



広報

つるがしま

2016 No.983

特集 脚折雨乞

自然と共生した歴史と伝統



脚折雨乞は、江戸時代に端を発したといわれる降雨祈願の民俗行事です。

昔の脚折地区の人たちは多くが農家でした。稲作には水が必要ですが、脚折には大きな川がなく、日照りが続くと作物が採れなくなるので大変困りました。

そこで、身の回りにある竹と麦わらで大蛇を作り、雨が降るように祈願しました。

自然の力を畏れながらも、自然のものを利用して、一生懸命に降雨を祈願した脚折雨乞。

こうした脚折雨乞が持つ「人と自然の共生」の精神は、現代の私たちも大切にしながら、後世に伝えていく必要があると思います。



すねおりあまごい 脚折雨乞

脚折雨乞では、竹と麦わらで作られた重さ約3tにも及ぶ「龍神」が、300人の男衆によって担がれ、白鬚神社から雷電池かんだちがいけまでの約2kmを練り歩きます。池の中で雨乞いを行った後、龍神は担ぎ手によって解体され、天へと昇っていきます。

かんばつの年に行われていた雨乞いも、社会環境の変化により、昭和39年を最後に一度途絶えてしまいます。しかし、雨乞いの持つ地域の一体感を再認識した地元脚折地区の住民によって「脚折雨乞行事保存会」が結成され、昭和51年に復活させました。その後、昭和54年、昭和59年に実施し、それ以降は、4年に一度行うようになり、現在まで継承されています。

人をつつなぐ 地域をつつなぐ

伝統の継承

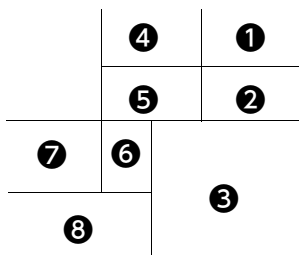
脚折雨乞行事保存会では、龍蛇の骨格の組み方や目などに使われる竹細工の講習会による「技」の伝承、子どもたちが担ぐ「ミニ龍蛇」の作成など、後継者育成にも力を注いでいます。

脚折雨乞は、今では雨を乞う行事から人や地域をつなげる行事へと、時代とともに目的も変化してきました。

今回の脚折雨乞

脚折雨乞の準備は、昨年11月の麦の種まきから始まりました。麦は龍蛇本体の材料です。生育後には麦刈りがあり、その他にも骨組みとなる竹の切り出しなどもあります。龍蛇は多くの人の協力によって作られ、多くの時間を掛けて完成に至ります。

また、雨乞いの前日には、群馬県板倉町にある雷電神社で、お水取りの儀式が行われます。明治時代の記録によると、「雷電池のほとりの脚折雷電社に雨乞いをする」と、必ず雨が降った。しかし、寛永の頃、池を縮めて田を作ったため、元々すんでいた大蛇がいなくなり、雨が降らなく



①麦の種まき ②麦刈り ③竹と荒縄を使って骨組作り ④金銀の紙を貼ったの歯作り ⑤麦わらの束を重ねてのわら積み ⑥お水取りの儀式 ⑦⑧当日の朝に行った笹付けと頭の飾り付け



浦井さん

担ぐのは大変でしたが、皆で声をかけ合いながら最後まで担ぎ切りました。宝珠も取れました！

麦まきから1年かけて皆で準備してきました。脚折雨乞はこれかもずっと地元の誇りです。



八谷さん



田村さん

地域住民がひとつになれる伝統行事があるのはすばらしい！これからも守ってきたいです。

この貴重な伝統行事を若い世代に伝えていくのが私の役目です。まだまだ盛り上げていきます。



横沢さん
(脚折雨乞総指揮者)

雨乞いがつなぐ
人々の思い

なっていました。そこで板倉雷電神社で降雨祈願をして池の水を持ち帰ると、見事に雨が降り始めた。」とされています。今回も同様に、脚折雨乞行事保存会の皆さんが雷電神社まで池の水を貰いに行きました。

こうして、数多くの準備を保存会を中心とした皆さん相互の協力により、無事に終えることができ、8月7日に脚折雨乞が行われました。

竹と麦わらで作られた長さ36m、重さ約3tの龍蛇(儀式により龍神となります)を約300人の男衆が担ぎあげ、脚折の白鬚神社から雷電池までの約2kmを練り歩きました。沿道には巨大な龍神を一目見ようと多くの人が集まりました。

雷電池に到着し、一連の儀式を終えた後、ついに龍神が池に入水し、雨降れたんじやく、ここに懸かれ黒雲と、大きな掛け声とともに池を周回し、雨乞いを行いました。その圧倒的な迫力と力強さに、観客から大きな歓声とどよめきが沸き起りました。

周回を終えると、龍神は担ぎ手によって解体され、天へと昇っていました。

全国でも例を見ない規模の雨乞行事に、今回も多くの方々が無事、大勢の観客が雷電池周辺を埋め尽くしました。

また、米国のテレビ局や中国の新聞社など、海外のメディアでも報道され、世界的に注目される行事となりました。

なっていました。そこで板倉雷電神社で降雨祈願をして池の水を持ち帰ると、見事に雨が降り始めた。」とされています。今回も同様に、脚折雨乞行事保存会の皆さんが雷電神社まで池の水を貰いに行きました。

こうして、数多くの準備を保存会を中心とした皆さん相互の協力により、無事に終えることができ、8月7日に脚折雨乞が行われました。

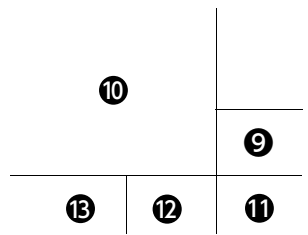
竹と麦わらで作られた長さ36m、重さ約3tの龍蛇(儀式により龍神となります)を約300人の男衆が担ぎあげ、脚折の白鬚神社から雷電池までの約2kmを練り歩きました。沿道には巨大な龍神を一目見ようと多くの人が集まりました。

雷電池に到着し、一連の儀式を終えた後、ついに龍神が池に入水し、雨降れたんじやく、ここに懸かれ黒雲と、大きな掛け声とともに池を周回し、雨乞いを行いました。その圧倒的な迫力と力強さに、観客から大きな歓声とどよめきが沸き起りました。

周回を終えると、龍神は担ぎ手によって解体され、天へと昇っていました。

全国でも例を見ない規模の雨乞行事に、今回も多くの方々が無事、大勢の観客が雷電池周辺を埋め尽くしました。

また、米国のテレビ局や中国の新聞社など、海外のメディアでも報道され、世界的に注目される行事となりました。



⑨入魂の儀により、龍蛇が龍神となる
 ⑩国道 407 号を横断する龍神 ⑪雷電神社から持ち帰ってきたお水が雷電池に注がれる
 ⑫雷電池に入水した龍神 ⑬解体され昇天する龍神



トゥレイン・タン・ズインさん
 (駐日ミャンマー大使)

脚折雨乞の歴史と伝統に敬意を表します。鶴ヶ島市とミャンマーとの交流が続いていくことを願っています。

近所の方に誘ってもらい初めて龍神を担ぎました。来年には帰国するので本当に良い思い出になりました。



チュオン・コン・ティンさん
 (ベトナム)



ルビオ・ダニエルさん(スペイン)

日本の雨乞いの文化はとても興味深いですね。ぜひ世界に向けて発信していきたいです。(外国人記者)

感動しました。最後、池の中で龍神を解体するのが衝撃的でした。幸せになれるという麦わらもしっかりもらいました。



せきね 関根さん

※鶴ヶ島市国際交流協会では、毎年ミャンマーの子どもたちに文具を送る活動を行っています。



International Fair in Tsurugashima 2016



雨乞いが世界とつながる

「雨乞いのまち鶴ヶ島」活性化ビジョンの策定後、初めての開催となった脚折雨乞。今回は、このビジョンに基づき、雨乞行事をまちづくりの核とするための様々な取組が行われました。

人とつながる

時は折しもリオデジャネイロオリンピックの真っ最中。雨乞行事への来訪者を出迎える若葉駅西口広場では、脚折雨乞が持つ「つながりづくり」を目的に、世界の人々との交流イベント「鶴ヶ島市国際交流フェア2016」を開催しました。

会場では、ペルーやチリなどの国際交流ステージと、ヒップホップ、キッズダンスなどのわかば結市夏祭りステージのほか、JICA（国際協力機構）や市国際交流協会によるパネル展示、セネガルやブラジル料理の販売などがあり、多くの方々が異文化との交流を楽しみました。

また、大型ビジョンカーも会場に置かれ、脚折雨乞を生中継。来場者は固唾をのんで龍神の入水シーンを見守りました。

駅と会場がつながる

東武東上線若葉駅から共栄一本松線が開通したことで、会場（雷電池）までのアクセスが容易になり、その道中には休憩所と雨乞イトラックを配置しました。当日の夕方には、解体された龍神の麦わらを手に、若葉駅へと向かう大勢の人々の姿がみられました。



おがわ
小川さん

今回は、脚折雨乞の写真を撮ると決めていました。おかげで迫力のある写真が撮れました。



マイバンバさん
(セネガル)

今日はセネガルの友達と一緒に楽しんでいます。奥さんはとてもやさしい。それにきれいでしょ？



ながしま
長島さん姉妹
なか
田中さん

見たことがない、いろいろな国の食べ物があって楽しい。ブラジル料理を食べたよ。



わたなべ
渡辺さん

龍神を担ぎました。見るのとは違い、本当に重かった。池に入ってから死めぬ気でやりました。



たかはし
エレナ高橋さん
いたろう
ナターリア伊東さん

初参加です。お客さんもたくさん来て、とても楽しかった。次回は料理や踊りも披露したいです。

「雨乞いのまち鶴ヶ島」活性化ビジョンとは、脚折雨乞行事やその理念である「地域の絆」、「自然と共生」を今後のまちづくりに活かすための基本方針です。

世代がつながる

ひらのゆきお
 脚折雨乞行事保存会の平野行男会長とそのご家族に
 「脚折雨乞」について伺いました。
 (右から平野行男会長、小池正徳さん、小池昊汰くん)



**家族にとつて脚折雨乞とは
 どんな存在ですか**

会長 家族が一つになれるものです。いろいろな課題が持ち上がってききましたが、皆で乗り越えたことにより家族の絆が深まったと思います。

正徳さん 父がやってきたことを12年間見てきました。準備からいろいろなことを含めて、大変だというのが実感です。初めて見た時はすごく感動しました。初めて担いだ時は、重いしとても大変でしたが、スケールの大きさに、また次も参加したいと思いました。今回、子どもが初めてミニ龍蛇を担ぎましたが、大人になっても引き継いでいってくれるのではないのでしょうか。日本全国を見てもなかなか無い規模で、自慢できる行事ではないかと思っています。

会長 我が家でもそうですが、多くのお宅でも息子さんが遠くに出ているが、戻ってきて担いだとか、各々の家族でもコミュニケーションが図れ、絆が深まっているのではないかと思います。中には海外から4年に一度だけ戻ってきて参加する方もいると聞いています。一つの行事に皆で参加するというところに、大きな意義があるのではない



子どもたちが担ぐミニ龍蛇

いでしょようか。

脚折雨乞とは何でしょう

会長 「脚折の歴史」そのものだと思います。先人たちが困って行ったことが始まりで、今は文化財として残していこうというところで、脚折の歴史ではないでしょうか。自分も昭和39年の16歳の時に初めて参加しましたが、本当に日照りで困ってしまった、必死な思いで雨乞いをしたことを覚えています。

正徳さん 「引き継いでいくもの」だと思っています。今後、世代が代わっていくと思いますが、この行事が終わらないように、ずっと引き継いでいかなければいけないものだと思います。

昊汰くん 「協力しあうもの」だと思っています。皆で協力するからこそ長い道を歩けるから、そう思います。

未来につながる脚折雨乞

鶴ヶ島市長 藤縄善朗

伝承し続ける

雨乞行事には三つの力があると思います。一つは伝承し続けることで生まれる力です。脚折雨乞行事保存会の皆様には敬意を表します。

今回の脚折雨乞は2020年、東京でオリンピックが開催されます。この機会に多くの方が鶴ヶ島を訪れることを願っています。また、外国の方にもぜひ脚折雨乞の魅力を知ってほしいと思っています。

これによって、脚折雨乞が市民の誇りとなり、地域の活性化につながり、将来は、鶴ヶ島の子どもたちが海外で活躍するときに、日本の代表的な行事として脚折雨乞を紹介できることを願っています。

自然と共生する

もう一つは、自然と共生する力です。日照りが続くと農作物がとれない。人の力ではどうにもならない自然の力に対して、竹と麦わらという自然のもので巨大な龍神をつくって降雨を祈る。こうした自然と一体となっ

たたくましさは現代の私たちも理解して、後世に伝えていく必要があると思っています。

人をつないでいく

もう一つは、人をつないでいく力です。農業を営む人が少なくなつた鶴ヶ島。脚折雨乞は雨を生む行事から人をつなげる行事へと、その目的も変わってきました。

今回も駐車場や休憩所などを提供してくださった地元企業の皆様、安全な開催のためにご尽力いただいた西入間警察署の方々、駐日ミャンマー大使、埼玉県知事をはじめとした来賓の皆様には感謝いたします。そして、同時開催した国際交流フェアなどの関係の皆様には御礼を申し上げます。

このほかにも多くの人たちが脚折雨乞を盛り上げてくださいました。そして、当日は2万5千人の方にご来場いただきました。これからも脚折雨乞をきっかけに、国内外を問わず多くの人たちの交流が生まれ、いくことを願っています。

今回の脚折雨乞特集は、「つるがしまの教育」との共同編集です。

健康でずっと笑顔でいたいから

9月は食生活改善普及運動・健康増進普及月間です

健康の保持・増進を図るには、運動習慣の定着やバランスの良い食事といった健康的な生活習慣の確立が重要となっています。

一人ひとりが生活習慣改善の重要性について理解を深め、健康づくりの実践を促進するために、毎年9月を全国一斉の取組として「食生活改善普及運動」と「健康増進普及月間」としています。今年の健康増進普及月間の統一標語は「1に運動 2に食事 しっかりと禁煙 最後にクスリ」健康寿命の延伸」です。

問合先 健康増進課健康増進担当

健康寿命を考えてみましょう

継続的な医療・介護に依存せず健康に日常生活を送れる期間のことを健康寿命と言います。

健康寿命を延ばすには普段の生活習慣に気を付けることが大切です。健康で笑顔で暮らすために、自分の生活を見直してみませんか？

おすすめ健康習慣

◆食事・栄養

食べることは生活習慣病と密接な関係があり、健康づくりには欠かせないものです。

野菜を多くし塩分を控え、食べるタイミングにも注意し、おいしく・楽しく・バランスの良い食生活を実践しましょう。

◆ウォーキング

ウォーキングは様々な健康効果をもたらします。これを主体として「今より、1日1000歩多く歩こう」を目指した「地域でスクラム！健康運動事業」を進めています。参加者は、歩く習慣で身体活動量を増やし、運動・食事の講座で意識を高めています。

また、市内のウォーキングマップ(約3km〜8kmの10コース)を作成し、お勧めしています。

普段の生活でこまめに体を動かすことを意識するだけでもOK！まずは出来ることから始めましょう！

◆ラジオ体操

ラジオ体操は約3分で全身をくまなく動かすことができる健康体操です。

地域では自主的に活動している団体が数多くあります。参加すれば地域コミュニケーションにも役立ちます。



◆健康コーナー

全自動血圧計、体組成計を備えた健康コーナーを市役所、市民活動推進センター、各市民センターの市内8か所に設置しています。

体組成計は、体脂肪率、筋肉量、内臓脂肪レベルなどから体型やアスリート指数などがわかりますので、定期的に測って体調管理に活用しましょう。

◆健康遊具

健康の維持増進や体力の向上のため、大人向けの「健康遊具」が市内3か所の近隣公園(富士見中央近隣公園・脚折近隣公園・南近隣公園)にあります。簡単なストレッチ、筋力アップ運動で運動不足を解消しましょう。サークル・団体での活動やウォーキングの途中などで、ぜひ活用ください。

ノルディックウォークに参加しませんか

ノルディックウォークは、全身運動効果の高いエクササイズとして注目され、人気が高まっています。ノルディックウォークの正しい方法と実技を学ぶ2日間コースの講座です。

対象 市内在住(18歳以上、2日間参加可能な方)

日時 9月20日(火)、27日(火) 9時30分〜11時30分

場所 海洋センター ※実技は屋外、雨天時は屋内で実施。

講師 中川光夫さん(埼玉県なかがわみづ) ウォーキングライフマイスター(他)

定員 30人(申込順)

参加費 無料



持ち物 飲み物・タオル・体育館用靴※ポール(ストック)は貸し出します。お持ちの方はご持参ください。
申込み 9月1日(木)から健康増進課健康増進担当に直接または電話で

平成29年度

保育所(園)・認定こども園・幼稚園の入所・入園の受付

問合せ先 こども支援課保育担当

保育所(園)・認定こども園

保育所(園)は、仕事などのため家庭で保育ができない保護者の代わりに保育を行う施設です。

認定こども園は、幼稚園と保育園の機能を併せ持つ施設で、保護者の就労状況に関わりなく入園できます。このうち保育サービスを利用希望の方は、他の保育所(園)と同様の入園手続きとなります。

入所(園)説明会

日時 10月4日(火)・5日(水)10時～、14時～

場所 市役所5階502～504会議室

※入所(園)説明会時に申込書を配布しますが、参加できない方にも、説明会終了後こども支援課の窓口で随時配布します。

受付

期間 11月24日(木)～11月30日(水)

平日/8時30分～11時30分、13時～17時

土・日曜日/8時30分～12時

場所 市役所1階102会議室

※日曜日は管理人室前の入口をご利用ください。

入所(園)選考 申込書類を審査し、保育の必要性の高い児童から入所(園)を承諾し、平成29年2月中旬に通知する予定です。

※各保育所(園)とも定員があり、申込者全員が入所(園)できるとは限りませんので、ご了承ください。

保育料 各世帯の前年度(9月～3月分は当該年度)の市町村住民税額により決定する予定です。

その他 保育所(園)の見学を希望する方は、事前に各保育所(園)にお問い合わせください。

※認定こども園の幼稚園部分について

認定こども園つるがしま白百合幼稚園の幼稚園部分(教育サービス)のみ利用希望の方の申込・受付などは、直接園にお問い合わせください。

保育所(園)・認定こども園一覧(問合せ先)		対象
公立保育所	鶴ヶ島保育所 脚折1922-23 ☎049・286・0551	平成28年10月1日以前に出生した児童
	富士見保育所 富士見4-26-1 ☎049・285・6648	
	鶴ヶ島東部保育所 鶴ヶ丘306-2 ☎049・285・1439	※平成26年4月1日以前に出生した児童 ※0歳児、1歳児、2歳児クラスの募集はありません。
	川鶴保育園 川越市川鶴2-12-2 ☎049・233・3017	平成28年8月1日以前に出生した児童
私立保育園	あたご保育園 新町4-9-3 ☎049・286・3860	平成28年10月1日以前に出生した児童
	さかえ保育園 藤金106-1 ☎049・286・2065	平成28年8月1日以前に出生した児童
	はちの巣保育園 藤金848-36 ☎049・285・6693	平成29年2月4日以前に出生した児童
	菜の花保育園 太田ヶ谷142-2 ☎049・287・8981	平成28年10月1日以前に出生した児童
	笹久保さくら保育園 下新田532-1 ☎049・272・3211	平成28年10月1日以前に出生した児童
	いちご保育園 脚折町3-24-4 ☎049・286・1695	平成28年4月1日以前に出生した児童
	第二はちの巣保育園 太田ヶ谷609-7 ☎049・286・1110	平成29年2月4日以前に出生した児童
	かこのこ保育園 五味ヶ谷179-1 ☎049・279・0505	平成28年10月1日以前に出生した児童
	鶴ヶ島みどり保育園 上広谷537-1 ☎049・287・4600	平成29年1月1日以前に出生した児童
認定こども園 つるがしま白百合幼稚園 下新田388 ☎049・285・1020	平成28年10月1日以前に出生した児童※0～5歳児クラスの保育部分利用申込みのみ	

幼稚園

幼稚園は、学校教育法に位置づけられた教育機関で、小学校以降の教育の基礎を作るための幼児期の教育を行う『学校』です。

申込書類 10月15日(土)から各幼稚園で配布します。

受付期間 11月1日(火)から各幼稚園で行います。

補助金 保護者の所得に応じて就園奨励費(年額0円～30万8000円(平成28年度補助額))を交付しています。

その他 詳細は、各幼稚園にお問い合わせください。

幼稚園一覧(問合せ先)		対象
私立幼稚園	つくし幼稚園 太田ヶ谷640-3 ☎049・286・0440	平成23年4月2日から平成26年4月1日までに出生した児童(3歳の誕生日から入園対象となります)
	武蔵野幼稚園 上広谷30 ☎049・285・2267	
	鶴ヶ島めぐみ幼稚園 脚折町3-24-4 ☎049・286・1150	
	かみひろや幼稚園 上広谷583-2 ☎049・286・4518	
	若葉台幼稚園 富士見2-9-14 ☎049・285・4351	

いつまでもお元気で



9月19日は敬老の日です

日本人の平均寿命は男女ともに80歳を超えました。市では皆様のご長寿をお祝いするとともに、高齢になっても元気で楽しくお過ごしいただくための事業を行っています。ぜひ、足を運んでみませんか。

楽しみ 老人福祉センター「逆木荘」第一回敬老まつり

逆木荘「第一回敬老まつり」は、演芸会・カラオケ・ゲームなどを行います。子どもから高齢者までが楽しく交流できるお祭りです。皆さんお誘い合わせのうえ、お越しください。

日時 9月18日(日)10時～15時
(雨天決行)

場所 老人福祉センター「逆木荘」

※「逆木荘」は、三ツ木地区の緑に囲まれた静かな場所であり、健康の増進、教養の向上、語らい、レクリエーションによる仲間づくりを通じて、生活を楽しくいただく施設です。ぜひご利用ください。

○施設案内

《本館》個人やサークル活動に利用されています。
集会所、お風呂、カラオケ、健康器具コーナー、囲碁・将棋室

リラックス室、パソコンコーナー、サークル・集会用の多目的室

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

《屋外コート》グラウンドゴルフ、ゲートボール

○利用案内

・利用時間 9時～16時(お風呂は10時～15時、カラオケは10時～15時30分)

食生活

栄養改善教室～食事と運動で健康寿命を延ばそう～

バランスのよい食事と運動から介護予防を学びましょう。嚥下機能が低下した時の食形態や食品を紹介します。試食や軽い運動も行います。

対象 市内在住の65歳以上の方

参加費 無料

・利用料金 市内在住の65歳以上の方、身体障害者手帳をお持ちの方は無料

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

・休館日 毎月第1・3土曜日、祝日、年末年始、臨時休館(館内清掃など)

問合先 老人福祉センター「逆木荘」 ☎049・286・330

1

日時 9月14日(水)10時～11時30分

場所 女性センター 第二講習室

講師 池田祐子さん(関越病院)

栄養科・管理栄養士

定員 30人(申込順)

参加費 無料

体験

はつらつ元氣わくわくクラブ

カジノ体験や脳トレ、そば打ちなどの毎回違う内容の体験クラブです。

対象 市内在住の65歳以上の方(要介護、要支援認定者および介護予防・日常生活支援総合事業対象者を除く)

参加費 無料

持ち物 特になし

申込み 9月20日(火)までに参加を希望する会場の市民センターに直接または電話で。応募者多数の場合は抽選ですが、新規の方を優先します。参加決定者には9月下旬に通知と日程表を発送します。

問合先 高齢者福祉課地域包括ケア推進担当

持ち物 筆記用具 動きやすい服装

申込み 9月1日(木)から地域包括支援センターかえつに直接または電話で ☎049・285・7877

場所	富士見市民センター	北市民センター
実施期間	10月4日～(全10回予定)	10月6日～(全10回予定)
実施日	毎週火曜日	毎週木曜日(祝日を除く)
時間	13時30分～15時30分	10時～12時
定員	20人	20人
電話番号	049・287・1661	049・287・0251

20ページもご覧ください。

「認知症サポーター養成講座」や「シニアパソコンカレッジiPad入門(タブレットを楽しもう)」などの案内を掲載しています。

運動

はつらつ二元気体操クラブ

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

対象 市内在住の65歳以上(要

介護、要支援認定者および介護予防・日常生活支援総合事業対象者を除く)で医師から運動制限を受けていない方
内容 健康運動指導士が、ストレッチ、筋力トレーニング、有酸素運動、リズム体操などを組み合わせ、気軽に楽しく実践できる体操を紹介します。

場所	実施日 (10月~3月※祝日を除く)	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 (10月のみ、第1・4金曜日)	13時20分~15時	25人

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ですが、新規の方を優先します。参加決定者には9月下旬に通知と日程表を発送します。

申込み 9月12日(月)17時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



長寿祝い・映画上映会は、毎年10月に75歳以上の方を対象に開催してきましたが、今年度は開催せずに昨年度をもって終了することといたしましたのでご了承ください。これまでにご来場いただいた皆さんありがとうございました。

問合せ先 高齢者福祉課高齢者福祉担当

印鑑登録制度のご案内

印鑑登録証明書は、個人の印鑑を公に証明するものであり、押印した文書に添付することで本人の同一性と本人の意思の確認をする大変重要な書類です。

印鑑登録できる方

市内に住民登録をしている15歳以上の方(成年被後見人除く)

印鑑登録ができる場所

市役所または若葉駅前出張所
登録できる印鑑

注文で作った印鑑または市販の印鑑(氏名、氏のみ、名のみ)の印鑑が登録可。印影が一边の長さ8mmの正方形より大きく、25mmの正方形に収まるもの登録できない印鑑

大量生産されたもの、プラスチックなど変形しやすい素材で作られたもの、文字や輪郭が欠けているものや逆彫り(白抜き)のもの、本人の氏名と判断できないもの、装飾の施されたもの、氏名以外の文字や記号の入ったもの、同一世帯で大きさ・印影の似ているもの、住民基本台帳に記載されている氏または名以外のもの

印鑑登録の方法

①本人または代理人(印鑑登録

申請用の委任状を持参)が登録できる印鑑を持って申請してください。本人確認のため、照会書を自宅あてに郵送します(ただし、申請者本人の申請で顔写真付きの公的機関が発行した身分証明書があれば即日登録可)。

②照会書が届いたら必要事項を記入のうえ、登録印鑑を押印し、回答期限内に申請した場所へお持ちください。代理人の場合には回答届(委任状)と代理人の印鑑が必要です。

保証人登録(即日登録できません)

既に鶴ヶ島市で印鑑登録をしている方に保証人となってもらい登録する方法です。保証書の記載の仕方はお問い合わせください。

注意事項

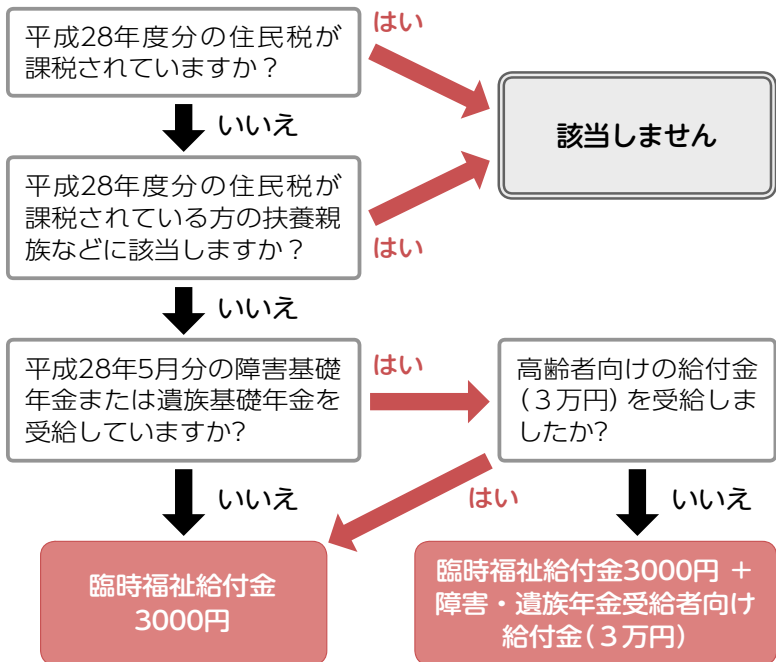
印鑑登録証は登録印と同様に大切なものです。本人が大切に保管してください。

印鑑登録証明書の交付を申請する時は、印鑑登録証を必ずご持参のうえ、交付申請書に必要な事項を正確にご記入ください。印鑑登録証がないと印鑑証明書は交付できません。

問合せ先 市民課住民記録担当

平成28年度の給付金について

※生活保護世帯は該当しません。



申請期間 9月1日(木)～12月1日(木)(郵送での申請可)
申請書類 給付金申請書
 ※添付書類(年金の受給確認書類や振込先口座を確認できる書類など)が必要となる場合があります。

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

「臨時福祉給付金」と「障害基礎年金・遺族基礎年金受給者向けの給付金」の申請受付を開始します

問合先 福祉政策課福祉政策・地域福祉担当

まちづくり市民講座 申込方法などが変わります

問合先 秘書政策課政策担当

まちづくり市民講座の申込みは、10月1日から講座の担当課による直接受け付けに変更となります(現在はすべて秘書政策課が受付)。

また、開催日時は、原則として土・日曜日、祝日、年末年始を除く平日の8時30分から17時15分までとなります。その時間の開催が難しい場合は、ご相談ください。

なお、各講座の担当課は、市役所や各市民センターなどの施設で配布しているパンフレットか市ホームページをご覧ください。

就学時健康診断のお知らせ

問合先 学校教育課学務担当

学校保健安全法に基づき、平成29年4月小学校入学予定のお子様を対象に、健康診断を実施します。

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

学校名	実施予定日	受付時間
鶴ヶ島第一小学校	10月6日(木)	13:05～13:30
鶴ヶ島第二小学校	10月4日(火)	13:10～13:30
新町小学校	10月5日(水)	13:10～13:30
杉下小学校	10月7日(金)	13:10～13:30
長久保小学校	10月6日(木)	13:10～13:30
栄小学校	10月5日(水)	13:10～13:30
藤小学校	10月7日(金)	13:20～13:40
南小学校	10月5日(水)	13:10～13:30

国民健康保険証の1斉更新を行います

問合先 保険年金課国民健康保険担当

現在の国民健康保険被保険者証(保険証)の有効期限は、平成28年9月30日のため、1斉更新を行います。

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

○保険証の有効期間は1年間です。ただし、有効期限内に後期高齢者医療制度または退職者被保険者証の対象者になった方は、その時点で保険証が切り替えとなります。詳細については、保険証に同封する通知をご覧ください。

○有効期限が切れた保険証は、ご自身で裁断するなどして、処分をお願いします。

○保険証の裏面に臓器提供に関する意思表示欄が設けられています。表示欄を保護するシールを希望される方には、市役所や各市民センターなどで配布します。

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

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

【資格喪失届出に必要なもの】

①国保の保険証など②職場などの保険証③個人番号カードまたは通知カード(個人番号が確認できるもの)(①～③ともに世帯主および対象者分)④運転免許証または旅券など(官公署が発行した顔写真付の証明書)

振り込め詐欺に注意

問合せ先 西入間警察署生活安全課(☎049・284・0110)

西入間警察署管内では振り込め詐欺被害が多く発生しています。今後、被害をなくすため、犯人が電話でよく使う手口を3つ紹介します。

■オレオレ詐欺

(1)よく使われるだましの文句

息子などの身内を装って、「会社の小切手(重要書類の時もある)が入った鞆がなくなった」、「会社のお金を使い込んでしまい、この分を補填しなくてはいけないので、すぐにお金を用意してほしい」などと言い、現金が必要だと伝えることが多いです。

(2)被害に遭わないために注意してほしいこと

電話でお金の話が出たら、詐欺を疑い、①兄弟、親族などに必ず相談すること。②あらかじめ把握している息子などの携帯電話に電話をかけて確認すること。③警察に相談すること。

■還付金詐欺

(1)よく使われるだましの文句

市役所の職員を装って、「保険料(税金のときもある)の還付金がある」などと言い、言葉巧みにATMに誘導し、犯人側が指定する口座に現金を振り込ませます。

(2)被害に遭わないために注意してほしいこと

①ATMで還付金の手続きをすることができないことを知っておくこと。②還付金の手続きをするためにATMに誘導されそうになったら、詐欺を疑うこと。③還付金やお金を貰える内容の電話を受けたら警察に相談すること。

■架空請求詐欺

(1)最近増えている手口

突然、携帯電話に「有料動画を閲覧した履歴がある」などと言いがかりをつけ、登録を解除するための手続きを説明する手口です。

その内容は、コンビニエンスストアなどに誘導して、プリペイドカードを購入させ、購入者だけが知りうるはずのカードの裏に記載してある番号を聞き出して、インターネット上で使うことができる現金をだまし取るというものです。

(2)被害に遭わないために注意してほしいこと

①有料動画などに関連して不審な電話を受けたら警察に相談すること。②プリペイドカードの裏の番号を教えることは現金を渡すことと同じであることを知っておくこと。③プリペイドカードの裏の番号はだれにも教えないこと。

自転車盗難にも注意を！！

西入間警察署管内では自転車を盗まれる被害が多く発生しています。被害を防止するために、自転車を離れる時には必ず鍵をかけること、鍵は2つ以上かけることを必ず守り、防犯登録をすること、路上駐輪をしないことにも配慮をお願いします。

秋の全国交通安全運動

問合せ先 安心安全推進課交通安全・防犯担当
車を運転する方へ

これからの季節は、夕暮れが早まることから、歩行者や自転車などの発見が遅れがちになります。早めのライト点灯を心掛けるとともに、事故の多い交差点部では安全運転の徹底をお願いします。

歩行者、自転車利用の方へ

明るい服装や反射材の着用を心掛けるとともに、道路の無理な横断はやめ、周囲の車に十分注意しましょう。

期間 9月21日(水)から30日(金)までの10日間
全国運動重点

○夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止(特に、反射材用品などの着用の推進および自転車前照灯の点灯の徹底)

○後部座席を含めた全ての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底

○飲酒運転の根絶

県運動重点

○自転車の安全利用の推進(特に、自転車安全利用五則の周知徹底)

自転車安全利用五則とは？

- 1 自転車は、車道が原則、歩道は例外
- 2 車道は左側を通行
- 3 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
- 4 安全ルールを守る
 - ・飲酒運転・二人乗り・並進の禁止
 - ・夜間はライトを点灯
 - ・交差点での信号遵守と一時停止・安全確認
- 5 子どもはヘルメットを着用



● 高齢運転者講習会 ●

自動車教習所で実際に車を運転して、安全運転健康度をチェックしてみませんか。

対象 65歳以上で普通免許を持っており、日頃車をよく運転する方

日時 9月29日(木) 13時～16時(12時45分鶴ヶ島自動車教習所本館受付カウンター集合)

場所 鶴ヶ島自動車教習所

内容 実車講習および意見交換

定員 15人(申込順)

参加費 無料

申込先 9月5日(月)～21日(水)に安心安全推進課交通安全・防犯担当に直接または電話で

肥料『還元くん』の販売

「リユース(循環利用)してみませんか?」



問合先 坂戸、鶴ヶ島下水道組合維持管理課
☎049・283・1101

還元くんとは?

◎下水汚泥からできた堆肥です
再生可能な循環資源(下水汚泥)を原料として、昔ながらの自然発酵処理によりリサイクルした「有機性の堆肥」です。エコで環境にやさしい堆肥です。

◎安全で衛生的です

良質の有機質原料を使用し、発酵工程の高温処理で何回も殺菌されています。熟度が高いため、葉菜・果菜だけでなく根菜にも安心して使用することができます。

◎土壌環境を改善します

有機性の堆肥なので、土壌微生物の繁殖を促し、作物の成育が向上します。また、微生物の働きと有機物の作用により、土壌環境を整えます。微生物が根圏の環境を整えるので、根張りがよくなり作物が健全化して、土壌病害の軽減に役立ちます。

使用方法

全面散布後、土とよく混和してください。施用後5～7日ほど土になじませた後、播種・定植すると、より効果的です。

販売価格 200円/袋(20kg)

販売場所 石井水処理センター(坂戸市石井1336-1)事務室2階窓口

販売開始日 9月5日(月)

販売時間 9時～12時、13時～16時(土・日曜日、祝日は除く)

販売対象者 市内および坂戸市にお住いの方(個人)

販売上限 一人30袋まで

販売総数 450袋

※製造元 (株)ピラミッド 栃木工場 ☎0287・96・4550



消防情報

『消しましよう その火その時 その場所で』2016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/>

救命講習会(10月～12月)

対象 市内および坂戸市に在住在勤在学の中学生以上の方
内容 普通救命/心肺蘇生法(成人)および大出血時の止血法など 上級救命/心肺蘇生法(成人、小児、乳児)、大出血時の止血法、傷病者の管理法、外傷の手当および搬送法など
※10月30日(日)に開催予定のWEB活用講習詳細については、警防課救急担当までお問い合わせください。
参加費 無料(各日申込順)
申込・問合先 9月12日(月)から直接または電話で(平日の8時30分～17時)消防本部警防課救急担当(☎049・281・3116)

種別	月日	場所	定員	時間
普通救命講習	10月5日(水)	消防本部	30人	9時～12時
普通救命講習(WEB活用)	10月30日(日)	鶴ヶ島消防署	20人	9時～11時
上級救命講習	12月9日(金)	消防本部	30人	9時～17時

防火管理者資格取得(新規)講習会

消防法施行令に基づく、防火管理資格(甲種)を取得する講習会を行います。

多数の人が利用する事業所などで、資格者がいない場合には必ず受講し、防火管理者の選任をしてください。

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

日時 10月6日(木)・7日(金)8時30分～16時30分

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

定員 60人(申込順)

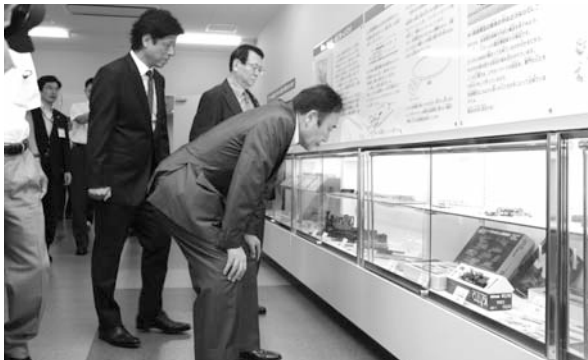
費用 3650円(テキスト代、申込当日に集金)

申込・問合先 9月15日(木)・16日(金)の8時30分～16時に坂戸・鶴ヶ島消防組合消防本部予防課へ直接(☎049・281・3117)

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



まちなかトピックス



鉄道模型のパイオニア

7月21日、知事が企業や団体と意見交換をする「とことん訪問」が、富士見にある(株)関水金属埼玉工場でありました。KATOのブランド名で世界的に知られる鉄道模型メーカーの精密な製品に、知事も絶賛していました。



あま〜い♪

7月23日、農業交流センターで行われたトウモロコシと枝豆の収穫体験。子どもたちは我慢できず、もぎたてをその場でがぶり!自分たちで採った旬の野菜の味はきっと忘れないうでしょう。親子で自然にふれる貴重な一日となりました。



美しい音色が響く

7月25日、市役所1階ロビーでサロンコンサート「バイオリンの調べ」が開催されました。小学生バイオリニスト4人が奏でる美しい音色に、多くの方が聞き入っていました。



平和への祈り

8月5日、市内小学校の6年生が作成した折り鶴を代表児童が広島市にある原爆の子の像に捧げてきました。翌6日には、広島市平和記念式典に参列。平和記念資料館では平和について学び、8月27日には参加報告会を開催しました。



準備はできていますか？

8月21日、藤小学校などで防災訓練が行われました。日頃から言われている「防災」の大切さを改めて考える一日となりました。皆さんも万が一に備えてしっかりと準備しておきましょう。



新しい発見!

8月20日、ワカバウォークイベント広場で行われた第2回鶴ヶ島映像フェスティバル。市内のイベントや日常の中で見つけた花や生き物など市民の皆さんが見て感じた多彩な鶴ヶ島の映像が紹介されました。



蒼也君スマイル♪
 はせがわ そうや
長谷川 蒼也ちゃん
 (脚折・11か月)



どう?かっこいいでしょ〜☆
 わだ あおい
和田 青依ちゃん
 (新町・1歳7か月)



遊ぶのが大好き
 すなが りな
須長 里奈ちゃん
 (上広谷・1歳10か月)



出かけてみませんか

▶**第9回サークルさつき絵画展** 日時／9月8日(木)～11日(日) 9時50分～17時(8日は12時～、11日は16時まで) 場所／中央図書館 連絡先／秋山 ☎049・286・3372

▶**川越女子高等学校「紫苑祭」** 日時／9月10日(土) 11時～16時、11日(日) 9時30分～16時 場所／川越女子高等学校 連絡先／紫苑祭実行委員会 ☎049・222・3511

▶**第16回歌声サロン「風輪」**(生ピアノ伴奏の歌声喫茶) 日時／9月10日(土) 13時30分～16時30分(開場13時) 場所／富士見市民センター 参加費／当日券600円、前売券500円 申込・連絡先／田中 ☎090・7837・9716 (18時～21時)

▶**リレー・フォー・ライフ・ジャパン2016川越** 日時／9月17日(土)～18日(日) 13時～13時 場所／川越水上公園 チャリティー代／1000円 連絡先／若海 ☎090・4387・6158

▶**幸せの種まきコンサート** 日時／①9月17日(土) ②18日(日) ③19日(祝) 13時30分～15時30分 場所／①ベリー畑カフェ②ここほっと③喫茶オテッサ 参加費／3000円 申込み／不要 連絡先／中村 ☎090・

5788・9088

参加してみませんか

▶**スクエアダンス初心者講習会** 対象／20歳～70歳 日時／9月14日(水)～10月26日(水) 10時30分～11時45分(全6回第2.3.4水曜日) 場所／南市民センター 参加費／2000円(資料代含む) 申込・連絡先／下谷 ☎049・285・6788

▶**第25回鶴ヶ島市民グラウンド・ゴルフ大会** 対象／市内在住の成人の方 日時／9月14日(水) 8時～15時(予備日27日(火)) 場所／運動公園 参加費／300円 申込み／9月6日(火) 13時～15時までに各市民センターにある申込用紙に記入し、参加費を添えて直接海洋センター 連絡先／大島 ☎090・2315・3923

▶**親子でリトミック** 対象／1歳位～2歳位の親子 日時／9月20日(火) 11時～12時 場所／坂戸市につさい地域交流センター 参加費／600円 申込先／仲田 ☎090・9016・0483

仲間になりませんか

▶**さわやか太極拳クラブ** 日時／毎週火曜日(月4回) 19時30分～21時 場所／大橋市民センター 連絡先／須藤 ☎049・285・2369

▶**鶴ヶ島太極拳クラブ** 日時／毎週金曜日10時～12時 場所／大橋市民センター 連絡先／高橋 ☎049・285・0795

▶**青森県人会** 日時／月1回火曜日18時～20時 場所／ぽんぽこ家(坂戸市緑町9-25) 連絡先／川口 ☎090・1843・4188

11月号の原稿締切は、9月23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きます。

名称が変わります。



「広報つるがしま」の配信もしているアプリ「i広報紙」が9月中旬よりリニューアルして、「マチイロ」になります。

- ・すでに「i広報紙」をご利用の方はそのままご利用になれます。
- ・市議会だよりの配信を開始しました。

インストールはこちら





秋のイベントに出かけよう



第14回つるがしま郷学の森まつり

郷学の森(西市民センター、西児童館、図書館西分室、学童保育室ひまわりクラブ)を利用するサークルや地域で活躍している団体による活動成果の発表会と地域住民との交流イベント。

日時 9月24日(土)、25日(日)9時30分～

内容 舞台発表(民踊、フラダンス、カラオケ、太極拳など)、作品展示(絵画、手芸小物、陶芸など) 体験コーナー(茶道、木工、吹矢、竹細工など)、模擬店(焼きそば、手打ちそば、フランクフルトなど)、包丁とぎ、まな板削りなど ※日によって内容は異なります。

フリーマーケット出店者募集

対象 市内在住の方(仕入れ品などの販売目的は不可)

日時 9月25日(日)9時30分～15時(雨天中止)

場所 西市民センター

募集区画 10区画(1区画2m×2m以内)、申込順

出店料 1区画300円(当日集金)

申込み 9月5日(月)9時からつるがしま郷学の森まつり事務局(西市民センター内)に電話で。

問合せ先 西市民センター(☎049・286・7899)

第30回南どんぐりまつり



南市民センターを利用する団体や地域で活動する団体と地域住民との交流イベント。

日時 10月1日(土)10時～、2日(日)9時～

場所 南市民センター、隣接するどんぐり公園

内容 舞台発表(歌唱、踊り、演奏、朗読、福祉講座など)、展示(書道、陶芸、写真、絵画、絵本など)、入門体験(お茶席、絵手紙、点字、体幹など)、お話し会と工作、模擬店、フリーマーケットなど ※日によって内容が異なります。

フリーマーケット出店者募集

対象 市内在住在勤者(仕入れ品などの販売目的は不可)

日時 10月1日(土)、2日(日)10時30分～15時(雨天中止)

場所 どんぐり公園

募集区画 各日10区画(1区画2m×2m)、申込順

出店料 1区画300円(当日集金)

申込み 9月7日(水)9時から南市民センターに直接または電話で。

問合せ先 南市民センター(☎049・287・0235)

第29回 図書館まつり

日時 9月24日(土)、25日(日)9時～

場所 中央図書館

内容 本のリサイクル市、ビブリオバトル「わたしのイチオシの本」、講演会 新山順子さん(日本図書館協会障害者サービス委員会)、バリアフリー映写会『春との旅』、サークル展示、おはなし会、CDコンサートなど

リサイクル本募集

本のリサイクル市に向けて、本の寄贈を、中央図書館にて9月22日(祝)まで受け付けています。

※寄贈いただいた方には、リサイクル市の当日に利用できる無料引換券をプレゼントします(寄贈1回につき1枚)。

※寄贈として受付できない本もあります。

ビブリオバトル参加者募集

ビブリオバトルとは、1人5分で、「わたしのイチオシの本」を紹介し、投票で「チャンプ本」を決めるゲームです。※参加希望者は、紹介したい本をご持参ください。

サポートスタッフ募集

リサイクル本の仕分け、会場設営、運営補助、片付けなどの作業にご協力いただけるボランティアを募集します。

申込・問合せ先 図書館まつり実行委員会事務局(中央図書館内)(☎049・271・3001)

第13回高倉ふるさとまつり



農村景観の残る高倉地区の魅力や、農と食の大切さを知ってもらおうと高倉ふるさとづくりの会が開催するイベント。

日時 10月2日(日)10時～14時30分

場所 農業交流センター

内容 ステージ(太鼓、キッズダンス、バンド演奏、フラダンスなど)、体験(竹細工など)、展示(昔の高倉などの写真展)、模擬店(赤飯、焼きそば、かき氷、わたがし、ポップコーン、チョコバナナなど)

問合せ先 農業交流センター(☎049・279・3335)

第37回 鶴ヶ島市文化祭日程、出品作品・参加者募集

■第37回みふじ会和紙ちぎり絵展

日時 10月18日(火)～21日(金)9時30分～16時30分(18日は11時から、21日は15時まで)

場所 市役所1階ロビー

問合せ 和紙ちぎり絵みふじ会 梶枝(☎049・286・4625)

■囲碁大会

対象 市内在住在勤在学の方

日時 11月6日(日)9時～18時

場所 北市民センター

内容 リーグ戦を行なった後、決勝トーナメント実施。入賞者(4位まで)を表彰。

参加費 1000円(当日納入、昼食付、参加賞あり)

申込み 不要(当日受付)

問合せ 鶴ヶ島囲碁同好会 今井(☎049・289・7895)

■第37回短歌大会(作品募集有)

対象 原則として市内在住在勤在学の方(高校生以上)

日時 11月4日(金)9時～12時

場所 北市民センター

募集作品 1人3首(自作未発表のもの)

参加費 1000円(当日納入か郵便定額小為替(無記名)を作品に同封)

その他 互選により優秀者を褒賞。参加賞あり。

応募方法 10月5日(水)(必着)までに縦書き便箋に短歌(特別な場合のみ読み仮名。応募後の原稿訂正は受け付けません)、住所、氏名、電話番号、当日の出欠を明記し、鶴ヶ島短歌クラブ 末永アエ(〒350-2213脚折1436-1 ☎049・286・4888)。

■第52回鶴ヶ島菊花大会(作品募集有)

対象 市内在住の方

日時 11月1日(火)～5日(土)9時～16時(5日は14時まで)

場所 農業交流センター

内容 会員および一般参加者による作品を展示。審査の上、優秀作品を褒賞。

搬入日時・場所 10月31日(月)13時～15時・農業交流センター

搬出日時 11月5日(土)14時～16時

※搬入・搬出とも時間厳守

問合せ 鶴ヶ島菊花愛好会 佐藤(☎049・285・0860)

■第36回鶴ヶ島吟詠の集い

日時 11月6日(日)10時～16時

場所 南市民センター

問合せ 鶴ヶ島吟詠連盟 富田(☎049・285・1571)

■第37回俳句大会(作品募集有)

対象 市内在住在勤在学の方

日時 11月6日(日)13時～16時

場所 女性センター

募集作品兼題 「天の川」「菊」

2季題使用にて5句投句(自作未発表のもの。席題なし)

参加費 1000円(直接現金または郵便定額小為替(無記名)を作品に同封)

その他 互選により上位10人を褒賞。参加賞あり。

応募方法 10月5日(水)(必着)までに、縦書き便箋に俳句、住所、氏名、電話番号、当日の出欠を明記し、参加費

を添えて直接または郵送で岩淵繁一(〒350-2225上新田222-3)

問合せ 鶴ヶ島俳句会 岩淵(☎049・285・0940)

■結成35周年記念 2016箏コンサート

日時 11月20日(日)13時～16時

場所 西市民センター

内容 会員による千鳥五重想、赤い花束など6曲

問合せ 鶴ヶ島市お琴同好会 安瀬(☎049・285・7957)

■第42回鶴美展(作品募集有)

対象 一般公募(中学生以下を除く)

日時 11月6日(日)～13日(日)9時30分～17時(7日は休み、13日は15時まで)

場所 中央図書館

種目 絵画、書、写真、工芸

作品規格▶絵画=50号以内(表装または額装)▶書=縦8尺(240cm)、横6尺(180cm)以内、表装(額・枠・軸装のみ)、釈文は指定の用紙で出だし40字まで。▶写真=A3・半切以上・額縁かパネル付き。組み写真の場合は一つのテーマを1枚のパネルにまとめる。

※作品ごとに出品票を添付し、ひもを付けて出品(出品票・開催要項は市民センター、女性センター、中央図書館、生涯学習スポーツ課にて配布)。

※不適当と認められた作品は展示できません。

出品数 1人2点以内(原則として未発表のもの)

参加費 作品1点につき会員は500円、会員以外は1500円(出品時に納入)

搬入日時・場所 11月5日(土)9時30分～11時・中央図書館

搬出日時 11月13日(日)15時～16時

※搬入・搬出とも時間厳守

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

問合せ 鶴ヶ島美術協会 高澤(☎049・285・8975)

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選者のコメントとあわせて、市ホームページで公表します。

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。

●応募作品には選者の加筆がある場合があります。

●作品の漢字は、読み仮名をふってください。

今回の季題 夙(木枯、木枯す、夜夙)、葉牡丹

締切日 10月20日(木)

問合せ 市政情報課広報広聴担当

INFORMATION

市役所からのお知らせ

募集

成人者のつどい実行委員

平成29年1月8日(日)に実施する成人式の式典終了後に、新成人の皆さんや、新成人をお祝いしたい地域の皆さんが企画する「成人者のつどい」を予定しています。皆さんのアイデアで「成人者のつどい」を盛り上げてみませんか。

対象 市内在住の方

第1回実行委員会

日時 10月8日(土)18時から

場所 東市民センター

申込み 9月23日(金)までに東市民センターに直接または電話で

(☎049・286・3357)

第24回虹の大橋まつり
フリーマーケット出店者募集

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

日時 10月22日(土)10時15分～14時、23日(日)10時～14時(雨天時は各自の自主判断)

場所 大橋市民センター

募集区画 各日10区画(1人1区画、申込順)

出店料 1区画300円

申込み 10月3日(月)9時から大橋市民センターに直接または電話で(☎049・286・0005)

『障がい者アート絵画展』出展作品

応募期間 10月30日(日)まで

内容 11月15日(火)～24日(木)に中央図書館で行われる『障がい者アート絵画展』の作品を募集

応募方法 申込書(中央図書館で配布)に必要事項を記入し、中央図書館へ。※作品は1人2作品まで。応募多数の場合は、1作品のみ展示。

問合せ先 中央図書館(☎049・271・3001)

わかば結市第18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感じられる方

日時 11月20日(日)10時～15時

場所 若葉駅西口広場(雨天時は市民活動推進センター)

募集区画 30区画(市内在住の方優先。1区画2m×2m以内)

出店料 500円(イベント保険・チラシの用紙代など)

実行委員会 10月15日(土)10時～12時(市民活動推進センター)

その他 手作りの製作・販売を仕事としている方は参加できません。出店者募集要項および

申込用紙は、各市民センター、市民活動推進センター、地域活動推進窓口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 9月16日(金)17時までに、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)にファクシミリ

(☎049・271・1190)またはメール(☐10400010@city.tsurugashima.lg.jp)へ

教室

大人のためのほっとタイム

対象 子育て中の方

日時 9月15日(木)13時30分～14時30分

場所 大橋児童館

内容 簡単にできる骨盤ストレッチ講座

定員 10人(申込順)

参加費 100円

持ち物 バスタオル、飲み物

※当日は動きやすい服装でお越し下さい。

申込み 9月4日(日)9時30分から参加費を添えて大橋児童館に直接

問合せ先 大橋児童館(☎049・286・0007)

元気モリモリ!

ニコニコ食育人形劇

対象 幼児親子、小学生

日時 9月22日(祝)10時45分(10時30分開場)

場所 大橋市民センター

内容 女子栄養大学ニコニコ会による食育人形劇、手遊び、体操など

定員 幼児親子30組、小学生20人(保護者同伴可)(申込順)

参加費 無料

持ち物 タオル

申込み 9月4日(日)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

栗ひろい体験

日時 9月24日(土)、28日(水)9時30分

場所 農業交流センター周辺の栗畑

定員 各日20組(申込順・1組5人まで。小学生以下保護者同伴)

参加費 栗代(時価)

その他 栗ひろいのできる服装でお越しください(長靴・ゴム手袋・大きめの袋など)。

申込み 9月6日(火)9時から農業交流センターに直接または電話で(☎049・279・3335)

高たんばく・低カロリーの料理教室

対象 市内在住の方(特に生活習慣を予防したい方)

日時 9月20日(火)10時~14時

場所 保健センター

講師 食生活改善推進員

内容 生活習慣病予防をテーマにした調理実習(磯風味ごはん、五菜甘酢漬け、豚肉のごま和え、すまし汁)

※食物アレルギーのある方は事前にご相談下さい。

定員 24人(申込順)

参加費 300円

持ち物 エプロン、三角巾、布巾2枚

申込み 9月1日(木)から9月13日(火)までに食生活改善推進員協議会事務局(健康増進課内)に直接または電話で

元気にラジオ体操教室

日時 9月25日(日)10時~11時30分

場所 新町小学校体育館

内容 ラジオ体操第1・2とみんなの体操などの実技

講師 鈴木大輔さん(NHKテレビ・ラジオ体操指導者)、館野伶奈さん(NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント)

参加費 無料

持ち物 体育館用靴、飲み物

問合先 健康増進課健康増進担当

※駐車場はありません。

※つるがしま健康マイレージ対象事業です。

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。

対象 市内在住在勤の方

日時 9月24日(土)10時30分~12時

場所 市役所5階

定員 50人(申込順)

参加費 無料

申込み 9月21日(水)までに高齢者福祉課高齢者福祉担当に電話で

シニアパソコンカレッジ「iPad入門(タブレットを楽しむ)」

対象 次のすべてに該当する方
①市内在住の60歳以上で全日程に出席できる方
②タブレット初心者で、iPad(アップル社製タブレット)を全日程持参できる方

日時 10月4日(火)、6日(木)、11日(火)、13日(木)の全4回13時30分~16時30分

場所 市役所6階

講師 鶴ヶ島パソコンサポートボランティア

参加費 2600円(テキスト代、保険料など)

申込み 9月13日(火)までに高齢者福祉課高齢者福祉担当に直接または電話で

日時 9月26日(月)、10月3日(月)、17日(月)、24日(月)、31日(月)の全5回、13時30分~15時30分(17日のみ10時~12時)

場所 東市民センター

内容 古代の道具を模した「弥生機」を使って、コースターやタペストリーなどを織ります。

講師 北野原譲さん(弥生機工房)

定員 20人(申込順)

参加費 500円(材料代)

申込み 9月5日(月)9時から東市民センターに直接または電話で(☎049・286・3357)

日時 9月17日(土)10時~12時

場所 富士見市民センター

講師 須田正子さん(あったかウエルねつと事務局長)

内容 講話、認知症予防ゲーム

参加費 無料

申込み 9月14日(水)までに富士見市民センターに直接または電話で(☎049・287・1661)

弥生機教室

人権講演会「住み慣れた我が家で自分らしく在宅医療のすがた」

日時 9月11日(日)14時~16時

場所 東市民センター

内容 古代の道具を模した「弥生機」を使って、コースターやタペストリーなどを織ります。

講師 北野原譲さん(弥生機工房)

定員 20人(申込順)

参加費 500円(材料代)

申込み 9月5日(月)9時から東市民センターに直接または電話で(☎049・286・3357)

日時 9月17日(土)10時~12時

場所 富士見市民センター

講師 須田正子さん(あったかウエルねつと事務局長)

内容 講話、認知症予防ゲーム

参加費 無料

申込み 9月14日(水)までに富士見市民センターに直接または電話で(☎049・287・1661)

日時 9月11日(日)14時~16時

場所 東市民センター

内容 古代の道具を模した「弥生機」を使って、コースターやタペストリーなどを織ります。

講師 北野原譲さん(弥生機工房)

定員 20人(申込順)

参加費 500円(材料代)

申込み 9月5日(月)9時から東市民センターに直接または電話で(☎049・286・3357)

日時 9月17日(土)10時~12時

場所 富士見市民センター

講師 須田正子さん(あったかウエルねつと事務局長)

内容 講話、認知症予防ゲーム

参加費 無料

申込み 9月14日(水)までに富士見市民センターに直接または電話で(☎049・287・1661)

日時 9月11日(日)14時~16時

場所 東市民センター

内容 古代の道具を模した「弥生機」を使って、コースターやタペストリーなどを織ります。

講師 北野原譲さん(弥生機工房)

定員 20人(申込順)

参加費 500円(材料代)

申込み 9月5日(月)9時から東市民センターに直接または電話で(☎049・286・3357)

日時 9月17日(土)10時~12時

場所 富士見市民センター

鶴ヶ島市国際交流協会 「インターナショナルカフェ」開催

市内で生活する外国の方向けに、いろいろな国の菓子などを食べながら楽しく話を
「インターナショナルカフェ」を開きます。生活のことなどいろいろな話を
楽しい会です。ぜひ、ご参加ください。

※通訳の必要な方はご相談ください。

対象 外国籍の方
日時 9月18日(日) 12時～15時
場所 南市民センター
定員 20人程度(申込順)
参加費 300円
申込み 9月12日(月)までに鶴ヶ島市国際交
流協会事務局(地域活動推進課内)に(土・日曜
日を除く)直接または電話で(☎049・271・
1111)

家族介護教室「心と体のリ ハビリテーション」

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 9月20日(火)13時30分～15
時30分
場所 特別養護老人ホームみど

場所 南市民センター
講師 清野恵理子さん(坂戸鶴
ヶ島医師会在宅医療相談室長)
参加費 無料
申込み 不要(直接会場へ)
共催 南市民センター、NPO
法人鶴ヶ島第二小学校区地域支
え合い協議会、社会福祉協議会
問合せ先 南市民センター(☎0
49・287・0235)

地域支え合いの仕組み ボランティア養成講座

対象 市内在住在勤でボランテ
ィア活動に参加している方、も
しくは興味のある方(要申込)

講師 長井陽海さん(サカイヘ
ルスケア作業療法士)
内容 講義、リハビリ体操など
定員 15人(申込順)
参加費 無料
持ち物 室内履き、動きやすい
服装
申込み 9月5日(月)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・6
056)

視覚障害者誘導ガイド講習会

対象 視覚障害者の活動や行動
などに伴うサポートをしたい方
日時 10月15日(土)、22日(土)10時
～16時(15日は9時45分集合)
場所 わかばコミュニケーション
ムおよび若葉駅周辺
講師 小林一哉さん(東京都視
覚障害者生活支援センター主任)
参加費 無料(昼食代約700
円実費負担。昼食時に食事のサ
ポート体験を行います)
定員 16人(申込順)
申込み 9月15日(木)までに氏
名、性別、居住地の市町村名、

講習会① 『掃除のコツとその方
法を学ぶ』
講師 高麗朋子氏(暮らしやす
く代表)
日時 9月14日(水)13時30分～16
時
場所 西市民センター
講習会② 『車いすの操作方法と
その対応』
講師 鶴ヶ島市福祉教育・体験
学習推進員「ういず・共に」
日時 9月29日(木)14時～16時
場所 市役所4階
申込み 鶴ヶ島市社会福祉協議
会(☎049・271・6011)
問合せ先 地域活動推進課地域活
動推進担当

赤十字幼児安全法短期講習

電話番号、メールアドレスを
記入し、鶴ヶ島視覚障害者の
会「アイネット」にメール(☐
nagaoka.11352@kyp.biglobe.
ne.jp)または電話で(☎090・
2223・2340)
日時 10月15日(土)9時30分～12
時
場所 市役所6階
講師 赤十字社幼児安全法指導
員
内容 こどもの心肺蘇生とA E
D
定員 30人
参加費 300円(教材費など)
申込み 9月15日(木)までに必
要事項(コース名「H-8」、氏
名、フリガナ、郵便番号、住
所、電話番号、性別、生年月
日、保育利用希望の有無)を
記入し、日本赤十字社埼玉県
支部講習係にハガキ(〒330
0064さいたま市浦和区岸町
3-17-1)またはフアクシミ
リ(☎048・834・1520)
で、日本赤十字社埼玉県支部ホ
ームページからも申込み可。申
込者には、受講可否通知が送付
されます。
問合せ先 日本赤十字社埼玉支
部(☎048・789・7117)

教室

食による健康管理講座

日時 10月14日(金)14時～16時

場所 鶴ヶ島市商工会館

内容 栄養学の観点からみた健康管理

講師 西村早苗さん(女子栄養大学准教授)

参加費 無料

申込・問合先 鶴ヶ島市商工会

(☎049・287・1255)

ひとり親のためのパソコン教室

対象 ひとり親家庭の親または

日時 9月28日(水)、29日(木)全2

場所 彩の国すこやかプラザ

内容 仕事に役立つエクセル基礎講座

定員 20人(抽選)

参加費 無料(教材費実費800円)

申込み 9月14日(水)(必着)までに、必要事項(パソコン教室(第4回)、郵便番号・住所、氏名、年齢、電話番号)を記入し、(公財)埼玉県母子寡婦福祉連合会に往復はがき(〒330-0074さいたま市浦和区北浦和5-1-6-5 埼玉県浦和合同庁舎内)または

第67回鶴ヶ島市民体育祭



今年で67回目を迎える市民体育祭が市内3会場で開催されます。オープン種目は、市民の方どなたでも参加できます。

日時 10月9日(日)(雨天中止) 開会式は8時45分～

場所 鶴ヶ島中学校、藤小学校、西中学校
※体育祭実施の場合は、当日の7時から7時30分の間に花火を打ち上げます。ご理解、ご協力をお願いします。

問合先 NPO法人鶴ヶ島市体育協会事務局(鶴ヶ島海洋センター内)(☎049・277・5199)

日間 10時～16時

場所 さいたま市浦和区針ヶ谷4-1-2

165(JR野駅西口より徒歩約10分・北浦和駅より徒歩約15分)

内容 仕事に役立つエクセル基礎講座

定員 20人(抽選)

参加費 無料(教材費実費800円)

申込み 9月14日(水)(必着)までに、必要事項(パソコン教室(第4回)、郵便番号・住所、氏名、年齢、電話番号)を記入し、(公財)埼玉県母子寡婦福祉連合会に往復はがき(〒330-0074さいたま市浦和区北浦和5-1-6-5 埼玉県浦和合同庁舎内)または

メール(mailto:saioren.or.jp)で

問合先 (公財)埼玉県母子寡婦福祉連合会(☎048・822・1951)

日時 11月29日(火)13時30分～16時

場所 入西地域交流センター(坂戸市大字新堀159-1)

内容 動脈硬化予防に大切な葉酸の食事の組合せや調理の工夫など摂り方のコツがわかります。

講師 香川靖雄さん(女子栄養大学副学長)、坂本香織さん(管理栄養士)

定員 300人(申込順)

費用 無料

申込み 9月8日(木)から健康増進課健康増進担当

※参加者には、葉酸まるわかりBOOK(坂戸市オリジナル)を差し上げます。

催し

子育てサロン

「ファミリーコンサート」

「赤ちゃんと一緒に音楽を」

対象 0歳以上の親子

日時 9月12日(月)、10時30分～11時30分(10時15分受付)

場所 富士見保育所

定員 各10組(各年齢3人程度)

申込み ①②とも実施日の1週間前から前日(土、日曜日を除く)までに富士見保育所(☎049・285・6648)

9月の図書館休館のお知らせ

中央図書館は、9月5日・12

日・26日の各月曜日が休館となります。

問合先 中央図書館(☎049・271・3001)

おもちゃ病院

月 日 場所

9月 7日(水) 西見児童館

10月 16日(金) 脚折児童館

10月 5日(水) 西見児童館

※9月の上広谷児童館は休診。

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 ①9月14日(水)9時30分～10時30分 ②9月28日(水)9時30分～10時30分

場所 富士見保育所

定員 各10組(各年齢3人程度)

申込み ①②とも実施日の1週間前から前日(土、日曜日を除く)までに富士見保育所(☎049・285・6648)

既存防犯灯のLED灯への交換

既設の防犯灯(蛍光灯など)をLED灯に交換する工事を行います。実施期間中、一時的に防犯灯が点灯しないことがあります。

また、腕章を付けた施工業者が民地に立ち入ることがありますが、ご協力をお願いします。

9月の図書館休館のお知らせ

中央図書館は、9月5日・12

日・26日の各月曜日が休館となります。

問合先 中央図書館(☎049・271・3001)

おもちゃ病院

月 日 場所

9月 7日(水) 西見児童館

10月 16日(金) 脚折児童館

期間 9月～平成29年1月(予定)
問合せ 都市施設保全課公園保全担当

就職支援ミニセミナー

対象 県内在住の求職者
日時 9月23日(金)13時45分～15時45分
場所 市役所5階

内容 就職活動の進め方、就職に役立つ応募書類の作成
定員 50人(申込順)
費用 無料

※失業認定の求職活動に該当
申込・問合せ 9月1日(木)平日9時～17時)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)

全国一斉「高齢者・障害者の人権あしん相談」強化週間

内容 高齢者や障害者をめぐる様々な人権問題の解決を図るため、「高齢者・障害者の人権あしん相談」強化週間を設定し、相談を受け付けます。

期間 9月5日(月)～11日(日)
時間 8時30分～19時

※ただし、9月10日(土)、11日(日)は10時から17時まで
電話番号 0570・003・

110
相談者 法務局職員、人権擁護委員(秘密は厳守します)

問合せ さいたま地方法務局人権擁護課(☎048・859・3507)

社会生活基本調査にご協力ください

総務省統計局(埼玉県)では、10月20日現在で社会生活基本調査を実施します。この調査は、私たちが1日のうちのくらの時間を仕事、家事、地域での活動などに費やしているかや、過去1年間の自由時間などのような活動を行ったかについて調査し、仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の推進、少子高齢化対策などの政策に必要な基礎資料を得ることを目的として実施します。

10月上旬から中旬にかけて、調査員が調査をお願いする世帯に伺いますので、ご理解・ご協力をお願いいたします。

問合せ 埼玉県統計課人口統計担当(☎048・830・2314)

「女性人権擁護委員による特設人権相談所」開設

日時 9月29日(木)11時から16時まで

まで
場所 ウェスタ川越3階相談室(JR・東武東上線川越駅西口から徒歩5分程度)

内容 家庭内のもめごと、結婚、離婚、夫・恋人からの暴力、ストーカー、女性特有の人権問題、相隣関係などでお困りの方はお気軽にご相談ください。

相談者 川越人権擁護委員協議会所属の女性人権擁護委員(秘密は厳守します)

問合せ 川越人権擁護委員協議会事務局(☎049・247・4022)、さいたま地方法務局川越支局(☎049・243・3824)

働きながら介護の資格を得し正規就職できるよう支援します

埼玉県では、介護の仕事に興味がある方に対し、研修の受講から県内介護事業所への就職までを支援しています。

対象 仕事をお探しの方で介護関連の資格をお持ちでない方

内容 ①申込先である(株)シグマスタッフに雇用されます。②介護職員初任者研修を受講しながら県内介護事業所で紹介予定派遣として働き、派遣期間終了後の介護事業所への就職をめざ

します。③介護職員初任者研修を無料で受講でき、受講期間中も給料が支給されます。

募集期間 現在募集中

事業委託元 埼玉県福祉部高齢者福祉課

申込・問合せ (株)シグマスタッフ大宮支店(☎048・782・5173)
http://www.sigma-staff.co.jp/landing/saitamaken_kaigo/

オータムジャンボ宝くじを発売

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

発売期間 9月26日(月)～10月14日(金)

問合せ (公財)埼玉県市町村振興協会(☎048・822・5004)

レインボー情報

巾着田曼珠沙華まつり

日時 9月17日(土)～10月2日(日)

9時～16時30分

場所 巾着田(日高市大字高麗本郷125-2西武池袋線高麗駅徒歩15分)
入場料 300円※開花状況に

より有料期間を設定します。
内容 地元グルメや特産品の販売、ステージイベント、高麗郡建郡1300年記念観光展(22日(祝)、ひだか栗フェスティバル(25日(日))など

問合せ 日高市産業振興課商工観光担当(☎042・989・2111)

「夜の図書館」を開催

日時 10月1日(土)、18時30分～21時

場所 川越市立中央図書館1階

内容 音読会、ミニコンサート

参加費 無料

申込み 不要

問合せ 川越市立中央図書館

川越市三久保町2-9(☎049・222・0559)

越生町月例ハイキング大会

毎月第2土曜日に「月例ハイキング大会」を開催します。第1回は9月10日(土)に大高取展望コースを歩きます。詳しくは越生町のホームページをご覧ください。

問合せ 越生町役場産業観光課観光商工担当(☎049・292・3121)

B型肝炎の定期予防接種が始まります

予防接種法施行令の一部が改正され、B型肝炎予防接種が、新たに定期(公費)予防接種として開始されます。対象となる方は、予防接種実施医療機関に事前に予約の上、予防接種を受けてください。

対象 平成28年4月1日以降に出生した生後直後から1歳に至るまで(誕生日の前日)までの間にある市民の方

開始日 平成28年10月1日

場所 予防接種実施医療機関(鶴ヶ島市および坂戸市内実施医療機関のほか、埼玉県内の予防接種実施医療機関でも接種することができます。詳しくは、保健センターまでお問合せください。)

接種回数 3回

接種方法 27日以上の間隔で2回、更に、初回接種から139日以上の間隔をおいて1回

標準的な接種期間 生後2月に達した時から生後9月に達するまでの期間

注意事項

①平成28年9月30日以前に、B型肝炎の予防接種を任意接種で受けた場合は、残りの回数を定期接種で受けてください。

②1歳を過ぎると定期接種ではなくなり、全額自己負担となりますので、注意してください。

③平成28年4月～7月生まれの方は、定期接種開始時点で既に生後3か月～生後6か月になっていることから、接種期間が短くなります。計画的に接種しましょう。

④母子感染予防として、出生後すぐB型肝炎予防接種を行なった方は、健康保険が適用されるため、定期予防接種の対象とはなりませんので、注意してください。

持ち物 予診票・母子健康手帳(住所、氏名、生年月日、接種間隔の確認に必ず必要です。)

その他 接種当日の朝は、体温を測るなど、子どもを良く観察し、日ごろの健康状態が分かる保護者が、予防接種実施医療機関に同伴してください。

B型肝炎定期予防接種実施医療機関

鶴ヶ島市			
1	一本松診療所	049・287・1220	5 おがわこどもクリニック 049・282・3153
2	井上医院	049・287・0056	6 菅野病院 049・284・3025
3	浦田クリニック	049・279・5880	7 きもと内科・消化器内科クリニック 049・288・1280
4	川野医院	049・285・1530	8 北坂戸クリニック 049・281・6480
5	関越クリニック	049・286・7770	9 小林内科医院 049・280・5700
6	関越病院	049・285・3161	10 栄クリニック 049・227・6501
7	厚友クリニック若葉	049・272・3903	11 シャロームにつさい医院 049・280・7373
8	しんまちクリニック	049・271・6154	12 坂戸内科医院 049・284・6001
9	高沢医院	049・286・0358	13 坂戸西診療所 049・289・5111
10	たわらクリニック	049・279・2121	14 渋谷こどもクリニック 049・284・1881
11	鶴ヶ島医院	049・285・0179	15 田島内科小児科医院 049・281・6722
12	鶴ヶ島池ノ台病院	049・287・2288	16 東郷医院 049・281・0211
13	にし内科眼科クリニック	049・271・2424	17 中澤産婦人科 049・283・4681
14	みなくち小児科	049・287・5755	18 原田内科クリニック 049・281・3235
15	山岡内科・小児科	049・286・5172	19 花水木こどもクリニック 049・282・8732
16	若葉こどもクリニック	049・279・0070	20 広瀬内科クリニック 049・283・3001
17	若葉内科クリニック	049・298・5308	21 藤井小児科医院 049・283・7272
坂戸市			
1	浅羽クリニック	049・284・1114	22 守屋医院 049・284・8586
2	大野外科内科クリニック	049・281・0208	23 やまだクリニック 049・288・7788
3	大野耳鼻咽喉科クリニック	049・284・8734	24 吉川クリニック 049・282・5002
4	小川医院	049・281・0839	25 吉松医院 049・281・0532
			26 若葉クリニック 049・283・1611

みんなの健康

問合先 保健センター

(☎049・271・2745 FAX049・271・2747)

9月は特定健診受診率向上月間です。特定健診、特定保健指導を受けましょう

○特定健診

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

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

9月を特定健診受診率向上月間とし、未受診者に対し受診勧奨ハガキを送付する予定です。まだ健診がお済みでない方は、ぜひお受けください。

○特定保健指導

市の特定健康診査を受診後、特定

保健指導の対象となった方には、健診を受けてから2～3か月後に「特定保健指導利用券」を郵送します。特定保健指導では、保健師、管理栄養士などが生活習慣を改善するアドバイスを無料で行なっています。

健診を受けたことで安心せず、健康で過ごすために特定保健指導をぜひご利用ください。

平成28年度 女子栄養大学公開講座「からだるところに栄養を！／食・健康・文化の学び」

日時 10月8日(土)、15日(土)、22日(土)

場所 女子栄養大学坂戸校舎(東上線若葉駅下車 徒歩3分) 〒350-0288 坂戸市千代田3-9-21

内容 10月8日 ① 13時30分～14時40分 香川靖雄教授「日本最大の病気「フレイル」を予防しよう」
② 14時50分～16時 中西明美専任

講師「メディアからの食情報を主体的に読み解こう」

10月15日 ① 13時30分～15時 結城和香子氏 読売新聞社「近代オリンピックの理念－オリンピズムとは何か－」
② 15時10分～16時10分 水崎富美教授「ユネスコの音楽政策の歴史とフランスの音楽の民主化」

10月22日 ① 13時30分～14時40分 川村堅教授「食品添加物の現状と安全性」
② 14時50分～16時 松田康子教授「減塩と健康－無理のない減塩を目指して－」

定員 各回350人(申込順)

申込み 9月1日(木)～9月15日(木)の間に住所・氏名・電話番号、期日および公開講座名を明記し、ハガキまたはメール(uadm@eiyo.ac.jp)で『公開講座事務局』

問合先 女子栄養大学公開講座事務局(教育支援課) ☎049・284・3291

調味パーセント

材料の重量に対する調味料の割合をパーセント(%)で表したものが【調味パーセント】。

この数値を覚えると、初めて作る料理や、いつもと違う分量を作る時でも「標準的」な味付けができます。調味料は、塩分(塩味)として<塩・しょうゆ・みそなど>があり、糖分(甘味)として<砂糖・みりん・はちみつなど>があります。

この他にも調味料はありますが、まずは、塩分と糖分が重要です。塩分糖分の割合は、塩と砂糖の過剰摂取を予防する時にも役立ちます。

料理の調味パーセント

料理	調味対象	塩分(%)	糖分(%)	備考
[汁物] ●スープ●すまし汁 ●みそ汁●けんちん汁	だし汁 //	約0.5 約0.7		だしで、塩分は控えられる。
[煮物] ●魚の煮つけ ●豚豚●芋●いりどり	魚の正味 全材料	1.2～2 約1.2	約5 約5	鮮度、種類による。
[焼き物] ●魚の塩焼き ●ハンバーグ ●豚のくわ焼き	全材料肉	0.5～3 約0.5 1～1.5	2～3	鮮度、種類による。

【塩分・糖分換算】

塩分は<塩>を、糖分は<砂糖>を基準にしています。

■しょうゆの塩分は15%なので、しょうゆ約6g(小さじ1杯)が塩分1gに相当。

■みその塩分は12パーセントなので、みそ8gが塩分1gに相当。

これは、大さじ1杯で2g強の塩分に相当。

■みりんの甘さは砂糖の1/3。みりん6g(小さじ1杯)が砂糖2gに相当。

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 144

乳幼児すこやか相談

対象者 就学前までの乳幼児とその保護者・妊婦

日時 10月6日(木) 受付9時30分～10時30分

場所 保健センター

持ち物 母子健康手帳

内容 身体計測・保健相談・栄養相談・歯科相談

受診に迷ったら

急な病気や家庭での対処法、受診に迷うときは下記の番号へ問合せください。看護師が相談に応じますが、診断や治療を行うものではありません。

●大人の救急電話相談

電話番号

#7000(NTTプッシュ回線・ひかり電話・携帯電話)

☎048・824・4199(ダイヤル回線・IP電話・PHSから)

相談時間

平日・土曜日 18時30分～22時30分

日曜日・祝日・年末年始 9時～22時30分

●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



9月の相談

◆金銭・不動産・家族(要予約)

弁護士による法律相談

■6日(火) 13時~16時(受付中) / 市役所5階会議室、16日(金) 13時~16時(2日から受付) / 市役所1階会議室、10月4日(火) 13時~16時(20日から受付) / 市役所1階会議室▷地域活動推進課

◆相続・離婚・贈与(要予約)

司法書士による法律相談

■8日(木) 9時~12時(受付中) / 市役所3階会議室、10月13日(木) 9時~12時(29日から受付) / 市役所3階会議室▷地域活動推進課

◆相続・贈与

行政書士による法律相談

■8日(木)、29日(木) 13時~16時/市役所3階会議室▷地域活動推進課

◆行政

■16日(金) 13時~16時/市役所1階会議室▷地域活動推進課

◆人権

■16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)

■6日(火) 13時~16時(受付中) / 市役所5階会議室、10月4日(火) 13時~16時(20日から受付) / 市役所1階会議室▷地域活動推進課

◆税務

■6日(火) 13時~16時/市役所5階会議室▷税務課

◆女性のための相談室(要予約)

■法律相談は14日(水) 10時~13時、カウンセリングは14日(水)、17日(土)、20日(火)、28日(水) 10時~15時*10月の予約は9月29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

■5日(月)、28日(水) 13時~14時▷保健センター(☎049・271・2745)

◆こころの健康(要予約)

■15日(木) 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)

■23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

第3回

つるがしまルシェ

~ 若葉インターナショナルフェスティバル 2016 ~

10.2 (日) 10時-16時
 場所: 若葉駅西口広場

世界各地の料理を堪能しながら、音楽やダンス、伝統玩具など世界の文化に触れ、子どもから大人まで、国籍を超えて楽しく盛り上がりましょう。

内容 世界のダンス、音楽、伝統玩具のパフォーマンス、世界の料理の模擬店など

参加費 無料(模擬店は有料です)



主催 つるがしまルシェ実行委員会、城西大学経済学部勝浦ゼミ

問合せ先 地域活動推進課地域活動推進担当



今月の休日当番医・夜間診療のお知らせ

月	日	医療機関
9	4(日)	たちかわ脳神経外科クリニック(脳神経外・リハ) 藤金293-2 ☎279・1515
	11(日)	鶴ヶ島医院(小) 脚折1864-7 ☎285・0179
	18(日)	川野医院(内・循環器内・小) 上広谷17-14 ☎285・1530
	19(祝)	高沢医院(内・小) 脚折町6-18-7 ☎286・0358
	22(祝)	関越病院(内・外) 脚折145-1 ☎285・3161
10	25(日)	鶴ヶ島耳鼻咽喉科診療所(耳鼻咽喉) 上広谷8-15 ☎286・3387
	2(日)	山岡内科・小児科(内・小) 上広谷412-28 ☎286・5172
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。