

Proud!
東日本大震災の復興を支援しよう
Japan

資源回収で、冷水機を 買ったよ!



地域の自主活動『集団資源回収』(美原中学校)

報償金交付制度*を利用して、教室の各階廊下に冷水機を設置しました。また、報償金は扇風機やCDラジカセなどの学校備品の購入や被災地への義援金などに使用しています。

*集団資源回収報償金交付制度…地域内の団体が、古新聞等を集め、登録業者に引き渡すことによって市から報償金が交付される制度

☎資源循環推進課 ☎2998-9146

インフルエンザに注意してください

インフルエンザの予防には、手洗い、うがいが肝心です。人込みではマスクを着用し、感染を予防しましょう。

急な発熱、せきやのどの痛みなどの症状が出た場合は、できるだけ早めに、かかりつけ医等の医療機関で受診するように心掛けてください。

☎保健センター ☎2991-1811



特集 もったいないの心を大切に！拠点回収へGo！ 循環型社会形成に向けた取り組み 2・3

市役所の組織変更／国民健康保険・国民年金の手続き ほか	4
印鑑登録制度のご案内／市役所の休日開庁・臨時開庁	5
市民保養施設のお知らせ／福祉タクシー券またはガソリン費補助 ほか	6
毎年必ず受けましょう！犬の狂犬病予防注射	7

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／おうちで食べよう！所沢の学校給食／誰でもエッセイ ほか 8・9

子ども手当の申請はお済みですか？／第17回所沢市国際交流フォーラム／所沢市高齢者大学の学生募集／東日本大震災パネル展示 ほか	10・11
--	-------

情報館 パスツアー「所沢桜めぐり」／航空記念公園内史跡めぐり／「かてうどん」deこんかつ／年金セミナー「女性と年金」／各種相談窓口 ほか	12・13
放射線量等の独自測定の結果／各種職員を募集／意見募集 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 (リハビリテーション～身近に感じてみませんか？～) 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



▲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24年1月末現在)

人口	343,074人	前月比	-29人
男	171,116人		-22人
女	171,958人		-7人
世帯数	148,381世帯		+5世帯

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。

拠点回収へGO!



循環型社会形成に向けた取り組み

私たちの生活は、さまざまな資源を利用することで、たいへん便利になってきました。その反面、地球環境に及ぼす影響が大きくなっています。また、日常生活から排出されるごみは、多くなるとともに多様化も進み、その処理には、さまざまな課題が生じています。

現在、こうした環境にかかる負担を可能な限り低減し、省資源・省エネルギーに向けた取り組みを進めていくことが求められています。

今回は「ごみも分別すれば資源」という視点から、限りある資源を有効利用するため、市が通常行っている収集とは別に、公共施設等を利用して実施している資源物の拠点回収についてご紹介します。

資源循環推進課 ☎2998-9146 図2998-9394

◆拠点回収の品目と開催状況

	市役所	東・西クリーンセンター	リサイクルふれあい館	東所沢エコステーション	まちづくりセンター
①古着・古布	春と秋	常時受入	常時受入	常時受入	春と秋
②陶磁器	春と秋	常時受入	常時受入	常時受入	春と秋
③廃食用油	月1回	常時受入	常時受入	常時受入	月1回
④単一素材プラスチック	月1回	常時受入	常時受入	常時受入	月1回
⑤CD・DVD・ビデオテープ・MDなど	常設	常時受入	常時受入	常設	常設
⑥携帯電話・PHSなど	常設	常時受入	常時受入	常設	
⑦牛乳パック	常設	常時受入	常時受入	常設	常設
⑧使用済みインクカートリッジ	常設	常設	常設	常設	

◎上記以外にも拠点回収を行っています。詳細は『家庭の資源とごみの分け方・出し方』をご覧ください。



▲古着のもったいない市の様子

回収した古着・古布は、拠点回収日に開催される「もったいない市」で活用されています。持ってきた方が、今度は、欲しいものを持ち帰るといった形で

「もったいない市」を
利用しよう

春と秋の衣がえの時期に合わせて回収をしています。衣がえの時期に開催されているので、買ったけど着なかつた服、サイズが合わなくなつた服などを押し入れにしまつたのではなく、拠点回収に持って行くことで、有効利用できます。

①古着・古布

春と秋の古着・古布の拠点回収と一緒に、陶磁器、瀬戸物の茶碗、湯のみ、急須、どんぶり、皿などの食器(割れたものも可)を回収しています。集められた陶磁器は、美濃焼の産地である岐阜県に運搬され、リサイクル粘土に資源化されます。この粘

②陶磁器

回収された古着の一部は、50円から100円で販売されています。ジーパンや浴衣など、掘り出し物があるかもしれません。

リサイクルふれあい館で
展示販売

資源の循環が行われています。平成23年度の春と秋の回収では、延べ2万人以上の方が参加し、136トンの古着・古布が回収されました。この中には、まだまだ使える古着がたくさんありました。会場では、環境推進員の皆さんが、男女別、種類別などに分けて並べています。すてきな服が見つかるかもしれません。ぜひ一度足を運んでみてください。



▲陶磁器のもったいない市の様子

もったいない市で
お宝が見つかるかも?

土は、食器や耐火レンガの原料として再生利用されますので、無駄にはなりません。

リサイクルふれあい館も
要チェック!

セットになっているものや状態のよいものは、1点50円で販売しています。要チェックです。



▲陶芸体験教室の様子

リサイクルふれあい館では、リサイクル粘土で陶磁器を作る陶芸体験教室を開催しています。

リサイクル粘土で陶芸体験!

もったいない市で
掘り出されたお宝?



緑の6がわごころ

古着・古布・陶磁器
回収会場



所沢市イメージマスコット
トコロん

もったいないの心を大切に!

ピンク色の
のぼりが目印

黄色の
のぼりが目印



④ 単一素材プラスチック
単一素材プラスチックとは、ポリバケツやプランターなどのプラスチックのみで作られた製品です。平成22年度は約69トン回収しました。



③ 廃食用油
家庭で使用済みとなった植物性の食用油を月1回、回収しています。ペットボトルか油が入っていた容器(びん・かんを除く)に油が漏れないように入れて持ってきてください。

使用済み 食用油回収拠点

③ 廃食用油

簡単です。しかも節約に!

油を凝固剤で固めたり、新聞紙などに染みこませる手間がはぶけます。また、凝固剤を買う費用の節約にもなります。

え〜廃食用油が〇〇に!

廃食用油は、年間約13トン回収しています。回収した廃食用油は、軽油代替燃料として再生され、市のごみ収集車などの一部で利用されています。また、家畜の飼料、肥料、石けん、塗料などさまざまな用途



毎月第2土曜日は拠点回収へ
単一素材プラスチックは、軽いので手軽に運べます。毎月第2土曜日の午前9時から正午まで回収しているので、お散歩やお買い物のついでなどに出しに行ってみませんか?

単一素材プラスチック製品 資源化回収拠点 ポリバケツ・プランター・プラかご等 所沢市



所沢市広報マスコット
ひばりちゃん

**身近なゴミで
使われています**
回収した単一素材プラスチックは、公園などにあるベンチや擬木などにリサイクルされています。

**どっちを選ぶ?
ごみ処理or資源化**
プラスチック製品は、破砕ごみ類の収集日に出すことができますが、拠点回収日に出すことで、資源化することができます。

プラスチック製品は、破砕ごみ類の収集日に出すことができますが、拠点回収日に出すことで、資源化することができます。

なんと廃食用油でゴミ収集車が走る



に利用されています。

廃食用油でキャンドルづくり

リサイクルふれあい館では、廃食用油を使ったキャンドルづくり講習会を開催しています。

市役所などで回収箱を常時設置

⑥ CD・DVD・ビデオ
テープ、フロッピーディスク、MD、MOなど
素材ごとに分けられ、トレーや自動車部品、セメント材料などさまざまな用途にリサイクルされます。



⑧ 携帯電話・PHSなど
プラスチックや電線、基板等に分け、リサイクルしています。基板には、希少金属(レアメタル)が含まれています。



⑦ 牛乳パック
集められた牛乳パック6枚で、1個のトイレトペーパーができます。



⑨ 使用済みインクカートリッジ
市では「インクカートリッジ里帰りプロジェクト」に参加しています。同プロジェクトは、回収したカートリッジを資源化するとともに、1個あたり3円を地球温暖化、気候変動、生物多様性の危機、資源の効率化等に取り組んでいる国連環境計画(UNEP)に寄付しています。



循環型社会形成は 一人ひとりの 行動から



今回ご紹介したように、回収した資源物は、さまざまな形で再利用・再使用されています。
「捨てる前にちょっと」「お出かけ前にちょっと」「お買い物のついでにちょっと」
ちょっとした意識や行動が、環境への貢献、費用の節約につながります。資源となるものは、できるだけ拠点回収に持ってきてください。

「家庭の資源とごみの分け方・出し方(ごみカレンダー)」を配付します!

拠点回収の回収日程および場所は、3月上旬に各家庭に配付する「家庭の資源とごみの分け方・出し方」をご覧ください。



選ばれるまちを目指して

4月から市役所の組織が変わります

魅力ある資源を活用するために、産業経済部を新設します



多様化・複雑化する行政課題に迅速かつ柔軟に対応し、効率的・効果的な行政運営を行うために、4月1日から市役所の組織改正を行います。新設される部・課や変更される課名など、組織改正の主な内容についてお知らせします。

問 政策企画課 ☎2998-9027 図 2994-0706

本市の魅力为全国に発信し、より多くの方に「選ばれるまち」となることを目指して、平成23年3月に策定した「第5次所沢市総合計画・前期基本計画」において総合的に取り組む重点課題のひとつである「所沢ブランドの創造と地域経済の活性化」の実現に向け、市民経済部から経済部門を独立させます。新設する産業経済部は、産業振興課・商業観光課・農業振興課で構成され、商業・工業・観光・農業等の産業の強化を図ります。



◆産業振興課

産業全体を盛り上げるための企画や調整を行うほか、企業誘致や工業施策にも積極的に取り組み、地域経済の活性化を目指します。

◆商業観光課

商店街のにぎわいを創出し、

所沢固有の観光資源（プロスポ1ツ等）を積極的に活用し、所沢の知名度アップを目指します。

◆農業振興課

地産地消の推進や農業の担い手の確保に努め、地場産業の強化を図ります。



▲埼玉ブロンコス・チームキャラクターキズナくん



▲所沢産農産物消費拡大オリジナルシール

新名称		旧名称	
部	課	部	課
市民部	コミュニティ推進課	市民経済部	コミュニティ推進課
	まちづくりセンター		まちづくりセンター
	市民相談課		市民相談課
	市民課		市民課
	国保年金課		国保年金課
産業経済部	産業振興課	市民経済部	交通安全課
	商業観光課		商工労政課
	農業振興課		農政課

◆部・課の新旧対照表（変更箇所）

軽自動車・原動機付自転車（バイク）等の申告手続きはお早めに

軽自動車税は、4月1日現在登録している方に、その年度分が全額課税されます。次の①～⑤に該当する場合は、3月30日（金）までに廃車・名義変更・住所変更等の申告手続きをしてください。

- ① 廃棄処分をした場合
 - ② 盗難にあった場合（警察への届出とは別に廃車の申告手続きが必要です）
 - ③ 譲渡した場合
 - ④ 所有者が亡くなった場合
 - ⑤ 市外へ転出する場合
- ◎ いずれの場合も第三者に手続きを依頼した場合には、手続き完了の確認をしてください。

【注意事項】

▼ 年度途中で廃車にしても月割りによる返還等はありません。

▼ 廃車・盗難・譲渡等が生じた場合、申告手続きを行わないと軽自動車税は毎年登録名義人に課税されます。

問 市民税課 ☎2998-9064 図 2998-9095



車種	取扱窓口	手続きに必要なもの
◆ 原動機付自転車（125cc以下） ◆ 小型特殊自動車	市役所2階市民税課 ☎2998-9064	▶ 所沢市のナンバープレート ▶ 印鑑 ▶ 標識交付証明書 ▶ 譲渡証明書（名義変更の場合）
◆ 軽二輪（125cc超～250cc以下） ◆ 二輪の小型自動車（250cc超）	埼玉運輸支局所沢自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2029	取扱窓口へお問い合わせください
◆ 軽四輪等	軽自動車検査協会埼玉事務所所沢支所 ☎049-258-8011	

就職や退職にともなう手続きをお忘れなく

国民健康保険・国民年金

手続き方法 必要書類等を持参のうえ、市役所1階国保年金課またはまちづくりセンター（並木を除く）へ直接

◎ 加入手続きは、2週間前から行うことができます。なお、国民年金の手続きは、あらかじめできないもの（免除申請など）もありますので、事前にお問い合わせください。



問 国保年金課 ▶ ☎2998-9131（国民健康保険担当） ▶ ☎2998-9095（国民年金担当） 図 2998-9061（共通）

	退職した方やその被扶養者	就職した方やその被扶養者
国民健康保険	勤務先の健康保険を任意継続する方や、引き続き他の健康保険に加入する方を除き、国民健康保険への加入手続きが必要です。また、扶養家族からはずれる方も加入手続きが必要です。 ◎ 任意継続をしている健康保険が切れる方も国民健康保険への加入手続きが必要です。 手続きに必要なもの ▶ 健康保険資格喪失証明書や退職日のわかる証明書（退職証明書や離職票） ▶ 本人確認書類（運転免許証、パスポート等） ▶ 印鑑 ▶ 年金を受給している60歳から64歳までの方は年金証書	勤務先の健康保険に加入した場合は国民健康保険を抜ける手続きが必要です。また健康保険の被扶養者になった場合も同様の手続きが必要です。 手続きに必要なもの ▶ 新しく加入した健康保険被保険者証 ▶ 国民健康保険被保険者証 ▶ 印鑑
国民年金	60歳未満で会社等を退職し、厚生年金・共済年金の資格を失った方、またその配偶者で扶養に入っている方（第3号被保険者）は、ご自身で国民年金保険料を納める第1号被保険者に切り替えの手続きが必要です。 手続きに必要なもの ▶ 退職日のわかる証明書（退職証明書や離職票） ▶ 年金手帳 ◎ 厚生年金・共済年金に加入している配偶者の扶養に入る方は配偶者の勤務先で手続きをしてください。	厚生年金、共済年金に加入した方は、国民年金保険料を納める必要がなくなります。 ◎ 国民年金を抜ける手続きは必要ありません。

市役所本庁舎

3月の休日開庁
3月10日(土)

年度末・年度始めの臨時開庁
3月25日(日)・4月1日(日)

休日開庁

3月10日(土)
午前8時30分～午後0時30分

取扱業務/担当課

◆ 転入・転出・転居等による異動届の受付、印鑑登録、各種証明書の発行、住民基本台帳カードの申請および交付、電子証明書の申請および発行 / 市役所1階市民課 ☎2998-9087 ㉸2998-9061

◆ 国民健康保険・国民年金の手続き / 市役所1階国民年金課 ☎2998-9131 (国民健康保険担当) ☎2998-9095 (国民年金担当) ㉸2998-9061 (共通)

臨時開庁

3月25日(日)
4月1日(日)
午前8時30分～午後5時

◆ 転入・転出等が集中する3月下旬と4月上旬の日曜日に、住所異動届出などの手続きの臨時受付を行います。



窓口

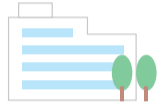
取扱業務/担当課

◆ 転入・転出・転居等による異動届の受付、印鑑登録、各種証明書の発行、住民基本台帳カードの申請および交付 / 市役所1階市民課 ☎2998-9087 ㉸2998-9061

◆ 電子証明書の申請および発行はできません。

◆ 国民健康保険・国民年金の手続き

◎ 休日開庁と臨時開庁は、時間および取扱業務が異なりますので、ご注意ください。



◆ 介護保険の申請 / 市役所1階介護保険課 ☎2998-9420 ㉸2998-9410

◆ 子ども手当・児童扶養手当・子ども医療費助成・ひとり親家庭等医療費助成の手続き / 市役所2階子ども支援課 ☎2998-9124 ㉸2998-9035

◆ 新入学・転入学の手続き / 市役所1階(特設窓口)学校教育課 ☎2998-9238 ㉸2998-9167

◆ 市税の納付・納税相談 / 市役所2階収納課 ☎2998-9007 ㉸2998-9409

◆ 休日・臨時開庁の共通注意事項
▶ まちづくりセンター等の窓口は開設しません。
▶ 受け付けできる業務は限定されます。来庁される際には、事前に電話などで確認のうえ、お越しください。

◆ 休日・臨時開庁実施日に休業している関係機関への問い合わせが必要な業務は、手続きができません。
▶ 転入・転出等の届出、各種証明書等の申請の際には、本人確認をさせていただきます。

▶ ご来庁の際は、公共交通機関をご利用ください。



印鑑登録制度のご案内

☎市民課 ☎2998-9087 ㉸2998-9061

◎ 詳細は、市HP(「印鑑登録申請」で検索)でご覧になれます。

印鑑登録は、個人の印鑑を公に登録印として証明する重要な手続きです。そのため、印鑑登録の手続きや印鑑登録証明書の交付については慎重に行っています。

登録できる方 ▶ 所沢市の住民基本台帳に記録されている方 ▶ 所沢市の外国人登録原票に登録されている方

◎ 15歳未満の方と成年被後見人の方は登録できません。

登録できる印鑑 注文で作ったもの(印影の大きさは8~25mm)

◎ 氏または名の印鑑でも登録できます。

登録できない印鑑 ▶ 機械で大量に作られたもの(認印等) ▶ 変形しやすいもの(ゴム・合成樹脂製等) ▶ キズがあるものや外枠がないもの ▶ 本人の氏名であると判断できないもの ▶ 装飾の施されたもの ▶ 氏名以外の文字や、記号の入ったもの ▶ 逆さ彫りのもの

登録ができる場所/印鑑登録証明書の交付ができる場所

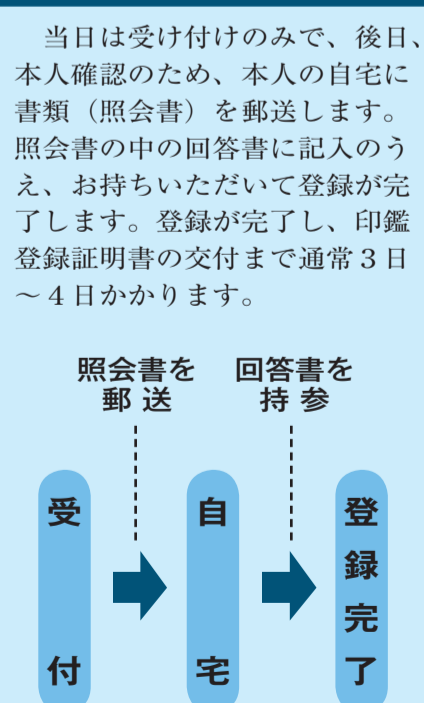
印鑑登録完了後、印鑑登録証(カード)を交付します。

	市役所1階市民課	まちづくりセンター(並木を除く)	所沢駅・狭山ヶ丘サービスコーナー
印鑑登録	○	○ (正午~午後1時を除く)	×
印鑑登録証明書の交付(1通200円)	○	○	○

注意事項 ▶ 印鑑登録証明書の交付を申請するには印鑑登録証を必ずお持ちのうえ、交付申請書に必要事項を正確に記入してください。▶ 印鑑登録証がない場合は印鑑登録証明書は交付できません。▶ 印鑑登録証は登録印と同様に、ご本人が大切に保管してください。

印鑑登録の方法

照会書による方法(3日~4日後に完了)
当日は受け付けのみで、後日、本人確認のため、本人の自宅に書類(照会書)を郵送します。照会書の中の回答書に記入のうえ、お持ちいただいて登録が完了します。登録が完了し、印鑑登録証明書の交付まで通常3日~4日かかります。



官公署発行の身分証明書による方法(即日完了)
登録申請者が官公署発行の写真付き身分証明書をお持ちいただき、申請すると、当日に登録が完了します。

官公署発行

- ▶ 有効期限内のもの
- ▶ 写真の付いたもの

(例) ・住民基本台帳カード
・運転免許証
・パスポート
・外国人登録証明書
・その他の官公署発行の身分証明書、許可証等

◎ 会社・法人・団体・公社発行の身分証明書は該当しません。

保証書による方法(即日完了)
所沢市で印鑑登録をしている方に保証人になっていただき、申請書の保証書欄に、自署で住所・氏名・生年月日・印鑑登録番号を記入し登録印を押印したうえで、申請すると、当日に登録が完了します。

◆ 申請書の保証書欄

*保証書は、必ず枠内すべてを保証人が記入してください。(登録番号も忘れずに)

保証書	
印鑑登録申請者は、本人に相違ないことを保証します。	
(あて先) 所沢市 平成 年 月 日	
住所 (方書)	所沢市 マジヨン・アパート名等
保証人	登録印
氏名	
生年月日	明・大・昭・平 年 月 日
登録番号	

照会書による方法(3日~4日後に完了)

本人申請の照会書の方法と同じ手続きになりますが、申請の際に①登録申請する印鑑②委任状(登録申請者本人がすべて手書きで記入したもの)③代理人の印鑑(認印可)が必要です。登録が完了し、印鑑登録証明書の交付まで通常3日~4日かかります。

委任状

代理人 住所(マンション・アパート名等)

氏名
生年月日

上記の者を代理人と定め、次の権限を委任したので届け出ます。

- 印鑑登録申請をすること
- 印鑑登録証引替交付申請をすること
- 印鑑登録証亡失届をすること
- 印鑑登録廃止申請をすること

平成 年 月 日
登録申請者 住所(マンション・アパート名等)

氏名
生年月日
(あて先) 所沢市長

(登録印)

福祉タクシー券またはガソリン費補助

在宅の重度障害者等の外出や社会参加を支援するため、補助認定を受けている方へのタクシー券の交付・ガソリン費補助を行う制度です。なお、福祉タクシー券またはガソリン費補助のどちらか一方の選択制になります。



◆福祉タクシー券

平成23年度にタクシー券の交付を受けている方には、3月下旬に24年度のタクシー券を郵送します。

補助対象者および配付枚数

一般タクシー券または福祉タクシー券のどちらか一方の選択制です。

補助対象者 (施設入所者を除く)	配布枚数	
	一般タクシー券	福祉タクシー券
身体障害者手帳	1級の透析患者	72枚
	透析患者以外の1級	72枚
	2級の肢体不自由者	
	2級(市手当A区分)	
	2級(市手当B区分)	
3級の下肢・体幹障害者	24枚	
療育手帳	△所持者	48枚
	A所持者	24枚

【注意事項】

- ▶身体障害者手帳の2級(市手当B区分)および3級の下肢・体幹障害者、療育手帳のA所持者の方で、一般タクシーを利用できない方は、ご相談ください。
- ▶一般タクシー券から福祉タクシー券、または福祉タクシー券から一般タクシー券に変更を希望される方は、タクシー補助認定証と郵送されたタクシー券を障害福祉課までお持ちください。

◆ガソリン費補助

平成23年度分のガソリン費補助の請求書提出期限は3月30日(金)です。

補助対象者および補助金の上限額

補助区分	補助対象者(施設入所者を除く)	補助金の上限額	
		対象者が運転する場合	同一生計者が運転する場合
I	1級・2級の下肢・体幹障害者	月額3,000円	月額1,500円
II	1級・2級の身体障害者(I区分以外)	月額1,500円	
	3級の下肢・体幹障害者		
	療育手帳△・A所持者		

◎使用する自動車は、障害者本人または同一生計者の所有するもの(1台)に限ります(法人名義は不可)。運転をする方も障害者本人または同一生計者に限ります。

◆タクシー券とガソリン費補助の切り替え

平成24年度にタクシー券からガソリン費補助、またはガソリン費補助からタクシー券に切り替えを希望される方は、切り替え期間中に切り替えに必要なもの(下表参照)を持参し、障害福祉課で手続きをしてください。

切り替え期間 4月2日(月)～27日(金)

【注意事項】

- ▶切り替え期間を過ぎると切り替えはできません。
- ▶平成24年度福祉タクシー券の交付を受け、1枚でも使用した場合はガソリン費補助への切り替えはできません。

切り替えに必要なもの

タクシー券からガソリン費補助の場合	①身体障害者手帳または療育手帳②運転者の運転免許証(コピー可)③車検証(コピー可)④障害者本人名義の金融機関の口座⑤タクシー補助認定証⑥平成24年度福祉タクシー券
ガソリン費補助からタクシー券の場合	①身体障害者手帳または療育手帳②印鑑③障害者本人名義の金融機関の口座④ガソリン費補助資格認定証

申請 市役所 1階障害福祉課

☎2998-9116 ☎2998-1147へ直接

市民保養施設のお知らせ

平成24年度用「所沢バスポート券」は3月21日(水)から受付開始

市民の皆さんが市民保養地(水上温泉郷、四万温泉郷)や協定施設(6施設)に宿泊する際、市が発行する「所沢バスポート券」を提示することで、宿泊料金の割引(10%)サービスなどが受けられます。

◆申請から利用までの手順

優待を受けるには、施設の予約前に所沢バスポート券の申請が必要です。また、利用するすべての方のバスポート券が必要です。

①所沢バスポート券の申請
利用できる方(所沢市に住民登録(外国人登録を含む)をしていの方で市税を滞納していない方)

申請方法 市役所1階市民保養施設コーナー、まちづくりセンター(並木を除く)、または市HP(「楽しむ・学ぶ」をクリック)にある申請書に必要事項を記入のうえ、印鑑を持参し、同コーナーおよび、まちづくりセンターへ直接

②所沢バスポート券を発行
まちづくりセンターで申請した方は、後日自宅へバスポート券を郵送します。

利用期間 平成24年4月1日から25年3月31日まで

◎利用期間(年度)内であれば何回でも利用することができます。

③宿泊施設の予約・問い合わせ
予約方法 水上温泉旅館協同組合、四万温泉協会の予約窓口および協定施設へ電話

【留意事項】
予約の際に、所沢バスポート券を取得したことを告げ、宿泊に関する希望条件などをお伝えください。

▼予約窓口から申し込みをしなかった場合やインターネット予約料金の割引(10%)サービスが受けられません。

④宿泊当日
到着時 宿泊先に着いたら所沢バスポート券を提示してください。

◎所沢バスポート券をお持ちでない場合や忘れてしまった場合は、優待は受けられません。利用するすべての方の所沢バスポート券が必要ですのでご注意ください。

予約窓口

- ◆水上温泉旅館協同組合(午前9時～午後5時)
☎0278-72-2611
- ◆四万温泉協会(午前9時～午後5時)
☎0279-64-2321
- ◆協定施設(各施設に直接申し込み)

旅館・ホテル名	予約・問い合わせ電話番号
国民宿舎 両神荘(秩父)	☎0494-79-1221
ホテル 天坊(伊香保)	☎0279-72-4489
草津ハイランドホテル(草津)	☎0120-26-2533
旅館 喜平(草津)	☎0279-88-3169
民宿 つかさ(土肥)	☎0558-98-0346
民宿 美浜(土肥)	☎0558-98-1030

チエックアウト時 精算時には割り引き後の金額を必ず現金でお支払ください。

☎市民保養施設コーナー
☎2998-9106
☎2998-9041



▲水上温泉郷



◎加盟施設の一覧や宿泊料金などは、同コーナーおよび、まちづくりセンター(並木を除く)で配布しているほか、市HP(「楽しむ・学ぶ」をクリック)でもご覧になれます。

▶四万温泉郷

皆さんの善意

- 【愛の福祉基金】●所沢友和会様(35万円) ●鉄道信号(株)所沢工事所様(10万円) ●ヤオコー所沢椿峰店様(25,642円) ●所沢市フォークダンス連盟様(15,521円) ●フラ・ハラウ・オ・ブメハナ様(162,491円)
 - ヤマザキ製パン従業員組合埼玉支部様(10万円) ●(株)中央管財様(5千円) ●所沢市民クリスマス実行委員会様(5万円) ●西新井町馬頭観音様(74,000円)
 - (株)日刊新報社様(5万円) ●(株)ヒノデ治療院様(5千円) ●所沢商工会議所女性会様(3万円) ●さいしん所沢友の会様(10万円)
 - 【所沢市緑の基金】●いるま野農業協同組合様(20万円)
 - 【交通事故防止啓発事業等へ】●(社)埼玉県自動車整備振興会所沢支部様(25万円) ●所沢タクシー協議会様(10万円) ●(株)宮本交通様(10万円)
 - 【ふるさと応援寄付】●(株)ルミアン様(10万円) ●二上卓也様(1万円)
 - 【松原学園へ】●(株)和様(クリスマスケーキ30個) ●太誠産業(株)様(クリスマスケーキ3個)
 - 【地域社会福祉のため】●飯能信用金庫所沢支店様(点字カレンダー160部) ●埼玉りそな銀行所沢支店様(点字カレンダー10部)
 - 【生活保護世帯へ】●読売新聞所沢センター様(JAいるま野「こしひかり」1kg×1,500袋)
 - 【理科教育振興のため】●(株)ビクセン様(ビクセン製太陽観察用日食グラス2,350枚)
 - 【教育振興のため】●(株)ビクセン様(天体カレンダー300部)
- ※12月16日から1月15日までの受付分です。ありがとうございました。

毎年必ず受けましょう！

犬の狂犬病予防注射

狂犬病予防法により、飼い主は、犬を登録し、年1回の狂犬病予防注射を受けさせ、鑑札と注射済票を犬につけなければなりません。狂犬病予防注射は、集合狂犬病予防注射会場（表1参照）または動物病院で受けられます。

市に登録している犬については、注射済票交付申請書（はがき）を、3月上旬に飼い主の方へ郵送します。3月15日（木）を過ぎても、はがきが届かない方、飼い主および住所等が変更になった方、犬が死亡した場合は、各会場および市役所5階生活環境課に備え付けの申請書で届け出てください。申請書は、市HP（「犬の各種手続き」で検索）からも入手できます。

会場で受ける場合

- 集合狂犬病予防注射会場では、次のことを守ってください。
- 注射前に獣医師の問診を行いますので、犬の体調がわかり、注射のときに犬をおさえられる方が連れてきてください。
- 首輪や胴輪は抜けないようにし、特にひもは短く持ってください。
- 会場では、係員の指示に従ってください。
- 他の予防注射接種後4週間以上経過していない場合には、今回の狂犬病予防注射は受けられません。



◆平成24年度 集合狂犬病予防注射日程表（雨天でも実施）【表1】

実施日	時間	集合狂犬病予防注射会場
4月3日(火)	午前9時30分～9時50分	三ヶ島第4区集会所前（堀之内580）
	午前10時30分～11時20分	三ヶ島第13区どんぐり広場（和ヶ原3-286）
	午後1時00分～2時30分	小谷公園（小手指南3-42-2）
4月4日(水)	午前9時30分～10時00分	清流公園（下安松200-5）
	午前10時40分～11時30分	松郷南公園（松郷92-1・松郷保育園隣）
4月5日(木)	午後1時30分～2時30分	こぶし団地中央公園（こぶし町18）
	午前9時30分～10時00分	林センター（林2-199-8）
4月6日(金)	午前10時40分～11時20分	狭山湖運動場駐車場（上山口1233）
	午後1時00分～2時30分	町谷自治会館（山口2788-3）
4月10日(火)	午前9時30分～11時20分	富士見公園（中新井3-23）
	午後1時00分～2時30分	上砂公園（緑町4-10）
4月11日(水)	午前9時30分～9時50分	坂之下会館（坂之下217-1）
	午前10時30分～11時30分	柳瀬まちづくりセンター（城964-8）
4月12日(木)	午後1時30分～2時30分	篠山公園（上安松944-28）
	午前9時30分～10時00分	愛宕前公園（東狭山ヶ丘1-63）
4月13日(金)	午前10時40分～11時20分	北中公園（北中3-100・北中公民館東側）
	午後1時00分～2時30分	市民体育館広場（並木5-3）
4月14日(土)	午前9時30分～10時10分	牛沼生活改善センター（牛沼403）
	午前10時50分～11時30分	北の台公園（くすのき台3-9-1）
4月16日(月)	午後1時30分～2時30分	所澤神明社（宮本町1-2）
	午前9時30分～10時10分	長源寺第2駐車場（下安松467）
4月17日(火)	午前10時50分～11時20分	東福寺駐車場（本郷764-1）
	午後1時00分～2時30分	東所沢公園（東所沢和田3-9）
4月19日(木)	午前9時30分～11時20分	埼玉県所沢地方庁舎（県税事務所）（並木1-8-1・所沢警察署南側）
	午後1時00分～2時30分	狭山ヶ丘コミュニティセンター第2駐車場（若狭4-2496-7）
4月20日(金)	午前9時30分～10時00分	三ヶ島まちづくりセンター（三ヶ島5-1639-1）
	午後1時00分～2時30分	西所沢公園（西所沢2-9）
4月22日(日)	午前10時50分～11時20分	本覚院駐車場（荒幡655・荒幡会館前）
	午後1時00分～2時30分	瑞岩寺駐車場（山口400）
4月23日(月)	午前9時30分～10時10分	熊野神社（西新井町17）
	午後1時00分～2時30分	寿町公園（寿町9・所沢小学校東側）
4月24日(火)	午前9時30分～10時00分	松が丘中央公園（松が丘1-23-9）
	午後1時30分～2時30分	和ヶ原公園（和ヶ原1-159-1）
4月25日(水)	午前9時30分～11時20分	上新井公園（上新井3-4）
	午後1時00分～2時30分	北野公園（小手指町4-3・市民プール東側）
4月25日(水)	午前9時30分～11時30分	埼玉県所沢地方庁舎（県税事務所）（並木1-8-1・所沢警察署南側）
	午後1時00分～2時30分	吾妻まちづくりセンター（久米2229-1）
4月25日(水)	午前9時30分～9時50分	小手指まちづくりセンター（北野南1-5-2）
	午後1時00分～2時30分	富岡まちづくりセンター第3駐車場（北岩岡115-2）
4月25日(水)	午前9時30分～10時30分	柳野公園（下富1256-97・所沢ネオポリス公民館隣）
	午後1時30分～2時30分	富士見公園（中新井3-23）
4月25日(水)	午前9時30分～9時50分	南永井生活改善センター（南永井405）
	午後1時30分～2時30分	道傍公園（中富南2-20）
4月25日(水)	午前10時30分～11時20分	西窪公園（上新井4-56）
	午後1時30分～2時30分	

動物病院で受ける場合

はがきを持参のうえ、4月から6月までに受けてください。注射料金は、病院ごとに設定されています。注射後、獣医師が発行する狂犬病予防注射済証とはがきを市役所5階生活環境課へ持参のうえ、

- 【集合注射料金】登録済みの犬（1頭）：3、300円（注射済票550円・予防注射2、750円）
- 新規登録する犬（1頭）：6、300円（登録3、000円・注射済票550円・予防注射2、750円）

注射済票の交付を受けてください。市に登録されている犬については、市と協定を結んでいる動物病院（表2参照）で、9月末まで注射済票の交付を受けられます。◎海外に犬を連れて行く予定がある場合、または犬にマイクログリップを装着している場合は、注射の前に必ず申し出てください。



◆平成24年度 市と協定を締結している動物病院（五十音順）【表2】

動物病院名	所在地	電話番号
アニマルケアガーデン椿峰	小手指南4-34-4	2936-9696
大串ペット動物病院	若狭3-2556-5	2948-8516
かねこペットクリニック	北秋津778-5	2927-0067
かわしま動物病院	東所沢和田2-17-6コーポタチバナ1階	2944-9345
北中犬猫医院	北中3-111-32	2922-8515
喜多町ペットクリニック	喜多町8-6 森脇ビル102	2928-0831
桐原動物病院	東住吉13-13	2922-3533
久米犬猫病院	久米369-9	2922-0629
グリーンヒルアニマルクリニック	下安松50-247 カミタマンション二番館1階	2951-5900
航空公園動物病院	西新井町20-7	2996-1362
コジマ動物病院	小手指町1-10-4	2928-5849
小手指ペットクリニック	小手指元町2-29-4	2949-1200
Conono動物病院	東所沢和田1-47-11	2933-9701
狭山ヶ丘動物病院	東狭山ヶ丘3-719-1	2903-7500
さわはた動物病院	小手指町4-18-2	2949-6776
シマダ動物病院	東所沢1-30-3	2946-0078
新所沢動物病院	北所沢町1992-10-101	2943-0370
タカダ動物病院	山口738-3	2928-0251
田むら往診専門獣医師	北原町1346-18	2995-3336
所沢愛犬病院	上新井1-10-9	2922-2929
所沢アニマルメディカルセンター	上新井5-54-42	2929-1818
パシエル獣医科	北原町1260-8	2998-7710
ファール動物病院	上新井1-45-17	2925-4236
ファミリー動物病院	榎町8-10 Kビル榎町1階	2925-0079
フェリス動物病院	東所沢和田1-10-9 サンゴールド1階	2946-0225
ペットクリニック茶々	久米1417-8	2946-9773
PET-SPA所沢動物病院	東住吉1-4	2936-7455
星の宮動物病院	星の宮2-9-12	2903-8100
まつおか動物病院	東所沢2-7-15	2945-9640
メープル動物病院	山口5241-1 ボナール入ヶ丘106	2926-0911
もみの木動物病院	美原町5-2038-17	2996-3365
山口どうぶつ病院	所沢新町2528-19	2990-1199
和ヶ原動物病院	和ヶ原2-211-14	2948-1199

ひろば



▲爆発物を用いたテロの発生を想定した「国民保護訓練」では、自衛隊・警察・消防などが一体となって、万一の事態に備えた緊張感のある訓練を行いました。

1月28日(土)／所沢航空記念公園
(撮影：市民カメラマン・池田敏明)

◎この行事の取材は、広報課へ職場体験に来た中央中学校の生徒が行いました。



◀▲中央中学校の生徒が図書館や保育園で職場体験をしました。本を整理したり、園児と楽しく遊んだり、みんな一生懸命がんばっていました。
1月26日(土)／所沢図書館・西新井保育園
(写真・文：中央中学校1年・加藤航希、奈良和真)



安全でおいしい野菜を子どもたちに

「陽子ファーム」園長 池田容子さん（城在住）

家族の健康を願って作り始めた野菜ですが、今では、地域の方をはじめ、市内のレストランやパン屋さん、イベントなどで多くの人たちが味わっています。「細く長く地道に活動を続けてきましたが、農園を理解してくださる方が徐々に増え、地域に浸透してきたかなと実感しています」と笑顔がこぼれます。「野菜を味わってくださる方の声を聞くことが一番のやりがい」と池田さんが語るとおり、消費者と生産者が栽培方法を理解し合い、「顔が見え、話ができる」関係をつくるのが地産地消の原点。その信頼関係が「食」への安心や、地域の絆を強めることにつながっていきます。

「小さいうちから安全でおいしい野菜を口にしてほしい」と、市内の子どもたちの農業・職場体験などにも積極的に協力している池田さん。「陽子ファーム」で育てる野菜に込める願いは、家族の幸せから所沢の子どもたちの幸せへと広がります。その愛情たっぷりの野菜が、多くの子どもたちに届くことを願わずにられません。



▲愛情を込めた野菜を収穫する池田さん

命じられ、慌ててパスポートを取りに行った。窓口で、思いのほか早く名前を呼ばれた。

名前(ふりがな)

寿町 浅野 洋次

でもやっぱり大好きな主人と同じ名字が名乗れるのは、うれしいことですね！

旧姓を離れたさびしさもありました。でもやっぱり大好きな主人と同じ名字が名乗れるのは、うれしいことですね！

去年めでたく入籍した私。旧姓は「原嶋」といい、読み間違えたり、印鑑ですら特注で作るしかありませんでした。

幸せの名字

上野 杉山 しおり

誰でもエッセイ

テーマ「名前」



ところざわ

歴史まめ知識 21



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「と」です。



と 所沢 今回は、「ところざわ」という地名にまつわる「まめ知識」をご紹介します。



▲江戸時代の所沢を描いた絵

所沢の名の由来は、「安松」や「小手指」などほかの古い地名と同じように、古いゆえに正確なことはよく分かりません。地名に関心を抱いた後世の人々はさまざまに由来を求め、郷土史への意識や時代の流行を反映して多くの説が生まれました。植物の「野老」と「沢」を組み合わせる説はもっとも広く知られています。この説に平安時代の貴族在原業平を登場させる言い伝えは、明治44年に所沢小学校が編さんした『所沢町郷土誌』での紹介が最初で、それより昔の書物には見られません。当時の小学校が編さんした各町村の郷土誌は、郷土愛を背景に、少しでも古くまた高貴な来歴を求める傾向がありました。また、昭和30年代には「所沢の名はアイヌ語のト・オロ・ベツ（沼を持つ川）に由来する」という新説が生まれました。現在も単語の起源を他の言語に求めることが流行のように浮上することがあり、この説もそんな一種の流行を背景にしていたと思われます。なお「所沢」は、現在は「ところざわ」と濁り、ローマ字表記では「TOKOROZAWA」と記されます。古くは濁らない「ところざわ」が主流でした。

「ところざわ」の名が初めて文書に現れたのは鎌倉時代末期で、平長家という人物の領地として登場します。室町時代には京都から来た道興准后という僧がその紀行に「野老」の文字を用い、戦国時代に青梅御岳山に奉納された太刀にも「野老沢住人」の銘が残ります。江戸時代に入ると、徐々に「所沢」という表記に比重が移る一方で、「野老沢」は一種の文学的な雅語として存続しました。そして明治以降、町名の表記は「所沢」で固定されます。地名は時代のさまざまな様相を映し出しています。

問い合わせ 生涯学習推進センターふるさと研究グループ
☎2991-0308 FAX 2991-0309



投稿写真

▲所沢にもしんしんと雪が降った日の朝の八国山。上空を見上げると降り積もった雪が朝日でピンク色に染まり、まるで桜のようにも見えました。いつまでも残しておきたい美しい自然です。
1月24日(火)／八国山緑地
(写真・文：松が丘・岡田 充)

みんなの



▲子どもから高齢者、初心者から上級者までさまざまな人が卓球を通して交流を深めた「卓球フェスティバル」。大きいラケットやなんと穴が開いたラケットまで登場し、ふだんとは違うスタイルで卓球を楽しみました。
1月29日(日)／市民体育館
(撮影：市民カメラマン・中村 仁)

おうちで 食べよう! 所沢の学校給食

10 うどのきんぴら



栄養士さんが考えた学校給食のメニューの中から、所沢産の食材を取り入れたものや、特色あるレシピを紹介します。

◆今回の献立

ごはん、牛乳、
さばの照り焼き、
大根のピリ辛煮
うどのきんぴら★



★うどのきんぴら

材料 (4人分)

- ・うど……………小1本
- ・ちくわ……………1 / 2本
- ・にんじん……………1 / 2本
- ・糸こんにゃく……………50g
- ・油……………小さじ1

- ①
- ・酒……………小さじ2
 - ・砂糖……………大さじ1
 - ・しょうゆ……………小さじ2
 - ・塩……………少々
 - ・ごま油……………小さじ1
 - ・とうがらし……………少々

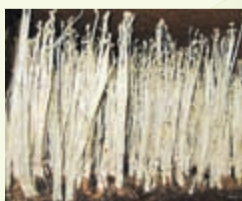
作り方

- ①うどは皮をむき、斜めにスライスし、すぐに酢水につけてあく抜きをします。(すぐに酢水につけずに空気に触れると、褐色に変わってしまいます。)
 - ②ちくわは、半月の小口切り、にんじんはせん切りにします。
 - ③鍋に油をひき、糸こんにゃく、にんじん、うどをいため、ちくわを入れてさらにいため合わせます。
 - ④調味料①を入れてよくいため、最後にごま油・とうがらしで風味をつけ味を調えます。
- ◎ごまを加えると風味豊かになり、さらにおいしくいただけます。

ここがポイント ～春を感じさせる「うど」!～



数少ない日本原産の野菜(山菜)で、白いうど(軟化うど)は地下の室など、暗いところで栽培されます。香りが強くシャリシャリとした歯ごたえが特徴で、ビタミンB1・B2・C、アミノ酸をたくさん含む低カロリー野菜です。うどのほろ苦さは、食欲増進や新陳代謝の促進効果が期待できるとされています。きんぴらのほか、あえ物、酢の物、吸い物、刺身のつまなどにも使われています。



問い合わせ 保健給食課 ☎2998-9249 ☎2998-9167

はっぴっ 野老っ子



大地の力、水、そして太「陽」の恵に感謝の気持ちを含めて名付けられた「陽子ファーム」。今回はこの農園で30年以上、無農薬・無化学肥料の野菜を作り続け、農林水産省から「地産地消の仕事人」にも選ばれた池田容子さんをご紹介します。農家で育ち、農家の息子と結婚したものの農業への関心がまったくなかった池田さんが、無農薬・無化学肥料による野菜の栽培を始めたきっかけは家族の健康でした。「子どもたちが軽いアトピーを持っていて、その治療になれば」と思ったのが、そもそもの始まりです。しかし、ここまでの道のりは、失敗と苦勞の連続でした。無農薬野菜の最大の敵はなんとといっても「虫」。虫にかかるとおいしい野菜が食べつくされてしまうため、一株ずつ野菜につく虫をピンセットで取る作業が欠かせません。「昔は設備も整わず、夜中まで作業をした日も少なくありませんでした」というほど忍耐強く、野菜に愛情を注いできました。それでも虫にやられて野菜が全滅してしまったときは、さすがにくじけそうになったそうです。そんなときも、「野菜を待っていてくださる方に届けたい」という強い思いと、家族や地域の方の協力が池田さんを支えてきました。

栗田さんとクリタさん
本郷 平野 信子
高校時代のクラスメートに栗田さんという人がいた。五十音順の名簿だと一番最初に名前を呼ばれるのだが、たいていの科目の先生は「クリタさん」と間違えて読んで記憶に間違えがなければ、正しく読んだのは書道の先生だけ。「クリタさん」と呼ばれるたびに「アワタです」と低い声で訂正していた彼女。毎回間違っって呼ばれて、どんな気持ちだったのだろうか。

知らぬが仏、20数年間知らずに通してきた自分にあきたものだった。
「あなた、自分の名前を間違えているよ。訂正しないとだめだよ」意味がわからず、質問を繰り返すと「このローマ字、ヨージじゃあなく、ヒロツグだろう」と語気を強めた。見ると戸籍謄本には、はっきりと洋次の横に「ヒロツグ」とふりがなが付されていた。後で知ったのだが、出生届出時、祖父がわざわざふりがなをふったということだった。

【情報館】・特にことわりのないものは3月1日(木)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。



家庭の資源とごみの分け方・出し方(ごみカレンダー)の配付

平成24年度「家庭の資源とごみの分け方・出し方」は、3月上旬に各ご家庭に配付します。

資源循環推進課
☎2998-9146

健康カレンダーの配付

平成24年度「健康カレンダー」は、3月23日(金)以降、各ご家庭に配付します。

保健センター
☎2991-1811

育英奨学金・遺児奨学金制度

市では、市内在住で素行良好、成績優秀な生徒で、経済的理由により修学困難な高校生等に、次の奨学金制度を設けています。

育英奨学金

対4月から高等学校または高等専門学校に入学が決定、または現在在学中で4月以降も在学予定の生徒で、本人および保護者が市税を滞納していない方
支給額 5,000円(月額)

遺児奨学金

対不慮の災難などで両親または父

市税の夜間・休日納税窓口

夜間…3月1日(木)、30日(金)、4月2日(月)
午後5時～8時
休日…3月25日(日)、4月1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

市税の納め忘れはありませんか?

▶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。

子ども手当の申請はお済みですか?

平成23年9月分まで子ども手当を受給していた方が引き続き23年10月分から24年3月分の子ども手当を受給するには、改めて申請手続きが必要です。公務員の方(独立行政法人等勤務者を除く)は勤務先で手続きをしてください。

申請期限 3月31日(土)(必着)
申請期限を過ぎた場合は、今回の手当6か月分を受給できません。
☎〒359-8501市役所2階子ども支援課
☎2998-9124へ直接・郵送



市役所2階子ども支援課☎2998-9124へ直接

平成22年9月30日、「子ども災害見舞金」は廃止になりました

制度廃止前の場合は、受傷時から2年以内であれば請求できます。受傷時に所沢市に住民登録または外国人登録をしている中学3年生までの子ども

対象となるのが▼公園等での遊び中のけが▼スポーツ中のけが▼家庭内でのやけどやけが▼生活全般にわたる身近なけが
☎市役所2階子ども支援課
☎2998-9124へ直接

母子家庭の母へ 高等技能訓練促進費を支給

平成24年度に資格取得などのために養成機関に入学する母子家庭の母に対して、入学時から高等技能訓練促進費を支給します。

①市内に住所を有する母子家庭の母②児童扶養手当を受給していることまたは同様の所得水準であること③養成機関において2年以上のカリキュラムを修業し、資格取得が見込まれること④就労と修業の両立が困難であること⑤過去に当該訓練促進費の支給を受けたことがないこと

対象資格 ▼看護師▼介護福祉士▼保育士▼理学療法士▼作業療法士▼准看護師▼歯科衛生士▼柔道整復師▼あん摩マッサージ指圧師▼はり師▼きゅう師
支給額(月額) 70,500円
または10万円
支給期間 修業期間全期間(上限は3年間)

申請期限 3月15日(木)
支給期間などが変わりましたので、詳細はお問い合わせください。
☎市役所2階子ども支援課
☎2998-9124

就学援助制度

市では、市内の小・中学校に通学する児童・生徒の就学に必要な費用等の支払いにお困りの世帯に対して援助をしています。

対経済的理由でお困りの世帯(所得の目安:4人家族で前年所得の合計が316万円未満)

①世帯構成によって変わります。
②給食費▼学用品費▼新入学学用品費(5月15日(火)までに申請)
③林間学校費▼修学旅行費▼医療費(学校の健康診断で特定の病気の治療勧告をされたもの)等
申請 4月分から援助を受けるためには、4月16日(月)までに印鑑、保護者名義の振込先金融機関の本支店名・口座番号がわかるものを持参のうえ、小・中学校または市役所6階教育総務課☎2998-9232へ直接



平成23年度難病患者見舞金

県が指定した難病で治療を受けている方に、毎年度1回2万5千円の見舞金を支給しています。該当する方で、まだ平成23年度分を申請されていない方は、3月30日(金)までに申請してください。

対市内に住所を有し、特定(指定)疾患医療受給者証または小児慢性特定疾患医療受給者証の交付を受けている方(所沢市重度心身障害福祉手当・特別障害者手当・障害児福祉手当・経過的福祉手当受給者を除く)

申請 ①特定(指定)疾患医療受給者証または小児慢性特定疾患医療受給者証または小児慢性特定疾患医療受給者証
申請先 市役所2階子ども支援課
☎2998-9124

第17回 所沢市国際交流フォーラム ~つながる心が世界をむすぶ~

日場 3月18日(日)午後1時～4時/市役所1階市民ホール
内容 ▶留学生によるパネルディスカッション ▶ディケイター市(姉妹都市)に派遣された高校生の発表 ▶無料国際電話 ▶姉妹都市の子どもたちが描いた絵の展示 ▶着物着付け体験 ▶世界のお茶の試飲 ▶かんざし作成体験 ▶和太鼓演奏 ▶所沢中国帰国者交流会による民族衣装での踊り ▶フィリピンダンス ▶日本の歌を日本語・中国語で歌おう ▶フォークダンス

◆イベント
日 3月13日(火)～16日(金)
場 市役所1階市民ホール
内容 ▶姉妹都市の子どもたちが描いた絵の展示 ▶活動紹介パネル展示 ▶等を紹介するパネル展示
問 所沢市国際交流フォーラム実行委員会(企画総務課内) ☎2998-9046
▲撮影:市民カメラマン・伊藤磨紀子



交通事故に気を付けましょう

交通事故の原因は、脇見運転が半分以上を占めています。事故防止のため、歩行者は道路横断時の左右の安全確認、自転車は交差点での一時停止と安全確認、車は脇見運転防止を心がけましょう。

平成23年中の市内での交通事故

死亡事故	8人 (前年比3人増)
負傷事故	2,279人 (前年比103人増)

①自転車での負傷事故が、前年に比べて63件増えています。

第9次所沢市交通安全計画を策定

「市民・地域・市が協力し、安心して暮らせるまち」を目指し、市内における陸上交通の安全に関する施策の大綱である「第9次所沢市交通安全計画」を策定しました。

詳細は、市役所1階市政情報センター、同2階交通安全課、市HPでご覧になれます。
☎交通安全課☎2998-9140

住宅用火災警報器の取り付けをサポート

消防本部では、「住宅用火災警報器を購入したが、取り付けられなくて困っている」といった方のお宅へ消防職員、消防団員が伺い、取り付け作業を行います。お気軽にお申し込みください。



市内の住宅
申請住所、氏名、電話番号を、消防本部予防課☎2929
19121☎
20209-01200☎b2929121
@city.tokorozawa.saitama.jp
電話・FAX・Eメール
消防職員は取り付け作業のみを行います。住宅用火災警報器は事前に購入してください。

【情報館】・特にことわりのないものは3月1日(木)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。

知って安心ところざわ

防犯一口メモ

防犯対策室 ☎2998-9090

早めの対策で犯罪から自分を守ろう！

市内では、平成23年に2,480件の犯罪が発生しました。その中で、自転車盗や車上狙いなどは減少しましたが、自動販売機を狙った犯罪が急増しています。自動販売機付近で不審な車や人物を見かけた場合は、警察にご連絡ください。また自動販売機の管理者は、こまめに売上金を回収し、万が一の被害を最小限に食い止めましょう。

◆市内各種犯罪認知件数

	平成22年	23年	増減
振り込め詐欺	32	16	-16
自転車盗	1,635	1,375	-260
ひったくり	37	39	+2
自動車盗	46	57	+11
車上狙い	391	213	-178
オートバイ盗	283	242	-41
部品盗	97	71	-26
自動販売機狙い	75	188	+113
空き巣	212	240	+28
忍び込み	44	39	-5

★防犯Q&A★

Q：空き巣被害が増加しているようですが、対策のポイントは？
A：ガラスを割れにくくする「防犯フィルム」の貼り付けや補助錠の取り付けが効果的です。また外出する際は、確実な施錠と隣近所に一声かけるなど、地域で防犯意識を高めることが大切です。

東日本大震災による被害を受けた方への税の軽減措置等

◆所得税などの還付

東日本大震災により被害を受けた方や復興推進に向けた取り組みに対し、確定申告などの手続きにより、税金の還付を受けることができます。

◎詳細は、国税庁 <http://www.nta.go.jp> をご覧いただくか、お問い合わせください。

☎所沢税務署 ☎2998-9111

◆不動産取得税の軽減

耕作等が困難となった農用地に代わる農用地を取得した場合や、警戒区域内にあった農用地に代わる農用地を取得した場合、不動産取得税の軽減を受けることができます。

◎詳細は、お問い合わせください。

☎所沢国税事務所 ☎2995-2137

◆個人住民税の軽減

住宅・家財・自家用車などに損害を受けた方は、雑損控除の適用を受けることにより個人住民税の軽減を受けることができます。

◎詳細は、お問い合わせください。

☎市民税課 ☎2998-9064

防衛医科大学校病院の休診

3月19日(月)の外来診療は、終日休診となります。

☎防衛医科大学校病院医事課 ☎2995-1511 (内線3003)

悪質な投資勧誘にご注意ください

悪質な業者による未公開株などの投資勧誘の被害が増加しています。不審な投資勧誘を受けた場合には、ご相談ください。

相談窓口・☎関東財務局証券監督

第1課 ☎048-613-3952 (土・日曜日、祝休日を除く午前9時～正午、午後1時～5時)

高校1年生の方へ 子宮頸がん予防ワクチン 接種はお早めに

無料接種の対象は、中学1年生から高校1年生(相当)の方ですが、平成24年度は、23年3月31日(出までに無料接種を開始している)までに無料接種を開始している場合に限り、高校2年生になっても残りの接種を無料で受けられる見込みです。

◎接種完了(全3回)には、最低6か月間かかります。

☎保健センター成人保健課 ☎2991-1811

平成24年度水質検査計画を公表

水道部(市)より「水道部」をクリック)に掲載するほか、水道庁舎(宮本町2丁目)、市役所1階市政情報センター、まちづくりセンターでご覧になれます。ご意見をお待ちしています。

☎水道部配水管理課 ☎2921-1083

所沢浄化センターの廃止

県が定める下水道整備計画に基づき、3月31日(土)をもって廃止となります。廃止後の下水処理は、県管理の新河岸川水循環センター(和光市)で行います。

◆下水道整備計画の縦覧
縦覧期間 3月19日(月)～30日(金)
縦覧場所 市役所5階下水道維持課(土・日曜日、祝休日を除く)

☎所沢浄化センター ☎2944-4551

生産緑地地区の都市計画を変更

平成24年2月20日付で変更しましたので縦覧します。

縦覧場所・☎市役所2階都市計画課 ☎2998-9192

教育委員会への請願・陳情

市の教育行政に関することについて、教育委員会に要望できる制度を請願あるいは陳情といいますが、請願などの方法は、市(「教育委員会請願」で検索)をご覧ください。

☎教育総務課 ☎2998-9232

森林の所有者届出制度が はじまります

森林法の改正により、平成24年4月以降、森林の土地の所有者となった方は、土地の面積に関わらず届け出が義務付けられました。売買や相続等により森林の土地を新たに取得した方

◎個人・法人を問いません。ただし、国土利用計画法に基づく土地売買契約の届出を提出している方は届出の必要はありません。

届出期間 土地の所有者となった日から90日以内

届出に必要なもの
登記事項証明書(写しも可) または土地売買契約書など権利を取得したことが分かる書類の写し
土地の位置を示す図面

届出書は、市役所5階みどり自然課に備え付けてあります。

☎みどり自然課 ☎2998-9373

東日本大震災パネル展示

東日本大震災から1年が経過し、震災直後の被災状況や支援活動を紹介するパネル展示を行います。

☎市役所1階市民ホール ☎2998-9113

消防署・消防団非常招集訓練

東日本大震災の教訓を踏まえ、大規模災害を想定した訓練を実施します。

☎3月11日(日) 午前9時～9時45分(小雨決行)

☎医療法人社団医歯会並木病院(東狭ヶ丘5丁目)

☎消防職員・消防団員の技術の向上ならびに近隣消防本部、医療機関との総合消防活動訓練

訓練参加車両 消防署・消防団車 両約25台

☎訓練実施時は、消防車がサイレンを鳴らし出場します。火災と間違えないようにご注意ください。

☎消防本部警防課 ☎2929-9122

介護予防講演会

☎3月8日(木)午後2時～3時30分
柳瀬公民館ホール

☎会場へ直接お越しください。

☎保健センター成人保健課 ☎2991-1811

平成24年度 所沢市高齢者大学の学生募集

高齢者の生涯学習や仲間づくりの場です。

☎平成24年4月～25年2月(おもに水・木・金曜日/月3日程度)

☎市役所等

☎昭和27年4月1日以前に生まれた市内在住の方で、学習意欲があり、全講座受講可能な方

◎受講経験がある方は、応募できません。

☎定員男女各80人(抽選のうえ、結果は4月2日(月)までに通知)

☎健康管理、社会福祉、一般教養、身近な法律、合唱、課外活動等

☎費6,000円(課外活動等は別途実費)

☎募集案内をご覧のうえ、3月13日(火)(必着)までに、往復はがきに①住所②氏名③生年月日④性別⑤電話番号を記入し、〒359-8501高齢者支援課 ☎2998-9120へ郵送

◎募集案内は、市役所1階高齢者支援課、老人福祉センター、老人憩の家、まちづくりセンター、コミュニティセンター、生涯学習推進センターに備え付けてあります。



定先着250人
☎会場へ直接お越しください。

テーマ 地域で学ぼう
認知症と糖尿病
瀧口博司さん

☎高齢者支援課 ☎2998-9120

☎第3回埼玉アルコール・薬物家族支援フォーラム
「支え合う家族の力」

☎3月10日(土)午後1時30分～4時30分

☎保健センター多目的ホール

☎①依存症の理解と回復②家族への対応③当事者家族の話

☎①埼玉県立精神医療センター副院長・成瀬暢也さん②さいたま市こころの健康センター副所長・岡崎直人さん

☎会場へ直接お越しください。

☎保健センター成人保健課 ☎2991-1811

【情報館】・特にことわりのないものは**3月1日(木)**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。

バスツアー「野老めぐり」 『春爛漫 所沢桜めぐり』

県を代表する桜の名所である狭山湖をはじめ、樹齢140年といわれる金仙寺のしだれ桜、500mにもおよぶ小手指砂川堀のしだれ桜、東川の桜並木等、所沢の桜は見どころいっぱいです。

日 4月4日(水)・5日(木)・6日(金)

◎桜の開花予想により変更となる場合があります。

集合 所沢駅東口(午前9時)

行程 所沢駅東口～滝の城址公園～東川の桜並木～所沢航空記念公園～昼食～金仙寺しだれ桜～狭山湖散策～小手指砂川堀しだれ桜～所沢駅東口

定 いずれの日も申し込み先着40人

最少催行人員 いずれの日も30人

費 4,500円(バス代・昼食代・保険代含む)

申 3月19日(月)(消印有効)までに、①参加者全員の氏名(ふりがな)・年齢②参加希望日(第1・2希望)③参加代表者の郵便番号・住所・電話番号を記入のうえ、(株)JTB関東法人営業川越支店〒350-1123川越市脇田本町14-23カーニープレイス川越ビル6階☎049-241-3492へ郵送・FAX

問 所沢市観光協会事務局(商工労政課内) ☎2998-9155



▲金仙寺のしだれ桜
撮影：市民カメラマン・池田敏明

とくろご親子で楽しむ運動遊び
日 3月31日(土)午前9時30分～11時
場 市民体育館サブアリーナ
対 おおむね2歳～6歳児
持 上履き、タオル1人1本、下履きを入れる袋
申 問 申込書を〒359-8501市役所2階ごも支援課☎2998-9124 2998-9035 ☎a9124@city.tokorozawa.saitama.jpへ直接・郵送・電話・FAX・Eメール
◎申込書は、ごも支援課、まちづくりセンター、児童館、市HPから入手できます。



生涯学習推進センター
定 申し込み先着20人
場 木綿布を裂いたもの、ものさし、はさみ
◆古布からもんぺ作り
日 3月22日(休)午前10時～午後3時
場 リサイクルふれあい館
定 申し込み先着12人
持 ほどいた着物1着分、裁縫道具、ものさし、ミシン糸、昼食
◆牛乳パックからいす作り
日 3月28日(休)午前9時30分～午後0時30分
場 リサイクルふれあい館
定 申し込み先着20人(小学校4年生までは保護者同伴)
持 1ℓの牛乳パック24本(洗って乾かしたもの)、セロハンテープ、ポンド、ガムテープ、はさみ、筆記用具
費 500円



航空発祥の歴史を訪ねて「航空記念公園内史跡めぐり」
日本の航空の幕あけとなった所沢航空記念公園内に残る史跡めぐりや所沢航空発祥記念館の見学と大型スクリーンによる映画鑑賞です。
日 3月25日(日)午前10時
航空発祥の歴史を訪ねて「航空記念公園内史跡めぐり」
94-5374へ電話
申 問 リサイクルふれあい館☎2998-9124
◎いずれも申し込みが必要で、申 問 リサイクルふれあい館☎2998-9124へ電話
◎休館日は月曜日、祝休日(月曜日と祝休日が重なる場合は翌日も含む)です。



行事名	開催日時
裂き織り(ランチョンマット)	3月14日(水)午前10時～
傘修理(1人1本)	3月17日(土)午後1時30分～
包丁研ぎ講習会	3月17日(土)午後1時30分～
おもちゃの病院	3月24日(土)午後1時30分～
大型再生家具抽選会(30点程度)	3月10日(土)・24日(土)午前11時◎当日の申し込みは、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◎中止の場合がありますので、事前にお問い合わせください。

◆古布で作る笠地蔵
日 3月30日(金)午前9時30分～午後2時30分
場 リサイクルふれあい館
定 申し込み先着20人
持 着物地(20cm×50cm)、手縫いの絹糸、綿、裁縫道具、昼食
◆3月のエコロの行事



①里山体験講座
日 3月17日(土)午前10時～午後2時30分
対 小学生～大人(小学生は保護者同伴)
定 申し込み先着20人
持 昼食、飲み物、軍手、筆記用具
費 300円(材料費・保険代)
②大人のための自然観察会
《早春!野から森へ》
日 3月24日(土)午前9時30分～午後2時30分
集合 西武球場前駅前



狭山丘陵いきものふれあいの里センターのイベント
◎完成賞として、先着1,000人に記念品を差し上げます。
問 狭山公園パークセンター ☎042-393-0154
狭山丘陵の東部に位置する狭山公園、八国山緑地、東大和公園をめぐります。パークレンジャーなどによる自然ガイドや野外展示などを行います。雑木林の生きものとの出会いなどお楽しみください。
日 3月25日(日)(小雨決行)
受付 午前9時～10時30分
集合 東村山駅西口コース 東村山駅～八国山緑地～多摩湖堤体～東大和公園～狭山公園(約10km)
◎完歩賞として、先着1,000人に記念品を差し上げます。
問 狭山公園パークセンター ☎042-393-0154



きてみて里山! 春のうららかウォーキング
狭山丘陵の東部に位置する狭山公園、八国山緑地、東大和公園をめぐります。パークレンジャーなどによる自然ガイドや野外展示などを行います。雑木林の生きものとの出会いなどお楽しみください。
日 3月25日(日)(小雨決行)
受付 午前9時～10時30分
集合 東村山駅西口コース 東村山駅～八国山緑地～多摩湖堤体～東大和公園～狭山公園(約10km)
◎完歩賞として、先着1,000人に記念品を差し上げます。
問 狭山公園パークセンター ☎042-393-0154

③狭山丘陵基礎から学ぶ植物画講座
日 平成24年4月6日(金)～25年3月15日(金)(全13回) いずれも金曜日の午前9時30分～午後3時
対 高校生以上
定 申し込み先着20人
持 昼食、飲み物、筆記用具等
費 11,000円(画材費ほか)
④定例ガイドウォーク
日 3月3日(土)・4日(日)午後1時30分～(約1時間)
申 ①②③は同センターへ電話、④は当日同センターで受付

ラン科植物からみる生物多様性講座
日 3月26日(月)午後1時～5時
場 市役所8階大会議室
対 みどりの保全、ランに関心のある個人・団体(政治団体を除く)
定 申し込み先着100人
申 問 3月21日(水)までに、住所、氏名、電話番号を市役所5階みどり自然課☎2998-9373 ☎2998-9165 ☎a9373@city.tokorozawa.saitama.jpへ直接・電話・FAX・Eメール

児童館へ行こう(3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。
◎4月から、災害など緊急時における連絡先を把握するため、児童館の利用には登録が必要になります。ご協力をお願いします。
問 青少年課 ☎2998-9103

児童館名	電話番号	行事名/開催日時
ひばり	2926-8669	■タイムトライアル/3月16日(金)午後3時30分～/参加自由
こばと	2924-3065	■おはなし会/3月12日(月)午前10時30分～/おおむね1歳～2歳児とその保護者対象/参加自由
つばめ	2922-0410	■パネルシアター/3月9日(金)午前10時45分～/1歳児～就学前の幼児とその保護者対象/申し込み必要
つばき	2923-6155	■なわとび認定会/3月12日(月)・13日(火)午後3時30分～/小学生対象/参加自由
すみれ	2949-3826	■パントマイム/3月17日(土)午後2時～/参加自由
さくら	2998-5912	■スーパーたからさがし/3月23日(金)午後2時～/参加自由
わかば	2948-3222	■紙ふうせんのお話会/3月14日(水)午後3時30分～/参加自由
まつば	2995-0995	■卒業進級おめでとう会/3月22日(休)午後3時30分～/参加自由
みどり	2928-8414	新所沢複合施設への移転準備のため、3月31日(土)まで休館
やなぎ	2944-8819	■キッズチャレンジ/3月23日(金)午後1時～/参加自由
ひかり	2996-3995	■おひさまひろば/3月5日(月)午前中/0歳～3歳児対象/参加自由

【情報館】・特にことわりのないものは3月1日(木)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。

年金セミナー「女性と年金」

日 3月17日(土)午後1時～3時
場 市役所8階大会議室
定 申し込み先着80人
内 学生納付特例、夫の遺族年金と自分の年金、離婚後の手続き等
講 社会保険労務士・竹島美保子さん
●男性も参加できます。
申 問 国保年金課 ☎2998-9098-90
95 国 ☎2998-9061
a0995@city.tokorozawa.saitama.jp
へ電話・FAX・Eメール

我が家の耐震診断・相談会(予約制)

日 3月24日(出)午前9時30分～②10時30分③11時30分④午後1時～⑤2時⑥3時
●相談時間は1時間以内です。
場 市役所8階大会議室
内 建築士による個別相談、耐震関係のビデオ上映、パネル展示等
対 昭和56年5月31日以前に、在来工法または枠組壁工法(2×4工法)で市内に建てられた、延床面積500㎡以下の平屋または2階建ての木造戸建住宅
定 申し込み先着30人
申 3月5日(月)から15日(木)までに、市役所2階建築指導課へ新築や増築時の平面図、立面図、仕様書等(平面図がない場合は、部屋の寸法と柱、壁、窓や出入り口の位置が分かる間取り図)を持参
●受付時に建築年次、地盤や基礎の状況、屋根の仕上げ(瓦葺き、鉄板葺きなど)、外壁仕上げ等の確認をします。
問 建築指導課 ☎2998-9180

3月の一般労働相談(予約制)

日 3月9日(金)午後4時～8時(1人約50分)
場 市役所2階203会議室
対 勤労者、事業主等
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
相 談 員 社会保険労務士
申 問 商工労政課 ☎2998-9155 へ電話

若者の就労・就職を支援

①若者ジョブ・ナビゲーション所
日 毎週土曜日午前10時～正午、午後1時～4時(1人約45分)
場 フーク所沢(花園2丁目)
対 おおむね39歳以下の勤労者・求職者、大学生・高校生等、子どもも就職等で悩む保護者(市外の方も利用可)
相 談 員 キャリアカウンセラー
日 3月24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。

若者就職支援セミナー

日 3月28日(水)午後2時～4時
場 市役所6階604会議室
対 おおむね39歳以下の求職者
定 申し込み先着30人
内 面接対策、就職の心得等
●雇用保険受給資格者には、利用証明書を発行します。
申 いずれも(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
①の当日予約はラーク所沢 ☎2943-2110(午前8時30分～午後2時)で受け付けます。
申 問 商工労政課 ☎2998-9155

若年者就職応援フェアinミューズ

日 3月19日(月)午後1時～3時30分(受付)
場 市民文化センター ミューズ第2展示室
対 39歳以下の求職者
内 所沢市、狭山市、入間市、三芳町、朝霞市、志木市、和光市、新座市に所在する事業所(約20社)による就職面接会
持 履歴書(数通)、筆記用具、お持ちの方はハローワークカード
●会場へ直接お越しください。
申 問 商工労政課 ☎2998-9155

保護者のための「わが子」の自立支援セミナー

日 3月10日(土)午後2時～4時
場 市役所7階研修室
内 支援機関の情報提供
対 就職した方の体験談およびゲストによるパネルディスカッション
定 申し込み先着40人
申 NPO法人「育て上げ」ネット ☎042-527-1605(午前9時30分～午後6時30分)へ電話
申 問 商工労政課 ☎2998-9155

女性委員による特設人権相談所

家庭内のもめごと、結婚、離婚、相続、夫・恋人からの暴力、ストーカー等女性特有の人権問題、近隣関係などでお困りの方は、ご相談ください。秘密は厳守します。
日 3月15日(木)午前10時～午後3時
場 さいたま地方方法務局所沢支局
申 問 市民相談課 ☎2998-9092 へ電話

悩んでいるより相談しよう!

市民相談課では、下表のとおり、相談窓口を開設しています。相談は無料です。
●開設時間は、相談科目によって異なります。詳細は、市庁舎(「市民相談」で検索)をご覧ください。
申 問 市民相談課 ☎2998-9092

Table with 2 columns: 相談科目 (Consultation Subject) and 内容 (Content). Rows include: 一般相談 (市民相談員による日常抱える問題や悩みごとの相談), 法律相談 (弁護士による法律相談), 人権相談 (人権擁護委員による人権問題についての相談), 行政相談 (行政相談委員による国等への苦情や要望の相談), 税務相談 (税理士による税務上の問題についての相談), 司法書士法律相談 (司法書士による法律・登記等についての相談), 保険・年金相談 (社会保険労務士による年金・労働問題の相談), 住宅増改築相談 (専門業者(団体)による住宅の増改築などについての相談), 行政書士相談 (行政書士による官公署に届け出る関係書類の作成やその内容に関わる相談), 外国人生活相談 (中国語による日常生活の悩みごと相談, 英語による日常生活の悩みごと相談)

暮らしの中の悩みごと相談

「どうしよう」「困った...」生活上のお困りごとや悩みについて、人権擁護委員と一緒に解決方法を考えます。秘密は厳守します。
日 3月13日(火)午前10時～11時30分、午後1時～3時30分(受付)
場 市役所1階市民相談課
●会場へ直接お越しください。
申 問 市民相談課 ☎2998-9092

休日特設相談会(予約制)

日 3月10日(土)午前10時～正午、午後1時～4時
場 市役所1階市民相談課
内 相続や金銭問題等の法律相談
●日常生活の中で起こるさまざまなトラブル等
相 談 員 弁護士
●医療に関することや法人問題などお受けできない相談もあります。
申 問 市民相談課 ☎2998-9092 へ電話

募集
第24回所沢民踊まつり(4月7日(土)開催予定)の参加団体を募集
参加を希望する団体は、踊る曲目のテープ・CD等をお持ちのうえ、次の代表者会議に出席してください。
代表者会議
日 3月8日(木)午後2時
場 所沢航空発祥記念館研修室

所沢地域活動栄養士の会員の募集

栄養士・管理栄養士
栄養に関する勉強会や食育活動
活動日 毎月第1月曜日 午前10時～正午
活動場所 保健センター
申 問 狭山保健所 ☎2954-6212 へ電話

交通指導員を募集

募集人数 各学区区1人
勤務地 牛沼・若松・中富小学校区内
勤務内容 朝夕の立しよ指導等
応募資格 市内在住の方
採用日 4月1日
申 問 3月2日(金)から9日(金)までに市役所2階交通安全課 ☎2998-9140 へ直接


保健センター業務助手(登録制)を募集

募集職種 ①保健師②看護師③歯科衛生士④栄養士
●あらかじめ登録し、必要に応じて勤務していただきます。詳細はお問い合わせください。
申 問 保健センター母子保健課 ☎2991-1811 へ電話

情報館

【情報館】・特にことわりのないものは**3月1日(木)**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。

3月の宅地内水漏れ修繕当番店
(土・日曜日、祝休日等)

下記の修繕当番店が、24時間体制で対応していますので、直接ご連絡ください。
水道部  (<http://www.tokorozawa-city-waterworks.com/>) では、水道に関するさまざまな情報を掲載しています。



日(曜日)	当番	電話番号
3日(土)	(有)石和設備工業	2993-8108
4日(日)	(株)楽々	2923-4900
10日(土)	城島設備工業(株)	2948-8737
11日(日)	(有)サンワ管工	2998-5844
17日(土)	(有)中村水道工事店	2992-0981
18日(日)	(株)小松屋管器	2922-3836
20日(祝)	上野管工(株)	2923-5890
24日(土)	(有)北田住設工業	2942-0020
25日(日)	(株)貫井産業	2993-0110
31日(土)	トヨタ設備(株)	2948-1043

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

看護師(臨時職員)を募集
募集人数 若干名
応募資格 看護師免許を有する方
勤務内容 検診・入力業務または機能回復訓練事業への従事

看護師(臨時職員)を募集
募集人数 若干名
応募資格 看護師免許を有する方
勤務内容 検診・入力業務または機能回復訓練事業への従事



保健師(臨時職員)を募集
募集人数 2人
応募資格 保健師免許を有する方(または取得見込みの方)

申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

申請 市民医療センター
☎2992-1151へ電話

勤務時間 ①1日7時間30分(三交代制) ②1日4時間

◎①の外来看護業務は内視鏡業務が出来る方を歓迎します。

◎②の健診看護業務

◎③の外来看護業務は内視鏡業務が出来る方を歓迎します。

勤務時間 ①1日7時間30分(三交代制) ②1日4時間

勤務時間 ①1日7時間30分(三交代制) ②1日4時間

勤務時間 ①1日7時間30分(三交代制) ②1日4時間

勤務時間 ①1日7時間30分(三交代制) ②1日4時間

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

◎詳細は相談に応じます。
申請 保健センター成人保健課
☎2991-1811へ電話

放射線量等の独自測定の結果

◎放射線量の測定結果や除染状況についての詳細は、**市HP**をご覧ください。

◆空間放射線量の測定結果

単位: μSv (マイクロシーベルト)/時、 mSv (ミリシーベルト)/年

定点測定場所(地表から5cm・50cm・1m)	測定日	測定値(年間換算値)	問い合わせ
市内(10か所) ①柳野公園②松原学園③北中小学校④所沢航空記念公園⑤道傍公園⑥柳瀬小学校⑦芸術総合高等学校⑧高峰公園⑨つばめ児童館⑩安松保育園	2月9日	0.04~0.08 μSv /時 (0.21~0.42 mSv /年)	環境対策課 ☎2998-9230

◎測定値を基にして年間換算値を算出したところ、いずれも国際放射線防護委員会(ICRP)による一般の人の平常時の放射線量の限度(自然放射線等を除く)である年間1 mSv を下回っていました。

年間換算値 = (測定値 × 8時間 [屋外にいる時間]) + (測定値 × 0.4 [屋内での放射線の低減率] × 16時間 [屋内にいる時間]) × 365日 ÷ 1,000 = 年間換算値 (mSv /年)

測定施設(地表から1cm・1m)	測定施設数(個所数)	測定日	0.23 μSv /時以上施設数(個所数)		問い合わせ
			地表1cm	地表1m	
市民医療センター	1 (12)	1月31日~2月2日	0	0	環境対策課 ☎2998-9230
保健センター	1 (18)	1月31日	0	0	
まちづくりセンター	11 (105)	2月8日~15日	0	0	
教育センター	1 (13)	2月8日	0	0	
障害者施設	7 (87)	1月31日~2月10日	1 (2)	0	
市民文化センターミュージズ	1 (10)	2月14日	1 (1)	0	

地表から1cmの高さの線量が0.23 μSv /時以上のミニスポットは2施設(3か所)が確認されましたが、速やかに除染した結果、すべての施設において0.23 μSv /時未満となりました。

◆水道水(地下水)、焼却残渣等に含まれる放射性物質の測定結果…異常なし

いずれの測定値も暫定規制値または基準値を下回っていました。

単位: Bq (ベクレル)/kg

検査項目等	採取日	測定結果	暫定規制値または基準値	問い合わせ
第一浄水場(宮本町) 水道水(地下水)	2月1日	放射性ヨウ素、放射性セシウムとも不検出	放射性ヨウ素: 300 Bq/kg (乳児は100 Bq/kg) 放射性セシウム: 200 Bq/kg	水道部 配水管理課 ☎2921-1083
東部クリーンセンター 廃棄物(主灰、飛灰、熔融スラグ、熔融飛灰、熔融不適物)	1月20日	放射性セシウムは33~2,130 Bq/kg	放射性セシウム: 廃棄物は8,000 Bq/kg 以下(一般廃棄物最終処分場に埋め立て処分することができる基準値)	東部クリーンセンター施設課 ☎2998-5300
排水、排ガス	1月5日~1月20日	放射性セシウムは不検出		
西部クリーンセンター 廃棄物(飛灰、焼却残渣、炉砂)	1月20日	放射性セシウムは76~710 Bq/kg	放射性セシウム: 200 Bq/kg 以下(肥料として利用する場合の基準値)	西部クリーンセンター施設課 ☎2948-3141
排ガス	1月24日	放射性セシウムは不検出		
所沢浄化センター 下水汚泥(脱水汚泥)	2月1日	放射性ヨウ素は不検出、放射性セシウムは16 Bq/kg	放射性セシウム: 200 Bq/kg 以下(肥料として利用する場合の基準値)	所沢浄化センター ☎2944-4551
松井保育園 山口保育園 並木保育園 保育園給食	1月23日~1月28日	放射性ヨウ素、放射性セシウムとも不検出◎不検出とは、検査機器で測定できる検出限界値未満であることを示します。なお、検出限界値は、放射性ヨウ素131...0.3~0.5 Bq/kg 、放射性セシウム134...0.3~0.5 Bq/kg 、放射性セシウム137...0.3~0.5 Bq/kg です。	放射性ヨウ素: 飲料水、牛乳、乳製品は300 Bq/kg 、野菜類(根菜、芋類を除く)、魚介類は2,000 Bq/kg 放射性セシウム: 飲料水、牛乳、乳製品は200 Bq/kg 、野菜類、穀類、肉、卵、魚、その他は500 Bq/kg	保育課 ☎2998-9126
第1学校給食センター 小学校給食	1月10日	放射性ヨウ素は不検出、放射性セシウムは16 Bq/kg	放射性セシウム: 200 Bq/kg 以下(肥料として利用する場合の基準値)	保健給食課 ☎2998-9249
第3学校給食センター 中学校給食	2月3日			

けんこう

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…保健センターへ予約（番号は正確に／FAX 不可）

事業名	日時・内容等
両親学級 (予約制)	▶とき：3月10日(土)午前9：30～正午（開始15分前から受付）▶対象：平成24年7月～9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）。ただし、パートナーと参加できる方に限ります。▶内容：もく浴実習、パートナーとできる妊婦体操の実技、ビデオ視聴▶定員：申し込み先着24組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル ●☎3月2日(金)～
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。
乳幼児 健康相談 (予約制)	▶とき：《離乳食》3月7日(水)午前中（グループでも参加可）《食事》3月23日(金)午前中《歯科》3月6日(火)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） ●☎3月1日(木)～
離乳食教室 (ごっくん期) (予約制)	▶とき：4月9日(月)・25日(水)いずれも午前10：00～11：30（開始15分前から受付）▶対象：平成23年10月・11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、試食等▶定員：いずれも申し込み先着30組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、お手ふき、スプーン ●☎3月6日(火)～
離乳食教室 (もぐもぐ期) (予約制)	▶とき：4月16日(月)午前10：00～11：45（開始15分前から受付）▶対象：平成23年8月・9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、試食等▶定員：申し込み先着35組▶持ち物：母子健康手帳、筆記用具、バスタオル、お手ふき、スプーン ●☎3月6日(火)～
離乳食教室 (ばくばく期) (予約制)	▶とき：4月10日(火)午前10：00～11：45（開始15分前から受付）▶対象：平成23年1月・2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・歯科衛生士の講話等▶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、飲み物（さ湯または麦茶）、歯ブラシ ●☎3月6日(火)～
2歳児 歯科 健康教室 (予約制)	▶とき：4月5日(木)・23日(月)いずれも午後0：50～1：10（受付）▶対象：平成21年9月・10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、歯磨き指導、フッ化物塗布等▶定員：いずれも申し込み先着50人 ●☎3月5日(月)～
ポリオ	▶とき：4月10日(火)・11日(水)・12日(木)・13日(金)・16日(月)・17日(火)いずれも午後1：30～2：30（受付）▶対象：平成23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。
BCG 接種	▶とき：4月19日(水)午前9：30～10：30、午後1：30～2：30（受付）▶対象：平成24年1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。
成人 健康相談 (予約制)	《健康相談》▶とき：3月7日(水)・21日(水)いずれも午前中▶内容：病気の予防、療養方法、食事・運動等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、入れ歯の手入れの方法等《栄養相談》▶とき：毎週木曜日午前中▶内容：生活習慣病の予防、バランスの良い食事等《気になる血糖値相談》▶とき：3月12日(月)・26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：3月9日(金)、23日(金)いずれも午前中▶内容：ひざ・股関節・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 ●☎3月1日(木)～
健診 結果相談 (予約制)	▶とき：3月5日(月)・12日(月)・16日(金)いずれも午前9：30～、午前10：45～▶対象：健診・人間ドックを受けた方で継続的に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。 ●☎3月1日(木)～
ファミリー 食育教室 (予約制)	▶とき：4月26日(木)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▶テーマ：簡単にできる朝食とおやつ▶内容：講話「頭とからだ元気になる朝ごはん」、簡単な調理実習▶定員：申し込み先着15人（初めての方を優先）▶費用：500円（調理実習材料費）▶持ち物：エプロン・三角きん・手ふきタオル ◎保育があります。 ●☎3月1日(木)～

事業名	日時・内容等
ところ21 栄養教室 (予約制)	▶とき：4月24日(火)午前9：30～午後0：30▶対象：64歳以下の方▶テーマ：脂質異常症予防の食事▶内容：講話「内臓脂肪を増やさない食生活」、簡単な調理実習▶定員：申し込み先着36人（初めての方を優先）▶費用：500円（調理実習材料費）▶持ち物：エプロン・三角きん・手ふきタオル ●☎3月1日(木)～
女性のため の優しい 健康食 教室 (予約制)	▶とき：4月17日(火)午前9：30～午後0：30▶対象：65歳以上の女性▶テーマ：脂質異常症予防の食事▶内容：講話「上手な脂肪のとり方」、簡単な調理実習▶定員：申し込み先着36人（初めての方を優先）▶費用：500円（調理実習材料費）▶持ち物：エプロン・三角きん・手ふきタオル ●☎3月1日(木)～
男性のため の優しい 健康食 教室 (予約制)	▶とき：4月18日(水)午前9：30～午後0：30▶対象：65歳以上の男性▶テーマ：脂質異常症予防の食事▶内容：講話「上手な脂肪のとり方」、簡単な調理実習▶定員：申し込み先着36人（初めての方を優先）▶費用：500円（調理実習材料費）▶持ち物：エプロン・三角きん・手ふきタオル ●☎3月1日(木)～
結核検診	▶とき：3月12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。40歳以上で肺がん検診を受けていない、あるいは受ける予定のない方 ◎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：▷4月19日(水)／並木公民館▷4月27日(金)／三ヶ島公民館／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、車での来場はご遠慮ください。
出張成人 健康相談	▶とき／ところ：▷3月6日(火)午後1：30～3：30、4月3日(火)午後1：30～3：00（受付）／狭山ヶ丘コミュニティセンター▷3月14日(水)午後1：30～3：30、4月11日(水)午後1：30～3：00（受付）／山口公民館▷3月21日(水)午前9：30～午後0：30、4月18日(水)午前9：30～正午（受付）／富岡公民館▶内容：個別相談（食事や運動の方法、検査値の見方等）、血圧・体脂肪測定▶相談員：保健師、栄養士 ◎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：3月14日(水)午前10：00～正午（開始20分前から受付）、4月11日(水)午前10：00～正午（開始30分前から受付）／山口公民館▶内容：血圧・体脂肪測定、ストレッチ・健康ワンポイント勉強会 ◎希望者は会場へ直接お越しください。また、体操を行うので飲み物をお持ちください。

★訪問事業・相談業務等

担当課	内容等
母子保健課	▶新生児・妊産婦訪問：保健師・助産師が保健相談と子育て支援の情報をお伝えします。保健センターへ電話、または妊婦健診受診券に添付の出生連絡票を保健センターに郵送してください。 ▶こんには赤ちゃん訪問：新生児訪問等を実施したご家庭を除き、すべての生後2か月ごろの乳児を持つご家庭に、保健師・看護師が訪問し、保健相談と子育て支援情報をお伝えします。 ▶5歳児で幼稚園、保育園での健康診査を受ける機会のない方の健康や発達に関するご相談を受け付けています。
成人保健課	▶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。 ▶脳卒中などによりからだに障がいをお持ちの方を対象に「リハビリ教室」「地域リハビリ交流会」「失語症者のつどい」を実施しています。参加を希望される方は、事前にお問い合わせください。

◎各業務の詳細は、お問い合わせください。

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。
<http://www.tokorozawa.saitama.med.or.jp/>

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
3月4日(日)	所沢第一病院	内・外・整・皮・婦	下安松1559-1	2944-5800
	小手指皮膚科	皮	上新井3-55-8	2928-6200
	くにとみ内科外科クリニック	内・外	久米532-8	2993-9213
3月11日(日)	木澤クリニック	内・循・小・アレ・婦	松葉町24-3	2991-6767
	横山医院	胃・外・整・肛・理	東所沢和田3-4-24	2944-9360
	所沢診療所	内	宮本町2-23-34	2924-0121
3月18日(日)	かえで内科医院	内	緑町4-47-20	2939-3555
	東町眼科	眼	東町12-12 田中ビル1F	2926-7135
	東所沢整形外科	整・形・皮・アレ・リウ・内	東所沢1-18-5	2951-5201
3月20日(祝)	航空公園西口内科	内	喜多町4-8	2925-8000
	青木耳鼻咽喉科 気管食道科医院	耳鼻咽喉・ 気管食道	東所沢1-10-13	2945-4321
	けやき内科	内・循・消・小・皮	並木3-1-7-102	2995-2299
3月25日(日)	梨子田内科クリニック	内・小・皮	弥生町2871-36	2996-3181
	おおた皮膚科	皮	東所沢1-3-11 ウチヤマビル3F	2945-5255
	宮本町内科クリニック	内・循・消・アレ	宮本町2-26-16	2903-1088
4月1日(日)	うえむらクリニック	内・小・リハ・皮	御幸町5-15	2923-2921
	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
	西部クリニック	消・内・整・皮	星の宮1-1-10	2926-5851

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：3月4日(日)・11日(日)・18日(日)・20日(祝)・25日(日)・4月1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、年末年始…午後6:00～8:45
深夜帯急患診療	▶実施日：毎週月・火・水・金・土曜日 ▶受付時間：小児夜間急患診療終了後～翌日午前7:00

◎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救急（初期救急）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。なお、都合により休診する場合があります。

◎小児急患診療の実施予定等は、メールマガジン『ところざわほっとメール』にご登録いただくと、携帯電話やパソコンへのメール配信でお知らせします。登録方法は、市HP（「メールマガジン」をクリック）をご覧ください。

休日緊急歯科診療

歯科診療所あおぞら
(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：3月4日(日)・11日(日)・18日(日)・20日(祝)・25日(日)・4月1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、年末年始…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(歯科・精神科を除く)

☎048-824-4199 (24時間)



こんにちは保健師です 100

いきいき健康づくり

●リハビリテーション ～身近に感じてみませんか?～

「リハビリテーション」＝「障がいなどを回復させる訓練、寝たきりの予防」と思われがちです。しかし、本来のリハビリテーションとは、ひとりの人間として、住み慣れた地域で生活を続けられることを目指し行うものです。また、その目標を達成するためのすべての手段が対象となるので、生活にかかわるすべてのことがリハビリテーションだといえます。

リハビリテーションは、受ける本人だけではなく、家族、地域で暮らす住民などすべての方の協力が必要となります。

◆4つの視点から生活する力をみています

手足が動かなくなったり（麻痺）、話ができなくなったり（失語）…。今までできていたことができなくなれば、マイナスの面をとらえがちですが、人がもともと持っている生活するための力は意外と大きいものです。この生活する力を向上させるために、下記の点に注目してリハビリテーションは行われます。

【4つの視点】

- ①からだの機能や構造について
・手足の動き・からだの痛みなど
- ②活動や参加について
・家事・自宅での生活・外出・仕事など
- ③環境について
・自宅の構造・介護支援者・交通の便など
- ④個人について
・性格・考え方など



◆今、できることをすることが最良のリハビリテーションです！

【リハビリテーションのポイント】

- ▶適切な場所があります
治療に専念するための病院やリハビリテーション専門の病院・施設、自宅などがあります。
- ▶個人差があります
本人や家族にあった生活が大切です。
- ▶自分でできた！という喜びを、周りの方みんなで分かち合しましょう
- ▶行ってみたい場所、会いたい人の存在が次の一歩につながります
- ▶長続きする介護をしましょう
これからの生き方を本人と一緒に作り出していくことが大切です。
- ▶周りの方の温かい見守りが必要です

◆まずはご相談ください

保健センターでは、リハビリ教室、地域リハビリ交流会を実施しています。また、保健師、理学療法士等がリハビリ相談をお受けしています。いつでも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

▶全国の自治体広報職員が集まる研修会に参加しました。テーマは「災害広報」。被災地職員の「災害時こそすべての住民の皆さんに手にしていただける広報紙が大切。」との言葉に身の引き締まる思いがしました。災害に備えて行政広報はなにをするべきなのか。改めて考えさせられた研修でした。(☔)

▶買って15年になる体重計で、久しぶりに量ったら8kg減!?体脂肪率も減っている。どこを見ても締まったようには見えず?撮影で訪れた中学校で生徒が古紙を量っているはかりで量ったら逆に増えている(笑)。早速新しい体重計を買うことに。病気じゃなくて故障で良かった(♣)

▶「いきいき健康づくり」のコーナーも100回を迎えました。これからもみなさんが健康で楽しく過ごしていけるよう、楽しく役立つ健康情報をお届けします。インフルエンザが流行していますが、引き続き予防対策をしっかり行って、元気いっぱい頑張るぞー!(🍷)



「携帯電話の番号が変わった」は、振り込め詐欺の手口です。変更前の番号にかけて本人確認を!

所沢警察署

☎2996-0110