

## 来年1月から 子どもも大人も！ 自転車ヘルメット購入助成

助成を受けるには、購入前に「自転車安全利用講習会」または交通安全教室への参加が必要です。

### 助成額

上限 **2,000** 円 ※1人1個まで。  
※SGマーク付きの新品が対象。

### 対象

12月まで	1月から
13歳未満	<b>全年齢</b>

※13歳以上の購入助成は、令和8年3月末まで(予定)。

### 自転車安全利用講習会

日時	場所	定員
1月12日(金) 10時30分～11時30分	ポラリス	40人
2月2日(金) 10時30分～11時30分	渋谷学習センター	35人

申し込みは、電話で道路安全対策課☎046-260-5118へ

※交通安全教室については、市のホームページをごらんください。



交通安全教室



自転車安全利用講習会



ヘルメット非着用時の致死率は  
着用時の **約2倍!**

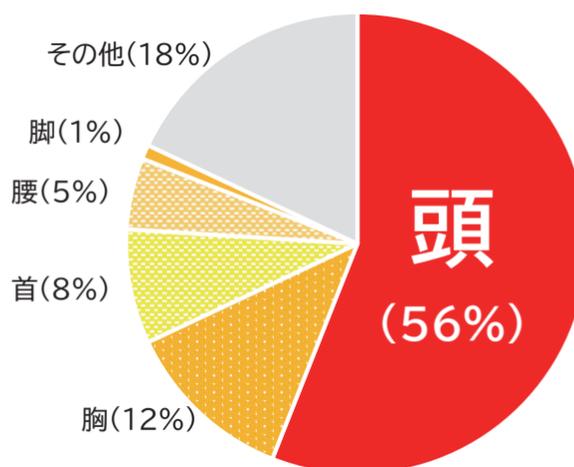
自転車乗車中のヘルメット着用状況別の致死率



※平成30年～令和4年合計。  
※警察庁ホームページの資料を基に、大和市作成。

致命傷の**56%**は「頭」

自転車乗車中死者の人身損傷主部位別



※平成30年～令和4年合計。  
※警察庁ホームページの資料を基に、大和市作成。

### 今年4月から

改正道路交通法により、すべての自転車利用者にヘルメット着用の努力義務が課されています

坂道の少ない大和市では、自転車は便利な交通手段です。自転車乗用中の死亡事故を防ぐためにも、自転車に乗るときは、ヘルメットを着用し、**頭を守りましょう。**

# 市民の掲示板

Message Board

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。

掲載申込の締切(17:15まで)

掲載号	掲載申込の締切	掲載イベントの開催・申込締切
2/13発行号	12/28(木)	2/22(木)以降
3/18発行号	1/31(水)	3/27(水)以降

## 80代歓迎！楽しくできる3B体操

フレイル予防、若さを維持【日】12/20、来年1/10の水曜日10:10～11:10(全2回)【場】上草柳コミセン(予定)【対】中高年女性【費】1,000円【持】室内シューズ、タオル【申】さんびい・木下 ☎090-8641-7707へ

## 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】12/21～来年1/25の毎週木曜日いずれも10:00～17:00(12/28、1/4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】各開催日の12:00までに県央地域若者サポートステーション・大島 ☎046-297-3067へ

## グリーンサークルダンス交流会

①初心者向けレッスン、②パーティー【日】12/23(土)①11:30～12:30・②13:00～16:00【場】いずれもつきみ野学習センター【定】各30人【費】500円(②のみ)【持】室内シューズ【申】不要【問】社交ダンスグリーンサークル・真室 ☎090-4092-7124

## 県央ウォーキング協会

いずれも【費】各500円【持】雨具、マスク、③は軽食も【申】不要【問】県央ウォーキング協会・三浦 ☎046-263-5154/①ラストW深見神社10km▶【日】12/24(日)9:00～12:00【場】やまと公園集合、深見神社解散/②新春初詣深見神社10km▶【日】来年1/4(木)9:00～12:00【場】大和駅西口広場集合・解散/③瀬谷八福神めぐり10・15km▶【日】1/14(日)9:00～13:30【場】瀬谷駅集合・解散/④県央イヤーラウンドコース10km▶【日】1/23(火)9:00～13:00【場】大和駅西口広場集合・解散

## ゆるっと若返り！ヨガ

いつでもできる椅子ヨガ【日】12/25、来年1/8・22、2/12・26いずれも月曜日9:30～10:30【場】桜丘学習センター【定】各10人【費】各1,000円【持】動きやすい服装【申】各開催日の前日までにゆるっと若返り！ヨガ・小島 ☎080-6593-7121へ(10:00～17:00)

## 自分の相続税をエクセルで試算

相続準備の手順と相続税額の試算【日】12/26、来年1/9いずれも火曜日10:00～15:00【場】ペテルギウス内大和市民活動センター【対】市内在住・在勤・在学者【定】各先着4人【費】2時間2,900円【持】筆記用具、パソコンなど【申】大和市シルバー人材センター・鈴木 ☎046-263-8600へ

## お正月のお花を生けましょう！

【日】12/26(火)13:30～15:30【場】シリウス6階生涯学習センター【対】市内在住・在勤者【定】先着10人【費】3,300円【持】花器、剣山、はさみ、新聞紙2枚、筆記用具、雑巾【申】12/21(木)までにボランティア講師の会・吉澤 ☎046-267-3832へ

## 皆で歌おう市民歌声・唄

愛唱歌にポップス、労働歌、演歌も【日】12/27(水)13:30～16:15【場】シリウス3階マルチスペース【対】市内在住・在勤者【定】先着100人【費】500円【申】不要【問】大和うたごえの会・名取 ☎080-6636-0729

## 新春しぶや寄席

アマチュア落語会【日】来年1/4(木)13:30～16:00【場】渋谷学習センター【定】先着130人【申】やまと噺の会・澤田 ☎080-5519-0203へ

## うたごえサロンやまと

愛唱歌、平和の歌、山の歌など【日】来年1/5・19いずれも金曜日16:00～18:40【場】桜丘学習センター【対】市内在住・在勤者【定】各先着200人【費】各500円【申】不要【問】音楽サークル・石掛 ☎090-3230-2185

## 第7回新春落語演芸会

地元で笑い初め【日】来年1/6(土)13:00～16:00【場】シリウス内サブホール【定】先着260人【費】500円(前売りあり)【申】不要【問】大和落語演芸倶楽部・伊藤 ☎080-7011-5092(留守電へ)

## 「歌声」の歌遊び会

元ともしび司会者と歌声を楽しむ【日】来年1/8(月)13:30～16:00【場】渋谷学習センター【対】市内在住・在勤者【定】先着100人【費】1,000円【申】不要【問】歌遊び会・藤原 ☎090-5793-4252

## ゆったりベーシックヨガ

基本ポーズと呼吸で心身のリフレッシュ【日】来年1/9～2/27の毎週火曜日いずれも10:00～11:10【場】大和スポーツセンター【定】各先着20人【費】各1,000円【持】ヨガマット【申】スマイルヨガ・高橋 ☎080-6590-2299へ

## はじめようお茶(裏千家)

【日】来年1/10(水)9:30～12:30【場】シリウス6階生涯学習センター【定】10人【費】1,500円【持】白い靴下【申】立翠会・岩瀬 ☎046-267-4655へ

## さわやかダンス講習会、パーティー

社交ダンスレッスンと発表パーティー【日】来年1/10～2/7の毎週水曜日15:40～17:00(全5回)【場】桜丘学習センター【対】成人【定】先着10人【申】12/25(月)までにさわやかダンスクラブ・山口 ☎090-8940-4920へ

## 趣味を作ろう！麻雀を楽しむ会

初めてのかたも楽しみながら麻雀を【日】来年1/11・25いずれも木曜日13:30～16:30【場】シリウス3階マルチスペース【定】各50人【申】各開催日の前日までに趣味を作ろう！麻雀を楽しむ会・中山 ☎046-262-8100へ(12:00～20:00)

## フォーク&素敵な歌の会

フォークソング、ポップス、GSなど【日】来年1/12・26いずれも金曜日16:00～18:40【場】渋谷学習センター【対】市内在住・在勤者【定】各先着60人【費】各500円【申】不要【問】音楽クラブ・名取 ☎080-6636-0729

## 健康体操リズムピラティス

初心者向けストレッチとピラティス【日】来年1/13(土)11:15～12:15【場】渋谷学習センター【対】成人女性【定】先着10人【費】500円【持】ヨガマットまたはバスタオル、タオル【申】パイレピラティス・梅原 ☎090-3523-9249へ要問い合わせ

## まず、体験！練功十八法

中国医療体操で体の凝りや痛みをほぐす【日】来年1/16・23の火曜日10:00～12:00(全2回)【場】西鶴間コミセン(予定)ほか【対】成人【定】先着5人【費】500円【持】室内シューズ、動きやすい服装、タオル【申】あやめ会・中谷 ☎046-263-1844へ

## 成年後見専門相談

弁護士による相談【日】来年1/17(水)13:30～14:10～14:50～(各回30分以内)【場】保健福祉センター【定】各先着1組【申】大和市社会福祉協議会・酒井 ☎046-260-5634へ

## やまとサロンコンサートシリーズ

新春日本の名曲コンサート【日】来年1/17(水)15:00～16:00【場】シリウス3階マルチスペース【定】先着70人【費】1,500円(4～12歳1,000円、3歳以下無料)【申】大和音楽家協会・河村 ☎070-3523-7068へ要問い合わせ

## つきみ野練功クラブ無料体験講座

心、体、呼吸を整え気功でセルフケア【日】来年1/19(金)13:30～15:00【場】つきみ野学習センター【持】動きやすい服装【申】つきみ野練功クラブ・中村 ☎046-275-6258へ

## セミナー「中華文明と日本」

中華文明を概観し日本への影響を考える【日】来年1/21(日)14:00～15:30【場】シリウス6階生涯学習セン

ター【定】先着40人【持】筆記用具【申】大和地区日中友好協会・石井 ☎080-5026-0177へ

## 英会話サークル(体験)

楽しく英会話を学ぶ【日】来年1/23・30いずれも火曜日18:30～20:00【場】シリウス6階生涯学習センター【対】簡単な英会話ができる人【定】各先着3人【持】筆記用具【申】S・E・A・榎本 ☎046-261-6482へ

## 皆で楽しもう無料の音楽フェス

楽器演奏から歌声まで、幅広く選曲【日】来年1/27(土)12:00～17:00【場】渋谷学習センター【対】市内在住・在勤者【定】先着200人【申】不要【問】グラン・ピー・アンド・エム・大畑 ☎090-7906-5154

# サークル 会員募集

## 西鶴間バウンドテニスクラブ

【日】毎週日曜日13:00～16:00【場】大野原小体育館【対】テニス・卓球経験者【費】入会金500円、月会費500円【問】平出 ☎090-5790-5179

## コール緑野

初心者大歓迎の女声コーラス【日】毎月第1・3水曜日10:00～12:00【場】緑野コミセン【対】女性【講】小田倉紫乃氏【費】月会費2,000円【問】長谷川 ☎046-293-8282(留守電へ)

## アップルポリシャ

英会話【日】毎月第1・3金曜日13:30～15:00・第4金曜日10:30～12:00【場】保健福祉センター【費】月会費4,500円【問】菅原 ☎046-264-1571

## 大和市俳句協会

生涯学習としての俳句作りを楽しむ【日】毎月第3日曜日9:00～13:00ほか【場】桜丘学習センターほか【対】成人【費】入会金1,000円、月会費500円【問】今関 ☎046-261-1213

## 雅の会

着物を美しく着る、着せ付ける【日】毎月第2・4土曜日10:00～12:00【場】桜丘学習センター【講】戸村房子氏【費】入会金1,000円、月会費2,500円【問】山崎 ☎046-269-6723

## 卓友会

卓球。現地見学で申し込み可【日】毎週水曜日10:00～12:00【場】下福田コミセン【費】年会費1,500円【問】沢田 ☎046-267-6214

## 市シニアクラブ連合会囲碁将棋部

対局を通して親睦を深める【日】毎週水・木曜日13:00～16:00【場】保健福祉センター【費】6か月2,000円【問】五木田 ☎046-277-8357

## クローバーテニスサークル

ダブルスのゲームを楽しむ【日】毎週土・日曜日【場】草柳庭球場【対】60歳以上でラリーができる程度の人【費】入会費1,000円、月会費1,000円【問】平塚 ☎090-1454-7677

## 渋谷ギターサークルアルハンブラ

映画音楽、日本の歌など合奏で楽しむ【日】毎月第2・4火曜日13:45～15:15【場】渋谷学習センター【講】青木一男氏【費】入会金1,000円、月会費2,000円【問】長谷川 ☎090-2450-8718

## 渋谷西バウンドテニスクラブ

室内の小コートで行うテニス【日】毎週日曜日12:00～14:30【場】下福田小体育館【講】渋井恵美子氏【費】月会費500円【問】渋井 ☎090-4074-3876

## 文ヶ岡体操会

健康体操、ストレッチ、リズム体操【日】月3回土曜日13:00～15:00【場】桜森コミセン【対】60歳以上【講】氏家澄子氏【費】入会金700円、月会費1,000円、年会費700円【問】矢部 ☎080-5516-5170

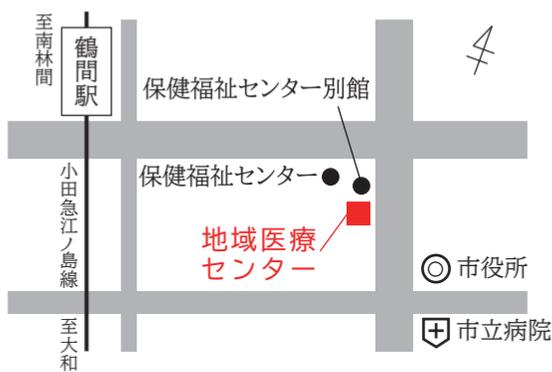
# 令和5年度 年末年始の救急医療体制

## 内科・小児科の診療

### 軽症患者の診療

まずは、地域医療センターへ。発熱患者の受け入れ体制を強化

 地域医療センター休日夜間急患診療所  
鶴間1-28-5 ☎046-263-6800



診療日	受付時間	診療時間
12/29(金)	19:50~22:45	20:00~23:00
30(土)~ 来年1/3(水)	8:50~11:45	9:00~12:00
	13:50~16:45	14:00~17:00
	19:50~22:45	20:00~23:00

※駐車場が満車の場合は、保健福祉センター駐車場をご利用ください。  
路上駐車・待機は周囲の迷惑になりますので、ご遠慮ください。

### 重症患者の診療

入院治療が必要な程度に、症状が重い患者さんの受け入れ

 内科 各当番病院へ

診療日	医療機関	診療時間
12/29(金)	桜ヶ丘中央病院 福田1-7-1 ☎046-269-4111	8:00~ 翌8:00
30(土)	大和市立病院 深見西8-3-6 ☎046-260-0111	
31(日)		
来年1/1(祝)	中央林間病院 中央林間4-14-18 ☎046-275-0110	
2(火)	南大和病院 下和田1331-2 ☎046-269-2411	
3(水)	中央林間病院 中央林間4-14-18 ☎046-275-0110	

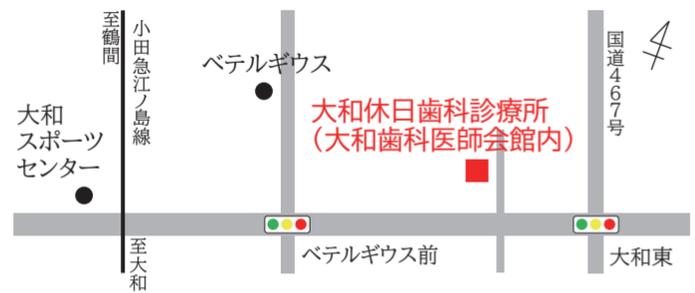
 小児科 大和市立病院へ  
深見西8-3-6 ☎046-260-0111  
診療時間 8:00~翌8:00

## 歯科診療

事前に電話予約をお願いします

 大和休日歯科診療所  
深見西2-1-25大和歯科医師会館内 ☎046-263-4107

診療日	診療時間
要 予約 12/30(土)~ 来年1/3(水)	9:00~12:00 13:30~16:00 (受け付けは各診療時間終了の30分前まで)



受診のことで、悩んだら **やまと24時間健康相談 0120-244-810** (市民限定・年中無休)

【問】保健福祉センター医療健診課 医療施策推進係 ☎046-260-5661 FAX 046-260-1156

やまと de /  
カラオケ大会

1月9日(火)  
11:00 - 17:00  
シリウス内メインホール

対象 18歳以上のかた (市内在住・在勤・在学者) 費用 1組1,000円 (観覧は無料)  
定員 先着72組(1組2人まで) 曲 1曲・5分以内

事前申込は不要。直接、会場へ  
(受け付けは、10:00~15:00)

【問】市役所イベント観光課 ☎046-260-5167



au PAYで

# やまとの 小さなお店を応援！

電子クーポンで  
最大 **30% off**



2023年 **12月15日(金) ~ 2024年 1月31日(水)**

※期間内であっても、予算上限に達し次第終了。

**割引上限** 1回当たり最大 **1,000円**、期間中 **10回**まで。

**対象店舗** 店頭のパスターでご確認ください。

**支払方法** **au PAY** (コード支払い) ※au ユーザーでなくても使えます。

大和市 大和商工会議所 au PAY

ios Android

au PAY

**アプリをインストール**  
左の二次元コードを読み込んで、au PAYアプリをインストール。

**情報登録、残高チャージ**  
IDや電話番号などを登録し、クレジットカードや現金などで残高をチャージ。

**対象店舗で買い物**  
au PAYの電子クーポンを入手してコード決済すると、その場で割引。

個別相談会	日時	場所
「どうやって使うの？」 「チャージはどうすればいい？」 「どこのお店で使える？」 さまざまな疑問にお答えします。	12/19(火) 10:00	シリウス
	12/21(木) 15:00	ポラリス
	1/ 6(土) 15:00	シリウス
	持ち物 スマートフォン	

**キャンペーンコールセンター**  
☎0120-809-653  
10:00~20:00 (12/29~1/3を除く毎日)

【問】市役所産業活性化課 商業活性化係 ☎046-260-5134 [FAX] 046-260-5138