



西所沢保育園の皆さん(昨年10月撮影)

いきいき
スマイル



さつまいも掘り(上新井地区)

保育園の園児たちが、土まみれになりながら、さつまいも掘りに挑戦! 大きなさつまいもは友達と協力して掘ったり、自分の顔程あるさつまいもに驚いたり、とても楽しい経験になりました。持ってきた袋いっぱいさつまいもに、笑顔もいっぱいになりました。

所沢市民憲章 (昭和62年3月制定)

所沢市は武蔵野台地の自然に恵まれ鎌倉街道の拠点として発達し日本人が初めて大空にはばたいた記念すべき街である
この歴史と環境の上に立ち未来に向かってうろの文化都市をめざす人は市の誇りである ところのふれあいを求め友情の輪をひろげよう
恵まれた自然はいのちの泉である みどりを守りやすらぎの街を創ろう
こどもは市の宝である 胸深く刻まれるふるさとを伝えよう
所沢市は市民のためにある 一人ひとりが自らまちづくりを進めよう

市制施行60周年記念第31回所沢市民フェスティバル ほか	2
「地方公共団体財政健全化法」に基づく健全化判断比率について公表/地上デジタル放送を受信するための簡易なチューナーの無償給付等の支援	3
平成23年度保育園入園申込受付のご案内/高校・大学の入学準備金貸付制度 ほか	4
インフルエンザ予防接種のお知らせ/「所沢市暮らしの便利帳」を配布します	5
みんなのひろば はつらつ野老っ子/ところざわ歴史まめ知識/目指せ低炭素化!温暖化をとめよう ほか	6-7
特集 ところざわまつり ひっかわせ! 圧巻12基の山車の曳き回し	8-9
求職者・勤労者の方へ/所沢市観光大使埼玉ブロンコスの開幕戦 ほか	10
市税の夜間・休日納税窓口/小規模多機能型居宅介護・夜間対応型訪問介護サービス ほか	11
情報館 所沢一日合同行政相談所/三富文化財ウォーク/市民と市長のふれあいトーク/発達障害理解と支援のための講演会/介護予防講演会/児童館へ行こう ほか	12-13
環境講演会/「障害者作品展」作品募集/各種職員を募集/パブリックコメントを募集 ほか	14
けんこう▶保健センターの事業	15
休日急患当番医/いきいき健康づくり(だ液のパワー) ほか	16

所沢市役所 〒359-8501 埼玉県所沢市並木一丁目1番地の1 ☎04-2998-1111(代表)
発行・編集 総合政策部広報課 ☎04-2998-9024 ☎04-2994-0706

ホームページアドレス <http://www.city.tokorozawa.saitama.jp>

◆ファックスでの問い合わせを希望する方は、広報課(☎04-2994-0706)へファックスしてください。



▲所沢市携帯サイト



▲ところざわほっとメール(市政情報・防災情報)

人口と世帯 (平成22年8月末現在)

人口	342,794人	前月比	+121人
男	171,202人		+74人
女	171,592人		+47人
世帯数	146,816世帯		+141世帯



「空・夢・未来……とくろざわ」

所沢市制施行60周年記念

第31回所沢市民フェスティバル

10月30日(土)

10月31日(日)

午前10時～午後4時

日 10月30日(土)・31日(日) 午前10時～午後4時
場 所 所沢航空記念公園・所沢市民文化センター「ミュージズ」

楽しいコーナー盛りだくさん！

ぜひ、ご来場ください。



▲「WING OF LOVE」初披露の様子

◆移動動物園コーナー(31日(日))

ウサギやモルモットなどの小動物たちが、こども動物自然公園からやってきます。

◆ブラジルコーナー

ブラジルの魅力をPR！30日(土)午後2時から航空公園運動場で、元日本代表選手の岩本輝雄さんを招いたサッカー教室を開催します。小学5～6年生10人の当日参加を午後1時30分から受け付けます。サッカーボールと保険代30円をお持ちください。

◆航空コーナー

2011年の航空発祥100周年のプレイベントとして、YS-11格納庫の公開や航空発祥記念館で実験・工作教室を開催します。

◆消防体験ひろば

起震車の体験や煙ハウスでの災害体験、10mを超えるロープ渡りに挑戦できます。

◆サッカーフェスティバル(31日(日))

航空公園運動場で試合やサッカー教室が開催されます。

今年の注目企画！

10月30日(土)

◆オープニングセレモニー…午前11時
JULÉPSと所沢高等学校吹奏楽部がコラボレーション！「WING OF LOVE」を披露！

◆ミニSLに乗ろう！
青空の下、航空公園でミニSLに乗車しよう！

10月31日(日) (野外ステージにて)

◆公園に恐竜あらわる！？

もしも恐竜が現代にあらわれたら……それはあなたの目で確かめよう！

◆トコロザワンショー
「航空戦士トコロザワン」がフェスティバルにやってくる！ヘダラー軍団から所沢を守るため、みんなでトコロザワンを応援しよう！

10月30日(土)・31日(日) (両日開催)

◆スタンプラリー (子ども対象)
公園内に置かれたスタンプを押してプレゼントをもらっちゃおう！両日とも申し込み先着1,000人です。
申込先 会場本部およびインフォメーション



©ON-ART

◆観光協会コーナー

所沢市や他県の観光協会による特産品の販売などを行います。

◆重松流祭囃子の演奏

重松流祭囃子保存会による演奏が披露されます。

◆太鼓フェスティバル

30日(土)は和太鼓、31日(日)は和太鼓や打楽器の迫力ある演奏が行われます。

◆福祉コーナー

市内で活動するボランティアグループ等の紹介や福祉施設のパネル展示などを行います。



◆企業コーナー

企業の業務内容の紹介や商品の販売コーナーです。

◆団体活動PRコーナー

さまざまな団体の活動内容を広く紹介するコーナーです。体験・相談コーナーなどもあります。

◆楽しい街角歌のフェスティバル(30日(土))

特設ステージで行われるカラオケコーナーです。当日の飛び入り参加も受け付けます。

◆DANCE SUMMIT from 航空公園(31日(日))

特設ステージでダンスや大道芸

等のストリートパフォーマンスが繰り広げられます。

◆子ども広場

ポン菓子の無料配布、所沢郷土かるた遊び、ダンボール迷路、ベীগマ教室、野外遊びなどのほか、気軽にできるニュースポーツの体験コーナーなどを開催します。

◆農業祭

所沢産農産物のPRや販売、所沢市の農業に関する展示、野菜品評会・植木共進会等を開催します。

◆市民バザールコーナー

市民団体および市内商工業者による物品販売や展示を行います。

◆青空フリーマーケット

リサイクルを目的とした不用品、手作り品などの青空市です。

◆少年野球教室(31日(日))

元プロ野球選手を招いて行われる野球教室です。小学4～6年生20人の当日参加を正午から受け付けます。グローブと保険代(140円)をお持ちください。

◆OTHER POSE

スケートボード、ダンス、ライブ、BMX、DJ music等を行います。

◆J:COM所沢イベントブース

楽しいイベントが盛りだくさんです。

第31回所沢市民フェスティバル 実行委員会

委員長 鈴木 昇



第31回所沢市民フェスティバルが、関係各位の絶大なご協力のもとに本年も開催の運びとなりましたことに、深く感謝を申し上げます。

特に今回は、市制施行60周年記念事業でもあり、新たな企画コーナーの設置など、例年以上に充実した内容となっております。多くの市民の皆さんのご来場を心からお待ち申し上げます。

◆ミュージズハッピーオンステージ
ミュージズ特設ステージにて30日(土)には「お江戸でハッピー」、31日(日)には「チャイナでハッピー」といったパフォーマンスが繰り広げられます。また、広場では屋台村も開店します。

◆野外ステージ特集

★ふれあいステージ(30日(土))

バラエティに富んだダンスや民踊などが楽しめます。



★癒やしのミニコンサート(31日(日))

ヴァイオリン、チェロ、ピアノによる癒やしのミニコンサート。チェロ弾きの体験コーナーもありです。

★ハワイアンブリーズin所沢(31日(日))

フラダンスやウクレレなどのハワイアン音楽がお目見えします！
問 所沢市民フェスティバル実行委員会事務局(コミュニティ推進課内) ☎2998-9083

フェスティバルの情報は、同実行委員会の公式HP (<http://www.toko-fes.com>) をご覧ください。

【ご来場の方へ】

- 雨天でも実施しますが、内容が一部中止・変更になることがあります。
- 電車・バス等の公共交通機関を利用してご来場ください。
- ごみの分別の徹底にご協力をお願いします。
- 自転車は会場内乗り入れ禁止です。会場入口近くの自転車置き場に置いてください。事前申込が必要なイベントの参加受付はすでに終了しています。



所沢市制施行60周年記念事業 「NHKのど自慢」 放送予定

《予選会で選ばれた20組が出場します》

放映 総合テレビ、ラジオ第1
日 10月24日(日) 午後0時15分～1時
◎観覧者の募集はすでに終了し、入場券がないと会場内へ入場できません。

予選会 10月23日(土)

24日(日)本番への出場を目指し、前日23日(土)に250組の予選会を行います。また、カメラマン体験や中継車の見学もできます(先着約180人)。
NHKのど自慢の雰囲気を味わってみませんか。
日 10月23日(土) 正午～午後6時
場 所 所沢市民体育館

◎予選会の観覧は自由ですが、満席の場合は入場をお断りすることがあります。また、出場者の募集はすでに終了しています。
問 広報課 ☎2998-9024 ☎2994-0706

「地方公共団体財政健全化法」に基づく

健全化判断比率について公表します

「地方公共団体の財政の健全化に関する法律」に基づき、平成21年度決算についての健全化判断比率・資金不足比率を公表します。

問い合わせ 財政課 ☎20908-9030 ☎2094-0706

■算定結果

平成21年度決算に基づいて算定された健全化判断比率（実質赤字比率・連結実質赤字比率、実質公債費比率・将来負担比率）はいずれも早期健全化基準および財政再生基準を大幅に下回り、資金不足も生じていないため、健全な財政運営が維持されていると判断されます。

■算定した指標（平成21年度決算）

(1) 早期健全化・再生に関する指標

区分	所沢市の指標	早期健全化基準	財政再生基準
① 実質赤字比率	—%	11.25%	20%
② 連結実質赤字比率	—%	16.25%	40%
③ 実質公債費比率	7.3%	25%	35%
④ 将来負担比率	41.8%	350%	

(2) 公営企業の経営健全化に関する指標

区分	会計名	算定値
⑤ 資金不足比率	水道事業	—%
	病院事業	—%
	下水道特別会計	—%



■財政指標の内容と対象範囲

（印は所沢市の算定内容）

① 実質赤字比率

一般会計等の実質赤字（歳入総額－歳出総額）の標準財政規模（※1）に対する比率です。

実質収支は赤字であり、実質赤字は生じておらず、実質赤字比率は算定されないため「—%」と表示しています。

② 連結実質赤字比率

公営企業会計を含めたすべての会計の実質赤字等の標準財政規模に対する比率です。

一般会計等および特別会計の実質赤字および公営企業会計の資金不足はいずれも生じておらず、連結実質赤字比率は算定されないため「—%」と表示しています。

③ 実質公債費比率

一般会計等が負担する公営企業拠出金を合わせた公債費（※2）の標準財政規模に対する比率です。過去3年間の比率の平均値により算出します。

算定結果は7.3%で、早期健全化基準（25%）と照らし、問題のない値となっています。

④ 将来負担比率

一般会計等が将来負担すべき市債や債務負担行為などの実質的負債の標準財政規模に対する比率で、一般会計に加え公営企業、出資法人等を含めた実質的な負債額を把握するもの



健全化判断比率と対象会計

一般会計等	一般会計		① 実質赤字比率	② 連結実質赤字比率	③ 実質公債費比率	④ 将来負担比率	
	一般会計等に属する特別会計	一般会計等以外の特別会計のうち公営企業に係る特別会計以外の特別会計					
公営事業会計	狭山ヶ丘駅東口 土地区画整理特別会計	国民健康保険特別会計 介護保険特別会計 老人保健特別会計 後期高齢者医療特別会計 交通災害共済特別会計	⑤ 資金不足比率				
							狭山ヶ丘 土地区画整理特別会計
							法適用企業 ・水道事業会計 ・病院事業会計
	公営企業に係る会計（地方企法を適用する事業または地財令第37条の事業）						
		一般会計等に属する特別会計					埼玉県市町村総合事務組合
	埼玉県後期高齢者医療広域連合						
	彩の国さいたま人づくり広域連合						
	地方公社 ・第三セクター等	土地開発公社					
		財所沢市文化振興事業団					
財所沢市公共施設管理公社							
株ワルツ所沢							
株埼玉西部食品流通センター 埼玉県信用保証協会							



握するもの
です。実質的な負債額が一般会計等の標準的な収入の何年分に相当するかを示しています。

算定結果は41.8%で、早期健全化基準（350%）と照らし、問題のない値となっています。

⑤ 資金不足比率
公営企業の資金不足額の事業規模に対する比率で、公営企業の経営状況を示すものです。本市においては、水道事業会計、病院事業会計、下水道特別会計が対象となります。

④ 将来負担比率
いずれの公営企業会計も資金不足は生じておらず、資金不足比率は算定されないため「—%」と表示しています。

③ 実質公債費比率
（※1）標準財政規模：市税や地方交付税などの一般会計等の標準的な収入のことです。
（※2）公債費：道路や学校等の公共施設を作るときなどの借金（地方債）の返済のための元金および利子のことです。

◆地上デジタル放送を受信するための簡易なチューナーの無償給付等の支援

総務省では、経済的な理由等で地上アナログ放送から地上デジタル放送に移行することが難しい世帯に対し、簡易なチューナー（1台）の無償給付等の支援を実施しています。

支援の内容 ▼地上デジタル放送を受信するための「簡易なチューナー（1台）」の無償給付、訪問設置▼アンテナ改修等が必要な場合には無償で改修等▼共同受信施設やケーブルテレビを利用されている場合には、その改修経費のうち支援対象世帯が負担する額の給付

申込期限 平成22年12月28日（火）（消印有効）

○天候不順などの理由で支援が遅れることがあります。支援を希望される方は受付期限にかかわらずお早めにお申し込みください。平成23年度の支援については現在未定です。

【注意事項】

- 支援は現物給付です。
- ご自身で購入したチューナー、アンテナ等の費用を精算することはできません。

問 左記のとおり（いずれも月々金曜日）は午前9時～午後9時、土・日曜日、祝日は午前9時～午後6時

- ▶ 支援に関すること…総務省地デジチューナー支援実施センター ☎0570-033840 ☎044-966-8719（IP電話等でつながらない場合は ☎044-969-5425）
- 詳細は、同センター ☎ をご覧ください。
- ▶ NHKの放送受信契約や免除に関すること…NHK視聴者コールセンター ☎0570-000588 ☎044-888-4340（IP電話等でつながらない場合は ☎044-871-8441）
- 詳細は、同センター ☎ をご覧ください。



所沢市の保育園一覧

区分	保育園名	所在地	年齢	電話番号	
公立	西所沢保育園	上新井5-5-3	8週～5歳	2922-2964	
	西新井保育園	西新井町6-9	8週～5歳	2992-3592	
	小手指保育園	小手指南4-15-1	8週～5歳	2948-1488	
	吾妻保育園	久米2217	8週～5歳	2923-0798	
	新所沢保育園	緑町3-4-6	8週～5歳	2922-4595	
	富岡保育園	下富654-2	1歳～5歳	2942-0058	
	山口保育園	山口710	8週～5歳	2922-8606	
	松井保育園	下新井1247-2	8週～5歳	2992-9022	
	柳瀬保育園	本郷297-1	8週～5歳	2944-2392	
	所沢保育園	元町7-32	1歳～5歳	2923-6927	
	三ヶ島保育園	三ヶ島5-1974-4	1歳～5歳	2948-3489	
	北所沢保育園	美原町2-2938-3	1歳～5歳	2942-2828	
	さやまが丘保育園	若狭1-2961-10	1歳～5歳	2948-5200	
	松郷保育園	松郷92-1	8週～5歳	2944-2100	
	山口西保育園	上山口115	1歳～5歳	2924-1497	
	北秋津保育園	北秋津720	1歳～5歳	2993-8694	
	中新井保育園	中新井3-18-8	1歳～5歳	2942-8702	
	安松保育園	上安松582	1歳～5歳	2995-0316	
	並木保育園	並木6-1-2	8週～5歳	2998-1933	
	公設民営	東所沢保育園	狭山和田3-19-2	8週～5歳	2946-3310
みどり保育園		狭山ヶ丘1-3003-52	6か月～5歳	2948-2613	
私立	なかよし保育園	三ヶ島3-1410-1 (平成23年4月三ヶ島3-1476-1へ移転予定)	8週～5歳	2949-2921	
	優々保育園	東狭山ヶ丘4-2686-4	8週～2歳	2923-8311	
	双実保育園	北岩岡480-3	6か月～5歳	2942-7047	
	太陽園	下安松206-16	8週～5歳	2944-1841	
	桑の実保育園	東狭山ヶ丘6-2823-12	8週～5歳	2922-0033	
	陽明保育園	中富1652-1	4か月～5歳	2943-0077	
	アンドレア保育園	北所沢町2199-9 ほか	8週～5歳	2943-1641	
	向陽保育園	向陽町2119-1	8週～5歳	2924-0994	
	北野保育園	小手指町5-16-5	5か月～5歳	2949-3001	
	あかね保育園	三ヶ島5-2037	8週～5歳	2949-3000	
	泉町保育園	泉町1830	6か月～5歳	2924-9221	
	ひまわり保育園	中新井435	8週～5歳	2942-8774	
	れんげ保育園	松郷278-3	8週～5歳	2944-0138	
	東所沢たんぼぼ保育園	亀ヶ谷172-1	8週～5歳	2946-5200	
	わかたけ保育園	元町8-24	8週～2歳	2903-4088	
	第二なかよし保育園	若狭4-2479-21	8週～5歳	2938-5166	
	優々の森保育園	東狭山ヶ丘4-2659-3	8週～5歳	2926-8600	
	小手指向陽保育園	小手指町1-38-10	8週～2歳	2940-8711	
	わかたけ元町保育園	元町6-13	8週～5歳	2940-8135	
	くすのき台保育園	くすのき台1-9-3	6か月～5歳	2998-3838	
	ところっこ保育園	くすのき台3-5-5	6か月～5歳	2998-2761	
	わかば保育園	小手指町2-12-10	5か月～5歳	2924-2298	
	あかねの風保育園	北野2-7-1	8週～5歳	2938-6600	
	桑の実本郷保育園	本郷269-1	8週～5歳	2946-8717	
	わかたけ鳩ヶ谷保育園	久米2280	8週～5歳	2936-8045	
	(仮称)あかねの虹保育園	北野3-24-35	8週～5歳	2949-3000	
	認定こども園	所沢文化保育園	元町4-3	6か月～5歳	2926-9797

◎年齢は、年度当初（平成23年4月1日現在）の満年齢です。ただし、0歳児の月齢は入園を希望する月の初日月齢です（北野保育園および泉町保育園は4月1日現在の月齢）。

平成23年度 保育園入園申込受付のご案内

平成23年4月からの公立・私立保育園の入園の申し込みを次のとおり受け付けます。入園を希望される方は、入園申込書に所定の書類を添えてお申し込みください。現在、入園をお待ちいただいている方で、平成23年度も引き続き入園を希望される方は、新たに申し込みをしてください。入園を希望されるお子さんに、ことばの遅れや心身などに障がいのある場合は、申し込みの際に必ず申し出てください。

申込書の配布 10月1日（金）から市役所2階保育課または市内各保育園（土・日曜日、祝休日を除く）午前8時30分～午後5時（土・日曜日を除く）

受付期間 11月5日（金）～15日（月）午前8時30分～午後5時（土・日曜日を除く）

受付場所 市役所2階204会議室または市内各保育園

◎11月11日（木）、12日（金）は市役所のみ午後8時まで受け付けます。また、代理や郵送での申し込みは受け付けできません。

申し込みができる方 保育園は、家庭の事情で保育ができない保護者に代わって乳・幼児を保育する児童福祉施設です。このため、保護者が次のような状況にある家庭が対象になります。

- ▼ 家庭の外で常時働いている場合
- ▼ 自営業や在宅業務をしている場合
- ▼ 病気・負傷・心身に障がいがある場合
- ▼ 母親が出産前後の場合
- ▼ 同居の親族が病気や障がいがある場合
- ▼ 介護をしなければならぬ場合



- ▼ 地震、風水害、火災などの災害の復旧にあたる場合
- ▼ 保育に欠けると思われる場合
- ◎ いずれかの要件に該当している方も、ほかに乳・幼児の保育ができる方がいる場合は除きます。

入園の決め方 入園の可否は、申し込み順ではありません。入園を希望された方の保育ができない度合いの高い順に入園を決定します。

◎ 所沢文化保育園（認定こども園）の申込受付および選考は、直接同保育園で行います。詳細は、同保育園にお問い合わせください。
☎ 2998-9035

高校・大学の入学準備金貸付制度

平成23年4月から高等学校・高等専門学校・大学等に入学される学生の保護者で入学に要する費用の支出が困難な方に対し、入学に伴う準備金の貸し付けを行います。希望される方は、試験の可否にかかわらずあらかじめ申請をしてください。

なお、借入れには保証人を必要とします。保護者および保証人は、次の要件をすべて満たしていることが必要です。

保護者の要件 ①市内に2年以上引き続き居住されている方②市税の滞納がない方または非課税対象者で返還能力のある方

保証人の要件 ①市内に2年以上引き続き居住されている方②市税の滞納がない方③後見開始もしくは保佐開始の審判または破産手続開始の決定を受けていない方

◎ 借り受け人は、他の借り受け人の保証人にはなれません。

貸付限度額 ▼高等学校・高等専門学校（国・公立）：10万円以内

内▼高等学校・高等専門学校（私立）：30万円以内▼大学等：40万円以内

返還期間 貸付後6か月据え置き、3年以内で返済

提出書類 ①入学準備金借入申込書②卒業（見込み）証明書③収入のある家族全員の所得を証明するもの（平成21年分給与所得の源泉徴収票、平成21年分所得税確定申告書の控え、平成22年度住民税課税証明書など）④入学準備金連絡票

◎ 提出書類の①および④は、市役所2階こども支援課で配付します。また、市HPからも入手できます。

申込期限 10月29日（金）

留意事項 ▼締め切り後に貸付審査会を開催し、認定者を決定します。▼基金には限りがありますので、希望者全員に貸し付けできないことがあります。▼基金に余裕がある場合は、平成23年1月に2次募集を行います。

申請 こども支援課 ☎ 2998-9035へ直接

皆さんの善意

- 【愛の福祉基金】●柳瀬地区親睦チャリティゴルフ様（95,000円）●所沢航空発祥記念館様（3万円）●(有)ASA北秋津様（12,886円）●所沢市歌謡連盟様（22,251円）
 - (株)中央管財様（5,000円）●高山もと様（22,000円）●松葉見一様（6,830円）
 - 【交通事故防止啓発事業等へ】●東京電力(株)埼玉支店志木支社様（10万円）
 - 【亀鶴園へ】●所沢4日クラブ様（トマト、小松菜、いんげん、かぼちゃ、オクラ、じゃがいも、たまねぎ）
 - 【松原学園へ】●所沢市農業後継者対策協議会農業ボランティア養成講座受講生一同様（たまねぎ、じゃがいも、枝豆等）
 - 【所沢市消防団へ】●まもり会様（消防用ホース20本）
- ※7月16日から8月15日まで
の受け付け分です。ありがとうございました。

10月1日から インフルエンザ予防接種が はじまります

10月1日(金)から、ウイルスのまん延防止や重症者の発生をできるだけ減らすために必要な医療を確保することを目的に、インフルエンザワクチン接種がはじまります。予防接種の有効性や副反応についてよく理解したうえで、接種を受けてください。


◆接種費用等（下表のとおり）

対象者	接種費用等
① 所沢市に住民登録がある65歳以上の方	自己負担金1,000円で接種できます ◎接種した医療機関へ直接お支払いください。
② 所沢市に住民登録がある60歳以上65歳未満で、心臓・じん臓・呼吸器の機能に極度の障害（障害認定1級程度）のある方、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能の障害のある方	
③ 上記①②以外の方	費用は医療機関へお問い合わせください ◎1回目と2回目を同じ医療機関で接種した場合と、異なる医療機関で接種した場合は、接種費用が異なることがあります。
④ 医療機関で問診後に発熱等により接種を受けられなかった方	
⑤ 所沢市に住民登録がある市民税・県民税非課税世帯の方	接種費用を全額免除します 市役所2階市民税課、出張所、所沢駅サービスコーナー、狭山湖サービスコーナーで「 新型インフルエンザワクチン接種用の証明書 」の交付を受け、接種する医療機関に提出してください。 ◎平成22年1月1日以降に、所沢市に転入された方は、22年1月1日に住民登録のある市町村で証明書の申請をしてください。
⑥ 所沢市に住民登録がある生活保護世帯の方・中国残留邦人等支援給付受給者の方	接種費用を全額免除します 市役所1階生活福祉課でご相談のうえ、証明書の交付を受け、接種する医療機関に提出してください。

所沢市暮らしの便利帳を配布します

11月に市制施行60周年を迎えるのを記念して「所沢市暮らしの便利帳」を発行します。各世帯につき1冊ずつ配布します。10月15日(金)を過ぎても届かない方は、広報課までご連絡ください。

問 広報課 ☎ 2998-9024



☎ 2994-0706

昨年度まで高齢者の方を対象に実施していた季節性インフルエンザ予防接種は、原則として、季節性インフルエンザと新型インフルエンザ(A/H1N1)の両方に効果のある3価ワクチン(混合ワクチン)での接種になりました。なお、65歳未満の方は、3価ワクチンと1価ワクチン(新型インフルエンザ)のいずれかを選択することができます。

◎3価ワクチンと1価ワクチンの接種費用は同額です。

接種までの流れ

- 今年度は、優先接種対象者の定めはありません。
実施期間 平成22年10月1日(金)～23年3月31日(木)
- 10月1日(金)以降に、接種希望する医療機関(下表参照)へ申し込み
- 接種対象者に年齢制限を設けている医療機関がありますので、申込時にご確認ください。
- 申し込みをした医療機関で接種予診票は医療機関に用意してあります。
- 病気や発熱のある場合は、接種を受けられません。少しでも体調が悪いと感じたら、接種を延期してください。思わぬ副反応なども考えられます。なお、問診後に発熱等により接種ができなかった場合でも費用がかかります。



接種回数 ▼13歳未満の方：2回
▼13歳以上の方：1回

【留意事項】
上表⑤および⑥の方です。平成22年4月から9月末までに接種された方は、さかのぼって費用をお返ししますので、保健センター成人保健課へ申請してください。

☎ 2991-1811
☎ 2991-1178

平成22年度インフルエンザ予防接種実施医療機関一覧表(下表以外の医療機関については保健センターへお問い合わせください)

地区	医療機関名	電話番号	地区	医療機関名	電話番号	地区	医療機関名	電話番号
所沢	岩下悦郎消化器内科クリニック	2928-3636	吾妻	むくのきクリニック	2993-1015	富岡	時松小児科	2942-5150
	うえむらクリニック	2923-2921		むさしクリニック泌尿器科内科	2998-1850		所沢メディカルクリニック	2943-1581
	魚住小児科	2926-6255		矢島整形外科	2995-3863		荻野医院	2948-1181
	岡田耳鼻咽喉科	2926-8505		赤坂整形外科	2928-7450		所沢緑ヶ丘病院	2948-8181
	おくもとクリニック	2903-8320		あだち内科クリニック	2929-0001		中山内科医院	2926-8332
	久我クリニック	2923-8005		有村医院	2922-2094		新美内科	2948-5208
	黒須医院	2922-2069		今城内科クリニック	2939-2006		西埼玉中央病院	2948-1111
	航空公園西口内科	2925-8000		かえで内科医院	2939-3555		西島消化器・内科クリニック	2923-0005
	西部クリニック	2926-5851		木戸クリニック	2929-6502		陽だまりの丘クリニック	2935-7335
	関根内科クリニック	2926-0636		けやき台どんぐりクリニック	2923-8171		三浦クリニック	2938-2887
	新所沢	瀬戸病院	2922-0221	齋藤内科診療所	2922-0480	三ヶ島病院	2948-1511	
		瀬戸病院附属西所沢クリニック	2924-3332	大東医院	2922-3229	やまもとキッズクリニック	2938-7787	
		佐々木記念病院	2923-1123	高橋耳鼻咽喉科医院	2939-9108	圏央所沢病院	2920-0500	
		所沢診療所	2924-0121	端山胃腸科・皮膚科	2928-5881	わかざクリニック	2949-2426	
		所沢整形外科	2925-5321	春田医院	2922-3486	青木クリニック	2943-1036	
		所沢内科クリニック	2922-2210	ひろせクリニック	2920-2111	うだがわクリニック	2997-4880	
		西山内科医院	2925-3522	双葉クリニック	2922-5171	けやき内科	2995-2299	
		星の宮クリニック	2921-3877	前田クリニック	2920-4920	こぶしクリニック	2993-5866	
		峰の坂産婦人科	2923-4313	吉川外科胃腸科医院	2923-5670	四万村医院	2942-7001	
		宮本町内科クリニック	2903-1088	雨宮医院	2925-5370	田中医院	2942-8678	
柳内医院	2922-2005	石塚クリニック	2925-9955	みずの内科クリニック	2942-4100			
新所沢東	木澤クリニック	2991-6767	桂内科	2947-0011	くさかり小児科	2945-0205		
	梨子田内科クリニック	2996-3181	金井医院	2925-3321	豊原医院	2944-6433		
	マツバクリニック	2995-5131	小手指医院	2949-3118	はらだクリニック	2945-8769		
	宮川医院	2992-3200	小手指整形外科	2947-3321	東所沢眼科クリニック	2944-8380		
	柳沢外科クリニック	2993-8130	所沢ハートセンター	2940-8611	東所沢クリニック	2945-2226		
	山口医院	2943-3273	彩のクリニック	2949-1118	東所沢整形外科	2951-5201		
	吉岡クリニック	2942-3116	鈴木内科医院	2922-6160	横山医院	2944-9360		
	伊藤内科	2922-2915	椿峰クリニック	2949-7966	所沢秋津診療所	2945-8899		
	かがやきクリニック	2991-7511	所沢ロイヤル病院	2949-3385	所沢市民医療センター	2992-1152		
	賀古整形外科	2924-9771	豊川医院	2948-1122	所沢腎クリニック	2945-6600		
吾妻	木下クリニック	2993-0007	ながさわ内科	2947-2001	所沢第一病院	2944-5800		
	くにとみ内科外科クリニック	2993-9213	波多野医院	2924-7885	まつおか内科クリニック	2945-7911		
	園田内科医院	2992-8496	はらこどもクリニック	2926-4333	村田医院	2997-5051		
	デルタクリニック	2996-5157	平沢記念病院	2947-2466	安松クリニック	2991-6446		
	徳島内科クリニック	2929-6366	堀江医院	2949-8811	桂医院	2924-0086		
	所沢中央病院	2994-1265	山川医院	2924-5252	かわかつクリニック	2920-2200		
	額賀胃腸科内科クリニック	2925-1585	おうえんポリクリニック	2990-5818	狭山湖診療所	2925-3777		
	はちす診療所	2993-0338	北所沢病院	2943-3611	所沢明生病院	2928-9110		
	福元内科クリニック	2920-1155	木村医院	2942-5411	横田医院	2928-7117		
	松が丘クリニック	2928-5666	埼玉西協同病院	2942-0323	米島医院	2922-3675		
みかみこどもクリニック	2997-8080	島内科医院	2926-0080					

みんなのひろば



▲花を育て、こころ豊かな活力あるまちづくりを進めよう！をスローガンに開催された「ひまわり畑コンサート」。咲き誇るひまわりの中で、所沢ゆかりのアーティスト達が、夏の空に歌声を響かせていました。
8月21日(土)／三ヶ島四丁目(撮影：市民カメラマン・中村 仁)



▲ボランティアの方々の手によってとまされた三千個のろうそくにLEDの光も加わり、幻想的な雰囲気の中で行われた「ところざわ夢あかり音楽会」。今年は「響」の文字が描かれました。
9月4日(土)／ミュージアム情報市場(撮影：市民カメラマン・西田憲正)



▲埼玉県警察音楽隊・埼玉県警察カラーガード隊による「ポリスコンサート」。街頭パレードなど1年間に180回にも及ぶ演奏活動を行っています。
9月4日(土)／所沢航空記念公園(撮影：市民カメラマン・岩田洋一)



▶コスモス、キバナコスモスが一面に広がる「お花畑」では、9月11日(土)12日(日)の2日間、「地元農産物の直売会」が開かれました。
9月11日(土)・12日(日)／北野二丁目(撮影：市民カメラマン・伊藤隆紀)

目指せ 低炭素化! 温暖化をとめよう



「朝型生活にチャレンジ」

「早起きは三文の徳」と言われています。早起きして、初秋のすがすがしい朝を迎えてみませんか。朝の時間を有意義に使い、一日を健康的に過ごし、早寝して夜間のCO₂も削減する！
・・・そんな朝型生活にチャレンジしてみましょう。

◆健康的で充実した一日を!

「早寝早起き」は、睡眠や精神安定に影響のあるホルモン・メラトニンの分泌に関係しています。メラトニンは外が明るい時間帯はほとんど分泌されず、暗くなると分泌が増え、深夜にピークを迎えて、睡眠の質を向上させ、朝の目覚めを良くするとされています。



睡眠をしっかりとり、朝の光を浴びて、朝ごはんをきちんと食べて、さらに軽い運動で血行を良くし、ゆとりをもって一日をスタートするといった健康的で、充実したライフスタイルにチャレンジしてみませんか。

◆温暖化の防止も!

朝から活動して夜には休むという自然のリズムを心がけることは、太陽の明かりのもとで暮らす時間が長くなり、その分不必要な夜の電力消費を抑えることができます。夜遅くまで使用していたエアコン、テレビ、照明などの使用時間を減らすことで、温室効果ガスのCO₂の排出が削減されます。1日1時間これらの夜の電気使用を減らした場合、1世帯あたり1年間で約165グラム、全国の全世帯が実施すると約870万トンのCO₂を削減することになります。(CO₂削減推奨データ：環境省より)

所沢市はチャレンジ25キャンペーンに参加しています
問い合わせ 環境総務課 2998-9133 2998-9394



はっぴー 野老っ子



記録的な暑さだったこの夏…。今年も中学生の各種スポーツ大会が、全国各地で繰り広げられました。今回ご紹介する本田雄輝君は、2000年のシドニーオリンピックから正式種目となったトランポリン競技の選手です。

本田君は大阪府熊取町で7月末から8月初旬に開催された『第38回全日本ジュニアトランポリン競技選手権大会』に出場し、ダブルミニトランポリン競技(中学生男子の部)という種目で6位入賞を果たしました。この競技は、体操競技の跳馬に似た競技で、ダブルミニと呼ばれる細長いトランポリン上で2種目の演技を行いマット上に着地する競技です。

本田君は、所沢中学校の1年生。小学生のころから水泳や体操に取り組み運動好きの少年です。トランポリンを始めたきっかけは「小学4年生の夏、体験会に参加して楽しかったから」と話してくれました。それは、現在所属する所沢市西地区総合型地域スポーツクラブ(WASEDA Club 2000)で、新種目の活動を立ち上げるために募集していた行事でした。「跳んでみたら、地面で跳ぶよりすごく高くて、最初は怖かったけれども楽しかった」と初体験の印象を語ります。

「大会ではいつも緊張します」と語る本田君。今年7月に静岡県掛

トランポリンで夢の高さへ

本田 雄輝さん(金山町在住)

川市で行われた『2010インド・パシフィック大会』の日本代表にも選出され「何も考えていなかったけれど、つま先を伸ばすことを意識した」と大会を振り返ってくれました。「今後はダブルミニだけでなく、オリンピック種目になっているトランポリン競技でメダルを取りたい。トランポリンの枠から出ないように注意して、2回転回りの連続ができるようになりたい」とこれからのことを意欲的に語ってくれます。

本田君のコーチに話を聞くと「良いセンスを持っている。まじめでおとなしい性格なので、競技においても、また家庭や学校においても、今以上の積極性が出る演技が変わってくる」と期待を寄せます。「体幹が大切なスポーツなので、体が成長する時期に上達し楽しくなる」と、まさにこれから伸び盛りの本田君の可能性を話してくれました。

「上手に跳べたときは自分でも分かる。でも空中でのコントロールが難しい」と冷静に自分を見つめる本田君。夢の高さに近づくために、体も演技も成長していく本田君の積極的なトランポリンが今から楽しみです。



▲インド・パシフィック大会

ところざわ 歴史まめ知識

所沢市域にかかわる歴史的事項を50音順に紹介しています。今号は「か」です。



鎌倉街道 鎌倉に幕府が置かれてから発達した道で、東国の武士らにより鎌倉との往復に使用されました。鎌倉と上野(群馬)、信濃(長野)、越後(新潟)方面を結ぶ上道、下野(栃木)、奥州(東北)方面に向かう下道などがあります。市内を通るのはそのうちの古道で、「入間川道」と呼ばれるのは、西富小学校前の道路から所沢中学校前、元町の実蔵院脇、久米の長久寺脇を通り南に向かうルートです。ほかに「堀兼道」「小手指道」などの枝道があります。



▲長久寺 久米 脇の鎌倉街道昭和49年

川越鉄道 国分寺-川越間を結んだ鉄道。現在の西武新宿線の一部と西武国分寺線に相当します。明治27年(1894)に国分寺-久米川(現東村山)間、翌28年に久米川-川越間が開通しました。所沢駅はこのとき開設されました。明治22年に開通した甲武鉄道の分岐路線として計画され、同25年に会社が設立されました。川越からの資本参加はなく、株主は所沢町(当時)や入間川町(狭山市)の有力者を中心としました。大正9年(1920)に武蔵水電に合併し、同11年に西武鉄道になりました。

関越自動車道 東京都練馬区内を起点とし新潟県長岡市内を結ぶ高速道路。群馬県藤岡市から長野県長野市を経て上越市へ至る上越自動車道も含まれます。所沢市内は、昭和46年(1971)に東京川越道路として練馬区-川越間(約21.3キロメートル)が開通した際に完成しました。坂之下インターチェンジができたことにより、その後、柳瀬地区が物流の拠点となっていきました。

問い合わせ 生涯学習推進センターふるさと研究 2991-0308 2991-0309

誰でも エッセイ

テーマ「わたしの18番」
継続は力なり

今回のテーマは「私の18番」。というのが私にはこれといって何もない。いま、あらためて考えてみると40代で始めた書道が40年も続いている。60代からは水墨画、俳画。最近では絵紙と、筆に非常に縁がある。だからといって私の18番が見えてこない。毎日気持ちよく目覚めることは羨ましい。毎日、お腹すりをから始まり手足の運動、足の指、手の指をのめらばりに開いたり閉じたり。爪もみを最後に床から起きる。約20分から30分。東向き窓からの空気を5回深呼吸するのが、一年中の朝の日課である。決して三日坊主ではない。もう何十年も続いている。要するに私の18番は、継続は力なりかもしれない。

道中踊り

12月になると恒例の忘年会があります。お芝居が大好きな私は、下手の横好きで男踊りが大好きです。綿のカッパに三度笠。道中もの「臉の母」「雪の渡り鳥」「大井追っかけ音次郎」などを踊り、楽しんでいきます。見てくださる皆さんが、喜んで温かい拍手をいただくと励みになります。85歳の私は、だんだん足腰が弱くなってきました。先も、踊れるように頑張りたいと思っています。



友達(飼い主)にカメラを向けられると「おすわり」が僕の18番です。おやつももらえるからね。



伝統の重松流祭囃子

小峯 勝次さん(星の宮)



私は山車の舞台でお囃子を演奏しています。高い所でやるお囃子は、それは気持ち良いですね。

ところざわまつりに出る山車の上のお囃子「重松流」は、歴史が長く、自由度も高いため、それぞれの山車の上で、バリエーション豊かに行われています。

今年6月には、所沢で生まれ育った古谷重松生誕180周年を記念して重松流サミットが開催されました。市外の方を含め多くの方々から注目を集めた「重松流祭囃子」をぜひ、会場に足を運び、見てください。

大切な地域のつながりの場として

池内 桂子さん(北有楽町)



私は昨年、ところざわまつりで地域の皆さんと町内会連合会のやきそば屋さんに参加し、地域の大人と子どもと一緒に作業する機会がもてたことは、とても良かったことだと感じました。

また、山車は子どもの友達に乗っていることもあり、興味をもって見えています。特に今年は5年に一度12基の山車が勢ぞろいするのでとても楽しみです。

ところざわまつりは、何よりお祭りの雰囲気を楽しみ、地域のつながりや伝統を次の世代に受け継いでいく場としてとても大切だと思います。

10月10日(日)「ところバス」南路線の運行経路を一部変更します

「ところざわまつり」開催に伴う交通規制のため、ところバス南路線の運行経路を一部変更します。また、交通規制の影響で運行時刻が遅れることがあります。

変更になる便 10月10日(日)/始発～終便

◆南路線/吾妻循環コース(「 」内はバス停の名称)

「所沢駅東口」⇄「日吉町」および「金山町二丁目」⇄「所沢駅東口」が運休し「所沢駅西口」を発着点として、「西所沢駅入口」⇄金山町交差点⇄東住吉交差点へ迂回します。

◆南路線/山口循環コース(「 」内はバス停の名称)

「航空公園南」⇄「日吉町」が運休し「公園通り」から西新井町交差点⇄宮本町交差点⇄金山町交差点⇄東住吉交差点⇄「所沢駅西口」へ迂回します。また、「金山町二丁目」⇄「ところ荘入口」が運休し、「西所沢駅入口」⇄金山町交差点⇄宮本町交差点⇄「はくれん通り」へ迂回します。

◎「所沢駅西口」バス停は、交通規制の始まる午前10時まで発着し、交通規制中は、西武鉄道(株)車両工場跡地入口付近に「臨時バス停」を設置します。迂回経路は右の「会場周辺の交通規制図」をご覧ください。

交通安全課 ☎2998-9140 ☎2998-9162

ところざわまつり開催中の交通規制のお知らせ

10月10日(日)は、交通規制を実施します。規制区間内は車両通行止めとなります。(右図参照)

実施日時 10月10日(日)午前10時～午後9時

規制区間 所沢駅西口～金山町交差点

◎周辺道路では、交通規制による交通渋滞が予想されます。車での会場周辺の乗り入れ、通過はなるべく避けていただきますようお願いいたします。



ところざわまつり

前日祭 10月9日(土) 元町コミュニティ広場、
10日(日) 市内中央地区
(所沢駅西口～金山町交差点) 町内各所

重松流のにぎやかな祭り囃子によって、町内12基の山車が5年に一度の勢ぞろい！パレード、みこしに新しく始まる元町コミュニティ広場でのパフォーマンス 伝統と新しさが共に奏でる楽しい2日間



▲所沢銀座サンバカーニバル

▲みこしの練り歩き



会場周辺の交通規制図



所沢市制施行60周年
所沢商工会議所創立60周年



祭 市民でつくるところざわまつり

山車を中心として発展してきたところざわまつり。今では、市民の参加とともに地元の商店街の方たちにより、みこしの練り歩きやサンバカーニバル、ジャズ・ロックコンサート、ストリートパフォーマンス、フリーマーケット、商工会議所青年部屋台村の開催など、新しい企画が次々と取り入れられてきました。

祭 ところざわまつりとは...

明治時代初期、所沢町の鎮守神明社の秋の祭礼を起源として始まったとされる所沢の山車まつり。現在は「ところざわまつり」として開催されています。

ひっかわせ！ 圧巻12基の山車の曳き回し

熱気 気迫 迫力ひとときわ 楽しさ広がる秋まつり

10日日の主なイベント

- ◆開会式
午前10時30分～10時45分／寿町駅前
- ◆パレード(鼓笛隊・吹奏楽・バトン)
午前10時45分～11時30分／元町コミュニティ広場前→所沢駅西口交差点
- ◆民踊流し・江戸芸かっぽれ
午前11時30分～午後0時45分／元町コミュニティ広場前→スカイライズタワー前
- ◆所沢銀座サンバカーニバル
午後2時～3時30分／スカイライズタワー前→元町コミュニティ広場前
- ◆元町コミュニティ広場イベント
午後1時～2時20分、午後3時30分～7時30分／元町コミュニティ広場
- ◆ジャズロックコンサート『ライブサーカス2010』
午前10時～午後9時／所沢駅西口ロータリー
- ◆よさこいパレード
午前11時40分～午後4時30分／ダイエー前→所沢駅西口ロータリー
- ◆ストリートパフォーマンス(ピエロ・ジャグラー・マジック)
午後1時～7時／ファルマン通り
- ◆プロベの駄菓子屋さん
午前10時30分～午後7時／プロベ通り(中央三井信託銀行前)
- ◆金山町通りイベント(フリーマーケット・似顔絵コーナー・屋台村)
午前10時～午後7時／金山町通り
- ◆所沢商工会議所青年部屋台村・バザールコーナー・観光協会コーナー
午前10時30分～午後8時／銀座中央広場・銀座通り・元町コミュニティ広場

◎イベントの内容は天候などにより変更になる場合があります。

9日(土)前日祭を開催

元町コミュニティ広場でのイベント

- ◆太鼓フェス
正午～午後3時20分
- ◆ゆるキャラと一緒にピラメキ体操！
航空戦士コロザワンも元町に参上！
午後3時20分～3時50分、午後4時20分～4時50分
- ◆阿波おどり
午後4時50分～5時10分
- ◆よさこい
午後5時10分～5時30分
- ◆所沢の若手アーティストによるライブ
午後6時～7時
- ◆観光協会コーナー
所沢のおいしいグルメ店が並びます。

町内各所での居ばやし

いつもは動く山車の上で演じられる重松流のお囃子が、町内各所で居ばやしとして披露されます。なお、一部の山車は町内を曳き回します。

◎イベントの内容は天候などにより変更になる場合があります。

求職者・勤労者の方へ

10月の労働相談

◆一般労働相談

日 10月13日(水)午後4時～8時
(最終相談：午後7時～)

場 市役所2階203会議室

内 就業規則・賃金・解雇・労使間の問題・就業にかかわる疑問や直面している問題等

対 勤労者、事業主等

相 相談員 社会保険労務士

◎ 予約制(当日予約可)。相談時間は1人約50分です。また、就業規則・給料明細・離職票等資料があればお持ちください。

申 岡商工労政課 ☎2998-9155へ電話

◆若者ジョブ・ナビゲーション所沢(就労相談事業)

就業へつなげるためのカウンセリングです。秘密は厳守します。

日 毎週土曜日午前10時～正午、午後1時～4時

場 ラーク所沢(花園2丁目)

対 おおむね39歳までの勤労者・求職者、将来について考える大学生・高校生等、子どもの就職等で悩む保護者(市外の方も利用可)

相 相談員 キャリアカウンセラー

◎ 予約制で、相談時間は1人約45分です。また、10月23日(土)は臨床心理士によるカウンセリングも受け付けます。

申 岡(株)ジェイック ☎03-5282-7586(土・日曜日、祝休日を除く午前9時30分～午後5時30分)へ電話

◎ 当日の予約はラーク所沢 ☎2943-2110(午前8時30分～午後2時)で受け付けます。

若者就職支援セミナー

働きたい若者の皆さんを応援します。

日 10月27日(水)午後2時～4時

場 市役所5階502会議室

内 求職活動の進め方/自己分析・自己理解

対 おおむね39歳以下の求職者

定 申し込み先着20人

◎ 雇用保険受給資格者には、利用証明書を発行します。

申 岡(株)ジェイック ☎03-5282-7586(土・日曜日、祝休日を除く午前9時30分～午後5時30分)へ電話

埼玉県労働相談センター

解雇、賃金不払い等の労働相談を受け付けています。

◆労働相談

電話相談：月～土曜日午前9時～午後5時(火・木曜日は午後8時まで)

面接相談：月～金曜日午前9時～午後4時

◎ いずれも祝休日、年末年始を除きます。

場 埼玉県庁第2庁舎1階(浦和駅西口から徒歩12分)

◆解雇等緊急労働相談会

日 10月23日(土)午前10時～午後4時/大宮ソニックシティ(JR大宮駅西口から徒歩3分)

内 解雇・退職勧奨、賃金不払い等の労働問題/労働保険、社会保険/就業、住宅、生活に関する窓口の案内

申 岡 埼玉労働相談センター ☎048-830-4522へ電話

職業訓練の受講生を募集

講座名 ユニバーサルファッション

場 専門学校・浜西ファッションアカデミー(緑町1-19-15)

訓練期間 11月～1月(3か月間)

対 八〇〇ワークの求職申込者

(訓練開始日に就職していない方) 訓練開始日の1年以内に公共職業訓練を受講していない方

定 15人

受講料 約12,000円(テキスト代)

申 10月7日(水)迄(必着)までに、八〇〇ワークで職業相談を受け、受付印が押印された委託訓練入校願書(写真貼付)に必要事項を記入のうえ、職業能力開発センター 〒331-0825さいたま市北区榎引町2-499-11へ直接・郵送

岡 県立職業能力開発センター ☎048-651-3122または県・産業人材育成課 ☎048-830-4601

中高年の方への就職支援

無料の面接相談を行っています(要予約)。詳しくは県(就業支援課)・中高年就職活動支援コーナー(埼玉)についてをご覧ください。

申 岡 中高年就職活動支援コーナー 埼玉 ☎048-857-1155へ電話

就職に役立つパソコン講座3(エクセル中級)

日 10月28日(木)・29日(金)午前9時～午後4時(全2日間)

場 市役所3階全員協議会室

内 エクセル中級(ワークシート操作、高度な関数、データベース機能等)

◎ パージョンは2007です。

対 市内在任の求職者で、エクセルで簡単な関数を習得し、2日間とも参加できる方。ただし、雇用保険受給資格者証、過去6か月以内の離職票、発行1年以内の八〇〇ワークカード等で対象資格を確認でき

る方

◎ 雇用保険受給資格者には、受講証明書を発行します。

定 15人(抽選)

費 2,100円(テキスト代)

申 10月6日(水)迄(消印有効)までに、往復はがき(一人一通まで)の往信用裏面に①就職に役立つパソコン講座3(エクセル中級)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤日中に連絡の取れる電話番号を、返信用表面に本人のあて名を明記して359-8501商工労政課 ☎2998-9155へ郵送

勤労者スキルアップパソコン講座Ⅲ(ワード中級)

日 10月30日(土)・31日(日)午前9時～午後4時(全2日間)

場 市役所6階602会議室

内 ワード中級(高度な書式設定、図形の利用、長文作成機能、差し込み印刷等)

◎ パージョンは2007です。

対 現在仕事をしている市内在任または在勤の方で、ワードで作成された2日間とも参加できる方

定 12人(抽選)

費 4,000円(ほかにテキスト代2,100円)

申 10月6日(水)迄(消印有効)までに、往復はがき(一人一通まで)の往信用裏面に①勤労者スキルアップパソコン講座Ⅲ(ワード中級)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤日中に連絡の取れる電話番号⑥勤務先名⑦勤務先所在地(市区町村まで)⑧勤務先電話番号を、返信用表面に本人のあて名を明記して359-8501商工労政課 ☎2998-9155へ郵送



2010 国勢調査 平成22年10月1日(金)

調査票の記入はお済みですか?



記入いただいた調査票は、封筒に入れて封をしたうえで調査員にお渡しください。郵送で提出される方は、返信用封筒を使用しポストへ投かんしてください。国勢調査は、最新の人口・世帯の実態を明らかにする重要な調査です。皆様のご協力をお願いします。

問 情報統計課(国勢調査専用) ☎2998-9415

迷惑しています!! 放置自転車

歩道上や路上にある放置自転車は...

- ▶ 歩行者などが安全に通行する際の妨げとなり、大変迷惑になります。
- ▶ 駅周辺の放置禁止区域内にある放置自転車は、市の条例により、警告札を貼付した後、撤去します。
- ▶ 撤去した自転車を、返還する際には撤去・保管手数料が必要になります

撤去・保管手数料が変更になります

- ▶ 平成22年10月1日の撤去分から、2,000円に!
- ▶ 平成23年10月1日の撤去分から、3,000円に!

問 交通安全課 ☎2998-9140



所沢市観光大使 埼玉ブロンコスの開幕戦

bjリーグプロバスケットボールチーム「埼玉ブロンコス」の2010-2011シーズンが開幕します。

試合会場では、所沢市の観光PRを行います。

地元チームの応援に行きましょう。

日 10月16日(土)午後6時試合開始 ▶ 10月17日(日)午後2時試合開始

場 所沢市民体育館
対戦相手 島根スサノオマジック



開幕戦に先立ち、出陣式を行います!

日 10月13日(水)午後0時10分～/市役所1階市民ホール

【所沢市民体育館での今後の試合日程】

平成22年11月27日(土)、28日(日)、12月25日(土)、26日(日)、23年2月5日(土)、6日(日)、3月12日(土)、13日(日)、4月9日(土)、10日(日)

問 ▶ 埼玉ブロンコス ☎2923-5100

▶ 商工労政課 ☎2998-9155

information



国民健康保険被保険者証(保険証)の一斉更新

9月に国民健康保険に加入している世帯の世帯主あてに新しい保険証(青色のカード)を簡易書留で郵送しました。未着の場合は、ご連絡ください。また、有効期限切れの旧保険証は、返却いただくか、ご自身で処分してください。

住民票等の申請時の本人確認

第三者が本人になりすます不正な届出を防止するため、住民票の写し・戸籍の謄抄本等の申請、転入・転出等の届出および戸籍の届出の際には、本人確認が義務付けられています。届出や証明書の申請の際には、運転免許証、パスポート、顔写真付きの住民基本台帳カード等の本人確認ができる書類をお持ちください。



●詳細は、**市HP**をご覧ください。
問 市民課 ☎2998-90087

交通災害共済に加入しましょう

対 所沢市に住民登録または外国人登録をしている方

市税の夜間・休日納税窓口

夜間…10月1日(金)、27日(水)、28日(木)、29日(金)、11月1日(月)午後5時～8時
休日…10月31日(日) 午前8時30分～午後5時
市税の内訳 市・県民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税、事業所税等
◎電話による納税相談も受け付けます。
市役所2階収税課 ☎2998-9073

11月1日(月)は

- 市・県民税(第3期)
- 国民健康保険税(第4期)

の納期限です

▶納期内納付にご協力ください。
▶ゆうちょ銀行・郵便局(納期限内に限る)、コンビニエンス・ストアでも納付できます。

費▶大人:300円▶中学生以下:150円(10月1日以降)
共済期間 申し込み時〜平成23年3月31日

【対象となる事故(国内のみ)】

▼車両(自動車、バイク、自転車など)による人身事故(自損事故含む)で死亡または負傷▼電車やバスに乗車中、急停車などによる人身事故▼歩行中に車両との衝突や接触による死亡または負傷
請求期間 事故発生日から2年以内
申 国保年金課 ☎2998-9131
交通安全課 ☎2998-9140
または出張所へ直接



重度心身障害児等医療費助成

重度心身障害者へ医療費(保険診療の部負担金を助成します)。

対 次のいずれかに該当する方

- 身体障害者手帳の1級〜3級をお持ちの方
- 療育手帳のA、Bをお持ちの方
- 一定の障害※があり、埼玉県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた65歳以上74歳未満の方または75歳以上で市長の認定を受けた方

※一定の障害とは▼身体障害者手帳の4級の一部(音声または言語機能障害、下肢機能の著しい障害など)をお持ちの方▼精神障害者保険福祉手帳の1級、2級をお持ちの方

ちの方▶障害基礎年金1級、2級に該当している方
問 障害福祉課 ☎2998-9116

ひとり親家庭児童就学支度金

対 市民税非課税世帯で、平成23年4月に中学校へ入学予定の児童を養育している▼母子家庭の母▼父子家庭の父▼父母のいない児童の養育者
生活保護受給世帯は除きます。
支給額 児童1人につき1万円
申 12月28日(必着)までに、〒359-8501市役所2階子ども支援課 ☎2998-9124へ申請書を書いて郵送

◎申請書は、子ども支援課で配付しています。また、振込口座は申請者(保護者等)名義の普通口座に限りです。

父子家庭の父へ児童扶養手当支給対象

次のいずれかに該当する児童を養育している父
①父母が婚姻を解消した児童
②母が死亡した児童
③母が一定程度の障害の状態にある児童
④母の生死が明らかでない児童
⑤その他(母が1年以上遺棄している児童など)

◎申請方法などの詳細は、お問い合わせください。
申 市役所2階子ども支援課 ☎2998-9124へ直接

市民医療センター外来診察室等改修工事を行っています

内科および小児科の外来診察室が南棟1階に移転し、北棟1階は改修工事を行っています。
受診受付窓口は変更ありませんので、来院の際は間違いないようご注意ください。

工事期間 11月末まで(予定)
問 市民医療センター総務課 ☎2992-1151

小規模多機能型居宅介護・夜間対応型訪問介護サービス



介護が必要になったとき、施設に入所するのではなく、住み慣れた家で生活を続けられるようお手伝いをするサービスです。

◆小規模多機能型居宅介護

施設への通所(送迎)・宿泊、ヘルパーの訪問などのサービスを利用者の生活にあわせて柔軟に組み合わせます。

市内のサービス事業所

施設名	電話番号
ひまわり	☎2943-3003
飛鳥野の森	☎2990-2580
ゆう	☎2947-3914

◆夜間対応型訪問介護

自宅におけるナースコールとしての機能を持ちます。夜間帯(午後10時～午前7時)に自宅で転倒した場合やトイレ等の手伝いが必要なときに通報装置のボタンを押すと、ヘルパーが自宅に駆けつけます。

市内のサービス事業所

施設名	電話番号
きずな	☎2947-3914

◎詳細は各施設へお問い合わせください。
問 高齢者支援課 ☎2998-9120

11月7日(日)は、秋の環境美化の日

一斉美化清掃活動に参加しましょう。居住地周辺の道路、公園、水路等のごみを次のように分別し、午前10時までに指定集積所に出してください。



分別方法 ▼燃やせるごみ ▼燃やさないごみ(プラスチック・ペットボトルを含む) ▼びん・かん

◎「環境美化の日」に集められるプラスチック(ペットボトルを含む)は、道路や水路等に散乱して汚れているため、当日に限り、燃やさないごみとして分別してください。また、家庭や事業所などで不用になった自転車・家具・家電品等の粗大ごみは、出さないでください。

なお、自治会等の都合により当日に実施できない場合は、別の日に環境美化の日を実施できます。
問 生活環境課 ☎2998-9370

地球にやさしさマイバック

10月は、3R(Reduce(ごみの発生抑制)・Reuse(再利用)・Recycle(再生利用))推進月間です。買い物の際にはマイバックを持参し、ごみ

平成22年度コミュニティ助成事業

財自治総合センターでは、宝くじ収入の一部で地域のコミュニティ団体などに助成を行っています。

助成事業の内容
▼並木自治連合会
…テント16張
▼松井地区自治連合会…リヤカー44台
問 コミュニティ推進課 ☎2998-90083

▼オータムジャンボくじを発売
発売期限 10月19日(日)まで
問 埼玉市町村振興協会 ☎048-822-5004

▼生産緑地地区の都市計画を変更
8月9日付けで生産緑地地区の都市計画を変更し、法規圖書の縦覧を行います。
縦覧場所・市役所2階都市計画課 ☎2998-9192

市制施行60周年

11月に市制施行60周年を迎える所沢市では、さまざまな記念事業を行います。詳細は市HP(「市制施行60周年」をクリック)をご覧ください。



指定給水装置工事事業者の指定等
指定 (有)イトー設備工業(清瀬市 下宿2-509-7 ☎042-494-1613)
代表者変更 城島設備工業(株)代表取締役 城島拓児
住所変更 (株)Kステクノ(新座市 堀ノ内3-7-25)
廃止 渡部工業所
休止 ▼森川設備工業(有)▼(有)研水社▼(株)朝熊▼(株)都市水道
問 水道部給水課 ☎2921-1082

下水道排水設備指定工事店の指定等
住所変更 (株)Kステクノ(新座市 堀ノ内3-7-25)
指定失効 (株)朝熊
問 下水道維持課 ☎2998-9211

【情報館】・特にことわりのないものは10月1日金から申し込みを受け付けます。・費用等の記載がないものは無料です。

消費者トラブル注意報

消費生活センター (旧市庁舎2階)
相談日 月～金曜日(祝休日を除く)
相談時間 午前10時～11時30分、午後1時～3時30分
相談専用電話 ☎2926-0999

【トラブルQ&A 34】

～廃品回収業者とのトラブルにご注意！～

◆相談します

不用になった電気製品等を無料で回収するとアナウンスしながら、巡回していた業者にパソコンとプリンタの回収を頼んだところ2万円請求されました。業者の態度に恐怖を感じて払ってしまいましたが、無料と言っていたのに費用がかかり納得できません。

◆お答えします

「無料回収」と称して、高額な費用を請求する悪質な廃品回収業者が後を絶ちません。費用の説明をしないで、トラックに積み込んでしまってから高額な請求をするケースもあります。

ご相談のように、いったん承諾して費用を支払った場合の返金交渉は、非常に難しいでしょう。なお、脅迫があった場合には、警察に通報しましょう。

【消費者へのアドバイス】

- ①粗大ごみや不用品の処分は、家庭ごみの正しい分け方・出し方に従ってください。エアコン、テレビ、冷蔵庫(冷凍庫を含む)、洗濯機、衣類乾燥機などの家電リサイクル法対象品目を処分する場合は、購入した販売店または買い替えをする販売店に依頼するか、対象家電製品収集・運搬所沢市協力店に依頼してください。また指定取引場所へ持ち込むこともできます。処分の際は、リサイクル料金や収集・運搬の費用が必要となります。処分方法などの詳細については、資源循環推進課(☎2998-9146)にお問い合わせください。
- ②一般廃棄物の収集・運搬は、市町村の許可を受けた業者しか行えません。安易に廃品回収業者に処分を依頼することは、トラブルのもとになりやすいので注意が必要です。
- ③廃品回収業者が無料回収をうたっていても、回収時に料金を請求されるケースがあります。無料でなければ拒否するような勇気を持ちましょう。

◎対象のご家庭には、10月～11月ごろ、調査票を郵送します。
国土交通省関東地方整備局広域計画課・調査実施本部 ☎012

◆全国都市交通特性調査 (交通実態調査)
目的 都市交通の特性や経年変化を把握するため
対市内から無作為に抽出したご家庭
国土交通省では次の調査を実施します。ご協力をお願いします。



◆全国都市交通特性調査・道路交通センサスにご協力
設置期間 10月29日(金)まで
国土交通省大宮国道事務所計画課 ☎048-6669-1205

パキスタン洪水災害被災者に対する救援金にご協力ください
所沢市ではパキスタン洪水災害被災者に対する救援金を、市役所1階総合案内に設置しています。お寄せいただいた救援金は、日本赤十字社に送金します。皆さまのご協力をお願いいたします。

◆道路交通センサス(自動車利用実態の調査)
目的 交通計画の基礎資料のため
国土交通省が管理する自動車登録情報より無作為に抽出した調査対象車両の所有者
◎対象者には10月～11月ごろ調査票を郵送します。
国土交通省大宮国道事務所計画課 ☎048-6669-1205

◆設置しましたか?住宅用火災警報器
所沢市では、火災予防条例によりすべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。所沢市の住宅用火災警報器の普及率は、平成22年6月時点で69.4%(全国平均58.4%)です。あなたとあなたの家族の大切な命を守るために、住宅用火災警報器を早めに設置しましょう。

◆設置しましたか?住宅用火災警報器
所沢市では、火災予防条例によりすべての住宅に住宅用火災警報器の設置が義務付けられています。所沢市の住宅用火災警報器の普及率は、平成22年6月時点で69.4%(全国平均58.4%)です。あなたとあなたの家族の大切な命を守るために、住宅用火災警報器を早めに設置しましょう。

◆住宅用火災警報器は、電気器具販売店、ホームセンター、防災設備取扱店などで販売しています。詳細は、市HPをご覧ください。
消防本部予防課 ☎2929-9121

◆設置を推奨する場所
▼寝室
▼階段の天井(寝室が2階にある場合)など
▼台所
▼居室など

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館



開催

◆無料相談会
10月6日(水)午前10時～午後4時
場 市役所1階市民ホール
◎先着順に相談を受け付けます。
内 登記・供託・訴訟書類等
易裁判訴訟代理業務
▼成年後見
▼一般法律相談等
◆公開セミナー「相続・贈与・財産分与の基礎知識」
10月6日(水)午前10時～11時30分
場 市役所2階203会議室
講 司法書士・小林美奈子さん
◎会場へ直接お越しください。
問 市民相談課 ☎2998-9092

◆無料相談会
10月6日(水)午前10時～午後4時
場 市役所1階市民ホール
◎先着順に相談を受け付けます。
内 登記・供託・訴訟書類等
易裁判訴訟代理業務
▼成年後見
▼一般法律相談等
◆公開セミナー「相続・贈与・財産分与の基礎知識」
10月6日(水)午前10時～11時30分
場 市役所2階203会議室
講 司法書士・小林美奈子さん
◎会場へ直接お越しください。
問 市民相談課 ☎2998-9092

◆無料相談会
10月6日(水)午前10時～午後4時
場 市役所1階市民ホール
◎先着順に相談を受け付けます。
内 登記・供託・訴訟書類等
易裁判訴訟代理業務
▼成年後見
▼一般法律相談等
◆公開セミナー「相続・贈与・財産分与の基礎知識」
10月6日(水)午前10時～11時30分
場 市役所2階203会議室
講 司法書士・小林美奈子さん
◎会場へ直接お越しください。
問 市民相談課 ☎2998-9092

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

◆先着順に相談を受け付けます。秘密は厳守します。
参加機関 さいたま地方事務局、関東総合通信局、埼玉労働局、埼玉県、埼玉弁護士会、埼玉公民館

information

市民と市長のふれあいトーク

市民の皆さん、私と一緒に語り合おう。



日 10月20日(水)①午前9時～②午前9時30分～③午前10時～④午前10時30分～⑤午前11時～⑥午前11時30分～

◎懇談時間は20分以内です。

場 市役所 2階201会議室

定 1日6人(組)／団体は1組3人まで(市内在住者)

内 市政に対するご意見、ご要望

◎営業活動はお断りします。

申 10月1日(金)から7日(木)までに市民相談課 ☎2998-9092へ電話

◎後日、抽選で参加者を決定のうえ、連絡します。

上級救命講習会

日 11月7日(日)午前8時45分～午後5時／消防本部

内 心肺蘇生法(人工呼吸、心臓マッサージ、AEDの使用法)、止血法、



傷病者管理法、外傷の手当要領、搬送法等

対 市内在住、在勤、在学中で中学生以上の方

定 申し込み先着45人

申 10月4日(月)から消防本部救急課 ☎2929-9123(土・日曜日、祝休日を除く午前9時～午後5時)へ電話

朗読(音訳)ボランティア初級養成講習会

日 平成22年12月7日～3月8日の毎週火曜日(12月28日および1月4日を除く全12回) 午前10時～正午

場 旧市庁舎402・403会議室

対 市内在住の18歳以上の方

定 20人(選考)

費 500円(教材費)

申 10月15日(金)必着までに、〒359-8501市役所1階障害福祉課 ☎2998-9116 ☎2998-1147 ☎a9116@city.tokorozawa.saitama.jp

tokorozawa.saitama.jp

へ直接・郵送・FAX・Eメール

◎募集要項は障害福祉課、福祉協議会、生涯学習推進センター、公民館に備え付けのほか市HPでご覧になれます。

男女共同参画基礎講座

場 東京家政大学狭山校舎(西武池袋線稲荷山公園駅から徒歩3分)

対 所沢・飯能・狭山・入間市在住・在勤・在学の方

定 いずれの回も各100人

回	日	内/講
1	11月2日(火) 午前10時～正午	少子高齢化社会を男女でどう生きるか／東京家政大学名誉教授・樋口恵子さん
2	11月9日(火) 午前10時～正午	メディアと女性～雑誌に見る女性たち～／国立女性教育会館客員研究員・青木玲子さん
3	11月16日(火) 午前10時～正午	地域づくりの男の出番・女性のいざない～アメリカボランティア事件から学んだもの～／NHK文化センター講師・渡邊一雄さん

◎2歳から未就学児までの保育があります(申し込み先着10人)。会場には駐車場がありませんので、公共交通機関をご利用ください。

申 10月25日(月)までに、男女共同参画推進センターから ☎2921-2220 ☎2921-2270へ電話・FAX

リサイクルふれあい館エコロの行事と臨時休館のお知らせ

◆絹地(着物の端布)のスカーフ

日 10月13日(水)午前10時～正午

定 申し込み先着20人

持 裁縫道具、チャコ

費 300円

◆古布からアームカバー

日 10月27日(水)午前9時30分～正午

定 申し込み先着15人

持 裁縫道具、はさみ、ものさし

◆10月のエコロの行事

行事名	開催日時
裂き布ぞり	10月9日(出)午前9時30分～
新聞バッグほか	10月14日(休)午前10時～
傘修理	10月16日(出)午後1時30分～ ◎1人1本、修理部品代は実費
包丁研ぎ講習会	10月16日(出)午後1時30分～
裂き織り(ランチョンマット)	10月21日(休)午前10時～正午
おもちゃの病院	10月23日(出)午後1時30分～
大型再生家具抽選会(30点程度)	10月9日(出)、23日(出)いずれも午前11時 ◎申し込みは午前10時30分までです。
小型再生家具即日頒布(10点程度)	毎週金曜日午前10時 ◎中止となる場合もあります。

◎いずれも申し込みが必要で、場 申 10月13日(水)午前10時～正午

◆リサイクルふれあい館エコロ臨時休館のお知らせ

電気設備点検のため、10月30日(出)、31日(日)の2日間、臨時休館となります。なお、東所沢エコーステーションは通常どおり開館します。

狭山丘陵いきものふれあいの里センターのイベント

①里山体験講座

日 10月17日(日)午前10時～午後2時30分

費 300円(材料費・保険代)

対 3歳～大人(小学生以下は保護者同伴)

定 申し込み先着20人

持 昼食、飲み物、筆記用具等

集 合同センター(下山口駅から徒歩約15分)

②大人のための自然観察会

日 10月23日(土)午前9時30分～午後2時30分

費 200円(保険代・資料代)

対 高校生以上

定 20人(抽選)

持 昼食、飲み物、筆記用具。あれば双眼鏡、ポケット図鑑等

集 合同 西武球場前駅前

③生物多様性年記念連続講演

第5回「小さな仲間の大きな働き(昆虫の働き)」

日 10月24日(日)午後2時～3時30分

講 埼玉昆虫談話会顧問・牧林功さん

対 高校生以上

定 申し込み先着30人

持 飲み物、筆記用具

集 合同 センター(下山口駅から徒歩約15分)

申 10月13日(水)午前10時～正午

①は10月1日(金)から電話で、復はがきに行事名・開催日・参加希望者全員の住所・氏名・年齢・電話番号を明記し、〒359-1133 荒幡782 狭山丘陵いきものふれあいの里センター ☎2993-9194 12へ郵送

◆定例ガイドウォーク

日 10月2日(出)、3日(日)午後1時30分～(午前11時30分から受付)

児童館へ行こう(10月の主な行事)

行事によっては、事前に申し込みが必要です。詳細は、各児童館にお問い合わせいただくか、市HPをご覧ください。

児童館名	電話番号	行事名/開催日時
ひばり	2926-8669	■ジャンボ輪投げ/10月8日(金)午後3時30分～(参加自由)
こぼと	2924-3065	■おはなし会/10月4日(月)午前10時30分～ ◎おおむね1歳～2歳のお子さんとその保護者対象(参加自由)
つばめ	2922-0410	■ドッジボール大会/10月15日(金)午後3時30分～ ◎小学1～3年生対象(申込不要)
つばき	2923-6155	■親子で遊ぼう/10月20日(水)午前10時30分～(参加自由)
すみれ	2949-3826	■すみれまつり/10月16日(出)午後1時30分～4時
さくら	2998-5912	■けんだま認定会/10月25日(月)午後3時30分～
わかば	2948-3222	■わかばこどもまつり/10月16日(出)午後1時～3時
まつば	2995-0995	■綱引き大会/10月8日(金)午後3時30分～
みどり	2928-8414	■なわとび大会/10月19日(火)午後4時～
やなぎ	2944-8819	■あきまつり/10月16日(出)午後1時～(参加自由)
ひかり	2996-3995	■おもちゃの病院/10月16日(出)午前10時～11時

◎休館日は毎週月曜日。10月11日は開館し、12日(火)は休館です。

発達障害理解と支援のための講演会「発達障害と生きる」～当事者の思い親の思い～

◆第1回

日 11月3日(祝)午後1時30分～4時30分

講 村上由美・真雄さん当事者ご夫婦

◆第2回

日 11月13日(土)午後1時30分～4時30分

講 日本自閉症協会理事・新保文彦さん、ゆうあいハウス代表・中村文子さん

場 保健センター301会議室

介護予防講演会

日 10月7日(休)午後1時30分～3時

場 小手指公民館分館ホール

テーマ 健やかな老後を過ごすために～お口の手入れからできること～

講 歯科医師・山口直彦さん

◎会場へ直接お越しください。

問 小手指第2地域包括支援センター ☎2923-8780 ☎高年齢者支援課 ☎2998-9120



【情報館】・特にことわりのないものは10月1日(金)から申し込みを受け付けます。・費用等の記載がないものは無料です。

水道の水漏れ修繕 10月の宅地内水漏れ修繕当番店

宅地内の水漏れには、24時間体制で修繕当番店(所沢市指定給水装置工事業者)が対応しています。直接当番店へご連絡ください。なお、修繕費用は依頼主の負担となります。

日(曜日)	当番	電話番号
2日(日)	(有)中村水道工事店	2992-0981
3日(日)	(株)小松屋管器	2922-3836
9日(土)	(有)北田住設工業	2942-0020
10日(日)	(株)貫井産業	2993-0110
11日(祝)	(株)糟谷設備工業所	昼 2923-8888 夜 2923-8349
16日(土)	トヨダ設備(株)	2948-1043
17日(日)	水村設備	2948-4455
23日(土)	(株)木下商興	2948-1719
24日(日)	(有)水工社	2942-3245
30日(土)	(株)糟谷設備工業所	昼 2923-8888 夜 2923-8349
31日(日)	(有)興伸設備	2942-4907

所沢市水道部(夜間・休日は警備員対応)
☎2921-1100 ☎2921-1094

環境講演会

日場 11月11日(木)午後1時30分〜4時15分 / 市役所8階大会議室
テーマ 気象キヤスターに聞く! 気候変動と地球温暖化



講演者 高田 齊さん
申し込み先着100人

申請 10月1日(金)から、環境総務課
☎2998-9133 ☎a9133@city.tokorozawa.saitama.jp
Eメール city.tokorozawa.saitama.jp

講演会「子どもの『生きる力』を育むために」
〜家庭や保育にできること〜

日場 10月30日(土)午前10時〜正午
会場 保健センター多目的ホール

講師 社会福祉法人さやまが丘保育の会理事長・牧 裕子さん



◎保育がありますので、未就学児のいる方は、申し込みの際にご相談ください。
申請 10月25日(月)までに、保健センター 成人保健課 ☎2991-1181

募集



平成22年度所沢市「障害者作品展」作品募集

市内在住・在勤・在学で障害をお持ちの方
募集作品 ▼絵画: 油彩・水彩・パステル・日本画等手法は自由。寸法は40号(1000mm×803mm)まで。作品は額装を原則として、展示品を手軽に持ち運びできる程度の大きさと重さ。書道: 半紙・画仙紙など用紙は自由。作品は額装・軸装または台紙に貼付。写真: 寸法はB3(364mm×515mm)まで。台紙等に貼付



留意事項 ▼タイトルは自由。自作品のもので過去にこの作品展に未出品の作品。▼出展は一人一作品。▼障害のある方々の合作は可。◎応募多数の場合、作品の大きさ等を考慮して抽選し、展示する作品を決定します。また、作者に製作の様子を写真等で発表いただく

◆障害者作品展
12月6日(月)〜9日(木)

場 市役所1階市民ホール
申請 10月29日(金)までに、〒359-8501 障害福祉課 ☎2998-9116

6へ応募用紙を郵送(作品は送らないでください)
◎応募用紙は公民館、所沢市社会福祉協議会、所沢サン・アビリティーズ、市HPから入手できます。

所沢市障害者施策推進協議会の委員を募集

「所沢市障害者支援計画」の推進にあたり、広く市民および関係機関の意見を取り入れるため、同協議会の委員を募集します。
募集人数 4人(男性2人、女性2人)
任期 平成22年11月1日〜24年10月31日

応募資格 次のすべてを満たす方を有する方②昭和11年11月2日から平成2年11月2日までに生まれ、かつ③応募日以前2年間において本市の審議会等の委員となっていない方④障害者施策について、公平な立場で検討できる方

申請 募集要領をご覧の上、10月15日(金) (必着) までに〒359-8501 市役所1階障害福祉課 ☎2998-9116 ☎a9116@city.tokorozawa.saitama.jp へ直接・郵送・FAX・Eメール

医療センター看護師(臨時職員)を募集
募集人数 3人
勤務内容 外来看護業務
勤務地 市民医療センター
勤務時間 7時間30分(午前8時

パブリックコメントを募集

計画(案)等に対するご意見をお寄せください。後日ご応募いただいたご意見の概要と、ご意見に対する市の考え方を公表します。



【共通事項】

応募資格 市内在住・在勤・在学の方、市内に事務所または事業所を有する個人・法人・団体等

募集期間内に①住所②氏名③電話番号(法人・団体等の場合は①所在地②名称③代表者氏名④電話番号)を明記し、計画(案)等に対する意見を添えて、提出先へ直接・郵送(消印有効)・FAX・Eメール

「新たな地域コミュニティの構築」に向けた推進プラン(案)

推進プラン(案)の公表 10月1日(金)から市HPに掲載するほか、市役所1階コミュニティ推進課、同1階市政情報センター、公民館で閲覧および配布

募集期間 10月1日(金)〜14日(木)
◎所定の様式にご記入ください。
提出先・〒359-8501市役所1階コミュニティ推進課 ☎2998-9083 ☎a9083@city.tokorozawa.saitama.jp

所沢市教育振興基本計画(案)

計画(案)の公表 10月8日(金)から市HPに掲載のほか、市役所6階教育総務課、同1階市政情報センター、公民館で閲覧および配布

募集期間 10月8日(金)〜11月5日(金)
◎応募用紙の様式は問いません。
提出先・〒359-8501市役所6階教育総務課 ☎2998-9232 ☎a9232@city.tokorozawa.saitama.jp

30分〜午後5時および小児夜間診療時間の交代制)

申請 市民医療センター ☎2992-1151 へ電話

市民税課臨時職員を募集

職種/人数 ①事務補助/9人 ②事務補助(県の補助事業)/9人 ③申告受付補助/3人

勤務期間 ①平成23年1月14日(金)〜3月31日(木) ②平成23年1月14日(金)〜3月18日(金) ③平成23年2月7日(月)〜3月31日(木)

時給 840円
応募資格 原則として、期間中全日程勤務可能な方(土・日曜日・祝日を除く)②を希望の方は求職者または、失業者であること

申請 10月15日(金)(必着)までに、履歴書(写真貼付)を〒359-8501市役所2階市民税課 ☎2998-9064 へ直接・郵送

◎応募書類は返却しません。応募者多数の場合は書類審査の上、面接にて決定します。また①②の事務補助については、社会保険に加入していただきます。

加入していただきます。

交通指導員を募集

募集人数 ①富岡・宮前小学校区内各1人 ②北秋津・上新井小学校区内各1人

勤務内容 学童等歩行者の交通安全の確保および指導
応募資格 市内在住の20歳以上65歳未満の方
応募期間 10月1日(金)〜29日(金)
採用日 ①12月1日 ②平成23年4月1日



◎制服、装備品は貸与します。
申請 市役所2階交通安全課 ☎2998-9140 へ直接

介護相談員を募集

募集人数 若干名

対次のすべてを満たす方
市内在住で65歳未満・平日に介護保険施設等への訪問が可能
普通自動車運転免許証を有する
介護サービス提供事業所に従事していない

定期的な市内の特別養護老人ホーム等を訪問し、利用者の相談に応じる。施設との意見交換

研修会、定例会への参加など
謝礼 月額8,000円(活動費)
申請 10月4日(月)から8日(金)までに、応募用紙、履歴書を持参の上、市役所1階介護保険課 ☎2998-9420 へ直接

彩の国リバーサポート・ロードサポートの参加・登録団体を募集

県が管理する河川の良好な環境維持・保全のための美化活動に取り組む団体を募集しています。
詳細は、県・水辺再生課 ☎2949-2433 へ直接

彩の国ロードサポート


県道などの歩道において、清掃や花植えを行っていただける団体と、団体に花苗を提供していただける企業を募集しています。
詳細は、県・道路環境課 ☎2948-8300 へ直接




保健センター ☎359-0025 上安松 1224-1
☎2991-1811 FAX 2995-1178

★保健センターで実施する事業 ●印…保健センターへ電話予約（番号は正確に／FAX 不可）

事業名	日時・内容等
母親学級 11月コース (予約制)	▶とき：11月8日(月)、15日(月)、25日(木) (全3回) 午後1:30～4:00、25日(木)は午前9:45～午後1:00 (開始15分前から受付) ▶対象：平成23年2月～4月に出産予定の初産婦とパートナー (住民登録をしている方) ▶内容：妊娠中の保健と生活 (栄養・歯科講話を含む)・新生児の保育、調理実習等 ▶費用：500円 (調理実習材料費) ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、11月8日(月)は歯ブラシ、手鏡、フェイスタオル ●☎10月4日(月)～
両親学級 (予約制)	▶とき：10月16日(土)午前9:30～正午 (開始15分前から受付) ▶対象：平成23年1月～4月に出産予定の初産婦とパートナー。ただしパートナーと参加できる方に限ります。(住民登録をしている方) ▶内容：沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操等実技、ビデオ視聴 ▶定員：申し込み先着30組 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ●☎10月4日(月)～
3か月児 1歳6か月児 3歳児 健康診査	▶健康診査日の2週間前までに、対象児の保護者あてに通知を郵送します。転入等で通知を受け取っていない場合は、保健センターへ連絡してください。 ◎3歳児健康診査は3歳3か月時に実施します。
子育てサロン ところっこ	▶とき：10月14日(休)午前10:00～11:30 ▶対象：妊娠中の10代の方、または10代で妊娠・出産をして保育園等に通っていないお子さんを育てている母親とパートナー ▶内容：参加者どうしの交流会 ▶持ち物：母子健康手帳、お子さんに必要なもの (ミルク、オムツ、おもちゃなど) ◎希望者は会場へ直接お越しください。
乳幼児 健康相談 (予約制)	▶とき：《離乳食》10月5日(火)午前中 (グループでも参加可) 《食事》10月25日(月)午前中 《歯科》10月13日(水)午前中 ▶定員：いずれも申し込み先着3人 ▶持ち物：母子健康手帳 (歯科相談は歯ブラシ) ●☎10月1日(金)～
離乳食教室 (ごっくん期) (予約制)	▶とき：11月29日(月)午前10:00～11:30 (開始15分前から受付) ▶対象：平成22年5月・6月生まれの乳児とその保護者 (住民登録をしている方) ▶内容：栄養士・歯科衛生士の講話 ▶定員：申し込み先着50組 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ●☎10月4日(月)～
離乳食教室 (もぐもぐ期) (予約制)	▶とき：11月1日(月)午前10:00～11:30 (開始15分前から受付) ▶対象：平成22年3月・4月生まれの乳児とその保護者 (住民登録をしている方) ▶内容：栄養士の講話、試食ほか ▶定員：申し込み先着30組 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、お手ふき、スプーン ●☎10月4日(月)～
離乳食教室 (ばくばく期) (予約制)	▶とき：11月18日(休)午前10:00～11:30 (開始15分前から受付) ▶対象：平成21年8月・9月生まれの幼児とその保護者 (住民登録をしている方) ▶内容：栄養士・歯科衛生士の講話 ▶定員：いずれも申し込み先着25組 ▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、お手ふき、飲み物 (さ湯または麦茶)、歯ブラシ ●☎10月8日(金)～
2歳児歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：11月4日(木)、11日(休)いずれも午後0:50～1:10 (受付) ▶対象：平成20年4月・5月生まれの幼児 (住民登録をしている方) ▶内容：歯科診察、栄養指導、歯みがき指導、フッ化物塗布ほか ▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎10月5日(火)～
ファミリー 食育教室 (予約制)	▶とき：11月17日(水)午前10:00～午後0:30 (開始15分前から受付) ▶対象：1歳～18歳までのお子さんの保護者 (初めての方を優先) ▶テーマ：元気の出る中華弁当 ▶内容：講話「疲れにさよならビタミンB群たっぷりの食事」、簡単な調理実習 ▶費用：500円 (1組) ▶持ち物：エプロン・三角きん ●☎10月1日(金)～
BCG 接種	▶とき：11月25日(休)午前9:30～10:30、午後1:30～2:30 (受付) ▶対象：平成22年8月生まれの乳児 ▶持ち物：母子健康手帳、体温計、予診票 (会場にも用意してあります) ◎対象者には事前に実施日を通知します。また、上記対象者以外で生後6か月未満の未接種の方も接種できます。会場へ直接お越しください。
ポリオ	▶とき：11月15日(月)、16日(火)、17日(水)、18日(木)、19日(金)、22日(月)午後1:30～2:30 (受付) ▶対象：平成22年1月から6月生まれの乳幼児 ▶持ち物：母子健康手帳、体温計、予診票 (会場にも用意してあります) ◎対象者には事前に実施日を通知します。また、上記対象者以外で生後3か月以上90か月未満の未接種の方も接種できます。会場へ直接お越しください。
健診結果 相談 (予約制)	▶とき：10月15日(金)、25日(月)、11月8日(月)いずれも午前9:30～、午前10:45～ ▶対象：特定健診を受けた方で生活習慣病の治療を受けていない方 ▶内容：健診結果に関する個別相談 (1人約60分) ▶相談員：保健師、管理栄養士 ▶持ち物：健診結果票、健康手帳 (お持ちでない方には当日配布) ◎健診の結果が出てからお申し込みください。●☎10月1日(金)～

事業名	日時・内容等
成人 健康相談 (予約制)	《健康相談》▶とき：10月6日(水)、20日(水)いずれも午前中 ▶内容：病気の予防、療養方法、食事、運動などのさまざまな健康についての相談 《歯科相談》▶とき：毎週火曜日午前中 ▶内容：歯周病予防、入れ歯の手入れ方法等 《栄養相談》▶とき：毎週木曜日午前中 ▶内容：生活習慣病予防、バランスの良い食事等 《気になる血糖値相談》▶とき：10月4日(月)、25日(月)いずれも午前中 ▶内容：糖尿病の予防、食事・運動などの生活習慣の見直し等 《リハビリ相談》▶とき：10月8日(金)、22日(金)いずれも午前中 ▶内容：ひざ・腰痛予防、身体機能・歩行能力維持・改善のためのリハビリ等 ●☎10月1日(金)～
血液 さらさら 教室	▶とき：10月29日(金)午前9:30～正午 ▶対象：健診等の結果でメタボリックシンドロームが心配される方 (未治療の方優先) ▶内容：生活習慣とメタボリックシンドロームについての基礎知識の習得とグループワーク ▶定員：申し込み先着30人 ▶持ち物：健診結果票、筆記用具、健康手帳 (お持ちでない方には当日配布) ●☎10月1日(金)～
ところ21 栄養教室 (予約制)	▶とき：11月2日(火)午前9:30～午後0:30 ▶対象：おおむね64歳以下の方 ▶テーマ：骨粗しょう症予防の食事 ▶内容：講話「食事でカルシウムをとりましょう」、簡単な調理実習 ▶定員：申し込み先着36人 ▶費用：500円 ▶持ち物：エプロン・三角きん ●☎10月1日(金)～
優しい 健康食 教室 (予約制)	▶とき：11月9日(火)、10日(水)いずれも午前9:30～午後0:30 (食事相談は午後0:30～) ▶対象：おおむね65歳以上の方 ▶テーマ：骨粗しょう症予防の食事 ▶内容：講話「カルシウムたっぷりの食事」、簡単な調理実習、個別食事相談 ▶定員：申し込み先着36人 ▶費用：500円 ▶持ち物：エプロン・三角きん ●☎10月1日(金)～
歯周病 予防教室 (予約制)	▶とき：11月5日(金)午後1:30～3:30 ▶内容：歯肉の健康状態チェック、効果的な歯磨き方法の実習等 ▶定員：申し込み先着30人 ◎申し込みされた方には案内を郵送します。 ●☎10月4日(月)～ 
結核検診	▶とき：10月25日(月)午後1:00～2:00 ▶対象：15歳以上で勤務先等で胸部X線検査を受ける機会のない方 ◎希望者は会場へ直接お越しください。

★市役所・公民館等で実施する事業

事業名	日時・内容等
乳幼児 健康相談	▶とき／ところ：▶11月5日(金)／市民体育館▶11月16日(火)／松井公民館▶11月19日(金)／小手指公民館いずれも午前9:30～10:30 (受付) ▶内容：身体計測、保健師・栄養士・歯科衛生士による健康相談 ▶持ち物：母子健康手帳 ◎希望者は会場へ直接お越しください。駐車場が狭いため車の来場はご遠慮ください。 
出張成人 健康相談	▶とき／ところ：▶10月5日(火)午後1:30～3:30／狭山ヶ丘コミュニティセンター▶10月13日(水)、11月10日(水)いずれも午後1:30～3:30／山口公民館▶10月27日(水)午前9:00～午後0:30／富岡公民館▶11月2日(火)午前10:00～正午／すみれ児童館 ▶内容：個別相談 (食事や運動の方法・検査数値の見方・歯周病の予防等)、血圧・体脂肪測定 ▶相談員：保健師、栄養士、歯科衛生士 (富岡公民館は保健師・栄養士のみ) ◎希望者は会場へ直接お越しください。
おしゃべり 健康サロン	▶とき／ところ：10月13日(水)、11月10日(水)いずれも午前10:00～正午／山口公民館 ▶内容：血圧・体脂肪測定、健康ワンプoint勉強会 ◎希望者は会場へ直接お越しください。

★訪問等で実施する事業

事業名	内容等
新生児訪問 妊産婦訪問	▶対象：妊産婦、新生児 ▶内容：保健師、助産師による保健相談、子育て支援に関する情報提供等 ▶申し込み：妊産婦訪問および新生児訪問をご希望の方は、保健センターへ電話または母子健康手帳に添付の「出生連絡票」を保健センターへ郵送してください。市役所1階市民課でも投かんできます。
こんにちは 赤ちゃん訪問	▶対象：おおむね生後2か月の乳児 ▶内容：保健師、看護師による保健相談、子育て支援に関する情報提供等 ◎新生児訪問等を実施した家庭を除き、すべての家庭を訪問します。
訪問による 相談	▶家庭での療養方法・介護家族の健康管理、生活習慣病予防、リハビリ方法等について、保健師・理学療法士・栄養士・歯科衛生士等が訪問しご相談に応じています。

◆「リハビリ教室」「リハビリ交流会」「失語症者のつどい」を行っています。事前に電話でご相談ください。◆

休日急患当番医

- 救急患者に限ります。■当番時間:午前9時～午後5時
 - 往診は原則としてしません。●電話相談は受け付けません。
 - 都合により医療機関が変更になる場合があります。
- 詳しくは、【所沢市医師会】ホームページをご覧ください。

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
10月3日(日)	むくのきクリニック	内・循	くすのき台1-12-10 第三西村ビルB1	2993-1015
	ひかり耳鼻咽喉科クリニック	耳・気管	三ヶ島3-1442-16	2948-7518
	ひろせクリニック	内・アレ・リウ・小・消・循	緑町2-14-7	2920-2111
10月10日(日)	所沢中央病院	内	北秋津753-2	2994-1265
	平岡眼科医院	眼	東町11-1-207	2922-1126
10月11日(祝)	徳島内科クリニック	内・呼・消・循・アレ・小・皮	久米1569-1	2929-6366
	宮本町内科クリニック	内・循・消・アレ	宮本町2-26-16	2903-1088
10月17日(日)	東所沢整形外科	整・形・皮・アレ・リウ	東所沢1-18-5	2951-5201
	宮川医院	内・呼・消・循・小・皮	松葉町10-11 エイトビル1F	2992-3200
10月24日(日)	マツバクリニック	内・外・リハ	松葉町8-7	2995-5131
	航空公園クリニック	精・神・神内・心内	喜多町5-13 パークサイドビル2F	2928-6265
	かえで内科医院	内	緑町4-47-20	2939-3555
10月31日(日)	木澤クリニック	内・循・小・アレ・婦	松葉町24-3	2991-6767
	さけみ眼科	眼	狭山ヶ丘1-2994-5	2947-4382
11月3日(祝)	むさしクリニック 泌尿器科内科	泌・内	北秋津855-1	2998-1850
	所沢秋津診療所	内・麻	上安松1-8	2945-8899
11月7日(日)	矢島整形外科	整・理	くすのき台1-12-10	2995-3863
	西島消化器内科クリニック	内・消・胃	東狭山ヶ丘1-27-20	2923-0005
	西部クリニック	消・内・整・皮	星の宮1-1-10	2926-5851
11月11日(祝)	しんとこ耳鼻咽喉科医院	耳・気管	松葉町24-9 拓殖ビル2F	2927-5770
	岩下悦郎消化器内科クリニック	内・消・胃・小	北有楽町24-10	2928-3636
11月14日(日)	まつおか内科クリニック	内・呼・アレ・皮	下安松1034-1	2945-7911
	東所沢眼科クリニック	眼	東所沢1-4-1 ヤマザキビル2F	2944-8380
11月15日(日)	梨子田内科クリニック	内・小・皮	弥生町2871-36	2996-3181

小児急患診療

市民医療センター
上安松1224-1 ☎2992-1151

事業名	日 時 等
日曜日・休日急患診療	▶とき：10月3日(日)、10日(日)、11日(祝)、17日(日)、24日(日)、31日(日)、11月3日(祝)、7日(日) ▶受付時間：午前10:00～11:30、午後2:00～4:30
夜間急患診療	▶受付時間：月～金曜日…午後7:30～10:15、土・日曜日、祝休日…午後6:00～8:45
深夜帯急患診療	▶実施日：毎週月・火・水・金曜日 ▶受付時間：小児夜間急患診療終了後～翌日午前7:00まで

◎小児急患診療は、乳幼児から中学生までの小児を対象に、内科的急性疾患の一次診療（初期診療）を実施しているため、緊急の場合のみご利用ください。また、薬は1日程度の処方、検査は原則として実施していません。

休日緊急歯科診療

歯科診療所おおぞら
(保健センター内)
上安松1224-1 ☎2995-1171

事業名	日 時 等
休日緊急歯科診療	▶とき：10月3日(日)、10日(日)、11日(祝)、17日(日)、24日(日)、31日(日)、11月3日(祝)、7日(日) ▶受付時間：午前9:00～11:30 ◎診療日は変更になる場合があります。

埼玉県小児救急電話相談

子どもの急病時に家庭での対処方法などの相談に応じます。
電話 #8000または、☎048-833-7911
相談時間 月～土曜日…午後7:00～11:00
日曜日、祝休日…午前9:00～午後11:00

市消防本部休日夜間病院案内

☎2922-9292 (24時間)

埼玉県救急医療情報案内

☎048-824-4199 (24時間)



いきいき

こんにちは保健師です 83

健康づくり

●だ液のパワー

爽やかな秋がやってきました。秋の味覚を美味しく味わうことができるのは健康な歯があるからです。食べ物や水分を身体にとりこむのに大切な器官が口です。その口の中にはだ液がいつも出ています。1日にどれくらいのだ液が出ているかご存知ですか？私たちの口の中では、1日に約1～1.5リットルものだ液が出ています。今回は、だ液のパワーについてお伝えします。



Q1：だ液の働きにはどんなものがありますか？

- A1：だ液は、歯や歯肉、からだの健康や機能に深くかかわりを持ち、次のようなさまざまな働きをしています。
- ①ご飯やパンなどのでんぷん質を吸収しやすい形に分解します。
 - ②咀嚼や飲み込みの補助作用をします。
 - ③口の中を湿らせ、発音など口の中の動きをスムーズにします。
 - ④食べ物を溶かし、舌で味を感じることができるようになります。
 - ⑤食べ物のカスや細菌を洗い流します。
 - ⑥抗菌作用を持つ物質が含まれ病原微生物に抵抗します。
 - ⑦口の中の環境を一定に保つ働き（緩衝作用）をします。
 - ⑧歯の成分であるカルシウムなどのミネラル分が含まれ、歯の表面を常に修復（再石灰化）します。

Q2：よく噛むとむし歯予防になるの？

- A2：よく噛むことによって口の中にはだ液がたくさん出ます。だ液には口の中の食べ物のカスや細菌を洗い流す働きがあり、むし歯の予防につながります。通常、口の中は中性を保っていますが、歯が溶けだすときは酸性の環境です。歯は酸に弱く、むし歯菌が作る酸、酸性の飲食物などにより溶けだします。酸性に傾いた環境を中和させる働きのことを緩衝作用といい、この働きをする成分がだ液には含まれています。これが酸を中和し口の中の環境を一定に保ち歯が溶けるのを防いでいます。また、歯が溶ける現象を脱灰（だつがい）といい、そのまま溶け続けるとむし歯が進行しますが、だ液には歯の成分であるカルシウムなどのミネラル分も含まれ、常に歯の表面を修復しています。これを再石灰化といい、歯の表面を再生し、むし歯になるのを防いでいます。



Q3：最近、口の中が乾きやすく粘つくのですが？

- A3：だ液が何らかの原因によって出づらくなっているドライマウスと思われます。口の中が粘つく、食べ物が飲み込みにくい、口臭などが初期の症状で、重症になると舌の痛み、食事がしづらい、発音しづらい、むし歯や歯周病が悪化するなどの原因になります。ドライマウスの原因は加齢によるものがありますが、その他に、ストレス、糖尿病や腎臓の疾患、シェーグレン症候群、薬の副作用などがあります。また口呼吸や喫煙によっても唾液は出づらくなります。症状を改善するためには、口の中を清潔にし、食事のときはよくかんで食べることでだ液の分泌を促しましょう。喫煙、ストレスなどのだ液の分泌を悪くする生活習慣の改善も必要です。

気になる方は歯科医師に相談してみるとよいでしょう。

お伝えしたとおり、だ液には、さまざまな働きがあります。よく噛んで食べると、だ液がよく出てそのすばらしいパワーを引き出すことができます。

噛みごたえのある物をゆっくりよく噛んで食べる、夜長の秋、そんなゆとりを持った生活をしてみましょう。



(協力 所沢市歯科医師会)

保健センターでは、歯科健康教室や歯に関する健康相談を行っています。お気軽にご相談ください。

問い合わせ 保健センター ☎2991-1811 ☎2995-1178

編集後記

20余年ぶりに舞い戻った広報課。当時は原稿用紙に赤ペンで校正を入れたものだけ。ところが今じゃパソコンが苦も無く修正してくれるそう。そんなことを周りに悟られずに過ごす管理の日々。今年の夏が異常に暑かったのは、どうも気候のせいばかりじゃなさそうだなあ。(汗)



こんな電話に注意！

「携帯電話の番号が変わったよ」は、振り込め詐欺です。

所沢警察署

☎2996-0110