

広報

171月号

No.11112
平成26年(2014年)

とほろろ

トコロんのおいトコロどこだよ⑬ ～牛沼市民の森～

市では、貴重なみどりを守り、皆さんの憩いの場とするため、「市民の森」を設けています。

市内に4つある市民の森の一つ「牛沼市民の森」は、牛沼自治会の皆さんが見回りや落ち葉掃きなどを行い維持・管理に努めています。そして11月29日(日)に行われる「みどりのふれあいウォーク」(本号6頁参照)の目玉スポットの一つです。11月中旬からはコナラやフスギの紅葉が見頃を迎えます。

「市民の森」で所沢の自然を楽しんでみませんか？



撮影：市民カメラマン・滝島利男

特集 赤字17億円厳しい国保財政…2・3

『学びの創造』を目指して～小・中学校の取り組み～…4 / トコロん四コマ漫画…4 / 定期巡回・随時対応サービス…5 / みどりのふれあいウォーク…6 / 児童館生活クラブ・児童クラブの入室児童を募集…7 ほか

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)

人口と世帯 (平成26年9月末現在)

人口	342,814人	前月比	+26人
男	170,573人		-11人
女	172,241人		+37人
世帯数	151,995世帯		+115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>

◆とこ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



「広報とところざわ」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。

平成25年度だけでも...

赤字17億円 厳しい

国保財政



厳しい財政 所沢市国民健康保険の現状⑦

皆さんが安心して医療を受けられる仕組みである医療保険制度。その中で『最後の砦』と呼ばれている国民健康保険（以下「国保」）の運営は、年々厳しさを増しています。これまで、6回にわたり所沢市の国民健康保険の現状についてさまざまな角度からお伝えしてきました。最終回の今号は、実際の所沢市国民健康保険特別会計の決算状況から、国保財政の厳しい状況をご理解いただき、国保制度がなくてはならない制度であること、そして、今後も国保を維持していくために、皆さんへのお願いと市の取り組みなどについて紹介します。

国保年金課 ☎2998-9131 ☎2998-9061

「高額療養費」をご存知ですか？

通常、被保険者は、医療費の3割を医療機関へ支払います。しかし、大きなけがや重い病気になり、高額な医療費が掛かったときは自己負担限度額を超えた分が国保から「高額療養費」として支給されます。

【脳梗塞】	医療費総額 (10割) 327万円
	自己負担 (3割) 98万1,000円
	高額療養費 87万 870円
	実質自己負担額 11万 130円
【心筋梗塞】	医療費総額 (10割) 240万円
	自己負担 (3割) 72万円
	高額療養費 61万8,570円
	実質自己負担額 10万1,430円
【左足複雑骨折】	医療費総額 (10割) 89万円
	自己負担 (3割) 26万7,000円
	高額療養費 18万 670円
	実質自己負担額 8万6,330円

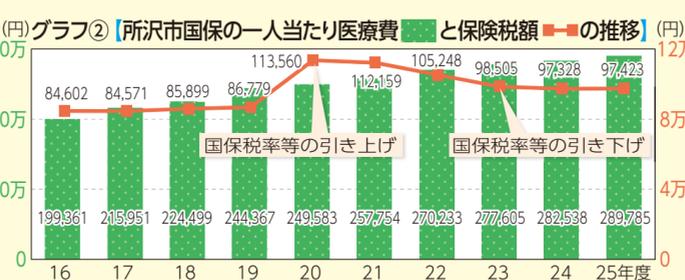
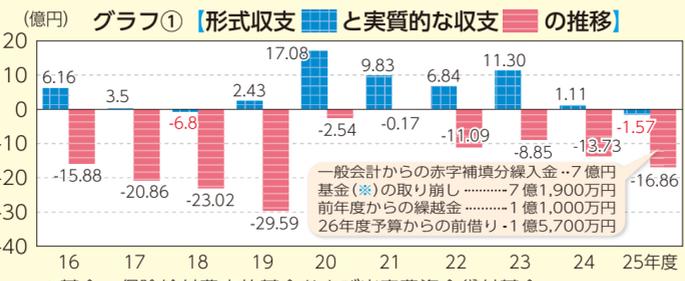
◎医療費は、70歳未満の一般世帯の一例です。また、平成27年1月に制度改正を予定しています。

これからでも安心して医療サービスを受けていただくためご協力ください

- ① かかりつけ医・かかりつけ薬局を持ちましょう
かかりつけ医やかかりつけ薬局があると、病歴などを把握した上で、細やかな対応をしてもらえて安心です。
- ② ジェネリック医薬品を利用しましょう
ジェネリック医薬品（後発医薬品）は、最初に作られた薬（先発医薬品・新薬）の特許期間終了後、有効成分・用法・効果・効能を同じに製造された医薬品です。新薬に比べ安価であり、皆さんの薬代や医療費の節約になります。
- ③ 医療機関の受診の時間で医療費が変わります
時間外や休日受診をすると診察料金に加算することがあります。できるだけ診察時間内に受診しましょう。
- ④ 医療機関の掛け持ちはやめましょう
同一の病気で複数の医療機関にかかる、不必要な検査、投薬により、治療が長引いたり、医療費が増えたりすることがあります。また、薬のもらいすぎにもつながります。
- ⑤ 薬は必要な分だけもらいましょう
薬のもらいすぎは、医療費の無駄につながる上、過剰な服用による身体への影響も懸念されます。お薬手帳を活用するなど、薬のもらいすぎに注意しましょう。
- ⑥ 特定健診を受診しましょう
生活習慣病などの予防や早期発見のために、毎年必ず特定健診を受診しましょう（下記参照）。

窮迫する国保財政

25年度の実質的な収支約17億円の赤字



高い傾向にある高齢者の割合が多いなどの理由から、国民健康保険（以下「国保」）と国や県の補助金・市負担金だけでは足りず、教育や福祉、環境などに使わなければならない皆さんの税金（一般会計）から何億円も補填して運営している状況です。

早急な国保財政の立て直しが必要です

お詫ごと訂正

医療費の抑制



特定健診は生活習慣病に着目した健康診査です。脳卒中や心筋梗塞などの引き金になる高血圧や糖尿病などの生活習慣病は、自覚症状がありません。その生活習慣病のチェックが特定健診です。

医療費の抑制にもつながります。人工透析に掛かる医療費は一人当たり年間約500万円といわれています。人工透析への移行を回避することができれば、対象者は生活の質を維持でき、高額な医療費の抑制にもつながります。

糖尿病性腎症重症化予防事業

特定健診は毎年受診しているけれど、結果を見ないで放置している方がいませんか？

ジェネリック医薬品利用促進

平成25年度からジェネリック医薬品利用促進に向けて国保加入者の皆さんへ、新薬をジェネリック医薬品に変更した場合の差額をお知らせする「差額通知」やジェネリック医薬品希望シール配布などによる周知、医療関係者への利用促進の働き掛けを行ってきました。

ジェネリック医薬品を利用しましょう

ジェネリック医薬品希望シール

ジェネリック医薬品の利用率目標

目標70% (30年3月診療分)

ジェネリック医薬品の薬剤処方件数

利用率 = (ジェネリック医薬品の薬剤処方件数 / (ジェネリック医薬品の薬剤処方件数 + ジェネリック医薬品のある先発医薬品の薬剤処方件数)) × 100

◎現在の利用率は50.47% (26年3月診療分) です。

『学びの創造』を目指して

市内小・中学校の取り組みを紹介します

学校教育課 ☎2998-9238

教育委員会では、本年度から、「学力向上推進事業」として、『学び創造プラン』を立ち上げました。この事業は、学校、家庭、地域が一体となって、子どもたち一人一人の主体的な「学び」を創造することを目指しています。ご理解ご協力をお願いします。

『学び創造プラン』の目指すもの

変化の激しい社会を生きていく子どもたちには、「たくましく生き抜く力」の育成が求められています。子どもたちに求められる「学力」についても、いわゆる「知識・技能」に加えて、自ら課題を解決するために必要な「思考力・判断力・表現力など」とともに、「学習に主体的に取り組む態度」の3つの要素から支援すべきと考えます。

この「学力」の育成は、①学校において、子どもたちが主体的に学ぶ中から力を付けること、②読書や家庭学習で視野を広げること、③家庭や地域において体験から直接学ぶことなどから、より確かなものになります。

『学び創造プラン』は、市内で学

学校

「自分の考えを書く力」と「説明する力」を伸ばし、主体的な学びを支えるために、授業の中に「考え、まとめ、表現する」場を設定

「わかる喜び」を味わう授業の創造

- ①授業のねらいの明示と学習意欲の喚起
- ②考えを引き出す発問の工夫
- ③子どもの言葉による学習のまとめ
- ④日頃の学習状況や各種学力調査の結果などの分析・活用と評価についての研究

学力向上へ向けた取り組み

家庭

生活習慣を見直し、家庭学習を習慣化する

社会教育の分野と連携した取り組みの充実

- ①ノーマディア・チャレンジで家庭学習、家読（家族で読書時間を共有）の勧め
- ②早寝・早起き・朝ごはん（基本的生活習慣の確立）

地域

体験活動を充実させ、考える力、判断する力を育てる

あいさつ運動や、地域体験活動への参加を充実

- ①「あいさつ」と「地域行事参加」
- ②地域の教育力を活用した取り組み



▲「わかる喜び」を味わう授業の様子

今、学校で取り組んでいること

各学校では、確かな学力を育成するために、「わかる・できる喜び」を味わう授業の創造を目指して、

各職員が研究を進めています。一時的な授業で、何を学び、何を身に付けるのかを子どもたちと先生が共有し、子どもが主体的に学ぶ授業を目指しています。また、小・中学校合同の研修会の実施など、全ての学校

が研究を行い、教職員自ら学ぶ姿勢を大切にしています。各種学力テストなどの結果の分析も行い、課題の改善に努めていきます。

家庭、地域の方々へお願いしたいこと

家庭では、生活の基盤となる「早寝・早起き・朝ごはん」、携帯電話などの時間を減らし（ノーマディア・チャレンジ）、家庭学習や読書の時間にあてる取り組みをお願いしています。また、地域の皆さんには、子どもたちが地域での活動に参加した際には、子どもたちの体験や思いを受け止めていただき、共に汗をかく中から、人生の先輩としてアドバイスを贈っていただければ幸いです。

「新たな三学期制」移行への準備も進めています

広報とろろざわ5月号でもお知らせしたとおり、市内の公立小・中学校・幼稚園では、平成27年度から、「新たな三学期制」へ移行します。この学期制の移行により、教育の充実と特色ある学校づくりをさらに進めるよう努めていきます。今後は、保護者の皆さんに来年度の教育計画について各学校から報告します。

学校・家庭・地域の一層の連携を

子どもたちの健全な成長のためには、子どもに関わる全ての大人の力が必要です。この社会の包容力の中で子どもを育てていく必要があります。『学び創造プラン』もその一つの手立てです。今後も、学校、家庭、地域がそれぞれの役割を果たしながら、所沢の将来の担い手である子どもたちを見守り、育て、「子どもを育てるなら所沢」と言える教育の実現に皆さんのご協力をお願いします。



市長のこんにちは訪問



先進的な取り組みを行っている市民団体・事業者などを市長が訪問し、意見交換を行う『市長の“こんにちは訪問”』を実施しています。

☎市民相談課 ☎2998-9092

子育てサロン「ちょっとひとやすみ」世話人会

今回は、10月3日に、新所沢東まちづくりセンターでの子育てサロン「ちょっとひとやすみ」世話人会を訪問しました。この活動は、新所沢東公民館主催「子育て学級」の保育スタッフが、事業終了後に子育てサロンの世話人となって始めた自主活動です。母子愛育班、民生児童委員、その他地域の主婦も加わり、子育て中の親の不安や悩みに寄り添い、参加者同士の情報交換や交流できる機会を設けるなど、子育てを地域で見守る活動を14年間続けています。

この日の活動も、26組の新米ママと赤ちゃんが集い、手遊び歌も交えながら、にぎやかに交流していました。代表の引間さんからは、「世話人会の皆さんが、子どもへの愛情と、自分自身の生きがいや楽しみとして活動していることが、長年継続している秘訣です。」と、お話がありました。

【市長メッセージ】

この活動を通して、新所沢東地区に子育て支援のネットワークができていくことは素晴らしいと思います。今後も、子どもと親そして地域のために、お力をお借りできれば幸いです。「ちょっとひとやすみ」世話人会の皆様、ありがとうございました！

◎この内容は、市HP「市長室」にも掲載しています。



▲「ちょっとひとやすみ」世話人会の皆さん



▲世話人とサロンに参加した赤ちゃん

「とろろん四コマ漫画コンテスト」最優秀作品が決定

一般投票による一次選考とヒダオサムさん（造形作家）、竹浪かおるさん（イラストレーター）、中村俊明経営企画部長を選考委員とした二次選考を行い、応募85作品の中から最優秀賞・優秀賞・選考委員特別賞を決定しました。

最優秀賞 「所沢といえば…」川野 良浩さん
優秀賞 「納涼とろろん」屋良 萌さん
「とろろんのどろろ学荒」幡富士編 佐藤清一郎さん
「とろろんと目指せ！所沢プロ」くまだくまさん
ヒダオサム賞 「とろろん、野球の試合に出る」ポン太さん

竹浪賞 「モデル生活の苦労」みゆさん
中村賞 「今年のグルメ王座決定戦は…」おがたたかおさん
◎次号からは、最優秀賞受賞者の川野良浩さんによる「とろろん四コマ漫画」を4回に渡って連載します。受賞7作品は、市HP「四コマ漫画」で検索をご覧ください。

☎企画総務課 ☎2998-9046

「所沢といえば…」

作・川野良浩



要介護高齢者で在宅介護が必要な方を24時間体制でサポート 定期巡回・随時対応サービスを開始!

定期巡回・随時対応サービスは、訪問介護と訪問看護が密接に連携する定期的な巡回と随時の対応で、在宅介護が必要な方を24時間365日体制で支援する地域密着型サービスの一つです。

対介護認定（要介護1～5）を受けている市内在住の方

◆こんな時にご活用ください

▶一人暮らしや高齢者世帯の方で、介護を手伝ってほしい。▶日中は家族が不在で不安なので、様子を見に来てほしい。▶退院直後、一時的に介護・医療サービスを受けたい。▶薬を飲み忘れてしまうので、声掛け・確認に来てほしい。

◆4つの安心サービス～いつでも何度でも利用できます～

定期巡回サービス

ヘルパーが定期的に利用者宅を訪問し、おむつ交換、排せつ介助、安否確認、配膳・下膳、服薬介助など日常生活上のお世話をします。

随時訪問サービス

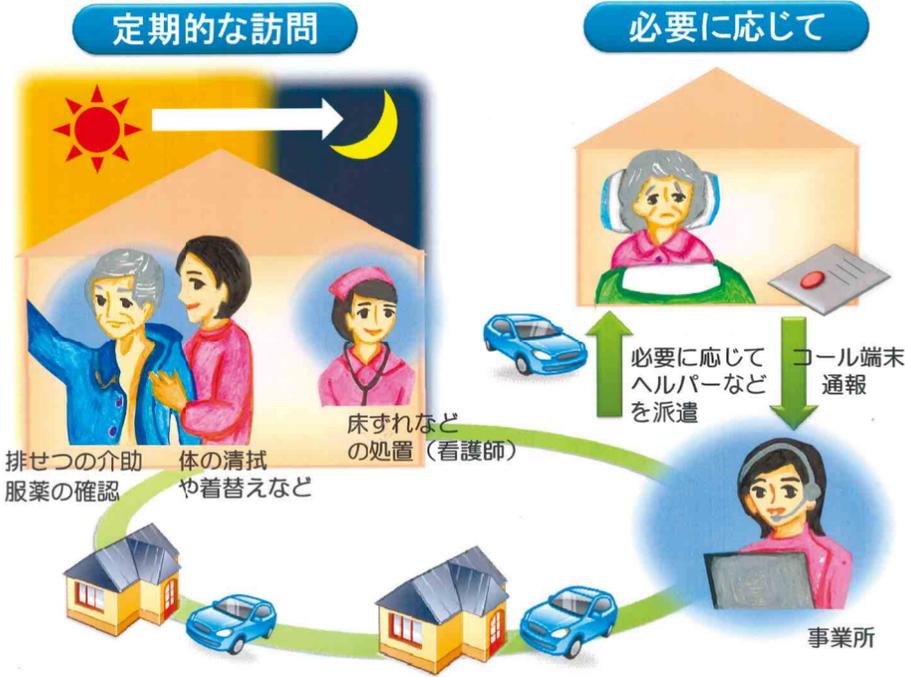
利用者やその家族などの通報を受け、必要な場合は自宅を訪問します。具体的には、転倒、転落時の対応や急な排せつ介助などです。

随時対応サービス

利用者やその家族などからの通報を受け、看護師などの対応の必要性などを判断します。オペレーターとつながる端末機などで、連絡を取ることができます。

安心 訪問看護サービス

看護師などが利用者宅を訪問して療養上の世話、病状の観察などを行います。看護が必要な方が対象で、具体的には服薬管理、床ずれの処置、血圧測定などです。



申 居宅介護支援事業所の担当ケアマネジャーまたは次のサービス提供事業者へ相談

◆サービス提供事業者

▶24時間ホームケアほほえみ（10月サービス提供開始）

問 社会福祉法人桑の実会（小手指4-18-1） ☎2947-3915

▶ライフアシストロイヤルの園（12月サービス提供開始予定）

問 社会福祉法人栄光会（北野3-1-22） ☎2937-3300

利用料金（利用回数が増えても月々一定額）

介護度	訪問介護のみの利用	訪問介護・看護を利用
要介護1	6,989円	1万48円
要介護2	1万1,652円	1万4,711円
要介護3	1万8,652円	2万1,711円
要介護4	2万3,315円	2万6,374円
要介護5	2万7,978円	3万1,871円

◎料金は目安です。詳細はサービス提供事業者にご確認ください。

問 高齢者支援課 ☎2998-9120

10月14日に住民投票条例の制定を求める署名簿が選挙管理委員会に提出されました。内容は防音校舎の改修事業が定められた整備方針に基づき行われることを求めるものです。選挙管理委員会は、署名簿を受理した日から20日以内に審査を行い、署名の効力を決定し、署名数の総数および有効署名総数を告示します。請求が有効な場合、市長は条例制定請求代表者から提出された条例案に意見を附し、議会に付議します。

防音校舎の除温工事（冷房工事）の計画的な実施に関する住民投票条例の制定を求めた署名簿の提出



▲任命書交付式の様子

市政通信

清水国明さんを 教育委員会委員に任命

新たに教育委員会委員に任命された、タレントの清水国明さんの任命書交付式が10月3日に行われました。

清水委員は「このような職に任命いただき、大変光栄です。これまで自然体験を通して子どもたちを育む活動に力を入れてきました。そうした経験を活かして、所沢市の教育行政に貢献していきたいです」と抱負を力強く語られました。

平成26年所沢市議会第3回定例会終了報告 「第5次所沢市総合計画後期基本計画」の策定など、 市長提出議案44件が可決・同意

9月3日から26日までの24日間の会期で開催された平成26年所沢市議会第3回定例会の主な内容を報告します。

市長提出議案（44件）

本市のまちづくりを総合的・計画的に進めることを目的とし、平成27年度から30年度までの4年間を計画期間とする「第5次所沢市総合計画後期基本計画」の策定、「所沢市特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業の運営に関する基準を定める条例」、「所沢市まちごとエコタウン推進基金条例」の制定、「所沢市行政組織条例」の一部改正など市長

- 提出議案44件が原案どおり可決・同意されました。
- 総合計画：1件
- 平成26年度補正予算：5件（一般会計：2件、特別会計：3件）
- 条例関係：23件（制定：9件、一部改正：14件）
- 指定管理者の指定：6件
児童館4館（こぼと・つばき・すみれ・わかば児童館）、狭山ヶ丘駅東口第1自転車駐車場、狭山湖駐車場の指定管理者が指定されました。
- 請負契約：5件
- 財産の処分：1件
- 和解：1件
- 人事案件：2件

平成25年度決算認定9件（一般会計：1件、特別会計：5件、事業会計：3件）が決算特別委員会に付託されました。

議案提出議案（8件）
原案どおり可決されました。

◎市議会の詳細は「市議会だより（所沢市議会発行）」または市HP「（市議会）」をクリック）をご覧ください。

議会の同意を得て、次の方々がそれぞれ任命・選任されました。

- 教育委員会委員（1人）
清水国明氏
- 公平委員会委員（1人）
大岩征子氏

平成25年度決算認定9件（一般会計：1件、特別会計：5件、事業会計：3件）が決算特別委員会に付託されました。

決算特別委員会に付託（9件）

（仮称）所沢市総合福祉センター （所沢市子どもと福祉の未来館）の建設を開始

平成28年4月の利用開始に向けて（仮称）所沢市総合福祉センター（所沢市子どもと福祉の未来館）の建設工事を9月26日から開始しました。近隣の皆さんにはご迷惑をお掛けしますが、安全に配慮しながら進めますので、ご理解ご協力をお願いします。

◆施設の概要

子どもから高齢者まで、誰もが地域で生き生きと自立した生活が送れる社会を目指す地域福祉の一体的な推進を図り、子育て支援および地域福祉の向上に寄与することを目的とした施設です。

所在地 泉町1861-1（旧新所沢コミュニティセンター別館跡地）

完成予定図



工事期間 平成26年9月26日～28年2月29日

建設工事／契約金額 ▶建築工事…17億6,040万円 ▶電気設備工事…3億9,960万円 ▶機械設備工事…4億4,820万円

◎施設名「所沢市子どもと福祉の未来館」は、条例公布後からの使用になります。

問 福祉総務課 ☎2998-9113

みどりのふれあいウォーク

●11月29日(土) (雨天決行・荒天中止)
受付 午前9時～10時30分
集合場所 所沢駅東口
コース 約9km (所要時間約2時間 / 左図参照)
●ゴールの航空公園駅東口で午前9時から午後2時30分まで観光物産展を行います。

- 【留意事項】
- ▼歩きやすい服装、トレッキングシューズなどご参加ください。
 - ▼昼食や飲み物、雨具など季節に合った装備を持ってご参加ください。
 - ▼交通ルール・マナーを守り、車に注意して歩きましょう。
 - ▼ごみは必ずお持ち帰りください。
 - ▼けが、事故などの責任は負いかねますのでご了承ください。



前回の様子

中止のご確認は、みどり自然課にお問い合わせください(自動音声)。
詳細は、市HPをご覧ください。
みどり自然課
☎2998-9373

みどりのふれあいウォークコース図



申請期限が迫っています

◆子育て世帯臨時特例給付金 申請期限 11月26日(水)必着

申請期限後の受け付けはできません。まだ申請していない方はお早めに手続きをお願いします。臨時福祉給付金の対象者は、子育て世帯臨時特例給付金は支給されません。臨時福祉給付金の申請手続きをお願いします。

問 子育て世帯臨時特例給付金担当
☎2998-9214

◆臨時福祉給付金 申請期限 12月26日(金)消印有効

給付対象となる可能性のある世帯に対して申請書を郵送していますが、まだ申請していない世帯には、案内はがきを10月上旬に郵送しました。お早めに手続きをお願いします。

問 臨時福祉給付金コールセンター
☎0570-026-088

補助対象	耐震診断補助額	耐震改修補助額
◆構造計算再チェック補助 補助対象建築物 昭和56年6月1日以前に着工した建築物	耐震診断に要した費用の3分の2 (5万円を限度)	耐震改修に要した費用の23% (30万円を限度)
◆耐震診断補助・耐震改修補助 補助対象建築物 昭和56年5月31日以前に着工した建築物	耐震診断に要した費用の3分の2 または住戸数×2万円のどちらか低い額 (20万円を限度)	耐震改修に要した費用の23% または住戸数×20万円のどちらか低い額 (300万円を限度)
◆改正耐震改修促進法第14条第1項に規定される建築物の所有者	耐震診断に要した費用の3分の2 (100万円を限度)	耐震改修に要した費用の23% (200万円を限度)
◆改正耐震改修促進法第14条第3項に規定される建築物の所有者	耐震診断に要した費用の3分の2 (200万円を限度)	耐震改修に要した費用の23% (200万円を限度)

我が家の耐震診断・耐震改修補助事業

◆耐震診断補助・耐震改修補助
補助対象 共同住宅所有者
補助額 構造計算再チェックに要した費用の2分の1 (15万円を限度)

以後に着工した共同住宅
◆留意事項
▼規模・構造によって対象とならないものもあります。
▼区分所有の共同住宅は、管理組合などでの決議が必要です。
●詳細は市HPをご覧ください。
●申問必ず耐震診断・耐震改修を行う前に市役所2階建築指導課☎2998-9180へ直接

我が家の耐震診断・相談会

日場 11月22日(土)午前9時30分～午後4時 / 市役所6階602会議室
対象建築物 昭和56年5月以前に、在来工法または枠組壁工法(2×4工法)で市内に建てられた、延床面積500㎡以下の平屋または2階建ての木造戸建住宅
定 申し込み先着30人
内 木造住宅の簡易耐震診断と補強方法などの相談、耐震関係のビデオ上映、パネルの展示など
申問 11月4日(火)から13日(水)までに、新築や増築時の平面図、立面図、仕様書などを持参の上、市役所2階建築指導課☎2998-9180へ直接

●平面図がない場合は、部屋の寸法と柱、壁、窓や出入り口の位置が分かる間取り図をお持ちください。

保健センターからのお知らせ

第27回所沢市健康まつり 元気な街 所沢



昨年の様子

市民の皆さんの健康増進のために、毎年、健康まつりを開催しています。お誘い合わせの上、ぜひお越しください。
日 11月9日(日)
午前10時～午後3時
場 保健センター

胃がん・肺がん検診 (検診車) 追加募集

問 保健センター健康管理課
☎2991-1811

◆胃がん検診
日場 11月20日(木) / 小手指まちづくりセンター
11月29日(土) / 保健センター
◆肺がん検診
日場 11月28日(金) / 三ヶ島まちづくりセンター
11月29日(土) / 保健センター
定 いずれの日も申し込み先着20人
費 1,200円

皆さんの善意

【愛の福祉基金へ】 ●中央公民館利用者の会様 (102,621円)
●東道流吟道陽春白雪会総本部様 (42,077円) ●(株)中央管財様 (5,000円)

【児童福祉および社会福祉のため】 ●所沢明るい社会づくりの会東地区 (40万円)

【地域社会への貢献、地球環境保全のため】 ●(株)ジマ様 (19インチLEDモニターテレビ25台)
※8月16日～9月15日の受け付け分です。ありがとうございました。

◆西武バス
所沢駅東口から航空公園駅経由工ステンティ所沢行き、または航空公園駅行きで「市民医療センター」下車

◆ところバス
所沢駅東口から南路線吾妻循環コース(左回り)、航空公園駅東口から東路線松井循環コース(左回り)・南路線山口循環コース(右回り)で「保健センター」下車

◆交通機関(バス)をご利用ください
◆注意事項
▼受診券は後日郵送します。
▼胃がん検診はデジタル画像診断車で行うバリウムによる検査です。
▼平成26年度に保健センターで行う胃がん・肺がん検診を受診予定の方は、申し込みをご遠慮ください。
申問 11月4日(火)から保健センター健康管理課☎2991-1811へ電話

児童館生活クラブ・児童クラブの ****入室児童を募集****

児童館生活クラブおよび児童クラブは、保護者が仕事などで昼間家にいない児童（小学生）が、放課後、安心して過ごすことができる場所です。次のとおり、平成27年度の入室児童の募集を行います。

対小学1年生～6年生（低学年を優先）

申込期間・場所 12月1日(月)～13日(土)／入室希望施設

◎新設の中富小児童クラブは、市役所2階青少年課（月～金曜日の午前8時30分～午後5時15分）で申し込み・問い合わせを受け付けます。

申込書の配布 ▶11月1日(土)から各施設 ▶11月4日(火)から青少年課 ▶11月1日(土)から市HP

◆児童館生活クラブ（市営）

申込書の配布・申込時間 月～土曜日…午前9時～午後6時30分

施設名	所在地	電話番号
こばと児童館	小手指町1-28-3	2924-3065
つばき児童館	山口5057	2923-6155
すみれ児童館	若狭1-2966-5	2949-3826
わかば児童館	和ヶ原3-266-2	2948-3222



◆児童館生活クラブ（指定管理者運営）

申込書の配布・申込時間 ▶月～土曜日…午前9時～午後6時30分 ▶日曜日（11月9日(日)を除く）・祝休日…午前9時～午後5時30分

施設名	所在地	電話番号
ひばり児童館	北有楽町26-21	2926-8669
つばめ児童館	久米783-1	2922-0410
さくら児童館	並木8-3	2998-5912
まつば児童館	上安松952-2	2995-0995
みどり児童館	緑町1-8-3	2928-8414
みどり児童館（別館）	緑町3-16-7	2928-8414
◎日曜日・祝休日は休館		
やなぎ児童館	東所沢4-16-4	2944-8819
ひかり児童館	中富南4-4-1	2996-3995

◆児童クラブ

申込書の配布・申込時間 ▶月～金曜日…午前9時～午後6時30分 ▶土曜日…各施設にお問い合わせください。

施設名	所在地	電話番号
若松児童クラブ	下新井1231-2	2992-0341
三ヶ島児童クラブ	三ヶ島3-1416-9	2948-7578
西富児童クラブ	岩岡町715-2	2924-5488
若狭児童クラブ	若狭4-2496-5	2948-2547
伸栄児童クラブ	中新井1-784-1	2942-4101
明峰児童クラブ	北有楽町26-20	2922-0413
林児童クラブ	和ヶ原3-99-5	2949-1923
宮前児童クラブ	東狭山ヶ丘6-2792	2926-8327
美原児童クラブ	並木5-1	2995-2656
第二美原児童クラブ	並木5-1	2993-6235
上新井児童クラブ	上新井5-60-1	2925-3175
第二上新井児童クラブ	上新井5-36-13	2968-6120
北秋津児童クラブ	北秋津623	2995-1945
牛沼児童クラブ	牛沼21	2994-8800
富岡児童クラブ	下富647-5	2943-2788
泉児童クラブ	山口511-1	2925-4444
中富小児童クラブ（新設）	中富1004-1	2998-9103
椿峰児童クラブ	小手指南4-17-10	2949-0627
安松児童クラブ	下安松839-2	2944-5761
荒幡児童クラブ	荒幡514-1	2924-4803
松井児童クラブ	上安松407-2	2998-4949
東所沢柳瀬児童クラブ	東所沢2-29-5	2944-4032
第二東所沢柳瀬児童クラブ	東所沢2-33-9	2945-4450
所沢児童クラブ	元町7-37	2922-7389
第二所沢児童クラブ	星の宮1-6-12	2921-6181
中央児童クラブ	並木8-1-6-112	2995-0971
並木児童クラブ	並木6-2	2995-6010
山口児童クラブ	山口1981-1	2926-4787
北野児童クラブ	北野1-2-54	2947-4439
和田児童クラブ	東所沢和田1-39	2944-9823
小手指児童クラブ	小手指元町2-28-8	2948-1321

入室を希望する施設または青少年課 ☎ 2998-9103

児童虐待防止・オレンジリボンキャンペーン 11月は児童虐待防止推進月間です

児童虐待の相談件数は全国的に増え続け、子どもの生命が奪われるなど重大な事件も後を絶ちません。児童虐待は、左記の4種類に分類され、誰の身近にも起こりうる問題です。

【虐待の種類】

- ① なるる・蹴るなどの身体的虐待
- ② 養育を放棄する「ネグレクト」
- ③ 言葉や態度で心を傷つける「心理的虐待」
- ④ 性的行為の強要などの「性的虐待」



オレンジリボン運動とは 平成16年、栃木県小山市で幼い兄弟が虐待の末、川に投げ込まれて亡くなった事件をきっかけに、オレンジリボンに児童虐待防止の願いを込めて始まった運動で、全国に活動の輪が広がっています。

◆所沢市で実施するオレンジリボンキャンペーン

- 11月1日(土)～30日(日)／市ホームページや公用車での広報
- 11月4日(火)～6日(木)／市役所1階市民ホールでの啓発活動
- 地域で児童虐待をなくしましょう

児童虐待は早期発見が大切です。虐待を発見したら速やかに市町村や児童相談所に連絡することが、法律で義務付けられています。「虐待かもしれない」と感じたら、左記の機関までご連絡ください。

市では児童相談所、警察、学校などと連携して児童虐待防止に努めており、連絡を受けると速やかに訪問などによる安全確認を行っています。

問 こども相談センター ☎ 2998-9129

所沢児童相談所 ☎ 2992-4152

休日夜間児童虐待通報ダイヤル ☎ 048-779-1154

行事名	開催日時
洋傘修理（1人1本）	11月15日(土)午後1時30分～ ◎部品代は実費です。
包丁研ぎ講習会	11月15日(土)午後1時30分～
おもちゃの病院	11月22日(土)午後1時～
大型再生家具抽選会（40点程度）	11月8日(土)午前11時～◎当日の申し込みは午前10時30分までです。
小型再生家具即日頒布（10点程度）	毎週金曜日午前10時～◎中止の場合がありますので事前にお問い合わせください。
大型再生家具の回収	11月6日(木)・15日(土)◎木製で再使用可能なものに限り。また大きさにより手数料が必要です。

◎会場へ直接お越しください。

【注意事項】

- 和服のもったいない市は午前9時30分に整理券を配布します。
- 駐車場の狭いためバスや自転車などでご来館ください。
- マイバッグなどをお持ちください。
- 和服およびコート頒布は1人5点までです。
- 販売目的の利用はご遠慮ください。
- ③クリスマス作り講習会

11月15日(土)午前9時30分～正午 申し込み先着15人

持針金ハンガー、赤・緑色などで幅3cm×4cm・長さ16cmの古布やリボン100本

◎参加者にはプレゼントがあります。

11月の休館日 11月3日(祝)・4日(火)・10日(月)・17日(月)・24日(水)・25日(木)

問 ①③は、11月1日(土)からリサイクルふれあい館 ☎ 2994-1537 へ電話



市長と一緒に「所沢」の未来を考えませんか 『市政トーク』『タウンミーティング』を開催

大好評につき 第3弾 『市政トーク』

市長が直接お伝えします まちづくりのこれから

市民の皆さんと一緒にまちづくりを進めていきたい、そんな思いから実施している「市政トーク」。

市長の言葉で「所沢への思い」や「まちづくりのこれから」を聞けます。一緒に「所沢」の未来を考えましょう。

日 11月9日(日)午後4時～6時

場 三ヶ島まちづくりセンター

内 市長からのメッセージ、三ヶ島地区の活性化について、質疑応答

◎会場へ直接お越しください。

問 政策企画課 ☎ 2998-9027

市長との懇談会 「未来を見つめ、今を動く！」 『タウンミーティング』

「文化の風、薫るまち所沢」～所沢ブランドについて考える～

私たちのまち「所沢」の未来について、市長と一緒に語り合うタウンミーティングの7回目です。

今回は、大学生が対象となっています。ぜひご参加ください。

日 11月17日(月)午後6時～7時30分

場 市役所8階大会議室

対 市内在住・在学の大学生

定 20人（抽選）

問 11月13日(木)までに、市民相談課 ☎ 2998-9092 へ電話

前回の様子



みんなのひろば



▲全国から16チームが参加した『第5回所沢市長杯全国社会人女子9人制フレッシュバレーボール大会』。9人制バレーボールは、ポジションに関係なくコートを自由に動けるのが特徴で、選手はコート狭しと駆け回り、粘り強い試合が展開されました。10月19日(日)／市民体育館 (撮影：市民カメラマン・白須信一)



▲過去最高の1,164人が日頃の鍛錬の成果を競い合った『第15回所沢市陸上競技選手権大会』。さわやかな秋晴れのお天気も後押しして、短距離、長距離、走り幅跳び、砲丸投げなど11人が大会新記録をたたき出しました。10月12日(日)／早稲田大学織田幹雄記念陸上競技場 (撮影：市民カメラマン・佐藤清一郎)



▲山車の曳き回し、神輿、民踊流しやサンバなどで盛り上がった『ところざわまつり』。クライマックスを迎える夜には、ちょうちんの明かりに豪華絢爛な山車が浮かび、熱気は最高潮に達しました。10月12日(日)／中心市街地 (撮影：市民カメラマン・谷 亮)



▲養蚕農家が多かった時代には、蚕の豊作を願って行われていた「糞合八幡神社のやぶさめ」。子どもたちは所沢商業高校3通部の生徒の指導を受けて、木馬に跨りながら3射するやぶさめを体験しました。9月28日(日)／糞合八幡神社 (撮影：市民カメラマン・三平資郎)

おうちで食べよう! 所沢の学校給食

40 しゃくし菜チャーハン

栄養士さんが考えた学校給食のメニューの中から、所沢産の食材を取り入れたものや、特色あるレシピを紹介します。

- ◆今回の献立
しゃくし菜チャーハン★
牛乳
いかの竜田揚げ
大根サラダ
ワンタンスープ



- ★しゃくし菜チャーハン
材料(4人分)
米……………2合
米粒麦……………大さじ2
鶏がらスープのもと…小さじ1
ねぎ……………60g
干し椎茸……………2枚
しゃくし菜漬……………60g(A)
サラダ油……………小さじ1/2
- 砂糖……………小さじ1
卵……………1個
ごま油……………小さじ1
豚ひき肉……………50g
酒……………小さじ1
しょうゆ……………大さじ1
塩……………小さじ1/2

- 作り方
①米は洗って浸し、米粒麦と鶏がらスープのもとを加えて2合の水を加えて炊く。
②ねぎ、もどした干し椎茸、軽く搾ったしゃくし菜漬は荒みじん切りに切る。
③鍋にサラダ油を熱し、砂糖を加えて混ぜた卵液を入れ、かき混ぜながら卵を作る。
④フライパンにごま油をひき、豚ひき肉を色が変わるまで炒め、干し椎茸を加えてさらに炒める。
⑤④にねぎ・しゃくし菜漬を加えて軽く炒め、Aの調味料で味を調える。
⑥炊き上がった①のご飯に、⑤の具と③の炒り卵を加えて軽く混ぜて出来上がり。
◎野沢菜漬や高菜漬を使ってもおいしくできます。

ここがポイント

明治初期に中国から日本に伝わったとされ、秩父地方では、白菜のかわりに作られてきました。形がしゃもじに似ることから「しゃくし菜」と呼ばれ、品種名は雪白菜といひます。シャキシャキした食感で漬物にすると歯切れがよく、艶がでます。チャーハンやお焼きの具などにもぴったりです。

保健給食課 ☎2998-9249 ☎2998-9167

はっぴー 野老っ子

詩吟、邦楽芸能、俳句、短歌、美術、映像、演劇、フラワーアレンジメントなど、伝統文化から現代文化まで18団体、約4,000人が日頃の成果を披露しあう「所沢市文化祭」が、芸術の秋を中心におよそ半年間に渡って行われています。今回は、今年で60回目を迎えた「所沢市文化祭」を主催する所沢市文化団体連合会(文団連)の会長を務める平原東道さんをご紹介します。

さまざまな文化活動を楽しむ人々が集まる文団連ですが、平原さん自身は、中学2年生から60年以上、漢詩や和歌などを独自の節回りで歌う詩吟をたしなむことができました。「作者が心血を注いだ詩の一言一句に思いを巡らせながら歌うことで、その世界に埋没することができます。それは、『感動とロマン』。感動のない人生ほどつまらないものはありません。私にとって詩吟は生きる喜びです。」と目を輝かせます。

そんな情熱あふれる平原さんの周りには多くの人が集まり、これまでに指導した門下生は数え切れません。教える上で一番大事にしていることは、技術ではなく「礼節」です。「良い師弟関係を築くには、信頼関係の構築がなにより大切」と語ります。こうしたコミュニケ

文化は人を育て、時として人を救う

文化団体連合会会長 平原 東道さん(中富在住)

ーションを大切にする姿勢は、文団連の会長という立場でも同じです。「会長を引き受けてから、詩吟以外の文化活動の発表の場にも積極的に参加しています。お互い面と向かって話すことで理解しあえることも多いです。なにより皆さんが生み出す美しい芸術に触れると、心が和み、幸せな気持ちになります。」と顔がほころびます。



▲詩を吟ずる平原さん

全山紅葉に染まります。見慣れているせいか決して奇麗とはいえず、これが故郷の紅葉と思いつつ、眺めていました。上京して半年後の紅葉シーズンに帰省したとき、仙台と山形をつなぐ関山峠を越えて目にしたのは紅葉のトンネル、真っ赤に染まったカエデが群生し、その奇麗さに圧倒された感動でした。

やっぱり自治会・町内会でしょ!

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。

三ヶ島第二区自治連合会

～盛り上げていこう! 吹き玉大会と地域の和～

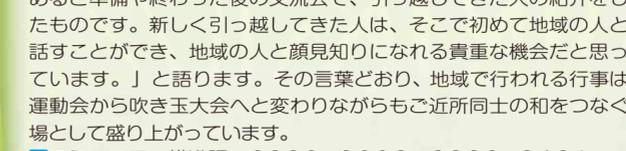
市の西部に位置する三ヶ島2～4丁目の南北に広がる地域に三ヶ島第二区自治連合会があります。37年前に、この地域の6つ支部それぞれが自治会となり、その6自治会が一つとなって「三ヶ島第二区自治連合会」になりました。同連合会では、防災活動やレクリエーション活動などさまざまな行事を行っています。防災活動では所沢中央消防署三ヶ島分署の協力により、消防の専門的技術がない人でも自衛消防隊員として活躍できるように、実際に自衛消防隊倉庫で保管している消火ポンプを使用した操作講習など実践的な訓練を行うほか、11月には救命救急、消火訓練、けむり体験など、本格的な防災訓練も行っています。

その他にも、ソフトボール大会、敬老祝賀会を行っています。特に力を入れているのが夏祭りと吹き玉大会です。夏祭りは、やぐらを中心に約270個のちょうちんが並ぶ風景がとてもにぎやかです。吹き玉大会は、これまで行っていた運動会に代わって、平成25年から始まった新しい行事です。矢ではなく、手作りの玉を吹くことで、より安全な競技へと改良でき、下は3歳から上は60歳以上の方まで幅広い年代の方が参加しました。玉の飛んだ距離を競うほか、6自治会対抗の当り競技もあり大盛り上がりです。

外山健蔵区長は、「運動会など行事があると準備が終わった後の交流会で、引っ越してきた人の紹介をしたものです。新しく引っ越してきた人は、そこで初めて地域の人と話すことができ、地域の人と顔見知りになれる貴重な機会だと思っています。」と語ります。その言葉どおり、地域で行われる行事は運動会から吹き玉大会へと変わりながらもご近所同士の和をつなぐ場として盛り上がっています。

☎コミュニティ推進課 ☎2998-9083 ☎2998-9491

▲夏祭りの様子



▲吹き玉大会で使う吹き玉

【情報館】・特にことわりのないものは11月4日(火)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。

社会保険料(国民年金保険料)控除証明書を郵送



年末調整や確定申告で必要な控除証明書を郵送します。

郵送時期 ▼平成26年1月1日～9月30日納付分：11月上旬 ▼平成26年10月1日～12月31日納付分：27年2月上旬

子ども医療費助成制度

0歳から中学3年生までのお子にかかる医療費の助成を行っています(所得制限なし)。助成には事前に登録が必要です。

助成を受けるには…

健康保険証(お子さんの名前が掲載されているもの)、振込先金融機関の通帳またはキャッシュカード(健康保険証の代表者のもの) 申す役所2階子ども支援課へ直接

登録内容に変更があったとき…

健康保険証、振込先金融機関、住所などに変更があった場合は、医療費助成資格変更届の提出が必要です。

夜間納税・相談窓口

開設日 11月4日(火)・28日(金)、12月1日(月) 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。



12月1日(月)は

国民健康保険税(第5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。

市役所2階収税課

☎2998-9073

変更のあったものと子ども医療費受給者証を持参の上、子ども支援課、まちづくりセンター(並木を除く)へ直接(健康保険証の被保険者の変更となった場合は、子ども支援課のみの受け付け)

骨髄移植ドナーに助成金を交付

対次の全てに該当する方

①平成26年4月1日以降に日本骨髄バンクの事業において、骨髄・末梢血幹細胞を提供した方②他の助成金などの交付(ドナー休暇を含む)を受けていない方③提供時に市内在住の方

助成額 提供に要した日数に対し、1日あたり2万円を助成(1回の提供につき7日を上限)

平成26年度難病患者見舞金

対県が指定した難病で治療を受け、市内に住所を有し、特定(指定)疾患医療受給者証または小児慢性特定疾患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(年度1回)

見舞金の申請は毎年度必要です。申問平成27年3月31日(火)までに①受

給者証②印鑑③振込先金融機関の本支店名・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

現在の医療費助成の対象者

対次のいずれかに該当する方

①身体障害者手帳の1級～3級の方②療育手帳のA、A、Bの方③一定の障害※があり埼玉県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた65歳～74歳の方、または75歳以上で市長の認定を受けた方

変更点

精神障害者保健福祉手帳1級の方が対象に加わります(ただし、精神疾患にかかる入院費用は助成対象外)。

介護保険サービス利用料の助成

65歳以上で重度障害者となった方は、助成対象外となります(ただし、既に助成対象となっている方は、引き続き助成対象)。

Table with 2 columns: 助成の対象者, 助成額の割合. Includes details for family members and elderly citizens.

留意事項 ▼申請できるのは、サービス利用月の末日から半年以内 保険料を滞納している場合は助成不可 ▼高額医療合算介護(予防)

サービス費の支給を受けている場合は、介護保険低所得者等助成金の支給額の算定にて調整

11月25日～12月1日は 犯罪被害者週間です

犯罪被害のつらさを誰かに聞いてほしいときや被害に遭ったことを繰り返さないように、ご相談ください。

相談窓口 埼玉県警察本部 犯罪被害者支援室(犯罪被害者相談センター) ☎0120-3381-858(FAX兼用) 午前8時30分～午後5時15分

生活困窮者自立相談支援モデル事業を開始

生活保護に至るおそれのある方を対象に、就労の支援や自立に関する相談窓口を開設しています。

女性の権利ホットライン 女性をめぐる権利問題など電話による相談を受け付けます。

相談電話 ☎0570-0700-8 10(午前8時30分～午後5時15分/土・日曜日、祝日を除く)

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) 11月の休日開庁日 11月8日(土)・22日(土) 午前8時30分～午後0時30分

相談員 法務局職員、人権擁護委員 強化週間(11月17日(月)～23日(祝))

生産緑地地区の変更に関する都市計画の縦覧 縦覧期間 11月7日(金)～21日(金) 縦覧場所 市役所2階都市計画課

市民医療センター診療科目を追加 縦覧期間 11月4日(火)～18日(火) 縦覧場所 市役所5階みどり自然課

所沢駅東口地区地区計画の変更に関する原案説明会および縦覧 原案に対し、意見のある方は、縦覧期間中に意見書を提出できます。

防衛医科大学校病院の休診 防衛医科大学校創立41周年記念行事のため11月27日(木)の外来診療は終日休診します。

【情報館】・特にことわりのないものは11月4日(火)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。

あなたのマチの 地域包括支援センター⑦

問 高齢者支援課 ☎ 2998-9120

高齢者の方が、いつまでもいきいきとすこやかに暮らせるよう、市と地域包括支援センターで連携している各種事業をご紹介します。

◆富岡地域包括支援センター◆

場 中富1617 問 ☎ 2942-0067 ☎ 2942-3588

担当地域 ▶ 中富 ▶ 下富 ▶ 神米金 ▶ 北岩岡 ▶ 北中 ▶ 岩岡町 ▶ 所沢新町 ▶ 中富南

◆並木地域包括支援センター◆

場 中新井438 問 ☎ 2943-7333 ☎ 2943-3008

担当地域 ▶ こがし町 ▶ 若松町 ▶ 下新井 ▶ 中新井 ▶ 並木 ▶ 北原町

『医療福祉連携会議』

地域包括支援センターでは、高齢者の相談を受けたり、支援をしたりする中で、必要に応じて医療機関と情報交換し、連携を図っています。地域包括支援センターが、医療サービスを必要とする高齢者を支援していく上で、医療機関と連携することはとても重要です。

医療機関との連携を強化するため、介護・福祉関係者と医療機関関係者が年に2回以上集い「医療福祉連携会議」を開催し、学習会やグループ討議を行い、交流を深めています。また、介護予防講演会も、地域の医師や歯科医師などの協力を得て開催しています。

実際に、病院の相談員から一人暮らしの方の退院に向けた相談を受け、センター職員が訪問看護での入浴・家事支援、介護ベッドなどを準備して退院しました。また、認知症の症状が出た一人暮らしの方で、かかりつけ医がおらず受診につながっていない事例では、日ごろから連携していた専門病院に相談し、センター職員が受診に同行して医師に状態の説明を行いました。その後、介護保険サービスにつながりました。

今後も高齢者の医療サービスの支援が円滑に行われるよう、更なる連携の強化に努めていきます。



▲医療福祉連携会議の様子



対市が発注する物品の販売（建設資材、修理含む）・賃貸・買い受け、印刷、電算（販売、賃貸以外）、建築物管理（土木施設維持管理は除く）、催し物、調査など

家庭菜園での焼却行為
家庭菜園での焼却に伴う煙や悪臭に関する苦情が多く寄せられていますが、こうした焼却は法令により原則禁止されています。家庭菜園で出た雑草や枝葉などは、埋めるか、生ごみ処理機器などを使って堆肥化する。または、家庭ごみとして集積所に出すか、クリーンセンターへ自己搬入してください。

平成27・28年度入札参加資格審査申請の受け付け

改正のポイント
①正社員と差別的取り扱いが禁止されるパートタイム労働者の対象範囲の拡大②短時間労働者の待遇の原則の新設③パートタイム労働者を雇い入れたときの事業主による説明義務の新設④パートタイム労働者からの相談に対応するための事業主による体制整備の義務の新設

平成27年4月1日からパートタイム労働法が変わります

一般労働相談（予約制）
11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501会議室
対 勤労者、事業主など
内 就業規則、賃金、解雇、労使間の問題、就業に関することなど
相談員 社会保険労務士
申問 産業振興課

放射線量の独自測定結果
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。

測定結果
測定日 10月9日
測定結果 0.03～0.06マイクロシーベルト/時
問 環境対策課 ☎ 2998-9230

家庭菜園での焼却行為
家庭菜園での焼却に伴う煙や悪臭に関する苦情が多く寄せられていますが、こうした焼却は法令により原則禁止されています。

家庭菜園での焼却行為
家庭菜園で出た雑草や枝葉などは、埋めるか、生ごみ処理機器などを使って堆肥化する。または、家庭ごみとして集積所に出すか、クリーンセンターへ自己搬入してください。

家庭菜園での焼却行為
家庭菜園で出た雑草や枝葉などは、埋めるか、生ごみ処理機器などを使って堆肥化する。または、家庭ごみとして集積所に出すか、クリーンセンターへ自己搬入してください。

一般労働相談（予約制）
11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501会議室
対 勤労者、事業主など
内 就業規則、賃金、解雇、労使間の問題、就業に関することなど
相談員 社会保険労務士
申問 産業振興課

放射線量の独自測定結果
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。

測定結果
測定日 10月9日
測定結果 0.03～0.06マイクロシーベルト/時
問 環境対策課 ☎ 2998-9230

家庭菜園での焼却行為
家庭菜園での焼却に伴う煙や悪臭に関する苦情が多く寄せられていますが、こうした焼却は法令により原則禁止されています。

家庭菜園での焼却行為
家庭菜園で出た雑草や枝葉などは、埋めるか、生ごみ処理機器などを使って堆肥化する。または、家庭ごみとして集積所に出すか、クリーンセンターへ自己搬入してください。

家庭菜園での焼却行為
家庭菜園で出た雑草や枝葉などは、埋めるか、生ごみ処理機器などを使って堆肥化する。または、家庭ごみとして集積所に出すか、クリーンセンターへ自己搬入してください。

仕事に役立つパソコン講座
①エクセル応用編
12月18日(木)・19日(金)午前9時～午後4時（全2日間）
②ワード応用編
12月20日(土)・21日(日)午前9時～午後4時（全2日間）
内 差し込み印刷、フォームの作成、変更履歴やコメントの挿入など

多重債務相談会（予約制）
11月18日(火)午前10時～午後4時
場 旧市庁舎（宮本町1-1-2）
相談員 弁護士、司法書士
予約電話 ☎ 048-838-173
01（11月4日(火)～17日(月)午前10時～午後4時のみ開設）
問 消費生活センター
☎ 2928-1233

暮らしの中の悩みごと相談
11月11日(火)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分
場 市役所1階市民相談課

共同事項
場 生涯学習推進センター
対 市内在住で現在ハローワークに登録している求職者または市内在住・在勤の勤労者で①は簡単な関数が使える方②はワードを使って表が作成できる方
定 15人（抽選）
費 4,000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）
問 11月7日(金)（消印有効）までに
①講座名②郵便番号・住所③氏名（ふりがな）④年齢⑤日中連絡の取れる電話番号⑥勤労者・求職者の別⑦勤労者は勤務先名・勤務先所在地⑧求職者はハローワークカードの求職番号を明記し、〒359-8501 産業振興課 ☎ 2998-9115 7へ郵送

就職支援を行うキャリアセンター
①就職相談
毎週月・火・木・金・土曜日と11月26日(水)の午前10時～正午、午後1時～4時（11月25日(火)を除く）
場 ラーク所沢（花園2丁目）
対 就職を希望する方
相談員 キャリアカウンセラー
希望者には職業紹介をします。第

女性向け就職支援セミナー
11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 面接の準備
①1歳から未就学児までの保育（要予約）があります。
④中高齢向け就職支援セミナー
11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 再就職の心構えと自己理解
共通事項 ▶ 市外の方も利用可 ▶ 雇用保険受給資格者には、利用証明書を発行
申問 いずれもプランチ受付専用ダイヤル ☎ 048-601-2229
へ電話（午前9時～午後5時30分）、①の当日予約はラーク所沢 ☎ 2943-2110（午前8時30分～午後2時）で受け付け

障害者週間記念事業

◆障害者作品展
12月3日(水)～9日(火)
◎3日午後0時15分からオープニングセレモニーがあります。
場 市役所1階市民ホール
内 ①障害者作品展②国立リハビリテーションセンターによる福祉機器展示（8日・9日）
③障害者のよさこい、ハンドベル、歌など

◆障害者週間記念コンサート
12月4日(木)午後1時50分～3時30分
場 所沢まちづくりセンター
内 ①NPO法人手話ダンスYOU&Iの手話ダンス②所沢市出身のシンガーソングライターAssyミニコンサート③Assy with手話ダンス
対 障害者と関係者、市内在住の方
定 先着280人
◎会場へ直接お越しください。

◆障害者相談コーナー

日時	相談員・相談事業所
12月5日(金)	午前10時～正午 視覚障害者相談員、地域生活支援センターぽぷり 午後1時～3時 聴覚障害者相談員、ところざわ障がい者相談支援センター
12月8日(月)	午前10時～正午 知的障害者相談員、生活支援ルームさぽっと 午後1時～3時 精神障害者相談員、地域生活支援センター所沢どんぐり
12月9日(火)	午前10時～正午 身体障害者相談員、所沢しあわせの里

場 市役所1階市民ホール
◎会場へ直接お越しください。
問 障害福祉課 ☎ 2998-9116

【情報館】・特にことわりのないものは11月4日(火)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。

市税などの納付は納期内に！ 11月・12月・1月は 滞納整理強化期間です！

市・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、国民健康保険税は、納期限までに自主的に納付していただくものですが、さまざまな理由により滞納となっている方がいます。

市では、11月・12月・1月を「滞納整理強化期間」と定め、夜間・休日の訪問や電話による催告などの実施により自主納付をお願いするとともに、納税意思のない滞納者に対しては、給与、預貯金、生命保険、動産、不動産などの財産の差し押さえを強化します。

なお、特別な事情により納期限までに納められない場合は、必ず収税課までご相談ください。

◆滞納整理強化期間中の納税相談窓口の開設日

窓口	開設日
休日納税相談窓口 (午前8時30分～午後0時30分)	11月8日(土)・22日(土)
	12月13日(土)・27日(土)
	1月10日(土)・24日(土)
夜間納税相談窓口 (午後5時15分～8時)	11月4日(火)・28日(金)
	12月1日(月)・26日(金)
	1月5日(月)・30日(金)

◆納税には便利な口座振替をご利用ください

市役所2階収税課、まちづくりセンター(並木を除く)、市内各金融機関の窓口にて「口座振替依頼書」で、取引先金融機関または収税課へ申し込みをしてください。

なお、市外の支店を利用している方や、開庁時間内に来庁できない方には、口座振替依頼書を自宅に郵送しますので、収税課へご連絡ください。

◆コンビニエンス・ストアからも納付できます

納税通知書をお持ちの方は、全国のコンビニエンス・ストア(以下「コンビニ」)からも納付ができます。取扱店は納税通知書に記載しています。

なお、コンビニでは▶金額に訂正がある▶納付書1枚当たりの納付額が30万円を超える▶バーコードが印字されていない、汚れて読み取れない▶コンビニ納付期限が過ぎた場合には納付できません。また、延滞金の計算はできませんので、後日納付書を郵送します。

◆滞納処分件数(差押など)

種類	23年度	24年度	25年度
不動産(土地・家屋)	160件	103件	69件
債権(給与・預貯金など)	523件	535件	355件
その他(交付要求・動産など)	225件	206件	235件
不動産公売	0件	0件	0件

問 収税課 ☎ 2998-9073

若年者就職応援フェア@プラザ

日場 11月18日(火)午後1時～3時30分
(受付) / ハローワークプラザ所
内(航空公園駅ビル2階)

内 就職面接会

対 44歳以下で所沢・狭山・入間市、三芳町に所在する事業所に就職を希望する方(参加事業所7社)
持 履歴書数通、筆記用具、お持ちの方はハローワークカード、ハローワークの紹介状
◎ 会場へ直接お越しください。
問 ハローワーク所沢
☎ 2992-8609

マンション管理基礎セミナー

日 11月8日(土)午後1時～3時30分
場 狭山市市民交流センター(狭山市駅西口から徒歩1分)



内 ①管理費・修繕積立金の未納問題の解決の方法 / 講師：(一社)首都圏マンション管理士会埼玉支部事務局長・花村成康さん ②建物の維持・管理 / 日常の点検ポイント / 講師：同支部支部長・新井 齊さん

◎ 午前10時から正午まで先着順に無料相談を受け付けます。

◆所沢市会場

日 11月30日(日)午後1時～3時10分
場 市役所8階大会議室

内 専有部分の修繕工事と管理組合の対応 / 講師：(一社)埼玉県マンション管理士会・金子吉人さん

◎ 管理組合費の滞納問題 / 講師：同会・山田 勤さん
◎ 午前11時から正午まで先着順に無料相談を受け付けます。
【共通事項】
対 分譲マンション居住者
定 申し込み先着80人
◎ セミナー終了後に意見交換会を開催します。
申 問 県・住宅課 ☎ 048-830-5573 へ電話

全日本不動産協会埼玉本部所沢支部による「不動産取引無料相談会」

日 11月17日(月)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分
場 市役所1階市民ホール

内 不動産取引に関する法律や税務相談員 宅地建物取引主任者、弁護士、税理士

◎ 先着順に相談をお受けします。
問 市民相談課 ☎ 2998-9092

宅地建物取引業協会所沢支部による「不動産無料相談会」

日場 11月28日(金)午前10時～午後3時30分 / 市役所1階市民ホール

内 契約、物件、仲介手数料、手付金、借地・借家の敷金トラブル、価格、不動産に関するトラブル
相 談 員 所沢支部所属宅地建物取引主任者
◎ 先着順に相談をお受けします。
問 市民相談課 ☎ 2998-9092

第12回入間郡市人権フェスティバル

日 11月12日(水)正午～午後4時
場 飯能市市民会館(飯能駅から徒歩約15分)

内 声優・佐久間レイさんによる講演「絆の大切さ」のちほひとつにつながつているお話と歌と朗読劇「心のストレッチ」 / よさこい飯能乱舞による演舞 / 離子保存会による演奏 / 人権作文の朗読 / 人権パネル展 / 物産販売など
定 先着1,102人
◎ 会場へ直接お越しください。また、手話通訳、6カ月児から未就学児までの保育(要予約)があります。
問 保育が必要な方は11月5日(水)までに飯能市役所企画調整課 ☎ 042

所沢市高齢者大学公開講座「桐島洋子さん講演会」

日場 11月19日(水)午後1時30分～(開場は0時30分) / 市民文化センターミューズ中ホール

内 いつでも今日が人生の始まり！ / ノンフィクション作家・桐島洋子さん
定 先着630人
◎ 会場へ直接お越しください。
問 高齢者支援課 ☎ 2998-9120

40歳代からの健康美人セミナー

日 11月25日(火)、12月2日(火)・9日(火) 午前9時30分～正午(全3回)
場 保健センター

内 市内在住の40歳代・50歳代の女性(受講経験者を除く)
定 40人(抽選)
内 40歳代・50歳代女性のからだと食生活、リラクゼーションなど
申 問 11月13日(木)必着 / までに、はがきに、①40歳代からの健康美人セミナー ②住所 ③氏名(ふりがな) ④生年月日 ⑤電話番号を明記し、〒359-0025 上安松1224-1 保健センター健康づくり支援課 ☎ 2991-1181 3 ☎ 2995-

◆ねたきり・認知症予防講演会と介護の日(11月11日)イベント

日 11月11日(火)午後2時～4時
場 市役所8階大会議室

テーマ 認知症の予防と介護
対 ねたきり・認知症の予防に関心のある方
定 先着200人
講 医療法人社団幸悠会 所沢慈光病院 院長・鈴木隆晴さん
◎ 会場へ直接お越しください。

◆介護の日イベント

日 11月12日(水)～14日(金)



◆第68回所沢市成人のつどい

日場 平成27年1月12日(祝)午前10時～正午 / 案内状に記載
対 平成6年4月2日～7年4月1日生まれの方
◎ 対象者には、案内状を11月下旬ごろ郵送します。手話通訳が必要な方は12月15日(月)までにご連絡ください。
問 社会教育課 ☎ 2998-9242

日時/会場	テーマ	講師	定員	問い合わせ
11月5日(水)午後2時30分～4時30分 / 柳瀬まちづくりセンター	認知症…って何!? 知っていても知らないかも!! 認知症の理解とケアの方法	東所沢病院精神保健指定医・平野洋太郎さん、同病院看護師・浅倉潮草さん	先着200人	柳瀬地域包括支援センター ☎ 2951-8887
11月18日(火)午後2時30分～4時 / 新所沢東まちづくりセンター	高齢者のうつと認知症について	松葉メンタルクリニック院長・鄭英徹さん	先着50人	新所沢東地域包括支援センター ☎ 2921-5599
11月19日(水)午後2時～3時30分 / 椿峰コミュニティ会館別館	医師による耳よりなコレステロールの話とかかりつけ医の選び方	わかさクリニック院長・間嶋 崇さん	先着100人	山口地域包括支援センター ☎ 2928-7525

1178へ電話・FAX・郵送または市HPから電子申請
介護予防講演会

11月は「いじめ撲滅強化月間」

いじめに遭ったり、気が付いたら、1人で悩まずご相談ください。

よい子の電話教育相談 (24時間365日)

▶ 子ども専用 (18歳以下) ☎ 0120-86-3192
▶ 保護者専用 ☎ 048-556-0874

電子メール相談 soudan@spec.ed.jp
携帯サイト 二次元バーコードあり(右)

問 埼玉県・青少年課 ☎ 048-830-5858

【情報館】・特にことわりのないものは11月4日(火)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。

所沢市議会「議会報告会」

日場 ①11月15日(土)午後2時〜/新所沢まちづくりセンター ②11月19日(水)午後7時〜/市役所3階全員協議会室

内 議員による平成26年第3回(9月)定例会での審議内容の報告、議員との意見交換など
◎ 手話通訳があります。会場へ直接お越しください。
問 議会事務局 ☎2998-9256

とろろ親子で楽しむ運動遊び

日場 11月15日(土)午前9時30分〜11時

場 市民体育館サブアリーナ

対 おおむね2歳〜6歳児

持 上履き、タオル1人1本、飲み物、下履きを入れる袋

申 中間申し込みをこども支援課 ☎2998-9124へ直接・電話・郵送
・FAXまたは市HPから電子申請

◎ 申込書は、市役所2階こども支援課、まちづくりセンター、児童館、市HPで入手できます。

食育フォーラム
「子どもと健康」

日場 11月19日(水)午前10時〜午後0時

場 30分/小手指まちづくりセンター

内 講演「体力・学力・気力の向上は生活習慣の立て直しから〜早寝早起き、朝ごはん、テレビを止め

定 対4歳〜6歳児とその親
申 申し込み先着15人

狭山丘陵いきものふれあいの里
センターのイベント

①ひよこ探検隊

日場 11月16日(日)午前10時〜午後1時30分

場 《秋の森の大冒険!》

定 対4歳〜6歳児とその親
申 申し込み先着15人

のびのび子育て応援講座!
「ストレスマネジメント」

日場 11月25日(火)、12月2日(火)・9日(火)

場 市民武道館(中富1614-2)

対 小学生3年生までの発達障害児を育てている保護者

定 申し込み先着20人

費 600円(教材費)

講 NPO法人えいそんくらぶ代表・高山恵子さん

◎ 保育(要予約)があります。

申 問こども福祉課

☎2998-9223へ電話

て外遊び〜/講師:東海大学体育学部教授・小澤治夫さん
②狭山丘陵歴史探訪ウォークラリー
日場 11月22日(土)午前9時30分〜午後3時



持 昼食、飲み物、帽子
費 100円(保険代)
日場 11月22日(土)午前9時30分〜午後3時

対 小学生以上(小学生は保護者参加)
申 申し込み先着60人

持 昼食、飲み物、筆記用具
費 100円(保険代)

◎ 大人のための自然観覧会
《冬隣り、輝く丘へ》

日場 11月28日(金)午前9時

場 30分/午後2時30分

対 高校生以上

定 申し込み先着20人

持 昼食、飲み物、筆記用具、お持ちの方は双眼鏡

費 300円(資料代、保険代)

◎ 定例ガイドウォーク

日場 11月1日(土)・2日(日)・14日(金)午後1時30分〜2時30分

場 集合 ①④は同センター(下山口駅から徒歩15分) ②は小手指駅南口

③は水天宮下バス停(所沢駅西口から西武園駅方面行き西武バス)

11月の休館日 4日(火)、10日(月)、17日(日)、25日(火)

申 問①③狭山丘陵いきものふれあいの里センター ☎29939-9412へ電話

④は当日受け付け

下水水道循環センター探検ツアー

見学しながらスタンプを集め、クイズに答えると景品がもらえます。

日場 11月16日(日)午前10時〜午後3時

場 新河岸川水循環センター(和光市新倉6-1-1)

内 会場へ直接お越しください。

問 新河岸川水循環センター ☎048-466-2400

平成26年秋の全国火災予防運動

「もついいかい 火を消すまではまあだだよ」

運動期間 11月9日(日)〜15日(土)

重点目標 住宅防火対策の推進

放火火災防止対策の推進

火対象物などにおける防火安全対策の徹底

製品火災の発生防止に向けた取り組みの推進

多数の者が集合する催しに対する火災予防指導などの徹底

火災予防キャンペーン

日場 11月9日(日)午後1時30分〜

場 パルコ新所沢店中央通路

内 泉町保育園・消防音楽隊による演奏、消防車両展示など

問 所沢中央消防署予防指導課 ☎2929-9133

所沢市防災・防犯のまちづくり市民大会、所沢市暴力排除推進市民大会

日場 11月6日(水)午後0時30分〜4時

場 市民文化センターミューズホール

定 先着600人

第1部 式典、防犯表彰

第2部 ①NPO法人日本防災士会 常任理事・橋本 茂さんによる防災講話

②NPO法人日本ガーディアン・エンジェル理事長・小田 啓二さんによる防犯講話

第3部 埼玉県警察音楽隊の演奏会

◎ 会場へ直接お越しください。来場者に防犯グッズなどを配布します。

問 防犯対策室 ☎2998-9090

冬の交通事故防止運動

年末年始特別警戒出陣式

日場 11月30日(日)午前9時〜10時(小雨決行)

場 所沢航空記念公園航空発祥記念館前広場

内 警察関係車両によるパレード

問 所沢警察署生活安全課 ☎2996-0110

農工商連携のための「きっかけづくり交流会」

日場 11月22日(水)午後3時〜6時15分

場 市民文化センター ミューズ展示室

内 農業者、飲食店業者、食品加工業者、市内農業者との連携を希望する市外の事業者など

問 農工商連携推進課 ☎2996-0110

第32回消費生活展・記念講座

消費生活展

日場 11月25日(火)〜27日(木)午前9時〜午後4時

場 市役所1階市民ホール

内 市役所1階市民ホール

テーマ 「減らそう消費者被害」

だます側のテクニックを知ろう

問 消費生活センター ☎2926-1711

11月1日は計量記念日! 11月は計量強調月間!

日場 11月25日(火)〜27日(木)午前9時〜午後4時

場 市役所1階市民ホール

内 体脂肪・握力測定、計量ゲーム、計量器展示、家庭用はかりの検査

問 消費生活センター ☎2926-1711

児童館へ行こう(11月の主な行事)

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HPをご覧ください。

Table with 3 columns: 児童館名, 電話番号, 行事名/開催日時. Rows include ひばり, こばと, つばめ, つばき, すみれ, さくら, わかば, まつば, みどり, やなぎ, ひかり.

情報館

【情報館】・特にことわりのないものは11月4日(火)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。

11月の宅地内水漏れ修繕当番店

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。

所沢市上下水道部 (http://www.tokorozawa-city-waterworks.com/) では、水道に関するさまざまな情報を掲載しています。

Table with 3 columns: 日(曜日), 当番店, 電話番号. Lists emergency plumbers for each day of the month.

上下水道部 (夜間・休日は警備員対応) 2921-1100

Table with 3 columns: 日時, 会場, 対象地区. Details for the 2nd Tokorozawa City Welfare Plan Strategy Meeting.

対象地区以外の方も参加できます。会場へ直接お越しください。

成年後見について知る「申立てから活動まで」. Details for the adult guardianship seminar.

三ヶ島地区地域福祉推進講演会. Details for the regional welfare lecture.

点訳・音訳ボランティア初級養成講習会. Details for the Braille and audio transcription training course.

ホームページ作成講座. Details for the home page creation workshop.

年末調整説明会. Details for the year-end adjustment explanation meeting.

申込期限 11月14日(金) (必着) テキスト代 864円. Details for the year-end adjustment seminar.

新規創業者を応援します 新規創業ビジネスプランコンペ. Details for the business plan competition.

パトロールの仲間を募集 わんわんパトロールの仲間を募集. Details for the dog patrol recruitment.

募集. Recruitment notice for a support project with a penguin illustration.

庁舎内食堂運営委託事業者を募集. Details for the cafeteria management contractor recruitment.

平成27年度版「家庭の資源とごみの分け方・出し方」に広告を掲載しませんか. Details for the household resource guide advertisement.

齋藤杏花さん(中学2年生)を探しています. Search notice for a missing student with a photo.

交通指導員を募集(報酬あり). Details for the traffic instructor recruitment.

職業訓練の受講生を募集. Details for the vocational training student recruitment.

採用予定日 平成27年1月1日(祝) 11月17日(月)までに、交通安全課. Details for the traffic instructor recruitment.

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



健康管理課の事業

☎2991-1811

BCG

☎11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26年5月26日～6月25日生まれの乳児持母子健康手帳、体温計、予診票(会場にもあります) **留意事項**
▶対象児には事前に通知▶対象児以外でも1歳に至るまでの間で未接種の方は接種可(標準的な接種期間は生後5カ月に達した時から8カ月に達するまで) ◎会場へ直接お越しください。

結核検診(無料)

☎11月5日(水)午後1時15分～2時 対15歳以上で胸部X線検査を受ける機会のない方、40歳以上で肺がん検診を受けていない、または受ける予定のない方◎会場へ直接お越しください。

◆こころの健康支援室からのお知らせ◆

▶うつ病・強迫性障害のつどい

つどい	開催日	開催時間
うつ病ご本人 ◎精神科医師も参加	11月18日(火)	午前10時～正午
強迫性障害	11月20日(木)	
うつ病ご本人	11月21日(金)	午後7時～8時30分
うつ病夜の部	11月21日(金)	

▶発達障害ご家族のつどい

つどい	開催日	開催時間
中学生まで	11月19日(水)	午前10時～正午
高校生以上	11月20日(木)	
知的障害	11月26日(水)	

◎いずれも会場へ直接お越しください。

☎こころの健康支援室 ☎2991-1812

Monthly トコロんが行く⑬

9月29日(月) ☀ by トコロん

今日は、平成24年9月に行った婚活イベント「恋の花咲くこんかつ小指そぞろ歩き」で出会い、見事ゴールインを決めたカップルが市役所へ結婚の報告に来てくれたんだ。お祝いにサプライズで登場したよ。

お二人とも笑顔いっぱい、うらやましかったな。いつまでもお幸せに…。おめでとう!



◆トコロん・よいトコ出没情報◆

- ▶三ヶ島地区文化祭
／三ヶ島まちづくりセンター
11月1日(土)午前9時～11時30分
 - ▶オレンジリボンキャンペーン
／市役所1階市民ホール(7頁参照)
11月5日(水)～6日(木)午前9時30分～正午
 - ▶第27回所沢市健康まつり
／保健センター(6頁参照)
11月9日(日)午前10時～午後3時
 - ▶介護の日イベント
／市役所1階市民ホール(12頁参照)
11月12日(水)～14日(金)午前10時30分～11時30分、午後1時30分～2時30分
 - ▶第42回所沢市民体力つくりトコロんウォーク2014／村山山口貯水池事務所東側広場
11月16日(日)正午～午後1時
 - ▶食育フォーラム
／小指まちづくりセンター(13頁参照)
11月19日(水)午前9時30分～午後1時40分
- ☎企画総務課 ☎2998-9046

健康づくり支援課の事業

☎2991-1813

母親学級 ☎11月4日(火)から電話

◆マタニティクラス

☎12月1日(月)午後1時15分～4時 対平成27年2月～5月に出産予定の妊婦内マタニティライフ、妊娠中からのママ友づくり定申し込み先着40人持母子健康手帳



◆栄養

☎12月10日(水)午前9時30分～午後1時 対平成27年2月～5月に出産予定の妊婦内妊娠中の食生活、調理実習定申し込み先着40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

☎12月10日(水)午後1時15分～3時15分 対平成27年3月～5月に出産予定の妊婦内お母さんのお口の健康、歯科健診定申し込み先着40人持母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、タオル

◆プレマクラス

☎12月24日(水)午前9時30分～11時30分 対平成27年2月5日～4月6日に出産予定の妊婦内マタニティライフ、お母さんと赤ちゃんが利用できるサービス、お母さんと赤ちゃんのお口の健康定申し込み先着40人持母子健康手帳

共通事項▶マタニティクラス・栄養・歯科・プレマクラスの継続受講を勧めます▶上の子を連れての受講はご遠慮ください

乳幼児健康相談 ☎開催日までに電話

◆離乳食

☎11月17日(月)または12月1日(月)いずれも午前中持母子健康手帳

◆食事

☎11月4日(火)午前中持母子健康手帳

◆かみかみ期

☎11月13日(木)午前中持母子健康手帳、歯ブラシ

◆歯科

☎11月17日(月)午前中持母子健康手帳、歯ブラシ

離乳食教室 ☎11月6日(木)から電話

◆ごっこん期

☎12月15日(月)または24日(水)いずれも午前10時～11時15分 対平成26年6月～7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

☎12月16日(火)午前10時～11時30分 対平成26年4月～5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

☎12月18日(木)午前10時～11時30分 対平成25年9月～10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)

子育てサロン「ひまわり」

☎11月6日(木)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◎会場へ直接お越しください。

2歳児歯科健康教室 ☎11月5日(水)から電話

☎12月2日(火)または15日(月)いずれも午後0時50分～1時10分(受付) 対平成24年5月～6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

歯周病予防教室 ☎11月4日(火)から電話

☎12月9日(火)午後1時30分～3時30分 内歯肉の健康チェック、効果的な歯磨きの実習定申し込み先着30人



乳幼児健康診査

(4か月・10か月・1歳6か月児・3歳児)

健康診査日の2週間前までに、対象児の保護者宛てに通知を郵送します。転入などで通知を受け取っていない場合は連絡してください。詳細は健康ガイドところざわをご覧ください。

成人健康相談 ☎開催日までに電話

◆健康相談

☎11月5日(水)・19日(水)または12月3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

☎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

☎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

☎11月10日(月)または17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

☎11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 ☎開催日までに電話

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)の教室です。

◆基礎コース

☎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

☎毎週月曜日午後1時30分～3時30分



ファミリー食育教室 ☎11月6日(木)から電話

☎12月11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日本の伝統食とおやつ内講話「行事食の由来」、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)

出張乳幼児健康相談

身体計測、健康相談です。母子健康手帳を持参の上、会場へ直接お越しください。なお、車での来場はご遠慮ください。

◆並木まちづくりセンター

☎11月14日(金)午前9時30分～10時30分(受付)

◆柳瀬まちづくりセンター

☎11月18日(火)午前9時30分～10時30分(受付)

◆三ヶ島まちづくりセンター

☎12月4日(木)午前9時30分～10時30分(受付)



出張成人健康相談

食事や運動の方法、健診結果の見方、血圧・体脂肪測定です。会場へ直接お越しください。なお、車での来場はご遠慮ください。



◆狭山ヶ丘コミュニティセンター

☎11月4日(火)午後1時30分～3時(受付)

◆山口まちづくりセンター

☎11月12日(水)午後1時30分～3時(受付)

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
11月2日(日)	木村医院	外、内、胃腸、肛	北岩岡1-96	2942-5411
	所沢耳鼻咽喉科	耳鼻、咽喉	久米550-7	2995-5716
	豊原医院	内、神内、呼、放	東所沢1-10-11	2944-6433
11月3日(祝)	埼玉西協同病院	内	中富1865	2942-0323
	矢部クリニック	眼	小手指町1-29-17	2924-8486
	米島医院	内、小	山口1181-6	2922-3675
11月9日(日)	所沢緑ヶ丘病院	内	狭山ヶ丘1-3009	2948-8181
	小関眼科医院	眼	松葉町9-5	2992-6868
	久我クリニック	耳鼻咽喉、気、食、内	日吉町8-11	2923-8005
11月16日(日)	こぶしクリニック	内、糖内、小	こぶし町1-17-101	2993-5866
	峰の坂産婦人科	産、婦、小、麻	宮本町2-16-10	2923-4313
	山口医院	内、外、小	花園2-2344-26	2943-3273
11月23日(祝)	青木クリニック	内、消、循	中新井2-65-1	2943-1036
	番場皮膚科医院	皮	南住吉21-31	2923-5055
	中山内科医院	内、呼、循、放	東狭山ヶ丘3-713-36	2926-8332
11月24日(休)	所沢第一病院	内、整	下安松1559-1	2944-5800
	みち眼科クリニック	眼	宮本町1-15-6 愛善会ビル2階	2929-5670
	有村医院	内、小	櫻町12-21	2922-2094
11月30日(日)	小手指医院	外、内、整	北野新町1-9-7	2949-3118
	新所沢公園前クリニック	皮、形	緑町3-14-3	2928-5881
	村田医院	内、小	上安松538-7	2997-5051
12月7日(日)	圏央所沢病院	内、脳外、整外	東狭山ヶ丘4-2692-1	2920-0500
	新井耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉、気管、食道	西所沢1-6-5	2922-2440
	鈴木内科医院	内	小手指町1-42-17	2922-6160

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	×	×	○	×
魚住小児科	宮本町2-11-11	2926-6255	×	×	○	○

◎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	11月2日(日)・3日(祝)・9日(日)・16日(日)・23日(祝)・24日(休)・30日(日)・12月7日(日)							

※月・火・水・金・土・日曜日が祝休日となる場合も、深夜帯急患診療を実施

◎夜間・深夜帯急患診療は検査を実施していません。

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：11月2日(日)・3日(祝)・9日(日)・16日(日)・23日(祝)・24日(休)・30日(日)・12月7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9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…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	埼玉県救急医療情報案内(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 132

いきいき健康づくり

●乳幼児健康診査を受けましょう！

乳幼児健康診査は、母子保健法という法律によって定められており、全ての市町村で実施しています。所沢市では、お子さんの健やかな成長と育児を支援することを目的に、4か月児健診、10か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診を行っています。乳幼児健康診査の主な内容は、問診、身体計測、内科診察などです。



◆日頃の不安や疑問を解消するチャンスです！

子育てに悩みや不安はつきものです。お子さんが元気に成長しているか気になりますよね。乳幼児健康診査では、病気がないかを調べ、それぞれにあった子育てのアドバイスをします。お子さんの成長の確認や育児相談ができますので、必ず受診しましょう。

◆いつ、どこで、どうやって受けるの？

4か月児健診、1歳6か月児健診、3歳児健診は、保健センターでの集団健診です。



実施日の2週間前までに通知を郵送します。転入した方や通知が届かない方は、お問い合わせください。集団健診を受診していない方には、連絡をする場合があります。なお、保健センターではなく、他の医療機関などで受診した方や受診予定の方はご連絡ください。

10か月児健診は、市内協力医療機関での個別健診になります。通知が届いたら早めに市内協力医療機関に予約の上、受診してください。

◆受診日は変更できるの？

ご案内した実施日(集団健診)に受診できない場合は、対象年齢であれば日にちの変更ができます。「健康ガイドとほろざわ」などで日程を確認し、事前に連絡の上、受診してください。

【対象年齢】

4か月児健診：4カ月0日から5カ月10日まで

10か月児健診：10カ月0日から1歳の誕生日の前日まで

1歳6か月児健診：1歳6カ月から2歳の誕生日の2日前まで

3歳児健診：3歳3カ月から4歳の誕生日の2日前まで

◆どんな相談ができるの？

医師、歯科医師(1歳6か月児・3歳児健診のみ)、保健師、歯科衛生士、栄養士など多くの専門職がいます。例えば、体のこと、予防接種のこと、離乳食や食事のこと、歯磨きのことなど何でも相談できます。お子さんの成長を共に考え、応援します。



乳幼児健康診査では、ママやパパ自身の健康についても気になることがあれば、相談してください。ママ・パパの元気は、家族みんなの元気のもとです！お子さんのことだけに目が行きがちですが、自分自身の心と体も大事にしましょう。

◆お気軽にご相談ください。

保健センターでは、妊婦さんや子育て中の方の悩みや心配事についての相談に保健師・栄養士・歯科衛生士が対応する「子育て電話相談」を実施しています。

子育て中の方はもちろん、これからママやパパになる方が安心して妊娠・出産・子育てができるよう、お手伝いします。誰かに話を聞いてもらいたい、子育てで心配なことがあるなど、どんなことでもお気軽にご相談ください。



問い合わせ 保健センター健康づくり支援課

☎2991-1813 ☎2995-1178

振り込め詐欺多発！息子、市役所、警察官を名乗りだまし取る。不審電話は警察に相談！

所沢警察署 ☎2996-0110



広報マスコット ひばりちゃんのさえずり

▶11月27日の午後、6年ぶりにホームページがリニューアルします。トップページのデザインが変わり、所沢市の魅力を大きくお伝えしますので、まずはご注目！新たにスマートフォンサイトもでき、情報が探しやすく、見やすくなりますので、ぜひご利用ください。(📱)
▶木々の葉が色づく紅葉の秋、スポーツの秋、芸術の秋…「みんなのひろば」の頁にもそんな秋らしさをちりばめました。運動神経も芸術的センスもないけれど、おいしいものに目がない私にとっては「食欲の秋」。七輪で秋刀魚を焼いて、秋を堪能しています。(🍷)