

市の木 市の花



ツゲ サツキ

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

見直そう我が家の暮らし

9月28日～30日 みんなの消費生活展
ニチイ海老名店



汚れた空気にゴミの山
外出にはガスマスク。
こんな未来はイヤ



「優しや」で環境を守る

日常の消費生活問題に役立つ知識が得られ、と毎回好評の「みんなの消費生活展」が九月二十八日から三十日までの三日間、ニチイ海老名店三階あじあじ通りに行われます。「見直そう我が家の暮らし」をテーマにした同展に会場して、あなたも暮らしの再確認を...

広がる地球規模の汚染

今回の消費生活展では、私たちの暮らしと環境破壊の関係を考えます。「昔に比べ、今は物が豊富...」



「生活に役立つ」と毎回好評の消費生活展

役立つ情報を展示

映画コーナーも開設

「みんなの消費生活展」では、市内の消費者団体が日ごろの研究成果を発表するコーナーを設け、「加工食品は安全?」「農薬が食品に与える影響」「不用品の再利用」...といった日常生活に役立つ情報を数多く展示します。

また、ニチイ海老名店2階のアメニティ・ホールでは、9月29日、30日の両日に限り「16」映画コーナー」を設けます。このコーナーでは、火災や大地震が発生したときの対処、食品添加物や台成洗剤の安全性、などを考える映画を上映します。>問い合わせは商工課(内512)へ



放映は2階ホールで

初めはまず我が家から

今、私たちは年々深刻さを増す環境問題に対して関心をもち、毎日の生活の中で「できる限り環境を汚さない工夫と気配り」を習慣づけることが求められています。

「このままでは子や孫が成人になったとき、地球上に人間が住めるのだろうか?」といった不安も、決して大げさではなりました。

澄んだ空に漂い緑。これが地球本来の環境です

例えば、一人ひとりが「台所は川や海への入り口」という意識をもち、流しの排水口にゴミ受けを備えて野菜くずなどの流出を防いだり、適量の分解性の高い洗剤を使うようになれば、川の汚染や泡だちが防げます。

また、フロンガスが含まれているスプレーやカーエアコンの使用をひかえることでオゾン層を守り、古雑誌・空きびん・空き缶などを再利用することで地球資源の浪費を防げます。つまり、私たちの、小さな節約が、大きな地球の環境と子供たちの未来に役立つのです。消費生活展に展示されている環境汚染の現状と家庭でできる対応策を参考に、ぜひ、環境に優しい暮らし方を...



第15回 えびな写真コンクール



105点の中から
入選作品決定

応募者二十一人、作品百五十五点の中から見事、金賞に選ばれた横山証さんの「ふるさとまつり」は、「美しい写真」については、「みこしの迫力と担ぎ手の表情がよくとらえられており、みこの背景などともまじりがあるパランスのとれた秀作」との審査員の評でした。

国民年金の標語募集

国民年金制度へのより一層の理解と定着を図るため、今年も国民年金の「標語」を募集します。ふるさとまつりへ応募ください。

海老名トランポリンクラブ

「空を飛べない人間が重力から解放され、一瞬だけ鳥の気分になれる」といふのが、トランポリンの魅力。トランポリンは、海老名トランポリンクラブ(堀口美穂代表、会員41人の面々)が中心となって、今年もトランポリン器具が設置されている総合体育館の開館を機に、年五

鳥の気分を満喫



空中遊泳で交友を広げ、鳥の気分を満喫。10月には、親善交換会に出場する予定です。

障害を持つ人の「歩け歩け大会」

ふるってご参加ください

「土の日」のお知らせ

川崎、海老名各市区町村の身体障害者、視覚障害者、聴覚障害者、身体障害者、並びに交流を促します。飲食費千円。また、重度の人たちは午前9時半、運動公園開園バスを運行します。お問い合わせは、小川一雄(31-6310)。

災害問題テーマに 防災講演会を開催

市及び市医師会では、災害時における諸問題をテーマに、防災講演会を開催します。市民のみならず、多数の参加をお待ちしています。

第5回えびな市民音楽祭

家族そろって楽しもう



第5回えびな市民音楽祭が、9月30日(日)午後3時から市文化会館で開催されます。この音楽祭は、えびな市民音楽祭実行委員会(君山義臣委員長、14団体)が主催するもの。合唱、邦楽、器楽の3部門で構成されており、市内のアマチュア音楽サークルが日頃の成果を発表するため、毎日工夫をこらして企画しました。

マイホーム購入に役立てて

一般の方が不動産の取り引きをするには、何れも必要となるのが、マイホーム購入に役立てるための知識や経験は少ないというのが普通です。そのために、後になって「こんなはずではなかった」と思われるのを避けるために、マイホーム購入に役立てるための知識や経験は少ないというのが普通です。

10月4日(木)は 電話利用に注意

NTT海老名営業所では、十月四日(木)に、市内局番二局(三四局)の通話、または市内局番二局一三四局への通話が、十月四日(木)、午前二時から午後七時までは、電話交換機を切り替える工事を実施します。

平成2年度文化講演会

テーマ「ラジオとインディアン」の教え。12月1日(土)午後2時~3時半。市文化会館ホール。対象：市内在住者1,100名。申し込み：往復ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号、人数(1枚のハガキで2人まで)を記入し、市中央公民館(上郷476-2)32-3231へ。締め切り：11月15日(木)必着。

「あがりや」

約十分程度、お話し中の電話が切れるなど、一時的に電話の利用ができなくなります。お問い合わせは、局番なしの1-16番へ。

市役所から

法律相談と登記相談の受け付け方法が変わります。市役所市民相談室では、これまで、直接来庁して受け付けていた申し込みが、受付時間内(午前9時~午後5時)に受け付けています。お問い合わせは、市民相談室(31-0355)へ。

市役所から

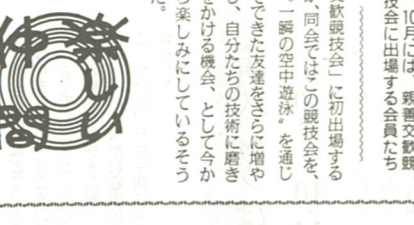
平成3年度児童福祉施設入園の募集時期。平成3年4月に入園する児童福祉施設の入園募集時期は、平成3年10月15日(月)から10月31日(日)までです。お問い合わせは、市民相談室(31-0355)へ。

市役所から

健康増進センター開講。医学教育、健康増進に役立つテーマで、地元医師会等の医師を中心に、講師による健康講座を開催します。お問い合わせは、市民相談室(31-0355)へ。

市役所から

平成3年度高齢者福祉施設入園の募集時期。平成3年4月に入園する高齢者福祉施設の入園募集時期は、平成3年10月15日(月)から10月31日(日)までです。お問い合わせは、市民相談室(31-0355)へ。



みんなの伝言板

スクエアカンパニー見学会。アメリカ生まれのキャンパニー&ウェスタンの美しいダンスです。10月10日(日)午後7時~9時。会場：海老名青少年会館。お問い合わせ：長田(42)・4366。

10周年記念市民音楽祭

10周年記念市民音楽祭。10月10日(日)午後7時~9時。会場：海老名青少年会館。お問い合わせ：長田(42)・4366。

10周年記念市民音楽祭

10周年記念市民音楽祭。10月10日(日)午後7時~9時。会場：海老名青少年会館。お問い合わせ：長田(42)・4366。

10周年記念市民音楽祭

10周年記念市民音楽祭。10月10日(日)午後7時~9時。会場：海老名青少年会館。お問い合わせ：長田(42)・4366。

10周年記念市民音楽祭

10周年記念市民音楽祭。10月10日(日)午後7時~9時。会場：海老名青少年会館。お問い合わせ：長田(42)・4366。

10周年記念市民音楽祭

10周年記念市民音楽祭。10月10日(日)午後7時~9時。会場：海老名青少年会館。お問い合わせ：長田(42)・4366。

10周年記念市民音楽祭

10周年記念市民音楽祭。10月10日(日)午後7時~9時。会場：海老名青少年会館。お問い合わせ：長田(42)・4366。

10月1日は国勢調査

ご協力をお願いします

十月一日、全国一斉に「平成二年国勢調査」が行われます。国勢調査は、法律に基づいて行われる国の最も基本的な統計調査で、大正九年の第一回調査以来、五年ごとに実施されています。十五回目に当たる今回は、特に二十一世紀の日本を考える基礎づくり、という重要な意味がある調査です。みなさんのご協力をお願いします。

国勢調査のマスコット
センサスくん



赤ちゃんからお年寄りまで
みんなが参加します

9月23日から
調査票を配布

国勢調査は、赤ちゃんからお年寄りまで、日本に住んでいるすべての方が対象となります。九月二十三日から三十日まで、調査員が世帯ごとに調査票を配布します。アパートなどに一人暮らしの方や下宿している方は、未成年でも学生でも世帯主としてご記入ください。



調査票は公共施設整備の資料にも...

21世紀を考える基礎づくり

調査票にある質問は、前回調査の十七項目に五項目加えた二

十二項目です。お答えいただいた内容は、統計以外の目的に使用することは法律で固く禁じられていますので、安心してありのままをご記入ください。記入していただいた調査票は、十月一日から七日までの間に調査員が集めていきます。外出しかな

調査結果は貴重な資料に

な方は、家にいらっしゃる日を調査員にお伝え願います。

国勢調査は、わが国全体の人口を正確に把握するためにはかなりでなく、地方自治体の人口や男女別、年齢別、産業別、職業別などの構成を明らかにするためのものです。調査結果は、国や地方自治体で今後の行政を進めていくうえで貴重な資料となり、次のように生かされます。

- ▽高齢者のデータは老人福祉に、母子・父子世帯のデータは児童福祉、母子福祉政策に。
- ▽地域別人口は、上下水道などの整備、自然保護などの環境整備に。
- ▽人口・人口密度・人口分布に地理的要因を加えたデータは防災対策に。
- ▽人口の地域的分布・増減は施設計画の基礎や地域発展の指標の目安に。

※国勢調査についてのお問い合わせは、企画課統計係(内線)へ。

楽し

年齢に応じた運動を

あなたの年代別運動メニュー

運動は私たちの健康の維持・増進に大きな力を発揮しますが、過度な運動が思わぬ事故につながることも…。どの年代にどんな運動をするのが良いのか、下記の文章を参考に適切な運動を続けましょう。

●20代……充実した体力づくりを目指して 体力のある時期です。全身運動のできるスポーツを選択し、積極的に汗を流しましょう。いろいろなスポーツに取り組み、生涯続けられそうなものをいくつか身につけておくことも大切です。

●30代……体力を維持するためのスポーツを 働き盛りとされる時期ですが、体力や運動能力は低下してきます。現状の体力の維持とストレス解消のために、スポーツを積極的に生活のなかに取り入れましょう。

●40代……マイペースでスポーツを楽しむ 筋力や持久力が目立って衰えてきます。他人と競うスポーツは避け、運動不足の解消を目的に、自分のペースで楽しめるスポーツを。

●50代以上……好きなスポーツを体力に合わせて楽しむ スピードや得点よりも、時間をかけて運動することが大切。長続きさせるためにも、好きなスポーツを選び、楽しむことに徹しましょう。



さわ

みながから体力増進



やかな秋空のもと、楽しく体を動かしてみませんか(去年の市民レク)

平成二年産産老若市民レクリエーション大会が、十月十七日から十四日にかけて、市内十会場を回り、市民レクリエーション大会を開催されました。市民レクリエーション大会は、市民のみなさんがいっそう健康や体力の増進に努め、明るく住みよい地域社会づくりに寄与することを目的に行われるもので、

去年の同大会も、体育の日を中心として市内九カ所で開催されました。各自治会が中心となり、

市民レクは10会場

10月7・10・14日のいずれかで



多彩な種目を準備

「家族連れで来場を」
国分望地・勝瀬地区
市民レク実行委員長
ト部 一郎さん

私たちの地区の市民レクには、毎年千人を超える参加者があり、仮設行列や網引き、地区対抗リレーなど盛り上がり、今年も十月七日の午前九時から資生堂グラウンドで行いますが、ふだんレクリエーションに接する機会が少ない幼児や社会人向けの種目を中心に、だれでも楽しめるプログラムを組んでいます。ぜひ、ご家族そろってご参加していただきたいです。

市民レクは、日ごろの運動不足の解消はもちろんです。近隣関係が疎遠になりがちな時代にあって、同じ関係に住む市民同士の貴重な「ふれあいの場」にもなっていると思います。

今年十月七日の午前九時

ふれあいの場にも

2人に1人は運動不足

こんな症状は「運動不足病」

重い	心臓機能が低下している可能性。ジョギングなどの有酸素運動を。
うき・息切れ、からだ	筋力が落ちているので、全身の筋肉を動かす運動・体操を。
勢が悪くなった、肩こり・腰痛がある	関節が硬くなっているため、全身の筋肉、関節を動かすストレッチ体操を。
からだがかたい	典型的な運動不足のあらわれ。生活習慣を見直し、運動の習慣を。
満	

あなたは日ごろ、運動不足を感じていませんか？
自動車や電化製品の普及で、私たちは自然と運動不足になりがちです。去年発表された総務府の「体力・スポーツに関する世論調査」でも、もっと運動しなければと感じている人が半数以上で、特に三世代では七割の人が運動不足を感じています。

上表のような症状は、運動不足が原因になりがちです。そのままにしておけば運動不足の影響は徐々に進み、糖尿病や動脈硬化などの成人病にかかる可能性があります。

成人病予防に大きな効果



適切な運動は、体に次のような効果をもたらします。

- ▽生活が規則的になり、生活リズムが整います。
- ▽ストレスや不眠、便秘などの解消に効果があります。
- ▽消化吸収力が向上し、空腹感が軽減されます。
- ▽肥満の原因となる中性脂肪の消費を促進させ、善玉コレステロールを増やします。



手への紙にびい講座

昔から、そして今も子供たちに強い人気のある紙しばい。みなさんの自由な発想で作った紙しばいを、お父さんやお母さん、近所の子どもたちに譲りわたって楽しんでください。

この講座では、単純な絵と簡単な台本で、6、8枚程度のものを作ります。初心者、全日程参加できる人が対象。お気軽にご参加ください。

▽日程及び内容 ①10月6日(土) 紙しばい作り
②10月13日(土) 紙しばい作り ③10月27日(土) 作品の発表(実演)各回とも午後1時半～4時半まで講座内容の関わり、自宅での作業が多くなることを想定されていますので、ご了承ください。▽会場 市図書館2階視聴覚室▽講師 右手和子氏(海援・紙しばい実演家)▽定員 一般成人30人先着順▽申し込み、問い合わせ 9月18日(火)から電話または直接市図書館(31・5152)へ。

10月の自動車文庫

巡回場所	巡回日	時間
今里八幡宮	5・19(金)	午後3:30～4:00
海老名市市立南支所	"	午後2:40～3:10
大谷真蔵広場	11・25(木)	午後3:00～4:00
柏ヶ谷コミニティセンター	"	午後3:00～4:00
柏ヶ谷第2児童公園	2・16(水)	午後3:00～4:00
門沢橋児童館	"	"
神奈川県産業センター	5・19(金)	"
上今泉第2児童公園	4・18(木)	"
国分寺台第4児童公園	9・23(火)	"
さくら幼稚園児童遊園地	24(水)	"
下今泉テニスコート	3・17(水)	"
社家児童館	9・23(火)	午後2:30～3:10
杉久保第2児童公園	3・17(水)	"
杉久保富谷児童公園	12・26(金)	午後3:00～4:00
中野自治会館	9・23(火)	午後3:00～4:00
浜田歴史公園	11・25(木)	午後2:30～3:00
東柏ヶ谷四丁目自治会館	24(水)	午後3:00～4:00
本郷児童館	3・17(水)	午後3:30～4:00
望地道上公園	4・18(木)	午後3:00～4:00

