

特集

まち散歩・みどり散歩

誰かに教えたくなる所沢





みどり散歩

「所沢の魅力って、何？」そんなあなたに、豊かな自然と個性あふれる特産品を楽しめる散歩コースをご紹介します。お土産にSNS映えスポット…。きっと誰かに教えたくなるはず！

まち散歩

テレビの前のこたつを飛び出して、所沢のまちとみどりを巡るお散歩にさあ出掛けよう！

問 広報課
☎ 2998-9024

～誰かに教えたくなる所沢～

おせちやテレビもいけれど、所沢の「まち」に「みどり」に飛び出して、あなたの「ちょっと自慢できる所沢」を探しに行きましょう！

「まち散歩」では、所沢ブランド特産品の第1号に認定された注目のお土産の数々をご紹介します。一方、「みどり散歩」では、市の南西部に広がる狭山丘陵を中心に、所沢の自然を満喫できるスポットを巡ります。

多様な都市機能と豊かな自然が共生する所沢。本特集では、そんな所沢の、誰かに教えたくなる魅力を「まち」「みどり」それぞれの散歩コースで巡ります。

「まち散歩」では、所沢ブランド特産品の第1号に認定された注目のお土産の数々をご紹介します。一方、「みどり散歩」では、市の南西部に広がる狭山丘陵を中心に、所沢の自然を満喫できるスポットを巡ります。

市民の皆様、あけましておめでとございませう。市長の藤本正人です。



まち散歩

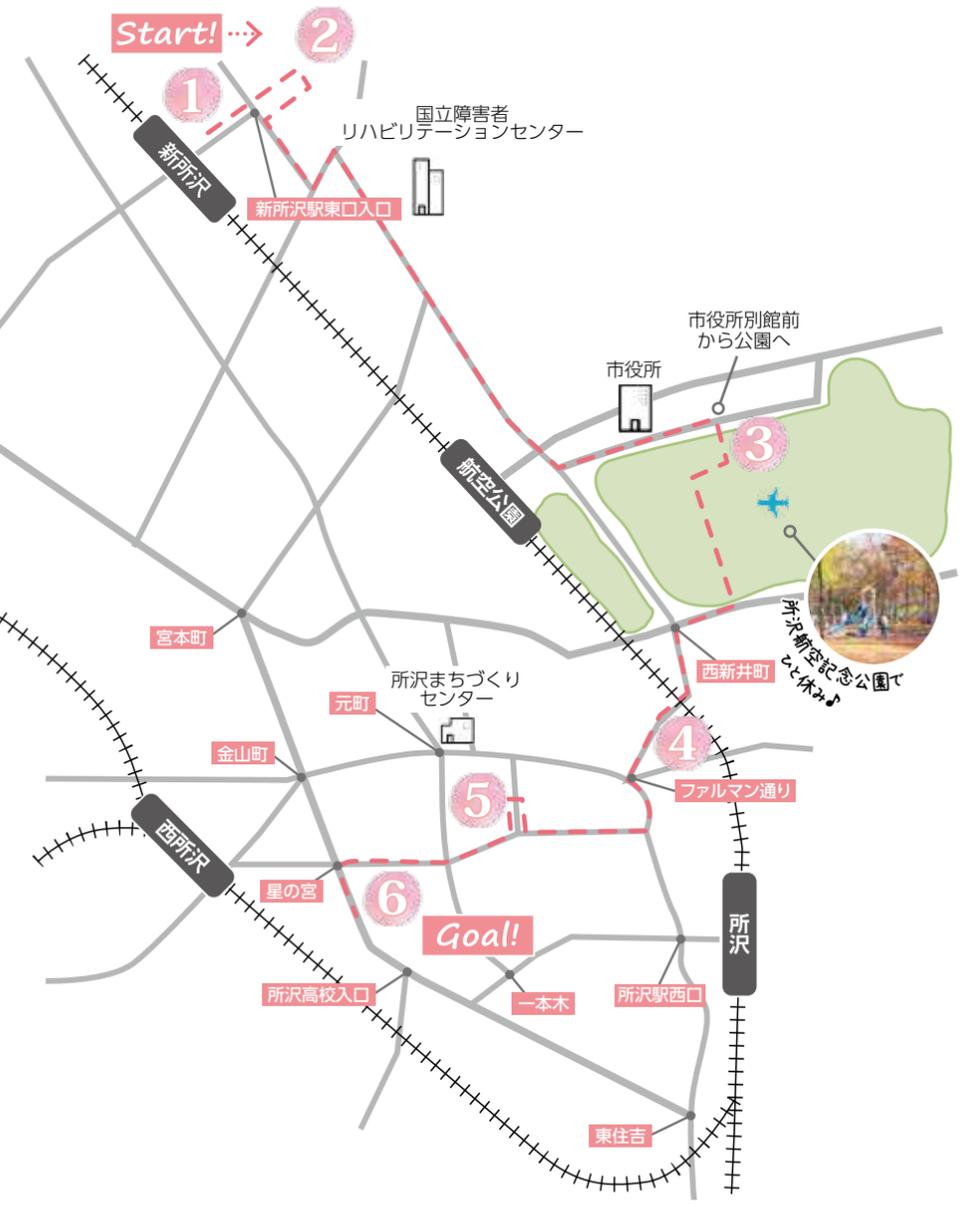
所沢ブランド特産品には、所沢産の農産物や地域資源、文化などが詰まっています。



所沢ブランド特産品の一覧は市HP（Q特産品）でもチェック！

持ち帰りができて、プレゼントにも喜ばれる商品ばかり。緑のロゴマークが目印です。

狭山茶の葉と飛行機のプロペラがモチーフ



年末年始は営業時間や休業日が変わる場合があります。詳細は各店舗にお問い合わせください。

1 紗綾音・紗綾丸・紗綾泉

味はそれぞれ
緑茶、ほうじ茶、
和紅茶の3種!

市内茶園「黒田園」の粉末茶葉を混ぜ込んだクランチチョコ(704円/袋)、ブルドネージュ(704円/袋)、濃厚プリン(540円/袋)。狭山茶の味わいや深い苦みを生かした大人のスイーツです。



パティスリー ラ リベルテ
☎2998-7001 場松葉町12-4
時午前10時~午後9時 休水曜
P 近辺に有料駐車場あり



2 所沢どら焼き 里のアロマ

県内トップの収穫量を誇る所沢産の里芋を生地に練り込み、しっとり・ふんわり・もっちりなどら焼きです(200円/個)。里芋をかたどった見た目もかわいい♪



宝月
☎2943-0032 場美原町1-292
4-24 時午前9時~午後6時
30分 休日曜 Pなし



▲つぶあん、狭山茶あん、ピーナッツあんと季節の1種が味わえます



どれにしようかな~?

3 農民煎餅

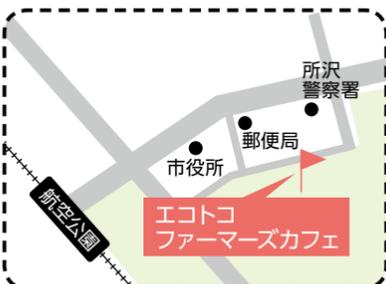
2月中旬以降
発売予定!

市内の狭山茶や老舗「深井醤油」のしょうゆを使ったお煎餅(1944円/箱)。味はしょうゆ、狭山茶、甘味の3種で、華やかなパッケージは、プレゼントにぴったり!



狭山茶ティーバッグも付いてるよ!

エコトコ・ファーマーズカフェ
☎2936-6821 場並木1-13(所沢航空発祥記念館内) 時午前9時30分~午後5時 休月曜(月曜祝日の場合は翌日) P 近辺に有料駐車場あり



大人のお土産にどうぞ!

4 所沢名菓 ファルマン

かつて、所沢の空を飛んだ「アンリ・ファルマン機」にちなんだパイ生地のお菓子(140円/個)。今年で販売から45年目を迎える、世代を越えて愛されているお菓子です。



ねぎし
☎2922-6835 場御幸町9-16
時午前10時~午後5時 休日・木曜 Pなし



▲小倉あん、マロンあん、煎茶あんの3種が楽しめます



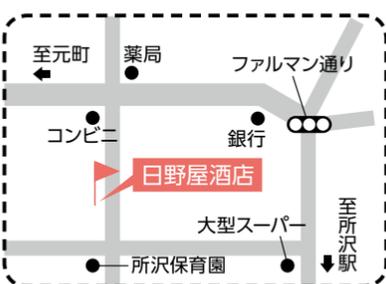
さっくりパイ生地とつぶあんの甘さがおいしい♪

5 恋も咲くところ (3種)・野老ゴールデン・野老ゼロッピー

所沢産里芋を使った焼酎と所沢産大麦を使ったビール(540円/本)・ノンアルコールビール(203円/本)。所沢のお酒PRイベント「ちょいバル」でも大人気!



日野屋酒店
☎2922-2700 場元町15-16
時午前9時~午後7時 休日曜、祝日の月曜 Pあり



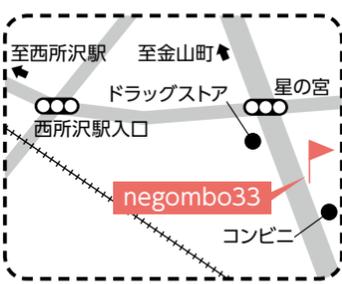
◀恋も咲くところ(1550円/本)は、「オーク樽三年熟成(2777円/本)」「梅酒(1750円/本)」も特産品に認定されています
◎生産数に限りがあるため、現在品薄中です。

6 所沢牛カレー

所沢牛を使ったオリジナルレトルトカレーです(950円/個)。深井醤油の丸大豆醤油が隠し味。じっくり煮込んだ柔らかい所沢牛が食欲をそそります。



negombo33
☎2928-8623 場星の宮1-9-1
時午前11時30分~午後3時(ラストオーダー) 休日・月曜 Pなし



みどり 散歩

まちから一歩足を延ばすと、目の前に広がる里山の風景。狭山丘陵は、所沢市の南西部に広がる自然の宝庫です。

四季折々の風景や動植物に出会えるスポットを、カメラを片手に歩いてみませんか？きっとすてきな出会いがあなたを待っているはず。



1 一年を通して季節を感じる撮影ができる 狭山湖

所沢市と入間市の境にまたがっている狭山湖は、昭和9年に完成した人造湖。春は桜、夏は萌える緑、秋は紅葉、冬は澄んだ空気で富士山をくっきりと見ることができます。また、水鳥の楽園とも言われていて、カンムリカイツブリの越冬地として有名です。どんな水鳥が暮らしているのかも、ぜひチェックしてみてください。

群れて冬を越す
カンムリカイツブリ



▶ 狭山湖から見た夕日。富士山のシルエットが浮かび上がります



場 西武球場前駅から徒歩15分
P 近辺に有料駐車場あり

2 周辺住民の力でよみがえった里山風景 菩提樹池

狭山丘陵のほぼ中央部に位置し、コナラを中心とした雑木林、湧水が流れ込むため池や湿地、田んぼなどがあります。菩提樹池は昭和30年代以降、徐々に水田が放棄され土に覆われてしまいました。地元自治会が中心となり、池を復活させることに成功。現在は、定期的な管理により、里山の景観を維持しています。



いろんな季節の里山が見られるね

水面に森が反射して鏡みたい!



みんなで守ろう! 散策マナー

- ▶ ごみを捨てない
動物がごみを食べてしまう危険も
- ▶ 犬にはリードを付ける
鳥や動物が驚いてしまいます。ふんは必ず持ち帰りましょう

- ▶ 柵の中に入らない
足元に暮らす生き物を踏まないために柵を越さないでください
- ▶ 動植物をとらない・放さない
生態系維持のため、外に出さない、外から入れないを守ってください

- ▶ ハチやマムシに注意
たくさんの生き物が暮らしているため、毒を持った生き物に出会う可能性があります。露出の少ない服装で虫除けをして散策してください





3 まっすぐ続く野鳥観察路 **アルペンロード**



地中に狭山湖からの水道管が通っているため、まっすぐな道が続く通称アルペンロード。上ったり下ったりする道は、歩いていて楽しいこと間違いなし！

◀アルペンロード入口は、鎖のついた鉄のポールが目印。ポールを越えて土手を上ります

知っていますか？

クアオルト®健康ウォーキング

里山の起伏や気候など、豊かな自然を活用したコースを歩くことで、適切な運動負荷を掛けるドイツ発祥の運動療法です。県内では所沢が初導入！狭山丘陵で2コースが認定されました。今後、体験イベント情報などにもご注目ください！

☎商業観光課 ☎2998-9155

狭山丘陵に暮らす生き物の情報発信基地

4 狭山丘陵いきものふれあいの里センター



▲センター入口の看板には、今月のイベント内容や、季節の見どころ情報が満載！



狭山丘陵いきものふれあいの里センターでは、職員が狭山丘陵のことを直接教えてくれるのがポイント！市内に出没する動物や、季節ごとの草花など、子どもだけでなく大人も楽しめる話を聞くことができます。

狭山丘陵いきものふれあいの里センター
☎2939-9412
場 荒幡782 (下山口駅から徒歩15分)
時 午前9時～午後5時 休 月曜 (月曜祝日の場合は翌日) Pあり (荒幡富士市民の森北側)

聞いてみました！

センター職員・須賀さん

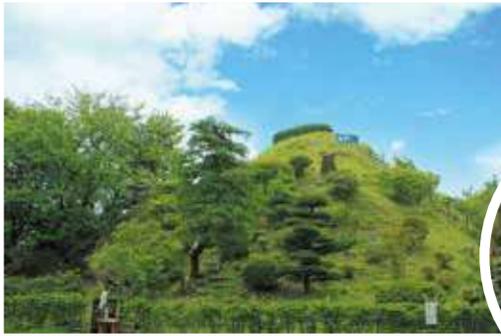
狭山丘陵には、26種類の動物たちが記録されています。1番大きいのはイノシシで、数年前には市街地付近に出没したことも。

自然豊かな狭山丘陵を肌で感じてみてください。その魅力や歴史がもっと知りたくなったら、ぜひセンターにお立ち寄りください♪



立ち寄りスポット みどり散歩にオススメの+α♪

1 15年かけて作られた **荒幡富士**



明治17年から15年の歳月をかけて作られた人工の富士山です。さまざまな場所の土を運んで作られたため、100年以上経った今でも、林内では見られない植物が観察できます。

場 荒幡748 (浅間神社内) Pなし

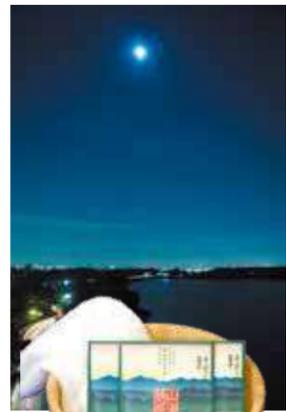
2 市内を一望できる丘でピクニックをしよう **ドレミの丘公園**



荒幡小学校の隣にあるドレミの丘公園は、所沢駅周辺から狭山湖周辺まで一望できる景観地。ダンボールすべりにぴったりの丘で、夏にはカブトムシに会えることも。ピクニックにオススメです♪

場 荒幡721ほか (荒幡小学校横) Pなし

3 ここにも所沢ブランド特産品のスポットが！ **所沢棹羊羹 & 狭山の茶湯バスパウダー**



中国割烹旅館 掬水亭
☎2925-7111 (午前10時～午後6時)
場 山口2942 時 午前7時～午後10時 (売店) Pあり

本百名月に選ばれた多摩湖にのぼる月をモチーフに、市内の和菓子屋「菓心かめだや」とコラボして作った棹羊羹(1,400円/本)。市内の茶園「新井園本店」の狭山茶を配合したバスパウダー(270円/袋)の2品が、所沢ブランド特産品に認定されました。みどり散歩のお土産にどうぞ♪

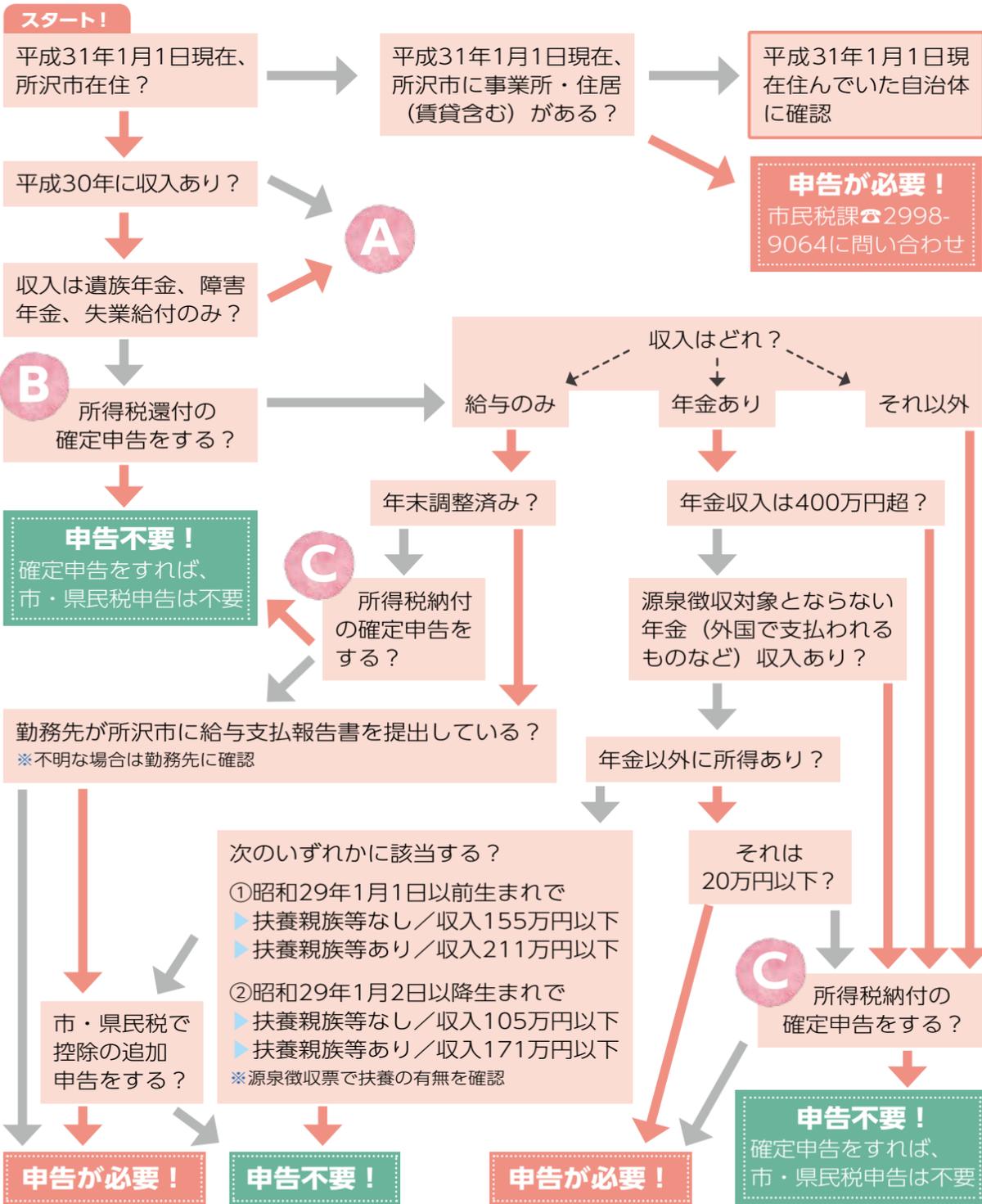
誰かに教えたいくなる所沢は見つかりましたか？
所沢の魅力をどんどんみんなで発信していきましょう！



税の申告はお早めに！

申告会場は大変混み合い、最大3時間以上お待ちいただく場合があります。早めに準備をして、スムーズに申告しましょう。

1 申告が必要かチェック！



市・県民税の申告
2月18日(月)～3月15日(金)
問 市民税課 ☎2998-9064

所得税の確定申告
2月18日(月)～3月15日(金)
問 所沢税務署 ☎2993-9111
(自動音声案内「0」)

A 郵送で簡単申告！
申告の義務はありませんが、国民健康保険税の軽減や各種手当の受給判定などの基礎資料となるため、申告しておきましょう。
市・県民税申告書裏面「収入がなかった方の記入欄」の該当項目にチェックし、表面に署名・押印すれば終了です。
〒359-8501市民税課宛てに郵送してください。
◎詳細は市HP（Q申告）でもご案内しています。

B 還付申告ができる方
所得税が源泉徴収されている給与所得者で、▶雑損・医療費・寄付金・住宅ローン控除などを申告する方▶年の途中で就・退職して年末調整を受けていない方などです。
確定申告会場は大変混雑するため、長時間お待ちいただく場合があります。国税庁HPでの申告（e-Tax…国税電子申告・納税システム）がおすすめです。

C 確定申告が必要な方
▶営業・農業・不動産などの所得合計が所得控除合計を超える方
▶給与収入が2千万円を超える方
▶2カ所以上から給与を受け、年末調整をしていない給与収入が20万円を超える方
▶給与所得者で、給与以外の所得合計が20万円を超える方
▶土地・建物・株式などを譲渡した方などです。

2 申告方法をチェック！

市・県民税の申告

郵送で申告
①平成30年中に収入がなかった方②年末調整済みの源泉徴収票をお持ちの方は、郵送で簡単に申告できます。①は上記チェック表の欄外Aを参照してください。②は源泉徴収票の写しを市・県民税申告書に同封してください。

会場で申告
7面の日程表のとおり、申告相談会場を開設します。2月18日(月)～3月15日(金)は市役所2階市民税課での申告受付はできません。休日開庁日（8面参照）の窓口でも申告受付はできません。

◎市・県民税申告書は、1月下旬ごろ、30年度と同申告書を提出した方に郵送します。また、1月23日(木)～3月15日(金)の期間中、市役所2階市民税課、まちづくりセンターなどでも配布します。



郵送で簡単申告♪

所得税の確定申告

国税庁HPで申告
国税庁HP（http://www.nta.go.jp）の「確定申告書等作成コーナー」で、確定申告書などが作成できます。e-Taxまたは郵送で申告してください。

会場で申告
2月18日(月)～3月15日(金)の午前9時～午後5時（土・日曜除く）、所沢税務署（並木1-7）に申告相談会場を開設します。2月24日(日)・3月3日(日)のみ、休日も開設します。
相談の受付時間は、午前8時30分～午後4時です。

◎相談内容が複雑な場合は、午後3時ごろまでにお越しください。また、混雑状況により受け付けを早めに締め切ることがあります。

New 平成31年1月からスタート
ID・パスワード申請で簡単申告
事前に専用のID・パスワードを申請すれば、申告が簡単に！マイナンバーカードや専用機器は不要です。詳細は国税庁HP（Qe-Tax利用の簡便化）をご覧ください。



市・県民税 申告相談日程表 受付時間 午前9時～午後3時（市役所8階は午後4時まで）

受付日	会場	対象地域
2月18日(月)	新所沢まちづくりセンター	向陽町・青葉台・榎町
19日(火)		泉町・緑町1～4丁目・けやき台1～2丁目
20日(水)	小手指まちづくりセンター	小手指南1～6丁目・北野1～3丁目・北野南1～3丁目
21日(木)	松井まちづくりセンター	下安松
22日(金)		上安松・牛沼・くすのき台1～3丁目
24日(日)	市役所8階	指定相談日に都合がつかない方
25日(月)	柳瀬まちづくりセンター	坂之下・城・本郷・日比田・亀ヶ谷・新郷・南永井・東所沢1～5丁目・東所沢和田1～3丁目・松郷
26日(火)	山口まちづくりセンター	山口1～899番地
27日(水)		山口900番地以降・上山口・小手指台
28日(木)	吾妻まちづくりセンター	荒幡・松が丘1～2丁目・久米(481～620番地除く)
3月1日(金)	富岡まちづくりセンター	中富・下富・神米金・北岩岡・北中1～4丁目・岩岡町・所沢新町・花園1～4丁目

受付日	会場	対象地域
3月4日(月)	小手指公民館分館	小手指町1～5丁目・小手指元町1～3丁目・北野新町1～2丁目
5日(火)		狭山ヶ丘1～2丁目
6日(水)	狭山ヶ丘コミュニティセンター	若狭1～4丁目・西狭山ヶ丘1～2丁目
7日(木)		和ヶ原1～3丁目・林1～3丁目・糎谷・堀之内
8日(金)		三ヶ島1～5丁目・東狭山ヶ丘1～6丁目
11日(月)		日吉町・東町・旭町・御幸町・寿町・元町・金山町・有楽町・北有楽町・喜多町・宮本町1～2丁目
12日(火)		上新井1～5丁目・西所沢1～2丁目・星の宮1～2丁目・東住吉・西住吉・南住吉・久米481～620番地
13日(水)	市役所8階	北原町・若松町・こぶし町・北秋津
14日(木)		弥生町・美原町1～5丁目・北所沢町・松葉町・下新井・西新井町・東新井町
15日(金)		大字中新井・中新井1～5丁目・並木1～8丁目・中富南1～4丁目

【留意事項】

- ▶三ヶ島まちづくりセンターは工事のため、狭山ヶ丘コミュニティセンターで実施します。
- ▶指定相談日に都合がつかない場合は、他の会場でも受け付け可能です。
- ▶申告会場と駐車場は大変混雑します。郵送での申告にご協力ください。



3 申告の持ち物をチェック！

税の申告には、下記のものが必要です。
該当するものをそろえて、申告会場に向かいましょう。

Check

申告書（市や税務署から届いたもの）
※届いていない場合は申告会場入手可能

印鑑（スタンプ式印鑑除く）

平成30年分の収入が分かるもの
▶給与の源泉徴収票
▶年金の源泉徴収票
▶営業所得・不動産所得の収入や経費がわかる帳簿など

控除が分かるもの
▶社会保険料の領収書（国民健康保険・国民年金など）
▶生命保険・地震保険の控除証明書
▶障害者手帳
▶医療費の明細書／医療費のお知らせ／医療費の領収書
※事前に合計額と保険金などで補てんされる金額を計算
※医療費控除の特例を選択する方は、特定一般用医薬品の購入費がわかる明細書と健診や予防接種などの領収書・結果通知表などを持参
※健康保険組合などが発行する「医療費のお知らせ」を添付すると、医療費の明細書の記入が省略可能

マイナンバーが分かるもの
次の全てが必要です。
①番号確認書類
本人のマイナンバーカード、通知カードなど
※扶養親族などの確認書類は不要ですが、申告書にマイナンバーの記入が必要

②身元確認書類
本人（代理人申告の場合は代理人）の顔写真付きの身分証明書（マイナンバーカード、運転免許証、障害者手帳など）
※本人申告の場合のみ、健康保険証も使用可能

③代理権確認書類（代理人申告の場合のみ）
委任状、本人の公的身分証明書など

税理士による無料税務相談

日 2月1日(金)～15日(金)（土・日曜、祝日除く）
場 市内各税理士事務所
対 平成30年の収入が600万円以下で、▶収入が年金のみの方 ▶給与所得者で医療費控除を受けたい方 ▶年の

途中で就・退職し、年末調整していない方
申 問 関東信越税理士会所沢支部事務局 ☎2993-0822に電話（午前10時～正午、午後2時～4時）
◎原則無料ですが、別途料金が発生する場合はご案内します。

1月中に郵送します

受給者に対し、平成30年中の年金支払総額を記載した「公的年金等の源泉徴収票」を日本年金機構が郵送します。非課税である遺族・障害年金に対しては郵送しません。
問 ▶ねんきんダイヤル ☎0570-05-1165
▶所沢年金事務所 ☎2998-0170

1月末に郵送します

平成30年中に支払った所沢市の①国民健康保険税②後期高齢者医療保険料③介護保険料の額を記載した「納付額のお知らせ」を郵送します。
①は世帯主宛てに郵送します。なお、納付方法が「特別徴収」とある項目は、本人のみ控除として申告できます。

問い合わせ
▶①の納付…収税課 ☎2998-9073
▶①の課税…国民健康保険課 ☎2998-9131
▶②…後期高齢者医療担当 ☎2998-9218
▶③…介護保険課 ☎2998-9420

障害者控除が申告可能

市が発行する認定書で障害者控除が申告できます。
対 平成30年12月31日現在、身体障害者手帳を持っていない65歳以上で、要介護1～5を受けている方など
問 高齢者支援課 ☎2998-9120

介護保険のサービス料も控除対象

介護サービス（予防サービス・総合事業サービス含む）の領収書に「医療費控除対象額」の記載がある場合は、通常の医療費に合算できます。
高額介護サービス費・高額医療合算介護サービス費・介護保険低所得者助成金を受け取った場合は、控除対象から差し引いてください。
問 介護保険課 ☎2998-9420

お知らせ

市税の納期限

1月31日(木)は市・県民税(4期)、国民健康保険税(7期)の納期限です。期限内に納付してください。

問 収税課 ☎ 2998-9073

労働保険料(3期)の納期限は1月31日(木)

納期限の10日前ごろに該当事業所に納付書を郵送します。口座振替も可能です。

問 埼玉労働局労働保険徴収課 ☎ 048-600-6203

市民体育館メインアリーナ 床改修工事による利用を停止

床面の全面改修工事のため、工事中、メインアリーナは利用できません。ご理解とご協力をお願いします。

利用停止期間 2月12日(火)～3月22日(金)(工事の状況などで変更の場合あり)

問 スポーツ振興課 ☎ 2998-9248

市立中学校新入学生徒の入学通知書を郵送

平成31年度新入学生徒の保護者に、1月中旬に入学通知書を郵送します。2月に入っても届かない場合は、お問い合わせください。

問 学校教育課 ☎ 2998-9238

入学準備金貸付制度(追加募集)

希望する方は、試験の可否にかかわらずあらかじめ申請してください。平成31年4月に高校、高専、大学などに入学する学生の保護者、保護者の要件、引き続き2年以上市内在住、市税の滞納がないか、非課税で返還能力がある、次の要件を満たす保証人がいる

保証人の要件

引き続き2年以上市内在住、独立生計を営む20歳以上、市税の滞納がない、後見・補佐開始の審判、破産手続き開始の決定を受けていない、申請日現在、本制度の借り受け人でない



市内に保証人がいない場合はご相談ください。

貸付上限 高校・高専(国公立) : 10万円、高校・高専(私立) : 30万円、短大・大学など : 40万円

返済期間 3年以内(無利子/貸し付け後6カ月据え置き)

申請期 1月21日(月)までに市役所2階子ども支援課 ☎ 2998-9124に直接

締め切り後の審査会で認定者を決めます(所得判定あり)。詳細や必要書類は同課、市庁(Q)入学準備金でご確認ください。

埼玉県交通遺児等援護金

平成12年4月2日以降生まれの交通遺児など(所得制限あり) 給付額 子ども1人当たり年10万円 給付時期 31年5月上旬

申請

1月31日(木)までに必要書類をみずほ信託銀行浦和支店に直接

問 県・防犯・交通安全課 ☎ 048-830-26958

詳細や必要書類は市役所1階交通安全課で配布するしおり、県庁(Q)交通遺児援護金でご確認ください。

避難行動要支援者名簿の登録該当者に同意書を郵送

1月中旬に「個人情報」の提供に関する同意書を郵送します。同意する方は、3月29日(金)までに返送してください。

同意者の名簿は、平常時から自治

会・町内会、民生委員などに提供し、避難支援体制の構築に活用します。

避難支援が確実に受けられることを保証するものではありません。

平成30年12月1日現在、次のいずれかに該当する未登録の方

要介護認定3～5、身体障害者手帳1・2級の第1種(内部障害のみの方除く)、療育手帳A・A精神障害者保健福祉手帳1・2級で単身世帯、障害支援区分3以上の認定を受けた難病患者、75歳以上の単身高齢者

これまでに同意書を送った方には郵送しません。対象外でも、市庁(Q)避難行動)、市役所4階危機管理課、同2階子ども福祉課、同1階障害福祉課・高齢者支援課・介護保険課、まちづくりセンター、保健センター健康管理課で申請書を手渡し、登録申請できます。

問 危機管理課 ☎ 2998-9399

事前予約がおすすです。スムーズに相談できます。

希望日の1カ月前(前日に)予約専用電話 ☎ 0570-054890に電話

予約時に相談者や相談内容、基礎年金番号などを確認します。当日必要な物は、予約時にお伝えします。

問 所沢年金事務所 ☎ 2998-0170

平成30年度コミュニティ助成事業

宝くじの社会貢献広報事業として行っているコミュニティ助成事業で、並木自治連合会が集会用テントなどコミュニティ活動に必要な備品を購入しました。

問 地域づくり推進課 ☎ 2998-9083

知ってほしいヘルプカード

障害のある方が周囲に配慮や支援をお願いしやすいヘルプカードです。ヘルプカードを持っている方がいたら、必要な手助けなどの配慮をお願いします。

配布場所 市役所1階障害福祉課・保健医療課、同2階子ども福祉課、保健センター健康づくり支援課

このころの健康支援室、子ども福祉の未来館1階地域福祉センター

市庁(Q)ヘルプカード)でも入手できます。

問 障害福祉課 ☎ 2998-9116

秋の「環境美化の日」実施報告

実施日 平成30年11月4日(日)

ごみ回収量

燃やせるごみ 26.71トン

破碎ごみ類 4.50トン

びん・かん 0.62トン

粗大ごみ 0.89トン

合計 32.72トン

参加人数

大人 19,875人

子供 3,542人

合計 23,417人

問 生活環境課 ☎ 2998-9370

みんなができる「エコライフ」冬のエコライフデーに参加しよう!

冬は、最もエネルギー使用量が増える季節です。期間中の1日をエコライフデーに設定し、エコライフを実践して結果を市にお寄せください。

実施期間 1月18日(金)まで

チェックスの入手・回収場所

市庁、市役所5階環境政策課、まちづくりセンター、サービスコーナー

市庁(Q)冬のエコライフ)でも入手できます。

問 同課 ☎ 2998-9133

営農意向及び実態調査にご協力ください

営農面積が10アール(1反)以上

の市内農地所有者、耕作の業務を営む方に調査票を郵送しました。

調査員が直接訪問することはありません。調査を装った不審な訪問・電話などにご注意ください。

問 農業委員会事務局 ☎ 2998-9264

市有地の売り払い(一般競争入札)

所在地 東狭山ヶ丘1-23-11 地目 宅地 公簿地積 266.03㎡ 用途地域 第二種中高層住居専用地域

入札日 3月1日(金)午前10時

申請期 3月4日(金)午前10時

998-9053で配布する案内をご覧ください。2月15日(金)～25日(月)に同課に直接

案内は、市庁(Q)市有地の売り払い)でも入手できます。

問 市有地売却対策計画(案) ☎ 2998-9264

パブリックコメントを実施

市役所5階都市計画課

問 同課 ☎ 2998-9192

計画などの縦覧・説明会

環境影響評価調査計画書

三ヶ島工業団地周辺地区の組合土地画整理事業に伴う同計画書に対する意見がある方は、期間中に意見書提出できます。

縦覧 1月11日(金)～2月12日(火) 市役所5階都市計画課、所沢図書館本館、三ヶ島まちづくりセンター

説明会 2月7日(木)午後7時～、10日(日)午前10時～市役所7階研修室

会場に直接お越しください。意見書の提出 1月11日(金)～2月26日(火)に〒359-8501市役所5階都市計画課 ☎ 2998-9192に直接・郵送

東所沢サニータウン地区の都市計画変更に伴う縦覧 市役所5階都市計画課 問 同課 ☎ 2998-9192

生産緑地地区の変更に伴う縦覧 市役所5階都市計画課 問 同課 ☎ 2998-9192

調理師の方は業務従事者届の提出を 対県内の飲食店や給食施設などで就業している調理師(パート・アルバイト含む) 申請期 1月15日(火)に届出書を埼玉県調理師会 ☎ 048-862-6443に提出



休日開庁 毎月第2・4土曜午前 1月12日(土)・26日(土) 午前8時30分～ 午後0時30分

- 取り扱い業務: 転入・転出・転居などの手続き、印鑑登録、住民票や戸籍などの証明書、国民年金の手続き、国民健康保険の手続き、後期高齢者医療制度の相談、課税・非課税証明書、納税証明書、市税・国民健康保険税の納付、納税相談

マイナンバーカードが便利! コンビニで住民票や印鑑登録証明書、課税証明書が受け取れます。 問 経営企画課 ☎ 2998-9027

Road to 2020 東京2020オリパラへの道

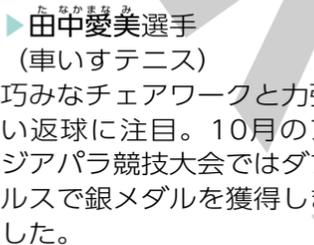
東京オリンピック・パラリンピック総合推進室
☎2998-9214

東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会まであと1年半。「『東京』だから所沢は関係ないんじゃない?」と考えているあなた! 所沢市でも東京2020オリパラの熱が高まっています。これを読めば2020年がもっと楽しみになること、間違いなし!

応援しよう! 市内在住のアスリート!



島川慎一選手
(ウィルチェアラグビー)
転倒するほどの激しい接触がある競技で、アテネパラから4大会連続で出場のレジェンド。平成30年8月の世界選手権では日本の初優勝に貢献しました!



田中愛美選手
(車いすテニス)
巧みなチェアワークと力強い返球に注目。10月のアジアパラ競技大会ではダブルスで銀メダルを獲得しました。



小倉理恵選手
(車いすバドミントン)
仕事と子育てを両立しながら、第一線で活躍中。8月の国際大会ではシングルス・ダブルス両方で優勝!



寒くなると、アライグマなど野生動物の建物侵入被害が増えます。特に、野生動物のすみか



野生動物の建物侵入被害にご用心

帰省・旅行中は特に要注意! 戸締りは確実にお願いします。
問 所沢警察署
☎2996-0110



空き巣被害が多発中!

問 県・医療人材課
☎048-830-3543

医療従事者の方は業務従事者届の提出を
問 県・歯科技工士
☎048-830-3543

業務従事者届の提出を
問 県・歯科技工士
☎048-830-3543

問 上下水道局給水管理課 ☎2921-1082
問 上下水道局給水管理課 ☎2921-1091

日	当番店	電話番号
1日(祝)	(有)石和設備工業	2993-8108
2日(水)	(株)ミヤザキ	2948-7650
3日(木)	(株)買井産業	2993-0110
5日(土)	(株)楽々	2923-4900
6日(日)	(有)平塚設備工業	2923-5778
12日(土)	(有)松本設備工業所	2922-5911
13日(日)	(有)中村水道工事店	2992-0981
14日(祝)	(株)小松屋管器	2922-3836
19日(土)	(有)本田技管	2948-1300
20日(日)	(有)石和設備工業	2993-8108
26日(土)	(有)八光設備工業	昼 2924-2011 夜 2925-2549
27日(日)	ヒロ設備工業	2941-5228

問 生活環境課 ☎2998-9370

1月の宅地内水漏れ修繕当番店

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。



開催

トコロろん出没情報

◆日仏交流折り紙ヒコーキ所沢大会
1月12日(土)午前9時30分~午後3時30分
場 市民体育館
問 商業観光課 ☎2998-9155

探れて! 農産物直売とことこ市

◆1月8日(火)午前10時~午後3時
場 市役所別館前広場
◆1月22日(火)午前10時~午後3時
場 ユニティ広場
問 農業振興課 ☎2998-9158

所沢駅構内で所沢産の里芋・ニンジン・ほうれん草を販売

売り切れ次第終了です。トコロろも参加予定!
場 2月2日(土)・3日(日)午後2時~5時
場 所沢駅構内
問 農業振興課 ☎2998-9158

ダイアプラン30周年記念講演会 「自然と寄り添う暮らし」

◆2月2日(土)午後2時30分~5時(午後2時開場)
場 所沢まちづくりセンター
対 所沢・飯能・狭山・入間・日高市に在住・在勤・在学の方
定 先着200人
◎会場に直接お越しください。
内 ◆第一部: 式典 ◆第二部: 講演会
講 タレント・清水国明さん
問 経営企画課 ☎2998-9027



環境講演会 「武蔵野がはじまる」

◆2月3日(日)午後1時~3時(午後0時30分開場)
場 所沢まちづくりセンター
定 申し込み先着50人
講 学習院大学教授・赤坂憲雄さん
申 問 1月7日(月)から環境政策課 ☎2998-9133に電話

地域福祉みらいフォーラム 「DeA-1(出会って見つかる・新しい・居場所)」

◆2月2日(土)こどもと福祉の未来館
場 地域福祉みらいフォーラム(午前10時~午後0時30分)
定 先着150人
◎会場に直接お越しください。
内 基調講演、ユニバーサルスポーツ体験会、パネル展示など
講 所沢ユニバーサルスポーツ応援団 団長・鮎川雄一さん
◆みらいかんマルシェ(午前11時~午後2時30分)
場 地域福祉センター
☎2922-2115



「家庭の日」推進事業 青少年・明日へのメッセージ 表彰式・作文発表

◆2月9日(土)午後1時30分~3時10分
場 新所沢まちづくりセンター
◎会場に直接お越しください。
内 表彰式、作文朗読、向陽中学校コーラス部の合唱
問 青少年課 ☎2998-9103

明るい選挙啓発ポスターコンクール 表彰式

◆1月26日(土)午後2時30分~(午後1時45分開場)
場 所沢まちづくりセンター
定 先着350人
◎会場に直接お越しください。
◆展示会
日 1月17日(木)~23日(水)
場 市役所1階市民ホール
問 選挙管理委員会事務局
☎2998-9259

市議会議員選挙立候補予定者説明会

◆2月5日(火)午後2時~
場 市役所8階大会議室
対 4月21日(日)に行われる所沢市議会議員一般選挙の立候補予定者
申 問 2月1日(金)までに選挙管理委員会事務局 ☎2998-9259に電話

男女共同参画推進センター ふらっとの講座

◆薬膳・カフェごはん
日 2月10日(日)午前10時~午後1時
定 申し込み先着20人
費 700円
講 女子栄養大学 講師・朝倉京子さん
申 問 1月11日(金)から同センター
☎2921-2220
◆体験して学ぶ! マナーアップ講座
日 1月26日(土)午後2時~3時30分



定 申し込み先着20人
講 主な・カフェ代表・飛澤智恵さん
申 問 同物から同センター ☎2921-2220に電話・電申

子育て応援講座 「聞いて得る子育て〜今どきの子育てを知って子育てを楽しもう〜」

日 1月17日(木)午前10時~11時30分
場 保健センター
◎お子さん同伴の参加はできません。
定 申し込み先着150人
講 孫育て・ニッポン理事長・棒田明子さん
申 問 1月9日(水)までに同センター健康づくり支援課 ☎2991-11813に電話



介護予防講演会 「がんと療養生活〜希望実現のための知恵と工夫〜」

日 1月29日(火)午前10時~正午(午前9時30分開場)
場 所沢まちづくりセンター
定 先着200人
◎会場に直接お越しください。
講 防衛医科大学校病院緩和ケア室・藤本肇さん
問 所沢地域包括支援センター
☎2926-4426

「うんぽう」親子で楽しむ運動遊び

日 1月26日(土)午前9時30分~11時
場 市民体育館
対 おおむね2~6歳児と保護者
持 上履き、脱いだ靴を入れる袋、フエイスツール 1人1枚、飲み物
申 問 市役所2階 こども支援課
☎2998-9124に直接・電話・電申



発達障害児家族のついで

日1月15日(火)午前10時～正午
場こどもと福祉の未来館
◎会場に直接お越しください。
対17歳以下の児童の家族
問松原学園 ☎2990-3488

飼い主のいない猫対策セミナー

日2月9日(土)午後1時30分～3時30分
場小手指公民館分館
定先着100人
◎会場に直接お越しください。終了後、猫に関する個別相談を行います。
講ねこだすけ・工藤久美子さん、チームSLP・田矢麻弓さん
問生活環境課 ☎2998-9370



犬の飼い方教室

日場2月2日(土)午後1時30分～3時30分/生涯学習推進センター
定申し込み先着20人
◎犬の同伴はできません。獣医師による犬の健康相談も行います。
講日本聴導犬推進協会・水越みゆき

さん
申問月 2月1日(金)
に生活環境課 ☎2998-9370に電話

市民相談

いずれも時間は受付時間です。先着順に受け付けます。
①人権相談
日1月8日(火)・22日(火)午後1時～3時30分
内いじめや差別などの人権問題
②行政相談
日1月4日(金)・25日(金)午後1時～3時30分
内国など行政への要望や苦情など
③社会保険労務士の保険・年金相談
日1月22日(火)午前10時～11時30分
内労働、雇用問題、年金など
④建築業者の住宅増改築等相談
日1月8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
⑤不動産無料相談会
日1月11日(金)午前10時～午後3時30分
内不動産の契約、取引、賃貸借など



⑥特設行政相談
日1月18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
【共通事項】
場①②市役所1階市民相談課④⑤
⑥同1階市民ホール
問市民相談課 ☎2998-9092

マンション管理無料定期相談会

日場1月24日(木)午後1時30分～4時30分/市役所1階市民ホール
対市内のマンション管理組合・マンション居住者など
内修繕、管理費の滞納、騒音など
申問1月23日(水)までに市街地整備課 ☎2998-9208に電話



社会保険労務士の労働相談

日1月18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
対勤労者、事業主、人事担当者など
定申し込み先着4人
内賃金、解雇、就業など
申問月 初から産業振興課 ☎2998-9157に電話

就職支援を行うセカンドキャリアセンター所沢

就職相談
日①月・火曜②木・土曜午前10時～正午、午後1時～4時
場①西部地域振興センター(並木ノ1月14日(祝)は16日(水)に振り替え)
②生涯学習推進センター(ラーク所沢休館のため会場変更)
中高年向け就職支援セミナー
日1月11日(金)午後2時～4時
場市役所8階大会議室
対40歳以上の求職者
定申し込み先着30人
内応募書類3点セットの作成
女性向け就職支援セミナー
日1月18日(金)午後2時～4時

埼玉県労働セミナー

日①2月4日(月)②2月13日(水)午後2時30分～4時(全2回)
◎1日のみの申し込みも可能です。
場市役所6階604会議室
対人事・労務管理などの担当者、勤労者など
定申し込み先着50人

新規創業者を応援！開業セミナー

日1月26日(土)・2月2日(土)午前9時～午後4時、9日(土)午前9時～正午(全3回)
場所沢商工会議所(元町)
対市内でこれから開業する方、開業後間もない方
定申し込み先着25人
内創業のノウハウを学ぶための参加型・実践型のセミナー
費6千円
講(株)アイセンター代表取締役・折原浩さん
申問同会議所中小企業相談所 ☎2924-5581に電話



新規創業者を応援！創業よろず個別相談会

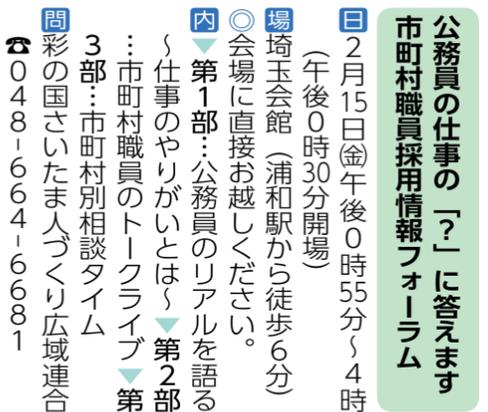
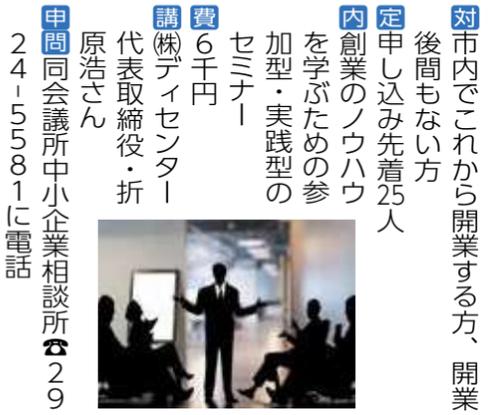
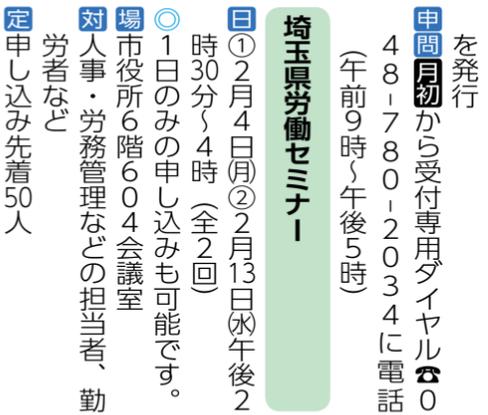
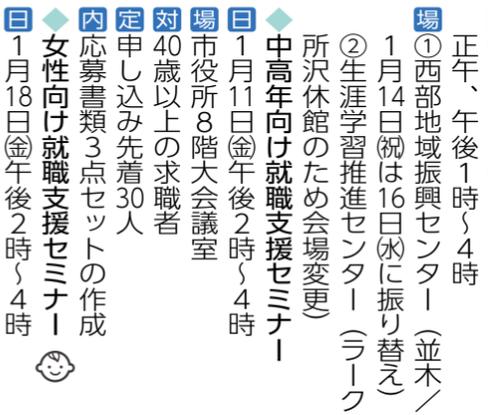
日2月4日(月)・23日(土)・26日(火)午前9時30分～午後2時50分(1組1時間)
場市役所別館相談室
対創業を考えている方、創業後間もない方
定各日申し込み先着4組
申問各日2日前までに市役所別館産業振興課 ☎2998-9157に直接・電話

公務員の仕事の「？」に答えます市町村職員採用情報フォーラム

日2月15日(金)午後0時55分～4時(午後0時30分開場)
場埼玉会館(浦和駅から徒歩6分)
◎会場に直接お越しください。
内第一部：公務員のリアルを語る(仕事のやりがいとは)
第二部：市町村職員のトークライブ
第三部：市町村別相談タイム
問彩の国さいたまづくり広域連絡 ☎048-664-6681

消防出初式

日1月7日(月)午前10時～正午
場所沢航空記念公園(所沢航空発祥記念館南側)
内式典▶徒列・車両分列行進▶救助基本・消防活動・消防団一斉放水訓練▶和太鼓演奏▶放水演技▶消防車両の展示など
◎小雨決行です。天候により内容を変更する場合があります。
問埼玉西部消防局総務課 ☎2929-9120



消費生活

トラブル注意報

消費生活センター ☎2998-9143

オリンピック関連詐欺にご用心!

当選!



オリンピック関連企業の債権を買う権利が当たったと電話があった。お金がないと断ったけれど「名義だけでも貸してほしい」と言われた。迷惑はかけないと言っているし、名義だけならいいかな...

その契約、待って! 名義貸しは、詐欺のよくある手口。契約後、次々に金銭を要求してきて、おかしいと思った時には、相手と連絡が取れなくなっていることも... 今後、東京オリンピック・パラリンピックに関連した詐欺的トラブルが増えそうです。ご用心を!!



被害にあわないために

- ▶ 試合観戦チケット・関連企業株の売買など、同様の手口に注意
▶ 不審な勧誘電話は、相手にせず、すぐに電話を切る
▶ 不安を感じたら、慌ててお金を払わず、消費生活センターへ!

消費生活センター

場 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～3時30分(祝休日、年末年始除く)
◎相談は、窓口でも受け付けています。

看護学校の教員に

関心がある方への説明会
日 1月26日(土)午後1時～4時
場 埼玉県看護協会研修センター(JR西大宮駅から徒歩4分)
◎会場に直接お越しください。
問 県・医療人材課 ☎048-830-3543

リサイクルふれあい館エゴロの行事

- ①包丁研ぎ講習会
日 1月19日(土)午後1時30分～
定 抽選6人
②傘修理(1人1本・部品代免費)
日 1月19日(土)午後1時～3時
③おもちゃの病院
日 1月26日(土)午後1時～3時
④大型家具抽選会
日 1月11日(金)・25日(金)午前11時～
⑤ウールの着物からパンツを作ろう
日 1月16日(水)
午前10時～午後3時
定 抽選10人
費 5000円
持 裁縫道具、



ミニシネ、ものさし、昼食
⑥ミニバッグを作ろう
日 1月20日(日)
午前9時30分～正午
定 抽選10人
費 1000円
持 裁縫道具、ミニシネ、ものさし



50社以上が参加! 求人企業合同面接会

日 1月18日(金)午後1時～4時(正午開場) / 大宮ソニックシティ (JR大宮駅から徒歩5分)
◎会場に直接お越しください。
対 大学(院)・短大・専門学校などを今年3月卒業予定の方(既卒3年以内も可)
申 問 埼玉県雇用対策協議会 ☎048-647-4185(電話)

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
「作ろう!小正月にまゆ玉飾り」
日 1月13日(日)午前10時～午後2時30分
対 5歳以上(小学生以下は保護者と参加)
定 申し込み先着20人
持 昼食、飲み物、エプロン
費 300円



結婚したい!男女のための4市合同バレンタインパーティー

日 2月9日(土)
午後3時30分～7時45分/新狭山グランドボウル(新狭山駅から徒歩7分)
対 川越・所沢・狭山・入間市在住・在勤で35～45歳の独身の方
定 申し込み先着男女各32人
費 男性:4,500円 女性:4,000円
申 問 1月7日(月)午後1時～16日(水)午後4時に所沢市中小企業勤労者福祉サービスセンター ☎2998-9381に電話



所沢市登録手話通訳者選考試験

日 3月3日(日)午前9時30分
場 こともと福祉の未来館
申 問 実施要領を確認の上、1月23日(水)(必着)までに申込書を所沢市社会福祉協議会手話通訳・要約筆記派遣事務所 ☎2939-1506 4に提出
◎実施要領は同所、同会HPで入手できます。

認知症サポーター養成講座

日 1月30日(水)午後2時～3時30分(午後1時30分開場)
場 こともと福祉の未来館
定 申し込み先着50人
内 認知症の基礎知識や対応方法
申 問 1月25日(金)までに所沢市社会福祉協議会地域福祉推進課 ☎2925-0041に電話

防火管理講習

①甲種防火管理再講習
日 2月14日(木)午前9時30分～正午
費 1,350円(教材代)
②甲種防火管理・防災管理再講習
日 2月28日(木)午前8時50分～午後0時

市HP(Q児童館)でも案内しています。

1月 児童館へ行こう

Table with columns: 館名, 電話番号, 行事名/開催日時. Lists various events at children's centers like 'みんなでおもちつき', 'けん玉チャレンジ', etc.



皆さんの善意(順不同)

10月16日～11月15日の受付分です。ありがとうございます。
【寄付金】総額164,971円
(株)中央管財様 (株)新星配管工業様
(株)吉田自動車様 所沢地区環境推進員協議会様
埼玉土建一般労働組合所沢支部様
所沢商工会議所女性会様
高山もと様 殿村信也様
【物品】JA全農とやま様 (株)中屋本店様 (米、球根)

募集

市営住宅の入居者を募集

募集住宅（平成30年10月末現在）

- ▼単身者専用：1戸
- ▼2人以上家族向け：4戸
- ▼3人以上家族向け：4戸
- ▼2人以上向け車椅子使用者用：1戸

◎修繕などで戸数が変わることがあります。

入居予定時期 4月1日(月)以降

申請 同 1月21日(月)に申込書と埼玉県住宅供給公社川越支所 ☎049-2271-6418 に提出



◎募集案内や申込書は、市役所5階市街地整備課、まちづくりセンター、サービスコーナー（所沢駅・小手指・狭山ヶ丘）で入手できます。

①看護師②看護助手を募集

対①正看護師免許と看護業務経験がある方②資格不要（高校生以下・65歳以上不可）

◎①②とも臨時職員です。



内①病棟・外来・内視鏡・健診看護（1日4時間からの短時間勤務あり）②病棟看護補助業務（週5日/1日7時間30分勤務/土日曜、祝日勤務あり）

定①若干名②1人

申請 同 市民医療センター（上安松）1に電話 ☎2992-1155

保健師・助産師（助手/登録制）を募集

対保健師免許か助産師免許がある方

内乳幼児健診・健康相談など

日 月 金曜午後0時45分～4時45分（相談実施日）

場 保健センター、まちづくりセンターなど

申請 保健センター健康づくり支援課 ☎2991-1813 に電話

臨床検査技師（臨時職員）を募集

対臨床検査技師免許がある方

内心電図など生理検査業務

定 2人

日 月 金曜午前8時30分～正午

場 市民医療センター（上安松）

申請 同 市民医療センター ☎2992-1155

理学療法士（臨時職員）を募集

対理学療法士免許とリハビリ業務経験がある方

内内科病棟での入院リハビリ業務

定 1人

日 月 金曜午前8時30分～午後5時

場 市民医療センター（上安松）

申請 同 市民医療センター ☎2992-1155

交通指導員（非常勤特別職員）を募集

対市内在住で64歳以下の方

内立哨指導（朝1時間・夕2時間程度、交通安全教室など

並木の魅せどころ

問 地域づくり推進課 ☎2998-9083

9 並木地区

- ▶市の北中部に位置。米軍所沢通信基地を囲んで航空公園や公共施設、住宅地、西端に航空公園駅がある
- ▶基地返還などにより宅地化され、高齢化率は市内で最も高い地区



ここを紹介！



～「つどい」「ふれあい」「汗を流す」～

航空公園駅前のYS-11や所沢航空記念公園など、「航空発祥の地・所沢」の空気が色濃く感じられる並木地区では、地域の人たちが、交流を図りながらスポーツの秋を楽しむ「並木ふれあいフェスティバル」を開催しています。

各自治会・町内会から毎年600人を超える住民が参加して、お子さんからお年寄りまで、みんなで協力し合っ、大玉転がしや玉入れなど多彩な競技で盛り上がりります。



◎並木地区の情報は市HP (Q並木) をご覧ください。

綱引きが始まると、熱気は最高潮！一緒に汗を流して、連帯感も生まれます。これからも多くの人たちの参加で、さらに盛り上げていきたいイベントです。

今回は、**小手指地区**の魅せどころ！



定 3人（若狭小・富岡小・仲栄小）

申請 1月18日(金)までに市役所1階交通安全課 ☎2998-9140 に直接



小・中学校臨時職員を募集

区分 ①心身障害児介助員②教科書③学習支援員④特別支援教育支援員⑤小・中連携支援員⑥心のふれあい相談員

対①②④⑥資格不要③小学校か中学校の教員免許状がある方（見込み含む）⑤中学校の教員免許状がある方（見込み含む）

内①特別支援学級児童生徒の介助②図書の出し出し、整理、授業補助③各教科の授業補助④通常学級児童生徒の日常生活の介助など⑤中学校の授業補助⑥いじめ・不登校などの相談・支援など

定①53人程度②29人程度③47人程度④50人程度⑤若干名⑥32人程度

勤務時間 ①④1日6時間②③⑤1日4時間⑥1日5時間

【共通事項】

対昭和29年4月2日以降生まれの方

勤務日 月 金曜（行事などで土・日曜勤務あり）

申請 1月15日(火)～25日(金)に履歴書（写真貼付）・志願書・長3封筒（92円切手貼付）を市役所6階学校教育課 ☎2998-9238 に直接

対志願書は同課、市HP (Q支援員募集) で入手できます。

対昭和29年4月2日～平成11年4月1日生まれ、日本語会話が可能で英語が堪能な方（国籍不問）

対小・中学校臨時職員を募集

対昭和29年4月2日～平成11年4月1日生まれ、日本語会話が可能で英語が堪能な方（国籍不問）

対昭和29年4月2日～平成11年4月1日生まれ、日本語会話が可能で英語が堪能な方（国籍不問）

対昭和29年4月2日～平成11年4月1日生まれ、日本語会話が可能で英語が堪能な方（国籍不問）

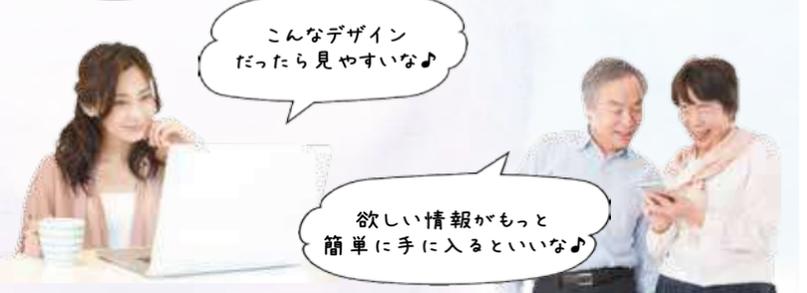
広報アンケート

にご協力ください

問 広報課 ☎2998-9024



より良いホームページを目指して！



こんなデザインだったら見やすいな♪

欲しい情報がもっと簡単に手に入るといいな♪

市ホームページに関するアンケートを実施します。皆さんからいただいたご意見は、改善・充実に役立ちます。

「知りたいこと」が「見つかる！」ホームページのために、ご協力ください。

回答方法

市HP (Q広報アンケート)、スマートフォンなどで、下のQRコードを読み取って回答できます。

◎ほっとメールが届いている方は、そちらから回答をお願いします。



回答期限 1月18日(金)

内 外国語活動や外国語授業の補助

定 16人

日 週 4日/1日4時間

選考 1月下旬に面接（英語による問答、簡単な模擬授業）

申請 1月7日(月)～18日(金)に履歴書（写真貼付）・志願書・長3封筒（92円切手貼付）を教育センター ☎2923-2396 に直接

対志願書は同センター、市HP (外国語支援員) で入手できます。

対児童生徒の相談に応じられる知識や経験がある方

定 1人

内 不登校児童生徒への支援や学校連携、教育相談室の事務補助など

日 月 金曜午前8時30分～午後3時30分

場 教育センター（けやき台）

申請 1月18日(金)までに同センター ☎2998-9232 に直接

小・中学校臨時職員を募集

定 若干名

内 学校事務（パソコン使用）

日 月 金曜午前8時～午後5時の間で6時間（行事などで土・日曜勤務あり）

申請 1月7日(月)～18日(金)に履歴書（写真貼付）・志願書・長3封筒（92円切手貼付）を教育センター ☎2923-2396 に直接

対志願書は同センター、市HP (外国語支援員) で入手できます。

対児童生徒の相談に応じられる知識や経験がある方

定 1人

内 不登校児童生徒への支援や学校連携、教育相談室の事務補助など

日 月 金曜午前8時30分～午後3時30分

場 教育センター（けやき台）

申請 1月18日(金)までに同センター ☎2998-9232 に直接





保健センター通信

・会場は保健センター（出張相談除く）
・乳幼児向けは母子健康手帳を持参
・健康ガイドや市HP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

健康づくり支援課

☎2991-1813

母親学級

①マタニティクラス

☎1月24日(木)午前9時30分～11時30分 ☎出産予定日が3月8日以降の妊婦（パートナーも可）
☎マタニティライフ、ママ友づくり、赤ちゃんのお世話体験 ☎申し込み先着40人 ☎上の子同伴の受講不可

②歯科

☎1月25日(金)午後1時15分～3時15分 ☎出産予定日が4月13日以降の妊婦 ☎お口の健康、歯科健診、赤ちゃんのむし歯予防 ☎申し込み先着25人
☎①1月7日(月)～15日(火) ②1月7日(月)から電話・電申



両親学級

☎1月7日(月)～11日(金)に電話・電申

☎1月26日(土)午前9時30分～正午 ☎出産予定日が3月10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24組



乳幼児健康相談

☎月初から電話

◆離乳食のおはなし会 ☎1月28日(月)午前中
◆乳幼児の食事相談 ☎1月21日(月)午前中
◆歯科 ☎1月28日(月)午前中 ☎持歯ブラシ

離乳食教室

☎1月8日(火)から電話・電申

◆ごっこん期

☎2月15日(金)または25日(月)各日午前10時～11時15分 ☎平成30年8・9月生まれの乳児と親 ☎栄養士の講話、試食 ☎各日申し込み先着30組

◆もぐもぐ期

☎2月21日(木)午前10時～11時30分 ☎平成30年6・7月生まれの乳児（原則第1子）と親 ☎栄養士・歯科衛生士の講話、試食 ☎申し込み先着35組

◆ぱくぱく期

☎1月29日(火)午前10時～11時30分 ☎平成29年10月～平成30年1月生まれの幼児と親 ☎栄養士・歯科衛生士の講話、試食 ☎申し込み先着30組

産後ママフッキング

☎1月7日(月)から電話・電申

☎1月16日(水)午前10時～午後0時30分 ☎平成30年9・10月生まれの乳児と母親 ☎講話「産後の食生活・母乳に良い食事と離乳食」、調理実習 ☎申し込み先着25組 ☎費用500円 ☎持ベビーカー



2歳児歯科健康教室

☎1月7日(月)から電話・電申

☎2月4日(月)または21日(木)各日午後0時50分～1時10分（受付） ☎平成28年7・8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

子育てサロン

☎不要

◆イルカ

☎1月23日(水)午前10時～11時30分 ☎妊婦 ☎参加者同士の交流、簡単なストレッチ

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

◆新所沢まちづくりセンター

☎1月10日(木)午前9時30分～10時30分（受付）

◆富岡まちづくりセンター

☎1月31日(木)午前9時30分～10時30分（受付）

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

☎月初から電話（健康・歯科・栄養相談は随時受付）

相談名	1月の実施日	時間
健康相談	9日(水)、30日(水)	午前
	16日(水)、23日(水)	午後
血糖値相談	21日(月)、28日(月)	午前
歯科相談	29日(火)	午前
栄養相談	10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)	午前
リハビリ相談 (股関節・腰痛予防)	18日(金)、25日(金)	午前

優しい健康食教室

☎1月8日(火)から電話

☎65歳以上の方 ☎講話「血管力を食事でアップ・コレステロールを下げるには？」、調理実習 ☎申し込み先着36人（初参加優先） ☎費用500円

◆男性対象

☎2月5日(火)午前9時30分～午後0時30分

◆女性対象

☎2月6日(水)午前9時30分～午後0時30分

ステキな大人の健康食教室

☎1月8日(火)から電話

☎2月13日(水)午前9時30分～午後0時30分 ☎64歳以下の方 ☎講話「血管力を食事でアップ・コレステロールを下げるには？」、調理実習 ☎申し込み先着36人（初参加優先） ☎費用500円

ファミリー食育教室

☎1月8日(火)から電話

☎2月14日(木)午前10時～午後0時30分 ☎1～18歳の子どもの親 ☎講話「時短レシピでバランスのよい食事・あったか冬野菜レシピ」、調理実習 ☎申し込み先着15組（初参加優先） ☎費用500円



郷土料理講習会

☎1月8日(火)から電話

☎2月28日(木)午前10時～午後0時30分 ☎講話「次世代に伝える郷土料理」、調理実習 ☎申し込み先着36人 ☎費用500円

気軽にシェイプ運動教室

☎月初から電話

☎1月30日(水)午前10時～11時10分 ☎富岡まちづくりセンター ☎20～74歳で血圧160mmHg未満/95mmHg未満、運動制限のない方 ☎脂肪燃焼のための簡単な運動実技 ☎申し込み先着20人



健康管理課

☎2991-1811

BCG集団接種

☎不要

☎1月31日(木)午前9時30分～10時30分、午後1時30分～2時30分（受付） ☎持母子健康手帳、体温計、予診票 ☎1歳に至るまで（標準接種期間は生後5～7カ月）

がん検診の申込期限は1月31日(木)！ (大腸がん・乳がん・子宮頸がん)

大腸がん・乳がんは働く世代、子宮頸がんは20・30代の女性に増えています。ご自身はもちろん、ご家族にも受診をお勧めください。



こころの健康支援室 ☎2991-1812

統合失調症講座

☎前日までに電話

①統合失調症への理解を深めよう

☎1月30日(水)午後2時～4時 ☎所沢慈光病院副院長・櫻井信幸さん

②統合失調症と家族

☎2月6日(水)午後2時～4時 ☎所沢慈光病院臨床心理士・高橋耕一さん

③社会資源の紹介と当事者の体験談

☎2月15日(金)午後2時～4時 ☎NPOいずみ職員・当事者

☎①どなたでも②③統合失調症を治療中の本人・家族、支援者

◆つどい

☎不要

つどい	開催日	開催時間
うつ病ご本人 (精神科医師も参加)	1月22日(火)	午前10時～正午
うつ病ご家族	1月16日(水)	
強迫性障害ご家族	1月15日(火)	午後7時～8時30分
うつ病夜の部	1月18日(金)	
発達障害家族	1月23日(水)	午前10時～正午

健幸

ワンポイント



『健康づくりの一步は健診から』

一年に一度、健診を受けていますか？

生活習慣病の代表とされる高血圧や脂質異常症、糖尿病。過剰に蓄積された内臓脂肪が、大きな原因の一つとされています。

内臓脂肪の蓄積は、日々の食べ過ぎや運動不足の積み重ねで起こりますが、きちんと健診を受けて生活習慣を改善すれば、予防できるもの。健診結果を上手に生かして、生活習慣病を防ぎましょう！

年1回は
受診を！



≫ 健診結果は、どこを見ればいいのか？

健診結果を受け取ったら、次の2点を確認しましょう。

▶ 検査値が基準値の中に入っているか？

▶ 過去の検査値と比べて、数値の変化はないか？

間食が多すぎると中性脂肪の値が上がったり、お酒を飲みすぎると肝機能の低下を示す値が上がったりします。「健診結果は自分の体からのメッセージ」と受け止めて、生活習慣を振り返ってみましょう。

≫ 数字ばかりで分からない！



そんなときは、保健センターをぜひ活用してみてください！健診の結果を見ながら、保健師や栄養士から具体的な見方を聞いたり、改善のための生活習慣のアドバイスを受けたりすることができます。

健診の結果で知りたいこと、気になることがあったら、お気軽にご相談ください。

☎健康づくり支援課 ☎2991-1813

新春恒例

大プレゼントクイズ

今年は、特集「まち散歩・みどり散歩」に登場した所沢ブランド特産品を、抽選で総勢60人にプレゼント！どれも所沢愛あふれる

お店ばかり。クイズを解いて、ぜひご応募ください♪
◎商品の詳細は2～5面、応募方法は15面をご覧ください。

内容
プレゼント内容(当選人数)、事業者概要
☎広報課 ☎2998-9024



い賞 **紗綾音&紗綾丸** 6種からお好み2袋 (8人)

パティスリー ラリベルテ
市内茶園「黒田園」の茶葉を使ったシュークリームなどの狭山茶スイーツを数多く取りそろえています。

ろ賞 **所沢どら焼き里のアロマ** 4種からお好み4個 (15人)

宝月
地元食材を使った四季を感じる和菓子を作っています。二代目店主が伝統×新食感に挑んだ里芋どら焼きを召し上がれ。

は賞 **農民煎餅** 1箱 (5人)

OECマルシェ(株)
地産地消にこだわり、所沢密着の活動をしています。エコトコ・ファーマーズカフェなど、市内に多くの飲食店を展開。地域に根差した食の形をお届け中です。

に賞 **所沢名菓ファルマン** 3種10個入りセット (7人)

(株)ねぎし
ファルマン通り交差点前から移転しました。移転後も、変わりなく伝統の味をお届けしています。

ほ賞 **里芋焼酎 恋も咲くところ** 1本 (7人)

所沢里芋本舗 所沢産里芋を使った商品を開発・販売中。里芋以外にも、所沢産にんじん100%のジュースもオススメです。

へ賞 **野老ゴールデン&ゼロッピー** ビール4本・ゼロッピー2本セット (4人)

野老社中(株) 所沢産大麦を使った地ビールを企画・販売中。生産～消費を地域内で循環させるスタイルを提供しています。

日野屋酒店 (引換店舗)
多くの所沢産品を取りそろえています。日本酒「ゆめところ」も販売中です。

と賞 **所沢牛カレー** 2箱セット (6人)

negombo33
スパイスが効いたオリジナルカレーを販売中。毎週水曜は、所沢産野菜たっぷりのカレーを提供しています。

ち賞 **多摩湖にのぼる月 所沢棹羊羹** 1棹 (8人)

中国割烹旅館 掬水亭
狭山丘陵のみどりと湖を目の前に感じられる癒やしの空間でおもてなし。日帰り入浴や杏仁豆腐カフェも利用できます。

Wチャンス賞
今年はチャンスが2回！所沢の地下水100%の「とろざわの水」5本を、応募者の中から10人にプレゼントします。

いいトコ Photo

▲銀世界へようこそ
昨年の登り初めは1月6日の群馬県赤城山。キラキラの銀世界が待っていました。今年はどこに行こうかな
●ようこ (上安松)

▲我が家のちびサンタ
ちびサンタのおかげでにぎやかなクリスマスになりました
●H.I (上安松)

▲はじめてのお正月
はじめてのお正月記念に撮影。「お年玉待ってます！」
●あおくん (美原町)

▲冬の光
午後5時なのに真っ暗な空を見て冬を感じました。イルミネーションも、冬を楽しませてくれます
●しっちゃん (上安松)

さむい冬も写真を見ると心がほっこりするね♪

▼所沢に本拠地を移して40周年。埼玉西武ライオンズの10年ぶりパ・リーグ優勝を祝うパレードが、11月23日(祝)に盛大に行われました。
写真：①来季こそは日本一を！

(三平資郎) ②選手を迎えるファン(滝島利男) ③7万5千人のファンが駆けつけました(八木豪彦) ④「感動をありがとう！」と大歓声(遠井洋子) ⑤間近の選手に、シャッターチャンス！(浅見司郎)



◀起伏に富んだコースが人気の所沢シティマラソン大会。12月2日(日)、狭山湖をすぐ近くに眺めながら走るコースを、多くのランナーが駆け抜けました。
写真：遠井洋子

撮れたて市民カメラマンの News

QRコードまたは市HP(Ｑ広報動画)から動画が見られます。「ところざわ通信」(Ｑとこ通)もご覧ください。



▲12月8日(土)開催のサンタを探せ！2018。電飾や装飾に彩られた街中で、約200人のサンタクロースと一緒にクリスマスをいち早く楽しみました。
写真：伊藤磨紀子



◀3月3日(日)まで楽しめる西武園ゆうえんちのホワイトランタジア。11月10日(土)にはスカイランタン飛ばしが行われ、幻想的な風景をバックに、無数のランタンが宙を舞いました。
写真：由井一雄

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HPへ

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
1月1日(祝)	メイプルクリニック	内	山口33-1グランディール202	2968-8663
	上新井さとうクリニック	内、呼内、外	上新井1-26-1	2940-1156
	所沢眼科クリニック	眼	日吉町9-3	2924-1953
	高橋耳鼻咽喉科医院	耳鼻咽喉	緑町3-29-15	2939-9108
	りょうキッズクリニック	小	東住吉2-4 2階D	2924-2525
1月2日(水)	北所沢病院	内	下富1270-9	2943-3611
	溝渕内科医院	内、糖内	西所沢1-3-8	2922-8381
	所沢ハートセンター	循	上新井2-61-11	2940-8611
	おおた皮膚科	皮	東所沢1-3-11 ウチャヤビル3階	2945-5255
	彩のクリニック	内、呼、胃、循、小、神内、外、整、理、放	小手指町4-1-1	2949-1118
1月3日(木)	額賀胃腸科内科クリニック	胃、循、内	久米2196-5	2925-1585
	横田医院	外、内	山口1395	2928-7117
	おうえんポリクリニック	内、皮	中富1037-1	2990-5818
	柳内医院	内、小、理、放、胃、循、呼	元町21-7	2922-2005
1月6日(日)	所沢ハートセンター付属しんとく駅前クリニック	循内、糖内	緑町1-4-1デュオヒルズ 新所沢駅前101	2929-1801
	矢部クリニック	眼	小手指町1-29-17	2924-8486
	木村医院	外、内、胃腸、肛	北岩岡1-96	2942-5411
1月13日(日)	所沢内科クリニック	内	東町22-3	2922-2210
	あすみクリニック	皮、形	東住吉2-4 2階	2928-5881
	西山内科医院	内	喜多町14-7	2925-3522
1月14日(祝)	双葉クリニック	内、外	けやき台1-36-7	2922-5171
	平岡眼科医院	眼	東町11-1-207	2922-1126
	松が丘クリニック	内、消内、外、乳外、小、皮	松が丘1-52-19	2928-5666
1月20日(日)	埼玉西協同病院	内	中富1865-1	2942-0323
	原眼科医院	眼	緑町4-6-3	2939-8321
	雨宮医院	耳鼻咽喉	上新井3-55-8	2925-5370
1月27日(日)	マツバクリニック	内、外、リハ	松葉町8-7	2995-5131
	赤坂整形外科	整外、リハ、外、内	けやき台2-29-24	2928-7450
	くさかり小児科	小	東所沢1-3-13 東所沢セントラルハイツ1階	2945-0205
2月3日(日)	三浦クリニック	循、内	三ヶ島3-1394-4	2938-2887
	おやけ皮膚科医院	皮、アレ	上安松5-16石田ビル1階	2945-3000
	おくもとクリニック	内、小、呼、消、リハ	西所沢1-23-3	2903-8320

小児科日曜日・祝休日診療

〔左記休日急患当番医を除く診療日〕

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	×	×	○	×

◎1月1日(祝)～3日(休)は休診です(※は1月13日(日)も休診)。その他の診療日・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	○	○	○※1	○※1	○	-	-	-
	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※2	×	○	○	×	○	○	○	○※3
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	1月1日(祝)・2日(水)・3日(木)・6日(日)・13日(日)・14日(祝)・20日(日)・27日(日)							

※1…1月2日(水)・3日(木)の受付時間は午後6時～8時45分
※2…要事前問い合わせ ※3…1月14日(祝)の深夜帯急患診療は休診
◎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：1月2日(水)・3日(木)・6日(日)・13日(日)・14日(祝)・20日(日)・27日(日)、2月3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	#7119または☎048-824-4199 /24時間対応 ※はFAX048-831-0099(依頼書は県HP(Q救急電話相談)で入手)も対応可能です。
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、1月1日～3日…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