

広報

8月号

No.1121  
平成27年(2015年)

# とろざわ

トコロんのおイトコどこだよ<sup>25</sup>  
～観光農園 (ブドウ園)～

市内に数多くの観光農園があることをご存知ですか？  
春はウメにタケノコ、夏はブドウにナシ、秋はサンスイモにクリ、冬はイチゴにミカン…一年中収穫を体験できます。

中でも一番数が多いのがブドウ園。8月上旬から9月下旬までブドウ狩りが楽しめます。

所沢の甘くておいしいブドウを食べに行きませんか？

問 商業観光課 ☎ 2998-9155

◎ 観光農園マップは市庁舎（「観光農園」で検索）でご覧になれます。



撮影協力：田中ぶどう園 (中富808)  
撮影：市民カメラマン・遠井洋子 (平成26年9月11日)

**特集 笑顔あふれるところっこ 放課後対策事業…2・3**  
保育の必要な人が保育を受けられるように…4 / 市民フェスティバル参加者・参加団体を募集…5 / 平成26年度所沢市の財政事情…6・7 / ふるさと応援寄附特別企画！所沢市×埼玉西武ライオンズ…7 ほか

人口と世帯 (平成27年6月末現在)		
人口	343,231人	-106人
男	170,759人	-47人
女	172,472人	-59人
世帯数	153,261世帯	+56世帯

- ◆ 所沢市ホームページアドレス  
<http://www.city.tokorozawa.saitama.jp/>
- ◆ 所沢市広報課フェイスブック  
<https://www.facebook.com/tokorozawashikouhouka>
- ◆ とろざわほっとメール (市政情報・防災情報)  
二次元バーコードを読み込み空メールを送信



発行：所沢市 編集：経営企画部広報課 ☎ 04-2998-9024 ☎ 04-2994-0706  
所沢市役所：〒359-8501・埼玉県所沢市並木一丁目1番地の1 ☎ 04-2998-1111 (代表)

「広報とろざわ」は、毎月1日に発行。戸別配布でお届けしています。届かない方は、所沢市シルバー人材センター(☎2928-8695・☎2924-0630)へご連絡ください。

# 笑顔あふれる 地域みんな ところっこ なではぐくもう



いろんな場所で  
他の学年の子と遊べて  
楽しい!



従来、市では「放課後児童クラブ」と「ほっかご」とは同じ小学校内にあってもそれぞれ運営が異なっていたため、利用する児童たちが一緒に遊ぶ機会が多くありませんでした。

この課題を受け、市は、中富小学校施設を活用し、27年4月から「中富小児童クラブ」と「中富ほっかご広場」の一体運営をスタート。学校施設を児童の自由な遊び場として開放し、両事業の指導員が連携して見守ることで、全ての児童が一緒に楽しく遊べるようになり、従来存在した事業間の壁をなくすことで、事業単位

放課後事業の  
一体運営が  
スタート!

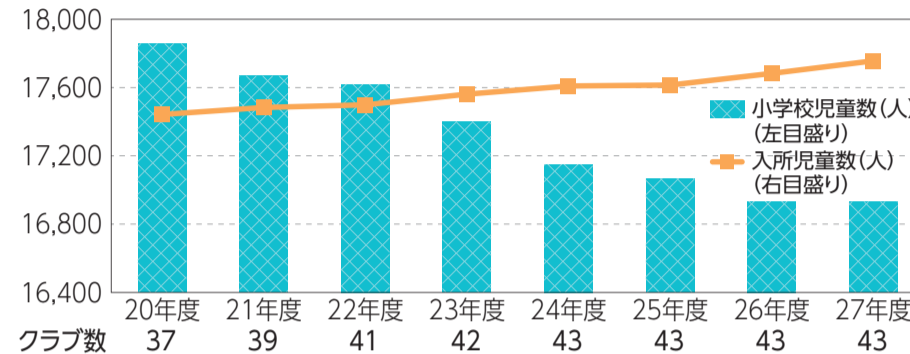


で運営を考えるのではなく、児童を中心にした運営方針を両事業間で共有しています。これにより、行事を同じ日に行うなど児童がより楽しめるようになりました。

現在、中富小学校は、児童がどちらの事業を利用していたとしても、その違いに関係なく、多くの児童たちが一緒に元氣いっぱい遊んでいます。

今後は、放課後児童クラブとほっかごとの連携をさらに強化し、児童たちが分け隔てなく遊ぶことのできる環境を整備することで、多くの児童たちへ「笑顔あふれる」放課後生活を提供していきます。

◆放課後児童クラブ(児童館生活クラブおよび児童クラブ)の利用状況



放課後児童  
クラブは  
こんなところ!



子どもたちを取り巻く環境の変化や、子どもたちに関わる重大な事件・事故の発生などを受けて、子どもたちの安全・安心の確保を求める声は多く、中でも、放課後の児童の居場所に対するニーズが大変高まっています。

こうした声に応え、市は、平成22年に「放課後子ども健全育成基本方針」を策定し、「笑顔あふれる とろろ」地域みんなではぐくもう」を基本理念に児童の放課後生活の充実に取り組み、27年度は新たに放課後事業の一体運営をスタートしました。既存の放課後対策事業の取り組みともにご紹介します。

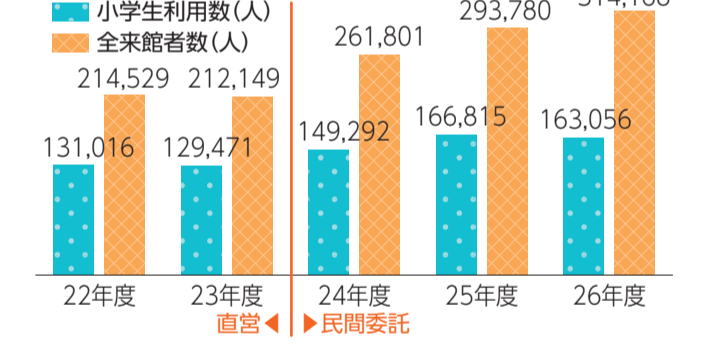
青少年課 ☎2998-9103 ☒2998-9035

## 放課後対策トピックス

3月28日に、全12児童館生活クラブが参加して、『所沢郷土かるた大会』が開催されました。各生活クラブの予選会で選ばれた4人で1チームを構成し、大会に臨みました。激戦を制したのは、みどり児童館第2生活クラブのメンバーでした!



3年間で来館者は約1.5倍



児童館は、児童館生活クラブと並行して一般の児童を受け入れる全児童対策の一つとして、夏休みの一時預かり事業を開始するなど新たなニーズへの対応も進めています。

児童館は24年度から民間委託を進め、27年度からは全児童館が民間による管理運営となりました。民間活力の導入により、各児童館が特色のある取り組みを行っています。27年1月に実施した利用者アンケートでは98.7%の方から「児童館の運営について満足している」と回答を得ました。また、原則として毎月第2日曜日および年末年始以外は無休日とした。各児童館が工夫を凝らした運営を行った結果、近年の児童館の利用者は大きく伸びています。

児童館は、0歳から高校生までの乳幼児・児童・生徒が利用できる。ぜひご利用ください。

## 児童館の 放課後の 役割

7月5日に、北秋津小学校で開催された『第9回七夕まつり』では、北秋津小学校で行われている放課後対策事業に参加する児童たちが協力し合い、おばけ屋敷を作りました。事前準備から当日の運営まで、児童たちの創意工夫が盛りだくさんの企画で、地域の子どもから大人まで多数の来場者が楽しみました。



ほっかご  
ところで  
あそぼう!



明峰小学校に通うひばり児童館生活クラブの児童たちが、フィンスイミング世界大会に出場した所沢市観光大使で明峰小学校出身のお笑い芸人・オードリー春日俊彰さんへ応援メッセージを送りました。その後、見事銅メダルを獲得した春日さんが、7月20日に所沢市役所を訪れ、応援メッセージを送ってくれた児童たちに直接お礼の言葉を伝えました。この様子はテレビや新聞でも紹介され、話題になりました。



市内のほっかごところ	所管課
所沢小学校ほっかごところ	学校教育課 ☎2998-9238
北小学校ほっかごところ	
松井小学校ほっかごまつい	
清進小学校せいしんネットほっかごところ	
明峰小学校ほっかごめいほう	
若松小学校ほっかごわかまつどんぐりキッズ	
北秋津小学校ほっかごところんぼキッズ	
若狭小学校ほっかごわか	
林小学校ほっかごほやし	
南小学校ほっかごみやみ	
中富ほっかご広場	青少年課



## 保育の必要な人が保育を受けられるように 安心して子育てができるように

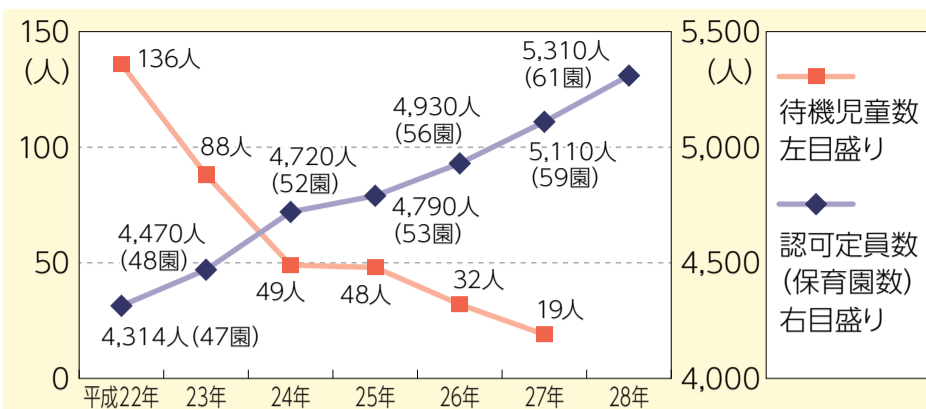
### 所沢の保育園と待機児童

問 こども政策課 ☎2998-9415

市は、保護者の就労、疾病などの理由による「保育の必要性」を判断し、保育園、小規模保育施設などで保育を行っています。

全国的な問題である「待機児童」は、所沢市でも重点課題と位置づけられており、平成22年度から27年4月までに認可保育園を12園、定員を796人増やしました。これにより待機児童数は年々減少し、27年4月1日現在、19人となりました。28年度も認可保育園を2園（定員200人）新設する予定です。

#### ◆認可定員数と待機児童数



#### トコロんからの質問！

Q どうして定員が増えていないのに待機児童がゼロにならないの？

A 地域に受け入れ可能な保育園があっても特定の保育園を希望するなどが偏りが生じたり、大型マンションができるなどして同年齢の申し込み希望が集中したりするためゼロにするのは難しいのです。

Q どうしてもっとたくさん保育園を作らないの？

A 市内には保育園が59園、幼稚園が22園あります。子どもの人口は減少傾向にあり、施設過剰とならないよう、必要に応じた整備を進めています。また、保育園の運営には多額のお金がかかります。保育園にはそんなにたくさんのお金がかかるの？

A 例えば、公立園の0歳児は1人当たり年間332万円、1歳児は254万円、2歳児は217万円かかります。財源は利用者の保育料と税金(国・県・市)です。

Q こんなにたくさんのお金がかかるのと、じゃんじゃん増やすわけにはいかないね。みんなの税金を使っているから、保育園に入る基準は公平にしたいな。これまでも公平性に配慮して保育園を運営してきましたが、さらに公平にするため育児休業中の保育園の利用基準を見直しました。この後詳しくご説明します。



### 確実に復園

### より公平な保育園利用へ

問 保育幼稚園課 ☎2998-9126

27年4月よりスタートした「子ども・子育て支援新制度」で、育児休業中は保育の必要性がないこと、育児休業中の保育園継続利用の判断は市が判断することが明確になりました。これにより所沢市は、育児休業中に家庭で保育ができる場合、0歳から2歳児の在園児は原則いったん退園し、家庭での保育をお願いしますが、復職時には元の園に戻る仕組みとしました(左図参照)。

Q どうして今までの仕組みじゃいけないの？

A 従来は育児休業取得時の保育園継続利用を、各園の園長が判断していました。新制度では市が判断することとなり、統一基準を作る必要があったのです。

#### トコロんからの質問！

Q 新しい仕組みにはどんな狙いがあるのかな？

A この仕組みはさらさら公平な保育園利用を実現するためのものです。また、いったん退園していただくことで、保育の必要性がある方が少しでも早く入園できるという効果があります。

Q いろんな事情の家庭があると思うんだけど、育児休業中は必ず退園しなきゃいけないの？

A 原則は退園ですが、事情を考慮して柔軟に対応します。事前にヒアリングなどを行い、疾病などで継続利用が適切と認められる場合に

Q 退園して、育児休業が終わったら元の園に戻るの、大丈夫かな？

A 再入園の際、上の子・下の子とも入園児利用調整指数を100点加算します。平均的な利用調整指数は65点(共働き・フルタイム)です。元に戻ります。

Q それは安心だね！でも、年度が切り替わる4月ならいいけど、年度途中で育児休業を終えた場合はどうなるの？退園して空いたところに別の子が入園してしまっていたら、定員いっぱいにならないと思うんだけど？

A 定員がいっぱいの場合には、特別預かり事業(定員と別枠で預かる事業)を実施し、元の園で同じ保育を受けられるようにします。

Q 新しく生まれた子の入園を心配しなくていいし、兄弟が同じ園に入れるから送り迎えも便利でうれしいね。でも、上の子はお友達に会えなくなってしまうんじゃないかな？

A 在園していた園から定期的に声をかけたね。



掛け、園の行事などにも参加いただけます。元の園との関係が途切れることはありません。また、元の園に育児相談をすることもできます。

Q 育児ってとても大変だと聞くけど、お父さん・お母さんの負担は大丈夫かな？

A 家庭でも安心して子育てができるようにサポートする事業や場所、情報をたくさんご用意しています(左記参照)。悩みを家庭で抱えず、困ったことがあればお気軽にご相談ください。

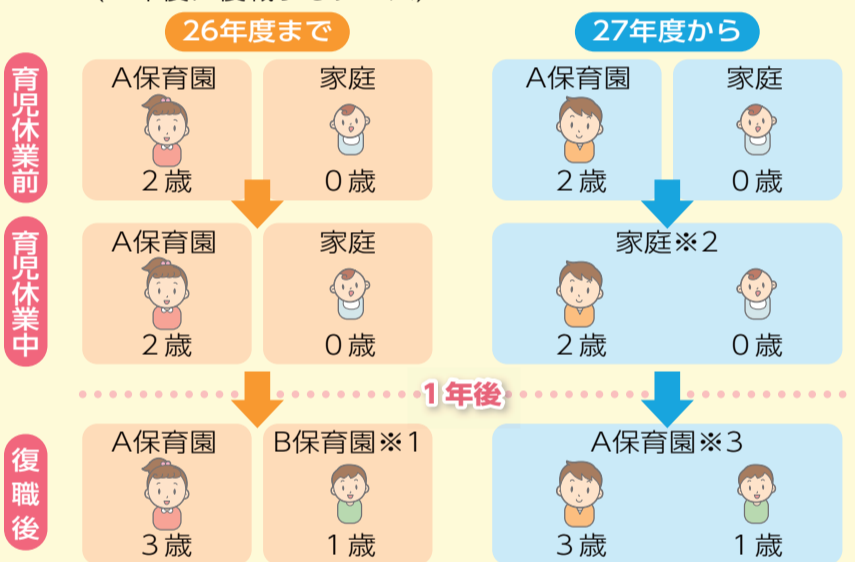
#### トコロんのまとめ

保育園数と待機児童数の関係はとも難しいことがよく分かったよ。待機児童を抱える人、認可保育園よりも高額の保育料を払って認可外保育園に預けている人、育児休業が取れず働きながら子育てをしながらいけない人…そういった「保育の必要性がある一人たちが保育園を利用しやすいかなる公平な仕組みにしたんだね。



### 育児休業取得時の保育園利用モデルケース

2歳児をA保育園に預けていて、0歳児の育児休業を取得(1年後に復職するケース)



※1…入園判断により入れない場合や上の子と別の園になる可能性があります。  
 ※2…上の子は退園し、家庭で保育をお願いします。  
 ※3…2人とも同じ園(元の園)に入れます。

### これで安心! 所沢の子育てサポート!

問 こども支援課 ☎2998-9124

- ▶ **子育ての不安を相談したい**  
こども相談センター ☎2998-9129にお気軽にご相談ください。
- ▶ **ライフスタイルに合わせた子育てサポートなどを知りたい**  
最適な保育・子育てサービスの選択などをお手伝いする「ところっこ子育てサポート事業」を行っています。対面でも電話でも相談できます。
- ▶ **保護者が病気、子どもが病気のときに預けたい**  
「一時預かり事業」や「病児保育」が利用できます。所沢市の一時預かり事業実施施設数は県内で1位です。
- ▶ **休日に突然子どもの具合が悪くなった**  
市民医療センターを中心に24時間・365日、安心の小児初期救急体制を整備しています。
- ▶ **親子で楽しむ時間を作りたい**  
子育て親子が交流できる「地域子育て支援拠点」がたくさん(県内3位)あります。
- ▶ **もっと詳しい情報が知りたい**  
「ところっこ子育てガイド」(市HPで同名を検索)や子育て応援サイト「ママフレ」(<http://tokorozawa-city.mamafre.jp/>)をご覧ください。

## 第36回所沢市民フェスティバル

# 参加者 参加団体を募集



**日時** 10月24日(土)・25日(日)  
**場所** 所沢航空記念公園・所沢市民文化センターミュージズ  
**問** 所沢市民フェスティバル実行委員会事務局(地域づくり推進課内)  
**☎** 2998-9083

**募集期間** 8月3日(月)～13日(木)  
**受付場所** 市役所2階地域づくり推進課

**【留意事項】**

- ①各コーナーで参加資格・応募方法が異なります。必ず募集要領をご確認ください。
- ②参加者・参加団体の方は、運営や開催日翌日(26日(月))の全体清掃などに必ずご協力ください。
- ③参加費の返金は原則できません。
- ④所沢市暴力団排除推進活動の趣旨に基づき、暴力団および関係者の参加はお断りします。

◎申し込み後、所沢警察署で名簿の照会を行い、参加者・参加団体が暴力団および関係者と判明した場合は、申し込みを取り消します。

- ⑤食品を扱う場合は、申込時に必ず臨時出店の概要と従事者全員の保菌検査(検便)成績書を提出してください。提出された書類は、実行委員会から狭山保健所に提出します。

◎募集要領・申込用紙は地域づくり推進課、実行委員会HP (<https://opencity.jp/tokorozawa/pages/gp/tokofes/>) で入手できます。

**太鼓フェスティバル**

**内** 太鼓演奏・パフォーマン  
**対** 太鼓サークル・団体  
**費** 無料



**ふれあいステージ(24日(土)開催)**

**内** 野外ステージでのダンス・歌・演奏などバラエティに富んだ表現活動(20分以内)



**対** 市内在住・在勤・在学の個人・団体(抽選)  
**費** 3,000円

**団体&行政活動PRコーナー**

**内** 団体の活動紹介

**対** 市民団体など

**費** 無料

**【留意事項】**  
 販売、金銭を伴う物品などの取り扱いはできません。  
 1区画は3.6m×5.4mです。  
 テント・机などの備品類を使用する場合は、実費をいただきます。  
 1団体当たりの区画上限はありませんが、応募者多数の場合は制限します。



**企業PRコーナー**

**内** 所沢市近隣の企業の業務紹介

## 所沢市民フェスティバル プログラム広告募集!

**募集期間** 8月3日(月)～13日(木)

**発行部数** 35,000部

◆**ロゴ入り広告**

**サイズ** 縦3.5cm×横9.8cm(1コマ)

**広告料** 25,000円(1コマ)

**募集枠数** 10コマ(抽選)

◎2コマまで応募できます。掲載決定後、完全版下を提出してください。

◆**企業名広告**

**広告料** 1企業につき5,000円

**フォント/サイズ** ゴシック体/10.5ポイント

**【留意事項】**

▶「所沢市民フェスティバル有料広告の掲載に関するガイドライン」を遵守してください。▶仕様は変更となる場合があります。

**申問** 募集期間内に申込書を市役所2階所沢市民フェスティバル実行委員会事務局(地域づくり推進課内)

**☎** 2998-9083へ直接

◎申込書は地域づくり推進課、実行委員会HP (<https://opencity.jp/tokorozawa/pages/gp/tokofes/>) で入手できます。



▲掲載イメージ(前回プログラム)



**とろろさわ市民市場**

**内** 物販・展示

**対** 市内在住者または市内商工業者

**募集区画** 90区画(抽選)

**費** 31,000円(1区画)

**【留意事項】**

- 1区画は2.7m×3.6mで、テント付きです。
- 1出店者あたり3区画(連続)まで応募できます。
- 従事者全員の顔写真付き本人確認書類の写し(運転免許証など)、代表者の顔写真(縦4cm×横3cm)2枚を添えて応募してください。



**わくわくフリーマーケット**

**内** 家庭にある不用品などの販売

**対** 個人・グループ(業者を除く)

**募集区画** 150区画

**費** 2,000円(1区画)

**申** NPO法人

**フ** リーマー

**ケ** ット推進

**ネ** ットワー

**ク** /リサイ

**ク** ルマン)

**☎** 048-

**268-8711**に電話または同

**法人HP** (<http://recycle-man.or.jp/>)で募集要領を確認の上、

応募

**【留意事項】**

- 1区画は2.5m×2.5mです。
- 応募者多数の場合は市内在住者を優先します。
- 食品および生き物の販売はできません。
- ごみや売れ残った品物は必ず持ち帰ってください。



写真(縦4cm×横3cm)2枚を添えて応募してください。

**欲しい情報を速く！メール配信サービス「とろろさわメール」**

携帯電話やパソコンにメールで情報を配信する「とろろさわメール」とメール。タイムリーに情報が得られると好評です!

[hotmail@tokorozawa-hotmail.jp](mailto:hotmail@tokorozawa-hotmail.jp)

に空メールを送ると簡単に登録できます。下記二次元バーコードからも送信可能です。

防災、イベントなどの17カテゴリーから受信したいものを選べます。登録後の変更も可能です。

◆**おすすめ新カテゴリ**

「週刊まとめトコロ」

目まぐるしく情報が更新される市のホームページ。忙しくて全部見てられない方に朗報です!

所沢の楽しい情報を1週間分ギュッとまとめてお届けします。

**問** 広報課 ☎2998-19024



**皆さんの善意**

【愛の福祉基金へ】

ル・マルシェ様 (48,448円)

●(株)中央管財様 5千円

●山口三井長生クラブ様 (4,288円)

●所沢東ロータリークラブ様 (10万円)

●みかじま健康まつり実行委員会様 (38,644円)

●(株)吉田自動車様 (24,155円)

●緑の基金へ

●足立圭子様 (5万円)

●富岡地区環境推進員協議会様 (15,950円)

※5月16日から6月15日までの受け付け分です。ありがとうございました。

【交通安全防止啓発事業などへ】

●(株)吉田自動車様 (24,155円)

●緑の基金へ

●足立圭子様 (5万円)

●富岡地区環境推進員協議会様 (15,950円)

※5月16日から6月15日までの受け付け分です。ありがとうございました。



**いざ出陣!**

**問** 企画総務課

**☎** 2998-9046

**投票期間** 8月17日(月)～11月16日(月)

市の知名度アップのため、トコロんが頑張っています!

皆さんの熱き思いでトコロんをグランプリの頂点へ!

投票方法が分かり次第、市HPでご案内します。

平成26年度 所沢市の財政事情

財政課 ☎ 2998-9030

一般会計の26年度の決算は、25年度と比較して、歳入で98億1,444万円(10.7%)の増、歳出で99億1,966万円(11.3%)の増となりまし...

依然として社会保障経費の増加が続く中、市は今後も歳出全般の見直しを図り、第5次所沢市総合計画に定める将来都市像「所沢発みどり」と笑顔にあふれる自立都市の実現に向け、効果的・効率的な財政運営に努めていきます。

一般会計 福祉や教育、道路整備、議会運営など基本的な経費の会計

歳入決算額.....1,012億 1,554万円 (前年度比：98億 1,444万円《10.7%》増) 歳出決算額.....974億 758万円 (前年度比：99億 1,966万円《11.3%》増)

歳入歳出予算現額・決算額推移

Table with 6 columns: 区分, 歳入歳出予算現額, 歳入, 歳出, 金額, 増減率(%)

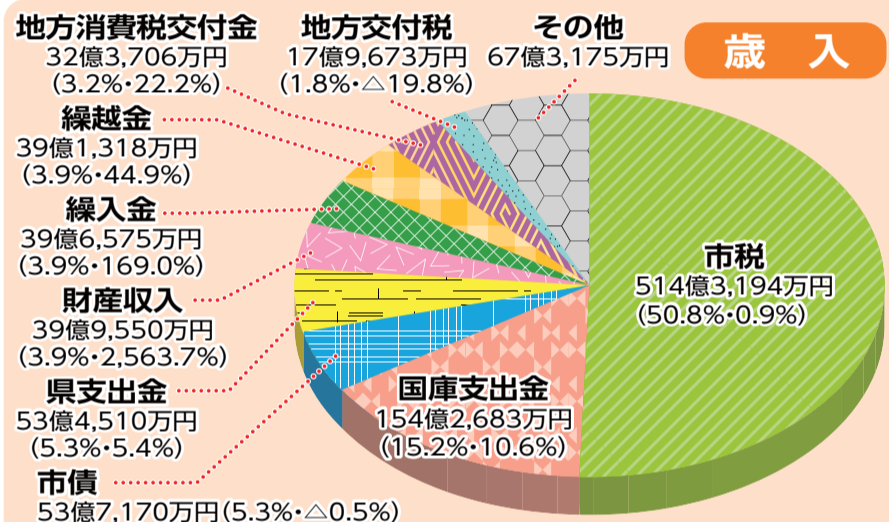


Table of 歳入の区分 (Income Categories) and 内容 (Details) including 市税, 国庫支出金, 市債, etc.

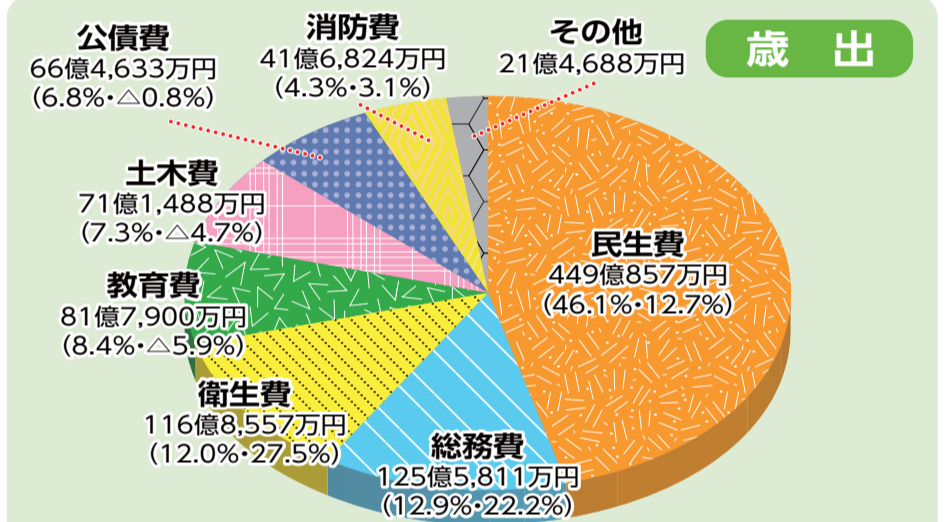
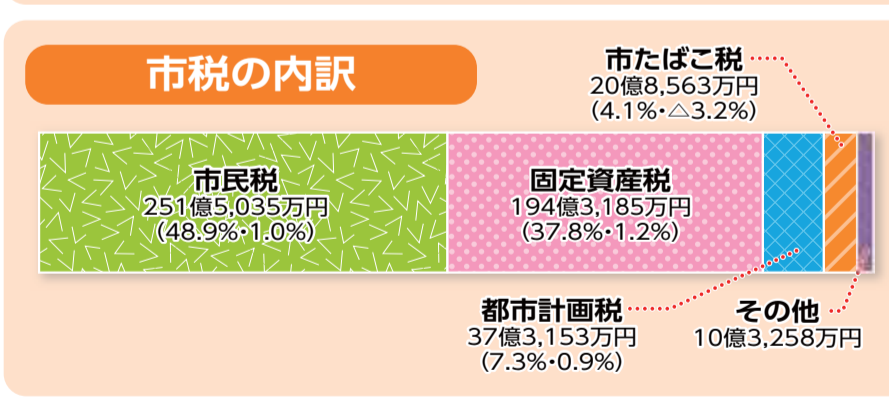
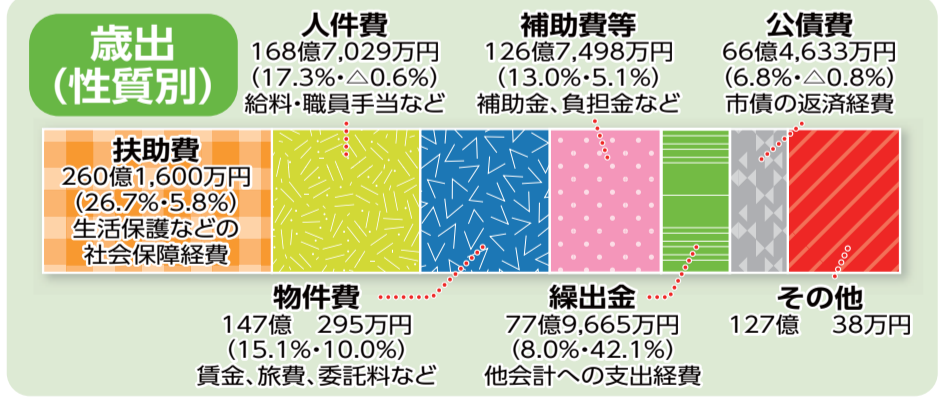


Table of 歳出の区分 (Expenditure Categories) and 内容 (Details) including 民生費, 総務費, 衛生費, etc.



基金の状況 (Fund Status) and 市有財産の状況 (Municipal Property Status) with summary statistics and descriptions.

市債現在高の状況 (Municipal Debt Status) with a table of debt levels for general account, special accounts, and hospital accounts.

特別会計 特定の事業を行うために一般会計と区別して処理する会計

Table of 特別会計 (Special Accounting) with columns: 会計名, 予算現額, 歳入, 歳出

公営企業会計 公共の福祉を目的として企業を営営する独立採算の会計

Table of 公営企業会計 (Public Enterprise Accounting) with columns: 区分, 予算現額, 執行済額

▲収益的収支... 事業活動に伴って生じる収入と支出 ▲資本的収支... 建物や機器などの資産の購入・売却による収入と支出

「所沢市の財政事情」を閲覧できます (You can browse the 'Fiscal Situation of the City of Sojima') with details on where to view the report.

おしえて!マイナンバー制度 (Tell me! My Number System) with instructions on how to apply for a My Number card.

平成27年 所沢市議会第2回定例会 (2015 Sojima City Council 2nd Ordinary Meeting) with a list of proposed resolutions.

所沢市ふるさと応援寄附 (Sojima City Furusato Support Contribution) with details on the 2015 campaign.

食中毒に気をつけよう! (Be careful of food poisoning!) with safety tips and contact information for health services.



▲男女共同参画週間に合わせて行われた『ふらっとまつり』。開設20周年を迎えた「男女共同参画推進センターふらっと」で世界大会で優勝経験がある山北由香さんによる「パルーンアート」のほか料理教室、利用登録団体の活動発表などが行われ、にぎわいました。6月27日(出)／男女共同参画推進センターふらっと(写真：市民カメラマン・白須信一／動画：同・笠原政男)

# みんなの



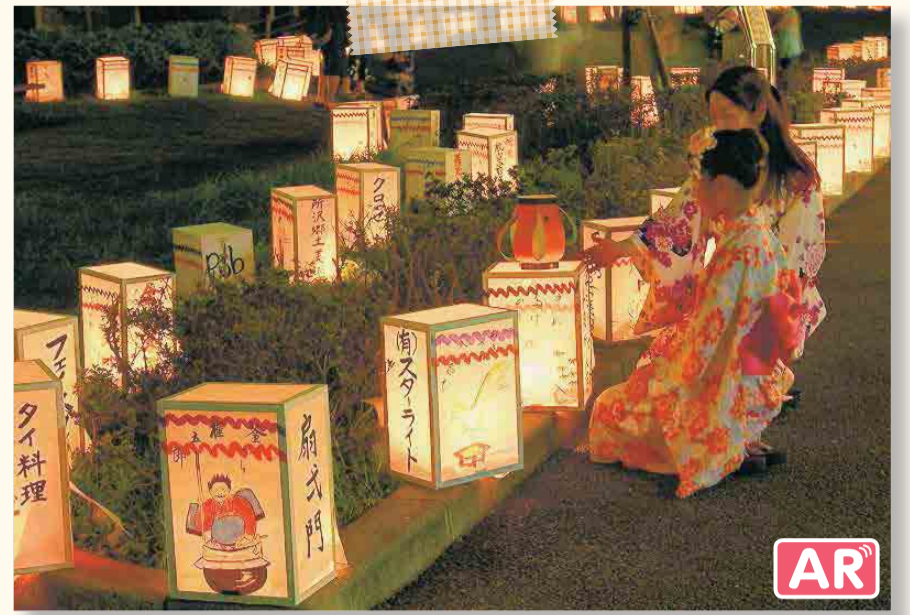
▲100人を超える参加者が集まった『親子キックベース・ラケットテニス』。ウォーミングアップと簡単な講習を受けた後、実戦形式のゲームを楽しみました。会場内には応援の声や響き、好プレーが出ると笑みがこぼれました。7月18日(出)／市民体育館(写真：市民カメラマン・津田資雄／動画：同・笠原政男)

# ひろば

スマホで動画！  
アプリでARのある写真を写すと動画が見られます。  
詳細は市HP(「AR」で検索)へ



▲4組のハワイアンバンドがステージを彩った『第24回ハワイアンフェスティバル』。会場は早々に満員となり、大勢の観客は爽やかな歌・演奏・ダンスに酔いしれました。7月5日(出)／吾妻まちづくりセンター(写真：市民カメラマン・浅見司郎／動画：同・宮本博史)



▲所沢の夏の風物詩となった『第7回野老澤行灯廊火』。前年は大雨に泣かされましたが、今年は見事100個の行灯に火がとりました。大人気の「きもだめし」は長蛇の列が切れず、100人規模の浴衣&おばけパレードは大きな歓声を浴びて街中を元気づけました。7月18日(出)／元町コミュニティ広場ほか(写真：市民カメラマン・遠井洋子)

## 突撃！ライオンズ特派員！

### 今回の市民レポーター！

左から会社の同僚で観戦仲間の林 雅貴さん(東村山市在住)、仲沢秀幸さん(荒幡在住)、岸本 翼さん(あきる野市在住)



今回の突撃先！  
ブルーレジェンズ・Yukiさん、mayuさん  
キレのあるダンスやファンサービスでライオンズを盛り上げてくれるパフォーマンスチーム「ブルーレジェンズ」。今回は埼玉県出身のリーダー・Yukiさん(写真右)と、所沢市在住のmayuさんの二人に迫ります。

### インタビュー「ブルーレジェンズってどんなチーム？」

ファンにとって身近な存在であるブルーレジェンズ。雰囲気はアットホームで「12球団で一番仲が良いチーム」と語ってくれた一方で、選手同様みんなライバルであるとのこと。100人近い応募の中から選ばれた17人で、試合の舞台に立てるのはわずか12人。栄養価の高いものを食べたり、テレビ観戦中も筋トレをしたり、常に体に気を使っているプロパフォーマンスの意識の高さに驚きました。

5回裏になるとスタンドでブルーレジェンズとファンが一緒に踊って触れ合うのがライオンズ流。mayuさんは「負けている時こそ、スタンドのみんなと一緒に踊って球場を盛り上げ、選手の力になりたいです。踊りが分からない方も、フラッグを振って一緒に応援しましょう！」と笑顔で話してくれました。



▲インタビュー風景

### レポートを終えて

ブルーレジェンズのインタビューのほか、普段見られない球場のバックヤードにも入って、ライオンズの選手を支えている裏側を知ることができました。インタビュー後の試合はライオンズが快勝して、大満足の1日でした！

商業観光課 ☎2998-9155

## はっぴとこ 野老っ子

「本当は封印したかった」。誰にでもきくと語りたくない過去があるだろう。辛く、苦しい思い出であるはずの戦争体験を伝える「平和の語り部」を続けて10年。杉本孝一郎さんはこれまでに、小学生を中心とした約5,000人に自身の体験を語ってきた。

昭和7年生まれ、83歳。小学4年生だった昭和16年12月8日、先生が朝礼で開口一番、「戦争が始まった」と教えてくれた。次第に戦火は激しさを増し、空襲警報が鳴ると必死で防空壕に逃げ、震えながら音が止むのを待った。6年生の時の修学旅行は中止、夜中も防災頭巾を手放せない生活。だが、何より辛かったのは「食べ物がなかったこと」だった。戦中、戦後の日本は飢餓状態。現在のアフリカのような状況だった。遠い国の話ではなく、この「日本」が飢えていた。杉本さん自身も20代、栄養失調で倒れる。「長生きはできないと思っていた」。それでも、現在は83歳とは思えないパワーで数々の地域活動に尽力する。「地域貢献をするとな、自分も元気になるんだよ」。過去の辛さを微塵も感じさせない柔和な笑顔がまぶしい。

戦争体験を伝えようと思ったのは10年前の広島だ。戦後60周年の記念式典に、所沢市の代表団として参列した。国の代表などのあいさ

「ゴヤはマイブーム！」  
北秋津 羽生 佐賀美  
ゴヤの栄養価の高さを聞き、随分前からさまざまな料理を試してききましたが、あの独特の苦みが克服できず苦手でした。ある日、テレビ番組で「マヨネーズでゴヤを炒め、塩こしょうを振るだけ」とシンプルな振りが紹介されていました。簡単なこともあり、再度ゴヤ料理にチャレンジ！おそろい口にする、ほろ苦さとマヨネーズの相性が抜群でなんとおいしいこととしよう!! それ以来ゴヤはマイブームとなり、たびたび食卓に上っています。昨年退職して時間のゆとりができ、今年はゴヤの苗を3本ベランダに植えました。夏を涼しく過ごせる緑のカートンにもなり、一石二鳥を狙っています。  
肥料や水やり、つるの誘引、花や実のチェックと、朝な夕な愛情を注いでいます。まるで子育てのよう、いやそれ以上かもしれません。早く食べられる日を心待ちにしています。

## 生涯、「平和と命の大切さ」を伝えたい 杉本 孝一郎さん(東狭山ヶ丘在住)

つもあったが、最も心に響いたのは小学6年生が未来に向けた「平和宣言」だった。「辛く、苦しいことでも、子どもに事実は事実として伝えていかなくちゃいけない」。翌年から「平和の語り部」となり、未来を担う子どもに体験を語る活動は、10年の節目を迎えた。杉本さんの話は衝撃的だ。13歳の冬、雪をかき分けて飛行機が迫る。操縦士の顔が見えるほどの低空飛行。機銃掃射の中、3歳と5歳の妹の手を引いて防空壕へ走った。「生きた心地がしなかった」。新潟へ疎開した後の昭和20年3月9日、東京大空襲。10万人が死んだ。上野駅に降り立つと、建物は破壊し尽くされ、死臭がただよび、親を亡くした浮浪児があふれる。地獄絵図だった。体験談を話すと小学生は息を飲み、真剣な表情で聴き入る。後日学校から届く感想文が杉本さんの宝物だ。いじめ体験を告白してくれた児童から、「力強く生きていこう」と思います」という声が届いたこともある。「だんだん戦争体験者は減っていく。生きている限りは『生の声』を伝え続けたい。悲惨な時代を経験するのは私たちだけではないんです」。8月15日は戦後70周年。平和な毎日がありたい。



▲「平和の語り部」活動(7月9日(休)宮前小学校)

## 地域の絆 やっぱり自治会・町内会でしょ！15

ご近所同士で力を合わせ、さまざまな課題解決や地域の絆づくりを行っている自治会・町内会をご紹介します。

**町谷自治会**  
～「ふれあい」から生まれる地域の絆！～ 町谷自治会  
町谷自治会は市の南西部、緑豊かな山口地区に位置し、古くから住む方々と新しい住民の方々が共存する自治会です。四季折々の行事や防災、福祉活動に力を入れ、現在は約560世帯で活動しています。

町谷自治会は、何かを通じて人と人が「ふれあう」ことで生まれる絆を大切にしている、自治会主催の行事にもその思いが生かされています。例えば夏祭りでは、企画段階から上野中学校の生徒に協力してもらい、小さな子どもからお年寄りまで楽しめるゲームや模擬店を実施。「子どもが中心となって運営し、大人がサポートする体制が、若いうちから自治会活動に参加する良いきっかけになっている」と話してくれたのは神藤年三会長です。他にも地元出身の力士を交えての餅つき大会や、誰でも参加できるように距離や見どころを工夫した「歩け歩け大会」など、面白くて思わず参加したくなる行事を心掛けてい



▲力士による餅つき大会の様子

また、防災、福祉活動にも力を入れています。防災活動では、近隣の5、6世帯がお互いに声を掛けられるような地区にすることを目標に、要援護者安否確認チームを結成して訪問訓練を行うなど、日々連携を強化する活動をしています。福祉活動では「町谷福祉委員見守り・声掛け活動」として、高齢者の買い物支援や見守り活動を行っています。民生委員と町谷福祉委員が「お勝手会議」という情報交換会を開いて活動内容を見直すことで、より地域に密着した活動ができるそうです。「こうした人と人が『ふれあう』さまざまな活動を通じて、知り合い、話し合い、語り合うことが、地域の絆を育む良いきっかけとなる」と神藤会長は力強く語ってくれました。  
【次回は、吾妻地区の荒幡町内会を紹介します。】  
地域づくり推進課 ☎2998-9083

◆テーマ「ゴヤ」  
驚きの「ゴヤ」  
ゴヤにはいつも驚かされます。苦いものと決めつけていたとき、近所の方から、ゴヤちゃんプルの作り方を教えていただきビックリ！わすかな苦味に思いっきり変身、それ以来大好物になりました。  
去年、台所裏のあまり日の当たらない場所にゴヤの苗を2本植え、短い支柱を立てました。その後すっかり植えたことを忘れてしまったのですが、ある日突然、窓の外が緑色に格子から少し離れた台所裏で成長していたのです。これには夫婦そろって大喜び。ゴヤのたくましさに感心してしまいました。  
今年も庭と台所裏にゴヤの苗を植えました。青々と育ち、黄色い花も咲き始めました。今年も頑張れ、わが家のゴヤ。



【情報館】・特にことわりのないものは8月3日(月)から申し込みを受け付けます。・費用などの記載がないものは無料です。



### 平成27年度臨時福祉給付金の申請受け付けを開始

給付対象となる可能性のある世帯に8月上旬から申請書を郵送します。  
申請期間 8月4日(火)～12月28日(月)

対平成27年1月1日に、所沢市に住民登録があり、27年度の市民税(均等割)が非課税の方(市民税が課税されている方の扶養親族・生活保護受給者などは除く)  
給付額 対象者1人につき6千円  
◎給付金を装った「振り込み詐欺」にご注意ください!

臨時福祉給付金専用ダイヤル  
☎0120-8500-2226

### 振り込み詐欺が多発!

市内で24件、約7、007万円の被害が発生(7月21日現在)。  
◆最近、犯人がよく使用する言葉  
▼「電車がカバンを忘れた。すぐにお金が必要」など  
◆「携帯電話を失くしたので新しい番号を登録して」「会社から携帯電話を支給されたからこの番号を登録して」と犯人の電話番号を登録させた後、登録した番号で掛けて、息子



## 夜間納税・相談窓口

開設日 8月3日(月)・31日(月)、9月1日(火) 午後5時15分～8時

災害、けが、病気、失業などで収入が著しく減り、納期限までに納められないときは、お早めにご相談ください。電話による納税相談も受け付けます。



### 8月31日(月)は

- ◆市・県民税(第2期)
- ◆国民健康保険税(第2期)

の納期限です

▶納付書に記載された納付場所で、納期限までに納めてください。

問 市役所2階収税課  
☎2998-9073

や孫だと信用させる

◆怪しい電話が掛かってきたら

▼いったん電話を切って、息子や孫に事実を確認(携帯電話なら古い番号に掛ける) ▼家族や警察に相談  
▼知らない人には絶対にお金を渡さない ▼普段から留守番電話を活用  
問 防犯対策室 ☎2998-9090

### 国民年金保険料の納め忘れはありませんか

保険料を未納のままにしておくと高齢になったときに受給できる老齢基礎年金▼事故や病気などで障害者になったときの障害基礎年金▼生計の中心者を失ったときに遺族に支給される遺族基礎年金などを受給できないうちがあります。保険料は、期限内に納めましょう。

保険料 月額15、590円  
留意事項 ▼原則2年を経過した保険料は納付不可▼平成24年10月から27年9月までの時限措置で、過去10年分をさかのぼって納付可能  
▼納付書がない方は所沢年金事務所 ☎2998-0170へ連絡  
問 市民課国民年金担当 ☎2998-9095

### ひとり親家庭等医療費助成制度

対 次のいずれかに該当する18歳までの児童と、その児童を養育している父、母、または養育者  
①父母が離婚した児童②父または母が死亡した児童③父または母に一定の障害がある児童④その他の理由

で父または母がいない児童など  
対 象 医療費 保険診療分の自己負担金(高額療養費や付加給付金を除く)  
留意事項 ▼児童が18歳になった年の年度末までが対象▼制度を利用するには申請が必要▼申請者やその配偶者および生計を同じくしている直系親族、兄弟姉妹の所得制限あり▼児童が児童福祉施設(母子生活支援施設・通園施設などを除く)などに入所の場合は対象外  
問 こども支援課 ☎2998-9124

### 特別児童扶養手当の現況届を郵送

同 手当の対象者に、8月上旬に現況届を郵送します。現況届の提出がないと8月分以降の手当が差し止めに なりますので、ご注意ください。  
提出期間 8月11日(火)～31日(月)  
問 こども福祉課 ☎2998-9223

### 特別障害者手当・障害児福祉手当・経過的福祉手当の現況届を郵送

同 手当の対象者に、8月上旬に現況届を郵送します。現況届の提出がないと8月分以降の手当が差し止めに なりますので、ご注意ください。  
提出期間 8月11日(火)～31日(月)  
問 こども福祉課 ☎2998-9223

### 難病患者見舞金

対 市内在住で、指定難病医療受給者証、特定(指定)疾患医療受給者証または小児慢性特定疾病医療受給者証の交付を受けている方(所沢市重度心身障害福祉手当・特別障害者手当・障害児福祉手当・経過的福祉手当受給者を除く)  
見舞金 2万5千円  
◎平成26年度まで受給していた方も

### 児童手当

申請できます。なお、27年度以降は1人1回限りの支給です。  
申 問 受給者証、印鑑、振込先金融機関の本店支店名・口座番号(20歳以上の方は本人名義の口座)を持参の上、市役所1階障害福祉課 ☎2998-9116へ直接

### 小手指まちづくりセンター施設改修工事による臨時休館

▼体育館:9月1日(火)～3月31日(木) (予定) ▼公民館:11月19日(木)～12月2日(火) (予定)  
◎住民票の写しや印鑑登録証明書の交付などの業務、ロビー端末、コピー機などは利用できます。  
問 小手指まちづくりセンター ☎2948-1295

### チャイルドシート・シートベルト着用促進運動(8月1日(土)～31日(月))

6歳未満の乳幼児を乗せる場合はチャイルドシートを使用しましょう。シートベルトは自動車の後部座席でも着用が義務付けられています。  
問 交通安全課 ☎2998-9140



### 環境保全型農業直接支払交付金

対 環境保全効果の高い営農活動を行う農業者団体  
交付金額 8千円/10アール  
問 農業振興課 ☎2998-9158

### 中小企業退職金共済制度

従業員退職金の掛け金の一部を国や市が補助します。掛金は全額非課税・手数料不要で、パートのための特例掛金月額もあります。  
問 産業振興課 ☎2998-9157

### 空間放射線量の測定結果

市内10カ所を測定したところ、平常時の放射線量の限度(自然放射線などを除く)を下回っていました。  
測定日 7月10日  
測定結果 0.03～0.05マイクロ

## 超親切的な市役所へ!

### 休日開庁(毎月第2・第4土曜日の午前中)

8月の休日開庁日 8月8日(土)・22日(土) 午前8時30分～午後0時30分

取り扱い業務	開庁窓口
①転入・転出・転居などの異動届②印鑑登録③住民票・印鑑登録証明書・戸籍謄抄本証明書などの交付④住民基本台帳カードの申請・交付⑤国民年金の手続き	市役所1階市民課 ①～④ ☎2998-9087 ⑤ ☎2998-9095 (国民年金担当)
⑥国民健康保険の手続き⑦後期高齢者医療制度に関する相談	同1階国民健康保険課 ⑥ ☎2998-9131 ⑦ ☎2998-9218 (後期高齢者医療制度担当)
⑧納税証明書、課税・非課税証明書の交付	市民税課(同1階特設窓口) ☎2998-9064
⑨市税・国民健康保険税の納付⑩納税相談	収税課(同1階特設窓口) ☎2998-9073
上記⑦⑩を除く業務	まちづくりセンター(並木を除く)

◎取り扱い業務の詳細は、事前にお問い合わせの上、お越しく下さい。

シールベルト/時  
問 環境対策課 ☎2998-9230

### 都市計画案・事業計画案の縦覧や保全地域の指定などに関する原案説明会および縦覧

案に対し、意見がある方は、意見書提出できます。  
◆所沢駅西口北街区第一種市街地再開発事業の都市計画案ならびに関連する都市計画案  
計画案の縦覧 8月3日(月)～17日(月) / 市役所2階中心市街地整備課  
◎市庁(「西口北街区」で検索)でもご覧になれます。

対 市内在住・在勤・在学の方、市内で事業を営む方、市内に土地または建築物を所有している方、利害関係のある方  
申 問 8月3日(月)から17日(月)までに、中心市街地整備課 ☎2998-9093  
366へ直接・郵送

◆所沢駅西口土地区画整理事業(市施行)の事業計画案  
計画案の縦覧 8月11日(火)まで / 市役所2階中心市街地整備課  
◎市庁(「西口土地区画整理」で検索)でもご覧になれます。  
対 事業区域内および周辺に土地または建築物を所有している方、利害

関係のある方  
申 問 8月3日(月)から17日(月)までに、中心市街地整備課 ☎2998-9093  
366へ直接・郵送

◆三ヶ島二丁目地内における里山保全地域の指定  
原案説明会 8月22日(土)午前10時 / 市役所6階604会議室  
原案の縦覧 8月24日(月)～9月7日(月) / 市役所5階みどり自然課  
対 市内在住の方、利害関係のある方  
申 問 8月24日(月)から9月7日(月)までに、みどり自然課 ☎2998-9373へ直接・郵送

関係のある方  
申 問 8月25日(火)までに、県・市街地整備課 ☎048-830-5386へ直接・郵送  
問 中心市街地整備課 ☎2998-9366

関係のある方  
申 問 8月18日(火)から9月14日(月)までに、県・市街地整備課 ☎048-830-5386へ直接・郵送  
問 中心市街地整備課 ☎2998-9366

関係のある方  
申 問 8月18日(火)から9月14日(月)までに、県・市街地整備課 ☎048-830-5386へ直接・郵送  
問 中心市街地整備課 ☎2998-9366

【情報館】・特にことわりのないものは8月3日(月)から申し込みを受け付けます。・費用などの記載がないものは無料です。

所沢市長選挙の立候補予定者説明会  
(10月18日(日)執行)



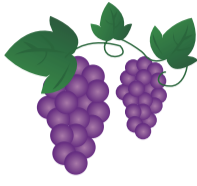
日 9月18日(金)午後2時  
場 市役所6階604会議室  
申 選挙管理委員会事務局  
☎ 2998-9259へ電話

平和記念資料展

日 場 8月1日(土)〜16日(日) / 市役所1階市民ホール  
日 場 8月19日(水)〜24日(月) / 吾妻・三ヶ島まちづくりセンター  
日 場 8月26日(水)〜31日(月) / 富岡・柳瀬まちづくりセンター

ぶどう共進会

日 場 8月21日(金)午前9時30分〜午後1時 / 市役所1階市民ホール  
内 外観や糖度などで順位を決定



◎共進会終了後、ぶどうの試食、出品物の頒布会(正午〜)を行います。  
場 所 沢市園芸協会事務局(農業振興課内) ☎ 2998-9158

市役所で献血ができます

日 場 8月18日(火)午前10時〜11時45分、午後1時〜4時  
場 市役所1階市民ホール  
対 16歳から69歳までの方(65歳以上の方は60歳から64歳までに献血経験がある方)  
問 保健医療課 ☎ 2998-9385

社会保険労務士による労働相談(予約制)

日 場 8月14日(金)午後4時〜8時(最終相談:午後7時〜/1人約50分)  
場 市役所5階502会議室  
対 勤労者、事業主、人事担当者など  
内 賃金、解雇、就業規則、労使間の問題、就業に関することなど  
申 問 産業振興課 ☎ 2998-9157へ電話

就職支援を行うキャリアセンター

① 就職相談  
日 毎週月・火・木・金・土曜日と8  
② 就職相談  
日 毎週月・火・木・金・土曜日と8

中高年向け就職支援セミナー

日 場 8月28日(金)午後2時〜4時  
場 市役所6階604会議室  
対 40歳以上の求職者  
定 申し込み先着30人  
内 中高年のための面接ポイント講座  
共 通 事項 市外の方も利用可  
用 保険受給資格者には、利用証明

**未来の子どもたちに残したいマチへ マチエコだより ④**  
問 環境政策課 ☎ 2998-9133

**生活スタイルを見つめ直し、地球にやさしい生活を待たなし! 地球温暖化**

最近、気温の高い日が増えるなど、身の回りの環境が変わってきたのを実感しているかと思います。今回は、近年よく耳にする問題と、その対策をご紹介します。

◆ヒートアイランド現象  
ビルの多い都市部が郊外と比較して高温となる現象です。ビルが集中して建つことによる風通しの悪化、自動車や建物などから出る熱(廃熱)の増大、コンクリートなどの熱を溜め込みやすい素材に覆われた道路の増加、温度を下げる働きを持つ緑地や水面の減少などが原因です。

◆地球温暖化  
二酸化炭素やメタンなどの温室効果ガスの大気中の濃度が増加し、地表面の温度が上昇する現象のことです。原因の一つとして、エネルギー消費に伴う二酸化炭素排出量の増加があげられます。

◆私たちは何をすればいいの?  
▶ヒートアイランド現象の対策として①マイカーの使用を控える②すだれや扇風機などを活用し、エアコンの設定温度を1℃上げる③みどりを増やすなどがあげられます。  
▶地球温暖化の対策として①電気使用量を減らすなどして、二酸化炭素の排出量を削減する②太陽光発電など、地球にやさしいエネルギーで発電するなど、地球にやさしい生活をするのが大切です。

◎未来の子どもたちが住む地球を守るために、生活スタイルを見つめ直し、地球にやさしい生活をしませんか。

月26日(水) (8月25日(火)を除く)の午前10時〜正午、午後1時〜4時  
場 フック所沢(花園2丁目)  
対 就職を希望する方  
相 談 員 キャリアコンサルタント  
◎第2土曜日は就職相談利用者対象に臨床心理士の心理相談もあります。  
② 若者向け就職支援セミナー  
日 場 8月14日(金)午後2時〜4時  
場 市役所6階604会議室  
対 40歳未満の求職者  
定 申し込み先着30人  
内 自分の方向性や強みの見つけ方  
③ 女性向け就職支援セミナー  
日 場 8月21日(金)午後2時〜4時  
場 市役所6階604会議室  
対 仕事と家庭を両立したい女性の方  
定 申し込み先着30人  
内 女性のための再就職準備講座  
◎1歳から未就学児までの保育(要予約)があります。  
④ 中高年向け就職支援セミナー  
日 場 8月28日(金)午後2時〜4時  
場 市役所6階604会議室  
対 40歳以上の求職者  
定 申し込み先着30人  
内 中高年のための面接ポイント講座  
共 通 事項 市外の方も利用可  
用 保険受給資格者には、利用証明

**いきいき健康体操教室(後期)**  
脳と身体の若返り!! 体力アップと認知症予防

内 自宅でできる転倒予防・筋力アップ体操、認知症予防の講話、脳トレゲームなど(全12回)  
対 介護保険の要支援・要介護認定を受けていない市内在住の65歳以上で、付き添いなしで参加できる方  
◎初めての方を優先します。  
定 各施設とも25人(抽選)  
申 問 8月7日(金)までに、住所、氏名、電話番号を参加希望施設へ電話・FAX

施設名	開催日時
さやまがおか荘 (若狭4-2478-4) ☎ 2949-1192 (FAXでの申し込みはうしぬま荘へFAX)	9月1日〜12月1日の毎週火曜日(9月22日、11月3日を除く)午前9時30分〜11時30分
とみおか荘 (北岩岡118-4) ☎ 2943-8651	9月1日〜12月1日の毎週火曜日(9月22日、11月3日を除く)午後1時〜3時
うしぬま荘(牛沼54) ☎ 2998-4745	9月9日〜12月2日の毎週水曜日(9月23日を除く)午前9時30分〜11時30分
みかじま荘 (三ヶ島3-1440-1) ☎ 2947-2213	9月9日〜12月2日の毎週水曜日(9月23日を除く)午後1時〜3時
緑寿荘 (緑町3-16-7) ☎ 2928-8415	9月10日〜11月26日の毎週木曜日午前9時30分〜11時30分
峰寿荘 (宮本町2-22-13) ☎ 2926-1901	9月10日〜11月26日の毎週木曜日午後1時〜3時
あづま荘 (久米2263-1) ☎ 2928-1466	9月11日〜11月27日の毎週金曜日午前9時30分〜11時30分
こてさし荘 (北野1-2-12) ☎ 2947-3232	9月11日〜11月27日の毎週金曜日午後1時〜3時

**仕事に役立つパソコン講座**  
① パワーポイント編  
日 9月10日(木)・11日(金)午前9時〜午後4時(全2日間)  
内 基本から、動きや音を入れた効果的なプレゼンテーション資料作成  
② エクセル応用編  
日 9月12日(土)・13日(日)午前9時〜午後4時(全2日間)  
内 高度な関数、データベース機能、マクロを使った自動処理など  
【共通事項】  
場 生涯学習推進センター  
対 市内在住でパソコンに登録中の求職者または市内在住・在勤の勤労者で、①は簡単な文書の作成ができる方②は簡単な関数が見える方  
定 15人(抽選)  
費 4千円(求職者は免除になる場合あり/別途テキスト代2,160円が必要)

書発行  
申 問 いずれもフック所沢受付専用ダイヤル ☎ 048-711-4547  
☎ 2943-2110(午前8時30分〜午後2時)で受け付け

◎バージョンは2007です。  
申 問 8月10日(月)までに、産業振興課 ☎ 2998-9157へ電話または市HPから電子申請

**再就職を希望する女性のための就職支援セミナー**  
日 場 8月21日(金)午前10時〜正午 / 男女共同参画推進センター  
対 再就職を希望する女性  
定 申し込み先着20人  
内 就職活動スケジュールの立て方  
講 義 キャリアカウンセラー  
留 意 事項 1歳から未就学児までの保育(申し込み先着10人)あり  
▼雇用保険受給資格者には受講証明書を発行  
申 問 8月1日(土)から男女共同参画推進センターから ☎ 2921-2270へ  
電話・FAXまたは市HPから電子申請

**市民活動支援講座「プロボノ活動入門講座」**  
日 8月29日(土)午後1時30分〜3時30分  
場 新所沢コミュニティセンター  
対 市内在住・在勤・在学中、市民活動に関心のある方

**がん検診**  
対 市内在住で昭和51年3月31日以前に生まれた方  
日 場 ①9月4日(金) / 市役所西口広場  
②9月26日(土) / 保健センター駐車場  
胃・肺がん検診同時受診: ③9月17日(木) / 小手指まちづくりセンター(受付時間は午前8時50分〜10時)  
費 胃がん検診: 1,200円 / 肺がん検診: 800円  
定 ①55人 ②55人 ③25人(抽選結果および受診券は8月末ごろに郵送)  
申 問 8月21日(金)(必着)までに、①検診車9月分②第一希望の検診日③第二希望の検診日④住所⑤氏名⑥生年月日⑦年齢⑧性別⑨電話番号を明記の上、〒359-0025 上安松1-2-24-1 保健センター健康管理課 ☎ 2991-1811へ電話・郵送または市HPから電子申請

◆ファックスでの問い合わせを希望する方は、広報課(☎2994-0706)へファックスしてください。



【情報館】・特にことわりのないものは8月3日(月)から申し込みを受け付けます。・費用などの記載がないものは無料です。

### 8月29日(土) 所沢市総合防災訓練を実施

訓練前日および当日は、防災行政無線で訓練への参加を呼び掛けます。

日 8月29日(土)午前8時～正午

#### ◆総合防災訓練

- 内 ①自治会・自主防災組織を中心とした自主防災活動訓練 ②災害対策本部設置訓練(市役所) ③現地災害対策本部設置訓練(まちづくりセンター) ④職員参集訓練(指定避難場所) など

#### ◆各地区自主防災活動訓練

- 内 情報収集・伝達訓練、避難誘導訓練、避難者名簿作成訓練など
- ◎訓練内容・時間は会場ごとに異なりますので、各地区のまちづくりセンターにお問い合わせください。

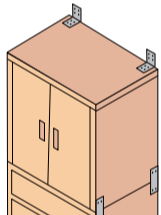


地区	会場名
所沢	所沢小学校
松井	東中学校、安松中学校、安松小学校、松井小学校、牛沼小学校、熊野神社
富岡	富岡中学校
小手指	北野小学校、小手指小学校、上新井小学校、北中小学校
山口	山口中学校、上山口中学校、泉小学校、山口小学校、椿峰小学校
吾妻	北秋津小学校、南小学校、南陵中学校、荒幡小学校、松が丘中央公園
柳瀬	柳瀬小学校
三ヶ島	三ヶ島小学校、若狭小学校
新所沢	緑町中央公園、向陽中学校、所沢中学校
新所沢東	美原小学校、所沢北高等学校
並木	中央小学校、並木小学校、生涯学習推進センター、若松小学校、栗の木公園、中新井自治会館

### いざという時の地震に備えて

#### ◆家具の転倒防止とガラスの飛散防止対策

- ▶ L字型金具や転倒防止シートなどで家具を固定
- ▶ 通路や出入り口には荷物を置かない
- ▶ 寝る部屋の家具は体の上に倒れてこないように置く
- ▶ 窓ガラスや食器棚に飛散防止フィルムをはる



#### ◆非常用食料の備蓄

- ▶ 救援が受けられるまでの間に必要な備蓄品を3日分(推奨1週間分)用意
- ▶ 食材を少し多めに買い置き、食べたら買い足すという「ローリングストック=回転させながら蓄える」を実践

#### ◆家族で避難場所や連絡方法を相談

- ▶ 避難場所や安否確認について家族で話し合う
- ▶ 自宅周辺の避難場所を確認するとともに、実際に歩いてみる
- ▶ 災害用伝言ダイヤル171、携帯電話災害用伝言板の利用方法を確認

#### ◆ところざわはっとメールに登録

気象警報、地震情報などをメール配信します。

登録方法 hotmail@tokorozawa-hotmail.jpへ空メールを送信



二次元バーコード

#### ◆ご近所と知り合いになり助け合う

阪神・淡路大震災では、被災した家屋に閉じ込められた方の多くが、近隣住民の手により救出されました。地震発生時には、家族や隣近所による助け合いが必要不可欠です。

#### ◆『所沢市地域防災計画』を改定

所沢市地域防災計画は、市域の災害予防、災害応急対策およびその事前対策、災害復旧に関する事項を定めた計画です。

竜巻・突風、富士山噴火降灰対策などの追加や雪害予防を大雪対策として改定しました。

同計画は、市役所4階危機管理課、同1階市政情報センター、まちづくりセンター、図書館、市HP(「防災計画」で検索)で閲覧できます。

問 危機管理課 ☎ 2998-9399

**所沢市婚活推進事業 食べて&飲んで&出かけて〜所沢バル婚〜**

日 8月22日(土)午後1時〜/男女共同参画推進センターふらっとほか

対 独身の30歳から50歳までの方

定 男女各18人

費 2千円

内 ミニゲーム、フリートイムなど

申 8月10日(月)までに、経営企画課 ☎ 2998-9027へ電話または市HPから電子申請

**第1回統合失調症講座**

① 統合失調症の治療と回復について

日 8月21日(金)午後2時〜4時

対 市内在住の方

講 多摩あおば病院院長・富田三樹生さん

② 楽しく学ぼうSSS講座

日 8月28日(金)午後2時〜4時

対 治療中の本人、家族

講 埼玉精神神経センター看護師・佐藤江江さん

③ 精神障害者の就労状況と課題

日 9月4日(金)午後2時〜4時

対 治療中の本人、家族、支援者

講 ウィンブル所沢センター・風間菜美子さん、和泉直路さん

場 ①②③とも保健センター

**第40回所沢市高齢者スポーツ大会**

日 9月30日(水)午前9時30分〜午後3時/市民体育館

対 市内在住で60歳以上の方

種 風船つき、パン食い、糸巻き、バレーボウリング、風船割り(1人2種目まで参加可)

申 8月21日(金) (必着) までに、①

**人権啓発フェスティバル ヒューマンフェスタ2015 in 川越**

日 8月27日(木)午前10時〜午後3時

場 30分/ウエスタ川越(本川越駅から徒歩約15分)

内 女優・菊池桃子さんによる人権講演会ほか

**エンジョイ障がい者スポーツin ところざわ**

障がいの有無にかかわらず、どなたでも参加できます。

日 9月6日(日)午後1時〜3時30分

場 国立障害者リハビリテーションセンター第1・第2体育館

内 障がい者スポーツ(車いすスポーツ、フライングディスク、ボッチャ、風船バレー、卓球バレー、スポーツ吹き矢)の体験

持 体育館履き

費 100円(保険代含む)

◎会場へ直接お越しください。

問 県・障がい者スポーツ指導者協議会 ☎ 090-6760-3203

**第19回「ひだか祭」**

日 10月10日(土)午前10時〜午後2時、11日(日)午前10時〜午後1時

内 学習発表、作品展示、バザーなど

問 埼玉県立日高特別支援学校(日高市高富59-1) ☎ 042-9851-4391

**食へ歩き・飲み歩き・まち歩き 所沢ソラバル2015**

パスポートを購入(500円)すると所沢駅周辺の48店舗で1ドリンク+1フードなどを500円で飲食できます。詳細はソラバルHP(HP: /soral.com)をご覧ください。

日 8月21日(金)〜23日(日)

販 売場所 市役所5階商業観光課、所沢駅サービスコーナー、野老澤町商店、三恵不動産(西武所沢店1階)、一部参加店舗、開催期間中のみ西武所沢店1階入口前

◆ 同時開催「所沢まちなか音楽祭」

日 8月22日(土)・23日(日)午前11時〜午後6時

場 西武所沢店前、ダイエー所沢店前

問 商業観光課 ☎ 2998-9155

**農業青年とのぶどう狩り・ボウリングイベント**

日 8月22日(土)午後1時20分〜

集 航空公園駅東口

対 20歳から30歳ぐらいの独身女性

定 15人(抽選)

内 ぶどう狩り、ボウリング、懇親会

費 2千円

申 8月14日(金)までに、所沢市農業後継者対策連絡会事務局(農業振興課内) ☎ 2998-9158へ電話または市HPから電子申請

**元気アップ測定会・結果説明会**

日 ①9月17日(木)・24日(木)/みかじま荘 ②9月18日(金)・25日(金)/こてさし荘 ③11月17日(火)・24日(火)/こてさし荘 ④11月20日(金)・27日(金)/みかじま荘(時間は午前9時30分〜午前11時30分)

対 市内在住で65歳以上の方

定 各回30人(抽選)

内 体力・身体機能測定、結果アドバイス、認知症予防セミナーなど

申 8月31日(月)までに、介護予防コールセンター(高齢者支援課) ☎ 0570-041-389(月)金曜日午前10時〜午後6時)へ電話

**単身高齢者保養事業**

日 11月5日(木)午後1時〜/市民文化センターミューズ中ホール

対 市内で一人暮らしをしている65歳以上の方(同一の敷地内・集合住宅内に親族などがいない方)

定 700人(抽選)

内 介護予防講演・落語家・林家木久扇さん(写真)などによる寄席

費 500円

申 8月31日(月) (消印有効) までに、①住所②氏名③生年月日④電話番号を明記の上、〒359-8501市役所1階高齢者支援課 ☎ 2998-9120へ直接・郵送



### 新入学児童就学時健康診断

9月中旬に、平成28年度小学校入学児の保護者宛てに入学通知兼健康診断通知書を郵送します。健康診断実施日の1週間前になっても通知が届かない場合は、学校教育課 ☎ 2998-9238へお問い合わせください。

#### ◆就学時健康診断日程表

学校名	実施日	学校名	実施日
所沢小	10月29日(木)	柳瀬小	10月28日(水)
南小	11月5日(木)	東所沢小	11月10日(火)
北秋津小	11月10日(火)	富岡小	10月23日(金)
荒幡小	10月15日(木)	西富小	11月19日(木)
北小	10月16日(金)	中富小	10月28日(水)
清進小	11月11日(水)	小手指小	10月8日(木)
明峰小	10月14日(水)	上新井小	10月29日(木)
伸栄小	10月21日(水)	北野小	10月15日(木)
美原小	10月28日(水)	北中小	10月21日(水)
並木小	11月17日(火)	山口小	11月10日(火)
中央小	10月22日(木)	泉小	11月5日(木)
松井小	10月21日(水)	椿峰小	11月5日(木)
若松小	10月20日(火)	三ヶ島小	10月29日(木)
安松小	10月30日(金)	若狭小	10月27日(火)
和田小	11月17日(火)	林小	11月5日(木)
牛沼小	10月9日(金)	宮前小	10月23日(金)

問 保健給食課 ☎ 2998-9249

【情報館】・特にことわりのないものは8月3日(月)から申し込みを受け付けます。・費用などの記載がないものは無料です。

リサイクルふれあい館エゴロの行事

Table with 2 columns: 行事名 (Event Name) and 開催日時 (Date and Time). Includes events like 包丁研ぎ講習会, 傘修理, おもちゃの病院, etc.

- ③夏休み特別講座
◆空ボトルでモザイク画を描こう
◆8月9日(日)午前9時30分〜午後1時30分

- ◆子ども体験サンドブラスト
◆8月16日(日)午前9時30分〜午後1時30分

- ◆子ども体験ペットボトル工作
◆8月29日(土)午前9時30分〜午後1時30分

- 8月の休館日 毎週月曜日
◆8月7日(日) 休館

- ◆4回とろろわ埋文まつり
◆8月20日(木)・21日(金)午前9時30分〜午後3時30分

- 場埋蔵文化財調査センター
◆小学生以上(小学1〜2年生は保護者同伴)

- ◆ミニチュア縄文土器作り
◆8月29日(土)午前9時30分〜午後0時30分



- ◆竹で水鉄砲を作ろう
◆8月8日(土)午前9時30分〜正午

- ◆コウモリのお話と観察会
◆8月22日(土)午後6時〜8時

- ◆植物つてなあに?
◆8月29日(土)午前9時30分〜午後0時30分

- ◆定例ガイドウォーク
◆8月1日(土)・2日(日)午後1時30分〜2時30分

- ◆8月の休館日 毎週月曜日

- ◆狭山丘陵いきものふれあいの里センターのイベント

大変!リサイクルができない!? 分別徹底にご協力ください

プラスチックで出されたごみの中にリサイクルできない異物やペットボトルが混ざり、資源化に支障をきたしています。次の点に注意し引き続きごみの分別にご協力をお願いします。

- ①プラスチックとして出せるものは、窓マーク(プラスチック製容器包装識別マーク)があるプラスチック製容器包装だけ
②汚れた「プラスチック」は資源化できない



▲東部クリーンセンター内での選別作業

③道具として使われていた歯ブラシ、ボールペン、クリアファイルなどのプラスチック製品(「窓マーク」のついていない製品)は「破碎ごみ類」で出す
④ペットボトルは「ペットボトル」の日に出す
◆リサイクルできないものが混ざっていると…

- ◆8月1日(土)から①②③は同センター ☎2939-9412へ電話
④は当日受け付け

- ◆上級救命講習会
◆9月5日(土)午前9時〜午後5時

- ◆第4回甲種防火管理新規講習
◆9月9日(水)午前9時〜午後5時

- ◆甲種防火管理(再)講習
◆9月18日(金)午前9時30分〜正午

- ◆排水設備工事責任技術者共通試験
◆11月1日(日)

- ◆ひきこもり公開講座
◆9月10日(木)午後2時〜4時30分



児童館へ行こう(8月の主な行事)

Table with 3 columns: 児童館名 (Child Center Name), 電話番号 (Phone Number), 行事名/開催日時 (Event Name/Date and Time). Lists various events like びばり, こばと, つばめ, etc.

行事によっては、事前に申し込みが必要です。詳細は、各児童館にお問い合わせいただくか、市(「児童館」で検索)をご覧ください。
◆ファックスでの問い合わせを希望する方は、広報課(☎2994-0706)へファックスしてください。

情報館

【情報館】・特にことわりのないものは8月3日(月)から申し込みを受け付けます。・費用などの記載がないものは無料です。

8月の宅地内水漏れ修繕当番店 (土・日曜日、祝休日など)

下記の修繕当番店が、24時間体制で対応していますので、直接ご連絡ください。

Table with 3 columns: 日(曜日), 当番店, 電話番号. Lists emergency plumbing services for the month of August.

上下水道部 (夜間・休日は警備員対応) ☎2921-1100

第3回ひとり親のためのパソコン教室

日 9月5日(土)・6日(日)午前10時〜午後4時(全2日間)
場 Withyouさいたま(JRさいたま新都心駅から徒歩7分)
対ひとり親家庭の親または寡婦定25人(抽選)

内 日商PC検定資格取得を目指す(ワードまたはエクセルを選択)
申 8月24日(月)(必着)までに往復はがき(1人1枚)に①第3回②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号を明記の上、〒330-0074さいたま市浦和区北浦和5-6-5 埼玉母子寡婦福祉連合会 ☎048-822-11951へ郵送または info@saihoron.or.jpへEメール

第6回「農」と里山シンポジウム

日 9月6日(日)午後0時20分〜4時30分/新所沢まちづくりセンター
内 三富地域の役割・機能・維持発展を考えるシンポジウムなど
講 宇都宮大学農学部教授・山本美穂さん
定 申し込み先着240人
申 8月21日(金)までに、はがきに①住所②氏名③参加人数を明記の上、〒350-1124川越市新宿町1-17-17川越農林振興センター ☎049-2424211808 ☎049-24317233へ郵送・FAX

はり・きゅうの施術のボランティア

日 毎月第3日曜日午前9時30分〜11時30分/保健センター
対 在宅介護・障害者の介助をしている家族、介護保険認定者
定 毎回10人(抽選)
申 8月15日(日)までに住所②氏名③年齢④性別⑤電話番号を明記の上、〒359-0033こぶし町26-15所沢市鍼灸師会介護ボランティア係 ☎2998-6475へ郵送



とろざわまつり(10月11日)バザール出店者を募集

①市民枠
対 市内在住で20歳以上の方(10月11日現在)
受付会場 所沢まちづくりセンター
②事業所枠
対 所沢商工会議所会員
受付会場 所沢商工会議所
受付日 ①②とも8月12日(水)・13日(木)午前9時〜午後5時
持 ①②とも自動車運転免許証などの本人確認書類(代理申込可)
申 申し込みは代理の方も含め、①②いずれか1人1区画(抽選)です。

みどりのカーテンコンテスト

来庁者による投票で大賞を選出し賞状・記念品を贈呈します。
部門 個人部門、事業者・団体部門、公共施設部門
写真展示・投票期間
9月12日(土)〜18日(日)/市役所1階市民ホール
申 8月10日(月)から31日(月)までに応募用紙を写真2枚を市役所5階みどり自然課 ☎2998-9373へ提出
◎応募用紙は、みどり自然課、まちづくりセンター、市庁舎「みどりのカーテン」で検索)で入手できます。



明るい選挙啓発ポスターを募集

対 市内在住・在学の小・中学生、高校生
応募規定 ①四つ切り、八つ切りまたはそれに準ずる大きさの画用紙②描画材料は自由③作品の裏右下に、県名・学校名・学年・氏名を記入
申 9月11日(金)までに、市役所4階選挙管理委員会事務局 ☎2998-9259へ直接



技能功労者を表彰

永年にわたり同一の職業に従事する技能者を表彰します。皆さんからの推薦をお願いします。
対 次の全てに該当する方
①5年以上継続して市内に居住②30年以上の実務経験を有する優れた技能者で現在もその職業に従事③技能を通じて市民生活の向上に貢献し技能者の福祉の増進およびその職業の発展に寄与

交通指導員を募集

募集人数 牛沼・若狭小学校区: 1人、中富小学校区: 2人
対 市内在住で65歳未満の方
職務内容 立哨指導(朝1時間・夕2時間程度)、交通安全教室など
採用予定日 9月1日(火)
申 8月17日(月)までに、交通安全課 ☎2998-9140へ電話

市民税課臨時職員を募集

募集人数 若干名
勤務内容 パソコン入力、電話対応
勤務開始日 9月上旬
勤務日/時間 月々金曜日/午前9時〜午後5時
時給 890円
◎書類審査の上、8月中旬の面接で決定します。社会保険に加入します。
申 8月11日(火)(必着)までに、履歴書(写真貼付)を〒359-8501市役所2階市民税課 ☎2998-9064へ直接・郵送

保健師(助手/登録制)を募集

募集人数 若干名
対 保健師免許をお持ちの方
勤務内容 乳幼児健康診査など
勤務地 保健センター、まちづくりセンターなど
勤務日/時間 月々金曜日の健診・相談実施日/午後0時45分〜4時45分
申 保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813へ電話

保健師(臨時職員)を募集

募集人数 若干名
対 保健師免許および自動車運転免許をお持ちの方
勤務内容 成人・母



スマホで読む『広報とろざわ』i広報紙を使おう!
あの気になる記事が、いつでも、どこでもスマートフォンやタブレット端末で読めます。
◆i広報紙の導入方法
下記の二次元バーコードを読み取り、無料アプリをインストール
iOS Android
◎インストール方法は市庁舎「i広報紙」で検索)をご覧ください。
問 広報課 ☎2998-9024

臨床検査技師(臨時職員)を募集

募集人数 1人
対 臨床検査技師免許をお持ちの方
勤務内容 検査業務全般
勤務開始日 10月1日(木)
勤務日/時間 月々金曜日/午前8時30分〜午後3時30分(応相談)
申 市民医療センター ☎2992-1151へ電話

中学校の特別支援教育支援員を募集

募集人数 1〜2人
対 障害のある児童・生徒への支援に意欲があり昭和25年4月2日以降に生まれた方
活動内容 障害のある児童・生徒への学習支援および生活の介助など
勤務時間 1日6時間
時給 900円
◎社会保険に加入します。
申 学校教育課 ☎2998-9238へ電話

所沢市介護相談員を募集

募集人数 6人
対 次の全てに該当する方
①市内在住で月々金曜日に活動可能②自動車運転免許証を所有③平成27年10月1日現在65歳未満④介護サービス提供事業所に従事していない

地域密着型サービス事業者を募集

開設年度 平成28年度
対 ①認知症対応型共同生活介護(2事業所・36床)②小規模多機能型居宅介護(2事業所)
◎①②の併設が条件です。
受付期間 8月3日(月)〜9月15日(火)
◎応募方法や詳細は、市庁舎「地域密着型」で検索)をご覧ください。
問 介護保険課 ☎2998-9420へ直接

自衛官採用試験

採用種目 ①航空学生②一般曹候補生③自衛官候補生(男子)④自衛官候補生(女子)
対 ①高校を卒業した(見込み含む)21歳未満②③④18歳以上27歳未満
◎年齢は①②④が平成28年4月1日現在、③が採用月1日現在です。
受付期間 ①②④8月1日(土)〜9月8日(火)③問い合わせ

入隊予定日

28年3月下旬
問 自衛隊入間地域事務所 ☎2923-4691

# けんこう

◎会場は保健センターです（出張相談を除く）。

**保健センター**  
〒359-0025 上安松 1224-1  
午前8時30分～午後5時15分  
(土・日曜日、祝休日、年末年始は休み)  
☎2995-1178



## 健康づくり支援課の事業 ☎2991-1813

**母親学級** 申 8月5日(水)から電話  
市HPから電子申請

◆**栄養**

日 9月10日(木)午前9時30分～午後1時 対 出産予定日が平成27年10月22日以降の妊婦（パートナーも可）  
内 妊娠中の食生活、調理実習  
定 申し込み先着30人 持 母子健康手帳、エプロン、三角きん、お手ふき 費 500円



◆**歯科**

日 9月8日(火)午後1時15分～3時15分 対 出産予定日が平成27年11月25日以降の妊婦（パートナーも可）  
内 お母さんのお口の健康、歯科健診  
定 申し込み先着30人 持 母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、タオル

**共通事項** 上の子を連れての受講は不可

**乳幼児健康相談** 申 8月3日(月)から電話

◆**離乳食**

日 8月26日(水)午前中 持 母子健康手帳

◆**食事**

日 8月21日(金)午前中 持 母子健康手帳

◆**歯科**

日 8月17日(月)午前中 持 母子健康手帳、歯ブラシ

**離乳食教室** 申 8月4日(火)から電話

◆**ごっくん期**

日 9月14日(月)または29日(火)いずれも午前10時～11時15分 対 平成27年3月～4月生まれの乳児とその親 内 栄養士の講話、試食 定 いずれも申し込み先着30組 持 母子健康手帳、バスタオル、お手ふき、スプーン

◆**もぐもぐ期**

日 9月16日(水)午前10時～11時30分 対 平成27年1月～2月生まれの乳児（原則第1子）とその親 内 栄養士・歯科衛生士の講話、試食 定 申し込み先着35組 持 母子健康手帳、バスタオル、お手ふき、スプーン

◆**ぱくぱく期**

日 9月18日(金)午前10時～11時30分 対 平成26年6月～7月生まれの幼児とその親 内 栄養士・歯科衛生士の講話、試食 定 申し込み先着30組 持 母子健康手帳、お手ふき、歯ブラシ、飲み物（さ湯または麦茶）



**2歳児歯科健康教室** 申 8月5日(水)から電話  
市HPから電子申請

日 9月3日(木)または16日(水)いずれも午後0時50分～1時10分（受付） 対 平成25年2月～3月生まれの幼児 内 歯科診察、歯磨き指導、フッ化物塗布、栄養・育児相談 定 いずれも申し込み先着50人

**両親学級** 申 8月3日(月)から電話  
市HPから電子申請

日 8月22日(土)午前9時45分～正午 対 平成27年10月3日以降に出産予定の初産婦とパートナー（両親そろって参加できる方）  
内 沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操など 定 申し込み先着28組 持 母子健康手帳、バスタオル、運動ができる服装



### 乳幼児健康診査 (4か月・10か月・1歳6か月・3歳児)

▶健康診査日の2週間前までに健診票を郵送  
▶転入などで受け取っていない場合は連絡▶日程は健康ガイドとろろざわで確認

**子育てサロン「ひまわり」** 申 不要

日 8月4日(火)午前10時～11時30分 対 口唇口蓋裂の子とその親 内 参加者同士の交流会 持 母子健康手帳、ミルク、オムツ

**成人健康相談** 申 8月3日(月)から電話

◆**健康相談**

日 8月5日(水)または19日(水)いずれも午前中 内 生活習慣病の予防や健診結果の見方、医療機関のかかり方、更年期の悩み

◆**歯科相談**

日 毎週火曜日午前中 内 歯周病予防、入れ歯の手入れの方法

◆**栄養相談**

日 毎週木曜日午前中 内 生活習慣病の予防、バランスの良い食事

◆**気になる血糖値相談**

日 8月10日(月)または24日(月)いずれも午前中 内 血糖値が高めの方の食事、運動習慣の見直し

◆**リハビリ相談**

日 8月21日(金)または28日(金)いずれも午前中 内 ひざ・股関節・腰痛予防、身体機能・歩行能力維持・改善のためのリハビリ



**リハビリ教室** 申 参加希望者は電話相談

対 ▶64歳以下で身体に機能障害のある方▶社会参加（就労含む）訓練などを希望する方◎基礎コースは退院後1年以内の方

◆**基礎コース**

日 毎週金曜日午後1時30分～3時30分

◆**ステップアップコース**

日 毎週月曜日午後1時30分～3時30分

**ファミリー食育教室** 申 8月3日(月)から電話

日 9月17日(木)午前10時～午後0時30分 対 1歳から18歳までのお子さんの親 テーマ 甘味と香りが広がる秋の味 内 講話「お米の良さを見直そう」、調理実習 定 申し込み先着15人（初めての方を優先） 費 500円 持 エプロン、三角きん、お手ふき◎保育あり（1歳以上）

**とろろ21栄養教室** 申 8月3日(月)から電話

日 9月9日(水)午前9時30分～午後0時30分 対 64歳以下の方 テーマ 脂質異常症予防の食事 内 講話「脂肪の上手なとり方」、調理実習 定 申し込み先着36人（初めての方を優先） 費 500円 持 エプロン、三角きん、お手ふき

**初心者男性料理教室** 申 8月3日(月)から電話

日 9月30日(水)、10月28日(水)、11月25日(水)、12月16日(水)、1月27日(水)、2月24日(水)午前9時30分～午後0時30分（全6回） 対 調理が初心者の男性（受講経験者を除く） 定 36人（抽選） 費 3,000円 持 エプロン、三角きん、お手ふき



**優しい健康食教室** 申 8月3日(月)から電話

◆**男性対象**

日 9月1日(火)午前9時30分～午後0時30分

◆**女性対象**

日 9月2日(水)午前9時30分～午後0時30分

**共通事項** 対 65歳以上の方 テーマ 脂質異常症予防の食事 内 講話「脂肪の上手なとり方」、調理実習 定 申し込み先着36人（初めての方を優先） 費 500円 持 エプロン、三角きん、お手ふき

**出張離乳食と歯のおはなしサロン** 申 不要

日 8月17日(月)午前10時～  
場 狭山ヶ丘コミュニティセンター 対 5カ月から1歳6カ月児とその親 内 離乳食と歯の相談 持 母子健康手帳、歯ブラシ



**出張乳幼児健康相談** 申 不要

内 身体計測、健康相談 持 母子健康手帳◎車での来場不可

◆**新所沢東まちづくりセンター**

日 8月26日(水)午前9時30分～10時30分（受付）

◆**保健センター**

日 9月4日(金)午前9時30分～10時30分（受付）

**出張成人健康相談** 申 不要

内 食事や運動の方法、健診結果の見方、血圧・体脂肪測定◎車での来場不可

◆**富岡まちづくりセンター**

日 8月19日(水)午前9時30分～11時30分（受付）

◆**狭山ヶ丘コミュニティセンター**

日 9月1日(火)午後1時30分～3時（受付）

◆**山口まちづくりセンター**

日 9月9日(水)午後1時30分～3時（受付）

## 健康管理課の事業 ☎2991-1811

**結核検診（無料）** 申 不要

日 8月5日(水)午前10時～11時30分 場 市役所1階市民ホール 対 15歳以上で胸部エックス線検査の受診機会がない方、40歳以上で肺がん検診を未受診・受診予定がない方◎検診時はボタンや金具の付いていない上着で受診

**BCG** 申 不要

日 8月27日(木)午前9時30分～10時30分、午後1時30分～2時30分（受付） 対 平成27年2月16日～3月15日生まれの乳児 持 母子健康手帳、体温計、予診票（会場にもあり）▶対象児には事前に通知▶対象児以外でも1歳に至るまでの間に未接種の方は接種可（標準接種期間は生後5カ月に達した時から8カ月に達するまで）

### ◆こころの健康支援室からのおしらせ◆ ▶うつ病・強迫性障害のつどい 申 不要

つどい	開催日	開催時間
うつ病ご本人	8月17日(月)	
うつ病ご家族 (精神科医師も参加)	8月18日(火)	午前10時～正午
強迫性障害	8月19日(水)	
うつ病夜の部	8月21日(金)	午後7時～8時30分

問 こころの健康支援室 ☎2991-1812

## Monthly トコロんが行く 28

**7月4日(土) ☀ by トコロん**  
さくら児童館のさくら祭に行ってきました！  
トコロん傘を買ってくれたお友達がお出迎えしてくれたので、一緒に記念撮影をしたんだ。  
みんな傘を気に入ってくれてうれしかったよ。



- ▶第34回第一区納涼大会／三ヶ島八幡神社  
8月1日(土)午後6時～8時
- ▶旧暦七夕飾りをつくっちゃお！／旧市庁舎  
8月4日(火)午前10時～11時、午後2時～3時
- ▶所沢こどもルネサンス トコトコタウンⅦ  
／所沢まちづくりセンター  
8月5日(水)午前10時～午後4時  
8月6日(木)午前10時～午後3時  
◎参加は有料です。小学生が対象です。
- ▶ゆるきゃら集まれ～！／ヤオコー所沢北原店  
8月30日(日)午前11時～、午後1時～、午後3時～（各回30分）

問 企画総務課 ☎2998-9046

## 休日急患当番医

当番時間：午前9時～午後5時  
電話相談は受け付けません。

- 救急患者に限ります。●往診は原則としてしません。
- 医療機関が変更になる場合があります。詳細は、所沢市医師会ホームページ (<http://www.tokorozawa.saitama.med.or.jp/>) をご覧ください。

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
8月2日(日)	伊藤内科	内、循	東住吉2-4	2922-2915
	新所沢公園前クリニック	皮、形	緑町3-14-3	2928-5881
	堀江医院	内、胃、外、皮、肛	小手指町3-11-16	2949-8811
8月9日(日)	所沢中央病院	内、整	北秋津753-2	2994-1265
	所沢慈光病院	心内、精	北中1-228	2922-2990
	埼玉西協同病院	内	中富1865	2942-0323
8月16日(日)	木村医院	外、内、胃腸、肛	北岩岡1-96	2942-5411
	細川耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	緑町2-22-8	2939-4005
	松が丘クリニック	内、消内、外、乳外、小、皮	松が丘1-52-19	2928-5666
8月23日(日)	所沢明生病院	外、循、脳外、内	山口5095	2928-9110
	齊藤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	西住吉6-22	2922-3980
	村田医院	内、小	上安松538-7	2997-5051
8月30日(日)	額賀胃腸科内科クリニック	胃、循、内	久米2196-5	2925-1585
	小関眼科医院	眼	松葉町9-5	2992-6868
	はらだクリニック	内、小、呼、消、胃、循、放	東所沢3-9-13	2945-8769
9月6日(日)	所沢緑ヶ丘病院	内	狭山ヶ丘1-3009	2948-8181
	久我クリニック	耳鼻咽喉、気、食、内	日吉町8-11	2923-8005
	山口医院	内、外、小	花園2-2344-26	2943-3273

## 小児科日曜日・祝休日診療

医療機関名	所在地	電話番号	日曜日		祝休日	
			午前	午後	午前	午後
おくもとクリニック	西所沢1-23-3	2903-8320	○	×	×	×
かわかつクリニック	小手指台23-1マミー マート所沢山口店2階	2920-2200	○ (第2休)	×	×	×
彩のクリニック	小手指町4-1-1	2949-1118	×	×	○	×
愛クリニック	中新井620-1	2937-3630	○	×	×	×

○診療時間はお問い合わせください。なお、休診する場合があります。

## 小児急患診療

市民医療センター  
上安松1224-1 ☎2992-1151

事業名	受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝休日	
夜間急患診療	午後7時30分～10時15分	○	○	○	○	○	-	-	-	
	午後6時～8時45分	-	-	-	-	-	○	○	○	
深夜帯急患診療	夜間急患診療終了後～翌日午前7時	×	○	○	×	○	○	○	※	
日曜日・休日急患診療	午前10時～11時30分 午後2時～4時30分	8月2日(日)・9日(日)・16日(日)・23日(日)・30日(日)、9月6日(日)								

※月・木曜日が祝休日となる場合、深夜帯急患診療は休診  
○内科的初期診療のみで、外科などの診療は実施していません。

## 休日緊急歯科診療

歯科診療所あおぞら(保健センター内)  
上安松1224-1 ☎2995-1171

診療日/受付時間：8月2日(日)・9日(日)・16日(日)・23日(日)・30日(日)、  
9月6日(日)/午前9時～11時30分  
○診療日は変更になる場合があります。

緊急時の電話相談	受付時間
埼玉県小児救急電話相談 #8000または☎048-833-7911	▶月～土曜日…午後7時～翌朝7時 ▶日曜日、祝休日、年末年始…午前7時～翌朝7時
埼玉県大人の救急電話相談 #7000または☎048-824-4199	午後6時30分～10時30分
埼玉県精神科救急情報センター ☎048-723-8699	▶月～金曜日…午後5時～翌朝8時30分 ▶土・日曜日、祝休日、年末年始…午前8時30分～翌朝8時30分

24時間対応の医療機関案内	
埼玉西部消防局休日夜間病院案内 ☎04-2922-9292	埼玉県救急医療機関案内(歯科・精神科を除く) #7000または☎048-824-4199



こんにちは保健師です 141

## いきいき健康づくり

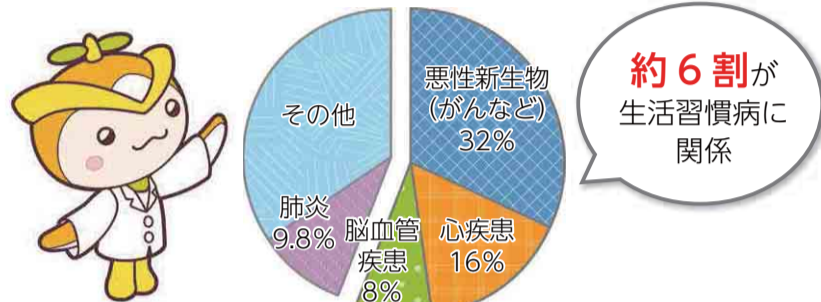
健康診査は未来の自分へのプレゼント！  
～想像してみよう、5年後10年後の元気な自分～

健康診査を受けないなんてもったいない！健康診査を受けることで、自分の体の中で起きていることを分析することができます。年に1回は健康診査を受けて、自分の体の中をのぞいてみませんか？

### ◆健康な方も健康診査を受けよう！

所沢市民の死亡原因を見ると、生活習慣病との関係が大きいと考えられる疾患(悪性新生物・心疾患・脳血管疾患)の割合が約6割にもなります。生活習慣病は、自覚症状がないことが多いので、健康に自信のある方も、健康診査を受けて「健康である」ことを確認しましょう！

### ◆平成25年所沢市民の死亡原因(人口動態統計より)



### ◆健康診査でわかるあれこれ

- 計測** 身長と体重のバランスや腹囲、血圧
- 血液検査** 中性脂肪、コレステロール、血糖値、肝臓や腎臓の状態
- 尿検査** 腎臓や尿管の状態
- 健康診査はこう受ける！こう活用する！**
- 毎年受診** 継続して受けることで、自覚症状がない段階から生活習慣病の芽を摘むことができます。また、毎年同じ医療機関で受け、自分の健康データを医師にも把握してもらいましょう。
- 全項目を確認** 複数の異常が重なると病気のリスクが高まります。
- 前回と比較** 基準値内でも、前回と比べて数値が大きく変化している項目はないか見てみましょう。

**1年間の生活を振り返る** 5年後10年後も健康であるためには、どのように生活したらよいかを考えるきっかけにしましょう。

◎「結果の見方がわからない」「生活の中でどのようなところを改善すればよいかわからない」という方は、お気軽にご相談ください。

### ◆健康診査を受けるには…

- 加入の健康保険によって、窓口が異なります。
- 所沢市国民健康保険に加入している30歳～74歳の方**  
問い合わせ 国民健康保険課 ☎2998-9131
- 埼玉県後期高齢者医療制度に加入している方**  
問い合わせ 国民健康保険課後期高齢者医療制度担当 ☎2998-9218
- 全国健康保険協会・健康保険組合・共済組合などに加入している方**  
加入している健康保険組合へお問い合わせください

### ◆さらに詳しく検査したい方は人間ドックを!!

健康診査の内容を含み、さらに総合的な検査を実施する人間ドックの費用を助成しています。助成は年度内で、健康診査、人間ドックいずれか1回のみです。

**対象者** 所沢市国民健康保険に加入している35歳～74歳の方  
**助成対象** 市民医療センターで受診する「人間ドック日帰りコース」または「生活習慣病コース」

**自己負担額** ▶人間ドック日帰りコース…22,380円(38,880円) ▶生活習慣病コース…8,760円(23,760円)

◎カッコ内は助成前の金額です。

**検査項目** 身体計測、胸部・消化器エックス線、心電図、肺機能、肝機能、腎機能、血糖値、眼底検査など

**申し込み** 市民医療センター(人間ドック受け付け専用)  
☎2998-2081

**問い合わせ** 保健センター健康づくり支援課  
☎2991-1813 ☎2995-1178



## 広報マスコット ひばりちゃんのさえずり

▶たかが2～3kmだけど、運動不足解消に走り始めた。走るの苦手な歩いているような速さでも、この時期だと汗が噴き出し、気持ちいい。長年履いていたシューズのつま先が破れた。靴が新しくなったら、走ることがちょっと楽しくなった。(笑)

▶膝を手術し、松葉づえ生活になりました。不便なことも多いですが、逆にうれしい発見も。買い物のときに荷物を持っていただいたり、エレベーターの扉を開けて待っていただいたり、町中には親切な気持ちがあふれています！私も気持ちをつないでいきます(★)

振り込め詐欺に注意！「携帯電話の番号が変わった」電話の相手は本当に息子ですか？元の電話番号を要確認！ 所沢警察署 ☎2996-0110