

PUBLIC RELATIONS

Tsurugashima

広報つるがしま

2

2021
NO.1036

私たちが二十歳になりました。

撮影時のみ
マスクを外してもらいました

祝！成人式

COMING-OF-AGE CEREMONY!!

令

和3年鶴ヶ島市成人式が、1月10日、市内の各会場で行われ、新成人たちは新たな一歩を踏み出しました。現在各地で新型コロナウイルス感染症が猛威を振るっています。それでも「鶴ヶ島市で育った新成人の皆さんをお祝いたい」という思いから、例年と形を変え、検温の実施、マスク着用の徹底、密にならないよう会場を変更。また、式典後の「成人者のつどい」を行わず、約20分の式典のみとするなど、感染防止策を徹底して成人式を開催しました。



こ

の度、私たちは成人式という人生の節目を経て、大人としての門出を迎えることとなりました。今まで20年間育ててくれた両親、温かく見守っていただいた地域の方々には感謝してもしきれません。

私たちの中には大学や専門学校で将来に向けて日々勉強を続けている者、また就職して社会人として世の中に貢献している者がいます。この地で共に勉強したり遊んだりした仲間ですが、今はそれぞれの場所で奮闘しています。

特に昨年2020年は、新型コロナウイルス感染症の拡大が世界的に脅威となりました。東京オリンピックは延期となり、自粛生活を余儀なくされました。その中で大学に通うこともできずにパソコンを前に授業を受ける仲間、逆に感染の危険もある中で仕事へ向かわなければならぬ仲間もいたと思います。しかしこのような状況でもこの日本を動かし続けてくれたのは、人生の先輩である大人の方々でした。新たにこの大人仲間入りする私たちは、守られてきた立場から、次の世代を守る立場となっていかなければなりません。この場を借りまして、新たに自覚と責任をもって、これからの日本社会を担っていきますことを決意いたします。

西中学校出身
ながしま てると
長島 輝斗さん



大人の仲間入りをしましたっ!



当日の式辞や「新成人誓いのことば」、掲載しきれなかった写真の一部をホームページに掲載しています。ぜひご覧ください。



式辞、「新成人誓いのことば」はこちら



写真はこちら

〔関連P 24-25〕

今年成人を迎えたのは765人。新成人たちは、華やかな振袖やスーツに身を包み、友人との久しぶりの再会に、笑顔を送りました。また、「新成人誓いのことば」では、両親や地域の方への感謝、未来への希望、新型コロナウイルス感染症に立ち向かう決意などが語られ、感謝を胸に、未来に向かって力強く進もうとする姿が見られました。



私

私たちは二十歳を迎え、就職して仕事に尽力している者、大学や専門学校で勉学に励んでいる者など立場は様々だと思います。

私は大学に進学し、数多くの新しい出会いや経験をすることで、自分のやりたいことを見つけるため、将来を見据えて勉強しています。大学の「学問」は、高校までの「学習」とは大きく異なり、自ら問題設定をして、創造的に真理の探究をする必要があります。

「正解」のない問いに仮説を立て、根拠に基づいて主体的に結論を導くことは、普段から世界の情勢に目を向け、物事の本質を見抜き、正しい道を選択することの重要性を説いてくれているかのようです。

さて、新型コロナウイルス感染症の拡大により私たちの生活は一変しました。仕事がテレワークになった者や、大学や専門学校の授業がオンライン型授業に変わった者も少なくないと思います。この成人式も例年と比較して規模を縮小しての開催となりました。情勢は予断を許しません。壁が立ち上がりつつも、変わり続ける社会の中で、私たちがどのように生きていくのかを考える良い機会だと私は感じております。

富士見中学校出身
まゆみ ゆういちろう
黛 優一朗さん



緊急事態宣言

発出中

現在、新型コロナウイルス感染症の感染者が減少せず、極めて高い水準にあることから、『緊急事態宣言』が発出されています。
これまでも、皆さんには感染を防ぐ行動にご協力いただいておりますが、引き続き警戒を緩めることなく、感染拡大防止の取り組みに、ご協力をお願いいたします。

緊急事態宣言要請内容(1月20日現在)

期間 1月8日～2月7日(日)

- 内容**
- ・ 不要不急の外出、県境をまたぐ移動の自粛
特に、20時以降の不要不急の夜間外出自粛
(医療機関への通院、食料、医療品、生活必需品の買い出し、
必要な職場への出勤、通学、野外での運動や散歩など生活
や健康の維持のために必要な場合を除く)
 - ・ 飲食店の営業時間の短縮
 - ・ テレワークの徹底 など

公共施設を休館しています

緊急事態宣言が発出されたことにより、公共施設の一部休館や、利用の制限を行っています。
期間は、おおむね2月7日(日)までですが、今後の感染状況によっては、期間を変更する可能性があります。
利用可否の最新情報は、市ホームページでご確認ください。

利用(予約)ができない主な公共施設(1月20日現在)

- ・ 各市民センター(東・南・北・富士見・大橋・西 住民票や税の証明書などの発行を取り扱っている市民センターは引き続き発行を行っています)
- ・ 市民活動推進センター
- ・ 女性センター
- ・ 農業交流センター
- ・ 老人福祉センター
- ・ 海洋センター

市HP
「市内公共施設の一部休館
および利用制限について」



支援などの最新情報

市ホームページに、生活や事業に関する各種支援などの情報を集約したページ「新型コロナウイルス感染症情報」を作成し、最新情報を発信していますので、ご確認ください。

市HP
「新型コロナウイルス感染症情報」



イベントなどの中止・延期

新型コロナウイルス感染症の感染拡大を防止するため、開催する予定であったイベントの一部中止・延期を決定しました。
対象イベントは、市ホームページで随時情報を更新していますので、ご確認ください。

市HP
「イベントの中止・延期のお知らせ」



自分のために、
大切な人のために、
みんなのために、
始めよう。続けよう。

～新しい生活様式を実践しよう～



不要不急の
外出や移動を
控えよう

特に20時以降
の外出は自粛
しよう



人との間隔は
できるだけ
2m空けよう

会話をするとき
は真正面を避け
よう



手洗いは
30秒かけて
丁寧に

うがいも忘れな
いようにしよう



マスクを
着けよう

咳エチケットも
徹底しよう



みんなで乗り越えよう

厚生労働省HP
「新しい生活様式」



こまめに
換気をしよう

密集、密接、密
閉の「3密」を
避けよう



毎朝の
体温測定と
健康チェックを

体調が悪いとき
は無理せず自宅
で療養しよう



料理に集中、
おしゃべりは
控えめに

食事の際も会話
をするときはマ
スクを着けよう



テレワークや
ローテーション
勤務を

時差出勤も活用
しよう





Suku Suku 子育て



かこの子育てセンター
「つといの広場」に遊
びに来たママ・パパと
子どもたち。おりがみカレン
ダー作りに挑戦したよ♪



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。ふたご(多胎児)を妊娠中の方のご参加もお待ちしております。親子で楽しい時間を過ごしましょう。

対 多胎の乳幼児とその保護者または妊婦

日 2月16日(火)、3月2日(火)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

学童保育室入室説明会 (南小学校区)

NPO法人虹の架け橋が入室説明会を実施します。

対 令和3年度南小学校入学予定の児童および保護者

日 2月20日(土)13時30分~

場 放課後児童クラブたんていクラブ

内 学童保育室の標準的保育内容、年間行事予定、保育料、入室手続きなど

問 こども支援課子

育て支援担当



詳細はこちら

令和3年度幼児クラブ会員募集

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

対 平成29年4月2日~平成31年4月1日に生まれた幼児とその保護者

料 年会費1000円

	活動日	時間	定員	申込・問合先
西児童館	金曜日	児童館により異なりますので、各館にご確認ください。	15組程度	☎285・7048
脚折児童館	水曜日			☎287・0270
上谷谷児童館	金曜日			☎287・1732
大橋児童館	木曜日			☎286・0007

申 下記期間中に、申込用紙(2月1日(月)から各児童館で配付)を提出

申込期間 2月5日(金)~19日(金)10時~16時

※ 令和3年度は市内在住者のみを対象とします

※ 12時~13時15分、14時45分~15時は閉館時間です

※ 他館との重複申込は、20日(土)以降定員に満たない場合のみ可

ようこそ鶴ヶ島de子育て

気になる子を持つママのための子育て交流サロンです。

対 発達相談や療育を受けている未就学児の母親

日 3月15日(月)10時15分~(受付10時~)

場 保健センター

内 グループワーク、フリートーク、親子ふれあい遊び

定 7組(申込順)

申問 保健センター ☎271・2

745

ひなまつり会

対 幼児親子、小学生

日 2月27日(土)13時30分~

場 大橋児童館

内 おひなさま製作とゲーム

定 10人(申込順)

申問 2月13日(土)から大橋児童館 ☎286・0007



令和3年度 一時預かり保育の受付を開始します

★鶴ヶ島保育所

☎ 同保育所 ☎ 286・0551 (受付時間13時～16時)

普段保育所を利用していないお子さんを、保護者の定期的な就労や急病・急用などにより家庭で保育できないときに、一時的にお預かりします。ご利用の際には、事前の登録と申込みが必要ですので、令和3年度に利用予定の方は、必要書類を提出してください。

利用できる保護者

【非定型的保育】保護者の就労、職業訓練、就学などにより継続的に家庭で保育できない方

※ 週3日以内(月15日以内)で継続的に預けたい方、曜日固定

【緊急保育】保護者の疾病(通院)、災害、事故、出産、看護、冠婚葬祭などで緊急・一時的に家庭で保育できない方で、利用日が決まっている方

受付 利用日の前月1日から開始(4月分は、3月1日(月)開始)

利用定員 非定型的保育と緊急保育を合わせて10人



対象	実施日時	保育料
市内在住の1歳～就学前 (1歳の誕生日の翌日から。 ただし離乳食が完了していること)	月～金曜日 8時30分～17時	1日利用 1・2歳児2000円、3～5歳児1800円(食事代含む) 時間利用 1時間500円(食事代200円)

★民間保育施設

利用条件や手続きなどは施設ごとに異なりますので、詳しくは、各施設へ直接お問い合わせください。

実施施設	対象	実施日時	保育料
笹久保さくら保育園 ☎272・3211	1歳～就学前(利用年度の4月1日時点で1歳児以上)	月～金曜日 8時30分～16時30分	1日利用 1・2歳児2000円、3～5歳児1800円(食事代、おやつ代含む) 時間利用 1時間500円(食事代200円、おやつ代100円)
第二はちの巣保育園 ☎286・1110			1日利用 1～5歳児2000円(食事代、おやつ代含む) 時間利用 1時間500円(食事代300円、おやつ代150円)
かこのこ保育園 ☎279・0505	1歳～就学前(1歳の誕生日の翌日から。ただし離乳食が完了していること)	月～金曜日 8時30分～17時	1日利用 0歳児2500円、1・2歳児2000円、3～5歳児1800円(食事代、おやつ代含む) 時間利用 1時間500円(食事代200円、おやつ代100円)
わかば保育ステーション ☎271・6001	6か月～就学前	月～土曜日 8時30分～16時30分 【時間外】月～金曜日 ①8時～8時30分 ②16時30分～17時30分	1日利用 0歳児2500円、1・2歳児2000円、3～5歳児1800円(食事代、おやつ代含む) 時間利用 1時間500円(食事代200円、おやつ代100円) ※ 時間外は別途料金

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 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…2月18日(木)13時～・14時～ ※要予約

税の申告

問合(郵送)先

市・県民税の申告／税務課市民税担当(〒350-2292住所不要)

確定申告(所得税の申告)／川越税務署(〒350-8666川越市並木452-2)

1 申告が始まります

今年は新型コロナウイルス感染拡大防止のため、密にならないよう『申告会場』および『日程』を増やしました。さらに、『対象地域を分けて申告の受付を行います』ので、ご理解とご協力をお願いします。

例年、申告会場は大変混雑しますので、できるかぎり『郵送』または『電子申告』でお願いします(9ページ参照)。

※ 市・県民税申告書が郵送により届いた方は、同封した返信用封筒を活用し、郵送してください

(必要書類の添付をお願いします)

市・県民税の申告が必要な方

令和3年1月1日時点で鶴ヶ島市に住居登録があり、令和2年1月1日から12月31日までの1年間で、次のいずれかに該当する方

- (1) 営業、農業、不動産などの所得があった方
- (2) 給与所得者で次に該当する方
 - ・勤務先から市に給与支払報告書の提出がなかった方
 - ・給与所得や公的年金に係る雑所得以外に所得がある方
- (3) 所得控除の申告が必要な方
- (4) 国民健康保険・後期高齢者医療制度に加入している所得のない方または非課税所得(遺族年金など)のみの方
- (5) 一人世帯で、所得のない方または非課税所得のみの方
- (6) 配偶者の合計所得が1000万円超で、控除対象配偶者とならない方
- (7) 公的年金などの収入が400万円以下で所得税の申告が不要な方のうち、市・県民税申告が必要な方の(1)～(6)に該当する方

市・県民税の申告が不要な方

- (1) 令和2年中の所得が給与所得のみで、勤務先から給与支払報告書が提出されている方(年末調整済の方)
- (2) 所得が公的年金(国民年金・厚生年金など)のみの方
 - ※ 医療費控除や生命保険料など、源泉徴収票に書かれていない各種控除の適用を受ける場合は申告が必要です
- (3) 所得税の確定申告書を税務署に提出している方

申告を忘れずに！

市・県民税の申告は、市・県民税や国民健康保険税の算出基礎になるものです。

申告しなかった場合、国民健康保険税などの軽減措置の適用が受けられなかったり、金融機関からの借り入れや就学援助制度などに使用する決定証明書などの各種証明書の発行ができない場合がありますので、忘れずに申告してください。

2 申告に必要なもの 「市・県民税申告」と「確定申告」の共通

- (1) 所得の計算に必要な書類

給与・年金所得者／源泉徴収票(原本)、給与明細書や事業主による支払証明書など

その他の所得者／報酬の支払調書、収支内訳書など(収入金額と必要経費の分かる書類など)

- (2) 源泉徴収票に記載されている住所・氏名と現在の住所・氏名が異なる場合は、住民票の写し
- (3) 各種の所得控除を受ける場合は、それらの支払証明書や領収書など(生命保険料・地震保険料の控除証明書、社会保険料(※)・医療費控除の明細書(領収書は提出不要。ただし5年間の保管義務あり))

※ 国民健康保険税、後期高齢者医療保険料、介護保険料は、市役所から郵送した「社会保険料控除明細書(確定申告用)」で対応できます

- (4) 本人名義の預貯金口座番号の分かるもの(預貯金通帳・キャッシュカードなど)
- (5) 本人確認書類の写し(マイナンバーカード(表面)、運転免許証、保険証など)
- (6) 個人番号(マイナンバー)確認書類の写し(マイナンバーカード(裏面)、通知カードなど)

※ その他の書類は、申告する内容によって異なります

市・県民税申告は『郵送』、
確定申告は『郵送』か『電子申告(e-Tax)』で!

3 コロナ禍でも安心！郵送、電子申告をご利用ください

今年の税申告は、新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、『郵送』または『電子申告』をご活用ください。申告書は、国税庁ホームページの「確定申告特集ページ」で作成することができます。

- ステップ1** 「確定申告書等作成コーナー」へアクセス
- ・ 税務署、市役所などに行く手間がかかりません！
 - ・ 申告期間中は24時間いつでも利用できます！
 - ・ 不明な点は電話(☎0570・01・5901)で問い合わせできます！

- ステップ2** 申告書を作成
- ・ 画面の案内に従って金額などを入力します

- ステップ3** 申告書を提出
- 印刷して提出(郵送料は自己負担)
 - ※ コンビニなどのプリントサービス(有料)で印刷できます
 - 作成コーナーから電子(e-Tax)で送信
 - ※ マイナンバーカードなどの電子証明書、ICカードリーダーまたは税務署で発行したID・パスワードが必要です



国税庁HPはこちら

4 申告会場・日程

① 川越税務署

「確定申告」全般の受付。還付申告は随時受付。
2月1日(月)～3月15日(月) 9時～16時
※ 8時30分から平日のみ受付。ただし、2月21日(日)、28日(日)は受付を行います。混雑時は早めに締め切ることがあります
税務署は「入場整理券」が必要です。入場整理券は当日会

場で配布します。配布状況に応じて、後日の来場をお願いする場合があります。また、オンライン(LINE)による事前の発行もあります。

場所および問合先

川越税務署(JR川越線南古谷駅から徒歩7分)
☎235・9411(自動音声案内)
※ 駐車場が狭いため、車での来場はご遠慮ください

② 市役所(1階ロビー受付会場)、市民センター、女性センター

「市・県民税申告」、所得税および復興特別所得税の「確定申告」。
※ 各会場では対象地域を設けています。密を避けるため、対象地域日以内での来場にご協力ください

【市の会場(②)で受付できない申告】税務署で申告を

- ・ 過年分の確定申告
- ・ 分離所得の確定申告(株式の譲渡所得、土地・建物の

譲渡所得、申告分離課税を選択した配当所得、先物取引に係る雑所得、その他)

- ・ 国外に居住する親族を被扶養者とする確定申告(源泉徴収票に記載済の場合を除く)
- ・ 初年度の住宅借入金等特別控除の申告(2年目以降は可)、その他住宅関係の控除に係る確定申告
- ・ 損失の繰越を伴う確定申告
- ・ 青色申告
- ・ 雑損控除や災害減免法による減免に係る確定申告

会場	受付日	受付時間	対象地域
西市民センター	2月1日(月)・2日(火)・3日(水)	9時30分～11時30分、 13時30分～16時	中新田、新町、上新田、町屋、三ツ木、藤金、三ツ木新田
大橋市民センター	2月4日(木)・5日(金)・6日(土)	※ 各会場の3日目は、午前のみ の受付です	柳戸町、太田ヶ谷、鶴ヶ丘、松ヶ丘、南町、藤金、三ツ木新田
東市民センター	2月8日(月)・9日(火)・10日(水)	※ 対象地域外も受け付けます ※ 駐車場が狭いため、つるバス・ つるワゴンなどをご利用ください	藤金、上広谷、五味ヶ谷、富士見
女性センター	2月12日(金)・13日(土)・15日(月)	※ 開館時間(9時)前の来館は、ご 遠慮ください	脚折、脚折町、共栄町、高倉、下新田、羽折町、藤金
市役所	2月16日(火)～20日(土)	平日 9時～11時、13時30分～16時 土曜日 9時～11時	西部地区(脚折、脚折町、共栄町、高倉、下新田、羽折町、中新田、新町、上新田、町屋、藤金)
	2月22日(月)～27日(土)	※ 日曜日、祝日の受付は行いません ※ 開庁時間(8時30分)前の来庁 は、ご遠慮ください	東部地区(三ツ木、柳戸町、太田ヶ谷、上広谷、五味ヶ谷、富士見、鶴ヶ丘、松ヶ丘、南町、藤金、三ツ木新田、三ツ木新田)
	3月1日(月)～15日(月)		全地域

5 必ずお読みください

受付方法が変わります

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、例年と申告の受付方法を変更します。

- (1) 仮受付入口にて、検温とアルコール消毒を行っていただきます。
- (2) 検温後、仮受付窓口で呼び出しベル(白)をお渡します。それを持って待合所(市役所の場合は504会議室など)でお待ちいただきます。
- (3) 呼び出しベル(白)が鳴ったら、受付会場にお越しいただき、職員が書類の確認を行います。
- (4) 書類確認ができましたら、再度呼び出しベル(青)をお渡しますので、待合所でお待ちいただきます。
- (5) 呼び出しベル(青)が鳴ったら申告会場までお越しいただき、申告を行います。

申告会場

- (1) ご来場の際は必ず**マスクを着用**し、会場での**検温・アルコール消毒**にご協力ください。風邪のような症状がみられる方や、体調不良の方は来場を控えてください。来場時、検温で37.5度以上の発熱が確認された方や、検温に応じていただけない方は、申告会場への入場をお断りします。
- (2) 定期的に会場の換気を行います。寒い場合がありますので、各自で**防寒対策**をお願いします。
- (3) 午前中の早い時間帯は混雑する傾向があります。

事前の準備をお願いします

お待ちいただく時間を短縮するため、申告会場では必要な書類が整っている方から受け付けます。

医療費控除やセルフメディケーション税制の「明細書」が未作成の場合や、住宅借入金特別控除申告書、事業所得・不動産所得・農業所得の「収支内訳書」が未作成の場合は、税額の計算ができないため、**受付できませんので必ず事前にご記入をお願いします。**

よくある忘れ物

- ・生命保険契約による一時所得またはその他の雑所得のある場合→収入額および必要経費相当額を明らかにする書類
※ 所得額を算出するために必要です
- ・配当所得(総合課税:投資信託による収益の分配)のある場合→投資信託における「株式:債権」の比率および「国内株式:海外株式」の比率を明らかにする書類(特定口座年間取引報告書など)
※ 配当控除額を算出するために必要です

医療費控除とセルフメディケーション税制

領収書の提出は不要(5年間の保管義務あり)ですが、「明細書」の提出が必要です(明細書は市または国税庁ホームページからダウンロードできます)。

【必要なもの】

『医療費控除』令和2年中に支払った医療費の明細書
『セルフメディケーション税制』令和2年中に支払った特定一般用医薬品等購入費の明細書、「一定の取組」を行ったことを明らかにする書類

※ セルフメディケーション税制は、医療費控除との選択適用であり、申告期限後の変更はできません

ふるさと納税ワンストップ特例制度の申請手続きをした方へ

「市・県民税申告」または「確定申告」を行った場合は、「ふるさと納税ワンストップ特例制度」の申請は全て無効となります。

申告の際は、ふるさと納税に係る寄附金受領証明書を忘れずに持参し、申告してください。

上場株式等の配当所得などに係る住民税の課税方式の選択

特定配当等に係る所得および特定株式等譲渡所得金額に係る所得(源泉徴収がある特定口座に係る所得)は、所得税と異なる課税方式を選択することができます。

市・県民税申告書裏面14「上場株式等の配当等に係る課税方式について(所得税と異なる課税方式の選択)」の該当箇所を選択し、納税通知書送達日までに提出してください。

申告で使用する諸証明の発行

問合先 介護保険課介護保険担当

「市・県民税申告」または「確定申告」の控除で、障害者控除対象者認定書などが必要な方は、介護保険課で申請してください。

また、介護保険の一部のサービスは医療費控除の対象となる場合がありますので、川越税務署へお問い合わせください。

【障害者控除対象者認定書】

身体障害者手帳などの交付を受けていない方でも、65歳以上で要介護1から5の認定を受け、要件に該当する方には、認定書を発行します。

【おむつ代の医療費控除確認書】

おむつ代の医療費控除を受けるには、医師の証明書が必要です。ただし、2年目以降で、要介護などの認定を受け、要件に該当する方には、医師の証明書の代わりとなる確認書を発行します。

国民年金保険料の納付は便利な口座振替で

問合せ先 保険年金課国民年金担当

振替方法	保険料額	割引額
毎月納付	1万6540円	-
前納(前払い)	早割	1万6490円 50円
	6か月前納	9万8110円 1130円
	1年前納	19万4320円 4160円
	2年前納	38万1960円 1万5840円

付加保険料込みで前納する場合

振替方法	保険料額	割引額
毎月納付	1万6940円	-
前納(前払い)	早割	1万6890円 50円
	6か月前納	10万 480円 1160円
	1年前納	19万9020円 4260円
	2年前納	39万1180円 1万6220円

※ 上記の表については、令和2年度ベースでの表記となっています

国民年金保険料は、口座振替の早割・前納を利用することにより、毎月納付書で納付するよりもお得に納付することができます。

保険料の納付期限は翌月末ですが、「早割」では当月末に引き落としをすることで毎月50円安くなります。

さらに、6か月分、1年分、2年分を一括で口座振替をする「前納」では、より割引額が大きくなります。

なお、6か月前納(4月～9月分)、1年前納、2年前納の手続きは2月末日が期限です。早めに手続きをしてください。

この機会に、ぜひ口座振替納付されることをお勧めします。

手続きする場所
口座振替を希望する金融機関または川越年金事務所
手続きに必要なもの
年金手帳または納付書、通帳、金融機関の届出印

付加保険料のご案内
国民年金には付加年金制度があります。
国民年金に加入されている方は、定額保険料に上乗せして納めることで受給する年金額を増やすことができます。
申込みをした月からの加入になり、付加保険料は月額400円です。

防犯表彰を受賞しました

問合せ先 安心安全推進課
交通安全・防犯担当

10月19日、埼玉県防犯のまちづくり県民大会が行われ、高橋保さんが地域安全功労者表彰を受賞されました。

この表彰は、振り込め詐欺撲滅キャンペーンや市民青色防犯パトロールなどの防犯活



動を、永年にわたり尽力・貢献された功績が認められたものです。

国民年金保険料に関するQ & A

- Q. 口座振替で納付している場合、厚生年金へ加入したら口座振替は停止されますか？**
A. 厚生年金の加入手続き完了後、停止されます。しかし、厚生年金の加入手続きには一定時間を要するため、引き落としがされてしまう場合もあります(厚生年金と重複した場合は、後日還付となります)。
- Q. 1年間前納して途中で厚生年金に加入したとき、重複して納めた保険料を返してもらうにはどうしたらいいですか？**
A. 重複した期間が判明した場合、日本年金機構から還付の書類が送付されますので必要事項を記入し、返送してください。
- Q. 保険料を納めなかった期間がある場合、今から納めることができますか？**
A. 保険料は、納付期限から2年以内であれば納めることができます。
例：平成31年1月分は、令和3年2月末まで納付が可能
- Q. 9月1日に60歳になります。1年前納での口座振替をしています。どうなりますか？**
A. 年度の途中で60歳になる方の前納期間は60歳到達日(誕生日の前日)の属する前月分までのため、令和3年4月から7月分までが引き落としの対象となります。
- Q. 付加保険料を納めた場合、どのくらいもらえますか？**
A. 付加保険料を納付することで、年金受給時に「200円×納付月数」が加算されます。
例：10年間付加保険料を納めた場合「400円×120月＝4万8000円」1年間の受給額「200円×120月＝2万4000円」

交通事故からあなたを守るために

問合せ 安心安全推進課交通安全・防犯担当

交通事故はいつ、どこで起きるかは分からず、家の外に出たら、誰でも交通事故に遭う危険性があります。市内の令和2年の交通事故発生件数は前年と比べて減少していますが、信号無視や横断歩行者妨害など、車の交通法令違反が原因の事故が増加しています。

運転者にはどんなときでも交通ルールを守る責任と義務があります。交通ルールを厳守することは、相手だけではなく、自分の命や身体を守ることに繋がります。運転者が事故を起こさない意識を持つことはもちろんですが、自転車や歩行者も交通事故に遭わないように交通ルールを守り、「自分の命は自分で守る」心掛けを持ちましょう。

横断歩道は歩行者優先

横断歩道における歩行者の優先は交通ルールの基本です。しかし、令和元年の県内調査では、信号機のない横断歩道を渡ろうとして、歩行者が近づいてくる車に手をあげても、7割以上の車が停止しないなど、いまだ歩行者優先に対する意識の低い現状が明らかとなりました。「自分は運転に慣れているから大丈夫」などと思いつまらず、悲惨な死亡事故をなくすために、もう一度交通ルールを確認し、徹底しましょう。

また、県は横断歩道の歩行者優先を分かりやすく説明した動画を作成しました。

ぜひご確認ください。



動画はこちら



さいたまお父さん

横断歩道に近づいたときは

減速

停止できる速度に
横断歩道付近は、歩行者や自転車の飛び出しなどに備える必要があります。



横断歩道に横断歩行者などがある

ときは **一時停止**

横断者がいる場合、また横断しようとしている歩行者がいる場合は、必ず一時停止します。



横断歩道手前の

**追い抜き・
追い越し禁止**

横断歩道の手前30m以内は追い越しも追い抜きもしてはいけません。

横断歩道の前に停止車両がある

ときは必ず **一時停止**



歩行者も交通ルールとマナーを守りましょう

歩行中に無理な横断、斜め横断をしていませんか？近年、歩行者側に交通ルール違反がある事故も数多く発生しています。県内でも毎年、歩行者と車の事故で、横断歩道以外の場所を横断中に事故に遭い、亡くなられた方が多くいます。特に、夕暮れ時の事故が多く、「運転者から見えている、止まってくれる」などの先入観は事故に遭う危険性を高めます。自分は歩行者だから守られるべき存在であると過信せず、自分の身を守るためにも、ルールとマナーを守りましょう。



道路を横断するときは **歩道橋** や **横断歩道** を利用しましょう

信号無視、走行している自動車の直前や直後の横断、斜め横断、横断禁止場所での横断は重大事故を引き起こす要因となります。青信号や横断歩道でも油断はせず、安全確認をしっかりと行いましょう。



右側通行 を心掛けましょう

歩道や路側帯がない道路では、歩行者は道路の右側端を通行しなければなりません。これは道路の左側を通る車などの運転者と、右側を通る歩行者がお互いを認識しながら通行する「対面通行」によって事故を防ぐ意味があります。しかし、運転者が歩行者を常に認識できているとは限りません。特に大型車は死角が多く、「見えている」という先入観は大変危険です。大型車が近づいてきたら、通り過ぎるまで待つなど余裕を持った行動を心掛けましょう。



夕暮れ時や夜間の歩行には

明るい色 の服装や

反射材、LEDライトの使用がドライバーに発見されやすく有効です

危険！あおり運転は絶対やめましょう

あおり運転とは？

他の車などに対し、妨害する目的での不必要なブレーキ、急な進路変更、幅寄せや急な加減速、不必要なクラクションの反復などの違反行為をすることがあおり運転です。あおり運転は、重大な交通事故につながる極めて悪質・危険な行為です。違反1回で免許取消処分となり、最長5年の懲役刑や罰金など厳しい罰則を受けます。車を運転する際は、周りの車に対する「思いやり・ゆずり合い」の気持ちを持って、安全な速度・方法での運転を心掛け、十分な車間距離を保つとともに、不必要な急ブレーキや無理な進路変更などは絶対にやめましょう。

もしも、「あおり運転」に遭遇してしまったら

- ・挑発に乗ることなく、できるだけ道路の左端に寄るなどして相手を先に行かせましょう。
- ・サービスエリアや駐車場など、交通事故に遭わない場所に入り、車を止めましょう。
- ・ためらうことなく、110番通報をしてください。ドアをロックし、車内で警察の到着を待ちましょう。
- ・もしもに備えて、ドライブレコーダーを設置しておきましょう。事故やトラブルの際に証拠を残すだけでなく、あおられ防止にも効果的です。

交通安全のために大切なこと

心にゆとりを持った運転を

焦りや不安は、注意が散漫になり、周囲へ目が向かず、冷静に考え、的確な判断を行うことができません。その結果、速度超過や信号無視、急な右左折などの「先を急ぐ」ことを優先してしまい、事故を引き起こす危険性が高まります。

時間に余裕をもって出発し、運転中に自分自身が「焦っている」、「イライラしている」と感じたら、大きく深呼吸をして冷静になるよう心掛けましょう。

どんなときでも交差点では右折先の横断歩道、左折時の巻き込み確認を徹底してください。特に自宅の車庫やお店の駐車場など道路に面した場所に入出入りするため歩道を横切るときは、その直前で一時停止し、周囲の安全を必ず確認しましょう。歩行者や自転車が近くにいるようであれば、「お先にどうぞ」という気持ちで通過するまで待つことが事故を防ぎます。



命を守るために

交通事故は、一瞬の不注意で多くのものを奪い、失われた命や幸せな生活は二度と戻りません。被害者や被害者家族などに一生癒えることのない深い悲しみを与え、加害者も、「人の命を奪ってしまった」という罪悪感と、様々な責任を、一生背負って生きて行かなければなりません。それは、加害者本人だけではなく、その家族や親族までもが同じ苦しみを背負うこととなります。交通事故は一人ひとりの心掛けで防ぐことができます。運転者も歩行者もお互いに交通ルールを守り、思いやりの心で交通事故を防ぎましょう。

市町村交通災害共済に加入しましょう

交通災害共済は、県内の加入市町村がその住民の方々を対象に、共同で実施する公的共済制度です。皆さんが会費を出し合い、交通事故により負傷した会員の方にお見舞金をお支払いする助け合いの制度です。ワンコインでもしものときに備えましょう。

※ 交通災害共済は、事故を起こしてしまったときに相手方の損害を補償するものではありません。また、県内で加入が義務化されている自転車保険とも異なります

共済期間 4月1日(木)～令和4年3月31日(木)

年会費 500円

加入受付 2月1日(月)～

加入申込 折り込みの加入申込書に必要事項を記入の上、安心安全推進課、各市民センター、若葉駅前出張所、または郵便局まで、会費を添えて申し込んでください。

見舞金請求 交通事故によりケガをして見舞金請求を行う場合は、安心安全推進課交通安全・防犯担当にお問い合わせください。

「今月号の折り込みを」
ご確認ください！



全国一斉情報伝達訓練を行います

問合せ 安心安全推進課防災担当

地震や武力攻撃などの発生に備え、国の主導により、情報伝達訓練を行います。

この訓練は、全国瞬時警報システム（Ｊアラート）を用いた訓練で、国から送られてくる緊急情報を市の防災行政無線（防災ラジオ）から自動的に一斉放送する訓練です。

放送日時 2月17日(水)11時頃

放送内容 「チャイム音」これは、Ｊアラートのテストです。（繰り返し3回）

こちらは、防災つるがしまで（チャイム音）」

※ 災害時などは訓練を中止する場合があります

ふるさと納税返礼品のパートナー企業を募集しています

問合せ 産業振興課商工労政担当

市では、ふるさと納税の返礼品のパートナー企業を募集しています。

返礼品は商品だけでなく、鶴ヶ島に来て、遊びや体験をするサービス提供型の返礼品の申込みも受け付けています。

ふるさと納税記念品として紹介されることにより、全国的なPRを行うことができるので、販路拡大などにつながります。

返礼品の提供事業者としての要件

- ・市内に事業所などが所在していること
- ・市税の滞納がないこと
- ・商品は市の品位を損なうおそれがないこと など

提供いただく返礼品の基準

- ・総務省において、ふるさと納税記念品の基準が設けられています。記念品として申込みいただく際は、必ず基準を満たすようお願いいたします。

地場産品基準

- ・市内において返礼品などの原材料の主要な部分が生産されたもの
 - ・市内において返礼品などの製造、加工その他の工程のうち、主要な部分を行うことにより相応の付加価値が生じているもの など
- ※ その他の詳細は、直接お問い合わせください

防災ラジオからの放送を終了します

問合せ 安心安全推進課防災担当

防災ラジオの放送終了

防災行政無線のデジタル化工事完了に伴い、防災ラジオからの防災放送が2月末で終了します。

現在お持ちの防災ラジオは、引き続きFM／AM放送の受信や、懐中電灯として使用できますので、非常時などにご利用ください。

その他の情報提供サービス 防災行政無線テレフォンサービス

防災放送の内容を音声により確認できます。

☎ 0800・800・6378
（無料）

電話が集中した場合は、話中となりますので、時間を置いて掛け直してください。

050で始まるIP電話サービスをご利用の場合は、☎ 271・1717（有料）にお掛けください。

市ホームページ

防災行政無線で放送された内容の確認ができます。休日などは放送内容の反映まで

に、多少時間がかかることがあります。

市ツイッター

放送された内容を文字により確認できます。市ホームページからアクセスができます。



ツイッター

つるがしまメールマガジン

利用者が登録したメールアドレス宛に、市からの情報をお届けします。

安心安全メールに登録すると、災害や防犯などの情報を受信することができます。また、防災無線の放送と同時に放送内容のメールも届きます（児童の見守り放送、夕焼け放送などの定時放送は除きます）。



メールマガジン

(仮称)圏央鶴ヶ島IC東側調整池(公園1・2)の貸出

問合せ先 生涯学習スポーツ課市民スポーツ担当

埼玉県農業大学校跡地に整備された多目的に利用できる(仮称)圏央鶴ヶ島インターチェンジ東側調整池(公園1・2)の貸し出しを、4月より開始する予定です。

令和3年度上半期(4月～9月)の大会などの利用調整会議を開催しますので、自治会、子ども会、体育協会に加盟するスポーツ団体などで使用予定のある団体は、ご出席ください。

- 日時** 2月13日(土)10時～
- 場所** 市役所5階会議室
- 対象施設** 公園1
主に野球などに使用
- 公園2
主にサッカーに使用
- 対象期間** 4月～9月分

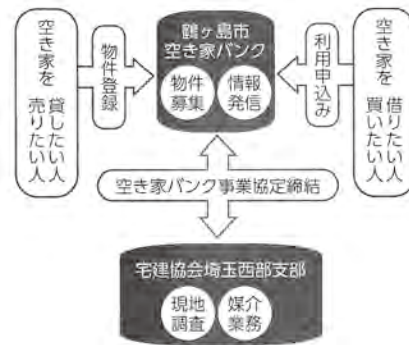
空き家バンクについて

問合せ先 都市計画課開発建築担当

「空き家バンク」とは、空き家を売却・賃貸したい方から登録を受けた物件情報を、宅地建物取引業者を媒介し、空き家を購入・賃借したい方に紹介する制度です。

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に関する協定を締結し、利活用を促進しています。

空き家バンクの利用をお考えの方は、都市計画課までご連絡ください。



教育振興基本計画(素案)への意見募集

問合せ先 教育総務課総務担当

教育委員会では、市の教育行政を進めていく基本的な考え方として「第3期鶴ヶ島市教育振興基本計画」の策定を進めています。

今回、計画(素案)に対する意見を募集します。

期間 2月1日(月)～3月1日(月)

計画(素案)の閲覧場所 市ホームページ、市役所情報公開コーナー、若葉駅前出張所、女性センター、中央図書館、各市民センター、教育

意見の提出方法

住所、氏名、電話番号、意見(様式自由)を記入し、直接または郵送(〒350-2292住所不要)、ファクシミリ(FAX271-4280)、メール(☒10800010@city.tsuugashima.lg.jp)で教育総務課へ

※ 電話や窓口での口頭の意見は受付できません

都市計画マスタープラン(素案)への意見募集

問合せ先 都市計画課都市計画担当

市では、鶴ヶ島市都市計画マスタープランの一部改訂を進めています。

今回、計画(素案)に対する意見を募集します。

期間 2月1日(月)～3月1日(月)

計画(素案)の閲覧場所 市ホームページ、市役所情報公開コーナー、若葉駅前出張所、女性センター、中央図書館、各市民センター、都市

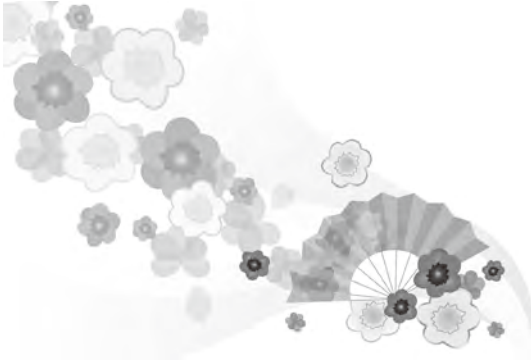
意見の提出方法

住所、氏名、電話番号、意見(様式自由)を記入し、直接または郵送(〒350-2292住所不要)、ファクシミリ、メール(☒10600010@city.tsuugashima.lg.jp)で都市計画課へ

※ 電話や窓口での口頭の意見は受付できません

令和2年度鶴ヶ島市表彰式

問合先 秘書広報課秘書担当



鶴ヶ島市表彰
自治功労
 大久保 好博 さん
 小川 光昭 さん
 藤岡 利子 さん
 鬼丸 乙彦 さん
 中村 由美子 さん

社会福祉功労
 谷辻 利郎 さん

保健衛生功労
 佐野 知子 さん
 今井 江美子 さん

1月9日、令和2年度鶴ヶ島市表彰式において、市政発展に貢献された方々へ、表彰状の贈呈を行いました。



つるの里奨励賞
 清水 陽音 さん
 坂脇 憲広 さん
 山北 莉緒 さん
 清水 梨音 さん
 渡邊 穂萌 さん
 渡邊 禮心 さん
 萩谷 彩泉 さん
 柴田 優希 さん
 荒木 夢佳 さん
 成瀬 結菜 さん
 大下 魁正 さん
 栗原 遥大 さん
 古谷 秀斗 さん
 船橋 星来 さん
 山田 和花 さん
 三輪 颯太 さん
 井上 理恵 さん

鶴ヶ島中学校 駅伝部



まちづくりポイントの期限にご注意ください

平成30年4月1日から平成31年3月31日に発行されたまちづくりポイントは、令和3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。ポイントの確認、交換は、地域活動推進課、各市民センター、市民活動推進センターで行えます。

まちづくりポイントとは

市民活動を進めるために、市主催の事業などに参加した場合に発行されるポイントです。

ポイントを貯めると

つるバス・つるワゴンの運賃や施設使用料などに使用できる「まちづくりポイントクーポン券」や、市内の地域支え合い協議会とその協力店で使用できる「ありがとう券」、つるゴントオルなどの商品と交換ができます。また、応援したい団体への寄附もできます。

ポイントを貯めるには

広報つるがしまをご覧ください、まちづくりポイントマークのついている事業の中から興味のある事業を見つけてご参加ください。

☎ 地域活動推進課地域活動推進担当



まちづくりポイント発行対象事業にはこのようなマークが表示されています



わかば大学塾塾生

令和3年度前期講座の塾生を募集します。受講を希望する方は、下記施設で「わかば大学塾講座案内」を入手してください。パンフレットの戸別配布は行いません。

配布期間

2月10日(水)～3月10日(水)

配布場所

市役所(1階ロビー、生涯学習スポーツ課)、各市民センター、女性センター、農業交流センター、市民活動推進センター、中央図書館
☎ わかば大学塾事務局 ☎298・7484(平日10時～12時、13時～15時)

マイ時刻表を作成します

つるバス・つるワゴンの時刻や乗り継ぎなどに不安がある方にマイ時刻表を作成します。

マイ時刻表は、乗車する停留所から行き先の停留所までの発車時刻、乗り継ぎ場所、到着時刻などを分かりやすくまとめた、あなた専用の時刻表です。

☎☎ 住所、氏名、連絡先、乗車停留所、降車停留所を直接または電話、ファクシミリ、メール(☐10600010@city.tsurugashima.lg.jp)で都市計画課交通政策担当へ



今月の納期

- ◆国民健康保険税第8期
- ◆介護保険料第8期
- ◆後期高齢者医療保険料第8期

水質検査結果ガイドをご覧ください

水道企業団では、水道を安心してご利用いただくため、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「2019年度版水道水水質検査結果ガイド」として、2月下旬以降に中央図書館・各分室でご覧いただけます。

☎ 坂戸、鶴ヶ島水道企業団浄水課 ☎285・8138

図書館西分室の開館日を変更します

図書館西分室の利用実態、図書館運営の現状などを検討した結果、利用実態に即した開館日にすることが妥当であると判断し、4月1日(木)から次のとおり変更します。ご理解・ご協力をお願いします。

開館日 水・木・土・日曜日

開館時間 9時～17時(変更なし)

☎ 生涯学習スポーツ課社会教育担当、中央図書館 ☎271・3001

イベント実施に伴う新型コロナウイルス感染症対策について

イベントなどに参加される場合は、当日検温していただき、マスクの着用をお願いします。体調不良の際は、参加をご遠慮ください。当日の体温や体調によっては、参加をお断りさせていただくことがあります。また、状況により、イベントを中止または延期とさせていただく可能性もありますので、予めご了承ください。

第26回東洋大学連携スポーツ講習会

日頃から行っているランニング。走り方やペース、運動強度を気にしていますか？自分に合った走り方とランニングスピードを学ぶ実践編です。もう一段階レベルアップしたい方へ、心肺機能を向上させるための効果的なトレーニング方法を提案します。

対 市内在住在勤の方

日 3月13日(土)9時～11時

場 運動公園サブグラウンド

講 平澤愛さん(杏林大学保健学部学内講師)、
カウンセリング/小河繁彦さん(東洋大学理工学部生体医工学科教授)

内 自分の体力レベルに合わせた体力向上を目指します。

定 20人(申込順)

持 スポーツのできる服装

他 詳細は市ホームページでご確認ください。

申問 2月10日(水)から直接または電話で
生涯学習スポーツ課市民スポーツ担当へ



市HPはこちら

自然農法の野菜作り講座

対 市内在住在勤の方

日 3月17日(水)～12月5日(日)、原則として毎月第1・3水曜日(天候などにより変動あり)9時30分～11時30分(7～9月は9時～11時)

場 大橋市民センター前の畑

講 上野和弥さん、内野元一さん(有機野菜を作る会)

内 EM菌を使用した有機農法で農作物を栽培し、収穫する。

定 30人(申込順)

料 1500円

持 畑で作業できる服装

他 野菜は収穫ごとに持ち帰り可

申問 2月2日(火)から大橋市民センターへ☎286・0005(平日9時～17時)

【3月・4月の予定】

3月17日(水)／実習「ジャガイモ種植え、活性液づくり」

4月7日(水)／実習「ボカシ作り、ニンジン・大根の種まき」



募 集

公園等サポーター

市では「公園等サポート制度」を設けています。市民の皆さんがサポーターとなり、市が管理する公園や広場などを市と協働で管理していただく制度です。制度に基づき、公園の緑化や清掃活動にご協力いただける「サポーター」を募集しています。

活動内容

- 公園などの清掃・除草活動
- 公園などの緑化・花植え活動など

市の支援内容

- 清掃道具(ほうき・軍手・ごみ袋)の配布または貸し出し
- 花苗・移植ごてなどの支給または貸し出しなど

問 都市計画課公園緑地担当



案 内

鶴ヶ島の水から環境を考えるパネル展

「水」は生命を育みます。「水」とうまく付き合っていくために私たちと一緒に考えてみませんか。

日 2月1日(月)～5日(金)

場 市役所1階ロビー

内 市内の環境団体が作成した啓発パネルおよびテーマに合わせた短歌・アート作品の展示

問 生活環境課環境保全担当



町史で読む鶴ヶ島今昔物語

**日** 3月6日(土)14時～15時**場** 中央図書館**講** 生涯学習スポーツ課文化財担当職員**内** 市デジタル郷土資料を使用し、「鶴ヶ島町史(通史編)」を座学形式で学ぶ**定** 14人(申込順)**持** 筆記具**申 問** 2月2日(火)から中央図書館へ☎271・3001

新規学卒者・若者等就職面接会

対 ①令和3年3月高等学校卒業予定の生徒および既卒3年以内の方(高等学校卒業予定の生徒については第2部のみ)、②正社員での就職を希望するおおむね44歳までの方**日** 2月24日(水)第1部/11時～12時30分(受付10時30分～12時)第2部/14時30分～16時(受付14時～15時30分)

※ 参加企業数(25社予定)などの状況により、1部制となる可能性あり

場 ウェスタ川越**料** 無料(要事前予約)**持** 履歴書、求職受付表(ハローワークで求職登録している方)**申 問** ハローワーク川越に直接または☎242・0197(高等学校卒業予定者は学校経由)

言葉でつながる×文字でつたえるーラノベクエストVIー

ティーン向けに様々な催しを行うイベント。図書館をもっと楽しもう！

対 中学生・高校生**日** 2月28日(日)**場** 中央図書館**問** 中央図書館☎271・3001、

☐lib.tsurugashima02@lib.tsurugashima.saitama.jp

申込フォームはこちら



【催しの内容】

アナログツルッター

アナログツルッターとは、市立図書館を利用している皆さんからメッセージを募集してシェアするイベントです。テーマは「図書館」。「こんなことがしたい!」「こうだったらいいな!」など、図書館について考えていることをみんなでシェアしませんか?

持 筆記具**申** メッセージは事前に申込フォームに投稿するか、当日、用紙に記入してください。

ビブリオバトル

時間 10時30分～11時30分**内** バトラーがおすすめの本の魅力を語り、いちばん読みたい本を決める本のコミュニケーションゲーム**定** バトラー(中学生・高校生)5人、観戦者12人**持** おすすめ本(バトラーのみ)、筆記具**申** 中央図書館へ電話、メールまたは申込フォームから

即興!超短編小説リレー

時間 14時～15時**内** くじでタイトルを決めてリレー形式で小説を書くワークショップ!ちぐはぐな短編小説を楽しもう!**定** 12人(申込順)**持** 筆記具**申** 中央図書館へ電話、メールまたは申込フォームから

梅や福寿草、マンサクなどが見頃に～国営武蔵丘陵森林公園～

2月の公園は、日本有数の約120品種・500本の梅が主役となります。梅の心地よい香りに包まれる公園を散策しませんか。

開園時間 9時30分～16時 **場** 国営武蔵丘陵森林公園**料** 大人(高校生以上)450円、65歳以上210円、中学生以下無料**問** 国営武蔵丘陵森林公園管理センター☎0493・57・2111

もし、発熱したら…

受診するための3ステップ

身近な医療機関で、新型コロナウイルス感染症とインフルエンザ、両方の診療・検査ができます。

ステップ①

☑医療機関を検索

県ホームページで
「埼玉県指定 診療・検査医療機関」の
連絡先、受付時間などを確認



診療・検査医療機関はこちら

■ホームページが見られない方の問合せ先

- ・埼玉県受診・相談センター
☎048・762・8026 FAX048・816・5801
月～土曜日、祝日 9時～17時30分
- ・県民サポートセンター
☎0570・783・770 FAX048・830・4808
24時間・年中無休

ステップ②

☑受診の予約

他の症状の患者さんとの接触を避けるため、
医療機関ごとに発熱患者専用の受付時間を設
定しています。
必ず事前に予約をしてください。

■連絡前に準備しておきましょう

- 医療機関へ連絡した際には、主に次のようなことを聞
かれます。あらかじめ準備しておくくとスムーズです。
- ・症状(何時から症状があるか、体温など)
 - ・身近に体調の悪い人がいたか(わかる場合にはその
人の病名も)
 - ・現在治療中の病気 など

ステップ③

☑受診

必ず、予約した病院で受診してください。
医師の判断により、必要に応じて、新型コロナ
ウイルス感染症やインフルエンザの検査など
を実施します。

■受診時のお願い

- ・受診の際は、必ずマスクを着用しましょう。
- ・公共交通機関の利用は控えましょう。
- ・医療機関の指示事項を守りましょう。
- ・検査は医師が必要と認めた場合に行います。

予防接種はお済みですか？



■麻しん風しん混合(MR)の予防接種第2期

対 平成26年4月2日から平成27年4月1日生まれの方
(幼稚園、保育所などの年長相当)

※ 対象の方は、3月31日(水)までに接種しましょう

■二種混合(ジフテリア・破傷風)予防接種

対 11歳以上13歳未満(13歳の誕生日の前日まで)の方

※ 対象の方は、13歳の誕生日の前日までに接種しましょう

※ MR・二種混合ともに接種期間が過ぎると、有料(全額自己負担)になります

■高齢者肺炎球菌の予防接種

令和2年度の対象の方で、接種を希望する方は、3月31日(水)までに接種しましょう。

対 4月1日までに65、70、75、80、85、90、95、100歳を迎える方で、過去に肺炎球菌予防接種を接種したことがない方
(対象となる方には、令和2年4月に封書にてお知らせしています)

個人負担金 3000円(免除対象者/中国残留邦人等支援給付制度適用者、生活保護世帯および市民税非課税世帯に属する方)

※ 接種期間が過ぎると定期接種から任意接種の扱いとなり、個人負担額が増額になりますので、ご注意ください

問 保健センター ☎271・2745

定例健康ウォークで健康づくり

ウォーキングは、健康づくりにとても有効な運動です。講師付きなので、初心者でも安心して参加できます。ご自身の健康づくりのきっかけに参加してみませんか。

日 3月12日(金)9時30分～12時

場 西市民センター

講 鶴ヶ島ウォーキングクラブ

内 3～5kmのコースを歩きます。

定 20人(申込順)

持 飲み物、タオル、帽子、レジャーシート、マスク、筆記具

他 両手のあく服装でお越しください。車での来場はご遠慮ください。

申 2月1日(月)から健康長寿課健康増進担当へ



地域包括支援センターにご相談ください

新型コロナウイルス感染拡大防止対策が長期化し、外出や他者との交流の機会が減り、高齢者の心身の機能低下などが心配されます。地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で安心して生活を継続することができるように必要な支援を行う総合相談機関です。足腰が弱くなり転びやすくなった、もの忘れがひどくなったなどの心配ごと、困りごとがありましたら、担当のセンターへご相談ください。

※ 感染拡大予防のため、当分の間、窓口相談を希望する場合は、事前に電話でご連絡ください

※ 担当のセンターが不明な場合、お問い合わせください

■かんえつ(脚折145-1関越病院南館1階)

☎285・7877、FAX285・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、FAX279・0778

■ぺんぎん(上広谷5-1プラザイン上広谷1階)

☎271・5123、FAX271・5125

■いきいき(三ツ木16-1市役所1階)

☎227・6171、FAX227・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)

問 健康長寿課地域包括ケア推進担当

希望する妊婦の方への 分娩前ウイルス検査



新型コロナウイルス感染症への不安から検査を希望する妊婦の方を対象に分娩前ウイルス検査を行います。

検査費用の自己負担はありません。

検査については、かかりつけ産科医療機関にご相談ください。

☎ 県健康長寿課 ☎048・830・3561



県HPIはこちら



しっかり食べて免疫力を高めましょう

No.191



寒さと乾燥で風邪をひきやすい季節です。免疫力を高めて感染症から身を守りましょう。免疫力を高める方法のひとつに腸内環境をよくすることがあります。

私たちの腸の中には約1000種、100兆個ほどの腸内細菌が生息し身体を守っていると考えられています。腸内細菌には善玉菌、悪玉菌、日和見菌(ひよりみきん)があり、そのバランスにより腸内環境が左右されます。偏った食生活や過労、寝不足、ストレス、加齢による老化などが腸内環境を悪化させます。一方、ビフィズス菌や乳酸菌などの善玉菌が増えると環境が良くなり感染症の予防が期待できます。

規則正しくバランスの良い食事を意識するとともに、餌になる食物繊維やオリゴ糖をとって善玉菌を増やしましょう。野菜、豆、海藻、きのこ、穀類に多く含まれます。また、納豆やみそ、漬物、ヨーグルトなどの発酵食品もお勧めです。ヨーグルトは人によって合うものと合わないものがあります。続けて食べておなかの調子が良くなるものを探してください。果物をトッピングしたヨーグルトを毎朝のお約束にしたり、日々のご飯を雑穀に変えたりとご自身でやりやすいことから始めてください。

しっかり食べて、笑顔でこの冬を乗り切りましょう。

女子栄養大学栄養クリニック 管理栄養士 富士原 伴子

ふれあい掲示板

仲間になりませんか

ちびっこ体操クラブ(親子体操)

対 幼児と保護者
日 毎週金曜日10時～11時
※ 2月26日(金)11時～体験受付予定
場 東市民センター
問 高橋 ☎080・8831・0024

ひまわり体操クラブ(親子体操)

対 幼児と保護者
日 毎週月曜日10時～11時
※ 2月22日(月)11時～体験受付予定
場 東市民センター
問 木下 ☎080・1379・9888

野菜サポーターズ(エコ鶴市民の会)

日 月3回9時30分～11時30分
場 エコ鶴菜園(三ツ木、太田ヶ谷)
料 1000円/年
問 高柳 ☎090・9106・0957

鶴ヶ島太極拳クラブ

日 毎週金曜日(月4回)10時～12時
場 大橋市民センター
問 福島 ☎271・5277

B&G太極拳クラブ

日 毎週火曜日14時～16時
場 海洋センター
問 貫島 ☎090・9313・9785

省略記号一覧

対 対象 日 日時・日にち
期 期間 場 場所 講 講師
内 内容 定 定員 報 報酬
料 入場料・参加費 持 持ち物
他 その他 申 申込 問 問合せ

参加してみませんか

初めての短歌教室

日 2月20日(土)10時～11時30分
場 富士見市民センター
料 無料
申 できるだけ事前に申込みをお願いします。
問 浜尾 ☎233・9369

出かけてみませんか

第9回花咲くおとめ座劇場

日 3月6日(土)13時～14時30分
場 富士見市民センター
料 前売券500円、当日券700円
申 不要
問 橋本 ☎090・6015・7463

4月号の原稿締切は、2月22日(月)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、同一号には1件までの掲載に限らせていただきます。

鶴ヶ島市役所

〒350-2292

鶴ヶ島市大字三ツ木16-1

☎ 271-1111 / ㊚ 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(1月1日現在)

人口 6万9937人 (前月比54)

世帯数 3万1890世帯(63)

男 3万4653人 (13)

女 3万5284人 (41)

今月の表紙



晴天に恵まれた成人式での一枚です。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、常時マスクの着用でしたが、撮影時は周りの状況を見て、外してもらいました。新成人の皆さんが一番笑顔になれる特別な日。おめでとうございます！(関連P2-3、p24-25)

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)

10日(水)10時～13時※3月の受付は12日から / 電話相談▷女性センター ☎287・4755

◆女性相談・DV相談(要予約)

月・水・金曜日10時～16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)

26日(金)13時～17時(5日から受付)▷市役所2階消費生活センター

◆就職相談(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

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

※ 事前予約は当日6時から診療時間の45分前までに ☎050・5840・1156またはインターネットから



予約はこちら

2月の眼科在宅当番医

にし眼科クリニック

富士見1-2-1-2F(ワカバウォーク)

☎271・2424

診療日時 2月28日(日)9時～17時

※ 休憩時間は要確認

◆弁護士による法律相談(要予約)

2日(火)(受付中)、19日(金)(5日から受付)、3月2日(火)(16日から受付)13時～16時 / 市役所5階▷地域活動推進課

◆司法書士による法律相談(要予約)

18日(木)(4日から受付)、3月11日(木)(25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(予約優先)

18日(木)(4日から受付)、25日(木)(10日から受付)、3月11日(木)(25日から受付)13時～16時 / 市役所3階▷地域活動推進課

◆行政相談

19日(金)13時～16時 / 市役所5階▷地域活動推進課

◆不動産相談(予約優先)

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

◆こころの健康相談(要予約)

16日(火)9時30分～ / 市役所1階▷障害者福祉課

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(ダイヤル回線・IP電話・PHSの場合)

相談時間 24時間365日対応

埼玉県 AI 救急相談

利用者がチャット形式で相談した内容をもとに、可能性のある症状を提示し、緊急度の判定を行います。埼玉県 AI救急相談で検索！



埼玉県HP

恩師からの メッセージ

成人おめでとう。これからも夢の実現に向けて全力で努力！

元西中学校校長 青柳高



ようこそ！社会人の一員となる入会を歓迎します。成人おめでとう！

元西中学校3年主任 沖杉誠一



祝成人式 Photo news



輝く未来に力の限りはばたく成人であれ

元藤中学校校長 渡邊 範行



成人おめでとうございます。皆さんのご活躍をお祈りしております。

元藤中学校3年主任 五十嵐 和宏



祝成人！大好きな故郷鶴ヶ島のために大いなる活躍を期待しています。

元南中学校校長 八木原 利幸





新型コロナウイルス感染症の大きな影響を受けている今、皆さんの大切な人の命を守るため、いつでもどこでも考えて行動のできる大人になってください。

元鶴ヶ島中学校3年主任
島野 正巳しまの まさみ



成人おめでとう。「友 旅立ちの時」覚えてますか？3人の団長の輝く坊主頭が今でも思い出されます(笑)。

元鶴ヶ島中学校校長
真武 公司またげ こうし



成人おめでとう！会えないのが残念です。

元富士見中学校3年主任
松崎 尚夫まつざき ひさお



成人おめでとう！ございます。前途を嘱望される君たちの今後が楽しみです。

元富士見中学校校長
大木 剛おおき たいし



新たな目標に向かって努力し、輝かしい未来を切り拓いてください。

元南中学校3年主任
吉田 広良よした ひろよし



明日はもっと強い自分に

南小学校、埼玉栄中学校卒業
 埼玉栄高等学校3年生、ジュニアナショナルチームメンバー
 全日本総合バドミントン選手権大会 第73回、第74回出場
 JOCジュニアオリンピックカップ第38回全日本ジュニアバドミントン選手権大会 優勝

小学生時代は「鶴ヶ島Angels」に所属し、全国小学生ABCバドミントン大会や全国小学生バドミントン選手権大会など、多くの全国大会で優勝を収めました。
 ナショナルチームとして年に数回海外でも試合を行っており、世界ジュニア選手権2019では4回戦進出を果たしました。



うちのはるた
内野陽太さん
 (バドミントン)

競技人生の始まり

「姉がやっていたのを見て、楽しそうだなと思って始めました」バドミントンとの出会いは5歳のとき。「小学生のときから何度か全国1位になったことでバドミントンの楽しさを知って、中学、高校と続けてきた感じですよ」と、数々の偉業を淡々と振り返ります。

乗り越えた壁

高校2年生のとき、フォームの改善に取り組みます。「スマッシュの速さはフォームが変わりません。桃田賢斗選手の打ち方を見て勉強したり、専門の指導者に見てもらって直したりしました。相手が見抜けないような打ち方、これが結構壁でした」

自分で自分の課題を見出し、逃げずに向き合うことで、内野さんは今も成長を続けています。

ジュニアナショナルメンバー

ナショナルチームに選ばれていても「特にプレッシャーはない」とさらっと語る内野さん。「選ばれているのは、全国でもずっと上位に入っていて、安定感があるからかな」と自分を分析します。

小学5年生から現在に至るまで選出され続けている強さの秘訣について、「睡眠と食事はしっかりとるようにしています。後は、練習後のストレッチですね。ケガしないことを重視しています」と教えてくれました。ベースとなる体のケアを怠らないことが、試合でのパフォーマンスに繋がります。

コロナ禍での練習

様々な大会が中止になるだけでなく、通常練習も3か月できませんでした。しかし「自分でフィジカルを鍛えたり、外を走ったり。こういうときこそ周りの選手と差を縮めたり、逆に広げたりできると思って、考えて努力しました」と、チャンスを掴みに行きます。

いつもと違う1年。「得たものは結構あって。通常練習がない分フィジカルを追い込んでいたの、フットワークは社会人に追い付いてきました。やってきてよかったと思います」と、大きな成果を実感したようです。



日本最高峰の大会

12月に行われた全日本総合バドミントン選手権大会。トップ選手が集います。「B代表に入りたくて、挑戦する気持ちで大会に臨みました。でも社会人とはショットの精度も全く違った。負けて悔しい気持ちです」と力の差を痛感しました。「終盤は自分の体力がなくて負けてしまった」と振り返り、「練習後にランニングしたり、もっと鍛えます」と前向きに意気込みを語ってくれました。

次の舞台

春には大学に進学し、鶴ヶ島を離れます。新たな目標は、「大学のインカレの大会で1年生から優勝して4連覇すること」。さらなる高みを目指して次のステージへ踏み出す内野さんを、鶴ヶ島はこれからもずっと応援しています。

編集後記

新型コロナウイルス感染症の影響でマスクを着用しての成人式となりましたが、振袖に合う、和柄のデザインや刺繍の入ったマスクを着用している新成人がちらほら。例年とは異なる成人式となりましたが、自分たちなりのやり方で成人式を楽しもうとする新成人の姿に、エネルギーを感じました。

ご意見・ご感想は秘書広報課広報広聴担当へ
 ☎10200001@city.tsurugashima.lg.jp

