

協働 まちづくり 情報誌

広報 にのみや



「早咲きの菜の花」

(平成19年12月20日 吾妻山公園にて撮影)

吾妻山公園の菜の花は、少しずつ咲き始めています。

例年1月～2月が見頃となっています。

年明けは吾妻山公園で一足早い春を感じてみませんか？

●今月の紙面

年末年始は空き巣が増加 ……②

火災のない年末年始を ……③

町図書館貸出者数が100万人突破！ …④～⑤

可燃ごみ50%削減アンケートを実施！ …⑥

地域の公園を、地域の手で ……⑦

子育てを楽しめるあたたかいまちへ…⑧

人権という名の“思い合い” ……⑨

ストップ！高齢者虐待 ……⑩

メタボじゃなくても脂質異常に要注意！ …⑪

など

ホームページアドレス <http://www.town.ninomiya.kanagawa.jp/>12
2008



年末年始は空き巣が増加

家で、地域で対策を！

なにかと忙しい年末年始は、空き巣の発生件数が増える傾向にあります。

空き巣は金品を取られるだけでなく、「誰かに侵入された」という精神的な被害も大きい犯罪です。家庭での日ごろの対策はもちろんのこと、地域ぐるみで犯罪のない年末年始を迎えましょう。

最近の空き巣の傾向

大磯警察署管内で発生している空き巣の特徴として、二宮秦野県道や国道1号線といった幹線道路沿いの一般住宅が特に狙われています。手口は、窓ガラスを割って侵入する方法が最も多く、時間帯は午前中と夕方明かりが



ついていない家が狙われています。

こんな家が狙われる

犯人が特に狙うのは、侵入口や家の中が周りから見えにくく、築10年くらいたった家です。

そのなかでも、夕方明かりがついていないなど、住人が外出していることが明らかな家は格好の標的になってしまいます。

各家庭ではこれで撃退

①窓の補強で撃退！

窓ガラス破りの侵入が特に多いので、防犯ガラスの設置や防犯フィルムを貼る

ことが効果的です。また、外から見えにくい場所に補助錠を設置することも大変有効です。

②明るくして撃退！

門灯や玄関灯、センサーライトで周りを明るくしましょう。

また、夕方留守であることを悟られないよう、家の電気もつけておきましょう。

③音を出して撃退！

庭に砂利をしいて足音がわかるようにしたり、窓などにセンサーアラームを設置したりすると効果的です。また、留守であることを悟られないように、ラジオなどをつけたままにしておくのも有効です。



地域の輪で撃退

①地域の目で撃退！

犯人は声をかけられるのを嫌います。日ごろから誰にでもあいさつをする習慣をつけるとともに、留守にする際は、お互いに用心を依頼できるような地域づくりをしていきましょう。



②地域の結束で撃退！

各地区や各種団体で防犯パ

トロールを実施しています。犯人は多くの場合、あらかじめ下見をするため、この防犯パトロールは空き巣の抑止に大変効果的です。皆さんもぜひ参加して、地域と家庭を犯罪から守りましょう。

各家庭と地域での防犯対策という「合わせ技」は、町の治安を維持する上で大変重要です。皆さん一致団結して、犯罪のない、明るいまちづくりをしていきましょう。

問い合わせ

地域推進課防災安全係

町の犯罪発生状況

	10月	累計 (1月～10月)
空き巣等	7	22
出店荒し等	0	7
ひったくり	0	0
車上狙い	1	22
自転車盗等	6	82
その他	15	136
合計	29	269

10月の犯罪ピックアップ

空き巣が激増しています。年末年始はさらに増加することが予想されますので、家庭・地域で空き巣対策を心がけましょう。

「火のしまつ

君がひなくて 誰がする」 ～ 火災のない年末年始を ～



歳末火災特別警戒

実施期間 12月25日（木）～31日（水）

内容

- ・ 火災予防の広報サイレンを21時から30秒間鳴らします。（27日～31日）
- ・ 出動体制の強化
- ・ 特別巡視（27日午後8時30分より）

問い合わせ 消防課警防係

消防出初式

日時 1月11日（日）10時～11時30分

場所 ふれあい広場（ラディアン北側）

内容 消防団員の表彰、消防車両及び部隊行進、まとい振り込み、はしご乗り演技、一斉放水
※雨天・荒天時は公民館で式典のみ実施

問い合わせ 消防課庶務係 ☎72-0015



ひったくり事件が発生！

～ 年末年始は特に注意を ～

11月よりひったくり事件が発生しています。

買い物等でお金を持ち歩く機会が多いこの時期、ひったくりはさらに多く発生する可能性が高く、注意が必要です。

狙われる女性

ひったくり事件の被害者のほとんどが女性です。

特に60歳以上の方の被害が多いのですが、仕事帰りや買い物帰りの20歳代や50歳代の方も被害にあっています。

不用心な人が狙われる

県警察の統計では、被害者の実に96%が被害に遭うとは思っていなかったため、用心をしていなかったことがわかりました。



注意と対策で撃退

被害状況は「車道側に荷物を持っていた」（45%）と「自転車などの前かごに荷物を入っていた」（41%）で被害状況の9割近くに達します。

日ごろからひったくりに注意する気持ちと、基本的な対策で、被害に遭う確率を大きく下げることができます。

基本的な対策

- ① 手荷物は車道の反対側を持つ
- ② 自転車に荷物を入れる際は、防犯ネットをつけること
- ③ 人通りのある道を歩くこと

ひったくりは荷物を取られるほか、転倒によりケガをする可能性もあります。犯人は油断している人を狙っているのです、日ごろから被害に遭わないよう、気をつけて生活しましょう。

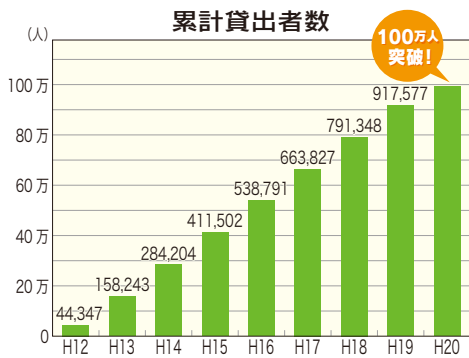
問い合わせ

地域推進課防災安全係

開館8年目の町図書館

★おかげさまで貸出者数★

100万人突破!



◆**ついに100万人突破**
町図書館の貸出者数（資料を貸し出した利用者の延べ人数）が11月20日に100万人を突破しました。
1日平均すると454人が町図書館で借りている計算になります。
閲覧や調べものをするだけの人を含めた入館者数は1日あたり1099人にものぼり、多くの方に利用されていること

図書館がラディアン内に移転・開館してから11月で丸8年を迎えました。
その間、多くの方にご愛用いただき、県内でも有数の利用率を記録しています。
もっと多くの方にご利用していただくため、人気の秘密と、サービス内容をご紹介します。

こんな資料があります

- ・NHK 映像の世紀
- ・バツハ大全集
- ・古典落語の巨匠たち
- ・ディズニー・ジブリ
- ・ビデオ料理大学 ほか



◆**人気の秘密は本以外にも**
図書館にあるのは本だけではなくありません。新聞のほか、育児や料理、音楽などの雑誌や、映画のDVD、落語や子
とが統計からもわかります。（データは平成19年度）
◆**県内有数の利用率**
貸出冊数はほぼ毎年35万冊を超え、町民1人当たりの図書・雑誌貸出冊数は年間101冊と、県内の公共図書館で3番目（町立ではトップ）の成績です。

◆**予約やリクエストも**
「探している本が図書館にない」「借りたい本がいつも貸出中」という方はいませんか？
貸出中の図書・雑誌は予約をすることが出来ます。
町図書館にない資料も新しく購入したり、他の図書館から借りたりして、できる限りご用意します。
また、皆さんからのリクエストも受け付けているので、まずはお気軽にご相談ください。

◆**調べものもお手伝い**
図書館では、調べもののお手伝いをしています。「○○について知りたいけど、どの本を見たらいいかわからない」という場合には、職員にお尋ねください。
町図書館の資料に載っていない事柄も、県や国の図書館の本を取り寄せるなどして調べます。

ども向けのCDなど、多種多様なジャンルの資料を取りそろえています。
ソファに座って、ゆっくり新聞や雑誌を読むことができます。

※インターネット予約にはパスワードの登録が必要です。
お問い合わせ
生涯学習課図書館係
☎ 72-6913
開館時間
平日 9時30分～19時
（土・日祝日は17時まで）
※毎月の休館日はお知らせ版で確認して下さい。



お気軽にお声をおかけください

楽しみ方いろいろ 町図書館



図書館は読書だけでなく、いろいろな楽しみ方、使い方があります。「読書は苦手」という方も、新しい図書館の使い方を探してみませんか？



子どもに本を読んであげたいけど、どれが良いのかわからなくて！

こどもの本コーナーには今年作成した赤ちゃん絵本のリストもあり、絵本選びの参考になるはずです。

また、職員に声をかけてい



図書館で配布しています

ただければ、年齢に合わせた本をお薦めすることもできます。

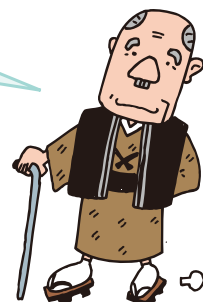
靴を脱いで親子でくつろげる、読み聞かせができる部屋もあります。



そろそろ進学や就職のことも考えなくちゃ。

ティーンズコーナー（2階）には、進路や職業の本も豊富に揃えてあります。

また、試験の勉強などでもできる学習コーナーもあります。漫画や小説などもあるので、友だちとの待ち合わせなどにも便利です。



散歩のついでに寄りました。なにか面白いものがあるかなあ。

図書館入口の展示テーブルには、毎月違うテーマで本を展示しています。

ふらりと寄った時に、興味がある分野の本に巡り会えるかもしれませんね。



定年を迎えたので、趣味を増やしたいな。家庭菜園や料理にチャレンジしてみようかな。

一般図書コーナー（2階）には園芸をはじめ、趣味に関する本もたくさんあります。図書館の本を見ながら、新しい趣味の候補を探してみませんか？



音楽を聴きながら、ゆっくりとした時間を過ごしたいな。

AVコーナー（1階）にはCDやDVDなどのAV資料があるほか、図書館で聴いたり、見たりできるブースもあります。

自宅にはない音楽を楽しみながら、好きな本を読むということもできるんですね。

町図書館では赤ちゃんからお年寄りまで誰でも気軽に利用できる図書館を目指しています。ぜひ、ご来館いただき、ご不明な点がありましたら、職員にお気軽にお声をおかけください。



初めて利用するには

初めて貸出をする時、利用カードを作成します。申込みの際、氏名・住所を確認しますので、運転免許証や保険証など、確認ができる書類をお持ちください。

登録更新手続きを

利用カードは5年毎に更新が必要です。登録時と同様に、氏名・住所が確認できる書類をお持ちください。

図書館ホームページを ご利用ください

ホームページでは24時間資料の検索ができます。

また、利用カードをお持ちの方は、ホームページ用のパスワードを登録すると、ホームページから予約できるようになります。

図書館ホームページ:

<http://www.minomiya-pub-librery.jp/>

問い合わせ

生涯学習課図書館係
☎ 72-6913



ふるさとまつりでアンケートを実施！ 高まる関心と減量の課題

11月9日のふるさとまつりで、可燃ごみ50%削減アンケートを実施し、200名の方から回答が得られました。

ごみ減量化やリサイクルへの関心は97%

アンケート調査では10代から70代以上の幅広い年齢層から回答が得られました。

そのような中で、実に194名(97%)の方がごみの減量やリサイクルに関心があり、関心が高まっていることが明らかに became clear.



分別広報の必要性

関心が高まる中、「小さい紙でもリサイクルできる」「剪定枝も資源化している」ことを知っている人は、81%(紙リサイクル) 55%(剪定枝)にとどまり、分別広報がさらに必要であることがわかりました。

ばらつきがあるごみ出し

週にどのくらいのごみを出しているかを尋ねた結果、居住人数が5人以上でも2週間に1回10リットルを1袋だけの家庭がある一方、居住人数が少なくても一週間に30リットルを8袋出している家庭もあり、ばらつきがありました。

家庭での生ごみ削減で排出量がこんなに違う

50人(25%)の方がコンポストや電動式生ごみ処理機を使って、生ごみを削減していました。なんらかの生ごみ削減をしている家庭では、平均すると

1人1日に527gしかごみを排出しておらず、なにもしていない家庭が平均して1人1日に780g排出しているのと比べると、253gも少ない計算になります。(ごみ袋いっぱいに出していると仮定して換算)

年末は特に減量を！

年末は例年ごみ量が大幅に増加し、処理にかかる費用も増大する見込みです。

今年度の可燃ごみ削減目標20%を達成するため、年末は特にごみの発生抑制・再利用・再生利用(3R)をお願いします。

- 包装を簡易化してごみの発生抑制を
- 小さな紙でも資源へ
- 生ごみは水のひとしぼりや天日干し、生ごみ処理機で減量を

見えてきた課題

皆さんからのご意見の中に「分別がわかりにくい」「転入転出が多いところは、ごみの出し方が悪い」といった声が多く聞かれ、分かりやすい分別と減量の仕方をお知らせする必要があります。今後、時期に適した広報を進めます。

問い合わせ
環境課廃棄物対策係

年末の桜美園は大変混雑します

年末は可燃ごみの外部搬出と、ごみの持ち込みをされる方で混雑するため、十分ご注意ください。

〔持ち込み可能日〕

12月29日までの月・土曜日〔持ち込み時間〕

10時～11時50分、13時～15時
※年末は収集日変更になるため「ごみ収集日変更のお知らせ」をご確認ください。

10月分の資源ごみの売却価格と処理費用 ※ () 内は前月比

	処理量	処理費用…町の支出	売却価格…町の収入
古紙・布類	154,900kg (13,930kg)	0円 (0円)	2,295,845円 (172,795円)
空きビン	16,880kg (-4,720kg)	20,340円 (1,320円)	7,920円 (-4,520円)
金属類	19,803kg (-2,759kg)	696,528円 (-88,368円)	521,714円 (-61,814円)
樹脂類①②③	55,850kg (-2,035kg)	2,525,397円 (-65,667円)	2,230円 (190円)
合計	247,433kg (4,416kg)	3,242,265円 (-152,715円)	2,827,709円 (106,651円)

可燃ごみの処理費用 ※ () 内は前月比

	処理量	処理費用
10月分	511,990kg (5,000kg)	18,242,278円 (-179,891円)
累計処理量と削減率(18年度同期比)		
H20.4～10月	3,699,430kg	-9.3%
H18.4～10月	4,080,000kg	

地域の公園を、地域の手で

公園愛護会の活躍

自由に遊んだり、散歩をしたり、おしゃべりをしたりできる公園は、誰もが使ったことがある地域の大切な共有財産です。この「みんなの公園」を誰もが使いやすいように維持するため、地域の公園愛護会が活躍しています。

公園愛護会とは

公園愛護会とは、町内会や老人会などを通じた地域の方々が中心となり、清掃・除草・低木の剪定・園内の状況点検など、公園の維持管理にボランティアで協力いただいている団体です。

現在、富士見が丘1丁目、百合が丘1丁目、元町南地区で3団体が活動しています。



町も支援しています

町では、公園愛護会の活動を支援するため、活動に必要な鎌や軍手などの消耗品のほか、お茶代などにあてていただくための記念品（商品券）を支給したり、ボランティア保険への加入をしたりするなどしています。

みなさんのご協力を

お願いします

現在町は、公園を維持するために、地域の方々の積極的な協力が必要です。皆さんも地域のよりよい公園利用のために、公園愛護会を結成しませんか？ご協力をお願いします。

問い合わせ

道路公園課公園緑地係

公園遊具の使用禁止のお知らせ

全国で公園遊具に起因する事故が多発している現状をうけ、町では平成20年7月に、町内61箇所の公園において社団法人日本公園施設業協会の「遊具の安全に関する基準」に則した専門的な遊具の点検を実施いたしました。

その結果、重要な部分に異常がある、あるいは全体的に老朽化し至急対処が必要とされた遊具が全268基中、115基という判定となりました。

対象遊具のうち、即時対応が可能なブランコについては点検終了と同時に稼動部分を撤去し、他の遊具は使用禁止措置をとらせていただいている状況でございます。

今後は、このような判定状況を踏まえた中で、安全第一という観点から平成20年度から21年度にかけて使用禁止とした遊具の撤去を最優先に実施し、撤去完了後に町内公園全体のあり方・再整備を検討します。

公園利用者の皆様には、ご不便をおかけすることとなり誠に申し分ございませんが、ご理解とご協力をお願いいたします。

問い合わせ 道路公園課公園緑地係

富士見が丘1丁目公園愛護会

38名の会員で、2か所の公園を管理。活動は月1回程度。
会長 青嶋 勇さん



百合が丘1丁目公園愛護会

20名の会員で、4か所の公園を管理。活動は月1回程度。
会長 永井 正義さん



勝負前公園愛護会

21名の会員で管理。活動は月1回程度。
会長 池田 進さん



子育てを楽しめる あたたかいまちへ

次世代育成支援行動計画を進めています

子どもや子育て家庭を取り巻く環境が大きく変化している今、町では子育てがしやすいまちづくりを進めるため、皆さんのアンケートをもとに策定した次世代育成支援行動計画を進めています。

「二宮町次世代育成支援行動計画」とは？

おおむね18歳未満のすべての子育て家庭が、元気に安心して子どもを育てることができるよう、平成17年度から平成21年度までの5年間（前期）に、町が進めていく子育て支援の方向性や目標を総合的に定めています。



町の子育て支援施設の一つ百合が丘商店街にある「子育てサロン」

— 基本目標 —

- ① 地域の子育て支援
- ② 母性と乳幼児等の健康確保
- ③ 教育環境の整備
- ④ 生活環境の整備
- ⑤ 職業・家庭生活の両立支援
- ⑥ 要保護児童への対応

特に町の特徴を生かした子育て支援のため、3つの重点施策を中心に進めています。

① 子育て家庭の拠点となる

子育て拠点施設の整備

子育てに関する窓口や施設が連携する「（仮称）子どもの館」を整備します。

② 地域の特性を生かした

学童保育所の充実

小学校区ごとにある学童保育所は、共働き家族が多くなる中で、地域の特性を生かしながら充実させます。



③ 町民の手による

子育て活動の支援

保護者が主体となって運営している学童保育やコミュニティ保育など、地域の実情に応じた子育て活動の支援に努め、地域全体での子育て支援を進めます。



人気の子育てボランティア「ぼこあぼこ」

計画は進んでいるの？

行動計画では基本目標を達成するため、115項目の取り組みを定めています。

そのうち、現在までに学童保育所の整備や経済的支援、児童虐待防止対策の充実など107項目（93％）について実施済みおよび一部実施しています。

なお、「（仮称）子どもの館」の整備や、需要と費用対効果に隔たりがある計画など、3項目（3％）について検討中、5項目（4％）について未実施という状況です。

今後はどう進めるの？

前期計画期間（21年度まで）は、検討中・未実施の8項目について、効果的な事業と成り得るか、慎重に検討を重ねながら進めていきます。

また、今年度子育て中の皆さんのご意見を伺うアンケートを行い、22年度から5年間の後期計画を策定します。

※計画の詳細については町ホームページで見られます。

問い合わせ

福祉課子育て支援係

●子育て支援に関するアンケート調査●

あなたの思いを計画へ

町では、子育てや子どもの育成をめぐる環境の変化に的確に対応した子育て支援を実施するため、子育て家庭の生活実態や意識、サービス利用の実態、利用意向などを把握するためのアンケート調査を来年1月に実施します。

皆さんのご協力をお願いいたします。

※アンケート結果は22年度からの次世代育成支援行動計画（後期）策定のための資料とさせていただきます。

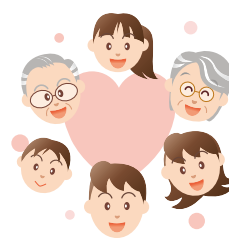
対象 未就学児および小学生の保護者
1000名（無作為抽出）

回答締切 1月23日（金）

問い合わせ 福祉課子育て支援係

人権という名の

思い合い



近年、インターネット上などで匿名による誹謗中傷やいじめが問題となるなか、相手に対等な人として認め、思いやる心を育てる人権教育が、さまざまな場面で行われています。

今回、学校現場での取り組みをご紹介します。

♥学校教育全体で行われる人権教育

現在各学校では、道徳の時間のほか、各教科においてもそれぞれの特性に応じ、人権について取り上げています。

人権は、知識的な理解だけで実践力や行動力を育成することはできません。日常生活の中で人権が持つ価値や重要



性を感じとることができ「人権感覚」を養う必要があります。

そのため、学校では教育活動全体を通してお互いが思い合い、一人ひとりが大切にされる雰囲気作りをしています。

例えば教師と生徒という間であつても、人と人という対等な関係の中で、授業や指導が行われます。

こうした学校生活を送ることで、自然と人権感覚が育まれるのです。

♥二宮西中学校の取り組み

二宮西中学校では、県の人権教育研究校に指定され、「思い合う心を育てる教育活動のあり方」をテーマに、よりよい人権教育の進め方を模

索しています。

10月30日には横浜国際人権センターの杉藤旬亮先生をお迎えして人権教室が行われ、「人権」という固いテーマにもかかわらず、終始真剣に耳を傾けていた生徒たちが、とても印象的でした。



講演後の生徒の作文には、「関心を持つことが一つの思いやりだと気付いた」や「人は心のどこかに優しさがあるのだから、行動に移すことが大切だと思った」といった意見もあり、基本的でありながら難しい、人権を考える「姿勢」が身についてきていることがうかがえます。

家庭でも人権問題を考えてみませんか？

問い合わせ

教育総務課学校教育係

二宮・秦野県道の バリアフリー化 を進めます



昨年は生涯学習センター付近から新田橋付近までのバリアフリー化工事にご協力いただき、誠にありがとうございました。

今年も二宮・秦野県道のさらなるバリアフリー化を進めるため、12月より右の区間で工事を行います。

工事をする場所は、新田橋付近からJ R東海道線南側までの約230mです。

町民の皆さんにはご迷惑をおかけいたしますが、誰もが使いやすい道づくりのため、ご理解とご協力をお願いいたします。

問い合わせ

平塚土木事務所道路維持課 ☎22-2711



虐待を受ける高齢者の増加が社会問題になる中、虐待を受けている高齢者や、介護に疲れ切っている介護者を支援するため、「高齢者虐待防止・介護者支援法（注）」が平成18年4月に施行されました。

これにより、被害者の保護や介護者の支援、そして社会の介護への理解が進んでいます。

（注）正式名称「高齢者虐待の防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律」

全国で増加する相談件数

高齢者虐待防止法への理解が進んだことにより、全国で相談・通報件数が増え、それに伴い虐待の発見、および対応件数も増えていきます。しかし、虐待が依然多く発生していることも事実です。

全国の養護者による虐待発生件数

（単位：件）

	18年度	19年度	増減
相談・通報件数	18,390	19,971	1,581増 (8.6%)
虐待判断件数	12,569	13,273	704増 (5.6%)

発覚しにくい高齢者虐待

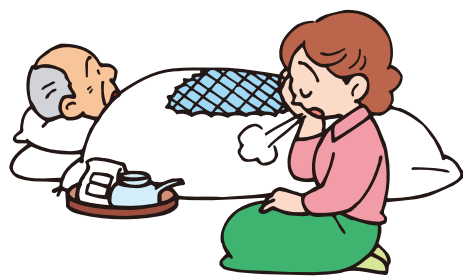
虐待が発覚しにくい背景には、虐待を受けている高齢者の5割以上が「要介護3～5」であり、家の中に閉じこもることが多いため、近隣の人々が気付く機会が少ないことが挙げられます。

また、虐待される側もする側も「虐待している・されている」という自覚が乏しいという事情があります。

虐待を受けていても、虐待者が自分の子どもや配偶者となれば、つかばってしまふ心理などが働き、虐待の事実そのものを隠してしまうケースが多いのです。

必要とされる養護者支援

高齢者虐待の難しいところ



1人で抱え込まず、ぜひご相談ください。

は、虐待をしてしまう養護者が最初から悪意を持って虐待をしているのではなく、養護者自身が介護により心身共に疲れ切つて、追いつめられることにより、半ば無意識に虐待してしまっていることが多いことです。

虐待を無くすためには、こうした養護者をどのように支援し、負担を減らしていくかが重要なカギといえます。

地域の目で早期発見

虐待を未然に防ぎ、また早期に虐待を発見するためにも、地域の人が介護家庭を温かく

見守り、異変に気付いた時は、その家族のためにも早めに相談窓口にご相談することが必要です。

平成19年度の相談・通報件数の内、約14%が民生委員や近隣住民といった地域の方からの相談・通報です。

例えば相談・通報でなくても、「養護者がいつになく暗い」「明らかに介護に疲れている」というサインがあれば、相談をするよう促すということでも、何らかの助け船になるかもしれません。

介護の問題は、もはや社会的な問題です。だれもがいきいきと生活できるためには、地域の力が必要です。

日ごろのあいさつや声かけなど、温かく見守る地域づくりにご協力をお願いします。

問い合わせ 高齢介護課地域包括支援センター



高齢福祉情報

家族介護慰労金支給事業

町では、在宅で介護している家族の方に対して、家族介護慰労金を支給しています。

対 象

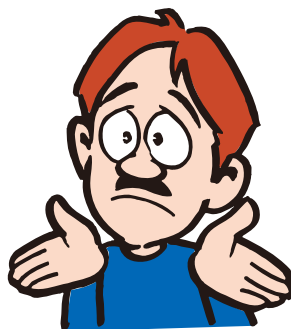
町内に住所がある町民税非課税世帯の方のうち、次のすべてに該当する高齢者を介護している方。

- ① 1年以上町内に住所があり、介護保険で要介護4～5、またはそれと同等の介護状態にあり、その期間が1年以上経過している方。
- ② 介護を受けている高齢者が慰労金の申請以前1年間に、介護保険の指定居宅サービス（年間7日以内のショートステイを除く）を利用していない方。

支給額 5万円

問い合わせ 高齢介護課高齢福祉係

メタボじゃなくても 脂質異常に要注意!



「メタボリックシンドロームじゃないから大丈夫」なんて安心していませんか?

実は「メタボ」じゃなくても、メタボリックシンドロームの基準に含まれていない悪玉(LDL)コレステロール値が高いと、脂質異常症といって動脈硬化による病気にかかりやすくなってしまう。

■脂質異常症とは?

血液中のLDL(悪玉)コレステロールと中性脂肪の一方、または両方が多いか、HDL(善玉)コレステロールが少ない状態を言います。

自覚症状がほとんどなく「沈黙の病気」とも言われている危険な状態です。

中性脂肪 (mg/dl)	150未満	150~300	300以上
	適正	要保健指導	要治療
HDL (mg/dl)	35未満	35~40	40以上
	要治療	要保健指導	適正
LDL (mg/dl)	120未満	120~140	140以上
	適正	要保健指導	要治療

厚生労働省老健局資料より



太っていないから生活習慣病は大丈夫ってわけではないんですね。

■放置するとどうなるの?

脂質異常症で血液中の脂質のバランスが悪いと動脈硬化の進行が非常に早まるだけでなく、悪玉コレステロールが血管にたくさん張り付きます。

この状態は血管が狭くなって血液が流れにくくなる狭心症や、脂肪のかたまりなどが血管につまって血液が流れなくなる心筋梗塞、脳梗塞といった重大な病気を発生させる可能性があります。

**昨年の全死因のうち、実に27%が
脂質異常症が関係しています!**

■食生活で予防!

- ・過剰エネルギーに注意し、3食を規則正しく
過食と運動不足が最大の原因です。また、食事の時間が不規則だと脂肪が作られやすい体になります。
- ・コレステロールが多い食品は控える
卵系(鶏卵、イクラ、かずのこなど)やお肉などは控え、魚を多く食べましょう。



- ・飽和脂肪酸は控える
肉類やバターなどに含まれる飽和脂肪酸はコレステロールや中性脂肪を増やしてしまうので、オリーブ油や魚類、大豆製品などの不飽和脂肪酸をとりましょう。
- ・食物繊維を十分にとる
コレステロールなどを排出させる食物繊維をたくさん食べましょう。

■運動で予防!

運動は、血液中の中性脂肪や悪玉コレステロールの分解を進めます。さらに、中性脂肪が減ると善玉コレステロールが増え、血管に付いているコレステロールも減らせるので、効果的です。

なお、運動する際は、ウォーキングなどの有酸素運動を継続的に行うのがいいでしょう。

■禁煙で予防!

喫煙は善玉コレステロールを減らし、中性脂肪を増やすうえ、悪玉コレステロールの酸化を進めて動脈硬化を進めてしまう、大変悪い習慣です。



問い合わせ 健康課健康づくり係

じょうほう館

☎ … 申込み ☎ … 問い合わせ
町役場の電話番号 71-3311

◆新春のつどい

平成21年1月6日(火)
13時から

ラディアンホール

当日は町民のみなさんと行政との歓談の場を設けさせていただきますので、一般の方もご参加ください。

(予約不要・会場にて受付)
☎ 総務課庶務係

◆償却資産の申告を

固定資産税には、土地や家屋のほかにも事業などに用いる「償却資産」があります。

毎年1月1日現在、町内で事業を営むうえで所有・使用している資産(機械・装置・備品等)が対象なので、期日

までに申告をしてください。

平成20年中に新たに事業を始めた方には、申告書を送付しますので、ご連絡ください。申告の内容によっては実地調査を予定しています。

なお、平成20年度の税制改正で、減価償却資産の資産区分および法定耐用年数が変更になりました。改正後の新旧対応関係については、町ホームページでご確認ください。

提出期限 2月2日(月)
☎ 税務課資産税係

◆建物の取り壊しについて

平成21年度の固定資産税賦課のため、平成20年中に建物を取り壊された場合には、建物の所在地、用途を電話にてご連絡ください。

☎ 税務課資産税係

◆新春ロードレース大会

(かながわ駅伝代表選考)

平成21年1月11日(日)

8時30分～45分：選手受付

9時：開会式 小雨決行

二宮町ワークセンター

(工業団地内)

コース 緑が丘周回コース

(二宮高校、工業団地周辺)

種目

○ファミリーの部：1km

(親と小学生以下の子)

○中学生、女子の部：3km

○男子の部：7・5km

申込み 当日会場受付

※駐車場がないため、車での来場はご遠慮ください。

主催 二宮町教育委員会、二宮町陸上競技協会

☎ 生涯スポーツ課体育振興係

◆医療機関の方は届出を

次の方は、12月31日現在の状況の届出が必要です。

①医師・歯科医師・薬剤師の資格があり、町内に住んでいるか、町内医療機関に従事している方。

②歯科衛生士・歯科技工士・保健師・助産師・看護師・准看護師の資格があり、町内の医療機関に従事している方。

届出期間 1月15日(用紙は各届出先で配布)

届出先 県保健福祉事務所、横浜市区福祉保健センター、川崎市区福祉保健センター、横須賀市・相模原市・藤沢市保健所

☎ 県地域保健福祉課

045-210-1111

警意の寄付に感謝

●金員の寄付

・神奈川県宅地建物取引業協会湘南中支部より

●土地の寄付

・西山喜徳郎様より

・山西の土地

・平野昌子様より

・山西の土地

ありがとうございます。

平塚保健福祉事務所 各種相談事業

●認知症相談 ☎

1月21日(水)

13時30分～15時45分

●こころの健康相談 ☎

11月20日(月)、2月3日(火)、

2月9日(月)

13時30分～15時45分

●精神保健家族教室

1月20日(火)

13時30分～15時30分

☎ 保健予防課

☎ … 予約制(申し込み多数のため、早めにお申し込み下さい)

☎ 32-0130

<http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/15/1577/index.html>

広告

湘南二宮の福祉を守る



介護老人福祉施設
メゾン二宮

介護老人保健施設
グレースヒル湘南

在宅総合センター
はなの杜

グループホーム
はなの家



気軽に相談

ケアマネジャーセンター
高齢者支援センター「さくら」

フリーダイヤル

0120-010-616



社会福祉法人 一燈会

0463-70-1002

◆母子・寡婦家庭への 就学資金などの貸し付け

県では母子・寡婦・父母のいない家庭などのお子さんを対象として、無利子で学校へ行く資金を貸し付ける制度（母子寡婦福祉資金）を設けています。

○就学資金：高等学校、大学、高等専門学校、専修学校に就学するために必要な資金の貸付

○就学支度資金：小学校、中学校、高等学校、大学、高等専門学校、専修学校への入学に必要な資金の貸付
平塚保健福祉事務所生活福祉課 ☎32-0130

◆中小企業を応援します

・緊急保証対象業種を拡大
一般保証8千万円に加えて、別枠で8千万円（担保がある方は一般保証2億円に加えて、別枠で2億円）まで保証利用できます。

・セifteイターネットは業種を問わず利用可能
全業種の方が、4億8千万円（中小企業の方）、4.8千万円（小規模企業の方）まで利用できます。

関東経済産業局 産業部

12月の納期

固定資産税(3期) ⇨⇨⇨12月25日
国民健康保険税(7期) ⇨⇨⇨12月29日
後期高齢者医療保険料(6期)
後期高齢者医療保険料(被扶養者)(6期)
介護保険料(7期)
保育料(12月分)
下水道事業受益者負担金(3・7・11期)
⇨⇨⇨1月5日
～活かします あなたの納める貴重な税～

中小企業課

☎048-600-0334

中小企業金融課

☎048-600-0425

◆平塚大磯二宮地区里親講座

平成21年1月17日（土）
13時30分～15時30分
心泉学園

内容 ・里親制度を知ろう。

・児童養護施設を知ろう。
（施設見学）・里親の体験談を聞く。

申込 平成21年1月9日まで
に、住所、氏名、電話番号
をご連絡ください。

その他 参加無料、保育有り
（申込み時に予約）

関・関

神奈川県中央児童相談所

☎0466-84-1600

町政資料の閲覧コーナー

役場2階で閲覧できる行政資料の最新情報です。

関 かながわの防災読本（時点修正版）

関 県民との対話行政の記録 ほか

問い合わせ 総務課庶務係

町の人口（平成20年11月1日現在）

総数 29,585人（13）
男 14,341人（4）
女 15,244人（4）
世帯数 11,198世帯（6）

（ ）内は前月比。

※平成17年国勢調査結果を基礎数値にしています。

広告

住まい+医療+介護

病院の上にある有料老人ホーム
駅から10分 海まで5分の立地
窓から見える絶景のロケーション

介護付有料老人ホーム

湘南ふれあいの園 平塚 平塚市袖ヶ浜1-12

入居相談 0463-20-5501

<http://www.fureai-g.or.jp/sono/hiratsuka/>

広告

ちゅうなんキャッシュコーナー

JR二宮駅 構内
コンビニエンスストア
NEW DAYS 店内に!

営業時間 平日 7:00～22:00
土・日・祝日 8:00～19:00

お問い合わせ先 中南信用金庫二宮支店
☎0463(71)1251



気さくなあつきあい

中南信用金庫
<http://www.chunan-shinkin.co.jp>

広告

探すなら 創ろう オーダースーツ

テーラーまつき

検索

☎73-0727
二宮町二宮814



水曜日定休

秋の叙勲受章者



瑞宝双光章
熊沢八郎さん
(下町在住)

協広報委員長を10年以上されるなど、地区活動にも積極的に参加されました。

■受章の感想

このたびははからずもこのような章をいただき、身に余る光栄と感激しています。

これもひとえに諸先輩方や地域の皆さん、そして今まで関わらせていただいた生徒たちのおかげと深く感謝しています。

今後もこの気候温暖な二宮町で、過ぎゆく時間を感じながらゆつくりと過ごしたいと思っています。

熊沢さんは、40年以上にわたり主に平塚市内の中学校の教員として活躍されました。神奈川師範学校（現横浜国立大学）時代には箱根駅伝に出場した経験から、陸上部の顧問としても活躍され、ご自宅に教え子が遊びに来るなど、生徒から慕われていました。また、退職後は下町地区社

二宮西中 森先生に 県優秀授業実践教員表彰

今回受賞された
森浩太郎先生



二宮西中学校の森浩太郎先生に、優れた授業を実践している教員を対象にした、

神奈川県の優良授業実践教員表彰が贈られました。

今回の受賞は、生徒のきめ細かい実態把握や「学習カード」の自己評価をもとにした課題・指導目標の具体的な設定など、自ら意欲的に学習できるように指導方法の工夫改善を実践している点が高く評価されたものです。

川勾神社

川勾神社は二宮明神とも言われています。

祭神は大名牟遲命、級津彦命、級津姫命、大物忌命、衣通姫の五柱の神様です。このお社は、大昔この付近が師長の国（今の平塚市、大磯町、二宮町、国府津あたりまで）と言われたころ、その国造阿屋葉連という人が勅命を奉じて、この国鎮護のために宗祀したのが始まりであると伝えられています。

社殿は、長い間の風雨に耐えてきたとは言うものの暴風雨、地震水害などの災害に



北条氏より与えられた虎朱印判状

二宮のむかし話⑦

あい、いく度か改造修理がなされました。加えて、応永年間（室町時代中期1394～1427年）には兵火にかかって神殿宝蔵がごとごとく焼けたこともあり、また、宝永年間（1704～1709年）の富士噴火による降灰砂石のための破損もかなり甚だしかったようでした。その度に歴代の神主、ならびに氏子は広く遠近に勧進したりして、社殿の再興修復にあたり、今日に至ったのです。

神社に関する記録として、今残されているものは、寛永19年（1642年）に、神主二見神太郎氏が書いた川勾神社縁起書のほかに、古くは源頼朝の臣、川勾七郎政頼が、命によって造営奉行となり、社殿造営のために塩田十五石を寄進された書状をはじめとして、その孫、村隼人も厚く尊崇され、年々当社に参拝されたことの書状、さらに、元龜3年（1572年）正月、小田原、北条氏の臣、山角刑部左衛門尉より、神主二見



民部に与えられた北条氏の印判状外3点があります。これは川勾神社が小田原城の丑寅の方位にあることから、「鬼門除守護神」として尊敬し、当時の神職を優遇した証であるといわれています。

なお、徳川時代に至っては、天正19年11月、家康公が50石を川勾神社に寄進されたという寄進状の写しをはじめ、文禄2年（1592年）九州名護屋に出向いていた家康公に、川勾神社の祈禱のおはらいを献上したところ、ことのほか喜ばれたそうです。その当時の家康公の黒印状と近臣全阿弥の書状などがあります。

出典「川勾神社」「二宮の昔ばなし」より抜粋

※現在、販売はしていません。

新年の始まりは、

吾妻さん よさこいパレード

21年1月18日(日) 梅沢旧東海道

11:00～ ステージイベントスタート

12:00～ パレードスタート

にぎやかなステージイベントに続き、華麗な衣装を身にまとった参加団体が、沿道を所狭しと舞い踊ります。締めめの総踊りでは、観衆を圧倒する盛り上がりを見せます。ぜひご来場ください。

主催 町観光協会

協賛 町商工会、町商店連合協働組合ほか

問い合わせ 町観光協会 ☎73-1208



「二宮ゆかりの人物」展示

町図書館2階の地域資料コーナー展示ケースでは、二宮ゆかりの人物の関連資料や写真などを3ヶ月ごとに入れ替えて常時展示紹介しています。12月末までは、筑摩書房創業者の古田晁氏(1906年～1973年)です。



「古田晁伝説」
2003年 河出書房新社刊
塩澤実信著



氏は、1940年(昭和15年)同郷(長野県)の臼井吉見らと筑摩書房を創業、「損をしてもいいから良い本を出そう」という創業精神のもと、文学全集をはじめ雑誌『展望』等を出版しました。

東京都から二宮へ転居した1963年(昭和38年)に、文学全集等の筑摩書房の出版物を多数町に寄贈されました。

展示では、氏の人柄がしのばれる資料、出版界関連資料、生涯深く関わりあった臼井吉見氏等の資料をご覧いただけます。

問い合わせ 生涯学習課図書館係



新庄さん作「初夏のせせらぎ公園」

湘南・丹沢大山絵画コンクールで
新庄さんがグランプリ!
県湘南地域県政総合センターが主催する絵画コンクールで、新庄さんが江さん(中里在住)がグランプリに輝きました!



年末年始の買い物や来客時に大変便利になりました。ぜひご利用ください。

7時～22時 20分毎100円

22時～7時 60分毎100円

年末年始に便利です
駅南口町営駐車場



新鮮野菜が勢揃い!



ダンスコンテストでは「森本連ジュニア疾風乱舞」が見事優勝を勝ち取りました!



子ども会レクリエーション大会

10月26日(日) 町民運動場

秋の風なんて、なんのその。地区の看板を背負った子どもたちは、元気いっぱいにもつちボールで熱戦を繰り広げました。

応援の家族も熱が入ります!

ふるさとまつり
農林水産まつり



11月9日(日) ラディアン

あいにくの小雨模様にもかかわらず、会場は新鮮な農林水産物を買求める人やダンスを観覧する人などで大盛況!

「おいしい」「たのしい」「嬉しい」がギュッと詰まった1日になりました。

にのみやブランドPR
ブースがお目見え



例年人気の消防車の試乗などで記念撮影!

今年は搾乳体験が。
不安と期待でドキドキ



地域間交流の高山村産
リングで大満足!

