平成元年1月15日　第429号

市の木　ツゲ　市の花　サツキ

広報えびな

編集・発行
海老名市役所秘書広報課
〒243－04
神奈川県海老名市国分155
☎（0462）31・2111

体調整えて

かぜ知らずの毎日を

毎日寒い日が続きますが、寒さの本番はむしろこれから。この時期、私たちのだれもが悩まされるのが、かぜです。私たちが一年間にかかるかぜの回数は、平均三、四回といわれています。かぜは従来、寒さが原因と思われていましたが、大部分はウィルスによるものです。特に冬場は、インフルエンザウィルスが猛威を振るいます。この冬も、十二月に横浜で「A型連型」インフルエンザウィルスが検出されるなど、集団かぜが発生しています。「万病のもと」といわれるかぜを予防するには、偏食をさけ体を鍛えるなどを心がけることが大切です。

寒さに負けない体づくり（写真は市立柏ケ谷保育園と海老名ラグビースクールの子供たち）

ウィルスが原因

かぜといっても、熱のない鼻かぜから、のどの痛い咽頭炎、咳と痰のでる気管支炎、高熱の続くインフルエンザまで、さまざまです。このように、かぜは一つの病名ではなく、急性に起こる呼吸器粘膜の炎症性疾患の総称で、「かぜ症候群」と呼ばれます。かぜは寒さやアレルギーなどによるものもありますが、その原因の大部分が二百種類以上もあるウィルスによるもので、大きく分けるとインフルエンザ型と普通感冒型に分けられます。

インフルエンザ型のかぜは、突然四十度近い高熱が出て、頭痛、腰痛、節々の痛みが数日続き、いわゆる〝かぜ〟の症状が後から出てくるのが特徴です。このインフルエンザウィルスにもいくつかの型があり、毎年少しずつ型を変えて、ほぼ十年ごとに大変異をし爆発的に流行します。

普通感冒型のかぜは、鼻や咽頭などに急性の炎症がおこる状態です。鼻の粘膜が炎症をおこせば、くしゃみや鼻水が出て、咽頭が侵されれば、のどが痛んで熱が出ます。また、気管支に入ると咳と痰が出て、場合によってはかなり重症になります。

かぜは私たちの最も身近にある病気ですが、治療法も確立されておらず、他の病気を誘引します。たかが、かぜぐらいと思わずに、かからないようにする心構えが大切です。

予防のポイント

かぜのウィルスは、あなたの健康管理のちょっとしたスキを狙っています。次の点に注意して、予防を図りましょう。

▽偏食をしない　冬は、寒さのために新陳代謝の機能が低下しがちです。栄養的にバランスがとれた食事を心がけましょう。

▽厚着をしない　厚着をすると体の活動の妨げになり、不必要な発汗作用をおこすため、かえってかぜの原因になります。

▽体を鍛える　寒さは、私たちの体を縮めさせ心身の活動を小さなものにしがちです。スポーツで積極的に体を鍛え、活動的な生活を…。運動の後、汗をかいた時はすぐにふき、体を冷やさないようにしましょう。

▽その他　室内の湿度を適度に保ったり、帰宅時のうがいや手洗いの習慣を…。また、マスクは、かぜの他人への感染を防ぐためだけでなく、雑菌の侵入を予防したり、のどの保温と湿度を保つのに効果的です。

ちょっと気になる…

子供とお年寄りのかぜ

◆子供のかぜ　かぜは小さい子供ほどよくかかりやすく、一生のうちで3、6歳ころまでが一番多くかぜをひく時期です。こじらせて余病をおこさない限り心配はありませんが、細菌の二次感染による中耳炎、気管支炎、肺炎などに対する十分な注意が必要です。

熱が3日以上下がらなかったり、ぐったりして顔色が悪くなるなど、普通のかぜと様子が違うときは、すぐに医師の診察を受けましょう。また、熱のあるときは安静にさせ、部屋を暖かくし、湿度を60%ぐらいに保ちます。

日光浴や薄着の習慣、バランスのとれた食事などに心がけ、日ごろから体の抵抗力を高めておくことが大切です。

◆お年寄りのかぜ　体の抵抗力が弱まっているお年寄りは、かぜをひくとそれに伴う細菌の二次感染、特に肺炎に進行しやすいので注意しなければなりません。お年寄りの肺炎は、熱や咳のような症状がはっきりとは現れない特徴があり、それだけに大事になる危険があります。

症状に十分注意し、「今度のかぜはいつもと違う」と感じたら、一見軽症にみえても大事をとる心がまえが必要です。

未完成から完成都市へ

左藤市長が年頭の所感を表明

利便性と豊かな自然の調和した 活力ある海老名づくり

一月四日に行われた今年の仕事始め式で、左藤市長は年頭の所感を明らかにし、未完成都市から一日も早い完成都市を求めて「利便性と豊かな自然との調和のとれた活力あるまちづくりを目指して最大の努力をはらう」と述べました。年頭の所感の要旨は次のとおりです。

左藤市長

今年は暖かなまことにのどかな年開けで、本年一年、この様なのどかで平和な一年であることを願うものです。

ごみの量で景気の動向を占うことができると申しますが、去年は年間を通じて一割程度増加した様です。内需拡大政策が効を奏し景気は好調で、六十三年度の後半は息切れかと心配された向きもありましたが、年末にかけ駅周辺など中心街は賑い、消費指数も増加しているようで超え、県央の中核都市としての様相が現れてきました。まだまだ若い未完成都市で、一日も早く完成都市を実現させなければなりません。そのためにも、

積極的に環境、下水、道路整備

第二点は、未完成都市として都市基盤整備は最重点の事業です。さがみ縦貫道路や武相幹線の計画が明らかにされるのが今年です。これらの計画は非常に大切で、反対するだけでなく当市に有利にするとか、メリットを生ませる方法など職員に考えさせなければなりません。ただ関係地域の方々には、重大な問題でもあり、メリットが生まれるよう努力してまいります。

第三点目は、自然と環境と開発との調和です。都市空間の確保の面から現在進めている土地区画整理方式で、地権者の理解をいただきながら、続けなければならないと考えています。今、農業公園構想も打ち出しています。これも同様に地権者の方々の理解と進んで参加協力していただくためには、時間をかけても実現に努力する必要があります。

第四点目は、産業振興です。市民の利便性と活力を求めて商業振興を図ってまいります。その基本として中心街、サブ商店街など地域商業の充実を図ります。当市は鉄道網や、さらに高速道路網計画が示され地理的条件が恵まれております。このメリットを生かして、他の地域から消費流入を図ることができますが、それぞれの地域でも自立都市を目指しており商勢圏拡大策を進めています。便利ということは逆に消費流出させるというデメリットにもなりかねません。活力のないまちともなれば、環境整備、下水道、道路整備といった面も進みにくくなりますので、立地条件だけに期待するという、待ちの姿勢・守りの姿勢でなく積極的なまちづくりにはげんでまいります。

第五点目は、市民福祉の充実についてですが、将来の高齢化時代に対応した老人福祉や将来を担う子供たちの教育など、健康と安全なまちを目指したいと考えています。

今まで申し上げましたことなど、海老名市の進むべき方向を示す第三次総合計画の策定作業は、主体性のある「海老名らしい」というアイデンティティの見えるまちづくりを、全職員の英知を結集させて行わせます。

行含売却に伴う剰余金も市民の方々の財産ということを頭におき、市民に還元させることを基本として考えたいと思います。

行政を進めるためには、社会的公平、公共性を重視し、さらに地域のバランスとか、事業のハード面とソフト面とのバランスが必要で、これらを頭に入れて事業の推進にあたります。

毎週土、日が休業日に

河原口戸籍謄本・抄本・住民票の写し取扱所（海老名市農協西支所内）の休業日は、二月一日から、農協西支所が毎土曜日が休業となるため、同取扱所も毎週日曜日と土曜日が休業日となります。

その他の取扱所については、今までとおりですので、ご利用ください。

母子家庭修学資金 貸付け申請受け付け

福祉事務所では、ことし四月に高校、大学、専修学校等へ進学、または就職する児童を扶養している母子（寡婦）家庭を対象に、修学資金、修業資金、就学支度及び就職支度資金の貸付申請の受け付けを、二月十五日まで行っています。ご希望の方は福祉課児童係・母子相談員にご相談ください。貸付額など別表のとおり。問い合わせは児童係（内498）へ。

資金名			貸付限度額	据置期間	償還期間
修学資金	高校	公立	月額 13,000円	卒業後6ヶ月	卒業後10年以内で6月・12月の年2回返済
		私立	〃 25,000	〃	
	高専	公立	〃 14,000	〃	
		私立	〃 25,000	〃	
	短大	公立	〃 28,000	〃	
		私立	〃 36,000	〃	
	大学	公立	〃 28,000	〃	
		私立	〃 37,000	〃	
	専修 高等課程	公立	〃 13,000	〃	
		私立	〃 25,000	〃	
	専修 専門課程	公立	〃 28,000	〃	
		私立	〃 36,000	〃	
	専修 一般課程		〃 22,000	〃	
修学資金	各種学校		〃 21,000	〃	卒業後5年以内
就学支度資金	高校・高専・専修(高等)	公立	一時支給 56,000	〃	卒業後10年以内(6月・12月の年2回)返済
		私立	〃 178,000		
	大学・短大・専修(専門)	公立	〃 75,000		
		私立	〃 〃		
就職支度資金			〃 100,000	1年	5年以内

償却資産の申告はお早めに

平成元年度償却資産の法定申告期限は一月三十一日です。月末は窓口が混雑しますので、早めに申告をお願いします。問い合わせは資産税課（内336）へ。

宅地の使用状況が変わったら申告を

宅地を持っている方で、六十三年一月二日から六十四年一月一日までに、住宅を新築、または取り壊された方は「宅地の使用状況変更申告書」を、二月一日までに資産税課へ提出してください（用紙は同課に）。

これは、一月一日現在の宅地使用状況（住宅用地と非住宅用地に分けられる）によって、平成元年度の固定資産税額が異なるためです。問い合わせは資産税課（内336）へ。

31日が納期限です

市県民税4期分、国民健康保険税5期分、国民年金保険料1月分、下水道受益者負担金4期分の納期限は1月31日です。お忘れなく納付をお願いします。

市民税課

サービス・デーは22日と2月5日

22日は豚汁、2月5日はミカンを無料サービスします。

電話（☎33・1211）で出品物や価格情報などお知らせしています。お気軽にご利用ください。

市役所から

◆体育施設抽選会（4・5月分）①上郷スポーツ広場・小田急グラウンド土、日、祝日分（2月8日）②下今泉庭球場土、日、祝日分（2月9日）③海老名運動公園庭球場土、日、祝日分＝昼・ナイター（2月16日）▽会場　中央公民館▽時間　6時半抽選。6時半以降の入場、抽選等は認めない▽対象　①市内在住、在勤者で構成の団体責任者②市内在住、在勤者で高校生以上③高校生以上▽持ち物　印鑑（シャチハタ等のゴム印は不可）③については所定の使用料が必要▽その他　抽選及び申請の手続きは、必ず本人が行うこと。抽選会後の空白については1カ月前から教育委員会で直接受け付けます。

◆危険物取扱者保安講習会　▽対象　免状を所有し危険物施設で作業に従事している危険物取扱者で受講義務のある人▽講習種別①給油取扱所と移動タンク貯蔵所を対象にした講習②石油コンビナート等災害防止法に規定する特定事業所の危険物施設を対象にした講習③その他①②以外の危険物施設を対象にした講習▽科目・時間　◇危険物関係法令に関する事項（1時間）◇危険物の火災予防に関する事項（2時間）▽日時　▼種別①の講習、2月2日（木）午前9時～正午▼種別②の講習、2月2日（木）午後1時半～4時半、県厚木労働センター▼種別③の講習、◇2月2日（木）午前9時半～午後零時半、県厚木労働センター。◇2月10日（金）午前9時半～午後零時半、大和市消防本部▽受講受け付け　①の受け付け、1月19日（木）厚木市消防本部、100人。③の受け付け、◇1月19日（木）厚木市消防本部、120人。◇1月20日（金）大和県税事務所、100人▽申し込みに必要な書類　受講申請書一通、所有する危険物取扱者免状のすべて▽手数料　4千円▽その他　受講申請書は市消防本部消防防災課で配布▽問い合わせ　予防係（☎31・0355・内30）へ。

◆身体障害者巡回更生相談　▽日時　2月10日（金）午前10時～正午▽場所　市総合福祉会館。手足が不自由な方を対象に身体障害者手帳の交付や補装具要否診断等について、医師、ケースワーカー等が指導、助言を行います。申し込みは福祉課（内451、432）へ。

◆来年度学校給食用物資納入業者の募集　来年度の学校給食用物資納入を希望される業者の方は、学校給食センターにある申込用紙に必要事項を記入、同所に申し込んでください▽申込期間　1月31日までの日曜、祝日を除く毎日、午前9時から午後4時（土曜日は午前11時まで）▽問い合わせ　市学校給食センター（☎31・2150）または市部学校給食センター（☎38・5552）へ。

仲良しの間

豪華さ、渋さが魅力

オリジナルの面白さも

庄村先生（左端）の指導で、今日も作品づくり

福祉・会館が中央公民館で互いに技術の意見交換や出来あがった作品拝聴に余念がない。会員は全員主婦。

革工芸は順を追って作っていけば、初めての人でも見本に近いものが出来る。その反面、革の一枚一枚に人間の顔のようにはっきりした個性があり、オリジナルの面白さも十分に味わえるそうで「革製品は市販のものを買ったことはないと会員の一人はいう。手がけた作品は、バッグ、インテリア、ポシェット、マガジンラックと幅広く、何でも作ってしまうそうだ。

「革製品は使い込めば使い込むほど使いやすくなります。また古くなれば、染色、ふき染め直せば、新品のように再生され愛着が増すものです」。

製作は、浮き彫り、刻印、浮き出しなどと細かく、夜の作業は目に悪い。このため、家事のあい間をみつけては、明るい内に行う。一つの作品を作り上げるのに、二、三カ月を要するのも、そのためかもしれない。作品は、毎年二公民館まつりで展示するので、多くの人に見てもらい批評してほしい、と話している。

革は日常生活の周りを見わたすと、靴、かばん、ベルト、そうり、小物とその用途は例をあげるときりがない。これらを自分の手づくりで楽しもうと中央公民館で活躍しているのが革工芸OB会（加藤みノラックと一般公募の人。心にやすらぎを与えてくれる革の手づくりの良さが魅力とか。

「革のもつ落ちついた雰囲気と豪華さと渋さがいいですね。また、人に差し上げて、喜んでいただけるのを見るのもいいものですよ」

同会は、中央公民館の革工芸講座受講生によって五十七年に結成され、庄村邦子さんの指導で月二回、

海老名の特産品の一つ・スイートピーの出荷に、市内の栽培農家は追われています。中野の牛村功さん宅もその一軒。

牛村さん宅の温室＝写真＝は、ピンク、白、黄色などの色鮮やかな花が満開で、すっかり春模様。出荷のピークは今月中旬から三月中旬まで。午前中にわき芽取りなどの管理作業、午後に花の摘み取り、夕方から花の選別と箱詰め、夜九時すぎに出荷、という作業が連日行われています。市内の栽培農家は十二軒で、年間約五百万本が出荷されています。

春を呼ぶスイートピー

◇女性問題入門講座と女性セミナー◇

県立婦人総合センターでは、多様化する主婦の生き方について考えてみようと「セカンドステージをどう生きる」というテーマで女性問題入門講座を開催いたします。みなさんもふるってご参加ください。

▽日時　2月9日（木）午前10時～正午▽会場　座間市公民館▽定員　百人▽講師　評論家青木やよひさん▽受講料　無料▽託児　2歳以上▽申し込み　県立婦人総合センター生涯学習部（☎0466・27・2111内362）。先着順受け付け。

◇

県相模原労働センターでは、「女性セミナー」を次のように開催いたします。ふるってご参加ください。

◇「共働きの子育て」▽2月3日（金）午後1時半～3時半▽講師　評論家・樋口恵子さん。

◇「派遣労働の世界」現状と問題点」▽2月7日（火）午後1時半～3時半▽講師　弁護士・中島通子さん。

◇「働く女性のストレス解消法」▽2月10日（金）午後1時半～3時半▽講師　横浜市大講師・宮内邦夫氏

◇「トータルで生きたい！職場で、家庭で…」▽2月14日（火）午後1時半～3時半▽パネラー　樋口恵子、中島通子、宮内邦夫の三氏。

受講料は無料。会場と申込先は、県相模原労働センター（☎0427・57・2081）へ。

市文化会館で展示

緑の標語と書道入選作

県史地区みどりのまち運動推進協議会主催の緑の標語と書道コンクールの入選作品が、一月三十日から二月三日（一月三十一日を除く）まで、海老名市文化会館一階の展示室に展示されます。

本市の入賞者は次のとおり。

【標語の部】杉本小四年　伊藤舞季子、同六年　室井仁一郎

【書道の部】上星小五年　細村牧葉、同六年　田畑聡子、今泉小六年　高橋正充、柏ケ谷中二年　細田恵理

二月八日から ニチイで 緑化推進ポスター展

海老名市緑化推進協議会では、二月八日（水）から十二日（日）まで、ニチイ海老名店三階、第二展示場で、緑化推進ポスター展を開催します。

これは、市内の小、中学校の児童、生徒から募集した六十三人入選作品四十三点を含む三百五十一点を展示します。

◆物品出納等入札参加資格登録の受け付け　平成元、2年度に市が発注する物品等に係わる入札参加資格審査申請書の受け付けを2月1日から2月24日まで財政課で行います。申請要領の配布は、1月17日から31日まで。問い合わせは、用度係（内327）へ。

◆建設工事等の入札参加資格登録　平成元、2年度に市が発注する建設工事など（建設資材を含む）の入札参加資格審査申請書の受け付けをします。2月1日から28日（指定日）、市役所第一会議室。様式は独自様式および建設省統一様式。提出要領の配布は、1月17日から2月3日まで建設総務課（内561）で。詳しくは同課へ。

◆来年度職業訓練生募集◇県立相模原高等職業技術校▽募集職業・人員・期間▼金属加工系溶接板金コース、30人、6カ月▼機械サービスコース、20人、1年、義務教育修了以上の学力のある方▼電気技術系、20人、1年、高等学校卒業以上の学力のある方▼ビジネス実務系OA事務コース、20人、1年▼経理事務コース、20人、6カ月、義務教育修了以上の学力のある方▽募集開始　1月10日（火）午前9時～午後5時▽締め切り　3月6日（月）午前9時半＝（イ）学科　国語、数学（ロ）面接▽合格発表、3月18日（土）午前9時、公共職業安定所が同校▽入校式　4月5日午前10時▽問い合わせ　相模原市淵野辺2ノ7ノ1の同校（☎0427・52・6647）へ。

催しもの

◆婦人学級▼大谷地区▽期間　2月2日（木）～3月2日（木）まで全5回。いずれも午前10時～11時半▽場所　大谷コミュニティセンター▽内容　「市長との対話」「家族の健康管理」地域の史跡探索」ほか▽締め切り　1月31日（火）▽申込先　地区運営委員か市教委社会教育課（内525）まで。

みんなの伝言板

●海老名市柔道協会会員を募集　柔道を通して壮盛な気力・礼儀などを養い、健康な身体を作りませんか。小学生以上の男女であれば大歓迎です。▽練習日・会場　毎週水曜海老名高校武道場、第1・3土曜日（有馬高校武道場）第2・4土曜日（大谷中学校体育館）で、いずれも午後7時～9時▽会費　月5百円（保険料含む）、入会希望者は清水（☎31・5544）か米山（☎31・8452）へ。名練習会場への見学も大歓迎。

●第3回海老名ラグビースクール祭　▽日時　1月22日（日）午前9時～午後2時（雨天の場合は2月12日）▽場所　小田急海老名グラウンド▽行事予定　初心者のコーチング安全対策◇ラグビーを要素としたゲーム◇招待試合◇視聴試合（母親対小学生、父親対中学生。参加費は無料。連動できる姿で当日現地集合。市外の方も歓迎。詳細は佐々木（☎31・0455）へ。

●なぎなたでリフレッシュ大声でストレス発散　▽日時　2月2日から毎週木曜日、午後1時～3時▽会場　海老名青少年会館▽指導者　中野良子（なかの・よしこ）▽連絡先　熊谷（☎32・4680）か伏見（☎32・9733）へ。

●教育講演会「一カ国で話そう」　7カ国語（英、韓、西、中、仏、独、日）を家族で自然習得する活動を通じ、言葉や人種を越えて交流する楽しさを語ります。▽日時　1月26日（木）午前10時～正午▽会場　市中央公民館▽参加費　無料▽連絡先　谷川裕子（☎35・6356）へ。

このコーナーに掲載を希望される方は、原稿を作成して…

秘書広報課
広報係（内285）へ

国民年金 保険料が支える"快適な老後"

高齢化社会でもある二十一世紀はもうすぐそこまでやって来ており、安心して豊かな老後を送るための年金制度の果たす役割はいよいよ重要となってきています。その年金制度を支えているのがみなさんによって納められている保険料で、同時にみなさんの老後を保障しているのも保険料です。今回は、この保険料を中心に、年金制度について紹介します。

20歳になった国民年金

考えよう あなたの未来

海老名市では、今年中に二十歳になる人が約千九百人います。二十歳になるといろいろな権利、義務が与えられます。国民年金に加入することも、その中の一つです。

老後のことなどまだまだ先のことと考えている人が多いようですが、日本人の平均寿命がますます延び、今や男七五・二三歳、女八十・九三歳と、まさに人生八十年の時代になっています。

この長い老後をいかに快適に生きるかが、一人ひとりの課題といえるでしょう。国民年金はその老後や万一の病気・けがなどの備えとなるもので、二十歳から全員が加入し、お互いに助け合う制度です。

備えあれば憂いなし

自分で加入の手続きを！

国民年金は、二十歳からスタートです。国民年金の被保険者の種別は右の図で示したとおりです。厚生年金、共済組合に加入しているサラリーマン以外の人は、自分で加入手続をしなければなりません。

さあ、あなたも忘れずに加入手続をしましょう。国民年金はあなたの生活を保障する大切なものです。将来の自分自身のために備えましょう。

20歳になったら国民年金加入を（去年の成人式から）

いかねません。"ついうっかり"に加入中の人や老齢基礎年金の

第２号被保険者は、職場の年金制度に加入しますが、第１号被保険者と第３号被保険者の加入は、お住まいの年金係に届け出をしなければなりません。

届け出をしなかったり、遅れたりすると、将来年金を受けるための資格を得ることができなくなることがあります。

また、就職、退職、結婚など人生の節目には加入者の種類が変わることがありますので、いずれの場合にも年金係ご相談ください。

市民相談室

市役所一階案内隣り（☎33・4100直通）

一般相談は、土曜日の午後と、日曜・祝日は休み。電話による相談も受け付けています。

社会福祉協議会

市立総合福祉会館内（☎31・4122）高齢者の職業相談は、土曜日の午後と、日曜・祝日は休み。対象はおおむね65歳以上の方。

その他

青少年相談は、市立図書館併設の青少年相談所（☎32・1011）で、土曜日の午前11時以後と、日曜・祝日は休み。

教育相談は、市立図書館併設の教育センター（☎33・7771）で。土曜日の午前11時以後と、日曜・祝日は休み。事前に電話で申し込みを。

就学相談は、教育委員会指導室（☎31・2111内245）で行っています。

2月の相談

こんなとき	相談名	日	時	場所
市民生活全般の相談や、市政に関して要望があるとき	一般	毎日	8：30～17：00	市民相談室
法律問題で弁護士に相談したいとき	法律	2215日目 1日目	10：00～16：00	市民相談室
登記について知りたいとき	登記	9日	13：00～16：00	市民相談室
近隣問題など人権について相談したいとき	人権	10日	13：00～16：00	市民相談室
国・県・市などの仕事に意見や苦情があるとき	行政	17日	13：00～16：00	市民相談室
年金について知りたいとき	年金	21日	10：00～15：00	市民相談室
婦人のいろいろな悩みについて相談したいとき	婦人	2日	10：00～15：00	市民相談室
宅地・建物の購入などについて相談したいとき	宅地建物	18日	9：00～12：00	市民相談室
住宅の増改築について相談したいとき	住宅	4日	9：00～12：00	市民相談室
高齢者の就職や生活について相談したいとき	高齢者の職業	毎日	9：00～16：00	市民相談室
ボランティアをしたいとき、派遣を希望するとき	ボランティア	毎週(火)(水)	9：00～16：00	市民相談室
お子さんの非行などの反社会的問題行動で悩んでいるとき	青少年	毎日	9：00～16：00	市民相談室
お子さんの登校拒否などの教育について相談したいとき	教育	毎日	9：00～16：00	市民相談室
心身障害などのあるお子さんの就学について相談したいとき	就学	毎(土)	9：00～11：00	指導室

図書館

2月の相談

講み聞かせと語りのための基礎講座

ご家庭での読み聞かせはしていらっしゃいますか。母親の語り口は、子供たちにとってだれより温かで快いものです。そこで今回の講座を設けました。ぜひ、ご参加ください。家庭の中での語りや読み聞かせを学んでください。

▽日程及び内容　下表のとおり　▽時間　いずれも10時～正午　▽対象人員　子育て中の父母50人　▽会場　市図書館視聴覚室　▽申し込み　1月17日から電話（☎31・5152）か直接図書館へ。

日時	内容	講師
2月2日(木)	幼い子どもへの語りかけ	徳永　明子
2月14日(火)	子どもの世界と絵本の世界 ―読み聞かせこのすばらしいもの―	市村　久子
2月21日(火)	幼い子どもの成長とおはなし・わらべうた	市村　久子

2月の自動車文庫

巡回場所	巡回日
今里八幡宮	8・22(木) 午後3：20～4：00
海老名市農協南支所	2・16(木) 午後2：40～3：10
大谷真鍋広場	8・22(木) 午後2：00～2：50
柏ヶ谷コミュニティセンター	2・16(木) 午後3：00～4：00
柏ヶ谷第2児童公園	10・24(金) 〃
門沢橋児童館	3・17(金) 〃
神奈川県芸術センター	7・21(火) 午後2：30～3：00
上今泉第2児童公園	9・23(木) 午後3：00～4：00
国分寺台第4児童公園	14(火) 〃
さくらい幼稚園南側空き地	1・15(木) 〃
下今泉テニスコート	3・17(金) 〃
社家児童館	7・21(火) 午後3：20～4：00
杉久保第2児童公園	8・22(木) 午後3：00～4：00
杉久保富谷児童公園	1・15(木) 〃
中野公民館	10・24(金) 〃
浜田歴史公園	9・23(木) 〃
東柏ヶ谷四丁目自治会館	7・21(火) 〃
本郷児童館	2・16(木) 午後3：30～4：00
望地道上公園	14(火) 午後3：00～4：00

▽雨のときは中止になります。問い合わせは市図書館（☎31・5152）へ。

64歳までの方は国民年金に加入できます

保険料の未納 "危険"です

老後保障の中心になる老齢基礎年金は、保険料納付済期間と免除期間および合算対象期間を合わせて二十五年（昭和五年四月一日以前生まれの人は年齢に応じて短縮されます）以上ある人が、六十五歳に達したとき支給されることになっています。一方で保険料を月々きちんと納めていないと、納め忘れの期間に応じ年金の額は、差し引かれることになっています。

また、差し引かれるどころか年金を受ける権利そのものも失しの未納期間は、合算対象期間にも算入されませんので、注意が必要です。

納めて安心！ あなたの人生

不慮の事故による年金給付としては、障害基礎年金と遺族基礎年金があります。障害基礎年金は、国民年金の加入期間中に初診日のある病気やけがで障害者になったときに支給されます。遺族基礎年金は、国民年金資格期間を満たした人が死亡したときに、その人によって生計を維持されていた子のある妻または、子に支給されます。

ただし、初診日前（遺族基礎年金は死亡日前）に、保険料納付済期間と保険料免除期間とを合算した期間が加入期間の三分の二以上必要です。

過去に相当の保険料納付実績があるからといって未加入や未納のままで放置していると受給できなくなることもありますので注意が必要です。

以上のように年金を受けるためにも、保険料の納付を怠ることのないよう着実に納めていきましょう。

年金はあなたの老後の保障です

あります！免除と追納

国民年金では、第一号被保険者にかぎり、保険料を納付することが困難な人にも、年金を受けるのに必要な条件が満たせるように、保険料の納付を免除する制度があります。

この制度によって、過去に免除を受けた期間のある人が、保険料を納めることができるようになったときは、将来より多くの年金を受けることができるように、免除されていた期間の全部または、一部をその当時の保険料額で納められる「追納」の制度があります。

保険料の免除を受けた期間についての年金額は、保険料を納付した期間に対して三分の一の割合で計算されるため、ぜひ追納されることをお勧めします。

追納できる期間は、追納の申し出をした日から、さかのぼって十年前の保険料免除期間分まで納めることができます。

追納の申し出は、年金手帳、印鑑を持参し、厚木社会保険事務所（☎23・7111）または、市役所年金係（内426）で手続きをしてください。

旧障害年金など 支払い6回に

旧国民年金（昭和六十一年法改正前）の障害年金や母子年金などの支払いが、平成元年二月から年六回に変更されます。変更された支払い月と支給期間は下表のとおりですが、支払い日は支払い月の十五日となります。ただし、十五日が土曜日の場合は十七日に、日曜日の場合は十六日となりますので、ご注意ください。

支払月と支給期間

支払月	支給期間
2月	12月　1月分
4月	2月　3月分
6月	4月　5月分
8月	6月　7月分
10月	8月　9月分
12月	10月　11月分

2月の文化会館

（ホール）

日(曜)	内容	開演	終演	入場方法	主催者
5(日)	子ども文化活動発表会	12：00	15：30	自由	市子ども会育成会連絡協議会 市教育委員会 (31)2111
12(日)	海老名市商工会青年部結成20周年記念大会	13：00	16：00	自由	市商工会青年部 (31)5865
17(金)	第7回観劇会 劇団青年座公演「国境のある家」	13：30 18：00	16：00 20：30	会員のみ（当日入会可）	海老名演劇鑑賞会 (34)2766
18(土)	89年ヤマハ音楽教室ジュニア科発表会	15：30	17：30	自由	ヤマハ音楽教室 厚木楽器海老名センター (24)1793
19(日)		9：30	17：30		
26(日)	お別れ発表会	13：00	15：30	自由	こうこう幼稚園 (31)1822

○問い合わせは主催者に。　○関係者だけの催しは掲載していません。
○主催者の都合で変更になる場合もあります。
○今月の休館日は7・14・21・28

まんまる赤ちゃん

青木 豊くん
……中新田―一歳一ヵ月
……青木稔・千恵子さんの長男

じっとしていることのない元気な子です。おむつを変える時はすぐに動きだしてしまうのでいつも悪戦苦闘。車のおもちゃが好きですが、それ以上に好きなのは引き出しや本箱のものを外に引っぱり出すこと。全部やり終えると「アーア」とため息つくので思わず笑ってしまいます。また公園に行くと、親の方を気にもせず走りまわっています。将来はその豊かな人になってほしい。

米村 歩ちゃん
……大谷―一一ヵ月
……米村俊治・京子さんの長女

何にでも興味を示します。まだおしゃべりはできませんが、自分の欲しいものははっきり意思表示します。四歳と五歳、二人のお兄ちゃんが幼稚園から帰るとたいへんうれしそうな顔をします。おもちゃの取り合いもありますが、仲の良い兄妹です。近ごろは「こんな子いるかな？」のキャラクターが大好きで、テレビはもちろん、絵本もひとつひとつ指差して大喜び。将来はやさしい女の子になってほしい。

熊谷 尚美ちゃん
……国分―十ヵ月
……熊谷博・みどりさんの長女

普段はおとなしくて聞き分けの良い子ですが、食事の時だけは大変！　お座りが嫌いなので、いすに座らせてごはんを食べさせるのに一苦労します。

今はおもちゃより、テレビなどのスイッチをいじるのが好き。ハチハチという音がおもしろいようです。また「結んで開いて」を歌うと曲に合わせて手を動かします。将来は素直な子に育ってほしい。

☆あなたの赤ちゃんを紙面で紹介します。対象は原則として一歳未満。申し込み＝電話で秘書広報課（内326）へ。

プレイ・ガイド

森山良子コンサートツアー'88～'89
～風にゆられて～

「この広い野原いっぱい」など、数々のヒット曲で知られる森山良子が、今回はフランスカルヴァドスの香りを歌に乗せて皆さんにお届けします。

3月25日（土）午後6時半開演、市文化会館（☎32・3231）。入場料はS席3500円、A席3000円、全席指定。大好評前売中。

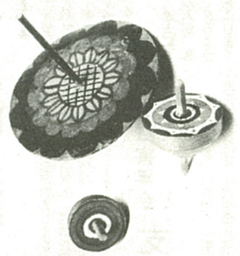
主催＝海老名市・市文化会館事業協会・厚木音協。

☆自主事業チケットは、市文化会館のほか、ミロード・プレイガイド（本厚木駅ビル1階）、厚木音楽文化協会（厚木商工会議所2階）でも扱っていますので、ご利用ください。

海老名市文化会館　☎32・3231

みんなの児童館

手作りごまで遊ぼう



社会教育指導員が各児童館を回って手づくりおもちゃの作り方や子どもにあわせたいろいろな遊びの指導をしています。

2月の日程

内容は、一飛ばしたり、動かしたりするおもちゃ作り＝いろいろな材料を使っておひなさま作り＝いずれも無料。申し込みは直接会場へ。問い合わせは青少年係（内253）へ。月曜日は休館日（上河内児童館を除く）。

各児童館の巡回指導日は次のとおり。時間は午後一時半―四時半まで。

◇国分児童館　7日、11日、22日、28日
◇大谷児童館　1日、7日、17日、22日
◇国分寺台児童館　4日、8日、17日、23日
◇河原口児童館　3日、8日、14日、23日
◇上郷児童館　8日、14日、18日、24日
◇上今泉児童館　2日、7日、10日、22日
◇柏ケ谷コミュニティセンター　9日、15日、21日、25日
◇勝瀬児童館　2日、5日、17日、25日
◇社家児童館　2日、10日、16日、21日
◇杉久保児童館　3日、10日、16日、24日
◇本郷児童館　4日、9日、18日、23日
◇門沢橋児童館　3日、9日、15日、28日
◇上河内児童館　1日、13日、15日

家で作ろう

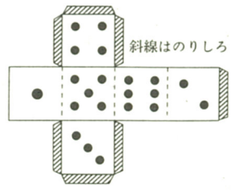
すごろく

すごろくは、サイコロを振る時、なぜかドキドキする遊びです。あなたも工夫して自分の好みのすごろくを作ってみませんか。

○用意するもの　画用紙B四判か模造紙

○作り方　「ふりだし」から「あがり」までのストーリーを考える。例えば「宇宙船の旅」「山登り」「汽車の旅」などをテーマに作る。アニメの主人公を登場させるのもおもしろい。画用紙などに下絵を描いてからマジックで仕上げる。

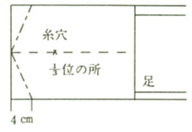
サイコロは表と裏の数字を足して「七」になるように注意しながら作ってください。



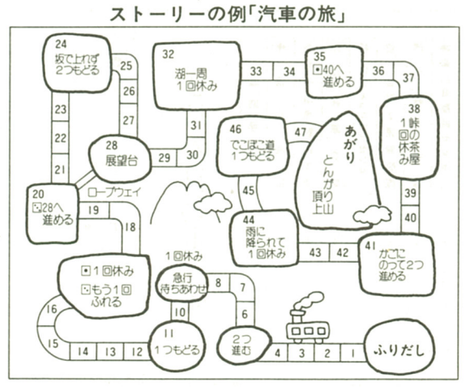
紙だこ

○材料　画用紙B五判、上質紙または紙テープ（一・五㌢幅×五十㌢）、麦ようじ、たこ糸（太さ二号）

○作り方　画用紙を縦半分に山折りし、下図のように谷折りする。糸穴に糸を通し、裏側で麦ようじを結び、抜けないようにする。絵を描いてもよい。



ストーリーの例「汽車の旅」



2月の健康あんない

日覚めたら健康チェック

変だと思ったら早めに診察を

「もっともっと自分の体と仲よくしたい」

このように思ったことはありませんか。体が鳴らしてくれる警報器に注意して、あなたも生活を見直してみませんか。

安眠熟睡は健康のバロメーター　十分に眠って目覚めた朝は気分もすっきりし、新しく迎えた一日の意欲が沸くものです。目覚めた布団のなかで伸びをした時に筋肉や関節に痛みはないか、起き上がった時に目まいがしないかどうかを毎日チェックしてください。

顔は体の不調を伝える鏡ですうどんです。目が充血していませんか。顔は腎臓や腸、肝臓の病気、ビタミン不足などさまざまなことを教えてくれます。たまには夫婦や親子で見つめ合って健康に注意するのも一案です。

毎朝おいしく食べていますか　朝、おなかが空いた状態で目覚めること、まずこれが健康な生活への第一歩です。朝食は一日のエネルギーとしてもれなく消費する食事。成長期の子供にとって「朝ごはん」は最も大切な時間です。特に穀類と温かいものをとるかどうかは、一日の生活への集中力を左右します。規則正しい生活と適度な運動をしていれば、毎朝食欲がわくのが自然な状態なのです。

トイレで見つける自分の健康　トイレでの一時は自分の健康の具合を見る最高の機会です。毎朝規則的に便意があるか、便秘や下痢が続いていないか、排便時に痛みや出血はないか、便の色に変化はないか、排便はスムーズか　などをチェックしてみましょう。

朝の忙しさにかまけないで、毎朝自分の体をチェックし、変だと思ったら早めに診察を受け、さわやかな一日のスタートを切りたいものです。市でも健康相談を行っていますのでご利用ください。（健康メモ）

お気軽に相談を…（写真は去年の健康まつり）

救急のときは…

医師会の協力を得て次の救急医療を行っています。

急病でない限り平日の昼間に

☆休日の昼間は→市健康センターで
▷とき＝日曜・祝日の午前9時～11時半と、午後2時～4時半　▷ところ＝市健康センター内「休日急患診療所（さつき町41　☎31・1912）」　▷診療科目＝内科・小児科▷申し込み＝時間内に直接診療所へ　▷注意＝保険証、診察料を忘れずに。時間外の診療は受けられません。

☆夜間は→電話で当番医・診療所を紹介
▷とき＝夜間は、午後6時～翌日午前8時　▷電話＝32・0108、32・0119、または市役所31・2111。

医師会の協力で

がん検診

▼胃がん（集団）▲①二月七日（火）農協南支所　②二月十六日（木）健康センター　▼対象・人員＝四十歳以上の方、①が七十人、②が六十五人　▼内容＝胃部エックス線間接撮影　▼受診料＝五百円。▼大腸がん（集団）胃と併用▲①二月七日（火）農協南支所　②二月十六日（木）健康センター　▼対象・人員＝四十歳以上の方　▼内容＝胃部エックス線間接撮影　▼受診料＝五百円。▼大腸がん（集団）胃と併用▲①二月七日（火）農協南支所　②二月十六日（木）健康センター　▼対象・人員＝四十歳以上の方　▼内容＝便潜血反応検査　▼受診料＝百円。▼乳がん・子宮がん（集団）▲二月二十三日（木）健康センター、午前十時～十一時半と午後一時～二時半　▼対象・人員＝三十歳以上の女性、午前・午後とも乳がんは各九十人、子宮がんは各百人　▼内容・受診料＝乳がんが問診、触診で百円、子宮がんが問診、細胞診、内診で四百円。

※以上の申し込み・問い合わせは電話で予防保健課（内42）。

健康相談

二月十三日（月）午前九時半―十時受付、市役所　▽対象＝成人　▽内容＝健康全般についての相談　▽申し込み＝当日、直接会場へ　▽問い合わせ＝予防保健課（内425）。

献血

①2月3日（金）市役所、午前10時～正午と午後1時～3時　②2月7日（火）海老名駅東口前、午前10時～正午と午後1時～3時半

☆ご協力ありがとう

12月分…富士ゼロックス㈱262人、海老名駅東口前143人、さがみ野駅17人。

あなたの真心を

精神保健相談

二月六日、十三日、二十日（厚木保健所）二月八日、二十二日（同海老名支所）　対象はノイローゼ、精神病、酒害、痴呆老人、思春期などで悩んでいる方とその家族。電話で予約を。秘密厳守。精神障害者家族会についての相談もできます。問い合わせは厚木保健所（☎24・1111）。

糖尿病教室

厚木保健所では、左表の日程で糖尿病教室を開催しますのでぜひご参加ください。

▽対象＝食事療法の必要な方とその家族　三十人　▽会場＝厚木保健所　▽申し込み・問い合わせ＝同所（☎24・1111）。

日時	内容	講師
2月3日(金) 13:30～15:30	糖尿病の基礎知識	厚木市医師会 高橋正年
2月15日(水) 13:30～15:30	糖尿病の食事の基本	栄養士・保健婦
2月22日(水) 13:30～15:30	日常生活のコントロールと運動	葉山病院 佐々木政洋
2月28日(火) 10:00～14:30	糖尿病の食事の実際 調理と試食	栄養士・保健婦

乳幼児の健診と相談

厚木保健所海老名支所 ☎(32)7911

事業名	月日	受付時間	会場	対象	内容	申し込み・問い合わせ
3ヵ月児健康診査	2月23日(木)	13：00～14：00	厚木保健所海老名支所	S63年10月生まれの人	診察、身長・体重測定	直接会場へ。問い合わせは厚木保健所海老名支所
7ヵ月児健康診査	2月24日(金)	9：30～10：00	健康センター	S63年6月　〃	育児相談、身長・体重測定、栄養・歯科相談	〃　〃　市役所予防保健課
1歳6ヵ月児健康診査	2月16日(木)	13：00～14：00	厚木保健所海老名支所	S62年8月　〃	診察、歯科検診、身長・体重測定	〃　〃　〃
3歳児健康診査	2月17日(金)	13：00～14：00	〃	S61年1月　〃	診察、歯科検診、身長・体重測定、尿検査	〃　〃　厚木保健所海老名支所
離乳食講習会	2月10日(金)	9：30～10：00	〃	3ヵ月～6ヵ月児	離乳食の作り方、与え方の注意	〃　〃　〃
歯と栄養の教室	2月23日(木)	9：30～10：00	〃	8ヵ月～1歳5ヵ月児	むし歯予防あれこれ（ハブラシ持参のこと）	〃　〃　〃
幼児歯科相談	2月3日(金) 2月15日(水)	13：00～14：30	〃	1歳7ヵ月～2歳11ヵ月児	歯のみがき方（ハブラシ持参のこと）	〃　〃　〃
障害児歯科相談	2月6日(月)	13：30～15：00	〃	6歳未満	医療機関で歯科検診を受けたことのない子	予約制　〃　〃
子供の整形外科相談	2月2日(木)	13：00～14：00	〃	18歳未満で特に心配のある人	身体障害のある乳幼児の早期発見、治療と療育指導	〃　〃　〃
お誕生前健康診査	対象は生後10ヵ月からお誕生前日までの乳児。指定された医療機関でお受けください。受診用紙は母子手帳別冊についています。別冊のない方は予防保健課へ。					

※健診または相談を受ける方は必ず母子手帳を持参してください。

フォトピックス

白鳥に役立てて

中部営農組合が穀類搬出

冷害による餌不足のため、ラジオやテレビで全国に援助を呼びかけていた。

中部営農組合の小麦などの等外品搬出はこれに応えたもので

「私たちの穀類が一羽でも多くの白鳥に役立てば…」

と、同組合。

えさ不足の白鳥に役立てて！と、十二月十三日、海老名市中部営農組合（間宮一夫代表　113戸）がえさ用穀類三・五トンを山形県酒田市内の「白鳥を愛する会（安藤与吉事務局長）」に送った。

白鳥を愛する会では、最上川河口に飛来する約二千五百羽の白鳥に餌付けを行っているが、

穀類の搬出作業をする組合員

子ども会が夜回り

計60人で"火の用心"連呼

国分寺台四丁目の「どんぐり子ども会（高橋留美会長、会員78人）」が、十二月二十六日から三日間、火災予防の夜回りを同地区で行った。この歳末の夜回りは子供会の小学四、五、六年生六十人が交替で行ったもので、午後八時に国分寺台第四児童公園を出発した会員は、拍子木をたたき「火の用心」を連呼しながら約一時間のパトロールを。

途中、子供たちが考えた標語「父さん、寝タバコやめましょう」も連呼され、耳の痛いお父さんもいたとか。

寒空の中を見回る子供たちの気持ちをむだにしないように、と火の用心に念を入れる大人も多かったそうだ。

みんな揃って"火の用心"。

模写など39点を展示

CSR美術教室が作品展

油絵製作を通じて、身体障害者とボランティアの交流を図ることを目的としたサークル「CSR美術教室（浅岡タケ子代表、会員12人）」が、十二月十三日から十八日までニチイ海老名店文化ホールで、第五回作品展を開いた。

同クラブは市総合福祉会館で月二回、活動を続けているが、回を重ねるたびに会員の腕も上達。今回の作品展では、初の試みであるコッホなどの模写と三十号を越す大作も出品され、計三十九点が展示された。

来訪者からは

「どの作品も落ちついて深みがある」

と、好評だった。

30号の大作も初出品

孫にみやげできた

お年寄りがわら細工に挑戦

十二月十五日から五日間、市総合福祉会館で高齢者趣味の教室が行われ、約四十人のお年寄りがわらぞうりとしめ飾り作りに挑戦した。

同教室は、市福祉事務所がお年寄りの生きがい事業の一環として行っているもので今回で十回目。参加者は講師の大貫年一さん（上河内、農業）を囲んで車座となり、なごやかな雰囲気の中で作業を続けた。

今回は、以前も同教室に参加した、などわら細工作りの経験者が多く、短時間で完成させる人が続出、

「去年より出来がよい。孫によいみやげができた」

と、満足気な人も大勢いた。

車座になってわらぞうり作りに挑戦

海老名むかしむかし

第200話　臼神様

古い石臼を川端に並べて洗い場の足元にしている家があった。刻んだ臼の目が滑り止めになるので水辺の足場にはうってつけで、毎日洗濯したり野菜を洗ったりする女たちにとっては、たいへん都合がよかった。

しかし不思議なことには、そこの家では嫁が難産で二人も亡くなっているのである。

三人目に迎えた嫁は、訳があって婚家へ子供二人を残しての再婚だが、見るからに夫そうなので今度は難産の心配もなかろうと思っていたが、臨月になるとむくみが出て達磨のようになってしまった。

それでもどうにか出産したが、赤子は小さくやせていて手の施しようもなく死んでしまった。

九死に一生を得た嫁は静養のため実家に帰っていたが、回復が以外と早く、これでは忽ち戻れるだろうとどちらの家でも喜んでいたが、当人が戻りたくないと言い出した。

周りの者がいろいろ尋ねたがこれという理由はなく、仲人が無理に問い詰めたら川端での水仕事がいやだと言うのである。

知り合いの勧めで、ある祈禱師にみてもらったら

「川端の洗い場に古い石臼が使ってあり、朝に晩にそれを踏みつけるので臼神様のお腹立ちである。ここの家には子供は授からないし、やがては絶えるであろう」

ということなので、仲人を通して、

「難産はあとを継ぐ嫁が毎日臼神様を踏んでいるためだから、その石臼を清めて他へ移してくれ」

と申し込んだ。家族も今までのこともあるので、さっそく川端の古い石臼を清めて道祖神へ納めてしまった。その後たちまち孫ができたが安産で、それから次々と子供が授かってそこの家は上り連になっている。

貧しい農民はつじょう米を丹念に選別して粉に挽いたり、しいな米や砕け米を団子にして食べていたが、この石臼が無ければ食生活は成り立たなかったのである。桃太郎のきび団子も、この石臼がなければできなかったはずである。

孫にひもじい思いをさせまいと、苧殻のような細い腕で粉挽きをした老姿、家族のために大きな腹を抱えて石臼を回した主婦――擦り減った石臼にも、数々の思いや願いが込められていることを思えば決して粗末にはできない。それに戦中戦後の食糧危機に、こうした事実を体験した人はたくさんいるのではなかろうか。

農家では、代々の主婦や家族の一念が石臼に移って臼神様になっているという考えから、どこの家でも必ず決まった場所に据え付けられており、これを移動する場合は方位を調べて吉方に移し、しかも大安吉日を選んだ。そして正月には臼神様に特別のしめ飾りをして鏡もちを供えたものである。

現在でも、歴史を持つ家や年寄りがいてしきたりを重んずる家では、こうした風習が残されている。

「臼神様を粗末にするような家は先が見えている」

とは、子供のころから古老たちに度々聞かされた言葉だが、それを裏づけるような事実もある。

生活が少しばかり豊かになったからといって、見栄をはって飛び石などに敷いたりするのは神を冒瀆する傲慢といえるだろう。

これは石臼ではないが、ある観光地で米をつく木臼を半分削いで椅子に使っているのを見たが、座る気にはなれなかった。古老の言を信ずるならば、そうした店は決して永くは栄えないだろう。

もしも家庭に先祖伝来の石臼があったら、かりそめにも足で踏むような所や不浄な所へ使わないようにすることが子孫繁栄につながるものと考えるべきだろう。それを迷信だ、年寄りのたわごとだと笑うなら、交通安全のお守りを運転席にぶら下げたり、入試合格祈願の絵馬を奉納したりするのは、子供だましの漫画的行為ということになるだろう。

（小島　直司）

つじょう米…砂や小石が混じっていてそのままでは食べられない最下等の米

海老名むかしむかし

☎33・3838（みんわみんわ）

電話で海老名の昔ばなしが聞けます。

1月8日～1月21日　第28話　比丘尼坂の大ガマ

1月22日～2月4日　第29話　狐のいたずら