

協働まちづくり情報誌

広報にのみや



「一足早い菜の花シーズンは、すぐそこまで…」

(平成20年12月26日 吾妻山公園にて撮影)

吾妻山公園の菜の花は12月初旬から咲き始め、1月中旬から見ごろを迎えます。

**インフルエンザ予防に
うがい・手洗いをしましょう!**

●今月の紙面

- | | |
|--|--------------------|
| あなたも憧れの <small>あこが</small> ファイヤーファイターに…② | 子育てしやすいあたたかいまちへ……⑦ |
| 小田原市と災害時の相互援助協定を締結…③ | 図書館に行こう! ……………⑧ |
| 年末は安全安心の正念場……………④ | 家屋の固定資産税軽減制度のご紹介…⑨ |
| 遊具が帰ってきます! ……………⑤ | 地域力で高齢者虐待を防ぐ……………⑩ |
| 「剪定枝」等の資源化が増! 可燃ごみの収集量は減! …⑥ | メタボリックシンドローム……⑪ など |

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

12
2009



万に備えた訓練は真剣そのもの。

あなたも憧れの あこが

ファイヤーファイターに

― 地域防災力の要、消防団の活動 ―

普段はそれぞれの仕事に就き、有事の際に消防署と協力して消火・予防活動をする「消防団」は、地域防災力の要です。
今回は、皆さんの安全安心を守る身近な存在でありながら、あまり知られていない消防団の活動をご紹介します。



特別な存在ではなく

皆さんの隣人が団員
消防団員は消防職員とは違い、特別な資格や技能は必要ありません。
団員は全員、皆さんと同じ地域の隣人であり、皆さんも思い一つで消防団活動に参加できます。

じて出動しています。

しかし、建物火災や台風による風水害の警戒には、消防署だけでは限界があるため、消防団が消防署と連携して活動しています。

地域の特徴を生かした

5つの分団で活動

町の消防団は、地域で細やかな活動をするため、町内を5つに分けた5個分団で活動しています。
それぞれ、駅周辺や住宅地、山間など受け持つ地域にあった活動をしています。

まずは知ってほしい

身近な消防団の姿

消防団は地域のお祭りや火災予防運動、町のイベントなどで見かける機会があっても、残念ながら活動はあまり知られていません。
27日から31日まで、歳末火災特別警戒として消防団による広報巡回があります。



手を振ってくれたりすると、結構嬉しいです。

(19時30分ごろから)
消防車両が通過する際は、ぜひご注目ください。
また、日ごろの訓練活動も見学することができます

ので、ぜひお子さんと一緒に見学に来てください。

この年末は、火の元とともに、身近な消防団の活動にも注目しましょう。

※消防団員を募集しています。活動等に興味のある方はお気軽にお問い合わせください。

問い合わせ

消防課庶務班

☎ 72-0015

二宮町消防団長

杉崎 一夫氏



使命感やプライドがあるボランティア「消防団」は、火災が起これば何時であろうと出動するという大変さがあります。

しかし、責務を終えたあと、地域からのねぎらいとかけがえのない仲間を手に入れ「やって良かった」と絶対思うはずです。

特に町外から転入された方は地域に早くとけ込み、町で楽しむための絶好の機会です。

地域や会社、そして家族の理解・協力が不可欠な団活動ですが、ぜひ多くの方にこの充実感を体験してもらいたいですね。

「消えるまで ゆっくり火の元 にらめっ手」

家族を守る「住宅用火災警報器」を
早めに設置しましょう！



歳末火災特別警戒

実施期間 12月25日（金）～31日（木）

内容

- ・消防団が消防車両で各地区を巡回します。（19時30分ごろから）また、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）
- ・出勤体制の強化
- ・特別巡視（28日20時30分より）

問い合わせ 消防課警防班

消防出初式

日時 1月10日（日）10時～11時45分

場所 二宮町立山西小学校校庭

内容 消防団員の表彰、消防職員および消防団員による部隊行進、まとい振り込み、はしご乗り演技、一斉放水

※どなたでもご覧になれますので、ぜひお越しください。

※雨天・荒天時は山西小学校体育館で式典のみ

問い合わせ 消防課庶務班 ☎72-0015

町の犯罪発生状況

	10月	累計 (1月～10月)
空き巣等	2	16
出店荒し等	0	4
ひったくり	0	2
車上狙い	2	20
自転車盗等	12	84
その他	6	84
合計	22	210

10月の犯罪 ピックアップ

駅周辺だけでなく一色地区でも自転車盗が多発しています。忙しい年末、「ちよつとの間」という油断で被害に遭わないよう、気をつけましょう。近々の犯罪はホームページで！

11月4日、小田原市との災害時相互援助協定を結びました。協定書には食料や飲料水などの生活必需品の供給のほか、被災者の救出や医療、職員の派遣などについても記され、協力関係が明確にされました。

これにより小田原市と行政境が複雑に入りこんだ山西・川勾地区においても、災害時に住民が孤立することなく、援助を受けることができるようになります。

協定の締結に際して、坂

本町長は「町民がより安心して暮らせる」ことに、町を代表して謝辞を述べ、市長と握手を交わしました。



小田原市と災害時の 相互援助協定を締結



年末は安全安心の正念場

「ちよつと…」に注意!

なにかと忙しい年末は、ふとした気のゆるみから犯罪に巻き込まれやすい季節です。気持ちの良い新年を迎えるため、少しの工夫と注意で被害に遭わないようにしましょう。

空き巣

なにかと外出が多くなる年末年始は、空き巣などが発生しやすい時期です。発生が多い時間帯は、夕方、家に明かりがついておらず、住人が外出しているのがわかってしまう家が狙われやすいです。

注意のポイント

帰りが遅くなることが明らかかな場合は、家の電気をつけておいたり、補助錠や防犯フィルムなどの防犯対策をしたりするのも効果的です。

ひったくり

買い物などでお金を持ち歩く機会が多くなるため、

ひったくりなどに警戒する必要があります。

注意のポイント

荷物を持つ場合は、車道の反対側で、抱えるように持つと狙われにくいです。携帯電話の操作やイヤホンの使用は注意散漫になり、格好の標的にされるので、気をつけましょう。



転倒で大けがを負うことも多いので、特に注意を!

置き引き

「荷物をちよつと置いて電話を…」という一瞬でも被害に遭います。

「ちよつとの間だけだったのに…」と被害に遭われた方は皆さん言います。

注意のポイント

貴重品の入ったバッグなどは、絶対に手を離さないようにしましょう。そして、あまり多くの荷物を持ち歩かないのも注意のポイントでしょう。

年末に犯罪の被害に遭うと、嫌な思いで1年を終える可能性もあります。

年末は安全安心の正念場と思い、特に警戒することで、気持ちの良い新年を迎えましょう。

問い合わせ

防災安全課防災安全班

宝くじ助成金で備品を購入しました!



宝くじは豊かさ築くチカラ持ち。

宝くじは、広く社会に役立てられています。

町では(財)自治総合センターと(財)日本消防協会から助成を受けて、自主防災訓練用備品と女性防災隊活動備品を購入しました。

煙体験ハウスは、地区の自主防災訓練時に使用できますので、お問い合わせください。
問い合わせ 防災安全課防災安全班

女性防災隊活動備品

軽可搬ポンプ



AEDトレーナー



※地域を守る「新規女性防災隊」を随時募集しています。

自主防災訓練用備品

煙体験ハウス



児童遊園地・子どもの広場に 遊具が帰ってきます!

昨年7月の点検で全268基中115基（約43%）の遊具に異常が見つかり、安全のために撤去していました。この冬70基の遊具を再生する工事を実施することになりました。



◎撤去までのいきさつ

全国で公園遊具に起因する事故が多発していたため、当町でも平成20年7月に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」に則した専門的な点検をしました。

その結果、町内61か所268基の遊具のうち、115基が「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」という判定になりました。

この判定状況を踏まえ、安全第一の観点から対象115基を撤去していました。

◎交付金を活用した再整備

こうしたなか、遊具で遊ぶことは子どもの成長過程で重要な役割を果たし、本来であれば早急な更新が望ましいという観点から、児童遊園地・子どもの広場の遊具を再生する工事を実施することになりました。

今回の整備には、地域活性化・経済緊急対策臨時交付金という平成21年度限定で創設された国の交付金を活用します。

整備は少子高齢化社会対策を目的として活用するため、児童のための施設である児童遊園地・子どもの広場が再整備対象です。

◎遊具の再生と公園の再編

遊具の再生では、より厳格になった遊具の安全領域などを適合させたなかで、撤去した遊具を最大限に再生することを主として全町的に再整備します。

一方で、隣接して複数の児童遊園地がある地区では、遊具を充実させる場所と広場的に利用していただく場所を設定するなど、特色を持たせた公園整備を進めます。

この特色ある公園のモデルとして、梅沢中央子どもの広場には背の高いフェンスを設置し、ボール遊びができるよう整備します。



更新遊具総計

ブランコ	19基
すべり台	15基
シーソー	3基
ジャングルジム	4基
スプリング遊具	23基
鉄棒	6基
合計	70基

更新後の比較（復活率）

100%以上	24か所
80%台	3か所
70%台	5か所
60%台	6か所
50%台	7か所
50%未満	5か所
総計	50か所

工事は早ければ12月に着工し、来年3月末までに完成する予定です。



財政的にゆとりがないため、国の補助金・交付金をうまく活用して、計画的に再整備を進めていきます。

◎今後の整備

今回の再整備は児童遊園地・子どもの広場を対象としているため、都市公園（一定以上の面積を持つ公園）は対象外です。

今後、都市公園関係の国の補助事業を活用し、吾妻山公園の再整備と合わせて、平成25年度を目標に再整備を進めていきます。

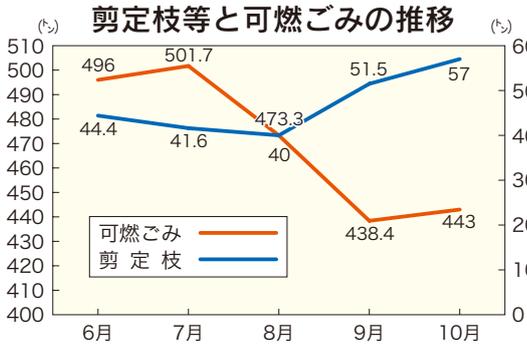
問い合わせ 都市整備課公園緑地班



「せん 剪定枝」等の資源化が増！ 可燃ごみの収集量は減！

6月から「せん 剪定枝」に加え、「草」「落ち葉」も資源化を開始したことで、10月までの5か月間に約235トンを焼却せずに資源化できました。

その結果、可燃ごみから剪定枝等が分別され、可燃ごみは前年度と比較して260ト（約10%）もの減量となりました。



年末を迎え

乾燥と分別のお願い
剪定枝の資源化単価は、焼却単価よりも安いいため、処理コストの削減にもつながります。

年末は庭の手入れなどで、剪定枝等が多く出る時期です。分別とともにできるかぎり乾燥させ、重量を減らしてから出してください。

大量に出る場合には、環境衛生センターへお持ち込みください。

収集したせん 剪定枝等の堆肥を無料で配布

11月8日の「ふるさとまつり」では、ごみの分別啓発と堆肥の無料配布をしました。
※地域のイベントで出たごみについても分別をお願いします。

年末のごみ持ち込みは混雑のためご注意ください

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、大変混雑するため、ご注意ください。

「バイオ式で、ごみが1/5に！」

町では皆さんが実践している減量術を募集しています。今月は小嶋さんの減量術をご紹介します。

私の家は、バイオ式（電気式）のごみ処理機があり、以前と比べごみの量は1/5になりました。個人情報記載の紙や封筒もシュレッダー処理後、雑紙として出しています。

【年末の持込可能日】

28日までの月・土曜日

【年末の持込時間】

10時～11時50分、13時～15時
※年末は収集日の変更になる地区があります。11月末に配布した「ごみ収集日変更のお知らせ」を確認してからごみを出してください。

問い合わせ

生活環境課生活環境班

（百合2 小嶋さんより）

ごみを減らしているうちに、自然と買うときにムダな包装は断り、マイバッグも持参しています。地球を一時的に借りている身なので、将来の方のため、頑張っていきたいです。
（担当課より）将来の地球のため、ご協力ありがとうございます。限りある資源のために皆さんのご協力をお願いします。

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	140,810kg (-1,270kg)	0円 (0円)	835,450円 (-21,900円)
空きビン	17,320kg (-1,680kg)	21,420円 (900円)	9,840円 (420円)
金属類	19,210kg (-3,210kg)	645,456円 (-107,856円)	119,549円 (-4,555円)
樹脂類①②③	56,750kg (-1,660kg)	2,544,360円 (-68,796円)	18,170円 (-1,090円)
合計	234,090kg (-7,820kg)	3,211,236円 (-175,752円)	983,009円 (-27,125円)

可燃ごみの処理費用 ※（ ）内は前月比 目指せ！今年度目標30%

	処理量	処理費用
10月分	442,950kg (4,590kg)	16,634,039円 (-98,497円)
累計処理量と削減率（18年度同期比）		
H21.4月～10月	3,378,690kg	-17.2%
H18.4月～10月	4,080,000kg	

子育てしやすい あたたかいまちへ

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。



— 基本目標 —

- ① 地域の子育て支援
- ② 母性・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

子育て家庭支援施設の整備については、再度検討を重ね、後期計画に反映していきます。



② 地域の特性を生かした 学童保育所の充実

平成20年度は3学童保育所すべてが学校内へ移転し、児童の安全確保と負担の軽減につながりました。

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、地域の実情に応じて子育て活動をしている団体への支援を進めます。

計画実施は93%

計画で定めた115項目のうち、平成20年度まで1

07項目（93%）が実施されています。

今後、未実施・検討中の項目について、効果の検証や実施の可能性を精査したうえで、来年度から始まる次世代育成支援行動計画（後期）につなげていきたいと考えています。

支援行動計画は 22年度からは後期に

平成22年度から26年度まで、次世代育成支援行動計画は後期計画として進めていきます。

後期計画は前期計画事業の成果や、今年1月に行っ

たアンケート、子育て支援ふれあいトークでのご意見などを考慮したうえで、策定していきます。

後期計画の素案は来年1月中に公表いたしますので、より現場に則した効果的な計画となるよう、皆様のご意見をお寄せください。

※後期計画の素案を公表する際は、町ホームページおよび広報掲示板、SCNのメール配信等でお知らせします。

問い合わせ

福祉課子育て支援班

忙しい方に朗報！

安全・お得・重要情報が あなたの携帯に届きます

子育て支援ふれあいトークでご意見のあった、行政情報のメール配信が始まりました。

今まで配信していた安全安心情報のほか、子育てに便利な制度の紹介や、町長の声、オススイベントやお得情報など、登録するだけで町の情報が自動で配信されます。

この機会に、お手軽便利なSCNのイベント生活情報へ登録しましょう。



問い合わせ 企画室広報統計班

図書館に行こう！

図書館は知識の宝庫

本は夢や感動、知識や教養など、私たちの人生を豊かにしてくれるものがつまっています。

町図書館では、皆さんに「人生を豊かに、そして人生観に影響を受ける」ような1冊に出会っていただければ、さまざまな資料とサービスを提供しています。皆さんは最近、どんな本を読んでいますか？

「興味」を刺激する

情報・資料があります

町図書館では、皆さんの「知りたい」に応えるため、さまざまなジャンルの情報・資料を収集しています。◎地域のことを未来に伝える郷土資料

町図書館では、二宮ゆかりの人物や歴史、行政資料が充実しています。

大切な郷土資料を後世に残し伝えるため、独自に収集・整理・保存しています。また、これらを展示し、紹介などもしています。

◎0歳からの子どもの本

幼いときから読み聞かせなどで本に親しむ子は、人

趣味や生活、仕事などへのさまざまな資料を探すお手伝いをしています。

日常のふとした疑問から、長年お探しの本のことまで、お気軽にお尋ねください。

◎子育てパパ・ママのお手伝い
10月から毎月1回、一時的にお子さんを預かる託児サービスが始まりました（今年度中は試行）。

普段育児で忙しい方も、この時間はゆっくり本を探していただけます。

◎ネットで簡単検索

忙しい方も時間をかけずに本の有無がわかるよう、携帯電話やパソコンから蔵書検索や予約ができます。

冬の夜長に、図書館の本で充実したひとときを過ごしてください。

問い合わせ

生涯学習課図書館班
☎ 72-6913



年末のオススメ情報

掃除・料理の技は図書館で！

図書館の「特設展示コーナー」では、年末年始に役立つ掃除や料理の本を展示しています。

例えば『松居一代の超おそうじ術』や、おせち料理を掲載した雑誌『NHK きょうの料理』のバックナンバーなど、この時期ならではの資料を一か所で見ることが出来ます。（展示資料は貸出できません。）

お掃除や料理に取りかかる前に、ぜひ一度お立ち寄りください。



※特設展示コーナーでは、旬の話題やテーマで、図書館の資料を紹介しています。これまでに紹介した資料リストもありますので、お気軽にお尋ねください。

図書館ボランティア公開講座

「絵本で子育て、親育て」

とき 1月21日(木)10時～12時

ところ ラティアン

内容 子育てと絵本についての講演会。講師：渡辺順子氏（練馬区すずらん文庫主宰）

定員 60名（事前申込制、申込み多数の場合は抽選）

申込 12月20日(日)までに窓口か電話、Eメールにて申込み。

※先着10名まで2歳以上の未就学児の保育があります。

問い合わせ 生涯学習課図書館班
radiant@town.ninomiya.kanagawa.jp

家屋の固定資産税

軽減制度のご紹介



長期優良住宅

要件

- ・平成22年3月31日までに新築された住宅で長期優良住宅に認定された家屋（床面積が50㎡以上280㎡以下）

軽減となる税額

- ・120㎡までの部分につき、5年度分1/2。（3階建て以上の中高層耐火住宅は7年度分）

申告方法

- ・新築された日から最初の1月31日までに長期優良住宅に認定された証書を添えて申告。

バリアフリーに改修した住宅

要件

- ・平成19年1月1日以前に建てた家屋で、65歳以上の方、要介護認定を受けている方等が居住していること。

- ・バリアフリー化工事で、補助金等を除いた工事金額が30万円以上。

軽減となる税額

- ・100㎡までの部分につき、改修した翌年度分限り1/3。

申告方法

- ・改修内容がわかる書類を添付し、工事完了後3か月以内に申告。

耐震改修した住宅

要件

- ・昭和57年1月1日以前に建てた家屋を耐震基準に適合する改修をした場合
- ・改修費用が30万円以上。

軽減となる税額

- ・120㎡までの部分につき、改修した翌年度分から1/2。（改修年度で軽減期間が異なる）

申告方法

- ・耐震基準適合を証する書類を添付し、工事完了後3か月以内に申告。

省エネ改修した住宅

要件

- ・平成20年1月1日以前に建てているか、平成20年4月1日から22年3月31日までに窓の改修工事等をした場合。
- ・省エネ基準に適合し、改修費用が30万円以上。

軽減となる税額

- ・120㎡までの部分につき、改修した翌年度分限り1/3。

申告方法

- ・省エネ基準への適合を証する書類を添付し、工事完了後3か月以内に申告。

ここに紹介している要件等は全体の一部ですので、着工前に必ず詳細を町ホームページもしくは担当課でご確認ください。

問い合わせ

税務課課税班

国民年金保険料控除証明書が 社会保険庁から届きます

控除証明書の発送時期

年末調整や確定申告で国民年金保険料の控除を申告する場合、証明書類の添付が必要になります。

- ◎今年1月1日～9月30日までに納めた方
- ↓11月上旬発送
- ◎今年10月1日～12月31日までに納めた方
- ↓来年2月上旬発送

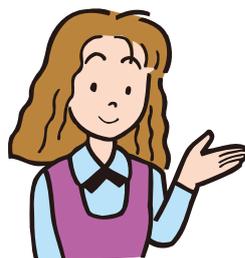
平成21年中に国民年金保険料を納めた方には、社会保険庁から「社会保険料（国民年金保険料）控除証明書」が送られてきますので、こちらを添付して申告してください。

■控除証明書について

- 控除証明書専用ダイヤル（平成22年3月13日まで）
- ☎0570-070-117
- IP電話・PHS等の場合
- ☎03-6700-1130

問い合わせ

保険予防課保険年金班



「社会保険庁」が廃止され、 「日本年金機構」がスタート

皆さんの信頼に応え、一層のサービス向上を目指すため、社会保険庁は来年1月1日から「日本年金機構」として生まれ変わります。

◎社会保険事務所は「年金事務所」と名称が変わりますが、年金相談などの窓口として引き続き利用いただけます。

社会保険庁

- ▶日本年金機構（運營業務）
- ▶厚生労働省（財政・運営責任）

問い合わせ

平塚社会保険事務所
☎22-1515

地域力で高齢者虐待を防ぐ

介護を受ける高齢者の増加と、介護疲れなどが原因で、高齢者に対する虐待が増加していることが明らかになっていきます。

この現状を受けて、虐待を受けている高齢者や、介護に疲れ切っている養護者を支援するため「高齢者虐待防止・養護者支援法（注）」が施行されました。

（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」平成18年施行

難しい高齢者虐待の背景

高齢者虐待の難しいところは、養護者自身が介護により心身共に疲れ切つて、追いつめられていることが少なくないことです。そのため自分が虐待している事



介護疲れなどで、養護者が追いつめられていることもあります。

さまざまな形の虐待

- 「高齢者虐待防止・養護者支援法」では、虐待を次のように5つにわけて定義しています。
- 身体的虐待
暴力、ベッドに縛る、薬を過剰に与えるなど

虐待を防ぐには、介護の負担を軽減する策をとること、また、問題が生じているときには第三者が介入するなどして、虐待の悪循環を止めることが大切です。

無意識の虐待

- 高齢者虐待の調査では、養護者の半数以上の人が虐待の自覚がないという結果が出ています。次のリストでチェックしてみましょう。
- 言うことを聞かないので、怒鳴ったり、無視したり、たたいてしまう。
- 認知症で徘徊するため、部屋に閉じこめている。
- 年金手帳などを管理し、無断で使う時がある。
- 人前でおむつを替えたりするのに抵抗がない。

虐待に気づいたら

虐待に気づいた人には通報義務があります。虐待を止めることは、虐待をしている養護者のためにも必要です。虐待は、虐待している本人が自覚していても、自分だけでは歯止めがきかないものです。

気付いたときは、悩まず相談窓口にご相談しましょう。

虐待のない地域づくり

すべての人が安心して生涯を暮らせるように、虐待を未然に防ぎ、助け合える地域づくりが望まれます。

介護の長丁場を乗り切るため、一人で抱え込んだりせず、介護のプロや地域の人、同じ経験をしている人の力を借りましょう。

地域でも、日ごろのあいさつ、見守り、道で会ったときの声かけなど、温かく見守る地域づくりのために、ご協力をお願いします。

介護する側、される側双方が尊重され、自分らしい生き方ができる道と一緒に探していきましょう。

問い合わせ 高齢障がい課
地域包括支援センター班
☎ 71-7085

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、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以上か、こ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 高齢障がい課高齢介護班

「気にしているから大丈夫」!?

メタボリックシンドローム



メタボリックシンドロームの予防・早期発見のため、平成20年度から始まった特定健診・特定保健指導が2年目を迎えました。皆さんと皆さんの家族は大丈夫ですか？

平成20年度の特定健診結果(二宮町)

対象者：6350人
受診者：2296人(受診率36.16%)
保健指導対象者：264人
保健指導実施者：80人(実施率30.30%)

確認！あなたは「メタボ」？

・腹囲が男性85cm、女性90cm以上ある。

+

- ①空腹時血糖値110mg/dl以上またはHbA1c(※)が5.2%以上。(※)過去1~2か月の血糖の状態
- ②中性脂肪150mg/dl以上またはHDLコレステロールが40mg/dl未満。
- ③最高血圧が130mmHg以上または最低血圧が85mmHg以上。

①②③の中のどれか2つ以上で「メタボ」です。この状態は放置しておくと、心臓病や脳卒中へとつながり、命にかかわる場合もあります。

注意！危ないのは「メタボ」だけ？

太っていて高血圧・糖尿病などの方は、やせることで改善する場合があります。

しかし、太っていなくても高血糖・高血圧・高尿酸血症・脂質異常症の方もいて、メタボの有無だけでは判断できない危険性があります。

生活習慣病の方は、自分の生活習慣をふり返り、早期に治すよう日常生活を変える努力をしましょう。

改善！生活習慣で「メタボ」撃退

1. 運動

運動は内臓脂肪を減らすもっとも効果的な方法の一つです。体力を養い、抵抗力を高め、老化を遅らせるなどの効果もあります。

2. 食事

夕食では、高脂肪、高エネルギーの食事を控えるなど、食生活の乱れをなくすことが生活習慣病の予防には重要です。

3. 禁煙

喫煙習慣は、がんの発症率を高めるだけでなく、呼吸器や循環器にも悪影響がおよび、生活習慣病のリスクを高めます。



年に1回は健康診査を受け、体の状態をチェックしましょう。保健指導が必要な方は積極的に指導を受け、健康的でいきいきとした体を取り戻しましょう！

参加しよう！「メタボ」予防教室

①1月21日(木) 9時30分~13時30分

②2月19日(金) 10時~13時30分

詳細はお知らせ版をご覧ください。

※お知らせ版12月号に掲載した「メタボ」予防教室開催時間に誤りがありました。おわびして訂正いたします。

問い合わせ 保険予防課健康づくり班

お知らせ版12月号の訂正とおわび

健康ひろばに掲載した乳がん・子宮がん検診の日付に誤りがありましたおわびして訂正いたします。

乳がん子宮がん検診〔予約制〕

1月14日(木)	乳がん	視触診	20歳以上の女性(マンモグラフィは40歳以上)で、22年3月までに偶数年齢になる方と、21年3月までに受けたことがない方。
	子宮がん	マンモグラフィ 頸部のみ	

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

22年1月5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)

☎ 総務課庶務人事班

◆償却資産の申告を

固定資産税は「土地」や「家屋」のほか、事業などに用いられる「償却資産」にも賦課されます。毎年1月1日現在、町内で事業を営むうえで所有し、使用している資産(機械・装置・備品等)が対象となりますので、期日まで

に償却資産の申告をお願いします。

平成21年中に新たに事業を始めた法人と個人事業主の方には申告書を送付しますので担当課までご連絡ください。

申告の内容によっては実地調査を予定していますので、ご協力をお願いします。

提出期限 22年2月1日(月)

※建物を取り壊した方へ

平成22年度の固定資産税賦課のために必要となりますので、平成21年中に建物を取り壊した場合は、建物の所在地用途を電話等で担当課までお知らせください。

☎ 税務課課税班

◆不登校・ひきこもり地域講演会

22年1月15日(金)
14時～16時

平塚保健福祉事務所大会議室

内容 「不登校・ひきこもりの若者が一歩踏み出すためには！」
講師 NPO法人アンガージュエマン・よこすか理事長 滝田衛氏

申込み締切

22年1月12日(火)

☎・☎ 平塚保健福祉事務所
保健予防課 ☎32-0130

◆受動喫煙防止条例出張説明

22年4月から施行される「神奈川県公共的施設における受動喫煙防止条例」をご説明します。少人数でも気軽にお申込みください。
☎・☎ 平塚保健福祉事務所
企画調整課 ☎32-0130



おわびと訂正

お知らせ版12月号のじょうほう館と健康ひろばに誤りがありました。おわびして訂正いたします。

正しくは次のとおりです。

◎町長とのふれあいトーク
12月12日(土) 19時～21時
上町・中町地区の方

◎乳がん子宮がん検診
1月14日(木)

◎メタボリックシンドローム
予防教室
1月21日(木)

9時30分～13時30分

☎ 企画室広報統計班

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。

- ☎ 消費者物価指数月報(平成21年9月分速報)
- ☎ 鳥獣保護区等位置図(平成21年10月)
- ☎ 神奈川県議会時報(平成21年8月・10月)
- ☎ 平成20年神奈川県工業統計調査結果速報(平成21年10月)
- ☎ 総務課庶務人事班

平塚保健福祉事務所 各種相談事業

●認知症相談

22年1月5日(火)
13時30分～15時45分

●こころの健康相談

12月15日(火)、21日(月)
22年1月13日(水)
13時30分～15時45分

☎ 保健予防課

※すべて事前予約制

☎32-0130

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

町広報紙広告
ぜひご活用を!



この枠を使った広告募集中!

- ★発行部数 毎月11,700部(フルカラー)
- ★町内各世帯や新聞社、病院等に毎月配布
- ★1か月単位で、最長連続6か月まで
- ★この枠なら1月5,000円(町内事業所)

詳しくは町のホームページで!

年末の交通事故防止運動 無事故で年末 笑顔で新年 12月11日(金)～20日(日)



ハンドル
キーパー

1. 飲酒運転を根絶しましょう
2. 歩行者（特に高齢者）と自転車の交通事故防止を
3. 全ての座席のシートベルトとチャイルドシートは正しく着用できていますか？

車で飲食店に出かけるときは、お酒を飲まない人（ハンドルキーパー）を決めて、飲酒運転をしないようにしましょう！

◆放送大学4月生募集

放送大学はテレビなどの放送を利用して授業を行う通信制の大学です。働きながら学んで大学を卒業したい、学びを楽しみたいなど、さまざまな目的で幅広い世代、職業の方が学んでいます。心理学、福祉、経済、歴史、文学、自然科学など、幅広い分野を学べます。

規定の単位を修得して卒業

し、学士（教養）の学位を得ることができる全科履修生のほか、15歳以上の方で1科目から学習する選科履修生、科目履修生、一つの分野を体系的に学ぶ放送大学エキスパートなどもあります。資料は無料で差し上げていますので、気軽にご請求ください。

出願期限 22年2月28日(日)

〒118-8501 東京都神奈川学習センター

☎045-710-1910



～調査の対象となった皆さまへ～ 全国消費実態調査にご協力ありがとうございました！

長期間にわたり調査にご協力いただき本当にありがとうございました。調査結果は国や地域社会に密着した福祉行政、消費者行政などに役立つ基礎資料となります。

総務省・神奈川県・二宮町企画室広報統計班

町の人口(平成21年11月1日現在)

総数	29,635人	(- 8)
男	14,363人	(+10)
女	15,272人	(-18)
世帯数	11,371世帯	(+10)

() 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。

**誤徴収した社会福祉センター
使用料の返還申請を受付中**

町が把握している対象団体には返還に関する書類をお送りしました。

平成15年4月以前に利用された団体はお手数ですが、役場福祉課までおいでいただき、電話にてお問い合わせください。

福祉課社会福祉班

休日納税窓口
12月27日(日)
8時30分～12時、13時～17時
町役場1階税務課窓口
閉庁日ですので、庁舎前の坂の途中にある日直室入口からお入りください。

税務課・保険予防課

12月の納期

固定資産税(3期) ⇨⇨⇨12月25日
国民健康保険税(6期)
下水道事業受益者負担金(3・7・11期)
⇨⇨⇨12月28日
後期高齢者医療保険料(6期)
介護保険料(7期)
保育料(12月分)
⇨⇨⇨1月4日
～活かします あなたの納める貴重な税～

広告

新年のお祝いは圓山の「おせち」で
一年間のご愛顧に感謝をこめて
本格的京料理の「おせち」を
格安にてご調製致します。

お届け専門
年中無休

プレミアム
商品券
取扱店

四人様用二段重 ¥26,000-他
12月31日の午後にお届けいたします。
おせち風懐石べんとうも元旦より承ります。

京の味 圓山

TEL (0463)71-4919

中郡二宮町二宮 110 URL:www.kyounoaji.com

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

秋の叙勲受章者



瑞宝小綬章
仲沢高雄さん
(緑が丘在住)

仲沢さんは昭和37年から約35年間にわたって、電気通信行政、特に電波監理行政(旧郵政省所管、現総務省)の分野でご活躍されました。NHKや民放が全国すべての地域で視聴できるように中継局の設置や民放会社の設立、難視聴地域の解消といった事業に携わってこられたほか、

衛星の利用、電波の適正な割り当てと利用促進に尽力されるなど、高度情報化時代の発展を影で支えてこられました。

■受章の感想

今回の受章は、まことに名誉なことではあります。一人がいたただいたのではなく、先輩、同僚や関係の方々の協力により成し得たものであり、その代表として受章したものと考えております。

今後は体調を考え、出来る限り人様の迷惑にならないよう、生きていきたいと思っております。

山口 廣治さんに 厚生労働大臣表彰



富士見が丘1地区にお住まいの山口廣治さんに、技能検定関係功労者として、職業能力開発関係厚生労働

大臣表彰が贈られました。

山口さんは長年にわたり県産業技術総合研究所に勤務され、家具手加工の分野で高度な技術を次代へと伝えるべく、人材育成などに努めてこられました。現在も県職業能力開発協会より委嘱され、技能検定委員として活躍されています。

スポーツしよう!

〜二宮町体育協会加盟団体紹介〜

二宮町体育協会には陸上競技や球技だけでなく、体操などさまざまな分野の24団体が加盟しています。

健康志向が強まる中、皆さんも町の体育協会加盟団体と一緒に汗を流しませんか?

柔道協会

当協会は、武道館完成後、有志により発足し、毎週金曜夜の前半に小学生以下、後半に中・高校生以上で汗を流しています。

柔道といえは怪我を心配する方が多いのですが、発足以来「怪我はしない・させない」



小学生の練習風景

楽しく・厳しく」をモットーに運営し、現在までに軽傷2件2名のみです。自転車で転倒したが擦過傷で済んだなどの話もよく聞きます。

中学校卒業までに初段取得を目指していて、世界共通である柔道の段位は、進学・就職活動の際、評価点となりやすいとも聞いています。

また、礼儀作法などの一般常識も社会教育の一環として、稽古の都度、日常的に厳しく指導しています。

稽古着も貸し出しており、見学会なども随時していますので、電話していただくか、道場に直接来てくださいます。と

湘南スポーツ振興協会

昭和58年発足の当協会(旧二宮学童体育振興会)は、スポーツを通して子どもたちの成長を支援できたらと考え始めました。

体操・ミニバスケットボール・ジュニアバレー・トラ



練習後のワンシーン

ンポリン・ラグビー・ユニフォックなどをしていましたが、少子化と余暇の過ごし方の多様化の波にのまれ、現在は体操部とミニバスケットボール部が活動しています。体操部は設立以来、民間クラブと肩を並べながら日高先生を中心に基礎技術から選手まで教えています。

ミニバスケットボール部は、小学生が在籍し、大会参加やお楽しみ行事など、楽しく元気よく活動しています。

また、学童野球の主催など、町内外を問わず多くの青少年のスポーツを支援する活動もしています。

皆さんも一緒にスポーツを楽しみませんか?

問い合わせ

生涯スポーツ課体育振興班

新年の始まりは

吾妻さん よさこいパレード

22年1月17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、旧東海道をところ狭しと舞い踊ります。

締めの大踊りでは、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。



出店もあって、誰でも楽しめますよ！
ぜひお仲間と春一番の賑わいを感じに来てください！



※当日は梅沢の旧東海道が通行止めになります。
駐車場はありませんので、公共交通機関か徒歩でご来場ください。

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



原福松さんに
美化運動功労者表彰

11月2日(月)、原福松さん(元町北地区在住)に神奈川県知事から美化運動推進功労者表彰が贈られました。

原さんは多年にわたり、生涯学習センターラディアン周辺の清掃活動を自主的にされており、地域環境の美化に貢献されています。

今回の表彰は、その地道で献身的な美化活動の功績が認められたものです。

葛川をきれいにする会

神奈川地域社会事業賞を受賞



「子どもが遊べる川にしたい。」と語る門脇代表(右)と今津副代表。

10月31日(土)、葛川をきれいにする会が神奈川新聞社から活躍する市民団体をたたえる『神奈川地域社会事業賞』を受賞しました。

この表彰は、当会が平成13年から葛川の清掃活動を続け、地域環境の美化に多大な貢献をしていることが認められたものです。



11月8日
おかげさまで大盛況！
ふるさとまつり
農林水産まつり



大道芸の出しものに思わず大笑い。どちらかというと大人の方が大笑いでした。



ブランドブースは、大にぎわい。試作品は2月にビッグサイトに出展予定です。

にのみやなか ミュージッククエスト

アマチュアミュージシャン達が熱演。さまざまなジャンルの音楽が楽しめるうえ、普段なかなか見られないロックな1日でした。

観光親善大使の「ふたり」もゲスト出演



思い思いの音楽をラディアン舞台で！

町観光親善大使「ふたり」発

あなたの思い出が 曲になります！

- 応募方法 エピソードを郵便・FAX・Eメールで送ってください。文字数や応募点数は問いません。
- 応募期間 平成22年1月15日(金)まで
- 応募先 二宮町観光協会
〒259-0123 二宮町二宮876-1(公民館内)
☎・FAX 73-1208
Eメール: shonan.ninomiya.kanko@mj.scn-net.ne.jp
- ※応募作品の中から、1作品をふたりがオリジナルの曲にします。当選者には簡易録音によるCDと粗品をプレゼントいたします。
- ※選ばれなかった方の中から抽選で5名の方に町の特産品をプレゼントいたします。
- ※菜の花ウォッチング期間中に発表する予定です。