30日までに申請書(学校教育課で配布)に記入し、学校教育課窓口へ

### 不妊に関する相談(予約制)

時 5月16日(日)9:00～12:00

場 市役所5階会議室

対象 不妊について初めて相談する人

申 5月12日までに、電話で子育て支援課へ



## 傍聴



### 教育委員会定例会

時 未定 場 未定 企画 教育総務課

\*この他の会議、時間・場所が未定の会議は市ホームページ「会議の予定」で確認してください。

## 4月1日付け 部長級人事異動

部長級の人事異動をお知らせします。

課長級の職員一覧は市ホームページで確認してください。 企画 職員課



氏名	新職名	旧職名
仁科英子	経営企画部参事(企画担当) 企画課長事務取扱	企画課長
杉山正彦	市民協働部参事(戸籍住民担当) 戸籍住民課長事務取扱	教育部次長(子育て担当) 保育課長事務取扱
行谷英雄	消防長兼消防署長	消防次長兼消防副署長
島貫宏	教育部次長(子育て担当) 子育て支援課長事務取扱	経営企画部参事(防災安全担当) 防災安全課長事務取扱
原田恒二	行政委員会事務局長	選挙管理委員会事務局長兼監査委員事務局長 兼公平委員会事務局長



# イベントナビ

\*問い合わせ先の電話番号は9ページ参照。

## スポーツ



### 市民ソフトボール大会

組み合わせ抽選会 時5月16日(日) 18:30 場 逗子アリーナ  
大会 時5月30日(日)9:00 ~ \* 予備日6月6日(日) 場 沼間中学校  
費 1チーム5,000円  
申 組み合わせ抽選会へ  
問 ソフトボール協会  
笠井 TEL 090-9859-0071



### ヨット教室

時5月30日(日) \* 予備日6月6日(日) 座学9:00~10:00  
実技10:00~16:00  
場 新宿会館、逗子海岸  
対 中学生以上  
定 先着20人  
費 5,000円  
申 問 5月1~16日に逗子アリーナへ



### くびれエクササイズ FIGURE8

時 6月3・10・17・24日、7月1・8・15・29日の(休)9:30~10:30(全8回)  
場 逗子アリーナ  
対 16歳以上  
定 先着25人  
費 4,800円  
申 問 5月20日以降、逗子アリーナへ

## フィットネス教室

時 6月5・12・19・26日(出)  
①朝いちソフトヨガ9:00~9:50  
②ZUMBA®10:00~10:50  
対 16歳以上 定 各先着80人  
費 1回500円(回数券10枚綴り4,000円)  
申 当日会場へ  
場 問 逗子アリーナ

## 文化・教養



### まんだら堂やぐら群 初夏の公開

時 5月1日~31日(出)(日)(月)(祝) 10:00~16:00 \* 荒天時は閉鎖  
場 まんだら堂やぐら群(小坪7丁目 国指定史跡名越切通内) \* 車での来場不可  
問 社会教育課



### 図書館展示 地図を読む

時 5月12日(休)~6月7日(月)  
場 問 図書館



### 図書館名画座映画会 永遠のエルザ

英語音声・日本語字幕  
時 5月24日(月)14:00(開場13:30)  
場 文化プラザホール  
定 当日先着100人  
問 図書館

## その他



### 東逗子朝市

時 5月2日(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



### 逗子海岸一斉清掃

時 5月2日(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  
TEL 046-872-1550

### コミセン将棋クラブ・ぬまま

時 5月15日(出)13:00~15:00  
場 問 沼間コミセン

### コミセンの卓球開放

土曜、日曜、祝日、振替休日の9:00~16:30のうち、予約の入っていない時間に講堂を無料開放しています。  
\* 予約状況は問い合わせてください。逗子市施設予約システムからも確認できます。

場 問 沼間コミセン、小坪コミセン

### 東京2020オリンピック・パラリンピック聖火トーチ展

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に使用される聖火トーチを展示します。  
時 5月20日(休)~21日(金) \* 21日は15:00まで。  
場 逗子アリーナ  
問 市民協働課

時日時 場場所 対対象 定定員 持持ち物 費費用 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 URL ホームページアドレス \* 費用の表示のないものは全て無料。

### 小坪の漁師さんと一緒に海を楽しもう 遊漁船クルーズ

コース 小坪漁港~江の島往復  
時 5月23日(日) ①10:00~11:30 ②14:00~15:30 \* 荒天中止  
場 小坪漁港・漁港振興センター  
対 小学生以上 \* 小学生は保護者同伴  
定 先着各28人  
費 小学生500円、中学生以上2,000円

申 問 5月6日以降、電話で、または逗子市観光協会窓口へ



新型コロナウイルスの影響により、掲載されているイベントや講座などが、急ぎよ中止になったり、延期されたりする場合があります。各催しの開催は、各記事の問い合わせ先に確認してください。

## 市の求人 4月16日現在の募集状況です。

●任期付職員 ※職務経験、年齢などにより加減あり。その他諸手当あり。

職種	勤務時間(週)	給料月額 ※	申 問
保育士	5日(38時間45分)	大学卒188,700円	教育総務課
保育士(育休代替)	5日(38時間45分)	大学卒188,700円	
学校給食調理員	5日(31時間)	150,160円	
	4日(31時間)	150,160円	

●会計年度任用職員

職種	勤務時間(週)	報酬月額	申 問
学習支援員	2日(15時間)	65,292円	教育総務課
学校給食調理員	2日(15時間)	65,292円	
	4日(31時間)	134,937円	
ふれあいスクールパートナー	チーフ 4日(23時間15分)	131,376円	
	サブ 3日(17時間30分)	82,497円	
保育士	4日(31時間)	146,137円	

●会計年度任用職員 (短期間任用)

### 看護師

職務内容 逗子海水浴場での病人、けが人の応急処置  
勤務日時 7月2日(金)~9月5日(日)9:00~17:00  
\* 期間内で5日以上勤務。勤務日は別途調整  
勤務場所 逗子海水浴場救護所  
時給 1,447円  
募集人数 10人程度  
申 問 5月14日までに、履歴書を持参し経済観光課窓口へ

多くの人が安心して海水浴を楽しむことができるよう、一緒に働く仲間を募集中





## 市民委員・市民メンバー募集

市が策定・推進する計画の意見交換などをする審議会などの市民委員・市民メンバーを募集します。年数回ある会議などに出席して、テーマについての意見や日頃感じていることを発言しませんか。市の他の審議会・懇話会などの委員に就任している人は応募できません。



名称	応募資格	人数・報酬など	申し込み・問い合わせ先
<b>ずし男女共同参画プラン推進会議</b> 男女共同参画社会の実現に向け、幅広く意見交換します。	市内在住で、平日昼間の会議(年5回程度)に出席できる人	<b>募集人数</b> 2人 <b>任期</b> 7月から2年間 <b>報酬</b> なし *本会議の未経験者を優先。多数抽選。性別が偏らないよう選考します。	<b>■</b> 5月31日までに申込書(市民協働課で配布。市ホームページからも入手可)に記入し、郵送(当日消印有効)・ファクス・Eメールで、または窓口へ <b>MAIL</b> siminkyoudou@city.zushi.lg.jp <b>■</b> 市民協働課
<b>福祉プラン</b> 地域福祉、健康増進、高齢者福祉、障がい福祉、子ども・子育て支援について、意見交換します。	市内在住で、平日昼間の会議(年2回程度)に出席できる人	<b>募集人数</b> 2人 <b>任期</b> なし <b>報酬</b> なし *多数抽選。性別が偏らないよう選考します。	<b>■</b> 5月6日～31日に、所定の用紙(社会福祉課で配布。市ホームページからも入手可)に記入し、郵送(当日消印有効)・ファクス・Eメールで、または窓口へ <b>MAIL</b> syakai@city.zushi.lg.jp <b>■</b> 社会福祉課社会福祉係

## みんなの広場

**ソフトテニス教室 当日参加可**  
**時**5月2日(日)・3日(月祝)・4日(火祝)・5日(水祝)・16日(日)12:00～14:00(全5回) **場**第一運動公園 **対**小中一般 **費**小中500円、一般1,000円 **申**問ソフトテニス協会 堀井 **TEL**090-3335-2963

**モーザルトを聴く**  
歌曲とピアノ曲、お話 松永知史sop池浦七菜子pf **時**5月3日(月祝) **場**なぎさホール **費**前売4,000円当日4,500円高校生以下2,000円 **問**MusiksalonLicht 池浦 **TEL**080-5528-8617

**ガルデさんのドイツ語会話**  
初級ドイツ語会話や独作文を学ぶ **時**5月7・21日、6月4・18日の(金)11:00～12:30 **場**沼間コミセン **費**月3,000円 **問**ドイツ語会話同好会 安田 **TEL**090-8015-2230

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。編集の都合上掲載できない場合もあります。7月号掲載申し込みは5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 **■**企画課

**エコ広場ずしのイベント**  
新聞紙でバッグ作り **時**5月11日(火)10:00～12:00 **場**カフェひなた桜山1丁目 **定**5人 **持**新聞紙、ハサミ **費**100円 **申**問 逗子ゼロ・ウェイストの会 海野 **TEL**090-9380-1422

**スマホ超入門 メールから買物まで**  
個別指導します! スマホ勉強会開催! **時**5月12・26日の(火)14:00～16:00 **場**新宿3丁目(堀江邸) **持**スマホ **費**500円 **問** 逗子デジタルサポートサロン 中村 **TEL**080-944-918

**小さな命の写真展 猫バージョン**  
のら猫達の現状。不幸な命を増やさない為に!! **時**5月13日(水)～17日(月)10:00～19:00 初日11:00～、最終日～18:00 **場**文化プラザギャラリー **問**ワンパウ 三浦 **TEL**046-873-2193

**グリム童話輪読会**  
グリム童話をドイツ語で輪読 **時**5月14日・28日、6月11日・25日の(金)11:00～12:30 **場**沼間コミセン **費**月500円 **問**グリム童話輪読会 安田 **TEL**090-8015-2230

**古布・古着の回収**  
**時**5月16日(日)～18日(火)10:00～19:30(18日は12:00まで) ユーコープ桜山店開店時間内 **場**ユーコープ桜山店 **問**FRNボロの会 鈴木 **TEL**046-871-821

**逗子ふれあいフリーマーケット**  
**時**5月28日・6月25日の(金)9:00～15:00 **場**亀岡八幡宮境内 出店者募集中・雨天中止 翌日骨董市開催 **問** 逗子ふれあいフリーマーケット 片岡 **TEL**090-9442-378

## おとなの健康

### 6月の集団健診・検診

保健センター	葉山町保健センター	申込期間
15日(火)・21日(月)	24日(水)	5/1～7

申込方法は、けんしんNAVIまたは市ホームページで確認してください。感染症拡大防止のため、定員を大幅に縮小して実施しているため、希望の日程で受診できない可能性があります。 **■**国保健康課

### 医療機関で一年に一度からのチェック

逗葉地区の医療機関でも、特定健診・高齢者健診・がん検診などを受診できます。申し込みは、直接医療機関に電話してください。 **■**国保健康課

### 風しん予防接種で未来の赤ちゃんを守れます

風しんワクチン費用の一部を助成しています。妊婦は予防接種が受けられないので、妊娠前にパートナーと一緒に接種を受けましょう。国の対策により、昭和37年4月2日～昭和54年4月1日に生まれた男性を対象に、無料で風しん抗体検査と予防接種を実施しています(2022年2月28日までの期間限定)。 **■**国保健康課

### 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。

### おれんじカフェずし(認知症カフェ)

**時**5月21日(金)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、認知症予防に関心のある人  
**費**100円  
**申**問 中部地域包括支援センター **TEL**046-872-2480  
**MAIL**houkatsu@zushi-shakyo.com

### 家族のための物忘れ相談会(予約制)

最近物忘れが多くなった、怒りっぽくなったなど、家族の様子で気になること、困っていることを話しませんか。認知症の介護についても相談を受けます。  
**時**5月25日(火)10:00～17:00  
**場**市役所1階相談室  
**定**3人  
**申**問 5月6日以降、社会福祉課地域共生係へ

### 健康・栄養相談(予約制)

保健師と管理栄養士が食事や運動、生活習慣の見直しや健診の結果などについて相談を受けます。  
**時**5月27日(水)9:00～12:00、13:00～16:00 \*1人30分程度  
**場**市役所1階未病センター  
**申**問 国保健康課

こんにちは 保健師です



### 公園でベンチ体操しませんか

市内17か所の公園に「ベンチたいそう」の看板を設置しました。ベンチに腰掛けたとき、目線の高さにある看板を見ながら、足の運動を促すものです。足の筋肉量を維持することは、年を重ねても自分の足で歩けることにつながります。コロナ禍で活動量が減っていても、自宅で運動する気になれない人など、ぜひ天気の良い日に近くの公園に出掛けてみてはいかがでしょうか。

**■**国保健康課



▲目印の看板



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。



# くらしのガイド ズームアップ

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  
 URL ホームページアドレス

## 募集

### 求む! 民間企業等経験者 あなたの経験を生かしませんか

募集職種・人数 一般行政職(事務職)・若干名

採用予定日 2021年10月1日

受験資格 ①②の両方に該当する人

①昭和61年4月2日から平成6年4月1日までに生まれ、4年制大学を卒業した人

②会社員、自営業者、公務員などとして、週35時間以上の勤務を2年以上継続して就業した期間が、直近7年に通算5年以上ある人

第1次試験 6月7日(月)～21日(月)の希望する日時

申し込み 5月14日(金)9:00～28日(金)17:00

\*詳細は受験案内、市ホームページで確認してください。

\*新卒(卒業見込み含む)を対象とした採用試験は別途実施します。

問職員課

現在は、課税課市民税係で仕事をしています。行政サービスの財源である市民税の課税業務は重要な仕事であるため、大きなやりがいを感じています。入庁前はカウンセラーとして働き、相手の気持ちに寄り添うことを学びました。多くの市民の方とお話する際に、その経験を生かしています。皆さんと一緒に働けることを楽しみにしています。



課税課  
永井主事補  
(2021年採用)

## お知らせ

### 約9割がたばこを吸わない人 卒煙で健康な体を取り戻そう

喫煙は様々な病気の危険因子。将来の病気を防ぐためにも、市の卒煙サポートを活用して卒煙に挑戦しませんか。「やめたいけど、やめられない」悩みや、禁煙外来のある医療機関や禁煙相談薬局などの相談ができます。

\*特定健康診査受診者の問診をもとに、2019年度国保データシステムにより算出した喫煙率は逗子市10.6%、県13.6%です。

問国保健康課

#### たばこが与える体への影響

- ・肺がんなど各種のがん
- ・心筋梗塞など循環器系の疾患
- ・肺気腫など呼吸器系の疾患
- ・胃潰瘍など消化器系の疾患
- ・歯の黄ばみ、口臭、歯肉炎など歯周疾患

禁煙外来では、約12週間(5回程度の通院)で確実な卒煙を目指せます



禁煙外来の一覧はこちらから

#### 路上喫煙はやめましょう

路上や公共の場所での喫煙や火のついたたばこを持つことは、周りの人の迷惑になります。安全・安心で健康な生活を確保するとともに、まちの美観が保たれるよう、路上などでの喫煙はやめましょう。



問資源循環課

**募集**

**あなたの写真がカレンダーに  
逗子旅カレンダーフォトコンテスト2021**

企画課

市内の観光スポットやイベントなどの写真を募集し、逗子の魅力を写真で伝える「逗子旅カレンダー」を作ります。今年のテーマは「逗子を旅する」「住みたいまち逗子」です。応募の詳細は市ホームページで確認してください。昨年の入賞作品は広報ずしバックナンバー（2020年11月号）で、応募全作品は逗子フォトで見ることができます。

募集期間 5月10日～9月30日

各賞(予定) カレンダー賞14点(横位置の作品13点、縦位置の作品1点)  
 ポストカード賞2点

賞品 入賞作品で制作した逗子旅カレンダー \*副賞あり。詳細は決まり次第、市ホームページでお知らせします。

各月のイベントや風物詩など、季節を感じる写真を選び、壁掛けカレンダーと卓上カレンダーを作ります。



**お知らせ**

**市内を巡ろう 自然の回廊×観光ガイドマップ**

逗子の自然・文化・歴史などに触れる散策・ハイキングコース「自然の回廊」。8つのコースの紹介のほか、季節ごとの観光の見どころ、七福神や文学碑巡り、体験できるアクティビティまで、逗子の魅力ポイントが満載です。

逗子市観光協会(経済観光課内)

観光協会  
配布中



**お知らせ**

**カラスなどの野鳥に  
餌をあげないで**

カラスやトビなどの野鳥に餌を与えると、人から餌を与えられることに慣れてしまい、住宅街や人のいるところに集まるようになります。

その結果、ごみ集積所の生ごみをあさったり、フンで洗濯物や道路を汚したり、さらには鳴き声がうるさいなど、近隣の人の迷惑になります。私たちの生活環境や野鳥本来の生態を守るためにも、野鳥に餌をあげないでください。

緑政課



**お知らせ**

**自宅にみどりの目印を  
シンボルツリーを植えてみませんか**

みどり豊かなまち並みを作るため、樹木や苗木を配布しています。希望する人は、相談してください。

緑政課

**シンボルツリー用樹木の配布**

道路に面した個人住宅の玄関側1か所に、新たにシンボルとなるような中・高木を植える人 \*すでに他の中・高木がある場合は対象になりません。

対象地 道路に接している場所から3m以内の敷地  
 \*道路・隣地境界から1m以上離すこと。

条件 道路から樹木全体が見渡せる場所、敷地の地面に直接植栽することが可能な場所など

**生垣用苗木の配布**

条件 道路に接している場所に延長が3m以上の生け垣を新たに作るようとしている場合など

**夫婦の思い出の木を  
シンボルツリーに**

渡邊千夏さんご家族  
(久木)



緑の多いまちに住んでいるので、自宅にも樹木を植えて、まちの緑化につながればと思い、2年前に植樹しました。植物を育てたことがなかったので樹木選びに悩みましたが、市の職員から「オリーブは丈夫で育てやすいし、この日当たりなら大丈夫」と背中を押してもらい、安心して植えることができました。オリーブが大きくなる様子を家族とずっと見守っていきたいです。

**今月の1枚**

**逗子フォト**  
Zushi Photo

**不如帰の碑**  
(昭和30年頃)  
今でも、海の生き物と触れ合える人気スポットです。



市が保有する写真をデジタル化し、市ホームページで公開している逗子フォト。昔の写真から、最近のフォトコンテストの写真まで、多くの写真を公開しています。誰でも無料で利用できます。

企画課



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。



講座

**楽しく学んで地域で活躍  
ヘルスマイト(食生活改善推進員)養成講座**

栄養や料理の基礎知識、技術を学ぶ講座。2つのグループに分かれて、調理実習を2回行います。

時 左記表参照 場 保健センターなど  
 市内在住で8回以上出席できる人 \*8回以上の出席で修了証を発行。  
 定 先着12人 費 4,500円程度  
 申 5月10日～21日に、①ヘルスマイト養成講座②住所③氏名(フリガナ)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  
 問い合わせ kenkou@city.zushi.lg.jp

6月9日(水)	開講式、記念講演
6月23日(水)	栄養・食生活の基礎
7月7日(水)	成分表の見方と栄養価計算
7月21日(水)	生活習慣病予防のための食生活
9月15日(水)	衛生的な調理と食中毒予防
9月28日(水)	災害時に備える食生活
10月20日(水)	ライフステージ別の食生活
11月10日(水)	運動と健康、正しく知るラジオ体操
12月1日(水)	食育講演会
12月8日(水)	課題発表、修了式

\* 10:00から2～4時間程度。6月9日のみ9:30～。



修了後はヘルスマイトとして地域で食のボランティア活動ができる

連載市民インタビュー  
**人生のへそは返子にあり**

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。



逗子市食生活改善推進団体若宮会 会長  
**圓谷真理子**さん(沼間)

「おいしく楽しく健康に」をスローガンに、子どもから大人まで幅広い年代に向けて食育に関するボランティア活動を行う若宮会。圓谷真理子さんは、4月に会長に就任した。

**ゼロから始めた栄養の勉強**

圓谷さんは、2011年にヘルスマイト養成講座を修了し、翌年若宮会に入会した。

**食べることの楽しさを伝えたい**

養成講座を受講したきっかけは会員からの紹介。子どもに手がかからなくなり、仕事も一段落して、ちょうど自分の時間を持てるようになったタイミングだった。「料理は好きだったし、栄養の勉強したら家族も喜ぶかと思って。それに、ダイエットにもなるかもしれない」と、軽い気持ちだったと振り返る。

入会後は市が主催する料理教室の講師や離乳食教室の手伝い、定例会の調理実習などを通して、養成講座で学んだことを実践し、学びを深めながら、バランスの良い献立の立て方や調理の工夫など、スキルアップしながら学んできました。

過去に開催した高齢者向けの昼食会では、見栄えの良い約10種類の料理を作りもてなした。献立を考えたり、大人数の食事を作ったりと大

変だったが、「こんなに品数の多い食事は久しぶり」と喜ぶ高齢者の姿を見たら、苦労も吹き飛んだ。他にも、トマトが苦手な子どもが自分で作ったトマトスープを飲めた瞬間や、包丁を握ったことのない生徒が上手に料理できるようになった時など、嬉しい場面がこれまでいくつもあったと笑顔で話す。

**食生活の大切さを広める**

去年は、新型コロナウイルス感染症の影響で調理実習ができず、ほとんど活動を行うことができなかった。「今年は徐々に活動を再開させ、食を通して人と人がつながる場を提供したいと思っています。バランスの良い食事も大切だけど、楽しく食事をすることも重要なこと。食事の楽しさをこれからも伝え続けていきたいです。一緒に活動する仲間が増えることを楽しみにしています」

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。

**広告主募集中**

広報ずしや市ホームページで、イベントや店舗情報などを周知しませんか。料金などの詳細は市ホームページで確認してください。 企画課広聴広報係

お知らせ

**命を救う活動  
赤十字活動資金に協力を**

日本赤十字社では災害時の救護活動、救急法などの講習、献血など様々な活動を行っています。これからも命を救う活動を続けていくため、活動資金への寄付に協力をお願いします。

社会福祉課社会福祉係

寄付の方法

戸別訪問 民生委員や自治会・町内会が、各家庭を訪問

振り込み 一部地域には払込取扱票が付いたチラシを配布

社会福祉課窓口



寄付の疑問 Q & A

**なぜ自治会や町内会が寄付金を集めるの？**

赤十字の活動は地域に根ざした活動です。災害が発生したときは、自治体や地域住民と協力して救護活動を展開するため、自治会や町内会に協力いただき寄付のお願いをしています。

**赤十字社の義援金と寄付は何が違うの？**

義援金は、被災者へお悔やみや応援の気持ちを込めて送るお金。全額を被災地へ届けます。寄付は、災害救護や医療救護など赤十字の活動を支えるためのお金で、事業を安定して継続するために必要なものです。

パパとママの子育てを応援

# KIDS 通信



子育てポータルサイト  
えがおもチェックしてね



\*問い合わせ先の電話番号は9ページ参照。

## 5月の すこやか子育て 健康診査・教室 子育て支援課

### 2歳すくすく教室(予約制)

毎日の歯みがき、食習慣や生活リズムについて、アドバイスします。

時 5月11日(火) 場 体験学習施設  
対 平成31年4月～令和元年5月生  
申 5月10日までに子育て支援課へ

場 体験学習施設

対 ①令和2年11月生②令和2年12月生  
定 12人 \*各家庭1人のみ

### 離乳食教室(予約制)

離乳食の進め方のポイントや調理の工夫について、管理栄養士が話します。実際に食材に触れて、固さの体験もできます。

時 5月18日(火) 受付①9:45～10:00  
②13:00～13:15



### パパママ準備クラス 母親両親教室(予約制)

#### 体操クラス

出産や産前産後の体について学び、マタニティストレッチをします。

時 6月4日(金)13:30～15:30 (受付13:15～)

場 保健センター

定 先着15人 \*各家庭1人のみ

持 筆記用具、母子健康手帳、母子保健テキスト(あれば)

申 5月10日～31日に子育て支援課へ

## PICK UP 子育てサポーター育成講座 困った子? いいえ、困っている子です

子どもたちにはそれぞれ個性があり、よいところもそれぞれ違います。環境によっては「困った」行動をとる場合もあります。でも、一番困っているのは子どもたち自身です。一緒に子どもたちを理解し、手を携えて支援していきましょう。単発での受講や再受講もできます。

定 先着40人 申 5月23日10:00以降、電話で体験学習施設へ \*託児(先着5人)・手話通訳・要約筆記は6月7日までに申し込み。

### カリキュラム

1	6月23日(水)	特別支援教育
2	7月21日(水)	子どもの発達
3	8月4日(水)	診断と発達評価の仕方
4	9月8日(水)	素質と環境 教育環境の考え方 連携の仕方
5	10月20日(水)	障がい特性の理解(高機能自閉症、アスペルガー症候群)と支援方法
6	12月15日(水)	障がい特性の理解(自閉症と感覚)と支援方法
7	12月22日(水)	障がい特性の理解(ADHD、学習障がい)と支援方法

時 9:30～11:30

場 体験学習施設 \*第3回のみ市役所会議室



講師 星山麻木さん

明星大学教育学部教育学科教授。保健学博士。日本音楽療法学会認定音楽療法士。



## お知らせ

### 乳幼児健康診査

4か月児健診、お誕生日前健診、1歳6か月児健診、3歳児健診の対象者には、個別案内を送付します。健診は子どもの健やかな成長のために一番必要な時期に受けるものです。遅れずに受けてください。

場 子育て支援課

### 子ども元気相談(予約制)

時 5月7日(金)9:00～15:40

場 保健センター

申 子育て支援課

## イベント

### 5月の図書館のおはなし会

#### 土よう日おはなし会

時 1日(土)14:00～

対 小学校低学年

おひざにだっこのおはなし会

時 20日(木)10:30～

対 2～3歳児とその保護者

### わんぱくおはなし会

時 20日(木)15:30～

対 4～6歳の子ども

共通 定 先着10組 \*市内在住者優先。定員に達しない場合は当日参加可。

場 申 5月1日以降、電話で、または図書館窓口へ

### 池子ほっと子育てコンシェルジュ あつまれ初めてママ(予約制)

返子に引越して間もない人や初めて出産した人に、子育て施設を案内します。 \*当日参加も可

時 5月13日(木)13:00～14:00

対 0歳～未就学児とその保護者

場 申 池子ほっとスペース

### 池子ほっとおもちゃ病院

壊れたおもちゃを修理します。

時 5月20日(木)10:00～13:30

\*申し込み不要

対 未就園児とその保護者

持 電池で動くおもちゃは新しい電池

費 部品交換の場合は実費負担

場 申 池子ほっとスペース



## 親子の場

### 返子ほっとスペース

時 (火)9:45～12:00

休み 4日

場 返子小学校ふれあいスクール

TEL 046-873-4040

### 池子ほっとスペース

#### プレイルーム

時 (月)～(日)10:00～17:00 \* (金)は14:00、(土)は16:00、(日)は12:00まで。

休み 3・5・6日

場 池子ほっとスペース

TEL 046-873-8582

### 沼間親子遊びの場

沼間ほっとスペース 時 (月)～(木)

10:00～15:00 休み 3・5日

場 沼間親子遊びの場

TEL 046-872-684

### 子育て支援センターの日(予約制)

時 (金)10:00～11:30、13:30～15:00

申 子育て支援センター

### 久木ほっとスペース

時 (月)～(木)10:00～12:00 休み 3日

場 久木小学校ふれあいスクール

TEL 046-873-9090

### 小坪親子遊びの場

#### 小坪ほっとスペース

時 (月)～(金)10:00～15:00

休み 3・5日

場 小坪親子遊びの場

TEL 0467-25-1198

### 子育て支援センターの日(予約制)

時 (火)10:00～11:30、13:30～15:00

申 子育て支援センター

### 子育て支援センター(予約制)

時 (月)～(土)9:00～17:00

休み 17日午後、29日

申 子育て支援センター



### 陽だまりサークル

#### ママのための肩こり・腰痛対策ヨガ

呼吸に合わせて、じっくり体を動かして、つらい肩や腰の不調を解消しましょう。日々の生活で取り入れやすいポーズが中心なので、体が硬い人や初心者でも安心です。

時 5月27日(木)10:00～12:00 (受付9:30～)

場 体験学習施設

対 未就園児の保護者

定 先着15人 \*託児あり(要予約)

持 ヨガマット、飲み物、フェイスタオル

申 5月6日以降、電話で社会福祉協議会へ





## 新型コロナウイルス感染症関連情報

# ワクチン接種当日の流れ

当日の流れは市ホームページで公開しています。接種券が届いたら、必ず事前に予約した上で来てください。 \*5ページ参照  
国保健康課

### ① 市民交流センター会場へ

図書館側から入ってください。入口で検温します。

接種券、予診票、本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)、おくすり手帳(あれば)



### ② 受付

接種券、予診票、本人確認書類を確認します。

### ③ 予診

おくすり手帳を確認します。予診票の内容をもとに、医師が接種可能な状態かどうか予診します。



### ④ 接種

看護師が上腕に接種します。肩を出しやすい服装で来てください。



### ⑤ 接種済証のお渡し・経過観察

接種後に副反応が出た際に、適切な対応がとれるよう、15～30分、会場で待ちます。接種済証は大切に保管してください。



### ⑥ 2回目の予約

会場にて2回目の予約を取ります(標準的には3週間後の同じ曜日)。

## 現場第一主義

市長だより vol.26

連休明けの10日からワクチン接種が始まります。初回はごく限られた量しか供給されないため、年齢の高い方からの接種となります。その後5月末頃からはワクチンの入荷量も増える予定です。庁内では特別チームを設置して可能な限り速やかに接種できるよう、医師会の協力もいただいて、準備をしているところです。

緊急事態宣言が最初に発出されたのは昨年(2020年)の4月、あれから1年が経ちました。昨年5月には新型コロナウイルス感染症の情報を新聞折り込みを利用し、お配りしました。その後、新聞折り込みでは全戸に行き渡らず情報

を漏れなくお伝えできないため、費用はかかりますが全戸配布するようにしました。新型コロナウイルスの収束まで、まだまだ安心できる状況ではないですが、今後も必要に応じて「別冊広報ずし」と広報掲示板などを活用してお知らせをしていきます。

何より一日も早くワクチン接種が完了し、安心できる暮らしを取り戻すまで、市民の皆さまにご協力をいただき、乗り越えていきたいと思っております。よろしくお願いいたします。

\* 今回の市長だよりは4月12日に執筆したもので、発行日の時点と状況の変化があることも想定されますので、ご了承願います。

逗子市長 桐ヶ谷 覚

市役所への問い合わせは

(土)日祝を除く 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 2021年5月号 No.951

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・点字版もあります。

▼4月1日現在の人口 57,021人(男26,685人、女30,336人)、25,086世帯

270