

広報
2月号

No.1127
平成28年(2016年)

ところざわ

トコロんのよいトコどこだよ③1

～ はしご乗り ～

高さ約6.4mのはしごの上で繰り広げられる技の数々。毎年1月7日に行われる所沢市消防出初式（所沢航空記念公園）で披露される所沢鳶組合による「はしご乗り」です。

真新しい青竹で作られたはしごを支えるのは、鳶のくちばしのような形の金具が取り付けられた鳶口と呼ばれる棒12本。揺れ動くはしごの上の演技者と、はしごを支える人の信頼関係があってこそ成功する伝統の演技です。

写真は出初式の前行われる「乗り初め」です。



撮影：市民カメラマン・滝島利男（1月7日／所澤神明社）

2カ月連続 特集（上） 東日本大震災から5年 助ける人になる …………… 2・3

幼児グループ参加者募集…4／野老澤雛物語…6／市民カメラマン写真展…6／市職員の給与などを公表…7／新春プレゼントクイズの答え…14 ほか

発行：所沢市 編集：経営企画部広報課 ☎ 04-2998-9024 ☎ 04-2994-0706

所沢市役所：〒359-8501・埼玉県所沢市並木一丁目1番地の1 ☎ 04-2998-1111（代表）

人口と世帯（平成27年12月末現在）

人口	343,390人	前月比	- 3人
男	170,841人		- 4人
女	172,549人		+ 1人
世帯数	153,901世帯		+100世帯

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

◆所沢市広報課フェイスブック
<https://www.facebook.com/tokorozawashikouhouka>

◆ところざわほっとメール（市政情報・防災情報）
QRコードを読み込み
空メールを送信



「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。届かない方は、所沢市シルバー人材センター（☎2928-8695・☎2924-0630）へご連絡ください。

助ける人になる

問危機管理課 ☎2998-9399 図2998-9042

3月11日で東日本大震災から5年。津波、原発事故、計画停電：あの日の不安と恐怖は徐々に薄れつつあります。

しかし、震災後も日本各地で地震、集中豪雨、噴火などが発生しており、いつ大きな災害が起こるかはわかりません。

いざというときに助けられる人ではなく「助ける人」になるために、日ごろから準備をしておくことが重要です。

大切な人を守るために、できることがあります。そして、いつ起こるかわからないリスクに対して行動を起こすのは、今なのです。災害対策を2力月（2・3月号）に渡って特集します。



阪神・淡路大震災の地域の人による救出活動
撮影：前田耕作 提供：神戸大学附属図書館震災文庫

立川断層帯地震発生時の被害想定（市内）	
死者・負傷者数	922人
建物全壊棟数（木造）	846棟
焼失棟数	779棟
避難者（1週間後）	10,400人



県の調査で、所沢市に被害をもたらす地震が5種類予想されています。中でも最も被害が大きいと予想されているのが立川断層帯地震です。

最大で震度は6強、死者は6強、死者は922人、1週間後も避難を余儀なくされる人は1万人（人口の約3%）を超える予測です。



大地震が予想されている

災害対策をしない
シートベルトをしない運転

立川断層帯地震の発生確率（30年以内）は0.5～2%と推計されています。「なんだ、ほとんど起こらないじゃないか」と思った人こそ危険です。

種類	発生確率（30年以内）
立川断層帯地震	0.5～2%
阪神・淡路大震災（1995年）	0.02～8%
東日本大震災（2011年）	10～20%
交通事故（死亡事故）	0.2%

◎過去の地震は発生直前の数値です。

被災地を助ける人になる

岩手県大槌町 復興レポート

◆震災前の大槌町



◆震災直後の大槌町



◆現在の大槌町



友田和弘さん 所沢市職員。平成27年4月から岩手県大槌町に派遣され、災害復旧業務に従事。住民対応に奮闘する毎日。

大槌町へは23年から職員派遣を行い、友田さんで7人目となる。

大槌町は岩手県の沿岸部に位置し、東日本大震災の津波で壊滅的な打撃を受けました。2015年の国勢調査（速報）では、5年前に比べ人口が23.2%も減少しています。それでも大槌の人々は復興に向けて一步一步前へ進んでいます。

震災当時は町の機能がマヒしてしまったそうです。そんなとき頼りになったのは、やはり地域の力。大槌町吉里吉里地区では、住民自ら外からの救助を待たず直ちに行動することを決め、自主災害対策本部を立ち上げました。そして住民が主体となって行方不明者の捜索、救援車両受け入れのためのガレキ撤去を始めました。

所沢市にお住まいの皆さんも被災地を助けることができます。例えば被災地を観光する、名産品を買うといった方法です（4頁参照）。そして、このような被災地の記憶を次の災害対策に生かすことが何より大切だと思います。

阪神・淡路大震災も立川断層帯地震に近い確率でしたが、実際に発生しました。数値が低くても油断は禁物です。「30年以内」は明日かもしれないのですから。

では、誰が、どのように災害対策を進めればよいのでしょうか？

阪神・淡路大震災では、倒壊家屋から救助された人の3分の2が自助によるものでした。

自助・共助・公助 7:2:1

◆シートベルトはするのにな…災害対策は？

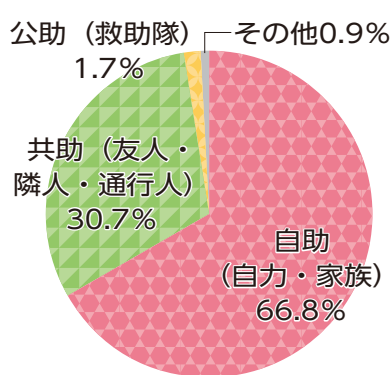


車に乗るとき、事故に備えてシートベルトを着用します。そして安全運転を心がけても、0.2%の確率で命を落としてしまうのです。立川断層帯地震が起こる確率はその2.5～10倍に及びます。災害対策をしないということは、シートベルトをしないで車に乗るようなものなのです。



この教訓から、自助（家庭）、共助（地域）、公助（行政）の割合は7:2:1と言われます。

大災害が発生したとき、消防や警察などの公的な支援で全てをカバーするのは困難です。まずは自分の身は自分で守ること（自助）、次に地域のつながりで助け合うこと（共助）が大切なのです。

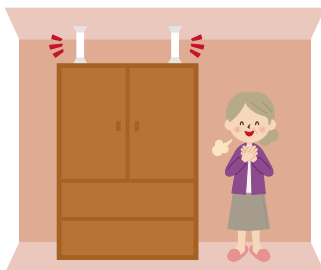


自助

今すぐ始める家具の固定

阪神・淡路大震災の死亡者の約80%は、住宅の倒壊や家具の下敷きによる圧死・窒息死でした。家具の固定は生存率を高め、避難経路の確保にもつながることで、地震のリスクを大きく低減します。

大きな家具のない部屋を寝室にするなどの工夫も有効です。下のチェックスリストを使って、家具の固定を進めましょう。



今すぐ始める1週間分の備蓄

災害時、救援物資が届くまでには時間がかかります。1週間分の食料を備蓄しておくことが安心です。備蓄には冷蔵庫・冷凍庫の活用のほか、食べながら蓄える「ローリングストック」という方法が有効です。これは水や食料を多めに常備し、消費した分だけ補充するものです。比較的消費期限が短いものも備蓄できるメリットがあります。

左下の備蓄チェックシートを参考に、1週間分の食料のほか、生活用品などの備蓄を進めましょう。そろえやすいものから、少しずつ構いませんか。いつ起きるか分からない災害のために、

今すぐ行動を起こすことが重要です！



ローリングストックとは

特別な保存食を用意するのではなく、普段の飲食物を使用しながら無駄なく備えること。

①最初だけ多めに買う



②いつも通りに使う



③半分くらい減ったら買い足す

②と③のサイクルを保つ

家族を助ける人になる

- ☐ テレビをテレビ台にベルトなどで固定している
- ☐ テレビ台をL型金具などで壁に固定している
- ☐ 冷蔵庫をベルトなどで壁と連結している
- ☐ 冷蔵庫や家具の上に落下しやすいものを置いている
- ☐ 窓ガラスの近くに大型家電や家具を置いていない
- ☐ 吊り下げ式の照明にチェーンで揺れ防止対策をしている
- ☐ テーブル・椅子の脚に滑り止めをつけている
- ☐ 食器棚などから収納物が飛び出ないように扉の開放防止器具をつけている
- ☐ 窓や食器棚のガラスに飛散防止フィルムを貼っている
- ☐ 家具が転倒・移動しても避難経路（ドアなど）をふさがらない置き方にしている

共助

お隣さんをお助けする人になる

一人暮らしの人や、家族が別々の場所で被災したとき、避難所での生活：そんなときに頼れるのはやはり同じ地域に住む人々です。いざというときのために、普段から地域のつながりを大切に、信頼関係を築いておくことが重要です。

3月号では、災害に対する地域の取り組みや、参加者の声をお伝えします。



公助

助ける人を作る環境整備

◆防災施設整備

耐震性貯水槽（下図参照）や防災行政無線の増設などを計画的に進めています。



◆避難行動要支援者名簿

自助が最も大切ですが、自力では避難できない人もいます。名簿を整備して、どこにどのくらいの要支援者がいるかを把握し、災害対策に生かしていきます。



保存版 切り取って使おう！ 備蓄チェックシート

これを参考に、各家庭に合ったものを備蓄しましょう！

◆食料品

★以下のものをローリングストック！

- ☐ 水（1日分 1.5ℓ／人）
- ☐ 携帯食（チョコレート、キャンディー、栄養補助食品など）
- ☐ 非常食（乾パン・缶詰など調理なしで食べられるもの）

◆装備品（避難時に使用）

- ☐ ヘルメット・防災頭巾・帽子
- ☐ 手袋
- ☐ 運動靴

◆生活用品

- ☐ 携帯ラジオ（予備電池も）
- ☐ 身分証明書のコピー
- ☐ 懐中電灯（予備電池も）
- ☐ 救急用品セット（消毒液、脱脂綿、ガーゼ、ばんそうこう、包帯、三角巾など）
- ☐ 持病薬・常備薬、処方箋のコピー
- ☐ マスク
- ☐ ティッシュペーパー、トイレトペーパー、ウェットティッシュ
- ☐ タオル（清掃用、手当て用、下着の代用など）
- ☐ 簡易トイレ
- ☐ ライター、マッチ
- ☐ 布ガムテープ
- ☐ 筆記用具
- ☐ 万能ナイフ
- ☐ 毛抜き（ピンセット代わり）
- ☐ 防寒用品（使い捨てカイロ、ブランケットなど）
- ☐ ポリ袋（大小10枚）、ビニールシート
- ☐ 生理用品



市長との懇談会（第9回）

あす
未来を見つめ、今を動く！
タウンミーティング

テーマ **けんこう 健幸長寿**

思わず歩いてしまうステキなマチ 所沢

私たちのまち“所沢”の未来を市長と一緒に語り合うタウンミーティング。所沢に住んで、“健康”で“幸せ”な生活を送るためには、どのような取り組みが必要なのかを考えます。

日 2月13日(土)午前9時30分～11時

場 新所沢コミュニティセンター

対 市内在住・在勤・在学の方

定 15人（抽選）

申 2月10日(水)までに市民相談課 ☎ 2998-9092へ電話



前回の様子

個人番号カードを交付



8時30分～午後0時30分 で受け取ってください。
◆マイナンバーの取り扱いに注意
◆マイナンバーをみだりに他人に知らせないようにしましょう。
◆市がマイナンバーや銀行口座情報などの個人情報を開き出すことはありません。

◆個人番号カードの申請方法

返信用封筒 顔写真を貼付した申請書（通知カードに同封）を返信用封筒に入れ郵送

パソコン・スマートフォン デジタルカメラやスマートフォンで顔写真を撮影し、交付申請用のWEBサイトで申請

◆受け取り方法

市から郵送した交付通知書に同封



▲個人番号カード

◆東日本震災の被災者、DVやストーカー行為の被害者など、住民票の住所地で受け取れない方は、市民課へ問い合わせください。

通知カードを

受け取っていない方へ

通知カードの配達時に不在で、郵便局の保管期間が過ぎたものは、役所で預かっています。本人確認書類を持参の上、市役所1階市民ギャラリー（月～金曜日午前8時30分～午後5時15分、第2・4土曜日午前

印鑑登録制度のご案内

対 所沢市に住民登録をしている方（15歳未満および成年被後見人は除く）

登録できる印鑑 住民基本台帳に登録している氏名、氏または名もしくは氏名の一部を組み合わせて、注文で作った印影の大きさが8mm以上25mm以下のもの

登録できない印鑑 ▶機械で大量に作られたもの（認印など）▶変形しやすいもの（ゴム・合成樹脂など）▶キズがあるものや外枠のないもの▶本人の氏名であると判断できないもの▶絵、イラスト、唐草模様などの装飾が施されたもの▶氏名以外の文字や、記号の入ったもの▶逆さ彫りのもの

印鑑登録・証明書が取得できるところ

印鑑登録完了後に印鑑登録証（カード）を交付します。印鑑登録証明書の取得（1通200円）には印鑑登録証が必要です。

	市役所1階市民課	まちづくりセンター（並木を除く）	並木まちづくりセンター▶サービスコーナー（所沢駅・狭山ヶ丘・小手指）
印鑑登録	○	○（正午～午後1時を除く）	×
印鑑登録証明書の取得	○	○	○

本人が申請する場合

◆照会書による方法（原則）

当日は受け付けのみで、後日、本人確認のため、自宅に照会書と回答書を郵送します。回答書を市民課、まちづくりセンター（並木を除く）に持参すると登録が完了します。受け付けから登録まで3～4日掛かります。

◆「顔写真付き身分証明書※」による方法

顔写真付き身分証明書を持参して登録すると、その日のうちに登録が完了します。

※…官公署が発行した運転免許証、パスポート、住民基本台帳カード、特別永住者証、在留カード、個人番号カードなど

◆保証書による方法

所沢市で印鑑登録している方に保証人になってもらい、印鑑登録申請書の保証書欄に署名、押印したものを持参すると、その日のうちに登録が完了します。

代理人が申請する場合

照会書による方法と同様に、申請時に登録する印鑑、申請者直筆の委任状、代理人の身分証明書と印鑑（認印可）を持参すると登録が完了します。受け付けから登録まで3～4日掛かります。

◎印鑑登録申請書、委任状は、市HP（「印鑑登録申請」で検索）で入手できます。

問 市民課 ☎ 2998-9087

死亡原因の第3位は肺炎

平成27年度 成人用肺炎球菌ワクチン予防接種の助成は3月31日(木)まで

市内協力医療機関で予約の上、接種してください。

- 対 ▶ 65歳（昭和25年4月2日～26年4月1日生まれ）
▶ 70歳（昭和20年4月2日～21年4月1日生まれ）
▶ 75歳（昭和15年4月2日～16年4月1日生まれ）
▶ 80歳（昭和10年4月2日～11年4月1日生まれ）
▶ 85歳（昭和5年4月2日～6年4月1日生まれ）
▶ 90歳（大正14年4月2日～15年4月1日生まれ）
▶ 95歳（大正9年4月2日～10年4月1日生まれ）
▶ 100歳（大正4年4月2日～5年4月1日生まれ）
▶ 60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器機能、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障害がある方（障害認定1級程度）

費 5,460円（接種費用8,460円のうち3,000円を助成）

◎生活保護受給者は全額公費負担です（生活保護受給証明書が必要）。

留意事項 ▶過去に肺炎球菌ワクチン（ポリサッカライド）を接種した方は対象外 ▶市内協力医療機関は健康管理課へ問い合わせまたは市HP（「成人用肺炎球菌」で検索）を参照 ▶市外で接種する方は健康管理課へ問い合わせ

問 保健センター健康管理課 ☎ 2991-1811



◎登録申請書は、商業観光課、市HP（「エキストラ」で検索）で入手できます。

市民エキストラを募集（登録）
映画やテレビ番組のエキストラを随時募集しています。
対 市内在住・在勤・在学の方
◎登録にはメールアドレスが必要ですが、なお18歳未満の方は保護者の同意が必要です。

市職員の給与などを公表

「所沢市人事行政の運営等の状況の公表に関する条例」に基づき、市職員の給与や職員数、勤務条件などの状況を公表します。なお、詳細は市HP（「人事・給与」で検索）でご覧になれます。

問職員課 ☎ 2 9 9 8 - 9 0 4 8

I 職員の任免・職員数

①職員数および採用・退職・任用変更

平成26年度 職員数	採用	退職・ 任用変更	平成27年度 職員数	前年 比較	主な増減理由
2,088人	118人	114人	2,092人	+4人	フルタイム再任用増

◎職員数は、再任用短時間勤務職員、臨時または非常勤職員数を除く、各年度4月1日現在、採用は平成26年4月2日から27年4月1日までの間に採用した人数、退職・任用変更は平成26年度中に退職した人数および任用変更をした人数です。

②職位別任用状況（係長級以上）（平成27年4月1日現在）

区分	部長級	次長級	課長級	課長補佐級	係長級	合計
職員数	23(2)人	35(4)人	128(15)人	109(30)人	583(270)人	878(321)人

◎（ ）内は女性の人数で、内数です。

II 職員の勤務時間・勤務条件・服務

①勤務時間の概要

月～金曜日／午前8時30分～午後5時15分（7時間45分勤務）

◎勤務内容などにより異なる場合があります。

②休暇制度の概要・種類

▶有給休暇…年次休暇、特別休暇（産前産後、育児参加、子の看護、忌引、結婚など）、病気休暇など▶無給休暇…介護休暇、組合休暇など

III 職員の分限・懲戒処分（平成26年度）

心身の故障による分限処分（休職）が21件ありました。

その他の理由による懲戒処分はありませんでした。

IV 職員の給与

①一般行政職の級別職員（平成27年4月1日現在）

区分	1級	2級	3級	4級	5級	6級	7級	8級	9級	合計
標準 職務内容	主事	主事	主任	係長・上 席の主任	上席の 係長	課長 補佐	課長	次長	部長	
職員数	41人	117人	220人	287人	230人	81人	103人	31人	17人	1,127人
構成比	3.6%	10.4%	19.5%	25.5%	20.4%	7.2%	9.1%	2.8%	1.5%	100%
平均給料月額	181,100円	195,700円	241,900円	332,600円	387,300円	407,400円	434,700円	461,800円	500,300円	327,100円

◎所沢市の給与条例に基づく給料表の級区分によるものです。

③平成26年度人件費（普通会計決算）

住民基本台帳人口	歳出額A	実質収支	人件費B	人件費率（B／A）
343,083人 （平成27年1月1日）	97,293,396 千円	3,559,318 千円	16,852,598 千円	17.3%

◎実質収支は、歳入歳出差引額から翌年度へ繰り越すべき財源を控除した額です。人件費は、特別職に支給される給料・報酬を含みます。

④平成26年度職員の給与費（普通会計決算）

職員数 A	給与費				1人当たり給与 費（B／A）
	給料	職員手当	期末・勤勉手当	合計B	
1,818人	6,922,298 千円	1,804,788 千円	2,772,538 千円	11,499,624 千円	6,325千円

◎再任用短時間勤務職員を除きます。職員手当には退職手当を含みません。

⑤一般行政職の初任給（平成27年4月1日現在）

区分	所沢市		国	
	初任給	2年後の給料	初任給	2年後の給料
大学卒	180,800円	193,100円	I 種181,200円 II 種174,200円	I 種200,100円 II 種186,100円
高校卒	151,800円	162,200円	142,100円	150,500円

⑥特別職などの報酬（平成27年4月1日現在）

	給料・報酬 （月額）	期末手当 支給割合	退職手当算定方法
市長	1,029,000円	4.1月	給料月額×在職月数×0.4025
副市長	876,000円		給料月額×在職月数×0.2415
教育長	781,000円		給料月額×在職月数×0.2300
上下水道事業管理者	781,000円		給料月額×在職月数×0.2300
常勤の監査委員	581,000円		給料月額×在職月数×0.1955
議長	660,000円	4.15月	
副議長	580,000円		
議員	560,000円		

V 職員の研修・人事評価（平成26年度）

①研修の概要（任命権者が実施）

マイセルフ研修、派遣研修などを延べ1,335人が修了しました。

②職員の人事評価（5月と11月に実施）

全職員を対象に人事評価を行い、その結果を昇任などの人事異動、勤勉手当の支給、課長級以上の昇給に活用しています。

VI 職員の福祉・利益の保護

①福利厚生制度に関する市の負担（特別職を含む）

区分	共済組合負担金	福利厚生委員会など	合計
平成27年度予算	2,760,268千円	17,377千円	2,777,645千円
平成26年度実績	2,673,264千円	28,324千円	2,701,588千円

②公務災害・通勤災害

平成26年度は26件（前年度比＋10件）発生しました。

VII 勤務条件に関する措置要求・不利益処分に関する不服申立て（平成26年度）

いずれの要求・申立てもありませんでした。

VIII 所沢市特定事業主行動計画≪第2次≫に掲げた目標の達成状況（平成26年度）

①育児休業の取得率

女性	100%（100%）	男性	7.1%（10%）	◎（ ）内はいずれも目標値です。
----	------------	----	-----------	------------------

②時間外勤務の縮減

職員1人当たりの時間外勤務の1カ月平均時間数	10.3時間（8.2時間）
年間360時間を超える職員数	111人（51人）

③年次休暇の取得日数

平均取得日数	10.6日（目標値なし）
10日以上取得者の割合	50.1%（70%）

④女性役職者の登用

女性役職者の登用率	女性役職者の登用率	=	主査以上の職員に占める女性割合
103.6%（100%）			38歳以上の職員に占める女性割合

②職員の平均年齢、平均給料月額など

区分	平均年齢	平均給料月額	平均給与月額
一般行政職	42.8歳	327,100円	427,736円
現業職	53.6歳	365,300円	432,672円

◎一般行政職は税務職、現業職、教育職、企業職、医療職、保育士以外です。給料とは基本給です。給与とは給料と手当（ここでは期末・勤勉手当および退職手当を含まない）を合わせたものです。

⑦退職手当（平成27年4月1日現在）

区分	自己都合	勸奨・定年
勤続20年	20.45月	25.56月
勤続25年	29.15月	34.58月
勤続35年	41.33月	49.59月
最高限度額	49.59月	49.59月
1人当たりの平均支給額	3,245千円	22,258千円

◎退職手当の支給割合は埼玉県市町村総合事務組合の支給条例に基づきます。1人当たりの平均支給額は、平成26年度に退職した職員に支給された平均額です。

⑧ラスパイレス指数（平成26年度）

国家公務員の給与水準を100とした場合の指数	101.6
------------------------	-------

⑨その他給与（公営企業職員を除く）（平成27年4月1日現在）

区分	内容	1人当たり支給年額
期末・勤勉手当	支給割合（平成26年度）は、期末：2.60月分、勤勉：1.50月分（職務の級などによる加算あり）	1,532千円
地域手当	給料、扶養手当、管理職手当の総額の8%	326千円
特殊勤務手当	著しく危険、不快など特殊な業務に従事する職員に支給される手当（11種類）	188千円
時間外勤務手当	勤務日：時間単価×1.25、週休日：時間単価×1.35など	327千円
休日勤務手当	時間単価×1.35	37千円
扶養手当	配偶者：13,000円、その他：6,500円（配偶者が扶養親族でない場合の1人目：6,800円、配偶者がいない場合の1人目：11,000円）、満16歳から22歳の年度末までの子は5,000円を加算	241千円
住居手当	借家など：家賃に応じた額（最高27,000円）、持ち家：6,500円	148千円
通勤手当	電車など利用者：運賃相当額、車など利用者：距離に応じた定額（2km未満支給なし）	76千円
管理職手当	管理・監督の地位にある職員に支給（給料月額の11～15%）	662千円

野老澤雛物語 ～町なか雛祭り2016～

所沢は江戸時代から続く「人形のまち」ということをご存知ですか？伝統と経験を生かし、雛人形や押絵羽子板などの美しい人形が作られています。

野老澤雛物語は、そんな伝統の息吹を感じられるイベントです。雛人形・つるし雛・園児が描いた「雛祭りの絵」の展示などで町なかを雛祭りムードに染め上げます！

自分で雛人形・つるし雛などが作れる「手作り教室」も期間中に複数開催。

店舗によっては「雛祭りスペシャルメニュー」などお得なサービスも受けられます。

日 2月1日(月)～3月16日(水)
場 所沢駅西口～元町交差点
付近の協力店舗、野老澤町造商店
●店舗一覧や手作り教室の詳細は、市HP
（「雛祭り」で検索）をご覧ください。
問 商業観光課 ☎ 2998-9155



平成27年5月～12月の表紙
いずれも市民カメラマン撮影

平成27年所沢市議会第4回定例会終了報告

平成27年度所沢市一般会計補正予算、所沢市職員の再任用に関する条例の一部を改正する条例など市長提出議案14件が可決・同意

会期 12月1日(火)～24日(木)

市長提出議案…14件

「所沢市職員の再任用に関する条例」の一部改正など14件が、原案どおり可決・同意されました。

◆平成27年度補正予算…2件（一般会計1件、特別会計1件）

◆条例関係…6件（一部改正6件）

◆財産取得…2件

◆市道路線の認定…1件

◆人事案件…2件

議会の同意を得て、次の方々が任命・選任されました。

◆教育委員会委員の任命
吉本 理氏

◆公平委員会委員の選任

二見 孝氏
諮問…1件

議会の同意を得て、木村幸子氏を人権擁護委員に推薦しました。

◆決算認定案件など…10件

◆水道事業会計未処分利益剰余金の処分…1件

◆各会計決算…9件

いずれの議案も認定されました。

◆議員提出議案…3件

原案どおり可決されました。

◎詳細は「市議会だより」（2月5日(金)新聞折り込み）、市HP（「市議会」をクリック）をご覧ください。

問 議会事務局 ☎ 2998-19256

所沢市議会市民文教常任委員会
政策討論会

委員会では初開催！

基調講演終了後、委員が自由に意見を交換します。

テーマ 文化財保護、なぜ必要？
伝えていくもの、失われゆくもの

日 2月6日(土)午後2時

場 新所沢まちづくりセンター

◎会場へ直接お越しください。

手話通訳があります。保育（2月2日(火)までに電話予約）があります。



広報紙を彩る

市民カメラマン写真展を初開催！

市民の皆さんの手で所沢市の出来事を紹介していただく「それが「市民カメラマン」制度です。現在、19人の市民カメラマンが活動しています（主に土・日曜日・祝休日）。メンバーにはなんとプロのカメラマンも！

作品は、広報とろざわや市HP（「広報取材日誌」で検索）で見ることが出来ます。

市民カメラマンの皆さんが自ら選んだ珠玉の作品を展示します。中には未公開の作品も！ぜひ会場をご覧ください！

日 2月24日(水)～29日(月)
場 市役所1階市民ホール
問 広報課 ☎ 2998-19024

- 【愛の福祉基金へ】●所沢商工会議所女性会様（3万円）●久米下組町内会様（8,957円）●防衛医科大学校並木祭実行委員会様（29,300円）●(株)中央管財様（5千円）●第5回所沢市福祉チャリティゴルフ大会様（55,000円）●三ヶ島地区文化祭実行委員会様（3千円）●所沢地区更生保護女性会三ヶ島支部様（3万円）●狭山ヶ丘ボランティアグループ様（2千円）●地域福祉サロン・リンク様（3千円）●三ヶ島山草会様（6千円）●三ヶ島第一地区民生委員・児童委員協議会様（3千円）●みんなボランティアほっとと様（3千円）●モリタソウ会様（1万円）●さくら草様（1千円）●山口ふれあいの会様（1万円）●新所沢団地長生クラブ様（14,326円）●所沢市シルバー人材センター三ヶ島地区様（1千円）●常路打子愛好会様（15,000円）●東京西武学園様（2,990円）●ふくじゅう・新所沢地区文化祭実行委員会様（3,683円）●新所沢地区文化祭実行委員会様（943円）●フォークダンス同好会レインボー様（10,825円）
- 【緑の基金へ】●足立圭子様（2万円）
- 【障害者週間記念事業のため】●東海漬物(株)様（漬物300袋）●JAいるま野所沢地域管理課様（ほうれんそう200束）
- 【社会福祉のため】●飯能信用金庫様（点字カレンダー50部）●(株)中屋本店様（米100kg、チュールップ球根300個）
- ※11月16日～12月15日の受付分です。ありがとうございました。

皆さんの善意



スマホで動画！
アプリでARのある
写真を写すと動画
が見られます。
詳細は市HP（「A
R」で検索）へ



▲成人の新しい門出を祝福するとともに、21世紀の担い手としての活躍と幸福を祈念し、11会場で開催された『第69回所沢市成人のつどい』。並木地区では受付開始前から久しぶりに再会した旧友と談笑する輪ができていました。

1月11日祝／所沢市民文化センターミュージーズ
(写真：市民カメラマン・西田憲正)

兄弟でムエタイインターナショナルチャンピオン

みやこしろういちろう けいじろう
宮越宗一郎さん・慶二郎さん（林在住）

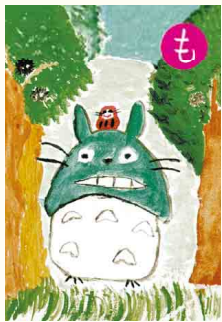
ンターナショナル王座に挑戦できた。兄弟そろって王者になれて安心した。そしてうれしかった。次は人生の目標である世界王者になりたい」。慶二郎さんは「兄弟でダブルタイトルマッチを戦えるとは思っていなかった。所沢出身ということで多くの地元の方が応援にきてくれてうれしかった。次は防衛戦で勝利し、世界王者に向けて1歩ずつ進んでいきたい」。そして2人は「兄弟そろって世界王者になりたい」と力強く抱負を述べた。

「相手に殴られるのより、試合で負ける方が怖い」。それは「応援してくれた人を裏切ることになるから」と言う2人。勝つために練習では「自分で限界を決めない、作らない精神力と身体を作っている」。所沢から世界王者が誕生するのも夢ではない。宮越兄弟を応援しよう。



左から宗一郎さん・慶二郎さん（WBCムエタイインターナショナル王座決定戦）

かるたの旅
小学6年生の三男は、小学校に入學してから1月の彩の国21世紀郷土かるた所沢大会出場に向けて毎年練習してきた。4年生の頃、父親とかるたの札の場所や人物に興味を持ち、2年半かけて46札のまつわる場所をめぐり「かるたの旅」をした。そして今年の夏休みの自由研究として発表した。



長年、埼玉県人でありながらも知らない事が多く、歴史や文化を改めて感じる事ができ、とても新鮮な旅だった。兄たちや、祖父母も参加した旅もあり、壁に貼られた旅の思い出は我が家の宝物となった。そして今日、最後の所沢大会出場を賭け校内かるた予選会に挑む。

テーマ「かるた」
かるたの旅
美原町 深尾 純子



▲毎年、1月1日に1年の健康を祈念して行われる『所沢元旦健康マラソン大会』。雲一つ無い快晴の中、子どもから年配の方まで1,046人が公園内を走りました。走るのも歩くのも自由、仮装して走るのも自由な健康マラソン大会でした。

1月1日祝／所沢航空記念公園
(写真：市民カメラマン・中村 仁)

地域の絆
やっぱり自治会・町内会でしょ！20
ご近所同士で力を合わせ、さまざまな課題解決や地域の絆づくりを行っている自治会・町内会をご紹介します。



北所沢町町会

北所沢町町会

～世代を超えて、泳げ！こいのぼり！～



▲長谷川会長

所沢市の中央部、新所沢東地区に位置する北所沢町町会は、発足から約50年の歴史があります。起伏が少なく災害に強い安全・安心なこのまちで、現在555世帯の会員が活動しています。

町会活動の中心であった北所沢町会館は、昨年9月に建て替え、新たな活動の拠点として大いににぎわっています。県産木材を多く使ったぬくもりのある室内で、地域の絆を大切にする各種クラブや学習会など、多くの活動が行われています。

健康長寿を目指す「北所サロン いざない会」では、地域の方が差し入れたコーヒーを片手に夕食の献立から宇宙の話まで幅広い話で盛り上がります。「お年寄りが外出する機会、人と人がつながる機会をできるだけ多く作りたい」と語る長谷川 勉会長は、会長歴12年のベテランです。

町会は、まちの将来を担う子どもたちが参加できる活動にも力を入れています。夏は納涼の夕べ、冬は親子で餅つきなど季節を彩るさまざまな行事が行われます。

5月のこいのぼり揚げもその一つ。昔はどの家庭にもあった大きなこいのぼり。「今の子どもたちにもその勇壮な姿を見せてあげたい！」と、こいのぼりを揚げ始めて5年。今では町会の皆さんが子どもたちのために提供してくれた35匹もの大きなこいのぼりが北所沢中央公園の空を泳ぎます。「若い世代の心に『故郷』の風景として残したい。このまちに愛着を持ってもらい、活動に参加してもらえたら」と長谷川会長は話します。今年も空を見上げる多くの若い親子連れのほほ笑ましい姿が見られることでしょう。



▲北所沢中央公園のこいのぼり

将来、さらに次の世代のために公園でこいのぼりを揚げる人たちが、若い世代の中から出てくるのかもしれません。

《次回は所沢地区の宮本町町内会を紹介します。》

問地域づくり推進課 ☎2998・9083



▲こねられた米粉（上新粉）を子どもたちが楽しそうに丸め、コナラの木にみかんと共に飾りつけをした『第31回富岡地区まゆ玉まつり』。参加者には、だんご汁も振る舞われ、おいしそうに食べていました。
1月9日(出)／富岡まちづくりセンター
(写真：市民カメラマン・三平資郎)



今回の市民レポーター！

今回のレポーターは左から田中浩一郎さん、裕惺くん、知佐さん（岩岡町在住）のご家族。年間20試合近く西武プリンスドームに足を運んでいます。



今回の突撃先！

大瀧愛斗外野手（背番号53／右投げ・右打ち）

平成27年のドラフト会議で4巡目に指名された新入団選手。昨年夏の甲子園大会は埼玉県代表として花咲徳栄高校で4番センターで出場。2回戦の三沢商業戦ではランニングホームランを放つなど活躍。目標とする選手は秋山翔吾選手。

インタビュー「大瀧選手ってどんな人？」

新入団選手の合同自主トレで汗を流した後、取材に応じてくれました。まだ初々しさの残る大瀧選手でしたが、質問に笑顔で丁寧に答えてくれました。

若獅子寮に入寮しての感想を伺うと、「存分に野球ができる環境が整っているので楽しみ」。その言葉通り、これまで努力を惜しまなかったと語る大瀧選手は、小さいころから気が済むまで練習に励んでいたそうです。



大瀧選手の強みは走攻守そろっているところ。特に「守備は打つことより好き」「ボールの落下点をいち早く見つけて、全力でボールを追いかける瞬間が1番楽しい」とうれしそうに話してくれました。

入寮前、大阪に帰省していたときに、行きつけの鳥料理店が予約いっぱいでは食べられなかったことをとても残念がっていました。所沢でも行きつけのお店を見つけてほしいですね！

プロ野球選手を夢見る子どもたちへ「何事にも負けないということ」を第一に、夢に向かってただ一生懸命努力すること！」とメッセージをいただきました。1軍で活躍する大瀧選手を見るのが楽しみです！

レポートを終えて

18歳とは思えないほどしっかりしていて驚かされました。また、本当に野球が好きなんだという思いがひしひしと伝わってきました。大瀧選手のガッツあふれるプレーを楽しみに、応援していきます。

問 商業観光課 ☎ 2998・9155



▲毎年1月5日の初水天宮に開催される「久米水天宮大祭（だるま市）」。安産祈願でも有名な久米水天宮に、大小さまざまなだるまが並び、だるまを買い求める人や祈願する人など多くの方が訪れました。
1月5日(火)／久米水天宮
(写真：市民カメラマン・浅見司郎)

はっぴつところ 野老っ子



昨年11月15日に後楽園ホールで行われた『WBCムエタイインターナショナル王座決定戦』で、兄の宮越宗一郎さんがスーパーウェルター級、弟の慶二郎さんがライト級でそろって勝利し、兄弟同時にインターナショナル王座についた。

2人は元プロキックボクサーの父が、自宅で空手とキックボクシングの拳粋会宮越道場を開いたのを機に空手を始めた。小学5年生だった宗一郎さんは「父の指導は厳しくなかったのが、半分遊び感覚だった」。2年生だった慶二郎さんは「兄や友だちと一緒に習い事の一つとして始めた」と振り返る。

中学では野球部の活動を優先していた宗一郎さんだが、高校生のときにキックボクサーの魔袋斗選手に憧れ、「プロキックボクサーになろう」と決意。慶二郎さんは中学・高校とバスケットボール部に所属。大学に進学してもプロバスケットボール選手にはなれないと、その道を諦め「キックボクシングでチャンピオンになるのが夢だった父。父はその夢を僕らに託していたのでは…」と思い高校卒業後にキックボクシングの道へ進む。

キックボクシングと共にムエタイの試合にも参戦。平成24年には兄弟で日本王者。そして臨んだ昨年のインターナショナル王座決定戦で勝利。宗一郎さんは「日本王者になってから3年が経ち、やっとイ

彩の国21世紀郷土かるた 中富南 井田 あすみ
「彩の国21世紀郷土かるた」は、埼玉県の名な場所や人物について書かれているかるたです。
私は特に「朝露にぬれて輝く 古代蓮」という札が好きです。
毎年冬に小学生の郷土かるたの大会があります。
そして、昨年の冬に、私は初めて郷土かるたの所沢大会に出ました。会場は広くて、とてもドキドキしました。
4人で1チームになって、力を合わせてたたかいました。
大会では、取らなげや相手に10点が入ってしまつ「シンボル札」という札を取ることができなくて負けてしまい、すごくやしかったです。
それから私は、郷土かるたを買って放課後にいっぱい練習しています。次の大会では、勝つといいです。



ことわりのないものは **2月1日(月)**から申し込み開始。FAXでの問い合わせは広報課 ☎2994-0706へ



**国民年金保険料納付は
口座振替が便利&お得**

口座振替は、納期限より1カ月早く引き落とすことで月50円割引になる早割制度や、現金納付より割引額が多い前納制度（6カ月・1年・2年）があります。希望する方は、2月29日(月)までに所沢年金事務所または金融機関で申し込みが必要です。

持①年金手帳または納付書②預貯金通帳③通帳届出印④口座振替納付申出書（納付書に添付または所沢年金事務所、金融機関、市役所1階市民課国民年金担当 ☎2998-9095で配布）

問所沢年金事務所 ☎2998-0170

子ども医療費助成制度

0歳から中学3年生までのお子さんにかかる医療費の助成を行っています（所得制限なし）。

◆助成を受けるには

持健康保険証（お子さんの名前が記載されているもの）、振込先金融機関の通帳またはキャッシュカード（健康保険証の代表者のもの）

申市役所2階子ども支援課へ直接

◆登録内容に変更があったとき

健康保険証、振込先金融機関、住

所などに変更があった場合は、医療費助成資格変更届の提出が必要です。

持変更のあったもの、子ども医療費受給者証

申子ども支援課、まちづくりセンターへ直接（健康保険証の被保険者変更の場合は、子ども支援課のみの受け付け）



問子ども支援課 ☎2998-9124

中退金・特退金の共済掛金補助申請

対象の共済制度 ▼中小企業退職金共済制度 ▼特定退職金共済制度

対象の共済掛金 ▼平成24年1月以降に新規加入した事業主で27年1月から12月までに支払った掛金

補助金額 対象金額の20%以内（予算の範囲内）

留意事項 ▼従業員1人当たりの月額掛金が1万円を超える場合の対象金額は1万円が限度 ▼23年4月1日以降に適格退職年金または解散・存続厚生年金から中小企業退職金共済へ移行した事業主は補助対象外

申2月19日(金)（消印有効）までに、申請書を市役所5階産業振興課 ☎2998-9157へ直接・郵送

◆申請書は産業振興課、市HP（「中退金」または「特退金」で検索）で入手できます。

夜間納税・相談窓口

開設日 **2月1日(月)・29日(月)、3月1日(火)**
午後5時15分～8時

災害、けが、病気、失業などで収入が著しく減り、納期限までに納められないときは、お早めにご相談ください。電話による納税相談も受け付けます。



2月29日(月)は
◆固定資産税・都市計画税(第4期)
◆国民健康保険税(第8期)
の納期限です

▶納付書に記載された納付場所で、納期限までに納めてください。

問市役所2階収税課 ☎2998-9073

埼玉県文化振興基金助成事業

対平成28年4月から9月までに①アマチュア文化団体が実施する文化活動（活動成果の発表など）②伝統・郷土芸能団体が実施する伝統者育成など③文化団体やNPOなどが実施する子どもを対象とした文化芸術の体験教室や文化芸術を担う若手人材の発掘・育成を目的としたワークショップなど



助成金額 ①対象経費の2分の1以内（上限20万円）②③対象経費（上限20万円）

申2月23日(火)（消印有効）までに、事業計画書を県・文化振興課 ☎048-830-2887へ郵送

◆事業計画書は同課、県HP（「振興基金助成」で検索）で入手できます。

市有地の売り払い

①宮本町1-588-4

地目 雑種地

公簿地積 154㎡

用途地域 第一種中高層住居専用地域／第一種住居地域

②宮本町1-588-9

地目 雑種地

公簿地積 178㎡

用途地域 第一種中高層住居専用地域／第一種住居地域

入札日 3月23日(水)①午前10時30分

②午前11時

申2月8日(月)から市役所4階管財課 ☎2998-9053で配布する市有地売り払いの案内をご覧の上、3月9日(水)から15日(火)までに同課へ直接

◆案内は、市HP（「市有地の売り払い」で検索）でも入手できます。

平成28・29年度小規模事業者の登録

対市内に主たる事業所を有する個人または法人で、次のいずれにも該当しない方

▼成年被後見人、被保佐人および破産者で復権を得ていない ▼市の入札参加資格者名簿に登録されている（物品などの登録は除く） ▼希望業種を履行するために必要な資格、許可などを有しない

▼市税を滞納している

現在登録されている方も、3月31日(木)で登録期間が終了しますので、改めて申請が必要です。

申市役所4階契約課 ☎2998-9058で配布の登録申請の手引きをご覧ください。2月10日(水)から23日(火)（消印有効）までに、申請書などを同課へ郵送

◆手引き、申請書は市HP（「小規模事業者」で検索）でも入手できます。

所沢カルチャーパーク

多目的広場利用申し込み

申し込み対象期間 4月～7月（水曜日を除く）

利用区分 ▼午前9時～正午 ▼午後1時～4時（終日利用可）

施設の構造 芝生（70m×70m、フェンスの高さ3m）

◆野球、ソフトボールは利用できません。

日3月10日(木)午後6時30分～7時30分／市役所6階602会議室

対市内在住・在勤・在学の方が過半数を構成する団体

◆新規申し込みの団体は、公園課による安全確認および会則、規約、会員名簿の提出が必要です。

問公園課 ☎2998-9196



歯科診療所あおぞらの診療日追加

②の障害児者歯科診療は、4月から従来の木曜日に加え、日曜日も診療が可能となります。

◆診療内容

①在宅要介護高齢者歯科診療（要申込）

日日曜日午前9時～午後0時30分

対市内に主たる事業所を有する個人または法人で、次のいずれにも該当しない方

▼成年被後見人、被保佐人および破産者で復権を得ていない ▼市の入札参加資格者名簿に登録されている（物品などの登録は除く） ▼希望業種を履行するために必要な資格、許可などを有しない

▼市税を滞納している

現在登録されている方も、3月31日(木)で登録期間が終了しますので、改めて申請が必要です。

申市役所4階契約課 ☎2998-9058で配布の登録申請の手引きをご覧ください。2月10日(水)から23日(火)（消印有効）までに、申請書などを同課へ郵送

◆手引き、申請書は市HP（「小規模事業者」で検索）でも入手できます。

所沢カルチャーパーク

多目的広場利用申し込み

申し込み対象期間 4月～7月（水曜日を除く）

利用区分 ▼午前9時～正午 ▼午後1時～4時（終日利用可）

施設の構造 芝生（70m×70m、フェンスの高さ3m）

◆野球、ソフトボールは利用できません。

日3月10日(木)午後6時30分～7時30分／市役所6階602会議室

対市内在住・在勤・在学の方が過半数を構成する団体

◆新規申し込みの団体は、公園課による安全確認および会則、規約、会員名簿の提出が必要です。

問公園課 ☎2998-9196

歯科診療所あおぞらの診療日追加

②の障害児者歯科診療は、4月から従来の木曜日に加え、日曜日も診療が可能となります。

◆診療内容

①在宅要介護高齢者歯科診療（要申込）

日日曜日午前9時～午後0時30分

対市内に主たる事業所を有する個人または法人で、次のいずれにも該当しない方

▼成年被後見人、被保佐人および破産者で復権を得ていない ▼市の入札参加資格者名簿に登録されている（物品などの登録は除く） ▼希望業種を履行するために必要な資格、許可などを有しない

▼市税を滞納している

現在登録されている方も、3月31日(木)で登録期間が終了しますので、改めて申請が必要です。

申市役所4階契約課 ☎2998-9058で配布の登録申請の手引きをご覧ください。2月10日(水)から23日(火)（消印有効）までに、申請書などを同課へ郵送

◆手引き、申請書は市HP（「小規模事業者」で検索）でも入手できます。

所沢カルチャーパーク

多目的広場利用申し込み

申し込み対象期間 4月～7月（水曜日を除く）

超親切的な市役所へ！

休日開庁（毎月第2・第4土曜日の午前中）

2月の休日開庁日 2月13日(土)・27日(土)
午前8時30分～午後0時30分

取り扱い業務	開庁窓口
①転入・転出・転居などの異動届②印鑑登録③住民票・印鑑登録証明書・戸籍謄抄本証明書などの交付④国民年金の手続き	市役所1階市民課 ①～③ ☎2998-9087 ④ ☎2998-9095 (国民年金担当)
⑤国民健康保険の手続き⑥後期高齢者医療制度に関する相談	同1階国民健康保険課 ⑤ ☎2998-9131 ⑥ ☎2998-9218 (後期高齢者医療制度担当)
⑦納税証明書、課税・非課税証明書の交付	市民税課（同1階特設窓口） ☎2998-9064
⑧市税・国民健康保険税の納付⑨納税相談	収税課（同1階特設窓口） ☎2998-9073
上記⑥⑨を除く業務	まちづくりセンター（並木を除く）

◎取り扱い業務の詳細は、事前にお問い合わせの上、お越しください。

◆案の閲覧

日2月5日(金)～26日(金)

場市役所2階都市計画課

◆意見書の提出

対次のいずれかに該当する方

地区内に▼在住・通勤・通学▼事業を営む▼土地または建物を所有

▼利害関係がある

申閲覧期間中（消印有効）に都市計画課 ☎2998-9192へ直接・郵送



職員採用資格試験（事務職大卒区分）実施方法を変更

より多くの方に所沢市職員を目指してもらえよう、平成28年度実施予定の職員採用資格試験（事務職大卒区分）の実施方法を変更し、試験を2回実施します。

1回目の試験は公務員試験対策不要の「人物重視の試験」として実施予定です。

詳細は、広報とろろ4月号でお知らせします。

問職員課 ☎2998-9048



ことわりのないものは2月1日(月)から申し込み開始。FAXでの問い合わせは広報課☎2994-0706へ

未来の子どもたちに残したいマチへ マチュエコだより⑩

問 資源循環推進課 ☎2998-9146

生ごみ減量・資源化講演会に参加して 生ごみ問題とさようなら♪

今回は、生活の悩みの種、生ごみを減量・資源化する取り組みのひとつ、生ごみ減量・資源化講演会を紹介します。

◆生ごみとの戦いにさようなら

日常生活の中で切っても切り離せない生ごみ問題…「生ごみが重い!臭い!」という悩みを解決する手助けになるのが生ごみ減量・資源化講演会です!

講演会では、マンションのベランダや室内でもできる生ごみの減量・資源化の方法など、暮らしに合わせた解決法を紹介しています。

◆生ごみ解決法が学べる!

生ごみ処理機器を利用した生ごみの減量・資源化に詳しい「生ごみ減量・資源化アドバイザー」が講師です。

昨年12月の講演会は、過去最高の49人が参加!ちなみにこの49人が生ごみ処理機器を使って、1日300gの生ごみ減量を1年間続けた場合、約36万円のごみ処理経費が削減できます。

みんなで生ごみ解決法を学んで、環境にやさしいマチをつくらせていきましょう。



12月の講演会の様子

2月16日(火)開催!

生ごみ減量・資源化講演会

「くうたくん」で生ごみゼロも夢じゃない!

今回の生ごみ減量・資源化講演会は、酵素の力で生ごみを分解して堆肥化する機器「くうたくん」の使い方を学びます。

「くうたくん」は、生ごみを水と炭酸ガスに分解するので、室内で使っても臭いが発生しないという優れたもの!「室内で使えるならわが家でもできるかも…」という方など、ぜひ講演会へ参加してみてください♪

日 2月16日(火)午後2時~4時

場 松井まちづくりセンター

定 先着30人

講 生ごみ減量・資源化アドバイザー／高橋さち子さん

◎会場へ直接お越しください。

◆奨励金制度も活用できます

生ごみ処理機器を使って家庭で減量・資源化に取り組む市民の方に、購入価格の2分の1(限度額1万円)の奨励金を交付しています。

対象となる生ごみ処理機器は、電気式生ごみ処理機、コンポスター、EM容器など種類豊富!暮らしに合せて機器を選べます。

日常生活の生ごみ処理にお悩みの方、この機会に生ごみ処理機器で悩みを解決してみませんか?

問 資源循環推進課

☎2998-9146

臭いを気にせずに
生ごみ処理が
できちゃいます♪



◆空間放射線量の測定結果
市内10カ所を測定したところ、平常時の放射線量の限度(自然放射線などを除く)を下回っていました。

測定日 1月14日

測定結果 0.03~0.06マイクロシーベルト/時

問 環境対策課 ☎2998-9230

◆保育園給食食材に含まれる放射性物質の測定結果

採取日 1月7日

検査食材 鶏肉(岩手県産)、牛乳(北海道産)、じゃがいも(北海道産)

測定結果 放射性セシウムは不検出

問 保育幼稚園課 ☎2998-9126

問 県防犯・交通安全課
☎048-8300-2940



▲iOS



▲Android



スマートフォンの防犯・交通安全アプリ『埼玉県安心サポートナビ』
事件・事故などの発生情報を地図上でわかりやすくお届けするアプリです。さらに、緊急時に役立つ防犯ブザーや防犯ライト機能、自主防犯活動団体の活動情報紹介など、各種機能が1つになった便利なもの!知りたい地域や内容を登録すると、プッシュ通知で更新情報を自動でお知らせします。暮らしの安心・安全のため、ぜひご利用ください!
◎QRコードから無料(通信料を除く)でダウンロードできます。

対 市内のマンション管理組合・マンション居住者など

日 2月25日(木)午後1時30分~4時

場 市役所1階市民ホール

問 マンション管理無料定期相談会

所沢市社会福祉協議会ボランティアセンター ☎2925-0041



問 所沢市社会福祉協議会ボランティアセンター ☎2925-0041

ア センター ☎2925-0041

イルを送信

vcinfo@f20.asp.cuenote.jp<空>

録、または

tokoshako-

コードから登

録フォームに

アクセスし登

録、または

登録方法 QR

コードから登

録フォームに

アクセスし登

録、または

登録方法 QR

コードから登

録フォームに

アクセスし登

録、または

登録方法 QR

問 不動産取引無料相談会

日 2月23日(火)午前10時~11時30分

場 市役所1階市民ホール

問 市役所1階市民ホール

相 談員 宅地建物取引士、弁護士、

税理士

◎会場へ直接お越しください。

問 全日本不動産協会埼玉県本部

☎048-866-5225

社会保険労務士による労働相談

日 2月12日(金)

午後4時~

8時(最終

相談:午後

7時~1

人約50分)

場 市役所5階

502会議室

対 勤労者、事業主、人事担当者など

内 賃金、解雇、就業規則、労使間の

問題、就業に関する事など

申 問 産業振興課

☎2998-9157へ電話

場 市役所6階604会議室

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 中高年向け就職支援セミナー

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 中高年向け就職支援セミナー

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 中高年向け就職支援セミナー

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 中高年向け就職支援セミナー

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 中高年向け就職支援セミナー

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 中高年向け就職支援セミナー

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 中高年向け就職支援セミナー

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 中高年向け就職支援セミナー

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 中高年向け就職支援セミナー

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 中高年向け就職支援セミナー

日 2月26日(金)午後2時~4時

場 市役所6階604会議室

問 40歳以上の求職者

定 申し込み先着30人

内 中高年のための面接ポイント講座

共通事項 ▼市外の方も利用可▼雇

用保険受給資格者には、利用証明

書を発行

申 問 いずれもボランティア受付専用ダイ

ヤル ☎048-711-4547

へ電話(午前9時30分~午後5時

30分)、①の当日予約(土曜日を

除く)は午後2時まで

若年者就職応援フェアinプラザ

日 2月16日(火)午

後1時~4時

(受付)

場 ハローワーク

プラザ所沢

(航空公園駅

駅ビル2階)

対 所沢・狭山・入間市、三芳町に所

在する事業所に就職を希望する44

歳以下の方

内 就職面接会(参加事業所7社)

持 履歴書複数枚、お持ちの方はハロ

ーワークカード

問 ◎会場へ直接お越しください。

問 ハローワーク所沢

☎2992-8609



農業に興味がある女性大歓迎！ 農業後継者とふれあおう

30歳～40歳代前半の農業後継者とのふれあいイベントを開催します。

今回は市内のイチゴ園でイチゴ狩りを体験♪ぜひお越しください。

日 3月5日(土)午後2時～
集合 航空公園駅東口
対 農業後継者と交流をしたい25歳から40歳までの独身女性
定 10人(抽選)
内 イチゴ狩り、懇親会など
費 2千円
◎詳細は、市HP(「農業後継者」で検索)をご覧ください。
申 2月15日(月)までに、農業後継者対策連絡会事務局(農業振興課内) ☎2998-9158へ電話・市HPから電子申請



◆全国統一防火標語

無防備な心に火災が
かくれんぼ



◆平成28年春季全国火災予防運動

場 旧市庁舎(宮本町1-1-2)
対象者、内容など詳細はお問い合わせください。実施要領と申込書は所沢市手話通訳・要約筆記派遣事務所、同事務所HP(<http://www.toko-shakyo.or.jp>)で入手できます。
申 2月9日(火)(必着)までに、申込書を同事務所 ☎2939-5064へ提出

◆重点目標

▼住宅防火対策の推進▼放火火災防止対策の推進▼特定防火対象物など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▼多数の者が集合する催しに対する火災予防指導などの徹底

◆火災予防キャンペーン

日 2月27日(土)午後1時～
場 航空公園駅前広場(東口)
内 双実保育園・埼玉西部消防組合消防音楽隊の防火演奏・演技
問 所沢東消防署予防指導課 ☎2998-11192

◆上級救命講習会

日 3月5日(土)午前9時～午後5時
場 所沢中央消防署(けやき台1-13-11)
対 所沢・飯能・狭山・入間・日高市に在住・在勤・在学の中・高校生以上

定 申し込み先着40人
内 新生児から成人を対象とした心肺蘇生法、出血時の止血法、外傷の手当て、搬送法など



武蔵嵐山溪谷周辺樹林地の散策とシイタケのコマ打ちを楽しむ

日 3月5日(土)午前10時～午後2時
集合 ▼東武東上線武蔵嵐山駅(午前9時) ▼JA埼玉中央・嵐山農産物直売所(午前9時15分)
対 小学生以上(小学生は保護者同伴)
定 100人(抽選)
費 500円(ホダ木代含む)
申 2月10日(水)(消印有効) までに、往復はがきに参加者全員の氏名、住所、電話番号、学年、協会会員・一般の別、希望集合場所を明記の上、〒330-0063さいたま市浦和区高砂3-12-9さいたま緑のトラスト協会 ☎048-824-13661へ郵送

犯罪被害者支援県民公開講座

日 2月18日(木)午後1時～
場 所沢まちづくりセンター
内 殺人被害者遺族・佐藤咲子さんの講演、警察職員とのミニコンサート
定 先着250人(車いす6台可、手話通訳あり)
◎会場へ直接お越しください。
問 埼玉犯罪被害者援助センター ☎048-865-7831

地域福祉活動フォーラム

日 3月12日(土)午後1時30分～4時30分
場 所沢まちづくりセンター
対 市内在住・在勤・在学の方
定 先着350人
内 誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるためにCSWの実践講座
大阪府豊中市社会福祉協議会事務局・勝部麗子さん
◎会場へ直接お越しください。
問 所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課 ☎2925-10041

第21回所沢市国際交流フォーラム 当日ボランティアを募集

対 中学生以上
定 10人程度(選考あり)
日 3月13日(日)午前9時～午後5時
場 市役所1階市民ホール
内 運営補助、会場設営など
申 2月19日(金)までに、住所、氏名(ふりがな)、年齢、電話番号を文化芸術振興課 ☎2998-19211 ☎2998-19491へ電話・FAX
対 次の全てに該当する方



募集

自動販売機の設置事業者を募集

設置場所 市民体育館、総合運動場
設置期間 平成28年4月1日～33年3月31日(5年間)
申 2月15日(月)までに、募集要項をご覧ください。市役所6階スポーツ振興課 ☎2998-9248へ提出
◎募集要項は、同課、市HP(「自動販売機」で検索)で入手できます。

広告付き玄関マットの広告主を募集

設置場所 市民医療センター正面玄関、人間ドック入口など6カ所
応募条件 所沢市有料広告ガイドライン・所沢市有料広告掲載基準などの遵守
マットの規格 1m×1.5mなど(広告スペースは0.5㎡以内)
◎ガイドラインなどは市HP(「有料広告」で検索)をご覧ください。応募方法や広告料などはお問い合わせください。
申 ダスキン狭山ヶ丘支店 ☎2925-16221へ電話

発掘調査など屋外・屋内作業員を募集

職種 ①屋外作業員 ②屋内作業員

①学校教育に理解があり、子どもの悩みについて相談に応じることが出来る②月～金曜日の週5日勤務が可能③65歳未満

定 32人
内 教員の教育相談を補い、スクールカウンセラーなどと連携して、学校や地域での児童・生徒に対する相談業務

申 2月9日(火)までに、募集要項をご覧ください。市役所6階学校教育課 ☎2998-19238へ直接
◎募集要項は、同課、市HP(「心のふれあい相談員」で検索)で入手できます。

発掘調査など屋外・屋内作業員を募集

申 2月12日(金)までに、履歴書(写真貼付)を埋蔵文化財調査センター ☎2947-0012へ直接

時給 ①910円②890円
【共通事項】
定 若干名
日 月～金曜日のうち月12日または20日程
任用期間 4月1日～9月30日(更新あり)



児童館へ行こう(2月の主な行事)

市HP(「児童館」で検索)でも児童館行事を案内しています。

児童館名	電話番号	行事名／開催日時
ひばり	2926-8669	みんなでまめまき／2月1日(月)①午前10時30分～11時30分／乳幼児対象②午後3時30分～4時30分／小学生以上対象
こばと	2924-3065	えいごであそぼ／2月10日(水)午前10時30分～11時30分／2歳児対象／要申込
つばめ	2922-0410	もちつき大会／2月6日(土)午前10時～11時30分／雨天決行
つばき	2923-6155	スポーツでげんき／2月6日(土)①午前10時～11時45分／乳幼児対象②午後1時30分～3時30分／小学生以上対象
すみれ	2949-3826	節分・豆まき／2月3日(水)①午前10時30分～／乳幼児とその親対象②午後4時～／小学生対象
さくら	2998-5912	みんなで遊ぼう／2月8日(月)午後3時30分～
わかば	2948-3222	もちつき／2月10日(水)午後2時～
まつば	2995-0995	節分会／2月3日(水)①午前10時30分～／乳幼児とその親対象②午後3時30分～／幼児と小学生対象
みどり	2928-8414	パパとあそぼう／2月13日(土)午前10時30分～11時30分／乳幼児とその父親対象
やなぎ	2944-8819	バレンタイン作り／2月8日(月)午後3時30分～／小学生対象
ひかり	2996-3995	エスデシティ三世代まつり／2月20日(土)午前10時～午後2時

ことわりのないものは **2月1日(月)**から申し込み開始。FAXでの問い合わせは広報課 ☎2994-0706へ

2月の宅地内水漏れ修繕当番店

(土・日曜日、祝休日など)

下記の修繕当番店が、24時間体制で対応していますので、**直接ご連絡ください。**

日(曜日)	当番店	電話番号
6日(土)	(有)本田技管	2948-1300
7日(日)	(有)石和設備工業	2993-8108
11日(祝)	(株)糟谷設備工業所	昼2923-8888 夜2923-8349
13日(土)	(有)平塚設備工業	2923-5778
14日(日)	(有)兼六工業	2922-1877
20日(土)	(株)協立管工	2948-5515
21日(日)	(有)伏見設備工業	2948-3328
27日(土)	(株)榮々	2923-4900
28日(日)	(株)貫井産業	2993-0110

問 上下水道部 (夜間・休日は警備員対応)
☎2921-1100 ☎2921-1091

交通指導員を募集

対 市内在住で65歳未満の方

定 ①若狭小学校区：1人 ②中富小学校区：1人 ③柳瀬小学校区：1人

内 立哨指導 (朝1時間・夕2時間程度)、交通安全教室など

採用予定日 ①2月1日(火) ②3月1日(火) ③4月1日(金)

申 2月10日(水)までに、交通安全課 ☎2998-9140へ電話

リサイクルふれあい館エコー(臨時職員)を募集

対 65歳未満の方

定 ①事務補助：1人 ②木製家具の簡単な修理：1人

日 火～日曜日午前9時～午後4時 (6時間/月20日程度)

任用期間 4月～9月(更新あり)

時給 890円

申 2月14日(日)までに履歴書(写真貼付)を〒359-0015日比田620-1リサイクルふれあい館エコー ☎2994-5374へ直接・郵送

看護師(臨時職員)を募集

対 正・准看護師免許および看護業務経験有する方(内視鏡看護業務経験ある方歓迎)

定 若干名

内 病棟・外来看護業務



日 応相談

申 市民医療センター ☎2992-1151へ電話

保健師・看護師(臨時職員)を募集

対 保健師免許または看護師免許を所持し、普通自動車運転できる方

定 若干名

内 成人・母子健康相談、乳幼児健康診査など

日 月～金曜日午前8時30分～午後5時(応相談)

勤務開始日 応相談

申 保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813へ電話

保健師(助手/登録制)を募集

対 保健師免許を有する方

定 若干名

内 乳幼児健康診査・健康相談など

日 月～金曜日午後0時45分～4時45分(健診・相談実施日)

場 まちづくりセンターなど

申 保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813へ電話

介護認定調査員(臨時職員)を募集

対 介護福祉士または介護支援専門員の資格を所持し、普通自動車を運転できる60歳未満の方(4月1日現在)

定 2人

内 介護保険要介護認定に係る訪問調査など

日 応相談

日 月～金曜日のうち週4日午前8時30分～午後5時(7時間30分)

時給 1,310円

勤務開始日 4月以降

申 2月19日(金)までに、履歴書(写真貼付)を市役所1階介護保険課 ☎2998-9420へ直接

学校給食臨時職員(登録制)を募集

職 ①調理員 ②配膳員 ③運転手

対 18歳以上65歳未満の方(高校生を除く)

日 月～金曜日①午前8時30分～午後4時(5時間または6時間) ②おむね午前10時～午後2時(3時間45分) ③午前8時30分～午後3時30分(6時間)

場 ①第1・第3学校給食センターまたは小学校②小・中学校③第1・第3学校給食センター

時給 ①2890円 ②910円

留意事項 ①は調理に関する資格不要。年数回、土・日曜日勤務あり(勤務地による) ③は普通自動車を運転できる方

申 2月8日(月)までに、履歴書(写真貼付)と③は運転免許証の写しを、市役所6階保健給食課 ☎2998-9249へ直接

保育園臨時職員(登録制)を募集

職 ①保育士・保育補助員 ②保健師・看護師 ③栄養士 ④調理員 ⑤庁務手

対 18歳以上65歳未満の方

日 月～土曜日①午前7時～午後8時(2～7時間30分) ②午前7時～午後8時(7時間30分) ③午前7時～午後8時(5～7時間) ④午前8時30分～午後8時(2～7時間) ⑤午前8時30分～午後8時(2～4時間)

時給 保育士(有資格者)：950円 保育補助員(無資格者)：90円

申 2月8日(月)までに、履歴書(写真貼付)と③は運転免許証の写しを、市役所6階保健給食課 ☎2998-9249へ直接



910円 保健師：1,450円

看 護 師：1,280円 栄養士：1,210円 調理員・庁務手：890円

留意事項 ①の保育補助員および④⑤は資格不要

勤務日数・時間は保育園により異なる ④保育園で必要が生じた場合に勤務(1年以内)

採用者は、勤務日前に健康診断の受診(自己負担)が必要

申 履歴書(写真貼付)を市役所2階保育幼稚園課 ☎2998-9126へ直接

自衛官採用試験

採用種目 ①幹部候補生(一般) ②幹部候補生(歯科・薬剤) ③医科・歯科幹部自衛官

対 ①20歳以上26歳未満(22歳未満は大学を卒業または卒業見込み) ②20歳以上30歳未満で専門の大学を卒業または卒業見込み(薬剤は20歳以上28歳未満) ③医師・歯科医師の免許取得者

年 齢 4月1日現在です。

受付期間 ①2月1日(月)～5月6日(金) ②2月1日(月)～4月22日(金)

試験日 ①②1次試験：5月14日(土)・15日(日) ③1次試験：5月14日(土)・15日(日) ④2次試験：5月13日(金)

試験の詳細は、自衛隊埼玉地方協力本部HP (<http://www.mod.go.jp/pco/saitama/>) をご覧ください。

資料請求先・問 自衛隊入間地域事務所 ☎2923-4691

第66回埼玉県美術展覧会作品を募集

対 県内在住・在勤・在学の15歳以上の方(中学生を除く)

部門 日本画(水墨画含む)、洋画(版画含む)、彫刻、工芸、写真、書(篆刻・刻字含む)

◎応募方法などは県HP(「県展」で検索)をご覧ください。

問 県・生涯学習文化財課 ☎048-830-6921



1月号『新春プレゼントクイズ』の答え

1月号の新春プレゼントクイズに345通ものご応募をいただき、ありがとうございました！
全ワードを埋めたものは下記のとおりで、クイズの答えは『**コウウチュウ(向陽中)**』でした。正解者の中から抽選を行い、56人の方に賞品を発送しました。

1 ト	2 コ	3 ロ	4 ハ	5 ツ	6 モ	7 ウ	8 デ
9 モ	10 ウ	11 ケ	12 イ	13 ル	14 ミ	15 キ	16 ゾ
17 ジ	18 エ	19 ネ	20 キ	21 キ	22 メ	23 シ	24 ヌ
25 サ	26 ヤ	27 マ	28 カ	29 テ	30 フ	31 ク	32 キ
33 ル	34 サ	35 ソ	36 リ	37 カ	38 シ	39 ヌ	40 ヌ
41 ケ	42 フ	43 ツ	44 ウ	45 セ	46 シ	47 ヌ	48 ヌ
49 ケ	50 ウ	51 イ	52 サ	53 ワ	54 リ	55 ヌ	56 ヌ
57 イ	58 コ	59 ジ	60 チ	61 ヒ	62 ア	63 タ	64 リ
65 ソ	66 ウ	67 ゴ	68 ウ	69 ジ	70 ツ	71 ス	72 イ
73 ツ	74 ウ	75 イ	76 ク	77 ジ	78 ス	79 イ	80 イ

今後も楽しい企画を考えていきますので、引き続き広報とろざわをご愛読ください！
問 広報課 ☎2998-9024

全問クリアできたかな？



平成28年度彩の国いきがい大学入間学園・和光学園学生を募集

対 県内在住の60歳以上の方

内 一般教養などの学習、クラブ活動

申 2月29日(月)(必着)までに、募集案内をご覧ください、いきいき埼玉 ☎048-728-7951へ提出

◎募集案内は、市役所1階高齢者支援課 ☎2998-9120、同大学HP (<http://www.ikg-saitama.jp/university/index.html>) で入手できます。

大学の開放授業講座受講生を募集

対 県内在住の55歳以上の方

場 県内18大学、都内1大学

期間 おおむね4月～8月

費 1万円程度

申 県HP(「開放授業講座」で検索)の募集案内をご覧ください、各大学へ直接



問 県・高齢者福祉課 ☎048-830-3263

パブリックコメントを募集

◆所沢市水道事業中期経営計画(素案)

対 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・利害関係者など

募集期間 2月29日(月)～3月14日(月)

素案の公表 2月29日(月)から上下水道部庁舎2階財務課、市役所1階市政情報センター、まちづくりセンター、市HP(「パブコメ」で検索)で閲覧・配布

申 素案に対する意見を上下水道部財務課 ☎2921-11087へ提出

所沢市広報課フェイスブック

URL <https://www.facebook.com/tokorozawashikouhouka>

問 広報課 ☎2998-6024

けんこう

◎会場は保健センターです（出張相談を除く）。

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



健康づくり支援課の事業 ☎2991-1813

母親学級 申 2月4日(木)から電話
市HPから電子申請

- ◆**栄養**
日 3月11日(金)午前9時30分～午後1時 対 出産予定日が4月22日以降の妊婦（パートナーも可） 内 妊娠中の食生活、調理実習 定 申し込み先着30人 持 母子健康手帳、エプロン、三角巾、お手ふき 費 500円
 - ◆**歯科**
日 3月7日(月)午後1時15分～3時15分 対 出産予定日が5月24日以降の妊婦（パートナーも可） 内 お母さんのお口の健康、歯科健診、赤ちゃんのむし歯予防 定 申し込み先着30人 持 母子健康手帳、歯ブラシ、コップ、タオル
- 共通事項** 上の子を連れての受講は不可

両親学級 申 2月3日(水)から電話
市HPから電子申請

- 日 2月20日(土)午前9時45分～正午 対 出産予定日が4月4日以降の初産婦とパートナー（両親そろって参加できる方） 内 沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操など 定 申し込み先着28組 持 母子健康手帳、バスタオル、運動ができる服装
- 

- 乳幼児健康相談** 申 2月1日(月)から電話
- ◆**離乳食**
日 2月19日(金)午前中 持 母子健康手帳
 - ◆**食事**
日 2月8日(月)午前中 持 母子健康手帳
 - ◆**歯科**
日 2月19日(金)午前中 持 母子健康手帳、歯ブラシ

- 離乳食教室** 申 2月1日(月)から電話
- ◆**ごっくん期**
日 3月4日(金)または18日(金)いずれも午前10時～11時15分 対 平成27年9月～10月生まれの乳児とその親 内 栄養士の講話、試食 定 いずれも申し込み先着30組 持 母子健康手帳、バスタオル、お手ふき、スプーン
 - ◆**もぐもぐ期**
日 3月3日(木)午前10時～11時30分 対 平成27年7月～8月生まれの乳児（原則第1子）とその親 内 栄養士・歯科衛生士の講話、試食 定 申し込み先着35組 持 母子健康手帳、バスタオル、お手ふき、スプーン
 - ◆**ぱくぱく期**
日 3月16日(水)午前10時～11時30分 対 平成26年12月～27年1月生まれの幼児とその親 内 栄養士・歯科衛生士の講話、試食 定 申し込み先着30組 持 母子健康手帳、お手ふき、歯ブラシ、さ湯または麦茶
- 

- 2歳児歯科健康教室** 申 2月4日(木)から電話
市HPから電子申請
- 日 3月3日(木)または14日(月)いずれも午後0時50分～1時10分（受付） 対 平成25年8月～9月生まれの幼児 内 歯科診察、歯磨き指導、フッ化物塗布、栄養・育児相談 定 いずれも申し込み先着50人
- 

- 子育てサロン「ちゅーりっぷ」** 申 不要
- 日 2月26日(金)午前10時～11時30分 対 双子・三つ子のお子さんとその親（パートナーおよび妊娠中の方も可） 内 参加者同士の交流会 持 母子健康手帳、ミルク、オムツ

- 乳幼児健康診査** (4か月・10か月・1歳6か月・3歳児)
- ▶ 健康診査日の2週間前までに健診票を郵送
 - ▶ 転入などで受け取っていない場合は連絡▶ 日程は健康ガイドとところざわで確認

- 成人健康相談** 申 2月1日(月)から電話
- ◆**健康相談**
日 2月3日(水)または17日(水)いずれも午前中 内 生活習慣病の予防や健診結果の見方、医療機関のかかり方、更年期の悩み
 - ◆**歯科相談**
日 毎週火曜日午前中 内 歯周病予防、入れ歯の手入れ方法
 - ◆**栄養相談**
日 毎週木曜日午前中 内 生活習慣病の予防、バランスの良い食事
 - ◆**気になる血糖値相談**
日 2月8日(月)または22日(月)いずれも午前中 内 血糖値が高めの方の食事、運動習慣の見直し
 - ◆**リハビリ相談**
日 2月12日(金)または26日(金)いずれも午前中 内 ひざ・股関節・腰痛予防、身体機能・歩行能力維持・改善のためのリハビリ
- 

- 成人歯科健康教室** 申 2月1日(月)から電話
- 日 2月23日(火)午後1時30分～3時30分 **テーマ** 歯周病予防でカラダも元気 内 講話、歯科相談、唾液潜血検査、効果的な歯磨きの実習 定 申し込み先着20人
- 

- 歯周病予防教室** 申 2月1日(月)から電話
- 日 3月9日(水)午後1時30分～3時30分 内 歯肉の健康チェック、効果的な歯磨きの実習 定 申し込み先着30人

- 出張離乳食と歯のおはなしサロン** 申 不要
- 日 2月15日(月)午前10時～ 場 狭山ヶ丘コミュニティセンター 対 5カ月～1歳6カ月児とその親 内 離乳食と歯の相談 持 母子健康手帳、歯ブラシ
- 出張乳幼児健康相談** 申 不要
- 内 身体計測、健康相談 持 母子健康手帳 ◎ 車での来場不可
 - ◆**山口まちづくりセンター**
日 2月2日(火)午前9時30分～10時30分（受付）
 - ◆**新所沢東まちづくりセンター**
日 2月24日(水)午前9時30分～10時30分（受付）
 - ◆**松井まちづくりセンター**
日 3月2日(水)午前9時30分～10時30分（受付）

- 出張成人健康相談** 申 不要
- 内 食事や運動の方法、検査値の見方、血圧・体脂肪測定 ◎ 車での来場不可
 - ◆**富岡まちづくりセンター**
日 2月17日(水)午前9時30分～11時30分（受付）
 - ◆**狭山ヶ丘コミュニティセンター**
日 3月1日(火)午後1時30分～3時（受付）

健康管理課の事業 ☎2991-1811

- BCG** 申 不要
- 日 2月25日(木)午前9時30分～10時30分、午後1時30分～2時30分（受付） 対 平成27年8月16日～9月15日生まれの乳児 持 母子健康手帳、体温計、予診票（会場にもあり）▶ 対象児には事前に通知▶ 対象児以外でも1歳に至るまでの間に未接種の方は接種可（標準接種期間は生後5カ月に達した時から8カ月に達するまで）
- 

◆こころの健康支援室からのお知らせ◆ ▶うつ病・強迫性障害のつどい 申 不要

つどい	開催日	開催時間
うつ病ご本人	2月15日(月)	午前10時～正午
うつ病ご家族 (精神科医師も参加)	2月16日(火)	
強迫性障害	2月17日(水)	
うつ病夜の部	2月19日(金)	午後7時～8時30分

▶発達障害ご家族のつどい 申 不要

つどい	開催日	開催時間
中学生まで	2月25日(木)	午前10時～正午
高校生以上	2月26日(金)	
知的障害	2月29日(月)	

- 統合失調症講座**
- ◆**統合失調症の治療と回復**
日 2月9日(火)午後2時～4時 対 市内在住の方 定 申し込み先着100人 講 狭山ヶ丘病院理事長・守屋朝夫さん
 - ◆**映画「精神」の上映会&監督による講演会**
日 2月16日(火)午後1時20分～4時30分 対 市内在住の方 定 申し込み先着100人 講 映画監督・想田和弘さん
 - ◆**当事者による体験談**
日 2月24日(水)午後2時～4時 対 統合失調症を治療中の本人・家族、支援者 定 申し込み先着50人 講 所沢こぶしの家職員、当事者
- 申 問 2月1日(月)からこころの健康支援室 ☎ 2991-1812 へ電話

- うつ病講座**
- ◆**うつ病の症状と治療と回復**
日 3月2日(水)午後2時～4時 対 市内在住の方 定 申し込み先着100人 講 航空公園クリニック院長・石井正宏さん
 - ◆**ストレスとの上手な付き合い方**
日 3月11日(金)午後2時～4時 対 うつ病を治療中の本人・家族、支援者 定 申し込み先着50人 講 航空公園クリニック臨床心理士・薬 宣昭さん
- 申 問 2月1日(月)からこころの健康支援室 ☎ 2991-1812 へ電話

Monthly トころんが行く 34

かわいいイラストや写真の年賀状がたくさん届いて、とってもうれしかったよ！送ってくれた皆さんありがとう。2016年もよろしくお願ひします！



1月16日(土) ☀ by トころん
教育センターで行われた「親子で楽しむ百人一首」に登場したよ！札を見つめる視線が真剣で、とってもかっこよかったな！ボクも頑張って応援してきたよ！



- ◆**トころん・よいトコ出没情報**◆
 - ▶ **第21回武道祭／市民武道館**
2月7日(日)午前10時～午後3時
 - ▶ **確定申告期広報活動／所沢駅西口**
2月16日(火)午前10時～10時30分
- 問 企画総務課 ☎ 2998-9046

休日急患当番医

当番時間：午前9時～午後5時
電話相談は受け付けません。

▶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▶地図などの詳細は所沢市医師会  (http://www.tokorozawashi-ishikai.com/h_m_e/)へ

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
2月7日(日)	宮本町内科クリニック	内、腎内、循内、消内、アレ	宮本町2-26-16	2903-1088
	平岡眼科医院	眼	東町11-1-207	2922-1126
	デルタクリニック	内、消	くすのき台2-5-1サンウインズビル1階	2996-5157
2月11日(祝)	安松クリニック	内、呼、消	上安松1299-1	2991-6446
	豊原医院	内、神内、呼、放	東所沢1-10-11	2944-6433
	彩のクリニック	内、呼、胃、循、小、神内、外、整、理、放	小手指町4-1-1	2949-1118
2月14日(日)	かがやきクリニック	外、内、消、肛	久米593-8	2991-7511
	新所沢公園前クリニック	皮、形	緑町3-14-3	2928-5881
	おくもとクリニック	内、小、呼、消、リハ	西所沢1-23-3	2903-8320
2月21日(日)	所沢診療所	内	宮本町2-23-34	2924-0121
	さけみ眼科	眼	狭山ヶ丘1-2994-5	2947-4382
	福元内科クリニック	内、消	南住吉21-16	2920-1155
2月28日(日)	まつおか内科クリニック	内、呼、アレ	下安松1034-1	2945-7911
	スマイル・まやクリニック	皮、形成外科、リハ	西所沢1-3-5NKパークビル2階	2939-1213
	山川医院	内、消、小、皮	小手指町1-11-6	2924-5252
3月6日(日)	桂医院	眼	山口1529-23	2924-0086
	平沢記念病院	精、神内、心内	北野3-20-1	2947-2466
	有村医院	内、小	榎町12-21	2922-2094

小児科日曜日・祝休日診療

※上記休日急患当番医を除く診療日

医療機関名	所在地	電話番号	日曜日		祝休日	
			午前	午後	午前	午後
おくもとクリニック	西所沢1-23-3	2903-8320	○	×	×	×
かわかつクリニック	小手指台23-1マミー・マート所沢山口店2階	2920-2200	○ (第1休)	×	×	×
彩のクリニック	小手指町4-1-1	2949-1118	×	×	○	×
愛クリニック	中新井620-1	2937-3630	○	×	×	×

○診療時間はお問い合わせください。

小児急患診療

市民医療センター
上安松1224-1 ☎2992-1151

事業名	受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝休日
夜間急患診療	午後7時30分～10時15分	○	○	○	○	○	—	—	—
	午後6時～8時45分	—	—	—	—	—	○	○	○
深夜帯急患診療	夜間急患診療終了後～翌日午前7時	×	○	○	×	○	○	○	○※
日曜日・休日急患診療	午前10時～11時30分 午後2時～4時30分	2月7日(日)・11日(祝)・14日(日)・21日(日)・28日(日)、3月6日(日)							

※2月11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：2月7日(日)・11日(祝)・14日(日)・21日(日)・28日(日)、3月6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	受付時間
埼玉県小児救急電話相談 #8000または☎048-833-7911	▶月～土曜日…午後7時～翌朝7時 ▶日曜日、祝休日、年末年始…午前7時～翌朝7時
埼玉県大人の救急電話相談 #7000または☎048-824-4199	午後6時30分～10時30分
埼玉県精神科救急情報センター ☎048-723-8699	▶月～金曜日…午後5時～翌朝8時30分 ▶土・日曜日、祝休日、年末年始…午前8時30分～翌朝8時30分

24時間対応の医療機関案内	
埼玉西部消防局休日夜間病院案内 ☎04-2922-9292	埼玉県救急医療機関案内(歯科・精神科を除く) #7000または☎048-824-4199

この広報の点字版、カセット版、デジ版をご希望の方は、広報課(☎2998-9024・☎2994-0706)にご連絡ください。



こんにちは保健師です 147

いきいき健康づくり

楽しくのびのび幼児食

◆幼児食前期は、食の基礎をつくる大切な時期

1歳～2歳頃になると、奥歯がそろいはじめ、かむ力も少しずつ強くなります。3歳頃までの食事は、子どもの成長に合わせた大きさや固さのものを食べる経験を増やすことが大切です。

◆違いのわかる舌は幼児期(5歳頃まで)につくられる

味覚を育てるには、素材の持つ自然な味を伝えること。それには、だしを利かせる、旬の素材を選ぶなど、調理の工夫も必要です。そして、いろいろな料理を出すことも大切です。手作り料理は毎回違う味だからこそ、いろいろな味や食感が受け入れられ、味覚も磨かれていくのです。よくかんで味わって食べさせましょう。

◆主食・主菜・副菜・汁物をそろえて、バランスの良い食事を

食事の基本は、1日3回、決まった時間に、バランスのとれた食事をする事です。1回の食事には、主食・主菜・副菜がそろるように心掛けましょう。子どもの好きな物を多く取り入れがちですが、大人と同じメニューでも切り方や調理法を工夫し、一緒に食べておいしく食べている姿を見せることも大切です。

▶主食…ごはん・パン・めん類など



炭水化物は動きの活発な幼児のエネルギー源になります。

▶副菜…野菜類・イモ類・きのこ類・海藻類など



ビタミンやミネラルの豊富な食品は体の調子を整えます。

▶主菜…肉類・魚類・豆類・卵など



たんぱく質は筋肉、内臓、血液など、体の調子を整えます。

▶汁物…野菜類・海藻類・豆類など



主菜や副菜でとりきれなかった栄養素を補給します。

◆朝ごはんをしっかり食べて生活リズムをつくりましょう

朝ごはんを食べると、胃が活動を開始し、体温が上がり、体や脳に刺激が伝わります。すると、体が目覚め全身に力が行きわたり、活発に活動できるようになります。

「早寝、早起き」の習慣を身につけ「起きる、食べる、遊ぶ、寝る」という1日の生活リズムのメリハリをつけるようにしましょう。

◆おなかが空いていますか？

空腹が最高の調味料とも言います。体を動かし、しっかりおなかを空かせてから食事をしましょう。

◆おやつも小さなごはんです

おやつは子どもの成長に必要な栄養素を補うために欠かせないものです。子どもは胃の容量が小さく、消化・吸収力が未熟なこともあり、1回の食事量が限られるからです。しかも成長には、体重1kg当たりで大人の2～3倍のエネルギーや栄養素が必要です。

おやつは、3歳までは午前10時ごろと午後3時ごろの1日2回、3歳以降は午後の1回が一般的です。あくまでも次の食事に影響しない程度の量にとどめ、牛乳やヨーグルト、果物、イモ、豆など栄養価の高いものを取り入れて、3回の食事を補えるようにします。市販のものを利用するときは、食べ過ぎないよう適量をお皿に取り分け、カフェインや甘味を含まない飲み物を添えて、水分補給をしましょう。

◆食卓は親子の大切な団らんの場です

心がわくわくしているときには、子どもたちはよく食べます。しかし、一人ぼっちで食べたり、食事中に怒られたりするようでは、食事が進まないだけでなく、食卓が心がなごむ場になりません。

家族といっしょに食卓を囲み、「おいしいね!」「食べられるようになったね!」などと共感しながら食べることで食事がより楽しい時間になり、絆も深まります。

☎保健センター健康づくり支援課

☎2991-1813 ☎2995-1178



広報マスコット ひばりちゃんのさえずり

▶昨年末に膝のけがをしてしまった。ギプスで膝が曲がらないため車の運転もできず、不自由な思いをしたが、あらためて健康であることのありがたさを体感!あわせて、周囲の人の優しさ・あたたかさも実感した(感謝)。皆さんも健康にはご留意を!(🏀)

▶1月号のクイズを集計しました。ご批判も含めて、たくさんのご意見・ご感想が本当にうれしいです!多様な価値観がある中、全ての人が100点を付ける広報紙は作れませんが、平均点を1点でも上げていきたいです。皆さんの声を支えに、今日も一歩前へ!(★)

還付金詐欺にご注意!ATMの操作では医療費などの還付金は戻りません!

所沢警察署

☎2996-0110