

広報

ところざわ

4月

令和2年
(2020年)
No.1177

主な内容

- 4面 新型コロナウイルス感染症に備えよう
- 5面 市民文化フェア
- 6面 土・日曜も手続き可能／市民相談の活用
- 7面 春がやってきた

発行／所沢市 ☎04-2998-1111(代表)
〒359-8501 所沢市並木 1-1-1
編集／広報課 ☎04-2998-9024
☎04-2994-0706
市 ☎ <https://www.city.tokorozawa.saitama.jp/>

特集

施政方針

令和2年度



撮影：市民カメラマン・由井一雄
(東川の桜並木)

⚠️ 新型コロナウイルス感染拡大の影響で、内容変更の場合があります。市 ☎ や各問い合わせ先で最新情報をご確認ください(掲載情報は3月19日時点のものです)。

👤 人口(前月比) 344,067人(-96人) 男170,408人(-73人) 女173,659人(-23人) 🏠 世帯数161,688世帯(+20世帯) 令和2年2月末時点

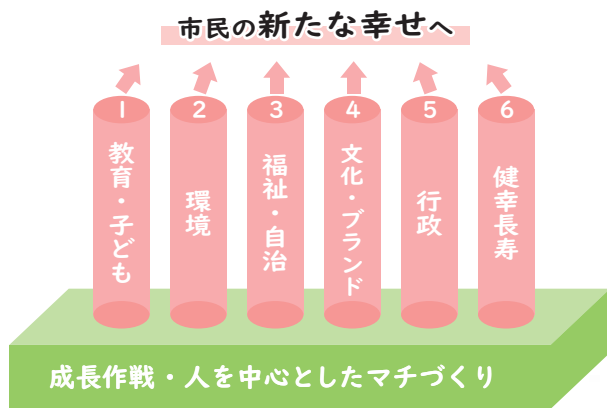
広報ところざわは、毎月1日に発行。戸別配布でお届けしています。配布のお問い合わせは、所沢市シルバー人材センター ☎2928-8695・☎2924-0630 まで。

特集 令和2年度

施政方針

施政方針とは、毎年市長が新年度の市の基本方針や主な施策の方向性を示すものです。令和2年所沢市議会第1回定例会で市長が表明した、施政方針の概要をご紹介します。

☎経営企画課 ☎ 2998-9027



昨年の市長選挙におきまして、多くの皆様からの応援・激励をいただき、市長として3期目を迎えることができました。

これまで、東日本大震災の経験から「動け！所沢 紡ごう！絆」を合言葉に、ふるさと所沢に伝えていくべきは、人と人の絆と自然との調和である一念し、善きふるさとを創り、未来の子どもたちに継承していけるよう進めてまいりました。

令和2年度は、十干十二支でいえば、物事が変化し、新たな始まりが起こる年なのだ

そうです。さまざまな変化が起こるでしょう。それを、善い変化にして育てていかねばなりません。これからも、今だけ、自分だけ、所沢だけでなく、成熟社会を目指して、社会全体を包み込む善い実をつけるため、引き続き力を尽くしてまいります。

(令和2年所沢市議会第1回定例会 藤本正人市長の施政方針より)

◎全文は、市☎(Q市長メッセージ)でご覧になれます。



所沢市長
藤本正人



① 教育・子ども

日本一、子どもを大切にするまち 所沢



子どもたちがわくわくできる施設・カルチャーパークにもご期待ください

- ◆教育現場の充実 ◆放課後児童対策 定員拡大
- ◆子育て親子と地域をつなぐ ◆就学前保育の充実

教育現場への人的支援として、新たに心理・福祉・医療などの専門的視点から、教師へ指導・助言をする教育相談アドバイザー制度を設けます。また、特別支援学級の3学級新設に伴い、介助員を4人増員して、きめ細かな支援を行います。

放課後児童対策では、椿峰児童クラブを校舎内に移設、富岡児童クラブは校舎内を改修して定員を拡大します。

親子が孤立しないように地域とつなげる「ところっこ親子ふれあい絵本事業」を始めます。

就学前の子ども保育は、保育園の新設、既存保育施設の定員の割り振り変更や、定員の弾力化(定員を超えて入所できる仕組み)などで定員拡大を図っていきます。また、民間保育園などの事業者が保育士用の宿舎を借り上げる際に補助を行い、保育士の確保を支援します。

② 環境

エネルギーの自立、まちごとエコタウン 所沢



- ◆向陽中や上下水道局庁舎に太陽光発電設備を設置予定
- ◆まちごとプラスチックごみ削減 ◆緑地の保全

自然への畏怖(いふ)を持ち、自然と調和・共生していくため、「所沢市まちごとエコタウン推進計画」に基づき、脱炭素化に努めます。

まず、(株)ところざわ未来電力を通じて、事業者だけでなく家庭などへも環境にやさしい電力を広めていきます。同時に、太陽光発電設備などを公共施設にさらに設置し、自立分散型エネルギー社会の構築を図ります。

プラスチックごみ削減について、市が率先して行動で示します。市民が行う各種イベントにリユース食器を貸し出す仕組みを設け、市民と一緒に力を合わせて削減を目指します。

残された貴重な緑地の保全も引き続き進めていきます。県と協力しながら、新たに1万58㎡の緑地を公有地化する予定です。

3 福祉・自治

人と人の絆を実感できるマチ 所沢



ホームドアのイメージ（練馬駅）



- ◆障害者の「親亡き後」に備える体制整備
- ◆所沢駅ホームドア設置 ◆地域活動の支援

障害者の重度化・高齢化や「親亡き後」に備え、障害者の生活を地域全体で支える体制の整備を進めます。

所沢駅のホームドア設置工事は、西武鉄道㈱と連携しながら完成を目指します。

こどもと福祉の未来館では、子育て支援エリア「ルピナス」、

発達障害や、その心配がある子どもと保護者に対して早期療育支援を行う「マーガレット」を充実させていきます。

人と人の絆を実感できるマチとなるよう、引き続き、自治会・町内会、地域づくり協議会への支援を行っていきます。

5 行政

超親切な市役所 所沢



30カ国語で対応可能!



大規模訓練で安全・安心なまちへ

- ◆子育て窓口の多言語化
- ◆災害への備え ◆被災地支援

妊娠・出産・子育ての窓口では、外国籍市民の方に適切な対応ができるように、30カ国語に対応した翻訳アプリの入ったタブレット端末を導入。情報提供、相談体制を強化します。

安全・安心のまちとするため、防犯講座や広報活動を充実させ、

行政と地域が一体となって防犯のまちづくりを進めていきます。また、防災行政無線を5基増設するほか、移動系防災行政無線の導入を検討していきます。

被災地支援では、引き続き宮城県山元町に職員2人を派遣します。

成長作戦

動き出した街づくりを成功させます!

- ◆サクラタウンの周辺整備 ◆所沢駅周辺の街づくり
- ◆狭山湖周辺の魅力発信

東所沢公園の改修、東川の遊歩道を引き続き整備するなど、ところざわサクラタウンの周辺整備を進めます。また、ところざわサクラタウンの来訪者を市内各地へいざなうため、シェアサイクル導入に向けた実証実験を進めます。

所沢駅西口周辺は、地域の方々の協力を得ながら、市の表玄関にふさわしい街づくりを進

めます。同駅東口の北秋津・上安松地区でも、市街地に残る貴重なみどりをできる限り残しながら、土地区画整理事業による街づくりを進めます。また、東西両口を渋滞なく結ぶ役割を持つ「ふれあい通り線アンダーパス」の築造の準備を進めます。

狭山湖人道橋の整備や狭山丘陵を囲む5市1町での連携事業などで魅力を発信していきます。

4 文化・ブランド

文化の風 薫るマチ 所沢



70周年記念でお目見え



小・中学生を対象にゴールボール体験会を開催

- ◆市制施行70周年記念事業 ◆体験農場の拡大
- ◆オリンピック・パラリンピックに児童生徒を招待

市制施行70周年を記念して、教育委員会では、『所沢市史』のダイジェスト版『ところざわ歴史物語』を増補改訂して発行。上下水道局では、地下水100%の「ところざわの水」を紙パックで製造・販売します。

東京2020オリンピック・パラリンピックに、できる限り多くの市内小・中学校の児童生徒

を招待します。ゴールボールをはじめ、本市ゆかりのアスリートを応援するとともに、聖火リレーなど市民が一体となって楽しめる取り組みを展開します。

「農のあるまちづくり」では、体験農場を新所沢と東所沢に新設し牛沼を増設。福祉事業所の参加も促して、農福連携のきっかけとなるよう働きかけます。

6 健康長寿

思わず歩きたくなるステキなマチ 所沢



大好評の健康マイレージがリニューアルするよ

- ◆18歳以上なら参加可能 トコトコ健康マイレージ
- ◆歩きたくなるまちづくり ◆風しん予防接種費用を助成

目指すは、健康寿命男女とも県内1位! 歩いて健康&お得な「トコロン健康マイレージ」は、18歳以上なら誰でも参加できる「トコトコ健康マイレージ」と改め、7月から再出発します。本市独自のポイントや景品も用意していきます。

ところざわサクラタウン周辺の東川沿いや砂川堀沿いの遊歩道の整備、狭山湖人道橋の工事を進め、歩きたくなるまちづくりをしっかりと進めていきます。風しんの流行が続く中、妊娠希望の女性などに風しん予防接種費用の助成を行います。

人を中心としたまちづくり

歩いて過ごせるまち

- ◆トトロのメロディーでお出迎え
- ◆公共交通の充実 ◆客引き禁止への取り組み

全体を覆うテーマである「人を中心としたまちづくり」とは、人が歩き、憩え、楽しめる、そんな出合いを大事にしたソフト・ハード両面のまちづくりを意味します。また、支え合いや工夫など、人間力を信じた社会を目指すものです。



駅のベルを「となりのトトロ」のメロディーにして、訪れる人を歓迎し、住む人に誇りの灯をともし施策を進めていきます。

ところバスの抜本的な見直しと交通不便地域における新たな交通手段の導入も検討していきます。

プロペ通りなどでの過度な客引きを禁止する条例を制定して、しっかりと取り組んでいきます。

うつらない・うつさないために

新型コロナウイルス感染症に備えよう

国内外で感染が広がっている新型コロナウイルス感染症。感染拡大を防ぐためには、一人一人の対策が欠かせません。正しい情報源、対策方法、感染が疑われる時の問い合わせ先など、改めて確認しましょう。

問保健センター健康管理課 ☎2991-1811



あわてないで！

最新の情報を確認

感染状況は日々変化しています。信頼できる情報源から最新の情報を入手してください。

▶ 埼玉県
感染確認状況や関連情報



▶ 所沢市
新型コロナウイルス感染症について



▶ 厚生労働省
新型コロナウイルス感染症について



! 新型コロナウイルス感染拡大の影響で、本号の内容や行事などに変更の場合があります。中止になった市の主なイベントや休館中の施設は市HPをご覧ください。



▲ 主な中止イベント



▲ 施設の利用制限

これって新型コロナウイルス感染症かも…

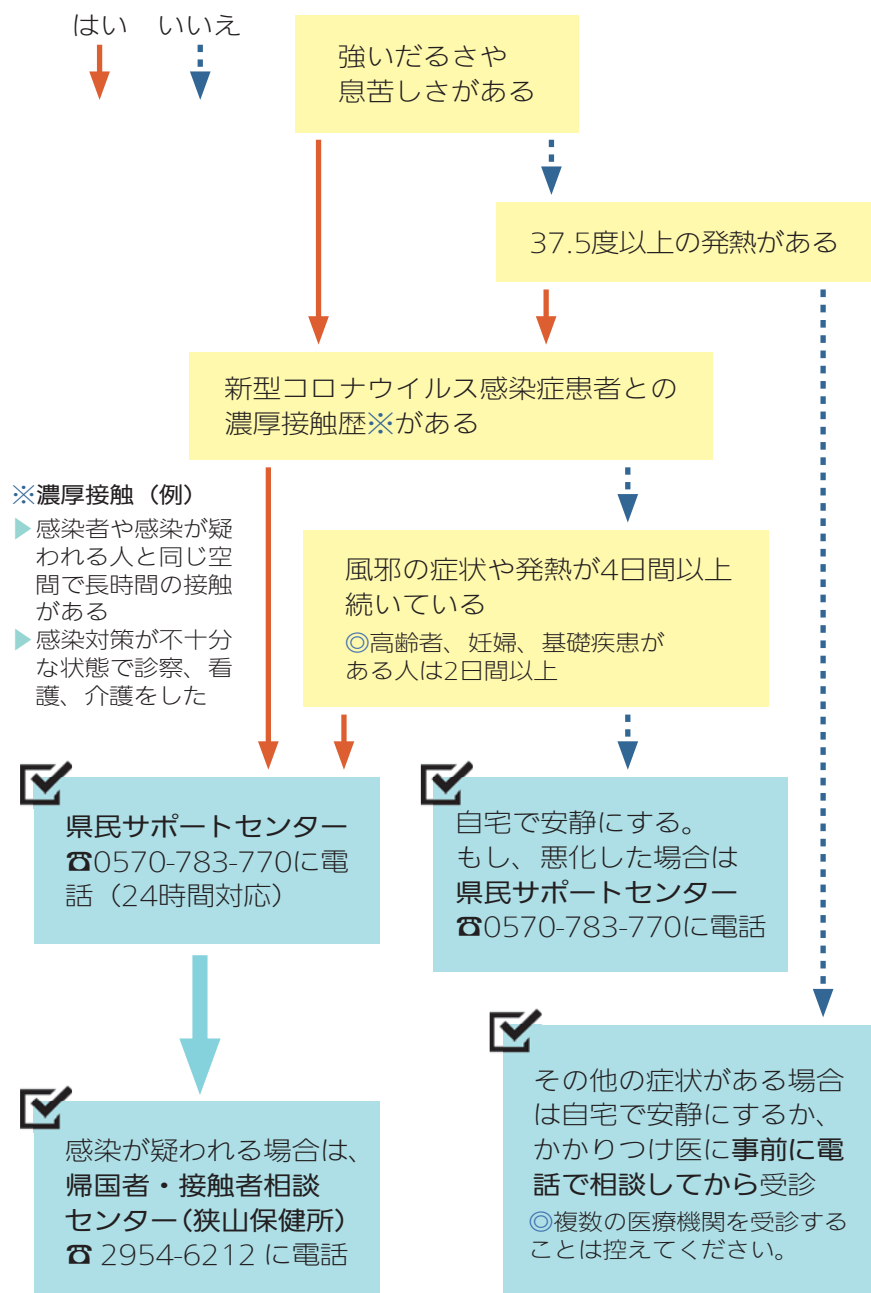
最初にすべき行動は？

(3月19日時点)

発熱や咳が続くなど、気になる症状があっても「すぐに病院に行かなきゃ！」と、焦って行動するのは禁物。場合によっては自宅で様子を見ることも選択肢の一つです。

自分の症状を知り、今すべき行動を確認しておきましょう。

◎現在、市内のクリニックや一般病院では、新型コロナウイルス感染症の検査はできません。



すぐにできる 対策の基本は3つ

新型コロナウイルスに限らず徹底したい3つの対策。一人一人の心掛けが感染拡大を防ぎます。

① 正しい情報を入手し、落ち着いて判断・行動を

正しい情報は正しい情報源から。疑わしい情報に惑わされないようにしましょう。必要以上に不安をあおったり、誤った情報を拡散してトラブルになることも。

デマを拡散しないことも大切!



② こまめな手洗いと咳エチケットを徹底!

人は無意識に顔を触ってしまうもの。帰宅時や料理・食事の前には、せっけんを使って手の甲、指や爪の間までしっかり洗いましょう。咳・くしゃみをする時は、マスクやティッシュ、ハンカチ、肘の内側などで口や鼻を押さえましょう(咳エチケット)。

見落としがちな手首もしっかり!



③ 不要不急の外出は控えよう!

体調に違和感がある時はできるだけ自宅で安静に。やむを得ず外出する際は、人混みを避け、マスクを着けて咳エチケットを心掛けましょう。換気が悪く、人が密になる空間に集団で集まることは避けてください。



事業者の皆さんへ

新型コロナウイルス感染症の影響で経営が困難な事業者を支援するセーフティネット保証(4・5号)制度があります。

問産業振興課 ☎2998-9157

◎詳細は市HP (セーフティネット) をご覧ください。





今年も、花・文化・航空発祥がテーマの、市民文化の祭典を開催。航空発祥に関するイベントや音楽、グルメ、ジャンボかるたなど、所沢の文化が一堂に集まります。

■4月18日(土)・19日(日)午前10時～午後4時
場所沢航空記念公園
 ◎当日、所沢税務署南側通路は駐車禁止です。公共交通機関をご利用ください。
問文化芸術振興課 ☎2998-9211

! 新型コロナウイルス感染拡大の影響で、内容変更の場合があります。市HPやとろざわほっとメール、各問い合わせ先で最新情報をご確認ください(掲載情報は3月19日時点のものです)。

空飛ぶ音楽祭2020と同時開催!
 ◎詳細は本紙3月号、市HP(☞空飛ぶ音楽祭)をご覧ください。

イベントが目白押し!
 あなたはどれを楽しむ?



詳細は市HP(☞市民文化フェア)をチェック!

文化の扉を開こう!

音楽・ダンス・和太鼓の演奏など、文化イベントが会場を盛り上げます!
 ▶さくらコンサート▶和太鼓フェスティバル▶所沢民踊まつり(18日のみ)▶ところんコンサート(19日のみ)▶ジャンボかるた(18日のみ)▶将棋対局プロ棋士に挑戦(19日のみ)

大空へ羽ばたこう!

アンリ・ファルマン機が飛んだ高さに近いバンジートランポリンなど、航空発祥の地・所沢を感じられる企画がいっぱい。
 ▶バンジートランポリン▶みんなでつろう!紙ヒコーキアート▶国産旅客機YS-11公開

花の寄せ植え講座

■4月18日(土)・19日(日)午後1時30分～
場春の植木・花まつり会場
定各日申し込み先着15人
費1,000円
申問月初～4月10日(金)に所沢市植木生産組合事務所(農業振興課内)に電話/☎2998-9158

展示・体験で思い出を

各種展示や体験コーナーは、子どもから大人まで楽しめます。
 ▶パトカー・白バイ・消防車・交通安全体験車の展示▶畳・タイル・瓦の小物工作や工芸品展示▶春の植木・花まつり▶エコライフコーナー▶スタンプラリー

おなかも大満足♪

飲食店も充実!春らんまんの公園を楽しみながら、グルメに舌鼓!
 ▶所沢の食文化コーナー(うどん、焼だんご、ゆでまんじゅうなど)▶所沢の日本酒ゆめところ▶観光協会グルメコーナー▶宮城・石巻・山古志物産コーナー

ところんコンサート2020

■4月19日(日)午前10時～午後4時
場観光協会コーナー
出演 JAY'S GARDEN、航空戦士トコロザワン、ピーターパンJr. 他
 ◎詳細は市HP(☞ところんコンサート)をご覧ください。
問商業観光課 ☎2998-9155

追る! 所沢2020 No.01

東京2020オリンピック・パラリンピックまであと半年を切った今!最新の情報や所沢でしかできない楽しみ方を3回にわたってお届けします。
 さあ、所沢から東京2020オリンピック・パラリンピックを盛り上げよう!
問企画総務課東京オリンピック・パラリンピック総合推進室 ☎2998-9214

オリンピック聖火リレーが所沢にやってくる!

3月26日(木)から福島県を皮切りに始まったオリンピック聖火リレー。日本各地を回り、所沢では**7月7日(火)午後7時7分(予定)**から始まります。聖火ランナーに選ばれた所沢市民も走ります。あなたの思いを声援にして、ランナーに届けましょう!



▲ランナーが聖火をつなぐ全長2.4kmのコース

所沢でアツいパラスポーツ「ゴールボール」

ゴールボールは、所沢と関係が深い代表的なパラリンピックスポーツ。視覚に障害がある選手たちが、鈴が入ったボールを投げ合いながら得点を競います。女子日本代表チームが、2012年のロンドンパラリンピックで金メダルを獲得するなど、東京2020パラリンピックでもメダルが期待されるこの競技。所沢では、市民体育館や国立リハビリテーションセンターで、日本代表が練習に励んでいます。



i 新年度、忙しいあなたへ

土・日曜も手続きできます

【留意事項】

- ▶ サービスコーナー（所沢駅・狭山ヶ丘・小手指）では手続きできません。
- ▶ 業務の詳細は、事前にご確認ください。関係機関への問い合わせが必要な業務は、手続きできない場合があります。
- ▶ 届け出や証明書など申請の際は、本人確認が必要です。

	市役所			まちづくりセンター（並木除く）		問い合わせ
	4月5日(日)	4月11日(土)	4月25日(土)	4月11日(土)	4月25日(土)	
	午前8時30分～午後5時15分	午前8時30分～午後0時30分				
① 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	○	○	○	○	○	市役所 1階市民課 ① ☎2998-9087 ② 同課国民年金担当 ☎2998-9095
② 国民年金の手続き	○	○	○	○	○	
③ 国民健康保険の手続き	○	○	○	○	○	同 1階国民健康保険課 ③ ☎2998-9131 ④ 同課後期高齢者医療担当 ☎2998-9218
④ 後期高齢者医療制度の相談	○	○	○			
⑤ 課税・非課税証明書、納税証明書	○	○	○	○	○	市民税課（同 1階特設窓口） ☎2998-9064
⑥ 市税・国民健康保険税の納付	○	○	○	○	○	収税課（同 1階特設窓口） ☎2998-9073
⑦ 納税相談	○	○	○			
⑧ 介護保険の手続き	○					同 1階介護保険課 ☎2998-9420
⑨ 新入学・転入学の手続き	○					学校教育課（同 1階特設窓口） ☎2998-9238
⑩ 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	○					同 2階子ども支援課 ☎2998-9124

◎4月11日(土)・25日(土)は、上下水道局でも一部業務を行います（午前8時30分～午後0時30分）。☎上下水道お客様センター ☎2921-1080

QA そのお悩み、相談できます

市民相談 活用のススメ

☐ 常生活の中で抱える困りごとや悩みごとを、専門家が無料でアドバイス！まずは、ご相談ください。
☎①～⑧市民相談課 ☎2998-9092
☎⑨消費生活センター ☎2998-9143
◎詳細は市HP（Q市民相談）をご覧ください。



相続、離婚、遺言書…etc
どうしたらいいのかわからない
どうしよう…

迷ったときは、いろいろな相談が気軽にできる市民相談課の「**一般相談**」をご利用ください。
お悩みやお困りごとを伺いながら問題を整理します。制度や手続きの説明や、必要があれば適した専門相談などをご案内します。
一般相談に限らず、市民相談では皆さんの問題解決に向けたアドバイスをさせていただきます。



AM…午前10時～11時30分（※1は午前9時から）
PM…午後1時～3時30分（※2は午後4時まで）

相談名	実施日	内容
① 一般相談	月～金曜 AM※1 PM※2	相続、離婚、家庭内などの問題や悩み 相談員：専属相談員
② 予約制・弁護士相談 ◎年度内3回まで	月・水・金曜 AM PM	法律上の問題
③ 予約制・税理士相談	木曜 AM	相続税、贈与税など
④ 予約制・司法書士相談	第1・3火曜 PM	登記、成年後見、簡易裁判所で扱う民事訴訟など
⑤ 行政書士相談	第3火曜 AM	法的な書類の作り方（相続遺言、離婚、契約、外国人の入国在留など）
⑥ 人権相談	第2・4火曜 AM	いじめ、差別など 相談員：人権擁護委員
⑦ 行政相談	第1・3金曜 AM	国など行政への意見、要望 相談員：行政相談委員
⑧ 外国人生活相談 がいこくじんせいいかつそうだん	えいご・タガログ語 第2・4木曜 AM ちゅうごくご 中国語 第1・3木曜 AM	がいこくじん こま 外国人の困りごとや悩み 相談員：英語・中国語が 話せる相談員
⑨ 消費生活相談 （電話相談可） ☎2998-9204	月～金曜 AM PM※2	契約トラブル、悪質商法 など消費生活全般

所沢に春がやってきた

最新情報は、市HPやとほろざわほっとメールを確認してね



昼夜の桜の表情の変化を楽しんで 東川の桜並木

☎商業観光課 ☎2998-9155

市内の中央を流れる東川の両岸に続くのは、約800本の桜並木。西新井町から松郷まで、薄紅色の花びらが彩ります。桜の開花に合わせて、夜には桜を足元から照らすライトアップも（午後6時～11時）。カメラを片手に、所沢の春を撮りに行ってみませんか？

☎3月26日(木)～4月8日(水)
場 西新井町～松郷

◎開花状況によりライトアップ期間が前後する場合があります。最新状況は市HP（Q桜の名所）をご確認ください。



ベストショットをみんなのひろばに投稿してみよう！（14面参照）



◎今年は提灯飾りは実施しません。

おいしい狭山茶、できました。 ところざわ新茶まつり

☎農業振興課 ☎2998-9158

新茶の季節、到来です。所沢特産のおいしい狭山茶に触れられる新茶まつり。狭山茶を摘んで、飲んで、食べられる、そんな狭山茶づくしの一日をあなたに♪

☎4月29日(祝)
午前10時～午後2時

場 所沢航空記念公園駅前広場、航空公園駅前茶園

◎会場に直接お越しください。いづれもなくなり次第終了です。

- ☎ 駅前茶園で茶摘み体験
- ▶ 手もみ茶作り体験
- ▶ 新茶の試飲・予約販売
- ▶ お茶を使った料理の試食
- ▶ 製茶機械の展示

- ▶ 茶の苗木プレゼント
- 午前10時30分～先着100人
- 午前11時30分～先着50人
- ▶ おいしいお茶の淹れ方教室
- 午前10時45分～午前11時45分～各回先着24人



寅に願いを たもんいんとら 多間院の寅まつり

☎商業観光課 ☎2998-9155

大輪のボタンや熊谷草などの花々が咲き誇り、「花の寺」としても有名な多間院。今年も「寅まつり」が行われ、境内ではこま犬ならぬ「こま寅」がお出迎えます。

☎5月1日(金)
午前9時～午後4時
場 多間院（中富1501）

☎ 今年は新型コロナウイルス感染拡大の影響により、無料巡回バスは運行しません。

アクセス 航空公園駅からところバス北路線（富岡循環コース）「多間院通り西」下車から徒歩5分

発車時刻 ▶ 左回り…午前8時30分、11時55分、午後2時50分
▶ 右回り…午前9時55分、午後1時25分

◎左右どちらの回りでも、所要時間は約30～40分です。



お知らせ

市・県民税申告期限の延長

新型コロナウイルス感染症拡大の影響で、申告期限を4月16日(休)まで延長します。

場市役所2階市民税課
提出は郵送でも可能です。申告書は市庁(〇市民税申告)で入手できます。

同課 ☎ 2998・9064
所得税の確定申告は所沢税務署 ☎ 2993・9111 で受け付けます。また、3月17日(火)以降の令和元年分確定申告の内容は、市・県民税の6月分の課税に反映されないなどの影響が出る場合があります。

4月の休日水漏れ修繕当番店

24時間(当日午前8時30分〜翌日午前8時30分)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
4日(土)	トヨダ設備(株)	2948-1043
5日(日)	(株)楽々	2923-4900
11日(土)	(株)あざま管工機械	2942-3771
12日(日)	(有)平塚設備工業	2923-5778
18日(土)	(有)サンワ管工	2998-5844
19日(日)	(株)ヒロスイプラス	2941-5228
25日(土)	(有)平塚設備工業	2923-5778
26日(日)	(有)中村水道工事店	2992-0981
29日(水)	(株)楽々	2923-4900

暮らしの便利帳を配布

行政や暮らしに関する情報を掲載した「暮らしの便利帳」を各世帯に配布します。4月30日(休)までに届か



子育てガイドを配布

妊娠、出産、子育ての悩み事や困ったときの相談窓口、市が実施する支援・教育・保健事業、関連施設などを掲載しています。



固定資産税・都市計画税の納税通知書を郵送

令和2年1月1日現在固定資産を所有している方に郵送します。5月29日(金)までに届かない場合はお問い合わせください。

令和2年度固定資産税の縦覧・閲覧

固定資産税の縦覧・閲覧は、土地価格等縦覧簿・家屋価格等縦覧簿で市内の土地・家屋の価格を自分のものと比較できます。



委任状(法人の場合は代表者印を押印)を持参の代理人、借地人・借家人、売買・相続で1月1日以降に所有者になった方など、対象者と確認できるもの(賃貸借契約書、登記事項証明書など)、本人確認書類



本人確認書類は、運転免許証、パスポート、健康保険証、マイナンバーカードなどをお持ちください。

高額介護合算療養費を支給

国民健康保険、後期高齢者医療保険と介護保険の自己負担額の合計が一定額を超えた場合、超過分を支給します。



令和2年度国民年金保険料は月額16,540円

日本年金機構から4月1日(休)に納付書が郵送されます。毎月の保険料の納付期限は翌月末日です。

令和2年度国民年金保険料は月額16,540円

2年前納の納付書は、事前に手続きが必要です。ご希望の方は所沢年金事務所にご連絡ください。

国保の届け出は14日以内!

国保(国民健康保険)の資格は、今まで加入していた健康保険の資格がなくなった日、または所沢市に転入した日から発生します。

加入	脱退	その他
① 所沢市に転入した	③ 他市区町村へ転出する	⑤ 国民健康保険証を紛失した・汚した
② 職場・任意継続の健康保険を脱退した	④ 職場の健康保険に加入する	⑥ 市内で転居した
⑦ 子どもが生まれた	⑦ 扶養家族でなくなった	⑦ 世帯主の変更、世帯分離などがあつた
		⑦ 就学のため他市区町村へ転出する

始めよう エコな新生活

不用なパソコンを宅配便回収でリサイクル

不用なパソコンの処分に困っていませんか? 市と連携・協力する事業者が、無料で回収。プリンターなどの周辺機器や、その他小型家電も一緒に回収できて便利!



回収品にパソコン本体が含まれる場合は1箱分(縦・横・高さの合計が140cm以内/重さ20kg以内)が無料。パソコン本体が含まれない場合は、1箱あたり1,500円(税別)がかかります。



エコ・モビリティのすすめ

夏にかけて、ところざわサクラタウンや所沢駅の商業施設など、新しい見所が続々オープンする所沢。まちの景色も変わりそう。日々のライフスタイルも、自転車や公共交通、徒歩を取り入れて、賢くエコに変えてみませんか?



東西連絡道路(市道3・1114号線)が開通

米軍所沢通信基地(並木6丁目)を横断する東西連絡道路が開通しました。平成24年2月の日米合同委員会による同道路建設用地の一部返還合意に基づき、30年度から市が工事を進めてきたものです。



農とみどりに親しむ季節

親子収穫体験

作 付けから収穫までの農作業を体験。直接生産者や農作物と触れ合って、楽しく食と農を学べます♪



日 ①4月29日(祝)午前10時～午後4時 ②12月予定(全2回)
対 2回とも参加可能な小・中学生と保護者(2人1組)
定 抽選10組
内 ①里芋の作付け、新茶まつりへの参加 ②里芋の収穫、イチゴ摘み

費 ▶ 大人5,000円 ▶ 子ども4,000円(2回分/昼食含む)
集 場所 市役所
申 ④4月6日(月)～10日(金)に農業振興課に電話 / ☎2998-9158
◎詳細は市HP(親子収穫)をご覧ください。



みどりのカーテンつくりませんか?

夏を快適に過ごそう！みどりのカーテンづくりに挑戦しようという方に耳寄りな情報♪アサガオとゴーヤの種を配布します。9月には「みどりのカーテンコンテスト」を開催予定。奮ってご応募ください！

日 4月15日(水)から
◎なくなり次第終了です。
場 市役所5階みどり自然課、まちづくりセンター、小手指公民館分館、リサイクルふれあい館、男女共同参画推進センターふらっと
問 みどり自然課 ☎2998-9373



▲令和元年度個人部門大賞作品

特別児童扶養手当の月額を変更

手当月額(4月分から) ▼1級:52,500円 ▼2級:34,970円

対 次のいずれかに該当する19歳以下の子どもを養育している父母など
①おむね身体障害者手帳1～3級、4級の一部または重度の内科的疾患がある②療育手帳A、B③精神疾患、血液疾患などで①②と同程度の障害

留意事項 ▼申請者や配偶者、生計が同じ直系親族、兄弟姉妹の所得制限あり ▼子どもが公的年金を受給している場合、施設入所している場合は対象外

問 子ども福祉課 ☎2998-0223

重度心身障害児等医療費助成制度

対 次のいずれかに該当する方(所得要件あり)
▼身体障害者手帳1～3級 ▼療育

新生児の聴覚検査費用の助成を開始

令和2年4月1日以降に生まれた赤ちゃんが生後6カ月以内に受ける新生児聴覚検査(保険適用外)の初回費用を助成します(上限額3千円)。検査は生後1カ月以内に受けることをお勧めします。

対 65歳以上で新たに重度障害者となった方は助成対象外です。
問 障害福祉課 ☎2998-9116

高齢者交流・研修支援事業補助金(日帰り貸切バス費用の補助)

対 次の全てを満たす団体の規約・代表者の定めがある高齢者福祉または地域に寄与する活動を継続的に行う▼市内在住の60歳以上の方20人以上で構成▼法人でない利用条件 ▼令和2年5月下旬～3年3月下旬に構成員20人以上で利用▼1団体年度1回1台のみ

産を迎えた場合は、お問い合わせください。4月1日以降、妊娠届けを出した方には、助成券を母子手帳と合わせて交付します。
対 検査時に母親が市内在住である子ども
◎詳細は市HP(新生児聴覚検査)をご覧ください。
問 保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813

補助額 3万5千円

日 ④4月15日(水)に申込書を市役所1階高齢者支援課に提出 / ☎2998-9120



認知症高齢者グループホーム・小規模多機能型事業所を開設

4月1日(水)に①認知症高齢者グループホーム②小規模多機能型事業所を併設した施設が開設されます。利用相談は、直接事業所にお問い合わせください。

場 ニチケアセンター東狭山ヶ丘(東狭山ヶ丘3-682-6) / ☎2968-3554 ② ☎2968-3973

公園の利用はルールを守って!

楽しく利用できる公園のために、ご協力をお願いいたします。
▼樹木の枝を折らない
▼草花を持ち帰らない
問 公園課 ☎2998-9196



交通災害共済の加入をお忘れなく

4月1日以降も手続きできます。万が一の事故に備えて、ぜひご加入ください。
共済期間 令和3年3月31日(水)まで
費 ▶ 大人:600円 ▶ 中学生以下:300円

◎詳細は申込書をご覧ください。申込書は市役所1階交通安全課、まちづくりセンター、サービスコーナー

計画などの縦覧

所沢都市計画の変更
同計画の変更に伴う次の図書が縦覧できます。
▼区域区分▼用途地域▼防火地域及び準防火地域▼土地区画整理事業地区計画
場 市役所5階都市計画課
問 同課 ☎2998-9192



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を一部補助します(要事前申請)。
対象事業(上限額) ▼新規雇用または雇用後半年以内に実施する設備改修・社員研修など(改修50万円/研修10万円) ▼ハローワークなどを通じて市内在住者を新規雇用(10～20万円) ▼5日以上の職場実習の実施(1人当たり2万円)
◎予算の範囲内で補助します。なお、詳細は市HP(障害者雇用推進)をご覧ください。
問 産業振興課 ☎2998-9157

中心市街地の集客イベントを補助

商店街・中心市街地活性化拠点施設(野老澤町商店)と連携して実施する、中心市街地の各商店街区域で行うイベントの経費を一部補助します(上限20万円)。
定 申し込み先着2件
◎詳細は市HP(にぎわい)をご覧ください。
問 商業観光課 ☎2998-9155



空き店舗への新規出店費用を補助

物件改修や宣伝などの経費を一部補助します(上限120万円)。
対 市内商店街の3カ月以上の空き店舗に新規出店する、市内在住の個人または市内に本拠がある法人
定 申し込み先着2件
◎詳細は市HP(空き店舗)をご覧ください。
問 商業観光課 ☎2998-9155

経営者グループ研究活動費を補助

経営手法の開発や販路開拓などの活動費を一部補助します(上限20万円)。
対 市内在住または市内に事業所がある商業経営者で構成する5人以上のグループ
定 申し込み先着2件
◎詳細は市HP(経営者)をご覧ください。
問 商業観光課 ☎2998-9155

クイズ1

毎年市長が表明する、新年度の市の基本方針や主な施策の方向性は?

しその方針



ヒント・2面 応募方法は15面

架空請求詐欺に注意!

「〇〇債権回収株式会社」などからの封書やはがきは、架空請求詐欺です。記載された番号には絶対に電話をかけないでください!

春の全国交通安全運動 交差点での交通事故を防ごう

横断歩道は歩行者優先です!



「おもいやりドライブ」してますか? 日本を訪れる外国人は、横断歩道で車が止まらないことにとっても驚くそうです。新年度が始まり、小さな子どもが道路を通行する機会も増える時期。重大な事故を起こさないために「横断歩道は歩行者優先」を徹底しましょう。

交通安全の集い

交通安全パレード (本面参照)
4月4日(出)午前10時〜(雨天中止)
場日東会館5フロア通り
交通安全課 ☎29998・9140

開催

ところん出没情報

交通安全の集い
交通安全パレード (本面参照)
4月4日(出)午前10時〜
場日東会館5フロア通り
ところんコンサート (5面参照)
4月19日(出)午前10時〜午後4時
場所沢航空記念公園ミューズ南側広場
問 商業観光課 ☎29998・9155

採れたて農産物直売「とろざわ市」

4月14日(火) 午前10時〜午後3時
市役所別館前広場
4月28日(火) 午前10時〜午後3時



前10時〜午後3時/元町コミュニティ広場
問 農業振興課 ☎29998・9158

身近な社会貢献献血にご協力を

市役所で献血を行います
4月27日(月)午前10時〜11時45分、午後1時〜4時
場 市役所1階市民ホール
対 65歳以上の方は60〜64歳に献血経験がある方
◎ 当日は日本骨髄バンクによるドナー登録会も行います。ドナー登録できる方の要件は献血とは異なります。
問 保健医療課 ☎29998・9385

新社会人応援献血キャンペーン

4〜6月に県内の献血ルームや献血バスで献血を申し込んだ新社会人の方に、限定デザインの水マイクروفアイパー傘カバーを差し上げます。社会人になった記念に、献血にチャレンジしませんか?
問 県・業務課 ☎048・830・3635



気軽にシェイプ!運動教室

自宅で続けるためのグリップチューブとパンフレットをプレゼント!
4月22日(水)午前10時〜11時10分
場 保健センター
対 40〜74歳の所沢市国保加入者で、血圧160mmHg未満/95mmHg未満、運動制限がない方
定 申し込み先着35人
内 脂肪燃焼効果の高い運動、持飲み物、タオル、上履き運動靴
申 問 同 初 から国民健康保険課に電話 ☎29998・9131

クアオルト®健康ウォーキング

専門の研修を受けたガイドによる健康ウォーキング。15面「はつらつところん」もご覧ください。
場 荒幡富士コース:4月21日(火) 午前10時〜 上山コース:4月14日(火)・26日(日)各日午後1時〜

定 各日申し込み先着15人 費 500円
◎ 県外在住の方は異なります。
申 問 閉庁日を除く2日前までに埼玉県・所沢市ヘルスツーリズム協議会事務局(商業観光課内)に電話 ☎29998・9155



とろざわ親子で楽しむ運動あそび

4月11日(土)午前9時30分〜11時
場 市民体育館
対 おおむね2〜6歳 児と保護者
定 申し込み先着30組 (市内在住優先)
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 4月2日(日)からごども支援センターに電話 ☎29922・2238



障害年金講演会・相談会

4月22日(水)講演会「障害年金の仕組みについて」:午後2時〜3時
相 談 会 : 午後3時10分〜4時 (受付/事前申し込み優先)
場 市役所8階大会議室
◎ 会場に直接お越しください。
申 社会保険労務士年金サポート会に電話 ☎29949・1507

暮らしの相談

時間は受付時間です。先着順に受け付けます。
◆ 建築業者の住宅増改築等相談
4月14日(火)午後1時〜3時30分
場 市役所1階市民ホール
内 住宅リフォーム時の注意点など
主 催 建築事業者団体
問 市民相談課 ☎29998・9092
◎ 定例の相談は6面をご覧ください。

社会保険労務士の労働相談

4月17日(金)午後4時〜8時(最終相談午後7時〜/1人50分)
場 市役所別館相談室
対 勤労者、事業主、人事担当者など

学ば楽しさいっぱい! 教養講座



市内4カ所にある老人福祉センターは、60歳以上の方がいろいろな講座を体験できる場所。生活に役立つ広い知識を学んだり、音楽を通して心の健康づくりを行ったり、手作り作品に挑戦したりと盛りだくさんの内容です。中でも、四季折々の行事にちなんだ作品を作り、完成の喜びを分かち合える手芸講座や、健康づくりに関する講座、歴史上の人物の生き方を学ぶ歴史講座などが人気です。ここでは、自分に合う講座がきっと見つかるはず。あなたも参加してみませんか。健康と生きがいを支える場所、老人福祉センターでお待ちしています。
◎ 新型コロナウイルス感染拡大の影響で、臨時休館中です。4月以降の開館はお問い合わせください。
利用日時 月〜土曜午前9時〜午後4時30分 (日曜、祝休日、年末年始除く)
問 老人福祉センターうしめま荘 ☎2998-4741/牛沼54
◎ 詳細は市HP (Q生きがいパワー) をチェック!

就職支援を行う セカンドキャリアセンター所沢

就職相談
場 月・火曜: 西部地域振興センター(並木)
木・土曜: ラック所沢(花園)
同センター受付専用ダイヤル ☎048・780・2034 (午前9時〜午後5時)
◆ 就活相談
①5月21日(木)・22日(金)②5月23日(土)・24日(日)午前9時〜午後4時(いずれも全7日)
場 生涯学習推進センター
内 市内在住でハローワークに登録中の求職者または市内在住・在勤の方



所沢おおぞら特別支援学校 学校支援ボランティア養成講座

5月11日(月)・12日(火)・19日(火)午前8時45分〜午後3時20分(全3回)
場 同校(南永井619-7)
定 申し込み先着30人
申 問 4月24日(金)までに同校HP (https://ozonash.sped.jp) から電子申請 ☎29951・1102
◎ 受講前にボランティア活動保険への加入(350円)が必要です。詳細は同校HPをご覧ください。

敷金(賃貸住宅)トラブル110番

賃貸住宅を退去する際の原状回復費用に関する無料相談ができます。
4月25日(土)・26日(日)午前10時〜午後4時
専用電話 ☎048・8388・1889(当日のみ)
問 埼玉司法書士会事務局 ☎048・863・7861

所沢にはOがやってきた

桜に新茶、寅まつり。この季節の話題を伝える本号の記事は?
ヒント・7面 応募方法は15面



消費生活 トラブル注意報

消費生活センター ☎ 2998-9143

新型コロナウイルスに便乗した悪質商法

事例 「マスクを無料送付します」というメッセージがスマートフォンのSMS（ショートメッセージサービス）に届いた。実在の業者名だったので、信用して表示されていたURLをクリックし、案内されるままに名前や住所など個人情報を入力してしまった。

※官公庁を騙る場合もあります。

今月のトラブル川柳

ウイルスと
わるいやつら
悪質商法に 負けないぞ!

☑ ここにご用心!

- ▶ 入手困難な商品や不安定な状況、気持ちに付け込む新たな手口が発生中
- ▶ メールに記載のURLからフィッシングサイトに誘導され、不正なアプリがインストールされる場合も。心当たりのないメールやSMSは無視する

① 消費生活センター

場 市役所1階消費生活センター
 ◎相談は、電話のほか窓口でも受け付けています。
相談専用 ☎2998-9204
受付時間 月～金曜午前10時～11時30分、午後1時～4時(3月中は午後3時30分まで/祝休日、年末年始除く)



新規創業者を応援します！ 開業セミナー

日 5月27日～7月1日の毎週水曜(全6回)
 場 所沢商工会議所(元町)
 定 申し込み先着25人
 内 創業のノウハウを学ぶ参加型・実践型セミナー
 費 6,500円
 講 中小企業診断士・坂本篤彦さん
 申 問 同会議所中小企業相談所に電話 ☎2924・5581



ユニバーサルファッション講座

訓練終了後の就職を目指して、埼玉県職業能力開発センターの委託により実施します。
 日 6月2日(火)～9月30日(水)
 場 専門学校浜西ファッションアカデミー(緑町1・19・15/☎2924・0611)
 対 次の全てを満たす方
 ▼ハローワークで求職中▼訓練開始日に就職していない▼訓練開始日の1年以内に公共職業訓練を受講していない
 定 申し込み先着15人(うち保育は5人)
 内 ユニバーサルファッションに重点を置いたファッションビジネスの基本、衣服作りの基礎知識・技法、福祉・介護衣料への応用
 費 テキスト代14,605円(実習材料は別途自己負担(標準1万円))
 申 問 事前にハローワークで職業相談を受け、4月15日(水)～22日(水)に願書と同センターに提出/☎048・651・3122



リサイクルふれあい館エコの行事

①包丁研ぎ講習会
 日 4月18日(土)午後1時30分～5時
 定 抽選6人(市内在住の大人)
 ②傘修理(1人1本・部品代実費)
 日 4月18日(土)午後1時～3時
 ③おもちゃの病院
 日 4月25日(土)午後1時～3時

④大型家具抽選会
 日 4月10日(金)・24日(金)午前11時～
 ⑤端午の節句飾りを作ろう
 日 4月17日(金)午前9時30分～午後3時
 定 抽選10人(市内在住の大人)
 持 裁縫道具、ものさし、昼食
 費 100円
 ⑥古着から使いやすいエコバッグを作ろう
 日 4月19日(日)午前9時30分～正午
 定 抽選10人(市内在住の大人)
 持 裁縫道具、ミシン糸、ものさし
 費 100円
 申 問 ①⑤⑥ 同館 ②③④ 当日受け付け ④ 当日午前10時30分までに同館に直接/☎2994・5374



普通救命講習Ⅲ

日 5月23日(土)午前9時～正午
 場 所沢東消防署(上安松)
 対 所沢・飯能・狭山・入間・日高市

④ 在任・在勤・在学の中学生以上
 定 申し込み先着20人
 内 小児・幼児への心肺蘇生法、止血法、気道異物除去、AEDの使用など
 申 問 4月21日(火)～28日(火)に同署消防管理課に直接・電話/☎2998・1191(土・日曜除く)午前9時～午後5時15分

甲種防火管理新規講習

日 5月28日(木)午前9時～午後5時、29日(金)午前9時30分～午後3時30分(全2回)
 場 所沢中央消防署(けやき台)
 対 所沢・飯能・狭山・入間・日高市に在任・在勤の方
 定 申し込み先着100人
 費 テキスト代3,750円
 申 4月13日(月)～17日(金)に申込書を埼玉西部消防組合各消防署予防指導課に直接(午前8時30分～午後5時15分/分署不可)
 ◎申込書は、各消防署、同組合で入手できます。
 場 所沢中央消防署予防指導課
 ☎2929・9133

4月 児童館へ行こう

市HP(児童館)でも案内しています。



新型コロナウイルス感染拡大の影響で、内容変更の場合があります。市HPや各問い合せ先で最新情報をご確認ください(掲載情報は3月19日時点のものです)。

館名	電話番号	行事名/開催日時
ひばり	2926-8669	スポーツでげんき 日 4月20日(月)①午前10時30分～11時②午前11時～11時45分 対 ①乳児②幼児
こばと	2924-3065	プラレール&トミカタウン 日 4月17日(金)午前10時～11時30分 対 乳幼児親子
つばめ	2922-0410	カプラの日 日 4月5日(日)午前9時～午後5時
つばき	2923-6155	スポーツでげんき 日 4月23日(木)①午前10時30分～②午前11時～③午後2時30分～④午後4時～ 対 ①乳児親子②幼児親子③園児④小学生
すみれ	2949-3826	こいのぼりをつくろう 日 4月14日(火)午前10時30分～11時30分 対 幼児
さくら	2998-5912	卓球クラブ 日 4月18日(土)午前10時30分～正午
わかば	2948-3222	卓球を覚えよう 日 4月10日(金)～23日(木) 小学2年生以上
まつば	2995-0995	ハッピーイースター 日 4月15日(水)①午前10時30分～11時15分②午後4時～5時 対 ①乳幼児親子②幼児・小学生
みどり	2928-8414	おもちゃの病院 日 4月4日(土)午前9時30分～11時30分
やなぎ	2944-8819	歓迎会 日 4月20日(月)午前10時30分～11時30分 対 乳幼児
ひかり	2996-3995	おひさまひろば 日 4月13日(月)午前9時30分～11時30分 対 乳幼児

◎4月24日(金)午前10時～正午に事前説明会があります。

【共通事項】

場 ごとと福祉の未来館
 費 テキスト代、教材費は自己負担
 申 ①4月17日(金) (必着) まで②4月24日(金) (必着) までに申込書を所沢市社会福祉協議会手話通訳・要約筆記派遣事務所に提出/☎2939・5064 日 2923・4780
 ◎詳細は同会HPをご覧ください。申込書は同会、同会HP、市役所1階障害福祉課、まちづくりセンター(②のみ)で入手できます。

狭山丘陵いきもふれあいの里センターのイベント

①狭山丘陵自然観察会
 「春更く森と狭山湖畔」
 日 4月11日(土)午前9時30分～午後2時30分
 対 高校生以上
 定 申し込み先着20人



②狭山丘陵自然観察会
 「八国山春散歩」
 日 4月26日(日)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20人
 持 飲み物、筆記用具
 費 400円
 ◎定例ガイドウォーク
 日 4月4日(土)・5日(日)午後1時30分～2時30分
 集合 ①西武球場前駅前②將軍塚バス停(所沢駅西口から西武園駅方面行き西武バス)③同センター(下山口駅から徒歩15分)
 申 問 ①② 同館 ③ 同センターに電話 ☎2939・9412



11地区の魅せどころ

問地域づくり推進課 ☎ 2998-9083

～知ってる?あなたが暮らす地区のコト～

所 沢市は11の地区に分かれているのをご存じですか? 各地区で活動する自治会・町内会が集まってできているのが地区自治連合会。力を合わせて、地域をより良くするための活動を行っています。



住んでいる地区や自治会・町内会を知りたい場合は、地域づくり推進課にお問い合わせください!

そして、11の地区自治連合会で構成されているのが、所沢市自治連合会。地域と行政とのパイプ役を担い、「住みよいまち所沢」の実現を目指して活動しています。

今年度も毎月、各地区の魅力や個性豊かな活動をお届けします♪あなたもぜひ、自治会・町内会の活動に参加してみませんか?

今回は、三ヶ島の"もっと"地区自慢!



募集

高齢者大学の学生を募集

市内在住の60歳以上(昭和35年4月1日以前生まれ)で全講座受講可能な方(受講経験者は不可)健康・管理、社会福祉、一般教養、政治・経済、身近な法律、体操など

定員96人

令和2年5月下旬～3年1月(1年制)月2日程度/各日午前・午後の2講座実施/1講座2時間程度

年間6千円(課外活動などは実費) 申請募集案内を閲覧の上、4月15日(水)までに申込書を高齢者支援課に提出/ ☎ 2998・9120

募集案内は、市役所1階同課、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、保健センター、図書館本館・分館で入手できます。

農業サポーターを募集(登録制)

市内農家(主に富岡・柳瀬地区)で、ボランティアとして本格的な農業を経験してみませんか。



市内在住の20歳以上で、1年間継続して活動できる方 作付や収穫などの農作業補助 令和2年4月～3年3月(月2～4日程度)紹介先農家と応相談 申請4月6日(月)から農業後継者対策

会計年度任用職員の募集

任用開始には予算の可決・成立が条件です。詳細は市HP(Q会計年度)募集担当課にお問い合わせください。



令和2年6月10日(水)～3年3月31日(水)の月々金曜午前8時30分～午後5時15分の間で7時間 同課に心算/ ☎ 2998・9211

①看護師②夜勤専従看護師

③看護助手④薬剤師を募集

① 正看護師免許と看護業務経験がある方 ② 資格不要(高校生不可) ③ 薬剤師免許と病院などの勤務経験がある方



④ 病棟・外来・内視鏡・健診看護⑤ 夜勤専従の病棟看護⑥ 病棟看護補助業務⑦ 調剤・製剤・医薬品管理業務

⑧ ②④ 応相談 ⑨ 週5日/1日7時間45分勤務/土・日曜、祝日勤務あり

場市民医療センター(上安松) 申請同センターに心算/ ☎ 2992・1151

◆学校給食センター、小・中学校の調理員などを募集(登録制)

①調理員 ②調理、洗浄、配膳など ③配膳員 ④配膳膳、検収など

【共通事項】 月々金曜① 日5時間または6時間② 1日3時間45分(給食実施日の勤務)③ 1は年数回の土・日曜勤務あり



場①第1・3学校給食センター、市内小学校②市内小・中学校 申請4月10日(金)までに保健給食課に心算/ ☎ 2998・9249

◆交通指導員を募集

立哨指導(朝1時間・夕2時間程度)、交通安全教室など 募集学区 中富小・若狭小



申請4月17日(金)までに交通安全課に心算/ ☎ 2998・9140

景観まちづくり展示会

問都市計画課 ☎ 2998-9192

特 に優れた所沢の景観資源として表彰された、「とことこ景観賞」の写真などを展示。あなたの知らない所沢の景色に出会えるかも!

4月20日(月)～24日(金) 場市役所1階市民ホール

とことこ景観資源を募集中

慣れ親しんだ景観、とっておきの景観を登録しませんか?特に優れたものは、「とことこ景観賞」として表彰されます。詳細は市HP(Qとことこ景観資源)をご覧ください。



前回(平成30年)選定のとことこ景観賞より「金仙寺のしだれ桜」

長野県上田市の棚田オーナーを募集

所沢市とフレンドシップ協定を結ぶ上田市。「日本の棚田百選」にも認定された「稲倉の棚田」のオーナーを募集します。オーナーは、約1000㎡の区画で田植えと稲刈りを体験できます。募集コース ①白米コース:4万円 ②玄米コース:3万5千円 ③酒米コース:5万円



申請5月10日(日)までに申込書を稲倉の棚田保全委員会オーナー事務局(同市農産物マーケティング推進室内)に提出/ ☎ 0268・210053

◎詳細は上田市HP(Q棚田オーナー)をご覧ください。

年間2,500万アクセス! 市HPの広告を募集中

市ホームページに広告が出せます!掲載は1カ月から可能です。詳細は市HP(Qバナー広告)をご覧ください。問広報課 ☎ 2998・9024

皆さんの善意(順不同)

1月16日～2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954,032円 ●久米下組町内会 ●牛沼小学校PTA ●資源回収 ●(株)中央管財 ●武州ガス(株) ●所沢市フォークダンス連盟 ●防衛医科大学校並木祭チャリティバザー ●さいしん所沢友の会 ●(株)ミアン ●第一法規(株) ●鎌崎玉皇宅地建物取引業協会所沢支部

【物品】 ●埼玉県西部電設協力会様(LED防犯灯) ●電柱共架工事



クイズ ③

7月7日(日)午後7時。いよいよ所沢にやってくるのは?

オンラインブック センター

プリント・5面 応募方法は15面





保健センター通信

〒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

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



7月から
新しい健康マイレージが始まるよ！
詳しくは6月号を見てね♪

4 新型コロナウイルス感染拡大の影響で、
内容変更の場合があります。
市HPや各問い合わせ先で最新情報をご確認ください
（掲載情報は3月19日時点のものです）。

健康づくり支援課

☎2991-1813

母親学級 ☎4月2日(木)から電話・☎

◆栄養

☎4月17日(金)午前10時～午後0時30分 ☎出産予定日が5月30日以降の妊婦（パートナーも可） ☎妊娠中の食生活（ランチ付き） ☎600円 ☎申し込み先着20人 ☎上の子同伴の受講不可



◆歯科

☎4月17日(金)午後1時15分～3時15分 ☎出産予定日が7月4日以降の妊婦 ☎お口の健康、歯科健診、赤ちゃんの虫歯予防 ☎申し込み先着25人

両親学級 ☎4月16日(木)～20日(月)に電話・☎

☎5月9日(土)午前9時30分～正午 ☎出産予定日が6月21日以降の初産婦とパートナー ☎沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操など ☎抽選24組



妊婦サロン（イルカ） ☎不要

☎4月24日(金)午前10時～11時30分 ☎妊婦 ☎参加者同士の交流会、簡単なストレッチ

乳幼児健康相談 ☎4月2日(木)から電話

- ◆離乳食のおはなし会 ☎4月27日(月)
- ◆乳幼児の食事相談 ☎4月30日(木)午前中
- ◆歯科 ☎4月27日(月)午前中 ☎歯ブラシ

乳幼児健康相談（出張） ☎不要

☎身体計測・健康相談 ☎車での来場不可
◆並木まちづくりセンター
☎4月14日(火)午前9時30分～10時30分（受付）
◆柳瀬まちづくりセンター
☎4月22日(水)午前9時30分～10時30分（受付）

離乳食教室 ☎4月3日(金)から電話・☎

◆ごっこん期
☎5月11日(月)午前10時～11時15分 ☎令和元年11・12月生まれの乳児と親 ☎栄養士の講話、試食 ☎申し込み先着30組

◆もぐもぐ期
☎5月14日(木)午前10時～11時30分 ☎令和元年9・10月生まれの乳児と親 ☎栄養士・歯科衛生士の講話、試食 ☎申し込み先着35組

◆かみかみ期料理教室
☎4月16日(木)午前10時～午後0時30分 ☎令和元年5・6月生まれの乳児と親 ☎おんぶをしながらの調理実習・講話 ☎申し込み先着25組 ☎費用300円

2歳児歯科健康教室 ☎4月2日(木)から電話・☎

☎5月11日(月)または22日(金)各日午後0時50分～1時10分（受付） ☎平成29年9月～30年2月生まれの幼児 ☎歯科診察、歯磨き指導、フッ化物塗布、栄養・育児相談 ☎各日申し込み先着50人

乳幼児健康診査

（4か月・10か月・1歳6か月・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 ☎随時電話

相談名	4月の実施日	時間
健康相談	1日(水)、22日(水)	午前
	8日(水)、15日(水)	午後
血糖値相談	13日(月)、27日(月)	午前
歯科相談	14日(火)	午前
栄養相談	2日(木)、9日(木)	午前
	16日(木)、23日(木)	
	30日(木)	
リハビリ相談 （骨盤のゆがみ改善・関節痛予防）	17日(金)、24日(金)	午前

ファミリー食育教室 ☎4月2日(木)から電話

☎5月21日(木)午前10時～午後0時30分 ☎1～18歳の子どもの親 ☎講話「からだに優しい『簡単手作りおやつ』」、調理実習 ☎申し込み先着15組（初参加優先） ☎600円

リハビリ教室 ☎随時電話（要事前相談）

☎毎週金曜午後1時30分～3時30分（最長1年間／開始時期は要相談） ☎次の全てを満たす方 ▶64歳以下 ▶脳血管疾患などの障害のため日常生活に支障がある ▶退院後原則1年以内 ☎社会参加を目指す集団・個別訓練、交流など ☎10人



健康管理課

☎2991-1811

BCG集団接種 ☎不要

☎4月30日(木)午前9時30分～10時30分、午後1時30分～2時30分（受付） ☎1歳に至るまで（標準接種期間は生後5～7カ月） ☎母子手帳、体温計、予診票



こころの健康支援室 ☎2991-1812

つどい ☎不要

つどい	開催日	開催時間
うつ病ご本人（精神科医参加）	4月 2日(木)	午前10時～正午
うつ病ご家族	4月 7日(火)	
強迫性障害ご家族	4月 8日(水)	
発達障害ご家族	4月22日(水)	
自死遺族	4月11日(土)	午後1時～5時
うつ病夜の部	4月17日(金)	午後7時～8時30分

所沢市管理栄養士おすすめ！

健康レシピ

野菜たっぷり
春
サバ缶トマトソース



材料（4人分）

サバみそ煮缶 …1缶（正味150g）	固形ブイヨン…1個
春キャベツの葉…1枚	砂糖…小さじ2
ニンジン…中1/2本	トマトケチャップ…大さじ1
新タマネギ…中1/2個	ホールコーン缶…30g
トマトの水煮缶（カットトマト）…1缶	オリーブオイル…小さじ1
水…300ml	

- ▶キャベツ・ニンジン…千切りに…①
- ▶タマネギ…薄くスライス…②
- ◎カット野菜を使うと、さらに簡単！

2 鍋に水、ブイヨン、①②を入れて火にかける。ニンジンが柔らかくなったら、砂糖、トマト水煮、トマトケチャップを加えて5分程煮る。

- 3 サバ、コーンを加えてひと煮たちしたらオリーブオイルを回し入れて火を止める。

◎お好みでバジルパウダーやコショウ、ドライパセリ、ガーリックパウダーなどを振っても。粉チーズもおすすめ♪

エネルギー	150kcal
タンパク質	8.2g
脂質	6.9g
塩分	1.7g

▶健康レシピはクックパッドでも公開しています。



いいトコPhoto



◀週末のお決まり
走ったり遊具で遊んだり、
図書館へ行ったり。
航空公園は息子のお気に入り
スポットです♪
●もなか（東町）

▼ごきげんな初節句
おひな様と一緒に「はい！チーズ♪」
●ちゃき（北中）



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作品コメント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
(住所不要)

▶小さな噴水だぁ！
6日違いで生まれた
いとこ同士。寒い中
でも仲良く水遊びに
夢中♥
●あお&こう（山口）



いいトコ作品集

作風が異なる
2通の水仙のお便り♪



◀私の名前
私の名前にも付いている「桃」が満開に。小さいころから見守ってきた桃の木がこんなに大きく立派に育っていて感動しました
●もぐちゃん（松郷）



◀春よ来い
我が家の水仙が初咲き
●らぶりん（荒幡）



▶春を見いっけ！
寒風の中、健気に
咲いていました
●前向き（中新井）

誰でもエッセイ

テーマ「お礼を言わせて」

母へ

宮下広子（南住吉）

お礼を言いたい人、それは母です。私が小さい頃、扁桃腺の手術を受けた帰り道、塗り絵の絵本を買ってくれた母。小学校に行きたくないと泣いた朝に、庭の花を紙にくるんで「先生に届けて」と私に渡してくれた母。中学生になり、熱を出した時には、自分より背の高い私をおぶってお医者さんに連れて行ってくれた母。帰りが遅くなった高校生の夜、危なくないように学校の近くまで迎えに来てくれた母。結婚式当日までの1カ月間、毎日違う味の味噌汁を教えてくれた母。



母は今、山梨の施設にいる。当時はなぜか言えなかった「ありがとう」。もっと早くお礼が言いたかった。私にしてくれた全てのこと。

母の背

戸塚博允（山口）

小学3年の私が足の指を痛め、翌朝痛くて歩けなかった時。母は私を背負い、病院に連れて行ってくれた。お医者さんから、「学校はどうする？」と聞かれ、勉強好きだった私は「行きたい」と即答。再び母の背に乗せてもらい、学校へ向かった。年を取り、介護施設に入った母。お見舞いに行くと、「私もあなたのことを面倒みたんだよ」と言いたげに、時々この出来事を話していた。「力持ちだったね。ありがとう」と何回言ったことだろう。

そんな母は、2年前に97歳で天国へ旅立った。今でも「ありがとう」と伝えたい、懐かしい思い出だ。

5月号のテーマ「私のプチ自慢」
締め切り ● 4月10日(金)



今まで秘密にしていた
「これだけは誰にも負けない！」
「実はこんな特技が…」
というあなたの「プチ自慢を送ってね♪」

はつらつ
ところっこ

みどりの女神がご案内 所沢の自然と健康の魅力



クアオルト®健康ウォーキングガイド
/2019ミス日本みどりの女神

ふじもと れい か
藤本 麗華さん (市内在住)

元カラジェンヌの男役。2歳からバレエを始め、ダンス講師としての一面も。ドイツでは「気候性地形療法」として親しまれる「クアオルト」の考え方を学んだクアオルト®健康ウォーキングのガイドを務める。

memo

J:COMの5分間番組「広報とろざわテレビ情報館」で、藤本さんがクアオルト®健康ウォーキングをご紹介します！



市報からも
ご覧になれます

空気が澄み渡る2月上旬の荒幡富士に、ジャージ姿で山頂を目指す一行。白いジャケットを羽織り、「足元に気を付けてくださいね！」と先導するのは、クアオルト®健康ウォーキングのガイド・藤本麗華さんだ。

同ウォーキングは、自然や気候を感じながら無理なく楽しむ健康法。「このウォーキングは、脈や心拍数を計りながら科学的な根拠に基づいて健康を目指すことが特徴。無理せず『頑張らない』がポイントで、どんな人でも気軽に楽しめます」とその魅力を語る。藤本さんは参加者に同行し、ウォーキングの楽しみ方や一人一人の体力に応じた無理のない運動をサポートするガイドの一人だ。

起伏の激しい狭山丘陵をスラリと伸びた背筋で歩く姿が印象的な藤本さん。それもそのはず、宝塚音楽学校を卒業し、平成28年まで宝塚歌劇団で男役として活躍した華やかな経歴の持ち主だ。

退団後、「自分にできることは何だろう」と思い悩む時期があった。そんな時に勧められたのが「ミス日本」。自分の可能性を広げようと応募。見事「みどりの女神(右写真)」に選ばれた。ダンスや表現に打ち込んできたこ



れまでの人生。「みどりと無縁の世界で育ってきたので、これからどうしようかと不安でした」と当時を振り返る。

みどりの女神に任命されてからは、植樹イベントや環境保全活動に取り組んできた。その活動日数は、1年間で延べ130日以上に及ぶ。そんな中、森林に身を置き癒やしを得る「森林セラピー」と出会う。「自然に包まれる気持ちよさに目覚め、もっと魅力を発信したいと思うようになったんです」。当初の不安はいつしか楽しみに変わっていった。その後、所沢で始まっていた同ウォーキングに出会い、ガイドになることを決意。山形県での4泊5日の合宿、その後の実地研修を経て、ガイドの中で最上位に当たる「クアオルトセラポイト」の資格を取得した。

「自分が自然の癒やし効果に気付かされたように、所沢の素晴らしいみどりの魅力を知ってほしい。人と関わるのが大好きなので、クアオルトに関わらず『発信者』として活動を広げたいです」と熱く語る姿は、男役時代をほうふつとさせる。

新緑の季節が近づくと、狭山丘陵は青々とした緑を取り戻す。自然の中で耳を澄ませてみよう。荒幡富士の頂上でウォーキングの参加者と一緒に「ヤッホ！」と叫ぶ藤本さんの掛け声がこだまするかもしれない。(取材：宮崎)



▲チェーンソーを持つ勇ましい姿。「結構力持ちなんです」

今月のプレゼントクイズ!

青の洞窟をイメージした店内で本場イタリアの味をご堪能あれ♪

ディナーイタリアンコース (3,000円相当×10人 /ランチタイムも対応可)



イルカのマークが出迎える、アットホームなレストラン。メニューが豊富で、セットの組み合わせは100種以上。何度通っても楽しませてくれます。イタリアンコースは、イチ推しのメニューをそろえた大満足のコース。メインはパスタ・ピザ・ドリアから選べます。



●パスタ・デルフィーノ
緑町2-5-9
☎ 2923-6618
(月～金曜：午前11時～午後3時、午後5時～9時30分
土・日曜、祝日：午前11時～午後9時30分 /木曜定休)



◆今月のクイズ

9・10・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 (4月10日(金)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⑦4月号の感想を記入し、〒359-8501広報課(住所不要)に郵送・市報(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、市報(Qプレゼント募集)をご覧ください。



市報

読者感想文

- ミューズはもともと素晴らしい施設ですが、安全面も考慮されてますます魅力的になったと期待が増しました(上新井・30代)
 - 表紙の写真が素晴らしい。期待が高まりました(林・60代)
 - 子どもが小さい時から一緒にコンサートに行っていました。また行けるかなと楽しみになりました(旭町・30代)
- 編集から ● 「リニューアルが待ち遠しかった」「小さい頃に発表会でお世話になった」と、皆さんに愛される市民文化センターミューズを特集。厳かな雰囲気の記事にも多くの反響をいただきました。新生ミューズで、素晴らしい公演を安全・安心にお楽しみください。

- みんなのひろばが季節感があってよかったです(青葉台・70代)
- 編集から ● 暖かくなってきた今日この頃。カメラを片手にお出掛けした際は、ぜひご投稿ください!
- 所沢の方が宮中歌会始に選ばれたことは知っていましたが、ご本人の人柄を知ることができてよかったです(中新井・50代)
 - 退職したら若山さんのように、短歌を始めてみようかと思いました(小手指南・60代)
- 編集から ● 控えめな性格が印象的なはつらつところっこ・若山 巖さん。来年の歌会始のお題は「実」。既にアイデアを膨らませているかもしれませんね♪

編集後記

感染、クラスター…暗いニュースの中、窓辺で歌い励ましたりイタリアの人々に勇気をもらいました。本号の情報は3月19日時点のものですが、状況は日々変わります。常に最新情報のご確認を!(加賀谷)

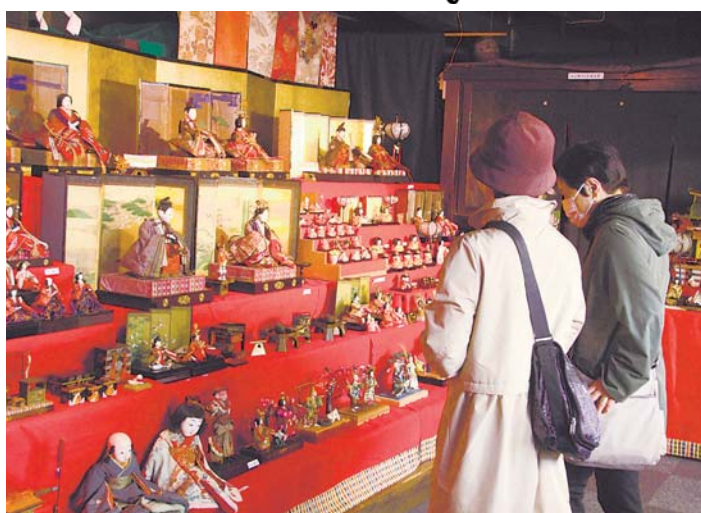
新たなスタートを切る季節がやってきました。新年度の市の動きがわかるのが、特集の施政方針。どの内容が気になりましたか?皆さんの暮らしにつながるまちの動きを、ぜひご覧ください(佐々木)

今月のところっこ・藤本さんがガイドを務めるクアオルト®健康ウォーキング。J:COM所沢の5分間番組の撮影に立ち会うことができました。当日は天気にも恵まれ、絶好の撮影日和!森の中でもよく通る声と美しい立ち姿の藤本さんはまさに「みどりの女神」。一人一人に声を掛け、無理をしていないかこまめに気を配る藤本さんのおかげで、参加者の皆さんも安心してウォーキングを楽しんでいました(宮崎)



◀2月23日(祝)、生涯学習推進センターで開催された昔のくらし体験デー。昔懐かしい天秤や井戸を見て、子どもたちは「どうやって使うの?」と不思議そう。スタッフに使い方を教わりながら楽しく体験しました。
写真：伊藤磨紀子

江戸時代から現代までの
ひな人形がずらり



◀2月8日(土)～3月8日(日)まで中心市街地で行われた野老澤雛物語。2月25日(火)には、野老澤町造商店で手のひらサイズのうさぎのおひな様を作る講座が開催。色鮮やかな着物に身を包んだかわいらしいおひな様が完成しました。
写真：浅見司郎

撮れたて 市民カメラマンの News

「とろざわ通信」(Ｑとこ通)もご覧ください。



▲2011年から続く、所沢西高校の東日本大震災の被災地支援ボランティア活動。2月14日(金)、美術部を中心とした有志メンバー約20人が、いわきサンシャインマラソンを応援する大漁旗を製作し、遠い地から思いを寄せました。
写真：三平資郎

⚠ 新型コロナウイルスの感染が疑われる場合や同ウイルスに関する情報は、本号4面をご覧ください。

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場合は要電話確認▶地図などの詳細は所沢市医師会へ



診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
4月5日(日)	所沢中央病院	内、整	くすのき台3-18-1	2994-1265
	峰の坂産婦人科	産、婦	宮本町2-16-10	2923-4313
	まつおか内科クリニック	内、呼、アレ	下安松1034-1	2945-7911
4月12日(日)	所沢内科クリニック	内	東町22-3	2922-2210
	深井眼科医院	眼	小手指町1-26-9	2928-6900
	岩下悦郎消化器内科クリニック	内、消、胃、小	北有楽町24-5	2928-3636
4月19日(日)	小手指医院	内、外、泌	北野新町1-9-7	2949-3118
	細川耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	緑町2-22-8	2939-4005
	メイプルクリニック	内	山口33-1 グランディール202	2968-8663
4月26日(日)	北所沢病院	内	下富1270-9	2943-3611
	あすみクリニック	皮、形	東住吉2-4 2階	2928-5881
	三浦クリニック	循、内	三ヶ島3-1394-4	2938-2887
4月29日(祝)	所沢明生病院	外、循、脳外、内	山口5095	2928-9110
	斉藤耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	西住吉6-22	2922-3980
	うだがわクリニック	内、循、呼、アレ、小	北原町1415-1	2997-4880
5月3日(祝)	やましろ内科クリニック	内、腎内	東所沢和田2-4-20	2946-9322
	すぎうら乳腺消化器クリニック	外、乳外、消外、内	緑町2-13-15	2006-7115
	所沢メディカルクリニック	内、循、小	中富南2-21-7	2943-1581
5月4日(祝)	埼玉西協同病院	内	中富1865-1	2942-0323
	町田整形外科医院	整、外	松葉町4-22	2992-5873
	はらこどもクリニック	小、アレ、内、糖内	小手指町2-1379	2926-4333
5月5日(祝)	青木クリニック	内、消、循	中新井2-65-1	2943-1036
	おおたけ眼科小手指医院	眼	小手指町1-8-5食品館 イトーヨーカドー2階	2935-3665
	宮川医院	内、呼、消、循、小、皮	松葉町10-11 エイトビル1階	2992-3200
5月6日(休)	かわぐち内科クリニック	内、糖内	東所沢3-36-74	2951-1717
	賀古整形外科	整、外、リハ、形	北秋津124-1	2924-9771
	溝渕内科医院	内、糖内	西所沢1-3-8	2922-8381

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	×	×	○※	×

※5月3日(祝)～5日(祝)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	○	○	○	○	○	—	—	—
	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※1	×	○	○	×	○	○	○	○※2
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	4月5日(日)・12日(日)・19日(日)・26日(日)・29日(祝)・5月3日(祝)・4日(祝)・5日(祝)・6日(休)							

※1…要事前問い合わせ
※2…5月4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：4月5日(日)・12日(日)・19日(日)・26日(日)・29日(祝)、5月3日(祝)・4日(祝)・5日(祝)・6日(休)/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(24時間対応)	#7119 または ☎048-824-4199 ※は ☎048-831-0099 (依頼書は県庁) (救急電話相談)で入手)も対応可能。
・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)	☎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
埼玉県精神科救急情報センター	☎04-2922-9292 / 24時間対応
埼玉西部消防局休日夜間病院案内	☎04-2922-9292 / 24時間対応