

第30回 ～辻堂地区総合防災訓練～

日時：2023年11月26日（日）

10時～12時頃（小雨決行）

会場：辻堂小学校 校庭

※自治会町内会ごとに集まって
ご参加ください。

集合時間：9：50

集合場所：辻堂小学校

自治会町内会ごとに集合時間、場所が異なります。

～ 訓練内容 ～

9：50まで（自宅から訓練会場に向かうまで）

- ①自宅を出る前にその場で身の安全の確保を行う。
- ②近隣住民（向こう3軒両隣等）に訓練参加の呼び掛けを行う。
- ③自治会・町内会の一時避難場所に集合※。
- ④自治会・町内会毎に訓練会場に移動する。

※自治会・町内会によっては、会場に集合することもあります。

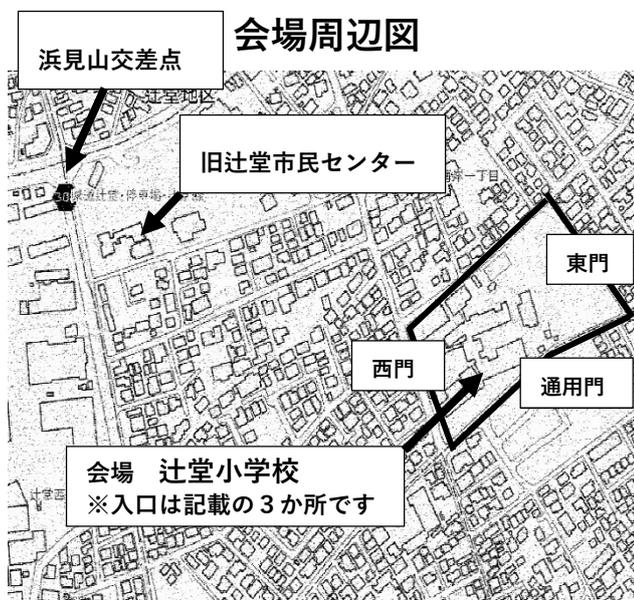
10：00～12：00頃（訓練会場にて）

- ①自治会・町内会単位で分かれて整列する。
- ②グラウンドにて各種訓練を実施（下記参照）
- ③訓練終了後、参加賞をお渡しします！

【グラウンド会場の訓練項目】

- ◆震度体験訓練 ◆消火器操作訓練
- ◆ロープワーク訓練 ◆濃煙体験訓練
- ◆応急救護訓練 ◆担架組立・搬送訓練 など

※手話通訳あります



皆様のご来場をお待ちしております！

○当日の実施確認については、7時30分以降に辻堂市民センターまでお問い合わせ
いただくか、藤沢市ホームページをご覧ください。

藤沢市ホームページ →



主催：辻堂地区防災協議会

お問い合わせ先：辻堂市民センター
TEL：0466-34-8661



第29回藤沢市一日清掃デー



《日 時》

11月19日（日） 午前9時～午前10時頃（小雨決行）

雨天の場合 中止

※実施確認は朝8時から事務局までご連絡いただくか、
藤沢市ホームページをご覧ください。

※他地区は11月26日（日）に延期しますが、
辻堂地区はその日「辻堂地区総合防災訓練」があるため中止です。
（事務局：辻堂市民センター Tel 34-8661）

時間厳守 午前10時には終了してください。

《方 法》

散乱しているごみを「可燃ごみ」と「不燃ごみ」
に分けて収集し、ごみ袋に入れて裏面の臨時集積
場所へ午前10時までに持ち出ししてください。

その際「可燃ごみ」と「不燃ごみ」に区分
して集積してください。集められたごみは、
当日の午前10時から収集します。

また、終了後、当日の参加人数を事務局
へ報告してください。

※臨時集積場所については、裏面をご覧ください。



《清掃区域》

公共的場所（自宅前の道路・広場・公園・歩道沿い植栽の周辺など）

★家庭ごみや私有地内（庭・農地・山林）などのごみは対象外です。

《収集するごみの種類》

○可燃ごみ（紙くず・木くずなど）

○不燃ごみ（カン・ビン・鉄くず・プラスチックなど）

★ごみ袋はなるべくいっぱいになるように使ってください。

《収集しない物》

○道路側溝に堆積している汚泥

○家電製品・家具・バッテリー・タイヤなどの大型ごみや危険物

★見かけた場合は事務局（辻堂市民センター）までご連絡ください。

○放置自転車

★集積所に持ち込まず、警察に連絡し盗難車等の確認を行ってから、
放置場所・台数等を事務局までご連絡ください。

*家庭ごみにつきましては、通常の回収方法（戸別）になりますのでお間違えのないようよろしくお願いします。

*裏面へつづく

ごみ袋

可燃ごみ（赤字）

不燃ごみ（青字）

主催

藤沢市（環境事業センター）

藤沢市生活環境連絡協議会

辻堂地区生活環境協議会

（事務局 辻堂市民センター Tel:34-8661）

令和5年度 臨時集積場所一覧

No	臨時集積場所	担当自治会・町内会
1	初多良公園 辻堂2-4	桜花園
2	駅前町公園 辻堂2-9	辻堂駅前
3	辻堂南部市民の家 辻堂3-9	西海岸
4	久根下公園 辻堂4-5	富士見ヶ丘
5	勘久公園 辻堂6-19	南高砂、西海岸②
6	高砂東公園 辻堂5-3	南海岸町内会①
7	高砂西公園 辻堂6-12	高砂、五月会、ライオン
8	大荒久公園 辻堂元町2-21	北町、セーブ・ツ 辻堂バル
9	第121号線 緑の広場 辻堂元町4-1	南町
10	東町町内会館 辻堂元町4-11	東町①
11	辻堂市民の家 辻堂元町4-15-3	ツビユ、カブル、東町②
12	一ノ坪公園 辻堂元町5-12	東町③
13	SST内駐輪場付近 辻堂元町6-4	FujisawaSSTコミティ
14	旧辻堂市民センター 辻堂東海岸1-1	東海岸1丁目、パークハイ 南海岸自治会、南海岸町内会②
15	北浜見山公園 辻堂東海岸1-15	東海岸3丁目
16	第323号線 緑の広場 辻堂東海岸2-1	東海岸2丁目
17	浜見山公園 辻堂西海岸1-6	辻堂海岸、ユライフ、ツツ湘南 浜見、グランド、グレイ
18	堂面第2公園 辻堂太平台1-5	湘平会①、MC辻堂東海岸
19	福岡氏宅前 辻堂2-12	松園
20	辻堂団地集会所 辻堂西海岸2-10	辻堂団地、横町プラッツ
21	長久保公園西門 (ライオンテラス・鶴沼向かい側) 辻堂太平台2-13	富士見苑会、アス 松湊ハイ、太平台松風会 太平会、ライオンテラス・鶴沼、太平台明和会
22	仲町町内会事務局（平井宅前） 辻堂元町1-5	仲町
23	権現社 辻堂元町5-2	東町④
24	おでんセンター横 辻堂東海岸4-3	東海岸4丁目
25	西町会館 辻堂元町3-13	西町
26	太平台公園 辻堂太平台1-15	湘平会②
27	三街区 辻堂西海岸2-3-11	三街区
28	県公社集会所 辻堂西海岸2-1-9	県公社辻堂西海岸、辻堂海岸団地
29	海浜公園通り沿いザ・テラス側歩道脇 辻堂西海岸1-5	ザ・テラス、オニヤルズテラス



フラッグアート展示開始!

展示テーマは

辻堂の辻 です!

今回の企画は地名の由来にもなっている「辻」をテーマに写真を募集し、フラッグにしました。

あなたの知っている「辻」もフラッグになっているかも!

ぜひ会場でご覧ください!



←フラッグイメージ
藤沢市ホームページでも作品をご覧ください
だけです。

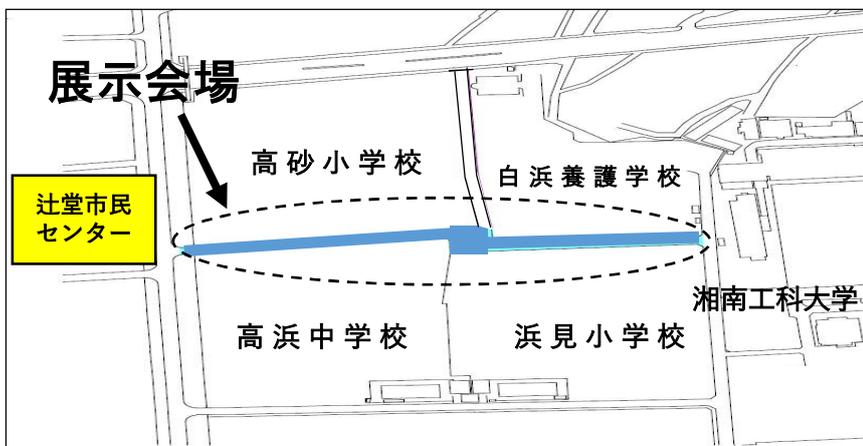


藤沢市ホームページ →

展示期間 **2023年10月26日(木)～12月20日(水)**

展示会場 **湘南ニコニコロード**

※荒天時は、展示を中止することもありますので、あらかじめご了承ください。



オンライン展覧会

辻堂百辻

「辻堂の辻」に関連して、湘南工科大学の学生たちがセレクトした辻コレクションです。

今回フラッグ化された写真も多数掲載しているほか、俳句も詠んでいます。ぜひご覧ください!

ご観覧は
こちら



- 【主催】 辻堂まちづくり会議
- 【協力】 湘南工科大学 総合デザイン学科
- 【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



参加賞
あり

辻堂まちづくり会議 主催

障がいのある方とご家族のための

「辻堂ミニさんぽ」

～地震・津波・水害からの避難を考える～

2023年(令和5年)11月20日(月)14:00～

一緒に歩いて、防災のこと考えてみませんか？



募集対象

辻堂地域にお住まいの障がいのある方・ご家族（ご家族のみでも可）

活動内容

さんぽ（自由参加：自宅から辻堂市民センターへ）

- ・ご希望に応じて、スタッフの付き添いができます
- ・徒歩が難しい場合は、ご相談ください

辻堂市民センター（福祉避難場所）の見学

- ・緊急時に使うスロープを歩いて屋上へ
- ・防災倉庫の見学など

*小雨決行(中止の場合はご連絡致します)

タイム
スケジュール

- | | |
|-------|--------------------|
| 随時 | 各自 自宅出発 |
| 14:00 | 辻堂市民センター集合・挨拶 |
| 14:05 | 館内見学 |
| 14:50 | 参加賞配布・アンケート記入・意見聴取 |
| 15:00 | 各自解散 |

*アンケート記入等はその場で可能な方のみ、後日提出でも可能です

申し込み方法

裏面を参考に必要事項を11月10日(金)までに事務局(辻堂市民センター地域づくり担当)までご連絡ください。

TEL: 0466-34-8661 FAX: 0466-34-4187

メール: fj-tsuji-c@city.fujisawa.lg.jp

(表題に「辻堂ミニさんぽの件」と氏名・連絡先をご記載ください)

辻堂三二さんぽ 参加申込用紙

下記、必要事項をご記入のうえ令和5年11月10日(金)までに、
事務局へご持参いただくか、FAX・メールでお送りください。
電話での申し込みも可能です。

申込日：

ふりがな 氏名		ご家族	
連絡先	住所(〒 -)		
	電話		携帯
	E-mail		
集合場所	自宅(付き添い者希望) ・ 現地集合		
必要な支援 配慮事項			
質問、ご要望			

はり・きゅう・マッサージでほっこりキュン♡

疲れやすい、腰痛など少しでも気になるところがあったら、相談も兼ねて施術所へ行ってみませんか？

希望があれば、施術と一緒に、体の状態を確認する簡単なチェック（フレイルチェック）も受けられます。

対象は
70歳以上の方

高齢者はり・きゅう・マッサージ利用券

1. 利用券を持って、施術所へ！
訪問施術が可能な施術所も！



※申請方法等は裏面をご覧ください。

2. 年に1回フレイルチェック

(1) 簡単な15の質問に答えるだけで、
元気度がわかります。

(2) ふくらはぎの太さを自分の
指で測り、筋肉量をチェック



「あなたの元気度チェック」
はるまもものほっこりキュン

1. サルコペニアの可能性を確認します

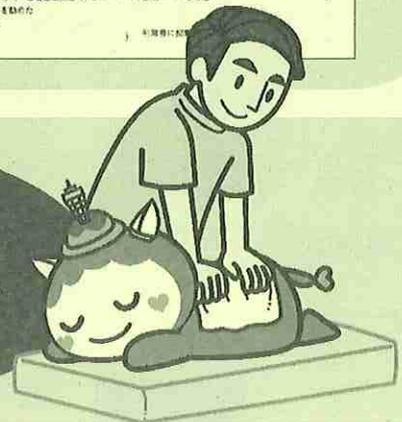
2. フレイルの兆候があるかどうかを確認します

質問	あなたの状態
1. あなたの現在の体重は減っていますか？	2. はい 3. いいえ 4. よくわからない
2. 毎日の生活に満足していますか？	5. はい 6. いいえ 7. やや満足 8. やや不満 9. 満足 10. 不満
3. 1日お風呂に入らなくなっていませんか？	11. はい 12. いいえ
4. 季節物に比べて服がはきにくくなりましたか？	13. はい 14. いいえ
5. 歩行や片足で立ることがありますか？	15. はい 16. いいえ
6. 6か月以上で20%以上の体重減少がありましたか？	17. はい 18. いいえ
7. 足腰に比べて歩く速度が遅くなって来たと感じますか？	19. はい 20. いいえ
8. この1年間に転んだことがありますか？	21. はい 22. いいえ
9. のうみんぐ等の運動を週に1回以上していますか？	23. はい 24. いいえ
10. 知り人から「いつも同じことを繰り返している」と言われたことはありますか？	25. はい 26. いいえ
11. 歩行が困難な状態から回復したことがありますか？	27. はい 28. いいえ
12. あなたの生活が変化したことがありますか？	29. はい 30. いいえ
13. 加齢に伴って生活習慣が変化したことがありますか？	31. はい 32. いいえ
14. 1週間に1回は歩行が変化したことがありますか？	33. はい 34. いいえ
15. 足腰から腰痛や足の人との付き合いがありますか？	35. はい 36. いいえ
16. 体調が悪いときに、歩行に困難を感じる人はいませんか？	37. はい 38. いいえ

※お問い合わせ先：(藤沢市役所) 高齢者支援課
〒250-0292 藤沢市役所 高齢者支援課 (電話) 0466-50-3571 (直通)

3. 施術を受ける。
利用券を使える施術所は
市内に約140か所！

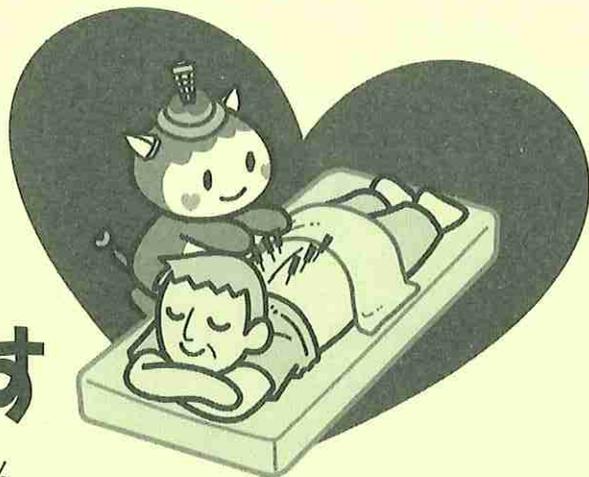
利用券1枚で約30分
おひとり年間3枚まで



【問合せ】 藤沢市役所 高齢者支援課
電話：0466-50-3571 (直通)

利用券は 70歳以上の方でしたら どなたでも申請できます

※申請済みの方への追加の交付はできません。



高齢者はり・きゅう・マッサージ利用券

対象者 70歳以上の方（年度内に70歳を迎える方含む）

交付枚数 1人あたり年間3枚まで

対象施設 市指定の施術所 約140か所

利用方法 利用券1枚で、1回30分程度（3,000円分）の施術が自己負担なく受けられます。

※はり・きゅうについては、施術時間が前後する場合があります。

利用を希望される場合は、高齢者支援課（電話：0466-50-3571）へ！
申請書（往復はがき）をご自宅へ送付いたします。

※各市民センター（石川分館含む）・村岡公民館の地区福祉窓口でも受付を
しております。

フレイルってなに？

フレイルとは、年齢を重ねて筋力、認知機能、社会とのつながりが低下した状態のことです。フレイルは早期に発見して、改善に向けて取り組めば、回復が見込めます。



利用できる施設の一覧は、
藤沢市のホームページに
掲載しています。



出張申請を実施！！

回覧

マイナンバーカードが作れます！



写真撮影無料！！

《対象者》

マイナンバーカードを初めて申請する方

【定員】各実施場所 **50名**、本庁・北部 **20名**

※再発行の方は、オンライン申請等をご利用ください



《予約方法》

電話にて受け付けております。

【電話予約開始日】

本庁・北部 10月11日(水)開始

各実施場所 10月26日(木)開始

【受付時間】

平日 8:30~17:00

【予約受付専用ダイヤル】

0466-50-8260

電話のかけ間違いにご注意ください。

事前予約制

《実施場所・実施日・実施時間》

※持ち物につきましては裏面をご覧ください

実施場所	実施日	実施時間
善行市民センター	11月10日(金)	9:30~11:30 13:00~16:00
辻堂市民図書館	11月14日(火)	
総合市民図書館	11月21日(火)	
湘南大庭市民センター	11月24日(金)	
御所見市民センター	11月28日(火)	
市民窓口センター (藤沢市役所本庁舎1階)	11月1日(水)~ 11月30日(木)	
藤沢市マイナンバーカード北部窓口 (イトーヨーカドー湘南台店2階)	11月6日(月)~ 11月30日(木)	10:10~12:00 14:30~17:30

定休日:毎週水曜日、19日(日)

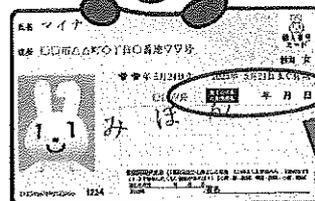
★同日・同会場にて★

現在、マイナンバーカードをお持ちの方を対象に、

保険証の登録サポートを実施します！

予約なし！定員なし！

【持ち物】マイナンバーカード・数字4ケタの暗証番号・保険証



電子証明書の有効期限を必ずご確認ください。

※失効している場合当日手続きができません。

《持ち物》1 通知カード ※ 紛失した場合は、紛失届を提出してください。

2 本人確認書類 ※ 【A】及び、【B】の本人確認一覧は、下記の表をご覧ください。

・通知カード持参有：《【A】1点 又は 【B】2点》

・通知カード持参無：《【A】2点 又は 【A】1点+【B】1点》

※15歳未満の方や、成年後見人の方は、法定代理人と一緒にお願いする必要があります。

法定代理人の本人確認書類等の詳細は、市民窓口センターまでお問い合わせください。

【本人確認書類一覧】

【A】 ※顔写真が貼付され、有効期限内の本人確認書類

- | | |
|----------|-----------------------------------|
| ・運転免許証 | ・住民基本台帳カード(写真付限る) |
| ・パスポート | ・身体障がい者手帳 |
| ・療育手帳 | ・精神障がい者保健福祉手帳(写真付限る) |
| ・特別永住証明書 | ・在留カード(写真付に限る) |
| ・一時庇護許可証 | ・運転経歴証明書(平成24年4月1日以降に交付されたものに限る。) |
| ・仮滞在許可証 | |

【B】 ※【A】以外で、有効期限内の本人確認書類

《重要》氏名が住民票どおりに記載され、
生年月日または住所も記載されているものに限る。

(例)

- | | | |
|-----------|------------|----------------|
| ・健康保険証 | ・学生証/在学証明証 | ・生活保護受給者証 |
| ・小児医療証 | ・社員証/在職証明書 | ・官公署の発行した職員証 |
| ・各種医療受給者証 | ・年金手帳/証書 | ・卒業証書/証明書 |
| ・母子手帳(※) | ・介護保険証 | ・海技免状 無線従事者免許証 |

※出生届出自治体の記入押印必須。出生届出済証明欄に記載された方のみ、本人確認書類として使用することができます。保護者の欄に記載されている方の本人確認書類としては利用できません。

【注意事項】

- ① 申請者本人にお越しいただく必要があります。
- ② お持ちいただくものは、すべて原本である必要があります。(コピーされたものは不可)
- ③ 次のものは、本人確認書類として取り扱うことができません。
 - ・有効期限が切れているもの
 - ・スマートフォン等を介した本人確認書類(デジタルの学生証は不可)
 - ・郵便物や会員証、住民票の写しや戸籍の証明書
 - ・汚損または破損により、記載されている内容が読み取れないもの
 - ・氏名や生年月日が住民票に記載された内容と異なるもの(氏名が旧姓・カタカナ表記等)



【お問い合わせ】

藤沢市役所市民自治部 市民窓口センター マイナンバー担当

【お電話】 0466-50-8269 【FAX】 0466-50-8410

2023

通のんぴつく
TOOLYMPIC



11月19日(日) 10:00~14:00 荒天中止

はじめクリニック前 緑の広場 → SOON



ハズレなしガラポン抽選会当日の買い物、ゲーム(ピック券)ガラポン抽選券が必要です。

当日会場で購入可能です。キッチンカーおなじみ飲食店をつまみにビール・サワー

・ソフトドリンクを飲もう ゲームは射的ゲーム・ヨーヨー・バスケ練習ゴール

社堂海岸通り商栄会ラインアップ

- ラーメン萬来 味とボリューム。ジャンボ餃子と肉飯がおすすめ
- 中華料理 栄華 開店以来スーフの味は変わっていません。手作り餃子がおすすめ
- 湘南前 玉寿司 湘南でとれる魚を中心に明朗会計で安心して食べられる料理
- 製菓シャトー 創業55年、シュークリームが自慢の洋菓子店です
- 青果 喜又商店 湘南野菜を中心に果物も取り扱っています
- コムスタジオ 髪と頭皮のいたわりを第一に考えたアドバイス&ケア
- カギサン酒店 地酒、本格焼酎、季節限定品
- はじめクリニック 地域のかかりつけ医として気軽に相談できる温かいクリニック
- 炭火焼こころ 伝説の秘伝のタレをアレンジした辛みそを付けて食べるホルモン
- 鍼灸サロン 朗らか 一人一人に合わせた、オーダーメイド施術!バキバキしない整体とお身体、お顔の針



♡ 社堂ダイスキスキスキップ ♡

社堂海岸通り商栄会

フリーマーケット出店者募集



後援 藤沢市

第29回

回覧

湘南なぎさ祭

♪ ~風と潮騒のメロディにのって~ ♪



たーすけくん・あいちゃん

令和5年

11月11日(土)

午前9時15分~午後3時

12日(日)

午前9時15分~午後2時30分

- ☆作品展示
- ☆サークル発表
- ☆なぎさマルシェ
- ☆ワークショップ
- ☆なぎさアクア
- ☆大道芸...など

市内在住の方 どなたでもどうぞ♪

【お問い合わせ】

いきいきシニアセンター
(藤沢市老人福祉センター)

湘南なぎさ荘



〒251-0037 藤沢市鵜沼海岸6-17-7 TEL 36-2315

第4次

藤沢市地域福祉活動計画が策定されました。
「地域福祉」で「一人ひとりが主役 共に支え合い
安心して暮らせるまち」をめざしましょう。
藤沢市社会福祉協議会のホームページから
ダウンロードできます!

<http://www.fujisawa-shakyo.jp>



11日(土)

集会ホール(1階)

【サークル発表】

- ① 10:00~10:20 大正琴(なぎさ大正琴)
- ② 10:30~10:50 ウクレレ(サマービーチサウンズ)
- ③ 11:00~11:20 詩吟(なぎさ吟友会)
- ④ 11:30~11:50 マジック(なぎさマジッククラブ)
- ⑤ 12:00~12:20 太極拳(湘拳クラブ)

☆ブレイクタイム☆

- ⑥ 13:00~13:20 コーラス(コーロフェリーチェ湘南)
- ⑦ 13:30~13:50 フラダンス(湘南なぎさフラ)
- ⑧ 14:00~14:20 フォークダンス(なぎさフォークダンス)
- ⑨ 14:30~14:50 オカリナ(はまゆうオカリナ)
- ⑩ 15:00~15:20 社交ダンス(さざなみ会)

大広間(2階)

【なぎさマルシェ】

イートイン&物販 コーナー

- ☆りんちゃんの手作りお菓子(シフォンケーキ等)
- ☆とらちゃんの手作り小物
- ☆地域の大塚さん(焼き芋)
- ☆亀吉さんのパン他
- ☆風緑(かざみどり)さんのおこわ、新鮮野菜販売他

【ワークショップ】

10:00~(1階食堂前)

- ★手ごね石鹸づくり
材料費 600円 【先着30人】
- ★サシェづくり
材料費 300円 【先着30人】
- ◎当日整理券配布
講師:湘南台文化センター
子ども館スタッフ

なぎさ食堂(1階)

11日(土)のみ営業

OPEN 11:00~15:30

食事・ラストオーダー 13:30

喫茶ラストオーダー 15:00

是非お立ち寄りください
お待ちしております



サークル作品展

【販売:売り切れ】

【1階】★学習室(展示・販売) 七宝焼き・

【2階】★大広間 3 俳句・川柳・短歌

※写真(展示・販売)

★大広間入口 浜見保育園(園)

陶芸(展示・販売)

★エレベーター横 11日(土)のみ:夕

アクアビクス (地下 運動浴室)

『アクアの基本を楽しもう!』

★身長130センチ以上の健康な方 各回10人
(事前申込制、同日の重複申込不可)

- ① 10:40~11:10
- ② 11:20~11:50
- ③ 13:00~13:30
- ④ 13:40~14:10

※ 心臓疾患・高血圧の方は
ご遠慮ください

地下 浴室

入浴料 100円

受付時間 10:30~14:45

※タオル・洗髪用品をご持参ください

12日(日)

集会ホール(1階)

【サークル発表】

- ① 10:00~10:20 合奏(SRG素人楽団)
- ② 10:30~10:50 ハーモニカ(なぎさハーモニカクラブ)
- ③ 11:00~11:20 民舞踊(岩藤会)

イベントのご案内【集会ホール1階】



切り絵 byかみきりや
12日(日) 13:00~13:45



わくわくダンス by銀ダン
12日(日) 13:45~14:30

大広間(2階)

【なぎさマルシェ】

イートイン&物販 コーナー

- ☆輪笑笑(わはは)食堂
(大根、こんにゃくの田楽)
- ☆とらちゃんの手作り小物
- ☆地域の大塚さん(焼き芋)
- ☆亀吉さんのお弁当、他

『暮らしに活かす アロマの体験& 相談会』(1階食堂前)

- ① 9:30~
- ② 10:15~
- ③ 11:00~
- ④ 13:00~

◎当日整理券配布

材料費200円 各回5人

講師:山内 さちこ氏

(ナチュラルエイジングコーディネーター)

次第終了)
籐工芸・リメイク

・木版画・書道・絵手紙

見作品)

水彩画



ターゲットバードゴルフ (実演:屋上)

【2階】

スマホ相談会

(無料)

11日(土) 10:00~12:00

13:00~15:00

12日(日) 10:00~12:00

13:00~14:30



講師:ITサロン藤沢

★福祉の相談コーナー★ (2階 図書コーナー)

鶴沼南・鶴沼東・辻堂東
いきいきサポートセンター

地域包括支援センターの職員が
皆様の相談をお受けします

似顔絵コーナー

(2階 工芸室横) 無料

① 9:30~11:00

② 12:00~13:30



バルーンアート

(1階 ロビー他)

10:00~14:30

無料



交通機関のご案内

【藤沢駅から】

- 江ノ電バス
藤沢駅北口さいか屋前③番乗り場
「鶴沼車庫前」行き
「鶴沼運動公園前」下車 徒歩3分
- 小田急江ノ島線
「片瀬江ノ島」行き
「鶴沼海岸」駅下車 徒歩10～15分

【辻堂駅から】

- 江ノ電バス
辻堂駅南口②番乗り場
「湘洋中学校経由 鶴沼車庫前」行き
「鶴沼車庫前」下車 徒歩3分

☆お願い☆

- ◆駐車台数に限りがありますので、ご来場は公共交通機関をご利用ください
- ◆館内は土足禁止のため、ご来場の際はくつ袋をご持参ください
- ◆敷地内は禁酒・禁煙です
- ◆ゴミはできるだけお持ち帰りください
- ◆催し物は都合により変更になる場合があります

★案内図★

