

広報
3月号

No.1104
平成26年(2014年)

ところざわ

トコロんの
よいとこどこだよ⑩
～ひなの里
ところざわ～

所沢のひな人形には、押し絵羽子板とともに伝統があります。その起源は明確ではありませんが、東新井町の人形店には天保10年(1839)の銘を持つ「雛稲荷」の石の祠が残っています。所沢人形協会は市内の人形・節句品の製造および販売を主とする者が集まり、ひな人形などを供養する・供養祭などの活動を通じて、文化の発展・保護に努めています。



撮影協力：(有)別所人形、所沢人形協会
撮影：市民カメラマン・伊藤磨紀子

特集 高齢者が安心して暮らすために……………2・3

休日開庁・臨時開庁…4 / 印鑑登録制度…4 / 市長のこんにちはは訪問…5 / 就職や退職に伴う国民健康保険・国民年金の手続き…5 / 市民意識調査報告…6 / ところバスで行く東川桜並木巡り…6 ほか

人口と世帯 (平成26年1月末現在)

人口	342,797人	前月比	-128人
男	170,591人		-21人
女	172,206人		-107人
世帯数	150,717世帯		+18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。

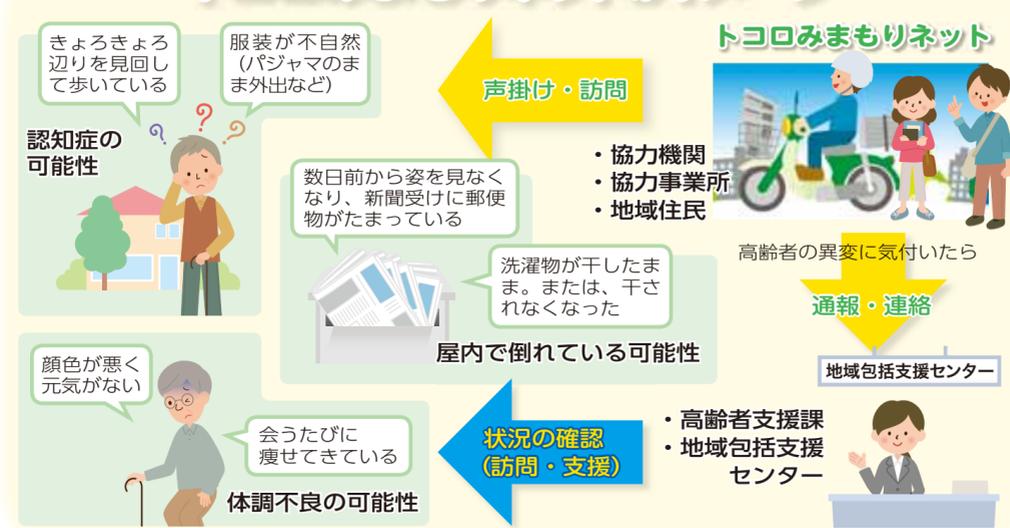
高齢者が安心して

暮らすために



トコロみまもりで見守ります

トコロみまもりネットのイメージ



トコロみまもりネット

トコロみまもりネットは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていくことができるように、地域住民、協力機関、協力事業所でつくるネットワークです。このネットワークでは、地域の皆さんの普段の生活や協力機関・協力事業所の事業活動の中で、高齢者へのさりげない見守りや声掛けを行っていただきます。何らかの異変に気付いたときは、高齢者支援課や地域包括支援センターに連絡をいただき、状況の確認と支援につなげていきます。



所沢市の人口推計によると市の総人口は、平成25年度をピークに減少しますが、高齢者(65歳以上)の人口は年々増加し、28年度には4人に1人が高齢者になることが予想されています。平成25年度の実証調査(調査)では、一人暮らしの高齢者が9,916人、世帯全員が高齢者である世帯は23,865世帯と推計されています。核家族の増加など世帯構成の変化で、市では、増え続ける高齢者が、住み慣れた自宅や地域で安心して暮らし続けられるために「見守り活動」を行っています。

高齢者支援課
〒2998-9120
02998-9138

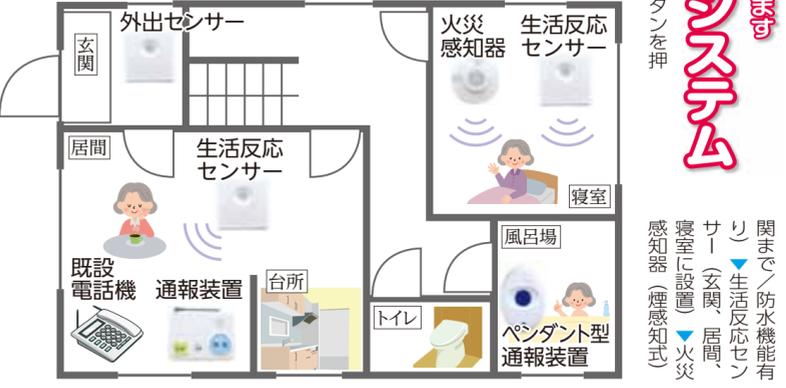
食事と笑顔をお届けます 高齢者配食サービス

市指定の配食サービス事業者(5事業者)が、利用者へ手渡しでお弁当を配達する見守り活動です。配達の際に、利用者に異変があった場合は、配達員が地域包括支援センターや高齢者支援課などに連絡をします。

市内在住の65歳以上の方
Q どのようなお弁当を配達してくれますか?
A 原則は月～土曜日に昼食と夕食(事業者によっては、朝食も可)を配達します。
Q 糖尿病のため普通食が食べられないのですが?
A 事業者によっては、糖尿病や腎臓病を患っている方には調整食を配達します。他にも、入れ歯の方でも食べやすいように柔らかく作った食事などがあります。
Q 市内で配達できない地域はありますか?
A 市内全域に配達が可能です。
Q 配食サービスを利用したいのですが?
A 高齢者支援課にご連絡いただければ、配食サービス事業者を紹介いたします。後日、事業者が、説明に伺います。

▲利用者へ手渡しでお弁当を届ける配達員

緊急通報システム設置イメージ図



緊急通報システム

24時間体制で自宅の緊急時ボタンを押すだけで、オペレーションセンターへ通報されるシステムです。センサーには看護師などが24時間体制で常駐し、健康相談や救急車の手配を行います。

▼単身者：月額1,500円
▼日中単身高齢者世帯：月額3,000円
◎市民税額が8万5千円未満の方は無料です。

▼緊急通報装置本体
▼緊急通報装置(押しボタン式)▼ペンダント型通報装置(使用可能範囲はペラント・玄)

救急医療情報キット

まちづくりセンターでも配布を開始

かかりつけ医、薬剤情報、持病などの情報などを専用容器に入れて冷蔵庫に保管することで、緊急時の迅速な救急活動に役立てるものです。

市内在住の65歳以上の方がいる世帯

配布場所
▼市役所1階高齢者支援課
▼同1階障害福祉課
▼まちづくりセンター
▼消防署・分署
▼老人福祉センター
▼老人憩の家
▼地域包括支援センター
▼シルバー人材センター
▼相談支援事業所

利用者の声

緑町在住79歳男性 長年会社勤めで地域に話ができる人がいないので、訪問してくれたときのおしゃべりが楽しいです。天気のことから趣味のことまでいろいろ話を聞いてくれました。

並木在住82歳女性 膝が痛く玄関まで出ていくのがつらいとき、気づいてインターフォン越しに声を掛けてくれました。調子が悪いときは、予定より多く来てくれてうれしかったです。

東狭山ヶ丘在住80歳女性 夏の暑い時期に、熱中症対策のパンフレットを持ってきて、水分だけでなく食事の工夫などの話をしてくれました。おかげで、熱中症にならずにすみました。

高齢者みまもり相談員

市で委嘱している相談員(42人)が、定期的に高齢者のお宅を訪問し、話し相手や見守りを行います。

高齢者の身近な話し相手として
夏は熱中症、冬はインフルエンザに対する予防の話をしたり、高齢者が狙われやすい詐欺などの注意を促したりしています。

相談員 利用者から「話し相手になってくれて、ありがとう」の言葉をいただくこともあります。

見守り支援にあたります
心身または生活上の悩みの相談を受けたら、地域包括支援センターや民生委員と情報を共有し、関係機関へつなぐことで、高齢者の見守り支援にあたります。

相談員 家の中を壁伝いに歩いて利用者の見守りサービスの手すりを付けることを勧めます。

見守り対象者 市内在住の65歳以上で、相談員の訪問を希望する次のいずれかに該当する方
①単身高齢者(同一敷地内に親族が住んでいない方)
②日中単身高齢者(同居者が勤務などで外出し、日中おむね8時間以上単身の状態が続く方)
③高齢者のみの世帯(世帯全員が65歳以上の方)
④本人または同居の家族に認知症がある方

連携を取り、見守ります
しばらくお会いすることができないときには、関係機関と連携を取り見守りを行います。

相談員 利用者に「一月ほど会うことができなかったため、家族へ確認したところ、入院していたことが判明。相談員・関係者一同、利用者の安否が確認できてひと安心。退院後も利用者の様子に気を配っています。」

見守り活動のお問い合わせは
市役所1階高齢者支援課
☎ 2998-9120
☎ 2998-9138

休日開庁・臨時開庁



	休日開庁		臨時開庁		問い合わせ
	3月8日(土) 午前8時30分～午後0時30分	3月22日(土)	3月30日(日)	4月6日(日) 午前8時30分～午後5時15分	
転入・転出・転居などによる異動届の受け付け	○※	○※	○	○	市役所 1階市民課 ☎2998-9087
印鑑登録	○※	○※	○	○	
住民票・戸籍証明書などの各種証明書の交付	○※	○※	○	○	
住民基本台帳カードの申請・交付	○※	○※	○	○	
電子証明書の申請・交付	○	×	×	×	
国民健康保険の手続き	○※	○※	○	○	市役所 1階国保年金課 ☎2998-9131 (国民健康保険担当)
国民年金の手続き	○※	○※	○	○	市役所 1階国保年金課 ☎2998-9095 (国民年金担当)
介護保険の手続き	×	×	○	○	市役所 1階介護保険課 ☎2998-9420
児童手当、児童扶養手当、子ども医療費助成、ひとり親家庭等医療費助成の手続き	×	×	○	○	市役所 2階子ども支援課 ☎2998-9124
新入学・転入学の手続き	×	×	○	○	市役所 1階 (特設窓口) 学校教育課 ☎2998-9238
市税の納付・納税相談	×	×	○	○	市役所 2階収税課 ☎2998-9073

※印の業務はまちづくりセンターでも受け付けています(並木まちづくりセンターは証明書の発行のみ取り扱い)。
【注意事項】
 ▼所沢駅・狭山ヶ丘・小手指サービスコーナーの窓口は開設しません。受け付けできる業務は限定され、事前に電話などで確認の上、

お越しください。
 ▼休日・臨時開庁実施日に休業している関係機関への問い合わせが必要な業務は、手続きができないことがあります。
 ▼届け出や証明書などの申請の際には、本人確認をします。
 ▼来庁の際は、公共交通機関をご利用ください。

印鑑登録制度のご案内

印鑑登録は、個人の印鑑を公に登録印として証明する重要な手続きです。そのため、印鑑登録の手続きや印鑑登録証明書の交付については慎重に行っています。

登録できる方 所沢市の住民基本台帳に記録されている方
 ◎15歳未満の方と成年被後見人の方は登録できません。

登録できる印鑑 注文で作ったもの(印影の大きさは8~25mm)で、住民基本台帳に記録されている▶氏名▶氏または名(氏名の一部を組み合わせたものについては、お問い合わせください)

登録できない印鑑 ▶機械で大量に作られたもの(認印など)▶変形しやすいもの(ゴム・合成樹脂製など)▶キズがあるものや外枠がないもの▶本人の氏名であると判断できないもの▶装飾の施されたもの▶氏名以外の文字や、記号の入ったもの▶逆さ彫りのもの

問市民課 ☎2998-9087
 ◎詳細は、市HP(「印鑑登録申請」で検索)でご覧になれます。

登録ができる場所/印鑑登録証明書の交付ができる場所
 印鑑登録完了後、印鑑登録証(カード)を交付します。

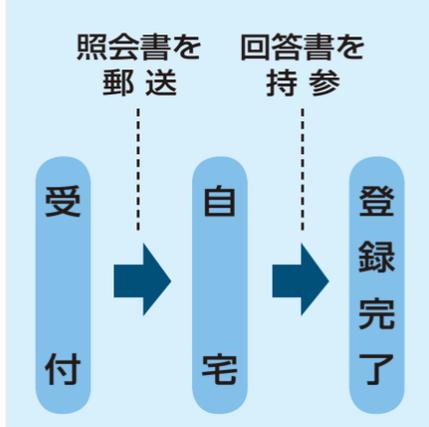
	市役所 1階市民課	まちづくりセンター(並木を除く)	所沢駅・狭山ヶ丘・小手指サービスコーナー、並木まちづくりセンター
印鑑登録	○	○ (正午~午後1時を除く)	×
印鑑登録証明書の交付(1通200円)	○	○	○

注意事項 ▶印鑑登録証明書の交付を申請するには印鑑登録証を必ず持参の上、交付申請書に必要な事項を正確に記入してください。▶印鑑登録証がない場合は印鑑登録証明書は交付できません。▶印鑑登録証は登録印と同様に、ご本人が大切に保管してください。

印鑑登録の方法



照会書による方法 (3日~4日後に完了)
 当日は受け付けのみで、後日、本人確認のため、本人の自宅に書類(照会書)を郵送します。照会書の中の回答書に記入の上、持参すると、登録が完了します。申請受け付けから登録完了まで通常で3日~4日かかります。



官公署発行の本人確認書類による方法 (即日完了)
 登録申請者が官公署発行の顔写真付きの本人確認書類を持参の上、申請すると、当日に登録が完了します。

- 官公署発行**
- ▶有効期限内のもの
 - ▶写真の付いたもの
 - (例)・住民基本台帳カード
 - ・運転免許証
 - ・日本国発行のパスポート
 - ・特別永住者証
 - ・在留カード
 - ・その他の官公署発行の身分証明書、許可証など

◎会社・法人・団体・公社発行の身分証明書は該当しません。

保証書による方法 (即日完了)
 所沢市で印鑑登録をしている方に保証人になっていただき、申請書の保証書欄に、保証人が住所・氏名・生年月日・印鑑登録番号を記入し登録印を押印した上で、申請すると、当日に登録が完了します。

◆申請書の保証書欄

*保証書は、必ず枠内すべてを保証人が記入してください。(登録番号も忘れず)

住所	所沢市	登録印
(方書)	マンション・アパート名等	
フリガナ		
氏名		
生年月日	明・大・昭・平 年 月 日	
登録番号		

照会書による方法 (3日~4日後に完了)
 本人申請の照会書の方法と同じ手続きになりますが、申請の際に①登録申請する印鑑②委任状(登録申請者本人が自署し、押印したもの)③代理人の印鑑(認印可)が必要です。申請受付から登録完了まで通常3日~4日かかります。

◆委任状記載例

委任状

代理人 住所(マンション・アパート名等)

氏名
生年月日

上記の者を代理人と定め、次の権限を委任したので届け出ます。

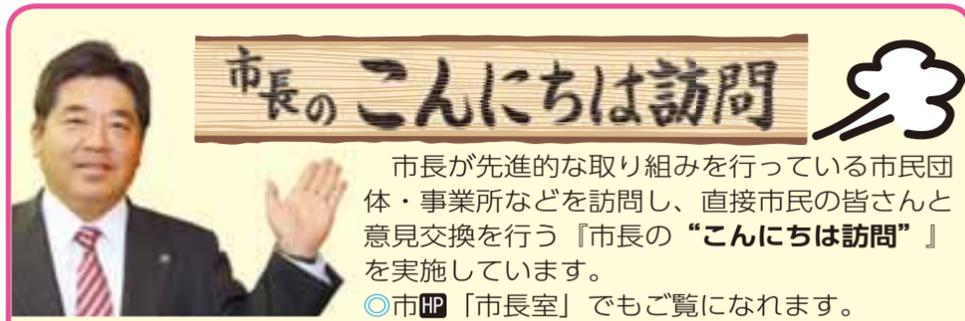
- 印鑑登録申請をすること
- 印鑑登録証引替交付申請をすること
- 印鑑登録証亡失届をすること
- 印鑑登録廃止申請をすること

委任項目のみ記入

平成 年 月 日
登録申請者 住所(マンション・アパート名等)

氏名
生年月日
(あて先) 所沢市長 (登録印)

◎印鑑登録申請書・委任状は、市HP(「印鑑登録申請」で検索)で入手できます。



市長のこんにちは訪問

市長が先進的な取り組みを行っている市民団体・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”』を実施しています。

◎市HP「市長室」でもご覧になれます。
 問 市民相談課 ☎ 2998-9092

早稲田大学浅田ゼミと明峰小学校との連携事業

今回は、明峰小学校を訪問し、同校と早稲田大学浅田教授のゼミが連携して行っている“チャレンジタイム授業”を見学しました。

この取り組みは、毎週木曜日をゼミの授業日に充て、始業前から放課後まで、学習面などのサポートをいただいているものです。

児童が課題プリントを自主的に取り組むチャレンジタイムでは、学生がサポーターとして、学習支援を行っています。

浅田教授からは「学生を使いこなしていただければうれしい。さらに研修を積み、より協働的な支援を目指していきたい」。明峰小学校の網校長からは「今後も教員の質を上げ、新たな研修と地域を巻き込んだ取り組みを行っていきたい」。学生からは「学生がいるからこそできると言われるような授業を共に作りたい」との話がありました。

【市長メッセージ】

教育を研究する大学生が丸1日小学校で子どものために活動してくれるってすごいと思います。なにより児童が生き生きと授業に取り組む姿が印象的。大学と市の連携事業はこの他にも多くありますが、このように継続して取り組んでいただけることで、児童の学習意欲の向上につながっているものと思います。今後は、教員と学生が共に刺激を受けながら、更に良い学校になることを期待しております。



▲学習支援の様子



▲ゼミの皆さんとの懇談の様子



市役所本庁舎の休日開庁日
 (3月8日(土)・22日(土))、
 臨時開庁日 (3月30日(日)、
 4月6日(日))でも
 手続きできます
 (4頁参照)。

手続き方法 下表を参照し、必要書類などを持参の上、市役所1階国民年金課または、まちづくりセンター(並木を除く)へ直接

**就職や退職に伴う
 国民健康保険・
 国民年金の手続きを
 お忘れなく**

	国民健康保険	国民年金
	問 国保年金課 (国民健康保険担当) ☎ 2998-9131	問 国保年金課 (国民年金担当) ☎ 2998-9095
就職した方やその扶養家族など	対 就職して勤務先の健康保険に加入した方や、その扶養家族 持 ▶ 新しく加入した健康保険被保険者証 ▶ 国民健康保険被保険者証 ▶ 印鑑	対 就職して厚生年金・共済年金に加入した方や、その扶養家族 ◎ 市役所での手続きは不要ですが、国民年金保険料納付についての通知が届く場合はお問い合わせください。
退職した方やその扶養家族など	対 ▶ 勤務先の健康保険の資格がなくなる方 ▶ 扶養家族からはずれる方 ▶ 任意継続の健康保険が切れ、他の健康保険に加入しない方 持 ▶ 健康保険資格喪失証明書または退職証明書や離職票 ▶ 顔写真付き本人確認書類(自動車運転免許証、パスポートなど) ▶ 印鑑 ▶ 年金証書(60歳から64歳までで年金を受給している方のみ) ◎ 加入の届け出は資格喪失日の2週間前からできます。	対 ▶ 60歳未満で厚生年金・共済年金の資格を失った方、またその配偶者で扶養に入っていた方(第3号被保険者) 持 ▶ 退職証明書や離職票などで退職日のわかるもの ▶ 年金手帳 ◎ 厚生年金・共済年金に加入している配偶者の扶養に入る方は、配偶者の勤務先で手続きをしてください。

消費税率引上げに伴い水道料金などが変わります

平成26年4月1日(火)から消費税および地方消費税の税率が5%から8%に引き上げられます。これに伴い、下表の使用料・手数料などの消費税率を8%に変更します。

◆26年4月1日から変更する使用料・手数料など

使用料・手数料など	問い合わせ
水道料金・下水道使用料	上下水道部料金課 ☎ 2921-1080
水道利用加入金	上下水道部給水管理課 ☎ 2921-1082
人間ドック検診料、生活習慣病検診料、特別療養環境室料、各種診断書料、各種証明書など	市民医療センター総務課 ☎ 2992-1151
歯科診療所あおぞら保険外診療料	保健医療課 ☎ 2998-9385

消費税価格転嫁等総合相談センターを設置

内閣府では、消費税の転嫁、広告・宣伝、総額表示および便乗値上げに関するお問い合わせを受け付けます。

◎同センターHP (<http://www.tenkasoudan.go.jp/>) からメール相談フォームを利用して相談することもできます。

問 消費税価格転嫁等総合相談センター ☎ 0570-200-123 (土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後5時 / 平成26年3月・4月は土曜日も受け付け)

消費税の転嫁拒否などの情報受付・相談窓口

情報・相談内容など	問い合わせ
消費税の転嫁拒否行為に関する情報受付(事業者の方)	商業観光課 ☎ 2998-9155
消費税の転嫁を阻害する表示に関する情報受付(消費者の方)	消費生活センター ☎ 2928-1233
消費税転嫁対策に関する相談	所沢商工会議所・中小企業相談所 ☎ 2924-5581

- 問 市民相談課 ☎ 2998-9064
- ① 廃棄処分をした場合
 - ② 盗難にあった場合(警察への届け出とは別に廃車の申告手続きが必要)
 - ③ 譲渡した場合
 - ④ 所有者が亡くなった場合
 - ⑤ 市外へ転出する場合
- ◎ いずれの場合も第三者に手続きを依頼した場合には、手続き完了の確認をしてください。

車種	取扱窓口	手続きに必要なもの
◆ 原動機付自転車(125cc以下) ◆ 小型特殊自動車	市役所2階市民税課 ☎ 2998-9064	▶ 所沢市のナンバープレート ▶ 印鑑 ▶ 標識交付証明書 ▶ 譲渡証明書(名義変更の場合)
◆ 軽二輪(125cc超～250cc以下) ◆ 二輪の小型自動車(250cc超)	埼玉運輸支局所沢自動車検査登録事務所 ☎ 050-5540-2029	取扱窓口へお問い合わせください
◆ 軽四輪など	軽自動車検査協会埼玉事務所所沢支所 ☎ 049-258-8011	

**原動機付自転車(バイク)・
 軽自動車などの申告手続きはお早めに**



ご覧ください 広報課公式フェイスブック

市内で行われたイベントや出来事などの情報を発信していきます。
 ◎市HP(「所沢市のニュース」をクリック)で、ご覧になれます。
 フェイスブックURL <https://www.facebook.com/tokorozawashikouhouka>
 問 広報課 ☎ 2998-9024



市民の皆さんの注目は？ 要望度の高い施策の第1位は **道路**

第5次所沢市総合計画前期基本計画に位置づけられている43の施策について「今の内容よりも充実すべき」と思う施策1位～5位です。

昨年度4位の「道路」が1位に順位を上げ、身近な道路に対する要望が多い結果となりました。

順位	施策名 (平成25年度の要望率)	24年度の順位 (要望率)
1位	道路 (47.1%) 	4位 (43.4%)
2位	防犯 (46.3%) 	1位 (47.5%)
	危機管理・防災 (46.3%) 	2位 (46.5%)
4位	高齢者福祉 (44.3%) 	3位 (44.6%)
5位	保健・医療 (43.4%) 	5位 (43.3%)

◆回収状況

調査対象 市内在住の満20歳以上の男女5,000人
(無作為抽出)

回収状況 1,914人

回収率 38.3%

回答者の性別割合

性別	人数	割合
男性	814人	42.5%
女性	1,064人	55.6%
無回答	36人	1.9%

引続き7割を超える
所沢市への定住意向

昨年度(72・8%)に引き続き7割を超える77・2%の方が「住み続けたい」「どちらかといえば住み続けたい」と回答しています。

所沢市への定住意向

引続き7割を超える所沢市への定住意向。昨年度(72・8%)に引き続き77・2%の方が「住み続けたい」「どちらかといえば住み続けたい」と回答しています。

◆調査方法
調査期間 11月25日～12月10日
調査方式 郵送配付・郵送回収法
調査内容 所沢市への愛着度・定住意向、市民の生活実感や市の施策など18項目

「市民意識調査」は、幅広い年齢層の方を対象に市の施策への要望度や満足度などを調査し「第5次所沢市総合計画」に掲げた将来都市像の実現に向けた施策や事業に取り組みため実施しています。ここで、平成25年度の調査結果がまとまりましたので、概要をお知らせします。

調査結果の詳細は、4月1日(火)から所沢市役所3階政策企画課、同1階市政情報センター、図書館、まちづくりセンターなどでご覧いただけます。調査にご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。

問合せ 政策企画課 ☎2998-9027

ところざわ探偵団が 所沢を大調査

平成25年度市民意識調査の結果を報告



ゆるキャラグランプリで全国26位
ところざわの認知度

平成22年度に誕生した所沢市のイメージマスコット「ところざわ」を73・9%の市民が「よく知っている」「何となく知っている」と回答しています。これからも「ところざわ」は多くの方に親しんでいただくためにイベントや行事で活躍します。



◆昨年より5ポイントアップ

所沢市への愛着度

86・2%の方が「愛着を持っている」「どちらかといえば持っている」と回答し、所沢市への愛着の高さがうかがえます。



◆マチのにぎわい再生中!

中心市街地の魅力UP

所沢駅周辺から西所沢駅にかけて広がる中心市街地には68・1%の市民が魅力を感じ、「やや感じる」「たまに感じる」と回答しています。中心市街地の活性化は所沢市全体の発展につながるものと考え、今後も中心市街地活性化に向けた取り組みを進めていきます。



▲中心市街地で開催されたサンタを探せ! 2013

バス時刻表

◆航空公園駅東口発 松井循環・右回り

同駅からあけぼの橋北バス停まで12分
①午前8時40分発
②午前11時20分発
③午後2時10分発
④午後4時30分発
⑤午後6時50分発
運賃 170円

◆東所沢駅発 松井循環・左回り

同駅からあけぼの橋北バス停まで5分
①午前7時50分発
②午前10時20分発
③午後1時00分発
④午後3時50分発
⑤午後6時10分発
運賃 170円



▲長栄寺の大閻魔像



▲熊野神社の鳥居

④熊野神社

旧下新井村の鎮守。12月中旬の日曜日に、蛇を模したわら蛇を鳥居に飾る若注連神事が行われます。樹齢約600年の大スギが有名です。



ところバスの一部運賃改定

消費税率改正に伴い、平成26年4月1日(火)から「ところバス」の運賃が、現金の場合は10円、パスモ・スイカなどのICカードの場合は5～8円、現行運賃より値上げとなります。

◎運賃が100円の区間や特別乗車証(オレンジ色・緑色)、一日乗車券の利用については変更ありません。

②長栄寺

真言宗の寺。本尊は牛沼柳原の浄土宗厳浄寺(廃寺)から移築した閻魔堂にある高さ290cmの木造朱漆塗りの大閻魔像が有名で、木造のものとしては、関東随一といわれています。



▲東川の桜並木

①あけぼの橋北(バス停)
②長栄寺
③東川の桜並木
④熊野神社
⑤航空公園駅

散策60分(約3km)

③東川の桜並木

1964年の東京オリンピックを記念し、西新井町から牛沼に至る全長約2kmの両岸に180本が植樹されたのが始まりです。現在では松郷まで約3km、約400本の桜並木となっており、桜の咲く時期にはライトアップも行われます。



ところバスで行く 東川桜並木巡り

航空公園駅または東所沢駅から「ところバス」を利用し、あけぼの橋北バス停で下車して「東川の桜並木」を巡るぶらり旅をお楽しみください。

◎このコース案内は、申し込みを要するバスツアーではありません。

問合せ 交通安全課 ☎2998-9140

狂犬病予防法に
より、飼い主は、
犬を市に登録し、
年1回の狂犬病予
防注射を受けさせ、
鑑札と注射済票を
犬につけなければ
なりません。狂犬
病予防注射は、集
合狂犬病予防注射
会場(表1参照)ま
たは動物病院で
受けられます。
市に登録している
犬については、3
月上旬に飼い主の
方へ郵送します。
なお、飼い主およ
び住所などが変更
になった場合や、
飼い犬が死亡した
場合は、市役所5
階生活環境課およ
び各集合狂犬病予
防注射会場に備
え付けの申請書で
届け出てください。
申請書は、市HP
(「犬の各種手続
き」で検索)から
も入手できます。
会場で受ける場
合
集合狂犬病予防
注射会場では、次
のことを守って
ください。
▼注射前に獣医
師の問診を行いま
すので、犬の体調
がわかり、注射の
ときに犬を押さ
えられる方が連
れてきてください。
▼首輪や胴輪は
抜けないように
し、特にひもは短
く持ってください。
▼会場では、係
員の指示に従っ
てください。
◎他の予防注
射接種後4週
間以上経過し
ていない場合
には、今回の
狂犬病予防注
射は受けられ
ません。

◆平成26年度 集合狂犬病予防注射日程表(雨天実施)【表1】

実施日	時間	会場
4月 3日(木)	午前9時30分～9時50分	三ヶ島第4区集会所(堀之内579-4)
	午前10時30分～11時20分	三ヶ島第13区どんぐり広場(和ヶ原3-286)
	午後1時00分～2時30分	小谷公園(小手指南3-42-2)
4日(金)	午前9時30分～10時00分	清流公園(下安松200-5)
	午前10時40分～11時30分 午後1時30分～2時30分	松郷南公園(松郷92-1・松郷保育園隣) こぶし団地中央公園(こぶし町18)
5日(土)	午前9時30分～11時30分	生涯学習推進センター(並木6-4-1)
	午後1時00分～2時30分	生涯学習推進センター(並木6-4-1)
7日(月)	午前9時30分～10時00分	林センター(林2-199-8)
	午前10時40分～11時20分 午後1時00分～2時30分	狭山湖運動場駐車場(上山口1233) 町谷自治会館(山口2788-3)
8日(火)	午前9時30分～11時20分	富士見公園(中新井3-23)
	午後1時00分～2時30分	上砂公園(緑町4-10)
10日(木)	午前9時30分～9時50分	坂之下会館(坂之下217-1)
	午前10時30分～11時30分	柳瀬まちづくりセンター第2駐車場(城974-2)
	午後1時30分～2時30分	篠山公園(上安松944-28)
11日(金)	午前9時30分～10時00分	愛宕前公園(東狭山ヶ丘1-63)
	午前10時40分～11時20分	北中公園(北中3-100・北中公民館東側)
	午後1時00分～2時30分	市民体育館広場(並木5-3)
14日(月)	午前9時30分～11時20分	狭山ヶ丘コミュニティセンター第2駐車場(若狭4-2496-7)
	午後1時00分～2時30分	三ヶ島まちづくりセンター(三ヶ島5-1639-1)
15日(火)	午前9時30分～10時10分	牛沼生活改善センター(牛沼403)
	午前10時50分～11時30分 午後1時30分～2時30分	北の台公園(くすのぎ台3-9-1) 所澤神社(宮本町1-2)
17日(木)	午前9時30分～10時10分	長源寺第2駐車場(下安松467)
	午前10時50分～11時20分	東福寺駐車場(本郷764-1)
	午後1時00分～2時30分	東所沢公園(東所沢和田3-9)
18日(金)	午前9時30分～10時00分	西所沢公園(西所沢2-9)
	午前10時50分～11時20分	本覚院駐車場(荒幡655・荒幡会館前)
	午後1時00分～2時30分	瑞岩寺駐車場(山口400)
20日(日)	午前9時30分～11時30分	生涯学習推進センター(並木6-4-1)
	午後1時00分～2時30分	生涯学習推進センター(並木6-4-1)
21日(月)	午前9時30分～11時20分	吾妻まちづくりセンター(久米2229-1)
	午後1時00分～2時30分	小手指まちづくりセンター(北野南1-5-2)
22日(火)	午前9時30分～10時10分	熊野神社(西新井町17)
	午前10時50分～11時30分 午後1時30分～2時30分	寿町公園(寿町9・所沢小学校東側) 松が丘中央公園(松が丘1-23-9)
24日(木)	午前9時30分～10時00分	和ヶ原公園(和ヶ原1-159-1)
	午前10時40分～11時30分	上新井公園(上新井3-4)
	午後1時30分～2時30分	中山公園(小手指町1-19)
25日(金)	午前9時30分～10時30分	富岡まちづくりセンター第3駐車場(北岩岡115-2)
	午前11時10分～11時40分	柳野公園(下富1256-97・ネオポリス公民館隣)
	午後1時30分～2時30分	富士見公園(中新井3-23)
28日(月)	午前9時30分～9時50分	南永井生活改善センター(南永井405)
	午前10時30分～11時20分	道傍公園(中富南2-20)
	午後1時30分～2時30分	北野公園(小手指町4-3・市民プール東側)
5月10日(土)	午前9時30分～11時30分	生涯学習推進センター(並木6-4-1)
	午後1時00分～2時30分	生涯学習推進センター(並木6-4-1)

毎年必ず受けましょう!
犬の狂犬病予防注射

狂犬病予防法に
より、飼い主は、
犬を市に登録し、
年1回の狂犬病予
防注射を受けさせ、
鑑札と注射済票を
犬につけなければ
なりません。狂犬
病予防注射は、集
合狂犬病予防注射
会場(表1参照)ま
たは動物病院で
受けられます。
市に登録している
犬については、3
月上旬に飼い主の
方へ郵送します。
なお、飼い主およ
び住所などが変更
になった場合や、
飼い犬が死亡した
場合は、市役所5
階生活環境課およ
び各集合狂犬病予
防注射会場に備
え付けの申請書で
届け出てください。
申請書は、市HP
(「犬の各種手続
き」で検索)から
も入手できます。
会場で受ける場
合
集合狂犬病予防
注射会場では、次
のことを守って
ください。
▼注射前に獣医
師の問診を行いま
すので、犬の体調
がわかり、注射の
ときに犬を押さ
えられる方が連
れてきてください。
▼首輪や胴輪は
抜けないように
し、特にひもは短
く持ってください。
▼会場では、係
員の指示に従っ
てください。
◎他の予防注
射接種後4週
間以上経過し
ていない場合
には、今回の
狂犬病予防注
射は受けられ
ません。

【集合注射料金】
登録済みの犬(1頭)：3,300円(注射済票550円・予防注射2,750円)
新規登録する犬(1頭)：6,300円(登録3,000円・注射済票550円・予防注射2,750円)

動物病院で受ける場合

狂犬病予防注射は、できるだけ4月から6月に受けてください。注射料金は、病院ごとに設定してあります。注射後、獣医師が発行する狂犬病予防注射済証と狂犬病予防注射済票交付申請書(はがき)を市役

所5階生活環境課へ持参の上、注射済票の交付(手数料550円)を受けてください。市に登録している犬については、市と協定を結んでいる動物病院(表2参照)で、9月30日(火)まで注射済票の交付を受けられます。◎海外に犬を連れて行く予定がある場合、または犬にマイクロチップを装着している場合は、注射の前に必ず申し出てください。
生活環境課
☎2998-9370

◆平成26年度 市と協定を締結している動物病院(五十音順)【表2】

動物病院名	所在地	電話番号
アニマルケアガーデン椿峰	小手指南4-34-4	2936-9696
大串ペット動物病院	若狭3-2556-5	2948-8516
かねこペットクリニック	北秋津778-5	2927-0067
かわしま動物病院	東所沢和田2-17-6 コーポタチバナ1階	2944-9345
北中犬猫医院	北中3-111-32	2922-8515
桐原動物病院	東住吉13-13	2922-3533
久米犬猫病院	久米369-9	2922-0629
グリーンヒルアニマルクリニック	下安松50-247 カミタマン ション二番館1階	2951-5900
けやき台動物病院	けやき台1-7-7	2928-0831
航空公園動物病院	西新井町20-7	2996-1362
コジマ動物病院	小手指町1-10-4	2928-5849
小手指ペットクリニック	小手指元町2-29-4	2949-1200
Conono動物病院	東所沢和田1-47-11	2933-9701
狭山ヶ丘動物病院	東狭山ヶ丘3-719-1	2903-7500
さわはた動物病院	小手指町4-18-2	2949-6776
シマダ動物病院	東所沢1-30-3	2946-0078
新所沢動物病院	北所沢町1992-10-101	2943-0370
タカダ動物病院	山口738-3	2928-0251
田むら往診専門獣医師	北原町1346-18	2995-3336
所沢愛犬病院	上新井1-10-9	2922-2929
所沢アニマルメディカルセンター	上新井5-54-42	2929-1818
パシエル獣医科	北原町1260-8	2998-7710
ひだまり動物病院	東所沢2-54-1 エステシ オン東所沢103	2951-2929
ファール動物病院	上新井1-45-17	2925-4236
ファミリー動物病院	榎町8-10 ナベショビル1階	2925-0079
フェリス動物病院	東所沢和田1-10-9 サンゴールド1階	2946-0225
ペットクリニック茶々	久米1417-8	2946-9773
PET-SPA所沢動物病院	東住吉1-4	2936-7455
星の宮動物病院	星の宮2-9-12	2903-8100
マインズアニマルクリ ニック	山口1232-4	2903-8776
まつおか動物病院	東所沢2-7-15	2945-9640
メーブル動物病院	山口5241-1 ポナール入ヶ丘106	2926-0911
もみの木動物病院	美原町5-2038-17	2996-3365
山口どうぶつ病院	所沢新町2528-19	2990-1199
和ヶ原動物病院	和ヶ原2-211-14	2948-1199

みんなのひろば



▲「アトトロ」の森20号地を巡った「アトトロ」のふりかき隊。三ヶ島地区から堀之内地区にかけて、野鳥や森にすむ生き物、植物の説明を聞きながら散策しました。



2月2日(日)アトトロの森20号地ほか(撮影：市民カメラマン・遠井洋子)



▲何枚もの紙を同じ形に折り、組み合わせてくす玉を作る『ユニット折り紙 くす玉作り』に挑戦。集まった20人の参加者は、小さな折り紙に悪戦苦闘しながら、かわいらしくくす玉作りを楽しみました。2月1日(日)／吾妻まちづくりセンター(撮影：市民カメラマン・三平資郎)



▲合気道、剣道、柔道、空手道、太極拳、なぎなた、弓道、杖道の連盟・団体の演武が行われた『第19回武道祭』。今回の武道祭は市内の武道愛好者約450人が一堂に会し、日ごろ鍛えた技を披露しました。2月2日(日)／市民武道館(撮影：市民カメラマン・滝島利男)



▲小学生440人が参加した『第18回彩の国21世紀郷土かるた大会』。個人戦・団体戦にわかれ、読み手の声に素早く反応し、取った枚数を競いました。読み札は、全て埼玉県に関連したものとなっています。1月25日(日)／市民体育館(撮影：市民カメラマン・津田資雄)

おうちで食べよう! 所沢の学校給食

32 じゃがまるくん

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

◆今回の献立

味噌ラーメン
牛乳

じゃがまるくん★
ピリカラきゅうり



★じゃがまるくん

材料(4人分)

- じゃがいも……………大3個
- こしょう……………少々
- プロセスチーズ……………25g
- かたくり粉……………適量
- ハム……………25g
- 揚げ油……………適量
- 塩……………少々

作り方

- じゃがいもは皮をむき、一口大に切り、蒸して熱いうちにつぶす。
- プロセスチーズ・ハムは7mm角に切る。
- じゃがいもに塩・こしょうと②を入れて混ぜる。柔らかい場合はかたくり粉を入れて硬さを調整する。
- ③を4等分し、丸めてかたくり粉をまぶす。180℃の油で揚げて出来上がり。

ここがポイント 大人気! じゃがまるくん

コロッケより簡単にできて、子どもたちに人気のメニューです。また、具をプロセスチーズ・ハムから、たこ・しょうが・万能ねぎに変えて、出来上がりにソースをかけ、青のり・かつお節をちらすと、たこ焼きポテトになります。こちらも人気のメニューです。また、じゃがいもにはビタミンCやミネラル成分が豊富に含まれ、特にじゃがいものビタミンCは熱に非常に強く、煮たり焼いたりしても壊れにくく、がん・高血圧・心筋梗塞などの成人病の予防や、美容に効果的です。

おかずにも、おやつにもなります。ぜひ、中身を工夫して作ってください。

問い合わせ 保健給食課 ☎2998-9249 ☎2998-9167



はっぴー 野老っ子



「初めて自分で自分をほめてあげたいと思ったほど頑張れた試合でした」と笑顔で話す小堀桃子さんは、学校の先生からも「おっとりとしていて、とても全国大会で活躍するほどの人とは思えない」と言われるほどの、一見した限りではどこにでもいる普通の子供です。彼女は、平成25年8月に行われた全日本ジュニアテニス選手権16歳以下女子シングルスと、同年12月のJOCジュニアオリンピックカップで優勝という大活躍を遂げました。特にJOCジュニアオリンピックカップは、全国高校選抜個人戦、全日本ジュニア選手権、インターハイのシングルスで優勝・準優勝した選手など18歳以下の16人しか出場できない大会で、次世代の日本テニス界を背負って立つ逸材が集う中での優勝です。

所沢航空記念公園の中をポールウォーキングしています。春は桜が咲き、お弁当を広げながら、夏は木陰の下を汗をかくて歩きます。秋はコスモスが咲き、イチョウが朝日を浴びて黄金色に輝いて美しいです。おまけにぎんなんも拾い集めます。冬は小さなロウバイが甘い香りを漂わせ癒やされます。空を見上げると、青い空に白い線が引く飛行機が悠々と飛んでいます。寒風の中、幼稚園児が走っています。たかま公園は人々を活性化させてくれる場所だと思います。私のお気に入りの場所です。

所沢航空記念公園

中新井 高橋 祥子



JOCジュニアオリンピックカップ 第34回全日本ジュニア選抜室内テニス選手権大会優勝

小堀 桃子さん (東中学校 3年)

らったり、試合前にはコーチが雑談などで緊張をほぐしてくれたり、「周りの人のおかげでここまでできました」。そのかいもあって全日本ジュニア選手権では「苦しかったけど、納得のいく試合ができました」。このため冒頭のコメントをいただきましたが、「本当は、友達と遊んだり、おしゃべりもお出かけもしたい」と話します。でもテニスでそうした余裕がないことから、「地方で行う全国大会で決勝戦まで進めたときに、決勝戦の前夜に焼き肉を食べに行くことが楽しみなんです」と笑顔で話します。

「2月末から行われている第50回島津全日本室内テニス選手権大会は、何とか予選を勝ち抜き、本選に出場したい。プロの選手や兄と同じ世代の人が参戦するので、これまでのジュニア世代から離れて、大人の選手の中でどれだけ自分が通用するのを試せるのが楽しみです!」と意気込みます。そして「2020年東京オリンピックにぜひとも出場したい」とさらに夢を膨らませます。

ぜひとも、小堀さんが2020年東京オリンピックでコートに立つ姿を観たいものです。皆さんも一緒に応援しませんか。



▲JOCジュニアオリンピックカップの優勝トロフィーを持つ小堀さん

ところざわ 歴史まめ知識 45

所沢の市域に関わる歴史的事項を50音順に紹介しています。今号は「わ」です。

わ

吾木香 市内出身の歌人、三ヶ島葎子(本名：倉片よし)が生前に唯一遺した歌集です。明治19年(1866)、三ヶ島中氷川神社の神職の家に生まれた葎子は、少女のころから歌を作りはじめ、「スバル」「アララギ」「青鞥」などの雑誌に作品を発表、叙情的な歌風は与謝野晶子などから高く評価されました。しかし、病や不本意な結婚生活、親友を弁護したことによる師からの破門など、その後半生は不遇なものでした。そんな中で生涯に6,000首を超える歌を詠み、大正10年(1921)には『吾木香』を自費出版しました。昭和2年3月、東京麻布谷町(現在の六本木)の自宅で40歳の若さで永眠、所沢の実蔵院に葬られました。三ヶ島まちづくりセンターには、遺族から寄贈された資料を展示する「三ヶ島葎子資料室」があります。

【生家ゆかりの三ヶ島中氷川神社の歌碑より】

春の雨 けふる櫻の 梢より をりをり露の かがやきて落つ

ワルツ 所沢駅西口を市の「玄関口」にふさわしく整備するための再開発事業で、昭和61年、西武百貨店をキーテナントとする商業ビルが完成しました。名称は「都会的でモダン」「軽快なリズム」などのイメージを理由に、2,147通の応募から「ワルツ」が選ばれました。最終候補には、他に「ファルマン」「ウィング」「オーロラ」がありました。

和ケ原 戦後の一時期、各地で行われた開拓事業では、旧来の住民と新しく入植した人々との間にあつれきが生じることもありました。三ヶ島地区の山林を切り開いた和ケ原では、命名に際し、住民の和を願って「和」の文字を用い、新天地の「若」さに掛けて「ワカ」と読ませ、そして「ケ」を使うことで、地元「三ヶ島」との結び付きを表現したということです。

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

誰でもエッセイ

テーマ「私のお気に入り」

誰がなんと言おうと、私のお気に入りには白のものが好きです。主婦歴50年を通して、毎日のようにかっぽう着にはお世話になってます。色は白で清潔、袖口はゴムが入っていて、中に着ている洋服を汚さない。本当にありがたいことこの上ないです。

小さくて軽いデジタルカメラ

3年前より私は、市の高齢者大学で出来た仲間とサークルなどの活動で充実した日々を過ごしている。その頃から、個人で楽しめる趣味も必要と考え、旅行時に「旅の記録とフォトエッセイ集」なるものを作り始めた。旅の記録が時系列で追えるように、写真を貼り付けている。その時重宝するものがコンパクトカメラの9100。軽くて自在に扱え、コンパクトながら一眼レフのシャッター音がする。作り始めた「旅の記録」は23冊目になるが、一眼レフを使い出すときは、また違うまとめ方になるだろう。

重度障害者への外出援助 タクシー券交付またはガソリン費補助

在宅の重度障害者などの外出や社会参加支援のため、補助認定を受けている方へタクシー券の交付・ガソリン費補助を行っています。なお、タクシー券またはガソリン費補助のどちらか一方の選択制です。

◆タクシー券

平成25年度にタクシー券の交付を受けている方には、3月下旬ごろに26年度のタクシー券を郵送します。

補助対象者および配付枚数

一般タクシー券または福祉タクシー券のどちらか一方の選択制です。



補助対象者 (施設入所者を除く)		配付枚数 (どちらか一方)	
		一般 タクシー券	福祉 タクシー券
身体 障害者 手帳	1級の透析患者	72枚	72枚
	1級(透析患者以外)	48枚	72枚
	2級の肢体不自由者		
	2級(市手当A区分)		
	2級(上記以外)		
3級の下肢・体幹障害者	24枚		
療育 手帳	①所持者	48枚	72枚
	A所持者	24枚	

【注意事項】

- ▶一般タクシー券24枚配付対象の方で、一般タクシー券を利用できない方は、ご相談ください。
- ▶一般タクシー券から福祉タクシー券、または福祉タクシー券から一般タクシー券に変更を希望する方は、郵送されたタクシー券とタクシー補助認定証を障害福祉課までお持ちください。

◆ガソリン費補助

平成25年度分の請求書提出期限は3月31日(月)です。

補助対象者および補助金の上限額

補助区分	補助対象者 (施設入所者を除く)	補助金の上限額	
		対象者が 運転する場合	同一生計者が 運転する場合
I	1級・2級の下肢・体幹障害者	月額3,000円	月額1,500円
II	1級・2級の身体障害者(I区分以外)	月額1,500円	
	3級の下肢・体幹障害者		
	療育手帳①・A所持者		

◎使用する自動車は、障害者本人または同一生計者の所有するもの(1台)に限ります(法人名義は不可)。運転をする方も障害者本人または同一生計者に限ります。

◆タクシー券とガソリン費補助の切り替え

平成26年度にタクシー券からガソリン費補助、またはガソリン費補助からタクシー券に切り替えを希望する方は、切り替え期間中に必要なもの(下表参照)を持参の上、障害福祉課で手続きをしてください。

切り替え期間 4月1日(火)～30日(水)

【注意事項】

- ▶切り替え期間を過ぎると切り替えはできません。
- ▶タクシー券を1枚でも使用した場合は、ガソリン費補助への切り替えはできません。

切り替えに必要なもの

タクシー券からガソリン費補助の場合	①身体障害者手帳または療育手帳②運転者の運転免許証(コピー可)③車検証(コピー可)④障害者本人名義の金融機関の口座番号などがわかるもの⑤タクシー補助認定証⑥平成26年度タクシー券
ガソリン費補助からタクシー券の場合	①身体障害者手帳または療育手帳②印鑑③障害者本人名義の金融機関の口座番号などがわかるもの④ガソリン費補助資格認定証

申問市役所1階障害福祉課 ☎2998-9116へ直接

市民 保養施設

平成26年度から所沢パスポート券 事業に石和温泉が加わりました

これまでの市民保養地(四万・水上温泉)や協定施設(4施設)に加え、山梨県石和温泉の23施設が新たに利用できるようになります。



▲山梨県石和温泉

◆利用方法

- ① 宿泊施設の予約・問い合わせ
市民保養地(水上・四万・石和温泉)および各協定施設の予約窓口(下参照)に所沢パスポート券を取得したことを告げ、宿泊に関する希望条件などを伝える。
- ② 予約窓口以外での申し込み、インターネット・旅行者などでの予約は、宿泊料金の割引が受けられません。また、他の割引などの併用はできません。



所沢パスポート券事業は、市民の皆さんが市民保養地や協定施設に宿泊する際、宿泊料金の10%引きなどが受けられるものです。
対市内在住の方
利用可能期間 平成26年4月1日(火)～27年3月31日(火)
◆所沢パスポート券の取得方法
3月20日(木)から市役所1階市民保養施設コーナー(市民相談課)またはまちづくりセンターへ直接
◎市HP「「所沢パスポート券」で検索」からも入手できます。

- ③ チェックアウト時
精算時に、割引後の金額を必ず現金で支払う。
- 問 市民保養施設コーナー
☎2998-9106

旅館・ホテル名	予約・問い合わせ 電話番号
国民宿舎両神荘(秩父)	☎0494-79-1221
草津ハイランドホテル(草津)	☎0120-26-2533
旅館喜平(草津)	☎0279-88-3169
民宿美浜(土肥)	☎0558-98-1030

◎所沢パスポート券対象施設の一覧や宿泊料金などは、市民保養施設コーナー、まちづくりセンターで配布しているほか、市HP「市民保養施設」でもご覧になれます。

予約窓口

◆水上温泉旅館協同組合(午前9時～午後5時)
☎0278-72-2611

◆(社)四万温泉協会(午前9時～午後5時)
☎0279-64-2321

◆石和温泉(各施設に直接申し込み)
◎施設の詳細は、市民相談課、まちづくりセンターに備え付けの一覧表、または市HPをご覧ください。

◆協定施設(各施設に直接申し込み)

ごみの分け方・出し方に関するお知らせ

問 資源循環推進課 ☎2998-9146
更めます。ご協力をお願いします。

家庭の資源とごみの分け方・出し方(ごみカレンダー)の配付

平成26年度「家庭の資源とごみの分け方・出し方」は、3月上旬に各ご家庭に配付します。
◎3月17日(月)を過ぎても届かない場合は、ご連絡ください。

一部地区の収集日程を変更

4月1日(火)から一部地区で収集日程を変更します。ご協力をお願いします。

変更になる地区 ▼山口(1321番地) ▼北岩岡 ▼新井一丁目(34・35・36・44番地) ▼神米金(県道川越所沢線東側) ▼北所沢町(県道川越所沢線東側) ▼所沢新町(県道川越所沢線東側)

◎新しい日程は、3月上旬に配付する「ごみカレンダー」をご覧ください。

電子レンジとチャイルドシートの分け方・出し方を変更

4月1日(火)から電子レンジとチャイルドシートの分け方・出し方を変更

種類	4月1日～
電子レンジ	昭和48年以降製で高さ・幅・奥行のいずれもが50cm未満の製品
	上記以外
チャイルドシート	下記以外
	高さ・幅・奥行のいずれかが50cm以上の製品

小型電製品
粗大ごみ
粗大ごみ
粗大ごみ

正しいごみの出し方で火災防止にご協力を

◆ごみ収集車の火災原因となるライター・中身ありのスプレー缶は別袋で
ごみ類の日に、ライターだけを別袋で集積所へ
スプレー缶：中身を使い切って
びん・かん・スプレー缶の日に集積所へ(中身を使い切れないものは、別袋で「中身あり」と書いてください。)



振り込め詐欺にご注意を

◆多発している手口(手交型)
①電話で息子や孫を名乗る
②「携帯電話の番号が変わった」「電車の中に小切手が入った」「バッグを忘れた」「風邪をひいて声がおかしい」「代理の者がお金を取りに行く」などと言いつつ
③代理の人間が自宅までお金を取りに来る



振り込め詐欺被害防止には留守番電話が有効です

電話に出ると冷静さを失って、相手のペースに乗せられてしまいます。常に留守番電話にセットしておけば、犯人は声が録音されることを嫌って、電話を切ります。

問 相談電話 所沢警察署
☎2996-0110
問 防犯対策室
☎2998-9090

【情報館】・特にことわりのないものは3月3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福祉手当・特別障害者手当・障害児福祉手当・経過福祉手当受給者を除く)

申請期限 3月31日(月)

見舞金の申請は毎年度必要です。

申請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 ☎2998-9116へ直接

就学援助制度

市では、市内の小・中学校に通学する児童・生徒の就学に必要な費用などの支払いにお困りの世帯に対し援助をしています。

対経済的理由でお困りの世帯(所得の目安:4人家族で前年所得の合計が316万円未満) 世帯構成によって変わります。

内 給食費 学用品費 新入学学用品費(5月15日(木)までに申請) 林間学校費 修学旅行費 医療費(学校の健康診断で特定の病気の治療勧告をされたもの) など

申請 4月分から援助を受けるためには、4月15日(火)までに①印鑑②振込先金融機関の本支店名・口座番号がわかるもの(保護者名義の口座)を持参の上、小・中学校または市役所6階教育総務課 ☎2998-9232へ直接

1月2日以降に転入した方は、収入のある家族全員分の平成25年中の所得を証明するもの(25年分源泉徴収票など)が申請時に必要です。また就学援助の申請は毎年度必要です。

育英奨学金・遺児奨学金制度

市では、経済的理由で就学困難な市内在住の素行良好・成績優秀な高校生などに、次の奨学金制度を設けています。

育英奨学金

対 4月から高等学校または高等専門学校に入学が決定、または現在在学中で4月以降も在学予定の生徒で、本人および保護者が市税を滞納していない方

支給額 5千円(月額) 定員の範囲内で決定します。

遺児奨学金

対 不慮の災難などで両親または父母



市税の夜間・休日納税窓口

夜間... 3月3日(月)・31日(月)、4月1日(火)午後5時15分~8時
休日... 3月8日(土)・22日(土)午前8時30分~午後0時30分、3月30日(日)午前8時30分~午後5時15分

市税の内訳 市・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、法人市民税、国民健康保険税など

災害、けが、病気失業などで収入が著しく減り、納期限までに納められないときは、お早めにご相談ください。電話による納税相談も受け付けます。

市税の納め忘れはありますか?

納付書に記載された納付場所で、納期限までに納めてください。

問 市役所2階収税課 ☎2998-9073

のいずれかを亡くし、4月から高等学校または高等専門学校に入学が決定、または現在在学中で4月以降も在学予定の生徒で、本人および保護者が市税を滞納していない方

支給額 5千円(月額)

申請 3月31日(月)までに①申請書②校長の推薦書③誓約書④成績証明書(在学している学校が発行)⑤父または母もしくは父母双方の死亡が記載されている戸籍謄本または改製原戸籍(遺児奨学金の場合のみ)⑥収入のある家族全員分の平成25年中の所得を証明するもの(25年分源泉徴収票など)を持参の上、市役所2階ごども支援課 ☎2998-9124へ直接

平成25・26年度建設工事請負等の入札参加資格審査(追加)申請

所沢市への入札参加を希望する場合は、埼玉県入札審査課への申請が必要です。詳細は、県HP「入札参加資格審査」で検索をご覧ください。

参加資格の有効期間 平成26年7月1日~27年3月31日

◆新規申請

受付期間 4月1日(火)~23日(水)

◆追加申請

受付期間 4月1日(火)~30日(水)

問 契約課 ☎2998-99058

職場でのトラブル解決をサポートします

◆労働委員会

公平な立場で労働者や労働組合と会社とのトラブル解決を無料でお手伝いします。

問 埼玉県労働委員会事務局 ☎048-830-6465

◆総合労働相談コーナー

いじめ、解雇、労働条件の引き下げなどのトラブル解決を無料でお手伝いします。

内 相談コーナーでの情報提供・相談 労働局長による助言 紛争調整委員会によるあっせん(紛争当事者間の調整)

埼玉県労働局企画室 ☎048-600-6262

障害者雇用推進企業支援補助金

市内事業者が障害者を雇用する際の経費に対し補助金を交付します。雇用する前に事前の登録が必要です。雇用する予定のある事業者の方はお問い合わせください。

補助対象 障害者を雇用するための建築物・設備等の改修 障害者雇用のための事前調査・社員研修

市内に居住する障害者を新たに雇用した場合

問 産業振興課 ☎2998-9157

平成26年度高齢者福祉バスの運行

市では、高齢者の福祉の増進のため視察・研修などに利用できる高齢者福祉バス運行事業を行っています。

対 市内在住の60歳以上で組織された団体

利用人数 20人~40人

利用時間 午前8時から午後6時まで(土・日曜日、祝日を除く)

◎ 年度内1回の利用です。

費 15,000円

問 3月18日(火)までに、団体名、代表者の氏名・住所・電話番号を高齢者支援課 ☎2998-9120へ電話

化学物質過敏症を知っていますか?

化粧品や整髪料、柔軟剤などには化学物質を含むものがあります。化学物質過敏症の方は、化学物質に敏感に反応し、頭痛や吐き気、アレルギー症状やぜんそくなどが誘発される場合があります。使用の際は、適量を超えた使用を控えるなど、周囲への配慮をお願いします。

問 保健医療課 ☎2998-9385

麻疹風しん混合(MR)予防接種(第2期)はお済みですか?

平成25年度麻疹風しん混合(MR)予防接種(第2期)の接種期限が近づいています。まだ接種が済んでいない方は接種を受け付けています。

問 保健医療課 ☎2998-9385

平成26年度からの指定管理者に指定した団体と高齢者福祉施設

施設名	団体名	指定期間
老人ホーム亀鶴園	社会福祉法人若狭会	5年
亀鶴園老人デイサービスセンター		
新所沢けやき通り老人デイサービスセンター		
老人憩の家さくら荘	公益社団法人所沢市シルバー人材センター	5年
老人憩の家とめの里		
老人憩の家やなせ荘		
老人憩の家峰寿荘	公益財団法人所沢市公共施設管理公社	5年
老人憩の家みかじま荘		
老人憩の家こてさし荘		
老人憩の家とみおか荘	社会福祉法人安心会	5年
老人憩の家ところ荘		
ところ荘老人デイサービスセンター		
保健センター	社会福祉法人栄光会	1年
老人デイサービスセンター		

問 高齢者支援課 ☎2998-9120



平成19年4月2日~20年4月1日生まれの方(幼稚園・保育園の年長児に相当する年齢)

接種期限 3月31日(月)

接種場所 市内協力医療機関

問 保健センター健康管理課 ☎2991-1811

都市計画道路北野下富線道路築造事業

都市計画道路北野下富線(市道31575号線)主要地方道所沢狭山線)の道路築造事業について、都市計画法第59条第1項の認可を次のとおり受けましたのでお知らせします。

都市計画事業の種類・名称 所沢都市計画道路事業3・4・7号北野下富線

施行者の名称 所沢市

事業地の所在 北中3丁目、向陽町および岩岡町地内

設計の概要 起点:北中3丁目108番21 終点:岩岡町643番6(延長862m、幅員18~26.2m)(2車線)

問 関係図書は、市役所2階計画道路

平成26年度水道水質検査計画を公表

上下水道部(市)から「上下水道部」をクリック)に掲載するほか、上下水道部庁舎(宮本町2丁目)、市役所1階市政情報センター、まちづくりセンターでご覧になれます。

ご意見をお待ちしています。

問 上下水道部給水管理課 ☎2992-11083



所沢市高場の冷暖房設備工事

工事期間中は式場や待合室などの利用を一部制限します。利用者の皆さんにはご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。

工事期間 3月上旬~5月上旬

問 市民課 ☎2998-9087

職員の事務服を廃止

一般事務職員の事務服(ブレザー・ベスト)を4月から廃止します。廃止後の服装などは、「服装・身だしなみに関するガイドライン」に基づき、公務にふさわしい服装で職務に従事します。

問 職員課 ☎2998-9048

【情報館】・特にことわりのないものは3月3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。

自治会・町内会は 市民参加の原点です⑪

問 コミュニティ推進課 ☎2998-9083

◆並木自治連合会◆

～わくわくお散歩マップ、 四木めぐり・ウォーキングのつどい～

並木地区は、米軍所沢通信基地を取り囲んだ比較的新しい住宅・マンション・市役所などの官庁群からなり、新しい住民が多く、16自治会・町内会が並木自治連合会に加盟しています。

年中行事のほか、「わくわくお散歩マップ ウォーキングのつどい」が定着しています。「四季とともに四木を楽しみましょう」をテーマに、自治会と地域のボランティア団体がウォーキングマップ実行委員会を立ち上げ、平成20年1月から年4回実施しています。地域住民の約50人が集い、とこしゃん体操で体をほぐして出発し、参加者は、

木偏に春・夏・秋・冬と書く「四木」について、何と読むか、どこにその木があるかを楽しみに皆で探し歩き、この地域で生まれ育った案内役の説明で大いに盛り上がりします。



▲ウォーキングのつどいの様子

さて、皆さんは木偏に春・夏・秋・冬と書いて何と読むかわかりましたか？「椿(つばき)」と「榎(えのき)」「柊(ひいらぎ)」は所沢航空記念公園内にあり、「楸(ひさぎ)」は伸栄小学校にあります。このように自治会・町内会は、身近なことで地域を盛り上げ、「絆」を大切に健康長寿とご近所の輪を広げています。ぜひ、自治会活動へも興味を持って参加してください。

パブリックコメントの結果を公表

◆第2次所沢市子どもの読書活動推進計画(素案)

公表方法 所沢図書館(本館・分館)、市役所1階市政情報センター、まちづくりセンターで閲覧・配布のほか、市HP(「パブリックコメント」)をクリック)でご覧になれます。

問 所沢図書館 ☎2995-6311

◆まちごとエントラウン所沢構想(案)公表方法

市役所5階環境総務課、同1階市政情報センター、まちづくりセンターで閲覧・配布のほか、市HP(「パブリックコメント」)をクリック)でご覧になれます。

問 環境総務課 ☎2998-9133

所沢カルチャーパーク多目的広場 利用申し込みの受け付け

申し込み対象期間 4月～7月(毎週水曜日を除く)

利用区分 ▼午前9時～正午 ▼午後1時～4時

◎終日利用も可能です。
施設の構造 芝生(70m×70m、フェンスの高さ3m)

利用制限

野球、ソフトボールは利用不可
日 3月13日(木)午後6時30分～7時30分
場 市役所6階602会議室



対 市内在住・在勤・在学の方が過半数を構成する団体

◎新規申し込みの団体は、公園課による安全確認、会則・規約・会員名簿の添付が必要です。

問 公園課 ☎2998-9196

空間放射線量の測定結果など

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

◎市HP(「放射線量測定器」で検索)をご覧ください。
問 環境対策課 ☎2998-9230

◆空間放射線量の測定結果
市内10カ所を測定したところ平常

時の放射線量の限度(自然放射線などを除く)を下回っていました。

測定日 2月13日
測定結果 0.03～0.05マイクログシーベルト/時

問 環境対策課 ☎2998-9230

◆水道水(地下水)に含まれる放射性物質の測定結果

採取日 2月4日
採取場所 第一浄水場(宮本町)

測定結果 放射性セシウムは不検出
問 上下水道部浄水管理室 ☎2921-1083

全ての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務化されています

住宅用火災警報器(以下「住警器」)を設置することで、火災発生をいち早く知ることで、初期消火や避難行動が早まります。まだ設置していない方は、早めに設置しましょう。



設置場所 全ての寝室(寝室が2階の場合は階段上部にも設置)
◎台所やリビングへの設置義務はありません。

りませんが設置を推奨します。
入手方法 家電販売店、ホームセンターなどで購入(1個2千円位から販売)

取り付け方法 住警器は電池式のため、ドライバーで取り付け可能

◆すでに設置している方へ
定期的な作動点検(電池の寿命は長くても10年前後)を行う

定期的に乾いた布で汚れやほこりを拭き取る

◆悪質訪問販売・点検に注意
住警器や消火器の販売・点検を行い、不当な価格を請求する悪質な訪問販売の被害が発生して

ますので注意してください。消防職員が訪問販売や点検を行うことはありません。不審に感じたときは、消防署へお問い合わせください。

◎住警器に関する情報は埼玉西部消防組合HP(<http://www.saisei119.jp/>)でもご覧になれます。

問 所沢中央消防署予防指導課 ☎2929-9133



開催

発達障害啓発週間イベント

◆講演会「発達障害のある人の自立」

日 3月21日(祝)午後1時～3時

場 保健センター

定 申し込み先着200人

講 文京学院大学教授・松為信雄さん

◆講演会「子どもの見方を変えて味方になろう」

日 4月5日(土)午前10時～正午

場 市役所8階大会議室

定 申し込み先着100人

講 星様大学准教授・阿部利彦さん

問 いずれも保健センターこころの健康支援室 ☎2991-1812

へ電話

松井地区地域福祉研修会
日 3月29日(土)午前10時～11時50分
場 松井まちづくりセンター
対 市内在住・在学・在勤の方
定 先着150人

松井地区地域福祉研修会
日 3月29日(土)午前10時～11時50分
場 松井まちづくりセンター
対 市内在住・在学・在勤の方
定 先着150人

【情報館】・特にことわりのないものは3月3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。

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
毎週月・火・木・金・土曜日、3月26日(水)の午前10時～正午、午後1時～4時(3月25日(火)を除く)
場 所 所沢(花園2丁目)

対 就 職 を 希 望 す る 方
相 談 員 カリヤカウンセラー

◎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
3月14日(金)午後2時～4時
場 所 所沢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 込 込 込 30人

内 労働市場理解と求人情報のつかみ方

③女性向け就職支援セミナー
3月20日(水)午後2時～4時
場 所 所沢6階604会議室

対 仕事と家庭を両立したい女性の方
定 申 込 込 込 30人

内 面接の準備



◎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
3月28日(金)午後2時～4時
場 所 所沢6階604会議室

対 40歳以上の求職者
定 申 込 込 込 30人

内 求人検索と面接攻略法

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 ブ ラ ン チ 受 付 専 用 だ い ヤ ル ☎ 048-601-2229

☎ 2943-2110(午前8時30分～午後2時)で受け付け

女性委員による特設人権相談所

家庭内のもめ事、結婚、離婚、相続、夫・恋人からの暴力、ストーカーなど女性特有の人権問題、近隣関係などでお困りの方は、ご相談ください。
3月6日(水)午前10時～午後3時
場 所 さいたま地方支務局所沢支局(航空公園駅東口から徒歩10分)
相 談 員 所沢人権擁護委員協議会所属の女性人権擁護委員および弁護士委員

◎会場へ直接お越しください。
さいたま地方支務局所沢支局総務課 ☎ 2992-2677

休日特設相談会(予約制)
3月8日(土)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分(受付)
場 所 所沢1階市民相談課

内 相続や金銭問題などの法律相談、日常生活の中で起こるトラブル(医療関係や法人問題などを除く)など

相 談 員 弁 護 士
申 問 市 民 相 談 課
☎ 2998-9092へ電話

暮らしの中の悩みと相談

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。
3月11日(火)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分(受付)
場 所 所沢1階市民相談課

◎会場へ直接お越しください。
市 民 相 談 課 ☎ 2998-9092

一般労働相談(予約制)
3月14日(金)午後4時～8時(最終相談：午後7時)／1人約50分
場 所 所沢5階501会議室

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

特許・商標相談会(予約制)
3月26日(水)午後1時～5時
場 所 所沢5階501会議室

内 労働者、事業主など

申 問 知 的 財 産 総 合 支 援 セ ン タ ー 埼 玉 ☎ 048-621-7050へ電話

雑木林保全管理作業体験
3月16日(日)午前9時～11時30分(雨天中止)
場 所 荒幡富士市民の森(下山口駅から徒歩15分)

◎駐車場はありません。
市内に住所を有する個人・団体・事業者(政治・宗教団体を除く)、市内在勤の方
定 申 込 込 込 30人

持 作 業 手 袋 、 タ オ ル
◎用意できる方は鎌などの作業用具をお持ちください。また、服装は汚れても良く動きやすいものをご用意ください。

申 問 3月7日(金)午後5時まで氏名・性別・年齢・住所・電話番号を〒359-8501みどり自然課 ☎ 2998-9373 ☎ 2998-9373

95 ☎ 29373@city.tokorozawa.saitama.jp / 電話・FAX・郵送・Eメール

古布を使って「ぞうり作り」
3月11日(火)午後1時～4時
場 所 旧市庁舎(宮本町1-1-2)

定 申 込 込 込 20人
持 申 込 込 込 500円(材料費)
申 問 消 費 生 活 セ ン タ ー
☎ 2928-1233へ電話

リサイクルふれあい館エゴロの行事
和服から直線縫いのエプロンを作ろう
3月12日(水)午前9時30分～午後2時30分
定 申 込 込 込 15人

持 和 服 を ほ ど い て アイ ロ ン を か け た も の 、 裁 縫 道 具 、 昼 食

◆裂き布ぞうり作り
3月16日(日)午前9時30分～午後0時30分 / 生涯学習推進センター
定 申 込 込 込 15人

持 木 綿 布 を 裂 い た も の 、 も の さ し 、 は さ み

◆牛乳パックでイスを作ろう
3月30日(日)午前9時30分～午後0時30分
定 申 込 込 込 10人(小学4年生まで)

休館日 毎週月曜日、3月21日(祝)

児童館へ行こう(3月の主な行事)		
児童館名	電話番号	行事名/開催日時
ひばり	2926-8669	■タイムトライアル/3月18日(火)午後3時30分～/参加自由
こばと	2924-3065	■ポッポひろば/3月17日(月)午前10時30分～/0歳～3歳児とその保護者対象/参加自由
つばめ	2922-0410	■つばめ広場/3月14日(金)午前10時30分～11時30分/幼児対象/参加自由
つばき	2923-6155	■おもちゃつき/3月5日(水)午前10時30分～/参加自由
すみれ	2949-3826	■まめの本文庫/3月19日(水)午前10時30分～/参加自由
さくら	2998-5912	■スーパー宝探し/3月26日(水)午後2時30分～/参加自由
わかば	2948-3222	■ビッグカルタ大会/3月20日(木)午後2時30分～/参加自由
まつば	2995-0995	■卒業進級おめでとう会/3月20日(木)午後3時～/参加自由
みどり	2928-8414	■みどりお楽しみ会(映画会)/3月25日(火)午後3時～/参加自由
やなぎ	2944-8819	■キッズチャレンジ/3月24日(月)午後1時～/参加自由
ひかり	2996-3995	■親子クッキング/3月21日(祝)午前10時30分～正午/就園児とその保護者対象/要申込

では保護者同伴) 1リットルの牛乳パック24本、ボンド、セロハンテープ、ガムテープ、はさみ、筆記用具 費500円(材料代)

◆3月のエゴロの行事

航空発祥の歴史を訪ねて「航空記念公園内史跡めぐり」
3月16日(日)午前10時30分～午後3時(雨天決行)
集 合 航 空 公 園 駅 東 口 Y S 1 1 型 輸 送 機 前 広 場
送 機 前 広 場
定 申 込 込 込 50人
内 所 沢 航 空 記 念 公 園 内 に 残 る 日 本 の 航 空 の 幕 あ け と な っ た 史 跡 め ぐ り
リ ン 送 機 、 所 沢 航 空 発 祥 記 念 館 の 見 学
申 問 3月7日(金)までに所沢航空資料調査収集する会事務局(商業観光課内) ☎ 2998-9155 ☎ 2998-9162へ電話・FAX

行事名	開催日時
傘修理(一人一本)	3月15日(土)午後1時30分～ ◎部品代は実費です。
包丁研ぎ講習会	3月15日(土)午後1時30分～
おもちゃの病院	3月22日(土)午後1時～
大型再生家具抽選会(40点程度)	3月8日(土)・22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。

◆ファックスでの問い合わせを希望する方は、広報課(☎2994-0706)へファックスしてください。

【情報館】・特にことわりのないものは3月3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。

3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)	当番店	電話番号
1日(土)	(有)サンワ管工	2998-5844
2日(日)	(有)本田技管	2948-1300
8日(土)	(株)楽々	2923-4900
9日(日)	(有)須田設備	昼 2922-7022 夜 2922-0981
15日(土)	(有)石和設備工業	2993-8108
16日(日)	(株)楽々	2923-4900
21日(祝)	(有)八光設備工業	昼 2924-2011 夜 2925-2549
22日(土)	(有)平塚設備工業	2923-5778
23日(日)	(有)兼六工業	2922-1877
29日(土)	(株)協立管工	2948-5515
30日(日)	(有)伏見設備工業	2948-3328

問 上下水道部 (夜間・休日は警備員対応)
☎ 2921-1100

とくろざわ親子で楽しむ運動遊び

- ① 3月29日(土)午前9時30分～11時
市民体育館サブアリーナ
対おむね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
- ② 3月15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 3月29日(土)午前9時30分～午後0時30分
《早春!小さらな花をさがして》
対高校生以上
定申し込み先着20人
持厚食、飲み物、筆記用具
費200円

狭山丘陵いきものふれあいの里 センターのイベント

- ① 学ぼうやろう里山の維持管理作業
3月15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 狭山丘陵基礎から学ぶ植物画講座

- ③ 平成26年4月4日(金)～27年3月13日(金)の午前9時30分～午後3時(全13回)
費12,500円(画材費など)
対高校生以上
定申し込み先着15人
持厚食、飲み物、筆記用具など

④ 定例ガイドウォーク

- ④ 3月1日(土)・2日(日)午後1時30分～2時30分
集合 ①③④は当センター(下山口駅から徒歩15分) ②は水天宮下バス停(所沢駅西口から西武園駅行き)
休館日 毎週月曜日
申問 3月1日(土)から①②③は同センター ☎ 2939-9412 へ電話
④は当日受け付け



募集

平成26年度所沢市高齢者大学の学生を募集

平成26年4月～27年2月(おもに水・木・金曜日)月3日程度
場 市役所など



対学習意欲があり、全講座受講可能な昭和29年4月1日以前に生まれ、市内在住の方

- ◎ 受講経験者は、応募できません。
定 男女各80人(抽選の上、結果を4月2日(水)までに通知)
- ① 健康管理、社会福祉、一般教養、身近な法律、合唱、課外活動など
費 年額6千円(課外活動などは別途実費)

申問募集案内をご覧の上、3月11日(火)まで往復はがきに住所・氏名・生年月日・性別・電話番号を記入し、〒359-8501高齢者支援課 ☎ 2998-9120 へ郵送

- ◎ 募集案内は、市役所1階高齢者支援課、老人福祉センター・老人憩の家、まちづくりセンター、コミュニティセンター、生涯学習推進センター、図書館に備え付けてあります。

秋の祭典!第35回所沢市民フェスティバル(10月25日(土)・26日(日)開催予定)の実行委員と企画を募集

- ① 実行委員 募集人数 若干名
応募資格 市内在住・在勤・在学で実行委員会の半数以上(月1～2回/平日の夜)と開催当日2日間に参加できる方
- ② コミュニティづくりを目的とした市民手づくりの企画
応募資格 市内在住・在勤・在学の個人または市内の企業・団体で、開催当日に企画運営ができる方
- ③ 企画の選考・調整▼フェスティバルのPR活動など
- ④ 結果は応募者全員に通知します。
- ⑤ コミュニティづくりを目的とした市民手づくりの企画
応募資格 市内在住・在勤・在学の個人または市内の企業・団体で、開催当日に企画運営ができる方

委員会HP (<https://opencity.jp/tokorozawa/pages/gp/tokofes/>)でも入手できます。また、窓口への直接申し込みが難しい場合は、ご相談ください。

歯科レセプト(診療報酬明細書)点検員を募集

- 募集人数 1人
応募資格 次の全てを満たす方
① 歯科レセプト点検事務の経験がある方
② 歯科レセプト点検に関する資格を有する方
③ 簡単なパソコン操作ができる方

勤務日数/勤務時間 月10日/午前9時～午後4時
◎ 兼業はできません。
時給 1,260円
申問 3月7日(金)までに履歴書(写真貼付)と応募資格②を証明する書類の写しを市役所1階国保年金課 ☎ 2998-9131 へ直接

第26回所沢民踊まつり(4月5日(土)の参加団体を募集

- 参加を希望する団体は、踊る曲目のテープ・CDなどを持参の上、次の代表者会議に出席してください。
- ◆ 参加団体代表者会議
3月13日(木)午後2時30分
場 所沢航空発祥記念館1階研修室
問 所沢市観光協会事務局(商業観光課内) ☎ 2998-9155

参加団体を募集

参加を希望する団体は、踊る曲目のテープ・CDなどを持参の上、次の代表者会議に出席してください。



みなさんの善意

- 【愛の福祉基金へ】 所沢市農業祭実行委員会様(115,000円) ● 七彩会様(5千円) ● 所沢市フォークダンス連盟様(162,617円) ● 西新井町馬頭観音様(62,000円) ● 所沢友和会様(592,260円) ● ヤマザキ製パン従業員組合埼玉支部様(10万円) ● 中央管財様(5千円) ● 第21回所沢市民クリスマス実行委員会様(5万円)
- 【小・中学生の文化スポーツ振興のため】 ● (株)ミラン様(20万円) ● 【交通事故防止啓発事業等へ】 ● 埼玉県自動車整備振興会所沢支部様(25万円) ● 【松原学園へ】 ● 太誠産業(株)様(フセンター、まちづくりセンターで閲覧・配布するほか市HPに掲載)
- 申問募集期間内に条例(案)に対する意見を添えて、コミュニティ推進課 ☎ 2998-9083 へ提出または市HPから電子申請
- ◆ 所沢市ひとり親家庭等自立支援計画(素案)
募集期間 2月28日(金)～3月14日(金)
計画(素案)の公表 市役所2階子ども支援課、同1階市政情報センター、まちづくりセンターで閲覧・配布するほか市HPに掲載
- 申問募集期間内に計画(素案)に対する意見を添えて、子ども支援課 ☎ 2998-9124 へ提出または市HPから電子申請
- ◆ 第5次所沢市総合計画後期基本計画(素案)
募集期間 3月20日(木)～4月20日(日)
計画(素案)の公表 市役所3階政策企画課、同1階市政情報センター、まちづくりセンターで閲覧・配布するほか市HPに掲載
- 申問募集期間内に計画(素案)に対する意見を添えて、政策企画課 ☎ 2998-9027 へ提出または市HPから電子申請

交通安全指導員を募集(報酬あり)

- 募集人数 1人
勤務場所 富岡小学校区
住所 市内在住で65歳未満の方
- 職務内容 立哨指導、交通安全教室
- 採用予定日 5月1日(木)
- 申問 3月17日(月)までに、交通安全課 ☎ 2998-9140 へ電話



保健師・看護師(臨時職員)を募集

- 募集人数 若干名
応募資格 次の全てを満たす方
① 保健師免許または看護師免許を有する方
② 普通自動車運転免許を有する方
- 勤務内容 母子保健事業など
- 勤務地 保健センター
- 採用予定日 4月1日(火)
- 勤務時間 月々金曜日午前8時30分～午後5時
- 申問 保健センター健康づくり支援課 ☎ 2999-11813 へ電話



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
3月2日(日)	圏央所沢病院	内、脳外	東狭山ヶ丘 4-2692-1	2920-0500
	所沢肛門病院	肛	小手指町1-3-3	2926-7521
	くさかり小児科	小	東所沢1-3-13 東所沢セントラル ハイツ1階	2945-0205
3月9日(日)	山口医院	内、外、小	花園2-2344-26	2943-3273
	高橋眼科病院	眼	西所沢1-19-16	2922-5776
	所沢中央病院	内、整	北秋津753-2	2994-1265
3月16日(日)	所沢第一病院	内、整	下安松1559-1	2944-5800
	雨宮医院	耳鼻咽喉	上新井3-55-8	2925-5370
	はらこどもクリニック	小	小手指町2-1379	2926-4333
3月21日(祝)	佐々木記念病院	内、消	西所沢1-7-25	2923-1123
	はちす診療所	小、内、アレ	くすのき台3-18-2 マルナカビル 番館2階	2993-0338
	所沢武蔵野クリニック	精神、心内	松葉町16-13 祥鈴ビル5階	2994-5813
3月23日(日)	東所沢病院	内、神内	城435-1	2944-2390
	細川耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	緑町2-22-8	2939-4005
	関根内科クリニック	内、循	御幸町6-6	2926-0636
3月30日(日)	柳内医院	内、小、理、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
	所沢腎クリニック	内、泌	下安松1564-1	2945-6600
4月6日(日)	吉岡クリニック	内、循、消、呼、 皮、アレ	花園2-2351-18	2942-3116
	ひかり耳鼻咽喉科クリニック	耳鼻、気管	三ヶ島3-1442-16	2948-7518
	瀬戸病院附属西所沢クリニック	内、産、婦	西所沢1-12-3	2924-3332

小児科日曜日・祝休日診療

医療機関名	所在地	電話番号	日曜日		祝休日	
			午前	午後	午前	午後
おくもとクリニック	西所沢1-23-3	2903-8320	○	×	×	×
かわかつクリニック	小手指台23-1 マミー マート所沢山口店2階	2920-2200	○ (第2休)	×	×	×
彩のクリニック	小手指町4-1-1	2949-1118	×	×	○	×
魚住小児科	宮本町2-11-11	2926-6255	×	×	○	○

○診療時間はお問い合わせください。なお、休診する場合があります。

小児急患診療

市民医療センター
上安松1224-1 ☎2992-1151

事業名	受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝休日
夜間急患診療	午後7時30分～10時15分	○	○	○	○	○	-	-	-
	午後6時～8時45分	-	-	-	-	-	○	○	○
深夜帯急患診療	夜間急患診療終了後～ 翌日午前7時	○	○	○	×	○	○	○	※
日曜日・休日急患診療	午前10時～11時30分 午後2時～4時30分	3月2日(日)・9日(日)・16日(日)・21日(祝)・ 23日(日)・30日(日)、4月6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：3月2日(日)・9日(日)・16日(日)・21日(祝)・23日(日)・30日(日)、
4月6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 124

いきいき健康づくり

女性の健康づくり～更年期の過ごし方～

特別なことのように捉えられることが多い「更年期」ですが、「全ての女性が迎える節目」の時期です。また、この先30年以上の人生を自分らしく健やかに過ごしていくための、見直しの時期でもあります。

自分に合った方法を見つけ、更年期とうまく付き合っていきましょう。

◆更年期とは

卵巣の機能が低下し、女性ホルモンの分泌が減少する時期のことです。閉経の平均年齢は約50歳とされているため、一般的には45歳ごろから閉経を挟んで55歳ごろを指しますが、その時期や症状は一人一人異なります。

◆どうして更年期障害が起こるの？

卵巣から分泌される女性ホルモンは、妊娠・出産に備えるからだけでなく、骨・皮膚・脳・血管・自律神経のバランスを保つなどの働きがあります。更年期になると、この女性ホルモンの分泌が急激に減るため、からだに適応できず、心身にさまざまな不調が生じます。また、子どもの受験や独立、親の介護など悩みも生じやすい時期です。からだの急激な変化に加え、これらのストレスも大きな要因になっています。

◆更年期にみられるさまざまな症状

- ▶性機能…月経不順、不正出血、膣の痛みやかゆみ
- ▶自律神経…ホットフラッシュ(顔のほてり)、のぼせ、発汗、めまい
- ▶精神神経症状…不眠、不安、憂うつ、落ち込み、イライラ
- ▶その他…肩こり、腰痛、手足の痛み、肌の乾燥、抜け毛 など

◆更年期に気をつけたい病気

- ▶骨粗しょう症…女性ホルモンは、骨の形成に関わっている骨芽細胞を活性化する作用があるため、女性ホルモンの分泌低下は急激な骨量減少をもたらします。骨粗しょう症になると、骨折しやすくなり、寝たきりにもつながります。予防には、閉経前の30歳代、40歳代からの十分なカルシウム摂取と運動習慣を身につけることが重要です。
- ▶メタボリックシンドローム…女性ホルモンの分泌が低下すると、内臓脂肪は急激に増加し、コレステロールや中性脂肪、血糖などの値が上昇します。この状態が長く続くと動脈硬化が進み、心臓病や脳卒中の原因となります。自覚症状がないため、毎年、特定健診などの健康診断を受け、生活習慣を見直すきっかけにしましょう。
- ▶尿失禁…女性ホルモンの減少で、ぼうこうや子宮、直腸などを下から支えている筋肉群である骨盤底筋が緩み、尿道を締める力が低下し、尿もれが起こります。40歳以上の女性の4割が尿もれの経験があると言われています。一人で悩んだり、あきらめたりせずに、婦人科や泌尿器科に相談してみましょう。

◆更年期との付き合い方

家庭や仕事でからだに大きな変化を迎える時期ですが、改めて自分を見つめるよいチャンスなのかもしれません。焦りや不安はストレスを増大させ、症状が強くなる可能性もあります。栄養・運動・休養のバランスを大切に楽しく毎日を過ごすことがポイントです。

◆なにかおかしいな、つらいな…と思ったら

症状の程度に限らず、自分が「つらい」と思ったら受診しましょう。更年期障害と似た、ほかの病気が隠れている場合もあります。

◀受診前に確認すること▶

- ▶いつごろからどんな症状があるか・月経の有無
- ▶今までかかった病気・内服薬の有無・アレルギーの有無など

○更年期の症状や受診先などで悩むときは、お気軽に保健センターにご相談ください。

問い合わせ 保健センター健康づくり支援課

☎2991-1813 ☎2995-1178



広報マスコット ひばりちゃんのさえずり

- ▶2月から開設した広報課のフェイスブックはご覧いただけましたでしょうか。市では広報紙、ホームページ、ほっとメール、ツイッター、データ放送などいろいろな媒体を使用して情報を発信しています。たくさんの方に、たくさんの情報が届きますように！(Y)
- ▶今月号の表紙を見て祖母の家にあった7段のひな飾りを思い出しました。お気に入りはお人形…ではなく、牛車や重箱などの飾り物だったような。久しぶりに飾りたいな～と思いつつ、出すのはちょっと大変だから、ひなあられでも食べて気分を味わいます♪(S)

痴漢に注意！ 明るい道を歩き、防犯ブザーで痴漢撃退。

自転車盗に注意！ 必ず鍵を掛け、盗難対策。

所沢警察署 ☎2996-0110