



市のイメージマーク

■夏の思い出

高倉地域では、8月8日に「飯盛川生き物探し隊」が行われました。最初はおっかなびっくりだった子どもたちも、次第に川に慣れ、生き物探しに没頭。親子で夢中に生き物を追いかけた夏の日となりました。

特集 つるがしまの教育／学校応援団 2-3
健康増進普及月間・食生活改善普及月間 4

市政情報 5-10

- 国勢調査にご協力ください
- 臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金申請受付開始
- 市役所1階フロア改修工事のお知らせ
- 就学時健康診断のお知らせ、秋の全国交通安全運動
- 老人福祉センター「逆木荘」をご利用ください
- 消防情報

みんなのひろば 11-12

まちなかトピックス／熱中してます／笑顔の天使／ふれあい掲示版

INFORMATION 13-20

第36回鶴ヶ島市文化祭日程、出品作品・参加者募集
／秋のお祭り情報／募集／教室／催し／案内

みんなの健康 21

サフラン講演会のお知らせ 22

9月の相談

今月の休日当番医・夜間診療のお知らせ

子どもたちを地域の力でサポート 学校応援団



学校応援団とは、学校における学習活動、安心・安全の確保、環境整備などを中心に、学校の要請を受けて、ボランティアとして協力・支援を行う保護者・地域住民による活動組織のことです。

本市では、平成19年度より各小学校で、平成22年度より各中学校で学校応援団事業を開始しました。

平成26年度には、小学校8校で774人、中学校5校で249人の方が登録していただいています。

学校応援団って？

現在、市内すべての小中学校において「学校応援団」が組織され、学校・家庭・地域社会が互いに協力して、子どもたちの健全な育成を図るための取組が展開されています。

お礼は、子どもたちからの「素敵な笑顔」。子どもたちも地域の方々と触れ合うことで、「コミュニケーション能力を高め、鶴ヶ島の次世代を担う人材として大きく成長していきます」。

一人ひとりの小さなチカラもたくさん集まれば大きなチカラとなります。皆さんも、子どもたちの未来のために「学校応援団」に参加してみませんか。

どんな効果があるの？

学校だけでは十分には手が行き届かない点について支援活動をしていただくことにより、学校の教育活動がより充実したり、スムーズに展開されたりすることができ、更に、地域と学校とのつながりが深まることで、地域の教育への関心も高まります。

学校応援団の方々との交流は、子どもたちにとってコミュニケーション能力を高めると共に、地域の方々に支えていただいているという意識を育むことにもつながっています。

学校応援団の活動の実際



学習活動への支援

学習内容(国語、算数・数学など)の定着を図るための支援や実技を伴う学習活動(ミシン、毛筆、和楽器など)への支援など



学校環境整備への支援

校庭の樹木の剪定や遊具のペンキ塗り、校舎内トイレの清掃、図書整備・補修など



安心・安全確保への支援

登下校時の見守り活動、校外学習の際の安全確保のための支援など



その他の支援

朝読書での読み聞かせ活動、学校ファーム(野菜作りや畑の管理など)の支援、行事への支援など

学校応援団の申込先

申込先	電話番号
鶴ヶ島第一小学校	286・0214
鶴ヶ島第二小学校	285・1878
新町小学校	285・6598
杉下小学校	286・9536
長久保小学校	286・2161
栄小学校	286・2158
藤小学校	285・6220
南小学校	286・0991
鶴ヶ島中学校	286・0234
藤中学校	286・9573
富士見中学校	285・9816
西中学校	286・1481
南中学校	286・1491
学校教育課指導担当	271・1111
教育センター	287・3858



子どもたちの明るく元気な姿が、学校応援団の方のやりがいとなっています。
子どもたちから私たちも元気をもらっています。
また、学校との交流で新しい出会いや体験、情報が得られます。

学校応援団の方の声

学校応援団ボランティアに資格要件はありません。教育やボランティア活動に意欲と関心をお持ちの方であればどなたでも参加できます。
将来、教職を目指している方や、今学んでいることを生かしたい方、ボランティアに関心のある方など、大学生の皆さんも参加できます。
まず、近くの小学校か中学校、または、教育委員会にご連絡ください。
ぜひ、学校応援団に参加し、皆さんの力を子どもたちのためにお貸しください。

学校応援団に参加するには？

9月は健康増進普及月間・食生活改善普及月間

標語 1に運動 2に食事 しつかり禁煙 最後にクスリ
 〈健康寿命を延ばしましょう〉

問合先 健康増進課健康増進担当

9月は全国一斉の健康増進普及月間・食生活改善普及月間です。健康を維持するためには、自分の健康は自分でつくり、自分で守るという意識とともにみんなで声を掛け合って楽しく健康づくりが実践できる地域づくりが大切です。この機会に、あなたの生活習慣を見直してみませんか？

運動

今より1日10分、多く歩こう！

ウォーキングは、いつでも、どこでも、だれでも簡単にできる、日々の健康づくりに最も適した運動です。

1日平均1万歩が目標と言われていますが、初めのうちは、無理をせず、体調に合わせて歩数を増やしていきましょう。目安として、10分多く歩くと、約

食事

野菜をたっぷり食べよう！

野菜には、健康を保つのに必要な栄養素が豊富に含まれています。たくさん摂ることで、生活習慣病を予防することができます。

1000歩増えることになり

す。例えば、「買い物は歩いて行く」「通勤・通学では階段を使う」など、1日の歩数を増やしてみませんか？

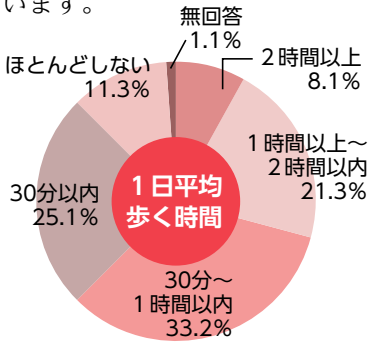
ます。

大人の1日に必要な野菜の量は350グラムとされていますが、意識して食べないといふ不足がちになってしまいます。トマトやニンジンなどの緑黄色野菜と、キャベツや玉ねぎなどの淡色野菜を組み合わせ、野菜をたくさんとれる食生活を目指しましょう。

現状は？ 鶴ヶ島市健康づくり推進のための生活習慣実態調査(平成26年12月実施)より
(小数点第2位を四捨五入しているため、100%になっていません)

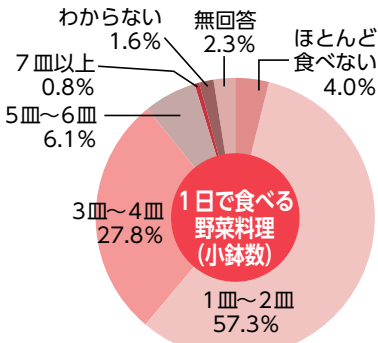
運動

1日の歩く時間はどれくらい？
 「30分～1時間以内」が最も多く、次いで、「30分以内」となっています。



食事

野菜料理を1日、何皿(小鉢で)食べていますか？
 「1～2皿」が約6割を占めています。1日に必要な5皿以上食べている人は少ない状況です。



350グラムの野菜はどのくらい？

野菜料理にすると小皿や小鉢で5皿が目安です。



料理にすると



測ることから始まる

健康習慣

健康コーナーを活用しよう！

全自動血圧計・体組成計を備えた健康コーナーを、新たに2か所(市役所1階ロビー、市民活動推進センター)に設置しました。各市民センター(6か所)の健康コーナーと合わせて、8か所となります。体組成計では、体重・体脂肪率・筋肉量・基礎代謝量・内臓脂肪レベルなどがチェックできます。ぜひご利用ください。測った数値を記録できるスクラム手帳を作成しました。記録することで、生活習慣の改善や運動継続につながります。スクラム手帳は、各市民センター、市民活動推進センター、市役所(健康増進課)で配布しています。



国勢調査にご協力ください



今回の調査から、パソコン・タブレット・スマートフォンからもご回答いただけます！

問合せ先 市政情報課統計担当



インターネットでの回答は
9月10日～20日

インターネット回答用 ID
配布期間 9月10日～12日

調査票での回答は
10月1日～7日

調査票の配布期間
9月26日～30日

国勢調査は5年に一度行われ、国内の人口や世帯の実態を明らかにする最も基本的な統計調査で、統計法に定められた基幹統計調査です。今回の調査は、東日本大震災後に実施する最初の調査で、日本の未来を考えるために欠くことのできない最新の人口・世帯の実態を明らかにする重要な調査です。

調査結果は、さまざまな法令で使われるほか、社会福祉、雇用対策、生活環境の整備など、私たちの暮らしのために役立てられます。

【国勢調査の流れ】
対象 日本に住んでいるすべての人および世帯

実施方法 9月10日(木)から調査員が世帯を訪問します。

回答方法 郵送、国勢調査員に手渡し(封入可)、またはインターネット

※調査票に記入していただいた内容は、統計の作成に関連する目的以外に使用することはありません。

【お願い】
・9月10日(木)から10月7日(水)までの調査期間中、不在になる方は、あらかじめ市政情報課統計担当にご連絡ください。
・犬などを飼っている方は、犬

埼玉県知事選挙の結果

8月9日に行われた埼玉県知事選挙(定数1)の結果は、以下のとおりです。

候補者名	得票数	投票率
当 上田 きよし	8,800 (89万 1822)	27.79% (26.63%)
つかだ 桂祐	3,055 (32万 2455)	
柴田 やすひこ	2,371 (22万 8404)	
石川 英行	728 (4万 9884)	
たけだ のぶひろ	349 (3万 2364)	

※()は埼玉県における得票数と投票率です。

問合せ先 選挙管理委員会

をつないでおく場所や網・鎖の長さなどにご配慮をお願いいたします。

・表札・チャイムなどの点検もあわせてお願いします。

【国勢調査員とは】 国勢調査員は、総務大臣が任命した非常勤の国家公務員で、厳重な守秘義務が課せられています。

「がたり調査」にご注意を
国勢調査の調査員を名乗る「がたり調査」が全国で多発しています。調査員が電話で家族構成や、資産の状況(預金、収入など)を聞き出すことはありませんのでご注意ください。調査期間中、調査員は、国勢調査員証および国勢調査員従事者腕章を携帯して訪問します。

調査の内容、調査票の記入方法などの問合せは

総務省コールセンター

☎0570・07・2015 (固定電話、携帯電話、PHSの場合)

☎03・4330・2015 (IP電話の場合)

設置期間 8月24日(月)～10月31日(土)

受付時間 8時～21時(土・日曜日、祝日も可)。※9月10日(木)～9月20日(日) 8時～22時

市コールセンター

☎049・277・4114

設置期間 9月10日(木)～10月16日(金)

受付時間 9時～20時(土・日曜日、祝日は9時～18時)

臨時福祉給付金・子育て世帯臨時特例給付金の申請受付を開始します。

問合先 福祉政策課、子ども支援課

申請期間 9月1日(火)～11月30日(月)(郵送での申請可)

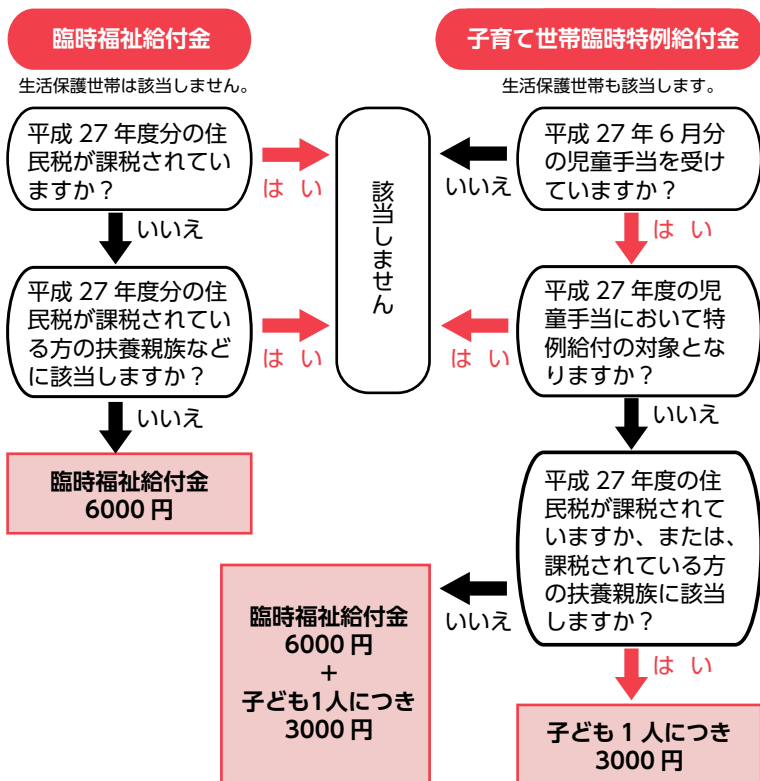
申請書類 給付金申請書

※添付書類(振込先口座を確認できる書類など)が必要となる場合があります。

【公務員の方】公務員用の申請書に、勤務先で児童手当受給状況証明を受けて、申請してください。

さい。

※給付対象者(公務員を除く)には8月末に申請書を郵送していただきます。詳しい申請方法などは、同封したチラシをご覧ください。
◎申請期間中に申請書を提出しない場合、給付を受けることができませんので、ご注意ください。



「第5次鶴ヶ島市総合計画『後期基本計画』(案)」への意見を募集します

市では、現在、第5次鶴ヶ島市総合計画「後期基本計画」の策定を進めています。この計画は、平成28年度から平成32年度までの鶴ヶ島市のまちづくりの指針となる計画です。ここで、計画案がまとまりましたので、皆さんからの意見を募集します。

募集期間 9月1日(火)～30日(水)

計画案の閲覧場所 市ホームページ、市役所情報公開コーナー、図書館、若葉駅前出張所、女性センター、各市民センター

意見の提出先 住所、氏名、電話番号、計画案の該当箇所および意見を記入(様式自由)し、直接または郵送(〒350-2292(住所不要)、ファクシミリ(☎049・271・1190)、メール(✉10200010@city.tsurugashima.lg.jp)で秘書政策課

※電話や窓口での口頭の意見は受付できません。

問合先 秘書政策課政策担当

「鶴ヶ島市立図書館基本構想(案)」への意見を募集します

5、6月に行った市民意見交換会およびメール、ファクシミリなどでいただいたご意見を基に、鶴ヶ島市立図書館の10年先の未来を見据えた「鶴ヶ島市立図書館基本構想(案)」を作成しました。さらに幅広く皆さんからのご意見をいただきたく、構想案に対する意見を募集します。



募集期間 9月15日(火)～10月14日(水)

構想案の閲覧場所 市ホームページ、市役所情報公開コーナー、図書館ホームページ、中央図書館、各分室

意見の提出先 住所、氏名、電話番号、構想案の該当箇所および意見を記入(様式自由)し、直接または郵送(〒350-2223高倉1247-1)、ファクシミリ(☎049・271・0121)、メール(✉10800060@city.tsurugashima.lg.jp)で中央図書館

問合先 中央図書館

市役所1階フロア改修工事のお知らせ

市では、市民の皆さんの多様なニーズに適切に対応し、快適にご利用いただけるよう、窓口環境の改善に向けた窓口改修工事を実施します。

工事期間中の窓口業務は平常通り行いますが、仮設足場などの設置により、係員により誘導させていただきます。また、騒音や振動などご迷惑をおかけする場合もあります。ご理解とご協力をお願いします。

場所 市役所1階フロア

工事内容 窓口や待合エリアなどの改修、その他老朽化対策など

改修期間 9月から平成28年1月までの予定

問合先 財政課財産管理担当



「土曜開庁をお休みします」 10月3日(土)はシステムメンテナンスのため、市役所窓口の土曜開庁をお休みします。

問合先 秘書政策課政策担当

秋の全国交通安全運動

車を運転する方へ／これからの季節は、夕暮れが早まることから、歩行者や自転車などの発見が遅れがちになります。早めのライト点灯を心掛けるとともに、事故の多い交差点部では安全運転の徹底をお願いします。
歩行者、自転車利用の方へ／明るい服装や反射材の着用を心掛けるとともに、道路の無理な横断はやめ、周囲の車に十分注意しましょう。

期間 9月21日(祝)から30日(水)までの10日間

鶴ヶ島市重点

- 自転車および自動車の早めの点灯推進
(薄暮時の点灯運転推進)
- 自転車運転における「危険行為」の防止
(左側通行の徹底と「ながら運転」の防止)

高齢運転者再教育 講習の実施について

自動車教習所で実際に車を運転して、安全運転健康度をチェックしてみませんか。

対象 普通免許を持つ65歳以上の日頃車をよく運転する方

日時 9月24日(木) 13時～16時(12時45分鶴ヶ島自動車教習所本館受付カウンター集合)

会場 鶴ヶ島自動車教習所

内容 実車講習および意見交換

定員 15人(申込順)

参加費 無料

申込み 9月7日(月)から16日(水)までに直接または電話で

自転車保険に加入しましょう

近年自転車事故が増加しており、高額賠償判決が出る例も少なくありません。県の条例では、自転車利用者は自転車事故の賠償に備えた保険への加入に努めることとされています。

○個人賠償責任保険(取扱は損害保険各社)

対象 事故の相手(生命・身体、財産)

内容 法律上の賠償責任が発生した場合に支払われる保険。傷害保険、火災保険、自動車保険など他の保険の特約として契約可。

○傷害保険(取扱は損害保険各社)

対象 本人(生命・身体)

内容 思わぬ事故による自分のけがに備える保険。

○T Sマーク付帯保険(取扱は自転車安全整備店)

対象 事故の相手および自分の生命・身体

内容 自転車安全整備店で購入、点検整備した自転車にはられるT Sマークに付帯した保険。保険期間は1年間。

問合せ・申込先 安心安全推進課交通安全・防犯担当

就学時健康診断のお知らせ

学校保健安全法に基づき、平成28年4月に小学校へ入学予定のお子様を対象に、健康診断を実施します。

対象児童の保護者の方には、9月上旬に就学時健康診断通知書を郵送します。通知書の届かない方、当日都合のつかない方は、学校教育課にご連絡願います。
※駐車場がありませんので、車での来校はご遠慮ください。

問合せ先 学校教育課学務担当

学校名	実施予定日	受付時間
鶴ヶ島第一小学校	10月1日(木)	13:05～13:30
鶴ヶ島第二小学校	10月2日(金)	13:10～13:30
新町小学校	10月2日(金)	13:10～13:30
杉下小学校	10月2日(金)	13:10～13:30
長久保小学校	10月1日(木)	13:10～13:30
栄小学校	10月7日(水)	13:10～13:30
藤小学校	10月2日(金)	13:20～13:40
南小学校	10月6日(火)	13:10～13:30

国民健康保険証の一齐更新を行います

現在の国民健康保険被保険者証(保険証)の有効期限は、9月30日(水)のため、一齐更新を行います。

○新しい保険証は9月中旬に世帯主あてに簡易書留郵便で送ります。9月中旬に届かない場合や記載内容に誤りがある場合は、ご連絡ください。

○保険証の有効期間は1年間です。ただし、有効期限内に後期高齢者医療制度または退職者被保険者証の対象者になった方は、その時点で保険証が切り替えとなります。詳細については、同封の通知をご覧ください。
 ○有効期限が切れた保険証は、ご自身で裁断するなどして、処分をお願いします。

○保険証の裏面には、臓器提供に関する意思表示欄が設けられています。表示欄を保護するシールは、市役所や各市民センターなどで希望者へ配布します。

○国保加入者が他の健康保険に加入したり扶養に入った時は、国保の資格喪失届が必要です。届出がお済みでない方は、社会保険証などを持参の上、手続きをお願いします。なお、他の健康保険に加入した後に、国保の保険証を使い診療を受けた方は、国保負担分の医療費をお返しいただくこととなりますので、ご注意ください。

○国民健康保険税を1年以上滞納している世帯は、有効期間の短い保険証(短期保険証)を9月中旬以降に保険年金課の窓口で交付しますので、更新手続きをお願いします。

問合せ先 保険年金課国民健康保険担当

高齢者の憩いの場

老人福祉センター「逆木荘」をご利用ください

老人福祉センター「逆木荘」は、三ツ木地区の緑に囲まれた静かな場所にあり、健康の増進、教養の向上、語らい、レクリエーションを通して仲間づくりをし、健康で明るい生活を楽しんでいただく施設です。なお、管理・運営は、市から委託を受けた鶴ヶ島市シルバー人材センターが行っています。

施設案内

《本館》個人やサークル活動に利用されています。

集会室(ステージあり)、囲碁・将棋室、リラックスマス室、お風呂・健康器具コーナー、パソコンコーナー、サークル・集会用の多目的室

《別館》社交ダンス、踊り、健康体操、太極拳、お茶の稽古、陶芸など、様々なサークル活動に利用されています。

年間行事

◆毎月第3日曜日 専属講師によるカラオケ教室(毎月1日から申込受付)◆毎月第1・3土曜日 専属講師による太極拳教室(毎月1日から申込み受付)◆毎週水・木曜日 パソコンコーナーでのインターネットサロン

1月 新春カラオケ発表会、3月 逆木荘まつり、5月 春のバスハイク、7月 七夕カラオケ発表会、10月 秋のバスハイク、11月 将棋大会

介護予防事業がスタート

5月から介護予防の一環として、第1・3火曜日に「ますます元気健康クラブ(通称:ますけん)」がスタートしました。

利用案内

時間 9時～16時(お風呂は10時～15時、カラオケは10時～15時30分)、休館日 毎月第1・3土曜日、祝日、年末年始

料金 市内在住の60歳以上の方、身体障害者手帳をお持ちの方は無料

※初めてご利用になる方は「利用カード」をお作りします。住所・年齢が確認できる保険証などをお持ちください。

問合せ先 老人福祉センター「逆木荘」(大字三ツ木935-1 ☎049・286・3301)



老人クラブに入りませんか

～健康、安心・安全、仲間づくりで豊かな生活を～

老人クラブは、仲間づくりを通して生きがいと健康づくり、生活を豊かにする楽しい活動を行っています。また、これまで培った知識や経験を生かして社会奉仕活動を行うなど、地域を基盤とした高齢者の自主組織です。60歳以上の方なら、どなたでも参加できます。お住まいの地域の老人クラブに加入して、仲間をつくりませんか。

老人クラブの組織

市内には現在、各地域に29の老人クラブがあり、約1300人の会員が活動しています。さらに、老人クラブ相互の連携を図るため、老人クラブ連合会があります。

活動内容 老人クラブごとに活動内容は様々です。地域に声をかけてくれる仲間がいることで、大きな安心にもつながります。

・健康増進活動

グラウンド・ゴルフ、ゲートボール、ウォーキング、介護予防体操、健康学習など

・教養・趣味・レクリエーションの活動

介護などの勉強会、民謡、カラオケ、茶話会、演芸大会、旅行、親睦会など

・社会奉仕活動

防犯パトロール、環境美化、慶賀事業、ひとり暮らし高齢者の見守り、世代間交流など

会費 老人クラブごとに異なります。

入会方法 老人クラブに直接お尋ねください。クラブが分からないときは、お住まいの地域のクラブをご紹介します。

老人クラブを設立するには

お住まいの地域に老人クラブがないときは、クラブを設立することができます(要件があります)。詳しくは、老人クラブ連合会事務局にご相談ください。

問合せ先 老人クラブ連合会事務局(高齢者福祉課地域包括ケア推進担当)



“私たちと一緒に活動しませんか！”

鶴ヶ島市老人クラブ連合会長 高野光長さん
老人クラブは、趣味やレクリエーションを通して、「生きがいづくり」「仲間づくり」「健康づくり」など、高齢者がいつまでも元気であること、そして、環境美化やボランティア活動を通じて「地域づくり」に貢献していくことを目指しています。

最近では、支援が必要な高齢者の孤立防止や生活支援の必要性も耳にします。老人クラブは、地域の皆さんと連携して、声掛けや支え合い活動を広げています。

老人クラブに加入し、私たちと一緒に活動しませんか。

長寿祝い 映画上映会の開催

敬老の日になみ、高齢者の方々を敬愛し、その長寿をお祝いするとともに、ますますの健康を願って「長寿祝い・映画上映会」を開催します。

対象 市内在住の75歳以上の方(9月21日現在)

期日 10月15日(木)、16日(金)

場所 シネプレックスわかば(ワカバウォーク内)

その他 詳細については、後日案内を郵送します。9月28日(月)までに案内が届かない方はご連絡ください。

申込み 案内に同封の申込ハガキに必要事項を記入し、郵送で高齢者福祉課地域包括ケア推進担当



アクアクラブ参加者募集

温水プールを利用して、水中運動を行い身体機能の維持・向上を目指しましょう。

対象 市内在住の65歳以上(要介護、要支援認定者を除く)で医師から水中運動の制限を受けていない、次のいずれかにあてはまる方

- ①足や腰などに痛みがあり陸上で運動することが困難な方
- ②太り気味で医師から運動(減量)を勧められている方

日時 10月14日～12月2日(全8回) 毎週水曜日 15時30分～17時

場所 コナミスポーツクラブ川越(鶴ヶ島駅西口)

講師 コナミスポーツクラブ指導者

定員 20人(応募者多数の場合は抽選。参加決定者には10月上旬に通知と日程表を発送します。)

参加費 無料

持ち物 水着、スイミングキャップ、バスタオルなど

その他 温水プールの水深は110～120cmです。身体状況などにより危険が及ぶと判断した場合は、参加をお断りすることがあります。

申込み 9月14日(月)の17時までに直接または電話で高齢者福祉課地域包括ケア推進担当



わくわくクラブ参加者募集

カジノ(ルーレットなど)や脳トレ、そば打ちなどの毎回違う内容の体験クラブです。初めての方でも、専門のスタッフが親切に指導しますので安心してご参加ください。楽しみながら仲間づくりをしませんか。

対象 市内在住で65歳以上の方(要介護、要支援認定者を除く)

参加費 無料

持ち物 筆記具、飲み物など

申込み 9月11日(金)までの平日9時～17時に直接または電話で参加を希望する会場の市民センター。応募者多数の場合は抽選。参加決定者には9月下旬に通知と日程表を発送します。

問合せ 高齢者福祉課地域包括ケア推進担当

場所	実施日(祝日を除く)	定員
西市民センター (☎049・286・7899)	10月6日～12月22日(全10回) 火曜日10時～12時	20人
東市民センター (☎049・286・3357)	10月1日～12月3日(全10回) 木曜日10時～12時	20人
大橋市民センター (☎049・286・0005)	10月2日～12月11日(全10回) 金曜日13時30分～15時30分	20人



体操クラブ参加者募集

最近、足腰が弱くなった、つまずきやすくなった、運動を始めてみたい、仲間と楽しく身体を動かしたい…そんな方にぴったりの体操教室です。体操は身体機能を向上させ、心のリフレッシュや認知症を予防する効果も期待できます。申込みをお待ちしています。

対象 市内在住の65歳以上(要介護、要支援認定者を除く)で医師から運動制限を受けていない方

内容 健康運動指導士が、ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動、リズム体操などを組み合わせ、気軽に楽しく実践できる体操を紹介します。

参加費 無料

持ち物 運動しやすい服装、運動靴など

その他 応募者多数の場合は抽選。参加決定者には9月下旬に通知と日程表を発送します。

申込み 9月14日(月)の17時までに直接または電話で高齢者福祉課地域包括ケア推進担当

場所	実施日(祝日を除く) (10月～平成28年3月)	定員
大橋市民センター	第1・3月曜日 13時20分～15時	40人
南市民センター	第2・4月曜日 13時20分～15時	40人
東市民センター	第1・3火曜日 10時～11時40分	30人
北市民センター	第2・4火曜日 10時～11時40分	50人
富士見市民センター	第2・4木曜日 10時～11時40分	40人
西市民センター	第1・3金曜日 10時～11時40分	50人
老人福祉センター 「逆木荘」	第2・4金曜日 13時20分～15時	20人

東日本大震災の被災者、ドメスティック・バイオレンス(DV)などの被害者、長期の入院・入所が見込まれる方へ

10月5日(月)からマイナンバー制度がスタートし、皆さんのマイナンバーを「通知カード」によりお知らせします。

通知カードは、原則として住民票の住所に送付されますが、やむを得ない理由により住民登録地で通知カードを受け取るこゝとができない場合は、住民登録地以外の居所での受け取りができません。

○手続の方法

9月25日(金)までに、申請書を住民票のある市区町村に郵送してください(窓口での手続も可)。詳細は、電話でお問合せください。

○必要なもの

- ① 申請書(市役所・市ホームページで入手できます)
- ② 申請者の本人確認書類のコピー
- ③ 居所に居住することを証する書類のコピーなど

申込・問合せ先 市民課住民記録担当



消防情報

『無防備な 心に火災が かくれんぼ』 2015 年度全国統一防火標語

問合せ先 坂戸・鶴ヶ島消防本部 ☎049・281・3119 <http://sakatsuru119.jp/>

消防団員加入促進県下一斉PR活動を実施します



県内では552人(本市には6人)の女性消防団員が活躍しています。

災害時にも、女性ならではの視点で細やかに対応できる女性消防団員をさらに増員するため、県内各地で一斉に消防団PR活動が実施されます。

市では、次のとおり男性消防団員の募集と合わせて実施します。

日頃、地域の安心・安全のために活動している消防団にご理解とご協力をお願いします。

日時 9月12日(土) 11時から12時

会場 若葉駅およびワカバウォーク

問合せ先 消防本部庶務課消防団担当(☎049・281・3118)

防火管理者資格取得(新規)講習会

消防法施行令に基づく、防火管理資格(甲種)を取得する講習会を行います。

多数の人が利用する事業所などでは、防火管理者の資格を有する人の中から防火管理者を定め、消防本部に届出が必要となります。

資格者がいない事業所は、必ず講習を受講し、防火管理者を選任してください。また、乙種に該当する事業所もこの講習を受けてください。

対象 原則として市内および坂戸市に在住か在勤で、各事業所の管理監督的な地位にある方

日時 10月14日(水)・15日(木) 8時30分から16時30分

場所 坂戸・鶴ヶ島消防組合消防本部(坂戸市鎌倉町16-16)
※駐車場はありません。

定員 60人(申込順)

費用 3650円(テキスト代・申込当日に集金)

申込み 9月29日(火)・30日(水)に直接坂戸・鶴ヶ島消防組合消防本部(8時30分から16時まで)

問合せ先 消防本部予防課(☎049・281・3117)

救命講習会(10月~12月)

対象 市内および坂戸市に在住在勤在学の中学生以上の方

内容 普通救命/心肺蘇生法(成人)および大出血時の止血法など 上級救命/心肺蘇生法(成人、小児、乳児)、大出血時の止血法、傷病者の管理法、外傷の手当および搬送法など

参加費 無料(各日申込順)

申込み 9月10日(木)から直接または電話で(平日のみ8時30分から17時まで)消防本部警防課救急担当(☎049・281・3116)

防火管理者を選任すべき防火対象物	選任すべき防火管理者	
	甲種	甲種または乙種
老人短期入所施設、養護老人ホームなどで収容人員が10人以上	延べ面積に係らず全て	
集会所、飲食店、マーケット、保育園、幼稚園、病院、老人デイサービスセンターなどで収容人員が30人以上	延べ面積300㎡以上	延べ面積300㎡未満
共同住宅、学校、図書館、工場、倉庫、事務所などで収容人員が50人以上	延べ面積500㎡以上	延べ面積500㎡未満

種別	月日	場所	定員	時間
普通救命講習	10月8日(木)	消防本部	30人	9時~12時
	11月1日(日)	鶴ヶ島消防署	20人	
上級救命講習	12月9日(水)	消防本部	30人	9時~17時



まちなかトピックス



ズバリの中

8月1日、地域の花壇を管理する上鶴GSが、海洋センターで初めてスイカ割り大会を行いました。会員が市内で栽培したスイカを提供し、子ども会とシニアの皆さんが歓声をあげて夏の日を楽しんでいました。



自作のお椀で堪能

7月25日、女性センターで「パパとチャレンジ！流しそうめん大作戦」が行われました。大好きなパパと一緒に手づくりしたお椀で食べるそうめんの味はまた格別。どの子も口いっぱい頬張っていました。



夢は「世界一！」

8月1、2日に行われた第6回全日本小学生ボウリング競技大会小学6年生男子の部で優勝した吉原正明くん（長久保小）。過去2年は準優勝、「今年は絶対優勝したかった」。将来はアメリカでプレーをし、五輪出場！今後の活躍が楽しみです。



平和への願いを込めて

市内各小学校6年生の代表8人が、8月6日に開催された広島市平和記念式典に参列し、平和の尊さを学んできました。式典前日に「原爆の子の像」を訪れ、市内各小学校の6年生が折ってくれた千羽鶴を捧げました。



躍進！鶴ヶ島ボーイズ

埼玉県へ他県の強豪チームを招いて行われた「第4回ウィルソンサマーカップ兼埼玉県支部創立40周年記念大会」で、硬式の中学生野球チーム「鶴ヶ島ボーイズ」が見事にベスト4進出を果たしました。更なる飛躍を期待しています。



優勝おめでとう！

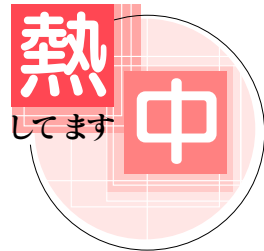
小学生の女子ソフトボールチーム「鶴ヶ島レッドファイターズ」が「第29回全日本小学生兼第32回関東小学生女子大会埼玉県予選会」で2年ぶり2度目の優勝を飾りました。全国大会では惜しくも初戦敗退となりましたが、来年こそリベンジ！



トマト採れたよー!
小林悠利ちゃん
(脚折・1歳7か月)



皆に笑顔の花を咲かせます!
布川咲ちゃん・花ちゃん
(藤金・3歳7か月、1歳)



藤中学校
吹奏楽部

● 部員数 1年生19人、2年生13人、3年生13人
● 部のモットー 「笑顔で音楽を、音楽で笑顔を」
● 目標 演奏を聴いてくださる皆様に笑顔をお届けするために、愛のあるサウンドを目指して吹奏楽を楽しんでいます。
● その他 今年度は「ふるさと納税」の寄附金で楽器を整備していただきました。感謝の思いを込めて、今後も地域のイベントやお祭り、慰問演奏などにも積極的に参加させていただきたいと思っております。ご要望があればどうぞ藤中学校までご連絡ください。



仲間になりませんか

▶ふれあい合唱団(コーラス) 対象/成人女性 日時/第1・3木曜日10時~12時 場所/南市民センター 連絡先/宮澤☎049・285・2744

▶フルーツサークル野ばら 日時/第2・4月曜日12時~16時 場所/西市民センター 連絡先/森村☎049・287・0839

▶さわやか太極拳クラブ 日時/毎週火曜日19時30分~21時 場所/大橋市民センター 連絡先/須藤☎049・285・2369

▶さくらんぼサークル(幼児体操) 対象/3~6歳の子どもと親 日時/毎週水曜日16時~18時 場所/東市民センター 連絡先/森☎090・3513・5806

▶スティーブキングを英語で読む会(英語修得) 日時/第1・3水曜日13時~15時 場所/東市民センター 連絡先/本村☎080・5075・0822

出かけてみませんか

▶第8回サークルさつき絵画展 日時/9月16日(水)~20日(日)9時40分

~17時 場所/中央図書館 連絡先/秋山☎049・286・3372

▶第86回雑木林と水辺の観察会「太田ヶ谷のトンボ」 日時/9月6日(日)9時30分~12時 集合/大橋市民センター 参加費/鶴ヶ島の自然を守る会の会員外は200円 申込み/不要 連絡先/大和田☎049・286・2882

▶サマーエンド ハワイアンライブ 日時/9月13日(日)13時30分~15時30分 場所/北市民センター 参加費/無料 申込み/不要 連絡先/佐村☎090・3430・6979

▶吉本有里コンサート 日時/9月27日(日)14時~16時 場所/富士見市民センター 参加費/2000円 申込み/不要 連絡先/中村☎090・5788・9088

▶ふるさと「鶴ヶ島情話」を歌う会 日時/9月27日(日)10時30分~17時 場所/女性センター 参加費/無料 申込み/不要 連絡先/山崎☎090・9230・8719

▶親子で参加できるワークショップ「赤ちゃんと世界のこぼれあそぼう」 日時/9月30日(水)10時15分~11時45分 場所/農業交流センター 参加費/無料 申込み/不要 連絡先/飯塚☎090・2752・7256

▶いきいき健康サポート(健康チェック) 対象/成人 日時/10月10日(土)9時45分~13時 場所/ワカバウォークイベント広場 参加費/無料 申込み/不要 連絡先/医療法人若葉会若葉病院☎049・283・3633

▶リレー・フォー・ライフ・ジャパン2015川越(地域社会全体でがん征圧を目指すチャリティイベント) 日時/9月19日(土)13時~20日(日)13時(夜通し決行) 場所/川越水上公園芝生広場 参加費/500円(がん患者は無料) 申込み/不要 連絡先/佐瀬☎090・9824・4935

▶川越女子高校文化祭「紫苑祭」 日時/9月12日(土)11時~16時、13日(日)9時30分~16時 場所/川越女子高校 問合せ先/同校紫苑祭実行委員長・五島☎049・222・3511

参加してみませんか

▶第24回鶴ヶ島市民グラウンド・ゴルフ大会 対象/市内在住の成人の方 日時/9月24日(木)8時~15時 場所/運動公園 参加費/300円 申込み/9月8日(火)・9日(水)13時~15時に市民センターにある申込用紙に必要事項を記入し、参加費を添えて海洋センター 連絡先/大島☎090・2315・3923

第36回 鶴ヶ島市文化祭日程、出品作品・参加者募集

■三味線ロビーコンサート

日時 10月14日(水)12時20分～12時50分

場所 市役所1階ロビー

問合先 鶴ヶ島三味線愛好会 宮田(☎049・289・2183)

■鶴ヶ島市茶華道連盟 創設20周年記念いけばな展(会員の作品展示)

日時 10月17日(土)～18日(日)9時30分～17時(18日は15時まで)

場所 中央図書館

問合先 鶴ヶ島市茶華道連盟(華道) 田中(☎049・285・2354)

■第36回みふじ会和紙ちぎり絵展

日時 10月20日(火)～23日(金)9時30分～16時30分(20日は11時から、23日は15時まで)

場所 市役所1階ロビー

問合先 和紙ちぎり絵みふじ会 梶枝(☎049・286・4625)

■囲碁大会(事前申込不要、当日受付)

対象 市内在住に在勤在学の方

日時 11月8日(日)9時～18時

場所 北市民センター

参加費 1000円(当日納入、昼食付、参加賞有)

その他 入賞者(4位まで)を表彰。

問合先 鶴ヶ島囲碁同好会 今井(☎049・289・7895)

■第36回短歌大会(作品募集有)

対象 原則市内在住に在勤在学の方

日時 11月6日(金)9時～12時

場所 北市民センター

募集作品 1人3首(自作未発表のもの)

参加費 1000円(当日納入か郵便定額小為替(無記名)を作品に同封。参加賞有)

その他 互選により優秀作品を表彰。

応募方法 10月2日(金)(必着)までに縦書き便箋に短歌(特別な読み方をする漢字にはふり仮名。応募後の原稿訂正は受け付けません)、住所、氏名、電話番号、当日の出欠を明記し、鶴ヶ島短歌クラブ 末永アエ(〒350-2213脚折1436-1 ☎049・286・4888)へ

■第51回鶴ヶ島菊花大会(作品募集有)

対象 市内在住の方

日時 11月1日(日)～4日(水)9時～16時(4日は14時まで)

場所 農業交流センター

内容 会員、一般参加者による作品を展示。審査の上、優秀作品を褒賞。

搬入日時・場所 10月31日(土)13時～15時・農業交流センター

搬出日時 11月4日(水)14時～16時(搬入・搬出とも時間厳守)

問合先 鶴ヶ島菊花愛好会 佐藤(☎049・285・0860)

■鶴ヶ島郷土を知る会(参加者募集有)

「近隣散策 春日部方面」

日時 11月14日(土)9時～16時(予定)

※小雨決行

内容 県民の日の行事である地下の貯水池・放水路の無料見学。

募集人数 10人程度

申込み 10月23日(金)までに鶴ヶ島郷土を知る会 飯野(☎090・2240・7505)へ

■第35回鶴ヶ島吟詠の集い

日時 11月15日(日)10時～16時

場所 南市民センター

問合先 鶴ヶ島吟詠連盟 富田(☎049・285・1571)

■第36回俳句大会(作品募集有)

対象 市内在住・在勤・在学の方

日時 11月8日(日)13時～16時

場所 女性センター

募集作品兼題=「秋晴」「新蕎麦」

2季題使用にて5句投句(自作未発表のもの。席題なし)

参加費 1000円(参加賞有)

その他 互選により上位10人を褒賞。

応募方法 10月5日(月)(必着)までに、縦書き便箋に俳句、住所、氏名、電話番号、当日の出欠を明記の上、参加費を添えて直接または郵送で岩淵繁一(〒350-2225上新田222-3)へ。参加費は、直接の場合は現金、郵送の場合は郵便定額小為替(無記名)でお支払いください。

問合先 鶴ヶ島俳句会 岩淵(☎049・285・0940)

■2015箏コンサート

日時 11月15日(日)13時～16時

場所 西市民センター

演奏曲 会員による都踊、六段の調ほか演奏会

問合先 鶴ヶ島市お琴同好会 安瀬(☎049・285・7957)

■第41回鶴美展(作品募集有)

対象 一般公募(中学生以下を除く)

種目 絵画、書、写真、工芸

日時 11月8日(日)～15日(日)9時30分～17時(9日は休み、15日は15時まで)

場所 中央図書館

作品規格(種目・規格・表装など) ▶絵画=50号以内(表装または額装)※サイズが変わりましたのでご注意ください。

▶書=全紙以内・表装(額、枠、軸装のみ)。釈文は指定の用紙で出し40字まで。▶写真=A3、半切以上・額縁かパネル付き。組み写真の場合は一つのテーマを1枚のパネルにまとめる。※サイズが変わりましたのでご注意ください。※作品ごとに出品票を添付し、ひもを付けて出品(出品票は各市民センター、女性センター、中央図書館、生涯学習課にあり)。

※不適当と認められた作品は展示できません。

出品数 1人2点以内(原則として未発表のもの)

参加費 作品1点につき会員は500円、会員以外は1500円(出品時に納入)

搬入日時・場所 11月7日(土)9時30分～11時・中央図書館

搬出日時 11月15日(日)15時～16時(搬入・搬出とも時間厳守)

その他 出品物の保護、保全に努めますが、やむを得ない事情で発生した事故に対しては、その責を負いません。なお、搬入、搬出の費用は出品者負担とします。また、審査の上、優秀作品には表彰を行います。

問合先 鶴ヶ島美術協会 高澤(☎049・285・8975)

■鶴ヶ島市茶華道連盟「お茶会」

日時 11月22日(日)10時～15時

場所 女性センター

茶券 1000円(2席入席できます。)茶券のお求めは下記問合先までお願いします。

問合先 鶴ヶ島市茶華道連盟(茶道) 戸根川(☎049・286・7683)

つるがしま文芸

つるがしま文芸では、俳句と短歌の作品を募集します。作品は季題の解説や撰者のコメントとあわせて、市ホームページなどで公表します。

応募要領

○はがきか封書で、作品(作品は1人3作まで。俳句は季題を使う)、氏名(ふりがな、俳号などで応募の方も本名を記入)、住所、電話番号を記入し、市政情報課広報広聴担当へ。

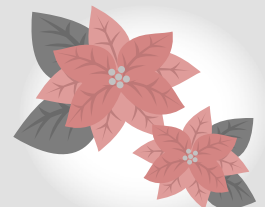
○短歌または俳句のどちらか一方を応募してください。

○応募作品には撰者の加筆がある場合があります。

今回の季題 焼藪(=焼藪屋・石焼藪・壺焼藪・大学藪・ほっこり)、ポインセチア(猩々木・ポインセチアの花)

締切日 10月23日(金)

問合先 市政情報課広報広聴担当



秋のお祭り情報



スポーツの秋、芸術の秋、読書の秋、そして食欲の秋。
鶴ヶ島にはそんな「秋」を堪能できる催しが目白押し。
さあ、出かけてみましょう。きっと素敵な時間が過ごせるはずです。

Information

秋
まつり

第66回 鶴ヶ島市民体育祭

問合せ NPO法人鶴ヶ島市体育協会事務局
(☎049・277・5199)

66回目の市民体育祭が、市内3会場で開催されます。多くの皆さんの参加をお待ちしています。オープン種目は、市民の方どなたでも参加できます。

体育祭実施の場合は、当日7時から7時30分の間に花火を打ち上げます。ご理解、ご協力をお願いします。

日時 10月11日(日)開会式は8時45分～(雨天中止)

場所 鶴ヶ島中学校、藤中学校、西中学校



Information

秋
まつり

第13回 つるがしま郷学の森まつり



申込・問合せ 西市民センター(☎049・286・7899)

日時 9月26日(土)、27日(日)9時30分～

場所 西市民センター

内容 郷学の森(西市民センター、西児童館、図書館西分室・学童ひまわりクラブ)を利用するサークルや地域で活躍している団体の方々による活動成果の発表会と地域住民との交流を行います。

舞台発表／民踊、フラダンス、カラオケ、太極拳など **作品展示**／絵画、手芸小物、陶芸など **体験コーナー**／バルーンアートなど **模擬店**／焼きそば、手打ちそば、フランクフルトなど **その他**／花苗販売、地場産野菜販売、包丁とぎ、まな板削りなど盛りだくさん。

※日によって内容は異なります。

フリーマーケット出店者募集

対象 市内在住の方(仕入れ品などの販売目的は不可)

日時 9月27日(日)9時30分～15時(雨天中止)

場所 西市民センター(屋外)

募集区画 10区画(1区画2m×2m以内・申込順)

出店料 1区画300円(当日集金)

申込み 9月3日(木)9時から直接または電話

Information

秋
まつり

第34回 鶴ヶ島市 子どもフェスティバル



問合せ つるがしま子フェス市民会議
(大橋市民センター内 ☎049・286・0005)

対象 手作り・体験コーナーは幼児～小学生(安全のため幼児の参加に制限があるコーナーもあります。一部コーナーでは、実費負担で大人の参加も可能)。発表・模擬店は、どなたでもお楽しみいただけます。

日時 9月13日(日)10時～15時(9時50分からオープニング)

場所 女性センター

内容 小学生の手作り・体験を中心とする子ども祭りです。発表や模擬店は大人も一緒に楽しめます。

手作り・体験／おばけ屋敷、写真スタジオ、ちぎり絵、手芸、プラバン、紙ヒコーキ作り、お茶席、郷土かるた、太鼓のワークショップなど **発表**／自由の森学園・民族舞踊、下新田はやし連の太鼓演奏など **模擬店**／焼きそば、べっこう飴、団子、コーヒー、たこ焼き、油揚げ焼き、アイスクリームなど。

参加費 子どもは無料(模擬店は実費)

その他 駐車場に止められる台数は限られています。乗り合わせて、お出かけください。

■おことわり 「まちづくりポイント発行対象事業」には のようなマークが表示されています。

問合せ 地域活動推進課地域活動推進担当

Information

秋
まつり

第29回 南どんぐりまつり³ 行ってみよう！南どんぐりまつり

申込・問合せ先 南市民センター(☎049・287・0235)



日時 10月3日(土)10時~16時、4日(日)10時~16時10分

場所 南市民センター、どんぐり公園

内容 南市民センターを利用する団体や地域で活動する団体と地域住民との交流を図る。

舞台発表/民踊、日舞、英語スピーチ、朗読、カラオケ、合唱、琴演奏、ピアノ演奏、和太鼓、吹奏楽、フラダンスなど

展示/書道、陶芸、写真、絵画、絵本など 入門体験/大正琴、お茶席、外国人のための日本語教室、絵手紙、点字、ガイドヘルプなど お話会と工作/図書館南分室 模擬店/炊き込みご飯、みそ田楽、ちらし寿司、パン、果物、手作り品など 隣接するどんぐり公園/竹細工、焼きそば、ポップコーン、フランクフルト、野菜、花苗、フリーマーケットなど。

※日によって内容が異なります。

フリーマーケット出店者募集

対象 市内在住在勤の方(仕入れ品などの販売目的は不可)

日時 10月3日(土)、4日(日)10時30分~15時(雨天中止)

場所 どんぐり公園(南市民センター隣り)

募集区画 各日10区画(1区画2m×2m・申込順)

出店料 1区画300円(当日集金)

申込み 9月7日(月)9時から直接または電話

第23回 虹の大橋まつり フリーマーケット出店者募集

申込・問合せ先 大橋市民センター(☎049・286・0005)

対象 市内在住在勤の方(仕入れ品などの販売目的・購入額以上の金額での販売などは不可)

日時 10月24日(土)10時15分~14時、25日(日)10時~14時(雨天の時は各自の自主判断)

場所 大橋市民センター敷地内通路

募集区画 各日10区画(1区画2m×2m・申込順)

出店料 1区画300円(当日集金)

その他 1人1区画

申込み 9月15日(火)9時から直接または電話

Information

秋
まつり

第28回 図書館まつり 「本の森の収穫祭」³

申込・問合せ先 中央図書館(☎049・271・3001)

日時 9月26日(土)、27日(日)

場所 中央図書館



講演「地域に根ざした図書館とは」

日時 9月26日(土)14時~

講師 内野安彦さん(元塩尻市立図書館長、常磐大学非常勤講師)

講演「未来の図書館、はじめませんか? - 鶴ヶ島から考える」

日時 9月27日(日)13時30分~

講師 岡本真さん(アカデミック・リソース・ガイド代表取締役)

※いずれの講演も保育あり(2歳以上小学生未満要事前申込み)

視聴会「鶴ヶ島市立図書館所蔵のCDで楽しむジャズの世界」

日時 9月26日(土)16時30分~

※図書館まつり実行委員による解説もあります。

映画会「映像でみる戦後日本図書館のあゆみ」

日時 9月27日(日)12時~

ビブリオバトル-知的書評合戦-

「私のイチオシ本」を1人5分で紹介し、投票でチャンプ本を決める本の紹介コミュニケーションゲームです。

日時 9月27日(日)10時~

※中学生以上の方の発表者を5人募集します。

※発表する本は図書館所蔵の本からお選びください(申込時に書名をお知らせください)。

※講演会保育、ビブリオバトルの申込みは9月8日(火)10時から直接または電話で。

本のリサイクル市

日時 9月26日(土)9時30分~17時、27日(日)9時30分~15時

その他イベント

人形劇、紙芝居、工作、小物販売、朗読、城西大学展示、サークル発表など。「つるゴン」登場の予定。

※申込不要。直接会場にお越しください。

INFORMATION

市役所からのお知らせ

募集

成人者のつどい実行委員



平成28年1月10日(日)に実施する成人式の式典終了後に、新成人の皆さんや、新成人をお祝いしたい地域の皆さんが企画する「成人者のつどい」を予定しています。皆さんのアイデアで「成人者のつどい」を盛り上げてみませんか。

対象 市内在住の方
第1回実行委員会

日時 10月10日(土)18時～

場所 東市民センター

申込み 9月25日(金)までに直接

または電話で東市民センター

(☎049・286・3357)

わかば結市第16回ハンドメイド・フェスタ出店者

対象 個人・グループを問わず

手作りを楽しんでいる方で、実行委員会に参加し、運営に関する役割分担に応じられる方

日時 11月29日(日)10時～15時

場所 若葉駅西口広場(雨天時は市民活動推進センター)

募集区画 30区画(市内在住の方優先)

店舗の広さ 2m×2m

出店料 500円(イベント保険・チラシの用紙代など)

実行委員会 10月24日(土)10時～12時(市民活動推進センター)

その他 手作りの製作・販売を仕事としている方は参加できません。

※出店者募集要項および申込用紙は、各市民センター、市民活動推進センター、地域活動推進課の窓口および市ホームページから入手できます。

申込み 9月18日(金)17時まで

に、申込用紙に必要事項を記入し、ファクシミリ(☎049・271・1190)またはメール(☐1040010@city.tsurugashima.lg.jp)で、わかば結市事務局(地域活動推進課内)

教室

サークル活動地域還元講座

「秋植えの花・野菜の育苗講座」



日時 9月18日(金)10時～12時

場所 富士見市民センター

定員 20人(申込順)

参加費 500円(材料費)

その他 汚れても良い服装でお越しください。

申込み 9月4日(金)から富士見市民センター(☎049・287・1661)

第11期つるがしま文化塾(第2講)

「地域支え合い協議会について学ぼう!」

対象 市内在住在勤の方

日時 9月24日(木)10時～12時

場所 わかばコミュニティルーム(若葉駅西口保育ステーション2階)

定員 30人(申込順)

講師 市職員、支え合い協議会

活動メンバー

参加費 無料

申込み 9月17日(木)までに直接またはメール(☐shiminkatou@cco-on.jp)、電話で市民活動推進センター(☎049・272・5600)

音訳講習会

対象 パソコンで電子メールの操作などができ、かつ講習会修了後に音訳ボランティアとして活動することができる方

日時 10月5日・19日、11月2日・9日の月曜日10時～12時

場所 南市民センター

講師 恵美三紀子さん(全視情協音訳指導員認定講習会講師)

栗ひろい体験

日時 9月26日(土)、9月30日(水) 9時30分～

場所 農業交流センター周辺の栗畑

定員 各日20組(1組5人まで、申込順)

※小学生以下は保護者同伴

参加費 栗代(時価)

おことわり 「まちづくりポイント発行対象事業」にはのような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

その他 栗ひろいのできる支度でお越しください(長靴・ゴム手袋・大きめの袋など)。
申込み 9月4日(金)から直接または電話で農業交流センター(☎049・279・3335)

子育てサロン「親子で遊ぼう」



対象 未就園児親子
日時 9月15日(火)10時30分～11時30分

場所 鶴二サロン(鶴ヶ島第二小学校南校舎1階)
 ※駐車場は南市民センター

内容 子どもの発達段階に合わせたおもちゃを親子で作って遊びます。

講師 加藤みどりさん(教育力ウンセラ)

参加費 無料

持ち物 スーパーの袋2枚、空のペットボトル(大)、飾り用の布(A4サイズ以上)、ハサミ
定員 15組(申込順)
申込み 9月4日(金)9時から直接または電話で南市民センター(☎049・287・0235)

おはなしボランティア講座「昔ばなしと語りの世界」

対象 市内で読み聞かせを行っている方や新たに始めようとしている方

日時 10月7日(水)・15日(木)10時30分～12時30分
場所 中央図書館
講師 井上雅美さん、君川みち子さん(語り手たちの会)

定員 40人

参加費 無料

保育 2歳～小学校就学前まで各回定員4人

申込み 9月15日(火)10時から中央図書館(☎049・271・3001)

大人のためのほっとタイム

対象 子育て中の方

日時 9月17日(木)10時30分～11時30分

場所 大橋児童館

内容 簡単にできる骨盤ストレッチ講座

定員 10人(申込順)

参加費 100円

持ち物 バスタオル・飲み物

申込み 9月7日(月)9時30分から直接大橋児童館(☎049・286・0007)

地元のサフランを利用した料理教室

対象 市内在住の方

日時/場所 ①9月18日(金)/大橋市民センター②9月25日(金)/保健センター両日10時～13時

講師 食生活改善推進員

メニュー かんたんパエリア、スープ、スパニッシュサラダ、ブランマンジエ(サフランソース添え)
定員 各16人(申込順)

参加費 300円

持ち物 エプロン、三角巾、ふさん2枚

※食物アレルギーのある方は、申込時に食材をご確認ください。

申込み 9月3日(木)から11日(金)までに直接または電話で健康増進課健康増進担当

健康講座

「体幹エクササイズ&初めてのエアロビクス教室」



対象 市内在住在勤の方

日時 9月14日・28日、10月5日(月曜日)19時～20時

場所 南市民センター

講師 大崎幸子さん(エアロビクスインストラクター)

定員 30人(申込順)

参加費 無料

持ち物 ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、汗ふきタオル、着替え(動きやすい服装と運動靴)

※貸し出し用のヨガマット有り(先着18人)
申込み 9月4日(金)から南市民

センター(☎049・287・0235)

家族介護教室

「お口と脳の意外な関係」

対象 市内在住で、家族介護者や介護に興味がある方

日時 9月27日(日)13時30分～15時30分

場所 特別養護老人ホームみどりの風鶴ヶ島

講師 畠山尚久さん(歯科医師)

内容 講話・口の体操など

定員 15人(申込順)

参加費 無料

持ち物 室内履き

申込み 9月7日(月)から電話で特別養護老人ホームみどりの風鶴ヶ島(☎049・299・6056)

フランクのある看護職の方の再就業技術講習会

対象 子育てなどで看護職の仕事から離れている方

日時 10月6日(火)～9日(金)9時～16時

場所 関越病院・訪問看護ステーション

参加費 無料

申込み 県医療整備課看護・医療人材担当(☎048・830・3543)

教室

認知症市民公開講座

認知症についての正しい知識と対応のポイントを学びます。

対象 市内または坂戸市在住在勤の方

日時 10月17日(土)13時30分～15時

場所 坂戸市入西地域交流センター(坂戸市新堀159-1)

講演1「毛呂病院認知症疾患医療センターの機能と役割について」

講師 岡島宏明さん(杜福)毛呂病院認知症疾患医療センター長

講演2「知って得する認知症の話」

講師 丸木雄一さん(杜福)シナプス埼玉精神神経センター理事長兼センター長

定員 300人(申込順)

参加費 無料

その他 講演終了後、地域包括支援センター、薬剤師会の相談コーナーあり。

申込み 9月7日(月)から直接または電話で坂戸市高齢者福祉課(☎049・283・1331)

認知症予防教室 「知って安心認知症」

対象 市内在住の65歳以上の方

日時 9月30日(水)14時～15時30分

場所 西市民センター

内容 認知症の理解を深め、すこやかに生活していくための講話

講師 神保順子さん(地域包括支援センターかんえつ主任介護支援専門員)

定員 20人

参加費 無料

持ち物 筆記具

申込み 9月1日(火)から直接または電話で地域包括支援センターかんえつ(☎049・285・7877)

認知症サポーター養成講座
認知症サポーターとは、認知症を正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者です。受講者にはサポーターの目印であるオレンジリングを差し上げます。

対象 市内在住在勤の方

日時 9月26日(土)10時～11時30分

場所 市役所5階会議室

定員 50人(申込順)

参加費 無料

外国の方のための普通救命講習会

対象 市内および坂戸市在住在勤の外国籍の方

日時 10月25日(日)9時～12時

場所 南市民センター

内容 AEDを使用した心肺そせい法などの救命技術の習得

定員 10人(申込順)

参加費 無料

協力 坂戸・鶴ヶ島消防組合

申込み 9月1日(火)から15日(火)までに氏名・ふりがな・性別・生年月日・住所・電話番号を書いて、メール(☎10400010@city.tsurugashima.lg.jp)かファクシミリ(☎049・271・1190)で国際交流協会事務局(地域活動推進課内)

催し

申込み 9月17日(木)までに高齢者福祉課地域包括ケア推進担当

あはは！つるかめプロジェクト 笑って話して健康カフェ

日時 9月10日(木)13時30分～15時

場所 南市民センター

内容 笑み筋体操、笑いの練習、ご気楽トークなど

参加費 無料

申込み 不要

主催 いっしょに笑いたい会

問合せ先 健康増進課健康増進担当

水処理センター見学会

9月10日の「下水道の日」にちなみ、施設見学会を開催します。

日時 9月10日(木)・11日(金)9時～16時

場所 石井水処理センター(坂戸市石井1336-1)

内容 施設の見学や下水道の仕組の模型展示、DVD上映など

申込み 不要

問合せ先 坂戸、鶴ヶ島下水道組合維持管理課(☎049・283・1101)

さいたまの水と森ふれあい体験 (水源林散策、滝沢ダム見学)

対象 小学生以上(小・中学生は保護者同伴)

レインボーバスツアー 参加者募集!

川越都市圏まちづくり協議会(レインボー協議会)主催のバスツアーを実施します。コースは2種類。

日時 11月9日(月)Aコース9時30分~17時30分、Bコース9時30分~17時20分

●**Aコース**~霞ヶ関カンツリー倶楽部を見学し、川越都市圏の歴史にふれよう~川越駅西口集合→遠山記念館(川島町)→聖天宮(坂戸市)→昼食(和会席あおき/坂戸市)→狭山茶製造元長峰園(鶴ヶ島市)→出雲伊波比神社(毛呂山町)→高麗神社(日高市)→霞ヶ関カンツリー倶楽部(川越市)→川越駅西口解散

●**Bコース**~霞ヶ関カンツリー倶楽部を見学し、川越都市圏の魅力を体験しよう~川越駅西口集合→霞ヶ関カンツリー倶楽部(川越市)→大豆工房みや(越生町)→昼食(ニューサンピア埼玉おごせ/越生町)→自然休養村センター(越生町)→環境教育施設エコーボつるがしま(鶴ヶ島市)→響遊王国(日高市)→加藤牧場バッフィ(日高市)→川越駅西口解散

定員 各40人(抽選)※未就学児不可
参加費 ABとも3000円(小学生2000円)
※小学生参加の場合は保護者1人以上の同伴が必要です。
申込み 9月18日(金)(消印有効)までに往復ハガキ(1枚で4人まで応募可)でお申込みください。

※申込みが20人未満の場合は開催しない場合があります。
※各コースの内容は変更になる場合があります。

往信表面 返信裏面 返信表面 往信裏面

350-8601 川越市役所 政策企画課 「レインボー バスツアー」係 ※住所不要	何も記入しないでください	郵便番号 住所 氏名(代表者)	①郵便番号 ②住所 ③氏名(小学生は 学年も) ④連絡先 ⑤希望コース ⑥希望人数(4人まで)
--	--------------	-----------------------	---

※住所・氏名・連絡先は参加希望者全員分を記入
問合せ先 川越都市圏まちづくり協議会事務局レインボーバスツアー係(☎049・224・5503)

日時 11月1日(日)7時30分~17時30分
集合場所 熊谷駅(7時20分)または西武秩父駅(8時40分)
内容 荒川上流の水源地林散策および滝沢ダム(秩父市)見学(バスで移動)
参加費 10000円(昼食代)
定員 40人(抽選)
申込み 10月9日(金)(必着)までに、埼玉県庁土地水政策課のホームページから電子申請で申し込み、往復はがき(住所、氏名、電話番号、小中学生の場合は学年、希望の集合場所を明記)で埼玉県庁土地水政策課(〒330-9

案内

防災ラジオについて

市では、災害時などの防災情報を確実に伝えるため、防災行政無線放送を受信する「防災ラジオ」を給付しています。災害情報だけではなく、振り込め詐欺

301住所不要ホームページ
(http://www.pref.saitama.lg.jp/a0108/jokaryu-koryu/27/fureai-taikenshoshu.html)
問合せ先 埼玉県土地水政策課(☎048・830・2189)

欺予防放送や国からの緊急情報なども受信します。
対象 防災行政無線が聞き取りづらい鶴ヶ島市在住の世帯および市内に住所を有する事業所
給付台数 各世帯・各事業所1台(すでにお持ちの方には給付できません)
金額 10000円/台
申込先 安心安全推進課防災担当



◎すでにお持ちの方へ
緊急情報は昼夜関係なく放送されます。スイッチを「切」に合わせると、受信しません。AM/FMラジオを聴かないときはスイッチを「防災」に合わせてください。

おもちゃ病院

月日	場所
9月2日(水)	西児童館
9月12日(土)	大橋児童館
9月18日(金)	脚折児童館
10月7日(水)	西児童館

※9月の上広谷児童館は休診です。

受付時間 9時30分~11時
費用 無料。ただし、部品交換する場合は有料となることもあります。

問合せ先 西児童館(☎049・285・7048) 大橋児童館(☎049・286・0007) 脚折児童館(☎049・287・0270)

地域の子どもたちに 保育所を開放します

対象 未就園児とその親
日時 9月9日(水)9時30分~10時30分

埼玉県在宅保健活動者の会 「青空会」会員募集

埼玉県在宅保健活動者の会「青空会」は、市町村の保健事業支援と地域の保健活動に寄与するため、組織的取組を図り、会員の資質向上、相互の連携を図ることを目的に平成16年1月に設立した組織です。会員数は現在141人で、会員に対する研修や市町村での保健事業などの支援活動を実施しています。会の趣旨に賛同し、市町村の支援活動にご協力いただける保健師、助産師、看護師の資格をお持ちで、就業されていない方、もしくは在宅で活動されている方を募集しています。入会を希望される方はお問い合わせください。

問合せ先 埼玉県国民健康保険団体連合会保健課(☎048・824・2539 FAX048・824・2765)

案内

みんなの手で街を花で飾りましょう!



花とみどりのまちづくりのた
めの合同花植えです。ポットへ
の移植作業をします。

日時 9月25日(金)9時~

場所 運動公園パークセンター
前集合

※11月7日(土)に定植(若葉駅西
口花壇と県道への花植え)を予
定しています。

問合せ 都市施設保全プロジェ
クトチーム

**働きながら介護の資格を取
得し正規就職できるよう支
援します**

県では、介護の仕事に興味がある方に対し、介護職員初任者研修の受講から県内介護事業所への就職までを支援しています。
対象 失業中であり、かつ求職中の方、介護関連の資格を持たない方
事業内容 ①(株)シグマスタッフに雇用されます。②介護職員初任者研修を受講しながら県内介護事業所で紹介予定派遣として働き、派遣期間終了後の介護事

業所への就職をめざします。③介護職員初任者研修を無料で受講でき、受講期間中も給料が支給されます。

事業委託元 埼玉県福祉部高齢者福祉課

申込・問合せ (株)シグマスタッフ
大宮支店(☎048・782・5173)

人権講演会

「相続税法改正のポイントと知っておきたい遺産相続」

日時 9月19日(土)14時~16時

場所 南市民センター

講師 三浦俊雄さん(行政書士)

参加費 無料

申込み 不要

問合せ 南市民センター(☎049・287・0235)

発達障害者就労支援センター(シヨブセンター)について

埼玉県では、発達障害に特化し、就労相談から職業能力評価、就労訓練、就職活動支援、職場定着支援までをワンストップで提供する「発達障害者就労支援センター(シヨブセンター)」を運営しています。

対象 医師の診断や障害者手帳の有無にかかわらず、発達障害の特性を持ち、その自覚がある

自衛官等採用試験の案内

※応募資格の年齢は、平成28年4月1日現在

募集種目	応募資格※	受付期間	試験日
陸上自衛隊(看護)	看護師免許を有し、保健師・助産師免許を有する(見込を含む)36歳未満の方	9月1日(火)~30日(水)	11月28日(土)
防衛大学校学生(推薦)	高卒(見込を含む)で、成績優秀かつ生徒会活動等に顕著な実績を納め、学校長が推薦できる21歳未満の方	9月5日(土)~9日(水)	9月26日(土)・27日(日)
防衛大学校学生(総合選抜)	高卒(見込を含む)で、21歳未満(自衛官は23歳未満)の方	9月5日(土)~9日(水)	1次: 9月26日(土) 2次: 10月31日(土)・11月1日(日)
防衛大学校学生(一般・前期)	高卒(見込を含む)で、21歳未満(自衛官は23歳未満)の方	9月5日(土)~30日(水)	1次: 11月7日(土)・8日(日) 2次: 12月8日(火)~12日(土)
防衛医科大学校医学科学生	高卒(見込を含む)で、21歳未満の方	9月5日(土)~30日(水)	1次: 10月31日(土)・11月1日(日) 2次: 12月16日(水)~18日(金)
防衛医科大学校看護学科学生(自衛官候補看護学生)	高卒(見込を含む)で、21歳未満の方	9月5日(土)~30日(水)	1次: 10月17日(土) 2次: 11月28日(土)・29日(日)

問合せ 自衛隊埼玉地方協力本部川越募集案内所(☎049・224・0947)

就職支援ミニセミナー

対象 県内在住の求職者

日時 9月24日(木)13時45分~15時45分

場所 市役所5階504会議室

内容 就職活動の進め方、就職に役立つ応募書類の作成

定員 50人(申込順)

参加費 無料

※失業認定における求職活動に該当します。

申込み 9月1日(火)から直接ま

オータムジャンボくじを発売

この宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりなどのために使われます。お求めは県内の売り場どうぞ。

発売期間 9月28日(月)~10月16日(金)

問合せ (公財)埼玉県市町村振興協会(☎048・822・5004)

たは電話で鶴ヶ島市ふるさとハローワーク(☎049・272・4001)

みんなの健康

問合せ先 保健センター

(☎049・271・2745 FAX049・271・2747)

双子ちゃんママ&パパの集い

対象 双子など多胎児の親子・妊婦
日時 9月29日(火) 10時30分～11時30分
場所 富士見市民センター
内容 親子遊び、情報交換
問合せ先 保健センター、子育てセンター(☎049・286・7201)

献血にご協力をお願いします

日時 10月1日(木) 9時30分～11時45分、13時～16時
場所 市役所
内容 400・200ml献血
主催 鶴ヶ島ライオンズクラブ
※受付の際に本人確認を行います。運転免許証、健康保険証、学生証などをお持ちください。

幸せ健康講座「増えている大腸がん～早くみつけて上手に治す～」

※健康マイレージ対象事業
大腸がんの1年間の罹患数は、国内で男性が約7万人、女性が5万人

で、がん総罹患数の上位を占めています。大腸がんは、発生要因の多くが解明されており、生活習慣を改善することで予防効果があります。健康について考える機会として、ぜひご参加ください。

対象 市内在住の方
日時 10月9日(金) 13時30分～15時
場所 市役所5階会議室
講師 俵英之さん(たわらクリニック院長)
定員 60人
申込み 直接または電話で保健センター

幸せ健康講座 骨粗しょう症予防教室「骨を強くするための栄養の話と運動」

※健康マイレージ対象事業
対象 市内在住の方、医師から運動制限を受けていない方
日時 9月16日(水) 10時～11時40分
場所 東市民センター
内容 管理栄養士による骨粗しょう症予防のための生活習慣と食事のポ

イントについてのお話と健康運動指導士と一緒に体を動かします。

持ち物 運動できる服装(室内用運動靴)、水分補給できるもの、筆記具
申込み 直接または電話で保健センター

特定健診、 保健指導を受けましょう!! 9月は特定健診受診率向上月間

○特定健診
鶴ヶ島市国民健康保険の特定健診実施期間は6月1日から11月30日までです。10月ごろからインフルエンザの予防接種時期と重なるため混雑が予想されます。早めの受診をお願いします。

対象の方には、5月下旬に受診券を送付しています。受診券がない方は再発行もできますので、お問い合わせください。

9月は特定健診受診率向上月間とし、未受診者に対し受診勧奨ハガキを送付する予定です。まだ健診が済みでない方はぜひ受診してください。

○保健指導
市の特定健康診査を受診後、特定保健指導の対象となった方には、健診受診後2～3か月後に「特定保健指導利用券」を郵送します。

特定保健指導では管理栄養士、保健師などが生活習慣を改善するアドバイスを無料で行なっています。

健診を受けたことで安心せず、健康な生活につながる生活習慣の振り返りのためにも特定保健指導をぜひご利用ください。

女子栄養大学香友会主催
元気はつらつ市民講座

今日から役立つ スポーツ栄養と食事

日時 10月3日(土) 10時30分～12時30分
場所 香川綾記念教育交流センター香友会館(坂戸市千代田3-18-21)
内容 講義・試食
参加費 1500円(当日)
定員 30人(申込順)
申込み 直接または電話で香友会事務局(☎049・288・0345)

食品の機能性とは

機能性食品

ある食品のある成分がクスリのような機能(働き)を持つとして注目され、研究が盛んです。農林水産省では、生体調節機能を有した成分を強化した加工食品を「機能性食品」として、「通常の食品」と「医薬品」の中間に位置づけし、半健康状態からの回復や病気の発症を予防するために利用するものとして、開発を進めています。

一方、普段食べている野菜・果物・乳製品・魚介藻類にも、様々な機能性を持つ成分が含まれているので、これらも広い意味での「機能性食品」として扱っています。

つまり、食品はそれぞれが何らかの機能を持っているので、広義には全てが「機能性食品」ということですネ。

いろいろある機能性

○食後の血中中性脂肪抑制作用○食後血糖値の上昇抑制作用○整腸作用○脂質代謝異常の改善作用○抗酸化作用○抗ウイルス作用○抗ストレス作用

いろいろある機能成分

●ビタミン類●ミネラル類●アミノ酸類●食物繊維●ポリフェノール類●色素成分であるカロテン・リコペンなど●その他にも乳酸菌・クエン酸

期待と不安

「食品の機能性」をアピールした食品が目立ち、簡単に健康を得られる印象を与えますが、まだ開発途上分野です。試験管内や動物実験により得られた結果が主で、ヒト試験の検証が少なく、どれ位の量をどういう方法で摂れば、「効果」と「安全性」が保障されるのかは、今後の研究を待たなければなりません。

女子栄養大学生涯学習講師 勝山登美子
女子栄養大学ホームページ <http://www.eiyo.ac.jp/>



健康応援団 132



9月の相談

◆金銭・不動産・家族(要予約)

弁護士による法律相談

■1日(火) 13時~16時(受付中) / 市役所1階会議室、18日(金) 13時~16時(4日から受付) 市役所1階会議室▷地域活動推進課

◆相続、離婚、贈与(要予約)

司法書士による法律相談

■10日(木) 9時~12時(受付中) / 市役所3階会議室▷地域活動推進課

◆相続・贈与

行政書士による法律相談

■10日(木)、24日(木) 13時~16時 / 市役所3階会議室▷地域活動推進課

◆行政

■18日(金) 13時~16時 / 市役所1階会議室(行政相談は相談委員宅でも受けられます)▷地域活動推進課

◆人権

■18日(金) 13時~16時 / 市役所1階会議室▷総務人権推進課

◆不動産(要予約)

■1日(火) 13時~16時(受付中) / 市役所1階会議室▷地域活動推進課

◆税務

■1日(火) 13時~16時 / 市役所1階会議室▷税務課

◆女性のための相談室(要予約)

■9日(水) 10時~16時(法律相談は10時~13時)、15日(火) 10時~15時、19日(土) 10時~15時、23日(祝) 10時~16時※10月の予約は24日(木)から▷女性センター☎049・287・4755

◆家庭児童

■月~金曜日9時~16時 / 市役所1階▽家庭児童相談室

◆子育て

■月~金曜日9時~16時▷子育てセンター(☎049・286・7201)

■月~金曜日9時~16時▷第二はちの巣子育てセンター(☎049・286・1110)

■火~木曜日9時~14時▷かこのこ子育てセンター(☎049・279・0505)

◆親子

子どもの発達や、子育てに関すること

■17日(木)、28日(月) 13時~14時▷保健センター(☎049・271・2745)

◆こころの健康(要予約)

■8日(火) 9時~/市役所1階相談室▷障害者福祉課

◆教育

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(☎049・286・8993)

いじめ専用ダイヤル

■月~金曜日9時~16時30分(☎049・279・5144)

鶴ヶ島いじめ相談メール(✉ijimesoudan@city.tsurugashima.lg.jp)

◆消費生活

■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

消費生活専門相談(弁護士)(要予約)

■25日(金) 13時~17時(7日から受付)▷市役所2階消費生活センター

◆就職(鶴ヶ島市ふるさとハローワーク)

■月~金曜日9時~17時 / 市役所2階鶴ヶ島市ふるさとハローワーク▷鶴ヶ島市ふるさとハローワーク(☎049・272・4001)

◆内職相談

■火・木曜日10時~12時、13時~16時▷市役所2階内職相談室

■9月号には『地域デビューきっかけ広場』『わかば大学塾』塾生募集パンフレットが折り込まれています。

サフラン講演会のお知らせ

鶴ヶ島市が特産化に取り組むサフランの健康面における様々な効果などについての講演会を開催します。サフラン研究の第一人者の東京大学名誉教授齋藤洋さんによる研究成果を交えた講演会を聞いてみませんか。

日時 10月4日(日) 13時30分~(13時開場)

場所 女性センター

参加費 無料

申込み 不要

その他 駐車場は、女性センター、市役所をご利用ください。

問合先 産業振興課農政担当



今月の休日当番医・夜間診療のお知らせ

対象/救急患者 診療時間/9時~20時

月	日	医療機関
9	6日(日)	しんまちクリニック(内・小) 新町2-23-23(☎271・6154)
	13日(日)	にし内科・眼科クリニック(眼) 富士見1-2-1(ワカバウオーク内)(☎271・2424)
	20日(日)	たわらクリニック(内・消化器内・外・肛門外) 藤金650-1(☎279・2121)
	21日(月)	鶴ヶ島医院(小) 脚折1864-7(☎285・0179)
	22日(火)	川野医院(内・循環器・小) 上広谷17-14(☎285・1530)
	23日(水)	高沢医院(内・小) 脚折町6-18-7(☎286・0358)
	27日(日)	若葉こどもクリニック(小・ア・内) 藤金333-2(☎279・0070)
全期間 診療時間 9時~12時 14時~17時 18時~21時		坂戸市休日急患診療所(内・小) 坂戸市石井2327-3(☎289・1199)

夜間の診療(24時間)

関越病院 鶴ヶ島市脚折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 毛呂山町毛呂本郷38 ☎276・1465

※携帯電話などからは市外局番049を付けてかけてください。

受診に迷ったら

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問合せください。看護師が相談に応じますが、診断や治療を行うものではありません。

●大人の救急電話相談

電話番号

#7000(NTTプッシュ回線・ひかり電話・携帯電話)

☎048・824・4199(ダイヤル回線・IP電話・PHSから)

相談時間 18時30分~22時30分(毎日)

●小児の救急電話相談(育児相談は除く)

電話番号

#8000(NTTプッシュ回線・携帯電話)

☎048・833・7911(ダイヤル回線・ひかり電話・IP電話)

相談時間

月~土曜日 19時~翌朝7時

日曜日・祝日・年末年始 7時~翌朝7時