

さむかわいっ♪ 写真展



このコーナーでは、皆さんに「#さむかわい」を付けて投稿していただいた写真や、町が撮影した写真の紹介をしています。



今月の表紙

6月30日に開催した「キッズクッキング」の様子
一生懸命な表情で料理をする姿は、見ているだけで元気がもらえますね。P4～P7では、食育や共食をテーマに特集していますので、ご覧ください。



「真夏の空と百日紅」 (@yukio_fさん)

その名の通り、夏から秋にかけて長い期間花を咲かせる百日紅は、品種によって赤、白、ピンクといった鮮やかな色を見せてくれます。真夏の空と百日紅のコントラストを楽しみましょう。



「朝空と芙蓉」 (@itariya_instaさん)

夏の朝、広い空とともに目覚めの花を咲かせる芙蓉。朝咲いて夕方にはしぼむ一日花で、しぼんだ姿も美しいといわれています。色も一日の間に変化していくので、日の長い夏を感じながら、さまざまな芙蓉を楽しんでみてください。



「ひまわり畑をゆく列車」 (@uchida_0013さん)

太陽に照らされたひまわり畑を走る列車。時間によって花の向きが変わるひまわりは常に違った顔を見せてくれて、とても楽しいですね。車窓から見る景色も楽しみです。

TEL 0467-75-0070
FAX 0467-75-4742

(有)寒川公衆衛生社

お引越し
遺品整理
家電リサイクル

**ゴミのことは
なんでもおまかせ**

見積もり
無料!

ドライバー募集中!!

中型免許等の
取得支援あり

TEL : 0467-74-6155 (代)

**不動産の売買・賃貸・相続の相談
(有)三洋ハウジング**

(下取り・買取りいたします 相談無料・秘密厳守)

お気軽にご相談ください!!

**広報誌に広告を
掲載しませんか**

寒川町内全戸配布
1カ月1枠2万円から
半年以上の掲載は割引

毎月 21,650 部発行 / 町内全戸配布、JR 茅ヶ崎・寒川駅等にも配架
規格:裏面、中面(大)、中面(小)の3展開(それぞれ料金が異なります)
納めていただいた掲載料は広報誌の製作費に充てられます

申込方法等
詳細はこちらの
2次元コードから

広告掲載の申し込みは企画部広報戦略課広報プロモーション担当へ、掲載されている広告については各広告主へお問い合わせください。

広報さむかわ No.775

発行日 / 令和6年8月1日 編集・発行 / 寒川町役場 〒253-0196 神奈川県高座郡寒川町宮山165 ☎0467(74)1111 FAX0467(74)9141 印刷 / (株)文化工房

さむかわいっ



いっしょだと もっとおいしい



samukawa

2024

8

令和 6 年

食べることは生きること ～楽しく食べて元気に～



8月は「かながわ食育月間」

「食べる」が健康へつながる 夏休み！食育体験進行中！！

夏休みに入ると食事や生活習慣が乱れやすくなることから、8月を「かながわ食育月間」と位置付け、「みんなでごはんを食べることの大切さ」等と呼び掛けています。「食育」とは、さまざまな経験を通じて「食」に関する知識と「食事」を選ぶ力を習得し、健全な食生活を実践できる力を育むことです。

食べることは生涯にわたって続く基本的な営みであり、子どもはもちろん、大人になってからも「食育」は重要です。

夏休みは家族や身近な人と一緒に食事をして、「食」の知識を身に付け、心身ともに成長が感じられる時間を過ごしてみませんか。

図健康づくり課 ☎(74)1111 内線262 健康づくり担当 FAX(74)9141

作る

料理に「肉みそ」をプラスワンで栄養満点

夏休みは不規則な生活で食事がおろそかになりがちですが、そのようなときには、「肉みそ」を作り置きしておくと便利です。下記料理に肉みそをプラスワンするだけで、バランスのよい食事になります。

パンにのせてピザトースト



ご飯にのせてビビンバ



素麺にのせて豆乳坦々麺



肉みそレシピ

材料

豚ひき肉 …………… 200 g
A おろし生姜 各小さじ1
おろしにんにく 各小さじ1
みじん切り長ねぎ 各小さじ1
砂糖 各小さじ1
しょう油 各小さじ1
みそ 各小さじ1
みりん 各小さじ1
酒 各小さじ1

作り方

- ① 豚ひき肉、Aと各調味料を鍋の中で混ぜる。
- ② 鍋を火にかけて、豚ひき肉に火が通ったらでき上がり。

ワンポイント アドバイス

とろろ、あん、めん、にんじん、
豆板、甜、玉ねぎ、きのこ類をお好みで
加えてもおいしいです！

栄養たっぷり
健康アップ！



選ぶ

栄養価が高い、夏が旬の野菜を選ぼう

旬の食材は、ほかの季節と比べて栄養価が高いのがメリットです。その季節に体が必要とする成分が含まれていることが多く、日々の健康を維持するために役立ちます。

夏野菜Q&A

Q 8月31日は何の日？

A 8（や）3（さ）1（い）のごろ合わせから、「野菜の日」と認定されました。野菜について「もっと知って、食べてほしい」という思いが込められています。

Q おいしい夏野菜を選ぶには、どこを見ろといいの？

A 夏野菜の美味しさは新鮮であることがポイントです。鮮度が落ちると水分、うま味、栄養素がどんどん減ってしまいます。新鮮な野菜の見分け方として、つやがあって色が濃いものを選びましょう。また、ヘタが乾いていないかも鮮度をみきわめるポイントです。

旬の野菜を知りたいときには、お店の人に聞いてみるのもよいです。町内の八百屋さんでのお買い物もお勧めです。



町農政課
ホームページ

町の地場野菜を
チェックしよう！

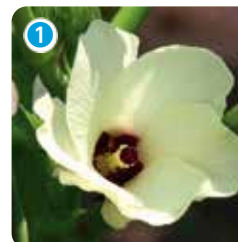
Q 夏野菜はどれでしょう？ 答えはP7



夏野菜には、体を適度に冷やす働きがあるカリウムが多く含まれています。カリウムは汗と一緒に体から出てしまうため、これらをしっかり食べて補給しましょう。また、夏の紫外線から身を守るために必要なビタミンが豊富に含まれており、体の調子を整えてくれます。

夏野菜は皮付近に栄養素が多く含まれているため、きれいに洗って皮ごと食べるのがお勧めです。

Q この花は何の野菜になるでしょう？ 答えはP7



町には野菜畑がたくさんあります。
何の野菜に育つか、観察してみよう！



食べる

「共食」を实践してみよう！



「共食」という言葉を知っていますか。誰かと一緒に同じ食卓を囲むことを「共食」といいます。農林水産省の調査によると、「共食」が多い人は野菜や果物といった健康的な食品を多く食べていることが報告されています。家族、親せき、友人、地域の仲間と会う機会が多くなる夏休みやお盆には「共食」をつうじて健康的な食生活を送りましょう。一人暮らしの人は外に出て食べる機会をつくってみるのはいかがでしょうか。

共食をするとこんないいこと／

健康的な食事になります

一人では、「自分が食べられればいいや」と食事の内容を二の次にしがちです。ほかの人のために料理をすることで、栄養バランスが整った食事や彩り豊かな食卓になります。

楽しくおいしく 食べることができます

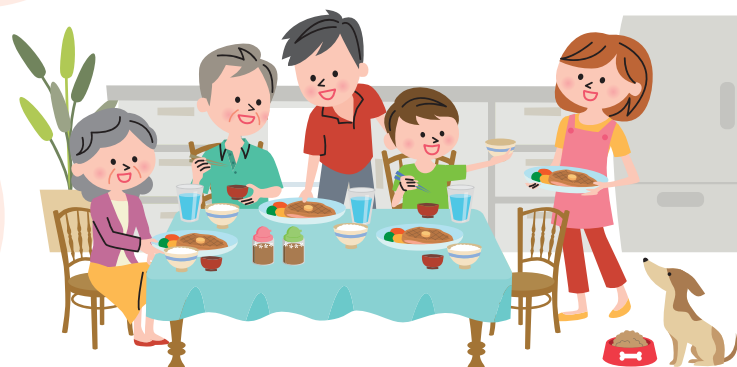
食事中・食後に会話を楽しみながら「おいしかったね」などの感想を伝えることもできます。おいしいと感じて食べると栄養の吸収がよくなるといわれています。

マナーを学べます

特に子どもにとっては、「いただきます」「ごちそうさま」などのあいさつや食事中の姿勢、箸使いなどを身に付けることができる機会になります。

生活リズムが 整います

共食により、ほかの人と食べる時間を合わせることで規則正しく過ごすことができます。



体調の変化に 気が付くことが できます

顔を合わせることで、食欲がなかったり、顔色が悪かったりなど体調の変化に気が付くことができます。

寒川町学校給食センター「ココロキッチン」にて

いっしょに作り・食べる「共食」体験料理教室を開催予定

10月3日

フレイル予防料理教室



たんぱく質がたっぷり取れるシニアのための料理教室です。

12月20日

おもてなし料理教室



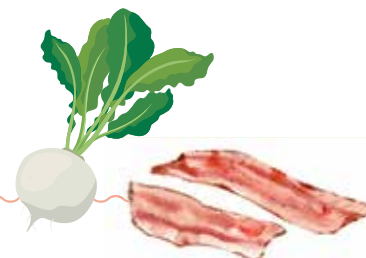
人が多く集まる時に提供できる、彩り豊かで豪華な料理を学べる教室です。

令和7年2月7日

防災クッキング



ポリ袋を使った調理方法など、災害時に役立つ料理を学べる教室です。



夏休み！正しい食生活リズムで過ごそう！

朝食はしっかり食べましょう

人間の体には体内時計と呼ばれるものがあります。一日単位で睡眠や体温、血圧やホルモン分泌などの変化をつかさどっている大切な機能です。

体内時計は光と関係があり、太陽がのぼっている間は活動的に、沈むときには休息を取ろうと働きかけます。この体内時計と実際の生活活動にズレが生じると、日常生活に支障が出たり、感情が不安定になったりしてしまうことがあります。

体内時計と生活活動を合わせるためには、朝食を食べ、一日の始まりのリズムをしっかり体で覚えることが効果的です。夏休みの間も、毎日朝食をしっかり食べる「習慣」をつけましょう。



乳製品を取りましょう

カルシウム摂取のために、取りたいのが乳製品です。熱中症予防の水分補給として牛乳を飲むのも効果的です。小・中学生は、夏休みになると給食で牛乳を飲む機会がなくなるため、料理の中や間食に乳製品を取り入れてみましょう。



冷たいものの取りすぎ注意

暑くなると冷たいものを多く摂取してしまいがちですが、体が冷えすぎると働く力が鈍くなります。特に、冷たいものが直接入ってくる胃へのダメージは大きく、胃の働きが鈍くなり食欲が落ちます。食欲がなくなると体に必要な栄養が不足し「夏バテ」になりますので、冷たいものの飲みすぎ・食べすぎには気を付けましょう。



町の「食」イベント！栄養を知って健康に！



栄養ワンダー＊開催！

8月4日は、日本栄養士会により「栄養の日」と制定されています。町では、栄養と栄養士の認知度と理解の向上を目的に、毎年7月1日から8月31日までの2カ月間、栄養に関するイベントを開催します。8月8日（木）の「健康づくり体操の日」では「栄養ワンダー」も同時開催し、町民の皆さんの「栄養を楽しむ」生活を応援します（P11参照）。

＊「栄養の日・栄養週間」の期間中、全国の管理栄養士・栄養士の通常業務、あるいは地域の住民を対象に実施する「栄養に関するイベント」の総称

栄養の日

たのしく食べる、カラダよろこぶ

8/4 栄養の日 8/1-7 栄養週間

他にも 食事で健康づくり講座を開催！【ページID】2953

町の食育ボランティア「寒川食育サポート」会員を養成する講座です。食や栄養のこと、町の健診など、調理実習や運動の実践をまじえ健康に役立つ知識を学べます。入会すると、料理教室の講師やイベントへの出展に携わることができます。

日 10月9日～令和7年3月5日の水曜日（全10日間）

所 寒川学校給食センター

申 9月2日（月）から健康づくり課へ電話か直接または電子申請で、はがき、ファクスの場合、は、氏名、生年月日、住所、電話番号を記載して郵送か送信



P5夏野菜Q&Aの答え

Q 夏野菜はどれでしょう？

A かぼちゃ、きゅうり、なす

Q この花は何の野菜になるでしょう？

A ①おくら ②とうもろこし ③きゅうり

こんにちは
湘南広域ニュースです



藤沢市・茅ヶ崎市・寒川町の2市1町では、広報誌の相互掲載を行なっています。今回は「公園」をテーマに、2市1町を紹介します。

藤沢市

藤沢らしさが詰まった「鵜沼海浜公園HUG-RIDE PARK」

図 藤沢市公園課 ☎0466(50)3535 FAX0466(50)8439

藤沢市内には現在317カ所に公園があり、子どもから大人まで、さまざまな世代の人たちの遊びや憩いの場として親しまれています。今回ご紹介するのは、6月にリニューアルした「鵜沼海浜公園HUG-RIDE PARK」です。

かつて「鵜プー」の愛称で親しまれた「くげぬまプールガーデン」は、後にプール施設を活用した「鵜沼海浜公園スケートパーク」として運営していました。施設の老朽化に伴い、令和4年6月末に一度閉園し、その後、藤沢市で初めてPark-PFI(公募設置管理制度)^{*1}を活用した施設改修を行い今年の6月にリニューアルオープンしました。

新たな公園は、カルチャー・人・場所の観点から「育む」ことをテーマに愛称を「HUG-RIDE PARK」と名付け、スケートボードやBMXなどのアーバンスポーツを楽しめます。新たに整備された園路部分のエノシマウェイからは、海岸まで一続きにアクセスすることができ、江の島や富士山など湘南・藤沢らしい景色を満喫することができます。

秋ごろには、飲食店や物販店などのオープンも予定しており、藤沢の新たな名所として育まれていくことを目指しています。ぜひ、新しくなった「鵜沼海浜公園HUG-RIDE PARK」へお越しください。

^{*1} 公園に施設を設置し運営する民間事業者を、公募により選定する制度のこと



鵜沼海浜公園HUG-RIDE PARK



詳細はこちら

茅ヶ崎市

誰もが楽しめる「湘南夢わくわく公園」

図 茅ヶ崎市広報シティブロモーション課 ☎(81)7123 FAX(87)6345

柳島にある「湘南夢わくわく公園」が誰もが楽しめるインクルーシブ公園^{*2}として3月にリニューアルしました。

寝転んでも乗れる円盤型のブランコや、背もたれ・安全ベルトが付いたブランコ、車いすに乗ったまま砂遊びができるサンドテーブルなど、障がいの有無や年齢に関係なく遊べるユニバーサルデザイン遊具が新たに加わりました。さらに、テニスの壁打ち場、市内では珍しいボルダリングウォールなどのスポーツエリアも増えました。多目的トイレには、介助用ベッドを備えています。

春には、小出川沿いにある桜並木が満開を迎え、花見を楽しめ、夏には川に面しているので風通しがよく、新湘南バイパス高架下にあるため日差しを避けて遊べます。楽しみ方が広がった「湘南夢わくわく公園」へ足を運んでみませんか。

^{*2} 障がいの有無や年齢・性別・国籍などを問わず、すべての人が楽しく遊べることを目指した公園のこと



ボルダリングウォール



サンドテーブル

寒川町

みんなの憩いの場「さむかわ中央公園」

図 広報戦略課 ☎内線251

町のほぼ中心に位置している「さむかわ中央公園」は、寒川を代表する公園の一つです。大型の複合遊具や6,500平方メートルの芝生広場、井戸から汲み上げた地下水が流れる人工のせせらぎ「ロータリーの泉」があり、日ごろから幅広い年齢層の人たちが利用しています。

通常の利用はもとより、広大な敷地面積を生かした大規模なイベントやお祭りが年に数回開催され、春には、70本以上もの満開のソメイヨシノのもとでお花見を楽しむこともできます。

公園内には、プロスポーツチームの試合も行われる総合体育館のほか、BMX・スケートボード・インラインスケートなど、さまざまなホィールスポーツが楽しめる施設「パンプトラックさむかわ」も併設しており、町内外問わず多くの人に利用されています。

耐震性貯水槽や防災備蓄倉庫なども備えられていて、災害時の避難場所としての機能も有しています。芝生広場はドクターヘリのランデブーポイント(場外離着陸場)でもあり、憩いの場としてはもちろん、人々の命を守るための場所としても重要な役割を担っています。



さむかわ中央公園



さむかわ中央公園でのイベントの様子

公民館・図書館の行事

こども向け行事はこちらから
※「すきっぷ」
(子どものための生涯学習情報紙)



詳細は
こちらから



公民館ホームページ



図書館ホームページ

さむかわ合唱祭

日 9月1日(日) 午後1時～4時30分 人 600人(先着順) 所 町民センターホール
申 8月1日(木)から町民センターおよび分室、北部・南部文化福祉会館で整理券を配布(31日(土)締め切り)

寒川総合図書館

催し・講座名	日時	対象者	申し込み期間・方法	備考
♡土曜日おはなし会	8月3日、10日、17日、24日、31日の土曜日、いずれも午前11時～11時20分	幼児～小学生(親子も可)	当日直接	☑ 季節にちなんだ絵本や紙芝居の読み聞かせ
◆おひざにだっこのおはなし会	8月4日(日)、28日(水)、いずれも午前11時～11時20分	0～2歳児とその保護者8組(先着順)	当日直接	☑ 絵本やわらべ歌を通して、楽しいふれあいの時間を過ごす
♡北部分室おりがみとしょかん	8月11日(日) 午前10時30分～11時	幼児～小学生10人(先着順)	当日直接	所 寒川総合図書館北部分室 ☑ 季節にちなんだ簡単な折り紙を折る
♡夏のこわーいおはなし会	8月29日(木) 午後3時～3時30分	小学生15人(抽選)	8月8日(木)午前9時から電話か直接、または電子申請で(21日(水)締め切り)	内 真っ暗な部屋でこわーいおはなしを楽しむ

問 寒川総合図書館 ☎(75)3615 FAX(75)3669

町民センター

催し・講座名	日時	対象者	申し込み期間・方法	備考
◆寒川寄席	8月24日(土) 午後1時30分から(午後1時開場)	町内在住か在勤の人100人(先着順)	8月1日(木)から同センターで入場券を配布	
レジェンド・ギタリスト 吉川忠英コンサート	9月7日(土) 午後2時～3時30分(午後1時開場)	500人(先着順)	各公民館、各種プレイガイドにて販売中	費 一般1,500円、高校生以下500円

問 町民センター ☎(74)2333 FAX(75)2239

南部文化福祉会館

催し・講座名	日時	対象者	申し込み期間・方法	備考
氷のいらないカーリング体験	9月7日(土) 午前10時～11時30分	町内在住の小学生とその保護者10組(抽選)	8月3日(土)午前9時から電話か直接、または電子申請で(25日(日)締め切り) ※当選者には26日(月)に連絡します。	持 室内用シューズ、飲み物、運動のできる服装で

問 南部文化福祉会館 ☎(75)0281 FAX(75)1777

北部文化福祉会館

催し・講座名	日時	対象者	申し込み期間・方法	備考
◆大人のパソコン超初心者教室	9月6日、13日、20日、27日の金曜日(全4回)、いずれも午前10時～正午	町内在住か在勤の人5人(先着順)	8月1日(木)から電話か直接	パソコンは公民館で用意
◆バドミントン教室	9月21日、28日、10月5日、19日、26日、11月9日の土曜日(全6回)、いずれも原則午前9時～正午(9月21日、10月26日は午後1時30分～4時30分)	町内在住か在勤または在学の中中学生以上10人(先着順)	8月1日(木)から電話か直接、または電子申請で	☑ 初心者を中心にバドミントンの基本を学ぶ(ラケットのない人は、5人まで貸し出し可)

問 北部文化福祉会館 ☎(74)1515 FAX(74)7405

【ページID】の使い方 一部記事に掲載しているページIDは、町ホームページにある検索窓に入力することで、記事の内容を詳しく調べることができます。

こども Child

育児相談

☎子育て支援課 ☎内線166

のびのびすくすく担当

【ページID】14583

「体重が増えているか心配」「離乳食を食べてくれない」「虫歯が心配」など、育児のお悩みを保健師・栄養士・歯科衛生士に相談できます。

■日時と対象等

日にち	時間	対象・定員
①9月2日(月)	午前10時から	就学前の子どもとその親12組(先着順)
②9月13日(金)	午前10時30分から	就学前の子どもとその親(定員なし)
③9月17日(火)	午後2時から	

※①は歯科相談なし

☞健康管理センター ☞持 母子健康手帳、バスタオル、歯ブラシ(歯科相談のみ)

☞①は8月1日(木)～28日(水)までに、②は8月10日(土)～9月10日(火)

までに、③は8月28日(水)～9月11日(水)までに町公式LINEか町ホームページから

全国中学生人権作文コンテスト県大会作品募集

☎町民窓口課 ☎内線473

相談・人権担当 【ページID】17147

生活や地域社会の関わりの中かで得た体験から人権について考えたことなどを、400字詰め原稿用紙5枚以内にまとめてご応募ください。

☞町内在住の中学生

<注意事項>

▶未発表の作品に限ります

▶作品は返却しません

▶作品の著作権は主催者に帰属します

▶入賞作品は公表します

▶町立中学校の生徒については、学校を通じて募集します

☞①9月2日(月)までに作品に題名、学校名、学年、氏名(ふりがな)、住所、電話番号を記入して同課へ郵送か直接(締め切り日必着)

全国一斉「こどもの人権相談」強化週間

☎横浜地方務局人権擁護課

☎045(641)7926

学校でのいじめや家庭内での児童虐待など、子どもをめぐる人権問題について、電話・LINE相談を受け付けます。

☞8月21日(水)～27日(火)午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時)

▶こどもの人権110番

☎0120(007)110

▶LINEじんけん相談

検索ID

@linejinkensoudan



健康 Health

成人の健康診査

☎健康づくり課 ☎内線265

健康づくり担当 FAX(74)9141

【ページID】14956

☞9月18日(水)(受付時間等は健診の約1週間前に通知) ☞健康管理センター ☞受診時に町に住民登録があり、昭和60年4月1日から平成19年3月31日生まれの人 ☞問診、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査、医師診察、体脂肪測定、食生活相談、みそ汁の塩分測定(希望者のみ)、歯科相談 ☞費700円(健診費、当日徴収) ☞問診票などの書類(健診の約1週間前に通知)

※がん集団検診(P11参照)も同時実施しています。

※保育ボランティアによる受診中の保育(生後6カ月から未就学児まで)を午前中のみ実施します。希望する場合は申込時に申し出ください。

※詳しくは、さむかわ健康だよりをご覧ください。

☞8月1日(木)から同課へ電話か直接、はがきかファクス、電子申請の場合は住所、氏名、生年月日、年齢、性別、

寒川町役場 ☎0467(74)1111 FAX 0467(74)9141

電話番号を記入して同課へ郵送か送信(7日(水)締め切り日必着)

コミュニティカフェ

☎地域包括支援センター

☎(72)1294 FAX(72)5552

☞houkatu@samukawashakyo.jp

【ページID】6967

お茶や音楽を楽しみながら地域の人々と交流を深めてみませんか。認知症の人の参加も大歓迎です。

<①オレンジカフェ>

☞8月16日(金)午前10時～11時

☞健康管理センター ☞25人(先着順) ☞音楽ワークショップ ☞費500円(参加費等、当日徴収)

<②こすもすカフェ>

☞8月23日(金)午後2時～3時30分

☞もくせいハイツ第2集会所(岡田7-1) ☞20人(先着順) ☞会話を楽

しむ ☞費100円(お茶・お菓子代、当日徴収)

☞①②ともに、開催日前日までに地域包括支援センターへ電話か直接、ファクスまたはEメールの場合は氏名、住所、電話番号、参加希望カフェ名を記入して送信

高齢者健康トレーニング教室

☎高齢介護課 ☎内線133

介護保険担当 FAX(74)5613

【ページID】7025

☞9月4日～10月23日の水曜日(全8回)午後0時30分～2時30分 ☞シンコースポーツ寒川アリーナ(寒川総合体育館) ☞要支援・要介護認定を受けていない町内在住の65歳以上で、全日程参加できる人 20人(抽選)

☞機器を使用したトレーニング、エアロビクス等の運動 ☞費800円(トレーニ

ングルーム使用料、初回徴収)

☞8月1日(木)から同課へ電話か直接、またはファクスで(16日(金)締め切り) ※抽選結果は締め切りから約1週間後に通知します。

健康づくり体操の日

☎健康づくり課 ☎内線265

健康づくり担当 【ページID】2905

☞8月8日、22日の木曜日 いずれも午前10時～11時30分 ☞健康管理センター ☞医師から運動制限をされていない人 ☞町の体操、ラジオ体操、ストレッチ等 ☞持タオル、飲み物、運動のできる服装、セラバンド(持っている人のみ)

※8日(木)のみ、「栄養ワンダー」を同時開催(P7参照)。



がん集団検診



☎健康づくり課 ☎内線266 健康づくり担当 FAX(74)9141 【ページID】2889

☞9月18日(水)(受付時間等は検診の約1週間前に通知)

☞健康管理センター ☞問診票などの書類(検診の約1週間前に通知)、受診券、本人確認ができるもの(保険証等)、健康手帳(持っている人)

☞8月1日(木)から同課へ電話か直接 電子申請、はがきかファクスの場合は住所、氏名、生年月日、年齢、性別、電話番号、検査種目を記入して、同課へ郵送か送信(7日(水)締め切り日必着)

※対象は受診時に町に住民登録がある人、年齢は令和7年3月31日時点です。

※申込期間内でも定員に達し次第締め切ります。

※生活保護受給者、住民税非課税世帯(世帯全員が非課税)の人は検診費が免除になります。申込時に申し出ください。

※乳がんと子宮頸がん検診は女性医師が担当します。

※保育ボランティアによる受診中の保育を午前中のみ実施します(生後6カ月から未就学児までを対象)。保育を希望する場合は申込時に申し出ください。

※受診できない場合もありますので、詳しくは、さむかわ健康だより、町ホームページをご覧ください。

■検査種目等 (年齢は令和7年3月31日時点)

検査種目		自己負担金額 (当日徴収)	対象
胃がん	胃バリウム検査	1,500円	40歳以上 75歳未満
大腸がん	便潜血反応検査	400円	40歳以上
肺がん	胸部X線撮影	400円	40歳以上
子宮頸がん	細胞診検査	1,200円	20歳以上の 偶数歳の女性 ・ 21歳女性
乳がん	マンモグラフィ 2方向のみ	1,800円	40歳代の 偶数歳の女性 ・
	視触診併用 マンモグラフィ 2方向	2,500円	41歳女性
	マンモグラフィ 1方向のみ	1,300円	50歳以上の 偶数歳の女性
	視触診併用 マンモグラフィ 1方向	2,100円	

【ページID】の使い方 一部記事に掲載しているページIDは、町ホームページにある検索窓に入力することで、記事の内容を詳しく調べることができます。

献血にご協力ください

☎健康づくり課 ☎内線263

健康づくり担当 【ページID】2865

📅8月6日(火)午前9時30分～11時30分、午後1時～4時 📍町役場正面玄関前

特定健康診査の受け忘れはありませんか？

☎健康づくり課 ☎内線263

健康づくり担当 【ページID】12857

<特定健康診査>

国民健康保険に加入している40歳以上の人を対象とした特定健康診査を実施しています。受診期限は8月31日(土)までです。受診していない人は早めに受診してください。

📅8月31日(土)まで 📍6月上旬に送付された封筒に同封されている実施医療機関一覧もしくは町ホームページを参照 📌昭和24年9月1日～昭和60年4月1日生まれの人 📌問診、身体測定、腹囲測定、血圧測定、肝機能検査、血中脂質検査、血糖検査、尿検査、医師の判断により貧血検査、心電図検査、眼底検査 📌500円(世帯主およびその世帯に属する国民健康保険のすべての被保険者の町民税が非課税の場合は免除)

📌健康保険証、受診券、特定健康診査

票(受診前にあらかじめ記入しておいでください)

📌実施医療機関へ電話か直接

<注意事項>

▶対象者には、6月上旬に受診券、特定健康診査票を同封した受診案内を郵送しています。なお、国民健康保険以外の健康保険に加入している人は、勤務先または保険証に記載されている保険者へご確認ください

▶40歳以上で、令和6年4月2日以降に国民健康保険に加入した人には受診券を送付していません。受診を希望する場合は、同課へ電話か直接、または電子申請でお申し込みください

▶昭和24年8月31日以前生まれの人は、9月～11月に実施する高齢者健康診査の対象となります

<特定保健指導>

特定健康診査の結果、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)該当者または予備群と判定された人に対して、保健師・管理栄養士などがリスクに応じて生活習慣改善のためのアドバイスを行います。対象となった人には、町から健診受診の3～4カ月後に案内をします。

ぐっすり快眠講座

☎県いのち・未来戦略本部室

未病産業グループ

☎045(210)2715

✉me-byo_style@highclass-inc.com

📅9月14日(土)午後8時～9時 📍オンライン開催 📌500人(先着順)

📌良質な睡眠を取るためのポイントを学び、後半はマインドフルネス瞑想をベースとした呼吸法やボディケアの実践

📌8月1日(木)から右記

2次元コードから電子申請で(9月12日(木)締め切り)

上手に付き合おう「膠原病」

☎茅ヶ崎市保健所保健予防課

☎(38)3315

膠原病の基礎知識と病気との付き合い方についての講演です。会場では、講演会後に交流会を予定しています。

📅8月29日(木)午前10時～11時45分 📍茅ヶ崎市保健所、またはオンデマンド配信(YouTube配信期間は8月30日(金)～令和7年3月31日(月))

📌膠原病の人とその家族・支援者 会場20人、オンデマンド配信80人(先着順) 📌講 湘南リウマチ膠原病内科院長 上原武晃さん

📌8月1日(木)から同保健所へ(会場

は電話で、オンデマンド配信は電子申請で)



詳しくはこちら

茅ヶ崎市保健所より

☎茅ヶ崎市保健所保健予防課

☎(38)3321

<B型・C型肝炎の検査>

📌40歳未満で初めて検査を受ける寒川町・茅ヶ崎市在住の人

<HIV・梅毒即日検査>

※住んでいる場所にかかわらず、どなたでも匿名で受診できます。

📍茅ヶ崎市保健所(茅ヶ崎市茅ヶ崎1-8-7)

※申込方法等、詳しくは茅ヶ崎市ホームページをご覧ください。

お知らせ Topics

浸水防止施設設置工事補助について

☎町民安全課 ☎内線464

災害対策担当 【ページID】1982

町では、浸水による住宅の被害を軽減するため、浸水防止施設の設置に対して補助金を交付します。

📌町内に住居を所有し、町民税等を滞

納していない人

<対象建築物>

戸建て住宅、集合住宅(アパート、マンションなど)

<対象工事>

浸水防止施設、関連工事(浸水防止効果を補完または高めるため、浸水防止施設の設置と同時に実施する工事)

<補助金額>

対象経費の3分の1(1,000円未満切り捨て、上限10万円)

▶事前に交付対象や手続き等についてご相談ください

▶工事着手は交付決定後となります

▶補助金は予算の範囲内での実施となります

雨水貯留施設助成制度をご利用ください

☎下水道課 ☎内線335 管理担当

【ページID】14709

浸水被害の軽減や、雨水利用による水資源の節約を目的に、雨水タンク等の設置費用を補助します。

<雨水貯留槽(雨水タンク)設置助成制度>

雨水タンクを購入して設置する場合、本体購入価格の2分の1(1,000円未満切り捨て)、1台あたり助成限度額3万円を助成します。

<浄化槽の雨水貯留施設転用工事費助成制度>

浄化槽から公共下水道への切り替え工事に伴い、不要となった浄化槽を雨水貯留施設に転用する場合、工事費用を1件につき4万円助成します。

※雨水タンク等の購入、設置、転用工事は、事前に同課での申請手続きが必要です。

下水道は正しく使いましょう

☎下水道課 ☎内線336 管理担当 【ページID】1930

町の下水道は、汚水と雨水を別々に処理する分流式です。町内にお住まいの皆さんの宅地内に設置されている污水管にはトイレや台所、風呂などの排水しか流すことはできません。雨水が污水管に誤って接続されていると、降雨時に污水管の排水能力を上回る水が流れ込み、生活排水が流れにくくなり、下水処理場の機能を損なうことにもつながります。誤って雨水を污水管に接続している場合は、速やかな改善をお願いします。

中小企業退職金共済制度

☎中小企業退職金共済事業本部

☎03(6907)1234

産業振興課 ☎内線764

商工労政担当 【ページID】13568

中小企業退職金共済制度(中退共)は、中小企業で働く人のために国がサポートする退職金制度です。

※詳しくは中退共のホームページをご覧ください。

※町の掛け金補助制度については、産業振興課にお問い合わせください。



中退共
ホームページ

健康への第一歩

テーマ 脱水予防



まだまだ暑い日が続きます。高温多湿の夏は特に脱水症が起こりやすくなります。便秘、排尿の回数が減り、色が濃くなる、指の先が青白くなり冷たくなる、などの症状も隠れ脱水症のサインかもしれません。水分補給は頻回に行なってください。大量の汗をかいた後は水やお茶だけを飲んでいても体液の電解質が補われず、脱水の症状は改善しません。水とともに塩分を取り脱水予防をしましょう。

また真夏の日中は、エンジンを止めるとわずかな時間で

も車内の温度は危険なレベルに達することがあります。特に乳幼児は体温調整の機能が未発達なこともあり、脱水の症状は重症化しやすく、時に死に至ることがあります。短い時間でも安全のため、子どもを車内に残さないでください。車内放置を見かけたら、ためらわず警察(☎110)または児童相談所(☎189)に連絡をしてください。

☎子育て支援課 ☎内線165 のびのびすくすく担当

【ページID】の使い方 一部記事に掲載しているページIDは、町ホームページにある検索窓に入力することで、記事の内容を詳しく調べることができます。

ハチが危険な季節です

環境課 内線435

環境保全担当 【ページID】2202

スズメバチなどは、夏から秋にかけて活動が活発になり、攻撃性が高くなります。刺傷事故が増える8月～10月は危険な季節なのでご注意ください。スズメバチの巣の場所が特定できる場合の駆除は同課へ、それ以外のハチの巣の駆除は(公社)県ペストコントロール協会 ☎0120(06)4643、携帯電話からは ☎045(681)8585)へご相談ください。



花火はルールを守って安全に

茅ヶ崎市消防本部予防課

☎(85)9943

夏は花火をする機会が増えます。次のことに注意して楽しみましょう。
▶風の強い日はやらない
▶子どもたちだけでは遊ばない

- ▶花火を人や家に向けない
- ▶燃えやすい物のある場所では遊ばない
- ▶正しい位置に正しい方法で点火し、たくさんの花火に一度に火をつけない
- ▶吹き出し、打ち上げなどの筒状の花火は、途中で火が消えても筒をのぞかない
- ▶水の入ったバケツを用意し、遊び終わったら完全に消火する
- ▶花火をほぐして遊ぶことは絶対にしない

8月は、道路ふれあい月間です

道路課 内線312 管理担当

令和6年度
「道路ふれあい月間」推進標語
「渡ります 元気な命が 歩いてます」

道路の役割や重要性を再認識してもらうため、国土交通省では8月を「道路ふれあい月間」、8月10日を「道の日」としています。すべての人が安全で快適に利用できるよう、みんなでマナーを守りましょう。

＜破損部分を見つけたら＞

道路の穴や、カーブミラーの破損を見つけたら、同課にご連絡ください。

＜STOP!マナー違反＞

道路上に段差解消ブロックや鉄板を継続して設置すること、私有地から樹木の枝葉が越境している状態で放置することなどは、道路・水路の不法占用となります。通行の妨げや交通事故が発生する原因になったり、消火活動や救命活動の障害となったりすることもあるので、絶対にやめましょう。

台風等の自然災害に便乗した悪徳商法による住宅修理トラブルに注意

町民窓口課 内線474

相談・人権担当 【ページID】4353

＜事例＞

台風の後、突然事業者が自宅を訪問。屋根に上がった後、「すぐに修理しないと大変なことになる」などと言われたため、その場で100万円超の工事契約をしてしまった。

寒川町役場 ☎0467(74)1111 FAX 0467(74)9141

＜アドバイス＞

- ▶勧誘されてもすぐに依頼せず、工事内容や費用について家族等に相談したり、複数の事業者から見積もりを取ったりするなど、十分に検討しましょう
 - ▶修理をキャンセルした時の違約金等、高額な請求を受ける可能性があります。契約前に必ず契約書を確認しましょう
 - ▶不安なことがある場合は、町消費生活相談にご連絡ください
- 町消費生活相談(月・木曜日(祝日を除く)午前10時～正午、午後1時～4時(午後3時まで受け付け))

まちづくり推進会議報告書を町長へ提出しました

町民協働課 内線732

協働推進担当 【ページID】15718

第8期寒川町まちづくり推進会議の委員が、令和4年7月1日～令和6年6月30日を任期として、町自治基本条例や町政運営および協働事業に対する町民の参画に関することなどについて調査・協議を行いました。その結果を報告書として取りまとめ、6月20日に町

長へ提出しました。



左から橋口副会長、杉下会長、木村町長

農地パトロール強化月間

農業委員会事務局 内線753

総務担当

JAさがみ寒川町オペレーター協会事務局 ☎(75)6005

【ページID】1723

8月～11月は農地の利用状況調査(農地パトロール)の強化月間です。農業委員会が農地に立ち入る場合がありますので、ご理解ご協力をお願いします。また近隣の農地や住民に迷惑がかからないよう、休耕する場合も草刈りや耕起を定期的に行い、農地を適正に管理してください。

＜注意事項＞

▶自身または家族で休耕地の管理が困難な場合は、町オペレーター協会事務局にお問い合わせください。

▶農地パトロール、農地の貸し借りに関しては、農業委員会事務局にお問い合わせください。

「寒っスポット～町クーリングシェルター～」をご利用ください

健康づくり課 内線266

健康づくり担当 【ページID】18257

地球温暖化の影響で、年々気温が上昇し熱中症のリスクが高まっています。町では、次の施設のロビー等の一角を開放して、危険な暑さをしのぐためのクーリングシェルター「寒っスポット」として設けました。暑さをしのぐ一時避難場所としてご利用ください。

＜「寒っスポット」対象施設＞

- ・寒川町役場本庁舎
- ・町民センター
- ・北部・南部文化福祉会館
- ・寒川総合図書館
- ・シンコースポーツ寒川アリーナ(寒川総合体育館)
- ・寒川広域リサイクルセンター

10月23日(水)まで

※利用可能日等詳しくは町ホームページよりご確認ください。



毛の抜けたタヌキにご注意ください

環境課 内線435

環境保全担当

町内で毛の抜けたタヌキが目撃されています。毛の抜けたタヌキは疥癬症というダニが皮膚の下に入り込む病気にかかっており、数週間ほどで衰弱し死んでしまう場合がほとんどです。

人に感染する可能性は低いですが、犬や猫は疥癬症のタヌキとの接触により、感染する恐れがありますので、ペットの放し飼いをしないなど十分に注意してください。また、ペットのえさ等が屋外に放置されていると、タヌキが寄り付きやすくなりますので、食べ終わったえさ等は速やかに片付けましょう。

定額減税しきれないと見込まれる人への給付金(調整給付金)

福祉課 内線478 給付金窓口 【ページID】18296

令和6年分の所得税および令和6年度分の個人住民税所得割において定額減税が実施されます。その際に、定額減税しきれないと見込まれる人に対して給付金(調整給付金)を支給します。

なお、対象者へ早期に給付する観点から、所得税については令和5年分の課税状況に基づき、給付額が算定されます。令和6年分の所得税額が確定した後、当初の給付額に不足があることが判明した場合は、追加で令和7年以降に給付予定です。

給付対象者 定額減税可能額が令和6年分推計所得税額または令和6年度分個人住民税所得割額を上回る人
※納税義務者本人の合計所得金額が1,805万円以下の人に限ります。
※所得税額と個人住民税所得割(定額減税前)ともに税額がない人は対象外です。

8月中旬までに調整給付金の給付対象と見込まれる人へ、確認書を送付します。内容を確認し、必要書類の添付および必要事項を記載の上、10月31日(木)までに同封の返信用封筒で返送してください。

＜定額減税可能額＞

所得税分 3万円×減税対象人数(本人+扶養親族数)

個人住民税所得割分 1万円×減税対象人数(本人+扶養親族数)

※国外居住者を除く

＜調整給付金の計算方法＞

所得税 定額減税可能額－令和6年推計所得税＝①不足額

個人住民税所得割 定額減税可能額－令和6年度個人住民税所得割＝②不足額

①と②の合計額(合計額を1万円単位に切り上げた額)



としょかんへいこう!

LINE利用で手軽に本を借りよう

寒川総合図書館の公式 LINE にお友だち登録をすると、自分の利用券番号をスマートフォンで簡単に表示することができます。利用券を持参しなくても、スマートフォンがあれば本の貸出や予約などできるので、散歩の途中や外出先から、ふらっと立ち寄り、気軽に図書館を利用できます。ぜひ図書館公式 LINE に登録して、図書館の利用券と連携してみてください。

図書館公式 LINEはこちら

本棚のだ～なくん

図書館公式 LINEはこちら

☎ (75) 3615 FAX (75) 3669

【ページID】の使い方 一部記事に掲載しているページIDは、町ホームページにある検索窓に入力することで、記事の内容を詳しく調べることができます。

Jアラート 全国一斉情報伝達試験

町民安全課 内線464
災害対策担当 【ページID】2003

町では、大地震、豪雨、武力攻撃などの災害が発生した、または発生する可能性がある場合に、全国瞬時警報システム(Jアラート)で国から送られてくる緊急情報を、防災行政用無線を使用してお知らせします。この緊急情報を確実に伝えるため、全国一斉に伝達試験を行います。

この試験は、町内に設置されている

防災行政用無線から一斉に放送します。ご理解ご協力をお願いします。

8月28日(水)午前11時
放送内容 「これは、Jアラートのテストです」(3回)「こちらは、防災さむかわです」

茅ヶ崎市消防署宮山出張所 建設に伴う住民説明会

町民安全課 内線610
消防担当 【ページID】17805

8月25日(日)午前10時～11時
所 北部文化福祉会館 **人** 町内在住か
在勤または在学の人 40人(先着順)
内 消防庁舎の概要および今後のスケ

ジュールについて

マイナ救急実証事業の 実施について

茅ヶ崎市消防本部警防救命課
☎(85)9945

茅ヶ崎市内、寒川町内で発生した救急事案で、健康保険証、お薬手帳、診察券等を傷病者に確認のご負担を掛けていましたが、8月9日(金)から10月9日(水)まで、マイナンバーカードの健康保険証利用登録がお済みの人は、救急隊員が特別な機器を使用することで、今までの診療状況や服用中の薬の

情報取得が短時間で可能となり、傷病者に負担を掛けることなく、適切な病院に搬送できるようになります。

また、意識状態が悪く、傷病者が話しができない状況でも、この方法で情報を取得することで、早期搬送に結びつけることができます。

実証事業で約2カ月間の実施となりますが、国の主導で行い、近い将来、本格導入を目指しています。皆さんのご理解ご協力をお願いします。

初期費用0円で太陽光発電を！

環境課 内線432
環境保全担当

事業者が設置費用などの初期費用を負担して、住宅に太陽光発電設備を設置し、発電した電力の売電料もしくは設備のリース料で初期費用を回収する「0円ソーラー」サービスを行なっています。詳しくは県のホームページをご覧ください。



詳細はこちら

募 集

明るい選挙啓発標語

選挙管理委員会事務局 内線215
総務担当 FAX(74)9141
【ページID】13538

人 町内在住で小学生以上の人 **内** きれいな選挙の推進を表すもの、棄権防止の呼び掛けを表すもの(20字以内の自作で未発表のもの 1人1点まで)

申 一般 応募用紙に、標語、氏名(ふりがな)、住所、電話番号を記入(他の用紙の場合は標語作品の裏面に記入)し、同事務局へ郵送か直接、ファクスまたはEメール(町ホームページから)で

町立小・中学校の児童・生徒 応募用紙に、標語、氏名(ふりがな)、学校名、学年を記入し、通学している学校へ提出(学校ごとに取りまとめます)(9月25日(水)締め切り日必着)

※応募用紙は、町ホームページからダウンロードするか、同事務局まで。

<注意事項>

▶応募作品は原則として返却しません

▶入賞作品の著作権は町選挙管理委員会に属します

▶入賞者の氏名(学校名・学年)を公表します

▶入賞者には賞状と賞品を表彰、贈呈し、応募者全員に参加賞を贈呈します

町職員

町人事課 内線223
職員力推進担当 【ページID】15188

募集職種・定員 ①事務職②技術職(土木) 各若干名

応募資格 現役の高校3年生(平成18年4月2日から平成19年4月1日に

生まれた人で、高等学校卒業程度の学力を有する卒業見込みの人)

選考方法・期間 書類選考後の第2次試験は民間企業で広く導入されているSPI試験を9月9日(月)～9月30日(月)の間に実施

採用予定日 令和7年4月1日

8月1日(木)から同課へ電子申請で
(9月2日(月)締め切り)



町産業まつり 出店者・参加団体



町①町商工会 ☎(75)0185
②さがみ農業協同組合寒川営農経済センター ☎(75)6005
【ページID】13567

産業まつりでの①公募枠出店者②ステージイベント参加団体を募集します。

8月11日(日)午前10時～午後2時 所 さむかわ中央公園

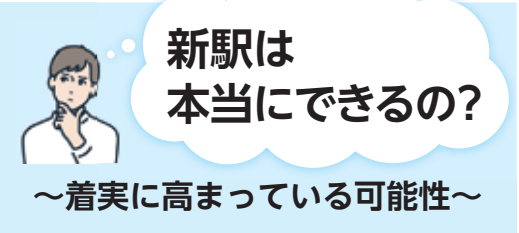
募集要項	応募資格	応募枠	費用
①公募枠出店者	次のいずれかに該当する事業者 ・町商工会および関係団体に加入している企業または店舗(キッチンカー含む) ・さがみ農業協同組合(寒川地区内)の組合員 ・令和2年4月～令和7年3月の間に創業または創業予定で、同会か同組合に加入または加入予定の事業者(以下、創業支援対象事業者)	10事業者(抽選)	3,000円 (創業支援対象事業者は無料)
②ステージイベント参加団体	町内在住か在勤または在学の人が所属し、ダンス等を発表できる団体 20分以内(準備および片付けを含む)	7団体(抽選)	無料

8月1日(木)から①所定の用紙(町または町商工会ホームページに掲載)に必要な事項を記入して、同会(〒253-0106宮山141-1)へ郵送か直接(30日(金)締め切り日必着)。創業支援対象事業者については、町ホームページをご覧ください。②所定の用紙(町ホームページに掲載)に必要な事項を記入して、さがみ農業協同組合寒川営農経済センター(〒253-0106 宮山115-1)へ郵送か直接(30日(金)締め切り日必着)

令和19(2037)年の新駅設置を目指して！

ツインシティ倉見地区まちづくりの現在地

Vol.1



新駅は
本当にできるの？

～着実に高まっている可能性～

平成9年から取り組んでいる倉見地区への東海道新幹線新駅の誘致について、「まだ誘致しているの？」「本当に新駅ができるの？」という疑問を持っている人も多いと思います。

町としては、これまでの新駅設置要望に対するJR東海からの回答を次のように捉え、可能性が高まっていると考えています。

リニア中央新幹線が開業すると、 現在の東海道新幹線の運行ダイヤに空きが生じる

平成28年に「中央新幹線が開業し、東海道新幹線のダイヤ構成に余裕が生まれれば、新駅設置の余地が高まる」という、回答を受けています。新幹線を利用する人が「より速く、速くに」移動するために、現在1時間に約12本走行している東海道新幹線「のぞみ」の機能は、将来的にはリニア中央新幹線が果たすことになります。また、リニア開業後に静岡県内の「ひかり」「こだま」の停車駅への停車本数増加で見込まれる経済効果(約1,700億円)の調査結果が昨年、国土交通省より公表されています。

以上のことから、現在町では、令和19(2037)年に予定されているリニア中央新幹線の品川-大阪間の開業と同時の新駅設置とツインシティ倉見地区のまちびらきを目指し、取り組んでいます。まちづくりの最新情報については、右記2次元コードより「まちづくりニュース」をご覧ください。

次号では、「現在の取り組み状況」についてお知らせします。

町倉見拠点づくり課 内線741 倉見拠点づくり担当

まちづくり
ニュースはこちら



【ページID】の使い方 一部記事に掲載しているページIDは、町ホームページにある検索窓に入力することで、記事の内容を詳しく調べることができます。

寒川町役場 ☎0467(74)1111 FAX 0467(74)9141

さむかわ天才万博2024

問 さむかわ天才万博実行委員会 菊地 ☎(53)9301

✉samukawatensaibanpaku@gmail.com

<こどもマルシェ出店者募集>

小学生を対象に、子どもたちが実際のお金を使って商いを行います。飲食以外の物販、ゲームなど出店内容は子どもたち自身が企画。商いの疑似体験の場の提供と、子どもたちの企画運営力、ものづくり、広報、販売力など、才能を引き出す場を提供します。

日 11月30日(土) ※雨天時12月1日(日)に順延。 所 さむかわ中央公園 人 小学生 15組(選考)

申 下記2次元コードから企画書・同意書を記入してEメールで(8月15日(木)締め切り)

<こどもマルシェ運営委員募集>

マルシェの名前、ルール作り、看板作成、案内図、広報活動、当日の運営などを高校生や大人と一緒に進めます。

人 小学4～6年生

申 右記2次元コード申し込みフォームから(8月15日(木)締め切り)



企画書・同意書のダウンロードはこちら



運営委員の応募はこちら

催し・講座

文化講演会「こどもたちの生きる力を育てる」

問 町民センター ☎(74)2333

町・寒川青年会議所・町民センター 共催による講演会を開催します。

日 9月15日(日)午後2時～4時(午後1時30分開場) 所 町民センターホール 人 町内在住か在勤の人 500人(先着順) 講 工藤勇一さん 横浜創英中学・高等学校前校長

申 8月1日(木)から寒川青年会議所ホームページの電子申請で



詳しくはこちら

湘南梨品評会

問 農政課 ☎内線752 農政担当 【ページID】5725

日 8月22日(木)午前11時30分～午後1時30分 所 綾瀬市役所1階市民ホール(綾瀬市早川550) 内 寒川町、綾瀬市、海老名市、大和市の生産者が丹精込めて作った湘南梨の品評会

※午後1時30分から出品された梨の販売を行います。

広告

外壁塗装工事 専門店

有限会社 塗りいち

寒川町倉見1383-9

0467-72-6130

寒川町で創業23年 安心丁寧なお店 お気軽に お問い合わせ下さい 見積無料

平和パネル展

問 町民窓口課 ☎内線473

相談・人権担当 【ページID】16871

日 8月8日(木)～21日(水)(各日とも施設の開館時間内) 所 寒川総合図書館 内 平和首長会議*が実施する子どもたちを対象とした“平和なまち”絵画コンテストの入賞作品画像の展示

*広島市・長崎市が中心となり、核兵器廃絶を目指すことを目的とした組織

卓球教室

問 スポーツ課 ☎内線272

スポーツ推進担当 【ページID】6988

日 9月3日、10日、17日、10月1日の火曜日(全4回) いずれも午後0時30分～3時 所 シンコースポーツ寒川アリーナ(寒川総合体育館) 人 町内在住か在勤または在学の人 20人(先着順) 講 町卓球協会指導者

費 500円(運営費、初日徴収) 持 ラケット(お持ちでない場合は申し出ください)、飲み物、室内用シューズ、運動のできる服装で

申 8月1日(木)から同課へ電話か直接またはEメール(町ホームページから)で(23日(金)締め切り)



初心者向けスマートフォン教室

問 町民窓口課 ☎内線473

相談・人権担当 【ページID】14089

日 9月3日(火)、4日(水)、11日(水) いずれも午後1時30分～4時 所 町民センター 人 町内在住か在勤また

は在学の人 各回10人(先着順)

講 ドコモ認定講師

※1人につきスマートフォン1台を貸し出します。

※各回で内容が多少異なります。詳しくは申し込み時または町ホームページ等でご確認ください。

申 8月1日(木)から同課へ電話か直接、または電子申請で



詳細・電子申請はこちら

自治会夏祭り・秋祭り

問 町民協働課 ☎内線732

協働推進担当 【ページID】1573

自治会主催の夏祭り・秋祭りが開催されます。開催状況について、詳しくは町ホームページをご覧ください。

町生涯学習人材登録制度「ステップ・アップ」



問 学び推進課 ☎内線281 文化・生涯学習担当

「生涯学習をしたい!」という意欲のある人や、学習機会を求めている人のために、「町生涯学習人材登録制度～ステップ・アップ講座～」という制度があります。同制度に登録している講師(ステップ・アップ登録者)による講座を紹介します。

ステップアップについて 詳細はこちら



傾聴講座

問 佐藤 ☎(75)4605

✉satou.susumu@sky.plala.or.jp 【ページID】17698

相手が安心して会話ができるような聴き方を学びます。

日 8月31日(土)午前10時～正午 所 町民センター

人 12人(先着順) 講 佐藤進さん

申 8月1日(木)から電話かEメールで(27日(火)締め切り)

書道入門～漢字の基礎と雅な「かな」の世界へ～

問 こもれび書道会 原 ☎090(8430)1089

FAX(74)1106 【ページID】17640

実用書道にもつながる漢字の基礎と、平安貴族の雅な世界の「かな」を美しい料紙に書いてみましょう。

日 9月12日(木)午前10時～11時30分 所 町民センター 人 8人(先着順) 講 原美代子さん こもれび書道会 費 500円(料紙代、当日徴収) 持 書道用具一式



【ページID】の使い方 一部記事に掲載しているページIDは、町ホームページにある検索窓に入力することで、記事の内容を詳しく調べることができます。

寒川町役場 ☎0467(74)1111 FAX 0467(74)9141

寄付

問 財産管理課 ☎内線532

資産経営担当

●ベンチ 3基

寄付者 寒川ライオンズクラブ会長
藤澤輝夫さん

目的 寒川ライオンズクラブ45周年
記念事業として、公園を利用する町民
の憩いの場として役立てるため

●サウンドアーチ 1台

寄付者 明治安田生命保険相互会社
平塚支社 支社長 山本恵さん

目的 聞こえに悩む人の社会的孤立と
いう社会課題の解決に貢献するため
ありがとうございました。

会議

☎は公開、🔒は非公開、📄は書面会議
※当日、内容によっては部分非公開と
なる場合もあります。

☎教育委員会定例会

問 教育政策課 ☎内線511

教育政策担当 【ページID】1784

☎ 8月20日(火)午後1時30分から(午
後1時25分まで受け付け) 所 東分庁
舎2階会議室 人 5人(抽選) 内 未定

☎環境審議会

問 環境課 ☎内線432

環境保全担当 【ページID】11060

☎ 8月27日(火)午後2時から(午後1
時55分まで受け付け) 所 東分庁舎2
階会議室 人 5人(先着順) 内 令和
5年度版寒川町環境報告書について

☎さむかわ元気プラン 推進委員会

問 健康づくり課 ☎内線261

健康づくり担当 【ページID】18409

☎ 8月6日(火)午後1時30分から(午後1
時25分まで受け付け) 所 健康管理セン
ター2階会議室 人 5人(抽選) 内 第2
次さむかわ元気プラン前期の概要および
アンケート調査結果報告書について ほか

このほかにも情報があります。

【ページID】17938



記事全般に関する注意事項

▶ 問い合わせ先が町役場の場合、電
話番号は省略してあります

▶ 町役場宛て郵便は「〒253-0196
〇〇課」へ(住所は不要です)

▶ 申し込み時間は、特に記載のない場
合、午前8時30分から午後5時までです

▶ 申し込み方法の記載がない場合は、
原則当日受け付けです

▶ 町が主催または共催する事業で、手
話通訳や要約筆記を必要とする場合
は、事前に担当課へご相談ください

広告

独身のお子様の
結婚相談承ります
諦めずに仲人にご相談下さい



まずはお気軽にご連絡下さい

横浜店 045-328-3203

新横浜店 045-548-3821

結婚相談所ムスベル

こんなことがありました



女子体操選手の宮川紗江選手が 寒川東中学校に!

リオデジャネイロ2016オリンピックに出場し
た宮川紗江選手による「アスリート派遣等による体育授業等
の充実・高度化の促進事業」が寒川東中学校で開催されまし
た。体操の授業では、実際に宮川選手が技を披露しながら指
導を行い、生徒は大盛り上がり。宮川選手のサポートを受け
ながら生徒も同じ技に挑戦しました。「将来について視野を広
げるきっかけになれば」と宮川選手の経験や考え方について
の講義も行い、生徒の質問に答える場面もありました。最後

は生徒が手で作ったアーチをくぐり退場した宮川選手。講演
後「みんな素直で熱心に参加してくれて楽しかったです」と話
していました。宮川選手、ありがとうございました!



すいせんの球根を掘り起こしました!

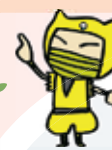
昨年「町の花すいせん制定50周年事業」とし
て皆さんと一緒にプランターに植え、3月に無事
開花を迎えたすいせん。開花時期を終え、土の中で大きくなっ
ている球根を青少年広場で掘り起こしました。今回の掘り起こ
しは、「スイセンズ」の指導の下、町内の少年野球チームなど約
100名のボランティアの皆さんと行いました。子どもたちは「球
根大きい!」「ミミズだ!」と楽しそうに取り組んでいました。

「一之宮ストロングス」「フレッシュスターズ」「タイガース」
「エース」の皆さん、その関係者の皆さん、ご協力ありがとう
ございました!

掘り起こした球根を使い、また町をすいせんで彩る予定で
すので楽しみに!



おうちで給食 クッキング



寒川学校給食センターで実際に調理している給食を
ご家庭で再現できるレシピにしました!
ぜひ、作ってみてください。



材料(4人分)

- | | |
|---------------------------------|---------------------------|
| 豚ひき肉..... 25g | ● 緑豆春雨..... 20g |
| ● 水..... 4カップ(800ml) | ● ごま油..... 小さじ1/2 |
| ● 玉ネギ(スライス) ... 110g(約Lサイズ1/2玉) | ● 鶏ガラスープ..... 40g(1/5カップ) |
| ● にんじん(千切り) ... 60g(約Mサイズ1/2本) | ● 塩..... 小さじ1/2 |
| ● キャベツ(千切り) ... 100g(葉5枚くらい) | ● しょうゆ..... 小さじ2強 |
| ● チンゲン菜(ざく切り) ... 60g(1/2株くらい) | ● こしょう..... 少々 |

作り方

- 鍋に水を約1カップ(約200ml)と豚ひ
き肉を入れて火にかける。ひき肉がパ
ラパラになるようにかき混ぜる。
- 火が通り切らないうちに玉ネギとにん
じんを入れて、残りの水約3カップ(約
600ml)も入れる。
- キャベツとチンゲン菜を加
える。
- 緑豆春雨とAの調味料を加
える。
- 香りづけにごま油を加えて
仕上げる。

はるさめスープ



問 寒川学校給食センター
☎(75)6706



日	月	火	水	木
				1 マイナンバーカード 交付窓口開設時間延長 (17:15～19:00) 子 さむかわジュニア司書講座 (図10:00～11:30) [2、7、8、 23日] 会 総合計画審議会 公 相 消費生活相談 [5、8、15、19、 22、26、29日] 定 相 地域包括支援センター出張 相談 [8、15、22、29日] 定
4 子 おひざにだっこのおはなし 会 (図11:00～11:20) [28日]	5 子 親子でクラフト教室 (南10:00～10:30) 子 離乳食講習会スタートコース (給10:15～10:30) 子 おはなし広場幼児 (南10:30～11:00)	6 子 小学生料理教室 (給9:30～14:00) 子 夏休みおはなし図書館 (北10:30～11:00) [27日] 子 子ども卓球教室 (北14:00～15:30) [20日] 子 紙すき体験 健 元気はっけん広場 (集合版) 健 [19、26日] 健 献血 会 さむかわ元気プラン推進委員会 公	7 子 海上保安庁体験見学会 北 相 法律相談 [14、21日] 予 会 地域自立支援協議会 公	8 マイナンバーカード 交付窓口開設時間延長 (17:15～19:00) 健 健康づくり体操の日・栄養 ワンダー 健 平和パネル展 [～21日]
11 山の日 ごみ・資源物の収集方法変更に関する住民説明会 (北南10時～、14時～、19時～) 子 北部分室おりがみとしょかん (図10:30～11:00)	12 振替休日 講 町史講座「戊辰戦争と地域社会―内乱期の村々―」 健 南部サロン (南10時～正午) [26日]	13 相 人権相談 [27日] 予 相 司法書士相談 (茅ヶ崎) 予	14 子 子どもクッキング教室 (南10時～正午)	15 マイナンバーカード 交付窓口開設時間延長 (17:15～19:00)
18 健 がん集団検診 健	19	20 子 1歳6カ月児健診 (健12:50～13:40) 子 子ども書道教室 (北10時～正午) [～22日] 会 教育委員会定例会 公	21 子 JAL折り紙ヒコーキ教室 (北11:00～12:30) 相 木造住宅無料耐震相談 予	22 マイナンバーカード 交付窓口開設時間延長 (17:15～19:00) 子 南部子ども絵画教室 (南9:30～正午) [23日] 子 子ども茶会 (北13:30～15:00) 子 湘南エコウェーブ～親子環境バスツアー～ 健 健康づくり体操の日 健 湘南梨品評会 相 精神科医師によるこころの健康相談 [28日] 予
25	26 子 離乳食講習会ステップアップコース (給10:15～10:30)	27 子 子どもの歯科相談 予 子 2歳児歯科健診 (図12:40～13:30) 子 Summer Lunch With FLT (給10:00～11:30) 健 介護者のつどい (図13:30～15:30) 健 手話講習会 (上級2) 会 環境審議会 公	28 Jアラート全国一斉情報伝達試験 子 寒川・東中学校吹奏楽部合同楽器体験 (南9:50～11:30)	29 マイナンバーカード 交付窓口開設時間延長 (17:15～19:00) 子 夏のこわーいおはなし会 (図15:00～15:30)

定定期開催の相談(祝日は除く)

- 健 健康相談 平日9時30分～11時30分、13～16時 面談希望の場合は要予約
・生活習慣病予防や改善、禁煙、各世代の栄養などについて保健師、管理栄養士と相談できます。 図 健康づくり課 健康づくり担当

子 妊娠・出産、子育て、思春期の相談
図 子育て支援課 のびのびすくすく担当 ☎内線165

相 消費生活相談 毎週月・木曜日10時～正午、13～16時(15時まで受け付け)
図・図 町民相談室 ☎内線474
- 相 障がいがある人の就労相談 (相談員:湘南地域就労援助センター職員・ハローワーク藤沢職員)
奇数月第4水曜日14～16時(予約制)
所 町民相談室 図 福祉課 障がい福祉担当 ☎内線145

相 地域包括支援センター出張相談 毎週木曜日10時～正午
所 北部文化福祉会館 図 地域包括支援センター(町役場内) ☎(72)1294

- ＝一之宮公園管理事務所
図＝寒川総合図書館
セ＝町民センター
分＝町民センター分室
北＝北部文化福祉会館
南＝南部文化福祉会館
総＝寒川学校給食センター
- 健＝健康管理センター
大＝大村地域集会所
中＝中瀬地域集会所
倉＝倉見地域集会所
体＝シンコースポーツ寒川アリーナ(寒川総合体育館)
- モ＝もくせいハイツ第2集会所
子＝子育て支援センター
公＝公開会議
非＝非公開会議
定＝定期開催の相談
予＝予約が必要な相談

金	土
2 子 3歳6カ月児健診 (健12:40～13:30) 子 子どもモザイクアート教室 (北13:30～15:00) 会 まち・ひと・しごと創生総合戦略策定等外部委員会 公 レディオ湘南83.1メガヘルツ「[高座]のこころ。」(14:00～14:10)	3 土曜開庁 8:30～正午 町民窓口課のみ 子 土曜日おはなし会 (図11:00～11:20) [10、17、24、31日] 10 ごみ・資源物の収集方法変更に関する住民説明会 (北北10時～、14時～、19時～) 子 子ども絵画教室 (北10時～正午) [11日] 講 盆踊り練習会 (南13:00～14:30)
9 子 7カ月児相談 (健9～10時) 子 図書館みくじ図 [～18日] 子 育児相談 予 [27日] 相 司法書士相談 予	17 土曜開庁 8:30～正午 町民窓口課のみ
16 健 オレンジカフェ 相 遺言書と終活の相談 (行政書士相談) 予	24 子 子ども七宝焼き体験教室 (南10:00～11:30) 子 おはなし広場小学生 (南11:30～正午) 健 寒川寄席
23 子 子どもお菓子作り教室 (北10:30～正午) 健 こすもすカフェ 相 多重債務法律相談 (茅ヶ崎) 予	31
30	

イベントの凡例

子＝子ども 健＝健康 催＝催し 議＝講座 会＝会議 相＝相談

7月1日の人口と世帯

48,557人(11人減)・20,737世帯(13世帯増)

()内:前月比較 ※令和2年国勢調査確定値を基にした推計です。

急病のときは

茅ヶ崎市地域医療センター

当日に電話で予約をしてください(歯科は除く)
日曜日・祝日・年末年始(いずれも12～13時は除く)
▶内科・調剤薬局 9～23時(午前受け付け11時30分まで、夜間受け付け22時30分まで)
▶小児科・外科・歯科 9～17時(午前受け付け11時30分まで。歯科除く)
平日・土曜日夜間(受け付け22時30分まで)
▶内科・小児科・調剤薬局 20～23時
図 茅ヶ崎市地域医療センター 茅ヶ崎市茅ヶ崎3-4-23
☎(38)7532
(調剤薬局は☎(38)5086、歯科は☎(38)8667)
(7月4日時点)

救急病院

図 寒川病院 宮山193☎(75)6680
図 茅ヶ崎徳洲会病院 茅ヶ崎市幸町14-1☎(58)1311
図 茅ヶ崎市立病院 茅ヶ崎市本村5-15-1☎(52)1111
図 湘南東部総合病院 茅ヶ崎市西久保500☎(83)9111
図 茅ヶ崎中央病院 茅ヶ崎市茅ヶ崎2-2-3☎(86)6530

耳鼻咽喉科・眼科急患

日曜日・祝日・年末年始の診療場所・時間は茅ヶ崎市消防本部救急医療情報案内へお問い合わせください。
図 ☎(85)0119

かながわ小児救急ダイヤル
毎日18時～翌8時

夜間、子どもの急な体調の変化や症状について、家庭での対処法や、すぐに医療機関にかかるべきか看護師がアドバイスします。治療や診断は行いません。
図 ☎050(3490)3742 (携帯電話から #8000)

予約が必要な相談

- 子 育児相談:9日(金) 健 10:30～11:00、27日(火) 健 14:00～14:30
- 子 子どもの歯科相談:27日(火) 健 14:00～14:30
図 子育て支援課 のびのびすくすく担当 ☎内線157
- 相 法律相談:第1・2・3水曜日 10:30～正午、13:00～15:30(1人30分)
- 相 人権相談:第2・4火曜日 13～16時(予約は前日まで)
- 相 司法書士相談:第2金曜日 13～16時(1人30分)
- 相 遺言書と終活の相談(行政書士相談):第3金曜日 13～16時(1人30分)
所・図 町民相談室 ☎内線474
- 相 木造住宅無料耐震相談:第3水曜日 10時～正午、13～16時(5人先着順、予約は1週間前まで)
- 図・図 都市計画課 都市計画・開発指導担当 ☎内線324
- 相 精神科医師によるこころの健康相談:22日(木)、28日(水) 14～17時
図・図 茅ヶ崎市保健所 ☎(38)3315
- 相 多重債務法律相談:第2月曜日(祝日振替休日のためなし)、第4金曜日 13:15～16:15
- 相 司法書士相談:第2火曜日 13～16時
図・図 茅ヶ崎市役所 ☎(81)7129(直通)

エックス (旧ツイッター) @samukawa_town

フェイスブック @samukawa.town

インスタグラム samukawa_official

LINE @samukawatown

メール配信 防災情報などの配信

マチイロ スマートフォンなどで広報誌を読む

マイ広報紙

レディオ湘南 83.1メガヘルツ 毎月第1金曜日14:00～14:10「[高座]のこころ。」放送中