

文化財ガイド「伊勢山古墳群と周辺の遺跡・神社をめぐる」

伊勢山古墳群と周辺の遺跡・神社をめぐる

座間丘陵最南端の伊勢山古墳群などをたどる約5kmのコースです。

① 2月17日(土) 9時30分～12時30分(小雨決行、荒天は18日(日)に延期)

② 先着30人

③ コース 杉久保富谷児童公園(集合) ↓ 豊受大神 ↓ 伊勢山古墳群 ↓ 椿地蔵 ↓ 有馬のはるにれ ↓ 上河内自治会館(解散)



伊勢山古墳群



椿地蔵

④ 無料 市教育委員会、NPO法人海老名ガイド協会

⑤ 1月16日(火)から、電話または直接教育総務課へ

⑥ 小学生以下は保護者同伴

第44回新春はやし叩き初め大会

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よしの叩き初め大会です。海老名市ちふれんによる「大黒舞」の披露もあります。直接会場へ。

① 1月28日(日) 10時～16時

② 場 総合福祉会館

③ 無料

④ 市教育委員会、海老名市はやし保存連絡協議会

⑤ 他 駐車場の利用は有料です



お知らせ

新型コロナウイルスワクチン特例臨時接種を3月末で終了

健康推進課 ☎(235)7880

新型コロナウイルスワクチンを無料で接種できる特例臨時接種が3月31日(日)で終了します。接種を希望する人は早めに接種しましょう。接種券を持っていない人には接種券を発行します。詳細は、健康推進課へお問い合わせください。

コンビニ交付サービスを休止

窓口サービス課 ☎(235)4869

1月17日(水)はシステムメンテナンスのため休止します。

海老名運動公園屋内プール長期休館

文化スポーツ課 ☎(235)4927

2月1日(木)～29日(木)は、設備・システム保守点検のため休館します。

1月26日は「文化財防火デー」火災から文化財を守りましょう

教育総務課 ☎(235)4925 予防課 ☎(231)0948

市内の文化財を火災などから守り、遺していくため、「文化財周辺でたき火や喫煙をしない」「文化財周辺にごみを捨てない、燃えやすい物を置かない」など、ご理解とご協力をお願いします。市は文化財防火デーにちなみ、1月24日(水)10時15分～11時に豊受大神(杉久保北2-22-1)で消防訓練を行います。



龍峰寺で行った訓練の様子

野焼き(屋外焼却)は禁止

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。例外として農業や消火訓練などに関わる屋外焼却行為は認められていますが、これらを行う時は周辺の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。

納付済額通知の送付

【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5年分の確定申告と令和6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。ことしから国民健康保険税のみ別便の発送となります。

障害者控除対象者認定証明書を発行

地域包括ケア推進課 ☎(235)4950

要介護認定を受けている65歳以上で、「障がい者に準ずる」と認定された人は、確定申告または市・県民税の申告で障害者控除を受けられる場合があります。控除には、障害者控除対象者認定証明書が必要です。交付の申請は、郵送で地域包括ケア推進課または直接市役所1階9番窓口へ。申請書は同窓口で配布。詳細は、同課へ問い合わせまたは市ホームページをご覧ください。

相続人代表者指定届の提出を

資産税課

【土地】 ☎(235)8596

【家屋】 ☎(235)8597

固定資産税・都市計画税の納税義務者(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。

募集

下水道運営審議会委員

下水道課 ☎(235)9617

下水道事業の円滑な運営のため、調査・審議をします。任期は2年間です。詳細は、市ホームページをご覧ください

① 4月1日～令和8年3月31日

② 市内在住の18歳以上(令和6年4月1日時点)で条件を満たす方

③ 3人

④ 1月15日(月)から、応募用紙と800字以内の小論文(テーマ「下水道に関することおよび応募の動機」)を郵送または直接下水道課へ。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可。31日(水)締め切り(必着) 報酬あり

男女共同参画協議会委員

市民相談課 ☎(235)4568

市の男女共同参画事業の評価や社会のあり方について協議します。任期は2年間です

① 4月1日～令和8年3月31日

② 市内在住・在勤・在学の18歳以上(令和6年4月1日時点)で条件を満たす方

③ 若干名

④ 1月16日(火)から、応募用紙と400字程度の小論文(テーマ「男女共同参画社会について」)を郵送または直接市民相談課へ。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可。2月16日(金)締め切り(必着) 報酬は年3回程度。報酬はありません

第6回海老名市民講座まなBINA「続・隣町と海老名～外国人が見た相模・神奈川～」(全3回)

学び支援課 ☎(235)8411

外国人が見た近世から現代の神奈川県を、当時の資料を基に学びます。

① 2月5日(月)「外国人が見た日本の人と社会」

② 19日(月)「外国人が見た相模・神奈川①」

③ 26日(月)「外国人が見た相模・神奈川②」

④ 10時～11時30分

⑤ 文化会館351多目的室

⑥ 市内在住・在勤・在学で全3回参加できる方

⑦ 先着60人

⑧ 片山兵衛氏(海老名市文化財保護審議会委員)

⑨ 無料

⑩ 1月16日(火)から、電話で学び支援課へ

健康を元気に

「認知症予防のためにできる5つのこと」



えびな脳神経クリニック 尾崎 聡

① 身体的な活動を増やす

運動は認知機能を改善し、認知症のリスク軽減に非常に有効です。ウォーキングや水泳などの有酸素運動がおすすめです。

② 健康的な食生活を続ける

バランスの良い食事は認知症予防に効果的です。魚、ナッツ、果物、野菜などを積極的に摂取しましょう。

③ 社会とのつながりを大切にする

家族や友人と話したり、地域活動に参加したりする

④ 認知トレーニングをする

クロスワードパズルやボードゲームなど、知識を使う活動は認知機能を刺激し、脳の動きを活性化させます。新しいことにチャレンジすることも有効です。



⑤ 十分な睡眠をとる

睡眠不足は認知症のリスクを高めます。毎日7～8時間の睡眠を確保するように心がけましょう。

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4月15日号に掲載予定。