

青い海と みどり豊かな 平和都市

広報

すし

2025
12
NO.1006



特集 障がい理解

このまちで
私らしく

障がいを知る、理解する 誰もが私らしく暮らせるまち

見えづらくてもできることはある
障がいと共に生きてゆく

逗子や鎌倉でサーフィンを楽しむ西久保涼子さん。10年前に、進行性の目の病気である網膜色素変性症と診断を受けました。現在は視野がトイレットペーパーの芯ほどしかなく、足元の段差などに気付くことができません。

サーフィンをするときは、夫の篤志さんに声のサポートをもらい、遠くの波や障害物を確認しています。二人で視覚障がい者が対象の大会にも参加し、6月の全日本パラサーフィン選手権では見事優勝。11月にはアメリカで開催された世界パラサーフィン選手権へ出場しました。

診断当初は「なぜ私なんだろう」と自分の障がいを受け入れられなかったという西久保さん。もともと趣味だったサーフィンからも一度離れました。しかし障がいのある人や理解ある人との出会いで、前向きになれたそうです。「いずれ見えなくなるかもしれないから、見えるうちにきれいなものを見ておきたい。障がいを理由に挑戦しないのはもったいない。できることは全てやりたいです」。まっすぐ前を見ながら、西久保さんは顔を輝かせて話してくれました。

障がいの種類や症状はさまざま

障がいの種類に応じて、身体障害者手帳・療育手帳（知的障がい児・者）・精神障害者保健福祉手帳の3種類の手帳の交付を受けられます。市内で手帳を持つ人は、計2,654人、約20人に1人の割合^{*}です。他にも、難病や発達障がいなど、生活のしづらさを抱えている人がいます。※2025年10月1日現在

身体障がい

肢体不自由や内部機能障がい、視覚・聴覚障がいなど、身体機能の障がいです。

知的障がい

生まれつきや発達期に現れた知的機能の遅れのため、日常生活に支障が生じます。

精神障がい

脳機能の変化が原因で、うつ病や統合失調症、気分障害など、精神や身体に症状がみられます。



12月3日～9日は障がい者週間です。障がいのある人が地域で暮らし続けるには、周囲の人の理解が欠かせません。誰もがその人らしく生きられるまち、そして社会へ向けて、まずは知ることから始めてみませんか。

（問）障がい福祉課

一人で苦しんだ数年間 困っている人に声をかける勇気を

診断を受けて数年間、私には価値がないと落ち込んだり、涙が出るほどの怒りを感じたりと、苦しい日々を過ごしました。仕事以外では家に引きこもっていましたが、ある日「このままではいけない。障がいと付き合って、外に出て行こう」と再開したボランティア活動でパラサーフィンに出会い、道が開けました。

工夫やサポートがあればできることは多い。サーフィンもそうですし、大好きなアーティストのライブも友人の誘導のおかげでまた楽しめました。今でも落ち込むときはありますが、家族の助けや相談できる相手がいることが支えになっています。

一緒にチャレンジを楽しむ毎日 助け合える世界になれば

西久保篤志さん

妻の応援やサポートを通じて、僕自身も新たなチャレンジができると、一緒に楽しんでいます。パラサーフィンの大会では、義足の人が車椅子を押すなど、障がい者同士で助け合う姿を見掛けます。どんなこともお互い様と改めて実感しました。助けを求めている人がいたら、知らんぷりせず行動するといった、意識や気遣いが広がってほしいです。

西久保涼子さん
(久木)



世の中には、支援が不十分なために外出できていない人もいます。街中で困っている人を見掛けたら声を掛けることが、当たり前にできる優しい社会になればいいなと思っています。

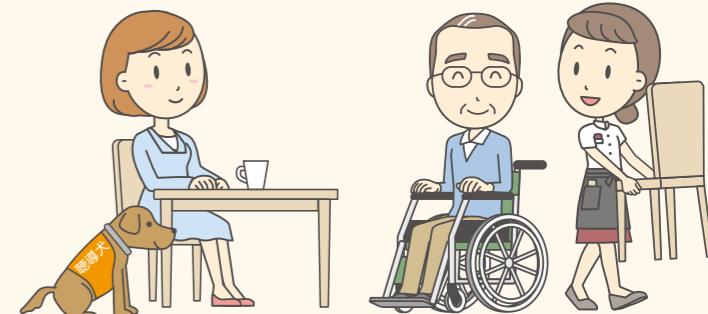


(上)愛犬と散歩。車止めのポールなど障害物があるときは、一緒に歩く家族が声を掛ける
(下)市内の有料老人ホームに勤務。注意や工夫をしながら、現在も働き続けている



共に暮らすまち・社会を目指して

周囲の人の気遣いや配慮で、障がいのある人の困りごとは解消できことがあります。障害者差別解消法では、事業者に対し、障がいのある人への「合理的配慮の提供」を義務付けています。補助犬の同伴の受け入れや、障害物を移動し車椅子を通りやすくすることなども、合理的配慮にあたります。



一人一人の意思を尊重し どう暮らしたいかを模索

市内に6棟ある、知的障がい者が入居するグループホーム「ジャストサイズ」。入居者は、日中を市内の通所施設、夜間や休日をグループホームで過ごします。親の高齢化などにより自宅での生活が難しくなっても、住み慣れた地域で生活を続けられるよう、職員が入居者の暮らしを支えています。

障がいがあっても暮らすことは一人一人違うもの。ジャストサイズでは、1棟6人の共同生活とはいえ、それぞれのペースやルールを尊重しています。また、ささいなことでも入居者が自ら決めることを促し、自分でできることを増やす工夫も。「例えば、朝食の飲み物は牛乳かお茶かを選ぶ、洗濯機や炊飯器のスタートボタンを押す。そんな小さな意思決定や経験を積み重ねることで、ここは自分の居場所だと認識でき、主体的に暮らせるようになります。そして“こんな風に生きたい”という、本人が希望する生き方と一緒に見付けていきたい」と、管理者の菊池さんは話します。

入居10年になる人に住み心地を聞くと「最初は緊張したけれど、今は自分の部屋でのんびり過ごす時間が一番落ち着く」と満面の笑み。部屋の掃除や洗濯も、職員に手伝ってもらしながら自分で行っています。

逗子は昔から“地域で暮らす”ということを大切にする、すばらしい地域と言う菊池さん。「グループホームで暮らす人も、地域で暮らす一員として温かく見守ってもらえるとうれしいです」



障がいがあっても 暮らし 働く 場所がある

グループ
ホーム

市内にある、障がい者向けの
グループホームと就労支援施設の様子を紹介します。

就労支援
施設



(上) 職員が見守る中、好きなように過ごせるリビング
(下) 取材した「ジャストサイズ新水科(久木)」。1棟6LDKに6人が暮らす



(上) リサイクルショップの商品陳列や値札作成なども利用者が工夫して行う (下) 毎週2か所のお寺を清掃。達成感から人気作業の一つ



入居者の笑顔が職員の喜び 共に成長していきたい

ジャストサイズ
管理者 菊池一美さん



本人の気持ちが分かりづらい分、うれしいときの笑顔や集中している姿など、感情や意思が見られることが喜びです。入居者の皆さんの成長は、職員の成長にもつながっています。

働くことで元気になる 意欲と作業をサポート

リサイクルショップカモミール
スタッフ 五十嵐知子さん



スタッフがサポートしながら、一人一人の個性や希望に合った作業を行ってもらっています。つらい思いをしていた方が、ここに通って働くことで元気になっていく。その姿がうれしいです。



仕事を通して広げていく 前向きな気持ちと可能性

主に精神障がいの人を対象にした、就労継続支援B型事業所「リサイクルショップカモミール」。心の病を抱えながらも、働く意欲のある人たちが利用する就労支援施設です。リサイクルショップの運営をはじめ、ちらしの封入から配達、お寺の清掃や個人宅の草むしりなど、さまざまな作業を地域から請け負っています。スタッフのサポートを受けながらも、その仕事ぶりは丁寧で細やか。「頂いた仕事なので、皆さんにはきちんと成果が出るようお願いしています。できていないときは、やり直してもらうこともあります」と話すのは、スタッフの五十嵐さん。中には、ここでの仕事で自信をつけ、一般就労する人もいるそうです。

ここで働く利用者の一人は「最初に見学したときに言われた『働く覚悟はありますか?』という所長の一言が、今でも印象に残っています。どんな仕事でも頑張ろうと思えた一言で、皆さんと助け合いながら働いています。また、屋外作業のとき、近所の人に『御苦労様』と声を掛けてもらえるのが励みになります」と話します。他にも「一人で病院通いの日々だったので、ここで話せるのが楽しい」「仕事以外のことまで、スタッフに何でも相談できて心強い」と、笑顔で話す人も。

リサイクルショップの商品は、全て寄付。五十嵐さんは「地域の方からの支援がとても有り難い。障がいがある人の働く場でありながら、地域の人も自然に集える場所であり続けたい」と話します。

施設へは仕事の依頼ができます

障がい者就労支援施設は、個人でも仕事の依頼ができます。詳細は市ホームページまたは各事業所のホームページを確認してください。 ID 1004281

障がいを理解し支える

地域の支援



手話

**手話はろう者の大切な言語
歴史や背景にも理解を**

逗子手話サークル
「さくらの会」
会長 橋本弘美さん(久木)

週1回、会員同士やろう者による勉強会を行っています。また、講演会や交流会、他の手話サークルや逗葉ろうあ協会と一緒にイベントを開催することも。私自身は、お互いをしっかり見て会話する様子にひかれ、9年前に手話奉仕員養成講座の入門・基礎課程を受講し「さくらの会」に入会しました。

手話は、ろう者の大切なコミュニケーション言語で、手や指だけではなく、目と口、表情なども使って会話します。手話を学ぶときは、かつて手話が禁止され、ろう者が差別されていた時代の歴史なども併せて学びます。そのような背景や苦労を理解した上で、ろう者と手話でコミュニケーションを楽しめたら。また、災害時などには、ろう者のお手伝いができるのではないかと考えています。

手話が未経験でも大丈夫。興味があれば、ぜひ見学に来てください。来年は創立40周年。私たちの活動が、ろう者と健聴者の交流を広げる力になればと願っています。



勉強会では、テーマに沿った内容の手話をそれぞれが披露する。積極的な意見交換に加え、笑いを交えながら楽しく手話を学ぶ



要約筆記

**聴覚障がいのある人へ
話や音を文字で伝える**

逗子筆記通訳サークル
「なみ」
轟田京子さん(沼間)

要約筆記では、中途失聴や難聴の人など聴覚障がいがある人に、話の内容などをその場で文字にまとめて伝えます。私は、27年前に県の要約筆記者養成講座を受講しました。当時は手書き要約筆記のみで、その後、パソコン要約筆記の講座も受講。2008年に市で要約筆記者の派遣制度が始まり、説明会や講演会、手続きや医療の場などで要約筆記を行っています。利用者に「分かりやすかった」と言ってもらえることが喜びです。

「なみ」は、市内在住の要約筆記認定者7人で2006年に立ち上げました。人生の途中で聴覚を失った中途失聴者や難聴者は、落ち込み、孤独を感じる人が多いです。また、話せるがゆえに聞こえないことを理解してもらえないときもあります。聴覚障がいへの理解と要約筆記の体験活動をイベントなどで行っているので、そのような機会にぜひ知ってもらいたいです。



話の内容をその場でパソコン入力し、モニターに文字情報として表示する

*10ページにパソコン要約筆記者養成講座の案内を掲載

手話通訳者・要約筆記者を派遣します

聴覚や音声・言語機能障がいのある人に、手話通訳者や要約筆記者を派遣します。詳細は障がい福祉課に問い合わせてください。 [☎ 1004236](#)

知的障がいのある子を持つ親の会



親子で楽しみながら 家族の悩みや不安を共有

逗子市手をつなぐ育成会
会長 山田弘子さん(久木)

親子で参加するバス旅行やお楽しみ会、親のおしゃべり会などを定期的に開催しています。知的障がいといっても、障がいの程度や特性はそれぞれで、親の悩みもさまざまです。また学齢期を過ぎると、生活や受けられる支援がガラッと変わるので、分からることは先輩の会員に相談することも。私もたくさん救われています。

本人たちは、市内のイベントや活動などにも楽しく参加しています。まちで見かけたら「いろんな人がいるんだな」と受け止めてもらえるとうれしいです。また、同じ境遇の親御さんで悩みを抱えていたら、いつでも話を聞きますので声を掛けてください。



年1回のバス旅行とお楽しみ会は、本人たちも楽しみしている一大イベント。大勢の仲間で過ごす、貴重な機会



知的ハンディをもつピアノの仲間の集い



小さなプラスを積み重ね 大きな舞台で弾くピアノ

小さな小さな音楽会
主宰 成田文忠さん(池子)

自閉症の息子にピアノを教え始めたのが40年前。知的障がい児の親御さんから我が子にもレッスンが広まり、年一回の発表会が今年で38回目を迎えました。

障がいの特性が一人一人違うように、ピアノの楽しみ方や指導方法も一人一人違います。レッスンでは楽譜通りに弾くのではなく、それぞれの心にある音楽を引き出せるよう指導しています。その教え方は、レッスンを通して生徒たちから教わったもの。少しづつでも必ずプラスがあり、その前進を見られるのが何よりうれしいです。

来年も、4月になぎさホールで発表会を予定しています。彼らの演奏を、ぜひ聴きにいらしてください。



38回となる今年の発表会には約30人が参加。中には1回目から参加している人も。それぞれの弾き方で、舞台での演奏を楽しむ

楽しく学んで障がい理解 ふれあいフェス in ずし2025

体験や交流を通じて楽しく障がいを知り、
学ぶことのできるイベントを開催します。

時 12月6日(土)10:00～14:00

場 逗子アリーナ ID 1013006



いろいろな体験をしよう

難聴や発達障がいの障がい体験に加え、点字や音訳、要約筆記、車椅子サポートなどの支援が体験できるコーナー。ユニバーサルスポーツのボッチャやラダーゲッターなど、子どもから大人まで楽しめるさまざまな体験企画があります。



Pick up

よく使う挨拶を手話で覚えよう



挨拶や気持ちなど、よく使う単語の手話を体験しながら学べます。写真の手話は「ありがとう」。その他は、会場で体験しましょう。

ふれあいマーケットでショッピング

市内の障がい福祉関係の事業所で作られた、クッキーなどのおいしいお菓子、キーホルダーやコースターといったかわいい雑貨を販売します。お弁当の販売もあります。



スタンプラリーで景品をもらおう

各ブースでの体験を通して、障がいの理解を深めながらスタンプを集めよう。クッキーなどの景品と交換できます。 *先着約250人

他にも、手話絵本の読み聞かせやクリスマスグッズのワークショップ、ダンスのステージ発表などの楽しいプログラムがあります。



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。

12月の くらしの ガイド

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 ファックス MAIL Eメール
 URL ホームページアドレス ID ホームページ番号 山 行政ポイント対象

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

市役所	TEL 046-873-1111 FAX 046-873-4520
環境クリーンセンター	TEL 046-871-7870 FAX 046-873-9428
消防署 年中無休	TEL 046-871-0119
図書館 毎週火休館	TEL 046-871-5998
図書館沼間分室 毎週火休館	TEL 046-872-3618
図書館小坪分室 毎週火休館	TEL 0467-24-6726
市民交流センター 第1・3火休館	TEL 046-872-3001 FAX 046-872-3003
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
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
文化プラザホール 第1・3火休館	TEL 046-870-6622
逗子アリーナ・スポーツ協会 毎週月休館	TEL 046-870-1296

池子の森自然公園管理事務所 毎週月休館 TEL 046-871-7022

池子遺跡群資料館 毎週月休館 TEL 046-871-7006

体験学習施設 毎週火休館 TEL 046-873-8581

福祉会館・社会福祉協議会 TEL 046-873-8011

保健センター TEL 046-873-8333

高齢者センター TEL 046-873-2531

子育て支援センター(休館日は23ページ) TEL FAX 046-871-5001

すしファミリーサポートセンター TEL 046-870-3400

こども発達支援センター TEL 046-872-6051

教育研究相談センター TEL 046-872-2898

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、各施設に問い合わせてください。

相談案内

消費生活相談

(月)～(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)9:30～17:00・(土)9:30～16:30 問 かながわ中央消費生活センター TEL 045-311-0999

人権相談 (月)～(金)8:30～17:15

問 横浜地方法務局横須賀支局 TEL 046-825-6511

女性相談 (月)～(金)9:30～12:00・13:30～16:00

女性相談専用 TEL 046-873-5531

行政書士相談(遺言・相続・空き家など)(予約制)

第1・3水9:00～16:00(1人1時間)

行政相談(国への要望)(予約制)

第1木13:00～15:00

法律相談(予約制)

第2・4火10:00～16:30

不動産の登記・測量相談(予約制)

第2月14:00～16:00

マンション管理相談(予約制)

第3月14:00～16:00

不動産相談(予約制)

第4月14:00～16:00

司法書士相談(相続登記など)(予約制)

第4火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水9:00～12:00 問 まちづくり景観課

成年後見相談(予約制) 第2水10:00～16:00

問 高齢介護課

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

問 逗子あんしんセンター TEL 046-871-8458

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 (月)～(金)9:00～17:45

問 支援センター処 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

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

問 子ども相談室 TEL FAX 046-871-8801

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(面接相談予約受付～17:00)

問 こども発達支援センター TEL 046-872-2523(直通)

教育相談 (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

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。

住宅改修の固定資産税減額制度

2025年1月2日以降に次の工事を行い、完了日から3か月以内に申告した場合、2026年度の固定資産税を減額します。(②③)同時改修した場合、重複適用可。

①耐震改修

1982年1月1日以前に建築した住宅の耐震基準に適合する、工事費50万円以上の改修工事

1/2減額(床面積120m²までを限度)

②バリアフリー改修

新築した日から10年以上経過した住宅で、自己負担額50万円以上の一
定のバリアフリー改修工事

1/3減額(床面積100m²までを限度)

③熱損失防止(省エネ)改修

2014年4月1日以前に建築された住
宅で、自己負担額60万円以上の一定
の省エネルギー改修工事

1/3減額(床面積120m²までを限度)

④大規模修繕等

築20年以上かつ10戸以上の管理計
画認定マンションで、長寿命化工事
を過去に一度以上実施、かつ修繕積
立金を認定基準まで引き上げた場合

1/3減額(床面積100m²までを限度)

課税課 [ID 1001881](#)

固定資産税・都市計画税第3期 の納期限は12月25日

支払いは、便利で確実な口座振替を
利用してください。

納税課 [ID 1001818](#)

市民交流センター地下屋内温水 プールの休業

換水清掃のため休業します。

時 12月2日(火)～

9日(火)

市民交流セン
ター



12月4日～10日は人権週間

人権啓発パネル展

併せて、映画「めぐみへの誓い」を上
映します。

時 12月3日(火)～10日(火)

場 市役所1階市民ホール

特設人権相談

時 12月8日(月)13:00～16:00

場 市役所会議室

共通 問 市民協働課 [ID 1009761](#)

建退共制度 加入者募集

労働者が建設業界で働くことをやめ
たときに、退職金を支払う制度です。

問 (独)勤労者退職金共済機構

[TEL 03-6731-2867](#)

なんでも出張相談

時 12月9日(火)10:00～15:00

場 商工会館

問 東部地域包括支援センター

[TEL 046-876-6299](#)

12月1日付け委嘱 民生委員・ 児童委員

身近な福祉の相談相手として、また
見守りや支援機関へのつなぎ役とし
て活動します。氏名や担当地域など、
詳細は市ホームページで確認してく
ださい。

また、民生委員・児童委員の欠員地区
があります。地域を支えたい気持ちの
ある人がいたら、推薦してください。

問 社会福祉課

[ID 1004304](#)



年末たすけあい募金に協力を

市内の福祉活動に役立てられます。
問 県共同募金会逗子市支会(逗子市
社会福祉協議会内)

[TEL 046-873-8011](#)



パソコン要約筆記者養成講座

聴覚障がい者(主に中途失聴・難聴
者)に、話し手の話を速く、正しく、分
かりやすく文字化して伝えます。

時 1月21日～3月18日の(火)9:30～
11:30(全8回) *2月11日を除く

場 市役所会議室

対 要約筆記の学習経験がなく、全日
程受講できる18歳以上の人 *他
にも条件があります。詳細は市ホー
ムページで確認してください。

定 先着10人

申問 1月14日までに、電話・ファク
ス・Eメールで障がい福祉課へ

問 [MAIL shuwa@city.zushi.lg.jp](#)

[ID 1004271](#)

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24日・31日、3月14日の(土)、他
実習6時間

場 鎌倉市福祉センター

定 先着30人 費 15,000円 *補助
制度あり。詳細は市ホームページへ

申問 1月16日までに、鎌倉・逗子ガイ
ドヘルネットワークへ

問 [TEL 0467-55-8882\(朝倉・佐藤\)](#)

[ID 1009763](#)

障害基礎年金の請求・相談

傷病の初診日が国民年金加入期間中
にある人や20歳前に傷病を負った
人は、障害基礎年金を請求できます。
予約の上、相談してください。

問 国保健康課 [ID 1001961](#)

年末の交通事故防止運動

交通ルールやマナーを守り事故を防
ぎましょう。

時 12月11日(木)～20日(土)

問 環境都市課

時 日時 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) 申込方法、申込先 問 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 ID ホームページ番号 □ 行政ポイント対象

市営住宅の入居者募集

応募には収入基準など一定の条件が
あります。詳細は、募集のしおり(12
月8日以降に都市整備課で配布、市
ホームページからも入手可)で確認
してください。

申込期間 12月8日～22日 *22
日は16:00まで

申問 都市整備課 [ID 1002154](#)

狭い道路拡幅整備事業に協力を

幅4m未満の狭い道路は、消防車・
救急車などの緊急車両の通行や災害
時の避難が困難です。4m幅への道
の拡幅に協力をお願いします。
拡幅部分を市に寄付する場合、測量・
舗装を市が行い、後退部分にある塀
や生け垣などの撤去費用の一部を負
担します。また、事業者などが後退部
分の測量、分筆、寄付や整備を行った
場合、補助金を交付します。

問 都市整備課 [ID 1002329](#)

危険物取扱者試験と受験準備講 習会

試験 種類甲種、乙種全類、丙種
*受験案内は消防本部などで配布

時 2月8日(日)

場 横浜市立大学金沢八景キャンパス

申問 12月9日～23日に、申込フォー
ムで、(一財)消防試験研究センターへ

TEL 045-633-5051 QRコード
講習会 種類乙種第4類

時 1月16日(金)

場 ヴェルクよこすか 費 11,000円

申問 12月8日～1月14日に、電話で
消防予防課へ [ID 1001728](#)

全ての人に本の楽しみを 図書 館の障がい者サービス

図書館には、読書などが困難な人を
対象にしたサービスがあり、文字の
提出不可

少ない「やさしい利用案内」の配布も
行っています。3月9日まで、サービ
ス内容を1階カウンター前で展示し
ます。

サービス内容

録音図書デイジー・
点字図書・朗読CD・大活字本・LLブッ
ク・布絵本の貸出、本の郵送・宅配
サービス、障がい者用音声ガイドや
バリアフリー日本語字幕の付いた映
画の上映とDVDの貸出

場 問 図書館

新入学学用品費の早期支給

経済的な理由で困っている世帯への
援助(就学援助)として、希望者に学
用品費を2月末頃に支給します。

対 4月に逗子市立小学校へ入学予定
の児童の保護者

申問 12月1日～1月9日に、学校教育
課へ [ID 1003729](#)

市立中学校新入生保護者説明会

学校生活や各種手続きについて説明
します。必ず出席してください。

*欠席のときは事前に学校へ連絡

久木中学校 時 12月5日(金)15:30～

逗子中学校 時 12月8日(月)13:30～

沼間中学校 時 12月11日(木)14:00～

対 4月に中学校へ入学予定の生徒の
保護者

問 学校教育課 [ID 1003648](#)

2026年二十歳を祝ううしの集い

市内在住の対象者には、12月中旬ま
でに案内状を送付します。現在逗子
市に住民登録がない人で参加を希望
する場合は、市ホームページを確認
してください。

時 1月12日(月祝)11:00～

場 文化プラザホール

対 平成17年4月2日～平成18年4月
1日生まれの人

問 体験学習施設 [ID 1012346](#)

宝くじ助成金で、青少年を対象に したイベントを実施

小坪地区青少年健全育成推進会が
宝くじ助成金を活用し、小坪コミセ
ンで「でっかい段ボール迷路で遊ば
う！」と「耐久6時間 勉強鉄人レー
ス！」を8月に実施しました。

問 体験学習施設



傍聴



教育委員会 定例会

時 12月17日(火)14:30～

場 市役所会議室 問 教育総務課

廃棄物減量等推進審議会

時 12月18日(水)10:10～

場 市役所会議室 問 資源循環課

*時間・場所が未定の会議、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。

市公式アカウントなど



LINE



X



facebook



市ホームページ

市の求人 11月11日現在の募集状況です。 [ID]1006773

●任期付職員 隨時募集

職種	勤務時間(週)	初任給*	申問
保育士(休業代替)	5日(38時間45分)	252,672円	教育総務課

*学歴、年齢、職歴などの一定基準により加減あり。その他諸手当あり。

●2026年4月採用 会計年度任用職員

職種	勤務時間(週)	報酬月額	申問
事務職	4日(31時間)	168,448円	職員課
	3日(23時間15分)	126,336円	
	2日(15時間)	81,507円	
業務職	4日(31時間)	166,387円	
	3日(23時間15分)	124,790円	
	2日(15時間)	80,509円	
図書館一般事務	4日(31時間)	168,448円	教育総務課
	4日(15時間)	81,507円	
学習支援員	2日(15時間)	81,507円	

イベントナビ

*問い合わせ先の電話番号は9ページ参照。

元旦マラソン

時 1月1日(木祝)8:00(受付7:30~)
場 新宿会館集合 申当日会場へ
問 逗子アリーナ

市民ソフトテニス大会 中学の部

時 1月18日(日)9:00~17:00 * 予備日25日(日)
場 第一運動公園テニスコート
対 市内在住・在学の中学生
費 100円
申 1月8日18:00までに、電話で市民ソフトテニス協会へ
TEL 090-6183-1266(遠藤)

スポーツ



ピラティス体験教室

お腹を意識して姿勢を良くすることで、筋力の衰えを改善します。
講師 高橋久美子さん(ピークピラティスフル認定インストラクター)
時 12月11・18日の土13:30~15:00
(全2回) 場 沼間コミセン
対 2日間受講できる人
定 先着15人
申 12月1日以降、①住所②氏名③年齢④電話番号を、電話・ファックス・Eメールで社会教育課へ
FAX 046-872-3115
MAIL syakaikyouiku@city.zushi.lg.jp ID 1013422

フィットネス教室

ピラティス 時 12月13・20日の土
①ハードピラティス8:15~8:45
②ソフトピラティス9:00~9:50
ストレッチ 時 12月27日(土)
③スマイルアップストレッチ8:15~8:45
④スマイルアップシニアストレッチ9:00~9:50
共通 対 16歳以上
定 先着①③60人②④110人
費 1回500円(回数券10枚4,000円)
申 当日会場へ
場 逗子アリーナ

みんなでダンス・スポーツ

スポーツ 時 12月13日、2月14日、3月14日の土11:00~12:00
ダンス 時 12月27日、2月28日の土11:00~12:00
対 障がいのある人、興味がある人
定 各30人
申 当日会場へ
場 逗子アリーナ

文化・教養

図書館展示 Wonderfulな毎日を!

時 12月10日(水)~1月12日(月祝)
場 問 図書館

ワッショイ! すいかいがん 海で働く人々 講演会

水の流れを基礎とした生命圏の区分が分かる「流域地図」を用いて、逗子の山・川・海のつながりを考えます。
講師 春山慶彦さん(株ヤマップ)

時 12月13日(土)14:00~16:00
場 市民交流センター
定 先着60人
申 電話・申込フォーム
で、または観光協会(経済観光課内)窓口へ



映画「めぐみー引き裂かれた家族の30年」上映会

時 1月28日(水)14:00~16:00
場 三浦市民ホール
定 先着200人
申 12月3日~1月14日に、①住所②氏名③電話番号を、はがき・申込

フォームで県横須賀三浦地域県政総合センターへ 住所 横須賀市日の出町2-9-19
TEL 046-823-0317



その他



東逗子朝市

時 12月7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



逗子海岸一斎清掃

時 12月7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

デジタル相談会

スマートフォンの基本的な操作方法など、何でも相談できます。

沼間コミセン 時 12月6日(土)13:30~14:30②
14:30~15:30 定 各先着10人 申 12月3日まで
高齢者センター 時 12月11日(土)10:00~10:40②
10:40~11:20③11:20~12:00 対 市内在住の60歳以上の人
定 各先着3人 申 12月8日まで

共通 申 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メールでデジタル推進課へ
MAIL jouhou@city.zushi.lg.jp
ID 1013389, 1013390

時 日 時 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 ID ホームページ番号 □ 行政ポイント対象

パブリックコメント ID 1006317

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

パブリックコメントとは、市の計画や制度などを決定前に公表し、市民や事業者から意見を出してもらう制度です。広く意見を募集する案件は、必ず広報ずしに掲載し、その詳細は市ホームページなどで紹介しています。また、結果は市ホームページで公表します。あなたも意見を出しませんか。

案件名	募集期間	概要	提出先・問い合わせ先
国民健康保険条例の一部改正について	12月1日～1月9日	子ども・子育て支援法等の一部を改正する法律の施行により、現行の保険料に加え、子ども・子育て支援納付金の徴収が始まります。これに伴い、国民健康保険条例を改正します。	国保健課 MAIL:hoken@city.zushi.lg.jp ID:1013466
県有施設(元海風荘・現渚マリーナ)の利活用について	12月9日～1月13日	県有施設(元海風荘)を取得し、海洋観光・海洋レジャーの拠点として利活用するための方針を策定します。	経済観光課 MAIL:keizai@city.zushi.lg.jp ID:1013437

Let's Enjoy シニアライフ!

シニアヘルスアップ講座 アクティブコース

バランス感覚を高める、しっかり動きたい人向けの講座

時 1月6日～3月17日の火9:00～10:30(全11回) 場 逗子アリーナ

申 12月4日～16日に、申込フォームで逗子スポーツクラブへ
TEL:046-872-9032 (平日9:00～17:00)



脳活・筋活講座 認知機能を高めるトレーニングとウォーキングの習慣化を目指す講座

時 1月8日～3月26日の木12:45～14:45(全12回) 場 市民交流センター
申 12月4日～16日に、ルネサンス大和へ
TEL:046-265-3222(木)を除く11:00～18:30

共通 対 市内在住の65歳以上で、要支援・要介護認定を受けていない人
定 各16人 * 多数抽選、新規申込者優先
問 社会福祉課
ID:1004102

おとの健康

1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(木)・29日(木)	10日(土)	12/1～7

*先着順。10・29日は子宮頸がん検診実施日。29日は託児あり(事前申し込み) 問 国保健課 ID:1004029

健診(検診)の予約はお早めに

今年度中の健診(検診)を希望する人は、早めに医療機関に問い合わせの上、受診してください。今年度は特定健診・高齢者健診ともに無料で受診できます。特に、子宮頸がん・乳がん・肝炎ウイルス無料検診クーポン券を利用する場合、1月の予約は大変混み合うことが予想されるため、早めの予約をお願いします。
問 国保健課 ID:1004024

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。妊婦は予防接種が受けられないので、妊娠前に同居者と一緒に接種を受けましょう。

問 国保健課 ID:1004035

人間ドックの結果を提出して健康グッズをもらおう

人間ドックなどで検査を受けたため、今年度の特定健診を受診しない人は、健診結果の提出をお願いします。提出すると、今年度の健診を受けたことになります。

対 逗子市国民健康保険に加入している40歳～74歳で、①～③のすべてに該当する人
① 特定健診対象者
② 2025年度中に、特定健診を受診していない人
③ 特定健診の検査項目を満たす、人間ドックや職場の健診、治療のための定期的な検査をした人
問 国保健課 ID:1004031

認知症介護者の居場所 逗子家族会

時 12月12日(金)14:00～16:00
場 逗子4丁目空き家カフェまたはオンライン
対 認知症の人を介護している、していた家族 費 100円
申 中部地域包括支援センター TEL:046-872-2480

もの忘れ相談

もの忘れが多くなった、怒りっぽくなったなど、本人や家族の心配事について精神保健福祉士が話を聞きます。

時 12月16日(火)13:00～15:00～

場 市役所1階相談室 定 各1組

申 問 12月1日以降、社会福祉課へ ID:1004172

歯とお口の健康講座

歯周病やオーラルフレイルについて説明します。

時 12月18日(木)10:00～11:30

場 市役所会議室

対 40歳以上の市内在住者

定 先着40人 * 2025年6月開催時と同内容

申 問 12月16日までに、①講座名②住所③氏名(フリガナ)

④電話番号⑤生年月日を、電話・ファクス・Eメールで、または国保健課窓口へ

MAIL:kenkou@city.zushi.lg.jp ID:1010574

からだとこころの健康相談

子育ての悩みやイライラ感などについて、対面・オンライン・電話で心理カウンセラーに相談できます。

時 12月19日(金)10:00～12:00(1人約50分)

場 申 問 県鎌倉保健福祉事務所

TEL:0467-24-3900



妊婦さんの歯ぐきの検診

歯周病予防のための歯と歯ぐきの検診、歯磨き実習

時 12月19日(金)13:10～14:30

場 保健センター

対 市内在住の妊婦

申 問 12月12日までに、電話で県鎌倉保健福祉事務所へ

TEL:0467-24-3900

認知症カフェ

おれんじカフェ

時 12月19日(金)14:00～16:00

場 逗子4丁目空き家カフェまたはオンライン

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 12月23日(火)13:30～15:30

場 県営逗子桜山ハイツ集会所

費 200円

申 問 あつま～る実行委員会 長谷川 TEL:090-7054-3348

みんなの広場

ご不要な食料品を回収しています

回収された食料品は必要な方に配布されます。回収場所はトヨタLOHAS逗子店、市内のファミリーマート
問CoCoLoの会 吉原 [TEL](#)090-3816-6780

遠くから継続する支援 東北物産展

時12月3日(水)・17日(水)・19日(金)・22日(月)・1月7日(水)・16日(金)・19日(月)・28日(水)10:00～15:30 場市民交流センター 同会 シェアハート鎌倉 平野 [TEL](#)090-6507-3052

ガルデさんのドイツ語会話

初級ドイツ語会話を楽しもう 時12月5・19日、1月16・30日の金10:00～11:30 場市民交流センター 費月3,000円 同会 ドイツ語会話同好会 須永 [TEL](#)090-9324-7329

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。2月号掲載申し込みは12月22日17:00までにファックス・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。 同企画課

逗子ゼロ・ウェイストの会イベント

①エコ広場 時12月7日(日)～10日(水)、1月31日(土)～2月2日(月) *2月1日(日)はエコ広場まつり ②包丁研ぎ他 時12月11日(木) 場市民交流センター 同会 海野 [TEL](#)090-9380-1422

逗子ふれあいフリーマーケット

出店者募集中 時12月12日、1月30日の金8:00～14:30 翌13日、31日の土骨董市開催 *雨天中止 場亀岡八幡宮境内 同会フリーマーケット 片岡 [TEL](#)090-5442-3778

ジャズナイトカフェ Vol.150

Xmas Special Concert *プレゼント抽選会有 時12月12日(金)19:00～ 場さざなみホール 費前売4,000円、当日4,500円 同会発声と呼吸法の会 柴崎 [TEL](#)090-8688-9544

逗子ボランタリーガイド俱楽部

①横浜山手を巡る 時12月17日(水)JR石川町駅 ②新春の鎌倉を歩く 時1月14日(水)JR鎌倉駅西口 共に10:00集合 持弁当 費500円 申問同俱楽部 須田 [TEL](#)080-2341-6004

逗子将棋の会 無料 観る将歓迎

大人子ども、みんなで気軽に指しませんか 時12月21日(日)12:00～15:00 場市民交流センター 同会 西畠 [TEL](#)050-3597-8506 URL <https://www.facebook.com/zushi.shogi>

逗子名曲鑑賞会(年4回の公演)

プロの演奏によるクラシック鑑賞会 時2月13日、6月19日、9月25日、11月27日の金 場文化プラザホール 費1人6,000円、ペア10,000円 *全4回分 同会 倉田 [TEL](#)090-5215-3694

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。

くらしのガイド ズームアップ°

イベント

郷土史研究報告会 行幸啓と逗子の関わり

横須賀造船所をしばしば訪れた明治天皇と皇后。その行幸啓に逗子の民衆がどう関わったかを、桐ヶ谷歴史庭園で発見された新史料からひもときます。

講師 塚越俊志さん

(東洋大学非常勤講師)

時 12月18日(木)15:00～16:30

場 市役所会議室

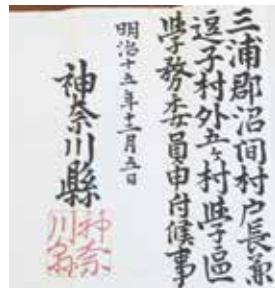
対 市内在住・在勤・在学者 **定** 先着30人

申 **問** 12月1日以降に、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12月8日までに申し込み

ID 1013480



戸長兼学務委員申付

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 **ID** ホームページ番号 **▲** 行政ポイント対象

イベント

音のない世界で対話 ダイアログ・イン・サイレンス

音を遮断するヘッドセットを装着し、身振り手振りを用いてさまざまなアクティビティに挑戦。静けさの中で対話を楽しむ体験を、聴覚障がいのある人が案内します。

時 1月31日(土)①12:00 (開場11:30) ②14:00 (開場13:30)
③16:00 (開場15:30)

費 一般 前売2,000円・当日2,500円、高校生以下 前売1,000円・当日1,500円

*小学生は保護者同伴、未就学児入場不可

場 間文化プラザ

ホール



講座

チョコレートから 児童労働や国際協力を考える

人権講座 チョコレートを食べたことがないカカオ農園の子どもに、きみはチョコレートをあげるか?

児童労働や貧困問題の現実を学んで、国際社会の構造的な問題を理解し、解決のためにできる行動をワークショップ形式で学びます。中学生との合同講座です。

講師 木下理仁さん (東海大学非常勤講師)

時 12月18日(木)10:50～12:40

場 逗子中学校 **定** 先着50人

申 12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、または社会教育課窓口へ
*託児・手話通訳・要約筆記は12月8日までに申し込み **ID** 1013469



共通 **問** 社会教育課 **FAX** 046-872-3115

MAIL syakaikyouiku@city.zushi.lg.jp

ホンモノの手作りチョコレートワークショップ

カカオ豆からチョコレートを作る体験を通して、普段食べているチョコレートの裏にある問題について考えます。

時 12月25日(木)10:00～12:00

場 逗子小学校

対 市内在住の小・中学生

* 小学校1・2年生は保護者の参加可

定 先着12人 **費** 300円

申 12月1日以降、①住所②氏名③学年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 **ID** 1013470



お知らせ

年末年始のお知らせ**ごみの収集**環境クリーンセンター [ID:1002113](#)

正しく分別し、日にちを守って朝8:30までに出してください。

地区	日程	12月				1月
		28日(日)	29日(月)	30日(火)	31日(水)～4日(日)	
北・東地区 久木1～3丁目、久木5～9丁目、山の根全地区、池子全地区、沼間全地区、桜山4丁目14～16番、桜山5丁目5～19番	容器包装 プラスチック 	燃やさごみ 	収集なし	収集なし		
南・西地区 久木4丁目、桜山1～3丁目、桜山4丁目1～13番、桜山5丁目1～4番・20～46番・525～526番地、桜山6～9丁目、逗子全地区、新宿全地区、小坪全地区	容器包装 プラスチック 	燃やさごみ 	収集なし	収集なし		

*1月5日から通常の収集を行います。

粗大ごみの戸別収集の受け付け

12月31日(水)～1月4日(日)は行いません。年内に受け付けた人でも収集は年明けになることがあります。収集日の指定はできません。

環境クリーンセンター [ID:1002113](#)**ごみの持ち込み**

12月27日(土)～1月4日(日)はごみを持ち込めません。

受付時間 8:45～11:45、13:00～16:00

処理手数料 10kg当たり350円

必ず受付時間内に計量室まで持ち込んでください。ごみはきちんと分別し、事前に「ごみ発生書」を作成してください。
* 指定ごみ袋(有料)を使用した場合も手数料がかかります。

環境クリーンセンター

[ID:1002113](#)

ごみ発生書

**主な施設の年末年始の休み**

市役所窓口 27日(土)～4日(日)

市民交流センター 29日(月)～3日(土)

逗子アリーナ 28日(日)～3日(土)

高齢者センター 27日(土)～4日(日)

体験学習施設 28日(日)～3日(土)

池子の森自然公園 緑地エリア 28日(日)～3日(土)

スポーツエリア 28日(日)～3日(土)

* その他の施設の休みは市ホームページで確認、または直接各施設に問い合わせてください。

図書館・ブックポスト

図書館、沼間分室、小坪分室の年末年始の休館日は、12月29日(月)～1月4日(日)です。12月27日(土)～1月4日(日)は、ブックポストの利用はできません。

コンビニ交付サービス

12月15日(月)～1月4日(日)は、システム改修および年末年始のため、コンビニエンスストアでの証明書の発行を停止します。住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍(全部・個人事項)証明書、戸籍の附票の写し、課税・非課税証明書(所得証明書)の交付サービスは利用できません。
 門戸籍住民課 [ID:1009520](#)

**集団資源回収・拠点回収ボックス**

12月31日(水)～1月3日(土)は、ミックスペーパーやアルミ缶などの集団資源回収を行いません。12月26日㈮午後～1月4日(日)は、拠点回収ボックスを施錠します。

* 施錠・解錠作業は順次行います * 逗子アリーナでの施錠は12月27日(土)～1月3日(土)

環境クリーンセンター



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。

し尿の収集・浄化槽の清掃

12月29日(月)～1月4日(日)は行いません。

収集日は指定できません。早めに申し込んでください。

神中運輸 [TEL:0467-22-2205](#)

広告

くらしのガイド ズームアップ

講座

認知症講演会と家族のつどい 「認知症と共に生きる」

認知症介護者と当事者による講演および認知症の人を介護する家族の交流会を行います。

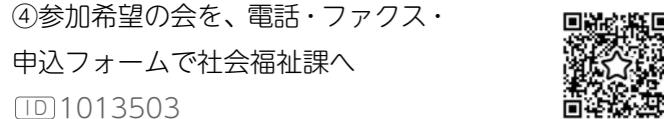
講師 三橋良博さん（認知症の人と家族の会）
時 1月25日(日)

①家族交流会10:00～12:00
②講演会13:00～15:00

場 市民交流センター

定先着①20人②80人 *両方参加可
申間 12月1日以降、①氏名②電話番号③メールアドレス

④参加希望の会を、電話・ファックス・申込フォームで社会福祉課へ
ID 1013503



お知らせ

高齢者の外出や移動を支援 京急バス「ふれあいバス」がICカード化

70歳以上の人（有効期限内に70歳になる人も含む）は、京急バス全線（高速バスなどの一部を除く）が6か月間乗り放題になる「ふれあいバス」。12月発売開始分からは、記名式のPASMOまたはSuicaに情報を読み込ませて、ふれあいバスとして利用します。

販売期間 12月1日～1月31日

有効期間 1月1日～6月30日

費 22,000円

持 ①記名式のPASMOまたはSuica②年齢が確認できる公的機関発行の書類または現在の「ふれあいバス」を持参し、京浜急行バス逗子営業所へ（平日10:00～13:00・14:00～19:00、土日祝9:30～13:00・13:45～17:00）

問 京浜急行バス株 ID 045-264-6895

*「PASMO」は株式会社パスモの登録商標です。

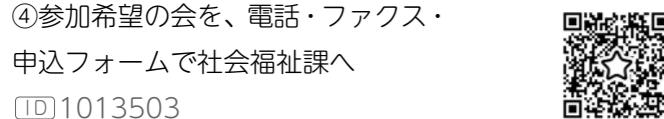
*「Suica」は東日本旅客鉄道株式会社の登録商標です。

講座

介護を学んで語り合う 家族のための介護教室

介護の専門職による講座と、参加者同士で介護の悩みを話し合う交流会を各回行います。

- 介護者のメンタルケアを学ぼう** 時 1月17日(土)
- 介護食を学ぼう** 時 1月31日(土)
- オムツの「いろは」を学ぼう** 時 2月14日(土)
- 身体を痛めない介助方法を学ぼう** 時 2月28日(土)
- 共通** 時 10:00～12:00 場 福祉会館
- 対 市内で家族を介護している人、介護に関心のある人
- 定 各先着30人
- 申間 1月8日までに、①参加日②住所③氏名④電話番号
- ⑤講師に質問したいことを、電話・ファックス・Eメールで社会福祉協議会へ
- FAX 046-872-2519 MAIL vc@zushi-shakyo.com
- * 託児は1月5日、手話通訳・要約筆記は1月6日までに申し込み ID 1004170



「ふれあいバス」購入費助成

対 逗子市に住民登録がある、6か月有効のふれあいバスを12月～1月に購入し、①・②のいずれかに該当する人
*特別養護老人ホームに入所している人は除く

- ①市民税非課税の人
- ②運転免許証を自主返納した人（返納時65歳以上）
- 助成額** ①4,000円②7,000円（1回限り）
- 持 申間 2月27日17:00までに、IC定期券内容控え（ふれあいバス購入時に発行）、申請書（高齢介護課で配布、市ホームページからも入手可）、振込先通帳の写しを、高齢介護課窓口へ *②は運転経歴証明書の写しまたは運転免許の取り消し通知書の写しを持参
- ID 1004195

講座

バランスよい食事を 男性の健康料理教室

健康づくりに役立つ調理の基礎を学びます。包丁を持つたことがない人でも簡単な料理を作れるようになります。

- 時 1月14・28日、2月4・18・25日、3月4・11・18日の水9:30～13:30（全8回） 場 保健センター
- 対 市内在住の65歳以上の男性 *初めての人優先
- 定 先着12人 費 1回500円程度
- 申間 12月3日以降、①住所②氏名（フリガナ）③生年月日④電話番号を、電話・Eメールで、または国保健康課窓口へ
- MAIL kenkou@city.zushi.lg.jp
- ID 1008367



イベント

和太鼓グループ彩 -sai- 打ち寄せる音、渚の吉日

逗子開成高等学校和太鼓部とのコラボレーション公演。逗子の海を連想するような“波と音の掛け合わせ”を、大迫力の和太鼓演奏で届けます。

時 1月17日(土)14:00～（開場13:30）
費 一般前売3,500円・当日4,000円、高校生以下前売2,000円・当日2,500円

*未就学児入場不可
場 間文化プラザホール



広告

お知らせ

鳥獣被害対策講習会と 捕獲おりの無料貸し出し

本来、日本には存在しなかった動物による被害が、市内の家屋や庭先で出ています。地域の自然環境を守るために、特定外来生物などに関する正しい知識と対処方法を学びませんか。 *希望者には捕獲おりの取扱い実習あり

- 講師** 大嶽隆さん（県かながわ鳥獣被害対策支援センター専門員）
- 時 12月26日金10:00～12:00 場 市役所会議室
- 対 被害で困っている人、被害予防に関心のある人

- 申間 12月22日までに、①住所②氏名③電話番号④質問事項を、電話・ファックス・申込フォームで、または緑政課窓口へ



捕獲おりの無料貸し出し

- 捕獲の対象** タイワンリス・アライグマ・ハクビシン *おりの貸し出しを希望する人で、危害を加えている動物が分からぬ場合、家屋調査を実施します
- 申間 緑政課 ID 1002293



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。

くらしのガイド ズームアップ

お知らせ

防火ポスター конкурール入賞者決定 消防長賞に岸本海希さん、危険物安全協会長賞に土居実怜さん

市内の小学校3～6年生を対象に、防火ポスターの作品を募集しました。46点の応募があり、入賞作品10点が選ばれました。全入賞作品を右の日程で展示します。

問 消防予防課 ID 1007790

受賞者コメント



消防長賞
岸本海希さん
お母さんがいつも出掛けるときには指差して火の元を確認している姿を見て、今回の絵を思い付きました。指差しの先に、火災原因となるものを描いています。



危険物安全協会長賞
土居実怜さん
モバイルバッテリーの事故の危険性がみんなに伝わって、安全に生活できるように考えて描きました。一目で内容が分かるように絵を工夫しました。

イベント

平日の子どもの居場所 ポストカードづくり

レトロな風合いが魅力のリソグラフ印刷機を使って、世界に一つだけのクリスマスピストカードを作ろう。

講師 太田るなシャワさん

時 12月16日(火)13:30～17:00

場 市民交流センター

対 小・中学生 *小学校3年生以下の子どもは保護者同伴

定 先着10人

費 1人2,000円



キッズ

本から広がる世界 12月の図書館おはなし会

おひざにだっこのおはなし会

時 6日(土)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 6日(土)14:00～14:30 対 小学校低学年

わらべうたであそぼう

時 18日(土)10:30～10:50 対 0～1歳児とその保護者

わんぱくクリスマスおはなし会

時 18日(土)15:30～16:00 対 4～6歳の子ども

おひざにだっこのクリスマスおはなし会

時 20日(土)10:30～11:00 対 2～3歳児とその保護者

冬の小学生おはなし会

時 20日(土)15:30～16:10 対 小学生



KIDS通信

*問い合わせ先の電話番号は9ページ参照。

健診・教室

乳幼児健康診査

4か月児健診 時 12月9日(火)

対 令和7年8月生

お誕生日健診 時 12月23日(火)

対 令和7年1月生

1歳6か月児健診 時 12月11日(木)

対 令和6年6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 令和4年9月生

*対象者には11月末までに個別案内を送付します。

問 子育て支援課 ID 1002636

2歳児教室 どんぐり広場

時 12月19日(金) *時間は申込時に

案内 場 保健センター

対 2歳児とその保護者

定 先着15人程度

申 12月17日までに、申込フォームで子育て支援課へ

ID 1002641



パパママ準備クラス

フォースステップ 出産後の不安を減らそう

時 1月15日(木)10:00～11:30

場 子育て支援センター

対 出産後1～3か月頃の子どもの保護者 定 先着12組

申 1月14日までに、電話または申込フォームで子育て支援課へ

ID 1002592



イベント

沼間・クリスマスおはなし会

時 12月14日(日)10:30～11:00

場 沼間コミセン

対 子どもとその保護者

問 図書館または沼間分室

スマイル講座

スマイルミュージックディ

時 12月20日(土)14:00～15:00

対 0歳～ *保護者参加可

定 先着50人 申 当日会場へ

場 体験学習施設 ID 1003041

うみかぜクラブジュニア教室
クリスマス会(プレゼント付き)

種目 バドミントン・卓球

時 12月24日(木)16:00～18:00

対 小・中学生

申 当日会場へ 場 沼間逗子アリーナ



お知らせ

子育て支援センター

時 (月)～(土)9:00～17:00

休み 15日午後、29日～1月3日

巡回相談

小坪ほっとスペース 時 (火)10:00～15:00、休み 30日

沼間ほっとスペース 時 (金)10:00～15:00、休み 1月2日

場 子育て支援センター

ID 1002740



ほっとスペースなどの開館時間や休館日、知っておきたい子育て関係の手続きや制度、イベント情報、子育て中のママたちによるレポート記事などを掲載しています。





(一財)すこやかさゆたかさの未来研究所
代表理事

畠中一郎さん(桜山)

筋萎縮性側索硬化症(以下、ALS)の患者で、現在は車椅子で生活を送る畠中さん。ALSの患者とその家族を支援する一般財団法人を設立し、代表を務めている。

長年ミッションを探し続けて

ALSは、体を動かすことが徐々にできなくなる病気。治療法のない難病で、人工呼吸器を使用しないと5年ほどで死に至ると言われている。

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。

ALSと残りの人生を生き切る

畠中さんは、ALSと診断された翌年の2022年に財団を設立した。その精力的な活動には、35年前、駐在先のアフリカで巻き込まれた暴動の影響が大きい。多くの人が目の前で亡くなり、生き残った罪悪感に苦しんだ。「自分はいつか意味あることをさせられる。ミッションを背負ったんだと思い込ませるしかなかった」。

診断を受けた病室で「これがミッションか」と思った畠中さん。財団設立後は、全国各地の患者に会ってニーズを探ことから活動を始めた。

病気を乗り越え、有意義に生きる

ALSの患者には、余命宣告を受けた深い絶望の中にいる人も多い。財団では「寄り添う」「支える」「乗り越える」の3つの目標を掲げ活動している。畠中さんは中でも「乗り越える」ことが大事だと話す。「余命が分かることで、人生のゴールがはっ

きりする。残りの人生をなんとか有意義に生き切るべきだ」。

今年の7月から救急車を改装した「ゆめばす」の事業を開始。電動車椅子のまま乗車できる車を、原則無料で貸し出している。「難病患者にとって、娯楽のための移動は事実上困難。それでも諦めず、できることがあると実感するために、ゆめばすを使ってもらえるはず」と期待を語る。

逗子から前向きなメッセージを

静かで通勤が便利な湘南エリアに暮らしたいと、2001年から逗子での生活を始めた。「海と山、駅前の商店街が大好き」と笑顔で話す。

「退職したり、病気で障がいが生じたりすると、“第一線を引いた”と考えてしまうもの。しかしこれは今までの人生を見直すきっかけにもなる。前向きなメッセージの発信基地に逗子がなってほしい」。

現場第一主義 市長だより vol.81

今月の特集は「障がい理解」です。障がいの程度はさまざまですが、多くの方々が困難や苦労を抱えながら、明るく強く生活されていることに敬意を表します。

冒頭に登場した西久保さんは、今年7月、全日本パラサーフィン選手権優勝のご報告にお越しいただきました。以前に西久保さんとは、目の病気があると知らずお話ししたことがあり、外見から分からぬ障がいがあると改めて気付かされました。一時は落ち込んだものの、それを跳ね除けて活躍されている姿に拍手を送りたいです。

「人生のへそは逗子にあり」に登場する畠中さんは、私の長年の知人でもあります。診断により宣告を受けた時に「これがミッションか」とは、なかなか思えるものではありません。健常者から障がい者の立場に変わったからこそ感じる社会の仕組みの違いに声を挙げ、行動する姿勢に多くの方々が学びを受けています。

右手で左胸あたりを2回叩いて「あなたのことを気にかけていますよ」と示すハンドサインがあります。畠中さんらが考案したハンドサインで、逗子から広めていきたいと考えています。共に理解し合える社会、誰にとっても暮らしやすいまちを目指していきたいと思います。

逗子市長 桐ヶ谷覚