

- ② インフルエンザを予防しよう
- ③ 参加しよう自治会活動
- ④-⑤ **特集** スポーツ始めませんか?
～心も体も健康に～
- ⑥-⑧ 街の話題/コラム/お知らせ



子どもの成長を感じよう 触れ合う時間、 大切に

「次は滑り台で遊ぼうか」「うん」。父親の呼び掛けに子どもが笑顔で答えます。大好きなパパとの休日に、心が弾みます。パパにとっても、わが子の成長を感じる貴重なひとときです。何かと忙しいパパさんたち、子どもと触れ合う時間を大切にしていますか。幼い子どもの笑顔はその時にしか見ることができません。

市では男性の育児参加を応援し、家族との時間を大切にしてもらうよう、仕事と生活の調和「ワークライフバランス」を推進。毎月第3水曜日を「あつぎ家庭の日」「あつぎ家庭読書の日」と定め、家族とのだんらんを呼び掛けるなど、男性も女性も積極的に育児に取り組める環境づくりに力を入れています。

10月19日は「イクメンの日」。どんなことからでも構いません。子どもの笑顔のために、今しか体験できない育児の時間を楽しんでみませんか。

園ごとでも育成課 ☎225-2262
市民協働推進課 ☎225-2215

絵筆を持って集まれ! 絵本の読み聞かせと ワークショップ

いくメン
講座

【日時】11月12日、13時30分～15時30分
【会場】中央図書館
【内容】絵本作家による読み聞かせと、手作りのだるまに顔を描くワークショップ
【対象】5歳～小学6年生程度と男性保護者20組(母親も見学可)
【費用】無料。絵筆をお持ちください。
☎10月1日から中央図書館 ☎223-0033へ。先着順。 ☎172409 ㊟1



Zoom Up

10月16日から予防接種がスタート

インフルエンザを予防しよう

今年の冬も、高熱や激しい咳などを引き起こすインフルエンザの流行が予想されます。特に高齢者や子どもは、肺炎や脳症などを併発する危険性があり、大事に至る可能性があります。ウイルスがまん延する前に、予防接種を受けましょう。

インフルエンザワクチンには、発症の可能性を軽減する他、感染による重症化や合併症へのリスクを減らす効果があります。予防接種を受け、発症・重症化を防ぐことが大切です。

接種は早めに

インフルエンザウイルスは、大きく分けてA・B・C型の3種類に分類されます。年によって流行する型が異なるため、毎年ワクチン接種が肝心です。ワクチンは、接種後1〜3週間程度で効果が表れ、およそ半年間持続します。インフルエンザが流行してからでは遅いため、なるべく早く接種する必要があります。



大切な人をインフルエンザから守るためにも、予防接種を受けましょう



予防接種は自分だけでなく大切な人を守る

南毛利内科院長 内山 順造さん (54)

予防接種で、皆さんに誤解されていることがあります。一つは「予防接種を打てばインフルエンザにかからない」と思われていること。ワクチンを接種しても完全には感染を防げません。手洗いやマスクなどの日々の予防が大切です。それなら打っても意味がないと思われるかもしれませんが、完全に防げなくても、接種する人が増えればその人たちが防波堤となり、感染のまん延を防ぐことができます。また、「予防接種が原因でインフルエンザにかかる可能性がある」という意見。インフルエンザワクチンは、不活化したウイルスの一部を体内に入れ、抗体を作ります。そのため、体が反応し、発熱や倦怠感といった症状を引き起こすこともあります。予防接種が原因でインフルエンザにかかることはありません。

日本のインフルエンザ予防接種率はおよそ50%です。ウイルスがまん延しにくい環境を作るには、80〜90%の接種率が必要です。家族や友人を守るためにも、予防接種を受けましょう。

ワクチンでリスクを軽減

ワクチンには、症状の重症化を抑え、インフルエンザ感染者の死亡原因となる合併症を引き起こすリスクを減らす効果があります。合併症は、インフルエンザの感染によって免疫力が下がった状態で起こるため、免疫力が低い高齢者や子どもは、特に注意が必要です。

感染しても薬を飲めば大丈夫、と考えている方も少なくありません。インフルエンザ薬は、体内のウイルス増殖を防ぎますが、最近では薬に耐性を持ったウイルスも現れています。感染してか

ワクチンには、症状の重症化を抑え、インフルエンザ感染者の死亡原因となる合併症を引き起こすリスクを減らす効果があります。合併症は、インフルエンザの感染によって免疫力が下がった状態で起こるため、免疫力が低い高齢者や子どもは、特に注意が必要です。

大切なのは日頃の予防

インフルエンザを予防するためには、手洗いやうがい、マスクの着用、室内の加湿や換気といった日頃の予防の積み重ねがとて大切です。日々の対策に加え、感染した場合に症状を悪化させないためにも、予防接種を受け、インフルエンザへの対策を万全にしておきましょう。

健康づくり課 ☎225-2201

10月16日～平成30年2月28日

市インフルエンザ予防接種

市では、65歳以上の高齢者や子どもなどがインフルエンザの予防接種を受ける際の費用を一部補助しています。

高齢者	子ども
接種当日市内に住居登録がある、①満65歳以上②満60歳～64歳で、心臓や腎臓、呼吸器に身体障害者手帳1級相当の障がいがある方	接種当日市内に住居登録がある、生後6カ月～小学生(平成17年4月2日以降生まれ)
1500円(期間中1回) ※条件を満たす場合、全額免除	各医療機関が定める料金から1000円差し引いた額(期間中2回)
保険証(所持する方のみ、費用免除証明書、生活保護費受給票)	保険証 母子健康手帳

実施医療機関については、市ホームページをご覧ください。

生涯介護がいない体をつくらう

厚木健康講座「体操を交えたロコモ予防」

筋肉や骨が衰え「立つ・歩く」といった機能が低下するロコモティブ症候群の予防のための講座を開催します。

《日時》10月27日 10時～11時30分
《会場》あつぎ市民交流プラザ
《対象》市内在住の65歳以上50人

☎直接、電話またはハガキ、ファクスに講座名、〒住所、氏名、生年月日、電話番号を書き、10月16日(必着)までに〒243-8511介護福祉課 ☎225-2388・☎221-1640へ。抽選。☎172422 ©10

チェックがいたらロコモかも!?

- 片足立ちで靴下がはけない
- 家の中でつまずく、滑る
- 手すりがないと階段が上がれない
- 布団の上げ下げなどが困難
- 15分程度続けて歩けない
- 重さ2kg程度の買い物が困難
- 横断歩道を青信号で渡り切れない



地区で実施した防災訓練にはたくさんの人が参加

Q Zoom Up

近所のつながりが大きな力に 参加しよう自治会活動

「自分の住む地域をより良くしたい」。自治会は、そんな方たちが集まって作る市民活動団体です。今あるきれいで安心・安全な環境は、自治会の活動があればこそ。皆さんも一緒に住みよい地域づくりに参加してみませんか。

つむぎつむぎ時のために

「誰か、救急車を呼んでください」「分かりました、今連絡します」。訓練用の人形を前に、周囲の人たちが声を掛け合います。「呼吸なし、脈なし。いち、に、さん…」、手際よく始められた心臓マッサージ。9月3日、森の里地区で開催された防災訓練のひとつです。参加者たちは順番に心肺蘇生法を学んでいます。

この日、市内では各自治会が防災訓練を実施しました。ご近所同士で支え合う自治会の精神を、災害時の「共助」へとつなげていきます。

平成28年に発生した熊本地震。地区内の住宅がほぼ全壊し9人が下敷きになりました。これは、住民たちが手分けをして家を回り、わずか3時間で全員を救出したからです。迅速な救助の決め手は、どこにどんな人が住んでいるのかが分かっていたためといわれています。

災害時には、地域の助け合いが必要。ここ森の里でも、毎年行われる防災訓

地域とのつながりが大事

市自治会連絡協議会会長
神保 忠男さん(72・森の里)



新しく住まれる方は地域になじめるか不安があると思います。そういった方に積極的に声を掛け、ごみの出し方や学校のことなど地域の情報を届けています。

まずはお祭りなどのイベントに参加して、ご近所との親睦を深めてください。住みよいまちづくりには新しい力が重要です。一緒になってまちを盛り上げましょう。

練に子どもからお年寄りまで多くの住民が参加しました。中心となるのは、自治会で組織する自主防災隊。計画づくりや資材の準備、地域への周知など全て住民の手で行いました。

訓練では、心肺蘇生講習の他に、避難場所への誘導や炊き出し、簡易トイレの組み立てなどを実施しました。地域の住民が直接顔を合わせて作業することで、交流を深めるとともに、災害時の助け合いの大切さを共有しました。参加した加野重男さん(66・森の里)は、「避難所の生活は2、3日では終わらない。住民同士が協力し、助け合って生活しなければならぬ」と、地域のつながりの大切さを感じていました。

地域が抱える問題を解決

自治会の活動は、私たちの安心で安全な生活に深く関わっています。誰もが利用するごみの集積所がきれいであるのも、子どもたちが安心して登下校できるのも、自治会を始めとする地域の皆さんの地道な活動があるからです。

「この交差点に信号が欲しい」「ガードレールがないと子どもたちが危ない」など、改善すべき点があっても、個人ではなかなか解決できない課題がたくさんあります。自治会は、そうした皆さんの声をまとめ、住民の総意として行政など関係機関に働きかける役割も担っています。自治会活動は、地域の課題を解決する有効な手段となっています。

自治会活動に参加しよう

住みよい地域は、一人ではつくることができません。同じ地域で暮らす皆さんが互いに理解し協力し合い、地域のつながりを深めることで実現します。自治会活動に参加し、力を合わせて明るく暮らしやすいまちをつくりましょう。

市民協働推進課 ☎25-2101

明るく住みよい地域へ 地域づくり推進委員会の活動

地域づくり推進委員会は、自治会や地域活動団体で組織され、それぞれの特徴を生かした事業を展開しています。

主な活動

- ◆厚木南地区 安心・安全の取り組み
消えかかった横断歩道の補修
- ◆睦合南地区 安心・安全の取り組み
青少年健全育成会と合同で防災デイクャンプ開催
- ◆森の里地区 コミュニティ活動の向上
音楽祭で世代間交流
- ◆玉川地区 伝統文化の継承
小町カルタの作成、小町まつりの開催



地域の文化を伝える小町まつり

市民協働推進課 ☎25-2101

各県の伝統芸能を披露 ふるさと芸能発表会



11月23日、11時～16時30分。文化会館。定員1400人。当日直接会場へ。

創立30周年 県人會に参加しませんか

市全国県人会連合会は、今年で創立30周年を迎えました。会では、市のイベントへの協力をはじめ、東北や熊本県など被災地支援の活動も積極的に行っています。故郷を離れて暮らしている皆さん、共に厚木市を盛り上げましょう。

市民協働推進課にある申込書に必要事項を書き、直接窓口へ。

市民協働推進課 ☎25-2101



市全国県人会連合会会長
野澤 浩さん(78・船子)

～手をつなぎ 守ろう! あつぎの環境～

2017 あつぎ環境フェア

日時 10月29日 10時～15時 場所 厚木中央公園

地球温暖化対策や3R推進、動物愛護などを考えるブースが出展。楽しく学べる体験コーナーや環境標語・ポスターなどの表彰式もあります。

- ソーラークッカー体験
①10時30分～②13時30分～。
ソーラークッカーの組み立てを
実践。各回20人。無料。先着順。
- ソーラーバットを作ろう
①10時30分～②12時30分～
③13時20分～(各回40分)。
太陽の光で動くバットを作る。
定員①10人②③15人。500円
(材料費)。先着順。
- 子ども獣医師体験
13時～15時(12時30分から受け
付け。各回20分)。ぬいぐるみ
を使った獣医師体験。小学生
各回6～9人。無料。先着順。
- ふれあいマーケット
10時～14時(雨天中止)。
日用雑貨や衣類品など、不用
になった物品を販売。
- 飼い主のいない猫の里親募集
ボランティア団体が譲渡会など
を実施。
- リサイクル自転車展示即売会
10時～12時に受け付け。
13時から抽選会を開催。

いずれも当日直接会場へ。①

環境政策課 ☎25-2749

10月は3R推進月間

「3つのR」でごみを減らし、循環型社会を目指しましょう。

R リデュース
educate (ごみを減らす)
リユース
reuse (繰り返し使う)
リサイクル
recycle (再生利用する)



私のリフレッシュ方法

ボルダリング 吉岡恵里さん(31・旭町)

高さ4~5mの人工壁を登りゴールを目指すボルダリング



仕事帰りに体を動かすのが楽しみという吉岡さん

「達成感をすぐに感じられると、このころがいい」と話すのは、市内の会社に勤める吉岡恵里さん。話題のスポーツ、ボルダリングの魅力(岩登り)から派生したボルダリング(岩登り)から派生したボルダリングは、人工的に作られた高さ5メートルまでの人工壁を命綱無しで登る競技。2020年の東京オリンピックパラリンピックで正式種目にも選ばれています。カラフルな人工岩を自らの手で足だけで登り、定められたコースを時間内にいくつ登れたかを競

うこの種目は、体力だけでなく効率的なルートを探る判断力が求められます。「登り終えた時の達成感がたまらない」という吉岡さん。「嫌なことがあっても、目の前の壁をどうのうに登ろうか、試行錯誤するうちに慣れて、リフレッシュできるようになった」と説明します。ジムで知り合った仲間たちとの交流も、吉岡さんを笑顔にさせています。「軽い気持ちで始めたが、今では心身を支えてくれる生活に欠かせないもの」とその効果を話します。スポーツには、体の健康づくりにだけでなく、心の健康づくりに効果があるのだと訴えます。

気負わずにゆっくりと

神奈川工科大学
健康福祉支援開発センター
所長 高橋 勝美さん(56)

生涯元気に過ごすには、健康寿命を延ばすことが欠かせません。スポーツや運動は健康づくりに大変効果的なので、ぜひ始めることをお勧めします。「何か運動がしたい」という気持ちが少しでもあるならば、身近に始められるスポーツから、まずは一歩を踏み出してみよう。1人で始めるのが難しければ、友人や家族と一緒に楽しむようにすると、取っ付きやすく長続きする傾向があります。

自分に合ったスポーツや運動を見つけたら、次に心掛けてほしいのは、体重の変化など運動の記録を取ることです。実際に体にどのような変化が起きているのか、データを取って見える化することで、客観的に体の状態をチェックすることができます。体組成計や万歩計、近年ではスマートフォンのアプリなども活用して、運動と共に楽しみながら続けるのが良いでしょう。体を動かすのは気持ちが良いものです。自分のペースで、無理せずスポーツや運動を楽しみましょう。

健康づくり課 ☎225-2201



休日に玉川沿いの小野の小道を疾走(写真中央が武内さん)

自分に合ったスポーツを

自転車 武内 敦さん(43・酒井)



「訪れる先々で車や電車からでは、手で簡単に持ち上がるほど軽く、一般道を走る自転車の中で最もスピードの出るロードバイク。社会人を中心に人気の高いスポーツ自転車です。シャブ、シヤ、と、軽快な音を奏でながら小野の小道を快走するのは武内敦さん。ロードバイクに魅了された1人です。「スピード感がたまらない」と、週末のひととき、会社の同僚たちと共に市内外を駆け巡っています。

今では元気に自転車をこぐ武内さんですが、十数年前にはオートバイの事故で脚に大けがを負いました。膝に負担のかかる運動は控えるよう医師から告げられ、ひどく落ち込んでいたといいます。そんなある時、勤務先の上司から「自転車をやってみないか」と誘われたのがロードバイクを始めるきっかけになりました。膝への負担が少ないスポーツと聞き、武内さんは参加を渋意。「自分にも無理なくできる運動が見つかってうれしかった」と当時を振り返ります。

元々、運動や乗り物が好きだった武内さんは、ロードバイクの良さにどんどんひかれていきます。「訪れる先々で車や電車からでは、手で簡単に持ち上がるほど軽く、一般道を走る自転車の中で最もスピードの出るロードバイク。社会人を中心に人気の高いスポーツ自転車です。シャブ、シヤ、と、軽快な音を奏でながら小野の小道を快走するのは武内敦さん。ロードバイクに魅了された1人です。「スピード感がたまらない」と、週末のひととき、会社の同僚たちと共に市内外を駆け巡っています。

スポーツにはいろいろな種類があります。ロードバイクのように趣味と健康づくりを両立できればさらに効果的。心から楽しめるスポーツを選ぶことも大切です。

健康度見える化コーナー

健康寿命を延ばすには、自分の体の状態を知ることが必要です。コーナーでは、血管年齢、骨健康度、脳年齢、血圧、体組成を測定できるほか、健康に関する相談もできるので、気軽にご利用ください。

【対象】20歳以上の方
【時間】平日9時~12時、13時~16時
【場所】保健福祉センター

スタッフが各種計測をサポート
健康づくり課 ☎225-2201

参加者募集 大人も子どももスポーツを楽しもう

月例マラソン
11月12日、12月17日、2月18日、3月4日 荻野運動公園

第6回ちびっこマラソン&駅伝競走大会
12月2日 9時~(雨天中止) 荻野運動公園

【部門】小学生の部(1~4年生)1*☎=9時40分。小学生の部(5・6年生)1.5*☎=9時50分。中学生の部3*☎=10時20分。一般の部3*☎=10時。一般の部5*☎=10時40分。
【対象】市内在住の勤在学の方(18歳以下の方は保護者の承認が必要。小学生の部は親子で参加可)。
☎当日、各部門のスタート10分前までに直接会場へ。☎1
☎市体育協会 ☎247-7212

地域で広がるスポーツの輪 気軽にスポーツを楽しもう

市では、スポーツなじみDAYやあつぎスポーツクリエイションフェスティバルなどスポーツと触れ合えるイベントの開催や、学校体育施設の開放など、皆さんが気軽にスポーツを楽しめる環境づくりを進めています。「ふらっとスポーツ」も取り組みの一つです。

ふらっとスポーツに参加しよう
地域の皆さんがふらっと立ち寄ってスポーツを楽しめる場。予約不要、持ち物は室内履きのみという手軽さが魅力です。

日時 10月2・10・20・24日、10時~12時 ※11月以降毎月4回程度開催
場所 睦合西公民館 無料
種目 卓球、バドミントン、カーレット、ターゲットボードゴルフなど
☎当日直接会場へ。☎10

気軽にスポーツを楽しもう

市では、スポーツなじみDAYやあつぎスポーツクリエイションフェスティバルなどスポーツと触れ合えるイベントの開催や、学校体育施設の開放など、皆さんが気軽にスポーツを楽しめる環境づくりを進めています。「ふらっとスポーツ」も取り組みの一つです。

ふらっとスポーツに参加しよう
地域の皆さんがふらっと立ち寄ってスポーツを楽しめる場。予約不要、持ち物は室内履きのみという手軽さが魅力です。

日時 10月2・10・20・24日、10時~12時 ※11月以降毎月4回程度開催
場所 睦合西公民館 無料
種目 卓球、バドミントン、カーレット、ターゲットボードゴルフなど
☎当日直接会場へ。☎10

~参加者の声~
1年程前から健康のために参加しています。知り合った仲間との交流も楽しみです(河村通子さん・82歳) / スポーツをしたくても、相手や場所と巡り合えずきっかけがありませんでした。身近に運動を楽しめる場があるのはありがたいです(片野芳男さん・76歳)

☎睦合西公民館 ☎243-5355

スポーツ 始めませんか?

日本では世界でトップクラスの長寿国です。その一方、健康で元気に生活を送れる「健康寿命」が平均寿命に比べて短いことが課題となっています。いつまでも生き生きと生活するためには、定期的に体を動かし、丈夫な体をつくるのが大切です。今回の特集では、自分に合った運動を見つけ、楽しみながら健康づくりをしている方たちを紹介します。健康で充実した暮らしを送るため、この機会に皆さんもスポーツを始めてみませんか。

あつぎ 元気Wave
ケーブルTV10/11~
スポーツの魅力を紹介



休日は子どもたちと走る。地域の先輩ランナーのように年を重ねても走りを楽しむのが目標

「つながり」で長続き

ランニング 坪原 成一朗さん(40・三田)

「あ」のカラーコーンまでダッシュし青空の下、柔らかな風が吹き渡る芝生の上を子どもたちと笑顔で駆け抜けるのは、坪原成一朗さん。仕事の休みを利用して、息子たちに走り方のポイントを教えています。坪原さんは高校時代、長距離走の選手として活躍。卒業後は走ることから遠ざかっていたといいます。30歳に差し掛かっていた頃、体力の衰えを感じ、「このままではいけない」と念発起。約10年ぶりに走り始めました。

ところが、長いブランクはそう簡単に埋まらず「足が痛い」「冬は寒い」などと、理由を付けてはやめたり、始めたりを繰り返してなかなか続けれませんでした。そんな時、坪原さんは、走るのが好きな人が集うソーシャル・ネットワーク「キングサイト(SNS)」を知ります。SNSで走った場所や距離を多くの人たちと共有することで、大きなモチベーションにつながりました。「1人だと忘れてしまうのが、友達と思いを共有すると一緒に走っている感覚で、楽しくなる」と



SNSでの交流と一緒に走っている感覚を味わえる

と長続きのつづきを話します。家族との時間も大切にしている坪原さんは、朝に早起きして自分の時間を作ったり、休日に子どもたちと出掛けたりと、家族ぐるみで楽しみながら運動に取り組んでいます。最近では体調が良く、仕事もはかどるようになったと運動の効果を実感しています。

運動は続けることが大切だが、つづけていけるのが大切なのが心構えです。そんな方は、坪原さんのように、友人や家族を誘ってみてはいかがでしょう。仲間がいるだけでスポーツがもっと楽しいものになるのかもしれない。

厚木育ちのストライカーがけん引 ユニバーシアード・サッカーで日本が優勝



ゴールパフォーマンスはジャーメインの「G」

来季からは、Jリーグに戦いの舞台を「Jリーグ」に移す厚木育ちのストライカーが、ピッチで躍動する姿をご期待ください。

大学生年代の国際大会「ユニバーシアード競技大会」(8月18日〜30日、台湾)で、サッカー男子日本代表が3大会ぶりの金メダルを獲得しました。チームをけん引したのは、流通経済大学4年のジャーメイン選手。厚木第二小学校、厚木中学校出身の快速フォワードです。米国人の父と日本人の母を持つジャーメイン選手は、大会の6試合に出場して4得点をマーク。1対0で勝利した決勝のフランス戦では、利き足とは逆の右足を力強く振り抜き、勝利を決めるゴールを奪いました。

大規模災害に備え一致団結 総合防災訓練を実施

総合防災訓練を実施

9月3日、最大震度6強の地震発生を想定した総合防災訓練を、市内全域で実施しました。厚木中央公園では、8月に運用を開始したドローンを使って、倒壊家屋に取り残された負傷者の発見から救助までの流れを実演。各地域の避難場所では初期消火、救出救護、避難誘導などの訓練が行われました。これに先駆け1日には、地震発生時に身を守る訓練「かながわシェイクアウト」を県下一斉に実施。市役所に地震発生のアナウンスが流れると、市民の皆さんや職員が1分間、机の下などに身を隠しました。



ドローンの威力が試された救助訓練



「とん漬」メニューに新提案 アイデア料理コンテストを開催

金賞に輝いたのは、市内在勤の菅原裕さん(38)が提案した「とん漬ゴーヤライス」。とん漬にゴーヤと梅干しをミックスしたのがポイントです。菅原さんは「思ってもいないことのでうれしい」と喜びの表情を浮かべていました。



調理する菅原さんと受賞メニュー

贈答品として親しまれている市の特産品「とん漬」を家庭でも手軽に楽しんでもらおうと9月2日、商店会連合会がアイデア料理コンテストを開催しました。応募があった10品のうち、一次審査を通過した6品で二次審査が行われました。

見て触れて楽しむ最先端ロボット あつぎロボットフェアを開催

あつぎロボットフェアを開催

市内の企業や大学などが制作したロボットやロボット関連の取り組みをPRするイベントが8月26日、アミューあつぎで開催されました。子どもから大人まで約1200人が来場し、工作教室や操縦体験、ダンスステージ、PRアニメの上映など、多彩な催しを楽しみました。



精巧な動きで来場者を楽しませたロボット

アツギ X NEW ZEALAND ホストタウン通信



NZの文化や歴史を学んだ国際理解講座

ニュージーランド NZ カルチャー キャンプを開催

8月25日〜26日、市内の小学生を対象に、NZの文化や歴史への理解を深めてもらおうと1泊2日のキャンプを七沢自然ふれあいセンターなどで実施しました。

キャンプでは、8月に市が国際交流推進員に任命したNZ人女性のキム・マリーさん(35)による国際理解講座やNZの貝殻を使ったキーホルダー作り、「あつぎホストタウン交流大使」のスコット・ピアースさん(54)による英語のゲーム、NZ産ラム肉を使った野外炊事などを実施。26日には、NZで盛んなラグビーを体験するタグラグビー教室で汗を流しました。NZの魅力をつぶりと体感した155人の子どもたちからは「来年も絶対参加したい」「NZに行ってみよう」といった声が上がっていました。市では、今後も多くの方にNZへの理解を深めていただく交流事業を予定しています。ぜひご参加ください。

2020年東京オリンピック・パラリンピック(東京五輪)に向けて、ホストタウンとなったニュージーランドとの交流事業などを紹介します。

カナダで開催された野球のU-18ワールドカップに、南毛利中学校出身の井上大成選手が日本代表として出場しました。日大三高・3年生の井上選手は、春の選抜大会で甲子園に出場。野球に真摯に打ち込んでいることが伝わってくる寡黙な好青年です。夏の甲子園切符を逃したにもかかわらず、早稲田実業の清宮選手らと共に高校生の侍ジャパンに選出されました。

センバツ前に意気込みを語ってくれた井上選手

先発を外されても笑顔で仲間を鼓舞した井上選手が、国際舞台での悔しさを糧に成長してくれることを市民の一人として応援しています。野球では広島東洋カープの田中広輔選手(28)が、セ・リーグ連覇に貢献。弟の俊太選手(24)も侍ジャパン社会人代表に選ばれ、2日からのBFAアジア選手権(台湾)に出場します。ドラフト候補と目される俊太選手が活躍し、上位指名を勝ち取ってくれることを期待しています。

ワールドカップでは初戦のメキシコ戦で本塁打を放ったものの、出場7試合で打率1割1分1厘と大苦戦。チームも3位と優勝を逃しましたが、負けたからこそ得られるものもあるでしょう。

タウンガイド

10月							11月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7	5	6	7	8	9	10	11
8	9	10	11	12	13	14	12	13	14	15	16	17	18
15	16	17	18	19	20	21	19	20	21	22	23	24	25
22	23	24	25	26	27	28	26	27	28	29	30		
29	30	31											

マイタウンクラブ
 ○印の番号で、ウェブ上から詳しい情報を確認できます。「○」と記されたものは、申し込みもできます。
 ■=申し込み ●=問い合わせ
 ☎=電話番号 ☎=ファクス番号
 ✉=Eメール 🌐=市ホームページ
 Ⓞ=GENKI ポイント対象事業

あそぼう! まなぼう! まめの木タイム

10月18日、11時～12時。妻田東児童館。子どもの発達を促す遊びを保育士から学ぶ。無料。■当日直接会場へ(駐車場はありません)。●療育相談センターまめの木 ☎225-2252。Ⓞ1

アミューあつぎに「夢未市」が特別出店

10月21日、10時～14時。アミューあつぎ。JAあつぎ農産物直売所「夢未市」による朝採れの地場産野菜や厚木産の米「キヌヒカリ」などの販売。●商業にぎわい課 ☎225-2834。Ⓞ1

斎場施設見学会

10月25日、10時30分～12時。市斎場。施設の見学と葬儀の説明。定員30人。無料。■10月1日～24日に市斎場 ☎281-8595へ。先着順。Ⓞ1

若者・女性等就職マッチング支援参加者募集説明会

10月12・20・24・30日、11月8日①10時～②14時～(各回約30分の説明後、個人面談)。パソナ厚木支店。市内企業への就職希望者と市内企業とのマッチング支援(集合研修・市内企業との交流会など)。39歳以下または子育てなどで仕事を離れていた女性。無料。■各回前日までにパソナ ☎297-3010へ。●産業振興課 ☎225-2830。Ⓞ1

リサイクル施設見学会

11月6日、9時～16時30分。静岡県富士市など。雑がみ分別クイズや資源化施設の見学など。市内在住の18歳以上24人。無料。■10月16日までに環境政策課 ☎225-2749へ。抽選。○☎172438 Ⓞ1

企業・NPO・大学パートナーシップミーティング2017

11月21日、13時～17時。あつぎ市民交流プラザ。地域・社会課題の解決や地域の活性化に関心のある

NPO、企業、大学の方などの交流会。定員50人。無料。■10月2日から県ホームページのメールフォームへ。先着順。●県NPO協働推進課 ☎045-210-3703。

市民公開講座「運動器の10年・骨と関節の日」

10月14日、14時～16時。文化会館。「骨粗鬆症とロコモティブシンドロームと栄養について」がテーマの医師による講座・相談会。定員100人。無料。■当日直接会場へ。●帝王ファーマ(株) ☎225-6730。Ⓞ10

家庭でも役立つ認知症予防初級講座

10月29日、10時～17時。あつぎ市民交流プラザ。認知症予防の知識とトレーニング方法を学ぶ。定員20人。7560円(テキスト代など)。■10月1日から脳活トレーナー協会事務局・岡田 ☎090-3254-9735へ。先着順。

かなテクカレッジ(県立職業技術校)4月生前期・1月生を募集

《募集校》総合職業技術校(東部=横浜市、西部=秦野市)《コース》①4月生前期=電気、コンピュータ組込み開発、造園、室内設計施工など②1月生=セレクトプロダクト、室内施工、ビル設備管理、庭園エクステリア施工《対象》必要な知識などを習得し、就職する意思がある方《選考日》11月12日。■ハローワークなどにある申込書に必要事項を書き、10月①2日～30日②10日～30日にハローワークで手続き後、直接または郵送(消印有効)で各校へ。●県産業人材課 ☎045-210-5715。

平成30年度放課後児童クラブ入所児童を募集

各小学校区の放課後児童クラブで、新年度の入所児童を募集します。《対象》各学区内の小学生で①保護者全員が就労(15時以降まで勤務)や疾病などで放課後に適切な保育ができない②保護者などが19時までに迎えが可能一の全てを満たす

フライ トゥ ニュージーランド
FLY TO NZ オタゴ工科大学留学体験
参加者募集 平成30年3月17日～4月1日



東京五輪のホストタウン相手国であるNZで、2週間のキャンパスライフを体験しませんか。
 ☎企画政策課 ☎225-2451

《滞在地》NZダニーデン市
 《内容》英語習得、ホームステイ、職業体験、文化交流など
 《対象》市内在住在学の高校生20人
 《費用》39万8000円

■申込書(☎からダウンロード可)に必要事項を書き、10月13日(必着)までに記載の申し込み先へ。抽選。

児童《時間》平日(学校休業日を除く)=放課後～19時。土曜・長期休業日など=7時30分～19時。日曜、祝日、年末年始などは休所《定員》各クラブで定める《費用》育成料(月額)=4000円(18時まで)・4800円(19時まで)。クラブ費(月額)=3500円(おやつ代、教材費など)。■10月2日からこども育成課や放課後児童クラブで配布する申請書(☎からダウンロード可)に必要書類を添え、12月4日～15日に直接、こども育成課 ☎225-2582へ。

平成30年度コミュニティ保育の園児を募集

子育てに共通の意識を持った保護者同士が、地域で特色ある保育を展開するコミュニティ保育の入園児を募集します。●保育課 ☎225-2231。

■ひよこコミュニティ保育

月～金曜、9時～14時(11時30分に降園の日あり)。鳶尾。2歳半～年長児。●ひよこコミュニティ保育 ☎242-0000。

■たんぽぽコミュニティ保育

火・木曜、10時～12時。林。未就園児。●内山 ☎080-1226-3070

■コミュニティ保育エンジェル

火・木曜、10時～12時。依知北・南。未就園児《募集期間》平成30年1月～2月末。●金子 ☎090-6794-5802。

■自主グループ保育のびのび園

月・火・木・金曜、9時30分～14時30分。下古沢。0歳～年長児(3歳までは親同伴)。●のびのび園 ☎247-5849。

「きれいな道づくり活動」道路清掃ボランティアを募集

10月28日、10時～12時。本厚木駅周辺の道路清掃。定員50人。■電話

またはファクスに「本厚木コース」、〒住所、氏名、電話番号を書き、10月16日までに県道路管理課 ☎045-210-6359・☎045-210-8886へ。先着順。

あつぎミュージックフェスティバル新人シンガー発掘オーディションの大賞が決定

8月に開催した二次審査で、一次審査を通過した36組の出場者の中から、野村翔一郎さんが大賞に輝きました。11月26日に文化会館で開催されるコンサートでメジャーアーティストと共演し、配信デビューします。



受賞後の野村さん

《その他の受賞者》市長賞=丸山萌絵さん、実行委員会特別賞=宅間瑞希さん、FMヨコハマ賞=蒼零さん。●文化生涯学習課 ☎225-2508。

都市計画変更素案の縦覧と意見書の受け付け

《期間》10月2日～23日、8時30分～17時15分《縦覧場所》都市計画課、☎《対象》各地区における土地所有者または利害関係者《意見書》直接または郵送で〒243-8511都市計画課 ☎225-2401へ。必着。

みんなの声でつくるまち

《意見交換会》

■住生活基本計画の策定

10月23日、19時～20時。市役所第二庁舎。■当日直接会場へ。●住宅課 ☎225-2330。Ⓞ1

ホット

インターネットモニターからの意見を紹介

い い

メール

Hot E Mail

厚木市 インターネットモニター 検索

9月1日号「広報あつぎ」を読んで

◆まちづくりに大学生のスキルやエネルギーを取り入れる事業は、将来に明るい希望が持てる / 70代男性◆マイナンバーカードは紛失や盗難が心配だったが、各種申請がカード1枚でできるようになるなら作りたい / 40代女性◆小規模特認校について、小規模校を集約するばかりでなく、高齢者の経験や知識を生かして子どもの教育内容を広げるのは素晴らしい / 60代男性◆幼稚園と保育所の違いが分かりやすく、図なども効果的だった / 20代女性

編集後記

10月28日は、2020年東京オリンピック・パラリンピックの開幕1000日前。多くの若きアスリートが夢に向かって練習に励んでいます。そんな中、今回の特集では、スポーツを日頃から楽しむ皆さん取材しました。皆さん共通して、健康への意識が高く、元気な方ばかり。早朝の取材時に、たくさんの地域の方がジョギングやウォーキングをする姿を目の当たりにし、先日30歳を迎えた自分の生活習慣を省みるきっかけにもなりました / 佐久間

第27回 芸術と自然が厚木で出会う 野外彫刻造形展

～あつぎ青空アート展～

入場無料 10月8日(日)～15日(日) 10時～15時
 ぼうさいの丘公園 作品展示、各種体験教室など
 子どもからプロの芸術家が制作した作品まで、個性豊かな作品が勢ぞろい。親子で楽しめる体験イベントも目白押しです。芸術の秋を感じてみませんか。

写真教室
 10月9日、10時～15時。定員20人。500円(カメラ持参)。☎ファクス、Eメールにて住所、氏名、電話番号を書き、10月6日までに文化生涯学習課 ☎225-3130・✉0350@city.atsugi.kanagawa.jpへ。先着順。写真展の作品も募集(詳しくは市ホームページへ)。

詳しくは **厚木市 野外彫刻造形展** [検索](#) 閩文化生涯学習課 ☎225-2508 ①

めっと地元が好きになる 秋のあつぎ満喫の旅

11月8日(水) 9時～16時
 厚木市や周辺の観光スポットを巡るモニターツアーを開催します。ご家族やお友達とご参加ください。
 ☎観光振興課 ☎225-2820 ①

大迫力の観光放流
夢末市で人気のジェラートを試食
《定員》45人 《費用》4980円
 ☎電話またはファクスにて住所、氏名、電話番号を書き、10月20日までに(株)毎日観光 ☎228-6655・☎228-8034へ。抽選。詳しくは **厚木市観光協会** [検索](#)

本厚木駅集合 **旅のしおり**
農園で収穫体験
 ▼採れたての秋野菜をお持ち帰り
夢末市でお買い物
 ▼地場産の新鮮農産物がずらり
JA あつぎでストウブ料理の調理デモ&ランチバイキング
 ▼素材の味を生かした無水料理を堪能
宮ヶ瀬ダムの観光放流
 ▼毎秒30トンの水が流れ落ちる
あいかわ公園で藍染め体験
 ▼できあがった作品はお土産に
本厚木駅解散

自然歳時記

● ハナグモ ●
 カニグモ科

体長は雄3~4mm、雌6~8mmほどで小さい。草木の茂る葉や花の上で、ハエ・アブ・チョウなどの小さな昆虫を待ち受けて素早く抱え込むようにして捕食/ぼうさいの丘公園で見つけた。 写真・文/吉田文雄

小さなヤブガラシの花に蜜を求めてチョウやハナバチが飛来する。先に止まっていた虫に体当たりすると相手は逃げ、今度は自分の番とばかりに蜜を吸う。時には小さなチョウが大きなハチを追い払うこともある。暑さを忘れて眺めていたが、最後はスズメバチにみんな追い払われてしまった。

ふと見上げると、小さなハバチの仲間が風に吹かれ遊覧飛行をしていた。正面から見ると、背中にハナグモがいて、細い糸が見えた。風が吹くたびにくるくると糸は切れずに回り続けた。ハバチは足をクモの背中に当て抵抗していたが、静かになった。糸にぶら下がる姿を見て、生存競争の厳しさを感じた。

厚木市の人口 (9月1日現在) **世帯数** 9万8101世帯 (前月比138世帯増) **人口** 22万5716人 (前月比108人増) 男11万6696人・女10万9020人