

協働 まちづくり 情報誌

広報 にのみや



「春の喜び」
吾妻山公園山頂の芝生広場
(17年4月9日撮影)

町制施行70周年
海と山とやさしさと
みんな大好き 湘南にのみや



●今月の紙面

町の今後の

- | | |
|------------------------|----------------------|
| ごみ処理は!!.....②～③ | 介護新時代.....⑩ |
| いつまでも住み続けたい町に.....④～⑤ | じょうほう館.....⑫～⑬ |
| 特色ある地域づくりを進めるために...⑥～⑦ | みんなの広場・まちの話題.....⑭・⑮ |
| 湘南ビーチマラソン出場者募集中!...⑨ | カメラレポート.....⑯など |

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

3

2006

シブ 町の今後のごみ処理は!!

第7回 「湘南西ブロック」の取り組み②

目指すは減量化5% 資源化24%

～ごみ処理広域化実現可能性調査から～

神奈川県のごみ処理基本計画に位置づけられた「湘南西ブロック」での「ごみ処理広域化実現可能性調査」では、平塚・大磯・二宮の広域化によるごみの減量化・資源化の目標達成が可能との結論になりました。

実現に向けては、まず、ごみの減量化・資源化をできる限り推進する必要があります（次ページ左側）。その上で、ごみの焼却量を可能な限り減らすため、厨芥類資源化施設も組み合わせるための設置案とスケジュール案を検討しました。その結果をご報告します。

施設の設置は

いくつかの案から、ごみの発生量と運送費、関連施設との連絡、既存施設の更新時期と活用方法、公平分担を総合的に判断した結果、下記の案を基本に今後は詳細に調査・検討して具体化していくこととしました。

今後のスケジュールは

今後のスケジュールとしては、湘南西ブロック全体で平成19年度までに「ごみ処理広域化実施計画」を策定します。その後は平塚・大磯・二宮ブロックと、秦野・伊勢原ブロックに分かれて、それぞれ具体的な施策を実施するものとなります。単独処理から広域

1市2町施設設置案

	リサイクルプラザ	厨芥類資源化施設	焼却施設	中継施設	最終処分場	し尿処理施設
平塚市	一部○	一部	◎		◎	
大磯町	◎					◎
二宮町		◎		◎	将来(◎)	○

◎…広域対応施設 ○…単独施設

広域処理スケジュール案

		第1ステップ (焼却・中継施設建設)	第2ステップ (リサイクル・厨芥施設建設)	第3ステップ (し尿処理施設建設)	第4ステップ
減量化・資源化 施策の実施	減量化	生活系ごみの排出抑制	検討 → 実施		
	減量化	事業系ごみの排出抑制	検討 → 実施		
	減量化	処理手数料の適正化	検討 → 実施		
	資源化	容器包装リサイクルごみの分別の統一		検討・啓発 → 実施	
広域施設	焼却施設		建設 → 稼働		
	リサイクルプラザ			建設 → 稼働	
	厨芥類資源化施設		建設 → 稼働		
	中継施設		建設 → 稼働		
	最終処分場			再整備 →	埋立開始
	し尿処理施設			建設 → 稼働	

平塚・大磯・二宮ブロックの 排出抑制施策・資源化施策

重点施策1：排出抑制

- ◎家庭系ごみの有料化など、経済的インセンティブによる減量
- ◎多量排出事業者への排出抑制の徹底
- ◎事業系ごみの経済的な負担増の強化で減量を促す
(統一的な手数料の見直しやルールづくり)
- ◎厨芥類の水切りの徹底 (ごみ重量ベースの削減)

重点施策2：資源化

- ◎厨芥類等の有機性廃棄物の資源化 (バイオガス化等検討)
- ◎剪定枝等の木質系廃棄物の資源化 (チップ化等検討)
- ◎焼却残渣の資源化 (溶融スラグ等検討)
- ◎容器包装リサイクルシステムの統一化による資源化促進

重点施策3：適正処分

- ◎既存最終処分場の延命化を図りつつ、既存最終処分場の掘り起こしと新たな最終処分場の整備も検討。

※厨芥類……台所から出る生ごみなど

環境課廃棄物対策係
問い合わせ

処理に移行するに当たり4ステップが考えられますが、既存施設との関係など、さまざまな要素がありますので、今回の調査では年度をお示しするに至っていません。
なお、「ごみ処理広域化実施計画」の検討に当たっては、今回の調査に対する住民の皆さんの意見を踏まえ、計画に反映させる予定です。

ごみ出しに関するお願い

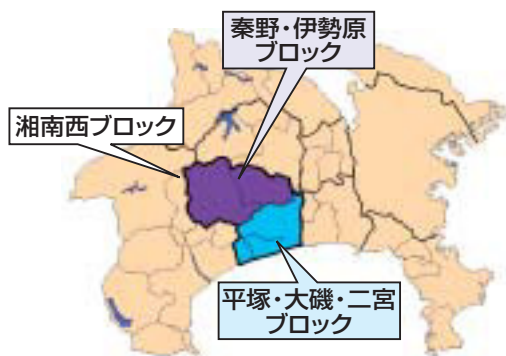
- ◎アスベスト対策のため、ストーブはダンプで回収しています。内部の灯油は使い切ってからお出しください。
- ◎商店、事業所のごみは「商店事業所等じん芥処理手数料申告書」を提出して手数料の納付を。

1市2町基本協定を締結



～平塚市美術館で開催された基本協定調印式の様子～
協定書を披露する二宮町古澤吉郎町長 (左)、平塚市大藏律子市長 (中)、大磯町三澤龍夫町長 (右)。

2月22日、二宮町は平塚市、大磯町と『一般廃棄物処理に係る事務事業の広域化に関する基本協定』を締結しました。
今回の基本協定は、『湘南西ブロックごみ処理広域化実現可能性調査』の結果を受けて1市2町でのごみ処理広域化の実現に向けた基本的な意思確認と、今後の事務事業の推進を図るために締結されたもので、広域的なごみ処理体制の確立に向けた第一歩となります。



基本協定の条文

第1条 この協定は、一般廃棄物処理に係る事務事業の効率化及び環境負荷の低減を図るため、甲乙丙が、相互に連携し、事務事業を広域的に推進していくことを目的とする。

第2条 前条の目的を達成するため、甲乙丙は、湘南西ブロックごみ処理広域化実現可能性調査を基に共通課題を協議し、相互に役割を分担し、応分の負担をしていくものとする。

第3条 この協定に基づく全部又は個別の共通課題の協議が整ったときは、甲乙丙は、必要に応じて別に協定を締結するものとする。

※甲…平塚市 乙…大磯町 丙…二宮町

町民満足度調査

いつまでも住み続けたい町に

10年間にわたって町づくりの指針となる「にのみや総合長期プラン」の柱として重点的・総合的に取り組む5つの重点プランは、前期・中期・後期ごとに見直しをすることになっています。中期計画を策定する際の基礎資料の一つとするため実施した「町民満足度調査」の結果がまとまりましたのでお知らせします。

満足度上位・下位各5項目

順位	項目	満足度
1	図書館のサービス	3.65
2	ラディアンなどの文化関係施設で行われる音楽や演劇	3.52
3	町内の花や緑	3.50
4	吾妻山・里山などの整備・保全	3.46
5	ラディアンやその他の公的施設のサービス	3.39
...		
39	安全に歩きやすい町の整備	2.66
40	高齢者や障害のある人が働く場	2.64
41	二宮駅周辺の利便性・快適性	2.41
42	二宮駅周辺の商店街での買い物	2.15
43	二宮駅周辺の歩行者や車の往来しやすさ	2.03

重点プランの成果を 着実にあげるために

平成15年度にスタートした「にのみや総合長期プラン」に定められた5つの重点プランは、成果を着実にあげるために、前期（4年）・中期（3年）・後期（3年）の3つの期間に分け、見直しを実施することになっています。

19年度から始まる中期計画の作成に向けて、18年度は施策内容の見直しを実施します。

今回実施した「町民満足度調査」は、町の施策に対する評価、今後のまちづくりに関する意見を把握し、見直しの基礎資料とするために実施したものです。

*** 調査の方法 ***

調査期間 平成17年9月～12月

対象者 町内在住の20歳以上の方1,000人
(地域、年齢、性別などのバランスを考慮して無作為抽出し、9月に調査票を発送)

発送・回収方法 郵送方式

回収数(回収率) 473 (47.3%)

年齢別に見てみると、40歳代以上は50%を超えているのに対し、30歳代は3人に1人、20歳代は4人に1人の回答にとどまりました。

年齢別回収率

	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳以上	無回答	合計
発送	140	153	155	182	370		1000
回収	34	49	81	97	202	10	473
回収率	24.3%	32.0%	52.3%	53.3%	54.6%		47.3%

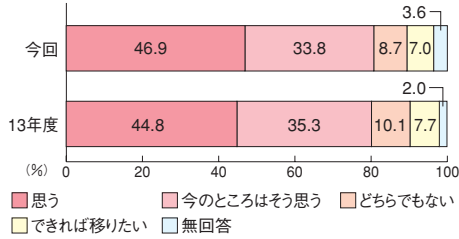
男女別回収率

	男性	女性	無回答	合計
発送	500	500		1000
回収	207	253	13	473
回収率	41.4%	50.6%		47.3%



これからも 住み続けたいが **約8割!**

■あなたはこれからも二宮町に住み続けたいと思いますか？



重要度と満足度に加え、「あなたはこれからも二宮町に住み続けたいと思いますか？」という質問をした結果、「思う」、「今のところはそう思う」を合わせ、80.7%の人が住み続けたいと考えていることが分かりました。

13年度に実施した「まちづくりアンケート調査」同様、町民の皆さんの高い定住志向が継続されているようです。

重要度上位・下位各5項目

順位	項目	重要度
1	大規模地震に対する町の備え	4.41
2	家庭や地域の中での大規模地震への備え	4.30
3	二宮駅周辺の歩行者や車の往来のしやすさ	4.30
4	ごみ処理施設の運営	4.18
5	日常、安心して生活できる安全な町	4.18
...		
39	ITを活用した行政サービスの提供	3.39
40	誰もがパソコンを習得できる環境	3.38
41	町内で働ける場所や、独自で起業するサポート	3.34
42	健康的な高齢者への取り組み	3.20
43	エコマネーの導入に向けた取り組み	3.14

総合長期プランの施策に沿って43項目を質問

今回の調査では、「にのみや総合長期プラン」の施策体系に沿って、43の項目に対する「満足度」を

- ◎満足度……………5点
 - ◎やや満足……………4点
 - ◎どちらともいえない…3点
 - ◎やや不満……………2点
 - ◎不満……………1点
 - ◎5段階、「重要度」を
 - ◎重要……………5点
 - ◎やや重要……………4点
 - ◎どちらともいえない…3点
 - ◎あまり重要でない…2点
 - ◎重要でない……………1点
- の5段階で答えていただき、全回答者の平均を、その項目の「満足度」、「重要度」としました。

文化や自然への高い満足度

満足度上位は「図書館のサービス」、「ラディアンなどの文化関係施設で行われる音楽や演劇」の順で、全体として町の文化や自然に関する取り組みへの評価が高くなりました。

逆に、「二宮駅周辺の歩行者や車の往来のしやすさ」、「二

宮駅周辺の商店街での買い物」など、駅周辺に関する施策の満足度が全般的に低い結果となり、全項目の平均は2.96となりました。

暮らしの安全・安心に高い関心

重要度上位は「大規模地震に対する町の備え」、「家庭や地域の中での大規模地震への備え」の順で、全体として重点プランの一つ「暮らしの安全・安心プラン」に含まれる施策が上位を占めました。逆に重要度が低かったのは、「エコマネーの導入に向けた

取り組み」、「健康的な高齢者への取り組み」の順で、全項目の平均は3.82でした。

調査にご協力いただいた皆さま、ありがとうございます。調査結果と皆さまからいただいた貴重なご意見は、「にのみや総合長期プラン」の中期計画策定に、大いに活用させていただきます。

※調査結果の詳細をぜひ町ホームページでご覧ください。

問い合わせ
企画室企画調整係

町政資料の閲覧コーナー

〔行政資料紹介〕

閲覧コーナーで閲覧できる町や県の行政資料の最新版です。

〔町の資料〕

◎平成17年度 行政評価試行結果（最終）

〔県の資料〕

- ◎あしがら田園アート展
- ◎工業統計調査結果報告
- ◎「水源環境保全・再生基本計画（仮称）素案」に関する県民参加意見整理台帳
- ◎神奈川県土地利用現況図（平成12年度都市計画基礎調査）

ほかにも閲覧できる資料があります。

問い合わせ 総務課庶務係

特色ある地域づくりを進めるために

地区長と地区長連絡協議会の取り組み

町内には20の地区があり、それぞれの地区長さんが地区のまとめ役として、地域活動の推進や町行政との連絡調整など、いろいろな活動をしています。



地区の配置

いままで培われてきた地域の実情や住民同士の結びつきにより、20地区が構成されています。

地区長制度

町では平成13年度まで、「町政事務連絡委員」(区長)を委嘱し、町行政と地区の連絡調整をしてきましたが、地方分権が進むなかで、「地区の自立」と「行政と地区のパートナーシップ」による「特色をもった自主的な地区活動」が求められるようになりました。

そこで、平成14年4月から新たな体制として、41あった地区を20に集約した地区長制度が発足し、この3月で4年が過ぎようとしています。

現在の地区長は、行政から職務を委嘱されるのではなく、真に自主的な地区活動を推進するリーダーであり、地区のまとめ役として活躍しています。

地区長の役割

地区のまとめ役として、各種団体等とも連携し、地区の行事や自主防災組織、地域防犯などの地区活動を推進しています。

また、行政との連絡調整や広報広聴活動、児童館や老人憩の家など集会施設の管理もしています。

地域活動支援交付金

町では、各地区がそれぞれの特性を生かした自主的な活動や運営ができるよう、地域活動支援交付金を交付しています。

この交付金は世帯数等を基に算定され、各地区のみさんの考えで、さまざまな地区

長野県高山村との地域間交流



毎年夏には、高山村から二宮の“海”へ、二宮町から高山の“山”へ地域や世代を越えた交流が行われています。

活動に活用されています。

地区長連絡協議会

特色のある地区活動を推進するためには、地区長同士の横のつながりも重要です。地区長連絡協議会では、2か月ごとの連絡会議(全体会)と毎月役員会を開催し、地区運営のための意見交換や連絡調整などにより、連携を深めています。

また、自主活動として長野県高山村との地域間交流や、研究会活動に取り組んでいます。

問い合わせ

地域推進課

協働まちづくり推進係

地区長連絡協議会の研究会活動

平成17年度に協議会の自主活動として各研究会が取り組んできた内容をご紹介します。

今後の地区活動等に生かせるよう、さらに研究を重ねていきます。

■ 教育研究会

「地域と学校の連携」「地域と家庭の連携」を良くするための方策をテーマとしました。

○意見交換の中から

・中学生と地域活動

地区の防災活動、ボランティア活動などに中学生が積極的に参加できるような呼びかけ、働きかけの方法を考えて実行する必要があるのではないかと。

例えば、自主防災訓練への参加呼びかけ、中学生が企画・運営の主体となった地区行事など

・地域と子どものかかわり

地域と子どもたちとの連携が強いと思われる地区では、子ども会の行事に地区の団体が参加し、日ごろから子どもたちと親しい。また、子どもが楽しみにしている地区活動（行事、習い事など）がある。

これらを通じて、親同士、子ども同士、地域の大人とのつながりが生まれ、継続されている。

○これからの課題や具体的な方策

具体的な方策をさらに検討し、できることから実施していく。

■ 合併研究会

将来、二宮町として合併は避けては通れない重要課題という認識のもと、種々の面で情報を得て、自由に意見交換をしました。

○背景

「市町村の合併の特例等に関する法律」が新たに施行され、合併の期限が5年間延長された。県でも合併審議会の設置等、合併への動きがある。隣接する市町等、具体的な枠組みを掲げ、議論のきっかけ作りとしたい。

○これからの課題や具体的な方策

今後の議論のためにも、合併に関する情報提供は継続的に実施するべきである。

■ 環境研究会

「家庭用生ごみ処理機」によるごみの減量をテーマとしました。

○アンケート調査

町内4地区で「家庭用生ごみ処理機」の使用実態のアンケートを行いました。

回答者の半数以上が生ごみ処理機に関心がありました。

○「生ごみ処理機」と「ごみの減量」の今後

家庭用生ごみ処理機は家庭内で生ごみをリサイクルできる便利さで、今後も利用者は多いと思われる。手間、労力を要する機種は、高齢で使用を止める場合もあり、新型処理機への代替を勧めたい。

今後は、個人の手間が少ない町の大規模生ごみ処理機の普及も期待する一方、家庭用生ごみ処理機も助成制度と新型機の能力と効果をPRし、普及を推進するべきと考える。

■ 地域課題研究会

地域における居住者はさまざまであり、一人ひとりの理解と協力によって、ふれあいながら良い地域が生まれ育てられます。地域によって事業の手法等の独自性、格差もあるが、統一的な課題を模索しながら、討議研究を進めることとし、地区活動を展開するために不可欠な、「人の力」と「財政基盤」について検討しました。

○人を動かすこと

今後、これまで地区活動を支えてきた各種団体、委員の高齢化が進むため、後継者の育成、若い年代の参加が必要である。

○集金のあり方

地区の自主財源としての地区費のほか、募金や寄付金など、いくつもの集金作業がある。これらの集金方法の改善が求められる。



防犯灯70本新設改良事業

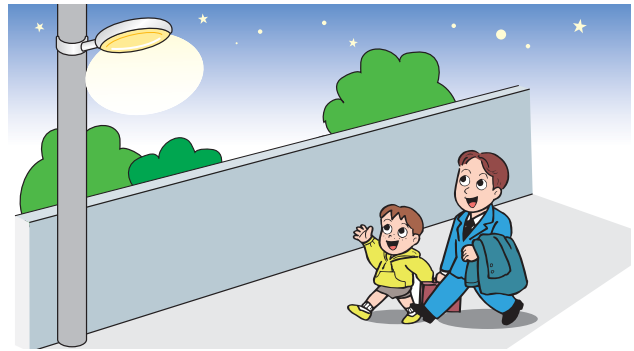
声かけが

1番明るい防犯灯!

街頭犯罪チェックリスト

いつもの通り道を再点検しましょう!

- ◎人通りが少ない
→なるべく人通りの多い道を通りましょう。
- ◎車道と歩道が十分に分離されていない
→通りすがりのひったくりに注意。バックは車道の反対にして、しっかり握るか胸に抱えるように。
- ◎道路沿いの植栽が手入れされていない
- ◎曲がり角が多く見通しが悪い
→犯人が下見や待ちぶせしやすい。
- ◎いつも同じ時間に同じ道を通る
→生活パターンを知られ、待ちぶせされる危険性が高くなります。安全な通路を複数確保して使い分けましょう。



町制70周年記念事業の一つとして進めてきた防犯灯70本新設改良事業が間もなく完成します。
各地区の要望などを参考に現地確認して、特に照度が不足しているところから取り組み、最終的に80基以上を設置することになりました。

あなたの道路は大丈夫?
街頭犯罪防止チェック

ひったくりや痴漢などの街頭犯罪を防止するには、狙われにくくする対策と万が一に備える対策の両方が必要です。犯人は何よりも人目を恐れ

~百合が丘地区自主防災部~ 災害時こそ地域の力で!

災害が起きたときに、自力で避難できない方を、地区の住民どうして助け合おうという取り組みが百合が丘地区で始まりました。

この事業は、災害時に「避難できない」「連れて逃げるのができない」「だれも助けてくれないのでは…」といった不安を持つ世帯に申請・登録していただき、万が一の際に地区自主防災組織が中心となって安否の確認と避難誘導の支援をするものです。近日中に地区内で事業をお知らせし、希望する方を受け付ける予定です。

町では、百合が丘地区をモデル地区として、この事業を町内の全地区に広げていきたいと考えています。



一番明るい防犯灯は
住民どうしの声かけ!

住民どうしのあいさつが犯罪を防ぐ……。街頭犯罪の犯人は現場の下見や待ち伏せなどで犯行の機会を狙っています。「こんにちは」「こんにちは。こちらに何かご用です

ているため、防犯灯は狙われにくくするための有効な手段の一つです。歩道を歩くときは荷物を車道側に持たない、自転車のかごには防犯ネットをかける、防犯ブザーを常に携帯するなど、日ごろからしつかり対策を立てましょう。

問い合わせ

地域推進課防災安全係

か?」と声をかけられれば、ほとんどがその場を去ります。住民どうしの声かけが、実は一番明るい防犯灯なのです。まずはご近所どうしのあいさつから始めませんか?



第8回

湘南ビーチマラソン大会

出場者募集中!



初夏の湘南海岸を **ビーチランニング**
走った後は **浜辺の店**と
サブイベントで楽しもう
湘南の海が **皆さんを待っています!**



スタート時間 (受付時間)

10kmの部……………10:00(8:00~9:30)

5kmの部……………11:45(8:00~11:00)

ファンラン2km………11:20(8:00~11:00)

記録 RCチップで計測(10km、5kmの部のみ)

表彰 各部門6位まで(ファンランを除く)

参加賞 Tシャツと郷土の特産品

募集定員 各種目合わせて2,500名(先着順)

参加申込み 郵便振替用紙に必要事項を記入し、
最寄りの郵便局から振り込んでください。

申込期限 4月24日(月) [消印有効]

◎スポーツ傷害保険(大会開催時間中)は主催者が加入します。

◎天候その他の理由で、競技時間等を変更したり、大会を中止したりする場合がありますのでご了承ください。中止の場合はラジオ、ホームページなどでお知らせします。

◎その他詳細は町内各施設に備え付けのパンフレットでご確認ください。

6月4日(日) 開催! メイン会場: 梅沢海岸

問い合わせ 大会エントリー事務局

☎ 61-6665 FAX 61-7210

ホームページ <http://www.r-wellness.com>

電子メール wellness@r-wellness.com

町民活動サポートセンター ここから広がる地域活動

にのみや町民活動サポートセンターが12月6日にオープンしてから、3か月がたちました。「いつでも」「どこでも」「だれでも」さまざまなボランティア活動や地域活動に参加したい——。そのような町民の皆さんを支援する拠点として、互いの知恵や経験を出しあいながら、ともに地域活動を進められる交流の場を提供しています。

センター内には、「交流」「展示」「ワーキング」「情報検索」「サロンスペース」などのコーナーや設備があり、ボランティア活動に関する相談も受け付けています。

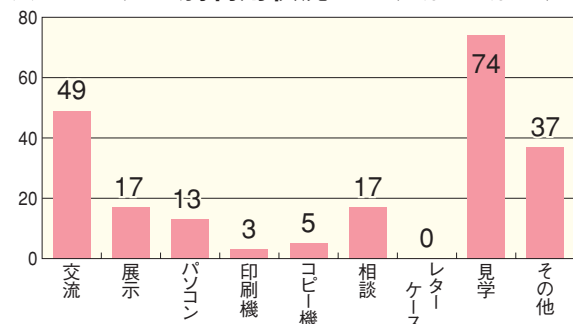
センターは二宮駅北口から徒歩2分、北口通りのITふれあい館の向かいにあります。集まればきっと何かを発見、「協働のまちづくり」に皆さんのパワーを生かしましょう!

協働のまちづくりを目指して

※交流コーナー、展示コーナー、レターケースの利用には団体登録が必要です。(政治、宗教、営利活動には利用できません)。詳細はお問い合わせください。

問い合わせ にのみや町民活動サポートセンター
☎ 70-6255 FAX 70-6256

コーナー別利用状況 (12月から1月まで)



介護新時代

26

住み慣れた地域でくらし続けるために 地域包括支援センターを開設

高齢者の方が、住み慣れた地域で自立した生活を送れるように支援するため、4月から「地域包括支援センター」を開設します。

地域包括支援センターは現在の「基幹型在宅介護支援センター」「つばき」に替えて設置する予定で、社会福祉士・保健師・主任ケアマネジャー

の各専門職が、高齢者の方が抱えるさまざまな課題や問題などに、総合的に対応していきます。

センターの業務内容

地域包括支援センターでは、主に次の業務を実施します。

◎総合相談や支援

高齢者の方が抱えるさまざまな問題や不安などの解消に向け、ご相談に応じたり支援を行ったりします。

相談を受けるなかで、必要に応じて保健所や医療機関などとも連携を図り、サービス提供につなげます。

また、ご家族の抱える問題についても、関係機関との連携を図ります。

◎介護予防事業の推進

① 新予防給付のマネジメント
要支援1・要支援2と認定された方は、4月以降「介護予防サービス」を利用します
が、介護予防ケアプランの作成や内容の点検、予防効果の確認等をして、介護状態の改善や悪化の防止を目指します。

高齢福祉情報

成年後見制度

認知症などで判断能力が不十分な方が日常生活に関することや財産管理などで不利にならないよう、決められた方がご本人の判断能力を補い保護する制度です。

判断能力が不十分になる前に、権利を守ってくれたり財産の管理をしてくれたりする方をご本人の考えで選ぶ「任意後見人」の制度もあります。

全国の家庭裁判所でご相談をお受けしています。（近隣では、横浜家庭裁判所小田原支部 ☎0465-22-6586）

問い合わせ

在宅介護支援センター “つばき”
☎71-7085

◎高齢者の虐待防止

現在では要介護認定を受けていなくても、将来的に介護が必要な状態となる可能性が高い方に、各人に適した介護予防サービスを提供します。

② 虚弱高齢者の介護予防
現在では要介護認定を受けていなくても、将来的に介護が必要な状態となる可能性が高い方に、各人に適した介護予防サービスを提供します。

③ 健康な高齢者の介護予防
出来るだけ長い間、介護が必要な状態にならないよう、各種教室やPR活動を行います。

◎高齢者の虐待防止
高齢者の方への虐待を早期に発見できるように仕組み作りなど、虐待防止に努めます。
また、成年後見制度の周知などを通して、高齢者の方の権利擁護を図ります。

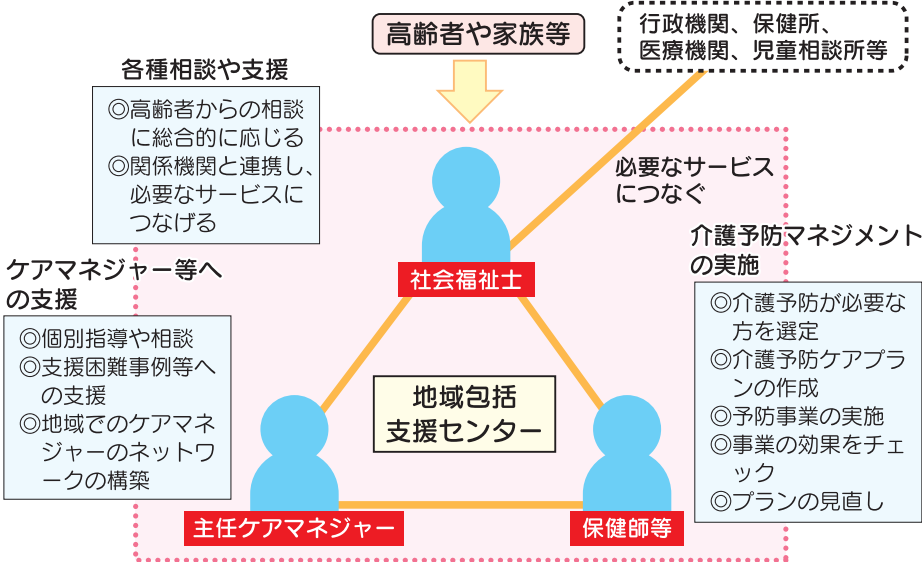
町職員がセンターを運営

地域包括支援センターは社会福祉法人などに運営委託することもできますが、町ではより公平・公正を期するため町職員で運営する予定です。

問い合わせ

高齢介護課高齢福祉係

★地域包括支援センターのイメージ



※現在の「基幹型在宅介護支援センター“つばき”」を廃止し、新たに地域包括支援センターを町役場内に開設する予定です。

※社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師等の専門職が、住み慣れた地域で暮らせるように高齢者の方を支援します。専門職は3人共に町の職員を配置します。

朝までグッスリ! 目覚めてスッキリ!

睡眠不足は疲労感や不安感をもたらしたり適切な判断力を鈍らせたりするため、生活の質に大きく影響します。

毎日を健康でいきいきと過ごすために、あなたの睡眠習慣を見直してみませんか？

睡眠のうわさ

ウソ? ホント!?

◎人は「寝だめ」できない



長すぎる睡眠は逆効果。必要な睡眠量が満たされた後はそれ以上熟睡できません。体は寝ていても脳は起きているため、逆に寝疲れしますよ。

◎テスト前は「一夜漬け」でラストスパート!?



眠い状態では記憶力や集中力が低下します。睡眠は覚えたことを脳に定着させる効果もあります。

◎眠れないときは「寝酒」が一番!?



アルコールの影響で睡眠途中で目が覚め、かえって熟睡感を下げてしまいます。眠れないからといってお酒に頼ることはやめましょう。



問い合わせ 健康課健康づくり係 ☎71-7100

快適睡眠



7つのヒント

健康生活は快適睡眠から

生活習慣

- ◎睡眠のトラブルは、高血圧や心臓病などの生活習慣病の要因になることも…。
- ◎定期的な運動は熟睡のもと
- ◎朝食は体と心の目覚めに大切。

睡眠は人それぞれ

日中元気

- ◎日中元気に過ごせていれば、いわゆる“8時間睡眠”にはこだわらなくて大丈夫。
- ◎眠ろうとして、無理に長時間布団にしていると熟睡感が減少。

自分でつくろう快適睡眠

工夫

- ◎カフェイン摂取は寝付きの悪化に。夕食後はハーブティーにしましょう。
- ◎不快な音や光を防ぎ快適の寝室づくり。

※厚生労働省『健康づくりのための睡眠指針』から

自分なりのリラックス法を

リラックス

- ◎ぬるめのお湯で入浴を。
- ◎軽い読書、ストレッチ、音楽はいかが？
- ◎布団に入るのは眠くなってから。

目が覚めたらまず光を

体内時計

- ◎日光が体内時計をスイッチオン！生活リズムをつくります。
- ◎毎日同じ時刻に起きましょう。
- ◎早起きすれば早寝できます。
- ◎休日の寝過ごしがリズムの乱れに。

午後の眠気をうまく乗り切る

リフレッシュ

- ◎昼寝は15時までに20～30分間。長すぎるとかえって頭がぼんやりします。
- ◎夕方以降の昼寝は夜の睡眠に悪影響があります。

睡眠障害は専門医に相談

相談

- ◎睡眠障害は「体と心の病気」のサインの場合も…。一人で悩まず専門医へ。
- ◎十分寝たのに日中の眠気がひどい場合は要注意。
- ◎睡眠中の激しいいびき、足のむずむず感、歯ぎしりにも要注意。

じょうほう館

☎ … 申込み ☎ … 問い合わせ
町役場の電話番号 71-3311

◆ 狂犬病予防注射

4月18日(火)

午前：町役場駐車場
午後：百合が丘久杉公園

4月19日(水)

午前：八向遊園地
午後：下町老人憩の家

4月20日(木)

午前：茶屋老人憩の家
午後：中里西第2遊園地

4月21日(金)

9時～10時：越地児童館
10時30分～11時30分

：旧一色分校
13時30分～15時

◆ 富士見が丘児童館

※午前：9時30分～11時30分
午後：13時30分～15時

生後91日以上の犬は、毎年1回予防注射を受けることになっていきます。

今回の日程で受けられない場合は、お近くの開業医で済ませてください。

持ち物 ◎愛犬手帳 ◎通知はがき

料金 ◎登録済みの犬：3500円
◎初めて登録する犬：6500円

注意事項 犬を押さえられる方が連れてきてください。

下記に該当する場合は受け

られないことがあります。お近くの開業医へご相談ください。

◎元気がない、食欲がない
◎下痢・せきをしている

◎過去の狂犬病予防注射で異常がおきたことがある

◎妊娠・授乳・発情中のメス
◎2週間以内に人にかみついたことがある

◎1か月以内に予防注射を受けた
☎ 環境課環境推進係

◆ 二宮剣道部部員募集



4月から入部する小中学生の皆さんを募集しています。元気な仲間といっしょに、心と体を鍛えましょう！
稽古の見学は自由ですので、お気軽にお越しください。

国民年金 納め忘れは ありませんか？

国民年金 保険料

◎電話でご案内

国民年金保険料の納め忘れの期間がある場合、社会保険事務所職員、または委託された業者が電話で確認の連絡をしています。(土・日曜や夜間も実施しています。)



◎お伺いしています！



社会保険事務所職員、国民年金推進委員、または国民年金保険料収納指導員が納付のご案内、保険料の収納、制度をお知らせする目的で自宅を訪問しています。(土・日曜日や夜間も実施しています。)

問い合わせ 町民課保険年金係

3月の納期

国民健康保険税 (10期)
介護保険料 (10期)
保育料 (3月分)

⇒⇒⇒ 3月31日

～活かします あなたの納める貴重な税～



☎ 平塚保健福祉事務所
保健予防課 ☎ 32-01130

稽古日

毎週土曜日16時30分～
第2・4日曜日10時～
毎週水曜日19時～

☎ 稽古場所 町武道館
愛甲宅 ☎ 72-4864



田代公園および富士見公園 の使用禁止について

町では、平成13年度から任意に町内各地で環境調査を実施してきましたが、「平成17年度環境測定委託（任意分）（町環境課発注）」により「田代公園（富士見が丘二丁目）・石合公園（富士見が丘三丁目）・中里第1児童遊園地（中里693）」で測定をした結果、田代公園で環境基準値の約3倍のヒ素が検出されました。

1. 調査日

(1回目)

17年8月9日	No.1地点	ヒ素	0.032mg/l
---------	--------	----	-----------

土壌溶出量基準値：0.01mg/l

(土壌汚染対策法・同施行規則)

念のため田代公園の「ヒ素についてのみ」時期を変えて再調査しました。

(2回目)

17年12月2日	No.1地点	ヒ素	0.026mg/l
	No.2地点	ヒ素	0.019mg/l

2回目は、調査地点数を増やしてヒ素についてののみ実施しました。なお、この結果は、2月1日に中間報告として提出されたものです。

2. 当面の対策

湘南地域県政総合センター環境部環境保全課と協議し、指導を受けながら再調査を実施します。

ヒ素は自然界に存在するため、「自然的要因なのか人為的要因なのか」等の原因を調査します。

公園周辺の井戸水の水質調査を行い、地下水への影響を調査します。

町民の皆さんに周知するとともに、再調査の結果安全性が判明するまで、「田代公園および隣接する富士見公園（富士見が丘一丁目）」を使用禁止とします。

調査の状況は、逐次町ホームページ等を通じてお知らせします。再調査が終了するまで冷静に行動していただきますようお願いいたします。

☉ 道路公園課公園緑地係

◆虐待相談かながわ

「いらいらして、つい子どもをたたいてしまう」、「子育てが思い通りにいかず、自分を責めてしまう」とひとりで悩みをかかえていませんか。

NPO法人子ども虐待防止ネグレクト防止ネットワークでは、専門の研修を受けた相談員が電話で相談に応じる「虐待相談かながわ」を実施しています。暴力を振るわれている子どもを見かけた場合もご連絡ください。

相談日時 毎週月・水・金曜日

10時～13時（祝日を除く）

☎ 90-22260

☉ NPO法人子ども虐待防止ネグレクト防止ネットワーク事務局 ☎ 90-2715

◆青年海外協力隊・シニア海外ボランティア募集

JICA（独立行政法人国際協力機構）では、青年海外協力隊とシニア海外ボランティアを募集します。

県内7か所で体験談&説明会を開催します。日程・開催

場所はホームページでご案内しています。気軽に参加ください！

募集期間 4月1日（土）～5月10日（水）

☉ JICA横浜

☎ 045-663-3219

http://www.jica.go.jp

◆優良運転者の表彰申請

大磯地区交通安全協会では、優良運転者の表彰申請を受け付けています。該当の方はお申し込みください。

表彰の種類と資格要件

常に自動車を運転し、過去5・10・15・20年の各期間無事故、無違反で、同種の表彰を受けたことがない安全協会会員

☉ 20年表彰：4月3日（月）

☉ 15年表彰：6月15日（木）

☉ 10年表彰：7月3日（月）

☉ 9月15日（金）

持人物 免許証、認印、700円（無事故・無違反証明交付手数料）

☉ 大磯地区交通安全協会

☎ 73-1350

資源ごみの収集量と売却代金

	1月分		前月比	
古紙・布類	169,650kg	931,387円	-50,160kg	-215,742円
ビン・ガラス類	11,540kg	7,450円	-3,070kg	-1,710円
金属・空カン類	1,640kg	82,000円	105kg	20,600円
樹脂類	7,790kg	3,505円	-2,095kg	-943円
金額総計 (売却代金は町の会計に入る)		1,024,342円		-197,795円

町の人口（2月1日現在）

総数 30,191人 (-22)
男 14,622人 (-27)
女 15,569人 (+5)
世帯数 11,016世帯 (-36)

() 内は前月比。人口統計より



来年度も生きがいづくりに役立つ講座にしようと熱心に検討中です！

「取り上げるテーマは前年から企画するそうですね。」
 「毎年8月に、次年度開催する講座を全部員から提案してもらいます。それから町が生涯学習推進プランを作るときに実施したアンケートや講座に参加した方の意見を参考

今回は、ラディアンを拠点に町民の皆さんの生涯学習活動をサポートしている生涯学習ボランティアの中から、「学級・講座部会」をご紹介します。
 幅広い分野にわたる講座がどのように企画、開催されているのか、来年度の活動計画を検討中の皆さんを訪ねました。

ミニコミュニティ

まちかど訪問

～生涯学習ボランティア～
 学級・講座部会

にしながら皆さんのニーズを考え、ジャンルや対象年齢層が偏らないよう十分注意して年間計画を立てています。」
 「講座当日の運営も皆さんで実施していますね。」
 「年間計画を立てるときに決めた講座担当者が中心になって、講師の手配や学習内容

を組み立てています。都合がつけば、他の部員もアシスタントとして、積極的に手伝うようにしています。試行錯誤しながら少しずつスキルアップして、講師としても活動できるようになってきました。」
 「参加者も部員も生き生きと活動していますね。」



おもしろ科学教室では代表の田中さんが講師として登場！

「参加した方たちから、同好会を作りたいという声がかかることもあるんですよ。部会でも、できる限りサポートしています。」

生涯学習は「生きがい」づくり。生きがいには3つの種類——一人称（自分のために）、二人称（仲間と）いっしょに、そして三人称（人のため・社会のために）があります。ボランティアは、まさしく三人称の生きがいです。新しい自分を発見し、仲間も増え、人生が豊かに実りますよ。部会代表の田中さんはこのように話してくださいました。

問い合わせ
 生涯学習課生涯学習係



にのみや

今昔物語



写真提供：宮戸一男さん（梅沢）〔株式会社 吉田屋発行の絵はがきから〕

今月は二宮駅とその周辺です。北口改札があることから、町制が施行されたころの写真と思われます。現在は木が生い茂って、同じ角度からは撮影できなくなりました。

町制70周年記念『にのみや今昔物語』は今回で終了です。1年間のご愛読ありがとうございました。



Believe! 湘南ベルマーレ

2月21日、Jリーグ開幕を前に湘南ベルマーレの選手とコーチが古澤町長を表敬訪問。チームとサポーターとのきずなを深め、J1昇格を目指したいと力強く話してくれました！



田村選手(中)と佐藤選手(右)からユニフォームと色紙が手渡されました



ベルマーレのコーチを招いて開催サッカー教室(2月11、18日)



備え付けの特産品MAPでお店をチェック！

湘南にのみやの豊かな自然の中ではなく、まかれた名産品が、町役場の正面玄関に展示されました。

町商工会では、吾妻山に伝わる弟橋媛命(わたがはのひめのみこと)の伝説にヒントを得て立ち上げた『吾妻山物語』ブランドの普及に取り組んでいます。今回の展示は、町内の各事業所が心を込めて生産、販売している商品を、町民の皆さんや町外から訪れた人たちに間近で見たい

こうと始められたものです。町役場には吾妻山を訪れた人たちが休憩に立ち寄ることも多く、認定特産品をはじめとする二宮らしさあふれる商品の数々が、通りかかった人たちの興味を引いています。2月中は、菜の花を見に訪れた方が「お土産にぜひ買って帰りたい」と、お店の場所を受付で尋ねる様子がよく目につきました。

桜の季節を目前に控え、ますます注目度がアップしそうな展示コーナー。皆さんも一度のぞいてみませんか？



湘南にのみや 町の名産品大集合！

西山宗一さんに 県青少年育成活動推進者感謝状



青少年環境浄化推進員の西山宗一さん(茶屋在住)に、神奈川県青少年問題協議会から感謝状が贈呈されました。今回の表彰は、青少年相談員および青少年環境浄化推進員として、多年にわたり青少年の保護育成と非行防止活動に尽力された功績が認められたものです。感謝状は1月22日に協議会会長の松沢県知事から贈られました。



神奈川県統計大会会場で田中さん(左)と越地さん(右)

田中さんは昭和47年、越地さんは昭和48年から永年にわたって経済産業省が所管する統計調査に従事し、尽力された功績が認められ、今回の受賞となりました。

(茶屋在住)に経済産業大臣から表彰状、越地昌子さん(百合が丘在住)に経済産業省経済産業政策局調査統計部長から感謝状が贈られました。

県の統計調査員として活躍している田中ハツ子さん

統計調査員2人に 表彰状と感謝状

吾妻山☆ 菜の花まつり



2月11日と12日に開催された吾妻山☆菜の花まつりは今年も大盛況。菜の花も文字通り満開でした！



思う存分楽しんだ栄通り路上落書き大会



昨年を上回る成績！選手と役員皆さん

力走!!

市町村対抗かながわ駅伝

2月12日に開催された第60回市町村対抗かながわ駅伝。町代表選手7名は昨年を約3分半も上回る快走を見せてくれました。順位は昨年より3つ上がり、28位と大健闘！



アンカー土井さんの力走！

子ども会まつり



2月5日、子ども会今年度最後の大きな行事となる『子ども会まつり』が公民館で開催されました。

子どもたちや役員の皆さんが手作りした作品の展示やアトラクション、模擬店などでにぎわい、会場はたくさん笑顔であふれていました。

町代表選手の成績

(敬称略)
監督 前田憲一郎

区間	走者	距離	時間
第1区	辻 智貴	3.0km	10分04秒
第2区	加藤直樹	9.7km	31分26秒
第3区	中木場祐也	8.2km	31分31秒
第4区	細野友美	2.7km	10分59秒
第5区	石山弘太郎	7.2km	26分29秒
第6区	古澤秀和	10.7km	39分47秒
第7区	土井日輝	10.0km	35分09秒

チーム成績 3時間5分25秒
34チーム中28位