

まちづくりセンターだより  
回覧 (公民館だより) 令和6年10月  
10月1日HP 公開予定

# ひがし 第455号

TOKOROZAWA 発行 新所沢東まちづくりセンター  
(住所: 所沢市美原町1-2922-16 / 電話: 2943-0909)



新所沢東地区の人口と世帯 (9月1日現在)

	人口 (前月比)	世帯数 (前月比)
新所沢東地区	16,942人(-15)	8,639(-9)
所沢市全体	342,639(-149)	170,103(+30)

※【参加費】記載のない事業には費用はかかりません

## マイナンバーカード出張受付

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

- 【とき】 10月24日(木) 午前10時~正午、午後1時~午後3時
- 【ところ】 新所沢東まちづくりセンター 1階講堂
- 【申込み】 3歳以上の方〔要予約〕  
予約枠に限りがございます。定員に達し次第受付を終了いたしますので、予めご了承ください。
- 【持ち物】 本人確認書類 (運転免許証、健康保険証など)
- 【問合せ】 所沢市役所市民課 マイナンバーコールセンター 2998-9481  
平日: 午前8時30分~午後5時15分  
第2、4土曜: 午前8時30分~午後0時30分

## 【しんとこイーストネット主催事業】

### 健康講座 からだの健康はお回から

~健康長寿のための口腔ケア~



【日時】 令和6年10月29日(火) 午前10時~

【講師】 所沢市保健センター 健康づくり支援課・歯科衛生士

申し込み不要・当日直接お越しください

【問合せ】 新所沢東まちづくりセンター・公民館 (04-2943-0909)

職員対応時間: 火曜~日曜 午前8時30分から午後5時15分まで

ご来場の方にはイーストネットオリジナルグッズのプレゼントもあります

### 高齢者いたわり部会 とこしゃん体操 開催予定

日程	会場
10月11日(金)、11月8日(金)	ラーク所沢 原則第2金曜 室内履きをお持ちください
10月25日(金)、11月22日(金)	新所沢東まちづくりセンター 原則第4金曜

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

【時間】 午前9時30分~午前10時45分

【持ち物】 運動しやすい服装・運動靴 (室内履き)・水分補給用の飲み物

【問合せ】 しんとこイーストネット高齢者いたわり部会

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

## 窓口サービスグループ(出張所業務)よりお知らせ

土曜開庁は毎月第2第4土曜日の午前中のみです。

~窓口グループの業務時間~

月曜日~金曜日 午前8時30分~午後5時15分

10月12日(土)・26日(土)は市民課・国民健康保険課の業務の一部の業務について午前8時30分~午後0時30分まで窓口業務を行います。土曜は課税(非課税)証明書・納税証明書の交付・税金の納付は取り扱いできませんのでご注意ください。

市民税・県民税(第3期)

納期限は 10月31日(木)です。

国民健康保険税(第4期)

納期限は 10月31日(木)です。

駐車場が狭いため自家用車以外のご来館にご協力ください。

## 子育てサロン “ちょっとひとやすみ”

【とき】 10月3日(木)・11月8日(金)

午前10時~正午 短縮する場合があります

【内容】 乳幼児と保護者、地域スタッフとの交流・情報交換・手遊び など

## 回収のお知らせ

🌀 廃油リサイクル回収

【とき】 原則第1土曜

10月5日(土)・11月2日(土)

午前9時~正午

🌀 単一素材プラスチック回収

【とき】 原則第2土曜

10月12日(土)・11月9日(土)

午前9時~正午

🌀 牛乳パック回収

まちづくりセンター内の回収箱へ  
まちづくりセンター開館時間内いつでも利用可能  
(火曜~日曜: 午前8時30分~午後9時30分  
月曜は午後5時15分まで)

【問合せ】 リサイクルふれあい館(エコロ)

2994-5374

## トコトコおはなし会

【とき】 10月18日(金)、11月15日(金)

開催時間【幼児の部】午後3時~

【小学生の部】午後4時~



絵本や指人形・紙芝居・エプロンシアターなど 毎回工夫を凝らした様々な内容でとっても楽しい会です。

## マタニティサロン

“子育てひとりじゃないよ”

【とき】 10月18日(水)・

11月20日(水)

両日とも、午前10時~正午

【対象】 妊娠中の方

【申込み】 前日までに公民館

【内容】 10月: マタニティヨガ

11月: 助産師さんのお話

【共催】 マタニティサロン世話人会

## ふれあいいきいきサロン

【とき】 10月8日(火)・11月12日(火)

午後1時30分~

【内容】 脳トレ、交流、とこしゃん体操 他  
毎回の企画や当日の運営をお手伝いくださる  
サロンスタッフも募集しています!

※【ところ】記載のない事業はすべてまちづくりセンター内で行います ※【申込み】記載のない事業は当日直接受け付けます

駐車場が狭いため自家用車以外のご来館にご協力をお願いします。