



特集

認め合い、 支え合う

障害がある人もない人も



社

会参加を妨げる壁は、障害のある人にとっていまだに存在しています。それは、建物や設備など、ハード面から、誤解や偏見などのソフト面までさまざまです。その壁をなくし、障害のある人もない人も、認め合い、支え合って自分の持てる力を発揮し、活躍できる社会を創るために、「**所沢市障害のある人もない人も共に生きる社会づくり条例**」を制定しました。

☎障害福祉課

☎2998-9116 FAX2998-1147

障害を身近に

市内の障害者手帳交付者数は約13,500人（平成30年3月末）で、市民の約25人に1人が手帳を持っています。その中には、見た目では障害があることが分からない人も多くいます。また、手帳を持っていなくても、日常生活や社会生活を送る上で支障がある人も多くいるのが現状です。

自分や家族が、病気や事故で障害のある状態になることがあります。障害は、決して遠い世界の話ではなく、身近なこととして考える必要があります。

一人一人の優しい気遣いや、寄り添う気持ちが大切です。



特集

認め合い、支え合う

障害のある人もない人も

合理的配慮って何だろう。 例えば、聴覚障害がある人には…

せっかく窓口まで来たのに、これじゃ分かりにくいなあ…

☹️ 表情が見えない！

☹️ 資料だけ渡されても分からない！



合理的配慮①

筆談

マスクを取るなど、表情を見やすくする。筆談ボードなどを使う。



合理的配慮②

手話

手話で話す。表情を見せ、手話と表情を一致させる。

合理的配慮とは、障害がある人が配慮を必要としている時に、無理のない範囲で配慮することです。

障害には、聴覚障害以外にも、視覚障害や内部障害、精神障害、知的障害など、さまざまな種別があり、その重さも人によって異なります。

当然、必要とする合理的配慮は人それぞれ。

まずは「お困りですか？」「お手伝いしましょうか？」と声を掛けることが、とても大切です。



POINT
本条例では「手話が言語である」ことを明記しています

相談窓口・制度のご案内

本条例に規定されている、困りごとや悩みごとが相談できる相談支援事業所のほか、7月からスタートする新たな取り組みをご紹介します！

共生社会の実現を目指していくために、ぜひご活用、ご参加ください。

委託相談支援事業所

障害のある人やご家族などからの相談を受け、必要な情報提供や助言を行い、地域での自立生活を支援しています。相談は無料です。

- ▶ 障害者生活支援センター所沢
しあわせの里
☎2921-5566 FAX 2921-6666
- ▶ 生活支援ルームさぼっと
☎2992-7888 FAX 2935-3555
- ▶ 地域生活支援センターぽぶり
☎2008-3244 FAX 2924-3366
- ▶ 地域生活支援センター所沢どんぐり
☎・FAX 2993-8585
- ▶ ところざわ障がい者相談支援センター
☎2929-1705 FAX 2923-4780

条例制定記念シンポジウム

障害のある人もない人も共に認め合い、支えていく社会に必要なことを紹介！

参加者のうちアンケートにご協力いただいた方には、埼玉西武ライオンズ観戦チケットをプレゼントします。

日 7月1日(日)午後 1 時30分～3時30分
(午後 1 時開場)

場 所 所沢まちづくりセンター

◎会場に直接お越しください。

講 早稲田大学人間科学学術院教授・田中英樹さん、落語家・林家かん平さん、安達阿記子さん(ゴールボール)、竹本圭佑さん(デフバスケットボール)、伊藤優也さん(車椅子バスケットボール)

◎手話通訳と要約筆記があります。

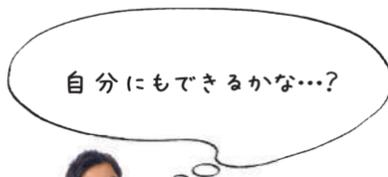
事業者の方へ

障害のある人の利用に配慮した、店舗・事業所を目指す方に朗報です！

合理的配慮のための意思疎通用具の作成や物品の購入、工事の施工などに、最大10万円の補助金が受けられます(8面参照)。

まずは、お気軽にご相談ください。

きっかけは『お手伝いしましょうか?』の一言



聞いてみました!

所沢市障がい者団体協議会
会長 一木昭憲さん



決して特別なことをしてもらわない必要はありません。少しお手伝いしてもらうことで、助かることがたくさんあります。

自分でできる場合には、お断りすることもあります。声を掛けてくれる気持ちはとても嬉しいです。



私も、お手伝いしてもらって助かったことがたくさんあります。

スーパーなどで、レジから台まで買い物カゴを運んでくれたり、高い所にあるものを「取りましょうか?」と声を掛けてくれたり。小さなことかもしれませんがとても助かっています。

もちろん、自分でできることは自分でやります。「甘え」や「わがまま」を言っている訳ではありません。自分ではできないこと、困難なことを、少しお手伝いしてもらえれば、助かることがたくさんあるということをぜひ知ってほしいです。

あなたのほんの少しの行動が、共に認め合い・支え合う、笑顔あふれるまちづくりを推進していきます!

障害を自分のこととして考える

平成28年4月に障害者差別解消法が施行され、早くも2年が経過しました。

その間、周知啓発に努めて参りましたが、法律がしっかり浸透したかという点、まだまだだと感じています。

それは、障害のない人が、障害についてどこか他人事であったり、遠い世界のことだと思っているからではないでしょうか。

市では、「所沢市障害のある人もない人も共に生きる社会づくり条例」を制定しました。障害のあるなしに関わらず、誰もが共に認め合い、支え合い、笑顔でいきいきと地域で自立して生活できる共生社会の実現に取り組んでまいります。

条例の制定に合わせ、店舗などで筆談ボードの購入や段差の解消など、障害のある人に配慮する場合の補助金を交付する制度を創設しました。

条例を周知啓発するためのシンポジウムの開催やパンフレットの作成、職員による出前講座の実施など、さまざまなやり方で障害への理解を浸透させていきます。

このような取り組みを通して、みんなが障害について、他人事ではなく自分事として考え、お互いを思いやり、共に生きるまち 所沢を力強く展開していきます。

条例の制定にあたっては、所沢市障害者施策推進協議会、(仮称)所沢市障害者差別解消条例検討会の各委員の皆様をはじめ、多くの方々にご協力いただいたことに、心からお礼を申し上げます。

「共生社会」を目指して前進していきましょう!

所沢市長

藤本正人





求む。ともに所沢の未来をつくる人。

平成30年度
第2回

市職員採用試験



▲職員採用キャラクター
受犬生くん

問職員課 ☎2998-9048 FAX 2998-9042
✉a9048@city.tokorozawa.lg.jp

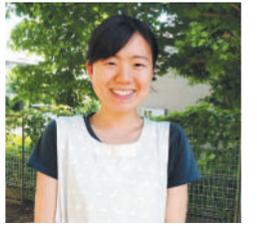


先輩職員に聞く！

元気いっぱい子どもたちや経験豊富な先輩の先生方と過ごし、自分自身も大きく成長できる場所です。

どろんこ・水遊び・虫集め…やりたい遊びを思いきりやる！いろいろなことに興味を持ってみる！子どもがのびのびと過ごせる環境が所沢市にはあります。

日々の驚きや喜び、悲しみを分かち合える仲間が皆さんをお待ちしています。



▲小熊保育士(保育士・西所沢保育園)



▲宮崎主事
(事務職・広報課)

さまざまなプロジェクトチームなど、所沢市は若手職員が活躍できる場が多いと思います。入庁後、新入職員もそのような場に参加できることを知り、所沢市に就職して良かったと思いました。若手職員でも、きちんと評価してもらえることが意欲につながります。

化学の知識を使う水質調査の仕事など、学生時代に勉強したことを生かせるのが、技術職の魅力です。

通勤は、季節により変わる景色を楽しみながら、自転車で通っています。狭山丘陵をはじめとする豊かな自然溢れる所沢市に就職して良かったと思っています。



▲眞田技師(技術職・環境対策課)

埼玉県内市町村職員採用合同説明会

採用試験の概要や、職員の生の声が聞けるチャンス！

日 7月5日(木)午後1時～6時(最終入場午後5時)
場 さいたまスーパーアリーナ
(JRさいたま新都心駅から徒歩3分)

◎会場に直接お越しください。なお、市独自の説明会は実施しません。

採用予定時期 平成31年4月1日以降
第1次試験日 9月16日(日)
対 日本国籍を有する方または永住者・特別永住許可者で、下表の受験資格を満たす方
募集案内の配布 市HP(Q人材募集)、市役所4階職員課(7月

2日(月)から)で入手できます。
◎郵送希望の方は、希望職種を朱書きした封筒に、宛先明記の返信用封筒(140円分の切手貼付・A4)を同封し、〒359-8501職員課に請求してください。
申 7月6日(金)～8月2日(木)に電申
◎電子申請が使えない方のみ郵送(消印有効)で申し込めます。

募集職種・受験区分 【募集人数】	受験資格
事務職【15人】	各区分の学校を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、下記の年齢に該当する方 ▶大学卒…平成5年4月2日以降生まれの方 ▶短大卒…平成7年4月2日以降生まれの方 ▶高校卒…平成9年4月2日以降生まれの方
事務職(身体障害者)【1人】	昭和54年4月2日以降に生まれ、身体障害者手帳の交付を受け、高校・短大・大学を卒業または平成31年3月までに卒業見込みの方
精神保健福祉士【2人】	平成元年4月2日以降に生まれ、精神保健福祉士の資格を有するか平成31年3月までに取得見込みの方
行政職	
技術職	
土木【1人】	平成元年4月2日以降に生まれ、高校・短大・大学・大学院などで、募集職種に関する学部・学科を平成26年3月～31年3月に卒業または卒業見込みの方
建築【1人】※1	
民間企業など経験者	
事務職【3人】	昭和54年4月2日以降に生まれ、民間企業など(技術職は募集職種に関する業務)に通算して直近7年中5年以上、かつ継続して3年以上勤務(平成30年7月末日現在)した方
技術職	
土木【1人】	技術職は、上記に加え、高校・短大・大学などで募集職種に関する学部・学科を卒業した方
建築【1人】※1	
保育士【17人】	平成6年4月2日以降に生まれ、保育士資格を有するか平成31年3月までに取得見込みの方
医療職	
栄養士【1人】	平成6年4月2日以降に生まれ、栄養士資格を有するか平成31年3月までに取得見込みの方
保健師【4人】	昭和58年4月2日以降に生まれ、保健師資格を有するか平成31年3月までに取得見込みの方
看護師【2人】	看護師資格を有し、病院などで看護師として3年以上勤務(平成30年7月末日現在)した方
診療放射線技師【1人】※2	昭和53年4月2日以降に生まれ、診療放射線技師資格を有するか平成31年3月までに取得見込みの方

※1は、いずれかの区分から1人採用予定 ※2は、マンモグラフィ撮影などが主な業務
◎詳細は必ず募集案内をご確認ください。

「睡眠負債」を知ろう

健康づくり講演会



睡眠負債を考える

～年代別の課題と対策～

日 7月27日(金)午前10時～11時45分
場 保健センター(上安松)
定 申し込み先着150人

講 平沢記念病院院長・井川真理子さん

申 7月6日(金)から保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813 に電話・電申

◎手話通訳が必要な方は、申し込み時にお知らせください。

皆さんの善意(順不同)

4月16日～5月15日の受付分です。ありがとうございました。

【寄付金】総額45,000円

●(株)中央管財様 ●ル・マルシェ様 ●所沢市社交ダンス連盟様 ●(株)カマタ様(電子黒板)

●(株)埼玉プロコン様(観戦券)

睡眠負債って?

日々の睡眠不足が借金(負債)のように積み重なってしまうこと



ことしはこう動く!

市の仕事報告会



「善きふるさと所沢」を未来の子どもたちに継承するために、「今」やるべきことは何か。市の財政状況と平成30年度主要事業を、市長と職員が直接お伝えします。

日 7月14日(土)午前10時30分～正午
場 市役所8階大会議室
定 先着200人

◎会場に直接お越しください。5月26日(土)開催の第1回と同じ内容で開催します。

内 ▶市長からのメッセージ ▶所沢市の財政状況 ▶公共施設マネジメントの推進 ▶地域新電力事業による再生可能エネルギーの普及推進 ▶旧コンポストセンター跡地利活用事業

問 経営企画課 ☎2998-9027



▲来場者に COOL JAPAN FOREST 構想ロゴ入り狭山茶をプレゼント!

見たい!
聞きたい!

作品大募集

あなたの思い

明るい選挙啓発ポスター

問 選挙管理委員会事務局
☎2998-9259

あなたのポスターで、「明るい選挙」を呼びかけよう!

対 市内在住・在学の小・中・高校生
応募規定 ▶ 四つ切、八つ切、またはそれに準じるサイズの画用紙を使用 ▶ 描く材料は自由 ▶ 作品裏側の右下に、県名・学校名・学年・氏名(ふりがな)を記入 ▶ 入賞者の学校・学年・氏名は公表

◎ 応募者に記念品、入賞者に賞品を贈呈します。詳細は、市HP(Ｑ選挙ポスター)をご覧ください。

申 9月4日(水)までに市役所4階同事務局に直接
◎ 市内在学の方は学校を通して提出してください。



▲ (昨年の特選作品から)
文部科学大臣・総務大臣賞
県立芸術総合高校・神藤慎さん

所沢市基地対策協議会発足50周年記念事業

基地跡地の未来予想図 絵画コンクール

問 基地対策室 ☎2998-9033

所沢市の中央にある「米軍所沢通信基地」。これまでに約7割が返還されましたが、今も97万平方メートルという広大な土地が未返還で残されています。

メットライフドーム約25個分というこの場所が全て返還されたら、跡地をどう使いたい? 夢と想像をふくらませて描いた作品を大募集します!

対 市内在住の小・中学生
応募作品 ▶ 八つ切サイズの画用紙を使用 ▶ 未発表のもの1人1点 ▶ 裏面に学校名・学年・学級・氏名を明記

申 9月12日(水)までに〒359-8501
市役所3階同室に直接・郵送

◎ 市内在学の方は、学校を通して提出してください。詳細は、市HP(Ｑ未来予想図)をご覧ください。



「家庭の日」推進事業

青少年 — 明日へのメッセージ

問 青少年課 ☎2998-9103

作文テーマ

- ▶ 小学生…家族・友達・将来の夢など
- ▶ 中学生…家族・学校・社会・将来の夢など

対 市内在住の小学3年～中学3年生
作品 400字詰め原稿用紙3枚以上5枚以内で未発表のもの1人1点

◎ 応募者に参加賞、入選者に記念品を贈呈します。

申 応募用紙に題名・住所・氏名(ふりがな)・性別・電話番号・学校名・学年・学級を明記して9月7日(金)(必着)までに〒359-8501市役所2階同課に直接・郵送

◎ 応募用紙は市立小・中学校で配布するほか、同課で入手できます。





やっぱり夏はプール! 市民プールがオープン

- 7月14日(土)～16日(祝)、7月21日(土)～8月31日(金)午前9時30分～午後5時 (最終入場午後4時)
- 場 市民プール (小手指駅南口から徒歩8分)
- 費 ▶ 未就学児…無料
 - ▶ 小・中学生…150円 (回数券4枚つづり500円)
 - ▶ 高校生…300円
 - ▶ 一般…450円
 - ▶ ロッカー…1回30円
- 問 市民プール ☎2948-5932 (営業日のみ)
 - ▶ スポーツ振興課 ☎2998-9248

- ▶ 7月16日(祝)はイベント開催のため午後4時まで (最終入場午後3時30分)
- ▶ 混雑時は、入場制限を行う場合あり
- ▶ 未就学児のみの入場不可
- ▶ 保護者1人につき未就学児は2人まで (要付き添い)
- ▶ オムツが取れていない子どもは、プールの利用不可 (プール用オムツも不可)
- ▶ 場内禁煙、飲酒した方、タトゥー・刺青のある方は入場不可
- ▶ ビン・缶などの危険物、アルコール飲料・ノンアルコールビール類は持ち込み禁止



◆ 利用上の注意

- ▶ 駐車場がなく、自転車置き場も狭いため、公共交通機関を利用
- ▶ 悪天候の時、開場時間を短縮または閉場の場合あり

☀ 市民プール祭り

夏休みの思い出づくり。楽しく遊べるイベントが盛りだくさん!

- 7月25日(水)・31日(火)、8月9日(木)・20日(月)午後2時～4時30分
- 対 幼児、小・中学生
- 内 浮き島渡り、ヨーヨー釣りなど

夏の夜を彩る 野老澤行灯廊火

夏の暑さが和らぐ夕方から夜にかけて、所沢伝統の地口行灯をともし、その風情やステージ、出店が楽しめます。

- 7月21日(土)午後3時～8時30分 (小雨決行)

■ 場 所沢駅西口～元町交差点周辺

◆ 所澤神明社

- ▶ 地口行灯展示 (午後7時～)

◆ 元町コミュニティ広場

- ▶ 地元商店の模擬店 ▶ こども商店 (復興支援) ▶ 所沢市観光協会の出店 ▶ 行灯点灯式 (午後7時～) ▶ 地元アーティストのステージなど

◆ 銀座中央広場

- ▶ フェイスブック所沢の模擬店・ステージ

◆ その他

- ▶ 肝だめし (野老澤町造商店内/10円以上の募金制) ▶ ステージ (西武所沢店前、イオン所沢店前など) ▶ アイドルパレード (プロペ通りなど)

■ 問 商業観光課 ☎2998-9155



キャンドルナイト in 所沢 & 出張ちょいバル

キャンドルに火をともし、照明のない時間を過ごすイベント。幻想的なキャンドルの明かりと音楽に包まれ、エコな暮らしやエネルギーについて考えてみませんか?

所沢のお酒とフードを楽しめる出張ちょいバルも同時開催します。

- 7月27日(金)午後6時30分～8時 (飲食は午後5時開始)

■ 場 航空公園駅東口駅前広場

- 内 ミニライブ、所沢のお酒・フードの販売

■ 問 環境政策課 ☎2998-9133





これで決まり!

とろざわ埋文まつり



昔の所沢にタイムスリップ！
原始・古代に暮らしていた人々の生活を体験してみませんか？

- 日 8月2日(木)・3日(金)午前9時30分～午後3時30分
- 場 埋蔵文化財調査センター (北野)
- 内 ①ミニチュア縄文土器作り
②勾玉作り
③拓本体験…縄文土器片で拓本とり
④縄文ストラップ作り
- ⑤クイズラリー
- ⑥縄文ファッション写真館
持カメラ
- ⑦火起こし体験
- ⑧館内探検隊…ガイド付き館内探検
- 費 ①②300円
- 問 同センター ☎2947-0012
- ◎会場に直接お越しください。小学校低学年以下は保護者同伴です。

3 Rでごみを減らそう



3Rを学んだり、実際に施設を見学したり、夏休みの自由研究にぴったりの限定イベントです。

- 日 7月26日(木)午前10時～正午、午後1時30分～3時30分
- 場 リサイクルふれあい館、東部クリーンセンター (日比田)
- 対 小学3～6年生と保護者
- 定 各回申し込み先着20組
- 申 問 7月1日(日)からリサイクルふれあい館 ☎2994-5374 に電話

ごみ処理の流れを
分かりやすく紹介!



学校給食センターサマーフェスタ



1釜で約1,000人分の給食を作っています!

普段入れない学校給食センターの中をのぞいてみませんか？

- 日 7月24日(火)午前9時30分～午後2時
- 場 第3学校給食センター (下富)
- ◎会場に直接お越しください。
- 内 ▶調理場内の見学 ▶冷凍庫内で-20℃の世界を体験 ▶釜のかき混ぜ体験 ▶調理器具などの展示 ▶手洗いチェック ▶昔の給食サンプルの展示 ▶スタンプラリー
- 持 上履き、靴袋
- 問 同センター ☎2942-2972

所沢名物手打ちうどんを作ろう！ 沢農産物親子料理会



コシが強いうどん♪

所沢農産物を使って、所沢の郷土料理を作ります。

- 日 7月29日(日)午前9時15分～午後2時
- 場 新所沢まちづくりセンター
- 対 市内在住の小学3年生～中学3年生と親
- 定 申し込み先着10組
- 申 問 ★7月13日(金)までに農業振興課 ☎2998-9158に電話

お知らせ

市税の納期限

7月31日(火)は固定資産税・都市計画税(2期)、国民健康保険税(1期)の納期限です。期限内に納付してください。

問 収税課 ☎ 2998-9073

7月5日(木)は緊急地震速報訓練!

防災行政無線から緊急地震速報訓練の放送が流れます。屋内では机の下に潜る、屋外では落下物から身をを守る、などの訓練にご協力ください。
日 7月5日(木)午前10時ごろ
◎ 気象・地震状況などにより中止する場合があります。

問 危機管理課 ☎ 2998-9309

7月14日(土)コンビニ交付サービスが一時休止

定期メンテナンスのため、全てのサービスが利用できなくなります。ご理解、ご協力をお願いします。

日 7月14日(土)(終日)

問 市民課 ☎ 2998-90087

後期高齢者医療制度のお知らせ

詳細は、7月に郵送する被保険者証と保険料決定通知書に同封のお知らせをご覧ください。

被保険者証(保険証)を郵送

新しい保険証(茶色)を7月中旬に簡易書留で郵送します。現在お使いの保険証(青色)の有効期限は平成30年7月31日(火)は、破棄するか市役所1階国民健康保険課、まちづくりセンターに返却してください。



低所得者の限度額適用・標準負担額減額認定証

申請により、同一月・同一医療機関の窓口での支払いが自己負担限度額までとなる限度額適用・標準負担額減額認定証が取得できます。既に取得済みで、引き続き対象の方は自動更新されます(7月下旬郵送)。

◆ 現役並み所得者の限度額適用認定証
30年8月から現役並み所得者の自己負担限度額が細分化されます。負担割合が3割の被保険者でも、限度額適用認定証の取得が必要になる場合があります。ご注意ください。

◆ 保険料の一部変更
30年度から保険料のもととなる均等割額と所得割率が変わり、合計額の上限も見直されます。また、29年度に引き続き、保険料の軽減措置が一部縮小・廃止されます。

	変更前	変更後
均等割額	42,070円	41,700円
所得割率	8.34%	7.86%
上限額	57万円	62万円

問 国民健康保険課(後期高齢者医療担当) ☎ 2998-9218

国民健康保険納税通知書を郵送

7月中旬に世帯主(納税義務者)宛てに郵送します。納期限までに納めましょ。

災害や所得の著しい減少など特別の事情があり、納付が困難な場合は、減免が認められることがあります。ご相談ください。

問 国民健康保険課 ☎ 2998-9131

国民年金保険料の免除・猶予

経済的な理由や災害などにより納めることが困難な場合は、納付が免除・猶予される制度があります。

◆ 保険料免除制度
対 59歳以下の方
申請者・配偶者・世帯主の前年所得などを審査して、全額・4分の1を免除します。

◆ 学生納付特例制度
対 学生
申請者の所得を審査して一時的に納付を猶予します。

◆ 納付猶予制度
対 49歳以下の方(学生除く)
申請者・配偶者の所得を審査して一時的に納付を猶予します。

◆ 申請に必要なもの
① 全ての方: マイナンバーがわかるもの、または年金手帳
② 代理人が申請する場合は、申請者の印鑑(認印可)、代理人の本人確認書類、委任状も必要です。



③ 失業のため申請する方: ①に加え、雇用保険被保険者離職票または雇用保険受給資格者証など
④ 学生の方: ①に加え、学生証など
留意事項: 申請は毎年必要・更新時期は学生納付特例制度が4月、その他は7月・納付の時効を迎えていない期間はさかのぼって申請可能

問 市役所1階市民課(国民年金担当) ☎ 2998-9095、所沢年金事務所 ☎ 2998-0170に直接

介護保険のお知らせ

◆ 介護保険料決定通知書を郵送
7月上旬に65歳以上の方(第1号被保険者)に郵送します。詳細は同封のお知らせをご覧ください。

◆ 介護保険負担割合証を郵送
平成30年8月1日から適用される介護保険負担割合証を7月下旬に郵送します。介護保険証と一緒に保管し、介護サービス利用時に提示してください。

負担割合は前年中の収入に応じて

決まり、1〜3割です。

◎ 最近転入したなど一部の方は、発送が遅れる場合があります。
問 介護保険課 ☎ 2998-9420

在宅高齢者向け紙おむつ購入費軽度者への支給要件を変更

軽度者(要支援・要介護1)への支給には、失禁を誘発する疾病により、紙おむつの使用が必要であるという医師の判断が必要となりました。詳細はお問い合わせください。

問 介護保険課 ☎ 2998-9420

お店の配慮、できていますか? 社会的障壁の除去推進事業補助金

障害のある人への配慮のために行う、物品の作成・購入、工事の施工などの経費を補助します。事前に障害福祉課にご相談ください。
対 市内に事業所を有する事業者
対象補助額(上限額)
① 意思疎通支援用具の作成費: 全額(1万円)
② 物品購入費: 全額(3万円)
③ 工事施工費: 半額(10万円)
問 同課 ☎ 2998-9116

高齢者が関係する交通事故が多発中

埼玉県内では、交通事故が多発しています。特に、高齢歩行者の事故は夕方から夜間にかけて、買い物や帰りに多発しています。

歩行者の注意点

◆ 信号や横断歩道があるところを渡る
横断歩道も油断せず、特に左から車の注意
◆ 反射材を着ける
◆ ドライバーの注意点
◆ 早めのライトオン、ハイビームを活用
◆ 速度を控えて、おもいやり運転を心がける
◆ 横断歩道は歩行者優先。必ず一旦停止する

高齢者を火災から守る防火訪問

住宅火災による死者の約7割は高齢者です。一人暮らし高齢者宅の火災を未然に防ぐため、消防職員と女性消防団員が防火訪問を行います。

毎月第2・4土曜午前

休日開庁

7月14日(土)・28日(土)

午前8時30分～午後0時30分 市役所1階、まちづくりセンター(並木除く)

取り扱い業務

- 転入・転出・転居などの手続き
- 印鑑登録、住民票や戸籍などの証明書
- 国民年金の手続き
- 国民健康保険の手続き
- 後期高齢者医療制度の相談※
- 課税・非課税証明書、納税証明書
- 市税・国民健康保険税の納付
- 納税相談※

まちづくりセンターでは※はできません。業務の詳細は、事前にご確認ください。

マイナンバーカードが便利♪



コンビニで住民票や印鑑登録証明書、課税証明書が受け取れます。

問 経営企画課 ☎ 2998-9027

穴ぼこ通報キャンペーン

事故を防ぐため、市内道路の穴ぼこを発見したら道路維持課に、電話・メールで通報してください。



見つけたらメール!



期間中に通報いただいた方の中から、先着150組300人に埼玉西武ライオンズ観戦チケット引換券をプレゼントします(1人1回)。

実施期間 7月9日(月)～23日(月)

問 道路維持課 ☎ 2998-9168

問 a9168@city.tokorozawa.lg.jp

健やか生活アンケートにご協力ください

介護予防や認知症予防に関するアンケートです。7月下旬に対象者にアンケートを郵送します。同封の返信用封筒(切手不要)で8月10日までに返送してください。

農地利用状況調査(農地パトロール)を実施

農地が遊休化またはその恐れがないか確認するために、市内農地の利用状況を調査します。

雑草が茂るなど、管理が不十分な農地は近隣の雑草被害や病害虫の発生原因にもなり、周辺環境を悪化させます。良好な環境の保全のため、農地の適正な管理をお願いします。

調査期間 7月26日(木)～8月8日(水)

問 農業委員会事務局 ☎ 2998-9264

クイズ1

大切なのは、障害がある人もない人も共に認め合い、

やさしく合言葉

ヒント・2面 応募方法は15面

夏の交通事故防止運動

日7月15日(日)～24日(火)
重点目標 反射材の着用推進
◆交通安全啓発活動
反射材などの交通安全グッズを配布します(雨天中止)。
日7月17日(火)午後4時～4時20分
場いなげや所沢西武園店(西武園駅から徒歩5分)
問交通安全課 ☎2998-9140

政治家からの寄附は禁止です!

政治家が選挙区内の人や団体に、お金や物を贈ること(寄附)は、時期や理由を問わず禁止されています。
◆寄附の一例
▼お中元▼お祭りや集会への寄附
・飲食物などの差し入れ▼暑中見舞いなどのあいさつ状
また、有権者が政治家に寄附を求めるとも禁止されています。
問選挙管理委員会事務局
☎2998-9259

川の水質異常の発見にご協力を

川で、大量の死魚、油の流出などの異常を見かけたら、環境対策課にご連絡ください。被害を最小限に抑

えるため、迅速な対応にご協力を願います。

問環境対策課 ☎2998-9230

生ごみを「ぎゅっ」と水切り

生ごみの約7/8割を占める水分。特に、夏は水分の多い食物を食べる機会が増えます。生ごみを「ぎゅっ」と水切りしてからごみに出すと、臭いも重さも減らせます。ぜひ、ご協力ください。



限りある資源 水を大切に!

夏は、水道水を最も多く使う季節です。水道を上手に使い、節水にご協力ください。
問上下水道局総務課
☎2921-1084

水道メーターの定期的な確認を全ての水道を使用していない状態で、水道メーターのパイロットが回転している場合、配管のどこかで漏水している可能性があります。この場合、バルブを閉め、市指定給水装置工事業者に調査・修繕工事(有料)を依頼してください。緊急の場合は修繕当番店に依頼してください。

問上下水道局お客様センター
☎2921-1080



市有地の売り払い(先着)

場若狭4-2997-6
地目 宅地
公簿地積 49.98㎡
用途地域 第一種住居地域
売却価格 580万円
申問7月9日(月)から申込書を市役所4階管財課に直接

平成30年地価公示図書の閲覧

場市役所2階開発指導課、同1階市政情報センター、まちづくりセンター、所沢図書館本館・分館
◎国土交通省HPでもご覧になれます。
問開発指導課 ☎2998-9379

計画などの縦覧・説明会

意見のある方は、期間中に意見書を提出できます。
◆東所沢サニータウン地区地区計画の都市計画決定に関する原案
対市内在住・在勤・在学の方、利害関係者
問原案説明会
日7月28日(土)午後2時～4時
場市役所8階大会議室
縦覧・意見書の提出
日7月30日(月)～8月13日(月)
場市役所5階都市計画課

申問〒359-8501 同課 ☎2998-9192に直接・郵送

平成29年版所沢市統計書を頒布中

場市役所1階市政情報センター
市内の人口、市民所得、商業・工業・農業別の就業人口や生産高など
費1冊300円
◎市HP(Q統計書)でもご覧になれます。
問文書行政課 ☎2998-9043

春の「環境美化の日」実施報告

実施日 5月27日(日)

ごみ回収量	
燃やせるごみ	33.98トン
破砕ごみ類	3.03トン
びん・かん	1.09トン
粗大ごみ	2.43トン
合計	40.53トン

参加人数	
大人	23,407人
子ども	4,124人
合計	27,531人

問生活環境課 ☎2998-9370

交通遺児奨学生を募集

交通遺児育英会は、高校生以上の学生に無利子で奨学金を貸与しています。詳細はお問い合わせください。
問交通遺児育英会
☎0120-521286

7/11日は 埼玉県の働き方改革推進月間

場県内一斉ノ残業デー：毎月第3水曜日の定時退社を呼び掛けます。年次有給休暇の取得推進：特に10月は、前年より1日以上多い休暇の取得を呼び掛けます。
問県・雇用労働課
☎048-830-4516

離職中の看護職の方は届け出を!

看護職の資格をお持ちの方で、転居・出産・育児などで離職中の方は届け出が必要になりました。
申埼玉県看護協会HPから電子申請
問埼玉県ナースセンター届出専用
☎048-620-7339

7月の宅地内水漏れ修繕当番店

24時間対応しています。当番店に直接ご連絡ください。

日	当番店	電話番号
1日(日)	(株)木下商興	2948-1719
7日(土)	(株)貫井産業	2993-0110
8日(日)	(株)槽谷設備工業所	昼2923-8888 夜2923-8349
14日(土)	(株)金子設備工業	2944-0515
15日(日)	(株)楽々	2923-4900
16日(祝)	(有)松本設備工業所	2922-5911
21日(土)	(有)本田技管	2948-1300
22日(日)	(有)石和設備工業	2993-8108
28日(土)	(有)平塚設備工業	2923-5778
29日(日)	(有)兼六工業	2922-1877

問上下水道局給水管理課 ☎2921-1082
☎2921-1091

ところバス運賃過剰收受のお詫びと返金のお知らせ

ところバス西路線新所沢・三ヶ島コースの一部区間で平成25年10月1日～30年6月5日の間、運賃を過剰に收受していたことが判明しました。ご迷惑をお掛けしたことをお詫びします。対象区間の利用者の方に過剰に收受した運賃を返金します。お心当たりのある方は、西武バス運賃返金センターにお問い合わせください。
対象区間 ①狭山ヶ丘駅東口～三ヶ島中学校または三ヶ島小学校(三ヶ島公民館経由) ②東狭山ヶ丘1丁目～三ヶ島中学校または三ヶ島小学校(三ヶ島公民館経由) ③三ヶ島公民館～三ヶ島中学校または三ヶ島小学校(狭山ヶ丘駅西口方向) ④JA三ヶ島支店北～三ヶ島中学校または三ヶ島小学校(三ヶ島公民館経由)
問西武バス運賃返金センター ☎08-00-8000-3059(土曜、祝休日除く午前10時～午後5時)

留守番電話と番号表示を活用!

振り込め詐欺の防止に、留守番電話の設定と番号表示の活用が役立ちます。相手の確認、相談を忘れず。
問所沢警察署 ☎2996-0110

開催

- ◆トろろん出沒情報
- ◆パンフェス野老
- 日場7月8日(日)午前10時～午後1時
10分/所沢航空記念公園
- ◆野老澤行灯廊火
- 日7月21日(土)撮影会：午後3時50分～4時20分②ア
イドルパレード：
午後6時15分③点
灯式：午後7時
- 場①③元町コミュニティ広場②西武所沢店～プロペ通り
- ◆星空フェスティバル
- 日場7月21日(土)～22日(日)午後2時～6時/生涯学習推進センター
- ◎トころんの缶バッジがもらえるアイズラリー開催(各日別デザイン・先着200人)
- 問商業観光課 ☎2998-9155

マチを好きになるアプリ
マチイロ

◆ダウンロード方法
QRコードを読み取るか、市HP(Qマチイロ)をご覧ください。
◎アプリの使用は無料ですが、通信費は各回線ごとの負担となります。表示広告は、所沢市とは関係ありません。



問広報課
☎2998-9024

元気を笑顔に リハビリ型デイサービス 回カラダ!

◆1部
正しい姿勢とは～体にとって楽で負担の少ない姿勢を身に付けよう～
講 リハビリ型デイサービス 風ステーション小手指 トレーナー・山本拓哉さん



◆2部
健康に過ごす秘訣は口元にあり～すぐに役立つ健口体操～
講 奥原歯科医院院長・奥原利樹さん



日 7月27日(金)午後2時～4時
(午後1時30分開場)
場 小手指まちづくりセンター
定 先着200人
◎会場に直接お越しください。

問 小手指第1地域包括支援センター ☎2947-1211

①包丁研ぎ講習会
日 7月21日(土)午後1時30分～
定 申し込み先着6人
②帯からバッグを作る
日 7月19日(木)午前9時30分～午後3時
定 抽選10人



⑤大型家具抽選会
日 7月13日(金)・27日(金)午前11時～
⑥傘修理(1人1本・部品代実費)
日 7月21日(土)午後1時～3時
⑦おもちゃの病院
日 7月28日(土)午後1時～3時

採れたて! 農産物直売とこと市
日場 7月10日(火)午前10時～午後3時
時/市役所別館前広場 7月24日(火)午前10時～午後3時/元町コミユニティ広場
問 農業振興課 ☎2998-9158

④夏休み子ども講座
「浮いたり沈んだりする浮沈子ってなんだろう? さかな釣りに挑戦!」
日 8月5日(日)午前10時～正午
定 抽選20人(小学4年生以下は保護者同伴)
費 1000円



農業に興味がある女性大歓迎!
若手農業後継者ふれあいイベント
20代の若手農業後継者と、所沢野菜を使ったバーベキューを行います。
日 7月21日(土)午前10時～
集合 所沢駅改札前
対 35歳以下の独身女性
定 抽選12人
費 2000円
申 問 7月13日(金)までに農業後継者対策連絡会事務局(農業振興課内) ☎2998-9158に電話・電申

持裁縫道具、ミシン糸、ものさし、昼食
③夏休み子ども講座
裂き布ぞうり作り
日 7月29日(日)午前9時30分～正午
定 抽選16人(小学4年生以下は保護者同伴。大人のみも可)
持 浴衣またはシーツ1枚、ものさし、はさみ
費 500円
④夏休み子ども講座
「夏休み子ども講座」
「夜の湿地探検」
日 7月7日(土)午後6時～8時
対 小学生以上(小・中学生は保護者同伴)
定 申し込み先着20人
持 飲み物、虫よけ
費 2000円
②ひよこ探検隊
「夏の森で遊ぼう!」
日 7月22日(日)午前10時～午後1時30分
対 4～6歳の未就学児と親
定 申し込み先着15人
持 昼食、飲み物、虫よけ
費 1000円
③定例ガイドウォーク
日 7月1日(日)・7日(土)午後1時30分～2時30分
集合 ①早稲田大学バス停(小手指駅から同校行き西武バス) ②③同センター(下山口駅から徒歩15分)
申 問 ①7月1日(日)から同センター ☎2939-9412に電話③当日受け付け



「いっしょ親子で楽しむ運動遊び」
日 7月21日(土)午前9時30分～11時
場 ごとと福祉の未来館(泉町)
対 おおむね2～6歳児と保護者
持 上履き、脱いだ靴を入れる袋、フエイスツール1人1枚、飲み物
申 問 市役所2階ごとと支援課 ☎2998-9124に直接・電話・電申

市立障害者施設作品展・地域活動支援センター紹介コーナー
障害のある人たちの作品展示や、施設の紹介などを行います。

平成29年度「情報公開・個人情報保護制度」の実施状況

【実施機関】 市長、教育委員会、選挙管理委員会、公平委員会、監査委員、農業委員会、固定資産評価審査委員会、上下水道事業管理者、議会
問 市政情報センター ☎2998-9206
◎詳細は市HP(Q情報公開)、市役所1階市政情報センターでご覧になれます。

◆情報公開制度の実施状況

実施機関	受付件数		決定等の状況			
	件数	文書	公開	部分公開	非公開	取下げ等
市長	120	591	187	378	21	5
教育委員会	9	13	6	3	3	1
上下水道事業管理者	13	25	21	4	0	0
合計	142	629	214	385	24	6

◎上記以外の実施機関への請求などはありませんでした。

◆個人情報保護制度の実施状況

①請求・申出の受付処理件数

実施機関	受付件数		決定等の状況						
	件数	文書	開示	部分開示	非開示	訂正等	部分訂正等	非訂正等	取下げ等
市長	45	135	102	24	7	0	0	0	2
教育委員会	2	5	4	0	1	0	0	0	0
合計	47	140	106	24	8	0	0	0	2

◎是正の申出と上記以外の実施機関への請求はありませんでした。

②個人情報取扱事務の届出件数…979件

◆会議の公開の実施状況

実施機関	傍聴できた会議		傍聴できなかった会議(一部傍聴可含む)		合計	
	件数	傍聴者数	件数	傍聴者数	件数	傍聴者数
市長	82	88	483	0	565	88
教育委員会	25	2	3	2	28	4
上下水道事業管理者	4	1	0	0	4	1
合計	111	91	486	2	597	93

市民相談
いずれも時間は受付時間です。先着順にお受けします。
①人権相談
日 7月10日(火)・24日(火)午後1時～3時30分
②行政相談
日 7月6日(金)・20日(金)午後1時～3時30分
内 国など行政への要望や苦情

③社会保険労務士の保険・年金相談
日 7月24日(火)午前10時～11時30分
内 労働、雇用問題、年金など
④建築業者の住宅増改築等相談
日 7月10日(火)午後1時～3時30分
内 住宅リフォーム時の注意点など
⑤不動産無料相談会
日 7月6日(金)午前10時～午後3時30分
内 不動産の契約、取引、賃貸借など
【共通事項】
場 ①～③市役所1階市民相談課④⑤同1階市民ホール
問 市民相談課 ☎2998-9092



マンション管理無料定期相談会
日 7月26日(木)午後1時30分～4時30分
場 市役所1階市民ホール
対 市内のマンション管理組合・マンション



発達障害児家族のつづい
日 7月20日(金)午前10時～正午
場 ごとと福祉の未来館(泉町)
◎会場に直接お越しください。
対 17歳以下の児童の家族
問 松原学園 ☎2990-3488

所沢市議会政策討論会
テーマ 人口減少と街づくり(空き家だらけの街を防ぐには)
日 7月7日(土)午後1時30分～3時30分
場 ごとと福祉の未来館(泉町)
内 基調講演、議員8人の討論
講 筑波大学教授・谷口守さん
◎会場に直接お越しください。
問 議会事務局 ☎2998-9256

ヨシ居住者など
内 修繕、管理費の滞納、騒音など
申 問 7月25日(水)までに市街地整備課 ☎2998-9208に電話

所沢市社会福祉大会

日 7月18日(水)午後1時～
場 市民文化センターミューズ
内 第一部：式典(表彰など)
第二部：表彰団体の発表など
◎会場に直接お越しください。
問 所沢市社会福祉協議会企画総務課
☎2926-8202

所沢看護学院 学校説明会

日 7月25日(水)、8月23日(木)、9月21日(金)、10月18日(木)、11月13日(火)各
日午前10時～正午
場 同学院(所沢駅から徒歩15分)
対 中学校卒業後(見込み含む)
内 学校説明、校舎内見学
申 問 同学院 ☎2994-7087に
電話

所沢看護専門学校 学校説明会

日 7月27日(金)、8月17日(金)、10月6日(土)各日午前10時30分～正午
場 同校(所沢駅から徒歩15分)
対 准看護師免許がある方(見込み含む)
内 学校説明、演習体験

申 問 同校 ☎2994-6621に電
話

県立所沢特別支援学校 体験学習

日 小学部低学年：9月27日(木)、10月4日(木)・10日(水) 小学部高学年：9月26日(水)、10月2日(火) 中学部：9月21日(金)・26日(水)、10月1日(月)

対 同校に就学・転学を考えている方
申 込 申し込み期限 8月23日(木)
◎学年は平成31年4月時点です。詳細は同校☎をご覧ください。
申 問 同校 ☎2994-8733に電
話

募集

市営住宅の入居者を募集

募集住宅(4月末現在) ▼単身者
専用：7戸 ▼2人以上家族向け：10戸 ▼3人以上家族向け：4戸
◎修繕などで戸数が変わることがあります。

市民フエスティバル(10月27日・28日)の募集

◆協賛広告を募集中
募集期限 7月31日(火)
◆配布プログラムへの広告掲載
◆キッチンカー出店者を募集
募集期間 7月2日(月)～13日(金)
◆車両での物販参加
◆企画参加者を募集
募集期間 8月1日(水)～10日(金)
◆企業・団体、市民市場、ステージ出演、フリーマーケットなど(詳細は8月号に掲載)
◎いずれも詳細は実行委員会☎(市HP)でQ市民フエスをご覧ください。
問 所沢市民フエスティバル実行委員

入居予定時期 10月1日(月)以降
申 問 ★7月21日(土)までに申込書を埼玉県住宅供給公社川越支所☎049-227-6408に提出

入居予定時期

◎申込書は市役所5階市街地整備課、まちづくりセンター、サービスコーナー(所沢駅・小手指・狭山ヶ丘)で入手できます。

保健師・助産師(助手/登録制)を募集

対 保健師が助産師免許がある方
内 乳幼児健診・健康相談など
日 月・金曜午後0時45分～4時45分(相談実施日)
場 保健センター(上安松)、まちづくりセンターなど
申 問 保健センター健康づくり支援課
☎2991-1813に電話

交通指導員(非常勤特別職)を募集(報酬あり)

対 市内在住で64歳以下の方
内 立哨指導(朝1時間・夕2時間程度、交通安全教室など)
定 6人(中富・若狭・富岡・北中・中央・若松小学校区)
申 問 7月13日(金)までに市役所1階交通安全課☎2998-19140に直接

保育園等運営審議会委員を募集

保育行政などの健全な運営を図るにあたり、市民の皆さんの意見を取り入れるため、無作為抽出により委員を募集します。通知が届いた方はぜひご応募ください。
定 抽選2人
任 期 平成30年9月1日～32年8月31日
問 保育幼稚園課 ☎2998-9126

地域福祉活動推進会議の市民委員を募集

対 次の全てを満たす方
▼地域福祉に関心がある▼本市に1年以上在住▼年齢が平成30年4月1日現在で20歳以上
任 期 30年8月1日～33年7月31日
申 問 7月11日(水)(必着)までに申込書を所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課☎2925-0041に提出

自衛官採用試験

採用種目 ①航空学生 ②一般曹候補生 ③自衛官候補生(男子) ④自衛官候補生(女子)
対 ①海上：22歳以下 ▼航空：20歳以下 ②④18歳以上26歳以下
◎年齢は①②平成31年4月1日現在
③④採用月1日現在
受 付 期 間 ①②7月1日(日)～9月7日(金) ③④問い合わせ

緊急情報をいち早くキャッチ ほんとメールが便利

①気象特別警報や地震情報などの緊急情報がすぐ届く!
②Jアラート(全国瞬時警報システム)とも連携!
◆登録・変更方法
hotmail@tokorozawa-hotmail.jp
hotmail.jpにRメール
◎メールが返信されない場合はinfo@tokorozawa-hotmail.jpを指定受信登録してください。
問 広報課 ☎2998-9024

クイズ 3

地口行灯が夏の夜を彩ります

〇〇ろさわ行灯廊火

ヒント：6面 応募方法は15面

埼玉西部消防組合消防士を募集

◎日本国籍を有し、次の学校を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、次の年齢に該当する方
▼大学卒：平成5年4月2日以降生まれ ▼短大卒：7年4月2日以降生まれ ▼高校卒：9年4月2日以降生まれ
定 10人程度
第1次試験日 9月16日(日)
申 問 8月1日(水)～3日(金)に申込書類を同局総務課☎2929-9120に提出
◎申込書類は7月1日(日)から同課、各消防署・分署、同局☎(Q)採用で入手できます。

130本の竹飾りが彩る夏の風物詩 狭山市入間川七夕まつり

関東三大七夕祭りの一つで、江戸時代から続くお祭りです。市民手作りの七夕飾りが会場を埋め尽くします。

日 8月4日(土)・5日(日)
午前11時～午後9時(5日は午後8時30分まで)
場 狭山市駅西口市民広場～七夕通り

内 約3千発の納涼花火大会(4日のみ/雨天中止)、小学生七夕パレード、民踊流し(4日のみ)、阿波踊り(5日のみ)、浴衣無料着付けなど
問 狭山市観光協会 ☎04-2953-1205
同実行委員会事務局(狭山市商業観光課内) ☎04-2953-1111(内線2552)
◎近隣の広報紙で、おすすめイベントを相互掲載中! 所沢の情報も他の市にPRします!

山口の魅せどころ

問 地域づくり推進課 ☎2998-9083

3 山口地区

▶狭山丘陵と柳瀬川の源流があり、自然が豊富
▶山口城址など、歴史と文化に育まれた地区

～体験型“迷い人声掛け運動”～

路上で困っている高齢者を見掛けたとき、皆さんはどうしていますか? 「困っているのかな?」と思っても、声を掛けるのは難しいのではないのでしょうか。

山口地区では、住民と関連する組織や団体が連携して、体験型学習「迷い人声掛け運動～おかえり人に優しい山口～」を開催! 認知症の方への理解を深めるミニ講座と、実際の声掛けを想定した路上での実習を行いました。当日は、地元の中学生も参加して、「これからは積極的に声掛けをしようと思いました!」とのうれしい感想も。秋には、2回目の開催を予定しています! 山口地区の皆さん、ぜひご参加ください。

山口地区の情報は市HP(Q山口)をご覧ください。

次回は、吾妻地区の魅せどころ!



保健センター通信

・会場は保健センター（出張相談除く）
 ・乳幼児向けは母子健康手帳を持参
 ・健康ガイドや市HPからも事業案内が
 確認できます



〒359-0025 上安松 1224-1 午前 8 時 30 分～午後 5 時 15 分（土・日曜、祝休日、年末年始は休み）☎2995-1178

健康づくり支援課

☎ 2991-1813

母親学級 申★7月9日(月)までに電話・電申

◆マタニティクラス

☎7月30日(月)午前9時30分～11時30分 対 出産予定日が9月11日以降の妊婦（パートナーも可）
 内 マタニティライフ、ママ友づくり、赤ちゃんのお世話体験 定 申し込み先着40人 ◎ 上の子同伴の受講不可

◆歯科 申★電話・電申

☎7月24日(火)午後1時15分～3時15分 対 出産予定日が10月10日以降の妊婦 内 お口の健康、歯科健診、赤ちゃんのむし歯予防 定 申し込み先着25人

両親学級 申★7月6日(金)までに電話・電申

☎7月28日(土)午前9時30分～正午 対 出産予定日が9月9日以降の初産婦とパートナー 内 沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操 定 抽選24組



乳幼児健康相談 申★電話

- ◆離乳食のおはなし会 ☎7月23日(月)
- ◆乳幼児の食事相談 ☎7月24日(火)午前中
- ◆歯科 ☎7月23日(月)午前中 持 歯ブラシ

離乳食教室 申★7月5日(木)から電話・電申

◆ごっくん期

☎8月6日(月)または27日(月)午前10時～11時15分 対 平成30年2・3月生まれの乳児と親 内 栄養士の講話、試食 定 各日申し込み先着30組

◆もぐもぐ期

☎8月24日(金)午前10時～11時30分 対 平成29年12月～30年1月生まれの乳児（原則第1子）と親 内 栄養士・歯科衛生士の講話、試食 定 申し込み先着35組

◆ぱくぱく期

☎7月26日(木)午前10時～11時30分 対 平成29年4～7月生まれの幼児と親 内 栄養士・歯科衛生士の講話、試食 定 申し込み先着30組

産後ママクッキング 申★電話・電申

☎7月12日(木)午前10時～午後0時30分 対 平成30年3・4月生まれの乳児と母親 内 講話「産後の食生活・母乳に良い食事と離乳食」、調理実習 定 申し込み先着25組 費 500円 持 ベビーカー

親子料理教室 申★電話

☎8月1日(水)または2日(木)午前10時～午後0時30分 対 小学生と保護者 内 講話「地場産野菜料理・地場産野菜をおいしく!」、調理実習 定 申し込み先着15組（初参加優先） 費 大人500円、子ども200円



異世代料理教室 申★電話

☎8月9日(木)午前10時～午後0時30分 対 5歳以上の子どもと祖母または祖父 内 講話「ちりめんモンスターを探そう! 海の幸をおいしくクッキング」、調理実習 定 申し込み先着15組（初参加優先） 費 大人500円、子ども200円

2歳児歯科健康教室 申★電話・電申

☎8月3日(金)または23日(木)午後0時50分～1時10分（受付） 対 平成28年1・2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 各日申し込み先着50人



親子むし歯予防教室 申★電話

☎8月10日(金)午後1時30分～3時30分 対 小学生と保護者 内 講話「親子でむし歯ゼロ大作戦」、夏休みの自由研究に役立つ実験、おやつを試食、歯磨き実習 定 申し込み先着15組



子育てサロン 申不要

◆イルカ

☎7月25日(水)午前10時～11時30分 対 妊婦 内 参加者同士の交流会、簡単なストレッチ

◆ひまわり

☎7月27日(金)午前10時～11時30分 対 口唇口蓋裂の子と親 内 参加者同士の交流会

出張乳幼児健康相談 申不要

内 身体計測、健康相談 ◎ 車での来場不可

◆山口まちづくりセンター

☎7月13日(金)午前9時30分～10時30分（受付）

◆松井まちづくりセンター

☎7月24日(火)午前9時30分～10時30分（受付）

乳幼児健康診査

（4か月・10か月・1歳6か月・3歳児）
 ▶ 健診日の2週間前までに健診票を郵送 ▶ 届かない場合は連絡 ▶ 日程は健康ガイドで確認

成人健康相談 申★電話（健康・歯科・栄養相談は随時受付）

相談名	7月の実施日	時間
健康相談	4日(水)、25日(水)	午前
	11日(水)、18日(水)	午後
血糖値相談	9日(月)、23日(月)	午前
歯科相談	12日(木)	午前
栄養相談	5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)	午前
リハビリ相談（膝・腰痛予防など）	13日(金)、27日(金)	午前

気軽にシェイプ運動教室 申★電話

☎7月19日(木)午前10時～11時10分 場 新所沢まちづくりセンター 対 20～74歳で血圧160mmHg未満/95mmHg未満、運動制限のない方 内 脂肪燃焼のための簡単な運動実技 定 申し込み先着20人

健診結果説明会 申★電話・電申

☎7月13日(金)午前9時15分～10時15分、10時30分～11時30分 対 実施日前1年以内に健診（相当する検査も可）を受診した方 内 保健師の講話「健診結果の見方、生活習慣病予防」 持 健診結果 定 各回申し込み先着45人



健康管理課

☎ 2991-1811

結核検診（無料） 申不要

☎7月31日(火)午前9時30分～10時30分 対 15歳以上で胸部エックス線検査の受診機会がない方、40歳以上で肺がん検診を未受診・受診予定がない方 ◎ 検診バスで実施。ボタンや金具のついていない上着で受診。結果は後日郵送。

BCG集団接種 申不要

☎7月26日(木)午前9時30分～10時30分、午後1時30分～2時30分（受付） 持 母子健康手帳、体温計、予診票 対 1歳に至るまで（標準接種期間は生後5～7カ月）

こころの健康支援室 ☎2991-1812

◆つどい 申不要

つどい	開催日	開催時間
うつ病ご本人（精神科医師も参加）	7月24日(火)	午前10時～正午
うつ病ご家族	7月18日(水)	
強迫性障害	7月23日(月)	
うつ病夜の部	7月20日(金)	午後7時～8時30分
発達障害家族	7月17日(火)	午前10時～正午

健幸 ワンポイント

『熱中症予防のポイント』

熱中症ってなに？

高温多湿な環境で体に熱がたまったり、汗を出して体温を下げることができず、体温が上がったままとなり、臓器が正常に働けなくなる状態です。特に、子どもや高齢者、朝食抜き、寝不足、体調不良のときは、症状が重くなる傾向があります。



日常の6つの予防ポイント

- ① 上手にエアコンを使う
暑い日は我慢せずにエアコンを使い、室内を涼しくしましょう。特に高齢者は、温度に対する感覚が弱くなりがちなので要注意です。温度計・湿度計で確認しましょう
- ② 暑くなる日は要注意
暑い日は無理な外出を控えましょう
- ③ 水分は小まめに補給
喉が渇く前に、意識して水分を補給しましょう。たとえば、30分に1回など、定期的な水分補給の目安を決めるのもオススメです
- ④ 「おかしい!？」と思ったら病院へ
日頃の体調変化に気を付けて過ごしましょう。体調に異変を感じたら、早めに病院へ行きましょう
- ⑤ 食事で予防
カリウム（野菜・果物）、ビタミンB₁（豚肉・うなぎなど）、クエン酸（酢・柑橘類）を取り、暑さに負けない体にしましょう
- ⑥ 周りの人にも気配りを
家族や周囲の方の体調にも気を配り、お互いに熱中症予防を意識して過ごしましょう

温度と湿度をチェックしよう!



運動時のポイント

- ▶ 通気性の良い服を着て、帽子をかぶる
- ▶ 休憩は30分に1回
- ▶ 短時間や気温が高くなくても、油断しない



問 健康づくり支援課 ☎2991-1813

いいトコPhoto



◀ パパの肩車から
目指すは世界 (笑) !
●saki (和ヶ原)

▶ 明日のために
宇宙遊泳の夢に向けて、
イメージトレーニング?
●ツッキー (けやき台)

▶ お祭りが待ちきれない♪
おばあちゃんにもらった浴衣でゴキゲン♪
●きせきま (花園)



投稿大募集!

写真・絵手紙・切り絵・川柳・エッセイなど、皆さんの作品やお便りを募集しています。

●応募方法

欄外の留意事項をご覧の上①住所②氏名③年齢④ペンネーム⑤タイトル⑥ひとこと⑦広報紙の感想を記入し、メール・郵送 (写真は10MB以内/エッセイは300字程度)



▶✉hiroba@city.tokorozawa.lg.jp
▶〒359-8501 広報課みんなのひろば



◀ 伸ーびーろー!
竹の子がライバル。
大きくなるぞ!
●ゆたぼん (北秋津)



今月のエッセイのテーマにもなった、夢や野望(?)が
いっぱいの写真が集まったよ♪
季節の風景や
かわいいペットの写真も
どんどん送ってね!



◀ 母の日に
私をお母さんを選んでく
れて、ありがとう!
(ママより)
●いっちゃん (北所沢)



いいトコ作品集

◀ 花でルンルン♪
花は、心のサプリメントですね
●山下祥子 (中新井)

愛する家族のために

比留間澄枝 (北秋津)
祖母は、二人の娘を産んですぐに亡くなりました。娘である私の母は、昭和20年、終戦の年に病気により39歳の若さで亡くなりました。私が小学校に上がる前の年でした。今、私は78歳。ちょうど母の倍生きてきたことになりました。重い荷物を持って、歩いて買い物に行けることをとても幸せに思っています。6人の孫も見ることができました。3人の息子家族の幸せを願いますが、もっともっと長生きしたい。それが、私の夢です。

誰でもエッセイ

テーマ「私の夢」

次のテーマ ● 8月号「夏祭り」
締め切り ● 7月10日(火)



日常おもしろ川柳

身近に起きたびっくり&おもしろを五・七・五で

ふるさとは やがて「相撲の所沢」

相撲部屋の開設、2年連続の所沢場所開催と、盛り上がってます!
● 歩風者 (小手指町)





農家と飲食店、想いが詰まった野菜を召し上がれ



ところ産食プロジェクト発起人・プロジェクトリーダー
高橋 秀世 さん (けやき台在住)

所沢野菜のおいさを広めようと、地元農家の新鮮な野菜を会員の飲食店に卸す新しい流通システム「ところ産食プロジェクト」を立ち上げる。「お菓子の工房エミール」代表。自身も、おいしいものが大好き。



▲「とこプロ」会員のお店は、このロゴが目印。7月中旬ごろまで「とうもろこしフェア」開催中！所沢の朝採れとうもろこしをご賞味あれ♪「とこプロ」の活動は、ホームページをチェック！



屋下がり洋菓子店。店頭のおいしそうな焼き菓子の間に、朝採れのみずみずしいヤングコーンが並ぶ。洋菓子店に野菜？最初は不思議そうに手に取るお客さんたちが、店員の話聞き、笑顔で購入していく。

「地元の野菜でスイーツを作れないか？」高橋秀世さんの夢は、とある雑誌の企画から始まった。

平成10年から泉町で洋菓子店を営む高橋さん。引き受けたものの、地元でどんな野菜を作っているのか、全く知らないことに気付き、がくぜんとしたという。

北海道・十勝平野の農家に生まれ、野菜には親しんで育ったはずだった。菓子作りに没頭してきて、今暮らしている地域の農業を知らなかったことを痛感した高橋さんは、「所沢の農業を知りたい、何か関わりたい」という夢をふくらませていく。そんな折、軽い気持ちで口にした夢に乗ってくれたのが、所沢商工会議所の職員だった。

市が主催する異業種の交流の場「きっかけづくり交流会」への参加も、同じ想いを持つ人たちと結びつく、まさにきっかけとなった。勉強会を重ね、平成25年5月に農家と飲食店がつながる「ところ産食プロジェクト（とこプロ）」設立。3年後には、事務局が商工会議所から「独り立ち」した。

地元農家の新鮮な野菜を会員の飲食店にワンストップで提供する。近くのおいしいものを見つけ、地産地消を進める「とこプロ」は、設立後5年が経過し、約120の会員を擁するまでに成長している。

「野菜がどのような想いで作られているのかを共有したい。農家の想いを知れば、料理は必ず変わります。損得だけで考えていたら、とてもできない活動ですね」と、高橋さんは語る。もっと農家のことを知ってもらおうと、農場を訪問する取り組みも重視している。畑は勉強の場。飲食店をつなげるだけでなく、農家同士の交流や教育の場にもなっている。

高校生が実習で育てた苗を農家に卸したり、調理師学校でプロが教える料理教室を開いたり、学校との連携などにも取り組む「とこプロ」の活動は、野菜を通して人をつなぎ、さらに他の業種へも広がっていく可能性を秘めている。

「つながり」と「想い」を大切にしている高橋さん。「自分は、タイミングと人に恵まれたのだと思います」と、謙虚にほほ笑むが、そのタイミングも人も、高橋さんの熱い想いが引き寄せたものだ。

「とこプロ」のロゴを見かけたら、ぜひその野菜を味わってほしい。きっと、地元・所沢の農業を応援する、たくさんの想いが詰まっているはずだから。
(取材：加賀谷)



▲ホウレンソウ、里芋、狭山茶…高橋さんのお店に並ぶ、野菜を使ったスイーツ

今月のプレゼントクイズ！

エコトコ・ファーマーズカフェで所沢産の牛肉を堪能♪
スペシャルミックスグリルランチ
(1,400円相当×25人)



▲キッズスペースやテラス席もあって、お子さん連れやワンコ連れにもやさしい♪

地元・所沢の契約農家から仕入れる新鮮な野菜をはじめ、地産地消にこだわるエコトコ・ファーマーズカフェ。所沢産の牛肉を味わえるランチは、ここだけのオリジナルです。地元の醤油をベースにしたオニオンソースで召し上がれ♪大きな窓の外に広がる航空公園の景色もごちそうです！

●エコトコ・ファーマーズカフェ
並木 1-13 所沢航空発祥記念館内
☎04-2936-6821
(午前9時30分～午後6時/月曜定休)



◆今月のクイズ

8・11・12面のクイズを解き、空欄に入る文字を順番につなげると？

◆応募方法 (7月10日(火)締め切り)

①クイズの答え②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦7月号の感想を記入し、〒359-8501 広報課に郵送・市HP (Qプレゼント) で応募

◎当選者の発表は、引換券の発送をもって代えさせていただきます。

◆プレゼント提供事業者も募集中！

詳細は、市HP (Qプレゼント募集) をご覧ください。



読者感想文

- 誰もが最近の異常気象を肌で感じています。特集を読んで、便利さばかり求めずに、小さくても自分ができることをするのが大切だと思いました (小手指町・70代男性)
 - 地球温暖化は怖いですが、それに対して個人レベルで取り組める方法が示されていて良かった。所沢市民の心掛けが、未来の地球を救うことにつながっていくと良いですね (中富南・50代女性)
 - 何ができるか家族で話し合う、良いきっかけになりました (下安松・40代女性)
- 編集から ●「できることから始めたい」「すでにこんなエコ活動をしています」など、多くの反響がありました。みんなの「小さな選択」

の積み重ねで、心豊かな暮らしを次の世代に引き継ぎたいですね

- 健康レシピやトコロん健幸弁当。食から健康への取り組みは気軽にできそう (上新井・40代女性)
 - 栄養士さんの健康レシピ、手軽にできました。今後も続けてください (北秋津・60代女性)
 - トコロん健幸弁当は地産地消でおいしそう。買ってみます (上安松・60代男性)
- 編集から ●食と健康への関心の高さを改めて感じました。所沢市管理栄養士おすすめの「健康レシピ」は、季節ごとにお届けします。「トコロん健幸弁当」は個数限定。見つけたらぜひトライ♪

編集後記

「地産地消」という言葉が定着した最近では、地場産野菜の売り場も増えましたが、今月のところこの取材では、それを応援する異業種の方々の熱い想いに触れました。プレゼント企画のエコトコ・ファーマーズカフェもそんなお店の一つ。とこプロのお店では、野菜を作る人と料理を作る人、2倍の想いを味わえます。私たちにできるのは、おいしく食べてそれを応援すること。それならお任せください♪ (加賀谷)

初の特集担当に。表紙の撮影は、3日間かけて市民の皆さんに「撮影させてください！」と声を掛け続けました。皆さんの笑顔に、レンズをのぞく自分もニッコリ。ご協力ありがとうございました (宮崎)

所沢産の牛肉にトウモロコシ。所沢で採れると思っていたいなかた人も多いのでは？最近では、所沢産に注目するようになり、買い物もより楽しくなりました♪皆さんも、ぜひ探してみてください！ (佐々木)



▲5月20日(日)、県の指定文化財「滝の城跡」を舞台に戦国滝の城まつりが開催されました。甲冑姿の武者行列や迫力の模擬合戦に、集まった人々からどよめきが起こりました。
写真：由井一雄

▼5月13日(日)に開催された、とことこタワーまつり。中心市街地の各所で、ダンスチームの元気な演技やアーティストの生演奏、和太鼓など、さまざまなイベントが行われ、多くの来場者の目と耳を楽しませました。
写真：津田資雄



「広報取材日誌」(市HPでQR取材)もご覧ください。



▲5月19日(土)、みどりのふれあいウォークが行われ、爽やかな風を受けながら、約1,600人の参加者が新緑の狭山丘陵を巡りました。スタート地点の北野公園では、所沢のグルメと魅力を発信するローカルフードマルシェも開催。地元の食材を使ったフードや手作りアクセサリ、体験型ワークショップなどのテントを楽しそうに見て回る、家族連れなどの姿が見られました。
写真：①②滝島利男③④油井彩芽



休日急患当番医

当番時間：午前9時～午後5時
※昼休み除く。電話相談不可

▶救急患者のみ ▶往診は原則不可 ▶医療機関が変更になる場合あり
▶混雑などで受付時間変更あり ▶診療終了時刻近くの受診時は要電話確認 ▶地図などの詳細は所沢市医師会HPへ



診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
7月1日(日)	伊藤内科	内、循	東住吉2-4	2922-2915
	航空公園クリニック	精、神、神内、心内	喜多町5-13 パークサイドビル2・3階	2928-6265
	堀江医院	内、胃、外、皮、肛	小手指町3-11-16	2949-8811
7月8日(日)	新所沢清和病院	内	神米金141-3	2943-1101
	菊池がんクリニック	婦、内	荒幡111-1	2928-7311
7月15日(日)	所沢中央病院	内、整	くすのき台3-18-1	2994-1265
	東所沢病院	内、神内	城435-1	2944-2390
	桂医院	眼	山口1529-23	2924-0086
7月16日(祝)	新所沢公園前クリニック	皮、形	緑町3-14-3	2928-5881
	北所沢病院	内	下富1270-9	2943-3611
	西部クリニック	消、内、整、皮	南住吉22-33	2926-5851
7月22日(日)	はちす診療所	小、内、アレ	くすのき台3-18-2 マルナカビル吾番館2階	2993-0338
	青木クリニック	内、消、循	中新井2-65-1	2943-1036
	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
7月29日(日)	福元内科クリニック	内、消	南住吉21-16	2920-1155
	所沢第一病院	内、整	下安松1559-1	2944-5800
	みずの内科クリニック	内、消	中新井4-27-4	2942-4100
8月5日(日)	椿峰クリニック	内、小、皮	小手指南3-47-3	2949-7966
	さいとう内科クリニック	内、放	小手指町4-17-3	2936-8700
	東所沢眼科クリニック	眼	東所沢1-3-7	2944-8380
	今城内科クリニック	内	緑町2-3-21	2939-2006

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
愛クリニック	中新井620-1	2937-3630	○	×	×	×
おくもとクリニック	西所沢1-23-3	2903-8320	○	×	×	×
きたはたファミリークリニック	小手指南4-13-6	2947-0011	○※	×	×	×
かわかつクリニック	小手指台23-1 マミー マート所沢山口店2階	2920-2200	○ (第2休)	×	×	×
彩のクリニック	小手指町4-1-1	2949-1118	×	×	○	×

※7月15日(日)は休診
◎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	○	○	○	○	○	—	—	—
深夜帯急患診療	午後6時～8時45分	—	—	—	—	—	○	○	○
日曜日・休日急患診療	夜間急患診療終了後～翌日午前7時※1	×	○	○	×	○	○	○	○※2
	午前10時～11時30分 午後2時～4時30分	7月1日(日)・8日(日)・15日(日)・16日(祝)・22日(日)・29日(日)、8月5日(日)							

※1…要事前問い合わせ
※2…7月16日(祝)の深夜帯急患診療は休診
◎内科的初期診療のみで、外科などの診療は実施していません。

休日緊急歯科診療

歯科診療所あおぞら(保健センター内)
上安松1224-1 ☎2995-1171

診療日/受付時間：7月1日(日)・8日(日)・15日(日)・16日(祝)・22日(日)・29日(日)、8月5日(日)/午前9時～11時30分
◎診療日は変更になる場合があります。

緊急時の電話相談・医療機関案内	電話番号
埼玉県救急電話相談	#7119または☎048-824-4199 / 24時間対応
・救急電話相談(小児・大人) ・医療機関案内※ (歯科・口腔外科・精神科除く)	※はFAX048-831-0099(依頼書は県HP(Q救急電話相談)で入手)も対応可能です。
埼玉県精神科救急情報センター	☎048-723-8699 ▶月～金曜…午後5時～翌朝8時30分 ▶土・日曜、祝休日、年末年始…午前8時30分～翌朝8時30分
埼玉西部消防局休日夜間病院案内	☎04-2922-9292 / 24時間対応