



市のイメージマーク

■成人おめでとう！

平成28年1月10日、市内4つの市民センターにおいて成人式が行われました。懐かしい仲間や恩師との再会に、会場は明るい笑顔に包まれました。今後の活躍に期待しています！

特集 税の申告について

2-4

市政情報

5-8

- 平成27年度鶴ヶ島市表彰式、本人通知制度
- 保育所(園)一時預かり、就学費用援助
- ふるさと納税返礼品提供希望事業者募集
- 平成27年市内交通事故発生状況、保留地公売

みんなのひろば

9-10

まちなかトピックス/つるゴン健康川柳コンクールの受賞作品/ふれあい掲示板

INFORMATION

11-15

募集/教室/催し/案内

みんなの健康

16-17

市役所1階窓口リニューアル

「第2回 eコラボまつり」開催

18

今月の休日当番医・夜間診療のお知らせ

2月の相談

税の申告について

2月16日(火)～3月15日(火)まで

(詳しくは市ホームページ、国税庁ホームページをご覧ください)

確定申告書がご自宅で作成・印刷できます。

郵送でも提出できます

申告相談会場は、毎年、大変混雑します。国税庁のホームページの「確定申告書等作成コーナー」をご利用いただき、作成した申告書を印刷して、郵送で提出できます(送料は自己負担)。または、電子申告「e-Tax」をご利用ください。

問合(郵送)先 市・県民税の申告に関すること／〒350-2292 (住所不要) 税務課市民税担当
 所得税などの確定申告に関すること／〒350-8666 (川越市並木452-2) 川越税務署

申告会場・日時をお知らせします

※お待ち頂く時間の短縮を図るため、申告受付会場では、申告書に必要な源泉徴収票(原本)、印鑑等必要な書類が整っている方から受け付けます。また、医療費控除にかかる領収書及び「医療費の明細書」が作成されていない場合は、受付出来ません。

場所	受付期間	受付時間	
鶴ヶ島市役所での申告相談会 (1階ロビー受付会場)	2月16日(火)～3月15日(火) ※日曜日の受付は行っていません。	【平日】9時～11時 13時～16時 【土曜日】9時～12時	市・県民税申告、所得税及び復興特別所得税の確定申告の受付を行います。 ※青色申告・消費税、相続税、贈与税の申告・分離所得の申告・国外に扶養者のいる方の申告・住宅特定改修等に伴う住宅借入金特別控除などについては受けられません。 ※今回の申告から、住宅借入金等特別控除に係る初年度の申告、収支内訳書が記入されていない申告は受けられません。税務署で申告してください。

場所	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	対象となる申告は鶴ヶ島市役所での受付と同様です。 ※駐車場が狭いため、つるバス・つるワゴンなどをご利用ください。
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)		

場所	受付期間	受付時間	
川越税務署での確定申告相談会 (確定申告全般の受付。なお、所得税及び復興特別所得税の還付申告については随時受付。) ※東上パールビル申告相談会場は、開設しません。	2月16日(火)～3月15日(火) ※平日のみ受付。ただし、2月21日(日)、28日(日)は相談・受付を行います。	9時～17時 (※混雑時は早めに締め切ることがあります。8時30分～受付)	申告に関するお問い合わせは、申告案内窓口へお尋ねください。(川越税務署 ☎049・235・9411にダイヤル後、自動音声案内に従い「0」を選択してください) ※駐車場が狭いため、お車での来場はご遠慮ください。

お知らせ

公的年金に係る雑所得を有する方で、その年中の公的年金などの収入金額が400万円以下であり、かつ、その年分の公的年金等に係る雑所得以外の所得金額が20万円以下である場合は、その年分の所得税及び復興特別所得税について確定申告書の提出は必要ありません。ただし、源泉徴収の対象とならない公的年金等がある場合については、確定申告書を提出する必要があります。

※この場合であっても、所得税及び復興特別所得税の還付を受けるための申告書を提出することができます。
 ※公的年金以外の所得金額が20万円以下で所得税及び復興特別所得税の確定申告書の提出を要しない場合であっても市・県民税の申告が必要です。

市・県民税申告、所得税 及び復興特別所得税確定申告に 必要なものの共通事項

必要なもの

- ①印鑑(スタンプ印を除く)
- ②所得の計算に必要な書類
 - 給与・年金所得者／源泉徴収票(原本)、給与明細書または事業主の支払い証明書など
 - その他の所得者／帳簿書類など(収入金額と必要

- 経費の分かる書類など)
- ③本人名義の預貯金口座番号の分かるもの(預貯金通帳・キャッシュカードなど)
- ④源泉徴収票に記載されている住所・氏名が異なる場合は住民票の写し
- ⑤各種の所得控除を受ける場合は、それらの支払証明書や領収書など(生命保険料・地震保険料の支払証明書、社会保険料(※)・医療費の領収書)
- ※国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料については、市役所から郵送した「社会保険料控除明細書(確定申告用)」で対応できます。

市・県民税の申告

市・県民税申告が必要な方

平成28年1月1日現在、鶴ヶ島市内に住んでいて、平成27年1月1日から12月31日までの1年間で次のいずれかに該当する方。

- ①営業、農業、不動産などの所得があった方
- ②給与所得者で次に該当する方
 - ・勤務先から給与支払報告書の提出がなかった方
 - ・給与所得・公的年金に係る雑所得以外に所得がある方
 - ・昨年中に退職した方

- ③所得控除の申告が必要な方
- ④国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している所得のない方
- ⑤そのほか一人世帯で所得のない方
- ⑥公的年金などの収入が400万円以下で所得税及び復興特別所得税申告不要制度に該当した方のうち、市・県民税申告が必要な方の①～⑤に該当する方
- ※原則、前年に市・県民税の申告をした方には1月中に申告用紙を郵送しますが、税務課に用意してある申告用紙で申告できます。
- ※申告がない場合には、金融機関からの借り入れや就学援助制度などに使用する証明書の発行はできません。

市役所に提出できる所得税及び復興特別所得税の申告

市役所では、次の1～4の所得税及び復興特別所得税の申告ができます。

1 住宅借入金等特別控除

住宅ローンなどを利用し、平成26年以前に自己の住宅を新築・購入・増改築をした方で、住宅借入金等特別控除の適用が2年目以降の方(※1年目の方は、対象外です。)

必要なもの

- ①(特定増改築等)住宅借入金等特別控除額の計算明細書
- ②金融機関等から交付を受けた住宅取得資金に係る借入金の年末残高証明書(原本)

2 医療費控除

本人や生計を一にする家族のために1年間(平成27年1月1日～12月31日)に支払った医療費から、生命保険給付金および健康保険組合などからの補てん金を引いた額が、10万円(所得金額が200万円未満の場合は所得金額の5%)を超える方。

必要なもの

- ①上記の「市・県民税申告、所得税及び復興特別所得税確定申告の共通事項」のうち必要なもの
- ②平成27年中に支払った医療費の領収書及びその一覧表(人、病院別にまとめて集計)
- ③生命保険会社などから支払われた入院(通院)給付

金、健康保険組合・共済組合などから補てんされた医療費や出産費などの給付金額の分かるもの

3 寄附金控除

平成27年中に、合計2000円を超える金額を国や地方公共団体、共同募金会、日本赤十字社、認定NPO法人などに寄附をした方、政治活動に対する寄附をした方。

必要なもの

- ①上記の「市・県民税申告、所得税及び復興特別所得税確定申告の共通事項」のうち必要なもの
 - ②平成27年中に支払った寄附金の領収書や受領書
 - ③寄附金控除の適格団体であることの証明書または認定証の写し(領収書、受領書と一体の場合が多いです)。
- 政治活動に対する寄附金控除については、総務大臣または都道府県の選挙管理委員会の確認印のある「寄附金(税額)控除のための書類」が必要です。

4 年の途中で退職し、年末調整をしていない方

※該当する場合でも源泉徴収税額がない場合などは、還付申告の対象にはなりません。

必要なもの

- ①上記の「市・県民税申告、所得税及び復興特別所得税確定申告の共通事項」のうち必要なもの
- ②平成27年中に支払った社会保険料の領収書、生命保険・地震保険の控除証明書など

要介護等認定を受けている方が確定申告で使用する諸証明を発行します

問合先 高齢者福祉課介護保険担当

確定申告の控除で、障害者控除対象者認定書、おむつ代の医療費控除確認書が必要な方は、高齢者福祉課で申請してください。また、介護保険サービスを利用している場合、一部のサービス(条件付のもの有)では、医療費控除の対象となりますので、川越税務署へお問い合わせください。

障害者控除対象者認定書

介護保険の要介護1から5の認定を受けている65歳以上の方で要件に該当する場合に認定書を発行します。

おむつ代の医療費控除確認書

おむつ代の医療費控除を受ける場合は、おむつ代の領収書と医師の証明書が必要ですが、2年目以降の場合には、要件に該当する方に、確認書を発行します。

税理士会無料相談

問合先 関東信越税理士会川越支部事務局(☎049・246・6188)

川越税務署管内の関東信越税理士会川越支部の税理士が無料で次の相談業務を行っていますので、ご利用ください。

	場 所	日 時	
還付申告無料相談	最寄りの税理士事務所、または関東信越税理士会川越支部事務局	2月1日(月)～15日(月) 9時～16時 ※土・日曜日、祝日は相談を行っておりません。	対象 ①年金受給者 ②医療費控除を受ける方 ③平成27年中に中途退職した方(ただし給与・年金収入が600万円以下の方に限ります)
税理士会無料税務相談	ウェスタ川越2階活動室3(川越市新宿1-17-17)	2月6日(土) 10時～15時30分	※税理士が関与している場合を除きます。
無料税務相談所(常設)	関東信越税理士会川越支部事務局	毎週金曜日 9時～15時 ※祝日は相談を行っておりません。	ご利用の際は事前に電話予約をお願いします。 ※確定申告時期は増設しています。

還付金詐欺に注意！

問合先 安心安全推進課交通安全・防犯担当

市役所や税務署などの職員を騙り、「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、すぐに西入間警察署(☎049-284-0110)に相談してください。



■□ 国民年金保険料の納付は便利な口座振替で ■□

問合先 保険年金課国民年金担当

国民年金保険料の納付は便利で安心、確実な口座振替をご利用ください。国民年金保険料の口座振替には、当月分保険料を翌月末に引き落とす「毎月納付」、当月分保険料を当月末に引き落とす「早割」、2年分・1年分・半年分の保険料をまとめて引き落とす「2年前納」「1年前納」「6か月前納」があります。毎月納付以外の方法は、保険料が割引になりお得です。

なお、2年前納、1年前納、6か月前納(4月～9月分)の手続きは2月末日が期限となっていますので、早めに手続きをしてください。

場所 口座振替を希望する金融機関または川越年金事務所

持ち物 手続きには、年金手帳または納付書、通帳、金融機関の届出印が必要となります。



平成27年度鶴ヶ島市表彰式

問合先 秘書政策課秘書担当

1月9日、平成27年度鶴ヶ島市表彰式において、市政発展に貢献された方々へ、表彰状の贈呈を行いました。

- ※順不同
- 《自治功労》
佐藤 忠豊さん
- 《社会福祉功労》
田中 光子さん
内野 榮治さん
石塚 誠司さん
齋藤 啓子さん
福島 喬子さん
小川 正夫さん
末木 範子さん
是枝 くみ子さん
清水 八重子さん
市川 由利子さん
原田 常子さん
新井 久美子さん
藤廣 智恵子さん
塩野谷 守正さん
- 《児童・青少年育成功労》
大東文化大学児童研究会
- 《交通安全・防犯・防災功労》
村本 可江さん
山本 美智子さん
- 菊池 美穂さん
楫野 和子さん
- 《保健衛生功労》
杉本 吉子さん
- 《教育・文化・スポーツ功労》
千代田 恵汎さん
- 《つるの里奨励賞》
伊藤 康乃さん
藤田 心菜さん
本田 優介さん
野田 彩華さん
安立 茉央さん
中川 友那さん
畠山 敦志さん
畠山 敢志さん
山下 魁正さん
荻野 和豊さん
近藤 拓人さん
山北 奈緒さん
瀬尾 舞菜さん
大室 杏夢さん
野田 萌華さん
吉原 正明さん
高崎 亮太さん
毛須 美咲さん
- 石井 春霞さん
古谷 秀斗さん
鈴木 愛花さん
吉澤 ひまりさん
細野 玲美さん
毛須 夏美さん
宮崎 華さん
金島 碧さん
遠藤 万結さん
金井 咲希さん
栗原 悠宇さん
森田 あさひさん
横山 瑞季さん
齋藤 真希さん
林 明龍さん
岸田 留佳さん
荒川 颯太さん
小松 里香さん
加藤 翔さん
- 石井 春霞さん
古谷 秀斗さん
鈴木 愛花さん
吉澤 ひまりさん
細野 玲美さん
毛須 夏美さん
宮崎 華さん
金島 碧さん
遠藤 万結さん
金井 咲希さん
栗原 悠宇さん
森田 あさひさん
横山 瑞季さん
齋藤 真希さん
林 明龍さん
岸田 留佳さん
荒川 颯太さん
小松 里香さん
加藤 翔さん
- TWIRL i Majorettes (トワールアイメジャレット)
鶴ヶ島レッドファイトーズ

権利の侵害抑止、防止のため 本人通知制度をご活用ください

問合先 市民課戸籍担当

「本人通知制度」は、事前に登録することで、登録した方の住民票の写し(本籍地記載)、戸籍の証明などを、代理人や第三者に交付したことを登録者本人にお知らせする制度です。

住民票の写しなどが第三者に交付されたことを早期に知ることができ、不正請求や不正取得による個人の権利の侵害抑止、防止に役立ちます。

また、本人通知制度が周知されることで、委任状の偽造や不必要な身元調査などの未然防止につながります。一度登録すれば終了期限はありません。ただし、住所・氏名・本籍などに変更があった場合は、登録事項の変更手続きをお願いします。

対象 市に住民登録または本籍のある方(住民票の除票や除籍などのある方を含みます)

受付場所 市民課、若葉駅前出張所(ワカバウォーク内)
必要なもの

①申請書(ホームページからもダウンロードできます)

②本人確認書類(個人番号カード、住民基本台帳カード、運転免許証、健康保険証など)

法定代理人が行う場合

①、②および法定代理人であることを証する書類(戸籍謄本など)

代理人が行う場合

①、②および委任状

通知対象となる証明書

- ・住民票(除票を含む)の写し(本籍が記載されたものに限り)
- ・住民票記載事項証明書(本籍が記載されたものに限り)
- ・戸籍附票(除附票を含む)の写し
- ・戸籍(除籍を含む)謄抄本
- ・戸籍記載事項証明書

通知内容 交付年月日、交付した証明書の種類、通数、請求者の種別(代理人または第三者の別)。※証明書を取得した個人の情報は通知されません。

第三者へ住民票の写しなどを交付したことに関する申請内容については、鶴ヶ島市個人情報保護条例の規定に基づき、本人は開示請求をすることができます。ただし、同条例第17条の各号に該当することにより、開示できない情報が含まれることがあります。

鶴ヶ島保育所・民間 保育園でお子さんを 一時的に預かります

問合先 こども支援課保育担当

鶴ヶ島保育所

保護者の就労や疾病などにより家庭での保育が困難な時に、普段保育所を利用していない児童を一時的に鶴ヶ島保育所で預かります。

①**非定型的保育** 保護者の就労や職業訓練または就学などで、継続的な保育が困難となる児童を週3日を限度として曜日を確定して毎週預かります。2月16日(火)9時から先着順で受付を行います。なお、申込みには主に児童を養育している方への就労証明書などが必要です。

②**緊急保育** 保護者の疾病、災害、事故、出産、看護、冠婚葬祭などで、家庭での保育が困難となる児童を月15日を限度として預かります。利用される日の前月1日から随時受付します(4月から利用希望の場合、3月1日(火)9時から)。※緊急保育の場合は、利用日が決まっ

いる方からの受付になります。
申込み こども支援課保育担当

鶴ヶ島保育所 (☎049・286・0551)

対象	定員	実施日時	保育料
1歳～就学前 (1歳の誕生日の翌日から。ただし離乳食が完了していること)	10人 (①と②を合わせて)	月～金曜日 8時30分～17時	1日利用 1・2歳児2000円 3～5歳児1800円(食事代を含む) 時間利用 1時間500円(別途食事代200円)

民間保育園

実施施設	対象	実施日時	保育料
笹久保さくら保育園 (☎049・272・3211)	1歳～就学前 (利用年度の4月1日時点で1歳児以上)	月～金曜日 8時30分～16時30分	1日利用 1・2歳児2000円 3～5歳児1800円(食事代・おやつ代含む) 時間利用 1時間500円(別途食事代200円、おやつ代100円)
第二はちの巣保育園 (☎049・286・1110)	1歳～就学前 (1歳の誕生日の翌日から。ただし離乳食が完了していること)	月～金曜日 8時30分～17時	1日利用 (4月1日時点の年齢) 0歳2500円 1・2歳2000円 3～5歳1800円 時間利用 1時間500円(別途食事代200円、おやつ代100円)
かこのこ保育園 (☎049・279・0505)	0歳6か月～就学前	月～土曜日 8時30分～16時30分 時間外 月～金曜日 8時00分～8時30分 16時30分～17時30分	1日利用 0歳児2500円 1・2歳児2000円 3～5歳児1800円(食事代・おやつ代含む) 時間利用 1時間500円から(別途食事代200円、おやつ代100円) ※時間外は別途料金
わかば保育 ステーション (☎049・271・6001)			

民間保育園
民間保育園などでも一時預かりを実施しています。各施設によって利用目的、対象年齢、実施時間、保育料、申込み方法に違いがありますので、詳細は直接各施設へお問い合わせください。

就学に関するお金の支援 (小・中学校向け)

問合先 学校教育課学務担当

小・中学校へ通う子どものいる家庭で、経済的な理由で就学困難な場合、学用品費、学校給食費、修学旅行費などを援助します。

平成28年度の援助を希望される方は、3月31日(木)までに申請してください。4月以降も随時申請を受け付けていますが、認定された場合、援助の対象となるのは、申請月の翌月からになります。この制度は毎年度申請が必要ですので、引き続き希望する方も必ず申請してください。また、税の申告のない方は認定できません。申請される方は、税の申告をしてください。

対象 ①生活保護法に基づく保護が停止または廃止された家庭 ②児童扶養手当を受けている家庭 ③収入

が少なく所得が市の認定基準以下の家庭

※このほかにも対象となる場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

申請書類 ①就学援助申請書(学校教育課で配付) ②世帯で働いている方全員分の収入(平成27年1月から12月)を証明できる書類(源泉徴収票、確定申告書控え、市県民税申告書控え)の写しなど。

※今回の申請から、「マイナンバー(個人番号)」を提示することで、②収入を証明できる書類を省略することができるようになりました。ただし、平成28年1月1日時点で鶴ヶ島市に住民票がある(所得確認ができる)方のみ対象となります。申請書提出の際に、本人確認として、新たに持参していただく物がありますので、詳しくは学校教育課までお問い合わせいただくか、市ホームページをご覧ください。

有料広告募集

問合先 学校給食センター(☎049・285・6596)

学校給食センターでは、学校給食予定献立表(毎月発行(8月分を除く))に掲載する広告を募集しています。献立表は、市内の小・中学校に通学する児童生徒の世帯に配布され、保護者の年齢層が絞られるために大きな宣伝効果が期待できます。

掲載基準 「鶴ヶ島市有料広告掲載等取扱要綱」および「学校給食予定献立表有料広告掲載基準」に基づきます。

掲載単位 1か月単位で受付

発行部数 5144部/月(平成27年度印刷実績、児童生徒数により発行部数は変動)

募集枠 3枠(月により増える場合があります)

掲載スペース 縦5cm×横9.2cm(月により変わります)

料金 5000円/月

その他 詳しくは電話で学校給食センターまたは市ホームページをご覧ください。

ふるさと納税返礼品の提供を希望する事業者の皆さんへ

問合先 産業振興課商工労政担当

市では、ふるさと納税をされた方への返礼品となる商品の相談を受け付けます。

返礼品の商品提供事業者としての要件

- ・鶴ヶ島市内に事業所などが所在、または鶴ヶ島市の施策と密接な関係を有していること
- ・市税の滞納がないこと
- ・商品については市の品位を損なうおそれがないこと

協力事業者としてのメリット

- ・返礼品や事業者名などが市ホームページに掲載され、全国的な販売促進やPRに役立ちます。

スポーツ推進委員を募集します

対象 次のすべての条件に該当する方

①市内在住の20歳以上(平成28年4月1日現在)の方。

②スポーツに関する深い関心と理解を有すること。

③スポーツについての企画・指導・助言ができる熱意と能力があること。

内容

・市が行うスポーツ事業において企画・運営に携わる。

・各種団体や学校、市民センターなどが行うスポーツ行事へ協力する。

・市民の健康増進を目的としたユニスポーツの普及などスポーツに関する指導、助言を行う。

募集人数 若干名

任期 平成28年4月1日～平成30年3月31日

報酬 非常勤の公務員として条例の規定により報酬を支給します。

応募方法 2月19日(金)までに郵送、メールまたは直接生涯学習課へ。募集要項および申込書は市ホームページからダウンロードまたは生涯学習課で受け取ってください。

問合先 生涯学習課市民スポーツ担当

自治会名	設置場所	整備備品
太田ヶ谷自治会	鶴ヶ島農村センター	エアコン3台、イベント用屋外音響システム、マイクスタンド、長胴太鼓、当り鉦
鶴ヶ丘第四自治会	鶴ヶ島文化会館	エアコン3台、会議用テーブル25台、折りたたみ椅子50脚、ワイヤレスアンプ、マイク、倉庫、テレビ、地デジアンテナ、ブルーレイディスクプレーヤー

今年度、宝くじの社会貢献広報事業として、宝くじの受託事業収入を財源に実施しているコミュニティ助成事業の助成金をいただき、二つの自治会に備品を購入しました。

この備品整備によってエアコンが設置され、季節を通じて快適に自治会活動が行えるようになりました。また、音響システムなどの整備により、イベントなども効率的に開催できるようになりました。

宝くじの助成金で自治会館に備品を整備しました

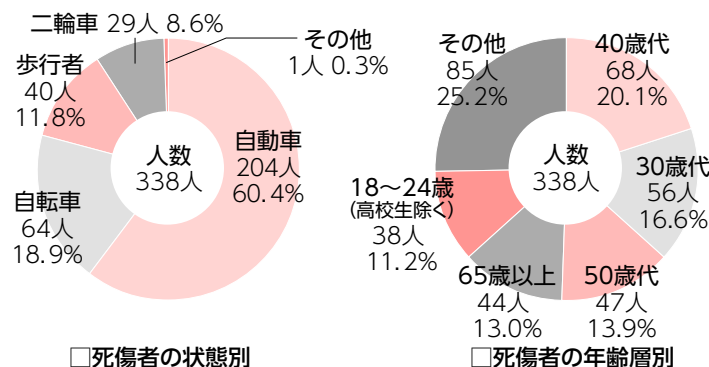
問合先 地域活動推進課地域活動推進担当



昨年の市内交通事故発生状況

平成27年中の市内における交通事故発生状況は人身事故269件(前年比4.3%増)、うち、原因で多いものとして、脇見などが190件(70.6%)となっています。

問合先 西入間警察署(☎049・284・0110)、安心安全推進課交通安全・防犯担当



自転車乗用中の事故

自転車事故の中には、高額賠償を伴う事例も多く発生しています。ヘルメットの着用を心掛け、自分の身を守りましょう。また、自転車保険に加入し、万一に備えましょう。

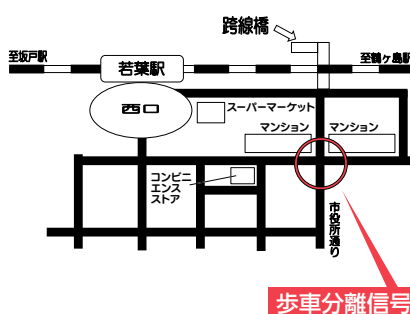
交差点での事故

交差点事故の多くは、死角の多い生活道路で発生しています。一時停止を必ず守り、「さだろー」運転ではなく「くかもしれない」と危険を予測する運転を心掛けましょう。

「歩車分離式信号」について

歩行者と車両の通行する時間を分離し、歩行者と車両の交錯による交通事故を抑止するための制御方式を用いた信号のことをいいます。

このうち、若葉駅西口に設置されたものは、全ての方向の自動車などを停止させている間に全ての方向の歩行者などを同時に横断させる方式ですが、斜め



方向の横断はできません。交通ルールを守り、安全運転を励行し、事故を未然に防ぐよう心がけましょう。

平成28年1月6日22時30分頃、高倉地内で交通死亡事故が発生しました。普通乗用車が右カーブを進行中、同方向に進行の自転車と衝突、自転車の高齢運転者が死亡しました。自動車の運転者が、必ずしも近くの歩行者や自転車の存在を確認できているとは限りませんので、夜間は、反射材などの使用を心掛けましょう。

保留地公売のお知らせ

問合先 区画整理課事業担当

坂戸都市計画事業若葉駅西口土地区画整理事業地内の宅地(保留地)を抽選で公売します。

街区番号	画地番号	面積(m ²)	公売価格(円)	備考
34	11	約146	22,630,000	若葉駅から約650m、徒歩約9分 学校区 杉下小学校、藤中学校 上広谷児童館 徒歩3分
	17	約146	22,630,000	第一種中高層住居専用地域、 地区計画区域



保留地公売地(若葉駅西口地区)



保留地形状図

受付日時 2月1日(月)~3月4日(金)9時~17時

※土・日曜日、祝日は除く

受付場所 市役所2階区画整理課

抽選日時 3月16日(水)9時30分受付 10時抽選開始

抽選場所 市役所5階会議室

※申込みをされる方は、必要提出書類などがありますので、あらかじめ「保留地公売案内」(区画整理課窓口または市ホームページからご覧いただけます)をご確認の上、申込みをしてください。



まちなかトピックス



国際人としてのスタート

鶴ヶ島清風高校で、オスマン・サンコンさんによるグローバル講演会「明るい国際協力～サンコンのアフリカ共和国～」が行われました。体験談などを交え、これからの時代を担うための心構えなどをお話し頂き、和やかな楽しい時間となりました。



ユーモラスでわかりやすい

1月9日、女性センターで、テレビにも多数出演の高沢謙二先生^{たかざわけんじ}の健康づくり講演会「これからの時代を生き抜く健康管理法パート2～血管若返り術～」が行われました。超満員の会場の皆さんは、先生の講演を大満足に聴き入りました。



伝統の継承

1月9日、東市民センターで、第34回どんど焼きが開催されました。天候に恵まれ、大人も子どもも共に火入れをしました。どんど焼きの火で正月飾りを焼き、様々な催しを楽しみつつ、1年間の無病息災を祈りました。



真剣勝負で鶴ヶ島を学ぶ

1月17日、東市民センターで、第11回新井慶司^{あらいけいじ}記念杯つるがしま郷土かるた大会が行われました。子どもたちは真剣勝負の中、かるたを通して、つるがしまの歴史や地理を学びました。



こうして食べるとおいしいよ！♪

1月17日、安心安全な農産物を生産している農家を応援するため、池尻池公園で、森の落ち葉を集めました。作業の後はお待ちかねのオヤツタイム。子どもたちはサツマイモやネギをみんなで仲良く焼いて、おいしく食べました。



鶴ヶ島から世界へ

1月20日、鶴ヶ島第一小学校で国際理解教育の授業「世界の言葉で遊ぼう」が行われました。韓国語のじゃんけんゲームやイタリア人留学生の体験談などからコミュニケーションの極意を学んだ6年生の子どもたち。未来のステージは世界です。

つるゴン健康川柳コンクールの受賞作品

問合先 保険年金課国民健康保険担当

国民健康保険の医療費適正化などに係る啓発活動の一環として実施した「つるゴン健康川柳コンクール」に、37作品の応募がありました。選考の結果、市長賞など6作品を決定し、1月9日に表彰式を行いました。

受賞作品

市長賞

検診で 貯める安心 マイレージ

市議会議長賞

ゆるキャラに 和む私と ゆるむ腹

教育委員会教育長賞

うんどうと はやねはやおき げんきだよ

坂戸鶴ヶ島医師会長賞

健康と 長寿のため 1万歩

国民健康保険運営協議会長賞

願わくば 医療無縁で 喜寿米寿

健康づくり推進協議会長賞

わが祖母と 雷電池を ひと巡り



ひらりん

じゅんぴょん

かほ

本田ハナ

翁チャン

田中友海

(敬称略)



仲間になりませんか

▶ちびっこ体操クラブ(親子体操)

対象/2歳児以上の子と保護者 日時/毎週金曜日10時~11時 場所/東市民センター その他/2月19日(金)11時~12時に体験・受付
連絡先/根来 ☎049・287・6376

▶ひまわり体操クラブ(親子体操)

対象/2歳児以上の子と保護者 日時/毎週月曜日10時~11時 場所/東市民センター その他/2月15日(月)11時~12時に体験・受付
連絡先/大沼 ☎049・292・1334

▶いきいき体操 対象/女性 日時/毎週金曜日10時~12時 場所/西市民センター 連絡先/尾崎 ☎049・287・5450

▶千鶴会(津軽手踊り) 日時/第2・3・4水曜日10時~12時 場所/西市民センター 連絡先/有隅 ☎

049・285・2837

▶女声コーラス マイ・サニー 対象/女性 日時/第2・4火曜日13時~16時 場所/大橋市民センター

連絡先/広川 ☎049・286・0040

▶男の料理教室 対象/成人男性 日時/第4土曜日9時~13時 場所/女性センター 連絡先/佐藤 ☎070・5596・4061

▶ZUMBAサークル ズンズン(ダンスエクササイズ) 対象/成人女性 日時/毎週水曜日11時~12時 場所/女性センター 連絡先/小中 ☎080・3000・1268

▶花咲くおとめ座(レクリエーションボランティア) 日時/毎週木曜日13時30分~15時(月4回) 場所/富士見市民センター 連絡先/橋本 ☎090・6015・7463

参加してみませんか

▶初心者卓球教室 日時/2月14日(日)13時~15時(受付当日13時~13時20分) 場所/海洋センター 参加費/無料 持ち物/運動のできる靴や服装、ラケット(お持ちの方)

連絡先/近藤 ☎049・286・7659

出かけてみませんか

▶子育てセミナー「あなたの子育て大丈夫?決して自分を責めない子育て」 対象/子育て中の方、これから親になる方 日時/2月10日(水)10時~11時30分 場所/東市民センター 参加費/200円(資料、お茶代) 申込み/不要 連絡先/荒川 ☎049・285・6362

▶中国無錫市少年宮作品展・桜友誼林あゆみ展 日時/2月18日(木)~21日(日)9時~17時 場所/市民活動推進センター 参加費/無料 連絡先/新發田 ☎080・9506・4510

4月号の原稿締切は、2月25日(木)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回までで、同一号には1件までの掲載に限らせていただいています。

INFORMATION

市役所からのお知らせ

募集

平成28年度児童館幼児クラブ会員

市内児童館では、幼稚園入園前の幼児親子の仲間づくりを目的に、手遊びや体操などをして遊ぶ幼児クラブの会員を募集します。

対象 平成24年4月2日から平成26年4月1日に生まれた幼児

場所	活動日時	定員
脚折児童館	水曜日 10時～11時	20組
上広谷児童館	金曜日 10時～11時	30組
大橋児童館	木曜日 10時～11時	25組
西児童館	金曜日 10時～11時	30組

会費 年間1000円

申込み 2月12日(金)～26日(金) 9時30分～16時に、申込用紙(2月4日(木)から各児童館で配布)を活動希望する児童館に提出してください。

※重複の申し込みはできません。ただし、27日(土)以降、定員に満たない場合は重複して申し込みができます。

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

食育講演会「時間栄養学による健康づくり」の運営ボランティア

女子栄養大学副学長香川靖雄^{かがわやすお}さんによる食育講演会を開催します。その運営ボランティアを募集します。

日時 3月12日(土)12時～16時

場所 女性センター

業務内容 受付・駐車場案内などの運営に関すること

定員 5人程度

その他 空き時間は、スタッフ席で講演会を聴講できます。

申込み 2月22日(月)までに健康増進課健康増進担当に電話で

平成28年度埼玉県公立小・中学校臨時的任用教職員および非常勤講師

応募資格

教員は教員普通免許状、学校栄養職員は栄養士免許状または管理栄養士免許状を所有している方または取得見込みの方。地方公務員法第16条および学校教育法第9条の欠格事項に該当しない方

応募の際は「希望調書」の提出が必要になります。詳しくは埼玉県教育委員会のホームページをご覧ください。

問合先 学校教育課指導担当

3人乗り(幼児2人同乗用)自転車レンタル利用者

社会福祉協議会では、複数の幼児を養育する子育て世帯へ3人乗り自転車(幼児二人同乗基準適合車電動アシストタイプ)の貸出しを行っています。



貸出中の自転車に戻り次第、順番に新しい利用者にお貸しします。利用希望者は、随時受付

ていますので、電話で問い合わせてください。

対象 貸出予定月に、それぞれ1歳以上6歳未満の子どもを2人以上養育し、自転車の適正な保管場所を確保できる市民

利用期間 原則1年間(上限3年までの更新可能)

利用料 1か月1000円

問合先 社会福祉協議会(☎049・271・6011)

教室

南市民センター地域課題講座「知っておきたい日常生活で出来る食品ロス削減の具体的な取り組み」

日時 2月14日(日)10時～11時30分

場所 南市民センター

講師 埼玉県職員

参加費 無料

申込み 不要

問合先 南市民センター(☎049・287・0235)



教室

子育てセンター子育て講座 「どうやって進めたらいいの？離乳食」

対象 市内在住の離乳食を食べているお子さんの保護者

日時 2月25日(木)10時～11時30分

場所 女性センター

講師 元公立保育所管理栄養士

内容 成長に合わせた離乳食の進め方や、今日の献立から考える簡単離乳食のコツ教えます。

定員 15人程度(申込順)

参加費 1000円(食材料費)

持ち物 スープ椀、スプーン、筆記具

保育 10か月～未就園児10人程度、10か月未満児は同室可

申込み 2月5日(金)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 市内在住の6か月から小学生までのお子さんと母親。母だけの参加も可

「親子ヨガ」



対象 市内在住の6か月から小学生までのお子さんと母親。母だけの参加も可

日時 2月27日(土)10時30分～11時

内容 市内在住の6か月から小学生までのお子さんと母親。母だけの参加も可

時30分

場所 東市民センター

定員 30人(申込順)

参加費 無料

持ち物 ヨガマット(大判バスケット可)飲み物、運動しやすい服装

協力 鶴ヶ島☆親子ヨガサークル

申込み 2月3日(水)9時から東市民センターに直接または電話で(☎049・286・3357)

対象 市内在住の6か月から小学生までのお子さんと母親。母だけの参加も可

「手編み帽子講習会」



対象 市内在住の6か月から小学生までのお子さんと母親。母だけの参加も可

日時 2月24日(水)10時～12時

場所 東市民センター

定員 30人(申込順)

参加費 1000円(材料代)

持ち物 かぎ針6号、8号、10号のいずれか、はさみ

協力 かえるこはうす

申込み 東市民センターに直接または電話で(☎049・286・3357)

「科学実験教室と工作」



対象 市内小学5年生以上

日時 3月12日(土)13時～15時

場所 富士見市民センター

内容 つくばエキスポセンターの方による真空実験。

定員 30人

参加費 無料

申込み 2月15日(月)から富士見市民センターへ直接または電話で(☎049・287・1661)

内容 市内在住の6か月から小学生までのお子さんと母親。母だけの参加も可

土作りが大切！ 緑のカーテン講座

日時 2月3日(水)13時～14時

場所 市役所1階会議室

講師 つるがしま緑のカーテン市民実行委員会

その他 講座開始前、12時20分～13時まで市役所1階ロビーにて「第6回つるがしま緑のカーテンコンテスト」の表彰式を行います。

申込み 不要、当日直接会場にお越しください。

問合せ 生活環境課環境保全担当

平成27年度自然学習会

「野鳥観察会」鶴ヶ島の冬鳥たち」



対象 市内在住の6か月から小学生までのお子さんと母親。母だけの参加も可

日時 2月14日(日)9時30分～12時(雨天中止)

場所 農業交流センター集合

講師 鈴木勝行さん(鶴ヶ島の自然を守る会)

内容 講師の案内で、池尻池公園周辺を散策しながら、市内に育成している生きものや、冬鳥たちを観察します。

定員 20人(保護者含めず、申込順)

参加費 無料

持ち物 双眼鏡(持っている方)

申込み 2月4日(木)から10日(木)までに生活環境課環境保全担当に直接または電話で

**鶴ヶ島市文化団体連合会
全体研修会「鶴ヶ島の史跡をたずねて」**

鶴ヶ島市文化団体連合会 全体研修会「鶴ヶ島の史跡をたずねて」

鶴ヶ島市文化団体連合会では全体研修会を毎年実施し、一般の方にも公開しています。

日時 3月5日(土)10時～12時

場所 市役所3階庁議室

講師 高橋武夫さん(鶴ヶ島古文書同好会会長)

定員 15人(申込順)

参加費 無料

申込み 2月8日(月)から市文化団体連合会事務局(生涯学習課内)に電話で

自然農法の野菜作り講座



対象 市内在住の6か月から小学生までのお子さんと母親。母だけの参加も可

定員 30人(申込順)

①講義「自然農法ってなんだろう」

日時 3月2日(水)9時30分～11時

時30分

場所 大橋市民センター

②実習「ジャガイモ種植え、ボカシ作りなど」

日時 3月16日(水)9時30分～11時30分

場所 大橋市民センター前の畑

③4月6日～12月7日、原則第1、3水曜日、月2回程度(天候や野菜の生育により日程変更あり)

時間 9時30分～11時30分(7～9月は9時開始)

※野菜は収穫毎、持ち帰り出来ます。

参加費 1500円(種代ほか)

その他 2回目以降は畑で作業できる服装。

申込み 2月8日(月)から大橋市民センターに直接または電話で(☎049・286・0005)

健康遊具体験講座

市内3か所の近隣公園に健康遊具を設置しました。健康づくりにお役立てください。

対象 市内在住の18歳以上の方

日時/場所 3月10日(木)10時～11時30分/脚折近隣公園、13時30分～15時/南近隣公園
14日(月)10時～11時30分/富士見中央近隣公園

※いずれも雨天時は15日(火)

講師 高齢者体力づくり支援士

内容 健康遊具の正しい使い方・体力測定

定員 30人(申込順)

参加費 無料

持ち物 飲み物、タオル、動きやすい服装

申込み 2月5日(金)から健康増進課健康増進担当に直接または電話で

「食生活の見直しで生活習慣病予防上手にカロリーを減らそう」

対象 市内在住の20歳以上の方

日時 2月19日(金)10時～14時

場所 西市民センター

講師 保健師、食生活改善推進員

内容 生活習慣病についての講話と調理実習(ごはん、鶏もも肉のワイン蒸し、カラフル野菜の茹巻き、ひじきのサラダ、汁物)

定員 24人(申込順)

参加費 300円

持ち物 エプロン、三角巾、ふきん2枚

申込み 2月3日(水)から12日(金)までに健康増進課健康増進担当に直接または電話で

メンタルヘルス講演会

「家族のための統合失調症入門」

日時 2月28日(日)13時30分～16時

場所 市役所5階会議室

講師 白石弘巳さん(医学博士、東洋大学ライフデザイン学部生活支援学科教授)

参加費 無料

申込み 坂戸保健所(☎049・283・7815)

鶴ヶ島市イツモ防災講座



イツモ防災とは?

地震への備えを「特別なこと(モシモ)」として捉えるのではなく、「イツモ」の日常生活の中で自然体で当たり前のこととして取り組むことを言います。やりやすい方法を知ることにより、家庭や地域で防災が取り組みやすくなっていくことを目指します。

日時 2月21日(日)10時～12時

(9時30分開場)

場所 西市民センター

講師 田中緑さん(川越市城下・氷川町自治会自主防災会 防災士)

定員 160人(申込順)

参加費 無料

その他 防災関係業者による防災啓発品の配布があります。

※車の方は、新町中央広場の臨時駐車場をご利用ください。

申込み 安心安全推進課防災担当に直接または電話で

催し

「第8回北市民チャリティーカラオケまつり」



日時 3月6日(日)12時20分～16時(予定)

場所 北市民センター

参加費 無料(チャリティーにご協力をお願いします)

その他 当日は、コーヒー、パンの販売があります。

申込み 一般の方は、2月4日(木)9時から10日(水)(受付は1人につき2人まで)に曲名・歌手名を北市民センターに直接または電話で(☎049・287・0251)

催し

サークル活動地域還元講座 「ジョイントコンサート」



日時 2月20日(土)13時30分～

場所 西市民センター

内容 女性コーラスと男性合唱団によるジョイントコンサート

参加費 無料(申込不要)

協力 「ラ・フォンテ」「みちくさ」

問合先 西市民センター(☎049・286・7899)

視覚障害者交流会 「アイフェスタ」

障害者の演じるコント、落語、鉄道マンの歌と演奏で楽しみませんか。

日時 2月27日(土)13時～15時30分

場所 南市民センター

これから創業を考えている方へ！創業個別相談会

相談経験豊富な中小企業診断士・商工会の経営指導員が1対1で相談に応じます。

対象 創業をお考えの方

日時 2月19日(金)18時～21時、20日(土)13時～17時(相談時間は1時間程度)

場所 鶴ヶ島市商工会

定員 20人(申込順。予約制)

参加費 無料

申込み 2月15日(月)までに、名前・住所・電話番号・希望日時・相談内容を鶴ヶ島市商工会に電話またはファクシミリで(☎049・287・1255 ㊟049・287・7799)

参加費 無料

問合先 社会福祉協議会(☎049・271・6011)

障害者差別解消法啓発講演会「障害者差別解消法について、どんな法律？」

障害を理由とする差別の解消の推進に関する法律(いわゆる障害者差別解消法)が、本年4月1日に施行されます。

障害者差別解消法とはどのような法律なのか、法が施行されると何がかわるのかなどを学びます。

日時 2月13日(土)13時～15時

場所 市役所5階会議室

講師 本名靖さん(東洋大学ラ

イフデザイン学部生活支援学科教授)

定員 100人

参加費 無料

その他 手話通訳、点字資料の

用意あり(点字資料は要申込)。

申込・問合先 2月10日(水)までに、参加申込書(障害者福祉課または市内各施設の窓口、市ホームページからもダウンロード可)に記入の上、直接またはファクシミリ、郵送、電話で障害者福祉課障害者福祉担当(当日参加可)

成年後見制度講演会 「知っておきたい成年後見制度の基礎知識」

成年後見制度とは、認知症などにより、判断能力が不十分となった方が、財産の管理や契約などで不利益を受けないように、主に法律行為を支援する制度です。

対象 市内在住在勤の方

日時 3月5日(土)10時～11時30分

場所 市役所5階会議室

講師 杉田裕介さん(司法書士)

定員 60人(申込順)

参加費 無料

申込み 高齢者福祉課地域包括ケア推進担当または鶴ヶ島市社会福祉協議会(☎049・271・6011)に直接または電話で

案内

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 ①2月10日(水)9時30分～10時30分 ②2月24日(水)9時30分～10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 ①②とも実施日1週間前から前日までに、鶴ヶ島東部保育所(☎049・285・1143)富士見保育所(☎049・285・6648)

おもちゃ病院

3	2				月
2 (水)	19 (金)	15 (月)	13 (土)	3 (水)	日
西見児童館	脚折児児童館	上広谷児児童館	大橋児児童館	西見児童館	場所

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 西見児童館(☎049・285・7048)大橋児童館(☎049・286・0007)上広

谷見児童館(☎049・287・1732)、脚折児童館(☎049・287・0270)

2月の図書館休館のお知らせ

中央図書館は、2月1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、26日(金)、29日(月)が休館となります。

問合先 中央図書館(☎049・271・3001)

市町村交通災害共済に加入しましょう

交通災害共済は、埼玉県内の加入市町村がその住民の方々を対象に、共同で実施する公的共済制度です。みなさんが会費を出し合い、対象となる交通事故によってけがをしたり、死亡したとき、見舞金をお支払いする助け合いの制度です。

受付 2月1日(月)～

会費 一般900円、中学生以下(平成28年4月1日現在で中学生以下の方)500円

申込み 今月の広報に折り込んである加入申込書に必要事項を記入し、郵便局、安心安全推進課、各市民センターまたは若葉駅前出張所に申込み。

問合先 安心安全推進課交通安全・防犯担当

就職支援ミニセミナー

対象 県内在住の求職者

日時 2月25日(木)13時45分～15時45分

場所 市役所5階会議室

内容 就職活動の進め方、就職に役立つ応募書類の作成

※失業認定における就職活動に該当

定員 50人(申込順)

参加費 無料

申込み 2月1日(月)から鶴ヶ島市ふるさとハローワークに直接または電話で(☎049・272・4001)

建設工事請負契約のトラブル解決をお手伝いします

マイホームの新築やリフォームなどの工事で、建物の不具合(欠陥)や代金不払いなどで困ったことはありませんか。建設工事紛争審査会が公正・中立の立場から和解の成立を目指します。ぜひご相談下さい。

問合先 埼玉県建設工事紛争審査会事務局(埼玉県県土整備政策課内)(☎048・830・5262)

平成28年度彩の国いきがい大学川越学園(一般課程・専攻課程) 学生募集

彩の国いきがい大学は、学習やクラブ活動などを通じて仲間づくりを行うとともに、卒業後は地域活動などで活躍していただき、社会参加による生きがいを高めていくことを目的としています。

	一般課程(川越学園)	専攻課程(川越学園)
対象	県内在住で昭和31年4月1日以前生まれの方	
回数	年30回(木曜開催)	年38回(水曜開催)
場所	ウェスタ川越	ウェスタ川越
定員	130人	135人
内容	一般教養の学習とクラブ活動など	一般教養、専門科目の学習とクラブ活動など
金額	2万9500円(年額)	4万2000円(年額)

申込み 市役所・学園会場で学生募集案内を入手し、2月29日(月)(必着)までにはがき、またはホームページ(彩の国いきがい大学で検索から申込み)

問合先 一般課程／(公財)いき

いき埼玉高齢者いきがい支援担当(☎048・728・7951)、専攻課程／彩の国いきがい大学東松山学園(☎049・322・0295)

放送大学4月生募集のお知らせ

放送大学はテレビなどの放送やインターネットを利用して授業を行う通信制の大学です。心理学・福祉・経済・歴史・文学・自然科学など幅広い分野を学べます。

出願期間 第1回2月29日(月)、第2回3月20日(日)

資料請求 放送大学埼玉学習センター(☎048・650・2611)または放送大学ホームページで受付



大学の開放授業講座(リカレント教育)

対象 55歳以上の県民

期日 おおむね4月～8月

場所 県内18大学、都内1大学

科目 経済政策、政治学、社会福祉、語学など

費用 各科目1万円程度

申込み 県ホームページ(大学の開放授業講座で検索)で募集案内を確認の上、2月1日(月)から各大学へ直接申込み

問合先 埼玉県高齢者福祉課(☎048・830・3263)

井戸水を使用している皆さんへ

井戸水を飲用に利用している方は、定期的な水質検査を受けていただくようお願いします。

問合先 坂戸保健所生活衛生・薬事担当(☎049・283・7815)、生活環境課環境保全担当

水道企業団からのお願い

坂戸浄水場受電設備法定点検を次の日程で実施します。停電作業中および作業終了後、水道水が濁る場合がありますので水のくみ置きをお願いします。

日時 2月5日(金)23時～翌朝5時

時担当 坂戸、鶴ヶ島水道企業団浄水課浄水担当(☎049・285・8138)

テロを許さない安全な街づくりにご協力を

埼玉県警察では、11月20日、2020年東京オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて、関係行政機関のほか競技会場や公共交通機関、ライフライン事業者、宿泊施設などの62の官民事業者・団体が構成するテロ対策「彩の国」ネットワークを設立しました。

今後、テロに関する情報の共有など官民連携したテロ対策を進めていきます。

テロリストは、必ず事前に現場の下見を行うなど準備を行っています。

テロを未然に防止するため、不審者(物)を見かけたら110番または西入間警察署まで通報をお願いします。

問合先 西入間警察署(☎049・284・0110)



◆今月の納期

国民健康保険税第8期

内容 身体計測・保健相談・栄養相談・歯科相談
持ち物 母子健康手帳
問合先 保健センター

二種混合 (ジフテリア・破傷風)の 予防接種はお済みですか？

二種混合の予防接種を公費(無料)で接種できるのは、13歳の誕生日の前日までです。対象の方は期日までに接種しましょう。

対象 11歳以上13歳未満(13歳の誕生日の前日まで)の方

問合先 保健センター

麻しん風しん(MR)の 予防接種はお済みですか？

麻しん風しん混合の予防接種第

2期を受けていない方は、3月31日までに接種してください。

対象 第2期 平成21年4月2日から平成22年4月1日生の方

問合先 保健センター

ゆりかご教室 ～赤ちゃんを迎える ための教室～

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。

場所 保健センター

持ち物 母子健康手帳、筆記具、飲み物、2月26日はズボン着用。3月2日はエプロンと実習費(300～500円程度)。1回のみ参加可。

申込み 保健センターに直接または電話で

月	日	時間	内容
2	26 (金)	9時30分 ～ 12時10分	安心して赤ちゃんを迎えるために(呼吸法などの実習含む)
2	(水)	10時 ～ 13時	妊娠中の栄養について・ヘルシークッキング
3	5 (土)	9時30分 ～ 12時30分	パパの妊婦体験・赤ちゃんとの生活・赤ちゃんの入浴
	10 (木)	13時 ～ 15時30分	歯科健診・妊娠中の歯みがき指導・赤ちゃんの絵本の選び方

市役所1階窓口リニューアル！

問合先 秘書政策課政策担当

1月4日から、市役所1階の窓口が生まれ変わりました。各種手続きが、よりスムーズに行えます。



LED照明で
明るい空間に
なりました。

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。関連性の高い課を近接かつ効率的に配置しました。



キッズコーナー
に授乳室・キッズ
チェアなどを設置
しました。



カフェコーナー
も設けました。気軽
にご利用ください。



「つるがしまどこでも
まちライブラリー」
を設けました。

幸せ健康講座 「ストレッチ教室」

対象 市内在住で医師からの運動制限を受けていない方

日時 3月9日(水) 10時～11時40分(受付9時30分～)

場所 保健センター

内容 健康運動指導士による筋肉疲労をリフレッシュさせるストレッチを中心に腰痛や肩こりを繰り返さないための軽い筋力トレーニング。

定員 25人(申込順)

持ち物 運動できる服装(運動靴)、水分補給できるもの、筆記具
※健康マイレージ対象事業です。

申込み 2月8日(月)から、保健センターに直接または電話で

幸せ健康講座 「あなたの血圧大丈夫？ 高血圧予防講座」

対象 市内在住の方

日時 2月12日(金) 10時～11時40分(受付9時45分～)

場所 大橋市民センター(学習室)

内容 保健師、管理栄養士による高血圧症予防のための生活習慣と食事のポイントについてお話しします。

定員 25人(申込順)

※健康マイレージ対象事業です。

申込み 保健センターへ直接または電話で(申込受付中)

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 2月23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

問合先 保健センター、子育てセンター(☎049・286・7201)

乳幼児すこやか相談

対象 就学前までの乳幼児とその保護者・妊婦

日時 2月10日(水) 9時30分～10時30分

場所 保健センター

国民栄養の現状

調査結果

平成26年に実施された「国民健康・栄養調査」結果が公表されました。(平成27年12月9日厚生労働省)

平成16年から、この10年間でみると・・・

- 肥満者：男女ともに大きな変化はみられなかった。
- やせの者：女性で増加。
- 血圧：男女ともに低下。収縮期(最高)血圧140mmHg以上の者が、男女ともに低下。
- 食塩摂取量：男女ともに減少。

10gの壁

食塩摂取量がやっと10gに至ったという状況です。現在、「健康日本21(第2次)」の目標は8gです。

長年、10g未満と言われ続けてきましたが、その壁は高く越えられませんでした。今回、男性が10.5g、女性が8.9g、平均で9.7gとなりました。20歳以上のグループでみれば、男性10.9g、女性9.2gで平均10gとなります。

60歳代の不思議

食塩摂取量において、年代別でみると60歳代が一番多い(10.7g)のが不思議です。この傾向は以前からあります。健康志向が強い年代でいろいろ気をつけているはずですが、食習慣の影響でしょうか。

野菜摂取量も年代中トップですが、目標の350gに達しているのは4割弱でした。

野菜と塩分の摂取量に相関関係があるとなると、野菜料理に薄味の工夫が必要でしょう。

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 137

「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、急病人宅に駆け付けた際に、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、「救急情報カード」の裏面に「緊急連絡先、かかりつけ医療機関などの必要事項」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。

「救急情報カード」は市役所高齢者福祉課、各市民センター、若葉駅前出張所、老人福祉センター、地域包括支援センターの窓口で配布しています。

問合先 高齢者福祉課地域包括ケア推進担当

救急情報カード	
【市役所へ記入する欄】 ※カードは急病発生時に市役所へ送付し、救急隊員が利用します。 ※市役所へ送付後、2週間以内に返却いたします。	【救急情報カードの裏面に記入する欄】 ※このカードは、119番通報を受けた救急隊員が利用します。 ※このカードは、119番通報を受けた救急隊員が利用します。

表

裏

2月の相談

◆金銭・不動産・家族(要予約)

弁護士による法律相談

■2日(火) 13時～16時/市役所1階会議室(受付中)、19日(金) 13時～16時/市役所5階会議室(5日から受付)、3月1日(火) 13時～16時/市役所5階会議室(16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

■4日(木) 9時～12時/市役所5階会議室(受付中)、3月10日(木) 9時～12時/市役所5階会議室(25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

■4日(木) 13時～16時/市役所5階会議室、25日(木) 13時～16時/市役所5階会議室▷地域活動推進課

◆行政

■19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

■19日(金) 13時～16時/市役所5階会議室▷総務人権推進課

◆不動産(要予約)

■2日(火) 13時～16時/市役所1階会議室(受付中)、3月1日(火) 13時～16時/市役所5階会議室(16日から受付)▷地域活動推進課

◆女性のための相談室(要予約)

■10日(水) 10時～16時(法律相談は10時～13時)、16日(火) 10時～15時、20日(土) 10時～15時、24日(水) 10時～16時 ※3月の予約は25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

■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)

■16日(火) 13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)

■26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

■2月号には『市議会だより第174号』『地元建設関係事業者の紹介パンフレット』『わかば大学塾 塾生募集パンフレット』『平成28年度市町村交通災害共済会員募集リーフレット、平成28年度市町村交通災害共済加入申込書』が折り込まれています。

第2回 eコラボまつり

環境教育施設「eコラボ(エコラボ) つるがしま」は、平成26年3月に開設し2周年を迎えようとしています。2周年を記念して“eコラボまつり”を開催します。

日時 2月27日(土) 10時～16時(雨天決行)

場所 eコラボつるがしま(養命酒鶴ヶ島太陽光発電所隣地 大字鶴ヶ丘331-1)

内容

【施設内において】

●シンポジウム

“eコラボから考える未来”～ニュータウンサミット/郊外住宅地の将来像～

時間 10時30分～12時

●子どもサイエンスショー

“体験! 南極ブリザード”～状態変化のエネルギー～南極などで発生するブリザードの疑似体験や1秒で色々な氷ができるマジックショーです。

1部/13時～14時、2部/14時30分～15時30分

【大型テント内にて】

●企業・市民団体の催し物

内容 Nゲージ展示会、チンドンバンド、太鼓、バイオリン演奏など

時間 12時30分～15時30分

【屋外テントにて】

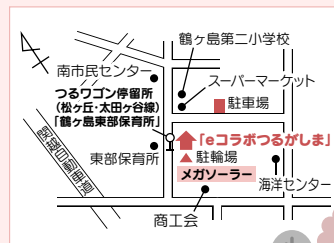
●模擬店ほか

内容 やきそば/焼き鳥/団子/パン/鶴ヶ島産緑茶の試飲・販売/つるゴングッズなどの販売

※模擬店は無くなり次第終了

時間 11時～15時30分

問合先 鶴ヶ島第二小学校区地域支え合い協議会(☎049・298・7974)、生活環境課環境保全担当



昨年ようす



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
2	7日(日)	厚友クリニック若葉(内・小・外) 富士見1-9-34(☎272・3903)
	11日(祝)	若葉内科クリニック(内) 上広谷645-1(☎298・5308)
	14日(日)	しんまちクリニック(内・小) 新町2-23-23(☎271・6154)
	21日(日)	若葉こどもクリニック(小・ア・内) 藤金333-2(☎279・0070)
	28日(日)	アイクリニック佐藤医院(眼) 上広谷669-1(☎279・0888)
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。



市ホームページ
 http://www.city.tsurugashima.lg.jp/

☎049-271-1111(代)
 FAX049-271-1190