

広報
7月号

No.1126
平成28年(2016年)

とこざわ



スマホをかざすと
表紙が動く！

AR



撮影協力:芸術総合高等学校

特集 市長×中学生「これからの所沢」を語る …… 2・3

密着レポート 所沢のお米ができるまで …… 4・5
市・県民税の申告、所得税の確定申告はお早めに… 6・7 / 新春プレゼントクイズ… 8 / 表紙の紹介… 9 / ライオンズレポーター… 9 ほか

人口と世帯 (平成27年11月末現在)

人口	343,393人	前月比	- 3人
男	170,845人		+ 8人
女	172,548人		- 11人
世帯数	153,801世帯		+ 60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



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)

「広報とこざわ」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。

僕たち・私たちが感じた

所沢のいいところ

自然を大切にしているところ
桑田 拓哉

将来の夢は？
スポーツ関係

あたたかいところ
関根 康平

将来の夢は？
学校の先生

緑豊かで暮らしやすいところ
中澤 真唯

将来の夢は？
音楽関係

医療が発達しているところ
巻口 知世

将来の夢は？
医療関係

中澤 (株)KADOKAWAの施設や(仮称)所沢市子ども福祉の未来館など、私たちの暮らして豊かにする施設ができることで、まちが整備されていくのはうれしくけれど、みどりが無くなってほしくありません。建物が増えていく中、まちの開発とみどりの関係についてどのように考えていますか？

市長 所沢は都心近郊では比較的にみどりが多すぎます。所沢へ引越してきた方の中には「みどりが多いので所沢を選びました」という人も多いです。だからこ

子どもを大切にします

関根 このほか、アンケートで力

みどりを減らさず、増やしていきたいと思っています。私が市長になってからの4年間で、西武プリンスドームのグラウンド30個分の緑地を条例などで指定し、森林を保全してきました。中澤 そうなんです。みどりを守るために市で緑地を買収することはできないのでしょうか？

市長 この4年間で西武プリンスドームのグラウンド30個分の緑地を買収しました。ただし、どこでもいくらでも買収するわけではありません。基本的に森林所有者の努力があるからこそ、所沢のみどりは守られています。森林所有者はもちろんのこと、行政、地域のボランティアなど、たくさんの方が関わって所沢の宝の一つであるみどりの保全を進めています。

市長 所沢市は、子育てに力を入れています。幼稚園の就園奨励金は県内2位、保育園は県内同規模の自治体と比べても、16力所多く、その定員数も1、500人多いです。また、いざというときの小児急患も365日対応しています。教育についても同様です。君たちの身近な話だと、学校の先生は埼玉県採用の先生と市採用の先生がいることを知っていますか？

僕たち中学生も気になる話題です！

関根 くん

市長 所沢市は、子育てに力を入れています。幼稚園の就園奨励金は県内2位、保育園は県内同規模の自治体と比べても、16力所多く、その定員数も1、500人多いです。また、いざというときの小児急患も365日対応しています。教育についても同様です。君たちの身近な話だと、学校の先生は埼玉県採用の先生と市採用の先生がいることを知っていますか？

市長 「日本一子どもを大切にするまち」。それは、厳しくってあたたかいという意味も込められているんです。そのようなまちの実現を目指して、今後「子ども・教育」にも力を入れていきます。

市長 建設地は旧所沢浄化センター跡地で、市は約3万7000㎡という広大な土地の活用方法を考えていました。土地を売却するだけでなく、その土地に地域貢献できる施設を建設してKADOKAWAから「文化の持つ力でまちづくりをしませんか」という提案があったんです。

健康・福祉への関心が1位でした！

巻口 さん

市長 健康も福祉もとても大切なことで、現在、市のお金の約半分を福祉などに使っています。しかし、このまま福祉や医療などに使うお金が増えていくとその他のことが何もできなくなり困ります。そこで、いつまでも健康で長生きをしてもらうため「健康・マイレージ」の導入を考えています。

市長 健康も福祉もとても大切なことで、現在、市のお金の約半分を福祉などに使っています。しかし、このまま福祉や医療などに使うお金が増えていくとその他のことが何もできなくなり困ります。そこで、いつまでも健康で長生きをしてもらうため「健康・マイレージ」の導入を考えています。

市長 健康も福祉もとても大切なことで、現在、市のお金の約半分を福祉などに使っています。しかし、このまま福祉や医療などに使うお金が増えていくとその他のことが何もできなくなり困ります。そこで、いつまでも健康で長生きをしてもらうため「健康・マイレージ」の導入を考えています。

「善きふるさと所沢」とは

中澤

市長 健康も福祉もとても大切なことで、現在、市のお金の約半分を福祉などに使っています。しかし、このまま福祉や医療などに使うお金が増えていくとその他のことが何もできなくなり困ります。そこで、いつまでも健康で長生きをしてもらうため「健康・マイレージ」の導入を考えています。

市長 健康も福祉もとても大切なことで、現在、市のお金の約半分を福祉などに使っています。しかし、このまま福祉や医療などに使うお金が増えていくとその他のことが何もできなくなり困ります。そこで、いつまでも健康で長生きをしてもらうため「健康・マイレージ」の導入を考えています。



市長×中学生

「これからの所沢」を語る

新春特別インタビュー

僕たち私たちの「ふるさと所沢」の未来

11月25日～27日に職場体験で広報課を訪れた向陽中学校1年生の中澤真唯さん、関根康平くん、巻口知世さん、桑田拓哉くんら、未来を担う子どもたちが「これからの所沢」について、藤本市長にインタビューしました。

広報課 2998-9024 2998-0706

市長 平成31年、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの前の完成予定です。施設は2つのゾーンに分かれて

どんなものができるのか今から楽しみです

桑田 くん

市長 平成31年、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの前の完成予定です。施設は2つのゾーンに分かれて

市長 平成31年、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの前の完成予定です。施設は2つのゾーンに分かれて

市長 平成31年、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの前の完成予定です。施設は2つのゾーンに分かれて

市長 平成31年、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの前の完成予定です。施設は2つのゾーンに分かれて

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて

桑田

市長 平成31年、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの前の完成予定です。施設は2つのゾーンに分かれて

市長 平成31年、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの前の完成予定です。施設は2つのゾーンに分かれて

市長 平成31年、2020年の東京オリンピック・パラリンピックの前の完成予定です。施設は2つのゾーンに分かれて

3日目

最終日は市長インタビュー。緊張しつつも立派に中学生記者を務めた4人でした

所沢市にカギ入れたいポイント

1位 2位 3位

ドキドキの来庁者アンケート。ご協力ありがとうございました！

取材内容を記事にしました。市HP(「職場体験」で検索)をご覧ください！

いざ撮影！ひばりちゃんが上手に撮れています

市内施設を取材。いろんな方にお話を伺いました

1日目

はじめての職場体験

初めて触る一眼レフカメラ。うまく撮れるかな？

所沢のお米ができるまで

所沢にも田んぼがあることをご存知ですか？

三ヶ島地区にある糶谷八幡湿地は数少ない田んぼの1つです。荒れ放題になっていた湿地を「里山の風景」に戻そうと、平成16年から糶谷八幡湿地保存会が保全活動を続けてきました。稲作や里山の整備など幅広い活動を通じて、湿地の生態系は年々回復しています。農業を一切使わないため、ホタルの生育環境が元に戻り、たくさん

鑑賞できるようにになりました！

この自然の恵みを肌で感じてもらうと、平成19年から三ヶ島小学校5年生の体験学習をサポートしています。

田植え、稲刈り、脱穀、収穫祭：1年を通じた体験学習は貴重な経験として子どもたちの心に刻まれます。

今回は、この三ヶ島小学校の体験学習を密着レポートします！
問 広報課 ☎ 2998-9024



三ヶ島小学校5年生と保存会の皆さん



糶谷八幡湿地保存会会長
水村 周介さん

毎年、うまくできるか心配。だけど、それがいいんだ

保存会の活動は、10年を越えました。小学生の体験学習も9年目です。多くの人の協力があつて、糶谷八幡湿地は豊かな里山の風景を取り戻しました。ホタルの数も増えてきて、環境が良くなっていることを実感しますね。

もう少しなくなってしまったけど、この美しい里山の風景は「所沢の宝」だと思っんです。

「農業や稲作はもうダメだ」なんて声も聞かれますけど、やっぱり日本の主食はお米なんです。天候次第で出来が変わるので、毎年うまくできるか心配です（笑）だけど、それも含めて農業、それがいいんですよ。子どもたちが成長したときに、「いい体験したな」と思ってもらえたらうれしいです。

植える (5月26日)



五月晴れの日。田起こし、代かきという工程で整備された田んぼに、一定間隔で苗を植えていく田植えでお米作りがスタート！
田んぼに渡した板に慎重に乗って、横一列に苗を植えていきます。植えるのが浅いと苗は水面に流れてしまうので、深さや角度を調節して、ねじりながら手早く土の中に植えます。
最初は指導を受けながらでしたが、次第に手が伸びる範囲が広くなり、滑らかに田植えができるようになってきました！
元氣いっぱいの子どもたちは、板を踏み外し、小さな力エールを捕まえ、いつの間にかみんな泥んこになっていました。



がんばれ～！

収穫が楽しみ！

むずかしいけど楽しい！
田んぼの中は意外と気持ちいいよ～♪



2 収穫する (9月24日)



恵みの秋。たわわに実った稲穂を収穫します。鎌の使い方、力の入れ方を学んでから稲刈りにチャレンジ!

最初はおそろおそろ刈っていたのが、回数を重ねるごとに上手になっていきます。成長のスピードに先生もびっくり。

収穫した稲穂は、稲架に掛けて乾燥させます。既に乾燥させてあった稲穂の脱穀(稲穂から粒を外す)と大きな選別の工程も体験。保存会の皆さんにサポートしてもらいながら、稲穂を脱穀機にかきました。さらに唐箕という農機具で、粒が選り分けられていく様子も見学しました。
(300坪の田から、うるち米220kg、もち米110kgを収穫)



3 食べる (11月29日 12月4日)



収穫からおおよそ2カ月。乾燥、精米の工程を経て、ついに白く輝くお米になりました。

もち米はふかして、お餅に。きねと臼での餅つきは大人気で、重いきねを担いで代わる代わるペタンペタン!
お母さん方の手で味付けされた、つきたてのやわらか〜いお餅をうれしそうに頬張りました。

うるち米は20kgを学校給食用にいただき、全校生徒で新米を食べました。
かむほどに甘みが広がるご飯におかわりが殺到!5年生の2クラスとも、あつという間になくなってしまいました。



体験学習の食材が自校給食で食べられるのも特長です。食べる前に全校放送で何年生が収穫した食材かをお知らせするんです。すると、不思議なことにみんな好き嫌いをすることなく食べてくれる。「市内でも食べ残しが少ない」のが自慢ですね(笑)
こうした食育を通じて、「ふるさと三ヶ島」に誇りを持ってもらいたい。地域への感謝を胸に、成長してほしいと思います。

豊かな自然の中で稲作体験ができるのは、市内で三ヶ島小だけです。バケツでの稲作に比べれば、収穫量も作業量もはるかに多くなりますが、その分うれしさも増えるんです。子どもたちも「自分たちで作るとおいしい!」と笑顔を見せてくれます。

稲谷八幡湿地保存会の皆様をはじめ、地域の方々のご協力で、大変貴重な体験をさせていただきました。ありがとうございます!



三ヶ島小学校校長 中村 靖さん

自分たちで作ったものは
おいしいんです!

市・県民税の申告、所得税の確定申告はお早めに

申告書は自分で作って、郵送するのが便利です！

市・県民税の申告
2月12日(金)～3月15日(火)
問市民税課 ☎29998・90064

郵送の申告が便利！

郵送で申告すれば、混雑が予想される会場で待たずに済みます。特に、年末調整済みの源泉徴収票をお持ちの方や平成27年中に収入がなかった方は郵送での申告が便利です。

申告が必要な方

左の「市・県民税の申告が必要な方チェック表」で確認してください。

チェック表で「申告の義務はありません」となった方でも国民健康保険税の軽減・国民年金保険料の免除申請・各種福祉手当の受給判定・所得証明書(課税・非課税証明書)の交付が必要な方は申告してください。

申告書の入手

市・県民税申告書は、平成27年度と同申告書提出した方に1月下旬ごろ郵送します。

27年中に所沢市に転入した方や退職した方には同申告書を郵送していません。申告が必要な方は、1月18日(月)から市役所2階市民税課、まちづくりセンターなどで配布する申告書を使用してください。

市HP(「申告」で検索)でも市・県民税の申告方法をご案内しています



7頁の「平成28年市・県民税申告相談日程表」をご覧ください。

接お越しください。

◎申告期間中と休日開庁日(第2・第4土曜日)は、市役所2階市民税課、同1階特設窓口での申告受け付け・相談はできません。

所得税の確定申告
2月16日(火)～3月15日(火)
問所沢税務署 ☎29933・9111
(自動音声案内で「0」を選択)

申告が必要な方

- ▼営業、農業、不動産などの所得合計額が所得控除額を超える方
- ▼給与収入が2千万円を超える方
- ▼2力所以上から給与の支払いを受け、年末調整をしていない給与収入が20万円を超える方
- ▼給与所得者で、給与以外の所得合計額が20万円を超える方
- ▼土地、建物、株式などを譲渡した方

税金が還付される方

- ▼給与所得者(所得税が源泉徴収されている方)で、雑損・医療費・寄附金・住宅ローン控除などを受けることができる方
- ▼平成27年の途中に就職・退職し、所得税が源泉徴収され、年末調整を受けていない方

所得税の還付申告は2月15日(月)以前でも受け付けています。

申告書の作成は国税庁HPで

国税庁HP(<http://www.nta.go.jp>)の「確定申告書等作成コーナー」では、確定申告書などが作成できます。e-Tax(国税電子申告・納税システム)または郵送で早めに提出してください。

年金収入の合計額が400万円以下で、年金以外の所得金額が20万円以下の方は、確定申告は不要です。

留意事項

- ▼確定申告が不要でも、市・県民税で扶養控除、医療費控除などを希望する方は、市・県民税の申告が必要です。
- ▼所得税の還付を受ける、または確定申告が要件の控除(純損失や雑損失の繰越控除など)を受けるには、確定申告が必要です。

復興特別所得税の額は、各年分の基準所得税額(原則、その年分の所得税額)に2.1%の税率を掛けた金額です。また、25年1月1日から49年12月31日までの所得から源泉所得税が徴収される場合は、復興特別所得税も併せて徴収されます。

年金受給者の確定申告不要制度

復興特別所得税の額は、各年分の基準所得税額(原則、その年分の所得税額)に2.1%の税率を掛けた金額です。また、25年1月1日から49年12月31日までの所得から源泉所得税が徴収される場合は、復興特別所得税も併せて徴収されます。

納税は口座振替で

①所得税・復興特別所得税②消費税・地方消費税(個人事業者)の納税は、金融機関の口座から自動的に納税する振替納税をご利用ください。

納期限 ①3月15日(火)②3月31日(木)

振替日 ①4月20日(水)②4月25日(月)

③口座振替依頼書に金融機関の届け印を押印の上、納期限までに税務署または金融機関へ提出

④口座振替依頼書は税務署、市役所2階市民税課、国税庁HPで入手できます。

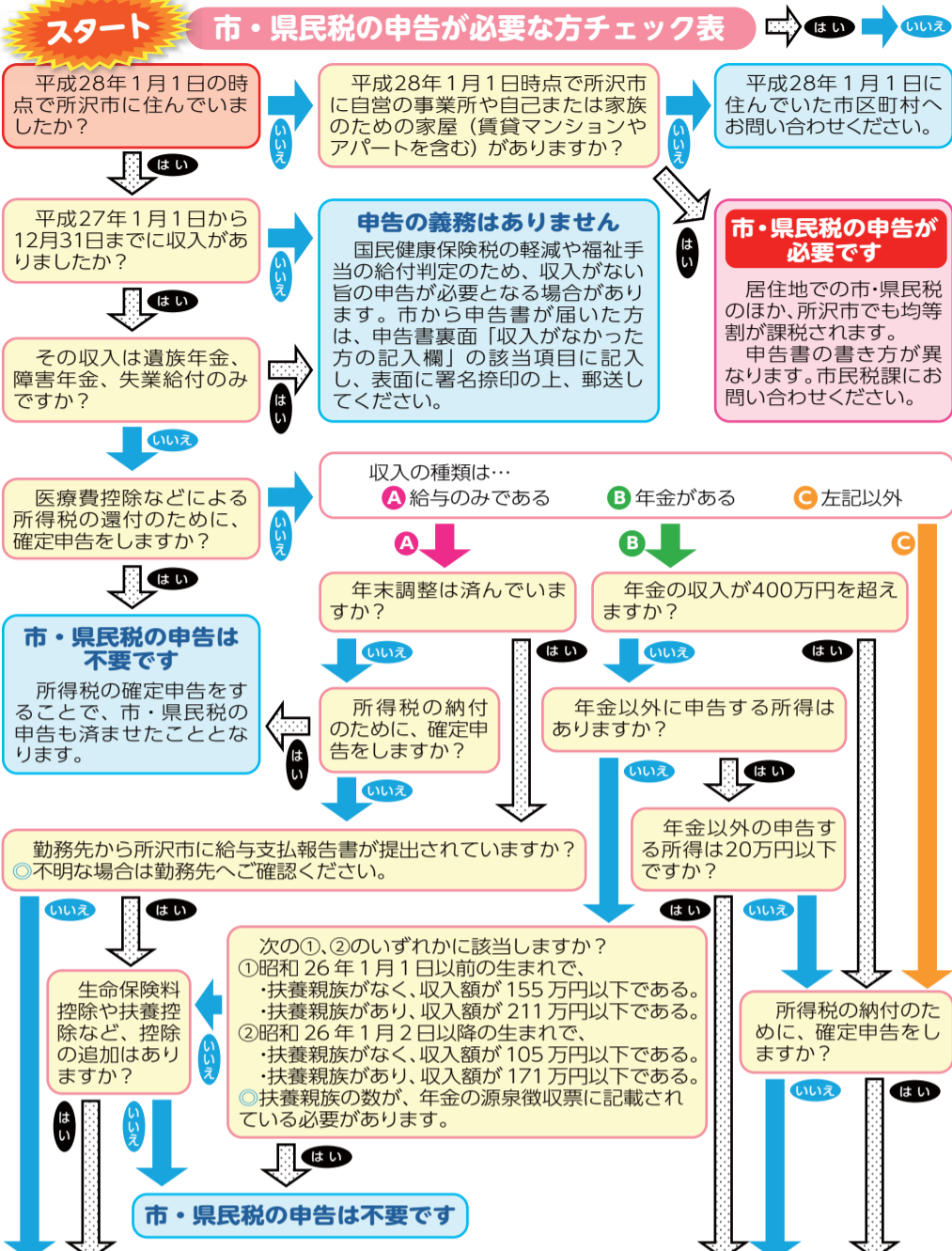
平日に都合がつかない方

所沢税務署は、2月21日(日)・28日(日)に限り、申告受け付け・相談を行います。混雑しますので、車での来署はご遠慮ください。

復興特別所得税額の記載漏れに注意!

平成25年分から49年分までの各年分は、所得税と併せて復興特別所得税の申告・納付が必要です。記載漏れに注意してください。

会場に出向かずにOK! 郵送やe-Taxでの申告をオススメします



市・県民税の申告が必要です

<申告に必要なもの>

- ①市・県民税申告書(申告会場などにも用意していますが、市から郵送された申告書がある方は必ずお持ちください。)
- ②印鑑(認め印など)
- ③給与収入・年金収入がある方は、平成27年分の給与や年金の源泉徴収票など
- ④平成27年中に支払った社会保険料(国民健康保険・国民年金など)の領収書、生命保険・地震保険の控除証明書、その他控除に必要な書類(身体障害者手帳など)
- ⑤営業等所得・不動産所得などがある方は、収入や経費がわかる帳簿など

◎市・県民税では「年末調整済みの給与」以外の所得が20万円以下でも、申告が必要です。

◎国民年金保険料の支払金額について控除を受ける場合には控除証明書の添付または提示が必要です。

申告会場 所沢税務署(並木1-7)

相談時間 午前9時～午後5時

◎受け付け開始は午前8時30分です。申告書の作成には時間がかかるので午後4時ごろまでにお越しください。また、混雑状況により受け付けを早めに締め切ることがあります。

平日に都合がつかない方

所沢税務署は、2月21日(日)・28日(日)に限り、申告受け付け・相談を行います。混雑しますので、車での来署はご遠慮ください。

復興特別所得税額の記載漏れに注意!

平成25年分から49年分までの各年分は、所得税と併せて復興特別所得税の申告・納付が必要です。記載漏れに注意してください。

会場に出向かずにOK! 郵送やe-Taxでの申告をオススメします

納税は口座振替で

①所得税・復興特別所得税②消費税・地方消費税(個人事業者)の納税は、金融機関の口座から自動的に納税する振替納税をご利用ください。

納期限 ①3月15日(火)②3月31日(木)

振替日 ①4月20日(水)②4月25日(月)

③口座振替依頼書に金融機関の届け印を押印の上、納期限までに税務署または金融機関へ提出

④口座振替依頼書は税務署、市役所2階市民税課、国税庁HPで入手できます。

介護保険に関わる税申告時の所得控除

①介護保険料は、社会保険料控除の対象です。ただし、年金から保険料を引かれている場合は、年金受給者本人の所得控除となるため、本人以外の方が社会保険料控除として申告することはできません。

②下表の介護サービスの利用料は、医療費控除の対象です。

【留意事項】

- ▶ 下表の対象サービスには介護予防サービスも含まれます。
- ▶ 医療費控除の申告は、所定の事項が記載されている領収書の添付が必要です。また、高額介護サービス費、高額医療合算介護サービス費、介護保険低所得者等助成金の支給がある場合は、支払った金額から支給額を差し引いた申告になります。
- ③身体障害者手帳の交付を受けていない65歳以上の方で、平成27年12月31日現在で要介護1～5の認定を受けている方、または6カ月以上常時寝たきりの状態、もしくは認知症の状態が続き、食事や排せつなどの日常生活に支障があり、身体障害者と同様と認められる場合に、市が発行する認定書により障害者控除が受けられます。

問①②…介護保険課 ☎ 2998-9420

③…高齢者支援課 ☎ 2998-9120

◆医療費控除対象表

	対象サービス	対象金額
施設	▶ 介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム) ▶ 地域密着型介護老人福祉施設	自己負担額と食費、居住費の合計の2分の1 ◎特別な食事、居室にかかる費用を除きます。
	▶ 介護老人保健施設 ▶ 介護療養型医療施設	自己負担額と食費、居住費 ◎特別な食事、居室にかかる費用を除きます。
医療系	▶ 訪問看護 ▶ 訪問リハビリテーション ▶ 居宅療養管理指導 ▶ 通所リハビリテーション ▶ 短期入所療養介護 ▶ 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 (一体型事業所で訪問看護を利用する場合) ▶ 複合型サービス (上記の居宅サービスを含む組み合わせにより提供される場合。ただし生活援助中心型の訪問介護の部分を除く)	自己負担額と食費、滞在費 ◎特別な食事、居室にかかる費用を除きます。 ◎保険給付の支給限度額を超えて利用した場合の全額自己負担となった部分も控除の対象です。
	▶ 訪問介護 (生活援助を除く) ▶ 訪問入浴介護 ▶ 通所介護 ▶ 短期入所生活介護 ▶ 認知症対応型通所介護 ▶ 夜間対応型訪問介護 ▶ 小規模多機能型居宅介護 ▶ 定期巡回・随時対応型訪問介護看護 (一体型事業所で訪問看護を利用しない場合および連携型事業所に限る) ▶ 複合型サービス (上記の医療系の居宅サービスを含まない組み合わせにより提供される場合。ただし生活援助中心型の訪問介護の部分を除く)	自己負担額 ◎居宅サービス計画 (ケアプラン) に位置づけられ、医療系介護サービスと一緒に利用していることが前提です。 ◎保険給付の支給限度額を超えて利用した場合の全額自己負担となった部分は、控除の対象外です。
おむつ代	おむつ代の医療費控除を受けるには、1年目は医師による「おむつ使用証明書」の添付が必要です。2年目以降は、要介護認定者で主治医意見書の内容からおむつ使用の必要性が認められる場合のみ、市が発行する確認書 (発行までに1週間程度かかります) の添付で医療費控除を受けることができます。	

平成28年 市・県民税申告相談日程表

受付時間 午前9時～午後3時 (市役所8階は午後4時まで)

受付日	会場	対象地域
2月12日(金)	富岡まちづくりセンター	中富・下富・神米金・北岩岡・北中2～4丁目・岩岡町・所沢新町・花園1～4丁目
15日(月)	柳瀬まちづくりセンター	坂之下・城・本郷・日比田・亀ヶ谷・新郷・南永井・東所沢1～5丁目・東所沢和田1～3丁目
16日(火)	小手指まちづくりセンター	小手指南1～6丁目・小手指元町1～3丁目・北野新町1～2丁目・北野1～3丁目・北野南1～3丁目
17日(水)	小手指公民館分館	小手指町1～5丁目・北中1丁目
18日(木)	新所沢まちづくりセンター	泉町・向陽町・青葉台・榎町・けやき台1～2丁目
19日(金)	新所沢まちづくりセンター	緑町1～4丁目
21日(日)	市役所8階	指定された相談日に都合がつかない方
22日(月)	松井まちづくりセンター	上安松・くすのき台1～3丁目
23日(火)	松井まちづくりセンター	下安松・牛沼・松郷
24日(水)	吾妻まちづくりセンター	荒幡・松が丘1～2丁目・久米 (481～620番地を除く)
25日(木)	狭山ヶ丘コミュニティセンター	東狭山ヶ丘1～6丁目・和ヶ原1丁目
26日(金)	狭山ヶ丘コミュニティセンター	狭山ヶ丘1～2丁目・若狭1～4丁目
28日(日)	市役所8階	指定された相談日に都合がつかない方
29日(月)	三ヶ島まちづくりセンター	西狭山ヶ丘1～2丁目・和ヶ原2～3丁目・林1～2丁目・鞆谷・堀之内
3月1日(火)	三ヶ島まちづくりセンター	林3丁目・三ヶ島1～5丁目
2日(水)	山口まちづくりセンター	山口1～1999番地・小手指台
3日(木)	山口まちづくりセンター	山口2000番地以降・上山口
4日(金)	市役所8階	日吉町・東町・旭町・御幸町・寿町・元町・金山町・有楽町・北有楽町・喜多町・宮本町1～2丁目・西所沢1～2丁目・星の宮1～2丁目
7日(月)		北秋津・東住吉・西住吉・南住吉・久米481～620番地
8日(火)		弥生町・美原町1～5丁目・北所沢町・松葉町・上新井1～5丁目
9日(水)		大字中新井・中新井1～5丁目・並木1～8丁目・中富南1～4丁目
10日(木)		こぶし町・若松町・下新井・西新井町・東新井町・北原町
11日(金)		指定された相談日に都合がつかない方
14日(月)		
15日(火)		

◎2月16日(火)から3月15日(火)まで市役所8階でも相談を受け付けます。花園1～4丁目は、富岡まちづくりセンターに会場を変更しました。

国民健康保険・介護保険・後期高齢者医療保険加入者へ
確定申告用
納付額のお知らせを郵送

国民健康保険税、介護保険料、後期高齢者医療保険料は、所得税や市・県民税申告時の社会保険料控除の対象です。

平成27年中に所沢市の右記保険料を納めた方に対し、社会保険料控除の申告で利用できる「納付額のお知らせ」を1月末に郵送します。このお知らせは、27年1月1日から12月31日までの間に実際に納付した金額を記載しています。

なお、国民健康保険税のお知らせは世帯主宛てに郵送します。

◎職場の健康保険料や個人で加入している保険料などは、加入している団体へお問い合わせください。

国民健康保険税の納付… 収税課 ☎ 2998-9073

国民健康保険税の課税… 国民健康保険課 ☎ 2998-9131

介護保険料… 介護保険課 ☎ 2998-9420

後期高齢者医療保険料… 後期高齢者医療担当 ☎ 2998-9218

公的年金受給者へ
源泉徴収票を郵送

厚生年金、国民年金など老齢や退職を理由とする公的年金は、所得税の課税対象です。

この源泉徴収票は、1年間の年金支払総額などを記載した「公的年金等の源泉徴収票」が日本年金機構から1月中旬に郵送されます。

この源泉徴収票は、所得税の確定申告に必要です。なお、遺族年金、障害年金は課税対象外のため、源泉徴収票は郵送されません。

問 所沢年金事務所 ☎ 2998-0170

税理士による無料税務相談

申告相談、申告書作成を無料で行います。

日 2月1日(月)～15日(月) (土・日曜日、祝日を除く)

場 市内各税理士事務所


対 平成27年の収入が600万円以下で次のいずれかに該当する方

- ▼年金受給者
- ▼給与所得者で医療費控除を受けたい
- ▼年の途中で就職・退職して年末調整をしていない

◎事業所得、不動産所得、年金以外の雑所得などがある方は、別途相談料がかかります。

申 問 関 東 信 越 税 理 士 会 所 沢 支 部 ☎ 2993-1082

2 (午前10時～午後2時) 4 (午後2時～4時) へ 電 話





▲12月12日(出)・13日(出)の2日間にわたって開催された『第16回所沢図書館まつり』。普段は見られない図書館の裏側に潜入する「図書館探検」や図書館職員が5分間でおすすめの本を紹介する「ビブリオバトル」などで図書館の魅力を満喫しました。
12月13日(出)所沢図書館
(写真:市民カメラマン・遠井洋子)



今回の市民レポーター!

今回のレポーターは越山千秋さんと娘の弓月さん(北有楽町在住)です。焼き鳥が好きな弓月さんは、多和田選手に好きな焼き鳥が何か聞いてみました!



今回の突撃先!

多和田真三郎投手(背番号18/右投げ・右打ち) 2015年のドラフト会議で1位指名され、即戦力として期待の大型新人。沖縄県出身の22歳で、沖縄県立中部商業高校から富士大学を経て入団。魚釣りが趣味。好きな焼き鳥は、ももと皮。

インタビュー「多和田選手ってどんな人?」

ライオンズの新入団選手発表会に突撃しての取材。私たちはもちろん、この日が初舞台だった多和田選手にも若干緊張が見えたものの、受け答える姿にエース候補の風格が漂っていました!

2年間空いていたエースナンバー・背番号18を背負う多和田投手にプロでの目標を伺うと、「周りから高い評価をもらっているの、1日でも早く1軍の舞台に立って、新人王を獲れるよう頑張ります。そして、ゆくゆくは200勝投手になりたいです!」と力強い答え。多和田選手の最大の武器は浮き上がるような伸びのあるストレート。重心を低くして投げるため、最速151キロのストレートは打者から浮き上がって見えるそうです。「ストレートを武器に、球界屈指の打者であるホークスの柳田選手と対戦したいです」と話してくれました。

昨年活躍したスポーツ選手の「ルーティン」が何かと話題になったので、多和田選手のルーティンを聞いてみたところ「これから見つけていきます(笑)」とのことでした。自分だけのルーティンを見つけ、球界を代表する投手になって、ライオンズを優勝に導いて欲しいですね!



▲照れる弓月さん

レポートを終えて

間近で選手を見るのは初めてだったので緊張しました。多和田選手が丁寧に質問に答えてくださり感動しました。多和田選手、そして新入団の選手をこれからも精一杯応援したいと思います。

商業観光課 ☎2998-9155

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ARで検索へ



▲中心市街地の冬の風物詩となった『サンタを探せ!』。今年は総勢約200人のサンタが街中に繰り出し、「サンタdeビンゴ」や「サンタぞろぞろパレード」などの催しで街を活気づけました。12月12日(出)/元町コミュニティ広場ほか
(写真:市民カメラマン・浅見司郎/動画:同・宮本博史)

今月の表紙



トコロんのよいとこだよ30 県立芸術総合高等学校

日本初の4学科からなる芸術系高校として、平成12年度、三ヶ島に開校しました。同校には美術科・音楽科・映像芸術科・舞台芸術科があります。それぞれの分野で専門的な教育を受け、「世界で活躍するアーティスト」となることを目指します。

今月の表紙は同校が全面協力。1・2年生315人が、トコロんをモチーフに人文字を作り、撮影も写真部の生徒が行いました。さらに表紙の写真にスマートフォンをかざして楽しむARでは、音楽科生徒による合唱が流れ、人文字が新春仕様になります。ぜひお試しあれ!



タテのカギ
1 親しい人、仲間。友人の別の言い方
2 4・5頁では○○○八幡湿地での三ヶ島小学校体験学習をレポート!
3 映画やテレビの撮影。所沢が○○地に選ばれたのも多々あります!
4 市内在住の小説家・古川智映子さんが原案を書いたNHK連続テレビ小説「あさが来た」の主演女優
5 乳幼児のおもちゃ。お城や電車を作っては崩して遊びます
6 地表面積の約7割を占めます。埼玉は「○○なし県」です
7 消防の新春行事。今年は1月7日に行われます。詳細は13頁をチェック!
8 5頁で小学生が9月にチャレンジしたこと。お米の収穫所沢市のふるさと納税は「ふるさと応援○○」と呼んでいます。市外からも応援を!今年、市外からも応援を!今年、市外からも応援を!
9 熱、乾布○○○○
10 飛行機を使って物を運ぶこと

ヨコのカギ
1 みんなの意見、全体の意見。これが私たちの○○○○です!
2 10〜14頁は情報○○○。13頁には児童○○の行事紹介もあり
3 景色が美しいことを「○○○○明」
4 婿」といいます。面倒をみる○○○○。○○○になる、○○○
5 12頁で、レゴブロックを使ったレゴ○○○○ブレイの参加者を募集しています。慎重の反対。軽はずみなこと。○○○○な行動
6 海や山でとれる食べ物のこと。○○○○、○○○○
7 5頁に出てくる唐菓はお米を○○○分ける農機具です
8 ○○○自得。身から出たさびと同じ意味です
9 銀行のほかに、ここにもお金を預けます?
10 回転や運動の中心となるもの。○○○が
11 ねない、○○○

1 2 A 3 4 5 6 B 7
8 9 10
11 12 13
14 15 16 17 18
19 20 21 22
23 24 25 F
26 D 27 28 29 C
30 31 32 33
34 35 36 37

新春恒例! プレゼントクイズ

豪華賞品が当たる新春プレゼントクイズに奮って参加ください!
A賞にNHK連続テレビ小説「あさが来た」原案者・古川智映子さんのサイン本(土佐堀川)・B賞にシーズン日本最多安打を記録した埼玉西武ライオンズ・秋山翔吾選手のサイン入りTシャツをご用意し、各3人(クイズ正解者から抽選)にプレゼントします。記念品をプレゼントします。
◆クイズの解き方
タテ・ヨコのカギをヒント



ヨコのカギ

- 1 すぐ上であげをしているキャラクター
- 4 毎年、初めてお参りに行くこと。年越しすぐに行く人も多いのでは?
- 8 利益のこと。大○○○したら、きちんと申告しないとけませんね。今年の申告情報は6・7頁をチェック!
- 9 冬によく見られる電飾の略称。所沢駅西口や西武園ゆうえんちなどが有名です
- 10 水を流すために道路脇を細長く掘ったもの。心の隔たりを表すことも。「○○が埋まる」
- 11 11頁のマチエコだよりで「実践!省○○」エコファミリー大賞の結果をお知らせ
- 12 危険なこと。所沢市は万が一に備えて、地域防災計画を作成するなど、○○管理に努めています
- 14 所沢名産の○○○茶。ほっとしますね
- 16 所沢名物の手打ちうどん。季節の野菜をさっとゆでた○○を添えるのが所沢流です
- 17 2・3頁で中学生も取材した「(仮称)所沢市こどもと○○○の未来館」。現在建設中です
- 19 毒針を持ち、大きなハサミが特徴の動物。12星座の1つです
- 22 乾季の反対。日本の梅雨もこれに当たるそうです
- 23 特別の反対。ごく○○○、○○○預金
- 24 このクイズのB賞は秋山翔吾○○○○のサイン入りTシャツです
- 26 とても珍しいこと。○○な人材、○○な出来事
- 27 10頁の所沢バスポート券が使える場所の1つ。山梨県の○○○温泉郷
- 30 意地っ張りで、かたくななこと。○○○な人、○○○になる
- 32 家を選ぶ1つの基準。○○○○良好
- 34 今月の表紙には芸術○○○○高等学校の皆さんが登場!
- 35 実際のサイズ。○○○○大の模型
- 36 子どもを育てること。イクメンの「イク」の部分インスリンを分泌する臓器、○○○臓。16頁のコラムで取り上げた糖尿病と深く関係します
- 37

ことわりのないものは1月4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



平成25年3月31日までに、子宮頸がんなどのワクチンを接種した方へ

市区町村の助成で、ヒトパピローウイルスワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンを接種し、何らかの症状が生じ、医療機関を受診した方は、接種との関連性が認定されると、医療費、医療手当が支給される場合があります。請求日からさかのぼって5年以内に支払った医療費に限られますので、至急(独)医薬品医療機器総合機構救済制度相談窓口☎0120-1149-931 または☎03-3506-9411 まで、お問い合わせください。

難病患者見舞金

の保護者(その遺児と生計を共にし、同一世帯で市内に在住) 手当額 月額5,000円 ◎小・中学校、高校入学時には、別途奨学金を支給します。また、県では県内在住の交通遺児などにも奨学金を給付(防犯・交通安全課☎048-830-2658)しています。 問 交通安全課☎2998-9140

返済期間 6カ月据え置き3年以内

で返済(無利息) ◎希望者は、お問い合わせいただくか、市HP(「入学準備金」で検索)をご覧ください。 申問試験の可否にかかわらず1月29日(金)までに、提出書類などを市役所2階子ども支援課☎2998-9124へ直接

◆説明会

日 2月5日(金)午後7時 場所 柳瀬まちづくりセンター 問 新座市役所同地区土地区画整理事業推進室☎048-424-4852

◆パブリックコメントの結果を公表

◆所沢市子ども福祉の未来館条例(案) 公表方法 1月18日(月)から市役所1階福祉総務課、同1階市政情報センター、同2階子ども支援課、同2階子ども福祉課、まちづくりセンター、市HP(「パブコメ」で検索)で閲覧・配布 問 福祉総務課☎2998-9113

◆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 12月8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

◆ノロウイルスに注意!

主な症状 下痢、おう吐、発熱、腹痛など 予防方法 ①流水・石けんによる手洗い②調理器具の十分な洗浄・消毒③食品の十分な加熱(中心温度85℃〜90℃で90秒間以上)④便やおう吐物を使い捨ての手袋マスクを着用して処理・消毒 問 狭山保健所☎2954-6212

◆女性活躍推進法が成立

301人以上の労働者を雇用する事業主は平成28年4月1日までに、①自社の女性の活躍状況の把握・課題分析②行動計画の策定・届出③情報公表などを行う必要があります。また、女性活躍推進に取り組む事業主向けの助成金も創設されました。 問 埼玉労働局雇用均等室☎048-600-6210

在宅歯科医療相談窓口

日 月〜金曜日(年末年始を除く)午前10時〜午後3時 対 自宅や施設・病院で療養中で歯や口のことで悩んでいる方 問 所沢市地区在宅歯科医療推進窓口(所沢市歯科医師会)☎080-7759-8020

交通遺児手当を支給

対 交通遺児(父母またはそのいずれかを失った義務教育終了以前の方) 問 交通遺児手当支給申請書提出窓口(所沢市福祉課)☎080-7759-8020

高校・大学の入学準備金貸付制度(二次募集)

対 4月から高校、高等専門学校、大学などに入学する学生の保護者で入学費用の支出が困難な方 貸付限度額 高校・高等専門学校(国・公立)：10万円以内 高校・高等専門学校(私立)：30万円以内 大学など：40万円以内

1月26日は第62回文化財防火デー

小野家住宅や黄林閣などの指定文化財建造物の巡回点検や消防訓練を実施します。 問 文化財保護課☎2998-9253

◆縦覧

日 1月15日(金)〜2月15日(月) 場所 市役所5階環境政策課、所沢図書館本館・柳瀬分館 問 新座市HP(http://www.city.niza.jp/soshiki/85/)でも縦覧になります。

◆新座都市計画事業(仮称)大和田三丁目地区土地区画整理事業に係る環境影響評価準備書の縦覧・説明会

◆縦覧 日 1月15日(金)〜2月15日(月) 場所 市役所5階環境政策課、所沢図書館本館・柳瀬分館 問 新座市HP(http://www.city.niza.jp/soshiki/85/)でも縦覧になります。

◆国籍事務の取り扱いを変更

1月から県内に住所を有する方の帰化許可申請、国籍取得、国籍離脱、国籍に関する相談などは、さいたま地方支庁での手続きになります。 問 さいたま地方支庁戸籍課(JR埼京線与野本町駅東口から徒歩8分)☎048-851-1000

◆奥むさし駅伝競走大会交通規制

日 1月31日(日)午前8時30分〜正午 場所 国道299号(飯能市内〜正丸トンネル入り口まで) 問 同大会実行委員会事務局☎042-1972-6028

◆所沢駅で狭山茶・所沢野菜PR

日 場 1月30日(土)・31日(日)午後2時〜5時 場所 所沢駅改札内コンコース 内 狭山茶、新鮮な所沢野菜の販売 問 農業振興課☎2998-9158

夜間納税・相談窓口

開設日 1月4日(月)・29日(金)、2月1日(月) 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1日(月)は ◆市・県民税(第4期) ◆国民健康保険税(第7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

◆縦覧 日 1月15日(金)〜2月15日(月) 場所 市役所5階環境政策課、所沢図書館本館・柳瀬分館 問 新座市HP(http://www.city.niza.jp/soshiki/85/)でも縦覧になります。

◆縦覧 日 1月15日(金)〜2月15日(月) 場所 市役所5階環境政策課、所沢図書館本館・柳瀬分館 問 新座市HP(http://www.city.niza.jp/soshiki/85/)でも縦覧になります。

◆縦覧 日 1月15日(金)〜2月15日(月) 場所 市役所5階環境政策課、所沢図書館本館・柳瀬分館 問 新座市HP(http://www.city.niza.jp/soshiki/85/)でも縦覧になります。

◆縦覧 日 1月15日(金)〜2月15日(月) 場所 市役所5階環境政策課、所沢図書館本館・柳瀬分館 問 新座市HP(http://www.city.niza.jp/soshiki/85/)でも縦覧になります。

◆縦覧 日 1月15日(金)〜2月15日(月) 場所 市役所5階環境政策課、所沢図書館本館・柳瀬分館 問 新座市HP(http://www.city.niza.jp/soshiki/85/)でも縦覧になります。

超親切な市役所へ! 休日開庁(毎月第2・第4土曜日の午前中) 1月の休日開庁日 1月9日(土)・23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、お越しくください。

役立つ情報を見逃さない スマホで見る! 広報紙 新規登録するとプレゼントがもらえるリニューアルキャンペーン中。登録・プレゼントの応募は右のQRコードから! 応募期限 1月31日(日) 問 広報課☎2998-9024

ことわりのないものは1月4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

特設行政相談

日場 ①1月8日(金)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分(受付)
 /市役所1階市民ホール②1月15日(金)午前10時～午後4時30分/西武池袋本店7階(池袋駅)

内 ①行政機関に対する苦情や要望②登記、金融、相続、税金、国の行政に関する相談

◎会場へ直接お越しください。
問 ①市民相談課☎2998-9099
 ②東京総合行政相談所☎03-3987-0229

暮らしの中の悩みごと相談

日 1月12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

◎会場へ直接お越しください。
問 市民相談課☎2998-9099

就職支援を行うキャリアセンター
ブランチ所沢

①就職相談
日場 毎週月・金・土曜日、1月13日(水)/生涯学習推進センター▼火
 ・木曜日/市役所いずれも午前10時～正午、午後1時～4時

就職を希望する方
相談員 カリアコンサルタント

◎1月9日(土)は臨床心理士の心理相談もあり(相談利用対象者)
②若者向け就職支援セミナー
日 1月15日(金)午後2時～4時
場 市役所6階604会議室

就業者のメンタルヘルス

日 2月5日(金)午後2時～3時30分
場 臨床心理士・綾部直子さん

労働保険と社会保険の基礎知識

日 2月10日(水)午後2時～3時30分
場 社会保険労務士・荻原秀夫さん

女性向け就職支援セミナー

日 1月22日(金)午後2時～4時
場 市役所6階604会議室

中高年向け就職支援セミナー

日 1月29日(金)午後2時～4時
場 市役所6階604会議室

開業セミナー

日 2月13日(土)・20日(土)午前9時～午後5時(全2日)
場 所沢商工会議所

不産無料相談会

日場 1月15日(金)午前10時～午後3時30分/市役所1階市民ホール

犬の飼い方教室「犬のほえ声」

日場 1月30日(土)午後1時30分～3時30分/松井まちづくりセンター

小規模保育従事者研修会

日 1月16日(土)・17日(日)・24日(日)・30日(土)、2月6日(土)午前8時30分～午後5時(全5日)
場 市役所6階604会議室

消費生活講演会

日場 2月10日(水)午後1時30分～3時30分/狭山市市民交流センター

保護司による非行などの相談

日 月・金曜日午前10時～午後4時
場 所沢地区更生保護サポートセンター(旧市庁舎)

障害をお持ちの方対象の
障害年金講演会・相談会

講演会「障害年金の仕組み」
日場 1月31日(日)午後1時30分～2時30分/市役所8階大会議室

就業者のメンタルヘルス

日 2月5日(金)午後2時～3時30分
場 臨床心理士・綾部直子さん

労働保険と社会保険の基礎知識

日 2月10日(水)午後2時～3時30分
場 社会保険労務士・荻原秀夫さん

女性向け就職支援セミナー

日 1月22日(金)午後2時～4時
場 市役所6階604会議室

中高年向け就職支援セミナー

日 1月29日(金)午後2時～4時
場 市役所6階604会議室

開業セミナー

日 2月13日(土)・20日(土)午前9時～午後5時(全2日)
場 所沢商工会議所

不産無料相談会

日場 1月15日(金)午前10時～午後3時30分/市役所1階市民ホール

犬の飼い方教室「犬のほえ声」

日場 1月30日(土)午後1時30分～3時30分/松井まちづくりセンター

小規模保育従事者研修会

日 1月16日(土)・17日(日)・24日(日)・30日(土)、2月6日(土)午前8時30分～午後5時(全5日)
場 市役所6階604会議室

消費生活講演会

日場 2月10日(水)午後1時30分～3時30分/狭山市市民交流センター

保護司による非行などの相談

日 月・金曜日午前10時～午後4時
場 所沢地区更生保護サポートセンター(旧市庁舎)

障害をお持ちの方対象の
障害年金講演会・相談会

講演会「障害年金の仕組み」
日場 1月31日(日)午後1時30分～2時30分/市役所8階大会議室

不産無料相談会

日場 1月15日(金)午前10時～午後3時30分/市役所1階市民ホール



**未来の子どもたちに残したいマチへ
マチエコだより**

問 環境政策課☎2998-9133

冬だからこそ、家族で節電だ!!

こたつが恋しい季節になりましたね。節電は夏季が重要だと思われる方も多いのではないのでしょうか？実は、冷房より暖房の方が電気を多く使います。今回は簡単に取り組める節電方法をご紹介します。

◆家族で取り組もう『冬のエコライフデー』
 節電方法によって二酸化炭素の削減量や節約金額が分かる「エコライフDAYチェックシート」を市役所5階環境政策課、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)、市HP(「冬のエコライフ」で検索)で配布しています。期間中に任意の1日をエコライフデーとして家族で節電に取り組んでみませんか？

実施期間 12月14日～1月31日
提出期限 2月29日(月)

◆埼玉版家庭のエコ診断にチャレンジ
 県HP(「家庭のエコ診断」で検索/スマートフォンは右のQRコード)では、ライフスタイルに関する簡単な質問に答えるだけで家庭の二酸化炭素排出状況がわかり、世帯平均と比較できます。暖房時に窓用断熱シートを貼った場合、暖房使用時間を1時間短くした場合など、二酸化炭素の削減量や節約金額の試算効果を知ることができます。

◆「実践!省エネ」エコファミリー大賞が決定
 入門編に2,049人、実践編に52世帯の参加があり、実践編一般の部第1位は前年比で61.3%削減、小・中学校の部第1位は33.5%削減しました。それぞれ上位5位までの方を12月17日に表彰しました。



**1月4日(月)から
個人番号カードを交付**

◆申請方法
 ▶返信用封筒で郵送
 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の「ご案内」を参照の上、市役所1階市民ギャラリーで受け取り

◆振り込め詐欺などに注意
 市がマイナンバーや銀行口座情報などの個人情報を聞き出すことはありません。

◆所沢市個人番号制度コールセンター
 ☎0570-048-480

◆マイナンバー総合フリーダイヤル
 日本語 ☎0120-95-0178
 外国語 ☎0120-0178-26

◆個人番号カードコールセンター
 (カードの一時停止申請受付など)
 ☎0570-783-578

◆マイナンバー相談窓口
場 市役所1階市民ギャラリー
問 市民課☎2998-9087



不産無料相談会
日場 1月15日(金)午前10時～午後3時30分/市役所1階市民ホール

犬の飼い方教室「犬のほえ声」
日場 1月30日(土)午後1時30分～3時30分/松井まちづくりセンター

小規模保育従事者研修会
日 1月16日(土)・17日(日)・24日(日)・30日(土)、2月6日(土)午前8時30分～午後5時(全5日)
場 市役所6階604会議室

消費生活講演会
日場 2月10日(水)午後1時30分～3時30分/狭山市市民交流センター

保護司による非行などの相談
日 月・金曜日午前10時～午後4時
場 所沢地区更生保護サポートセンター(旧市庁舎)

**障害をお持ちの方対象の
障害年金講演会・相談会**
講演会「障害年金の仕組み」
日場 1月31日(日)午後1時30分～2時30分/市役所8階大会議室

不産無料相談会
日 1月19日(火)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分
場 市役所1階市民ホール

コミュニティビジネス入門講座
日 1月23日(土)午後1時30分～3時
場 山口まちづくりセンター

消費生活講演会
日場 2月10日(水)午後1時30分～3時30分/狭山市市民交流センター

保護司による非行などの相談
日 月・金曜日午前10時～午後4時
場 所沢地区更生保護サポートセンター(旧市庁舎)

**障害をお持ちの方対象の
障害年金講演会・相談会**
講演会「障害年金の仕組み」
日場 1月31日(日)午後1時30分～2時30分/市役所8階大会議室

不産無料相談会
日 1月15日(金)午前10時～午後3時30分/市役所1階市民ホール

犬の飼い方教室「犬のほえ声」
日場 1月30日(土)午後1時30分～3時30分/松井まちづくりセンター

小規模保育従事者研修会
日 1月16日(土)・17日(日)・24日(日)・30日(土)、2月6日(土)午前8時30分～午後5時(全5日)
場 市役所6階604会議室

消費生活講演会
日場 2月10日(水)午後1時30分～3時30分/狭山市市民交流センター

保護司による非行などの相談
日 月・金曜日午前10時～午後4時
場 所沢地区更生保護サポートセンター(旧市庁舎)

**障害をお持ちの方対象の
障害年金講演会・相談会**
講演会「障害年金の仕組み」
日場 1月31日(日)午後1時30分～2時30分/市役所8階大会議室

不産無料相談会
日 1月19日(火)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分
場 市役所1階市民ホール

コミュニティビジネス入門講座
日 1月23日(土)午後1時30分～3時
場 山口まちづくりセンター

情報館

ことわりのないものは1月4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

**レゴ® シリアスプレイ®で楽しく会議
COOL JAPAN FOREST
構想の市民ワークショップ**

市と(株)KADOKAWAが共同で進める同構想をテーマに、レゴブロックを使用した手法でワークショップを開催します。

日場①2月7日(日)午後1時30分～5時②2月9日(火)午後6時30分～9時③2月14日(日)午後1時30分～5時/市役所

対市内在住・在勤・在学で18歳から40歳までの方

定いずれの日も20人(応募状況に合わせて調整)

◎参加者に図書券1,000円分を贈呈します。

申問1月20日(水)までに、参加希望日(複数日可)、氏名、電話番号を経営企画課☎2998-9027✉a9027@city.tokorozawa.lg.jpへ電話・メール



とくろろっこ親子で楽しむ運動遊び

日1月23日(土)午前9時30分～11時

場市民体育館サブアリーナ

対おおむね2歳～6歳児

持上履き、タオル1人1本、飲み物、下履きを入れる袋

申問申込書を市役所2階こども支援

環境講演会「ほんとうの環境問題」

日場1月27日(水)午後1時～3時/市民文化センターミューズ中ホール

定申し込み先着200人

内一人ひとりが地球環境に対してどう向き合い、取り組まなければならないのか

講生物学者・池田清彦さん

◎手話通訳があります。

申問1月5日(火)から環境政策課☎2998-9133☎2998-9394✉a9133@city.tokorozawa.lg.jpへ電話・FAX・Eメール

緑化講座「草花の育成管理方法」

日2月19日(金)午後1時30分～3時

場市役所5階502会議室

対講座受講後、地域の緑化推進活動に協力できる方

定6人(抽選)

内土壌管理、草花の育成管理

申問2月12日(金)までに、みどり自然課☎2998-9373☎2998-9195へ電話・FAX

フィットネスクラブでいきいき健康体操教室(全8回)

日1月21日～3月17日の木曜日午後1時～3時(2月11日(祝)を除く)

場セントラルフィットネスクラブ小手指(小手指町1-6小手指タワーズディアスカイタワー2階/☎03-5543-1888)

日1月29日～3月18日の金曜日午後0時30分～2時30分

場スイミングクラブルネサンス新所沢(美原町2-2966/☎2942-6360)

日1月21日～3月10日の木曜日、2月11日(祝)午前9時30分～11時30分

場コナミスポーツクラブ所沢(星の宮1-13/☎0120-919-573)

課☎2998-9124へ直接・電話・郵送・FAX・市HPから電子申請

◎申込書は、こども支援課、まちづくりセンター、児童館、市HP「運動遊び」で検索)で入手できます。

④3R啓発ポスター展

日1月5日(火)～16日(土)

内市内の小・中学生が描いた、ごみ減量・3R啓発ポスター作品展

休館日12月28日(月)～1月4日(月)



定10人(抽選)

持裁縫道具、ミシン糸、着物地1着分、ものさし、昼食

日1月28日(土)午前9時30分～午後3時

②ハンガーで作るバスケット

日1月17日(日)午前10時～午後1時

定5人(抽選)

持ワイヤーハンガー6本、軍手

③ウールの着物をロールカラーのチユニックに

日1月28日(土)午前9時30分～午後3時

行事名

傘修理(1人1本/部品代実費) 1月16日(土)午後1時30分～

包丁研ぎ講習会 1月16日(土)午後1時30分～

おもちゃの病院/紙を折るだけの不思議おもちゃの作り方講習会 1月30日(土)午後1時～

大型再生家具抽選会(40点程度)/学習机フェア 1月9日(土)・23日(土)午前11時～(事前申し込みが必要/当日は午前10時30分まで受け付け)

小型家具即日頒布(10点程度) 毎週日曜日午前11時～(中止の場合あり/事前に問い合わせが必要)

大型再生家具の回収(木製で再利用可能なもの/手数料が必要) 1月15日(金)・24日(日)(要予約)

リサイクルふれあい館エロロの行事

①エロロの行事

「アイデアとチームワークでオリジナル子育てに挑戦！」

**アテネ・北京オリンピック
女子柔道金メダリスト
谷本歩実さん**

谷本さんは、現役引退後、社会人コーチを務め、子どもたちにも柔道を指導。3歳になる息子さんの子育てに奮闘中です。

11月21日の講演会では、「谷本家の娘として」「柔道家として」「指導者として」「母として」自分自身、そして子どもたちを育てていくことの大変さ、喜びを話していたとき、どの立場にあっても『夢』に対する思いを大切にしてください。谷本さんから5つのメッセージをいただきました。

◆夢は追うものではなく、「夢に支えられている」

◆親が「本気を見せる」ことで、子どもたちは大きく成長する

◆子どもたちにとって、「夢は頑張る原動力」となる

◆「期待と可能性を込めて」親が導いていかなければならない

◆「ありがとうの積み重ね」を大切にしながら家庭づくりを

この5つのメッセージを書いた色紙を来場者にプレゼントする

③狭山湖周辺の野鳥と植物

日1月23日(土)午前9時30分～午後2時30分

対高校生以上

持昼食、軍手

費200円

申問2月5日(金)までに、(公財)さいたま緑のトラスト協会☎048-824-3661へ電話



②学ぼうやろ里山の維持管理

日1月17日(日)午前9時30分～午後1時

対高校生以上

持昼食、エプロン

費300円

申問2月5日(金)までに、(公財)さいたま緑のトラスト協会☎048-824-3661へ電話

狭山丘陵いきものふれあいの里センターのイベント

①作ろう!小正月にまゆ玉飾り

日1月9日(土)午前10時～午後2時30分

対5歳以上(小学生以下は保護者と参加)

持申し込み先着20人

費300円

申問2月5日(金)までに、(公財)さいたま緑のトラスト協会☎048-824-3661へ電話

狭山湖とトラスト樹林地の冬鳥

日2月20日(土)午前9時30分～午後2時30分(雨天中止)

集合 西武球場前駅駅前

定申し込み先着30人

内探鳥会

費300円

申問2月5日(金)までに、(公財)さいたま緑のトラスト協会☎048-824-3661へ電話

恋のTAKE OFF

日1月23日(土)午前10時～

集合 市役所8階大会議室

対35歳から50歳までの男女各16人(応募状況に合わせて調整)

内ミニゲーム、フ

頑張り埼玉ブロンコス!! 「ブロン婚」恋のダンスシュート!

日2月13日(日)午後3時

集合 市民体育館多目的体育室

対30歳から45歳までの男女各16人(応募状況に合わせて調整)

内ミニゲーム、試合観戦など

費2,000円

申問1月20日(水)から2月3日(水)までに、経営企画課☎2998-9027へ電話・市HPから電子申請

ライターなど

費1,000円

申問1月13日(水)までに、経営企画課☎2998-9027へ電話・市HPから電子申請

恋のTAKE OFF

日1月23日(土)午前10時～

集合 市役所8階大会議室

対35歳から50歳までの男女各16人(応募状況に合わせて調整)

内ミニゲーム、フ



ダイアプラン婚活「ダイアコン」

日3月13日(日)正午

場西武プリンスドーム

対所沢・飯能・狭山・入間市に在住・在勤の25歳から40歳までの独身男女各50人(抽選)

内ゲーム大会、野球観戦など

費4,000円

申問2月15日(月)までに、企画総務課☎2998-9046へ電話・市HPから電子申請

恋のTAKE OFF

日1月23日(土)午前10時～

集合 市役所8階大会議室

対35歳から50歳までの男女各16人(応募状況に合わせて調整)

内ミニゲーム、フ

頑張り埼玉ブロンコス!! 「ブロン婚」恋のダンスシュート!

日2月13日(日)午後3時

集合 市民体育館多目的体育室

対30歳から45歳までの男女各16人(応募状況に合わせて調整)

内ミニゲーム、試合観戦など

費2,000円

申問1月20日(水)から2月3日(水)までに、経営企画課☎2998-9027へ電話・市HPから電子申請

恋のTAKE OFF

日1月23日(土)午前10時～

集合 市役所8階大会議室

対35歳から50歳までの男女各16人(応募状況に合わせて調整)

内ミニゲーム、フ

頑張り埼玉ブロンコス!! 「ブロン婚」恋のダンスシュート!

日2月13日(日)午後3時

集合 市民体育館多目的体育室

対30歳から45歳までの男女各16人(応募状況に合わせて調整)

内ミニゲーム、試合観戦など

費2,000円

申問1月20日(水)から2月3日(水)までに、経営企画課☎2998-9027へ電話・市HPから電子申請

恋のTAKE OFF

日1月23日(土)午前10時～

集合 市役所8階大会議室

対35歳から50歳までの男女各16人(応募状況に合わせて調整)

内ミニゲーム、フ



谷本歩実さん

ことわりのないものは1月4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

第11回 市長のこんには訪問

訪問先 花水木の咲く街のコンサート実行委員会
 30周年を迎えた『花水木の咲く街のコンサート』の実行委員会の皆さんと11月22日に対談を行いました。
 小手指公民館分館の開館後間もなく、小手指在住の音楽家グループが「地域の人たちに、気軽に聴けるクラシックコンサートを」という思いから年2回本格的なクラシックコンサートを開催。その後、有志の方と所沢演奏家協会とで組織する実行委員会形式で開催してきました。



11月29日の30周年記念公演では、クラリネット、バイオリン、チェロ、琴、尺八などの演奏とソプラノ歌手の歌声が会場に響き渡り、癒やしの時間を与えてくれました。

【市長メッセージ】

30周年記念公演、お祝い申し上げます。高名な演奏家の演奏を身近に聴くことができ感動しました。30年にわたり続けてこられたその思いは、来場者にも深く受け止められていると感じました。コンサートを支える実行委員の皆様のご尽力にも、心から敬意を表します。



コンサートの最後に、ドボルザークの「家路」を来場者と一緒に合唱しながら、コンサートを大切に育ててこられた皆様のつながりを実感し、うれしく思いました。今後のますますのご活躍を期待しています。実行委員会の皆様ありがとうございました。

●市HP（「市長室」で検索）にも掲載しています。

☎市民相談課☎2998-9092

埼玉西部消防局・所沢市消防出初式

日場 1月7日(木)午前10時～正午(小雨決行) / 所沢航空記念公園(所沢航空発祥記念館南側)
内 式典・徒列・車両分列行進・救助基本・消防活動・消防団一斉放水訓練・和太鼓演奏・はしご乗り演技・消防車両・AED・住宅用火災警報器などの展示
 ◎午前9時に、市内全域でサイレン(演習招集信号)が鳴ります。
 問 埼玉西部消防局総務課 ☎2929-9120



手当て、搬送法など

申問 1月12日(火)から22日(金)までに、所沢東消防署消防管理課☎2998-1191へ直接・電話(土・日曜日を除く午前8時30分～午後5時15分)

フォーラム「生活支援体制整備」

日場 2月5日(金)午後1時30分～4時
場 市民文化センターミューズ展示室
定 申し込み先着30人
内 講演、グループワーク「地域にほしいこと、あなたができること」
 ◎事業者も参加できます。
申問 1月15日(金)までに、所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課☎2925-0041へ電話

三ヶ島まちづくり推進会議講演会

日場 1月30日(土)午後1時20分～3時30分 / 三ヶ島まちづくりセンター
対 三ヶ島まちづくり推進会議構成団体、三ヶ島地域在住の方
定 先着260人
内 地域の支え合いのカタチ・地域の力を生かす
講 NPO法人鶴ヶ島第二小学校校区地域支え合い協議会

NPO法人設立基礎講座「NPO法人の基礎から設立まで」・個別相談

日 1月16日(土)①基礎講座：午前10時～11時②個別相談：午前11時～正午
場 所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課☎2925-0041へ電話

域支え合い協議会

◎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☎2925-0041

災害ボランティアセンター市民スタッフ養成講座

日場 ①1月9日(土)午前10時～正午 / 所沢まちづくりセンター②1月16日(土)午前9時～午後1時30分(全2日) / 旧市庁舎
内 ①講義：災害ボランティアと災害ボランティアセンターの役割について②実践演習：災害ボランティアセンター訓練
申問 市内在住・在勤・在学の20歳以上で災害ボランティアセンター市民スタッフとして登録できる方
場 所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課☎2925-0041へ電話

新所沢コミュニティセンター

任意団体、NPO法人に関心のある方など
定 ①申し込み先着20人②先着4組
申問 所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課☎2993-1110へ電話

こころの健康講座 親を亡くした子どもの心のケアを考える

日 1月29日(金)午後1時～3時
場 保健センター
定 申し込み先着100人
講 あしなが育英会東北事務所所長・西田正弘さん
申問 1月22日(金)までに、保健センター「こころの健康支援室」☎2991-1812へ電話

高次脳機能障害講座

日 1月16日(土)午後1時～4時30分
場 保健センター
定 先着200人
内 講演「高次脳機能障害者の生活の再構築について」「働く当事者が語る！高次脳機能障害と上手に付き合う方法」、シンポジウム「社会に出てゆく・社会で生きる」
場 保健センター「こころの健康支援室」☎2991-1812

第4回シルバー公開講演会

日 1月20日(水)午後1時～4時
場 所沢まちづくりセンター
定 先着350人
内 ①サービスから学ぶ地域コミュニケーション / 講師：CSインストラクター・福島 彰さん②シルバーとライブ「若い人との絆を」
問 会場へ直接お越しください。
 (公社) 所沢市シルバー人材センター☎2928-8695

彩の国いきが大学第1回特別講座「ガンが嫌がる食生活」

日 1月21日(木)午後1時45分～3時30分
場 和光市民文化センター(東武東上線)

児童館へ行こう(1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	おもちゃつき会 / 1月18日(月)①午前10時30分～正午 / 乳幼児対象②午後3時～4時30分 / 小学生対象
こばと	2924-3065	みんなで小手指公園(SL公園)をキレイにしよう! / 1月16日(土)午後2時30分～3時 / 小・中学生対象
つばめ	2922-0410	赤ちゃん広場 / 1月28日(木)午前9時30分～11時30分 / 0歳児とその保護者対象 / 飲み物持参
つばき	2923-6155	ポ・ア・パ・ア・ニ / 1月18日(月)午前10時30分～11時15分 / 1歳児とその保護者対象
すみれ	2949-3826	もちつき大会 / 1月30日(土)午前10時～ / 要申込
さくら	2998-5912	もちつき大会 / 1月23日(土)①午前11時～正午 / 乳幼児とその保護者対象②午後1時30分～2時30分 / 小・中・高校生対象 / 要申込 (電話不可)
わかば	2948-3222	かるた大会 / 1月14日(木)午後3時30分～ / 小学生対象 / 要申込
まつば	2995-0995	もちつき会 / 1月16日(土)午前10時～
みどり	2928-8414	新年お楽しみ会 / 1月8日(金)午後3時～
やなぎ	2944-8819	パフェ作り / 1月23日(土)午後2時30分～3時30分 / 要申込
ひかり	2996-3995	お父さんといっしょ! / 1月17日(日)午前10時30分～11時30分 / 2歳～5歳児とその父親対象



募集

空き店舗を利用し商店街ににぎわいを創出する新規出店者を募集

平成27年度中に3カ月以上の空き店舗に新規出店する市内在住の個人または市内に本拠地のある法人に、先着順で審査の上、初期設備費用な

交通指導員を募集

●市内在住で65歳未満の方
 ①若狭小学校区：1人②中富小学校区：2人③柳瀬小学校区：1人
内 立哨指導(朝1時～夕2時)間程度、交通安全教室など
採用予定日 ①2月1日(月)②4月1日(金)
申問 1月12日(火)までに、交通安全課☎2998-9140へ電話

どに対し補助金を支給します。
補助額 対象経費の3分の1以内で120万円を限度
申問 2月29日(月)(必着)までに、申請書を市役所5階商業観光課☎2998-9155へ提出
 ◎申請書は同課、市HP(「新規出店者」)で検索で入手できます。

ことわりのないものは1月4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

1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
1日(祝)	(有)本田技管	2948-1300
2日(土)	(有)石和設備工業	2993-8108
3日(日)	(有)北田住設工業	2942-0020
9日(土)	(有)兼六工業	2922-1877
10日(日)	(有)八光設備工業	昼2924-2011 夜2925-2549
11日(祝)	トヨタ設備(株)	2948-1043
16日(土)	(有)伏見設備工業	2948-3328
17日(日)	(株)木下商興	2948-1719
23日(土)	(株)貫井産業	2993-0110
24日(日)	(株)糟谷設備工業所	昼2923-8888 夜2923-8349
30日(土)	(株)金子設備工業	2944-0515
31日(日)	(株)菜々	2923-4900

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

小学校外国語活動支援員を募集
対昭和26年4月2日以降に生まれ、日本語での会話が可能、英語が堪能な方(国籍不問)
定員16人
内外国語活動の授業補助・支援
勤務時間 1日4時間(週4日)
任用期間 4月7日(水)〜9月30日(金)
(平成29年3月24日まで更新の場合あり)

小・中学校臨時的任用職員を募集
で入手できます。
小・中学校臨時的任用職員を募集
◆心身障害児介助員
特別支援学級障害児の介助
勤務時間 午前8時から午後5時までの間で6時間(学校が指定)
時給 930円
◆学校司書
図書書の貸し出し、授業補助
勤務時間 午前10時から午後5時までの間で4時間(学校が指定)
時給 890円
◆学校事務
学校事務(パソコン使用)
勤務時間 午前8時から午後5時までの間で6時間(学校が指定)
時給 890円
◆学校庁務手
学校用務
勤務時間 ①午前7時から午後1時までの間で5時間(学校が指定)
②午後1時から7時30分までの間で5時間(学校が指定)
時給 890円
【共通事項】
対64歳以下の方
定員若干名
日・月・金曜日(行事などで土・日曜日勤務あり)
勤務開始 4月
申請 1月8日(金)までに、履歴書(写真貼付)を市役所6階教育総務課



保健師(助手/登録制)を募集
対保健師免許を有する方
定員若干名
内 病棟・外来看護業務
日 応相談
申請 市民医療センター
☎2992-1115
1へ電話
対保健師免許を有する方
定員若干名
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
申請 保健センター健康づくり支援課
☎2991-11813へ電話



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を有する方(内視鏡看護業務経験ある方歓迎)
定員若干名
内 病棟・外来看護業務
日 応相談
申請 市民医療センター
☎2992-1115
1へ電話
対保健師免許を有する方
定員若干名
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
申請 保健センター健康づくり支援課
☎2991-11813へ電話

市民課国民年金窓口業務の臨時職員を募集
対昭和26年4月2日以降に生まれ①②は原則小学校または中学校の教員資格を有する方(見込み含む)③は障害のある児童生徒への支援に意欲のある方
定員 小・中学校47校に配置する程度
内 各教科の指導・支援、障害のある児童生徒の学習支援・生活介助
勤務時間 ①②1日4時間③1日6時間
任用期間 4月7日(水)〜9月30日(金)
(平成29年3月24日まで更新の場合あり)
選考 面接(2月中旬を予定)
申請 1月18日(月)から29日(金)までに、履歴書、志願書、92円切手を貼付した長3封筒、①は教員免許状の写しまたは取得見込み証明書(面接当日までに提出)を市役所6階学校教育課☎2998-9238へ直接

体験農場の利用者を募集
利用期間 平成28年4月〜29年12月(28年3月を実習期間とし継続利用が可能か否かの判断をします)
対市内在住で市税の滞納が無い方
年度利用額 ▼20m²:3,000円
▼40m²:6,000円
農場名(所在地) / 区画数 / 牛沼(牛沼132) / 20m²:64区画、40m²:2区画 / 上安松(上安松92111他) / 20m²:50区画、40m²:2区画 / 上新井(上新井5111他) / 20m²:78区画、40m²:6区画 / 北秋津(北秋津78811他) / 20m²:55区画、40m²:4区画 / 向陽町(向陽町21504) / 20m²:15区画 / 中富南(中富南31115他) / 20m²:81区画、40m²:4区画 / 北野新町(北野新町21917および1112) / 20m²:48区画、40m²:4区画



留事項 ▼申し込みは原則1世帯
1農場1区画 / 複数世帯申し込み可
▼3世代同居は優遇措置あり
代理申し込み不可
▼水道、農機具、農機具置場はありません
▼徒歩または自転車を通える方が対象
申請 1月12日(火)から18日(月)までに、はがきに住所・氏名を明記の上、市役所5階農業振興課☎2998-9158へ直接
◎1月16日(土)・17日(日)は午前9時から正午まで同課で受け付けます。

パブリックコメントを募集
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

市営住宅(空家)の入居者を募集
入居予定時期 4月1日以降
単身者・2人家族向け住宅 2戸
2人以上家族向け住宅 1戸
3人以上家族向け住宅 11戸
戸数は平成27年10月末現在です。
申請 1月21日(木)(消印有効)までに、市役所5階都市整備課、まちづくりセンター、サービスコーナー(所沢駅・小手指・狭山ヶ丘)で配布の募集案内をご覧の上、埼玉県住宅供給公社川越支所☎0491227-6408へ郵送

職業訓練講座の受講生を募集(ユニバーサルアッション講座)
日 3月3日(水)〜5月31日(火)
場 専門学校浜西フアッションアカデミー(☎2924-0611 / 緑町1-19-15)
対 ハローワークに求職申し込みをした方、訓練開始日に就職していない方、訓練開始日の1年以内に公共職業訓練を受講していない方
定員 15人(内5人託児付き)
内 基礎から介護福祉衣料への応用
費用 1万3千円(材料は自己負担)
申請 1月15日(金)から27日(水)までに、ハローワークで職業相談を受け埼玉県職業能力開発センター☎048165113122へ申し込み

市HPバナー広告募集
☎広報課☎2998-9024

所沢市公共施設等総合管理計画(素案)
①所沢市まち・ひと・しごと創生総合戦略(素案)
②所沢市第6次行政改革大綱(素案)募集期間 1月15日(金)〜28日(木)
素案の公表 1月15日(金)から市役所3階経営企画課、同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
申請 素案に対する意見を経営企画課☎2998-9027へ提出・市HPから電子申請
④所沢市保健医療計画(素案)募集期間 1月13日(水)〜26日(火)
素案の公表 1月13日(水)から市役所1階保健医療課、同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
申請 素案に対する意見を保健医療課☎2998-9385へ提出・市HPから電子申請

皆さんの善意
【愛の福祉基金へ】●殿村信也様(1万円) ●歌謡曲同好会音楽連様(1万円) ●(株)中央管財様(5千円) ●ところざわ自動車学校様(2万円)
【緑の基金へ】●富岡地区環境推進協議会様(9,100円)
【地域のため】●(株)ノジマ様(LEDデスクライト56個、電話機36台、USB4ポートACチャージャー12個)
【児童福祉のため】●松本千一様(米120kg)
※10月16日〜11月15日の受付分です。ありがとうございました。

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 1月6日(水)から電話
市HPから電子申請

◆**マタニティクラス** 日 1月26日(火)午前9時30分～11時30分 対 出産予定日が3月10日以降の妊婦(パートナーも可) 内 マタニティライフ、ママ友づくり、赤ちゃんのお世話体験 定 申し込み先着40人 持 母子健康手帳

◆**歯科** 日 2月8日(月)午後1時15分～3時15分 対 出産予定日が4月27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 上の子連れでの受講は不可

乳幼児健康相談 申 1月4日(月)から電話

◆**離乳食**

日 1月28日(木)午前中 持 母子健康手帳

◆**食事**

日 1月12日(火)午前中 持 母子健康手帳

◆**かみかみ期**

日 1月25日(月)午前中 持 母子健康手帳、歯ブラシ

◆**歯科**

日 1月29日(金)午前中 持 母子健康手帳、歯ブラシ

離乳食教室 申 1月7日(木)から電話

◆**ごっくん期**

日 2月5日(金)または22日(月)いずれも午前10時～11時15分 対 平成27年8月～9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 2月12日(金)午前10時～11時30分 対 平成27年6月～7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 2月17日(水)午前10時～11時30分 対 平成26年11月～12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

◆**かみかみ期料理教室**

日 2月4日(木)午前10時～正午 対 平成27年2月～4月生まれの乳児とその親 内 おんぶをしながらの調理実習、試食、講話 定 申し込み先着25組 持 母子健康手帳、エプロン、三角巾、おんぶひも 費 200円

2歳児歯科健康教室 申 1月6日(水)から電話
市HPから電子申請

日 2月1日(月)または16日(火)いずれも午後0時50分～1時10分(受付) 対 平成25年7月～8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「ひばりっこ」

日 1月29日(金)午前10時～11時30分 対 40歳代で妊娠・出産し、初めて参加する方(妊娠中も可) 内 参加者同士の交流会 持 母子健康手帳、ミルク、オムツ ◎会場へ直接お越しください。



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 1月4日(月)から電話

◆**健康相談**

日 1月6日(水)・20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 1月18日(月)・25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 1月15日(金)・22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 1月5日(火)から電話

日 1月22日(金)午後1時30分～3時30分 テーマ お口の健康とアンチエイジング 内 講話、ほうれい線予防エクササイズ、効果的な歯磨きの実習 定 申し込み先着20人

ファミリー食育教室 申 1月5日(火)から電話

日 2月18日(木)午前10時～午後0時30分 対 1歳から18歳までのお子さんの親 テーマ 体にやさしいおやつ 内 講話「おやつと飲み物」、調理実習 定 申し込み先着15人(初めての方を優先) 費 500円 持 エプロン、三角巾、お手ふき ◎保育あり(1歳以上)。親子での参加可

ところ21栄養教室 申 1月5日(火)から電話

日 2月9日(火)午前9時30分～午後0時30分 対 64歳以下の方 テーマ 腎臓病予防の食事 内 講話「腎臓にやさしい食事」、調理実習 定 申し込み先着36人(初めての方を優先) 費 500円 持 エプロン、三角巾、お手ふき

優しい健康食教室 申 1月5日(火)から電話

◆**男性対象**

日 2月2日(火)午前9時30分～午後0時30分

◆**女性対象**

日 2月3日(水)午前9時30分～午後0時30分

共通事項 対 65歳以上の方 テーマ 腎臓病予防の食事 内 講話「腎臓にやさしい食事」、調理実習 定 申し込み先着36人(初めての方を優先) 費 500円 持 エプロン、三角巾、お手ふき

郷土料理 申 1月5日(火)から電話

日 2月23日(火)午前10時～午後0時30分 対 18歳以上の方 テーマ 所沢の郷土料理「ゆでまんじゅうを作ろう」 内 講話「所沢の郷土料理」、調理実習 定 申し込み先着36人(初めての方を優先) 費 500円 持 エプロン、三角巾、お手ふき



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

◆**新所沢まちづくりセンター**

日 1月14日(木)午前9時30分～10時30分(受付)

◆**中富南コミュニティセンター**

日 1月28日(木)午前9時30分～10時30分(受付)

◆**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)

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

◆**狭山ヶ丘コミュニティセンター**

日 1月5日(火)午後1時30分～3時(受付)

◆**山口まちづくりセンター**

日 1月13日(水)午後1時30分～3時(受付)

健康管理課の事業 ☎2991-1811

がん検診受診券・無料クーポン券をお持ちの方へ

市内協力医療機関で受診する平成27年度がん検診の予約期限は、2月29日(月)です。期限直前は医療機関が混み合い、予約が取れないこともあります。早めの予約をお願いします。

結核検診(無料) 申 不要

日 場 1月18日(月)午後1時15分～2時/保健センター 対 15歳以上で胸部エックス線検査の受診機会がない方、40歳以上で肺がん検診を未受診・受診予定がない方 ◎ボタンや金具の付いていない上着で受診

BCG 申 不要

日 1月28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7月16日～8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しらせ**◆

▶**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(精神科医師も参加)	1月19日(火)	午前10時～正午
強迫性障害	1月13日(水)	
うつ病ご家族	1月18日(月)	
うつ病夜の部	1月15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	1月26日(火)	午前10時～正午
高校生以上	1月27日(水)	
知的障害	1月29日(金)	

問 こころの健康支援室 ☎2991-1812

Monthly トコロんが行く 33

11月22日(日) ☀ by トコロん



今日は、ゆるキャラグランプリ2015in浜松に登場!たくさん所沢をPRしてきたよ!ボクの最終順位は58位でした。みんな応援ありがとう、これからもよろしくね!

◆**トコロん・よいトコ出没情報**◆

▶**ひだまり☆ぼけっと/URプラザシティ新所沢** けやき通り団地内ぐりーんぼけっと
1月24日(日)午前10時～午後3時30分

▶**所沢駅で狭山茶・所沢野菜PR/所沢駅改札内(10頁参照)**

1月30日(土)・31日(日)午後2時～5時
◎改札内への入場は有料です。

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。

- 救急患者に限ります。●往診は原則としてしません。
- 医療機関が変更になる場合があります。詳細は、所沢市医師会ホームページ (<http://www.tokorozawa.saitama.med.or.jp/>) をご覧ください。

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
1月1日(祝)	所沢中央病院	内	北秋津753-2	2994-1265
	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
	埼玉メディカルクリニック	内、消内	小手指町1-16-4	050-2018-1929
1月2日(出)	愛クリニック	内、小、外、小外	中新井620-1	2937-3630
	所沢第一病院	内、整	下安松1559-1	2944-5800
	かわぐち内科クリニック	内、糖内	東所沢3-36-74	2951-1717
	所沢ハートセンター付属しんとこ駅前クリニック	循内、糖内	緑町1-4-1デュオビルズ新所沢駅前101	2929-1801
1月3日(日)	徳島内科クリニック	内、呼、消、循、アレ、小、皮	久米1569-1	2929-6366
	木村医院	外、内、胃腸、肛	北岩岡1-96	2942-5411
	いいだ眼科	眼	小手指町1-8-5食品館イトーヨーカドー2階	2935-3665
1月10日(日)	山口医院	内、外、小	花園2-2344-26	2943-3273
	ながさわ内科	内、循	小手指元町2-29-21	2947-2001
	航空公園クリニック	精、神、神内、心内	喜多町5-13パークサイドビル2・3階	2928-6265
1月11日(祝)	所沢秋津診療所	内、麻	上安松1-8	2945-8899
	くにとみ内科外科クリニック	内、外	久米532-8	2993-9213
	吉川外科胃腸科医院	胃、外、整	泉町914-17	2923-5670
1月17日(日)	松田母子クリニック	産、婦、小	本郷1080-5	2968-6800
	木下クリニック	麻、内、外、リハ	北秋津778-39	2993-0007
	すえのぶ皮フ科・形成外科	皮	日吉町11-17第一西村ビル2階	2922-3724
1月24日(日)	岩下悦郎消化器内科クリニック	内、消、胃、小	北有楽町24-5	2928-3636
	けやき内科	内	並木3-1-7-102	2995-2299
	小手指整形外科	整、リウ、外、リハ	小手指元町3-2-31	2947-3321
1月31日(日)	あだち内科クリニック	内、消内、小、呼内、循内、糖内	緑町3-16-4	2929-0001
	西島消化器・内科クリニック	内、消、胃	東狭山ヶ丘1-27-20	2923-0005
	猪俣眼科医院	眼	小手指町3-31-13	2948-7671
	航空公園西口内科	内	喜多町4-8	2925-8000

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2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。1月1日(祝)・3日(日)は休診です。

小児急患診療

市民医療センター
上安松1224-1 ☎2992-1151

事業名	受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝休日	
夜間急患診療	午後7時30分～10時15分	○	○	○	○	○	-	-	-	
深夜帯急患診療	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	1月1日(祝)・2日(土)・3日(日)・10日(日)・11日(祝)・17日(日)・24日(日)・31日(日)								

- ※1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：1月2日(土)・3日(日)・10日(日)・11日(祝)・17日(日)・24日(日)・31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、12月29日～1月3日…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、12月29日～1月3日…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 146

いきいき健康づくり

気付かず進行するから怖い！糖尿病を予防しよう

日本の糖尿病患者は急速に増加しており、糖尿病が疑われる人は成人の約5人に1人の割合と推定されています(予備軍を含む)。糖尿病を治療せずに放置すると、さまざまな疾患を発症するリスクが高まります。糖尿病を予防するために生活習慣を見直しましょう！

◆糖尿病って？

私たちの身体は、すい臓からインスリンというホルモンを分泌して、血糖値を一定に保っています。インスリンが「分泌されない」「量が不足している」「分泌されているのに十分に作用しない」などの理由で、慢性的に高血糖となるのが糖尿病です。

◆原因は生活習慣！

体質や遺伝を除くと、次の3つが糖尿病の主な原因です。

- ▶ **食べ過ぎ**…すい臓の働きすぎでインスリン分泌機能が低下
- ▶ **運動不足**…糖分が消費されない
- ▶ **ストレス**…インスリンの働きを弱め、血糖値が上昇



◆気付かぬうちに…身体をむしばむ

初期の糖尿病は自覚症状が乏しく、気付かずにそのまま放置してしまう方が多くいます。

しかし、高血糖は全身の血管壁に負担をかけ、動脈硬化のほか、腎臓・眼などさまざまな器官に重大な合併症を引き起こします。動脈硬化は「脳卒中」や「心疾患」の発症リスクを高めてしまいます。



◆糖尿病を予防しよう！

生活習慣(食事や運動)を改善することで、血糖値を正常にコントロールすることができます。

▶ 食事

食事で摂取するエネルギー量が多いと、血糖値も高くなります。適正エネルギー量を知り、バランスの良い食事を心掛けましょう。

1日の適正エネルギー量を計算してみよう！

身長〇.〇〇(m) × 身長〇.〇〇(m) × 22 × 身体活動量〇〇
= kcal

身体活動量 あなたの生活に該当する数字を選んでください

- ▶ いすに座っての仕事が中心の人……………25～30
- ▶ 外回りや立ち仕事が多い人……………30～35
- ▶ 重い物を持つなどの力仕事を中心の人…35～40

また、1日3食を規則正しく取りましょう。朝食抜きや昼食抜きなどの欠食、食べ過ぎは血糖値が乱れる原因です。

▶ 運動

適度な運動を続けると糖分が消費されることに加え、インスリンの働きも良くなって血糖値が下がります。ウォーキングなどの有酸素運動は、肥満の解消も期待できますのでオススメです！



▶ 健康診査

1年に1回は健康診査を受けましょう。血液検査の結果にある「空腹時血糖」や「HbA1C」の数値で糖尿病の兆候を知ることができます。

問 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

- ▶ 1月号は、表紙に高校生、特集の市長インタビューに中学生、半年間取材した稲作に小学生と、総勢400人近くの子どもたちが登場。年度当初に考えたこの企画は「高・中・小」と続きますが、この続きに気が付いたのは後輩職員。もっと視野を広げなければ(♣)
- ▶ 信号待ちをしていると突然窓をノックされ、初老の男性が「左のテールランプ切れてるよ」と教えてくれた。3週間後、同じ道同じ場所で前のトラックの右のテールランプが切れていた。妻に促され、そのことを運転手に告げた。ウソのようなホントの話…(♠)

空き巣被害増加中！帰省や旅行、出かける前に戸締まりを確認しましょう！

所沢警察署

☎2996-0110