

やまと

図書館
城下町



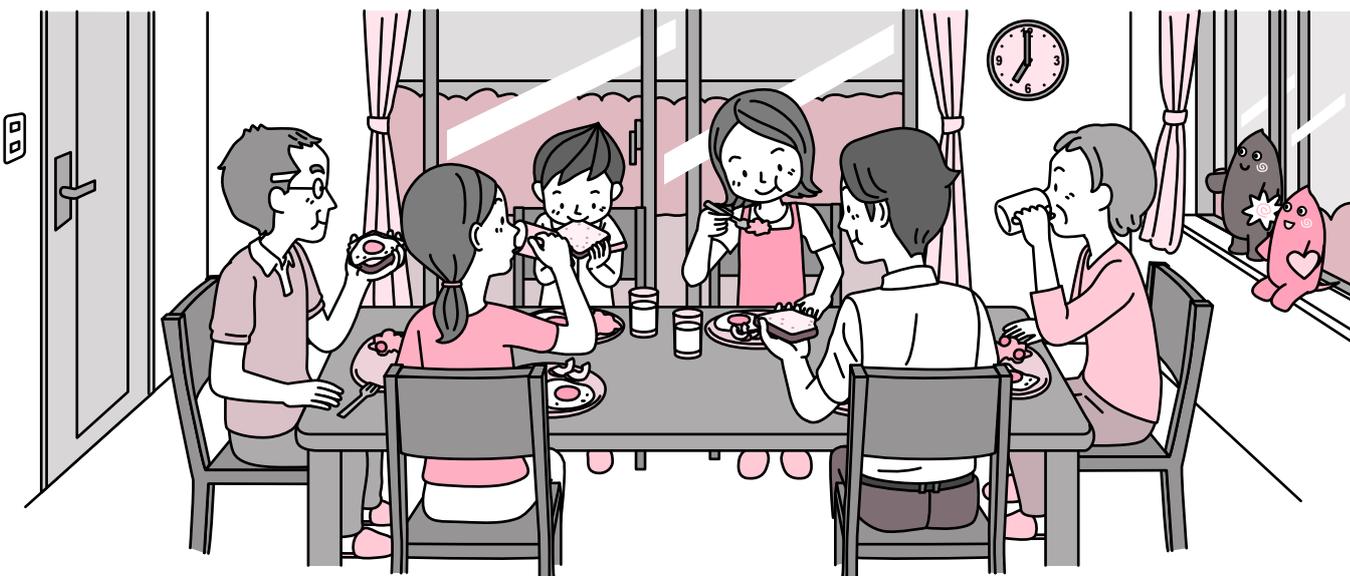
≡ 今号は文化情報館掲載号です ≡

特集

「健康的な食生活」のススメ 2

市からのお知らせ

- 国民健康保険、後期高齢者医療制度のご案内 5
- 市の人口が「24万人」を突破 6
- 「大和市文化祭一般公募展」の作品を募集 6
- 録音機能付き電話機などの購入費を補助 7
- シルバー・ドライブ・チェックを実施 8



☑ ココみてやまと

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止にご協力を

- 熱中症に十分注意しながら、マスクの着用を心掛けてください。
- 感染拡大の状況により、イベントなどを中止、延期、内容の変更をする場合があります。

市内の交通事故 発生件数 10年で半減

「忙しくて料理するのが大変」「新型コロナウイルスの影響で外出を控え、なかなか買いたい物に出られない」など悩んでいる人は多いのではないだろうか。市では、長期保存が可能な缶詰・レトルト・冷凍食品などを利用した「簡単らくらくレシピ集」を市のホームページに掲載していますので、ぜひ活用してください。「お家ご飯を楽しもう」のページでは、ほかにも市管理栄養士や食生活改善推進員が作成したレシピ集や調理動画を紹介しています。

⑧さんまの卵とじ

材料(2人分)	分量	予算(目安)
さんま蒲焼き(缶詰)	1缶	100~150円
玉ねぎ	1/2個	25円
卵	2個	40円

★水(1カップ)、しょうゆ(小1)、みりん(小1)
お好みで青ねぎ・粉山椒

《作り方》
1. 缶詰のさんまを食べやすい大きさに切る。
2. 鍋に★の調味料を煮立て、玉ねぎを軟らかくなるまで煮る。玉ねぎがしんなりしたら、切ったさんまと缶汁を加える。
3. ほぐした卵を回し入れ、ふたをして火を止める。卵が半熟になったらできあがり！

さんま1缶あたり
エネルギー 200kcal
たんぱく質 14g
予算 約100円



簡単らくらくレシピ集

缶詰を利用したレシピの一例

そうだ！栄養バランスに気をつけよう
さまざまな食品を組み合わせ、栄養バランスのよい食事をしている人は、がん、糖尿病などの発症リスクや脳血管疾患、心疾患での死亡リスクが低くなる傾向があります。主食(ごはん、パンなど)、主菜(魚、卵など)、副菜(野菜、海藻など)を組み合わせた食事を心掛けましょう。



特集 そうだ、食生活を変えよう！

「健康的な食生活」のススメ

問 保健福祉センター健康づくり推進課地域栄養ケア推進係 ☎(260)5804 FAX(260)1156

食 べることは、生涯にわたり続く、最も基本的な営みです。子どもの頃から、「食」についての理解を深め、「食」を自ら選択する力を身に付けることが大切です。心も体も健康に生活するための食生活を実践しませんか。

そうだ、食のボランティアをしよう！

あなたも食生活改善推進員になりませんか

市 は、食生活や健康づくりについて学び、地域や家庭でその知識を生かし活躍する食生活改善推進員の養成講座を開催しています。あなたも地域の食育の担い手として活躍してみませんか。



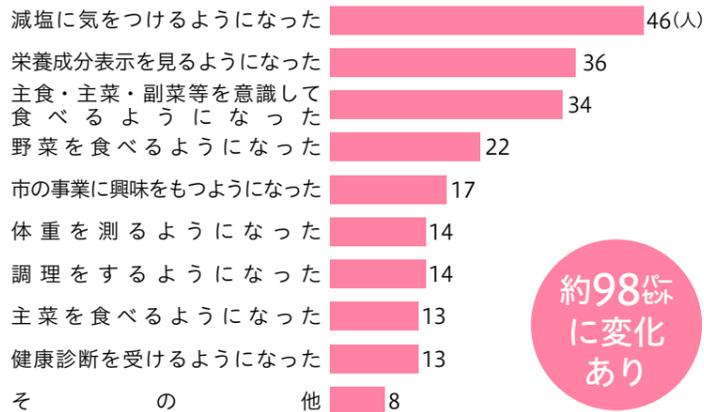
調理実習



食育フェア

■養成講座受講後の生活の変化

※受講者112人にアンケート。68人が回答。複数選択可。



約98%
に変化あり

栄養バランスを考えない料理をしていて反省

受講者の声

こんなに塩分をたくさん取っていたとは

食べ物の栄養価を計算できるようになった

子どものためにもっと早く受講すればよかった

募集案内 食生活改善推進員養成講座

食事や健康づくりに関する知識と調理技術を修得します。講座終了後は「大和市食生活改善推進員」としてボランティア活動ができます。

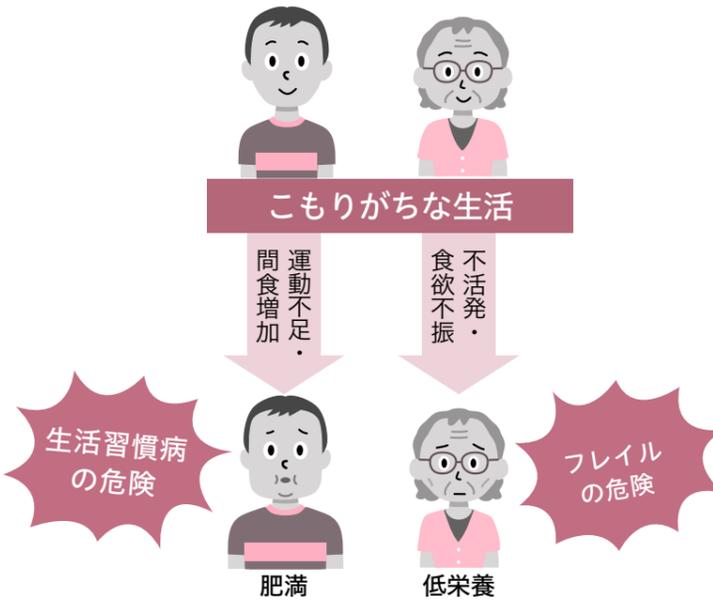
と き ▶ 8月30日(月)～来年2月22日(火)の月1～2回午前9時30分～正午(全8回。調理実習は午後1時まで)

ところ ▶ 保健福祉センターほか
対 象 ▶ 市内在住者で継続出席可能な人
定 員 ▶ 先着30人
費 用 ▶ 調理実習は1回300円(計2回)
講 師 ▶ 管理栄養士、保健師ほか
申し込み ▶ 8月18日(水)までに電話で健康づくり推進課へ。



今、改めて食生活を見つめ直す

在 宅でのこもりがちな生活などから、「肥満」と「低栄養」の二極化が進んでいます。テレワークなどにより、運動不足や間食する機会が増えるなど肥満になりやすく、人との交流が少なくなるなど不活発になると、高齢の人は特に、食欲不振から低栄養になる場合があります。肥満は生活習慣病、低栄養はフレイル(虚弱)につながる可能性があります。予防のために、歩くなど体を動かす機会を増やすことや、食生活を見直すなど日常生活での工夫が大切です。



そうだ！始めよう 健康的な食生活

そうだ！朝ごはんを食べよう

朝ごはんを食べると、体温が上昇し、一日の活動の準備が整います。朝ごはんを生き生きとした一日のスタートを切りましょう。

朝ごはんを食べるメリット

- 生活リズムが整い、排便を促します
- 集中力が上がり、仕事や勉強がはかどります
- イライラが減り、心の状態を良好に保ちます

そうだ！おいしい減塩を実践しよう

日本人は、20歳以上のどの年代においても、男女ともに食塩摂取量の平均が目標摂取量を超えているとの調査結果があります。減塩をすることで、高血圧を予防し、脳血管疾患や腎臓病などの発症リスクが低くなります。日頃の食事でのちょっとした工夫で、おいしい減塩を実践しましょう。

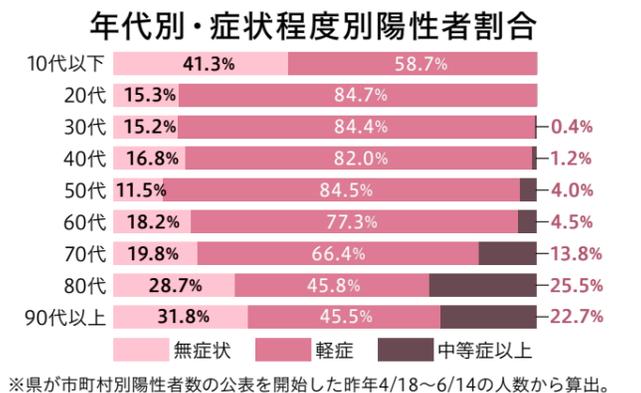
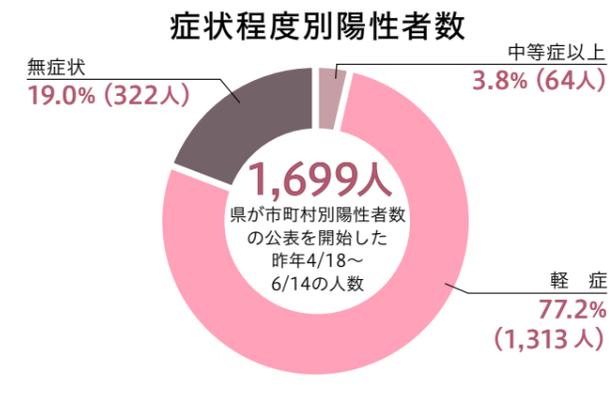
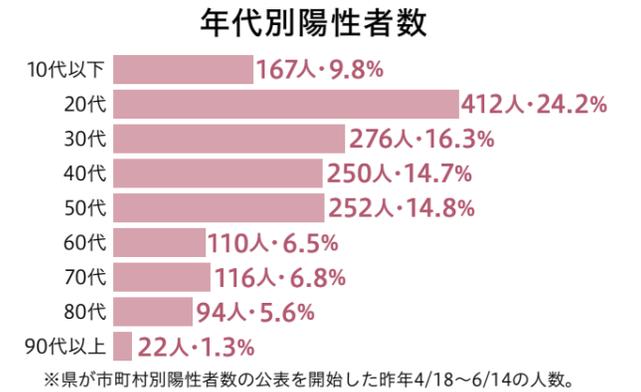
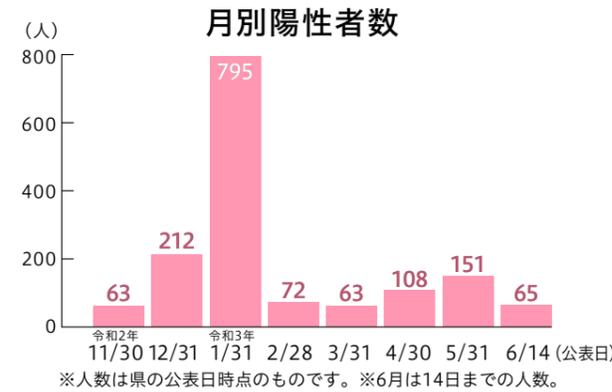
※令和元年国民健康・栄養調査結果の概要(厚生労働省)

ちょっとした減塩の工夫

- だしをきかせて、素材の味を引き出し、調味料を控えます
- 酢やレモンなどの酸味を上手に使います
- 大葉やみょうが、しょうがなどの香味野菜を活用します

市内の新型コロナ陽性者発生状況

※いずれも6月14日時点の人数。※最新の陽性者数などの情報は市のホームページでもごらんになれます。



新型コロナに関するご相談は、こちらへ

神奈川県 新型コロナウイルス感染症専用ダイヤル

☎(0570)056774 [一部のIP電話など左記番号につながらない場合は] ☎045(285)0536

1 無休(24時間) 2 毎日(年末年始を除く9:00～17:00) 8 9 3 4 平日(9:00～17:00)

- 1 発熱や咳などの症状のある人、診療可能な医療機関の案内、感染の不安、健康・医療、COCOA・濃厚接触者に関する事
- 2 営業時間短縮要請に関する事、マスク飲食実施店認証制度に関する事
- 3 経営相談に関する事
- 4 LINEコロナお知らせシステム、その他
- 8 9 協力金に関する事

大和市 新型コロナウイルス総合相談窓口

☎046(261)8009

月～金曜日(祝日を除く)8:30～17:15 ※発熱相談や相談先が分からない場合など

やまと24時間健康相談

☎0120(244)810

24時間365日

ワクチンに関するご相談は、こちらへ

大和市 新型コロナワクチンコールセンター

☎046(260)0900 FAX 046(260)0917

毎日 8:30～17:15 (耳の不自由な人などのお問い合わせ用) ※電話が集中しており、つながりにくい場合があります。

神奈川県 新型コロナワクチン副反応等相談コールセンター

☎045(285)0719 24時間対応

※ワクチン接種前の相談は受け付けていません。

保健福祉センター医療健診課健康診査・がん予防・新型コロナウイルス対策係 ☎(260)5662 FAX(260)1156

国民健康保険、後期高齢者医療制度のご案内

新しい被保険者証や新型コロナウイルス感染症の影響による減免制度などについて

国保 8月から更新 国民健康保険被保険者証を

8月1日から、大和市国民健康保険の被保険者証(以下「国保証」)を更新します。新しい国保証は6月23日現在のデータを基に作成し、7月中旬に世帯主宛てに送付します。国保証が届いたら、記載事項に誤りがないか確認してください。

■有効期限 有効期限▼来年7月31日(日) 来年7月31日までに75歳になる人で有効期限は、75歳の誕生日前日までです。対象者には誕生日の前日までに後期高齢者医療被保険者証を送付します。

■記載内容に変更があった場合 市内での住所変更、世帯主や氏名が変わったなど、被保険者の状況に変更があったときは、市役所市民課または各分室で住民登録を変更してください。

新しく社会保険などに加入した場合 封筒の表面に「社保加入」と記載し、必要書類を郵送で〒242-8601市役所保険年金課へ。直接も可。

必要書類▼新しく社会保険に加入した人全員の社会保険証(郵送の場合は両面をコピーし、電話番号(携帯電話可)を記入)と国保証。 ※保険税に変更がある場合は、届出の翌月に、税額変更決定通知書を送付します。

後期 後期高齢者医療保険料額決定通知書を送付

神奈川県後期高齢者医療制度の加入者全員に、今年度の年間保険料額の決定通知書を7月中旬に送付します。保険料は、前年の所得額に応じて決定します。 保険料率、年間保険料上限額、保険料の軽減対象世帯などに改定がありますので、決定通知書をご確認ください。

国保 後期 新型コロナウイルス感染症の影響による減免申請を受け付け

対象となる世帯▼ 主たる生計維持者が死亡または重篤な傷病を負った世帯

主たる生計維持者の事業収入等の減少が見込まれ、次の①～③のすべてに該当する世帯(給与収入の減少によるもの場合、非自発的失業による軽減対象の人は該当しません) ①主たる生計維持者の令和3年の事業収入等のうち、いずれかの収入の減少見込み額が、前年の当該事業収入等の収入額の10分の3以上、②主たる生計維持者の前年の所得が1,000万円以下、③主たる生計維持者の減少が見込まれる事業収入等以外の前年所得

が400万円以下 減免額▼前年所得などにより算出 申し込み▼電話で保険年金課へ。申請書類などを郵送します。申請は郵送でのみ受け付けます。申請書類は市のホームページからダウンロードもできます。 問い合わせ☎(260)5158 国民健康保険について▼市役所保険年金課☎(260)5114 後期高齢者医療制度について▼同課高齢者係☎(260)5122

市立病院運営審議会委員を募集

任期▼10月1日～令和5年9月30日(年2～3回程度の会議を予定) 報酬▼会議1回につき8,900円 対象▼20歳以上の市内在住・在勤・在学・在活動者 募集人数▼2人 申し込み▼8月13日(金)(必着)までに応募用紙と、別紙に応募動機と市立病院のあり方に関する意見を800字程度にまとめ、直接、ファクスまたは郵送で〒242-8

602市立病院病院総務課へ。市のホームページから電子申請も可。 ※応募用紙は同課で配布するほか、市のホームページからダウンロードもできます。 ※9月中旬に応募者全員に結果を通知します。

市立病院総務課総務調整係 ☎(260)0111 FAX(260)336

市の人口が「24万人」を突破

大和市の人口がこのほど24万人を突破しました。24万人目の市民となったのは、上和田在住の小林亮太さん・妃加莉さん夫妻の長女、結菜ちゃん(3月23日生まれ)。結菜ちゃんには、「24万人市民の証」と、記念品として市の鳥オナガをデザインした

七宝焼の額が贈られました。人口24万人以上となるのは、県内で8番目となります。

■ 市役所市民課戸籍係 ☎(260)51111 FAX(263)9549

認知症サポーター・キッズサポーター養成講座を開催

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守る「認知症サポーター・キッズサポーター」の養成講座を開催します。

■ 認知症キッズサポーター養成講座 ☎
と き ▼ 7月29日(木)、8月6日(金)
いづれも午後1時30分～2時30分
ところ ▼ ポラリス
対象 ▼ 市内在住の小学3～6年生
定員 ▼ 各先着10人
講師 ▼ 市職員、図書館職員
申し込み ▼ 電話で人生100年推進課へ。

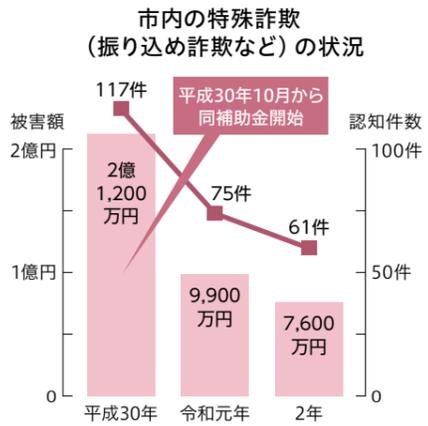
ところ ▼ 南林間地域包括支援センター
(南林間1-4-18ジュネス南林間2-1)
定員 ▼ 先着6人
講師 ▼ 地域包括支援センター職員
申し込み ▼ 電話で南林間地域包括支援センター(サンホーム鶴間 ☎(271)5706へ。

■ 保健福祉センター人生100年推進課認知症施策推進係 ☎(260)5612 FAX(262)0999



振り込め詐欺対策！ 録音機能付き電話機などの購入費を補助

■ 市内の特殊詐欺(振り込め詐欺など)の状況



市内の特殊詐欺(振り込め詐欺など)の犯罪認知件数は平成30年の117件(被害額・約2億1,200万円)をピークに昨年は61件(被害額・約7,600万円)と2年連続で減少しています。しかし、最近では新型コロナウイルスに便乗した詐欺など多様な事案が発生しており、依然として被害がなくならない状況です。

電話による犯行では、犯人は自分の声が録音されることを嫌うため、市は70歳以上を対象に自動録音機能付きの電話機などの購入費を補助しています。

補助対象機器 ▼ 電話受信時に「会話を録音します」など通話を録音する旨のメッセージが流れ、通話を自動的に録音する機能を備えた家庭用固定電話機または電話機に設置する同様の機能を備えた録音機器。いづれも平成30年10月1日以降に購入したもの

対象 ▼ 市税等の滞納のない70歳以上の市内在住者で、警察の要請により音声等の情報提供に同意できる人
定員 ▼ 予算の範囲内で先着300人程度
※1人につき1回線、1回限り。過去に同補助金を受けた人は対象外。
補助額 ▼ 上限1万円(補助対象機器の本体価格とそれに係る消費税)
※補助総額が予算に達し次第、終了。申し込み ▼ 来年3月31日(木)までに、迷惑防止機能(録音機能)を設定後、申請書と必要書類などを直接市役所生活あんしん課へ。

■ 市役所生活あんしん課防犯対策強化推進係 ☎(260)5048 FAX(260)5138

監査委員に佐藤氏を選任

木原英和監査委員の任期満了に伴い、市議会6月定例会で同意を受け



佐藤光徳氏

て、識見を有する者のうちから選任される監査委員として、佐藤光徳氏(69歳)が選任されました。任期は6月3日～令和7年6月2日の4年間です。

■ 市監査事務局監査係 ☎(260)5548 FAX(260)5541

BUNKA-FES
YAMATO CITY 2021

「大和市文化祭一般公募展」の作品を募集

10月15日(金)～11月3日(祝)にシリュスのギャラリーで開催する「大和市文化祭一般公募展」。各部門の作品から市長賞、議長賞などを選びます。皆さんの力作をお寄せください。

部門 ▼ 「絵画」「書」「写真」
応募資格 ▼ 高校生以上の市内在住・在勤・在学・在活動者
出品条件 ▼ 過去1年以内に制作した作品で未発表のもの(1部門につき1人1点)
応募方法 ▼ 8月1日(日)～31日(火)(必着)に出品申込書を直接または郵送で〒242-8601市役所

文化振興課へ。ファクスまたは市のホームページから電子申請も可。募集要項と出品申込書は同課、各学習センター、各コミセンなどで配布するほか、市のホームページからダウンロードもできます。

■ 市役所文化振興課文化振興係 ☎(260)5222 FAX(263)2080

「子ども食堂」をご利用ください

市は、子どもたちの孤食を減らし、地域の居場所作りと子育て支援のため、「子ども食堂」を運営する団体に補助金を交付しています。子ども食堂では、無料または安価で食事を提供しており、子どもだけでも保護者同伴でも、どなたでも利用できます。※現在、予約制で実施しています。

■ ベテルギウス内子ども・青少年課子ども・青少年育成係 ☎(260)5224 FAX(261)49000

子ども食堂の名称	開催日時	実施場所	問い合わせ先	実施団体名
子供食堂はぐく	毎週土曜日 午前9時～午後1時30分(毎月最終土曜日を除く)	南林間 7-1-15	(275) 7955	認定NPO法人 地域家族しんちゃんハウス
わにわに食堂	毎月第3木曜日 午後4時～7時	桜森 3-4-13 桜森 スクエアIII	(204) 7608	NPO法人 さくらの森・ 親子サポート ネット
スマイル ダイニングhana	毎月第2・4日曜日 午前10時～ 午後3時30分	中央5-6-1	(204) 8141	(公社) 青少年育成 支援大和の心
クレイヨン ピピー	毎月第4土曜日 午前11時～午後3時	大和東 1-6-11	(259) 9698	(社福) 県央福祉会
コアラ食堂	毎月第1・3土曜日 午後4時～7時(別途、 学校の夏季休暇・冬 季休暇に開催)	中央 7-4-2-101	080 (5677) 4956	コガスクール
やなぎばし 子ども食堂	毎月第2土曜日 午後4時～7時	柳橋3-3-13	080 (5677) 4956	

スマホで手軽に

アプリで市の情報をキャッチ！

スマートフォンのアプリで市の情報を手軽に入手できます。今回は、3つのおすすめのアプリを紹介します。

ヤマトSOS支援アプリ



市の防犯、防災に関する情報を分かりやすくお知らせします。圏外でも使用できる機能があり、いざというときに役立ちます。

■主な機能

- マップ▶交通事故多発箇所、災害時避難場所、スタンドパイプ消火資機材、AEDなどの設置場所や経路を地図上に表示
お知らせ▶最新の防犯・防災情報や、県警提供の子どもに関する防犯情報などを配信
防犯・防災情報▶防犯対策マニュアルや防災マップなどを表示
ライト・ブザー▶停電時などにライトを点灯・点滅できます。いざというときに大音量で助けを呼ぶブザー音を鳴らすことができます(いずれも一部の端末で非対応)。



Android端末用



iOS端末用

大和市ごみカレンダーアプリ



お住まいの地区のごみカレンダー、分別方法が分からない資源やごみの出し方を確認できます。

■主な機能

- 収集カレンダー▶お住まいの地区の、資源・ごみの収集日のカレンダーをトップ画面に表示
出し忘れ防止のおしらせアラーム▶品目ごとに、収集日の前日・当日の時間を指定し、アラームでお知らせ
ごみの分別検索▶資源・ごみの分け方・出し方を品目ごとに検索できます。キーワードによる絞り込みも
家庭の資源とごみの分け方・出し方の閲覧▶資源やごみの種別ごとに、分け方や出し方のポイントを解説。



Android端末用



iOS端末用

マチイロ



「広報やまと」「やまとニュース」を読むことができます。全国のお気に入りの自治体の広報紙などもチェックできます。

■主な機能

- 閲覧機能▶画面をスクロールするだけでページめくり、拡大縮小も容易に。気になった記事を画像で保存できるスクラップ機能も
広報紙追加▶お気に入りの広報紙を登録しておく、最新の号はもちろん過去の号もいつでも閲覧できます。最新号が発行されると、自動的にアプリにお知らせが届きます。



Android端末用



iOS端末用

問・ヤマトSOS支援アプリについて▶市役所生活あんしん課防犯対策強化推進係 ☎(260) 5048 FAX(260) 5138
・大和市ごみカレンダーアプリについて▶環境管理センター廃棄物対策課資源・廃棄物対策係 ☎(269) 7343 FAX(268) 6715
・マチイロについて▶市役所広報広聴課広報係 ☎(260) 5313 FAX(261) 4592

70歳以上が対象。ドライブレコーダーで安全運転診断 シルバー・ドライブ・チェックを実施

高齢運転者の事故が多く発生

アクセルとブレーキの踏み間違いや道路の逆走などで、高齢運転者が加害者となる事故が、全国的に発生しています。
市内でも、昨年発生した交通事故のうち、65歳以上の人が関係する事故は約32・6割(227件)となっています。

運転に不安はありませんか？ これまでに204人が活用した診断をあなたもぜひ！

市は、70歳以上の運転者の交通事故対策として、ドライブレコーダーを活用した安全運転診断を実施しています。これまでに204人が同診断を利用。市交通安全教育員から安全運転のポイントについてアドバイスを受けています。
「最近、反射神経や判断能力が衰えた気がする」「家族の運転が危険で心配」など不安を感じたら、ぜひご利用ください。

■同チェックの流れ

- ①ふだん使用する車に、市が貸し出す同レコーダーを取り付ける
②7月下旬〜8月上旬頃に10日間程度運転し、同レコーダーを市に返却
③記録された映像を診断
④市交通安全教育員が、運転者(家族同伴可)と映像を見ながらアドバイス(9月中旬頃)
対象▶昭和26年7月1日以前生まれの市内在住者
定員▶15人(定員を超えた場合は抽選)
申し込み▶7月15日(木)までに直接または電話で道路安全対策課へ。
※日程などの詳細は個別に通知します。



問 市役所道路安全対策課交通安全・自転車対策係 ☎(260) 5118 FAX(260) 5474

自転車安全利用講習会を開催

自転車の交通ルールやマナーを学び、幼児・児童用自転車ヘルメットの購入助成やTSマーク取得助成に利用できる認定証と助成申込書を交付します。
とき▶①8月4日(水)・②21(土)
いずれも午前10時30分〜11時30分
ところ▶①つきみ野学習センター、②渋谷学習センター

対象▶市内在住者
助成内容▶SGマーク付きの新品の購入費用(上限2,000円。購入済みは対象外)
定員▶各先着①17人・②26人
持ち物▶筆記用具、参加者の住所と



氏名が確認できるもの(マイナンバーカード、運転免許証など)
申し込み▶電話で道路安全対策課へ。

問 市役所道路安全対策課交通安全・自転車対策係 ☎(260) 5118 FAX(260) 5474

やまとPSメールに追加「新型コロナウイルス関連情報」

スマートフォンや携帯電話、パソコンへのメール配信サービス「やまとPSメール」に「新型コロナウイルス関連情報」を追加しました。ワクチン接種や、新型コロナウイルスに関する情報を配信します。

新規登録、カテゴリー追加の方法
t-yamato@sg-m.jpに空メールを送信。返信されたメールから、登録画面へ進みます。



空メール

※迷惑メール対策で受信できない場合は、次のメールを受信できるよう設定してください。
yamato_psmail@city.yamato.lg.jp

お問い合わせは、次のコールセンターへ

PSメール登録方法 ☎0570(055)783
ワクチン、新型コロナウイルスに関すること ☎046(260)0900

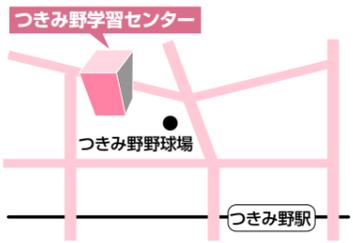
文化情報館

夏編

日=日時 場=会場 対=対象
 定=定員 講=講師・出演者
 費=費用 持=持ち物
 申=申し込み方法 問=問い合わせ
 ※会場の記載がない催しは担当する施設が会場です。
 ※対象の設定がないものはどなたでも、費用の設定がないものは無料です。

つきみ野学習センター

☎(275)0088



〒242-0002 つきみ野5-3-5
 (つきみ野駅から徒歩5分)
 ※車でのお来場はご遠慮ください。
 ※市の所管は図書・学び交流課。

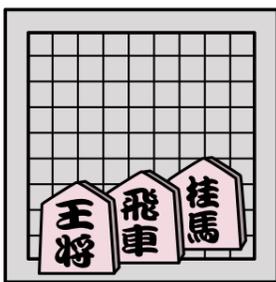
やまとみらいカレッジ「エネルギーの現在・そして未来」

15時

生活に欠かせない電気エネルギーの原理や、発電の最新技術などを学ぶ。9/12～10/10の毎週日曜日14:00～16:00(全5回) 対市内在住・在勤・在学者 定先着20人 講東京工業大学 末包哲也氏、河辺賢一氏、木村好里氏、山田明氏 費2,000円(学生は学生証持参で1,000円) 申7/14(水)10:00から直接または電話で。

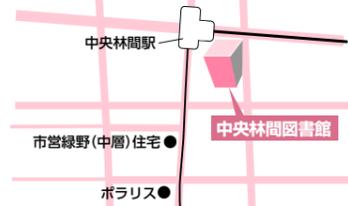
つきみ野子どもボードゲームクラブ

思考力が身に着くボードゲームで遊ぶ。毎月第2・4日曜日15:30～17:00 対いずれも市内在住・在学の小学2年生～中学生 定先着10人 申不要。



中央林間図書館

☎(277)8030



〒242-0007 中央林間4-12-1
 中央林間東急スクエア3階
 (中央林間駅から徒歩1分)
 ※市の所管は図書・学び交流課。

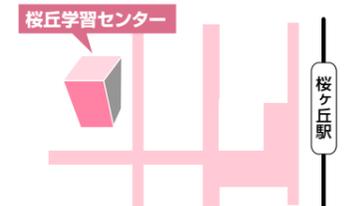
おはなしのひろば 中央林間図書館

絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊び、本幼児向けの絵本の読み聞かせ。8/28(土)11:00～11:30 場ポラリス(中央林間図書館ではありません) 定20人 申不要。



桜丘学習センター

☎(269)0411



〒242-0024 福田1-30-1
 (桜ヶ丘駅から徒歩5分)
 ※市の所管は図書・学び交流課。

桜丘おもちゃ病院

おもちゃの修理(内容によっては入院が必要) 8/7、8/15いずれも日曜日13:30～15:00 対市内在住・在勤・在学者 定先着15組 講トイドックやまと 費部品交換、電池代は実費 持壊れたおもちゃ(1組2個まで) 申不要。

令和3年度夏休みものづくり教室

①「牛乳パックでよく飛ぶ紙トンボをつくろう!」、②「いろいろな形の紙コップで円盤作りに挑戦!」 8/7・②14いずれも土曜日14:00～16:00 対小学①1～3年生、②3～6年生 定各25人(定員を超えた場合は抽選。両コースの申し込みは不可) 講NPO法人コアネット 費各300円 申7/25(日)までに直接または電話で。



桜丘親子のおはなし会

絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊び、本の紹介など。8/4、②9/1いずれも水曜日10:30～11:00 対市内在住・在勤の4歳ぐらまでの子と保護者 定各先着5組 講やまと絵本の会ソレイユ 申①7/28、②8/25いずれも水曜日9:30から直接または電話で。

ちえりるんのへや

親子の触れ合い遊びなど。9/9(木)10:00～10:45 対市内在住・在勤の乳幼児と保護者 定先着5組程度 講子育て支援センター職員 申8/19(木)9:30から直接または電話で。

渋谷学習センター

☎(267)2027



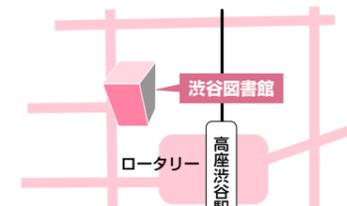
〒242-0023 渋谷5-22
 高座渋谷駅前複合ビル(IKOZA)内
 (高座渋谷駅から徒歩1分)
 ※毎月最終月曜日休館。
 ※市の所管は図書・学び交流課。

親子でおはなし会

絵本の読み聞かせや紙芝居、手遊びなど。7/14・21、8/11・18、9/8・15いずれも水曜日10:30～11:00 対4歳ぐらまでの子と保護者 定各先着5組程度 講サークルしゃぼんだま 申各参加日の1週間前の水曜日10:00から直接または電話で。

渋谷図書館

☎(267)2741



〒242-0023 渋谷5-22
 高座渋谷駅前複合ビル(IKOZA)内
 (高座渋谷駅から徒歩1分)
 ※毎月最終月曜日休館。
 ※市の所管は図書・学び交流課。

ぬり絵で脳トレ!

大人向けの塗り絵で脳を活性化。7/14(水)14:30～15:30 場渋谷学習センター 対先着6人 持画材の持ち込み可。色鉛筆の貸出あり 申直接または電話で。



渋谷図書館おはなし会

絵本の読み聞かせや紙芝居。7/17、8/21いずれも土曜日11:00～11:30 対4歳～小学生 申不要。

渋谷図書館夏のスペシャルおはなし会

暑い夏にひんやり体験。怖い話を集めた絵本の読み聞かせや紙芝居。8/1(日)19:00～19:40 場渋谷学習センター 対3歳ぐら～小学生(保護者同伴) 定先着9組 申直接または電話で。

渋谷図書館親子のおはなし会

絵本の読み聞かせや紙芝居。8/7、9/4いずれも土曜日11:00～11:20 対4歳ぐらまでの子と保護者 申不要。



グリーンアップセンター

☎(263)8711



〒242-0027 下草柳552-1
 (大和駅から徒歩12分)
 ※月曜日休館(祝日の場合は翌平日)。
 ※市の所管はみどり公園課。

まんまるドーム菊づくり

ドーム菊の育て方や挿し芽の仕方を学ぶ。7/31(土)13:30～15:30 対高校生以上 定先着15人 講鈴木宣夫氏 持筆記用具、スリッパ 申7/3(土)から直接または電話で。



自然観察センター・しらかしのいえ

☎(264)6633



〒242-0029 上草柳1728
 (相模大塚駅から徒歩15分)
 ※月曜日休館(祝日の場合は翌平日)。
 ※市の所管はみどり公園課。

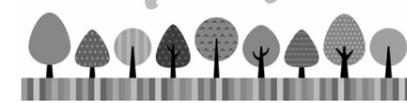
※いずれも 持動きやすい服装で(長袖・長ズボン)。
 ※雨天中止。

泉の森観察会「つる性植物を観察しよう」

四季折々の植物や昆虫を観察。9/12(日)13:00～15:00 対小学5年生以上 定先着15人 申8/12(木)から直接または電話で。

自然とあそぼう「バッタをつかまえよう」

草むらでバッタを探そう。9/19(日)11:00～12:00 対小学3年生以下は保護者同伴 定先着15人 申8/19(木)から直接または電話で。



渋谷中学校開放施設「下和田の郷」

☎(267)7790

〒242-0015 下和田49(高座渋谷駅から徒歩12分)
 ※10:00開館、企画運営は渋谷きりん未来の会。
 ※月1回程度休館(7/29(木)、8/3(火)・26(木))。
 ※市の所管は図書・学び交流課。

◎おたのしみ工作

うちわに切り絵。7/11(日)10:00～12:00 対小学生以上 定先着10人 講ボランティア講師 持はさみ 申7/1(木)14:00～10(土)に直接または電話で。

◎アレンジフラワー

季節の花でアレンジを楽しむ。7/14(水)14:30～16:30 対小学生 定先着10人 講下和田の郷スタッフ 持作品を持ち帰る袋 申7/1(木)14:00～13(火)に直接または電話で。

◎PCなんでも相談室

インターネットの使い方や、ワード、エクセル、簡単なホームページ作成など。7/15、②8/19いずれも木曜日14:30～15:30・15:30～16:30 対市内在住者 定先着3人 講ボランティア講師 申①7/1(木)14:00～14(水)、②8/1(日)14:00～18(水)に直接または電話で。

◎切り絵遊び

切り絵でモビールを作る。7/25(日)13:00～14:30 対小学生以上 定先着10人 講小林一男氏、小林ゆきえ氏 申不要。

文化情報館

夏編

日=日時 場=会場 対=対象
定=定員 講=講師・出演者
費=費用 持=持ち物
申=申し込み方法 問=問い合わせ
※会場の記載がない催しは担当する施設が会場です。
※対象の設定がないものはどなたでも、費用の設定がないものは無料です。

シリウス 図書館 続き

シリウス親子のおはなし会

絵本の読み聞かせや手遊びなど 日7/17、8/21いずれも土曜日14:00~14:20 場3階子ども図書館 対2~6歳ぐらいまでの子と保護者 申不要。

シリウス赤ちゃんおはなし会

絵本の読み聞かせや手遊びなど 日7/19、8/16いずれも月曜日11:00~11:20 場3階子ども図書館 対2歳以下の子と保護者 申不要。



調べる学習チャレンジ講座

図書館の本を使って、調べ学習の基礎を学ぶ 日7/24(土)9:30~11:30 場6階生涯学習センター 対小学1・2年生と保護者、小学3・4年生(保護者は1人まで同伴可) 定24組(定員を超えた場合は市内在住者を優先して抽選) 市教育委員会学校図書館SLS 守屋明美氏 日7/15(木)までに、図書館3階カウンターへ直接または電話で。

調べる学習ステップアップ講座

図書館の本を使って、調べ学習の充実を図る 日7/24(土)13:30~15:30 場6階生涯学習センター 対小学3~6年生(保護者は1人まで同伴可) 定24組(定員を超えた場合は市内在住者を優先して抽選) 市教育委員会学校図書館SLS 守屋明美氏 日7/15(木)までに、図書館3階カウンターへ直接または電話で。

一日図書館員

図書館の仕事を体験 日7/26(月)・29(木)、8/2(月)いずれも9:20~12:30 場6階生涯学習センター 対小学3~6年生 定各16人(定員を超えた場合は市内在住者を優先して抽選) 日7/5(月)~18(日)までに、図書館3階カウンターへ直接または電話で。

親子で楽しむおはなし会

絵本の読み聞かせや手遊びなど 日7/28、8/25いずれも水曜日11:00~11:20 場3階子ども図書館 対2~3歳の子と保護者 申不要。

夏休み宿題応援講座

親子で楽しむ読書感想文

親子で読書感想文の書き方を学ぶ 日7/31(土)9:30~11:30 場6階生涯学習センター 対小学1・2年生と保護者 定18組(定員を超えた場合は抽選) 日7/3(土)~18(日)に、図書館3階カウンターへ直接または電話で。

医療と運動の専門家「理学療法士」の仕事紹介~仕事内容、なり方、お金事情、どんな人が合う?

理学療法士の仕事内容や養成課程などを学ぶ 日7/31(土)13:30~14:30 場4階健康テラス 対中学生、高校生(保護者は1人まで同伴可) 定先着20人 日本産業カウンセラー協会理学療法士 市川壘氏 日図書館4階健康カウンターへ直接または電話で。

夏休み宿題応援講座

楽しく取り組む読書感想文

読書感想文の書き方を学ぶ 日7/31(土)13:30~15:30 場6階生涯学習センター 対小学3~6年生 定20人(定員を超えた場合は抽選) 日7/3(土)~18(日)に、図書館3階カウンターへ直接または電話で。

シリウスうちドックのおはなし会

素ばなしや絵本の読み聞かせなど 日8/1、9/5いずれも日曜日14:00~14:30 場3階子ども図書館 対4歳~小学生 申不要。



おひざでだっこのおはなし会

童謡や絵本の読み聞かせ、手遊びなど 日8/3、9/7いずれも火曜日11:00~11:20 場3階子ども図書館 対2歳以下の子と保護者 申不要。

触れる地球ワークショップ夏休み子どもスペシャル「デジタル地球儀を使って地球史年表を作ろう！」

地球の歴史年表を作る 日8/3(火)13:30~14:30 場4階健康テラス 対小学生(3年生以下は保護者同伴) 定先着15人 稲葉佳之氏(Earth Literacy Program) 日図書館4階健康カウンターへ直接または電話で。

大和市立図書館おやこ映画上映会

「映画すみっコぐらし とびだす絵本とひみつのコ」(監督:まんきゅう) 日8/4(水)13:15~14:25 場6階生涯学習センター 定先着30人 申不要。

夏のとくべつおはなし会

大型絵本の読み聞かせやパネルシアターなど 日8/7(土)14:00~14:30 場3階子ども図書館 対2~6歳ぐらいの子と保護者 申不要。



シリウス 屋内子ども広場 ☎(259)7592

※市の所管はほいく課。

※げんきっこ広場が会場の催しへの参加には、事前の利用登録(要本人確認書類(生年月日と住所が分かるもの))と各回の利用料金(子ども2時間200円(市外在住者300円)、大人1日300円(市外在住者400円))が必要です。

あそんで絆

げんきっこ広場へ冒険 日8/28(土)17:00~18:30 場3階多目的室・げんきっこ広場 対小学3~6年生の子と保護者 定8組(定員を超えた場合は抽選) 費2人1組500円(1人増えるごとに250円追加) 日7/28(水)10:00~8/1(日)19:00に直接または電話で。

子育て&マネー講座

キッズマネースクール 日8/29(日)10:00~12:00 場3階多目的室 対4歳~小学2年生の親子 定5組(定員を超えた場合は抽選) 日片山一弘氏 日7/29(木)10:00~8/2(月)19:00に直接または電話で。

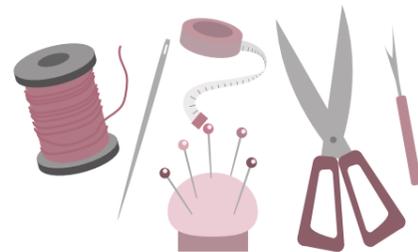
げんきっこ広場 親子deスペシャル

おたんじょう会(7・8月生まれ) 日8/29(日)13:00~14:30 場3階げんきっこ広場 対3歳~小学2年生の子と保護者 定35組 申不要。



ホッと一息ちくちく手縫いタイム

おしゃべりしながら作品作り 日9/6(月)10:00~12:00 場3階多目的室 対女性 定5人(定員を超えた場合は抽選) 費500円 持糸切りばさみ 中島真由美氏 日8/6(金)10:00~10(火)19:00に直接または電話で。※製作中は保育あり(要予約) 対1歳以上の未就学児。



まめたん

親子の触れ合い遊び、交流会 日9/10(金)10:00~11:00 場3階多目的室 対今年5~8月生まれの第一子と保護者 定5組(定員を超えた場合は抽選) 持バスタオル、飲み物 日8/5(木)10:00~9(祝)19:00に直接または電話で。

ベビーシャワー

プレママのおしゃべり会 日9/10(金)13:30~15:00 場3階多目的室 対安定期に入った妊婦 定5人(定員を超えた場合は抽選) 日コミュニティナース 元木美砂氏 日8/5(木)10:00~9(祝)19:00に直接または電話で。

シリウス 生涯学習センター ☎(261)0491

※市の所管は図書・学び交流課。

子育て応援! オンライン講座

①「ママがラクになる子育てのヒント“ほどよい子育て”」、②「絵本を歌って遊ぼう」 日①7/16、②8/20いずれも金曜日 ①10:30~11:30・②10:30~11:10 場 オンラインで参加 対乳幼児と保護者(市内在住・在勤者優先) 定各先着①20組・②10組 日①子育て支援センター職員、②絵本うたパフォーマンス あんなせかい氏 日直接または電話で(②は7/16(金)12:00から)。「やまとみらい」が運営する生涯学習センターのホームページからも可。

小学生夏休み体験講座

①「お花をかざろう」、②「ペタンク・ポッチャを体験」、③藤であむ小物入れ 日①7/30(金)10:30~12:00、②8/5(木)10:00~11:30・③6(金)10:00~12:00 対いずれも市内在住・在学の小学生(③は3年生以上) 定①18人、②30人、③16人(定員を超えた場合は抽選) 日やまと生涯学習ねっとわあく登録ボランティア①小山阿希代氏、②遠藤恵美氏、③溝口孝

子氏 日①500円、③100円 日7/19(月)(必着)までに、はがきに講座名、住所、氏名(ふりがな)、電話番号、学校名、学年を記載し、郵送で〒242-0016大和南1-8-1シリウス6階生涯学習センターへ(はがき1枚につき1人1講座の申し込み)。直接も可。

世にも奇妙な食虫ハンター ~食虫植物の世界を知る

食虫植物の驚きの姿と生態に迫る。食虫植物(ハエトリソウ(予定))の持ち帰りあり 日8/10(火)10:30~12:30・14:00~16:00 対いずれも市内在住・在学の小学生と保護者(保護者が市内在勤も可) 定各先着10組(1組2人) 日日本食虫植物愛好会 田辺直樹氏 日1組2,000円 日7/17(土)10:00から直接または電話で。



紅染め体験に挑戦! ~日本古来の染料「紅」の不思議

「紅」の不思議と日本人の生活とのかかわりを学び、「紅」でハンカチを染める(染めたハンカチは持ち帰り) 日8/17(火)10:30~12:30・14:00~16:00 対いずれも市内在住・在学の小学生と保護者(保護者が市内在勤も可) 定各先着8組(1組2人) 日紅ミュージアム 八木原美佳氏 日1組2,000円 日7/18(日)10:00から直接または電話で。

おしえて入浴剤博士! お風呂のひみつ2021

お風呂や入浴剤の不思議について見て、聞いて、体験し、入浴剤を作る 日9/12(日)①10:00~11:30・②13:30~15:00 対市内在住・在学の①5歳~小学2年生の子と保護者・②小学3~6年生 定先着①6組(1組3人まで)・②18人(株)バスクリン 林啓史氏 日子ども1人につき300円 日8/8(日)①10:00・②14:00から直接または電話で。

「オンライン会議ツールを使いこなそう!」

Zoomの使い方を学ぶ。最終日にはホスト役としてZoomを主催することを目指す 日①9/19(パソコン参加)または26(スマホ参加)、②10/3・③10の日曜日10:00~11:30(②は10:30から)(全3回) 場

②はオンラインで参加 対市内在住・在勤の成人 定先着16人 日やまと生涯学習ねっとわあくボランティア講師 山崎文明氏 日800円 日8/1(日)10:00から直接または電話で。

送ってあげたい、親ごはん~遠距離での支援・介護を考える

コロナ禍で、高齢の親と会いづらい状況にある中、①送れる「親ごはん」の調理デモンストレーション、②離れていても仕事を辞めずにできる支援・介護の方法を学ぶ 日9/25、10/2の土曜日14:00~16:00(全2回) 対市内在住・在勤者 定先着15人 日①料理研究家 林幸子氏、②NPO法人となりのかいご代表理事 川内潤氏 日1,200円 日7/31(土)10:00から直接または電話で。

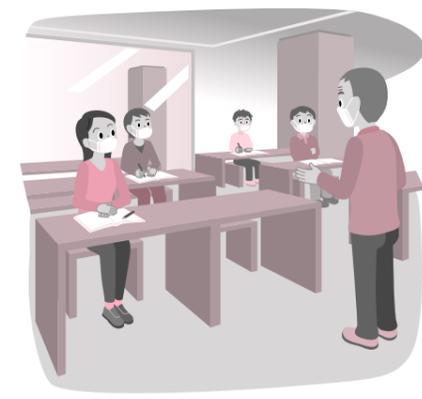


やまと生涯学習ねっとわあく

知識・技能・経験を持つ人や学びたい人を支援する制度の①講師、②学習者を募集 日①2回2,000円(4人以内) 日①は生涯学習センター、②は各学習センターへ要問い合わせ。

やまと生涯学習出前講座 「どこでも講座」

市職員の専門知識を研修会や学習活動に無料で提供。メニューは市のホームページに掲載しているほか各学習センターなどで配布 日平日の9:00~17:00(1回2時間以内) 場原則、市内の公共施設や民間施設、学校など(会場は申請者が用意) 対原則、市内に在住・在勤・在学の10人以上のグループ(10人未満は応相談) 日市職員 日受講希望日の2週間前までに申込用紙を各学習センターへ直接持参。



文化情報館

夏編

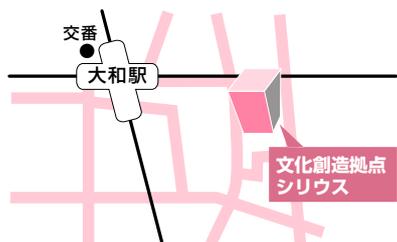


日=日時 場=会場 対=対象 定=定員 講=講師・出演者
 費=費用 持=持ち物 申=申し込み方法 問=問い合わせ
 ※会場の記載がない催しは担当する施設が会場です。
 ※対象の設定がないものはどなたでも。費用の設定がないものは無料です。

シリウスで開催する催しなどについては、指定管理者「やまとみらい」が発行する広報紙「YAMATOMIRAI」や同団体のホームページをごらんください。(公財)大和市スポーツ・よか・みどり財団、(公財)大和市国際化協会の催しは、各団体が発行する情報誌「とりこころー」、 「Pa」や各団体のホームページをごらんください。

シリウス

☎(263)0214



〒242-0016大和南1-8-1
 (大和駅から徒歩3分)



写真・映像でみる 神奈川大和阿波おどり

①写真展示やヤマトパネルのフォトスポットなど、②デコ・マスクワークショップ
 日7/10(土)・11(日)①10:00~16:00(11日は15:00まで)・②10:30~15:00(11日は14:00まで) 場1階ギャラリー
 申不要。※ワークショップは材料がなくなり次第終了。

シリウス 芸術文化ホール

※市の所管は文化振興課。

「第九」上映会

日7/10(土)14:00~15:30 場メインホール 費1,000円(全席指定) 申同ホールチケットデスク ☎(263)3806へ要問い合わせ。

みんなの音楽会Vol.1 ~鶴木絵里ソプラノ・コンサート

日8/22(日)14:00~15:00 場サブホール 費指定席1,000円(3歳~中学生500円)、自由席500円 申同ホールチケットデスク ☎(263)3806へ要問い合わせ。



シリウス 図書館

☎(263)0211

※市の所管は図書・学び交流課。

みんなでたのしむおはなし会

素ばなしや絵本の読み聞かせなど 日7/14、8/11、9/8いずれも水曜日14:30~15:00 場3階こども図書館 対3歳ぐらゐから 申不要。

夏休み読書チャレンジ! 「本をさがして!よんで!ピンゴ!」

本を読んでピンゴを完成させる(参加賞あり) 日7/17(土)~8/31(火)9:00~19:00 場3階こども図書館 対小学生 申不要。

親子で世界最古の地球儀を 作っちゃおう! inシリウス

現存する世界最古の地球儀(レプリカ)を鑑賞し、地球儀を作る 日7/17(土)13:30~15:00 場4階健康テラス 対小学生と保護者 定先着10組 講市立図書館職員 申図書館4階健康カウンターへ直接または電話で。



7月16日~31日の健康都市大学 市民でつくる健康学部

☎(259)6917
 図書・学び交流課

市民が講師を務める講座を開催 日~木曜日 場シリウス4階健康テラス 持筆記用具 申不要(講座開始15分前まで、会場前で整理券を配布。希望者多数の場合は抽選)。
 ※市民講師は常時募集しています。 最新情報▶

とき(各回50分)	講座名/市民講師名	定員/費用
18日(日) 11:00~	剣道~子供から高齢者まで取り組めるその魅力に迫ります/渋谷寛	各35人/無料
19日(月) 15:00~	終活のお悩み解消! エンディングノートの書き方教室/上杉ゆかり	
20日(火) 15:00~	易に学び、歴史を知る~陰の力とクレオパトラ/狩野秀夫	
21日(水) 11:00~	漢詩を楽しむ~涼をもとめて/伏見重夫	
22日(祝) 15:00~	心とからだの調和を目指して~まずはからだのゆがみから/鴨下禎子	
25日(日) 11:00~	お金だけで大丈夫?! 老後に備える健康法2021/千葉直樹	
26日(月) 15:00~	最期まで自分の足で歩ける身体作り~水分摂取編/上山聡美	
27日(火) 11:00~	大和市の学校給食~おいしい給食で元気に/大和市保健給食課	
28日(水) 11:00~	からだの痛みへの正しい向き合い方~関連する意外なモノ/江原弘之	
29日(木) 15:00~	脳とお顔のアンチエイジング/渡辺多美子	

芸術文化
ホール

図書館

屋内
こども広場

生涯
学習センター

つきみ野
学習センター

中央林間
図書館

ポラリス

桜丘
学習センター

渋谷
学習センター

渋谷図書館

青少年
センター

グリーンアップ
センター

いらかしの
いえ

市民の掲示板

広報 やまと 10月から毎月1回、1日の発行になります

「市民の掲示板」今後の掲載依頼締め切り

発行号	締切日
8月15日号	7/ 2(金)
9月 1日号	7/16(金)
9月15日号	8/ 4(水)

※いずれも17:15まで。
 ※上記以降の締め切りは、市のホームページで
 ごらんになれます。

- 掲載する催しの開催日時を明記してください(「毎月第3金曜日」などの表記は不可)。
 - 掲載できるのは、開催日や申し込み期限が発行日を含めて10日以上先のものに限ります。
 - 開催場所は原則市内公共施設とします。それ以外はお問い合わせください。
 - 同一記事の複数の号への掲載はできません。
 - スペースの都合などで、内容を一部修正・省略することがあります。
 - 掲載依頼票は市役所広報広聴課窓口で配布しているほか、市のホームページからダウンロードもできます。
 - 申し込みは直接、ファクス(261) 4592 または市のホームページから同課へ(電話での掲載依頼はできません)。
 - 同一の団体または個人による催しは、同じ月の1日号、15日号の両号に掲載することはできません。
- ※欄外もごらんください。

ファクス、はがき、メールで申し込む催しは、「イベント名、希望日、住所、氏名、電話番号」を記載してください。

音楽で巡る世界の旅路 第1回

ドイツ、オーストリアのクラシック音楽
 日7/11(日)14:00~16:00 場 シリウス
 内サブホール 対 先着150人 費 当日2,500
 円、前売2,000円、小学生以下1,000円 申
 電話で大和市音楽家協会・河村 ☎070
 (3523)7068へ。

あらすテキ!楽しいパソコン水彩画

暑中見舞いを描く 日7/12(月)10:00~
 12:00 場 シリウス6階生涯学習センター
 対 先着2人 費 1,600円 持 USBなどの保存
 媒体 申 電話でパソコン水彩画塾・山口
 ☎(274)1802へ。

大和市子育てママ応援プロジェクト

いずれも 場 Zoom開催(③は渋谷学習セ
 ンター) 対 市内在住の女性(子ども同伴
 可) 定 各先着8人 費 各500円(①は無料、
 ②は1,000円) 申 電話でママプロ・伊奈
 ☎045(360)2678へ/①子どもの才能発
 見講座 ▶ 日7/14(水)・17(土)・28(水)・
 31(土)、8/4(水)・8(日)いずれも10:00
 ~11:30/②起業したい女性のはじめの
 一歩 ▶ 日7/14(水)14:00~15:00/③
 子どもの好き嫌いを○にする ▶ 日7/15
 (木)9:30~10:45/④楽しく痩せるマ
 インドセット ▶ 日7/19(月)10:00~11:
 30/⑤たった3か月で身体が変わる! ▶
 日7/19(月)10:30~11:30/⑥不登校
 を責めない心の使いかた ▶ 日7/22(祝)
 13:30~14:30/⑦痩せる呼吸ストレッ
 チ ▶ 日7/30(金)10:30~11:30。

若者のための就労個別相談会

就職に向け相談員とともに取り組む 日
 7/15~8/5の毎週木曜日いずれも10:00
 ~17:00(祝日を除く) 場 シリウス6階生
 涯学習センター 対 15~49歳の就労に困
 難を抱える人 定 各5人 持 筆記用具 申 各開
 催日12:00までに、電話で県央地域若者
 サポートステーション・大島 ☎(297)
 3067へ。

コロナに負けない心と身体の体操

懐メロや童謡でリズム運動 日7/15・29
 いずれも木曜日14:00~15:00、7/16、
 8/6いずれも金曜日11:30~12:30 場 シ
 リウス6階生涯学習センター 対 中高年の
 女性 費 各500円 持 飲み物、動きやすい服
 装、マスク 申 電話でミュージック健康体
 操・西田 ☎080(6661)9339へ。

初心者大歓迎!みんなでダンス!

簡単なヒップホップを踊る 日7/15(木)
 ①16:00~17:00・②17:00~18:00 場 い
 ずれも大和スポーツセンター 対 ①3歳~
 小学2年生、②小学3~6年生 定 各先着30
 人 持 室内シューズ、飲み物、汗拭きタ
 オル 申 不要 問 キッズフィットネス・佐藤
 ☎090(6519)2788。

80代歓迎 楽しくできる3B体操

フレイル予防 日7/16・23の金曜日15:
 30~16:30(全2回) 場 深見北コミセン
 (予定) 対 中高年の女性 費 1,000円 持 マ
 スク、室内シューズ、飲み物、タオル 申
 電話でさんびい・木下 ☎090(8641)
 7707へ。

自分自身で体の歪みを整える

身体こがの歪みを整える技術を伝える 日
 7/17(土)9:30~11:00 場 シリウス3階
 マルチスペース 対 歪みや姿勢が気にな
 る人 定 先着15人 費 500円 持 筆記用具、マ

スク、動きやすい服装(スカート不可) 申
 Eメールchiba19661011@yahoo.co.jpで
 (一社)日本セルフケアマイスター養成協
 会・千葉へ 問 千葉 ☎080(8158)8006。

健康ストレッチ体操

免疫力アップ、体力作り 日7/21・28い
 ずれも水曜日10:00~10:45 場 ポラリス 定
 各先着20人 費 各500円 持 飲み物、ヨガマ
 ットまたはバスタオル、動きやすい服装
 申 バイレ・ストレッチサークル・岡田
 ☎(275)3728へ要問い合わせ。

成年後見専門相談

弁護士による成年後見の相談 日7/21(水)
 13:30~・14:10~・14:50~(いずれも
 30分以内) 場 保健福祉センター 申 大和市
 社会福祉協議会・榎原 ☎(260)5634へ。

第289回大和正論の会勉強会

皇統の会会長 葛城奈海氏講演 日7/25
 (日)14:00~16:30 場 シリウス6階生涯
 学習センター 定 先着70人 費 1,000円(女
 性は500円) 申 不要 問 同会・清水 ☎080
 (3466)5092。

詩吟一日体験教室(学びの輪)

大和市詩吟連盟主催の詩吟体験教室 日
 8/14(土)14:30~16:30 場 シリウス6階
 生涯学習センター 対 市内在住・在勤・
 在学者 定 先着20人 持 筆記用具、飲み物
 申 8/10(火)までにファクス(275)5752
 で同連盟・小須田へ 問 小須田 ☎(同番
 号)。

今月の納税

便利な口座振替をご利用ください

7月の納税(納付) 納期限は8/2(月)

- ①固定資産税・都市計画税 2期
- ②固定資産税(償却資産分) 2期
- ③国民健康保険税(普通徴収) 2期
- ④下水道受益者負担金 1期
問 市役所収納課 ☎(260)5241~3。
- ⑤介護保険料 2期
問 市役所介護保険課 ☎(260)5169。
- ⑥後期高齢者医療保険料 1期
問 市役所保険年金課 ☎(260)5122。

●納税・相談の休日窓口
 日土曜日8:30~17:00、日曜日8:30
 ~12:30 問 市役所収納課 ☎(260)
 5241~3。 ※⑤⑥は納付書持参の人
 の納付のみ受け付け。

情報のページ

※今号の「情報のページ」は17～15頁です。

募集

県立職業技術校10月生募集

☎(260)5135 産業活性課
実施校▶東部校(かなテクカレッジ東部 ☎045(504)2810)、西部校(かなテクカレッジ西部 ☎0463(80)3002) 就職に必要なスキルを習得したい人 申7/8(木)～8/5(木)にハローワークで事前手続きのうえ各校へ 県産業人材課 ☎045(210)5715。※募集コースや申し込み方法など詳しくは募集案内をごらんください。募集案内は市役所産業活性課窓口や県内ハローワークなどで配布しています。

福祉作文を募集

☎(260)5604 健康福祉総務課
市内在住・在学の小学4年生～高校生/テーマ▶日頃、福祉について感じたこと、考えていること、体験したこと/規格▶400字詰原稿用紙3枚以内に手書きで(最初の3行に題名、学校名、学年、クラス、氏名を記載。手書きが困難な場合のみパソコンでの作成可) 申8/30(月)(必着)までに、市内の在学学生は学校に直接。市外の学校の児童・生徒は、郵送で〒242-8601保健福祉センター健康福祉総務課へ。※作品は返却しません。※受賞作品は市のホームページに掲載します。※受賞者を10/9(土)に開催する「福祉の日の集い」で表彰し、受賞者名、学校名などとともに表彰式のように市のホームページなどで紹介する予定です。

学校勤務の会計年度任用職員を募集

☎(260)5210 指導室
職種/勤務内容▶①特別支援教育ヘルパー/特別支援学級の児童・生徒の介助、②中学校少人数指導非常勤講師(数学)/少人数の授業やチーム・ティーチングによる授業、③放課後寺子屋やまと学習支援員/児童の予習復習などの学習支援、安

全管理 ②中学校教員免許(数学)所有者、③小学校または中学校教員免許所有者 ④①若干名、②1人、③若干名/任用期間▶いずれも来年3月まで/勤務地▶市立小・中学校/勤務日数と時間▶①週3日程度8:30～15:30のうち6時間以内、②週5日以内8:30～17:00のうち6時間以内、③週3日以内13:00～17:30のうち4時間以内/給与▶時給①1,018円・②2,020円・③1,100円 申 登録申込書または履歴書(写真貼付)に希望職種を記載し、返信用封筒(応募条件の有資格者の場合は資格を証明するものの写し)を同封のうえ、郵送で〒242-8601市教育委員会指導室へ。直接持参も可。※申込書は市のホームページからダウンロードできます。

お知らせ

7月は“社会を明るくする運動”強調月間・再犯防止啓発月間

☎(260)5604 健康福祉総務課
同運動は、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとするもので、今年で71回目を迎えます。犯罪からの立ち直りには本人の努力はもちろん、周囲の見守りや温かい心が必要です。地域の中に居場所があることは、当事者にとって大きな後押しとなります。立ち直ろうとする人を受け入れ、支えるために何ができるか考え、できることから始めてみましょう。

7/11～20は夏の交通事故防止運動

☎(260)5118 道路安全対策課
「安全は 心と時間の ゆとりから」 「交通ルールを守って 夏を楽しく安全に」 この時期は、レジャーなどによる過労運転や解放感による無謀運転が増え、交通事故が多発します。夏休みを控え、子どもたちにも注意が必要です。自動車や二輪車、自転車の運転者は、子どもを見掛けたら徐行や一時停止をするよう心掛けましょう。また、自転車に乗るときは道路の左側を通行し、夜間は必ずライトを点灯してください。自動車は、すべての座席でシートベルトの着用が義務づけられています。信号・一時停止などの交通ルールとマナーを守って、交通事故のない楽しい夏を過ごしましょう。

井戸水の利用にはご注意ください

☎(260)5106 生活環境保全課
井戸水は衛生上、散水などの生活用水として利用し、飲み水には水道水を利用することをお勧めします。やむを得ず井戸水を飲む場合は、塩素消毒や浄水設備の設置などをして、水質基準を満たす適正な管理が必要です。また、昨年度から有機フッ素化合物の「PFOS」「PFOA」が水質管理目標設定項目となり、目標値(暫定)が設定されていますので、飲む場合は注意が必要です。詳しくは市のホームページをごらんになるか、お問い合わせください。

せっけんの使用にご協力

☎(260)5493 環境総務課
着色料や香料などの添加物を含まないせっけんは、環境への負荷が少なく、人の体にも優しいとされています。市内公共施設でもせっけんの使用を促進しています。せっけんの使用にご協力ください。

やまとSOGI派遣相談

☎(260)5175 国際・男女共同参画課
性別に違和感があったり、同性が好きだったり、性的指向と性自認(SOGI)に関して悩みを抱えている人と家族などの相談に臨床心理士などの専門相談員が応じます 日 月～金曜日10:00～16:00(祝日を除く。1回45分程度) 場 市内公共施設 問 相談希望日の7日前までに、電話で。詳しくは、市のホームページをごらんください。

催し

訪問型サービスAヘルパー養成研修

☎(260)5170 介護保険課
高齢の人に調理や洗濯などの生活援助をする同ヘルパーの資格取得のための研修 日 8/10・17の火曜日9:00～17:00(全2回) 場 地域医療センター 問 市内の事業所で同ヘルパーとして就労を希望する18歳以上の人 定 先着20人 申 電話で仮予約のうえ、7/21(水)(必着)までに受講申込書を直接または郵送で〒242-8601市役所介護保険課へ。同申込書は同課(市役所1階と保健福祉センター5階)で配布するほか、市のホームページからダウンロードもできます。

ワーキングママのつどい

☎(267)9985 子育て支援センター
保育園や幼稚園などの情報提供、先輩マ

マの体験談など 日 9/3(金)10:00～12:00 場 ポラリス 問 就労希望の親と未就労児 定 先着10組 問 先輩ママ、市保育士・職員 日 8/2(月)～9/2(木)に電話で。※市の所管はこども総務課。

パソコン楽々塾

☎(263)8600 シルバー人材センター
いずれも 日 希望日時を基に調整(1回2時間まで) 場 ベテルギウス内大和市民活動センター(③は自宅など) 申 希望日の3日前(土・日曜日、祝日の場合はその前の平日)までに電話で。※市の所管は人生100年推進課/①パスタなんでも相談 費 ▶パソコン、スマートフォン、タブレット端末の設定、操作、問題対応など 日 1時間1,000円/②パスタなんでもレッスン 費 ▶パソコン、スマートフォン、タブレット端末の個別指導。テーマを決めて学習 問 初心者～中級者 費 1時間1,000円(別途テキスト代)/③訪問サービス▶訪問指導。パソコンなどの⑦操作学習、④トラブル対応 費 ②2,500円、④3,500円/④Zoomでサークル会議 費 ▶Zoomソフトを活用した会議や打ち合わせ方法を学ぶ 問 パソコン、スマートフォン、タブレット端末の操作ができる人 費 2,200円(テキスト代を含む) 問 筆記用具、ノートパソコンやタブレット端末。

マイナンバーカードの受け取りにホームページでの予約を開始

☎(260)5365 市民課

市は、マイナンバーカード交付窓口の混雑緩和のため、事前の予約制を導入しています。予約ダイヤルのほか、7月1日からは、ホームページでの予約受け付けを開始します。なお、予約がなくても受け取れますが、待ち時間が長くなることがあります。対 象▶マイナンバーカードの交付通知書が届いた人 予約方法▶次のいずれかの方法で受け取り日時を予約
・予約・問い合わせ対応ダイヤル:☎070(3970)2346・2348(月～金曜日午前8時30分～午後5時(祝日を除く))
・市のホームページ: <http://www.city.yamato.lg.jp/web/shimin/shimin01211753.html> (右のコードからも可)。
※ホームページでの予約方法は、市から送付される交付通知書をごらんください。



ふるさと納税の返礼品が100品目を突破しました

☎(260)5302 政策総務課

市は、ふるさと納税の返礼品を追加しました。現在、30事業者104品目の返礼品が登録されています。

■追加返礼品提供事業者 (五十音順)

事業者名(店舗名)	主な返礼品
イヤシロチ	酵素風呂体験チケットほか
(株)襟吉	簡易ジャンパー厚木基地仕様
(株)C&Mフードリンク (炭火・七輪 ホルモン焼 珍満)	牛三昧セットお食事券
TAK CAFE	ダブルチーズケーキほか
とんかつ・ハンバーグ 紗Le-bon	ランチ定食回数券(3回分)ほか
(株)北京飯店	フカヒレ姿煮コース2名様お食事券ほか
Porco Rosso	ランチ食事券ほか
(株)山路フードシステム	丹沢滋黒軍鶏水炊きセットほか
(株)ワイズナイア ピースドルフィン	マリナーアート制作体験ほか

※返礼品提供事業者は随時募集しています。募集要領などは市役所政策総務課で配布するほか、市のホームページからダウンロードもできます。

歴史・文化財に関する書籍を発行

☎(260)5225 文化振興課

次の書籍を発行しました。
■大和市史研究 第42号
4つのテーマ(「長谷川彦八と県会・衆議院選挙」「長谷川家所蔵の「ツウフル」について」「相模国の天然理心流と大和市」「大和市方言のアクセント(1)-下鶴間・下和田-」)で地域の歴史を紹介/判型▶A5判/ページ数▶100頁/価格▶300円/販売場所▶市役所情報公開コーナー。
■大和市文化財調査報告書 第96集
「中ノ原遺跡I・J・L・M・N・P・Q地点」「深見神社北遺跡第5次調査」など、大和市内で記録保存のために実施された8遺跡の埋蔵文化財発掘調査報告書/判型▶A4判/ページ数▶222頁/価格▶900円/販売場所▶市役所文化振興課、つる舞の里歴史資料館。

広報 やまと

10月から毎月1回、1日の発行になります

- 基本のページ数を、16頁から20頁に増やします。
- 誌面を再編し、より読みやすい誌面を目指します。
- やまとニュースのページ数を増やし、毎月中旬に発行。
- 広報やまとと併せて、タイムリーな情報をお届けします。

☎(260)5313 広報広聴課

健康のページ

保健福祉センター

- す**：すくすく子育て課 ☎(260)5609
 - 医**：医療健診課 ☎(260)5662
 - 障**：障がい福祉課 ☎(260)5665
 - 人**：人生100年推進課 ☎(260)5612
 - 健**：健康づくり推進課 ☎(260)5803
- ※車でのご来場はご遠慮ください。

子どもの健診ほか

- す** 定期健診
 - 4か月児健診、1歳6か月児歯科健診、3歳6か月児健診
 - 対象者に個別通知で案内します。
 - 8か月児健診、1歳6か月児内科健診
 - 協力医療機関で実施しています。

障がい者(児)歯科健診



歯科健診、口腔内の相談、ブラッシング指導(治療が必要な場合は医療機関を紹介) 日8/19(木)13:00~16:00 場保健福祉センター 対歯科医院での受診が困難な市内在住の身体・知的・精神障がい者(児) 定先着5人 申8/10(火)までに直接または電話で。

予防接種

医 定期接種(協力医療機関へ)

予防接種(定期接種)は、感染症にかかりやすい年齢での接種が重要であり、接種期間が定められています。先延ばしせず、期間内に予防接種を受けてください。対象年齢になったら、接種間隔などに注意し、協力医療機関で事前に日時などを確認して、体調がよいときに受けてください。

いずれも 対大和市に住み登録をしている子または出入国管理および難民認定法の規定により仮放免され市内に居住している子 持予診票(予防接種・健診番号シールを貼るか同番号を記載)、母子健康手帳、健康保険証。

※予診票がない人や予防接種・健診番号が分からない人はお問い合わせください。

※保護者同伴が原則ですが、子どもの健康状態が分かる親族でも同伴可。保護者の委任状が必要です。

※やむを得ない理由により他市町村で受ける場合や、長期にわたり療養を必要とする疾病にかかり対象期間内に接種を受けられなかった場合は、医療健診課へご連絡ください(市が発行する「依頼書」が必要)。

◎ロタウイルス
対初回接種は標準的には生後2か月から生後14週6日までに開始。ワクチンの種類により2回または3回接種。27日以上の間隔を空ける。

◎B型肝炎
対1歳未満の子(3回接種。2回目は1回目から4週以上、3回目は1回目から20週以上の間隔を空ける。標準的な接種時期は生後2か月以上9か月未満)。

◎ヒブ、小児用肺炎球菌
対生後2か月以上5歳未満の子。
 ※接種開始年齢により接種回数・間隔が異なります。

◎BCG
対生後3か月以上1歳未満の子(1回接種・標準的な接種時期は生後5か月以上8か月未満)。

◎4種混合(ジフテリア・百日せき・破傷風・ポリオ)
対生後3か月以上7歳6か月未満の子(初回は3~8週の間隔で3回接種、追加は初回の3回目終了後1年以上経過して1回接種)。

◎麻疹(はしか)・風しん
対1期▶1歳以上2歳未満の子。
2期▶平成27年4/2~同28年4/1生まれの子。

※麻疹風しん混合(MR)ワクチンを1回接種(麻疹・風しん単独ワクチンを希望する場合はそれぞれ1回ずつ接種)。

※2期の対象者の接種期限は来年3/31(木)まで(対象者には予診票などを3月末に送付済み)。

◎水痘(水ぼうそう)
対1歳以上3歳未満の子(初回は1回接種、追加は6か月~1年後に1回接種)。

◎日本脳炎
対1期▶3歳以上7歳6か月未満の子(初回は1週~4週の間隔で2回接種、追加は概ね1年後に1回接種)。

◎2期ジフテリア・破傷風
対11歳以上13歳未満の子(1回接種・小

学6年生には予診票などを送付済み)。
 ◎HPV
対平成17年4/2~同22年4/1生まれの女子(全3回接種。接種間隔はワクチンの種類により異なる)。
 ※ヒトパピローマウイルス(HPV)感染症予防接種は積極的な勧奨を差し控えていますが、対象者が接種を希望する場合は公費で受けることができます。

教室・相談

人 介護者茶話会

介護者どうし自由に話す 日7/15(木)13:30~15:00 場サンホーム鶴間(西鶴間8-1-2) 対市内在住の介護者など 申電話で鶴間地域包括支援センター(サンホーム鶴間)☎(271)2770へ。

人 介護者の会 ほっとホットサロン

介護者どうし語り合う 日7/16(金)13:30~15:30 場ロゼホームつきみ野(下鶴間418-2) 対市内在住の介護者など 申電話で下鶴間つきみ野地域包括支援センター(ロゼホームつきみ野)☎(272)7061へ。

す 育児相談

保健師、管理栄養士による健康や育児、食事などの相談 日7/19(月)9:30~10:30 場地域医療センター 対市内在住者 持母子健康手帳 申電話で。※電話相談は随時受け付け。

人 介護者教室

「認知症予防講座」日7/20(火)13:30~15:00 場宮久保自治会館(上和田1448) 対市内在住の介護者など 定先着8人 場桜丘・和田地域包括支援センター 恩田香織氏 申電話で桜丘・和田地域包括支援センター(和喜園)☎(268)2621へ。

スワンスワン(吸わん吸わん)で禁煙を!



毎月22日は「禁煙の日」

す 妊娠や子育ての悩みは気軽にご相談を

妊娠や出産、子育てに関する悩みは一人で抱えず、下記の相談窓口にご連絡ください(来所での相談も受け付けています。来所の場合は事前に要電話予約)。

場いずれも保健福祉センター。
 ■子育て何でも相談・応援センター ☎(260)5675

赤ちゃんの育児、離乳食の進め方、子どもとの接し方など、妊娠を考えたときから出産、子育て期まで、さまざまな悩みに保健師や専任の相談員が応じます。

受付日時▶月~金曜日8:30~17:00(祝日を除く)。

■助産師さん何でも相談 ☎(260)5609

妊娠や出産、子育てに関する相談に助産師が応じます。妊娠中の体調管理や出産に関する不安、赤ちゃんが母乳を飲まないなどの悩みを気軽にお聞かせください。

受付日時▶火・木曜日10:00~15:00(祝日を除く)。

医 健康診査(特定健診・長寿健診)を受けましょう

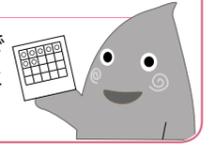
市は、40歳以上(国基準)の大和市国民健康保険加入者、神奈川県後期高齢者医療制度加入者を対象として9月末まで特定健診・長寿健診を実施しています。受診後、受診した医療機関の医師から結果の説明を受けることができます。また、希望者は胸部X線検査、肝炎ウイルス検査、前立腺がん検査も受けられます。ぜひこの機会に、特定健診・長寿健診を受診しましょう。

※対象者には3月下旬に受診券を送付済みです。紛失の場合は再交付が可能ですので、お問い合わせください。

※現在治療中の方は主治医と相談のうえ受診してください。

健 ヤマトン健康ポイントにご応募を

今回の応募締め切りは7/10(土)です。景品はカタログギフトです。たくさんのお応募をお待ちしています。※今号の広報やまとと併せてポイントカードを自治会経由で配布します。



医 集団がん検診



日①8/29(日)、②9/1(水)・③8(水) 場①保健福祉センター、②地域医療センター、③渋谷学習センター 定①200人、②③100人(いずれも定員を超えた場合は抽選) 持令和3年度がん検診受診券(3月下旬に送付済み) 申7/9(金)(必着)までに検診日、検査項目(複数選択可)、郵便番号、住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号を記載し、ファクス(260)1156またははがきで〒242-8601保健福祉センター医療健診課へ。電話または市のホームページから電子申請も可/注意▶対象年齢は来年4/1時点の年齢です。現在、胃腸病や心臓病、高血圧などで治療中または経過観察中の人は、必ず主治医に確認してから申し込んでください。健康状態によって受診できない場合があります。詳しくはお問い合わせください。

検査項目	費用	対象	① 8/29	② 9/1	③ 9/8
肺がん	500円	40歳以上	○		○
胃がん(バリウム)	1,200円		○		○
大腸がん	500円		○	○ (女性のみ)	○
乳がんマンモグラフィ	2,000円	40歳以上の女性	○	○	
子宮頸がん(細胞診)	900円	20歳以上の女性	○	○	○

※肺がん検診で、問診の結果たんの検査が必要と判断された場合は800円追加。※協力医療機関での施設検診も実施しています(費用などが異なります)。詳しくは「2021年度大和市検診・健診ガイド」をごらんください。※各項目とも、集団検診・施設検診のいずれかを年度に1回受診できます。

①③と同時に結核検診(胸部レントゲン)を実施
対16歳以上の市内在住者(肺がん検診対象者と会社などで受診できる人を除く)
申要問い合わせ。

医 女性のための健康診査



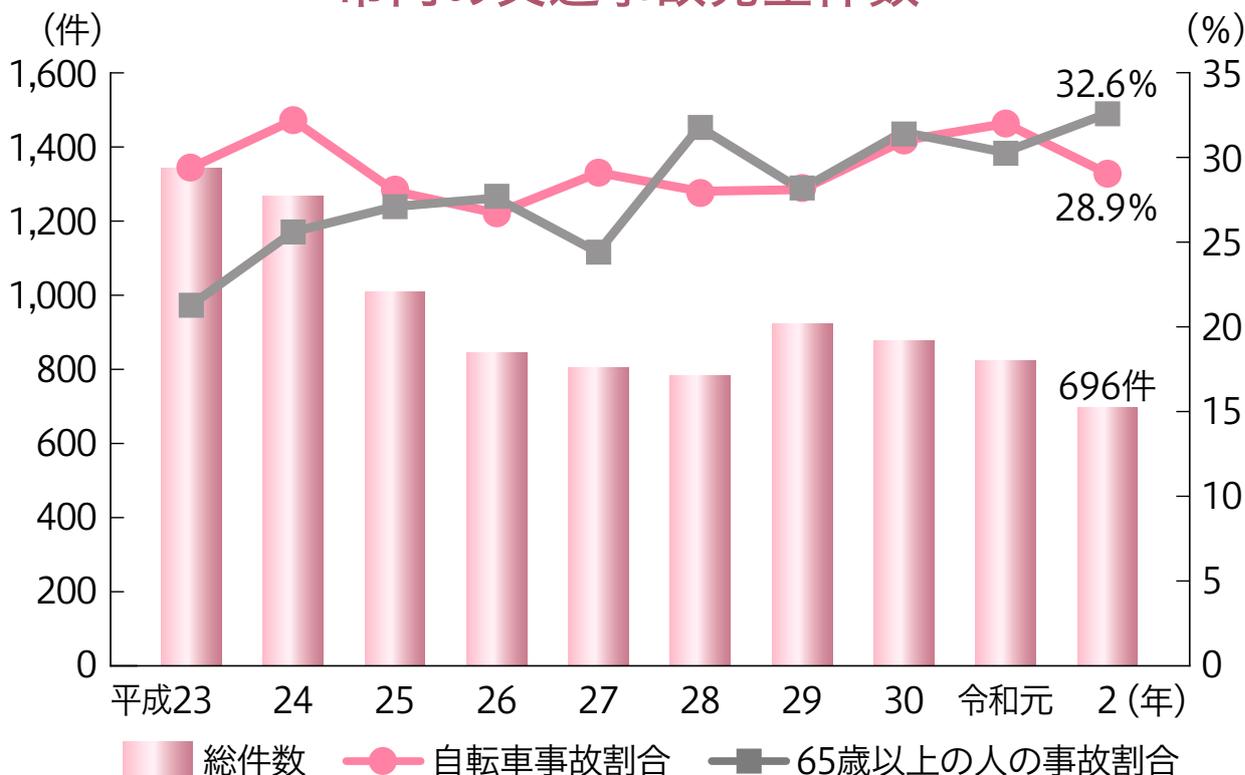
日9/26(日)午前(時間は後日通知) 場渋谷学習センター 対会社や学校などで健康診断を受ける機会がない市内在住の女性 定80人(定員を超えた場合は抽選) 申7/12(月)(必着)までに郵便番号、住所、氏名、生年月日、年齢、電話番号、追加を希望する検査項目(保育希望の場合は子の年齢、人数も)を記載し、ファクス(260)1156またははがきで〒242-8601保健福祉センター医療健診課へ。電話または市のホームページから電子申請も可/注意▶健康状態によって受診できない場合があります。詳しくはお問い合わせください。※保育あり(要申し込み) 対生後6か月以上の未就学児 定45人。

検査項目	費用	対象	
女性健康診査(検尿、血液検査など)	1,500円	昭和57年4/1~平成16年4/1生まれ	
追加で受けられる項目	結核(胸部レントゲン)		無料
	乳がん(超音波)		1,200円
	子宮頸がん(細胞診)	900円	昭和57年4/1~平成14年4/1生まれ

市内の交通事故 発生件数

10年で半減

市内の交通事故発生件数



交通事故は10年で約2分の1に

昨年の市内の交通事故発生件数は696件、前年比で128件減少しました。平成23年の1,344件から、10年間で約2分の1になりました。

自転車事故と65歳以上の人の事故にご注意を

交通事故全体に占める自転車事故の割合は約28.9%、また、65歳以上の人の事故の割合は約32.6%でした。

関連記事は今号8頁をごらんください

- シルバー・ドライブ・チェックを実施
- 自転車安全利用講習会を開催

問 市役所道路安全対策課交通安全・自転車対策係 ☎(260)5118 FAX(260)5474