

市の鳥



カワラヒワ

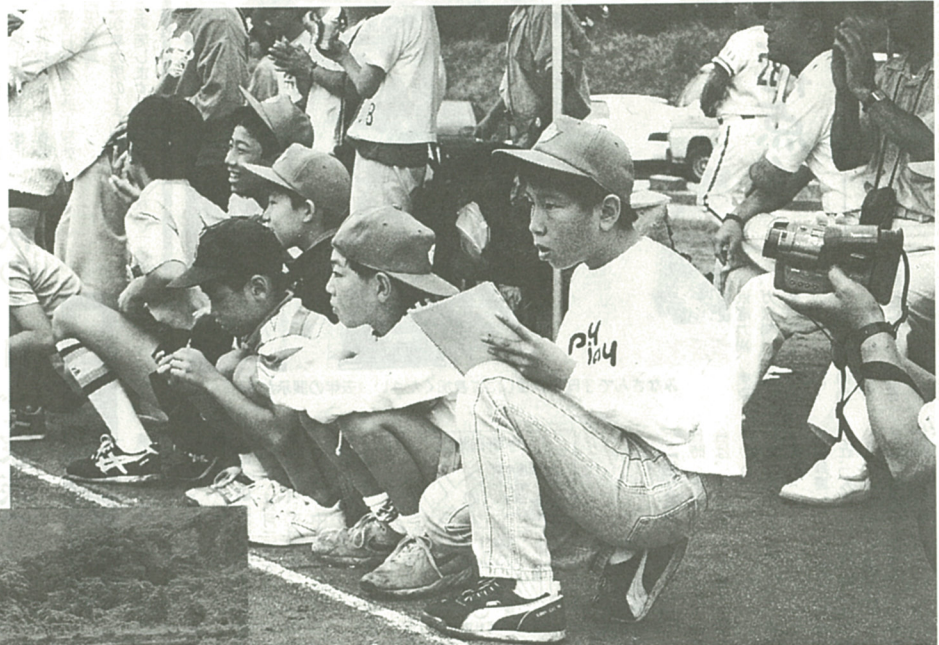
広報 えびな

編集・発行
海老名市役所広報広聴課
〒243-04
神奈川県海老名市勝瀬175
☎ (0462) 31・2111

—子供たちが友好都市白石を訪問—

石名
海老

広がる交歓の輪



真剣な表情で交流試合を取材する「ふるさと豆記者」

八月二十日から二十二日までの三日間、市内の小
学生三十三人が、友好都市の宮城県白石市を訪れま
した。この訪問は、両市の親善交流事業の一環とし
て行われているもので、市少年野球選抜チームが白
石市の選抜チームと交流試合を行ったほか、市内の
小学校から選ばれた代表が「ふるさと豆記者」とし
て、白石市の小学校や和紙工房などを取材してきま
した。今回は、両市の子供たちがお互いに親しく
深めた三日間の様子を紹介します。



熱戦を展開する両チーム

交流試合と取材で 大きな宝物できた



「リイリイリイ……」
という選手の声、
「頑張れーよし、いい球打て！」
という声援が白石市の野球場に響く。
八月二十一日、海老名市の少年野球チーム
から選抜された児童二十人と、白石市選抜の
少年野球チームが、それぞれ二チームに分か
れて一試合ずつ交流試合を行いました。
第一試合、海老名市は、初戦の緊張のため
か普段の実力が出せず七対二で惜敗、第二試
合は投手戦となりファイナルプレーも続出し、

えびなっ子白石で大活躍

一点差を守りきった海老名が二対一で勝利を
収め、結果、一勝一敗で去年に続き仲良く引
き分けました。
「白石チームの選手は、体が大きく、パワ
ーを生かした試合をしていますね。海老名選
抜チームは、勝ちたいという気持ちも強く、
思もひったり合っていました。十月には、海
老名市に白石市チームを迎えて交流試合が行
われるそうですが、練習を重ねて、ぜひ二連
勝したいですね」と、海老名市チームの監督
は話していました。



この交流試合の熱戦をクラ
ウンドの傍らで、カメラとフ
ロントを持って真剣に見詰めて
いるのが「ふるさと豆記者」
です。豆記者は、市内小学校
から一人ずつ選ばれた代表で
男子七人・女子六人の六年生
十三人。
豆記者たちは、少年野球交
流試合の取材のほかにも、小
学校二校を訪れ、白石市の子
供たちから学校の行事などの
様子を聞き、その後、こけし
工房や武家屋敷も訪れて、同
市の歴史や伝統についても学
びました。

今回の交流事業は、子供同
士による交流と親しくを通し
て、多世代にわたる交流の礎
になるようにと行われたもの
で、子供たち三十三人は、白
石市の二十一家庭にホームス
テイをしました。
どの家庭からも、温かく迎
えられた海老名の子供たちは
、白石のお母さんの手料理
や、白石の子供と一緒にお
ふるまったり、テレビの一員に
なりきっていました。
子供たちからは、「交流試合で、ホームステ
イ先の子が打席に立ったとき、思わず白石チ
ームを応援してしまうほど仲良くなり、何か
大きな宝物」ができたような気がします」と
といった感想も聞かれ、充実した三日間を過
こしました。

関連記事は、四・五面に掲載

急患のときは...

医師会の協力を得て次の救急医療を行っています。

☆休日の昼間

▶内科・小児科 ▶場所=休日急患診療所(さつき町41、市健康センター内、☎31・1912) ▶受付時間=日曜・祝日の午前9時~11時半、午後2時~4時半

▶歯科 ▶場所=休日歯科診療室(さつき町41、市健康センター内、☎31・1939) ▶受付時間=日曜・祝日の午前9時~11時半、午後2時~4時半

※保険証、診療料を忘れずに。耳鼻咽喉科は市外の休日急患診療所を紹介します。

☆夜間 ☎32・0108 ☎32・0119

テレホンサービスで医療機関を紹介します。または市役所 ☎31・2111

急病でない限り平日の昼間に

10月の健康案内

6番目の栄養素?

野菜を食べて成人病の予防

最近、ダイエットに関心のある方は、特に、食物繊維、という言葉をよく聞くのではないだろうか。

食物繊維というのは、人の消化酵素で消化されないセルロース、ヘクチンなどの難消化性成分の総称である。

食物繊維の働きとして以前からよく知られていたのは、便通を良くする働きですが、このほか成人病の予防に効果があることがわかれ、改めて注目されるようになってきました。

①血清コレステロール値や中性脂肪量の上昇を抑える働き

②血糖値の上昇を抑える働き

③動脈硬化・大腸がんの予防効果

④がんが認められています。これは、食物繊維はどんな食品に含まれているのでしょうか。果菜、きのこ、海藻などに多く含まれています。

日本人の食物繊維の摂取量は、年々低下してきており、毎日の食事に必ず一、二皿の野菜を積極的に取り入れることが大切です。

しかし、食物繊維は消化されにくいものです。それだけに、量が過剰になると下痢を起すこともあり、カルシウムや鉄分の吸収を妨げるという副作用もあります。

タンパク質、脂質、糖質、ビタミン、ミネラルの五大栄養素に次いで6番目の栄養素として注目されている食物繊維を、バランスのとれた食事から無理なくとる工夫が大切です。



がん検診

十月三十一日(日) 保健相談センターで次の四種類のがん検診を行います。

▶胃がん ▶肺がん ▶大腸がん ▶乳がん

午前八時半~十一時受付▽対象 四十歳以上の女性

午前八時半~十一時受付▽対象 四十歳以上の男性

午後八時半~十一時受付▽対象 四十歳以上の女性

午後八時半~十一時受付▽対象 四十歳以上の男性

父親教室

十月十三日(水) 午前九時~九時半受付▽対象 初めて父親になる人▽内容 育児・赤ちゃんのお世話をいれる方、妊娠、出産、産後における夫の役割(予約制)▽会場 申し込み 保健相談センター

歯科相談

歯科医療全般についての相談を受け付けています。相談のつてくださる方は、市歯科医師会です。相談日は毎月第一木曜日です。予約制)▽会場 申し込み 保健相談センター

医療相談

治療上の悩みや、医師へのかかり方など、医療全般についての相談を受け付けています。相談のつてくださる方は、東海大学医学部名誉教授・日本産科婦人科学会評議員の藤井明和先生です。相談日は毎月第一木曜日です。予約制)▽会場 申し込み 保健相談センター

健康栄養相談

十月十八日(月) 市役所、二十日(水) 保健相談センター、十月十九日(火) 保健相談センター、十月二十日(水) 保健相談センター、十月二十一日(木) 保健相談センター、十月二十二日(金) 保健相談センター、十月二十三日(土) 保健相談センター、十月二十四日(日) 保健相談センター、十月二十五日(月) 保健相談センター、十月二十六日(火) 保健相談センター、十月二十七日(水) 保健相談センター、十月二十八日(木) 保健相談センター、十月二十九日(金) 保健相談センター、十月三十日(土) 保健相談センター、十月三十一日(日) 保健相談センター

乳幼児の健診と相談

事業名	月日・受付時間	会場・問い合わせ	対象	内容	申し込み
3カ月児健康診査	10月28日(水) 13:00~14:00	厚木保健所海老名支所	5年6月生まれの人	診察、身長・体重測定	直接会場へ
7カ月児健康相談	10月22日(金) 9:30~10:00	保健相談センター	5年2月生まれの人	身長・体重測定、栄養・育児・歯科相談	"
1歳6カ月児健康診査	10月21日(木) 13:00~13:30	"	4年4月生まれの人	診察、身長・体重測定、歯科検診	"
3歳児健康診査	10月15日(金) 13:00~14:00	厚木保健所海老名支所	2年9月生まれの人	診察、身長・体重測定、歯科検診	"
離乳食講習会	10月8日(金) 9:30~10:00	保健相談センター	5カ月~7カ月児を持つ保護者	離乳食のつくり方、与えとときの注意	"
小児整形外科相談	10月7日(木) 13:00~13:30	"	18歳未満で特に心配のある人	身体障害者のある乳幼児の早期発見、治療と療育指導	予約制
幼児歯科相談	10月13日(水) 13:00~14:30	"	1歳7カ月児~2歳11カ月の幼児	歯の検診と磨き方(歯ブラシ、母子手帳持参)	直接会場へ
お誕生前健康診査	対象は生後10カ月からお誕生日前までの乳幼児。指定された医療機関でお受けください。				

* 検診または相談を受ける方は必ず母子健康手帳を持参してください。

10月の文化会館

日(曜)	内容	開演	終演	入場方法	主催者
2(土)	海老名市中学校 総合文化発表会	13:30	18:00	自由	市教育委員会 (31)2111
3(日)		10:00	12:00		
		13:15	17:00		
17(日)	日本詩吟学院岳風会 神奈川県本部大会	9:30	16:00	自由	日本詩吟学院 岳風会 (38)1741
24(日)	エビナクラシックパレエ スクール発表会	15:30	19:00	自由	エビナクラシ ックパレエス クール (34)3916
30(土)	平成5年度海老名市民 文化祭(大谷歌舞伎)	14:00	17:00	自由	市教育委員会 (31)2111
31(日)	第12回海老名市交通防 犯市民のつどい	12:00	15:30	自由	第12回市交 通防犯市民の つどい実行委 員会 (31)2111

○問い合わせは主催者へ。
○主催者の都合で変更になる場合もあります。
○関係者だけの催しは掲載していません。○今月の休館日は5、12、19、26日です。

まんまる赤ちゃん

中村泰樹くん
大谷一歳二カ月
中村養之・典子さん
の長男

お姉ちゃん(2歳)と毎日外で遊んでいるので、まっ黒に日焼けしています。特に、水遊びが大好きで、外ではもちろんのこと、家の中でも二人で洗面台へいすを持ってきて、水を出してはびしょ濡りになって遊んでいます。性格はおとなしいほうですが、毎晩、お父さんとコロコロコロを遊ぶのが大好きです。

自分自身をしつかりと見つめながら育ってほしい。相川優太くん
河原川一歳二カ月
相川順一・かおるさん
の三男

お話しをするのが好きで、絵本を見ながら一人で何かしやべり眺めています。最近、あんなにすずっか上手になり、おひいちゃんと一緒に散歩でかけるのが楽しくて仕方ないのか、玄関まで歩いていっては「外に行きたい」と催促します。食欲が旺盛で、特に果物が大好き。バナナなどにはペロリと食べてしまうので、びっくりしてしまいます。

家の中を元気よく走り回っている。相川優太くん
河原川一歳二カ月
相川順一・かおるさん
の三男

テレビから音楽が流れてくると、手をたいたり、腰に手をあてて元気よく踊ります。遊び疲れて眠くなる「トネネ」と言ってお気に入りのタオルを顔にあてて、一人で寝てしまいます。人の気持ちのわかる思いやりのある子になってほしい。

平成5年度文化講演会

内藤國雄氏を迎えて

「近頃私の思うこと」

将棋の内藤國雄九段を迎えて「近頃私の思うこと」と題し、文化講演会を開催します。

▷日時 11月3日(水) 午後2時から▷ところ 市文化会館▷対象 市内在住者▷申し込み 電話で市中央公民館(☎32・3231)へ。定員1100人先着順。入場料は無料です。

内藤國雄九段経歴 昭和14年、神戸市生まれ。故郷内金吾八段入門、阪田三吉の孫弟子。42年A級八段、49年九段、棋戦優勝は王位、棋聖、王座、棋王ほか。58年、神戸市より文化特別賞受賞、平成3年、西宮市より市民文化賞受賞。著作は最新刊「自伝史」。『駒の音有情』。レコードは「おゆき」「浪花ふたりづれ」ほか。

将棋の内藤國雄九段を迎えて「近頃私の思うこと」と題し、文化講演会を開催します。

▷日時 11月3日(水) 午後2時から▷ところ 市文化会館▷対象 市内在住者▷申し込み 電話で市中央公民館(☎32・3231)へ。定員1100人先着順。入場料は無料です。

内藤國雄九段経歴 昭和14年、神戸市生まれ。故郷内金吾八段入門、阪田三吉の孫弟子。42年A級八段、49年九段、棋戦優勝は王位、棋聖、王座、棋王ほか。58年、神戸市より文化特別賞受賞、平成3年、西宮市より市民文化賞受賞。著作は最新刊「自伝史」。『駒の音有情』。レコードは「おゆき」「浪花ふたりづれ」ほか。

文化祭に出す作品を作ろう

10月の日程

社会教育指導員が各児童館などをまわって、手づくりおもちゃの作り方を子供に合わせたいろいろな指導をしています。

10月の内容は「文化祭出品のための作品を作ろう」一年間に作ったものをなかからリクエストしましょう。参加費は無料。参加希望者は直接会場へ。問い合わせは市教育委員会へ。

10月10日(日) 市文化会館 10:00~12:00

10月11日(月) 市文化会館 10:00~12:00

10月12日(火) 市文化会館 10:00~12:00

10月13日(水) 市文化会館 10:00~12:00

10月14日(木) 市文化会館 10:00~12:00

10月15日(金) 市文化会館 10:00~12:00

10月16日(土) 市文化会館 10:00~12:00

10月17日(日) 市文化会館 10:00~12:00

10月18日(月) 市文化会館 10:00~12:00

10月19日(火) 市文化会館 10:00~12:00

10月20日(水) 市文化会館 10:00~12:00

10月21日(木) 市文化会館 10:00~12:00

10月22日(金) 市文化会館 10:00~12:00

10月23日(土) 市文化会館 10:00~12:00

10月24日(日) 市文化会館 10:00~12:00

10月25日(月) 市文化会館 10:00~12:00

10月26日(火) 市文化会館 10:00~12:00

10月27日(水) 市文化会館 10:00~12:00

10月28日(木) 市文化会館 10:00~12:00

10月29日(金) 市文化会館 10:00~12:00

10月30日(土) 市文化会館 10:00~12:00

10月31日(日) 市文化会館 10:00~12:00

作ってみませんか

「くるくるがさわ」

【材料】厚紙(菓子箱などでも可)、のり、コンパス、定規、マジックまたはクレヨンなど

【作り方】①厚紙で半径4センチの円を二つ作る。②図のように中を八等分し、ナイフで切り込みを入れ、三角の羽根の部分をはたきあげ、のりをつけて折る。③同じものを二つ作り、色を塗って内側に折った羽根の部分で二つの輪をつなぎ合わせる。

【遊び方】風の強い日以外で遊んでみましょう。クルクル回ってきれいで。

