

マイナンバーカード出張受付

市民課職員がその場で写真を撮って、マイナンバーカードの申請をサポートします。
この機会に申請してみませんか。

と き 6月19日(木) 午前10時～正午 / 午後1時～午後3時
と ころ 新所沢東まちづくりセンター 1階 講堂
申 込 み 3歳以上の方【要予約】 ※予約枠に限りがございます。
 定員に達し次第受付を終了いたしますので予めご了承ください

持 ち 物 本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)
問 合 せ 所沢市役所市民課 マイナンバーコールセンター TEL2998-9481
 平日:午前8時30分～午後5時15分
 第2、4土曜:午前8時30分～午後0時30分
 (第1、3、5土曜・日曜・祝日・年末年始を除く)

新所沢東地域包括支援センターからお知らせ

くつろぎサロン

なんでも抱え込んで
いませんか?

日 時: 5月27日(火) 午後1時30分～午後3時

講 話 栄養はしっかり!調理は手軽に!
在宅介護で活用したい調理工夫と栄養補助食品

講 師: さくら薬局グループ管理栄養士 小牧 氏

場 所 曹洞宗 乾坤山 長青寺 客殿(2階)

茶話会 講話の後は何でも話せる息抜きタイム
何でも話してリフレッシュしましょう。

【問合せ・申込み】
新所沢東地域包括支援センター
☎2968-8899
 (平日午前9時～午後5時)
FAX2968-7789
 住所:松葉町11-1 マルハビル5階



地域包括支援センターは所沢市の委託により運営しています。

◆介護をしている方 ◆介護について知りたい方 などを対象としています。
 ※参加費無料、新所沢東包括支援センターへ電話でお申し込みください。

【しんとこイーストネット主催事業】

高齢者いたわり部会 **とこしゃん体操** 開催予定

日 程	会 場
5月9日(金)、6月13日(金)	ラク所沢 原則第2金曜 ※室内履きをお持ちください
5月23日(金)、6月27日(金)	新所沢東まちづくりセンター 原則第4金曜

とこしゃん体操は所沢市独自の健康体操です。1回約10分の体操で座ったままでも行えます。

【時 間】午前9時30分～10時45分

【持 ち 物】運動しやすい服装・運動靴(室内履き)・水分補給用の飲み物

【問 合 せ】しんとこイーストネット高齢者いたわり部会

佐久目 部会長: TEL 04-2993-3054・林 副部会長: TEL 04-2943-3055



コミュニティ推進業務支援団体の総会等について



【地域団体の総会日程一覧】

- ★防犯協会新所沢東支部 5/9(金) 午後6時～
- ★環境推進員協議会 5/10(土) 午前10時～
- ★学校開放運営委員会 5/10(土) 午後3時～
- ★スポーツ協会新所沢東支部 5/10(土) 午後6時～
- ★新所沢東部地区自治連合会 5/11(日)午後4時～
- ★青少年を守る会連合会 5/15(木) 午前10時～

各団体の役員の皆様には新年度も様々な
場面でご協力をいただくことになって
思いますが、どうぞよろしくお願ひします。

★しんとこイーストネット 6/14(土) 午前10時～

令和7年度の主な地区行事の日程(一部は予定のため変更することがあります)

日 程	行 事 名	会 場
5月9日(金)～15日(木) 25日(日)	各団体総会予定 春の環境美化の日	新所沢東まちづくりセンター 各町会
6月14日(土) 29日(日) 29日(日)	しんとこイーストネット総会 もったいない市 スローピッチソフトボール大会	新所沢東まちづくりセンター 新所沢東まちづくりセンター 美原小学校校庭
10月5日(日)	もったいない市	新所沢東まちづくりセンター
未 定	地区親睦運動会(予備日なし)	美原小学校校庭
未 定	文化祭	新所沢東まちづくりセンター
11月15日(土) 16日(日) 16日(日) 30日(日)	ドッジボール大会 秋の環境美化の日 グラウンドゴルフ大会 防災訓練	市民体育館 各町会 美原小学校校庭 まちセン・美原小ほか
1月12日(祝月) 未 定	二十歳のつどい 新春懇談会	主催:実行委員会 主催:地区自治連
2月22日(日)	インディアカ大会	市民体育館

まちづくりセンター登録団体の皆様へ ～新年度登録について～

今年度も継続して活動するサークル・団体の皆様に
新年度登録更新手続きをお願いします。更新手続きを
完了されないと、7月からのカード使用ができなくな
りますので、期限までに提出をお願いします。

新年度登録用の申請書は公民館グループ窓口に用意
していますので適宜お持ちください。

※市ホームページからもダウンロードできます

【提出期限】5月31日(土)

**工事着工に伴い、使用可能な部屋が限られ、駐車
場も少なくなっております。**

ご不便をおかけしますがご理解・ご協力を
お願いいたします。

所沢美原総合病院共催【健康教室】

今後の開催予定

【第61回】5月20日(火)

胆石症について

【第62回】5月28日(水)

高精度放射線治療がもたらす未来

【共通事項】 各回とも午後2時～3時

前半:講義 / 後半:美原健康体操

申込不要・当日直接

開催場所の定員を上回った場合は入室できないこ
とがあります。