

特集 いつまでもこの町で 笑って暮らそう

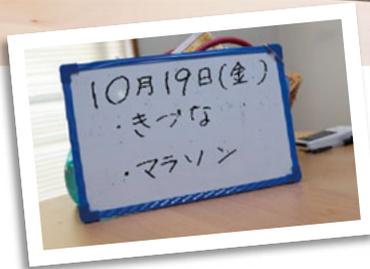
今月の目次 (表紙：認知症対応型デイサービス「オハナ」での園芸療法)

特集記事	..... 2	教育委員会だより	..... 16
子育てひろば	..... 12	年末年始のお知らせ	..... 17
健康情報	..... 14	町長コラム	..... 23

【広報葉山は音声版・web版もあります。お問い合わせください。】

特集 いつまでもこの町で

# 笑って暮らそう



リビングにあるホワイトボードに、忘れないようにと書かれた今日の予定（左写真）。下山口で仲良く暮らす福留さん<sup>ふくどめ</sup>夫妻ですが、夫の真一さん<sup>しんいち</sup>（65歳）は、今から4年前にアルツハイマー型認知症と診断されました。

認知症と前段階の軽度認知障害の人は、65歳以上の4人に一人と言われています（平成24年度厚労省調）。誰もが認知症になるかもしれない現代で、当事者や家族、地域にできることは何があるでしょうか。

認知症を隠しているわけではないけど、積極的に周りに公表するわけでもないという福留さん。「町の人たちが思う認知症への誤解や不安が軽減されるのであれば」とのこと、今回ご夫婦での取材に協力してくれました。

## ■ 疑いつつも病院へ

50代後半から物忘れが目立ったという真一さんですが、妻の亜矢子さんは年相応なものだと思っていたそう。異変に気が付いたのは、離れて暮らす家族でした。

『孫の名前が出ないのはおかしい』と言われ病院へ。認知症と診断された瞬間は、仕事を続けられるのかなどの不安から途方にくれました。ただ、子どもたちとも話し合い、『暗く考えずに笑って過ごそう』と前向きになれたのです』と亜矢子さんは話します。

## 福留さんが 笑顔になる活動



**認知症フレンドリー返子葉山**  
認知症になっても安心して暮らすことができる地域を目指した取組みをワクワクしながら行うグループ。当事者のやりたいことを実現するための「話そう会」などを開催。



### 下山口きづな館

サポーターとして地域の高齢者をお手伝い！ きづなの会代表の沼田義一さんは「利用者さん宅のハチの巣駆除を手伝うなど、本当に親切で皆さんから人気です」と真一さんの印象を教えてくださいました。



今年9月に開催された認知症の啓発イベント「ランどもアスRUN伴+三浦半島」では、5キロを走るランナーに挑戦

# 認知症になつたことで広がった世界

### ■ 地域で暮らす仲間として

仕事をやめてからは家で何をすればいいのかと不安に思うことも。地域包括支援センターから紹介されたのは、下山口福祉活動きづなの会主催のきづな館でした。「きづな館では、地域の高齢者の体操・食事のお手伝いをします。元々みんなとワイワイするのは得意じゃなかったけど、ここは温かくて居心地が良い」と真一さんは話します。地域に顔を覚えてもらうことで、道がわからなくなったときなどの安心にもつながります。以前は仕事ばかりで地域に知り合いがいなかった真一さんでしたが、少しずつ交友関係が広がりました。

### ■ 明るい未来を楽しみに

また、新たなことにも挑戦。上記写真のマラソンのため始めたランニングは、今も欠かさず毎日続けています。「目標があるのが良いみたい。走ったあとは目が輝いている」と亜矢子さん。「毎週練習に付き合ってくれた地域包括支援センターの山本さんには感謝しているのに、名前を覚えられず申し訳ない。皆さんなぜ関係ない私のためにアツくなってくれるのか本当に嬉しい」と話す真一さんの目には涙がにじみます。

家族や地域以外にも協力者はいます。「前の職場の同僚に認知症だと打ち明けたとき、『一人にはしないから大丈夫』と言ってくれたんです。毎月お花見や湖、山などに連れ出してくれます。楽しい予定があると、生き生きと過ごすことが出来るようになるんですよ」と亜矢子さんは嬉しそうに語ります。「認知症になつたことで周りの人のあたたかさをより感じるようになった。色んな人との出会いもあり、自分の世界が広がりました」と真一さんは笑顔で話してくれました。

# 「誤解」から「理解」へ

## 認知症を正しく知ろう



### 認知症はアルツハイマー？

A・認知症とは、「記憶や注意力などが低下し、生活に支障をきたす状態のこと」です。アルツハイマーは、認知症の原因となる疾患の一つで、他にも血管性、レビー小体型、前頭側頭型などがあります。種類によって記憶障害や人格変化など症状が異なり、合併して発症することもあります。



### 何もわからなくなるの？

A・「明日から認知症」になるわけではなく、私たちが日々老化する延長に認知症があります。新しいことを記憶する力が弱くなってもサポートできれば良いように、徐々にできなくなることに対応できる工夫を家族や地域で考える必要があります。

### 高齢者の病気ですか？

A・加齢と密な関係がありますが、若ければ大丈夫ということでもなく、早ければ30代でなることもあります。しかし80代後半ではおよそ半数以上が認知症だと言われ、年齢を重ねるほど確率は上がります。長寿命化が進む現在、誰もが認知症になりうるということです。



### 物忘れとは何が違うの？

A・老化による「物忘れ」は、体験の一部を忘れる・物忘れの自覚があることが特徴です。しかし認知症による「記憶障害」は、体験全体を忘れる・忘れた自覚がないことなどで生活に支障が出ます。しかし加齢による物忘れの延長に記憶障害があるので、明確な線引きができません。



湘南いなほクリニック

認知症専門医

うちかど ひろたけ  
内門 大丈 院長

## 認知症早期発見チェック

(家族に4個以上該当する人がいたらかかりつけ医へ相談！)

- いつも日にちを忘れてしまう
- 特定の単語や言葉が出てこないことがしばしばある
- 会話を理解するのが難しい
- 同じ時間内に同じことを言うことがしばしばある
- 家族に依存する様子がある
- 答えた内容から質問を理解していないことがわかる
- 時間の観念がない
- 少し前のことをしばしば忘れてしまう
- 以前にした話を繰り返す
- 最近聞いた話を繰り返すことができない
- 話の脈絡をすぐに失う
- ※内門大丈監修『認知症の人を理解したいと思ったとき読む本』、大和出版、2018年より引用
- 話のつじつまを合わせようとする





**薬で治療できるの？**

A. 甲状腺機能低下症やビタミン欠乏症による認知症は、内科的な治療によって治すことができます。認知症の半数以上を占めるアルツハイマー型には、現段階で根本的な治療薬はありませんが、進行を遅らせる薬はあります。生活習慣病などの病気も確認できるため、不安なことがあれば病院に相談しましょう。



**なりやすいのはどんな人？**

A. 世界的な研究では、難聴や教育期間の短さ、喫煙などが危険因子であると発表されました。その危険因子を取り除くために、まずは適度な運動や社会的な交流によって生活習慣をコントロールすることが大切です。生活習慣を見直すのは、認知症になってからも症状を遅らせることに効果的です。

**なる前にやっておくことは？**

A. 「予防しているから絶対に認知症にならない！」ということはありません。皆さん誰もがなるものだと、認知症と向き合いたしましょう。自分らしく年を重ねることを家族で話し合うのも良いかもしれません。将来的には人工知能（AI）の発達などにより、記憶障害がカバーされることもあるかもしれないですね。

**周りは何をしてあげられる？**

A. 家族や周りがイライラしてしまう気持ちもわかりますが、本人もうまくいかないことに傷ついていくのです。指摘するのではなくさりげなく伝える配慮を心がけるなどしてみてください。また、周囲にはオープンに話すことで、地域が認知症を理解し、協力しあっていくのも予防の一つになります。



## 認知症講演会

認知症の人たちに優しいまちづくりに向けて、町民対象の講演会を開催します。

「家族が認知症かもしれないけどどうすればいいの？」や「自分もいつかなら準備しておきたい」など、専門の医師から学びましょう。

日時 12月20日(木)  
14時30分～16時

場所 福祉文化会館 1階大会議室  
テーマ 認知症の人とともに生きる  
～“認知症への先入観”をなくすことから始めよう～

講師 内門 大丈 医師  
(湘南いなほクリニック院長)

定員 80人 費用 無料  
問合せ 福祉課 ☎内線233





## 認知症×地域の取組み

# 身近な支えが力になる

認知症にかかわらず、笑顔で暮らすためには人々との交流が大きく影響します。  
誰もがいつまでも安心して暮らせる町を目指した、地域での活動を取材しました。

### ◆ 運動で認知症予防



▲ 体を使ったじゃんけんで頭と体の体操

葉山町では認知症予防に効果的な運動（コグニサイズ）を取り入れた教室を年に3回開催しています。教室では運動の指導員を前にし、皆さんで簡単な運動を行います。運動の内容も大切ですが、重要なのは皆さんとの交流を楽しみながら行うこと。

参加者の秋山さんは「回数を重ねるたびに出来ることが増えて嬉しいから続けられる。物忘れの心配はあるけど、そんな悩みも皆さんとおしゃべりしていたら気が紛れます」と話してくれました。



た。

木古庭会館の教室を担当した伊東敬子さん（逗子スポーツクラブ・上写真）は、参加者の笑顔を引き出すようにずっと笑顔です。「私もそうですけど、家です。一人だとあまり笑うことがないと思うんです。教室にいる1時間だけでも声を出して笑ってほしいです」と話します。

「皆さんには運動の合間だけでなく、普段から水分をとるようにと呼びかけていますが、参加者同士で『水分とるのは大切だから飲みましょう』と話しているのを見るとすごく嬉しくなります」と地域の皆さんがお互いに声かけをしている様子を振り返りました。

次回の教室は、3月に保健センターで開催します（広報葉山2月号掲載予定）。

### ◆ 話して、知ろう

葉山町地域包括支援センターが開催する「はやまオレシジカフエ」では、認知症当事者の部屋と家族の部屋に分かれ、それぞれ交



▲ ゲーム中は年齢関係なく大盛り上がり

流を行っています。家族の部屋に参加した人は、「アルツハイマー型と診断された妻の言動で、ご近所に迷惑をかけてしまったとき、その方が『私の母も認知症でしたので大丈夫ですよ』と受け入れてくれたことが嬉しかった」と体験談を語りました。

一方、当事者の部屋では、手作りクレープを食べながら百人一首で坊主めぐり大会！ 1年前からお手伝いに来ているという小学5年生の





▲ みんなで会話を楽しみながらの体操

内藤奏七ちゃん(6ページ下写真)は、「みんなからお手玉とか昔の遊びを教えてもらえるのが嬉しいです。認知症とか関係なく、これからも一緒に遊びたい」と話してくれました。地域の皆さんも参加できます。詳しくは、葉山町地域包括支援センター(☎87715324)にお問い合わせください。

### ◆ 町内45のサロン

町内会・自治会毎の地域で運営するサロンは町内に45か所ありますが、「なでしこ」は、地域の介護福祉士など専門スタッフが活躍する、町内唯一の「住民



私は予防も兼ねてサロン活動など皆さんとの交流を積極的にしています。

主体による「デイサービス」です。町在住の65歳以上を対象に毎週水曜日開催され、歌や体操、手芸などを楽しみます。

2回目の参加だという尾作さんは、「娘がこのサロンを見つけてくれて参加するようになったけど、皆さん親切で昔からの友人みたい。認知症の夫が身近にいて、

す」と話します。

なでしこ代表の川畑美子さん(右写真)は、「音楽を聴いたり歌ったり、指先を動かすことで脳は活性化します。さらにみんなと一緒にすることで、会話は必ずむし自然と笑顔も増えるんです。

冬には松ぼっくりを使ったリース作りなど、季節にあったプログラムを企画しています。自然に触れて、色を見て、五感で季節を楽しんでもらうことを大切にしています」と教えてくれました。

高齢化や生活の孤立という町の課題について、住んでいる人たちが率先して考え、行動しています。

### ◆ 地域の役に立つ



▲ オハナの庭でも園芸リハビリ♪

一般社団法人はつぷ(葉山つながりプロジェクト)では、園芸リハビリとしてシニア向け畑サークルを運営しています。町内の飲食店である風早茶房のガーデンを借り、「互近助ガーデンかざはや」と称し、葉山オハナデイサービスの認知症の方がチームとなって有償でガーデンづくりをしています。

はつぷ代表の大橋マキさん(下写真)は「自然豊かな葉山で暮らす人たちに、



私たちにも感じてほしい」と大橋さんは話してくれました。

太陽・風・土に触れて四季を感じることでリフレッシュしていただきたい。ポジティブな感情を重ね、充実した毎日を過ごすことは心の安定につながり、認知症の進行がゆっくりになると言われています。私たちにとっても人生の先輩から学ぶことは多く、笑顔の皆さんと話していると、年齢を重ねることにポジティブに向き合えるようになります」と話します。

また、ボランティアではなくお金をいただいて仕事として取り組むことは、地域で役割を持つことにつながります。認知症の人を「何かしてあげる存在」ではなく、「共に暮らす仲間」として地域が受け入れているのです。

「核家族が進むと認知症を知らずに育つ子どももいる。認知症や介護という難しい印象があるけど、同じ葉山に暮らす仲間として接することを子どもたちにも感じてほしい」と大橋さんは話してくれました。

## Interview

# 認知症になっても やりたいことを実現できる！

町内唯一の認知症対応型デイサービスを運営しながら、認知症の人のやりたいことを実現する活動を行う「認知症フレンドリー逗子葉山」のメンバーである柴田さん。難しいと言われていたことを実現できたのは、どんな理由があったのでしょうか。

「もう一度楽しんでほしい」

本人と家族と仲間とともに叶えた夢

### ◆何もできない、は間違い

2年前、若年性認知症の川名賢次さん（鎌倉市在住）の家族が願った「若い頃に熱中していたサーフィンをもう一度楽しんでほしい」の声を聞いてそれを実現させた柴田さん。このように当事者のやる気や自信を育む取組みはどのように行っているのでしょうか。「楽しんでもらうこと、そして自分

は人の役に立つ存在だと実感してもらおうが一番です。認知症だから何もできないと役割を取り上げてはいけません。川名さんのサーフィンも、家族だけの力では危ないからと諦めていたところ、仲間のサポートで実現できたものです。葉山オハナデイサービスでも、自宅だと危なくて出来ないこともスタッフの見守りによって出来る、それが自信になります。その心の安定が認知症の症状の安定にもつながるのです。」



しばた やすひろ 柴田 康弘 さん  
株式会社ジョイ&ホープ代表取締役

デイサービス利用者で100歳の行谷さんとお話する柴田さん。一つひとつの言葉に丁寧な対応を心がけます。



### ◆当事者の声に耳を傾ける

認知症のある人とのコミュニケーションで心がけていることは、

「私が昔働いていた施設では、入浴時間が決まっているなど、全ての利用者に一律の対応を行っていました。入りたくないと思われ、嫌がる人もいました。その人がたまたま違う時間帯に入浴したとき、気持ちよく入ってくれたことがあったのです。そこから、こちらの接し方によって反応は変わることになったのです。まずは当事者の声に耳を傾けること。何が嫌なのか、どうしたら良いのかなど、一緒に話し合いながら進めていくことを大切にしています。」

### ◆認知症の人を孤立させない

海の見える高台の住宅地に葉山オハナがオープンして8年目。どのようなきっかけで立ち上げたのでしょうか。

「介護福祉士など介護職で働いて20年が経ち、認知症の当事者や家

族の皆さんと出会いました。多くの方が住みなれた町で暮らし続けたいと希望していましたが、受けたいサービスがあると難しいなどの葛藤があることを聞きました。オハナはハワイ語で家族や仲間という意味です。認知症があるからと言って、その人を地域から孤立させたくない。隣近所に遊びに出かけるようにデイサービスを利用していただきたいと、古民家を改装した場所を作りました。利用者同士だけでなく、家族やスタッフ含めてみんなが地域の仲間として助け合うことを目指しています。」



▲ オハナでは月に1回、おひさま保育室の子どもたちと交流会を行っています

## 認知症対応型デイサービスってどんなところ？

### ◆ 専門的ケアの提供

自宅から施設までの送迎や食事・入浴などの基本サービスに加え、その人らしく暮らしてもらえるよう、食事の準備・片付け、庭仕事などの日常生活訓練をしています。また、近所の道路や公園の清掃などの地域貢献活動や地域の人と交流する機会を通して、地域での役割を持ち、達成感を味わってもらえるように、その人にあった内容をスタッフと一緒に行うようにしています。

### ◆ 定期巡回と随時対応も

デイサービスだけではなく、1日複数回の自宅への定期巡回に加え、手助けが必要なときにボタン一つでヘルパーが駆けつけ

る随時対応型の訪問介護看護事業所「葉山オハナ24在宅サポート」もあります。詳しい利用方法はお問い合わせください。



問合せ 葉山オハナデイサービス  
センター ☎876-0872

## 対談

# 認知症と向き合う

## 「治す」から「あるがまま」へ

ほとんどの認知症は加齢の延長にあるもので、治すことができません（甲状腺機能低下症やビタミン欠乏症による認知症を除く）。

認知症を「治す」のではなく、「あるがまま」に受け入れるとはどのようなことでしょうか。町の福祉に携わる葉山町福祉課の坂口主幹と葉山町地域包括支援センターの芳賀さんに聞きました。

**坂口** 認知症と診断されてすぐに受け入れられる人は少ないかもしれませんが、あせらず、時間をかけて向き合っていきましょう。

**芳賀** 初めは訪問しても「うちは大丈夫。もっと大変な人のところ行って」と門前払いの人も。何度か訪問しているうちに「いつもありがとう」と受け入れてくれたときは嬉しくなります。

**坂口** 一番不安なのは本人だと考え、周囲がそれをサポートする必要がありません。認知症を脳の病気として捉えると薬での治療が主になりますが、老化現象の一つと捉えてみる。すると無理に記憶力を鍛えるよりも、本人が楽しめることを支援する方が

みんな幸せになりますよね。

**芳賀** 家族、特に男性は、周りに相談しづらいのか「うちだけがこんな大変なんだ」と抱え込んでしまいます。オンラインカフェや地域交流などで情報交換することをすすめています。

**坂口** 地域の人には正しく理解してほしい。認知症で注意力が欠如した人には「子どもに接するような優しいさで視線を合わせる」など、ほんの少しの気づかいで相手の反応も変わります。

**芳賀** 認知症のない地域はありません。葉山は顔の見えるご近所付き合いができていて、地域からの相談で認知症の人がわかることもあります。長い間雨戸が開かない家があるなど、「おや？」と思ったら地域包括支援センターまでご相談ください。

### セミナーのお知らせ

#### 成年後見&任意後見セミナー

認知症など判断能力が十分でない人の財産管理や生活にかかる手続きを支援する制度について、司法書士によるセミナーと個別相談会（1組15〜20分）を実施します。

**日時** 12月12日（水）

13時30分〜15時30分

**場所** 福祉文化会館 大会議室

**申込み** 電話かFAX、メールで

氏名・年代・住所・電話・個別相談希望の有無を葉山町地域包括支援センターへ（締切12月7日）

☎ 8771-5324

☎ 8761-1873

☎ 8761-1873

☎ 8761-1873

☎ 8761-1873

☎ houkatsu@hayamashakyo.com

本人も家族もあせらなくていいの



町福祉課 保健師  
さかくち かおる  
坂口 薫 主幹

認知症がない地域はないからね



葉山町地域包括支援センター  
はが さおり さん



# いつまでもこの町で みんな一緒に笑って暮らそう

互近助ガーデンかざはやで園芸の合間にひとやすみ

## 心配事は、ご相談ください

物忘れや認知症に関する不安、相談窓口の問合せなどは葉山町地域包括支援センターへご相談ください。本人や家族、地域の方が気付いたことでもかまいません。

問合せ ☎877-5324

## 大丈夫、みんないる

昨年日本の平均寿命は過去最高を記録し、女性87歳、男性81歳となりました。認知症最大の原因は加齢ですが、それに抗うことはできません。しかし、当事者や家族、地域それぞれが正しい知識を持ち、適切な対応をとれば認知症は恐れるものではありません。

この町の仲間として、誰もが自分らしく輝く人生を送れるよう、あなたができることを今考えましよう。

# 子育て ひろば



地元の学生による迫力満点の演奏！  
(10/21 逗葉地区青少年音楽祭)

小児医療費助成制度が  
変わります！

12月1日から小児医療費助成制度の対象を中学生まで拡大しました。制度利用には申請が必要です。対象者には、10月中旬に申請書とご案内を送付しましたので、ご確認ください。

問合せ 子ども育成課

☎内線221

麻しん風しん混合(MR)  
ワクチン予防接種

MRワクチンを無料で接種できる期間は来年3月31日までです。指定医療機関で接種してください。

※期間を過ぎると有料になります。  
対象 幼稚園年長に相当する年齢

(平成24年4月2日～平成25年4月1日までに生まれた子ども)

問合せ 子ども育成課

☎内線221



## 鎌倉税務署からのお知らせ

### ◆所得税等確定申告の申告書作成会場

税務署の閉庁日(土日・祝日)は、相談及び申告書の受付は行っていません。確定申告期間中の閉庁日に相談・受付を行う場合はお知らせします。

期間 2月18日(月)～3月15日(金)

時間 9時～17時

(受付8時30分～16時)

場所 鎌倉税務署

(駐車場は利用できません)

※会場が混雑している場合には、受付を早めに締め切ることがあります。また、混雑状況によっては長時間お待ちいただくこともあります。

### ◆インターネットで確定申告ができます

国税庁HPの「確定申告書等作成コーナー」では、画面の案内に従って入力するだけで申告書が作成できます。

### ◆e-Taxをご利用されている方へ

平成31年1月以降、「e-Tax」HPから確認できるメッセージボックスに保管されている受信通知や税務署からのお知らせ等を確認するためには、マイナンバーカード等での認証が必要となりますのでご注意ください。

問合せ 鎌倉税務署個人課税第1部門

☎0467-22-5591

特に記載のない事業は、保健センターで実施します。※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。

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

12月4日(火)	平成31年1月8日(火)	平成31年2月5日(火)
30年9月生まれ	30年10月生まれ	30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

受付時間 9時～9時30分

12月6日(木)	平成31年1月17日(木)	平成31年2月7日(木)
30年7月生まれ	30年8月生まれ	30年9月生まれ
母子健康手帳・健やか親子21問診票を忘れずに		

10か月児健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

12月13日(木)	平成31年1月24日(木)	平成31年2月21日(木)
30年1月生まれ	30年2月生まれ	30年3月生まれ
母子健康手帳を忘れずに		

1歳6か月児健診

申込み不要

受付時間 13時～13時30分

12月13日(木)	平成31年1月24日(木)	平成31年2月21日(木)
29年5月生まれ	29年6月生まれ	29年7月生まれ
母子健康手帳・問診表・健やか親子21問診票・歯ブラシを忘れずに		

2歳児歯科健診

申込み不要

受付時間 9時～9時30分

平成31年1月22日(火)	平成31年3月12日(火)
28年10月、11月生まれ	28年12月、29年1月生まれ
母子健康手帳・歯ブラシを忘れずに	

3歳児健診

申込み不要

受付時間 13時～13時30分

12月20日(木)	平成31年1月17日(木)	平成31年2月7日(木)
27年12月生まれ	28年1月生まれ	28年2月生まれ
母子健康手帳・問診表・健やか親子21問診票・歯ブラシ・採尿・視聴覚アンケートを忘れずに		

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11日(火)	平成31年2月5日(火)
30年6、7月生まれ	30年8、9月生まれ
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 平成29年11～平成30年1月生まれの子と保護者

日時	内容	講師
平成31年1月15日(火)	歯の健康(講話とブラッシング指導) 子どもの食事(講話) 子どもの健康管理について(講話)	歯科衛生士 管理栄養士 保健師
母子健康手帳、歯ブラシを忘れずに		

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 平成28年7～9月生まれの子と保護者

日にち	内容	講師
12月11日(火)	どんな遊びが好きですか。 — みんなで遊ぼう — リズム遊び、手遊び等(遊びの実技) 2歳ってどんな頃?(講話) — 発達と関わり方について —	指導員 心理発達相談員
母子健康手帳を忘れずに		

ぴよぴよ相談日(母子の健康相談)

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。

日にち	場所	時間	対象
12月3日(月)	保健センター	10時～11時の間で随時	0歳～就学前までの乳幼児とその保護者
12月12日(水)	芝崎児童館		
平成31年1月7日(月)	保健センター		
平成31年1月31日(木)	木古庭児童館		
平成31年2月4日(月)	保健センター		
平成31年2月13日(水)	下山口児童館		
母子健康手帳を忘れずに			

両親教室

申込み制

ご出産に向け心配なこと、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。是非お父さん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
平成31年2月12日(火)	妊娠中の過ごし方・親と子の歯の健康
平成31年2月19日(火)	妊婦体操・妊娠中の栄養(講話と調理実習)
平成31年2月26日(火)	沐浴実習・育児についての話
平成31年3月5日(火)	産後の健康・ビデオ「赤ちゃんこの素晴らしい生命」等

受付時間 13時15分～13時30分

実施時間 13時30分～15時30分(4日目のみ15時40分終了)

※4日間で1コースです

持ち物 母子健康手帳(毎回)、歯ブラシ・手鏡(1日目) エプロン(2、3日目)、三角巾(2日目)

いつまでも元気で暮らしたい！



# 健康情報

## ① 練功十八法体験・② 葉山体操

日時 1月7日(月)

① 13時30分～14時30分

② 14時30分～15時

場所 町保健センター

問合せ 練功普及会 黒田

☎ 875-11428 ※申込み不要

## シェイプアップ教室

日時 1月16日、23日、30日、2月13日(すべて水曜日) 10時～11時

内容 簡単なエアロビクス・バランス

ボール・ストレッチなど

費用 2,000円

持ち物 動きやすい服装・靴・汗ふき

タオル・飲み物

場所 町保健センター

申込み 町民健康課 ☎内線216

## 健康増進施設利用券の使用期限

町内に住民登録のある20歳以上を対象に、町外健康増進施設の無料利用券の申請を年間1回(12回分)受け付けています。今年度分の使用期限は平成31年3月31日までです。

### 対象施設

① すこやかん

屋内プール及びジム

(通常1回7200円)

② 逗子アリーナ

トレーニングルーム

(通常1回6000円)

③ 逗子文化プラザ

屋内温水プール

(通常1回6000円)

申請窓口 町民健康課2番窓口

☎内線216・217

## かんたん料理教室

簡単・ラクして・おいしく！ 手をかけない調理でもバランスの良い食事について調理実習を行います。

日時 1月25日(金)10時～14時

場所 町保健センター

対象 町内在住者

費用 500円

持ち物 筆記用具、エプロン、三角巾

ふきん2枚

定員 15人(先着順)

申込み 町民健康課 ☎内線218



## 鎌倉保健福祉事務所 12月の相談

### 鎌倉保健福祉事務所で実施

こころの健康相談・認知症相談(予約制)

※ケースワーカーと保健師による電話

相談は随時実施しています。

6日(木)9時～12時

11日(火)、18日(火)

13時30分～16時30分

**HIV・梅毒検査(即日検査)**

13日(木)13時15分～15時

**肝炎ウイルス検査**

13日(木)15時15分～15時45分

**アルコール教室**

21日(金)15時～17時

**女性のための健康相談**

※随時実施しています。

問合せ 鎌倉保健福祉事務所

☎046712413900

# 特定健診・長寿健診・がん検診等のご案内

葉山町では町民の皆さんの健康管理のため、該当する年齢や条件の人を対象に各種健診（検診）を実施しています。受診方法は「保健センターで行う集団健診（検診）」、「医療機関で行う個別健診（検診）」があります。

健診	対象者	健診内容	個人負担金		受診可能期間	自費で受診すると（参考）
			集団健診	個別健診（医療機関）		
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心電図・眼底検査	1,500円		平成31年2月28日まで	約14,000円
長寿健診	75歳以上の町民全て		無料			

【74歳の方は注意！】葉山町国民健康保険加入の方で4月以降に満75歳になる人は、74歳のうちに特定健診を受診するか、75歳になって長寿健診を受診するか、年度内どちらか1回の受診となります（健診の内容は同じものです）。

## ◆特定健診・長寿健診の申込み

40～74歳の葉山町国民健康保険加入者には特定健診受診券、75歳以上の町民には長寿健診受診券等の申込み書類一式を送付します。

集団健診で受ける場合は、町から郵送された受診券と予約申込書を右表の「申込み期間」内に逗葉地域医療センターに郵送してください。個別健診で受ける場合は、直接医療機関に電話してください。  
※券をなくした人は町民健康課にご相談ください。  
※がん検診も一緒に申し込むことが可能です。

## ◆がん検診の申込み

対象年齢の町民すべての人が受けられます。がん検診のみを集団検診で受ける場合は、ハガキに住所・氏名・生年月日・検診当日の年齢・電話番号・検診の第1希望日・第2希望日（第1希望日以降の日程を記載）・希望検診名を記入して、右表の申込み期間内に逗葉地域医療センター（〒249-0003 逗子市池子字棧敷戸1892-6）に郵送してください。

※個別検診は医療機関に電話で予約してください。（医療機関一覧は広報4月号13ページ）

## ◆がん検診等一覧

検診	対象者	検診内容	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）	
胃がん	40歳以上	バリウムを飲み、胃のレントゲンを撮影	1,000円	3,500円	14,000円
胃がんリスク	40歳以上	血液検査で胃がんにかかる危険度を判定（過去の胃がんリスク検診で「リスクは低い」と判定されて5年以内の人や要精密検査と判定された人などは受診できません）。		1,500円	6,000円
肺がん	40歳以上	胸部レントゲン写真（直接）を1枚撮影	700円	1,200円	6,000円
		問診の内容によって「たん」の検査を実施	800円	800円	3,500円
大腸がん	40歳以上	検便（2日分）により潜血反応を検査	500円	700円	4,500円
骨粗しょう症	20歳以上	超音波でかかとの骨の状態を検査、骨密度測定	800円		
前立腺がん	40歳以上の男性	血液検査でPSA（前立腺がん特異抗原）を測定	1,000円	1,000円	3,000円
乳がん視触診	20～39歳の女性	視触診による検査	600円	900円	4,000円
乳がん	40歳以上 受診日に偶数歳の女性	視触診受診後にマンモグラフィの検査 ※40歳以上で視触診のみの受診はできません（集団検診は保健センターで同日に両方受診が可能）。	1,500円	2,200円	11,000円
子宮頸がん	20歳以上の女性	子宮頸部の粘膜を取り顕微鏡で検査 ※妊娠している人は個別検診で受診	900円	1,700円	8,000円
肝炎ウイルス検査 (同意書が必要)	41歳以上の人	血液検査でB型肝炎・C型肝炎の検査を実施 ※ただし町の肝炎ウイルス検査・治療を受けたことがある人は受けられません	1,200円	1,200円	4,000円
	今年度満40歳になる人	昭和53年4月2日～昭和54年4月1日生まれの人	無料	無料	

## ◆集団健診（検診）日程・申込み期間

月	日	曜日	子宮頸がん	場所	申込み期間
1月	9日	水		逗子市	12月1日～7日
	19日	土		葉山町	
	23日	水		逗子市	
	31日	木		葉山町	
2月	2日	土		逗子市	1月1日～7日
	6日	水	○	葉山町	
	13日	水	○	逗子市	
	19日	火		逗子市	

- (1) 75歳以上の集団検診は葉山町保健センターのみです。
- (2) 子宮頸がん検診は、「○」のついた日のみ実施します。他のがん検診は、胃がんリスク検診以外すべて実施します。
- (3) 場所の「逗子市」「葉山町」はそれぞれの保健センターです。
- (4) 消印は申込み期間内に限ります。投函日にご注意ください。
- (5) 健診（検診）は年度に1回受けることができます。
- (6) 先着順のため、定員を超えた場合には締切から1週間以内に逗葉地域医療センターから日程調整のご連絡をします。
- (7) 検診10日前までに検査容器や問診票を送付します。
- (8) 集団健診（検診）申込み後の問合せは、逗葉地域医療センター（☎873-7752）へお願いします。

## 図書館

◆開館時間 9時～18時

◆12月の休館日 3日、10日

17日、29日～1月3日

※25日(火)は臨時開館

◆展示コーナー

12月16日(日)まで

「葉山町人権週間」

12月18日(火)から

「大活字・葉山中学校POP大賞」

◆おはなし会(水曜日)

テーマ 雪(ゆき)

日にち 5日、19日、26日

時間 15時～15時30分

場所 おはなしコーナー

※12日(水)10時30分からは、

「こぼみのおはなしかい」(赤

ちゃんのおはなし会)を2階

和室で開催します。

◆返却ポストの利用

28日(金)～1月4日(金)まで

葉校会館・木古庭会館・役場

玄関の返却ポストは使用でき

ません。

※蔵書検索は「葉山町立図書館」

でインターネット検索!

◆問合せ ☎87510088

## ガーデニング教室 クリスマス・お正月の寄せ植え

日時 12月18日(火)

10時～11時30分

場所 上山口小学校第一校舎

対象 町在住在勤者

定員 20人(抽選)

費用 2,500円(苗代等)

持ち物 エプロン・新聞紙・手

袋・割り箸かピンセット・シ

ヤベル

申込み・問合せ 往復はがきか

FAX、メールでガーデニン

グ・住所・電話・FAX・氏

名を生涯学習課まで

☎内線7232

☎87611861

✉kouminkan@hayama.ka

nagawa.jp

※FAXは送信後、必ず電話で

着信確認をお願いします。

※メールは、こちらから受付確

認メールを送信します。

締切 12月10日(月)17時



# 教育委員会だより 「いそぎく」

## 成人式・スキー学校など

### 平成31年 成人式

該当者には、12月中旬までに

案内状を送付します。

日時 1月14日(月・祝)

受付10時・式典11時から

場所 福祉文化会館

対象 平成10年4月2日～平成

11年4月1日生まれの人

※学業や就職などで現在は町外

に住む人も参加できるので、

お問合せください。

問合せ 生涯学習課

☎内線7232

### 第50回町民スキー学校 参加者大募集!

姉妹都市草津町での町民スキ

ー学校は今年度で50周年を迎え

ます。スキー・スノーボード・

スノーシュー・草津温泉を楽し

みましょう!

期間 1月31日(木)～2月2日(土)

場所 草津温泉スキー場

### 中学校バス通学費助成金

交通 往復貸切バス利用

対象 町在住在勤16歳以上でス

キー等を滑るのに体力、健康

に問題がなく、全日程団体行

動が取れる人

費用 3万円(宿泊・交通・保

険・リフト代含む※用具別)

申込み 役場や生涯学習課、図

書館のチラシやHPをご覧ください

☎内線7231

締切 1月4日(金)12時

### 中学校バス通学費助成金

町立中学校に通学するため、

通学定期乗車券を購入した費用

の一部を援助します。

自宅の最寄りの停留所から学校

付近の停留所までの乗車区間

(最も経済的な経路に限る)の

通学定期乗車券のコピーを添付

して申請してください。

期間 平成31年1月15日(火)か

ら受付開始

問合せ 学校教育課

☎内線7222

## 施設のお休み 今月の相談《12月》

### 施設のお休み

■町民いこいの家（堀内・一色）  
毎週土曜・日曜・祝日  
29日(土)～1月3日(木)※駐車場なし  
問 福祉課 ☎内線231

■南郷上ノ山公園  
3日(月)、10日(月)、17日(月)  
25日(火)、28日(金)～1月4日(金)  
問 南郷上ノ山公園 ☎876-1100

■葉山しおさい公園・博物館  
3日(月)、10日(月)、17日(月)  
25日(火)、28日(金)～1月3日(木)  
問 しおさい公園 ☎876-1140

### 今月の相談

消費生活相談（商品購入・悪質商法）  
毎週水曜（5、12、19、26日）  
第2月曜（10日）

9時30分～12時・13時～15時30分

人権相談（差別・虐待・いじめ）  
11日(火)13時30分～15時30分

行政相談（国の仕事に関する苦情等）  
11日(火)13時30分～15時30分

不動産相談  
20日(木)14時～16時

司法書士相談（相続・成年後見等）  
17日(月)13時30分～16時 予約制

表示登記・測量相談  
17日(月)13時30分～15時 予約制

お住まいの相談（リフォーム等）  
17日(月)13時30分～15時 予約制

行政書士相談（遺言書・契約書等）  
6日(木)13時30分～16時 予約制

法律相談 14日(金)・27日(木)  
13時30分～16時30分 予約制

問 町民健康課 ☎内線205

DVに悩む女性のための電話相談  
平日14時～17時 ☎877-1199

12月28日～1月6日は休み

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☎877-5324

障害者相談支援  
【身体・知的障害】支援センター Ⅱ  
☎870-5280

【精神障害】こころの相談室ポート  
☎876-0121

地域生活サポートセンターとらいむ  
☎0467-61-3205

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  
☎820-1933（平日9時～17時）

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  
21日(金)10時～12時、13時～16時  
問 福祉課 ☎内線231

# 年末年始のお知らせ

## 1. 役場の開庁日

[年末] 28日(金)まで [年始] 4日(金)から

## 2. 歳末火災特別警戒実施期間

期間中、消防車両が町内を巡回し、火災予防を広報します。

消防本部 [年末] 25日(火)～31日(月)

消防署 [年末] 25日(火)～31日(月)

消防団 [年末] 29日(土)～31日(月)

問合せ 消防署 ☎876-0119

## 3. 戸籍の届出と諸証明

### ◆戸籍の届出

開庁時、戸籍の届出は警備室でお預かりします。

### ◆諸証明の配達

年末21日(金)を希望する方は20日(木)15時までに予約してください。

[年末] 21日(金)まで [年始] 8日(金)から

### ◆休日の諸証明発行

[年末] 24日(月)まで [年始] 12日(土)から

問合せ 町民健康課 ☎内線205

## 4. ごみ収集・クリーンセンターへの持ち込み

### ◆年末年始のごみ収集・資源回収

[年末] 28日(金)まで [年始] 4日(金)から

### ◆1月はプラスチックごみ・資源ステーション（埋立ごみなど）の収集日程が普段と異なります

1月は第1水曜日に収集がないため、戸別収集の「プラスチックごみ」と資源ステーションの「埋立ごみ・小型電気製品・蛍光管・電球・水銀式体温計・乾電池」の収集日程が普段と異なります。

詳しくは、「ごみと資源の収集カレンダー」をご覧ください。

[年始] 普段収集される週の翌週

### ◆クリーンセンターへの持ち込み

粗大ごみや戸別収集3品目（燃やすごみ・容器包装プラスチック・プラスチックごみ）は処理手数料がかかります。また分別されていないと引き取りできません。

年末年始は大変混雑するため、戸別収集・資源ステーションのご利用をお願いします。

[年末] 28日(金)まで [年始] 4日(金)から

時間 9時～11時30分・13時～15時30分

問合せ クリーンセンター ☎876-1153

年末年始の  
ごみの処分は  
計画的に！



# 町からのご案内

## 葉山町職員及び 非常勤嘱託員(障害者対象)募集

職種・募集人員

○葉山町職員

業務員 若干名

給食作業員 若干名

任期付保育士 1名

任期付管理栄養士 1名

○葉山町非常勤嘱託員(障害者対象)

庁務作業員 1名

採用期日 平成31年4月1日

試験日 平成31年1月6日(日)

申込み 12月10日(月)～17日(月)ま

でに履歴書を総務課へ(郵送可)

※持参するのは平日9時～17時

※詳細は、町HPか総務課で配布す

る募集案内をご覧ください。

問合せ 総務課 ☎内線312

## 新春の集い

新しい年の抱負を語り合い、皆さんで交流と親睦を深めましょう。

日時 1月4日(金)11時から

場所 葉山小学校体育館

費用 500円(申込み不要)

※公共交通機関でお越しください。

問合せ 政策課

☎内線335・336

## 消防出初式

日時 1月13日(日)10時から

場所 葉山小学校体育館

※公共交通機関をご利用ください。

問合せ 消防総務課

☎87610146

## 山口蓬春記念館

詳細は山口蓬春記念館にお問合せください。

●邸園ツアー

日時 12月8日(土)11時～11時40分

費用 無料(入館券は別途必要)

●スペシャルトーク「修復の現場から」

～蓬春の油彩画からわかること～

日時 12月9日(日)14時～15時

費用 無料(入館券は別途必要)

問合せ 山口蓬春記念館

☎87516094

## 県立職業技術校

申込み 12月10日(月)までにハロー

ワークで事前手続後、各校へ郵送

または持参

募集イベント 詳しくは各校HP

問合せ 神奈川県産業人材課

☎045121015715

## 平和講演会&平和パネル展

●講演会(未来につながるメッセージ)

日時 12月16日(日)10時～11時30分

場所 福祉文化会館大会議室

費用 無料(事前申込み不要)

講師 NPO法人SADAKO L

E G A C Y 副代表 佐々木祐滋さん

●パネル展(サダコと折り鶴)

期間 12月10日(月)～16日(日)

場所 役場1階ロビー(15日は展示なし)

※最終日のみ福祉文化会館大会議室

問合せ 政策課 ☎内線335

## カード受け取りのお願い

●通知カード

町役場に返戻された通知カード

は、平成31年3月末日に廃棄し、その

後も返戻後3ヶ月で廃棄します。

早めに受け取ってください。通知カ

ードの再交付は1枚500円です。

●マイナンバーカード

申請後に交付通知書を受け取った

方は、本人が必要書類を持って来庁

してください。期限が過ぎていても

受取りができます。

※15歳未満・成年被後見人は法定代

理人を同行してください。

問合せ 町民健康課 ☎内線204

## 住民基本台帳ネットワーク停止

期間中は「マイナンバーカードの

交付」、「広域交付住民票の発行」、

「カードによる特例転出・特例転入

届」、「海外からの転入届」、「各種電

子証明書業務」ができません。町内

在住者の住民票の発行や、転出証明

書による転出・転入届は受付できま

す。

期間 12月25日(火)～28日(金)

問合せ 町民健康課 ☎内線204

## 地域包括ケア 住民向け講演会

ホスピスケアの第一人者が終末期

の実際や人の尊厳、意思表示の大切

さをお話しします。

※手話通訳は事前申込み

日時 1月10日(木)14時～16時

場所 逗子文化プラザさざなみホール

講師 ケアタウン小平クリニック

院長・医師 山崎章郎さん

対象 鎌倉・逗子・葉山に在住等の人

定員 140人(先着順)

申込み 電話かFAXで鎌倉保健福

祉事務所保健福祉課まで

☎046712413900

☎046712414379

締切 12月21日(金)

**救命講習を受講しませんか？**

**日時** 1月11日(金) 9時～12時  
**場所** 教育委員会研修室・会議室1  
**対象** 町在住の在学在勤の中学生以上  
**費用** 無料 定員 40人(先着順)  
**締切** 1月4日(金) 17時  
**申込み** 消防署救急係  
 ☎876-10119

**公共下水道処理区域の拡大**

詳細は町HPや下水道課で閲覧できます。  
**問合せ** 下水道課  
 ☎内線361-364

**合併処理浄化槽転換の補助**

汲取り便槽や単独処理浄化槽から合併処理浄化槽へ転換を行う際、設置工事費用の一部を補助します。平成37年度までの間、従来の補助金額より増額しています。詳細や申請方法は環境課までお問合せください。  
**対象** 市街化調整区域内の住宅(新築及び店舗併用住宅を除く)。  
**問合せ** 環境課 ☎内線453

**危険物取扱者試験・講習会**

●危険物取扱者試験  
**日にち** 3月17日(日)

場所 神奈川大学

**申込み**

- ①書面申請(消防本部で配布) 1月24日(木)～2月7日(木)
- ②電子申請(消防試験研究センターHP) 1月21日(月)～2月4日(月)

●受験準備講習会

**日時** 平成31年2月2日(土) 9時30分～17時(受付9時)

**場所** ヴェルクよこすか

**対象** 乙種第4類受験者

**定員** 200人(先着順)

**費用** 9,400円(テキスト代含む)

**申込み・問合せ** 12月10日(月)から

消防本部予防課窓口で受付開始  
 ☎876-10147

**全国中学生人権作文コンテスト**

**入賞作品**

●横須賀人権擁護委員協議会 銅賞

南郷中学校3年 木村 行さん

題名 校則から見えること

南郷中学校3年 相原 翼さん

題名 思いやりと言葉の必要性

●葉山町人権擁護委員会 奨励賞

南郷中学校3年 滝澤 柚郁さん

題名 奪わずに待つ

葉山中学校3年 祖父江 来夢さん

題名 いじめを知らない世界へ

**問合せ** 町民健康課 ☎内線205

**12月4日～10日は人権週間**

誰もが相互に尊重し、支えあう社会を目指して、この機会に人権について考えてみませんか。

**人権相談** 法務大臣から委嘱された人権擁護委員が、毎月第二火曜日に、家庭内や隣人とのめもごとなど、身近な問題の相談に応じます。

**問合せ** 町民健康課 ☎内線205

**横浜いのちの電話**

**電話相談員ボランティア募集**

横浜いのちの電話は、自殺予防の一環として、24時間休まず電話で対話する活動を続けているボランティア団体です。詳細は団体HPか福祉課の募集要項をご覧ください。

**問合せ** 福祉課 ☎内線235

**災害用指定井戸の協力をお願い**

大地震などの災害時には水道施設が被害を受け、給水が困難になるなどの状況が予想されます。災害時に飲料水の他、生活用水を確保するため、井戸所有者で、ご協力を頂ける方は、防災安全課までご連絡ください。

**問合せ** 防災安全課 ☎内線396～398

**京浜急行バスの「ふれあいパス」を葉山町民割引でお得に購入！**

**販売期間・場所** 12月1日～1月31日  
 京急バス逗子営業所、衣笠案内所、汐入案内所

**利用期間** 1月1日～6月30日

**対象** 利用期間に満70歳となる町民

**区間** 京浜急行バスの一般路線バス全線  
 ※一部、利用できない場合があります。

**購入方法** 販売所へ次のものを持参の上、申請書に記入し購入してください。

- ①年齢の確認できる公的機関の書類の写し
- ②顔写真(縦30mm×横24mm)

※購入は、販売期間中一人1回限りです。

**問合せ** 詳細は、京浜急行バス(株)運輸部営業課までお問合せください。

☎03-3280-9177

平日9時30分～18時15分

※割引については、

福祉課 ☎内線232～234





このページでは、地域のコミュニケーションを図るため、様々な催しや会員募集などの情報を紹介しています。掲載を希望する人は、町HPまたは政策課(☎内線333)までお問い合わせください。

### 楽しくZUMBA(ズンバ)♪

ラテンや世界の音楽でエクササイズ。**日時**12月6日(木)10時~11時  
**場所**一色小学校新館302**費用**500円  
**持物**運動靴・飲み物・タオル**☎**090-6520-5702叶 (AsahaZumbaサークル)

### 加地邸をひらく 木管コンサート

町在住の松本健司率いる木管三重奏の演奏を楽しむ(飲食有)。**日時**11月3日(土)12時・15時、4日(日)12時**費用**予約4,000円**申込み**☎090-1115-312、✉mom3dkakiko@gmail.com高田(葉山環境文化デザイン集団)

### 子育て支援 カフェ&外遊び

はらっば：17日(月)10時から森山神社でとん汁作り、えんがわ：3日(月)アロマ・トリプルP、10日(月)気功整体とキャンドル作り、17日(月)正月飾り、プレママ広場：今月お休み、一時預りここサポなど詳細はHP・FBへ**☎**080-3403-2206小林(葉山すくパラ)

### 第13次空中放射線量定点観測

東日本大震災に伴う原発事故放射線量の定点観測で、現在、当初の半減期にも達していません。住民の健康保全に役立てています。**日時**12月7日(金)10時~15時**場所**長柄下町内会**☎**875-5489総務花村好郎(長柄第二白寿会・葉山福祉友の会)

### 皆で楽しく歌おう

唱歌・童謡・叙情歌等ピアノと共に!**日時**12月8日(土)13時30分~15時30分**費用**600円(資料代)**場所**佐藤節子宅(ユニオンの裏)**☎**874-5075佐藤

### 海と森のワークショップ開催!

自然の恵みを体感できるイベントです。**日時**12月9日(日)9時30分~12時30分(雨天中止)**場所**葉山公園案内所**講師**NPO法人オーシャンファミリー海洋自然センター**☎**0467-41-6714児島(県立葉山公園)

### 葉山まちあるきNo.11上山口探検

ハザードマップ片手に旧浦賀道や里山を歩いて葉山を知ろう!**日時**12月9日(日)(予備日16日)9時30分上山口小学校集合、14時滝の坂バス停解散**申込み**☎875-1839矢嶋(葉山災害ボランティアネットワーク)

### 12月「きらく座」

偶数月の第2金曜、葉山で活躍中のゲストを迎えおしゃべりを楽しむ会。12月は漆造形作家・横井ゆうこさんに作家から見た漆の魅力を伺います。作品同時展示。**日時**12月14日(金)14時**場所**町立図書館2F葉山まちづくり館**☎**876-0421(葉山まちづくり協会)

### 貝塚からみる縄文人のくらし

**日時**12月15日(土)13時30分~**場所**葉桜自治会館**講師**横須賀考古学会会員 剣持輝久**費用**700円**申込み**☎090-2311-5650甥杉(長柄・葉桜古墳をまもる会)

### かぐのみ幼稚園お母さんコーラス

季節のうた・子どものうたを楽しく&石井はるか指揮・ソプラノ独唱。**日時**12月16日(日)14時15分開演(14時開場)**場所**逗子文化プラザさざなみホール**費用**無料・全席自由**☎**090-4678-3581中多(かぐのみ幼稚園コールクレセル)

### 音楽で迎える実りの歳時記

(公財)鎌倉風致保存会恒例コンサート。**日時**12月16日(日)14時**場所**鎌倉生涯学習センターホール**費用**一般2,500円・児童2,000円**出演**村田望、原博己、小嶋陽太、大橋葉月、鈴木菜穂子他**☎**090-2207-0031(スタジオエスポワール)

### 祝かぐのみ70周年記念ギャラリー

「地球はみんなのものなんだ」~つながりあういのちたち~**日時**12

月21日(金)、22日(土)10時~17時  
**場所**逗子文化プラザギャラリー(どなたでもOK)**☎**871-6258石井(かぐのみ実行委員)

### みんなで歌うXマスコンサート

愛唱名歌集を中心に30曲。独唱・重唱で日本の歌、世界の歌、クリスマスソングなど。**日時**12月25日(火)14時~16時**場所**アンコール葉山(長柄バス停近く)、駐車場有**費用**茶菓子代1,080円**☎**875-5917相川(アンコール葉山)

### 知的障害ガイドヘルパー養成研修

講義：2月10日・11日、3月17日、実習：他日6時間以上**場所**鎌倉市福祉センター**費用**13,000円**定員**30人**☎**0467-55-8882(鎌倉・逗子ガイドヘルプネットワーク)

### 気軽にテニスを楽しみませんか

健康維持のために気軽にテニスを楽しみたい人を募集中です。**日時**毎週火・木曜の午後(シーズンにより時間変更有り)**場所**南郷上ノ山公園**☎**875-9333森川(南郷さわやか会)

### 参加募集!リンパストレッチ教室

リンパの流れを活性化させるストレッチで引き締め&デトックスしませんか?**日時**毎水曜日①10時(お子様連れ歓迎)②11時(各45分)**場所**一色岡会館**費用**500円**☎**090-2433-3267山内(ストレッチ教室)

### シャンテーズ合唱団員募集

来秋9月29日なぎさホールチャリティコンサート出演予定。曲目はハナミズキ、道化師のソネット他。見学無料。**日時**月3回土曜10時~12時**場所**葉桜自治会館**費用**月謝2,500円**指導**堀口みどり(ソプラノ)**☎**876-1301田坂(シャンテーズ)

### 視覚障害者の方に録音図書を!

一般図書、新聞小説、俳句や短歌などを録音し、無償でお送りします。希望者にご連絡ください。**☎**875-9889(葉山町社会福祉協議会内「音訳の会・葉山やまばと」)

# 葉山いろいろ写真館



一般社団法人セイラーズフォーザシー日本支局と町で、町の持続可能な海洋環境保護に関する包括協定を締結しました。マリンスポーツや食に対して海洋環境配慮と理解が深まるように連携していきます。

セイラーズフォーザシーと協定締結  
11月8日(木)横浜



福井県で行われた国民体育大会テニス競技で、町在住の川岸七菜さん(法政大学第二高校)が4位入賞しました。高校1年生から3年連続で出場し、毎年成績を上げての入賞を笑顔で報告してくれました。

国体テニス競技で4位入賞  
11月1日(木)町長室



葉山町文化協会と作品交流を行っている草津町文化団体協議会の皆さんが初めて来町されました。自分の作品が葉山で展示されている様子を見るのは初めてだったため、とても喜ばれていました。

草津の皆さんが葉山町文化祭へ  
11月15日(木)福祉文化会館



Japan TimesのSatoyamaフォトコンテスト2018で、葉山町上山口の棚田で撮影した写真が自治体部門の最優秀賞を受賞し、紙面に掲載されました(写真右上)。今後も原風景残る町の魅力を世界に発信していきます。

ジャパンタイムズで葉山町が最優秀賞  
11月5日(月)町役場



葉山室内楽鑑賞会のコンサートに出演するサクソ奏者のザイール四重奏団が葉山小学校で特別コンサートを開催しました。サクソだけとは思えない賑やかな演奏に、子どもたちも手拍子で盛り上がりました。

フランスのサクソ奏者が来日  
11月16日(金)葉山小学校



人気音楽グループ、D.W.ニコルズのわたなべだいすけさんが母校の長柄小学校で熱唱。音楽活動を始めたのは、「ギターを弾いていた小学校の先生に憧れたことがきっかけ」と教えてくれました。

おかえり!わたなべだいすけさん  
11月7日(水)長柄小学校

葉山町福祉文化会館 今月の催し 問☎876-1871



- ◆ 休館日  
4、11、18、25日  
28、31日
- ◆ 12月のホール催し  
1. ミュージカル  
「運河に咲いた恋ものがたり  
〜深川編〜」  
2日(日) 14時  
2,000円(自由席)
- 伊藤  
☎87510353
- 2. しおかせ舞台芸術  
冬のおさらい会  
16日(日) 15時30分  
しおかせ舞台芸術  
☎80414189

福祉会館の催し物 (60歳以上の町民対象)	開催日	時間	問合せ
入浴サービス《登録制》	7,14,21	12時30分～15時	町役場 ☎876-1111 福祉課 (内線234)
高齢者いこいの日	12	10時30分～14時	町役場 ☎876-1111 福祉課 (内線231)
社交ダンス	3,10,17,24 ※17日のみ17時まで	9時～12時	
健康スポーツ教室	10,24	13時～16時30分	
囲碁・将棋	1,2,6,8,9,13,15 16,20,23,27	9時～16時30分	

県立近代美術館 葉山 開催中の展覧会 問☎875-2800



▲ 《ウィンクするMiMiちゃん》  
1967年  
神奈川県立近代美術館蔵

○ 12月の休館日  
1日(土)～7日(金)  
10日(月)、17日(月)  
29日(土)～31日(月)

○ 開催中の展覧会  
「堀内正和展  
おもしろ楽しい心と形」  
会期 3月24日(日)まで

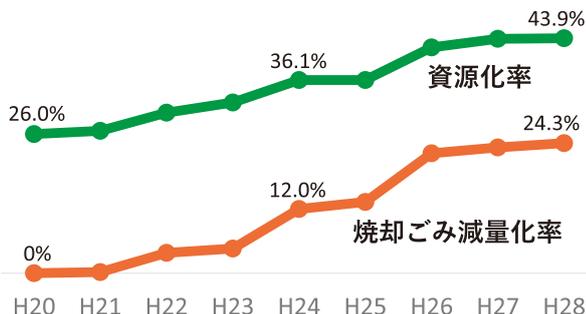
身体の一部や幾何学図形  
など、身近な形をヒントに  
制作した彫刻家・堀内正和  
(1911-2001)。難  
しいと思われがちな抽象彫  
刻が親しみやすく感じられ  
る展覧会です。

《同時開催》  
コレクシヨン展  
「モダンなフォルム」  
美術館の名称にも掲げら  
れた「モダン(近代)」とい  
う言葉本来の語義に着目  
し、20世紀の各時代に作家  
たちが試みた「新しさ」の  
かたちを紹介します。

● 近代美術館入門講座「堀  
内正和のおもしろ楽しさ」  
場所 福祉文化会館大会議室  
日時 12月15日(土)  
10時～11時  
講師 長門佐季(近代美術  
館企画課長)  
※申込不要、参加無料

葉山町長 山梨崇仁コラム Vol.52

「みんなでつくる葉山の魅力」



今回は、皆さんと役場職員のこと。右のグラフは私が町の講演などで発表に使っているものです

が、私はこのグラフを「葉山の民度の表れ」と題しています。平成25年からごみの戸別収集と資源ステーション導入を始めて5年、右肩上がりでごみ減量が進み、リサイクル率が増えています。伸びのためにらいがありません。ごみの減量は、戸別収集開始から計2億円以上のコスト削減につながり、財政健全化に大きな効果をあげています。リサイクル率は鎌倉市に次いで県内2位となり、環境にやさしい町として大いに胸を張れるようになってきました。これは誰か一人の頑張りで出来ることではありません。町民一人ひとりの意識の高さを読み取るこ

ができます。そしてもう一つ、21ページの写真館にある里山の写真は見ましたか？ ジャパンタイムズ主催の里山フォトコンテストで、自治体部門の最優秀賞に輝いたのは、町役場職員が撮影した上山口の景色です。葉山の良いところを切り取るうと走り回った職員の努力もあり、また、日頃から棚田や里山を大切に管理する町民の皆さんの素晴らしいさがあってこそのこと。平成最後の年末。心機一転の話題も多いかもしれませんが、ここは温故知新、先人が築き上げた努力と成果に感謝して、皆でつくる葉山の魅力に感謝と期待を……。

Instagram連動企画

Vol. 9

いいね！の1枚



秋の空は飽きないなあ (11/7 @hayama\_official)

様々なヨットが並ぶ葉山港で、広い空に浮かぶうろこ雲が夕日に染まる瞬間を撮影しました。寒くなるにつれて空気は澄むので、これから冬にかけてさらに素敵な景色に出会えそうです。

町では、Instagramを活用して葉山の魅力を発信中！フォロワー（ファン登録者）の数は、2万3600人を越えました。このコーナーでは、葉山町公式アカウント (@hayama\_official) の写真や皆さんから「#葉山歩き」で投稿された写真を紹介します。

問 政策課 ☎内線333

11月の世帯と人口（平成30年11月1日現在の住民基本台帳）

【世帯数】

14,405世帯

【人口】

33,218人

【前月比】

10世帯減、15人減

	世帯	男	女	人口
木古庭	646	702	750	1,452
上山口	809	883	928	1,811
下山口	1,249	1,402	1,475	2,877
一色	3,969	4,383	4,928	9,311
堀内	3,846	4,115	4,600	8,715
長柄	3,886	4,306	4,746	9,052

10月の気象（消防気象月報）

最高気温 29.7℃（7日）  
 最低気温 11.7℃（22日）  
 平均気温 19.4℃  
 平均湿度 76.0%  
 月雨量 39.0mm  
 最大瞬間風速 37.6m/s（1日・風向き南）

## 薪ストーブの使用に注意しましょう

### ●点火する時間を選ぶ

本体と煙突が冷えていると、煙やススが発生し易いです。ご近所の方が窓を開ける時間、洗濯物を干す時間などと重ならないようにしましょう。

### ●しっかり乾燥させた薪を使用

湿った薪は煙や臭いが出ます。乾燥は3年を目安に、紙やごみ、枯枝葉、建築廃材などの薪以外の物は絶対に燃やさないください。

### ●定期的に煙突を掃除

専門家に定期的な点検と清掃を依頼しましょう。ススの飛散を防ぎ、煙道火災の予防になります。

### ●薪の保管場所を確保

道路沿いは放火や薪の濡れ、壁際は白蟻や蜂の発生要因になります。乾燥を保ち、安全に保管しましょう。

### ●薪割りの騒音に注意

斧、チェーンソー、早朝の薪割り、積み上げ音に注意しましょう。

問合せ 環境課 ☎内線452

(広告)

## 総研大葉山 生命共生体進化学専攻 OPEN CAMPUS!

### 日時

2019年  
1月11日(金)  
[13時45分開始]

### 場所

総合研究大学院大学  
葉山キャンパス  
三浦郡葉山町湘南国際村

オープンキャンパス  
学部生・院生向け  
参加者募集!  
(交通費支援可能)

※切: 2019年1月3日(木)

[問] 先端科学研究科事務係 hayaimu@mlsoken.ac.jp 046-858-1577/1595



## 葉山にこここ保育園 保育士募集

葉山にこここ保育園の柱は「食と遊び」です。アトピー・アレルギーに対応した、健全な食材を使った給食。葉山の自然の中で思い切り外遊び。わらべうた・抱っこ法・グッドイでこころ育て。

- ① 正規職員 週5日シフト制(土曜日勤務有)  
基本給 185,642円 賞与 3.5か月
- ② 契約職員 ③ パート職員



問合せ 葉山にこここ保育園 ☎046-875-2324

(広告)

(広告)

## 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	●	●	●	●	×	×

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



## 葉山のお墓・永代供養墓

- ・跡継ぎがいらっしゃらない
  - ・お墓を無縁墓にたくない
  - ・ご先祖のお墓が遠いのでお参りに行けない
- 宗派不問  
…そんな声にお応えします

資料をお送りますので、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 神奈川県指令録保福第147号 許可年月日平成11年7月13日

(広告)

(広告)

### ピーライン葉山元町店 リニューアルオープン!

3次元振動マシン  
パワープレート  
導入!

「あと3キロとしたい」  
ダイエット

ヨガ、筋トレ、ダンスなど  
充実した  
フロアレックス

スタッフも全員女性!  
忙しい女性の為の  
フィットネスクラブ

リニューアルキャンペーン実施中! ホームページ、Facebookよりご確認ください!

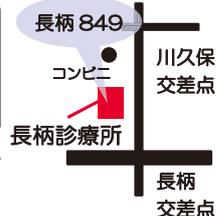
facebook 三浦郡葉山元町店 TEL 046-877-5220  
葉山町堀内900-10

## 長柄診療所 内科 外科

院内バリアフリーの病院です。  
健診・予防接種受け付けております。

	月	火	水	木	金	土
9時~12時30分	○	○	○	○	○	○
15時~17時30分	○	○	休	○	○	休

休診日 水・土午後/日曜・祝日 駐車場9台  
問合せ ☎046-884-8560



(広告)