

広報

# ところざわ

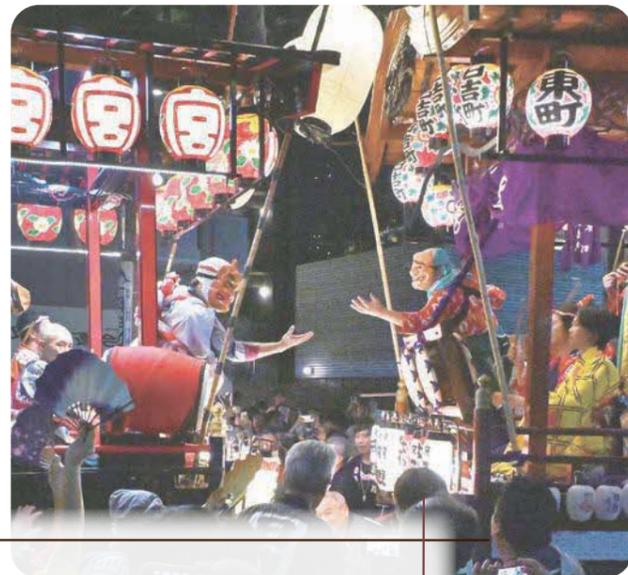
4月

令和7年  
(2025年)  
No.1237

## 主な内容

- 4面 所沢市民栄誉賞表彰式
- 5面 所沢子ども芸術祭
- 6面 春を感じに出かけよう♪

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 ☎ https://www.city.tokorozawa.saitama.jp/



## 住み続けたいまちに。



### 特集

## 所沢のこれから



人口(前月比) 342,135人(-225人) 男 168,620人(-115人) 女 173,515人(-110人) 世帯数 170,609世帯(+15世帯) 令和7年2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。

# 所沢の これから

「第6次所沢市総合計画」後期基本計画が、2025年4月からスタート。後期基本計画の主なポイントをお伝えします。

☎ 経営企画課 ☎ 2998-9027



## 「第6次所沢市総合計画」後期基本計画がスタート！ 2025年度 ▶▶▶ 2028年度の所沢



### 所沢市総合計画って？

市のまちづくりの方向性や、その実現の方法などを記載した最上位計画です。総合計画は、1969年に第1次の計画が策定され、現在は第6次の計画が進行中です。

4月からスタートする後期基本計画は「第6次所沢市総合計画」の一部で、今後4年間の市の施策の方向性を示すものです。

◎前期基本計画は2019～2024年度までの6年間の計画です。



▲「第6次所沢市総合計画」後期基本計画の冊子

▲同計画の詳細はこちら

## 後期基本計画のポイントは2つ

### 1 「こどもを中心としたまちづくり」をリーディングプロジェクトの中心に

まちの未来に向け、優先的に進める5つのリーディングプロジェクト※を位置づけました。その中で、「こどもを中心としたまちづくり」を中心におき、「住み続けたい」と思えるまちづくりを進めます。

※3面右上「リーディングプロジェクトのイメージ図」参照



### 2 中核市への移行を進めます

市民の皆さまにとってさらに暮らしやすいまちとなるため、2030年4月に中核市へ移行することを目指し、準備を進めます。

2025年度は、中核市移行推進委員会および埼玉県・所沢市事務担当者連絡会議を立ち上げ、移行の準備を進めるほか、保健所設置の具体的な計画も並行して進めます。



# 4月から始まる所沢

可能性が広がるまちを目指して

今年度の主な取り組みを、5つのリーディングプロジェクトの分野ごとに紹介します。

◎所沢市議会で市長が説明した施政方針を基に、掲載しています。

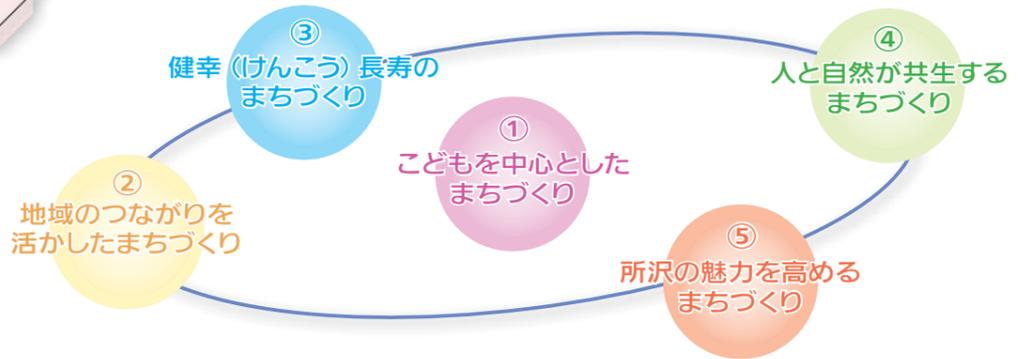


市HP (Q施政方針) から全文をご覧ください。



ライブ中継・映像 (Q所沢市議会中継) をご覧ください。

## リーディングプロジェクトのイメージ図



### ① 子どもを中心としたまちづくり



#### 子育て世帯への経済支援

- ◆市立小・中学校の学校給食費無料化の継続
- ◆18歳までの医療費無料化の継続



#### 学校環境の整備

- ◆市立小・中学校体育館へのエアコンの整備の推進
- ◆市立小・中学校のトイレ改修
- ◆防犯カメラの設置



#### 子育て環境の充実

- ◆保育園、児童クラブの新設推進
- ◆幼稚園の預かり事業を充実
- ◆児童館などを利用した預かり事業を開始



#### 障害児支援の充実

- ◆医療的ケア児支援のため、在宅レスパイトの開始および通所支援事業所への補助拡充
- ◆障害児通所支援事業の推進

### ② 地域のつながりを活かしたまちづくり



#### 福祉・自治・危機管理

- ◆さまざまな施策を通じた福祉の増進
- ◆地域コミュニティの充実、支援
- ◆自主防災活動訓練の全面的支援
- ◆客引き排除対策の強化
- ◆消防団の車両の更新

### ③ 健幸(けんこう)長寿のまちづくり



#### 保健・医療

- ◆クーリングシェルター（暑さをしのぐための休息所）を拡大
- ◆365日小児初期救急医療の提供継続
- ◆带状疱疹ワクチンの定期接種化
- ◆がん患者などに在宅療養費を助成

### ④ 人と自然が共生するまちづくり



#### 環境・みどり・資源循環

- ◆スマートハウス化推進補助金の継続
- ◆所沢市が誇る豊かな自然環境の保全
- ◆ごみの減量・資源化の推進
- ◆公共施設での脱炭素化の推進
- ◆第2一般廃棄物最終処分場の周辺整備

### ⑤ 所沢の魅力を高めるまちづくり



#### 街づくり・産業・文化

- ◆三ヶ島工業団地の事業推進
  - ◆ふるさと応援寄付を通じた魅力発信
  - ◆新たに開催する「音まち FESTIVAL」（仮称）の開催支援
  - ◆ファルマン通り交差点周辺の整備
  - ◆とろざわまつり\*の開催支援
- ※今年は5年に1度の大祭

#### 所沢市長 小野塚 勝俊



2025年は、所沢市の市制施行75年の節目の年です。そして、5年後の2030年の中核市移行に向け、着実に準備を進めてまいります。

市民の皆さまにとって、所沢市に「住み続けたい」と思っていたただけるか、また、他のまちにお住まいの方からは、所沢市に「住んでみたい」と思っていたただけるか、そのことを強く意

識し、スピード感を持って政策を進めてまいります。

今年度におきましても、市民の皆さまお一人おひとりにとって、可能性が広がるまちを目指し、市民の皆さまの幸せの土台・基盤づくりを進めてまいります。

# 市制施行75周年記念 所沢市民栄誉賞 表彰式

☎秘書室 ☎2998-9022

今年、市制施行75周年を迎えることを記念して、市民の誇りとなる、特に顕著な功績のあった方々を対象とした「所沢市民栄誉賞」を新設しました。

そこで、パリ2024パラリンピック競技大会で金メダルを獲得し市民、そして世界中に大きな感動を与えた方々に、3月1日(土)の式典で本市初となる「所沢市民栄誉賞」を贈呈しました。



▲受賞者の皆さん（田中さんは3月19日(火)に表彰を行いました）

## 所沢市民栄誉賞受賞者



◀詳細は市HPをご覧ください。



©MegumiMasuda/JWRF

しまかわ しんいち  
島川 慎一さん  
（個人/車いすラ  
グビー）



©Takashi Sanada

たなか まなみ  
田中 愛美さん  
（個人/車いすテ  
ニス 女子ダブルス）



とりい はるき  
鳥居 陽生さん  
（個人/ゴールポー  
ル）



ゴールボール 男子日本代表  
（団体/ゴールボール）

## 発達障害啓発週間 あなたの理解が、だれかの笑顔

4月2日～8日は発達障害啓発週間です。  
さまざまなイベントをきっかけに発達障害について学んでみませんか？

☎こども福祉課 ☎2998-9223

### 発達障害を知り、誰もが暮らしやすい社会へ

「整理整頓しない」「空気が読めない」。それはサボリやワガママではなく、生まれ持った脳の特性かも。その特性ゆえに本人が生きづらさを感じたり、親が子育てのしにくさを感じたりするなら、「発達障害」を疑ってもいいかもしれません。

誰かが生きづらさを感じる障害は、社会が作った「壁」ともいえます。人の特性は色とりどり。多様な感じ方、表現の仕方を受け入れる社会は、きっと誰もが暮らしやすい社会。みんなで考え、目指してみませんか？

### 啓発展示会

☎4月2日(火)午後1時～8日(火)午後3時  
場 市役所1階市民ホール  
☑発達障害を支援する機関・団体の活動や地域情報に関するパネル展示  
◎会場に直接お越しください。



### こども作品展

☎4月2日(火)午後1時～8日(火)午後5時  
場 市役所1階市民ホール  
☑発達障害や、自閉症などの特徴を持つ子どもたちの作品展示  
◎会場に直接お越しください。



### 啓発講演会

☎4月5日(土)午前10時～正午  
（午前9時30分開場）  
場 こどもと福祉の未来館  
☑オンラインライブ講演会「いろんな子どもを育てよう～発達障害の特性の理解とかわり方～」  
定 申し込み先着170人  
講 児童精神科医・吉川徹さん  
申 4月1日(火)までにこども支援センター（発達支援）マーガレットに電話・電申/☎2922-2118



### ライト・イット・アップ・ブルー所沢2025

#### YS-11が青くライトアップ!

☎4月2日(火)～8日(火)  
（点灯時間は午後6時～8時）  
場 航空公園駅前広場

#### ライトアップイベントも開催!

☎4月5日(土)午後2時～7時30分  
場 航空公園駅前広場  
☑ステージ演奏、ワークショップ、キッチンカーの出店など



◀詳細は同実行委員会HPをご覧ください。

# 所沢子ども芸術祭

Tokorozawa Kodomo Geijutusai

子どもはみんな色々な才能を秘めた、たまごです。子どもが主役の芸術祭を開催します。自由にのびのびと芸術を楽しんでみませんか？

◎★は参加申し込みが必要です。

☎文化芸術振興課 ☎2998-9211

## ART&CULTURE Weekend SPRING 2025

～あつまれ芸術家の卵たち～ ★

## アートクイズラリー

## 子ども美術展

4月5日(土)  
～6日(日)



作品制作、叩き染め、小物作りなどの体験型ワークショップで、アートの世界を楽しもう。  
場とろざわサクラタウン

4月12日(土)  
～5月11日(日)



とろざわサクラタウンを巡り、クイズに挑戦して景品を手に入れよう♪  
場とろざわサクラタウン

4月18日(金)  
～5月12日(月)



駅構内がアートな世界に。昨年子ども写生大会の特賞作品を展示します。  
場所沢駅

## たいこ作り× 重松流お囃子体験 ★

4月19日(土)



自分で作ったたいこで重松流祭り囃子を演奏してみませんか？作ったたいこは持ち帰れます♪  
場エミテラス所沢TOKOROZAWA e-CUBE

## はじめてのしかけ絵本 ワークショップ ★

5月3日(祝)



しかけ絵本の仕組みを使って、自分だけのオリジナルの生き物を描いてみよう！  
場とろざわサクラタウン

## 旅するムサビ ワークショップ ★

5月4日(祝)



武蔵野美術大学が「空」にまつわるワークショップを実施します。空飛ぶカラフルクジラも登場！  
場航空記念公園

4月中旬  
～5月11日(日)

## はじめての アート本フェア

専門家が選んだ、アートに親しむ本を市内3書店で展示・販売します。オモコロ編集長原宿さんによるトークイベントや、おはなし会を実施する日も！



◀申し込み方法などは市HPをご覧ください。

◎本紙5月号でも同祭りのイベントを紹介予定です。お楽しみに♪

## 所沢市民フェスティバル フォトコンテスト優秀作品が決定！

☎地域づくり推進課 ☎2998-9083

昨年10月からSNS上で開催していた「所沢市民フェスティバルフォトコンテスト2024」。

146点の応募の中から最優秀作品1点、優秀作品3点が決定しました！

次回の市民フェスティバルでも、たくさんの方のご来場をお待ちしています♪



◀所沢市民フェスティバル公式HP



昼も夜も魅力的な桜のスポット

東川の桜並木

☎商業観光課 ☎2998-9155

**市**内の中央を流れる東川の両岸に続く約700本の桜並木。西新井町から松郷まで約5.4kmにわたり、東川がピンク色に彩られます。旭橋付近（西新井町）から中橋（牛沼）までの約1.6kmは、下記の期間中、夜間のライトアップを行います。カメラを手に昼も夜も訪れたいスポットです♪

📅 3月24日(月)～4月6日(日)

📍 西新井町～松郷



◎開花状況によりライトアップ期間が前後する場合があります。最新状況は市HP（Q桜の名所）をご確認ください。



春を感じる景観まちづくり展示会

☎都市計画課 ☎2998-9192

**景**観の魅力が次世代に継承するために、市民一人ひとりが取り組む活動や、市民・団体、事業者、行政が共同して活動を行っています。景観まちづくりに参加してみませんか？

📅 4月21日(月)午前10時～25日(金)正午

📍 市役所1階市民ホール

📌▶景観市民活動クラブ登録団体の活動紹介▶とことろ景観資源をめぐるまち歩きマップの紹介 など

短歌・俳句作り体験会も開催！

📅 4月23日(水)午後1時から

📍 同1階市民ホール

📌 申し込み先着10人

📌 景観に関する短歌・俳句作り

📌 4月1日(日)～4月22日(火)に同課に電話



おいしい狭山茶はいかが？

ところざわ新茶まつり

☎農業振興課 ☎2998-9158

**新**茶の季節がやってきました。所沢特産のおいしい狭山茶に触れられる新茶まつり。たくさん魅力が詰まった狭山茶をぜひご堪能ください。

📅 4月26日(土)午後1時から

📍 エミテラス所沢 TOKOROZAWA e-CUBE

📌▶新茶の試飲・販売▶手揉み茶の実演▶ミックスティー体験▶茶業関連企業ワークショップ▶お茶の淹れ方教室▶狭山茶の飲み比べ

◎会場に直接お越しください。各ブースの商品や材料がなくなり次第、終了となります。



▲詳細は市HPを(Q新茶まつり)ご覧ください。



今年のエミテラス所沢で開催します♪





新年度、忙しいあなたへ

# 土・日曜も手続きできます

【留意事項】 ▶ サービスコーナー（所沢駅・狭山ヶ丘・小手指）、並木まちづくりセンター、小手指まちづくりセンター分館では手続きできません ▶ 業務の詳細や受け付けできる業務は、事前にご確認ください。関係機関に問い合わせが必要な業務は手続きできない場合があります ▶ 届け出や証明書など申請の際は、本人確認が必要です	市役所			まちづくりセンター (並木・小手指分館除く)		問い合わせ
	4月 6日(日)	4月 12日(土)	4月 26日(土)	4月 12日(土)	4月 26日(土)	
	午前8時30分 ～ 午後5時15分	午前8時30分～午後0時30分				
① 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各種証明書	○	○	○	○	○	①市役所1階市民課 ☎2998-9087 ②同課マイナンバー交付窓口 ☎2998-9481 ③同課国民年金担当 ☎2998-9095 ④市役所1階国民健康保険課 ☎2998-9131 ⑤同課後期高齢者医療担当 ☎2998-9218
② マイナンバーカードの各種手続き	○	○	○	○	○	
③ 国民年金の手続き	○	○	○	○	○	
④ 国民健康保険の手続き	○	○	○	○	○	
⑤ 後期高齢者医療制度の相談	○	○	○	○	○	

◎4月12日(土)・26日(土)は、上下水道局でも一部業務を行います（午前8時30分～午後0時30分）。☎上下水道お客様センター☎2921-1080

## マイナンバーカードで転出手続き！

3～5月は、引っ越し手続きのため多くの方の来庁が予想されます。マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルを使って転出届などの各種手続きがオンラインでできます。



▲詳細はデジタル庁☎をご覧ください。

## オンライン申請も活用ください！

ご自身のスマートフォンやパソコンから、各種申請や届け出ができます。広報とことろざわで申し込み方法が電申となっている手続きも可能です♪



▲電申はこちらから



電話でも面談でも相談できます

# 市民相談 活用のススメ

相談名	実施日	内容
① 一般相談	月～金曜 AM※1 PM※2	相続、離婚、家庭内などの問題や悩み 相談員：専属の相談員
② 予約制・弁護士相談 ◎年度内3回まで	月・水・金曜 AM PM	法律上の問題
③ 予約制・税理士相談	木曜 AM	贈与税、所得税、相続税
④ 予約制・司法書士相談	第1・3火曜 PM	登記、多重債務、成年後見、簡易裁判所で扱う民事訴訟など
⑤ 行政書士相談	第3火曜 AM	相続遺言、離婚、契約、外国人の入国在留に関する書類作成の方法など
⑥ 人権相談	第2・4火曜 AM	不当な扱い、いじめなど 相談員：人権擁護委員
⑦ 行政相談	第1・3金曜 AM	国など行政への要望、苦情 相談員：行政相談委員
⑧ 外国人生活相談	英語・タガログ語 …第2・4木曜 AM 中国語 …第1・3木曜 AM	外国人の困りごとや悩み 相談員：英語・タガログ語・中国語が話せる相談員
⑨ 消費生活相談	月～金曜 AM PM※2	契約トラブル、悪質商法など消費生活全般

AM…午前10時～11時30分（※1は午前9時から）

PM…午後1時～3時30分（※2は午後4時まで）◎相談時間は1回30分以内です。

日常生活の中で抱える困りごとや悩みごとを、相談員が無料でアドバイス！気軽にご相談ください。



- ☎①一般相談専用ダイヤル ☎2998-9213
- ②～⑧市民相談課 ☎2998-9092
- ⑨消費生活センター相談専用ダイヤル ☎2998-9204



◎詳細は市☎（Q市民相談）をご覧ください。

相続、離婚、遺言書…etc  
どうしたらいいのかわからない  
どうしよう…



迷ったときは、まずは「一般相談」をご利用ください。

お悩み・お困りごとを伺いながら問題を整理します。制度や手続きの説明、必要があれば専門相談などをご案内します。



# お知らせ

**！**掲載情報は3月19日時点のもの。内容変更の場合がありますので、市庁や各問い合せ先で最新情報をご確認ください。



## 庁舎改修に伴うトイレの使用制限

4月から階ごとにトイレの工事を行うため、工事期間中は階によって使用できない場合があります。ご迷惑をおかけしますが、ご理解をお願いします。



◎詳細は市庁をご覧ください。  
 問 管財課 ☎29908・9053

## 4月の休日漏水修繕当番店

24時間受け付けています。当番店に直接ご連絡ください。

日	当番店	電話番号
5日(土)	(株)ヒロスイプラス	2941-5228
6日(日)	(株)木下商興	2948-1719
12日(土)	(有)中村水道工事店	2992-0981
13日(日)	(株)貫井産業	2993-0110
19日(土)	(株)協立管工	2948-5515
20日(日)	上野管工(株)	2923-5890
26日(土)	(有)北田住設工業	2942-0020
27日(日)	(有)伏見設備工業	2948-3328
29日(祝)	(有)平塚設備工業	2923-5778

問 市管工事業協同組合 ☎2922・6185  
 ☎2922・9614

## 4月6日(土)～15日(火)は春の全国交通安全運動

「夜間の交通事故防止」が今回の重点目標です。交通事故を防ぐため、

一人ひとりが安全意識を高め、正しい交通ルールを守りましょう。  
 問 防犯交通安全課  
 ☎2998・9140

## 車上ねらいに注意！

車から離れるときは短時間でも鍵をかけ、車内に貴重品を置かないようにしましょう。



## 子育てガイドを発行

妊娠、出産、子育てに関する制度や支援内容、困ったときの相談窓口、関連施設、お役立ち情報などを掲載しています。



◎市役所2階  
 ことも政策課

同2階でも支援課、同1階市民課保健センター、まちづくりセンターのほか、市庁から電子書籍版をご覧ください。



問 ことも政策課 ☎2998・9415

## 特別児童扶養手当

次のいずれかに該当する19歳以下の子どもを養育している父母など

- ① おおむね身体障害者手帳1～3級、4級の一部または重度の内科的疾患がある
- ② 療育手帳(A、B、C)精神疾患や血液疾患などで①②と同程度の障害

手当月額 ▼1級：56,800円  
 ▼2級：37,830円(4月分)

◎月振り込みから額改定(9月)

留意事項 ▼申請者やその配偶者、生計が同じ直系親族、兄弟姉妹の所得制限あり ▼子どもが公的年金を受給している場合、施設入所している場合は対象外

問 子育て福祉課 ☎2998・9223

## 令和7年度国民年金保険料は月額17,510円

日本年金機構から4月1日(火)に納付書を送ります。毎月の保険料の納付期限は翌月末日です。前納用の納付書で記載の期限内に納めると割引になります。

割引額 ▼2年前納：15,670円  
 ▼1年前納：3,730円  
 ▼6カ月前納：850円

◎納付書払いでの2年前納を希望する場合は、事前に手続きが必要です。納付書以外の支払い方法を含め、

詳細は納付書に同封されているリーフレットや日本年金機構をご覧ください。



問 同事務所 ☎2998・0170

## 高額介護合算療養費を支給

国民健康保険、後期高齢者医療保険と介護保険の自己負担額の合計が一定額を超えた場合、超過分を支給します。対象者に申請書を郵送しました。

◎令和5年8月～6年7月に医療保険を変更した方、市外から転入した方(後期高齢者医療保険は県外から転入した方)は、申請書が届かなくても対象となる場合があります。詳細はお問い合わせください。



問 国民健康保険課 ☎2998・9131

同課後期高齢者医療担当 ☎2998・9218  
 介護保険課 ☎2998・9420

## 建築・開発関係手数料条例の改正

法改正により、省エネ基準適合義務の対象拡大に関連する審査手数料を新設するなどの改正を行いました。

問 建築指導課 ☎2998・9180

## 固定資産税・都市計画税 令和7年度納税通知書を送付

令和7年1月1日時点で、固定資産を所有している方に郵送します。5月下旬までに届かない場合はお問い合わせください。

## 令和7年度固定資産税の縦覧・閲覧

◆固定資産税の縦覧  
 土地価格等縦覧帳簿・家屋価格等縦覧帳簿で市内の土地・家屋の価格を自分のものと比較できます。

日 4月1日(火)～6月2日(月)

場 市役所2階資産税課

対 納税者本人・同居の親族・委任状を持参の代理人

持 本人確認書類

◆固定資産課税台帳の閲覧  
 令和7年度の本人所有資産の価格などが閲覧できます。

日 4月1日(火)～令和8年3月31日(火)

場 市役所2階同課

対 納税者本人・同居の親族・委任状を持参の代理人・借地人・借家人

人 売買・相続で1月1日以降に所有者になった方など

持 対象者と確認できるもの(賃貸借契約書、登記事項証明書など)、本人確認書類

費 1枚200円(納税義務者は6月2日(月)まで無料)

◎本人確認書類は、マイナンバーカード、運転免許証、パスポート、健康保険証などをお持ちください。

問 資産税課 ☎2998・9068

空き店舗への新規出店費用を補助

物件改修や宣伝などの経費の一部を補助します(上限120万円)。

対 市内商店街の3カ月以上の空き店舗に新規出店する・市内在住の個人または市内に本拠がある法人

◎予算額に達し次第、終了します。詳細は市庁Q空き店舗をご覧ください。

問 同課から必要書類を商業観光課に直接 ☎2998・9155

## 都市計画道路の一部開通

問 道路建設課 ☎2998-9172

都市計画道路北野下富線(1工区)・松葉道北岩岡線の市道3-5号線から市道3-1124号線までの延長996メートルが供用開始しました。詳細は、市庁(Q北野下富線)をご覧ください。



ご意見・ご提案お待ちしております!

## 市長タウンミーティング

### ◆テーマ：山口地区のまちづくり

市長が皆さまからのご意見や思いなどを伺う場、第18回「市長タウンミーティング」を開催します。「市長に思いを伝えたい」「市長に提案したい」皆さまのご参加をお待ちしています。

日 4月19日(土)午前10時～11時30分(午前9時30分開場)

場 山口まちづくりセンター

対 市内在住・在勤・在学の方

問 市民相談課 ☎2998-9092 FAX 2998-9041



▲詳細は市庁をご覧ください。

- ▶会場に直接お越しください。(満員になった場合、入場できないことがあります)
- ▶お子様同伴での入室ができます。1歳から就学前のお子様の一時預かりを利用する場合、4月17日(木)午後5時15分までに同課へお問い合わせください。
- ▶駐車場には限りがあります。ご了承ください。



手続きをお忘れなく

## 住民税非課税世帯重点支援給付金

同給付金コールセンター  
☎0120-153-147 (午前9時～午後5時15分 / 土・日曜、祝日を除く)

対象と思われる世帯に、支給予定通知または確認書を送付しました。確認書は内容を確認・記入し、記載された書類を添付のうえ、同封の返信用封筒で4月30日(必着)までに返送してください。

なお、支給対象と思われる世帯で、3月31日(月)までに支給予定通知または確認書が届いていない場合は、申請書による申請が必要です。申請書による申請期限も4月30日(必着)です。

◎令和6年度住民税未申告の方がいる世帯は、給付金の申請の前に住民税の申告が必要です。



▲詳細は市HPをご覧ください。

### にぎわい拠点の創出事業などに補助

にぎわい拠点(にぎわいトコロ)の創出・活性化の取り組みに対する事業費の一部を補助します(上限20万円)。

◎事務所または主な活動拠点が市内にあり、団体の規約や代表者の定めがある5人以上のグループ

◎予算額に達し次第、終了します。詳細は市HP(Q)をご覧ください。

◎申請書から必要書類を商業観光課に直接 / ☎29998・9155

### 地域資源活用・ももぐり総合支援補助金

市内の製造事業者や農業者などの基盤強化と地域経済の活性化を図



るため、新商品やサービスの開発および新たな販路の開拓などの経費の一部を補助します。事前の相談が必要です。

◎次の全てを満たす中小企業者  
▼製造業または農業を営む▼市内在住の個人または市内に本店がある法人▼必要な許可を取得済み(見込み含む)

◎対象事業(上限額) ▼産業財産権取得事業(30万円) ▼販路開拓事業(10～150万円) ▼新製品・技術・サービスの開発事業(30～150万円) ▼人材育成事業(30万円)

◎審査で選定します。詳細は市HP(Q)ものづくり補助金)をご覧ください。

◎申請書4月10日(木)～6月30日(月)に必要書類を産業振興課に提出 / ☎29998・9157

### 都市型産業等育成補助金

書類を産業振興課に提出 / ☎29998・9157

最大2年間 事業所賃借料の一部を補助します(上限10万円)。

◎事前の相談が必要です。◎次の全てを満たす法人または個人

▼市内に事業所を新たに賃借する事業が都市型産業または製造業に入居後、市内で当該事業を5年以上継続

◎都市型産業 ▼アニメーション・コンテンツ・ICT関連産業▼情報通信業▼自然科学研究所▼社員6人以上の本社

◎審査で選定します。詳細は市HP(Q)都市型産業育成)をご覧ください。

### 障害者雇用推進企業支援補助金

市内事業者の、障害者の雇用に係る経費の一部を予算の範囲内で補助します。事前の相談が必要です。



◎補助上限額 ▼事業補助金: 新規雇用または雇用後半年以内に実施する設備改修・社員研修など(改修50万円/研修10万円) ▼雇用助成金: ハローワークなどを通して市内在住者を新規雇用(10～20万円)

◎職場実習奨励金: 5日以上の職場実習を実施(1人当たり2万円) ◎予算額に達し次第、終了します。

◎必要書類を産業振興課に提出 / ☎29998・9157

### 高齢者交流・研修支援事業補助金(日帰り貸切バス費用の補助)

◎次の全てを満たす団体 ▼規約・代表者の定めがあり、組



## 市制施行75周年記念 所沢市民栄誉賞



ヒント・4面応募方法は15面

### クイズ①

パリ2024パラリンピック競技大会で金メダルを獲得し、大きな感動を与えた方々に贈呈しました。

◎申請書4月15日(必着)に必要書類を高齢者支援課に直接・郵送 / ☎29998・9120



◎利用条件 ▼令和7年5月下旬～8年3月下旬に構成員20人以上で利用▼1団体年度1回1台のみ

◎補助額 上限35,000円 ◎バスのキャンセル料は対象外です。申込書は市HP(Q)高齢者交流)などで入手できます。申し込み多数の場合は抽選として5月上旬までに結果を郵送します。

◎組織運営を行う▼交流・研修支援事業以外にも高齢者福祉または地域に寄与する活動を継続的に行う▼市内在住の60歳以上の方20人以上で構成▼政治・宗教・営利活動を目的としていない▼法人格を有する団体ではない

## 4月1日から 妊婦支援給付金制度が始まります

出産・子育て応援給付金が妊婦支援給付金へ変わります。

4月1日以降に妊娠届出をする方	給付額	5万円
	案内時期	妊娠届出時
	支給方法	妊婦名義の口座へ振り込み
4月1日以降に出産された方	給付額	胎児数×5万円(流産・死産含む)
	案内時期	出産後、新生児訪問時にご案内
	支給方法	産婦名義の口座へ振り込み

Q 3月31日までに妊娠届出をした場合の給付はどうなりますか?

A 出産・子育て応援給付金「出産応援給付金」を給付します。「出産応援給付金」未申請の方は「妊婦支援給付金」を給付します。

Q 3月31日までに出産した場合の給付はどうなりますか?

A 出産・子育て応援給付金「子育て応援給付金」を給付します。申請方法は、対象者の方へ別途お知らせします。



妊婦支援給付金



出産・子育て応援事業

妊婦支援給付金: こども家庭センター ☎2991-1817  
出産・子育て応援給付金: こども政策課 ☎2998-9415

計画の縦覧など

◆下水道の縦覧

場 上下水道局下水道整備課

因 令和7年3月7日付けで変更した

所沢都市計画下水道事業計画の図

書

問 同課 ☎2921・1023

◆所沢都市計画緑地の変更(案)

原案説明会

日 4月20日(日)午前10時~11時

場 市役所7階研修室

▼縦覧・意見書の提出

意見がある方は、期間中に意見書

を提出できます。

対 市内在住・在勤・在学の方、利害

関係者

日 4月21日(月)~5月8日(木)

場 市役所5階市街地整備課

申 同課 ☎2998・9208

北秋津・上安松土地区画整理事業の保留地販売中

抽選販売で応募のなかった保留地

を先着順で販売しています。また、

5月の連休明けから10画地の公募

を行う予定です。購入を希望する方

は組合までお問い合わせ

してください。

◎詳細は組合HPをご覧ください。

問 所沢市北秋津・上安松土地区画整

理組合事務局

☎2946・8566

野鳥の巣作りの季節です

3~4月は野鳥の巣作りの季節

です。巣を作られて困る場合

は、樹木の剪定

や針金ハンガー

などの巣作りの

材料を室内にしまいましょう。

しばらく雨戸などを閉めたままにする場

合は戸袋を塞ぐなど、巣作りをく

いよう対策を行いましょ。

問 生活環境課 ☎2998・9370



交通災害共済の加入をお忘れなく

4月1日以降も手続

できます。万が一の

事故に備えて、ぜひご

加入ください。

共済期間 令和8年3月31日まで

費 大人:600円 中学生以下:

300円

◎詳細は申込書をご覧ください。申

込書は市役所1階防犯交通安全課

まちづくりセンター、サービスコー

ナー(所沢駅・小手指・狭山ヶ丘)

で入手できます。

問 同課 ☎2998・9140

開催

交通安全運動

交通安全の集

い

日 4月5日(土)午前10時30分~11時

(雨天中止)

場 航空記念公園

防犯交通安全課

☎2998・9140

YOT・TOKO1日店長

日 4月26日(日)午前10時30分~午後

1時45分③午後4時(各15分)

場 観光情報・物産館YOT・TOKO

問 商業観光課 ☎2998・9155

採れたて!農産物直売

「とろざわ市」

日 4月8日(火)午前10時~午後1

時/市役所別館前

広場 4月22日(火)

午前10時~午後1

時/元町コミュニ

ティ広場

問 農業振興課 ☎2998・9158

開業セミナー

日 5月22日・29日、6月5日・12日

19日・26日いずれも木曜午後6時

30分~9時(全6回)



所沢商工会議所

開業・独立を目指す方、開業・独

立後5年未満の方

申し込み先着25人

費7千円

講 中小企業診断士・坂本篤彦さん

問 同所から同所にて申し込み

☎2924・5581

空き家と相続の無料相談(予約制)

日 4月19日(土)午前10時

~午後3時45分

場 新所沢東まちづくり

センター

対 市内在住の方

定 申し込み先着6組

申 同所 4月18日(金)にNPO空き家・空地

管理センター(協定事業者)に電

話 ☎0120・3336・366

問 住宅政策課 ☎2998・9216

就職支援を行う

埼玉ごとサポート(5月開催分)

詳細は同センターHPを

ご覧ください。

就職相談(要予約)

就職支援セミナー

受け付けは4月23日(水)からです。

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 同所 埼玉ごとサポート受付専用タ

イタルに電話(午前9時~午後5

時) ☎049・265・5884

社会保険労務士による労働相談

日 4月18日(金)午後4

時~8時(最終相

談:午後7時から

/1人50分)

場 市役所別館相談室

対 勤労者、事業主、

人事担当者など

定 申し込み先着4人

内 賃金、解雇、就業など

申 同所 4月11日(金)午後4時に産

業振興課に電話 ☎2998・9

157



暮らしの相談

いずれも時間は受付時間です。先

着順に受け付けます。

◆住宅増改築等相談

日 4月8日(火)午後1時~3時30分

因 住宅リフォーム時の注意点など

主催 埼玉土建一般労働組合所沢支

部

◆不動産無料相談会

日 4月11日(金)午前10時~午後3時

因 不動産の契約、取引、賃貸借など

主催 埼玉県宅建物取引業協会所

沢支部

【共通事項】

場 市役所1階市民ホール

問 市民相談課 ☎2998・9092

クイズ②

市のまちづくりの方向性や、その

実現の方法などを記載した、市政

の最上位計画である「所沢市総合

計画」。

後半部分の2025年度から20

28年度までの4年間の市の施策

の方向性を定めるものです。

2025年4月からスタートしま

す。

所沢市総合計画

後期基本計画



ヒント・2面 応募方法は15面

スマートハウス化推進補助金

問 マチごとエコタウン推進課 ☎2998-9133

住宅の省エネリフォームや創エネ機器を導入する場

合に利用できる補助金です。事業者や自治会が対象の

補助金もありますので、詳細は市HP(Qスマートハウ

ス)をご覧ください。◎予算額に達し次第、終了します。



創エネ・蓄エネ機器

主な補助対象項目	補助金額	申請時期
エコハウス	ZEH(Orientedを除く)	10万円
	低炭素建築物	7万円
	長期優良住宅	5万円
	ZEH Oriented	5万円
太陽光発電設備	上限15万円	工事完了後・引渡し後 (自動車は車検証交付後) ◎申請時期は年度内4回
太陽熱利用システム	上限12万円	
地中熱利用システム	25万円	
コージェネレーションシステム	10万円	
蓄電池	上限24万円	
電気自動車(EV)	5万円	
燃料電池自動車(FCV)	5万円	
エコカー充電設備(V2H)	5万円	

エコリフォーム

主な補助対象項目	補助金額※1	申請時期	
開口部の断熱改修	外窓/ガラスの交換、内窓の設置、	4月1日以降着工前(着工後の申請は不可)	
	玄関ドアの交換		3万円/カ所~
断熱改修	床、天井、屋根、外壁		4万円
屋根の遮熱塗装			※2
			3万円

※1補助の上限額は30万円(合算) ※2床・壁 1千円/㎡~、天井・屋根 4百円/㎡~(上限あり)

初期費用ゼロ円太陽光実施事業者用

市HPから登録プランを確認し、サービス提供事業者へ直接申し込みください。

補助対象項目	補助上限額	申請時期
太陽光発電設備	15万円	4月1日以降着工前(着工後の申請は不可)
蓄電池(太陽光発電設備と同時に設置)	24万円	

非FIT太陽光・蓄電池への補助上乗せ(予定)

FIT(固定価格買取制度)の認定を受けない太陽光発電設備と蓄電池の導入に対して、「創エネ・蓄エネ機器」補助に次の金額を上乗せします。事業者向けにも、別途補助の上乗せメニューがあります。

補助対象項目	上乗せ上限額	申請時期
非FIT太陽光発電設備	35万円	6月上旬(契約前かつ着工前)
蓄電池(非FIT太陽光と同時に設置)	37.6万円	

# こんにちは 民生委員です

皆さんの身近な相談相手、民生委員。行政などへの支援のつなぎ役でもある民生委員を連載で紹介いたします。あなたも民生委員になりませんか♪

☎2922-2115

吾妻地区民生委員  
中山 恵子さん



市HP (Q民生委員・児童委員)

中山さんは、子育てをしながら働く現役世代だ。12年ぶりに地元に戻ったものの、知り合いがほとんどおらず、地域とつながり、貢献できることはないかと考えていたときに、民生委員募集を知り、思い切って立候補した。

地域に貢献している方や福祉のプロと出会い、情報交換や学ぶ機会が多く、自身の人生に大きくプラスになっていると語る。私生活ではこどもとの時間を大切に



しながら、趣味の「観る将」でプロの将棋対局を楽しんでいる。地域のために奮闘する中山さんの存在は心強い！

## リサイクルふれあい館エゴロの行事

- ①大型家具抽選会  
4月11日(金)・25日(金)午前11時から
- ②おもちゃの病院  
4月26日(土)午後1時～3時
- ③傘修理(1人1本・部品代実費)  
折りたたみ傘、ビニール傘などは対象外です。
- ④4月19日(土)午後1時～2時30分
- ④包丁研ぎ講習会  
4月19日(土)午後1時30分～3時30分
- ⑤カーテン地からバッグを作ろう  
4月20日(日)(午前9時30分～午後2時)
- ⑤抽選10人(市内在住の18歳以上の方を対象)



⑤抽選10人(市内在住の18歳以上の方を対象)  
⑤抽選10人(市内在住の18歳以上の方を対象)

## とくく親子で楽しむ運動あそび

- ④4月19日(土)午前9時30分～11時
- ④包丁研ぎ講習会  
4月19日(土)午後1時30分～3時30分
- ⑤カーテン地からバッグを作ろう  
4月20日(日)(午前9時30分～午後2時)
- ⑤抽選10人(市内在住の18歳以上の方を対象)



## 4月の児童館だより

市内11児童館のイベントを市HP(Q児童館だより)で確認できます。



## 狭山丘陵いきものふれあいの里センターのイベント

- ①狭山丘陵自然観察会  
「ゆく春を森で湖畔で」  
4月12日(土)午前9時30分～午後2時30分
- ②高校生以上  
定申し込み先着20人  
持厚食、飲み物、筆記用具  
費800円
- ②定例ガイドウォーク  
4月5日(土)・6日(日)各日午後1時30分～2時30分
- 集合 ①西武球場前駅駅前②同センター(下山口駅から徒歩15分)
- ④4月14日(月)からこども支援センターに電話・☎2922-2238
- ④4月14日(月)からこども支援センターに電話・☎2922-2238

## 社会福祉協議会からのお知らせ

- ①4月23日～8年2月25日②5月7日～8年3月4日③5月28日～8年3月4日の毎水曜午前10時～正午(①全40回②全34回③全33回)
- ④4月23日～8年2月25日②5月7日～8年3月4日③5月28日～8年3月4日の毎水曜午前10時～正午(①全40回②全34回③全33回)



## 定各課程選考15人

- ①4月23日～8年2月25日②5月7日～8年3月4日③5月28日～8年3月4日の毎水曜午前10時～正午(①全40回②全34回③全33回)
- ④4月23日～8年2月25日②5月7日～8年3月4日③5月28日～8年3月4日の毎水曜午前10時～正午(①全40回②全34回③全33回)

## 会計年度任用職員の募集

- ①4月23日～8年2月25日②5月7日～8年3月4日③5月28日～8年3月4日の毎水曜午前10時～正午(①全40回②全34回③全33回)
- ④4月23日～8年2月25日②5月7日～8年3月4日③5月28日～8年3月4日の毎水曜午前10時～正午(①全40回②全34回③全33回)

# あの人に贈ろう

## ～所沢ブランド特産品～

産業振興課 ☎2998-9157



ライオンズ所沢抹茶  
フィナンシェ

埼玉西武ライオンズ  
☎0570-01-1950

### ブルーナドームのお土産

ライオンズファンにはお馴染みの市内茶園「新井園本店」の「狭山かおり」の茶葉を使用した、狭山茶の濃厚な風味と、国内産うるち米のもちっとした食感が特徴のお土産にぴったりのライオンズ所沢抹茶フィナンシェ。

アレルギーを持つ方も安心して楽しめるよう小麦を使わず、グルテンフリーで、「榊マスタック」によって一つひとつ手作りで丁寧に仕上げられています。また、パッケージには所沢の美しい風景「狭山湖」や「航空記念公園」が描かれ、所沢の魅力が詰まったブルーナドームのお土産です。



商品や販売店の詳細は  
同特産品HPをご覧ください。

## 募集

④4月11日(金)午前10時～11時にこども福祉の未来館で事前説明会を行います。

④4月11日(金)午前10時～11時にこども福祉の未来館で事前説明会を行います。



### 埼玉県美術展覧会作品募集

場 県立近代美術館  
 対 15歳以上の県内在住・在勤・在学者（絵画教室などの生徒を含む。中学生は除く）  
 募集期間 ▼日本画（水墨画含む）、洋画（版画含む）、書（篆刻・刻字含む）：5月8日（木）11日（日）・12日（月）▼彫刻、工芸、写真：5月9日（金）・10日（土）・13日（火）  
 ◎作品の出品方法などの詳細は県展HPをご覧ください。



問 県・生涯学習推進課  
 〒048-8300・6925



日 5月11日（日）  
 対 平成2年4月2日〜19年4月1日  
 定 243人

日 4月16日（火）午後5時まで  
 ◎詳細は県展HPをご覧ください。  
 問 所沢警察警務課  
 〒2996・0110

### 皆さんの善意（順不同）

1月16日〜2月15日の受付分です。ありがとうございます。  
 【金銭】総額780,000円  
 ●所沢商工会議所女性会様 ●俣ルミアン様 ●俣井花米穀店様 ●所沢米穀商組合様 ●MS&ADブランドアシスタンス様  
 【物品】  
 ●こくみん共済coop埼玉推進本部川越支所様（横断旗） ●埼玉県西部電設協力会様（LED防犯灯・電柱共架工事） ●所沢市立北小学校PTA様（モバイルモニター）  
 【企業版ふるさと納税】  
 総額1,000,000円  
 ●ファームドゥグループ様

### 令和7年国勢調査員を募集中

問 文書行政課 ☎ 2998-9043

5年に一度実施される国勢調査の調査員が不足しているため2次募集を行います。ご協力をお願いします。

- 対 18歳以上（高校生不可）
- 任命期間 8月下旬〜11月上旬
- 内 各世帯へ調査票の配布・記入依頼・回収など
- 定 500人
- 報酬見込み額 約3万5千円（1調査区約60世帯の場合／国基準で算定（概算））
- 日 5月30日（金）までに申込書などの必要書類を市役所4階同課に直接（土・日曜、祝日除く午前9時〜午後5時）
- ◎詳細は市HPをご覧ください。



◎申込書は市役所4階文書行政課、まちづくりセンター他、市HP（Q国勢調査）で入手できます。



## 小手指の魅せどころ

問 小手指まちづくりセンター本館  
 ☎ 2948-1295



▶北野天神社に祀られている菅原道真ゆかりの烏帽子と梅などをモチーフとした地域のマスコット「こてまる」がいる。



### ～地域のことは地域で決め、地域で解決～

小手指地区は市内の中西部、東川や砂川堀などの小川に沿って狭山丘陵北麓と所沢の町場を結ぶ位置にあります。地区内には、平安時代中期から存在する、由緒ある北野天神社や小手指ヶ原古戦場などの文化歴史遺産があるほか、桜が咲く季節には、砂川堀沿いに500mにわたってしだれ桜が咲きそろう、ハナミズキ祭りも開催されています。

市全体の人口が減少するなか、地区内の人口は増加していて、人口・世帯数は市内最多、69の自治会を擁するマンモス地区です。「地域のことは地域で決め、地域で解決」を合言葉に、体育祭、文化祭、防犯一斉合同パトロール、新春のつどい、二十歳のつどいなど、さまざまな活動を展開しています。



▲小手指方言かるた

“住んでよかった”が増えていく。このまちが“もっと”好きになる。



### 所沢市民フェスティバル フォトコンテスト

昨年10月からSNS上で開催していたフォトコンテストです。合計146点もの素敵な写真の中で、最優秀作品が1点、優秀作品3点が決定しました!

### クイズ 3

ヒント・5面 応募方法は15面



### 新茶シーズンを盛り上げて万博チケットをプレゼント

### Instagramで 所沢の狭山茶の魅力を発信

問 農業振興課 ☎ 2998-9158

市内で撮影したお茶の魅力あふれる「最高の写真」をSNSに投稿し、新茶の時期を盛り上げよう!

所沢市が出展する万博首長連合主催「LOCAL JAPAN展」にあわせ、大阪・関西万博入場チケットをプレゼントします。

#### 応募方法

- ①所沢茶園公式Instagramをフォロー
- ②市内の魅力あふれる写真に「#所沢茶園」を付けて投稿
- ③所沢茶園へメッセージを送る



▲公式 Instagram

応募期間 日初〜4月30日（火）

当選人数 5人

- ▶チケットは、令和7年7月28日（月）限り有効
- ▶交通費・宿泊費などは当選者負担
- ▶再発行不可

◎詳細は市HPをご覧ください。



▲市HP

### 所沢市も出展

## 4/13（日）から 大阪・関西万博が開幕

問 企画総務課 ☎ 2998-9046

世界中から集まる最先端の技術・文化・グルメ…そして感動が詰まった大阪・関西万博がついに開幕します!

想像を超える未来の体験が、もうすぐそこに! 詳細は万博ホームページをご覧ください。



▲電子チケットの購入



▲紙チケット／引換券



# みんなのすこやか通信

・会場は保健センター(出張事業除く)  
〒359-0025上安松1224-1午前8時30分～午後5時15分(土・日曜、祝休日、年末年始は休み)  
☎2995-1178  
・詳細は健康ガイド(一部日程変更あり)や市HPをご覧ください



▲保健センター



▲こども家庭センター

## 保健センター

健康管理課 ☎ 2991-1811

### 带状疱疹ワクチンが定期接種の対象になります

①令和7年4月2日～8年4月1日に65～100歳までの5歳刻みの年齢になる方※令和7年度のみ100歳以上の方も対象②60～64歳でHIVによる免疫機能の障害を有する方(障害認定1級程度)  
◎①の対象者には接種券を4月上旬に郵送予定です。▶助成の対象となるのは生涯で一度、今年度のみ▶過去に接種が完了している方(自費での接種を含む)は原則、助成の対象外  
接種助成期限 8年3月31日(火)  
詳細は市HP(Ｑ带状疱疹ワクチン予防接種)をご確認ください。



### こどもの予診票発行は電子申請が便利!

転入や紛失などで、予診票をお持ちでない場合は、市HP(Ｑ乳幼児期の予防接種)から電子申請が可能です。



こころの健康支援室 ☎ 2991-1812

### つどい 要

つどい	4月の開催日	時間
うつ病ご本人(精神科医参加)	3日(木)	午前10時～正午
うつ病ご家族	9日(水)	
強迫性障害	8日(火)	
発達障害ご家族	16日(水)	
自死遺族	12日(土)	午後1時～5時

精神保健専門相談 要予約  
☎4月15日(火)午後2時～5時☎市内在住の18～65歳の方☎精神科医の相談

思春期こころの健康相談 要予約  
☎4月24日(木)午後1時～4時☎市内在住・在学の高校生とその保護者☎精神科医の相談

健康づくり支援課 ☎ 2991-1813

★はトコトコ健幸マイレージのポイント対象です。

### ファミリー食育教室★

☎4月2日(火)から☎5月28日(火)午前10時～午後0時30分☎1～18歳の子と保護者☎講話「お弁当づくりが楽しくなるポイント」、調理実習☎700円



### 楽しく健康食教室(全6回コース制)

☎4月2日(火)から☎5月22日、6月12日、7月17日、9月18日、10月16日、11月20日いずれも木曜午前10時～午後0時30分☎65歳以上の方☎「元気に100歳を迎える」をテーマにした栄養講話、時短レシピの調理実習、ストレッチ体操(2回目のみ)☎各回700円



### すこやか栄養教室

☎4月2日(火)から☎各日午前10時～11時30分☎講話「知って得する!認知症予防」

会場	5月の開催日	内容
所沢まちづくりセンター	16日(金)	栄養講話、口腔ケア、試食
小手指まちづくりセンター分館	20日(火)	
山口まちづくりセンター	23日(金)	
柳瀬まちづくりセンター	26日(月)	栄養・保健講話、試食

### 成人健康相談 随時電話

相談名	4月の実施日	時間
健康相談	9日(水)、14日(月)	午前
	23日(水)	午後
歯科相談	22日(火)	午前
栄養相談	10日(水)、17日(木)、24日(木)	午前
理学療法士の相談	11日(金)、18日(金)、25日(金)	午前

動いて健康!健康づくり教室 随時電話  
☎毎月2回金曜午後1時30分～3時30分(3～6か月コース)☎▶74歳以下で病気やけがなどによる身体機能の低下があり、活動範囲を広げたい方▶自主トレを学び継続して運動を行いたい方☎運動指導、体操、交流など☎10人  
◎まずはご相談ください。



## こども家庭センター

母子保健 ☎ 2991-1817

### 乳幼児健康診査

◆4か月・10か月児(個別)  
☎市内協力医療機関  
◆1歳6か月・3歳児(集団)  
☎保健センター▶集団の日程は市HPを確認▶健診日の2週間前までに健診票を郵送▶届かない場合は連絡

### 身体計測・相談会

☎4月3日(火)から☎4月25日(金)  
☎栄養士、歯科衛生士、保健師などと各種相談



妊娠・出産 ☎ 2991-1820

### 妊婦サロン

☎4月24日(木)から☎5月14日(水)

### 両親学級

☎4月24日(木)から☎5月24日(土)



▲妊婦サロン・両親学級

栄養・歯科 ☎ 2991-1813

☎4月3日(火)から(①②⑦は☎、④⑤⑥は電話、③は電話・☎)

### ①産後マクッキング

☎5月27日(火)☎令和7年1～2月生まれの子と母☎700円

### ②離乳食教室

◆ごっくん期(令和6年11～12月生まれ)☎5月12日(月)

◆もぐもぐ期(6年9～10月生まれ)☎5月13日(火)

◆ぱくぱく期(6年2～5月生まれ)☎5月23日(金)

☎栄養・歯科講話、デモンストレーション、試食など



### ③2歳児歯科健康教室

☎5月12日(月)☎2歳3～8か月☎歯科健診、フッ化物塗布など

### ④離乳食のおはなし会

☎4月28日(月)

### ⑤乳幼児の食事相談

☎5月26日(月)

### ⑥歯科相談

☎4月28日(月)午前時☎歯ブラシ

### ⑦離乳食と歯のおはなしサロン

☎4月30日(水)☎狭山ヶ丘コミュニティセンター

所沢市管理栄養士おすすめ!

## 健康レシピ

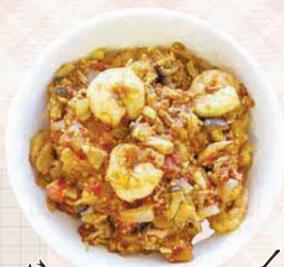
エネルギー 437kcal 脂質 10.3g  
タンパク質 18.3g 塩分 1.6g

### 材料(2人分)

豚ひき肉…60g トマト缶…90g  
えび…6尾 水…100g  
酒…小さじ2 ☆カレー粉…小さじ1・1/2  
玉ねぎ…1/4個 ☆オリーブ油…小さじ1・1/2  
にんにく…1/2片 ☆クミンシード…小さじ1/3  
しょうが…7g ★トマトケチャップ…小さじ1・1/2  
まいたけ…1/2パック ★ソース…小さじ1・1/2  
ぶなしめじ…1/2パック ★塩…小さじ1/3  
えのきたけ…1/6パック ガラムマサラ…小さじ1/2  
白米 } 合わせて1合  
十六穀米 大さじ1

### Point

市販のルーを使わず、ヘルシーでスパイシーな本格カレーができていきます。



1 玉ねぎはみじん切りにし、耐熱容器に入れてラップをかけ、電子レンジ(500W)で3分加熱…①

2 ▶まいたけ・えのきたけ…粗めのみじん切り▶しめじ…ほぐす▶えび…洗って酒をふる

3 フライパンで☆・みじん切りしたにんにく・しょうがを中火で香りが出るまで炒め、①を加えてさらに炒める…②

4 ②にトマト缶・豚ひき肉・きのこ類・水を加えて混ぜながら煮る…③

5 ③に★を加えて、えびを入れて火が通るまで煮る

6 ガラムマサラを加えて混ぜ合わせ、香りがたったら火を止め、器によそう

▶その他の健康レシピはクックパッドでも公開しています。



### いいトコPhoto



▲ぼくも在宅ワーク中  
パパみたいにしっかり働けるかなー？  
●のりばあば（小手指町）



▲春です！小鳥も元気に！  
航空記念公園の茶室の梅にメジロがたくさん  
●みーはる（牛沼）



▲3兄弟  
弟が生まれ3兄弟になりました  
●みー（若松町）

### いいトコ作品集



▲小かぶもひと休み  
酢漬け、スープの具、煮物なんでもおいしい！  
●井上博子（上安松）



▲中学校の入学式  
今年から中学生！楽しみです♪  
●なる（並木）

### 誰でもエッセイ

#### テーマ

#### 「懐かしい春の思い出」

#### 父の応援

菜の花（小手指南）

私は若い頃、冬になると、のどが悪くなり、風邪をひいたように咳ばかり出ていました。

仕事を休んでも治らず、体は本調子ではないけれど仕方ないと、職場に行くことにしました。父が心配して、「車で送るよ」と言ったので、好意に甘え、車で職場に向かいました。途中で「寒くなったり、暖かくなったり、おかしな気候だね」と言うとうと、父は「寒さが続くと思ったら暖かい日が来たり！そうして春になるんだよ」教えてくれました。

後に、それが三寒四温という言葉だと知りました。その時の私は、新しい職場で緊張や不安を抱えていましたが、その言葉でなぜか、心の中が暖かくなり、落ち着いたのです。春先になると、いつも父のこの言葉を懐かしく思い出します。

本物のナズナの味 まつとー（狭山ヶ丘）

セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラなど、春の七草のひとつナズナ摘みが始まる頃には、ふるさと信濃も春が実感できる季節となります。

そんなナズナは、ペンペン草とも言おうとか。故郷を出て20年ほど経った頃、妻と帰郷した際に、ナズナ摘みに行き、これがナズナだとたくさん採り、実家で義姉に見てもらったところ、その大半がナズナではないと選別され、捨てられました。幼い頃の記憶の曖昧さに、しばしあせんとしましたが、分けてもらった本物のナズナを義姉が茹でてくれ、そのおいしかったこと、今でも懐かしく脳裏に浮かぶ春の思い出のひとつです。

#### 菜の花畑で父母とお茶

新井智子（下宮）

私の実家近くに小高く、段になっている畑があり、父母はそこで働いていた。

春は畑いっぱい菜の花の黄色い海が広がり、家から父母の様子をよく見ることができた。

3時のお茶の時間になると祖母は私にお茶とおやつを持たせる。幼い私は畑への階段をヨイショ、ヨイショと一生懸命登った。おやつは焼き餅も落とさないように。やがて菜の花畑に近づき、駆け寄ってきた父の大きな腕が私を抱き上げてくれる。それは大切な私の思い出。真っ黄色の菜の花畑はそよ風でゆらゆら揺れていた。いつも目をつむると、その光景が私を幸せにしてくれる。



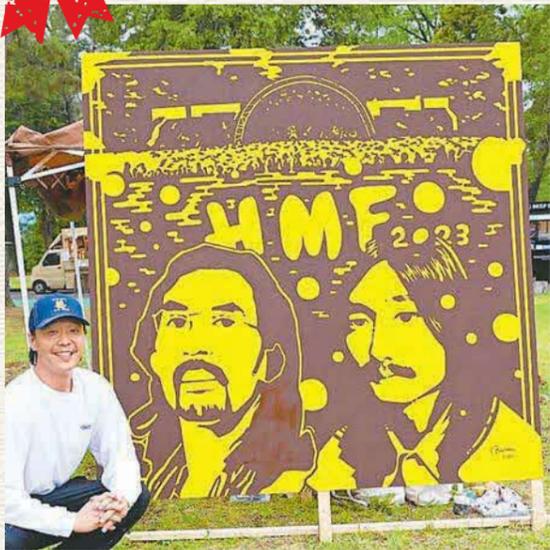
5月号のテーマ  
「母の日に伝えたいこと」  
締め切り ● 4月10日(木)



▲市HP（Qひばりちゃん）でダウンロードできます。

はつらつ  
ところっこ

## 誰かの思いを形にする喜びが原動力



デザイナー・アーティスト  
／まちなかコンサートメインビジュアル担当  
**RUSOW** さん（市内在勤）

所沢の思い出の場所と言えば、音楽喫茶MOJO。オープンして間もなく通いはじめ、たくさんのお出掛けがあった。休みの日はアーティストからパパに切り替えて子どもと一緒に過ごす。「子どもの友達家族と集まったり、公園で遊んだり、どこにでもいる普通の父親だと思います」。



「目の前の人を何を求めているかが一番気になってしまふんです」と少し困ったような笑顔で話すのは、デザイナーでアーティストのRUSOWさん。

小手指育ちで小手指小学校・小手指中学校を卒業し、所沢西高校に進学。高校では、部活やバンドで毎日忙しく過ごす。高校卒業後の進路に悩んでいたとき、デザイン専門学校の学校説明会を聞く機会を得た。「デザインってすごくいいよな…」と感銘を受け、都内のデザイン専門学校へ入学する。

入学後はデザインの勉強とヒップホップに熱中し、のめりこんだ。学校が終わってからヒップホップの世界に入りびたり、明け方に少し寝て、学校へ行く毎日。若いエネルギーで好きなことに突き進んだ。

そんな学生生活も終わりを迎え、就職の時期。デザイン、特にグラフィックが一番興味があった。デザイナーとして働くことをイメージしていたが、恩師に勧められて、ウェブサイトを中心に扱っていたデザイン会社のディレクターとして就職した。しかし、ベテランデザイナーを束ねつつ、依頼主との調整を担う仕事が最初からうまくできるわけがない。必死に仕事を覚えながら、終電で帰宅する日々。いつ辞めようかいつ辞めようかと自問しながら3年耐える。

25歳のときに、デザイン会社を退職。自分の感性を解き放ちたい気持ちが抑え

られなかった。アルバイトをしつつ、ライブペイントを始める。ライブが行われる夜10時から朝5時の間に、絵を完成させるスタイル。採算は合わなくても、自分を成長させたくて、声がかかれば全国どんな場所へも行った。イベントが終わるとロール状のキャンバスを担いで帰る。そんな生活を続けていく中で、いつからかデザインの仕事が増えて、ウェブページのデザイン、イベントフライヤー、ロゴなどを制作するようになる。

無我夢中で走り続けてきたが、最近は自分の作りたいものと他の人が求めているものをかけ合わせて、デザインに落とし込む過程や、社会に求められる形に変換していくことが好きだとしみじみと実感するようになった。そして、自分の関わるイベントでは全体を見つつ、自然にバックアップする役割を果たしていることに気づいた。学生時代の恩師は、自分の個性を見抜いていた。

アーティストとしてもっと自分の表現を優先すべきかと悩むときもあるが、出会った人や経験によって今の自分が作られていて、デザイナーを続けられていることが答えだと思っている。全国各地で開催される音楽イベントでのライブペイントや、店舗内外の壁画制作など多種多様なデザインワークを行っている。これまでに培った気力・体力は健在。求められれば海外にも行きたいと意欲にあふれている。「出会った人の気持ちやバックボーンを、大切にしているだけなんです」と笑う姿が印象に残った。（取材：上地）

## 今月のプレゼントクイズ！

あなたの指先に華やかな「春」をお届けします♪  
**ジェルネイル 1回無料券** (5,000円相当×4人)



落ち着いた雰囲気ナチュラル系ネイルサロンです。爪にダメージが少ない方法で施術しますので、健康な爪を目指しながらジェルネイルができます！暖かくなり、外出も多くなる季節。華やかなネイルでお出かけして、春の訪れを指先から楽しんでみませんか？

●ネイルサロン春  
若松町834-1 パークサイドドエルB202  
☎080-1985-5620  
(午前10時～午後4時、午後9時～11時/不定休)

▶詳細は同サロンInstagramをご覧ください。



### ◆今月のクイズ

9・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（4月10日(休)締め切り）

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⑦4月号の感想を記入し、〒359-8501広報課（住所不要）に郵送・市庁（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。



▲市庁

## 読者感想文

- 事故により車いす生活を余儀なくされながらも、スポーツに仕事に色んなことに果敢に励む生き様に感動しました。私も病気を抱えながら今を生活しているので、とても励みになり、私も前向きになり、頑張ろうと思えました（向陽町・20代）
  - 車椅子ハンドボールはパラリンピックの種目に採用されてないことを知りませんでした。日本代表ということで、いつかパラリンピックに種目が採用されるといいですね！活躍するその日をとても楽しみにしています（星の宮・50代）
- 編集から ●3月号のところっこは、車いすハンドボール日本代表の伊藤さんでした。不慮の事故にもめげ

ずに、ひたむきに努力を続け日の丸を背負い戦う伊藤さんに心を動かされた方も多いのではないのでしょうか。今後の活躍にも目が離せないですね！

- 特集を読んで、不安な思いになるときには、気軽に話すことができる相手や、話を聞いてくれる人がいてくれると安心だと思いました（山口・70代）
  - クラスのゲートキーパーになることができているかな、と思った（美原町・10代）
- 編集から ●4月は進学や就職などが増えストレスを抱えやすくなります。悩んでいる人がいたらぜひ、一歩踏み出して声かけを！

## 編集後記

4月から年度が切り替わり、新たなスタートを迎えます。今年度の目標は、取材力と写真撮影技術の向上です！一朝一夕で身につくものではないですが、コツコツ努力を続けようと思います。令和7年度も、「読んでうれしい広報紙」を目指して、「読みやすい・役立つ・共感できる」と感じてもらえる広報とことろざわをお届けできるよう、頑張りますので、今年度もよろしくお祈りします（深町）

所沢のこれからの動きが分かる本特集。ぜひ皆さんにご覧いただき、所沢の未来について考えるきっかけになれば幸いです。4月から始まる後期基本計画にも注目です♪（関）

アートを見るのは好きなので、はつらつところこのRUSOWさんのお話を興味深く、楽しく伺いました。ただ、自分の知識不足を感じて、もう少し濃いインタビューができればと反省です（上地）



▲2月1日(土)、市民体育館・総合運動場で開催された、10種目のレクリエーション種目を自由に体験できるレクリエーション祭り。さまざまな年代の参加者がいきいきと体を動かしていました。  
写真：野村義男



◀松井まちづくりセンターで、わくわく冒険キャンプを2月2日(日)に開催しました。カラフルなスライムやバスボムを作り、その後は豚汁作り。豚汁をおいしくいただいたあとは、館内全部を使って鬼ごっこ！普段は走れない廊下も走って楽しんでいました。  
写真：伊藤綾



「とろざわ通信」(Ｑとこ通)もご覧ください。



▲2月3日(月)、エミテラス所沢 TOKOROZAWA e-CUBEで所沢市の姉妹都市、中国常州市の常州青少年民族楽器代表団演奏会が開催されました。会場はあっという間に満員になり、来場者は子どもたちが奏でる民族音楽を楽しんでいました。演奏終了後には、花束の贈呈や記念品の交換が行われました。  
写真：由井一雄

## 休日急患当番医

当番時間：午前9時～午後5時  
※昼休み除く。電話相談不可



- ▶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
- ▶混雑などで受付時間変更あり▶地図などの詳細は所沢市医師会へ
- ▶感染症拡大防止のため、受診の際は要事前問い合わせ(特に発熱のある方)

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
4月6日(日)	所沢美原総合病院	外、循、脳外、内、整、心外	美原町2-2934-3	2997-8199
	東町眼科	眼	上安松1246-4	2941-6040
	わかさクリニック	内、整、皮、リハ、外、胃、肛、小	若狭4-2468-31	2949-2426
4月13日(日)	やまさき内科クリニック	内、循内、呼内、アレ、糖内、リハ	小手指町1-11-4アネックスビル3階	2929-8866
	賀古整形外科	整、外、リハ、形	北秋津124-1	2924-9771
	松田母子クリニック	産、婦、小	本郷1080-5	2968-6800
4月20日(日)	堀江医院	内、胃、外、皮、肛	小手指町3-11-16	2949-8811
	番場皮膚科医院	皮	南住吉21-31	2923-5055
	福元内科クリニック	内、消	東住吉15-28	2920-1155
4月27日(日)	柳内医院	内、放、胃、循、呼	元町21-7	2922-2005
	前田クリニック	産、婦	緑町3-14-5	2920-4920
	メイプルクリニック	内	山口33-1グランディール202	2968-8663
4月29日(祝)	所沢中央病院	内	くすのき台3-18-1	2994-1265
	狭山ヶ丘駅前耳鼻咽喉科アレルギー科	耳鼻咽喉、アレ	東狭山ヶ丘1-3-1ソレイユ狭山ヶ丘103	2924-3315
	新所沢クローバー小児科	小、アレ	緑町1-1-4 バビル2D	2937-5327
5月3日(祝)	鈴木内科医院	内	小手指町1-42-17	2922-6160
	細川耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	緑町2-22-8	2939-4005
	やまもとキッズクリニック	小	三ヶ島4-2286-11	2938-7787
5月4日(祝)	所沢白翔会病院	内、整	山口5095	2933-2520
	吉川外科胃腸科医院	胃、外、整	泉町914-17	2923-5670
	彩のクリニック	内、呼、胃、循、小、神内、外、整、理、放	小手指町4-1-1	2949-1118
5月5日(祝)	新所沢清和病院	内	神米金141-3	2943-1101
	航空公園クリニック	精、神、神内、心内	喜多町5-13パークサイドビル2、3階	2928-6265
	おくもとクリニック	内、小、呼、消、リハ	西所沢1-23-3	2903-8320
5月6日(休)	所沢第一病院	内、整	下安松1559-1	2944-5800
	所沢肛門病院	肛	小手指町1-3-3	2926-7521
	うだがわクリニック	内、循、呼、アレ、小	北原町1415-1	2997-4880

## 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	○	×	×	×
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)	×	×	×
彩のクリニック	小手指町4-1-1	2949-1118	○	×	○	×
わかさクリニック	若狭4-2468-31	2949-2426	○	×	○	×

◎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	4月6日(日)・13日(日)・20日(日)・27日(日)・29日(祝)、5月3日(祝)・4日(祝)・5日(祝)・6日(休)							

※1…要事前問い合わせ

※2…5月5日(祝)の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：4月6日(日)・13日(日)・20日(日)・27日(日)・29日(祝)、5月3日(祝)・4日(祝)・5日(祝)・6日(休)/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・医療機関案内

事業名	電話番号
埼玉県救急電話相談(24時間対応)	#7119 または ☎048-824-4199 ※は ☎048-831-0099 (依頼書は県庁(救急電話相談)で入手)も対応可能。
埼玉県精神科救急情報センター	☎048-723-8699 ▶月～金曜…午後5時～翌朝8時30分 ▶土・日曜、祝休日、年末年始…午前8時30分～翌朝8時30分
埼玉西部消防局病院案内	☎050-1808-8872 / 24時間対応