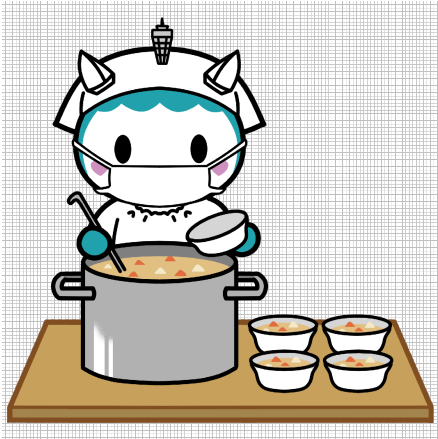


# ボランティアスタッフ募集！！



辻堂地区社会福祉協議会では、辻堂地区におひとりで暮らしている75歳以上の方をお招きし、『おたのしみ昼食会』を行っています。その時の昼食を用意するのがボランティアの内容です。

メニューを考えることから食材調達・調理まで行っています。

私たちとお食事を作りましょう♪

- 内 容 『おたのしみ昼食会』の食事用意
- 実 働 10月～5月（各月1回、月曜日開催）
- 場 所 辻堂市民センター内
- 応募締切 9月29日（金）まで。
- 受付時間 午前9時～午後5時（土日祝日・昼休みを除く）
- 応募方法 電話または窓口にて。  
まずはお気軽にご相談ください。



昨年度の  
おたのしみ昼食会  
の様子

## 辻堂昼食ボランティアの会

【事務局】辻堂市民センター 地域づくり担当

TEL 34-8661



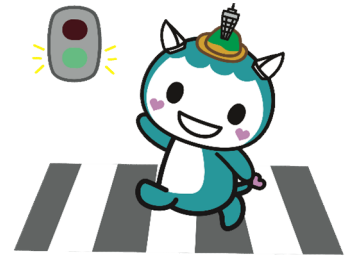
# 高齢者交通安全教室のお知らせ

高齢者が犠牲となる交通事故のニュースが相次ぐ中、辻堂地区では、高齢者を対象とした交通安全教室を開催します。交通事故にあわないため、交通事故を起こさないため、交通事故防止のため、交通安全教室に参加してみませんか。皆様のご参加お待ちしております。

日 時 2023年（令和5年）9月29日（金）  
午後2時～3時30分（受付午後1時30分）

場 所 辻堂市民センター 3階 ホール  
藤沢市辻堂西海岸2-1-17

内 容 交通安全についての講話  
「事故を防ぐ危険予測」  
（危険を予測できる  
反射神経をトレーニングしましょう）  
交通安全DVD上映



費 用 無 料

定 員 40人（先着順）

申し込み期間 2023年（令和5年）8月21日（月）から受付開始  
平日のみ午前8時30分～午後5時まで  
土日祝日は受付いたしません

申し込み方法 来所、電話またはFAXで、お申し込みください

主 催 辻堂地区交通安全対策協議会  
申し込み先 辻堂市民センター 地域づくり担当  
（事務局） 〒251-0046 藤沢市辻堂西海岸2-1-17  
電話 34-8661 FAX 34-4187





しゃしんかん  
辻堂寫眞館



～第9回 魔法のじゅうたん 辻堂～

辻堂寫眞館は、皆様の懐かしい思い出の写真を紹介させていただく「皆様が主役」の写真展です。

第9回は「魔法のじゅうたん」と題し、昭和20年～40年代の航空写真を集め、当時の辻堂の様子や学校を紹介します。

皆さまのご来場、心よりお待ちしております。



相模工業大学（現 湘南工科大学）全景（昭和46年撮影）

展示期間 2023年8月1日(火)～9月28日(木)

午前8時30分～午後9時

（辻堂市民センター・公民館開庁時間のみ）

展示場所 辻堂市民センター 2階廊下

（藤沢市辻堂西海岸2-1-17）

※展示物の写真撮影はご遠慮ください。

※車でのご来場はできません。

【主催】辻堂まちづくり会議

【お問合せ】辻堂市民センター 地域づくり担当

電話※(0466)34-8661 メール fj-tsuji-c@city.fujisawa.lg.jp

※土日祝日を除く、午前8時30分～午後5時（正午～午後1時を除く）





# 回覧 家族とのふれあい事業

辻堂地区社会福祉協議会  
70周年記念イベント

## 辻堂地区

# 地引き網★宝探し



(写真はGoogle Earth を参照)

実施日 2023年9月2日(土)

場所：辻堂海岸「五ろ引網」

参加費：無料です！！

受付開始 8時15分～

地引網：1番網：8時30分～  
2番網：10時30分～

宝探し：9時30分～10時30分  
(小学生以下が対象です)

※解散は12時前後の予定です。

## お申し込みは、下の二次元コードから！

(「辻堂ドットコム」のHPからでも申し込みが可能です。)

①応募受付期間 2023年8月10日(木)～2023年8月24日(木)

②応募方法 電子申請(右の二次元コードから)

③定員 300名(応募が多かった場合、抽選となります。  
抽選結果は、応募時のメールアドレスへ通知します。)

④応募条件 辻堂地区の自治会・町内会に加入しているご家族  
(2名以上からの申し込みになります)

※中学生以下の子どもだけの参加は出来ません。

★小雨決行ですが、晴れている場合でも、海が荒れて網が出せない場合は中止になります。中止になる場合、当日午前7時頃までに、応募時のメールアドレスへ通知します。

★会場には駐輪場はありますが、駐車場はありません。

★帽子、タオル、飲み物を持参するなど、各自で熱中症対策をお願いします。

★1家族1回までの申請です。二重申請の場合無効になります。

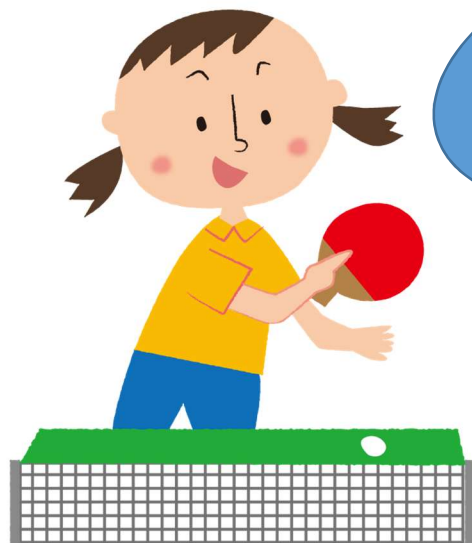


↑電子申請はこちら



## 主催：辻堂地区社会福祉協議会

お問い合わせ先：辻堂市民センター 地域づくり担当 TEL(34)8661 まで



初心者  
のための

# 卓球開放

地域の皆様が気軽に卓球を楽しめるように、公民館の体育室を開放します。サークルの会員が、打つときのコツやゲームでの点数の教え方など指導を行います。皆様、ふるってご参加ください！

## 9月9日(土)

## 9:30~12:00

## 2階 体育室

用意するもの

- ・体育館履き
- ・動きやすい服装
- ・汗拭きタオル
- ・水分補給のための飲み物

(ラケットとボールの貸出しあります)

直接来館してください。

※初心者向けの事業です。卓球サークルなどに所属している方はご遠慮ください。

※混みあってきた場合は、譲り合ってください。

※当日、駐車場はご利用できません。

問合せ 辻堂公民館 0466-34-9151 (平日 8:30~17:00)



辻堂公民館  
ホームページ

卓球指導: 辻堂公民館サークル  
「湘南かもめ会」





# ほっと辻堂

～地域のお困りごとの相談窓口～

## 辻堂エリアの災害について一緒に考えてみましょう！

今回お話をお聞きしたのは、一般社団法人 アジア防災センター 理事長 小川 雄二郎さんです。日頃から、辻堂地区防災協議会でもご尽力されています。



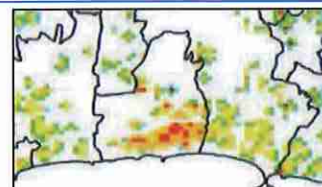
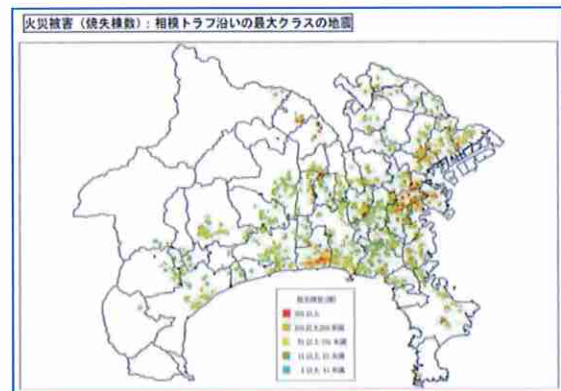
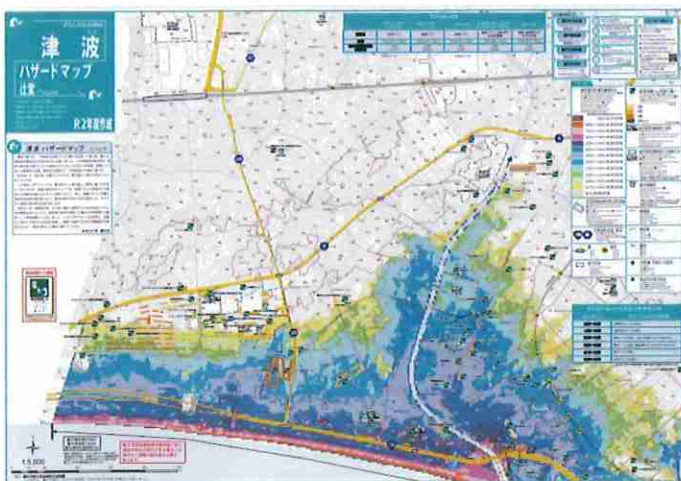
辻堂地区でも地震、津波、洪水、がけ崩れ、液状化、火災、噴火等様々な自然災害が起こる可能性があります！中でも以下の自然災害には特に注意が必要と感じます。

### <<辻堂エリアで特に注意が必要とされる災害>>

- ①津波・・・相模湾に面しているため
- ②地震から派生する火災・・・消火栓が断水し、道路も閉塞され、消防自動車が出来ず、広範囲に燃え広がる恐れがある木造住宅の密集する地域の多いことから、延焼火災の危険が高いことが予想される。
- ③富士山の噴火・・・偏西風に乗って火山灰が降り、呼吸器系の疾患、農作物の被害、交通障害などで生活の困難が起きる恐れが高い。



藤沢市津波ハザードマップを確認してみましょう。(左)相模トラフ沿いの最大クラスの地震が発生した時の火災被害想定図(右)

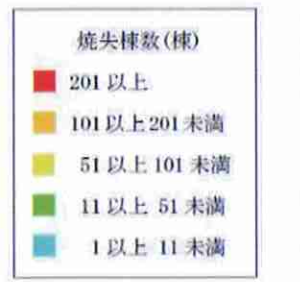


辻堂エリア拡大

もしもの時、あなたはどんな心理状態になりそうですか？

- Aタイプ  「大したことじゃない」と思う
- Bタイプ  「みんなが逃げていないから大丈夫」と思う
- Cタイプ  「自分だけは被災しないから大丈夫」と思う
- Dタイプ  「前は大丈夫だったから」と思う

あなたのなりやすい心理状態についての解説は裏面へ





# ～もしもの時にあなたが感じやすい心理状態について～

**Aタイプ**：目の前に危険が迫っていてもその危険を認めない傾向にあります。

平常時は、心配事が少ないと感じることも。

**Bタイプ**：集団の中にいると同じ行動をとってしまう傾向にあります。

日常生活であれば協調性がある方が多いかもしれません。

**Cタイプ**：自分の将来を楽観的にとらえ、被災する可能性を過小評価する傾向にあります。

ABのタイプと同様で、正常性の偏見ともいいます。

**Dタイプ**：警報が何回も鳴っているが、今回も空振りだろう。堤防があるから大丈夫だろうと自分の信用する情報を探し、逃げなくてよい理由を探します。



**A～Dタイプに共通することは、緊急時に平常心を保とうとして避難する事を選択しない状況です。危険を察知したら、すぐに避難できるような心がけがとても大切です。**

参照HP：日本赤十字社「災害時に逃げ遅れてしまう ころの働き」  
 東北大学災害科学国際研究所「災害時の人間の心理と行動」



## 詐欺被害情報

(令和5年1月～令和5年6月)

ご注意ください!!

神奈川県内 被害額 : 約 18億3,000万円

藤沢署管内(南部) : 約 5,200万円

警察相談専用窓口 ☎ #9110

消費者ホットライン ☎ 188

藤沢警察署 ☎ 0466-24-0110

怪しい!と思ったら  
まず相談を!

## 公園体操開催中! 楽しく運動習慣を身につけませんか?

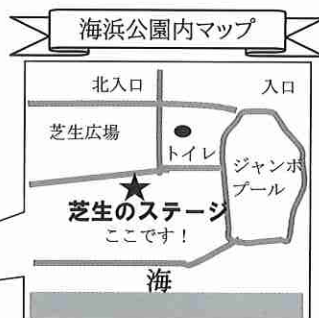
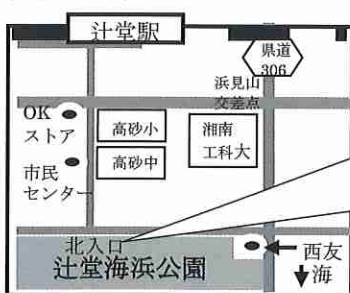
### 海浜公園 かいひんFRIENDSイベント

日時:毎週水曜日 午前9:30~10:00

※雨天中止、祝日開催

場所:辻堂海浜公園

芝生のステージ



### 諏訪神社

日時:毎週金曜日 午前9:30~10:00

※雨天中止、祝日開催

場所:諏訪神社 境内

(住所:辻堂元町3-15-15)



諏訪神社は  
ココです!



※7/19~9/20は暑い時期のためお休みです。

発行元 辻堂西いきいきサポート(地域包括支援)センター  
 住所:辻堂西海岸2-1-17 辻堂市民センター内  
 電話:0466-54-9511



辻堂東いきいきサポート(地域包括支援)センター  
 住所:辻堂元町5-5-8  
 電話:0466-36-3333





# 家族介護者教室

藤沢市内にお住まいの方で

介護をされている方、講座内容に関心のある方であれば、どなたでもご参加いただけます。

## 『知っておこう 介護保険の基本』

介護保険制度の概要、手続きの流れ、サービス利用時の費用など  
介護保険の基本についてお話しします。

**日時** 9月2日(土)  
14:00~15:30

**講師** ケアポート湘南  
ケアマネジャー 武田 真由美

## 『栄養しっかりごはんて元気に介護』 ～元気に介護をするために～

必要な栄養をどのようにどの位とったらよいのか？  
簡単につくれるレシピと共にお話しします。

**日時** 9月16日(土)  
14:00~15:30

**講師** 湘南ホスピタル  
管理栄養士 三宅 利恵

## 『介護の基本は 介護者の健康と介助のキホン』

介助の基本を知ること、介護者が健康でいることは、介護を続けて  
いく上で大切なことです。一緒に身体づくり運動をしませんか？

**日時** 9月30日(土)  
14:00~15:30

**講師** 湘南ホスピタル  
理学療法士 高橋 徹

●費用 無料 ●定員 各講座 15名 程度 ●申込方法 電話申込み

※申込人数が上限に達し次第申込を締め切らせていただきます。

●会場 湘南ホスピタル ●受付開始時間 13:45~

新型コロナウイルス感染症拡大防止に配慮し開催いたします。

手指消毒、マスク着用、咳エチケット等のご協力をお願いいたします。当日、体調がすぐれない場合は参加をご遠慮ください。

新型コロナウイルス感染症の状況により告知後に開催を中止する場合があります。あらかじめ、ご了承ください。



お申込み・お問い合わせ先

医療法人長谷川会 **湘南ホスピタル**

担当部署 **地域連携室**

受付時間 平日 9:30~12:00 13:30~16:30

**0466-33-5111** (代)

藤沢市辻堂 3-10-2

<http://www.shohos.org>

JR 東海道線  
辻堂駅南口より  
徒歩7~8分

湘南ホスピタル

検索





地域で輝くシニアになろう

# 第18回 地域活動見本市

2023年9月2日(土) 10:00 ~ 15:00

藤沢市役所本庁舎

・1F ラウンジ ・サークルプラザ



地域の活動やサークルに興味があるけれどキッカケが見つからない方へ、色々な団体が日ごろの活動内容を説明します



## 会場で体験できます！

- ・ 歌声広場
- ・ 太極拳
- ・ 優しい手話
- ・ フレイルリスクのチェック
- ・ 体組成&握力測定
- ・ 視覚障がい者の誘導



過去の様子はいきいきシニアサイト「地域活動見本市開催記録」でご覧になることができます。

QRコードはこちら↓



▶ 出展団体は、裏面をご覧ください。

アンケートにご協力いただいた方に、抽選でお花のポットをプレゼント！

★新型コロナウイルス感染症拡大の影響により、内容が変更になる場合があります。

主催：藤沢市・認定NPO法人湘南ふじさわシニアネット

問合せ：藤沢市高齢者支援課 ☎0466-50-3571(直通)

湘南ふじさわシニアネット ☎0466-52-5577

# 第18回 地域活動見本市 出展団体のご案内

2023年 9月 2日（土）10:00 ~ 15:00

藤沢市役所本庁舎 1F ラウンジ  
サークルプラザ

## 出展団体

## キャッチコピー

NPO 法人 里地里山景観と農業の再生プロジェクト	山野草に囲まれて園路を散策しよう！
ヤングブラザーズ	歌声合わせて・歌と人生を愉しむ男声合唱団
円行公園竹林の会	地域の自然資源を大切に守っていきましょう！
くげぬま探求クラブ	「会社人間から社会人間へ」を目指そう！
認定 NPO 法人 おもしろ科学たんけん工房	『科学の面白さを、子どもたちと楽しむ』
じゃおクラブ湘南	遊びが八分、奉仕が二分のじゃおクラブ
湘南ふじさわウォーキング協会	心と体の健康のためにウォーキング！
藤沢市健康づくり課	フレイル予防の健康チェックで健康長寿！
藤沢市太極拳連盟	太極拳で健康なシニアライフを過ごそう。
障がいのアナ	藤沢市内の「障がい」「福祉」情報を発信！
日野原重明記念かながわの会	良い生活習慣を取り入れ自立して活動を実践
公益財団法人藤沢市まちづくり協会 シルバー人材センター	シニアの働く場を提供し、「生涯現役」を応援！
社交ダンスサークル・ドリーム	発足31周年、社交ダンスでイキイキ人生♪
藤沢市老人クラブ連合会	いろいろな人と出会える楽しさ
藤沢市誘導奉仕会サンウォーク	視覚障がい者と一緒に楽しい時間を作りませんか！
村岡地区地域ささえあいセンター きらり	老若男女 地域の皆さんの交流の場です
特定非営利活動法人 湘南ふじさわシニアネット	地域を元気に！シニアを元気に！
ユニバーサルサイン はなみずき	ユニバーサルサインは身ぶりと楽しい手話で
湘南トーストマスターズクラブ	あなたに必要なのは英語を思いきり使う場所！

2023年6月30日現在出展予定（順不同）

主催：藤沢市・認定NPO法人 湘南ふじさわシニアネット