

広報

70周年

No.1099

平成25年(2013年)

とこざわ



トコロんのおイトコどこだよ⑤ ～里芋畑～

里芋は、ほうれん草と並び、所沢市の代表的な農産物です。市内では、主に卵形の「土垂」と、丸形の「蓮葉」という品種が栽培されています。所沢産の里芋は、品質の高さと上品な風味から大変人気があり、料亭など高級料理店でも使用されています。「黒ダイヤ」とも称される所沢産の里芋を皆さんも一度味わってみませんか。

撮影地：下富（神山茂生さん農地）

撮影：市民カメラマン・遠井洋子（8月21日）

特集 ところざわまつり・所沢市民フェスティバル… 2・3

保育園入園申込受付・家庭保育室入室申請のご案内…4 / 「市政運営に係る報告会」および「みんなで考える市の仕事事業」…5 / 健全化判断比率等について公表…6 / 65歳以上の方へインフルエンザ予防接種…7 ほか

人口と世帯 (平成25年8月末現在)

人口	343,273人	前月比	+119人
男	170,874人		+69人
女	172,399人		+50人
世帯数	150,645世帯		+138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。

平成26年度 保育園入園申込受付のご案内



平成26年4月からの公立・私立保育園の入園申し込みを受け付けます。
現在、入園をお待ちで、平成26年度も入園を希望する方は、新たに申し込みが必要ですが、入園を希望するお子さんが、ごとの遅れや心身などに障がいをお持ちの場合は、申し込みの際に必ず申し出て下さい。

入園申込書の配布 10月1日(火)から市役所2階保育課、市内各保育園(土・日曜日、祝休日を除く)午前8時30分～午後5時15分、保育園は午前8時30分～午後5時)で配布

入園申込書は市HP(入園申込書)で検索)からも入手できます。
受付期間 11月5日(火)～15日(金)土・日曜日を除く午前8時30分～午後5時15分、保育園は午前8時30分～午後5時)

受付場所 市役所2階204会議室 または入園を希望する保育園
11月8日(金)・14日(木)は市役所のみ午後8時まで受け付けます。また、代理や郵送での申し込みは受け付けできません。

保護者が次のような状況にある家庭
① 家庭の外で常時(週20時間以上)働いている場合
② 自営業や在宅業務をしている場合
③ 病氣・負傷・心身に障がいをお持ちの場合
④ 母親が出産前後の場合
⑤ 同居親族に病氣や障がいがあるが、介護をしなければならぬ場合
⑥ 地震、風水害、火災などの災害の復旧にあたる場合
⑦ 保育に欠けると思われる場合

⑧ いずれかの要件に該当しているも、他に乳・幼児の保育ができる方がいる場合は対象になりません。

入園の決め方

入園の可否は、申し込み順ではありません。入園を希望した方の保育ができない度合いの高い順に入園を決定します。

留意事項

年齢は、年度当初(平成26年4月1日現在)の満年齢です。ただし、0歳児の月齢は入園を希望する月の初日の月齢です(北野保育園および泉町保育園は26年4月1日現在の月齢)。
所沢文化保育園(認定こども園)の申し込み受け付けおよび選考は、直接同保育園で行います。詳細は同保育園にお問い合わせください。

保育課 ☎ 2998-9126

◆私立保育園一覧

保育園名	所在地	年齢	電話番号
みどり保育園	狭山ヶ丘1-3003-52	6カ月～5歳	2948-2613
なかよし保育園	三ヶ島3-1476-1	8週～5歳	2968-5851
優々保育園	東狭山ヶ丘4-2686-4	8週～2歳	2923-8311
双実保育園	北岩岡480-3	6カ月～5歳	2942-7047
太陽園	下安松206-16	8週～5歳	2944-1841
桑の実保育園	東狭山ヶ丘6-2823-12	8週～5歳	2922-0033
陽明保育園	中富1652-1	4カ月～5歳	2943-0077
アンドレア保育園	北所沢町2066-7	8週～5歳	2943-1641
向陽保育園	向陽町2119-1	8週～5歳	2924-0994
北野保育園	小手指町5-16-5	5カ月～5歳	2949-3001
あかね保育園	三ヶ島5-2037	8週～5歳	2949-3000
泉町保育園	泉町1830	6カ月～5歳	2924-9221
ひまわり保育園	中新井435	8週～5歳	2942-8774
れんげ保育園	松郷278-3	8週～5歳	2944-0138
東所沢たんぼぼ保育園	亀ヶ谷172-1	8週～5歳	2946-5200
わかたけ保育園	元町8-24	8週～2歳	2903-4088
第二なかよし保育園	若狭4-2479-21	8週～5歳	2938-5166
優々の森保育園	東狭山ヶ丘4-2659-3	8週～5歳	2926-8600
小手指向陽保育園	小手指町1-38-10	8週～2歳	2940-8711
わかたけ元町保育園	元町6-13	8週～5歳	2940-8135
くすのき台保育園	くすのき台1-9-3	6カ月～5歳	2998-3838
ところっこ保育園	くすのき台3-5-5	6カ月～5歳	2998-2761
わかば保育園	小手指町2-12-10	5カ月～5歳	2924-2298
あかねの風保育園	北野2-7-1	8週～5歳	2938-6600
桑の実本郷保育園	本郷269-1	8週～5歳	2946-8717
わかたけ鳩ヶ谷保育園	久米2280	8週～5歳	2936-8045
あかねの虹保育園	北野3-24-35	8週～5歳	2947-9800
桑の実西所沢保育園	山口289-1	8週～5歳	2935-3181
所沢元氣保育園	北岩岡213	8週～5歳	2943-7700
東所沢たんぼぼ駅前保育園	東所沢和田2-6-2	8週～2歳	2951-0880
やまゆり保育園	北野1-2-69	8週～5歳	2947-4300
Nicot 新所沢	緑町1-21-10	8週～5歳	2925-5553
(仮称) きたの第2保育園	小手指町5-13-35	12週～2歳	北野保育園 2949-3001
(仮称) 第二所沢元氣保育園	山口1447-5	8週～5歳	三芳元氣保育園 049-257-1101
(仮称) Nicot 小手指	小手指町1-16-1	8週～5歳	本部事務局 042-571-4536

◆公立保育園一覧

保育園名	所在地	年齢	電話番号
西所沢保育園	上新井5-5-3	8週～5歳	2922-2964
西新井保育園	西新井町6-9	8週～5歳	2992-3592
小手指保育園	小手指南4-15-1	8週～5歳	2948-1488
吾妻保育園	久米2217	8週～5歳	2923-0798
新所沢保育園	緑町3-4-6	8週～5歳	2922-4595
富岡保育園	下富654-2	1歳～5歳	2942-0058
山口保育園	山口710	8週～5歳	2922-8606
松井保育園	下新井1247-2	8週～5歳	2992-9022
柳瀬保育園	本郷297-1	8週～5歳	2944-2392
所沢保育園	元町7-32	1歳～5歳	2923-6927
三ヶ島保育園	三ヶ島5-1974-4	1歳～5歳	2948-3489
北所沢保育園	美原町2-2938-3	1歳～5歳	2942-2828
さやまが丘保育園	若狭1-2961-10	1歳～5歳	2948-5200
松郷保育園	松郷92-1	8週～5歳	2944-2100
山口西保育園	上山口115	1歳～5歳	2924-1497
北秋津保育園	北秋津720	1歳～5歳	2993-8694
中新井保育園	中新井3-18-8	1歳～5歳	2942-8702
安松保育園	上安松582	1歳～5歳	2995-0316
並木保育園	並木6-1-2	8週～5歳	2998-1933

富岡保育園は園舎建替え予定のため平成26・27年度は受け入れできません。

◆公設民営保育園

保育園名	所在地	年齢	電話番号
東所沢保育園	東所沢和田3-19-2	8週～5歳	2946-3310

◆認定こども園

保育園名	所在地	年齢	電話番号
所沢文化保育園	元町4-3	6カ月～5歳	2926-9797

◆家庭保育室一覧

保育室名	所在地	電話番号	定員
秋本保育室	青葉台1295-7	2928-1366	5
にじいろ保育室	緑町2-5-15メゾンアツミ101	2939-7229	18
保育ルーム・ピーカーブー	緑町4-3-15レジエ1階	2926-8258	18
ぐるんぱ保育室	花園3-2389-7	2943-2948	5
田村保育室	御幸町19-6	2924-3370	9
保育室エンジェルキッズ	北有楽町22-13 航空公園アートビル1階	2926-8053	15
さくらんぼ保育室	東住吉3-7	2928-4778	14
どんぐりほいくしつ	山口2808-16	2924-0786	9
まみい保育室	上新井1-5-9サンライズ中村102	2921-1128	10
なでしこ保育室	上新井3-28-9	2921-7811	8
ベビーランド保育室	小手指南3-34-12	2947-0106	18
ちびっ子の森家庭保育室	小手指町1-18-4パークサイド小手指B館202	2937-5125	18
れおん保育室	小手指町4-19-8キングスヴィレッジ107	2948-8779	15
ぶんぶん保育室	上新井3-64-9	2946-7568	18
保育ルームスマイルキッズ	上安松1262-1	2907-3435	12
ほしのご保育室	東所沢和田1-28-6Kフラット101	2946-5461	9
あおぞら保育室	東所沢和田2-18-12	2946-3853	11
バルーンナーサリーズ保育室	東所沢2-1-3・2階	2951-8700	15

平成26年度 家庭保育室入室申請のご案内

家庭保育室は、市から認定された保育(受託)者が、家庭などで産休明けから3歳未満のお子さんを保育します。

対 次の全てに該当する方

▼ 家庭の事情で、お子さんの保育ができない状態にある(保育園入園要件と同じ) ▼ 保護者および子どもが市内に居住している ▼ 子どもが心身共に健全である

◎ 平成26年度の家庭保育室の入室申請をした方は、26年度の保育園の入園申請はできません。

保育料 市からの補助あり

問 保育課 ☎ 2998-9126

◎ 保育室ごとに、保育時間、朝夕および土曜日の延長保育の有無(有りの場合は保育料の補助あり)、雑費などが異なりますので、入室希望の家庭保育室へお問い合わせください。
案内および申請書類の配付 10月1日(火)から市役所2階保育課、または各家庭保育室で配布
入室希望の家庭保育室で面接を済ませ、申請書の受託者欄に受託可能である確認印を受け、保護者が申請書類を持参の上、11月5日(火)から保育課へ直接

高速近くの好立地！ 準工業地域！ 旧所沢浄化センター跡地の利用企業を募集

旧所沢浄化センターの跡地について土地利用計画を募集し、提案内容を市で審査して売却先を決定します。

所在地 東所沢和田3丁目31番地の3および11

面積 37,382.42㎡

土地利用の条件 ▶対象地、隣接する道路後退用地および衛生センターの敷地にある既存施設の除却ならびにその後の必要な整備を土地利用者の費用負担において行うこと▶土地利用計画は対象地全体で作成すること▶利用面積の過半を産業用地とすること▶その他周辺環境と調和した計画とすること

◎応募方法などの募集要項は決定次第、公表します。関心のある事業者はお問い合わせください。

問産業振興課 ☎2998-9157



「市政運営に係る報告会」および 「みんなで考える市の仕事事業」

市政および財務に関する報告会と併せ、市の政策について「外部の視点から・公開の場で」あらかじめお願いした市民委員より意見をいただくために「みんなで考える市の仕事事業」を実施します。自由に傍聴できますので、ぜひお越しください。

日 10月19日(土) ▶午前の部…午前9時～正午 ▶午後の部…午後2時～5時

場 市役所3階全員協議会室など

内 ▶市政運営に係る報告会…市政運営状況および財政状況についての報告 ▶みんなで考える市の仕事事業…第5次所沢市総合計画・前期基本計画に位置付ける「8つのまちづくりの目標」を対象とした今後の市政運営について、市民委員より意見を聴取

【留意事項】

- ▶会場に直接お越しください。また、公共交通機関をご利用ください。
- ▶市政運営に係る報告会およびみんなで考える市の仕事事業は、8つの目標を午前、午後で4つずつに分けて実施します。
- ▶当日配布する資料は、市HPでも入手できます。
- ▶傍聴者が多い場合は、立ち見のお願いや入場制限をすることがあります。

問政策企画課 ☎2998-9027



景観まちづくりへ積極的に参加しませんか

景観まちづくりとは、景観を共有資産として捉え、その魅力を高め、次世代に継承するために、市民一人一人が取り組む活動や市民・団体、事業者と市が協働で行う活動です。皆さんの大切な景観を地域で守り、育てていくために、次の取り組みにぜひご参加ください。

①「とことこ」景観資源

応募いただいた景観の中から所沢らしい良好な景観を「とことこ景観資源」に指定し、公表しています。特に良好なものを「とことこ景観賞」として表彰しています。

対 ▶建築物 ▶工作物 ▶樹木 ▶街路樹
▶眺望 ▶公共施設 ▶市民活動など
とことこ景観賞の例



▲狭山湖一带の景観

②庭木もう一本運動



▲荒幡富士(浅間神社) : 荒幡富士保存会

市内で戸建を新築などまたは購入した方に、苗木を差し上げています。応募締切 平成26年2月7日(金) 苗木の種類 ガマズミ、マユミ、ヤ

マボウシ、カキ、ウメ、ハナミズキ、サルスベリ、キンモクセイ、ソノゴの内いずれか一本

◎種類が変更になる場合があります。を通じてガーデナーの皆さんと地域内の交流を深めて、所沢を花いっぱいのにまちなしてみませんか？



③「とことこ」近所協定

家の塀・垣根や玄関先の花づくりなどについて、近所の皆さん(2軒以上)でルールを設け、景観まちづくりに取り組んでいく方を「とことこ近所協定」に認定し、「とことこ協定プレート(写真下)」を差し上げています。



④「とことこ」ガーデン

玄関先の花づくりからオープンガーデンまで、さまざまな花づくりの取り組みで彩り豊かなまちの景観づくりを進めるものです。花づくり



▲No.35 金子さん宅(山口)

⑤景観市民活動クラブ

景観まちづくりに自主的に取り組む方や事業者の方は、「景観市民活動クラブ」として登録できます。取り組み 情報の共有や互いに連携・協力することで多面的な景観まちづくりを主体的に実践



▲景観市民活動クラブの市民フェスティバル出展の様子



◎①③④⑤の取り組みは、市HP(景観まちづくり)で検索)で写真やコメントなどを紹介しています。
甲問①⑤いずれも申請書に必要事項を記入の上、〒359-8501市役所2階都市計画課 ☎2998-9199 2 ☎2998-9193 ☎a9192@city.tokorozawa.saitama.jp 直接・郵送・FAX・Eメール
◎申請書は、都市計画課または、市HPで入手できます。

お達者倶楽部活動発表会
在宅の高齢者の介護予防を指して、居場所づくりの活動をしているボランティア団体(お達者倶楽部)の活動発表です。
日 10月30日(水) 午後0時30分～4時 ▶10月31日(木) 午前9時30分～午後4時 ▶11月1日(金) 午前9時30分～午後1時
場 市役所1階市民ホール
問 高齢者支援課 ☎2998-9120



昨年の様子

日時/場所	テーマ	講師	定員	問い合わせ
10月5日(土)午後2時～4時/狭山ヶ丘コミュニティセンター	認知症と高齢者に起こりやすい精神疾患	所沢慈光病院院長・鈴木隆晴さん	先着70人	三ヶ島第2地域包括支援センター ☎2926-7800
10月23日(水)午後1時30分～3時/小手指まちづくりセンター	要介護にならないためには!	ながさわ内科院長・長澤正樹さん	先着200人	小手指第1地域包括支援センター ☎2947-1211
10月31日(木)午後1時30分～3時/新所沢まちづくりセンター	最期までお口で美味しく食べ続けるために	山口歯科クリニック院長・山口直彦さん	先着70人	新所沢地域包括支援センター ☎2990-2582
11月7日(休)午後2時～3時30分/新所沢東まちづくりセンター	わかりやすいおくすりのつかいかた	社所沢市薬剤師会学術講演部会会長・熊谷慎一さん	先着50人	新所沢東地域包括支援センター ☎2921-5599

◎会場へ直接お越しください。
問 高齢者支援課 ☎2998-9120

「地方公共団体財政健全化法」に基づく 健全化判断比率等について公表します

問 財政課 ☎2998-9030

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき、平成24年度決算についての健全化判断比率および資金不足比率を公表します。

◆算定結果

平成24年度決算に基づいて算定された健全化判断比率（実質赤字比率、連結実質赤字比率、実質公債費比率、将来負担比率）は、いずれも早期健全化基準および財政再生基準を大幅に下回り、資金不足も生じていないため、健全な財政運営が維持されています。

◆財政指標の内容と対象範囲

（印は、所沢市の算定内容）

①実質赤字比率

一般会計等の実質赤字額（歳入総額－歳出総額）の標準財政規模（※）

◆算定した指標（平成24年度決算）

(1) 早期健全化・財政再生基準に関する指標

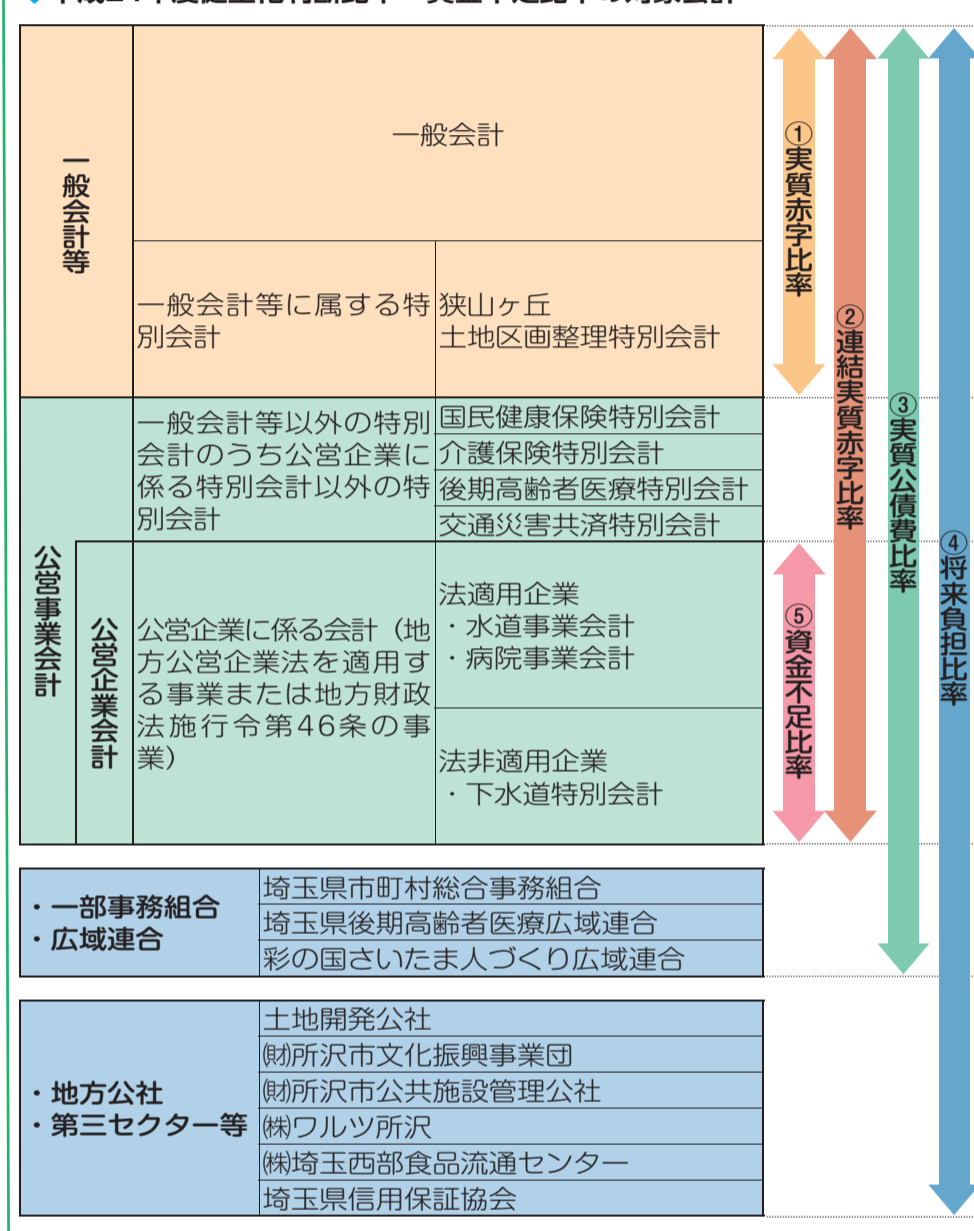
区分	所沢市の比率	早期健全化基準	財政再生基準
①実質赤字比率	—%	11.25%	20%
②連結実質赤字比率	—%	16.25%	30%
③実質公債費比率	5.2%	25%	35%
④将来負担比率	7.8%	350%	

(2) 公営企業の経営健全化に関する指標

区分	会計名	算定値
⑤資金不足比率	水道事業会計	—%
	病院事業会計	—%
	下水道特別会計	—%

◎「早期健全化基準」は、財政状態が悪化して自主的な改善努力が必要となる基準です。「財政再生基準」は、国などの関与による確実な再生を必要とする基準です。

◆平成24年度健全化判断比率・資金不足比率の対象会計



③実質公債費比率

一般会計等が負担する公営企業拠出金を合わせた公債費（※2）の標準財政規模に対する比率です。過去3年間の比率の平均値で算出します。算定結果は5.2%で、早期健全化基準（25%）と照らして問題のない値です。

④将来負担比率

一般会計等が将来負担すべき市債や債務負担行為などの実質的負債額の標準財政規模に対する比率で、一般会計に加え公営企業、出資法人などを含めた実質的な負債額を把握するものです。実質的な負債額が一般会計等の標準的な収入の何年分（100%／1年分）に相当するかを示しています。

⑤資金不足比率

公営企業の資金不足額の事業規模に対する比率で、公営企業の経営状況を示すものです。所沢市では、水道・病院事業会計、下水道特別会計が対象です。いずれの公営企業会計も資金不足は生じておらず、資金不足比率は算定されないため「—%」と表示されています。

高校・大学などの 入学準備金貸付制度

平成26年4月から高等学校・高等専門学校・大学などに入学する学生の保護者で入学に要する費用の支出が困難な方に対し、入学準備金の貸し付けを行います。希望する方は、試験の可否に関わらずあらかじめ申請してください。

なお、借り入れには保証人が必要です。保護者および保証人は、次の要件を全て満たしていることが必要です。



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

保証人の要件 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で独立の生計を営む20歳以上の方③後見開始または保佐開始の審判もしくは破産手続開始の決定を受けていない方

◎借り受け人は、他の借り受け人の保証人にはなりません。

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

返済期間 貸し付け後6カ月据え置き、3年以内で返済

提出書類 ①入学準備金借入申込書②卒業（見込み）証明書1通（高等学校入学の場合は不要）③収入のある家族全員の所得を証明するもの（平成24年分給与所得の源泉徴収票、平成24年分所得税確定申告書の控え、平成25年度住民税課税証明書など）④入学準備金連絡票⑤入学準備金貸付に関する世帯調査票

提出書類の①④⑤は、市役所2階

子ども支援課、市HPで入手できます。

申込期限 10月31日（木）

【留意事項】

所得制限がありますので、貸し付けできないことがあります。締め切り後の貸付審査会で認定者を決定します。

基金には限りがありますので、希望者全員に貸し付けできないことがあります。

申請市役所2階子ども支援課 ☎2998-9124へ直接

ひとり親家庭児童就学支度金

対平成26年4月に中学校へ入学予定の児童を養育している、市民税非課税世帯の方（生活保護受給世帯を除く）で▼母子家庭の母▼父子家庭の父▼父母のない児童を養育している方

支給額 児童一人につき1万円

申請 12月27日（金）までに、申請書を〒359-8501市役所2階子ども支援課 ☎2998-9124へ直接・郵送

◎申請書は子ども支援課で配布しています。また、振込口座は申請者（保護者など）名義の普通口座に限ります。

皆さんの善意

【愛の福祉基金へ】 ●西武学園医学技術専門学校様・西武調理師専門学校様・西武文理大学附属調理師専門学校様（11、265円） ●第23回コミュニティ・フェスティバル実行委員会様（4、700円） ●柳瀬親睦チャリティゴルフ実行委員会様（96、000円） ●株中央管財様（5、000円） ●所沢市歌謡連盟様（21、600円） ●所沢市消防職員親睦会様（19、670円）

【ふるさと応援寄付へ】 ●田邊幸一様（1億円）

※7月16日～8月15日の受け付け分です。ありがとうございました。

65歳以上の方へ インフルエンザ予防接種

高齢者のインフルエンザの発病と重症化の予防を目的に、一部公費負担で予防接種を実施します。予防接種はお近くの医療機関で受けられます。予防接種の有効性や副反応についてよく理解した上で接種してください。

実施期間 平成25年10月20日(日)～26年1月31日(金)

実施医療機関 (下表参照)

◎必ず実施医療機関に予約をしてから接種してください。また、県内の他市町村での接種を希望する方は、保健センターにお問い合わせください。

☑接種日に、所沢市に住民登録している次のいずれかの方

①65歳以上の方

②60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能に極度の障害(障害認定1級程度)のある方、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害のある方

費1,000円(自己負担)

◎医療機関の窓口でお支払いください。ただし、対象者の方で生活保護受給者の方は、費用が免除になります(証明書が必要)。

接種回数 公費による助成は1人1回(年度)

【注意事項】

▶病気や発熱のある場合は、予防接種を受けられません。

▶少しでも体調が悪いと感じたら、予防接種を延期してください。

☎保健センター健康管理課 ☎2991-1811



平成25年度インフルエンザ予防接種実施医療機関一覧表 (下表以外の医療機関については保健センターへお問い合わせください)								
	医療機関名	電話番号		医療機関名	電話番号		医療機関名	電話番号
所沢地区	岩下悦郎消化器内科クリニック	2928-3636	並木地区	青木クリニック	2943-1036	五妻地区	伊藤内科	2922-2915
	うえむらクリニック	2923-2921		うだがわクリニック	2997-4880		かがやきクリニック	2991-7511
	魚住小児科	2926-6255		けやき内科	2995-2299		菊池がんクリニック	2928-7311
	おくもとクリニック	2903-8320		こぶしクリニック	2993-5866		木下クリニック	2993-0007
	久我クリニック	2923-8005		四万村医院	2942-7001		くにとみ内科外科クリニック	2993-9213
	黒須医院	2922-2069		田中医院	2942-8678		園田内科医院	2992-8496
	航空公園西口内科	2925-8000		みずの内科クリニック	2942-4100		デルタクリニック	2996-5157
	佐々木記念病院	2923-1123		雨宮医院	2925-5370		徳島内科クリニック	2929-6366
	西部クリニック	2926-5851		桂内科	2947-0011		ところクリニック	2929-5075
	関根内科クリニック	2926-0636		金井医院	2925-3321		所沢中央病院健診クリニック	2997-5500
	瀬戸病院	2922-0221		小手指医院	2949-3118		額賀胃腸科内科クリニック	2925-1585
	瀬戸病院附属西所沢クリニック	2924-3332		小手指整形外科	2947-3321		はちす診療所	2993-0338
	所沢診療所	2924-0121		小手指タワークリニック	2920-1717		福元内科クリニック	2920-1155
	所沢整形外科	2925-5321		さいとう内科クリニック	2936-8700		松が丘クリニック	2928-5666
	所沢内科クリニック	2922-2210		彩のクリニック	2949-1118		むくのきクリニック	2993-1015
	西山内科医院	2925-3522		鈴木内科医院	2922-6160		むさしクリニック泌尿器科内科	2998-1850
	星の宮クリニック	2921-3877		椿峰クリニック	2949-7966		矢島整形外科	2995-3863
	峰の坂産婦人科	2923-4313		所沢ハートセンター	2940-8611		おうえんポリクリニック	2990-5818
宮本町内科クリニック	2903-1088	所沢ロイヤル病院	2949-3385	北所沢病院	2943-3611			
柳内医院	2922-2005	豊川医院	2948-1122	木村医院	2942-5411			
三ヶ島地区	荻野医院	2948-1181	小手指地区	ながさわ内科	2947-2001	富岡地区	埼玉西協同病院	2942-0323
	圏央所沢病院	2920-0500		波多野医院	2924-7885		所沢メディカルクリニック	2943-1581
	田中耳鼻いんこう科	2948-1166		ハナプラ心療クリニック	2929-1717		桂医院	2924-0086
	所沢緑ヶ丘病院	2948-8181		はらごどもクリニック	2926-4333		かわかつクリニック	2920-2200
	中山内科医院	2926-8332		平沢記念病院	2947-2466		くわのみクリニック	2935-7733
	並木病院	2928-1000		堀江医院	2949-8811		横田医院	2928-7117
	新美内科	2948-5208		山川医院	2924-5252		米島医院	2922-3675
	西埼玉中央病院	2948-1111		赤坂整形外科	2928-7450		所沢秋津診療所	2945-8899
	西島消化器・内科クリニック	2923-0005		あだち内科クリニック	2929-0001		所沢市民医療センター	2992-1151
	陽だまりの丘クリニック	2935-7335		有村医院	2922-2094		所沢腎クリニック	2945-6600
	三浦クリニック	2938-2887		今城内科クリニック	2939-2006		所沢第一病院	2944-5800
	三ヶ島病院	2948-1511		かえで内科医院	2939-3555		まつおか内科クリニック	2945-7911
新所沢東地区	やまもとキッズクリニック	2938-7787	新所沢地区	木戸クリニック	2929-6502	松井地区	村田医院	2997-5051
	よしかわクリニック	2938-1122		けやき台どんぐりクリニック	2923-8171		安松クリニック	2991-6446
	わかさクリニック	2949-2426		新所沢公園前クリニック	2928-5881		横山医院	2944-9360
	木澤クリニック	2991-6767		大東医院	2922-3229		くわのみ本郷クリニック	2946-8890
	新所沢キッズクリニック	2990-3100		高橋耳鼻咽喉科医院	2939-9108		豊原医院	2944-6433
	梨子田内科クリニック	2996-3181		春田医院	2922-3486		はらだクリニック	2945-8769
	マツバクリニック	2995-5131		ひろせクリニック	2920-2111		東所沢眼科クリニック	2944-8380
	宮川医院	2992-3200		双葉クリニック	2922-5171		東所沢クリニック	2945-2226
	山口医院	2943-3273		前田クリニック	2920-4920		東所沢整形外科	2951-5201
	吉岡クリニック	2942-3116		みどり皮膚科クリニック	2935-4136		東所沢病院	2944-2390
			吉川外科胃腸科医院	2923-5670	松田母子クリニック(女性のみ)	2968-6800		

みどりのふれあいウォークコース図



11月9日(土) (雨天決行・荒天中止)
 受付 午前9時～10時30分
 集合場所 西武球場前駅駅前
 コース 9.0km (所要時間約2時間40分/左図参照)
 ◎ゴール地点で先着500人にブルベリーの苗木を差し上げます。また、所沢物産展も開催します。

▼詳細は市HPをご覧ください。
 ▼みどり自然課 ☎2998-9373



みどりのふれあいウォーク



▲昨年12月から今年8月まで公開されていた、零戦の解体が行われた『零戦解体見学会』。180人の見学者が見守る中、プロペラやエンジン、尾翼が機体から外されていくのを、集まったファンたちは最後まで熱心に見学していました。9月1日(日)／所沢航空発祥記念館 (撮影：市民カメラマン・木村清貴)

おうちで食べよう! 所沢の学校給食

28 さつまいもシチュー

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
- スライスコッペパン
- コーヒーマルフ
- ウインナー・ケチャップ&マスタード
- さつまいもシチュー★
- コールスローサラダ



★さつまいもシチュー

材料 (4人分)

- ・さつまいも…中1本(200g)
- ・にんじん…1/2本
- ・たまねぎ…中1個
- ・サラダ油…適量
- ・豚肉…100g
- ・ブイヨン…2個
- ・水…2カップ
- ・米粉…大さじ4
- ・牛乳…1と1/2カップ
- ・バター…15g
- ・白ワイン…大さじ1
- ・砂糖…大さじ1/2
- ・塩…小さじ1/2
- ・こしょう…少々
- ・生クリーム…大さじ3

作り方

- ①さつまいもは皮をむき1cm幅でいちょう切り、にんじんはいちょう切り、たまねぎは2cmの角切りにする。
- ②鍋にサラダ油をひいて熱し、豚肉、たまねぎ、にんじんを炒め、スープ(ブイヨン、水)を入れ、アクをすくいながら、野菜が柔らかくなるまで煮る。
- ③ボールで米粉と牛乳を混ぜ合わせておく。
- ④野菜が柔らかくなったならさつまいもを入れ、一煮立ちしたら、弱火にして③を入れてとろみがつくまで火を通す。
- ⑤さつまいもは煮過ぎると崩れてしまうので、煮過ぎないように気をつけながら、最後にバター、白ワイン、砂糖、塩、こしょうで味を調え、生クリームを入れる。

◎給食では、バターと小麦粉で1時間以上かけて、ルーを作りますが、米粉で簡単にできますので、ぜひ試してみてください。

ここがポイント さつまいも掘りの季節!

さつまいもは、江戸時代の南永井村の名主、吉田弥右衛門によって所沢に広められました。荒れた土地でも育つため、人々を飢えから救った歴史があります。

さつまいもには食物繊維が多く含まれていて、便秘予防に役立ちます。また、でんぷんなどの糖質が多く、甘みがありおいしく食べられるので、ふかしもの他、さまざまな料理や菓子に利用してみましょう。

問い合わせ 保健給食課 ☎2998-9249 ㊟2998-9167

みんなのひろば

第11回 オール埼玉県アムレスリング選手権大会



▲選手や応援団、合わせて約150人が参加した『第11回オール埼玉県アムレスリング選手権大会』。勝負は一瞬で決まるものもあれば、20秒ほどの長期戦になるものもありました。9月1日(日)／市民体育館 (撮影：市民カメラマン・浅見司郎)



▲アクセサリー作りや火おこし体験などが行われた『第2回ところざわ埋文まつり』。ミニチュア縄文土器作りには30人以上が参加し、子どもたちは夢中で取り組みました。8月23日(金)／埋文文化財調査センター (撮影：市民カメラマン・津田資雄)



▲市民体育館10周年を記念して行われた『所沢市民体育館10周年記念バスケットボールクリニック』。子どもたちはとても楽しそうに、埼玉ブロンコス選手と一緒に練習や試合をしていました。目指せ、未来のプロバスケット選手! 8月31日(土)／市民体育館 (撮影：市民カメラマン・中村仁)

はっぴー 野老っ子



2020年の夏季オリンピックとパラリンピックが、東京で開催されることが決定しましたが、パラリンピックには聴覚障害者と精神障害者は出場できません。そのパラリンピックと同様に4年に1度、世界規模で行われるデフ(聴覚障害)のための総合スポーツ競技大会『デフリンピック』をご存知ですか。

今回ご紹介するのは、7月26日～8月4日にブルガリアで開催された『第22回夏季デフリンピック』に出場したデフバスケットボール日本代表の竹本圭佑選手です。

3歳のときに高熱を抑えるために飲んだ薬の副作用で聴力を失った竹本さんは、小学4年生からバスケットボールを始めます。音に頼るプレーができないため、視覚からの情報だけでは相手より一歩遅れてしまいます。それをカバーするために「次のプレーを先読みしたり、アイコンタクトやユニフォームを引っ張ったりして合図しています。そして、何より大切なのが普段からのコミュニケーションです」と教えてくれました。

大学の同級生がデフバスケットボールの日本代表であったことから、デフバスケットボールの合宿に参加。昨年の第7回アジア太平洋ろう者競技大会で初めて日本代表に選ばれ銀メダルを獲得します。

4年後のデフリンピック目指して!

竹本 圭佑さん (有楽町在住)

そして迎えたデフリンピックでは、世界から集まる強豪相手に「自分のプレーがどこまで通用するかチャレンジしたい!」という気持ちで臨みました。あと一歩で勝てる試合もありましたが、3戦3敗でグループリーグ敗退。「3試合とも出場しましたが、出場時間が思ったよりも短く、短い時間の中で結果を残すことができませんでした」と悔しさを忘れません。

今後は2年後の世界選手権でメダルを取ることを目標に「個人としては出場時間を長くもらえるように、チームとしては個々の能力を最大限に発揮できるように合宿からコミュニケーションを積極的にとり、イメージの共有化を図りたいです」と話してくれました。



▲ウクライナ代表と日本代表(国旗を持っているのが竹本さん)

ところざわ 歴史まめ知識 40

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「ら」です。

ライオンズ 県外で「所沢出身」と自己紹介をすれば半数以上から「ライオンズの」と返ってくる。所沢の知名度を全国に広めたプロ野球球団、「埼玉西武ライオンズ」は、昭和54年のシーズン前に所沢へやって来ました。前身は「クラウンライターライオンズ」といい、「ライオンズ」の名はその2代前、「西鉄」時代の昭和26年から使われています。所沢に来て4年目の57年に、ライオンズは初のリーグ優勝と日本一を飾り、さらに61年からの9年間でリーグ優勝8回と日本一6回を達成、「レジェンド」として今も語られる黄金時代を築き上げました。

▲ライオンズリーグ初優勝の報告(昭和57年/旧市庁舎)

ライト機 明治44年(1911)4月5日、ファルマン機と同日に所沢の空を飛行したライト機は、所沢飛行場の草創期を彩った輸入4機の一つです。日野熊蔵大尉がグラデー機と一緒にドイツで購入したもので、一方、フランスに派遣されていた徳川好敏大尉は、ファルマン機とブレリオ機を日本にもたらしました。初期の練習飛行に用いられたこの4機の中で、とりわけライト機の操縦は難しく、日野大尉以外はうまく操縦できなかったという話が残っています。

来迎寺 山口地区には瑞岩寺、仏蔵院、来迎寺、勝光寺、金乗院(山口観音)など、歴史のある寺院が多く残っています。この場所が古くから開け、人の居住が進んでいたことをうかがわせます。来迎寺もその一つで、奥州平泉から鎌倉まで運ばれる途中、夢のお告げにより本尊としてこの地に鎮まったという「車返しの弥陀」の伝説や、境内に安置された建長8年(1256)銘の板碑(市指定文化財)で知られています。

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

一緒に学ぶ 久米 柳橋 コト

息子が小学3年生になったとき、塾に行かせるようと思ったが、家計に余裕がなかった。そこで私が塾の代わりをしようと思った。戦争中に学校生活を送った私は、もう一度学び直すつもりで勉強に励んだ。息子が帰宅すると、「お母さんと一緒にしようね」と、共に学んだ。それは小学校修了まで続いた。私は学び直した喜びと、毎日一時間子どもと向き合った、充実したあのころを懐かしんでいる。

誰でもエッセイ 和ヶ原 田中 隆清

わら草履は懐かしいもの一つ。B29の爆撃により大阪の家を焼かれ、母の里の讃岐に逃れた。自然いっぱい穀倉地帯は空襲の恐ろしさもなくほっとできた。農家の生活は自給自足が多く、農地は稲と麦の二毛作で、稲わらも妻が日常の大切な資源になっていた。材料のわらを作ることから編みあげられるまで教わった。自分の作ったわら草履を履いて飛びまわって遊んだときはうれしかった。草履を作るときは農家のわら場所を借りなければならず苦労した。今でも条件がそろえば、思い出しながら気軽に入りのわら草履をしっかりと作ってみたいと思っている。

娘への3点セット 若狭 伊藤 佳子

今ももうしないらしいが、第一子を授かったとき、掛かりつけの先生が真新しい晒の布に朱の筆で「寿」と書いて、少し丸くなり始めた私のおなかに巻いてくださった。これで妻から母親になるんだと一段ランクが上がった気がした。生まれるまで何度か洗って巻き、無事に女の子が生まれた。私はタンスの隅に、へその緒、母子手帳と一緒にこれをしまいで、後生大事にした。

この3点セットを手渡す娘が結婚する日です。待ち続けた。そして娘を手渡したとき、おなかに娘が入っていた10カ月間や26歳になったばかりの若かったころの自分を思い出し、懐かしさがこみ上げてきた。

【情報館】・特にことわりのないものは10月1日(火)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。



新しい国民健康保険被保険者証(茶色)を郵送

被保険者の方で新しい保険証が届いていない場合は、ご連絡ください。旧保険証(桃色)は、市役所1階国保年金課または、まちづくりセンター(並木を除く)に返却するか、個人情報に留意し廃棄してください。

問 国保年金課 ☎2998-9131

老齢年金の請求

老齢基礎年金や老齢厚生年金の受給年齢を迎える方には日本年金機構から通知が郵送されます。老齢年金の請求手続きができるのは年金受給開始年の誕生日前日以降です。

◆送付時期と送付物

①60歳になる方：60歳になる月の3カ月前に裁定請求書または裁定請求案内
②65歳になる方：65歳で受給権が発生する方、または65歳前にすでに受給権があり、まだ年金を請求していない方には65歳になる月の3カ月前に裁定請求書と案内

◎65歳前に厚生年金を受給している方には、65歳の誕生日に基礎年金部分の手続きの案内が郵送されます。
問 所沢年金事務所 ☎2998-10170 (自動音声案内)

10月分から児童扶養手当額が変わります

手当月額 ▼児童が1人の場合：41,140円(全部支給)または41,130円(9,710円(一部支給))

▼児童が2人の場合：5千円を加算
▼児童が3人以上の場合：1人につき3千円を加算
対 次のいずれかに該当する18歳までの児童を養育している父、母、または養育者
①父母が離婚した児童②父または母が死亡した児童③父または母が一定の障がいをお持ちの児童④その他の理由で父または母がいない児童

留意事項 ▼申請者または児童が公的年金を受給できる場合は対象外
▼児童が18歳になった年の年度末までが対象
問 子育て支援課 ☎2998-9124

重度心身障害児など医療費助成制度

対 次のいずれかに該当する方

①身体障害者手帳の1級～3級をお持ちの方②療育手帳のA、Bをお持ちの方③一定の障がい※をお持ちで、埼玉県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた65歳以上74歳未満の方、または75歳以上で市長の認定を受けた方
※一定の障がいとは▼身体障害者手帳4級の一部(音声または言語機能障害、下肢機能の著しい障がい)
▼精神障害者保健福祉手帳1級、2級▼障害基礎年金1級、2級に

該当
問 障害福祉課 ☎2998-9116
軽度・中等度難聴児の補聴器購入費の助成
対 次の全てを満たす方
▼所沢市に住民登録をしている18歳未満の方▼両耳の聴力レベルが70デシベル未満で、身体障害者手帳の交付対象外の方▼補聴器の費用により言語の習得など一定の効果が見込めることと医師が判断する方▼同一世帯に市民税所得割の額が46万円以上の方がいない方▼労働者災害補償保険法やその他の法令に基づく補聴器購入費用の助成を受けていない方
助成額 基準額の3分の2
申請に必要なもの 市役所2階子育て支援課に備え付けの申請書、医師意見書、補聴器見積書
購入前に申請が必要です。
問 子育て支援課 ☎2998-9223

障害児通所支援事業

就学前の発達に遅れのある児童の日常生活における基本的な動作の指導や、集団生活への適応訓練などを行っています。

◆松原学園

所在地/電話 中富1535-1 / ☎2990-3488

◆かしの木学園

所在地/電話 中富1535-1 / ☎2990-3488

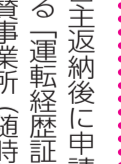
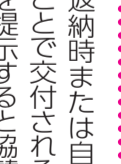
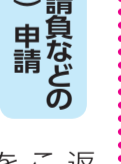
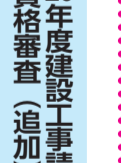
◆麻しん風しん混合予防接種はお済みですか

対 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 平成26年3月31日(月)
◎期限を過ぎると接種費用は自己負担となります。
問 保健センター健康課 ☎2991-1811

風しんワクチン接種助成(助成は10月まで、申請は12月まで)

助成対象期間 4月1日～10月31日
申請期限 12月27日(金)
対 申請日に所沢市に住民登録があり、かつ次に該当する方
①19歳～49歳(昭和39年4月2日～平成7年4月1日生まれ)の女性が妊娠を予定・希望している方②妊娠している女性の配偶者
対象ワクチン 風しん単独ワクチン、麻しん風しん混合ワクチン(MR)
助成額 3千円(1人1回)
申請書をご覧の上、保健センター健康課へ直接・郵送、または市役所1階保健医療課、まちづくりセンターへ直接
申請書は、保健センター健康課、保健医療課、まちづくりセンター、市HPで入手できます。
問 保健センター健康課 ☎2991-1811



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 10月12日(土)・26日(日)
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

【留意事項】
▶並木まちづくりセンターは証明書の発行のみの取り扱いです。
▶取り扱い業務の詳細は、事前に問い合わせの上、お越しください。
問▶市民課 ☎2998-9087▶国保年金課 ☎2998-9131 (国民健康保険担当)、☎2998-9095 (国民年金担当)

平成25・26年度建設工事請負など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。

◆新規申請

受付期間 10月1日(火)～24日(木)

◆追加申請

受付期間 10月1日(火)～31日(木)

参加資格の有効期間 平成26年1月1日～27年3月31日

問 契約課 ☎2998-9058

運転免許証の自主返納をお考えの高齢者の方へ

◆住民基本台帳カードを無料で発行
対 次の全てを満たす方
▼所沢市に住民登録をしている方▼運転免許証を自主返納した方
▼自主返納時に65歳以上の方▼初めて住民基本台帳カードを申請する方
申請に必要なもの ▼運転免許証の取り消し通知書または運転経歴証明書▼6カ月以内に撮影した顔写真(縦4.5cm×横3.5cm、正面、無帽、無背景)▼本人確認書類(健康保険証、パスポートなど)▼印鑑



義援金箱の設置

埼玉県電巻災害、埼玉県台風18号災害の被災者に対する義援金箱を市役所1階総合案内に設置しています。



皆さんのご協力をお願いします。
設置期限 10月31日(木)
問 福祉総務課 ☎2998-9113

平成26年版県民手帳を頒布

日 10月18日(金)～12月20日(金)
場 市役所1階市政情報センター、まちづくりセンター(並木を除く)
価格 500円(税込み)
サイズ 14cm×8.5cm
規格/色 ▼月間予定表部分横罫式/黒▼月間予定表部分分目式/グレイッシュブルー
問 文書行政課 ☎2998-9043

平成25年度市町村振興宝くじ(オートマジャンボ宝くじ)を発売

収益金は、市町村の明るいまちづくりなどのために役立てられます。
問 公益財団法人埼玉県市町村振興協会 ☎048-8222-5004

市税の夜間・休日納税窓口

夜間…10月1日(火)・31日(木)、11月1日(金)午後5時15分～8時
休日…10月12日(土)・26日(日)午前8時30分～午後0時30分

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、国民健康保険税等
◎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。

10月31日(木)は
◆市県民税(第3期)
◆国民健康保険税(第4期)
の納期限です

▶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

狭山ヶ丘コミュニティセンターの臨時休館

電気設備工事のため臨時休館します。ご理解・ご協力をお願いします。
休館期間 11月16日(土)～12月1日(日)
休館施設 狭山ヶ丘コミュニティセンター(集会室、学習室、調理室、休養室)、老人福祉センターさやまがおか荘、図書館狭山ヶ丘分館
◎狭山ヶ丘サービスコーナー(住民票の発行など)は通常どおり業務を行います。
問 狭山ヶ丘コミュニティセンター ☎2949-1191▶老人福祉センターさやまがおか荘 ☎2949-1192▶図書館狭山ヶ丘分館 ☎2949-1193

シルバーサポーター制度

65歳以上の方が運転免許証の自主返納を希望する方へ
申請期間 10月11日(金)
問 公益財団法人埼玉県市町村振興協会 ☎048-8222-5004

【情報館】・特にことわりのないものは10月1日(火)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。

子どもの人権110番

いじめや虐待など先生や両親には言えないことなど、誰かに相談していいか、分からないことがあったらお電話ください。秘密は守ります。



子ども人権擁護委員会
相談員 埼玉県人権擁護委員連合会
子ども人権委員会委員ほか
問 さいたま市方法務局人権擁護課
☎048-8559-3507

所沢市温暖化防止活動奨励品

対平成25年4月以降に、次の活動を行った方
①機器の購入 ▼雨水貯留槽▼太陽熱利用システム▼ソージェネレーターシステム(エネファーム・エコウィル)▼高効率給湯器(エコキュート・エコジョーズ・エコフィール)▼次世代自動車(ハイブリッド自動車など)

所沢市おひさまエネルギー利用促進事業補助金

対平成25年度中に住宅用太陽光発電システムを新設、または新設した住宅の取得者(自らが居住する住宅に限る)
補助額 太陽光発電システム1kwあたり2万円(上限4kw/8万円)
留意事項 ▼予算がなくなり次第終了▼着工前に申請が必要
◎詳細は環境総務課、まちづくりセンターで配布の「所沢市おひさまエネルギー利用促進事業補助金のご案内」

所沢市交通災害共済

対所沢市に住民登録をしている方
費 大人:600円(300円)▼中学生以下:300円(150円)
◎かっこ内は10月1日以降に加入の会費(半額)です。
共済期間 申込日〜平成26年3月31日
対象となる事故 ①自動車、バイク、自転車などによる人身事故(自損事故含む)②電車やバスに乘車中

埼玉県電力自活住宅普及促進事業補助制度(住宅用太陽光補助)

既存住宅に4kw以上の太陽光発電システムを設置すると、一件につき6万円(H.E.M.S同時設置の場合は7万円)を補助します。
受付期限 12月13日(金) (申請多数の場合は期限前に終了)
問 県・温暖化対策課
☎048-8330-3042

小手指市民ギャラリーをご利用ください!

絵画、写真、生け花の展示など、多目的にご利用できます。
場 小手指タワーズエ
バスカイタワー2階・ディアスカイタワー2階(小手指駅北口)
使用時間 午前9時〜午後7時
使用日数 1ヵ月あたり7日まで
受付・抽選 利用月の6ヵ月前の第2水曜日午前9時30分/市役所4階401会議室(抽選後に空きがあれば随時申し込み可)
◎第2市民ギャラリーは、老朽化により平成26年4月以降の予約受け付けを見合わせています。
問 管財課 ☎2998-9053

野火焼却は原則禁止です

基準を満たさない焼却炉やドラム缶などの焼却は、一時的または小規模であっても、条例で禁止されています。
ただし、近隣へ迷惑とならない範囲での落ち葉たき、焼き芋づくり、農業用肥料づくりなどの燃焼は、特例として取り扱われることがあります。詳細は、お問い合わせください。
問 環境対策課 ☎2998-9230

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(「住警器」)を設置することで、火災発生を早く知ることができ、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。

自治会・町内会は市民参加の原点です⑥

問 コミュニティ推進課 ☎2998-9083

◆所沢地区町内会連合会◆ ～絆を育む「ところざわまつり」～

所沢地区は、鎌倉街道の宿場町として古い時代から栄えた町ですが、時の流れには逆らえず、かつて商業地として繁栄した町は大きく様変わりしています。

しかし、この町で育てられた伝統は今も脈々と引き継がれています。その象徴として11基の山車があり、そのうち3基が市の文化財に指定されています。10月13日(日)に行われる「ところざわまつり」では、これらの山車が曳き回され、山車と山車が行き交うときの「曳っかわせ」は圧巻です。

「ところざわまつり」は各町内会にとっても、最も大切な年中行事の一つであり、地域住民の絆を育む重要な役割を果たしています。



▲北有楽町町内会模擬店

所沢地区町内会連合会では一人でも多くの方に町内会へ加入いただきたいことから、毎年「ところざわまつり」の当日に、各町内会の活動を写真などで紹介しており、今年も所沢まちづくりセンター1階ロビーに展示します。他にも毎年好評の町内会の模擬店を今年も元町コミュニティ広場に出店して、地域の交流を深めます。「ところざわまつり」にお越しの際は、ぜひお立ち寄りください。



▲喜多町町内会模擬店

これからも地域の輪をより一層広げていきたいと考えていますので、町内会への加入をよろしくお祈いします。

の人身事故③歩行中に車両との衝突や接触による人身事故
◎日本国内の事故に限ります。
申 会費を添えて、市役所2階交通安全課または、まちづくりセンターへ直接
問 交通安全課 ☎2998-9140

設置が義務化されています



放射線量の独自測定結果など

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

放射線量の独自測定結果など

放射線に関する情報は埼玉西部消防組合(www.saisai119.co)でもご覧になれます。
☎29929-91333

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

放射線に関する相談窓口

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

【情報館】・特にことわりのないものは10月1日(火)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。



北野南一丁目地内における里山保全地域の指定に関する案の縦覧

里山保全地域の指定に関する案に対して意見がある方は、縦覧期間中に意見書を提出することができます。縦覧期間 10月15日(火)～29日(火)

場市役所5階みどり自然課
対市民および利害関係者

申請縦覧期間中に、意見書を添えて、みどり自然課 ☎2998-9373へ提出

就職支援を行うキャリアセンター 所沢ランチ(予約制)

①キャリアアカウンセリング

日毎週月・火・木・金・土曜日と10月23日(水)の午前10時～正午、午後1時～4時(10月22日(火)は除く)

場 ラーク所沢(花園2丁目)

対就職を希望する方
相談員 キャリアアカウンセラ

◎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10月11日(金)午後2時～4時
場市役所6階602会議室

対40歳未満の方、正社員経験の少ない44歳以下の方
定申し込み先着30人
内面接官の心をつかむ自己アピール

③女性向け就職支援セミナー

日10月18日(金)午後2時～4時
場市役所6階602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10月25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

申請 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

一般労働相談(予約制)

日10月11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

◎総務省関東管区行政評価局 ☎0570-090110(でも相談に

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
申請 産業振興課 ☎2998-9157へ電話

司法書士会所沢支部による「無料相談会」市民公開ミニ講座

無料相談会

日10月2日(水)午前10時～午後3時30分(受付)
場市役所1階市民ホール
◎先着順に相談をお受けします。

相談員 埼玉司法書士会所沢支部
内登記・供託・訴訟書類の作成、簡易裁判訴訟代理関係業務、多重債務、成年後見、一般法律相談など

市民公開ミニ講座
日場10月2日(水)午前10時30分～11時30分 / 市役所2階203会議室

内これだけは知っておきたい遺言・相続
講司法書士・柄沢泰彦さん
◎会場へ直接お越しください。

市民相談課 ☎2998-9092

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10月4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 ☎0570-090110(でも相談に

570-090110)でも相談に
応じています。
市民相談課 ☎2998-9092

全国一斉！法務局休日相談所

日10月6日(日)午前11時～午後3時
場さいたま地方務務局所沢支局

内土地や建物の相続による名義変更や会社設立の登記手続き、戸籍・国籍、供託、人権相談など
相談員 司法書士、土地家屋調査士、公証人、人権擁護委員ほか
問さいたま地方務務局所沢支局 ☎2992-2677

多重債務相談会(予約制)

日10月24日(木)午前10時～午後4時
場旧市庁舎
対多重債務でお困りの方
申10月11日(金)までに多重債務相談会 ☎048-8339-2311(午前10時～午後4時)へ電話
問消費生活センター ☎2928-1233

障がいをお持ちの方対象の障害年金講演会・相談会

日場10月13日(日)午後1時30分～2時30分 / 市役所8階大会議室
対障がい(身体・精神)をお持ちの方およびその家族ならびに障害年金に興味のある方
内障害年金の申請ポイント
講社会保険労務士

◎会場へ直接お越しください。講演会終了後、個別相談会があります。希望者は年金サポート会 ☎2949-1507 ☎2947-4015へ電話・FAXでお申し込みください。
問市民相談課 ☎2998-9092

障害者更生相談

日10月28日(月)～11月11日(月)午前9時～午後4時30分
場市役所2階201会議室
対平成26年3月に特別支援学校などを卒業見込みの方、障害者施設に通所を希望する在宅の方
内障害者施設の通所相談など

のびの子育て応援講座！

「ストレスマネジメント」
日11月19日(火)、12月17日(火)、1月21日(火)午前10時～正午(全3回)
場保健センター
対発達障害のある小学3年生までのお子さんを育てている方
定申し込み先着30人
費600円(教材費)
講NPO法人えいそんくらぶ代表・高山恵子さん
◎保育(要予約)があります。
申問10月18日(金)までに、こども福祉課 ☎2998-9223へ電話

高次脳機能障害連続講座

「コミュニケーショントレーニング」
自分の可能性を広げよう！
日10月26日(土)、11月2日(土)・16日(土)午前10時～11時30分(全3回)
場保健センター
対高次脳機能障害をお持ちの方
定申し込み先着30人
内当事者同士の交流など
◎医療・福祉関係者で見学を希望の方はお問い合わせください。
申問保健センター ☎2998-9092

女性のための護身術講座

日10月11日(金)午後6時～7時30分
場男女共同参画推進センターふらっと
対女性の方
定申し込み先着20人
内護身のための知識と技術を学ぶ
講所沢警察署生活安全課職員
◎1歳から未就学児までの保育(申し込み先着10人)があります。
申問男女共同参画推進センター ☎2921-2220 ☎2921-2220
場男女共同参画推進センター ☎2921-2220

宮崎アニメーション観

主人公と世界観に特徴のあるジブリ作品から、ヒロイン・ヒーロー像を探っていきます。
日10月22日(火)午後1時30分～3時
場男女共同参画推進センターふらっと ☎2921-2220

宮崎アニメーション観

主人公と世界観に特徴のあるジブリ作品から、ヒロイン・ヒーロー像を探っていきます。
日10月22日(火)午後1時30分～3時
場男女共同参画推進センターふらっと ☎2921-2220

10月・11月は秋季の古着・古布および陶磁器の回収月です
各地区での回収日は「家庭の資源とごみの分け方・出し方」または市HP(「回収日程」で検索)をご覧ください。
◆出し方
古着・古布 透明袋に入れ、再使用できるものは「再使用」、再使用に適さないものは「資源」と袋に記入
陶磁器(セトモノに限る)
紙などに包まず透明袋に入れる
◎バッグや靴、ぬいぐるみ、ガラス類は回収できません。
回収時間 午前9時～午後3時
◎東西のクリーンセンター、東所沢エコステーションでも回収しています。
◆回収日の訂正(宮前小学校体育館前)
家庭の資源とごみの分け方・出し方でお知らせした宮前小学校体育館前の回収日は11月24日(日)のみで、10月6日(日)は実施しません。
問資源循環推進課 ☎2998-9146



高次脳機能障害連続講座
「コミュニケーショントレーニング」
自分の可能性を広げよう！
日10月26日(土)、11月2日(土)・16日(土)午前10時～11時30分(全3回)
場保健センター
対高次脳機能障害をお持ちの方
定申し込み先着30人
内当事者同士の交流など
◎医療・福祉関係者で見学を希望の方はお問い合わせください。
申問保健センター ☎2998-9092

【情報館】・特にことわりのないものは10月1日(火)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。

2013-2014シーズンが開幕 所沢市観光大使 埼玉ブロンコス を応援しよう!



市民体育館での開幕戦は11月2日(土)です。ぜひ、地元バスケットボールチームの応援にお越しください。

◆市民体育館試合日程

- ▶11月2日(土)・3日(祝)／秋田ノーザンハピネッツ戦
- ▶12月21日(土)・22日(日)／高松ファイブアローズ
- ▶1月11日(土)・12日(日)／群馬クレインサンダーズ戦
- ▶2月1日(土)・2日(日)／ライジング福岡戦
- ▶3月15日(土)・16日(日)／仙台エイティナイナース戦
- ▶4月26日(土)・27日(日)／新潟アルビレックスBB戦(予定)

問 商業観光課 ☎ 2998-9155

開催日/会場	処理機器/講師
10月11日(金)午後2時～4時/山口まちづくりセンター	コンポスター/田澤真佐子さん
11月7日(木)午後2時～4時/松井まちづくりセンター	生ごみカラット/菊一敦子さん
12月11日(水)午後2時～4時/新所沢東まちづくりセンター	EM生ごみ処理容器/吉田 満さん
1月16日(木)午後2時～4時/所沢まちづくりセンター	段ボールコンポスト/田澤真佐子さん
2月13日(木)午後2時～4時/小手指まちづくりセンター	くうたくん/高橋さち子さん

1 ◎会場へ直接お越しください。

購入価格の2分の1

に挑戦します。

着物地をリメイクしてパンツ作り

に挑戦します。

リサイクルふれあい館エコロの行事

問 生活環境課 ☎ 2998-9370

器具・家電製品などは、出せません

自治会・町内会で環境美化の日に

活動ができない場合には、別の日

に実施できます。

汚れているプラスチックごみやペ

ットボトルなどは、この日に限り

破砕ごみ類として出してください

環境美化の日は、市民の方による

地域の清掃活動です。家庭や事業

所などで不用になった自転車・家

具・家電製品などは、出せません

自治会・町内会で環境美化の日に

活動ができない場合には、別の日

に実施できます。

分別方法

み類(容器包装以外のプラスチック

・金属類・陶磁器・ガラス類・

皮革類など) ▼びん・かん

【注意事項】

11月10日は秋の「環境美化の日」

一斉美化清掃活動に参加しましょう

問 資源循環推進課

☎ 2998-9146

故障した場合は、再度申請できます

◎申請後5年が経過し機器が破損・

円未満切り捨て/1世帯(基まで)

(1基につき上限1万円/100

トコロン

も参加し

ころんイ

スト入り

コバッグ

を配布

します。

日10月25日(金)午前9時30分～11時

場市役所1階市民ホール

配布個数 1,000個

◎なくなり次第終了します。

問 資源循環推進課

☎ 2998-9146



レジ袋削減・マイバッグ
推進キャンペーン

10月の休館日 7日(月)・14日(祝)・15日(火)・21日(月)・28日(月)

臨時休館のお知らせ

電気設備点検のため、10月26日(土)・27日(日)は臨時休館です。

申問 リサイクルふれあい館

☎ 2994-5374 へ電話

狭山丘陵いきものふれあいの里

センターのイベント

①秋の自然観察会

10月20日(日)午前9時30分～午後2時30分

②川をめぐる生きものたち

10月20日(日)午前9時30分～午後2時30分

③トトロの森で遊ぼう

10月26日(土)・27日(日)午前10時～午後4時

④ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

⑤ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

⑥ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑦ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

⑧ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

⑨ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑩ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

⑪ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

⑫ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑬ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

⑭ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

⑮ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑯ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

⑰ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

⑱ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑲ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

行事名	開催日時
おもちゃの病院	10月19日(土)午後1時～ ◎臨時休館のため変更です。
洋傘修理 (1人1本)	10月19日(土)午後1時30分～ ◎部品代は実費です。
包丁研ぎ講習会	10月19日(土)午後1時30分～
大型再生家具抽選会 (40点程度)	10月12日(土)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。

10月のエコロの行事

持 60cm×60cmの布2枚、ボタン、ミシン糸、裁縫道具

申問 ①は同センター ☎ 2993919

412 へ電話 ②は当日同センター

で受け付け

10月12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階こ

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

◎申込書は、こども支援課、まちづ

くりセンター、児童館、市HPで入

手

小学生～大人(小学4年生以下は保護者と参加)

定 申し込み先着20人

持 昼食、飲み物、筆記用具、タオル

費 1000円(保険代)

集合 西武球場前駅前

② 定例ガイドウォーク

10月5日(土)・6日(日)午後1時30分～2時30分

場 同センター

③ トトロの森で遊ぼう

10月26日(土)・27日(日)午前10時～午後4時

場 所沢航空記念公園(所沢市民フェ

スティバル会場内)

内 狭山丘陵の見どころ紹介、狭山丘

陵の動物たちのパネル展示

10月の休館日 7日(月)・15日(火)・21

日(月)・28日(月)

申問 ①は同センター ☎ 2993919

412 へ電話 ②は当日同センター

で受け付け

10月12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階こ

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

◎申込書は、こども支援課、まちづ

くりセンター、児童館、市HPで入

手

仕事に役立つパソコン講座

① エクセルビジネス応用編

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

場 ビジネスで使用される書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

② ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

③ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

④ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑤ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

児童館へ行こう(10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	■ふうせんバレーボール大会/10月18日(金)午後3時30分～/参加自由
こばと	2924-3065	■ポップひろば/10月7日(月)午前10時30分～11時45分/乳幼児とその保護者対象/参加自由
つばめ	2922-0410	■ドッジボール大会/小学2年生以上の部…10月22日(火)午後3時30分～/小学1年生の部…10月23日(水)午後3時30分～/参加自由
つばき	2923-6155	■おはなし会/10月9日(水)午後4時～/参加自由
すみれ	2949-3826	■すみれまつり/10月26日(土)午後1時30分～/10月10日(木)から食券を販売
さくら	2998-5912	■けん玉認定会/10月10日(木)・11日(金)午後3時30分～
わかば	2948-3222	■オセロ大会/10月11日(金)午後2時15分～
まつば	2995-0995	■秋の綱引き大会/10月23日(水)午後3時～/参加自由
みどり	2928-8414	■環境教室/10月12日(土)午前10時～/要申込
やなぎ	2944-8819	■秋まつり/10月12日(土)午後1時～3時/参加自由
ひかり	2996-3995	■おひさまサロン/10月15日(火)午前10時30分～11時30分/0歳児とその保護者対象/参加自由

第1回市民活動支援センターまつり

10月5日(土)午前10時～午後5時

場 新所沢コミュニティセンター

内 市民活動団体によるパネル・作品展示、車いす体験、ディスプレイなどの体験教室、軽食・喫茶コーナー、暮らしの相談会など

問 市民活動支援センター ☎ 2996803091

里親入門講座

10月26日(土)午後1時30分～4時

場 新座市役所第2庁舎(新座市野火止1-1-1)

定 申し込み先着50人

内 里親制度について、里親体験談

◎2歳から未就学児までの保育(申し込み先着10人)があります。

申問 新座市役所子ども家庭応援室 ☎ 048-477-1111(内線1488) へ電話

仕事に役立つパソコン講座

① エクセルビジネス応用編

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

場 ビジネスで使用される書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

② ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

③ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

④ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑤ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

⑥ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

⑦ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑧ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

⑨ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

⑩ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑪ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

⑫ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

⑬ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑭ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

⑮ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

⑯ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑰ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

⑱ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

⑲ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

⑳ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

㉑ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

㉒ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

㉓ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

㉔ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

㉕ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

㉖ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

㉗ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

㉘ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

㉙ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

㉚ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

㉛ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

㉜ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

㉝ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

㉞ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

㉟ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

㊱ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

㊲ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

㊳ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

㊴ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

㊵ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

㊶ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

㊷ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

㊸ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

㊹ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

㊺ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

㊻ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

㊼ ワイドレイアウト編

11月9日(土)・10日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

㊽ ワークショップ

11月7日(木)・8日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

㊾ ビジネスで使用する書類を作成しながら、エクセルの機能・関数の実務活用方法を学ぶ

テキスト代 1,890円

【情報館】・特にことわりのないものは10月1日(火)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。

10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
5日(土)	(有)あぞま管工	2942-3771
6日(日)	(株)金子設備工業	2944-0515
12日(土)	上野管工(株)	2923-5890
13日(日)	旭設備機工(株)	2923-9361
14日(祝)	(有)石和設備工業	2993-8108
19日(土)	(有)新井設備工業	2948-4013
20日(日)	(有)八光設備工業	昼 2924-2011 夜 2925-2549
26日(土)	(株)葉々	2923-4900
27日(日)	(有)東邦設備工業所	2944-3880

問 上下水道部 (夜間・休日は警備員対応)
☎ 2921-1100

新規創業者を応援します

◆新規創業ビジネスプランコンペ
新製品の開発や新たなサービスの提供など、新規性や独自性があり、事業の可能性を有するビジネスプランを募集します。

表彰 優秀賞(賞金30万円)

◎応募資格、申し込み方法などは、お問い合わせいただくか市HPをご覧ください。

◆開業ゼミナール(全6日間)
日場 10月23日(水)・30日(水)、11月6日(水)・14日(水)・21日(水)・29日(金)午後6時30分～9時/所沢商工会議所
対 これから開業する方、開業しようと考えている方
定 申し込み先着20人
費 5,000円
講 オフィス・アシストジョブ代表・鈴木健介さん
申 所沢商工会議所中小企業相談所
☎ 2924-5581へ電話

ポリス・コンサート

日 10月20日(日)午後0時15分～(荒天中止)
場 所沢航空記念公園野外ステージ
内 警察音楽隊による演奏とカラーガード隊による演技

埼玉県警察本部

☎ 048-832-0110

所沢の焼だんご出場決定!
第11回埼玉B級ご当地グルメ王決定戦&埼玉県物産観光展「すくいぞ! うまいぞ! さいたまマーケット」

あなたの一票が、グルメ王を決定します。所沢の焼だんごを応援してください。



ルール守って明るく住マイル(違反建築なくそう運動)

日 10月15日(火)午後2時～4時
場 日高市文化体育館ひだかりアリーナ (JR高麗川駅から徒歩約20分)
内 消防法、住宅の耐震改修工事、定期報告制度、木造住宅の無料耐震診断や無料建築相談
問 会場へ直接お越しください。
◎建築指導課 ☎ 29698-9180

婚活パーティ 「さいたま縁結びフェスタin川越」

日 11月9日(土)午後2時～/川越氷川会館(川越市宮下町2-11)

第6回甲種防火管理新規講習

日 11月20日(水)午前9時～午後5時・21日(木)午前9時30分～午後3時30分(全2日間)
場 松井まちづくりセンター
対 所沢・飯能・狭山・入間・日高市に在住・在勤の方
定 申し込み先着80人
テキスト代 3,400円
申 10月28日(月)から11月1日(金)までに、受講申込書と費用を埼玉西部消防組合各消防署(分署不可)へ直接(午前8時30分～午後5時15分)
問 所沢東消防署予防指導課
☎ 2998-1192

上級救命講習

日 11月30日(土)午前9時～午後5時
場 所沢中央消防署(げやき台)

普通救命講習I

日 11月2日(土)午前9時～正午
場 所沢中央消防署(げやき台)

募集中

わんわんパトロールの仲間を募集
パトロールグッズを携帯して、普段どおり愛犬と散歩することで、地域における犯罪抑止の効果が得られます。愛犬家の皆さん!地域の安全安心に貢献してみませんか。
申込者にはパトロールグッズ(リード・標・散歩バッグ)を配布します。
申 申込書を防犯対策室 ☎ 2998-9090へ直接・FAX・郵送・Eメール
◎申込書は市役所4階防犯対策室、市HP「わんわんパトロール」で検索で入手できます。

保健師・看護師(臨時職員)を募集

募集人数 若干名
応募資格 次の全てに該当する方
①保健師免許または看護師免許をお持ちの方
②普通自動車運転免許をお持ちの方
勤務日/時間 月々金曜日/午前8時30分～午後5時
勤務内容 母子保健事業など
勤務地 保健センター
申 保健センター健康づくり支援課



市民税課臨時職員を募集

募集人数 ①事務補助:5人程度
事務補助:5人程度
助:若干名
勤務期間 ①平成26年1月10日(金)～3月7日(金)午前9時～午後3時
②26年1月10日(金)～3月31日(月)午前9時～午後3時
③26年1月28日(火)～3月17日(月)午前8時～午後5時(内の7時間30分勤務)
◎①②③は時間外勤務、③は日曜出勤(1～2日)があります。
時給 ①2890円②9200円
応募資格 原則土・日曜日、祝日を除く全日程勤務可能な方
選考 書類審査、面接(11月上旬、中旬)
申 10月11日(金)必着までに、履歴書(写真貼付)を〒359-8501市役所2階市民税課 ☎ 2998-9090へ直接・郵送

障害者作品展の作品募集

12月3日(火)から6日(金)まで市役所1階市民ホールで行う「障害者作品展」の作品を募集します。
対 市内在住、在勤で障がいをお持ちの方(児童・生徒を含む)
募集作品 ▼絵画:油彩・水彩・パステル・日本画などで手法は自由
寸法は40号まで(額装を原則) ▼手工芸:手軽に持ち運びできる程度の大きさとし、書道:半紙・画仙紙など用紙は自由(額装・軸装または台紙に貼付) ▼写真:寸法はB3まで(台紙などに貼付)
留意事項 ▼タイトルは自由
▼自作で過去に本作品展に未出品
▼出品は一人一作品
▼障がいをお持ちの方々の合作は可
▼応募作品多数の場合は抽選の上、展示
申 10月31日(木)までに、応募用紙を障害福祉課 ☎ 2998-9116へ直接・FAX・郵送(作品は送らないでください)
◎応募用紙は、市役所1階障害福祉課、まちづくりセンター、社会福祉



市民税課臨時職員を募集

募集人数 ①事務補助:5人程度
事務補助:5人程度
助:若干名
勤務期間 ①平成26年1月10日(金)～3月7日(金)午前9時～午後3時
②26年1月10日(金)～3月31日(月)午前9時～午後3時
③26年1月28日(火)～3月17日(月)午前8時～午後5時(内の7時間30分勤務)
◎①②③は時間外勤務、③は日曜出勤(1～2日)があります。
時給 ①2890円②9200円
応募資格 原則土・日曜日、祝日を除く全日程勤務可能な方
選考 書類審査、面接(11月上旬、中旬)
申 10月11日(金)必着までに、履歴書(写真貼付)を〒359-8501市役所2階市民税課 ☎ 2998-9090へ直接・郵送



所沢市民憲章 (昭和62年3月制定)

所沢市は武蔵野台地の自然に恵まれ鎌倉街道の拠点として発達し日本人が初めて大空にはばたいた記念すべき街である
この歴史と環境の上に立ち未来に向かってうおいの文化都市をめざす人は市の誇りである
こころのふれあいを求め友情の輪をひろげよう
恵まれた自然はいのちの泉である
みどりを守りやすらぎの街を創ろう
こどもは市の宝である
胸深く刻まれるふるさとを伝えよう
所沢市は市民のためにある 一人ひとりが自らまちづくりを進めよう

J:COM所沢 11チャンネル
広報とろろざわ『テレビ情報館』
簡単!生ごみの減量方法

放映日 10月15日(火)～
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)

協賛 協賛会、所沢サン・アビリティーズ、市HPで入手できます。

平成26年度東京学芸大学附属特別支援学校入学者を募集

対 幼稚園(4歳児、5歳児)、中学部(中学部1年生)、高等部(高校1年生)

願書配布期限 10月28日(月)
出願日 11月5日(火)・6日(水)
◎出願方法などの詳細はお問い合わせください。

問 東京学芸大学附属特別支援学校
☎ 042-471-5274

所沢市民憲章 (昭和62年3月制定)

所沢市は武蔵野台地の自然に恵まれ鎌倉街道の拠点として発達し日本人が初めて大空にはばたいた記念すべき街である
この歴史と環境の上に立ち未来に向かってうおいの文化都市をめざす人は市の誇りである
こころのふれあいを求め友情の輪をひろげよう
恵まれた自然はいのちの泉である
みどりを守りやすらぎの街を創ろう
こどもは市の宝である
胸深く刻まれるふるさとを伝えよう
所沢市は市民のためにある 一人ひとりが自らまちづくりを進めよう

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

☎10月19日(土)午前9時30分～正午 対平成26年1月～4月に産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、バスタオル申10月1日(火)から電話

離乳食教室

◆ごっくん期

☎11月13日(水)・25日(月)いずれも午前10時～11時15分 対平成25年5月～6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

☎11月18日(月)午前10時～11時30分 対平成25年3月～4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

☎11月28日(木)午前10時～11時30分 対平成24年8月～9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
共通事項申10月2日(火)から電話



乳幼児健康相談(予約制)

◆離乳食

☎10月23日(水)午前中持母子健康手帳

◆食事

☎10月15日(火)午前中持母子健康手帳

◆かみかみ期

☎10月25日(金)午前中持母子健康手帳、歯ブラシ

◆歯科

☎10月15日(火)午前中持母子健康手帳、歯ブラシ

共通事項申開催日までに電話

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。

2歳児歯科健康教室

☎11月14日(木)・27日(水)いずれも午後0時50分～1時10分(受付) 対平成23年4月～5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人申10月4日(金)から電話



子育てサロン「ちゅーりっぷ」

☎10月18日(金)午前10時～11時30分 対双子・3つ子と親(パートナーおよび妊娠中の方も可) 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。

成人歯科健康教室

☎11月12日(火)午後1時30分～3時30分 テーマ健康寿命のカギ! 歯周病予防術内講話、歯科相談、唾液潜血検査、効果的な歯磨きの実習定申し込み先着20人申10月1日(火)から電話

成人健康相談(予約制)

◆健康相談

☎10月2日(水)・16日(水)いずれも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

☎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

☎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

☎10月7日(月)・28日(月)いずれも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

☎10月11日(金)・25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

共通事項申開催日までに電話



ファミリー食育教室

☎11月21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テーマ簡単にできる朝食とおやつ内講話「免疫力を高める食事」、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) 申10月1日(火)から電話

優しい健康食教室

◆男性対象

☎11月6日(水)午前9時30分～午後0時30分

◆女性対象

☎11月7日(木)午前9時30分～午後0時30分

共通事項 対65歳以上の方テーマ肝臓病予防の食事内講話「肝臓にやさしい食事」、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、お手ふき申10月1日(火)から電話



ところ21栄養教室

☎11月12日(火)午前9時30分～午後0時30分 対64歳以下の方テーマ肝臓病予防の食事内講話「肝臓病を予防する食事」、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、お手ふき申10月1日(火)から電話

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。

◆山口まちづくりセンター

☎10月9日(水)午前9時30分～10時30分(受付)

◆並木まちづくりセンター

☎10月16日(水)午前9時30分～10時30分(受付)

◆小手指公民館分館

☎10月17日(木)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。

◆富岡まちづくりセンター

☎10月16日(水)午前9時30分～正午(受付)

◆狭山ヶ丘コミュニティセンター

☎11月5日(火)午後1時30分～3時(受付)

◆山口まちづくりセンター

☎11月13日(水)午後1時30分～3時(受付)

健康管理課の事業

☎2991-1811

BCG

☎10月31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5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。

◆こころの健康支援室からのお知らせ◆

第7回こころの美術展を開催

こころの病をお持ちの方が、病気の治療や社会復帰に向けた活動の中で作った作品を展示しています。お気軽にお立ち寄りください。

☎10月21日(月)～24日(木)午前9時～午後4時(初日は午後1時から、最終日は午後3時まで)

場市役所1階市民ホール

問こころの健康支援室☎2991-1812

Monthly トコロんが行く⑥

★ゆるキャラグランプリ2013★ 1日1回、ところんに清き一票を!

昨年に引き続き「ところん」が「ゆるキャラグランプリ」にエントリーしました。国内最大級のゆるキャライベントで、所沢市の知名度アップのためにも上位入賞を狙います。投票期間は11月8日(金)まで! 市民の皆さんの熱いご声援と1日1回の投票をよろしくお願いいたします。

◆投票方法

お手持ちの携帯電話やスマートフォン、パソコンなどのインターネット端末から、1アドレスにつき1日1回投票が可能です(簡単な登録が必要です)。「ゆるキャラグランプリ」で検索し、本年度の専用サイトから投票画面にお進みください。または、右記の二次元バーコード、下記アドレスからもアクセスできます。
<http://www.yurugp.jp/>



9月2日 ☀ byところん(取材)

今日は市内の美容院に行ってきたよ。というもこのお店、週1回ぼくのTシャツを着て仕事をしてくれているんだ!すごいだろ? ふん、鼻が高いよ。



◆ところん・よいトコ出没情報◆

- ▶第1回市民活動支援センターまつり
／新所沢コミュニティセンター(緑町)
10月5日(土)午前10時～午後5時
- ▶健康体操松井地区体験会
10月5日(土)①午前10時～／和田小学校体育館
②午後2時～／松井小学校体育館
- ▶ところざわまつり／元町コミュニティ広場
10月13日(日)午前10時～
- ▶第5回とこしゃんまつり／市民体育館
10月17日(木)午前10時～正午
- ▶松井小学校バザー／同校校庭・体育館
10月20日(日)午前10時～午後0時30分
- ▶小手指ハロウィーン
／ハナミズキプラザ(小手指町1・2丁目)
10月20日(日)午後1時～
- ▶レジ袋削減・マイバッグ推進キャンペーン
／市役所1階市民ホール
10月25日(金)午前9時30分～
- ▶第14回図書館まつり／所沢図書館本館
10月26日(土)・27日(日)両日とも午前9時30分～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
10月6日(日)	けやき内科	内	並木3-1-7-102	2995-2299
	所沢慈光病院	心内、精	北中1-228	2922-2990
	新所沢キッズクリニック	小	美原町2-2931-6	2990-3100
10月13日(日)	おくもとクリニック	内、小、呼、消、リハ	西所沢1-23-3	2903-8320
	さけみ眼科	眼	狭山ヶ丘1-2994-5	2947-4382
	東所沢クリニック	内、呼、胃、循、アレ、リウ	東所沢1-3-10	2945-2226
10月14日(祝)	ながさわ内科	内、循	小手指元町2-29-21	2947-2001
	赤坂整形外科	整外、リハ、外、内	けやき台2-29-24	2928-7450
	星の宮クリニック	内、小、胃、循	星の宮1-3-29	2921-3877
10月20日(日)	木下クリニック	麻、内、外、リハ	北秋津778-39	2993-0007
	スマイル皮膚科	皮、形成外科	西所沢1-12-3 さいとうビル4階	2939-1213
	徳島内科クリニック	内、呼、消、循、アレ、小、皮	久米1569-1	2929-6366
10月27日(日)	福元内科クリニック	内、消	南住吉21-16	2920-1155
	東所沢眼科クリニック	眼	東所沢1-4-1 ヤマザキビル2階	2944-8380
	梨子田内科クリニック	内、小、皮	弥生町2871-36	2996-3181
11月3日(祝)	西部クリニック	消、内、整、皮	星の宮1-1-10	2926-5851
	木戸クリニック	泌	緑町4-15-27	2929-6502
	所沢第一病院	内、整	下安松1559-1	2944-5800
11月4日(休)	陽だまりの丘クリニック	脳、内、整、皮、泌、リハ	東狭山ヶ丘1-39-5	2935-7335
	平岡眼科医院	眼	東町11-1-207	2922-1126
	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 ※上記休日急患当番日を除く診療日

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
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	10月6日(日)・13日(日)・14日(祝)・20日(日)・ 27日(日)・11月3日(祝)・4日(休)							

※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。なお、10月18日(金)の深夜帯急患診療は設備改修工事のため、受付時間は、翌日午前4時30分までとなります。

◎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：10月6日(日)・13日(日)・14日(祝)・20日(日)・27日(日)・11月3日(祝)・4日(休)

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

子どもの急病時に家庭での対処方法などの相談に応じます。

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 119

いきいき健康づくり

●こころの病気について～強迫性障害～

強迫性障害は脳の神経ネットワークの障害で起こる病気で、およそ100人に2人が発症するといわれる、こころの病気の一つです。また、18歳～24歳と比較的若い年齢で発症することが多いといわれています。

早めに病気だと気づいて治療を受ければ改善しますが、治療が必要だと気づくまでに何年もかかってしまい、病気がこじれてしまうことや、強迫症状で苦しんで生活に支障をきたすことで、ストレスがたまってうつ病など他の病気を併発する場合があります。

◆強迫性障害の代表的な症状

強迫観念…何度も繰り返し思い浮かんでくる、特定の考えやイメージ。不合理で不愉快なものであることが多く、「ばかばかしい」と振り払おうとしてもなかなか頭から離れない。

症状の例

- ▶ ドアノブ、手すりなどが不潔に感じられ、何か触った後は、自分が汚れたように思えてならない
- ▶ コンロの火はついていないかと思いながら、実はついていないのかも…という思いが頭から離れず、確信が得られない

強迫行為…不安を打ち消そうとして繰り返す行動。自分で「やめたい」「ばかばかしい」と思っても、簡単にはやめられず、繰り返してしまう。

症状の例

- ▶ スーパーで買ってきたものをいちいち拭かないと気が済まない
- ▶ 水道の蛇口がきちんと閉まっているか、明かりが消えているかなど、何度も確認する
- ▶ 自動車の運転中、何かをひいたのではないかと何度も確認したり、気になって現場に戻る

◆治療を受ければ症状は軽快する病気です

強迫性障害は、治療を始めれば症状は改善していきます。逆に、放っておくと悪化しやすいという特徴もあります。

◆強迫性障害の治療

薬物療法…強迫性障害の基本的な治療法です。薬を使い、脳内の神経伝達物質のはたらきを調整します。その結果、不安や恐怖を軽くすることができます。症状が改善しても、しばらくは内服を続ける必要があります。

認知行動療法…問題になっている行動の修正(行動療法)、そうした行動の基盤にある考え方や捉え方のゆがみの修正(認知療法)を指導者と共に進めていく治療法です。実施機関が少ないという難点があります。

◆ご家族のことで気になる場合は、まずご相談ください

「家族の様子心配。どう対応したら良いか知りたい」「受診したいけれど、どうしたら良いか知りたい」「治療しているが、社会復帰のために何か始めたい」などのことがありましたら、精神保健福祉士と保健師が相談をお受けします。事前に電話をいただくとスムーズに相談をお受けすることが出来ます。

◆家族同士で交流しませんか

強迫性障害をお持ちの方がいる家族同士の情報交換や交流の場を、月に1度開催しています。詳細はお問い合わせください。

問い合わせ 保健センターこころの健康支援室

☎2991-1812 ☎2995-1178



広報マスコット ひばりちゃんのさえずり

▶ ゆるキャラグランプリ2013の投票が始まり、今年は1,000体以上がエントリー。昨年グランプリのバリィさん(愛媛県)は54.7万票。トコロんは3.2万票で43位。投票期間は11月8日までの53日間。上位を狙うには1日1万票が必要。1日1票トコロんに投票を!(♣)

◎トコロんへの投票方法は15頁のトコロんが行くを見てください。

▶ 待ちに待ったところざわまつりや市民フェスティバルの季節です!恒例のものや新たな楽しいイベントなど盛りだくさんのようです。こうした大きな楽しいイベントに加え、わが子の運動会もあります。お天道様には、ぜひ配慮をしていただきたいものですね!(⚽)

「小切手の入ったカバンを失くした」「携帯電話の番号が変わった」「それは振り込め詐欺の手口!」
所沢警察署 ☎2996-0110