

広報

ところざわ

6月

令和2年
(2020年)
No.1179

発行/所沢市 ☎04-2998-1111 (代表)
〒359-8501 所沢市並木 1-1-1
編集/広報課 ☎04-2998-9024
☎04-2994-0706
市 ☎ https://www.city.tokorozawa.saitama.jp/

主な内容

- 7面 客引き行為等の禁止に関する条例を制定
- 10面 保健センター通信
- 11面 広報ところざわが全国コンクールで入選 / おうちで遊ぼう



自分を、守る。
大切な人を、守る。
わたしたちには、きっとできる。

特集1
新型コロナウイルス感染症関連情報

特集2
リニューアル! トコトコ^{けんこう}健幸マイレージ

撮影: 市民カメラマン・遠井洋子
(東川の桜)

⚠️ 新型コロナウイルス感染拡大の影響で、内容変更の場合があります。市 ☎ や各問い合わせ先で最新情報をご確認ください(掲載情報は5月20日時点のものです)。

👤 人口(前月比) 344,604人(+411人) 男170,634人(+198人) 女173,970人(+213人) 🏠 世帯数162,916世帯(+652世帯) 令和2年4月末現在

広報ところざわは、毎月1日に発行。戸別配布でお届けしています。配布のお問い合わせは、所沢市シルバー人材センター ☎2928-8695・☎2924-0630 まで。

新型コロナウイルス感染症 関連情報

まだまだ気を緩められない新型コロナウイルス感染症対策。自分と大切な人の命や暮らしを守るために、一人ひとりが正しい情報の確認と冷静な行動、そして「新しい生活様式」を心掛けましょう。

◎5月20日時点の情報を掲載しています。詳細や最新情報は、市HPをご覧ください。なお、電話番号の市外局番「04」は省略しています。



保健センター健康管理課
☎ 2991-1811

所沢市長から皆さんにお伝えしたいこと

市民の皆様、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、ゴールデンウィークやその後においても不要不急の外出等の自粛にご協力いただきありがとうございます。皆様のご協力により、本市の新規感染者は減少しています。また、医療や介護を始め、それぞれの現場で任務を遂行されている皆様に、心より感謝いたします。

東日本大震災を機に「自然の制圧」から「自然との共生」へ歩みを変えた本市ですが、この「コロナ禍」を通じ

て、ウイルスへの人間の対し方も、やはり同じなのではないかと感じています。

また、自然もご近所さんも、商店も農家も、学校もそして勤務先の会社も、みんなつながっていて影響を及ぼし、支え合って「私」を守ってくれていた。コロナ禍を通じてそんなことに気づいた気もするのです。

「私」の周りの全てのものは、みんなそれぞれ共生しながら「私」を支えてくれていました。

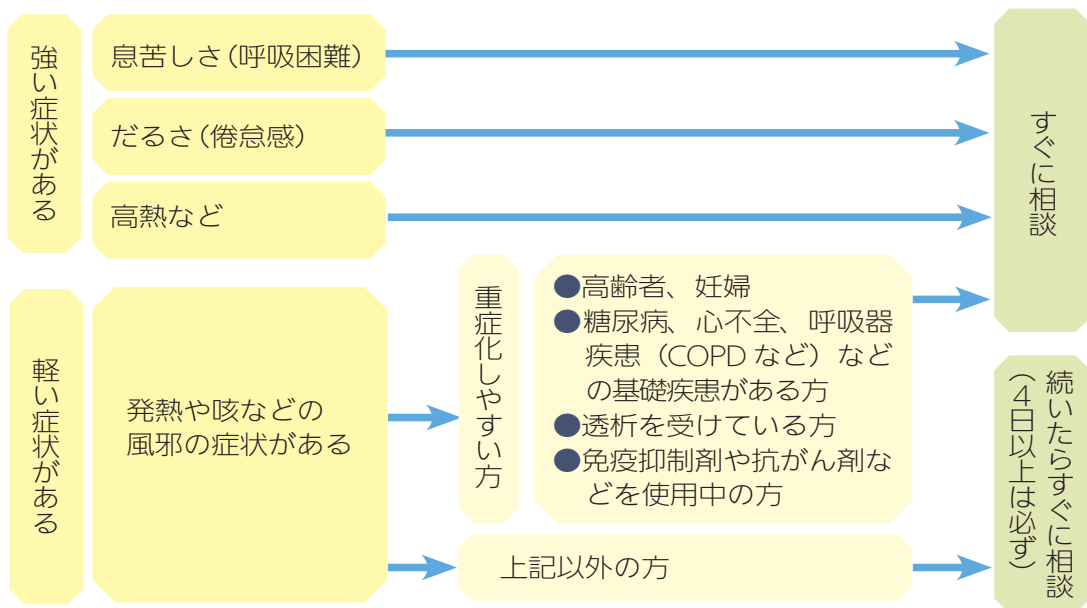
経済や生活が元通りになるためには、長丁場の対応が必要です。「共生」を心にとめて周りの全てのモノ・コトを大切に、焦らずたゆまず、この困難を乗り切っていきましょう。

令和2年5月20日

所沢市長 藤本 正人

#命を守るために

「感染したかも？」相談の目安が変わりました



「PCR検査センター」が開設されます

市民医療センターに、所沢市医師会との連携によるPCR検査センターが6月3日(水)に開設されます。PCR検査は、かかりつけ医を通じた、必要性を判断した上での完全予約制となります。

相談先

- かかりつけ医
- 県民サポートセンター (24時間受付)
☎ 0570-783-770
- 帰国者・接触者相談センター (平日昼間)
☎ 2954-6212 (狭山保健所)

「新しい生活様式」を実践しよう

所沢での感染状況は落ち着きを取り戻しつつありますが、新型コロナウイルス感染症は私たちが中長期的に向き合わなければならない問題。緊急事態宣言が解除された後も、感染予防を意識した生活を実践しましょう。感染拡大を予防するためには、一人ひとりの日常的な心掛けが重要です。



▲詳細は厚生労働省HPをご覧ください。



こころに不安を感じたら…

長引く自粛生活や、先行きの見えない生活の不安。こころに強い不安やストレスを感じたら、こころの相談ダイヤルに相談してみませんか。精神保健福祉士がお話を伺います。相談は、電話のほかメールでもお受けします。

◆こころの相談ダイヤル

☎ 2991-1812 (月～金曜午前9時～午後5時15分)、
✉ to-kokoro@city.tokorozawa.lg.jp



#暮らしを守るために

暮らしを守る主な支援・相談窓口の情報をお知らせします。5月中旬に全戸配布した「所沢市からのお願い」も合わせてご利用ください（★は所沢市独自の取り組みです）。詳細やその他の支援・相談窓口の情報は、市HPで最新のものをご確認ください。



▲所沢市HP
新型コロナウイルス
関連情報



本号7面で
子育て世帯向け支援情報も
掲載しています

特別定額給付金(10万円)の申請書を発送しました

市内全世帯に同給付金の申請書を発送しました。必要事項を記入し、必要書類を添付して8月31日(月)(消印有効)までに同封の返信用封筒で申請してください。後日振込予定を通知します。詳細は同封のお知らせをご覧ください。

6月8日(月)になっても届かない場合は、ご連絡ください。

◎マイナンバーカードによるオンライン申請が済んでいる場合は、返送不要です。

☎所沢市特別定額給付金コールセンター
☎ 0120-525-237

生活にお困りの方への支援

▶緊急小口資金・総合支援資金の特例貸付
…生活資金にお困りの方への特例貸付(20万円まで)の申請を受け付けます。

▶生活困窮者住居確保給付金
…収入が減少し離職と同程度の状況の方も対象となりました(持ち家除く)。

☎所沢市社会福祉協議会相談支援課(あったかサポートセンター)
☎ 2968-3960 FAX 2923-4780



税金などの納付猶予や減免など

要件や申請期限など、詳細は各HPをご覧ください。

▶国税の納税猶予…国税局猶予相談センター(関東信越国税局)

☎ 0120-948-249

▶県税の納税猶予…所沢県税事務所

☎ 2995-2115

▶市税の納税猶予(6面参照)…収税課

☎ 2998-9073 FAX 2998-9409

▶介護保険料の徴収猶予・減免…介護保険課

☎ 2998-9420 FAX 2998-9410

▶国民健康保険税の減免…国民健康保険課

☎ 2998-9131 FAX 2998-9061

▶後期高齢者医療保険料の徴収猶予・減免…国民健康保険課後期高齢者医療担当

☎ 2998-9218 FAX 2998-9061

▶国民年金保険料の免除…市民課国民年金担当

☎ 2998-9095 FAX 2998-9061

持続化給付金の申請サポート

前年同月比で売上げが50%以上減少した事業者に支給される持続化給付金(経済産業省)の電子申請が困難な方のための申請サポート会場が順次開設されています(完全予約制)。

☎西住吉 10-13 カワモク所沢ビル2階(所沢会場)ほか



◎他の会場や詳細は持続化給付金HPをご覧ください。会場により開設日時が異なります。

予約方法 ▶同給付金HPから予約▶予約専用ダイヤル☎ 0120-835-130 に電話(自動音声)▶オペレーター対応☎ 0570-077-866 に電話(混雑の場合あり)

☎同給付金コールセンター
☎ 0120-115-570

全ての利用者の水道料金を2カ月分無料に★

一般家庭、事業者など市内全ての水道利用者の2カ月分の水道料金を無料(全額免除)とします。手続きは不要です。6月検針分(4・5月分)または7月検針分(5・6月分)の水道料金が対象です。

☎上下水道お客様センター☎ 2921-1080

事業者向けの支援・相談窓口

貸付・融資制度や給付金・支援金、各種相談窓口などを市HPで案内しています。

最新情報をご確認ください。



「マスクで紡ごう!」絆プロジェクト★

あなたの優しさをマスクに乗せて届けませんか?ご家庭などで余裕のあるマスクを福祉施設などで活用させていただきます。

回収ボックス設置場所

- ▶市役所1階総合案内▶まちづくりセンター▶こどもと福祉の未来館▶男女共同参画推進センターふらっと▶上下水道局庁舎

◎未使用であればマスクの種類は問いません。必ずビニール袋などで中身が見えるように梱包してください。

☎企画総務課☎ 2998-9046

市内事業者を応援します

所沢元気回復プロジェクト

新型コロナウイルスの感染拡大の影響を受けられた市内の事業者の皆さんを支援する、所沢市独自の制度をご紹介します。また、市内でテイクアウトや宅配を行っている飲食店を紹介したチラシを作成し、本号に折り込んでいます。合わせてご覧ください。



テイクアウトや宅配への事業転換経費を補助

テイクアウトや宅配への事業転換の経費を補助します(対象経費の90%・補助限度額10万円)。

対象経費 転換後3カ月間の広告宣伝費、パッケージなどの調達費、人件費、宅配資材購入費など

申請期限 12月28日(月)

◎詳細は市HP(Qテイクアウト)をご覧ください。

☎商業観光課☎ 2998-9155



小規模事業者へ臨時給付金を支給

前年同月比で売上げが20%以上減少した市内小規模事業者へ、臨時給付金10万円を支給します。

☎従業員20人以下の、市内に本店を有する会社または主たる事業所を有する個人事業者

◎新規事業者の方はご相談ください。

申請開始 6月上旬

支給額 一律10万円

◎詳細は市HP(Q臨時給付金)をご覧ください。

☎産業振興課☎ 2998-9157



雇用調整助成金の個別相談会

新型コロナウイルス感染症の影響を受け従業員を休業させた場合の休業手当に関する助成金の書類作成を、社会保険労務士がお手伝いします。

相談は事前予約制です。

☎毎週月・水・金曜午前10時～午後4時(祝日除く)

☎場市役所1階市民ホール他

◎詳細は市HP(Q個別相談会)をご覧ください。

☎産業振興課☎ 2998-9157





特集2

リニューアル! トコトコ健幸マイレージ

新型コロナウイルスの影響下でも、散歩などの適度な運動は免疫力を高め、気分転換にもつながります。そんな普段の散歩がもっと楽しくなる「トコトコ健幸マイレージ」が「トコトコ健幸マイレージ」にリニューアル！新型コロナウイルス感染症に負けないように免疫力を高め、健康づくりのための一歩を、さあ踏み出そう！

図保健センター健康づくり支援課
☎2991-1813

? トコトコ健幸マイレージとは？

歩 数や対象のイベントに参加することによってポイントが貯まり、さまざまな景品が当たる「トコトコ健幸マイレージ」。埼玉県の「コバトン健康マイレージ」に参入して、これまでと違い、歩数計だけでなく、スマートフォン（スマホ）アプリを使って便利に楽しめるようになりました。仕事などで運動する時間がなかなかとれ

ない人でも大丈夫。歩くことが生活習慣病予防につながる研究結果も報告されています（10面参照）。無理な運動をしたり、運動のために時間を作ったりするのではなく、日常生活の中で「歩く」ことが健康につながります。参加期限はないので、継続して取り組みます。気軽にできる健康づくりを始めてみませんか？

! 外出時は周囲に配慮を！

屋外での運動や散歩は、生活の維持に必要なものとして外出自粛の対象外とされていますが、感染拡大を防ぐためには配慮が必要です。外出時はマスクを着用し、人混みを避け、帰宅時には手洗い・うがいを欠かさないようにしてください。マスクを着用しながらの激しい運動は熱中症のリスクがあります。密にならない場所では、時々マスクを外して熱を逃がし、こまめな水分補給や休憩を心掛けましょう。

◎本記事では、撮影のためにマスクを外しています。

申し込み方法は？

歩数の計測はスマホか歩数計どちらかを選びます。歩数計を選んだ方には、後日県から配送します（自己負担610円/着払い）。
市内在住で18歳以上の方（令和2年4月1日時点）

実施要領を確認の上、7月1日(水)から申し込み

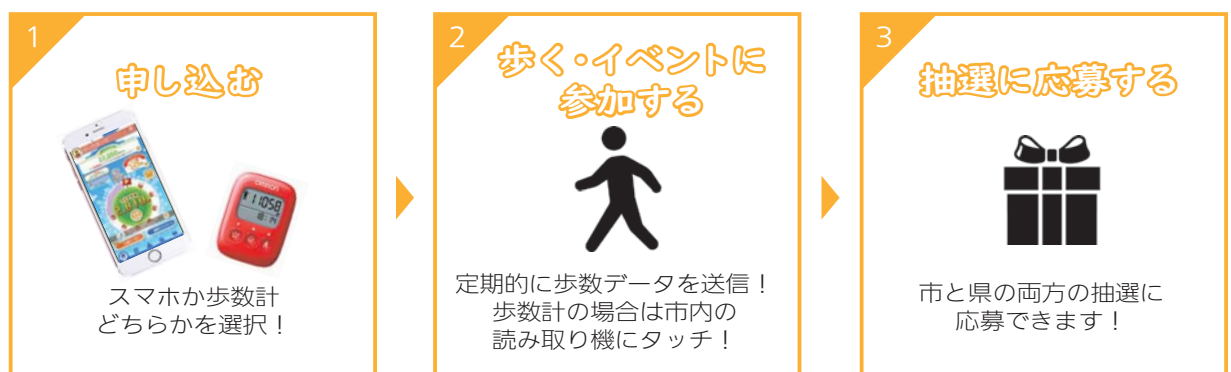
- ▶スマートフォン（人数制限なし）ダウンロードしたアプリから申し込み
- ▶歩数計（限定2,400個）市庁から申し込みまたは申請書を郵送

◎実施要領、申請書は6月下旬以降、保健センター、市役所1階国民健康保険課などのほか、市庁（Qトコトコ健幸マイレージ）で入手できます。



▲アプリは7月1日(水)以降市庁からダウンロードできます

3ステップで楽しく"健幸"!



◎歩きながらのスマホ操作はしないでください。

集めた歩数が景品に！

歩数データを送信してポイントを貯めると、景品が当たる抽選に参加できます。ポイントは市と県の2種類貯まり、それぞれの抽選に使えるので楽しみも2倍。市の抽選では、市内の飲食店で使えるクーポン券をプレゼント！県の抽選では、県産野菜や企業からの協賛品などが当たります。毎日のウォーキングを習慣づけて、プレゼントもゲットしちゃいましょう！



市と県の両方の抽選に参加できる！



市の抽選（年1回）



県の抽選（年4回）

スマホアプリならもっと便利に！

トコトコ健幸マイレージの注目ポイントは、手軽にスマホアプリで楽しめること。自分のスマホから専用アプリをダウンロードし、申し込めばすぐに始められます。スマホが歩数計代わりになるだけでなく、歩数データの送信、お知らせメールの受信など、全ての機能がスマホだけで完結するのでとても便利です。

早速アプリをダウンロードしました！



申し込みが簡単！



アプリをダウンロードして申し込めばすぐ始められます

データ送信が簡単！



アプリから歩数データをいつでも送信できます

いつも持っているスマホでOK！



スマホが歩数計代わりになるので、出掛ける際に歩数計を忘れてたり、小さな歩数計を紛失したりする心配も少なく済みます

「健幸」を実感！体験者の声

「歩く」ことで冬も風邪知らずに



佐々木イチ子さん

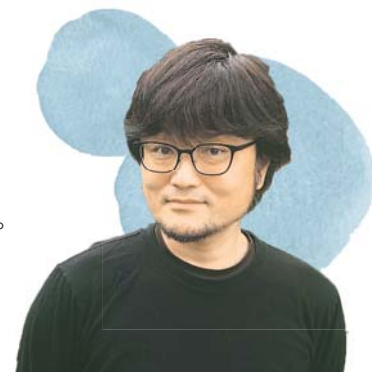
前身のトコロん健幸マイレージに参加して、冬でも風邪一つ引かず健康に過ごせました。一日8,000歩を目安にして、歩数が足りない時には、いつもと違うルートを歩くなど積極的に

ウォーキングを楽しめるようになりました。コレステロールの数値が高く気になっていたのですが、最近の健康診断で悪玉コレステロールの数値が下がっていたのには驚き！

健康について考えるきっかけに

普段の通勤や休日の登山にも歩数計を身に着けていました。日によって違う疲労度と歩数を比べてみたり、ウォーキングを数字で把握することで達成感につながりました。

健幸マイレージは気軽に健康を気遣う良い機会になりますよ。新しく始まるトコトコ健幸マイレージでは、スマホが使ってさらに手軽になるので、また参加したいです。



榎本祐明さん



毎日の「一歩」から一緒に「健幸」を目指しませんか？

所沢市長 藤本正人

生活の中の一步を数えてみませんか？

外出自粛中の運動不足が心配な方も多いはず。運動不足は筋肉量の減少や生活習慣病などにつながってしまうことも。家の中で家事をしながらの一歩、買い物に出掛ける一歩、リフレッ

シュのためのちょっとした散歩。その一歩を数えてみませんか？普段の歩数が見えれば、健康を維持するための目標が見えてきます。日々の一歩一歩を健康につなげていきましょう！

お知らせ

！ 新型コロナウイルス感染拡大の影響で、内容変更の場合があります。市庁や各問い合わせ先で最新情報をご確認ください(掲載情報は5月20日時点のものです)。

施設の休館など

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、休館や利用制限中の施設があります。詳細は市庁をご覧ください。



イベントの中止・延期

中止・延期になった主なイベントをお知らせします。詳細やその他のイベントは市庁をご覧ください。



要援護高齢者調査の中止

70歳以上の高齢者が居住する世帯への訪問調査を中止します。日常生活などに相談支援が必要な方は、居住地域の民生委員・児童委員や地域包括支援センターにご相談ください。

児童館行事の休止

当面の間、行事を休止しています。詳細は市庁(児童館)をご覧ください。



生涯学習情報紙「翔びたつひろば」を休刊

新型コロナウイルスの感染拡大の影響により、本紙折り込みの「翔びたつひろば」6月号を休刊します。紙面に掲載できなかったイベント情報などは市庁(生涯学習)をご覧ください。

生涯学習推進センター

☎29991・03003



税金の猶予制度の特例

新型コロナウイルス感染拡大の影響で、市税などを一時的に納付できない場合、要件を満たせば、無担保、延滞金免除で1年間の徴収猶予の特例を申請できます。



納期限が令和2年2月1日〜3年1月31日の市税など
要件 ▼令和2年2月から納期限までの一定の期間(1か月以上)の収入が前年と比較して20%以上減った場合▼一時的に納付・納入が困難と認められる場合
◎詳細や必要書類は市庁(納税猶予)をご覧ください。

◎納税課 ☎29998・9073

市税の納期限

6月30日(火)は市・県民税(1期)の納期限です。期限内に納付してください。

納税課 ☎29998・9073

いそ町の自衛隊に協力ください

新型コロナウイルス感染拡大による外出の自粛に伴い、家庭ごみの量が増えています。ごみ処理や資源化が滞る可能性があります。そのため、片付けや春の衣替えで出た古着などの排出を当面の間、控えてください。



資源循環推進課 ☎29998・9146

毎月第2・4土曜午前は休日開庁

一部の業務を行います。詳細は市庁(休日開庁)をご覧ください。

6月13日(土)・27日(土)午前8時30分〜午後0時30分
場内1階、まちづくりセンター(並木除く)、りセンター(並木除く)、上下水道局庁舎

経営企画課 ☎29998・9027、
上下水道お客様センター ☎29921・1080



6月17日(水)は緊急地震速報訓練

午前10時ごろ、防災行政無線から訓練の放送が流れます。放送が流れたら、屋内では机の下に、屋外では安全な場所で頭を守るなどの訓練にご協力ください。
◎気象条件・地震などにより中止する場合があります。

危険機管理課

☎29998・6666



児童手当・特例給付現況届の受付開始

対象者には6月上旬に現況届を郵送します。6月1日現在の養育状況を記入し、返送してください。引き続き手当や給付を受ける要件の有無を確認します。なお、現況届の提出がない場合は、6月分以降の手当は受給できませんのでご注意ください。
提出期限 6月30日(火)
◎6月15日(月)は同手当・給付の支払日です。受給者は、指定の振込先口座をご確認ください。



児童手当課 ☎29998・9124

ところバス特別乗車証をご存知ですか?

ところバスで、特別乗車証(①緑色②オレンジ色)を提示すると、運賃の割引や免除が受けられます。
市内在住で①65歳以上の方②障害者手帳などをお持ちの方
運賃 ①100円②無料
発行場所 市役所1階交通安全課、まちづくりセンター、サービスコーナー(所沢駅・狭山ヶ丘・小)



交通安全課 ☎29998・9027

手指

◎詳細は市庁(ところバス)をご覧ください。
交通安全課 ☎29998・9140



障害者団体ふれあい活動支援事業(日帰り貸切バスの補助)

対次の全てを満たす団体の定めがあり、障害福祉に寄与する活動を継続的に行う市内在住の障害者とその家族15人以上で構成し、政治、宗教、営利活動を目的としない法人でない
補助限度額 7万円(リフト付きバスは10万円/1団体年度3回まで)
◎事前に団体登録が必要です。
障害福祉課 ☎29998・9116
☎29998・1147



交通遺児手当を支給

対中学生以下の交通遺児と同一生計世帯で市内在住の保護者
手当月額 子ども1人につき5千円
◎交通遺児が小・中学校、高校に入学する際、別途奨学金を支給します。
交通安全課 ☎29998・9140

介護保険負担限度額認定証の更新

同認定証を現在お持ちの方に、6月中旬に更新申請書を郵送します。8月以降も引き続き食費・居住費の減額を受けるには、市役所1階介護保険課に申請してください。
同課 ☎29998・9420



戦没者などの遺族へ 第十一回特別弔慰金を支給

対戦没者(旧軍人、軍属など)の死亡時の遺族
◎令和2年4月1日時点で「恩給法



令和2年所沢市議会臨時会終了報告

第1回臨時会

4月20日に開催された第1回臨時会の主な内容を報告します。

市長提出議案…4件

4件が原案どおり可決・承認されました。

- ◆専決処分(条例関係)の承認…2件
- ◆令和2年度補正予算…1件(一般会計)
- ◆条例制定…1件
▶所沢市市長等の給料の特例に関する条例



第2回臨時会

5月13日に開催された第2回臨時会の主な内容を報告します。

市長提出議案…4件

4件が原案どおり可決・承認されました。

- ◆専決処分(令和2年度補正予算)の承認…1件
- ◆令和2年度補正予算…2件(一般会計…1件、事業会計…1件)
- ◆条例一部改正…1件
▶所沢市特定教育・保育施設及び特定地域型保育事業の保育料等に関する条例の一部を改正する条例

議員提出議案…3件

原案どおり可決されました。

年金記録に「もれ」や「誤り」はありませんか?

公的年金制度は、生涯にわたる年金記録を一つの番号でまとめて管理しています。しかし、次のような場合は、まとめられていない可能性があります。ありますので、確認をお願いします。

- ▼転職のたびに年金手帳(青色)が発行されている
- ▼年金手帳(オレンジ色、青色)を複数持っている
- ◎毎年誕生日に郵送される「ねんきん定期便」や日本年金機構(Q)ね



土のうステーション

必要に応じて、いつでも各自で持ち出せる「土のうステーション」を市内8カ所に設置しました。大雨に備えましょう。なお、多くの方にご利用いただくため、1世帯20袋までとします。

10月31日(土)まで
場若狭いこの森、狭山ヶ丘中央公園、三ヶ島まちづくりセンター、松が丘緩衝4号緑地、吾妻まちづくりセンター、篠山公園、東所沢公園



◎詳細は市庁(土のうステーション)をご覧ください。
道路維持課 ☎29998・9168





客引き行為等の禁止 に関する条例を制定

問危機管理課 ☎2998-9399

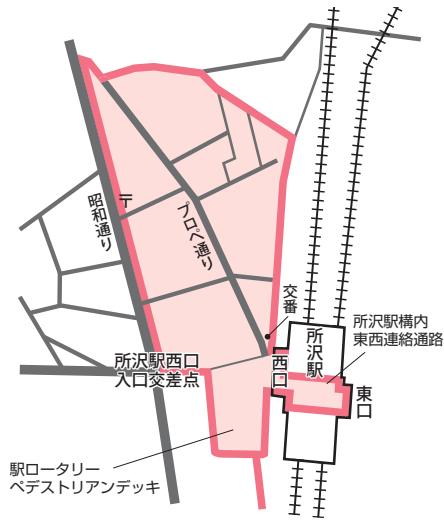
4月からプロペ通り周辺を客引き禁止地区に指定し、同地区内の公共の場所での、客引き・客待ち・勧誘・勧誘待ち行為を禁止しています。

なお、罰則などの規定は令和2年10月1日からの施行となります。

◎詳細は市HP (Q客引き) をご覧ください。



…禁止地区



風しん抗体検査・予防接種

これまで定期接種を受ける機会がなかった対象世代の男性は、自宅に届いたクーポン券を使って、全国の医療機関で無料で受診できます。医療機関の一覧は、厚生労働省HP (Q風しんの追加的対策) をご覧ください。



無料受診期限 令和4年3月31日(日)
昭和37年4月2日から54年4月1日生まれの男性

◎受診の際にはクーポン券が必要です。なお、抗体検査は健康診断の際に受けられる場合があります。詳細は市HP (Q風しん抗体検査) をご覧ください。



ハチに注意!

ハチの季節になりました。6月から8〜9月ごろが最も危険です。軒下や屋根裏、庭木などに、スズメバチはボール型、アシナガバチはじょうご型の巣を作ります。

ハチの季節になりました。6月から8〜9月ごろが最も危険です。軒下や屋根裏、庭木などに、スズメバチはボール型、アシナガバチはじょうご型の巣を作ります。



▲スズメバチの巣



▼アシナガバチの巣

巣を見つけたら、ハチを刺激しないように形状を確認してください。巣に近づき過ぎるのは危険です。スズメバチの巣の駆除は危険度が高いので、専門業者に依頼することをおすすめします。アシナガバチの巣は、日没後に、長袖を着て専用の殺虫剤などで自分で駆除することができます。

◎駆除の費用は、巣がある土地・家屋の所有者などの負担です。なお、駆除方法や専門業者は市HP (Qハチ) でも案内しています。



蚊による感染症を予防しましょう

蚊に刺されると、さまざまな感染症にかかる恐れがあります。国内では平成26年にデング熱が確認され、

中南米地域では28年にジカウイルス感染症が流行しました。蚊の活動が終息する10月下旬ごろまで、次の対策が重要です。

◆蚊を増やさない

蚊は、植木鉢の受け皿やプラスチック容器などに溜まる雨水など、小さな水たまりでも発生します。家の周囲の水たまりをなくしましょう。



◆蚊に刺されない

蚊が多い場所では、できるだけ肌の露出を避け、足首など小さな露出面にも虫よけ剤などを使用しましょう。蚊取り線香やスプレータイプの殺虫剤なども必要に応じて使いましょう。

◆海外渡航の際には流行状況に注意
渡航先での蚊が媒介する感染症の流行状況を事前に把握しましょう。
◎ジカウイルス感染症は、胎児の小頭症との関連が指摘されています。妊婦の方は、特に注意しましょう。

問保健センター健康管理課 ☎2991-1811

地下水100%の「つるろの水」紙パックを販売

市制施行70周年を記念して、全国の公営企業で初の紙パック水を製造します。プラスチックごみ削減に向けた新たな取り組みです。6月から市内の取り扱い店で販売を開始します。



問上下水道局経営課 ☎2921-1087

下水道処理区域内のご家庭は トイレの水洗化を!

下水道処理区域を拡大しました。新たに下水道が使えるようになった区域には市職員が説明に伺います。くみ取り便所は3年以内、浄化槽は速やかに排水設備を設け、公共下水道に接続することが義務付けられています。すでに区域内にあるご家庭で、まだ改造工事をしていない場合も、速やかに水洗化をお願いします。◎工事は下水道排水設備指定工事店

に依頼してください。

◆水洗便所改造資金貸付制度
下水道に接続するために個人住宅の浄化槽を取り壊す工事、くみ取り便所を水洗便所に改造する工事の費用を無利息で貸し付けます。
貸付限度額 52万円
償還方法 月額8千円で償還

問上下水道局窓口サービス課 ☎2921-1086

6月1日(月)〜7日(日)は水道週間

「飲み水を 未来につなごう ぼくたちで」をスローガンに、厚生労働省と全国の水道事業者が連携して広報活動を行います。

所沢市では、水道施設の耐震化を進め災害に強い水道の構築や、水道管内の洗浄、配水設備の点検に加え、日常的に浄水場などの監視や水質検査を行い、市民の皆さんが安心して飲める、「いのちの水」の供給に努めています。

問上下水道局経営課 ☎2921-1087



6月の休日水漏れ修繕当番店

24時間(当日午前8時30分〜翌日午前8時30分)対応しています。当番店に直接ご連絡ください。

| 日 | 当番店 | 電話番号 |
|--------|------------|----------------------------|
| 6日(土) | (有)石和設備工業 | 2993-8108 |
| 7日(日) | (有)本田技管 | 2948-1300 |
| 13日(土) | (株)槽谷設備工業所 | 昼 2923-8888 夜 2923-8349 |
| 14日(日) | (有)兼六工業 | 2922-1877 |
| 20日(土) | (有)伏見設備工業 | 2948-3328 |
| 21日(日) | (株)木下商興 | 2948-1719 |
| 27日(土) | (株)貫井産業 | 2993-0110 |
| 28日(日) | (株)楽々 | 2923-4900 |

問上下水道局給水管課 ☎2921-1082 ☎2921-1091

あなたの子育て応援します

子育てのお悩み相談

家で子どもと向き合う時間が増えてきた…そんな中で子育ての迷いやお悩みが生じたら、専門家に相談してみませんか?

◆保育士(子育てコンシェルジュ)の相談窓口

☎子育ての悩みや困りごと
問▶ こども支援課 ☎2998-9124 ☎2998-9035 ▶ こども支援センター ☎2922-2238 ☎2922-2197

◆家庭児童相談員の相談窓口

☎0〜17歳の子どもと保護者
☎子どもや家庭、親子関係に関する悩みや問題
問▶ こども相談センター ☎2998-9129 ☎2998-9035

◆母子・父子自立支援員の相談・支援窓口

☎ひとり親家庭など
問▶ こども支援課 ☎2998-9124 ☎2998-9035
◆児童虐待に関する相談・通告
問▶ こども相談センター ☎2998-9129 ☎2998-9035 ▶ 県・所沢児童相談所 ☎2992-4152 ☎2994-1420 ▶ 児童相談所全国共通ダイヤル ☎189



子育て世帯を支援する一時金を支給

問こども支援課 ☎2998-9124

新型コロナウイルス感染症の影響を受けている子育て世帯の生活を支援するため、臨時特別給付金を支給します。

なお、給付金を受け取るための申請は原則ありませんが、児童手当の受給者が公務員の場合は別途申請が必要です。また、DV被害などにより児童と一緒に避難している方でも給付金を受け取れる場合がありますので、お問い合わせください。

☎児童手当を受給している世帯(0歳〜中学生のいる世帯)
◎特例給付受給者を除きます。

支給額 対象児童1人につき1万円(一時金)
支給方法 原則、児童手当の指定口座に振り込み
支給時期 6月29日(月)(公務員は申請及び審査後)

◎詳細は市HP (Q子育て給付金) をご覧ください。また、給付金に関する振り込め詐欺や個人情報の詐取にご注意ください。



消費生活 トラブル注意報

消費生活センター ☎ 2998-9143

新型コロナウイルス給付金の詐欺

事例1 国から委託され特別定額給付金の給付業務を行っているという事業者から、給付のための手数料を振り込むよう電話があった。

事例2 水道業者を名取り「近所でコロナウイルスが見つかった。ウイルスが水道管に付着しているので、除去する機械を取り付ける必要がある。費用は15万円。」と電話があった。「お金がない」と返事をしたが、不足分は給付金で支払うよう言われた。

今月のトラブル川柳

本当かな？ 不安になったら すぐ相談



ここにご用心！

- 市や総務省などが給付の手数料を求めるとか、現金自動支払機(ATM)の操作をお願いすることは絶対にありません
- 不審に思ったり不安を感じたりした時やトラブルになったら早めに消費生活センターへ

消費生活センター

市役所1階消費生活センター
相談専用 ☎ 2998-9204
受付時間 月～金曜午前10時～11時30分、午後1時～4時(祝休日、年末年始除く)

令和2年地価公示図書の閲覧

市役所2階開発指導課や国土交通省でも閲覧いただけます。



所沢都市計画特別緑地保全地区変更の原案の縦覧・説明会

くぬぎ山地区の特別緑地保全地区の指定拡大に伴い、原案の縦覧・説明会を実施します。意見のある方は期間中に意見書を出してください。



- ◆原案説明会
6月13日(土)午前10時～11時
場内役所7階研修室
- ◎会場に直接お越しください。なお、予定が変更となる場合には市庁(特別緑地保全地区)でお知らせします。
- ◆縦覧・意見書の提出
6月23日(火)～7月7日(火)



場内役所5階みどり自然課

申請同課に提出/☎2998-9373

所沢特別支援学校 学校公開の中止

6月の学校公開は新型コロナウイルスの影響により中止となります。詳細は同校までご確認ください。

同校 ☎ 2994-8733

救命講習会の中止

一般公募の各種救命講習会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、当面の間、中止します。再開などの情報は埼玉西部消防組合までご確認ください。



所沢中央消防署消防管理課 ☎ 2929-9124、所沢東消防署消防管理課 ☎ 2998-1191

手話講習会の延期

新型コロナウイルスの影響により「手話講習会(基礎課程)」「中途失聴者や難聴者のための手話講座」の

9月までの開催はありません。

所沢市社会福祉協議会(手話通訳・要約筆記派遣事務所) ☎ 2993-5064
☎ 2993-4780

「とろざわサクラタウン」(株)KADOKAWAのオープン延期

COOL JAPAN FORE ST構想の拠点施設となる「とろざわサクラタウン」の開業時期が、次のとおり延期となることが発表されました。

プレオープン：7月下旬～10月
グランドオープン：11月以降
詳細はとろざわサクラタウンまでご確認ください。

食中毒予防の3原則

- ① 菌をつけない (清潔・洗浄)
 - ② 菌をふやさない (迅速・冷却)
 - ③ 菌をやっつける (加熱・消毒)
- 夏期の食中毒を予防しましょう。

同 狭山保健所 ☎ 04-2941-6535

親族をかたる詐欺に注意!

「大事な書類の入ったバッグを失くした」などの電話による詐欺が多発しています。不審に感じたら、すぐに警察に相談してください。



開催

掲載情報は5月20日時点のものです。市庁や各問い合わせ先で最新情報をご確認ください。また、参加の際は、マスクの着用など、新型コロナウイルス感染拡大防止にご配慮ください。

採れたて「農産物直売」「とろざわ市」

日程 6月9日(火)
午前10時～午後3時/市役所別館前広場
6月23日(火)午前10時～午後3時/元町コミュニティ広場



とろざわ親子で楽しむ運動あそび

日程 6月6日(土)午前9時30分～11時
場内とも福祉の未来館
対おむね2～6歳児と保護者
申し込み先着30組(市内在住優先)持上履き、脱いだ靴を入れる袋、フエイスター1人1枚、飲み物

申請同校からご支援センターに電話・電報 ☎ 2992-2238



リサイクルふれあい館工口口の行事

- ① 包丁研ぎ講習会
- ② 6月20日(土)午後1時30分～抽選6人(市内在住の大人)
- ③ 傘修理(1人1本・部品代実費)
- ④ 6月20日(土)午後1時～3時
- ⑤ 大型再生家具抽選会
- ⑥ 6月12日(金)、26日(金)午前11時～
- ⑦ おもちゃの病院
- ⑧ 6月27日(土)午後1時～3時



仕事に役立つパソコン講座①エクセル初中級編②ワード初中級編

日程 ①7月9日(木)・10日(金)②7月11日(土)・12日(日)午前9時～午後4時(いずれも全2回)



暮らしの相談

いずれも時間は受付時間です。先着順に受け付けます。

住宅増改築等相談

日程 6月16日(火)午後1時～3時30分
内 住宅リフォーム時の注意点など
主催 埼玉土建一般労働組合所沢支部
◆特設行政相談
6月12日(金)午前10時～午後3時30分
内 国など行政への要望や苦情など
主催 関東管区行政評価局



場内役所1階市民ホール
市民相談課 ☎ 2998-9092

皆さんの善意 (順不同)

- 3月16日～4月15日の受付分です。ありがとうございました。
- 【寄付金】総額44,467円
埼玉土建一般労働組合所沢支部様(株)中央財庫様(大館忠平様)
 - 【物品】常州市人民政府様(マスク) 所沢市国際友好委員会様(マスク) 所沢市美術連盟工芸部会様(マスク) 所沢交通安全協会様(交通安全冊子、ランドセルカバー) 埼玉玉環トラフィック協会様(防犯ブザー) いるま野農業協同組合様(横断旗) (株)みずほフィナンシャルグループ様(ワッペン) 日本マクドナルド(株)様(安全色) 小泉運輸(株)様(株)アウルズ様(マスク) (株)ヘルス様(電子黒板) 臨川文化振興財団様(桜苗木) 全国自動車産業振興会様(自動ドア装置) (株)西武ライオンズ様(野球道具) ほねつきコロコロ様 (ピロクローリンペーパー) 並木ホール企画実行委員会様(プロジェクト) 小暮崇様(小暮泰様(マスク) 柏木裕子様(医療用マスク)





新所沢の 魅せどころ

☎地域づくり推進課 ☎2998-9083



ここを紹介!
 ▶ 地区の団体がアイデアを出し合い地域のために協力してさまざまな活動を行う「新所沢まちづくり夢会議」がある
 ▶ 大雨による浸水対策のために、地区内の公園などの地下に6つの調整池があり、地域の暮らしを守っている

～子どもの笑顔と成長が地域のパワー～

商青葉台自治会の夏休みは、住民のご縁がきっかけで始まった「夏休み理科実験教室」。講師はなんと、中学・高校生。年齢の近い浦和実業学園生物部の皆さんが先生になって1つ1つ丁寧に教えてくれます。アロマビーズや葉脈標本作りなど、楽しみながら理科の不思議を体験でき、普段使うことがない薬品や実験器具に子どもたちは興味津々! 身近な事柄や流行を取り入れたテーマが多く、子どもはもちろん保護者も夢中になるほど大人気です。ほかに、こども神輿が地域を練り歩く「夏祭り」や、さつまいもの大きさを競う「いも堀り大会」など、魅力的なイベントを行い、地域の交流を深めています。これからも子どもたちの笑顔と健やかな成長をパワーに、地域の活動は続きます。



▲子どもたちは楽しい講義に夢中!

“住んでよかった”が増えていく。このまちが“もっと”好きになる。



開業相談会

☎ 7月15日(水)・22日(水)午後5時～8時 / 所沢商工会議所(元町)
 対開業を考えている方、開業して間もない方
 内 専門家による金融や経営などの個別相談
 申 問 同 所 に 電 話 / ☎2924・5581

就職相談 セカンドキャリアセンター所沢

☎ 月・火曜 / 西部地域振興センター(並木) / 木・土曜 / ラーク所沢(花園)
 申 問 同 セ ン タ ー 受 付 専 用 タ イ ヤ ル / ☎048・7800・2034(午前9時～午後5時)

社会保険労務士の労働相談

☎ 6月19日(金)午後4時～8時(最終相談:午後7時～/1人50分)
 場 市 役 所 別 館 相 談 室

狭山丘陵いきものふれあいの里 センターのイベント

☎ 6月13日(土)午前9時30分～正午
 対 高 校 生 以 上
 定 申 し 込 み 先 着 20 人
 持 飲 飲 み 物、筆 記 用 具
 費 500円
 申 問 6月2日(火)から同センターに電 話 / ☎2939・9412



狭山丘陵自然観察会

☎ 7月19日(日)午前9時～正午
 採 用 説 明 会
 埼 玉 西 部 消 防 組 合 消 防 職 員



体験農場の利用者を募集

利用期限 令和3年12月末
 対 市 内 在 住 で 市 税 の 滞 納 が ない 方



募 集

⚠ 掲載情報は5月20日時点のもので、最新情報は市HPや各問い合わせ先でご確認ください。

場 埼 玉 西 部 消 防 局 (けやき台)
 採 用 試 験 の 概 要、消 防 業 務 概 要 の 説 明、質 疑 応 答 等
 ◎ 詳 細 は 同 組 合 HP を ご 覧 ください。
 問 埼 玉 西 部 消 防 局 総 務 課
 ☎2929・9120



| 農場名 | 所在地 |
|-----|-------------|
| 牛沼 | 牛沼226ほか |
| 向陽町 | 向陽町2150-4 |
| 中富南 | 中富南3-11-4ほか |
| 新所沢 | 向陽町2162-1ほか |
| 東所沢 | 東所沢1-23-7 |

利用額(年度) ▼20㎡:3,150円 ▼40㎡:6,300円

会計年度任用職員の募集

詳細は市HP(Q&A会計年度、募集担当課にお問い合わせください。
 ◆ 公立保育園の保育士・調理員を募集(夏学期間)
 ☎ 7月下旬～9月上旬の週1～4日程
 度 午 前 8 時 30 分 ～ 午 後 5 時 (応 相 談)
 申 6月30日(火)までに各保育園に直接
 ◎ 締切後も空きがあれば随時募集します。
 問 保 育 幼 稚 園 課 ☎2998・9126



◆ 保健師を募集
 対 保 健 師 免 許 が あ る 方
 内 成 人・母 子 健 康 相 談、乳 幼 児 健 診 等
 日 月 々 金 曜 午 前 9 時 ～ 午 後 5 時
 場 保 健 セ ン タ ー
 申 問 同 セ ン タ ー 健 康 づ け り 支 援 課 に 応 募 / ☎2991・1813



薬品管理業務 応募

◆ 薬剤師を募集
 対 薬 剤 師 免 許 と 病 院 等 だ の 勤 務 経 験 が あ る 方
 内 調 剤・製 剤・医 薬 品 管 理 業 務
 日 6月15日(月)まで
 申 問 同 セ ン タ ー 健 康 づ け り 支 援 課 に 応 募 / ☎2998



学校給食センター調理員を募集

◆ 交通指導員を募集
 立 哨 指 導 (朝 1 時 間・夕 2 時 間 程 度)、交 通 安 全 教 室 等
 申 問 同 セ ン タ ー 健 康 づ け り 支 援 課 に 応 募 / ☎2998



学校給食センター調理員を募集

◆ 調理、洗浄など
 日 月 々 金 曜 1 日 5 時 間 末 は 6 時 間
 場 第 1・3 学 校 給 食 セ ン タ ー
 申 問 保 健 給 食 課 に 応 募 / ☎2998・9249



健康レシピ

エネルギー 118kcal
 タンパク質 15.7g
 脂質 2.3g
 塩分 1.0g



材料 2人分

- 豚ヒレ肉 (30g) ...4切れ
- ニンジン...小 1/3 本
- 玉ネギ...1/6 個
- アスパラガス...2 本
- エリンギ...小 1 本
- シメジ...1/3 パック
- ベビーリーフ...1/2 袋
- オリーブ油 ...小さじ 1/3
- 酒...小さじ 2/3
- しょうゆ ...小さじ 2/3
- 梅干し...2 個
- 酒...小さじ 1
- みりん...小さじ 1
- しょうゆ...小さじ 1
- だし汁...小さじ 2

1 ▶ 豚ヒレ肉...たたいて伸ばし④に漬けておく...①▶ 人参...3cm長さの短冊切りに...②▶ 玉ネギ...薄切りにする...③▶ アスパラガス...1cmの斜め切りに...④▶ エリンギ...3cmの短冊切りに...⑤▶ シメジ...石づきを切りほぐす...⑥▶ ベビーリーフ...洗って水気を切る...⑦▶ 梅干し...種を取り包丁でたたいて⑧を合わせる...⑧

2 フライパンにオリーブ油を熱し、②③を入れてしんなりしてきたら、①を加え、火を通す。④⑤⑥を加えて炒め、火が通ったら⑧を入れて、全体にからめる。

3 皿に盛り付け、ベビーリーフを添える。

◎健康レシピはクックパッドでも公開しています。



問 保 健 セ ン タ ー 健 康 づ け り 支 援 課 ☎2991-1813

保健センター通信

・会場は保健センター（出張相談除く）
 ・乳幼児向けは母子手帳を持参
 ・健康ガイドや市庁からも事業案内が
 確認できます



〒359-0025 上安松 1224-1 午前8時30分～午後5時15分（土・日曜、祝休日、年末年始は休み） ☎2995-1178

! 新型コロナウイルス感染拡大の影響で、
 内容変更場合があります。
 市庁や各問い合わせ先で最新情報をご確認ください
 (掲載情報は5月20日時点のものです)。

健康づくり支援課 ☎2991-1813

母親学級 ☎6月2日(火)から電話

◆栄養
 ☎6月26日(金)午前10時～午後0時30分 ☎出産予定日が8月8日以降の妊婦（パートナーも可） ☎妊娠中の食生活（ランチ付き） ☎600円 ☎申し込み先着20人 ☎上の子同伴の受講不可

◆歯科
 ☎6月26日(金)午後1時15分～3時15分 ☎出産予定日が9月12日以降の妊婦 ☎お口の健康、歯科健診、赤ちゃんの虫歯予防 ☎申し込み先着25人



両親学級 ☎6月19日(金)～23日(火)に電話

☎7月11日(土)午前9時30分～正午 ☎出産予定日が8月23日以降の初産婦とパートナー ☎沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操など ☎抽選12組



乳幼児健康相談 ☎6月2日(火)から電話

- ◆離乳食のおはなし会 ☎6月12日(金)
- ◆乳幼児の食事相談 ☎6月29日(月)午前中
- ◆歯科相談 ☎6月12日(金)午前中 ☎歯ブラシ

出張乳幼児健康相談 ☎不要

☎身体計測・健康相談 ☎車での来場不可

◆三ヶ島まちづくりセンター
 ☎6月16日(火)午前9時30分～10時30分（受付）

◆山口まちづくりセンター
 ☎6月26日(金)午前9時30分～10時30分（受付）



離乳食教室 ☎6月3日(火)から電話

◆ごっくん期
 ☎7月10日(金)午前10時～11時15分 ☎令和2年1・2月生まれの乳児と親 ☎栄養士の講話 ☎申し込み先着30組

◆もぐもぐ期
 ☎7月14日(火)午前10時～11時30分 ☎令和元年11・12月生まれの乳児と親 ☎栄養士・歯科衛生士の講話 ☎申し込み先着35組

◆かみかみ期料理教室
 ☎6月24日(火)午前10時～午後0時30分 ☎令和元年7・8月生まれの乳児と親 ☎栄養士・歯科衛生士の講話 ☎申し込み先着25組



2歳児歯科健康教室 ☎6月2日(火)から電話

☎7月6日(月)または27日(月) 各日午後0時50分～1時10分（受付） ☎平成29年11月～30年4月生まれの幼児 ☎歯科診察、歯磨き指導、フッ化物塗布、栄養・育児相談 ☎各日申し込み先着50人



妊婦サロン ☎不要

◆イルカ
 ☎6月23日(火)午前10時～11時30分 ☎妊婦 ☎参加者同士の交流会、簡単なストレッチ



乳幼児健康診査

（4か月・10か月・1歳6か月・3歳児）
 ▶健診日の2週間前までに健診票を郵送▶届かない場合は連絡▶日程は健康ガイドで確認



成人健康相談 ☎随時電話

| 相談名 | 6月の実施日 | 時間 |
|----------------------------|---------------------|----|
| 健康相談 | 3日(火)、24日(火) | 午前 |
| | 10日(火)、17日(火) | 午後 |
| 血糖値相談 | 8日(月)、22日(月) | 午前 |
| 歯科相談 | 16日(火) | 午前 |
| 栄養相談 | 4日(木)、11日(木)、25日(木) | 午前 |
| リハビリ相談 （骨盤のゆがみ改善・関節痛予防） | 12日(金)、26日(金) | 午前 |

健康食教室 ☎6月2日(火)から電話

☎講話「真夏の栄養充実ごはん」、調理実習 ☎申し込み先着各36人（①年度内5回まで②初参加優先） ☎600円

①優しい健康食教室
 ☎7月1日(火)（女性対象）・2日(水)（男性対象）各日午前9時30分～午後0時30分 ☎65歳以上の方

②ステキな大人の健康食教室
 ☎7月7日(火)午前9時30分～午後0時30分 ☎64歳以下の方



ファミリー食育教室 ☎6月2日(火)から電話

☎7月16日(木)午前10時～午後0時30分 ☎1～18歳の子どもの親 ☎講話「猛暑を乗り切る水分補給と食事～夏バテ、疲労回復レシピ～」、調理実習 ☎申し込み先着15組（初参加優先） ☎600円



歯周病予防教室 ☎6月2日(火)から電話

☎7月15日(火)午後1時30分～3時30分 ☎歯科医師による歯肉の健康チェック ☎申し込み先着30人



健康管理課 ☎2991-1811

【開始を延期】がん検診

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、各種がん検診の実施を延期します。開始時期は未定です。決まり次第、市庁・とろざわほっとメールでお知らせします。



BCG集団接種 ☎不要

☎6月25日(火)午前9時30分～10時30分、午後1時30分～2時30分（受付） ☎1歳に至るまで（標準接種期間は生後5～7カ月） ☎母子手帳、体温計、予診票



こころの健康支援室 ☎2991-1812

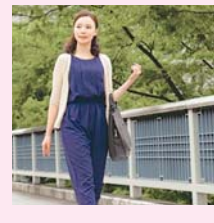
つどい ☎不要

| つどい | 開催日 | 開催時間 |
|------------------|----------|------------|
| うつ病ご本人 | 6月9日(火) | 午前10時～正午 |
| うつ病ご家族 | 6月10日(水) | |
| 強迫性障害ご家族（精神科医参加） | 6月4日(木) | 午後7時～8時30分 |
| 発達障害ご家族 | 6月24日(火) | |
| うつ病夜の部 | 6月19日(金) | 午後1時～5時 |
| 自死遺族 | 6月13日(土) | |

健幸ワンポイント💡

『歩き』から始める健康づくり

皆さんは、毎日どれくらい歩いていますか？今回は、一番身近な運動である「歩き」と病気の予防について、調査結果をもとにお伝えします。



歩いて病気を予防しましょう！

「歩き」と病気の予防の関係について、群馬県中之条町で行われた「中之条研究」。現代の日本で問題とされる病気を調査し、それぞれの病気の予防基準を明らかにしました。

◆歩数・時間と、予防できる病気との関係

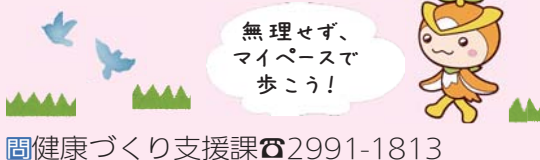
| 歩数（うち中強度運動時間） | 予防できる主な病気など |
|---------------|---------------------|
| 2,000歩(0分) | 寝たきり |
| 4,000歩(5分) | うつ病 |
| 5,000歩(7.5分) | 要支援・要介護、認知症、心疾患、脳卒中 |
| 7,000歩(15分) | ガン、動脈硬化、骨粗しょう症、骨折 |
| 7,500歩(17.5分) | 筋減少症、体力の低下 |
| 8,000歩(20分) | 高血圧症、糖尿病、脂質異常症 |

◎提供：東京都健康長寿医療センター研究所・青柳幸利副部長

この研究によると、病気の予防に有効なのは「1日の平均歩数が8,000歩、そのうち中強度の運動が20分含まれること」。なお、中強度の運動とは、速歩きや階段の昇降など「うっすら汗ばむ程度」の運動のことです。この指標に沿って歩くと、健康維持や病気予防、さらには健康長寿に効果があると、注目されています。

トコトコ健幸マイレージを活用！

7月から始まる「トコトコ健幸マイレージ」（4面参照）に参加して、歩くことから健康づくりを始めてみませんか。急に8,000歩を目指すのではなく、自分に合った運動量で、まずは「今よりもプラス1,000歩」を目指して歩いてみましょう。治療中の病気がある方は、運動量についてかかりつけ医に相談しながら進めましょう。



☎健康づくり支援課 ☎2991-1813

祝!

広報とろざわが 全国広報コンクールで入選!



令和2年全国広報コンクール(総日本広報協会主催)「広報紙・市部」で、令和元年6月号が初の入選に輝きました!
埼玉県審査で特選を受賞後、全国審査に進み、初出品で初受賞となりました。

読者の皆さんあってこそこの広報とろざわ。「読みやすい・役立つ・共感できる」広報紙を目指し、今後も魅力ある広報紙をお届けしていきます!
☎広報課 ☎ 2998-9024



紙芝居から抜け出した「カメさん」が所沢市民に海洋プラスチックごみ問題を伝えた特集「海のカメさん、所沢に行く」。本紙7月号からカメさんが再び登場予定! お楽しみに♪

デジタルブックで
広報紙をチェック!



ひばりちゃんと、おうちで遊ぼう!

家の中で過ごす時間が増えたこの頃。「おうち時間」を広報マスコット「ひばりちゃん」と楽しく遊ばませんか? 素材は市HP(Ｑひばりちゃん)で入手できます。
☎広報課 ☎ 2998-9024

オリジナリティあふれる作品を待ってるよ!



ガーランドでおうちをかわいく飾ろう♪

ひもやテープに飾りをつけて、壁や天井に吊るす「ガーランド」。ひばりちゃんと一緒に自分の写真やイラストを飾っても楽しいかも!



塗り絵で「アマビエ」に変身!

疫病除けとしてSNSで話題の「アマビエチャレンジ」。アマビエひばりちゃんを好きな色で塗ってね!

他のデザインの塗り絵やペーパークラフトもあるよ!

みんなの「おうち時間」を大募集!

応募方法

①住所②氏名③年齢④ペンネーム⑤タイトル⑥作品コメント⑦広報紙の感想を記入し、メール・郵送(写真は10MB以内)

写真・エッセイなどあなたの「おうち時間」の過ごし方を自由に送ってね!

✉hiroba@city.tokorozawa.lg.jp
☎ 359-8501 広報課みんなのひろば(住所不要)



読者感想文

- 子どもと所沢七福神めぐりや所澤郷土美術館に遊びに行ってみたくて思いました! 生まれも育ちも所沢ですが、まだ知らない魅力がたくさんありますね(山口・20代)
 - 八国山や荒幡富士に自転車でいったことを懐かしく思い出しました。新型コロナウイルスの感染拡大が落ち着いたら、思い出を振り返りながら久しぶりに行ってみようと思います(松葉町・60代)
- 編集から●特集の「八国山・荒幡富士みつけたび」では、狭山丘陵の東端に広がるみどりや歴史ロマンをご紹介します。外出の自粛が求められる中ですが、紙面上で所沢での「みつけたび」を楽しんでいただけましたか?

- 早速、手作りマスクを子どもと一緒に作りました。縫わないのに意外にしっかりしていて、子どもも好きな柄のハンカチで気に入ってくれました(北中・30代)
 - 今年はお花見ができなかったので、撮れたてNEWSの桜の写真がとっても美しく感じました(東町・20代)
- 編集から●こんな状況でも変わらぬ美しさを見せてくれる桜。本号の表紙にもきっと癒されるはず。

編集後記

「コロナで大変な中、お疲れ様!」「体に気を付けてがんばって」。プレゼントアンケートで寄せられた温かな言葉の数々に胸が熱くなりました。新型コロナウイルス感染症に気が抜けず、誰もが大変な時期が続いていますが、本号の表紙には「みんなで乗り越えよう」という思いを込めました。全国コンクールでの受賞も、日頃から支えてくださる皆さんの叱咤激励があってこそ。改めてお礼申し上げます(加賀谷)

本号の折り込みで、身近な場所にテイクアウトができる素敵なお店を発見。9面には夏バテ防止の梅レシピを掲載しています。外出自粛中でも、充実した「おうち時間」を過ごしたいですね(齋藤)

本号の特集は2本立て。トコトコ健幸マイレージは、いつものウォーキングから健康を意識するきっかけになります。不要不急ではない外出の際など、生活の中の一歩一歩を数えてみませんか?(宮崎)

いいトコPhoto



◀**体育の時間!**
早く小学校 & 幼稚園に行きたいなあ〜
それまでガンバルぞ!!
●あいゆい (所沢新町)

▶**3人が見た空**
航空公園内にある、翼を抱いた少年たちの像。実際の彼らもこの空を見ていたのかな
●所沢が好き (西所沢)



▲**ステイホームを楽しもう**
どこにも出掛けられないけど、少しでも楽しもう♪お庭バーベキューをしてみました
●きせきま (花園)



◀**Graduation (卒業)**
40代で大学院に入学し、やっと修了。我が家の柴犬「諭吉」先生と記念にパチリ!
●RIRA (元町)



◀**おいしいおうち時間**
1歳の娘とお菓子作り。目を離すと、焼く前の生地が口元に…おいしかったのね(笑)
●こあら (東所沢和田)



◀**クラゲさん?**
「クラゲ!!」と言って、楽しそうにタンポポの綿毛を飛ばしていた娘です●らうママ (若狭)



投稿大募集!

写真・絵手紙・切り絵・川柳など、皆さんの作品やお便りを募集しています。

●応募方法

11面欄外の留意事項をご覧ください

①住所②氏名③年齢④ペンネーム⑤タイトル⑥作品コメント⑦広報紙の感想を記入し、メール・郵送 (写真は10MB以内)



▶hiroba@city.tokorozawa.lg.jp
〒359-8501 広報課みんなのひろば (住所不要)

⚠ 新型コロナウイルスの感染が疑われる場合や同ウイルスに関する情報は、本紙2・3面をご覧ください。

休日急患当番医

当番時間：午前9時～午後5時
※昼休み除く。電話相談不可

▶救急患者のみ ▶往診は原則不可 ▶医療機関が変更になる場合あり
▶混雑などで受付時間変更あり ▶診療終了時刻近くの受診時は要電話確認 ▶地図などの詳細は所沢市医師会へ



| 診療日 | 医療機関名 | 診療科目 | 所在地 | 電話番号 |
|----------|----------------|---------------------|--------------------|-----------|
| 6月7日(日) | 西部クリニック | 消、内、整、皮 | 南住吉22-33 | 2926-5851 |
| | 小手指整形外科 | 整、リウ、外、リハ | 小手指元町3-2-31 | 2947-3321 |
| | 所沢秋津診療所 | 内、麻 | 上安松1-8 | 2945-8899 |
| 6月14日(日) | 所沢診療所 | 内 | 宮本町2-23-34 | 2924-0121 |
| | 矢島整形外科 | 整、理 | くすのき台1-12-10 | 2995-3863 |
| | 村田医院 | 内、小 | 上安松538-7 | 2997-5051 |
| 6月21日(日) | くにとみ内科外科クリニック | 内、外 | 久米532-8 | 2993-9213 |
| | スマイル・まやクリニック | 皮、形、リハ | 西所沢1-3-5 NKパークビル2階 | 2939-1213 |
| | 今城内科クリニック | 内 | 緑町2-3-21 | 2939-2006 |
| 6月28日(日) | ほさか内科クリニック | 循内、内、糖内、アレルギー、呼内、消内 | 東所沢和田1-1-8 | 2941-5731 |
| | 所沢ハートセンター | 循 | 上新井2-61-11 | 2940-8611 |
| | 星の宮クリニック | 内、小、胃、循 | 星の宮1-3-29 | 2921-3877 |
| 7月5日(日) | 吉岡クリニック | 内、呼内 | 花園2-2351-18 | 2942-3116 |
| | 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 |
| | 福元内科クリニック | 内、消 | 南住吉21-16 | 2920-1155 |

小児科日曜日・祝休日診療

| 医療機関名 | 所在地 | 電話番号 | 日曜日 | | 祝休日 | |
|----------------|------------------------|-----------|---------|----|-----|----|
| | | | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 |
| 愛クリニック | 中新井620-1 | 2937-3630 | ○ | × | × | × |
| おくもとクリニック | 西所沢1-23-3 | 2903-8320 | ○ | × | × | × |
| きたはたファミリークリニック | 小手指南4-13-6 | 2947-0011 | ○ | × | × | × |
| かわかつクリニック | 小手指台23-1 マミーマート所沢山口店2階 | 2920-2200 | ○ (第2休) | × | × | × |
| 彩のクリニック | 小手指町4-1-1 | 2949-1118 | × | × | ○ | × |

◎診療時間はお問い合わせください。なお、休診する場合があります。

小児急患診療

市民医療センター
上安松1224-1 ☎2992-1151

| 事業名 | 受付時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 祝休日 |
|------------|----------------------------|--------------------------------------|---|---|---|---|---|---|-----|
| 夜間急患診療 | 午後7時30分～10時15分 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | — | — | — |
| | 午後6時～8時45分 | — | — | — | — | — | ○ | ○ | ○ |
| 深夜帯急患診療 | 夜間急患診療終了後～翌日午前7時 ※1 | × | ○ | ○ | × | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 日曜日・休日急患診療 | 午前10時～11時30分 午後2時～4時30分 | 6月7日(日)・14日(日)・21日(日)・28日(日)、7月5日(日) | | | | | | | |

※1…要事前問い合わせ

◎内科的初期診療のみで、外科などの診療は実施していません。

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

診療日/受付時間：6月7日(日)・14日(日)・21日(日)・28日(日)、7月5日(日)/午前9時～11時30分

◎診療日は変更になる場合があります。

| 緊急時の電話相談・医療機関案内 | 電話番号 |
|--------------------|--|
| 埼玉県救急電話相談 (24時間対応) | #7119 または ☎048-824-4199 ※は ☎048-831-0099 (依頼書は県庁 (救急電話相談) で入手) も対応可能。 |
| 埼玉県精神科救急情報センター | ☎048-723-8699 ▶月～金曜…午後5時～翌朝8時30分 ▶土・日曜、祝休日、年末年始…午前8時30分～翌朝8時30分 |
| 埼玉西部消防局休日夜間病院案内 | ☎04-2922-9292 / 24時間対応 |