

主な記事

2 Ayase Base side Festival 出場者募集
AYASE HALLOWEEN パフォーマンスステージ
AYASE HALLOWEEN 仮装コンテスト

12 「スマートミール」を食べてみませんか

一粒一粒、 酒米の輝き

吉岡の田んぼで収穫を目前にする酒米さかまい

市内では、食べるための食用米だけでなく、日本酒の原料となる酒米ごひやくまんごくも生産されています。無農薬の酒米(五百万石)は、あやせ名産品の「あやせ本醸造」として丹沢山系の水を使用し醸造され、すっきりした辛口の日本酒となります。

Ayase Base side Festival

出場者募集

AYASE HALLOWEEN パフォーマンスステージ AYASE HALLOWEEN 仮装コンテスト

市内外から多くの来訪者を呼び込むことを目的とした観光イベント「Ayase Base side Festival(通称: ABF)」の、パフォーマンスの頂点を決める「AYASE HALLOWEEN パフォーマンスステージ」出場者、仮装のクオリティーを競う「AYASE HALLOWEEN 仮装コンテスト」の出場者を募集します。同ステージ、同コンテストには賞品もあります。一緒にABFを盛り上げましょう。詳細はABF公式HP(<https://abf-ayase.jp>)をご覧ください。



ABF公式HP

時 10月28日(土)11時~20時 場 あやせノーブルスタジアム 間 ABF事務局((株)PIF内):池田^{へんと}名^な ☎03・6721・0777

【同ステージ出場者】

事前 エントリー

■出場要件

- ①ジャンルは問わない(例:ダンス、DJ、バンド、歌、その他パフォーマンス)
- ②パフォーマンスの内容が衣装にハロウィーンの要素を取り入れること
- ③ステージの広さは13m×9m、ステージ前アクティブエリアの広さは13m×最低3mとする。ただし、ステージ屋根の設置方法などにより、狭くなる可能性あり
- ④出演時間は12時15分~16時の10分以内(予定。転換・準備時間は含まない)

※リハーサルは当日開場前に行います

■応募要件

次の要件を全て満たす個人か団体。

- ①ABFの目的に賛同し、イベントを共に盛り上げ、来場者が注目して足を止めるようなパフォーマンスを行える
- ②10月上旬開催予定の説明会に代表者が出席できる(オンライン可)

■事前選考

応募用紙と動画審査により選考し、結果は応募者全員に連絡。審査基準は次のとおり。

- ①パフォーマンスは十分に準備・練習された内容か
- ②来場者に対する訴求力はあるか
- ③総合的に判断して、出場する力はあるか

■応募方法

ABF当日に行う内容とイメージに近いパフォーマンスを録画した、5分以内の動画をYouTubeにアップロードし、二次元コードから電子申請か、応募用紙(ABF公式HPからダウンロード可)に必要事項を記入の上、9月30日までに同事務局^あabf_stage@p-i-f.net



■その他

ステージはグランプリ形式で各賞に賞品を用意しておりますが、審査への参加を希望しない場合は、パフォーマンスのみの参加も可能です。

【同コンテスト出場者】

当日 エントリー

■参加方法

- ①当日、会場内でエントリー受け付け後インスタントカメラ撮影(13時~14時)
- ②来場者による投票を実施
- ③上位11組がステージ登壇(16時15分ごろから)※1組5分以内(転換時間含む)
- ④グランプリ発表(17時45分ごろ)

■参加要件

次の要件を全て満たす個人か団体。

- ①ABFの目的に賛同し、イベントを共に盛り上げ、来場者が注目して足を止めるようなハロウィーン仮装が披露できる
- ②公序良俗に反する、公然わいせつ罪などの法律に抵触する(過度な露出など)、他の来場者に不快感をあたえる恐れのある仮装でない

■注意事項

- 他の来場者の不安をあおる仮装や危険を感じる仮装などについては、スタッフより規制のお声掛けをする場合があります
- 他の来場者の迷惑となる撮影や、一定の場所を長時間占拠して、運営に支障を来す行為はお断りします
- 会場内での着替えは更衣スペースを利用してください



市民とともにつくる 図書館ワークショップ

ミライの図書館を カタチにすると?



市立図書館マスコットキャラクター
ピッキー



市では、将来に向けて市立図書館として必要な機能や規模などの方向性を示す「綾瀬市図書館基本構想」の策定を進めています。そこで市民の皆さんとともに、子どもから大人まで、本と出会い、人と出会い、まちの「ミライ」を開くことができる、そんな図書館を一緒に考えるためのワークショップを開催します。詳細は市HPをご覧ください。



過去に開催した「あやせの図書館を考える会」の様子

時 10月22日(日)10時~12時(開場9時45分) 場 市役所6階視聴覚室 対 市内在住・在勤・在学で18~50歳の方 定 25人程度(抽選) 申 10月17日までに上の二次元コードから電子申請 問 図書館流通センター:吉井・鐘ヶ江 ☎03・3943・7101(平日9時~17時) か ✉yoshii.jun@mail.trc.co.jp



図書館のバリアフリーサービス

場 図書館本館 問 図書館 ☎77・8191

障がい者サービス

同館では、市内在住で本を読むことや同館の利用が困難な方へのさまざまなサービスを行っています。利用するには同館の利用登録と障がい者サービスへの登録が必要です。身体障害者手帳、療育手帳(愛の手帳)などを持参の上、来館してください。来館が困難な方は電話で相談してください。

【来館が困難な方】

「郵送サービス」

視覚障がいのある方に録音資料(朗読CD、カセットブック)を盲人用郵送物として無料で届けるサービスです。

「宅配サービス」

図書館資料を自宅まで届け、貸し出しするサービスです。返却の時も自宅まで伺います。

【活字を読むことが困難な方】

「対面朗読サービス」

視覚障がいのある方に希望の本や雑誌を対面で直接朗読するサービスです。

利用するサービスにより登録条件が異なります。詳しくは同館まで問い合わせてください。

どなたでも利用できるサービス

「大活字本」

大きく、読みやすい活字で書かれた本を貸し出しています。弱視の方、高齢の方にも有効です。



「リーディングトラッカー」

文書を読み進めるのが苦手な方、ディスレクシアや視覚障がいのある方をサポートする読書補助具を貸し出しています。



リーディングトラッカー



「あやせいきいき健康だより」は3月に全戸配布しています。届いていないときは地域包括ケア推進課(保健福祉プラザ内)へ 問 同課 ☎77・1116

あやせ24時間健康相談 ☎ 医師や保健師などが、心や体の健康相談に24時間応じます。フリーダイヤル ☎0120・1192・61

血管いきいき(高血圧症予防)教室

▶時①10月4日(水)10時～11時30分②10月13日(金)10時～12時③10月26日(木)9時45分～11時30分▶内容・講師①健康チェックと講義「高血圧症について」「高血圧症を悪化させない食習慣について」・市保健師と市管理栄養士②調理実習「高血圧症対策の食事作りのコツ」・市管理栄養士③運動実技「高血圧症改善のための運動」・理学療法士▶場 保健福祉プラザ▶対 高血圧症の心配がある方が関心のある方▶定 30人(申込順。②は希望者のみ定16人)▶費②500円(食材費)▶申 9月19日から右の二次元コードから電子申請▶問 健康づくり推進課 ☎77・1133



認知症カフェ(らくらくカフェ)

認知症の方や家族が気軽に参加し、情報交換や相談ができる集いの場(途中入退場可)。時10月6日(金)10時～11時30分場地域交流館はなね(上土棚南)対市内在住の認知症の方と家族など定15人(申込順)申9月19日9時から地域包括支援センター泉正園 ☎70・1888



コグニバイク体験講習会

フィットネスバイクと脳年齢計を組み合わせた、脳と体を同時に使うことができるコグニバイクの体験。講習修了後は、月～金曜日の平日8時30分～17時で、自主利用可(講習会実施中は講習会優先)。時10月6日(金)10時～12時(各15分間)場保健福祉プラザ対市内在住で40歳以上の方定6人(申込順)申9月19日から地域包括ケア推進課 ☎77・1116



コグニサイズ教室

軽い運動と認知トレーニングを組み合わせ、認知症予防体操。講師は(公財)かながわ健康財団の茂木潤一さん。時10月19日(木)10時～11時30分場大上自治会館対市内在住で65歳以上の方定20人(申込順)持上履き、汗拭きタオル申9月19日から地域包括支援センターメイプル ☎38・5906



10月の乳幼児健診と健康相談

問 健康づくり推進課 ☎77・1133

区分	月日	対象など
8～10カ月児健診	生後8～11カ月になる前日。場所は委託医療機関(市HPに一覧あり)	
1歳6カ月児内科健診	1歳6カ月～2歳になる前日。場所は委託医療機関(市HPに一覧あり)	
4～5カ月児健診	10/12(木) 令和5年5月生まれ	対象者には、個別に通知します
1歳6カ月児歯科健診	10/5(木) 令和4年3月生まれ	
2歳児歯科健診	10/12(木) 令和3年7月生まれ	
3歳6カ月児健診	10/26(木) 令和2年3月生まれ	
5歳児発達相談	10/16(月) 平成30年4月生まれ 10/30(月)	
1歳児歯科育児教室	10/6(金) 令和4年9月生まれ	むし歯予防、離乳食完了期の話など 対象者には、個別に通知します
子ども健康相談	10/25(水) 9時～11時30分(予約制) 育児相談を希望の方持母子健康手帳	

がん検診

対象者には5月下旬に受診券など送付しています。詳しくは郵送した案内かあやせいきいき健康だよりをご覧ください。申希望する検診日の申込期間の8時30分から健康づくり推進課 ☎77・1133、77・1111(検診申し込みの旨を申し出てください)、二次元コードから電子申請か直接(申込順)



※各項目につき6月～6年3月に1回の受診です。胃がん検診はバリウム検査です。子宮がん、大腸がん検診は、生理中の受診ができません。乳がん検診はペースメーカー使用者、乳房内に注入物がある方の受診ができません。マンモグラフィーは授乳中、生理前1週間～終了に受診できない他、断乳後約6カ月は受診できない場合があります

胃・大腸・肺・乳・子宮がん検診

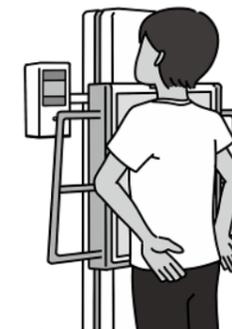
▶実施日 11月12日(日)▶場 市役所▶申込期間 9月20日～10月11日▶その他 検診車での検診時のみ未就学児対象の保育あり(要事前相談)

コース	受付時間	定	費	対	
				①年齢(6年3月31日現在)	②性別
A 胃・大腸・肺・子宮・乳	視触診とマンモグラフィー2方向 視触診とマンモグラフィー1方向	①8:30 ②9:00 ③9:30	15人	6900円	①40～49歳で偶数年齢②女性
				6400円	①50歳以上で偶数年齢②女性
B 胃・大腸・肺	女性 ①8:30 ②9:00 ③9:30 男性 ①10:00 ②10:30 ③11:00 ※女性肺のみ ④13:30 ⑤14:00 ⑥14:30	35人	3100円	①40歳以上②不問	
C 胃		15人	1500円		
D 大腸		50人	700円		
E 肺		50人	900円		
F 子宮(器具挿入の細胞診)		65人	1300円	①20歳以上で偶数年齢②女性	
G 乳	視触診とマンモグラフィー2方向 視触診とマンモグラフィー1方向	①8:30 ②9:00 ③9:30 ④10:00 ⑤10:30 ⑥11:00 ⑦13:30 ⑧14:00 ⑨14:30	55人	2500円	①40～49歳で偶数年齢②女性
				2000円	①50歳以上で偶数年齢②女性
H 乳エコー(超音波)		65人	1200円	①30～39歳②女性	

胃・大腸・肺がん検診

▶実施日 12月6日(水)▶場 保健福祉プラザ▶申込期間 10月4日～26日

コース	受付時間	定	費
A 胃・大腸・肺	男性 ①8:30 ②9:00 ③9:30 女性 ①10:00 ②10:30 ③11:00	30人	3100円
B 胃・大腸		20人	2200円
C 胃		20人	1500円
D 大腸		40人	700円
E 肺		35人	900円



元気はっつ 世界アルツハイマーデー～認知症について考える～



9月21日は世界アルツハイマーデーです。この日に合わせて、世界中で認知症への理解を深める取り組みが行われています。認知症は、記憶力や判断力の低下により日常生活に支障を来す状態のことで、誰もがなり得る身近なものです。地域で生きがいをもって生

活をするためには周りの方の理解が大切です。市では、認知症を理解するための「認知症サポーター養成講座」を、市内の団体、学校、企業などの要請により実施しています。他にも、各地域包括支援センターに認知症地域支援推進員を配置し、認知症に関するさまざまな相談を受けていますので気軽に活用してください。(同センターの連絡先は11ページ参照)

問 地域包括ケア推進課 ☎77・1116

広報あやせ共通ルール
 時=日時 場=場所 対=対象 定=定員
 持=持ち物 費=費用(明記なしは無料)
 主=主催 申=申し込み方法(明記なしは

申し込み不要) 問=問い合わせ先 ☎=電話 FAX=ファクス
 HP=ホームページ ✉=Eメールアドレス
 📍=あやせわんぱくプラザ対象事業

ファクスでの問い合わせは、記事にファクス番号を記載してあるもの以外は、宛先に担当課名を明記し FAX70・5701へ送信してください

今月の納税など

ー納期限は10月2日(月)ー

■国民健康保険税(第4期)

納税は口座振替が便利です。手続きはインターネット(市HP参照)か、通帳と通帳印を持参し、金融機関窓口で。問 収納課 ☎70・5612

■後期高齢者医療保険料(第3期)

問 保険年金課 ☎70・5617

■介護保険料(第4期)

問 高齢介護課 ☎70・5636



仕事探しはジョブスポットあやせ

専門相談員が就職を支援

時 月～金曜日(祝日・振り替え休日を除く)8時30分～12時・13時～17時 場 市役所1階 問 ☎76・0986

アクティブ・シニア応援窓口

①仕事②ボランティア、地域活動、サークルなど、活動・交流の場を紹介
 時 ①月～金曜日(祝日・振り替え休日を除く)9時～12時・13時～17時 ②月～日曜日10時～17時(不定休。予約優先) 場 ①市役所1階 ②綾瀬タウンヒルズショッピングセンター(深谷中)1階 対 市内在住で60歳以上の方 問 ☎①70・5633 ②090・7442・1506

催し・講座

おはなし会と読み聞かせ講座

楽しい絵本の選び方や読み方のコツの学習と実演。前半



はおはなし会、後半は講座。講師は絵本作家・絵本コーディネーターで語り手の「こがようこ」さん。時・場 表のとおり 対 未就学児と保護者(②はプレママ・プレパパも参加可) 主 図書館 問 ①大上サロン室 ☎77・3739 ②子育て支援センター ☎77・1121

時	場
①9/21(木) 10:50～11:20	大上サロン室
②9/21(木) 14:50～15:20	子育て支援センター

※駐車場が少ないので、公共交通機関の利用や乗り合いのご協力をお願いします

Hello! えいごひろば

友達と遊びながら絵本や歌で英語を楽しむ。時 9月25日(月)10時30分～11時30分 場 図書館本館(会場となるため学習室は12時まで使用不可) 対 0～3歳児と保護者、プレママ 定 8組(申込順) 申 9月16日9時から同館 ☎77・8191か直接

人材バンク登録者支援プログラム

●イスを使ってストレッチ

自宅でも手軽にできるストレッチや有酸素運動を体験。講師は人材バンク登録者の森京子さん。時 9月25日(月)13時15分～14時45分 場 中央公民館 対 65歳以上の方 定 10人(申込順) 持 飲み物、タオル 対 その他 動きやすい服装、靴で来てください 申 9月16日から森 ☎090・4138・8770

朝一番徳の市

焼きたてのパンや弁当、総菜、新鮮な野菜などの他、毎月内容が変わる「徳の市商品」を販売。時 10月1日(日)6時30分～7時30分 場 オーエンス文化会館駐車場(雨天決行) 問 市商工会 ☎78・0606

おもちゃの病院

「おもちゃの病院あやせ」の会員が壊れたおもちゃを修理。修理できない場合もあるので、詳しくはHP <https://omocya-h-ayase.sakura.ne.jp> 時 10月1日・15日の各日曜日13時～15時 場 リサイクルプラザ 問 同病院あやせ事務局 ☎080・7177・9677

テニス女子ビギナーズ大会兼男子シニア大会

時 10月5日(木)9時から(予備日12日(木)) 場 IIMURO GLASS 市民スポーツセン

ター 対 女子は初心者・初級者、男子は60歳以上の方 費 1チーム(4人)2500円 主 市テニス協会 申 9月20日までに同協会事務局(小田急藤沢テニスガーデン(深谷南)内) ☎76・1500へ直接



社交ダンス初心者教室

時 10月5日～26日の各木曜日10時～12時 場 中央公民館 対 初心者か同等の方 持 ダンスシューズか運動靴(上履き) 費 1回500円 主 市ダンス・スポーツ協会 申 同協会:井田 ☎78・7176



市総合スポーツ大会兼秋季ダブルステニス大会

▶種目・予選リーグ日程▶男子A・B・50歳以上 10月9日(月・祝)▶男子40歳以上・60歳以上・70歳以上 10月14日(土)▶女子A・B・50歳以上 10月15日(日)▶決勝トーナメント 10月21日(土)・22日(日)▶予備日 10月28日(土)・11月4日(土)▶時間 9時から▶場 綾瀬スポーツ公園▶対 市内在住・在勤・在学の方、市テニス協会加盟者(同一種目内のダブルエントリー不可)▶費 1組3000円(同協会加盟団体登録者以外は別途500円)▶主

同協会▶申 9月27日17時までに、同協会事務局(小田急藤沢テニスガーデン(深谷南)内) ☎76・1500へ直接

ストレスを感じない楽しいごはん講座

幼児の食事での困り事やその原因を探しながら、子どもが食べやすいメニューを紹介。簡単な試食あり。テーマは「きのこ」。①、②とも内容は同じ。▶時 ①10月10日(火)②10月21日(土)10時45分～11時30分▶場 保健福祉プラザ▶対 市内在住で3歳以上の未就学児と保護者(1歳7カ月以上の子どもの保護者のみの参加可)▶定 各5組(申込順)▶持 飲み物、手拭き、マスク▶その他 ①は保育あり(対1歳7カ月～2歳11カ月の子ども 定3人)▶申 9月16日～10月2日に子育て支援センター ☎77・1121か直接



普通救命講習会

心肺蘇生法・AEDの使用方法など応急手当の基本を習得。時 10月22日(日)13時～16時 場 消防本部▶対 市内在住・在勤・在学中で中学生以上の方 定 20人(申込順) 申 9月16日～10月15日に消防署 ☎76・0119 か ✉wm.760119@city.ayase.kanagawa.jp



市ファミリーサポートセンター 援助会員講習会

子どもの事故と安全、小児看護の基礎知識、心身の発達を助ける遊び方、栄養と食事など、援助活動をするために必要な内容を学習。▶時 11月6日(月)9時25分～15時▶場 保健福祉プラザ▶対 心身共に健康で、市内在住の20歳以上の方▶定 20人(申込順)▶持 筆記用具、写真2枚(横2cm×縦3cm・裏面に記名)、昼食▶その他

ヤングケアラーを知っていますか

問 健康づくり推進課 ☎77・1133

ヤングケアラーとは、年齢や成長の度合いに見合わない重い責任や負担を負って、本来大人が担うような家族の介護や世話をすることで、自らの育ちや教育に影響を及ぼしている18歳未満の子どものことをいいます。家庭のこと、自分のことで悩んだら、同課へ相談してください。どうすれば本人や家族の生活がより良くなるのか、一緒に考えていきましょう。相談に必要なものはありません。相談内容についての秘密は守ります。周囲の大人や関係者の方も気になった際には連絡してください。

●その他の相談先

- ・かながわヤングケアラー等相談LINE
LINE ID
[@kana-youngcarer]
- ・かながわケアラー電話相談
☎045・212・0581(水・金曜日10時～20時、日曜日10時～16時。祝日、休日、12月29日～1月3日を除く)
- ・大和綾瀬地域児童相談所
☎0466・81・8066
- ・児童相談所全国共通ダイヤル
☎189(通話無料)



保育あり(定5人(申込順))▶申 9月19日～10月27日に同センター事務局(子育て支援センター内) ☎77・1121

市陸上競技選手権大会

種目は表のとおり。出場は1人2種目以内(リレーを除く)。▶時 11月18日(土)9時30分から(荒天中止)▶場 IIMURO GLASS 市民スポーツセンター▶対 中学生以上で日本陸上競技連盟登録者▶費 1種目500円(市陸上競技協会員・大学生・高校生300円、中学生200円)。リレーは1チーム500円▶主 同協会▶申 住所、氏名、年齢、性別、電話番号、種目、陸協登録番号、参考記録を明記し、10月7日必着で、一般は〒252-1114上土棚南4-3-37鎌田へ、中学生は〒252-

1124吉岡393-1春日台中学校野澤へ郵送▶その他 スパイクのピンなどは大会の規定に従うこと▶問 同協会:鎌田 ☎78・6488

対	種目			
一般	男子	5000m	110mハードル	400m (共通) 100m 200m 800m 1500m 4×100mリレー 走高跳 走幅跳 砲丸投
	女子	3000m	100mハードル	
中学生	男子	3000m	110mハードル	
	女子		100mハードル	

※一般は高校生以上

農業委員会委員の改選で14人が就任 会長に古塩貞夫氏を選出 農地利用最適化推進委員3人を委嘱

☎農業委員会事務局 ☎70・5647

任期満了に伴う農業委員会委員の改選で、次の14人が就任しました(敬称略)。

▷内田直彌(上土棚中)▷宇野政信(吉岡東)▷大塚秀一(小園)▷笠間保一(早川)▷金子美登里(小園)▷木村寛(深谷中)▷古塩貞夫(吉岡)▷橋本久男(吉岡)▷早川新市(早川)▷早川晴子(寺尾台)▷比留川賢次(深谷中)▷比留川義昭(深谷中)▷森山謙治(早川)▷山田誠一(落合南)



古塩貞夫氏

7月20日に開かれた総会で、会長に古塩貞夫氏が、同職務代理者に森山謙治氏が選出されました。

農業委員と共に地域で活動する農地利用最適化推進委員3人が農業委員会から委嘱されました(敬称略)。

▷山田英毅(落合南)▷峯山健吾(早川)▷志澤輝彦(吉岡)
いずれも任期は8年7月19日までです。

「高齢者 模範を示そう 交通マナー」をスローガンに「秋の全国交通安全運動」が実施されます。この時期は日没時間の早まりとともに、夕暮れ時や夜間における交通事故が発生しやすくなります。夕暮れ時と夜間の外出時には、反射材用品などを着用し、自転車に乗る際は前照灯を必ず点灯しましょう。交通ルールとマナーを守り、事故を起こさない、事故に遭わないよう気を付けましょう。



銃器でカラスなどを駆除します

農作物への被害を防ぐため、銃器を使ってカラスなどを駆除するので、注意してください。☎9月30日(土)～10月6日(金)の早朝～夕方



場 早川(市役所南側の農地)・吉岡(目久尻川沿いの農地)地域(一部地域を除く) ☎さがみ農協綾瀬営農経済センター ☎79・0003か 農業振興課 ☎70・5622

IIMURO GLASS 市民スポーツセンター情報

●同センター、野球場などの利用申し込み
▶12月分利用申し込み 10月1日(日)8時30分から市HP 公共施設予約システムが同センター
▶1月分の利用抽選▷対 登録区分が「市民」「市民1/2超」の団体▷申 10月1日～15日に同システムが同センター

●トレーニング講習会

トレーニング室の器具の使用方法などの講習会。☎毎日10時、14時、19時から▷高校生以上の方(同室を初めて利用する方は必ず受講) ☎各3人持 運動着、体育館履き 申 同センター ☎76・9292か 直接



10月1日～7日は公証週間

公証制度とは、契約や遺言の際に、法務大臣が任命した公証人が公文書である公正証書を作成し、後日のトラブル防止、取引の安全や遺言の完全な実現を図るものです。相談は公証役場が無料で行っています。☎横浜地方方法務局総務課 ☎045・641・7461

市民からのお知らせ

催し

●一日ひなたぼっこ

午前はお話会。午後は作品や子育て便利グッズの展示、個別相談など、午前のみ要申し込み。☎9月25日(月)10時～15時30分 場 保健福祉プラザ▷対 午前は発達障がいのある子の親 ☎原田 ☎080・5099・9458

11/15号原稿は10/11締め切り



SC相模原の 綾瀬市ホームタウンデーに

市民を無料招待

市をホームタウンとするサッカーJ3リーグ所属のSC相模原が、綾瀬市ホームタウンデーを開催し、試合に市民の皆さんを招待します。

当日は市内のチアリーダーによるパフォーマンスの他、飲食店なども出店します。

☎10月21日(土) 飲食店などは11時30分から、試合は14時から 場 相模原ギオンスタジアム(相模原市)▷市内在住・在勤・在学の方 ☎500人(抽選) 申 SC相模原 申 10月3日までに二次元コードから電子申請。10月4日に当選発表



募集

市社会福祉協議会常勤職員

▶試験日・内容▷1次 10月28日(土)・筆記と作文▷2次 11月(予定)・面接▶採用時期 1月1日以降▶職種 事務(車両の運転あり)▶資格 6年1月1日現在30歳以下で、普通自動車運転免許(AT限定可)を有する方(取得見込み含む)▶定 若干名▶給与 同協議会の規定による▶申 同協議

会(☎77・8166)にある申込書(同協議会HPからダウンロード可)に記入し、資格を証明する書類を添えて、10月18日までに〒252-1107深谷中4-7-10綾瀬市社会福祉協議会(保健福祉プラザ内)へ郵送か直接

お知らせ

秋の全国交通安全運動

9月21日(木)～30日(土)の10日間は「安全は 心と時間の ゆとりから」

— 広 告 —

9/17(日)



窓まわり・水まわりの Specialty

有限会社 ティー・エスラウンド
〒252-1108 神奈川県綾瀬市深谷上8-3-30

毎月第3日曜日に開催の綾西バザール大市に出店しています。

お店巡りのついでに、アレコレお気軽にご相談下さい

例えば

- ・サッシのガラスにヒビが入っている
- ・キッチンや洗面台の流れが悪い
- ・シャワートイレが温かくなならない・・・等々

はい!!

ご相談下さい

フリーダイヤル
0120-33-5643

— 広 告 —

ただ、それだけです。
一生懸命
au PAY使えます!
PayPay au PAY
イオンのリフォームローン使えます!
イオンプロダクトファイナンス

外壁塗装・屋根塗装・増改築・リフォーム 専門店
職人直営 株式会社 ウイングビルド
0120-45-7775
リフォーム室 神奈川県綾瀬市深谷中8-1-12
新設 神奈川県大和市渋谷1-9-11
アパート・マンション・店舗も実績多数!
大型の工場やタンクまで対応しています。

オーエンス文化会館の主催事業ご案内

フルボンヌさんの講演会
～多様な性のかたちと世界の今、自己肯定感の大切さを知る。～

9月24日(日) 大ホール

開場13:00
開演14:00
全席自由
¥500

好評発売中!!

綾瀬市オーエンス文化会館

米寿記念演奏会
館野泉 ピアノ・リサイタル

10月15日(日) 大ホール

開場13:00 開演14:00
全席指定
一般 ¥4,000
中・高 ¥2,000
小学生 ¥1,000

好評発売中!!

お問い合わせ 0467-77-1131

公共施設の催しなど 10月



子育て支援センター

☎同センター☎77-1121

名称	場	日にち	時間	内容	対
栄養相談	子育て支援センター サロン室	10/10(火)	9:30~11:10 13:30~15:10	栄養士による栄養相談や離乳食の相談	乳幼児
	大上サロン室	10/2(月) 10/20(金)	サロン室での相談 10:00~11:10 13:30~14:40 電話での相談 9:15~9:50 14:50~16:00		
	綾南サロン室	10/12(木) 10/16(月)			
赤ちゃんデー	大上サロン室 綾南サロン室	毎週水曜日	13:30~15:30		2~8カ月児
園庭開放	綾南保育園園庭 大上保育園園庭	10/25(水)	9:30~11:30	外遊び、保育園児との交流、体操など	3カ月~乳幼児
移動サロン	綾北福祉会館 北の台地区センター	10/17(火) 10/23(月)	10:00~11:30	体操、手遊び、身体計測、栄養相談など(👟靴を入れる袋)	歩行~幼児
幼児サロン よちよちサロン合同	中央公民館	10/2(月)			
赤ちゃんサロン		10/26(木)	13:30~15:00	身体計測、栄養相談など	3カ月~未歩行児
公園ひろば	蓼川公園	10/5(木)	10:30~11:00	親子遊び、体操など	3カ月~乳幼児
	寺尾中央公園	10/12(木)			
	小園西公園	10/19(木)			

児童館

ながかつ児童館 ☎77-9992

名称	日にち	時間	定	対	持
英語絵本おはなし会	10/13(金)	10:30~11:30	親子10組	幼児(保護者同伴)	
まが玉作り	10/14(土)	13:30~15:00	15人	幼児~小学生(幼児は保護者同伴)	飲み物
ちびっこたいそう・ダンスであそぼう♪	10/25(水)	10:00~11:00	親子15組	幼児(保護者同伴)	

寺尾児童館 ☎77-9993

名称	日にち	時間	定	対	持
チャレンジ!みんなでダンス♪	10/7(土)	10:00~11:30	12人	小学生	飲み物・タオル
ちびっこたいそう・ダンスであそぼう♪	10/13(金)	10:00~11:00	親子10組	幼児(保護者同伴)	飲み物
英語絵本おはなし会	10/18(水)	10:30~11:30			
おたのしみ会	10/21(土)	14:00~15:00	15人	幼児~小学生(幼児は保護者同伴)	

小園児童館 ☎77-9994

名称	日にち	時間	定	対	持
リズムであそぼう	10/12(木)	10:30~11:30	親子10組	幼児(保護者同伴)	飲み物
母と子のおはなし会	10/16(月)	10:30~11:20			
ちびっこたいそう・ダンスであそぼう♪	10/18(水)	10:00~11:00			

全てのイベントが申込制です。

☎9月16日9時から各児童館へ電話か直接(申込順、市内在住の方優先)

※駐車場が少ないので、公共交通機関の利用や乗り合いのご協力をお願いします

図書館のおはなし会

絵本の読み聞かせ、紙芝居など。最新情報は、同館☎https://www.ayaselib.jp をご覧ください。☎同館☎77-8191

名称	場	日にち	時間	対
図書館おはなし会	中央公民館	10/5(木)	10:30~11:00	未就園児
おはなしの森		10/14(土)	11:00~11:30	年長児~小学校低学年
図書館子どもおはなし会		10/21(土)		年少児~小学校低学年
北の台おはなし会	北の台地区センター	10/28(土)		幼児~小学生
おはなしコロポックル	寺尾いずみ会館	10/7(土)	10:30~11:00	未就園児
いずみおはなし会		10/15(日)	11:00~11:30	幼児~小学生
おはなしくれよん	南部ふれあい会館	10/16(月)	10:30~11:00	未就園児

※未就学児は保護者同伴

くらし相談

相談の名称(相談無料)	時(祝日・振り替え休日の閉庁日は除く)・相談内容など	問
法律相談(弁護士)	毎週水曜日13:00~16:30(予約は前週の相談日8:30から)	市民課☎70-5605
夜間法律相談(弁護士)	10/12(木)・10/26(木)18:00~20:30(予約は前週の木曜日8:30から)	
司法書士相談(司法書士)	10/17(火)13:00~16:00。不動産登記、成年後見人の手続きなどに関する事(予約は1カ月前の相談日8:30から)	
行政書士相談(行政書士)	10/2(月)13:00~16:00。相続・遺言・各種許認可の手続き書類作成に関する事(予約は1カ月前の相談日8:30から)	
不動産相談(専門相談員)	10/16(月)13:00~16:00(予約は1カ月前の相談日8:30から)	こども未来課☎70-5664
ひとり親家庭の相談(専門相談員)	毎週月~金曜日9:15~12:15・13:00~17:00。暮らし、子ども、就職、福祉資金貸し付け、養育費確保支援など	
障がい児者相談(専門相談員)	10:00~15:00。障がい児者の生活全般について。月曜日:身体障がい・精神障がい、水曜日:発達障がい、木曜日:身体障がい(隔週)・精神障がい、金曜日:知的障がい・児童相談	障がい児者相談支援センター☎77-1118
障がい者就労相談(専門相談員)	毎週火曜日10:00~15:00。障がい者の就労のための相談、面接同行、職場訪問など	地域包括ケア推進課☎77-1116
在宅療養相談(医師、薬剤師、保健師)	毎週月~金曜日8:30~17:00。在宅での医療や介護に関する心配事など	
成年後見制度専門相談(社会福祉士)	毎月第4金曜日13:30~15:30。成年後見制度の概要、手続き方法、活動に関する事など(予約は相談日の5日前まで)	市民活動推進課☎70-5682
在留手続き・在留資格相談	毎月第2水曜日13:00~13:50・14:00~14:50・15:00~15:50	市民課☎70-5605
DV専門相談(専門相談員)	毎週月~金曜日10:00~12:15・13:00~16:45。配偶者からの暴力など	保育課☎70-5615
行政相談(行政相談委員)	10/16(月)13:00~16:00。国などの行政に関する意見や苦情	地域包括支援センターメイブル☎38-5906
人権上相談(人権擁護委員)	10/10(火)13:00~16:00。近隣トラブル、いじめ、暴力など	地域包括支援センター杜の郷☎76-8866
保育入所相談(保育コンシェルジュ)	毎週月~金曜日9:00~12:15・13:00~16:00。保育所他子どもの預け先など	道志会地域包括支援センター☎70-1166
高齢者に関する介護、福祉、健康に関する電話相談や訪問依頼、一人暮らし高齢者の心配事など	毎週月~金曜日9:00~18:00。☎小園、小園南、早川、早川城山、綾西、吉岡、吉岡東在住の方	地域包括支援センター泉正園☎70-1888
消費生活相談(専門相談員)	毎週月・火・木・金曜日10:00~12:00・13:00~16:00。訪問販売・商品のトラブルなど(電話可)	消費生活センター☎70-3335
教育相談	毎週月~金曜日10:00~16:00。子どもの教育・生活に関する心配事、悩みなど	教育研究所☎79-0222
青少年相談(☎wm.777830@city.ayase.kanagawa.jpでも可)	毎週月~金曜日10:15~17:00(受け付けは9:00から)。市内在住・在勤・在学で中学校を卒業した青少年・若者の悩み、非行、ひきこもりなど	青少年相談室☎77-7830
障がい児相談(専門相談員)	毎週月~金曜日8:30~17:00。発達障がいになる児童や心身に障がいのある児童について	もみの木園☎76-6770
空き家相談	毎週月~金曜日8:30~12:15・13:00~17:00。空き家の管理や売却、相続などに関する事	都市計画課☎70-5625
自立支援相談(相談支援員)	毎週月~金曜日8:30~12:15・13:00~17:00。仕事、家計、健康など生活の困り事に関する事	福祉総務課☎70-5624



「スマートミール」を食べてみませんか

☎健康づくり推進課 ☎77・1133

「健康的な食事・食環境」認証制度（通称：スマートミール）を知っていますか。厚生労働省が支援している制度で、栄養バランスが良く、野菜がたっぷり、減塩した食事を継続して提供している事業者を認証しています（詳細は二次元コード参照）。8月より市内の認証事業者が増え、2店舗となりました。市管理栄養士も監修・支援しています。ぜひスマートミールで健康に良い食事のおいしさを体験し、日々の食事の参考にしてください。

【認証事業者】

① **Boulangerie et vin KaZe** (深谷中)
☎38・5357
認証期間：4年8月～6年7月

チキンティッカプレート



鶏胸肉を10種類のスパイスとヨーグルトでマリネし、塩分を抑えながらもしっかりした味わいです。

人気の洋風総菜とミニサラダ・ミニヨーグルトの満足プレート。

エネルギー 643kcal たんぱく質 30.3g 脂質 20.8g
炭水化物 76.3g 食塩相当量 2.9g 野菜等重量 147g

② **Italianristorante Casa・Mille** (寺尾中)
☎39・5717
認証期間：5年8月～7年7月

納豆とキノコのスパゲッティー チキンソテーとサラダのセット



たんぱく質豊富な納豆と脂質の少ないキノコを加え、少なめの麺でも満足できます。チキンソテーは素材の油のみでソテーし、タマネギとトマトをのせてさっぱり。サラダはオリーブとニンジン自家製ドレッシングで。

はオリーブとニンジン自家製ドレッシングで。

エネルギー 637kcal たんぱく質 32.3g 脂質 19.6g
炭水化物 75.9g 食塩相当量 3.0g 野菜等重量 182g

※どちらのメニューもスマートミールの基準の「ちゃんと」を満たしています

スマートミール1食あたりの基準

厚生労働省の「生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の目安」等に基づき基準を設定しています。



スマートミールの基準		ちゃんと	しっかり
		450～650kcal未満	650～850kcal (日本食品標準成分表2020年版では620～850kcal)
主食	ご飯、パン、麺類	(ご飯の場合) 150～180g (目安)	(ご飯の場合) 170～220g (目安)
主菜	魚、肉、卵、大豆製品	60～120g (目安)	90～150g (目安)
副菜	野菜、キノコ、海藻、イモ	140g以上	
食塩相当量		3.0g未満	3.5g未満

人口と世帯 人口 82,984人 (前月比-20) 世帯数 世帯数 35,511世帯 (前月比+30) (令和5年8月1日現在)

広報あやせNo.1236 (2023年9月15日)
編集・発行 綾瀬市市長室秘書広報課
〒252-1192 綾瀬市早川550番地
☎0467・77・1111 (代表)
FAX 0467・70・5701



広報まちかど特派員や市民からの情報などを、市ホームページの「あやせネットニュース」とフェイスブックで発信しています。



広報をウェブと無料アプリで配信中です。外国語翻訳ができるアプリもあります。

開庁時間 原則 (月)～(金) 8時30分～17時

綾瀬市HP <https://www.city.ayase.kanagawa.jp>