

広報

ところざわ

11月

平成28年
(2016年)
No.1136

目 主な内容

- 4面 もったいないから生まれる幸せ
- 5面 住民票がコンビニで受け取れます
- 7面 祝！大輝関十両優勝たいさ & 観光大使就任

発行/所沢市 ☎04-2998-1111 (代表)
〒359-8501 所沢市並木 1-1-1
編集/広報課 ☎04-2998-9024
☎04-2994-0706
市HP <http://www.city.tokorozawa.saitama.jp/>



この
おいしそうな
ハンバーグ。
実は…?
←

特集 トコとん、食べきる。

人口(前月比) 344,017人(+181人) 男170,971人(+53人) 女173,046人(+128人) ▲世帯数 155,692 世帯(+194世帯) 平成28年9月末現在

広報ところざわは、毎月1日に発行。戸別配布でお届けしています。配布のお問い合わせは、所沢市シルバー人材センター ☎2928-8695・☎2924-0630 まで。



特集

トコとん、食べさる。

食品ロスとは…

まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。日本で発生する食品ロスは、世界の食料援助量の約2倍。1人当たり毎日お茶碗1杯分、年間で50kgにもなります。所沢市だけでも推定で年間1万7千トン。これは電車500両に匹敵する重さなのです。

もったいない！
捨てればみんな食品ロスになるぞ！
私のトコとん!! クッキングでトコとん食べきってもらおう！

ちよつと待った！



日本料理かわ田 川田正昭さん

冷蔵庫に入れたままの食材を捨ててしまうことはありませんか？そんなときはトコとん!! クッキング！食材をトコとん食べきれて、お財布にもやさしい料理で、あなたの暮らしを応援します。
資源循環推進課 ☎ 2998 - 9146



トコとん!! クッキング



豆腐と長ネギのふわとろハンバーグ

- ◆材料 (3~4人前)
- | | |
|------------|-------------|
| 豆腐…1/2丁 | パン粉…1カップ |
| 牛ひき肉…200g | 牛乳…1/4カップ |
| 豚ひき肉…150g | 長ネギの青い部分…適量 |
| 卵…1個 | 塩・こしょう…少々 |
| 玉ネギ…中 1/2個 | サラダ油…少々 |

- ◆作り方
- ①玉ネギ・長ネギをみじん切りして、玉ネギはフライパンで炒めます。
 - ②ボウルに①と牛乳に浸したパン粉、ひき肉、卵、豆腐、塩・こしょうを入れて混ぜます。
 - ③両手でキャッチボールをするように空気を抜き、楕円形にします。
 - ④フライパンにサラダ油を引き、中火で焼きます。両面に焼き色がついたら、ハンバーグの高さの半分まで熱湯を注ぎ、ふたをして最初は強火で、湯がなくなったら中火から弱火で蒸し焼きにします。ソースをかけて皿に盛りつけ、完成！

レシピは
こちら！

ハンバーグソースや
今回の付け合わせで
作った卵炒り豆腐を
含むトコとん!!クッ
キングの
レシピを
大公開！



おいしい！

たとえエコでも、おいしくなければ食べ残してしまうかも…。トコとん!!クッキングはおいしさも追求！レパートリーも広がります。

節約！

環境だけでなく家計にもやさしい！年間の食品ロスを4%減らせると、3人家族で約3万円も食材費が浮く計算になります。

楽ちん！

まだ食べられるのに捨てられていた食材をムダなく使い切り！食品ロスが減る＝燃やせるごみが減るので、ごみ出しが楽ちんに！

**トコとん!!クッキングの
メリット**



簡単！

どれも簡単、時短料理！
忙しい方の味方です♥



あなたはどの生ごみ処理機器を選ぶ？



▲手動式



▲電気式



▲段ボール
コンポスト



▲くたくん



▲カラット

講演会で体験できます！

▶市庁 (Q資源
化講演会)
4面参照



今なら最大2万円OFF！

▶市庁 (Q生ごみ処理機器)



生ごみの7割は水

この水をたくさんのお金とエネルギーを使って燃やしています。絞ればとってもエコですね！

トコとん!!クッキングしても
どうしても出てしまう生ごみ。
捨てるのは気が早いわよ！

生ごみは一絞りして水分を切れば、軽くなって臭いもなくなるの。私も使っている生ごみ処理機器を使えば、さらに減量して、堆肥にもできちゃうわよ。

おいしくてエコだったね！



ちよつと待った！



生ごみ減量・資源
化アドバイザー
田澤眞佐子さん

消臭！

水分がなくなれば腐るのを防いで、イヤな臭いが出なくなります。虫の発生も抑えられますよ！



**生ごみ対策の
メリット**

楽ちん！

燃やせるごみがさらに減って、ごみ出しがもっと楽ちんに♪軽くなるし、ごみ出し回数も減らせるかも！？

これからも
食べきります！

外食でもトコとん、食べきる！

適量を注文して、食べきろう！
ハーフサイズや持ち帰りなどに協力してくれる食品ロスゼロのまち協力店は市内に約200店舗！
このステッカーが目印です。
▶市庁 (Q食品ロス)



●食べきりサイズでの提供 ●食べ残しを減らすための案内
●持ち帰り希望への対応 ●食べ残しを減らすための工夫

浮いた分は他の
行政サービスに使
えるってことね！

1人1日
10g 減量

×
所沢市民 34 万人

||
ごみ処理費
年間 **8,000** 万円
節約！

¥

生ごみが減ると…
他にも良いことが！



もったいないから 生まれる幸せ

「もったいない！」の気持ちは幸せを呼ぶ！掘り出し物を発見したり、身近なものをリメイクしたり、自分なりの幸せを見つけてみよう。
 問 リサイクルふれあい館
 ☎2994 - 5374



エコロ市を楽しもう♪



焼だんごや所沢野菜も販売します。買い物ついでに所沢の味も楽しもう♪



今こそ欲しい冬物コート。すてきな一品に出会えるかも？

今年も開催します！秋の恒例・エコロ市。毎回大好評の特選和服市に加え、今年は冬物コートフェアも開催。これからの季節にぴったりの一品をお探しください♪
 ◎詳細は、市HPのエコロ市)をご覧ください。
 ■11月26日(土)・27日(日)午前10時～午後3時
 場 リサイクルふれあい館(日比田) 申 包丁研ぎ講習会は、同館☎2994・5374に電話



11月26日(土)・27日(日)
秋は家族でエコロ市に行こう
 掘り出し物がいっぱい！

- 26日(土)のみ
 - サンドプラスト講習会(申し込み先着6人)
 - 日用雑貨品・小型家具の無料配布
 - 傘修理
 - おもちゃの病院
 - 27日(日)のみ
 - 冬物コートフェア
 - 特選和服市
 - 小物市(バッグ・マフラー)
 - プラバンストラップ作り講習会
 - 生ごみ肥料の無料配布
- 同時開催
 東部クリーンセンターもったいない市(おもちゃなどの無料配布)

毎月開催
エコロの行事

生ごみを家庭で簡単に処理する方法を教えます
 生ごみ減量・資源化講演会を開催
 問 リサイクルふれあい館 ☎2994 - 5374



台所を苦しめる生ごみ問題。でも、生ごみ処理機器を使うと、簡単に処理できるんです！家庭でできる処理方法をご紹介します。会場に直接お越しください。

- ◆EM容器(菌の力で液体肥料に！)
 ■11月5日(土)午後2時～4時
 場 富岡まちづくりセンター
- ◆くうたくん(酵素を使って分解！)
 ■11月19日(土)午後2時～4時
 場 新所沢まちづくりセンター

毎月、子どもから大人まで楽しめるイベントを開催しています。不要になりがちなものをすてきにリメイクする手作り講座など、エコを身近に体験できます。
 ぜひ、お越しください♪

①コップを素敵に
 ランプシェードに



自分だけのランプシェードを作って、クリスマスに飾るのがオススメ。

申 問 ①11月5日(土)(消印有効)までに往復はがき往信面に講座名・住所・氏名・電話番号を記入し、〒359・0015日比田620・1リサイクルふれあい館☎2994・5374に郵送②同館に電話

行事名	開催日時
大型再生家具抽選会	11月12日(土)午前11時～(要申込/当日は午前10時30分まで受け付け)
小型家具即日頒布	毎週日曜日午前11時～(27日(日)を除く/中止の場合あり/要事前問い合わせ)
大型再生家具の回収(木製で再使用可能なもの)	11月4日(金)・13日(日)(要申込・要手数料)

②エコロの行事

12月1日(木)スタート! 住民票などが コンビニで 受け取れます

便利 突然必要になっても大丈夫!
夜間や祝休日でも受け取れます

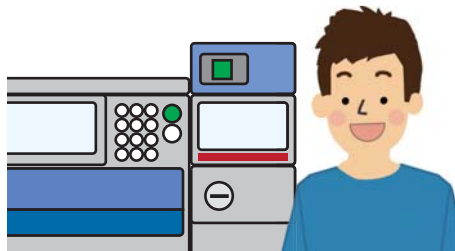
簡単 マイナンバーカードで
簡単発行

◎詳細は、市HP (Qコンビニ) をご覧ください。
☎市民課マイナンバー担当 ☎ 2998 - 9481

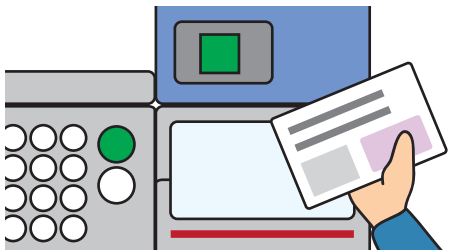


利用方法

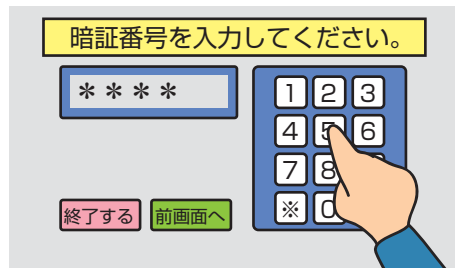
1 マルチコピー機のあるコンビニへ



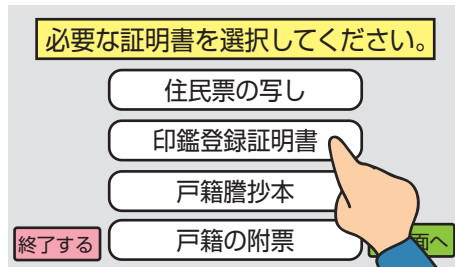
2 マイナンバーカードを読み取る



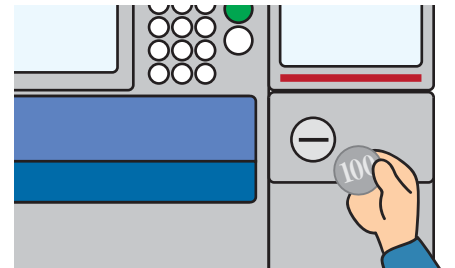
3 4桁の暗証番号を入力



4 必要な証明書を選択



5 手数料をコピー機に支払う



簡単 完了! 便利

種類	取得できる範囲	手数料	利用時間	必要なもの
住民票の写し	本人、同一世帯の方	200円	毎日※ 午前6時30分～午後11時	①マイナンバーカード ②マイナンバーカード に登録した暗証番号
印鑑登録証明書	本人(所沢市で印鑑登録している方)			
戸籍謄抄本	本人、同一戸籍の方 (所沢市に本籍のある方)	450円	月～金曜日※ 午前9時～午後5時 (祝休日を除く)	
戸籍の附票		200円		

※店舗営業時間に限り。また、12月29日～1月3日は利用できません。

Q どこで利用できる?

A 全国のコンビニで利用できます。

全国のセブンイレブン、ファミリーマート、ローソンなどで利用できます。ただし、マルチコピー機設置店に限り。

Q 手数料は割高?

A 手数料は市役所窓口で発行した場合と変わりません。

Q 申請には何が必要?

A マイナンバーカードが必要です。

利用には、マイナンバーカードに登録されている電子証明書と4桁の暗証番号が必要です。住民基本台帳カードは利用できません。

Q 24時間

いつでも利用できる?

A 24時間利用可能ではありません。

証明書の種類により、上表のとおり利用時間が異なりますので、ご注意ください。また、システムメンテナンスのため、利用できない時間があります。



マイナンバーカードの申請

①申請書を用意

平成27年10月以降、各世帯に届いているマイナンバーカード(個人番号カード)交付申請書を用意。申請書は、市役所1階市民課、まちづくりセンター、マイナンバーカード総合サイトHPでも入手できます。



▲マイナンバーカード総合サイト

③交付通知書が届いたら受取予約

マイナンバーカードが完成したら、市民課から通知書を郵送します。通知書が届いたら、電話・インターネットで受取日時などを予約してください。



②顔写真を用意して申請

申請手段は、郵送、パソコン、スマートフォン、証明写真機の4つがあります。

④予約日時に受け取り

通知カード、交付通知書、印鑑、身分証明書をもち、予約した場所で受け取ります。

児童館生活クラブ・児童クラブ

入所申し込みスタート!

入所希望施設または
青少年課 ☎ 2998・9103

平成 29 年度に
児童クラブを 2カ所
新設予定!
詳細は青少年課
まで!

Q & A

疑問は市庁 (青少年課) で解消!



健全です! 健全化判断比率・資金不足比率

平成 27 年度決算に基づく

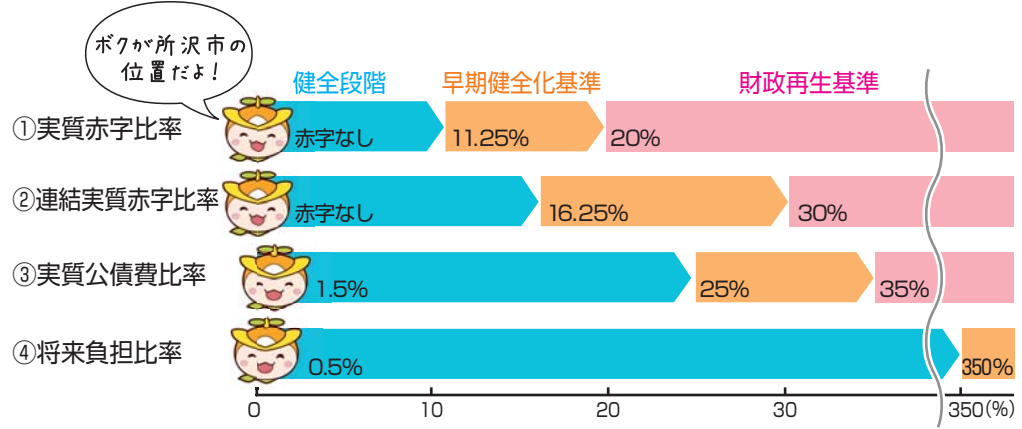
問 財政課 ☎ 2998・9030

所沢市の財政状況は、国が定める基準を超えず、健全です。
◆健全化判断比率
地方公共団体の健全な財政を維持するため、下図のとおり統一した基準が設けられています。
所沢市は、全ての指標で健全な数値でした。

健全化判断比率の 4 指標

- ① 実質赤字比率
一般会計などの赤字はどのくらい?
- ② 連結実質赤字比率
所沢市全体の赤字はどのくらい?
- ③ 実質公債費比率
借入金などの返済額はどのくらい?
- ④ 将来負担比率
今後支払う負担はどのくらい?

◆資金不足比率
公営企業(水道事業会計・病院事業会計・下水道事業会計)が、毎年の事業収入に対して、どのくらい資金不足を示す数値です。
所沢市は、全ての公営企業で資金不足はありませんでした。



平成 28 年所沢市議会 第 3 回定例会終了報告

9月6日～30日の25日間の会期中に開催された所沢市議会第3回定例会の主な内容を報告します。

- ◆市長提出議案…20件
原案どおり可決・同意されました。
- ◆平成 28 年度補正予算…4件(一般会計…1件、特別会計…3件)
- ◆条例関係…2件(一部改正…2件)
- ◆指定管理者の指定…9件
- ◆市道路線の認定・廃止…2件
- ◆諮問…2件
議会の同意を得て、川地康子氏、竹内剛直氏を人権擁護委員に推薦しました。
- ◆決算特別委員会に付託…9件
平成 27 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)
- ◆議員提出議案…1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」、市庁(Q市議会)をご覧ください。

議会報告会

会場①11月11日(金)午後7時～/市役所3階全員協議会室②11月19日(土)午後1時30分～/小手指市民ギャラリー・エバー(小手指駅前)
平成 28 年第 3 回(9月)定例会の審議内容・過程説明、意見交換
◎①は議場見学もできます。いずれも会場に直接お越しください。詳細は市庁(Q市議会)をご覧ください。



問 議会事務局 ☎ 2998・9256

児童クラブ

申込書の配布・申し込み時間
月～土曜日午前11時～午後6時30分(祝日を除く)

施設名	所在地	電話番号
所沢	元町 7 - 37	2922 - 7389
第二所沢	星の宮 1 - 6 - 12	2921 - 6181
明峰	北有楽町 26 - 20	2922 - 0413
北秋津	北秋津 623	2995 - 1945
荒幡	荒幡 514 - 1	2924 - 4803
伸栄	中新井 1 - 784 - 1	2942 - 4101
美原	並木 5 - 1	2995 - 2656
第二美原	並木 5 - 1	2993 - 6235
並木	並木 6 - 2	2995 - 6010
中央	並木 8 - 1 - 6 - 112	2995 - 0971
松井	上安松 407 - 2	2998 - 4949
若松	下新井 1231 - 2	2992 - 0341
安松	下安松 839 - 2	2944 - 5761
和田	東所沢和田 1 - 39	2944 - 9823
牛沼	牛沼 21	2994 - 8800
東所沢柳瀬	東所沢 2 - 29 - 5	2944 - 4032
第二東所沢柳瀬	東所沢 2 - 33 - 9	2945 - 4450
きらっこ KIRACCO	東所沢 2 - 16 - 11 BSビル1階	2937 - 4099
富岡	下富 647 - 5	2943 - 2788
西富	岩岡町 715 - 2	2924 - 5488
中富小	中富 1004 - 1	2942 - 7801
小手指	小手指元町 2 - 28 - 8	2948 - 1321
上新井	上新井 5 - 60 - 1	2925 - 3175
第二上新井	上新井 5 - 36 - 13	2968 - 6120
北野	北野 1 - 2 - 54	2947 - 4439
山口	山口 1981 - 1	2926 - 4787
泉	山口 511 - 1	2925 - 4444
椿峰	小手指南 4 - 17 - 10	2949 - 0627
三ヶ島	三ヶ島 3 - 1416 - 9	2948 - 7578
若狭	若狭 4 - 2496 - 5	2948 - 2547
林	和ヶ原 3 - 99 - 5	2949 - 1923
宮前	東狭山ヶ丘 6 - 2792	2926 - 8327

申し込み

11月21日(月)～12月3日(土)
(日曜・祝日を除く)に申込書を希望施設に直接

◎申込書は11月1日(火)から各施設、市役所2階青少年課、市庁(Q入所児童)で入手できます。



対象

小学1年～6年生
(低学年を優先します)

◎保護者が仕事などで昼間家にいない児童が、安心して放課後を楽しく過ごせる施設です。



児童館生活クラブ

申込書の配布・申し込み時間
月～土曜日午前9時～午後6時30分(祝日を除く)

施設名	所在地	電話番号
ひばり	北有楽町 26 - 21	2926 - 8669
こぼと	小手指町 1 - 28 - 3	2924 - 3065
つばめ	久米 783 - 1	2922 - 0410
つばき	山口 5057	2923 - 6155
すみれ	若狭 1 - 2966 - 5	2949 - 3826
さくら	並木 8 - 3	2998 - 5912
わかば	和ヶ原 3 - 266 - 2	2948 - 3222
まつば	上安松 952 - 2	2995 - 0995
みどり(本館)	緑町 1 - 8 - 3	2928 - 8414
みどり(別館)	緑町 3 - 16 - 7	2928 - 8826
やなぎ	東所沢 4 - 16 - 4	2944 - 8819
ひかり	中富南 4 - 4 - 1	2996 - 3995

◎みどり児童館(別館)は本館で受け付けます。

協定施設で温泉♨️を満喫!

問 市民保養施設コーナー ☎ 2998 - 9106

市内在住の方が協定施設に宿泊すると、宿泊料金が10%引きになります。秋の行楽旅行などにぜひご利用ください。
対象施設 水上・四万・石和・草津・土肥・魚沼・秩父のリゾートホテルや温泉旅館など83カ所
◎専用の利用券が必要です。詳細は市役所1階市民保養施設コーナー、まちづくりセンター、市庁(Q保養施設)をご覧ください。



問 議会事務局 ☎ 2998・9256

祝 大輝関 十両優勝！ & 観光大使 就任！

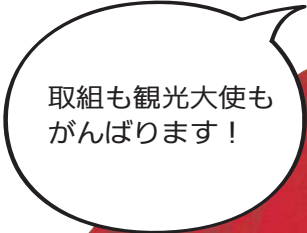
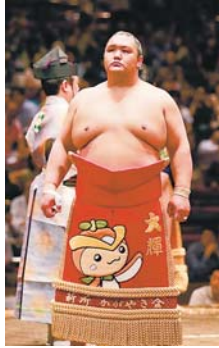
☎商業観光課 ☎2998 - 9155

所沢市出身の力士・大輝関が、大相撲秋場所を12勝3敗で制し、十両優勝を飾りました！

11月場所からは四股名を「北勝富士」に改め、さらなる飛躍を目指します。北勝富士の名は八角親方（北勝海）とその師匠である北の富士という2人の横綱から取ったもので、期待の大きさがうかがえます。

11月場所は11月13日(日)～27日(日)。みんなで応援しよう！

見よ！
ところざわし



大輝

本名・中村大輝。所沢市久米出身の24歳。南小学校、南陵中学校、埼玉栄高校、日本体育大学を経て八角部屋に入門。平成27年3月場所初土俵。10場所を終え、通算成績は61勝18敗。

2人の名横綱

北勝海
+
北の富士



地域猫ってニャンだ？

☎生活環境課 ☎2998 - 9370

地域猫は、個人ではなく地域ぐるみで飼育・管理をする猫のこと。繁殖防止のための避妊手術を受けた猫は、耳の先端をカットして「桜耳」になっています。



地域猫対策パネル展

☐ 11月29日(火)午前10時～午後5時15分

11月30日(水)午前8時30分～午後4時
☒市役所 1階市民ホール

◎ボランティアによる野良猫の相談も行います。

近隣の皆さまへ地域猫対策のお知らせ

近隣の皆さまへ、お住まいの地域に地域猫がいないか確認し、必要に応じて対策をお願いします。
1. 猫が逃げないように不妊手術を。
2. トイレの設置やエサの残片付けなどをしなから。
3. 近隣への糞尿の処理をお願いします。

ストップ！虐待！

☎こども相談センター ☎2998 - 9129

児童虐待の相談は増え続け、平成27年度の児童相談所への相談件数は10万件を超えました。子育てに困ったら、こども相談センターにお気軽にご相談ください。

また、周囲の異変に気付いた方はためらわずにご連絡ください。



オレンジリボンキャンペーン

オレンジリボンは児童虐待防止のシンボルマーク。あなたもオレンジリボンをつけて、一緒に虐待を見逃さない地域づくりを進めましょう！

☐ 11月7日(月)・8日(火)午前9時30分～午後4時

☒市役所 1階市民ホール
☒パネル展示、オレンジリボンの配布、DVDの上映など



異様な怒鳴り声...

毎日子どもの泣き声が...

「虐待かも…」と思ったら

☎ 189 ☑ 匿名OK

(児童相談所全国共通ダイヤル)

健康づくり講演会

☐ 11月27日(日)午後1時30分～3時
30分/保健センター(上安松)

申し込み先着170人
テーマ 食べて 歩いて 体力アップ
体力づくりには欠かせない炭水化物の上手なとり方
講師 女子栄養大学 栄養学 教授 浦池 桂子 さん

☒ 11月22日(木)までに保健センター健康づくり支援課 ☎2991111 813に電話・電

健康まつり

☐ 11月13日(日)午前10時～午後3時
テーマ 健康長寿のまち所沢
つくって守ろう健康な体
☒ 保健センター(上安松)

☒ 所沢駅、航空公園駅、東所沢駅からバスがご利用になれます。

☒ 医師による健康相談
☒ 歯科医師による歯科健康相談
☒ 薬剤師による薬の相談
☒ 鍼灸師による体験治療
☒ 柔道整復師による痛みの相談
☒ 食育に関するパネル展示
☒ 子ども向けコーナー
☒ 栄養相談
☒ 車いす・リフト車体験
☒ 育児相談
☒ 模擬店
☒ 呈茶席

☒ オススメ！講演会

① これからのかかりつけ薬局
先着50人(午前11時～)

☒ 所沢市薬剤師会会長・斉藤祐次 さん

② 大腸がんについて
先着50人(午後1時30分～)

☒ 所沢市医師会理事・矢倉道泰 さん
健康まつり実行委員会事務局(保健センター健康管理課内) ☎29911811

皆さんの善意(順不同)

8月16日～9月15日の受付分です。ありがとうございます。

【寄付金】(総額105,970円)
● レストラン・ポールポジション様
● 中央管財様 ● 吟道陽春白雪会総本部様
【物品】(株)ノジマ様(災害用電池・家電など)
● (株)読売新聞所沢センター様
● 市民新聞社様(ドッジボール・書籍)
● 高麗1300様(書籍)
● (株)読売新聞所沢センター様(避難所への朝夕刊)
● 市民新聞社様(書籍・絵画)

● 所沢・新所沢・所沢西・所沢東・所沢中央ロータリークラブ様(スタッフキングチェア)



お知らせ

緊急地震速報訓練を実施

防災行政用無線から緊急地震速報訓練の放送が流れます。この機会に身を守る行動を訓練してみましよう。
11月29日(火)午前11時ごろ
◎気象状況などにより中止する場合があります。
◎危機管理課 ☎2998・9099

内水(浸水)ハザードマップを更新

台風9号による浸水被害をもとにハザードマップを更新しました。閲覧場所 上下水道部下水道整備課 市役所4階危機管理課、まちづくりセンター、市庁(浸水)
◎下水道整備課 ☎2991・1023

市・県民税の申告はお済みですか？

平成28年度(27年中の収入)の申告が必要と思われる方に11月中旬に申告書を郵送します。申告書が届いたら提出してください。27年中に収入がない場合も申告が必要です。なお、29年度の申告書は29年1月下旬に送付予定です。
◎市民税課 ☎2998・9064

ひとり親家庭児童就学支度金

市民税非課税世帯でひとり親家庭の児童が中学校に入学するときに支度金を支給します。
支給額 対象児童1人につき1万円
◎申請書を市役所2階子ども支援課 ☎2998・9124で入手し、11月30日(木)までに提出

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に必要な証明書を郵送します。
郵送時期 11月1日～9月30日納付分：11月上旬 10月1日～12月31日納付分：平成29年2月上旬
◎ねんきん加入者ダイヤル ☎0570・003・004(1P) 電話からは ☎03・6630・2525 / 月～金曜日午前8時30分～午後7時、第2土曜日午前9時～午後5時

特別養護老人ホームの開設(訂正)

本紙10月号で平成29年11月開設予定と掲載しましたが、正しくは28年11月開設です。利用相談は、直接運営法人にお問い合わせください。
◎特別養護老人ホームベテラン館 下富1011・11

障害のある子どもをサポート！ 児童発達支援施設

発達に遅れのある就学前の児童が日常生活の基本的な動作の指導や集団生活への適応訓練などを受けられます。利用は、市の決定を受けた後に各施設と利用契約を結びます。
◎松原学園(中富1535・1/ ☎2990・3488)

知的・精神障害(発達障害を含む)があり、入園年度当初の年齢が満3歳以上の未就学児

かしの木学園(中富1535・3

身体・知的・精神障害(発達障害を含む)のある未就学児

◎他の施設は、市庁(子ども福祉ガイド)をご覧ください。
◎子ども福祉課 ☎2998・9223

難病患者見舞金

市内在住で、指定難病医療・特定(指定) 疾患医療・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・特別障害者・障害児福祉・経過的福祉手当受給者を除く)
◎平成27年4月以降に申請し、受給した方は対象外です。
◎申請受給者証、印鑑、金融機関の本支店名・口座番号(20歳以上は本人名義)を市役所1階障害福祉課 ☎2998・9116に直接

スマートエネルギー補助金

補助対象 太陽光発電、コージェネレーションシステム(エコウィル、エネファーム)、蓄電池、雨水貯留槽、エコカーなど
◎家庭用の他に事業者用、自治会・管理組合用もあります。詳細は市庁(スマートエネルギー)をご覧ください。
申請期限 11月30日
◎(第3期受付分) 留意事項 予算に達し次第終了。一部の補助対象項目は工事着工前に申請が必要。申請書は市役所5階環境政策課、市庁で入手
◎申請書を同課 ☎2998・9133に直接



空き店舗への新規出店補助

補助額 初期費用(店舗改修費など)の3分の1以内で上限120万円
◎市内商店街にある3カ月以上の空き店舗に出店する、市内在住の個人または市内に本拠地がある法人
◎詳細は市庁(空き店舗)をご覧ください。申請順に審査し、予算に

達し次第終了します。

◎申請書を市庁・市役所別館商業観光課 ☎2998・9155で入手し、提出

平成29・30年度 入札参加資格審査申請の受付

受付期間 11月14日(月)～25日(金)
◎詳細は申請の手引きをご覧ください。市役所4階契約課、市庁(物品等入札)で入手できます。
◎契約課 ☎2998・9058

東町・御幸町・有楽町の地図を作成

新しく正確な登記所備付地図(公図)を作成します。調査・測量のために土地の所有者の皆さんに立ち会いのご案内をしますので、ご協力をお願いします。
作業期間 平成30年3月31日まで
◎さいたま市地方局現地事務所 ☎2903・7870

旧暫定逆線引き地区における今後の街づくりの方向性

旧暫定逆線引き地区(若松町・下安松・牛沼・北中・上山口)の地権者に意向調査を実施しました。結果は市庁(旧暫定逆線引き)をご覧ください。
◎都市計画課 ☎2998・9192

夕暮れ時は早めにライト点灯！

夕暮れ時以降は交通事故が多発する時間帯です。自動車などはライトを早めに点灯し、反射材を着用しましょう。
◎交通安全課 ☎2998・9140

使ってみませんか ジェネリック医薬品

ジェネリック医薬品は、新薬の特許期間経過後に、同じ有効成分で製造した薬です。新薬に比べて安価なことが多く、医療費の自己負担が軽くなります。主治医や薬剤師に相談して有効に利用しましょう。
◎国民健康保険課 ☎2998・9131

家庭菜園での焼却は法令で禁止！

煙や悪臭の苦情が多く寄せられています。家庭菜園から出た雑草や枝葉などは、埋めたり生ごみ処理機(3面参照)を使うなど、燃やさずに処分してください。家庭ごみと

毎月第2・4土曜午前

休日開庁

11月12日(土)・26日(土)
午前8時30分～午後0時30分

◎市役所・まちづくりセンター(並木を除く)
◎松井まちづくりセンターは施設内の空調工事のため、11月12日(土)は行いません。

取り扱い業務	問い合わせ
転入・転出・転居などの手続き、印鑑登録、住民票や戸籍などの証明書	市役所1階市民課 ☎2998 - 9087
国民年金の手続き	同1階市民課 国民年金担当 ☎2998 - 9095
国民健康保険の手続き	同1階国民健康保険課 ☎2998 - 9131
後期高齢者医療制度の相談※	同1階国民健康保険課 後期高齢者医療担当 ☎2998 - 9218
課税・非課税証明書、納税証明書	市民税課(同1階特設窓口) ☎2998 - 9064
市税・国民健康保険税の納付	収納課(同1階特設窓口) ☎2998 - 9073
納税相談※	

まちづくりセンターでは※はできません。業務の詳細は、事前にご確認ください。

平成28年度コミュニティ助成事業

宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に行っているコミュニティ助成事業の助成金で、新所沢東部地区自治連合会が倉庫や机などを購入しました。
◎地域づくり推進課 ☎2998・9083



女性の人権ホットライン強化週間

夫・パートナーからの暴力やストーカー行為などの相談を受けます。
11月14日(月)～18日(金)午前8時30分～午後7時 11月19日(土)・20日(日)午前10時～午後5時
ホットライン ☎0570・070810

上下水道部(夜間・休日は警備員対応) ☎2921・1100

日	当番店	電話番号
3日(木)	(有)石和設備工業	2993-8108
5日(土)	(株)楽々(らくらく)	2923-4900
6日(日)	(株)貫井産業	2993-0110
12日(土)	(株)手島工業	2944-7469
13日(日)	(株)金子設備工業	2944-0515
19日(土)	上野管工(株)	2923-5890
20日(日)	(有)本田技管	2948-1300
23日(木)	(株)楽々(らくらく)	2923-4900
26日(日)	(有)新井設備工業	2948-4013
27日(日)	(有)平塚設備工業	2923-5778

24時間対応しています。当番店に直接ご連絡ください。

麻薬・覚醒剤乱用防止運動

薬物乱用は自分だけでなく、周りの人生までも狂わせます。薬物で困りの方は、ご相談ください。
◎狭山保健所 ☎2954・6212

12月3日～9日は障害者週間 障害者週間記念事業

オープニングセレモニー

障害者団体などのパフォーマンスや市内で活躍する補助犬への特別住民票交付を行います。

12月2日(金)午後0時15分～午後0時45分

場市役所1階市民ホール



聴導犬・あみのすけ

障害者作品展

12月3日(土)～9日(金)

場市役所1階市民ホール

市内在住・在勤・在学の方の作品展示

国立障害者リハビリテーションセンターによる展示

障害者週間記念イベント

12月6日(火)午後1時30分～3時30分

場新所沢まちづくりセンター

定先着 240人

◎会場に直接お越しください。

視覚障害クライミング普及活動団体・モンキーマジックによる講演、DVD上映会

障害者相談コーナー

日時	相談員・事業所
12月5日(月)	午前10時～正午 知的障害者相談員 生活支援ルームさぼっと
	午後1時～3時 身体障害者相談員 所沢しあわせの里
12月6日(火) ※	午後1時～3時 聴覚障害者相談員 とろざわ障がい者相談支援センター
12月7日(水)	午前10時～正午 視覚障害者相談員 地域生活支援センターぼぶり
12月8日(木)	午前10時～正午 精神障害者相談員 地域生活支援センター所沢どんぐり

場市役所1階市民ホール

◎会場に直接お越しください。※は手話通訳と要約筆記が付きます。

障害福祉課 ☎ 2998 - 9116 FAX 2998 - 1147

消防法令違反対象物公表制度

重大な消防法令違反がある建物の情報を公表する違反対象物公表制度が始まります。

運用開始 平成29年4月1日

◎詳細は埼玉西部消防組合HPをご覧ください。

場埼玉西部消防局警防部予防課
☎ 2929・9121

11月は「いじめ撲滅強調月間」

いじめに遭ったり、気付いたりしたら、1人で悩まずご相談ください。

よい子の電話教育相談(18歳以下専用) ☎ #7300
保護者専用 ☎ 048・556・0874

お子さんの非行、家出、犯罪被害などの相談を受けます

月々金曜日午前9時～午後4時(祝日を除く)

場少年サポートセンター西分室川越相談室(東武東上線霞ヶ関駅から徒歩15分)

少年相談(保護者向け/面談は要予約) ☎ 049・239・65

98▼ヤング・テレホン(少年向け) ☎ 048・861・1152
に電話
場所沢警察署少年課
☎ 2996・0110

開催

所沢市成人のつどい

対象者に11月下旬に案内状を郵送します。

場平成29年1月9日(祝)午前10時～正午/案内状に記載

平成28年4月2日～9年4月1日生まれの方

◎手話通訳が必要な方は、12月15日(木)までにご連絡ください。

場社会教育課
☎ 2998・9242



所沢市観光大使 JAYS GARDEN ファンクラブ『Joyful』

11月27日(日)午後5時～
場市民文化センターミューズ
費3,500円

◎家族で購入すると500円割引になるファミリープランがあります。

場QRコードから



建築業者による住宅増改築等相談

11月8日(火)午後1時～3時30分(受付)
場市役所1階市民ホール

住宅リフォーム時の注意点など
場市民相談課 ☎ 2998・9092

暮らしの中の悩みごと相談

11月8日(火)午前10時～午後3時30分(受付)

◎先着順にお受けします。
場市役所1階市民相談課

場市民相談課 ☎ 2998・9092

社会保険労務士による相談会

11月18日(金)午後4時～8時(最終相談:午後7時/1人50分)

場市役所別館相談室

労働者、事業主、人事担当者など
定申し込み先着4人

賃金、解雇、就業など
場産業振興課

場2998・9157に電話

保険・年金相談

11月22日(火)午前10時～11時30分(受付)

場市役所1階市民ホール

宅地建物取引士、弁護士、税理士(28日のみ)による契約や不動産に関する相談

場市民相談課 ☎ 2998・9092

我が家の耐震診断・相談会

11月26日(土)午前9時30分～午後4時/市役所7階研修室

◎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)で市内に建築/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

場11月7日(月)～17日(木)に新築・増築時の平面図、立面図、仕様書などを市役所2階建築指導課 ☎ 2998・9180に直接

場事前に建築年次、地盤や基礎の状況、屋根(瓦ぶき、鉄板ぶきなど)や外壁の仕上げをご確認ください。

不動産無料相談会

11月4日(金)・28日(月)いずれも午前10時～午後3時30分(受付)

場市役所1階市民ホール

宅地建物取引士、弁護士、税理士(28日のみ)による契約や不動産に関する相談

場市民相談課 ☎ 2998・9092

まちなかコンサート vol.26

11月5日(土)午後1時～5時

場新所沢パルコ1階カレリア

出演者 ▼蜂鳥あみ太リ4号▼大和田千弘▼スズキカヒロ▼JUNANASTA▼航空公園ジャグバンド「KKB」

場文化芸術振興課
☎ 2998・9211

防災・防犯のまちづくり市民大会

11月18日(金)午後1時～

場市民文化センターミューズ
定先着700人

◎会場に直接お越しください。
場式典、表彰、講話、泉町保育園児の演奏、防犯グッズの配布など

市民活動支援講座

12月10日(土)午後1時30分～午後3時30分

場吾妻まちづくりセンター

場市内在住・在勤・在学の方
定申し込み先着30人

場11月14日(月)から市民活動支援センター ☎ 2998・8391に電話

中学生・高校生による税に関する作文優秀作品の表彰式・朗読会

11月22日(火)午後4時

場西武所沢店8階ワルツホール

場租税教育推進協議会(市民税課内)
☎ 2998・9064

所沢市緊急サポート事業

緊急サポートは、突然の子どもの病気や、親の急な残業や宿泊出張などのときに子どもを預かる事業です。ファミリー・サポートは、保育・学校施設などへの定期的な送迎、保護者の外出時の預かりなどを行う事業です。本講座の受講者は、各事業のサポート会員・援助会員として活動できます。

場12月6日(火)～9日(金)午前9時30分～午後4時30分(全4日)

場所沢まちづくりセンター

場子育てに関心がある市内在住の20歳以上の方

場援助活動、保育の心、育児の基礎知識と実技講習、小児の病気の特性・観察とケア、感染予防、普通救命講習、リスクマネジメント

場緊急サポートセンター埼玉 ☎ 48・297・2903に直接

場電話

とろざわ ロケ地の旅 ⑦

所沢の No.1 ロケ地を紹介!



写真の場所、どこだかわかるかな?ここは、三ヶ島にある通称『比良の丘』という公園だよ! 大きな『うわみず桜』が1本だけ立っていて、その下にはベンチがある、とっても静かで見晴らしの良い場所なんだ。

ここは、市内でも特に撮影がたくさん行われている場所で、栄養ドリンクのCMやドラマ・映画・ミュージックビデオなどでいろいろなものが撮られたんだって♪ウォーキングコースとしてもオススメだから、のんびりお散歩してみてもいいかも♪もしかしたら、撮影が行われているかも? 所沢市ロケーションサービス (商業観光課内) ☎ 2998 - 9155 ◆エキストラ&ロケ物件を大募集! 市庁舎(Qロケーションサービス)にある申請書を商業観光課にご提出ください。

とろざわ 出没情報

- ▶ 入間航空祭/入間基地 (稲荷山公園駅から徒歩1分) 11月3日(日)午前9時~午後3時
- ▶ 埼玉ブロンコスホーム開幕戦/市民体育館 11月26日(土)午後5時15分~
- ▶ 健康まつり/保健センター (7面参照) 11月13日(日)午前10時~午後3時
- ▶ 世界キャラクターサミットin羽生2016/羽生水郷公園 (羽生市三田ヶ谷751-1) 11月19日(土)・20日(日)午前9時~午後3時30分



障害児支援者向け スキルアップ講演会

12月3日(日)午前10時~正午
場市役所8階大会議室
障害児の支援に携わる方
定申し込み先着150人
テーマ 発達障害児の理解と支援
講者 発達協会常務理事・湯汲英史さん
申込 11月22日(火)までに申込書を〒359-0002 中富1535-1 松原学園 ☎ 2990・3488 に提出
◎ 申込書は、同園、市庁舎(Qスキルアップ)で入手できます。

高齢者大学公開講座

テーマ 意外と知らない? 病気と健康のお話
11月16日(水)午後1時30分~
場市民文化センターミューズ
定先着630人
◎ 会場に直接お越しください。
講者 医学博士・中原英史さん
原英史さん
問 高齢者支援課 ☎ 2998・9120



公開講座「おうちで医療や介護を受けるには」

11月23日(木)午後2時~
場保健センター(上安松)
定先着200人
◎ 会場に直接お越しください。
問 高齢者支援課 ☎ 2998・9120

介護予防講演会

「自分の健康は自分で守る」
まから伸ばそう健康寿命
11月16日(水)午後2時~3時30分
場三ヶ島まちづくりセンター
定先着200人
◎ 会場に直接お越しください。
講者 並木病院院長・赤津拓彦さん
問 三ヶ島第1地域包括支援センター ☎ 2947・2837

「認知症にならないために」

療・介護・地域の中で
11月27日(日)午後1時30分~4時
場所沢まちづくりセンター
定先着300人
◎ 講演会は、とろざわ地区ささえあいつオーラム2016の第1部で開催し

ます。会場に直接お越しください。
第1部: 介護予防講演会
第2部: シンポジウム「みんなで支えあう地域づくりに向けて」
講者 所沢市医師会会長・京谷圭子さん
問 所沢地域包括支援センター ☎ 2926・4426

スイミングクラブでいきいき健康体操教室

平成28年12月9日~29年2月3日の毎週金曜日(全8回)/12月30日(金)を除く
場スイミングクラブ
ラブルネサン
ス新所沢(美原町2-2966)
◎ 要介護認定を受けていない65歳以上の方(送迎なし)
定25人(抽選)
場 筋力アップのための水中運動や認知症予防の講話など
◎ 詳細は施設にお問い合わせください。



11月8日(火)までの月~金曜日午前10時~午後5時に施設 ☎ 2942・6360 に電話
問 高齢者支援課 ☎ 2998・9120

とろざわ親子で楽しむ運動遊び

11月12日(土) 午前9時30分~11時 / 市民体育館
対 おおむね2~6歳児と保護者
持上履き、下履きを入れる袋、タオル1人1本、飲み物
問 市役所2階こども支援課 ☎ 2998・9124 に直接・電話・



就職支援を行うセカンドキャリアセンター所沢

①就職相談
毎週月~金曜日午前10時~正午、午後1時~4時
場 月~水曜日: 西部地域振興センター(並木) 木・金曜日: ラーク所沢(花園)
◎ 就職を希望する方
②中高年向け就職支援セミナー
11月11日(金)午後2時~4時
場 市役所5階502会議室
定 40歳以上の求職者
定 申し込み先着30人
③再就職の心構えと自己理解
④女性向け就職支援セミナー
11月18日(金)午後2時~4時
場 市役所6階604会議室
定 仕事と家庭を両立したい女性
定 申し込み先着30人
◎ 面接の準備
④シニア向け就職支援セミナー
11月25日(金)午後2時~4時
場 市役所6階604会議室
定 60歳以上の求職者
定 申し込み先着30人
◎ 自分自身の「資源」活用と応募書類
⑤若者向け就職支援セミナー
12月2日(金)午後2時~4時
場 市役所6階604会議室
定 40歳未満の求職者

11月児童館へ行こう

市庁舎(Q児童館)でも案内しています。

館名	電話番号	行事名/開催日時
ひばり	2926-8669	やきいも会 ☐ 11月5日(土) ①午前11時~0時30分 ②午後2時30分~4時 対 ①乳幼児 ②小学生 ※雨天顺延
こばと	2924-3065	やきいもかい ☐ 11月21日(月) ①午前10時30分~②午後3時30分~ 対 ①乳幼児 ②幼児・小学生以上 ※雨天顺延
つばめ	2922-0410	チャレンジランド ☐ 11月23日(木) 午前10時30分~11時30分 対 乳幼児と保護者
つばき	2923-6155	やきいも会 ☐ 11月2日(火) ①午前10時~11時30分 ②午後3時30分~4時50分
すみれ	2949-3826	ドッジビー大会 ☐ 11月15日(水) 午後4時~4時30分 対 小学生
さくら	2998-5912	並木地区文化祭 ☐ 11月5日(土) 午前10時30分~
わかば	2948-3222	マフラー作り ☐ 11月4日(金)~12月9日(金) 対 小学生以上
まつば	2995-0995	焼きいも会 ☐ 11月19日(土) 午前10時~ ※雨天延期
みどり	2928-8414	新所沢地区文化祭 ☐ 11月12日(土)・13日(日) 午前10時~午後3時
やなぎ	2944-8819	簡単スイーツポテトをつくろう ☐ 11月14日(月) 午前11時~ ※要予約
ひかり	2996-3995	ひかりあきまつり ☐ 11月6日(日) 午前11時30分~

介護就職デイ 西部地区福祉の仕事就職面接会

介護・医療・保育系事業所44社が参加する就職面接会です。
11月10日(日)午後1時~4時(正午~午後3時30分受付) / ウェスタ川越(JR川越駅から徒歩5分)
場 ハローワークに登録中の一般求職者、平成29年3月に大学(院)・短大・高専・専門学校などを卒業予定の方
問 ハローワーク所沢 ☎ 2992・8609・41#

クイズ①

食品ロスを年間4%減らすと3人家族で約〇万円節約!
ヒント: 3面 応募方法は15面

目指せ!“幸”齢化^③

☎高齢者支援課 ☎2998-9120

高齢者が活躍できる地域の活動って？



地域に役立つ活動をしたいのですが、どのような活動がありますか？

「長生クラブ」をご存知ですか？

長生クラブは、公園清掃などの奉仕活動や、趣味やスポーツを通じた生きがいづくりなど、地域で助け合って生き生きと暮らすための活動をしています。

これらの活動は自分自身の健康づくりにつながりますし、多くの人と関わることで頭の体操にもなります！

60歳以上の方であれば誰でも加入することができます。いつでも所沢市社会福祉協議会 ☎2925-0041 にお問い合わせください。

地域に役立つ活動ができて、生活にも張りが出ますよ。



地域に貢献できて、心身ともに健康でいられるなんてステキですね！

次号は「認知症のことを気軽に話せる場って？」

仕事に役立つパソコン講座

◆エクセル応用編

☎12月8日(木)・9日(金)午前9時～午後4時(全2日)

☎関数、ピボットテーブルなど

◆パワーポイント編

☎12月10日(土)・11日(日)午前9時～午後4時(全2日)

☎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の作成

【共通事項】

☎生涯学習推進センター(並木)

☎市内在住でハローワークに登録中の求職者、市内在住・在勤の勤労者

定10人(抽選)

費4千円(求職者は免除の場合あり)別途テキスト代2,160円

☎11月9日(木)までに産業振興課 ☎2998-9157 に電話・☎パソコンは2010です。



8時/所沢商工会議所

☎所沢商工会議所 ☎2924-5581 に電話

創業よろず個別相談会 in 所沢

☎11月16日(木)・26日(土)午前9時30分～午後4時40分/市役所別館

☎創業を考えている方、創業後間もない方

定申し込み先着5人

☎相談員 中小企業基盤整備機構専門相談員

☎市役所別館産業振興課 ☎2998-9157 に直接・電話

消費生活展・消費生活講座

11月は計量強調月間です。消費生活展で自宅の体重計や計量器を検査してみましょ。

◆消費生活展

☎11月9日(水)～11日(金)午前9時～午後4時(9日は正午から、11日は午後3時まで)

☎市役所1階市民ホール

☎パネル展示、計量ゲーム、体脂肪測定、家庭用はかり無料検査など

◆消費生活講座

☎11月4日(金)午後2時～4時

☎市役所8階大会議室

定申し込み先着100人

☎老人ホームに関する基礎知識と選び方のポイント

☎全国有料老人ホーム協会入居相談室 室参与・夢沼めぐみさん

☎消費生活センター ☎2998-9143 に電話

マンシオン管理基礎セミナー

☎11月26日(土)午前11時～午後4時20分

☎市役所8階大会議室

定申し込み先着80人

☎無料相談会 講演「正しく理解しておきたい標準管理規約改正」

「マンション防災のポイント」

意見交換会

☎11月24日(木)までに県・住宅課 ☎048-8330-5573 に電話

年末調整説明会

☎11月17日(木) 午前の部：午前10時10分～午後の部：午後2時～

☎市民文化センターミューズ

☎給与支払者(源泉徴収義務者)

☎事前に郵送される資料を持ち、会場に直接お越しください。

☎所沢税務署 ☎2993-9111

親子にじん収穫体験

☎12月3日(土)午後1時～3時(雨天順延)

集合 城公民館(城860-1)

☎市内在住の小中学生以下の親子

定40人(抽選)

☎収穫体験、所産野菜を使用した料理の試食(野菜のお土産付き)

☎1家族あたり1,000円

☎11月10日(木)までに所沢市農業後継者対策連絡会事務局(市役所別館農業振興課内) ☎2998-9158 に直接・電話



ミニユニティ広場

☎農業振興課 ☎2998-9158

所沢市消防団特別点検

☎11月20日(日)午前8時30分～11時50分/狭山ヶ丘中学校

☎午前7時に第10分団詰所(三ヶ島)でサイレンが鳴ります。

雨天時は午前10時から体育館で式典のみ実施します。

☎消防車の行進、放水訓練など

☎危機管理課 ☎2998-9399



食育フォーラム

テーマ 学校・家庭・地域でつくる「子どもの健康」

☎11月10日(日)午前10時～午後1時30分/吾妻まちづくりセンター

◆講演「秋冬野菜の選び方」

☎東京都青果物商業協同組合理事・杉本晃章さん

◆学校給食の試食

定申し込み先着80人

費1食250円

☎11月4日(金)までに保健給食課 ☎2998-9249 (午前9時～午後3時)に電話

☎試食のみの参加はご遠慮ください。

人権週間記念イベント

☎12月3日(土)午前9時～午後10時

場イオンレイクタウンKaze(JR武蔵野線越谷レイクタウン駅)

☎サル・ローズさんのトークショー、コバトン&さいたまっこのふれあい、展示、工作コーナー

☎県・人権推進課

☎048-8330-2258

地域福祉ポーター養成講座

☎12月3日(土)・4日(日)午前10時～午後4時/男女共同参画推進センターふらっと(寿町)

☎市内在住・在学・在勤の高校生以上

定申し込み先着40人

☎地域福祉活動の実践に必要な基礎費500円(学生250円)

☎11月24日(木)までに申込書を所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課 ☎2925-0041 に提出

☎申込書は同会、同会館、まちづくりセンターで入手できます。

クイズ②

秋恒例のエコロ市は

○日間開催!

ヒント・4面 応募方法は15面

ステキにご近所ぐらし⑦

安全・安心な暮らし

ご近所の会長にお話を聞いてみました
～三ヶ島第五区自治会 石井敏夫会長～



消火訓練しているところを見かけたけど、消防署の人じゃないみたい？

自衛消防隊の活動だよ

防災の輪を広げたいと思い、自治会はいろいろな防災活動をしているんだよ

最近、台風や集中豪雨などによる自然災害も心配ですよ

そうなんだ。だから、自主防災組織を作って、日頃から交流を深め、地域全体で防災に取り組んでいるんだ

頼もしいですね。不安な気持ちが和らぎました。地域で取り組むと防災への意識が高まりますね

皆さんの安全・安心な暮らしを支えるのも自治会の大切な活動の一つです。地域の住民がお互いに支え合い、見守り合えたら、いざというときも安心ですね。

ステキにご近所ぐらしが始まる予感…
☎地域づくり推進課 ☎ 2998 - 9083

住民懇談会

「私たちの想いを語り合おう」

- ☎柳瀬地区：11月19日(土)午後1時30分～3時30分/柳瀬まちづくりセンター
- ☎所沢地区：11月23日(祝)午後1時30分～3時30分/柿ノ木ノ下(寿町22-2)
- ☎会場に直接お越しください。
- ☎所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課 ☎ 2925・0041

点訳ボランティア初級養成講習会

- ☎11月28日～平成29年3月27日の毎週月曜日(全15回/祝日を除く)午前10時～正午
- ☎場旧市庁舎(宮本町)
- ☎29年1月以降はごとも福祉の未来館(泉町)で実施します。
- ☎市内在住の18歳以上
- ☎15人程度
- ☎費1,200円(教材費)
- ☎11月14日(月)までに申込書を所沢市社会福祉協議会手話通訳・要約筆記派遣事務所 ☎ 2939・5064 に提出

- ☎申込書は同会、同会、市役所1階障害福祉課、まちづくりセンター、コミュニティセンター、生涯学習推進課

「東日本大震災を忘れない」復興支援バス事業

- ☎進センター、所沢駅サービスコーナードで入手できます。
- ☎11月29日(火)午前8時15分出発/30日(水)午後7時30分解散(泊2日)
- ☎市内在住・在学・在勤の18歳以上(未成年者は保護者の同意が必要)
- ☎40人(抽選)
- ☎8千円(泊2食)
- ☎11月10日(必着)までに往復はがき往復に氏名、住所、性別、年齢、電話番号(自宅と緊急連絡先)を記入し、〒359・144宮本町1-1・2所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課 ☎ 2925・0004 に郵送
- ☎詳細は同会をご覧ください。

狭山丘陵いきものふれあいの里 センターのイベント

- ①大人のための自然観察会
- ☎「行く秋に巡る社寺林雑木林」
- ☎11月17日(木)午前9時30分～午後2時30分
- ☎高校生以上
- ☎申し込み先着20人

募集

交通安全課臨時職員を募集

定若干名

- ☎持屋食、飲み物、筆記用具 費300円
- ②ひよこ探検隊「秋の森の大冒険」
- ☎11月27日(日)午前10時～午後1時30分
- ☎4～6歳の未就学児と親
- ☎申し込み先着15人
- ☎持屋食、飲み物 費1000円
- ③定例ガイドウォーク
- ☎11月5日(土)・6日(日)午後1時30分～2時30分
- ☎集合 ①水天宮下バス停(所沢駅から西武園駅方面行き西武バス) ②同センター(下山口駅から徒歩15分)
- ☎11月の休館日 4日(金)、7日(月)、21日(月)、24日(木)、28日(日)
- ☎①②狭山丘陵いきものふれあいの里センター ☎ 2939・9412 に電話 ③当日受け付け



- ☎まちづくりセンターでの交通安全共済加入受付事務補助
- ☎平成29年2～3月の月々金曜日午前8時30分～午後5時(週3～4日) 時給 910円
- ☎11月10日(木)までに履歴書(写真貼付)を市役所6階交通安全課 ☎ 2998・9140 に直接
- ☎保健師・助産師(臨時職員)を募集
- ☎保健師または助産師免許、普通自動車運転免許を有する方
- ☎定若干名
- ☎成人・母子健康相談、乳幼児健診など
- ☎月々金曜日午前8時30分～午後5時(応相談)
- ☎場保健センター(上安松)
- ☎保健センター健康づくり支援課 ☎ 2991・1813 に電話
- ☎保健師・助産師(助手/登録制)を募集
- ☎保健師または助産師免許を有する方
- ☎方
- ☎乳幼児健診・健康相談など
- ☎月々金曜日午後0時45分～午後4時45分(健診・相談実施日)
- ☎場保健センター(上安松)、まちづくりセンターなど
- ☎保健センター健康づくり支援課 ☎ 2991・1813 に電話
- ☎外来看護師(臨時職員)を募集
- ☎正・准看護師免許を有し、看護業務経験がある方
- ☎定若干名
- ☎市民医療センターでの外来看護師 応相談
- ☎申請同センター ☎ 2992・1151 に電話
- ☎交通指導員を募集(報酬あり)
- ☎市内在住の65歳未満
- ☎定いづれも各1人
- ①中富小学校区②若狭小学校区③和野小学校区④仲栄小学校区
- ☎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 ①12月1日(木)②平成29年4月1日(出)
- ☎11月10日(木)までに交通安全課 ☎ 2998・9140 に電話
- ☎応募期間終了後に、応募を希望される方はお問い合わせください。
- ☎65歳未満の方
- ☎留意事項 ▼調理に関する資格不問
- ☎就労している人、高校生以下は不可
- ☎1人
- ☎配膳業務、検収など
- ☎時給 910円
- ☎月々金曜日午前10時～午後2時のうち3時間45分(給食実施日)
- ☎場山口中学校勤務開始 12月1日(木)
- ☎11月7日(月)までに履歴書(写真貼付)を市役所6階保健給食課 ☎ 2998・9249 に直接
- ☎ビジネスプランを募集
- ☎新規創業ビジネスプランコンペ
- ☎創業を考えている、創業後間もない
- ☎市内在住の個人
- ☎市内に登記済みの法人など(第二創業も可)
- ☎指定の事前相談会の参加が応募条件です。創業よろず相談会(11面参照)も該当します。詳細は市 ☎ (コンペのご案内)をご確認ください。
- ☎11月10日(木)までに市役所別館産業振興課 ☎ 2998・9157 に直接
- ☎パブリックコメントを募集
- ☎第10次所沢市交通安全計画(案)
- ☎市内在住・在勤・在学の方、市内に事務所・事業所を有する個人・法人・団体、市税の納付義務を有する方、利害関係者など
- ☎募集期間 11月1日(火)～30日(水)
- ☎案の公表 11月1日(火)から市役所6階交通安全課、同1階市政情報センター、まちづくりセンター、市

- ☎(Qパブコメ)で閲覧・配布申請案に対する意見を交通安全課 ☎ 2998・9140 に提出
- ☎改定所沢市建築物耐震改修促進計画(案)
- ☎市内在住・在勤・在学の方、市内に事務所・事業所を有する個人・法人・団体、利害関係者など
- ☎募集期間 11月17日(木)～30日(水)
- ☎案の公表 11月17日(木)から市役所2階建築指導課、同1階市政情報センター、まちづくりセンター、市 ☎ (Qパブコメ)で閲覧・配布申請案に対する意見を建築指導課 ☎ 2998・9180 に提出
- ☎所沢税務署非常勤職員を募集
- ☎①求職者案内・応対(パソコン入力・操作説明) ②パソコン入力作業、書類整理など
- ☎18歳以上の方
- ☎定約130人
- ☎平成29年1～3月の月々金曜日午前9時～午後5時の間で5時間30分または7時間(祝日を除く)午前10時45分～午後2時15分の間で3時間30分(①のみ)
- ☎書類審査と面接の結果で決定です。
- ☎時給 ①950円②920円
- ☎11月24日(木)～12月9日(金)に履歴書(写真貼付、日中連絡がとれる電話番号・パソコン利用状況を具体的に記入)を〒359・800所沢税務署 ☎ 2993・9112 に郵送
- ☎定員に達し次第、募集を締め切る場合があります。

クイズ③

12月1日(木)から住民票がコンビニで受け取れる時間は?
午前〇時30分～午後11時
ヒント・5面





保健センター通信

・会場は保健センター(出張相談を除く)
・乳幼児向けは母子手帳を持参
・健康ガイドや市HPからも事業案内が確認できます



健康づくり支援課の事業

☎ 2991-1813

母親学級 11月2日(火)から電話・電申

◆マタニティクラス

11月28日(月)午前9時30分～11時30分 出産予定日が平成29年1月9日以降の妊婦(パートナーも可) マタニティライフ、ママ友づくり、赤ちゃんのお世話体験 申し込み先着40人 上の子を連れての受講不可

◆歯科

11月30日(火)午後1時15分～3時15分 出産予定日が平成29年2月16日以降の妊婦 お口の健康、歯科健診、赤ちゃんのむし歯予防 申し込み先着25人

乳幼児健康相談 11月1日(火)から電話

◆離乳食 11月24日(木)午前中

◆食事 11月7日(月)午前中

◆歯科 11月22日(火)午前中 歯ブラシ

離乳食教室 11月7日(月)から電話・電申

◆ごっくん期

12月5日(月)または20日(火)いずれも午前10時～11時15分 平成28年6・7月生まれの乳児と親 栄養士の講話、試食 申し込み先着30組

◆もぐもぐ期

12月22日(火)午前10時～11時30分 平成28年4・5月生まれの乳児と親(原則第1子) 栄養士・歯科衛生士の講話、試食 申し込み先着35組

◆ぱくぱく期

12月15日(木)午前10時～11時30分 平成27年9・10月生まれの幼児と親 栄養士・歯科衛生士の講話、試食 申し込み先着30組

産後ママクッキング 11月2日(火)から電話・電申

11月10日(木)午前10時～午後0時30分 平成28年7・8月生まれの乳児と母親 産後の食生活・母乳に良い食事と離乳食の講話、調理実習 申し込み先着25組 500円

2歳児歯科健康教室 11月2日(火)から電話・電申

12月5日(月)または13日(火)いずれも午後0時50分～1時10分(受付) 平成26年5・6月生まれの幼児 歯科診察、歯磨き指導、フッ化物塗布、栄養・育児相談 申し込み先着50人

離乳食と歯のおはなしサロン 11月21日(月)午前10時～11時 狭山ヶ丘コミュニティセンター 5カ月～1歳6カ月児と親 栄養士と歯科衛生士による相談 歯ブラシ

出張乳幼児健康相談 11月1日(火)から電話

身体計測、健康相談 車で来場不可

◆柳瀬まちづくりセンター

11月2日(火)午前9時30分～10時30分(受付)

◆並木まちづくりセンター

11月16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2日(金)午前9時30分～10時30分(受付)

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ざわで確認

成人健康相談 11月1日(火)から電話

◆健康相談

11月2日(火)または16日(火)

いずれも午前中 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 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 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14日(月)または28日(月)いずれも午前中 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18日(金)または25日(金)いずれも午前中 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

出張成人健康相談 11月1日(火)から電話

食事や運動の方法、健診結果の見方、血圧・体脂肪測定 車で来場不可

◆狭山ヶ丘コミュニティセンター

11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

11月9日(水)午後1時30分～3時(受付)

ファミリー食育教室 11月4日(金)から電話

12月8日(木)午前10時～午後0時30分 1～18歳のお子さんの親テーマ年中行事と行事食 講話「日本の文化を伝えよう」、調理実習 申し込み先着15組(初参加優先) 500円

成人歯科健康教室 11月1日(火)から電話

11月25日(金)午後1時30分～3時30分 テーマ大人のむし歯「根面齲蝕」にご用心 講話、相談、むし歯リスク検査、効果的な歯磨きの実習 申し込み先着20人

歯周病予防教室 11月1日(火)から電話

12月16日(金)午後1時30分～3時30分 歯科医師による歯肉の健康チェック 申し込み先着30人

気軽にシェイプ運動教室 11月1日(火)から電話

11月25日(金)午前10時～11時10分 40～74歳で血圧160mmHg未満/95mmHg未満、運動制限のない方 脂肪燃焼のための簡単な運動実技 申し込み先着20人

健康管理課の事業

☎ 2991-1811

結核検診 11月1日(火)から電話

11月21日(月)午後1時15分～2時 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 ◎ボタンや金具の付いていない上着で受診

B C G 集団接種 11月1日(火)から電話

11月24日(木)午前9時30分～10時30分、午後1時30分～2時30分(受付) 母子手帳、体温計、予診票 1歳に至るまで(標準接種期間は生後5～7カ月)

◆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 11月11日(金)から電話

つどい	開催日	開催時間
うつ病夜の部	11月11日(金)	午後7時～8時30分
強迫性障害	11月14日(月)	
うつ病ご家族(精神科医師も参加)	11月15日(火)	午前10時～正午
うつ病ご本人	11月16日(火)	

▶ 発達障害ご家族のつどい 11月11日(金)から電話

つどい	開催日	開催時間
中学生まで	11月28日(月)	
高校生以上	11月29日(火)	午前10時～正午
知的障害	11月30日(水)	

☎ こころの健康支援室 ☎ 2991-1812

健幸 ワンポイント

『免疫力UP↑で冬を乗り切る』

朝夕めっきり冷え込み、風邪を引きやすい季節になりました。体調を崩していませんか？

健康維持には、免疫力を高めることが重要です。体内に入り込んだ細菌やウイルスをやっつけ、風邪や病気を防ぐ免疫力には、毎日を元気に過ごすための役割もあります。免疫力が高まると、血行が良くなって体内の老廃物が排出され、冷え性や便秘の解消、美肌効果、疲労回復などが期待できます。

免疫力をアップして、寒い冬を元気に乗り切りましょう！

免疫力チェックシート

- 平熱は36度以下
- 脇の下よりおなかや二の腕が冷たい
- 肩こり・首こり・頭痛がある
- 便秘や下痢がある
- 吹き出物が治りにくい
- 睡眠時間が7時間以下
- ストレスを感じる事が多い

チェックが多い人は要注意！

免疫力アップのポイント

体温を上げる

湯船に浸かる、朝に白湯を飲むなど体を温める工夫を。よく噛んで食べることも効果的。

腸内環境を整える

ヨーグルト、納豆、味噌などの発酵食品や、春菊など食物繊維を多く含む野菜やキノコを毎日食べて、腸内の免疫細胞を活性化。

適度な運動

散歩や買い物で多めに歩く習慣を。

早寝早起き

朝はしっかり起きてカーテンを開け、太陽の光を浴びる。夜は早めに布団に入る。

たくさん笑って、たくさん泣く

健康維持の最大のポイント！家族や友人との時間を大切に♪

☎ 健康づくり支援課 ☎ 2991-1813

いいトコPhoto



▲とろざわまつりの風景
会場には笑顔があふれていて、心温まるシーンが多かったです。その温かい雰囲気を残したいと思い、シャッターを切りました。
●鈴木裕之（緑町）



◀かわいい猫おじさん
我が家の愛嬌ナンバーワンのぶんちゃんです。自分が猫だってこと、忘れてるでしょ!?
●猫使い（中富南）

なにか御用かにはゃ?

▶ジェンガ
3才の息子は飽きずにはまっております。
●ゆりママ（並木）



いつ崩れるかドキドキ…!

みんなのひろば

投稿大募集!

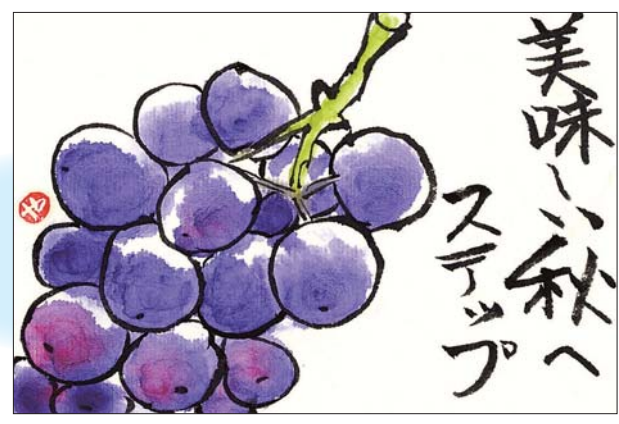
写真・絵手紙・切り絵・川柳・エッセイなど、皆さんの作品やお便りを募集しています。
●応募方法
欄外の留意事項をご覧の上①住所②氏名③年齢④ペンネーム⑤タイトル⑥ひとこと⑦広報紙の感想を記入し、メール・郵送
▶hiroba@city.tokorozawa.lg.jp
▶〒359-8501広報課みんなのひろば

15面のプレゼントは、14面掲載者の中から毎月優先当選枠があるよ（今月は2人）。投稿は当選の近道かも?? 季節の訪れを感じる写真や、ペットの写真、手作り作品など、どしどしご応募ください!



◀幸せ
生後1ヶ月、お昼寝中にニコニコ!どんな夢見てるのかな?初めて見た我が子の天使の微笑みに感動です。
●かいママ（中富南）

▶果物の季節
所沢にはぶどう園がいっぱい。出掛けてみませんか?
●山下祥子（中新井）



いいトコ作品集

日常おもしろ川柳

身近に起きたびっくり&おもしろを五・七・五で

寝かしつけ 寝たふり母が 先落ちる

▼寝たふりをしてると、動き回る息子をよそに母が寝てしまうことがあります。

●ぼーちゃんママ（宮本町）

ウチの父 お酒飲むたび ケガ絶えず

▼わたしのなやみです。転ばず帰ってきてね

●のんちゃん/8歳（荒幡）

誰でもエッセイ

テーマ「涙」

大きな支え

みりん（下安松）

長男は生まれつき、たくさんの病気を背負って生まれてきた。常に病院と隣り合わせの日々で、振り返ると2歳上の長女に充分甘えさせてあげられない時期もあった。このころ、長男は体調を崩すことが増え、救急車の世話になる機会が多くなった。長男の度重なる不調とつらそうな様子に、私は涙を必死にこらえていたが、10歳の長女にはきちんとそれがわかっていった。病院での処置を待つベンチで、ふと手紙が差し出された。きれいに折り畳まれた小さな紙を開けてみると「○○（長男）は強い子だから、きっと大丈夫!元気になるから大丈夫ママには私がついていけるから大丈夫だよ!だから泣かないで」。自分も我慢することが多く、甘えたい気持ちを押しさえているはずの長女からの言葉にどっと涙があふれた。

孫娘の決意

長沼典子（小手指町）

13年前、母の葬儀のこと。日頃はひょうきんな下の弟が「涙が止まらないのはなぜだろう」とハンカチで涙をぬぐい続けた。常に穏やかな上の弟さえ、喪主としてのあいさつの途中、突然涙があふれ出し言葉が詰まってしまった。

当時9歳だった私の孫娘は、帰りの車中で自分は絶対結婚しないと決めたと言った。「母親になって、私にもしものことがあると、子どもたちをあんなに泣かせることになるもの!」。私にしがみつき泣きじゃくる中で見た、弟たちの涙がショックだったのだろう。

今春から社会人となった孫娘。すっかり女性らしくなり輝いている。「今でも結婚願望、ゼロですか?」と確認してみようか。



次号のテーマ「12月号「走る」」1月号休載 2月号「デート」
締め切り ●掲載号の前月8日

はつらつ
とろろ

帰ってきたスティールパン奏者



いざわ よういち
伊澤 陽一さん (中新井在住)

生まれも育ちも所沢のプロスティールパン奏者。平成20年に結成したWAIWAI STEEL BANDを率い、全国でライブを展開。今夏、セカンドアルバム「LAMP」をリリースした。

▼ライブは会場が一体となる



スマホで体験!
市営(QAR)



memo
並木・街の音楽会
11月12日(土)
午後2時30分～
場並木まちづくりセンター
定220人 費無料
問同センター ☎2998-5911

ドラム缶から作られる打楽器「スティールパン」。缶の長さや音盤(たたき場所)の広さで音を変えられ、複数の種類を組み合わせれば、スティールパンだけでオーケストラが組めるという極めて珍しい楽器です。伊澤陽一さんは、スティールパンのプロ奏者として17年間活動し、年間100本以上のライブをこなしながらも「大変ですけど、大変だから楽しいんですよ」と屈託のない笑顔を浮かべます。

音楽教室に通っていた伊澤少年がスティールパンに出会ったのは14歳のとき。「テレビで見たスティールパンに興味を持ち、ライブを観に行ったんです。体が震えるほどの音楽体験は、あのときが初めてでした」。日本ではまだマイナーだったスティールパンに触る機会はありませんでしたが、打楽器に強く関心を持つようになり、東京音楽大学では打楽器を専攻。そして21歳のとき、日本での第一人者で師匠となる原田芳宏さんに出会い、スティールパン奏者としての道を歩み始めます。

7年後、刺激を求めてスティールパン発祥の地、トリニダード・トバゴに単身で飛び込み、地元バンドの一員として世界最大のスティールパンコンテストPANORAMAに出場を果たします。「スティールパンが国民楽器として生活に溶け込んでいるんです。そんな国

で武者修行をするうちに、『自分のバンドを作りたい』と強く思うようになりました」。

帰国後にWAIWAI STEEL BANDを立ち上げ、ロコミなどでメンバーを増やしていきました。今や東北から九州まで56人を数えます。「人のつながりで生まれたバンドなので、それを大事にしています。聴きたいと言ってくれる人がいれば、どこへでも行きます。島民わずか45人の離島でもライブをしたことがあります」。

全国でライブを重ねるうちに伊澤さんにある気持ちが芽生えます。「住んでいる町に誇りを持っている人がうらやましく思えてきて、『じゃあ自分はどこで生きていきたいか』『どうやって生きていきたいか』と自問したんです。その答えの1つは『地元で、所沢で演奏したい』でした」。

昨年8月に開催した、初めての所沢ライブの会場に選んだのは、並木まちづくりセンター。「原点に戻って、家から一番近い場所にしようと思ったんです」。その後も所沢駅のイベントなど、市内の出演を増やしてきました。

「もっと所沢の人と出会いたい。一緒に最高の瞬間を作りましょう」と伊澤さん。誰でも自由に楽しめる「街の音楽会」、新しい音と感情があなたを待っています。(取材:鹿島)

今月のプレゼントクイズ!

食欲の秋♪ペアで1回行って、一人で2回行ってOK!

三二六3店舗で選べるランチペア券 (2,700円相当×15人)

和 モダンの店内で魚を美味しく食す本店。雰囲気抜群、竹林に囲まれた懐石料理の別館竹亭。気軽に料理とおしゃべりを楽しめるビストロ。お店も料理も選べて、幸せなランチを♡新鮮で安心な自家農園の野菜も心と体にうれしい。



お酒と魚三二六 ☎2922-1323
本店/東町10-3/日曜休



ビストロさぶろく ☎2991-3263
並木3-1-5-101/月曜休



三二六別館竹亭 ☎2929-3260
上山口2206/水曜休

◆今月のクイズ

10～12面のクイズを解き、空欄に入る文字を順番につなげると?

◆応募方法

11月11日(金) (消印有効) までに、①クイズの答え②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦11月号の感想を記入し、〒359-8501広報課に郵送・✉hiroba@city.tokorozawa.lg.jpにメール・市営(Qプレゼント)で応募

◎当選者の発表は、引換券の発送をもって代えさせていただきます。



メール



市営

読者感想文

- 所沢に転勤して20年になるが、所沢にこんなにたくさんの文化財があることを初めて知った。所沢に来て本当に良かったと誇らしく思った。(狭山ヶ丘・60代男性)
 - 住んで約10年になりますがところざわまつりや山口観音について知らないことばかりで勉強になりました。(松が丘・40代女性)
 - ところざわまつりで山車を見るのがより一層楽しみになりますね。(松郷・60代女性)
- 編集から ● 10月号特集「江戸からひもとく文化財」は、所沢に長年住んでいても知らなかった、という感想を多くいただきました。身近にある町の魅力をこれからもお伝えしていきます。

- 三舟の書、ぜひ直接見て歴史に触れたいです。(久米・60代女性)
- 編集から ● 10月9日に行われた戦国展示会には栃木県からも見学者がいらしたそうです。所沢の宝の一つですね。



- 所沢が日本のパデル発祥の地とはなんだかうれしいです♡ぜひ体験したい!(泉町・20代女性)
 - 日本初のパデルコートがあるとは初耳です。(松が丘・40代女性)
- 編集から ● 特集と合わせ「初めて知った」との声が多かったのはパデル。ラケット競技未経験者でも簡単に始められるのでオススメです。

編集後記

● 特集で大活躍の料理人・川田さん。日本料理人と聞くと職人気質の少し強面なイメージがありましたが、お会いするとイメージとは正反対。とても気さくな楽しい方でした。取材中、驚いたのは冗談を言いながらも止まらない調理の手。即席で予定外の付け合わせ料理まで作ってくれました。さすがプロ!簡単に作りやすい料理を考案してくれた川田さんのトコとん!!クッキング、ぜひお試しあれ。(佐々木)

● 昨年8月、並木・街の音楽会の撮影に行きました(本面とところっこ参照)。取材のはずが、いつの間にか自分もウキウキ♪スティールパンの音色に魅了され、気付けばCDを購入していました(鹿島)

● 酔っぱらったお父さんを心配するお子さんからほほ笑ましい川柳の投稿が。世のお父さん方、これからの宴会シーズンに向けてご注意を!そして、宴会では「トコとん食べきり」ましょう!(加賀谷)



▲所沢の秋の風物詩であるところざわまつりが、10月9日(日)中心市街地で行われました。
①③10基の山車が所沢を駆け巡る！②獅子頭がガブリ！
④6組のアーティストが演奏したライブサーカス⑤色鮮やかなダンサーが観客を魅了♪サンバカーニバル⑥子どもたちの空手演武⑦威勢のいい掛け声が響く神輿

写真：①中村 仁
②④浅見司郎
③由井一雄
⑤関沢 賢
⑥遠井洋子
⑦滝島利男

撮れたて 市民カメラマンの News

▶ 9月19日(祝)に狭山ヶ丘駅東口周辺・ところざわ自動車学校で行われたYOSAKOI in さやフェス。市外、県外からも多くのチームが参加し、地域を越えた交流が印象的でした。
写真：佐藤清一郎



◀ 埼玉県警察のポリス・コンサートが9月25日(日)、所沢航空記念公園で開催♪音楽隊の演奏と、カラーガード隊の演技が圧巻でした。
写真：白須信一

▶ 伝承400余年を数える市指定無形民俗文化財の岩崎彫獅子舞が、10月9日(日)瑞岩寺で披露されました。伝統ある迫力のある舞が、観客の目を奪いました。
写真：須田文富



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。

▶ 救急患者のみ ▶ 往診は原則不可 ▶ 医療機関が変更になる場合あり ▶ 地図などの詳細は所沢市医師会 (http://www.tokorozawashi-ishikai.com/h_m_e/) へ



診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
11月3日(祝)	木戸クリニック	泌	緑町4-15-27	2929-6502
	青木耳鼻咽喉科・気管食道科医院	耳鼻咽喉、気管食道	東所沢1-10-13	2945-4321
	やまもとキッズクリニック	小	三ヶ島4-2286-11	2938-7787
11月6日(日)	双葉クリニック	内、外	けやき台1-36-7	2922-5171
	さけみ眼科	眼	狭山ヶ丘1-2994-5	2947-4382
	かがやきクリニック	外、内、消、肛	久米593-8	2991-7511
11月13日(日)	吉岡クリニック	内、呼内	花園2-2351-18	2942-3116
	東町眼科	眼	東町12-12田中ビル1階	2926-7135
	かわかつクリニック	内、小、リハ、放	小手指台23-1マミーマート所沢山口店2階	2920-2200
11月20日(日)	所沢第一病院	内、整	下安松1559-1	2944-5800
	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
11月23日(祝)	航空公園西内科	内	喜多町4-8	2925-8000
	小手指皮膚科	皮	上新井3-55-8	2928-6200
	松田母子クリニック	産、婦、小	本郷1080-5	2968-6800
11月27日(日)	西山内科医院	内	喜多町14-7	2925-3522
	矢島整形外科	整、理	くすのき台1-12-10	2995-3863
	小手指タワークリニック	内、糖内	小手指町1-6-102	2920-1717
12月4日(日)	所沢中央病院	内	くすのき台3-18-1	2994-1265
	平沢記念病院	精、神内、心内	北野3-20-1	2947-2466
	豊原医院	内、神内、呼、放	東所沢1-10-11	2944-6433

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

小児科日曜日・祝休日診療

※左記休日急患当番医を除く診療日

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
愛クリニック	中新井620-1	2937-3630	○	×	×	×
おくもとクリニック	西所沢1-23-3	2903-8320	○	×	×	×
きたはたファミリークリニック	小手指南4-13-6	2947-0011	○	×	×	×
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)	×	×	×
魚住小児科	宮本町2-11-11	2926-6255	×	×	○	×
彩のクリニック	小手指町4-1-1	2949-1118	×	×	○	×

◎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※1	×	○	○	×	○	○	○	○※2
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3日(祝)・6日(日)・13日(日)・20日(日)・23日(祝)・27日(日)・12月4日(日)							

※1…要事前問い合わせ ※2…11月3日(祝)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：11月3日(祝)・6日(日)・13日(日)・20日(日)・23日(祝)・27日(日)・12月4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	▶月～土曜日…午後6時30分～10時30分 ▶日曜日、祝休日、年末年始…午前9時～午後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