

住みたい 住み続けた いまち 海老名

令和8年10月1日号

No.1334

2026

10/1

広

報

えびな



特集

今日のあなたに届きますように
ひきこもりの人への支援を充実

あなたのペースで大丈夫。踏み出す一步をサポートします



「相談窓口に行くことが難しい」「外出が辛い」という人のもとへ、精神保健福祉士の資格などがある相談員が自宅や当事者が話しやすい場所へ訪問します。

ひきこもりや社会的孤立などで、支援につなげていない20歳以上の人やその家族が対象です。話を聴いたり、必要な支援先につないだりするサポートもします。

ひきこもり状態にある人やその家族を対象に、専門の相談員による個別相談を通じて、一人一人の状況や課題を把握します。

生活リズムや生活習慣の改善、コミュニケーションの練習、就労体験などその人のペースに合わせた段階的な支援を行い、社会とのつながりを取り戻すお手伝いをします。

事例③

兄が長年ひきこもっている。両親が亡くなり、生活のことが心配。
自分の家庭もあるし、どこかに今後のことを相談できる場所はないか…



事例②

真面目に働いていたのに、職場の人間関係がうまくいかず会社を辞めた息子。それ以来ずっと部屋にこもったまま。どう接すればいいのか、親として何かしてあげられないか…



事例①

高校を辞めてから、もう何年もたつ。外に出たい気持ちはあるのに、玄関のドアをどうしても開けられない。
家族にも迷惑をかけていて、自分でもどうすればいいかわからない…

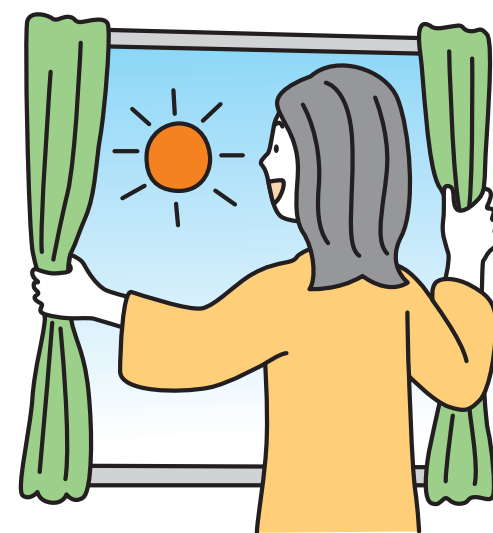
ひきこもりの悩みは、家族だけで解決しようとしなくて大丈夫です。まずは、あなたの話を聴かせてください。

こんな悩みを抱えていませんか？

ひきこもりの人への支援を充実

困生活支援課 ☎046(235)9015

今日のあなたに
届きますように



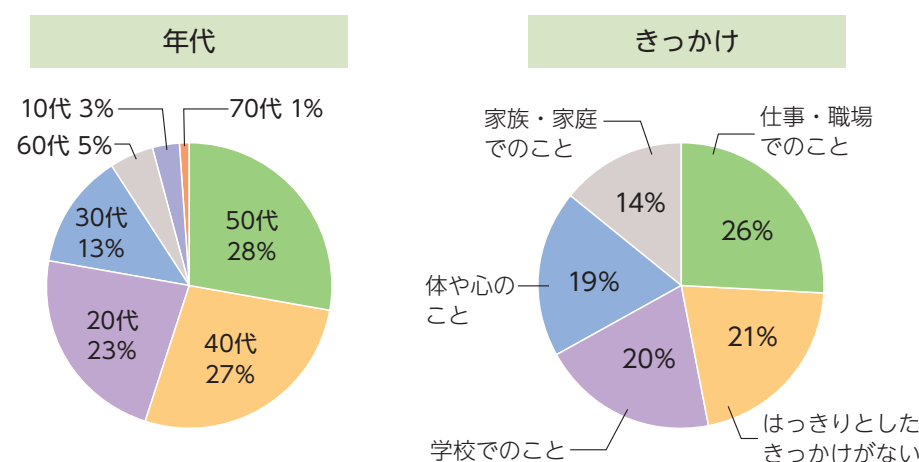
市は、さまざまな理由から社会とのつながりを持ちにくく、孤独を感じている人、日常生活の中で困りごとを抱えている人、家族を含む周囲との交流が少なくなっている人やその家族に寄り添う支援を行っています。10月からスタートした支援事業(7頁)も紹介します。

ひきこもりは、誰にでも起こりうる

令和5年3月に公表された国の調査によると、15歳〜64歳のひきこもり状態にある人は全国で推計146万人で、50人に1人いることが分かりました。調査ではひきこもりが生活の状況や環境の変化によって、誰でもいつでもなりうるものとされています。

中の動きが急に化した時のような社会情勢などに関わってきまう。「はつきりとしたきつかけが分からない」という人も少なくありません。相談内容や年齢層にも幅があります。
市が当事者と関わる中で把握したデータ(下グラフ)からも同様の傾向が読み取れます。
一人で抱え込まずに相談してください。

市が支援するひきこもりの現状(独自集計)



ボランティア体験



■**農業ボランティア**
市内農家の協力で、野菜の苗植えや収穫などを行います。
・レタスの苗植え
・とうもろこしの収穫など

■**フードバンクボランティア**
市が食料支援として実施しているフードバンク事業で、配布する食料の袋詰め作業を行います。

市は、ひきこもりの人の社会参加の第一歩としてボランティア体験を支援しています。いきなり就労を目指すのではなく、地域の活動に少しずつ参加しながら、人と関わる経験や外出の習慣を無理なく段階的に積み重ねることが出来ます。相談員と一緒に、あなたに合った活動を探してみませんか。

相談員から
あなたへ

ボランティア体験では、住んでいる地域の方々とつながり、生活を営む中で社会参加に向けて力を育んでいけるように支援します。小さな成功体験を積み重ねると自信の回復につながります。

「もう一度社会とつながりたい」という皆さんの思いを実現するために一人一人に合わせた柔軟な場を提供していきます。ボランティアとして一歩を踏み出してみませんか。

支援者からのメッセージ 金指恵太さん



杉久保の畑でボランティア体験を受け入れ アクションにつながる入り口になれば

「農業と福祉を連携させたい」という思いから受け入れを始めました。参加者のペースに寄り添い、無理をさせないこと、「あなたは必要な存在」と直接伝えることを大切にしています。社会に出る前のウォームアップのような、何かのアクションにつながる入り口になればと思っています。ただ見に来るだけ、やってみるだけ、話しに来るだけでも大丈夫です。そこから少しずつ畑作業ができるようになって、動ける幅が広がっていく人を見てきました。

私も社会人になる時にうまくいかなかった経験があり、自分もひきこもりになっていたかもしれないという過去があります。同じような人の気持ちに寄り添えたらいいなと思っています。ほんの少しだけ、畑に来てみませんか。

ボランティア 活動先を募集

ひきこもりの人が社会とのつながりを取り戻すきっかけとなる、ボランティア活動の受け入れ先を募集しています。農作業・軽作業・事務補助など、無理なく参加できる活動を軸に、当事者のペースを大切にしながら、温かく見守っていただける団体・個人の方の協力をお待ちしています。詳細は、生活支援課へお問い合わせください。

相談窓口

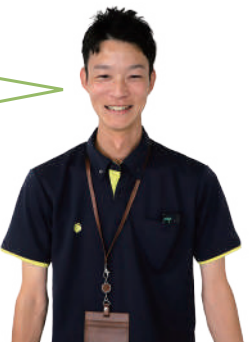


市役所西棟1階の生活支援課に、ひきこもりに悩んでいる人やその家族のための相談窓口を開設しています。

一人で悩まず、お話しに来てみませんか。困っていることを聴かせてください。そして、これからのことを一緒に考えましょう。

あなたが話すペースも大切にします。相談員一同、環境を整えてお待ちしております。

生活支援課
村田達也

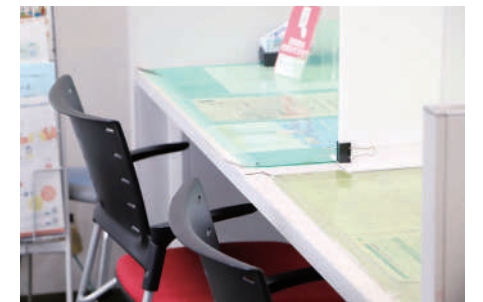


相談の流れ

STEP
1

電話・直接窓口へ

まずはお気軽に電話、または直接窓口へお越しください。当事者だけでなく、当事者の家族からの相談にも対応しています。専門の相談員が丁寧に話を聴きます。



STEP
2

状況整理

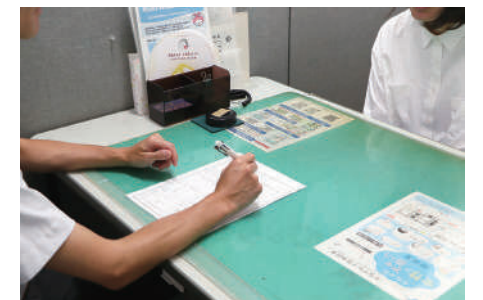
相談員が現在の生活状況や困りごと、これまでの経緯などを一緒に整理します。焦らず、当事者のペースで話せる環境を整えています。



STEP
3

支援プラン作成

一緒に整理した状況をもとに、一人一人に合った支援プランを作成します。生活リズムの改善や社会活動への参加、就労体験など、段階的な支援につなげるサポートをします。



新たな支援

「私たちが
お待ちしております！」



10月1日からスタートします



ひきこもりや生活困窮などですぐに働くことが難しい人を対象に、「就労前準備訓練事業」「居場所支援事業」を10月1日(木)から始めます。生活リズムや生活習慣の改善、コミュニケーション力・就労意欲向上、安心して過ごせる居場所の提供など、自分のペースで社会参加の第一歩を踏み出せるよう支援します。

■毎週(月)～(金)(祝は除く)9時～16時

■びーな's ベース(中新田1-11-11 ☎046(292)1122)

居場所支援事業

安心して過ごせる場所を提供します

1 相談する

まずは気軽に相談してください。どんなことでも大丈夫です。一緒に考えていきましょう。



2 案内・説明

利用の案内と事業の内容を説明します。現在の状況や希望を聞きます。



3 利用

安心して過ごせる居場所をいつでも利用できます。話したり、のんびり過ごしたり、自分のペースで活用してください。

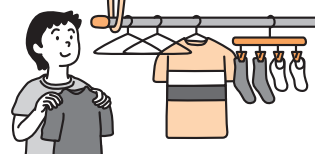


就労前準備訓練事業

働きたいあなたの一歩を支援します

1 生活のリズムを整える

朝決まった時間に行動し、掃除や洗濯、金銭管理など生活の基礎を整えます。



2 ボランティアなどへの参加

できることが少しずつ増えていくことで、自信をつけていきます。希望と状況に応じて、より実践的なプログラムへ進みます。



3 就労支援へ

就労の準備が整ったら、就労支援事業へと移行します。



講演会のお知らせ

ひきこもりへの理解を深め、当事者や家族を支えるための講演会を毎年開催しています。ことしは、専門家やひきこもり経験者を講師に迎え、支援のヒントや関わり方をテーマにした講演会を、12月に開催します。

■12月26日(土)13時30分 場 市役所会議室

費 無料 他 詳細は広報えびな12月1日号をご覧ください 問 生活支援課

当事者の 家族(親)より

実際の声を聞きました

当事者より

息子が中学生の途中から不登校になり、ひきこもりが始まりました。「なぜひきこもっているのか分からない」「育て方が悪かったのではないか」と自分を責める日々。私の年齢が上がっていく焦りもありました。

インターネットで海老名市の窓口を見つけ、就労支援の相談として生活支援課に電話したのが最初のきっかけです。義母から「あなたしかやれる人はいない、市役所へ相談に行きなさい」と言われたことも大きな後押しになりました。

息子の転機となったのは、月1回のフードバンクボランティアへの参加でした。「誰かの役に立てている」という実感が息子の自信となり、責任感や人とのつながりが少しずつ芽生えていきました。

相談員の「焦らなくていい、本人の気持ちを大事に」という言葉で気持ちが楽になりました。一人で悩まず、まず相談へ。親としての自分を責めず、動いてみるのが大切だと思います。

(50代・女性)

最初に相談窓口を訪れた時、気持ちは比較的軽いものでした。その後、1人で通うようになった頃は緊張もありましたが、今ではリラックスして話せるようになりました。帰り道に「今日は話せたかな」とその日を振り返ることもあります。

変化のきっかけは、ボランティア活動への参加でした。最初は「試しに行ってみよう」という気持ちでしたが、1年が経った今では活動後に達成感や「貢献できたかな」という充実感を感じるようになりました。また、ボランティアの予定が入ることで生活にメリハリができ、以前よりも外に出られるようになりました。最近はアルバイトもしてみたいと思っています。

小さなことでもいいので、まずは少しでも動いてみるのが大切だと思います。

(20代・男性)

相談員から 家族の皆さんへ

相談員から 当事者の皆さんへ

当事者と向き合い続けること、焦らずじっくり取り組み続けること、そして自分自身を振り返ることは、ご本人やご家族だけではとても大変なことです。一人で抱え込まないでください。「ひきこもり」に即効薬はありません。だからこそ、私たちのような伴走者がいることで、続けていけるかもしれません。これからの道のりを、ぜひ一緒に歩ませてください。

さまざまな理由から、つらい思いを抱えながら過ごしている人も多いのではないのでしょうか。

私たちは、皆さんがこれまで歩んでこられた経験や、今感じている困りごとにしっかり寄り添いながら、一緒に少しずつ考えていきたいと思っています。「それなら行ってみようかな」と思ったら、ぜひ気軽にお越しください。きっと景色が変わりますよ。



「私たち相談員と一緒に
少しずつ歩んでみましょう！」



なるほど！ 海老名のとりくみ

市の施策・事業を毎月紹介します

市民の皆さんに毎月1日号で分野や事業ごと12回に分けて市の魅力ある施策を紹介していきます。

第7回 高齢者への生活支援

市は高齢者一人一人が安心して笑顔で暮らせるよう、さまざまなサポートを行っています。

閩 地域包括ケア推進課 ☎046(235)4951

在宅介護者等リフレッシュ助成券の交付

介護の負担軽減やリフレッシュのため、マッサージなどに利用できる助成券を交付しています。交付額と1回の利用上限額は右表のとおりです。今年度は物価高騰を受け、交付額を2倍に増額しています。

☑申請時に、在宅で要介護3～5の認定があり、過去6カ月以内に90日以上入院・短期入所を含む施設入所をしていない方とその介護者(2人まで)



案内ページ

助成券 交付額	4月1日～8月31日の申請	2万4,000円
	9月1日～1月31日の申請	1万2,000円
1回の 利用 上限額 (1人 あたり)	はり・灸・マッサージ	3,000円
	日帰り温泉	1,000円
	温泉施設宿泊	8,000円
	食事	2,000円
	理美容	4,000円

介護用品の給付

紙おむつや尿とりパッドなどを給付しています。

☑要介護3以上で、月の半分以上が在宅の方

💰住民税非課税世帯は無料。課税世帯は月500円。ただし、市の給付分を超えた場合は、追加料金が発生します



緊急通報システムの貸与

不意の事故や病気などの緊急時に、24時間体制の緊急通報センターにつながる通報システムを貸与し、安否確認や健康相談ができます。

☑疾病などにより日常生活に不安のある、おおむね65歳以上の1人暮らしの方

💰住民税非課税者は無料で、課税者は税額に応じて無料または月額200～680円



えびな安心キット・救急安心カードの無料配布

☑おおむね65歳以上の方

【えびな安心キット】

自宅で救急車を要請し、救急隊が到着したときに、医療情報や緊急連絡先の情報をすぐに確認できるキットを無料で配布しています。

【救急安心カード】

外出先での緊急事態に備えて、医療情報や連絡先を記入できるカードを無料で配布しています。



今回は全世代(未病・介護)です。

認可保育所・認定こども園・小規模保育施設の新規入所希望者の申し込みを受け付けます。詳細は、令和9年度保育所のしおりをご覧ください。

◆市内の保育所のみ希望
希望する保育所の見学を済ませ、申込書一式をえびなこどもセンター(T243・0422中新田377)へ郵送してください。見学は各保育所対応が異なります。詳細は各保育所へ。

◆市外の保育所を希望
期10月1日(木)～11月11日(水)

市町村ごとに締め切り日や申し込み方法などが異なります。確認の上、締め切り日の1週間前を目安に必要な書類を直接えびなこどもセンターへ。



案内ページ

幼稚園名	住 所	電話番号
旭たちばな幼稚園	浜田町23-26	☎046(232)0992
にっしん幼稚園	柏ヶ谷5-23-34	☎046(232)0890
有鹿幼稚園	河原口3-10-5	☎046(231)0104
海老名幼稚園	さつき町5	☎046(232)6821
海老名みなみ幼稚園	社家3-11-27	☎046(232)8922
慶泉幼稚園	上今泉1-8-34	☎046(233)1835
相模みのり幼稚園	本郷3286	☎046(238)0572
さくらい幼稚園	上今泉1-22-56	☎046(232)2525

市内私立幼稚園の新入園児募集時期は次のとおりです。必要書類を直接各幼稚園へ提出してください。満3歳児の入園などの詳細は、各幼稚園へ。

募集要項
10月15日(木)から、各幼稚園で配布
願書受け付け
11月1日(日)から、各幼稚園で順次受け付け

私立幼稚園

令和9年度保育所入所児童・ 私立幼稚園新入園児童を募集

閩 保育・幼稚園課 ☎046(235)4824

市制施行55周年記念 50♡メッセージ 入賞作品決定

閩 市民相談課 ☎046(235)4568

5月に募集したパートナーへの感謝のメッセージに36件の応募がありました。上位入賞の3作品を紹介します。全作品は、市ホームページをご覧ください。



作品掲載ページ

【1位】
「ありがとう」
心の中で想っています。でも心とは反対に私の「アッシー君」と車でどこでも乗せて行ってもらいます。
難病の私は「しごとく生きるわよ」とあなたに言います。
(ペンネーム：あこ)

【2位】
貴方と結婚して60年が過ぎました。子供の頃からの夢を応援して下さったお陰で私の人生は満足度100%になりました。貴方に意地悪や嫌味を言われたことなど一度もありません。残りの日々も一緒に歩ませて下さい。
(中敷幸枝)

【3位】
結婚33(三十三)年目。長男の結婚、長女の社会人としての第一歩の年。大きな節目を迎え、穏やかな毎日を幸せに過ごせるのは、やっぱりあなたがいるから。いつもありがとう。
(ペンネーム：いいな33)

「広報えびな」の
共通マークと
ルール

☑日時・日にち ☑期間 ☑時間 ☑場所
☑対象 ☑定員 ☑内容 ☑講師 ☑費用
☑持ち物 ☑その他 ☑任期 ☑条件
☑主催 ☑Eメール ☑ホームページ
☑問い合わせ ☑申し込み ☑予約制
祝除 祝日・振替休日を除く ☑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」

市のがん検診の 新たな取り組み

◆胃がん・肺がん無料受診券

40歳の人に加えて、65歳になる人も無料で受診できるようになりました。

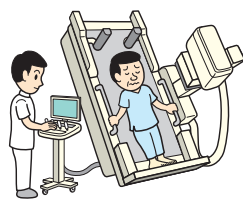
◆セットがん検(健)診の対象年齢 上限撤廃

セットがん検(健)診は医療機関で複数の検(健)診を同日にまとめて受診できます。今年度、上限年齢を撤廃し、69歳以上の人も受診が可能になりました。

◆令和7年度職域等がん検診 受診状況の報告

正確な受診率の把握のため、勤め先などでのがん検診受診状況について、国から報告が求められています。報告をもとに未受診者や要精密検査者への効果的な受診勧奨へつなげます。対象者は二次元コードから報告をしてください。

☎令和7年4月1日～令和8年3月31日に、勤め先(家族の勤め先も含む)や人間ドックなどの任意(自費)で、肺・胃・大腸・乳・子宮がんの検診を受診した方



職域等がん検診
受診状況報告

市のがん検診の申し込み方法

市のがん検診は、市内在住の方が受診することができます。対象年齢があります。個別検診・セット検(健)診は医療機関へ直接予約、集団検診は電話でびなウェル(☎046・204・4560)または健康推進課へ。



案内ページ



ピンクリボンバッジ

ピンクリボン運動は、乳がんの正しい知識を広め、乳がん検診の早期受診を推進する世界規模のキャンペーンです。
ピンクリボン運動の由来は乳がん で亡くなった患者の家族が、「同様の悲劇が繰り返し起きないように」と願いを込めてピンクのリボンを作ったこととされています。全国各地でピンク色のライトアップや街頭啓発を行い、早期発見に向けた検診受診などを呼びかけます。



案内ページ



10月はピンクリボン月間

市のがん検診の取り組み

乳がんを知ることが、予防の第一歩です。今年度は主に5つの取り組みを行います。

①ウインドウアート

市庁舎の窓をピンク色のハート型にアレンジし、月間をPRします。

②ピンクリボンメッセージアート

大切な人への健康メッセージをハート型のカードに書きましょう。

③イチゴマルシェブース

啓発ブースを出展します。

④海老名マルイ特設ブース

啓発ブースを出展します。

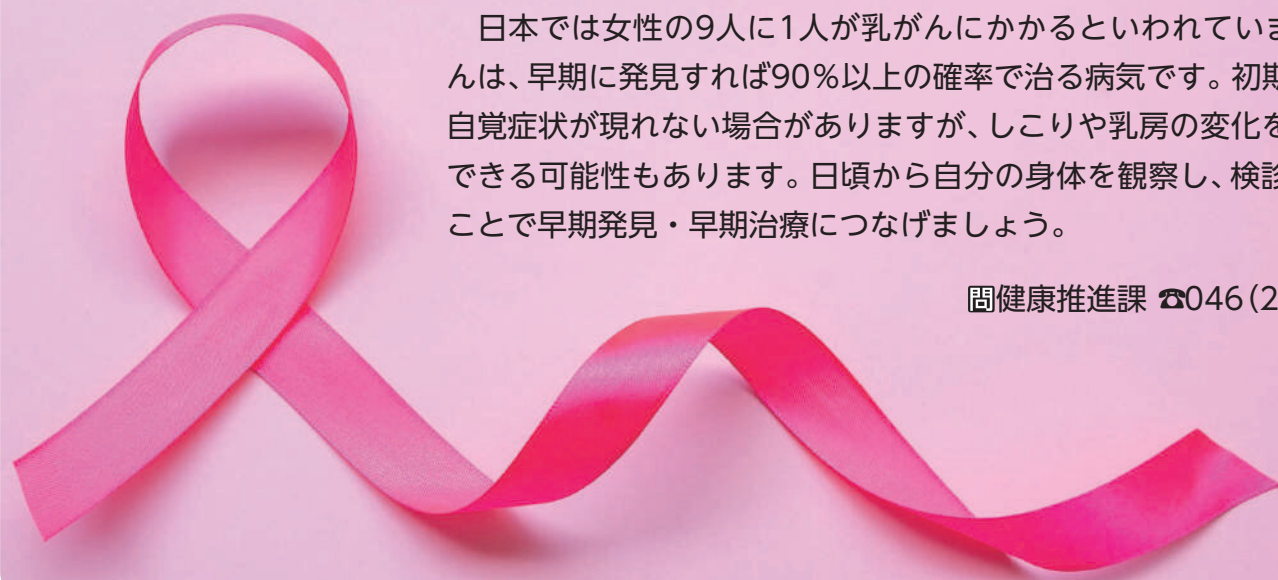
⑤小田急電鉄(株)との取り組み

包括連携協定を締結した小田急電鉄(株)と協力し、ピンクリボン運動を啓発します。



④海老名マルイ特設ブース
啓発ブースを出展します。
10月18日(日)11時～15時
場 海老名マルイ4階特設会場(中央1・6・1)
⑤小田急電鉄(株)との取り組み
包括連携協定を締結した小田急電鉄(株)と協力し、ピンクリボン運動を啓発します。
☎海老名駅駅間自由通路内の照明をピンク色にライトアップ・ビナガーデンズの一部のテナントスタッフがピンクリボンバッジを着用・啓発のためのポップの掲示

乳がん検診で早期発見・ 早期治療につなげましょう



日本では女性の9人に1人が乳がんにかかるといわれています。乳がんは、早期に発見すれば90%以上の確率で治る病気です。初期段階では自覚症状が現れない場合がありますが、しこりや乳房の変化を自ら発見できる可能性もあります。日頃から自分の身体を観察し、検診を受けることで早期発見・早期治療につなげましょう。

健康推進課 ☎046(235)7880



ブレスト・アウェアネスで 乳がん予防

ブレスト・アウェアネスとは、乳房を意識する生活習慣のことです。日頃の生活で次の4つのポイントを意識しましょう。

①乳房の状態を知る

入浴や着替えの時などに、乳房を見て触ります。日頃から乳房のセルフチェックをしましょう。

②乳房の変化に気を付ける

「乳房の腫瘍」「乳頭からの分泌物」「乳頭や乳輪のただれやびらん」「乳房の皮膚のへこみや引きつれ」「乳房痛」の変化に気を付けましょう。

③変化に気付いたら すぐ医師に相談する

②のいずれかの変化に気付いたら、すぐに医療機関を受診しましょう。

④40歳以上は2年に1回 乳がん検診を受ける

乳がん検診は死亡率を減少させることが科学的に証明された有効な検診です。少なくとも2年に1度は検診を受けましょう。



第5回 えびな市民文化芸術祭

閩海老名市文化芸術協会事務局 ☎046(240)8870

出演者と出展者が創り上げる参加者主体のイベントです。音楽や踊り、展示など、市内に活動拠点がある団体・個人が日頃の成果を発表します。詳細は、市ホームページをご覧ください。

期 10月3日(土)～26日(月)

場 文化会館・総合福祉会館

費 無料

主 市・海老名市文化芸術協会

他 駐車場の利用は
有料です



案内ページ



【音楽・舞台】

合唱や器楽、邦楽など、幅広いジャンルの音楽を楽しめます。ソロコンサートがあるのも特徴です。

開催日	内 容
11日(日)	記念セレモニー・邦の舞台・ソロコンサート
12日(月)祝	BINA LIVE
18日(日)	洋の舞台・市民コンサート
25日(日)	市民コンサート・詩吟・講演・演劇

【伝統文化子ども教室】

「華道」や「尺八」を含む8つの体験教室を開講します。

開催日	内 容
4日(日)	華道
10日(土)	尺八
11日(日)	こと・書道・茶道
18日(日)	俳句
25日(日)	日本舞踊・詩吟

※申し込み受け付けは終了しました

【展示】

絵画や写真、書道、水墨画などの多彩な作品が一堂に会します。

開催日	内 容
3日(土)・4日(日)	姉妹都市小学生絵画作品・華道
9日(金)～13日(火)	絵画・写真
10日(土)・11日(日)	竹細工・工芸品・洋裁・書道・絵手紙・己書・工芸・手芸・和風
15日(木)～19日(月)	仏画・裂画・写真
17日(土)・18日(日)	ペン字・書道・己書・水墨画・陶芸・トールペイント・和風・姉妹都市交流作品(俳句・短歌・川柳)・俳句・茶道(茶道は18日のみ)
21日(水)～25日(日)	川柳
22日(木)～26日(月)	絵画・工芸・己書
24日(土)・25日(日)	書道・創作人形・絵画・ステンドグラス・工作・盆栽・和風

【記念セレモニー】

「市制施行55周年記念」「第5回えびな市民文化芸術祭」「海老名市文化芸術協会創設5周年」を祝して、邦の舞台による記念セレモニーを開催します。

「市制施行55周年えびな市民まつり2026」花火有料観覧チケットを販売

閩えびな市民まつり実行委員会事務局(市民活動推進課内)

☎046(235)4794

11月15日(日)海老名運動公園で開催する「市制施行55周年えびな市民まつり2026」で、約5500発の花火を17時30分から打ち上げます。迫力満点の花火を4タイプの有料エリアで観覧できます。

陸上競技場スタンド席

会場の高い位置から観覧できます。座席指定はできません。まつり開催中の休憩スペースとしても利用できます。

時 入場は9時30分から定 先着約1000席
費 1席2500円(お子さんの膝上観覧は無料)他 先着34席のベビーカー利用者優先席あり

さがみグリーンライン観覧エリア

打ち上げ場所に最も近い相模川沿いの場所です。エリア内で自由に観覧できます。

時 入場は16時から定 先着約1000人
費 中学生以上2000円／小学生500円／未就学児無料

野球場芝生観覧エリア

エリア内で自由に観覧できます。
時 入場は16時45分から定 先着約700人

費 中学生以上1000円／小学生500円／未就学児無料

総合体育館2階デッキシート

座席指定はできません。まつり開催中の休憩スペースとしても利用できます。
時 入場は9時30分から定 先着約20シート
費 1シート7000円(未就学児がいる家族のみ他 1シート2席×3席(4～5人ほどのスペース))

購入方法

10月1日(木)からセブンチケットサイト、セブン・イレブン店頭マルチコピー機で。詳細は、9時～20時にセブンチケットコールセンター(☎0077-7877-711)へ。チケットの再発行は不可。残数が出た場合はまつり当日に会場販売。花火中止時は、11月19日(木)～12月17日(木)にチケット引き換えを行ったセブン・イレブン店頭で返金します。



案内ページ

フレイル予防

閩地域包括ケア推進課 ☎046(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。定期的なチェックや周囲のサポートが予防の第一歩となります。

フレイルチェック 「楽しく自分で健康チェック」

東京大学監修の「フレイルチェック」を通じて、運動や栄養・口腔など、自身の健康状態を確認しましょう。

日 11月11日(水)10時～12時15分 場 柏ヶ谷コミセン 対 市内在住の65歳以上の方 定 18人 内 握力・筋肉量測定・片足立ち上がりなど 費 無料 申 電話で地域包括ケア推進課へ。11月2日(月)締り 他 応募者多数の場合は抽選

フレイルサポーター養成講座(全2回)

健康寿命の延伸に向けて楽しく社会参加ができることを目指し、「フレイルチェック」の担い手となるサポーターを養成します。自身のフレイル予防にもつながります。
日 11月2日・9日(月) 時 13時30分～15時45分 場 市役所会議室 対 市内在住の40歳以上で、①④を全て満たす方。①全2回参加できる②修了後に定期的なフレイルチェックに参加できる③準備から片付けまで4時間程度のサポーター活動ができる④主体的に参加者を導ける 定 先着20人 費 無料 申 電話で地域包括ケア推進課へ



各種救命講習 子育て世代向け救命入門コース

岡警防課 ☎046(231)0932

普通救命講習(Ⅰ)

成人に対する心肺蘇生とAED(自動体外式除細動器)の使い方を学びます。

日 11月19日(木)・28日(土)
時 9時～12時

普通救命講習(Ⅱ)

乳児・小児に対する心肺蘇生とAEDの使い方を学びます。

日 11月14日(土) 9時～12時

上級救命講習

乳児・小児・成人に対する心肺蘇生とAEDの使い方のほか、三角巾の使い方や骨折・やけどなどの処置方法と搬送方法を学びます。筆記・実技の試験もあります。

日 11月21日(土) 9時～17時

※共通事項
場 消防署本署
対 市内在住・在勤・在学の中学生以上
定 先着20人
費 無料
申 10月6日(火) 9時から、市ホームページで

子育て世代向け救命入門コース

日 11月7日(土) 10時～11時30分

場 えびなこどもセンター

対 市内在住・在勤・在学で、未就学児の保護者・出産予定の妊婦とパートナー

定 先着15組

費 無料

申 10月6日(火) 9時から、市ホームページで

他 お子さん同伴可



案内ページ



岡健康推進課 ☎046(235)7880

市管理栄養士や食生活改善推進団体えびな会などが考案した、体にやさしくおいしいレシピを紹介します。

カボチャのヨーグルトマヨネーズサラダ

クックパッド市公式ページで
レシピを公開中 ▶



まろやかでやさしい口当たりのサラダです。玉ネギとキュウリの食感がアクセント。



材料(4人分)

カボチャ……………160g(1/8個)
こしょう……………少々
玉ネギ……………25g(1/8個)
キュウリ……………70g(3/4本)
塩……………0.2g
レーズン……………20g
プレーンヨーグルト……………80g
マヨネーズ……………20g

作り方

- ①カボチャは種を取って1.5cm角に切り、耐熱皿にのせてラップをかけ、電子レンジ500Wで4分加熱する。フォークで粗くつぶし、こしょうで下味をつけ冷ましておく。
- ②玉ネギは粗みじん切りにする。
- ③キュウリは薄切りにし、塩を振りかけ、しんなりしたら絞って水気を切る。レーズンは熱湯をかけて水気を切る。
- ④Aを混ぜ合わせ、トッピング用のドレッシングとして、大さじ2程度を別に取りしておく。
- ⑤④に①②③を加えて軽く混ぜ合わせる。
- ⑥器に⑤を盛り付けて、④をかける。

POINT 加熱したカボチャが硬い場合は、追加で加熱してください。粗くつぶすのがポイントです。

EBINA スポレク フェスタ 2026

健康
えびな
マイレージ

岡文化スポーツ課 ☎046(235)4927



さまざまなスポーツレクリエーションを親子で体験できます。市制施行55周年特別企画の「55周年だヨ! 大運動会」や「第21回えびな玉入れ選手権大会」も同日開催します。直接会場へ。詳細は、市ホームページをご覧ください。



案内ページ

日 10月12日(月)祝

場 海老名運動公園

内 右表のとおり

費 無料(球根つかみ取りは500円)

持 室内履き(屋内種目)

他 雨天の場合は屋内種目のみ。駐車場の利用は有料です



通いの場リーダー 養成講座〈全5回〉

問 地域包括ケア推進課
☎046(235)4950



高齢者が長く生き生きと生活できるように、サロンなど高齢者向けの企画や運営をする人を養成します。

日11月6日～12月11日の毎週(金)(11月27日除く) **時**10時～11時30分 **場**柏ヶ谷コミセン **対**市内在住の65歳以上で全5回参加でき、受講が初めての方 **定**先着20人 **費**無料 **申**10月2日(金)から、電話で地域包括ケア推進課へ

ビナスポお試し体験会

問 地域包括ケア推進課
☎046(235)4950



ストレッチとマシンの体験会です。
日11月19日(木)13時30分～15時 **場**えびな市民活動センタービナスポ **対**市内在住の65歳以上で、ビナスポのマシンを利用したことがない方 **定**10人 **費**無料 **申**電話で地域包括ケア推進課へ。10月26日(月)締め切り **他**初めての方優先。応募多数の場合は抽選。駐車場の利用は有料です



これならできる！チャレンジ講座 ～糖尿病編～〈全2回〉

問 健康推進課
☎046(235)7880



糖尿病について学びます。
日①11月11日(水)10時～11時30分「病態編」②11月13日(金)10時～12時「食事編」 **場**①市役所会議室②えびな市民活動センタービナレッジ **対**市内在住・在勤で、全2回参加できる方 **定**30人 **費**300円(食材代) **申**10月2日(金)から、電話または直接健康推進課へ。11月4日(水)締め切り **他**応募多数の場合は抽選。託児あり。②の駐車場の利用は有料です



LGBT講座

「アップデートしよう！『性の多様性』～日本の現在地から考える、誰もが自分らしく生きられる社会～」

問 市民相談課 ☎046(235)4568

日10月31日(土)14時～16時 **場**市役所会議室 **定**先着30人 **講**樋田早紀氏(イマージェント法律事務所弁護士) **費**無料 **申**10月2日(金)から市ホームページで。電話または直接市民相談課へも可

第4回海老名市民講座まなBINA 「近世日本絵画を巡る—絵師たちとその画風」〈全3回〉

問 学び支援課 ☎046(235)8411

近世日本絵画の流派や絵師、作品の画風や魅力を学びます。

日①11月2日(月)「琳派—飾る絵画」②11月16日(月)「奇想の絵画—伊藤若冲」③11月30日(月)「文人画—池 大雅」
時①③14時～15時30分②10時～11時30分 **場**文化会館 **対**市内在住・在勤・在学で、全3回参加できる方 **定**先着60人 **講**山本ゆかり氏(多摩美術大学講師) **費**無料 **申**10月2日(金)から、電話で学び支援課へ **他**駐車場の利用は有料です

介護者教室

「腰痛にならないための安全な介助と身体の使い方」

問 地域包括ケア推進課
☎046(235)4950



介護で負担をかけない身体の使い方を学びます。

日11月5日(木)10時～11時30分 **場**海老名市医療センター(さつき町41) **対**市内在住・在勤の方で介護をされている方、介護に興味のある方 **定**先着25人 **講**関山 翔氏(理学療法士) **費**無料 **申**10月2日(金)から、電話でさつき町地域包括支援センター(☎046・234・7226)へ

広報えびな 点字版・音声版

問 障がい福祉課 ☎046(235)4813

視覚障がいがある方に送ります。

大和齋場休場日

問 大和齋場 ☎046(264)5566

10月22日(木)は施設点検のため全館休場します。詳細は、大和齋場ホームページをご覧ください。

最低賃金の改正

問 神奈川労働局賃金室
☎045(211)7354

10月1日(木)から、神奈川県最低賃金が1,279円になります。この金額は、県内の事業場で働く常用・臨時・パート・アルバイトなどの雇用形態を問わず、全ての労働者とその使用者に適用されます。

募 集

スマホの基本操作を体験 「スマホ教室」

問 デジタル推進課 ☎046(235)8400

スマホ初心者向けの教室です。受講者自身のAndroidスマートフォンを使って学びます。

日10月22日(木) **時**①10時～12時「はじめての生成AIと詐欺対策(セキュリティ)」②14時～16時「LINE(基本～応用編)」 **場**市役所会議室 **対**Android端末を所有している方 **定**各回先着10人 **費**無料 **申**10月2日(金)9時から、電話でデジタル推進課へ。LINE「海老名市」でも可。8日(木)締め切り



案内ページ

家族介護者教室

「食べて動いて健康長寿教室」

問 地域包括ケア推進課
☎046(235)4950



食生活のチェック・簡単にできる運動・とろみ剤の使い方を学びます。

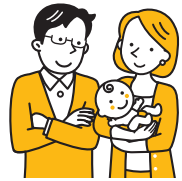
日10月27日(火)13時30分～15時 **場**国分寺台文化センター **対**市内在住の方 **定**先着30人 **講**森永乳業(株)健康栄養科学研究所研究員 **費**無料 **申**10月2日(金)から、電話で国分寺台地域包括支援センター(☎046・233・8881)へ

10月から 国民年金保険料の 育児免除制度が開始

問 国 保 医 療 課 ☎046(235)4596
厚木年金事務所 ☎046(223)7171

育児期間中の経済的給付に相当する支援措置として、育児期間の国民年金保険料の納付が所得に関係なく免除される制度を始めます。免除期間は、保険料を納付したものととして老齢基礎年金の受給額に反映されます。詳細は、市ホームページをご覧ください。

対令和8年10月1日以降、1歳になるまでの子を養育する「国民年金第1号被保険者」の実父母・養父母 **申**市役所または厚木年金事務所(厚木市米町1-10-3)の窓口で。マイナポータルの電子申請も可



社会生活基本調査を実施

問 県統計センター
☎045(313)7213・045(313)7215

総務省統計局は、10月20日を基準日として、社会生活基本調査を実施します。社会生活の実態を明らかにするために、生活時間の過ごし方と過去1年間の活動状況を調査します。10月上旬～中旬に、調査員が対象世帯を訪問します。ご協力をお願いします。

海老名の〇〇 vol.10

海老名の地名



海老名市史叢書7
「海老名の地名」

地名の由来はいくつかあります。

古文書『有鹿神社縁起』には、かつて入江に大きな海老が生息していた土地ということからとられた説があります。

また、エビは「節があって曲がっているもの」を表す語とされ、そこから転じて、「階段状の地形」を意味する地名語になったとも言われています。つまり、海老名は「段丘崖の目立つ地」ということになります。

他にもエビをイビの転訛とみる場合、

イビは「怒る」「荒れる」という意味の方言として、各地で使われていることから、「川が怒って(氾濫を起こして)できた土地」という見方もあります。

いずれにしても、海老名という地名は平安中期から用いられていて、はじめは狭い小地域を指していました。やがて周辺の地名に拡大し、さらには郷名にまでなったものと思われます。

出典：海老名市史叢書7「海老名の地名」

お知らせ

障がい者雇用促進奨励補助金

問 商工課 ☎046(235)4843

障がい者雇用の安定と促進を図るため、障がい者を雇用している市内中小企業事業主に補助金を交付します。

申10月1日(木)から、申請書を郵送または直接商工課へ。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。16日(金)締め切り(必着)

10月1日から 中学校3年生のインフルエンザ 予防接種費用を助成

問 就学支援課 ☎046(235)4921

9月下旬に対象者へ助成券を発送しました。

期10月1日(木)～令和9年1月31日(日) **対**市内在住・在学の中学校3年生 **費**自己負担額1,000円 **他**経鼻インフルエンザワクチンは助成対象外

教育委員に高橋氏を任命

問 教育総務課 ☎046(235)4916

令和8年第3回市議会定例会で同意を得て、教育委員に高橋裕一郎氏を任命しました。任期は令和12年9月30日までの4年間です。

本市はことし11月1日に市制施行55周年を迎えます。

11月1日号までの全11回、海老名を象徴する「〇〇」を紹介します。

2026高座SDGsフェスティバル

問 高座クリーンセンター環境プラザ
☎046(238)3172

「健康増進」「環境啓発」をコンセプトに、SDGsへの理解を深めるイベントです。直接会場へ。詳細は、高座クリーンセンター環境プラザに問い合わせまたは同ホームページをご覧ください。

日 11月8日(日)9時～15時 場 高座クリーンセンター環境プラザ(本郷1-1)、高座施設組合屋内温水プール(本郷20-1)など

県央地区合同就職面接会

問 ハローワーク厚木
☎046(296)8609(41#)

9社が参加予定です。予約時間の10分前に直接会場へ。参加にはハローワークで交付する紹介状が必要です。事前に準備をしてください。詳細は、ハローワーク厚木ホームページをご覧ください。

日 10月14日(水)13時～16時 場 市役所401会議室

下水道ふれあいまつり

問 (公財)神奈川県下水道公社
☎0463(55)7211

下水処理場見学をはじめ、スタンプラリーや模擬店、ステージイベントなどがあります。直接会場へ。

日 10月17日(土)10時～15時(小雨決行) 場 柳島しおさい公園(茅ヶ崎市柳島1900柳島水再生センター内)

えびなSDGs展

問 環境政策課 ☎046(235)4912

楽しみながら学べるワークショップや、えびなSDGs懇話会会員の取り組みを紹介します。詳細は、市ホームページをご覧ください。

◆イベント

日 10月11日(日)10時～16時 場 海老名中央公園 他 第15回えびな商工フェス内で行います

◆展示

期 11月5日(木)～11月12日(木)(閉庁日除く。初日は13時から、最終日は12時まで) 場 市役所エントランスホール



案内ページ

第15回えびな商工フェス

問 海老名商工会議所
☎046(231)5865

市内外の商工業者が自慢の技術や商品、地元の味を紹介し、海老名の魅力を発信します。直接会場へ。

日 10月11日(日)10時～16時(荒天中止) 場 海老名中央公園 内 子ども向け職業体験、キッチンカー出店、飲食物・商品の販売、展示、ステージパフォーマンスなど 他 海老名商工会議所

X 海老名市【公式】
@ebina_city_pr

市政情報、イベント情報、災害情報などを発信しています。



えびな防災体験フェスタ

問 危機管理課 ☎046(235)4501

市・ウエインズトヨタ神奈川(株)・損害保険ジャパン(株)の共催で防災イベントを開催します。防災に係るミッションを親子でクリアする体感型防災アトラクションをはじめ、さまざまなコンテンツを体験できます。詳細は、市ホームページをご覧ください。

日 11月8日(日)10時～17時30分 場 WEINS PARK 海老名(中新田3289-40) 内 体感型防災アトラクション(要事前申し込み)・起震車体験・水消火器体験・キャンピングカーの展示・防災カラビナストラップ作りなど



案内ページ

ターゲットバードゴルフ大会

問 地域包括ケア推進課
☎046(235)4951

海老名ゆめクラブ連合会の大会です。一般参加も可。

日 11月24日(火)9時30分～12時30分(雨天は26日(木)) 場 海老名運動公園 内 海老名ゆめクラブ会員または市内在住60歳以上の方 費 無料 申 10月1日(木)から、電話で海老名ゆめクラブ連合会事務局(☎046・235・0220)へ。30日(金)締め切り 他 駐車場の利用は有料です



コミセンまつり

問 地域づくり課 ☎046(235)4793

施設を利用している団体の活動発表や作品展示などを行います。詳細は各施設へ。

◆ 柏ヶ谷コミセン(☎046・231・7475)

日 10月18日(日)10時～15時

◆ 大谷コミセン(☎046・233・4457)

日 10月25日(日)10時～14時30分

障がい者スポーツフェスティバル

問 障がい福祉課 ☎046(235)4812

スポーツを通じ、障がいのある人と療育施設の利用者への理解と交流を深めるイベントです。ポッチャ・モルックなどのパラスポーツを体験できます。直接会場へ。送迎バスあり。詳細は障がい福祉課へ。

日 10月24日(土)10時～12時 場 海老名運動公園総合体育館 内 室内履き 他 手話通訳あり。駐車場の利用は有料です

フルインクルーシブ教育市民学習会「みんなでつくるインクルーシブな街」

問 教育支援課 ☎046(234)8764

すべての子どもがともに学び、ともに育つことをめざすフルインクルーシブ教育について考えます。

日 10月25日(日)10時～11時30分 場 市役所会議室 内 小・中学生の保護者、市内在住の方など 定 先着100人 講 竹内哲哉氏(NHK解説委員) 費 無料 申 市ホームページで。電話または直接教育支援課へ可



案内ページ



ご寄付ありがとうございます
(敬称略)

◆文化財に関する事業へ
・湘南クラフト 1万円

ボランティア入門講座「点訳」〈全5回〉

問 海老名市社会福祉協議会
☎046(232)1600

目の不自由な人に文字情報を伝えるための点訳技術を学びます。

日 10月21日～11月18日の毎週(木) 時 10時～12時 場 総合福祉会館 定 先着10人 費 無料 申 海老名市点訳グループみのりの会 申 10月2日(金)から、電話で海老名市社会福祉協議会へ 他 駐車場の利用は有料です



催し

令和8年度食べるがつなぐ未来へのかけはしポスターコンクール作品展

問 健康推進課 ☎046(235)7880

市内小学生を対象に募集したポスターコンクールの作品を展示します。

期 場 【全作品】10月9日(金)～21日(水)(閉庁日除く。最終日は12時まで)・市役所エントランスホール 【入賞作品】10月14日(水)～29日(木)・ららぽーと海老名4階展示スペース(扇町13-1)

相模国分寺跡あそびのひろば

問 教育総務課 ☎046(235)4925

トランポリンやバランスボールで遊べます。昔ながらの遊具の貸し出しや海老名産野菜の販売もあります。直接会場へ。
日 10月18日(日)10時～13時(雨天中止) 場 史跡相模国分寺跡(国分南1-19) 内 1歳児～小学生 費 無料 他 小学校2年生以下は保護者同伴。駐車場はありません

募集

高齢者生きがい教室「健康マージャン教室」〈全3回〉

問 地域包括ケア推進課 ☎046(235)4951

日 10月16日～30日の毎週(金) 時 10時～12時 場 第一高齢者生きがい会館 内 市内在住の60歳以上で全3回参加でき、マージャンが未経験の方 定 10人 講 齋藤理江氏((一社)日本健康麻将協会WMレクサンプロ) 費 無料 申 10月1日(木)から、電話・ファクスまたはメールで海老名市シルバー人材センター(☎046・237・3001 046・238・0071 ebina@sjc.ne.jp)へ。ファクス・メールの場合は、住所・氏名・ふりがな・年齢・電話番号を記載。8日(木)締め切り 他 応募多数の場合は抽選。当選者には10月9日(金)に連絡



びなウェル健康教室エクササイズクラス「そのままお出かけできるリズムエクササイズとコンディショニング」

問 びなウェル ☎046(204)4560

股関節と足裏の簡単な動きで運動を実感できるプログラムです。

日 11月7日(土)8時30分～9時40分 場 ルネサンス海老名ビナガーデンズ24(めぐみ町3-1) 内 市内在住の18歳以上の方 定 25人 講 山口 薫氏(健康運動指導士) 費 無料 申 10月7日(水)から、二次元コードで。(月)(水)(金)は13時～20時、(土)(日)(祝)は10時～20時に、電話または直接びなウェルへも可。21日(水)締め切り 他 応募多数の場合は抽選



申し込みページ

土曜開庁日を変更

問 企画財政課 ☎046(235)4634

利便性向上のため、土曜開庁日を第1・第3(土)から第2・第4(土)に変更しました。



案内ページ

市制施行
55周年
記念事業

第20回記念エビナ・プロムナード・コンサート「FORTE」

闊文化スポーツ課 ☎046(235)4797

市制施行55周年記念事業として、今年度はプロムナード・コンサートを2回開催します。

第1弾は、神奈川フィルハーモニー管弦楽団ソロ・コンサートマスターの石田泰尚氏を中心としたサロンオーケストラのコンサートを「海老名市・座間市・綾瀬市文化振興プロジェクト」の一環で行います。

チケット購入の詳細は、文化会館(☎046・232・3231)へお問い合わせください。先行販売初日はオンラインのみでの受け付けです。

日 令和9年1月9日(土)14時開演

場 文化会館大ホール

定 先着1,000人

内【曲目】クライスラー「愛の悲しみ」「シンコペーション」、サン＝サーンス「交響詩『死の舞踏』

Op.40より」、マーヴィン・ハムリッシュ「映画『追憶』よりテーマ」

Op.40より」、マーヴィン・ハムリッシュ「映画『追憶』よりテーマ」

Op.40より」、マーヴィン・ハムリッシュ「映画『追憶』よりテーマ」

Op.40より」、マーヴィン・ハムリッシュ「映画『追憶』よりテーマ」

費 3,000円(別途手数料あり)

申 右表のとおり

他 全席指定。未就学児は入場不可。小学生は保護者同伴。この事業は、市町村振興宝くじ「サマージャンボ宝くじ」の収益金を活用しています



石田泰尚氏©進藤綾音

販売方法など		販売時間
文化会館	先行販売 対 海老名市・座間市・綾瀬市に在住・在勤・在学の方 申 10月16日(金)10時から、文化会館ホームページ「オンラインチケットサービス」で。17日(土)14時からは電話または直接同館へも可	窓口・電話 10時～ 17時30分 (休館日除く) オンライン チケット サービス (3時～4時は 申し込み不可)
	一般販売 申 先行販売で完売しなかった場合は、10月23日(金)10時から同館ホームページ「オンラインチケットサービス」で。14時からは電話または直接同館へも可 他 「オンラインチケットサービス」は会員登録(無料)が必要	
チケット サイト	申 10月23日(金)10時から、「チケットぴあ」「ローソンチケット」「イープラス」で 他 会員登録(無料)が必要	24時間

世帯数と人口

〈令和8年9月1日現在〉

世帯数

64,954世帯
(63,852世帯)

人口

142,223人
(141,397人)

男 71,176人
(70,902人)

女 71,047人
(70,495人)

※()内は前年同月
(令和7年9月)の値

数値は、令和7年国勢調査確定人口が総務省から公表された後にさかのぼって変更されます。

今月の納税・納付

〈納期限11月2日(月)〉

- 市県民税(普通徴収) [3期]
- 国民健康保険税 [5期]
- 下水道受益者負担金・分担金 [3期]
- 市営住宅使用料 [10月]
- 保育所保育料 [10月]
- 介護保険料 [5期]
- 後期高齢者医療保険料 [4期]
- 小・中学校給食費 [6期]

納付は口座振替が便利です。

今月の題字

えびな

犬が大好きです！

柏ヶ谷小学校 林 李莉花さん(11歳)



編集
雑誌
記

分からないながらも必死にもがき、初めての担当号を完成させることができました。制作して分かったのは、周りには手を差し伸べてくれる人がたくさんいるということ。一人で抱え込まず誰かに頼ることの大切さを改めて実感しました。悩みを抱えた一人でも多くの人に、特集に込めたメッセージが届きますように。(み)