



市の鳥

カワラヒワ

広報 **えびな**

編集・発行
海老名市役所秘書広報課
〒243-04
神奈川県海老名市勝瀬175
☎ (0462) 31・2111

この広報は再生紙を使用しています。



写真左から落合沙織さん(7歳)、鎌太くん(5歳)、彩香ちゃん(3歳)〈社家在住〉仲良く記念撮影



写真左から佐藤瞳さん(7歳)、龍一くん(5歳)、珠ちゃん(3歳)〈下今泉在住〉晴れ着姿を記念撮影

健やかな成長願って

一日と秋の深まりを感じます。天高く青い空、銀色に揺れるススキ、木々の葉が色づくなど、秋色の一つを作っています。そんな晩秋の一日、市内の神社では、お父さん、お母さんに手を引かれ、かわいらしく着飾った女の子、凛々しい男の子の姿がありました。

「七五三」は大切な節目の年

「七五三」は3歳・5歳・7歳の子の成長を祝う11月15日のお宮参りです。

人の一生には、成長に従って経験していく通過儀礼がいくつもありますが「七五三」のお祝いもその一つです。この行事の起源は、室町時代にさかのぼります。子供たちの成長にとって大切な節目に当たるため、奇数を3つそろえたのは奇数をめたい「陽」の数字とする中国の陰陽思想の影響によるものでしょう。

江戸時代の武家社会では、3歳の男女が、それまで剃っていた髪を長く伸ばす「髷置」、5歳の男の子が袴をはく「袴着」、7歳の女の子が付けひもでなく帯を用いる「帯解」「帯直」という行事がありました。

「七五三」は、この3つの行事をひとまとめにしたもので、この習慣は民間にも広く伝わったようです。そして、着飾って氏神に参拝する「七五三」の風習が盛んになったのは、江戸後期からで、呉服商らの営業政策によるところが大きかったとされています。

また、料理用語の「七五三の膳」は、祝宴の本膳に七菜、二の膳に五菜、三の膳に三菜を出す豪華な献立、これも略して「七五三」と呼ばれました。

「七五三」のお祝いは、数え年で行うようですが、現在は子供の成長に合わせて、数え年でも満年齢でも、どちらでもいいようになっています。また、男の子は5歳、女の子は3歳と7歳のときにお祝いしていますが、これもそれぞれの家庭によって違うようです。市内で一世帯の中に3・5・7歳のお子さんのいる世帯は16世帯、そのうち、3・7歳の女の子、5歳の男の子のいる世帯は3世帯です(10月現在)。

祝い方もその地域によって多少違いがあるようです。本郷では、この日に子供に新しい着物を着せ、その着物の布を織ることと、仕立てることは母親の手でやっています。また、下今泉では、3歳のお祝いにはお宮参りの着物の袖口などを縫って着せていました。社家では、大山の出世不動に父親がお参りに行く家もありました。

11月15日を中心にその前後の日曜日になると、女の子は晴れ着を、男の子は羽織・袴を着て、手に千歳飴を持っている姿を見かけます。履き慣れない草履に歩くのが親の子ども供や、着物の袖や裾に足を引っ掛ける子、子供よりも親の方が一生懸命で、ビデオやカメラを片手に記念撮影に夢中になっている姿などを見ると、とてもほほえましくなっています。だれもが子供の健やかな成長を願い、幸せに満ちあふれるようです。

くらしの豆知識 食生活編

かな目で健康を

食の外部化の進行

私たちの食生活は、60年代半ばより急激に変化し、いわゆる食生活の欧風化が進行してきました。その結果、穀類、特に米の消費が低下し、肉類、乳製品等の動物性食品、油脂類の消費が伸びてきました。

これと対応して食の外部化と家族連れでファミリーレストラン等を利用するときは、たいてい食品の選択もでき、また品数も多く、栄養バランスも取りやすいですが、サラリーマンの昼食のように時間が制限されている場合は、早く食へられるように、ざるそば等のような栄養素の種類が少ない食品を選ぶことが多いようです。

1回の外出であれば、別の食事でも補う工夫ができますが、平日単品では健康な食生活とはいえません。

最近、厚生省の指導により栄養価表示を行っているレストランも多くなつたので、表示を参考にすることが多いようです。

家族連れでファミリーレストラン等を利用するときは、たいてい食品の選択もでき、また品数も多く、栄養バランスも取りやすいですが、サラリーマンの昼食のように時間が制限されている場合は、早く食へられるように、ざるそば等のような栄養素の種類が少ない食品を選ぶことが多いようです。

1回の外出であれば、別の食事でも補う工夫ができますが、平日単品では健康な食生活とはいえません。

最近、厚生省の指導により栄養価表示を行っているレストランも多くなつたので、表示を参考にすることが多いようです。



市内のレストランでも栄養価表示を導入... (上)と塩分表示(下)が導入されている。

外食利用は栄養バランスを考慮して



外食には、少量でも毎日の食生活で30品目の食品を取るよう解決しているレストランも多くなつたので、表示を参考にすることが多いようです。

最近、厚生省の指導により栄養価表示を行っているレストランも多くなつたので、表示を参考にすることが多いようです。

家族連れでファミリーレストラン等を利用するときは、たいてい食品の選択もでき、また品数も多く、栄養バランスも取りやすいですが、サラリーマンの昼食のように時間が制限されている場合は、早く食へられるように、ざるそば等のような栄養素の種類が少ない食品を選ぶことが多いようです。

1回の外出であれば、別の食事でも補う工夫ができますが、平日単品では健康な食生活とはいえません。

最近、厚生省の指導により栄養価表示を行っているレストランも多くなつたので、表示を参考にすることが多いようです。

外食に1品追加して

厚生省では、少量でも毎日の食生活で30品目の食品を取るよう解決しているレストランも多くなつたので、表示を参考にすることが多いようです。

最近、厚生省の指導により栄養価表示を行っているレストランも多くなつたので、表示を参考にすることが多いようです。

家族連れでファミリーレストラン等を利用するときは、たいてい食品の選択もでき、また品数も多く、栄養バランスも取りやすいですが、サラリーマンの昼食のように時間が制限されている場合は、早く食へられるように、ざるそば等のような栄養素の種類が少ない食品を選ぶことが多いようです。

1回の外出であれば、別の食事でも補う工夫ができますが、平日単品では健康な食生活とはいえません。

最近、厚生省の指導により栄養価表示を行っているレストランも多くなつたので、表示を参考にすることが多いようです。

消費者の確

食品の表示制度☆☆☆

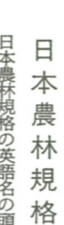
我が国では食品の安全、栄養面については厚生省が、また品質については農林水産省が所管している。表示についても厚生省が所管している。表示制度と農林水産省が所管している表示制度の2つがあります。

特別用途食品

栄養改善法で定められている「乳児用、幼児用、妊産婦用、病者用等」の特別な人々を対象とする食品で、このような特別な用途に適していることを明示した食品を「特別用途食品」と総称し、厚生省の許可を得た食品に図3のようなマークが付けられています。

特定保健用食品

体調を整えるといった特別な生理的働きを持つ成分を特定の食品に加えたり、アレルギーの



利用を促す！消費生活相談

毎日の消費生活の中で生じる商品の売買やサービスの提供等についての苦情相談、情報提供を専門の消費生活相談員が行っています。

何かお困りのことがございましたら、ご相談ください。秘密は厳守します。

▽日時 毎週月曜日(祝日等)の市役所開庁日を除く 午前10時～午後4時 2階市民相談室



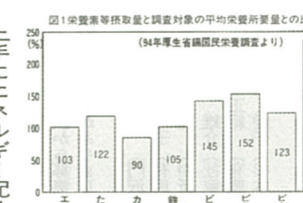
迅速に相談することが大事です。連絡先は市役所2階市民相談室。

日本人の食生活と栄養所要量

健康を維持し、毎日の生活活動を充実させていくためには、どのような栄養素をどのくらい取らなければならないかを把握することが必要です。

96年5月に発表された国民栄養調査のデータによれば、私たちの食生活はカルシウムのみ、国民平均の栄養所要量の90%と、不足の傾向が強まっています。

不足する栄養素を補う工夫を！



エネルギー必要量は、一日のエネルギー必要量は2千から2千500kcalと推定されており、市販のドラッグストアにあるのは外食レストランの栄養価表示を利用して、注文する際のエネルギー量を計算して、不足分を補う工夫をすることが必要です。

加工食品の警告表示をチェック

製造物責任(P.L.)法の施行で、表示(警告)上の欠陥がクロージングアップされてきました。

P.L.事故防止上から重要な注意事項として、期限表示、保存方法、使用上の注意、特異体質の人のための成分表示等が求められます。不備な表示のために使用者の身体等に被害が及ぶことが多くなっています。



食品衛生法施行規則等が改正され、去年4月から新しい日付表示制度が導入されています。

食品の日付表示については、製造・加工技術の進歩等を踏まえ、従来の「製造年月日表示」から「期限表示」になりました。

食品の日付表示が改正されます

食品衛生法施行規則等が改正され、去年4月から新しい日付表示制度が導入されています。

食品の日付表示については、製造・加工技術の進歩等を踏まえ、従来の「製造年月日表示」から「期限表示」になりました。

JAS規格食品

日本農林規格(JAS)の規格品に付随するマークが付けられています。

消費生活モニター制度をご利用ですか？

市では、賢い消費者を育成し、消費生活を安定と向上を実現するためのモニター制度を実施しています。

モニター30人が毎月1日に最寄りの店舗に出向き、商品価格を調査しています。

消費生活モニター制度を

価格の変動を調査し、市民のみさんに伝えます。

場所	相談名	日時
市役所 市民相談室	生活全般	12月5日 午前10時～午後5時
市役所 市民相談室	法律	12月12日 午後4時～午後5時
市役所 市民相談室	税金	12月19日 午後4時～午後5時
市役所 市民相談室	福祉	12月26日 午後4時～午後5時
市役所 市民相談室	労働	12月3日 午後4時～午後5時
市役所 市民相談室	健康	12月10日 午後4時～午後5時
市役所 市民相談室	子育て	12月17日 午後4時～午後5時
市役所 市民相談室	高齢者	12月24日 午後4時～午後5時

相談内容	日時	場所
税金	12月19日 午後4時～午後5時	市役所 市民相談室
福祉	12月26日 午後4時～午後5時	市役所 市民相談室
労働	12月3日 午後4時～午後5時	市役所 市民相談室
健康	12月10日 午後4時～午後5時	市役所 市民相談室
子育て	12月17日 午後4時～午後5時	市役所 市民相談室
高齢者	12月24日 午後4時～午後5時	市役所 市民相談室

市役所2階の市民相談室では、このほかにも各種相談を行っています。

市役所2階の市民相談室は、電話(☎33・4100直通)による相談も受け付けています。法律・登記・税務相談は予約制で、相談日の1か月前から予約ができます。

市役所2階の市民相談室は、電話(☎33・4100直通)による相談も受け付けています。法律・登記・税務相談は予約制で、相談日の1か月前から予約ができます。

巡回場所	巡回日(曜日)	時間
今里八幡宮	6・20(金)	午後3:40～4:00
大谷コミセン	5・19(木)	午後3:00～4:00
柏ヶ谷コミセン	5・19(木)	午後3:00～4:00
柏ヶ谷2児童公園	6・20(金)	午後3:00～4:00
かしわ2児童公園	6・20(金)	午後3:00～4:00
上今里第2児童公園	11・25(水)	午後3:30～4:00
上今里第1児童公園	11・25(水)	午後3:30～4:00
国分寺第4児童公園	3・17(火)	午後3:00～4:00
さくら幼稚園グラウンド	4・18(水)	午後3:00～4:00
下今里テニスコート	11・25(水)	午後2:30～3:00
社家児童公園	10(火)	午後3:00～4:00
杉久保第2児童公園	11・25(水)	午後3:40～4:10
杉久保児童公園	11・25(水)	午後3:40～4:10
中 心	3・17(火)	"
中新田公民館	6・20(金)	午後2:50～3:20
浜田歴史公園	12・26(木)	午後2:30～3:10
東柏ヶ谷4丁目自治会館	4・18(水)	午後3:00～4:00
本郷コミセン	11・25(水)	午後3:00～3:30
瑞穂道上公園	12・26(木)	午後3:40～4:00

有馬図書館では、文字講座に関連して井伏鱒二の作品の原稿(複製)、初版本、写真資料などの展示を行っています。

平成5年7月、95歳で没した井伏鱒二は、その長い文筆活動の中で庶民的なユニーモアとペニスある作家として、昭和文学にゆきな個性を発揮しました。今回の展示では、その生涯、鱒二が愛した作品、鱒二が遺したという観点から井伏文学の世界を楽しく見ていただきます。

なお、同時に「特集本コーナー」では、井伏鱒二の著書や作品・作家研究のための本を集めています。この機会にぜひ井伏文学に触れてみてください。

▽場所 有馬図書館展示コーナー 12月27日(金)まで

12月4日(水)から10日(火)までの1週間、今年も第48回人権週間として各種の行事が行われます。

12月4日(水)から10日(火)までの1週間、今年も第48回人権週間として各種の行事が行われます。市では、特設人権相談を次のとおり開設します。人権擁護委員の方々が相談に応じますので、お気軽にご利用ください。相談は、一切無料で、秘密は守られます。

市民のみならず、この旬間を機に、労働者の労働条件の改善に重要な役割を果たしている最低賃金を役割の理解を一層深めましょう。なお、最低賃金および最低賃金周知旬間について不明の点は、神奈川県労働基準局質課(045・211・7354)または最寄りの労働基準監督署までお問い合わせください。

12月の巡行指導日

Table with columns: 場所, 日, 時間. Lists various locations and their scheduled dates and times for the December patrol.

急患のときは医療センターで診療(●さつき町4番地)
休日・夜間の診療
場所1階 <内科・小児科> 休日急患診療所 031-1912

Table with columns: 事業名, 月日・受付時間, 対象, 申し込み. Lists various health services and their details.

高齢者趣味の教室「農村民芸」の受講生募集
▽日程 12月25日(水)午前10時~正午、午後1時30分~3時30分
▽26日(木)午前9時30分~正午
▽場所 市総合福祉センター
▽内容 しめ縄飾りなどの作り直し

12月の家族教室
このころの病を持つ家族を対象に、「家族教室」を次のとおり開催します。予約不要、当日直接会場へ。
▽日程 12月3日(火)午後2時から、12月7日(土)午後1時30分~4時

予防接種
ツベルクリン反応検査・BCG(対象年齢・生後3か月~4歳未満)対象年齢を過ぎますと接種できませんのでご注意ください。
▽日程 12月3日(火)午後2時から、12月7日(土)午後1時30分~4時

市制施行25周年記念 平和のつどい
名市合衆運動会
▽対象 市内在住・在勤・在学の方▽定員 1000人▽入場料 無料

ご近所どう
社会福祉事業
▽50万円(富士コカ・コーラボトリング)取組役員・柴田善昭
▽2万5千円(海老名市農業協同組合)代表理事組合長・淡谷久

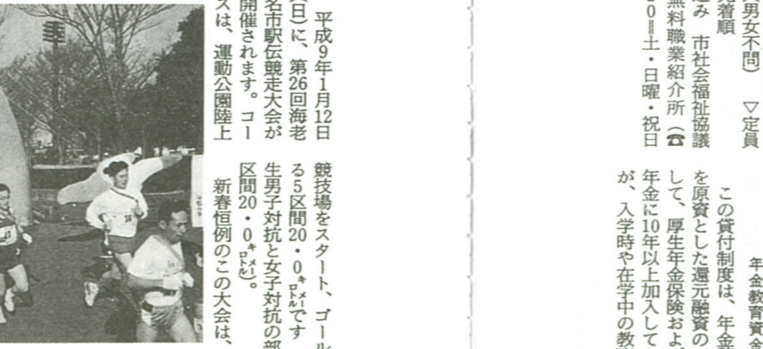
ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

新春彩る市民駅伝12月



平成9年1月12日(日)に、第26回海老名市駅伝競走大会を開催されます。コースは、運動公園陸上競技場をスタート、ゴールとする5区間20.0kmです。

4部門・参加チームを募集
会費対抗・一般対抗・中学生男子対抗・女子対抗の4部門で競われますので、奮ってご参加ください。

国・教育ローンを活用
この貸付制度は、年金積立金原資とした還元融資の環として、厚生年金保険および国民年金に10年以上在学している方が、入学時や上中の教育費を

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

大谷地区で「じゃがいもの掘りとり」
海老名市市部農組合では、「ふれあい農園」として「じゃがいもの掘りとり」を次のとおり開催します。当日は、多少汚れてもよい服装で車手など袋をお持ちになってご参加ください。

大谷地区
市役所、ガソリンスタンド、海老名高校、会場

募集
書道協会・入会者グループで協会に入会してくださる方・市民文化祭などに積極的に参加して下さる方

みんなの伝言板
このコーナーに掲載される方は、原稿を作成して06番広報課(内27)へ、スペースの都合で掲載できない場合があります。

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫

ご近所どう
社会福祉事業
▽10万円(新日本舞踊団)代表理事組合長・山崎和夫



安藤 知樹くん 1歳1カ月

ママ大好き、ママのおっぱい大好き。甘え上手の僕です。だれかがクシャミをすると声をあげて笑っちゃいます(東柏ヶ谷、安藤秀孝・悦子さんの二男)



おしゃべりが大好きな僕毎日、パパやママとお話しています。早くいろいろな言葉をおぼえなきゃ!(河原口、本木大・聡美さんの長男)

本木 圭太くん 1歳1カ月

まんまるおぼん



牧野 充朗くん 1歳2カ月

お兄ちゃんと互角にやり合う、気の強い二男坊です。えくぼであいさつ「こんにちは」(国分南、牧野和彦・由希子さんの二男)



怖いもの知らずの僕は、何でもチャレンジするので、ママはヒヤヒヤ。でもママのだっこが一番さ!(東柏ヶ谷、青木一彦・啓代さんの長男)

青木 一史くん 1歳1カ月



市内の各事業所から男子15チーム、女子8チームが参加して「屋内消火栓操法大会」が10月19日行われた。来場者からは盛んな拍手が送られていた。

フットピックス



植木手入れ講習会に42人 10月18日、「高齢者植木手入れ講習会」が行われ、市内のお年寄り42人が参加。秋から冬に向かつての庭木、盆栽の手入れ方法を学んだ。

編集後記

「七五三」で髪飾った双子らしき女の子を見かけました。髪もきれいに結ってほんのり化粧をしているその姿はとてかわいらしかったです。親は子供の晴れ着を撮ろうとしているのですが、当の子供たちは着物が窮屈なのか草履で足が痛いのからよつとお疲れのようでした。(茂)

▼フリーマーケットに2万人



温故館で「海老名本郷遺跡」 12月1日まで、温故館で特別展開催中。小銅鐸など展示品25点を紹介。本郷に暮らした人々の姿が少しづつ見えてきました。

12月の日程

大ホール					
日	内容	開演	終演	入場方法	主催
5 (木)	EBINA SOUND SESSION VOL.1 RAZZ MA TAZZ CONCERT TOUR	午後 6時30分	午後 8時30分	4,120円	市文化会館事業協会 (32) 3231
6 (金)	高P連東地区交通安全集会	午後 0時	午後 5時	自由	高P連東地区連合 0467 (77) 5121
15 (日)	リハーサル	午前 9時30分	午後 4時	自由	市地域育児センター (31) 5831
22 (日)	海老名市地域育児センター地域交流事業				

文化会館 ☎32・3231

小ホール					
日	内容	開演	終演	入場方法	主催
1 (日)	「こころのうた」コンサート	午後 2時	午後 4時	2,000円	こころのうたコンサート実行委員会 (32) 3194
7 (出)	Harmonica Lads in Concert'96	午後 1時30分	午後 3時30分	1,000円	ハーモニカ・レディズ コンサート企画 (38) 3925
8 (日)	マリア・クリュール イヨクタチームスリサイタル	午後 3時	午後 5時30分	指定5,500円 自由5,500円	カオン音楽事務局 (31) 2164
12 (休)	公民館講座「音楽」⑩ コーラスおきらい会	午後 1時30分	午後 3時30分	自由	市中央公民館 (32) 3231
14 (出)	カワイ音楽教室 講師コンサート	午後2時00分~4時00分 午後 5時~7時		2,000円	鋼琴合奏部製作所 (22) 1939
15 (日)	クリスマス・コンサート	午後 1時	午後 4時	自由	内外ピア/販売部 (34) 0650
18 (出)	島田祐子 クリスマス・リサイタル	午後 6時30分	午後 8時30分	3,000円	市文化会館事業協会 (32) 3231
21 (出)	ジャズの会 クリスマスコンサート	午後 0時30分	午後 4時05分	自由	ジャズの会 (28) 1546
22 (日)	定期演奏会	午後 4時30分	午後 6時30分	自由	東海大学文化節連合会オーケストラ 0463(58) 2472
23 (日)	ピアノコンサート	午後 2時	午後 3時30分	自由	田中美智子 (31) 5528
25 (日)	第13回クリスマスコンサート	午後 7時	午後 9時	2,500円	県演劇家協会 0427(43) 2598

市民ギャラリー ☎35・0366

第2展示室

期間	内容	時間	入場方法	主催
11/29日~1日	海彩会展	10時~18時 (初日は13時~最終日は17時まで)	自由	海彩会 (31) 3862
6日~8日	ケイフラワー海老名地区生徒作品展	10時~18時 (初日は13時~最終日は17時まで)	自由	ケイフラワーデザインスクール 045(481) 3451
11日~15日	かながわ高校芸術祭 第23回高校写真連盟写真展	10時~18時 (最終日は17時まで)	自由	神奈川県高校写真連盟 045(761) 0251

120サロン					
日	内容	開演	終演	入場方法	主催
14 (出)	リトルコンサート	午後 1時30分	午後 3時30分	自由	三好真理子 (34) 6875
21 (出)	キラキラ星コンサート	午後 5時	午後 7時	自由	中西美穂 0427(43) 8867
22 (日)	クリスマス発表会	午後 2時30分	午後 4時	自由	和久井加代 (33) 8321

文化会館 12月の休館日は3・10・17・24・28・29・30・31日です
市民ギャラリー

「清水アキラ・中島マリ」ものまねライブ
 ▷日時 平成9年1月25日(土) 午後2時と午後6時30分の開演▷入場料 A席3500円、B席3000円(全席指定)▷前売開始 12月1日(日)で窓口販売は午前9時から、電話予約は午後1時から▷会場 市文化会館大ホール(上郷476-2 ☎32・3231)

「アルゼンチンタンゴの魅力のすべて」
 ▷日時 平成9年2月5日(水) 午後6時30分開演▷入場料 A席4000円、B席3500円(全席指定)▷前売開始 12月21日(土)で窓口販売は午前9時から、電話予約は午後1時から▷会場 市文化会館大ホール(上郷476-2 ☎32・3231)
 ※主催はいずれも市・市文化会館事業協会
 ※チケット販売は、文化会館のほかチケットぴあでも扱っていますのでご利用ください。