

PUBLIC RELATIONS

Tsurugashima

広報つるがしま

10

2023
NO.1068

駐車場にも「おもいやり」を!

11月1日から埼玉県思いやり駐車場制度が始まります

P2-3

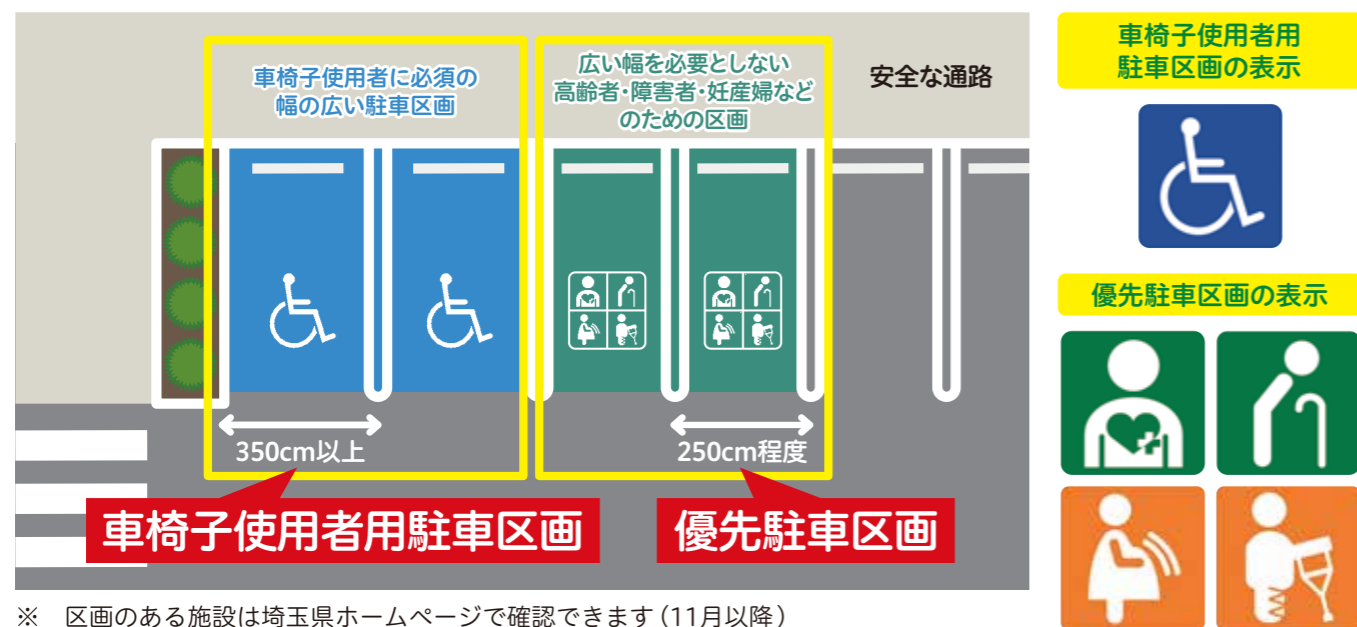
駐車場にも「おもいやり」を!



埼玉県思いやり駐車場制度とは

障害のある方や要介護状態の方、妊産婦の方など、歩行が困難だと認められる方に「利用証」を交付し、公共施設や商業施設などに設置されている「車椅子使用者用駐車区画」および「優先駐車区画」の適正利用を推進する制度です。

利用できる駐車区画（イメージ）



※ 区画のある施設は埼玉県ホームページで確認できます（11月以降）

11月1日から 利用証の交付申請を受け付けます

利用証は駐車時にルームミラーに掲示してください

申請窓口一覧

対象者	申請窓口
障害者、難病患者、けが人など	障害者福祉課（市役所1階）
要介護1以上の方	介護保険課（市役所1階）
妊産婦	保健センター ☎271・2745

※ 申請に必要な書類などは、「利用証の交付対象者」の表を参照してください

電子申請

埼玉県福祉政策課では、電子申請で受け付ける予定です。詳細は、県ホームページをご確認ください。



県 HP(埼玉県思いやり駐車場制度)はこちら



県電子申請はこちら(11月～)

種類	車椅子使用者用	その他の障害者・要介護者用	妊産婦、けが人など
デザイン			
有効期間	対象者として基準に該当しなくなるまで		あり
区画の利用方法	「車椅子使用者駐車区画」を優先利用	「優先駐車区画」を優先利用 「優先駐車区画」のない駐車場は、「車椅子使用者駐車区画」の利用も可	

利用証の交付対象者

交付対象者は、障害者手帳、難病関係受給者証、介護保険被保険者証、母子健康手帳などをお持ちの方のうち、交付基準を満たす方です。交付を受けるには、申請が必要です。

区分	交付基準	利用証の色	申請に必要な書類など		
身体障害者	視覚障害	4級以上	緑 ●	身体障害者手帳	
	聴覚障害	3級以上	緑 ●		
	平衡機能障害	5級以上	緑 ●		
	肢体不自由	上肢	2級以上		緑 ●
		下肢	6級以上		緑 ● (2級以上の車椅子使用者は青 ●)
		体幹	5級以上		緑 ● (3級以上の車椅子使用者は青 ●)
		脳原性運動機能障害	上肢機能		2級以上
	移動機能		6級以上		緑 ● (2級以上の車椅子使用者は青 ●)
	内部障害(免疫機能障害を含む)	4級以上	緑 ●		
	知的障害者	療育手帳A以上の方	緑 ●		療育手帳
精神障害者	精神障害者保健福祉手帳1級の方	緑 ●	精神障害者保健福祉手帳		
難病患者	特定疾患医療受給者	緑 ●	次のいずれか ・特定疾患医療受給者証 ・指定難病医療受給者証 ・小児慢性特定疾病医療受給者証		
	指定難病医療受給者				
	小児慢性特定疾病医療受給者				
高齢者など	介護保険要介護1以上の方	緑 ● (要介護3以上で車椅子使用者は青 ●)	介護保険被保険者証		
妊産婦	妊娠7か月から産後1年までの方(出産後は乳児と同伴の場合に限る)	オレンジ ●	母子健康手帳		
けが人など	医師の診断などにより、歩行が困難であるために特別な配慮が必要であると認められる方(原則1年以内)	オレンジ ● (常時車椅子を使用する場合は青 ●)	次のすべて ・医師の診断書もしくは意見書または公的機関の証明書など ・身分証明書(運転免許証、マイナンバーカードなど)		
	その他車椅子の常時使用が必要と認められる方	青 ●			

市内の施設で整備を進めています

市では、埼玉県思いやり駐車場に対応した駐車場の整備を進めています。車椅子使用者用駐車区画（既存区画の塗り替えを含む）および優先駐車区画を整備するとともに案内板を設置します。

整備内容	整備場所など
車椅子使用者用駐車区画	24施設58区画（市役所、市民センター、保健センター、女性センター、保育所、運動公園など）
優先駐車区画	
案内板の設置	40施設80か所（上記施設を含む）



グリーンパーク駐車場
車椅子使用者用駐車区画の隣に優先駐車区画を新設します



Suku Suku 子育て



はちの巣保育園でのびのびと遊んでいる子どもたち。
自分で作ったなわとびでかきまわったり鉄棒や体操をしたり
元気いっぱい遊んでいました♪

子育て情報BOX

子育て講座「親子でからだを動かそう！」

- 対** 0歳から3歳のお子さんと保護者
- 日** 10月19日(木)10時15分～11時30分
- 場** 富士見市民センター
- 定** 15組(申込順)
- 内** 親子で一緒に楽しむふれあい遊びや運動遊び
- 料** 無料
- 持** 飲み物、タオル(動きやすい服装でお越し下さい)
- 申 問** 10月5日(木)から鶴ヶ島子育てセンター
(鶴ヶ島保育所内)へ☎286・7201
または専用フォームから



申込はこちら

子育て講座「親子で秋を楽しもう」

- 対** 0歳から3歳のお子さんと保護者
- 日** 11月7日(火)10時15分～11時30分
- 場** 富士見中央近隣公園 ※ 雨天中止
- 定** 15組(申込順)
- 内** 親子で「お散歩バッグ」を作ったり、木の実を拾ったりして、外遊びを楽しみます。
- 持** 飲み物、タオル
- 申 問** 10月16日(月)から鶴ヶ島子育てセンター(鶴ヶ島保育所内)へ
☎286・7201または専用フォームから



申込はこちら

乳幼児すこやか相談

- 対** 乳幼児と保護者、妊婦
- 日** 10月26日(木) ①9時30分～10時 ②10時～10時30分 ③10時30分～11時
- 場** 保健センター
- 定** 各時間12組(申込順)
- 内** 身長・体重測定、希望者に保健相談、母乳相談、栄養相談、歯科相談、保育所などに関する相談
- 持** 母子健康手帳
- 申 問** 専用フォームから
保健センター☎271・2745



申込はこちら

ようこそ鶴ヶ島de子育て ～親子で交流サロン～

- 同じ地域で子育てするママとおしゃべりをして情報交換をしませんか？お子さんが幼稚園や保育園に行っている方は、ママだけの参加も大歓迎です！サロン中は保健師、保育士が保育のお手伝いをしますので、ご安心ください。
- 対** 就学前のお子さんと外国にルーツを持つ保護者、妊婦
 - 日** 10月24日(火) 10時～12時まで
 - 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・絵本の読み聞かせ
 - 申 問** 保健センターへ☎271・2745または直接

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…10月25日(水)13時～14時～ ※ 要予約

2023 わくわくキッズ フェスティバル

問合先 こども支援課子育て支援担当

市内で開催している「つどいの広場」と「子育てセンター」が大集合！
手作りのおもちゃで遊んだり、親子でダンスをしたり♪楽しい時間を一緒に過ごしましょう。

対 0歳～未就園児

参加方法

各つどいの広場に直接申し込み、またはこども支援課へお電話してください。 ※ 当日申し込みも可

日時

11月17日(金)
10時～13時
(受付 9時50分～)

場所

大橋市民
センター

イベント紹介

上広谷&西児童館 つどいの広場と市内児童館

第2学習室

- ・クリスマスフォトスペース
- ・クリスマスの飾りを作ろう

鶴ヶ島子育てセンター

和室

- ・「コロコロつるゴン」を作ろう
- ・手作りおもちゃで遊ぼう

保健センター

和室

- ・身体測定と乳幼児の健康・発育相談
- 10時10分～12時

図書館

児童館

- ・おはなし会

- ①10時15分～10時45分 ②11時15分～11時45分
※ 図書館で行うおはなし会を特別に児童館内で行います♪

第二はちの巣子育てセンター

第1学習室

- ・手遊び・紙しばい・赤ちゃん体操
- ①10時10分～10時40分
②11時～11時30分
- ・おもちゃの展示

さかえ子育てセンター

第3学習室

- ・親子でLets'ダンス♪&英語で遊ぼう

かこのこ子育てセンター みけ&みに

集会室

- ・こども縁日
 - ・まあるくなって遊ぼう
- 10時40分～11時10分

つるワゴンのご案内

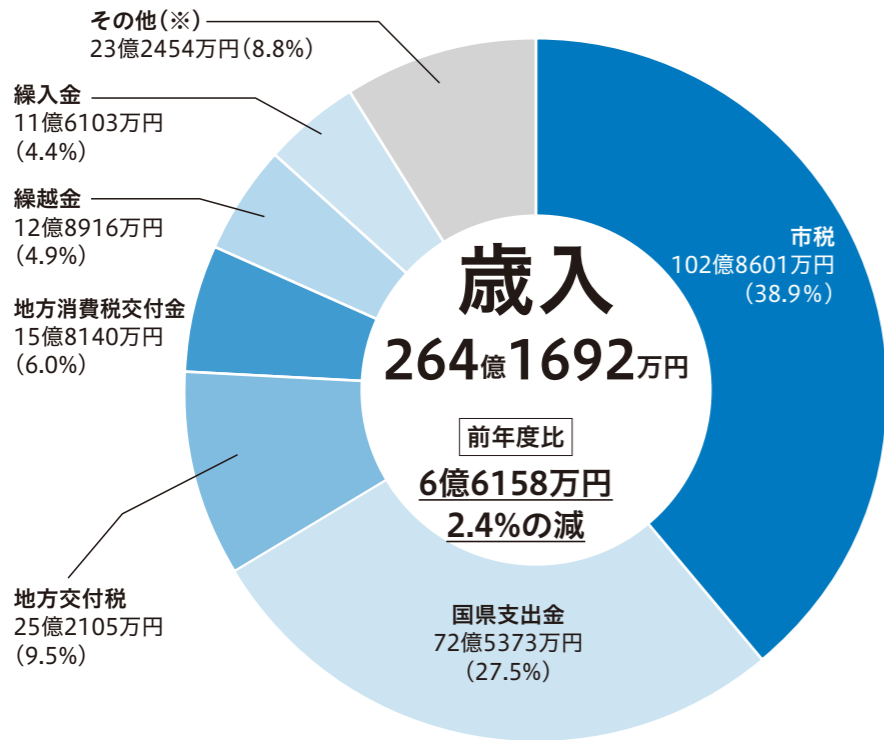
- つるワゴン 鶴ヶ島駅西口から松ヶ丘・
関越病院線(ピンク)で21分「大橋
市民センター」下車すぐ

※ 各拠点の内容、時間は変更になることがあります

令和4年度 決算報告

皆さんに納めていただいた税金がどのように使われたのか、令和4年度の決算の概要をお知らせします。

問合せ先 財政課財政担当



主な要因

国県支出金

国庫支出金は令和3年度から繰り越した新型コロナウイルス感染症に関する補助金などの減により減額となった一方、県支出金は参議院議員選挙委託金などの増により増額となりました。その結果、国庫支出金は、7億3586万円(11.5%)の減額、県支出金は、9864万円(6.5%)の増額となりました。

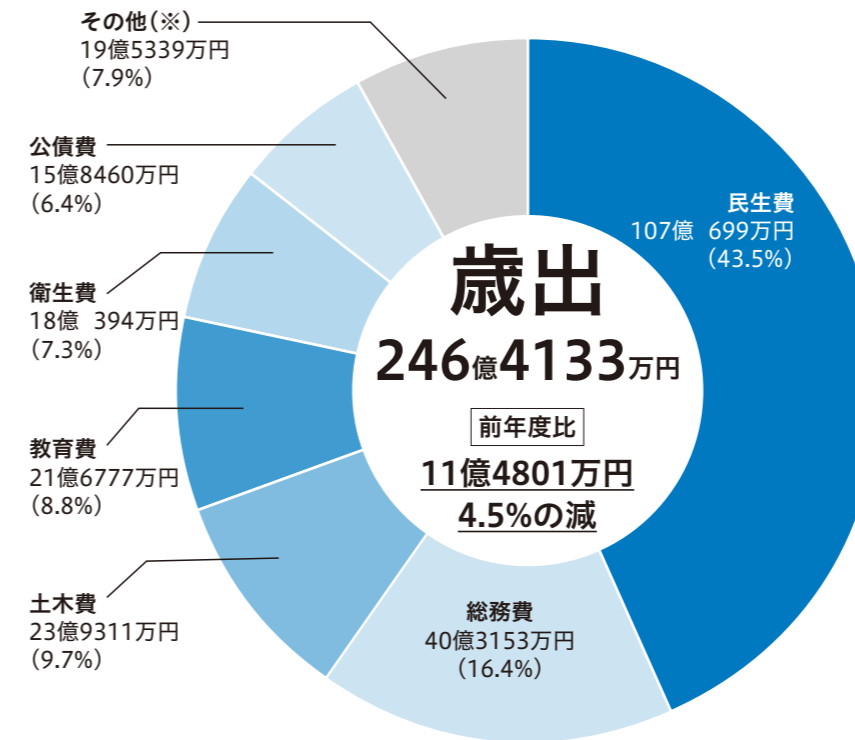
市債

臨時財政対策債や令和3年度から繰り越した小学校空調更新事業債などの減により、7億496万円(49.2%)の減額となりました。

※ その他 諸収入、法人事業税交付金、財産収入など

令和4年度一般会計決算の概要

一般会計は、市の行政運営に使われる一般的な経費です。令和4年度一般会計は、歳入(収入)が264億1692万円、歳出(支出)が246億4133万円となりました。この決算額は、令和3年度と比較すると、歳入で6億6158万円、2.4%の減となり、歳出で11億4801万円、4.5%の減となりました。



主な要因

民生費

子育て世帯臨時特別給付金給付事業などの減により、減額となりました。

総務費

公共施設保全基金積立金などの減により、減額となりました。

土木費

令和3年度から繰り越した都市計画道路整備事業などの増により、増額となりました。

※ その他 商工費、議会費、農林水産業費など

用語	説明
【用語解説】	
市税	市民税、固定資産税などの税収入
国県支出金	特定の事業のために国・県から支出されるお金
地方交付税	市の財政状況に応じて国から交付されるお金
地方消費税交付金	県の地方消費税収入の中から市に交付されるお金
繰越金	前年度から繰り越したお金
繰入金	他会計や基金から繰り入れるお金

用語	説明
【用語解説】	
民生費	子ども、高齢者、障害者などの福祉全般に使うお金
総務費	住民窓口、課税徴収、ICT化など市の総括的な事務に使うお金
土木費	道路、公園整備などに使うお金
教育費	学校運営、生涯学習、スポーツなど、教育全般に使うお金
衛生費	保健衛生、公害対策など安全で衛生的な生活のために使うお金
公債費	市債を返済するために使うお金

一部事務組合負担金

一部事務組合は、複数の市町村で事務の一部を共同処理するために設置された団体です。

組合名(主な業務)	負担金
坂戸、鶴ヶ島下水道組合 (下水道)	4億7840万円
坂戸地区衛生組合 (し尿処理)	4553万円
埼玉西部環境保全組合 (ごみ処理)	7億1652万円
坂戸・鶴ヶ島消防組合 (消防・救急)	9億5625万円
広域静苑組合 (火葬場)	3701万円
坂戸、鶴ヶ島水道企業団 (上水道)	104万円

特別会計

特別会計は、一般会計とは別に特定の事業を行うために条例などによって設置されるものです。

特別会計名	歳入	歳出
国民健康保険	68億413万円	66億8993万円
後期高齢者医療	9億8613万円	9億8405万円
介護保険	46億8635万円	43億8445万円
一本松土地区画整理事業	1億1329万円	1億6万円
若葉駅西口土地区画整理事業	3億1407万円	3億949万円

令和4年度財政状況

令和4年度の財政状況について、市の指標などを公開しています。

詳しくは、市ホームページをご覧ください

市HPはこちら

令和4年度の監査実施結果

令和4年度に市が行った財務事務や事務事業の執行について、市の監査委員が、地方自治法の規定に基づく例月出納検査、定例監査、財政援助団体などの監査、決算審査および基金運用状況審査並びに財政健全化法の規定に基づく審査などの各種監査を実施しました。

その結果、財務事務や事務事業の執行状況は、適正で合理的かつ効率的に処理されていたものと認められました。

各種監査結果は、市ホームページをご覧ください。

問合せ先 監査委員事務局

市HPはこちら

つるの里奨励賞候補者を推薦してください

問合せ先 秘書広報課秘書担当

「鶴ヶ島市つるの里奨励賞」は、スポーツ、文化などで全国的に活躍し、または優れた功績を収めることにより、鶴ヶ島市の名称を全国に広め、市の印象の向上に寄与した個人や団体に贈る賞です。例年1月に行う鶴ヶ島市表彰式において表彰しています。該当する候補者がいる場合は、推薦をお願いいたします。

表彰の対象

令和4年11月1日から令和5年10月31日までに実施された全国レベルの大会などで活躍または優れた成績を収めた

た、市内在住・在学の個人や市内で活動する団体

推薦方法

指定の推薦書に推薦者の住所・氏名・電話番号、候補者氏名およびその功績などを記入し、参考となる資料(氏名が載った新聞記事や大会プログラムなど)を添えて、11月2日(木)(必着)までに担当へ郵送または直接提出してください。

- ※ 自薦・他薦は問いません
- ※ 推薦書は、市ホームページからもダウンロードできます。また秘書広報課秘書担当でも配付しています

市民広聴会を開催します

問合せ先 政策推進課政策担当

令和5年度から6年度の2か年にかけて、「第6次鶴ヶ島市総合計画後期基本計画」を策定します。

そこで、市長が皆さんと今後のまちづくりを検討するため、広聴会を開催します。鶴ヶ島の発展のため、ご意見をお聴かせください。

※ 事前の申込は不要です。当日は、直接会場までお越しください



詳細はこちら

日時	場所
10月15日(日)13時～	東市民センター
10月22日(日)14時～	北市民センター
10月27日(金)18時30分～	富士見市民センター
10月28日(土)14時～	西市民センター
11月 5日(日)15時～	大橋市民センター
11月 9日(木)18時30分～	南市民センター

※ 各日程で広聴テーマが異なります

生理用品を配布しています

問合せ先 女性センター ☎287・4755

経済的な理由で、生理用品を購入することが困難な女性を支援するため、生理用品を無料で配布しています。

対象 市内在住で生理用品の購入が困難な女性

配布個数 1人1セット(原則1人1回。昼用1パック32個入り・夜用1パック15個入り)

配布日時 女性センター、東市民センターおよび西市民センターは火・土曜日、福祉政策課は月・金曜日、9時～17時(祝日を除く)

配布方法 配布窓口に設置している「配布カード」または、スマートフォンなどでダウンロードした画面を職員に提示してください。

複合施設(旧西中学校)への意見を募集します

問合せ先 資産管理課公共施設再編担当

市は、学校再編後の西中学校について、公共施設の集約や市民が求める機能を付加した複合施設の整備を計画しています。この新たな複合施設の基本構想を策定していくにあたって、皆さんの意見を募集します。

1 意見交換会による募集

開催日時

1 回目 10月15日(日)10時～11時

2 回目 10月29日(日)10時～11時

※ 両日とも同じ内容

実施場所 西市民センター

2 アンケートによる募集

回答方法

市ホームページから回答するほか、アンケート用紙へ記入

入し、意見募集箱へ投函してください。

アンケート用紙および意見募集箱設置場所

市役所、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、海洋センター、老人福祉センター「逆木荘」

アンケート募集期間

10月～11月末日まで

※ **意見の取扱い**

皆さんの意見は、基本構想策定の参考とし、資料として活用します。なお、個々の意見に対する回答は行いませんので、あらかじめご了承ください。



詳細はこちら

ペットは責任をもって飼いましょう

問合先 生活環境課環境推進担当

ペットを飼う心がまえ

ペットに対する責任と社会に対する責任があることを認識しましょう。飼い主とペットが幸せに暮らし、近隣の人にも理解してもらえ、飼いが理想です。また、途中で飼うことをあきらめ、ペットを捨てたりしないで、命を全うするまで世話をしましょう。

飼い犬

- ・リードなどでつなぐか、柵や檻などの中で飼う。
- ・鳴き声、悪臭などで近隣の人に迷惑をかけないようにする。

・散歩前に自宅で排泄を済ませる。外でしたふんは持ち帰り、おしっこは水できれいに洗い流す。

犬の登録

生後91日以上の犬の所有者は、飼い犬を市に登録することが義務づけられています。住所変更・飼い主変更・犬が死亡した場合も届出が必要です。

狂犬病予防注射

生後91日以上の犬の所有者は、毎年4月1日から6月30日までに狂犬病予防注射を受けさせることが義務づけられます。

ています。期間内に余裕をもって、各動物病院で予防注射の接種をお願いします。

飼い猫

- ・できるだけ室内で飼う。
- ・家の中にトイレを用意して使わせる。

- ・飼い主を特定するため、首輪や名札などをつける。

犬についての相談

飼い犬が人をかんでしまった場合は、直ちに保健所へ連絡してください。保健所では犬の飼い方などで困っている場合、必要に応じて飼い主への指導を行っています。

問合先 坂戸保健所 ☎283・7815

猫についての相談

埼玉県動物指導センターでは、猫の正しい飼い方についての相談と指導を行っています。

問合先 埼玉県動物指導センター ☎048・536・2465



電子申請ができるようになりました!

市役所にお越しいただかなくても、ご自宅から犬の新規登録と狂犬病予防注射済票の交付申請ができます。

※ クレジットカードもしくはPayPayでの決済となります。また、別途郵送料84円が加算されます

犬の新規登録

手数料：3000円
鑑札は、後日郵送で送付します。



申請はこちら

狂犬病予防注射済票の交付

手数料：550円
狂犬病予防注射済票は、後日郵送で送付します。



申請はこちら



10月は食品ロス削減月間です

問合先 生活環境課環境推進担当

食品ロスとは、まだ食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。日本では、年間約523万トンの食品が捨てられています(令和3年度推計値)。これは、日本人1人当たりに換算すると、お茶碗約1杯分が毎日捨てられている計算となります。食品ロスが削減できれば、ごみ処理費用の削減だけでなく、食料生産に費やされた膨大な資源の無駄がなくなり、温室効果ガスの削減や環境負荷の低減にもつながります。

食品ロスを削減するために

・買い物に出かける前に冷蔵

一人ひとりの心がけが、食品ロス削減へと繋がります。皆さんのご協力をお願いします。

- ・庫の中などの在庫を確認しましょう。
- ・食べられる分だけを作るようにしましょう。
- ・食材の保存方法を工夫しましょう。
- ・好き嫌いせずに残さず食べるようにしましょう。



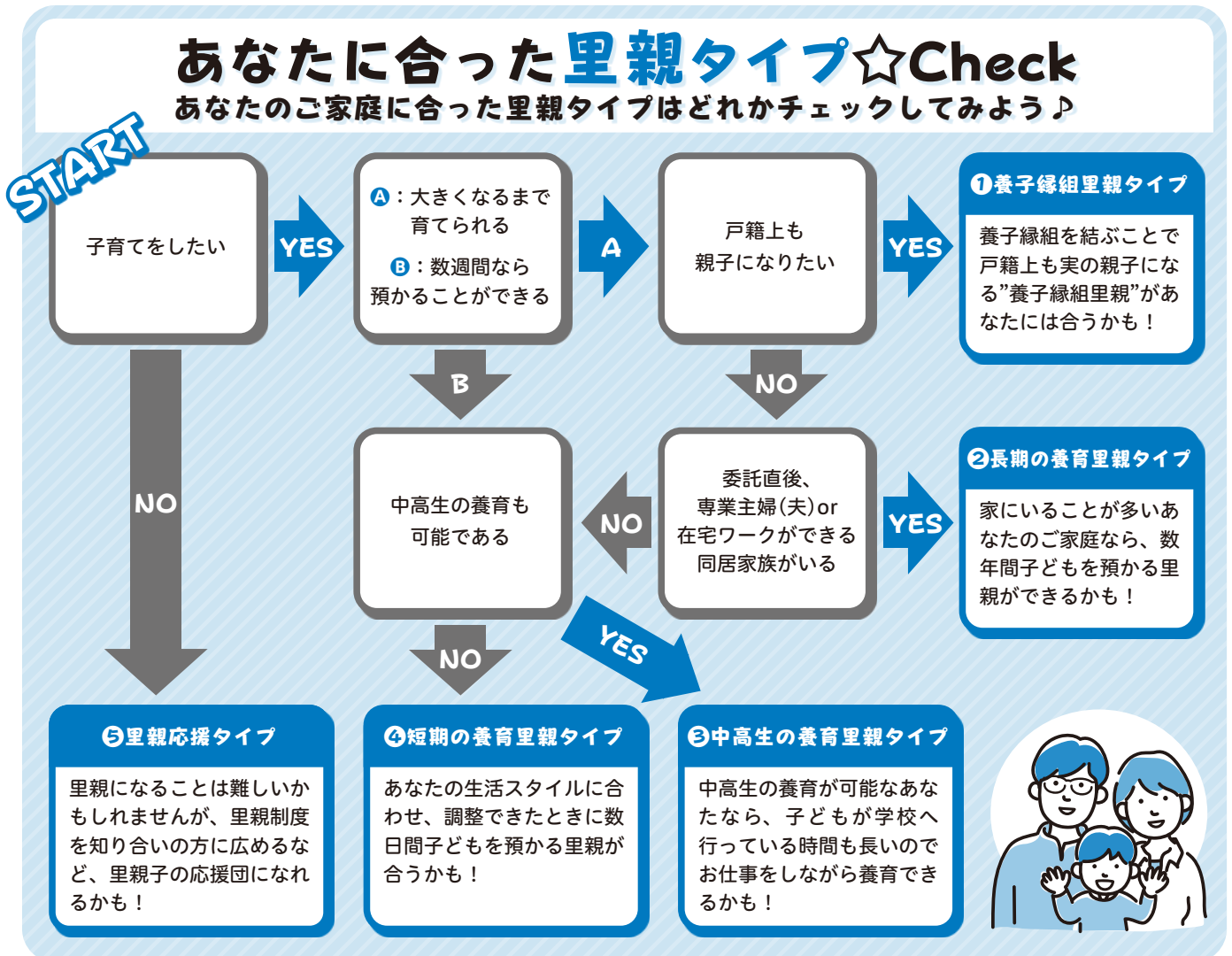
詳細はこちら

10月は里親月間です！

問合せ 子ども支援課子育て支援担当

「里親」と聞くと、子どもと養子縁組を結んだり、長期間預かったりするイメージを持たれる方が多いと思いますが、実は数日からの短期間だけ養育する里親もあります。

下記のYES/NOチャートで、あなたのご家庭に合った里親タイプをチェックしてみてください。



【里親の種類】 里親にはいくつか種類がありますが、中心となるのは下記の2つです。

養子縁組里親(上記①)

養子縁組によって子どもと法的な親子関係を結ぶことを前提として養育する里親。

養育里親(上記②～④)

養子縁組を目的とせず、子どもを一定期間養育する里親。

期間は家庭の事情により数日から数年と様々。実親のもとへ帰れるまで、または自立するまで養育する。



最新情報はこちら
(同仁学院Facebook)

【里親制度パネル展示のお知らせ】

日 10月2日(月)～13日(金)(初日は13時から、最終日は16時まで)

場 市役所1階ロビー

内 里親の種類や制度、手当、現状、よくある質問Q&Aなどの紹介
里親制度のチラシなどもあります。ぜひお立ち寄りください。

問 里親制度のお問い合わせは(社)同仁学院(※) ☎042・980・7780または同学院専用フォームから

※ 埼玉県より「里親フォスタリング事業」を受託



お問い合わせ
フォームはこちら
(同仁学院)

年金生活者支援給付金制度をご存じですか？

問合先 保険年金課保険資格担当

年金生活者支援給付金は、公的年金などの収入や所得額が一定額以下の年金受給者の生活を支援するために、年金に上乗せして支給されるものです。

年金生活者支援給付金を受け取るには、支給要件を満たし、年金生活者支援給付金の認定請求の手続きを行ってください。

支給要件

【老齢基礎年金】

- ・65歳以上
- ・世帯員全員の市民税が非課税

・前年の公的年金収入額とその他所得額の合計が8万8900円以下

【障害基礎年金・遺族基礎年金】

・前年所得額が「472万1000円＋扶養親族の数×38万円※」以下

※ 扶養親族の年齢により異なる場合があります

給付額(月額)

【老齢基礎年金】

保険料納付期間などに応じて算出した額

【障害基礎年金】

2級 5140円

1級 6425円

【遺族基礎年金】

5140円

老齢・障害・遺族基礎年金

を受給している方で、令和5年度において、所得額が前年より低下したことなどにより、新たに年金生活者支援給付金の支給対象となる方には、9月から順次、日本年金機構から年金生活者支援給付金請求書(はがき型)をお送りしています。

年金生活者支援給付金の対象外の方が、転居や世帯分離、世帯員の死亡などで非課税世帯になった場合は請求書を保険年金課または年金事務所へ提出してください。

請求について、ご不明な点がありましたら、給付金専用ダイヤルにご相談ください。
日本年金機構給付金専用ダイヤル ☎0570・05・4092 (ナビダイヤル)

ジェネリック医薬品とお薬手帳の有効活用を

問合先 保険年金課保健事業担当

老齢年金を受給されている皆さんへ

問合先 保険年金課保険資格担当

日本年金機構から老齢年金の源泉徴収の対象(老齢年金の受給額が65歳未満の方は108万円以上、65歳以上の方は158万円以上)となる方に対し、「扶養親族等申告書」が順次送付されています。この申告書は年金から源泉徴収される所得税について、配偶者控除など、各種控除を受け

る際に必要な書類です。提出を忘れると各種控除が受けられず、所得税の源泉徴収税額が多くなる場合もあります。未提出の方は必ず提出してください。



日本年金機構HP

ジェネリック医薬品

新薬(先発医薬品)の特許が切れたあとに販売される新薬と同等の有効成分、効能、効果を持つ医薬品です。価格が安く、新薬から変更すると薬代の負担が減り、医療費の抑制につながります。

国民健康保険では生活習慣病(高血圧、脂質異常症、糖尿病)で処方されている薬をジェネリック医薬品(後発医薬品)に切り替えた場合、薬代がどのくらい軽減できるのかを試算したお知らせを送付します。ジェネリック医薬品を希望する場合は、体質によって効き目や副作用に差が出ることもあり、医師や薬剤師にご相談ください。電

お薬手帳

話相談窓口もあります。
ジェネリック医薬品コールセンター ☎0120・53・0006 (平日9時～17時)

どの医療機関で、どのような薬をもらい、どのくらいの期間服用していたのかを記録しています。他にもアレルギー歴、副作用歴、既往歴を記載できます。こうした情報をもとに医師や薬剤師が薬の飲み合わせを確認でき、必要以上の薬の処方や害のある多剤服用などを未然に防ぐことができます。また、災害時でもお薬手帳により適切な薬を受け取ることができます。手帳を活用し、正しい薬の服用を心がけましょう。

入学準備金貸付制度をご存じですか？

問合先 学校教育課学務担当

高等学校・大学・短大・専修学校(学校教育法により定められたものに限る)に進学する意欲を持ちながら、経済的な理由で就学が困難な方に、入学に要する経費の一部を無利子でお貸しします。

対象 次のすべてに該当する方

- ・市内に引き続き1年以上居住し住民登録をしている方
- ・高等学校・大学・短大・専修学校に入学予定者の保護者
- ・市税を滞納していない方(世帯全員の完納証明が必要です)
- ・連帯保証人を得られる方

貸付限度額

- ①高等学校・専修学校(高等課程で修業年限が2年以上) 20万円
- ②大学・短大・専修学校(専門課程で修業年限が2年以上) 30万円

申請期間

第1期 10月2日(月)～11月15日(水)

第2期 令和6年1月4日(木)～31日(水)

貸付時期

第1期 12月上旬以降

第2期 令和6年2月以降



貸付金の償還

【①の場合】 貸付後、半年間据置き、月額6700円を29回、5700円を1回、無利子償還

【②の場合】 貸付後、半年間据置き、月額7200円を41回、4800円を1回、無利子償還

申込方法

学校教育課にある入学準備金貸付申請書に必要事項を記入し、必要書類とともに同課に提出してください。申込期限後に貸付審査会を開催し、認定者を決定します。決定は文書で通知します。

決定の通知を受けた方は、連帯保証人(1人)と連署の借入書に入学を決定する書類などを添えて、学校教育課に提出してください。

その他

収入の多い家庭にはご遠慮いただく場合があります。

マイナンバーカードに関する手続きを休止します

問合先 市民課住民記録担当

システムメンテナンスのため、マイナンバーカードに関する手続きができません。

休止する手続き カードの交付、電子証明書の発行・失効・更新、電子証明書暗証番号ロック解除・再設定、氏名、住所などの書き換え(券面更新など)、在留期間の変更・更新に伴うカード有効期限の更新

期間 10月7日(土)～8日(日)、11月2日(木)18時～5日(日)

※ 10月7日、11月4日の土曜開庁および11月2日(木)18時以降の若葉駅前出張所でのマイナンバーカードを使った転入手続きもできません。メンテナンス作業終了後に手続きをお願いいたします

※ コンビニ交付は、通常どおり利用できます

「滞納整理強化期間」実施中！

問合先 収納課収納担当

県内全市町村と埼玉県では、10月から12月を滞納整理強化期間として、「ストップ！滞納」を合言葉に徴収対策を進めます。

市税は納期限内に納付を！

税金は、私たちが安心して暮らしていくための貴重な財源であり、定められた期限(納期限)までに納めていただくものです。

財産調査、滞納処分

市税は他の債務(借金など)の返済を理由に滞納することは許されません。

多くの方が納期限までに納付されますが、残念ながら一部の方は滞納している状況です。市では、督促や催告をし


ても滞納が続く場合、税負担の公平性を確保するため、法令の規定に基づき不動産、預貯金、給与などの財産を調査し、差押を執行します。

スマホ決済アプリ、クレジットカードなどで「かんたん納税」

地方税お支払いサイトを利用して納付しましょう。

令和4年度差押執行状況	
財産区分	件数
不動産	2
預貯金	339
給与	133
生命保険	23
その他	44
合計	541

※ 上記のほか、自宅や事業所を捜索する場合もあります

詳細はこちら 

ZeroCarbonの取組

～TEAM つるがしま～

問合せ先 生活環境課環境保全担当

ゼロカーボン推進事業「ヘチマ・プロジェクト」講演会

海の中から地球が見える



現代の生活で急激に増えたプラスチックのごみが、陸から海へと流出することにより海洋汚染が進んでいる現状と原因を知り、「陸の鶴ヶ島」から海を守るために、私たちにできることを学びましょう。

日時

11月19日(日)
14時～16時



参加費
無料

申し込み方法

- 定 300人(申込順)
- 申 10月2日(月)から生活環境課環境保全担当へ電話、専用フォームまたは直接
- 他 手話通訳あり(事前申し込み)



申込はこちら

場所

女性センター
※ 駐車場に限りがありますので公共交通機関の利用や乗り合わせによるご協力をお願いします

講師

たけもとまさひろ

武本匡弘さん(プロフィール)



プロダイバー、環境活動家、日本サンゴ礁学会会員/(公財)第五福竜丸平和協会協力会員

1985年…ダイビング会社設立

1999年…NPO法人「パパラギ海と自然の教室」設立

2015年…気候変動・海洋漂流ゴミ探査・国際交流などを目的に太平洋航海プロジェクトを開始

2019年…「エコストア・パパラギ」を藤沢市に開設

これまで延べ70を超える小・中学校、高校、大学において、環境授業などを行ってきた。自ら操船するヨットで、日本～マーシャル諸島～マイクロネシア海域を航海、海の変化などを見てきた。現在、各地で報告会、写真展などを開催。

講演会来場者全員に
素敵なプレゼントがあります

環境に配慮した素材で作られた「市のロゴマーク入りクリアファイル」をプレゼント！講演を聞いて手に入れよう。



クリアファイルの
デザイン例

武州ガス(株)主催「川越ガス展」に
鶴ヶ島市が出展します！

日 10月28日(土)・29日(日)
10時～16時
場 ウェスタ川越(川越市新
宿町1-17-17)

市のゼロカーボンへの取り組み(ヘチマプロジェクトなど)について展示します。ぜひ見に来てください！



埼玉県最低賃金改正のお知らせ

令和5年10月1日から埼玉県最低賃金は時間額1028円(引上げ額41円)となります。埼玉県最低賃金は、賃金の最低限度を定めるもので、年齢や雇用形態に関係なく、パートや学生アルバイトを含め、県内の事業場で働くすべての労働者に適用されます。使用者も労働者も、1時間の賃金額が1028円以上であるかを必ず確認しましょう。

☎ 埼玉労働局労働基準部賃金室 ☎048・600・6205、川越労働基準監督署 ☎242・0891

防火管理資格取得(新規)講習会

消防法施行令に基づき、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。

☒ 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

☒ 10月19日(木)・20日(金)8時30分～16時30分

☒ 坂戸・鶴ヶ島消防組合消防本部(坂戸市鎌倉町16-16)

※ 駐車場の用意はありません

☒ 50人程度(申込順)

☒ テキスト代4000円

☒ 10月4日(水)8時30分～16時に電話申し込みの上、10月5日(木)8時30分～17時に予防課窓口で手続きをしてください。

☒ 同組合消防本部予防課 ☎281・3117

防火管理者を選任すべき防火対象物	選任すべき防火管理者	
	甲種	甲種または乙種
老人短期入所施設、養護老人ホームなどで収容人員が10人以上	延べ面積に関係なくすべて	
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

「電力・ガス・食料品等価格高騰重点支援給付金(3万円)」の申請期限について

申請期限は「11月10日(金)必着」です。申請がお済みでない方は早めにお願します。

☒ 3万円給付金コールセンター ☎298・5277

児童館の閉館時間が変わります

10月から3月までは、児童館の閉館時間が16時30分になります。

☒ 脚折児童館 ☎287・0270
上広谷児童館 ☎287・1732
大橋児童館 ☎286・0007
西児童館 ☎285・7048



鶴ヶ島市役所

〒350-2292
鶴ヶ島市大字三ツ木16-1
☎049・271・1111 / ㊚049・271・1190

【開庁時間】

平日 8時30分～17時15分
土曜日 8時30分～12時(一部の窓口のみ開庁。詳細は市ホームページをご覧ください)



詳細はこちら

人口と世帯数

9月1日現在

人口 7万 117人 (前月比60)
世帯数 3万3441世帯 (63)
男 3万4697人 (25)
女 3万5420人 (35)

※ 大字別男女別人口・世帯数は市ホームページをご覧ください



詳細はこちら

お知らせ

今月の納期

- ◆市・県民税第3期
- ◆国民健康保険税第4期
- ◆介護保険料第4期
- ◆後期高齢者医療保険料第4期



学校応援団ボランティア

「学校応援団」とは、学校の依頼を受けて、学校における学習活動や登下校時の見守り活動、環境整備などを行う地域住民によるボランティア組織です。現在、市内すべての学校に学校応援団が組織されています。

鶴ヶ島市の子どもたちの健やかな成長のため、教育やボランティア活動に意欲と関心をお持ちの方の参加をお待ちしています。興味のある方は、活動を希望する小学校や中学校、または学校教育課までご連絡ください。

☎ 学校教育課指導担当



詳細はこちら

日本語ボランティア

鶴ヶ島市国際交流協会では、外国の方へ日本語学習の支援などのボランティア活動と一緒に行動する方を募集します。

☒ 事前説明会と学習会に参加後、同協会に入会して活動できる18歳以上の方

☎ 事前説明会11月5日(日)11時～12時30分、学習会11月19日(日)・26日(日)(全2回)13時30分～15時30分

☒ 南市民センター

☒ 講師 松尾恭子さん((公社)国際日本語普及協会)

☒ 定 7人程度(申込順)

☒ 料 1100円 ☒ 持 筆記具

☒ 申 ☒ 問 11月2日(木)までに同協会事務局(地域活動推進課地域活動推進担当)へ電話または直接



公園・広場のサポーター

市が管理する公園や広場などにおいて、美化・清掃活動をボランティアで行う団体・個人のサポーターを募集しています。

活動を通じて地域コミュニティの形成や公園などの緑化・美化活動を推進します。

主な活動内容

■公園などの清掃・除草

■公園などの緑化・花植え

市の支援内容

■清掃道具(ほうき・軍手・ゴミ袋など)の支給・貸与

■活動中の事故に対する保険対応

☒ 都市計画課公園緑地担当

道路・水辺のサポーター

市が管理する道路や水路において、美化・清掃活動などをボランティアで行う団体・個人のサポーターを募集しています。

活動を通じて、地域コミュニティの形成や地域の特性にあった道路環境の向上を図っています。

主な活動内容

■道路の清掃・除草

■道路脇の花植え

市の支援内容

■清掃用具(軍手・ゴミ袋など)の支給・貸与

■刈込はさみ・胴付長靴の貸与

■活動に伴うゴミ処理、活動中の事故に対する保険対応

☒ 道路建設課道路管理担当

特別整理休館のお知らせ

中央図書館・各分室・若葉駅前カウンターは、蔵書点検のため、下記の期間は全館休館となります。

☎ 10月16日(月)～21日(土)

この期間に資料を返却する場合は、中央図書館・各分室・市役所のブックポストをご利用ください。
※ 若葉駅前カウンターでは返却できません

☒ 中央図書館 ☎271・3001

つるワゴン降車フリー時の安全確保にご協力を!

つるワゴンは、ルート上であれば、停留所でなくても指定した場所で降りられます(降車フリーサービス)。あらかじめ運転手にお伝えください。ただし、交差点など道路交通法上停車できない場所や、交通量が多いなど危険な場所では、降車できません。つるワゴン降車時における利用者の安全確保のため、皆様のご理解とご協力をお願いします。

☒ 都市計画課交通政策担当

富士見保育所の園庭開放に遊びに来ませんか

子育て中の親子が安心して遊べるように、園庭や保育室の一部を開放しています。

☒ 市内在住の未就園児と保護者

☎ 10月5日、19日、11月2日、16日、12月7日、21日、令和6年1月18日、2月1日、15日、3月7日(各木曜日)、9時30分～11時

☒ 富士見保育所 ☎285・6648

南市民センター活動発表会

南市民センターを利用する団体の活動成果発表会を開催します。地域の方々の交流の場として、子どもから大人まで楽しめる催しがたくさんありますので、ぜひご参加ください。

日 10月7日(土)9時30分～15時10分

場 南市民センター

内 ステージ発表や展示、体験、工作、野菜販売、シールラリー

問 南市民センター ☎287・0235

第28回虹の大橋まつり

「みんなでかけよう虹の大橋」

大橋市民センターを利用するサークルや地域で活動する団体などの日ごろの成果発表と地域住民の交流の場です。

日 10月28日(土)10時～15時(終了時間については変動することもあります)

場 大橋市民センター

内 舞台発表、作品展示、模擬店、長野県飯綱町特産品販売など

問 大橋市民センター ☎286・0005

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。

日 10月14日(土)9時～10時30分

※ 小雨決行、前日などの天候によっては、開催を中止することがあります

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

日本語と英語であそぼ！！ ハロウィンの集い

対 幼児～小学生

日 10月29日(日)11時～(15分前開場)

場 中央図書館

定 30人(申込順)

内 ハロウィンのお話や手遊びをしたり、英語の絵本を読んで楽しもう！

料 無料 **持** 図書館の利用カード

申 問 10月4日(水)から中央図書館へ直接、☎271・3001、またはホームページから



申込はこちら

～父親の育児参加応援講座～ バーチャル工場見学＆オリジナル「マルちゃん焼そば」づくり

対 市内在住の小学生と父親(小学生以上の兄弟の参加可、祖父可)

日 11月18日(土)10時～12時

場 女性センター

内 「マルちゃん焼そば」ができるまでを動画視聴とクイズで学び、実際に麺の生地を触ったりします(小麦アレルギーの方はご注意ください)。

協力 東洋水産(株)

定 親子15組(抽選)

※ 初めの方優先

料 無料

持 上ばき(スリッパ)、筆記具

申 問 10月4日(水)から12日(木)までに専用フォームから

場 女性センター

☎287・4755

申込はこちら



募 集

令和6年度保健センターの専門職

募集職種 保健師、助産師、管理栄養士 ※ 管理栄養士は指導経験のある方が対象

職務内容 乳幼児健診や乳幼児相談時の保健指導(保健師・助産師)、栄養指導(管理栄養士)

勤務地 保健センター

※ 職務内容や出勤回数については要相談

※ 後日面接を行います

申 問 履歴書に資格免許証の写しを添付して保健センター(☎271・2745)へ持参

イベント

地域デビューきっかけ広場

人生の自由時間を地域で楽しく過ごすためのきっかけづくりのイベントです。あなたのワクワク見つけませんか！！

日 10月29日(日)11時～15時

場 市役所1階ロビー、来庁者用駐車場など

内 【舞台発表】花咲くおとめ座ちんどんBANDなど【体験コーナー】サイエンス教室など【各団体との相談会】地域支え合い協議会・サークル・福祉ボランティアなど【同時開催】きっちんカーの駅365、ありがとう39マーケット(手づくり雑貨など)

問 地域活動推進課地域活動推進担当

ハーモニー そうだったのか!ウィーク「それってあなたの●●ですよ?」

市内で男女共同参画の推進をしているサークル「チームとらいあんぐる」と「四季を味わう会」が女性センターと協働して、男女共同参画に関する展示や催事を開催します。

☎ 女性センター ☎287・4755

★展示(チームとらいあんぐる)

📅 10月21日(土)~28日(土) (初日は9時から、最終日は15時まで)

📍 女性センター

📌 男女共同参画に関する学習成果を展示します。

★まちライブラリー(四季を味わう会)

📅 10月22日(日)10時~11時30分

📍 女性センター図書室

📌 女性センター図書室の本1冊を事前に読み、当日お互いに紹介し、感じたことなどを発表・交流します。

★落語と講演「男・女に定説あれど それでいいのか生きる道」

(チームとらいあんぐる)

📅 10月22日(日)14時~16時

📍 女性センター第一講習室

🗨️ 千金亭値千金さん(男女共同参画落語創作・口演家)

📌 創作落語「男脳・女脳」の口演、あなたと男女共同参画の「気持ちが変わるすごろく」、ミニ講座など

★無料映画会「ピリブ 未来への大逆転」(女性センター)

📅 10月26日(木)第1回9時30分~、第2回13時30分~ ※ 上映時間120分

📍 女性センターホール

📌 アメリカ最高裁判所女性判事ルース・ギンズバークの若き日のストーリー

ハギレでつくる可愛い花束講座

クローゼットに眠っている服やサイズの合わない服を使ってかわいい花束(3束)を作ってみませんか。針と糸、布は用意します。

👤 市内在住の方

📅 10月13日(金)10時~11時30分

📍 市役所1階102会議室

🗨️ エコ鶴市民の会

👤 21人(申込順) 料 200円

📅 10月5日(木)から12日(木)

までに生活環境課環境推進担当へ電話

さつまいも掘り体験

📅 10月28日(土)10時~、13時30分~(雨天の場合29日(日))

📍 近隣のさつまいも農園(農業交流センター集合)

👤 各20組(1組5人まで)

※ 小学生以下は保護者同伴

📌 300円(さつまいも1kg)

📌 長靴・ゴム手袋・大きめの袋

📌 さつまいも掘りのできる服装

📅 10月5日(木)から農業交流センターへ☎279・3335または直接

第4回eコラボサイエンス教室2023

第4回は『音と電気の関係(物理)』です。音ってどうやってでるの? 伝わっていくの? 電気で鳴るスピーカーやマイクを作ってみます。音がどのように伝わっていくのか実験しましょう。

👤 市内在住の小中学生

※ 小学校低学年は保護者同伴

📅 11月11日(土)10時~11時30分

📍 eコラボつるがしま

🗨️ 水野晴彦さん、田口治彦さん、石井裕一さん

👤 20人(申込順)

📅 10月29日(日)から11月4日(土)までに下記二次元コードからメールで

📍 鶴ヶ島第二小学校区地域支援会協議会へ☎298・7974またはメール(☐turu2.sasaeai@gmail.com)



申込はこちら

富士見わかばまつり「フリマ & てづくり雑貨市~ecoでつながる地域の輪~」出店者募集

👤 市内在住在勤の個人または団体

📅 11月4日(土)10時~15時

📍 富士見市民センター、富士見東児童公園

👤 フリマ10区画、雑貨3区画(申込順)

📌 200円/1区画

📌 仕入れ品の販売不可

📅 10月4日(水)から10月20日(金)15時までに富士見市民センターへ☎287・1661または直接

第33回図書館まつりのご案内

日 11月3日(祝)～5日(日)10時～16時 場 中央図書館

・本のリサイクル市

日 11月3日(祝)～5日(日)10時～16時 ※ 5日は15時まで

内 一般書・児童書・雑誌など1冊50円で販売します。

・ろんちゃんマーケット(展示・販売・体験)

日 11月3日(祝)～5日(日)10時～16時 ※ 販売は売り切れ次第終了

出店者 いとーあり/イラストレーターフルタハナコ/cocolla.glass/こぐまや/児童文学読書サークル スター☆ガール/城西大学水田美術館・水田記念図書館/たのしみ料理クラブ/タマちゃんち/つるがしま緑のカーテン市民実行委員会/手作り陶芸品/布絵本サークルロンロン/パン工房カウベル/ポーラ川越西口店/Mei/わらべうたのこぐまちゃんなど出店予定
※ 出店日時・内容はホームページをご覧ください

・文字あつまラリー

日 11月3日(祝)～5日(日)14時～15時30分 ※ 5日は15時まで

内 館内にあるクイズを解いて、文字を集めよう。答えが分かった人にオリジナルバッグプレゼント! ※ 数量限定

・あかちゃんおはなし会(サークルこぐま)

日 11月3日(祝)11時～11時30分

・サークルこぐまのおはなし会

日 11月3日(祝)14時～15時30分

・つるがしま図書館三遊亭鳳志落語会【要申込】

日 11月3日(祝)14時～15時30分

定 50人(申込順)

・朗読発表会(朗読ボランティアサークルおひさま)【要申込】

日 11月4日(土)10時～12時

定 40人(申込順)

講 草柳隆三さん(元NHKアナウンサー)

・秋のおはなし会(おはなしの森)【要申込】

対 3歳以上 日 11月4日(土)11時～12時 定 20人(申込順)

・絵本作家スギヤマカナヨのワークショップ【要申込】

日 11月4日(土)14時～15時30分

対 小学生 定 20人(申込順)

内 アイデアいっぱいのおもしろてがみをつくろう!

・イラストレーターフルタハナコのぬりえコーナー

日 11月5日(日)10時～16時

・鶴ヶ島清風高校吹奏楽部演奏会

日 11月5日(日)11時～12時

・いっしょにおろう!おりがみひろば

日 11月5日(日)13時～14時

・CDコンサート「子どもだけではもったいない学校音楽～小中学校の教科書より～Part2」

日 11月5日(日)13時～15時

申問 10月5日(木)から中央図書館へ直接、☎271・3001、またはホームページから



詳細・申込はこちら

案内

スクエアダンス初心者講習会

簡単な英語の指示に合わせて踊る、ゲーム感覚のウォーキングダンスです。脳トレと運動不足の解消にいかがですか。

対 市内在住在勤の70歳までの健康な方(何らかのダンス経験者は年齢問わず)

日 10月18日、25日、11月1日、8日(各水曜日)13時～14時30分(全4回)

場 南市民センター

講 鶴ヶ島スクエアダンスクラブ

定 15人(申込順)

料 500円(テキスト代)

持 飲み物、筆記具

他 動きやすい服装

申問 10月3日(火)から南市民センターへ☎287・0235または直接

「初めてのストレッチ&レクダンス」

対 市内在住の方

日 11月10日(金)、24日(金)10時～11時30分(全2回)

場 大橋市民センター

講 レクダンスさくら

定 20人(申込順)

内 音楽に合わせて楽しく体を動かします。

料 無料

持 飲み物

他 動きやすい服装

申問 10月3日(火)から大橋市民センターへ☎286・0005または直接



親族のための後見人講座 「やさしい成年後見教室」

専門知識を有する司法書士が講師となり、制度の概要や申し立ての方法、後見人の仕事などについて解説します。

対 親族後見人の方・申し立ての検討をしている方・制度に関心のある方

日 10月22日(日)12時30分～16時30分

場 大宮ソニックシティ(さいたま市大宮区桜木町1-7-5)

定 80人(申込順) **料** 無料

他 希望者には手話通訳者を配置します。

申 問 10月4日(水)から18日(水)までに(公社)成年後見センター・リーガルサポート埼玉支部に☎048・845・8551または☎048・845・8550(氏名・住所・電話・FAX番号・手話通訳の要否記載)

成年後見なんでも相談

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、後見の実情に詳しい弁護士、司法書士、社会福祉士がお答えします。

日 10月21日(土)10時～16時

①電話相談☎048・865・7511(当日のみ有効)

②対面相談 ※ 予約制(10月18日(水)までに要予約)

場 埼玉弁護士会館(浦和駅西口より徒歩約15分)

問 県地域包括ケア課☎048・830・3251

埼玉県行政書士会無料相談会

日 10月14日(土)10時～16時

場 坂戸市文化施設「オルモ」(坂戸市芦山町1-2)

内 相続、遺言、離婚、外国人の在留許可などに関する無料の相談会を開催します。

料 無料

申 不要

問 埼玉県行政書士会西入間支部☎298・5818

ナチュラルガーデンツアーを開催します

鶴ヶ丘児童公園と一体として整備を進めている(株)関水金属新工場敷地内のナチュラルガーデンの見学会を開催します。植物や生物、ナチュラルガーデンの手法、自然の変化などの説明を聞きながら巡ります。

対 市内在住在勤在学の方

日 10月28日(土)(雨天の場合は11月4日(土))、11月25日(土)(雨天の場合は12月2日(土))①9時30分～10時30分②11時～12時

場 eコラボつるがしま(鶴ヶ丘331-1) ※ 駐車場の用意はありませんので、公共交通機関をご利用ください

定 各回15人(申込順)

料 無料

申 問 10月5日(木)から都市計画課公園緑地担当へ電話または直接



(株)関水金属新工場敷地内のナチュラルガーデン

きれいなまちづくり運動秋期清掃

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。

①清掃日

清掃日は、10月15日(日)と22日(日)から選んで実施することができます。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】

原則、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。 ※ 公園などの枯れ葉や雑草など、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】

可能な限り、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

きれいなまちづくり運動は、強制的に参加を求めるものではありません。各自自治会や地域の実情に合わせて、参加をご検討ください。

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

他 雨天の場合は中止。中止のときは、7時30分ごろ防災行政無線で放送します。

問 生活環境課環境推進担当

第18回市民による大谷川クリーン大作戦

「大谷川をきれいにし、みんなが憩える水辺をつくりたい」「下流に迷惑なごみを流したくない」との思いで市民の皆さんによる大谷川の清掃活動を行います。皆さんのご参加お待ちしております。

日 ①②10月15日(日)10時～12時、③10月22日(日)10時～12時

場 ①市民の森第8号地脇水路(市民の森広場集合)、②東市民センター北西流域(東市民センター北側水路集合)、③南小中学校脇水路(大橋市民センター北側集合)

他 汚れてもよい服装、長靴などでご参加ください。胴長・手袋・軍手は実行委員会でご用意します。

問 鶴ヶ島大谷川クリーン大作戦市民実行委員会(生活環境課内)


おいしく食べてフレイル予防

体力や心身の活力が低下し、「健康」と「要介護」の中間の状態を「フレイル」と言います。今から食生活を改善し、フレイルを予防しましょう。男性の参加も大歓迎です。

- 対** 市内在住で65歳以上の方 **日** 10月20日(金)10時～11時30分
場 北市民センター **講** 鶴のえがお(食育アドバイザー)
定 20人(申込順)
内 ①講話「フレイル予防の食生活」、②試食(鶏むね肉の簡単南蛮漬け、かぼちのポタージュ) ※ 調理実習はありません
料 200円(材料代実費、申込時に集金) **持** 筆記具
申 10月5日(木)から13日(金)までに北市民センター ☎287・0251へ直接

つながるアート展 展覧作品募集

障害のある方が制作したアート作品(デジタルアートを除く。画材は自由)を募集します。

- 対** 障害のある方 **場** 中央図書館 **料** 無料
他 作品は1人2点まで(応募多数の場合は1点のみ展示)、額縁に入れていない作品はそのまま展示します。
申 作品出展申込書に記入の上、10月4日(水)から11月19日(日)までに作品とともに中央図書館に直接お持ちください。
※ 作品出展申込書は中央図書館、各分室、若葉駅前カウンターで配布します。図書館ホームページからもダウンロードできます
問 中央図書館 ☎271・3001 **電** 271・0121  詳細はこちら

第20回入間郡市人権フェスティバル

人権が尊重され、誰もが自分らしくいきいきと暮らせる社会の実現をめざし、人権問題への理解・関心を深めるために開催します。

- 日** 11月16日(木)12時30分～15時30分
場 三芳町文化会館「コピスみよし」(三芳町藤久保1100-1)
■オープニングセレモニー **主** TAONさん(三芳町ふるさと大使)
■講演「一人ひとりが輝こう・・・私の個性もあなたの個性も(仮題)」
講 住田裕子さん(弁護士)
■その他 集会所作品展示、物品販売など
料 無料
他 手話通訳あり。保育(1歳～就学前のお子さん)は10月31日(火)までに要申込
問 三芳町総務課 ☎049・258・0019

はなほほきいち 埴保己一学園高等部専攻科入学者の募集

本校高等部専攻科(3年課程)では、視覚障害(全盲または弱視)の10代から60代の方が、あん摩・マッサージ・指圧、はり、きゅうの技能を習得しています。卒業時には国家試験の受験資格が得られ、免許取得後は病院や介護施設などへ就職、治療院開業、進学などの道がひらけます。

- 日** 第一次募集 11月28日(火) 第二次募集 令和6年2月16日(金)
※ 相談・見学随時受け付けます
申 県立特別支援学校埴保己一学園(盲学校)高等部専攻科(〒350-1175川越市笠幡85-1) ☎231・2121 **電** 239・1015

案 内

シルバー人材センター入会説明会

- 対** 市内在住で原則として60歳以上の方
日 10月16日(月)、11月14日(火)、12月7日(木)9時～11時
場 鶴ヶ島市シルバー人材センター
他 当日は文化財整理室の駐車場(シルバー人材センター向かいの建物)には駐車しないようご注意ください。
申 シルバー人材センターへ直接または ☎285・8172

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アンドロイド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 11月7日(火)、9日(木)、14日(火)、16日(木)
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)
内 基本操作からLINEまで
料 2000円(テキスト代、保険料など)
持 スマホ(全日程持参)
申 10月10日(火)までに健康長寿課高齢者福祉担当へ直接または電話

「通院・入院時あんしんセット」の配布

通院や急な入院に備えて、必要な物をケースなどに入れ「通院・入院時あんしんセット」として準備しておく目安です。健康長寿課では、「私の意思表示帳」を入れたクリアケースを配布しています。
問 健康長寿課地域包括ケア推進担当



女子栄養大学香友会主催令和5度第1回元気はつらつ市民講座

日 10月19日(木)10時~12時

場 香川綾記念教育交流センター
香友会館(坂戸市千代田3-18-21)

講 新出真理さん(女子栄養大学
養科学研究所客員研究員・管理栄養士)

定 20人(申込順)

内 簡単な体力測定と食事に関するアドバイス

料 1000円(当日受付で集金)

申 問 女子栄養大学香友会事務局
へ直接、☎288・0345 またはメール(☐ koyukai@eiyo.ac.jp)

※ 申込後のキャンセルは早めにご連絡下さい

マロウドの会第14回ひきこもり・不登校講演会「7年間会話のない部屋から出ようと思った背景」

対 ひきこもり当事者、家族、支援者

日 11月12日(日)13時30分~15時30分

場 毛呂山町福祉会館「ウイズもろやま」(毛呂山町岩井西5-16-1)

講 瀧本裕喜さん(ひきこもり経験者)

定 80人(申込順) 料 無料

申 マロウドの会☎090・5575・7054(齊藤)、☎090・2728・4437(木下)

問 坂戸保健所保健予防推進担当
☎283・7815

逆木荘バスハイク参加者募集

おみやげ付きの「みかん狩り」を楽しんだ後、日本一の大水車がある「川の博物館」(寄居町)で様々な川の形態を体感します。

対 市内在住の60歳以上で、登り坂(300m)を歩ける方

日 11月15日(水)8時30分出発(雨天決行)

場 老人福祉センター「逆木荘」集合

定 23人(応募者多数の場合は抽選、当選者には連絡します)

料 2000円(バス代、入園料、旅行傷害保険など)

持 常備薬、保健証など

申 問 10月4日(水)から10日(火)(ただし7日と9日は休館日)までに老人福祉センター「逆木荘」へ直接または☎286・3301

出張版ファミリー・サポート・グループ

坂戸保健所で実施しているFSG(ファミリー・サポート・グループ)が、出張版として、保健センターで開催します。「親として自信が持てない」、「イライラして子どもにあたってしまう」、「子どもとの接し方がわからない」、「自分の子どもがかわいくない」、「子どもを愛しているがすれ違ってしまふ」、「子育てが楽しめない」など、悩みを抱え込まずにおしゃべりしませんか。

同じような悩みを抱える方たちが、集まって、語りながら、自分自身を見つめることで、良好な親子の関係づくりを支援しています。親子で参加できます(保育あり)。

対 就学前のお子さんがある保護者

日 10月10日(火)10時~11時

場 保健センター

申 問 坂戸保健所☎283・7815または保健センター☎271・2745へ電話

ひとり親のためのパソコン教室

ひとり親家庭の自立促進に向け、就業に必要な技能と知識を習得し、就職活動を充実させるため、パソコン教室を開催します。

対 ひとり親家庭の親または寡婦

日 11月9日(木)・10日(金)10時~15時(全2日間)

場 坂戸市文化施設オルモ(坂戸市芦山町1-2)

内 選べるワード・エクセル講座(レベルに応じたパソコン技能を習得する)

定 20人(応募多数の場合抽選) 料 800円(教材費)

申 ①「パソコン教室(第3回)」②郵便番号・住所③氏名④年齢⑤電話番号を明記の上、往復はがきで郵送(〒330-0074 さいたま市浦和区北浦和5-6-5埼玉県浦和合同庁舎内(公財)埼玉県ひとり親福祉連合会)またはメール(☐ info@saiboren.or.jp)(10月25日(水)必着)

問 同連合会☎048・822・1951



視覚障害者サポーター講習会

目が見えなくても、見えにくくても、「音声ガイド」があれば映画を楽しむことができます。映像に音声ガイドを付ける体験、あなたも参加してみませんか。

日 10月28日(土)10時~16時

場 市役所6階会議室

定 10人(申込順)

内 目の見えない人が映画を観るとは(音声ガイド体験)

料 無料

持 筆記具、昼食

申 問 10月18日(水)までに市社会福祉協議会へ直接または☎271・1414

鶴ヶ島市戦没者追悼式

戦没者英霊の安らかなご冥福をお祈りし、恒久平和を祈念するために開催します。市内在住の戦没者のご遺族をはじめ、市民のどなたでも参列することができます。

日 10月28日(土)10時(30分前から受付開始)

場 女性センター

問 福祉政策課福祉政策・地域福祉担当

鶴ヶ島けやきコンサートVol.10

市内および近隣に在住する演奏家によるクラシック・コンサートです。
声楽・ピアノ・チェロ・フルート・ユーホニアムの演奏があります。

日 11月26日(日)14時～ **場** 女性センター

料 前売り券/1300円(高校生以下650円)当日券/1500円(高校生以下750円)

他 前売り券は、10月2日(月)から11月24日(金)まで下記の場所で販売しています

- ・昭和楽器(ワカバウオーク2階)
- ・鶴ヶ島第二小学校区地域支え合い協議会(鶴ヶ島第二小学校南校舎1階)
- ・富士見地区地域支え合い協議会(富士見市民センター内)
- ・杉下地域支え合い協議会(東市民センター内)
- ・西部地域支え合い協議会(西市民センター内)
- ・北地域支え合い協議会(北市民センター内)

問 けやきコンサート実行委員会 代表  鶴原  090・4200・3028



詳細はこちら

自転車に乗るときは
ヘルメットを
着用しましょう！



自転車用ヘルメット
購入費補助金の
申請はこちら




レインボーまつりin毛呂山

埼玉県川越都市圏まちづくり協議会(レインボー協議会)では、交流事業「レインボーまつり in 毛呂山～来て見て、みんなで健幸に！！～」を開催します。ぜひ、お越しください。

日 10月21日(土)10時～13時

場 イオンタウン毛呂山店前駐車場(毛呂山町川角58)

内 ご当地グルメの出店、脳年齢チェック、ステージイベントなど

問 毛呂山町企画財政課  295・2112



詳細はこちら

埼玉で恋してみませんか？

独身男女に出会いの機会を提供している「SAITAMA出会いサポートセンター」では、会員を随時募集しています。出会いから交際、結婚までを相談員と結婚支援システム(マッチングシステム)によりサポートします。

対 20歳以上の独身男女で県内在住在勤、または近い将来埼玉県へ移住をお考えの方かつ電話回線のあるスマートフォンをお持ちの方

料 1万6000円(2年間、税込)

※ 市内在住の方は1万1000円

問 政策推進課政策担当



詳細はこちら

ハロウィンジャンボ宝くじ、ハロウィンジャンボミニを同時発売！

今年のハロウィンジャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて5億円。同時発売のハロウィンジャンボミニは、1等・前後賞合わせて5000万円。お求めは、埼玉県内の宝くじ売り場でどうぞ。ネットでも購入できます(各1枚300円)。

※ これらの宝くじの収益金は、市町村の明るく住みよいまちづくりに使われます

発売期間 10月20日(金)まで

問 (公財)埼玉県市町村振興協会  048・822・5004

案内

地球観測センター施設一般公開

日 10月7日(土)10時～16時(入場は15時30分まで)



場 宇宙航空研究開発機構地球観測センター(鳩山町大橋沼ノ上1401)

内 施設設備公開、宇宙から見た地球の画像、講演会・こども宇宙教室、動く衛星画像、ブルースーツを着てみよう、クイズ&スタンプラリー、工作体験(スーパーボールですっ飛びストローロケット!)、宇宙グッズ販売、物産展など

※ 公開内容は変更されることがあります

料 無料

他 駐車場には限りがあります。公共交通機関の利用にご協力をお願いします。当日は東武東上線「高坂駅」西口から、地球観測センター行きの無料送迎バスが運行しますのでご利用ください。

問 同センター  298・1200、メール( eockoho@jaxa.jp)またはホームページから



詳細はこちら

インターネットで「わかば大学塾講座案内」が見られます

わかば大学塾では、インターネット上で講座案内パンフレットと講座PR冊子がダウンロードできるホームページを開設しましたので、各講座の内容はこちらをご覧ください。




講座案内はこちら



講座PR冊子はこちら

受講を希望する方は、事務局にご連絡ください。

問 わかば大学塾事務局  298・7484

高齢者インフルエンザの公費負担について

市では、下記対象者の方が季節性インフルエンザ予防接種を行う場合、1シーズンにつき1回、接種費用の一部を負担します。

■対象者

接種日当日、市に住民登録があり、下記①または②に該当する方
①65歳以上の方(65歳の誕生日の前日から)

②60歳以上65歳未満で心臓、腎臓、呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害があり、その障害の程度が障害者手帳1級に相当する方

※ ②の方は、医療機関の窓口で、医師の診断書または障害者手帳の写しを提出してください

■実施期間

10月20日(金)から令和6年1月31日(水)まで

※ インフルエンザワクチン(他の予防接種を除く)と新型コロナワクチンは、接種間隔をあける必要がありません。同時に接種することも可能です

■接種場所

①鶴ヶ島市および坂戸市内の指定実施医療機関(医療機関の窓口)に予診票があります)

②県内の指定された接種協力医療機関(医療機関に予診票がない場合は、感染症対策課でお渡しします)

※ 予約が必要な医療機関がありますのでご確認ください

※ 寝たきりのため医療機関へ行けない方は、医師が訪問できる場合がありますので、医療機関へご相談ください

※ 長期の入院や施設入所などの理由により、①または②の医療機関での接種ができない場合は、感染症対策課にご相談ください

■個人負担金 1500円

※ ただし、次の①②③のいずれかに該当する方は、個人負担金が免除になります

①生活保護世帯の方、②中国残留邦人等支援受給者の方、③令和5年度の市民税が非課税世帯(同じ世帯の全員が非課税)の方

※ ③の方は、接種前に申請が必要です(申請から免除決定通知書の交付まで2~3週間)。申請は専用フォームから、または感染症対策課へ申請書を持参または郵送。申請書は、保険年金課、若葉駅前出張所、各市民センターにもあります

※ ③の方で、令和5年1月1日現在、市に住民登録がない方は、令和5年度非課税証明書が必要です

非課税世帯の方の
申請はこちら



■医療機関に持参するもの

①「健康保険証」または「後期高齢者医療被保険者証」
②「インフルエンザ予防接種記録」(お持ちの方のみ)

③個人負担金の免除を受ける方は、「生活保護受給者証の写し」、「中国残留邦人等支援受給者本人確認証の写し」、または「高齢者等予防接種個人負担金免除決定通知書」

☎ 感染症対策課(保健センター内) ☎227・9522

実施医療機関

鶴ヶ島市		坂戸市			
アイクリニック佐藤医院	☎279・0888	若葉駅前メンタルクリニック	☎271・1000	さとう耳鼻咽喉科クリニック	☎282・3384
あらおファミリークリニック	☎298・5415	若葉子どもクリニック	☎279・0070	渋谷子どもクリニック	☎284・1881
一本松クリニック	☎287・1220	若葉台耳鼻咽喉科	☎286・7186	シャロームにっさい医院	☎280・7373
井上医院	☎287・0056	若葉内科クリニック	☎298・5308	田島内科小児科医院	☎281・6722
浦田クリニック	☎279・5880	若葉台皮膚科	☎286・8275	鶴松整形外科	☎288・3081
大西内科	☎271・6250	坂戸市		根本整形外科医院	☎281・0018
かなざわクリニック	☎285・0100	Ai clinic(アイクリニック)	☎277・5225	脳神経外科ブレインピア坂戸西	☎288・7007
川野医院	☎285・1530	浅羽クリニック	☎284・1114	早川医院	☎282・1186
関越クリニック	☎286・7770	あさひ整形外科・皮ふ科	☎283・6977	原田内科クリニック	☎281・3235
関越病院	☎285・3161	伊利医院	☎281・0431	東坂戸クリニック	☎284・1718
厚友クリニック	☎272・3903	大野耳鼻咽喉科クリニック	☎284・8734	日の出内科クリニック	☎288・3717
相良胃腸科	☎285・6511	小川医院	☎281・0839	広瀬内科クリニック	☎283・3001
しんまちクリニック	☎271・6154	おがわ子どもクリニック	☎282・3153	藤井小児科医院	☎283・7272
染井クリニック	☎285・8974	小川産婦人科小児科	☎281・2637	本町診療所	☎283・0020
たちかわ脳神経外科クリニック	☎279・1515	関越腎クリニック	☎227・9399	町野皮ふ科	☎298・6845
たわらクリニック	☎279・2121	菅野病院	☎284・3025	松野記念クリニック	☎289・8889
鶴ヶ島医院	☎285・0179	北坂戸クリニック	☎281・6480	松本内科・消化器クリニック	☎288・3150
鶴ヶ島池ノ台病院	☎287・2288	きもと内科・消化器内科クリニック	☎288・1280	丸山内科クリニック	☎289・2610
鶴ヶ島在宅医療診療所	☎287・6519	小林内科医院	☎280・5700	南町クリニック	☎289・3731
鶴ヶ島耳鼻咽喉科診療所	☎286・3387	さいとう内科クリニック	☎289・8787	明海大学歯学部付属明海大学病院	☎279・2822
のぐち内科クリニック	☎279・6700	栄クリニック	☎227・6501	守屋医院	☎284・8586
はんだ整形外科	☎279・5687	坂戸中央クリニック	☎283・2151	やまだクリニック	☎288・7788
ヒロレディースクリニック	☎272・0164	坂戸中央病院	☎283・0019	吉川クリニック	☎282・5002
みなくち小児科	☎287・5755	坂戸内科医院	☎284・6001	吉松医院	☎281・0532
よしなみ耳鼻科クリニック	☎279・3387	坂戸西診療所	☎289・5111	若葉クリニック	☎283・1611
		坂戸訪問診療所	☎298・5466	若葉病院	☎283・3633

元気にラジオ体操教室！ ～テレビ・ラジオ体操でおなじみの先生から教わろう！～

ラジオ体操は、いつでも・どこでも・誰とでもできる手軽な運動です。
正しいラジオ体操を覚えて、さらに効果をアップさせましょう。

- 対** 市内在住在勤の方
- 日** 11月14日(火)10時～11時 **場** 鶴ヶ島第二小学校体育館
- 講** 岡本美佳さん(NHKテレビ・ラジオ体操指導者)、
杉井勇介さん(NHKテレビ・ラジオ体操アシスタント)
- 内** ラジオ体操第2の実技講習
- 定** 80人(申込順) **持** 室内靴、飲み物、タオル
- 問** 10月2日(月)から11月2日(木)までに健康長寿課健康増進担当へ電話または専用フォームから



申込はこちら



おかもと みか
岡本 美佳さん



すぎい ゆうすけ
杉井 勇介さん

自分の元気をチェックしよう！

知らず知らずのうちに老化を進めないために、筋肉量の測定や質問紙で自分の元気を確認しませんか？

- 対** 市内在住の65歳以上で同会場2日間参加可能な方

場所	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
西市民センター	10月17日(火) 10時～12時	10月24日(火) 10時～12時
市役所	10月31日(火) 10時～12時	11月7日(火) 10時～12時

- 定** 15人(申込順)
- 内** 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
- 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** 10月2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

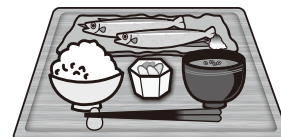


詳細はこちら

生活習慣病予防のための料理教室

気になる生活習慣病を予防するために、食生活の工夫を学び、調理実習をします。

- 対** 市内在住の方
- 日** 10月26日(木)10時～13時
- 場** 西市民センター
- 定** 20人(申込順)
- 講** 鶴ヶ島市食生活改善推進員
- 内** 【メニュー】いわしのあげ焼き・白菜と干しぶどうサラダ・根菜の粕汁・雑穀ごはん
- 料** 500円
- 持** 筆記具、エプロン、三角きん、台ふきん、皿用ふきん
- 申 問** 10月4日(水)から18日(水)までに健康長寿課健康増進担当へ電話または専用フォームから



申込はこちら

はつらつ元気体操クラブ

- 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)
- 内** 自宅でも簡単にできる体操やストレッチ
- 料** 100円(初回のみ)
- 他** 時間を指定しての申し込みはできません。抽選結果は10月下旬以降にすべての方へ郵送。
※ 初めての方を優先します
- 申 問** 10月10日(火)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

会 場	実施日 (11月～3月) (祝日を除く)	開始日	時間	定員 (抽選※)
大橋市民センター	第1・3 月曜日	11月 6日	13時20分～14時10分 14時30分～15時20分	各20人
南市民センター	第2・4 月曜日	11月13日	13時20分～14時10分 14時30分～15時20分	各20人
東市民センター	第1・3 火曜日	11月 7日	10時～10時50分 11時10分～12時	各15人
北市民センター	第2・4 火曜日	11月14日	10時～10時50分 11時10分～12時	各20人
市役所	第1・3 木曜日	11月 2日	10時～10時50分 11時10分～12時	各15人
富士見市民センター	第2・4 木曜日	11月 9日	10時～10時50分 11時10分～12時	各20人
西市民センター	第1・3 金曜日	12月 1日	10時～10時50分 11時10分～12時	各20人
老人福祉センター 「逆木荘」	第2・4 金曜日	11月10日	13時20分～14時10分 14時30分～15時20分	各10人

10月は「がん検診の受診率向上に向けた集中キャンペーン月間」です



今年度「がん検診」をぜひお受けください

新型コロナウイルス感染拡大の影響でがん検診の受診控えがありました。徐々に受診者が増えています。過度な受診控えは、がんの早期発見のチャンスを逃してしまう可能性があります。定期的な検診で、がんを早期発見しましょう。

また今年度から申し込み方法が、専用フォームまたは電話になりました。検診の申し込みが済んでいない方は、ぜひお申し込みください。すでに受診券をお持ちの方は、忘れずに受診してください。検診会場や医療機関は十分な感染防止対策をしています。安心して受診してください。

☎ 保健センター ☎271・2745

詳細はこちら



精密検査は必ず受けましょう

がん検診で「精密検査が必要」とされた方は、放置してはいけません。放置した場合、病気が進行する恐れがあります。できるだけ早く医療機関を受診してください。

受けてください、いのちを守る乳がん検診

がんの中で、日本人女性がかかる割合が、最も高い「乳がん」。生涯で乳がんにかかる割合は9人に1人と、年々増加しています。しかし早期であれば90%以上が治癒します。がんを早期発見するために、検診はとても大切です。

ポイント1 かかりやすいのは40～50歳代

乳がんは、乳房にできる悪性の腫瘍です。初期段階のがん細胞は、乳管の中にとどまっていますが、徐々に乳腺の外や離れた臓器に広がっていきます。最も発生率が高い年代は、40歳～50歳代。最近では60歳代も増えています。40歳からは2年に1回の検診を推奨しています。ぜひ定期的に受けましょう。

ポイント2 市の補助が受けられます

40歳以上の女性(昭和59年4月1日までに生まれた方)で、令和4年度に市の乳がん検診を受診していない方は、市の補助が受けられます。個人負担は集団検診(保健センター)1400円、個別検診(医療機関)1700円で受診できます。

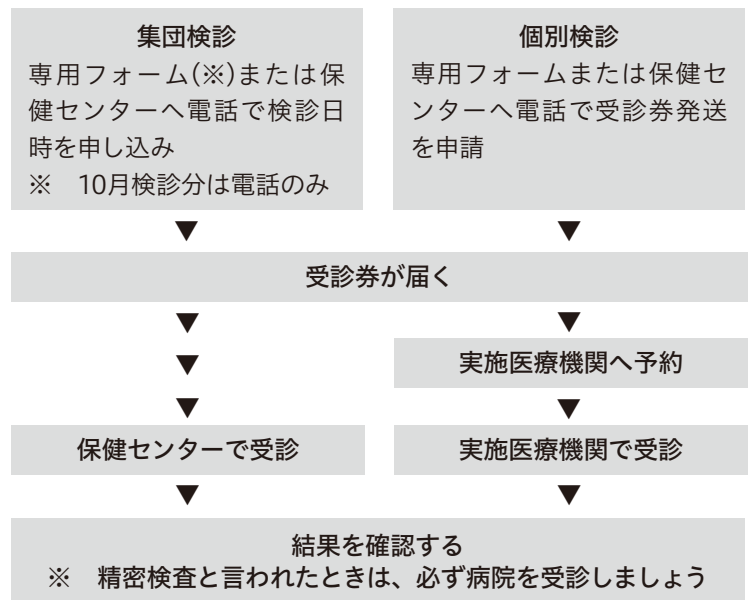
ポイント3 集団検診と個別検診があります

検診内容は、視触診、乳房レントゲン検査(マンモグラフィ)で、集団検診と個別検診があります。集団検診は保健センターで、個別検診は医療機関で受診できます。

詳細はこちら



～乳がん検診の流れ～



【集団検診の日程】

10月3日(火)、13日(金)
12時30分～13時15分、
10月11日(水)、12日(木)、
令和6年1月21日(日)、22日(月)
9時30分～10時30分

【個別検診の実施医療機関】

令和6年1月31日(水)まで
関越病院 ☎285・3161
坂戸中央病院 ☎283・0019
Ai clinic (アイクリニック)
☎277・5225

がんワンストップ電話相談



働くがん患者の方の治療と仕事の両立を支援するため、看護師、医療ソーシャルワーカー、両立支援促進員の専門職による相談会を開催します。

☒ 県内在住在勤で就労中のがん患者の方(休職中の方も含む)

☒ 18時15分～20時15分 ※ 事前予約制(当日19時45分まで)

☒ 無料

☒ 県疾病対策課 ☎048・830・3651、メール(✉ a3590-06@pref.saitama.lg.jp)または県ホームページの専用フォームから

開催日	
10月11日(水)	10月24日(火)
11月 9日(木)	11月21日(火)
12月 5日(火)	12月20日(水)
令和6年1月10日(水)	令和6年1月23日(火)
令和6年2月 7日(水)	令和6年2月20日(火)
令和6年3月 6日(水)	令和6年3月19日(火)

詳細はこちら



No.223



がん予防のための食生活

がんは加齢に伴いかかる確率が高くなり、日本人の2人に1人が生涯において一度はがんになるといわれています。多くの研究から、生活習慣病・環境などによりその確率が異なることもわかり、予防法も具体的になりました。日本人を対象とした科学的な研究で明らかにされた確かな証拠をもとに、「がんを防ぐための新12か条」が提案*されています。がんになる危険性を出来るだけ低く抑えることが目標となり、「喫煙、飲酒、食事、身体活動、体形、感染」の項目に分けられます。

日本人男性を対象とした研究から、1日あたりの平均アルコール摂取量が、純エタノール量換算で23g未満の人に比べ、46g以上で40%程度、69g以上で60%程度、がんになるリスクが高くなることがわかりました。特に飲酒は、肝細胞がん、食道がん、大腸がんとの強い関連があるとされます。お酒を飲む場合は次の量を目安とし、飲まない人、飲めない人は無理に飲まないようにしましょう。

飲酒量の目安(1日あたり純エタノール量換算で23g程度)
日本酒 1合、ビール(633ml)1本、ワイン グラス2杯程度

がんは自分自身の努力により予防可能な、また早期発見・治療では治癒可能な病気になりつつあります。がん検診は、症状がない健康な皆さんが対象です。正しい情報で、がんを知り、定期的に検診を受けるようにしましょう。

* (公財)がん研究振興財団

女子栄養大学栄養クリニック 管理栄養士 田村 真紀

ふれあい掲示板

仲間になりませんか

鶴ヶ島ESS(英会話・中級)

日 毎週金曜日15時～16時
場 南市民センター
問 渡邊 ☎285・8929



出かけてみませんか

おもちゃ病院つるがしまプレオープン

日 10月7日(土)10時～15時
※ おもちゃの持ち込みは、12時まで
場 南市民センター
料 無料(部品代は有料)
申 不要(1家族1個、先着10人まで)
問 下河辺 ☎080・5415・3177

第5回アートわかば水彩画展

日 10月10日(火)～15日(日)10時～17時(初日は13時から、最終日は15時まで)
場 中央図書館
料 無料
申 不要
問 川口 ☎090・7722・3119

参加してみませんか

鶴ヶ島市民体育祭ソフトテニス大会

対 高校生以上でペアのどちらかが市内在住在勤在学または鶴ヶ島連盟登録者の方
日 11月23日(祝)8時30分～
※ 予備日11月26日(日)
場 鶴ヶ島清風高等学校テニスコート
料 1ペア1000円
他 男女年齢別種別有り
申 10月31日(火)までに川越FTCホームページから



申込はこちら

市民体育祭鶴ヶ島市民弓道連盟選手権大会

対 市内在住在勤在学の方で弓道経験者または連盟会員
日 12月3日(日)9時～14時
場 鶴ヶ島市弓道場(藤中学校内)
料 無料
申 10月5日(木)から30日(月)9時～17時までに田中 ☎090・4373・1349

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

市民ターゲット・バードゴルフ初心者体験教室

日 10月22日(日)9時～12時
※ 雨天時は29日(日)に延期
場 藤金ジャンクション広場(駐車場有り)
料 無料
申 不要
問 石田 ☎285・8113

12月号の原稿締切は、10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

10月の相談

相談名・相談内容	日にち	時間	場所	予約	問合せ
法律相談(弁護士) 個人の金銭、家族などの法的トラブルに関する相談	①10月3日(火) ②10月20日(金) ③11月7日(火)	13時～16時	予約時にお知らせ	①受付中 ②10月6日(金)～ ③10月24日(火)～	地域活動推進課
法律相談(司法書士)	①10月12日(木) ②11月9日(木)	9時～12時	予約時にお知らせ	①9月28日(木)～ ②10月26日(木)～	地域活動推進課
法律相談(行政書士)	①10月12日(木) ②10月26日(木)	13時～16時	①市役所3階 ②市役所5階	不要	地域活動推進課
女性のための法律相談	①10月11日(水) ②11月8日(水)	10時～13時	女性センター	①受付中 ②10月12日(木)～	女性センター ☎287・4755
女性相談・DV相談	月・水・金曜日	10時～16時	市役所1階	要予約	直通ダイヤル ☎298・7716
消費生活相談	月～金曜日 土曜日(電話相談のみ)	9時30分～12時、 13時～15時 9時30分～12時	市役所2階 消費生活センター	不要	市役所2階 消費生活センター
消費生活弁護士相談 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	10月27日(金)	13時～17時	市役所2階 消費生活センター	10月5日(木)～	市役所2階 消費生活センター
税務相談	①10月3日(火) ②11月7日(火)	13時～16時	市役所3階	①受付中 ②10月24日(火)～	税務課
不動産相談	①10月3日(火) ②11月7日(火)	13時～16時	①市役所5階 ②市役所1階	不要	地域活動推進課
行政相談	①10月3日(火) ②10月20日(金)	13時～16時	市役所5階	不要	地域活動推進課
就職相談 (ふるさとハローワーク)	月～金曜日	10時～17時	市役所2階(ふるさとハローワーク)	不要	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	不要	市役所2階 内職相談室
教育相談	月～金曜日	9時～16時30分	教育センター	不要	教育センター ☎286・8993
人権相談	10月20日(金)	13時～16時	市役所3階	不要	総務人権推進課
こころの健康相談	10月17日(火)	9時30分～12時	市役所1階	要予約	障害者福祉課
にんしんSOS鶴ヶ島	月～金曜日	8時30分 ～16時30分	保健センター	不要	直通ダイヤル☎227・3355 ✉ ninshinsos@city.tsurugashima.lg.jp

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

【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】 毎日24時間受付 ✉ ijimesoudan@city.tsurugashima.lg.jp

【24時間子供SOSダイヤル】 毎日24時間受付 ☎0120・0・78310

救急指定病院・救急相談など

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 毛呂山町毛呂本郷38 ☎276・1465
(小児救急医療も対応)

大人・小児の救急電話相談(全日24時間対応)

☎#7119 ☎048・824・4199

急な病気や対処法、受診に迷うときにご利用ください(育児相談を除く)。診断や治療を行うものではありません。

埼玉県AI救急相談

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HP

休日診療など

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

坂戸市石井2327-5 ☎289・1199

☒ 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30分前まで

※ 当日予約は6時から診療時間の45分前までに

☎050・5840・1156またはホームページから



HPはこちら

10月の眼科在宅当番医

アイクリニック佐藤医院

上広谷669-1 ☎279・0888

☒ 10月22日(日)9時～17時 ※ 休憩時間は要確認



夏休みも進んで勉強！ 「鶴っ子サマースクール」

8月21日から市内全小中学校にて、「鶴っ子サマースクール」第2クールが実施されました。課題に取り組む児童・生徒に対し、教職を目指す大学生などが学習指導補助員として、わからないところをアドバイス・サポートしました。参加した児童・生徒は新学期に向けて、前向きに学習に取り組んでいました。

お金の大切さを学ぶ 「りそな・みらいキッズマネーアカデミー」

8月23日、上広谷児童館で小学1年生から3年生を対象に、埼玉りそな銀行の方を講師に迎え、「りそな・みらいキッズマネーアカデミー」が開催されました。クイズやゲームを通じて、お金の大切さや銀行の仕事を学びます。お買い物ゲームでは、子どもたちがサイコロを振り、出た数字でゲーム内のお金がもらえたり、買い物や募金など、お金のやりくりについて、楽しそうに学んでいました。



非常時でも温かい食事を



8月23日、女子栄養大学で、久保彰子さん(准教授)を講師に迎え、防災の日に向けて、水を無駄しない調理法パッククッキング体験が開催されました。当日は市民30人が、さば缶を使ったさばカレーや、ホットケーキミックスで作る蒸しパンなど、身近な備蓄食品を使ったメニューを作りました。「備蓄食品への考え方が変わった」と、家庭にある食材が頼もしい味方になりました。

農業交流センターで農業体験

8月26日、農業交流センターで「子ども食堂」支援の一環としてNPO法人カローレ、JAいるま野および市の連携による農業体験が開催されました。親子で、枝豆の収穫や野菜の種や苗を植える作業を行いました。子どもたちは「じゃがいもの種は深めに掘らないと上手く植えられないので難しかった」「野菜の苗がこんなに小さいなんてびっくりした」など農作業を通じて、たくさんの発見をしていました。





感想文は、後日市ホームページに掲載します。ぜひご覧ください。

平和をつないでいく人

8月26日、西市民センターで、令和5年度広島市児童派遣事業の報告会が行われました。この事業は、広島市に児童を派遣して、戦争の悲惨さと平和の尊さを認識するのが目的です。小学6年生の児童8人が、この経験を通して学んだことを感想文やスライドで、一人ずつ発表しました。「平和の尊さを再認識できました」など多くの感想をいただきました。

リズムと呼吸に合わせて「フツ」

8月19日と26日、大橋市民センターで、スポーツウエルネス吹矢協会鶴ヶ島01支部の皆さんを講師に迎え、吹矢体験教室が開催されました。1日目は、吹矢の講座と基本動作の講習を実施しました。2日目は、タイマーのリズムと呼吸に合わせて、3分以内に5本吹くことに挑戦しました。「なかなか吹く機会がないので、貴重な経験ができました」との声が聞かれ、有意義な時間になりました。



助ける人の輪が広がる「命の授業」

8月31日、長久保小学校で、6年生の児童が、埼玉医科大学総合医療センターの救急救命士4人と看護師2人を講師に、心肺蘇生術を学びました。3人一組でAEDをもちいた訓練では、「電気が流れるから離れて」とお互いに声を掛け合ったり、積極的に質問したりする姿もみられました。最後に「学んだことを二人に伝える」という宿題もあり、長久保小学校から助ける人が増える輪が広がっていきそうです。

市民が輝く「舞台の宴」

9月9日、西市民センターで、同施設を利用する団体の発表会「舞台の宴」が催されました。今年は12団体が参加し、マジックショーやウクレレ演奏、日本舞踊などを、ステージでいきいきと発表していました。また4~5メートルあるよさこい旗をかかげての踊りは迫力があり、どの団体も日頃の成果を惜しみなく表現していました。





怪盗つるゴンと 秘密の宝箱



問合先 生涯学習スポーツ課文化財担当 ☎285・2194

挑戦者、求ム! 怪盗つるゴン再び!

あの怪盗つるゴンが帰ってきた!?
築90年になる第一小学校旧校舎(現:鶴ヶ島市文化財整理室)に、怪盗つるゴンが金銀財宝を隠したようです。
普段一般公開していないレトロな建物を探索し、展示物をヒントに怪盗つるゴンが隠した秘密の宝箱を見つけ出そう!
宝箱を見つけ出した人には、怪盗つるゴンからの認定証を授与。 **先着100名!**

アンケート回答者には、つるゴンオリジナル定規もプレゼント

もちろん施設や展示物の見学のみでも大歓迎。
第一小学校旧校舎で学んだ卒業生の皆さんも、ぜひご来場ください。

📅 10月21日(土)~29日(日)9時~17時

📍 鶴ヶ島市文化財整理室

🎫 無料

🚗 駐車場あり ※ 現地の案内板をご確認ください

📞 不要(車椅子の方は事前連絡をお願いします)。



詳細はこちら

BUNKAZAITEN
令和5年度文化財展

挑戦者 求ム
宝探し × レトロ建築 × 文化財

つるゴンと秘密の宝箱

第一小学校旧校舎を探索し、隠されし宝箱を見つけ出せ!

📅 令和5年10月21日(土)~10月29日(日)
📍 場所 鶴ヶ島市文化財整理室 (郵折 1562-11) P有
🕒 時間 9:00~17:00 ☎049-285-2194
※ 小学生のみの応募(要)になります。 詳細は本報掲載ページをご覧ください。

🎁 クリア特典
応募フォームの回答者
アンケート回答者オリジナル
定規プレゼント(人数 100名)

🎟 入場無料

主催: 鶴ヶ島市文化財整理室

編集後記

「思いやり駐車場制度」は、皆さんのやさしさと成り立つものです。障害者・高齢者・妊産婦など駐車に関する配慮が必要な方が生活しやすい環境を整備するための制度です。この機会に多くの方に知っていただくと嬉しいです。また、より多くの方が、安心して駐車ができる社会にするために、皆様のご協力もお願いします。
ご意見・ご感想は秘書広報課広報聴担当へ
✉10200001@city.tsurugashima.lg.jp



みづらすすが
三浦涼華ちゃん(2か月)

毎日元気いっぱい!!



ふくださや
福田紗也ちゃん(1歳3か月)

寝起きなのに
ニコニコ
カワイイ

■10月号には、『共同募金啓発用リーフレット』が折り込まれています。