



PUBLIC RELATIONS

広報つるがしま  
**surugashima**

8

2021  
NO.1042

# 特集 聖火が、鶴ヶ島を駆け抜けた。







# 聖火が、鶴ヶ島を駆け抜けた。

## 東京2020オリンピック聖火リレー

👉 初めて鶴ヶ島に聖火がやってきた!

7月6日から8日の3日間、埼玉県内で東京2020オリンピック聖火リレーが行われました。前回大会(1964年)の聖火リレーは残念ながら、鶴ヶ島を通過することはありませんでした。

はるか遠いギリシャで採火されたオリンピック聖火は、7月8日9時53分、市内五味ヶ谷の広田橋交差点付近をスタート。7人のランナーのリレーにより川越坂戸毛呂山線(県道39号線)を北西に走り抜け、坂戸市へとつながれました。



広田橋交差点



杉下小学校付近

コンビニ付近

聖火リレーって、なに?

■聖火リレー

ギリシャ・オランダの太陽光で採火された炎をギリシャ国内と開催国内でリレーによって開会式までつなげるものです。

オリンピックのシンボルである聖火を掲げることにより、平和・団結・友愛といったオリンピックの理想を体現し、開催国全体にオリンピックを広め、来るオリンピックへの関心と期待を呼び起こす役割を持っています。

■前回大会の埼玉県の聖火リレー

昭和39年10月6日、聖火は、上里町で群馬県から引き継がれ、国道17号線、旧中山道を東京に向けて走り出しました。沿道には聖火をひと目見ようと多くの人がどが詰めかけました。

その後、聖火は、本庄市、深谷市、熊谷市、行田市、鴻巣市、北本市、桶川市、上尾市、72・7kmを1日で走り抜け、夕方、埼玉県庁に到着。翌7日、埼玉県庁を出発した聖火は蕨市を通過して戸田市に到着し、荒川にかかる戸田橋の中継所で、東京都に引き継がれました。

■東京2020オリンピックの聖火リレー

令和2年3月12日にギリシャ・オランダで採火された聖火は、3月20日に日本に到着。その後、宮城県、岩手県、福島県で展示されました。

令和3年3月25日に福島県の「ヴィレッジ」を出発し、全国の市区町村を回り、7月23日の開会式で聖火台に点火されました。







Photo by Tokyo 2020

Photo by Tokyo 2020



若葉台通り

ステーキ店付近

富士見中学校付近

ガソリンスタンド付近

圏央道付近



Photo by Tokyo 2020



Photo by Tokyo 2020



Photo by Tokyo 2020





# 聖火ランナーにInterview

東京2020オリンピック聖火リレーでは、47都道府県で選出された聖火ランナーたちが、それぞれの思いを胸に聖火をつなぎました。

東京2020オリンピック聖火リレーの主役である聖火ランナーとして、鶴ヶ島市内を走った市内在住ランナー3人の聖火リレーに込めた想いを紹介します。



## 次は選手としてオリンピックに参加したい

### ■走ってみたいと思った理由やきっかけ

オリンピックのチケット申込みは全て外れてしまい、何かオリンピックに関わりたと思っていて、聖火リレーが自分の住んでいる鶴ヶ島市を通ると知り、応募しました。

鶴ヶ島が好きでずっと住みたいまちなので、オリンピック聖火リレーに参加して鶴ヶ島をたくさんの人に知ってもらいたいと思いました。高倍率の中、選ばれたと聞いて、すごくびっくりしました。

実は、祖母が前回の東京オリンピックのときに聖火リレーを走ったそうです。当時とはトーチの形や重さがどう違うのか、聞いてみたいです。

### ■聖火リレーへの意気込み

家族はみんな喜んで応援してくれていますが、特に九州にいるひいおばあちゃんに、テレビ画面を通してでもいいから、見てもらえたらうれしいです。

また、いとこが大勢いるのでいここに

も見てほしい。聖火リレーの前日7月7日は、両親の結婚記念日なので、二人をお祝いする気持ちも込めて、走りたいと思います。

### ■走り終えた感想

聖火ランナーの集合場所に集まったときは自分より大人ばかりで緊張しました。でも、話してみると皆さん楽しそうだったので、そのおかげで自分も楽しく過ごせました。

スタート地点では予想以上に応援の人がいたので、緊張して表情が固まってしまいました。でも、両親や祖父母、沿道の人たちの応援で楽しんで走ることができました。市長さんやつるゴンが応援してくれたこと、クラスの友達が横断幕を作ってくれたことは特にうれしかったです。

今回は聖火を運ぶ側としてオリンピックに参加しましたが、いつか選手としてオリンピックに参加したいです。

## Interview



### 第1走者

はまざき しゅうと  
濱崎 修人さん





Interview



自らは、さらに「熱く」、周囲には「温かな」存在に



第3走者

うしろぐち ひろし  
後口 洋史さん

■走ってみたいと思った理由やきっかけ

市民ランナーとして30年以上走ることに向き合ってきました。「趣味で続けた市民ランナー」が、40歳でマスターズ陸上の埼玉県記録保持者となり、50歳で日本記録を樹立することができ、今ではたくさんの仲間が応援してくれています。私の走りを「市民ランナーのシンボル」として期待してくれている仲間に、私が走ることで「喜んでもらいたい思い」、これまで応援とともに支えてくれた家族への「感謝」、そして走り続けた自分自身への「ご褒美」の場として、聖火ランナーとして走りたいと思い応募しました。

■聖火リレーへの意気込み

生まれ育ち、日々のランニングでも走り続けた愛着ある大地の鶴ヶ島市を走れることを心から幸せに感じます。私は、走ることを続けてきたことで「走る楽しさ」だけでなく、「苦しさ」や「走り続ける難しさ」など、「走ることの深さ」を

日々感じてきました。聖火リレーを経験させていただくことで、新たな自分に出会えることを楽しみにしています。本番が近づくにつれて、「聖火」の重みも感じ、緊張感が増してきました。「感謝」の気持ちを込めて精一杯走ります。

■走り終えた感想

公道での聖火リレーが中止となる地域もあり、走ることに戸惑いもありましたが、地元鶴ヶ島の地を走れることが実現し、感無量の思いでした。沿道の拍手や声援が、生まれ育った鶴ヶ島が温かく迎えてくれたように感じ、感激で涙(私は「鶴ヶ島の雫」と呼んでいます(笑))があふれてきました。心から「郷土っていいな」と思った瞬間でした。

今回いただいた貴重な体験を「記念」「思い出」だけでなく、「熱き市民ランナー」として、今後の自分を「熱く」させ、人として周りを「温かく」できる存在になるための糧にしたいと思っています。



目標に向かって行動する一体感を味わいたい

Interview

■走ってみたいと思った理由やきっかけ

サザン地域支え合い協議会に登録し、病院受診の付き添いをさせていただくことがあります。白杖を使用している人の手を取りながら歩くと、歩道に高低差があったり、街路樹の根が地面を盛り上げていたり、常につまずかないか気になります。また、歩いているすぐ脇を、すごいスピードで自転車を通ることもあり、考えさせられることばかりです。どのようにしたら、お互い様で、少しでも住みやすくできるのか、小さい声ですが声を出して、発して行けたらと応募しました。

■聖火リレーへの意気込み

聖火リレーが一年延期になり、私だけでなく、周りの人たちからも輝きがなくなりました。コロナの人と人を引き離すという特徴が、原因なのだと思います。当たり前のように行っていたことができなくなり、改めて、人間は、人と人とがつながって、お互いのことを思い、助け

合い、補い合うものなのだと感じました。聖火リレーを通して、顔見知りの人はもちろん、初めて出会う人たちとも手を取り合って、一つの目標に向かって行動する。そんな一体感を味わいたいと強く思います。

■走り終えた感想

パレードのような演出の中、沿道の方々から、たくさんの応援をいただき、貴重な経験をさせていただきました。走る前には、「みんなで応援しているから大丈夫」、走り終わると「元気をもらったよ」と、多くの言葉をいただきました。ライブ配信を観ながら、目頭を熱くされた人もいて、その影響力に大変驚きました。温かい言葉をたくさんありがとうございました。皆さんのおかげで、私も、とても明るく、幸せな気持ちになれました。人と人との結びつきは、とても大切なのだと改めて感じました。聖火ランナーに選ばれて、本当に良かったです。



第5走者

しまむら せつこ  
島村 節子さん





# Suku Suku 子育て



上広谷児童館ついでに広場で「赤ちゃんサロン」に参加したママと子どもたち。たくさん遊んで、「トロのおひるねアート」で記念撮影しました♪

## 子育て情報BOX

### 子育て講座

#### ～親子で楽しむわらべうたあそび～

- 対 0歳～2歳までのお子さんとその保護者
- 日 8月31日(火)10時～11時
- 場 女性センター
- 定 8組(申込順)
- 料 無料
- 持 飲み物、タオル
- 申 問 8月6日(金)9時から鶴ヶ島子育てセンター(鶴ヶ島保育所内)へ☎286・7201

### 乳幼児すこやか相談

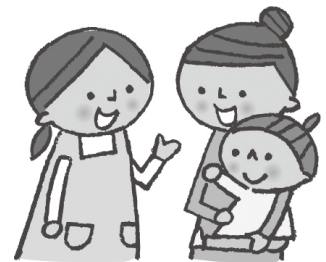
- 対 就学前までの乳幼児とその保護者・妊婦
- 日 8月31日(火)①9時30分～10時、②10時～10時30分、③10時30分～11時
- ※ 受付時間を区切った申込制
- 場 保健センター
- 内 身体計測、保健相談、母乳相談、栄養相談、歯科相談、子育て相談
- 持 母子健康手帳
- 申 問 保健センター☎271・2745

### ファミリー・サポート・センター提供会員講習会を開催します

ファミリー・サポート・センターは、子育ての援助を依頼したい方(依頼会員)と、子育ての援助をしたい方(提供会員)が、双方の合意のもと子育てのお手伝いを行う会員組織です。

提供会員になるための講習会を行います。子育て・孫育ての経験を生かして、地域で子育てサポートしませんか？

- 対 育児を応援したい市内または隣接する市町に在住する20歳以上の方
- 日 8月16日(月)、18日(水)～20日(金)(全4日間)9時30分～16時30分
- 場 市役所5階会議室
- 内 ガイダンス、保育講習、看護講習、安全講習、救急講習
- 申 問 ファミリー・サポート・センター運営事務局へ☎299・5790



### 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)
- 川越児童相談所(☎223・4152) **子育て・児童虐待**
- 女性・DV相談直通ダイヤル(☎298・7716)
- 児童相談所全国共通3桁ダイヤル(☎189) <sup>24時間</sup> <sub>365日</sub> **児童虐待**
- 鶴ヶ島子育てセンター[鶴ヶ島保育所内](☎286・7201) **子育て**
- 保健センター(☎271・2745) **妊娠・出産・子どもの発達など** 親子相談…8月20日(金)、30日(月)13時～・14時～ ※要予約



各店舗の写真は、市公式SNSでも紹介します！  
Twitter Facebook



# いっしょだから たのしい Vol.2

おむつ替え可 授乳可 ミルク用お湯の提供あり

お子さんとお出かけは、荷物も多く、何をすることも大変で、ゆっくり楽しめない…。そんなママ・パパのために、気軽に立ち寄りやすい、市内の「赤ちゃんの駅」を紹介します。「一緒だから、大変…」ではなく「一緒だから、楽しい！」へ。子育て奮闘中のママ・パパに優しいお店、ぜひ足を運んでみてください♪

「赤ちゃんの駅」  
詳細はこちら  
(埼玉県HP)



## 関庵



「家庭的」と評判のそば・うどん屋さん。しかし、味は本格的で、親子代々常連というお客さんも多く、地域から長く愛されています。最近は、そばを好んで食べる子どもが増えているそう。一番人気は、天ざるそばです！調理器具の洗浄や店舗内の消毒には電解次亜水を使用するなど、食中毒や感染症対策を強化しています。広々とした空間で、空気循環もバッチリ。落ち着いて食事を楽しめます。おむつ替えや授乳は、他のお客さんの目を気にせずできるよう、別室を案内してもらえます。アレルギーを気にされる方も多いと思いますが、そばとうどんで茹でる釜をきちんと分けているので、そばアレルギーの方には安心してうどんを食べていただけます。おいしいそばに舌鼓を打ちながら、ゆったり家族時間をお楽しみください♪



藤金659-5 ☎287・0690  
営業時間 11時～20時  
定休日 月曜日

Shop Data



## (有)キングショップ誠屋



全国の日本酒、焼酎、ウイスキーなどを扱っており、すべて試飲をして選りすぐりをそろえているというこだわりのお店。購入前に有料試飲もでき、出産祝いなどのプレゼントとしても喜ばれているそう。店員はマスクとフェイスガードの着用を徹底し、入店時の消毒や体温測定は非接触型を導入。感染症対策を徹底しています。店内には子ども用DVD視聴コーナーがあり、DVDに集中している間にお買い物を済ませることができるので、走り回ってピンを割ってしまうなどの心配もありません！また、店外には絵本を読めるスペースがあるので、外で一緒に絵本を読みながらママ・パパ交代でゆっくりお酒を選ぶこともできます。ママ・パパの休息时间のお供に、至福の一杯をどうぞ♪



富士見2-18-14 ☎285・8311  
営業時間 10時～19時  
定休日 水曜日

Shop Data



## お菓子の店 ファリーヌ



無添加にこだわったケーキが並ぶ店内。小さいお子さんからご年配の方まで、日々多くの方が訪れます。バースデーケーキは、毎日何台もオーダーが入るほど人気！安定のチョコレートケーキやかわいいアニマルクッキーなどがお子さんに人気です。思うように外出できない中で、家族みんなで好きなケーキを選ぶ時間はまさに幸せそのもの。その時間を満喫してもらえるよう、店内が2組以上になる場合は、外で待ってもらうなど、感染症リスクを気にせずゆっくりお買い物を楽しめるよう配慮されています。ミルク用のお湯はいつでも提供可能です！見ているだけでも幸せになる、愛情たっぷりのケーキたち。日常に少しの特別感を添えて、家族みんなで召し上がれ♪



羽折町7-17 ☎289・6022  
営業時間 9時～18時30分  
定休日 水曜日(他に月2回火曜日)

Shop Data





12歳以上の方

8/10  
予約開始

## 新型コロナワクチン

# 接種券の発送と8月予約のお知らせ

問合せ 市新型コロナワクチンコールセンター ☎0570・02・5672

7月16日、12歳～15歳の方へ接種券を発送しました。市の集団・個別接種では、8月10日(火)から12歳以上の市民の方が予約可能となります。県の大規模接種や職域接種は各々のルールに従い接種をお願いします。

■12歳の方は、12歳の誕生日の前日から接種が可能です。平成21年9月2日生まれ以降の方の接種券は、誕生月の前月に送付します。

### 接種予約の対象者および予約開始日について

区分	予約開始日	接種日
40歳以上の方	予約受付中	予約が取れた日から
12歳以上の方	8月10日(火)～	

### 集団接種 保健センター：脚折1922-10

1回目	2回目	時間	定員
①9月5日(日)	9月26日(日)	9時～12時/13時30分～16時30分	各240人程度
②9月12日(日)	10月3日(日)		

■予約開始：8月10日(火)9時～(WEB・コールセンターとも)  
※ ワクチン供給の関係から予約開始日や定員を変更する場合があります。市ホームページでご確認の上、ご予約ください

■1度の予約で2回目(3週間後の同曜日・同時刻)も自動予約

■接種当日は、必ず予約時間内にお越しください。

時間前に来られても接種できません。



詳細はこちら

### 個別接種 市内および坂戸市の医療機関

市内および坂戸市の医療機関で接種が可能です。接種券同封チラシでご案内した実施医療機関の中には、予約を休止したり、予約方法を変更した医療機関もありますので、市や医療機関のホームページで最新情報をご確認の上、ご予約ください。



詳細はこちら

### 埼玉県の接種センター

埼玉県が開設する予定の接種センターでも接種が可能です。市の集団接種とは対象者や予約方法などが異なりますので、ホームページでご確認の上、予約・接種をお願いします。



詳細はこちら

### 集団接種の予約方法

お手元に接種券(クーポン券)のご準備を！予約には接種券番号と生年月日が必要です。

①WEB申込み

②LINE申込み



③電話申込(市コールセンター)

☎0570・02・5672

平日9時～17時

④聴覚障害をお持ちの方

FAX 227・3880

### ワクチン接種証明書

対象 新型コロナワクチンを接種済みの方で、真に海外渡航の予定がある方

申請方法 保健センターへ原則郵送で

必要書類 ①申請書、②旅券、③接種済証か接種記録書、④本人確認書類(返送先住所が確認できるもの)、⑤旅券に旧姓・別姓・別名の記載がある場合は、それらが確認できる書類、⑥返信用封筒(切手貼付)

※ ②～⑤は写し

※ 発行には1週間程度かかります



詳細はこちら

### 新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金を支給します

対象 総合支援資金などの再貸付(最大200万円まで)が終了した世帯であって、収入要件、資産要件、求職活動などの要件を満たす世帯(生活保護受給中の世帯を除く)

※ 対象となる方には、申請に必要な関係書類一式を送付します

支給額(月額) 単身世帯6万円、2人世帯8万円、3人以上世帯10万円

支給期間 申請月から3か月(申請受付は8月末まで)

問合せ 「新型コロナウイルス感染症生活困窮者自立支援金」相談コールセンター

☎0120・46・8030(平日9時～17時)、福祉政策課福祉政策・地域福祉担当

特設HPはこちら





# まん延防止等重点措置区域に 指定されています

鶴ヶ島市は、埼玉県の指定により、7月20日からまん延防止等重点措置対象区域となっています。

引き続き、感染症対策を徹底してください。

詳細は、市のホームページをご確認ください。また、埼玉県におけるまん延防止等重点措置等に基づく協力要請の詳細については、県のホームページをご確認ください。

※ 市内公共施設の利用方法について、変更が生じる可能性があります

## 市長から市民の皆さんへのお願い

県境をまたぐ移動、特に緊急事態措置区域との往来は極力控えてください。

外出・移動時は、可能な限りの感染防止対策を講じた上で、目的の場所以外に立ち寄らず、直行直帰を徹底してください。

家族を守るため、基本的対策の徹底をお願いします。

市HPはこちら



県HPはこちら

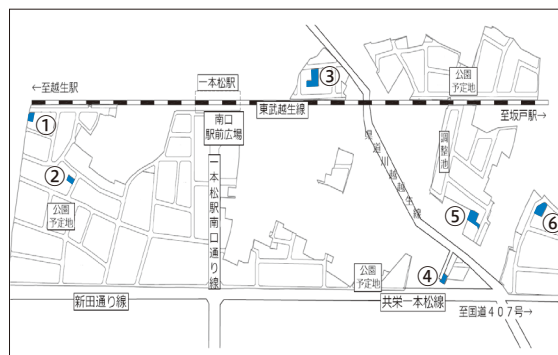


## 区画整理地内の保留地公売のお知らせ

問合先 区画整理課事業担当

### 一本松地区

番号	面積、公売価格など
①	約109㎡、519万9300円 一本松駅から徒歩約8分
②	約121㎡、836万1100円 一本松駅から徒歩約6分
③	約333㎡、1445万2200円 一本松駅から徒歩約2分
④	約100㎡、440万1000円 一本松駅から徒歩約8分
⑤	約278㎡、1351万800円 一本松駅から徒歩約8分
⑥	約215㎡、1040万6000円 一本松駅から徒歩約10分



坂戸都市計画事業一本松土地  
地区画整理事業地内および若  
葉駅西口土地地区画整理事業地  
内の宅地(保留地)を抽選で公  
売します。

**抽選参加申込み受付期間**  
8月2日(月)～10月18日(月)8時  
30分～17時(平日のみ)

**受付場所** 区画整理課

### 若葉駅西口地区

番号	面積、公売価格など
①	約223㎡、3612万6000円 若葉駅から徒歩約6分
②	約76㎡、1178万円 若葉駅から徒歩約6分
③	約179㎡、2828万2000円 若葉駅から徒歩約6分
④	約129㎡、2064万円 若葉駅から徒歩約6分
⑤	約110㎡、1441万5000円 若葉駅から徒歩約7分



**抽選日** 11月8日(月)

**抽選場所** 市役所5階会議室

**注意事項**  
抽選参加を申し込む方は、書類の提出が必要ですが、詳細は、市ホームページまたは区画整理課で配布している「保留地公売案内」で確認してください。



## ひとり親家庭等医療費・児童扶養手当

問合せ先 こども支援課子育て支援担当

ひとり親家庭などを対象に、ひとり親家庭等医療費助成制度や、児童扶養手当の支給制度があります。該当する場合は、お早めにお問い合わせください。

**対象** 対象児童の属する、ひとり親家庭または準ずる家族  
※ 児童が児童福祉施設などに入所している場合を除く  
※ 所得制限あり

**期間** 対象児童の年齢18歳に達した日の属する年度の3月31日まで

※ 一定の障害がある場合は、20歳未満まで

### ひとり親家庭等医療費

健康保険対象の医療費の一部を助成します。

※ 健康保険への加入が必要です(生活保護受給者は除く)

### 児童扶養手当

**支給額** 1万180円～4万3160円、第2子加算5100円～1万190円、第3子以降加算3060円～6100円

※ 所得などにより、金額が決定します

### 児童扶養手当の現況届を提出してください

児童扶養手当の認定を受けている方(手当支給停止中の方も含む)は、現況届の提出が必要です。

現況届は、年1回、手当の支給要件に該当しているかを確認するものです。現況届の提出がない場合は、9月分以降の手当が受けられなくなります。

なお、該当者へは案内を送付します。案内に記載されている必要書類を持参の上、こども支援課窓口にお越しください。

**受付期間** 8月2日(月)～31日(火)(日曜日、祝日を除く)

**受付時間** 8時30分～17時15分(土曜日は12時まで)



## 特別児童扶養手当の所得状況届

問合せ先 障害者福祉課障害者福祉担当

特別児童扶養手当を受給している方は、8月中に所得状況届の提出が必要となります。この届は、引き続き手当の支給要件に該当しているかを確認するための届け出です。提出がない場合は、8月分以降の手当を受給できませんので、必ず提出してください。

なお、支給停止中の方も必ず提出してください。手続きが必要な方には案内を送付しますので、記載されている必要書類を障害者福祉課窓口を持参していただくか、郵送での提出をお願いします。

**提出期限** 8月27日(金)

## 低所得の子育て世帯に対する子育て世帯生活支援特別給付金(その他世帯分)

問合せ先 こども支援課子育て支援担当

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化する中で、低所得の子育て世帯に対し、その実情を踏まえた生活の支援を行う観点から、特別給付金を給付します。

### 対象

① 令和3年4月分の児童手当受給者または特別児童扶養手当の受給者で、令和3年度分の住民税均等割が非課税の方  
② 対象児童(令和3年3月31日時点で18歳未満の子(障害児の場合は20歳未満)の養育者で、ア・イのいずれかに該当する方  
ア 令和3年度分の住民税均等割が非課税の方  
イ 新型コロナウイルス感染

症の影響を受けて家計が急変し、令和3年度の住民税均等割が非課税である方と同様の事情にあると認められる方  
※ ひとり親世帯分の子育て世帯生活支援特別給付金を受け取った方は、この給付金は対象となりません

### 給付内容

対象児童1人あたり5万円

### 申請

**対象①** 申請不要です(支給開始しています)。

**対象②** 市ホームページなどで受給資格を確認の上、申請してください。



## 鶴ヶ島市×PayPayでポイント還元＆「鶴ヶ島市高齢者応援クーポン券」利用開始！

問合せ 産業振興課商工労政担当(PayPayポイント)、健康長寿課高齢者福祉担当(クーポン券)

### 鶴ヶ島市×PayPay ポイント還元キャンペーン

新型コロナウイルス感染症の影響を受けた市内経済の活性化と新しい生活様式による非接触での決済を推進するため、PayPay(株)と連携した地域経済活性化ポイント還元事業を実施します。

**実施期間** 8月1日(日)～31日(火)

**内容** 期間中に、市内対象店舗で非接触型決済サービス「PayPay」を利用した方に、支払金額の最大30%のボーナス(上限：3000円相当/回、1万5000円相当/期間中)を付与します。  
※ 対象店舗における、PayPay残高、PayPay決済に紐づけたヤフーカード、またはPayPayあと払い(一括のみ)による決済が対象です

※ ボーナスの付与は、支払日の翌日から起算して30日後です

※ 税金の納付、行政サービス利用料、商品券、プリペイドカード、回数券その他の有価証券、調剤、保険適用医療費などの支払いは対象となりません

#### 対象店舗

市内の中小事業者(スーパーマーケットやコンビニエンスストアなどのチェーン店、調剤薬局、金券、鉄道、病院・医院、保険・保険代理店、行政サービス(利用料、納税、水道料金、寄附など)、介護施設、郵貯サービスなどを除く)

※ 対象店舗には、キャンペーン用のポスターやのぼりが掲出されます。PayPayアプリ内の地図からも確認できます。詳しくは、市ホームページをご覧ください(随時更新)

※ PayPayアプリの登録や使用方法などについては、PayPayホームページをご確認いただくか、カスタマーサポート窓口(☎0120・990・634)にお問い合わせください



市HPはこちら

対象店舗は、このポスターとのぼりが目印！



#### 登録方法

簡単1分

まずは PayPayアプリをダウンロード!



※ 登録後は、「銀行口座の連携」や「セブン銀行、ローソン銀行ATM」でチャージが必要です



取扱店ポスター

クーポン券

### 鶴ヶ島市高齢者応援クーポン券

市内飲食店などで利用できる「鶴ヶ島市高齢者応援クーポン券」(3000円分)を、65歳以上(※)の市民の方に、7月下旬に郵送で配布しました。

クーポン券の利用期間は、8月1日(日)から12月31日(金)までとなっていますので、お早めにご利用ください。利用可能店舗は市ホームページをご覧ください(随時更新)。

※ 令和3年度中に65歳以上になる方(昭和32年4月1日以前生まれ)が対象



市HPはこちら

## 令和3年社会生活基本調査の実施について

問合せ先 政策推進課統計担当

総務省統計局(埼玉県)では、10月20日時点での社会生活基本調査を実施します。社会生活基本調査は、1日の生活時間や過去1年間の活動の状況など社会生活の実態を明らかにし、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、男女共同参画社会の形成など、各種行政施策のための基礎資料を得ることを目的とした統計法に基づく基幹統計調査です。

調査員が調査をお願いする

世帯に伺いますので、調査の趣旨をご理解いただき、回答をお願いいたします。

**基準日** 10月20日(水)

**実施方法** 10月上旬から中旬にかけて調査員が訪問します。

**調査対象** 統計理論に基づき無作為に選ばれた全国の約9万1000世帯(10歳以上の世帯員約19万4000人)

## 鶴ヶ島市職員募集

問合せ先 人事課人事担当

市では、令和4年4月1日付けで採用予定の市職員の採用試験を行います。

**採用職種・人数**

- 一般行政職(事務) 9人程度
- 一般行政職(土木) 2人程度
- 一般行政職(福祉) 2人程度
- 一般行政職(福祉)【職務経験者】 1人程度
- 一般行政職(学芸員) 1人程度
- 保健師【職務経験者】 1人程度
- 一般行政職(障害者対象) 若干名

**受験資格** 市ホームページをご覧ください。

**申込方法** 人事課へ持参または郵送

**申込受付** 7月26日(月)～8月10日(火)

※ 郵送は申込期間内必着

**第1次試験日** 9月19日(日)

※ 採用試験案内、申込書類は人事課、若葉駅前出張所および各市民センターで配布しているほか、市ホームページからダウンロードできます

## インクカートリッジの里帰りを応援しよう

問合せ先 生活環境課環境推進担当

市では、ごみの減量化と資源の再利用に向けた5R(※)の普及啓発活動に積極的に取り組む観点から、プリンターメーカーが主催する「インクカートリッジ里帰りプロジェクト」に参加しています。庁舎1階ロビーに家庭用インクカートリッジ回収箱を設置していますので、ご家庭に使用済のインクカートリッジがありましたらお持ちいただき、身近なリサイクルにご協



力を願います。

**対象メーカー** ブラザー、キヤノン、エプソン、日本HP

※ 5R  
リデュース(ごみになるものは受け取り拒否)、リデュース(ごみの発生抑制)、リユース(再利用)、Repair(修理し使う)、リサイクル(再生利用)の総称

## 駐車監視員活動ガイドラインが変更されます

問合せ先 西入間警察署交通課 ☎284・0110

東京2020オリンピック・パラリンピックの開催に伴い、圏央鶴ヶ島インターチェンジからゴルフ競技会場までの選手搬送路を駐車監視員活動ガイドラインに加え、取締り重点路線とします。また、同大会終了後には、ガイドラインから削除します。

詳しくは、県警ホームページまたは西入間警察署交通課へお問い合わせください。

取締り重点路線



## テレビ・パソコンなどの処分

問合せ 生活環境課環境推進担当

### 特定家庭用機器の処分

特定家庭用機器（テレビ、エアコン、冷蔵庫・冷凍庫、洗濯機・衣類乾燥機）については、ごみ集積所には出すことはできませんので、次の①～③のいずれかの方法で処分をお願いします。

①買ったお店または、買い替えるお店に相談し、処分する  
②自分で指定引取場所（※）に持ち込む

・郵便局で「家電リサイクル券」を購入する（廃棄物1台につき、「家電リサイクル券」1枚）

・指定引取場所に連絡し、搬入受付日時を確認し搬入する  
③業者に引き取りに来てもらう

・②と同様に家電リサイクル券を購入する  
・特定家庭用機器取扱いの業者（※）に依頼する

※ 2021年度版ごみと資源の分け方・出し方7ページをご覧ください。市ホームページにも特定家庭用機器取扱いの業者一覧が掲載されています。料金は、依頼業者にお問い合わせください

### リサイクル料金

リサイクル料金は、（財）家電製品協会家電リサイクル券センターに電話（☎0120・319640）、またはホームページで確認してください。なお、郵便局にある備え付けの冊子「家電リサイクル券システム 郵便局手続き用リサイクル料金表（税込）」でも確認できます。

### パソコンの処分

パソコンは、ごみ集積所に出すことができません。また、分解して川角リサイクルプラザに持ち込んでも、受け入れはできません。パソコンの処分については、各メーカーの窓口で依頼するか、メーカーが不明の場合は「パソコン3R推進協会（☎03・5282・7685）」にご連絡ください。



詳細はこちら

## 道路の測量に伴う立ち入りにご協力ください

問合せ 道路建設課道路管理担当

新しい道路や幅が広がった道路について、道路の台帳を修正するため測量を行います。

この測量にあたっては必要に応じて、私有地に立ち入らせていただく場合がありますので、ご協力をお願いします。

なお、市委託の測量業者が私有地に立ち入る場合は、必ず身分証明書を携帯していただきます。ご不明な点がありましたら、証明書の提示を求めら、道路建設課までお問い合わせください。



期間 8月上旬～令和4年1月21日（金）

## 8月は「道路ふれあい月間」です

問合せ 道路建設課道路管理担当

私たちが普段何げなく利用している道路は、日常生活に欠かせない大切なものです。近年は、健康志向の高まりにより、ジョギングやウォーキング、自転車愛好者の道路利用が増えてきました。

市民の皆さんが、道路をより安心、安全に利用できるよう、次の事項を守り、道路の正しい利用を心掛けましょう。

・道路上に樹木や草・生け垣などが出ていると、見通しが悪く、歩行者や車の通行の際

に大変危険です。土地所有者は必要に応じて、枝のせん定・草刈りなどをお願いします。

・歩道や路肩に、看板・商品・自転車・自動車などを置くと、歩行者や緊急車両（救急車・消防車など）の通行の妨げとなるのでやめましょう。

・道路上に乗り上げブロックがあると、歩行者や自転車の転倒事故の原因になりますので、撤去をお願いします。歩道に接した土地の出入口の段差は、市の許可を得て切り下げ工事を行ってください。

## 市民センター臨時休館のお知らせ

各市民センターは施設の設備点検のため、次の日程で臨時休館となります。部屋の利用および受付、証明書発行業務は休止します。

施設名	日にち	時間	問合せ先
東市民センター	8月 5日(木)	9時～17時	☎286・3357
南市民センター	8月 5日(木)	9時～18時	☎287・0235
北市民センター	8月18日(水)	9時～13時	☎287・0251
富士見市民センター	8月25日(水)	12時～18時	☎287・1661
大橋市民センター	8月27日(金)	12時～18時	☎286・0005
西市民センター	9月14日(火) 15日(水)	9時～18時	☎286・7899

## ベンチを寄贈していただきました

鶴ヶ島ロータリークラブから、つるワゴン停留所に、ベンチ1基を寄贈していただきました。東西線(青)「商工会」停留所(鶴ヶ島駅西口方面)に設置していますので、つるワゴンをお待ちの際は、ぜひご利用ください。

☎ 都市計画課交通政策担当



## 都市計画に関する説明会

都市計画道路の変更に関する説明会を実施します。

☎ 8月29日(日)10時～

☎ 西市民センター

☎ 川越鶴ヶ島線、鶴ヶ島毛呂山線、新熊谷入間線の変更

☎ 都市計画課都市計画担当

## 鶴ヶ島市長選挙 立候補予定者説明会

立候補予定者および候補者を推薦しようとする方は、出席してください。なお、出席者は会場の都合により、1候補者2人以内でお願いします。

☎ 9月4日(土)9時30分～

☎ 市役所1階会議室

☎ 選挙管理委員会

## 子ども・子育て応援団体などに助成します

社会福祉協議会では、市民の皆さんからの寄附などを活用して、子ども・子育て世代を応援する活動に助成をします。

**対象事業** 新型コロナウイルス感染拡大に配慮したフードパントリーや子ども食堂など

**対象団体** 市内に拠点を有する団体・事業所

**申請期限** 指定の申請書に必要事項を記入して、8月25日(水)までに市役所6階社会福祉協議会へ

☎ 同協議会 ☎271・6011



## 今月の納期

- ◆市・県民税第2期
- ◆国民健康保険税第2期
- ◆介護保険料第2期
- ◆後期高齢者医療保険料第2期

## 交通事故被害者のご家族への 保護金について

**対** 令和2年4月1日以降、交通遺児など(※)となった県内在住の18歳以下の方

※ 18歳以下で、保護者(一方または双方)が交通事故(陸海空すべての交通事故が対象)により、死亡または重い障害を負った方

**給付額** 子ども1人につき10万円(1回のみ)

**給付時期** 11月または令和4年5月

**用** 市役所や学校などで配布する申請書に記入の上、期限までにみずほ信託銀行浦和支店(〒330-0063さいたま市浦和区高砂2-6-18 ☎048・822・0191)まで郵送または持参

**申請期限** 11月給付分は8月31日(火)まで、令和4年5月給付分は令和4年2月28日(月)まで

☎ 埼玉県交通安全対策協議会 ☎048・825・2011、県防犯・交通安全課 ☎048・830・2955



## 案内

### 埼玉県介護職員雇用推進事業等参加者募集

介護の仕事は、人を支え社会を支える、やりがいのある仕事です。埼玉県では、介護の仕事に興味がある方に対し、経験の有無などに応じて、研修の受講から県内介護施設などへの就職までを幅広く支援しています。

#### 事業内容

##### ①介護職員雇用推進事業

県内介護施設などでの就職を希望している方に対し、介護職員初任者研修の受講から就職までを支援します。

##### ②介護助手の養成・確保

60歳未満で、主に短時間での働き方を希望している方に対し、県内介護施設などで介護助手として働くための研修の受講から就職までを支援します。

##### ③高齢者等介護職員就労支援事業

60歳以上の方を対象に、県内介護施設などで介護助手として働くための研修の受講から就職までを支援します。

**申** 直接、電話またはホームページから

**問** (株)シグマスタッフ大宮支店 ☎048・782・5173(①②の事業)

(株)ソラスト ☎0120・997・963(③の事業)



①②の申込みはこちら



③の申込みはこちら

### わかば大学塾塾生

令和3年度後期講座(10月開講)の塾生を募集します。受講を希望する方は、次の施設で「わかば大学塾講座案内」を入手してください。

※ 戸別配布は行いません

**配布期間** 8月3日(火)～9月10日(金)

**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

**問** わかば大学塾事務局 ☎298・7484(平日10時～12時、13時～15時)

### 文化団体連合会加盟団体会員および団体

市文化団体連合会は、市内7つの文化団体で構成され、相互の交流と文化の発展を目的に、文化祭、研修会などの活動をしています。

#### 各団体の連絡先

- ・鶴ヶ島美術協会  
よしかわ  
吉川 ☎285・0644
- ・和紙ちぎり絵みふじ会  
これえだ  
是枝 ☎286・4625
- ・鶴ヶ島吟詠連盟  
ふくしま  
福島 ☎286・5820
- ・鶴ヶ島短歌クラブ  
すぎやま  
杉山 ☎286・0246
- ・鶴ヶ島市お琴同好会  
あんぜ  
安瀬 ☎285・7957
- ・鶴ヶ島市茶華道連盟  
たなか  
田中 ☎285・2354
- ・鶴ヶ島囲碁同好会  
ひろた  
廣田 ☎285・9495

※ 新規加盟団体も随時募集

**問** 鶴ヶ島市文化団体連合会事務局(生涯学習スポーツ課内)

## 募集

### 投票立会人

多くの皆さんに政治や選挙に関心を持っていただき、選挙をもっと身近なものに感じてもらえるよう、投票立会人の登録者を募集しています。投票立会人とは、有権者の代表として、投票が公正・適正に行われているかを見守る方です。

**対** 選挙権を有している方(18歳以上の選挙権がある方であれば、高校生などの学生も応募可)

**申** 「投票立会人登録申込書」に必要事項を記入の上、選挙管理委員会へ持参

※ 登録申込書は、市役所3階選挙管理委員会に配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます

**問** 選挙管理委員会



詳細はこちら

### 市制施行30周年記念「つるがしま未来の森づくり事業記念植樹」参加者

鶴ヶ島グリーンパーク内の「太田ヶ谷の森」に植樹を行います。

**対** どなたでも可(小学生までは保護者同伴)

**日** 9月26日(日)10時(記念式典)

**募集期間** 8月2日(月)～9月10日(金)

※ 定員に達した時点で締切

**定** 100人

**申問** 都市計画課公園緑地担当



埼玉県のマスコット「コバケン」

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。当日の体温やご体調によっては、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。

## 女性人権擁護委員による特設人権相談所

川越人権擁護委員協議会では、女性の基本的人権の擁護などを目的に、「女性人権擁護委員による特設人権相談所」を開設します。

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

**場** ウェスタ川越3階相談室

**日** 9月17日(金)10時～12時15分、13時15分～15時30分 **料** 無料

**申 問** 川越人権擁護委員協議会事務局 ☎247・4022(火・金曜日9時～16時)、さいたま地方法務局川越支局 ☎243・3824(月～金曜日9時～16時)

※当日申し込みの相談にも応じます



## 成年後見なんでも電話相談

9月は、九都県市合同の成年後見制度普及促進月間です。成年後見制度について知りたい方、利用をお考えの方の疑問に、後見実務に詳しい弁護士、司法書士、社会福祉士がお答えします。

**日** 9月4日(土)10時～16時

**相談電話番号** ☎048・710・5040 ※ 当日のみつながります

**問** 県地域包括ケア課 ☎048・830・3251



## あなたの権利と財産を守ります

成年後見制度を考えてみませんか

九都県市(埼玉県、東京都、神奈川県、千葉県、横浜市、川崎市、千葉市、さいたま市、相模原市)は認知症の人などの権利を擁護するために成年後見制度の利用を促進します。

## 手話奉仕員養成講習会(入門)

**対** 16歳以上で市内在住在勤の初心者

※ 受講歴のある方は、お断りする場合があります

**日** 9月1日～令和4年3月2日毎水曜日19時～21時(全23回)

**場** 市役所6階会議室

**内** 「手話を始めてみたい!」という初心者の方を対象にした講習会

**定** 10人(申込順) **料** 3300円(教材費)

**申 問** 8月12日(木)までに社会福祉協議会へ ☎271・6278 ☎271・6011

※ 受付時間9時～17時(土・日曜日、祝日を除く)

## 案内

### 市役所朝市

市内で採れた新鮮な農産物を、農家が自分の軽トラックに積み込んで直接販売します。

安心してご来場いただけるよう、感染症対策を実施します。なお、来場者多数の場合、入場を制限させていただく場合があります。

**日** 8月14日(土)9時～11時(小雨決行)

**場** 市役所来庁者用駐車場

**持** エコバッグ

**問** 産業振興課農政担当

### 優良運転者を表彰します

西入間警察署および西入間交通安全協会では、令和3年度優良運転者の表彰を行います。

**対** 西入間交通安全協会会員であり、過去5年以上無事故・無違反で、他の運転者の模範となる方

**申** 8月2日(月)から9月15日(水)までに、運転免許証、印鑑、無事故・無違反証明書代670円を、西入間交通安全協会(西入間警察署内1階)へ持参

**問** 同協会 ☎289・0202

### 就職支援ミニセミナー

**対** 県内在住の求職者

**日** 9月15日(水)13時45分～15時45分 **場** 東市民センター

**内** 就職活動の進め方、就職に役立つ応募書類の作成

**定** 50人(申込順) **料** 無料

**申 問** 8月17日(火)から鶴ヶ島ふるさとハローワークへ ☎272・4001



## 下水道排水設備工事責任技術者 資格認定共通試験

- 日** 11月28日(日)  
**場** 聖学院大学(上尾市戸崎1-1)  
**申** 9月30日(木)必着で郵送  
 ※ 郵送先など詳細は、坂戸、鶴ヶ島下水道組合業務課で8月23日(月)から配布する受験案内または同組合ホームページをご覧ください  
 ※ 新型コロナウイルス感染症の影響により、試験会場を変更もしくは試験を中止する場合があります。その際は、受験者に別途ご連絡します  
**問** 坂戸、鶴ヶ島下水道組合業務課 ☎288・3361

## ポリスワークセミナー (体験付き職場説明会)

- 対** 令和3年4月1日現在で、16歳以上34歳以下の方  
**日** 8月5日(木)9時30分～11時30分  
**場** 西入間警察署  
**定** 10人程度(申込順)  
**申** 同署へ ☎284・0110

## 埼玉県警察官採用試験

- 受付期間** 8月5日(木)9時～24日(火)17時  
**第1次試験日** 9月19日(日)  
**他** 受験資格や申込方法については、お問い合わせください。  
**問** 西入間警察署 ☎284・0110



HPIはこちら

## 市制施行30周年記念「未来の〇〇発掘事業」<第2弾> 一般初公開！(株)IHI鶴ヶ島工場見学&サイエンス教室



令和3年4月、(株)IHIが鶴ヶ島市にやってきました。「どんな会社?」「鶴ヶ島工場ではどんなことをしているの?」今回は、特別に工場内部を案内していただきます。

- 対** 市内在住の方(小学生以下は保護者同伴)  
**日** 9月23日(祝)9時30分～12時(午前の部)、13時30分～16時(午後の部)  
**場** (株)IHI鶴ヶ島工場(太田ヶ谷1200) ※ 敷地内に駐車場あり  
**内** 工場見学、サイエンス教室「ジェットエンジンのひみつを探ろう」(小学生向け)  
**定** 60人(午前・午後各30人) ※ 応募者多数の場合は抽選  
**料** 無料  
**持** 本人確認書類(運転免許証、学生証など(小学生以下は不要))、室内履き  
**申** 8月1日(日)から20日(金)までに市ホームページ専用フォームから  
**問** 政策推進課政策担当

申込はこちら



## 自衛官等採用試験

募集種目	受付期間	試験日	応募資格
一般曹候補生	9月9日(木)まで	1次 9月16日(木)～19日(日) 2次 10月9日(土)～14日(木) ※ いずれか1日を指定	18歳以上33歳未満 詳細は自衛隊入間地域事務所へお問合せください。
航空学生	9月9日(木)まで	1次 9月20日(祝) 2次 10月16日(土)～21日(木) 3次 (海)11月19日(金)～12月15日(水)、 (空)11月13日(土)～12月16日(木)	(海)18歳以上23歳未満 (空)18歳以上21歳未満 詳細は自衛隊入間地域事務所へお問合せください。
自衛官候補生	通年	受付時にお知らせします。	詳細は自衛隊入間地域事務所へお問合せください。

※ お問い合わせ・各種資料の請求は、自衛隊埼玉地方協力本部ホームページまたは自衛隊入間地域事務所へご連絡ください

**問** 防衛省自衛隊埼玉地方協力本部入間地域事務所 ☎04・2923・4691

## 作って飛ばそう！ ペットボトルロケット

- 対** 小学4～6年生(市内外不問)  
**日** 8月20日(金)14時～16時  
**場** 中央図書館  
**内** 水の勢いで飛ぶペットボトルロケットを、自分で作って飛ばしてみよう！  
**定** 12人(申込順)  
**料** 無料  
**持** はさみ、レインコート、着替え(濡れても良い服装・靴)、飲み物  
※ 熱中症対策のため、飲み物をお持ちください  
**申 問** 8月4日(水)から中央図書館へ☎271・3001

## エコ工作教室(竹細工作り)

- 対** 小学生  
**日** 8月21日(土)9時～12時  
**場** 農業交流センター  
**内** 竹箨、竹ぼっくり、水鉄砲を作ります。  
**定** 15組(申込順)  
※ 保護者1名同伴  
**料** 1組500円、保険代として1人100円  
**持** カッター  
**申 問** 8月4日(水)9時から農業交流センターへ☎279・3335

## 秋作栽培講習会

- 秋野菜(大根・白菜・ブロッコリー)の種まきから収穫までの過程を学びます  
**対** 全日程参加できる方  
**日** 8月28日、9月18日、10月2日・16日、11月6日・20日、12月4日・18日の各土曜日9時～12時(全8回)  
**場** 農業交流センター  
**定** 8人 ※ 未受講者優先  
**料** 2000円(種苗代など)  
**他** 天候や野菜の生育状況により日程が変更になる場合があります。  
**申 問** 8月6日(金)9時から農業交流センターへ☎279・3335

## 夏のろんちゃん工作クラブ

- 対** 小学生(市内外不問)  
**日** 8月15日(日)10時～10時45分  
**場** 中央図書館  
**内** 浮いたり沈んだり、不思議なおもちゃ「浮沈子」を作ってみよう！  
**定** 12人(申込順)  
**料** 無料  
**他** 汚れてもよい服装  
**申 問** 8月4日(水)から13日(金)までに中央図書館へ☎271・3001

## こども図書館座シネマ 『アルプスの少女ハイジ』

- 日** 8月14日(土)14時～16時(13時30分開場)  
**場** 中央図書館  
**内** 親子で見たい！愛され続けている宮崎駿と高畑勲による名作アニメ  
**定** 19人(申込順)  
**料** 無料  
**申 問** 7月31日(土)から中央図書館へ☎271・3001

## 図書館座シネマ『ひろしま』

- 日** 8月7日(土)14時～16時(13時30分開場)  
**場** 中央図書館  
**内** 原爆投下後直後の広島の様子がリアルに描かれた映画/監督：関川秀雄  
**定** 19人(申込順)  
**料** 無料  
**申 問** 7月28日(水)から中央図書館へ☎271・3001

## バイオリンを楽しむCDコンサート

- 日** 8月22日(日)14時～16時  
**場** 中央図書館  
**内** 上質なサウンドでクラシックからジャズまで幅広くバイオリンを堪能します。  
**定** 18人(申込順)  
**料** 無料  
**申 問** 8月8日(日)から中央図書館へ☎271・3001

## 案内

### シニアパソコンカレッジ 「iPhoneを楽しもう」

- 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(アップル社製スマートフォン)をお持ちの方  
**日** 9月7日(火)、9日(木)、14日(火)、16日(木)、21日(火)、24日(金)14時～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** 6人(抽選)  
**料** 4000円(テキスト代、保険料など)  
**持** iPhone(全日程持参)  
**申 問** 8月10日(火)までに健康長寿課高齢者福祉担当へ

### ひとり親家庭相談会

- 児童扶養手当現況届出期間中に、埼玉県西部福祉事務所の専門の相談員による、ひとり親家庭相談会を開催します。  
**就職や転職の相談**  
8月11日(水)10時～16時  
生活全般や子どもの進学費用などの相談  
8月19日(木)10時～16時  
**場** 市役所1階こども支援課  
**申 問** 埼玉県西部福祉事務所地域福祉担当☎283・6780  
※ 要事前予約(電話)

### 市制施行30周年記念 令和3年度文化財展

- 今回の展示では、市制施行30周年を記念して、「写真で見る つるがしまの歩み」をテーマに、鶴ヶ島の移り変わりを写真で紹介いたします。ぜひお立ち寄りください。  
**日** 8月25日(水)～9月10日(金)  
**場** 中央図書館  
**問** 生涯学習スポーツ課文化財担当☎285・2194



## 逆木荘フレイル予防教室

- 日** 9月から2月の第2・第4木曜日10時30分～12時
- 場** 老人福祉センター「逆木荘」
- 内** 軽い運動と健康器具を使った軽い筋トレ
- 定** 10人(申込順)
- 申 問** 老人福祉センター「逆木荘」へ ☎286・3301

## 定例健康ウォーク

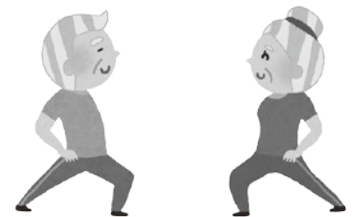
- ウォーキングは、健康づくりにとても有効な運動です。講師付きなので、初心者でも安心して参加できます。ご自身の健康づくりのきっかけに、参加してみませんか。
- 対** 市内在住の方
  - 日** 9月10日(金)9時30分～12時(雨天時は室内で運動)
  - 場** 富士見市民センター
  - 講** 鶴ヶ島ウォーキングクラブ
  - 内** 3～5kmのコースを歩きます。
  - 定** 20人(申込順) **料** 無料
  - 持** 飲み物、タオル、帽子、レジャーシート、筆記具
  - 申 問** 8月2日(月)から健康長寿課健康増進担当へ

## フレイルチェック測定会

- 新型コロナウイルス感染症の影響で、家で過ごす時間が増えたことにより、「上手に話ができなくなった」、「歩く速度が遅くなった」、「物忘れが多くなった」と感じることはありませんか。もしかしたら、心身の活力が低下した「フレイル(虚弱)」の状態にあるかもしれません。測定会では、簡単な質問紙や測定から自分のフレイル度を知り、予防や改善方法について学びます。早めの気づきで元気な体を取り戻しましょう。
- 対** 市内在住の65歳以上の方
  - 日** 9月9日(木)14時～16時
  - 場** 南市民センター
  - 内** 簡単な質問紙を使ったフレイル度チェック、筋肉量などの測定、フレイル予防アドバイス
  - 定** 10人(申込順)
  - 料** 無料
  - 持** 筆記具、飲み物
  - 他** 測定しやすい服装(裾をひざ下まで上げられるズボンなど)
  - 申 問** 8月12日(木)から健康長寿課健康増進担当へ

## ストレッチ教室

- 最近、足腰が弱くなった、つまずきやすくなった、運動を始めてみたい…そんな方にぴったりの教室です。ストレッチ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(屋外で実施する教室です)。
- 対** 市内在住の65歳以上の方(要支援・要介護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
  - 日** 9月13日(月)から隔週月曜日9時30分～11時(全6回) ※ 気候により時間変更の場合あり
  - 場** 鶴ヶ島フットサルリゾート(太田ヶ谷)
  - 内** ストレッチなど気軽に楽しく実践できる運動の紹介
  - 定** 30人(応募者多数の場合は抽選。ただし、前回不参加の方を優先)
  - 料** 100円(初回のみ)
  - 持** 飲み物、運動靴、ヨガマット(バスタオル)など ※ 運動できる服装
  - 申 問** 8月2日(月)から健康長寿課地域包括ケア推進担当へ



## 熱中症・夏バテ予防の食事

夏バテ予防の食事は、まずは3食きちんと食べることです。夏は多くの汗をかき、体力を消耗するので必要なエネルギーを食事からしっかり補給しましょう。夏の食事は、簡単で喉ごしが良い麺類などが増えバランスが偏りがちです。バランスの悪い食事が続くと栄養が足りず疲れ、食欲も低下します。体を作るたんぱく質が多く含まれる肉・魚・乳製品や豆類、疲労回復に必要なビタミン・ミネラルが豊富な緑黄色野菜を意識して取り入れましょう。特にエネルギー代謝に必要なビタミンB1が多く含まれる豚肉、うなぎ、豆類、胚芽米やそば、抗酸化作用の高いβ-カロテンやビタミンC・Eなどが豊富な旬のトマト、ナス、カボチャ、ピーマンなどは意識してとりたい食材です。また、香辛料や香味野菜は食欲増進や消化促進の働きがあり、ショウガ、ネギ、シソ、ミョウガなどを薬味に使ったり、味付けにニンニクやカレー粉を使うのもおすすめです。

熱中症予防には、1日1.2ℓを目安に水や麦茶でこまめな水分補給を心がけましょう。大量に汗をかくと水分の他にナトリウムやカリウムなどのミネラルも汗から排出されます。水分だけではなく塩分やミネラルの補給もポイントです。食材では、ウリ科のキュウリやメロン、スイカなどは水分とカリウムを多く含む体にこもった熱を冷ます働きがあります。しっかり食べ、暑い夏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 森 さやか

No.197

健康



応援団

問合先 保健センター ☎271・2745

## 健(検)診実施医療機関が追加になりました

7月1日から下記の健(検)診実施医療機関が追加になりました。

### おのづか在宅クリニック

住所 鶴ヶ丘27-12 クレセール・フジ201号室

電話 ☎298・8031

#### 【実施する健(検)診】

特定健康診査、後期高齢者健康診査、生活保護受給者等健康診査、

大腸がん検診、肝炎ウイルス検診

※ すべて要予約



## ふれあい 掲示板

### 仲間になりませんか

#### 若葉結市民踊レククラブ

日 毎週金曜日10時～12時

場 富士見市民センター

間 木宮 ☎285・6007

#### かるやか太極拳クラブ

日 第1～3木曜日13時～15時

場 北市民センター

間 岡村 ☎286・3293

#### 鶴ヶ島ドリームス

##### ミニバスケットボールクラブ

対 小学生、満3～6歳

日 毎週土・日曜日、祝日、平日1

～2日(夕方) ※ 未就学児は月2

回、練習時間は学年による

場 藤小学校(女子)、鶴ヶ島第二小

学校(男子、未就学児)

間 百瀬 ☎090・8345・2999

#### フィオーレ(絵画)

日 毎月1回日曜日13時～17時

場 大橋市民センター

間 松岡 ☎080・3023・0046

#### スパッツ Spat<sup>2</sup>(ソフトエアロビクス・ストレッチ)

対 女性

日 毎週金曜日(月4回)12時～14時

場 女性センター

間 神山 ☎287・6557

#### 鶴ヶ島ジュニアソフトテニスクラブ クレイン

対 小学1～4年生

日 毎週日曜日13時30分～16時30

分

場 鶴ヶ島中学校ほか

間 岸田 ☎090・3816・7429(8月

31日(火)まで)

### 参加してみませんか

#### 秋季市民テニス大会

対 市内在住在勤在学の方またはテニス協会員

日 9月19日(日)8時30分～

※ 予備日9月26日(日)

種目 一般男子複、一般女子複、ベテラン男子複(45歳以上合計120歳以上)

料 1組2000円(当日徴収)

場 男子/市民テニスコート、女子/富士見テニスコート

申 往復はがき往信用に種目、ペアの氏名、年齢、住所、電話番号、メールアドレス、返信用に氏名、郵便番号、住所を記入し、9月10日(金)までに田中慎一(〒350-2211・脚折町1-30-11)へ郵送

間 田中 ☎090・4027・0073

### 出かけてみませんか

#### 第28回ヒロシマ市民の描いた 原爆絵画展

日 8月21日(土)～22日(日)11時～18時

場 坂戸市文化施設オルモ

料 無料

申 不要

間 白石 ☎281・6595

#### 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 問合先

#### 10月号の原稿締切は、8月20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。



## 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(7月1日現在)

人口 6万9987人 (前月比-27)

世帯数 3万2326世帯(15)

男 3万4666人 (-35)

女 3万5321人 (8)

## 今月の表紙



市内を駆け抜けた市内在住の聖火リレー走者3人を掲載しました。東京2020オリンピック聖火リレーは、1年間の延期を経て何とか開催されました。リレー走者の皆さんは、これまでの1年間、不安や葛藤など様々な思いで過ごされてきたのだと思います。当日の皆さんの素晴らしい笑顔を多くの人たちに見てもらえたらうれしいです。

## 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)

11日(水)10時～13時 ※ 9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)

※ 商品やサービス、債務整理などの消費生活に関する法的相談 27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)

17日(火)9時30分～ / 市役所1階▷障害者福祉課

## 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

※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

## 8月の眼科在宅当番医

## にし眼科クリニック

富士見1-2-1ワカバウォーク2階

☎271・2424

診療日時 8月22日(日)9時～17時

※ 休憩時間は要確認

## 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

## ◆弁護士による法律相談(要予約)

※ 個人間の金銭トラブル、家族(相続)などに関する法的相談 3日(火)(受付中)、20日(金)(6日から受付)、9月7日(火)(24日から受付)13時～16時 / 市役所1階・5階▷地域活動推進課

## ◆司法書士による法律相談(要予約)

12日(木)(受付中)、9月9日(木)(26日から受付)9時～12時 / 市役所5階▷地域活動推進課

## ◆行政書士による法律相談(予約優先)

12日(木)(受付中)、26日(木)(12日から受付)、9月9日(木)(26日から受付)13時～16時 / 市役所5階▷地域活動推進課

## ◆行政相談

20日(金)13時～16時 / 市役所1階▷地域活動推進課

## ◆不動産相談(予約優先)

3日(火)(受付中)、9月7日(火)(24日から受付)13時～16時 / 市役所5階▷地域活動推進課

## ◆人権相談

20日(金)13時～16時 / 市役所3階▷総務人権推進課

## ◆税務相談

3日(火)(受付中)、9月7日(火)(24日から受付)13時～16時 / 電話相談▷税務課

## 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



## 鶴ヶ島市少年消防クラブが、 消防署に体験入署しました！

防火・防災に対する知識を高め、幼少期から防火意識を強く持つことで地域の安全安心を守ることを目的に、鶴ヶ島消防署で体験入署を行いました。当日は市の消防団も協力し、放水訓練や煙中通過訓練、はしご車搭乗体験など、貴重な体験ができました。

現在、少年消防クラブは、小学生20名で構成されており、防火・防災についての学習や出初め式などの行事に参加しています。興味のある方は、鶴ヶ島市少年消防クラブ事務局(☎285・3119)まで！

## 市制施行30周年記念 「JAXA宇宙飛行士 若田光一さん講演会」

当日の講演は、リモート配信となりましたが、若田さんご自身の経験から、夢を持つこと、夢を実現することの素晴らしさなどをお話いただきました。子どもたちからの質問に対しては、様々な宇宙でのエピソードなどを交えながら、とてもわかりやすくお答えいただきました。「困難を乗り越えて前に進もうと努力しているときがいちばん成長しているとき」という若田さんの言葉が心に響きました。



## 市役所訪問「どんなお仕事をしていますか？」

6月24日、南小学校3年生が校外学習で市役所を訪問しました。グループに分かれて庁舎内を回り、市役所の業務について職員にインタビューしました。「お仕事すみません。お話を聞かせてください」と、丁寧にあいさつしてくれた子どもたち。議会棟で話を聞いたり、生ごみ処理器キエーロの実験を体験したりと、どの児童も職員の話真剣な表情で聞き、熱心にメモをとっていました。





## 触れて感じる、鶴ヶ島の文化

6月25日、文化財整理室にて、藤小学校4年生の体験学習が行われました。ミニ龍蛇を担いで「脚折雨乞行事」を体験したり、戦争や昔の生活に関する展示を見たり…。積極的に体験に取り組み、鶴ヶ島の文化をたくさん吸収してくれました。

みんなが元気に龍蛇を担いでくれたおかげで、途中から大雨が…！担げなかった子は残念でしたが、思いが空に届いたと、みんな驚きと喜びの表情を浮かべていました。



## 子どもたちからあたたかなプレゼント

7月5日、めぐみ幼稚園から市役所へ、朝顔が贈られました。園児のみんなが一生懸命育ててくれた朝顔には、一つひとつに「おしごとがんばってください」と嬉しいメッセージが！当日はあいにくの雨模様でしたが、心あたたまるプレゼントと子どもたちの元気な笑顔が、キラキラと輝いていました。

素敵なプレゼントをありがとうございます。職員一同、元気にお仕事頑張ります！

## 鶴ヶ島へ、希望の道がつながりました！

7月8日、川越城本丸御殿前（川越市）で「東京2020オリンピック聖火リレー出発式」が行われました。鶴ヶ島市からは、磯貴博さん（藤小学校6年）が聖火リレーサポートランナーとして参加しました。埼玉県3日目の聖火リレーの出発となる第1走者とともに川越市内を走り、聖火リレーを盛り上げました。その後、聖火リレーは、川越市内を走り、鶴ヶ島へ…。







やまざきあきひろ

# 鶴ヶ島市出身 山崎晃裕選手

## 東京パラリンピック出場！！

夢の舞台で、最高の一投を—

みんなで応援しよう！  
特設ページはこちら



### 山崎選手からメッセージ

この度、東京パラリンピックへの出場が決まりました。パラ陸上やり投げの山崎晃裕です。

私は鶴ヶ島の地で生まれ育ち、大学の卒業を機に、パラリンピックで世界一を獲るために故郷を離れ、挑戦の日々を送っています。

パラリンピックを通して、障害をもつ子どもたちや同じ境遇にある方々へ、自分の可能性を信じる大切さを伝えていくことが私の役目です。

人の心を動かせるような、記憶に残る活躍をします。

全てに感謝しながら、様々な想いを背負って戦いますので、応援のほどよろしくをお願いします。

### 山崎晃裕 AKIHIRO YAMAZAKI

鶴ヶ島市出身、順天堂大学さくらキャンパス職員  
パラ陸上やり投げF46クラス日本記録(60m65cm)保持者  
先天性の右手首欠損障害を持つ。パラ陸上やり投げを始めて5か月後には、28年ぶりに日本記録を樹立。その後も記録を更新し、現在も世界で活躍を続けている。東京パラリンピックでは、8月30日(月)10時から競技開始を予定している。

### 山崎選手が市長を表敬訪問しました

7月16日、山崎選手が東京パラリンピックに向けて、「鶴ヶ島の皆さんに希望を与えられるような活躍をします」と、力強く意気込みを語ってくれました。母校である鶴ヶ島第一小学校児童が寄せ書きした国旗を受け取り、当時の担任の先生からのメッセージに笑顔がこぼれていました。



### 編集後記

東京2020オリンピック聖火リレーにより、初めて聖火が鶴ヶ島にやってきました。聖火は、7人の走者のリレーにより、市内を駆け抜けました。走者の皆さんの笑顔、沿道の皆さんの笑顔、久しぶりにたくさんの笑顔に癒されたひとときでした。各関係機関やボランティア、多くの方々に支えられて無事に聖火リレーを終えることができました。ありがとうございました。

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



ほんだゆうま  
本田悠真ちゃん(1歳2か月)



みやぐちゆう  
宮口侑ちゃん(7か月)