

ZUSHI
Public
Relations



市役所への問い合わせは
土曜・日曜・祝日を除く 8:30~17:00

TEL 046-873-1111

逗子市役所 検索

FAX 046-873-4520

〒249-8686 逗子市逗子5丁目2番16号



逗子を照らす光に

10月13日開催、NIGHT WAVE
Zushi Beach Candle2018

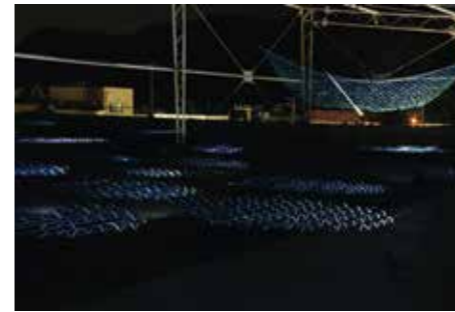


財政危機を乗り越え 安定性を回復

2017年10月、前年度決算の悪化を受けて財政対策プログラムを策定。
2018年度当初予算では7億円の財源不足を回避し、併せて持続可能な
財政構造への転換を図りました。
2017年度の決算状況と今後の取り組みについてお知らせします。



逗子市長 平井 竜一



▲逗子アートフェスティバルを市民の手で開催したいと思う市内外の有志が「逗子アートネットワーク」を設立し、クラウドファンディングなどにより運営資金を集めて開催



▲NIGHT WAVE実行委員会を中心に多くの市内外事業者の協力により開催。(一社)逗子葉山青年会議所のZushi Beach Candleなども同時開催(表紙)
▶市民や事業者を中心とした「みんなでつくる逗子海岸花火大会実行委員会」が、協賛・募金・クラウドファンディングなどにより資金を集め、例年と同じ規模で開催



市民の皆様へ

昨年10月、前年度決算の悪化を受けて、7億円を超える財政対策プログラムをまとめました。人件費の削減、高いサービス水準を他市並みに下げるなどの事業の見直し、各種補助金の休廃止・削減を行いました。この間、市民の皆様にご不便をおかけしたことをお詫び申し上げますとともに、ご協力に心から感謝申し上げます。

なぜ、財政危機に陥ったのか?

主な要因は、2016年度決算で景気の低迷により地方消費税交付金や配当割交付金などが減少したこと、地方交付税などの落ち込み、神武寺トンネル拡幅工事に交付された国庫補助金の返還などが重なったことです。

これにより、2016年度の決算黒字額(繰越金)が例年に比べ大幅に減少し、2018年度予算で約7億円の財源不足が見込まれる状況に陥りました。

財政対策プログラムにより財政構造を転換

2018年度予算は財政対策プログラムの実施により、見込

まれた財源不足を回避すると共に、財政調整基金と決算黒字額に頼ることなく、その年の歳入で歳出を賄う原則により編成し、財政構造を転換しました。

今後も人口減少と少子高齢化という厳しい状況が続きますが、プログラムを着実に実行し、歳入増と歳出減の不断の努力によって安定した財政運営に徹してまいります。

2017年度決算で8億円の黒字

2017年度決算では、経費削減や時間外勤務削減に加え、国からの交付金収入の回復などにより、決算黒字額は8億円を超え、今年度中の補正予算に必要な財源を除いても4億円程度を財政調整基金に積み立て、年度末に残高9億円を確保できるめどが立ちました。財政は危機的状況から脱し、安定性を取り戻せたと考えています。

今後も続く財政対策プログラムの見直し

今年4月から、財政対策により休止・縮小した事業について、実施状況や市民の皆様の声を踏まえて、来年度以降の方向性を出すための検討を重ねてきました。

議会への中間報告と約1か月間の意見募集(パブリックコメント)の結果を踏まえ、10月に2019年度予算編成に向けた財政対策の方針を取りまとめました。

2019年度に引き続き検討する財政対策の課題

財政対策プログラムでは、検討課題がまだ残っています。高齢者センター浴場は、来年度中の再開に向けて整備内容や運営体制を検討しています。

市民活動支援補助金、社会参加・市民活動ポイントシステムは、現在の制度は一旦終了しますが、今後どのように市民活動を支援していくか、検討を続けていきます。

また、児童登下校時の交通整理員の設置については、各地域の状況に応じ信号機の設置や道路の整備など、児童の安全を守るための代替策を進めます。

障がい者支援や子育て支援の検討は慎重に

障がい者への支援は、法整備が進み、自立支援に対する市の支出は10年前の2億8,000万円から昨年度は6億9,000万円まで拡充してきました。こうした経緯を踏まえ、重度心身障がい者(児)手当などを含め、障がい者へのサービスの見直しを慎重に検討することとしています。

ひとり親家庭等福祉手当も、この間、保育所の増設や各種相談事業、小児医療費助成の拡大、児童手当の所得水準緩和など様々な支援策が充実してきたことに加え、来年度10月に予定されている幼児教育無償化も踏まえ、子育て支援全体のあり方を見直し、検討することとしています。

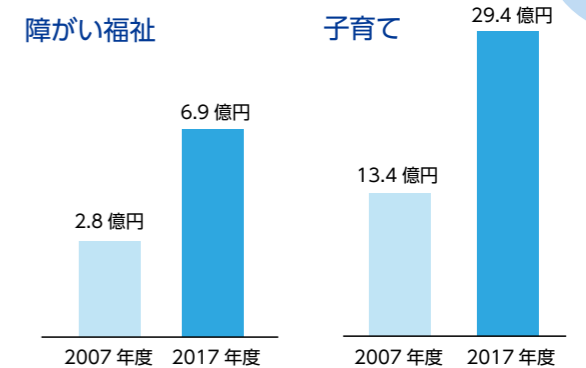
持続可能な自治体運営に向けて

今回の転換によって、財政調整基金と繰越金に頼らず、その年の歳入で歳出を賄う財政構造が構築できました。また、様々なイベント事業が自主的に行われ、花火大会やアートフェスティバルのように、資金調達を含めた市民と事業者と行政の役割の再構築が始まり、新たな地域のあり方の胎

動を感じています。

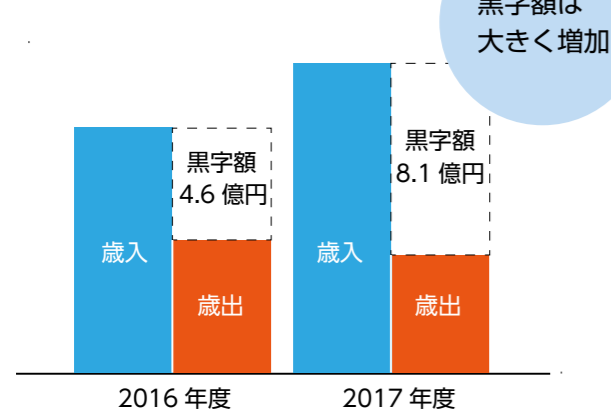
もちろん、行政は財政をしっかりと運営する中で、その責務を果たしてまいります。市民の皆様のご理解とご協力を引き続きよろしくお願い申し上げます。

拡充してきた福祉予算



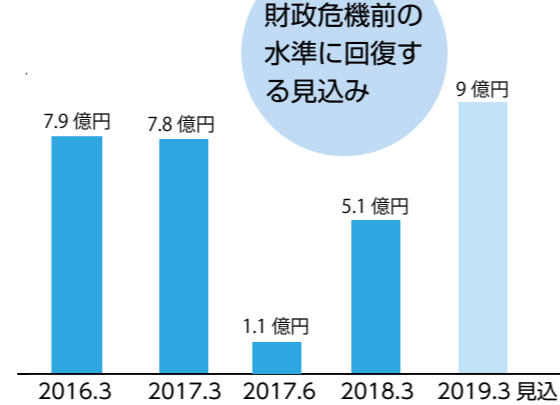
予算額は大きく増加

黒字額の比較



黒字額は大きく増加

市の貯金の推移



財政危機前の水準に回復する見込み

さらなる安定に向けて 2019年度以降のサービス

将来にわたり安定した行政サービスを継続していくために、2017年度に策定した財政対策プログラムを基本に、市民の皆様の声を聴きながら検討を進めています。 **問** 財政課

2019年度中に再開するもの

- 高齢者センター浴場
整備工事を実施し、運営を再開



- 生ごみ処理容器等購入費助成事業
非電動式の処理容器に対する助成再開



- 住民自治協議会への選択事業・共通事業交付金
交付金再開・事業メニューの見直し



2019年度からのサービスの見直し

今年度市民説明会、意見募集などを実施しています。

- 重度障がい者医療費助成事業 **所得制限の導入**
*2020年度から。
- 知的障がい者等雇用促進事業 **対象事業所の見直し**
- ハンディキャブ運行事業 **廃止** *経過措置あり。
- 日常生活用具給付事業 **所得に応じた負担額の見直し**
- ストマ用装具購入助成事業 **廃止**
- 移動支援事業 **所得に応じた負担額の見直し**
- 訪問入浴サービス事業 **所得に応じた負担額の見直し**
- 保育所・放課後児童クラブの保育料 **見直し**

施設の開館時間・休館日

2018年度から試行中。2019年度から正式運用の予定です。

- 市民交流センター
閉館時間(日)のみ 21:00 → 18:00
- 市民交流センター温水プール
閉館時間 21:00 → (月)~(土) 20:30・(日) 17:30
- 沼間コミセン・小坪コミセン
閉館時間 21:00 → 17:00 * (木)(金)を除く。



- 逗子アリーナ
休館日最終(月) → 毎週(月) * (祝)を除く。
- 第一運動公園・池子の森自然公園内の有料運動施設
休場日最終(月) → 毎週(月) * (祝)を除く。
- 体験学習施設
閉館時間 20:00 → 平日 19:00・(土)(日)(祝) 17:00
- ふれあいスクール 休館日(日) → (土)(日)

引き続き検討を行うもの

- 夏期屋外プールの子ども無料券
- 花火大会・海岸事業への補助金
- 海水浴場の運営経費
- 流鏝馬・武者行列への補助金
- 逗子市民まつりへの補助金



- 図書館の閉館時間
利用状況を考慮し、閉館時間を検討

逗子の魅力をPR 広報大使第1号が誕生

逗子にゆかりのある著名な3組が就任しました。 **問** 企画課



石原良純さん

逗子市出身。松竹富士映画「凶弾」で俳優デビュー。舞台、映画、テレビドラマなどに多数出演。気象予報士としても活躍中。



三浦豪太さん

写真左。逗子市在住。プロスキーヤーとして活躍する一方、父・雄一郎さんとエベレスト山に登頂し、初の親子同時登頂記録を達成した。

山田姉妹の華さん、麗さん

写真中央が姉の華さん、右が妹の麗さん。逗子市出身。二卵性の双子ソプラノデュオ。昨年メジャーデビューし、今年5月に文化プラザホールでコンサートを開催した。

石原良純さんに
聞きました

日本で一番魅力のある 海辺のまちに

僕が生まれ育った逗子の家は、残念ながら、3年前になくなりました。心の安らぐ場所だし、時間があれば訪れていた一番大事な場所だったのですが、うちの父親も年をとってきたし、仕方のないことでしょう。

それでも逗子にはお墓参りに行くし、また、一番身近な海というやはり逗子。

僕はよく言うのです。海は訪れる場所ではなく、僕にとっては海は帰る場所であり、帰る場所は逗子のまちなのです。

逗子のいいところは何と言っても、海岸であり、海岸にいなくとも、そのまちを吹き抜ける潮風だと思います。逗子に住んでいる人なら分かると思いますが、電柱の横っちょに砂がたまっているあの景色がまさしく湘南の景色だと思います。

このまちに関して言えば、日本の人口が減っていく中で、やせ衰えていくとは思わない。都心部への回帰と同時に住みいい場所、魅力のある場所を人は選択していくので、湘南という場所は、みんなの憧れの地であって、逗子はその一角をなしていると思います。しかし、暮らしている人にとっては、交通渋滞など、問題がないわけではないので、10年後、20年後さらにその先で、日本で一番魅力のある海辺のまちと言われるようなまちに姿を変えていてもらいたいと思います。

残念ながら今年の夏は1回しか行けませんでした。お墓参りして、その後逗子の海岸に行って、年に1回は海に入らないと気が収まらないので、本当に1分間だけ海に入って帰ってきました。その時に黒門駐車場でシャワーを浴びながら、ああもう少し居たいな、帰りたくないなと思いつつ、今年の逗子の夏は終わってしまいました。でも逗子のまちの魅力って夏だけではないのです。秋の海、冬の海もぜひ見に来るつもりです。

僕は海辺のまち、逗子の魅力をこれからも伝えていきたいと思っています。



広報大使座談会

逗子は安心できる場所

三浦豪太さん、山田姉妹の華さん、麗さんを招き
逗子への思いと広報大使としての抱負を語っていただきました(10月12日開催)。

—自己紹介をお願いします。

三浦 僕は鎌倉の出身なのですが、2005年に引っ越して来ました。最初は海で遊んでいたんですが、一番の決め手は山でした。三浦アルプスという鎌倉・逗子・葉山から三浦半島まで続く山道があるんですが、深い山や沢があったり、そこにサワガニやウナギがいたり。東京近辺にはないですね。

華 私たちは生まれも育ちも逗子で、逗子は本当に大好きなところばかりです。「逗子といえば海」といろいろな方に言われますが、私もちょっと悩みがあったら夕暮れの逗子海岸に行って、一人で体育座りをして気持ちを切り替えます。逗子は元気をもらえるまちです。

麗 今は2人で都内に家を借りていますが、実家に帰って来ることが多いです。窓を開けると気持ちいい風が吹いていて、虫の声など季節によって異なる音が聞こえます。一気に疲れがとれて、明日も頑張ろうという気持ちになれます。

—逗子ではどんな風に過ごされているんですか。

麗 8月に鷹取山に登ったんですが、途中迷って、逗子中の裏に出ました。

三浦 あそこの景色は、山が深くて、逗子じゃないみたいですよ。裏参道(逗子中の裏)には細い川がちょろちょろ流れていて、あの雰囲気はなかなかないですよ。よく登るんですか？

麗 久しぶりだったんです。小さい頃はよく登ったんですよ。実家に写真も飾ってあります。久しぶりに登ったら、マイナスイオンがいっぱいで、凛としていて……。近くにこんなに良いところがあるんだなって感動しました。

三浦 パパ会、幼稚園の活動、小学校の保護者会、放課後の海の活動……。逗子はコミュニティがたくさんあって、皆さんアクティブなので、体一つでは足りないくらいです。

—逗子の好きなところはどこですか？

麗 場所も人も温かいところです。逗子の方は「みんなが家族」という意識がどこかにあるじゃないですか。駅で知らない方が「この前テレビで見たよ」と声をかけてくださったり、電車で「頑張ってるね」と応援してくださったり。どこにいても家にいるような感じです。

三浦 みんな知り合いなので、逗子で悪いことはできません

美味しいお店がたくさんあるのでおすすめのご飯屋さんを聞かれると迷いますね **華さん**

休みの日は逗子の自然を満喫しに帰ります。結婚したら絶対逗子に住みたいです **麗さん**

生活のすぐそばに海と山がある。そこが一番の魅力ですね **市長**

逗子の山は世界に誇ってもいいんじゃないかな **三浦さん**



逗子を頑張ってPRします



座談会の模様はホームページにも掲載しています



応援しよう 広報大使活躍中

三浦豪太さん

来年1月2日から父・三浦雄一郎と南米の最高峰・アコンカグアに登頂します。今年いっぱいはそのためのトレーニングです。

山田姉妹

今月はコンサートが2回あります。チケットなどの詳細はこちらです。

11月2日(金) 八王子市芸術劇場文化会館
いちようホール 14時開演

11月24日(土) 平塚中央公民館大ホール 15時開演



(笑) 駅に降りて家に着くまでに、3人は飲み仲間・遊び仲間に出会います。

麗 ちょっと道を聞かれたりして一度お話ししたら、もう友達です。皆さん心がオープンなのでごく安心します。

三浦 海辺を歩いていても、ほぼ同じ人が歩いたり釣りをしたりしているので、友達になっちゃいました。

—広報大使としての意気込みをお聞かせください。

三浦 逗子があまりにも住み心地がいいので、いろんな人に「逗子は最高だ」と言っています。遊びに来ると「住みたい」と言ってくれる方も結構いて、実際に住んだ方もいます。これからはプライベートでも仕事でももっと発信して、一人でも多くの方に住んでもらえるよう頑張ります。

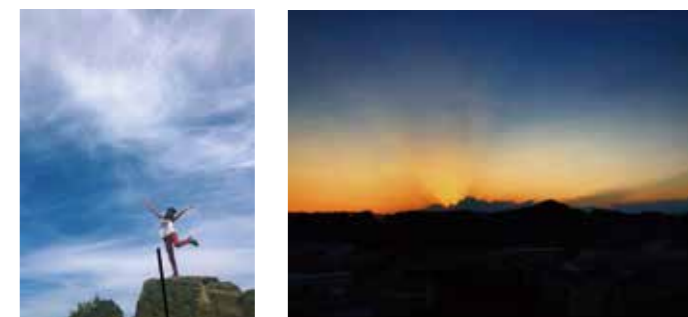
華 各地でコンサートをしているんですが、「逗子市出身」と言うと「どこだろう？」という反応をされます。「鎌倉の隣です」というと「ああ」という顔をされて……。「逗子はあそこだ」とすぐ分かってもらえるようPRしていきます。また、私たちを見ることで「ああ、良いところで育ったんだな、逗子はいいところなんだなあ」と思ってもらえるよう、自分

自身を磨きながら良い歌を届けていきます。

麗 本当に逗子が好きなので、広報大使のお話をいただき光栄です。

私たちの20歳の誕生日に、たまたま逗子のデイサービスで、ボランティアで歌を歌わせていただきました。そのときにおじいさん、おばあさんたちがサプライズでHappyバースデーの歌を合唱してくれ、「生きてよかった。また2人の歌を歌うために元気に頑張ろう」と言ってくれました。今まで歌ってきた中で一番幸せな瞬間でした。

コンサートで地方に行くことが多いのですが、やっぱり逗子の子どもたちやお年寄りの方にも歌をお届けしたいです。これからもよろしくお願いします。



山田姉妹公式インスタグラム「@yamadashimai」より

11月24日(土)は 市民交流センターフェアへ行こう

場問 市民交流センター

サザエ小屋×食の野望

サザエのつぼ焼きや原料にこだわったお弁当、野菜の販売など。

時 10:00～15:00



Atelier fuquの誰でもアート

クリスマスオーナメントを作ります。

時 10:00～16:00 対 3歳以上 *未就学児は保護者同伴。 費 300円または500円

市内で活動する放課後支援団体・市民交流センター登録団体の活動紹介

時 10:00～17:00

講演「逗子の放課後を考える」

講師 中山勇魚さん(特定非営利活動法人 Chance For All代表理事)

時 13:00～15:00



逗子市民石けんづくり隊

学校給食の調理で使用した食用油を再利用します。

シェイクシェイク石けんづくり隊

時 ①11:00～11:40

②15:30～16:10

対 小学生 *小学校2年生以下は保護者同伴。

定 各回先着12人

費 500円



ぐるぐるコネコネ石けんづくり隊

時 ①13:00～13:40

②14:00～14:40

対 小学生 定 各回先着20人

費 500円



共通申 11月1日9:00以降、電話・ファクス・Eメールで、または直接市民交流センターへ

MAIL ac-center@zushi-psc.org

第68回 逗子市文化祭

問 逗子市文化協会 山田 TEL 046-871-9674

美術展(公募)

時 11月2日(金)～4日(日)10:00～17:00 *2日は11:00から、4日は16:00まで。

場 文化プラザさざなみホール・ギャラリー

鉄道模型展示・運転会

時 11月3日(土祝)～4日(日)10:00～17:00 *4日は15:00まで。 場 逗子小学校第2音楽室

JR東日本逗子駅コーナー

時 11月3日(土祝)10:00～16:00 場 市民交流センター2階

三曲会演奏会

スマイル講座を受講した小・中学生も出演します。

時 11月3日(土祝)11:00～16:00

場 文化プラザなぎさホール



日本民謡の集い津軽三味線の響き

賛助出演 おわら風の盆幻想 時 11月4日(日)13:00～16:00

場 文化プラザなぎさホール

文化芸術体験講座スマイル写真展

時 11月7日(水)～9日(金)10:00～17:00 *9日は16:00まで。 場 文化プラザギャラリー

市民劇団なんじゃもんじゃ第44回公演「ソウルマン」

時 11月9日(金)19:30、10日(土)14:00・18:30、11日(日)11:00・15:00開演 費 前売り券2,000円、当日券2,500円

場 文化プラザさざなみホール



浪子句会俳句展

時 11月10日(土)～12日(月)10:00～17:00 *12日は16:00まで。 場 文化プラザギャラリー

ダンスジャム2018

時 11月10日(土)15:30～17:30 費 高校生以上500円、中学生以下無料 場 文化プラザなぎさホール

Petit バレエコンサート

時 11月11日(日)15:00～17:00 場 文化プラザなぎさホール



時日時 場所 対象 定員 持ち物 費用 申込方法
 申込先 問い合わせ先 TEL電話 FAXファクス MAIL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) TEL046-873-7752
 10:00~17:00・20:00~23:00
 センター内歯科直通 TEL046-873-2368 10:00~17:00
 上記の時間以外やその他の診療科目は
 消防署テレホンサービスへ TEL046-872-9999

防災行政無線が聞こえないときは

放送内容を確認できます TEL050-5533-8199 防災安全課

主な施設の電話番号

市役所	TEL046-873-1111 FAX046-873-4520	池子の森自然公園管理事務所 毎週(月)休館	TEL046-871-7022
環境クリーンセンター	TEL046-871-7870 FAX046-873-9428	池子遺跡群資料館 毎週(月)休館	TEL046-871-7006
消防署 年中無休	TEL046-871-0119	体験学習施設 毎週(火)休館	TEL046-873-8581
図書館 毎週(火)休館	TEL046-871-5998	福祉会館・社会福祉協議会	TEL046-873-8011
図書館沼間分室 毎週(火)休館	TEL046-872-3618	保健センター	TEL046-873-8333
図書館小坪分室 毎週(火)休館	TEL0467-24-6726	高齢者センター	TEL046-873-2531
市民交流センター 第1・3(火)休館	TEL046-872-3001 FAX046-872-3003	子育て支援センター(休館日は23ページ参照)	TEL FAX046-871-5001
沼間小学校区コミュニティセンター 毎週(火)休館	TEL046-872-2449	ずしファミリー・サポート・センター	TEL046-870-3400
小坪小学校区コミュニティセンター 毎週(火)休館	TEL0467-24-6204	子ども発達支援センター	TEL046-872-6051
文化プラザホール 第1・3(火)休館	TEL046-870-6622	教育研究相談センター	TEL046-872-2898
逗子アリーナ・体育協会 毎週(月)休館	TEL046-870-1296	逗子警察署 年中無休	TEL046-871-0110
		商工会館・逗子市商工会	TEL046-873-2774

*休館日の表示がない施設は、土曜・日曜・祝日休館。休館日の表示がある施設で、休館日が祝日に当たる場合は、翌日休館(逗子アリーナ、池子の森自然公園管理事務所は除く)。

相談案内

人権相談 (月)~(金)8:30~17:15 <small>問</small> 横浜地方法務局横須賀支局 TEL046-825-6511	開発事業紛争相談(予約制) 奇数月の第3(水)9:00~12:00 <small>問</small> まちづくり景観課
消費生活相談 (月)(水)(金)9:30~12:00・13:00~16:00 <small>問</small> 逗子市消費生活センター(市民協働課内) (月)~(金)9:30~19:00 (土)(日)祝9:30~16:30 <small>問</small> かながわ中央消費生活センター TEL045-311-0999	成年後見相談(予約制) 第4(水)14:00~16:00 法律相談(障がい者・高齢者に関して)(予約制) 第4(金)14:00~16:00 <small>問</small> 逗子あんしんセンター TEL046-871-8458
女性相談 (月)~(金)9:30~12:00・13:30~16:00 女性相談専用 TEL046-873-5531	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 (月)~(金)9:00~17:45 <small>問</small> 支援センター 風 TEL046-870-5280 FAX046-873-5370
行政書士相談(遺言・相続・空き家など)(予約制) 第1・3(水)13:00~16:00 行政相談(国への要望)(1週間前までに予約) 第1(木)13:00~15:00 法律相談(予約制) 第2・4(火)の10:00~16:30 不動産の登記・測量相談、マンション管理相談、不動産相談 (1週間前までに予約) 第4(月)14:00~16:00 司法書士相談(相続登記など)(予約制) 第4(水)13:00~16:00 <small>問</small> 市民協働課	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 <small>問</small> カモミール TEL046-872-4581 FAX046-872-4550
認知症ケア相談(予約制) 第2(火)10:00~17:00 成年後見相談(予約制) 第2(水)10:00~16:00 <small>問</small> 高齢介護課	家庭・児童相談(子どもに関する一般相談) (月)~(金)8:30~12:00・13:00~17:00 <small>問</small> 子ども相談室 TEL046-871-8801 FAX046-873-9710
	療育相談(心身の発達など、面接相談は予約制) 電話相談(月)~(金)9:30~16:30 (面接相談予約受け付け~17:00) <small>問</small> 子ども発達支援センター TEL046-872-2523 (直通)
	教育相談 (月)~(金)9:00~16:00 <small>問</small> 教育研究相談センター 教育相談専用 TEL046-872-9498・2898 FAX046-872-3116 *相談日が祝日にあたる場合は、事前に問い合わせてください。

インフォメーション

*問い合わせ先の電話番号は9ページを参照してください。

JR東逗子駅前用地活用事業説明会

時 11月25日(日)①10:00～ ②14:30～ 場 沼間会館 定 先着60人 ②14:30～ 場 市役所5階会議室 定 先着40人
*①②とも同じ内容。手話通訳・要約筆記希望者は11月16日までに申し込み。 企画課



市長市政相談

11月はありません。 企画課

防災行政無線の保守点検

時 11月1日(木)～30日(金) *試験放送を行う場合があります。 防災安全課

防災行政無線等による全国一斉情報伝達試験

全国瞬時警報システム(J-ALERT)による情報伝達に不備がないか確認します。サイレン音は放送しません。
時 11月21日(水)11:00頃 防災安全課

年末調整説明会

各種書類の配布、年末調整の仕方、法定調書・給与支払報告書などの作成と提出方法。
時 11月13日(火)13:30～16:00 場 市役所5階会議室 企画課 鎌倉税務署源泉所得税担当 TEL 0467-22-5591

税理士会による税の無料相談会

時 11月12日(月)～13日(火)10:00～16:00
*予約不要。 場 市役所1階市民ホール 東京地方税理士会鎌倉支部 TEL 0467-25-5220

女性の人権ホットライン

夫・パートナーからの暴力やストーカーなどの事案は依然として多く発生しています。どんなことでも相談してください。
TEL 0570-070-810(全国统一ナビダイヤル)

時 11月12日(月)～18日(日)8:30～19:00
*土(日)は10:00～17:00。
場 横浜地方法務局

小坪小学校区住民自治協議会アンケート調査

地域づくりを計画的に実施するための基礎資料とします。自治会・町内会を通じて案内、回収するので、自治会・町内会に所属していない人は問い合わせてください。小坪コミセン、小坪大谷戸会館でも配布、回収しています。
期間 11月15日まで 対象 小坪小学校区に住んでいる人 小坪小学校区住民自治協議会 一柳 TEL 046-873-6109

小坪漁業協同組合月極め駐車場利用者募集

契約期間 2019年1月1日～12月31日
対象 小坪に住居登録がある車の所有者
*多数抽選。法人や営利目的の利用不可。
費 月額10,800円 保証金10,000円
申込 12月3日～6日10:00～16:00に車検証の写しを持参し、直接小坪漁業

協同組合へ
TEL 0467-24-3721・3722

無料記帳相談会(予約制)

時 11月28日、12月19日(水)13:00～16:00(1人50分程度)
場 逗子市商工会館 対象 個人事業者(不動産収入を含む)で創業間もない人
持 現金出納帳、経費帳他必要帳簿、平成29年度決算書・確定申告書
申込 逗子市商工会

過重労働解消・非正規労働者支援のための労働相談会

契約が更新されない、有給休暇がないなど。
時 11月2日(金)12:00～16:00 場 鎌倉市役所1階ロビー
時 11月9日(金)12:00～16:00 場 三浦市南下浦市民センター
時 11月13日(火)10:00～16:00 場 逗子市役所1階市民ホール
時 11月22日(木)10:30～16:30 場 横須賀モアーズシティ1階入り口前
場 県かながわ労働センター TEL 045-633-6110

2017年度の市民参加の実施状況と結果の公表

市の政策の策定に当たって、趣旨や目的、内容などの案を公表し、広く意見や提案を募るパブリックコメントを実施したところ、次のとおりの結果となりました。その他の市民参加の結果は、市民協働課、市民交流センター、情報政策課情報公開係、沼間コミセン、小坪コミセン、市ホームページで閲覧できます。 市民協働課

意見提出があったもの

- ・(仮称)逗子市安全安心アクションプランの策定 1人(7件)
- ・障がい者福祉計画(障がい福祉計画・障がい児福祉計画含む)の策定 2人(3件)
- ・高齢者保健福祉計画及び介護保険事業計画の改定 2人(23件)
- ・平成30年度国民健康保険料の改定 1人(4件)
- ・市廃棄物の減量化、資源化及び適正化に関する条例の一部改正 4人(5件)
- ・市消防団第2分団詰所建替計画 5人(14件)
- ・子どもの読書活動推進計画策定(第二次) 4人(8件)
- ・市立図書館のサービス目標の改定 4人(27件)
- ・保育所等利用調整基準の見直し 1人(1件)

意見提出がなかったもの

- ・市個人情報保護条例の一部改正
- ・市敬老祝金支給要綱の廃止
- ・自転車等の放置防止に関する条例の一部改正
- ・市緑の基本計画の改定
- ・市営住宅条例施行規則の一部改正



インフォメーション

新民生委員・児童委員

10月1日付けで厚生労働大臣から委嘱されました。任期は2019年11月30日までです。

櫻井好子さん 担当区域 沼間2丁目22～23番、1372・1380番地他、沼間4丁目1～6番 社会福祉課

11月11日は介護の日

年々増加し続けている市の高齢化率は9月現在で約31%。介護を身近なものとして捉え、関わってもらうために、地域での支え合いを推進していきます。
高齢介護課

不法投棄をしない!させない!許さない!

11月は不法投棄撲滅強化月間です。不法投棄は犯罪です。不法投棄を許さない地域環境を作りましょう。
資源循環課

古い灯油を捨てる場合は処分業者に依頼を

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もできません。 資源循環課

まきストーブなどの使用に注意

まきストーブやペレットストーブなどの煙突から出る煙の苦情が増えていきます。使う時間帯など近隣に配慮し、適切に使用してください。特にストーブの使い始めは煙やにおいが出やすいため注意してください。 資源循環課



市営住宅条例施行規則一部改正説明会

時 11月30日(金)19:00～20:00
場 市役所5階会議室 都市整備課

住生活総合調査に協力を

11月下旬に対象世帯に調査票をポストに投函します。 都市整備課

成人式

対象者には12月中旬までに案内状を送付します。市内に住居登録がない人で参加を希望する場合は連絡してください。

時 2019年1月14日(月祝) 場 文化プラザホール 体験学習施設



総合計画審議会

時 11月12日(月)18:00～ 場 市役所5階会議室 企画課

教育委員会定例会

時 未定 場 未定 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。

イベントナビ

*問い合わせ先の電話番号は9ページを参照してください。



海岸を走る会

毎月第1回開催。自分の体力に合わせて800m・1600m・3km・5kmのコースを走ります。 時 11月4日、12月2日の(日)8:00～(受け付け7:30～新宿会館集合) 申込 当日会場で体育協会へ

フィットネス教室

体幹エクササイズ 呼吸トレーニングとインナーマッスルを意識したエクササイズで代謝の良い体を目指します。 時 18:50～19:30
骨盤コンディショニング 呼吸と骨盤周りを活性化させる軽いエクササイズで

睡眠時の自律神経を整えます。デスクワークなどで座りっぱなしの人にお勧めです。 時 19:40～20:20
共通 時 11月6・13・20・27日(火)
対象 16歳以上 *ヨガマットの貸し出しあり。 定 各先着25人 費 1回500円(10枚4,000円の回数券あり)
場 逗子アリーナ

ノルディックウォーク

ポールを使って全身の筋肉を刺激します。体力づくり、減量などに効果があります。 時 11月7・21日(水)、8・22日(木) *9:00または10:00集合。
場 逗子アリーナ近辺または小坪 費 うみかぜクラブ会員100円、会員以外500円 申込 逗子アリーナ

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(軟・硬式)、ターゲット・バードゴルフ
時 11月11日(日)9:00～ 場 逗子アリーナ他 申込 11月6日までに各地域の体育会へ 逗子アリーナ

市民土曜テニス教室

時 11月17日、12月1・15日、2019年1月5・19日(土)9:00～12:00 場 第一運動公園 対象 18歳以上 定 各先着20人 費 1回500円 申込 当日会場で逗子アリーナへ

イベントナビ

シニアヘルスアップ運動教室
体験会

時11月30日(金) ヨーガ・ストレッチ
10:00～10:50、筋力アップ体操
11:00～11:50 *申し込みはどちら
か一方。場ハピウエル 定各先着15
人 申11月29日までに電話でハピ
ウエルへ TEL046-873-7750(平日
9:00～17:00)

筋トレバランスアップ教室

時12月6・13・20・27日の(木)10:00～
12:00 場市民交流センター 定30人
*多数抽選。申11月1日～7日に、電
話で(株)逗子スポーツクラブへ TEL046-
872-9032(平日9:00～17:00)

共通

対市に住民登録がある65歳以上で要
支援・要介護認定を受けていない人
関高齢介護課

オリエンテーリング大会

逗子の身近な自然と探検を満喫できま
す。終了後は、豚汁が食べられます。
時12月9日(日)9:00第一運動公園テニス
コート入口前集合 *市内5～6kmの
コース。対幼児～シニア、1組3～5人
申関11月9日以降、逗子アリーナへ



ZASA Sports Games
市民スキー大会

時2019年1月5日(土)13:00～14:30
場たかつえスキー場(福島県南会津町)
対市内在住・在勤・在学者 費大人
1,000円、子ども500円 申関11月30
日までに逗子アリーナへ

文化・教養



まんだら堂やぐら群 秋の公開

時11月3日～12月17日の(土)(日)(月)祝
10:00～16:00 *荒天時は閉鎖。春
(2019年2～3月)の公開はありませ

ん。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。関社会教育課

横須賀三浦地区障がい児者ふれ
あい作品展

施設・作業所などで制作した作品など
の販売・展示。時11月6日(火)～9日(金)
10:00～20:00 *7日10:00～オープ
ニングセレモニー。9日は18:00まで。
場ショッパーズプラザ横須賀2階セン
ターモール 関ふれあい作品展実行委
員会事務局(清光園内) TEL046-857-
1367 FAX046-857-1670

逗子フォト展

写真で見る逗子の移り変わり

①時11月7日(水)～14日(水) 場小坪コ
ミセン
②時11月16日(金)～25日(日) 場沼間
コミセン
関企画課

図書館名画座 バリアフリー映画会
「愛を積みむと」

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12
日(月)14:15～(開場13:50) 場文化プ
ラザホール 定100人 関図書館

図書館展示 明治維新 150年

当時からこれまでの歴史を振り返る本
を紹介します。時11月14日(水)～12
月10日(月) 場関図書館

クリスマスを楽しみたい
簡単おもしろマジック教室

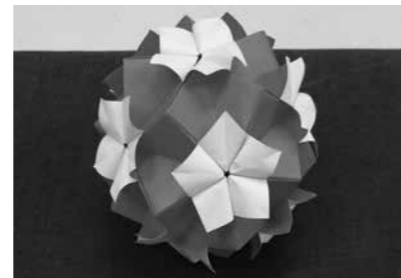
マジックショーもあります。
講師 チャーリー藤さん(ボランティア
マジシャン)
時11月17日(土)10:00～12:00 場小坪
コミセン 対小学生以上の市内在住・
在勤者 *小学校3年生以下は保護者
同伴。定先着30人 申関11月1日
以降、①住所②氏名③電話番号④年齢を、
電話・ファクス・Eメールで社会教育課
へ FAX046-872-3115
MAIL syakaikyoku@city.zushi.lg.jp

湘南地区障害者(児)作品写真展
みんななかま展

時11月25日(日)、27日(火)～30日(金)9:00
～17:00 *25日は13:00から、30日
は15:00まで。場藤沢市民会館 関
湘南地区障害者(児)作品写真展(みん
なかま展)実行委員会事務局(藤沢市
立駒寄小学校内) TEL0466-87-
4611 FAX0466-86-2772

折り紙で作る簡単くす玉

時11月29日(日)9:30～12:00 対市内
在住の70歳以上で図書館カードを
持っている人 定先着10人
場申関11月1日以降、電話で、または直
接図書館へ



伊香保地区・逗子市児童生徒作品展

交流の一環として渋川市伊香保地区と
逗子市の児童生徒の作品を展示しま
す。*スペースの関係で、作品を入れ
替えながら展示します。
時伊香保地区12月3日(月)～14日(金)
逗子市12月18日(火)～26日(水)
場市役所5階ずし子どもギャラリー
関学校教育課

その他

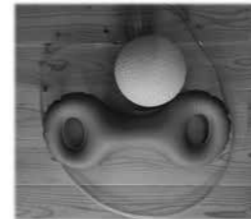


沼間コミセン 11月のイベント

卓球開放日 時(日)祝の9:00～16:30
で講堂が空いている時間
東北応援物産展 時2日(金)・3日(土祝)
の10:00～16:00
コミセン将棋クラブ・ぬまま 時17
日(土)13:00～15:00
ヨガ1日体験教室 初心者から経験者
まで 時19日(月)13:00～14:30
定15人 持タオル、飲み物、ヨガマット
または大きめのバスタオル 申1日9:00
以降、電話でまたは直接沼間コミセンへ
共通 場関沼間コミセン

小坪コミセン11月のイベント

卓球開放日 時(日)祝の9:00～16:30
で講堂が空いている時間
東北応援物産展 時14日(水)・15日(木)
の10:00～16:00
コミセン将棋クラブ・こつぽ 時11
日(日)13:00～15:00
松ぼっくりや木の実でミニクリスマス
リースを作ろう 時19日(月)10:30～
11:30、13:00～14:00、14:30～
15:30 対小学生以上 定各回先着5
人 費200円 申11月1日以降、電話
でまたは直接小坪コミセンへ
3B体操でストレッチ 時21日(水)9:30
～10:45 対成人 定先着15人 持室
内履き、タオル、飲み物 申11月1日
以降、電話でまたは直接小坪コミセンへ



3B体操で使用する
道具

共通 場関小坪コミセン

11月の高齢者なんでも出張相談
in サロン

沼間南台団地集会所 時15日(木)10:
00～12:00
逗子アーデンヒル自治会館 時1日(木)
10:00～12:00
逗子グリーンヒル自治会館 時16日
(金)13:00～15:00
池子会館 時13日(火)12:15～14:00
東逗子第2団地集会所 時28日(水)10:
00～12:00
関東部地域包括支援センター
TEL046-876-6299

東逗子朝市

時11月4日(日)8:00～10:00 *荒天
中止。場東逗子ふれあい広場(東逗
子駅前隣接地) 関逗子市商工会

逗子海岸一斉清掃

時11月4日(日)13:00～ *荒天中止。
場逗子海岸 関逗子ビーチ・クリーン隊
小林 TEL046-872-1550、経済観光課

イベントナビ

エコ広場ずし11月のイベント

生ごみ相談 時7日(水)10:00～13:00
リペア(縫い物、傘、包丁の研ぎ方)
時8日(木)10:00～12:00 持 雑巾、
砥石(あれば)
傘布から傘入れ・エコバック作り
時8日(木)10:00～12:00 持 傘布
フリーフリーマーケット
時15日(木)10:30～15:30
出張エコ広場 時16日(金)～17日(土)
10:00～16:00 *雨天中止。場西友
逗子ハイランド店前
共通 場市民交流センター(出張エコ広
場を除く) 関逗子ゼロ・ウェイストの
会 海野 TEL090-9380-1422

横須賀三浦地区ふれあい広場

社会福祉施設などによる模擬店や作品
販売、ステージイベントなど。
時11月10日(土)10:00～14:00 場横
須賀市立総合福祉会館 関ふれあい広
場実行委員会事務局(三浦しらとり園
内) TEL046-848-5255 FAX046-
848-5258

西部地域包括支援センター

健康教室・出張相談
健康教室で、沖縄楽器三線の演奏を聴
き、出張相談では、高齢者が生活や健康
など、日頃困っていることを相談でき
ます。
時11月16日(金)健康教室 13:30～15:00
出張相談 15:00～ 場久木会館
高齢者くらしの相談窓口
時11月22日(木)9:30～11:00 場ハイ
ランド自治会館
共通 関西部地域包括支援センター
TEL0467-24-6866

東逗子イルミネーション 光の夜まつり

ふれあい広場が光に包まれる。夜を彩
る約14万球のイルミネーション。
時11月30日(金)～2019年1月31日(木)
日没～24:00 *11月30日17:00～
点灯式。場東逗子ふれあい市場(東
逗子駅前隣接地)
光の夜まつり 屋台やステージイベ
ントなど 時11月30日(金)～12月1日(土)
15:00～20:00
関東逗子地区商工連合会(逗子市商工
会内)

市の求人

10月10日現在の募集状況です。受験資格・詳細は市ホームページの受
験案内を確認してください。

●任期付職員

職種	勤務時間/週	給料月額*	申関
保健師 (育児休業代替)	5日 (38時間75分)	大学卒 182,700円	11/12までに 職員課へ
社会福祉士		短大卒 167,600円	
	高卒 155,800円		
保育士	5日 (38時間45分)	大学卒 184,800円	教育総務課へ 随時募集中

*職務経験、年齢などの一定基準により加減あり。その他諸手当あり。

●非常勤事務嘱託員

職種	勤務時間/週	報酬月額	申関
保育士	4日(28時間)	177,000円	11/9までに 教育総務課へ
	3日(23時間15分)	105,000円	
ふれあいスクール プレイパートナー	4日 (15時間30分)	64,500円	

イベントナビ

精神保健の映画上映 対談 ミニライブ
「フラッシュバックメモリーズ」を上映します。

時 11月30日(金)19:00～21:00(開場18:40) 場 鎌倉生涯学習センター
定 先着280人 申 ①氏名②電話番号③参加人数④住んでいる市町村名を、ファクス・Eメールで地域生活サポートセンターとらひむへ TEL 0467-61-3205 FAX 0467-61-3207 MAIL seisin.kouenkai@gmail.com * 手話通訳・要約筆記希望者は11月10日までに申し込み。

スマイル講座まつり

生け花、バレエ、茶道、ミュージカル、和楽器、ダンスなどの発表。詳細は市ホームページで。時 12月2日(日)9:00～15:30 場 体験学習施設

企業×NPO×大学 パートナースhipミーティング2018in逗子

時 12月2日(日)13:00～16:00 場 市民交流センター 対 地域を盛り立てていきたい市民団体、企業、学校 定 先着30人 申 11月1日～22日に申し込みフォームから 国 市民交流センター

防犯指導者養成セミナー みんなで考えよう、これからの地域の安全と安心

時 12月7日(金)13:30～16:00(開場13:00) 場 市民交流センター 対 防犯ボランティア活動をしている人 定 60人 申 11月29日までに、ファクス・Eメールで県くらし安全交通課へ(e-kanagawa電子申請からも申し込み可) TEL 045-210-3520 FAX 045-210-8953 MAIL kurashi.net@pref.kanagawa.jp

人権フェスタ 2018in かまくら

講演、ミニコンサート、中学生人権作文コンテスト優秀作品の朗読

時 12月8日(土)13:00～16:00(開場12:30) 場 鎌倉芸術館 定 先着550人 申 11月1日以降、①氏名(ふりがな)②参加人数③電話番号を、電話・ファクス・Eメールで鎌倉市文化人権課へ * 手話通訳・託児希望者は11月16日までに申し込み。 TEL 0467-61-3870 FAX 0467-23-8700 MAIL jinken-danjo@city.kamakura.kanagawa.jp

アンガーマネジメント講座

怒りの感情を知りコントロールする方法を学びます。講師 畑さち子さん(日本アンガーマネジメント協会シニアファシリテーター) 時 12月15日(土)10:00～11:30 場 市民交流センター 定 先着60人 申 11月1日以降、電話・ファクス・Eメールで市民協働課へ * 託児(先着5人)希望者は11月30日までに申し込み。 MAIL siminkyoudou@city.zushi.lg.jp

おとなの健康

12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
★4日(火)	7日(金)	11月1日～7日

* 先着順。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。★は子宮頸がん検診実施日。 国 国保健康課

個別健診・検診

逗葉地区の医療機関で、特定健診・高齢者健診・がん検診などが受けられます。直接医療機関に申し込んでください。 国 国保健康課

特定健診は早めに受けてください

国民健康保険に加入する、今年40～74歳になる人に、特定健診受診券を送付しています。まだ受けていない人に、市から連絡する場合があります。特定健診の結果、生活習慣病リスクの高い人に特定保健指導を、血圧、血糖値、脂質、腎機能などに関する検査結果が要医療域と判定された人で、未受診の人には、医療機関への受診勧奨などの重症化予防事業を実施しています。 国 国保健康課

高齢者予防接種

対象者で肺炎球菌ワクチン、インフルエンザ予防接種を希望する人は、事前に医療機関に問い合わせの上、接種してください。接種後の払い戻しは行いません。 国 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

今年度中に接種した風しんワクチン費用の一部を助成します。妊婦は予防接種を受けられないので、妊娠前にパートナーと一緒に接種しましょう。対象者・申請方法は市ホームページで確認するか直接問い合わせください。 国 国保健康課

健康・栄養相談(予約制)

食事や運動、健診結果などを相談できます。時 11月5日(月)・22日(木)・28日(水)の9:30～16:00(1人45分程度) 場 市役所 国 国保健康課

10円(縁)カフェ

時 11月5日(月)10:00～11:30 費 10円 場 間 SOMPOケア ラヴィーレ東逗子 TEL 046-873-4165

高血圧プチ講座

時 11月8日(木) 14:00～14:45 場 市役所 定 先着8人 国 国保健康課

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など、家族の様子で気になること、困っていることなどを話しませんか。時 11月13日(火)10:00～17:00(出入り自由) 場 市役所1階相談室 定 3人 申 11月1日以降、高齢介護課へ

おれんじカフェずし(認知症カフェ)

時 11月16日(金)14:00～16:00(出入り自由) 場 福祉会館 費 100円 国 中部地域包括支援センター TEL 046-872-2480

ラジオ体操サポーター養成講座


時 12月4日(火)10:00～11:30 場 亀岡八幡宮 国 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。

こんにちは 保健師です



今の吸いにくい環境を味方に

国 国保健康課

喫煙者の肩身が狭くなっている昨今。加熱式たばこにシフトしている人は多い。厚生労働省は3月、「加熱式たばこの主流煙に有害物質が含まれていることは明らか」とする見解を示しており、10月には加熱式たばこで初の増税。多かれ少なかれ、有害であることには間違いない。病院で看護師をしていた際、医師からの宣告を受けて初めて禁煙せざるを得ない人を多く診たが、宣告後に禁煙をしても、肺機能が落ちた人は苦しうだった。今の吸いにくい環境を味方に、禁煙を。

末病センターには、唾液中のタール量チェック紙の配付、資料、禁煙外来一覧などを用意しています。

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。編集の都合上掲載できない場合もあります。2019年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 企画課

湘南モーツァルト愛好会・会員募集

モーツァルト中心のプログラムで生演奏を鑑賞する会です。曲の解説や演奏者のトーク、演奏者を囲んでの懇親会もあります 問 湘南モーツァルト愛好会 横山(TEL)046-872-1963

英会話サークルリボンの会会員募集

ネイティブの英語で楽しく英会話をしましょう 時 第1・3・4週の10:00~12:00 場 逗子市商工会館 費 月3,500円 問 リボンの会 田中 (TEL)090-6506-2405

社交ダンスをしませんか

初級クラスです 時 毎週水10:00~ 場 久木会館 費 1回700円 問 オリエンタル逗子 川上 (TEL)090-1699-1585

ピラティス&リラックスヨガ

初心者、高齢者大歓迎 時 11月2・9・16・23・30日の(金)ピラティス9:50~10:30 ヨガ10:45~11:45 場 新宿会館 費 各1,200円(場所代金) 問 スマイル・グレイス 中村(TEL)090-4605-1238

はじめてのヨーガ 体験無料

膝痛の人は椅子でもできます 時 11月2・16日の(金)6:20日の(火)11:15~12:45 場 逗子アリーナ 費 5枚回数券4,000円または1回1,000円 問 YOGAの会 市川(TEL)080-1254-1403

古布・古着回収とリサイクルバザー

時 回収11月4日(日)~6日(火)9:30~20:00(6日は12:00まで)古着バザー4日(日)・5日(月)10:00~16:00 場 ユーコープ桜山店 問 FRNボロの会 鈴木 (TEL)046-871-8021

健康麻雀 中級以上の人

脳活して楽しみましょう 時 11月7・14・21・28日の(水)・11・18・25日の(日)10:00~17:00 場 亀が岡団地 費 1日600円 問 ニコニコ同好会 保坂(TEL)090-1666-3858(18:00以降)

家事家計簿講習会

家計簿をつけて、わが家のちょうど良い食費を見つけよう 時 11月8日(休)10:00~11:45 場 市民交流センター 費 400円 託児あり 問 逗子友の会 和田(TEL)046-872-0623

葉山deクルージング

時 11月10日(出)15:00~19:00 場 葉山マリーナ 費 4,000円 問 湘南ピジョン研究所 大塚 (TEL)090-8442-7455 (URL)https://peatix.com/event/432351/

秋季バドミントン大会(一般男女)

ダブルス・クラス別 時 11月18日(日)9:00 場 逗子アリーナ 費 登録者1,000円、未登録者1,300円 申 11月9日(金)17:00までに体協へ 問 逗子バドミントン協会 笠原(TEL)090-5396-1708

渚の会コンサート

時 11月18日(日)14:00~16:00 場 横浜YWCAホール(JR石川町駅北口徒歩6分) 費 自由席1,000円 問 渚の会コンサート事務局 永江 (TEL)046-871-7420

合気道を楽しむ会

基本を学び健康になろう 時 11月18日、12月16日の(日)16:00~ 場 逗子アリーナ第2格技室 対 老若男女 持 軽運動着、水 費 無料 問 AKI逗子平井(TEL)046-871-5684

渚の街の出会いあふれるコンサート

第80回 星に願いを ソプラノ 谷口玲子さん ゲストピアニスト 五島三津子さん 時 11月21日(水)14:30 場 さざなみホール 費 1,200円 問 チェリア 谷口(TEL)046-871-5979

逗子ふれあいフリーマーケット

出店者募集中 時 11月23日、12月7日の(金)9:00~15:00 雨天中止 *翌日土曜日骨董市開催。 場 亀岡八幡宮境内 問 逗子ふれあいフリーマーケット 片岡(TEL)090-5442-3778

講演「歌と人生」心に沁みる詩情を

人生の応援歌の由来と郷愁を誘う名曲を歌う 講師 野口忠道さん、山梨桃也さん 時 11月23日(金祝)14:00 場 市民交流センター 費 1,000円 問 文殊の会 尾崎(TEL)046-873-4144

さぁのはらへいこう上映会&子供祭

青空自主保育で育つ子供達の3年間を綴った映画です 時 11月27日(火)①10:00~②12:30~ 場 葉山森山神社境内一色会館 費 1,000円 問 つくしとたね 宮本(TEL)090-1882-5963

幕末の往還「浦賀みちを歩く」IV

時 11月28日(水)9:30 京急浜浜駅前集合 雨天中止 場 雷神社~良心寺~首斬観音~盛福寺~JR田浦駅 持 弁当 費 500円 申 逗子観光推進の会 亀岡(TEL)046-871-7502

生涯骨太クッキング 料理教室

生活習慣病・ロコモ予防メニュー実習と試食 時 11月28日(水)10:00~ 場 保健センター 対 20歳~高齢者男女 定 20人 持 エプロン他 費 500円 申 問 若宮会 竹田(TEL)046-871-8268

フォルクローレ交流演奏会inZUSHI

時 12月2日(日)15:00 場 さざなみホール 定 当日先着120人 費 無料 問 神奈川フォルクローレ交流演奏会 平野(TEL)046-873-2172

沼小まつり2018

子どもショップ、伝承あそび、食品販売、模擬店、ゲームなど 時 12月15日(出)9:30~14:00 雨天決行 場 沼間小学校校庭 体育館 問 沼間小学校PTA 匂坂(TEL)046-871-3526

第4級アマチュア無線技士講習会

合格率95% 時 12月16・23日の(日)9:30~17:10 場 市民交流センター 2階会議室 費 22,750円、18歳以下7,750円 問 逗葉アマチュア無線クラブ 石井(TEL)046-872-2350

リリしく集中力を養う 弓道教室

初心者でも安心。基礎から丁寧に教えます。日本の伝統武道の魅力に触れてみませんか。

時 11月17日(土)13:00~15:00・18日(日)10:00~15:00(全2回) 場 第一運動公園 対 小学校5年生~シニア 定 先着20人 費 2,000円 申 問 11月2日以降、逗子アリーナへ



弓道の基礎、弓を引く作法を教わる様子。姿勢が崩れると矢がまっすぐに飛ばない

ZOOM UP 新着便

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。

お知らせ

11月9日～15日は秋季全国火災予防運動週間 忘れてない？ 財布にスマホに 火の確認 家庭や事業所での火の用心を心掛けよう

消防予防課

火災予防フェア

はしご車搭乗体験、煙体験、救急教室など。消防クイズに答えて景品をもらおう(数量限定)

時 11月10日(土)10:00～12:00 *災害発生時や荒天時中止。 場 市民交流センター



煙体験。真っ白で、女性の目の前にいる子どもが全く見えない

防火ポスターコンクール入賞作品展示

時 11月9日(金)～19日(月) 場 新逗子駅北口側構内コース

時 11月21日(水)～30日(金) 場 沼間コミセン

119番は緊急通報専用

病院の案内や火災の問い合わせは119番にかけないでください。緊急を要している人の電話につながりにくくなります。緊急通報の電話以外は次の電話番号へ。

火災発生情報テレホンサービス TEL 046-871-9999

休日・夜間の病院の情報テレホンサービス TEL 046-872-9999

緊急以外の用件の場合 TEL 046-871-0119

講座

人権啓発・教育講演会 中学生人権作文コンテスト 逗葉地区表彰式と映画上映

社会教育課

時 12月7日(金)
 17:00～17:40 表彰と作文朗読
 18:00～20:00 映画上映「人生、ここにあり！」
 (字幕付き)

場 文化プラザホール 定 先着100人

申 11月1日以降、①住所②氏名③電話番号を、電話・ファクス・Eメールで、または直接社会教育課へ



*手話通訳(表彰式のみ)希望者は、11月22日までに申し込み。

FAX 046-872-3115

MAIL syakaikyoiuku@city.zushi.lg.jp

「人生、ここにあり！」合言葉は「やればできるさ」。世界で初めて精神病院をなくした国イタリアで起こった実話を基にしたヒューマンコメディ

©2008 RIZZOLI FILM

講座

人権教育講演会 少年犯罪を通して考える 子どもを守るためにできること

社会教育課

2014年に起こった17歳の少年による祖父母強盗殺人事件。少年は幼い頃から虐待、貧困など過酷な生活を強いられていました。公的機関や親以外の大人との関わりがあったにもかかわらず、なぜ少年は悲惨な境遇から救い出されなかったのか。記者の目で追いつけた少年犯罪の実例を通し、参加者と一緒に社会のあり方を考えます。

時 11月19日(月)10:00～11:30 場 市民交流センター 対 市内在住・在勤者 定 先着30人 申 11月1日以降、①住所②氏名③電話番号を、電話・ファクス・Eメールで、または直接社会教育課へ FAX 046-872-3115 MAIL syakaikyoiuku@city.zushi.lg.jp



講師 山寺香さん

毎日新聞さいたま支局記者。2017年6月「誰もボクを見ていないなぜ17歳の少年は、祖父母を殺したのか」を発表。全国で講演活動を行っている

お知らせ 地域で助け合う仕組み
**ささいな困りごとをお手伝い
 住民主体の訪問型サービス**

☎高齢介護課

利用したい人

簡単な生活支援や外出の付き添いなどの困りごとを支援してもらえます。プロのヘルパーではありません。**対**65歳以上

活動したい人

一定の研修を受講することでサービスの担い手になれます。実施団体に登録が必要です。

実施団体 申し込み・問い合わせは、下記各機関へ

ワーカーズ・コレクティブこだま

TEL 046-872-9288

ズシupp連合会

TEL 046-872-0732

社会福祉協議会

TEL 046-873-8011



講座 かながわ地産地消のススメ
**のぞいてみよう畜産の世界
 お肉にまつわるあれこれ**

☎国保健康課

県産の畜産物や畜産加工品について学びます。普段の買い物がおもしろくなるかも。バターづくり体験や牛乳・ハムの試食もできます。

時 11月21日(水)14:00～16:00 **場** 市役所5階第1～2会議室 **対** 市民 **定** 先着25人 **費** 100円 **申** 11月1日8:30～16日に、①食育講演会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、または直接国保健康課へ
MAIL kenkou@city.zushi.lg.jp



元気に育つ生後4か月の子牛。成長し母牛になると、牛乳を生産します

イベント 12月9日(日)は
**逗子アリーナで
 みんなと楽しむクリスマス**

☎逗子アリーナ・社会福祉協議会

クリスマスポーツランド

ダンス、ミニミニ運動会、クリスマスツリー作り、みんなでバルーン。サンタさんからのプレゼントもあるよ。

時 10:00～11:30

対 未就学児(2～6歳)とその保護者

定 先着70組 **費** 大人300円、子ども700円 **申** 11月2日9:00以降、逗子アリーナへ



みんなでバルーン。みんなで布の端を持ち、協力して膨らませます

みんなでクリスマス

障がいのある人もない人も一緒に楽しく体を動かし、のりのりダンスを楽しみましょう。

時 13:00～15:00 **定** 先着50人 **費** 300円 **申** 11月2日以降、社会福祉協議会へ



なぎさプラスソリストンコンサート
**日本の金管打トッパ奏者
 11人のスーパーアンサンブル**

☎文化プラザホール

年に1度のこの日がやってくる。今年のなぎさプラスは「ロメオとジュリエット」や生誕100年を迎えるバーンスタインの名曲「ウエスト・サイド・ストーリー」で圧巻の演奏を堪能できます。ソロコーナー「サトシの部屋」ではオリジナル演出も見所。豪華ソロ演奏と併せてお楽しみください。

時 11月27日(火)19:00～(開場18:30)

費 一般4,000円、高校生2,500円、小・中学生1,000円

*全席指定。未就学児入場不可。

場申 文化プラザホール



©Hikaru.☆

お知らせ 地震だ、津波だ、すぐ避難！大規模災害に備えて
**11月6日(火)10:00～11:00
 津波避難訓練・シェイクアウト訓練(いっせい防災行動訓練)を実施**

☎防災安全課

訓練の流れ

- 10:00 防災行政無線で大地震発生を放送各自その場でシェイクアウト訓練(*1)を実施
- 10:03 防災行政無線で津波警報発表を放送ただちに津波一時避難場所(高台・津波避難ビルなど、*2)に徒歩で避難
- 11:00 防災行政無線で訓練終了を放送解散

*1 災害時に落ち着いて行動するための訓練で、防災行政無線の放送を合図に、それぞれの場所で自分の身を守る3つの安全確保行動(①まず低く②頭を守り③動かない)をとります。

*2 今回の訓練で津波避難ビルとして開放する施設は一部です。開放されていない地域は、高台にある公園などを利用してください。

各小学校地区で避難所運営訓練を実施します

逗子小地区 **時** 11月10日(出)9:30～12:00 **場** 市民交流センター

池子小地区 **時** 11月17日(出)10:00～12:00 **場** 逗子中学校

沼間小地区 **時** 11月18日(日)9:30～12:00 **場** 沼間中学校

* 手話通訳・要約筆記希望者は、逗子小地区は11月2日、池子・沼間小地区は11月7日までに申し込み。



避難所に着いたら最初に受け付けへ



逗子警察24時
Zushi Police 24 Hours

11月は児童虐待防止推進月間
**早期発見・早期通報で
 虐待から子どもを守る**

標語「未来へと 命を繋ぐ 189 (いちばやく)」
 (大阪府 音城利紀さん)

服がいつも一緒、ひどく痩せている、夜遅くまで1人で遊んでいる。

児童虐待かもしれないと感じたら連絡をお願いします。あなたの連絡が、虐待から子どもを救います。

児童相談所全国共通ダイヤル 189番

*最寄りの児童相談所につながります。

警察本部「子ども安全110番」

TEL 0120-604-415

☎逗子警察署 TEL 046-871-0110

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。

11月18日(日) ^{やぶさめ}流鏑馬・子ども武者行列

日本の伝統武芸の妙技を間近で



図 流鏑馬実行委員会(逗子市商工会内)

逗子と流鏑馬



流鏑馬の起源は6世紀半ば。神事として始まり、平安時代、宮廷の公事として開催されていました。その後、源頼朝が全国統一を果たし、天下泰平・国家安穩を祈願するため、1187年8月15日、鶴岡八幡宮で流鏑馬を開催し、以来1267年まで毎年のように行われました。

鎌倉幕府の行事記録「吾妻鏡」に、1199年9月2日、2代将軍源頼朝が小壺(現在の逗子海岸)で立懸(流鏑馬と同様、騎射の一種)を行ったという記録が残っています。また、終戦後なぎさホテルに滞在していた米海軍に、当時の武田流司家の先代金子有鄰師範が流鏑馬を披露する

と、彼らはその魅力に惹かれ、ホテル前の海岸で練習に励んだそうです。そして1948年・1949年には日米親善流鏑馬騎射会が盛大に行われ、終戦直後の人々に、大きな慰めと希望を与えました。

逗子市商工会では、貴重な伝統武芸を後世に残すべく、1994年から逗子流鏑馬を開催しています。

- 11:00～ 子ども武者行列 亀岡八幡宮出発
- 11:15～ 子ども武者による弓引きの儀
- 12:30～ 逗子開成学園 和太鼓部演奏
- 13:00～ 流鏑馬 *有料観覧席あり。
費 前売り3,000円 当日3,500円



*子ども武者行列と弓引きの儀は、時間が変更になる場合があります。
*当日、当たりの販売します。矢が当たって割れた当たりは縁起物とされ、一発必中を願う受験生に人気です。数量限定。先着順。費 板的1,000円 土器的500円

流鏑馬観覧の後、ちょっと足を伸ばしてお買い物

同時開催

新しい店・人・物との出会い うみ・そらマルシェ

時 11:00～15:00 *荒天中止。

場 逗子海岸ロードオアシス

マルシェで、わたしのずし暮らしをちょっと豊かに。14の市内の人気店や創業予定者によるプチ店舗が、ロードオアシスのウッドデッキに集合します。地産地消にこだわった料理や手作り小物など、新しい店やお気に入りの物を見つけませんか。

問 逗子市観光協会(経済観光課内)



「アンドサタデー珈琲と編集と」の他、13店が出店します

おいしい珈琲を淹れて、みなさんのお越しを、お待ちしております!

連載 市民インタビュー 人生のへそは逗子にあり



逗子手作り甲冑隊
石渡真澄さん(久木)

私が甲冑を作る

逗子の秋の風物詩として流鏑馬と同時開催される「武者行列」。子どもから大人まで総勢 50 数人が甲冑を着て中心市街地を練り歩く。沿道には声援を送る人、カメラを構える人が大勢詰めかけ、逗子のまちは一気に華やぐ。

身に付ける甲冑・衣装のほとんどはレンタルだが、中には教室に通い自作する人もいます。その教室を主宰するのが石渡真澄さん。教室は約半年間で全 12 回、数年前

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。

一人で作るのは大変でも子どもたちに喜んでもらいたい

で約 5 万円。決して気軽なものではないが、「孫に着せたい」という参加者もいて、これまでに 50 人近くが製作した。以前は大人を対象としていたが、「昔自分用を作った。今度は子どものも作って一緒に出たい」との要望を受け、2015 年から子ども用の甲冑作りも教えるように。昨年までに 9 人が手作り甲冑を着て歩いた。

石渡さんの手作り甲冑との出会いは、1999 年に生徒として参加した手作り甲冑教室。現役時代は都内の会社で電子回路の設計をしていた。もともと、手先が器用で物作りが好きだったこともあり、以来ずっと甲冑作りに関わってきた。

全ては子どもたちの笑顔のために

今年は市の財政難により補助金が削減。甲冑・衣装のレンタル代が出せず

も子どもたちに歩いてほしい。稚児行列の代わりに子ども用を作れば一緒に歩ける」と石渡さんが立ち上がり、「子ども武者行列」として実施できることとなった。子ども用とはいえ、1体(鎧)作るだけでも大変だ。型に合わせて切った専用の厚紙に特殊なセメントを塗り、ペンキで仕上げる。20 個近い部品に 1,800 近くの穴を開け、紐を通し組み立てる。見えない裏側の結び目にも目を配る。「作るからには自分の納得がいくものを着てほしい」と細部まで丁寧にこだわる。

2 月から始め 10 月によく 30 セットの鎧(腹当て)と衣装が完成した。「好きなテレビも見ず、間食もせず、朝から夜中まで作業した。当日甲冑を着た子どもたちが嬉しそうに歩いたり、写真を撮られたりしている姿を見るのが楽しみだ」。今年の子供武者行列は、11 月 18 日(日)に開催し、流鏑馬会場の逗子海岸でもかわいい姿を見ることができる。

住民自治協議会活動レポート 池子小学校区住民自治協議会

子どもたちの元気な笑顔が私たちのパワーの源 「旗振り隊」の活動を紹介

活動していて嬉しいことは?

友達と楽しそうにおしゃべりしている子もいれば、眠い目をこすりながら歩く子もいます。でも、「おはよう」と声を掛けると、「おはようございます」と元気よく返事してくれるので、私たちも元気をもらえます。

これからの課題などありますか?

今は週 1 日、朝だけの活動ですが、協力してくれる人を増やし、下校時の見守り体制もつくってほしいと思います。

ひとこと!

旗振り隊の活動は、信号前で子どもを見守るボランティア活動です。月 1 回からでも構いません。地域の皆さん、是非一緒に! 随時、募集中です。

池子小学校の児童の登校を見守る「旗振り隊」。交通整理員事業が休止となり、校長から見守り活動の依頼を受け毎週月曜日の朝、交差点に立つように。

問 市民協働課



毎週月曜日の 7:30 ~ 8:15、2か所の交差点でおそろいの緑のベストを着て、旗振り・声掛けをしています

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



えがおアルバム

沙南ちゃん(1歳)

写真を募集中。
詳細は企画課まで。



子どもの国際交流プレイデー 池子の森でクリスマスリースを作ろう

ハイキングしながら木の実、小枝、葉を拾って、クリスマスリースを作ります。
講師 篠元枝さん(花ハーブ&リース教室ピエスローズ主宰)
時11月17日(出)10:00~12:00(管理事務所前に9:45集合)
場 池子の森自然公園管理事務所横広場など *雨天時は体験学習施設。
対 小学生以下 *小学校3年生以下は中学生以上の保

護者同伴。定 先着20組(親子参加可) 持 軍手、はさみ
申 11月15日17:00までに①住所②氏名③電話番号を、電話・ファクス・Eメールで市民協働課へ
MAIL siminkyoudou@city.zushi.lg.jp



前回は毛糸やビーズを使ってオーナメントを作りました

お役立ち! すこやか子育て

場 保健センター 問 子育て支援課

感染症にかかっている(最近かかった)人は次回の健診・教室を案内するので相談してください。

11月の健康診査 受け付け 13:00~14:00

対象	日程	持ち物
4か月児 平成30年7月生まれ	13日(火)	母子健康手帳、赤ちゃん手帳の問診票(2枚)、バスタオル
お誕生日前 平成29年12月生まれ	27日(火)	母子健康手帳、赤ちゃん手帳の問診票、バスタオル
1歳6か月児 平成29年5月生まれ	8日(木)	母子健康手帳、赤ちゃん手帳の問診票(2枚)、バスタオル、子ども用歯ブラシ
3歳児 平成27年8月生まれ	22日(木)	母子健康手帳、赤ちゃん手帳の問診票、バスタオル、子ども用歯ブラシ、早朝尿、視力と聴力の調査票、問診票②(尿容器・調査票・問診票②は健診月の初旬に郵送します。)

*4か月児健診時にファーストブックを行います。問い合わせは図書館へ。

ハローベビークラス 母親両親教室

平日コース 受け付け13:00~13:15 *予約不要。
持 筆記用具、母子健康手帳、母子保健テキスト(あれば)

日程	内容
11月5日(月)	ようこそ、赤ちゃん逗子にママパパ仲間をつくろう
11月16日(金)	妊娠って? お産って? やってみよう、妊婦体操 *動きやすい服装で。
11月30日(金)	赤ちゃん和妈妈・パパの食事 試食あり 費100円

2歳児すくすく教室 離乳食教室

対象者	日程	受け付け
2歳児 すくすく教室	平成28年10月生まれ	11月13日(火) 9:00~9:15
	平成28年11月生まれ	9:45~10:00
離乳食教室 *脱ぎ履きしやすい靴で。	平成30年5月生まれ	11月20日(火) (予約制) 9:45~10:00
	平成30年6月生まれ	13:00~13:15

子ども元気相談 (乳幼児の発達や生活全般など、予約制)

時11月2日(金)9:00~16:00、22日(木)9:00~11:40

お知らせ

子育てネットワーク会議 外から見た逗子の子育て

あなたの考えを聞かせてください。
時11月12日(月)10:00~12:00
場 体験学習施設 対 市外での子育て経験があり、現在市内で乳幼児~小学生を子育て中の人 *多数抽選。
申 11月4日までに、①住所②氏名(フリガナ)③電話番号④メールアドレス⑤子どもの年齢⑥託児(生後3か月~就学前、先着5人)の有無を、Eメールで子育て支援課へ。市ホームページからも申し込み可。
MAIL kosodate@city.zushi.lg.jp

イベント

11月の図書館のおはなし会
土ようびおはなし会 時3日(土祝) 14:00~14:30 対 小学校低学年

わらべうたであそぼう 時1日(木) 10:30~10:50 対 0~1歳児とその保護者
おひぎにだっこのおはなし会 時15日(木)10:30~11:00 対 2~3歳児とその保護者
わんぱくおはなし会 時15日(木) 15:30~16:00 対 4~6歳の子ども
共通 場 図書館

オレンジリボンたすきリレー

子どもの明るい未来への願いを込めて走ります。
時11月11日(日)9:35に第一運動公園を出発し、京急ストア葉山店へ
問 子育て支援課

池子ほっとおもちゃ病院

時11月15日(木)10:00~13:30 *予約不要。対 未就園児とその保護者
持 電池で動く物は新しい電池 費 部品交換の場合は実費負担
場 体験学習施設

冬特訓教室 2日間で苦手を克服

時①跳び箱&マット11月17日(出)・18日(日)②鉄棒&マット12月15日(出)・16日(日)、①②共にA(9:30~10:30)、B(11:00~12:00) 場 逗子アリーナ
対 ①②共、A年中~小学校2年生、B小学校1~3年生 定 各先着12人
費 各1,000円 申 11月2日9:00以降、電話でまたは直接逗子アリーナへ

おやこのひろば

時11月22日(木)10:00~11:30
場 市民交流センター 対 未就園児とその保護者 定 先着10組 問 市民交流センター

陽だまりサークル 刺繍のくるみボタンでアクセサリ作り

講師 比松彩さん(刺繍のワークショップちくちくの会主宰)
時11月28日(水)10:00~12:00(受け付け9:30~) *託児あり。場 体験学習施設 対 未就園児の保護者 定 先着15人 費 500円 申 11月1日以降、電話で社会福祉協議会へ

11月の

安心して遊べる/ 乳幼児と保護者のスペース

イベントなどの詳細は子育てポータルサイト、子育てわくわくメールマガジンに掲載しています。

逗子ほっとスペース 時(火)9:30~12:00
*23日(金祝)は休み。
問 逗子小学校ふれあいスクールTEL 046-873-4040
久木ほっとスペース 時(月)10:00~12:00
*19日(月)は休み。
問 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 時(月)(火)(水)10:00~15:00
小坪ほっとスペース 時(月)(水)(金)
*23日(金祝)は休み。
子育て支援センターの日 時(火) *子育ての相談もできます。
問 小坪親子遊びの場TEL 0467-25-1198

沼間親子遊びの場 時(月)(水)(木)(金)10:00~15:00
沼間ほっとスペース 時(月)(水)(木)
子育て支援センターの日 時(金) *23日(金祝)は休み。
子育ての相談もできます。
問 沼間親子遊びの場TEL 046-872-6084

池子ほっとスペース
プレイルーム 時(月)(水)~(日)10:00~16:00
*金(祝)は14:00、(日)は12:00まで。3日(土祝)、23日(金祝)は休み。
乳幼児プレイルーム(ママ・パパの部室)
時(月)(水)10:00~14:00
問 池子ほっとスペースTEL 046-873-8582

子育て支援センター
時(月)~(土)9:00~17:00(子育てひろばの利用は10:00~15:00) *3日(土祝)、19日(月)午後、23日(金祝)は休み。

ミニ講演会
卒乳とおっぱいの悩み
講師 金子起子さん(助産師) 時11月8日(木)11:00~12:00
ファミリー・サポート・センターについて
時11月22日(木)11:00~12:00
共通 場 子育て支援センター

健康寿命が延びる知識と工夫が身につく

新しい健康チェック フレイルチェック

日常生活で現れる生活機能の低下のサインを早期に発見し予防できれば、健康寿命を延ばせます。フレイルチェックを定期的に受けて、自分の体や心の状態の変化を意識しましょう。 **問** 高齢介護課

フレイルって？

高齢になり心身の活力が低下した状態をフレイルと言います。多くの人が、健康な状態からこのフレイルの段階を経て要介護状態に陥ることが分かってきました。

1 アンケート

健康を維持していくうえで重要な食事、運動、社会性などを調べます。その場で自分の弱点を見つけられます。



2 握力・筋力・運動機能

椅子に腰掛け、片足で立ち上がったたり、ふくらはぎの太さを測ったり。握力や筋肉量など4項目をチェックします。



3 口腔機能

「タ」と「カ」をそれぞれ1秒間に連続して何回言えるか測ります。噛む力、話す力の強弱をチェックし、口の健康状態を調べます。



フレイルチェック測定会 月1回開催中

時 11月30日(金)14:00～16:00 場 保健センター

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20人 申 11月1日以降、①測定会名②住所③氏名④電話番号・ファクス番号⑤生年月日を、電話・ファクスで高齢介護課へ

参加者の声

自分では体を動かしているつもりだったけど、意外とできない項目もありました。明日から頑張ろうという気持ちになれました。



フレイルサポーター養成研修

フレイルサポーターは、フレイルチェックを手伝うボランティアです。研修を受けてサポーターになりませんか。

時 11月28日(水)

13:30～15:30、

12月5日(水)13:30

～16:30(全2回)

場 保健センター

定 先着20人

申 11月22日まで

に、電話・ファクスで高齢介護課へ



サポーターの声

- ・人の役に立てて、とてもやりがいがあります。
- ・自分の気づきにもなりますし、楽しいですよ。

