

広報
1月号

No.1102
平成26年(2014年)

ところざわ



トコロんの 「熊手の縁起だよ」

縁起物としての熊手の製造部門で、全国トップシェアの(株)面亀が北野新町にあります。
熊手は、古くからある日本文化を象徴する民芸品で、幸運や金運を「かき集める」ところから、商売繁盛の縁起物とされています。
所澤神明社では、年明けとともに「熊手市」が開かれ、初詣客とともに多くの方でにぎわいます。
一つ一つ手作りで愛情を込められた品物です。家庭やお店、会社に縁起の良い品を飾り、福を呼んでください。

平成26年1月号の広報ところざわは、表紙から7頁まで「かるた」をイメージして編集してみました。今年のお正月は、家族でかるた遊びを楽しんでみませんか。
撮影協力：(株)面亀 撮影：市民カメラマン・木村清貴

新年のあいさつ



所沢市長
藤本 正人

あけましておめでとうございます。
市民の皆様には希望に満ちた新春を健やかに迎えることとお慶び申し上げます。また、日頃より市政に対して深いご理解と温かいご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

さて、市長に就任して二年二月、三度目のお正月を迎えることができました。この間、多くの実践者にお会いすることができ、私は幸せです。
ある方は地域の絆のため、また、ある人は子どもたちや自然のために力を尽くしておられました。いや、お年寄りのため、お母さんのため、障害を持つ方のため、安全を守るため、マチに活気を呼び起こすため、文化を継承するため…地道でたゆまぬ、さまざまな実践がそこにはありました。有り難うございます。

私たちにとって幸せって何なのでしょう？ 今の日本の「経済成長率」でそれを測ってまいりました。が、これからの日本には新たな「幸せのものさし」が必要なのかもしれません。
独りぼっちではないと思えること、誰かの役に立っていると思えること、つまり、人の幸せに貢献していると思えること、そして、健康でいられること、これらが幸せの要諦(物事の最も大切なところ)なのではないか、最近そう感じております。
(本当は生きていくだけで幸せなのかもしれませんが…)

地域でお会いした実践者の方々は、みな誰かの幸せで自分の幸せを感じておられる方々でした。そうして見れば、私の目指す「人と人の絆が実感できるマチ」とは、ちよっとお節介な善き人々の集うマチ、なのかもしれないと感じました。

「動けー所沢 紡ぐー絆」東日本大震災で誰もが感じたあの思いを決して忘れず「人と人の絆」「人と自然の関係性」を見直していこう。思うより自ら動く実践者となろう、実践者を大切にす所沢市で行こう！の思いで市職員一丸となって市民の新たな幸せのため頑張ってください。結びに、新しい年が皆様にとって健康で幸せな年でありますよう祈念申し上げます、新春のごあいさついたします。

特集 ふるさと所沢に伝わる民俗芸能……2・3

第1回市長のこんにちには訪問…4 / ゆるキャラグランプリ結果…4 / 消防団員を募集…4 / お正月クロスワードパズル…5 / みんなのひろば…6・7 / 市・県民税の申告、所得税の確定申告…8・9 ほか

人口と世帯 (平成25年11月末現在)

人口	343,060人	前月比	-46人
男	170,710人		-50人
女	172,350人		+4人
世帯数	150,698世帯		-7世帯

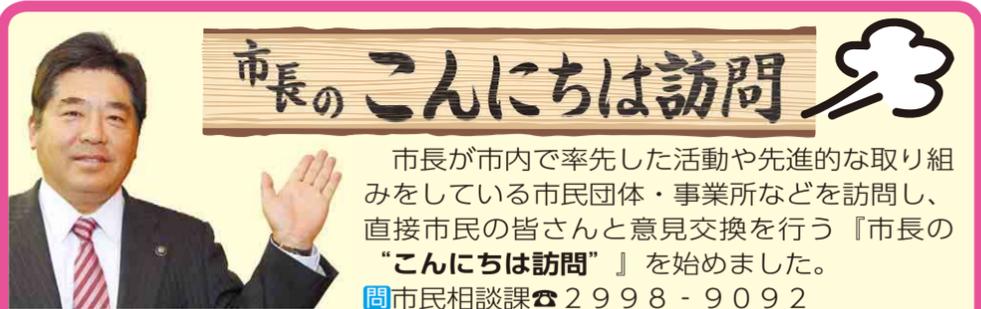
◆所沢市ホームページアドレス
<http://www.city.tokorozawa.saitama.jp/>

◆所沢市携帯サイト
モバイルところざわ

◆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

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)

「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。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。



市長の こんにちは訪問

市長が市内で率先した活動や先進的な取り組みをしている市民団体・事業所などを訪問し、直接市民の皆さんと意見交換を行う『市長の“こんにちは訪問”』を始めました。

問 市民相談課 ☎ 2998-9092

椿峰まちづくり協議会『買い物定期便』を訪問

第1回目は11月27日に椿峰まちづくり協議会の買い物定期便ボランティアを訪問しました。この活動は、椿峰ニュータウンに住む高齢者などがスーパーマーケット（地域内2カ所）で買い物した際、高齢者と重たい荷物を自宅の門前や、マンションではドア前まで送るお手伝いです。毎週水・土曜日に17人のボランティアが交代で行っています。

利用者からは「この活動がなければ満足に買い物もできなかった。大変感謝している」などの感想をいただきました。ボランティアの方からは「利用者からの感謝の言葉が継続につながっている。利用者数も延べ5,000人を超え、もっと活動を広げたい」とのお話がありました。

【市長メッセージ】

課題を乗り越え6年間も継続して活動されていることは、模範であり賞賛すべきことです。『買い物弱者支援』は私の公約でもあり、地域の方々から頼りにされる尊い活動です。これからも、市民活動のトップランナーとして、走り続けていかれることを願っています。また、こういう活動が他の地域にも広がってくれば、と願っています。椿峰まちづくり協議会『買い物定期便』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。



▲買い物定期便部会長と市長



▲ボランティアの皆さん

11月23・24日に開催された『ゆるキャラさみつとin羽生』で「ゆるキャラグランプリ2013」の投票結果が発表され、所沢市のイメージキャラクター「トコロん」は、皆さんのご声援&日々の投票のおかげで、120,979ポイントを獲得、昨年の全国43位を大きく上回る26位（1,580エントリー中）、県内でも「ぶっかちゃん（深谷市）」に次ぐ2位（75エントリー中）を獲得しました。

初日、全国から376のキャラクターが集合し、1日のキャラクター

応援ありがとうございました
ゆるキャラグランプリ2013
全国26位、県内2位

ト最多集合数でギネス記録を達成しました。

また、来場者も2日間で45万人に達し、「トコロん」も大人気で行く先々で多くのファンに囲まれると共に、全国各地の有名キャラクターたちと交流を深めました。

問 企画総務課
☎ 2998-19046



トコロんのステージ登場は朝一番。一気に盛り上がりました。



ビル火災訓練の様子（撮影：市民カメラマン・佐藤清一郎）

出 初式

埼玉西部消防局・所沢市消防出初式

日 1月7日(火)午前10時～正午

(小雨決行)

場 所沢航空記念公園（所沢航空発祥記念館南側）

【主な内容】

徒列分列行進 ▼消防音楽隊の演奏に合わせた消防職員・団員の行進 ▼幼年消防クラブ（泉町保育園・双美保育園の園児）による鼓笛隊パレード

救助基本訓練 ▼消防職員の若い力とチームワーク、一糸乱れぬ部隊行動

車両分列行進 ▼消防ポンプ自動車・はしご自動車・救急自動車などのパレード

披露 ▼消防活動訓練 ▼消防職員による訓練成果の披露 ▼消防団車両10台による一斉放水

消防PRコーナー ▼消防車両や住宅用火災警報器などの展示

【留意事項】 ▼午前9時に市内全域でサイレンが鳴ります。火災と間違えないように注意してください。天候などにより内容を変更する場合があります。

問 埼玉西部消防局総務課
☎ 2929-9120

はしご乗り演技 ▼所沢消防組合による伝統の「はしご乗り」の披露

消防活動訓練 ▼消防職員による訓練成果の披露 ▼消防団車両10台による一斉放水

消防PRコーナー ▼消防車両や住宅用火災警報器などの展示

【留意事項】 ▼午前9時に市内全域でサイレンが鳴ります。火災と間違えないように注意してください。天候などにより内容を変更する場合があります。

問 埼玉西部消防局総務課
☎ 2929-9120

消防団員を募集

「自分のマチは自分で守る」「所沢が好き」という方は、ぜひご応募ください

火災予防キャンペーンで広報活動する女性消防団員（撮影：市民カメラマン・中村 仁）

対 18歳以上（平成26年4月2日現在）で▼市内在住の方 ▼市内に隣接する市町に居住する方（6カ月以上居住地を離れ生活する方を除く）

待遇 ▼身分は特別職の地方公務員 ▼条例で定める報酬などを支給 ▼消防団活動中のけがなどに対する補償あり ▼制服、盛夏服、活動服一式を貸与

入団日 4月2日

◆女性消防団員

募集人数 若干名

活動内容 消防団行事への参加、防火・応急手当普及活動、大規模災害発生

◆男性消防団員

募集人数 約40人

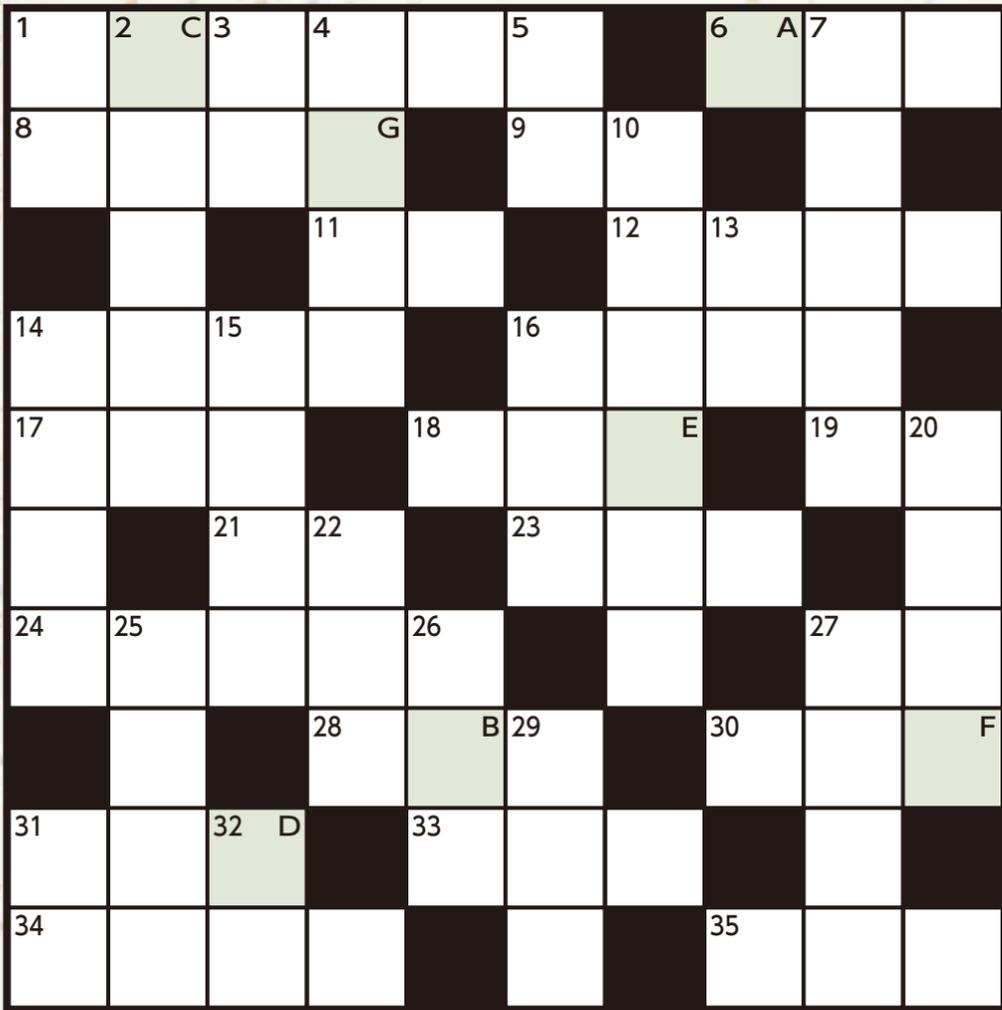
活動内容 災害現場での消火・警戒活動、各種訓練・広報活動など

採用方法 居住地または勤務地を管轄する責任者との面談

受付期間 1月6日(月)～3月14日(金)

問 危機管理課
☎ 2998-9399





お正月

クロスワードパズル

明けましておめでとうございます。今年もよろしく願います。
平成26年のお正月お楽しみ企画は10×10マスのクロスワードパズルです！問題の中には所沢に関連したワードが答えになるものも入っています。簡単に解けるかも？正解者の方には記念品を贈呈しますので（左下参照）、皆さんぜひチャレンジしてみてください。



所沢市イメージマスコット 広報マスコット
ところん ひばりちゃん



A	B	C	D	E	F	G
---	---	---	---	---	---	---

- タテのカギ**
- 2014年、〇〇ましておめでとございます。
 - 所沢が誇るプロ野球チーム、埼玉西武〇〇〇〇。
 - 所沢市指定有形文化財、山口地区の瑞岩寺境内にある「〇〇本宇佐美家・久貝家の墓」。
 - 所沢市で独自に創作した「とこちゃん〇〇〇〇」。椅子に座っても立っても出来る10分間の運動です。
 - 所沢100選にも選ばれている〇〇産野菜。県1位を誇るのなんといつてもさといもです。しょうゆの香りがとても香ばしい、米粉から作られる所沢名物といえは？
 - 中国江蘇省にある所沢市の姉妹都市、〇〇〇〇〇〇市。
 - 西武園ゆ〇〇んち。
 - 海から聞こえてくる遠雷のような音。
 - 気おくれしない精神力のこと。〇〇〇〇試し。
- ヨコのカギ**
- 所沢にある富士山。
 - 色は静岡、香りは宇治よ、味は〇〇〇でとどめさす。
 - ところざわはっとメールでは、パソコンや〇〇〇〇電話に市政情報を配信しています。
 - 他人の意見や批評に注意を払わず、聞き流すことのたとえ。〇〇東風。
 - 環境省大気汚染物質広域監視システムは、通称〇〇まめ君。
 - 〇〇〇〇が急変したらすぐに病院へ！
 - 所沢にはテニスやサッカー、野球などスポーツができる「〇〇〇〇場」が数多くあります。
 - 飛行場跡地を利用した広大な遊び場。所沢航空発祥記念館もある所沢航空記念〇〇〇〇。
 - 小手指地区で4月に行われるハナ〇〇〇まつり。
 - 埼玉県の旧国名。
 - 広報ところざわでも特集した生〇〇の減量・資源化大作戦！覚えていますか？
 - 50年以上の歴史がある盃〇〇丁。名物の映画看板がレトロなムードを盛り上げます。
 - 古谷重松が編み出し、完成させた祭り囃子。「〇〇〇松流祭ばやし」。
 - 浦島太郎は助けたカメに、〇〇〇〇〇城へ招かれました。
 - 一度は夢見る億万長者への切符。宝〇〇。
 - 藤本〇〇〇市長は、所沢市18代目の市長。
 - 芳香や香りのこと。〇〇〇セラピー。
 - 野外スキー場などでの雪の照り〇〇〇〇にご注意。狭山スキー場は室内なので、日焼けの心配もないですよ！
 - 金山町通りとファルマン通りをつなぐ通りは〇〇〇通り。
 - 毎年7月中旬ごろに八雲神社で行われる〇〇〇〇様（祭）。
 - 岩崎獅子舞や重松流祭ばやしは市の指定〇〇〇〇民俗文化財です。

◆お正月クロスワードの解き方
タテ・ヨコのカギをヒントにして、マスを埋めてください。
全てのマスが埋まったら□部分の文字をアルファベット順に並べて正解の言葉を作ってください。

【正解のヒント】
今号でも特集しました、所沢市指定無形民俗文化財のひとつです。正解者の方の中から厳正に抽選し、50人の方に記念品を贈呈します。なお、発表は記念品の発送をもってかえさせていただきますので、ご了承ください。

◆応募方法
パズルの答えを明記の上、①郵便番号②住所③氏名④年齢⑤電話番号⑥広報ところざわへのご意見・ご感想を記入し、〒359-8501 広報課「お正月クロスワードパズル」係へ郵便またはEメール（hiroba@city.tokorozawa.saitama.jp）でご応募ください。

◆締め切り 1月8日(水) (消印有効)





少年少女球技大会

男子8チーム、女子15チームが参加して行われたバスケットボールの部では、各チームごとに個性が光り、白熱した試合が繰り広げられました。
12月14日(土)・15日(日)／市民体育館
(撮影：市民カメラマン・中村仁)

みんなのひろば



市

市民体育館開館10周年記念事業

開館10周年を迎えた市民体育館。所沢北高校、所沢中央高校のチアダンス・吹奏楽の演奏のあと、バレーボールや健康体操(写真)などのイベントが行われました。
11月23日(祝)・24日(日)／市民体育館
(撮影：市民カメラマン・三平資郎)



花

花谷八幡湿地収穫祭 餅つき大会

花谷八幡湿地保存会の皆さんによる、餅つき大会が行われました。三ヶ島小学校の児童も参加し、コツを教わりながら一生懸命にお餅をついて、つくたてのお餅の味を楽しみました。
12月1日(日)／花谷八幡湿地
(撮影：市民カメラマン・津田資雄)



所

所沢シティマラソン大会
冬の風物詩である第24回所沢シティマラソン大会。会場やコースの沿道は、7,050人のランナーと応援にかけつけた観客で大変にぎわいました。
12月8日(日)／西武ドームほか
(撮影：市民カメラマン・木村清貴)

重松流ZAWAカレー (ZAWAバーガー)

初代所沢グルメ王座のレシピ

今回は、11月16日に所沢航空記念公園で行われた、第1回所沢グルメ王座決定戦にて見事最優秀賞に選ばれた「重松流ZAWAカレー(ZAWAバーガー)」のレシピを紹介します。



- ★重松流ZAWAカレー (ZAWAバーガー)**
- 材料(5人分)
- トマト……………中1/2〜1個
 - にんにく……………1/2片
 - スライスチーズ…2枚半〜5枚
 - レタス……………3枚ほど
 - 油揚げ……………5枚
 - ほうれん草……………1/2束
 - うどん……………乾麺200g
 - (ゆで麺の場合500g)
 - 味付きからあげ粉……………適宜
 - サラダ油……………適宜
 - コンソメ(粒)……………大さじ1
 - カレー粉……………大さじ1
- 作り方
- トマトを5枚にスライス、にんにくはみじん切り、スライスチーズは三角形に切り、レタスは適当なサイズに切る。油揚げは長辺を1辺切り、袋にする入口を作る。
 - ほうれん草とうどんをゆで、ほうれん草は絞って水気を切り、3cmの長さに切る。
 - 油揚げの両面に味付きからあげ粉をまぶす。
 - フライパンを熱し、サラダ油を多めに入れ、にんにくを炒める。
 - ②を加えて炒め、コンソメとカレー粉で味と風味を調える。
 - ⑤を油揚げに詰め、トースターで3分ほど焼く。
 - 焼きあがった油揚げを半分に切り、レタス、トマト、チーズを挟んで出来上がり。

ここがポイント 使用食材は所沢産・埼玉産・国産!

重松流祭ばやしを編み出した古谷重松が登場する、北秋津の民話「狐の玉」。古谷重松が北秋津に現れた白狐を驚かせ、ビックリした拍子にちぎれて丸まった白狐のしっぽ。持ち帰り大切に祭ると、商売が繁盛したというお話です。
この民話を題材にして誕生したのが重松流ZAWAカレー(ZAWAバーガー)。狐の好物である油揚げと、所沢名物のうどん、特産品のほうれん草など、使う食材は所沢産・埼玉産・国産を使うことが、北秋津発祥の福(商売繁盛)を呼ぶ新しいご当地グルメです。
問い合わせ 商業観光課 ☎2998-9155 ☎2998-9162

はっぴー 野老っ子

外見の美しさはもちろんのこと「知性・感性・人間性・内面・自信」の5つを兼ね備え、国際舞台上で活躍できる女性でなければならない「ミス・ユニバース日本代表」。今回は、そのミス・ユニバース日本代表の座を賭けて各都道府県のライバルと戦う埼玉大会グランプリ・園田杏奈さんをご紹介します。
8歳から始めたバレエに打ち込む傍ら中学2年生からモデルの仕事をするようになります。
高校進学を機に本格的に芸能活動を始め「水着キャンペーンガールや広告モデル、女優などいろいろな仕事をさせてもらっていました」と多方面で活躍するようになったそんな折、インターネット上での中傷やブログのなりすましの被害に遭ってしまいます。
「関係者の方々や友人、何より私を信じて『杏奈がやりたいことをやりなさい』と言ってくれた両親が悲しむ姿を見ていたら、もう続けられないな…と思いました」。過度のストレスから脱毛症や皮膚炎を患い、人とのコミュニケーションにも障害が出てしまうほどに。回復に約2年の歳月を要しました。
「何よりも家族と親友の支えがあったからだと思います。両親や兄の温かい気遣いや兄が経営する保育園で子どもとの触れ合い、親



友の「杏奈の体験を後輩や同じ病で苦しむ人のために発信していきたい」という言葉でいろいろなところで包み隠さず話すようになり、少しずつ回復に向かっていきました」と話してくれました。
25歳の誕生日をきっかけに自分ができるかを模索し始め「モデルの仕事で培った経験が生かして、同じ悩みを抱える女性の支えになり、自分を救ってくれた子どもたちの笑顔を守るにはどうすれば」と考え、ミス・ユニバースに思い至ります。
審査を兼ねたレッスンであるビューティーキャンプでは「グランプリは1人ですけど、ライバルを蹴落とすのではなく、みんなで作り上げていくことを心掛けていました」と持ち前のリーダーシップや辛い経験を乗り越えた芯の強さを発揮し、見事埼玉大会グランプリに。
3月の日本大会に向け「日本代表になることで情報発信力はさらに高まると思います。目指すきっかけとなった『思い』を発信し続け、ゆくゆくはいろいろな夢を持つ子どもたちに自分の経験を伝えて背中を押せたらうれしいです」とその先も見据えた夢を語ってくれた園田さん。
ぜひ皆さんも応援をお願いします。



▲埼玉大会の様子

歴史まめ知識 ④

今回は、千年に起こった所沢の主な出来事の中から3項目を選んで紹介します。

天文15年(1546) 河越夜戦 “かわごえよいくさ”とも読みます。江戸時代前夜の関東を舞台に、新興の北条氏が上杉氏ら旧勢力を打倒して、関東一円に覇権を築ききつかけとなった戦いです。この戦いで扇谷上杉氏の当主は討ち死にし、関東管領であった山内上杉氏の当主は上州に落ちのびて、家臣の大石氏は北条氏の軍門に下ります。柳瀬地区の滝の城もこの時期に北条氏の支配下に入りました。この河越夜戦の後、敗れた斎藤信広という人物が所沢に落ちのび、土着して「蔵殿権現」(まめ知識⑩/平成23年9月号参照)の場所に神明社を祭ったと伝えられています。

昭和5年(1930) 組合立所沢病院開設 この年、所沢町外6ヶ村組合による病院が所沢駅の東に建設されました。6ヶ村は富岡、山口、小手指、吾妻、松井、柳瀬の各村で、「隔離病舎」の流れをくむ病院でしたが、伝染病の治療だけでなく、一般患者の治療のため、内科・小児科・外科・産婦人科を備えていました。後に合併や市制施行により町立、市立となり、昭和51年、新設の市民医療センターにその機能を移し、閉鎖されました。



▲市立所沢病院(昭和42年)

昭和53年(1978) 所沢航空記念公園開設 昭和46年、長年の運動場が米軍基地の約6割が返還されると、跡地には続々と公共施設が建設されることになりました。目玉となったのは50万㎡に及ぶ県営公園の建設で、大宮や上尾などの県営公園の利用が不便だっただけに、この計画には市民の大きな期待が集まりました。名称は、「航空発祥の地」を広めたい市の要望を反映して、「所沢航空記念公園」と決まりました。
問い合わせ 生涯学習推進センターふるさと研究グループ ☎2991-0308 ☎2991-0309

誰でもハッシー

◆「テーマイルミネーション」
ハートの形で
北中 加納 知明

所沢駅西口広場のイルミネーションが見渡せる場所に、大きなハートのイルミネーションがあります。先日その前に行ってみると、おじいさんとおばあさんが写真を撮ろうかと、仲良く写真を撮っていました。仲むつまじい、ほほましい光景でした。
ふと、ちやうど3年前の冬を思い出しました。結婚したての私は、妻と前写真撮るのかなど思っていたのですが、人の目が気になり、ちよつと恥かしくてやめてしましました。でもその2人の先輩夫婦を見て、あんなふうになれたらいいなと思った今年の冬なのでした。

大好きな所沢 久米 貝崎 さおり

所沢に住んで10年過ぎました。駅前のイルミネーションは優しく温かいです。毎年この時期に感じています。仕事から帰ってきて、きれいなイルミネーションが目に入ってくるのがホッとします。今年も休日、写真撮ろうかなと思っています。

所沢の活性化として、イルミネーションに、毎年ワンクッションながら進んでいるので、人も景色も全てが大好きで、すてきな友達にも出会った所沢に住んでいる事を、これからも誇りに思います。

憧れのイルミネーション 北秋津 関 裕枝

イルミネーションといえば都心のデパートやお店らしいものだったが、道沿いや公園、一般住宅でも目にするようになってきた。子どもが小さい頃、クリスマス近くに出かけたときは、市内有名スポットを通って帰ったものだ。それぞれのお宅の趣向が凝らされたイルミネーションを見て回るのも、とても楽しかった。
そして、夜のウォーキングはこの時期イルミネーション見学コースへ変わる。近所の二世帯住宅のお宅にもイルミネーションがあるが、お孫さんと一緒に飾ったのだろう。我が家もやってみたく、いかにセンスがないかなどなたかご指導いただけたい。

市・県民税の申告、所得税の確定申告はお早めに

申告書は自分で作成し、郵送などで申告しましょう

①市・県民税の申告
1月29日(水)～3月17日(月)

申告会場は混雑が予想されますので、郵送による申告にご協力ください。会場で申告する方は時間に余裕を持ってお越しください。

市HP「申告」で検索しても市・県民税申告のご案内をしています。

市・県民税の申告が必要な方
左の一市・県民税の申告が必要な方チェック表で確認してください。

確定申告が必要な方は市・県民税の申告は不要です。「②所得税の確定申告」をご覧の上、所沢税務署へ

申告・提出してください。

市・県民税申告書の入手
市・県民税申告書は、平成25年度と同申告書を提出した方に1月下旬ごろ郵送します。

平成25年中に所沢市に転入した方や退職した方には同申告書は郵送していません。申告が必要な方は、1月20日(月)から市役所2階市民税課または、まちづくりセンターなどで配布の申告書を使用してください。

郵送による市・県民税の申告
年末調整済みの源泉徴収票をお持ちの方や平成25年中に収入がなかった方は郵送での申告をお願いします。

確定申告書作成コーナーでは、「確定申告書作成システム」では、確定申告書が作成できます。作成したデータは、e-Tax(国税電子申告・納税システム)または郵送で早めに申告してください。

市・県民税申告の受付

9頁の「平成26年度市・県民税申告相談日程表」をご覧の上、直接会場へお越しください。なお、申告期間中は市役所2階市民税課での申告相談はできません。

②所得税の確定申告
2月17日(月)～3月17日(月)

申告書の作成は国税庁HPから

確定申告書作成コーナーでは、「確定申告書作成システム」では、確定申告書が作成できます。作成したデータは、e-Tax(国税電子申告・納税システム)または郵送で早めに申告してください。

郵送で申告する方で、確定申告書

などの「控」に税務署の受付印が必要な方は、返信用封筒(住所・氏名を記載し、所要額の切手を貼付)を同封してください。

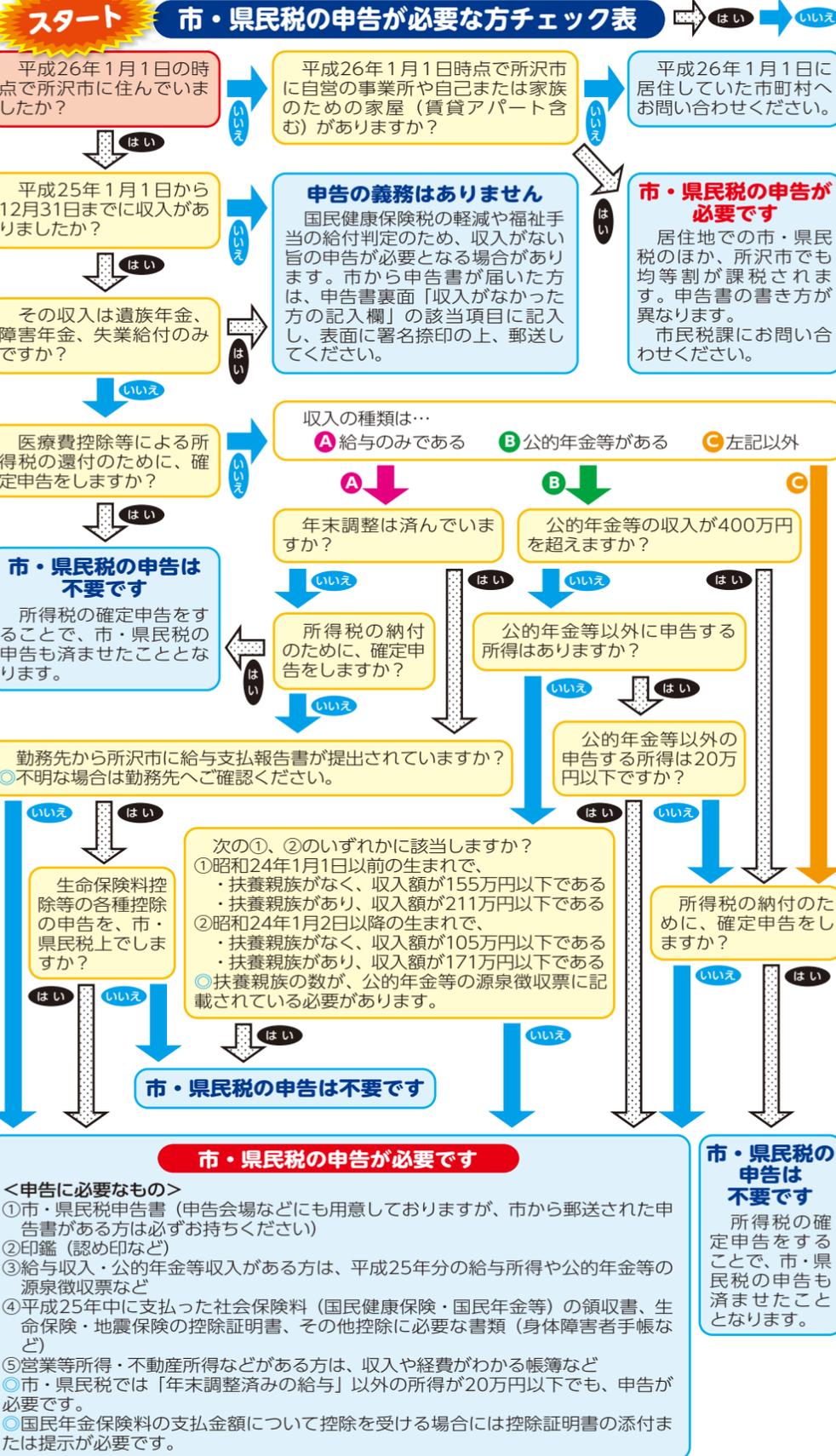
源泉徴収票などの添付書類は、申告書の裏面に貼らず、添付書類台紙などに貼って、申告書と一緒に提出してください。

所得税の還付申告は2月17日(月)以前でも受け付けています。

申告相談会場 所沢税務署

受付は午前8時30分から開始します。混雑状況によっては早めに締め切ることがありますので午後4時ごろまでにお越しください。

復興特別所得税
平成25年分から49年分までの各年分は、所得税と併せて復興特別所得



今年の申告の注意点

◆給与所得控除の改正
給与等の収入が1,500万円を超える場合の給与所得控除は、245万円の上限が設けられました。

給与の収入	給与所得控除	
	改定前	改定後
1,000万円超～1,500万円以下	給与収入×5%+170万円	給与収入×5%+170万円
1,500万円超		245万円

◆特定支出控除の見直し
①特定支出の範囲の拡大
特定支出の範囲に次に掲げる支出が追加されました。
▶職務に直接必要な弁護士、公認会計士、税理士などの資格取得費
▶職務に必要な図書購入費、衣服費、交際費で、職務遂行に直接必要なものとして給与等の支払者による証明がされたもの(上限65万円)

②適用判定基準・計算方法の見直し
【改正前】
給与所得＝給与収入－{給与所得控除＋(特定支出の合計－給与所得控除)}
【改正後】
▶給与等の収入が1,500万円以下の場合…給与所得＝給与収入－{給与所得控除＋(特定支出の合計－給与所得控除÷2)}
▶給与等の収入が1,500万円を超える場合…給与所得＝給与収入－{給与所得控除＋(特定支出の合計－125万円)}

- 税の申告および納付が必要です。
- 復興特別所得税額は、各年分の基準所得税額(原則として、その年分の所得税額)に2.1%の税率を掛けて計算した金額です。
- ◆年金受給者の確定申告不要制度**
平成23年分以後の各年分、公的年金等の合計収入金額が400万円以下であり、かつ、公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下の方は、所得税の確定申告は必要ありません。
- 【留意事項】**
▶所得税の確定申告が必要な場合でも、市・県民税の申告が必要な場合があります。
- ▶所得税の還付を受ける、または確定申告が要件の控除(例えば、純損失や雑損失の繰越控除など)を受けるには、確定申告が必要です。
- ◆確定申告書の提出が必要な方**
営業、農業、不動産などの所得合計額が所得控除額を超える方
給与所得者で、年収2,000万円を超える方
- ▶2力以上から給与の支払を受け、年末調整をしていない給与等の収入が20万円を超える方
- ▶給与所得者で、給与以外の所得の合計額が20万円を超える方
- ▶土地、建物、株式などを譲渡した方
- ◆確定申告で税金が還付される方**
▶給与所得者(所得税が源泉徴収されている方)で、雑損・医療費・寄附金・住宅ローン控除などを受けられることができる方
- ▶平成25年の途中で就職・退職し、所得税が源泉徴収され、年末調整を受けていない方
- ◆平日に都合がつかない方**
所沢税務署では、2月23日と3月2日の日曜日に限り、確定申告書用紙の配布、申告相談、確定申告書の收受・納付相談を行います。
- ▶当日は混雑が予想されますので、車での来署はご遠慮ください。
- 送付先** 所沢市役所2階市民税課(〒359-8601 並木1-7 所沢税務署(申告案内窓口))
☎299319111(自動音声案内で「0」を選択)

介護保険に関わる税申告時の所得控除

①介護保険料は、社会保険料控除の対象です。ただし、年金から保険料を引かれている場合は、年金受給者本人の所得控除となるため、本人以外の方が社会保険料控除として申告することはできません。

②下表の介護サービスの利用料は、医療費控除の対象です。

【留意事項】

- ▶下表の対象サービスには介護予防サービスも含まれます。
- ▶医療費控除の申告には、所定の事項が記載されている領収書の添付が必要です。また、高額介護サービス費、高額医療合算介護サービス費、介護保険低所得者等助成金の支給がある場合は、支払った金額から支給された額を差し引いて申告することになります。
- ③身体障害者手帳の交付を受けていない65歳以上の方で、平成25年12月31日現在で要介護1から要介護5の認定を受けている方、または6カ月以上常時寝たきりの状態、もしくは認知症の状態が続き、食事や排泄などの日常生活に支障があり、身体障害者と同様と認められる場合には、市が発行する認定書により障害者控除が受けられます。

問①②…介護保険課 ☎ 2998-9420
 ③…高齢者支援課 ☎ 2998-9120

◆医療費控除対象表

	対象サービス	対象金額
施設	▶介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム) ▶地域密着型介護老人福祉施設	1割自己負担額と食費、居住費の合計の2分の1 ◎特別な食事、居室にかかる費用を除きます。
	▶介護老人保健施設 ▶介護療養型医療施設	1割自己負担額と食費、居住費 ◎特別な食事、居室にかかる費用を除きます。
医療系	▶訪問看護 ▶訪問リハビリテーション ▶居宅療養管理指導 ▶通所リハビリテーション ▶短期入所療養介護 ▶定期巡回・随時対応型訪問介護看護(一体型事業所で訪問看護を利用する場合) ▶複合型サービス(上記の居宅サービスを含む組合せにより提供される場合、ただし生活援助中心型の訪問介護の部分を除く)	1割自己負担額と食費、滞在費 ◎特別な食事、居室にかかる費用を除きます。 ◎保険給付の支給限度額を超えて利用した場合の全額自己負担となった部分も、控除の対象です。
	▶訪問介護(生活援助を除く) ▶訪問入浴介護 ▶通所介護 ▶短期入所生活介護 ▶認知症対応型通所介護 ▶夜間対応型訪問介護 ▶小規模多機能型居宅介護 ▶定期巡回・随時対応型訪問介護看護(一体型事業所で訪問看護を利用しない場合および連携型事業所に限る) ▶複合型サービス(上記の医療系の居宅サービスを含まない組合せにより提供される場合、ただし生活援助中心型の訪問介護の部分を除く)	1割自己負担額 ◎居宅サービス計画(ケアプラン)に位置づけられ、医療系介護サービスと一緒に利用していることが前提です。 ◎保険給付の支給限度額を超えて利用した場合の全額自己負担となった部分は、控除の対象になりません。
おむつ代	おむつ代の医療費控除を受けるには、1年目は医師による「おむつ使用証明書」の添付が必要です。2年目以降は、要介護認定者で主治医意見書の内容からおむつ使用の必要性が認められる場合のみ、市が発行する確認書(発行までに1週間程度かかります)の添付で医療費控除を受けることができます。	

◎遺族年金、障害年金は課税対象外のため、源泉徴収票は郵送されません。
 問 所沢年金事務所 ☎ 2998-10170
 税理士による無料税務相談
 税務相談および申告書の作成を無料で行います。
 日 2月3日(月)～14日(金)(土・日曜日、祝日を除く)
 場 市内各税理士事務所
 対 ①年金受給者②給与所得者で医療費控除を受けたい方③年の途中で就職・退職して年末調整をしていない方④収入が60万円以下の方
 ◎事業所得、不動産所得、年金以外の雑所得がある方は別途相談料金が掛かります。
 申問 関東信越税理士会所沢支部 ☎ 2993-10822(午前10時～正午、午後2時～4時)へ電話



平成26年度市・県民税申告相談日程表

受付時間 午前9時～午後3時(市役所8階は午後4時まで)

受付日	会場	対象地域
1月29日(水)	富岡まちづくりセンター	中富・下富・神米金・北岩岡・北中2～4丁目・岩岡町・所沢新町
30日(木)	柳瀬まちづくりセンター	坂之下・城・本郷・日比田・亀ヶ谷・新郷・南永井・東所沢1～5丁目・東所沢和田1～3丁目
31日(金)	小手指まちづくりセンター	北野1～3丁目・北野新町1～2丁目・北野南1～3丁目・小手指元町1～3丁目・小手指南1～6丁目
2月4日(火)	狭山ヶ丘コミュニティセンター	東狭山ヶ丘1～5丁目
5日(水)	狭山ヶ丘コミュニティセンター	狭山ヶ丘1～2丁目・若狭1～4丁目・東狭山ヶ丘6丁目・和ヶ原1丁目
6日(木)	三ヶ島まちづくりセンター	西狭山ヶ丘1～2丁目・和ヶ原2～3丁目
7日(金)	三ヶ島まちづくりセンター	林1～3丁目・三ヶ島1～5丁目・堀之内・糎谷
12日(水)	松井まちづくりセンター	上安松・くすのき台1～3丁目
13日(木)	松井まちづくりセンター	下安松・牛沼・松郷
14日(金)	吾妻まちづくりセンター	荒幡・松が丘1～2丁目・久米(481番地～620番地を除く)
17日(月)	市役所8階	指定された相談日に都合がつかない方
18日(火)	山口まちづくりセンター	山口1番地～1599番地・小手指台
19日(水)	山口まちづくりセンター	山口1600番地～終わり・上山口
20日(木)	新所沢まちづくりセンター	泉町・向陽町・青葉台・けやき台1～2丁目
21日(金)	新所沢まちづくりセンター	緑町1～4丁目・榎町
23日(日)	市役所8階	指定された相談日に都合がつかない方
24日(月)	市役所8階	弥生町・花園1～4丁目
25日(火)	小手指公民館分館	小手指町1～5丁目・北中1丁目
26日(水)	市役所8階	美原町1～5丁目・北所沢町・松葉町
27日(木)	市役所8階	日吉町・東町・旭町・御幸町・寿町・元町・金山町
28日(金)	市役所8階	有楽町・北有楽町・喜多町・宮本町1～2丁目・西所沢1～2丁目
3月2日(日)	市役所8階	指定された相談日に都合がつかない方
3日(月)	市役所8階	大字中新井・中新井1～5丁目
4日(火)	市役所8階	北秋津・東住吉・西住吉・南住吉・久米481～620番地
5日(水)	市役所8階	並木1～8丁目・中富南1～4丁目
6日(木)	市役所8階	こぶし町・若松町・下新井・西新井町・東新井町・北原町
7日(金)	市役所8階	星の宮1～2丁目・上新井1～5丁目
10日(月)～14日(金)	市役所8階	指定された相談日に都合がつかない方
17日(月)	市役所8階	指定された相談日に都合がつかない方

◎2月17日(月)から3月17日(月)まで市役所8階でも相談を受け付けます。

納付した国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料は所得税や市・県民税申告時の社会保険料控除の対象です。
 平成25年中に所沢市の国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料を納めた方に対し、社会保険料控除の申告で利用できる「納付額のお知らせ」を1月下旬に郵送します。このお知らせには、平成25年1月1日から12月31日までの間に実際に納付した金額を記載しています。
 なお、国民健康保険税の納付額は、納税通知書同様に世帯主宛てに郵送します。
 ◎職場で加入している健康保険料や個人で加入している保険料などは、加入している団体へお問い合わせください。
 問 国民健康保険税の課税に関すること：国保年金課 ☎ 2998-19131
 国民健康保険税の納付に関すること：収納課 ☎ 2998-19073
 介護保険料に関すること：介護保険課 ☎ 2998-19200
 後期高齢者医療保険料に関すること：福祉総務課 ☎ 2998-19113
公的年金受給者へ源泉徴収票を郵送
 厚生年金、国民年金などの老齢または退職を理由とする公的年金は、所得税の課税対象です。厚生年金、国民年金などを受給している方には、1年間の年金の支払総額などを記載した「公的年金等の源泉徴収票」が日本年金機構から1月中旬に郵送されます。
 この源泉徴収票は、所得税の確定申告の際に必要です。大切に保管してください。
 ◎遺族年金、障害年金は課税対象外のため、源泉徴収票は郵送されません。
 問 所沢年金事務所 ☎ 2998-10170
税理士による無料税務相談
 税務相談および申告書の作成を無料で行います。
 日 2月3日(月)～14日(金)(土・日曜日、祝日を除く)
 場 市内各税理士事務所
 対 ①年金受給者②給与所得者で医療費控除を受けたい方③年の途中で就職・退職して年末調整をしていない方④収入が60万円以下の方
 ◎事業所得、不動産所得、年金以外の雑所得がある方は別途相談料金が掛かります。
 申問 関東信越税理士会所沢支部 ☎ 2993-10822(午前10時～正午、午後2時～4時)へ電話

【情報館】・特にことわりのないものは1月6日(月)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。



子ども医療費助成制度

中学3年生までのお子さんにかかる医療費の助成を受けるにはあらかじめ登録が必要です。手続きが済んでいない方は、子ども医療費受給者証の交付を受けてください。

●所得制限はありません。
持①お子さんの名前が記載されている健康保険証②預金通帳(健康保険証の代表者の方のもの)

◆登録内容の変更や市外転出の場合変更には届け出が、転出の場合には受給者証の返却が必要です。
持子ども医療費受給者証、変更の際は変更のあったもの(健康保険証、預金通帳など)

申請書は、市役所2階交通安全課
2998-19140で配布しています。
●申請書は、市役所2階交通安全課
2998-19140で配布しています。

平成25年度難病患者見舞金

県が指定した難病で治療を受けている方に毎年度1回2万5千円の見舞金を支給しています。

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者を除く)

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(除く)

申請期限 3月31日(月)

見舞金の申請は毎年度必要です。
(1)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②印鑑③振込先金融機関の本支店名・口座番号がわかるもの(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
2998-19116へ直接

高校・大学などの入学準備金貸付制度(2次募集)

平成26年4月から高等学校・大学などに入学する学生の保護者で入学費用の支出が困難な方に、入学準備金の貸し付けを行います。希望者は、試験の合格に関わらずあらかじめ申請してください。なお、借入れには保証人が必要です。



保護者の要件 ①市内に引き続き2年以上居住している方②市税の滞納がない方または非課税対象者で返済能力のある方

貸付限度額 高等学校・高等専門学校(国・公立)：10万円以内
高等学校・高等専門学校(私立)：30万円以内
大学など：40万円以内

保証人の要件、返済期間、提出書類などについては、市HP「入学準備金貸付制度」をご覧ください。

備金貸付制度(検察)をご覧ください。
市役所2階子ども支援課
2998-19124へ直接

交通遺児支援金を給付

交通遺児となった県内在住の18歳以下の方

乳幼児、児童、学生に限り、また同居世帯の所得制限があります。
給付額 10万円/年(子ども1人につき)

申請期限 1月31日(金)

申請書は、市役所2階交通安全課
2998-19140で配布しています。

防犯・交通安全課
048-8300-2958

予防接種はお済みですか

小児肺炎球菌ワクチン

平成25年4月から定期接種となりました。未接種の方は早めに接種してください。

対生後2カ月から5歳の誕生日の前日まで
接種開始年齢で接種回数異なります。

日本脳炎予防接種(特例措置)

第1期(3回)・第2期(1回)の合計4回の接種が済んでいない方は、2歳未満まで不足分の接種ができます。

平成27年4月2日から19年4月1日までに生まれた方

第2期の接種は、第1期接種を完了した9歳以上の方が対象です。

共通事項

接種場所 市内協力医療機関
持予診票・母子健康手帳

予診票は市内協力医療機関・保健センターに備え付けてあります。

保健センター健康課
2998-11811

秋の「環境美化の日」実施報告

一斉美化清掃活動に、ご協力ありがとうございました。

電話予約で休日・閉庁時間に住民票の写し・印鑑証明書を受け取れます

予約時間 月～金曜日午前8時30分～午後4時
予約ができる方 申請者本人または同一世帯の方
受取時間 ①市役所夜間・休日窓口...月～金曜日午後5時15分～8時
②まちづくりセンター・小手指公民館分館...土・日曜日(年末年始・祝日と重なる土曜日を除く)
午前8時30分～午後5時15分

Table with 3 columns: 施設名, 予約, 受け取り. Lists various service centers and their phone numbers for document pickup.

住民票の除票、改製前の住民票の写しは、電話予約による申請・受け取りができません。
市役所 2998-9087

Table with 2 columns: 燃やせるごみ, 燃やせるごみ 27.95トン, 破砕ごみ類 6.02トン, etc.

Table with 2 columns: 参加人数, 大人 19,348人, 子ども 2,673人, 合計 22,021人

1月26日は第60回文化財防火デー
市では貴重な文化財を火災などから守るため、文化財防火デーに合わせ1月23日(木)・24日(金)に、市内に所在する指定文化財(建造物)等の巡回点検や消防訓練を実施します。

超親切な市役所へ! 休日でも届け出や申請ができます

休日開庁日 1月11日(土)・25日(土)
午前8時30分～午後0時30分
開庁窓口 ▶市役所1階市民課▶同1階国保年金課▶まちづくりセンター
取り扱い業務 ▶転入・転出・転居などの異動届▶印鑑登録▶住民票・印鑑登録証明書・戸籍証明書などの各種証明書の発行▶住民基本台帳カードの申請・交付▶国民健康保険・国民年金の手続き

持ち去り禁止看板
持ち去りを抑止するための看板を配布しています。

資源物の持ち去りパトロールを強化
集積所に出された新聞などの資源物を持ち去ることは、条例で禁止されています。持ち去りを防ぐため、1月からはパトロールの定期的な実施を開始します。

平成25年度「ミニ」助成事業
山口地区自治連合会と三ヶ島地区区長会では、財団法人自治総合セン

奥むさし駅競走大会交通規制
1月26日(日)午前8時30分～正午
国道299号(飯能市内から正丸トンネル入り口まで)

【情報館】・特にことわりのないものは1月6日(月)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。

平成26・27年度小規模事業者の登録申請の受付

日場 2月10日(月)～2月21日(金)午前8時30分～11時30分、午後1時～4時30分/市役所4階契約課

登録資格 市内に主たる事業所を有する個人または法人で、次のいずれにも該当しない方

①成年被後見人、被保佐人および破産者で復権を得ていない方②所沢市の入札参加資格者名簿(物品等に搭載されている者を除く)に記載されている方③希望業種を履行するために必要な資格、許可などを有しない方④市税を滞納している方

◎現在登録されている方も、3月31日(月)で登録期間が終了しますので、改めて申請が必要です。詳細は、1月中旬から契約課で配布する「所沢市小規模事業者登録申請の手引き」または**市HP**をご覧ください。

問 契約課 ☎2998-9058

◆放射線の測定結果など

◆放射線に関する相談窓口
東京電力福島第一原子力発電所の事故に伴う放射線に関するお問い合わせ

わせや相談に応じます。また、空間放射線測定器の貸し出し(7日間)を行っています。

◎**市HP**「放射線測定器」で検索をご覧ください。

◆環境対策課 ☎2998-9230

◆空間放射線の測定結果
市内10カ所を測定したところ平常時の放射線の限度(自然放射線などを除く)を下回っていました。

測定日 12月12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

◆保育園給食食材に含まれる放射性物質の測定結果

採取日 12月12日

検査項目 鶏肉(岩手県産)、さつまいも(徳島県産)、ブロッコリー(香川県産)

測定結果 放射性セシウムは不検出

問 保育課 ☎2998-9126

◆学校給食提供食・食材に含まれる放射性物質の測定結果

採取日 12月2日～6日

測定項目 小手指・明峰・松井・柳瀬小学校提供食、牛乳(埼玉県産)

測定結果 放射性セシウムは不検出

問 保健給食課 ☎2998-9249

◎いずれも測定結果の詳細は、**市HP**をご覧ください。

◆冬の中毒ノロウイルスにご注意を

下痢、おう吐、発熱、腹痛などの症状がある場合は、早めに医療機関を受診してください。高齢者や幼児などは、重症になることがあります。

予防方法 ①流水・石けんでの手洗い②調理器具の十分な洗浄・消毒③食品は十分加熱(中心温度85℃以上で1分間以上)④便やおう吐物は使い捨ての手袋・マスクを着用し、ペーパータオルなどを用いて処理・消毒

問 県・狭山保健所 ☎2954-6212



市税などにおける延滞金などの割合を改正

国税の見直しに合わせ、市税などについても延滞金および還付加算金

の割合を見直します。**◆現行との比較表**

	本則	平成25年12月31日まで		平成26年1月1日以後	
		現行の特例(※1)	現行の基準による平成25年中の割合	改正後の特例(※1)	改正後の基準による平成26年中の割合
延滞金	納期限1カ月以内	特例基準割合(※2)	4.3%	特例基準割合(※3)+1%	2.9%
	納期限1カ月経過後	なし	14.6%	特例基準割合(※3)+7.3%	9.2%
還付加算金	7.3%	特例基準割合(※2)	4.3%	特例基準割合(※3)	1.9%

(※1) 特例の割合が本則の割合を超える場合は、本則の割合とします。

(※2) 各年の前年の11月30日を経過する時における商業手形の基準割引率に、年4.0%を加算した割合

(※3) 各年の前々年10月から前年9月までにおける国内銀行の新規の短期貸出約定平均金利の平均割合に、年1.0%を加算した割合

問 収税課 ☎2998-9073

乳がん・子宮頸がん・大腸がん検診はお済みですか

5月末に対象者へがん検診の無料クーポン券を郵送しています。終了間近は大変混雑しますので、早めに予約・受診してください。

有効期限 2月28日(金)

◎対象者で平成25年4月20日以降に転入した方、クーポン券を紛失した方は、保健センターまでご連絡ください。なお、前任所地のクーポン券

自転車の交通ルール改正 「道路右側の路側帯」 走行禁止

12月1日から自転車の交通ルールが改正され、道路右側の路側帯を自転車で走行することは禁止となりました。

違反すると…3カ月以下の懲役または5万円以下の罰金

◆改正内容

改正後	改正前
道路左側の路側帯(歩行者専用除く)のみ走行可能	道路左右どちらの路側帯(歩行者専用除く)も走行可能



問 交通安全課 ☎2998-9140

を使って、すでに受診した方は対象となりません。

◆グループホームひばりの空
場三ヶ島5-1445-17

定 グループホーム:18人 ▼認知症対応型通所介護:10人 ▼小規模多機能型居宅介護:25人

開設予定 平成26年4月1日

運営法人 社会福祉法人苗場福祉会

問 開設準備室 ☎2968-8035

◆愛の家グループホーム所沢小手指
場小手指元町3-1-3

定 18人

開設予定 平成26年3月31日

運営法人 問 メディカル・ケア・サービス(株) ☎080-1057-1406



所沢市議会「第3回政策討論会」

議会基本条例に基づき、議員が意見交換を行います。

テーマ 「所沢市における交通政策」
～高齢化時代を迎える交通政策のあり方～

日 2月1日(土)午後2時～

場 新所沢まちづくりセンター

◎会場へ直接お越しください。

問 議会事務局 ☎2998-9256

◎詳細は**市HP**「市議会」をクリックをご覧ください。

自治会・町内会は市民参加の原点です⑨

問 コミュニティ推進課 ☎2998-9083

◆新所沢東部地区自治連合会◆
～まとまりを強みにした地域づくり～

新所沢東地区は、西武新宿線新所沢駅の東口を玄関口として広がる地区です。戦後旧所沢飛行場の一部と周辺地域の開拓が行われ、昭和30年代から40年代の住宅開発で急速に宅地化が進み、次々と自治会がつけられました。8つの町会からなり、エリアもそれほど広くないことから、意思の疎通がしやすく、まとまりのある地区です。

また、駅に近いこともあり、若い世代の居住も多く見られます。地区自治連合会が主催・共催する行事は多く、中でも防災訓練や親睦運動会は地域一体の行事であり、町会ごとに催される敬老行事は各会場とも高い出席率です。

新年の最初の行事は、成人のつどいと新春懇談会です。成人のつどいは、町会長を中心とした実行委員会により開催されます。狭い会場ながら、粛々と行われる第1部の式典と地域の人の手作り料理が出される第2部のつどいは、温かみのある当地区ならではの慶事です。同じく1月に開催する新春懇談会は、町会長をはじめ地区の方々に参加してにぎやかに行われます。



▲成人のつどいの様子

当地区も高齢化の波が押し寄せています。高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるよう見守るとともに、高齢者が積極的に参加するまちづくりを目指しています。防災・防犯については東日本大震災をきっかけとした新たな認識をもって取り組み、「まとまり」の強みを生かしたまちづくりを進めています。

【情報館】・特にことわりのないものは1月6日(月)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。

特設行政相談

国などの行政機関に対する苦情や要望について相談をお受けします。
 日 1月17日(金)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分(受付)
 場 市役所1階市民ホール
 ◎総務省関東管区行政評価局 ☎0570-090-1110でも相談に応じています。

暮らしの中の悩みごと相談

生活上のお困り事や悩みについて人権擁護委員が相談をお受けします。
 日 1月14日(火)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分(受付)
 場 市役所1階市民相談課
 ◎会場へ直接お越しください。

不動産無料相談会

日 1月10日(金)午前10時～午後3時30分(受付)
 場 市役所1階市民ホール
 内 契約、税金など住宅に関すること
 相談員 宅地建物取引主任者
 ◎会場へ直接お越しください。

一般労働相談(予約制)

日 1月10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 ☎2998-9157へ電話

巡回聴覚障害者相談

日 1月15日(水)午前10時～正午
 場 所沢サン・アビリティーズ(上安松1286-7)
 対 聴覚障害者、聴覚障害者と関わりのある方

内 就職、結婚、子育て、健康など
 ◎会場へ直接お越しください。また、午後は訪問相談を行いますので、希望する方はお問い合わせください。
 問 埼玉聴覚障害者情報センター ☎048-814-3353

仕事に役立つパソコン講座

① パワーポイント編
 日 2月6日(木)・7日(金)午前9時～午後4時(全2日間)
 内 基本操作、アニメーション効果など
 テキスト代 2,100円



② エクセルビジネス応用編
 日 2月8日(土)・9日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

**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」参加者募集**

テーマ

「子どもにとって、幸せなまちってどんなまち？」



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第4回目を実施します。ご興味・ご関心のある方は、ぜひご参加ください。

日 1月18日(土)午前10時～11時30分

場 吾妻まちづくりセンター

対 市内在住・在勤・在学の方

定 20人(抽選)

申 問 1月14日(火)までに、市民相談課 ☎2998-9092へ電話



▲前回の様子

内 MOS試験にも対応できるエクセルの機能や関数
 テキスト代 1,890円
【共通事項】
 場 生涯学習推進センター
 対 市内在住または在勤の勤労者・求職者で①は文書作成、表計算などの基礎技能を有している方②はエクセルを日常的に使用している方
 ◎ パーティションは2007です。
 定 いずれも15人(抽選)
 費 4,000円(求職者は免除になる場合あり)

申 問 1月9日(木)(消印有効) までに、はがき(1人1講座1通まで)に
 ①講座名②住所③氏名(ふりがな)
 ④年齢⑤昼間に連絡の付く電話番号
 ⑥勤労者または求職者の別⑦勤労者は勤務先名・勤務先所在地を明記の上、〒359-8501産業振興課 ☎2998-9157へ郵送

**就職支援を行うキャリアセンター
 所沢ランチ(予約制)**

① キャリアカウンセリング
 日 毎週月・火・木・金・土曜日、1月29日(水)の午前10時～正午、午後1時～4時(1月2日(木)・3日(金)・28日(火)を除く)

場 フック所沢(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
 ◎希望する方には職業紹介をします。第2・4土曜日は臨床心理士による心理カウンセリングもあります。

② 若者向け就職支援セミナー
 日 1月10日(金)午後2時～4時
 場 市役所6階604会議室

対 40歳未満および正社員経験の少ない44歳までの方
 定 申し込み先着30人
 内 魅力を感じてもらえる応募書類の作り方

③ 女性向け就職支援セミナー
 日 1月17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 自己理解と市場理解

◎ 1歳から未就学児までの保育(要予約)があります。
 ④ 中高年向け就職支援セミナー
 日 1月24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 いずれもランチ受付専用ダイヤル ☎048-601-2229(午前9時～午後5時30分)へ電話、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

とろろ親子で楽しむ運動遊び

日 1月25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 問 申込書を〒359-8501市役所2階子ども支援課 ☎2998-9124 ☎2998-9035へ直接・電話・郵送・FAXまたは市HPから電子申請

地域で活躍する街づくり講座

日 2月2日(日)午後1時30分～4時
 場 松井まちづくりセンター
 定 申し込み先着40人
 内 市民主体の街づくりの重要性と住民発意の地区計画策定事例

申 問 申込書を1月8日(火)から30日(木)までに、〒359-8501市役所2階都市計画課 ☎2998-9192 ☎998-9163 ☎9192@city.tokorozawa.saitama.jpへ直接・電話・郵送・FAX・Eメール

◎ 申込書は都市計画課、市HPで入手できます。

補助対象	耐震診断補助額	耐震改修補助額
一戸建て住宅および兼用住宅を所有または居住している方	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)
木造の共同住宅および木造の長屋を所有している方	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)
非木造の共同住宅および非木造の長屋を所有している方	耐震診断に要した費用の3分の2または住戸数×5万円のどちらか低い額(100万円を限度)	耐震改修に要した費用の23%(200万円を限度)
特定建築物を所有している方	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)
緊急輸送道路閉塞建築物を所有している方	耐震診断に要した費用の3分の2(200万円を限度)	

◆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

◆我が家の耐震診断・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)
【留意事項】
 ▼規模・構造によっては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 1月18日(土)午前9時30分～午後4時
 場 市役所8階大会議室
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 1月6日(月)から10日(金)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持参してください。

所沢市婚活推進事業
頑張れ埼玉ブロンコス!!
応援がご縁♡観戦と婚活

地元のプロバスケットボールチーム「埼玉ブロンコス」を熱く応援しながら、すてきな出会いを見つけてください。参加をお待ちしています。
 日 2月2日(日)午後1時～
集合場所 市民体育館多目的体育室
 対 25歳から45歳までの男女各16人(応募状況に合わせて調整)
 内 自己紹介、試合観戦、フリータイム
 費 2,000円(チケット代込み)
 申 問 1月21日(火)までに、政策企画課 ☎2998-9027へ電話または市HPから電子申請
ツイッターアカウント @toko_kon katsu

【情報館】・特にことわりのないものは1月6日(月)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。



犬の飼い主の皆さんへ

◆飼い犬のふんやオシッコは飼い主の責任です

散歩中はふんを入れる袋と水を入れた容器を携帯し、ふんは必ず持ち帰り、おしっこは洗い流しましょう。



◆放し飼いはやめましょう

散歩中も引き綱をつけ、短めに持ちましょう。伸縮式のものには長くなりすぎないようにしましょう。

◆鳴き声でご近所に迷惑かけていませんか
無駄吠えをしないよう適切なしつけや十分な運動をしてあげましょう。

◆飼い犬の登録はお済みですか

飼い始めたら(生後90日以内の犬は90日を経過した日から)30日以内に登録し、犬に鑑札(登録・交付手数料3,000円)をつけてください。また登録事項の変更や犬が死亡した場合も届け出が必要です。

◆狂犬病予防注射はお済みですか

毎年1回、狂犬病予防注射を受けさせ、狂犬病予防注射済票(交付手数料550円)をつけてください。

◆犬の飼い方教室

飼い犬の行動や健康問題で困っている方は、ぜひご参加ください。

日 2月9日(日)午後1時30分～3時30分

場 生涯学習推進センター多目的室

定 申し込み先着20人(犬の同伴不可)

講 聴導犬普及協会・水越みゆきさん

申 問 生活環境課 ☎2998-9370 へ電話

家庭の大切さや青少年の夢などをテーマにした作文を表彰します。
日場 2月1日(土)午後1時30分～3時30分/所沢まちづくりセンター
内 第1部:表彰式、作文の朗読(特選の部) 第2部:向陽中学校コ

「家庭の日」推進事業 〈青少年「明日へのメッセージ」表彰式・作文発表

あなただけの活動を「お仕事」に！
コミュニケーションビジネス入門講座
日 1月25日(土)午後1時30分～3時30分
場 新所沢コミュニケーションセンター
定 申し込み先着30人
講 NPO法人コミュニケーションビジネスサポートセンター・黒川照太さん
申 問 1月4日(土)から市民活動支援センター ☎2998-8391 へ電話

あなたの活動を「お仕事」に！ コミュニケーションビジネス入門講座

里親入門講座
日場 1月25日(土)午前9時30分～11時30分/入間市産業文化センター(入間市駅南口から徒歩12分)
定 申し込み先着40人
内 里親制度について、里親体験談
◎1歳から未就学児までの保育(1月17日(金)までに申し込み先着10人)があります。
申 問 入間市役所児童福祉課 ☎2996-41111 (内線2338) へ電話

里親入門講座

一ノ宮部による合唱
青少年課 ☎2998-9103

企業人権啓発研修会

日 1月29日(水)午後2時～3時30分
場 市役所8階大会議室
内 講演「インターネットと人権」
講 (株)情報文化総合研究所所長・佐藤佳弘さん
◎会場へ直接お越しください。
問 人権推進・男女共同参画室 ☎2998-9150

元気歯つらつ教室(冬のコース)

日 1月23日(木)、2月6日(土)午後1時30分～3時30分(全2回)
場 保健センター
対 2日間参加できる65歳以上の方
定 申し込み先着20人
内 口腔機能の向上に関する講話、唾液のよく出るマッサージなど
申 問 保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813 へ電話

環境講演会 「環境保護と豊かな生活は両立できる〜楽しくエコライフ〜」

日場 2月13日(木)午後1時～3時/市民文化センターミューズ中ホール
講 経済アナリスト・森永卓郎さん
定 申し込み先着200人
申 問 1月27日(月)から環境総務課 ☎2998-9133 ☎2998-9998-9998 ☎2998-9133 へ電話
394 ☎299133@city.tokorozawa.lg.jp

食育講演会

日 3月1日(土)午後2時～3時30分
場 保健センター
定 申し込み先着200人
内 「時間栄養学」に基づいたより健康になるための食事のポイント
講 女子栄養大学副学長・香川靖雄さん
申 問 保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813 へ電話 または市HPから電子申請

第4回生ごみ減量・資源化講演会 「段ボールコンポスト」

日 1月16日(土)午後2時～4時
場 所沢まちづくりセンター
定 先着60人
内 段ボールコンポストの使い方
講 段ボールコンポストアドバイザー・田澤真佐子さん
◎会場へ直接お越しください。
問 資源循環推進課 ☎2998-9146



消費生活講演会

日場 2月7日(金)午後1時30分～3時30分/入間市産業文化センター(入間市駅南口から徒歩12分)
定 申し込み先着150人
テーマ 「食と健康」

講 食のアドバイザー・澤賀津子さん
◎手話通訳、保育(要予約)があります。
申 問 消費生活センター ☎2928-1233 へ電話

子育て講演会 「小さなあなたがわたしを育てる」

日 1月23日(木)午前10時～11時45分
場 市民文化センター
講 ミューズ小ホール
定 先着200人
内 子どもを育てることの喜び・幸せを改めて考えましょう
講 元埼玉県教育委員長・松居和さん
◎お子さんとのお同伴も可能です。
申 問 こども支援課 ☎2998-9912 ☎2998-9035 へ電話
・FAXまたは市HPから電子申請



リサイクルふれあい館エコの行事

◆ウールの着物でエプロンドレス
日 1月22日(水)午前10時～午後3時
定 申し込み先着10人
持 裁縫道具、シャッペスパン、昼食費500円
◆1月のエコの行事

行事名	開催日時
洋傘修理(一人一本)	1月18日(土)午後1時30分～ ◎部品代は実費です。
包丁研ぎ講習会	1月18日(土)午後1時30分～
おもちゃの病院	1月25日(土)午後1時～
大型再生家具抽選会(40点程度)	1月11日(土)・25日(土)いずれも午前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。

◎大型再生家具抽選会では学習机などを多く出品する予定です。
休館日 毎週月曜日、1月1日(祝)・2日(木)・3日(金)・13日(祝)・14日(火)
申 問 1月4日(土)から、リサイクルふ

児童館へ行こう(1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。

児童館名	電話番号	行事名/開催日時
ひばり	2926-8669	■おもちつき/1月17日(金)午後3時30分～/参加自由
こぼと	2924-3065	■ミニアスレチック/1月22日(水)午後4時～/小学生対象/参加自由
つばめ	2922-0410	■カルタ大会/1月7日(火)午前10時～11時30分/小学生対象/参加自由
つばき	2923-6155	■こま回し認定会/1月29日(水)・30日(木)午後3時30分～/参加自由
すみれ	2949-3826	■かるた大会/1月18日(土)午後1時30分～/小学生対象/要申し込み
さくら	2998-5912	■もちつき/1月29日(水)①午前10時30分～(乳幼児対象)②午後3時30分～(小学生対象)
わかば	2948-3222	■おしるこ会/1月10日(金)午後3時30分～/参加自由
まつば	2995-0995	■もちつき/1月18日(土)午前11時～/参加自由
みどり	2928-8414	■郷土かるた大会/1月22日(水)午後4時～5時/要申し込み
やなぎ	2944-8819	■クレープ作り/1月28日(火)午後3時20分～/要申し込み
ひかり	2996-3995	■冬季ひかりピック/1月7日(火)午後2時～4時/小学生以上対象/要申し込み

れあい館 ☎2994-5374 へ電話

上級救命講習会

日 2月9日(日)午前9時～午後5時
場 所沢東消防署(上安松)
◎公共交通機関を利用してください。
対 所沢・飯能・狭山・入間・日高市に在住・在勤・在学の中学生以上
定 申し込み先着30人
内 新生児から成人を対象とした心肺蘇生法、大出血時の止血法、外傷の手当て、搬送法など
申 問 1月15日(水)まで、所沢東消防署消防管理課 ☎2998-1191 へ直接・電話(午前8時30分～午後5時15分)



三富千人くず(落ち葉)掃き

日場 1月18日(土)午前9時30分～午後2時(雨天順延)
場 下富地域の平地林
定 申し込み先着100人
申 問 1月14日(火)までに、参加者全員の名前、年齢、住所、連絡先を明記の上、〒350-1124 川越市新宿1-1-1 川越農林振興センター ☎049-242-1180 ☎049-244-2396 ☎okamoto.yukinori@pref.saitama.lg.jp まで郵送・FAX・Eメール

さいたま緑のトラスト運動
日 2月22日(土)午前9時30分～午後2時30分(雨天中止)

【情報館】・特にことわりのないものは1月6日(月)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。

1月の宅地内水漏れ修繕当番店

(土・日曜日、祝休日など)

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HP (<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。

日(曜日)	当番	電話番号
1日(祝)	(株)貫井産業	2993-0110
2日(木)	(株)糟谷設備工業所	昼夜 2923-8888 2923-8349
3日(金)	(有)新井設備工業	2948-4013
4日(土)	(有)八光設備工業	昼夜 2924-2011 2925-2549
5日(日)	(有)平塚設備工業	2923-5778
11日(土)	(有)東邦設備工業所	2944-3880
12日(日)	(株)協立管工	2948-5515
13日(祝)	(有)伏見設備工業	2948-3328
18日(土)	(株)榮々	2923-4900
19日(日)	(株)ミヤザキ	2948-7650
25日(土)	城島設備工業(株)	2948-8737
26日(日)	(株)手島工業	2944-7469

問 上下水道部 (夜間・休日は警備員対応)

☎ 2921-1100

生涯現役社会実現職業生活設計セミナー

日 1月23日(木)午後0時50分～4時
場 市民文化センターミューズ第2展示室

対 55歳以上の勤労者・求職者(経営者・事業主は除く)

定 申し込み先着100人

内 高齢者の就業のための心構えなど
申 住所、氏名、年齢、連絡先を明記の上、公益社団法人埼玉県雇用開発協会 ☎ 048-8224-187

39 ☎ 048-8224-6481
へ 電話・FAX

埼玉県障害者アート企画展「うらふっ。どうしちやったの、これ!今年もよ!」感、歓、楽、愕

日 1月10日(金)～14日(火)午前10時～午後6時
場 埼玉会館(JR浦和駅西口から下車徒歩6分)

会 会場へ直接お越しください。

問 県・障害者福祉推進課
☎ 048-8301-3312

集まれ!未来の「川の国広援団」埼玉の魚大集合

日 1月13日(祝)午前10時～午後2時
場 さいたま市民会館うらわ(JR浦和駅西口から徒歩7分)

内 移動水族館、折り紙教室など
会 会場へ直接お越しください。

問 県・水環境課
☎ 048-8301-3008

狭山丘陵いきものふれあいの里センターのイベント

① 里山体験講座

《作ろう!小正月にまゆ玉飾り》
日 1月13日(祝)午前10時～午後2時30分

対 5歳以上(幼児・小学生は保護者と参加)

定 申し込み先着20人

持 昼食、飲み物、エプロン、筆記用具

費 300円

② 学ぼうやろう里山の維持管理作業
日 1月18日(土)午前9時30分～午後0時30分

対 高校生以上

定 申し込み先着15人

持 飲み物、軍手、筆記用具

費 200円

③ 大人のための自然観察会
《狭山湖周辺の野鳥と植物》
日 1月25日(土)午前9時30分～午後2時

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、防寒具

費 200円

④ 定例ガイドウォーク
日 1月4日(土)・5日(日)午後1時30分～2時30分

集合 ①②④は同センター(下山口駅から徒歩15分) ③は西武球場前駅前

休館日 1月1日(祝)・3日(金)・6日(月)・14日(火)・20日(月)・27日(月)

申 問 ①②③は同センター ☎ 29939-9412 へ 電話 ④は当日受付



募集

「メガソーラー所沢」の愛称を募集

北野一般廃棄物最終処分場のメガソーラー(太陽光発電施設)を広く市民に周知し、身近に感じてもらうための愛称を募集します。
結果公表 3月1日(土)の開所式で採用する愛称を発表し表彰
◎ 同一名称の複数応募は、抽選で表彰者を決定します。
申 問 1月17日(金)までに、応募用紙を〒359-8501市役所5階環境総務課 ☎ 29998-9133 ☎ 29998-9394へ直接・郵送・FAXまたは市HPから電子申請
◎ 応募用紙は、環境総務課、市HPで入手できます。



小・中学校臨時的任用職員を募集

◆ 心身障害児介助員

募集人数 若干名
勤務時間 午前8時～午後5時の間
勤務開始 1月6日(月)

◆ 学校図書館司書補助員

募集人数 若干名
勤務時間 午前10時～午後5時の間
勤務開始 1月4日(土)

◆ 事務

募集人数 若干名
勤務時間 午前8時～午後5時の間
勤務開始 1月6日(月)

◆ 共通事項

勤務日 月～金曜日(行事などで土

小・中学校の支援員を募集

勤務開始 平成26年4月
申 問 履歴書(写真貼付)を1月7日(火)から10日(金)までに、市役所6階教育総務課 ☎ 29998-9232 へ直接

小・中学校の外国語活動支援員を募集

募集人数 16人
応募資格 日本語での会話が可能で英語が堪能な方(国籍不問)
任用期間 4月4日～9月30日(平成27年3月27日まで更新の場合あり)
勤務時間 1日4時間/週4日
活動内容 授業の補助・支援など
応募書類 履歴書、志願書(教育センターで配布または市HPで入手)、封筒(長3で90円切手を貼付)

市営住宅(空家)入居者を募集

募集人数 若干名
応募資格 昭和29年4月2日～平成8年4月1日生まれの方
任用期間 4月1日～3月28日(予定)
勤務日 毎週月～金曜日のうち①月12日程度(希望日) ②月20日程度
勤務時間 午前9時～午後4時
時給 910円
勤務地 埋蔵文化財調査センターおよび市内発掘調査現場
申 問 1月10日(金)までに、履歴書を埋蔵文化財調査センター ☎ 29947-0012へ本人が直接

市営住宅(空家)入居者を募集

募集人数 若干名
応募資格 昭和三十九年四月二日～平成八年四月一日生まれの方
任用期間 四月一日～三月二十八日(予定)
勤務日 毎週月～金曜日のうち①月十二日程度(希望日) ②月二十日程度
勤務時間 午前九時～午後四時
時給 九一〇円
勤務地 埋蔵文化財調査センターおよび市内発掘調査現場
申 問 一月十日(金)までに、履歴書を埋蔵文化財調査センター ☎ 29947-0012へ本人が直接

市営住宅(空家)入居者を募集

募集人数 若干名
応募資格 昭和三十九年四月二日～平成八年四月一日生まれの方
任用期間 四月一日～三月二十八日(予定)
勤務日 毎週月～金曜日のうち①月十二日程度(希望日) ②月二十日程度
勤務時間 午前九時～午後四時
時給 九一〇円
勤務地 埋蔵文化財調査センターおよび市内発掘調査現場
申 問 一月十日(金)までに、履歴書を埋蔵文化財調査センター ☎ 29947-0012へ本人が直接

小・中学校の外国語活動支援員を募集

募集人数 16人
応募資格 日本語での会話が可能で英語が堪能な方(国籍不問)
任用期間 4月4日～9月30日(平成27年3月27日まで更新の場合あり)
勤務時間 1日4時間/週4日
活動内容 授業の補助・支援など
応募書類 履歴書、志願書(教育センターで配布または市HPで入手)、封筒(長3で90円切手を貼付)

高齢者みまもり相談員を募集

募集人数 16人
募集地区 松井・富岡・新所沢・小手指・吾妻・並木
応募資格 市内在住の70歳(平成26年4月1日現在)未満の方
活動内容 定期的な訪問による安否確認・話し相手、高齢者福祉情報の周知、活動報告書の提出など

皆さんの善意

【愛の福祉基金へ】●殿村信也様(1万円) ●(株)中央管財様(5千円)

【所沢市緑の基金へ】●富岡地区環境推進員協議会様(4千円)

【北所沢保育園へ】●戸田育夫様(柵・ままご用キッチン)

※10月16日～11月15日までの受け付け分です。ありがとうございました。

J:COM所沢 11チャンネル

広報とろざわ『テレビ情報館』

●高齢者福祉施設って

どんなところ?

放映日 1月1日(祝)～

放映時間 午前9時25分～、午後0時25分～、午後8時25分～(5分番組)

謝礼 若干の活動費を支給

委嘱期間 平成26年4月1日～29年3月31日

申 問 1月20日(月)までに、履歴書(写真貼付)を市役所1階高齢者支援課 ☎ 29998-9120へ直接

◎ 後日、面接を行います。

旧所沢浄化センター跡地利用計画 質疑書および参加希望表明書の受け付けを開始

募集条件や売却先の選定方法などを記載した同計画の募集要項公表に伴い、同計画に対する質疑書および参加希望表明書の受け付けを開始します。

受付期間 ▼質疑書: 1月20日(月)～31日(金) ▼参加希望表明書: 1月20日(月)～2月28日(金)

申 問 市役所5階産業振興課 ☎ 29998-9157へ直接

募集要項および質疑書、表明書は産業振興課、市HPで入手できます。

けんこう

◎ファックスでのお問い合わせは☎2995-1178へ

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)



健康づくり支援課の事業 ☎2991-1813

両親学級 申 1月7日(火)から電話
日 1月25日(土)午前9時30分～正午(対)平成26年4月～6月に出産予定の初産婦とパートナー(両親そろって参加できる方) 内 沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操など(定)申し込み先着24組(持)母子健康手帳、バスタオル

母親学級 申 1月7日(火)から電話
◆中期
日 2月5日(水)午後1時15分～4時(対)平成26年5月～7月に出産予定の妊婦(内)マタニティライフ、赤ちゃんのお世話体験(定)申し込み先着40人(持)母子健康手帳

◆栄養
日 2月14日(金)午前9時30分～午後1時(対)平成26年5月～7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、ふきん(費)500円(調理実習材料費)

◆歯科
日 2月14日(金)午後1時15分～3時15分(対)平成26年5月～7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

◆後期
日 2月18日(火)午前9時30分～11時30分(対)平成26年4月2日～4月30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 ▶中期・栄養・歯科・後期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。

離乳食教室 申 1月8日(水)から電話
◆ごっくん期
日 2月3日(月)・18日(火)いずれも午前10時～11時15分(対)平成25年8月～9月生まれの乳児とその親(内)栄養士の講話、試食(定)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
日 2月17日(月)午前10時～11時30分(対)平成25年6月～7月生まれの乳児とその親(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
日 2月25日(火)午前10時～11時30分(対)平成24年11月～12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、飲み物(さ湯または麦茶)、歯ブラシ



乳幼児健康相談 申 開催日までに電話
◆離乳食
日 1月16日(木)午前中(持)母子健康手帳
◆食事
日 1月31日(金)午前中(持)母子健康手帳
◆かみかみ期
日 1月17日(金)午前中(持)母子健康手帳、歯ブラシ
◆歯科
日 1月21日(火)午前中(持)母子健康手帳、歯ブラシ

2歳児歯科健康教室 申 1月7日(火)から電話
日 2月6日(木)・24日(月)いずれも午後0時50分～1時10分(受付) (対)平成23年7月～8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

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。詳細は健康カレンダーをご覧ください。

子育てサロン「たんぽぽ」
日 1月16日(木)午前10時～11時30分(対)体重2,000g未満で生まれた乳幼児と保護者(内)参加者同士の交流会(持)母子健康手帳、お子さんに必要な物(ミルク、オムツ、おもちゃ) ◎会場へ直接お越しください。



歯周病予防教室 申 1月7日(火)から電話
日 1月28日(火)午後1時30分～3時30分(対)「子どもだけじゃない大人のむし歯予防」(内)講話、歯科相談、むし歯菌数テスト、効果的な歯磨きの実習(定)申し込み先着20人 ◎事前に問診票を郵送します。

成人健康相談 申 開催日までに電話
◆健康相談
日 1月15日(水)午前中(内)生活習慣病の予防や健康診査結果の見方、医療機関のかかり方、更年期の悩み

◆歯科相談
日 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
日 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
日 1月27日(月)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
日 1月17日(金)・31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

郷土料理講習会 申 1月7日(火)から電話
日 2月26日(水)午前10時～午後0時30分(内)講話「お茶の効能」、調理実習(定)申し込み先着36人(初めての方優先) (費)500円(材料費) (持)エプロン、三角きん、お手ふき

ところ21栄養教室 申 1月7日(火)から電話
日 2月13日(木)午前9時30分～午後0時30分(対)64歳以下の方(内)骨粗しょう症予防の食事(内)講話「骨粗しょう症を予防する食事」、調理実習(定)申し込み先着36人(初めての方を優先) (費)500円(材料費) (持)エプロン、三角きん、お手ふき

ファミリー食育教室 申 1月7日(火)から電話
日 2月20日(木)午前10時～午後0時30分(対)1歳～18歳までのお子さんの親(内)テーマ簡単に行える朝食とおやつ(内)講話「体にやさしいおやつ」、調理実習(定)申し込み先着15人(初めての方を優先) (費)1組500円(材料費) (持)エプロン、三角きん、お手ふき ◎保育あり(1歳以上)

優しい健康食教室 申 1月7日(火)から電話
◆男性対象
日 2月4日(火)午前9時30分～午後0時30分
◆女性対象
日 2月5日(水)午前9時30分～午後0時30分
共通事項 (対)65歳以上の方(内)骨粗しょう症予防の食事(内)講話「上手なカルシウムのとり方」、調理実習(定)申し込み先着36人(初めての方を優先) (費)500円(材料費) (持)エプロン、三角きん、お手ふき

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。

◆新所沢まちづくりセンター
日 1月14日(火)午前9時30分～10時30分(受付)
◆旧市庁舎3階
日 1月15日(水)午前9時30分～10時30分(受付)
◆中富南コミュニティセンター
日 1月22日(水)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、検査値の見方、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
日 1月7日(火)午後1時30分～3時(受付)
◆山口まちづくりセンター
日 1月8日(水)午後1時30分～3時(受付)

健康管理課の事業 ☎2991-1811

BCG
日 1月30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25年8月生まれの乳児(持)母子健康手帳、体温計、予診票(会場にも用意してあります) **留意事項**▶対象者には事前に通知▶対象者以外でも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)
日 1月6日(月)午後1時20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 ◎希望者は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・強迫性障害のつらい

つらい名	開催日	開催時間
うつ病夜の部	1月17日(金)	午後7時～8時30分
うつ病ご家族	1月20日(月)	
うつ病ご本人	1月21日(火)	午前10時～正午
強迫性障害	1月22日(水)	

▶発達障害ご家族のつらい

つらい名	開催日	開催時間
知的障害	1月29日(水)	
高校生以上	1月30日(木)	午前10時～正午
中学生まで	1月31日(金)	

◎会場へ直接お越しください。
問 こころの健康支援室 ☎2991-1812

Monthly トころんが行く⑨

今年もガンガン出没するからよろしくね！新しいグッズも次号で発表するよ！冬は過ごしやすいぞー！(ゆるキャラ界の裏事情)



◆トころん・よいトコ出没情報◆

▶110番の日・広報キャンペーン
/ JR浦和駅東西連絡通路
1月8日(水)午前10時～11時
▶埼玉ブロンコス・ホームゲーム/市民体育館
①1月11日(土)午後5時～ハーフタイム
②1月12日(日)午後1時～ハーフタイム
◎入場は有料です。
▶ネットヨタウエスト埼玉航空公園店
グランドオープン/牛沼345-1
1月25日(土)・26日(日)午前10時～午後5時
▶ファミリーマート緑町2丁目店オープニング
/ 緑町2-12-1
1月31日(金)～2月2日(日)午前10時～午後5時

天候その他諸事情により出没できない場合があります。会えなかったらごめんね。

問 企画総務課 ☎2998-9046

休日急患当番医

- 救急患者に限ります。■当番時間：午前9時～午後5時
 - 往診は原則としてしません。●電話相談は受け付けません。
 - 都合により医療機関が変更になる場合があります。
- 詳しくは、所沢市医師会ホームページをご覧ください。
<http://www.tokorozawa.saitama.med.or.jp/>

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
1月1日(祝)	所沢中央病院	内	北秋津753-2	2994-1265
	小手指タワークリニック	内、糖内	小手指町1-6-102	2920-1717
	桂医院	内、眼	山口1529-23	2924-0086
	村田医院	内、小	上安松538-7	2997-5051
1月2日(木)	さいとう内科クリニック	内、放	小手指町4-17-3	2936-8700
	田中耳鼻いんこう科	耳鼻咽喉、アレ	西狭山ヶ丘1-3118-11	2948-1166
	所沢内科クリニック	内	東町22-3	2922-2210
	瀬戸病院	内、小、産、婦	金山町8-6	2922-0221
1月3日(金)	伊藤内科	内、循	東住吉2-4	2922-2915
	所沢耳鼻咽喉科	耳鼻咽喉	久米550-7	2995-5716
	けやき台どんぐりクリニック	内、小、アレ、神内	けやき台1-16-5	2923-8171
1月5日(日)	所沢診療所	内	宮本町2-23-34	2924-0121
	深井眼科医院	眼	小手指町1-26-9	2928-6900
	埼玉西協同病院	内	中富1865	2942-0323
1月12日(日)	おうえんポリクリニック	皮、内	中富1037-1	2990-5818
	スマイル・まやクリニック	皮、形成外科	西所沢1-3-5 NKパークビル2階	2939-1213
	小手指医院	外、内、整	北野新町1-9-7	2949-3118
1月13日(祝)	中山内科医院	内、呼、循、放	東狭山ヶ丘3-713-36	2926-8332
	所沢ハートセンター	循	上新井2-61-11	2940-8611
	山川医院	内、消、小、皮	小手指町1-11-6	2924-5252
1月19日(日)	青木クリニック	内、消、循	中新井2-65-1	2943-1036
	松田母子クリニック	産、婦、小	本郷1080-5	2968-6800
	木村医院	外、内、胃腸、肛	北岩岡1-96	2942-5411
1月26日(日)	荻野医院	内、循、外、胃、小	狭山ヶ丘1-2993-5	2948-1181
	東町眼科	眼	東町12-12 田中ビル1階	2926-7135
	久我クリニック	耳鼻咽喉、気、食、内	日吉町8-11	2923-8005
2月2日(日)	横田医院	外、内	山口1395	2928-7117
	新所沢公園前クリニック	皮、形	緑町3-14-3	2928-5881
	豊川医院	内、消、循、リウ、リハ	小手指町3-22-12	2948-1122

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。彩のクリニック、魚住小児科とも1月1日(祝)の診療は休診です。

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	1月1日(祝)・2日(木)・3日(金)・5日(日)・12日(日)・13日(祝)・19日(日)・26日(日)、2月2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：1月2日(木)・3日(金)・5日(日)・12日(日)・13日(祝)・19日(日)・26日(日)、2月2日(日)
 受付時間：午前9時～11時30分
 ◎診療日は変更になる場合があります。

埼玉県小児救急電話相談
 相談電話 #8000または、☎048-833-7911
 相談時間 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

埼玉県精神科救急情報センター
 相談電話 ☎048-723-8699
 相談時間 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

埼玉西部消防局休日夜間病院案内
 ☎04-2922-9292(24時間)

埼玉県救急医療情報案内(歯科・精神科を除く)
 ☎048-824-4199(24時間)



こんにちは保健師です 122

いきいき健康づくり

「まいとし」+「けんしん」=あんしん♡

◆健康診査を受ける3つのメリット

1 家計にやさしい!

所沢市国民健康保険特定健康診査の自己負担金は800円となっており、約1割の自己負担で健康診査を受診できます。厚生労働省のデータによると、メタボリックシンドロームといわれた人はそうでない人と比べて、医療費が年間平均約8万円高いというデータが出ています。健康診査により早期に適切な生活改善を行ったり、医療機関にかかることで将来的な医療費を削減することにつながります。

2 自分のからだの変化への気づき

健康診査というと“病気を見つけること”が第1の目的というイメージがあると思いますが、実は「将来病気にかかる可能性を低くする」ことがさらに重要な目的の1つです。生活習慣病やがんなど現代人にとって怖い病気は、初期には自覚症状がないものが多いです。5年後、10年後の元気な自分を想像できますか? 日々の仕事や生活に追われがちですが、元気な今だからこそ、年に1回自分のからだを気にかけて、いたわる1日を作ってあげてみてはいかがでしょうか?

3 病気のリスクを早く見つけて、早く治すことができる

病気が見つかったとしても、早期に発見することで重症化を防ぎ、治療にかかる「費用」も「期間」も少なくなります。所沢市の平均寿命は男性80.45歳、女性86.29歳(平成22年度)となっています。好きなことをずっと続けられること、大切な人を守ることができるのは、元気に動けるからだがあってこそです。

◆一歩進んだ健康診査の極意!

- その1 健康診査は年に1回受けよう!
- その2 複数の検査結果を合わせてみよう!
- その3 昨年・一昨年の結果と比較しよう!

わずかな異常ではすぐに精密検査などを要するとは限りませんが、他に抱える要因の有無によっては病気のリスクが変わります。まずは、結果の数値が基準値内にあるかどうか、基準を外れたものがいくつあるのかなど単一の項目を見るとともに、複数の項目を合わせて見ましょう。基準値以外にも、あなた自身の数値の変動も大切です。毎年健康診査を受けて変化を比べる習慣を持ちましょう。

◆今年度の健康診査は受診されましたか?

健康診査についてのお問い合わせは、下記の通りです。

- ▶ 所沢市国民健康保険に加入している30歳～74歳以下の方
 問 国保年金課 ☎2998-9131
- ▶ 埼玉県後期高齢者医療に加入している方
 問 福祉総務課 ☎2998-9113
- ▶ 全国健康保険協会・社会保険・共済組合などに加入している方
 職場や、加入している健康保険組合にお問い合わせください。

「姿勢を意識する」「毎日の体重測定」「+10分! +1,000歩! 1駅分! 歩いてみよう!」「毎晩布団でストレッチ」など、何か1つ続けられることを見つけてみませんか? 保健センター健康づくり支援課では、健康相談、気になる血糖値相談、栄養相談など保健師、栄養士、理学療法士、歯科衛生士による健康づくりに関する各種教室・相談などを実施しています。

「けんこう大使」トコロんと健康づくり支援課は健康づくりの応援団です!

問い合わせ 保健センター健康づくり支援課
 ☎2991-1813 ☎2995-1178



広報マスコット ひばりちゃんのさえずり

▶ 震災後3度目の宮城県東松島市で見たものは、仮設住宅、建物の基礎だけが残った土地、曲がったままのガードレール…。所沢から被災地のために何ができるのか? 「震災があったことを忘れない」「被災地の商品を購入する」小さなことだが続けていきたい(♣)
 ▶ あけましておめでとうございます。平成25年は西武線とライオンズを守る署名、ゆるキャラグランプリでのトコロんへの投票と、所沢市の団結力が光った年だったと思います。ありがとうございました!平成26年もますますの応援をよろしくお願いいたします!(★)

振り込め詐欺多発!

ATMで医療費の還付ができる話は詐欺です。あわてずに相談を。

所沢警察署 ☎2996-0110