

# サツマイモの掘り取り

## 実施します

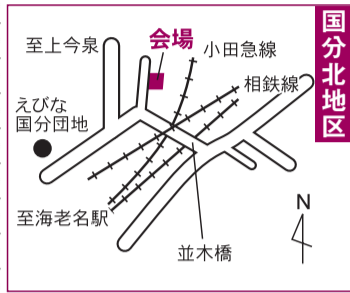
国分北地区・大谷地区(青空市出店者会)で、次のとおりサツマイモの掘り取りを実施します。いずれも入場は無料で、掘り取ったサツマイモを廉価で販売します。

多少汚れてもよい服装で、軍手、スコップ等を用意してご参加ください。なお、当日の実施可否の問い合わせは市役所(☎231・2111)へ。

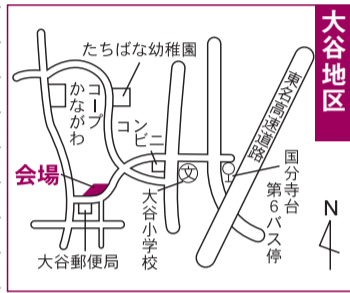
### 〔国分北地区〕

▽日時 10月5日(日)9時  
 (雨天の場合は12日(日)に実施) 品物がなくなり次第終了  
 ▼場所 国分北1-5の畑(左地図)。当日は、会場周辺にのぼり旗を設置します  
 ▼交通 海老名駅から徒歩15分。

○ 小山和男(☎231・6024)、農政課(☎235・4844)。  
 ○ 神森貞夫(☎231・2457)、農政課(☎235・4844)。



〔大谷地区〕  
 ▼日時 10月19日(日)6日(日)9時(雨天中止) 品物約10分。



○ 神森貞夫(☎231・2457)、農政課(☎235・4844)。

## 現場から

最近、生活習慣病の前身であるメタボリックシンドローム(内臓脂肪型肥満)の予防・改善への関心が高まる中、国の医療制度改革として、今年4月から40歳~74歳の方を対象に各医療保険者による特定健康診査・特定保健指導がスタートしました。

## 市民の健康を願って

市の国民健康保険の加入者で受診の対象となった方へは、5月下旬に「特定検診・特定保健指導のご案内」をお送りしております。ご自身の健康状態を知る良い機会です。

た、メタボリックシンドローム対策や介護予防対策に有効とされる機器を多く導入しました。

特に好評なのは「他動性トレーニングマシン」で、これは機器に体を預けるだけで関節を動かすことができるものです。

## 市長 内野 優

さらには、えび玉選手権などの種目で盛り上がる「スポーツ・レクリエーションフェスティバル」。「えびな健康マラソン」など、スポーツの秋にふさわしいさまざまな事業を実施いたします。

私は、健康の維持・増進には「自分の健康は自分で守る」という意識を持つことが最も大切であると思っています。

他の公共施設にも設置して欲しいという声もあるため、現在、導入に向けた検討を進めているところです。

また併せて、スポーツ施設をさらに充実して欲しいという声もいただいていることから、市では、

### 市長タウンミーティング日程

開催日	時間	会場
10月4日(日)	10時~11時30分	柏ヶ谷コミセン
	14時~15時30分	上今泉コミセン
	19時~20時30分	中新田コミセン
10月11日(日)	19時~20時30分	門沢橋コミセン
10月25日(日)	19時~20時30分	本郷コミセン
11月2日(日)	19時~20時30分	杉久保コミセン
11月3日(月)祝	10時~11時30分	国分コミセン
	19時~20時30分	社家コミセン

## 開催中です 市長タウンミーティング

市では現在、「えびな」の現状と今後のまちづくりをテーマに、市長と市民のみなさんが直接意見を交わす

不要です。ぜひご参加ください。市役所(☎235・4572)。

## 〔後期〕公民館講座 市民教養大学 受講生を募集

▽対象 市内在住・在勤・在学の方  
 △会場 中央公民館ほか △費用 無料(ただし教材費などは自己負担、各講座初回に納入)。

講座番号	講座名	日程(回数)	時間	講師(敬称略)	定員	備考
(1)	「共に考えよう! 人生のフィナーレ」	11/10(日)・17(日)・26(日)・12/1(日)・8(日)・15(日) (全6回)	14時~16時 (12/8は14時30分~16時30分)	終末期を考える市民の会・西村文夫 ピースハウス病院・田中良浩 市高齢介護課職員 生きがいつくりアドバイザー・阿部匡宏 川崎幸クリニック院長・杉山孝博	50人	人生のフィナーレを飾るために、どのような心構え・準備が必要かを考えます
(2)	地域の仲間作り紹介講座					本紙11月1日号でお知らせします
(3)	絵画教室 「水彩画で自分の思いを伝えよう」 ~初心者の方大歓迎~	10/30、11/13・27、12/4・11・18 (各回、全6回)	10時~12時	ロイヤルサロン代表・城島静也	20人	水彩画の基本的な描き方を学びます。クリスマスカード、年賀状に生かします *教材費500円を初回に納入
(4)	家庭で活かせる健康法 ~いつまでも健康で元気に生きるために~	11/7・14・21、12/5・12・19 (各回、全6回)	14時~16時	ヒーリングセラピスト・枝連弘子 有馬鍼灸院院長・清水慎司 足美人の会代表・赤崎美喜子 カイロプロテクター・川村舟平 真向法同好会・石川征男 太極拳海老名友好会師範・岡田純子	50人	健康と向き合い長生きするために、家庭でできる健康法と健康を取り戻す治療法を紹介いたします *教材費300円を初回に納入
(5)	心豊かに生きる ~夫の自立、妻の自立~	11/10・17・24、12/1・8・15 (各回、全6回)	10時~12時	生きがいつくりアドバイザー・卯尾直孝 阿部匡宏 海老名みなみ幼稚園園長・米山敏子 夫婦問題カウンセラー・山崎恵津子 神奈川シニア塾代表・篠崎延子	50人	熟年期を迎えた方、迎える方のために、夫婦が互いの立場を理解し心豊かにいられる過ごし方や、夫の自立、妻の自立について学びます
(6)	今、食の危機を考えると! ~簡単に安全な料理を作りながら~	11/10・17、12/1・15・22 (各回、全5回)	10時~12時	女子栄養大学生涯学習講師 倉持光江	20人	食品の安全性と安全な調理法など、講義と調理実習で食を学びます *食材費2500円を初回に納入
(7)	パソコン講座 「Excel」入門	12/16(日)・17(日)・18(日)・19(日) (全4回)	9時~12時	富士通エフ・オー・エム(株) インストラクター	20人	対象は、パソコンの基本操作ができ、全日参加できる方 *教材費2000円を初回に納入
(8)	奥の細道を読む(二)	1/26、2/2・16・23 (各回、全4回)	10時~12時	東海大学文学部日本文学科教授 伊藤一郎	50人	前期に引き続き、奥の細道「那須野」の段から読み進めます *テキストがない方は事前に用意してください(700円・角川文庫)
(9)	日本の仏像 ~その歴史、その魅力~	2/7・14・28、3/7 (各回、全4回)	13時30分~15時30分	日本橋学館大学准教授 塩澤寛樹	50人	平安時代後期から鎌倉時代の仏像、神奈川の仏像について学びます
(10)	体験的オペラ論	10/29、11/5・19、12/3・17、1/14 (各回、全6回)	14時~16時	声楽家、オペラ歌手 伊東剛	50人	講師の歌とともに、オペラの基本である作曲家の比較、特徴などを学びます

## 子育て支援センター 「園児サロン」が始まります

子育て支援センターで、10月から幼稚園児を対象に「園児サロン」を月2回実施します。幼稚園が終わった後の時間に、保護者の方と一緒に、ぜひご来場ください。▽日時 10月20日(日)・22日(月) 16時~18時

▽場所 保健相談センター 3階健康増進室 ※11月以降の日程は、本紙15日号5面「子育て支援センターの予定」でお知らせします。