

PUBLIC RELATIONS

Tsurugashima

広報つるがしま

6

2019
NO.1016



特集 食べる力を育む

▶ sukusuku子育て P6-7

6月は食育月間です

食 べる力を 育む

私たちの暮らしに欠かせない食事。バランスよく食事をとることは、子どもはもちろん、大人になっても重要です。

今回の特集では、初めに「子ども」、次のページは「シニア」に焦点をあて、それぞれの世代に必要な「食」についての知識を紹介します。単に「食べる」だけでなく、「自分の体のことを考えて食べる」力を一緒に身につけていきましょう。

もの食

過度のダイエットや偏食は成長の大きな妨げに通じて、食の大切さを改めて考えてみませんか？



安心・安全な給食を

鶴ヶ島で給食が始まったのが昭和35年。今では当たり前となった美味しくて、栄養満点の給食ですが、その裏には多くの支えがあります。

現在学校給食センターでは、毎日約5800人分の給食を作っています。安心・安全な給食を届けることを第一に考え、納品された食材は目でチェック。異物や虫などを調理員全員で確認します。

いつまでも給食を見本に

大人になれば食事は自分で考えなければなりません。栄養士たちは「大人になっても



栄養満点の給食に習う！

家庭で実践出来る献立の3つのポイント

①3品以上そろえましょう

給食では栄養面を考え、主食と牛乳の他に、3品以上のおかずなどを用意しています。単品より多品の方が栄養バランスがよくなります。

②魚や肉は片手、野菜は両手に、のる量で

給食では、野菜は魚や肉などの2倍の量を目安にしています。

③様々な調理方法を使いましょう

煮物、蒸し物(レンジも可)、焼き物など、調理方法も工夫してみましょう。

給食を思い出し、栄養バランスの良い食事を自分で考えられるように」と思いを込めて、献立を考え、調理をしています。

栄養士さんに聞いてみた！
家で簡単！栄養満点レシピ！

～オクラと豚肉のおろし和え～

材料(4人分)

しゃぶしゃぶ用豚肉…100g
大根おろし……………200g
オクラ(輪切り)……………6本
ポン酢……………適量

ビタミンとミネラルがたっぷり。
夏バテ予防にも！



作り方

- ①耐熱容器に大根おろし、豚肉、オクラを入れて混ぜる。ラップをし、レンジ強で2分加熱する(豚肉に赤みがある場合は再加熱する)
- ②熱いうちにポン酢をかけて混ぜたらできあがり

給食に学ぶ
～子ども

子どもたちの食事は将来への大きな架け橋。
なってしまいます。学校給食を



これからもしっかり給食を
食べて、大きく育ってね！



地産地消の学校給食

地元で採れる新鮮な農産物を、その土地で食べることを「地産地消」といいます。「安心で新鮮な地元の野菜をもっと子どもたちに食べてもらいたい」という思いから、市では、JAいるま野や市茶業協会と協力し、地元野菜や茶葉を積極的に取り入れていきます。5月はきゅうりとトマト、6月から9月まではじゃがいも、玉ねぎ、冬には大根など、季節に応じて旬の野菜を、直接地元農家の方が届けてくれます。地元で採れた野菜は市場の野菜と比べて、とても新

私たちが心をこめて作った野菜
たくさん食べてね！

農家の
内野さん



農家の
吉澤さん



鮮です。
また市の代表する特産品「狭山茶」を使った、カップケーキ「鶴茶ん」は子どもたちに大人気！「あの味をもう一度食べたい！」と成人式に出されたこともあるそうです。

食を
通じた



健康
づくり



シニア世代の食

2つのポイント

- ① 低栄養に注意 ② 友=共に食べる

低栄養状態になると、痩せて、体の免疫力が低下し、病

老化が進む？

肉は食べずに、野菜だけ」などの思い込みが食生活を偏らせ、気づかないうちにあなたも低栄養に陥っているかもしれません。

栄養が足りない？

食べ物豊富な時代に「低栄養＝栄養不足」なんてありえない！と思うかもしれませんが、シニア(中高年)からは、メタボよりも低栄養に注意が必要です。加齢により基礎代謝が落ちて、少食になったり、噛む力や消化する力が低下するなど低栄養状態になる可能性があるからです。「お





食を楽しむ

「食」は生きる力の源
今からできること

まずは、ご家族や友人と会話をしながら食事を楽しんでみませんか。一緒に食べることで、心の交流やつながりが増え、「健康度」が高まると言われています。誰かと一緒に食べると、いつもよりたく

さん食べられたり、食事がより美味しく感じられたりすることがあります。食事は単に、空腹を満たし、栄養を摂取するだけでなく、人と人を結ぶ大切な役割を担っています。

「食」でつながる

つるがしま中央交流センター「くれよん」内にあるコミュニティレストラン「ここほっと」では、シニア世代をはじめとする地域の人たちが集い、食事やお茶を楽しんでいる姿が見られます。講座が終わった後に皆でご飯を食べたり、一人で来た者同士がここで出会い、自然と一緒にランチを食べるようにするなど、食を通して交流も生まれてい

ます。

楽しみ方は色々

市民センターなどでは、料理サークルも多数活動しています。「月に1回ですが、仲間と一緒に作って食べるのが楽しいです。ときには味が薄かったりすることもありますが(笑)、自分たちで作ったご飯はいつも美味しい! 20年以上在籍し、80歳を超えるメンバーもいますが、変わらず元気でよく食べますよ」と楽しい声がかれました。

毎日の生活に欠くことのできない食事。自分の体とライフスタイルに合った食事の楽しみ方を見つけ、心と体の健康長寿を目指しましょう。

23 「ここほっと」
145 料理サークル「二季会」



低栄養を防ぐ3つのポイント
1日3食を基本に、バランス良く食べる

- 1 主食におかずを添えて、1日10品目(肉・魚・卵・牛乳・大豆・海藻・いも・果物・油・野菜)を目標に食べましょう
- 2 レトルトや冷凍食品、お惣菜を上手に活用しましょう
- 3 ゆっくりよく噛んで食べましょう。高齢者に多い誤飲を防ぎ、栄養の吸収率もアップします

シニア世代の食育講座～今なぜ低栄養が問題なの？～

日 6月21日(金) 13時30分～15時30分
場 つるがしま中央交流センター「くれよん」
講 宮城重二さん(女子栄養大学名誉教授)



内 30年以上にわたる故郷沖縄の健康長寿研究に基づいた講話と茶話会
料 200円(飲み物・お菓子代)
定 60人(申込順)
申 6月3日(月)から健康増進課へ

食育フェア(展示)～シニア世代の食生活～

日 6月3日(月)～18日(火)
場 市役所ロビー
※ 6月10日(月)は、市食生活改善推進員協議会による食生活のワンポイントアドバイスや手洗い体験あり(9時～14時)

「埼玉県コバトン健康メニュー」で作ってみよう
県が各市町村食生活改善推進員協議会とメニューを開発。一食あたりの食塩相当量が3g未満、野菜使用量が120g以上の献立を県ホームページで紹介しています。ぜひ、ご利用ください。

鶴ヶ島のレシビも
あります





Suku Suku 子育て

認定こども園つるがしま
百合幼稚園のお友達。
英会話や工作など
いろいろ挑戦中!



すくすく
子育てサイト



子育て情報BOX

ふたごちゃんママ&パパの集い

ふたごの育児は経験者にしかわからない喜びや苦労があります。この会でわいわいおしゃべりをして情報交換をしましょう。

対 多胎の乳幼児とその保護者または妊婦

日 6月19日(水)、7月3日(水) 10時～11時30分

場 保健センター

内 情報交換・親子ふれあい遊び

申 不要

問 保健センター ☎271・2745

幼児親子クッキング

対 2歳以上の幼児親子

日 6月19日(水) 10時30分～

場 大橋児童館

内 クロワッサンチョコレートサンドを作ります

定 10組(申込順)

料 100円

持 エプロン、三角巾、飲み物

申 6月5日(水) 9時30分から13日(木)までに参加費を添えて直接大橋児童館へ ☎286・0007

子育て講座

「トイレトレーニング」

対 1歳～3歳児の保護者

日 ①6月25日(火) ②7月4日(木) 10時15分～11時45分

場 ①富士見市民センター ②女性センター

内 子育てセンターの職員がトイレトレーニングの始め方、進め方を教えます

定 ①10人 ②15人(申込順)

料 無料

持 筆記具

他 保育あり ①10人 ②15人(1～3歳)

※ ①か②どちらかを選んで申し込んでください

申 問 6月4日(火) 9時から鶴ヶ島子育てセンターへ(鶴ヶ島保育所内) ☎286・7201

地域交流保育

お子さんと一緒に保育所に遊びに来ませんか。



対 未就園児とその保護者

日 ①6月12日(水) ②26日(水)

場 富士見保育所

定 10組(各年齢3人程度)

持 着替え・飲み物(水か茶)

申 ①6月5日(水)から前日まで ②19日(水)から前日までに富士見保育所へ ☎285・6648(平日のみ)

参加者には、
参考資料を配布!



困ったときは・・・

● 児童・家庭総合相談窓口 **子育て・虐待・家庭の問題など**
(☎271・1111)

● 女性・DV相談直通ダイヤル(☎298・7716)

● 鶴ヶ島子育てセンター[鶴ヶ島保育所内](☎286・7201) **子育て**

● 川越児童相談所(☎223・4152) **子育て・児童虐待**

● 児童相談所全国共通3桁ダイヤル(☎189) ^{24時間}_{365日} **児童虐待**

● 保健センター(☎271・2745) **妊娠・出産・子どもの発達など**
親子相談…6月3日(月)、7月1日(月) 13時～・14時～※要予約

女子栄養大学(実践運動方法学研究室) ^{まりこよし} 先生に聞く！

動いて食育 -乳幼児期の食生活について-

心身ともに成長・発育の著しい乳幼児期の食事は、健康づくりはもちろん、心の成長にも大きく影響を及ぼすと言われています。

今回は、西つどいの広場「ぼけっと」で開催されている「動いて食育ひろば(同大学同研究室主催)」から毎日の子育てに活かせる食育について、これまでの講座の一部を紹介します。



初めての離乳食

生後5～6か月になると、体の成長に伴って母乳やミルクだけでは栄養が足りなくなってくるため、食べ物からも栄養をとるようにします。赤ちゃんの食べ方、歯の生え方、噛む力、胃や腸の消化吸収能力の発達にあわせて段階を追って進めましょう。

乳幼児期の生活習慣で、心がけたい3つのこと

その1 早寝、早起き、食事時間で生活リズム
起きる・寝る・食べる・遊ぶ…をできるだけ毎日、同じ時間に繰り返しましょう。

その2 体を動かし、美味しく食べる
体を十分に動かして遊ぶことは、心身の発達にとって大切なことです。お腹が空くようにたくさん遊んでください。

その3 食卓は笑顔で、心を育てる
食生活は体の栄養だけでなく、心の成長にも関わります。「おいしいね」とたくさん声をかけながら、楽しく食卓を囲んでください。

いただきます！ のその前に、 注意したいチェックポイント

- **胸とテーブルの高さを同じに**
→ テーブル(座卓でも)に座ったときに、食卓の面が胸の高さにくるのがベストです。
- **椅子の高さを体に合わせる**
→ 高さが合わないと、食べにくいので落ち着きません。タオルやクッションで高さを調整しましょう。
- **足の裏を落ち着かせる**
→ 床(または椅子に付いている「足載せ板」)に足の裏が着くようにしましょう。足が浮いていると体のバランスが不安定になり、食べることに集中できません。
- **家族と一緒に落ち着く**
→ 食事中に家族が立ったり、座ったりして落ち着かないと、子どもも落ち着きません。
- **おもちゃは片づける**
→ おもちゃはそばに置かず、テレビは消しましょう。

離乳食が始まったら、赤ちゃんと一緒に楽しく進めることが大切です。「食べてくれない」、「好き嫌が多い」と不安になると、子どもにもその気持ちは伝わってしまいます。焦らず、ゆっくり進めていきましょう。

お子さんを連れて
参加できます！

「動いて食育ひろば」



カンタンレシピ

さつまいもとにんじんのトロトロ

<材料>

さつまいも …………… 20g
にんじん …………… 10g



- ① さつまいもとにんじんの皮をむいて、スライスします
- ② ①を耐熱容器に入れ、さつまいもとにんじんに被るくらいの水を入れてラップをし、電子レンジで加熱します(600wで2分30秒)
- ③ ②を取り出して、裏ごしします
※ 加熱に使用した水は、次の工程で使用します
- ④ 裏ごししたら、加熱したときの水を少しずつ加え、トロトロになったら完成です

★ さつまいもは食物繊維とカリウムが豊富。便秘や風邪予防に効果的！

参考文献

「はやねはやおき四回食」 婦人之友社育児ライブラリー4
「初歩からわかる離乳食」 食べもの文化編集部編 芽ばえ社

回 偶数月第3金曜日
10時30分～11時30分

場 西つどいの広場「ぼけっと」

内容 離乳食・幼児食の話や作り方など
問 「ぼけっと」(西市民センター隣)
☎271・8611

次回は、8月16日(金)に女子栄養大学で実施。詳細はお問い合わせください。



女子栄養大学の学生と一緒に開催！

環境影響評価調査計画書説明会・縦覧を行います

問合先 生活環境課環境保全担当

川越都市計画事業(仮称)日高市旭ヶ丘松の台土地地区画整理事業に係る環境影響評価調査計画書の説明会および縦覧を行います。

説明会日時 7月12日(金)19時～

場所 西市民センター2階第1学習室

縦覧期間 6月25日(火)～7月25日(木)(平日のみ)

縦覧場所 市生活環境課、環境政策課、日高市都市計画課

意見書の提出 各縦覧場所に備えてある意見書に必要事項を記入の上、8月8日(木)(必着)までに日高市都市計画課へ直接、郵送または電子メールでご提出ください。

問合先 日高市都市計画課
 ☎042-989-2111
 〒350-1292 日高市大字南平沢1020
 ✉tosikeikaku@city.hidaka.lg.jp

鶴ヶ島市議会議員一般選挙の結果をお知らせします

問合先 選挙管理委員会

4月21日に行われた鶴ヶ島市議会議員一般選挙(定数18人)の開票結果は、次のとおりです(投票率39.6%)。

候補者名	得票数	当選人
山中 もとみつ	1870票	○
小林 ひとみ	1817票	○
大野 ひろ子	1451票	○
はせがわ 清	1404票	○
まつお 孝彦	1368票	○
いずも 敏太郎	1344票	○
おおそね 英明	1328票	○
持田 やすあき	1313票	○
石塚 せつこ	1311票	○
太田 ただよし	1110票	○
内野 よしひろ	1096票	○
小川 シゲル	1090票	○
金泉 ふき子	1003票	○
藤原 けんし	979票	○
杉田 やすゆき	950票	○
近藤 えいき	920票	○
高橋 けんじ	783票	○
うるしばた 和司	763票	○
浜 よしひろ	395票	
合計	2万2295票	



代理人、第三者による戸籍・住民票取得の確認に！「本人通知制度」

問合先 市民課戸籍担当

「本人通知制度」は、住民票の写しや戸籍の証明などを代理人や第三者(職務上請求できる人など)に交付したとき、その事実を本人に通知する制度です(事前の登録が必要)。

自分の住民票の写しなどが第三者に交付されたことや委任した請求が行われたことが通知されるので、不正取得による権利侵害の抑止に役立ちます。

また、本人通知制度が周知されることにより、委任状の偽造や差別につながる身元調査などの未然防止に効果があります。

一度登録すれば更新は不要です。ただし、住所・氏名・本籍などに変更があった場合は、変更の手続きをお願いします。

受付場所 市民課、若葉駅前出張所(ワカバウォーク内)

登録できる方 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)

登録に必要なもの ①申請書(市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(マイナンバーカード、住民基本台帳カード、運転免許証、健康保険証など)

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)

代理人が登録する場合
 ①、②および委任状

※ 代理人が同一世帯の方の場合、委任状は不要です

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)
 ・住民票記載事項証明書(本籍が記載されたもの)
 ・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)

※ 代理人や第三者によ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、本人が開示を請求することができません(証明書を取得した代理人や第三者の個人情報が開示できません)

医療費の抑制にご協力をお願いします

問合せ先 こども支援課子育て支援担当、障害者福祉課障害者福祉担当

こども医療費・ひとり親家庭等医療費・重度心身障害者医療費は、福祉の向上を目的として助成する制度です。

受給対象者は、受給者証と健康保険証を提示することにより、市内および坂戸市の医療機関の窓口での支払いがなくなり、受診がしやすくなっています。

医療費の助成対象分は、市と県の自主財源によりまかなわれています。いつでも安心して医療が受けられるように次のことを実践し、各医療制度の安定した運営のため、ご協力をお願いします。

休日や夜間の安易な受診は避けましょう

休日や夜間の受診は、割増料金がかかり医療費の増加につながります。また、軽い症状で、休日や夜間に救急外来を訪れると救急外来が混みあい、緊急性の高い重症患者の治療に支障をきたします。受診する際には、平日の診療時間内に受診することができないうち、もう一度考えてみましょう。

救急電話相談(＃7119)をご利用ください

埼玉県の救急電話相談は、24時間365日開設しています。夜間・休日に急な病気で心配になったら、まず、救急電話相談を利用しましょう。家庭での対処方法や、すぐに

受診するべきかどうか看護師の相談員からアドバイスが受けられます。

かかりつけ医を持ちましょう

かかりつけ医は、健康管理や初期の治療をしてくれる身近な医師のことです。かかりつけ医を持つと、本人や家族の病状などを把握しているのでもしものときに適切で迅速な対応をしてもらえます。

安易な重複診療はやめましょう

同様の症状または病気で複数の医療機関を受診することはやめましょう。医療費を増やすだけでなく、重複する検査や投薬により体に悪影響を与える心配があります。いま

受けている治療に不安があるときは、医師に伝え話し合ってみましょう。

※ 「ジェネリック医薬品希望シール」を、こども支援課と障害者福祉課窓口で配布しています

ジェネリック医薬品を活用しましょう

ジェネリック医薬品とは、新薬と同じ有効成分・同じ効き目、新薬と比べ開発費が少ないために価格の安い薬です。



児童手当「現況届」のお知らせ

問合せ先 こども支援課子育て支援担当

児童手当を受給している方は、6月中に現況届の提出が必要となります。

この届は、平成30年分の所得および6月1日現在の世帯の状況を確認し、6月以降も引き続き手当を受けられるかどうかを審査するためのものです。提出がない場合は、6月以降の手当を受けられなくなりますので、必ず手続きをしてください。

なお、現況届に必要な書類は、6月上旬に児童手当受給中の方へ郵送します。

提出書類

- ①児童手当現況届(全受給者)
 - ②受給者の健康保険被保険者証のコピー
- ※ 児童と別居している方、

実子ではない児童を養育している方には、他に必要な書類を同封します。あわせてご提出ください

提出方法 必要書類を同封の返信用封筒(切手不要)で6月28日(金)までに投函してください。

※ こども支援課窓口での提出もできます

提出期限 6月29日(出)

扶養親族等の数	所得制限限度額表(平成30年分)
0人	622万円
1人	660万円
2人	698万円
3人	736万円
4人	774万円

※ 扶養人数は、平成30年分所得申告の際の人数です

※ 扶養親族が5人以上の場合、1人につき38万円ずつ限度額を加算します

全国一斉の緊急地震速報訓練を行います

問合せ 安心安全推進課防災担当

全国瞬時警報システム（アラート）を使用した全国一斉の緊急地震速報訓練を行います。

訓練用緊急地震速報の放送日時 6月18日(火)10時頃

放送内容 「(チャイム音)こちらは、防災つるがしまです。ただ今から訓練放送を行います。(緊急地震速報チャイム音) 緊急地震速報。大地震です。大地震です。これは訓

練放送です。(くり返し3回)こちらは、防災つるがしまです。これで訓練放送を終わります。(チャイム音)」

※ 実際の緊急地震速報と同じ警報音が流れます

※ 放送を聞いたら、自分の身を守る行動をとってみましょう

※ 災害時などは訓練を中止する場合があります

※ 防災ラジオからも放送が流れます

意見交換会を開催します

問合せ 政策推進課政策担当

市では、令和2年度からまちづくりの指針となる「第6次鶴ヶ島市総合計画」の策定を進めています。

現在、素案の作成に向けて、まちづくり審議会での審議などを行っています。広く市民の皆さんから意見をいただきながら計画づくりを進めるため、意見交換会を開催しますので、ぜひご参加ください。

対象 市内在住在勤在学の方

日時 6月4日(火)10時～12時

場所 市役所5階504会議室

※ 事前申込み不要

総合計画についての意見・提案はこちら



その他計画の策定状況はこちら



引き続き、意見も募集しています。スマートフォンから簡単に申請できますので、ぜひ皆さんの意見・提案を聞かせてください。

防災行政無線デジタル化整備工事を行っています

問合せ 安心安全推進課防災担当

子局名称	所在地
1 下新田会館	下新田424-2
2 高福寺入口	高倉182-1
3 高倉日枝神社	高倉39
4 北口児童公園	脚折町3-12-1
5 八幡児童公園	脚折町1-23
6 下向児童公園	脚折町6-11-6
7 雷電池児童公園	脚折町5-22-1
8 西少年サッカー場	高倉612-1
9 鶴ヶ島清風高等学校	高倉946-1
10 鶴ヶ島中学校	脚折1868-5
11 鶴ヶ島市運動公園	太田ヶ谷201-8
12 高倉第二自治会館	高倉1146-8
13 老人福祉センター	三ツ木935-1
14 三ツ木自治会館	三ツ木510-4
15 鶴ヶ島農村センター	太田ヶ谷740-1
16 旧学校給食センター	藤金574-1
17 鶴ヶ島藤の台団地	藤金135-1
18 星和公園	脚折1398-309
19 共栄第二会館	藤金871-3
20 鶴ヶ島南近隣公園	松ヶ丘5-28
21 割原児童公園	松ヶ丘2-12
22 どんぐり公園	鶴ヶ丘376
23 上広谷第一自治会館	上広谷96-16
24 富士見西児童公園	富士見2-8
25 富士見東児童公園	富士見5-12

今年度は子局（スピーカー付き鉄塔）25局の整備工事を6月から9月にかけて行います。1か所当たりの工事期間は3日程度です。詳細な整備スケジュールは、市ホームページでお知らせします。

工事期間中のお願い

作業中は、周辺への安全管理には十分配慮をします。ご迷惑をおかけすることもありますが、皆様のご理解とご協力をお願いします。

放送内容の確認方法

工事作業中は子局からの放送ができません。次の方法により放送内容を確認することができます。

- ・ 防災無線テレフォンサービス ☎271・1717（有料）
- ・ 市ホームページ

休日などは放送内容の反映

防炎ラジオによる放送終了

防炎ラジオはアナログ電波を受信しているため、令和3年3月末のデジタル化整備工事を完了により、防災放送の受信ができなくなります。



までには多少時間がかかることがあります。

・ 市ツイッター、フェイスブック

市ホームページからアクセス可能です。

・ つるがしまメールマガジン

メールアドレスを登録すると災害や犯罪などの情報を受信できます（見守り放送、夕焼け放送などは除く）。



平成30年度下半期財政状況

問合せ 財政課財政担当

市の財政状況については、毎年2回定期的にお知らせしています。

今回は、平成30年度上半期（4月～9月）の収支状況に下半期（10月～3月）の状況を加えた数値をお知らせします（公表した数値は平成31年3月31日現在のものです）。

なお、平成30年度の一般会計当初予算額は206億4000万円です。これに6億4984万円を追加し、最終予算額212億8984万円となりました。

また、市の会計では5月末日までが現金の収入・支出を整理する期間ですので、今回公表する額は決算額とは異なります。

平成30年度決算額は市議会での決算認定後、あらためてお知らせします。

※ 各数値の万円未満は四捨五入の上、端数処理しています

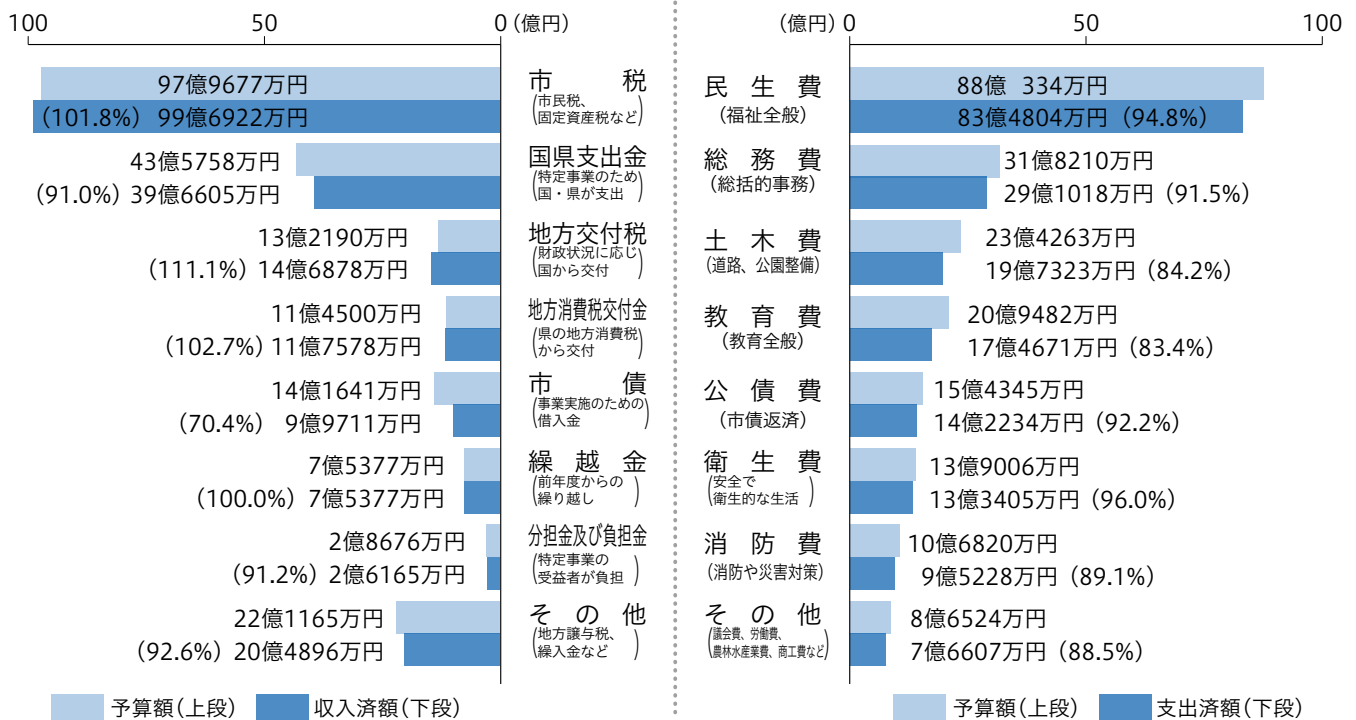


一般会計

歳入
収入済額 206億4132万円
(収入率97.0%)

予算額
212億8984万円

歳出
支出済額 194億5290万円
(執行率91.4%)



特別会計

会計名	予算額	収入済額	収入率 (%)	支出済額	執行率 (%)
国民健康保険	74億8430万円	72億696万円	96.3	71億7624万円	95.9
後期高齢者医療	7億1254万円	7億1059万円	99.7	6億7924万円	95.3
介護保険	43億6888万円	41億3831万円	94.7	35億4904万円	81.2
一本松土地区画整理事業	2億1657万円	2億1191万円	97.8	1億4791万円	68.3
若葉駅西口土地区画整理事業	2億7316万円	2億4339万円	89.1	2億2719万円	83.2

男女共同参画について考えてみませんか

問合せ 女性センター ☎287・4755

男女共同参画社会とは

男女が互いにその人権を尊重しつつ責任も分かち合い、性別にかかわらずなく、その個性と能力を十分に発揮することができるとの社会のことです。

男性にとつての男女共同参画

男女共同参画は女性のためだけのものではなく、男性にとつても大切な問題です。

例えば、男性の皆さんで、次のようなことを感じたり、人から聞いたことはありますか。

- ・「毎日遅くまで働いて家族を養っているけど、本当は、家族との時間を大事にしたい」
- ・「育児休業を取りたいのに職場は言い出せる雰囲気じゃない。昇進に響くと困るし…」
- ・「今の収入じゃ家族を養えない。結婚に踏み切れない…」

性別による固定的な役割分担意識（「男は仕事、女は家庭」という考え方）は、女性だけでなく、男性の役割や生き方までも決めつけてしまっていないでしょうか。

また、「男は弱音を吐いちゃいけない」、「男は強くなっちゃいけない」と思うあまり、一人

で責任や悩みを抱え込んではいませんか。

自分らしくいられることは、女性だけでなく、男性にとつても大切なことなのです。

男女共同参画社会の実現

今から20年前に施行された「男女共同参画社会基本法」には、男女共同参画社会の実現は、「二十一世紀の我が国社会を決定する最重要課題」と書かれています。

しかし、現実には、昔ながらの社会制度や慣行が根強く残っており、性別にかかわらず活躍できる環境の整備は、社会全体で取り組まなければならない課題となっています。

また、「ドメスティック・バイオレンス(DV)」や「セクシユアル・ハラスメント(セクハラ)」などの人権侵害をなくし、誰もが安心して暮らせる社会を実現するための施策を進める必要があります。

市では、「人権が尊重され、性別にかかわらず個性と能力を発揮できるまち」を目指して、さまざまな課題の解決に取り組んでいます。

毎年6月23日～29日は男女共同参画週間です



市では、6月21日(金)と22日(土)の2日間、女性センターで、男女共同参画について考えるイベント「ハーモニーふれあいウィーク2019」を市民の皆さんと協働で開催します。この機会に、男女共同参画について、一緒に考えてみませんか。

【主な講座など】

6月21日(金)

■「なりたい自分になる！メイク術セミナー」 10時～

■「創作落語・発見！セクハラと恋愛の違い」 13時～

■「ビデオ上映会」 10時30分～、15時10分～

6月22日(土)

■「介護予防体操」 健康寿命を延ばしましょう 10時～

■「講座・女性がもらえる年金を増やそう」 10時30分～

■「講座・平和を求める勇気と希望」 サロー節子(せつこ)さん(ノー

ベル平和賞受賞者)などの活動から考える 10時～

■「交流・なんでも語ろう！ふれあいカフェ」 13時～

■「講座・愛犬と私の老い支度」 愛犬用入浴剤をつくりま

す 13時30分～


※ 予約が必要な講座もあります。また、女性起業家による小物や軽食の販売もあります。詳細は、チラシまたは市ホームページをご覧ください

男女共同参画川柳を募集！

日頃、身近で感じている男女共同参画にまつわるエピソードや思い、意見などを「五・七・五」の川柳にしてみませんか？作品は6月22日(土)12時までに女性センターへ FAX271・5297、E10200020@city.tsurugashima.lg.jp 応募作品は「ハーモニーふれあいウィーク2019」で展示。共感した作品へ、ぜひ投票してください。結果は、22日(土)15時30分に発表します。



市HP

「まちづくりポイント発行対象事業」には  マークが表示されています。

問合せ 地域活動推進課地域活動推進担当

マナーからルールへ。

問合せ 健康増進課健康増進担当

なくそう！望まない受動喫煙。
～吸わない人への思いやり～

健康増進法の一部を改正する法律が成立し、多くの方が利用する全ての施設が、「原則屋内禁煙」となります。
公共施設などは7月1日から、その他の施設は令和2年4月1日から施行されます。

+ 病院・学校
学校・児童福祉施設、病院・診療所、行政機関の庁舎など

令和元年7月1日から「敷地内禁煙」です。

🍴 飲食店

令和2年4月1日から「原則屋内禁煙」です。

🏢 オフィス・事業所など
事務所、工場、ホテル・旅館、旅客運送事業船舶・鉄道、その他全ての施設

令和2年4月1日から「原則屋内禁煙」です。

改正のポイント

法の改正により、これまで曖昧だった喫煙場所を、分かりやすく表示することが義務付けられます。子どもが喫煙場所に近づかないよう教えてあげることも大切です。

【改正法の基本的な考え方】

- ① 「望まない受動喫煙」をなくす
- ② 受動喫煙による健康影響が大きい子ども、患者などに特に配慮
- ③ 施設の類型・場所ごとに対策を実施

【ルール】

- ① 多くの施設で屋内が原則禁煙
- ② 20歳未満の方は、喫煙エリアに立ち入り禁止
- ③ 屋内での喫煙には喫煙室の設置が必要
- ④ 喫煙室には標識掲示を義務付け

受動喫煙とは？

人が他人の喫煙により、たばこから発生した煙にさらされることを「受動喫煙」といいます。
また、吸い口から喫煙者本人が吸う煙を「主流煙」、火がついた部分から立ち上がる煙を「副流煙」といい、副流煙は主流煙よりも有害物質を多く含んでいます。

受動喫煙による健康被害

受動喫煙は、喫煙者本人だけではなく、その煙を吸ってしまう周囲の方にも影響を与えてしまいます。特に肺がん、脳卒中、心臓病などのリスクを高め、年間1万5000人がその影響で亡くなっているといわれています。

また、妊娠中の方は早産や流産、乳幼児や小児は乳幼児突然死症候群、呼吸器疾患、小児がんになるリスクも高くなります。

吸う人も吸わない人も、自分や家族、友人などの健康を守るため、ルールを守り、受動喫煙をさせない、しないように気を付けましょう。

禁煙のススメ

たばこは、あらゆるがんの発症率を高める要因といわれ、中でも肺がんの発症率は、吸わない人の4.7倍といわれています。

喫煙者は、これを機に自身の健康のため、きっぱりとたばこをやめてみてはいかがでしょうか。

一人で禁煙することが難しい場合は、禁煙治療に精通した医師や専任の看護師などの専門家にサポートをしてもらいましょう。禁煙治療ができる医療機関を市のホームページでも情報提供していますので参照ください。



詳しくはこちら

市内公共施設の受動喫煙対策について

健康増進法の一部改正により、不特定多数の方が利用する公共施設のうち、受動喫煙対策を施さない公共施設での喫煙が禁止となります。

これを受け、市の主な公共施設は、7月1日から市役所を除き、敷地内全面禁煙となります(施設によっては、7月1日以前に敷地内全面禁煙にしている施設もあります)。

市役所は、受動喫煙対策として屋外に喫煙所を設置しますので引き続き喫煙可能です。

喫煙する場合は、指定された場所での喫煙にご協力をお願いします。

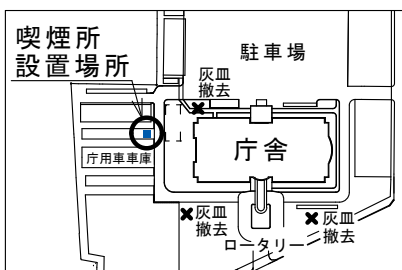


図 資産管理課財産管理担当

「プレミアム付商品券」の販売と取扱店募集のご案内

問合せ 福祉政策課プレミアム付商品券担当(事業全般に関すること)

10月に予定される消費税率・地方消費税率の10%への引き上げに伴い、市民税非課税者や子育て世帯への影響緩和と、市内での消費喚起の事業として「プレミアム付商品券」を販売します。

購入対象者

市民税非課税の方

平成31年1月1日に鶴ヶ島市に住民登録があり、令和元年度市民税非課税の方。ただし、市民税課税者と同一生計・扶養親族、生活保護受給者などは除く。

※ 該当する可能性のある方には、7月頃に申請書を送付します

子育て世帯の方

平成28年4月2日から令和元年9月30日までに生まれた子が属する世帯主の方

※ 出生日より住民登録要件があります。該当する方には、9月頃に商品券購入引換券を送付します

商品券

1セット5000円分(500円券×10枚)を4000円で販売(1人当たり5セットまで購入可)

商品券販売期間

9月下旬から令和2年1月31日(金)まで

商品券使用可能期間

10月1日(火)から令和2年2月29日(土)まで

※ 期間を過ぎた場合、商品券は無効となり、払い戻しできません

【ご注意を】

プレミアム付商品券販売を装った「振り込め詐欺」や「個人情報」の詐取にご注意ください。

取扱店を募集します

対象 主に市内で商業などを営んでいる事業所

申込み 9月30日(月)15時までに鶴ヶ島市商工会で受付します。なお、6月28日(金)までに申込まれると、プレミアム付商品券購入対象者に配布する「取扱店一覧」に掲載されます。

※ 詳細は、鶴ヶ島市商工会ホームページをご覧ください

<https://www.turugasima.or.jp/>

取扱店の申込・問合せ

鶴ヶ島市商工会

☎287・1255



民生委員・児童委員による社会調査強化月間です

問合せ 福祉政策課福祉政策・地域福祉担当

民生委員・児童委員は、担当区域の中で支援の必要な方を把握し、見守り活動などにつながっていくため、年間を通じて社会調査(訪問活動)を行っています。

6月は社会調査の強化月間です。お宅を訪問してお話を伺ったり、世帯構成や緊急時の連絡先などをお聞きしたりすることがあります。ご理解とご協力をお願いします。

民生委員・児童委員とは

民生委員・児童委員は、法律により厚生労働大臣の委嘱を受けた、地域福祉の推進役として活動する無報酬のボランティアで、県の非常勤の地方公務員です。

民生委員・児童委員は、市民の中から選ばれます。

現在、市には区域を担当する100人の民生委員・児童委員と子どもや子育てに関する支援を専門に担当する主任児童委員が8人います。

それぞれの担当区域において身近な相談相手となって、市民の立場に立って相談に応じ、必要な支援が受けられるよう、行政や専門機関へつな

ぐ「パイプ役」として活動しています。

秘密を守ります

民生委員・児童委員には、法律により秘密を守ることが義務付けられています。

職務上知り得た相談内容や情報を他の人に漏らすことはありません。安心してご相談ください。



お住まいの民生委員・児童委員の確認はこちら

考えてみよう！環境のこと

問合せ 生活環境課環境保全担当

6月5日は環境の日です。これは、1972年6月5日からストックホルムで開催された「国連人間環境会議」を記念して定められたものです。日本では、6月を「環境月間」としています。

この環境月間を機に、皆さんがあらためて環境問題について考え、これからの行動につなげていけるよう、様々な催しを実施します。

環境月間啓発展示

環境問題に取り組んでいる団体の活動報告や実践紹介、企業における取り組み、市民提案事業「おうちdeキエーロ」で使われる「ペランダdeキエーロ」などの展示を行います。

※「ペランダdeキエーロ」は、箱型の生ごみ処理器で、黒土を入れて使います。黒土の中のバクテリアが、生ごみを分解します

日 6月3日(月)～14日(金)
※ 平日のみ。最終日は15時まで
場 市役所1階ロビー

野菜くずと野菜苗の交換

生ごみ削減の活動を広めるため、よく水を切った生ごみ(野菜のみ)3日分と引き換えに、野菜の苗をお渡しします(数量限定)。

受付時間 展示期間中の平日10時～12時

つるがしま市民環境まつり
「こんなまちにすみたい 私たちのSDGs」

市内で活動する環境団体などが協力して、身近なことから地球規模の環境課題について楽しみながら考え、体験できるまつりを開催します。

日 6月8日(土)10時～13時

場 市役所1階ロビー、来庁者用駐車場など

体験

「ペランダdeキエーロ」組立て実演

- ・ まきわり体験
- ・ 洗剤を使った蛍光剤のブラックライト体験
- ・ 太陽のエネルギーで水の温度を上げるコンテスト第2弾
- ・ 西洋朝顔など緑のカーテン苗の無料配布
- ・ 小彼岸桜の苗木の無料配布
- ・ エコ製品のバザーなど



「ペランダdeキエーロ」

親子工作教室

夏休みの自由研究の準備を始めませんか？

大工さんを講師に、組立式「ペランダdeキエーロ」を作成します。

日 6月16日(日)10時～12時
場 東市民センター

料 2500円(材料代・当日集金)

「ペランダdeキエーロ」と黒土7袋付き

電気を消して節電や省エネ、環境問題について考えてみよう

第10回キャンドルナイトin 高倉

日 6月22日(土) 18時30分～21時

場 農業交流センター交流広場

※ 雨天の場合は施設内

内 ステージイベント、模擬店

持 芝生の上に敷くレジャーシートをお持ちください。

問 農業交流センター ☎279・3335

キャンドルナイトイベント

日 6月29日(土) 18時～20時

場 若葉駅西口広場

内 キャンドルを使って多彩なアートを作ります。

問 キャンドルナイトin若葉駅西口広場実行委員会・横瀬

☎090・3316・8222

つるバス・つるワゴンで出かけよう！

つるバス・つるワゴンなどの公共交通機関を積極的に利用し、二酸化炭素の排出量を抑えましょう！

キャンドルナイトイベント会場の若葉駅西口広場には、つるバス南北線「若葉駅西口」停留所が便利です。

持 汚れてもよい服装、軍手、飲み物
申 6月5日(水)17時までに生活環境課環境保全担当へ



消防情報 119トピックス ～ひとつずつ いいね！で確認 火の用心～

問合せ 坂戸・鶴ヶ島消防組合消防本部 ☎281・3119



【活動の紹介】
 防火・防災に関する様々な体験を行っています。平成30年度は、消防署体験入署や災害時炊き出し訓練を行い、防火意識の高揚を図りました。

将来の地域防災の担い手に！
少年消防クラブの活動
 鶴ヶ島市少年消防クラブは、市内の少年少女28人が在籍し、身近な生活の中から火災や災害への対処方法などを学ぶことを目的に、消防組合の行事への参加、火災予防のPR活動などで活躍しています。



また、消防出初め式では入場行進のアナウンスを担当、春の火災予防運動期間中には、鶴ヶ島市消防団の団員と一緒に若葉駅で火災予防啓発のティッシュ配りを行ったり、消防車から流れる火災予防のアナウンスをしたりと大活躍。市民の皆さんからも大変好評でした。

少年消防クラブに興味のある方は、鶴ヶ島消防署(☎285・3119)までご連絡ください。

令和元年度

鶴ヶ島市消防団役員紹介

- 団長 瀧嶋 正紀(まきのり)
 - 副団長 内野 和浩(かずひろ)
 - 副団長 内野 慎伍(けんご)
 - 指導部長 中嶋 健治(けんじ)
 - 指導部長 清野 浩祐(こうすけ)
 - 女性部部长 齋藤 美希(みき)
 - 第一分団長 南雲 正峰(まさみね)
 - 第二分団長 小川 訓宏(くんひろ)
 - 第三分団長 小峰 雄一朗(ゆういちろう)
 - 第四分団長 齋藤 真宏(まひろ)
- ※ 敬称略



ホームページが新しくなりました!

広報紙面ではお伝えしきれなかった情報を「119トピックス」番外編として掲載していますので、ぜひご覧ください!

- ・少年消防クラブ特集
- ・消防組合の予算
- ・住宅用火災警報器設置状況訪問調査結果



詳しくはこちら

種別	日時	場所	定員	内容
普通救命講習	7月11日(木) 9時~12時	坂戸消防署	30人	心肺蘇生法(成人)、大出血時の止血法
	9月7日(土) 9時~12時	鶴ヶ島消防署	20人	
上級救命講習	8月16日(金) 9時~17時	坂戸消防署	30人	心肺蘇生法(成人、小児、乳児、新生児)大出血時の止血法、傷病者の管理法、手当の要領および搬送法
	9月26日(木) 9時~17時		30人	

※ 各日先着順。駐車場に限りあり

救命講習会に参加しませんか
 対象 市内・坂戸市在住在勤在学
 の中学生以上の方
参加費 無料
申込・問合せ 6月10日(月)から
 防課救急担当へ直接または電話で
 (☎281・3116)

募 集

保育所夏期臨時職員募集(保育士)

- 対** 保育士有資格者または保育士養成学校に在学中の方
期 7月中旬～9月中旬(開始日応相談) 8時30分～17時(平日)(週3日または週5日勤務)
場 鶴ヶ島保育所・富士見保育所
定 各2人
報 時給950円
他 通勤手当は、通勤距離と日数に応じて支給(上限あり)
申 問 6月14日(金)までに、市の登録用紙(写真添付)、在学中の方は学生証、保育士有資格者は資格証の写しを持参の上、こども支援課保育担当へ



児童館夏期臨時職員募集

- 対** 18歳以上(保育士・教諭の資格を有する方、単位取得中の方を優先)
期 7月19日(金)～8月28日(水) 9時30分～17時30分(週3日または週5日勤務)
場 脚折児童館
定 2人
報 時給940円
他 通勤手当は、通勤距離と日数に応じて支給(上限あり)
申 問 6月8日(土)までに市の登録用紙(写真添付)、学生証、保育士・教諭資格のある方は資格証の写しを持参し、脚折児童館へ☎287・0270

令和2年度看護学生を募集します

- 坂戸鶴ヶ島医師会立看護専門学校は、修業年限3年で看護師国家試験受験資格が取得できる全日制の専門学校です。
修学資金制度 各種あり
募集形態 早期特別入試・自己推薦募集(高校生枠・社会人枠)・一般募集
学校説明会 6月から12月に開催(計7回)
募集要項・入学願書の請求方法
同校窓口もしくは、郵送により(角型2号の返信用封筒に300円分の切手を貼付したものを同封して)申込み
申 問 同校(〒350-0212坂戸市大字石井2326-16)☎289・6262

お知らせ

今月の納期

- ◆市・県民税第1期

多子世帯による住宅取得に補助金を交付します

埼玉県では多子世帯による住宅取得の諸経費に補助金を交付しています。

対 多子世帯(18歳未満の子が3人以上または2人(条件付き)の世帯)

申 問 県住宅課総務・民間住宅担当☎048・830・5563

離職中の看護職の方は届出をお願いします

法律の改正により、看護職の資格をお持ちで就業していない方は、県ナースセンターへの届出が努力義務になりました。

転居や出産育児などで離職した方は届出をお願いします。

届出方法 埼玉県看護協会ホームページの「とどけるん」から入力

問 埼玉県ナースセンター☎048・620・7339



届出はこちら

保護者のためのやる気を 引き出す調べる学習

- 対** 小・中学生の保護者
日 7月14日(日)14時～15時30分
場 中央図書館
内 調べ学習の基本的な進め方や資料の探し方などのサポートの仕方を学びます
定 15人(申込順)
料 無料
持 筆記具
申 6月18日
(火)から7月12日(金)までに中央図書館または各分室へ
問 中央図書館☎271・3001



第3回おはなしたんぽぽ語りの会

- 日** 7月10日(水)10時～12時
場 中央図書館
講 語りのサークル「おはなしたんぽぽ」
内 日本や外国の昔話など(大人向け)を語ります
定 50人(申込順)
料 無料
申 6月11日(火)から中央図書館へ☎271・3001

バレーボール教室

- 対** 市内在住在学の中中学生および高校生
日 7月7日(日)8時30分～13時
場 西中学校体育館
内 技術指導、ミニゲームなど
※ 見学可
申 6月28日(金)までにNPO法人鶴ヶ島市体育協会(鶴ヶ島海洋センター内)へ☎277・5199

鉄道模型運転会

- 日** 6月29日(土)13時～17時30分
場 西市民センター
料 無料 ※ 申込不要
問 西市民センター☎286・7899

七夕おはなし会のお知らせ

- 対** 小学生まで
日 7月7日(日)11時～
場 中央図書館
内 七夕をテーマにしたおはなし会や工作
問 中央図書館☎271・3001

みんなで折ろうよ!おりがみ教室

- 対** 折り紙で鶴が折れる方
日 6月29日(土)14時～16時
場 中央図書館
内 梅雨をテーマに折り紙を折り、色紙に貼って自分だけの作品を作ります
定 15人(申込順)
料 無料
申 6月8日(土)から23日(日)までに中央図書館☎271・3001

まつりイベントをみんなで作ろう!

- 対** 小学5年生～中学生
日 6月15日(土)13時30分～
場 大橋児童館
内 10月に行う「虹の大橋まつり」のイベントの内容をみんなで考えます
※ 10月までに何度か集まります
定 10人(申込順)
申 当日までに大橋児童館へ☎286・0007

イベント

ラグビーワールドカップ2019 開催100日前イベント

- 日** 6月16日(日)10時～16時
場 大宮ソニック鐘塚公園
内 ラグビー体験コーナーやステージイベントなど
問 埼玉県ラグビーワールドカップ2019大会課☎048・830・6870



案内

eコラボサイエンス教室

- 対** 市内在住の小学生
日 6月15日(土)10時～11時30分
場 環境教育施設「eコラボつるがしま」
講 NPO法人鶴ヶ島第二小学校区地域支え合い協議会
内 手回し発電機による発電・光発電・温度差発電を体験
※ 汚れてもよい服装
定 20人(申込順)
料 無料
申 6月3日(月)から12日(水)までにNPO法人鶴ヶ島第二小学校区地域支え合い協議会へ☎298・7974

中央図書館休館日

- 6月3日、10日、17日、24日の各月曜日
問 中央図書館☎271・3001

「逆木荘」七夕カラオケ発表会 参加者募集



- 対** 市内在住60歳以上の方
日 7月7日(日)10時～15時
場 老人福祉センター「逆木荘」
講 清水洗一さん(カラオケ教室アドバイザー)
定 50人(申込順)
料 無料
申 問 6月3日(月)から8日(土)までに老人福祉センター「逆木荘」へ ☎286・3301

シニアパソコンカレッジ 「iPhoneを使いこなそう」

- 対** 次のすべてに該当する方
①60歳以上で全日程出席できる方
②iPhoneをお持ちの方
日 7月2日(火)、9日(火)、11日(木)、16日(火)、18日(木)、23日(火)13時30分～16時(全6回)
場 市役所6階会議室
講 鶴ヶ島パソコンサポートボランティア
定 10人(抽選)
料 5000円(テキスト代、保険料など)
持 iPhone(全日程持参)

申 問 6月10日(月)までに高齢者福祉課高齢者福祉担当へ



フォークダンス初心者教室

- 対** 市内在住在勤で初心者の方
日 6月14日、21日、28日、7月5日の各金曜日10時～11時30分
場 北市民センター
講 若葉フォークダンスクラブ
定 20人(申込順)
料 無料
持 運動靴 ※ 動きやすい服装
申 問 6月4日(火)9時から北市民センターへ ☎287・0251

考えよう！ 生物多様性と私たちの暮らし

- 日** 6月23日(日)14時～16時
場 中央図書館
講 佐山義則さん((公財)日本生態系協会参事)
内 崩れ始める生態系は私たちの暮らしに影響を与えるのか？環境を守る活動を学びます。パネル展示も同時開催
定 30人(申込順)
料 無料
持 筆記具
申 問 当日までに中央図書館へ ☎271・3001

「ゆかた」着つけ教室

- 対** 女性
日 7月1日(月)9時30分～11時30分
場 東市民センター
講 わかば会
定 10人(申込順) **料** 無料
持 ゆかた、半巾帯、ひも2～3本、タオル2～3本
申 問 6月10日(月)9時から東市民センターへ ☎286・3357

救命救急法講習会



- 日** 6月22日(土)10時00分～12時(受付9時45分～)
場 富士見市民センター
講 坂戸・鶴ヶ島消防組合
内 富士見中学校・栄小学校のPTAと共催の救命救急法講習会
定 10人(申込順)
料 無料
持 筆記具、タオル、三角巾(ある方)、飲み物
他 ズボン着用、髪の長い方は結ぶ、口紅は落として参加
申 問 6月21日(金)までに富士見市民センターへ ☎287・1661

第4回定例健康ウォーク

- 日** 7月12日(金)9時30分～12時
場 市民活動推進センター集合(少雨決行)
講 鶴ヶ島ウォーキングクラブ
内 3～5km程度のコースを歩きます。
定 40人(申込順)
料 無料
持 飲み物、タオル、帽子、レジャーシート
他 リュックサックなど両手のあく服装でご参加ください。駐車場が少ないため車での来場はご遠慮ください。
申 問 6月6日(木)から健康増進課健康増進担当へ

高齢者学級に参加しませんか

- 内** 実技、講話、研修など
料 無料(内容によっては実費負担あり)
申 6月4日(火)9時から各市民センターへ
他 昨年度参加した方も申込みが必要です。
毎年定員を超えるため、複数の市民センターへの申し込みはご遠慮ください。



富士見市民センター「わかば学級」

- 対** 市内在住65歳以上の方
日 6月12日(水)10時～12時(以降3月まで全10回予定)
定 35人(申込順)
問 富士見市民センター ☎287・1661

北市民センター「さわやか学級」

- 対** 市内在住65歳以上の方
日 6月21日(金)9時30分～11時30分(以降3月まで全10回予定)
定 35人(申込順)
問 北市民センター ☎287・0251

西市民センター「やすらぎ学級」

- 対** 市内在住65歳以上の方
日 6月18日(火)10時～12時(以降3月までの原則第1火曜日全10回予定)
※ 内容により変更あり
定 36人(申込順)
問 西市民センター ☎286・7899

東市民センター「いきがい学級」

- 対** 市内在住60歳以上の方
日 6月14日(金)13時30分～15時30分(以降3月までの第2金曜日全10回予定)※内容により変更あり
定 30人(申込順)
問 東市民センター ☎286・3357

大橋市民センター「いきいきクラブ」

- 対** 市内在住65歳以上の方
日 6月20日(木)10時～12時(以降3月までの原則第3木曜日全9回予定)
※ 8月は休み
定 40人(申込順)
問 大橋市民センター ☎286・0005

南市民センター「ふれあい学級」

- 対** 市内在住60歳以上の方
日 6月25日(火)10時～12時(以降3月まで全10回予定)
定 40人(申込順)
問 南市民センター ☎287・0235

高齢者の介護などに関する相談はお近くの地域包括支援センターへ

- かんえつ**(脚折145-1関越病院南館1階 ☎285・7877 FAX 285・7866)
いちばんぼし(藤金871-3つるがしま中央交流センター内 ☎279・0777 FAX 279・0778)
ぺんぎん(上広谷5-1プラザイン上広谷1階 ☎271・5123 FAX 271・5125)
いきいき(三ツ木16-1市役所1階 ☎227・6171 FAX 227・6172)
受付時間 平日・土曜日8時30分～17時15分(ぺんぎんのみ17時30分)

案内

在宅医療市民公開講座 「人生の最期をどう生きたいですか？」

- 対** 市内・坂戸市在住在勤の方
日 7月6日(土)13時30分～15時
場 女性センター
内 DVD視聴「さあ始めよう人生会議」、講座「在宅医療相談室から見たこと」、医師と市民の方の対談「かかりつけ医って何だろう」
講 清野恵理子さん(在宅医療相談員)
定 300人(申込優先、先着順)
料 無料
他 講座終了後、地域包括支援センター、在宅医療相談員、薬剤師、管理栄養士による個別相談あり
申 問 当日までに高齢者福祉課地域包括ケア推進担当へ

はつらつ元気わくわくクラブ 参加者募集

- 対** 市内在住で65歳以上の方、初心者も可(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)
日 7月1日から毎週月曜日13時30分～15時30分(全10回)
場 大橋市民センター
内 カジノ体験(ルーレットなど)や脳トレ、そば打ちなど
定 20人(多数の場合、新規優先)
料 1回300円
持 飲み物
申 問 6月19日(水)までに高齢者福祉課地域包括ケア推進担当へ

手話通訳者を目指す人のための学習会

対 手話通訳者全国統一試験、または手話通訳技能認定試験を受験する市内在住の手話学習者

日 6月30日、7月28日、8月25日、9月29日、10月20日、11月3日、11月17日、12月22日、1月26日、2月23日、3月8日の各日曜日 9時～12時

場 市役所6階

内 手話表現や読取り、模擬試験など

定 10人(申込順)

料 無料

申 問 6月3日(月)から10日(月)までに社会福祉協議会へ ☎271・6278

県立毛呂山特別支援学校 学校公開

対 入学・転学を考えている方、保護者、幼稚園、保育園関係者、学校教育関係者など

日 6月18日(火) 10時～12時

内 学校概要説明、校内見学、授業見学、質疑応答

問 同校 ☎294・7200

県立日高特別支援学校 学校公開

対 特別支援教育(肢体不自由)に関心のある方

日 6月18日(火) 10時～12時50分

内 学校概要説明、校内見学、質疑応答、給食見学

問 同校 ☎042・985・4391

つるゴングッズを販売しています!

鶴ヶ島市商工会「スクラム21」では地元産業の活性化や地域PRのため、「つるゴン」にちなんだ様々な商品開発に取り組んでいます。

- ・つるゴンシャツ
- ・つるゴン茶らーめん
- ・つるゴンストラップ など

問 鶴ヶ島市商工会「スクラム21」事務局 ☎287・1255



夏季資金融資相談会

対 市内事業者、市内に創業予定の方

日 7月5日(金) 10時～15時

場 鶴ヶ島市商工会

内 日本政策金融公庫融資担当者との個別相談会

申 問 鶴ヶ島市商工会 ☎287・1255
または日本政策金融公庫川越支店 ☎246・4171

問 鶴ヶ島市商工会

相続税・事業承継など 税に関する講習会

日 7月4日(木) 14時～16時

場 鶴ヶ島市商工会

内 わかりやすい相続税などの解説

定 50人(申込順)

料 無料

申 問 当日までに鶴ヶ島市商工会へ ☎287・1255

里親入門講座に 参加しませんか?

私たちの周りには、さまざまな事情により、家族と一緒に暮らすことができない子どもたちがいます。こうした子どもたちを家庭に迎え入れ、温かく成長を見守り育ててくれる里親を募集しています。

対 埼玉県内在住で、里親制度に関心のある方

日 7月28日(日) 14時～16時

場 ウェスタ川越

内 里親制度の説明、養育体験談

定 50人(申込順)
申 問 川越児童相談所 ☎223・4152

第2次求人企業合同面接会

対 令和2年3月に大学・短大・専門学校などの卒業予定者(3年以内の既卒者も可)

日 6月12日(水) 13時～16時

場 大宮ソニックシティ4階

持 履歴書複数枚(会場でコピー可)

他 予約不要(入退場自由)

問 埼玉県雇用対策協議会 ☎048・647・4185

司法書士法律相談会

日 6月6日、13日、20日の各木曜日 13時30分～16時30分

場 ウェスタ川越

内 相続、遺言、登記、債務整理、成年後見、不動産名義変更など

料 無料

申 総合相談センター ☎048・838・7472(平日10時～16時)

問 埼玉司法書士会事務局 ☎048・863・7861

鶴ヶ島市役所

〒350-2292

鶴ヶ島市大字三ツ木16-1

☎ 271-1111 / FAX 271-1190

平日 8時30分～17時15分

土曜日 8時30分～12時

人口と世帯数(5月1日現在)

人口 6万9962人(前月比12)

世帯数 3万1221世帯(77)

男 3万4746人 (11)

女 3万5216人 (1)

今月の表紙



5月1日に婚姻届を提出されたご夫婦の写真です。令和という新たな時代と一緒に生きていこうと誓ったお2人には、幸せな笑顔があふれています。この日に婚姻届を提出されたご夫婦は22組。みなさん、ご結婚おめでとうございます。

子どものサインを見逃さない!

子どものいじめ 気づいたら今すぐ相談

素早い連絡が素早い対応につながります。小さなことでも、ご連絡をお願いします。

【鶴ヶ島いじめ専用ダイヤル】

月～金曜日9時～16時30分

☎ 279-5144

【鶴ヶ島いじめ相談メール】

☑ ijimesoudan@city.

tsurugashima.lg.jp

【24時間子供SOSダイヤル】

☎ 0120-0-78310

◆女性のための法律相談(要予約)

12日(水)10時～13時※7月の受付は13日から▷女性センター ☎287・4755

◆女性相談・DV相談(要予約)

月・水・金曜日、第3土曜日10時～15時▷直通ダイヤル ☎298・7716

◆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 ☎286・8993

◆消費生活相談

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

◆消費生活弁護士相談(要予約)

28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

◆就職相談(鶴ヶ島市ふるさとハローワーク)

月～金曜日10時～17時/市役所2階▷鶴ヶ島市ふるさとハローワーク ☎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

◆こころの健康相談(要予約)

25日(火)9時30分～/市役所1階▷障害者福祉課

◆弁護士による法律相談(要予約)

(金銭・離婚・家族)
4日(火)(受付中)/市役所5階、21日(金)(7日から受付)/市役所1階、7月2日(火)(18日から受付)/市役所5階/13時～16時▷地域活動推進課◆司法書士による法律相談(要予約)
(相続・贈与)

13日(木)(受付中)、7月11日(木)(27日から受付)9時～12時/市役所3階▷地域活動推進課

◆行政書士による法律相談

(相続・贈与)

13日(木)・27日(木)13時～16時/市役所3階▷地域活動推進課

◆行政相談

21日(金)13時～16時/市役所1階▷地域活動推進課

◆人権相談

4日(火)・21(金)13時～16時/市役所3階▷総務人権推進課

◆不動産相談(予約優先)

4日(火)(受付中)/市役所5階、7月2日(火)(18日から受付)/市役所2階/13時～16時▷地域活動推進課

◆税務相談(要予約)

4日(火)(受付中)、7月9日(火)(25日から受付)13時～16時/市役所5階▷税務課

◆マンション管理士相談

21日(金)13時～16時/市役所1階▷地域活動推進課

休日急患診療 (内科・小児科)

坂戸鶴ヶ島医師会立

休日急患診療所

坂戸市大字石井2327-5

☎289・1199

診療日時 日曜日、祝日、年末年始(12月29日～1月3日)/9時～12時、14時～17時、18時～21時
※受付は診療時間の30分前で終了

6月の 眼科在宅当番医

いずみ眼科

診察日時 6月9日(日)9時～17時

坂戸市泉町2-11-8-1F

☎282-5315

※休憩時間は要確認

救急指定病院 (全日24時間対応)

関越病院

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(小児救急医療も対応)

毛呂山町毛呂本郷38

☎276・1465

大人・小児の救急電話相談 (育児相談は除く)

急な病気や家庭での対処法、受診に迷うときは次の番号へお問い合わせください。ただし、診断や治療を行うものではありません。

☎#7119

☎048・824・4199

相談時間 24時間365日対応

6月から始まります！ 特定健康診査・後期高齢者の 健康診査を受けましょう

- 対** 40歳から74歳の国民健康保険加入者および後期高齢者医療制度の被保険者
期 6月1日(土)～11月30日(土) ※ 土、日曜日・祝日でも受診ができる医療機関もあります
場 鶴ヶ島市・坂戸市・日高市の実施医療機関
持 保険証、受診券
料 無料 ※ 心電図、眼底検査(国保の方で該当者のみ)は各500円
 ※ 国民健康保険および後期高齢者医療制度の資格喪失後に受診した場合は、全額自己負担になります

【ご注意ください】

今年度75歳になる方は、受診券の発送時期が例年と異なる場合があります。

昭和19年5月1日から5月31日生まれの方	受診券を6月末頃に送付します。
昭和19年6月1日生まれの方	受診券を7月末頃に送付します。
昭和19年6月2日から11月30日生まれの方	受診券を5月末までに送付します。 ※ 有効期限は誕生日の前日です。誕生日以降に受診を希望される方は、保健センターにご連絡ください

特定健診・健康診査のメリット

- ・定期的に健診を受けることで、ご自身の健康状態を把握することができます
- ・メタボリックシンドロームなどの生活習慣病の兆候を確認することができます
- ・健診結果を確認することで、生活習慣病発症の未然防止と健康を維持することができます
- ・特定健診の結果、『特定保健指導対象者』と診断された方は、専門的な生活改善指導を受けることで、生活習慣を改善することができます

特定保健指導を受けましょう

特定保健指導とは、健診結果に応じて、専門家(医師・保健師・管理栄養士)から受けられるメタボリックシンドロームの予防・改善のためのアドバイスや支援のことです。生活習慣病発症のリスクが高いものの、生活習慣の改善により、病気を予防できる可能性が高い方が対象となります。

対象者には、特定健診受診後概ね2～3か月後に「特定保健指導利用券」を送付します。特定保健指導を利用して、生活習慣病を予防しましょう。

よく噛んで食べることの 大切さ、食事の工夫



健康応援団 173

毎日おいしく召し上がられていますか。厚生労働省と日本歯科医師会が提唱し、進めている「8020運動」があります。「80歳以上になっても自分の歯を20本以上保とう」という運動です。厚生労働省のホームページによれば、この運動が始まった当時(1989年)に比べ、高齢者で20本の歯を保っている人の割合は徐々に増えつつあるようです。

歯が健康であることは、十分なそしゃくが出来、食事をしっかりと味わい、消化しやすい形で食べ物を胃や腸へ運ぶことが出来ます。噛めば噛むほど、唾液が分泌され消化を助けます。そして、よく噛むことで、満腹中枢も働き、食べ過ぎの防止にもつながります。

噛む回数を増やすための調理の工夫として、おかずの食材の数を増やし、歯ごたえのある食材を選ぶことがお勧めです。例えばサラダやお浸し、炒め物などに1種類ではなく数種類の野菜を使い、根菜やきのこ、海藻を加えてみると良いです。食材の切り方も大き目にする、噛む回数も増え、食感の異なった食材の組み合わせを楽しめます。味付けは、昆布やカツオなどの出汁で旨みをしっかり効かせると唾液の分泌が促されます。歯の健康を維持して、自分の歯で、いつまでもおいしく食事を楽しみましょう。

女子栄養大学栄養クリニック 管理栄養士 由井美和

がん検診の無料クーポン券を送付します

がん検診の受診率向上、がんの早期発見・治療のため、特定の年齢・要件に該当する方に、子宮頸がん検診と乳がん検診の無料クーポン券を6月中旬頃に送付します。

この機会に無料クーポン券を利用し、ぜひ受診してください。

【対象】

子宮頸がん検診

平成10年4月2日から平成11年4月1日生まれの方、昭和53年4月2日から昭和54年4月1日生まれの方

乳がん検診

昭和53年4月2日から昭和54年4月1日生まれの方

※ いずれも前年度に市の子宮頸がんおよび乳がん検診を受けていない方が対象です

熱中症にご注意を！

暑い屋外にいるときや運動中だけでなく、屋内や夜間にも発症する恐れがある熱中症。予防のポイントを知り、暑い時期を上手に過ごしましょう。

熱中症とは？

熱中症は、体の水分が少なくなり、熱が体にこもった状態です。水分と塩分が十分に補給されないと重症になり、最悪の場合、死に至ることもあります。

熱中症の主な症状

- ▷軽度 めまい、立ちくらみ、筋肉のこむら返り、汗が止まらない
- ▷中度 頭痛、吐き気、体がだるい
- ▷重度 意識がない、けいれん、呼びかけへの返事がおかしい、まっすぐに歩けない、体温が異常に高い

特に注意が必要な方

- ▷高齢者 体に含まれる水分量は、加齢とともに少なくなるため、熱中症の発生率が高くなっています。
- ▷子ども 汗腺をはじめとした体温調整機能が未熟なため、熱中症のリスクも高くなります。乳幼児などを自動車内に置き去りにするのは絶対にやめましょう。

クールオアシスのご利用を

市では外出時の“ひと涼みどころ”を設置しています。



詳細は市HPから

このステッカーが目印



熱中症予防・5つのポイント

1 特に高齢者は上手にエアコンを使って

高齢者や持病のある方は、暑さで徐々に体力が低下し、室内でも熱中症になることがあります。我慢せず、扇風機やエアコンを使いましょう。

2 暑くなる日は要注意

特に梅雨明けで急に暑くなる日は、体が暑さに慣れていないため要注意です。

3 水分はこまめに補給

のどが渇く前に水分補給を。特に高齢者は暑さやのどの渇きを感じにくい傾向があります。寝る前も忘れずに！

4 「おかしい？」と思ったら病院へ

少しでも「おかしい」とと思ったら、涼しい場所に移動し、医療機関に相談しましょう。

5 周りの人にも気配りを

自分だけでなく、周りの人の体調にも気配りを。イベントなどを実施するときは、皆で声を掛け合しましょう。

☎ 健康増進課健康増進担当

日本脳炎の予防接種を受けましょう

日本脳炎予防接種は、平成17年度から平成21年度にかけて積極的勧奨差し控えにより予防接種を見合わせた方がいます。そのため、定期接種の対象年齢が拡大され、下記の方は日本脳炎を定期接種(無料)で受けることができます。第1期と第2期あわせて4回の接種が必要となりますので、母子手帳で接種履歴を確認し、必要な方は予防接種を受けましょう。

対象者・接種年齢

①平成7年4月2日から平成19年4月1日までの間に生まれた方

→20歳の誕生日の前日まで

②平成19年4月2日から平成21年10月1日までの間に生まれた方

→不足している回数を9歳から13歳の誕生日の前日まで

※ 今年度18歳になる、平成13年4月2日から平成14年4月1日までの間に生まれた方は、第2期の予防接種を受けていない方が多くみられます。接種履歴を確認し、接種していない場合は早めに予防接種を受けましょう。

☎ 保健センター ☎271・2745

7月の歯周病検診のご案内

市の検診では、歯科診察の他に口の中の酸性度を調べる唾液の検査を実施します。唾液の酸性度が高いと、歯が溶けやすく、むし歯のリスクが高くなります。歯科衛生士がそれぞれの口の状態にあったケア方法について指導します。歯と口の健康を守るために、まず口の中の状態を知ることから始めましょう。

対 30歳～75歳

日 7月2日(火)・4日(木)・5日(金) 13時15分～14時

場 保健センター

定 各日30人(申込順) 料 500円

申 問 保健センター ☎271・2745

受診は無料！健康長寿歯科健診

埼玉県後期高齢者医療広域連合では、平成30年度中に75歳になった被保険者を対象に歯科健診を実施します。受診料はかかりません。疾病の予防、健康増進のため、ぜひ受診してください。詳細は、6月下旬に届く案内をご覧ください。

☎ 昭和18年4月2日から昭和19年4月1日までの間に生まれた方で、後期高齢者医療被保険者証をお持ちの方

日 7月1日(月)～令和2年1月31日(金)

場 埼玉県後期高齢者医療広域連合給付課 ☎048・833・3130



市内を中心に活動するサークル・団体を紹介します。あなたの地域デビューのきっかけにしませんか。



ペガサスバドミントンクラブ

平成16年に創立し、健康増進を目的に週1回活動しています。40代より70代まで広い年代構成を誇ります。

対外試合はせず、仲間内で毎回ペアを変え、ゲームをしています。若い頃に部活などで経験がある方、特に募集中です。ぜひ、見学に来てください。

活動日 毎週水曜日 10時～12時
活動場所 東市民センター
問合せ 森場 ☎286・0510



手あみの会

南市民センター設立時に発足したサークルです。会員相互の親睦を目的として、好みの糸で自由な作品作りを！楽しいサークルです。ぜひ、ご参加ください。

活動日 第1・3月曜日 10時～12時
活動場所 南市民センター
問合せ 滝上 ☎286・3337

8月号の原稿締切は、6月21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度内1回の掲載です。それ以外の原稿は、同一サークル年度内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。

ふれあい 掲示板

出かけてみませんか

第10回 マザーズバンドvivo吹奏楽ファミリーコンサート

日 7月7日(日)13時30分～15時(開場13時)

場 坂戸市文化会館

料 無料 申 不要

問 伊藤 ☎284・0206

第42回 つるがしま落語会「つるがしま寄席」

日 6月16日(日)14時～15時30分

場 富士見市民センター

出演 柳家小平太

料 前売り1800円、当日2000円

問 後口 ☎286・0273

障害年金講演会・個別相談会

対 障害をお持ちの方・そのご家族、障害に関心のある方

日 6月30日(日)13時30分～14時20分

場 坂戸市文化会館 申 不要

※ 個別相談会 同日14時30分～16時

場 坂戸市文化会館

申 不要(当日可。ただし、事前予約者優先)

問 渡部 ☎04・2949・1507

仲間になりませんか

フラダンス モミラニ

対 女性

日 第2・4火曜日13時30分～14時30分

場 東市民センター

問 吉田 ☎299・8019

ひまわりリズムサークル(レクダンス・ストレッチ)

対 女性

日 毎週火曜日10時～11時30分

場 農業交流センター

問 糸居 ☎287・9948

NPO法人鶴ヶ島動画ファンクラブ

日 第1・3火曜日

場 市民活動推進センター

問 池田 ☎090・9814・6822

リズムの会(カラオケ)

日 第1・3木曜日13時～15時

場 大橋市民センター

問 野口 ☎090・8012・4050

ミセークラブ(リズム体操・柔軟体操)

対 女性

日 月4回金曜日(祝日除く)10時～12時

場 海洋センター 料 2000円/月

問 小林 ☎287・1381

若葉剣友会(剣道)

日 毎週土曜日17時～19時、日曜日8時～10時

場 栄小学校

問 花田 ☎090・8197・1642

鶴ヶ島市マレットゴルフ同好会

日 毎週月・水・金曜日13時15分～15時

場 (仮)マレットゴルフ場(「逆木荘」正門前)

問 近藤 ☎090・3247・7669

参加してみませんか

ミニテニス教室

対 成人

日 ①6月16日(日)9時～12時 ②6月22日(土)19時～21時

場 ①長久保小学校 ②鶴ヶ島第一小学校

持 室内履き、飲み物 ※ ラケットの貸し出し有り

料 無料 申 不要

問 小泉 ☎286・8531

ターゲット・バードゴルフ体験教室

日 6月13日(木)～15日(土)9時～11時30分

場 高倉市民の森

料 無料 申 不要

問 鶴ヶ島市ターゲット・バードゴルフ絆クラブ島村 ☎090・5192・0074

マレットゴルフ大会

日 6月17日(月)12時30分～15時30分(予備日6月19日(水))

場 (仮)マレットゴルフ場(「逆木荘」正門前)

料 300円(賞品多数有り)

他 道具の貸し出し有り(数量限定)

問 近藤 ☎090・3247・7669

硬式テニススクール

対 市内在住在勤在学の初心者・初級者

日 7月6日、13日、20日、27日の各土曜日(予備日8月3日)8時30分～10時30分

場 南近隣公園テニスコート

料 2000円

他 ラケットの貸し出し有り

申 7月1日(月)までに往復はがきの往信面に氏名・年齢・性別・住所・電話番号・メールアドレス・ラケットの有無を、返信面に返信先住所・郵便番号・氏名を記入し、櫻川明巧へ(〒350-0214坂戸市千代田2-6-57)

問 青木 ☎090・8017・1288

行政書士会公開講座・無料相談会

日 6月22日(土)①講座13時30分～14時20分②相談会14時30分～16時

場 南市民センター

内 ①基礎から学ぶ成年後見制度②相続・遺言・終活一般

申 不要(①20人※先着順②当日会場で受付)

問 小川さちえ行政書士事務所 ☎285・1015

転倒予防体操教室

日 6月28日(金)10時～12時

場 UR都市機構パールハイム若葉集会所

定 15人(申込順) 料 100円

申問 伊藤 ☎070・2154・7351

Photo News



世界の一流選手が埼玉に

9月から熊谷市で行われるラグビーのワールドカップ。それを記念して、4月15日～17日、市役所ロビーに「ポップアップミュージアム」が設置されました。日本初開催となるこの大会の成功を祈願し、みんなで応援しよう。

全力ではしゃぐ！

4月21日、鶴ヶ島保育所で行われた子育て講座「パパと遊ぼう！新聞ビリビリ」。新聞をビリビリ破いて、「それ～！」とみんなでかけ合いっこ♪家では、なかなかできない遊びに、子どもたちだけでなく、パパたちも大はしゃぎでした。



鶴ヶ島初の音楽フェス開催！



4月22日、ふるさと応援大使の「鶴」が来庁し、47都道府県ツアーでの活動報告と、10月6日(日)に運動公園で行う「鶴フェス」の開催宣言がありました。皆さんお誘い合わせの上、ぜひお越しください！入場は無料です！詳細は改めてお伝えします。

琴でつながる、仲間の輪

4月25日、大橋市民センターで初心者を対象に行われた、「お琴体験教室」。慣れない姿勢や指使いに四苦八苦しながらも一生懸命に取り組んでいました。最後に「さくらさくら」と「荒城の月」を全員で演奏。参加者たちは、いつの間にか仲間になっていました。





お母さん、いつもありがとう

5月11日、上広谷児童館で行われた「母の日のクッキー作り」。参加した子どもたちはお母さんの顔を思い浮かべながら、クッキーで顔を作り、カードにメッセージを書きました。「ママへ 大好きだよ。いつもありがとう」、短い言葉の中に子どもたちの愛が溢れていました。

初夏、まつり賑わう

5月11日、12日、富士見市民センターにて、「第31回富士見わかばまつり」が開催。5月とは思えない暑さの中、両日たくさんの方が来場し、ステージイベントや、模擬店などを楽しみました。また、センター内では子どもたちが文字パズルゲームを楽しむ姿も。みんな全部見つけられたかな？



世界に一つだけのもの

5月10日、若葉駅西口広場で「わかば結市第23回ハンドメイドフェスタ」が開催されました。こだわりの手作り品が店頭にずらり！ワークショップもあり、デコスイーツを使って作る、オリジナルのカップケーキは女の子に大人気！本物みたいでとっても美味しそうだね！



道路では「止まる・見る・待つ」を心がけよう！

5月15日、長久保小学校で行われた「交通安全教室」。交通指導員や西入間警察署員から交差点の渡り方や道路での注意点を教わりました。校庭に設置された信号機や横断歩道での実践体験では、「右よし、左よし、右よし、信号よ～し！」と指さし確認。楽しく学ぶことができました。





新茶

今年も風味豊かな

ができました

狭山茶新茶キャンペーン

- 日 6月10日(月) 10時~15時
- 場 市役所ロビー
- 内 新茶の試飲・販売、詰め放題(煎茶・ほうじ茶)手もみ茶の実演、一煎パックの無料配布など



今、お茶を味わう



鶴ヶ島の特産、狭山茶

狭山茶は、「色は静岡、香りは宇治よ、味は狭山でとどめさす」と狭山茶摘み歌で歌われているように、味の良いことで知られています。市内には、現在10軒の茶農家があり、それぞれ茶を栽培し、5月と7月に新芽の摘み取り、茶の製造を行っています。従来より化学肥料と農薬の使用回数を減らす取り組みを続けていて、現在は特別栽培農

産物の認定を受けるに至っていません。

「S-GAP」認定

埼玉県では、県内の農家に向け、農業の安心・安全の向上を目指した独自規範「S-GAP」を策定しています。今年1月、市内茶農家の須藤園がこの認定を受けました。

安全管理の徹底

須藤さんは、「食の安全」がより一層求められる今、消費者の皆さんに安心・安全なお茶を届けることができるよう、「S-GAP」を取得しました。様々な基準をクリアするため、日々の生産工程における管理ルールなどを整理。その中で「自らの課題に気づくことも多くありました。今後は、実践の中で、さらなる作業の効率化や徹底した安全管理につなげていきたい」と考えています。

もっと多くの人に

「S-GAP」の取得が、取引先や消費者からの信頼度のアップにつながればと思っっています。何より、これを機にもっと多くの人にお茶の美味しさを知ってもらい、気軽に楽しんでも



須藤園 須藤良春さん

らえれば、生産者としてこれ以上にうれしいことはありません」と笑顔で話してくれました。茶農家の皆さんが、丹精込めて作ったお茶をぜひ、お試しください。

※「GAP = Good Agricultural Practice」とは、農業に関する法律や規則などを守ることににより『食品安全・労働安全・環境保全』などに配慮した持続的な農業経営を行うことを意味します。

学校給食でおなじみの「鶴茶ん」にも、市内でとれた狭山茶がたっぷり入っています。

レシピはこちら

編集後記

市では5月1日の改元に伴い、鶴ヶ島のイメージキャラクターである、つるゴンをデザインした、鶴ヶ島オリジナル婚姻届を作成しました(表紙参照)。この婚姻届は市民課と若葉駅前出張所(ワカバウォーク内)で現在も配布しています。みなさん、ぜひご利用ください！
ご意見・ご感想は秘書広報課広報広聴担当へ
☎10200001@city.tsurugashima.lg.jp



“仲良し兄妹☆”
やまみちはるき 山道遥輝ちゃん(2歳5か月)
なつき 夏希ちゃん(1歳)

笑顔の天使



“つたい歩きが得意だよ☆”
うちのゆうと 内野悠翔ちゃん(10か月)