

PUBLIC RELATIONS

Tsurugashima

広報つるがしま

7

2018
NO.1005



特集

この夏、広がれラジオ体操の輪

子育て情報 ▶ P18-19

この夏、広がれ ラジオ体操の輪



90年の歴史を持つラジオ体操。その魅力は、いつでも・どこでも・誰でもできること。市では平成11年からその普及に取り組み、今では25会場で行われる健康づくり運動となっています。この夏、あなたもラジオ体操デビューしてみませんか？

問合先 健康増進課健康増進担当

学校で

小学校は運動会で

現在、市内全ての小学校の運動会でラジオ体操を行っています。

ラジオ体操の演舞が伝統に 鶴ヶ島清風高等学校

同校には1年生の体育でラジオ体操の実技試験があります。第一体操をアレンジしたもので、大きな声を出しながら指先まで意識し、きびきびと体を動かす独自のもの。体育の授業の前に、身体と心の準備をし、緊張感を持って授業に臨めるようにと始められました。体育祭で披露される集団演舞は圧巻で、同校の伝統となっています。



ラジオ体操あれこれ

ラジオ体操の効果

ラジオ体操は、全身に650種類ある筋肉のうち400種類を刺激できる総合運動です。ラジオ体操を継続的に実践している人を対象にした全国規模の調査・研究からは、年代ごとの標準値に比べ、次の健康状態を示す数値が良好であることが明らかになっています。

- ・体内年齢(基礎代謝量や筋肉量など)
- ・血管年齢(動脈硬化の進み具合)
- ・呼吸機能(肺年齢)
- ・骨密度
- ・体力年齢(歩行能力、柔軟性、筋力)

ラジオ体操の魅力に迫る 参加者の声

- ・生活のリズムがつけやすい
- ・朝食が美味しく食べられる
- ・風邪を引かなくなった
- ・よく眠れるようになった
- ・肩こりや腰痛が治った
- ・表情が明るくなったと言われる
- ・毎日、誰かに会えるのが楽しみ
- ・欠席すると心配してくれる人がいる

ラジオ体操の歴史

ラジオ体操は、昭和3年に「国民保健体操」として制定され、NHKのラジオ放送で広く普及しました。「ラジオ体操第一・第二」は昭和26～27年に現在の形に整えられ、平成11年には、国連の国際高齢者年にちなみ「みんなの体操」が考案されました。

市の取り組み

市では平成11年から普及に努め、NHKテレビ・ラジオ体操指導者などによる講習会の受講者は、延べ1万1千人に。平成15年には「鶴ヶ島市ラジオ体操連絡会」が設立され、今では25会場、500人以上が参加して行われています。さらに、平成29年には、近隣6自治体とともに「ラジオ体操普及宣言」を行いました。今後も健康と地域の絆づくりのため、さらなる普及に努めます。

※次回のラジオ体操講習会は、10月14日(日)10時～、南小学校です。



ラジオ体操実施会場一覧

会場	時間など
雷電池児童公園	8時
北市民センター	8時50分
JAいるま野鶴ヶ島支店 駐車場	6時30分(4~10月)/7時(11~3月) ※日・祝は休み
○ 西市民センター	9時 ※日・祝は休み
町屋自治会館	6時30分
共栄第一会館	7時(夏休み6時30分) ※日は休み
○ 運動公園	6時30分(4~10月)/8時5分(11~3月)
星和公園	6時30分
つるがしま中央交流センター	6時30分
どんぐり公園	6時30分
上広谷中央公民館	6時30分
「とこやヒロ」駐車場	7時30分 ※月は休み
東市民センター	6時30分
○ 富士見ハイツ公園	6時30分
富士見ハイツ公園	8時
若葉ふれあい広場	7時 ※日・祝は休み
富士見南児童公園	8時 ※日・祝は休み
富士見中央近隣公園	7時30分
若葉台団地広場	8時15分 ※日・祝は休み
若葉台第二住宅内広場	7時30分 ※土・日・祝は休み
富士見市民センター	8時20分
鶴ヶ島文化会館	6時30分
海洋センター	7時
○ 南市民センター	9時 ※土・日・祝は休み
松ヶ丘ふれあい広場	7時 ※水のみ実施



この看板が目印

市ラジオ体操連絡会
会長
いしじま あきら
石嶋 顕さん
(84歳)



地域で

「鉄人」に聞く

「私がラジオ体操を始めたのは、今から45年ほど前、働き盛りの頃です。以来、毎日欠かさず続けています。自分の身体は自分で守るのが基本。今でも元気に過ごせるのは、若い頃からの取り組みと、何より仲間のおかげです。ラジオ体操後のウォーキングや健康遊具などで「楽しい時間を過ごせている」という声を聞くと、本当にうれしくなります。少し気が早いですが、将来の健康のために孫にもラジオ体操を教えています。もうすぐ夏休み。子どもたちと一緒にラジオ体操ができるのを楽しみにしています！」

事業所や地域で取り組みませんか

市ではラジオ体操に取り組む事業所や新たに始めたい地域、グループの方を応援します。事業所ステッカーや体操CDを配布しますので、ぜひご連絡ください。



まちづくりポイントの対象です

ラジオ体操に参加すると、スタンプ帳にスタンプがもらえます。出席日数が励みになるだけでなく、市民センターなどで日数に応じてまちづくりポイント(1日3ポイント)がもらえます。ポイントを貯めたらつるのゴングなどと交換へ。“楽しみながら”が続けるコツです。
※表中○印の会場では実施していません。

夏休みは子どももデビュー

夏休みに、お子さんを地域のラジオ体操に参加させてみませんか。早寝早起きのリズムが身につくとともに、出席した達成感や地域とのふれあいなど、夏の思い出づくりにもなります。ラジオ体操出席カードは、ラジオ体操会場(表中○印の会場を除く)や市役所、郵便局で配布しています。



鶴ヶ島市職員募集

私たちと一緒に
働きませんか

市では、平成31年4月1日付けで採用予定の市職員の採用試験を行います。

- 第1次試験日** 9月16日(日)
- 受付期間** 8月1日(水)～13日(月)8時30分～17時15分(平日のみ)
※郵送の場合は、8月11日(祝)の消印有効
- 申込書類** 採用試験申込書、卒業証明書または卒業見込証明書、成績証明書、写真(縦4cm×横3cm)2枚、資格または資格取得の見込みが確認できるもの(一般行政職(福祉)のみ)
※採用試験案内、申込書類は市役所人事課、若葉駅前出張所および各市民センターで配布しているほか、市ホームページからもダウンロードできます。
※地方公務員法第16条に規定する欠格条項に該当する方は受験できません。
※詳しくは、採用試験案内または市ホームページをご覧ください。
- 問合せ先** 人事課人事担当



職員採用ホームページ

採用職種	受験資格	採用予定人数
一般行政職 (事務)	<ul style="list-style-type: none"> 学校教育法による大学を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成2年4月2日以降に生まれた方 学校教育法による短期大学(専修学校を含む)を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成4年4月2日以降に生まれた方 学校教育法による高校を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成6年4月2日以降に生まれた方 	10人程度
一般行政職 (土木)	次の要件をすべて満たす方 <ul style="list-style-type: none"> 平成2年4月2日以降に生まれた方 学校教育法による大学において土木の課程を専門に履修し、卒業または平成31年3月までに卒業見込みの方 	2人程度
一般行政職 (福祉)	次の要件をすべて満たす方 <ul style="list-style-type: none"> 平成2年4月2日以降に生まれた方 学校教育法による大学において福祉の課程を専門に履修し、卒業または平成31年3月までに卒業見込みの方 社会福祉士、社会福祉主事のいずれかの資格(社会福祉主事については任用資格)を有する方または平成31年3月までに取得する見込みの方 	2人程度

職員採用説明会を開催します

鶴ヶ島市職員採用説明会

採用試験や市職員の仕事などについての全体説明のほか、個別の質問にお答えします。

参加を希望する方は、事前に電話またはメールにてお申込みください。

日時 7月29日(日)10時～12時

場所 市役所5階会議室

申込期間 7月1日(日)～27日(金)

申込み 人事課人事担当
☎049・271・1111

メール 10300020@city.tsurugashima.lg.jp

※説明会への参加の有無が、採用に影響することはありません。

埼玉県内市町村職員採用合同説明会

市町村ごとに設置するブースで、気になる市町村の職員から、市町村の特色や仕事内容、募集内容、勤務条件などを直接聞くことができます。

鶴ヶ島市もブースを設置します。お気軽にお立ち寄りください。

日時 7月5日(木)13時～18時(入場17時まで)

場所 さいたまスーパーアリーナ

入場 無料、予約不要、入退場自由

問合せ先 彩の国さいたまづくり広域連合

☎048・664・6681

先輩職員の声



秘書広報課 やまぐち 山口主事補(平成30年度入庁)

Q1. 鶴ヶ島市職員を志望した理由はなんですか。

地元である鶴ヶ島市が大好きだからです。鶴ヶ島市を一度離れたことで、改めてたくさんの魅力があることに気づきました。そしてもっと多くの人に魅力あふれる市であることを知ってほしいと思い、志望しました。

Q2. 現在担当している仕事について教えてください。

秘書として市長と副市長が円滑に公務を行えるようにサポートしています。緊張感のある職場ですが、責任のある仕事で、とてもやりがいを感じています。

Q3. 鶴ヶ島市の職員になって感じたことはなんですか。

入庁前は窓口業務というイメージが強かったのですが、市の仕事が多岐にわたって行われていることに驚きました。これからたくさん経験を積んで、広い視野を持てるようになりたいです。

Q4. 受験生(未来の後輩)へメッセージを。

鶴ヶ島市役所には頼りになる先輩たちがいます！一緒に鶴ヶ島市をより良いまちにしましょう！

Q1. 現在担当している仕事について教えてください。

国民年金への加入手続き、老齢基礎年金や障害基礎年金、遺族基礎年金の受給案内などを担当しています。幅広い年齢層の方と接するため、どのような方でも理解しやすい説明を心がけて業務を行っています。

Q2. やりがいを感じる時はどんなときですか。

窓口や電話で市民の方と直接お話しをする中で、基礎年金制度についての説明内容が相手に伝わり「ありがとう」と言ってもらえたときは、とてもやりがいを感じ、次の仕事の原動力になっています。

Q3. 鶴ヶ島市の職員になって感じたことはなんですか。

市の職員の仕事は覚えることがたくさんあると感じました。覚えることは大変ですが、先輩たちがとても親切に教えてくれるため、仕事のしやすい職場です。また、窓口では市民の方と直接お話しができるので、日々充実しています。

Q4. 受験生(未来の後輩)へメッセージを。

鶴ヶ島市をさらに活気あるまちにしていきたいと思います！一緒に働けるのを楽しみにしています。



保険年金課 うしいえ 氏家主事補(平成29年度入庁)



道路建設課 いとう 伊藤主任(平成30年度入庁)

Q1. 鶴ヶ島市職員を志望した理由はなんですか。

自分にとって馴染み深い地域であり、また、市内に高速道路や鉄道などのインフラが多く、自分のこれまでの経験を活かせると思ったからです。

Q2. 現在担当している仕事について教えてください。

道路工事の設計図面の作成や修正、工事発注を行っています。民間企業で培った現地での調査経験や、図面作成能力を発揮できているかなと思っています。

Q3. 鶴ヶ島市の職員になって感じたことはなんですか。

地域のために仕事ができるということです。先輩たちは地域に密着して業務を行ってきており、地元の細かいことを知っていて、市民の方からの信頼も厚いと感じたため、自分も早くそうなりたいと思っています。

Q4. 受験生(未来の後輩)へメッセージを。

困難なことや勉強しなければならないことはたくさんありますが、入庁してから早い段階でやりがいを感じられるのが公務員だと思います。採用試験は大変だと思いますが、頑張ってください。

坂戸、鶴ヶ島下水道組合職員を募集

職種 一般事務職、一般土木職、一般事務職(有資格者)、
一般土木職(有資格者)

採用予定人数 若干名

第1次試験日 9月16日(日)

受付期間 8月1日(水)～15日(水)

8時30分～17時15分(平日のみ)

※申込方法などは、組合ホームページまたは総務課で配布する募集案内をご覧ください。

受験資格

【一般事務職】

- ①学校教育法による大学を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成2年4月2日以降に生まれた方
- ②学校教育法による短期大学(専修学校を含む)を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成4年4月2日以降に生まれた方
- ③学校教育法による高校を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成6年4月2日以降に生まれた方

【一般土木職】

左記①から③に該当し、土木の課程を履修した方

【一般事務職(有資格者)】

※1)～3)をすべて満たす方

- 1)日商簿記検定2級以上または全経簿記能力検定1級以上もしくは全商簿記実務検定1級の資格を有している方
- 2)民間企業などにおいて、その資格に関する職務経験を直近10年(平成20年7月1日から平成30年6月30日まで)の間に2年以上有する方
- 3)昭和55年4月2日以降に生まれた方

【一般土木職(有資格者)】

1級土木施工管理技士の資格を有している方、前記2)と3)に該当する方

申込・問合せ先 坂戸、鶴ヶ島下水道組合総務課総務担当
☎049・283・2051



坂戸、鶴ヶ島水道企業団職員を募集



職種 事務職、技術職(土木・電気・化学)

採用予定人数 若干名

第1次試験日 10月14日(日)

受付期間 8月31日(金)～9月7日(金)

8時30分～17時(平日のみ)

※申込方法などは、企業団ホームページまたは庶務課で配付する募集案内をご覧ください。また、試験申込書・受験票もダウンロードできます。

受験資格

事務職・技術職(土木・電気・化学)

- ①学校教育法による大学を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成2年4月2日以降に生まれた方
- ②学校教育法による短期大学(専修学校を含む)を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成4年4月2日以降に生まれた方
- ③学校教育法による高校を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成6年4月2日以降に生まれた方

申込・問合せ先 坂戸、鶴ヶ島水道企業団庶務課庶務担当
☎049・283・1957

坂戸・鶴ヶ島消防組合職員を募集



職種 消防職員

採用予定人数 12人程度

第1次試験日 9月16日(日)

受付期間 8月6日(月)～10日(金)

8時30分～17時15分(平日のみ)

※申込方法などは、組合ホームページまたは庶務課で配付する募集案内をご覧ください。また、試験申込書・受験票もダウンロードできます。

受験資格

- ①学校教育法による大学を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成5年4月2日以降に生まれた方
- ②学校教育法による短期大学(専修学校を含む)を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成7年4月2日以降に生まれた方
- ③学校教育法による高校を卒業または平成31年3月までに卒業見込みで、平成9年4月2日以降に生まれた方

申込・問合せ先 坂戸・鶴ヶ島消防組合消防本部庶務課庶務担当
☎049・281・3119

夏の交通事故防止運動を実施します

問合先 安心安全推進課交通安全・防犯担当

交通ルールを守り、正しい交通マナーの実践を習慣付けることで、夏休み中の子どもの交通事故や、夏の解放感から起こる交通事故を防止するため、夏の交通事故防止運動を実施します。

今年に入り、市内では3人の方が交通事故によって亡くなっており、脇見など、ドライバーのぼんやり運転が主な原因となっています。ドライバーだけでなく、歩行者や自転車利用者、すべての人が交通ルールを守り、交通マナーを実践しない限り、事故はなくなりません。

車を運転するときは、「自分は運転に自信があるから大丈夫」ではなく、「気を付けなければ自分も事故を起こしてしまうかもしれない」と、あらゆる危険を想定しながら運転しましょう。また、スピードを出し過ぎないように、安全な速度で走行し、交差点や危険箇所での安全確認を徹底しましょう。

自転車に乗るときは、必ず左側を走行し、信号や一時停止などをきちんと守りましょう。夜間に乗るときは、早め

にライトを点灯するだけでなく、どの角度からでも存在を確認されやすいよう、自転車用反射材の使用に努めてください。二人乗りや並進、傘差し運転などは、とても危険です。のでやめましょう。

期間

7月15日(日)～24日(火)

市運動重点

自転車および自動車の運転マナーの向上

県運動重点

- ①子どもと高齢者の交通事故防止
- ②自転車の安全利用推進
- ③飲酒運転の根絶および路上寝込みなどによる交通事故防止

街頭指導

サマーカーニバル会場にて交通安全パレードを実施し、チラシや啓発品を配布しながら交通事故防止を呼び掛けます。

日時 7月21日(土)14時5分～
場所 鶴ヶ島駅西口商店会通り

新しい民生委員・児童委員を紹介します

問合先 福祉政策課福祉政策・地域福祉担当

7月1日付けで厚生労働大臣から委嘱を受けた新しい民生委員・児童委員を紹介いたします。

民生委員・児童委員とは

地域福祉の推進役として活動する無報酬のボランティアで、担当区域の見守りや、地

全国一斉の緊急地震速報訓練を行います

問合先 安心安全推進課防災担当

市では、全国瞬時警報システム(Ｊアラート)を設置しています。

これは、国から送られてくる緊急地震速報や武力攻撃などの緊急情報を、人工衛星などを通じて受信し、市の防災行政無線で瞬時にお伝えするシステムです。

今回、このシステムを使用した、全国一斉の緊急地震速報訓練を行います。

緊急地震速報訓練

日時 7月5日(木)10時頃

放送内容 「(チャイム音)こちらは、防災つるがしまです。ただ今から訓練放送を行います。(緊急地震速報チャイム音) 緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓練放送です。」

練放送です。(くり返し3回) こちらは防災つるがしまです。これで訓練放送を終わります。(チャイム音)」

※緊急地震速報チャイム音は、実際の緊急地震速報と同じ警報音が流れます。

※放送を聞いたら、自分の身を守る行動をとってみましょう。

※災害時などは訓練を中止する場合があります。

※放送が流れると、防災ラジオからも放送が流れます。



域住民の方が抱える問題についての身近な「相談相手」となり、その内容に応じて適切な支援が受けられるよう、行政や専門機関へつなぐ「パイプ役」として活動しています。

主な担当区域と氏名

藤金二区 工藤勉(くみとうとむ)さん

65歳以上の皆さんへ 介護保険は社会全体で支える仕組みです

問合先 高齢者福祉課介護保険担当

65歳以上の方の介護保険料は、今後皆さんが必要とする介護サービス費用などをまかなうため、3年ごとに見直しを行い、介護保険制度を支える大切な財源となっております。本年度の保険料については、個別にお知らせします(7月上旬発送予定)。

◆基準額は月額4500円

要介護などの認定を受ける方は増え続け、平成32年度には3085人(平成29年度は2156人)になると見込んでいます。また、平成30年度から32年度までの3年間に必要となる介護サービス費などは約131億円になると見込んでいます。

約131億円から公費分(国・県・市の負担分)などを除き、基準となる保険料額を算出した結果、月額5万4000円(月額4500円)になりました。※図表1

なお、保険料の滞納が続くと、未納期間に応じて給付が一時差し止めになったり、利用者負担が3割または4割になる措置がとられます。保険料は必ずお納めください。

※図表1 (合計所得金額は「収入」から「必要経費など」を控除した額です。平成30年4月1日以降は、さらに「長期譲渡所得および短期譲渡所得に係る特別控除額」と「年金収入に係る所得額(第1~5段階のみ)」を控除した額となります)

保険料段階	対 象	保険料率	保険料(月額)
第1段階	・生活保護受給者および市民税非課税世帯で老齢福祉年金受給者 ・市民税非課税世帯で本人の年金収入と合計所得金額の合計が80万円以下の方	基準額×0.45	2万4300円
第2段階	市民税非課税世帯で本人の年金収入と合計所得金額の合計が120万円以下の方	基準額×0.70	3万7800円
第3段階	市民税非課税世帯で本人の年金収入と合計所得金額の合計が120万円を超える方	基準額×0.75	4万 500円
第4段階	世帯課税で本人非課税、かつ本人の年金収入と合計所得金額の合計が80万円以下の方	基準額×0.80	4万3200円
第5段階	世帯課税で本人非課税、かつ本人の年金収入と合計所得金額の合計が80万円を超える方	基準額×1.00	5万4000円
第6段階	本人市民税課税で合計所得金額が120万円未満の方	基準額×1.15	6万2100円
第7段階	本人市民税課税で合計所得金額が120万円以上200万円未満の方	基準額×1.25	6万7500円
第8段階	本人市民税課税で合計所得金額が200万円以上300万円未満の方	基準額×1.35	7万2900円
第9段階	本人市民税課税で合計所得金額が300万円以上400万円未満の方	基準額×1.45	7万8300円
第10段階	本人市民税課税で合計所得金額が400万円以上600万円未満の方	基準額×1.55	8万3700円
第11段階	本人市民税課税で合計所得金額が600万円以上800万円未満の方	基準額×1.65	8万9100円
第12段階	本人市民税課税で合計所得金額が800万円以上1000万円未満の方	基準額×1.75	9万4500円
第13段階	本人市民税課税で合計所得金額が1000万円以上の方	基準額×1.85	9万9900円

◆介護保険料の納め方

特別徴収(年金から差し引き)
年額18万円以上の老齢(退職)年金、遺族年金、障害年金を受給している65歳以上の方は、原則、年金から差し引かれます。前年から継続して特別徴収の方は、4・6・8月の仮徴収と10・12・翌年2月の本徴収として区別していただきますが、前年の収入の変動などで、仮徴収と本徴収の保険料額が大きく変動することがあります。このような納付額のバラつきを解消するため、8月の仮徴収額を調整して、年度内での保険料額の変動を小さくし、年度を通して平均した保険料額に近づける処理を行います。

普通徴収(納付書払い)

金融機関・市役所に加えて、コンビニエンスストアでも納付が可能で、曜日や時間を気にすることなくお支払いいただけます。

また、忙しい方、なかなか外出ができない方は、口座振替が便利です。一度手続きをすれば、振替日(納付期限の

日)に指定した口座から引き落とされますので、納付期限を気にする必要もなく、安心です。※図表2
なお、保険料が完納されないときは、滞納処分をうけることがあります。

※図表2 普通徴収納付期限

期 別	納 期 限
第1期	7月31日(火)
第2期	8月31日(金)
第3期	10月 1日(月)
第4期	10月31日(水)
第5期	11月30日(金)
第6期	12月25日(火)
第7期	平成31年1月31日(木)
第8期	平成31年2月28日(木)



◆保険料の減免制度

法定減免のほか、市独自の減免を実施しています。減免を受けるためには申請が必要です。

【法定減免】

対象 次のいずれかの要件に該当し、保険料の納付が困難な方
 ① 火災などの災害により住宅などに著しい損害を受けた
 ② 生計中心者の病気や失業などにより、著しく収入が減少した

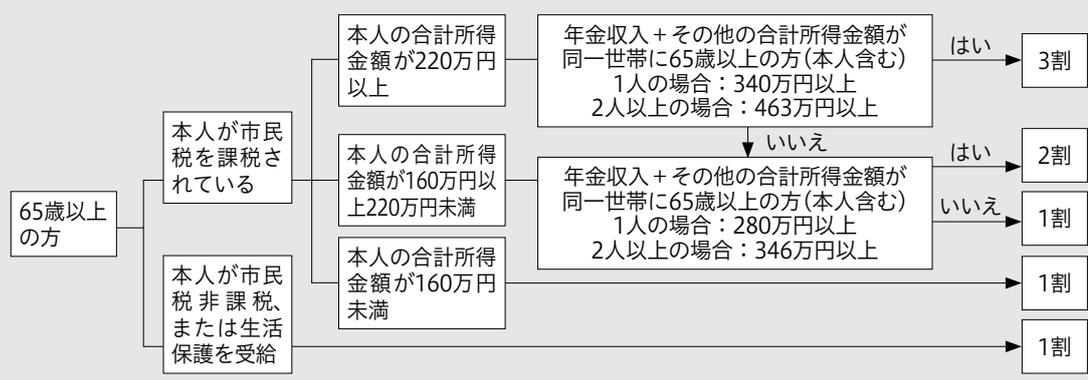
【市独自の減免】

対象 次のいずれかの要件に該当し、保険料の納付が困難な方
 ① 監獄などに収監されている
 ② 収入が一定額以下である
 ・世帯の収入が市で定めた基準額以下で、一定額以上の預貯金などを有していない
 ・市民税非課税世帯であり、健康保険や税法において、課税者から扶養を受けていない
 ・自宅以外に不動産などの所有がなく、その評価額が一定額以下である
 ・住み替えのために、自宅を売却し、その所得を新居の購入費に充てた

◆サービスを利用したときの自己負担割合の変更について

一定額以上の所得がある方は、平成30年8月1日以降、自己負担割合が2割または3割に

※図表3 「その他の合計所得金額」とは、合計所得金額から年金収入に係る所得額を除いた額です



なりません。※図表3
 要介護・要支援認定者、介護予防・日常生活支援総合事業対象者の方に、「介護保険負担割合証」を7月中旬に発送しますので、確認してください。

介護保険料のQ & A

Q：介護保険料はいつから納めるの？

A：40歳になった月から納めることとなります。
 40歳から64歳までは、加入している医療保険の保険料と合わせて納めます。
 65歳からは、個人ごとに介護保険料を市へ納めることとなります。

Q：65歳の誕生日を迎えた人の納付は？

A：65歳になった方や、他市町村から転入してきた方などは、年金からの引き落とし（特別徴収）の条件が整うまでは納付書で納める（普通徴収）こととなります。

Q：納め方は選べるの？

A：介護保険法で特別徴収と普通徴収の対象者が決まっていますので、納め方を自分で選択することはできません。

Q：年金から差し引かれていたのに、途中から差し引かれなくなったのはどうして？

A：次のような場合、年度の途中で特別徴収が中止となり、普通徴収になる場合があります。
 年度の途中で介護保険料額や年金受給額が変更になった。
 何らかの理由により、年金受給が一時的に止まった。
 年金を担保に融資を受けた。など

Q：サービスを利用しなくても保険料は払うの？納めた保険料は返してもらえるの？

A：保険料は、地域の介護サービスを賄う大切な財源になっています。
 このため、医療保険と同様に保険料をお返しすることはありません。介護保険は、助け合いの精神に基づく社会のしくみです。どうぞご理解ください。

Q：保険料を滞納するとどうなるの？

A：災害など特別な事情がないのに、保険料を滞納すると、介護保険サービスを利用する際に次の措置を受けることがあります。
 1 納期限から1年以上滞納すると、利用したサービス費用を一旦全額自己負担することになります。※後に、支払った費用のうち本来の自己負担を除く費用を市が払い戻すこととなります。
 2 1年6か月間滞納すると、保険給付の支払いの全部または一部を差止め、差し止めた給付額から滞納額を控除します。
 3 2年間滞納を続けると、未納期間に応じ、自己負担が3割または4割に変わります。また、高額介護サービス費などの支給も受けられなくなります。

国民健康保険および後期高齢者医療『限度額適用認定証』の交付・更新のお知らせ

問合先 保険年金課国民健康保険担当・高齢者医療担当

入院や通院により1か月に支払う医療費の一部負担金が一定額を超えるときには、「限度額適用認定証」を提示すると、医療機関での支払いを自己負担限度額までとすることができま

す。また、住民税非課税世帯の場合、入院時の食事が減額できる場合もあります。

認定は、申請月からとなります。なお、すでに交付をしている「限度額適用認定証」や「限度額適用・標準負担額減額認定証」などは有効期限が7月31日で満了となります。

必要な方は、7月20日(金)より窓口で申請してください。

申請に必要なもの

- ・国民健康保険被保険者証または後期高齢者医療被保険者証
- ・マイナンバー確認書類と本人確認書類(免許証など)
- ・住民税決定証明書など(平成30年1月2日以降鶴ヶ島市に転入し即日交付を希望される方のみ)

申請が不要な方

国民健康保険の場合

70歳以上で所得区分「課税所得690万円以上」または、「一般」に該当する方

後期高齢者医療制度の場合

「平成29年度中に交付されている方(※)」、「課税所得690万円以上」または、「一般」に該当する方

なお、平成29年度に未交付で、平成30年度において、住民税が非課税の世帯に属している方は、申請が必要です。※平成30年度も非課税世帯に属している方には、市から減額認定証を発送します。

自己負担限度額

年齢、所得などによって異なります。世帯に税の申告をしていない方がいると、限度額が最上位所得者となります。

保険税(保険料)に滞納があると認定証の交付が受けられない場合があります。



70歳未満の方の自己負担限度額(月額)

区分	所得要件	限度額		入院時食事代
		3回目まで	4回目以降(※2)	
上位所得者	ア 901万円超(※1)	25万2600円+(医療費-84万2000円)×1%	14万100円	1食460円 (一部260円の場合があります)
	イ 600万円超~901万円以下(※1)	16万7400円+(医療費-55万8000円)×1%	9万3000円	
一般	ウ 210万円超~600万円以下(※1)	8万100円+(医療費-26万7000円)×1%	4万4400円	
	エ 210万円以下(※1)	5万7600円		
住民税非課税世帯	オ 住民税非課税	3万5400円	2万4600円	過去1年間の入院が90日以内1食210円 91日以上1食160円

※1 国民健康保険税算定の基礎となる基礎控除後の総所得金額など

※2 過去12か月に3回以上の高額療養費に該当した世帯の4回目以降の自己負担限度額

70歳以上の方の自己負担限度額(月額)※平成30年8月1日から現役並み所得者と一般の自己負担限度額が変わります

所得区分	限度額			入院時食事代
	外来(個人単位)	外来+入院(世帯単位)	4回目以降(※5)	
現役並み所得者(※1)	課税所得690万円以上	25万2600円+(医療費-84万2000円)×1%	14万100円	1食460円 (一部260円の場合があります)
	課税所得380万円以上	16万7400円+(医療費-55万8000円)×1%	9万3000円	
	課税所得145万円以上	8万100円+(医療費-26万7000円)×1%	4万4400円	
一般	1万8000円(年間上限額14万4000円)(※4)	5万7600円		
低所得者II(※2)	8000円	2万4600円		過去1年間の入院が90日以内1食210円 91日以上1食160円
低所得者I(※3)	8000円	1万5000円		1食100円

※1 現役並み所得者は、住民税課税所得145万円以上の被保険者がいる方

※2 同一世帯の世帯主および被保険者が住民税非課税の方

※3 同一世帯の世帯主および被保険者が住民税非課税で、その世帯の各所得が必要経費・控除(年金の所得は控除額を80万円として計算)を差し引いたときに0円の方

※4 当年8月から翌年7月までの期間

※5 過去12か月に3回以上の高額療養費に該当した世帯の4回目以降の自己負担限度額

国民健康保険税の納税通知書を送付します

問合先 保険年金課国民健康保険担当

国民健康保険税は、国保加入世帯の人数、所得に応じて納める市税です。

今年度分の納税通知書は7月上旬に送付しますが、7月11日(水)を過ぎても届かない方はお問い合わせください。

保険税は世帯主が納めます

世帯主が国保加入者(被保険者)に関わらず、納税義務者は世帯主となります。

ただし、保険税の算定は加入者のみで計算します。

また、納税通知書のほか、被保険者証の送付や未納の場合の督促状なども、すべて世帯主あてとなります。

保険税の納め方

国保加入者が65歳以上の方のみの世帯で年金を受給している世帯主の方は、一定の要件に該当する場合、保険税は年金から差し引かれる特別徴収となります。

それ以外の方は納付書または口座振替による普通徴収となります。

保険税の納め忘れに注意しましょう

納期を過ぎると延滞金の加算や滞納処分の対象となります。

滞納が続くと短期被保険者証や資格証明書の代替発行、また、人間ドックの補助などの給付の制限を受けることがあります。

非自発的失業者(特定受給資格者または特定理由離職者)は保険税が軽減されます

会社の都合で離職された方の保険税は軽減されます。

対象

離職日時点で65歳未満であり、雇用保険受給資格者証の交付を受け、その理由が非自発的失業である方

軽減期間

離職日の翌日から翌年度末まで

申告に必要なもの

雇用保険受給資格者証、認印、保険証

簡単で便利な口座振替をぜひご利用ください

新規に保険税にかかる口座振替の申込みをされた方に、「つるごんハンドタオル」をプレゼントしています(個数限定)。
お早めにお申し込みください。

平成30年度国民健康保険税・算出方法

	課税の基礎	医療分 (0~74歳)	後期分 (0~74歳)	介護分 (40~64歳)
所得割額	(平成29年中の所得金額-33万円)× 右の税率	7.4%	1.5%	0.9%
均等割額	被保険者1人について	1万7000円	1万円	9000円
世帯課税限度額		54万円	19万円	16万円



つるごんハンドタオル

感謝状を受賞

問合先 地域活動推進課

5月22日に開催された総務省関東管区行政評価局「行政相談委員全体会議」にて、市行政相談委員の福島房子さんが行政評価局長感謝状を受賞

されました。

これは、行政相談業務に顕著な功績のあった方に対して、行政評価局長から表彰があったものです。

後期高齢者医療被保険者の皆さんへ

問合先 保険年金課高齢者医療担当

被保険者証の一斉更新を行います

現在の被保険者証の有効期限は平成30年7月31日までです。それに伴い一斉更新を行います。被保険者証は7月中旬に簡易書留郵便で送付します。受け取りの際は、印鑑が必要です。7月中旬に届かない方はお問い合わせください。

平成30年度分保険料の納付通知書を7月中旬に送付します
納付方法

①年金から差し引く方法(特別徴収) 年金が年額18万円以上の方は、年6回の年金定期支払いの際に、年金の受給額から保険料があらかじめ差し引かれます。
②納付通知書などで納める方法(普通徴収) 納付通知書で金融機関にて納付してください。口座振替を利用することもできます。

保険料の算出方法

①所得割額

(平成29年中の所得金額ー33万円)×7.86%

②均等割額
年間4万1700円

①と②の合計額が1年間の保険料となります(賦課限度額は62万円です。低所得の方は、保険料軽減措置の対象となる場合があります。詳細は、市ホームページを参照ください)。

保険料の納付をお忘れなく

特別な事情がなく保険料を滞納した場合は、通常の被保険者証に替えて短期被保険者証(通常の被保険者証より有効期限が短い被保険者証)を交付する場合があります。

納付が困難になった場合は、お早めに納付相談をしてください。



平成29年度版(平成30年7月まで): 紺色
→平成30年度版(平成30年8月以降): 茶色

犯罪や非行からの立ち直りを支える地域の力

問合先 福祉政策課

「社会を明るくする運動」は、すべての国民が、犯罪や非行の防止と罪を犯した人たちの更生について理解を深め、それぞれの立場において力を合わせ、犯罪や非行のない明るい社会を築こうとする

全国的な運動で、本年で68回目です。7月は、その強調月間として、川越地区保護司会鶴ヶ島支部が中心となり、啓発活動を行っていますので、ご理解、ご協力をお願いします。

国民年金保険料免除・納付猶予制度

問合先 保険年金課国民年金担当

経済的な理由などにより、国民年金保険料を納めることが困難な場合には、保険料の全部または一部が免除される「保険料免除制度」、保険料の全部が猶予される「納付猶予制度」が申請できます。

「全額免除・一部免除」は、本人、世帯主、配偶者の前年所得が審査対象となり、「納付猶予」は、本人、配偶者の前年所得が審査対象(ただし、50歳未満の方)になります。
申請期間 7月から翌年6月まで。過年度分は2年1か月前までさかのぼって申請できます。

申請書類 退職した場合は、失業したことを確認できる雇用保険受給資格者証、離職票など公的機関の書類を添付してください。

全額免除または納付猶予を

継続で申請し、承認された方は、窓口で申請する必要はありません。なお、継続申請の方には日本年金機構から審査結果が10月頃までに郵送されます。

保険料の追納

免除または納付猶予が承認された期間の保険料は、10年以内であれば古い順に追納できます。納めた保険料は、将来受け取る年金額に反映されます。ただし、承認を受けた年度の翌年度から起算して、3年度目以降は、当時の保険料に一定の金額を加算して納めることとなります。

また、免除は保険料を追納しなかった場合でも、承認された免除の種類に応じて老齢基礎年金の受給額に計算されます。

農地を守るふるさとづくりに貢献

問合せ 農業交流センター ☎279・3335

4月26日に「高倉ふるさとづくりの会(会長 関口文雄さん 下段写真右側)」が、埼玉県多面的機能支援推進会議から優良団体として表彰を受けました。
長年にわたり地域ぐるみで農村環境保全活動に積極的に取り組んできた功績が認められたものです。



寄附禁止 ルールを守って 明るい選挙

問合せ 選挙管理委員会

政治家(候補者および候補者になろうとする者を含む)が選挙区内にある者に対して寄附をすることは、その時期や名義のいかんを問わず、禁止されています。
また、政治家に対し、寄附をするように勧誘や要求をすることも、禁止されています。
寄附は現金に限らず、お中元やお歳暮、お祭りや各種イベントへの飲食物の差し入れ、慶弔時の花輪なども含まれます。
・政治家は有権者に寄附を贈らない!
・有権者は政治家に寄附を求めない!



・政治家から有権者への寄附は受け取らない!
の「三ない運動」を実施し、明るい選挙を実現しましょう。

消防情報

問合せ 坂戸・鶴ヶ島消防組合消防本部 ☎281・3119



ドクターヘリの臨時離発着場が増えました!
傷病者が早い段階で診察および高度医療が受けられる救急体制を確立するため、ドクターヘリの臨時離発着場に、**富士見中央近隣公園、鶴ヶ島南近隣公園**が新たに指定されました。
ドクターヘリが着陸および離陸する際、消防本部で安全管理を行いますので、その指

示に従っていただきますよう
ご理解とご協力をお願いし
ます。
**平成29年度情報公開などの実
施状況をお知らせします**
情報公開制度
・情報公開請求 全部公開1
件、一部公開1件
・任意的公開 全部公開1件
個人情報保護制度
・個人情報開示請求 一部開
示 1件

環境影響評価書の縦覧のお知らせ

問合せ 県環境政策課

☎048・830・3041

県農業大学校跡地で実施している環境影響評価について、埼玉県環境影響評価条例第19条に基づき、「(仮称)圏央鶴ヶ島インターチェンジ東側地区土地区画整理事業に係る環境影響評価書」の縦覧を行います。

縦覧期間 7月13日(金)～27日(金)(平日のみ)
縦覧場所 市都市計画課、県環境政策課ほか ※関係図書は県ホームページでもご覧になれます。



県HP

水切りでごみの減量化にご協力を

問合せ 生活環境課環境推進担当

高倉クリーンセンターで燃やすごみの約50%が水分です。「生ごみ」の水分を減らすことで、ごみの減量・CO₂削減に役立ちます。

簡単にできる水切り参考例

- ・野菜などは、いらぬ皮をむいてから洗い、不要な部分はぬらさないようにしましょう。
- ・三角コーナーには、水気のあるものだけを入れ、余分

な水分を吸わせないようにしましょう。

- ・生ごみを出す前に、手やペットボトルの底などで押したり、振ったりして水切りを十分に行いましょう。
- ・日に干すなどして乾燥させると、より良いでしょう。

一人ひとりが取り組むことで、環境への負荷を減らすことにつながります。皆様のご協力をお願いします。

テレビなどの処分方法

問合せ 生活環境課環境推進担当

特定家庭用機器(テレビ、エアコン、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機)は、川角リサイクルプラザで処分できないため、ごみ集積所には出すことはできません。

次の①～③のいずれかの方法で処分をお願いします。

①買ったお店、または買い換えるお店へ相談し処分する

②自分で指定引取場所へ運搬する

し、搬入受付日時を確認し搬入します。

③業者に引き取ってもらう

②と同様に「家電リサイクル券」を使用し、「リサイクル料金」を振り込みます。

特定家庭用機器取扱いの業者(※)へ依頼します。

※平成30年度ごみと資源の分け方・出し方7ページをご覧ください。



詳細は市HPから

浄化槽を正しく使って水環境を守りましょう

提出・問合せ 生活環境課環境保全担当

浄化槽は、正しい使い方と適正な管理を行わないと、河川の水質悪化や悪臭の発生原因となります。浄化槽の使用上の規則、保守点検および清掃は、浄化槽法に定められています。

適正な管理

保守点検を受けましょう

浄化槽の規模や処理方式により法律で定められた回数を実施しなければなりません。点検は、専門業者(埼玉県登録業者)に依頼してください。

清掃を行いましょ

浄化槽内に生じた汚泥などの引き抜き、機器の洗浄は、年に1回以上実施しなければなりません。市が許可した業者に依頼してください。

法定検査を受けましょう

- ・設置後の水質関係検査(7条検査)

設置された浄化槽が適正に施工され、機能しているかを確認する検査です。

- ・定期水質検査(11条検査)

浄化槽の維持管理が適正に行われ、機能が発揮されているか確認する検査です。

保守点検および清掃とは別に、必ず毎年1回受けなければなりません。

ばなりません。

検査の申込先と検査機関

埼玉県環境検査研究協会(☎048・649・5151)

浄化槽に関する各種届出

浄化槽の使用を開始したときや使用を廃止したときなどは、届出書などを提出してください(様式は市ホームページからダウンロードできます)。

浄化槽への転換に補助金

現在、自ら居住している住宅に設置してある単独処理浄化槽またはくみ取り便槽から合併処理浄化槽(5人～10人槽)に転換する場合、設置経費の一部を補助します。

補助金額(平成30年度上限額)	
5人槽	58万7000円
7人槽	64万1000円
10人槽	73万1000円

申請期限 12月28日(金) ※予算がなくなり次第終了

手続き 補助金の交付にあたっては、転換する浄化槽が環境配慮型であることや、対象地域などの制限があります。補助を受けようとする場合は、着工前に交付申請書の提出が必要ですので、必ず着工前にお問い合わせください。

ふるさと納税などの寄附金の活用報告

問合せ先 産業振興課商工労政担当



ふるさと納税フェアにおける吹奏楽部の演奏

平成29年度に、市内外の皆さんから、多くの寄附をいただきました。また、「寄附によるまちづくり基金」からの繰入金2億8000万円を充当し、様々な事業に活用させていただきます。

平成30年度寄附金の活用予定（主なもの）

民間保育所・認定こども園の運営支援、小学校の校外活動への支援、中学校の部活動への支援、小中学校における地域英語教材の充実、小中学校の円滑な学級運営の支援、地域支え合い協議会の活動支援、健康遊具の整備と健康運動の充実、公園遊具の整備・修繕および公園・緑地などの適切な維持管理、図書館指定管理者による講座などの充実、空き店舗などを活用した創業支援、企業の市内への転入促進

平成29年度の寄附受入の状況

寄附金活用の指定メニュー	件数	寄附額
未来を担う子どもたちを応援する事業	3024	9234万1000円
地域で支え合う健康・福祉のまちづくりのための事業	674	2937万6389円
身近な緑の保全と地球温暖化防止のための事業	747	1985万7000円
文化・芸術活動を振興するための事業	337	1136万2000円
活気に満ちたまちづくりのための事業	818	2255万2100円
指定なし	1373	4148万円
合 計	6973	2億1696万8489円
ふるさと納税分	6968	2億434万3532円

平成29年度の寄附の活用実績

事業名	事業費	充当額	内容
未来を担う子どもたちを応援する事業	6億8706万円	1億2800万円	民間保育所などの運営支援、中学校の部活動の支援などに活用
地域で支え合う健康・福祉のまちづくりのための事業	6566万8000円	2500万円	高齢化に対応した近隣公園トイレの改修、地域支え合い協議会の活動支援などに活用
身近な緑の保全と地球温暖化防止のための事業	1億6695万2000円	3100万円	防犯灯のLED化、公園・緑地の適切な維持管理などに活用
文化・芸術活動を振興するための事業	1億8728万9000円	1300万円	脚折雨乞行事をモチーフとした巨大大切り絵の制作、小中学校の図書館図書の実用などに活用
活気に満ちたまちづくりのための事業	1億4445万3000円	2700万円	動画を活用した市の魅力発信、産業まつり・桜まつりの開催支援などに活用
市長が用途を指定する事業	2億2228万円	5600万円	こども医療費助成事業などに活用
合 計	14億7370万2000円	2億8000万円	

熱中症にご注意を!!

暑い屋外にいるときや運動中だけでなく、屋内や夜間にも発症する恐れがある熱中症。予防のポイントを知り、暑い時期を上手に過ごしましょう。

◎熱中症とは？

熱中症は、体の水分が少なくなり、熱が体にこもった状態です。水分と塩分が十分に補給されないと重症になり、最悪の場合、死に至ることもあります。

熱中症の主な症状

- ▶軽度 めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返り、汗がとまらない
- ▶中度 頭痛、吐き気、体がだるい
- ▶重度 意識がない、けいれん、呼びかけへの返事がおかしい、まっすぐに歩けない、体温が異常に高い

とくに注意が必要な方

- ▶高齢者 体に含まれる水分量は、加齢とともに少なくなるため、熱中症の発生率が高くなっています。
- ▶子ども 汗腺をはじめとした体温調整機能が未熟なため、熱中症のリスクも高くなります。乳幼児などを自動車内に置き去りにするのは絶対にやめましょう。

クールオアシスのご利用を

市では外出時の“ひと涼みどころ”を設置しています。



詳細は市HPから



このステッカーが目印



健康情報

問合せ先 健康増進課健康増進担当

◎熱中症予防・5つのポイント

- 1 **特に高齢者は上手にエアコンを使って**
高齢者や持病のある方は、暑さで徐々に体力が低下し、室内でも熱中症になることがあります。我慢せず、扇風機やエアコンを使いましょう。
- 2 **暑くなる日は要注意**
特に、梅雨明けで急に暑くなる日は、体が暑さに慣れていないため要注意です。
- 3 **水分はこまめに補給**
のどが渇く前に水分補給を。特に高齢者は暑さやのどの渇きを感じにくい傾向があります。寝る前も忘れずに!
- 4 **「おかしい?」と思ったら病院へ**
少しでも「おかしい」とと思ったら、涼しい場所に移動し、医療機関に相談しましょう。
- 5 **周りの人にも気配りを**
自分だけでなく、周りの人の体調にも気配りを。イベントなどを実施するときは、皆で声を掛け合いましょう。

食中毒菌は臭わない

食中毒が気になる季節になりました。

「これ、まだ食べられるかしら?」と臭いを嗅いでみる場合があります。腐ったものは臭いますが、食中毒菌は臭いません。目に見えず、臭いもしない菌から自分や家族を守る対策は次の「3つ」です。

- ①「やっつける」 食中毒菌は生の牛、豚、鶏の肉や卵、魚介類についています。しかし、加熱すれば多くの菌は死滅します。生焼けを避け、よく加熱して食べれば心配ありません。
- ②「つけない」 生で食べるサラダなどはどうすればよいでしょうか。ポイントは料理する順番です。生で食べる食品はよく洗い、一番先に、清潔なまな板と包丁で料理します。そうすれば、肉や魚の菌が野菜につくことはありません。
- ③「増やさない」 多くの食中毒菌はある程度増えないと病気を起こしません。菌は冷蔵庫の外ではどんどん増えますが、冷蔵庫の中ではあまり増えません。刺身や卵は新鮮なものを選び、食べる直前まで冷蔵庫に保管し速やかに食べる。これが3つ目の対策です。

最後に、ヒトの頭髮や吹き出物、化膿した傷、便にも食中毒菌がいます。また生の肉・魚を触った手にも菌がいます。手洗いが重要なのはこのためです。

女子栄養大学栄養クリニック 管理栄養士 塩澤和子



健康応援団 162

人生100年幸せ講座(食事編)③

- 日 7月12日(木) 10時~12時
- 場 つるがしま中央交流センター
- 講 蒲池桂子さん(女子栄養大学栄養クリニック教授)
- 内 血管メンテナンスと認知症予防
- 定 70人(申込順)
- 申問 7月3日(火)から健康増進課へ

食育連携講座

- 日 8月7日(火) 10時~12時
- 場 市役所5階
- 講 上西一弘さん(女子栄養大学栄養生理学研究室教授)
- 内 筋骨UPの食生活
- 定 70人(申込順)
- 持 体組成計(各市民センターなど健康コーナーに設置)で測定した結果表
- 申問 7月10日(火)から健康増進課へ

「まちづくりポイント発行対象事業」にはマークが表示されています。

問合せ先 地域活動推進課地域活動推進担当



市内を中心に活動するサークル・団体を紹介します。あなたの地域デビューのきっかけにしませんか。



音訳ボランティアサークル 「せせらぎ」

創立32周年目のサークルです。主な活動内容は、視覚障害者に向けた市の広報紙や埼玉県社会福祉協議会の広報紙の音訳です。音訳にはパソコンを使い、自宅にて録音します。現在、前年度講習会を受けた新人を含め、16人で活動しています。

活動日 定例会 毎月第3月曜日
活動場所 南市民センター
問合せ 宮下 ☎287・3512



吟詠サークル「清吟会」

漢詞・今様・和歌・俳句などを、それぞれが先生のきめ細かい指導を受けながら、吟詠を楽しんでいます。自然と腹式呼吸が身につき、また声を出すことも健康にプラスです。脳の活性化にも役立つと思っています。

活動日 原則第1・3金曜日
14時～16時(17時)
活動場所 北市民センター
問合せ 間瀬 ☎286・2671



藤中学校

女子

バスケットボール部

部員数 1年生5人/2年生2人/3年生10人

目標 “埼玉一”声が出るチーム



PR 私たち女子バスケットボール部は、全員で声を出して冬のつらい走り込みや練習を乗り越えてきました。常に上を目指し、周りの人への感謝を忘れずに、全力でバスケットボールに取り組んでいます。

実績 新人戦入間北部大会優勝、春季・夏季・秋季北部カップ優勝



ふれあい掲示板

参加してみませんか

シニアチアダンス無料体験

対 50歳以上の女性
日 7月12日(木)19時20分～20時50分
場 川越西文化会館
問 水澤 ☎090・5554・3299



出かけてみませんか

第4回わかば風の音楽会

日 7月22日(日)13時30分～15時30分
場 富士見市民センター
内 フルート・ヴァイオリン・ピアノ演奏会&みんなで歌おう
料 前売り500円、当日700円
問 山本 ☎090・8108・6372

仲間になりませんか

写真同好会

日 第2金曜日 19時～21時
場 北市民センター
問 根岸 ☎090・5820・8350
フ ラ ブアマナ(フラダンス)

対 女性
日 毎週金曜日 13時～16時
場 北市民センター
問 中村 ☎285・5809
フ ラ モミラニ(フラダンス)

対 女性
日 毎週月曜日 14時～16時
場 西市民センター
問 相良 ☎286・0892
炎の会(陶芸)
日 第1・3水曜日 9時～17時
場 大橋市民センター
問 鈴木 ☎287・0932

あざみ歌謡サークル(カラオケ)

日 第1・3土曜日 13時～17時
場 富士見市民センター
問 桜井 ☎090・2748・8728

絵画サークル「けやき」
日 毎週土曜日 13時～17時
場 大橋市民センター
問 古川 ☎286・4103

ラブリー英会話
日 第2～4月曜日 13時～15時
場 南市民センター
問 川島 ☎285・5335

省略記号一覧(以降のページも同様)

対 対象	日 日時	日 にち	期 期間
場 場所	講 講師	内 内容	定 定員
料 入場料・参加費	報 報酬	持 持ち物	
他 その他	申 申込	問 問合せ	

9月号の原稿締切は、7月20日(金)です。※「仲間になりませんか」のコーナーは、同一サークルなどは年1回の掲載です。それ以外の原稿は、同一サークル年3回まで、同一号には1件までの掲載にらせていただきます。



Suku Suku 子育て



笹久保さくら保育園
のおともだち
みんなでおにぎりを
作ったよ♪



すくすく
子育てサイト

子育て情報BOX

地域交流保育

地域の未就園児とその保護者に保育所を開放します。

対 未就園児とその保護者(地域在住)

日 ①7月11日(水) ②25日(水)

場 富士見保育所

定 10組(各年齢3人程度)

持 着替え、飲み物(水かお茶)

申問 ①7月4日(水)から前日まで
②18日(水)から前日までに富士見
保育所 ☎285・6648(平日のみ)

おもちゃ病院

7月 4日(水) 西児童館

7月 14日(土) 大橋児童館

7月 20日(金) 脚折児童館

8月 1日(水) 西児童館

時間 9時30分～11時

※7月の上広谷児童館は休診です。
※無料。ただし部品を交換する場合は有料となることもあります。

問 西児童館 ☎285・7048、大橋
児童館 ☎286・0007、脚折児童館
☎287・0270、上広谷児童館 ☎
287・1732

ゆりかご教室



これからお父さん、お母さんになる方を対象とする教室です。ぜひ、ご夫婦でご参加ください。

対 妊婦とその家族

日 8月7日(火)9時30分～12時
10分/8月18日(土)9時30分～12
時30分

場 保健センター

内 1日目 妊娠・出産の話

2日目 もく浴・妊婦体験・歯と
栄養の話 など

持 母子健康手帳、筆記具、飲み
物 ※8月7日はズボン着用

申問 保健センター ☎271・2745



乳幼児すこやか相談

対 就学前までの乳幼児とその保護者・妊婦

日 8月3日(金) 受付9時30分～
10時30分

場 保健センター

内 身体計測・保健相談・母乳相
談・栄養相談・歯科相談

持 母子健康手帳

問 保健センター ☎271・2745

双子ちゃん ママ&パパのつどい

双子の育児は、経験者にしかわからない喜びや苦労があります。わいわいおしゃべりをしながら、情報交換をしましょう。双子(多胎児)を妊娠中の方のご参加もお待ちしています。

対 多胎の乳幼児とその保護者または妊婦

日 7月11日(水)10時～11時30分

場 保健センター

内 絵本の読み聞かせ、手遊び、
情報交換

申 不要

問 保健センター ☎271・2745

子育て♥COCO-SOCO あなたのすぐソコ！にある子育て支援を紹介

親子でてくてく地域デビュー

「つどいの広場」に行ってみよう

市内には5つの「つどいの広場」があり、子育て中のパパママがお子さんと自由に遊んだり、子育て相談などを行うことができます。また、毎月様々なイベントや講座を行っています。今回は夏のイベントなどの一部を紹介します。

詳細は
市HPから



☆ 上広谷児童館

水遊びで暑い夏を楽しく！涼しく！過ごそう

期 7月23日から8月23日の間の月・木曜日(天候を見て実施)

10時30分～11時/0、1歳児

11時～11時30分/2、3歳児(未就園児)

定 各回15組程度(当日受付)

持 ぬれてもよい服装・着替え・タオル・飲み物・紙おむつの子は水遊び用の紙おむつ

問 上広谷児童館 ☎ 287・1732

☆ 鶴ヶ島子育てセンター

ペットボトルのシャワーパケツを作ろう

日 7月17日(火) 9時30分～11時/13時30分～15時

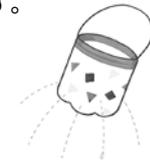
※つどいの広場は通常通り行きます。

上記時間内に希望者が製作できます。

※申込不要

問 鶴ヶ島子育てセンター

☎ 286・7201



☆ 西つどいの広場「ぼけっと」

うごいて食育ひろば

日 8月17日(金) 10時30分～11時30分 ※申込不要

内 女子栄養大学(実践運動方法学研究室)による離乳食・幼児食の話や作り方など

問 「ぼけっと」(西市民センター隣) ☎ 271・8611



毎回、「食べること・体を動かすこと」をテーマに手軽に楽しみながら、子育てに活かせる食育をお伝えしています(偶数月に実施)。ぜひ、お越しください!

☆ かこのこ子育てセンター「みけ&みに」

親子で一緒にわらべうた

対 1歳頃～未就園児

日 7月10日(火) 10時30分～11時

申 問 「みけ&みに」(かこのこ保育園内) ☎ 279・0505
ハンドメイドサロン「ハーバリウム作り」

対 子育て中の親

日 8月29日(水) 9時30分～

定 10人(申込順)

費 500円(材料費)

申 8月7日(火)から「みけ&みに」へ



☆ 第二はちの巣子育てセンター

園庭開放(どろんこ・砂遊び)

日 火～木曜日 10時～11時30分 ※申込不要

在園児と一緒に！プール遊び、リズム体操

日 火～木曜日 10時～11時30分 ※リズム体操は

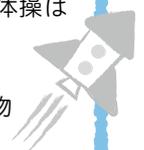
不定期開催(要問合せ)

定 1日5組(申込順)

持 ぬれてもよい服装・着替え・タオル・飲み物

※プールはパンツまたは水着着用

申 問 第二はちの巣子育てセンター(第二はちの巣保育園内) ☎ 286・1110



困ったときは・・・

● 児童・家庭総合相談窓口 **子育て・虐待・家庭の問題など**
(☎ 271・1111)

● 女性・DV相談直通ダイヤル(☎ 298・7716)

● 鶴ヶ島子育てセンター[鶴ヶ島保育所内](☎ 286・7201) **子育て**

● 川越児童相談所(☎ 223・4152) **子育て・児童虐待**

● 児童相談所全国共通3桁ダイヤル(☎ 189) **児童虐待**

● 保健センター(☎ 271・2745) **妊娠・出産・子どもの発達など**
親子相談…7月12日(木)、25日(水) 13時～14時～ ※要予約



点字絵本をつくろう

対 市内在住の小学4年生以上
日 7月29日(日)10時~16時
場 西市民センター
内 点字の学習「点字を知ろう」と絵本の点訳「点字絵本をつくろう」
定 10人(申込順)
料 無料
持 筆記具、はさみ、お弁当、飲み物
申 問 7月5日(木)から20日(金)までに社会福祉協議会へ ☎271・6011



夏祭りで和太鼓をたたこう!

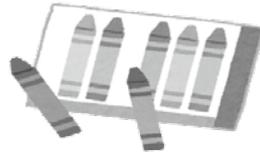
対 市内在住の小学生以上(大人も可)
日 7月21日(土)、28日(土)10時~12時
場 富士見市民センター
講 富士見太鼓連
内 和太鼓を練習して夏祭りで発表しよう!
定 20人(申込順)
料 無料
持 タオル、飲み物
申 問 7月4日(水)9時から富士見市民センターへ ☎287・1661

OneDayシェフ! 子どもの料理教室

対 市内在住の小学生
講 鶴ヶ島市食生活改善推進員協議会
内 まぜまぜずし、ビタミンサラダ、おみそ汁、ミルクカン
定 各会場20人(申込順)
料 300円
持 エプロン、三角巾、食器用・台用ふきん(各2枚)、手ふき用タオル
 ※申込時に全員の名前・学年・食物アレルギーの有無・連絡先が必要です。



夏休み絵画教室



対 市内在住の小学生
日 7月29日(日)9時~12時
場 南市民センター
講 絵画サークル「サークル・みずゑ」、「南水会」
定 50人(申込順)
料 無料
持 画用紙、えんぴつ、筆、水入れ、絵の具、クレヨン、クレパス(どれでも可)
申 問 7月10日(火)9時から南市民センターへ ☎287・0235

夏休み子ども体験教室

対 市内在住の小学生(1・2年生は保護者同伴)
日 7月30日(月)~8月1日(水)
場 富士見市民センター
講 内 地域の方が講師となり、3B体操、将棋、書道、工作などの体験学習を行います。
料 無料(工作は有料)
申 問 詳しくは後日チラシを参照
問 富士見市民センター ☎287・1661

夏の収穫体験

日 7月21日(土)10時~ ※雨天時は22日(日)に延期、生育状況により日程変更あり
場 農業交流センター
内 とうもろこしと枝豆の収穫体験
定 20組(申込順、1組5人まで申込可、小学生以下は保護者同伴)
料 収穫分(時価)実費
持 持ち帰り用の大きい袋、軍手 ※作業のできる服装
申 問 7月4日(水)9時から農業交流センターへ ☎279・3335

飯盛川生き物探し隊

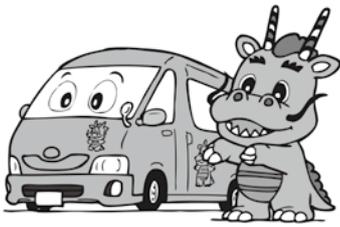
対 市内在住の親子
日 8月4日(土)9時~12時
 ※小雨決行
場 農業交流センター
講 金澤光さん(県環境科学国際センター主任専門員)
内 親子で一緒に生き物探しと専門家による生き物の解説
 ※終了後に流しそうめんあり
定 親子15組(申込順)
料 無料
持 飲み物 ※ぬれてもよい服装、靴(足を保護できるもの。ビーチサンダル不可)
申 問 7月10日(火)から27日(金)までに農業交流センターへ ☎279・3335



場所	日程	時間	申込・問合せ先
西市民センター	7月24日(火)	10時~13時	西児童館 ☎285・7048 西市民センター ☎286・7899へ
東市民センター	7月25日(水)		東市民センター ☎286・3357へ
大橋市民センター	7月26日(木)		7月3日(火)から食生活改善推進員協議会事務局(健康増進課内)へ



つるバス・つるワゴンで出かけよう! 「こども夏休みフリー乗車券」を発売



- 対** 小学生
期 7月20日(金)～8月31日(金)
内 全路線乗り降り自由な「こども夏休みフリー乗車券」を発売
料 500円
販売場所 つるバス・つるワゴンの車内および運行会社
 ※夏休み期間に限らず、1日中、全路線で乗り降り自由な「1日フリー乗車券」(大人500円、小学生200円)もあります。
問 都市計画課交通政策担当

夏のろんちゃんクラブ

- 対** 小学生
日 8月17日(金) 10時～12時
場 中央図書館
内 夏をテーマにしたおはなし会と工作でスノードームを作ります。
定 20人(申込順)
料 無料
持 ペットボトルのふたに乗るサイズの小さな人形 ※汚れてもよい服装
申 問 7月14日(土) から中央図書館へ☎271・3001

ながとろ川ガキシリーズ ～家族みんなで釣ってみよう～

- 対** 登校に不安を抱える児童・生徒とその保護者、または小中学生を含む家族
日 8月11日(祝)～12日(日)(1泊2日)
内 小魚釣りとかヌーに親子で挑戦します。
料 小中学生/3000円 一般/5000円
申 問 7月21日(土)までに県立長瀬げんぎプラザへ☎0494・66・0177

第2回eコラボサイエンス教室

- 対** 市内在住の小学生
日 7月21日(土) 10時～11時30分
場 環境教育施設「eコラボつるがしま」
講 NPO法人鶴ヶ島第二小学校区地域支え合い協議会
内 シャボン玉を科学してみよう。
 ※汚れてもよい服装
定 20人(申込順)
料 無料
申 問 7月2日(月)から13日(金)までにNPO法人鶴ヶ島第二小学校区地域支え合い協議会へ☎298・7974

こわーいおはなし会&きもだめし

- 対** 市内在住の小学生
日 7月30日(月) 18時30分～20時頃
場 中央図書館
内 こわーいおはなしを聞いた後、1階フロアできもだめしを行います。
定 50人(申込順)
料 無料
申 問 7月4日(水)から中央図書館へ☎271・3001

子どものためのおはなし会

- 対** 幼児～小学生
日 8月1日(水) 10時30分～11時30分
場 中央図書館
内 語りのサークル「おはなしたんぼぼ」による夏の楽しいおはなし会と工作
問 中央図書館☎271・3001

気象講座

「教えて! 天気予報のひみつ」

- 対** 小学3年生以上
日 8月8日(水) 10時～12時
場 中央図書館
講 熊谷地方気象台職員
内 天気予報の仕事の話や竜巻・雲を作る実験をします。
定 40人(申込順)
料 無料
申 問 7月4日(水)から中央図書館へ☎271・3001

こども電気教室

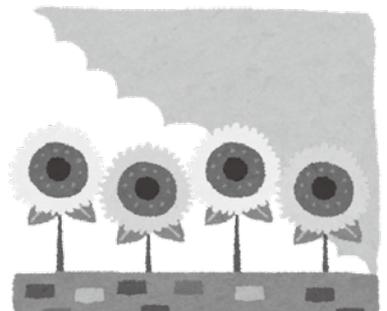
- 対** 市内在住の小学生
日 7月28日(土) 9時45分～11時30分
場 大橋児童館
講 関東電気保安協会
内 備長炭電池などを作りながら、電気について楽しく学ぼう。
定 20人(申込順)
料 無料
持 筆記具、手ふき用タオル
申 問 7月14日(土) 9時30分から大橋児童館へ☎286・0007

夏休み子ども映画会&ビンゴゲーム

- 対** 市内在住の小学生以上(幼児も可、ただし保護者同伴)
日 8月2日(木) 14時～15時30分
場 富士見市民センター
内 映画鑑賞、ビンゴゲーム
定 80人(申込不要)
料 無料
持 飲み物
問 富士見市民センター☎287・1661

夏休み体操教室

- 対** 市内在住の小学1～3年生
日 8月1日(水)、2日(木)、3日(金)、7日(火)、9日(木)(全5回)
 午前の部/9時～10時30分
 午後の部/14時～15時30分
場 海洋センター
内 跳び箱、マットなどの基本
定 各部25人(申込順)
料 無料
申 7月11日(水) 9時から保護者が認印を持って直接海洋センターへ(電話申込不可)
問 海洋センター☎286・7301



寄附いただき ありがとうございました

坂戸鶴ヶ島歯科医師会から大切な歯と口の健康について関心を持ってもらえるように、市内小学校1年生に「わたしの歯っぴーファイル」を1人1冊ずつ寄附していただきました。子どもたちのむし歯予防対策などに活用させていただきます。

☎ 学校教育課学務担当

農薬は適正に使用しましょう!

- ・ラベルや袋に表示された注意事項を厳守し、周囲への飛散に十分注意しましょう。
- ・散布量は必要最低限にし、農薬以外の防除方法を検討しましょう。
- ・事前に周辺住民や施設利用者などに周知を行うとともに、風向きに注意しましょう。
- ・農薬廃棄は専門処理業者に委託するなど、責任をもって処分しましょう。

☎ 産業振興課農政担当

イベント

ファミリーコンサート

日 7月16日(祝) 14時～16時

場 南市民センター

内 ~聴いてみよう、触れてみよう、指揮してみよう~ 音楽を聴くだけでなく、楽器を間近で見たり触れたり、指揮者の体験もできるコンサート

料 無料

他 鶴ヶ島シティオーケストラ協力

☎ 南市民センター ☎287・0235

救急情報カードを利用しましょう

救急情報カードは、119番通報を受けた救急隊員が、急病人宅に駆けつけた際に、急病人の情報を迅速かつ正確に把握するために利用します。自分の体調に不安を感じている方などは、カードの裏面に緊急連絡先やかかりつけ医療機関などを記入し、冷蔵庫の扉の表側に磁石やテープなどで貼っておいてください。

配布場所 高齢者福祉課、若葉駅前出張所、各地域包括支援センター、老人福祉センター「逆木荘」、各市民センター、女性センター

料 無料

☎ 高齢者福祉課高齢者福祉担当

道路の測量に伴う立入りに ご協力ください

新しい道路ができたり、幅が広がったりした道路は、道路の台帳を修正するため、測量を行います。この測量は、道路の両側約13mの範囲を測るため、私有地に立入らせていただく場合がありますので、ご協力をお願いします。なお、市委託の測量業者が私有地に立入る場合は、必ず身分証明書を携帯しています。ご不明な点がございましたら、証明書の提示を求めると、道路建設課までお問い合わせください。

期 7月9日(月)～平成31年1月18日(金)

☎ 道路建設課道路管理担当

Information

お知らせ

今月の納期

- ◆固定資産税・都市計画税第2期
- ◆国民健康保険税第1期

エンディングノートを配布します

エンディングノートは、人生を振り返り、ご自身やご家族のこと、財産のこと、もしものときのことなど、要望や希望を分かりやすく書き留めておくものです。

市では、高齢者の皆さんに住み慣れた地域で自分らしく暮らしていただくために、「マイエンディングノート」を作成しました。なお、このノートは、市と協定を締結した事業者が広告主を募り、その広告費を財源に無料で作成しました。

配布日 7月5日(木)～

配布場所 高齢者福祉課、若葉駅前出張所、各地域包括支援センター、老人福祉センター「逆木荘」、各市民センター、女性センター

料 無料

☎ 高齢者福祉課高齢者福祉担当





鶴ヶ島水かけまつり

-SPLASH FESTIVAL in TSURUGASHIMA 2018-

少しぬれるのは嫌ですが、びしょぬれになると、もういいやって気になりませんか？今年の夏は、鶴ヶ島で思い切りびしょぬれになりましょう！

○鶴ヶ島水かけまつり

鶴ヶ島市が東京五輪のホストタウンになっているミャンマーには、「ダジャン」という国民的な水かけ行事があります。また、鶴ヶ島市で水にまつわる行事といえば、江戸時代から伝わる降雨祈願の伝統行事「脚折雨乞」。4年に1度開催しており、今回は2020年、東京五輪の年の開催となります。

東京五輪と脚折雨乞の重なるこのビッグイヤーに向け、ミャンマーと鶴ヶ島市の伝統を融合させた、見るだけでない参加型の新イベントが、「鶴ヶ島水かけまつり」です！

日 8月26日(日) ※雨天開催・荒天中止

時 10時～17時30分

場 市役所

内 ダジャン風水かけ、ウォーターガン(水鉄砲)ゲーム、ウォーターバルーン(水風船)バトル、ミニ龍蛇水かけ渡御、水かけパレード、龍神流しそうめん、ミャンマー舞踊、ダンスステージ、キッズエリア、水かけフォトコーナー、ミャンマー・脚折雨乞の展示、ミニ龍蛇体験、日本・ミャンマーの各種模擬店など

問 鶴ヶ島水かけまつり実行委員会事務局(産業振興課内)



○イベント参加者を募集します！

水かけまつりでのイベントのひとつ、ウォーターガンゲームの出場者を募集します。当日は人工芝の特設エリアを設置。1チーム5～8人程度で、本部から貸し出す水鉄砲を使って水をかけ合います。コスプレでの参加も大歓迎！勝ち負けよりも楽しむことが目的のイベントです。素敵な景品もありますので、友だちや家族、勤め先の仲間などをお誘いの上、ご参加ください。

期 7月1日(日)～7月23日(月)

定 20チーム(1チーム5人以上、申込多数の場合抽選)

料 1チーム500円(保険代など)

申 鶴ヶ島水かけまつり実行委員会事務局へ電話、または市HPから

詳細は、市ホームページ、広報つるがしま8月号の折り込みチラシを



東京2020オリンピック・パラリンピック2年前イベント

競技体験や有名アーティストのコンサート、お笑い芸人のライブ、埼玉県ゆかりのオリンピック、パラリンピアンによる競技実演やスペシャルトークショーなど、盛りだくさんのイベントです。県内で5競技が開催される東京2020大会をみんなで盛り上げましょう。

○オリンピック2年前イベント

日 7月21日(土)・22日(日)

場 イオンレイクタウン(越谷市)

※市では、ミャンマーのホストタウンとしてPRブースを出展します。また、飲食事業者によるミャンマー料理などの販売も行う予定です。

○パラリンピック2年前イベント

日 8月25日(土)

場 ららぽーと富士見、富士見市民総合体育館

問 県オリンピック・パラリンピック課気運醸成担当 ☎048・830・2892



詳細は、
県ホームページから

ハワイアン・サンデー・ライブ

日 7月29日(日) 13時～16時(開場12時)

場 東市民センター

内 ハワイアンの音楽に合わせて、フラダンスとライブを行います。軽食やビール、ソフトドリンクなどの模擬店(有料)あり。

料 無料

※飲酒する場合は、自動車、自転車などでの来館はご遠慮ください。

問 東市民センター ☎286・3357

コンパリソン(聴き比べ) CDコンサート

日 7月8日(日) 14時～16時

場 中央図書館

内 「邦楽も洋楽も！オリジナル曲VSカバー曲聴き比べ」

問 中央図書館 ☎271・3001



イベント

水道教室

対 市内在住の小学4年生以上で2人以上で申込みできる方(中学生までは保護者同伴)②健脚な方
日 8月22日(水)

集合場所 鶴ヶ島浄水場(脚折2023)

内 ①防災拠点利根川ダム資料室(前橋市)②下久保ダム(児玉郡神川町)③利根大堰(行田市)で治水や利水の学習 ※天候により日程変更あり。詳しくは、坂戸、鶴ヶ島水道企業団ホームページをご覧ください。

定 40人(申込多数の場合抽選)

料 無料

申 7月3日(火)から13日(金)(消印有効)の間に往復ハガキまたは電子メールで、水道教室参加希望、郵便番号、住所、参加者全員の氏名・ふりがな、年齢、電話番号、駐車場利用の有無を明記の上、同企業団庶務課庶務担当へ(〒350-0214坂戸市千代田1-1-16) shomu@sakatsuru-suido.or.jp
問 同企業団 ☎283・1957

たんさんまんじゅう作り講習会

対 市内在住在勤の方

日 7月13日(金)9時30分～12時

場 農業交流センター

定 16人(申込順)

料 600円

持 エプロン、三角巾、筆記具

申 問 7月4日(水)9時から農業交流センターへ ☎279・3335

鶴ヶ島サフラン・スタンプラリー2018

○開催期間 7月6日(金)～9月30日(日)

市内外の鶴ヶ島サフラン利用店を、食事や買い物を楽しみながら巡る特典満載のスタンプラリーを開催します。期間中、各店舗ではお得な割引や特別サービスなどを用意しています。

○参加方法

①市内公共施設、スタンプラリー参加店などにある「鶴ヶ島サフラン・スタンプラリー2018」チラシ(市ホームページからもダウンロード可)に印刷されているスタンプカードをご利用ください。

②スタンプラリー参加店で、対象商品を購入または食事をすると1店舗につきスタンプが1個もらえます。

【特典】3店舗分のスタンプが集まったら、サフランの球根(3球)をその場で全員にプレゼント。また、Wチャンスとして賞品が抽選で当たります。

○スタンプラリー参加店

No.	店舗名	住所・電話番号
A	蔵王飯店	藤金46-1 ☎286・1667
B	お菓子の店 ファリーヌ(本店)	羽折町7-17 ☎289・6022
B	お菓子の店 ファリーヌ(鶴ヶ島駅西口前店)	鶴ヶ丘63-1 ☎287・7786
C	やきとりBAR HIBIKI+ 若葉店	坂戸市千代田3-22-15 ☎281・3000
D	Kenの厨房	上広谷670-1 ☎285・8222
E	フッカーコスメチックス	東京都板橋区高島平9-37-5 ☎03・3935・8898 ㊚03・3936・3565 http://www.hukka-cosmetics.com/ ※ご注文は、電話、FAX、HPから受付けます。
F	GRILL DINING SOUJYU	東京都新宿区高田馬場2-15-4 金田ビル1階 ☎03・3207・5769
G	欧風料理ビストロカタオカ	松ヶ丘1-15-5 ☎286・5777
H	老行家	東京都中央区銀座5-9-3 ☎03・5537・6988
I	和菓子おにぎりだんご伊勢屋	鶴ヶ丘18-32 ☎285・7463
J	インドレストラン ミルチ	脚折1147-1 ☎237・7135
K	やきとり大	鶴ヶ丘3-4 ☎090・4382・8678
L	やきとり ひびき庵別館 埼玉県庁前店	さいたま市浦和区高砂3-10-4 ☎048・762・3450
M	フラワーアレンジメント、クラフト教室 花tan・tan	坂戸市千代田1-10-8(パソコンのウィックベース内) ☎090・3503・4345 ㊚270・7850 http://hanatantan.com/ ※ご注文は、電話、FAX、HPから受付けます。
N	シャン・ドゥ・フルール	上広谷429-2 ☎272・7473
O	イタリアン食堂アルペロベッコ	脚折町3-1-1 ☎285・7736

問 鶴ヶ島サフラン・スーパーサポーターズ事務局(産業振興課内)



家族介護教室

対 市内在住の方
日 7月30日(月)13時30分～15時30分
場 特別養護老人ホームみどりの風鶴ヶ島
講 西澤和康さん(みどりの風鶴ヶ島介護支援専門員)
内 認知症ケア～認知症を理解して安心できる関わりを～
定 15人(申込順)
料 無料
持 室内履き、筆記具
申 問 7月3日(火)からみどりの風鶴ヶ島へ☎299・6056

始めよう!手話を学ぶ第一歩

対 市内在住在勤の16才以上の方
日 7月19日(木)、26日(木)、8月2日(木)19時～21時(2日のみ19時30分～21時)(全3回)
場 市役所6階および東市民センター
内 ①聴覚障害について②手話の学習③手話通訳問題研究会「折鶴会」の見学
定 20人(受講歴のある方はお断りする場合があります)
申 問 7月2日(月)から12日(木)までに社会福祉協議会へ☎271・6278

案内

平成30年度文化財展

期 7月21日(土)～8月19日(日)
場 中央図書館1階ロビー
内 「つるがしまの古文書」をテーマに市に収蔵されている江戸時代・明治時代の文書・地図などを展示します。
問 生涯学習スポーツ課文化財担当☎285・2194

第3回緑のカーテン展覧会 作品募集

緑のカーテンは、夏の強い日差しを和らげ、葉の蒸散作用により周囲の温度を下げてくれるので、カーテンから涼しい風が流れ込み室温の上昇を抑えてくれます。市内でも、すでに多くの家庭、事業所で緑のカーテンに取り組んでいます。より多くの皆さんに関心を持っていただき、広く普及することを目的に展覧会を開催しますので、展示する作品をお寄せください。
募集作品 緑のカーテンに関する写真、絵、簡単な工作物(ひょうたんに絵を描く)など
応募期間 7月23日(月)～11月9日(金)
申 応募用紙に必要事項を記入し、作品とともに生活環境課、市民活動推進センターまたは各市民センターへ
展覧会 12月(展覧会・発表会)
問 みどりかぜ事務局・前田^{まえだ}☎080・5489・3010、生活環境課環境保全担当

シルバー人材センター 入会説明会・申込会

対 市内在住の60歳以上の方
場 シルバー人材センター
申 問 説明会前日までに同センターへ☎285・8172

説明会	申込会	時間
7月24日(火)	7月26日(木)	9時～12時
8月21日(火)	8月23日(木)	
9月18日(火)	9月20日(木)	

自衛官の採用試験

募集種目	応募資格(※)	受付期間	試験日
航空学生	海上/18歳以上23歳未満 航空/18歳以上21歳未満	7月1日(日)～9月7日(金)	1次試験 9月17日(祝)
一般曹候補生	18歳以上27歳未満		1次試験 9月21日(金)から23日(祝)のうち1日
自衛官候補生			通年

※応募資格の年齢は、平成30年4月1日現在(自衛官候補生については採用予定月の1日現在)

※毎月1回、説明会を開催しています。

※資料の請求は、防衛省ホームページ、同省自衛隊入間地域事務所へ。

問 同省自衛隊埼玉地方協力本部入間地域事務所☎04・2923・4691

上広谷第一自治会(八坂神社)夏祭り

上広谷八坂神社の祭礼である「天王様」を今年も夏本番を前に行います。

日 7月14日(土)13時～

場 鶴ヶ島駅東口商店街通り

内 13時30分～19時／みこし渡御、13時～17時30分／和太鼓演奏、幼稚園パレード、よさこい踊り、吹奏楽部演奏、子どもダンスパフォーマンス

他 みこしの担ぎ手を募集しています。

問 上広谷第一自治会祭典会長・志村

☎090・1614・1893



市民囲碁大会

対 市内在住在勤の方

日 7月29日(日)9時～17時

場 北市民センター

内 予選リーグを行い、通過者による決勝トーナメント方式

料 1000円(昼食代など当日集金)

申 不要

問 北市民センター☎287・0251

子育てハッピー県営住宅入居者募集

対 夫婦がともに39歳以下の世帯(子どもの有無不問、収入などの各種条件あり)

内 若い子育て世帯を支援するため、県営住宅に専用枠を設け、入居者を募集します。

募集案内配布場所 県住宅供給公社、県住宅課、市都市計画課およびこども支援課

入居予定日 9月23日(祝)以降

申 7月21日(土)(消印有効)までに県住宅供給公社に郵送

問 県住宅供給公社☎048・829・2875

文化団体連合会加盟団体会員・団体を募集しています

文化団体連合会は、市内7つの文化団体で構成され、団体相互の交流と鶴ヶ島文化の発展を目的として、文化祭、全体研修会などの活動をしています。新規加盟団体も随時募集中です。

団体名	連絡先
鶴ヶ島美術協会	よしかわ 吉川 ☎285・0644
和紙ちぎり絵 みふじ会	これえだ 是枝 ☎286・4625
鶴ヶ島吟詠連盟	ふくしま 福島 ☎286・5820
鶴ヶ島短歌クラブ	かせ 加瀬 ☎090・9134・6463
鶴ヶ島市 お琴同好会	あんぜ 安瀬 ☎285・7957
鶴ヶ島市 茶華道連盟	たなか 田中 ☎285・2354
鶴ヶ島 囲碁同好会	いまい 今井 ☎289・7895

問 鶴ヶ島市文化団体連合会事務局(生涯学習スポーツ課内)

案内

第5回鶴ヶ島映像フェスティバル 作品募集

第5回鶴ヶ島映像フェスティバル

日 9月29日(土)18時30分～20時

場 ワカバウォークイベント広場

募集期間 7月2日(月)～8月27日(月)

募集作品

・市民活動を中心とした鶴ヶ島の魅力を市内外に発信する映像

・1人2作品まで応募可。1作品は2分以内

・Windows7以上の環境で放映できる作品

応募方法

CDにデータ(wmvまたはmp4)を保存し、市民活動推進センターまたは地域活動推進課地域活動推進担当へ

※公共の場での上映に適さない作品は発表できません。

※著作権・肖像権に接触しない作品に限ります。

※応募多数の場合、上映できない作品もあります。

※応募いただいた映像のCDは返却できません。

※映像提供者に確認の上、二次利用させていただくことがあります。

問 地域活動推進課地域活動推進担当

中央図書館休館日

7月2日、9日、23日、30日の各月曜日

問 中央図書館☎271・3001

鶴ヶ島市役所

〒350-2292

鶴ヶ島市大字三ツ木16-1

☎ 271-1111 / 271-1190

平日 8時30分～17時15分

土曜日 8時30分～12時

人口と世帯数(6月1日現在)

人口 7万 226人 (前月比68)

世帯数 3万 982世帯(74)

男 3万4898人 (32)

女 3万5328人 (36)

今月の表紙



藤中学校で行われた「いのちの講座」。泣いてしまった赤ちゃんを、みんなであやしている瞬間をカメラでパチリ。お母さんが抱いたら、あら、不思議。今泣いた子がうそのよう。将来、自分たちが親になったときのことを思い描ける貴重な体験となりました。

(関連：P.29)

子どものサインを見逃さない!

子どものいじめ
気づいたら今すぐ相談

素早い連絡が素早い対応につながります。小さなことでも、ご連絡をお願いします。

【鶴ヶ島いじめ専用ダイヤル】

月～金曜日9時～16時30分

☎ 279-5144

【鶴ヶ島いじめ相談メール】

✉ ijimesoudan@city.

tsurugashima.lg.jp

【24時間子供SOSダイヤル】

☎ 0120-0-78310

◆女性のための法律相談(要予約)

11日(水)10時～13時※8月の受付は12日から▷女性センター☎287・4755

◆女性相談・DV相談(要予約)

4日(水)、9日(月)、21日(土)、27日(金)、30日(月)10時～15時▷直通ダイヤル☎298・7716

※女性のための相談室のカウンセリングはこちらに統合しました。

◆教育相談

月～金曜日9時～16時30分(電話相談可)▷教育センター☎286・8993

◆消費生活相談

月～金曜日9時30分～12時・13時～15時、土曜日9時30分～12時(電話相談のみ)▷市役所2階消費生活センター

◆消費生活弁護士相談(要予約)

27日(金)13時～17時(5日から受付)▷市役所2階消費生活センター

◆就職相談(鶴ヶ島市ふるさとハローワーク)

月～金曜日10時～17時/市役所2階▷鶴ヶ島市ふるさとハローワーク☎272・4001

◆内職相談

火・木曜日10時～12時、13時～16時▷市役所2階



◆弁護士による法律相談(要予約)

(金銭・離婚・家族)

3日(火)(受付中)、20日(金)(6日から受付)、8月7日(火)(24日から受付)13時～16時/市役所5階▷地域活動推進課

◆司法書士による法律相談(要予約)

(相続・贈与)

12日(木)(6月28日から受付)、8月9日(木)(26日から受付)9時～12時/市役所3階▷地域活動推進課

◆行政書士による法律相談

(相続・贈与)

12日(木)、26日(木)13時～16時/市役所3階▷地域活動推進課

◆行政相談

20日(金)13時～16時/市役所5階▷地域活動推進課

◆人権相談

20日(金)13時～16時/市役所3階▷総務人権推進課

◆不動産相談(予約優先)

3日(火)(受付中)、8月7日(火)(24日から受付)13時～16時/市役所5階▷地域活動推進課

◆税務相談

3日(火)13時～16時/市役所5階▷税務課

◆こころの健康相談(要予約)

24日(火)9時～/市役所1階▷障害者福祉課

休日急患診療

(内科・小児科)

坂戸鶴ヶ島医師会立

休日急患診療所

坂戸市大字石井2327-5

☎289・1199

診療日時 日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)/9時～12時、14時～17時、18時～21時
※受付は診療時間の30分前で終了

7月の

眼科在宅当番医

いずみ眼科

診察日時 7月8日(日)9時～17時

坂戸市泉町2-11-8-1F

☎282・5315

※休憩時間は要確認

救急指定病院

(全日24時間対応)

関越病院

脚折145-1 ☎285・3161

坂戸中央病院

坂戸市南町30-8 ☎283・0019

埼玉医科大学病院(小児救急医療も対応)

毛呂山町毛呂本郷38

☎276・1465

大人・小児の救急電話相談

(育児相談は除く)

急な病気や家庭での対処法、受診に迷うときは下記の番号へお問い合わせください。ただし、診断や治療を行うものではありません。

☎ #7119

☎048・824・4199(ダイヤル回線・IP電話・PHSの場合)

相談時間 24時間365日対応

Photo News



大成功の運動会！

市内の一部の小学校で運動会が行われました。鶴ヶ島第二小学校では、日頃からの練習の成果を出し切った、素晴らしい運動会となりました！



見えない世界から見たもの

5月27日、東市民センターでパラリンピックメダリスト葭原^{よじはら}滋^{しげ}男^{おとこ}さん(鶴ヶ島出身)による講演会が行われました。現在はブラインドサッカーを通して、心のふれ合いを深める活動をしている葭原さん。優しく声掛けのできるまちになってほしいと話してくれました。

歯と口の健康フェア2018

6月3日、保健センターで歯と口に親しみ、学ぶイベントが行われました。歯科技工士の指導による石こう模型作りや歯科健診、よい歯のコンクール審査・表彰などを通して、歯の健康を身近に感じることでできるイベントでした。





新茶の香りに誘われて

6月15日、市役所ロビーで「狭山茶新茶キャンペーン」が行われました。辺りはお茶の香りに包まれ、訪れた人は足をとめて、手もみ茶の実演を見たり試飲をしたり、この季節ならではの味と香りを楽しんでいました。お茶を使ったひと口ようかんも人気でした！

細く長く、地域で交流

6月17日、西市民センターで行われた「そば打ち体験」。先生に教えてもらいながら親子で一から挑戦。「切るのが難しかった。お父さんが切ったらうどんになった～」と笑うも、やはり手作りの味は格別。美味しさはピカイチだったようです。



おも～い！

5月31日、藤中学校で行われた「いのちの講座」。おもいお腹を抱えての妊婦体験や赤ちゃんとのふれ合い、専門家の先生による講義を通して命のおもさをしっかりと学びました。(関連：表紙、P27)



講座の趣旨に賛同し、地域のお母さんと赤ちゃんが来校。みんな興味津々です。



1人ずつ妊婦体験。お腹の中には、赤ちゃんに見立てた本物の卵が。乱暴にすると卵が割れちゃうから気を付けて！





自分と向き合う

きっかけは、小学1年生の時、友人のお母さんのひと言でした。「トライアスロンでもやってみたら?」。当時は、トライアスロンを知りませんでしたが、「やってみたい!」とすぐに大会参加を決めました。結果は、初出場3位。「つらかったけど、それ以上に楽しかった。ゴールしたときの『あ

トライアスロンとの出会い



トライアスロンは、水泳(スイム)・自転車(バイク)・ランニング(ラン)の3種目を連続して行う競技です。このスポーツに魅了され、現在、「オールキッズトライアスロン大会」を5連覇中のアスリートがいます。



おおむら あむ 大室 杏夢さん

(藤中学校2年生/陸上部所属、スウィン坂戸スイミングスクール所属、JTUトライアスロン・ジュニア強化指定選手)

2017オールキッズトライアスロン大会優勝
日本U15ジュニアトライアスロン選手権 6位

「憧れの選手は上田藍選手。いつも笑顔でとにかく前向き。トライアスロンに取り組む姿勢やファンを大切にすることを尊敬しています」

トライアスロンのチームには所属していない杏夢さん。平日は陸

だ始まったばかり。鶴ヶ島から世界へ大きく飛ばたいください。

努力をすれば結果が出る

「トライアスロンは3種目をこなすため、過酷だと思われがちです。でも実は、『泳ぐ、自転車をこぐ、走る』という身近なスポーツの組み合わせ。子どもから高齢者まで誰もが参加できるスポーツです。もっとたくさんの人にトライアスロンの楽しさを知ってもらい、競技人口が増えたらと思っています」

杏夢さんの目標は、「7月の『U15日本選手権大会』で優勝すること。そして、いつかオリンピックに出場し、金メダルを獲りたい。」

杏夢さんの「トライ」はまだま

もっとたくさんの人に

『瞬間』が最高だった。翌年、2年生で出場した『オールキッズトライアスロン大会』で初優勝。「もっと強くなりたい!」とさらに夢になりました。

上部と帰宅後のスイミング、週末には独学でバイクの練習をします。「練習内容も、レース運びも全て自分と話し合い、自分で決めていきます。個別の競技では、トップは難しいかもしれませんが、3つが合わさり『トライアスロン』になったとき、自分は大きな力を発揮することができると思っています」

編集後記

小学生の頃、夏休みには毎日地域でラジオ体操をやっていました。当時は、何となく行っていました。実はラジオ体操には色々な健康効果があるんですね。まだ若いから大丈夫!ではなく、若いうちからの積み重ねが大切なようです。45年も継続されている方がいらっしやるなんて!今から45年...できるかな(汗)。ご意見・ご感想は秘書広報課広報聴担当へ
✉ 10200001@city.tsurugashima.lg.jp



笑顔の天使

“お花見♪”

みわたか 三輪穂嵩ちゃん
(1歳9か月)

応募は市HPから

