

PUBLIC RELATIONS

Tsurugashima

広報つるがしま

5

2023
NO.1063

特集

ココロもカラダもこちよい 農業交流センター



くつろぐ



敷地内に広がっている芝生広場は、ピクニックをするのにぴったり。晴れた日には、家族で元気いっばいに走り回る姿も！木陰で読書するのも、気持ち良いですね♪

ふれあう



農業交流センターから少し離れた場所にかわいいヤギさんが4頭います。一番の先輩ヤギさんの名前は「トミ」さん♪3頭のヤギさんの名前は現在募集中です！名付け親になりたい方は、農業交流センターまでお問い合わせください。

伝承する



埼玉県が認定している「ふるさとの味伝承士」を講師に迎え、農村文化の味を伝承するために、季節ごとに講習会を開催しています。「料理教室と違って、ふるさとの味も学べるので、とてもためになります」と好評です。

特集

ココロもカラダも こちよい 農業交流センター

問合先 農業交流センター ☎279・3335



都会の風景と農村の風景が絶妙なバランスのまち「鶴ヶ島」。そんな鶴ヶ島の農村風景を楽しめる高倉地域にある施設「農業交流センター」。遠くへ行かなくても、市内でのんびり穏やかに過ごせる場所です。新緑の季節になり、外で過ごすのにぴったりな時期がやってきました。新年度が始まり1か月が経ち、新しい生活の疲れも出てくる時期です。今回の特集では疲れたとき、癒されたいときにおすすめのお出かけスポット「農業交流センター」を紹介します！

育む



市民農園と有機市民農園があります。市民農園は気軽に栽培を始めたい人向けで、有機市民農園は、より環境にやさしい農業体験ができる農園です。

農業交流センター近隣には、季節を感じられる風景がたくさん♪



農園の詳細はこちら



鶴ヶ島市農業交流センター（つるのりのん）は、平成10年11月に開館した施設です。農業に携わる人の研修と活動の場を提供するとともに、「市民と農業のふれあい」をベースとして、市民が農業を通して交流を深め、一日中遊べる、くつろげる、安らぎのもてる場として設置されました。

農業交流センターでは、季節や自然を感じられる事業が充実しています。自然や土とふれあいながら農業・農産物への理解を深める野菜などの「収穫体験」や、地産農産物を使い農村文化の味を伝承することを目的とした「料理教室」など、子どもから高齢者まで、だれもが参加できる事業を展開しています。

また、高倉地区の素晴らしい景色を多くの市民に知ってもらうために、「高倉ふるさとづくりの会」によって「鯉のぼりの設置」や「高倉菜の花まつり」、「飯盛川生き物探し隊」など（新型コロナウイルス感染症拡大期間中は、全てのイベントは中止）を開催しています。このほか、同会では高倉地区内の竹林を間伐し、その間伐材で飯盛川に竹橋を設置するなど地域住民と協働し自然環境の整備や保護を目的とした事業も実施しています。

農業交流センターって
どんなところ？

今年度も農業交流センターでは様々な企画を用意しています 令和5年度年間予定

行事の詳細なお知らせは、各月の広報つるがしまや農業交流センターのホームページをチェックしてください。

P20にたねダンゴづくり教室の案内があります♪

5月	●たねダンゴづくり教室(21日(日)) ●じゃがいも栽培体験(3月申込者対象)中旬に作業
6月	●じゃがいも収穫体験(下旬) ●たんさんまんじゅう作り講習会(24日(土))
7月	●トウモロコシと枝豆収穫体験(下旬) ●夏野菜を使った保存食教室(27日(木)) ●じゃがいも栽培体験(3月申込者対象)(月上旬に収穫)
8月	●野菜作り勉強会(月上旬)、市民農園利用者対象 ●エコ工作教室(下旬)
9月	●栗ひろい体験(月上旬～中旬に2回開催) ●たねダンゴづくり教室(中旬)
10月	●さつまいも掘り体験(中旬) ●武威野うどん作り教室(中旬)
11月	●里いも掘り体験(中旬) ●ひもかわうどん作り講習会(下旬に1回)
12月	●キムチづくり教室(月上旬)
1月	●手作り味噌講習会(下旬)
3月	●じゃがいも栽培体験(3月～7月に4日間実施予定)



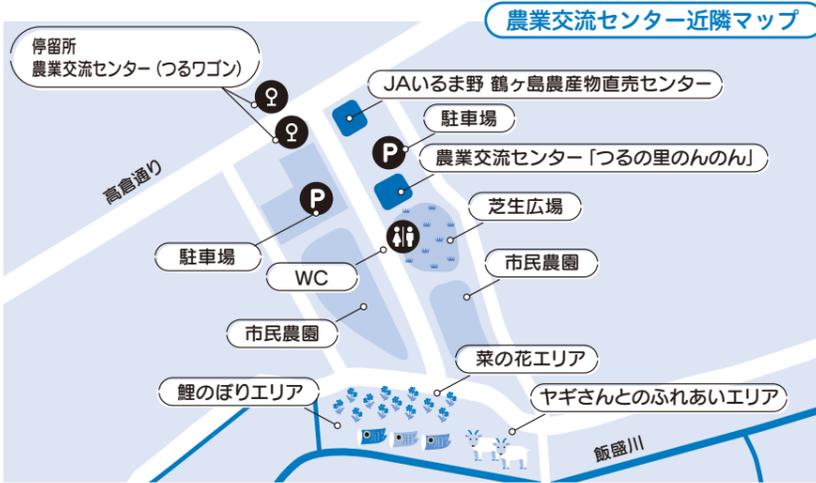
甘さとほんのりとした苦味が特徴!
たんさんまんじゅう作りの様子
たんさんまんじゅう



手作り味噌講習会の様子



幅広い種で野菜たっぷり!
ひもかわうどん作りの様子
ひもかわうどん



農業交流センター近隣マップ

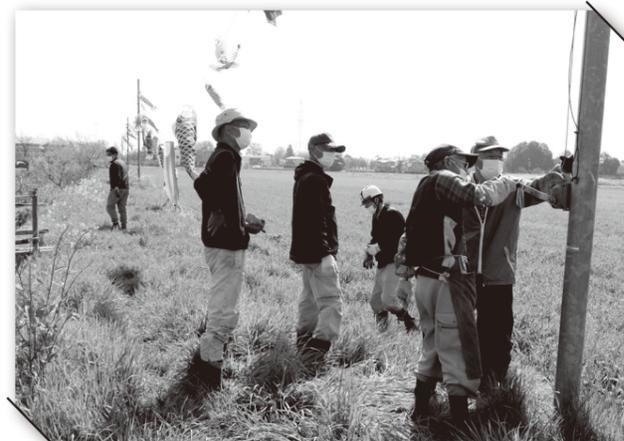
地域団体のみなさんが農業交流センターを盛り上げてくれています

高倉ふるさとづくりの会

鶴ヶ島市の代表的な風景のひとつ「高倉の鯉のぼり」。毎年3月下旬から5月上旬の期間に、「高倉ふるさとづくりの会」の方々があげてくださっています。「子どもたちにこの風景を残したい」。そのような想いを鯉のぼりに込めて、高倉の空に泳がせています。

高倉ふるさとづくりの会って?

平成13年、高倉地区の住民で構成する団体として設立しました。高倉の住民が知恵を出し合い、協力し合って「高倉のふるさとづくり」を進めることにより、地区住民の絆を深め、併せて地区の活性化を図ることを目的としています。平成14年には、豊かなむらづくり全国表彰において農林水産大臣賞を受賞しました。



毎年3月にあげている鯉のぼり それはどうして?

高倉の地域を盛り上げたいという思いから菜の花が咲く3月に鯉のぼりをあげています。芝生広場と飯盛川沿いには、迫力のあるたくさんの鯉のぼりが泳いでいます。

高倉の雄大な空で泳がせてみませんか?

鯉のぼりを募集しています

自宅で見ている鯉のぼりがあったら、農業交流センターまでお持ちください!

農業交流センターに行ってみよう!

施設概要

受付時間 3～5月 8時～18時30分
6～8月 8時～19時30分
9～2月 8時～18時

休館日 1月1日～4日、12月28日～31日

問 農業交流センター(高倉534-3)
電 279・3335

※ 施設の利用時間は9時～22時で、建物内の部屋を利用する際は事前に予約が必要です

農業交流センターへのアクセス

つるワゴン 東西線(青)で鶴ヶ島駅西口から26分、一本松駅入口から4分「農業交流センター」下車

センター棟 60台、市民農園 30台

現在走行位置がわかります
Bus GO!は
こちらから






Suku Suku 子育て



春真っ盛りの市内を散策すると、満開の桜と菜の花と、
たくさん笑顔に出会うことができました。

子育て情報BOX

ようこそ鶴ヶ島de子育て

～ママのためのほっこりサロン～

「家にいても時間を持て余してしまう」「外に出る機会がほしい」「人付き合いが苦手」「安心して過ごせる場所がほしい」などお悩みの方、ほっこりサロンで一緒に過ごしませんか。

お子さんを預かる保育はありませんが、保健師や保育士がサポートします。

対 メンタルクリニックや精神科に通院中の妊婦さんや子育て中の母親

日 5月19日(金) 10時～12時 **場** 保健センター

内 季節の制作・親子ふれあい遊び

申 専用フォームから申込み

問 保健センター☎271・2745 **申込はこちら**



プレママ&親子の歯みがき教室

歯科衛生士が、歯みがきを嫌がるお子さんの仕上げ磨きポイントをお伝えしたり、実際にブラッシングしているところをチェックするなど、実践的な指導を行っています。ぜひ、ご利用ください。

対 妊婦、児童、親、祖父母

日 5月30日(火) ※ 時間などは個別調整

場 保健センター

内 ブラッシング個別指導、染め出し、フロスなどの使い方、歯科相談

持 母子手帳、歯ブラシ、コップ、タオル

申問 保健センターへ☎271・2745

ゆりかご教室

これからお母さん・お父さんになる人を対象とする教室です。ぜひ、ご夫婦でご参加ください。

対 妊婦とその家族

日 6月9日(金) 14時～16時45分

場 保健センター

内 こんにちは赤ちゃん(お話)、妊娠中の食生活と歯の健康(お話)、赤ちゃんの沐浴(体験)・妊婦体験

定 12組(申込順) **持** 筆記具、飲み物

申 専用フォームから申込み

問 保健センター☎271・2745



申込はこちら

子育て講座「パパと一緒に外で遊ぼう」

対 0歳～5歳までの子どもと父親

日 5月27日(土) 10時15分～11時30分

場 農業交流センター

内 芝生広場でふれあい遊びやお散歩、シャボン玉遊びをします。 ※ 雨天中止

定 8組(申込順) **料** 無料

持 飲み物、タオル、着替え、お散歩バック

申問 5月11日(木) 9時から鶴ヶ島子育てセンター(鶴ヶ島保育所内)へ☎286・7201

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…5月10日(水)・31日(水)13時～・14時～ ※ 要予約

発達支援センターへようこそ！

問合先 発達支援センター ☎279・1227

発達支援センターとは？

身体や知的に障害があるお子さん、または発育・発達に遅れや不安のあるお子さんに対して、基本的な生活習慣を身につけることや集団生活の適応性を高めるために必要な指導や訓練を行い、子どもの発達を援助する施設です。

対 市内在住の1歳から小学校就学前までのお子さん

費 無料(給食は実費・保険代自己負担)

※ 保護者の送迎が必要です



たとえば、こんな心配はありませんか？

- 言葉が遅い気がする
- 発音や話し方が気になる
- こだわりが強く、かんしゃくを起こしやすい
- 動きが多い、落ち着きがない
- 目が合いにくい
- 手や足の動きが不器用に感じる

発達支援センターの1日

- 9:00 登所 持ち物の準備
- 9:20 朝の会
- 9:45 課題あそび
- 11:30 給食
- 12:45 帰りの会
- 13:00 降所

課題遊び！

苦手なことに少しずつ、楽しく取り組める工夫をしています。
☆リズム体操
☆砂や粘土あそび
☆絵具などを使った制作 など



専門職の指導

言語聴覚士、理学療法士、作業療法士の専門職が、定期的に指導を行います。専門職のアドバイスを基に、子ども一人ひとりの状況にあった指導を行います。



利用方法

1 通所指導

みんなと一緒に過ごす中で、基本的な生活習慣や集団への適応力を高めるために、お子さんに合わせた指導を行っています。

指導日 月～金曜日9時～13時
※ 給食あり

2 外来指導

保育所や幼稚園など他の施設に通っている児童で、個別の指導が必要なお子さんに専門家が訓練を行います。

指導日 要予約

3 親子教室

親子でふれあい遊びや体操などを楽しみながら、発達を促すための指導を行います。

実施日 週1回(火曜日または金曜日)10時～12時

‘挑戦’の一部を紹介します

令和5年度はゼロカーボンに向けたキックオフの年とし、啓発事業を中心に取り組みます。

楽しみながら実践 /

ヘチマ・プロジェクト始動

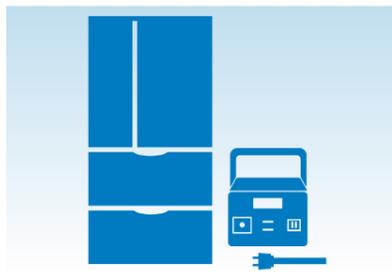


陸の島“鶴ヶ島市”から海を守ります

詳細は裏表紙をご覧ください

節電+手軽に再エネ導入 /

省エネ家電の買換えを支援



省エネ家電の買換え費用の一部を補助します

- 冷蔵庫、LED照明の買換え
- ポータブル蓄電池の購入
- ※ 詳細は決まり次第お知らせします

防災拠点整備の観点も /

公共施設に太陽光発電



公共施設への太陽光発電設備などの導入を調査します

対象
避難所となる学校や市民センターなど

ごみの減量・資源化によるゼロカーボンの推進 /

ごみの減量・資源化を推進

生ごみの削減に取り組みます

5/8(月)受付開始「生ごみ処理器 キー一口」の販売

キー一口とは

国産木材の西川材で製作された箱型の生ごみ処理器。箱の中の黒土(各家庭でご用意ください)のバクテリアを利用して生ごみを分解します。正しく使えば臭いや虫の発生もほとんどなく、夏場なら1週間ほどで分解できます。生ごみが自己処理できるので、ゴミの減量とゼロカーボンに貢献できます。

使い方



種類・販売数

①箱型キー一口：ベランダでも使用できる底付きのもの(高さ70cm×幅90cm×奥行50cm程度)・限定25基

NEW

②直置き型キー一口：畑や庭に直接置いて使用できるもの(高さ40cm×幅90cm×奥行50cm程度)・限定5基

購入について

対象 市税を完納している市内在住の方で、キー一口を良好な状態で維持管理できる方

金額 5760円

申込・受渡方法

窓口申込みのみ

※ 後日、購入決定通知書を送付しますので、窓口にて代金と引き換えにキー一口をお渡します

※ キー一口の製作には少々お時間がかかります

※ お持ち帰りが困難な方は、事前にご相談ください

問合せ先 生活環境課環境推進担当

詳細はこちら



Webでカンタン 捨てない暮らしを応援します

不要品の一括査定ができる「おいくら」をぜひご利用ください。



「おいくら」はこちら

2050年までに温室効果ガスの排出量を実質0とする

ゼロカーボンへ挑戦!

市民・事業者・市が一体となり

「オール鶴ヶ島」でゼロカーボンに取り組むため、「第3期鶴ヶ島市環境基本計画」を策定しました。

問合せ先 生活環境課環境保全担当

第3期鶴ヶ島市環境基本計画

■計画期間 令和5(2023)年度～令和14(2032)年度

■目指す環境像

緑と水と生きものと持続可能な社会を目指すまち

■温室効果ガスの削減目標

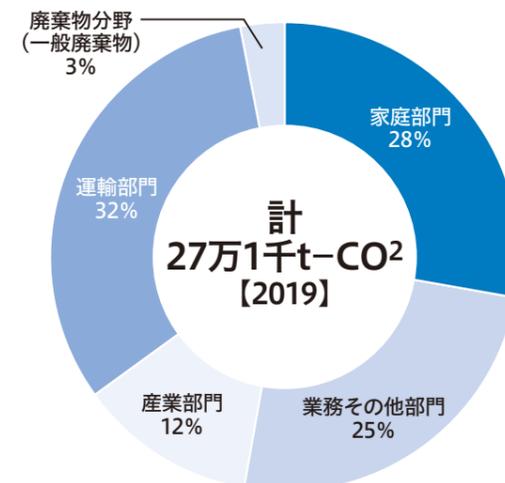
①2030年度の鶴ヶ島市の温室効果ガス排出量を2013年度比で46%を上回る削減とする。

②2030年度の市役所の温室効果ガス排出量を2013年度比で50%を上回る削減とする。

計画書の詳細はこちら



鶴ヶ島市の温室効果ガス排出量



なぜゼロカーボンなのか
近年、地球温暖化が原因とされる気候変動により、甚大な被害をもたらす自然災害が地球規模で発生しています。国内においても、猛暑や集中豪雨、大型台風など、今までに経験したことのない異常気象が頻発し、私たちの生命や暮らしが脅かされる事態となっています。
日本政府は2020年10月、2050年までに温室効果ガスの排出量を実質ゼロにする「カーボンニュートラル」の実現を目指し、2030年の温室効果ガスを2013年度比で46%削減すると宣言しました。

オール鶴ヶ島で
環境省によれば、当市の令和元年の温室効果ガスの排出量は、およそ27万トンとなっており、うち28%が家庭から、37%が事業所などからの排出であり、合わせて全体排出量の半分以上を占めています。
つまり、一人ひとりが脱炭素への取組を進めるとともに、市民・事業者・市が一体となり取り組まなければ目標の達成は困難な状況です。

ボンシティ宣言、③第3期鶴ヶ島市環境基本計画の策定など、ゼロカーボンに向けた推進体制の整備を行い、令和5年度より本格的な取組を開始します。

未来へ、そして子どもたちへ

令和5年度 消費者月間 統一テーマ
デジタルで快適、消費生活術 ～デジタル社会の進展と消費者の暮らし～

消費者月間とは？

「消費者保護基本法(消費者基本法の前身)」が昭和43年5月に施行されたことから、その施行20周年を機に、昭和63年から毎年5月が「消費者月間」とされました。



社会のデジタル化が進むことにより、多様なコミュニケーションやサービスの利用が可能になりました。SNSによる情報発信やインターネット通販の普及など、私たちの生活はますます便利に、楽しみ方の幅も広がっています。一方で、デジタル化に伴う新たな消費者トラブルが発生しています。デジタルサービスの仕組みやそのリスクの理解、様々な情報の正確さを見極める力や、情報社会で適正な活動を行うための基になる考え方と態度を身に付けることが必要です。

通販トラブル

正規の通販サイトと思って購入にしたのに…

SNSで有名ブランドのものと思われる販売サイトの広告が表示された。「キャンペーン中」とうたっており、相場よりかなり安かったので、洋服とバッグを注文した。支払い方法が銀行振込みのみだったので、仕方なく、指定の口座に料金を振り込んだが、商品が届かない。相手にメールを送ったが、返信はなかった。電話番号の記載はなかったので、連絡を取ることができない。

偽サイトの特徴

- ◎販売価格が大幅に値引きされている
- ◎支払い方法が、クレジットカード決済のみ、代金引換サービスのみ、銀行口座などへの前払いのみなど、支払い方法が限定されている
- ◎事業者への連絡方法が問い合わせフォームやフリーメールのみ
- ◎日本語の表現が不自然

訪問販売や電話勧誘販売などクーリングオフできる取引では、電磁的記録でもクーリング・オフの通知ができます！

電磁的記録とは？

- ・電子メール
- ・クーリング・オフ専用フォーム
- ・ファクシミリ など

※ 送信したメールの保存やウェブサイト上のクーリング・オフ専用フォームの画面はスクリーンショットし、送信記録を残すようにしましょう



※ イラストは「消費者庁イラスト集より」

ここに注意！

通信販売は
クーリング・オフできません

「おかしいな？」と思ったら、消費生活センターへ

商品やサービスの契約トラブル、製品事故に関する相談、消費生活に関する問い合わせに応じています。

相談日時

■月～金曜日(来所相談・電話相談)

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)

持ち物

- 契約書 保証書 写真

- 購入のきっかけとなった広告やパンフレット
- 保存してある画面やURL、メール
- 契約までの経緯を時系列にまとめたメモ など

消費生活専門弁護士の相談もご利用ください

「債務整理の方法を知りたい」「賃貸アパートの原状回復費用を請求された」など、契約について専門家の意見が聞きたいときはご相談ください(要予約)。

日時 毎月第4金曜日(原則) 13時～17時(相談時間30分)

障害のある人もない人も ともに生きるやさしさのあるまちへ

問合せ 障害者福祉課障害者福祉担当

「鶴ヶ島市ともに生きるやさしさのあるまちを目指す障害者のコミュニケーション支援条例」
「鶴ヶ島市手話言語条例」を制定しました。



情報を得ることやコミュニケーションを取ることは日常生活を送る上で大切なことです。鶴ヶ島市では2つの条例を制定し、障害の特性に応じた情報の取得およびコミュニケーション手段を利用しやすい環境を整備することにより、全ての市民が互いの人格と個性を尊重し支え合う共生社会の実現を目指していきます。

障害の特性に応じたコミュニケーションの確保

私たちが日常生活を送っていく上で、情報を得て、他の人とコミュニケーションを図ることは必要不可欠なものです。しかし、障害の特性によっては音声や文字による情報を取得することや、うまく自分の意思を伝えることが難しく、障害者は日常生活の中で困難を抱えています。このため、多様なコミュニケーション手段の中から自ら選択できる環境づくりが重要です。

なぜ「手話言語条例」を制定したの？

手話は、日本語とは異なる語いと文法を持つ独自の言語であり、手・指や体の動き、表情を使って視覚的に表現する言語です。

しかし、障害の特性に応じたコミュニケーション環境を整備しようとする、日本語を前提に考えてしまいがちです。

このため、手話が言語であることの理解と普及を図るために条例を制定しました。

どんなことに困ってるの？

視覚障害の方 銀行ATMなど音声対応していないところがあって困る。

聴覚障害の方 字幕があっても理解するのが難しい。外出先で筆談をお願いすると嫌な顔をする人がいる。

知的障害の方 外見からは分かりにくく、理解が得られない。

高次脳機能障害※の方 外見からは分かりにくく、まわりに理解されない。症状は様々だが、曖昧な言葉が分かりづらい、上手く伝えられないなどの症状の人がいる。

※ 病気や事故などで脳の細胞に損傷が加わることで、年齢に応じた適切な認識や行動ができなくなる障害です

今後の取り組み

障害の特性に応じたコミュニケーション手段が確保されるよう、現在行っている手話通訳派遣事業や要約筆記者派遣事業などを引き続き実施していくほか、障害当事者やその関係者と話し合いながら具体的な施策を実施していきます。

始めてみよう！
私たちにできること

会議や講座では・・・
・手話通訳者や要約筆記者を配置する。



ヘルプマーク

周囲の人に、支援を必要としていることを知らせるマークです。ヘルプマークを身に着けた人を見かけたら、思いやりのある行動をお願いします。

説明するとき・・・

(知的障害・発達障害・精神障害)

・本人を尊重しつつ、穏やかな口調で「ゆっくり」「具体的に」「くり返し」伝える。

学びませんか・・・

・手話講習会(入門)

・点字講習会(入門)

・音訳講習会(入門)

※ 鶴ヶ島市社会福祉協議会で実施予定です。詳しくはホームページをご覧ください

日本赤十字社会員増強運動にご協力をお願いします

問合せ先 福祉政策課福祉政策・地域福祉担当

日本赤十字社の基本原則	
人道	人間のいのち、健康、尊厳を守るため、苦痛の予防と軽減に努める
公平	差別をせず、最も助けが必要な人を優先する
中立	全ての人の信頼を得て活動するため、一切の争いに加わらない
独立	国などの人道活動に協力するが、自主性を保つ
奉仕	利益を求めず、人を救うため、自発的に行動する
単一	国内唯一の赤十字社として、全ての人に開かれた活動を進める
世界性	世界の赤十字ネットワークを生かし、互いの力を合わせて行動する

日本赤十字社は、日本赤十字社法により設立されている法人で、安全な血液製剤を安定的に供給する血液事業、医療事業などの人道的事業を実施しています。日本赤十字社の様々な事業活動は、赤十字の理念や活動にご賛同をいただいた皆さんからの「活動資金」によって賄われています。

本年も、日本赤十字社の活動資金募集について、各自治会にご協力を依頼しています。つきましては、自治会役員の方が各世帯を訪問しますので、その際には、赤十字事業の一層の充実、発展という趣旨をご理解のうえ、ご協力をお願いします。また、自治会に未加入で、赤十字活動にご賛同いただける方は、直接福祉政策課にご連絡をお願いします。

活動資金の主な使い道

- 1 災害救助活動
- 2 講習普及活動
- 3 赤十字ボランティアの養成事業
- 4 国際救援活動
- 5 救急医療活動や看護師養成事業
- 6 安全な血液製剤の安定供給のための血液事業
- 7 社会福祉事業
- 8 赤十字会員の加入促進事業や赤十字事業の広報活動

災害義援金・海外救援金受付状況をお知らせします

問合せ先 福祉政策課福祉政策・地域福祉担当

災害義援金	9413円
令和4年台風15号災害義援金	9764円
中東人道危機救援金	5000円
バングラデシュ南部避難民救援金	5000円
令和4年3月福島県沖地震災害義援金	6112円
令和4年7月大雨災害義援金	240円
令和4年8月3日からの大雨災害義援金	9413円

マイナポイントの申込期間が、5月末日から9月末日まで延長されました。(マイナンバーカードを令和5年2月末日までに申請した方)

マイナポイントは、申込期限が近づくにつれ申込サイトの混雑が予想されますのでお

災害義援金・海外救援金につきましては、多くの皆さんから温かいご支援をお寄せいただきありがとうございます。日本赤十字社鶴ヶ島市地区での受付状況(令和4年4月1日～令和5年3月31日)は、次のとおりです。

マイナポイントの申込期間延長

問合せ先 市民課住民記録担当

マイナポイントの申込期間が、5月末日から9月末日まで延長されました。(マイナンバーカードを令和5年2月末日までに申請した方)

マイナポイントは、申込期限が近づくにつれ申込サイトの混雑が予想されますのでお



早めにお申し込みください。なお、2月末日までに申請した方のマイナンバーカードの受取はがきは順次発送しています。



お預かりしました災害義援金や海外救援金は、日本赤十字社埼玉支部を通じて被災地に送金され、被災地域の復興・復興活動に役立てられています。

アフガニスタン人道危機救援金	1万839円
2022年アフガニスタン地震救援金	5869円
ウクライナ人道危機救援金	19万5385円
2023年トルコ・シリア地震救援金	6万2817円

障害者団体などの自発的活動を応援します

問合せ 障害者福祉課障害者福祉担当

①障害のある方を支援するための自発的活動を行う、障害者団体または障害者支援団体に対し、予算の範囲内で補助金を交付します（補助上限額あり）。

②ペアレントトレーニング講座を実施する障害者支援団体に対し、予算の範囲内で補助金を交付します（補助上限額あり）。

対象 市内に事務所があり、

障害福祉についての身近な相談窓口

問合せ 障害者福祉課障害者支援担当

障害福祉についての身近な相談窓口として、市内3か所に「障害者地域相談支援センター」があります。障害のある方、そのご家族や関係者などを対象に、障害福祉サービスの制度やサービスの説明、利用手続きの案内、日常生活の困りごとなどに、相談支援専門員が対応します。お気軽にご相談ください。



相談窓口	所在地	連絡先
鶴ヶ島市生活サポートセンター	市役所6階 社会福祉協議会内	☎277・4116
障害者地域相談センターあゆみ	藤金685-1	☎279・5233
障害者地域相談センターカローレ	上広谷472-10	☎277・4830

構成員が5人以上の障害者団体、障害者支援団体

申込み 5月31日(水)まで障害者福祉課障害者福祉担当へ直接。申請書は窓口で配布するほか、市ホームページからダウンロードできます。



申請書
ダウンロード

農薬は適正に使用しましょう

問合せ 産業振興課農政担当

農薬を使用する際は、使用方法に十分注意し事故防止に努めましょう。

- ・ラベルや袋に表示された注意事項を厳守し、周囲への飛散に十分注意しましょう
- ・散布量は必要最低限にし、農薬以外の防除方法を検討しましょう
- ・事前に周辺住民や施設利用者等に周知を行うとともに、風向きに注意しましょう
- ・農薬廃棄は専門処理業者に委託するなど、責任をもって処分しましょう



詳細はこちら

鶴っ子サマースクールで学習指導補助員の大学生の募集について

問合せ 学校教育課指導担当

昨年度に引き続き、市内小・中学校の夏季休業期間中に「鶴っ子サマースクール」を開催します。「鶴っ子サマースクール」は、児童・生徒の学習意欲を向上させるとともに、家庭学習の習慣化を図り、「確かな学力」を育成することを目的としています。つきましては、学習指導補助員として、児童・生徒の自主学習の支援を行う大学生を募集します。

時給 1300円（交通費含む）

申込方法 市販の履歴書に必要事項を記入の上、5月31日(水)までに学校教育課指導担当へ郵送、または直接持参してください。

選考方法 書類選考の上、面接を実施します。

選考結果 応募者全員に文書で通知します。

詳細は市ホームページをご確認ください。

5月1日～6月30日は「不正大麻・けし撲滅運動」期間

大麻の使用は有害で、不正栽培・所持は犯罪です。また、「けし」には法律で栽培が禁止されている種類があります。特に大麻は「海外では合法化されているから害がない」などといった誤った情報が流布され、若年層への乱用の拡大が懸念されています。正しい情報を知り、自分の身を守りましょう。大麻や栽培してはいけない「けし」を発見したら、埼玉県保戸保健所(☎283・7815)までご連絡ください。

配当所得などの課税方式の選択について

問合先 税務課市民税担当

上場株式などの配当所得や譲渡所得については、所得税とは異なる課税方式を選択することができます。異なる課税方式を選択する場合は、個人住民税の納税通知書が送達される日までに、確定申告書とは別に個人住民税の申告書と別紙「上場株式等の配当所得等及び譲渡所得等に関する課税方式の選択申出書」を提出していただきます。確定申告書に配当所得などの全部を申告不要と記載した場合は提出不要です。

※ 申告書は税務課窓口に設置してあります
令和6年度(令和5年分)以降は、特定配当に係る所得および特定株式等譲渡所得について、所得税と住民税で異なる課税方式を選択することができます。これらの所得を確定申告すると、住民税における合計所得金額や総所得金額などへ算入されることとなります。
申告の際は、課税方式の選択について慎重に判断してください。

便利な納税方法が増えました！

問合先 収納課納税管理担当

新たに納付書に印字される地方税統一QRコードを利用して、スマートフォンやパソコンから市税や国民健康保険税を納付することができます。うになりました。

対象税目

- ・市・県民税(普通徴収)
 - ・固定資産税・都市計画税
 - ・軽自動車税(種別割)
 - ・国民健康保険税(普通徴収)
- 地方税統一QRコードが印字されている納付書があれば、スマートフォン決済アプリやクレジットカード、ネット

トバンキングなどを利用していつでもどこでも納付ができます。また、「地方税統一QRコード対応金融機関」であれば、納付書を金融機関窓口で直接持参して納付することもできます。

詳しい納付方法や対応しているスマートフォン決済アプリ、金融機関については、地方税共同機構が運営する「地方税お支払サイト」をご確認ください。



地方税お支払サイトはこちら

軽自動車税(種別割)の減免のお知らせ

問合先 税務課市民税担当

障害のある方(以下「障害者」という)などが所有する車両について、一定の要件を満たす場合は、申請により軽自動車税(種別割)が減免されます(障害者1人につき普通自動車を含めて1台に限る)。

減免の対象となる軽自動車

- ①障害者が所有する軽自動車
で自らが運転するもの
- ②障害者または障害者と生計を一にする方が所有する軽自動車
で、障害者の通院、通学、通勤または仕事のためにその方と生計を一にする方が運転するもの
- ③障害者のみで構成される世帯の方が所有する軽自動車
で、その方を常時介護する方が運転するもの
- ④軽自動車の構造が、障害者が利用するためのもの

※ 障害区分などにより減免の対象にならない場合もあります
なお、令和5年度より障害者と生計を一にする方などが運転する場合の減免対象となる等級を一部緩和しました。
詳細は市ホームページをご確認ください。また、①～③については自動車検査証または

軽自動車届出済証に「事業用」と記載されているものは除きます。
※ 昨年度減免された方も毎年申請が必要です。なお、納税後の減免はできません
申請に必要な書類など

- ・身体障害者手帳、療育手帳、精神障害者保健福祉手帳、戦傷病者手帳など
- ・運転免許証(減免を受けようとする車両を運転する者)
- ・自動車検査証または軽自動車届出済証
- ・納税通知書
- ・納税義務者のマイナンバーカードまたは通知カード

※ 障害者と住所が異なる運転者が、同一生計または常時介護している場合には、現況書が必要となります
申請期限 5月24日(水)

郵送による申請も受け付けています。申請用紙は、市ホームページからダウンロードできます。



詳細はこちらから

自動車税(種別割)の納期限は5月31日(水)です

問合せ先 税務課市民税担当

自動車税(種別割)の納期限は5月31日(水)です。
令和5年4月から、地方税統一QRコード(eL-QR)の導入により納付方法が増えました。地方税お支払サイトから、クレジットカードやインターネットバンキングなどの方法での納付も可能です。
スマートフォン決済アプリは、バーコードを読み取りできる6アプリ(Pay Pay、LINE Pay、PayB、au PAY、ファミペイ、楽天銀行アプリ)がご利用できます。
自動車税事務所の4支所(大宮、熊谷、所沢、春日部)で、窓口での現金による納税の受付は令和5年3月末で終了しました。令和5年4月からは、スマートフォン決済アプリ、コンビニエンスストアでの納税などをご利用ください。

納税通知書は、5月中旬頃、お手元に届く予定です。

埼玉県では、自動車税(種別割)を納期限までに納税し納付履歴などを協賛店で提示すると、割引などのサービスが受けられる自動車税「納めてプラス!」キャンペーンを

実施しています。詳しくは埼玉県ホームページをご確認ください。

※ 自動車税全般に関すること、住所変更・納付書紛失などの連絡、納税状況の確認などについては、自動車税コールセンターへ ☎0570・012・2229

※ 障害者の方のための減免申請については、窓口への受付に加えて、令和4年度から郵送および電子申請でも受け付けています。詳しくは埼玉県ホームページをご確認ください



地方税お支払
サイトはこちら



納税通知書送付のお知らせ

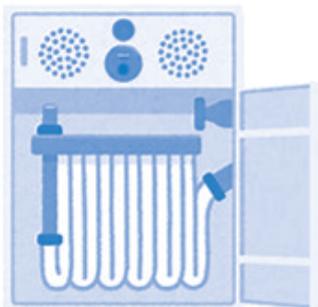
問合せ先 税務課資産税担当、市民税担当

令和5年度分の納税通知書を次のとおり送付します。納税通知書が届かない場合はご連絡をお願いします。

名称	対象者	送付予定 期日	問合せ先
固定資産税・都市計画税	令和5年1月1日現在、鶴ヶ島市内に固定資産(土地・家屋・償却資産)を所有している方 ただし、同一人が所有する土地・家屋・償却資産のそれぞれの課税標準額が一定の額(土地:30万円、家屋:20万円、償却資産:150万円)に満たない場合は、課税されないため、納税通知書は発送しません。	5月上旬	税務課資産税担当
軽自動車税(種別割)	令和5年4月1日現在、原動機付自転車、軽自動車、小型特殊自動車または二輪の小型自動車を所有している方	5月上旬	税務課市民税担当
個人市県民税	令和5年1月1日現在、鶴ヶ島市内に住所があり給与から個人市県民税が天引き(特別徴収)される方 ※ 勤務先の会社などに送付します。	5月中旬	
	上記以外の方	6月中旬	

防火管理資格取得(新規)講習会

問合先 坂戸・鶴ヶ島消防組合消防本部予防課 ☎281・3117



定員 50人(申込順)
費用 4000円

※ 駐車場の用意はありません

場所 坂戸・鶴ヶ島消防組合
消防本部(坂戸市鎌倉町16-1)
日時 6月14日(水)・15日(木)
8時30分～16時30分

消防法施行令に基づく、防火管理資格(甲種)を取得する講習会を行います。
多数の人が利用する事業所では、防火管理の資格を有する人の中から防火管理者を定め、消防本部に届出をする必要があります。
資格者がいない事業所は必ず受講し、防火管理者を選任してください。
対象 鶴ヶ島市、坂戸市内在住または在勤で、各事業所において管理監督的な地位にある方

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

申込み 5月30日(火)
8時30分から16時までに消防本部予防課へ電話

災害対策を万全に

問合先 危機管理課防災危機管理担当

自主防災組織とは
自主防災組織とは、「自分たちの地域は自分たちで守る」という意識を持ち、自主的に防災・減災活動に取り組み地域組織です。
なぜ自主防災組織が必要か
大規模な災害が発生した場合、救助などの要請が殺到することが予想され、市や消防などの防災関係機関の対応が行き渡らない可能性があります。そのため、地域が結束して普段から地域のために救出救護や避難所運営などの防災・減災活動を行うことで、災害時に地域の被害を抑えることが極めて重要です。
また、平常時も地域で防災備蓄物の整備などを行うとともに、防災訓練や救命講習を実施することで、防災知識を深め災害時に備えることができます。

ご相談ください

市では自主防災組織の設立を検討している自治会向けに講座の開催や相談を受け付けています。自主防災組織を設立したいけど何をしたらいいかわからないなど、お悩みがありましたらお気軽にご相談

ください。

補助金を交付します

市では自主防災組織を設立した場合、その活動に必要な防災資機材などの整備に対し、1回に限り補助金を交付しています。

補助額 基準額と加算額を足した額を限度として、対象経

費の3分の2以内の額を補助

基準額 5万円

加算額 150世帯から1世帯

増えるごとに100円を加

算

防災行政無線の放送内容と確認方法について

市では、58か所に防災行政無線のスピーカーを設置しています。防災行政無線とは、災害時などに市民の皆さんへ広く周知が必要な情報を伝える設備です。放送内容が聞き取りづらい方のために、情報提供サービスを実施していますので、登録・確認をお願いします。



詳細はこちら



詳細はこちら

光化学スモッグにご注意ください

問合せ先 生活環境課環境保全担当

5月から9月は光化学スモッグが発生しやすい季節です。市では光化学スモッグ注意報・警報が発令された場合、市の防災行政無線でお知らせするほか、公共施設や市内の金融機関に看板を設置して注意を呼びかけています。

埼玉県のホームページでは最新の情報をお知らせいたします（鶴ヶ島市は「県南西部地区」です）。

注意報が発令されたら

- ・屋外での激しい運動は避ける
- ・目などに刺激を感じたらすぐ屋内に入る
- ・自動車の使用を控える
- ・乳幼児、お年寄り、病弱な方は、健康な成人よりも被害

を受けやすいので特に注意する

光化学スモッグが発生しやすい気象条件

天気 晴れまたは薄曇り

風向き 朝方に北よりの弱い風が吹き、日中南寄りの風に変わる

風速 日中の平均風速が秒速4メートル以下

気温 日中最高気温が25℃以上

光化学スモッグとは

工場や自動車などから排出される窒素酸化物や揮発性有機化合物に、大量の紫外線があたることにより発生するものです。目やのどの粘膜に刺激を与え、健康被害を引き起こすことがあります。

高規格救急自動車を配備しました！

問合せ先 坂戸・鶴ヶ島消防組合
消防本部警防課 ☎281・3119



坂戸・鶴ヶ島消防組合では、坂戸消防署の高規格救急自動車を更新配備しました。

救急件数は全国的に年々増加しており、当組合でも令和4年は過去最高の9000件を超え、救急車の必要性が高くなっています。今回更新した救急車は、救急車の

を勇気づけられるように、救急車が来たことをひと目で分かるデザインにしました。

急車を有効に活用し、市民の皆さんの安全・安心を守っていきます。また、今回更新した救急車は、緊急消防援助隊登録車両のため、大規模災害が発生した際に、全国各地へ出場します。被災地の皆さん

九都県市一斉自転車マナーアップ強化月間

問合せ先 生活環境課交通安全・防犯担当

九都県市では、自転車マナー向上のための強化月間を実施しています。埼玉県は全国でも自転車の保有率が非常に高く、多くの方が自転車を利用しています。自転車のルールを学び、守り、自転車を安全に利用することが自分自身の生活を守ることにつながります。日頃の自分の運転が「自分ルール」になっていないかを見直しましょう。

自転車を安全に利用するためにできること

後方の安全確認

発車時は、前方だけでなく、後方からの追突を防ぐために、後方の安全を必ず確認しましょう。周りのドライバーや歩行者に「今から出発しますよ」と伝えるためにも効果的です。

早めのライト点灯

無灯火は視認が遅れるため、ブレーキも遅れ、重大事故の原因となります。ドライバーから自分の存在を見えやすくするためにも、暗くなり始めたら早めにライトを付けましょう。

周りの音をしっかりと聴く

イヤホンやヘッドホンを使用していると車や緊急車両のサイレンなどが聞こえにくくなり危険の察知が遅れます。近づく車の音をしっかりと聴きましょう。

ヘルメットを着用

自転車事故死者の多数が、頭部への損傷により命を落としています。ヘルメットを着用することで、万が一の事故にあっても、被害を軽減することができます。

埼玉県内では自転車事故が後を絶たず、令和4年中は自転車事故による死者数が16人で、全国ワースト6位でした。事故の約3割に、自転車運転者に何らかの交通ルール違反が見受けられます。自転車は車の仲間です。車両の運転者としての責任を自覚し、交通ルールをしっかり守りましょう。

運動期間 5月1日(月)～31日(水)まで

埼玉県重点

- ・自転車損害保険などへの加入促進
- ・自転車乗車時のヘルメットの着用促進

再編する中学校の学校名を募集します

問合せ先 学校教育課学校再編担当

令和9年4月に鶴ヶ島中学校と西中学校を一つの学校に再編する準備を進めています。両校の歴史や伝統を尊重し、再編する学校として、夢や希望を持てる、地域住民からも愛され親しまれる学校名を募集します。

募集内容 鶴ヶ島中学校と西中学校を再編する中学校の学校名

応募資格 市内在住の方。ただし、市外の方で、鶴ヶ島中学校または、西中学校の卒業生は応募できます。

募集期間 5月31日(水)まで(※ 必着)

応募条件 漢字、ひらがな、カタカナにより表記され、読み書きが容易な名称

※ 次のうち一つ以上に該当すること

①地域の自然条件や歴史・文化にちなんだ名称

②児童・生徒や住民などの願いや理想にちなんだ名称

③再編する学校としてふさわしい名称

※ 現在の学校名の応募も可

※ 応募できる名称は、一人につき一つの名称です。二つ



以上の名称を応募した場合はすべて無効とします

応募方法

市ホームページの応募フォームから直接入力できます。左記の二次元コードを読み込めば応募フォームの画面になります。応募用紙は市ホームページからダウンロードすることができます。市ホームページから印刷した応募用紙、応募箱設置場所に置いてある応募用紙に必要事項を記入のうえ、郵送・

〒271-4280 市教育委員会に送るか、応募箱に直接ご投函ください。

応募箱設置場所

市役所1階ロビー、若葉駅前出張所、各市民センター、中央図書館、女性センター(各施設の開庁時間内に投函ください)

選定方法および発表

・応募のあった学校名とその理由、応募状況などをもとに、学校名の候補を選定します。

・採用された方の発表などは行いません。



応募はこちら

人間ドックなどの受検費用を助成します

問合せ先 保険年金課保健事業担当

人間ドックまたは脳ドックは詳しい検査を多項目にわたって行い、病気の早期発見に効果的です。国民健康保険および後期高齢者医療では、受検費用に対する補助を行っています。

対象者

- ・国民健康保険に加入し、年齢が満30歳以上の方で、申請時に国民健康保険税の未納がない方
- ・後期高齢者医療に加入している方で、申請時に後期高齢者医療保険料の未納がない方

令和5年度に75歳を迎えられる方へ

後期高齢者医療の健康診査、国民健康保険の特定健診および、国民健康保険の人間ドック・脳ドックの補助を受けた方は、令和5年度中の後期高齢者医療人間ドックなど補助の対象となりません。

補助回数

人間ドック・脳ドックのいずれかを年度内に1回

検査結果の提出

人間ドックの受検費用の補助を受ける場合は検査結果の提出が必要となります。

	指定医療機関	指定外医療機関
区分	人間ドック	人間ドック・脳ドック
検査料	3万8500円(税込)	医療機関によって異なります
補助金	2万円	消費税を除く検査料の1/2の額 限度額2万円
自己負担額	1万8500円(税込)	医療機関、検査内容によって異なります
検査結果 申請方法	指定医療機関から市に直接提出 受検前に申請 ※ 電話申込可	申請時に提出 受検後に申請
持ち物	保険証	保険証 振込先の口座情報が確認できるもの 領収書(原本) 人間ドック検査結果または写し

アンチエイジングのための バレエ講習会

テーマは健康と長寿(50代から70代まで絶賛活躍中!)スタイルアップを目指したクラスで年齢を気にせず参加できます。健康ジャーナリストの講師が最新の話題を提供します。

対 市内在住在勤の女性の方(未就学児連れの方は不可)

日 6月6日、13日、20日、27日の各火曜日10時~11時30分(全4回・1回のみでも参加可)

場 大橋市民センター

講 ア・テール

内 バレエ体験講座

定 20人

料 無料

持 室内履き(または厚手の靴下)

他 運動できる服装

申 問 5月9日(火)から大橋市民センターへ直接または☎286・0005

初めての太極拳

健康の維持、予防が可能な生涯スポーツとしての太極拳。夜の時間帯の入門教室です。

対 市内在住在勤の方

日 6月6日、13日、20日、27日の各火曜日19時30分~21時(全4回・1回のみでも参加可)

場 大橋市民センター

講 さわやか太極拳クラブ

内 太極拳入門講座

定 20人

料 無料

持 タオル、飲み物、運動できる靴

他 動きやすい服装

申 問 5月6日(土)から大橋市民センターへ直接または電話で☎286・0005

イベント

サークル活動地域還元講座 「スクエアダンス体験教室」

対 市内在住在勤の75歳までの健康な方

日 5月17日、24日、31日の各水曜日13時~14時30分(全3回)

場 南市民センター

講 鶴ヶ島スクエアダンスクラブ

内 難しいステップはありません。聞いて歩くウォーキングダンスで脳トレと運動不足解消はいかがですか?

定 15人(申込順)

料 無料

他 動きやすい服装

申 問 5月2日(火)から南市民センターへ直接、☎287・0235または専用フォームから



申込はこちら

第23回鶴ヶ島地区合唱祭

対 どなたでも入場可

日 5月28日(日)10時50分~

※ 10時30分開場

場 西市民センター

内 鶴ヶ島地区合唱連盟に所属する団体による合唱祭

定 70人

料 無料

申 不要

問 鶴ヶ島地区合唱連盟代表川村へ☎287・3010

i Information

お知らせ

今月の納期

- ◆固定資産税・都市計画税第1期
- ◆軽自動車税全期

水道メーターの交換

水道水の適正な使用量を測定するため、計量法に基づき水道メーターの交換を行います。該当するお客さまには、はがきで通知します。メーターボックス内やメーターが入っているパイプシャフト内を清掃し、作業しやすいようにご協力をお願いします。

実施予定期間 4月~10月

施工業者 第一環境(株)

問 坂戸、鶴ヶ島水道企業団給水課業務担当☎283・1953

漏水調査のお知らせ

水道管を適正に維持管理するため、漏水調査を実施します。ご協力をお願いします。

漏水調査対象地区 太田ヶ谷、上広谷、五味ヶ谷、下新田、脚折、脚折町、鶴ヶ丘、藤金、富士見、松ヶ丘、南町

※ 調査員(委託会社)は水道企業団が発行する身分証明書を携帯しています。

問 坂戸、鶴ヶ島水道企業団施設課維持担当☎285・8178

6月からつるバス・つるワゴンのルートとダイヤが変更になります

道路環境の変化、混雑緩和や運行実態に合わせた停留所の間隔の変更とともに、労働基準の変更に対応した見直しを行い、6月1日から新たな時刻で運行します。詳細は、今月号に折り込まれている時刻表をご確認ください。

【ルート、停留所の変更】

○つるバス南北線

道路環境の変化による、老人福祉センター「逆木荘」からカインズホーム南間のルートを変更(停留所の変更なし)

○つるワゴン上新田・若葉駅西口線(オレンジ)

・町屋自治会館に停留所を新設しルートを延伸

・「高倉クリーンセンター」停留所の名称を「旧高倉クリーンセンター」に変更

【ダイヤの変更】

つるバス南北線、つるワゴン5路線(富士見・五味ヶ谷線(黄)を除く)

☎ 都市計画課交通政策担当

つるバス・つるワゴンで出かけよう！

5月は、お出かけやアウトドアに絶好のシーズンです。つるバス・つるワゴンの全路線で1日乗り降り自由となる、お得な1日フリー乗車券を販売中です(土・日・祝日に限る)。大人500円、小学生200円でつるバス・つるワゴンの車内や運行事業者の営業所で購入できます。ゴールデンウィークの期間もつるバス・つるワゴンは通常どおり運行します。お出かけの際には、ぜひご利用ください。

☎ 都市計画課交通政策担当

緑のカーテン苗植え体験会とチラシで箱作り

☎ 6月4日(日)10時～11時30分

☎ 中央図書館

☎ つるがしま緑のカーテン市民実行委員会

☎ チラシの箱作りと苗植えで環境問題も一緒に学べる体験会

☎ 15組(当日申込順)

☎ 無料 ☎ 軍手(持っている人)

☎ 汚れてもよい服装

☎ 中央図書館☎271・3001



詳細はこちら

案内

市役所朝市の開催

市内で採れた新鮮な農産物を、農家が軽トラックに積み込んで直接販売します。

☎ 5月13日(土)9時～10時30分

☎ 市役所来庁者用駐車場

☎ エコバック

☎ 小雨決行

☎ 産業振興課農政担当

坂戸保健所ひきこもり専門相談

☎ ひきこもり状態にある当事者・家族・関係者

☎ 原則毎月第4火曜日午前(予約制)

☎ 坂戸保健所

☎ 臨床心理士による面接相談

☎ 坂戸保健所保健予防推進担当☎283・7815

イベント

家族介護教室

ラジオ体操でリフレッシュ！

☎ 市内在住在勤で家族などの介護をしている方、介護に興味・関心のある方

☎ 5月13日(土)13時～14時30分

☎ 市役所ロビー

☎ 鈴木大輔さん(NHKテレビ・ラジオ体操指導者)

☎ 介護者自身のリフレッシュや健康増進のために一緒にラジオ体操を行いましょう。

☎ 30人程度(申込順) ☎ 無料

☎ 汗ふきタオル、飲み物

☎ 動きやすい服装

☎ 5月12日(金)までに地域包括支援センターいきいきへ直接または☎227・6171

たねダンゴづくり教室

☎ 5月21日(日)10時～11時

☎ 農業交流センター

☎ 花のいろいろな育て方を知ってもらえる教室です。たくさんの花の種と一緒に育てられる「たねダンゴ」の作り方をみんなで楽しく学び、プランターに植えます。簡単なので、親子でご参加いただけます。なお、植えたプランターは持ち帰りできます。

☎ 10組(1組2人・申込順)

☎ 1組1500円(材料代含む)

☎ 薄いビニール手袋、タオル

☎ 汚れてもいい服装

☎ 5月5日(祝)9時から農業交流センターへ直接または☎279・3335



シニアパソコンカレッジ 「スマホ入門と応用」

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
- ②スマホの持ち込みができる方(らくらくフォンは対象外)

日 6月6日(火)、8日(木)、13日(火)、15日(木)14時～16時(全4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

内 基本操作からLINEまで

定 6人(抽選)

料 2000円(テキスト代、保険料など)

持 スマホ(全日程持参)

申 問 5月12日(金)までに健康長寿課高齢者福祉担当へ直接または電話

令和5年度後期(10月開講) わかば大学塾新規市民教授説明会

対 18歳以上の方で新規に市民教授を希望する方

日 5月13日(土)13時～15時

場 富士見市民センター

他 団体・サークルでの応募も可能です。継続して開講する市民教授も募集します。

申 問 わかば大学塾事務局へ☎298・7484平日10時～15時(12時～13時を除く)

献血にご協力をお願いします

日 5月31日(水)10時～11時45分、13時～16時

場 市役所

内 400・200ml献血

持 本人確認書類(運転免許証など)

問 保健センター☎271・2745

シルバーeスポーツデジタル支援員養成講座

地域の高齢者やご友人に、eスポーツ体験支援やスマートフォンの操作方法を教えられる「高齢者のデジタル人材」として活躍してみませんか？

対 次のすべてに該当する方

- ①市内在住の60歳以上で全日程出席できる方
- ②原則として、スマートフォンを普段からお使いの方
- ③講座修了後にシルバー人材センターの会員に登録できる方またはすでに会員の方
- ④9月から各市民センターなどで週1～2回(1回5時間)程度の勤務ができる方

	実施日	時間	場所	定員
1	5月25日(木)	9時30分～11時30分	市役所	15人 (抽選)
2	5月26日(金)			
3	7月中	個別に調整	各市民センター	
4	8月3日(木)	9時30分～11時30分	市役所	
5	8月4日(金)			

持 筆記具、スマートフォン

申 問 5月17日(水)までに健康長寿課高齢者福祉担当へ直接または電話

きれいなまちづくり運動春期清掃

市では、市民や自治会などと協働して、身近な環境美化と保全を目的に市内の清掃を実施します。きれいなまちづくり運動は、強制的に参加を求めものではありません。各自治会や地域の実情に合わせて参加をご検討ください。

①清掃日

5月21日(日)と28日(日)から選んで実施することができます(雨天中止)。地域内で清掃地区を分散させ、両日実施することも可能です。

②可燃ごみと不燃ごみの出し方

【可燃ごみ】

普段使用しているごみ集積所へ、可燃ごみの収集日に出してください。

※ 公園などの枯葉や雑草など、大量に可燃ごみが出そうな場合は、事前にご相談ください

【不燃ごみ】

普段使用しているごみ集積所へ、不燃ごみの収集日に出してください。

※ 不燃ごみの収集日まで保管が難しい場合はご相談ください。粗大ごみや処理困難物と一緒に市が翌日以降に収集します

場 地域の道路や公園など(清掃箇所・開始時間などは、それぞれの自治会にお問い合わせください)

他 雨天中止のときは、7時30分ごろ防災行政無線で放送します。秋期清掃は10月15日(日)・22日(日)を予定しています。

問 生活環境課環境推進担当

受動喫煙について考えよう！ ～5月31日は世界禁煙デーです～

喫煙はがんをはじめ、脳卒中や虚血性心疾患などの循環器疾患、慢性閉塞性肺疾患（COPD）や結核などの呼吸器疾患、2型糖尿病、歯周病など、多くの病気と関係しています。

昨今、受動喫煙によりタバコを吸わない人の健康が害されることも問題となっています。

タバコを吸う人がいる限り、受動喫煙や臭いを完全に防ぐことはできません。特に身体機能が未成熟な子どもや妊婦にとって、タバコの煙は悪影響を及ぼします。

自分自身と大切な家族のためにも、この機会に、ぜひ禁煙しましょう！

問 健康長寿課健康増進担当

(一社)日本禁煙学会HP
「埼玉県内の禁煙治療に
保険が使える医療機関」



手話通訳者を目指す人の ための学習会

手話通訳者を目指したい人を対象に、月1回程度学習会を行います。

対 市内在住在勤の方で、手話奉仕員養成講習会基礎を修了した方、または同程度の方

日 5月～令和6年3月の原則第3日曜日9時～12時

場 市役所6階ボランティアルーム

内 手話表現や読取りなどを行います。

定 10人 **料** 無料

申 問 5月12日(金)までに市社会福祉協議会へ☎271・6278

認知症予防脳トレ教室

「あれ」「それ」という言葉が増えた、ということはありませんか。楽しく脳トレを行う、認知症予防のための教室です。

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

日 6月7日から毎週水曜日(全8回)
14時30分～16時

場 富士見市民センター

内 認知症についてのミニ講話やゲームなどを取り入れた脳トレ

定 20人(応募者多数の場合は抽選ですが、新規の方を優先します。結果については、初回の1週間前までに郵送します。)

料 100円(初回のみ)

持 筆記具、飲み物

申 問 5月17日(水)までに健康長寿課地域包括ケア推進担当へ直接または電話

定例健康ウォーク

対 市内在住の方

日 6月9日(金)9時30分～12時

場 東市民センター

講 鶴ヶ島ウォーキングクラブ

内 3.8kmのコース(健康ウォーキングマップのコース)を歩きます。

定 20人(申込順)

料 無料

持 飲み物、タオル、帽子、筆記具

他 両手のあくリュックサックなどでお越しください。

申 問 5月8日(月)から健康長寿課健康増進担当へ電話または市ホームページから

申込はこちら



案内

既卒3年以内の方および34歳以下の若者対象就職面接会

対 高校、専修学校、高等専門学校、短期大学、大学、大学院などを卒業後おおむね3年以内の方、34歳以下の方

日 6月15日(木)13時15分～16時(受付12時45分～)

場 大宮ソニックシティ

内 企業担当者による面接・企業説明、参加企業100社(予定)

料 無料

持 履歴書(複数)・ハローワーク受付票(お持ちの方)

※ 履歴書なしでも参加可能

申 不要

問 ハローワーク川越☎242・0197

市民後見人養成講座(基礎編)

市民後見人は、養成講座を受講し、家庭裁判所から選任された方が、判断能力が十分でない方々の生活を身近な立場で支援し後見活動を行う、市民活動のひとつです。

対 市内在住で、全日程受講可能かつ、受講後、活動意欲がある方

日 6月11日から7月23日の各日曜日13時～(7月16日はのぞく)

場 市役所

内 制度の仕組みや手続きなど

定 20人程度

料 テキスト代(数千円程度)

申 問 5月31日(木)までに鶴ヶ島市権利擁護支援センタ

ー☎277・3317へ電話

または専用フォームへ

申込はこちら



40代・50代のための おいしく適塩！たっぷり野菜プロジェクト

市民の約4人に1人が脳卒中や心疾患で亡くなっています。これらの疾患リスクを下げるには、ナトカリ比(食塩に多く含まれるナトリウムと野菜や果物などに多く含まれるカリウムの比率)を低くすることが効果的です。

このプロジェクトでは、忙しい皆さんに受講していただけるよう、自宅から郵送で尿中ナトカリ比を検査後、自分の都合に合わせて視聴できる講座(動画配信)で、働き盛り世代の突然死を防ぐ食事のコツを伝授します！

早めの健康コントロールで将来に備えましょう。

日程	内容
6月	・検査キット到着後、1回目のナトカリ比郵送検査 ・検体提出1週間後、結果通知
7月	・ナトカリ比改善講座 (好きなときに40分動画視聴、対面希望者は7月19日(水)14時～市役所)
8月	・市管理栄養士による個別相談(数値が高い人のみ)
9月	・2回目のナトカリ比郵送検査 ・検体提出1週間後、結果通知
10月	・ナトカリ比改善講座(好きなときに40分動画視聴、対面希望者は10月20日(金)14時～市役所) ・市管理栄養士による個別相談(数値が高い人のみ)

対 市内在住の40代・50代の方

講 久保彰子くぼあきこさん(女子栄養大学准教授) **定** 50人(申込順) **料** 無料

申 5月1日(月)から健康長寿課健康増進担当へ電話または申込フォームから



申込はこちら

糖尿病性腎症重症化予防対策事業

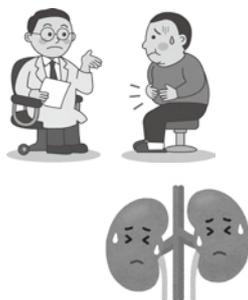
糖尿病を重症化させないために！

糖尿病は、心筋梗塞や脳卒中のリスクを高めるだけでなく、重症化すると腎症、網膜症、神経障害など日常生活に大きな影響をおよぼす合併症を引き起こす病気です。

重症化予防のためには、病気の早期発見と継続的な治療、食事や運動面での生活習慣の改善が重要とされています。

Q 糖尿病性腎症って？

A 糖尿病の合併症の1つで高血糖状態が続くことにより、腎臓の機能が損なわれ血液中の老廃物を尿として排出できなくなり、最終的に腎不全となる危険な病気です。



市では、国民健康保険被保険者を対象に、糖尿病性腎症重症化予防対策事業を実施します。該当する方には、次のとおりご案内をお届けします。

※ 送付を希望しない方は、5月15日(月)までにご連絡ください

①受診勧奨のご案内(郵送・電話)

対 糖尿病の治療が必要な方、治療を中断された方
受託業者 日本システム技術(株)

②保健指導のご案内(郵送)

対 糖尿病性腎症の重症化リスクが高い方で主治医が必要と認めた方

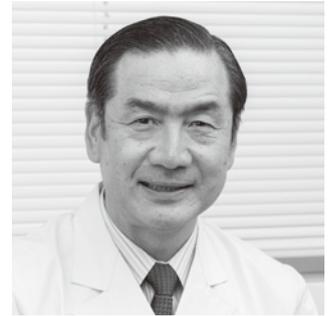
内 適切な食事の摂り方や適度な運動の実践など生活習慣の改善を支援するための「糖尿病性腎症重症化予防プログラムのご案内」

受託業者 (株)フィッツプラス

関 保険年金課保健事業担当

健康づくり講演会 ～血管のアンチエイジングが寿命を決める！～

自分の血管って若いの?!それとも老化してるの?!
血管年齢とは、ズバリ血管の硬さです。血管が老化しても痛くもかゆくもありません。そして、ある日、突然命にかかわる症状を引き起こします。若いから安心というわけではありません。生活習慣によっては、血管年齢は、実年齢よりもはるかに高いということもあります。血圧が高い、コレステロールが高い、といわれた人は、要注意!しかし、生活習慣に気を付ければ、血管年齢を若返らせることができます。働き盛りの若い方もタフな血管をつくるためには、今から気を付けることが大切です。血管研究の第一人者である鶴ヶ島市出身の高沢謙二さんをお招きし、講演会を開催します。ぜひご参加ください。



高沢謙二さん

血管研究の第一人者で、「血管年齢」および「血管若返り体操」の考案者。「世界一受けたい授業」、「ためしてガッテン」など、テレビ番組への出演も多数。

日 5月27日(土)14時～15時30分

場 女性センター

講 高沢謙二さん(東京医科大学名誉教授)

内 講演会、血管年齢測定、著書販売

定 300人

料 無料

持 飲み物、筆記具

他 駐車場に限りがあります。できるだけ徒歩か自転車でご来場ください。

申 健康長寿課健康増進担当へ電話、または申込フォームから

申込はこちら



血管若返り
体操はこちら



自分の元気度をチェックしよう!

若いときはやせることが健康への近道だと考える人が多いですが、65歳を過ぎたらその考え方をギアチェンジ!シニア期の「やせ」は肥満よりも死亡率が高くなることがわかっています。知らず知らずのうちに老化を進めないためにも、筋肉量の測定や質問紙で自分の元気度を確認し、心と体の若返りスイッチを押してみませんか?

会場	1日目 (フレイルチェック測定会)	2日目 (健康長寿へギアチェンジ講座)
東市民センター	5月18日(木)10時～12時	5月23日(火)10時～12時
つるがしま中央交流センター	6月8日(木)10時～12時	6月15日(木)10時～12時

対 市内在住の65歳以上の方 ※ 同一会場2日間参加可能な方

定 15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 5月1日(月)から健康長寿課健康増進担当へ電話または市ホームページから

申込はこちら



がん検診などの申込方法が変わりました

問 保健センター ☎271・2745

WEBから



24時間受付中!
受付後の内容をネットで確認できます。

電話で



5月31日(水)までは
フリーダイヤル ☎0120-505-489
6月1日(木)からは
保健センター ☎049-271-2745

※ はがきによる申込みは廃止となりました。
検診の詳細は市ホームページまたは4月号折込みの年間予定表をご確認ください

詳細はこちら



新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが変更されます

※ 内容は4月20日時点のものです。変更となる場合もありますので、市ホームページで最新の情報をご確認ください

■感染症法上の位置づけ変更について

5月8日(月)から、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置づけが、新型インフルエンザ等感染症(2類相当)から5類感染症に変更されます。

この変更に合わせて、基本的対処方針および業種別ガイドラインは廃止されます。

コロナワクチン接種の最新情報は、市ホームページをご確認ください。

☎ 感染症対策課 ☎ 227・9522

市HPはこちら



～主な変更ポイント～

施策など	変更後
感染対策	政府として一律に求めることはなくなり、個人や事業者の判断に委ねられます
外出などの制限	感染者を含め、一律の行動制限はなくなります
診療・入院先	一般の医療機関で受診できます(受診先は段階的に拡大)
検査・診療費用	保険診療(自己負担あり)となります
入院費用	保険診療(自己負担あり)となります ただし入院費が高額の場合は、当面、9月末まで軽減措置があります
コロナ抗ウイルス薬費用	当面、9月末まで無料です
コロナワクチン接種費用	令和6年3月末まで無料ですが、時期によって対象者が異なります 詳しくは市ホームページをご確認ください

野菜の力で健康に～そのわけは？どう食べる？～

体の中から健康になるために、野菜をかしこくおいしく食べる工夫をお伝えします。

測定や体験を通して自分の野菜摂取レベルのチェックもできます。

📅 6月2日(金)10時～11時45分(受付9時40分～)

📍 市役所5階504会議室

🗣️ 小澤啓子さん(女子栄養大学短期大学部准教授)

- 📌 ベジチェック(※)で野菜摂取充足度の測定
- ・ 知って得する野菜の健康効果、簡単レシピの紹介
- ・ 自分のお皿で野菜の計量体験

👤 定 30人(申込順) 🆓 料 無料

📎 持 筆記具、普段使用しているサラダ用の食器

📅 申 5月1日(月)から19日(金)に健康長寿課健康増進担当へ

☎ 電話または申込フォームから



※ ベジチェック(写真)センサーに手のひらを当てるだけで、野菜摂取充足度がわかる測定機器



申込はこちら

＼ 4年ぶりに開催します ／

歯と口の健康フェア2023

📅 6月4日(日)10時～12時30分(最終受付12時)

📍 ①～⑥保健センター、⑦女性センター

📌 ①児童歯科健診・フッ素ジェルの効果的な使い方指導(受付10時～11時30分、歯ブラシを持参し、歯みがきをしてから来場してください)

②成人歯科健診 (要申込、定員20人)

③歯の何でも相談 ④指の石こう模型製作 ⑤マジックショー

⑥葉酸かむりんとうなどおみやげ多数プレゼント ⑦歯と口に関する児童画展(※)

※ 6月8日(木)から22日(木)16時まで、若葉駅前出張所でも展示します

※ 以前、同時開催されていた「8020よい歯のコンクール」は、新型コロナウイルス感染症予防のため中止します

📅 申 ②のみ要申込み、5月15日(月)から保健センターへ ☎ 271・2745 または ☎ 271・2747

・つるゴン、さかろんに会えるよ！
・おもちゃの金魚すくい、風船、ポップコーンなどおたのしみがいっぱい！遊びにきてね♪



野菜を食べる

糖尿病やがん、認知症など様々な病気が、腸内フローラを良好に保つことによって予防できることが分かってきました。そのために、腸内細菌のエサとなる食物繊維を摂ることが大切です。中でも野菜は1日で小鉢5つ分は摂りたいと言われます。サラダ1皿では足りません。野菜を摂る工夫をご紹介します。

- ① 時間がない人は、野菜を買ってきたらそのまま冷蔵庫にしまわず、洗って料理しやすい形に切る、硬めに茹でておくなどの下処理をしておきます。そのひと手間で、すぐ食べることができるからです。買ってきた野菜が、気づいたら傷んでた！ということを減らせます。野菜を切ったり加熱したりすると栄養が壊れることが気になりますが、そのまま保存していても野菜は傷むので、すぐ使える状態にしておくのがお勧めです。
- ② 酢に漬けて保存するのもお勧めです。酢に漬けると冷蔵庫で2～3週間保存できます*。短冊切りにして酢に漬けた大根やかぶは甘酢漬けやマリネ、スープの具に。千切りにした長ネギや玉ねぎは薬味や炒め物の具、スープにも使えます。
- ③ 料理が苦手な人は、そのまま食べられるプチトマトやベビーリーフ(野菜の幼葉でビタミン類が豊富)、カット野菜を利用します。ほとんど切らずに使えるもやしやニらは、ラーメンなどの麺類に入れたり、肉と炒めたりするのに便利です。

*「手軽でムダなくおいしい野菜のぶちストックレシピ」

女子栄養大学栄養クリニック 管理栄養士 塩澤 和子



ふれあい掲示板

仲間になりませんか

陶芸サークル炎の会(陶芸)

対 どなたでも
日 第1・3水曜日9時～16時
場 大橋市民センター
問 馬場 ☎231・4531

鶴ヶ島ペタンク愛好会(ペタンク)

対 どなたでも
日 毎週木曜日13時～15時
場 海洋センター
問 村岡 ☎286・2552

フレンドリーFDC(フォークダンス)

対 市内在住の方
日 毎週土曜日13時～16時
場 東市民センター
問 関口 ☎090・8026・1744

ハッピー料理(家庭料理)

対 どなたでも
日 第1金曜日10時～14時
場 東市民センター(5月)
女性センター(6月～)
問 山田 ☎287・1120

絵画サークルけやき (油彩、水彩など)

対 どなたでも
日 月4回土曜日13時～16時
場 大橋市民センター
問 松井 ☎070・2640・5289

リラックスヨガ(ヨガ)

対 成人女性
日 第1・2・4月曜日
11時15分～12時15分
場 大橋市民センター
問 米田 ☎090・7258・8085

出かけてみませんか

アート48水彩画展

日 5月23日(火)～28日(日)10時～17時
(初日13時開場、最終日15時終了)
場 中央図書館 **料** 無料 **申** 不要
問 小菅 ☎090・3520・5546

第2回アクアレラ絵画展

日 5月16日(火)～21日(日)10時～17時
(初日12時開場、最終日15時終了)
場 中央図書館 **料** 無料 **申** 不要
問 國井 ☎080・5033・9213

鶴ヶ島シティオーケストラ さわやかコンサート

日 5月14日(日)14時～16時(開場13時20分) **場** ウェスタ川越大ホール
内 曲目 シベリウス交響曲第2番
スマタナ「我が祖国より」高い城ほか
料 無料 **申** 不要
問 伊藤 ☎285・9718

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** 問合せ先

バルーンイルミネーション2023 よさこい・ミュージシャンの祭典

日 5月28日(日)11時～20時
(イルミネーション飾り付け受付は15時～) **場** 農業交流センター
料 無料(飲食は有料) **申** 不要
問 夢フェスタ実行委員会 ☎282・4351

7月号の原稿締切は、5月19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

5月の相談

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

※ 一部のみ開庁



詳しくはこちら



人口と世帯数(4月1日現在)

人口 7万 112人 (前月比17)

世帯数 3万3198世帯(125)

男 3万4719人 (44)

女 3万5393人 (-27)

今月の表紙



今月の表紙は農業交流センター
近隣の菜の花エリアで元気いっ
ぱいに遊んでいた親子です。撮
影した日は、「高倉ふるさとづく
りの会」の皆さんが鯉のぼりをあ
げた日でした。この日は天気も良
く、鯉のぼりも風によって気持ち
よさそうに泳いでいました。鯉の
ぼりは、5月の大型連休中まで泳
いでいる予定です。近くに小川も
流れているので、おすすめの散
策スポットです。

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**

相 10日(水) 予 受付中/

相 6月14日(水) 予 11日(木)～

時 10時～13時

問 女性センター ☎287・4755

◆女性相談・DV相談 **要予約**

相 月・水・金曜日 時 10時～16時

問 直通ダイヤル ☎298・7716

◆行政相談

相 19日(金) 時 13時～16時

場 市役所5階 問 地域活動推進課

◆司法書士による法律相談 **要予約**

相 11日(木) 予 受付中/

相 6月8日(木) 予 25日(木)～

時 9時～12時 問 地域活動推進課

◆行政書士による法律相談

相 11日(木)/相 25日(木)

時 13時～16時 場 市役所5階

問 地域活動推進課

◆不動産相談

相 2日(火) 場 市役所1階 /

相 6月6日(火) 場 市役所5階

時 13時～16時 問 地域活動推進課

◆人権相談

相 19日(金) 時 13時～16時

場 市役所3階 問 総務人権推進課

◆教育相談

相 月～金曜日 時 9時～16時30分

問 教育センター ☎286・8993

◆こころの健康相談 **要予約**

相 16日(火) 時 9時30分～

場 市役所1階 問 障害者福祉課

◆弁護士による法律相談 **要予約**

※ 個人の金銭、家族などの法的
トラブルに関する相談

相 2日(火) 予 受付中/

相 19日(金) 予 4月28日(金)～/

相 6月6日(火) 予 23日(火)～

時 13時～16時 問 地域活動推進課

◆消費生活相談

相 月～金曜日 時 9時30分～12時・
13時～15時、土曜日 時 9時30分
～12時(電話相談のみ)

問 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

相 26日(金) 予 8日(月)～

時 13時～17時

問 市役所2階消費生活センター

◆税務相談 **要予約** 電話相談可

相 2日(火) 予 受付中/

相 6月6日(火) 予 23日(火)～

時 13時～16時 問 税務課

◆就職相談(鶴ヶ島市ふるさとハローワーク)

相 月～金曜日 時 10時～17時

問 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

相 火・木曜日 時 10時～12時、13
時～16時 問 市役所2階内職相談室

◆にんしんSOS鶴ヶ島

相 月～金曜日 時 8時30分～16時30
分 問 直通ダイヤル ☎227・3355また
は ☎ninshinsos@city.tsurugashima.
lg.jp

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



5月の眼科在宅当番医

坂戸北口眼科

坂戸市日の出町6-25 マスヤビル2階

☎282・5181

診療日時 5月5日(祝)9時～17時

坂戸眼科医院

坂戸市関間1-1-15 ☎283・4303

診療日時 5月28日(日)9時～17時

※ 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(ダイヤル回線・
IP電話・PHSの場合)

相談時間 24時間365日対応

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



圏央鶴ヶ島IC立体化・アクセス道路全線開通

3月25日、圏央鶴ヶ島IC立体化アクセス道路全線開通記念式典が開催されました。今回開通した市道1015号線(都市計画道路川越鶴ヶ島線)は一般国道407号から圏央鶴ヶ島インターチェンジを通過し、鶴ヶ島運動公園先の市道927-2号線(鶴ヶ島南通り線)までの区間をつなぐ約1.8kmの4車線都市計画道路です。この整備により、新たな交通網の形成による周辺地域の渋滞解消や交通の円滑化と交通ネットワークの強化を図るとともに、交通の利便性を活かした企業誘致により地域経済の活性化が期待されます。

東市民センター結桜まつり

4月15日、東市民センターで結桜まつりが開催されました。昨年、3年ぶりに復活し、今年からは食品の提供が可能になりました。模擬店コーナーでは、料理サークルによる「じゃがバター」がふるまわれ、皆さんホクホクとした笑顔で美味しそうに食べていました。また、ステージ発表コーナーのウクレレ演奏と歌唱では、手拍子もあり、会場が一体となって盛り上がっていました。



3歳児健康診査を受けましょう

保健センターでは、3歳6か月のお子さんを対象に3歳児健康診査を実施しています。医師や歯科医師による診察、尿検査、眼の検査、育児相談などを行っています。

眼の検査では、屈折検査機器(スポットビジョンスクリーナー)を令和4年度から導入し、近視、遠視などの眼の異常の早期発見、早期治療につなげています。眼の機能は3歳頃までに急速に発達するため、3歳児健康診査で眼の検査を受けることは大切です。お子さんの健康や成長を確認する機会なので、ぜひ受けましょう。

吹奏楽用の楽譜を寄贈していただきました

2月12日に「音楽による成人の祝い20歳の門出～こんにちはは鶴です～」が同実行委員会主催で行われました。その際、ふるさと応援大使である鶴の曲「バタフライ」とつるゴンのテーマソング「Koiするつるゴン」を歌唱し、西中学校吹奏楽部の皆さんも合唱し会場を盛り上げました。クラウドファンディングと異業種交流会スクラム21の協力でこの2曲の吹奏楽用楽譜が作成されました。市教育委員会を通じて市内小中学校に寄贈されます。貴重な楽譜をありがとうございました。





✿ 運動公園/温泉まんじゅう



✿ 運動公園/匿名希望

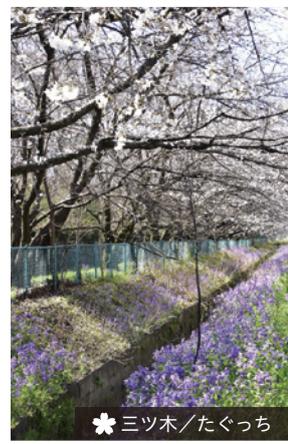


桜まつり

つるがしまのさくら

3月18日から4月2日、運動公園で4年ぶりに「鶴ヶ島桜まつり」が開催されました。ライトアップ期間中には延べ1万6000人が訪れ、ステージイベントや飲食物の販売が行われた4月1日は4000人の来場者でにぎわいました。また、「つるがしまのさくらプロジェクト」では4月14日までに延べ105人の方からおすすめ桜スポットを投稿していただきました。たくさんのご応募ありがとうございました。
※📷マークの写真は投稿された写真の一部です

その他の投稿写真はこちら



✿ ミツ木/たぐっち



✿ 運動公園/tomo-mi*



✿ 運動公園/あさ



✿ 運動公園/匿名希望



農業交流センター



✿ 満福寺/藪に鈴



✿ 農村センター/マルク



✿ 高倉/ひらりん



農業交流センター



大橋市民センター前



✿ 富士見中央近隣公園/8つばめ

陸の島「鶴ヶ島市」から海を守る

『へちま・プロジェクト』

生活環境課環境保全担当



楽しみながら実践！ゼロカーボンへの取り組み

市全体でゼロカーボンに取り組むため、1000人の市民でへちまを使って緑のカーテンを作る「へちま・プロジェクト」を実施することとしました。

どうしてへちまなの？

- ①他の植物と比べて葉が大きいので、緑のカーテンにすると遮熱効果が高く、節電・省エネにつながります。
- ②実が若いうちに、食べられる！ビタミンや食物繊維、ミネラルを豊富に含んでいるため、美容に良い夏野菜です。
- ③ツルを切ると出てくる水は、化粧水に！
- ④大きくなって完熟した実は、スポンジやタワシとして大活躍！食器洗いのほか、ボディや足裏の美容ケアにも使えます。

へちまはいろいろな形で利用できる

環境にやさしい植物なのです！

キッチンスポンジをへちまにすると…

プラスチックのキッチンスポンジは、使うたびに目に見えないけれどもそのまま海に流れ、海の汚染の原因になっています。毎日使うプラスチックスポンジを、自然素材のへちまスポンジに切り替えることで、海を守るにつながります。



「あなたの実践する地球温暖化対策」を教えてください。

回答者に、「へちま苗とネット」をセットでプレゼントします(先着1000セット)。

市内在住の方、市内事業者(二世帯・事業者)ごとに各1人)

○回答締切 5月25日(木)

※ 数量に達し次第終了



回答はこちら

○回答方法

二次元コードの専用フォームからご回答ください。そのほかの回答方法をご希望の方は、生活環境課までお問合せください。

○引換方法

アンケート回答者に引換券を郵送します。6月10日(土)に市役所で開催する環境まつり(※会場ではプレゼントと引換えてください)。

※ 詳細は広報6月号でお知らせします

編集後記

特集の取材で、農業交流センターに伺いました。同センターには自然がたくさんあり、来館していた方々の笑顔もあふれていて、とても素敵な場所でした。疲れたときや癒されたいときの憩いの場として、おすすめのスポットです。「高倉ふるさとづくりの会」の皆さんにも取材の中でお話を伺い、同会の皆さんが「高倉の風景を子どもたちに残したい」というふるさとを大事に思う気持ちが強く伝わってきました。

ご意見・ご感想は秘書広報課広報聴取担当へ
 ☑10200001@city.tsurugashima.lg.jp



仲良し♡
お兄ちゃん
ちようだい♡

いしはらしづき
石原(優)月ちゃん(8か月)
しんぼ
心晴ちゃん(2歳3か月)



笑顔の
一大使



いつも仲良し

つちだきょう
土田(京)ちゃん(1歳1か月)
ぎん
銀ちゃん(5歳3か月)