

明記のないものは…  
●先着順●当日会場へ●午前8時  
30分から受け付け●費用は無料  
●持ち物はお問い合わせください  
※電話番号などは間違いのない  
ようおかけください

**長久保公園都市緑化植物園**  
☎(34)8422、FAX(36)6700  
◎管理事務所休所日=月曜日、祝日の翌日

【緑化講習会】

◆**盆栽講習会～季節の手入れ** 3月6日(土)午前10時～11時30分。講師=湘南盆栽会会員。10人。☎2月25日(木)から電話または来園するか、ファクスに住所・氏名・電話番号を書いて、長久保公園都市緑化植物園へ。  
◆**簡単ナガイモ栽培に挑戦!** 3月5日(金)午後1時30分～3時。市内在住の方18人(抽選)。費200円。  
◆**春の草木染め教室～ローズマリーでシルクストールを染めよう!** 3月11日(木)午後1時30分～3時。講師=染色デザイナー山田美智子氏。市内在住の方14人(抽選)。費2600円。

◆**2月19日(金)、26日(金)ともに必着**までに往復はがきに講座名、住所・氏名・電話番号を書いて、長久保公園都市緑化植物園(〒251-0044辻堂太平台2-13-35)へ。

【みどりの展示会】  
◆**ポタニカルアート作品展** 2月19日(金)～28日(日)午前10時～午後4時。

**少年の森**  
☎(48)7234 FAX(48)7249 休所日=月曜日

◆**ツリークライミング** 3月6日(土)午前9時30分～午前11時◎午後1時30分。※1回1時間30分。講師=ツリークライミングクラブLeaf講師久保田和彦氏。市内在住・在勤・在学の小・中学生と保護者各回10人。費1000円。☎2月20日(土)午前9時から電話で。

◆**木のジャングルジム作り～せんだいデザインリーグ第3位入賞作品で遊ぼう** 3月7日(日)午前10時～午後3時30分。講師=慶応大学湘南藤沢キャンパス松川昌平研究室学生ほか。市内在住・在学の小学4～6年生10人。費300円。☎2月21日(日)午前9時から電話で。

◆**森のようちえん** 3月12日(金)午前10時30分～正午。森の散策、木の葉や枝を使った工作。市内在住・在勤の2歳以上の幼児と保護者10組。費1人200円。☎2月26日(金)午前9時から電話で。

◆**新しい生活様式「せっけんで!」** 3月10日(木)午前10時～正午。せっけん作り。講師=藤沢市せっけん推進協議会会員。市内在住の60歳以上の方15人。費100円。☎2月19日(金)から電話または来館で(午前9時～午後4時)。

**こぶし荘**  
☎(45)3121 FAX(45)3126 休館日=月曜日

◆**音楽体操** 3月4日(木)午後1時30分～3時30分。市内在住の60歳以上の方30人。☎2月18日(木)から電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**健康づくり運動講座「やさしいサーキット体操」** 3月18日(木)午前10時～正午。市内在住の60歳以上の方15人(抽選)。☎2月17日(水)～3月3日(水)に電話または来館で(午前9時～午後4時)。

**辻堂青少年会館**  
☎(36)3002 FAX(36)3988 休館日=第3月曜日

◆**子育てママのパソコン講座** 3月3日～24日毎週水曜日午前9時30分～正午、全4回。Word(初級)を学ぶ。講師=ITサロン藤沢講師。成人5人。費2000円。☎2月17日(水)午前9時から電話または来館で。

◆**親子で国際交流** 3月7日(日)午後2時～4時。湘南台公民館。衣装制作、ファッションショーほか。講師=市川ジョバンニ氏。市内在住・在学の小学生と保護者20人、外国に関わりのある小学生と保護者20人(ともに抽選)。☎2月23日(金)必着)までにはがきまたはファクス・Eメールの件名を「親子で国際交流」とし、住所・参加者全員の氏名・電話番号、◎は言語(国籍)を書いて、藤沢青少年会館(〒251-0054朝日町10-8) ☎youth@f-mirai.jpへ。  
◆**おやこあそびば(体育室開放)** 3月9日(火)午前10時～11時30分。市内在住の子と保護者10組。☎2月18日(木)午前9時から電話で。

◆**つじりんと遊ぼう～ピーか・ぼー** 3月4日(木)午前10時30分～11時30分。紙芝居ほか。5歳までの子と保護者5組。☎2月18日(木)午前9時から電話または来館で。

◆**湘南なぎさ荘**  
☎(36)2315 FAX(36)1171 休館日=月曜日

◆**なぎさ春の探訪～歩いて巡る藤沢** 3月3日(水)午前9時30分～11時30分。※雨天時は5日(金)。藤沢駅北口サンパル広場ほか(4km)。講師=湘南ふじさわウォーキング協会会員。市内在住の60歳以上の方10人(抽選)。☎2月23日(木)までに電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**和紙ちぎり絵～バラの花ぐるまを作ろう!** 3月4日(木)午前10時30分～正午。講師=日本和紙ちぎり絵協会会員遠藤ますみ氏。市内在住の60歳以上の方10人(抽選)。費700円。☎2月24日(金)までに電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**和紙ちぎり絵～バラの花ぐるまを作ろう!** 3月4日(木)午前10時30分～正午。講師=日本和紙ちぎり絵協会会員遠藤ますみ氏。市内在住の60歳以上の方10人(抽選)。費700円。☎2月24日(金)までに電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**郷土再発見講座「辻堂古道を歩く」** 3月17日(水)午前9時30分～午後0時30分。※雨天時は24日(水)。案内=江の島・藤沢ガイドクラブ。市内在住の60歳以上の方15人。費100円。☎2月24日(金)から電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**昭和歌謡を楽しもう!** 3月9日(火)午前10時～正午。講師=鈴木孝仁氏。市内在住の60歳以上の方48人。☎2月23日(木)から電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**郷土再発見講座「辻堂古道を歩く」** 3月17日(水)午前9時30分～午後0時30分。※雨天時は24日(水)。案内=江の島・藤沢ガイドクラブ。市内在住の60歳以上の方15人。費100円。☎2月24日(金)から電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**郷土再発見講座「辻堂古道を歩く」** 3月17日(水)午前9時30分～午後0時30分。※雨天時は24日(水)。案内=江の島・藤沢ガイドクラブ。市内在住の60歳以上の方15人。費100円。☎2月24日(金)から電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**健康づくり運動講座「やさしいサーキット体操」** 3月18日(木)午前10時～正午。市内在住の60歳以上の方15人(抽選)。☎2月17日(水)～3月3日(水)に電話または来館で(午前9時～午後4時)。

**藤沢青少年会館**  
☎(25)5215 FAX(28)9567 休館日=第3月曜日

◆**親子で国際交流** 3月7日(日)午後2時～4時。湘南台公民館。衣装制作、ファッションショーほか。講師=市川ジョバンニ氏。市内在住・在学の小学生と保護者20人、外国に関わりのある小学生と保護者20人(ともに抽選)。☎2月23日(金)必着)までにはがきまたはファクス・Eメールの件名を「親子で国際交流」とし、住所・参加者全員の氏名・電話番号、◎は言語(国籍)を書いて、藤沢青少年会館(〒251-0054朝日町10-8) ☎youth@f-mirai.jpへ。  
◆**おやこあそびば(体育室開放)** 3月9日(火)午前10時～11時30分。市内在住の子と保護者10組。☎2月18日(木)午前9時から電話で。

◆**おやこあそびば(体育室開放)** 3月9日(火)午前10時～11時30分。市内在住の子と保護者10組。☎2月18日(木)午前9時から電話で。

◆**湘南なぎさ荘**  
☎(36)2315 FAX(36)1171 休館日=月曜日

◆**なぎさ春の探訪～歩いて巡る藤沢** 3月3日(水)午前9時30分～11時30分。※雨天時は5日(金)。藤沢駅北口サンパル広場ほか(4km)。講師=湘南ふじさわウォーキング協会会員。市内在住の60歳以上の方10人(抽選)。☎2月23日(木)までに電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**和紙ちぎり絵～バラの花ぐるまを作ろう!** 3月4日(木)午前10時30分～正午。講師=日本和紙ちぎり絵協会会員遠藤ますみ氏。市内在住の60歳以上の方10人(抽選)。費700円。☎2月24日(金)までに電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**和紙ちぎり絵～バラの花ぐるまを作ろう!** 3月4日(木)午前10時30分～正午。講師=日本和紙ちぎり絵協会会員遠藤ますみ氏。市内在住の60歳以上の方10人(抽選)。費700円。☎2月24日(金)までに電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**郷土再発見講座「辻堂古道を歩く」** 3月17日(水)午前9時30分～午後0時30分。※雨天時は24日(水)。案内=江の島・藤沢ガイドクラブ。市内在住の60歳以上の方15人。費100円。☎2月24日(金)から電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**昭和歌謡を楽しもう!** 3月9日(火)午前10時～正午。講師=鈴木孝仁氏。市内在住の60歳以上の方48人。☎2月23日(木)から電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**郷土再発見講座「辻堂古道を歩く」** 3月17日(水)午前9時30分～午後0時30分。※雨天時は24日(水)。案内=江の島・藤沢ガイドクラブ。市内在住の60歳以上の方15人。費100円。☎2月24日(金)から電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**郷土再発見講座「辻堂古道を歩く」** 3月17日(水)午前9時30分～午後0時30分。※雨天時は24日(水)。案内=江の島・藤沢ガイドクラブ。市内在住の60歳以上の方15人。費100円。☎2月24日(金)から電話または来館で(午前9時～午後4時)。

◆**健康づくり運動講座「やさしいサーキット体操」** 3月18日(木)午前10時～正午。市内在住の60歳以上の方15人(抽選)。☎2月17日(水)～3月3日(水)に電話または来館で(午前9時～午後4時)。

CULTURE SPACE

カルチャースペース

問...問い合わせ、費...申し込み、費...費用



# 助け合って自分らしく生活するまちへ

## 障がい者差別解消法をご存じですか

障がい者差別解消法では、障がいを理由にサービスや機会の提供を拒否したり、条件を付けたりする行為(不当な差別的取り扱い)を禁止しています。また障がいのある方から何らかの配慮を求める意思の表明があった場合、負担になり過ぎない範囲で対応すること(合理的配慮)が求められます。やむを得ずサービスなどの提供を断らなければならない場合は、障がいのある方にその理由を説明し、理解を得るように努めましょう。



## ヘルプマークを身に付けている方へ配慮をお願いします

ヘルプマークは、外見から分からなくても支援などを必要としている方が、周囲の方に配慮を必要としていることをお知らせするマークです。ヘルプマークを身に付けている方への思いやりのある行動をお願いします。

### ヘルプカードを配布しています

市では、障がいなどがある方が必要な支援や配慮を周囲の方へお願いするためのヘルプカードを配布しています。

**配布場所**  
障がい福祉課、地域包括ケアシステム推進室、北部福祉総合相談室、保健予防課、各市民センター・村岡公民館、各地域ささえあいセンター・地域包括支援センター、イトーヨーカドー藤沢店・湘南台店、ヨークマート辻堂太平台店、ヨークフーズ藤沢六会店



## 状況に応じて助け合うことができるように、障がいの特徴とサポートの方法を知りましょう

**肢体不自由の方**  
四肢や体幹に障がいがある方で、姿勢を保つ、歩くなどの動作が難しいことがあります。手動式の扉の開閉は難しいため、手で押さえるなどの支援をしましょう。

**視覚障がいの方**  
見える範囲が狭い、見えない部分がある、明暗に目が慣れない、色の識別が苦手、などの障がいがあります。交差点や駅のホームではサポートが必要なことがあります。お困りの様子を見かけたら、声を掛けましょう。

**聴覚障がいの方**  
障がいの程度によって、聞こえ方はさまざまです。手話や筆談など、本人の希望に沿ったコミュニケーション方法を選択しましょう。



**内部障がいの方**  
心臓、腎臓などの体の中の障がいは、総称して内部障がいと呼ばれています。外見からは障がいの有無が分かりにくいので、周囲の方の理解が必要です。



**知的障がいの方**  
読み書き・計算・金銭の管理など日常生活や社会生活などに困ることがあり、何らかの支援を必要とする状態をいいます。簡潔に、やさしくゆっくり、その方の年齢にあった言葉づかいで話しましょう。

**難病の方**  
難病とは、原因不明で治療方法が確立されていない疾病のことです。病態にあわせた支援が必要なので、支援をする際は本人の希望に配慮しましょう。

**精神障がいの方**  
病状により、意識・感情・行動などに障がいがあり、社会生活を送ることに困難を伴う障がいです。話をするときは、曖昧な表現を避け、相手のペースにあわせて、丁寧に話をしましょう。

**発達障がいの方**  
脳に関連した生まれつきの障がいです。成長や経験により症状が変化していくこと、コミュニケーションがとりにくいことから、その方にあった支援が必要です。

**高次脳機能障がいの方**  
脳を損傷したことによって生じる障がいで、現れる病状の種類や程度には個人差があります。周囲に見えない障がいであるため、誤解を招きやすく悩みを抱えていることがあります。気持ちに寄り添った配慮をしましょう。

## 障がい者作品展を開催します

障がいのある方が制作した絵画などの作品を展示します。

**とき** 2月22日(月)～28日(日)  
**ところ** 市役所本庁舎ラウンジ・市民ラウンジ、市役所分庁舎ロビー



## お弁当やパン、小物を販売しています

市役所では、市内の障がい福祉サービス事業所が、事業所で製造したお弁当やパン、小物などの販売を行っています。

**とき** 平日午前11時～午後2時  
※水曜日のみ午後5時まで(市役所分庁舎ロビー)  
**ところ** 市役所本庁舎ラウンジ、市役所分庁舎ロビー

