毎日元気！ながいずみ
～ウォーキングコースを歩いてみませんか～

Vol. 4　運動編

☎健康増進課　989-5575

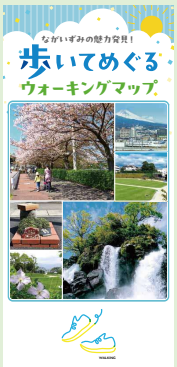
健康推進員が中心となり、ウォーキングマップをリニューアルし、全20コースを４段階のレベル別（初心者・初級・中級・上級）に設定しました。

全３回で、初級・中級・上級の各コースを１つずつ紹介していきます。ストレス解消・運動不足の解消に、楽しく一歩を踏み出してみませんか。

▲詳細

初級　上長窪桃沢川沿いコース

上長窪広場から山岸橋までを歩くコースです。桃沢川や愛鷹山麓に広がる良好な景観が魅力的で歩くと清々しい気持ちを感じることができます。山間を抜ける心地よい風と桃沢川のせせらぎの音を感じながら、長泉町の爽やかな景色や天気が良ければ富士山も眺めることができます。







上長窪広場は駐車スペースも広く、広場の中も歩けます。トイレもあるのでウォーキング拠点として心強いです。夏は伊豆縦貫道高架の日陰により涼しく運動を行えます。歩くことを運動習慣にしていくためにも、無理のない距離で、楽しく始めることができるコースです。



片道728m　約９分（往復1,456m）

ちょうどいい手話講座⑯

☎福祉保険課　989-5512

監修：長泉町身体障害者福祉会ろうあ部

みなさん、こんにちは！ちょうどいい手話講座のお時間です。

今回ご紹介する手話は「大丈夫ですか？」です。

聞こえない人が困っていたら、この手話を用いてコミュニケーションをとってみましょう。

POINT
表情によって「大丈夫です」と
「大丈夫ですか？」と
意味が変わってきます



①指先を少し湾曲させ、左胸にあてる



②そのまま平行にずらしながら右胸にあてる

▲動画でも解説！



モデル：齊藤 由利子さん（ろうあ部部長）

きっと見つかる！

あなたに“ちょうどいい”本

～おもしろいミステリをたくさんありがとう。東野圭吾さんの受賞作品から～

町民図書館　☎988-7801
休館日　毎週月曜日（祝休日を除く）、
毎月第１木曜日（１・５・８月を除く）

▲詳細



～直木賞（134回2005年下半期）、本格ミステリ大賞小説部門（第6回2006年）～
容疑者Xの献身

東野圭吾著／文藝春秋

天才数学者でありながらさえない高校教師に甘んじる石神は、愛した女を守るため完全犯罪を目論む…。数学だけが生きがいだった男の純愛ミステリ。

～日本推理作家協会賞長編部門賞（第52回1999年）～
秘密

東野圭吾著／文藝春秋

妻と小学生の娘が事故に。妻の葬儀の夜、意識を取り戻した娘の体に宿っていたのは死んだはずの妻だった。運命は愛する人を二度奪っていく…。切なさ溢れる長篇ミステリ。



桃チャレ～バターチキンカレー作り＆ピザ窯でナン作り～

時 11月29日㈰　10:00～13:00
内 火付け体験、薪割り体験、
バターチキンカレー作り、ナン作り
定 14家族（先着順）
費 5,000円（１家族５人まで）
対 小学生以下のお子さんを含む家族
期 11月15日㈰　12:00から
申 フォームで申し込む

▲詳細　▲フォーム

焚き火イベント３連発!!

時 ①11月７日㈯　焚き火deひととき（第６回）
②11月15日㈰　MOMOZAWA ×TULLY'S ～coffee in the outdoors～
③11月23日㈷　焚き火×ヨガ×コーヒーで最高のひとときを

▲①詳細　▲②詳細　▲③詳細

相談日

※★は事前予約制です。

相談の種類	と　き	ところ	問い合わせ
総合相談	月～金曜日　９:00～16:00	総合相談室	総合相談室　☎989-5501
★法律相談	第３水曜日　13:00～16:00　予約開始／第１水曜日		
★多重債務相談	第２水曜日　13:30～16:30 予約期限／相談日の前日		
交通事故相談	第２・４火曜日　10:00～15:00		
人権相談	第３金曜日　10:00～15:00		
行政相談	第３木曜日、第４金曜日　９:00～16:00		
登記相談	２・５・８・10月の第２水曜日　10:00～12:00		
犯罪被害者支援相談	月～木曜日　９:00～16:00		
★ワンストップ経営相談	第２・４金曜日　９:00～16:00 予約期限／前週火曜日	総合相談室	商工会　☎986-0685
★休日納税相談	第２土曜日　９:00～12:00	役場	税務課　☎989-5507
消費生活相談	月～金曜日　９:00～16:00	役場	くらし環境課　☎989-5514
★障がい者相談	第１・３火曜日　10:00～15:00	総合福祉事務所	福祉保険課　☎989-5512
★乳幼児健康相談	第１・３木曜日　９:00～11:30	ウェルピアながいずみ	健康増進課　☎986-8760
★成人健康相談	第１・３木曜日　９:00～11:40		
★栄養相談	月～金曜日　９:00～16:00		
福祉総合相談	月～金曜日　８:15～17:00	福祉会館	社会福祉協議会　☎987-7680
身体障害者相談	第４火曜日　10:00～14:00	福祉会館	身体障害者福祉会　☎986-7453
教育相談	月～金曜日　９:00～16:00 （小・中学校の長期休業期間中は除く）	いずみの郷	教育支援センター　☎987-8880
青少年相談窓口	月～金曜日　９:00～16:00 （小・中学校の長期休業期間中は除く）	いずみの郷	教育支援センター　☎989-7830
妊娠・出産・育児相談	月～金曜日　８:30～17:15 （来所相談は９:00～16:30）	ウェルピアながいずみ	こども家庭センター　☎986-8760
こども・子育て相談		役場	こども家庭センター　☎918-2012

【10月１日現在　人口統計（前月比）】
男性／21,484人（＋43）　**女性**／22,044人（０）　**合計**／43,528人（＋43）　**世帯数**／19,641世帯（＋22）

▲詳細