

広報

# ところざわ

10月

令和3年  
(2021年)  
No.1195

主な内容

- 4面 新型コロナウイルス感染症関連情報
- 6面 高齢者インフルエンザ予防接種
- 7面 令和4年度入園申し込みスタート

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HP <https://www.city.tokorozawa.saitama.jp/>

特集

## シェアサイクル

ぶらり

## ところざわさんぽ



撮影協力：多間院

※撮影のためマスクを外しております。



新型コロナウイルス感染防止対策(マスクの着用、こまめな手洗い、3密の回避など)にご協力をお願いします。  
 コロナ関連情報は4面をご覧ください。なお、掲載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9月17日時点のものです)

人口(前月比) 343,925人(+51人) 男170,137人(+41人) 女173,788人(+10人) ▲世帯数164,991世帯(+67世帯) 令和3年8月末現在


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 シェアサイクル ぶらり とろざわさんぽ

市内各所をエコな移動手段で結ぶ「シェアサイクル」。サービス開始からもうすぐ1年を迎え、街中でも見かける機会があるのでは？

ちょっとした買いものや交通手段がなくて行けなかったあの場所に、シェアサイクルはピッタリです。密を避けながら、心地よい秋の風を感じてみませんか？

 商業観光課  2998-9155



## シェアサイクルってなんだろう？

### 利用登録

利用には事前にHELLO CYCLINGスマートフォンアプリのダウンロードと会員登録（無料）が必要です。



ハローサイクリング 

 コールセンター  050-3821-8282  
(24時間・365日対応)



◎午後6時～翌午前9時は事故などの対応のみです。

### ココがおすすめ



気軽に乗れるシェアサイクルにはメリットがたくさん！

- ▶登録料はかからず、利用時間のみの料金で乗れる（15分ごとに70円（12時間最大1,000円））
- ▶電動アシスト付きで、坂道もラクラク
- ▶行きと帰りで目的地が違ってても返却できる
- ▶環境にもやさしい

### ステーションは64カ所

自転車の貸し出し・返却場所のステーションは、まちづくりセンターや公園などに設置されています。詳細は市  （シェアサイクル）をご覧ください。

また、観光施設・商業施設など、ステーションの設置スペースを募集中です。

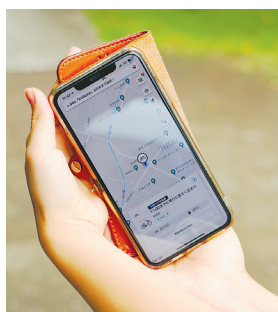
 商業観光課  2998-9155



## 利用してみよう！

### 借りるとき

黄色の看板が目印！



①アプリでシェアサイクルを予約



②予約したステーションへ



③サドル下の番号で、予約した自転車を確認



④操作パネルの電源を入れ、暗証番号を入力。「認証OK」の表示後、鍵が開く



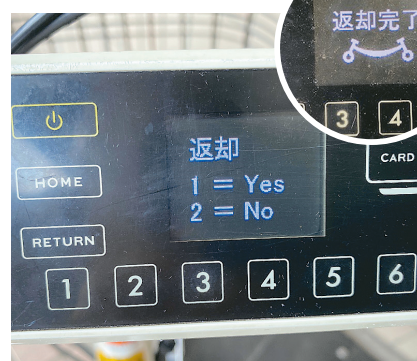
### 返すとき



①アプリで返却できるステーションを予約



②返却予約したステーションで自転車を止め、鍵を掛ける



③操作パネルで「1」を選択。「返却完了」が表示されて完了

### 利用の注意点

- ▶自転車は車両扱い。交通ルールに従って安全運転を
- ▶自転車から離れる時は施錠する
- ▶利用前に自転車を点検（ブレーキやタイヤに異常がないかなど）
- ▶乗る前にサドルの高さを調整
- ▶バッテリーの残量に注意

# シェアサイクルで所沢の秋探し

市内のお散歩コース10選が掲載されている「所沢おさんぼナビ」を参考に、シェアサイクルで秋の多聞院へ。時間やルートにこだわらず、気軽に楽しんでみませんか♪

▶「所沢おさんぼナビ」は商業観光課、まちづくりセンター、市HP(Qおさんぼナビ)でご覧になれます。



- 地図内にあるシェアサイクルステーション
- ①新所沢駅西口第1自転車駐車場
  - ④富岡まちづくりセンター
  - ⑧多聞院
  - ②新所沢駅西口第3自転車駐車場(新所沢パルコ地下2階)
  - ⑤所沢市民体育館
  - ⑨所沢市民武道館
  - ③ラク所沢
  - ⑥J.Aいるま野富岡支店
  - ⑩中富南コミュニティセンター
  - ⑦エミファーム新所沢



## 多聞院 中富 1501

「ポタンの寺」として有名な多聞院。境内には、他ではなかなか見られない草花も植えられています。お参りをしながら、秋の紅葉を楽しんでみては？

身代わり寅がお出迎え



## 山加園 北岩岡 508 ☎ 2942-3320

「とことこマイボトルスポット」に登録されている「山加園」では、マイボトルを持参すれば、自慢のお茶を有料で補充できます。おいしい淹れ方も教えてもらえます♪

◎店舗によって料金やサービスは異なります。詳細や店舗の一覧は市HP(Qマイボトルスポット)をご覧ください。



## 食の駅所沢店 下富 583-1 ☎ 2941-5192

地元所沢産の農産物を中心に、毎朝新鮮な食材が並ぶ「食の駅所沢店」。生産者の顔が見える、そんな食材で地産地消を楽しみませんか。

秋の味覚を楽しもう!



# 新型コロナウイルス感染症関連情報

ワクチン接種が進んでいますが、接種を終えても安心せず、基本的な感染対策を徹底し、引き続き感染防止にご協力をお願いします。

保健センター健康管理課 ☎2991-1811  
 ◎9月17日時点の情報です。電話番号の市外局番「04」は省略しています。



◀新型コロナウイルス感染症の情報は、随時市HP（Q新型コロナウイルス）に掲載しています。



◀ワクチン接種の情報は、随時市HP（Qワクチン接種）に掲載しています。

## 他の予防接種との間隔に注意

インフルエンザワクチンなど（6面参照）他の予防接種との間隔は13日以上空ける必要があります。新型コロナワクチンと同時期に接種する場合は、接種間隔にご注意を。

また、予防接種を受ける時は、接種日などの履歴がわかるもの（接種済証・母子手帳など）を持参すると安心です。

## 非接種者への差別はやめましょう

ワクチン接種は強制ではなく、効果や副反応などを個人が理解し、受けるかどうか判断するものです。また、アレルギーなどで接種を受けられない人もいます。学校や職場などで周りの人に接種を強制したり、接種を受けていないことを理由に、解雇、退職勧奨、いじめなどの差別的な扱いをすることは許されません。

コロナに関する差別・偏見の相談ができます



▲法務省HP



▲厚生労働省HP総合労働相談コーナー

## 健康被害などの救済措置

ワクチン接種では、極めてまれに、副反応で病気や障害などの健康被害が生じることがあります。その場合、予防接種法に基づく救済措置（医療費・障害年金などの給付）が受けられます。詳細は厚生労働省HP（Q救済措置）をご覧ください。



## ワクチン接種の予約・問い合わせ時の注意点

◆医療機関への電話での問い合わせは控えください  
 医療機関の業務圧迫を防ぐため、問い合わせ・予約は、専用コールセンターへ。LINE・インターネットからは、予約の空き状況を確認できます。

◆予約のキャンセルはお早めに  
 直前のキャンセルは、ワクチンの有効利用に支障をきたす恐れがあります。  
 ◆間違い電話に注意  
 問い合わせの際は、電話番号をよく確認し、かけ間違いにご注意ください。

## 接種に便乗した詐欺に注意

ワクチン接種に便乗した詐欺、行政機関などを騙るなりすましにご注意ください。接種は無料です。費用や金融機関の情報を求められても決して応じないでください。また、電話・メールで個人情報を求めることはありません。少しでもおかしい、不安だと感じたときは、新型コロナワクチン詐欺・消費者ホットライン ☎0120-797-188にご相談ください。

## 県内の大規模接種会場

川越市やさいたま市など、県内4カ所にワクチン接種センターが設置されました。一般の方は10月から接種できる予定です。詳細は県HP（Qワクチン接種）をご覧ください。



## ワクチンに関するコールセンター

◆所沢市新型コロナワクチン接種コールセンター  
 0570-005527（ナビダイヤル®）  
 ☎0570-200685  
 ✉z-covid19vaccine@city.tokorozawa.lg.jp  
 受付時間 午前8時30分～午後5時15分（土・日曜、祝日含む）  
 ☎予約、問い合わせ、ワクチン接種に関する相談

◆埼玉県の専門相談窓口  
 0570-033-226（ナビダイヤル®）  
 ☎048-830-4808  
 受付時間 24時間（土・日曜、祝日含む）  
 ☎専門知識を有する看護師や医師による接種後の副反応などの相談

## 発熱などの症状があるとき

▶かかりつけ医に相談  
 ▶かかりつけ医がない方は、県HPの「埼玉県指定診療・検査医療機関」で受付時間などを確認し、必ず電話などで予約してから受診  
 ◎市民医療センターでも発熱外来を実施しています。（完全予約制）



▲県HP「埼玉県指定診療・検査医療機関」

## 上記ホームページが見られない方はこちら

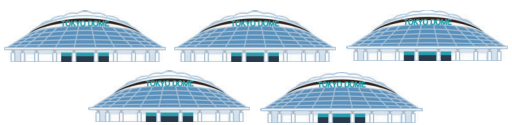
▶埼玉県受診・相談センター  
 ☎048-762-8026 ☎048-816-5801（午前9時～午後5時30分/土・日曜、祝日含む）  
 ▶県民サポートセンター  
 ☎0570-783-770（24時間受付）☎048-830-4808  
 ◎FAXでの相談は、回答に時間がかかることがあります。

# 減らそう 食品ロスごみ

## 食品ロス

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のこと。日本では年間約600万トン（平成30年度推計）の食品ロスが発生しています。

1年間の食品ロスは、約**600万**トン  
＝東京ドーム約**5**杯分



国民1人当たり  
毎日茶碗**1**杯分の食品を廃棄



日常生活で発生する食品ロスやごみ。市内家庭から出るごみの量は、令和2年度で1人1日当たり673gで、ここ数年間は増加傾向にあります。

家で過ごす時間も増えた昨今。暮らし方とともに、食品ロスやごみの排出を見直してみませんか？

資源循環推進課 ☎ 2998-9146

## すぐ食べるなら 手前を選ぶ てまえどり

買い物で食品を選ぶ時、少しでも賞味期限が長いものを奥から取ろうとしていませんか？手前に残された食品は、賞味期限が切れると廃棄されてしまいます。

すぐに食べるものであれば手前のものを選ぶことで、食品ロスの削減になります。最近では、「てまえどり」を呼びかける目印がコンビニの陳列棚に表示されていることも。意識して取り組んでみましょう。

### 10月は家庭の食品ロス削減月間

#### 食品ロスを減らす3アクション

買う・料理する・食べるという3つの段階で心掛けたいアクション（行動）を紹介します。

#### — 買う —



使い切れる量を買う

#### — 料理 —



傷みやすい食材は早めに使い切る

#### — 食べる —



食べ切れる量をお皿に盛る

## 古着・古布

10・11月に開催予定だった、古着・古布などを頒布する秋季もったいない市は、新型コロナウイルス感染拡大の影響で中止となりました。

まだ使える古着・古布は月1回の収

集日に出すことで、リサイクルできます。収集後は、マレーシア、韓国、フィリピン、インドなどの海外に輸出されて中古衣料として再利用されたり、繊維状にして新たな製品に生まれ変わります。



令和2年度に市で収集した古着・古布は551トンで、100%資源化されました

## ごみを減らす・資源を再利用する取り組みにチャレンジ！

### ごみ減量アイデアを募集！

誰もが家庭で気軽に取り組めるごみ減量アイデア（自作で未発表のもの）を募集します。優れたアイデアは表彰します。  
**申請月**初～11月30日(木)に応募用紙を資源循環推進課に提出／☎ 2998-9146  
 ◎応募用紙は市HP（Qごみ減量）で入手できます。

暮らしの中から  
エコ意識を！



### 容器包装の脱プラを始める事業者への補助

使い捨てプラスチックの削減のため、環境にやさしいテイクアウト・出前容器や食品包装などに移行するための費用を、予算の範囲内で補助します。  
**対象**市内で外食産業や食品小売業を営む事業者

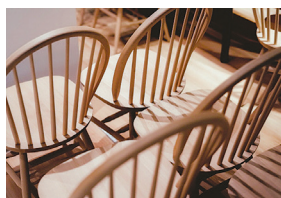
補助限度額 10万円  
**申請月**初～令和4年3月31日(木)に申請書と必要書類を資源循環推進課に提出／☎ 2998-9146

◎詳細は市HP（Q容器包装）をご覧ください。



### リサイクルふれあい館エコロの行事

◆大型家具抽選会  
**開催日** 10月1日(金)・15日(金)午前11時～  
**申請日** 当日午前10時30分までに同館に直接／☎ 2994-5374



### 生ごみ処理機を購入される方に奨励金を支給

令和3年5月で受付を終了した同奨励金が再開！生ごみ処理機を購入しごみの減量に取り組む方に、予算の範囲内で奨励金を支給します。  
**対象**市内在住で市税の滞納がない方

奨励金限度額 2万円  
**申請月**初から申請書をリサイクルふれあい館に提出／☎ 2994-5374

◎詳細は市HP（Q生ごみ）をご覧ください。



高齢者の  
みなさん

# 「フレイル予防」ではっらっライフ

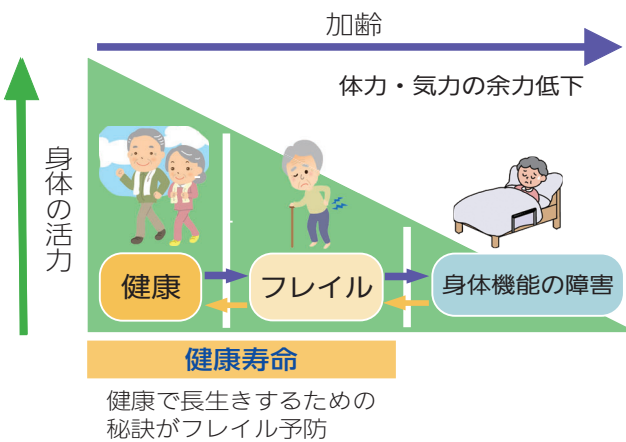
☎高齢者支援課 ☎2998-9120

## 「フレイル」をご存じですか

フレイルとは、病気ではないけれど、年齢とともに筋力や心身の活力が低下し、介護が必要な状態になりやすい「健康」と「要介護」の間の虚弱（frailty）な状態のことをいいます。



健康で長生きを目標に、フレイル予防を心掛けましょう。



## 「フレイル予防」の心掛け

フレイルであることに早めに気が付いて、適切な対策をとれば、元の健康な状態に戻ることもできます。多くの高齢者はフレイルを経て要介護状態に進むため、フレイルを遅らせることが元気に暮らす鍵となります。



# 高齢者インフルエンザ予防接種

☎保健センター健康管理課 ☎2991-1811 ☎2995-1178

**実施期間** 令和3年10月20日(水)～4年1月31日(月)  
**接種当日**、所沢市に住民登録をしている次のいずれかの方  
 ▶65歳以上 ▶60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の障害で障害認定1級程度  
**自己負担額**1,500円

**留意事項**  
 ▶年度内1回接種可能  
 ▶実施医療機関（下表）に予約して接種  
 ▶下表以外または県内の他市町村で接種を希望する方は、健康管理課に問い合わせ  
 ▶病気や発熱など、体調が悪いと感じる場合は接種を延期  
 ▶生活保護受給者は証明書が必要

▶新型コロナウイルスワクチンの接種とは13日以上の間隔をあけて接種  
 ▶お持ちの方は、新型コロナウイルスワクチン接種済証（※）を持参  
 （※申請が必要なワクチンパスポートとは異なります。）

## 実施医療機関

◎ワクチンの在庫状況などにより、希望の医療機関で接種できない場合があります。また、実施医療機関に変更が生じる場合があります。

	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
小手指地区	雨宮医院	2925-5370	あすみクリニック	2928-5881	アイリスクリニック所沢	2923-2921
	かないクリニック	2926-1001	伊藤内科	2922-2915	岩下悦郎消化器内科クリニック	2928-3636
	上新井くろかわクリニック	2903-7800	大木記念女性のための菊池がんクリニック	2928-7311	おくもとクリニック	2903-8320
	上新井さとうクリニック	2940-1156	かがやきクリニック	2991-7511	久我クリニック	2923-8005
	かわかつクリニック	2920-2200	賀古整形外科	2924-9771	黒須医院	2922-2069
	きたはたファミリークリニック	2947-0011	木下クリニック	2993-0007	佐々木記念病院	2923-1123
	小手指医院	2949-3118	くにとみ内科外科クリニック	2993-9213	瀬戸病院	2922-0221
	小手指整形外科	2947-3321	西部クリニック	2926-5851	デルタクリニック	2996-5157
	小手指タワークリニック	2920-1717	徳島内科クリニック	2929-6366	所沢診療所	2924-0121
	さいとう内科クリニック	2936-8700	所沢中央病院健診クリニック	2997-5500	所沢内科クリニック	2922-2210
	彩のクリニック	2949-1118	福元内科クリニック	2920-1155	西山内科医院	2925-3522
	鈴木内科医院	2922-6160	松が丘クリニック	2928-5666	はちす診療所	2993-0338
	所沢ハートセンター	2940-8611	むさしクリニック泌尿器科内科	2998-1850	平沢スリープ・メンタルクリニック	2941-2711
	豊川医院	2948-1122	荻野医院	2948-1181	星の宮クリニック	2921-3877
	ながさわ内科	2947-2001	さけみ眼科	2947-4382	溝渕内科医院	2922-8381
波多野医院	2924-7885	田中耳鼻いんこう科	2948-1166	峰の坂産婦人科	2923-4313	
はらこどもクリニック	2926-4333	所沢緑ヶ丘病院	2948-8181	宮本町内科クリニック	2903-1088	
堀江医院	2949-8811	中山内科医院	2926-8332	矢島整形外科	2995-3863	
やまさき内科クリニック	2929-8866	並木病院	2928-1000	柳内医院	2922-2005	
ロイヤルこころの里病院	2947-2466	新美内科	2948-5208	所沢秋津診療所	2945-8899	
富岡地区	葵クリニック	2937-5221	西埼玉中央病院	2948-1111	所沢市民医療センター	2992-1152
	おうえんポリクリニック	2990-5818	西島消化器・内科クリニック	2923-0005	所沢腎クリニック	2945-6600
	北所沢病院	2943-3611	陽だまりの丘クリニック	2935-7335	所沢第一病院	2944-5800
	木村医院	2942-5411	三浦クリニック	2938-2887	ほさか内科クリニック	2941-5731
	埼玉西協同病院	2942-0323	やまもとキッズクリニック	2938-7787	まつおか内科クリニック	2945-7911
並木地区	島内科医院	2926-0080	わかさクリニック	2949-2426	村田医院	2997-5051
	所沢メディカルクリニック	2943-1581	赤坂整形外科	2928-7450	矢倉内科クリニック	2945-5656
	愛クリニック	2937-3630	あだち内科クリニック	2929-0001	安松クリニック	2991-6446
	青木クリニック	2943-1036	今城内科クリニック	2939-2006	やましろ内科クリニック	2946-9322
	うだがわクリニック	2997-4880	かえで内科医院	2939-3555	横山医院	2944-9360
新所沢東地区	けやき内科	2995-2299	けやき台どんぐりクリニック	2923-8171	かわぐち内科クリニック	2951-1717
	こぶしクリニック	2993-5866	すぎうら乳腺消化器クリニック	2006-7115	くわのみ本郷クリニック	2946-8890
	みずの内科クリニック	2942-4100	高橋耳鼻咽喉科医院	2939-9108	豊原医院	2944-6433
	新所沢ひろ内科	2991-6767	ひろせクリニック	2920-2111	はらだクリニック	2945-8769
	梨子田内科クリニック	2996-3181	双葉クリニック	2922-5171	東所沢整形外科	2951-5201
新所沢東地区	マツバクリニック	2995-5131	前田クリニック	2920-4920	東所沢病院	2944-2390
	宮川医院	2992-3200	吉川外科胃腸科医院	2923-5670	桂医院	2924-0086
	山口医院	2943-3273	吉村内科医院	2922-2298	所沢明生病院	2928-9110
	吉岡クリニック	2942-3116			横田医院	2928-7117
					米島医院	2922-3675

# 令和4年度 入園申し込みスタート

☎保育幼稚園課 ☎2998-9126

令和4年4月からの幼稚園・保育園・認定こども園・地域型保育事業の入園申し込みに必要な願書・入園のしおりを配布します。

## 施設の種類の種類

施設	幼稚園 ※1	認定こども園		保育園	地域型 保育事業
		幼稚園部分	保育園部分		
対象年齢※2	3～5歳	0～5歳		0～2歳	
利用時間	朝～昼すぎ(夕方※3)		朝～夕方		
認定区分	1号認定		2・3号認定		3号認定
特徴	幼児期の教育	幼稚園部分と保育園部分を併せ持ち、地域の子育て支援も行う		保護者に代わって保育を行う	6～19人の小規模保育

※1…子ども・子育て支援新制度に移行済みの施設と、未移行の施設あり。未移行の幼稚園を利用する場合は、市への申請不要  
 ※2…4年4月1日時点の年齢  
 ※3…預かり保育により、夕方まで利用できる場合あり

## 教育・保育給付認定区分

- ▶ 1号認定…教育を希望する場合に申請
- ▶ 2・3号認定…保育が必要な場合に申請
  - 0～2歳は3号、3～5歳は2号に分類
  - 共働き世帯など、保育の必要な事由が必要



## 利用手続き

### 幼稚園・認定こども園(幼稚園部分)

- ◆願書配布
  - ☑場 10月15日(金)～/入園を希望する施設
- ◆願書受付
  - ☑場 11月1日(月)～/入園を希望する施設
  - ◎いずれも時間は各施設にお問い合わせください。

### 認定こども園(保育園部分)・保育園・地域型保育事業

- ◆入園のしおり・申請書類配布
  - ☑場 10月1日(金)～
  - ☑場 ▶市役所2階保育幼稚園課
    - (土・日曜、祝休日除く午前8時30分～午後5時15分)
    - ▶入所希望施設(開園日の午前8時30分～午後5時)
  - ◎10月1日(金)以降に市☎(Q入園のしおり)からも入手できます。
- ◆申請書類受付
  - ☑場 11月1日(月)～10日(水)
  - ☑場 ▶市役所2階204会議室
    - (土・日曜、祝日除く午前9時～午後4時)
    - ▶入所希望施設(開園日の午前8時30分～午後5時)
  - ◎郵送の場合は、11月1日(月)～10日(水)(消印有効)に書留郵便で〒359-8501保育幼稚園課に郵送してください。申請書類は、勤務先に記入してもらう書類など、事前に用意する必要がある書類を含むため、あらかじめ準備してから申し込みください。



## マイナンバーカードで入園申請ができます

マイナンバーカードをお持ちの方は、パソコンを使ってウェブで入園申請ができます。(カードリーダーなどが必要です)  
 ◎電子申請の場合でも、受付期間内に必要書類などを郵送・直接提出する必要があります。また、幼稚園・認定こども園(幼稚園部分)は対象外です。



## 高校・高専・専門学校・大学などの 入学準備金をお貸しします

☎子ども支援課 ☎2998-9124

令和4年4月から高校、高専、大学などへの入学に必要な費用を、保護者に貸し付けます。希望する方は、試験の可否にかかわらず、あらかじめ申請してください。借り入れには保証人が必要です。  
**保護者の要件** ▶引き続き2年以上市内在住▶市税の滞納がない、または非課税対象者で返還能力がある▶次の要件を満たす保証人がいる  
**保証人の要件** ▶引き続き2年以上市内在住▶市税の滞納がない▶独立の生計を営む20歳以上▶後見・保佐開始の審判、破産手続き開始の決定を受けていない▶申請日現在、本制度の借り受け人でない  
 ◎市内に保証人がいない場合はご相談ください。

**貸付上限**  
 ▶高校・高専(国・公立)…10万円  
 ▶高校・高専(私立)…30万円  
 ▶短大・大学など…40万円  
**返済期間** 3年以内(無利子/貸付後6カ月据え置き)  
**受付期間** 10月1日(月)～10月29日(金)に必要書類を市役所2階同課に直接  
 ◎締め切り後の審査会で認定者を決定します(所得判定あり)。詳細や必要書類は同課、市☎(Q入学準備金)でご確認ください。



## 市内小学校に入学する児童をサポート! 新入学学用品費を援助します

☎教育総務課 ☎2998-9232

令和4年4月に市内小学校に入学するお子さんの保護者で、経済的な理由でお困りの方に、新入学学用品費を入学前に援助します。  
**対象** 経済的理由でお困りの世帯(所得の目安は、4人家族で前年所得の合計が316万円未満)  
**支給額** 51,060円(予定)  
**支給時期** 4年2月下旬  
**留意事項** ▶同一世帯で、市内小・中学校に在籍の児童生徒がいる3年度就学援助の認定世帯は申請不要▶3年1月2日以降の転入者は、収入のある家族全員の3年度課税(非課税)証明書が必要▶就学援助の他の項目(給食費など)は、4年3月に受け付け開始

**受付期間** 11月1日(月)～12月28日(水)(消印有効)に▶振込口座(申請者名義)がわかるものを持ち、市役所6階教育総務課に直接▶申請書に振込口座の通帳の写しを添付し〒359-8501同課に郵送  
 ◎学校では受け付けできません。なお、申請書は就学時健診の際に配布します。同課、市☎(Q入学前支給)でも入手できます。



# お知らせ

## 10月の休日漏水修繕当番店

24時間(当日午前8時30分〜翌日午前8時30分)受け付けています。当番店に直接ご連絡ください。

日	当番店	電話番号
2日(土)	(株)木下商興	2948-1719
3日(日)	(株)あざま管工機械	2942-3771
9日(土)	(株)楽々	2923-4900
10日(日)	(有)サンワ管工	2998-5844
16日(土)	(有)松本設備工業所	2922-5911
17日(日)	(有)平塚設備工業	2923-5778
23日(土)	(有)石和設備工業	2993-8108
24日(日)	(有)本田技管	2948-1300
30日(土)	(株)槽谷設備工業所	昼2923-8888 夜2923-8349
31日(日)	(有)兼六工業	2922-1877

**!** 新型コロナウイルスの感染拡大の状況により内容変更の場合があります。市庁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9月17日時点のものです)。



## 施設の利用状況など

利用の制限など施設の状況は、市庁でご確認ください。利用の際は、マスクの着用など感染症対策にご配慮ください。



## イベントの中止など

中止が決定した主なイベントなどをお知らせします。かっこ内は当初の開催予定です。詳細やその他のイベントは各問い合せ先や市庁でご確認ください。

◆ 秋季もったいない市 (例年10・11月開催)  
資源循環推進課  
☎2998・9146



## 毎月第2・4土曜午前は休日開庁

一部の業務を行います。詳細は市庁(〇休日開庁)をご覧ください。



☎10月9日(土)・23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

## 祝 所沢と東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会

### 島川慎一選手(車いすラグビー)

市内在住の島川慎一選手ほか、東京パラリンピック・車いすラグビー日本代表が銅メダルを獲得されました。

### ゴールボール女子チーム

市民体育館に練習拠点を置く、ゴールボールの女子チームが銅メダルを獲得されました。

### イタリア 過去最多のメダル獲得

所沢がホストタウンのイタリア。同国オリンピックチームは歴代最多の金10個、銀10個、銅20個を獲得。市内で競泳、フェンシング、陸上などの事前キャンプを行った選手は金5個、銀2個、銅7個を獲得しました。

☆☆☆おめでとうございます!☆☆☆

☎企画総務課 ☎2998-9046

(並木除く)、上下水道局庁舎  
経営企画課 ☎2998・9027  
上下水道お客様センター ☎2921・10800

## とろざわ応援食事券 使用期間の延長

変更前 令和3年12月31日(金)まで  
変更後 令和4年1月31日(月)まで



## 市税の納期限

11月1日(月)は市・県民税(3期)、国民健康保険税(4期)の納期限です。期限内に納めてください。



## 生活困窮者自立支援金 申請期間の延長

総合支援資金の再貸付が終了し、収入や資産、求職活動の状況などの要件に該当する方を対象にした同支援金の申請期限が11月末まで延長されました。対象者には順次、案内を郵送していきます。



支給額(月額) ▼ 単身世帯…6万円  
▼ 2人世帯…8万円 ▼ 3人以上世帯…10万円

支給期間 3カ月間  
申請受付…同支援金受付窓口  
(所沢市社会福祉協議会) ☎080・6796・9944 審査・支給に関すること…生活福祉課 ☎2998・92001

## 改修工事による体育施設の利用停止

◆ 市民体育館サブアリーナ (防水工事)  
令和3年10月上旬〜4年2月末

◆ 総合運動場(照明灯LED化工事)  
3年12月〜4年2月末(予定)  
☎スポーツ振興課 ☎2998・9248

## 電気設備修繕による休館

◆ リサイクルふれあい館  
10月9日(土)・10日(日)・23日(土)・24日(日)  
◎ 10月11日(月)・25日(月)は臨時開館します。

◆ 東所沢エコステーション・粗大ごみ受付センター  
10月16日(土)  
☎2994・5374

## 2022年版埼玉県民手帳を頒布

10月14日(木)〜12月17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(並木除く) 価格 550円(税込) サイズ 14cm×9cm  
☎文書行政課 ☎2998・9043

## 息子や孫をかたる オレオレ詐欺に注意!

電話でお金のお話が出たら、警察に相談しましょう。  
☎所沢警察署 ☎2996・0110

## 新規加入者は交通災害共済の会費が半額に

加入者の会費から見舞金を支給する助け合いの制度です。10月1日(金)以降に加入する場合、令和3年度の会費が半額になります。



市内在住の方  
年会費(10月1日以降) ▼ 大人…300円 ▼ 中学生以下…150円

- ▶ 豚ひれ肉…一口大に切り、広げて④をもみ込む…① ▶ まいたけ…小房に分ける…② ▶ しめじ…石づきを切り落とし小房に分ける…③ ▶ にんにく…みじん切りに…④ ▶ 赤パプリカ…1cm程度の角切りに…⑤ ▶ ユズの皮…そぎ切りにして千切りに…⑥ ▶ サニーレタス…洗って一口大にちぎる…⑦

耐熱皿に②③④⑤⑥を入れ、ラップをして電子レンジで2〜3分加熱。ラップを外してユズのしぼり汁とすし酢を混ぜ合わせる…⑧

3 オリーブ油を入れたフライパンで①の両面を焼き、皿に並べ、上から⑧をかけて⑥のをせ⑦を添える

☎保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813

所沢市管理栄養士おすすめ! 健康レシピ

糖原病予防に♪ 秋

高タンパク・低脂肪のひれ肉と食物繊維豊富なきのこの組み合わせ♪

豚ひれ肉のきのこのコンソメスープ

エネルギー 126kcal  
タンパク質 18.0g  
脂質 3.5g  
塩分 1.1g

材料(2人分)  
豚ひれ肉…140g  
まいたけ…1/3パック(30g)  
しめじ…大1/3パック(65g)  
にんにく…小1/3片  
赤パプリカ…1/6個  
ユズのしぼり汁とすし酢…大さじ1/2  
ユズの皮…適宜  
サニーレタス…1枚  
塩こうじ…小さじ1  
A [こしょう…少々  
しょうゆ…大さじ1/2  
B [酒…小さじ1  
オリーブ油…小さじ1

▲健康レシピはクックパッドでも公開しています。

## クイズ 1

市内各地を自転車で行く移動できる手段は?

シェア○○クル



ヒント・2面 応募方法は15面



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▼療育手帳A、B▼精神障害者保健福祉手帳1級▼一定の障害があり、埼玉県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた

一定の障害 ▼身体障害者手帳4級の一定（音声または言語機能障害、下肢機能の著しい障害）▼精神障害者保健福祉手帳2級▼障害基礎年金1・2級

◎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。

申開 市役所1階障害福祉課に直接／ ☎2998・9116 2998・1147

特定在宅高齢者介護手当（旧・ねたきり老人等介護者手当）

対市内で要介護4以上の高齢者と同居し、在宅で介護をしている方

◎要介護者が直近1年間に▼6カ月連続して要介護4以上▼入院、施設入所、ショートステイなどが月7泊以内であることが条件です。

支給額 4万円（1世帯年度1回）、在宅介護リフレッシュ事業利用券2枚

申開 介護保険証、振込口座が分かるものを持ち、市役所1階高齢者支援課に直接／ ☎2998・9120



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、日本年金機構から年金請求書を郵送します。受給開始年齢または65歳になる月の3カ月前に郵送します。請求手続きは受給開始年の誕生日前日から可能です。

申開 年金生活者支給付金の請求書が同封されている方は忘れずに提出してください。

申開 所沢年金事務所 ☎2998・0170

合併処理浄化槽への転換補助金

対専用住宅の単独処理浄化槽またはくみ取り便槽を高度処理型合併浄化槽（処理対象人数10人槽以下）に転換する方

◎住居の新築や入居変更が必要な増設に伴う浄化槽の設置、申請前に着工した工事は対象外です。

補助限度額 ▼5人槽：62万4千円 ▼7人槽：66万6千円 ▼10人槽：76万5千円

申開 令和4年1月14日（金）までに市役所5階資源循環推進課に直接／ ☎2998・9146

◎予算に達し次第終了します。詳細や必要書類は同課、市役所（Q）浄化槽補助金で確認ください。

浄化槽の法定検査はお済みですか？

浄化槽は年1回の法定検査（浄化槽の機能が發揮されているかの確認検査）が義務付けられています。

費5千円（家庭用・10人槽以下）

対 埼玉県環境検査研究協会 ☎048・778・8700

野外での焼却はやめましょう

煙や悪臭の苦情が多く寄せられています。庭や家庭菜園などから出た雑草や枝葉などは、燃やせずに処分してください。

埋めて堆肥にしたり、家庭ごみとして集積所に出したりするほか、グリーンセンターへ自己搬入することもできます。

申開 環境対策課 ☎2998・9230

11月7日（日）は秋の環境美化の日

居住地周辺のごみを拾い、分別して指定集積所に出してください。収集車が午前10時から回収します。

留意事項 ▼当日集めるプラスチックごみ（ペットボトル含む）は汚れているため、当日に限り破砕ごみ類として分別▼家庭や事業所のごみ出しは禁止▼参加の可否は各自治会・町内会の判断

申開 生活環境課 ☎2998・9370

市有地の売り払い（一般競争入札）

所在地 東狭山ヶ丘1・51・18 地目 宅地 公簿地積 249.75㎡ 用途地域 第一種中高層 住居専用地域 入札日時 令和4年1月20日（木）午前10時

申開 同 市役所4階管財課で配布する案内をご覧ください。1月5日（水）〜14日（金）に同課に直接／ ☎2998・9053

ハロウィンジャンボくじ

ハロウィンジャンボくじとハロウィンジャンボミニアが同時発売されています。収益金は市町村のまちづくり



文化財散策をしませんか？

旧石川組製糸西洋館・旧黒須銀行 同時公開

しざきわえいいち 渋沢栄一が顧問を務めた同銀行は、当時の姿を残した土蔵造り。また、同西洋館の修復されたステンドグラスからは、かつての繁栄がしのべれます。



▲旧石川組製糸西洋館

日 10月9日（土）・10日（日）、11月5日（金）・6日（土） 午前10時～午後4時 場 同西洋館、同銀行（それぞれ入間市駅から徒歩約5分、約10分）



所沢・飯能・狭山・入間・日高市の広報紙で、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♪

申開 全国都市交通特性調査 全国の都市交通の特性や経年変化を把握するため、国土交通省が交通実態調査を実施します。無作為抽出した対象世帯に調査票を郵送しますので、ご協力をお願いします。



狂犬病予防注射

動物病院での狂犬病予防注射料の交付期間を11月30日（木）まで延長します。詳細は市役所（Q）狂犬病、生活環境課または動物病院にお問い合わせください。なお、費用は病院ごとに異なります。

申開 同課 ☎2998・9370



社会生活基本調査

生活時間の使い方や活動状況を調査し、暮らしや社会のための基礎資料として活用します。10月上旬から

COOL JAPAN FOREST構想の今！

申開 経営企画課 ☎2998-9027

もうチェックしましたか？ 所沢の文化・芸術を発信中



©角川武蔵野ミュージアム

所 沢市は埼玉県、(株) KADOKAWAと、文化・芸術を活用した観光を推進するための協定※を締結。アニメなどのサブカルチャーから成熟した伝統芸能まで、さまざまなコンテンツを発信しています。

※「埼玉県、所沢市及び(株) KADOKAWAの文化・芸術等の観光コンテンツ活用等における連携・協力に関する協定書」



同構想の詳細は市役所（Q）COOL JAPAN FOREST構想をご覧ください。

11月には、3万年を超える武蔵野の歴史的背景が作りあげた「食に関する地域の文化財」を紹介する展覧会を角川武蔵野ミュージアム内のギャラリーで実施予定♪ これからも「文化」の発信拠点・ところざわサクラタウンから目が離せませんね！

### 事業者の皆さんへ インボイス制度の導入

令和5年10月1日から、消費税の仕入税額控除の方式としてインボイス制度（適格請求書等保存方式）が始まります。インボイスの発行には事前の申請により、「適格請求書発行者事業者」となる必要があります。登録受付 3年10月1日(金)より、インボイスとは、登録番号のほか、一定の事項が書かれた請求書や納品書などのことです。登録申請はe-Taxがスムーズです。



同制度コールセンター ☎0120・205・5553（土・日曜、祝日除く午前9時～午後5時）

### 衛星放送視聴のための受信環境整備費用の助成は令和3年度まで

新4K8K衛星放送を全て視聴するには対応する受信設備が必要ですが、総務省では今年度まで改修経費の一部を助成していますので、交換を予

定している場合はご検討ください。詳細は「[放送サービス高度化推進協会](#)」をご確認ください。

電波漏洩対策コールセンター ☎0570・048・068



## 開催

**中止や変更の場合があります。**市庁や各問い合わせて最新情報を確認してください。参加の際は、マスクの着用など感染症対策にご配慮ください。

### いきいき健康体操教室（利用）

11月5日～12月24日の毎週金曜日 後0時45分～2時45分（全8回）

会場 スイミングクラブルネサンス新所沢（新所沢駅から徒歩10分）

市内在住で要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の方

抽選25人（初参加優先）  
水中運動、認知症予防講座  
10月13日(水)までに同施設に電話 ☎2942・6360（土・日曜、祝日、9月29日(水)・30日(木)除く午前10時～午後6時）



### 脳若返り講座

11月4日～12月23日の毎週木曜日 前10時～正午（全8回）

会場 セントラルフィットネスクラブ小手指（小手指駅から徒歩1分）

市内在住で要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の方

抽選25人（初参加優先）

脳体操、筋トレ、ミニ講話

飲み物、筆記用具、タオル、室内シューズ

10月12日(火)までにセントラルスポーツ(株)に電話 ☎03・5543

1888（土・日曜、祝日除く午前10時～午後6時）  
高齢者支援課 ☎2998-9120  
お達者倶楽部 活動発表会  
10月20日(水)午後1時～4時、21日(木)午前9時～午後4時、22日(金)午前9時～正午  
会場 市役所1階市民ホール  
パネルや手芸作品などの展示  
高齢者支援課 ☎2998-9120

### さいたまブロンコス ふれあいキャラバン隊

観光大使のプロバスケットボールチーム「さいたまブロンコス」の選手たちがコーチを務める、小学生向けバスケットボールスクールです。

11月～令和4年3月の間で全5回（各2日間）  
小学1～3年生：午後5時30分～6時30分  
小学4～6年生：6時45分～7時45分  
日程などの詳細は市庁(Q)ブロンコスふれあいキャラバン隊をご確認ください。



市市民体育館  
市内在住または在任の小学生  
各回申し込み先着20人  
バスケットボールクリニック、基礎トレーニング指導など  
市庁から電話  
問 商業観光課 ☎2998-9155

### 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  
10月～月・火曜：西部地域振興センター（並木）  
木・土曜：ラーク所沢（花園）

◆ 全年齢向け就職支援セミナー  
10月5日(火)午後2時～4時

◆ 市役所6階604会議室  
申し込み先着20人

◆ 面接会話術  
10月12日(火)午後2時～4時

◆ 女性向け就職支援セミナー  
10月12日(火)午後2時～4時

場所が一目で分かる地図に加え、直売所や生産者の写真もたくさん。農産物へのこだわりや思いなども掲載しています。新しいガイドマップで、安心して新鮮な地元の農産物をゲットしましょう！  
問 農業振興課 ☎2998-9158

## 農産物直売所ガイドマップをリニューアル!



### Point

- 市内を4つのエリアに分けて持ち運びサイズに
- 掲載店にはところらののぼり旗を設置
- 収穫時期カレンダーなどの便利機能も



ガイドマップは同課、まちづくりセンター、観光情報・物産館 YOI-TOKO、市庁(Q直売所)で入手できます。



所沢農産物が満載の「ところら農産物宝船」が目印♪

# あの人に贈りたい

## ～所沢ブランド特産品～

問 産業振興課 ☎2998-9157

陽子ファームのクラフトコンフィチュール  
陽子ファーム ☎2944-2681

### 自農園栽培のこだわりの果実と野菜

「安全でおいしいものを届けたい」という思いから、自農園で栽培した果実と野菜を使った、添加物・保存料不使用の「陽子ファームのクラフトコンフィチュール」。素材のもつ鮮やかな色合いと深い味わいは、見ても食べても楽しい、体が喜ぶ商品。子どもや健康志向の方にもピッタリです♪ジャムとしてはもちろん、フルーツソースとしてアイスクリームやヨーグルトにかけるのもおススメ。種類が豊富で季節によってラインナップが変わるので、ぜひお気に入りを見つけてみてください。  
※コンフィチュール…フランス語でジャムのこと。

所沢ブランド特産品  
所沢市認定 CERTIFIED

商品や販売店の詳細は  
同特産品HPをご覧ください。

### 仕事に役立つパソコン講座

① エクセル初級② エクセル応用  
11月18日(木)・19日(金)②11月20日(土)・21日(日)午前9時30分～午後4時30分（いずれも全2日）  
場 生涯学習推進センター  
市内在住でハローワークに登録中の求職者、市内在住・在勤の勤労者

### 社会人基礎力向上セミナー

11月2日(火)午後2時～3時45分  
場 市役所6階604会議室  
就労に悩む15～49歳の方（市外在住者も参加可）  
申し込み先着20人  
自己分析による社会人基礎力の理解・習得など  
問 10月2日(火)から若者自立支援センター 埼玉に電話 ☎048・255・8680（日曜・祝日除く午前9時～午後5時）

### 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  
10月～月・火曜：西部地域振興センター（並木）  
木・土曜：ラーク所沢（花園）

### 全年齢向け就職支援セミナー

10月5日(火)午後2時～4時  
市役所6階604会議室  
申し込み先着20人

### 面接会話術

10月12日(火)午後2時～4時

### 女性向け就職支援セミナー

10月12日(火)午後2時～4時

### さいたまブロンコス ふれあいキャラバン隊

観光大使のプロバスケットボールチーム「さいたまブロンコス」の選手たちがコーチを務める、小学生向けバスケットボールスクールです。

11月～令和4年3月の間で全5回（各2日間）  
小学1～3年生：午後5時30分～6時30分  
小学4～6年生：6時45分～7時45分  
日程などの詳細は市庁(Q)ブロンコスふれあいキャラバン隊をご確認ください。

市市民体育館  
市内在住または在任の小学生  
各回申し込み先着20人  
バスケットボールクリニック、基礎トレーニング指導など  
市庁から電話  
問 商業観光課 ☎2998-9155

### 仕事に役立つパソコン講座

① エクセル初級② エクセル応用  
11月18日(木)・19日(金)②11月20日(土)・21日(日)午前9時30分～午後4時30分（いずれも全2日）  
場 生涯学習推進センター  
市内在住でハローワークに登録中の求職者、市内在住・在勤の勤労者

### 社会人基礎力向上セミナー

11月2日(火)午後2時～3時45分  
場 市役所6階604会議室  
就労に悩む15～49歳の方（市外在住者も参加可）  
申し込み先着20人  
自己分析による社会人基礎力の理解・習得など  
問 10月2日(火)から若者自立支援センター 埼玉に電話 ☎048・255・8680（日曜・祝日除く午前9時～午後5時）

# 消費生活 トラブル注意報

消費生活センター ☎ 2998-9143

## マッチングアプリからの投資詐欺

**事例** マッチングアプリで知り合った人に勧められて、暗号資産（仮想通貨）に投資した。簡単に大きな利益を得られるという話だったので、取引サイトに口座を開設し、80万円入金した。後日、出金しようとしたらできず、投資を勧めた知人も連絡が取れなくなった。

### 今月のトラブル川柳

ネットでの  
出会いと投資にご用心



#### ☑ ここにご用心!

- ▶ マッチングアプリや出会い系サイトで知り合った人から、投資の勧誘を受けても安易に投資しない
- ▶ 金融庁・財務局での登録の有無など、暗号資産交換業者の情報を確認する

#### 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（祝休日、年末年始除く）

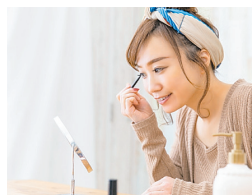
#### 市民活動支援講座

「所沢市で実現するSDGs」

- 日 10月30日(土)午後2時～4時
- 場 所沢まちづくりセンター
- 対 市内在住・在勤・在学の方
- 定 申し込み先着24人
- 内 SDGsの概要、ワークショップ
- 講 関東EPO・島田幸子さん
- 申 10月20日(火)午後5時に市民活動支援センターに電話/ ☎ 2998-83091

#### メイクアップ講座 ～目元華やかに持ち持ちやかし

- 日 10月19日(火)
- 場 26日(火)午前10時～正午/男女共同参画推進センターふらっと
- 定 各日申し込み先着15人
- 持 普段使っているメイク道具、髪留め、フェイスタオル、卓上鏡
- 講 ポーラザビューティ・野村温子さん



#### 発達障害児家族のつらい

- 日 10月12日(火)午前10時30分～正午
- 場 会場に直接お越しください。
- 定 17歳以下の児童の家族
- 申 松原学園 ☎ 2990-3488

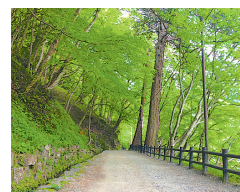
#### とろざわ親子で楽しむ運動あそび

- 日 10月9日(土)午前9時30分～11時
- 場 新所沢まちづくりセンター
- 対 おおむね2～6歳児と保護者
- 定 申し込み先着12組
- 持 上履き、脱いだ靴を入れる袋、フェイスタオル1人1枚、飲み物
- 申 10月4日(月)から
- 場 ことも支援センターに電話・電 ☎ 2922-2238



#### 狭山丘陵いきものふれあいの里センターのイベント

- ① 初めての自然観察会「バッタを探そう」
- 日 10月16日(土)午前9時30分～正午
- 場 小学生と保護者
- 定 申し込み先着8組
- 持 飲み物、マスク
- 費 300円
- ② 定例ガイドウォーク
- 日 10月2日(土)・3日(日)午後1時30分～2時30分
- 集 ① 同センター(下山口駅から徒歩15分)
- 申 ① 同センターに電話② 当日受け付け ☎ 2939-9412



#### とろざわ農工商連携商品フラッシュアップ販売会

市内農産物などを活用した農工商連携商品の販売会を開催します。消

#### 暮らしの相談

いずれも時間は受付時間です。先着順に受け付けます。  
◆ 特設行政相談 10月8日(金)午前10時～午後3時30分  
◆ 住宅増改築等相談 10月12日(火)午後1時～3時30分  
◆ 住宅リフォーム時の注意点など  
主催 埼玉建一般労働組合所沢支部



#### 司法書士の無料相談会

- 日 10月13日(水)午前10時～午後2時30分
- 場 不動産・相続など登記上の問題、法律問題
- 主 埼玉司法書士会所沢支部
- 【共通事項】
- 場 市役所1階市民ホール
- 問 市民相談 ☎ 2998-9092

#### 社会保険労務士の労働相談

- 日 10月15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
- 定 申し込み先着4人
- 内 賃金、解雇、就業など
- 申 10月8日(金)午後4時に産業振興課に電話/ ☎ 2998-9157

#### 所沢一日合同行政相談所(予約制)

国や県の行政機関、各工業団体が、



## ウォーキングイベントのご案内♪ オクトーバー・ラン&ウォーク2021

専用のアプリを使って、10月中のウォーキング歩数やランニング距離を競うイベント。「トコトコ健幸マイレージ(コバトン健康マイレージ)」とコラボし、県内自治体の参加者の平均歩数で競う、自治体対抗戦も! 「運動の秋」はたくさん歩いて、県内1位を目指しませんか。

- 日 10月1日(金)～31日(日)
- 申 専用のスマートフォンアプリをインストールし、「Sports net ID」に登録
- 主 主催 アールビーズスポーツ財団
- ◎ 詳細は市HP(Qマイレージイベント)または県HP、同財団HPをご覧ください。
- 問 健康づくり支援課 ☎ 2991-1813

#### チェック!

同時にトコトコ健幸マイレージアプリに新規登録すると抽選で豪華賞品が当たるかも!



#### 法の口過問記念 無料電話法律相談会

- 一般民事、家事、遺言・相続、多重債務などを弁護士に相談できます。
- 日 10月2日(土)午後1時～4時
- 相 談専用 ☎ 048-8663-1520
- 問 埼玉弁護士会法律相談センター ☎ 048-710-5666

#### クイズ②

COOL JAPAN FOREST  
構想の「文化」発信の拠点施設  
サクラタウン  
ヒント・9面 応募方法は15面

開業セミナー

10月30日(出)午前9時〜午後4時、11月6日(出)午前9時〜午後4時、20日(出)午前9時〜午後1時(全3回)



場所 所沢商工会議所(元町) 市内で開業予定または開業して5年未満の方 定申し込み先着20人

マンシヨン管理基礎セミナー

11月6日(出) 相談会:午前10時〜午後0時45分〜1時30分(受付) 入間市産業文化センター(入間市駅から徒歩12分)

入間市人権フェスティバル

11月16日(火)午後0時30分〜3時30分

ひとり親のためのパソコン教室

11月3日(木)・4日(金)午前10時30分〜午後3時30分(全2日)

所沢市社会福祉大会

10月5日(火)午後2時〜(開場1時) 市民文化センターミューズ

希望は11月2日(火)までに同課にお申し込みください。

所沢市社会福祉大会

今年を受賞者のみで開催します。10月5日(火)午後2時〜(開場1時) 市民文化センターミューズ

ひとり親のためのパソコン教室

11月3日(木)・4日(金)午前10時30分〜午後3時30分(全2日)

仕事に役立つワード講座

10月19日(火)までに埼玉県母子寡婦福祉連合会にメール・往復はがき

山口の魅せどころ

問地域づくり推進課 ☎2998-9083



狭山丘陵の自然と歴史ある地区 昨年、狭山湖ふれあい橋が完成。埼玉西武ライオンズの本拠地、メットライフドームもある

人に優しいまちづくり ~「できること」から実践~

山 口地区の皆さんが協力して、山口城址バス停の横に手作りのベンチを設置。「歩くのがつらいお年寄りが、しゃがんでバスを待つ姿をよく見かける」という声が寄せられたことが発端です。



▲手作りベンチと、山口を考える会の皆さん

これから地域の一一人の声を大切に、皆で知恵を出し合い、ともに考えながら「できること」を実践していきます!

“住んでよかった”が増えていく。このまちが“もっと”好きになる。



募集

所沢第二幼稚園の新入園児を募集

次の全てを満たす幼児 平成29年4月2日〜30年4月1日生まれ 申請日現在、市内在住 保護者が徒歩で送り迎え可能 通園時間が幼児の速度で約25分以内 定35人

埼玉県地球温暖化防止活動推進員を募集

地域での地球温暖化防止普及活動 任期 令和4年4月からの2年間 申請 11月30日(火)までに申込書を県・温暖化対策課に提出

会計年度任用職員の募集

詳細は市(☎)会計年度、募集担当課にお問い合わせください。

市民税課の①事務補助③申告受付補助を募集

期間中全日程勤務可能な方(土・日曜、祝日除く) 定①〜③合計で20人程度

令和4年1月13日(木)〜2月28日(月)午前9時〜午後3時

13日(木)〜3月31日(木)午前9時〜午後3時 ③4年2月15日(火)〜3月15日(火)午前8時〜午後5時の間で7時間

いずれも時間外勤務があります。 申請 10月12日(火) (必着) までに同課に応募

学習支援員を募集

小学校か中学校の教員免許がある方(見込み含む) 各教科の授業補助 定若干名

市民医療センターの①事務補助②看護師③夜勤専従看護師④看護助手を募集

①病院などの勤務経験がある方(社会福祉士有資格者優先) ②正看護師免許と看護業務経験がある方(資格不要(高校生不可))

学校給食センターの調理員を募集

調理 洗浄など(資格不要) 日 月 金曜1日5時間または6時間(給食実施日)

市民医療センター(上安松) 市民医療センターに応募

11月5日 1日7時間45分勤務/土・日曜、祝日勤務あり

学校給食センターの調理員を募集

立降指導(朝1時間・夕2時間程度)、交通安全教室など 募集学区 南小、上新井小、富岡小、若狭小

10月15日(金)までに防犯交通安全課に応募

発行時期 ①令和4年3月

発行部数 ①20万部②19万部 募集枠数 ①25枠②5枠

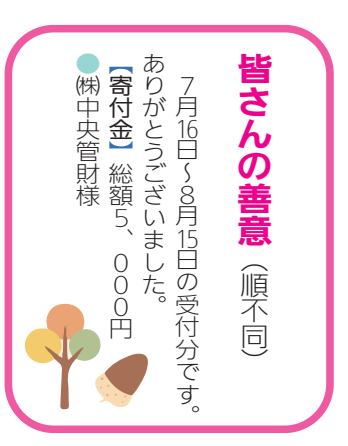
掲載料 ①2万円②4万円 申請 10月29日(金)までに申込書を①資源循環推進課②保健医療課に提出

いごも福祉の未来館内 喫茶室の運営事業者を募集

期間 令和4年1月1日〜8年12月31日(5年間) 募集要項は10月12日(火)から、こども福祉の未来館3階地域福祉センター、市(☎)喫茶室運営事業者募集

11月10日(火)〜18日(木)に必要書類を同センターに提出

皆さんの善意 (順不同) 7月16日〜8月15日の受付分です。 寄付金 総額5,000円



クイズ 3

「すぐ食べるなら、手前の物から選ぶ」という食品ロス削減のアクションは?



ヒント・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  
・詳細は健康ガイド（一部日程変更あり）や市HPをご覧ください



**!** 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9月17日時点のものです）。

## 妊娠の届け出は子育て世代包括支援センター「かるがも」へ

安心して出産を迎えられるよう、助産師・保健師がサポートします！保健センター内のかるがもで届け出をすると次の特典も♪  
▶ 選べる2種類の母子健康手帳 ▶ あなただけの「かるがもプラン」（妊娠→出産→子育て）の作成 ▶ 葉酸米のプレゼント  
なお、まちづくりセンターでの妊娠の届け出は令和4年3月末で終了します。



## 健康づくり支援課

☎2991-1813

中止になったイベントをお知らせします。かつこ内は当初の開催予定日です。

◆母親学級（栄養・歯科）（10月29日）  
次回は12月に開催予定です。電話相談は随時受け付けていますのでご利用ください。

両親学級 ☎10月14日（木）～18日（月）に電話・☎☎  
☎①11月25日（木）②11月27日（土）午前9時30分～11時 ☎出産予定日が①令和4年1月7日以降②1月9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 ☎各日抽選12組

乳幼児健康相談 ☎10月4日（月）から電話  
◆離乳食のおはなし会 ☎10月20日（木）  
◆乳幼児の食事相談 ☎10月25日（月）午前中  
◆歯科相談 ☎10月20日（木）午前中 ☎歯ブラシ  
◆身体計測・相談会 ☎10月28日（木）午前中 ☎母子手帳、バスタオル

離乳食教室 ☎10月5日（火）から電話  
◆ごっくん期  
☎11月24日（木）午前10時～11時15分 ☎令和3年5・6月生まれの乳児と親 ☎栄養士の講話 ☎申し込み先着20組  
◆もぐもぐ期  
☎11月26日（金）午前10時～11時30分 ☎令和3年3・4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20組  
◆かみかみ期  
☎10月22日（金）午前10時～11時30分 ☎令和2年11・12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20組

2歳児歯科健康教室 ☎10月4日（月）から電話・☎☎  
☎11月5日（金）または19日（金）午後0時45分～1時15分（受付） ☎平成31年3月～令和元年8月生まれの幼児 ☎歯科診察、エプロンシアター、歯磨き指導、栄養・育児相談 ☎各日申し込み先着25人

妊婦サロン（イルカ） ☎厚初から電話  
☎10月8日（金）午前10時～11時 ☎妊婦 ☎参加者同士の交流会 ☎申し込み先着10人

離乳食と歯のおはなしサロン ☎10月4日（月）から電話  
☎11月10日（木）午前10時～11時 ☎狭山ヶ丘コミュニティセンター ☎5カ月～1歳6カ月児と親 ☎離乳食と歯の相談 ☎申し込み先着16組

## 乳幼児健康診査

◆4か月・10か月児（個別）  
☎市内協力医療機関  
◆1歳6か月・3歳児（集団）  
☎保健センター  
▶ 集団の日程は市HPを確認 ▶ 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



## 聞いて納得！今すぐできる ☎10月4日（月）から電話・☎☎

健診結果活用講座★  
☎11月29日（月）午前10時～11時30分 ☎実施日の1年以内に特定健診（相当する検査も可）を受診した方 ☎血管年齢測定、保健師・栄養士の講話 ☎健診結果 ☎申し込み先着20人

## 成人健康相談 ☎随時電話

相談名	10月の実施日	時間
健康相談	6日（木）、27日（木）	午前
	13日（木）、20日（木）	午後
血糖値相談	4日（月）、25日（月）	午前
歯科相談	19日（火）	午前
栄養相談	7日（木）、14日（木）、21日（木）、28日（木）	午前
	リハビリ相談（骨盤のゆがみ改善・関節痛予防など）	8日（金）、22日（金） ◎来所が難しい方はご相談ください。

## 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～2時45分または3時～4時15分 ☎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 ☎社会参加を目指す個別訓練、生活指導など ☎6人 ◎送迎は応相談



ファミリー食育教室 ☎10月4日（月）から電話  
☎11月18日（木）午前10時～11時30分 ☎1～18歳の子どもと親 ☎講話「味覚を育てる「だしの味」～和食を楽しむ～」、調理デモ ☎申し込み先着15組（初参加優先）

ステキな大人の健康食教室★ ☎10月4日（月）から電話  
☎11月16日（火）午前10時～11時30分 ☎64歳以下の方 ☎講話「血糖値の高い人の食事～血糖値を上げない食べ方～」、調理デモ ☎申し込み先着25人（初参加優先）

すこやか栄養教室 ☎10月4日（月）から電話  
☎11月11日（木）午前10時～11時30分 ☎65歳以上の方 ☎講話「これ1品で栄養満点！時短レシピ」、調理デモ ☎申し込み先着18人（初参加優先）



成人歯科健康教室★ ☎10月4日（月）から電話  
☎11月25日（木）午後1時30分～3時 ☎講話「大人のための予防歯科」、歯科相談、効果的な歯磨き実習 ☎申し込み先着20人

## 健康管理課

☎2991-1811

## 結核検診（検診バス）の申し込みは10月1日（金）から！

☎11月17日（木）までに直接・電話・☎☎  
☎12月17日（金）午前9時30分～10時30分（受付） ☎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 ☎申し込み先着100人 ◎ボタンや金具のない上着で受診。結果は後日郵送。

## がん検診（検診バス）の申し込みは10月6日（水）まで

☎直接・電話・☎☎・健康ガイド付属のはがきで申し込み  
☎11月6日（土） ☎胃（バリウム検査）・肺・大腸がん検診



## こころの健康支援室 ☎2991-1812

精神保健専門相談 ☎要予約  
☎10月19日（火）午後2時～5時 ☎市内在住の18～65歳の方 ☎精神科医の相談



思春期こころの健康相談 ☎要予約  
☎10月28日（木）午後1時～4時 ☎市内在住・在学の高校生と保護者 ☎精神科医の相談

うつ病講座 ☎前日までに直接・電話  
☎10月29日（金）午後2時～4時 ☎防衛医科大学校病院精神科医・宮崎誠樹さん、臨床心理士・瀧村美保子さん ☎申し込み先着30人

発達障害講座 ☎前日までに直接・電話  
☎11月10日（木）午後2時～4時 ☎講話「発達障害の理解～まほろばの取り組みを通して～」 ☎埼玉県発達障害者支援センター「まほろば」・名取奈美さん ☎申し込み先着30人

## つどい ☎不要

つどい	開催日	時間
うつ病ご本人（精神科医参加）	10月7日（木）	
うつ病ご家族	10月5日（火）	午前10時～正午
強迫性障害ご家族	10月6日（水）	
発達障害ご家族	10月19日（火）	
自死遺族	10月9日（土）	午後1時～5時

## 健幸ワンポイント

### 生活習慣の見直しがカギ！身近な病気・糖尿病②

前号に引き続き、所沢市民に身近な病気である糖尿病をご紹介します。日頃のちょっとした習慣を見直し、健幸に過ごしましょう！

#### 食事の内容・順番・時間を意識

- ◆内容…麺類や丼物といった単品は早食いになりやすく、炭水化物が多いため肥満につながります。主食・主菜・副菜がそろった定食のような食事がお勧め。
- ◆順番…食べ物によって血糖値の上がり方が異なるので、副菜→主菜→主食の順で。
- ◆頻度・時間…1日3食を決めた時間にとると血糖値の上昇が緩やかに。おやつは量を決め、ゆっくり味わう。お酒は夜遅くを避ける、休肝日を設ける、量を減らすなどのルールを決めるとなお良し。ビールの適量は1日500mlです。



#### プラスワンの運動を！

通勤時の階段や、拭き掃除などの家事も有効。運動のタイミングも大切で、食後30～60分休んだ後、15～30分程度のウォーキングがオススメです。ぜひ「トコトコ健幸マイレージ」にも参加して、健康づくりをしながら、ポイントも貯めて景品を当てましょう！



☎健康づくり支援課 ☎2991-1813

★はトコトコ健幸マイレージのポイント対象です。

いいトコPhoto



▲私にそっくりなお友達  
あら、はじめまして！私にそっくりなお友達。お洋服も一緒だわ♡  
●りよみい（寿町）



▲いとこみんなで花火見物  
西武園ゆうえんちの花火、高い所できれいに見えたよ。みんなで見ると楽しいね  
●スー（山口）

みんなのひろば

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）



▲真夏の1ページ  
久しぶりに外遊び！びしょ濡れになってはしゃぐ2人にほっこり  
●すみパパ（緑町）



▲思いを乗せて  
パラリンピック会場に向かうブルーインパルス。空に向かって掲げたスリーアギトスでお見送り！  
●あかぴか（小手指町）



▲トンボの愛ランド  
暑い日、東川で見つけました。止まっていた石がハート型だったので気付いていたのでしょうか？  
●吉井十郎（牛沼）

誰でもエッセイ

小さな幸せの発見

まーぶる（東所沢）

小学生の頃、担任の先生がピアノで「エリーゼのために」を弾いてくれた。初めて聴く曲で、なんて素敵な曲なのだろうと、とても感動したのを覚えている。

娘が生まれて、幼稚園に通い始めた頃、中古のピアノを買って習わせました。大人になった今も、娘はピアノを続けている。私はいとうと、60歳を過ぎて仕事を辞め、やっとピアノに向き合っている。小学生の頃、聴くことだけしかできなかった自分が、今、憧れのピアノを弾いている。自分がやりたいと思う事をやっているのだ。

あの時の先生のピアノがあったから、娘がピアノを弾き、私もピアノを弾いている。自分には目に見える金メダルなんてないけれど、私は今幸せな思いでピアノを弾いている。

ありがとう、私の自転車

まゆみ（上新井）

3年前の夏の夜。自転車のタイヤがパンクし、修理するために自転車屋さんを持ち込んだ。すると、古すぎてメーカーにも修理部品の在庫がないとのこと。中学生の頃両親に買ってもらった、22年間大事に乗ってきた自転車が、まさか！頭の中が真っ白になった。

重いタイヤと気持ちを引かずには、とぼとぼと帰路についた私は1週間悩んだ末、自転車をそのお店で引き取ってもらうことを決意した。別の日、自転車をピカピカに磨き上げ、再びタイヤを引きずりながらお店に連れて行った。涙が溢れて止まらなかった。「ありがとう。元気だね」。いつも私の通学や通勤を支えてくれたこの自転車に、22年分の感謝を込めて金メダルを贈りたい。

テーマ「私の金メダル」



全ての人が金メダル

毛利真理子（東所沢）

テレビで見るとメダリストは首にメダルを掛けていますが、私はこの世には目には見えない金メダルもあると思っています。会社で働く、家事をする。日々暮らす中で何かをしている全ての人が金メダルを贈りたいです。

これから秋になっていきます。芸術の秋、食欲の秋。なんでもいので私にもやる気の芽が出て、目には見えない金メダルを掛けられるようにと願っています。

11月号のテーマ「勤労感謝」  
締め切り●10月10日(日)

11月23日(祝)は勤労感謝の日！  
家族のために働く人へ、  
毎日残業を頑張る自分へ、  
「ありがとう」の気持ちをつづってね♪



◀ひばりちゃんの壁紙を市HP（Qひばりちゃん）でダウンロードできます。



はつらつ  
とろろ

## バルーンアートで笑顔が膨らむ地域に



季節感溢れるバルーンアートでボランティア

こうやま かんじ  
**神山 勘次 さん** (北岩岡在住)

生まれも育ちも北岩岡。祖父の代から続く農業を営んでいる。自治会役員や民生委員・児童委員活動に長年携わり、地域活動に貢献。「雨で畑に出られない日は、絶好のバルーンアート制作日和だ」と話す神山さん。

「次は何を届けるかな」と目を輝かせて話す神山さんは笑顔がとても似合うアーティスト。



▲富岡まちづくりセンターの掲示板に泳ぐ神山さんのバルーンアートの金魚たち

待ち合わせ場所の富岡まちづくりセンターに着くと、巨峰や、チョウやガーベラなど色とりどりのバルーンアートに埋もれるように神山勘次さんが少し緊張した面持ちで待っていた。

バルーンアートとの出会いは、20年ほど前。当時民生委員・児童委員をしていて、子どもたちと接する機会が多かった神山さん。子どもたちが心弾ませるような事をしてあげられないかと考えていたある日、児童委員の活動でバルーンアート作りに誘われた。初めて作ったのは犬や猫など、簡単な物だったが、子どもたちは大喜び。そんな子どもたちの笑顔は神山さん自身がバルーンアートの楽しさに魅せられるには十分な動機となった。

ちょうど同じ頃、体調を崩し医師から禁酒を勧められたこともあり、仕事が終わってからの時間をバルーンアートの練習に費やすように。「上達には、とにかく数をこなすこと」。本を購入して何度も作り、作り方を覚えたら今度は本を見なくてもできるように練習を重ねる。バルーンの扱い方を手と指で習得していった。今ではレパートリーは優に50種類を超え、花だけでもチューリップ、スズラン、バラ、ヒマワリ、スイセンなど四季を楽しめる色鮮やかな作品ばかりだ。

神山さんのバルーンアートは地域でも

有名になり、富岡地区で毎年開催される三世代祭りでは子どもたちの人気コーナーに。しかし、コロナ禍でイベントが中止になり、バルーンアートを披露する機会はめっきり減ってしまった。それでも、保育園や高齢者施設など、ファンが待つ場所へは自宅で作ったバルーンアートを今も届けている。

神山さんのバルーンアートが楽しませるのは子どもたちだけではない。ボランティアで訪れる介護施設では、自分の干支をリクエストする人が多いという。今までは干支の中で唯一「丑」だけが作れずに悔しい思いをしたが、インターネットで牛の作成動画を見つけて何度も練習し、ついに作れるように。十二支をマスターしたと話す顔はとても満足気だ。



「雨で畑に出られない日や仕事が終わった後にバルーンアートを作るんだ」と話す神山さんには、自分の作品を待っている人たちの顔が思い浮かんでいるようだった。

1シーズンに新しい作品を1つ増やすことを目標にバルーンアートを作り続けている神山さん。「バルーンアートを見たときのみんなの驚く顔、喜ぶ顔が続けられる原動力」と誇らしげに話す。

今後は、恐竜やクジャクのような大作にもチャレンジしてみたいと、バルーンアートに懸ける想いは、細くそして長く続いている。その先に待つ笑顔や驚きに胸躍らせて。  
(取材：坂本)

## 今月のプレゼントクイズ!

あの山田うどんがタンメン専門店をオープン!  
**濃厚タンメン&彩の国黒豚の餃子 (6個)**  
(1,080円相当×50人)



豚骨と鶏がらの  
スープが  
食欲をそそる!



所 沢市民に愛される山田うどんの新業態「埼玉タンメン山田太郎」が中富南にオープン! (3面参照) 北海道産小麦を使ったもちもち麺が特徴で、ヘルシーな国産野菜をたっぷりりと味わえるタンメン専門店です。ジューシーな肉感で食べ応えのある彩の国黒豚の餃子とともに召し上がれ!

●埼玉タンメン山田太郎 所沢本店  
中富南2-26-1  
☎2943-3888  
(午前10時30分~午後10時/年中無休)  
◎閉店時間は変更となる場合があります。  
QRコード

### ◆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 (10月10日(日)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⑦10月号の感想を記入し、〒359-8501 広報課に郵送・市庁 (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、市庁 (Qプレゼント募集) をご覧ください。



## 読者感想文

- 離れて暮らす父親が認知症で他人事ではなく、自分や夫も物忘れが多くなってきて、「皆のこと」として考えることが大切だと思いました (小手指南・60代)
  - 認知症の母を介護しています。認知症の人と接する時の3つの「ない」を繰り返し自分の中に落とし込もうと思います (緑町・50代)
  - 認知症の義母に戸惑いを感じていましたが、支援の場所があることを知り活用したいと思いました (宮本町・60代)
- 編集から ● 身近に認知症の人がいる読者からの声が想像以上に多く寄せられました。認知症への正しい理解が浸透する地域を目指しましょう。

- 事前合宿で所沢に来ていたイタリア選手のメダル獲得は大変喜ばしいことだと思いました。オリンピックは終わりましたが、絆が繋がっていくことを願います (北野南・30代)
- 編集から ● コロナ禍で思うように交流できませんでしたが、「絆」というレガシーは多くの人の胸に残ったのでは?

- 「所沢のみどりをご案内」の記事を読んで、所沢には自然がたくさんあって住みやすい地域だなと改めて感じました (下安松・30代)
- 編集から ● 所沢のみどりを存分に楽しめる季節になりました。散策の際は、感染症対策を忘れずに!

## 編集後記

最近、街中でシェアサイクルを使っている人を見かける機会が増えてきたように感じます。実際に利用してみると、車では見過ごしてしまうような所沢の風景を発見したり、通ったことのない道を走ってみたり、爽やかな風を肌で感じたりすることができて、気分もリフレッシュ! 多聞院にも YOT-TOKO にもシェアサイクルステーションがあるので、紅葉見物や所沢の特産品を味わいに行ってみませんか? (坂本)

食欲の秋。10面で紹介した所沢ブランド特産品のサイトや農産物直売所ガイドマップを活用して、地元の商品・農産物を応援しつつ、自分の胃袋も元気にしたいですね♪ あと運動も忘れずに… (齋藤)

牛乳を買う時、つい奥の方から賞味期限が長いものを取っている自分。毎日飲むのですぐに飲み切ってしまうのに…。「てまえどり (5面参照)」を意識して、食品ロスの削減に挑戦してみます (宮崎)



▲8月下旬に見頃を迎えた比良の丘のひまわり畑。今年は散策路も整備され、花たちに囲まれながらカップルや家族連れなどがカメラを向けていました。  
写真：藤本えみ

# 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。



◀9月4日(土)～29日(水)にグランエミオ所沢にストリートピアノを設置。初日のオープニングイベントでは、公募で選ばれた市内の小学生などが演奏し、美しい音色を響かせました。  
写真：油井彩芽



▲9月14日(木)、市内在住で東京2020パラリンピック車いすテニスに出場した田中愛美選手が市長を表敬訪問。大会で使用したラケットを寄贈し、所沢市民の応援に感謝の言葉を伝えました。  
写真：久保純子



「ドングリのコマ! うまく回せるかな?」



「おもしろい...」



◀9月4日(土)、いきものふれあいの里センター周辺では、定例のガイドウォークが開催されました。ドングリを拾ったり、植物の特徴などを聞いたりしながら、緑生い茂る森の中を歩きました。  
写真：伊藤磨紀子



◀県内で集火後、分けられたパラリンピック聖火が8月19日(土)に所沢に到着。市役所1階市民ホールで藤本市長と小学生がランタンに火を移しました。  
写真：鳥居映助

▲発熱などの症状がある時、下記休日急患当番医の当番時間外など受診先に迷う場合は、本号4面「発熱などの症状がある時」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▶医療機関などが変更になる場合あり▶混雑などで受付時間変更あり▶地図などの詳細は所沢市医師会へ▶感染症拡大防止のため、受診の際は要事前問い合わせ(特に発熱のある方)

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
10月3日(日)	くにとみ内科外科クリニック	内、外	久米532-8	2993-9213
	みち眼科クリニック	眼	宮本町1-15-6愛善会ビル2階	2929-5670
	はちず診療所	小、内、アレ	くすのき台2-1-5	2993-0338
10月10日(日)	今城内科クリニック	内	緑町2-3-21	2939-2006
	所沢肛門病院	肛	小手指町1-3-3	2926-7521
	ほさか内科クリニック	循内、内、糖内、アレ、呼内、消内	東所沢和田1-1-8	2941-5731
10月17日(日)	かがやきクリニック	外、内、消、肛	久米593-8	2991-7511
	なかむら整形外科	整、リハ	東所沢和田1-1-8	2941-6636
	新所沢キッズクリニック	小	美原町2-2931-6	2990-3100
10月24日(日)	所沢診療所	内	宮本町2-23-34	2924-0121
	よしかわクリニック	眼	若狭3-2570-2	2938-1122
	吉岡クリニック	内、呼内	花園2-2351-18	2942-3116
10月31日(日)	上新井くろかわクリニック	整、皮、リハ、ペイン内	上新井1-25-10	2903-7800
	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
11月3日(祝)	鈴木内科医院	内	小手指町1-42-17	2922-6160
	高橋眼科医院	眼	西所沢1-19-16	2922-5776
	うだかわクリニック	内、循、呼、アレ、小	北原町1415-1	2997-4880
11月7日(日)	西山内科医院	内	喜多町14-7	2925-3522
	しんとこ耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	松葉町24-9拓植ビル2階	2927-5770
	黒須医院	内	宮本町1-2-4	2922-2069

## 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	×	×	○	×

◎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	×	○	○	×	○	○	○	○
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3日(日)・10日(日)・17日(日)・24日(日)・31日(日)、11月3日(祝)、7日(日)							

※1…要事前問い合わせ

◎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：10月3日(日)・10日(日)・17日(日)・24日(日)・31日(日)、11月3日(祝)、7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(24時間対応)	#7119 または ☎048-824-4199 ※は ☎048-831-0099(依頼書は県庁(Q救急電話相談)で入手)も対応可能。
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