

広報

つるがしま

1

No.975 2016

特集 新春鼎談 「脚折雨乞」を市民の誇りに 2-4
つるがしまの教育/今年は脚折雨乞の年 5
サイナジバーの利用が始まります 6-7

市政情報

- 市役所1階窓口が新しくなりました 8-12
- 確定申告のお知らせ
- 平成28年度競争入札参加資格審査申請の追加受付
- 平成28年鶴ヶ島市成人式/大雪に備えましょう
- 第36回鶴ヶ島市文化祭秀作集
- 一般職非常勤職員の登録者を募集します

みんなのひろば

まちなかヒップス/ふれあい掲示版/笑顔の天使

INFORMATION

募集/教室/催し/案内/1月の相談

みんなの健康

今月の休日当番医・夜間診療のお知らせ

広報クイズ

13-14

14-22

23

24

4年に一度、オリンピックイヤーに行われる「脚折雨乞^{すねおりあまごい}」。今年はいよいよその本番の年です。鶴ヶ島が一つになるこの年、鶴ヶ島から全国へ、そして世界へと元気を発信して行きましょう。新春^{でいたん}鼎談として、文化、自然、健康などをキーワードに、脚折雨乞とまちづくりについて語っていただきました。

平成28年8月7日(日)実施予定

「脚折雨乞」を市民の誇りに

鶴ヶ島には「脚折雨乞」がある

市長 脚折雨乞には今でも忘れられない思い出があります。昭和39年、行事が途絶える前の最後の雨乞いの時のことです。私は小学6年生で、ちょうど東京オリンピックの年でした。夏休みの登校日に「雨乞行事をやった」と、脚折の友だちが興奮して話すのです。

平野 行われたのは昭和39年の8月9日ですね。前日の雷電社^{らいでんしゃ}の祭典で社前に集まった人たちが「日照りが続いているので明日の日曜日にやろう」と決めたと聞いています。それで急いで人を集めて、話し合ったそうです。

市長 それが昔ながらのやり方ですね。**平野** そうです。その夜中にお水もらいに群馬県の板倉^{いたくら}へ向かった。当時は龍蛇^{りゅうだ}もすぐに作れた。材料も技術も人々の暮らしの中にありましたからね。私も親の代わりに最年少の16歳で参加しました。

市長 その時は、脚折で雨乞行事をやっているなんて全然知らなかった。初めて話を聞いて、どんなものなのか必死に妄想を膨らませました。佐々木さんにも雨乞いの思い出がありますか。

佐々木 私は15歳の時から鶴ヶ島に住んでいます。雨乞いは夏休み中ということもあり、いつの間にか終わっていたとう感じでした。でも、息子ができるとやっぱり見せたいなと。前回は、子どもの面倒をみながら必死にビデオを撮りました。



脚折雨乞行事保存会
会長 平野行男さん

た。ネットで配信したところ、仲間には「凄い迫力だ!」と評判になりました。私にとっては、脚折雨乞がふるさと鶴ヶ島を感じる存在となっています。

市長 最近は小学校で絵を描いたりするので、私の頃よりも今の子どもたちの方が脚折雨乞を知っていると思いますね。

平野 この前も新町小学校の3年生に雨乞いの話をしました。

佐々木 息子が通っていた富士見保育所では、夏祭りの子ども神輿^{みこし}が小さな龍蛇でした。みんなが龍蛇を知っています。3歳くらいの時から。

市長 鶴ヶ島を代表するお祭りだ、という感覚は徐々に浸透してきているのでしょうかね。

佐々木 市のイメージキャラクターのつるゴンが、雨乞いの龍から生まれたことが浸透してきて、まさに脚折雨乞があることも知られてきました。

市長 私は生まれも育ちも鶴ヶ島です。当時の人口は数千人でしたが、それが今



鶴ヶ島市長
高橋 善朗

や7万人になりました。そのほとんどが外から来られた方々ですから、地域の「一体感」とか「絆」は、なかなか持ちづらいついて感じています。高齢化にあつて、地域の中で互いに支え合つて生きるためには、この一体感が大切だと思います。脚折雨乞を一つの象徴として「私たちのふるさとには、凄い行事がある」という一体感を持てるようになればいいと思います。

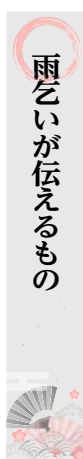
佐々木 先日参加した「雨乞いのまち鶴ヶ島活性化ビジョン検討会」での話ですが、ある方は人に鶴ヶ島のことを紹介する際、「川越の向こう」とか、そういう言い方をしようとする。

平野 あとはインターチェンジですね。渋滞の名所、渋滞の先頭とか。

市長 それではなにか寂しい。そうではなく、「こういうまちなんだ」と人に言えるようになったらいい。特産品ができた時も「あの雨乞いで有名な鶴ヶ島の○○」みたいなになれると思います。

市長 東日本大震災の際にも感じたのですが、雨乞いの背景には「対立」でなく「共生」という自然と人間のあり方についての思想がありますね。

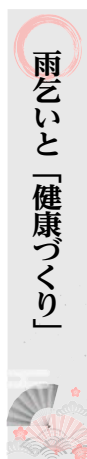
佐々木 雨乞いは、自然の厳しさや自然の恵み、すなわち「自然への畏敬の念」というものを伝えてくれます。今一度、雨乞いを通じて守るべき自然を見つめ直すことができないかと思っています。それと、鶴ヶ島の水は、ここからも見える奥武蔵や秩父の山々に降った雨の伏流水だと言



鶴ヶ島市健康づくり推進協議会
会長 佐々木 亨さん

平野 江戸時代、開発によって雷電池が小さくなり、そこに棲んでいた大蛇が板倉の雷電神社の池に移ってしまった。そこから雨が降らなくなり、人は天に祈った。それが雨乞い行事の起源です。そこには自然との協調の精神が込められていると思います。

佐々木 雨乞いは2キロくらいを練り歩きますよね。今、鶴ヶ島の健康づくりでは「歩く」ことを重要視しています。「地域でスクラム！健康運動事業」は、今より一日1000歩多く歩くことが目標です。ウォーキングは誰でも、いつでも始められる。しかも、非常に健康効果が高い。市内は歩いて回っても無理がないと



また、この辺は都幾川や高麗川など、一つの川で文化圏ができています。一つの川を通じて人々のつながりもある。水というのはやはり「絆」をつくる一つの大きな要素でもあるのですね。

平野 雨乞いでは、麦や竹で龍蛇を作り300人近くで池まで担ぎます。到底一人ではできません。人と人との絆が必要です。もとは水への願いがあったと思いますが、今はそれ以上に、地域を結び、絆を育む存在として重要です。これは復活させた最大の理由でもあります。

われています。

市長 川の恵みというのは山の恵みでもあり、天の恵みでもありますね。

佐々木 毛呂山や越生の山は近いので、恵みをもたらす山へ足を運んでみるのもいい。「歩いて自然に触れよう」、「歩いて健康になろう」ということも、雨乞いが教えてくれるものの一つだと思います。

雨乞いで“きずな”を深め、人とまちを元気に



市では、「雨乞いのまち鶴ヶ島」という意識を市民全体で共有することによって市民の“きずな”を深めていくこと、雨乞いや龍にちなんだまちづくり活動を広く展開することによって地域の活性化を図ることを目的に「雨乞いのまち鶴ヶ島活性化事業」を進めています。

平成27年度は、その指針となる「雨乞いのまち鶴ヶ島活性化ビジョン」策定のため、公募した市民約40人による検討会を開催しています。

問合先 産業振興課商工労政担当



つるゴン

平成19年1月25日、鶴ヶ島のイメージキャラクターとして誕生。公募により命名される。「鶴(つる)」と脚折雨乞の「龍(ドラゴン)」に由来。



れるのではと思っています。

市長 健康づくりでいえば、ピクニックも普及させたいですね。食とウォーキングを組み合わせ、交流を楽しむようなピクニックは一人ではしませんし。

佐々木 ハイキングで山の頂上に行くと、そこでグループがお弁当を広げている。そういう景色は、当たり前のようありません。何かひと仕事をして、汗をかけた後にご飯を食べるといいのがある。

市長 遊びでもいいですね。

佐々木 遊びでもボランティア活動でもいい。麦踏みやサフランの収穫でも。鶴ヶ島流のピクニックがつけれますよ。

市民が支える「脚折雨乞」に



市長 今日脚折雨乞に象徴されるキーワード、文化、自然、絆、健康と、示唆に富んだ話になりましたが、やはり大切なのは本番。伝統行事としての「脚折雨乞」をしっかりやらなくはいけません。

平野 後継者の問題を心配される方もいて「どうなの脚折は」みたいなことも聞かれますが、「脚折による材料の確保、製作、渡御は変わらない」という話をしています。譲れない部分、核の部分は脚折の中でやっていくと。

市長 平成25年3月の「ふるさとイベン ト大賞」の受賞で、全国的にも知られるようになりました。今回はもっとたくさんの方が見に来る。警備も誘導もこれま

でと違う対応が必要になると思います。

平野 そうなると、裏方の警備や駐車場の確保が難しい問題となります。交代できるような体制をとりたいのですが、前回もそこまで協力をお願いするのが難しい現実がありました。

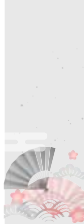
佐々木 警備などの裏方は、広くボランティア、サポーターを募って支えていく、そういう体制づくりが必要ですね。

市長 市民の皆さんが、何かの形でかわれる。そういう仕組みがあってもいいと思います。さらに、その次の2020年は東京オリンピックがあります。外国人の皆さんが押し寄せる可能性もある。そうなる対応の準備も必要です。

佐々木 まさにスケール感が変わってきますね。外国語が話せる人が必要になったり、サポーターの養成も必要です。

市長 2020年を考えた時、今回の雨乞いがまさにその試金石となります。市民一丸となって成功させたいですね。そして脚折雨乞を、鶴ヶ島を、世界へ発信できればと思います。

雨乞いに向けて



市長 それでは最後に新年への意気込みをお伺いします。

平野 まずは「雨乞いのまち鶴ヶ島活性化ビジョン」がどうなるか楽しみです。我々は、伝統行事「脚折雨乞」を引き続きしっかりとやり遂げます。脚折の人たち



龍神の解体では頭部にある金色の宝珠を我先にと奪い合う (写真：新達也さん)

だけではやり切れないところを市全体でサポートしてほしい。

佐々木 やはり市民の皆さんに見てほしいです。私は今度もまた家族で見に行きます。あの迫力にもう一度会いたい。息子の同級生たちも誘って、龍蛇の製作とか、朝の出発風景も見たい。それから、何かお手伝いができれば、さらに鶴ヶ島がふるさとなっていくと思います。

市長 「見たことがない」「よく知らない」という市民の皆さんに、「脚折雨乞はこんなに凄い」というのを知ってもらいたい、強くそう思います。今回の脚折雨乞は、2020年の東京オリンピックに向けてさらに注目が集まると思います。先を見据えて、世界へアピールできるような体制づくりを、保存会と市民の皆さんと一緒に進めていきたいです。非常に楽しみです。

今年は脚折雨乞の年

もう準備が始まっています！

問合先 生涯学習課文化財担当 ☎049・285・2194



写真：新達也さん

脚折雨乞は、国選択無形民俗文化財、市指定無形文化財に指定される江戸時代から継承されてきた伝統行事ですが、昭和39年を最後に一度途切れてしまいました。しかし、行事によって生まれる地域の絆を大切に思う住民によって「脚折雨乞行事保存会」が組織され、昭和51年に復活、以来現在まで大切に保存継承されています。

脚折雨乞の特徴は、長さ36メートル、重さ3トンもある「龍蛇」を作って雨乞いを行うことです。龍蛇は、白鬚神社前で麦わらと孟宗竹、荒縄によって作られます。雨乞行事当日、出発前の入魂の儀により「龍神」となります。この巨大な龍神を、300人の男たちが雷電池までの約2キロメートルを担いで練り歩きます。雷電池に到着すると、龍神を池に入れて、「雨降れたんじゃく、ここに懸かれ黒雲」と必死に叫び雨乞いを行います。雨乞行事は、池の中でクライマックスに達します。最後は龍神を一齐に解体。頭部に付けられた金色の宝珠を、我先にと競って奪い合う様子は、非常に豪快で見る者も圧倒されます。



平成 27 年 12 月
龍蛇の骨格となる竹の切り出し



平成 27 年 11 月
龍蛇の胴体に使う麦の種まき



平成 27 年 8 月
龍蛇製作講習会で、工程を確認

脚折雨乞と

川崎平右衛門



かわさきへい えもん
川崎平右衛門の肖像画

川崎平右衛門は、江戸幕府の8代將軍吉宗が行った『享保の改革』による新田開発に従事した代官で、鶴ヶ島を拠点として荒地の開墾を指導しました。

高倉地内にある史跡「川崎平右衛門陣屋跡」の石祠は、高倉をはじめ脚折新田や町屋新田など6ヶ村の農民たちが造立に参加し、川崎平右衛門への感謝の気持ちを込めて「川崎大明神」として祀ったものです。川崎平右衛門による新田開発が、脚折地域へも及んでいたことを示しています。

脚折地区で栽培されていた陸稲畑で育てる稲は、日照りが続く一番先に収穫への影響が懸念される作物であるため、脚折雨乞には、農家の切実な願いが込められていたことが分かります。

マイナンバーの利用が始まります

問合せ先 市政情報課番号制度担当

マイナンバーは、住民票がある全ての方に付番される12桁の番号です。

マイナンバーキャラクター
マイナちゃん



こんなときにマイナンバーを使います

・市役所などでの行政手続(社会保障、税、災害対策)の一部で使います。具体的な手続は、各担当までお問い合わせください。

例

税関係の減免申請
福祉関係の手当・給付の申請
福祉関係の資格取得や認定申請 など

・税や社会保険の手続きのために、勤務先や契約している保険会社、証券会社などへマイナンバーを提示する必要があります。

※知らない会社からマイナンバーを聞かれることはありませんので、注意してください。

マイナンバーを記載した書類などを提出するときは

なりすましなどによる被害を防ぐために、マイナンバーをご提示(各種申請書への記入など)いただく際には、マイナンバー確認と本人確認を実施します。皆さんの大切な個人情報を守るため、ご理解ご協力をお願いします。

本人確認

マイナンバー確認

個人番号カードを持っている場合は、1枚でOK!

(表)



(裏)



個人番号カードをお持ちでない場合

通知カード、
マイナンバー入りの住民票 など



運転免許証、パスポート など

※写真付きの身分証明書をお持ちでない場合は、健康保険証と年金手帳などの2つ以上の書類の提示をお願いします。

※代理人が手続きをする場合は、委任状や戸籍謄本などその資格を証明できるものが必要です。また、代理人の本人確認をします。

マイナンバー制度のスケジュール

平成27年10月

平成28年1月～

平成29年1月～

平成29年7月～

マイナンバーの通知開始
住民票がある方全員に付番され、通知カードが送付されました。

マイナンバーの利用開始
個人番号カードの交付開始

マイナポータルの運用開始
マイナンバーを含む自分の情報をいつ、誰が、なぜ提供したのか確認できる、自分専用のホームページです。行政機関からのお知らせも受け取れるようになります。

地方公共団体間での情報連携開始

行政機関の間で、必要な情報をやり取りすることで、これまで必要だった添付書類(住民票の写しや課税証明書など)の一部が省略できるようになる予定です。

通知カードがお手元に届いていない方は、市民課へお問い合わせください。

※10月5日以降に出生・引越しなどをされた方は、新たに通知カードを作成してから送付します。その場合は送付時期が遅れますので、ご了承ください。

もっと詳しく知りたい方は

マイナンバー総合フリーダイヤル(内閣官房コールセンター)

☎0120・95・0178(無料) 平日 9時30分～22時
(12月29日～1月3日を除く) 土・日曜日、祝日は17時30分まで

◇一部IP電話などで上記ダイヤルにつながらない場合(有料)

☎050・3816・9405(マイナンバー制度に関すること)

☎050・3818・1250(通知カード・個人番号カードに関すること)

◇For foreigners(英・中・韓・スペイン語、ポルトガル語)

☎0120・0178・26(マイナンバー制度に関すること)

☎0120・0178・27(通知カード・個人番号カードに関すること)

◇政府広報
オンライン



◇内閣官房
ホームページ



個人番号カードの交付申請について

個人番号カードは、公的な身分証明書として利用できる顔写真付きのカードです。カードを希望する方は、通知カードに同封された申請書により郵便で申請できます。

申請から受け取りまで

①郵便またはインターネットで申請をします。
※スマートフォンやパソコンからも申請できます。

②お渡しの準備が出来たら、市役所からお知らせします。
→交付通知書(はがき)が郵便で届きます。

③カードの受け取りに、市役所へ行きます。

- 持ち物
- 1 交付通知書(はがき)
 - 2 通知カード
 - 3 本人確認書類(運転免許証など写真付きのものは1点、健康保険証など写真なしのものは2点お持ちください。)
 - 4 住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)

暗証番号について

個人番号カードには最大「4つ」の暗証番号を設定しますので、あらかじめ考えておいてください。

- ①署名用の電子証明書
- ②利用者証明用の電子証明書
- ③住民基本台帳用のアプリ
- ④券面事項入力補助用のアプリ



英数字6文字以上16文字以内。(英語の大文字(A~Z)と数字(0~9)の両方を組み合わせたもの。)

数字4桁です。(②③④は同じものでも可。)

大切なカードですので、**受け取りは必ず本人がお越しください。**なお、病気や身体の障害などのやむをえない理由があり、お越しになることが難しい場合は、事前にご相談ください。

こんなときは、市役所へ通知カード・個人番号カードをお持ちください。

- ・住所や氏名などに変更があった場合
- ・社会保障、税、災害対策の手続きで必要な場合

問合先 市民課住民記録担当

マイナンバー制度に便乗した手口にご注意ください！

「個人番号カードの申請を代行する」などと言って、市役所が通知カードや銀行の通帳などを預かることは一切ありません。通知カードをむやみに他人に渡さない！

マイナンバーの関連であることをかたったメールが送られてきた場合、自分の勤務先など送付者が明らかなものを除き、安易に開封しない！

不審に思ったら

- ◆不審な電話は、一旦切ってから、自分で調べた番号へ電話するようにしましょう。
- ◆内容によっては、ひとりで悩まず下記の相談窓口をご利用ください。

マイナンバー制度全般のご相談はこちら

マイナンバー総合フリーダイヤル(内閣官房コールセンター)
☎0120・95・0178(無料)

不審な電話などを受けたらこちら

消費者ホットライン ☎188(いやや！)
警察 相談専用電話 ☎#9110

マイナンバーが含まれる個人情報(特定個人情報)の取扱に関する苦情はこちら

個人情報保護委員会 苦情あっせん相談窓口
☎03・6441・3452

電話やメール、訪問などにより、マイナンバーの安全管理対応の困難さなどを過度に誇張した商品販売や、不正な勧誘などには十分注意してください。

マイナンバーの通知や利用、個人番号カードの交付などの手続きで、国の関係省庁や地方公共団体などが、口座番号や口座の暗証番号、所得や資産の情報、家族構成や年金・保険の情報などを聞いたり、お金やキャッシュカードを要求したりすることは一切ありません。ATMの操作をお願いすることも一切ありません。こうした内容の電話や手紙、訪問には応じない！



「あなたの名前やマイナンバーを貸してほしい」といった依頼は詐欺の手口です。こうした手口で、人を欺くなどして、他人のマイナンバーを取得することは法律により罰せられます。なお、不正な提供依頼を受けて自分のマイナンバーを他人に教えてしまっても、刑事責任を問われることはありません。

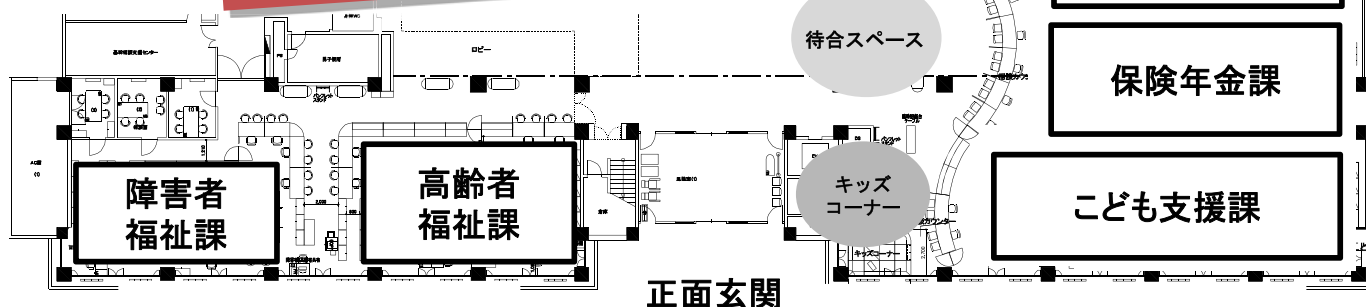
新しい窓口でお迎えします!

1月から、市民サービスの向上と事務の効率化をめざし、新たな形の窓口サービスをスタートします。

問合先 秘書政策課政策担当



1階のレイアウト



手続きが便利に

～今後の高齢化などを見すえ、利用者である市民の視点に立った窓口～

■複数の証明書を1か所で発行

住民票の写し、印鑑登録証明書、戸籍謄本・抄本、各種税証明は、1つの窓口で受け取ることができます。

■住民異動に伴う事務手続きを集約化

転入、転出、婚姻、出生などの異動に伴う手続きの多くが、1つの窓口で効率的に済ますことができます。

■関連性の高い課を近接かつ効率的に配置

関連性の高い課を、近接配置型のレイアウトとすることで、一連の手続きがスムーズに行えます。

市役所が快適に

- 各課の案内サインを色分けし、大きくわかりやすくします。
- 窓口カウンターはプライバシーに配慮します。
- 座って記入できるロータイプの記載台と窓口カウンターを増設します。
- LED照明を設置し、明るさを確保します。
- 交流スペースにカフェコーナー、図書コーナー、健康コーナーを設置します。
- キッズコーナーに授乳室・キッズチェアなどを設置します。

1月から鶴ヶ島市生活サポートセンターが6階へ移転します

鶴ヶ島市生活サポートセンターは、障害者基幹相談支援センターと生活困窮者自立相談支援センターの機能を持ち、市内にお住まいの方の、日常生活や仕事などの困りごとなど、様々な相談を受け付けています。

相談は無料で、秘密厳守、ご家族や地域の方などからの相談も受け付けています。また、窓口相談のほか、訪問などによりお話を伺うこともできます。

相談例

- 仕事が見つからない、続かない
- お金がなく、食べるものもなく、生活が苦しい(借金、公共料金の滞納など)
- 買い物に行きたいけど、一人では行けない
- ヘルパーさんを利用したい
- 車イスなど福祉用具を教えてほしい

問合先 鶴ヶ島市生活サポートセンター
(☎049・277・4116)

確定申告の日時・会場

申告会場の日程は次のとおりです。詳細については2月号広報紙でお知らせします。

問合先 税務課市民税担当、川越税務署 (☎049・235・9411) ダイヤル後、自動音声案内に従ってください。

会 場	受付日	受付時間
北市民センター	2月3日(水)	9時30分～ 11時30分、 13時～16時
南市民センター	2月4日(木)	
富士見市民センター	2月5日(金)	
大橋市民センター	2月8日(月)	
西市民センター	2月9日(火)	
鶴ヶ島市役所 1階ロビー受付会場	2月16日(火) ～3月15日(火) ※日曜日を除く	平日／9時～ 11時、13時 ～16時 土曜日／9時 ～12時
川越税務署 (川越市並木452-2) ※駐車場が狭いため混雑しますので、公共交通機関をご利用ください。	2月16日(火) ～3月15日(火) ※平日のみ受付。 ただし、2月21日 (日)、2月28日(日) は受付	9時～17時 (受付／8時 30分から)

※平成27年分の確定申告から、東上パールビル(川越市内)の申告相談会場は、開設されませんのでご注意ください。

社会保険料控除明細(確定申告用)の送付

国民健康保険税納税義務者、後期高齢者医療制度被保険者および介護保険被保険者を対象に、平成27年1月1日～12月31日までの納付済額をお知らせする「社会保険料控除明細(確定申告用)」を1月下旬に発送します。国民健康保険税、後期高齢者医療保険料および介護保険料は、社会保険料控除として確定申告などで申告することができますのでご活用ください。

問合先

国民健康保険税／保険年金課国民健康保険担当
後期高齢者医療保険料／保険年金課高齢者医療担当
介護保険料／高齢者福祉課介護保険担当
申告／税務課市民税担当

平成28年度競争入札 参加資格審査申請の追加受付

平成28年度に一部事務組合が発注する建設工事、設計・調査・測量、物品・その他業務委託などの入札または見積りに参加しようとする業者は、競争入札参加資格審査の申請をして、資格者名簿に登録されることが必要です。

一部事務組合では、この登録名簿により業者を選定します。登録を希望する業者は、次のとおり申請をしてください。なお、平成27年2月に申請している業者は、今回の申請は必要ありません。

●坂戸、鶴ヶ島水道企業団●

受付期間 2月1日(月)～12日(金)9時～11時30分、13時～16時(土・日曜日、祝日を除く)

受付場所 坂戸、鶴ヶ島水道企業団庶務課財政担当窓口

提出方法 持参のみ(郵送不可)

申請要領 水道企業団のホームページ(<http://www.sakatsuru-suido.or.jp>)からダウンロードしてください。

問合先 坂戸、鶴ヶ島水道企業団庶務課財政担当(☎049・283・1957)

●坂戸、鶴ヶ島下水道組合●

受付期間 2月1日(月)～12日(金)9時～11時30分、13時～16時(土・日曜日、祝日を除く)

受付場所 坂戸、鶴ヶ島下水道組合総務課窓口

提出方法 持参のみ(郵送不可)

申請要領 下水道組合ホームページ(<http://www.stgesui.or.jp>)からダウンロードしてください。

問合先 坂戸、鶴ヶ島下水道組合総務課(☎049・283・2051)

●坂戸・鶴ヶ島消防組合●

受付期間 2月1日(月)～12日(金)9時～11時30分、13時～16時(土・日曜日、祝日を除く)

受付場所 坂戸・鶴ヶ島消防組合庶務課

提出方法 持参のみ(郵送不可)

申請要領 消防組合ホームページ(<http://www.sakatsuru119.jp>)からダウンロードしてください。

問合先 坂戸・鶴ヶ島消防組合庶務課庶務担当(☎049・281・3118)

20歳になったら

国民年金

国民年金とは

国民年金は、日本に住んでいる20歳から60歳までのすべての方が加入することになっており、老後の所得保障だけでなく、加入期間中の死亡や障害といった不慮の事故などへの保障を含んでいる制度です。

20歳になったら届出を

20歳になると日本年金機構より加入の届出書が郵送されますので、必要事項を記入し、市役所へ届出をお願いします。ただし、20歳前に就職して厚生年金などに加入している方、またはその配偶者に扶養されている方の加入手続きは不要です。

支払いの猶予制度について

学生の方や収入が少なく保険料の納付が困難な方には、「学生納付特例」や「若年者納付猶予」など保険料の支払いを猶予する制度がありますので、国民年金の加入手続きと併せて申請してください。なお、若葉駅前出張所では申請できません。

問合先 保険年金課国民年金担当

❄️❄️❄️ 大雪に備えましょう ❄️❄️❄️

平成26年2月の大雪では、鶴ヶ島市を含め関東甲信地方は、記録的な大雪に見舞われました。今冬の大雪対策は万全ですか？大雪は不定期に発生するものですが、備えあれば憂いなしです。

建物の雪害対策

平成26年の大雪で、本市ではテラスやカーポートなどの建物被害が複数報告されました。被害を防ぐために、事前に対策をとっておくことが有効です。

◆テラスやカーポートなどは、雪の重みによる倒壊を避けるため、補助棒で支えるなどして、耐雪化に取り組みましょう。

◆テラスやカーポートなどの雪下ろしを定期的に行い、被害が大きくなるのを防ぎましょう。

◆スコップなどの除雪用具を事前に準備しておきましょう。

雪による事故やけがの防止

雪による人的被害については、歩行中の転倒や自動車のスリップ事故などが考えられます。

◆テレビやラジオ、インターネットなどで最新の気象情報を確認しましょう。

◆雪に関する警報が発令されたときは、外出は控えましょう。

◆万が一、車で外出中に立ち往生した場合に備え、使い捨てカイロ、毛布、タイヤチェーンなどを車の中に入れておきましょう。

日頃からの準備を

雪に備えて、懐中電灯やラジオ、食料、飲料水などの準備をしておきましょう。これは、雪のときだけではなく、地震やその他の災害にも有効です。

自宅周辺や道路の雪かきにご協力をお願いします。

問合先 安心安全推進課防災担当

平成28年鶴ヶ島市成人式

市では、新成人の皆さんをお祝いし、成人式を行います。

対象 平成7年4月2日から平成8年4月1日に生まれた方

期日 平成28年1月10日(日)

対象	会場	時間
鶴ヶ島中学校校区の方	北市民センター	式典／14時～ 成人のつどい／ 14時30分～
西中学校校区の方	西市民センター	
南中学校校区の方	大橋市民センター	
藤中学校校区の方	南市民センター	
富士見中学校校区の方	富士見市民センター	

※案内はがきは12月上旬に発送しました。届かなかった方は、下記問合先までご連絡ください。なお、はがきをお持ちでない場合でも成人式には参加いただけます。

※手話通訳者は各会場に配置します。

※成人者のつどいは、公募した各会場区の実行委員が内容を企画・実施するもので、当時の恩師を招いての歓談などを行う予定です。

問合先 東市民センター(☎049・286・3357)



市庁舎ホールの広告を募集します！

市では、広告掲載による地元業者の育成・振興や広告掲載料による自主財源の確保を目的として、広報紙や各施設に有料広告の掲示をしています。今回、市庁舎ホールの有料広告枠に空きができたため、広告を募集します。

掲示場所 市役所1階ホール

掲示方法 ポスター形式

受付期間 1月4日(月)～22日(金)※土・日曜日、祝日を除く。

掲示期間 平成28年3月1日～平成29年2月28日(1年間)

※ただし、掲載者が希望する場合は、1か月単位とすることができます。

規格 縦1030mm×横1456mm

募集枠数 2枠

掲示料金 9万円(1年間分。1か月単位の場合、月額7500円)

掲示決定 受付後、内容を審査し掲示可否について通知します。

※枠数以上の申し込みがあった場合は、内容審査後に抽選。

掲示できないもの

○市の公共性、中立性およびその品位を損なうおそれのあるもの

○「風俗営業等の規制及び業務の適正化等に関する法律第2条」に規定する営業に該当するもの

○公の秩序または善良の風俗に反するおそれのあるものなど
※このほかにも「有料広告掲載等取扱要綱」により、掲載できない場合もあります。詳しくは市ホームページをご覧ください。

市内各施設や学校給食献立表の広告枠も随時募集していますので、掲載希望の方は、各施設までお問い合わせください。また、詳しい規格、掲載料などは市ホームページに掲載しています。

申込・問合先 申込書類と広告の原稿を持参のうえ、財政課財産管理担当

空き家等の適正管理に関する協定を締結

公益社団法人鶴ヶ島市シルバー人材センターと「空き家等の適正管理に関する協定」を締結しました。

この協定により、市とシルバー人材センターが相互に連携・協力をして市内の空き家などの適正な管理を推進することにより、良好な生活環境の保全および安全で安心して暮らせるまちづくりを進めます。

○市の役割

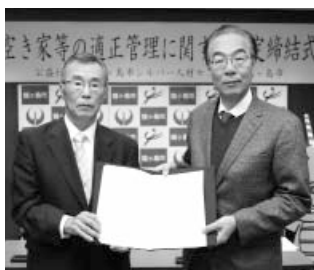
・空き家などの所有者から空き家などの管理について相談を受けた場合、シルバー人材センターを紹介します。

・広報紙、ホームページなどによりシルバー人材センターが行う空き家等管理業務の周知を行います。

○シルバー人材センターの役割

・空き家などの所有者との契約を行い、空き家の見回り点検、除草、伐採などを行います。

問合先 安心安全推進課交通安全・防犯担当



第36回鶴ヶ島市文化祭秀作集

短歌

市長賞

桐の木の堂堂たるや一本の鎮もり咲ける紫の花

教育長賞

生垣に木香薔薇の咲きみちてやさしき人の住んで居るらし

文団連会長賞

コスモスの細く尖れる黒き種子来春までのいのちをしまふ

佳作

鏡澄み心もすみて今朝の吾目もと母似の顔よしとして

高原の霧の流れ来る速さ山を隠してまた走り去る

窓ガラスに幼子の手跡残りいておとぎの国へわれを誘う

栗の木がマリモのごとく実をつけて夏の陽を受け緑濃くなる

五〇年前われが職せし地旭川留萌紋別妻に見せたき

俳句

兼題「秋晴」「新蕎麦」

市長賞

市議会議員賞

教育長賞

佳作

品書きの文字美しき走り蕎麦

走り蕎麦先づは素味で啜りけり

秋晴や野に生涯の鋤振るふ

一徹を貫く父の走り蕎麦

秋晴の白壁眩し姫路城

秋晴や和紙漉く手にも光満つ

秋晴や古本市の小賑はひ

平凡に生きる幸せ秋晴れて

新蕎麦や小諸七兵衛縄暖簾

秋晴のラジオ体操空に伸ぶ

女には女の話秋晴るる

秋日和いたわり合ひて二人連れ

源泉を運ぶ秩父路秋の晴れ

落柿舎の句会座敷や秋日和

脚折

末永 アエ

太田ヶ谷

岸田 保子

脚折町

西田 行子

太田ヶ谷

岸田 武久

藤 金

門田 延子

下新田

南雲ミサオ

脚折町

加瀬 壽子

下新田

南雲 志郎

上広谷

富田 敏夫

脚折町

高篠 勇夫

脚折

安斉 和子

町屋

福島 一男

藤 金

佐々木幸子

上新田

岩淵 滋

上広谷

石黒 弘子

脚折

福田 秀雄

上広谷

加賀富美江

川越市

吉沢 仙水

藤 金

山田 勝二

松ヶ丘

諸橋ふじの

鶴ヶ丘

永井 陽子

下新田

篠崎ちよ子

藤 金

山田賀寿子

第41回鶴美展受賞者

県知事賞

該当者なし

市長賞

岸田 保子(絵画)

議長賞

金竹 幸生(工芸)

教育長賞

木村 達弥(写真)

文化団体連合会会長賞

栗田 光岳(書)

美術協会会長賞

志野 幸治(写真)

田中美知子(書)

加藤 智美(絵画)

三田 美恵(工芸)

奨励賞

石井 幸神(書)

天野 翔華(書)

久保 光子(絵画)

阿部 淑江(絵画)

清水 隆雄(工芸)

大野 幸子(工芸)

加添 茂樹(写真)

中村 光男(写真)



市長賞の作品

おめでとうございます

「第30回国民文化祭・かごしま2015」川柳大会において、吉澤泰而さん(鶴ヶ丘)が「鹿児島県教育委員会賞」を受賞されました。

受賞作品

ほがらかを杖に千里の夢を追う

問合先 生涯学習課社会教育担当

一般職非常勤職員の登録者を募集します

平成28年度中に勤務する一般職非常勤職員を募集します。一般職非常勤職員は、まず登録をしていただき、職種に欠員が生じた際に登録者の中から面接試験などを行います。

報酬 月額または時間額により支給、職種や勤務時間により異なります。

任用期間 最長1年(勤務実績により再度の任用あり)

通勤費 通勤距離や通勤日数に応じて支給します。

保険 勤務時間に応じて社会保険・雇用保険の加入があります。

申込み 市役所3階人事課で配布する登録用紙(市ホームページからもダウンロード可)に必要事項を記入し、資格要件が必要な職種は資格証明書の写しを添えて、下記提出先へ直接または郵送で提出してください。複数の職種に希望される場合は、希望職種を明記し、第一希望の職種の提出先に提出してください。なお、登録は随時行ないますが、4月1日からの勤務については1月29日(金)までにお申込みください。

●市役所その他施設勤務(提出先:市役所3階 人事課)●

職 種	1時間あたりの報酬 (月額報酬)	週の勤務日数 (1日の勤務時間)	必要な資格・経験など	主な職務内容	問合先
事務職員 (学校勤務を除く)	820円 (13万円)	週5日 (7.5時間) ※業務により異なる	特になし	パソコン入力、 窓口業務など	人事課人事担当
生活支援員	1370円	週4日 (7時間)	保健師、介護支援専門員、 介護職員初任者研修 課程修了者など	高齢者の安否確認 や生活相談など	高齢者福祉課
要介護等認定調査員	1500円	週4日 (7時間)	いずれか必須(介護福祉士、 社会福祉士、介護支援 専門員、看護師、保健師)	要介護等認定申請 者の面接調査	

●市内公立保育所勤務(提出先:市役所1階 こども支援課)●

職 種	1時間あたりの報酬 (月額報酬)	週の勤務日数 (1日の勤務時間)	勤務場所	必要な資格・ 経験など	問合先
栄養士	(21万5000円)	週5日 8時30分～17時 (7.5時間)	鶴ヶ島東部保育所	栄養士	こども支援課 保育担当
調理員	(14万円)	週5日 8時30分～17時 (7.5時間)	鶴ヶ島保育所	特になし	
用務員	(13万円)	週5日 8時30分～17時 (7.5時間)	鶴ヶ島保育所	特になし	

●小・中学校、教育センター(提出先:市役所5階 教育総務課)●

職 種	1時間あたりの報酬 (月額報酬)	週の勤務日数 (1日の勤務時間)	勤務場所	必要な資格・ 経験など	問合先
事務職員(学校勤務)	820円	週5日 (5.5時間)	鶴ヶ島第一小学校 鶴ヶ島第二小学校 新町小学校 杉下小学校 長久保小学校 栄小学校 藤小学校 南小学校 鶴ヶ島中学校 藤中学校 富士見中学校 西中学校 南中学校	パソコンができる方	学校教育課 学務担当
学習支援員	1070円	週5日 (7時間)		教員免許を有する方	学校教育課 指導担当
小学校算数学力 向上支援員	820円	週3～5日 (2時間程度)		算数の基礎的な内 容を児童に教える ことができる方	
司書 (学校図書館勤務)	900円	週5日 (4時間)		司書、司書教諭の 資格取得者または 資格取得予定者	中央図書館 (049・271・3001)
学級運営補助員	900円	週5日 (7時間)		学校教育に理解があ り、学校の教育方針 に従って職務に専念 できる健康な方	教育センター (049・287・3858)
さわやか相談員	1070円	週5日 (5時間)	教育センター	学校教育に理解が あり、相談に関し ての知識や経験を 有する方	
教育相談員	(14万3000円)	週5日 (7.5時間)			
小・中学校巡回相談員	900円	週5日 (7.5時間)	教育センターおよび 上記の小・中学校		
臨時講師	900円	週5日 (7.5時間)			
アペルト指導員 (適応指導教室)	900円	週5日 (7.5時間)	教育センター	教員免許を 有する方	

※長期休業日があるときは勤務日数が変則となります。

※登録用紙に職務履歴が収まらない場合は別紙をつけてください。

※面接の日程などをお知らせしますので、登録用紙に連絡先を明記してください。



まちなかトピックス



サフラン摘みを楽しむ

11月22日、農業交流センターで板橋区との農山村交流事業が行われました。板橋から参加した50人ほどの親子が、ひもかわうどん作りやサトイモの収穫、サフランのメシベ摘みなど、この時期、鶴ヶ島でしかできない体験を楽しみました。



交流から絆づくりへ

11月28日、新町小学校の体育館で鶴ヶ島市第四地区青少年健全育成推進協議会による「地域交流フェスティバル」が行われました。イベントには埼玉県警察音楽隊およびカラーガード隊が出演、地域の子どもから大人まで楽しく交流を図りました。



東洋大スピリッツで優勝を!!

12月4日、箱根駅伝で東洋大学を4回の優勝に導いた酒井俊幸さん(陸上競技部長距離部門監督)を講師に迎え、鶴ヶ島市・東洋大学連携スポーツ講習会が行われました。同大学は今年も箱根駅伝に出場し、優勝を目指します。応援しましょう!



目指せ!! なでしこジャパン

杉下小6年の神立美百合さん(FC鶴ヶ島)が、第1回竹内悌三賞の優秀賞を受賞し、審査委員長の川淵三郎日本サッカー協会最高顧問から賞状などが贈られました。神立さんは、なでしこリーグチームのjrユース入りも内定。夢を追い続けます。



選考委員5人による選考会の様子

エンブレム鶴ヶ島案を応募しました!

「東京五輪、パラリンピック」および「鶴ヶ島市スポーツ大好き!!」エンブレムデザイン原案を募集したところ、総数536点の応募がありました。選考の結果、選ばれた1作品を清書し、東京五輪組織委員会へ応募。市のエンブレムは清書が終了し次第、発表します。



よ〜いしょ、ぺったんこ!

12月9日、鶴ヶ島保育所で行われた冬の恒例行事、お餅つき。子どもたちは「よ〜いしょ!」の掛け声とともに元気よく杵を振り上げお餅をつきました。きなこ餅やあんこ餅、色々な種類を楽しみました。



出かけてみませんか

▶チャリティー唄と踊りとダンスの発表会 日時／1月31日(日) 12時30分～15時30分(12時開場) 場所／西市民センター 参加費／無料 申込み／不要 連絡先／高野 ☎049・286・6952

▶終活無料相談会 日時／1月13日(水) 14時～16時 場所／市民活動推進センター 申込み／不要 連絡先／吉田行政書士事務所 ☎049・299・6048

▶演劇集団大河第14回公演「雪やこんこん」 日時／2月12日(金) 19時～、13日(土) 14時～、18時30分～、14日(日) 13時～ 場所／西市民センター 入場料／1200円、当日

券1500円 申込・連絡先／佐藤 ☎080・1254・3803

参加してみませんか

▶鶴ヶ島市障害者支援ネットワーク交流会 日時／1月31日(日) 13時～16時(12時30分受付) 場所／南市民センター 参加費／200円 申込み／新井 ☎090・2325・4116

▶一から始める俳句講座 日時／2月7日～4月17日第1・3日曜日14時～16時 場所／坂戸駅前集会施設 参加費／1回500円(教材費) 申込み／塩野 ☎049・281・2842

▶日本研究プログラム参加学生受け入れのホストファミリー募集 対象／朝・夕食提供、1部屋提供できる家庭 日時／4月9日(土)～8月7日(日)(予定) 申込・問合先／1月15日(金)までに東京国際大学国際交流課JSP担当入川 ☎049・277・5878

仲間になりませんか

▶鶴西太極拳クラブ 日時／毎週金曜日13時30分～15時30分 場所／西市民センター 連絡先／清野 ☎049・285・9102

▶ダヴィンチ・コードを英語で読む会(文学研究) 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

▶鶴ヶ島剣友会(剣道) 対象／5歳～15歳位 日時／①毎週火曜日18時～20時②毎週土曜日17時～19時 場所／①海洋センター②鶴ヶ島第二小学校 連絡先／橋本 ☎049・287・5678

▶鶴ヶ島囲碁サロン 日時／毎週土曜日13時～17時 場所／南市民センター 連絡先／山本 ☎049・286・1713

▶パピーイングリッシュサークル(英会話) 日時／毎週木曜日10時～12時 場所／北市民センター 連絡先／石川 ☎049・284・5649

▶ナニモエ・プアラニ(フラダンス) 対象／成人女性 日時／毎週火曜日13時～15時 場所／北市民センター 連絡先／木村 ☎090・5528・0614

募集

INFORMATION

市役所からのお知らせ

平成28年度中学校英語教員

中学校英語教員を希望される方は、一般非常勤職員の登録をさせていただきます。試験などを行っていただきます。

対象 中学校英語教員免許所持者または今年度中に取得見込み

の方

内容 中学校英語の指導および小学校外国語活動の支援

試験日 1月16日(土)

試験会場 藤小学校

募集人員 5人

勤務時間 月々金曜日(1日7時間30分(予定))

月額報酬 23万8000円(予定)

通勤手当 通勤距離および通勤日数に応じて支給(上限あり)

その他 超過勤務手当あり。社会保険・雇用保険に加入

申込み 1月8日(金)までに市ホームページの募集要項を確認の上、学校教育課指導担当



メニューは何にしようかな♪
篠原唯良ちゃん (鶴ヶ丘・11か月)



算数学力向上支援員

子ども好きな方、小学校で算数学力向上支援員として働いてみませんか。

対象 算数の基礎的な内容を教えることができる65歳未満の方

内容 放課後の時間に小学校で算数の補習学習の支援

募集人員 1人

勤務先 新町小学校

勤務時間 月～金曜日の放課後で週3日(1日2時間)

時給 820円

通勤手当 通勤距離および通勤日数に応じて支給(上限あり)

申込・問合せ先 学校教育課指導担当

統計調査員希望者

統計調査に従事していただく調査員の希望者を募集します。登録された方には、統計調査の規模や対象地区に応じて、調査活動を依頼します。

対象 市内在住の20歳以上の健康な方(税務、選挙、警察に直接関係のない方)

内容 国および埼玉県が実施する統計調査の調査員として、調査に従事します。調査員は、地図などをもとに受持ちの調査区を巡回し、調査票の配付・回収

を行います。

登録期間 平成28年4月1日～平成30年3月31日(2年間)

募集人数 20人程度

その他 統計調査に従事した調査員に対して、調査の内容に応じて、報酬が支払われます。

申込み 市政情報課統計担当で配付している履歴書に必要事項を記入し、写真を貼付の上、1月29日(金)17時までに提出してください。履歴書は、市ホームページからもダウンロードできます。

各種選挙における投票立会人

選挙管理委員会では、多くの皆さんに政治や選挙に関心をもつていただき、選挙をもっと身近なものに感じてもらえるよう投票立会人として登録される方を募集しています。投票立会人とは、有権者の代表として、投票が公正・適正に行われているか見守る方です。

要件 市の選挙人名簿に登録されている方

申込み 市役所3階の選挙管理委員会および市ホームページにある「投票立会人登録申込書」に必要事項を記入し、選挙管理委員会に提出してください。

男女共同参画週間行事

「ハーモニーふれあいウィーク」企画参加者

対象 男女共同参画に関する催事・展示などを自ら企画し、行事の中で実施する団体・個人

開催予定日 6月24日(金)、25日(土)

申込み 3月5日(土)までに、市内公共施設および市ホームページにある参加票に記入し、直接女性センター(☎049・287・4755)(祝日を除く火・土曜日)

市民農園の利用者

利用料金 年額5000円

区画面積 30㎡

下新田農園の申込み 往復はがきで「下新田農園利用希望」と明記し、住所、氏名、電話番号を記入の上、1月25日(月)までに、鶴ヶ島市シルバー人材センター(〒350-2221 3 脚折1562-1-1)(抽選)

※下新田農園の運営は、今回の契約から、鶴ヶ島市から鶴ヶ島市シルバー人材センターに変更となります。

太田ヶ谷・五味ヶ谷市民農園の申込み 鶴ヶ島市シルバー人材センターに直接ご確認ください

い。(☎049・285・8172)

問合せ先 産業振興課農政担当

教室**野球教室**

対象 市内在住在学の中学生・高校生(市内中学校部活動団体も参加予定)

日時 2月14日(日)9時～13時(8時30分受付)

場所 東洋大学硬式野球グラウンド(雨天時は屋内練習場)

内容 東洋大学硬式野球部選手による基礎練習(打撃・守備など)

持ち物 グローブ、バット、飲み物。服装はユニフォームなど。トレーニングシューズまたはスパイクシューズを着用

申込み 1月29日(金)までに、NPO法人鶴ヶ島市体育協会事務局に直接または電話で(市役所5階☎049・277・5199)



教室

子育てセンター 子育て講座「パパ！いつしよにあそぼ！」

対象 市内在住の1歳～未就園児と父親
日時 1月17日(日)10時30分～11時30分
場所 女性センター
内容 親子で体を使った遊びや新聞紙遊びを楽しみましょう。
定員 15組30人程度(申込順)
参加費 無料
持ち物 動きやすい服装、飲み物
申込み 1月7日(木)9時から鶴ヶ島子育てセンター(鶴ヶ島保育所内)に直接または電話で(☎049・286・7201)
対象 市内在住在勤の方
日時 1月29日(金)10時～12時
場所 西市民センター
講師 かえるこはうす
内容 かぎ針を使って毛糸の帽子を作ります。
定員 30人(申込順)
材料費 1000円
持ち物 かぎ針10号(ある方)、

筆記具
申込み 1月6日(水)から西市民センターに直接または電話で(☎049・286・7899)
対象 全日程出席できる方、初めての方優先
日時 1月28日(木)12時30分～15時、29日(金)13時～15時、30日(土)9時～15時
場所 農業交流センター
定員 15人(抽選)
参加費 1500円程度
持ち物 三角巾・エプロン・ゴム手袋(厚手)
申込み 1月21日(木)(必着)までに往復はがき(1人1通)に住所、氏名、電話番号を記入し、

サークル活動地域還元講座「社交ダンス教室」座「社交ダンス教室」

日時 2月21日、28日の日曜日13時～15時(全2回)
場所 北市民センター
定員 20人(申込順)
参加費 無料
持ち物 履きなれた靴(運動靴)、動きやすい服装
協力 鶴ヶ島ダンスクラブ
申込み 1月7日(木)9時から直接または電話で北市民センター(☎049・287・0251)
対象 全日程出席できる方、初めての方優先
日時 1月28日(木)12時30分～15時、29日(金)13時～15時、30日(土)9時～15時
場所 農業交流センター
定員 15人(抽選)
参加費 1500円程度
持ち物 三角巾・エプロン・ゴム手袋(厚手)
申込み 1月21日(木)(必着)までに往復はがき(1人1通)に住所、氏名、電話番号を記入し、

手作り味噌講習会

対象 全日程出席できる方、初めての方優先
日時 1月28日(木)12時30分～15時、29日(金)13時～15時、30日(土)9時～15時
場所 農業交流センター
定員 15人(抽選)
参加費 1500円程度
持ち物 三角巾・エプロン・ゴム手袋(厚手)
申込み 1月21日(木)(必着)までに往復はがき(1人1通)に住所、氏名、電話番号を記入し、

農業交流センター「手作り味噌講習会」係(〒350-2223高倉534-3 ☎049・279・3335)
第11期つるがしま文化塾(第7講)
「作って食べよう！」
 鶴ヶ島市国際交流協会の方に中国料理を教えてください。
対象 市内在住在勤の方
日時 1月26日(火)10時～14時
場所 農業交流センター
講師 太田妙珍さん(国際交流協会)
定員 30人(申込順)
参加費 600円程度(材料費)
メニュー スープ餃子、肉詰めレンコンのあんかけ他
持ち物 エプロン、三角巾、フキン
申込み 1月20日(水)までに市民活動推進センターに直接、電話またはメールで(☎049・272・5900)shininkatudou@coco-on.jp
栄養改善教室「食と認知症」～おいしい食事で健康脳～
対象 市内在住で65歳以上の方
日時 1月27日(水)10時～11時30分

場所 女性センター
講師 池田祐子さん(関越病院栄養科・管理栄養士)
内容 高齢者の認知症予防につながる食についての学習。低栄養予防・減塩食を取り入れたバランスの良い食事作りと汁物の試食。
定員 30人(申込順)
参加費 無料
持ち物 筆記具
申込み 1月4日(月)から地域包括支援センターかんえつに直接または電話で(☎049・285・7877)
家族介護教室「排泄介助について」介助の方法や排泄アイテム選び
対象 市内在住の家族介護者や在宅での介護を学びたい方
日時 1月27日(水)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 野呂千鶴さん(医療福祉アドバイザー)
定員 15人(申込順)
参加費 無料
持ち物 動きやすい服装、室内履き、筆記具
申込み 1月6日(水)から特別

養護老人ホームみどりの風鶴
ヶ島に電話で(☎049・299
・6056)

男性家族介護教室

「身体ばかりか健康体操
〜日頃の疲れをリフレッシュ
〜できるセルフケア〜」

対象 市内在住で、家族介護者
や介護に関心を持つ男性(定員
に満たない場合女性も可)

日時 1月26日(火)10時〜11時30
分

場所 富士見市民センター

講師 デイサービスベルグルー

生活相談員

内容 足浴、軽体操、マッサー
ジなど

定員 10人(申込順)

参加費 無料

持ち物 タオル 筆記具

申込み 1月6日(水)から電話
でデイサービスベルグルー(☎
049・287・8896)

「ブレインジム入門〜脳を
より良く働かせるエクサ
サイズ〜」



簡単な体操とポーズで心と身
体の健康、ストレス緩和、認知
症予防になるのがブレインジ
ムです。

日時 1月30日(土)9時50分〜12
時

場所 富士見市民センター
講師 かいつかなおみさん(ブ
レインジムインストラクター)

定員 50人(申込順)

参加費 無料

持ち物 水、タオル、筆記具

保育 6か月以上、6人まで

申込み 1月6日(水)から富士見
市民センターに直接または電話
で(☎049・287・1661)

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、認知症の人
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
お渡しします。

対象 市内在住在勤の方

日時 1月31日(日)10時30分〜12
時

場所 市役所5階会議室

定員 50人(申込順)

参加費 無料

申込み 1月27日(水)までに高齡
者福祉課地域包括ケア推進担当

城西健康市民大学「一日
体験入学」ウォーキング
〜基本種目の復習〜

対象 城西大学近隣市町村在住
在勤の方

日時 2月6日(土)9時30分〜12
時

場所 城西大学総合グラウンド
および総合体育館アリーナ

講師 平塚潤さん(城西大学経
営学部准教授)

定員 20人(申込順)

参加費 無料

申込み 1月12日(火)から29日(金)
までに電話で城西健康市民大学
で(☎049・271・7713)

南市民センター地域課題
講座「知っておきたいマ
イナンバー制度・利用に
あたっての注意点」

日時 1月24日(日)10時〜11時30
分

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(☎0
49・287・0235)

外国の方のための日本文化の紹介 (謡曲仕舞体験)

鶴ヶ島市国際交流協会では、日本
で暮らす外国の方に日本の文化に親し
んでいただくための、「謡曲仕舞体験」
を行います。通訳の必要な方はご相談
ください。

対象 外国籍の方

日時 1月24日(日)13時〜15時

場所 南市民センター(集会室)

定員 15人(申込順)

参加費 無料

その他 着物を着られます

申込み 1月4日(月)から15日(金)まで

に名前、住所、電話番号を記入し、国
際交流協会事務局(地域活動推進課
内)にメール、またはファクシミリ
で(10400010@city.tsurugashima.
lg.jp ☎049・271・1190)

地域コーディネーター養成講座
「活動を広げるコーディネ
ート術」課題を希望に変え
るチームづくり〜

地域の様々な活動が人々の協
働により、活発化していくため
に必要なコーディネート術につ
いて学びます。

対象 市民活動団体などで活動
している方、地域コーディネ
ートに興味がある方

日時 1月22日、29日、2月5
日、19日の金曜日14時〜17時(全
4回)

場所 市民活動推進センター

※ただし2月5日(金)のみわがば
コミュニティルーム

定員 20人(申込順)

申込み 1月15日(金)までに地域
活推進課市民センター担当

身近なところにコマーシャル

広告募集

「広報つるがしま」に有料広告を掲載しませんか

■枠の大きさと掲載料(1回当たり)

縦48mm×横 88mm 1万5000円

縦48mm×横178mm 3万円

■申込み

発行月の前々月の20日(3月号であれば1月20日(水))

までに申込書・添付資料に広告の原稿(サンプル)を添えて、郵送(〒350-2292(住所不要)鶴ヶ島市役所市政情

報課広報広聴担当あて)・ファクシミリ(☎049・271・
1190)・メール(✉10200040@city.tsurugashima.
lg.jp)で、お申し込みください。

掲載希望月の定数を超えた場合は抽選になります。

申込書は市のホームページ(<http://www.city.tsurugashima.lg.jp>)からダウンロードできます。

問合せ 市政情報課広報広聴担当

催し

消防出初め式



消防出初め式は、江戸時代から行われ、古式ゆかしいはしご乗りをはじめ、近代装備の消防車なども行進します。新春の門出にふさわしい、消防出初め式をご覧ください。

日時 1月10日(日)9時～12時

場所 坂戸市千代田公園および周辺道路

内容 分列行進(徒歩部隊・消防車両の行進)、演技(祝太鼓、はしご乗り、古式腕用ポンプ操作、梯子車の一斉放水など)

問合先 坂戸・鶴ヶ島消防組合 消防本部(☎049・281・3119)

福よ来い来い！節分会

対象 3歳以上の幼児親子・小学生

日時 1月30日(土)14時～15時

場所 大橋児童館

内容 工作や豆まき

定員 30人(申込順)

参加費 無料

申込み 当日13時30分から大橋児童館(☎049・286・0007)

子育てサロン「親子で遊ぶわらべうた」



対象 市内在住の未就園児と保護者

日時 1月19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)

内容 わらべうたで親子一緒にふれあいながら遊びましょう。

参加費 無料

協力 サークル「こぐま」

その他 南市民センターの駐車場をご利用ください。駐車場が狭いため、乗り合わせてお越しください。

問合先 南市民センター(☎049・287・0235)

みんなで「かるた」をしよう



鶴ヶ島の遺跡や伝統行事を織り込んだ「つるがしま郷土かるた」を使って、「かるた大会」を行います。

対象 市内在住の小学生

日時 1月17日(日)9時～12時30分

場所 東市民センター

内容 かるた大会・レク・お汁粉

申込み 1月8日(金)までに生涯学習課に直接または電話で

落ち葉掃きと焼き芋体験

安心安全な農産物を生産している農家を応援するため、森の落ち葉を集めます。また、落ち葉で焼き芋を作って食べます。

日時 1月17日(日)9時30分～12時(小雨決行、雨天時は1月24日(日))

場所 池尻池公園駐車場

参加費 無料

その他 堆肥作りに落ち葉を使用したいエコファーマー、有機栽培農家は1月14日(木)までに連絡してください。

申込み 1月15日(金)まで(日・月曜日を除く)に農業交流センターに直接または電話で(☎049・279・3335)

新春のつるがしまを歩こう

「つるがしま」を歩こう

日時 1月4日(月)9時～11時30分(雨天決行)

集合場所 新町小学校校庭

内容 スタンプを集めながら4kmを歩き順位を決めます。

定員 30組(1人～4人のチーム、先着100人まで)

参加費 無料

その他 参加賞あり。1位から5位まで賞品あり。

申込み 不要、当日直接会場へお越しください。

問合先 鶴ヶ島市レクリエーション協会・田口(☎049・285・9107)

大人のためのおはなし会

日本や外国の昔話などを語ります。ゆったりとした気分で楽しめます。

日時 2月9日(火)10時30分～(10時15分開場)

場所 中央図書館視聴覚室

語り手 おはなしびつころほか

定員 30人(申込順)

申込み 1月6日(水)10時から中央図書館(☎049・271・3001)

いっしょに本棚をつくりませんか？

「つるがしま」でもライブラリー植本祭

市役所1階ロビーに「図書コーナー」を設置します。

「本」を持ち寄って紹介しながら交流します。

日時 1月23日(土)14時～16時

場所 市役所1階ロビー

参加費 無料

持ち物 寄贈できる紹介したい本。お菓子、飲み物などの持込歓迎

申込み 1月6日(水)10時から中央図書館(☎049・271・3001)

サークル活動地域還元講座「新春将棋大会」



対象 市内在住の勤在学の方

日時 1月17日(日)10時～(9時30分受付)

場所 東市民センター

内容 4クラス制

定員 60人(申込順)

参加費 1000円(昼食代など、当日集金)

サークル活動地域還元事業「新春囲碁大会」



対象 市内在住の勤在学の方

日時 1月31日(日)9時～17時

場所 北市民センター

内容 予選リーグを行い、通過者による決勝トーナメント方式

参加費 1000円(昼食代など、当日集金)

問合せ 北市民センター(☎049・287・0251)

老人福祉センター「逆木荘」第14回「新春カラオケ発表会」

対象 市内在住の60歳以上の方
日時 1月17日(日)10時～14時
場所 老人福祉センター「逆木荘」
アドバイサー カラオケ教室講師
定員 40人(申込順)
参加費 無料
その他 1月の「いきいきカラオケ教室」はお休みです。
申込み 1月5日(火)～9日(土)(9時～16時)までに氏名、曲名、歌手名、住所、電話番号を老人福祉センター「逆木荘」に直接または電話で(☎049・286・3301)

鶴ヶ島市シルバー人材センター展示会

市内在住の60歳以上の会員の活動内容について、写真などを使って分かりやすく紹介します。会員になって健康で働ける喜びを感じたい方、ご自宅の家事支援などのお仕事を頼んでみたい方など、ぜひ、ご覧ください。

「展示会」

日時 1月13日(水)～15日(金)
場所 市役所1階ロビー

「入会説明会&申込会」

対象 市内在住の60歳以上の方で、働く意欲のある方。入会希望者は、説明会と申込会の両日ご出席ください。

説明会	申込会
1月12日(火)	1月14日(木)
2月16日(火)	2月18日(木)
3月15日(火)	3月17日(木)
4月12日(火)	4月14日(木)
5月17日(火)	5月19日(木)
6月14日(火)	6月16日(木)

場所 シルバー人材センター
申込み 説明会の前日までにシルバー人材センターに直接または電話で(☎049・285・8172 <http://trade.gnobb.jp/turusc/>)

金婚祝賀式を開催します

ご夫婦で50年の長きにわたりお互いに助け合い、苦楽を共にし、社会に貢献されたことを感謝して、社会福祉協議会から慶祝状と記念品を贈りお祝いします。

対象 昭和40年4月1日から昭和

和41年3月31日までに婚姻されたご夫婦および過去に表彰を受けていないご夫婦

日時 2月21日(日)10時～12時(予定)

場所 南市民センター

申込み 婚姻日のわかるものを持参し、1月8日(金)までに直接社会福祉協議会(☎049・271・6011)

講演会「見えづらい子どもと女性の貧困」あなたは何ができる？」

日時 2月5日(金)13時30分～15時30分

場所 市役所5階会議室

講師 赤石千衣子さん(NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ理事長)

定員 80人(申込順)

保育 市内在住の1歳以上の未就学児。1月29日(金)までに女性センターへ要申込

申込み 1月5日(火)から(日・月曜日を除く)女性センターに直接または電話で(☎049・287・4755)

新春経済講演会「企業経営と健康管理」これからの時代を生き抜くために」

日時 1月25日(月)14時～

場所 鶴ヶ島市商工会館



講師 高沢謙二さん(東京医科大学教授)

定員 150人(先着順)

参加費 無料

申込み 鶴ヶ島市商工会(☎049・287・1255 FAX 049・287・7799)

講演会「支えを必要とする人と関わるには」認知症やうつ病などの理解を深める」

対象 住民参加型ふれあいサー

第34回 どんど焼き 3

「どんど焼き」の火で正月飾りを焼き、その火であぶったもちを食べると、一年間無病息災で過ごせるという言い伝えがあります。新春の伝統行事に参加してみませんか。

日時 1月9日(土)16時30分～火入れ式(荒天の場合10日(日)に延期/強風などにより火入れができない場合、火入れのみ10日(日)に延期)

正月飾りの持込受付 12時30分～16時30分

場所 東市民センター

参加費 無料

内容 正月遊び14時～、もちつき体験14時～(もちがなくなり次第終了)

※「どんど焼き」の火で焼くもちは、各自で用意してください。

※環境を守るため、正月飾りのプラスチックや紙、ビニール類、不燃物を取り外し、わら・竹などのみにしてお持ちください。お札、人形は受付できません。

問合せ 東市民センター(☎049・286・3357)



ビスの協力会員として活動している、または活動する意志のある方
日時 1月22日(金)13時30分～16時
場所 富士見自治会館
講師 松本すみ子さん(東京国際大学人間社会学部教授)
内容 生活支援者として活動する方の研修会
定員 30人(申込順)
参加費 無料
持ち物 筆記具
申込み 1月4日(月)から15日(金)までに社会福祉協議会に直接または電話で(☎049・271・6011)

催し

**環境おしやりカフェで
み減量 市民力でパワー
アップ！**



対象 市内在住の方

日時 1月31日(日)10時～12時

場所 市役所1階会議室

講師 織朱實さん(上智大学地球環境学研究所教授)

内容 基調講演「ごみ問題における情報共有力、発信力、行動力を考える」ワークショップ「ごみはなぜ増え続けるか」

参加費 無料

主催 エコ鶴市民の会

申込み 1月25日(月)までにエコ鶴市民の会事務局(生活環境課内)に直接または電話で

平成27年度人権問題講演会



人権尊重の意識の高まりは世界的な潮流となつています。平和意識の高いまちの実現に向け、人権問題講演会を開催します。

日時 1月23日(土)14時～16時

(13時30分開場)

場所 中央図書館2階視聴覚室

講師 松下年子さん(横浜国立大学医学部看護学科医学研究科

教授)

看護学専攻教授)

入場料 無料

※駐車場に限りがあるため、「つるバス」をご利用ください。

問合先 総務人権推進課人権推進担当

案内

おもちゃ病院

月	日	場所
1	9(土)	大橋児童館
1	15(金)	脚折児童館
1	18(月)	上広谷児童館
2	3(水)	西児童館

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。

問合先 大橋児童館(☎049・286・0007)、脚折児童館(☎049・287・0270)、上広谷児童館(☎049・287・1732)、西児童館(☎049・285・7048)

地域交流保育

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 1月27日(水)9時30分～10時30分

時30分

場所 鶴ヶ島東部保育所、富士見保育所

定員 各10組(各年齢3人程度)

申込み 実施日1週間前から前日までに、鶴ヶ島東部保育所(☎049・285・1439)富士見保育所(☎049・285・648)

1月の図書館休館のお知らせ

中央図書館は1月1日(祝)～4日(月)、18日(月)、25日(月)、29日(金)が休館です。

問合先 中央図書館(☎049・271・3001)

「介護マーク」を配布します

介護する方が、介護中であることを周囲に理解してもらうことにより、介護する方の精神的負担軽減や、地域における日常的な支え合いを推進することを目的に「介護マーク」を配布します。

使用例 ①駅やサービスエリアなどのトイレで付き添いするとき②男性介護者が女性用下着を購入するとき③介護していることを周囲にさりげなく知ってもらいたいときなど



対象 市内在住の高齢者や障害者を介護している方

持ち物 申請者の本人確認ができるもの(運転免許証、健康保険証など)

申込み 高齢者福祉課または地域包括支援センター

家屋を取り壊したら届け出を

固定資産税は、毎年1月1日現在の土地・家屋などの所有者に課税されます。平成27年中に取り壊した家屋には、平成28年度から課税されませんので、家屋を取り壊した方は、市役所へ届け出を行ってください。

※家屋を取り壊し、滅失登記をした場合は、法務局から市役所に通知されますので、届け出は不要です。また、平成27年中に家屋を新・増築し、家屋調査を受けていない場合は、ご連絡をお願いします。

持ち物 認印、本人確認書類(運転免許証など)

問合先 税務課資産税担当

水道メーターなどを寒さから守ろう

寒さの厳しい季節になると、水道メーターなどは凍結し、破損しやすくなりますので、次のことを参考にしてください。

○水道メーターの保温は、メーターボックスの中に発泡スチロールなどを入れると効果的です。

○露出した水道管は、布などを巻いて保温し、上からビニールやテープを巻きつけてください。

○凍結したときは、ぬるま湯で徐々に溶かしてください。

○破損したときは、メーターボックス内にある止水栓を閉め、破損箇所には布テープを巻いて応急処置をし、指定給水装置工事業者に修理を依頼してください。

○家を数日留守にする場合は、メーターボックス内にある止水栓を必ず閉めてください。

水道使用開始・中止の届出について

次のような場合は3日前までに、必ずご連絡ください。

①新たに水道を使い始めるとき
②部屋のリフォームなどで水道

を使い始めるとき

③引越し、長期不在など水道を止めるとき

受付時間 月～金曜日8時30分～17時15分

問合先 坂戸、鶴ヶ島水道企業団(☎049・283・1953)

1月10日は「110番の日」
「110番は緊急通報です」

埼玉県警察では、1月10日を「110番の日」として110番の正しい利用を呼びかけています。

県警察には年間約65万件の110番通報が寄せられています。このうち約3割にあたる約16万件が緊急性のない各種照会や間違い・いたずらなどの通報で、これらの通報が、緊急を要する110番通報への対応を遅らせる原因ともなっています。

110番は、事件や事故にあったときや、これらの事件などを目撃したときなどに利用する緊急通報です。

急を要さない要望・相談・苦情・各種照会

○けいさつ相談センター(☎9110または☎048・822・9110)

○西入間警察署(☎049・284・0110)

還付金詐欺に注意!

市役所や税務署などの職員を名乗り、「医療費の還付金の手続きをする」「税金の還付金がある」などと言って、スーパーやコンビニなどのATMに誘導し、お金を振り込ませようとする「還付金詐欺」が多発しています。

医療費などの還付金がATMで支払われることは絶対にありません。このような不審な電話があったら、すぐに西入間警察に相談してください。(☎049・284・0110)

福祉の就職面接会

対象 福祉の仕事を希望している方・ハローワークに求人登録をしている方

日時 2月2日(火)13時～16時(12時～15時30分受付)

場所 ウェスタ川越多目的ホール

参加費 無料

持ち物 履歴書(複数枚)、ハローワークカード

問合先 ハローワーク川越 福祉人材コーナー(☎049・242・0197)

防災行政無線の点検を行います

市内58か所に設置している防災行政無線の設備点検を行います。点検中は試験放送が流れます。ご迷惑をおかけしますが、ご理解、ご協力をお願いします。

点検日時 1月18日(月)9時ごろから17時ごろまで(予備日1月19日(火))
※18日に点検が終了しなかった場合は、19日に続けて行います。

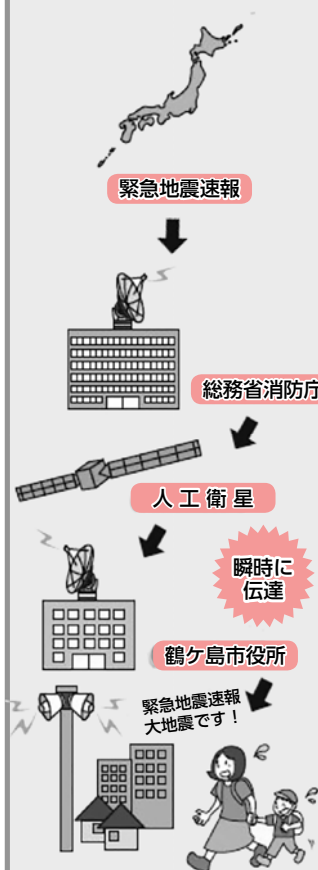
※災害時などは点検を中止する場合があります。

内容 防災行政無線1か所ずつ順番に試験放送を流して点検をします。

放送内容 「こちらは、ぼうさいつるがしまです。ただいま、試験放送を行っております。…これで試験放送を終わります。こちらは、ぼうさいつるがしまです。」チャイム音

その他 点検中は試験放送が終日流れます。試験放送が流れると、防災ラジオからもその都度放送が流れます。

問合先 安心安全推進課 防災担当



平成28年度小・中学校入学説明会

平成28年4月に新たに市内の小・中学校に入学するお子さんの保護者の方を対象にした入学説明会を下記により実施します。問い合わせは、入学予定の各学校へ。

なお、お車での来校はご遠慮ください。

小学校名	日付	受付時間	開始時間	電話番号
鶴ヶ島第一小学校	1月27日(水)	13時10分～	13時30分～	(286) 0214
鶴ヶ島第二小学校	2月 4日(木)	14時10分～	14時30分～	(285) 1878
新町小学校	2月 3日(水)	13時30分～	14時～	(285) 6598
杉下小学校	2月 4日(木)	14時～	14時20分～	(286) 9536
長久保小学校	2月 4日(木)	13時30分～	14時～	(286) 2160
栄小学校	1月29日(金)	13時10分～	13時30分～	(286) 2158
藤小学校	2月 4日(木)	13時30分～	14時～	(285) 6220
南小学校	1月29日(金)	13時20分～	13時40分～	(286) 0991
中学校名	日付	受付時間	開始時間	電話番号
鶴ヶ島中学校	1月29日(金)	14時30分～	14時45分～	(286) 0234
藤中学校	2月 5日(金)	13時40分～	14時～	(286) 9546
富士見中学校	2月 5日(金)	14時15分～	14時30分～	(285) 9816
西中学校	2月 9日(火)	14時10分～	14時30分～	(286) 1481
南中学校	1月22日(金)	13時45分～	14時～	(286) 1491

※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。

1月の相談

◆金銭・不動産・家族(要予約)

弁護士による法律相談

■12日(火) 13時～16時／市役所5階会議室(受付中)、22日(金) 13時～16時／市役所5階会議室(8日から受付)、2月2日(火) 13時～16時／市役所1階会議室(19日から受付)▷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

■14日(木) 9時～12時／市役所3階会議室(受付中)、2月4日(木) 9時～12時／市役所5階会議室(21日から受付)▷地域活動推進課

◆相続・贈与

行政書士による法律相談

■14日(木) 13時～16時／市役所3階会議室、28日(木) 13時～16時／市役所5階会議室▷地域活動推進課

◆行政

■22日(金) 13時～16時／市役所5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

■15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)

■12日(火) 13時～16時／市役所5階会議室(受付中)、2月2日(火) 13時～16時／市役所1階会議室(19日から受付)▷地域活動推進課

◆女性のための相談室(要予約)

■13日(水) 10時～16時(法律相談は10時～13時)、16日(土) 10時～15時、19日(火) 10時～15時、27日(水) 10時～16時
※2月の予約は28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(要予約)

子どもの発達や、子育てに関すること

■13日(水)、2月3日(水) 13時～14時▷保健センター(☎049・271・2745)

◆こころの健康(要予約)

■18日(月) 12時30分～／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)

■22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(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

案内

入間東部障害者就職面接会

対象 障害をお持ちで求職を望んでいる方

日時 1月22日(金)13時～16時

(受付時間12時～15時、開会式12時30分)

場所 ふじみ野市総合センター「フクトピア」市民交流プラザ

内容 企業の人事担当者との面接、就職相談、運転免許相談など

持ち物 障害者手帳(原本およびコピー)、履歴書(複数枚)、ハ

ローワークカード、筆記具

※職務経歴書および自己PR書をお持ちの方は併せて複数持参してください。

申込み ハローワークに登録済

みの方は不要、未登録の方はハローワーク川越(☎049・242・0197)

2・0197)

「若者就職面接会」のご案内

対象 正社員を希望するおおむね40歳までの方(平成28年3月

大学卒業予定の方を含む)

期日 1月18日(月)

場所 富士見市民文化会館「キラリ☆ふじみ」マルチホール

内容 直前セミナー／12時15分

12時45分 就職面接会／13時～16時終了(12時～15時30分受付)

参加企業 川越地域雇用対策協議会会員企業など25社予定

参加費 無料(事前予約不要)

持ち物 履歴書・ハローワークカード

問合先 ハローワーク川越(☎049・242・0197)または産業振興課商工労政担当

日時 2月2日(火)13時30分～16時(12時30分開場)

場所 さいたま市文化センター

講師 今泉マユ子さん(株)オ

フィスRM栄養士)、片田敏孝さん(群馬大学大学院理工学府教授)

定員 1558人

※入場無料、事前申込不要、当日先着順

その他 防災関連企業・団体の展示ブース、地震に関する資料

の展示・説明、建築職員による無料耐震診断など。13時30分～13時45分の間で、自主防災組織の表彰式を行います。

問合先 埼玉県地震対策セミナー実行委員会事務局(県危機管理課)(☎048・830・8141)

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、自社の女性の活躍状況の把握・課題分析、行動計画の策定・届出、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。詳細は「女性活躍推進法」で検索してください。

問合先 埼玉労働局雇用均等室(☎048・600・6210)

◆今月の納期

国民健康保険税第7期

9月

10月

11月

12月

1月

2月

3月

4月

5月

6月

7月

8月

9月

医薬品副作用被害救済制度について

平成25年3月31日までに、市の助成により、ヒトパピローマウイルスワクチン、ヒブワクチン、小児用肺炎球菌ワクチンのいずれかを接種した方のうち、接種後に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。

なお、医療費などの支給の請求には期限が定められていますので、お心当たりのある方は、具体的な方法などについて、独立行政法人医薬品医療機器総合機構の救済制度相談窓口に至急お問い合わせください。

○フリーダイヤル☎0120・149・931

○ご利用になれない場合☎03・3506・9411 (有料)

食生活改善推進員養成講座

食育や生活習慣病予防など、食を通じた健康づくりを地域で実践するボランティア、食生活改善推進員の養成を目的に講座を開催します。専門知識を学び、正しい食生活を身に付け、地域でボランティア活動に参加しませんか。

対象 市内在住の成人男女で、食生活改善推進員として活動ができる方(過去に受講していない方)

定員 20人

参加費 300円(調理実習時の食材料代)

持ち物 筆記具 ※調理実習時(エプロン、三角巾、布巾2枚)

申込み 1月13日(水)までに健康増進課に直接または電話で(☎049・271・1111)

	日時	内容	場所
1	1月19日(火) 10時～12時	開講式 食育、食生活改善推進員の活動	市役所 1階 会議室
2	1月29日(金) 10時～11時40分	生活習慣病の予防～糖尿病～	北市民センター
3	2月12日(金) 10時～11時40分	生活習慣病の予防～高血圧～	大橋市民センター
4	2月19日(金) 10時～13時	食生活改善推進員事業の体験(調理実習)	西市民センター
5	3月1日(火) 10時～12時	食育の活動をやってみよう! 閉講式	市役所 5階 会議室

新しい用語

メタボからフレイルまで

メタボリックシンドローム(通称メタボ)という用語はすっかり定着しましたが、続々と新しい用語が登場しています。

ロコモティブシンドローム(通称ロコモ) = <<運動器症候群>>

Locomotiveとは、『運動の』という意味ですが、骨、関節、^{せきつい}靱帯、脊椎、脊髄、筋肉など、運動器の障害により移動能力が低下した状態のこと。進行すれば、立ち上がれなくなったり歩けなくなったりして、要介護になる危険性があります。

サルコペニア = <<加齢性筋肉減少症>>

加齢に伴って筋肉量が減少し、筋力が落ちて握力が弱くなったり、身体機能が低下して歩行速度が遅くなったりする状態のこと。

フレイルティ(通称フレイル)

Frailtyは、『もろさ、虚弱、薄弱』という意味。

加齢に伴い、体の働きの予備能力が低下して、種々なストレスに対して虚弱性が高まっている状態のこと。すなわち健康を害し易くなっていること。ロコモが運動器障害を指すのに対し、フレイルには心や精神力や知力の障害も加わります。

フレイル対策

【骨と筋肉を強くする栄養素】

○たんぱく質不足に要注意。

○カルシウムを摂る。(牛乳や乳製品は毎日摂る。牛乳が苦手の人にオススメはラッシー。おやつにgood! です。牛乳とヨーグルトを混ぜた飲み物で、それに抹茶と蜂蜜を加えたり、イチゴジャムを加えたりすると美味しく飲みやすくなり、お腹はゴロゴロしない上、ヨーグルトの過剰摂取が抑制されます。)

○ビタミンDを摂る。(鮭、ニシン、ヒラメ、銀ムツ、カレイ、イサキ、鯖、きくらげ)

○葉酸は骨密度を増す。(芽キャベツ、菜ばな、ほうれん草、ブロッコリー、日本かぼちゃ、カリフラワー、さつまいも、豆類、イチゴ、アボカド、マンゴー、メロン、ネーブルオレンジ、伊予かん、バナナ、焼きのり、抹茶、煎茶など)

○マグネシウムを摂る。(大豆、豆乳、がんもどき、絹豆腐、納豆、牡蠣、イワシ丸干し、アサリ、ほうれん草、バナナ、あおさ、ひじき、そば、胚芽精米ご飯、純ココア、ゴマ)

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 136



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
1	1日(金)	若葉台耳鼻咽喉科(耳鼻咽喉) 上広谷722-1(☎286・7186)
	2日(土)	関越病院(内・外) 脚折145-1(☎285・3161)
	3日(日)	若葉台皮膚科(皮) 上広谷722-1(☎286・8275)
	10日(日)	相良胃腸科(胃腸・肛門) 鶴ヶ丘71-8(☎285・6511)
	11日(月)	みなくち小児科(小) 鶴ヶ丘110-1(☎287・5755)
	17日(日)	大西内科(内・消化器内) 五味ヶ谷305(☎271・6250)
	24日(日)	浦田クリニック(内・小・胃腸・外) 藤金878-3(☎279・5880)
	31日(日)	鶴ヶ島在宅医療診療所(内・外) 高倉772-1(☎287・6519)
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い合わせてください。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)

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

新春特別企画 広報クイズ

あけましておめでとうございます。今年は伝統行事「脚折雨乞」が4年ぶりに行われます。そこで、ヒントに習い、イラストから文字をひろい出して、順番を並び替えて整えると、脚折雨乞に欠かせないステージになります。それは何でしょうか？



クイズの正解者のなかから抽選で、**ア「お菓子の店ファリーヌ提供のお菓子の詰め合わせ」イ「鶴ヶ島市茶業協会提供の狭山茶」**をそれぞれ5人の方に差し上げます。なお、当選者の発表は、引換券の発送をもって代えさせていただきます。

応募方法 はがきまたはメールで、①クイズの答え②郵便番号③住所④氏名(ふりがな)⑤年齢⑥電話番号⑦希望の賞品(ア・イのいずれか1つ)⑧鶴ヶ島の「キャッチコピー」(例:「住みやすい街」「笑顔とやすらぎの都市」など)を1月25日(月)(必着)までに市政情報課広報広聴担当へお送りください。(〒350-2292(住所不要)、✉10200040@city.tsurugashima.lg.jp) 応募は1人1回でお願いします。

なお、募集したキャッチコピーは、今後広報広聴担当で使わせていただく場合があります。

ア「お菓子の店ファリーヌ提供のお菓子の詰め合わせ」

鶴ヶ島サフランを使ったクッキーやマドレーヌをオリジナルボックス入りでプレゼントします。

住所 羽折町7-17
電話 /049-289-6022
営業時間 /9時~19時
定休日 /水曜日



イ「鶴ヶ島市茶業協会提供の狭山茶」

鶴ヶ島特産の狭山茶と急須のセットを差し上げます。



プレミアム商品券・元気クーポン券(こども)の有効期限にご注意ください

市内での消費喚起を図るため発行した「つるがしまプレミアム商品券」および子育て世帯応援事業として配布した「つるがしま元気クーポン券(こども)」の有効期限が迫っています。どちらも1月31日(日)が有効期限となっています。お手元に商品券やクーポン券をお持ちの方は、期限が過ぎると使用ができなくなりますので、お早めにご使用ください。購入時にお渡しした「利用実態に関するアンケート調査」への回答をお願いします。

問合先
 ○**プレミアム商品券について** / 鶴ヶ島市商工会 (☎049・287・1255)・産業振興課商工労政担当
 ○**つるがしま元気クーポン券(こども)について** / こども支援課子育て支援担当

図書館にICTコーナーを新設します

中央図書館のAVコーナーをICTコーナーに改修する工事を行います。

◆**中央図書館 ICTコーナー改修工事**
期日 2月~3月(詳しくは館内掲示およびホームページでお知らせします)
場所 中央図書館AVコーナー
 ※工事期間中はDVD、CDの貸出のみとなります。ご利用や騒音などでご不便やご迷惑をおかけします。

◆**ICTコーナーの新設**
日時 4月1日(金)~(予定)
新サービスについて(順次導入予定)
 Wi-Fiサービス・パソコンの持込可・新ビジネスコーナー、コワーキングコーナー(打合せなどに使えるミニコーナー)の設置・タブレット端末の館内貸出・DVD、CDの視聴 ※ビデオ、レーザーディスクの貸出および視聴は終了させていただきます。

問合先 中央図書館(☎049・271・3001)

■1月号には『街バル』ガイドマップ』『地域金融機関定住連携広告(飯能信用金庫)』が折り込まれています。