

# 捨てれば『ごみ』でも分ければ『資源』

**Proud!**  
東日本大震災の復興を支援しよう  
**Japan**



①正しい分別がリサイクルの第1歩  
汚れを落としてから出しましょう!



③東部クリーンセンターでの選別作業  
人の手によってさらに選別しています。  
正しい分別にご協力を!



②収集 プラスチックごみは1日  
平均約17t集まります。



④プラベール  
(圧縮されたプラスチック)



⑤再商品化事業者へ搬出

## ごみを資源とするために 東部クリーンセンター

収集されたプラスチックごみには、汚れているものやペットボトルなどが混入しているため、人の手によって取り除いています。その後、再商品化事業者により、プラスチック製品や化学原料として再利用されます。ごみを資源として有効利用するため、皆さんもごみ箱に捨てる前に、もう一度「ごみの分け方・出し方」のルールを確認しましょう!

## 所沢市民憲章 (昭和62年3月制定)

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

## 特集 あなたと家族の命を火災から守るために設置していますか? 住宅用火災警報器 すべての住宅に設置が義務付けられています 2・3

税金の納期内納付にご協力をお願いします/平成23年所沢市議会第3回定例会報告 ほか	4
平成23年秋の全国火災予防運動/所沢市総合防災訓練 ほか	5
所沢市健康まつり/胃がん・肺がん検診(検診車)追加募集/保健センターからのお知らせ/児童館生活クラブ・児童クラブの入室児童を募集 ほか	6・7
<b>みんなのひろば</b> はつらつ野老っ子/ところざわ歴史まめ知識/おうちで食べよう! 所沢の学校給食/誰でもエッセイ ほか	8・9

<b>情報館</b> 社会保険料(国民年金保険料)「控除証明書」を郵送/埼玉県最低賃金の改定/若手経営者・新規創業者を応援します/暮らしの中の悩みごと相談/介護保険サービス利用料の助成 ほか	10・11
若者の就労・就職を支援/介護の日のイベント/『街づくり懇談会』に参加しませんか?/第29回消費生活展・記念講座/女性からの政策提言講座 ほか	12・13
放射線量等の独自測定の結果/市内観光名所をめぐる秋のバスツアー ほか	14
けんこう▶保健センターの事業	15
休日急患当番医/いきいき健康づくり(これからの季節の「感染症の予防」について) ほか	16

所沢市役所 〒359-8501・埼玉県所沢市並木一丁目1番地の1 ☎04-2998-1111(代表)  
発行・編集 総合政策部広報課 ☎04-2998-9024 ☎04-2994-0706

ホームページアドレス <http://www.city.tokorozawa.saitama.jp/>

◆ファックスでの問い合わせを希望する方は、広報課(☎04-2994-0706)へファックスしてください。



▲所沢市携帯サイト



▲ところざわほっとメール(市政情報・防災情報)

## 人口と世帯 (平成23年9月末現在)

人口	342,938人	前月比	+164人
男	171,129人		+60人
女	171,809人		+104人
世帯数	148,052世帯		+100世帯

# あなたと家族の命を火災から守るために 設置していますか？ 住宅用火災警報器



すべての住宅に設置が義務付けられています

## 住宅用火災警報器を設置しよう！ 市内在住Nさん一家の場合

住宅用火災警報器（以下「住警器」）はすべての寝室の天井や壁に、また寝室が2階にある場合には階段の天井にもあわせて設置してください。

うちも早く設置しないと！

えっ？ どこにつけるの？



なお、3階建て以上の住宅は、個別にご相談ください。また、マンション等で自動火災報知設備が設置されていれば、住警器を設置する必要はありません。

## 販売店にやってきたNさんは…

住警器には「単独型」と「連動型」があり、家電量販店、ホームセンター、防災設備取扱店などで購入できます。単独型は



どれがいいのかな？

煙などを感知した住警器だけが警報を発するのに対し、連動型は家の中に設置したすべての住警器が無線で火災信号を受け警報を発することで、より安全性が高まります。価格は単独型が1個2,000円程度から、連動型は1個6,000円程度から（親機と子機の価格は異なります）販売されています。



## 設置完了！これで我が家も安心だね

現在流通している住警器はほとんどが電池式です。天井や壁の上部にネジでとめるだけなので、ドライバーが1本あれば簡単に

単に取り付けることができます。「難しいな」と思ったら「住警器取り付けサポート」（下記参照）をご利用ください。

取り付けは意外と簡単だね

これで安心ね！



火災はあなたの大切な命や財産を一瞬のうちに奪ってしまいます。全国の住宅火災で亡くなる人は毎年千人を超え、その多くは就寝中などで火災に気づくのが遅れた「逃げ遅れ」によるものです。そこで、火災に早く気づき、大切な命を守ることを目的に、「住宅用火災警報器」の設置が法律で義務付けられました。所沢市では法律および条例の規定に基づいて、平成20年6月1日から、すべての住宅に「住宅用火災警報器」の設置を義務付けました。まだ設置されていない方は、火災から大切な命や財産を守るために、できるだけ早く設置しましょう。  
消防本部予防課 ☎2929-9121 ①2929-9121 ②2929-9128

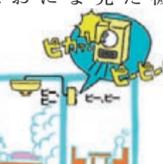
## 「煙式」と設置場所

住警器には煙を感知する「煙式」と熱を感知する「熱式」の2種類がありますが、設置義務がある寝室や階段には必ず煙式を設置してください。台所や居室への設置義務はありませんが、安全のため設置することをお勧めします。台所は、煙式・熱式のいずれでもかまいませんが、調理の煙等による誤報が心配な場合は、熱式をご選択ください。



## 聴覚に障がいをお持ちの方へ

住警器の大半は、音声で火災の発生を知らせますが、音とあわせて光や振動で火災の発生を知らせる機能を有した機器も販売されています。聴覚に障がいをお持ちの方はこうした機器をご利用ください。市では、火災発生の感知や避難が困難な重度障害者（単身世帯または単身世帯に準ずる世帯）が住警器を購入する場合、日常生活用具費として購入費用の一部を支給します。  
障害福祉課 ☎2998-1147 16 ②2998-1147



## 住警器取り付けサポート

住警器を購入したけれど「取り付け方がわからない」または「難しい」と困っているという場合は、消防職員や消防団員が直接お伺いして取り付けを行います。  
消防本部予防課 ☎2929-9121 13-11 ②2929-9121 ③2929-9128  
b2929121@city.tokorozawa.saitama.jp / 直接・電話・FAX・Eメール



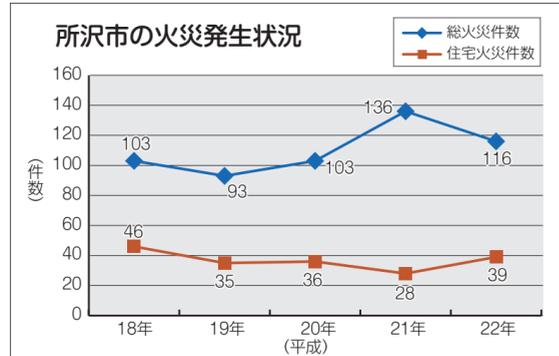
## 悪質訪問販売にご注意ください

住警器の悪質な訪問販売の被害が市内でも報告されています。「おかしいな？」と思ったら消防署などにお問い合わせください。



## 所沢市の住宅火災の現状

所沢市では、平成22年に39件の住宅火災が発生し、2の方が亡くなっています。また、平成18年から22年までの過去5年間の総火災件数に占める住宅火災件数の割合は、約2割から4割以上にもなり、毎年1～2の方が亡くなっています。



市内の住宅火災の現場  
全国の建物火災の死者のうち約9割が住宅火災による死者で、死亡原因の約6割が逃げ遅れによるものです。火災から命を守るためには、住警器が大きな役割を果たします。なお、所沢市の住警器の普及率は71%（平成22年）となっています。

## 住宅用火災警報器の効果と奏功事例

### ◆住宅用火災警報器の効果

消防庁の調査によると、平成20年から22年までの3年間に火災42,040件（放火または放火の疑いを除く）の死者数・焼損床面積・損害額について、住警器が設置されている場合は、設置されていない場合に比べ、被害状況がおおむね半減することがわかりました。また、1970年代後半から住警器の設置が国家的方針となつたアメリカでは、住宅火災による死者数が、70年代後半の6千人程度から90年代後半は3千人程度に半減しました。

### ◆奏功事例

これまでに市内では18件、全国では5,384件の住警器による奏功事例が報告されており、その効果が実証されています。  
事例1（市内）  
夫婦が2階で就寝中に1階の電気コードから出火しました。住警器の音に気づいた夫が、



の温度が上昇し、出火しました。住警器が作動したため、隣家の男性が自宅の消火器で消火しました。てんぷら火災による奏功事例は多数あります。

## 住宅用火災警報器をすでに設置している方へ

### 正常に機能するためには、維持管理が大切です

- ◆汚れている場合は清掃しましょう  
ほこりなどが付くと、火災を感知しにくくなりますので1年に1回を目安に乾いた布で汚れや、ほこりをふき取りましょう。
- ◆定期的に作動点検をしましょう

ひもを引く、あるいはボタンを押すなどにより作動状況を点検することができますので、時々作動点検をしましょう。

### ◆電池切れのときは

電池が切れた場合は、電池交換または本体ごと交換が必要です。住警器には、電池が切れそうになったとき、音や光で知らせてくれる機能があります。



## 滞納整理強化期間中の納税・相談窓口の開設日

窓口	開設日
休日納税相談窓口 (午前8時30分～午後5時)	11月27日(日) 12月25日(日) 1月29日(日)
夜間納税相談窓口 (午後5時～8時)	11月1日(火) 30日(水) 12月1日(木) 28日(水) 1月4日(火) 31日(火) 2月1日(水)

上記(滞納整理強化期間)以外の開設日は、広報とところざわ、市HPをご覧ください。

**市税等の内訳** 市・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税  
**場** 市役所2階収税課



「滞納整理強化期間」と定め、市税等の滞納整理を強化します。夜間・休日の納税・相談窓口の開設や電話催告の実施などにより、自主納付をお願いするとともに、納税意思のない滞納者に対しては、給与・預貯金・生命保険・不動産・不動産などの財産の差し押さえを実施します。



市・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税および国民健康保険税(以下「市税等」)は、納税者の皆さんが、指定された期限内までに自主的に納付していただくものです。多くの方は期限までに納付してありますが、さまざまな理由により滞納となっている方がいます。本市をはじめ、県内63市町村と埼玉県では、11月・12月・1月を

「滞納整理強化期間」と定め、市税等の滞納整理を強化します。夜間・休日の納税・相談窓口の開設や電話催告の実施などにより、自主納付をお願いするとともに、納税意思のない滞納者に対しては、給与・預貯金・生命保険・不動産・不動産などの財産の差し押さえを実施します。

◆**納税には便利な口座振替をご利用ください**  
 市税等の納付には、納め忘れもなく、手間も省ける口座振替が便利です。  
 口座振替の申し込みは、市役所、各まちづくりセンター(並び木を除く)なら



◆**コンビニエンス・ストアからも納付できます**  
 市税等の納税通知書をお持ちの方は、全国のコンビニエンス・ストア(以下「コンビニ」)からも納付できます。取扱店は納税通知書に記載されていますのでご確認ください。

◆**コンビニエンス・ストアからも納付できます**  
 市税等の納税通知書をお持ちの方は、全国のコンビニエンス・ストア(以下「コンビニ」)からも納付できます。取扱店は納税通知書に記載されていますのでご確認ください。



# 税金の納期内納付にご協力をお願いします

11月・12月・1月は滞納整理強化期間です!

市税等は、安心して暮らすための貴重な財源です。未納となっている方は早急に納付してください。

◆**コンビニエンス・ストアからも納付できます**  
 市税等の納税通知書をお持ちの方は、全国のコンビニエンス・ストア(以下「コンビニ」)からも納付できます。取扱店は納税通知書に記載されていますのでご確認ください。

◆**コンビニエンス・ストアからも納付できます**  
 市税等の納税通知書をお持ちの方は、全国のコンビニエンス・ストア(以下「コンビニ」)からも納付できます。取扱店は納税通知書に記載されていますのでご確認ください。

◆**コンビニエンス・ストアからも納付できます**  
 市税等の納税通知書をお持ちの方は、全国のコンビニエンス・ストア(以下「コンビニ」)からも納付できます。取扱店は納税通知書に記載されていますのでご確認ください。

◆**コンビニエンス・ストアからも納付できます**  
 市税等の納税通知書をお持ちの方は、全国のコンビニエンス・ストア(以下「コンビニ」)からも納付できます。取扱店は納税通知書に記載されていますのでご確認ください。



◆**コンビニエンス・ストアからも納付できます**  
 市税等の納税通知書をお持ちの方は、全国のコンビニエンス・ストア(以下「コンビニ」)からも納付できます。取扱店は納税通知書に記載されていますのでご確認ください。

◆**コンビニエンス・ストアからも納付できます**  
 市税等の納税通知書をお持ちの方は、全国のコンビニエンス・ストア(以下「コンビニ」)からも納付できます。取扱店は納税通知書に記載されていますのでご確認ください。



## 市税の過料規定の見直しについて

国税・地方税の罰則規定の見直しに伴い、所沢市税条例の一部改正が平成23年所沢市議会第3回定例会で可決され、9月30日に公布されました。公布日から2か月後の11月30日(水)から下記のとおり過料の引上げまたは新設を行いますので、期限内申告等の遵守をお願いします。

条番号	規定内容	改正内容
① 第19条	市民税の納税管理人に係る不申告に関する過料	過料を3万円以下から10万円以下へ引き上げる
② 第28条の4	市民税に係る不申告に関する過料	
③ 第36条の9	退職所得申告書の不提出に関する過料	
④ 第49条	固定資産税の納税管理人に係る不申告に関する過料	
⑤ 第61条	固定資産に係る不申告に関する過料	
⑥ 第75条	軽自動車税に係る不申告等に関する過料	
⑦ 第105条	特別土地保有税の納税管理人に係る不申告に関する過料	
⑧ 第114条の4	事業所税の納税管理人に係る不申告に関する過料	
⑨ 第114条の15	事業所税に係る不申告に関する過料	
⑩ 第87条の2	たばこ税に係る不申告に関する過料	
⑪ 第111条の2	特別土地保有税に係る不申告に関する過料	

◆**上記表中の①②③⑥⑧⑨⑩**について…市民税課  
 ☎2998-9064 ☎2998-9409  
 ▶**上記表中の④⑤⑦⑪**について…資産税課  
 ☎2998-9068 ☎2998-9409

## 平成23年所沢市議会第3回定例会報告 予算の補正や条例の制定など32議案を可決しました

平成23年所沢市議会第3回定例会は、8月31日(9月21日の22日間の会期で開かれ、市長は44議案を提出し、審議の結果、閉会中に審議される決算認定議案を除く32議案について原案どおり可決されました。

◆**また、議員提出議案7件についても原案のとおり可決されました。**  
 なお、請願については、2件が採択されました。

◆**補正予算**：3件(一般会計1件、特別会計2件)  
 ◆**条例関係**：13件(制定1件、一部改正12件)  
 ◆**指定管理者の指定**：11件  
 ◆**協議**：1件(埼玉県市町村総合事務組合)  
 ◆**協議会の廃止**：1件(埼玉県西部第一広域行政推進協議会)  
 ◆**市道路線の認定・廃止**：3件(認定2件、廃止1件)  
 ◆**平成22年度決算認定**：12件(一般会計1件、特別会計9件、事業会計2件)  
 ・決算特別委員会に付託されました。

◆**議員提出議案**：7件  
 ◎市議会の詳細は「市議会だより」(議会事務局発行)、または市HP(「市議会」をクリック)をご覧ください。



## 所沢市議会「議会報告会」

議会基本条例に基づき、第3回定例会における審議の内容や過程等を説明し、意見交換を通して市民の皆さんの意を市政に反映させることを目的に報告会を行います。

◆**日時** ①11月19日(土)午後2時～／吾妻公民館  
 ②11月24日(木)午後7時～／柳瀬公民館

◎会場へ直接お越しください。

◆**問合せ** 議会事務局 ☎2998-9256 ☎2998-9222

◎**詳細**は市HP(「市議会」をクリック)をご覧ください。



# 11月9日(水)～15日(火) 平成23年秋の全国火災予防運動

全国統一防火標語

**消したはず  
決めつけしないで  
もう一度**

火災が発生しやすい時季を迎えるにあたり、火災予防思想の一層の普及を図ることで火災の発生を防止するとともに、万が一発生してしまった火災でも被害を最小限にとどめ、尊い生命と貴重な財産の損失を防止することを目的として行われます。

## 火災予防重点目標

- 住宅防火対策の推進
- 放火火災・連続放火火災防止対策の推進

## 火災予防イベント

- 特定防火対象物等における防火安全対策の徹底
- 製品火災の発生防止に向けた取り組みの推進
- 震災時における出火防止対策等の推進
- 消火器の適切な維持管理
- 乾燥時および強風時の火災発生防止対策の推進



火災予防ポスター「最優秀賞」  
新井春菜さん(富岡中学校3年生)の作品



火災予防運動

内 泉町保育園、消防団、消防音楽隊による防火を呼びかける演奏および演技等

◆火災予防ポスター展  
日 11月9日(水)～11日(金)  
場 市役所1階市民ホール  
内 市内の小・中学生が描いた火災予防ポスターを展示

消防本部予防課  
☎2929-9121  
☎2929-9128

## 11月26日(土) 所沢市総合防災訓練を実施

3月11日に発生した東日本大震災を教訓に自治会・自主防災組織を中心とした自主防災活動訓練と市役所に災害対策本部、各まちづくりセンターに現地災害対策本部を設置する実践的な訓練を実施します。



▲水消火器訓練の様子

日 11月26日(土)午前8時～正午  
訓練内容 情報収集・伝達訓練、避難誘導訓練、避難者名簿作成訓練等  
◎訓練時間・内容は各会場で異なります。

地区	会場	地区	会場	地区	会場
所沢	所沢小学校		北秋津小学校		向陽中学校
松井	松井小学校	吾妻	荒幡小学校	新所沢	所沢中学校
	牛沼小学校		南陵中学校		緑町中央公園
	安松小学校		南小学校		美原小学校
	東中学校		松が丘中央公園		美原中学校
	安松中学校		並木小学校		所沢北高校
富岡	富岡小学校	並木	若松小学校	山口	山口中学校
	熊野神社		中央小学校		泉小学校
	生涯学習推進センター		栗の木公園		椿峰小学校
小手指	小手指小学校	柳瀬	柳瀬小学校	三ヶ島	若狭小学校
	北野小学校				三ヶ島小学校
	上新井小学校				
	北中小学校				

◎当日は、午前8時から防災行政無線(放送塔)により訓練のための放送を行います。近隣の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。  
☎危機管理課☎2998-9399 ☎2998-9042

## 所沢市 防犯のまちづくり 市民大会

犯罪や事故のない安全で安心して生活できる地域社会の実現を図ることを目的として、市民大会を通じて地域安全活動組織の基盤の強化を図り、地域安全活動の重要性を改めて認識するために実施します。

日 11月10日(木)午後1時～4時

場 市民文化センター  
ミューズ・中ホール

◎入場無料です。入場者全員に、防犯グッズ等を差し上げます。

講 元長崎県警本部長・石附 弘さん



▲石附 弘さん

◎埼玉県警察音楽隊によるアトラクション等があります。

☎防犯対策室☎2998-9090  
☎2996-0015

## ダイアプラン防災講演会

埼玉県西部地域まちづくり協議会(通称ダイアプラン/所沢市、飯能市、狭山市、入間市)では、4市市民の交流促進に向けて多くのイベントを共同開催してきました。

今回は、「想定外を生き抜く力」をテーマとして防災講演会を開催します。

日 11月23日(祝)午後1時～2時45分(開場…0時30分)

場 狭山市市民会館大ホール(西武新宿線「狭山市駅」西口から徒歩約8分)

◎ご来場の際は、公共交通機関をご利用ください。

講 群馬大学広域首都圏防災研究センター長・片田敏孝さん



▲片田敏孝さん

◎会場へ直接お越しください。  
☎企画総務課☎2998-9046  
☎2994-0706

## 所沢市消防団特別点検

消防団の厳正な規律や消防技術を市長が点検し、その勇姿を多くの市民の皆さんに披露するため、毎年恒例の消防団特別点検を行います。ぜひ、ご覧ください。



日 11月20日(日)午前8時30分～11時50分

場 富岡中学校

内 消防団員の規律や日ごろ訓練した消防技術についての市長点検や消防車の行進、放水訓練など

◎当日は、午前7時に東消防署北分署(神米金)でサイレンが鳴ります。火災と間違えないようにしてください。ご理解とご協力をお願いします。

☎消防本部警防課  
☎2929-9122 ☎2929-9129

## 11月6日は、秋の環境美化の日

居住地周辺の道路、公園、水路等のごみを分別し、午前10時までに指定集積所に出してください。市の収集車などが、午前10時ごろから回収を始めます。

分別方法 ▼燃やせるごみ ▼破砕ごみ類(容器包装以外のプラスチック、金属類、陶磁器、ガラス類、皮革類等) ▼びん・かん

### 【注意事項】

▼「環境美化の日」に集められるプラスチックごみ(ペットボトル等を含む)は、道路や水路等に散乱している汚れたごみのため、この日に限り、破砕ごみ類として分別してください。

▼「環境美化の日」は、道路等の公共の場にポイ捨て・放置されたごみを回収する清掃活動です。家庭や事業所等で不用になった自転車・家具・家電品等の粗大ごみは、出さなくてください。

▼各町会、自治会で「環境美化の日」に一斉美化清掃活動が実施できない場合には、別の日に実施できます。

☎生活環境課☎2998-9370  
☎2998-9195

## 皆さんの善意

【愛の福祉基金】 ●(株)中央管財様(5千円) ●埼玉土建一般労働組合所沢支部様(30、250円) ●やきとり「チューちゃん」様(10、870円)

【所沢市緑の基金】 ●自由民主党埼玉県所沢支部松井地区様(51、534円)

【市庁舎へ】 谷川康夫様(油絵1点)

※8月16日～9月15日の受付分です。ありがとうございました。

11月13日(日)

## 元気発信とろろざわ 第24回 所沢市健康まつり



健康まつりは、皆さんの健康増進のための催しです。医師・歯科医師等による健康相談から家族で楽しめるイベントや模擬店などがあります。お誘い合わせのうえ、ぜひ、お越しください。

**会場** 11月13日(日)午前10時～午後3時 / 保健センター(上安松1224-1)



**内容** 医師による健康相談  
 ▼ 歯科医師による歯科相談  
 ▼ 葉の相談コーナー  
 ▼ 鍼灸の体験治療  
 ▼ 接骨師による痛みの相談  
 ▼ 食育に関するパネル展示  
 ▼ 子どもたちへ伝えるたいおふくろの味の献立と試食  
 ▼ 生ごみリサイクルの

### 交通アクセス(バス)

◆ **ところバス利用**  
 ▼ 所沢駅東口から南路線吾妻循環コースで「保健センター」下車  
 ▼ 航空公園駅東口から東路線松井循環コース(左回り)または南路線山口循環コース(右回り)で「保健センター」下車  
 ◆ **路線バス利用**  
 ▼ 所沢駅東口③番乗り場から航空公園駅経由エスステイ所沢行または航空公園駅行で「市民医

療センター入口」下車  
 ▼ 航空公園駅東口②番乗り場から所沢駅東口行で「市民医療センター入口」下車  
**問** 保健センター母子保健課  
 ☎ 2991-1811  
 ☎ 2995-1178

限りある資源を大切に！  
 リサイクルイベント

ダイアプラン清掃部会では、ごみの減量・資源化を推進するため健康まつりで古着の頒布などを行います。  
**日** 11月13日(日)午前10時～午後3時  
**場** 保健センター



**内** 古着・古布や陶磁器の頒布、廃油せっけんの無料配布、ごみの減量に関するパネル展示  
 ◎ リサイクル品の頒布や募金によって得た収益は、東日本大震災の義援金として日本赤十字社を通じて被災地に届けます。  
**問** 資源循環推進課 ☎ 2998-9394  
 ☎ 146 ☎ 2998-9394

## 保健センターからのお知らせ

**問** 保健センター成人保健課・母子保健課  
 ☎ 2991-1811 ☎ 2995-1178

### ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチン接種を助成



ヒブワクチン・小児用肺炎球菌ワクチンは、乳幼児における細菌性髄膜炎等の重症感染症を予防する効果があります。接種を希望する方は、市内協力医療機関で、予約のうえ接種してください。

◎ 市内協力医療機関は、**市HP**をご覧ください。  
 ◎ 接種日に市内に住民登録または外国人登録をしている生後2か月以上5歳未満の方

**実施期限** 平成24年3月31日(土)  
**費** 全額公費助成(無料)  
**持** 予診票・母子健康手帳・住所を  
 確認できるもの(保険証等)

◎ 予診票は市内協力医療機関・保健センターにあります。  
**【注意事項】**  
 ▼ 対象年齢以外の方や市内協力医療機関以外での接種は、公費助成の対象にはなりません。  
 ▼ 任意の予防接種です。法律上の義務はありませんので、保護者の判断で受けてください。  
**問** 保健センター母子保健課  
 ☎ 2991-1811

### 日本脳炎予防接種の特例措置

平成17年度から21年度にかけての日本脳炎予防接種の積極的勧奨の差し控えにより、接種を受ける機会を逃した方の接種期間が拡大されました。接種を希望する方は、



### 高齢者インフルエンザ予防接種 実施医療機関の追加

広報とろろざわ10月号7頁でお知らせした医療機関に追加がありましたので、お知らせします。  
**医療機関名** 並木病院(東狭山ヶ丘5-2753) ☎ 2928-1000  
**問** 保健センター成人保健課  
 ☎ 2991-1811

### 成人歯科講演会 丈夫な歯ぐきで歯つらつ人生



**日** 11月15日(火)午後1時30分～3時30分  
**講** 東京歯科大学口腔健康臨床科学講座 准教授・渋川義宏さん  
**持** 予診票・母子健康手帳・住所を確認できるもの(保険証等)  
**定** 申し込み先着180人  
**申** 11月1日(火)から保健センター成人保健課 ☎ 2991-1811  
**問** 保健センター母子保健課  
 ☎ 2995-1178 へ電話  
 ・FAX

## 胃がん・肺がん検診[検診車] 追加募集

対 市内在住で昭和47年3月31日以前に生まれた方

	日時	場所	定員	費用
胃がん	11月18日(金)	市役所西口広場	いずれも申し込み先着20人	1,000円
	11月19日(土)	保健センター駐車場		
	12月1日(日)	市役所西口広場		
肺がん	12月7日(水)	市役所西口広場	申し込み先着30人	500円(喀痰検査…700円)

◎ 定員になり次第締め切ります。受診券は後日郵送します。

### 【留意事項】

▶ 市民税非課税世帯、および生活保護受給者の方は費用が免除になります(証明書が必要)。▶ 胃がん検診はデジタル画像診断装置(下記参照)で行うバリウムによる検査です。  
 ▶ 今年度市が行う胃・肺がん検診を受診済みまたは受診予定の方は、ご遠慮ください。

**申** 保健センター成人保健課 ☎ 2991-1811 へ電話

◆ 保健センターでは8月から胃がん・肺がん検診がデジタル化されました

デジタル画像診断により、フィルム撮影に比べて、より鮮明な画像を得る事ができ、以前の画像との比較や検討することも容易になりました。また、検査時間も短縮されます。



▲ デジタル画像診断装置

**問** 保健センター成人保健課

☎ 2991-1811 ☎ 2995-1178

## 所沢市国民健康保険特定健康診査の受診はお済みですか?



健康には自信あるけど、家族のために健診に行くよ!

### 30歳代健診(申込制)

30歳代の方には、血圧や血液・尿検査など特定健康診査と同様の内容で、自己負担額800円の「30歳代健診(申込制)」をご案内しています。

40歳から74歳までの方へ、特定健康診査受診券を郵送しています。

受診券は再発行することができますので、お気軽にお問い合わせください。

特定健康診査は予防のための健診です。年に一度、忘れずに受診しましょう!

**問** 国保年金課 ☎ 2998-9131 ☎ 2998-9061

## 児童館生活クラブ・児童クラブの入室児童を募集します

児童館生活クラブおよび児童クラブは、保護者が仕事などで昼間家にいない児童（小学生）が、放課後、安心して過ごすことができる場所です。次のとおり、平成24年度の入室児童の募集を行います。

**対象児童** 小学1年生～6年生（低学年を優先）

**申込期間** 12月5日(月)～17日(土)

**申込書の配布** 11月1日(火)から入室を希望する下表の施設および市役所2階青少年課で配布

**申込場所** 入室を希望する施設へ直接

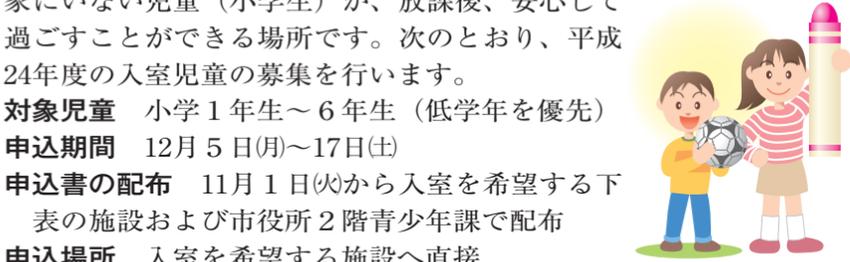
**配布・申込時間** ▶児童館／午前9時～午後6時30分（日曜日・祝休日を除く）▶児童クラブ／午前11時～午後6時30分（日曜日・祝休日を除く）▶市役所2階青少年課（配布のみ）／午前8時30分～午後5時（土・日曜日、祝休日を除く）

◎申込書は市HPからも入手できますが、申し込み受け付け場所は、入室を希望する施設です。なお児童クラブの土曜日の配布・申込時間はクラブにより異なりますので、事前にお問い合わせください。

☎入室を希望する施設または青少年課 ☎2998-9103 ☎2998-9035

### ◆児童館生活クラブ、児童クラブ一覧

	施設名	所在地	電話番号
児童館生活クラブ	ひばり児童館	北有楽町26-21	2926-8669
	こばと児童館	小手指町1-28-3	2924-3065
	つばめ児童館	久米783-1	2922-0410
	つばき児童館	山口5057	2923-6155
	すみれ児童館	若狭1-2966-5	2949-3826
	さくら児童館	並木8-3	2998-5912
	わかば児童館	和ヶ原3-266-2	2948-3222
	まつば児童館	上安松952-2	2995-0995
	みどり児童館	緑町3-16-7	2928-8414
	やなぎ児童館	東所沢4-16-4	2944-8819
	ひかり児童館	中富南4-4-1	2996-3995
児童クラブ	若松児童クラブ	下新井1231-2	2992-0341
	三ヶ島児童クラブ	三ヶ島3-1416-9	2948-7578
	西富児童クラブ	岩岡町715-2	2924-5488
	若狭児童クラブ	若狭4-2496-5	2948-2547
	伸栄児童クラブ	中新井1-784-1	2942-4101
	明峰児童クラブ	北有楽町26-20	2922-0413
	林児童クラブ	和ヶ原3-99-5	2949-1923
	宮前児童クラブ	東狭山ヶ丘6-2792	2926-8327
	美原児童クラブ	並木5-1	2995-2656
	第二美原児童クラブ	並木5-1	2993-6235
	上新井児童クラブ	上新井5-60-1	2925-3175
	第二上新井児童クラブ	上新井5-36-13	2968-6120
	北秋津児童クラブ	北秋津623	2995-1945
	牛沼児童クラブ	牛沼21	2994-8800
	富岡児童クラブ	下富647-5	2943-2788
	泉児童クラブ	山口511-1	2925-4444
	中富児童クラブ	中富1674-17	2942-2043
	椿峰児童クラブ	小手指南4-17-10	2949-0627
	安松児童クラブ	下安松839-2	2944-5761
	荒幡児童クラブ	荒幡514-1	2924-4803
	松井児童クラブ	上安松407-2	2998-4949
	東所沢柳瀬児童クラブ	東所沢2-29-5	2944-4032
	第二東所沢柳瀬児童クラブ	東所沢2-33-9	2945-4450
	所沢児童クラブ	元町7-37	2922-7389
	第二所沢児童クラブ	星の宮1-6-12	2921-6181
中央児童クラブ	並木8-1-6-112	2995-0971	
並木児童クラブ	並木6-2	2995-6010	
山口児童クラブ	山口1981-1	2926-4787	
北野児童クラブ	北野1-2-54	2947-4439	
和田児童クラブ	東所沢和田1-39	2944-9823	
小手指児童クラブ	小手指元町2-28-8	2948-1321	



### 平成24年度保育園入園申込受付

平成24年4月からの公立・私立保育園の入園の申し込みを受け付けています。現在入園をお待ちいただいている方で、24年度も引き続き入園を希望される場合は、新たに申し込みをしてください。

入園を希望されるお子さんに、ことばの遅れや心身などに障がいのある場合は、申し込みの際に必ず申し出て下さい。

**申込書の配布** 市役所2階保育課 または市内各保育園で配布

**受付期間** 11月4日(金)～15日(火) 前8時30分～午後5時(土・日曜日を除く)

**受付場所** 市役所5階502会議室または市内各保育園

◎11月10日(木)・11日(金)は市役所の



み午後8時まで受け付けます。なお、代理や郵送での申し込みは受け付けできません。

◎所沢文化保育園(認定こども園 ☎2926-9797)の申し込み受け付けおよび選考は直接同保育園で行います。詳細は、同保育園へお問い合わせください。

**お詫言ひ**  
広報とろろがわ10月号4頁「平成24年度保育園入園申込受付のご案内」で「(仮称)桑の実西所沢保育園」の対象年齢を8週～2歳とご案内しましたが、正しくは8週～5歳です。お詫言ひして、訂正いたします。

☎保育課 ☎2998-9126 ☎2998-9035

**オレンジリボンキャンペーン**  
11月は児童虐待防止推進月間です。児童虐待の相談件数は増え続け、生命が奪われるなど重大な事件も

あとを絶ちません。児童虐待は、殴る・けるなどの「身体的虐待」のほか、養育を放棄する「ネグレクト」や「心理的虐待」「性的虐待」などがあり、誰の身近でも起こりうる問題です。

**◆オレンジリボン運動とは**  
栃木県で幼い兄弟が虐待の末、川に投げ込まれて死亡した事件をきっかけに、リボンに児童虐待防止の願いを込めて始まった運動で、全国に活動の輪が広がっています。

**◆オレンジリボンキャンペーン**  
11月2日(水)・7日(月)市役所1階市民ホールでのパネル展示等  
11月19日(土)所沢駅周辺での啓発活動等

**◆児童虐待をなくそう**  
児童虐待は早期発見が大切です。「虐待かもしれない」と感じたら、次の通告先までご連絡ください。市では児童相談所・警察・学校等



と連携し、通告後、速やかに訪問等による安全確認を行っています。

**通告先** ☎こども相談センター ☎2998-9129 ☎2998-9035  
▼所沢児童相談所 ☎2992-4152 ☎2994-1420

**青少年健全育成街頭啓発キャンペーン**  
青少年が心身ともに健やかに成長するために、地域・学校・関係団体・行政が一体となってキャンペーンを実施します。

11月19日(土)午前10時～11時  
新所沢まちづくりセンターから新所沢駅西口にかけて、青少年健全育成啓発リーフレット・啓発グッズの配布

☎青少年課 ☎2998-9103 ☎2998-9035



**所沢市ファミリー・サポート・センター**  
**第2回援助会員養成講習会**

対市内在住の20歳以上の健康な方で、援助会員として活動できる方

**定** 申し込み先着30人  
**費** 1,000円(資料代ほか)

**◆説明会**  
11月17日(木)午前10時～11時  
場田市庁舎4階404会議室

**申** 問所沢市ファミリー・サポート・センター ☎2929-1007 ☎2910070 ☎2910076へ  
電話・FAX

日時	内容	講師	
11月18日(金)	午前10時～正午	開講式 所沢市の子ども支援事業・子どもの心の発達(乳幼児期)	こども相談センター職員
	午後1時～3時	子どもの心の発達(学齢期)	教育センター職員
11月24日(木)	午前10時～正午	子どもの健康管理	吉岡重威さん(小児科医)
	午後1時～3時	心と身体の発達とその理解	保健センター保健師
11月25日(金)	午前10時～正午	子どもの生活と遊び	牧 裕子さん(さやまが丘保育の会)
	午後1時～3時	子どもの事故と安全	消防本部職員
11月29日(火)	午前10時～正午	預けること・預かれること・預けられること	所沢市ファミリー・サポート・センター職員
	午後1時～2時	保育の心	保育課職員
	午後2時～3時	所沢市の保育事業	保育課職員
11月30日(水)	午前10時～正午	今後の活動に向けて	所沢市ファミリー・サポート・センター職員
	午後1時～3時	閉講式 もくろ講習会◎希望者のみ参加してください。	



▲所沢航空発祥100周年記念イベントの一環として開催された「航空公園フェスタ2011」。子どもたちは、特別展示されたヘリコプターの操縦かんを握って大喜びでした。

10月1日(出)・2日(日)／所沢航空記念公園  
(撮影：市民カメラマン・伊藤磨紀子)

# みんなのひろば



▲障がいの種類や程度にかかわらず、スポーツを通じて出会いと交流の場を広げ、楽しさや感動を共有することを目的に開催された「第13回障害者スポーツフェスティバル」。体験の部の綱引きでは、力いっぱい綱を引きました。

10月2日(日)／国立身体障害者リハビリテーションセンター  
(撮影：市民カメラマン・木村清貴)



▲延べ912人の選手が記録更新を目指した「第12回所沢市陸上競技選手権大会」。小学生から社会人まで、出場選手はみな、声援を力に変え、精一杯全力を尽くしました。

10月16日(日)／早稲田大学織田幹雄記念陸上競技場  
(撮影：市民カメラマン・佐藤清一郎)



◀山車のひきまわしやよさこいパレード等さまざまな催し物が行われた「ところざわまつり」。34万人の人が歌に、踊りに、買い物に、大いに盛り上がりました。

10月9日(日)／中央区  
(撮影：市民カメラマン・塩野入好文▼箕輪香里)



## おうちで食べよう！所沢の学校給食

### マーボー大根

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

#### ◆今回の献立

- ごはん、牛乳、ナムル
- とうふハンバーグ
- マーボー大根★



#### ★マーボー大根 材料 (4人分)

- |                 |                  |
|-----------------|------------------|
| ・大根……………1/3本    | ・八丁味噌……………大さじ1/2 |
| ・長ねぎ……………1/3本   | ・甜麺醬……………大さじ1    |
| ・干しいたけ 2枚       | ・酒……………大さじ1      |
| ・しょうが……………1/2片  | ・しょうゆ……………小さじ1   |
| ・にんにく……………1片    | ・砂糖……………小さじ1     |
| ・にら……………1/4束    | ・ガラスープ……………小さじ1  |
| ・豚ひき肉……………100g  | ・水……………1カップ      |
| ・豆板醬……………小さじ1/2 | ・かたくり粉……………大さじ1  |
| ・サラダ油……………大さじ1  | ・水……………大さじ2      |
| ・塩……………少々       | ・ごま油……………小さじ1    |

#### 作り方

- ①大根は厚めのいちよう切り、長ねぎ・干しいたけ・しょうが・にんにくはみじん切り、にらは5mmに切る。
- ②大根は、下ゆでし水をきっておく。
- ③鍋にサラダ油を入れ、しょうが・にんにく・豆板醬を炒め、豚ひき肉を入れる。
- ④肉の色が変わったら、干しいたけを入れさらに炒める。
- ⑤④にAの合わせ調味料を入れ、ひと煮立ちしたら、②の大根を入れ味をしみ込ませるように弱火で煮込む。
- ⑥塩で味を調え、味がしみ込んだら長ねぎ・にらを加え、Bの水溶きかたくり粉でとろみをつける。
- ⑦ごま油をまわし入れ、風味をつけ出来上がり。
- ◎大根をさいの目に切り、豆腐に見立ててもいいです。

#### ◆ここがポイント 大根を食べて、冬に打ち勝とう！

大根は、春の七草「すずしろ」という名で昔から日本人に親しまれている野菜です。秋から冬(10月下旬～2月)にかけてが甘みも強く一番おいしい時期です。大根には、ジアスターゼという消化を助ける酵素や食物繊維・ビタミンCも豊富です。これから寒くなる季節には、かぜの予防だけでなく、体を芯から温める大根などの根菜類を料理に取り入れてみてはいかがでしょうか。

問い合わせ 保健給食課 ☎2998-9249 ☎2998-9167  
◎学校給食用食材の産地については、市で公表しています。

## ところざわ はっちゃん 野老っ子



ガシャーン！やったあー、ストライク！残念！ガーターだ…。これ、何の競技かわかりますか？そうです。ボウリングです。皆さんの中にも、楽しんでいらっしゃる方はいませんか？今回は、先月行われた「おいでませ！山口国体」のボウリング競技・少年女子の部に出場した本橋優美さんをご紹介します。

本橋さんは、小柄で、笑顔がさわやかな、どこにでもいる普通の女の子ですが、競技をしているときは、人が変わったようにトップアスリートとしての顔をのぞかせます。ボウリングは、日によって変わるレーンの特徴をとらえたうえで、ボールを選び、投げ方、投げる位置などを判断する非常にデリケートなスポーツです。普段は3人兄妹の末っ子のため甘えん坊ですが、「ボウリングになると別人のように、しっかり者になる」と、学校の先生が教えてくれました。

おじいちゃんの代からボウリング好きという環境で育ったため、小さいころから慣れ親しんでいましたが、本格的に競技として始めたのは、中学1年生の秋でした。それからは、学校から帰宅するとボウリング場に通うのが日課となり、週に2日はプロの先生の指導を受け、筋力トレーニングも欠かせません。そのかいあって、わずか1年

## ボウリング競技で「おいでませ！山口国体」出場 本橋 優美さん (所沢中学校3年)

で100台だったスコアが200台に上がるほど上達し、「おいでませ！山口国体」の少年女子の部門の埼玉県代表に選出されるようになりました。「国体は、これまでの大会とまったく雰囲気が違い、非常にいい体験でした」と楽しそうに話す本橋さん。大会に出場する同世代の選手とは、「いろいろな大会で顔を合わせているので友達になりました。でも、勝負は別なので、負けたくありません」と言葉に力がこもります。そして「勝負のときは、ピンクの靴下を履きます。ピンクの靴下を履くと、必ずいい成績なんです」と、はにかみながら話してくれました。

「将来のことはまだ決められませんが、ボウリングは続けていきたい」と15歳の前向きな少女の未来は前途洋々です。ボウリング場で、ひたむきに球を投げている少女を見かけたら、彼女がもしも…。本橋さんの今後の活躍がますます楽しみです。



▲練習に励む本橋さん

## ところざわ 歴史まめ知識 18

所沢市域にかかわる歴史的事項を50音順に紹介しています。今号は「ち」です。

**ち 茶業** 入間地区での茶の栽培は中世にまでさかのぼると言われます。一度衰退したものの、江戸時代後期に入間郡二本木村の吉川温恭らによって復興され、隣接する三ヶ島地区から現在の市域に広がりました。幕末には堀之内村の志村善次郎が横浜港から輸出を手がけました。後に国内向けに転じ、静岡や京都など有力な産地との競争の中で、「狭山茶」のブランドを確立するため栽培や製茶の技術が磨かれました。富岡地区には、製茶技術の向上に功績が高かった大野喜三郎の記念碑が残っています。今後も伝統ある茶業を応援していきたいものです。

▲大野喜三郎の記念碑

**ち 中心市街地** 10棟以上の高層建築物が並ぶ銀座通りは、かつての江戸街道沿いに、上・中・下の宿が連なる所沢の町場の「中心」でした。しかし鉄道の開通をきっかけに、徐々ににぎわいは駅周辺へと移っていきます。その状況を打破するため再開発が始まりました。民間活力を導入し、土地の高度利用をめざした高層住宅の建設は景観を大幅に変化させましたが、明治天皇行在所跡の齊藤家など、残された歴史の建造物を活用し、地域活性化の拠点として「野老澤町造商店」が活発に活動しています。

**ち 町名整備** 昭和30年代以降の住宅開発で市内には新しい地名が急増します。住宅開発や区画整理によって誕生した町に新しい名をつけた緑町、小手指町、松が丘などや、入り組んだ大字を解消しようとした三ヶ島などの例があります。平成21年には、昔はなかった新しい道路を新しい境界として、小手指台などが誕生しました。昭和30年に大字を含む町名はちょうど30個でしたが、60年には71個、そして現在では81個の町名を持つようになりました(丁目の違いを除く)。皆さんはいくつ挙げることができますか？

◎生涯学習推進センター(3階)では「まめ知識」にちなんだ三二展示を実施しています。11月は「町名整備」です。

問い合わせ 生涯学習推進センターふるさと研究グループ ☎2991-0308 ☎2991-0309

**子どもたちの笑顔** 並木 横須賀 みどり  
目から耳から「健康」の2文字が踊っています。日々自分の心と戦いながら、誘惑に負け続けて、はや半世紀。生きていくのに必要なことですが、あまりにも「健康」の2文字にこだわっていた自分に、秋のある日気がつきました。保育園の運動会を見ての帰り、自転車に乗るペダルも軽やかになったのです。久しぶりに会った子どもたちの笑顔、やさしい声、手のぬくもりを思い出して「これだと確信しました。子どもたちの笑顔が私の「健康」を支えてくれたのです。」「ありがとう」の感謝の気持ちとともに「元氣」までいただきました。

**誰でもエッセイ** 前向きに生きる  
こがし町 門脇 富雄  
糖尿病という生活習慣病と付き合って30年。それでいて酒・たばこはこよなく愛して50年経つ。そんな私は、薬の服用以外に、食事に気を配るだけでなく、適度な運動を心がけている。また脳の活性化も大切で、クイズ本に挑戦している。精神的に少し負荷をかけることで心身のバランスを取るのですね。  
百歳を迎えられた医師の日野原重明先生が「私には人よりレセプター(受容体)が多いかもしれない」と述べているとおり、私も事物に対して、好奇心を持ち知的情に受容体を多く取り入れるように心がけている。

【情報館】・特にことわりのないものは11月1日(火)から申し込みを受け付けます。・費用等の記載がないものは無料です。



平成24年4月から市民医療センターの人間ドックのコース名、検査項目、料金が変わります

◆人間ドック日帰りコース 「一日コース」を改称し、血清アミラーゼ、血清鉄、眼圧検査を追加します。

◆生活習慣病コース 特定健康診査の検査項目に加え、心電図、胸部X線、胃がん・大腸がん検査等を実施します。

●費用は健康保険組合等の負担額を含まない金額です。なお、半日を含まない金額です。

11月の休日開庁 11月13日(日)、27日(日) 午前8時30分～午後0時30分

市税の夜間・休日納税窓口 夜間…11月1日(火)、30日(水)、12月1日(木) 午後5時～午後8時

11月30日(水)は 国民健康保険税(第5期)の納期限です

コースは平成24年3月30日(金)で終了します。

社会保険料(国民年金保険料)「控除証明書」を郵送

日本年金機構から、国民年金保険料の「控除証明書」を11月上旬に該当する方へ郵送します。

控除証明書専用ダイヤル ☎0570-070-117 (IP電話からは ☎03-6700-1130) / 開設期間: 平成23年11月1日(火)～24年3月15日(木)

平成23年度難病患者見舞金 県が指定した難病で治療を受けている方に、毎年度1回2万5千円の見舞金を支給しています。

市内に住所を有し、特定(指定)疾患医療受給者証または小児慢性特定疾患医療受給者証の交付を受けている方(所沢市重度心身障害福祉手当・特別障害者手当・障害児福祉手当・経過的福祉手当受給者を除く)

申請に必要なもの ①特定(指定)疾患医療受給者証または小児慢性特定疾患医療受給者証②印鑑③振込先金融機関の本支店名・口座番号がわかるもの(20歳以下の方は本人名義の口座)

上の方は本人名義の口座) 見舞金の申請は毎年度必要です。

指定給水装置工事業者の指定等 代表者変更 (けーあい設備: 代表取締役 石田芳乃)

下水道排水設備指定工事店の指定 指定 (有)和田設備 (さいたま市見沼区上山口新田176-1 ☎048-683-0833)

原動機付自転車の処分方法の変更 10月1日から「二輪車リサイクルシステム」での無料回収範囲が拡大したため市では回収しません。

市内指定引取場所 (株)木下フレンド ☎2944-1896 (坂之下1142)

使い捨てライターの特例回収 9月27日からチャイルドレジスタンス機能(子どもが簡単に操作できない機能)が付いていない使い捨てライターが禁止されたことから特別回収を行います。

特別回収 12月28日(火)までに、市役所1階市民ホール、各消防署に設置の回収ボックスへ投入

資源循環推進課 ☎2998-9146

資源循環推進課 ☎2998-9146

若手経営者・新規創業者を応援します

商工業若手経営者グループの研究活動費を補助

補助対象経費 研究事業に要する調査活動費、研修費、消耗品費、印刷製本費、その他の研究事業に必要な経費

補助額 対象経費の2分の1以内とし、1グループにつき20万円を限度

募集期間 11月1日(火)～21日(月)

第2回新規創業者ビジネスコンペ

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

募集期間 平成23年11月1日(火)～24年1月10日(火)(必着)

表彰 優秀賞(3件以内) 副賞 賞金30万円

◎応募資格、申し込み方法など

は、お問い合わせください。

新規創業者支援セミナー

創業・開業に必要な基礎知識と具体的な方策のセミナーです。

場 所 所沢商工会議所(元町27-1)

定 ①申し込み先着60人②26日(土)の受講者の中から申し込み先着20人

費 いずれの日も2,000円

内 ①講演: 創業手続きとビジネスプランの作成にあたって

講師: 中小企業診断士・井手美由樹さん

②講演: 起業に必要な税務とお金の流れ

講師: 税理士・木村聡子さん

③経営シミュレーション

講師: 所沢商工会議所・中小企業相談所

☎2924-5581

11月1日は計量記念日

11月は計量強調月間

市では、適正な計量の推進と正しい計量知識の普及啓発(本号13頁「消費生活展」参照)を図るため、次の計量業務を行っています。

計量器の定期検査 商店やスーパーマーケット、工場や病院で使用している計量器の精度確認(2年に一度)

立入検査 ▼スーパーマーケット等(正しい計量が実施されているか) ▼ガス、燃料油等を扱う事業所(有効期間のあるメーターが、適正に使用されているか)

消費生活センター ☎2928-1233

11月はエコドライブ推進月間

自動車の駐車時には、アイドリング・ストップ(エンジン停止)を心掛けましょう。

アイドリング・ストップで、きれいな空気で気持ちの良い秋を楽しみましょう。

環境対策課 ☎2998-9230

野外焼却はやめましょう

適正な焼却設備を使用しないで廃棄物を焼却する、いわゆる「野外焼却」は禁止されています。

環境対策課 ☎2998-9230

環境対策課 ☎2998-9230

職場でのトラブルの解決をお手伝いします

解雇、配置転換、労働条件の引き下げ、いじめ等のトラブル防止や解決のお手伝いします。

所沢労働基準監督署 ☎2995-2582

埼玉県最低賃金の改定

10月1日から時間額が759円に改定されました。

産業については別途特定(産業別)最低賃金が適用されます。

事業主の方への最低賃金改定に伴う相談は、埼玉県最低賃金総合相談支援センター(☎048-641-3613)で行っています。

埼玉県労働局賃金室

【情報館】・特にことわりのないものは11月1日(火)から申し込みを受け付けます。・費用等の記載がないものは無料です。

**防衛医科大学校病院の休診**  
(11月25日(金))

防衛医科大学校創立38周年記念行事のため、11月25日(金)の外来診療は終日休診となります。

防衛医科大学校病院庶務課  
☎2995-1511



**暮らしの中の悩みごと相談**

日 11月8日(火)午前10時～  
11時30分、午後1時～  
3時30分(受付)

場 市役所1階市民相談課  
相談員 人権擁護委員

◎先着順に相談を受け付けます。  
問 市民相談課 ☎2998-9092

**不動産取引無料相談会**

日 11月8日(火)午前10時～11時30分、  
午後1時～3時30分(受付)

場 市役所1階市民ホール  
内 不動産取引に関する法律や税務等の相談

相談員 ▼宅地建物取引主任者  
弁護士および税理士  
◎先着順に相談を受け付けます。  
問 市民相談課 ☎2998-9092

**無料調停相談会**

日 11月17日(木)午前9時30分～正午、  
午後1時～3時45分(受付)

場 市民文化センターミューズ管理棟5階第2展示室

内 ▼近隣トラブル ▼給与退職金未払い ▼離婚 ▼親権 ▼夫婦問題 ▼土地建物売買 ▼交通事故賠償等

相談員 裁判所所属調停委員  
◎先着順に相談を受け付けます。  
問 埼玉調停協会連合会  
☎2998-3410

**行政書士による暮らしの無料相談会**

日 11月4日(金)午前10時～午後3時30分(受付)

場 市役所1階市民ホール  
内 ▼相続・遺言 ▼家庭問題 ▼外国人の入国・在留 ▼起業支援・会社設立等

相談員 埼玉県行政書士会所属支部会員  
◎先着順に相談を受け付けます。

問 市民相談課 ☎2998-9092  
全国一斉「女性の権利ホットライン」強化週間

日 11月14日(月)～20日(日)午前8時30分～午後7時

◎11月19日(土)、20日(日)は午前10時から午後5時までです。

相談員 ▼法務局職員 ▼埼玉県人権擁護委員連合会男女共同参画社会推進委員

女性の権利ホットライン専用電話  
☎0570-070-810

問 さいたま地方法務局人権擁護課  
☎048-859-3507

**入間都市人権フェスティバル**

日 11月8日(火)午前11時45分～午後4時

場 毛呂山町福祉会館(毛呂山町岩井西5-16-1/東武越生線東毛呂駅から徒歩8分/駐車場有)

内 ▼講演「統合失調症に対する偏見と差別」:(社)毛呂病院地域活動支援センターのぞみ施設長・新井 順さん ▼パネル展示ほか

◎手話通訳があります。  
問 人権推進・男女共同参画室  
☎2998-9150

**福祉総合相談会**

日 11月7日(月)午前10時～午後3時  
場 山口公民館

内 高齢者出張相談会にあわせて、障がいのある方の生活や就労に関する相談、子育て家庭への支援・権利擁護に関する相談等

◎会場へ直接お越しください。  
問 所沢市社会福祉協議会  
☎2929-1711

**マンション管理基礎セミナー**

日 11月19日(土)午後1時～4時

場 市役所8階大会議室  
対 分譲マンションにお住まいの方  
や購入をお考えの方など  
定 申し込み先着50人

講演1 「こうして決めたい」修繕積立金の見直し / 講師: マンション管理士・小岩徳昭さん  
講演2 自分で採点する「管理組合の実態と課題」 / 講師: マンション管理士・金子吉人さん

◎マンション管理無料相談会を午前10時から11時50分まで行います。会場へ直接お越しください。  
問 所沢市住宅課 ☎048-830-5573 へ電話

**埼玉県西部地域労働学院・教育講座**

労働基準法などを学習します。

55 ☎2998-9162 へ電話・FAX

**11月の一般労働相談(予約制)**

日 11月11日(金)午後4時～8時  
場 市役所2階203会議室

対 勤労者、事業者等  
内 就業規則・賃金・解雇・労使間の問題・就業にかかわる疑問や直面している問題等

相談員 社会保険労務士  
問 商工労政課  
☎2998-9155 へ電話

**市民活動支援講座**

日 12月3日(土)午後1時30分～4時30分 / 新所沢公民館

対 市内のNPO法人、NPO、ボランティア団体、市民活動に関心のある方  
内 NPO運営力UP講座 / キラリ☆と光るNPOへの道 / 特定非営利活動法人 放課後NPOアトリースクール 代表理事・平岩国泰さん  
定 申し込み先着40人  
問 市民活動支援センター  
☎2968-8391 へ電話



**7 知って安心ところざわ 防犯一口メモ**

問 防犯対策室 ☎2998-9090

**11月25日～12月1日は 犯罪被害者支援週間です**

犯罪被害者支援室(犯罪被害者相談センター)は、犯罪被害や交通事故にあわれた方とご家族、犯罪や事故で身近な方を亡くされた方などへ、精神的なサポートを行っています。ひとりで悩まずに、お気軽にご相談ください。

◆こんなときは、ご相談ください。

- ▶ 犯罪の被害にあった後のつらい思いを誰かに聞いてほしい…
- ▶ 話しをしたいけれど、相談できる人や場所がない…
- ▶ 犯罪被害にあったことを、繰り返し思い出してしまう…
- ▶ 何をするのに、怖くてたまらない…
- ▶ 誰も信じる事が出来なくなってしまった…
- ◆相談するときは…
- ▶ 専門の相談員が、無料で相談を受け付けます。
- ▶ 名前や住所、話したくないことは聞きません。
- ▶ 相談内容が、外部に漏れることはありません。



- ◆相談窓口(祝休日、年末年始を除く)
- ▶ 犯罪被害者支援室(犯罪被害者相談センター)  
☎0120-381-858 (FAX兼用)  
月～金曜日午前8時30分～午後5時15分
- ▶ 埼玉犯罪被害者援助センター  
☎048-865-7830  
月～金曜日午前9時～午後4時

**介護保険サービス利用料の助成**

◆助成の対象者と助成額の割合

対象者	助成割合
世帯全員の方の市区町村民税が非課税で、サービス利用者が高齢福祉年金受給者の方	サービス利用料の1/2
世帯全員の方の市区町村民税が非課税で、サービス利用者の課税年金収入額と合計所得金額の年間合計額が80万円以下の方	サービス利用料の1/2
世帯全員の方の市区町村民税が非課税で、サービス利用者の課税年金収入額と合計所得金額の年間合計額が80万円を超える方	サービス利用料の1/3

◎サービス利用料は、保険給付の対象となるサービス(施設サービス利用時の食費、居住費は除く)の1割自己負担額です。ただし、高額介護サービス費の給付がある場合は、その給付額をサービス利用料から控除した額をサービス利用料とします。

【注意事項】

- ▶ 申請できるのは、サービスの利用料を支払った領収日から2年以内です。
- ▶ 保険料を滞納している場合は、原則として助成を受けられません。
- ▶ 高額医療合算介護(予防)サービス費の支給を受けている場合は、介護保険低所得者等助成金の支給額の算定において調整します。

申請に必要なもの ▶ 給付金の振込先金融機関・口座番号がわかるもの(初回のみ) ▶ 介護保険サービス利用料の領収書(写しも可) ▶ 印鑑

申問 〒359-8501市役所1階介護保険課  
☎2998-9420へ直接・郵送

情報館

【情報館】・特にことわりのないものは**11月1日(火)**から申し込みを受け付けます。・費用等の記載がないものは無料です。

若者の就労・就職を支援

①若者シヨブ・ナビゲーション所  
**沢「就労相談事業」(予約制)**  
 就業へつなげるためのカウンセリングです。秘密は厳守します。  
 日 毎週土曜日午前10時～正午、午後1時～4時(1人約45分)  
 場 ラーク所沢(花園2丁目)

対 おおむね39歳以下の勤労者・求職者、大学生・高校生等、子どもが就労等で悩む保護者(市外の方も利用可)  
 相談員 キャリアカウンセラー  
 日 11月26日(火)は、臨床心理士によるカウンセリングも受け付けます。  
 ②若者就職支援セミナー  
 日 11月22日(火)午後2時～4時  
 場 市役所6階604会議室

対 おおむね39歳以下の勤労者・求職者、大学生・高校生等、子どもが就労等で悩む保護者(市外の方も利用可)  
 相談員 キャリアカウンセラー  
 日 11月26日(火)は、臨床心理士によるカウンセリングも受け付けます。  
 ②若者就職支援セミナー  
 日 11月22日(火)午後2時～4時  
 場 市役所6階604会議室

対 おおむね39歳以下の勤労者・求職者、大学生・高校生等、子どもが就労等で悩む保護者(市外の方も利用可)  
 相談員 キャリアカウンセラー  
 日 11月26日(火)は、臨床心理士によるカウンセリングも受け付けます。  
 ②若者就職支援セミナー  
 日 11月22日(火)午後2時～4時  
 場 市役所6階604会議室

①の当日予約はラーク所沢 ☎ 943-2110(午前8時30分～午後2時)で受け付けます。  
 問 商工労働課 ☎ 2998-9155

求職者・勤労者向けパソコン講座  
 ①就職に役立つパソコン講座3(エクセル2007中級)  
 日 11月24日(木)・25日(金)午前9時～

**ご覧ください**  
 J:COM所沢  
**広報とくろざわ「テレビ情報館」**  
 ●2011所沢航空発祥100周年  
 放映日 11月1日(火)～  
 放映時間 午前9時25分～、午後0時25分～、午後8時25分～(5分番組)  
 ●●● 広報テレビ番組 ●●●

午後4時(全2日間)

対 雇用保険受給資格者証・過去6か月以内の離職票・発行後1年以内のハローワークカード等に対象資格を確認できる市内在住の求職者で、簡単な関数が使え、2日間とも参加できる方  
 ◎雇用保険受給資格者には、受講証明書を発行します。  
 内 ワークシート操作、高度な関数、データベース機能等  
 費 2,100円(テキスト代)

②勤労者スキルアップパソコン講座Ⅲ(ワード2007中級)  
 日 11月26日(火)・27日(水)午前9時～午後4時(全2日間)  
 対 在職中の市内在住・在勤で、ワードで表が作れ、2日間とも参加できる方  
 内 高度な書式設定、図形の利用等  
 費 6,100円(テキスト代含む)

【共通事項】  
 場 市役所6階604会議室  
 定 15人(抽選/結果は後日通知)  
 申 問 11月7日(月)(消印有効)までに、往復はがき(1人1通)に講座名、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号、②は勤務先の名称・所在地(市区町村まで)・電話番号も明記のうえ、〒359-8501商工労働課 ☎ 2998-9155へ郵送

講演会「親子の絆」たった一言で変わった俺の人生」  
 日 12月6日(火)午後2時～3時30分  
 場 中央公民館ホール  
 定 先着350人  
 講 歌手・杉山裕太郎さん  
 ◎会場へ直接お越しください。  
 問 所沢市社会福祉協議会 ☎ 2926-8202

里親入門講座  
 日 12月3日(土)午前10時～正午  
 場 和光市役所(東武東上線和光市駅南口から徒歩15分)

介護の日のイベント  
 日 11月9日(水)～11日(金)午前9時～午後4時  
 場 市役所1階市民ホール  
 内 高齢者福祉事業の紹介、福祉機器の展示、高齢者疑似体験等  
 ◆認知症サポーター養成講座  
 日 11月10日(木)、11日(金)午後2時～3時30分  
 場 市役所6階602会議室  
 定 申し込み先着20人  
 申 問 高齢者支援課 ☎ 2998-9120へ電話

定 申し込み先着50人

内 里親制度を学ぶ▼里親体験談  
 ◎1歳～未就学児の保育が必要の方は、11月18日(金)までに申し込みください。(申し込み先着10人)  
 申 問 11月4日(金)から和光市役所子ども福祉課 ☎ 048-424-9124へ電話

在宅の高齢者の介護予防を目指して、居場所づくりの活動をしている団体の活動発表です。  
 日 11月14日(月)～17日(木)午前8時30分～午後4時30分  
 ◎11月14日(月)は午後1時から、17日(木)は正午までです。  
 場 市役所1階市民ホール  
 問 高齢者支援課 ☎ 2998-9120

介護予防講演会  
 健やかな老後を過ごすために「お口の手入れからできること」  
 日 11月17日(木)午後1時30分～3時  
 場 中央公民館  
 定 先着60人  
 講 所沢市歯科医師会副会長・山口直彦さん  
 ◎会場へ直接お越しください。  
 問 高齢者支援課 ☎ 2998-9120

障害者週間記念講演会  
 日 12月1日(木)午後1時30分～3時30分  
 場 中央公民館ホール  
 内 講演「東京デイズニールゾートのバリアフリーの取り組み」  
 講 東京デイズニールゾートCS推進部・野口浩一さん  
 定 先着300人  
 ◎JAいるま野所沢統括支店から先着200人に所沢産のほうれん草を、東海漬物から参加者全員

障害者週間記念講演会  
 日 12月1日(木)午後1時30分～3時30分  
 場 中央公民館ホール  
 内 講演「東京デイズニールゾートのバリアフリーの取り組み」  
 講 東京デイズニールゾートCS推進部・野口浩一さん  
 定 先着300人  
 ◎JAいるま野所沢統括支店から先着200人に所沢産のほうれん草を、東海漬物から参加者全員

障害者週間記念講演会  
 日 12月1日(木)午後1時30分～3時30分  
 場 中央公民館ホール  
 内 講演「東京デイズニールゾートのバリアフリーの取り組み」  
 講 東京デイズニールゾートCS推進部・野口浩一さん  
 定 先着300人  
 ◎JAいるま野所沢統括支店から先着200人に所沢産のほうれん草を、東海漬物から参加者全員



### 『街づくり懇談会』に参加しませんか?

都市計画の基本的な方向を定めた「所沢市まちづくり基本方針」の改定にあたり、ワークショップ形式で、お住まいの地区や所沢市全体の都市づくりについて、ご意見を伺います。

地区	開催日	時間	場所
所沢	11月29日(火)	午後6時30分～8時30分	中央公民館
	12月18日(日)	午前10時～正午	
新所沢	11月20日(日)	午後2時30分～4時30分	新所沢公民館
	12月8日(木)	午後6時30分～8時30分	
新所沢東	11月27日(日)	午後2時30分～4時30分	新所沢東公民館
	12月21日(水)	午後6時30分～8時30分	
並木	11月20日(日)	午前10時～正午	市役所7階研修室 市役所6階604会議室
	12月6日(火)	午後6時30分～8時30分	
小手指	11月22日(火)	午後6時30分～8時30分	小手指公民館
	12月11日(日)	午前10時～正午	
吾妻	12月1日(木)	午後6時30分～8時30分	吾妻公民館
	12月18日(日)	午後2時30分～4時30分	
松井	12月4日(日)	午後2時30分～4時30分	松井公民館
	12月15日(木)	午後6時30分～8時30分	
柳瀬	12月4日(日)	午前10時～正午	柳瀬公民館
	12月13日(火)	午後6時30分～8時30分	
三ヶ島	11月17日(木)	午後6時30分～8時30分	三ヶ島公民館
	12月10日(土)	午前10時～正午	
山口	11月24日(木)	午後6時30分～8時30分	山口公民館
	12月11日(日)	午後2時30分～4時30分	
富岡	11月27日(日)	午前10時～正午	富岡公民館
	12月20日(火)	午後6時30分～8時30分	

対 市内在住・在勤・在学または市内に土地または建築物を所有している方  
 ◎各会場とも参加者多数の場合は入場をお断りする場合がありますので、事前にお申し込みください。また、手話通訳が必要な方は、開催日の10日前までにご連絡ください。詳細は、市HPをご覧ください。  
 申 問 市役所2階都市計画課 ☎ 2998-9192  
 ☎ a9192@city.tokorozawa.saitama.jp へ直接・電話・Eメール

### 高齢者交通安全教室

日 11月15日(火)午後2時～3時  
 場 山口公民館  
 日 11月22日(火)午後2時～3時  
 場 柳瀬公民館  
 内 警察官による講話「高齢者の方が交通事故に遭わないために」  
 ◎会場へ直接お越しください。  
 問 交通安全課 ☎ 2998-9140

### 障害者週間記念講演会

日 12月1日(木)午後1時30分～3時30分  
 場 中央公民館ホール  
 内 講演「東京デイズニールゾートのバリアフリーの取り組み」  
 講 東京デイズニールゾートCS推進部・野口浩一さん  
 定 先着300人  
 ◎JAいるま野所沢統括支店から先着200人に所沢産のほうれん草を、東海漬物から参加者全員

### 上級救命講習会

日 12月3日(土)午前9時～午後5時  
 場 消防本部  
 内 心肺蘇生法(人工呼吸、心臓マッサージ)、AEDの使用法)、止血法、傷病者管理法、外傷の手当要領、搬送法等  
 対 市内在住・在勤・在学で中学生以上の方  
 定 申し込み先着45人

### とくろざわ親子で楽しむ運動遊び

申 問 11月2日(火)から、消防本部救急課 ☎ 2929-9123へ直接・電話(土・日曜日、祝休日を除く午前9時～午後5時)  
 急 問 11月2日(火)から、消防本部救急課 ☎ 2929-9123へ直接・電話(土・日曜日、祝休日を除く午前9時～午後5時)  
 持 上履き、タオル  
 対 おおむね2歳～6歳児  
 場 市民体育館サブアリーナ  
 日 11月19日(土)午前9時30分～11時  
 場 市民体育館サブアリーナ  
 申 問 申し込み書を〒359-8501市役所2階子ども支援課 ☎ 2998-9124 ☎ 2998-9005  
 ☎ a9124@city.tokorozawa.saitama.jp へ直接・郵送・電話・FAX・Eメール  
 ◎申し込み書は子ども支援課、まちづくりセンター、児童館、市HPから入手できます。

【情報館】・特にことわりのないものは11月1日(火)から申し込みを受け付けます。・費用等の記載がないものは無料です。

### 女性からの政策提言講座

#### ◆政策提言講座

目 下表参照

場 男女共同参画推進センターふらっと

対 講座3回と成果発表会に参加できる  
県内在住・在勤の女性

定 申し込み先着25人

◎保育があります。(予約制)



日時	内容
11月13日(日) 午後2時～5時	講座「災害・復興行政と男女共同参画政策」／講師…大学非常勤講師・皆川満寿美さん
12月9日(金) 午後2時～5時	講座「平和といのち一人間の安全保障」／講師…強姦救援センター沖縄レイコ代表・高里鈴代さん
1月8日(日) 午後2時～5時	講座「女性とメディア」／講師…和光大学教授・竹信三恵子さん

#### ◆成果発表会とパネルディスカッション

日 平成24年2月3日(金)午後1時30分～5時

場 県・男女共同参画推進センターWithYou  
さいたま(さいたま新都心駅から徒歩5分、北与野駅から徒歩6分)

内 ▶成果発表▶パネルディスカッション「平和といのち-災害・復興行政と男女共同参画政策-」／パネラー…和光大学教授・竹信三恵子さん、NPO法人参画プランニングいわて理事長・平賀圭子さん

申 男女共同参画推進センターふらっと(寿町27-7) ☎2921-2220 ☎2921-2270 ✉b9212220@city.tokorozawa.saitama.jp  
へ電話・FAX・Eメール

◎試食を希望する方は、11月1日(火)から4日(金)までに保健給食課 ☎2998-9249へ電話。なお、試食のみの参加はできません。

場 市役所1階市民ホール

日 11月19日(土)～26日(土)午前8時30分～午後5時

◆2011『循環型社会形成のための3R啓発ポスター』作品展  
小・中学生のポスター展です。

場 保健センター多目的ホール  
内 ▶講演…子どもの未来(うしろ)「食べて、動いて、よく寝よう!」  
／講師…早稲田大学人間科学学術院教授・前橋 明さん  
▼学校給食の試食(申し込み先着80人／午後0時30分～1時30分／1食250円)

日 11月16日(水)午前9時30分(開場午後0時20分)

◆エコロのもったいない市  
回収した和服・陶磁器・コート等の頒布(一人5点)をします。  
日 11月27日(日)午前10時～午後2時  
◎和服のもったいない市は、午前9時30分から整理券を配布します。

場 リサイクルふれあい館  
申 リサイクルふれあい館  
☎2994-5374へ電話

◆古ネクタイから作るポシエツト  
日 11月9日(水)午前9時30分～午後0時30分

場 リサイクルふれあい館  
定 申し込み先着15人  
持 不用になったネクタイ、裁縫道具、ボンド、不用なボタン、平ゴム(7mm×30mm)、裏地(不  
用な布)、ミシン糸

問 保健給食課 ☎2998-9249

◎いずれも申し込みが必要で

行事名	開催日時
裂き織り(ランチョンマット)	11月16日(水)午前10時～
裂き布ぞうり	11月19日(土)午前9時30分～
包丁研ぎ講習会	11月19日(土)午後1時30分～
傘修理(1人1本)	11月19日(土)午後1時30分～
おもちゃの病院	11月26日(土)午後1時30分～
大型再生家具抽選会(30点程度)	11月12日(土)午前11時～◎当日の申し込みは午前10時30分までです。
小型再生家具即日頒布(10点程度)	毎週金曜日午前10時◎中止の場合がありますので、事前にお問い合わせください。

#### ◆11月のエコロの行事

日 11月19日(土)、12月10日(土)午後1時30分～4時30分(全2日間)

場 並木公民館  
定 申し込み先着20人  
持 エプロン、タオル2枚  
申 リサイクルふれあい館  
☎2994-5374へ電話

◆リサイクル粘土を利用した陶芸体験講座  
日 11月19日(土)、12月10日(土)午後1時30分～4時30分(全2日間)

申 94-5374へ電話  
◎休館日は月曜日、祝休日(月曜日と祝休日)が重なる場合は翌日(含む)です。

狭山丘陵いきものふれあいの里センターのイベント  
①ひよこ探検隊《秋の森の大冒険》  
日 11月12日(土)午前10時～午後1時30分

対 4歳～6歳の未就学児とその親  
定 申し込み先着15人  
持 昼食、飲み物、帽子  
費 100円(保険代)

②県民の日特別企画  
《秋色のトトロの森ウォーキング》  
日 11月13日(日)午前9時～10時(受付)／自由解散  
持 昼食、飲み物  
費 100円(保険代)

③大人のための自然観察会  
《色づく森へ》  
日 11月26日(土)午前9時30分～午後2時30分  
対 高校生以上  
定 20人(抽選)

持 昼食、飲み物、筆記用具、お持ちの方は双眼鏡  
費 200円(保険代・資料代)

④県民の日ガイドウォーク  
日 11月14日(月)①午前10時30分～②午後1時30分(約1時間)  
⑤定例ガイドウォーク  
日 11月5日(土)・6日(日)午後1時30分～(約1時間)

集合 ①④⑤は同センター(下山口駅から徒歩15分)、②は西武球場前駅、③は水天宮下バス停(所沢駅西口から西武園駅方面行き西武バス)

申 ①は電話、②④⑤は当日、③は11月14日(月)(必着)までに、往復はがきに行事名、参加者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を明記のうえ、同センター ☎359-1133 荒幡782 ☎2939-1133

9412へ郵送  
◎休館日は月曜日です。なお、11月14日(月)は休館し、11月4日(金)、24日(木)は休館します。

◆第29回消費生活展・記念講座  
日 11月28日(月)～30日(水)午前9時～午後4時  
◎11月28日(月)は正午から、30日(水)は午後3時までです。  
場 市役所1階市民ホール  
内 体脂肪・握力測定、計量ゲーム、計量器の展示、家庭で使用しているばかりの検査(無料)

### 児童館へ行こう(11月の主な行事)

行事によっては、事前に申し込みが必要です。詳細は、各児童館にお問い合わせいただくか、市HPをご覧ください。

児童館名	電話番号	行事名/開催日時
ひばり	2926-8669	■ドッジボール大会/11月29日(火)午後3時30分～/参加自由
こばと	2924-3065	■おはなし会/11月7日(月)午前10時30分～/おおむね1歳～2歳のお子さんとその保護者対象/参加自由
つばめ	2922-0410	■トランポリンのできる日/11月9日(水)、22日(火)午前11時～11時45分/幼児対象/参加自由
つばき	2923-6155	■つくって遊ぼう/11月17日(土)午後3時30分～/小学生対象/参加自由
すみれ	2949-3826	■すみれおはなし会/11月25日(金)午後4時～4時30分/参加自由
さくら	2998-5912	■並木公民館まつり/11月5日(土)午前10時～午後4時/参加自由
わかば	2948-3222	■忍者修行(町をあそぶ)/11月26日(土)午後2時～/申し込み先着50人(11月7日(月)から受付)
まつば	2995-0995	■やきいも会/11月19日(土)午前10時～(雨天の場合は11月26日(土)に順延)/参加自由
みどり	2928-8414	■こままわし大会/11月17日(土)午後4時～/参加自由
やなぎ	2944-8819	■おたのしみ会(人形劇など)/11月10日(土)午前11時～/参加自由
ひかり	2996-3995	■おひさまひろば(親子で自由遊び)/11月7日(月)午前中/0歳～3歳児対象/参加自由◎午前11時30分からお楽しみがあります。

◆記念講座  
日 12月1日(水)午後1時30分～3時30分/生涯学習推進センター

下水施設探検ツアー  
日 11月13日(日)午前10時～午後4時  
場 新河川水循環センター ☎04-8466-2400(和光市新倉6-1-1/東京外環自動車道と光北IC近く)ほか6か所

◎会場へ直接お越しください。詳細は、お問い合わせください。詳細は、お問い合わせください。詳細は、お問い合わせください。

定 先着30人  
内 「自然エネルギーについて」私たちができること  
講 埼玉県環境リスク解説者・森 斌さんほか  
◎会場へ直接お越しください。

問 消費生活センター  
☎2928-1233

問 下水道施設探検ツアー  
☎048-838-8585

【情報館】・特にことわりのないものは11月1日(火)から申し込みを受け付けます。・費用等の記載がないものは無料です。

水道の水漏れ修繕

11月の宅地内水漏れ修繕当番店

宅地内の水漏れには、24時間体制で修繕当番店(所沢市指定給水装置工事事業者)が対応しています。直接当番店へご連絡ください。なお、修繕費用は依頼主の負担となります。

Table with 3 columns: 日(曜日), 当番, 電話番号. Lists repair schedules for various companies like (株)楽々, (株)協立管工, etc.

所沢市水道部(夜間・休日は警備員対応) 2921-1100 2921-1094

◆第9次所沢市交通安全計画(素案) 素案の公表 11月1日(火)から市HPに掲載のほか、市役所2階交通安全課、同1階市政情報センター、まちづくりセンターで閲覧・貸し出し

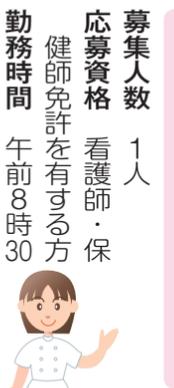
採用種目 高等学校生 応募資格 中学校卒業(卒業見込みを含む)で17歳未満(平成24年4月1日現在)の方 受付期間 平成23年11月1日(火)〜平成24年1月6日(金) 1次試験 平成24年1月14日(土)入隊日 平成24年4月(予定) 詳細は、自衛隊埼玉地方協力本部

市役所8階食堂運営事業者を募集 運営期間 平成24年4月〜27年3月 応募期間 11月16日(水)〜22日(火) ◎運営方法等の詳細は、市役所4階職員課で配布する募集要項または市HPをご覧ください。 申請職員課 2998-9048



募集期間 11月1日(火)〜15日(水) 応募資格 市内在住・在勤・在学の方、市内に事務所または事業所を有する個人・法人・団体等 申請募集期間内に、計画(素案)に対する意見を所定の様式に記入し、交通安全課 2998-9140へ提出

自衛官採用試験 採用種目 高等学校生 応募資格 中学校卒業(卒業見込みを含む)で17歳未満(平成24年4月1日現在)の方 受付期間 平成23年11月1日(火)〜平成24年1月6日(金) 1次試験 平成24年1月14日(土)入隊日 平成24年4月(予定) 詳細は、自衛隊埼玉地方協力本部



保健師(臨時職員)を募集 募集人数 1人 応募資格 看護師・保健師免許を有する方 勤務時間 午前8時30分〜午後5時 勤務内容 健康相談、健康教育、家庭訪問、地域活動等 ◎詳細は相談に応じます。 申請保健センター成人保健課 2991-1811へ電話

放射線量等の独自測定の結果

◆空間放射線量の測定結果…異常なし

測定値を基にして年間換算値を算出したところ、いずれも国際放射線防護委員会(ICRP)による一般の人の平常時の放射線量の限度(自然放射線等を除く)である年間1mSvを下回っていました。 単位:µSv(マイクロシーベルト)/時,mSv(ミリシーベルト)/年

Table with 4 columns: 測定地点, 測定日, 測定値(年間換算値), 問い合わせ. Lists measurement locations like 市内(10か所) and measurement dates.

年間換算値 = ((測定値 × 8時間[屋外にいる時間]) + (測定値 × 0.4[屋内での放射線の低減率] × 16時間[屋内にいる時間])) × 365日 ÷ 1,000 = 年間換算値(mSv/年)

◆水道水(地下水)、給食食材、焼却残渣等に含まれる放射性物質の測定結果…異常なし

いずれの測定値も暫定規制値または基準値を下回っていました。 単位:Bq(ベクレル)/kg

Table with 5 columns: 検査項目等, 採取日, 測定結果, 暫定規制値または基準値, 問い合わせ. Lists water and food samples and their radiation levels.

部 (http://www.mod.go.jp/doc/saitama/)をご覧ください。資料請求・自衛隊入間地域事務所 2923-4691 ◆県民部門 ◆環境保全や環境学習等の活動 ◆事業者部門 ◆環境に関する社会貢献活動 応募期限 11月18日(金)まで ◎詳細は、県庁(〒125-8501)環境賞にて検索をご覧ください。 申請県・温暖化対策課 048-830-3038

市内観光名所をめぐる 秋のバスツアー

11月29日(火)・30日(水)午前8時45分〜午後5時 旅程 所沢駅東口(集合)〜山口観音・狭山不動尊〜クロスケの家〜手打ちうどんちとせ(昼食)〜滝の城址公園〜多聞院〜所沢駅東口(解散) 定員 40人 費用 4,950円(大人・子ども同額) 申し込み 11月11日(金)までに、①参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢②参加希望日(第1・第2希望)③参加代表者の郵便番号・住所・電話番号を記入のうえ、〒350-1123川越市脇田本町14-23カーニープレイス川越6階(株)JTB関東法人営業川越支店 049-241-3492へ郵送・FAX 所沢市観光協会事務局(商工労政課内) 2998-9155

とべこロボスの卵 さわやかに

高橋玄洋さん原作のミュージカルです。 11月20日(日) 午後2時〜5時30分 市民文化センターミュージズ中ホール チケット代 500円 ◎チケットは市民文化センターミュージズチケットカウンター(2998-7777)で発売中です。 所沢航空発祥100周年記念事業実行委員会事務局(企画総務課内) 2998-9046



保健センター ☎359-0025 上安松 1224-1  
☎2991-1811 FAX 2995-1178

★保健センターで実施する事業 ●印…保健センターへ予約 (番号は正確に/FAX 不可)

事業名	日時・内容等
母親学級 基礎 12月コース (予約制)	▶とき：12月5日(月)・12日(月)・21日(水)午後1:15~4:00、21日(水)は午前9:45~午後1:00(開始15分前から受付)▶対象：平成24年3月~5月に出産予定の初産婦とパートナー(住民登録をしている方)▶内容：妊娠中の保健と生活(栄養講話を含む)、新生児の保育、もく浴実習、調理実習等▶定員：申し込み先着40人▶費用：500円(調理実習材料費)▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、12月12日(月)はバスタオル ●☎11月4日(金)~
母親学級 歯科 12月コース (予約制)	▶とき：12月26日(月)午後1:15~3:15(開始15分前から受付)▶対象：平成24年3月~5月に出産予定の初産婦、経産婦(住民登録をしている方)▶内容：歯科健診、ブラッシング指導等▶定員：申し込み先着40人▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、歯ブラシ、コップ、タオル ●☎11月4日(金)~
3か月児 1歳6か月児 3歳児 健康診査	▶健康診査日の2週間前までに、対象児の保護者あてに通知を郵送します。転入等で通知を受け取っていない場合は、保健センターへ連絡してください。 ◎3歳児健康診査は3歳3か月時に実施します。
乳幼児 健康相談 (予約制)	▶とき：《離乳食》12月5日(月)午前中(グループでも参加可)《食事》11月18日(金)午前中《歯科》12月13日(水)午前中▶定員：いずれも申し込み先着3人▶持ち物：母子健康手帳(歯科相談は歯ブラシ) ●☎11月1日(火)~
離乳食教室 (ごっくん期) (予約制)	▶とき：12月12日(月)午前10:00~11:30(開始15分前から受付)▶対象：平成23年6月・7月生まれの乳児とその保護者(住民登録をしている方)▶内容：栄養士・歯科衛生士の講話等▶定員：申し込み先着50組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ●☎11月8日(火)~
離乳食教室 (もぐもぐ期) (予約制)	▶とき：12月9日(金)午前10:00~11:30(開始15分前から受付)▶対象：平成23年4月・5月生まれの乳児とその保護者(住民登録をしている方)▶内容：栄養士の講話、試食等▶定員：申し込み先着30組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、お手ふき、スプーン ●☎11月8日(火)~
離乳食教室 (ばくばく期) (予約制)	▶とき：12月16日(金)午前10:00~11:30(開始15分前から受付)▶対象：平成22年9月・10月生まれの幼児とその保護者(住民登録をしている方)▶内容：栄養士・歯科衛生士の講話等▶定員：申し込み先着25組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、お手ふき、飲み物(さ湯または麦茶)、歯ブラシ ●☎11月8日(火)~
2歳児 歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：12月9日(金)、19日(月)いずれも午後0:50~1:10(受付)▶対象：平成21年5月・6月生まれの幼児(住民登録をしている方)▶内容：歯科診察、栄養指導、歯磨き指導、フッ化物塗布等▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎11月7日(月)~
子育て サロン ちゅーりっぷ	▶とき：11月21日(月)午前10:00~11:30▶対象：双子・三つ子を妊娠中の方とパートナー、または保育園等に通っていない双子・三つ子を育てている親▶内容：参加者どうしの交流会▶持ち物：母子健康手帳、お子さんに必要なもの(ミルク、オムツ、おもちゃ等) ◎希望者は会場へ直接お越しください。 
子育て サロン たんぽぽ	▶とき：11月22日(火)午前10:00~11:30▶対象：体重2,000g未満で生まれた保育園等に通っていないお子さんと保護者▶内容：参加者どうしの交流会▶持ち物：母子健康手帳、お子さんに必要なもの(ミルク、オムツ、おもちゃ等) ◎希望者は会場へ直接お越しください。
BCG 接種	▶とき：12月15日(水)午前9:30~10:30、午後1:30~2:30(受付)▶対象：平成23年9月生まれの乳児▶持ち物：母子健康手帳、体温計、予診票(会場にも用意してあります) ◎対象者には事前に通知します。また、上記対象者以外で生後6か月未満の未接種の方も接種できます。会場へ直接お越しください。
ポリオ	▶とき：12月5日(月)・6日(火)いずれも午後1:30~2:30(受付)▶対象：生後3か月以上7歳6か月未満の未接種の方▶持ち物：母子健康手帳、体温計、予診票(会場にも用意してあります) ◎上記対象年齢の方で、体調が悪く受けられなかった方が対象となります。会場へ直接お越しください。
成人 健康相談 (予約制)	《健康相談》▶とき：11月2日(火)、16日(水)いずれも午前中▶内容：病気の予防、療養方法、食事、運動等のさまざまな健康についての相談《歯科相談》▶とき：毎週火曜日午前中▶内容：歯周病予防、入れ歯の手入れの方法等《栄養相談》▶とき：毎週木曜日午前中▶内容：生活習慣病の予防、バランスの良い食事等《気になる血糖値相談》▶とき：11月14日(月)、28日(水)いずれも午前中▶内容：糖尿病の予防、食事・運動などの生活習慣の見直し等《リハビリ相談》▶とき：11月25日(金)午前中▶内容：関節・腰痛予防、身体機能・歩行能力の維持・改善のためのリハビリ等 ●☎11月2日(火)~
健診 結果相談 (予約制)	▶とき：11月7日(月)、18日(金)、28日(月)、12月9日(金)いずれも午前9:30~、午前10:45~▶対象：健診・人間ドックを受けた方で継続的に治療を受けていない方▶内容：健診結果に関する個別相談(1人約60分)▶相談員：保健師、管理栄養士▶持ち物：健診結果票、健康手帳(お持ちでない方には当日配布) ◎健診の結果が出てからお申し込みください。 ●☎11月2日(火)~

事業名	日時・内容等
血液 さらさら 教室 (予約制)	▶とき：12月16日(金)午前9:30~正午▶対象：健診・人間ドックを受けた方で、継続的に治療を受けていない方▶内容：動脈硬化の基礎知識、動脈硬化予防のための食事や運動について学ぶ▶定員：申し込み先着30人▶持ち物：健診結果票、筆記用具、健康手帳(お持ちでない方には当日配布) ●☎11月2日(火)~
とろろ21 栄養教室 (予約制)	▶とき：12月13日(水)午前9:30~午後0:30▶対象：おおむね64歳以下の方▶テーマ：貧血予防の食事▶内容：講話「貧血を防ぐ食事のとり方」、簡単な調理実習▶定員：申し込み先着36人(初めての方を優先)▶費用：500円(調理実習材料費)▶持ち物：エプロン・三角きん ●☎11月1日(火)~
優しい 健康食 教室 (予約制)	▶とき：12月6日(火)、7日(水)いずれも午前9:30~午後0:30(食事相談は午後0:30~)▶対象：おおむね65歳以上の方▶テーマ：貧血予防の食事▶内容：講話「鉄分たっぷり食事」、簡単な調理実習、個別食事相談▶定員：申し込み先着36人(初めての方を優先)▶費用：500円(調理実習材料費)▶持ち物：エプロン・三角きん ●☎11月1日(火)~
ファミリー 食育教室 (予約制)	▶とき：12月15日(木)午前10:00~午後0:30(開始15分前から受付)▶対象：1歳~18歳までのお子さんの保護者▶テーマ：お弁当作りのポイント▶内容：講話「ビタミンたっぷり!かぜ予防の食事」、簡単な調理実習▶定員：申し込み先着15人(初めての方を優先)▶費用：1組500円(調理実習材料費)▶持ち物：エプロン・三角きん ◎保育があります。 ●☎11月1日(火)~
結核検診	▶とき：11月9日(水)、22日(火)いずれも午後1:00~2:00▶対象：15歳以上で勤務先等で胸部X線検査を受ける機会のない方。40歳以上で肺がん検診を受けていない、あるいは受ける予定のない方 ◎希望者は会場へ直接お越しください。
歯周病 予防教室 (予約制)	▶とき：11月30日(水)午後1:30~3:30▶内容：歯肉の健康状態チェック、効果的な歯磨きの実習等▶定員：申し込み先着30人◎申し込みされた方には、事前に問診票を郵送します。 ●☎11月2日(火)~
成人歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：11月18日(金)午後1:30~3:30▶対象：歯周病予防について学びたい方▶内容：講話「歯周病予防のためにできること」、歯科相談、口の中の自己観察、効果的な歯磨きの実習等▶定員：申し込み先着20人◎申し込みされた方には、事前に問診票を郵送します。 ●☎11月2日(火)~

★市役所・公民館等で実施する事業

事業名	日時・内容等
乳幼児 健康相談	▶とき/ところ：▶12月1日(水)/新所沢東公民館▶12月8日(水)/旧市庁舎4階▶12月14日(水)/中富南コミュニティセンター▶12月22日(水)/吾妻公民館いずれも午前9:30~10:30(受付)▶内容：身体計測、保健師・栄養士・歯科衛生士による健康相談▶持ち物：母子健康手帳◎希望者は会場へ直接お越しください。駐車場が狭いため、車での来場はご遠慮ください。
出張成人 健康相談	▶とき/ところ：▶11月1日(火)、12月6日(水)いずれも午後1:30~3:30/狭山ヶ丘コミュニティセンター▶11月9日(水)、12月14日(水)いずれも午後1:30~3:30/山口公民館▶11月16日(水)、12月21日(水)いずれも午前9:30~午後0:30/富岡公民館▶内容：個別相談(食事や運動の方法、検査値の見方、歯周病の予防等)、血圧・体脂肪測定▶相談員：保健師、栄養士、歯科衛生士(富岡公民館は保健師、栄養士のみ)◎希望者は会場へ直接お越しください。
おしゃべり 健康サロン	▶とき/ところ：11月9日(水)、12月14日(水)午前10:00~正午(開始20分前から受付)/山口公民館▶内容：血圧・体脂肪測定、ストレッチ、健康ワンポイント勉強会 ◎希望者は会場へ直接お越しください。また、体操をするため飲み物をお持ちください。
血液 さらさら 教室 (予約制)	▶とき/ところ：11月21日(月)三ヶ島公民館午前9:30~正午▶対象：健診・人間ドックを受けた方で、継続的に治療を受けていない方▶内容：動脈硬化の基礎知識、動脈硬化予防のための食事や運動について学ぶ▶定員：申し込み先着30人▶持ち物：健診結果票、筆記用具、健康手帳(お持ちでない方には当日配布) ●☎11月2日(火)~

★訪問事業・相談業務等

担当課	内容等
母子保健課	▶新生児・妊産婦訪問：保健師・助産師が保健相談と子育て支援の情報をお伝えします。保健センターへ電話、または妊婦健診受診券に添付の出生連絡票を保健センターに郵送してください。 ▶こんにちは赤ちゃん訪問：新生児訪問等を実施したご家庭を除き、すべての生後2か月ごろの乳児を持つご家庭に、保健師・看護師が訪問し、保健相談と子育て支援情報をお伝えします。 ▶5歳児で幼稚園、保育園での健康診査を受ける機会のない方の健康や発達に関するご相談を受け付けています。
成人保健課	▶訪問による相談：家庭での療養方法、介護家族の健康管理、生活習慣病予防、リハビリ方法等について、保健師・理学療法士・栄養士・歯科衛生士等が訪問し、ご相談に応じています。 ▶脳卒中などにより身体に障害をお持ちの方を対象に「リハビリ教室」「地域リハビリ交流会」「失語症者のつどい」を実施しています。参加を希望される方は、事前にお問い合わせください。

◎各業務の詳細は、お問い合わせください。

## 休日急患当番医

- 救急患者に限ります。■当番時間:午前9時～午後5時
- 往診は原則としてしません。●電話相談は受け付けません。
- 都合により医療機関が変更になる場合があります。  
詳しくは、【所沢市医師会】ホームページをご覧ください。  
<http://www.tokorozawa.saitama.med.or.jp/>

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
11月3日(祝)	所沢診療所	内	宮本町2-23-34	2924-0121
11月6日(日)	賀古整形外科	整・外・リハ・形	北秋津124-1	2924-9771
	瀬戸病院	内・小・産・婦	金山町8-6	2922-0221
11月13日(日)	豊原医院	内・神内・呼・放	東所沢1-10-11	2944-6433
	町田整形外科医院	整・外	松葉町4-22	2992-5873
	所沢緑ヶ丘病院	内	狭山ヶ丘1-3009	2948-8181
11月20日(日)	山川医院	内・消・小・皮	小手指町1-11-6	2924-5252
	松田母子クリニック	産・婦・小	本郷1080-5	2968-6800
11月27日(日)	額賀胃腸科内科クリニック	胃・循・内	久米2196-5	2925-1585
	狭山湖診療所	内・呼・アレ・小	上山口1502-10	2925-3777
	所沢耳鼻咽喉科	耳鼻・咽喉	久米550-7	2995-5716
11月23日(祝)	けやき台どんぐりクリニック	内・小・アレ・神内	けやき台1-16-5	2923-8171
	所沢第一病院	内・外・整・皮・婦	下安松1559-1	2944-5800
	東町眼科	眼	東町12-12 田中ビル1F	2926-7135
11月20日(日)	米島医院	内・小	山口1181-6	2922-3675
	こぶしクリニック	内・糖内・小	こぶし町1-17-101	2993-5866
	端山胃腸科皮膚科	皮	緑町3-14-3	2928-5881
12月4日(日)	くわのみ本郷クリニック	内・小・整	本郷268-1	2946-8890
	うえむらクリニック	内・小・リハ・皮	御幸町5-15	2923-2921
12月4日(日)	矢部クリニック	眼	小手指町1-29-17	2924-8486
	小手指医院	外・内・整・リハ	北野新町1-9-7	2949-3118

## 小児急患診療

市民医療センター  
上安松1224-1 ☎2992-1151

事業名	日 時 等
日曜日・休日急患診療	▶とき: 11月3日(祝)・6日(日)・13日(日)・20日(日)・23日(祝)・27日(日)・12月4日(日) ▶受付時間: 午前10:00～11:30、午後2:00～4:30
夜間急患診療	▶受付時間: 月～金曜日…午後7:30～10:15、土・日曜日、祝休日、年末年始…午後6:00～8:45
深夜帯急患診療	▶実施日: 毎週月・火・水・金・土曜日 ▶受付時間: 小児夜間急患診療終了後～翌日午前7:00

◎小児急患診療は、乳幼児から中学生までの小児を対象に、内科的急性疾患の一次救急（初期救急）を実施しているため、緊急の場合のみご利用ください。また、薬は1日程度の処方、検査は原則として実施していません。なお、都合により休診する場合があります。

◎年末年始やゴールデンウィーク期間の小児急患診療の実施予定等は、メールマガジン『ところざわほっとメール』にご登録いただくと、携帯電話やパソコンへのメール配信でもお知らせします。登録方法は、市庁舎（「メールマガジン」をクリック）をご覧ください。

## 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

事業名	日 時 等
休日緊急歯科診療	▶とき: 11月3日(祝)・6日(日)・13日(日)・20日(日)・23日(祝)・27日(日)・12月4日(日) ▶受付時間: 午前9:00～11:30 ◎診療日は変更になる場合があります。

### 埼玉県小児救急電話相談

子どもの急病時に家庭での対処方法などの相談に応じます。

電話 #8000または、☎048-833-7911

相談時間 月～土曜日…午後7:00～11:00  
日曜日、祝休日、年末年始…午前9:00～午後11:00

### 市消防本部休日夜間病院案内

☎2922-9292 (24時間)

### 埼玉県救急医療情報案内(歯科・精神科を除く)

☎048-824-4199 (24時間)



こんにちは保健師です 96

## いきいき健康づくり

### ●これからの季節の「感染症の予防」について

#### ◆インフルエンザのおはなし

これからの季節は、気温が下がり、空気が乾燥するためウイルスの活動が活発になり、インフルエンザに感染しやすくなります。

感染経路としては、せきの飛まつ(しぶき)に含まれるウイルスを鼻や口から吸いこむことによって感染する飛まつ感染と、電車のつり革やドアノブなどウイルスが付着したものを触った手で目や鼻、口の粘膜に触れることにより感染する接触感染があげられます。

症状は、突然の高熱(38℃以上)、せき、鼻水、吐き気、筋肉痛、関節痛など、ふつうのかぜに比べて症状が重いのが特徴です。

日ごろから、下記の5つの予防対策を行いましょ。

#### 5つの予防対策

- うがい・手洗いをしましょう!
- 予防接種を受けましょう!
- 栄養・睡眠をしっかりととりましょう!
- 「せきエチケット」を守りましょう!
- 流行時は人ごみを避けましょう!



#### せきエチケットとは

- せき・くしゃみが出たら、他の人にうつさないためにマスクを着用する。マスクをもっていない場合は、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、他の人から顔をそむけて1m以上離れる。
- 鼻水・たんなどを含んだティッシュはすぐごみ箱に捨てる。
- せきをしている人にマスクの着用をお願いする。

予防接種の効果は、接種後2週間から5か月間程度といわれていますが、ワクチンを接種したことにより完全に発症を防げるものではありません。しかし、重症化を防ぐなどの一定の効果が期待できますので、流行時期に合わせて10月下旬から12月中旬ごろまでに接種するのが適当とされています。

#### ◆肺炎球菌のおはなし

肺炎は本市の65歳以上の死亡原因の上位3番目であり、注意が必要な感染症です。肺炎球菌の細菌は、健康な人の鼻やのどにも見つかりますが、症状に出ない人も多く、体力や抵抗力が低下したとき、いろいろな病気を引き起こします。

子どもでは、感染症の二大原因となる細菌のひとつで、細菌性髄膜炎、菌血症、肺炎、中耳炎などを起こします。高齢者では肺炎を引き起こす病原菌の中で原因となる頻度がもっとも高いものです。

肺炎球菌ワクチンを接種すると、子どもでは、90種類以上ある型のうち病気を引き起こす頻度の高い7種類に対して免疫効果を高めることができます。また、高齢者では、80種類以上ある型のうち、23種類に対して免疫効果を高めることができ、肺炎球菌による肺炎の8割程度に有効といわれています。

#### ●肺炎球菌ワクチン接種費用の助成

##### ▶小児用肺炎球菌ワクチン接種費用の助成

接種日に市内に住民登録・外国人登録をしている生後2か月以上5歳未満の方を対象に公費助成をしています。

助成額: 接種費用の全額を助成

◎詳細は本号6頁をご覧ください。

##### ▶高齢者肺炎球菌ワクチン接種費用の助成

接種日に市内に住民登録・外国人登録をしている70歳以上の方を対象に公費助成をしています。接種を希望する方は事前に保健センターへお申し込みください。

すでに予防接種を受けたことのある方は、副反応が強く出る可能性があるため、前回の接種から5年以上の間隔が必要です。

助成額: 3,000円

◎肺炎に進むのは免疫力が低下したときで、かぜ、インフルエンザから二次的に肺炎になる方もいます。肺炎球菌ワクチンの接種も重要ですが、日ごろから、インフルエンザの「5つの予防対策」を実践することが大切です。

問い合わせ 保健センター☎2991-1811 ☎2995-1178

#### 編集後記

▶中身がたっぷりのケチャップや有名歌手のCDなど、目を疑うようなものがプラスチックごみに紛れてコンベアの上を流れてくるのに衝撃を受けたのが6年前の新人研修でのこと。表紙の撮影で再びプラスチックごみの選別作業を目にして、改めてごみの分別の意識が高まりました。(♪)

▶わが家では毎年インフルエンザの予防接種を受けています。しかし、子どもたちは注射が大嫌い。子どもは2回接種になるので、病院に連れて行くのが一苦勞です。今年も、手洗い・うがいなどの予防対策をしっかり行って、健康で楽しい冬を過ごしましょう!(🍷)



警察・銀行から電話で「カード・通帳を預かります」は、詐欺です。ご注意ください!

所沢警察署

☎2996-0110