

住みたい 住み続けたいまち 海老名

2023  
令和5年1月15日号  
No.1245

1 / 15

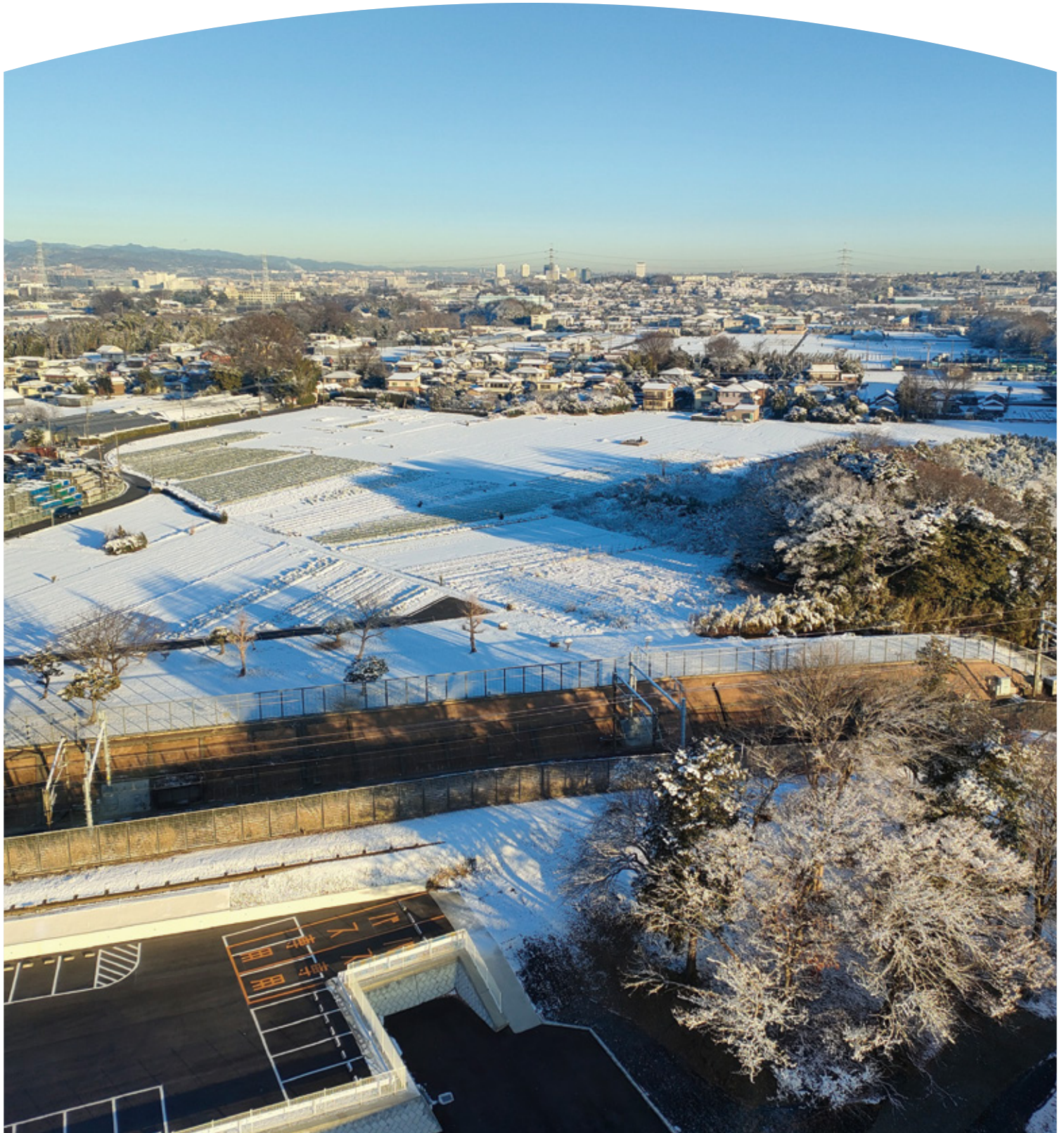
2月の  
予定

子育て／文化会館／  
市民ギャラリー／  
各種相談／図書館

今月の **えび人** 黒田慎治さん

広  
報

# えびな



海老名市  
住みたい 住み続けたいまち

新型コロナウイルス感染防止のため、本誌掲載のイベント・講座などは、変更・中止する場合があります。

### もくじ

えび人 vol.61	02	健やかえびな	08
今号の表紙	03	市民の広場	11
HUGHUG子育て	04	ホール・ギャラリー	12
2月16日～3月15日は		相談	13
確定申告期間	06	図書館	14

### 「広報えびな」の共通マークとルール

日日時・日にち 期期間 時時間 場場所 対対象 定定員  
 内内容 講講師 費費用 持持ち物 他その他 任任期  
 条条件 主主催 Eメール ペページ 問問い合わせ  
 申申し込み 予予約制 祝祝日を除く 休休み

 高齢者対象の教室など
  えびな健康マイレージ対象

市外局番…省略している場合はすべて「046」です

市〇〇〇課への郵送…「〇〇〇課へ」とあるものは「〒243-0492海老名市役所〇〇〇課行」で届きます

市役所開庁時間…省略している場合は原則「月～金8時30分～17時15分」

### 今号の表紙

題字と写真は市民の方の作品を掲載しています。ご協力ありがとうございました。

### 題字

# えびな

海老名のイチゴが大好きです!!  
杉本小学校 七澤 颯さん(10歳)



### 写真

タイトル：大雪翌朝の銀世界  
 撮影場所：高座グリーンセンター  
 環境プラザ展望室  
 撮影者：横浜市在住  
 永野貴義さん



### 編集雑記

「去年の1月7日は雪が降ったんだね」。表紙の写真を  
見ながら、1年前を思い返してみたけれど、なかなか思  
い出すことができません。「たくさん積もればいいのに」「積  
もったら困るよ」。そんな会話を子どもとしたような。  
あっという間に1年が過ぎていきますが、移り行く四季に  
も目を向けて、大切に過ごしたいと思います。(M)



## 「楽しそう」の先に広がる地元愛

「楽しそうだと思った方を感覚的に選ぶ」という黒田さん。約10年前に消防団に入団したのも、誘われて楽しそうだと思っただけ。市消防操法大会で優勝した時を振り返ると今も胸が熱くなる。「仲間と泣けるほどの体験ができることはなかなかない。地域の人の応援や祝福の音がうれしかったし、とても感動的でした」。今は「見えないバトンを自分の代で落とさないように精いっぱいです。完璧じゃないけど安心できる、入団当時の分団長のような人を目指しています」と話します。

黒田さんは大好きな地元を満喫する毎日を送ります。「今の自分を作ってくれたのは周りの人たち」とはにかみながら、「地域に受け入れてもらえたことがとにかくうれしい。知り合いが多くなると生活がすごく楽しくなりますよ」と目を輝かせて、門沢橋愛を語ります。海老名の地で広げた人の輪の喜びを感じながら、これからも信じる道を進みます。



優勝した市消防操法大会には2番員として出場



受け入れてくれた大切な仲間とみこしを担ぐ

### 今月のえび人

黒田慎治さん  
(門沢橋在住・46歳)

消防団第14分団分団長。渋谷神社の世話人を2年間務め、約8年前からみこしをかつぎ始めた。趣味は中学生の頃に始めたバンド活動。約20年前に転入。



子育て支援センターは子育て中の方と、これから子育てを始める方を支援する施設です。えびなこどもセンター内のほか、市内に3カ所あり、育児相談にも応じています。イベントなどは市内在住の方の参加を優先します。

# HUGHUG子育て

「HUGHUG」には「育む」と「ハグする(抱き締める)」の意味が込められています。

## はぐはぐ広場巡回相談の日

お子さんの発達や育児の悩みなど何でもご相談ください。直接会場へ。

SORA

15日(水)11時～11時40分

はらっぱ

15日(水)9時50分～10時20分

木もれび

14日(火)10時30分～11時20分



## ファミリー・サポート・センター 援助会員を募集

子どもの送迎や一時預かりなどをします。謝礼あり。活動には講習会の受講が必要です。

【講習会】

25日(土)9時～15時 多目的室(えびなこどもセンター301会議室)市内在住の20歳以上で、援助会員として活動できる方 先着10人 幼児安全法・栄養と食事・発達と病気・遊びと接し方など 1月16日(月)から、電話でファミリー・サポート・センター(☎235・8300)へ 託児あり

## クラフト部「新年度準備」

名前書きや入園グッズ作りなどをします 28日(火)10時～11時30分 未就学児の保護者 先着4人 9日(水)から、電話で「はらっぱ」へ 託児あり

## 北部 子育て支援センター はぐはぐ広場木もれび

上今泉1-14-15 ☎(244)5426 9時～15時30分 (月)(日)(祝)、16日(水)11時30分～15時30分



木もれび  
ホームページ

## プレイルーム

予約定員制です 9時～11時30分・13時～15時30分 各時間帯先着7組 利用日の前日21時から、「木もれび」ホームページで

## 赤ちゃんの日〈0歳児〉

予約定員制です。栄養士に相談もできます ①3日(金)②17日(金) 9時30分～11時30分・13時30分～15時30分 0歳児と保護者 各回先着7組 ①2日(木)②16日(水)21時から、「木もれび」ホームページで

## 積み木の日 「お父さんと積み木で遊ぼう」

25日(土)9時30分～11時30分 0歳～2歳児と父親 先着7組 14日(火)21時から、「木もれび」ホームページで

## プレイルーム

予約定員制です 9時～12時・13時～15時30分 各時間帯先着7組 利用日の前日(火)の予約は前週(土)9時30分から、電話で「SORA」へ

## おやこダンス

リズムに合わせて踊りましょう 9日(水)10時30分～11時 2歳～未就学児と保護者 先着6組 桑原幸恵氏(ダンスインストラクター) 1月26日(水)から、電話または直接「SORA」へ

## えいごであそぼう

参加は1回のみ ①10日(金)②24日(金) 10時30分～11時 1歳～未就学児と保護者 各回先着6組 ①1月27日(金)②2月10日(金)から、電話または直接「SORA」へ

## 南部 子育て支援センター はぐはぐ広場はらっぱ

杉久保南4-31-1 ☎(259)8946 9時30分～15時30分 (月)(日)(祝)

## プレイルーム

予約定員制です 9時～12時・13時～15時30分 各時間帯先着3組 利用日の前日(火)の予約は前週(土)9時30分から、電話で「はらっぱ」へ

## リフレッシュ講座 「ママボールピラティス®」

20日(月)10時～11時 多目的室(大) 未就学児の保護者 6人 小山美紀氏((一社)日本マザーズピラティス協会認定インストラクター) 1月30日(月)から、電話で子育て支援センターへ。2月9日(水)締め切り 応募多数の場合は抽選。託児あり

## 赤ちゃんたいそう講座

21日(火) 9時30分～10時30分・10時30分～11時30分 びなウェル(めぐみ町3-1ビナガーデンズパーチ6階) 令和4年7月～11月生まれのお子さんと保護者 各回4組 畑島富士子氏(助産師) 1月31日(火)から、電話で子育て支援センターへ。2月10日(金)締め切り 応募多数の場合は抽選。駐車場の利用は有料です



## 東部 子育て支援センター はぐはぐ広場SORA

東柏ケ谷5-1-15スターライトビル 1階 ☎(206)4471 9時30分～15時30分 (月)(日)(祝)、24日(金)12時30分～15時30分



SORA  
ホームページ

## 年齢別サロン・育児相談

同年齢の子と保護者の交流の場です。日程は下表のとおりで、太字は助産師や保健師、栄養士が相談に応じます。相談の受け付けは11時まで。いずれも直接会場へ 多目的室(大) 母子健康手帳(相談の場合)

対象	日時	
	9時～11時45分	13時～16時
1カ月～5カ月児	9日(水) 27日(月)	20日(月)
6カ月～11カ月児	3日(金) 21日(火)	8日(水)
1歳児	10日(金) 16日(木)	22日(水)
2歳～未就学児	1日(水) 13日(月)	24日(金)

## むし歯予防講座

歯みがきの仕方、むし歯になりにくい食事習慣を歯科衛生士が紹介します 2日(木)10時～11時30分 多目的室(大) 1歳前後のお子さんと保護者 先着15組 1月19日(水)から、電話で子育て支援センターへ

## すくすく離乳食講座〈2回食〉

7日(火) 9時40分～10時40分・10時45分～11時45分 多目的室(大) 6カ月～8カ月児と保護者 各回先着6組 1月24日(火)から、電話で子育て支援センターへ

## 2月の予定

### 子育て支援センター 愛称「すくすく」

中新田377 えびなこどもセンター3階(コミバス大谷・杉久保ルート「えびなこどもセンター」バス停下車すく) ☎(233)6161

8時30分～17時15分 (日)(祝) 移動サロンの日程は市ホームページをご覧ください



子育て支援センター  
ページ

### ビギナーサロン (「すくすく」ってどんなところ?)

初めて利用する方の交流の場です。 10日(金)14時～15時 おやこプレイルーム

### 親子で遊べるスペース

詳細は市ホームページをご覧ください。予約定員制 利用日の前日(月)の予約は前週(金)8時30分から、電話で子育て支援センターへ

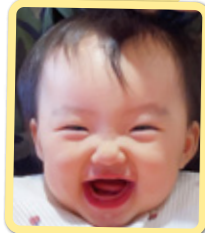
#### ◆すくすく広場

思い切り遊べる広い部屋です。

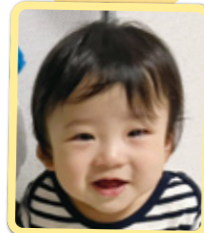
#### ◆おやこプレイルーム

親子で自由に遊べる部屋です。すくすく広場開催中はお休みです。

さくらちゃん  
どうしてこんなに  
かわいいの!  
だいすき♡



こうちゃん  
元気でやんちゃ!  
すくすく育ってね!



あんずちゃん  
かわいい娘♡  
これからもいっぱい  
遊ぼうね!



ひまりちゃん  
たくさん笑って、  
すくすく育ってね!



あやなちゃん  
いっぱい食べて  
すくすく育ってね!



そうたちゃん  
笑顔がすてき!  
すくすく  
大きくなってね!



ひかり  
光莉ちゃん  
みんな、  
ひかりちゃんのと  
りこ!



れいとちゃん  
元気に生まれて  
幸せいっぱい!



まいか  
莓香ちゃん  
甘えん坊の  
末っ子です!

## HUGHUG赤ちゃん

園シティブロモーション課 ☎(235)4574

本誌3月15日号に掲載する赤ちゃんの写真を募集します。応募は掲載号にかかわらず1回のみとし、掲載が決定した方に連絡します。応募写真は返却しません 市内在住の3月1日時点で1歳未満の赤ちゃん 住所・氏名・電話番号・赤ちゃんの名前(ふりがな・ニックネーム可)・生年月日・20字以内の一言コメントを写真とともに、郵送または直接シティブロモーション課へ。市ホームページからも可。1月31日(火)締め切り(必着) 応募多数の場合は抽選



申し込み  
ページ

今月のえびなっ子たちです。すくすく大きくな～れ!

次号の発行まで、応募者全員を市ホームページで紹介しています。

## 税理士による確定申告の無料相談

東京地方税理士会予約ページから予約または、当日8時30分から配布する入場整理券が必要です。なくなり次第配布を終了します。詳細は、大和税務署へお問い合わせください。

☎2月13日(月)・14日(火)・15日(水)

【午前の部】9時～12時

【午後の部】13時～15時30分

📍市役所401会議室

📄小規模納税者、年金受給者および給与所得者の所得税および復興特別所得税、個人消費税を申告する方。ただし、譲渡所得がある方、所得金額が高額な方、ことし初めて住宅借入金等特別控除を受ける方および相談内容が複雑な方などを除く



東京地方  
税理士会  
予約ページ

## 確定申告、市・県民税の申告に持参するもの

所得税と復興特別所得税の確定申告は①～⑫、市・県民税の申告は①～⑧を持参してください。申告内容によりその他の資料が必要になる場合があります。

- ① 筆記用具・計算機
- ② マイナンバーが確認できるもの(マイナンバーカード・通知カード・マイナンバーが記載された住民票の写しのいずれか)
- ③ 本人確認書類(運転免許証・健康保険証など)※マイナンバーカード持参の場合は不要
- ④ 源泉徴収票の原本
- ⑤ 社会保険料の年間納入額が分かる証明書または領収書。国民年金は控除証明書
- ⑥ 生命保険・地震保険など各種控除証明書(年末調整分を除く)
- ⑦ 医療費控除やセルフメディケーション税制(医療費控除の特例制度)の申告は、計算済みの医療費明細書(領収書不可)または医療費通知書
- ⑧ 寄附金控除の申告は、受領証明書または領収書
- ⑨ 申告者本人の銀行口座番号
- ⑩ 前年分の確定申告をしている方は、確定申告書の控えまたは写しなど
- ⑪ 税務署から郵送されたお知らせはがき。届いた方のみ
- ⑫ e-Tax利用者は、利用者識別番号と暗証番号

## 市・県民税(個人住民税)の申告

令和5年度市・県民税(個人住民税)の申告書の提出期限は3月15日(水)です。未申告の場合、国民健康保険税や介護保険料などに影響が生じるほか、課税証明書などを発行できないことがあります。郵送または予約なしで直接提出できます。

### 【申告が不要な方】

- ・所得税および復興特別所得税の確定申告をした方
- ・令和4年中の収入が給与のみで、年末調整済みの給与支払報告書が勤務先から市に提出されている方
- ・令和4年中の収入が公的年金のみで、源泉徴収票の控除内容に変更や追加がない方
- ・市内に居住する方の年末調整や確定申告で扶養親族になっている方

📍**【2月15日(水)まで】**8時30分～17時15分(第1・3(土)は12時まで) / 市民税課**【2月16日(木)～3月15日(水)】**8時30分～16時(12時～13時除く) / 市役所401会議室(2月19日・26日(日)は実施、第1・3(土)は市民税課で12時まで受け付け)

## 「公的年金等に係る雑所得」がある方はご確認を

公的年金等の収入金額の合計が400万円以下で、それ以外の所得が20万円以下の方は、確定申告が不要です。ただし、所得税および復興特別所得税の還付を受けるには確定申告が必要です。

また、確定申告が不要な方で公的年金等の源泉徴収票の控除内容に変更や追加(生命保険料控除・医療費控除など)がある方や他に収入がある方は、市・県民税の申告をしてください。

## 令和4年中の「医療費通知書」発送時期

国民健康保険加入世帯と後期高齢者医療制度加入者へ医療費通知書を発送します。確定申告、市・県民税の申告に必要な方はご利用ください。一部発送しない世帯があります。詳細は国保医療課へお問い合わせください。

その他の健康保険組合などが発行する医療費通知書は各発行元にお問い合わせください。

### ◆国民健康保険

**【1月～10月分】**1月初旬 **【11月～12月分】**3月初旬

📍国保医療課国保年金係 ☎(235)4594

### ◆後期高齢者医療制度

**【1月～11月分】**2月中旬 **【12月分】**3月中旬

📍国保医療課後期高齢者医療係 ☎(235)4595

# 2月16日～3月15日は確定申告期間

📍大和税務署 ☎(262)9411 / 市民税課 ☎(235)8594

## 期間内に申告を

令和4年分の確定申告書を作成し、申告期間内に提出してください。申告書は、スマートフォンやパソコンなどを使って国税庁ホームページの「確定申告書等作成コーナー」で作成や提出ができます。申告用紙は、同ホームページからダウンロードできるほか、税務署で配布、2月初旬からは市民税課前配布コーナーで配布します。市役所では一部の申告、大和税務署では全ての申告の相談に事前予約制に応じます。

## 市役所での所得税の確定申告

申告の相談やスマートフォンを使った申告の操作方法の補助に応じます。

完成した申告書の提出は、予約不要で受け付けます。

### 申告の相談【事前予約制】

次の申告内容の確認や相談に応じます。

- ・収入が給与と公的年金のみの申告(源泉徴収票が必要)
- ・医療費・社会保険料・生命保険料・扶養・寄附金などの控除に関する申告

🕒8時30分～9時50分、10時10分～11時30分、13時～14時20分、14時40分～16時 定各時間帯先着32人

### スマートフォンを使った申告を補助【事前予約制】

自身のスマートフォンで申告する方の操作を補助します。マイナンバーカードと利用者証明用電子証明書の暗証番号(4桁)と署名用電子証明書の暗証番号(6～16桁)が必要です。詳細は、市ホームページをご覧ください。

🕒8時45分～9時50分・10時10分～11時30分・13時～14時20分・14時40分～16時 定各時間帯先着3人

### 提出のみ【予約不要】

申告書が完成し、確認や相談が不要な場合は、全ての申告書を予約なしで直接提出できます。市役所への郵送提出はできません。

📍市役所401会議室(2月18日(土)・3月4日(土)8時30分～12時は市民税課)

🕒2月16日(木)～3月15日(水)(土(日)祝除く、2月19日・26日(日)は実施)  
🕒8時30分～16時(12時～13時除く) 📍市役所401会議室  
📄海老名市に住民票がある方📄介助などの付き添いが必要な場合を除き、申告者本人のみで入場してください

### 予約方法

2月1日(水)8時45分から先着で受け付けます。申告日の前日(土(日)祝除く)16時15分までに予約してください。定員に達し次第終了。当日予約不可。市ホームページまたは予約専用ダイヤルで。予約の変更やキャンセルも受け付けます。

#### ◆市ホームページ

確定申告相談予約ページから予約してください。

🕒24時間(初日は8時45分から)

#### ◆予約専用ダイヤル

☎(235)2555

電話が集中してつながりにくい場合があります。

🕒8時45分～16時15分(土(日)祝除く)



予約ページ

## 大和税務署での所得税の確定申告

全ての申告ができます。申告書が完成し、提出のみの場合は、予約なしで直接提出できます。内容の確認や相談を希望する場合は、入場整理券が必要です。

🕒2月1日(水)～3月15日(水)(土・日・祝除く。ただし、2月19日・26日(日)は実施)

🕒9時～17時(受け付けは8時30分～16時)

📄最小限の人数で来場してください。駐車場に限りがあるため公共交通機関を利用してください。相続税の相談はできません

### 入場整理券配布方法

日時指定の入場整理券をLINEアプリで事前に発行します。「国税庁LINE公式アカウント」を「友だち追加」して発行してください。詳細は、

国税庁ホームページをご覧ください。当日分の整理券は大和税務署で配布します。なくなり次第配布を終了します。



国税庁  
LINE公式  
アカウント

第6回海老名市民講座まなBINA「続・隣町と海老名～子どもの世界～」(全3回)

園 学び支援課 ☎(235)8411
近世・近代の海老名と近隣地域の歴史資料から、子どもに焦点をあて、地域の特性や教育の歩みを学びます。
日①2月6日(月)「子どものいのち」②13日(月)「子どものしつけ」③20日(月)「子どもと村」時10時～11時30分 場 文化会館351多目的室 園 市内在住・在勤・在学で全3回参加できる方 園 先着60人 園 片山兵衛氏(海老名市文化財保護審議会委員) 園 無料 日 1月16日(月)から、電話で学び支援課へ 園 駐車場の利用は有料です

文化財ガイド「古代の運河(逆川)の水路をたどる」

園 教育総務課 ☎(235)4925
人工的につくられた逆川の過去の流路を歩いてたどる約4kmのコースです。
日 2月18日(土)9時10分～12時(小雨決行・荒天は19日(日)に延期)
園 先着30人 園 【コース】北部公園(集合)→目久尻川の柏ヶ谷堰→杉本堰跡→逆川記念碑→逆川関連遺構→新堀の流路跡→海老名中央公園(解散)
園 無料 園 市教育委員会、NPO法人海老名ガイド協会 日 1月16日(月)から、電話または直接教育総務課へ 園 小学生以下は保護者同伴

明日から変わる働き方改革セミナー

園 市民相談課 ☎(235)4568
忙しい毎日を整理しワーク・ライフ・バランスを整えるため、効率的な仕事・家事整理術などを学びます
日 2月4日(土)14時～16時 場 市役所401会議室 園 先着30人 園 池田浩久氏(パパライフサポート代表) 園 無料 日 1月16日(月)から、電話または直接市民相談課へ。市ホームページからも可 園 2歳～就学前、若干名の託児あり。要予約。1月27日(金)締め切り

野焼き(屋外焼却)は禁止

園 環境政策課 ☎(235)4912
野焼きなどの屋外焼却行為は原則禁止です。農業や地域習慣・消火訓練などの行為は例外で認められていますが、これらを行う時も周辺的生活環境に影響を及ぼさないよう努めてください。ご協力をお願いします。

市ホームページアンケート調査にご協力を

園 シティプロモーション課 ☎(235)4574
より使いやすく、親しみやすいホームページづくりのため、意見・感想などを募集します。回答は市ホームページから。2月28日(火)締め切り。



アンケートページ

募集

海老名市森林整備計画見直し案の縦覧

園 都市施設公園課 ☎(235)9489
森林保全と整備推進を目的に策定する計画の見直し案の縦覧を都市施設公園課窓口で行います。同案に意見がある人は、意見書を提出することができます。
【縦覧期間】1月16日(月)～2月15日(火)(土/日/祝除く)
【提出方法】任意の書式に意見・住所・氏名・電話番号を記入し、郵送または直接都市施設公園課へ。郵送の場合は期間内に必着

スポーツ推進委員

園 文化スポーツ課 ☎(235)4927
市のスポーツ振興のため、スポーツ事業への参加や実技指導などを行います。任期は2年間です
日 4月1日～令和7年3月31日 園 市内在住・在勤の18歳以上の方 園 若干名 園 申込用紙を郵送または直接文化スポーツ課へ。用紙は同課で配布のほか、市ホームページからダウンロード可。1月31日(火)締め切り(必着) 園 報酬は年額3万4,500円

お知らせ

コンビニ交付サービスを休止

園 窓口サービス課 ☎(235)4869
1月18日(水)はシステムメンテナンスのため休止します。

イルミネーション「EBINA CITY LIGHTS 2022」を消灯

園 商工課 ☎(235)8439
1月16日(月)～20日(金)は、電力需給ひっ迫に伴う節電のため、海老名駅周辺で行っているイルミネーションを消灯します。

北部公園屋内プール長期休館

園 文化スポーツ課 ☎(235)4927
2月1日(水)～28日(火)は、設備・システム保守点検のため休館します。

納付済額通知の送付

園 【介護保険料】 介護保険課 ☎(235)4952
【後期高齢者医療保険料】 国保医療課 ☎(235)4595
【国民健康保険税】 納税課 ☎(235)9395
令和4年分の確定申告と令和5年度の市・県民税申告に使用する、介護保険料・後期高齢者医療保険料・国民健康保険税(特別徴収世帯分)の納付済額通知を、該当者へ今月下旬までに発送します。

相続人代表者指定届の提出

園 資産税課
【土地】 ☎(235)8596
【家屋】 ☎(235)8597
固定資産税の納税義務者(土地・家屋の所有者)が昨年死亡し、ことし1月1日までに相続登記がされていない場合、相続人該当者に「相続人代表者指定届提出のお願い」を2月ごろから発送します。記載された期限内に返送してください。

新型コロナウイルス感染症 関連情報

発熱などの症状に関する相談

海老名市新型コロナウイルス感染症コールセンター
☎046(235)5234 046(235)7015
日(月)～(金)9時～17時・(土)9時～12時(日/祝除く)

ワクチン接種に関する相談

海老名市新型コロナウイルスワクチン接種専用ダイヤル
☎0570(097)050(ナビダイヤル)
日 9時～17時

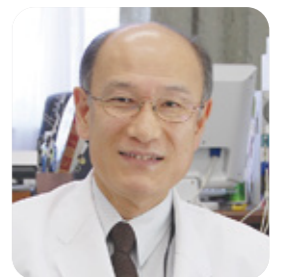
自宅療養者などの支援に関する相談

自宅療養者支援ダイヤル
☎046(235)5242 046(231)2343
日 9時～17時(土/日/祝除く)

インフルエンザ予防接種費用助成 1月31日まで延長
園 65歳以上の方などの助成(地域包括ケア推進課 ☎(235)4950)
【中学校3年生の助成(就学支援課 ☎(235)4921)】
新型コロナウイルス感染症とインフルエンザの同時流行による医療機関のひっ迫を避けるため、インフルエンザ予防接種費用の助成期間を1月31日(火)まで延長します。詳細は、各担当課へ問い合わせまたは、市ホームページをご覧ください。
◆ 65歳以上の方など
日 ①65歳以上の方 ②60歳以上65歳未満で身体障害者手帳1級(ヒト免疫不全・心臓・腎臓・呼吸器など)の方
園 無料
◆ 中学校3年生
日 1000円

健やか暮らそう

水ぼうそうを引き起こすウイルスは、病気が治っても長い間体の中の脊髄近くの神経節に休眠状態で残っています。50歳を過ぎると、ウイルスに対する抵抗力である免疫が減ってきます。体力が落ちたり大きな病気にかかったりすると、眠っていたウイルスが再び活動を始めて、皮膚に痛みを伴う赤い発疹「帯状疱疹」をつくる可能性があります。この発疹は、体の左右どちらか片方の胸や脇腹に帯状にできるのが特徴です。目の周りや顔にできて重症化することもあります。チクチクやビリビリと、とても痛い



海老名中央医院 院長 内山喜一郎

「帯状疱疹ワクチン」

す。一部の人には、神経痛(帯状疱疹後神経痛)が残ります。

「帯状疱疹」はワクチンで予防することができます。ワクチンには、生ワクチンと不活化ワクチンの2種類があります。前者は1回接種で発症予防効果は約50%、後者は2回接種で発症予防効果は90%以上です。詳しくは、かかりつけ医やお近くの医療機関にお尋ねください。



このコーナーは、海老名市医師会が健康をテーマにした情報を提供します。次回は4月15日(日)に掲載予定です。

子育てサークル  
「ストロベリーキッズ」

公園遊びやイベント開催など、楽しく活動しています。見学をお待ちしています  
日場 ①毎月第1・2(金) / 県立相模三川公園(予定) ②毎月第3・4(金) / 北部公園(予定) 時 10時～13時 未就園児と保護者 費 無料(イベントは実費) 固 堀田 ☎090(6262)4296

「ヒナヒナフラサークル」

心と体の健康に。心が和むフラと一緒に楽しみませんか。興味がある方ならどなたでも。まずは体験を日毎月第1・2・3(金) 時 17時30分～20時 場 国分寺台文化センター(予定) 費 月4,000円(講師謝礼・資料代など) 固 諸星 ☎080(5094)7850

「海老名モルッククラブ」

「モルック」は気軽にできるフィンランド発祥のスポーツです。新チーム立ち上げのため、楽しく活動するメンバーを募ります。年齢・性別不問。未経験者OK 日 月2回程度(土) 日 時 10時～15時 場 海老名運動公園ほか(予定) 費 月500円程度(交通費・道具代) 固 浜部 ☎080(8869)0734

フルコンタクト空手  
「志衛館」

以武会友。これから始めてみたい方、いつか本格的にやってみたい方歓迎。無料体験あり。詳細は、志衛館のブログをご覧ください 日 毎週(日)9時30分～11時30分 場 海老名運動公園総合体育館(予定) 費 1回500円、参加者と同居の方200円(施設使用料など) 固 佐瀬 ☎090(5440)7744

本誌1月1日号7頁「海老名郷土かるた」の「き」の札のふりがなに誤りがありました。以下のとおり訂正しておわびします。

【正】中山翁  
【誤】中山翁

海老名レディース  
中級ダブルステニス大会

日 2月28日(火)(予選)・3月2日(木)(本戦)、予備日あり 時 9時～17時 場 海老名運動公園テニスコート 固 市内在住・在クラブの方 定 48組(抽選) 費 1組1,000円(ボール代・保険料) 固 往復はがきに住所・氏名・電話番号を記入し、海老名郵便局私書箱9号海老名テニス協会へ。2月17日(金)必着 固 大道 ☎(232)6107

国際ソロプチミスト海老名  
「星のきらめき賞」

認証40周年を記念し、キャリアアップを目指している経済的な援助が必要な女性に5万円を支援します。4月20日(木)締め切り 固 現在求職中で18歳～50歳の女性。令和4年4月～5年3月の資格取得などの条件あり 定 10人 固 面接あり 固 大島 ☎090(4017)2275

メンバー募集

書道教室  
「雅苑書道会」

日本の文化である書道と一緒に学びませんか。少人数なので丁寧な指導のもと、和やかな雰囲気の中で集中して学べます 日 月3回(月)17時～19時 場 ビナレッジ(予定) 費 月4,500円程度(講師謝礼) 固 宮本 ☎(238)6841

俳句会「都市」

初心者のための俳句講座です。言葉で自分を表現してみませんか 日 毎月第1(火)9時30分～12時 場 総合福祉会館(予定) 講 三森 梢氏(「都市」同人) 費 月1,000円(講師謝礼など) 固 外山 ☎(231)8466

社交ダンス  
「ファイブハンドレッド」

すてきな音楽に乗って、楽しく心地よくダンスを踊ってみませんか。初めての方も大歓迎 日 毎週(木)15時30分～17時30分 場 社家コミセン(予定) 費 月3,000円(講師謝礼など) 固 五百田 ☎070(5457)2229

えびなの好きなどころ  
ポスター展

固 シティプロモーション課 ☎(235)4574

市内在住・在学の小学生を対象に募集した「えびなの好きなどころ」を描いた絵を学校ごとに展示します 固 期 1月24日(火)～31日(火) / 海老名小・柏ヶ谷小・有鹿小・有馬小・大谷小・上星小・社家小、2月1日(水)～8日(水) / 中新田小・門沢橋小・東柏ヶ谷小・杉久保小・今泉小・杉本小 場 市役所エントランスホール 固 (土) 日除く、いずれも最終日は12時まで

市民の広場

催しなどの案内

筆記通訳 風  
「聞こえのことを知ろう」

聞こえ方、生活、補聴器をテーマにした講座です 日 2月6日(月)10時30分～12時30分 場 総合福祉会館 固 市内在住・在勤の方 定 先着18人 費 無料 固 1月17日(火)から、電話またはファクスで 固 マスク着用・要約筆記あり 固 斉藤 ☎(233)8200(留守電あり)

WEショップえびな講演会「アフガニスタンとパキスタンの平和をつくる!」

アフガニスタン・パキスタンでは一般の市民が、平和を築くためのさまざまなピースアクションを行っています。その活動を支援する(一社)平和村ユニテッド代表が現地の状況を話します 日 2月10日(金)10時～12時 場 文化会館122大会議室 費 無料 固 成瀬 ☎090(5554)7872

Root特別企画「心臓病と運動」

海老名おはよう内科クリニック院長の田中 守先生が、心臓病や健康増進に必要な運動について講演します 日 2月25日(土)14時30分～15時30分 場 勝瀬文化センター 定 先着20人 費 500円(資料代) 固 電話で 固 澤 ☎090(7592)7416

第43回  
新春はやし叩き初め大会

固 教育総務課 ☎(235)4925  
市内のまつりばやし保存団体によるおはやしの叩き初め大会です。海老名市地域婦人団体連絡協議会の「大黒舞」の披露もあります。直接会場へ 日 1月29日(日)10時～16時 場 総合福祉会館 費 無料 固 海老名市はやし保存連絡協議会・市教育委員会 固 駐車場の利用は有料です



ご寄付ありがとうございます  
(敬称略・順不同)

- ◆新型コロナウイルス感染症対策に関する事業へ
- ・海老名エージェンシー合同会社 N95マスク 3,000枚
- ・(株)パイオニア・システム JIS T9001マスク 1,000枚
- ・(株)東亜産業 新型コロナウイルス抗原検査スティックTM 3,120個

2月 つくってあそぼう 固 学び支援課 ☎(235)4926

楽しく工作をします。詳細は、市ホームページをご覧ください。簡単な工作も紹介しています。 時 14時15分～16時30分 固 小学生 固 上履き

うさびょん  
カレンダー



催し

1月の教育委員会定例会

固 教育総務課 ☎(235)4916  
どなたでも傍聴できます。直接会場へ。 日 19日(木)14時から 場 えびなこどもセンター301会議室

シニア向け  
スマホの使い方教室

固 海老名市社会福祉協議会 ☎(232)1600  
スマートフォンの基本操作を学びます。 日 2月13日(月)10時～12時 場 総合福祉会館 固 スマートフォンを所持する65歳以上の方 固 先着15人 費 300円(資料代) 固 1月16日(月)から、電話で海老名市社会福祉協議会へ 固 駐車場の利用は有料です

災害救援ボランティア  
コーディネーター養成講座  
(全2回)

固 海老名市社会福祉協議会 ☎(232)1600  
災害時にボランティアの派遣調整を行う「ボランティアコーディネーター」について学びます 日 2月18日・25日(土) 時 14時～16時30分 場 総合福祉会館 固 市内在住・在勤・在学で、全2回参加できる方 固 先着20人 費 無料 固 1月16日(月)から、電話で海老名市社会福祉協議会へ 固 駐車場の利用は有料です

募集

口腔がん集団検診

固 健康推進課 ☎(235)7880  
口腔機能の衰えは全身の健康に影響を及ぼします。年に1回検(健)診を受けましょう 日 2月26日(日)9時から 場 海老名市医療センター(さつき町41) 固 今年度の検診が未受診の35歳以上の方 固 先着55人 費 1,400円 固 1月16日(月)から、電話で海老名市歯科医師会(☎235・4799)へ 固 個別検診やオーラルフレイル健診は指定医療機関へ直接申し込んでください。詳細は、市ホームページをご覧ください



これならできるシリーズ～運動編～  
「5歳は若返る!? 運動習慣  
始めませんか?」(全4回)

固 健康推進課 ☎(235)7880  
筋肉強化に向け、ストレッチなどを実践しながら学びます 日 2月14日・21日・28日(火)、3月7日(火) 時 14時～15時30分 場 えびな市民活動センタービナスポ小多目的室 固 市内在住・在勤の75歳未満で、全4回参加できる方 固 先着30人 費 無料 固 1月18日(火)から、電話または直接健康推進課へ 固 駐車場の利用は有料です

フレイルチェック  
「楽しく自分で健康チェック」

固 地域包括ケア推進課 ☎(235)4950  
「フレイル」とは加齢により心身の機能が低下した状態のことです。運動や栄養などのテストやチェック、東京大学監修の「フレイルチェック」などを通じて健康状態を確認しましょう 日 2月14日(火)13時30分～15時45分 場 勝瀬文化センター 固 市内在住の65歳以上の方 固 15人 固 握力・筋肉量測定、片足立ち上がりなど 費 無料 固 電話で地域包括ケア推進課へ。1月31日(火)締め切り 固 応募多数の場合は抽選

会場	開催日
国分コミセン	2日(木)
社家コミセン	8日(水)
柏ヶ谷コミセン	10日(金)
大谷コミセン	17日(金)
下今泉コミセン	22日(水)
門沢橋コミセン	28日(火)

つくってあそぼう  
ページ





親子で学ぶ「お金」

お金の使い方や貯め方、お金の今昔などについて講義やゲームを行います。  
 日11日(土)祝13時30分～14時30分  
 場集会室 小学生1～3年生と保護者  
 定先着15組 申1月16日(月)から、電話または直接有馬図書館へ 参加者には「おこづかい帳」をプレゼント



よるとしよ 「羊毛フェルトで小物づくり」

手ぶらで参加できる初心者向けのワークショップです。雪うさぎをつくります。直接会場へ 日17日(金)18時30分～19時30分(受け付けは19時まで) 場集会室 高校生以上 定先着10人

電子図書館サービス

インターネット上で電子図書を観覧できます。電子図書は1人3点、2週間まで貸し出し可能です。利用には、図書利用カード(貸出券)の登録とIDの発行が必要です。直接中央図書館1階カウンターまたは有馬図書館総合カウンターへ 申 市内在住・在勤・在学の方



電子図書館ページ

ありまでシネマ

各回先着20人です。直接集会室へ。  
 ◆子ども向け映画  
 日4日(土)「げんきげんきノンタン スプーンたんたんたん」、18日(土)「よいこのアニメ広場『かさじぞう』『ぶんぶくチャガマ』」 日10時30分～11時ごろ  
 ◆よるとしよシネマ  
 日10日(金)「ウルトラQ 第9話・第10話」 日18時30分～19時20分ごろ 中学生以下は保護者同伴  
 ◆長編映画  
 日25日(土)「ガス燈」 日14時～16時ごろ

ねこネコおはなし会

2月22日の「ねこの日」に合わせたおはなし会と、工作のワークショップです。  
 日22日(水)15時45分～16時30分 場集会室 小学生 定先着15人 申1月16日(月)から、電話または直接有馬図書館へ

ブックスタート

中央図書館・有馬図書館で赤ちゃんに絵本を1冊プレゼントします 日4カ月児健診時に絵本を受け取っていない5カ月～12カ月児と保護者 母子健康手帳

2月 海老名おはなしたまてばこ 園学び支援課 ☎(235)4926

子どもたちとおはなしや絵本を楽しみます。どなたでも参加できます。直接会場へ。

国分寺台文化センター	7日(火)	15時30分から
大谷公民館	11日(土)祝	10時30分から
上今泉コミセン	15日(水)	15時40分から
杉久保第2自治会館	21日(火)	10時30分から

有馬 有馬図書館

9時～21時 日27日(月)

門沢橋1-20-41 ☎(238)4646

ファミリーおはなし会

子どもから大人まで楽しめる`素ばなし`や絵本の読み聞かせなどを行います。直接会場へ 日12日・26日(日) 日10時～10時30分 場集会室 定各回先着20人



おはなしありま

絵本や紙芝居の読み聞かせをします。直接会場へ 日8日(水)15時45分～16時15分 場集会室 小学生 定先着20人

おはなしひろば

手遊びや紙芝居をします。直接会場へ。  
 日11日(土)祝・25日(土) 日10時30分～10時50分 / 1歳～2歳児と保護者、11時20分～11時50分 / 3歳児と保護者 場キッズテント 定各回先着5組

英語でおはなし会

絵本の読み聞かせや英語の歌を歌います 日4日(土)・11日(土)祝・18日・25日(土) 日14時30分～15時 場キッズライブラリー

オンガクでおはなし会

名作物語を音楽付きで楽しめます 日4日(土)14時～14時30分 場キッズライブラリー

放課後イベント 多読の時間

多読資料の読み方を体験します 日8日・22日(水) 日16時30分～17時15分 場学びのエリア 小学生4～6年生 定各回先着8人 申1月25日(水)から、電話または直接中央図書館へ

食品サンプル工房 「お花見団子を作ろう」

みたらしまはあんこの団子サンプルを作る45分のワークショップです 日19日(日) ①10時から②11時から③13時30分から④14時30分から 場学びのエリア 定各回先着8人 日世古紀子氏(日本食品サンプルアート協会認定講師) 費1,800円(材料費) 申1月25日(水)から、直接中央図書館へ 小学生以下は保護者同伴



キッズ・ミート・サイエンス

親子で楽しめる科学の実験を行います 日25日(土)16時～16時30分 場キッズライブラリー 日5歳以上 定先着10人 申1月25日(水)から、直接中央図書館へ

ベビー・ミート・ブック

手遊びや絵本を通して親子でふれあいます 日8日・22日(水) 日11時～11時20分 場キッズライブラリー 日0歳～2歳児と保護者 定各回先着10組 申開始30分前から、直接中央図書館へ

ベビー・ミート・リズム

音や言葉に合わせてリズムを楽しみます 日7日(火)11時～11時20分 場キッズライブラリー 日0歳～2歳児と保護者 定先着10組 申開始30分前から、直接中央図書館へ

ベビー・ミート・イングリッシュ

英語の読み聞かせなどをします 日14日・28日(火) 日11時～11時20分 場キッズライブラリー 日0歳～2歳児と保護者 定各回先着10組 申開始30分前から、直接中央図書館へ

クラフト・イン・イングリッシュ

季節にちなんだ絵本を、英語の読み聞かせと折り紙で楽しめます 日18日(土)16時～16時30分 場キッズライブラリー 日小学生 定先着10人 申1月25日(水)から、直接中央図書館へ



2月

図書館のイベント

※ 日がないものは、どなたでも参加可。日がないものは無料。内容は変更になる場合があります。詳細は、図書館ホームページをご覧ください。中央図書館の駐車場利用は有料です。

中央 中央図書館

9時～21時 年中無休

めぐみ町7-1 ☎(231)5152

海老名おはなしたまてばこのおはなし会

おはなしボランティアグループによるおはなし会です 日8日・22日(水) 日15時45分～16時15分 場キッズライブラリー 日年中～小学生

キッズ・ミート・ブック ～親子で読み聞かせ～

親子で楽しむおはなし会です。大型絵本や紙芝居などを行います 日11日(土)祝・18日・25日(土) 日14時～14時30分 場キッズライブラリー





地球の  
ステージ

# 「国境を越えて」

固市民相談課 ☎ (235) 4568



世界の紛争・災害地域を巡って医療支援活動を行う医師が、各地で出会った人々の姿や体験を歌と映像で伝えます。

日 2月18日(土)13時30分～15時

場 文化会館小ホール

定 先着300人

費 無料

申 1月16日(月)から、電話または直接市民相談課へ。市ホームページからも可

他 手話通訳・要約筆記あり。2歳～就学前、若干名の託児あり。要予約。1月27日(金)締め切り



申し込み  
ページ

## 【講師】

桑山紀彦氏

市内の心療内科医であり、NPO法人地球のステージ代表理事を務める。世界の紛争・災害地域の医療支援や、心に傷を負った人々のケアを中心に活動。



# 市民農園利用者を募集

固農政課 ☎ (235) 4844

野菜を育て収穫するまでの土とのふれあいを楽しみませんか。

期 4月1日～令和8年2月28日

対 市内在住の農業に従事していない方

申 2月1日(火)から、応募用紙を郵送または直接農政課へ。市ホームページからも可。用紙は同課で配布のほか市ホームページからダウンロードできます。7日(火)締め切り(必着)

他 1世帯または1グループにつき1区画まで応募可。応募前に農園の現地確認をしてください。抽選結果は2月中旬に発送します。公開抽選会や利用説明会は行いません

## 募集する農園一覧

農園名	所在地	面積	年間利用料金	区画
上郷第2	上郷453-1、454	25㎡	5,000円	19
大谷	大谷南2-19付近			10
大谷第2	大谷659			24
杉久保	杉久保南3-22付近			20
下今泉一丁目	下今泉1-5付近		1万5,000円	15
下今泉四丁目	下今泉4-12付近	50㎡	5,000円	16
			1万円	11

