



市のイメージマーク

### ■思いをつないで

1月31日、42チーム318人が参加して第33回鶴ヶ島駅伝競走大会が行われました。中高女子の部で優勝したのは、鶴ヶ島西中学校。アンカーの堀さんは「チーム目標の関東大会出場に向け最高のスタートになりました」と笑顔で話してくれました。

### 市政情報

2-6

- 施設のサービスが変わります
- 健康遊具で楽しい健康づくり  
空き家バンクへ登録を
- 平成28年度の固定資産課税台帳の閲覧・縦覧  
軽自動車税の税率が変わります
- 「つるバス・つるワゴン特別乗車証」の更新
- 東北被災三県に引き続き支援を

### みんなのひろば

7-8

まちなかトピックス／熱中してます／ふれあい掲示板

### INFORMATION

9-14

募集／教室／催し／案内／レインボー情報

### みんなの健康

15

### 「第32回鶴ヶ島桜まつり」開催

16

今月の休日当番医・夜間診療のお知らせ  
3月の相談

この広報紙には「平成28年度  
鶴ヶ島市ごみ・資源収集カレンダー」が折り込まれています。

4月1日  
から

# 施設のサービスが変わります。 開館時間が長くなり、より便利に。

平成28年4月1日から中央図書館をはじめ、市の一部の施設の運営管理を指定管理者が行います。民間事業者の持つ専門性やノウハウ、柔軟な発想を活用して、更なる利用者サービスの向上と運営の効率化を図ります。

図書館（問合先 中央図書館 ☎049・271・3001）

指定管理者 鶴ヶ島TRCグループ 指定期間 平成28年4月1日～平成33年3月31日

主なサービス向上の内容

- 1 開館日数・開館時間の拡充
- 2 資料購入費の増額
- 3 市民活動推進センター内での貸出返却業務に図書館スタッフを配置。
- 4 中央図書館内での新たなサービス

施設名	開館日(特別整理期間、年末年始は休館になります。)	開館時間(拡充されました。)
中央図書館 (☎049・271・3001)	火～日曜日。ただし月曜日が祝日の場合は開館します。	9時30分～18時 ⇒9時～19時(1時間半延長)
	<b>新たなサービス</b>	
		①休憩スペースのリニューアル ②授乳室の設置 ③書籍消毒機の設置 ④学習室の座席貸出管理システムの導入 ⑤鶴ヶ島の魅力発信コーナー ⑥ICTコーナーの設置など。

分室その他	開館日(特別整理期間、年末年始は休館になります。)	開館時間(拡充されました。)
西分室 (☎049・271・0880)	火～日曜日。ただし月曜日が祝日の場合は開館します。	10時～17時 ⇒9時～17時(1時間延長)
東分室 (☎049・271・4655) 電話番号が変更になります。	水・金・土・日曜日	
南分室 (☎049・287・6044)		
北分室 (☎049・285・5780) 電話番号が変更になります。	火・金・土・日曜日	
富士見分室 (☎049・287・1662)	火・木・土・日曜日	
大橋分室 (☎049・286・0006)		
市民活動推進センター (貸出返却業務) (☎049・271・3001 中央図書館まで)	年末年始を除く全日	9時～21時

### 3月の図書館休館のお知らせ

#### 中央図書館

3月7日(月)、14日(月)、25日(金)～31日(木)が休館となります。

※図書館システムの更新に伴い、3月25日(金)～31日(木)までの間、中央図書館と分室を臨時休館します。ご理解、ご協力をお願いします。

### 児童館（問合先 こども支援課子育て支援担当）

新年度から西児童館の運営管理を指定管理者が行います。

これに伴い、日曜日、祝日も開館し、開館日数も増え、より使いやすくなります。

施設名	閉館日	開館時間	指定管理者	指定期間
西児童館	3月31日まで 日曜日、月曜日、祝日、年末年始 ↓	4月～9月 9時～12時 13時～17時30分 10月～3月 9時～12時 13時～16時30分	(新規) NPO法人 カローレ	平成28年4月1日～ 平成32年3月31日
	4月1日～ 火曜日(祝日の場合は翌日)年末年始			
大橋児童館	火曜日、年末年始 ※閉館日などは変更ありません。		(更新) (株)プロケア	

# 健康遊具で楽しい健康づくり！

問合せ先 健康増進課健康増進担当

健康の維持や体力の向上のため大人向けの健康遊具(器具)を市内3か所の近隣公園に設置しました。

簡単なストレッチ、測定、筋力アップ運動ができます。健康づくりにぜひお役立てください。

【設置遊具】各近隣公園毎に、以下の6種類が設置されています。  
 ①背のばしベンチ ②腹筋ベンチ ③ダブル踏み台昇降 ④うであげアーチ ⑤ふみいたストレッチ ⑥座位体前屈測定

利用上の注意を読んで、安全にお使いください。

詳しくは市ホームページをご覧ください。



ふみいたストレッチ



腹筋ベンチ

## 【設置場所】



富士見中央近隣公園



脚折近隣公園



南近隣公園



## 空き家バンクへ登録を

問合せ先 安心安全推進課交通安全・防犯担当

市では、(公社)埼玉県宅地建物取引業協会埼玉西部支部と「空き家バンク事業」の協定を締結しました。

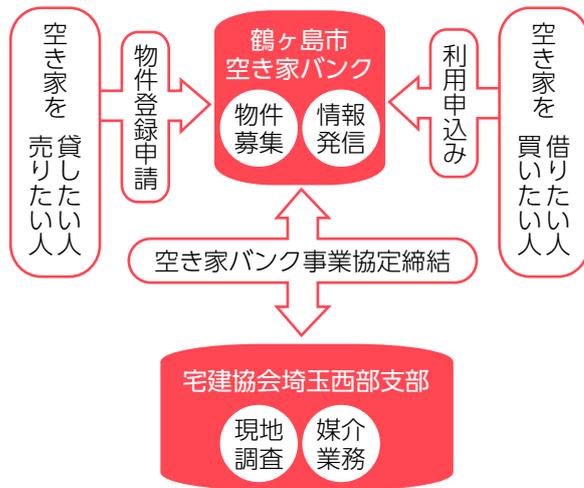
「空き家バンク」とは、空き家の売却・賃貸を希望する方から申込みを受けた情報を、空き家の購入・賃借を希望する方に紹介する制度です。

### ○空き家の売却や貸し出しを希望する方

登録申請をしてください。書類確認・現地調査を行い、登録基準を満たした物件について、窓口や市のホームページで情報の発信を行います。

### ○空き家を利用したい方

希望する空き家を選び、利用申込みをしてください。交渉、契約に係る媒介などは、協定締結団体の業者が行います(登録は無料ですが、仲介手数料がかかりますのでご了承ください)。



## パパ・ママ応援ショップ優待カードが新しくなります！

問合せ先

こども支援課子育て支援担当



中学生までのお子さん、または妊娠中の方がいる家庭に配布している「パパ・ママ応援ショップ優待カード」は、3月末日をもって有効期間が満了となります。

新しいカードは、お子さんが通われている保育所や幼稚園、公立小・中学校を通じて配布される予定ですが、妊娠中の方などは窓口でも受け取れます。

配布窓口はこども支援課、各児童館および若葉駅前出張所となっていますので、新しい優待カードを受け取る際には、確認のため母子手帳などをお持ちください。

また、4月から「パパ・ママ応援ショップ優待カード」が全国の子育て支援パスポート事業協賛店舗でも順次利用できるようになります(一部例外を除く)。詳しくは彩の国だより3月号を確認してください。

なお、最新の県内協賛店舗の情報は、埼玉県結婚・妊娠・出産・子育て応援公式サイトで検索が可能です。ぜひご利用ください。

## 平成28年度の固定資産課税台帳の閲覧・縦覧 問合せ先 税務課資産税担当

### 固定資産課税台帳の閲覧

**日時** 4月1日(金)から平成29年3月31日(金)までの市役所開庁時間

**場所** 市役所1階税務課

土地、家屋、償却資産の固定資産を所有する方などは、固定資産税と都市計画税の内容が確認できます。

### 土地・家屋価格等縦覧帳簿の縦覧

**日時** 4月1日(金)から5月31日(火)までの市役所開庁時間

**場所** 市役所1階税務課

土地・家屋の固定資産税の評価額が適正であるか、他の土地・家屋と評価額を比較することができます。

閲覧ができる方		持ち物
・固定資産の所有者 ・納税管理人		・窓口に来た方の本人確認書類
賦課期日の翌日(平成28年1月2日)以後の新所有者		・窓口に来た方の本人確認書類 ・取得の事実が確認できる契約書
所有者の代理人	同一世帯の方	・窓口に来た方の本人確認書類
	同一世帯以外の方	・窓口に来た方の本人確認書類 ・委任状
所有者の相続人		・窓口に来た方の本人確認書類 ・所有者との関係がわかる戸籍謄本
・借地人 ・借家人		・窓口に来た方の本人確認書類 ・借地・借家の事実が確認できる契約書

※本人確認書類は運転免許証、マイナンバーカードなどです。

閲覧ができる方	持ち物
※固定資産の所有者でも非課税や免税点未滿により納税されない方は縦覧できません。	
・土地、家屋の固定資産税の納税者 ・土地、家屋の固定資産税の納税者の同一世帯の方 ・納税管理人	・窓口に来た方の本人確認書類
納税者の代理人(同一世帯以外の方)	・窓口に来た方の本人確認書類 ・委任状
納税者の相続人	・窓口に来た方の本人確認書類 ・納税者との関係がわかる戸籍謄本

※本人確認書類は運転免許証、マイナンバーカードなどです。

## 軽自動車税の税率が変わります 問合せ先 税務課市民税担当

二輪車と小型特殊自動車は、平成28年度から軽自動車税の税率が次のとおり引き上げられます。

	車種	年税額		
		従来年税額	新年税額	
一輪・小型特殊	原動機付自転車	50cc以下	1000円	2000円
		50ccを超え90cc以下	1200円	2000円
		90ccを超え125cc以下	1600円	2400円
		ミニカー	2500円	3700円
	小型特殊自動車	農耕用	1600円	2400円
		その他	4700円	5900円
	軽二輪(125cc超250cc以下)	2400円	3600円	
	二輪の小型自動車(250cc超)	4000円	6000円	



三輪・四輪以上の平成28年度の軽自動車税は次のとおりです。

	車種	年税額(平成28年度)				
		自動車検査証に記載されている初度検査年月				
		平成27年3月まで	平成27年4月以降	初度検査が平成14年以前の車両(※)		
三輪・四輪以上	四輪以上	乗用	営業用	5500円	6900円	8200円
			自家用	7200円	1万800円	1万2900円
	四輪以上	貨物用	営業用	3000円	3800円	4500円
			自家用	4000円	5000円	6000円
	三輪		3100円	3900円	4600円	

※初年度検査から13年を経過した三輪・四輪以上の軽自動車については、平成28年度から年税額が約20%高く(重課)なります。

### 軽自動車・バイクなどの変更手続きはお早めに

軽自動車税は4月1日(賦課期日)の所有者に課税される税金です。名義変更・住所変更(転入・転出)・廃車の手続きを済ませていない場合は、3月中に手続きをお願いします。詳細については、各窓口にお問い合わせください。

車種	取り扱い窓口
原動機付自転車(125cc以下) 小型特殊自動車	税務課市民税担当
軽自動車 (二輪・126cc~250cc以下) 二輪の小型自動車(251cc以上)	埼玉運輸支局所沢自動車検査登録事務所 ☎050・5540・2029(自動音声案内)
軽自動車(三輪・四輪)	軽自動車検査協会埼玉事務所所沢支所(三芳町) ☎050・3816・3111

## 動物病院で狂犬病予防注射済票の交付が受けられます



**問合せ** 生活環境課環境推進担当

市に登録をしている犬について、動物病院で狂犬病予防注射の接種後に注射済票の交付が受けられます。

動物病院で注射済票の交付手続きを行う場合は、市から送付された集合狂犬病予防注射案内はがきと手数料550円を病院へお持ちください。

◆交付が受けられる動物病院一覧(50音順)

動物病院名	所在地	電話番号
アイビーどうぶつ病院	鶴ヶ島市上広谷411-1	☎049-286-6301
岩田獣医科医院	坂戸市緑町18-9	☎049-281-0363
えんだ動物病院	坂戸市泉町2-10-6	☎049-284-9110
狩野動物病院	鶴ヶ島市下新田223	☎049-286-5200
ちば動物病院	鶴ヶ島市鶴ヶ丘98-15	☎049-286-3847
鶴ヶ島ペットクリニック	鶴ヶ島市松ヶ丘2-16-17	☎049-287-0786
ノヤ動物病院	日高市上鹿山143-19	☎042-985-4328
ピクシー犬猫病院	鶴ヶ島市鶴ヶ丘849-6	☎049-285-7569
藤井犬猫病院	坂戸市薬師町36-6	☎049-283-2191
プリプリ動物診療所	鶴ヶ島市富士見2-22-35	☎049-277-7120
ブン動物病院	坂戸市千代田2-9-1	☎049-288-2166
山田獣医科医院	坂戸市長岡50-1	☎049-288-2522
やまびこ動物病院	鶴ヶ島市脚折町1-34-13	☎049-287-4344

※市では、上記動物病院と協定を結んでいます。

## 「つるバス・つるワゴン 特別乗車証」の更新



現在の特別乗車証(高齢者は青色、障害者は緑色)は、3月31日で有効期限が満了になります。3月下旬までに新しい特別乗車証(高齢者はピンク色、障害者はクリーム色)を郵送しますので、4月から使用してください。

【特別乗車証をお持ちでない方】

70歳以上の高齢者と、障害者手帳などの所持者には、つるバス・つるワゴンの運賃が割引になる制度があります。特別乗車証は、申請いただければ即日交付します。

	高齢者特別乗車証 (ピンク色)	障害者特別乗車証 (クリーム色)
対象者	70歳以上の高齢者	身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳の所持者
申請時の持ち物	氏名、住所、生年月日が確認できる保険証、運転免許証など	各種手帳
運賃	100円(通常200円)	無料
申請および問合せ先	高齢者福祉課 地域包括ケア推進担当	障害者福祉課 障害者福祉担当
	若葉駅前出張所、各市民センターでも申請できます。	

## 平成28年度集合狂犬病予防注射のご案内



生後91日以上の子犬の飼い主は、毎年通常4月1日から6月30日までの間に狂犬病の予防注射を受けさせなければなりません。市では、集合狂犬病予防注射を右記の日程で実施しますので、ご利用ください。

**料金**(犬1頭につき)

**登録済の場合** 3300円(注射料2750円、注射済票交付手数料550円)

**新規登録の場合** 6300円(注射料2750円、注射済票交付手数料550円、登録手数料3000円)

**持ち物** 集合注射案内はがき(問診票の欄に犬の体調を記入してください)

**その他** 登録は、集合注射会場で注射と同時にできます。市外から転入された方は、転入前の市区町村で交付された鑑札を持参してください。鑑札が無い場合は、鑑札の再交付(手数料1600円)が必要です。

交付された注射済票は首輪などに着け、「犬表示シール」は、門柱などの人の目につく所に掲示してください。

**問合せ** 生活環境課環境推進担当

日程	時間	場所
4月19日(火)	9時30分～11時30分	鶴ヶ島農村センター(太田ヶ谷740-1)
	13時30分～15時30分	共栄第二会館(藤金871-1)
4月20日(水)	9時30分～11時30分	鶴ヶ島文化会館(鶴ヶ丘24-8)
	13時30分～15時30分	東市民センター(五味ヶ谷202)
4月21日(木)	9時30分～11時30分	下新田会館(下新田424-2)
	13時30分～15時30分	新町中央広場(新町2-16)
4月22日(金)	9時30分～11時30分	富士見自治会館(富士見4-3-28)
4月23日(土)	9時30分～11時30分	市役所来庁者駐車場(三ツ木16-1)
	13時30分～15時30分	

東北被災三県に引き続き支援を

東日本大震災から5年ほど経過した今も、東北被災三県産品に対する風評被害が少なからず残っているとの報告もあります。

問合先 秘書政策課秘書担当

岩手県市長会長メッセージ

東日本大震災津波からの復興にあたっては、全国の皆様から多くのご支援と励ましを賜り、心から感謝申し上げます。

岩手県では、平成28年に復興の架け橋として「希望郷いわて国体・希望郷いわて大会」を開催します。

全国の皆様に、ご来県いただき、岩手の魅力を知って、買って、食べていただくことが、復興の大きな力となります。

今後とも、岩手の復興への歩みと地域活性化に応援をお願いいたします。

盛岡市長 谷藤 裕明



宮城県市長会長メッセージ

東日本大震災に係り、全国の皆様から温かいご支援を賜り感謝申し上げます。

ご支援により復興しつつある宮城県内各地に足をお運びいただき、是非とも豊富な食材や自然、温泉、歴史など各市の魅力を存分に楽しんでいただきたいと思います。

皆様に安心して旅を楽しんでいただけるようおもてなしをすることが、更なる復興の励みとなりますので、今後も応援をお願いいたします。

仙台市長 奥山 恵美子



福島県市長会長メッセージ

福島県の市町村は、今日も、東日本大震災からの復興に全力で取り組んでいます。

私たち福島県民にとって何よりうれしいのは、全国の皆さんに今の「がんばる福島県」を素直に観て、食べて、飲んで、買って、ふれあって、笑顔の輪を広げていただくことです。

これまでのご支援に心より感謝申し上げますとともに、変わらぬ応援をよろしく願います。

相馬市長 立谷 秀清



おめでとうございます

経済産業大臣表彰

石塚久江さんが、経済産業大臣表彰(経済産業省所管統計調査功績者表彰)されました。統計調査員として尽力され、その功績が認められたものです。

埼玉県統計協会会長表彰

青木佐代子さん、小倉俊子さんが、埼玉県統計協会会長表彰されました。統計調査員として尽力され、その功績が認められたものです。

問合先 市政情報課統計担当

還付金詐欺に注意!



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。

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

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

春季全国火災予防運動実施

3月1日(火)~7日(月)は、春の全国火災予防運動週間です。もう一度、火の元の確認をするように心掛けましょう。

平成27年の管内での主な火災発生原因は、①放火(疑い含む)、②こんろ、③たばこおよび枯草の焼却の順となっています。

◆放火を未然に防ぐためにも、家の周りにはごみなどの可燃物を置かないようにしましょう。

◆こんろで調理をする際には、その場を離れないことが大切です。離れる際は必ず火を消すようにしましょう。

◆たばこを吸い終わった後は、水を入れた灰皿に捨て、ごみ箱には絶対に捨てないようにしましょう。

◆住宅火災での逃げ遅れを防ぐため、寝室に住宅用火災警報器(煙式)の設置をしましょう。

◆日ごろから機器の点検、清掃をしましょう。機器の劣化などを考慮し、設置後10年での交換が推奨されて

います。

火災予防に関するお問い合わせは下記までご連絡ください。

問合先 予防課予防担当(☎049・281・3117)

応急手当WEB講習を実施します

平成28年4月1日から、応急手当WEB講習(e-ラーニング)を活用した救命講習(普通Ⅰ・Ⅲ・上級)を実施します。

WEB講習とは、救命講習を受講する前に、自宅などでパソコンやスマートフォンなどを使用し事前学習を行うことにより、講習時間を1時間短縮して受講することができます。

主に各種団体で実施する救命講習を対象とします。

詳しくは、下記までお問い合わせください。

問合先 警防課救急担当 (☎049・281・3116)



# まちなかトピックス



## 本で人の縁をつむぎます

1月23日「つるがしまどこでもライブラリー植本祭」を開催し、市役所ロビーに市民の本棚ができました。本は自由に関覧したり、貸し出しもできるほか、メッセージカードを通じた交流もできます。ぜひご利用ください。



## 本場の味を堪能

1月26日、農業交流センターで第11期つるがしま文化塾（第7講）「作って食べよう」が行われました。市国際交流協会の中国出身の講師から教わるスープ餃子などの中国料理。あまりの美味しさに19人の参加者は舌鼓を打っていました。



## みんなで鬼退治。福よ、来いっ！

「鬼は外、福はうち！」2月3日、富士見保育所で行われた豆まき会。子どもたちは、元気よく「節分の歌」を歌い、一年間健康に過ごせるようにと願いながら、力いっぱい鬼退治をし、邪気を追い払いました。



## 思いを強く

2月13日、市役所で、講演会「障害者差別解消法って、どんな法律？」が行われました。講師は本名靖さん（東洋大学ライフデザイン学部生活支援学科教授）。参加者は、障害者の方への差別解消に向けて、思いを強くしていました。



## 地域をつなぐ、アルミ缶回収

栄小学校が地域と共に行っているアルミ缶回収などリサイクルの取り組みが、(公社)食品容器環境美化協会から評価され、県の代表として「環境美化教育優良校」を受賞。同小学校では、十数年続くこの活動を今後も続けていきたいと話しています。



## あなたのイツモが、モシモを変える

2月21日、西市民センターで「鶴ヶ島市イツモ防災講座」を開催。災害が起きてからの対応だけでなく、普段の生活から今すぐ実践できる、防災対策をわかりやすく説明。多くの質問も出て白熱した講座となりました。

## 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。

●作品の漢字には、読み仮名をふってください。

季題 虹、合歓の花

締切日 4月25日(月)

問合せ先 市政情報課広報広聴担当



部員数 1年生22人、2年生15人  
部のモットー

- 部員全員でひとつの音楽をつくりあげよう。
- 心を込めて演奏し、聴いてくださる方に笑顔を届けよう。

部の特徴 夏祭り、福祉施設との合同コンサートなど地域行事や、コンクールに参加し、たくさんのことを学びました。今後も感謝の気持ちを忘れず、心へ届く音楽を奏でていきたいです。

## 南中学校 吹奏楽部



### 参加してみませんか

#### ▶春季鶴ヶ島市民テニス大会(硬式)

対象/ペアのうち1人が市内在住在勤在学の方またはテニス協会員 日時/4月17日(日) 8時30分~16時30分(予備日4月24日(日)) 場所/市民テニスコート、富士見テニスコート 種目/一般男複、一般女複、ベテラン男複(45歳以上、計120歳以上) 参加費/1組2000円 申込み/はがきに参加種目、ペア氏名、年齢、住所、電話番号、メールアドレスを記入し4月8日(金)(必着)までに上村達雄〒350-0808川越市吉田新町1-2-2-4-206 ☎049・231・5577

### 仲間になりませんか

▶すぎなの会(健康体操) 日時/毎週水曜日13時~15時 場所/東市民

センター 連絡先/金子 ☎049・285・4907

▶いづみ会(コーラス) 対象/女性 日時/第2・4木曜日10時~12時 場所/北市民センター 連絡先/美勢 ☎049・285・4846

▶マザーズバンドvivo(吹奏楽) 対象/子育て中の女性 日時/月3回9時~12時 場所/富士見市民センター 連絡先/泉名 ☎049・257・9822

▶幼児サッカークラブ・バンビ 対象/3~5歳児 日時/毎週土曜日14時~16時 場所/海洋センター その他/3月12日(土)14時~15時に説明会および体験会。水筒、上履き持参。 連絡先/内野 ☎049・287・6007

▶宮城県人会(はぎの会) 対象/市内在住の方 日時/年8回 場所/坂戸駅前集会施設ほか 連絡先/松岡 ☎080・2550・9960

### 出かけてみませんか

▶第5回鶴結び芝居小屋 日時/3月6日(日)13時30分~15時 場所/大

橋市民センター 参加費/500円 申込み/柏木 ☎080・5439・3073

▶歌声サロン「風輪」14(ピアノ伴奏の歌声サロン) 日時/3月19日(土)13時30分~16時30分 場所/富士見市民センター 参加費/当日券600円、前売500円 申込み/不要 連絡先/田中 ☎090・7837・9716(18時~21時)

▶透明水彩染画喜会展 日時/3月1日(火)~6日(日)10時~17時(初日は13時から、最終日は16時まで) 場所/中央図書館 連絡先/関 ☎049・285・6875

▶終活無料相談会 日時/3月12日(土)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

5月号の原稿締切は、3月25日(金)です。

※「仲間になりませんか」のコーナーは、同一サークルなどは年1回の掲載です。それ以外の原稿は、同一サークル年3回までで、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

## 鶴ヶ島市知的障害者相談員

知的障害のある方やその保護者の相談に応じる、相談員を募集します。

**対象** 社会的信望があり、知的障害者の更生援護に熱意と識見を有し、かつ地域の実情に精通している知的障害者の保護者

**業務内容** ①知的障害者の地域活動の推進を図ること②知的障害者の更生援護に関する相談に応じ、必要な指導を行うこと③知的障害者の更生援護につき、関係機関の業務に協力すること

④知的障害者に対する市民の認識を深めるため、関係機関などとの連携を図り、援護思想の普及に努めることなど

**募集人数** 1人

**任期** 平成28年4月1日～平成30年3月31日(再任可)

**謝金** 年間2万円(6か月毎に1万円ずつ支給)

**その他** 相談員研修会あり

**申込み** 3月10日(木)までに、履歴書および同意書(障害者福祉課にあります)に記入の上、障害者福祉課障害者福祉担当

## エコ鶴市民の会

## 桜まつりバザー用品

**対象品** 家庭で不要になったもので、まだ使えるもの。手軽に運べるもの(食品、動植物、衣類は不可)

**受付日時** 3月31日(木)10時～12時

**受付場所** 市役所現業棟脇車庫(駐車場内)

※用品は、受付時に直接ご持参ください。

※バザーの売上金は、会の運営費を除き、社会福祉協議会に寄付します。

**問合せ先** エコ鶴市民の会事務局(生活環境課内)

## わかば結市 第17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(ワークショップ可)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** 5月22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(市内在住の方を優先)

**出店料** 1区画500円(2m×2m、イベント保険・チラシの用紙代など)

※雨天時は市民活動推進センターのため狭くなります。

**実行委員会** 4月23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の参加はできません。

※出店者募集要項および申込用紙は、各市民センターまたは市民活動推進センター、地域活動進課および市ホームページからダウンロードできます。

**申込み** 3月18日(金)までに、申込用紙に必要事項を記入し、わかば結市事務局(地域活動推進課内)にファクスまたはメール

(FAX)049・271・1190 ☐  
1040010@city.tsurugashima.lg.jp)

## 高倉菜の花まつり

## フリーマーケット参加者

**対象** 市内在住在勤の方優先

**日時** 4月10日(日)10時30分～14時(雨天中止)

**場所** 農業交流センター交流広場

**募集区画** 15区画(抽選)

**出店料** 1区画500円(2m×2m)

**その他** 高価な物やカードは不可

**申込み** 3月19日(土)(必着)までに往復はがき(1団体1枚のみ)に住所、氏名(ふりがな)、電話番号を記入の上、農業交流センター「フリーマーケット」係(〒350-2203 大字高倉534-3) ☎049・279・3335

## こいのぼりを

## おゆずりください!

毎年、高倉ふるさとづくりの会では、会員および市民の皆さんよりご提供いただいたこいのぼりを菜の花畑に揚げます。使用予定のない小さめ(1m～3m程度)の物がありましたらお持ちください。

## 連絡先 農業

交流センター

1(大字高倉

534-3) ☎

049・27

9・3335)



# 教室

食育講演会「時間栄養学  
による健康づくり」



**日時** 3月12日(土)13時30分～15時  
(開場12時30分)

**場所** 女性センター

**講師** 香川靖雄さん(女子栄養大学副学長)

**定員** 先着300人(申込不要)

**参加費** 無料

※手話通訳有り

**問合先** 健康増進課健康増進担当

## 家族介護教室

「自己指圧で自分の身体を  
ケアしよう」介護する人の  
腰痛・肩こりの緩和」

**対象** 市内在住で、家族介護者  
や在宅での介護を学びたい方

**日時** 3月15日(火)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** 小久保和夫さん(あん摩マッサージ指圧師)

**内容** 自己指圧体験、介護に関する情報提供

**定員** 15人(申込順)

**参加費** 無料

**持ち物** 動きやすい服装で、室内履き、筆記具

**申込み** 3月4日(金)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)

**鶴ヶ島第二小学校区  
地域支え合い協議会  
「高齢者福祉介護セミナー」**

**日時** 3月5日(土)14時～16時

**場所** 南市民センター

**内容** 第1部/複数の市内介護事業者による介護サービスについての説明

**第2部/講演** 脳外科医・リハビリ科医が語る認知症「先生、これって認知症でしょうか？」

**講師** 立川太一さん(たちかわ脳神経外科クリニック院長)

**参加費** 無料(申込不要)

**問合先** 南市民センター(☎049・287・0235)

## はっらっ元気体操クラブ

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、そんな方にぴったりの体操教室です。

**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

場所	実施日(祝日を除く4月～9月)	時間	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	50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	25人

**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3月下旬に通知と日程表を発送します。

**申込み** 3月11日(金)までに高齢者福祉課地域包括ケア推進担当に直接または電話で

## まちづくりポイントの 期限にご注意ください

平成25年4月1日～平成26年3月31日に発行したまちづくりポイントが平成28年3月31日に失効しますので、お早めに交換をお願いします。

ポイント交換は地域活動推進課または各市民センター、市民活動推進センターでできます。

「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。

**問合先** 地域活動推進課  
地域活動推進担当

**男性家族介護教室**  
「春を呼ぶ簡単春色太巻き!」

**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は女性も可)  
**日時** 3月17日(木)10時~11時30分  
**場所** 大橋市民センター

**講師** 在宅訪問介護事業所ベルグルーヘルパー

**内容** 健康メニューの調理実習・試食、介護に関する情報提供

**定員** 12人(申込順)

**参加費** 無料

**持ち物** エプロン・筆記具

**申込み** 3月4日(金)から在宅訪問介護事業所ベルグルーに電話

で(☎049・287・8896)

**サークル活動地域還元講座**  
「はじめてのフォークダンス」

**対象** 市内在住在勤の初心者の方 

**日時** 4月4日・11日・18日・25日の月曜日13時15分~14時30分

**場所** 富士見市民センター

**参加費** 無料

**持ち物** 運動のできる服装、運動靴、タオル

**申込み** 3月7日(月)9時から富

士見市民センターに直接または電話で(☎049・287・1661)

**野菜を知ろう、食べよう講座**

**日時** 3月26日(土)10時~12時

**場所** 農業交流センター

**講師** 福島光子さん(野菜ソムリエ)

**内容** 野菜本来のおいしさを活かした調理方法を学びます(試食あり)。

**定員** 20人(申込順)

**参加費** 無料

**申込み** 3月4日(金)日、月、祝日除く)9時から農業交流センターに直接または電話で(☎049・279・3335)

**草もち作り講習会**

**日時** 3月30日(水)9時~12時

**場所** 農業交流センター

**定員** 20人(抽選)

**参加費** 600円

**持ち物** 三角巾・エプロン・筆記具

**申込み** 3月15日(火)(必着)までに往復はがき(1人1通)に住

所、氏名、年齢、電話番号を記入し、農業交流センター「草もち作り講習会」係(〒350-2222

3 大字高倉534-3 ☎049・279・3335)

★子ども向けの講座★

子育てセンター子育て講座

「らぽおる」とうたおう♪

**対象** 市内在住の乳幼児と保護者  
**日時** 3月18日(金)10時~11時  
**場所** 鶴ヶ島東部保育所  
**講師** 童謡シンガーユニットらぽおる  
**内容** 歌のお兄さん(しかのてつやさん)・お姉さん(いけばゆうさん)と一緒にみんなで歌おう!親子で踊ろう!  
**定員** 30組程度(申込順)  
**参加費** 無料  
**持ち物** 動きやすい服装  
**申込み** 3月7日(月)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)

子育てサロン

親子リトミック 

音楽にあわせて体を動かし、楽しく遊びましょう。  
**対象** 市内在住の1歳半からの未就園児と保護者  
**日時** 3月15日(火)10時30分~11時30分  
**場所** 南市民センター  
**内容** リトミックの体験  
**定員** 20組(申込順)  
**参加費** 無料  
**持ち物** ジュース以外の飲み物、動きやすい服装と靴  
**協力** 親子リトミックBig Bell  
**申込み** 3月4日(金)9時から南市民センターに直接または電話で(☎049・287・0235)

草木染めをしよう 

**対象** 小学生  
**日時** 3月19日(土)9時30分~11時50分  
**場所** 大橋市民センター調理室  
**定員** 30人(申込順)  
**内容** 本田技研工業(株)のスタッフによる環境レクチャーと自然素材の草木染め体験  
**参加費** 無料  
**申込み** 3月5日(土)9時30分から大橋児童館に直接または電話で(☎049・286・0007)



# 教室

## サークル活動地域還元講座 「太極拳ストレッチ」



**対象** 市内在住・在勤の方  
**日時** 3月4日、18日、25日の  
金曜日13時30分～15時30分（1  
回のみ参加も可）

**場所** 西市民センター

**内容** 全身の筋肉を伸ばし鍛  
え、転倒骨折防止に最適です。

**持ち物** 動きやすい服装、上履  
き、タオル、飲み物

※申込不要

**協力** 鶴西太極拳クラブ

**問合先** 西市民センター（☎0  
49・286・7899）

## 認知症はこわくない 「脳活生活のすすめ」



**日時** 3月10日(木)、23日(水)、24  
日(木)10時～12時

**場所** 西市民センター

**講師** 上原道康さん(日本成人  
病予防協会認定講師・埼玉県食  
の安全県民会議委員)

**内容** 脳を活性化させて認知症  
を防ぎ、改善を図るための生活  
のコツを全3回にわたりお話し  
ます。

**定員** 各回60人(申込順)

**申込み** 3月3日(木)9時から西  
市民センターに直接または電話  
で(☎049・286・7899)

## 親子でハッピータイム

**対象** 未就学児と保護者

**日時** 3月16日(水)10時～10時30分

**場所** 西児童館

**内容** プチ人形劇、手遊び、ペ  
ーパーアート、パクパク音頭

**参加費** 無料(申込不要)

**問合先** 西市民センター（☎0  
49・286・7899）

## スポーツ講習会 「夢に向かって」

**日時** 3月18日(金)19時～20時30分

**場所** 市役所5階会議室

**講師** 佐藤真太郎さん(大東文化  
大学講師、2014年ソチ冬季オ  
リンピックボブスレー日本代表)

**参加費** 無料

**申込み** 3月15日(火)までにNP

○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)

# 催し

## 「ふれあいコンサート&子ど もを守る自転車のはなし」

**日時** 3月29日(火)10時～11時30

分

**場所** 西市民センター

**内容** バイオリンコンサート  
と、自転車安全教室

**出演** 小学生バイオリンユニッ  
ト「クローバー」、埼玉県警察

**参加費** 無料(申込不要)

**問合先** 西市民センター（☎0  
49・286・7899）

## サークル活動地域還元事業 「メルヘン劇場」



**日時** 3月29日(火)10時30分～  
(開場10時20分)

**場所** 富士見市民センター

**内容** 劇団メルヘンによる人形  
劇「ジャックと豆の木」など

**参加費** 無料(申込不要)

**問合先** 富士見市民センター  
(☎049・287・1661)

## サークル活動地域還元講座 「鉄道模型運転会」



**日時** 3月26日(土)13時～16時30

**場所** 西市民センター

**内容** 若葉鉄道模型倶楽部の皆  
さんによる鉄道模型運転会

**参加費** 無料

**問合先** 西市民センター（☎0  
49・286・7899）

## 第2回 ゆいざくら 結桜まつり

～来て、見て、広げよう、地域の輪！～

東市民センターで活動するサークルや団体が日ごろの活動の成果を発表します。

**日時** 4月2日(土)、3日(日)10時～

**場所** 東市民センター

**内容** 発表(三味線、民謡など)、展示(陶芸、書道など)、  
体験入門(卓球、将棋など)、模擬店など

※駐車場が限られていますので、公共交通機関をご利用ください。

**問合先** 東市民センター(☎049・286・3357)

### 第2回結桜まつり「フリーマーケット出店者募集」

**対象** 市内在住の方および市内の団体(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** 4月2日(土)10時30分～15時、3日(日)10時～  
14時(雨天中止)

**場所** 東市民センター第1駐車場

**募集区画** 各日8区画(申込順)

**出店料** 1区画500円(当日集金)

**申込み** 3月9日(水)9時から東市民センターに電話で  
(☎049・286・3357)

## サークル活動地域還元講座 「スプリングコンサート」



**日時** 3月8日(火)13時30分～  
(開場13時20分)

**場所** 西市民センター

**内容** 西市民センターサークル  
「フルートサークル野ばら」に  
よる「スプリングコンサート」

**参加費** 無料(申込不要)

**問合先** 西市民センター（☎0  
49・286・7899）

## 第20回つるがしま太鼓祭り

**日時** 3月13日(日)12時30分

～(12時開場)～



**場所** 女性センター

**参加費** 無料(申込不要)

**その他** 開会時に9団体30数名  
で「武州ばやし」を合同演奏し  
ます。福祉喫茶「よつば」のパ  
ンやコーヒーの販売あり。

**問合先** 実行委員会事務局(北  
市民センター内)(☎049・2  
87・0251)

## 文化財展

**日時** 3月17日(木)～21日(祝)10  
～18時(最終日は15時まで)

**場所** 中央図書館

**内容** 発掘調査で出土した弥生  
～古墳時代の土器や平成27年度

## 防災行政無線の点検を行います

1月18日に予定していた市内58か所の防災行政無線の設備点検は、雪により延期したため下記の日程で改めて点検を行います。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** 3月3日(木)9時ごろから17時ごろまで(予備日3月4日(金))

※3日に点検が終了しなかった場合は、4日に続けて行います。

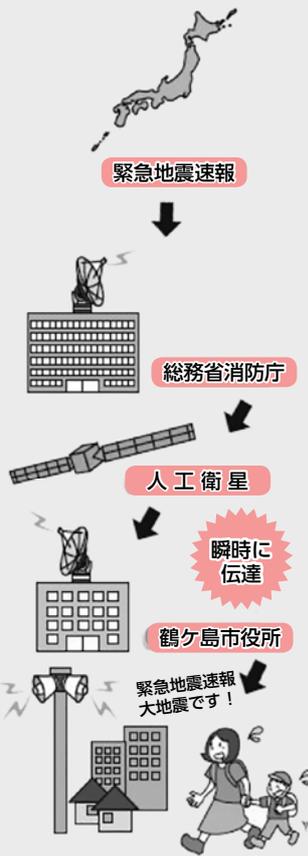
※災害時などは点検を中止する場合があります。

**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了流れます。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。

**問合せ** 安心安全推進課防災担当



日時	内容
3月12日(土) 13日(日) 9時~15時	作品展示会/陶芸、手編み、短歌、書道など
3月12日(土) 10時~15時	市民サークルによる発表会
3月13日(日) 10時~15時	発表会/舞踊、社交ダンス他

に実施した「民具を使用した体験学習」の写真を展示します。  
**問合せ** 生涯学習課文化財担当  
 (☎049・285・2194)

老人福祉センター  
 「逆木荘まつり」

**場所** 老人福祉センター「逆木荘」  
**その他** 臨時売店を開店  
**問合せ** 老人福祉センター「逆木荘」(☎049・286・3301)

**鶴ヶ島第二小学校地域支援会協議会防災講演会**  
**「多発する自然災害へのリスクマネジメント」〜命を守るための対応とは〜**  
**日時** 3月26日(土)13時30分~15時  
**場所** 南市民センター  
**講師** 仲間妙子さん(日本経済大学大学院教授)

**参加費** 無料(申込不要)  
**問合せ** 南市民センター(☎049・287・0235)

## 案内

**老人福祉センター「逆木荘」臨時休館のお知らせ**  
 全館清掃のため、3月18日(金)は臨時休館です(18日(金)~21日(祝)(振替休日)まで連休となります)。  
**問合せ** 老人福祉センター「逆木荘」(☎049・286・3301)

**グラウンド利用の年間調整会議(大会使用)**  
 自治会、子ども会、各種スポーツ団体などが体育施設を利用して行う大会の年間調整会議(6月分~平成29年3月分の大会)を行います。  
**日時** 3月11日(金)19時~  
**場所** 市役所5階会議室  
**対象施設** 運動公園、近隣公園(脚折、南、富士見中央)、少年サッカー場  
**問合せ** 生涯学習課市民スポーツ担当

**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** 3月9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** 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・6648)

## おもちゃ病院

月日	場所
3月18日(金)	脚折児童館
3月12日(土)	大橋児童館
3月2日(水)	西児童館

※3月の上広谷児童館は休診です。4月・5月の西児童館は休診です。  
**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。

## 水道企業団からのお知らせ

水道企業団では市民の皆さんに安心してご利用いただけるよう、水質検査を実施しています。検査結果は、水質検査計画とともに「2014年度版水道水質検査結果ガイド」として、中央図書館・分室でもご覧いただけます。  
**問合せ** 鶴ヶ島浄水場(☎049・285・8138)

# 案内

## スポーツ安全保険のご案内

(公財)スポーツ安全協会では、3月1日から平成28年度スポーツ安全保険の加入受付を開始します。

**対象** スポーツ活動や文化活動などを行う4人以上の団体  
**対象となる事故の範囲** 団体管理下での活動中(国内)の事故など

**掛金** 800円～1万1000円(活動内容により異なります)  
**保険期間** 平成28年4月1日～平成29年3月31日

**補償内容** 傷害保険・賠償責任保険・突然死葬祭費用保険

**加入依頼書配布場所** 生涯学習課・女性センター・市民活動推進センター・各市民センター・海洋センター

**申込み** 郵便局窓口で払込後、払込受付証明書を貼付した加入依頼書を埼玉県支部へ郵送。

**問合せ** (公財)スポーツ安全協会埼玉県支部(☎048・779・6580)

県立毛呂山特別支援学校  
生徒の実習先を探しています

毛呂山特別支援学校では、現在、高等部生徒(新2・3年生)の企業就労のための現場実習の受入れ先を探しています。また、実習のみの受入れも併せて探しています。

**問合せ** 埼玉県立毛呂山特別支援学校進路指導部(☎049・2947200)

## レインボー情報

レインボー情報は埼玉県川越都市圏まちづくり協議会を構成する7市町(川越市・坂戸市・鶴ヶ島市・日高市・川島町・毛呂山町・越生町)の情報を掲載

### 第27回小江戸川越春まつり

**日時** 3月26日(土)～5月5日(祝)  
**場所** 一番街周辺

**内容** オープニングイベントは3月26日(土) 開催式典、川越藩火縄銃鉄砲隊演武・川越鷺組合(とび)はしご乗りなど  
※10時～16時交通規制があります。

**問合せ**(公社)小江戸川越観光協会(☎049・227・8233)

### 第2回坂戸につきあい桜まつり

**日時** 3月19日(土)～27日(日)  
※イベント開催は19日(土)10時～

15時  
**場所** 北浅羽桜堤(越辺川大橋下流右岸)  
※19日(土)～21日(祝)、26日(土)・27日(日)のみ北坂戸駅西口からシャトルバス有り

**問合せ** 坂戸市商工労政課(☎049・283・1331)

### 第19回花の里おごせ健康づくりウォーキング大会

**期日** 4月29日(祝)(雨天決行・荒天中止)

**場所** 越生町中央公民館前駐車場スタート

**コース** A 8km、B 10km、C 15km

**受付時間** A 10時～10時30分、B 9時45分～10時15分、C 9時30分～10時

**定員** 2000人(申込順)

**参加費** 無料

**申込み** 4月8日(金)(必着)までに往復はがきまたはホームページから申込み  
※詳しくは越生町のホームページをご覧ください。

**問合せ** 越生町産業観光課観光商工担当(☎049・292・3121)



## 自衛官等採用試験の案内

募集種目	応募資格	受付期間	試験日
①予備自衛官補(一般)	18歳以上34歳未満の方	4月8日(金)まで	4月15日(金)～19日(火)の指定する1日
②予備自衛官補(技能)	18歳以上(資格により53歳未満から55歳未満)で、国家資格免許等を有する方		
③幹部候補生(大卒程度・院卒者試験)	22歳以上26歳未満の方(ただし、20歳以上22歳未満の大卒者(見込を含む)、28歳未満の修士課程修了者(見込を含む)等も応募資格を有する。)	3月1日(火)～5月6日(金)	1次: 5月14日(土)15日(日) (15日は飛行要員のみ)
④幹部候補生(歯科・薬剤)	専門の大卒者(見込を含む)で、20歳以上30歳未満の方(薬剤は20歳以上28歳未満の方)		2次: 6月14日(火)～17日(金)
⑤医科・歯科幹部	医師・歯科医師の免許取得者		3次: 別示します。(飛行要員のみ)
		4月22日(金)まで	5月13日(金)

**問合せ** 川越募集案内所(☎049・224・0947)

## 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

## 高齢者肺炎球菌予防接種 (定期接種) について

### <平成27年度に定期接種対象の方>

平成27年4月に対象の方へ通知しました高齢者肺炎球菌予防接種(定期接種)については、3月31日までが接種期間となっています。接種を希望する方でまだお済みでない方は、期日までに接種を済ませてください。期日を過ぎますと、定期接種の対象者から外れます。

### <平成28年度に定期接種対象の方>

平成28年4月1日から次の方が定期接種の対象となります。対象者の方には、4月中に個別にて、案内はがきの発送を予定しています。このはがきは、接種をするときに医療機関に提出してください。

年齢	生年月日
65歳	昭和26年4月2日から昭和27年4月1日
70歳	昭和21年4月2日から昭和22年4月1日
75歳	昭和16年4月2日から昭和17年4月1日
80歳	昭和11年4月2日から昭和12年4月1日
85歳	昭和6年4月2日から昭和7年4月1日
90歳	大正15年4月2日から昭和2年4月1日
95歳	大正10年4月2日から大正11年4月1日
100歳	大正5年4月2日から大正6年4月1日

※60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器の機能または、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害(身体障害者手帳1級相当)のある方も対象になります。

※過去に肺炎球菌予防接種を受けたことがある方(任意接種も含む)は、定期接種の対象外です。

**接種場所** ①鶴ヶ島市、坂戸市内の実施医療機関②埼玉県内の①以外の指定医療機関

※鶴ヶ島市、坂戸市内の高齢者肺炎球菌ワクチン実施医療機関については、4月号折込み予定の「鶴ヶ島市予防接種のご案内」をご覧ください。

### 個人負担金 3000円

※市県民税非課税世帯(同じ世帯の全員が非課税)の方で、事前に保健センターへ申請された場合、個人負担金は免除されます。生活保護世帯の方は「生活保護受給証」を、中国残留邦人等支援給付制度適用者の方は「中国残留邦人等支援受給者本人確認証」を医療機関に提示することで、個人負担金が免除されます。

## 任意接種の高齢者肺炎球菌ワクチン接種助成事業について

市では、65歳以上の定期接種対象以外の方についても、任意接種の費用助成を行っています。

**助成額** 3000円(生活保護世帯の方、中国残留邦人等支援給付制度適用者の方は8000円を限度)

**助成の方法** ①鶴ヶ島市、坂戸市内の実施医療機関では、接種費用の支払いの際に手続きをします。②鶴ヶ島市、坂戸市以外の医療機関で接種した場合には、保健センターに問い合わせの上、申請手続きをしてください。

**注意事項** この助成事業は、一度限りの補助となります。過去に定期接種を受けた方、および任意接種で補助を受けた方は除きます。

## 在宅医療相談室の電話相談時間の変更について

4月1日から、電話相談日が変更になります。

**相談受付** 月曜日～金曜日(祝祭日・年末年始を除く)、9時～17時

**内容** 医療が必要な状態で退院する方の医療や介護についての相談など、在宅医療に関すること。

坂戸鶴ヶ島医師会在宅医療相談室  
(☎049・288・1288)

## 砂糖



### 3月10日は「さとうのひ」

砂糖は、①太る②糖尿病になる③虫歯になる④漂白されていると誤解され、すっかり悪者扱い。最近の低甘味嗜好などと重なり、消費量は年々減少傾向です。

砂糖が直接の原因で①～③を起こすという科学的根拠はありません。砂糖は無漂白です。

### 家庭での砂糖使用量

平成26年の「砂糖・甘味料類」摂取量の平均は成人1人1日6.5g(国民健康・栄養調査)。これには蜂蜜・黒蜜・メープルシロップ、粉あめ・水あめ・液糖などの甘味料が含まれるので、調味料としての砂糖摂取量は、これより少なくなります。

1日の目安としては、「砂糖類」として10g(大さじ1杯=小さじ3)位にしましょう。

### 砂糖のカロリー

砂糖は、菓子・清涼飲料・乳製品・パン・漬物・佃煮・練り製品・調味料などでも使われていて、私たちの1日の摂取量は約50g(参考:農林水産省食料需給表)。

砂糖の成分はほとんどがショ糖(=炭水化物)なので、1gにつき4kcalのエネルギーがあり、200kcalとなります。これは、普通の身体活動をしている成人の1日に必要なエネルギーの10%以下です。

参考までに…総エネルギーに占める炭水化物の割合は、50～65%が基準です。

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 138

# 3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5階会議室、18日(金) 13時~16時(4日(金) から受付) / 市役所5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5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5階会議室▷地域活動推進課

## ◆行政

■18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

■18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)

■1日(火) 13時~16時(受付中) / 市役所5階会議室▷地域活動推進課

## ◆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(水) 10時~16時 ※4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(要予約)

### 子どもの発達や、子育てに関すること

■14日(月) 13時~14時▷保健センター(☎049・271・2745)

## ◆こころの健康(要予約)

■15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(☎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(☎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(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

■3月号には『ごみ・資源収集カレンダー/ごみと資源の分け方・出し方/ごみコミュニケーション』『社協だより「ふくしのまち」No.128』が折り込まれています。

# 第32回 鶴ヶ島桜まつり開催

期日 3月26日(土)~4月10日(日)

場所 運動公園



## イベント開催

日時 4月2日(土)※雨天時4月3日(日) 10時~16時

内容 オープニングイベント、市民団体による催し、各種出店団体による模擬店

※桜のライトアップは3月26日(土)~4月10日(日)  
 ※運動公園駐車場は限りがありますので公共交通機関をご利用ください。つるバス「南北線」柳戸町下車徒歩5分。周辺商業施設および周辺道路への駐車はご遠慮ください。

問合先 桜まつり実行委員会事務局(産業振興課商工労政担当)



# 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
3	6日(日)	染井クリニック(内・胃腸) 新町2-23-3(☎285・8974)
	13日(日)	若葉駅前メンタルクリニック(心療内・精神) 藤金845-4コモド若葉2F(☎271・1000)
	20日(日)	はんだ整形外科(整・リハ) 新町1-7-13(☎279・5687)
	21日(月)	たわらクリニック(内・消化器内・外・肛門外) 藤金650-1(☎279・2121)
	27日(日)	鶴ヶ島医院(小) 脚折1864-7(☎285・0179)
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