

特集

私たちの一票で未来が変わる 参議院選挙へ行こう！



主な記事

- ④夏のイベントめじろ押し
- ⑥あやせ工場オープンファクトリー開催！
- ⑧後期高齢者医療制度の通知書送付や
資格確認書の更新など



広報あやせは、綾瀬市LINE公式アカウント
でも配信しています。

「特集」 私たちの一票で未来が変わる 参議院選挙へ行こう！

投票日

7月20日(日)
7時～20時

期日前投票

7月4日(金)～19日(土)
8時30分～20時

7月20日(日)に参議院議員選挙が行われます。私たち一人一人の票が、社会を少しずつ変えていきます。投票で、あなたの意思をしっかりと届けましょう。

選挙管理委員会事務局 ☎70・5646

投票までの流れ

市から投票所入場整理券が届く

- どちらかを選択
- ・当日に投票所
 - ・期日前投票

投票所へ行く
持入場整理券

受付で投票用紙を受け取る

記載台で候補者名を記入

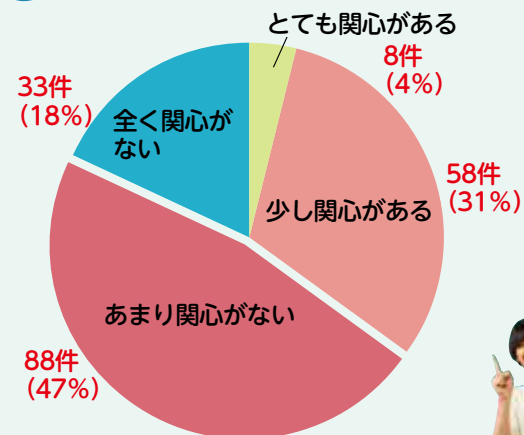
投票用紙を
投函する

投票完了！

〈注意事項〉
・入場整理券は、世帯ごとに届きますが「個人ごとの用紙」です
・入場整理券を忘れてしまった場合でも、投票会場で本人確認ができれば投票できます

高校生187人に聞いてみた！ 「選挙のハテナ」に答えます

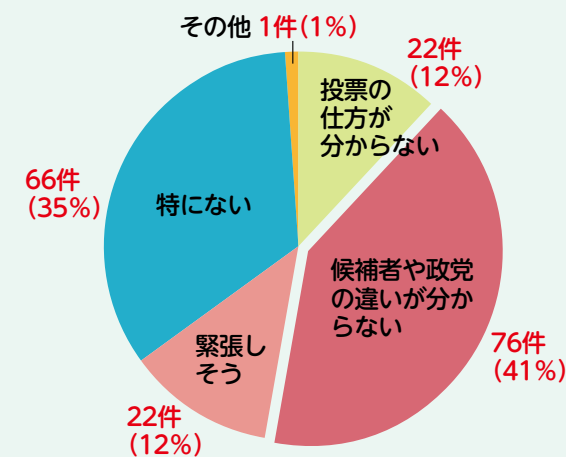
① 選挙に対するあなたの関心度は？



選挙は18歳以上の皆さんの大切な権利です
「どんな社会になってほしいか」「生活の中で困っている事」などを、投票という形で社会に反映させることができます。
例えば、家計に関わる電気代や食料品の値段なども選挙の争点になることが多いです。自分の生活と選挙とのつながりを考えてみると、関心が高まるのではないのでしょうか。

あまり関心がないなあ

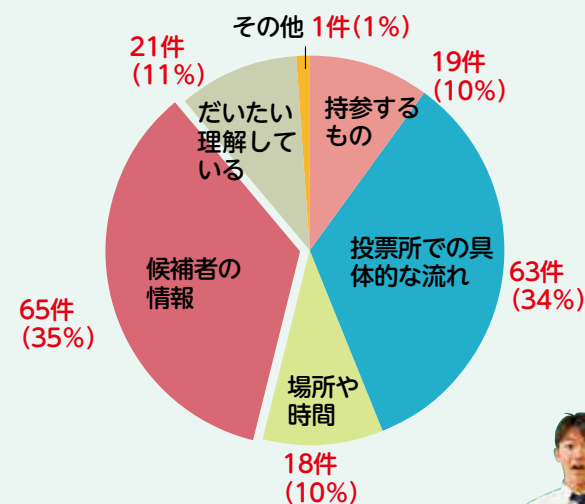
③ 投票で不安に感じることは？



候補者や政党ってそんなに違うの？

まずは自分の考えをまとめよう
環境問題や税金、ジェンダーなど、自分が社会に対して感じていることをまとめてみてください。候補者や政党の掲げる政策と照らし合わせると、きっとあなたに近い考えの候補者や政党が見つかります。

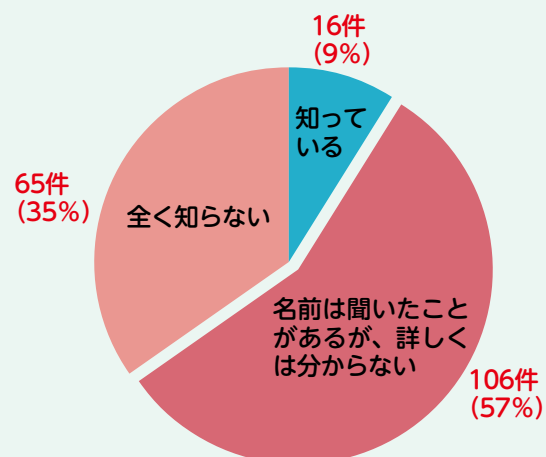
④ 投票について知りたいことは？



誰に投票しよう？
情報が足りないよ…！

選挙公報などを活用しましょう
選挙公報には、候補者のプロフィールや政策、主張が掲載されています。投票日まで全戸配布されるので見てみてください。他にもこんな方法があります！
・街頭演説
・候補者や政党のホームページやSNS
・ポスター掲示板
・テレビや新聞などマスメディアの報道など

② 期日前投票を知っていますか？



投票日より前にあらかじめ投票できる制度です
投票日当日に予定がある人は、7月4日(金)～19日(土)に市役所で投票ができます。投票の流れは同じです。ぜひ利用してください！

期日前投票？
聞いたことはあるけど…

夏のイベントめじろ押し



=あやせわんぱくプラザ対象事業

あやせエコっと21 夏休みチャレンジ

学童編

岡あやせ環境ネットワーク事務局(環境保全課内) ☎70・5619
地球温暖化の原因となる二酸化炭素の排出量を減らす
チャレンジ項目(例: 冷蔵庫を開けたらすぐ閉める、シャ
ワーの利用時間を短くする)を実施。10日間チャレンジ
すると参加賞を進呈。☑市内在住の小学5年生 ☒同ネッ
トワーク、市 ☒夏休みチャレンジシート(市 ☒からダウ
ンロード可)に学校名、氏名(ふりがな)、チャレンジした
項目などを記入し、市内の学校に通う児童は各校の決め
た期日までに各校へ、それ以外は9月19日までに同事務
局へ直接

宝箱チャレンジ in 城山



岡子ども会育成連絡協議会事務局(児童青少年支援課内)
☎70・5655

ストラックアウト
など四つのチャレン
ジゲームに参加して、
高得点を目指す。景
品あり(数量限定)。
☒7月21日(月・祝)
9時～11時30分(受
け付けは9時～10時。
小雨決行) ☒城山公園



☑市内在住・在学の幼児～小学生 ☒飲み物、帽子、タオル、
暑さ対策グッズ ☒同協議会

お日さまは力もち ミニソーラークッカーをつくろう！



岡環境保全課 ☎70・5619

太陽光を利用する簡単な調理器具を作製。紫外線の強
さが分かるソーラービーズをプレゼント。☒7月23日(水)
10時～12時(雨天時は7月25日(金)) ☒リサイクルプラ
ザ ☑市内在住の小学生(3年生以下は要保護者同伴) ☒20人
程度(申込順) ☒はさみ、30cm定規、筆記用具、洗濯ば
さみ2個、飲み物、軍手 ☒300円 ☒NPO法人
ふるさと環境市民、市 ☒7月5日～18日に右
の二次元コードで電子申請



ブルーベリー摘み取り体験

岡市地場農産物消費拡大推進協議会事務局(農業振興課内)
☎70・5622

市内ブルーベリー農園の見学と摘み取り体験。☒7月
26日(土)10時～11時30分 ☒あやせベリーガーデン(上
土棚北)。市役所正面玄関集合・解散 ☑市内在住の小学4
～6年生 ☒20人(抽選) ☒200円 ☒同協議会 ☒7月15日ま
でに同事務局へ ☒

子ども食育教室



岡こども家庭センター ☎77・1133

うどん作りと、地場産物を使用した食事を楽しむ。要
保護者の送迎。☒7月31日(木)10時～12時 ☒保健福祉
プラザ ☒9年長児～小学4年生 ☒16人(申込順) ☒エプロン、
三角巾、手拭き、飲み物 ☒300円(食材費・保険代) ☒市
食生活改善推進協議会、市地場農産物消費拡
大推進協議会 ☒7月7日～20日に右の二次元
コードで電子申請



夏休み下水道教室



岡浄水管理センター ☎77・1414

下水道の概要や仕組みの紹介と下水処理場の施設見学
で下水道の知識を深める。☒8月1日(金)9時30分～11
時30分 ☒同センター ☑市内在住・在勤・在学
の方(小学生以下は要保護者同伴) ☒50人(申
込順) ☒7月2日～30日に右の二次元コードで
電子申請



親子手づくりDIYキッズ教室



岡児童青少年支援課 ☎70・5655

親子で大工になって「ミラクルボックス」を作る。講師は
市青少年育成員。☒8月3日(日)10時30分～12時30分 ☒
IIMURO GLASS市民スポーツセンター ☑市内在住の小学
生と保護者(2人1組) ☒40組(抽選) ☒金づち、紙やすり、
軍手(大人、子ども用)、木工用接着剤、飲み
物 ☒市青少年育成員協議会・市 ☒7月1日～18
日に右の二次元コードで電子申請



リサイクル現場学習会



岡あやせ環境ネットワーク事務局(環境保全課内) ☎70・5619
高座清掃施設組合(海老名市)と浄水管理センターを見
学し、ごみの減量化について学び、リサイクルについて
考える。☒8月6日(水)9時～13時 ☒市役所正面玄関集合・
解散 ☑市内在住で小学生以上の方 ☒20人(申込順) ☒筆記
用具、飲み物 ☒同事務局 ☒7月5日～27日に
右の二次元コードで電子申請



相模川水系の自然環境学習会



岡あやせ環境ネットワーク事務局(環境保全課内) ☎70・5619
相模川ふれあい科学館アクアリウムさがみはら(相模原
市)と史跡田名向原遺跡旧石器時代学習館(同市)を見学し、
相模川水系の自然環境を学ぶ。☒8月8日(金)8時50分～
16時 ☒市役所正面玄関集合・解散 ☑市内在住の小学4～6
年生 ☒20人(申込順) ☒帽子、運動靴、筆記用
具、飲み物、昼食、タオル ☒同事務局 ☒7月5
日～8月3日に右の二次元コードで電子申請



公民館のイベント情報

岡中央公民館 ☎77・8181

●子育てサロン「ひよこサロン」～夏のお楽しみ会～

オリジナルのうちわ作り、手遊び、体操、歌など。☒7月17日(木)10時～11時 ☒吉岡地区センター ☑未就学児と保護者

以下シリーズ・ワークショップ共通

☒7月6日10時から講座名・氏名・学年・電話番号を中央公民館へ ☒、☒79・0141か直接(申込順)

※複数申し込み可※ハンディキャップのある方は、申込時にご相談ください

●夏休みこどもチャレンジシリーズ



★「キッズ発育ダンス」 ～みんな違ってみんないい、心おどるダ ンスレッスン～

運動遊びや個性を表現するダンスの体験。☒7月30日
(水)10時～12時 ☒寺尾いずみ会館 ☑市内在住の小学1
～3年生 ☒16人 ☒タオル、飲み物、運動ができる服装

★「ディンプルアートを楽しもう」 ～まるでステンドグラス！～

ディンプルアート誕生の経緯を学び、エコな絵の具を
使いクリアボックスとステッカーを制作。☒7月31日(木)
10時～12時 ☒綾南地区センター ☑市内在住の小学生 ☒
16人 ☒上履き、マチ付き紙袋(A4サイズ) ☒500円

★「みんなのお金の使い方」 ～カレーライス作りゲームにチャレンジ！～

ゲームを通して、お金の大切さや使い方をファイナ
ンシャルプランナーから学ぶ。☒8月6日(水)13時30
分～15時30分 ☒中村地区センター ☑市内在住の小学
3～6年生 ☒16人 ☒作ったゲーム(B4サイズ)を持ち
帰る袋

●親子体験ワークショップ



★「マイクロプラスチックでレジンアクセサ リーづくり」～海からのメッセージ～

海岸で集めた海洋プラスチックを再利用したアク
セサリー作りを通して、環境問題を考える。☒7月21
日(月・祝)13時30分～15時30分 ☒中央公民館 ☑市内
在住の小学生と保護者 ☒10組 ☒ウエットティッシュ、
ティッシュ ☒子ども1人1200円

★「レゴブロックを楽しもう！」 ～どんなお家を作ろうかな？～

組み立て玩具ブロックの魅力を知り、自由楽しく
制作する。東京科学大学レゴ同好会メンバーがサポー
ト。完成した作品の撮影可。☒8月15日(金)13時30分
～15時30分 ☒中央公民館 ☑市内在住の小学生 ☒20人

★「ペットボトルの中にトルネードを作っ てみよう」～水の不思議実験～

地球上の水と空気についての学習とペットボトルを
使用した「トルネード(竜巻)」「落ちない水」などの実験。
☒8月18日(月)10時～12時 ☒中央公民館 ☑市内在住の
小学3～6年生 ☒16人 ☒500ml以下の硬めのペットボ
トル2本、はさみ、タオル、ビニール袋、工作物を持ち
帰る袋

★「^{はないく}花育」～お花で心を豊かにしましょ！～

フラワーアレンジメント体験で、優しさや美しさ
を感じる気持ちを育む。☒8月27日(水)10時～12時 ☒吉
岡地区センター ☑市内在住の小学3～6年生 ☒10人 ☒ハ
ンドタオル、使い慣れたはさみ、作品を持ち帰るため
のマチがある袋、筆記用具、上履き ☒1000円

★「みーんなアーティスト」 ～木の工作を楽しもう！～

木片を材料にトンカチ、のこぎり、絵の具を使って
自由に作品を作るアート体験。☒8月3日(日)13時30
分～15時30分 ☒中央公民館 ☑市内在住の小学生と保護
者 ☒10組 ☒上履き、軍手、マチがある大きめの袋、汚
れてもよい服装 ☒子ども1人1000円

あやせ工場 オープンファクトリー開催！

岡商工振興課 ☎ 70・5066



「ものづくりのまち あやせ」の日常を体感することのできる「あやせ工場オープンファクトリー」が7月26日から順次市内4エリアで開催。詳細は公式HPを見てください。



〈開催日・エリア〉
7月26日(土) 綾瀬工業団地エリア
9月13日(土) 吉岡エリア
10月4日(土) 上土棚・与蔵山下エリア
11月8日(土) 早川・さがみ野・小園エリア



学校プール 無料開放 暑い夏は プールで泳ごう

岡スポーツ課 ☎ 70・5656

夏休みの間、綾北小学校・綾南小学校・北の台小学校を除く市内小学校7校のプールを無料開放。各学校、半日開放になるので、開放時間に注意してください。水遊びは危険も伴います。注意事項を守って、安全に楽しく利用してください。

時 7月22日(火)～8月7日(木)。詳しくは市HPを見てください。場 市内小学校(7校)
持 水泳帽、水着、飲み物、タオル
注意事項 小学3年生以下は要保護者同伴。おむつがとれていない幼児、体調の優れない方、感染症にかかっている方、医師から水泳を禁じられている方は利用不可。



市HP



綾瀬市こどもドリームプレイウッズ リニューアル記念イベント ハマラカ祭 開催

岡児童青少年支援課 ☎ 70・5655

自然の中で遊び、学べる同施設のフルオープンに合わせ、NPO法人ドリームプレイウッズによる季節の伝統行事を体験できる楽しいイベントを行います。ぜひ遊びに来てください。

時 7月13日(日) 10時～14時 場 市こどもドリームプレイウッズ 持 動きやすく汚れてもよい服装、飲み物 目 同法人



2025 夏のチャレンジ ボランティア体験

岡市民活動センターあやせ ☎ 70・1232 (休館日：毎週火・第3水曜日)

市内の市民活動団体が行っているイベントの運営や常時活動を手伝うボランティアを募集。興味・関心がある活動のボランティアに思い切ってチャレンジしてみませんか。岡市内在住・在勤・在学で高校生以上の方 岡申込時に説明 岡プログラムNo.、氏名(ふりがな)、性別、郵便番号、住所、電話番号、年齢(高校生の場合、高校名・学年)を各開催日の7日前(休館の場合は翌開館日)までに同センターに ☎ ☎ ayasenposc@gmail.com

プログラム一覧表

No.	時	体験内容	場	受け入れ団体	定(申込順)
1	7/20(日) 8:00～10:00	公園の清掃・外来種草の駆除 公園内の清掃・除草。外来植物(オオキンケイギク)の駆除	綾南公園	山崎地区綾南公園愛護会	高校生 5人
2	7/23(水) 9:00～12:00	ミニソーラークッカー作りのアシスタント 大型ソーラークッカーで目玉焼きやご飯を炊いたり、子どもたちがミニソーラークッカー作りをする時の補助	リサイクルプラザ	NPO法人ふるさと環境市民	一般・高校生 3人
3	7/25(金) 9:00～12:00	外国ルーツのこども支援 市内の外国ルーツの小・中学生たちの夏休みの宿題の学習支援。日本語を使って支援(かるたゲームなど)	綾南地区センター	にぬふあぶし	一般・高校生 5人
4	7/30(水) 14:00～17:00		中村地区センター		一般・高校生 5人
5	7/31(木) 8:45～11:45	学童保育体験 放課後児童クラブ(学童保育)を利用している児童の自主学習の手伝いと、子どもたちとの触れ合い	学童保育にこにこクラブ(上土棚中)	特定非営利活動法人 がじゅまるの木	一般・高校生 3人
6	8/1(金) 8:45～11:45		学童保育たんけんクラブ(小園)		一般・高校生 3人
7	8/3(日) 13:00～15:00	おもちゃの修理体験 おもちゃドクターと一緒に分解修理を楽しむ	リサイクルプラザ	おもちゃの病院あやせ	一般・高校生 4人
8	8/5(火) 8:45～11:45	学童保育体験 放課後児童クラブ(学童保育)を利用している児童の自主学習の手伝いと、子どもたちとの触れ合い	学童保育すこやかクラブ(早川)	特定非営利活動法人 がじゅまるの木	一般・高校生 3人
9	8/6(水) 8:45～11:45		学童保育のびっこクラブ(大上)		一般・高校生 3人
10	8/18(月) 12:00～15:00	ソーラーグッズ遊びのアシスタント ソーラークッカーの実演(自然エネルギーの話)やソーラーグッズでの遊びの補助	早園小学校(予定)	NPO法人ふるさと環境市民	一般・高校生 3人
11	8/19(火) 9:20～12:00	ホタル生息地の整備 ホタル生息地の竹の伐採、落ち葉除去、水生生物調査など	城山公園	綾瀬城山ほたる保存会	一般・高校生 5人
12	8/23(土) 9:00～12:00	サマーフェスティバルの手伝い 神社境内での昔懐かしい竹馬・竹ポックリ・竹トンボ遊びのイベントのサポート	落合キツツキの森(稲著社境内)	キツツキの森管理委員会	高校生 5人



図書館からのお知らせ 岡同館 ☎ 77・8191

夏季特設コーナー設置

今年度の課題図書・すいせん図書など、夏休みの宿題に役立つ本を集めた特設コーナーを設置。課題図書は利用が集中するので、コーナー設置期間中の貸し出しは1人2冊までです。時 7月2日(水)～9月5日(金)(休館日を除く) 場 同館

移動図書館

予約本や貸し出し可能な資料を載せた移動図書館の運行。詳しくは図書館HPを見てください。岡図書館の利用者カード

時	場
原則毎週日曜日10時～11時30分(荒天中止)	綾瀬こぼと幼稚園
原則毎週日曜日14時～15時30分(荒天中止)	綾南地区センター

※綾南地区センターでの移動図書館は、7月20日(日)より運行開始

後期高齢者医療制度の通知書送付や資格確認書の更新など

岡保険年金課☎70・5617

保険料額決定通知書・納入通知書を送付

7月中旬、後期高齢者医療制度の加入者全員に、7年度の保険料額決定通知書と納入通知書を送付します。保険料額は、前年(6年1月～12月)の所得額に応じて決定します。

資格確認書の一斉更新について

紙の保険証は6年12月2日で廃止され、マイナ保険証(保険証利用登録がされたマイナンバーカード)が資格確認書に移行しました。現在使用している後期高齢者医療被保険者証・資格確認書の有効期限は7月31日で満了となるため、8月1日以降は使用できなくなります。

7月中に、後期高齢者医療制度の加入者全員に新しい資格確認書を郵送します。8月1日を過ぎても資格確認書が届かない場合や紛失した場合は、同課へ問い合わせてください。

限度額適用認定証および限度額適用・標準負担額減額認定証(減額認定証)について

6年12月2日以降、限度額適用認定証および減額認定証の交付は終了しました。今後はマイナ保険証か、所得区分が記載された資格確認書を医療機関などで提示することで限度額を超える支払いが免除されます。今までに限度額適用認定証か減額認定証を持っていて、8月1日以降も対象となる方には所得区分が記載された資格確認書を7月中に郵送します。

夏休みは シェアサイクルで 出かけよう！

岡都市整備課☎70・5629

ついに始まる夏休み！！

「夏は暑すぎて、歩きたくない…」「車で移動したら渋滞…」そんなときにはシェアサイクル！電動アシストでスイスイ進む！渋滞にも巻き込まれず、目的地までストレスフリー！夏の風を感じながら、シェアサイクルで綾瀬の小旅行を！

おすすめスポット

- ★光綾公園
- ★蟹ヶ谷公園
- ★綾瀬スポーツ公園

貸し出し回数 TOP3ステーション

- ①小園西公園
- ②綾瀬市役所
- ③光綾公園

使用方法(基本料金160円／30分) 専用アプリで！

専用アプリ「HELLO CYCLING」をダウンロード➡アプリから借りるステーションの自転車を予約、利用開始

市LINE公式アカウントで！

市公式LINEを友だち追加➡「交通」を選択➡「シェアサイクルを利用」を選択➡借りるステーションの自転車を予約、利用開始



アプリダウンロードはこちら



友だち追加はこちら

国民健康保険特定疾病療養 受療証について

岡保険年金課☎70・5617

7月初旬から、8月1日以降から使える新しい受療証を送付します。7月31日までに届かない場合は、同課へ連絡してください。

70歳未満で人工透析が必要な慢性腎不全の自己負担限度額の判定について

国民健康保険(国保)加入者全員の所得金額(合計所得金額－純損失の繰越控除額－基礎控除額)の合算額が600万円を超える「上位所得世帯」に属する70歳未満の方は、自己負担限度額(高額療養費算定基準額)が2万円、それ以外の方は1万円です。所得の確認ができない方が世帯にいる場合、上位所得世帯の区分となります。国保加入の未申告者がいた場合は、課税課(☎70・5611)が大和税務署などで所得申告を行い、自己負担限度額の再判定のため保険年金課に連絡してください(所得がない方も市民税の申告は必要です)。

※重度障害者医療適用者は、自己負担限度額にかかわらず県下医療機関での窓口負担は無料です

国民年金保険料の 納付免除・猶予

岡保険年金課☎70・5618か
厚木年金事務所☎046・223・7171

国民年金の第1号被保険者で、経済的な理由などで保険料を納めることが困難な場合は、申請して承認を受けると免除・猶予されます。承認期間は7月～8年6月の1年間で、申請は2年1ヵ月までさかのぼることができます。継続を希望して全額免除か納付猶予を承認された方は、次年度以降は原則として申請不要です。

☑第1号被保険者で次のいずれかに該当する方①本人、配偶者、世帯主(納付猶予は本人、配偶者)それぞれの前年所得が定められた基準以内(日本年金機構HP参照)②失業、倒産、廃業が確認できる③障がい者が寡婦などで前年所得が135万円以下④生活保護法による生活扶助以外の扶助を受給☑年金手帳、納付書など基礎年金番号の分かるもの、6年1月1日以降の失業を理由とする方は雇用保険被保険者離職票か雇用保険受給資格者証☑甲252-1192市役所保険年金課に郵送か直接。結果は日本年金機構から通知書を送付(一部免除の方には区分に応じた納付書も送付)

知ろう！学ぼう！
ごみ問題！

あやせのごみの量、知っていますか？

岡リサイクルプラザ☎70・5667

綾瀬市から出るごみの量は年々、減ってきており、特に家庭から出るごみは確実に減ってきています。6年度は初めて1万2000tを切り、1人1日当たりの家庭系可燃ごみの量も400gを切ることができました。4年度と比較すると約1300tのごみ減量に成功しています。

一方で、市内の事業所から出るごみの量は減っていません。事業者の皆さんも事業所から出るごみの減量に挑戦し、みなでのごみを減らしていきましょう！

「資源とごみの分け方・出し方ガイドブック」を活用しましょう！

市で発行している「資源とごみの分け方・出し方ガイドブック」をリニューアルし、市内全世帯に配布しました。

皆さんが分別しやすいように内容やレイアウトを改めたので、ぜひ参考にしながら家庭から出るごみをもう1度、見直してみてください。



【主な変更点】

- ・リサイクルの流れが分かりやすいように、資源物収集後の処理フローを記載
- ・市HPや電子申請に簡単にアクセスできるように、二次元コードを記載
- ・草、木、枝の分離回収や未利用食品の回収など、新たにごみ減量化策について記載
- ・「ごみ分別一覧表」をより見やすく、分かりやすく修正
- ・粗大ごみや家電リサイクル品目の新たなリユース促進を記載



7/1号

けんこう

ガイド

健康診査結果説明会

健康診査結果を理解し、健康への意識を高める。**時**7月15日(火)10時～11時**場**市役所305会議室**対**市国民健康保険加入者と県後期高齢者医療制度加入者**定**10人(先着順)**時**健康診査の結果

健康度見える化コーナー相談会

5種類の機器を使用し、体組成・脳年齢・骨健康度・血管年齢・血圧の測定と結果の印刷。希望者には結果の見方や生活習慣改善について保健師や管理栄養士からアドバイスあり。**時**7月15日(火) 9時30分・10時・10時30分・11時**場**保健福祉プラザ**持**筆記用具**申**7月7日から右の二次元コードで電子申請

脳と身体の体操教室

認知症予防と運動不足の解消。椅子に座りながらやるので体力に自信のない方にもおすすめ。**時**7月10日(木) 10時～11時**場**大上自治会館**持**汗拭きタオル、飲み物**申**7月1日から同センターへ



健康相談

相談の名称など(無料)		時(祝日・振り替え休日は除く)・相談内容など	場
予約制	成人健康相談	7/16(水)・8/5(火)9:30～11:45。 食事、運動、心、聞こえなどの相談	保健福祉プラザ
	保健師による心の健康相談		
	聴覚相談		
妊娠・出産・子育て総合相談		毎週月～金曜日8:30～12:15・13:00～17:00。 妊娠・出産・子育ての悩み、児童虐待について(電話可)	
いきいき健康・食事相談		毎週月～金曜日8:30～12:15・13:00～17:00。 健康・栄養・酒害相談など	
高齢者ヘルスアップ相談		7/8(火)9:15～12:15。健康相談、心の健康相談	

「あやせいいき健康だより」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

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

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**7月15日(火)10時～12時(各15分)**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**7月2日から右の二次元コードで電子申請が同課へ



離乳食ゴックン教室・カミカミ教室

各時期の離乳食と育児の話、計測など。講師は管理栄養士、保健師。ベビーフードなどのお土産付き。**時**7月18日(金) ①ゴックン教室10時～10時45分②カミカミ教室10時45分～11時30分**場**保健福祉プラザ**対**①4～8カ月児の保護者②8～12カ月児の保護者**定**各15人(申込順)**持**母子健康手帳、抱っこひも**申**7月7日から右の二次元コードで電子申請

市国民健康保険加入中の方の日曜健診の実施について

閏保険年金課**時**70・5617(特定健診に関すること)
医療健康課時55・8161(がん検診に関すること)
特定健診とがん検診(胃・大腸・肺など)を同時に受診できる日曜健診を実施。**時**9月14日(日)。受付時間は実施日の1週間前をめどに案内書で通知**場**市役所会議室他**定**80人程度(申込順)**他**詳しくはあやせいいき健康だより、市国民健康保険特定健康診査受診の案内か市**HP**を見てください**申**7月10日～7月31日に下の二次元コードで電子申請、同課へ**時**(健診申し込みの旨を伝えてください)か直接
※がん検診のみの受診はできません
※時間の指定はできません
※申込開始日は電話がつながりにくいことがあります
※各項目につき6月～8年3月に1回の受診です
※大腸がん・子宮がん検診は生理中の受診ができません
※肺がん検診は、やむを得ず特定健診をキャンセルした場合、負担金が変わります
※マンモグラフィーは、授乳中、生理前1週間～生理終了に受診できない他、断乳後6カ月は受診できない場合があります
※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
※検診車での検診時のみ未就学児対象の保育があります(要事前相談)
※混雑が予想されますので当日は公共交通機関を利用してください



口腔がん検診

閏医療健康課**時**55・8161
大和綾瀬歯科医師会会員と口腔外科学会専門医による口腔がん検診とお口の相談。**時**9月25日(木)10時～16時30分**場**綾瀬休日歯科診療所**定**45人(抽選)**申**はがきに住所、氏名(ふりがな)、性別、生年月日、電話番号、「口腔がん検診希望」を明記し、8月31日までに〒242-0018大和市深見西2-1-25大和綾瀬歯科医師会事務局(**時**046・263・0681)へ郵送(必着)。当選者にははがきで通知



野外炊飯からの食中毒に
注意しましょう

閏子ども家庭センター**時**77・1133

気温や湿度が上がり、細菌性の食中毒の起こりやすい季節になりました。危険な温度は一般的に25度以上といわれ、最短10分で細菌が増殖します。持ち帰り弁当などはすぐに食べ、食材購入の際は帰宅後すぐに冷蔵庫に保管するなど、温度や時間の管理に気を付けましょう。

また、レジャーの季節となり、キャンプやバーベキューなどの野外炊飯をする機会が増えてきます。以下のことに注意して楽しみましょう。

- ・食材は保冷バッグを活用し、常温で放置する時間を短くすること
 - ・生肉と加熱後の肉は調理器具を別にすること
 - ・食材は中心までしっかり加熱すること
- これらとともに、料理前・食べる前の手洗いや手指消毒で、夏場の食中毒を予防しましょう。



— 広 告 —

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。

7/20(日)

* 防犯対策・熱中症対策 大切なのは

窓や鍵

です

「安心に暮らせる住まい」の為に、防犯ガラスへの交換や玄関ドアの鍵交換、後付けシャッター等のご相談が急増しています。また、強い夏の日差しを遮る「スタイルシェード」もヒット商品です。

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

はい！相談して下さい

0120-33-5643

毎月19日は食育
の日

今年も暑い夏がやってきました。一度に大量の水分摂取は胃液が薄まり、食欲が落ちる事があります。小まめな水分補給を心掛けましょう。**閏**子ども家庭センター**時**77・1133

情報プラザ

AYASE INFORMATION PLAZA

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 **他**=その他 **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

不明な点などがある場合は、各記事の電話番号へ
問い合わせてください。

催し・講座

シニア向けスマホ相談会

問高齡介護課☎70・5616
スマートフォン(スマホ)の所持を問わず、スマホに関する悩み・不安の解消やさまざまな活用など、個々のニーズに合った支援。**時**表のとおり**場**同課**対**市内在住で60歳以上の方**定**各2人(申込順)**申**7月1日～8日に参加者の氏名、生年月日、住所、電話番号を同課へ☎

時	
7/9(水)	①10:00～10:45 ②10:45～11:30 ③11:30～12:15
7/23(水)	④13:15～14:00 ⑤14:00～14:45

英語のおはなし会と読み聞かせ講座

問大上サロン室☎77・3739
楽しい英語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。講師は英語絵本インストラクターの犬矢悠卯さん。**時**7月10日(木)10時50分～11時20分**場**同サロン室**対**未就学児と保護者**主**図書館
※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

道志会老人ホーム夏祭り

問同老人ホーム☎76・3399
盆踊り、模擬店、キッチンカーなど。駐車場なし。**時**7月19日(土)18時～20時(雨天中止)**場**同老人ホーム(早川城山)

ノルディックウォーク教室

問IIMURO GLASS市民スポーツセンター☎76・9292
2本の専用ポールを交互に地面に突いて歩く、運動効率の高い歩行運動。**時**7月20日(日)10時～11時(初級コース)、11時～12時(中級コース)**場**城山公園時計台前集合**対**16歳以上の方**定**各コース12人**持**飲み物、タオル、動きやすい服装、持っている方はポール**申**同センターへ☎

きらめき補助金交付事業 不登校生と保護者の居場所

問ふいか・齋藤☎090・6188・2202
学校に行きづらい、登校渋りの子どもとその保護者が登校に関する悩み相談や情報交換など、好きな事をして自由に過ごせる場。**時・場**表のとおり**対**小・中学生、高校生の子どもと保護者(一方のみの参加も可)**費**200円(保護者のみ)**主**同団体**HP**<https://www.instagram.com/fikafika1001?igsh=MWxuc2l2M2ludG8zdQ==> (インスタグラム)**申**同団体:齋藤へ☎か✉fikafika3atm@gmail.com

時		場
7/12(土)	10:00～12:00	寺尾いづみ会館
7/26(土)	13:00～15:00	保健福祉プラザ
8/16(土)	10:00～12:00	
8/30(土)	13:00～15:00	

おはなし会と読み聞かせ講座

問①綾南サロン室☎79・6925
②子育て支援センター☎77・1121
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

時	場
①7/17(木) 10:50～11:20	綾南サロン室
②7/17(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

ソフトテニス初心者教室

問市ソフトテニス協会:片岡☎70・8463
時7月27日(日)13時～17時(雨天中止)**場**IIMURO GLASS市民スポーツセンター**対**市内在住・在勤の方**持**運動着、ラケット(貸し出しあり)、テニスシューズ**主**同協会**申**同協会:片岡へ☎



Hello! えいごひろば

問図書館☎77・8191
友だちと一緒に遊びながら、絵本や歌を英語で楽しむ。会場となるため、学習室は当日12時まで使用不可。**時**7月28日(月)10時30分～11時30分**場**同館本館**対**0歳～未就学児とその保護者、プレママ**定**12組(申込順)**申**7月16日9時から同館へ☎か直接

8月の親子で楽しむランチ会

問子育て支援センター☎77・1121
「楽しい」「うれしい」経験を通して食べることを親子で楽しむ講座(軽食あり)。メニューは「タコライス」「きらきらゼリー」。①②とも内容は同じ。②は簡単な調理あり。**時**①8月5日(火)11時～12時②8月23日(土)11時～12時30分**場**保健福祉プラザ**対**市内在住の今年度初参加の方で①2歳～3歳11カ月の子どもと保護者(子どもが1歳7カ月～1歳11カ月の保護者のみの参加も可)②3歳以上の未就学児と保護者(子どもが1歳7カ月～2歳11カ月の保護者のみの参加も可)**定**各10組(申込順)**持**飲み物、子どもの食具、手拭き**他**②は保育あり(**対**2カ月～1歳11カ月の子ども**定**4人)**申**7月7日～各講座前日17時に右の二次元コードで電子申請



フードリンクあやせ

フードロス削減に貢献するとともに、さまざまな理由で食料などが必要な方へ無償で提供する活動です。1世帯につき、米、レトルト食品、缶詰などを提供します。生活などでお困りの方の相談も受け付けます。
時8月16日(土)10時～12時**場**保健福祉プラザ**対**食料提供を希望する方**主**同協議会、市内食料支援団体、市※駐車場が少ないので、公共交通機関の利用をお願いします

フードドライブ(食品寄付)を実施します

フードリンクあやせで提供する食料などを集めるため、フードドライブを実施します。常温保存が可能で、消費期限が過ぎていないものなどの提供をお願いします。
×寄付できない食品
・消費期限が過ぎているもの
・開封しているもの
・生鮮食品(生肉、魚介類、野菜)
・アルコール(みりん、料理酒を除く)
・冷凍食品
・食品表示がないもの
募集期間8月15日まで(土・日曜日、祝日は同プラザ管理入室で受け付け。毎月第2土曜日は除く。)8時30分～17時**場**同協議会、同課

里親講座「もっと知ってほしい 里親制度～子どもたちのしあわせのために」

問大和綾瀬地域児童相談所☎0466・81・8066
現在活動中の里親による体験発表、児童相談所職員による里親制度の説明。
時8月1日(金)10時～12時**場**大和市地域医療センター**定**40人(申込順)**申**7月1日から同相談所へ☎



平和・人権講演会 ～平和への想いをこめて/ 「誰か」のこと じゃない。～

問市民課☎70・5605
平和と人権の尊さと大切さを伝えるため、(一社)かけはし代表理事の廣瀬貴

樹さんによる「不登校の子どもたちの心に寄り添う居場所づくり」をテーマとした講演、広島に派遣された小学生による平和学習の成果報告会、人権擁護活動の紹介、人権啓発パネルの展示を開催。**時**8月9日(土)13時～15時(開場12時30分)**場**市役所315会議室(パネル展示は1階市民ホール)**対**市内在住・在勤・在学の方**定**20人(申込順)**申**7月3日～8月7日に右の二次元コードで電子申請



親子で食育体験教室～鎌倉女子 大生おすすめ!おいしく学ぼう ワクワク親子料理教室～

問こども家庭センター☎77・1133
鎌倉女子大学管理栄養学科の先生や学生とともに、調理と試食を通して食育を学ぶ。**時**8月15日(金)10時～13時**場**保健福祉プラザ**対**年長児～小学6年生の子どもと保護者1人(1人につき子

問市社会福祉協議会(保健福祉プラザ内)
☎77・8166、生活支援課☎70・5624

ボランティアを募集します

フードリンクあやせの準備や運営を行うボランティア。希望者は説明会に参加してください。
時8月2日(土)15時～16時**場**同プラザ**主**同協議会、同団体、市**申**同協議会へ☎

ども2人まで可。対象年齢児以外の同席不可。保育なし)**定**20人(申込順。10組まで)**持**エプロン、三角巾、布巾、手拭き**申**7月7日～8月8日に右の二次元コードで電子申請





カレンダーに反映されていないイベントもあります。より詳しい情報は右の二次元コードから市HPを見てください。



イベントカレンダー

1	火	成人健康相談・聴覚相談(別日程あり)
2	水	
3	木	
4	金	
5	土	7月の親子で楽しむランチ会(別日程あり)
6	日	朝一番徳の市
7	月	
8	火	
9	水	健康チェック&実践教室～糖尿病予防編～(別日程あり)
10	木	
11	金	
12	土	
13	日	
14	月	
15	火	健康度見える化コーナー相談会
16	水	
17	木	子育てサロン「ひよこサロン」～夏のお楽しみ会～
18	金	●地産地消フェア ●離乳食教室
19	土	San-EiGen with B-Max (B-Max Racing Team) レース観戦ツアー
20	日	●参議員選挙 ●ノルディックウォーク教室
21	月	
22	火	
23	水	
24	木	
25	金	親子で楽しむ子育て講座『こぐま座の人形劇』
26	土	あやせ工場オープンファクトリー
27	日	
28	月	
29	火	
30	水	転倒予防教室～転倒にご用心! 無視できない寝たきりのリスク～
31	木	



署名記事は、まちかど特派員から。
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配信中。
皆さんからの写真・情報もお待ちしております。

問秘書広報課 ☎70・5606



民生委員・児童委員って知ってる?

毎年5月12日の「民生委員・児童委員の日」に合わせ、市内7地区の同委員が、市役所1階の市民ホールで生活支援活動や児童福祉活動に取り組む様子を紹介する手作りのパネル展を行いました。「活動強化週間」のPRで来庁者に活動を説明し、普及啓発に努めていました。【渡貫トム子】



中村地区センターまつり

5月18日、中村地区センターまつりで民謡などセンター利用者の活動の発表会が行われました。また、そば打ちの会による30食限定のそばに行列ができていました。

【篠塚 常夫】

配布に関する問い合わせ

広報誌の汚損・破損や配布漏れなど、配布に関するお問い合わせは、株式会社メディア・ソリューション・センターのポスティングコールセンター(☎0120・221・523・月～土曜日9時～18時)へ連絡してください。

アプリとウェブサイトでも配信

行政情報アプリ「マチイロ」と、広報あやせ専用アプリ・ウェブサイト「広報プラスー広報あやせー」でも配信しています。



アプリ

