

葉山

11 月号



スポーツの秋到来!!

町民体力測定



今月号の主な内容

広報葉山は音声版・web版もあります。
詳しくはお問い合わせください。

03	特集 体力をつけて健康に
07	はやま NEWS
12	子育て応援コーナー
14	健康情報
16	教育委員会だより「いそぎく」
18	町からのご案内
22	でんごんばん
24	葉山いろいろ写真館
26	文化施設等のお知らせ
31	葉山町長コラム

今月の表紙



10月14日(月祝)、一色小学校の校庭・体育館で「町民体力測定」を開催しました。町制施行100周年を記念し、今年は虫歯リスクチェックや認知機能チェックも同時実施！ 体力をつけ、スポーツの秋を楽しみませんか？

町ホームページと主なSNSアカウント

葉山町HP



LINE 町公式
アカウント



X 町公式
アカウント



Instagram
町公式アカウント



■ 二次元コードの使い方

- ① スマホでカメラや読み取りアプリを起動
- ② 二次元コードにスマホをかざす
- ③ 画面に読み取り結果が出てきたらそこをタップ

暮らしの情報

10月の世帯と人口

世帯数 14,588世帯
人口 31,931人
前月比 3世帯減、20人減

	世帯	男	女	人口
木古庭	631	618	667	1,285
上山口	818	807	873	1,680
下山口	1,245	1,336	1,438	2,774
一色	4,095	4,258	4,840	9,098
堀内	3,852	3,884	4,408	8,292
長柄	3,947	4,153	4,649	8,802

9月の気象(消防気象月報)

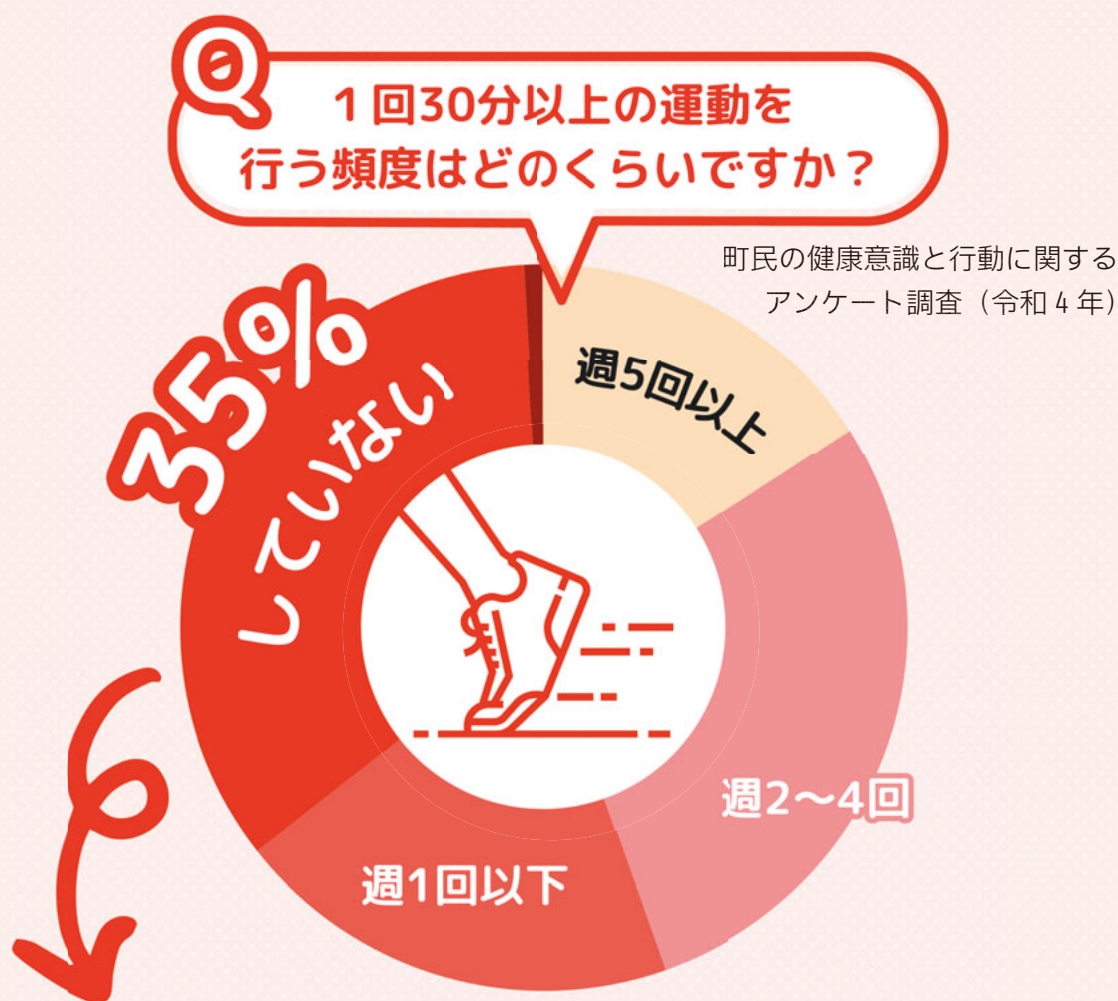
最高気温 33.0℃ (19日)
最低気温 18.6℃ (24日)
平均気温 26.5℃
平均湿度 86.8%
月雨量 63.0mm
最大瞬間風速 23.8m/s (22日・風向き南)



毎月1日発行
葉山町役場
神奈川県三浦郡葉山町堀内2135番地
☎046-876-1111 (代表番号)

体力をつけて健康に!!

秋が深まり、体を動かしやすい気候になってきました。あなたは習慣的な運動をしていますか？
運動するときは、「息がはずみ、汗をかく程度」に体を動かすことを意識しましょう。
健康の第一歩は、体力をつけることから。スポーツの秋、体力をつけて健康を保ちませんか？
(持病などにより運動制限がある場合は、医師の指示に従いましょう。)



このままでは、あなたの健康が不安です……。

適度な運動は骨を丈夫にし、筋肉を強化することはもちろん、消費エネルギーが増えることで余分な体脂肪が減り、肥満の予防・改善につながります。また、高血圧や糖尿病、動脈硬化に対する直接的な予防・改善効果もあります。

おすすめの運動は次ページから



今日からできる ウォーキング



良いことづくめの ウォーキング

ウォーキングは様々な効果が期待される有酸素運動です。健康効果だけでなく、美容効果もあります。

主な効果

- ・生活習慣病予防（糖尿病や脂質異常症など）
- ・肥満解消と予防
- ・心肺機能の維持と強化
- ・骨密度低下の予防
- ・リラクセス効果
- ・姿勢の維持と改善

どのくらい歩くといいの？

10分歩くことで、約1000歩に相当します。運動習慣がない人は、いつもより10分多く歩くことから始めましょう。

慣れてきたら、1日の歩数も意識して、8000歩から10000歩を目指してみませんか？ただ歩くだけでなく、少し大股に歩くなど工夫すると、さらに運動効果が高まります。

町内でのウォーキングは マップを参考に！



▲ ウォーキングマップ
「健康の散歩道」

一色・堀内・長柄・木古庭・上山口・下山口の6地域ごとのウォーキングマップを無料で配布しています。自宅の近くを歩く、新たな魅力を探しに他の地域を歩くなど、コースの参考にしてみてください。

マップ配布場所

- ・町役場1階1番窓口
- 2階産業振興課窓口
- ・教育委員会

- ・図書館
- ・葉山しおさい公園
- ・南郷上ノ山公園
- ・町保健センター
- ・葉山ステーション

問合せ 町民健康課

☎内線216

無理なく続けるために やってほしいこと

健康のためのウォーキングが原因で、体調を崩してしまったりは本末転倒です。歩く前には毎回必ず体調を確認しましょう。また、気持ちよくウォーキングするためには、一人ひとりがマナーを守ることが大切です。

守ろう、歩くときのマナー

- ・歩道がある場所は歩道を歩く
- ・信号などの交通ルールを守る
- ・複数人のときは広がらず、人とすれ違うときには道を譲る
- ・あいさつをする
- ・ごみは持ち帰る

▼ 速歩(93歩/分)で消費できるエネルギーの目安

体重	10分歩くと
50kg	37.6kcal
60kg	45.2kcal
70kg	52.7kcal

教えてくれた人



町民健康課
東 保健師

子どもも大人も 葉山体操

町民のために作られた
葉山らしい体操



▲ YouTubeからも見られます

葉山体操は、「子どもから高齢者までが取り組める町民のための体操を作りたい」という町民の意見が出されたことから、町民有志の作成チームによって作られました。

「山と海の深呼吸」や「波のスクワット」など、葉山らしい自然を感じる動きを運動科学に基づいた形で多く取り入れています。さらに音楽は『葉山町歌』を体操用に編曲したものを使用し、葉山町オリジナルの体操となっています。

CD・DVDは図書館で貸し出します。
出張講座は町民健康課まで
お問い合わせください。



また、バランスをとることが難しい場合などは、椅子に座って行うこともできます。

体操は、自分の体力や筋力に合わせて「しゃがむ深さを調整」したり、「ゆったりとしたペース」で行ったりすることができ

家庭で、町内会で、
コミュニケーションにも



年に12回

健康増進施設を無料で利用できます

逗子市・横須賀市の対象施設の利用が1回無料になる券を12枚発券しています。健康増進のためにご活用ください。

対象者 18歳以上の町民で、町税・国民健康保険料・後期高齢者医療保険料・介護保険料の滞納がない人

※今年度中に18歳になる人も含みます。

申請 町民健康課窓口にある申請書に記入し、身分証明書を持参して申請してください

※同居の家族であれば代理申請が可能です。

利用者全員の身分証明書をお持ちください。

対象施設	内容
逗子アリーナ (逗子市立体育館)	トレーニングルーム
逗子文化プラザ 市民交流センター	屋内温水プール
すこやかかん (横須賀市健康増進センター)	屋内温水プールジム



◀ 詳細は町HP
問合せ
町民健康課 ☎内線216

たくさん食べて 元気を保とう

主食

(ごはん・パン・麺類)



主菜

(肉・魚・卵・大豆料理)



副菜

(野菜・きのこ・いも・海藻料理)



自然に痩せてきたら注意！
食事を見直しましょう

高齢期の「やせ」は、肥満よりも死亡率が高くなります。65歳を過ぎて、病気がないのに痩せてきたら要注意！食事を見直して必要な栄養素をまんべんなくとれるようにしましょう。

【食事の見直しポイント】

- 3食しっかりととりましょう
- 1日2回以上、主食・主菜・副菜を組み合わせ食べてみましょう
- 色々な食品を食べましょう

たんぱく質をとることを意識しましょう

筋力強化に欠かせない「たんぱく質」。エネルギー比率は、49歳以下で13%から20%、50歳から64歳で14%から20%、65歳以上で15%から20%とされています。筋たんぱく質の合成は加齢とともに遅くなるため、高齢者はたんぱく質を含む食品をとることが大切です。医師からの食事制限がない場合は、たんぱく質の多い食品（例えば豆類や卵、鶏肉、魚）を足すなど、ひと工夫してみましょう。

【ひと工夫の例】

- 朝食のトーストを「ハムチーズトースト」にする
- 朝食のヨーグルトに「きなこ」を加える
- 普段の食事に「納豆」を足す
- 味噌汁を「豚汁」にする
- コーヒーに「豆乳」を入れる
- あと一品に「枝豆」を足す

教えてくれた人



町民健康課
若松 栄養士

よく噛んで食べるには 口腔ケアも大切です



健康を保つために重要な「歯」。歯や歯肉に痛みがなくても、体の健診と同様に定期的な歯科検診を受けることが大切です。日頃から適切な口腔ケアをすることで、しっかり物を噛むことができ、栄養管理はもちろん認知症や介護を予防することにもつながります。生涯、自分の歯で食べる楽しみを味わえるように、かかりつけ歯科医を持ち、定期的な検診を受けましょう。

町では、今年度20歳・30歳・40歳・50歳・60歳・70歳になる人に「歯周病検診受診券」を郵送しています。500円の個人負担で検診を受けられるので、この機会にぜひ受けましょう。

問合せ 町民健康課 ☎内線218



はやまNEWS

問 南郷上ノ山公園 ☎876-1100

キッチンカーマーケット in 南郷上ノ山公園



様々な軽食やスイーツなどの店舗が出店予定です。

皆さまの来園をお待ちしています！

日にち 11月30日(土)までの
土曜日・日曜日・祝日

時間 開園時間内（店舗によって時間は異なります）

場所 南郷上ノ山公園園路

※天候などにより、出店しない場合があります。最新情報は、町HPをご覧ください。

主なメニュー（この他にもあります）

11/2(土)

クレープ/クスクス
タコライス/チュロス
ハンバーグランチ

11/9(土)

クレープ/コーヒー
豆乳マフィン&スコーン
ハンバーグランチ

11/17(日)

クレープ/焼きいも
ホットサンド
から揚げ/コーヒー
ベビーカステラ

11/24(日)

クレープ/ピザ
ハンバーガー
キーマカレー
タコライス

11/3(日)

クレープ/から揚げ
サンドイッチ/ピザ
たこ焼き
ベビーカステラ

11/10(日)

クレープ/たい焼き
ハンバーガー
サンドイッチ
タコライス

11/23(土祝)

クレープ/ピザ
ハンバーガー
から揚げ/クスクス
ベビーカステラ
ハンバーグランチ

11/30(土)

クレープ/コーヒー
サンドイッチ
焼きいも/チュロス
タコライス
ポークカレー
豆乳マフィン&スコーン
ハンバーグランチ

11/4(月祝)

キーマカレー
プルドポークライス
スパムむすび
コーヒー

11/16(土)

クレープ/ホットサンド
キーマカレー
ハンバーグランチ
クスクス

はやまNEWS

問 総務課デジタル推進室 ☎内線270

スマホ講習会参加者募集

スマートフォンを安心して活用するため、LINEの基本操作やインターネットを安心・安全に使うための知識を学べる講習会です。

※講習会は国のデジタル活用支援推進事業を活用したものです。

日時 12月6日(金)

①10時～12時

②13時30分～15時30分

※①②は同じ内容です。

場所 町役場 4 階大会議室

費用 無料

定員 各回12人（申込み多数の場合は、7月24日開催のスマホ教室に落選した人・新規申込みの人を優先に抽選します）



申込み 電話かFAXで、住所・氏名・電話・希望回（①または②）・スマホ貸出希望の有無をお知らせください。

※FAXの場合は電話で着信確認をお願いします。

締切 11月21日(木)17時



問 消防署 ☎876-0119

11月9日は「119番の日」

通報は焦らずに落ち着いて

119番通報をすると、まずは「火事ですか？救急ですか？」と聞かれます。指令員が順番に聞きますので、住所や状況など、聞かれたことから簡潔にお答えください。路上などで住所が分からない場合は、近くの目立つ建物やバス停、交差点の名前などを伝えてください。

緊急走行時のサイレン

通報時「サイレンを鳴らさないでほしい」との要望がありますが、道路交通法上、緊急走行中のサイレン吹鳴は義務づけられていますので、ご理解をお願いします。

LIVE119

119番通報時に通報者と消防指令センターとの間でスマートフォンを使用したビデオ通話を行い、通信指令員が必要な指示や応急処置方法の指導を行うシステムです。

病院情報・災害案内

病気など症状の相談は119番ではなく、医療機関にご相談ください。受診可能な病院など、医療機関に関する問合せは消防本部（☎876-0119）、町内の災害発生情報の確認は、災害情報案内テレフォンサービス（☎824-8119）へお問い合わせください。

大谷戸里山自然体験講座

自然を活かしながら、「里山」の守り方を学んでいく全3回の親子体験講座です。

日程・内容

①12月21日(土)

「竹飯ごうでご飯づくり」

②1月25日(土)

「畠山ハイキングとしいたけ原木づくり1」

③3月22日(土)

「火起こしとしいたけ原木づくり2」

対象 町在住在学の小学生とその保護者で、
3回とも参加可能な人

※保護者同伴が必須です。

講師 認定NPO法人オーシャンファミリー

費用 無料

申込み 町HP申込みフォームより申込み。

定員 20組（申込み多数の場合、6年生を優先して抽選します）

締切 11月20日(水)

申込みフォーム▶



防火ポスターコンクール入選10作品

町内の小学校4年生の児童を対象に防火ポスターを募集したところ、95点の応募がありました。町長賞と議長賞は、公共施設やスーパー、飲食店などに掲示します。



【町長賞】

村瀬冬時さん
(葉山小)



【議長賞】

矢吹ひかりさん
(一色小)

【消防長賞】

森谷知佳さん (一色小)

笠原凪さん、首藤司旺さん (長柄小)

【危険物安全協会賞】

松田念さん (葉山小)

篠田桜太郎さん、藤田海帆さん

米谷和玖さん、濱仁衣奈さん (長柄小)

各入賞者の作品は、11月22日(金)の表彰式の様子と併せて町HPに掲載します。

また、全ての応募作品は11月8日(金)から29日(金)までの間、教育総合センター学びの広場に展示します。

問 問合せ先は11ページをご覧ください

12月より国民健康保険・後期高齢者医療の 保険証とマイナンバーカードが一体化します

※会社の健康保険組合や全国健康保険協会（協会けんぽ）、共済組合などに加入している人は、加入している健康保険組合などにご確認ください。

令和6年12月2日より、現在使用中の保険証は、マイナンバーカードを保険証として使用する仕組み（マイナ保険証）へ変わり、新規の交付ができなくなります。まだマイナ保険証を持っていない人はマイナ保険証の利用手続きをお願いします。

現在使用中の保険証について

現在使用中の保険証は、住所や負担割合などに変更がなければ、保険証に記載されている有効期限まで使用できます。



マイナ保険証を
持っている
人は、こちらを
お読みください

医療機関などを受診するときは、マイナ保険証を提示してください。
また、来年7月下旬ごろにご自身の登録状況がわかる「資格情報のお知らせ」を交付します（申請不要）。マイナ保険証が認証されないときは、マイナンバーカードと一緒に窓口に提示してください。

マイナ保険証を
持っていない人
は、こちらを
お読みください

現在使用中の保険証の有効期限が切れる前に「資格確認書」を交付します。
医療機関・薬局で提示すると、現在使用中の保険証と同じように受診などができます。資格確認書は、これまでの保険証と同じ大きさを予定しています。
なお、現在使用中の保険証を紛失した場合や、マイナ保険証を紛失・更新中の場合は、資格確認書の交付申請が必要です。また、要介護の高齢者や障害のある人など、マイナ保険証の利用が困難な人にも申請により交付します。
詳しくは、町民健康課（☎内線211～215）までお問い合わせください。



マイナ保険証を使うメリットって？

1. 保険証としてずっと使用できる

就職や転職、引っ越しなどをしても、マイナンバーカードを保険証としてずっと使用でき、他の医療保険者になっても切り替えの必要がありません。

※医療保険者への加入・変更等手続きは必要。

2. より良い医療を受けることができる

過去のお薬情報や健康診断の結果を医師・薬剤師が見られるようになるため、体の状態や他の病気を推測して治療に役立てることができます。また、お薬の飲み合わせや分量を調整してもらうこともできます（医師・薬剤師への診療・服薬・健診情報の提供については本人が選択できます）。

3. 手続きなしで高額医療の限度額を超える支払いが免除できる

限度額適用認定証などがなくても、高額療養費制度における限度額を超える支払いが免除されます。

ただし、非課税世帯で長期入院する人は申請が必要です。

4. 医療費控除の手続きが簡単になる

マイナポータルで、ご自身の医療費通知情報が閲覧できます。確定申告の医療費控除手続きで、マイナポータルを通じて医療費通知情報の自動入力ができます。

※閲覧・自動入力ができるのは、令和3年9月分以降の情報です。



マイナンバーカードを健康保険証として利用するための登録がまだの人は、次の方法で登録し、提示をお願いします。

STEP 1

マイナンバーカードを申請

申請方法は3通り

- ①パソコンやスマートフォンでオンライン申請
- ②郵送による申請
- ③証明写真機からの申請

詳しくはこちら



STEP 2

マイナ保険証の登録

登録方法は3通り

- ①医療機関・薬局の受付でカードリーダーから登録
- ②「マイナポータル」から登録
- ③セブン銀行ATMから登録

詳しくはこちら



STEP 3

医療機関などで提示

- ①受付でカードリーダーにマイナ保険証を置く
- ②本人確認（顔認証か暗証番号入力）
- ③同意の確認
- ④受付完了

問合せ

マイナ保険証の使用、資格確認書、資格情報のお知らせに関すること

町民健康課 ☎内線211～215

マイナンバーカード、マイナ保険証の登録に関すること

町民健康課 ☎内線202～204



子育て応援コーナー

令和7年度 保育所の入所申込み

令和6年度の入所申込みをしている場合

であっても、再度申込みが必要です。

書類配布 子ども育成課で配布しています

(町HPにも掲載)

申込み

①子ども育成課に郵送

11月1日(金)～11日(月)消印有効

②町役場1階7番窓口に参加

11月12日(火)～29日(金)

9時～17時(土日を除く)

町内保育所一覧

・町立葉山保育園(堀内2050-9)

☎875-6246

・葉山にここ保育園(長柄991-1)

☎875-2324

・葉山ぎんのす保育園(堀内1130-1)

☎854-9057

・おひさま保育園(一色1531-11)

☎876-3277

・風の子保育園(上山口1658-2)

☎874-5414

・芽ぐみ保育室(堀内670)

☎875-3166

・みんくいナースリー(堀内718-2)

☎854-5206

・かもめと風保育園(長柄62-4)

☎802-1303

※0～2歳のみ



詳細は町HP

※見学は各施設にご連絡ください。

問合せ 子ども育成課 ☎内線222

令和7年度 放課後児童クラブ

(学童クラブ)の入会・継続申込み

放課後児童クラブ(学童クラブ)は、保護者の就労や病気などにより、放課後帰宅しても家に保護者がいない児童に対して、「放課後の生活の場」を提供しています。

4月から新たに放課後児童クラブ入会を希望する人、また現在入会中の人で、引き続き入会を希望する人は、次のとおり申し込みください。

対象 小学1～3年生

(令和7年4月1日現在)

書類配布 子ども育成課で配布しています

(町HPにも掲載)

申込み

①子ども育成課に郵送

12月2日(月)～13日(金)消印有効

②町役場1階7番窓口に参加

12月2日(月)～13日(金)

8時30分～17時(土日を除く)

※継続の方は所属クラブでも可。

問合せ 子ども育成課 ☎内線222

詳細は町HP

☎内線222

☎内線222

☎内線222

☎内線222

☎内線222

☎内線222

☎内線222

☎内線222

☎内線222

オレンジリボン・児童虐待防止推進キャンペーン

児童虐待相談件数は年々増加し、深刻な状況が続いています。

こども家庭庁では毎年11月に、児童虐待防止のために、広報・啓発活動などの取り組みを集中的に実施しています。

児童虐待かとも思ったら、すぐに「189(通話料無料)」へお電話ください。

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」

「189(いちばやく) 気づいてあげてそのサイン」



▲ こども家庭庁「189紹介ムービー」より



問合せ 子ども育成課 ☎内線225



こどもの保健コーナー

問合せ 子ども育成課 ☎876-1111 内線224・226

特に記載のない事業は、保健センターで実施します。健診対象の方には個別に通知します。受付時間が受診者により異なるので通知をご確認ください。感染対策に留意し実施します。健診・教室の中止・変更等、最新情報は町のHPでお知らせします。※なお、保健センターの駐車場には限りがあるため、自家用車でのご来場はなるべくお控えください。

発熱や体調不良時は、参加をお控えください。

2 か月児育児相談

申込み不要

受付時間 9時15分～9時30分 実施時間 9時30分～11時

11月26日(火)	12月17日(火)	令和7年1月28日(火)
令和6年9月生まれ	令和6年10月生まれ	令和6年11月生まれ
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに		

4 か月児健診

申込み不要

受診者により受付時間が異なりますので、お知らせをご覧ください。

11月7日(木)午前	12月5日(木)午前	令和7年1月9日(木)午前
令和6年6月生まれ	令和6年7月生まれ	令和6年8月生まれ
母子健康手帳・健やか親子21問診票・バスタオルを忘れずに		

10 か月児健診

申込み不要

受診者により受付時間が異なりますので、お知らせをご覧ください。

11月21日(木)午前	12月19日(木)午前	令和7年1月23日(木)午前
令和5年12月生まれ	令和6年1月生まれ	令和6年2月生まれ
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに		

1 歳6 か月児健診

申込み不要

受診者により受付時間が異なりますので、お知らせをご覧ください。

11月21日(木)午後	12月19日(木)午後	令和7年1月23日(木)午後
令和5年4月生まれ	令和5年5月生まれ	令和5年6月生まれ
母子健康手帳・問診票・健やか親子21問診票・バスタオルを忘れずに		

2 歳児歯科健診

申込み不要

受診者により受付時間が異なりますので、お知らせをご覧ください。

11月12日(火)午前	
令和4年8月、令和4年9月生まれ	
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに	

3 歳児健診

申込み不要

受診者により受付時間が異なりますので、お知らせをご覧ください。

11月7日(木)午後	12月5日(木)午後	令和7年1月9日(木)午後
令和3年11月生まれ	令和3年12月生まれ	令和4年1月生まれ
母子健康手帳・問診票・健やか親子21問診票 採尿・視聴覚アンケート・バスタオルを忘れずに		

離乳食教室

申込み制

受付時間 13時15分～13時30分 実施時間 13時30分～15時

12月10日(火)	令和7年2月4日(火)
令和6年6月、令和6年7月生まれ	令和6年8月、9月生まれ
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに	

ぴよぴよ相談日(親子の健康相談)

申込み不要

子育てで、ちょっと心配なこと、気になることについて保健師等が相談に応じます。身長・体重の計測もできますので、お気軽にご利用ください。※荒天等により児童館休館時は中止します。

日にち	場 所	時 間	対 象
11月8日(金)	葉桜児童館	10時～ 11時の間 随時	0歳～就学前 までの乳幼児 とその保護者
11月19日(火)	保健センター		
12月3日(火)	芝崎児童館		
12月16日(月)	保健センター		
1月10日(金)	上山口児童館		
母子健康手帳・バスタオルを忘れずに			

すこやか育児教室

申込み制

受付時間 9時15分～9時30分 実施時間 9時30分～11時

赤ちゃんも1歳のお誕生日を境に幼児の仲間入りをします。幼児期の生活などについて楽しく学び、これからの育児に役立てましょう。
対 象 令和5年11・12月、令和6年1月生まれの子と保護者

日時	内 容	講 師
令和7年 1月21日(火)	歯の健康 子どもの食事 子どもの健康管理について	歯科衛生士 管理栄養士 保健師
母子健康手帳を忘れずに		

2 歳児教室

申込み制

受付時間 9時15分～9時30分 実施時間 9時30分～11時

2歳頃になると集団の遊びがとても大切になってきます。2歳児の生活習慣や集団遊びについて学びながら、お友達をつくりませんか。
対 象 令和4年7～9月生まれの子と保護者
場 所 たんぽぽ教室

日にち	内 容	講 師
12月12日(木)	どんな遊びが好きですか。 ーみんなで遊ぼうー リズム遊び、手遊び等(遊びの実技) 2歳ってどんな頃?(講話) ー発達と関わり方についてー	指導員 心理発達相談員
母子健康手帳を忘れずに		

プレママ&プレパパ教室

申込み制

ご出産にむけ心配なこと、不安なことはありませんか?

出産・育児について学びながらこれからの準備をしましょう。初産・経産を問わずお待ちしております。ぜひパパも誘ってお越しください。
対 象 現在妊娠中の方とその家族

日にち	内 容
11月12日(火)	妊娠期の過ごし方と妊婦体操・親子のお口ケア
11月18日(月)	お産について・産褥期の過ごし方・子育てのヒント
11月23日(土)※	沐浴育児体験・産後うつ・子育て情報

受付時間 13時15分～13時30分(※3日目9時15分～9時30分)

実施時間 13時30分～15時30分(※3日目9時30分～11時30分)

持 ち 物 母子健康手帳(毎回)、エプロン(3日目)



健康情報

①練功十八法 ②葉山体操

日時 11月25日(月)

①練功十八法 13時30分～14時30分

②葉山体操 14時30分～15時

場所 町保健センター

申込み 練功普及会 角田

☎ 875・4516

集団健診(検診) オンライン予約

特定健診・長寿健診・がん検診のオンライン予約ができます。申込期間中(毎月1日～7日)にスマートフォン・パソコンから簡単に予約することができます。

予約
サイト



問合せ 町民健康課 ☎内線218

葉山港湾管理事務所
集団健診(検診)を実施します

日にち 12月6日(金)

場所 葉山港湾管理事務所(堀内50)

※駐車場あり(有料)

申込み 15ページをご覧ください。

申込期間 11月1日(金)～7日(木)

問合せ 町民健康課 ☎内線218

風しん抗体価検査・予防接種(無料)は
令和7年2月で終了です!

昭和37年4月2日から昭和54年4月1日までに生まれた男性は、国による「風しんの追加的対策」により、風しん抗体価検査(結果が陰性の場合は予防接種)を無料で受けることができます。この追加的対策は、今年度で終了します。まだ抗体価検査・予防接種を実施していない対象の人は、ぜひこの機会にご利用ください。

詳細は
町HP



対象 昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの男性(今までに、葉山町の風しん追加的対策のクーポン券を利用したことがない人)

期間 令和7年2月28日まで(抗体価検査の結果が出るのに1週間程度かかります。予防接種を2月28日までに実施する必要があります。ため、なるべく1月中に抗体価検査を受けてください。)

申込み 町民健康課 ☎内線217

※令和7年3月以降に抗体価検査・予防接種を受ける場合は、自費での実施となります。

インフルエンザ予防接種と
新型コロナウイルス予防接種

町在住で対象者のうち希望する人に対し、年1回に限りインフルエンザ予防接種と新型コロナウイルス予防接種費用の一部助成を行います。

対象 ①65歳以上の人

②60歳から64歳までで次にあてはまる人
・心臓、腎臓または呼吸器の機能に障害があり、身の回りの生活が極度に制限される人

・ヒト免疫不全ウイルス(HIV)による免疫機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な人

期間 令和7年1月31日まで

申請 希望者は指定の医療機関に予約の上、住所・氏名・年齢の確認できる健康保険証などを持参し、説明を受けてから接種を受けてください。

指定の医療機関一覧は町HPからご確認ください。「掲載可」と回答があった医療機関のみ掲載しています。掲載されていない医療機関については、各医療機関へお問い合わせください。

インフル
エンザ



新型コロナ
ウイルス



問合せ 町民健康課 ☎内線217

特定健診・長寿健診・がん検診を受けましょう

年に一度は健診・検診を受けるようにしてください。

令和7年2月28日まで

特定健診・長寿健診

対象者には申込み書類を送付しています。
(社会保険等加入者は対象外)

☑	健診	対象者	健診内容	個人負担金	自費で受診すると (参考)
☐	特定健診	40歳から74歳までの葉山町国民健康保険加入の人	身体測定・血圧測定・尿検査・血液検査・診察、一定の基準に基づいて	1,500円	約14,000円
☐	長寿健診	75歳以上の町民全て	心電図・眼底検査	無料	

令和7年3月31日まで

がん検診

該当年齢の町民であれば誰でも受診することができます。
無料受診の対象者のみ、受診券を送付しています。

☑	検診	対象者	個人負担金		※自費で 受診すると (参考)	☑	検診	対象者	個人負担金		※自費で 受診すると (参考)
			集団検診	個別検診 (医療機関)					集団検診	個別検診 (医療機関)	
☐	胃がん	40歳以上	1,000円	3,500円	14,000円	☐	乳がん視触診	20～39歳の女性		900円	4,000円
☐	胃がんリスク	40歳以上	1,500円	1,500円	6,000円	☐	乳がん※	40歳以上で受診日当日偶数歳の女性(2ヶ年度に1回受診可能)	1,300円	2,200円	11,000円
☐	肺がん	40歳以上	胸部レントゲン	700円	1,200円						
			たん検査	800円	800円	3,500円	☐	子宮頸がん	20歳以上の女性	900円	1,700円
☐	大腸がん	40歳以上	500円	700円	4,500円	☐	肝炎ウイルス検査 (同意書が必要)	40歳以上	1,200円	1,200円	4,000円
☐	骨粗しょう症	20歳以上	800円								
☐	前立腺がん	40歳以上の男性	1,000円	1,000円	3,000円						

※乳がん検診は、3月末までに最終的な総合判定が出ている必要があります。マンモグラフィ受診後、総合判定が出るまでに時間がかかるため、3月に入ってから受診すると、年内の受診として間に合わない可能性があります。受診を希望する人は、**問診と視触診を1月下旬までに受診**することをおすすめします。

健診（検診）の申込み方法

◆右表で日程・場所・申込み期間を確認し、申し込む

【申込方法1 郵送】※申込み期間内の消印のみ有効

〈必要事項〉を記入し、宛先へ郵送

- ・がん検診のみ受診する人は、はがきを郵送
- ・特定・長寿健診を受診する人は、個別通知した申込書と受診券を専用封筒にて郵送

(宛先：〒249-0003 逗子市池子字棧敷戸1892-6
逗葉地域医療センター行)

【申込方法2 メール】※申込み期間内のみ有効

件名：「令和〇年〇月〇日集団健診の申込み」

本文：〈必要事項〉を記入し、メール[zuyou.2@siren.ocn.ne.jp]を送信

〈必要事項〉

- 1.住所
- 2.氏名・フリガナ
- 3.性別
- 4.生年月日
- 5.健診当日の年齢
- 6.日中つながる電話番号
- 7.受診希望日(第1希望・第2希望両方必要)
- 8.受診する健診・検診名 ※特定健診は保険者番号も必要

※特定・長寿健診を受診する人は、受診日当日に受診券を持参

【申込方法3 専用ポスト】

逗子市保健センターの専用ポスト(平日9時～17時)へ投函

広報葉山4月号15ページか町HP(右下の二次元コード)から希望する医療機関に電話をし、「町の健診(検診)を受けたい」と伝え予約

保険証・健診(検診)費用(がん検診無料
受診対象者は送付済の受診券)・健康手帳・
その他指定されたもの

▼集団健診(検診)日程(共通)

月	日	曜日	子宮頸がん※	場所	申込み期間
12	3	火		逗子	11月1日～7日
	6	金		※1	
	17	火		逗子	
1	11	土		葉山	12月1日～7日
	16	木		逗子	
	24	金	○	逗子	
2	1	土		逗子	1月1日～7日
	7	金		逗子	
	14	金	○	葉山	

※○印は混雑が予想されます。子宮頸がん検診を受けない人は別日をおすすめします。

※1は葉山港港湾管理事務所(葉山マリーナ近く、有料駐車場あり)



※個別健診(検診)
実施医療機関一覧

教育委員会だより「いそぎく」

葉山町教育委員会 FAX 046-876-1861

小学4～6年生対象

さわやか体験学習 ～木工教室～



木材を切ってたたいてイスや棚を楽しく作りましょう。

日時 11月24日(日) 9時～12時30分

場所 葉山小学校体育館

対象 町在住在学の小学4～6年生

定員 24人

費用 無料

講師 葉山町青少年指導員・神奈川土建一般労働組合 鎌倉逗子葉山支部

申込み 町HP申込み

フォームから

申込み
フォーム



問合せ 生涯学習課

☎内線7232

締切 11月11日(月)

公民館教室

冬のフラワーアレンジメント講座



クリスマスやお正月、そのほかの季節でも飾れるヨーロッパスタイルのアレンジメントを作成します。

日時 12月13日(金) 10時～12時

場所 教育委員会会議室

対象 町在住在勤者

定員 10人(抽選)

費用 3,000円(材料費)

持ち物 花ハサミ・持帰り用の袋(B4サイズ程度、マチ付き)・筆記用具

申込み 町HP申込みフォームかメール、

はがき、FAX、持参で、講座名・住所・氏名・電話・FAXを記入し、生涯学習課まで

☎内線7232

✉shogai@hayama.kanagawa.jp

申込み
フォーム



※FAXの場合は送信後、必ず電話で着信確認をお願いします。メールの場合は、

受付確認メールを送信します。

締切 11月28日(木) 17時

※締切後、受講の可否についてはがきを送付します。

キッチンはやま

イタリアの家庭料理、ブロッコリーのフリット、イワシのオーブン焼き、ニョッキフリット、ミネストローネ、パンナコッタベリースソースを作ります。

日時 ①12月18日(水) ②1月16日(木)

10時～14時

※2回とも作るメニューは同じです。

場所 町保健センター

対象 町在住在勤者

定員 各回12人(抽選)

費用 1,000円(材料費)

持ち物 エプロン・三角巾・ふきん・タオル(手拭き用)・筆記用具

申込み 町HP申込みフォームかメール、

はがき、FAX、持参で、講座名・住所・氏名・電話・FAX・希望日(①か②を選択)を記入し、生涯学習課まで

☎内線7232

✉shogai@hayama.kanagawa.jp

申込み
フォーム



※FAXの場合は送信後、必ず電話で着信確認をお願いします。メールの場合は、受付確認メールを送信します。

締切 ①11月29日(金) ②12月20日(金)
※締切後、受講の可否についてはがきを送付します。

スポーツ

第36回 葉山町民グラウンド・ゴルフ大会 参加者募集

誰にでも簡単・気軽に楽しめるスポーツ「グラウンド・ゴルフ」で秋の一日を楽しみませんか。

日時 11月14日(木) 8時30分～12時30分

※予備日15日(金)か21日(木)。3日とも雨天の場合は中止。

場所 南郷上ノ山公園 多目的グラウンド

対象 町在住在勤在学者

費用 300円(参加賞あり)

※用具のない人は、主催者で用意します。

申込み・問合せ 電話で住所・氏名・年齢・電話番号・競技経験・用具の有無をお知らせください。

グラウンド・ゴルフ協会 中村

☎080・3252・0975

締切 11月8日(金)

第56回町民スキー学校(開催予告)

姉妹都市の草津町で行う町民スキー学校は、今年度で56回目を迎えます。初参加の人也大歓迎です。詳細は12月号でご案内します！(12月上旬に配布する町内回覧や町HPでもお知らせします。)

日程 1月23日(木)から1月25日(土)までの二泊三日対象町在住在勤の16歳以上
問合せ 葉山町スポーツ協会事務局
☎内線7231

講演会

史跡整備で甦る 長柄桜山古墳群の時代

古墳整備事業の成果を通じて、被葬者の性格や築造の意義に迫ります。

日時 12月21日(土)13時～16時30分

場所 逗子文化プラザなぎさホール

演題・講師

1. 「史跡整備の成果と意義」
東海大学 北條芳隆さん
2. 「水上交通網と長柄桜山古墳群」
茨城大学 田中裕さん
3. 「海を望む古墳の象徴性と被葬者の性格」房総のむら風土記の丘資料館
白井久美子さん

定員 300人
費用 無料

申込み 11月5日(火)から町HP申込みフォームかメール、はがき、FAXに講演会名・住所・氏名・電話を記入し、生涯学習課へ(手話通訳・要約筆記は12月11日までにご連絡ください)

申込み
フォーム



▲ 長柄桜山古墳群

問合せ 生涯学習課 ☎内線7233

✉shogai@hayama.kanagawa.jp

町からのご案内

催し・教室など

竹トングづくり体験

町有緑地の竹材を活用した「竹トングづくり体験」を開催します。作成したトングは、お持ち帰りいただけるほか、クリーンはやまのごみ拾いに活用します。

日 11月30日(土)

第1部…9時～10時30分
第2部…11時～12時30分

場 葉山町役場庁舎前

¥ 1人40円(保険料含む)

対 町在住の小学生以上

※小中学生は保護者同伴

定 70人

詳細は
町HP



人権啓発・教育講演会 映画「しゃぼん玉」上映会

原作は、直木賞作家・乃南アサの同名小説。家族に見捨てられ無軌道な犯罪を重ねていた青年が、偶然出会った人々との交流を通して改心していく姿を描きます。

日 12月6日(金)17時～20時

第1部 人権作文入賞者表彰・朗読

第2部 映画上映(18時から)

場 逗子文化プラザさざなみホール

定 100人(先着順) ※完全予約制

申 11月1日(金)から町HP申込みフォームか電話、FAX(876・1861)、で、住所・氏名・電話番号・参加を希望する部をお知らせください。

申込み
フォーム



問 町民健康課

☎ 内線205

問 生涯学習課

☎ 内線7232

※FAXの場合は送信後、生涯学習課まで電話で着信確認をお願いします。

親子料理教室

葉山産の食材を使って親子で楽しくおいしい料理を作りましょう。

日 12月7日(土)9時45分～14時

場 町保健センター

対 町内在住の小学生または町内小学校へ通う児童及びその保護者

定 8組(1組4人まで)

※申込み多数の場合は抽選

¥ 1人500円(食材費等)

申・問 町HP申込みフォームからかJAYOすか葉山の葉山支店と町の産業振興課にある用紙に

記入して提出

申込み
フォーム



☎ 内線373
期 11月22日(金)

普通救命講習

日 12月13日(金)

場 消防庁舎地下講堂

¥ 無料 **定** 32人(先着順)

対 町在住の学在勤の中学生以上

申・問 消防署 ☎ 876・0119

期 11月13日(水)～12月6日(金)
※受付時間は9時～17時です。

映画上映会

「めぐみー引き裂かれた家族の30年」

日 12月16日(月)14時～16時

場 福祉文化会館ホール

定 200人 **¥** 無料

申 はがきに必要な項目を記入し、神奈川県横須賀三浦地域県政総合センターの県民・防災課に郵送(〒238・0006 横須賀市日の出町2・9・19)か、「e-Kanagawa」電子申請より申込み

電子申請



問 横須賀三浦地域県政総合センター

☎ 823・0317

期 12月2日(月)

音楽の絵本『笑門来福（しょうもんらいふく）』
100周年バージョン



▲ズーラシアンブラスと弦うさぎ、クラリキヤットが演奏します

笑う門には福来たる！ 動物たちが目にも鮮やかな着物で演奏会。招き猫ならぬクラリキヤットも参加して福を呼び込みます。民謡に演歌に大喜利まで！いつものクラシックとは一味違うプログラムです。

日 1月26日（日）13時30分開場、14時開演
場 福祉文化会館ホール
¥ 大人2、000円
 中学生まで100円（100周年記念料金）

※0歳から3歳までは、保護者の膝上鑑賞が無料です。

申 チケットは、1月11日（土）9時から福祉文化会館窓口で販売します（売切れ次第販売を終了します）。

問 福祉文化会館 ☎ 876・1871

相談など

女性の人權ホットライン
強化週間を実施します

女性をめぐる様々な人權問題について、人權擁護委員や法務局職員が相談に応じます。

日 11月13日（水）～19日（火）
 8時30分～19時（土日10時～17時）
 ☎ 0570・070・810
 （全国統一ナビダイヤル）

問 町民健康課 ☎ 内線205

新規就農相談会

町内で新規就農を考えている人を対象に、産業振興課職員が相談に応じます。

平日に相談することが難しい人など、ぜひご利用ください。

日 11月16日（土）9時～12時、13時～16時
場 町保健センター心理相談室
¥ 無料

申 11月1日（金）から15日（金）までに、電話でお申し込みください。先着順で受け付けますが、予約枠が埋まり次第、受付を終了しますのであらかじめご了承ください。

相談時間 一人最大1時間まで

申・問 産業振興課 ☎ 内線374

耐震無料相談・簡易診断

町では、地震災害などに備えて、専門家による木造戸建て住宅の耐震相談を実施します。自宅に診断士が出向き、無料での耐震相談・耐震簡易診断を行います。

また、耐震一般診断と耐震補強工事などに対する費用の一部を補助する制度もご利用ください。

詳しくは、町HPを見るか直接お問い合わせください。

詳細は町HP



対（すべてに該当）

- ・町民が所有し、自ら居住
- ・昭和56年5月31日以前建築
- ・地上3階建て以下の木造在来工法の戸建・二世帯・店舗兼用住宅

申 建築確認申請書・平面図または間取り図を持参し、都市計画課まで

期 都市計画課 ☎ 内線354
 12月13日（金）

町からのご案内

防災・防犯

災害時のぼり旗掲出訓練

「災害時のぼり旗」とは、大規模災害発生時に、医療機関や薬局が診療や処方を再開した際、目印として掲出する黄色い旗です。逗子市と合同で、市内の医療機関（内科・歯科）や薬局で、旗の掲出訓練を実施します。

日時 11月8日(金)

各医療機関などの診療・開局時間中



▲ 災害時のぼり旗

問 町民健康課

☎ 内線217

Jアラート全国一斉情報伝達試験

日 11月20日(水)11時

放送内容 上りチャイム↓「これはJアラートのテストです」3回↓「こちらは葉山町です」↓下りチャイム

※防災行政無線放送が聞き取りづらい場合は、☎0800・800・7667（フリーダイヤル）で確認できます。

問 防災安全課

☎ 内線396・399

身に覚えのない未納料金を請求する詐欺にご注意ください！

大手通信関連会社などを装い、「電話が止まる」という自動音声流れ、オペレーターに繋がると個人情報聞き出すとする詐欺の事例がありました。不審な電話は決して相手にせずに無視してください。

非通知や知らない番号からの着信があったら、①出ない、②話を聞かない、③かけ直さない。

おかしいと思ったらすぐに消費者ホットラインへご連絡ください。

問 局番なし ☎188（身近な消費生活相談窓口につながります）

お知らせ

かながわ障害者等駐車区画利用証制度が始まります

障害のある人や要介護高齢者、妊産婦など、歩行が困難な人や移動に配慮が必要な人のための駐車区画について、対象者に利用証を交付することで、区画の適正利用を推進します。交付基準などの詳細は、県ホームページをご覧ください。

詳しくは
県HP



▲ 利用証イメージ

申 県に電子申請が郵送のほか、町役場窓口でも受け付けます。

要介護高齢者・障害のある人

福祉課（3番窓口）

妊産婦の方 子ども育成課（7番窓口）

問 福祉課 ☎ 内線231

神奈川県最低賃金改定のお知らせ

令和6年10月1日から、神奈川県最低賃金は時間額1、162円（50円引上げ）となりました。

詳しくは神奈川県労働局にお問い合わせください。

問 神奈川県労働局労働基準部賃金室
☎ 045・211・7354

計量器（はかり）の定期検査

商店や薬局・病院などで使用しているはかりなどは、計量法による定期検査が義務付けられています。対象者は通知ハガキをご覧ください。

問 （公社）神奈川県計量協会
☎ 045・326・6413

空き地・空き家の火災予防

空気が乾燥し、火災の発生しやすい季節となります。空き地や空き家の所有者と管理者は次のことを守りましょう。

【空き地の管理】

- ・空き地を放置せず、定期的に現状を確認し、雑草が生い茂らないようにしましょう。
- ・木くず、紙くずなど燃えやすいものは、置かないようにしましょう。

【空き家の管理】

- ・誰もが簡単に出入りできないよう施錠をしましょう。
- ・燃えやすいものを建物の周囲に置かないようにしましょう。
- ・ガスや電気は確実に遮断し、灯油等の危険物は置かないようにしましょう。
- ・消防署では空き地・空き家の管理状況調査を11月から来年3月までの間、実施します。ご協力をお願いします。

☎ 問
 消防署
 876-0119

善意のともしび

◎地域福祉のために（敬称略）

米5[㍑]×4袋 中西啓雄
 パールライス 10[㍑]×4袋
 よこすか葉山農業協同組合

☎ 問
 葉山町社会福祉協議会
 875-9889

施設のお休み・今月の相談《11月》

施設のお休み

■町民いきいの家（堀内・一色）
 毎週土曜・日曜・祝日
 ※駐車場なし

問 福祉課 **☎**内線231

■南郷上ノ山公園
 5日(火)、11日(月)、18日(月)
 25日(月)

問 **☎**876-1100

■葉山しおさい公園・博物館
 5日(火)、11日(月)、18日(月)
 25日(月)

問 **☎**876-1140

今月の相談

消費生活相談 ※まずは、お電話ください
 毎週水曜（6、13、20、27日）

第2・4月曜（11、25日）
 9時30分～12時、13時～15時30分

人権相談（差別・虐待・いじめ等）
 12日(火) **予約制**

13時30分～15時30分

行政相談（国の仕事に関する苦情等）

12日(火) **予約制**

13時30分～15時30分

不動産相談

21日(木)14時～16時 **予約制**

司法書士相談（相続・成年後見等）

18日(月) **予約制**

13時30分～16時

表示登記・測量相談／

お住まいの相談 18日(月) **予約制**

13時30分～15時

行政書士相談（遺言書・契約書等）

7日(木) **予約制**

13時30分～16時

※次回は12月5日(木)

法律相談

1日(金)、8日(金)、22日(金)

13時30分～16時30分 **予約制**

問 町民健康課 **☎**内線205

みんなの人権110番

平日 8時30分～17時15分

☎0570-003-110

DVに悩む女性のための電話相談

平日14時～17時

☎877-1199

おくやみの相談

問 町民健康課 **☎**内線202～204

生活の不安や困りごとの相談

問 県社会福祉協議会

☎045-311-8874

権利擁護相談 **予約制**

問 町社会福祉協議会

☎875-9889

高齢者総合相談 平日のみ

問 町地域包括支援センター

堀内・長柄 **☎**877-5324

その他 **☎**878-8905

障害者相談支援

【身体・知的障害】支援センター風

☎874-4300

【精神障害】こころの相談室ポート

☎876-0121

障害者就労・定着支援相談

よこすか障害者就業・生活支援センター

平日 9時～17時

☎820-1933

成年後見制度無料相談会

コスモス成年後見サポートセンター

15日(金) **予約制**

10時～12時、13時～16時

問 福祉課 **☎**内線237

でんごんばん

ボーイスカウト葉山第1団説明会

野外活動を中心に、子どもの自主性・協調性・社会性を育てる活動をしています。詳細はwebで。【日時】11月9日(土)10時【場所】葉山第1団野営場りす森【問】☎876-0092足立(ボーイスカウト葉山第1団)

難聴者の生い立ち デフ射撃を知る

自身の生い立ちとデフライフ射撃選手としての活動、デフリンピック体験談。【日時】11月10日(日)13時45分【場所】逗子市商工会館3階【費用】無料【申込み・問】☎・FAX 872-2077塚寄(逗葉手話4団体)

ラ・リュミエールコンサート

開催25周年を迎えて～合唱逗子ヴォイストレーニングの会ポップスアンサンブル【日時】11月17日(日)13時30分から【場所】逗子文化プラザなぎさホール【費用】無料【指揮】堀口みどり【問】☎090-3692-8218本田(ラ・リュミエール)

比類なきピアニスト 東誠三

ピアノコンサート【日時】11月17日(日)15時開演【場所】アンコール食堂(ア

ンコール葉山内・Pあり)【費用】3,000円(茶葉付)【曲目】悲愴・幻想即興曲・月の光・愛の夢・ラカンパネッラ他【問】☎875-5917相川(アンコール葉山)

家事と家計の講習会

今こそ家計簿つけて、選び取る目と心を！食事や家事の工夫も。【日時】①11月14日(木)②11月21日(木)10時～11時30分【場所】逗子交流センター【費用】300円【問】☎895-6010北上田(逗子友の会)

COCO marché 開催！

長柄地域と人を結ぶお気に入りコミュニティ【COCO marché vol. 2】【日時】11月17日(日)10時～16時【場所】長運寺【問】☎090-1118-1873森(COCO marché)

第14回フォルクローレ交流演奏会

8グループが出演。【日時】11月17日(日)14時～17時15分【場所】カトリック金沢教会(京急「金沢文庫駅」より徒歩4分)【費用】無料【問】☎873-2172平野(神奈川フォルクローレ交流演奏会連絡会)

越路吹雪生誕100周年 記念コンサート

日本シャンソン界頂点で輝いたコーちゃんの名曲を！【日時】11月19日(火)14時【場所】横浜みなとみらいホール(小)【費用】3,000円【出演】村田望(歌)、中澤美紀(ピアノ)、早川幸子(アコーディオン)【問】☎090-2207-0031(スタジオエスポワール)

にこりんダッシュでかけ抜けよう

町制100・保育園20・学童10周年、子育て広場ハグもぐ誕生記念。50km走タイム表彰記録証参加賞あり。【日時】11月23日(土祝)9時～13時【対象】5歳～100歳【場所】長柄小学校【費用】200円(20歳以上)【問】☎875-2324(葉山にこにこ保育園)

プレハピおやこっくらぶ

①消しゴムはんこ&カプセルゲームお子様向け3種景品付き②Ohialehuaアロマスクールの化粧水づくり【日時】11月27日(水)10時～12時【場所】子育て支援センターぽけっと2階【費用】各500円【問】☎090-7425-1541下平(プレハピ)

そらうみクリニック
精神科 心療内科 訪問診療

	診療時間	月	火	水	木	金	土	日
外来	9:00～12:00	●	●	●	●	●	●	●
訪問診療	12:00～17:00	●	●	●	●	●	●	●
外来	17:00～19:00	●	●	●	●	●	●	●

逗子市逗子5-6-7興和第二ビル3F
http://www.soraumiclinic.com
☎046-887-0268

JR逗子駅
みずほ銀行
横浜銀行
逗子・葉山駅
逗子市役所
そらうみクリニック

(広告)

広告募集中

広報葉山に広告を掲載しませんか？



掲載料など詳細は町HP

(広告)

3 B体操神奈川南支部のつどい
体験見学無料。【日時】11月27日(水)
11時～12時30分(開場10時30分)
【場所】藤沢市秩父宮記念体育館メ
インアリーナ【持ち物】室内履き・飲
料・靴を入れる袋【問】☎875-9616
臼井((公社)日本3B体操協会神
奈川南支部)

ゆずり葉の会
不登校・ひきこもりの家族会
【日時】11月28日(木)10時～11時30分
(ひきこもり編)【場所】福祉文化会
館2階第2集会室(ZOOM可)【費用】
無料※不登校編は随時個別相談
(✉zushi.yuzurihanokai@gmail.
il.com)を行っています。【問】☎875
-9889(葉山町社会福祉協議会)

シニアダンスレッスン参加者募集
世界的なダンサー・安藤洋子さん
によるシニアのためのダンスレッ
スン。【日時】11月29日(金)①10時30
分～12時30分②14時～16時【場所】
福祉文化会館【費用】1,500円(要予
約)【定員】各30人【対象】60歳以上【問】☎
080-5885-3373(神奈川芸術文化
財団)

逗子第九演奏会開催
第4回逗子第九演奏会を開催しま
す。指揮・前澤均、市民による
オーケストラ&合唱団【日時】12月28
日(土)15時開場【場所】逗子文化ブ
ラザナギサホール【費用】1,000円【問】
☎090-9671-0175辻(逗子第九演
奏会)

**葉山在住プロ写真家たちによる
リレー写真展**
町制100周年記念イベント【期間】11
月16日(土)～3月30日(日)【場所】葉
山まちづくり館ギャラリー【問】☎
876-0421(葉山まちづくり協会)

詩吟教室会員募集中!
健康に良し、ストレス発散、若さを
保つ詩吟と一緒に初めてみませんか?
現在会員募集中! 一色・堀
内・滝の坂他、町内に教場がありま
す。お気軽にお電話ください。【問】
☎875-3202村田(碩心会普及部)

初めてウクレレメンバー募集中!
葉山元町会館で第2・4木曜午前
中。シニアクラスと一般クラスあ
り。ウクレレを始めたい方お気軽
にお問い合わせください。【問】☎
090-8744-3486✉lealea@maile
le.net浅木(レアレア)

子育て支援外遊び&ひろば
【はらっぱであそぼ】11月11日
(月)10時～12時、森山神社境内
【ひろば】11月25日(月)10時から
クリスマスリース作り、堀内会館
(無料Pあり)詳細はHP・FBへ【問】
☎080-5404-3986野北(すくパラ)

花のある暮らし楽しみませんか
花好きの人たちがいけばなを通し
て花のある暮らしや日本の伝統文
化を楽しんでいます。【日時】水曜10
時30分から、18時から(土日也可
能)【問】☎876-3681(葉山いけばな
を楽しむ会)

気軽にお茶を楽しみませんか
お茶は敷居が高そうと思っている
方お気軽に。お茶のいただき方か
ら学べます。日本の伝統文化を楽
しみませんか? 月2回(月or金)
【問】☎876-3681(楽茶の会)

未就園児募集中
平日の午前中にお友達と遊びなが
ら英語を学ぶクラスです。英語に
対して抵抗ない年齢なのでおすす
め。トイレトレーニングあり。【問】
☎090-9852-0277✉playhouseh
ayama@gmail.com松本(プレイ
ハウスインハヤマ)

葉山のお墓・永代供養墓

・跡継ぎがいらっしゃらない
・お墓を無縁墓にしたい
・ご先祖のお墓が遠いのでお参りに行けない

宗派不問

資料をお送りしますので、お気軽にお問合せ下さい
ぎよくぞういん 一色2154(御用邸から300m)
玉蔵院 ☎046-875-3531

代表者本多清法 神奈川県指令継保第147号 許可年月日 平成11年7月13日

(広告)

**椅子・ソファ張替え修理
テーブル天板塗装**

職人たちの熟練の技で
愛用の家具たちが生まれ変わります
手放す前に、ぜひ一度ご相談下さい

有限会社 ティーズリビング
☎ 045-905-2160 / ☎ 080-5454-1303
(葉山駐在: 竹内)

御見積り無料 店舗/施設可 ティーズリビング 検索

QRコード

(広告)



9 / 26

交通安全教室で学ぼう！



町内の幼稚園・保育園児を対象に「秋の音楽鑑賞会と交通安全教室」を開催しました。参加者は、一日警察署長を務める増田美香アナウンサー（テレビ神奈川）と一緒に横断歩道の渡り方を学んだり、演奏会やマジックショーを楽しんだりしました。

9 / 29

ビッグハマママーケット



グルメや人気商品など、葉山の名店が集結するビッグハマママーケットが森戸神社境内で開催されました。今年は葉山町制施行100周年を記念し、トートバッグを無料プレゼント！約9000人が訪れ、葉山の魅力を体感する一日となりました。

10 / 5

リユース市



家庭で使わなくなった衣類などの不用品を出店し、使ってくれる人に無料でゆずる「リユース市」を開催しました。一色小学校5年1組の初出店もあり、福祉文化会館に275人が集まりました。当日はごみ収集車に乗れる収集体験も同時開催しました。





10 / 8

119.85千円の食品を寄付



9月24日から10月5日までに皆さんからいただいた食品を公益社団法人フードバンクかながわに寄付しました。支援の必要な人に配布するとともに、地域の食品ロス削減に貢献することを目的としています。皆さんご協力ありがとうございました。

10 / 11

避難所充電キットの寄贈



防災に関する協定を締結しているエレコム株式会社より、ポータブル電源やモバイルソーラー充電器などの「避難所充電キット」を寄贈いただきました。災害時に避難所に設置し、避難者のスマートフォンなどの充電切れを防ぐことに活用します。

10 / 16

町制施行100周年を記念してオリジナルフレーム切手が完成！



日本郵便南関東支社県南部地区連絡会の久保統括局長らが町長室を訪れ、「葉山町制施行100周年記念のオリジナルフレーム切手」を披露してくれました。葉山らしい景色の詰まった切手は、町内の郵便局などで購入することができます。

四季を感じる町の景色や
葉山から見える富士山の景色など



▶ 掲載写真のデータが必要な方は、政策課（☎内線333）までご連絡ください。

福祉文化会館

11月の休館日 5日(火)、12日(火)、19日(火)、26日(火)

開館時間 9時～17時 問 ☎876-1871

■ ホールの催し物 (11月17日までの葉山町文化祭は、10月号をご覧ください)

日にち	催し物	開演時間	主催及び入場方法等
11月24日 (日曜)	ふくぶんファミリーシネマ 『こんにちは、母さん』	上映時間110分 ①10時30分 ②13時30分	詳しくはこのページ下部を ご覧ください。

■ 福祉会館 (60歳以上の町民対象)

催し等	開催日	時間	問合せ
入浴サービス (登録制)	1, 8, 15, 22, 29	12:30～15:00	福祉課 ☎内線234
高齢者いこいの日	13, 27	13:00～17:00	☎875-3288 (山崎)
社交ダンス	11, 18, 25	9:00～12:00	☎875-8362 (木村)
健康スポーツ教室	4, 25	13:00～17:00	☎875-5555 (加藤)
囲碁・将棋	2, 3, 7, 9, 14, 16 17, 21, 28	13:00～17:00	☎890-3642 (佐久間)

ふくぶんファミリーシネマ 「こんにちは、母さん」

山田洋次監督・吉永小百合主演、時代が変わっても変わらない「親子」を題材にした作品です。久しぶりに実家に帰ると、自分の知っていた姿と異なる母の様子を目にして呆然とする息子。人情味溢れる下町の人々と、母の新しい姿との出会いによって見失っていたものに気付かされていく。

原作：永井愛「こんにちは、母さん」(二兎社)

日時 11月24日(日)

①10時30分から②13時30分から

場所 福祉文化会館ホール

入場料 1,000円(税込) ※3歳以上一律

問合せ 福祉文化会館(火曜休館)

☎876-1871

主催 葉山町・ベイシティエンタープライズ



©2023「こんにちは、母さん」製作委員会



ふくぶんファミリーシネマ割引券
11月24日(日)のみ有効
10:30～13:30
¥200 割引

葉山町立図書館

11月の休館日 5日(火)、11日(月)、18日(月)、25日(月)

開館時間 9時～18時 問 ☎875-0088

◆展示コーナー

10月29日(火)から11月24日(日)まで
「ノンフィクションを読む・読書週間」

11月26日(火)から12月22日(日)まで
「葉山町人権展」

◆つぼみのおはなし会 (赤ちゃん向け)

日時 11月13日(水)10時30分から

場所 2階和室(研修室1)

◆みんなのおはなし会

日時 11月20日(水)15時から

場所 1階おはなしコーナー

◆みんなのおはなし会と折り紙遊び

日時 11月30日(土)10時30分から

場所 1階おはなしコーナー

★蔵書検索は「葉山町立図書館」で検索！



エントランス展示のご案内

10/27(日)～11/9(土)は読書週間です。
エントランス展示は「ノンフィクション
を読む。」おすすめのノンフィクション
本を、図書館の分類(テーマ)別に展示
します。お楽しみに!!

葉山町議会主催 町制施行100周年記念 特別講演会

講師: "TBS テレビひるおび" でおなじみの気象予報士

もり あきら

森 朗 氏 講演会

※お申込み不要

無料

『気候変動と100年後の葉山町』

日程: 11月23日(土・祝)

時間: 14時～16時30分 (13:30開場)

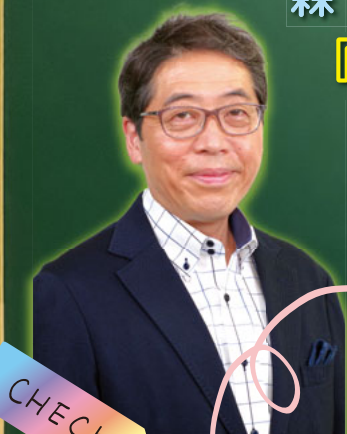
1部/基調講演会 (14:10～15:10)

2部/クロストーク座談会

*森朗氏を囲んでの座談会!! (15:25～16:10)

場所: 葉山町福祉文化会館〔ホール〕

*質疑・応答/約20分 16:30終了



葉山の森保全センター (HFC)
代表理事 藤本 嶺 氏



漁師
長久保 晶 氏



石井ファーム
代表 石井 裕一 氏



葉山町長
山梨 崇仁 氏



葉山町議会
議長 伊東 圭介

各分野の
現状や懸念点
今後の対応策
など...
クロストーク
します!!

クリーンセンターからのお知らせ

問 ☎876-1153

ごみ出しの間違いに注意！

資源ステーションにおけるごみ出しの間違いが多発しています。間違いやすい収集日は以下の通りです。

○小型電気製品・蛍光灯管・スプレー缶・電池・埋立ごみなど

各地区 … 月一回水曜日

○ビン・ペットボトルなど

一色地区 … 第2・第4月曜日

堀内地区 … 第1・第3金曜日

長柄地区 … 第2・第4金曜日

木古庭・上山口・下山口地区

… 第1・第3月曜日

※早朝に缶やビンを出す場合は、音が出やすいため、ご近所への配慮をお願いします。

「ペットボトル」は、できるだけつぶして



ペットボトルはつぶして出すことで、かさばりません。青や緑などの色付きペットボトルは「容器包装プラスチック」です。

分別されていないものや種別の違うものは、収集できません。出し間違いは近隣の迷惑にもなるため、ごみと資源物の分け方・出し方及び収集カレンダーを確認ください。

秋季全国火災予防運動

問 予防課 ☎876-0147

11月9日(土)から15日(金)までは、令和6年秋季全国火災予防運動の期間です。この機会に防火意識を高め、火災を防ぎましょう。

住宅防火 いのちを守る10のポイント

- (1) 寝たばこは絶対にしない、させない
- (2) ストープの周りに燃えやすいものを置かない
- (3) こんろを使うときは火のそばを離れない
- (4) コンセントはほこりを清掃・不要なプラグは抜く
- (5) 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置の付いた機器を使用する
- (6) 火災の早期発見のために、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

- (7) 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテン類は、防火品を使用する
- (8) 火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく
- (9) お年寄りや身体の不自由な人は、避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく
- (10) 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う

【ご確認ください】

総務省消防庁の
YouTube 動画



はやまるタクシー

2024年10月21日(月) ~ 12月6日(金)



LINE で回答!

抽選で記念品プレゼント

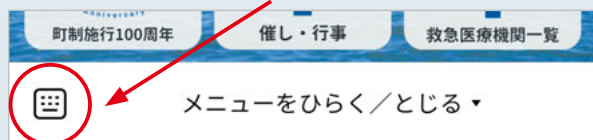
広報

クイズ

1. 今月の特集テーマ「体力をつけて健康に」。
10分歩くことで約何歩に相当する?
(1) 100歩 (2) 500歩 (3) 1000歩
2. 筋力強化に欠かせない栄養素「たんぱく質」が多く
含まれている食品は?
(1) 野菜 (2) 豆類 (3) そば
3. 今月号の感想やご意見、今後の特集記事のテーマや
取り上げてほしい人物などをお聞かせください。

回答方法 (11月20日締切)

- (1) LINEで町アカウントを登録
- (2) トークで左下のマークを押す



- (3) 広報クイズと入力し、送信
- (4) アンケート画面で回答

いいね!
の1枚

インスタ
連動企画

Instagramで「#葉山歩き」をつけて
投稿いただいた写真を紹介します。

問合せ 政策課 ☎内線333



@morrie.go さん



@yascooter_rebbon さん

司法書士・行政書士・AFP・宅地建物取引士 けふかわ 葵生川 典夫

はやま司法書士・行政書士事務所

相続 不動産登記 商業登記 後見 その他

遺産相続・相続登記・相続対策・遺言・相続放棄など

相続に関することすべて

当所にお任せください
☎046-890-6397

まずはお電話ください(水・日・祭日休)

葉山町堀内1177-46 (無料Pあり)
<https://hayamasgoffice.com>

(広告)

アンコール葉山♪ 賃貸住宅 空室あります

「高齢者住まい法」国交省・厚労省 共管制度の建物

- ♪60歳以上の方なら、どなたでも入居可能
- ♪バリアフリー・風呂/台所/非常ブザー有・安否確認
- ♪施設と違い外出自由・一人暮らしでも安心・安全

◇介護事業所併設(別契約)
デイサービス・訪問・宿泊
◇レストラン有
毎週火曜 歌の会開催
ランドピアノ2台
*介護職募集
時間・日数は応相談

葉山町長柄264 ☎046-875-5917

(広告)

葉山町長 山梨崇仁 コラム

いいんです。汗と涙の健康

表紙の町民体力測定にご参加された皆様、ご自身やご家族の測定値はいかがでしたか？

町内のスポーツ関係者や医療関係者、今年は東京藝大と横浜市大、神奈川歯科大などの町との提携大学も加わって虫歯リスクや認知機能のチェックなど、様々な方面から葉山の健康向上に協力してくれました。

ところで、会場に行かれた方はご存じかと思いますが、私の測定も事前に行われ、各測定箇所にも貼られていました。今年も多くの子どもに「町長の記録抜いたよ」と言われ、悔し

い思いをしています。

実は昨年の自分に負けないことを目標に、測定日に向けてのトレーニングも頑張ったのですが、それでもその後3日間、下半身を中心とした筋肉痛にも苦しみます。心身ともにつらい測定会なのです。

さて、その中でも、膝痛で参加できないシャトルランの代わりに、今年は逗子のプールに行き、50^分自由形（飛び込みなし）をやってきました。かつて、このコラムに48秒と書いたことがあります。

ありました。ちなみに小学生の日本記録は23秒82。いいんです（汗）。自分との戦いですから。でもその後、手のかき方やバタ足のしなやかなポイントを研究し、元水泳部にヒアリング……。結果47秒。いいんです。来年は46秒を目指せば（涙）。

なんだか愚痴っぽい話になってしまいました。学生の頃の体育の授業がなくなっていて、いつからか運動が遠ざかり、適当だった準備体操とクールダウンの

気遣いがこれほど重要だと思えるようになりました。

スポーツの秋、芸術の秋。今年は特に100周年の葉山です。怪我なく健康で楽しむためにも、子どもたちに大人のマジで一生懸命な姿を見せるためにも。準備とアフターケアに余念のない大人になります。18歳以上の町民の皆さん、対象施設の利用が12回無料になる健康増進チケットが役場でもらえますからね！ぜひご利用ください。



▲ 事前測定会の様子と個人記録

【訂正とお詫び】
広報葉山10月号のコラムにおいて、「新井副分団長」とあるのは「荒井副分団長」の誤りでした。関係者の皆様には大変ご迷惑をおかけしましたことをお詫び申し上げます。

月6回会員

月会費8,800円

好評募集中!

- 全営業日、月6回利用できる
- ジム、スタジオ、お風呂やサウナ、全施設・全プログラムが楽しめる

週1、2回から始める! 楽しい運動習慣!

入会金 + 1ヶ月会費

通常11,000円 通常13,200円(正会員)

0円

24,200円お得!

さらに今なら!

はじめての方でも安心の特典をご用意しています

※特典利用は2ヶ月以上の在籍条件が必要です。

合わせて

FitAnnex フィット アネックス ZSC

tel.046-887-0307

JR逗子駅から徒歩3分

(広告)

フラダンス ◆ 太極拳 & 氣功 ◆ ピラティス ◆ ヨガ ◆ ベリーダンス

カルチャー無料体験会

11/1(金)~ お申し込みは tel 046-873-1499

逗子スポーツクラブ別館 誕生!

多彩な新しいカルチャーがスタート!

(広告)

(広告)



葉山まほろば動物病院
HAYAMA MAHOROBA
ANIMAL HOSPITAL

秋の定期検診



受付中

● 診療時間 9:00-12:00・15:30-18:00
● 休診日 水曜日 **予約優先**

TEL. 046 887 0100
〒240-0111 三浦郡葉山町一色1179-6
公式ホームページ
hayama-mahoroba.com



	月	火	水	木	金	土	日
9:00 - 12:00	●	●	休	●	●	●	●
15:30 - 18:00	●	●	休	●	●	●	●

(広告)

理論
創造
分析
直感

未来を切り拓く知識を子どもたちに 生き抜く力講座

小中学生対象

思考力を育てよう！
移り変わりの早い現代をしなやかに
生きていくために必要なことは、
社会のしくみを知ること。
お金や仕事、ネットリテラシーなど
様々なテーマを取り上げ、自ら考える
力を育みます。★保護者のサポートは不要です

テーマ
本を読んで伝え合おう
-答えのない読書会-

**無料
体験会** **11.19(火)**
16:30~17:20

社会も豊かに生き抜く力とデジタルスキルを身につける！
そらいろぱれっと
info@manabilab.or.jp



(広告)

どれみようちえん

公式HPは
こちら





TEL 875-3330 葉山町一色 1862-1



www.doremi.ed.jp

(広告)

レッドゾーンご相談可能！

求む 売却物件

ハウストウ
葉山町

☎046-827-7106
堀内1996(火・水定休日) 神奈川県知事
info@housedo-hayama.net (1)第32265号



(広告)



FRESH OYSTER FAIR

Fête d'Huitre
牡蠣喰う会
～走りの牡蠣～

12/5 THU - 8 SUN

レストラン ラ・マーレ 046-875-6683

葉山町堀内24-2 [月曜・第二火曜定休]

詳しい内容はHPにて→

