

- 4 面 新型コロナウイルス感染症関連情報
- 5 面 土・日曜日の手続き
- 6 面 市職員採用試験
- 7 面 春のイベント／狂犬病予防注射

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HP <https://www.city.tokorozawa.saitama.jp/>

## 特集

# がん検診のススメ ようこそ！安心の入り口へ



⚠️ 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HP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2月17日時点のものです)。

👤 人口(前月比) 343,719人(-351人) 男 169,608人(-202人) 女 174,111人(-149人) 🏠 世帯数 167,251世帯(-78世帯) 令和5年1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。



# 特集 ようこそ 安心の入り口へ がん検診のススメ



日本人の死亡原因第1位、生涯で2人に1人は罹患するといわれる「がん」。「私には関係ない」と思っている方にも、実は他人事ではないのです。そんながんも、早期に発見できれば必要以上に怖がる病気ではなくなってきています。未来の安心のために、今できることを考えてみませんか？

保健センター健康管理課 ☎2991-1811

## あの日受けたから 今の自分がある

### 経験したから伝えられること

#### 受けていてよかった…



#### Aさん

(市内在住  
・80代女性)

毎年「健康ガイドとろざわ」が配布されるとがん検診を申し込み、定期的を受診していた私に、要精密検査の通知が届いたのは令和3年1月のこと。すぐに精密検査を受診し、早期の肺がんが診断されました。

誰もがかかる可能性がある病気と分かっているにもかかわらず、自覚症状は全くなく、「たばこも吸わない私がなぜ肺がん？」と頭が

真っ白になり、不安と戸惑いを感じました。

幸い、見つかったがんはごく初期のがん。医師からは「よくこんなに早く見つかった」と言われたことを覚えています。家族と相談して決めた手術は術後の痛みも少なく、すぐに日常生活に戻ることができました。

現在は経過観察を行いながら、毎日のウォーキングや体操教室への参加など元気に生活しており、早期に見つかったと感じています。がんが苦しむ人や悲しむ人をなくすために、多くの方に定期的を受診してほしいです。

#### まさか、私が!?



#### Bさん

(市内在住  
・80代女性)

毎年、市からお知らせが届くと特定健診を受けていましたが、その年は「なんとなく」詳しい検査をしたいと人間ドックを受検。でも、胃の検査結果で「影がある」と言われたときは、何のことか理解できませんでした。

体調の変化にも全く自覚がないうまま、精密検査で胃がんが見つかり、入院、そして手術。幸い早期発見で、局所麻酔での腹

腔鏡手術は入院も短くて済みました。退院のその月には「所沢で第九を」の合唱メンバーとして本番の舞台に立てるまでに。

人一倍丈夫で元気が取り柄。身内にがんになった者もいなかったため、当時は「まさか、私が!？」と思いましたが、いまや、がんは誰がかかっても不思議ではない病気だと聞きます。「検査を受けて本当に良かった」というのが今の気持ちです。

あれから10年が経ちますが、生活全般により気をつけるようになったからか、体調も良く、「所沢で第九を」演奏会にもずっと参加し続けています。

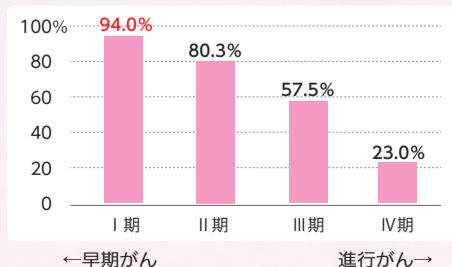
## 医師が語る「早期発見がとても大事!」

#### メリット1

「生命予後」が良い  
(長生きできる)

治療後5年経過した時点で評価する「がんの生存率」は、早期発見したステージⅠ、Ⅱの方が高い数字となっています。

発見が早いほど「いつか再発するかも」という不安・ストレスも少なくてすむのです。



#### メリット2

体にやさしい治療法が  
選択できる

胃がんや大腸がんを例にとると、開腹手術→腹腔鏡手術→ロボット手術→内視鏡手術(非開腹)と、がん治療のための手術方法も大きく進歩してきており、早期発見の手術ほど傷口が小さく痛みが少なくてすみます。術後の見た目もきれいです。入院期間も短く、治療と仕事の両立もしやすくなります。

#### こんなメリットも!

長い目で見ると  
健康寿命の延伸も期待

「がんサバイバー(生存者)」は、最低でも5年間は医師の経過観察を受けます。そのため、がんだけでなく生活習慣病や喫煙、過度の飲酒といった健康に影響を及ぼす習慣なども見直すきっかけになります。

その結果、長い目で見ると健康寿命が長くなる可能性が高くなるのです。



岩下悦郎 消化器内科クリニック 院長

◀全がん5年相対生存率(「全国がんセンター協議会加盟施設における5年生存率(2011~2013年診断例)/がん研究振興財団「がんの統計2022年版」)より作成



# がん検診 種類は？方法は？



◀松本技師

自覚症状からがんを早期発見することは困難。がんの早期発見のためには、健康に自信があるうちから定期的に検診を受けることが大切なのです。

所沢市では、罹患数が多い6つのがん検診を実施。市の補助が受けられるため、自費受診と比べて費用負担も少なくてすみます。



◎詳細は市冊をご覧ください。

## がん検診の種類

検診種類	検査内容	対象者	費用 (自費で受診した場合)	集団	個別	バス
胃がん	バリウム	胃部エックス線検査	40歳以上	1,200円 (約4,700円)	●	●
	内視鏡	胃部内視鏡検査	50歳以上 (2年度に1度)	2,000円 (約19,000円)		●
肺がん		胸部エックス線検査	40歳以上	800円 (約5,500円)	●	●
大腸がん		便潜血検査	40歳以上	500円 (約4,500円)	●	●
乳がん		マンモグラフィ	40歳以上の女性 (2年度に1度)	49歳以下：1,500円 50歳以上：1,000円 (約9,500円)		●
子宮頸がん		内診・細胞診	20歳以上の女性	1,000円 (約8,500円)	●	●
前立腺がん		PSA検査 (血液検査)	50～80歳の 5歳刻みの男性	1,000円 (約6,300円)	●	

## 受診までの流れ

- 1 電子申請・保健センター窓口  
・申し込みはがき\*で申し込み
- 2 受診券などが届く
- 3 ▶**集団検診**…受診券に記載の日時に会場へ (日程変更可)  
▶**個別検診**…各医療機関に予約  
▶**バス検診**…検診日に会場へ

市が実施する検診の詳細がわかる「健康ガイドとろざわ」を3月中旬に全戸配布します (8面参照)。便利な「がん検診申し込みはがき\*」付き。この機会にご確認ください！



## こんな人におすすめ・3つの検診方法

「平日に胃・肺・大腸がん検診をまとめて受診したい」



### 集団検診

平日に保健センターで実施

- ▶胃・肺・大腸がん検診をまとめて受診可能 (約半日で終了)
- ▶実施日が多く日程変更がしやすい
- ▶胃がん検診はバリウム検査で受診

「かかりつけ医で受診したい」「受診日を自分で決めたい」



### 個別検診

市内協力医療機関で実施

- ▶医療機関が選べる
- ▶自身で医療機関に予約するので希望の日程で受診可能
- ▶胃がん検診は内視鏡検査で受診

「平日は時間が取れません…」



### バス検診

土・日曜に保健センターまたはまちづくりセンターで実施 (年数回)

- ◎申し込み多数の場合は抽選となります。
- ▶週末に胃・肺・大腸がん検診をまとめて受診可能 (約半日で終了)
- ▶乳・子宮頸・大腸がん検診をまとめて受診可能 (約半日で終了)
- ▶胃がん検診はバリウム検査で受診



▲濱野看護師

こんな人は、これ受けて！

健康に不安はないし時間もないから、がん検診は…。(40代男性)

おすすめ検診は…▶大腸がん▶胃がん▶肺がん

がんは40代から増えるため、健康に自信があるうちから定期的な受診が重要です。胃・肺・大腸がんの3つの検診なら半日で完了。

「そうは言っても平日は休みが取れなくて…」というあなたには、週末のバス検診がおすすめ。

国保の特定健診は受けているけど？ (60代男性)

おすすめ検診は…

▶大腸がん▶前立腺がん▶胃がん▶肺がん

大腸がん検診は、特定健診と同時受診が可能。事前申し込みは不要です。市から案内が届いている方は、前立腺がん検診も一緒に受けられます。

あなたの疑問にお答えします



▶荻野看護師

Q.職場で人間ドックを受けていますが、がん検診と何が違うの？

**A** 人間ドックは、がんだけでなく、生活習慣病を含むさまざまな病気の早期発見・早期治療と健康の増進を目的としています。費用負担が少ないがん検診に対し、人間ドックの受診は高額になりがちといった費用面の違いもあります。それぞれの特徴をふまえて自分に必要な検査項目をご検討ください。

Q.がん検診は痛いのでは？

**A** 肺がん・大腸がん検診には痛みはありませんが、その他の検診は、多少の痛みや違和感を伴う場合があります。乳がん検診・子宮頸がん検診は、受診時期によって痛みが軽減されることもありますので、不安な方は医療機関にご相談を。

Q.異常が見つかるのが怖い…

**A** 万が一がんが見つかって、早期なら生存率も高いです。がん以外の異常が検診で見つかる場合も。不安な方こそがん検診を受けましょう。

Q.自分は若いからまだ関係ない？

**A** 近年は若年層のがんも増加して、病状の進行も若年層の方が早い傾向にあります。また、近年20～40代の女性に急増している子宮頸がんは、20歳からの検診がおすすめ。「私にはまだ早い」と思わずに、ぜひ受診をご検討ください。

Q.最近、胃の調子が悪く心配です。胃がん検診を受けたいのですが…

**A** がん検診は症状がない方が対象です。少しでも気になる症状があったら、症状や部位に応じた検査や治療が必要。早急に医療機関を受診してください。

Q.新型コロナウイルス感染が怖くて、検診を受けに行くのが心配です。

**A** 保健センター、医療機関ともに、感染対策を実施していますのでご安心ください。コロナ禍でもがんは進行を待ってくれません。ぜひ受診しましょう！

お気軽に♪

あなたの安心をお手伝いします！



# 新型コロナウイルス感染症関連情報

手洗いや適切なマスクの着用など、感染対策の基本は変わりません。  
手洗い・三密の回避・換気

など感染対策の継続にご協力ください。  
保健医療課 ☎2998-9385  
◎2月17日時点の情報です。



▲新型コロナウイルス感染症の情報は、随時市HP（Q新型コロナウイルス）に掲載しています。



▲ワクチン接種の情報は、随時市HP（Qワクチン接種）に掲載しています。

## ワクチン接種情報

### オミクロン株対応ワクチン接種は1回まで

12歳以上の方の場合、オミクロン株対応ワクチンは1回のみ接種可能です。3～5回目のいずれかで接種できます。  
また、前回接種したワクチンがオミクロン株対応ワクチンだ

った場合、今年度の新型コロナウイルスワクチン接種は終了となります。4月以降のワクチン接種については決まり次第、広報紙または市HPでお知らせします。

### ノババックスワクチンを接種した方は

令和4年11月8日以降に、3～5回目接種としてノババックスワクチンを接種した方は、今年度の新型コロナウイルスワクチン接種は終了となります。

◎国の制度改正により、ワクチン接種に関する情報が変更となる場合があります。最新の情報は市HPをご覧ください。



### その他のワクチンとの接種間隔にご注意ください!

原則、新型コロナウイルスワクチンと、その他のワクチン（肺炎球菌ワクチンなど）を同時に接種することはできません。  
新型コロナウイルスワクチン接種日の前後2週間以上の間隔をあけて、その他のワクチンを接種してください。

◎季節性インフルエンザワクチンは同時接種が可能です。（前後2週間以上の間隔をあける必要はありません。）



## ワクチン接種に関するコールセンター

- ◆ 所沢市新型コロナワクチン接種コールセンター  
☎ 0570-005527（ナビダイヤル®）  
FAX 0570-200685  
✉ z-covid19vaccine@city.tokorozawa.lg.jp  
受付時間 午前8時30分～午後5時15分/土・日曜、祝日含む  
◎ 年末年始（12月29日～1月3日）を除く  
☎ 予約、問い合わせ、ワクチン接種に関する相談

## 接種後の副反応に関する問合せ

接種後の副反応の相談は、まずはじめに、かかりつけ医や接種を受けた医療機関に問い合わせください。相談できない場合は、下記へお問合せください。

- ◆ 埼玉県の専門相談窓口  
☎ 0570-033-226（ナビダイヤル®）  
FAX 048-830-4808  
受付時間 24時間（土・日曜、祝日含む）  
☎ 接種後の副反応などについて、医学的知見が必要となる専門的な相談

## 発熱などの症状があるとき

- ▶ かかりつけ医に相談
- ▶ かかりつけ医がない方は、県HPの「埼玉県指定診療・検査医療機関」で受付時間などを確認※し、必ず電話などで予約してから受診  
◎ 市民医療センターでも発熱外来を実施しています。（完全予約制）



▲ 県HP「埼玉県指定診療・検査医療機関」

- ※ 上記ホームページが見られない方はこちら
- ▶ 埼玉県受診・相談センター  
☎ 048-762-8026 FAX 048-816-5801  
（午前9時～午後5時30分/土・日曜、祝日含む）
- ▶ 県民サポートセンター  
☎ 0570-783-770（24時間受付）  
FAX 048-830-4808  
◎ FAXでの相談は、回答に時間がかかることがあります。

## 令和5年所沢市議会 第1回臨時会終了報告

2月8日(木)に開催された所沢市議会第1回臨時会の主な内容を報告します。

### 市長提出議案…1件

- ◆ 原案どおり可決…1件
  - ▶ 令和4年度補正予算…1件  
一般会計1件（マイナポイント設定支援事業、個人番号カード交付事業）





3月11日(土)  
25日(土)  
4月2日(日)

# 土・日曜日も 手続きできます



**【留意事項】**

- ▶ サービスコーナー（所沢駅・狭山ヶ丘・小手指）では手続きできません
- ▶ 業務の詳細は、事前にご確認ください。関係機関への問い合わせが必要な業務は、手続きできない場合があります
- ▶ 届け出や証明書など申請の際は、本人確認が必要です

	まちづくりセンター (並木除く)		市役所			問い合わせ
	3月 11日(土)	3月 25日(土)	3月 11日(土)	3月 25日(土)	4月 2日(日)	
	午前8時30分～午後0時30分		午前8時30分～ 午後5時15分			
① 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	○	○	○	○	○	市役所 1階市民課 ① ☎2998-9087 ② 同課 マイナンバー交付窓口 ☎2998-9481
② マイナンバーカードの交付及び電子証明書の更新など	○	○	○※1	○※1	○※1	
③ マイナポイントの手続き			○※1	○※1	△※2	経営企画課（同8階特設窓口） ③ ☎2998-9027（平日のみ）
④ 国民年金の手続き	○	○	○	○	○	市役所 1階市民課年金担当 ④ ☎2998-9095
⑤ 国民健康保険の手続き	○	○	○	○	○	同1階国民健康保険課 ⑤ ☎2998-9131 同課後期高齢者医療制度担当 ⑥ ☎2998-9218
⑥ 後期高齢者医療制度の相談			○	○	○	
⑦ 課税・非課税証明書、納税証明書	○	○	○	○	○	市民税課（同1階特設窓口） ☎2998-9064
⑧ 市税・国民健康保険税の納付	○	○	○	○	○	収税課（同1階特設窓口） ☎2998-9073
⑨ 納税相談			○	○	○	
⑩ 児童手当、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				○	○	同2階子ども支援課 ☎2998-9124

※1…市役所で行うマイナンバーカード・マイナポイントの手続きは午前8時30分～午後5時です。  
 ※2…4月2日(日)のマイナポイント手続きの実施は、決まり次第市HPでお知らせします。  
 ◎3月11日(土)・25日(土)は上下水道局でも一部業務を行います（午前8時30分～午後0時30分）。☎上下水道お客様センター ☎2921-1080

## 電子申請・届出 サービス

☎デジタル戦略課 ☎2998-9036

ご自身のスマートフォンやパソコンから申請や届け出ができます。広報とろざわで申し込み方法が電申となっている手続きも可能♪ぜひご利用ください！

### これでもできます！電子申請

- ▶ 水道の使用開始・中止
- ▶ 粗大ごみ収集の申し込み（一般家庭）
- ▶ 検診や講座などの申し込み
- ▶ パブリックコメント

### 電子申請の使い方

市HP（Q電子申請）から申請したい手続きを検索。利用者登録すれば、入力項目を省略できたり申請した内容を簡単に確認できたりとさらに便利です。

◎詳細は市HP（Q電子申請）をご覧ください。



## マイナンバーカードを使って オンライン申請！

マイナンバーカードをお持ちの方は、マイナポータルを使って各種手続きがオンラインで申請できるようになります。



### 3月27日(月)から パスポートの更新手続き

☎所沢市パスポートセンター ☎2968-9719

窓口に行くのは受け取り時の1回のみ。忙しい人にもおすすめ！  
☎3月27日(月)から

◎詳細は市HP（Qパスポート）をご覧ください。



#### どんな時に使えるの？

- オンライン申請は、次のいずれかに該当するパスポートの更新です。
- ▶ 残りの有効期間が1年未満
  - ▶ 査証欄の余白が見開き3ページ以下

#### 留意事項

- 次の場合はオンライン申請できません
- ▶ 初めて申請する
  - ▶ パスポートが失効している
  - ▶ 戸籍上に変更があった

### 3月28日(火)から 子育て・介護の手続き

☎デジタル戦略課 ☎2998-9036

児童手当や要介護認定などの、子育てや介護に関する一部の手続きが、マイナポータルから申請できるようになります。  
☎3月28日(火)から

◎詳細は市HP（Qマイナポータルから申請）をご覧ください。



令和5年度  
第1回

# 市職員採用試験

申し込み  
受付期間

3月1日(水)～24日(金) 午後4時

問職員課 ☎2998-9048

## 👍 ハルサイ 春の試験は公務員試験対策不要!

所沢市の採用試験は春と秋の2回実施。そのうち春の事務職・技術職の採用は、教養・専門試験の実施なし。公務員試験対策不要・人物重視の試験です。あなたのチャレンジお待ちしております!

### 【留意事項】

- ▶採用予定日は、原則令和6年4月1日以降
- ▶第2回試験(秋の採用試験)は、本紙7月号で公表、9月中旬実施予定。春・秋の採用試験の併願は不可

募集職種・人数	受験資格 ◎詳細は募集案内を必ずご確認ください。	1次試験	申し込み
事務職 【25人】	次の全てを満たす方 ▶平成10年4月2日以降生まれ▶令和4年4月～6年3月に大学・大学院を卒業または卒業見込み	☑4月29日(祝)ほか ☑エントリーシートの提出、動画投稿型面接	☑3月1日(水)から配布する募集案内を確認の上、3月24日(金)午後4時までに ☑電申
技術職 土木【5人】 建築設備【2人】 機械【2人】 ※1	<p>◆大学・短大・高校卒 平成6年4月2日以降生まれで、次のいずれかに該当する方 ▶平成31年3月～令和6年3月に高校(卒業のみ)・短大・大学などの各職種に関する学部・学科を卒業または卒業見込み▶各職種に関する学部・学科を卒業後、平成31年3月～令和6年3月に大学の大学院修士課程以上(各職種に関するもの)を修了または修了見込み</p> <p>◆民間企業など経験者枠 次の全てを満たす方 ▶昭和59年4月2日以降生まれ▶民間企業など(自営業、公務員など含む)で、各職種の関係業務に直近7年中5年以上、かつ継続して3年以上従事(令和5年3月末時点) ◎建築設備は、上記に加えて建築設備士や管工事施工管理技士などの資格またはそれに準ずる経験が必要です。</p>	<p>☑4月17日(月)～30日(日)の間で任意の1日 ☑SPI試験(テストセンター)、面接カードの提出</p>	<p>☑6月18日(日) ☑択一式筆記試験、性格適性検査、面接カードの提出</p>
保健師 【8人】	次の全てを満たす方 ▶昭和58年4月2日以降生まれ▶保健師の資格を有するまたは令和6年3月までに取得見込み	<p>☑6月18日(日) ☑択一式筆記試験、性格適性検査、面接カードの提出</p>	

**👉注目!**  
専門試験からSPI試験に変更!



※1…技術職の募集人数は、大学卒・短大卒・高校卒と民間企業など経験者の募集人数を合わせた人数です。

## 👍 医療職を随時募集中

募集職種・人数	受験資格	1次試験	申し込み
医師(内科) 【2人】	次の全てを満たす方 ▶昭和34年4月2日以降生まれ▶医師免許取得後、5年以上の臨床経験を有する	☑随時 ☑書類審査、個別面接	☑随時申込書を〒359-8501市役所4階職員課に直接・郵送・ ☑電申
看護師 【4人】	次の全てを満たす方 ▶昭和38年4月2日以降生まれ▶看護師の資格を有する▶病院などで3年以上(申し込み月の末日時点)勤務▶三交代勤務制勤務が可能	☑随時 ☑看護師適性検査、個別面接	

## 🗣️ オンライン説明会を開催!

試験に関することや仕事に関すること…  
どんなことでもお気軽にご相談ください!

☑①3月8日(水)②3月17日(金)  
午後2時～  
☑問前日までに電申



## 3月1日(水)から 「書かない窓口」が始まります

問市民課 ☎2998-9087

この春、住所変更の窓口に住民異動受付支援システムが稼働します。転入・転出・転居など住民異動の時に何度も手書きで記入していた氏名や生年月日、新住所などが書類にあら

じめ印字されるので、時間短縮でスムーズに手続きできます。

☑3月1日(水)から  
☑市役所1階市民課



## 👉 さらに便利! マイナンバーカードがあれば! 転出届はご自宅で



マイナンバーカードがあれば、マイナポータルを使ってオンラインで転出の届け出ができます。転出の際に窓口まで出向く必要がなく、便利です♪

◎原則、転出先の市区町村の窓口での手続きは必要です。詳細はデジタル庁HPをご覧ください。



忙しいのに何度も書くのは大変…

住所・氏名・生年月日、住所・氏名・生年月日…

- ☑住民異動届
- ☑印鑑登録
- ☑住民異動に伴う子育て・福祉関係の各種申請など

書く項目が減ってラクになった♪



# 3月12日(日) 集う・つながる 春のイベント

新三八市

時代着物市でタイムスリップ!  
しんさんばちのいち  
**新三八市**



商業観光課 ☎2998-9155



田中がひな祭りの「野老澤雛物語」の最終日、江戸時代の「三八の市」をレトロにおしゃれにリニューアルしたこの日限りのイベントを開催。「新三八市」には、時代着物市など懐かしい商品を扱うお店が並びます。今回は、国登録有形文化財「秋田家住宅」の特別公開\*も♪

\*詳細は、今月号の「翔びたつひろば」をご覧ください。



- 3月12日(日) (小雨決行)
- 場 ▶ 元町コミュニティ広場…時代着物市、グルメ (午前10時～午後4時)
- ▶ 西武所沢S.C.…食品・食料雑貨販売 (午前10時～)
- ▶ トコトコスクエア前…テナント出店 (午前10時～)

◆野老澤雛物語 開催中

- 3月12日(日)まで
- 場 ▶ 野老澤町造商店…各時代のひな人形展示
- ▶ 所沢駅西口～元町交差点周辺…店頭でひな人形展示、協力店の期間限定サービス

つながる心が世界をむすぶ  
こくさいこうりゅう  
**国際交流フォーラム**

国際実行委員会事務局 (企画総務課内) ☎2998-9046

6,000人を超える外国籍市民が暮らす所沢市。さまざまな国籍・文化を持つ方が参加する国際交流フォーラムで、新たな出会いや互いの文化を楽しみましょう！  
今年は4年ぶりにステージ発表が復活します！



- 3月12日(日)午後0時30分～4時
- 場 市役所 1階市民ホール
- 内容 ▶ ステージ…外国籍市民のスピーチ、世界の音楽と踊り ▶ 交流会…いろいろな国の人と話そう ▶ 体験・展示…手作り作品を楽しもう

◆イベント

- 3月7日(火)～10日(金)
- 場 市役所 1階市民ホール
- 内容 ▶ 姉妹都市・所沢市の子どもたちの絵画展示、実行委員会構成団体のパネル展示

Come and experience Japanese and other cultures from around the world!



飼い主の皆さん



## 今年もお忘れなく！ 狂犬病予防注射

生活環境課 ☎2998-9370

お知らせを郵送

狂犬病予防注射のお知らせを、3月上旬に飼い主さんに郵送します。内容を確認し、ご都合に合わせて注射を受けてください。方法は2通りあります。

◆集合注射

4月に市内39会場で受けられます。  
費用 1頭3,500円  
(新規登録する犬の場合は6,500円)

◆個別注射

動物病院で注射を受けます。できるだけ4～6月に受けてください。市と協定を締結している病院なら手続きが簡単です。なお、費用は病院ごとに異なります。

◎集合注射の会場・日程や協定病院の一覧は、市HP(Q集合注射)でもご覧になれます。海外に犬を連れて行く予定がある場合は、注射前に必ず申し出てください。



登録も忘れずに

犬を飼う時は、市に登録が必要です。飼い主は、登録すると交付される鑑札と、年1回の予防注射により交付される注射済票の両方を犬に付ける必要があります。

◆変更があったら届け出を！

届出書は、集合注射会場、市HP(Q犬の各種手続き)で入手できます。



- ▶ 飼い主の変更・市内転居・犬の死亡…市役所5階生活環境課で手続きを。集合注射会場でも手続き可能です。
- ▶ 市外転出…転出先の自治体で登録変更をします。所沢市での手続きは不要です。
- ▶ 所沢市に転入…以前の自治体が発行した鑑札を生活環境課にお持ちください。鑑札がない場合、1,600円の手数料がかかります。

このまちを一緒に見守る  
相棒です♪



わんわんパトロール募集中

いつもの愛犬とのお散歩時間を、まちを見守る時間に。パトロールグッズを携行して、いつもより少し地域や子どもたちの様子を気を配りながら歩く「わんわんパトロール」は、あなたと愛犬が住むまちを無理なく見守るボランティア活動です。

登録した飼い主さんにはパトロールグッズ(リード標とお散歩バッグ)を差し上げます。

市HP 防犯交通安全課に電話または申込書を FAX / ☎2998-9090 FAX 2998-9061

◎申込書は同課、市HP(Qわんわん)で入手できます。なお、グッズは直接窓口でお渡しします。





# お知らせ

**！**掲載情報は2月17日時点のものですが、内容変更の場合がありますので、市庁や各問い合せ先で最新情報をご確認ください。



## 令和5年度版

- ①ごみカレンダー
- ②健康ガイドところざわを配布

各世帯に配布します。配布期限までに届かない場合はお問い合わせください。

①家庭の資源とごみの分け方・出し方(ごみカレンダー)

配布期限 3月18日(土)

問資源循環推進課  
☎2998・9146



②健康ガイドところざわ

配布期限 3月31日(金)

◎乳幼児健診、健康教室、予防接種がん検診(申し込みが付き)などの情報を掲載しています。

問保健医療課☎2998・9385



## 4月1日から組織が変わります

経営企画課に公民連携推進室を教育センターに教育デジタル推進室を設置。生涯学習推進センターを社

会教育課の機関及び施設として移管します。  
問経営企画課☎2998・9007

## 3月の休日漏水修繕当番店

日	当番店	電話番号
4日(土)	(有)マコト設備工業	2922-5578
5日(日)	(株)貫井産業	2993-0110
11日(土)	(有)兼六工業	2922-1877
12日(日)	(株)糟谷設備工業所	2923-8888
18日(土)	(株)協立管工	2948-5515
19日(日)	(有)伏見設備工業	2948-3328
21日(火)	(株)貫井産業	2993-0110
25日(土)	(株)ミヤザキ	2948-7650
26日(日)	城島設備工業(株)	2948-8737

24時間(当日午前8時30分〜翌日午前8時30分)受け付けています。当番店に直接ご連絡ください。  
問所沢市管工事業協同組合☎2922・6185  
☎2922・9614

## 就職・退職時の国民年金の手続き

◆就職した方  
就職して、勤務先の厚生年金や共济組合に加入した方は、市役所での手続きは不要です。

◆退職した方  
退職などで厚生年金の資格を喪失した20〜59歳の方は、国民年金第1号への加入手続きが必要ですが、また、その方が64歳以下であっても、扶養に入っていた配偶者が20〜59歳の場合には、配偶者の国民年金第3号から第1号への種別変更手続きが必要です。



本人や配偶者の基礎年金番号がマイナンバーがわかるもの、本人確認書類、退職日の証明書(退職証明書や資格喪失証明書、離職票など)

◎退職と同時に厚生年金や共济組合に加入している配偶者の扶養に入る場合は、配偶者の勤務先で手続きが必要です。マイナンバーからの手続きは日本年金機構をご確認ください。

問市民課(国民年金担当)☎2998・9095、所沢年金事務所☎2998・0170

## 就職・退職時の児童手当の手続き

児童手当を受けている方が公務員になる場合は、市に消滅届、職場で新規申請が必要です。また、公務員を退職等する場合は、市に新規申請が必要です。

## ◆公務員になる方

所沢市で児童手当を受給している方が公務員になる場合(独立行政法人等勤務者を除く)は、



ことも支援課に「児童手当・特例給付受給事由消滅届」と公務員になったことが分かる書類(辞令の写し等)を提出してください。

## ◆退職した方

勤務先で児童手当を受給している方が公務員を退職(独立行政法人等への出向を含む)する場合は、ことも支援課に「児童手当・特定給付認定請求書」を提出してください。  
◎退職した翌日から15日以内に申請により、退職した月の翌月から所沢市より支給いたします。  
問ことも支援課  
☎2998・9124

## 育英・遺児奨学金制度

経済的理由で就学困難な市内在住の素行良好・成績優秀な高校生に、奨学金を支給します。令和4年中の所得で判断します。(基準あり)

## ◆育英奨学金

4月から高校・高専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、本人や保護者が市税を滞納していない方  
支給額 月額5千円  
◎各学年40人の範囲内で支給を決定します。

## ◆遺児奨学金

両親または父母のいずれかを亡くし、4月から高校・高専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、本人や保護者が市税を滞納していない方  
支給額 月額5千円  
問問 3月31日(金)までに①申請書②学校長の推薦書③誓約書④在籍簿または父母双方の死亡が記載されている戸籍簿または改正原簿(遺児奨学金の場合のみ)⑥収入のある家族全員の4年中の所得証明(源泉徴収票など)を市役所2階ことも支援課に直接・郵送  
☎2998・9124  
◎①③は市庁(Q奨学金)で入手できます。



## 所沢カルチャーパーク 多目的広場の利用申し込み

申込対象期間 4〜7月(水曜除く)  
利用区分 ▼午前9時〜正午 ▼午後1時〜4時(終日利用可)  
施設の概要 芝生70m×70m、フェンスの高さ3m(野球、ソフトボールは利用不可)  
☎3月9日(木)午後6時〜7時  
場市役所6階602会議室

## ◆過半数が市内在住・在勤・在学の団体

新規に利用する団体は、事前にご連絡ください。  
問公園課☎2998・9196



## 軽自動車・バイクの申告は3月31日(金)まで

軽自動車税(種別割)は、4月1日現在登録されている方に、その年度分が全額課税されます。年度途中で廃車にしても月割の返還などはありません。  
次に該当する方は、**3月31日(金)までに申告**してください。

▶廃棄処分した▶盗難にあった(警察への届け出とは別に廃車の申告が必要)▶譲渡した▶登録名義人が亡くなった▶市外へ転出した  
◎第三者に手続きを依頼した場合は、手続きが完了していることを確認してください。

車種	取り扱い窓口	手続きに必要なもの
原動機付自転車(125cc以下)	市役所2階市民税課 ☎2998-9064	▶所沢市のナンバープレート▶標識交付証明書▶譲渡証明書(名義変更の場合)
小型特殊自動車		
軽二輪(125cc超〜250cc以下)	埼玉運輸支局 所沢自動車検査登録事務所 ☎050-5540-2029	取り扱い窓口にお問い合わせください
二輪の小型自動車(250cc超)	軽自動車検査協会 埼玉事務所所沢支所 ☎050-3816-3111	
軽四輪など		

## 重度心身障害者 タクシー券・ガソリン費補助の申請をお忘れなく

### タクシー券

令和4年度分の県外利用分補助の申請期限は4月28日(金)です。4年度にタクシー券の交付を受けている方には、3月下旬頃に5年度のタクシー券を郵送します。

### ガソリン費補助

令和4年度分の請求書提出期限は3月31日(金)です。



## タクシー券とガソリン費補助の切り替え

期間 4月3日(月)〜28日(金)(期間外の切り替え不可)

切り替え	持ち物
タクシー券 ↓ ガソリン費補助	▶障害者手帳▶運転者の運転免許証(写し可)▶車検証(写し可)▶障害者本人名義の金融機関の本支店名・口座番号▶タクシー補助認定証▶未使用の令和5年度タクシー券 ◎タクシー券を1枚でも使用した場合は、ガソリン費補助に切り替えできません。
ガソリン費補助 ↓ タクシー券	▶障害者手帳▶ガソリン費補助資格認定証

問市役所1階障害福祉課に直接  
☎2998-9116 ☎2998-1147

◎施設に入所した方、3カ月以上入院している方は、補助対象外です。喪失届を提出してください。



母子健康手帳の交付場所を変更

4月から母子健康手帳の交付は、保健センター（子育て世代包括支援センター）か（かも）1か所となりますので、ご注意ください。  
前居住地で母子健康手帳の交付を受けた後、所沢市に転入した場合は、妊婦健康診査助成券の交換手続きが必要で、忘れずに手続きしましょう。詳しくは市（Q）母子健康手帳）をご覧ください。  
健康づくり支援課  
☎2998・1813



指定管理者を決定

施設名 所沢市寿町駐車場  
指定管理者 所沢商店街連合会  
指定期間 令和5年4月1日（土）～6年9月30日（月）  
商業観光課 ☎2998・9155

パスポートの申請書類が変わります

3月27日（月）以降にパスポートを申請する際は、最新の戸籍謄本（全部事項証明）をお持ちください。戸籍抄本（一部事項証明）では受け付けできません。また、申請書も新書式に変更となります。詳細は県（Q）パスポート）をご覧ください。  
所沢市パスポートセンター  
☎2968・9719



3～4月は野鳥の巣作りの季節です

巣を作られて困る場合は、樹木を剪定したり、針金ハンガーなどの巣作りの材料を屋外に置かないようにしましょう。しばらく雨戸などを閉めたままにする場合は、巣を作りにくい対策を行いましょう。  
生活環境課 ☎2998・9370



ペットボトルを「リミ」として出すときのお願

ペットボトルをゴミの収集に出すときは、中をよくすすぎ、ペットボトルのラベルとキャップを取り外してください。ラベルとキャップはプラスチックごみへ。ラベルがついたままでは、リサイクルできません。適正なペットボトルの排出にご協力をお願いします。ゴミの分別方法は市（Q）ゴミの分け方）でも確認できます。  
収集管理事務所  
☎2946・5353



令和4年度水道水質検査計画を公表

上下水道局庁舎、市役所1階市政情報センター、市（Q）水質検査）をご覧ください。ご意見をお待ちしています。  
上下水道局給水管理課  
☎2921・1082



3月1日（水）～7日（火）は春季全国火災予防運動

空気が乾燥し、火災の被害が大きくなりやすい季節です。火災予防への協力をお願いします。期間中は、消防車両が巡回を行います。ご協力をお願いします。  
埼玉西部消防局予防課  
☎2929・9121



還付金詐欺電話に注意！

市役所職員をかたり「医療費の還付金があります」との詐欺電話が多

発しています。ATMで還付金は受け取れません。注意してください。  
所沢警察署 ☎2996・0110

10月1日からインボイス制度開始

消費税の仕入税額控除の方式としてインボイス制度が開始されます。適格請求者（インボイス）を発行できるのは、「適格請求発行業業者」に限られ、事前に登録を受ける必要があります。  
詳しくは国税庁（Q）インボイス制度特設サイト）をご覧ください。  
インボイスコールセンター ☎0120・205・553（コールセンター）



開催

3月の児童館だより

市内11児童館のイベントを市（Q）児童館だより）で確認できます。  
発達障害児家族のついで



- 3月13日（月）午前10時30分～正午 小手指公民館分館
- 会場に直接お越しください。
- 17歳以下の児童の家族
- 松原学園 ☎2990・3488

- 3月11日（土）午前9時30分～11時 ことごと福祉の未来館
- 対 おおむね2～6歳 児と保護者
- 定 申し込み先着15組（市内在住優先）
- 持上履き、脱いだ靴を入れる袋、フェイスタオル1人1枚、飲み物



採れたて！農産物直売「ふじや市」

日場 3月14日（火）  
午前10時～午後1時 / 市役所別館前広場  
3月28日（火）午前10時～午後1時 / 元町コミュニティ広場  
農業振興課 ☎2998・9158



防犯フェア

3月2日（木）午前10時～3日（金）午後4時  
場 市役所1階市民ホール  
防犯ポスター・防犯グッズの展示  
防犯対策室 ☎2998・9090

皆さんの善意（順不同）

12月16日～1月15日の受付分です。ありがとうございました。  
【金銭】 1,115,406円  
●手塚啓作様 ●響所沢清和会様 ●埼玉自動車整備振興会所沢支部様 ●西新井町馬頭観音様 ●東京西武学園様 ●中央管財様 ●所沢友和会様 ●所沢明るい社会づくりの会様  
【物品】 ●朝読新聞所沢センター様（コム） ●市内5ロータリークラブ（所沢・新所沢・所沢西・所沢中央・所沢東）様（将棋セット） ●太誠産業様（ゼリー詰め合わせ）

クイズ1

重度心身障害者の方は申請をお忘れなく！

クシィ券

ヒント・8面



応募方法は15面

City Topics

市民のための憲章

昭和62年3月、市民一人ひとりが人の和とふれあいの心を大切にして、所沢を明るく住みよいまちにしようと、所沢市民憲章が制定されました。

物質的な豊かさから精神的な豊かさへの人々の意識の変化を背景に、有志の市民の皆さんの手で草案が作られた市民憲章。未来にわたる市民の精神的なよりどころとして、大切に守り伝えたいですね。

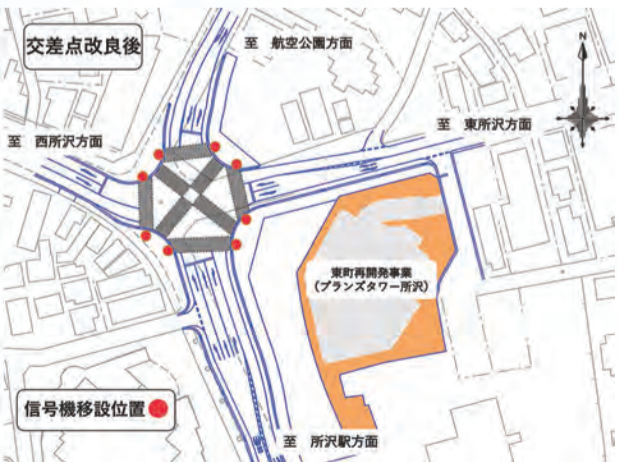
所沢市民憲章（昭和62年3月制定）

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

ファルマン通り交差点が変わります

市街地整備課 ☎2998-9208

道路の拡幅、歩道空間の整備に伴い、信号機の移設を行います。車両用の信号機の表示切り替えは、3月末を予定しています。





# わかれば変わる 認知症の世界

高齢者支援課 ☎ 2998-9120

認知症の症状があっても、  
住み慣れたまちで、自分らしい生活を続けたいと多くの方が望んでいます。

認知症の人の見え方・感じ方を理解するヒントをお届けしています。  
おや、どうしたのでしょうか？

## お風呂に入るのを嫌がるようになった

お風呂の支度をして、「お手伝いするから入りましょう」と促すと、「汗もかいてないから今日は入らない!」と嫌がることが増えてきました。以前は、お風呂好きだったのに、どうしたのでしょうか？



▲所沢地域包括支援センター青木認知症地域支援推進員

認知症の症状、記憶障害の影響で、前回いつお風呂に入ったか分からなくなったり、判断力が低下して必要性を感じにくくなっているのかもしれませんが、お風呂に入ることを無理強ひせず、背中に葉を塗るとか、足の爪を切るからと脱衣所に誘って、「湯船にお湯も張ったので入りませんか?」とついでのように誘ってみるのも1つの方法です。

本当はお風呂が好きの方が多く、入ってしまえば「気持ち良い」と喜んでくれることも。うまくいかない時は、温かいタオルで背中や足を拭いて、気持ち良いと感じてもらうだけでも大成功です!



- ◆シニア向け就職支援セミナー  
3月28日(火)午後2時〜4時  
場市役所8階大会議室
- ◆60歳以上の求職者  
定申し込み先着30人
- ◆魅力的な応募書類の作成術  
共通事項 ▼市外の方も利用可▼雇用保険受給資格者には利用証明書を発行
- ◆甲同センター受付専用ダイヤルに  
電話(午前9時〜午後5時) / ☎ 049-265-5844
- ◆予約制・弁護士の休日特設相談  
平日に相談が難しい方向けの電話相談です。事前予約が必要です。予約時間に弁護士から電話をします。  
3月11日(土)午前9時〜正午(最終相談:11時30分) / 1人30分  
定申し込み先着6人
- ◆相続や金銭問題、債権債務、損害賠償請求、民事訴訟など  
◎定例の市民相談はお問い合わせください。  
甲同から市民相談課に電話 / ☎ 2998-9092
- ◆暮らしの相談  
時間は受付時間です。先着順に受け付けます。
- ◆行政書士の暮らしの無料相談会  
3月3日(金)午前10時〜午後3時30分
- ◆相続、遺言、家庭問題、外国人の  
入国・在留、起業支援・会社設立  
など
- 主催 埼玉県行政書士会所沢支部
- ◆特設行政相談  
3月10日(金)午後1時〜3時30分
- ◆国など行政への要望や苦情など  
主催 行政相談委員所沢部会
- ◆住宅増改築等相談  
3月14日(火)午後1時〜3時30分
- ◆住宅リフォーム時の注意点など  
主催 埼玉建築士会入間第一支部所沢部会
- 【共通事項】  
場市役所1階市民ホール  
甲市民相談課 ☎ 2998-9092

- ◆クアオルト®健康ウォーキング  
上山口コース  
3月30日(木)午前10時〜  
3月11日(土)・17日(金)午前10時〜  
定各日申し込み先着20人
- ◆荒幡富士コース  
3月11日(土)・17日(金)午前10時〜  
定各日申し込み先着20人
- ◆500円(市外在住者は要確認)  
甲同初〜開催3日前(閉庁日除く)に埼玉県・所沢市ヘルスツーリズム協議会事務局(商業観光課内)に電話・電 / ☎ 2998-9155
- ◆予約制・マンション管理無料相談  
3月23日(木)午後1時30分〜4時30分  
場市役所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  
甲分譲マンションの修繕、管理費の



- ◆滞納、騒音、違法駐車など  
請マンション管理士  
甲同初〜3月22日(水)に都市計画課に電話 / ☎ 2998-9192
- ◆空き家と相続の無料相談会  
3月18日(土)午前10時〜午後3時45分  
場新所沢東まちづくりセンター  
対市内在住の方  
定申し込み先着6組
- ◆空き家や相続に関する困りごと  
甲同初〜3月17日(金)にNPO空家・空地管理センター(協定事業者)に電話 / ☎ 0120-336-366
- ◆甲同初〜3月17日(金)にNPO空家・空地管理センター(協定事業者)に電話 / ☎ 0120-336-366
- ◆社会保険労務士の労働相談  
3月17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



- ◆勤労者、事業主、人事担当者など  
定申し込み先着4人
- ◆賃金、解雇、就業など  
甲同初〜3月10日(金)午後4時に産業振興課に電話 / ☎ 2998-9157
- ◆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(要予約)  
日場 月・火曜:埼玉県所沢地方合同庁舎(並木) / 木・土曜:ラーク所沢(花園)
- ◆女性向け就職支援セミナー  
3月7日(火)午後2時〜4時  
場市役所6階604会議室
- ◆仕事と家庭を両立したい女性  
定申し込み先着20人
- ◆自己理解と働くための条件整理  
◆中高年向け就職支援セミナー  
3月14日(火)午後2時〜4時  
場市役所6階604会議室
- ◆40歳以上の求職者  
定申し込み先着20人
- ◆求人探し方&面接対策講座

## 「飛行場のまち ~所沢からはじまる物語~」上映会

1919年にフランス航空教育団が訪れた所沢で今年、所沢の航空の歴史を伝える短編映画を制作。その完成を記念して上映会を開催します。

3月25日(土)午後6時30分〜8時15分(5時45分受付開始)  
場所 所沢航空発祥記念館  
定 抽選50人  
甲 映画上映会・出演者によるトークタイム  
甲同 3月10日(金)までに商業観光課に電話・電 / ☎ 2998-9155

◎詳細は市HP(Q映画上映会)をご覧ください

## 所沢市消防団 人物名鑑

皆さんこんにちは! 所沢市消防団です。今回は柳瀬地区を管轄する第9分団の団員を紹介します! 甲危機管理室 ☎ 2998-9399

あまだ はるひさ  
**天田 晴久さん** 第9分団 団員

日ごろの訓練を熱心にこなし、操法大会に選手として2回出場。訓練で習得したロープの結び方が仕事でも役立っていると語る天田さんの職業はニンジン農家。そんな天田さんの趣味は映画鑑賞。週1ペースで映画館に通う天田さんは映画館にもこだわりが! 一番のお気に入り立川市の映画館。音響設備が抜群で、特に爆発シーンは臨場感あふれる体験が魅力。また、大迫力のスクリーンで観るなら豊島区の映画館がおすすめ。同じ作品でも別の映画館で観ると違った印象になるんですと熱く語る天田さん。映画鑑賞にはポップコーンがマストアイテムだ。

◀消防団員を募集中。詳細は市HP(Q消防団員募集)をご覧ください



# 手話トーク vol.19

あなたも簡単!

障害福祉課 ☎2998-9116 FAX2998-1147

今月のキーワード **慣れる/ポイント/コミュニケーション**

今回は「ろう者とのコミュニケーション方法」です。「ここを意識すれば、意思疎通が円滑になる!」そんなポイントをご紹介します。▶手話動画

**1 慣れる**




片手のこぶしを握り、親指を立てる

**2 ポイント**



片手の甲を相手に向け、もう片方の手で2回指さす

**3 コミュニケーション**



両手でCの字を作り交互に前後させる



親指が頬を上から下へ撫でるように動かす





筆談マーク

## リサイクルふれあい館エゴロの行事

- ①おもちゃの病院
- ②傘修理 (1人1本・部品代実費)
- ③折りたたみ傘、ビニール傘は対象外です。
- ④包丁研ぎ講習会
- ⑤大型家具抽選会
- ⑥ウールの着物からジャンパースカート
- ⑦3月15日(水) 午前9時30分〜午後3時 500円
- ⑧抽選10人 (市内在住の大人)
- ⑨裁縫道具、ミシン糸、ものさし、昼食

**狭山丘陵いきものふれあいの里 センターのイベント**

①初めての自然観察会 「早春の虫探し」

②狭山丘陵自然観察会 「春めくアルペンロード」

③3月25日(土)午前9時30分〜午後2時30分 高校生以上

④高橋生以上 申し込み先着20人

⑤持参物、飲み物、筆記用具、マスク 500円

- ⑥3月12日(日)午前9時30分〜正午 小学生と保護者
- ⑦申し込み先着20人
- ⑧持参物、筆記用具、マスク 300円
- ⑨3月25日(土)午前9時30分〜午後2時30分
- ⑩5月12日(金)〜令和6年1月26日(金) 午前10時〜正午 (全43回) 場ごととも福祉の未来館

**要約筆記養成講習会 (パソコン課程)**

①5月12日(金)〜令和6年1月26日(金) 午前10時〜正午 (全43回) 場ごととも福祉の未来館

- ③狭山丘陵基礎から学ぶ植物画講座
- ④4月7日(金)〜令和6年3月1日(金) 午前9時30分〜午後3時 (全13回) 高校生以上
- ⑤申し込み先着10人
- ⑥持参物、飲み物、筆記用具、マスク 16,000円 (画材代含む13回分/一括払い)
- ⑦定例ガイドウォーク
- ⑧3月4日(土)・5日(日)午後1時30分〜2時30分
- ⑨集合 ①③④同センター(下山口駅から徒歩15分) ②西武球場前駅
- ⑩電話 ①②③同センターから同センターに電話 ④当日受け付け ☎29939・9412

## クイズ②

パスポートの申請や子育て・介護の手続きが可能に。

### ○イナポータル

ヒント・5面 応募方法は15面

## 雑誌スポンサーを募集

図書館に雑誌を寄贈(雑誌購入費の負担)していただき、その最新号のカバーにスポンサー名やメッセージなどを表示します。

対市内企業・団体など

◎詳細は所沢図書館HP(Q雑誌スポンサー)をご覧ください。


所沢図書館 ☎2995・6311



## 募集

次のすべてを満たす方

- ▼事前説明会(4月7日(金)・タピニング確認(4月14日(金))に出席
- ▼市内在住満20歳以上▼タッチタイピング1分間に100文字程度入力
- ▼ノートパソコンを持参▼自宅にインターネット環境がある
- 定15人(選考あり)
- 費テキスト代、教材費は自己負担
- ①4月12日(水) (必着)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へ提出/ ☎29939・5064 FAX29923・4780
- ◎詳細は同会HPをご覧ください。申込書は同会、同会HPで入手できます。



## 全国広報コンクール埼玉県審査

### 広報とろざわが7年連続で受賞!

☎広報課 ☎2998-9024

全国広報コンクール埼玉県審査(総日本広報協会主催)で、令和4年1月号の表紙が写真部門・組み写真で1席(2位)を受賞しました。

受け継がれる所沢の伝統文化をお伝えした表紙の組み写真が、「シンプルに伝えつつ非常に工夫されたレイアウト」「抑えたトーンが重なり合ってスタイリッシュな仕上がりに」と評価されました。

平成28年度のリニューアル以来、7年連続で県内入選を果たした「広報とろざわ」。今回の受賞を励みに、今後も「読んでうれしい広報紙」を目指します!



## 事業者の皆さん!

### 広報紙のプレゼント企画で

#### その商品・サービスをPRしませんか?

毎月好評の広報とろざわプレゼント企画に、自慢の商品やサービスを提供いただける事業者を募集しています。

所沢の良いモノを全市民にお知らせできるチャンスです。

①②③(Qプレゼント)をご覧くださいの上、申込書を市役所3階広報課に提出/ ☎2998-9024



#### お店のメリット

- ☑ 広告料 0円! 必要なのはプレゼントだけ
- ☑ 市内全戸に届く! 市民34万人に直接PR
- ☑ 新規顧客をゲット! プレゼント当選者は直接来店

- ♥ 当選者以外にも「広報紙を見て」の問い合わせが複数あり
- ♥ 前年比売り上げがアップ!
- ♥ この企画で初来店された方がリピーターに!



### 10月28日(土)・29日(日)開催 市民フェスティバル実行委員を募集

20万人以上が訪れる所沢最大級のイベント。「一緒に所沢を盛り上げたい」という熱意のある方をお待ちしています。

市内在住・在勤・在学中、会議(平日夜月2回程度)に出席できる方

定 若干名

内 企画の選考・調整、PR活動、マネジメントなど

申 3月31日(金)

に申込書を同実行委員会事務局(地域づくり推進課内)に提出

☎2998・9083

◎申込書は同フェスティバルHPで入手できます。

### 所沢市消防団員を募集

市内在住・在勤・在学中で18歳以上の男性(6カ月以上居住地を離れ

て生活する方は対象外)

定 若干名

内 災害現場での消火・救助・警戒活動、各種訓練、広報活動など

待遇 ▼身分は特別職の地方公務員 ▼報酬あり ▼活動中のけがなどを補償 ▼制服などの貸与 ▼応援ショップでの割引サービス ▼学生消防団員への就職活動支援

申 市役所4階危機管理室 ☎2998・6666

a9399@city.tokorozawa.lg.jpに直接・電話・メール

◎詳細は市HP(消防団)をご覧ください。

検針票でPR 広告主を募集

約17万件に配布する検針票に縦45mm×横120mmの広告を1年間掲載できます。一色刷り広告で、半年に

一度デザインを変更できます。募集件数 2枚

最低価格 10万円(1枚/税別)

◎最低価格を上回る上位2者が契約の相手方になります。詳細は市HP(検針票)をご覧ください。



1度デザインを変更できます。募集件数 2枚

最低価格 10万円(1枚/税別)

◎最低価格を上回る上位2者が契約の相手方になります。詳細は市HP(検針票)をご覧ください。

申 3月24日(金)までに申込書を上下水道局経営課に提出 ☎2921・1087

詳細は市HP(会計年度)募集担当課にお問い合わせください。

◆市民医療センターの①看護師②夜勤専従看護師③看護助手④言語聴覚士⑤臨床検査技師を募集

申 同センターに応募 ☎2992・1151

◆公立保育園の①保育士・保育補助員②調理員③事務手を募集

申 ①午前7時～午後8時の間で2時



間 7時間45分

②午前8時30分

午後8時の間で2～7時間

午前8時30分

午後8時の間で2～4時間

場 市内公立保育園(19園)

留意事項 ▼保育士は資格が必要

勤務日・時間などは園により異なる

申 各園に応募

保育幼稚園課 ☎2998・9126

◆保健センターの①栄養士助手②保健師助手を募集(登録制)

申 ①管理栄養士免許がある方②保健師免許がある方

内 ①調理実習補助や相談業務など

定 ①3人②若干名

日 ①栄養事業実施日②月～金曜午後0時45分～4時45分(事業実施日)

場 ①保健センター(上安松)、老人福祉センターなどの保健センター

申 ①同 3月14日(火)に保健センター健康づくり支援課に応募(②は随時募集) ☎2991・1813

◆交通指導員を募集

内 立哨指導(朝1時間、夕2時間程度)、交通安全教室など

募集学区 清進小、東所沢小、富岡小、中富小、若狭小

申 3月15日(水)までに防犯交通安全課に応募 ☎2998・9140

◆保健給食課の①事務補助、学校給食の②調理員③運転手④配膳員(登録制)を募集

日 ①午前8時30分～午後5時15分の



間で7時間②午前8時～午後4時15分の間で5～7時間

③午前8時30分～午後3時30分

④午前10時～午後2時30分の間で3時間45分

対 ③のみ中型または準中型自動車免許(AT車免許不可)がある方

内 ①給食管理事務など②調理、洗浄、配膳③配膳業務、給食調理業務補助④配膳員、検収、清掃など

定 ①1人②若干名③各1人④若干名

場 ①保健給食課②③第1・3学校給食センター④市内小中学校

申 同 3月8日(水)に保健給食課または両センターに応募 ☎2998・9249

留意事項 ④のみ登録制(勤務地は欠員状況による)

自衛官採用試験

採用種目 ①幹部候補生(一般)②幹部候補生(歯科・薬剤)③一般曹候補生



対 ①22～25歳(修士課程修了者など27歳)②専門の大学卒業または卒業見込みの20～29歳(薬剤は20～27歳)③18～32歳

受付期限 ①②4月14日(金)③5月9日(火)

◎詳細は自衛隊埼玉地方協力本部HPをご覧ください。

自衛隊入間地域事務所 ☎2923・4691

### クイズ③

がんは早期発見がとても大事!

メリット



### 「生命予〇が長い」

ヒント・2面 応募方法は15面



## 柳瀬の魅せどころ

固 地域づくり推進課 ☎2998-9083



ここを紹介!

- ▶ 滝の城址公園、柳瀬川とその周辺など、みどり豊かな地区
- ▶ 東所沢駅周辺は、都市基盤が整備された暮らしやすい良好な市街地形成

### ～柳瀬地区スタンプラリー～

## 柳

瀬地区まちづくり協議会・青少年育成部会では、コロナ禍で外遊びができない子どもたち向けにスタンプラリーを実施しました。国の重要文化財である黄林閣やさつまいも始作地の碑など柳瀬地区内の名所・施設など11か所を巡ります。各々がスタンプラリーの台紙を持って、仲間同士や家族で巡り、柳瀬地区の文化財や歴史に親しみながらスタンプを集めました。参加者からは、「密にならず、初めて訪れる場所もあり、新しい発見があった」と大好評。これからもふるさと所沢、柳瀬地区への郷土愛や誇りを持ち、心豊かで地域を大切に育てる子どもを育む事業に取り組んでいきます。



▲パークゴルフ場でスタンプゲット!

“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。



### 花に親しみながら学びませんか ミニガーデニング講座

花・文化・航空発祥がテーマの市民文化の祭典「市民文化フェア」が所沢航空記念公園で開催されます。「春の植木・花まつり」の会場でのミニガーデニング講座参加者を募集します。

◎寄せ植えは持ち帰れます。

日 4月1日(土)・2日(日)午後2時～  
場 春の植木・花まつり会場(所沢航空記念公園内)

定 各日抽選15人

費 1,500円

申 同 月初～3月10日(金)に所沢市植木生産組合事務局(農業振興課内)に電話 ☎2998-9158







# 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  
・詳細は健康ガイド（一部日程変更あり）や市HPをご覧ください



〒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

## 健幸ワンポイント

### 心の悩みを抱えているあなたへ

コロナ禍での4回目の春を迎えようとしています。感染対策などの健康管理に加え、3月から5月は学校や仕事、家庭環境の変化が起こり影響を受けやすい時期です。子どもから大人まで心の不調を起こしやすく注意が必要です。

疲れていても2週間以上眠れない日が続くときは、早めの相談や心療内科を受診してください。



#### 女性の自殺が増えています

家事や育児の負担、孤立や経済困窮など、女性にはつらい状況になりやすいので、不眠や食欲の低下、気分の落ち込み、収入の減少による生活の不安などは早めに相談してください。

#### 子どもの「こころの悩み」に気づく

家庭や学校がつらいと感じる子どもたちが増えています。さまざまな原因が考えられますが、理由を話さず助けを求めないことも多く、周囲の理解と対応が大切です。

#### 周囲が気づきやすいサイン

- ▶ 以前より表情が暗くなる
- ▶ 食欲がない日が続く。飲酒が増える
- ▶ 趣味などに関心がなくなる
- ▶ 遅刻や欠勤、仕事のミスが増える
- ▶ 不眠や疲労がとれない日が続く
- ▶ 「死にたい」などと死をほのめかす発言をする
- ▶ 体調不良が長く続く

#### 周囲の人にできること

悩みを抱える人が、誰にも言えず孤立してしまうことがあります。専門的な知識は必要ありません。周囲の人は次のことを今日から行ってください。

- ▶ 様子の変化に気付いたら声をかける
- ▶ ゆっくり話を聞く
- ▶ 相談窓口などに連絡をする
- ▶ 継続して寄り添い見守る

#### こころの健康メール相談

こころの健康支援室では、電話や来所相談を利用しにくい市民の方を対象に、電子メールでの相談をお受けしています。

利用についての確認をした上で、安心してご利用ください。



市HP（Qこころの健康メール相談）

こころの健康相談メール to-kokoro@tokorozawa.lg.jp

健康相談課 健康支援室 ☎2991-1812

★はトコトコ健幸マイレージのポイント対象です。

⚠ 新型コロナウイルスの感染状況によっては内容変更の場合があります。市HP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2月17日時点のものです）。

## 健康づくり支援課

☎2991-1813

**両親学級** ☎3月9日（木）～13日（月）に電話・電申  
①4月17日（月）②4月22日（土）午前9時30分～11時 ③出産予定日が①5月30日以降②6月4日以降の妊娠週数おむね16～33週の初産婦とパートナー ④沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操など定①8組②16組



**乳幼児健康相談** ☎3月2日（木）から電話  
◆離乳食のおはなし会 ☎3月22日（水）  
◆乳幼児の食事相談 ☎3月27日（月）  
◆歯科相談 ☎3月22日（水）午前中 ④歯ブラシ  
◆身体計測・相談会 ☎3月23日（木）午前中 ④母子手帳、バスタオル

**離乳食教室** ☎3月3日（金）から電話・電申

◆ごっこん期  
☎4月10日（月）または24日（月）午前10時～11時15分 ④令和4年10・11月生まれの乳児と親 ④栄養士の講話 定各日申し込み先着20組

◆もぐもぐ期  
☎4月19日（水）午前10時～11時30分 ④令和4年8・9月生まれの乳児と親 ④栄養士・歯科衛生士の講話、試食 定申し込み先着20組

◆ぱくぱく期  
☎3月17日（金）午前10時～11時30分 ④令和3年12月～4年3月生まれの幼児と親 ④栄養士・歯科衛生士の講話、試食 定申し込み先着20組

◆かみかみ期料理教室  
☎4月18日（水）午前10時～午後0時30分 ④令和4年5・6月生まれの乳児と親 ④栄養士の講話・おんぶをの調理実習 定申し込み先着20組 費300円

**産後ママクッキング** ☎3月2日（木）から電話・電申

☎3月24日（金）午前10時～午後0時30分 ④令和4年11・12月生まれの乳児と母親 ④講話「産後の食生活・母乳に良い食事と離乳食」、試食 定申し込み先着20組 費600円



**2歳児歯科健康教室** ☎3月2日（木）から電話・電申

☎4月5日（水）午後0時45分～1時15分（受付） ④令和2年8月～3年1月生まれの幼児 ④歯科診察、フッ素塗布、エプロンシアター、歯磨き指導、栄養・育児相談 定申し込み先着30人

**乳幼児健康診査**

◆4か月・10か月児（個別）

場市内協力医療機関

◆1歳6か月・3歳児（集団）

場保健センター

▶ 集団の日程は市HPを確認 ▶ 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



**妊婦サロン（イルカ）** ☎厚初から電話

☎3月13日（月）午前10時～11時 ④妊婦 ④参加者同士の交流会 定申し込み先着10人

**ファミリー食育教室** ★ ☎3月2日（木）から電話

☎4月20日（木）午前10時～午後0時30分 ④1～18歳の子の親 ④講話「時短！簡単！朝ごはん！」、調理実習 定申し込み先着15組（初参加優先） ④エプロン、三角巾、手拭きタオル 費600円

**成人健康相談** ☎随時電話

相談名	3月の実施日	時間
健康相談	1日（木）、22日（水）	午前
	8日（水）、15日（水）	午後
血糖値相談	13日（月）、27日（月）	午前
歯科相談	7日（水）	午前
栄養相談	2日（木）、9日（木） 16日（木）	午前
	23日（木）	午後
リハビリ相談 （骨盤のゆがみ改善・ 関節痛予防など）	3日（金）、10日（金）、 17日（金）	午前

**ステキな大人の健康食教室** ★ ☎3月2日（木）から電話

☎4月13日（木）午前10時～午後0時30分 ④64歳以下の方 ④講話「適正体重を知ってメタボ予防」、調理実習 定申し込み先着24人（初参加優先） ④エプロン、三角巾、手拭きタオル 費600円

**楽しく健康食教室（前期）** ☎3月2日（木）から電話

☎4月11日（水）、5月9日（水）、6月6日（水）、7月4日（水）、8月31日（木）午前10時～午後0時30分 ④65～79歳の方 ④講話、調理実習 定申し込み先着24人 ④エプロン、三角巾、手拭きタオル 費各回500円

## 健康管理課

☎2991-1811

### 入園・入学前に予防接種を済ませましょう！

4月までに必要な予防接種を済ませ、病気を未然に防ぎましょう。未接種の予防接種は母子手帳で確認できます。協力医療機関は市HP（Q乳幼児期の予防接種）でご確認ください。

### 妊娠を希望する方の風しん予防接種

接種費用の一部助成を行っています。（上限額3,000円） ④抗体検査で抗体価が低いと判定され、令和4年4月以降に接種をした次のいずれかの方 ①妊娠を希望する16～49歳の女性 ②①の同居者 ③低抗体と判定された妊婦の同居者 ☎3月31日（金）までに申請書を同課に直接・郵送 ④申請書は市HP（Q風しん助成）で入手できます。

☎こころの健康支援室 ☎2991-1812

**精神保健専門相談** ☎要予約

☎3月14日（水）午後2時～5時 ④市内在住の18～65歳の方 ④精神科医の相談

**思春期こころの健康相談** ☎要予約

☎3月23日（木）午後1時～4時 ④市内在住・在学の高校生と保護者 ④精神科医の相談

**つどい** ☎不要

つどい	開催日	時間
うつ病ご本人	3月 8日（水）	午前10時～正午
うつ病ご家族	3月 7日（火）	
強迫性障害ご家族 （精神科医参加）	3月 2日（木）	
発達障害ご家族	3月22日（水）	



# いいトコPhoto



▲「いにしとっしょに♪」  
大好きなお兄ちゃんと一緒にだ  
窓の景色も違って見えるね！  
●えちとし（北所沢町）



▲両手におやき  
ママの手作りさつまいものおや  
き。両手に握りしめてご満悦♪  
●ゆきんこ（下安松）

両手いっぱい  
の幸せ♡

# みんなの ひろば

## 投稿大募集！

写真・絵手紙・切り絵・川柳・エッセイなど、皆さんの作品やお便りを募集しています。

### ●応募方法

欄外の留意事項をご覧の上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  
／エッセイは300字程度）

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



## いいトコ作品集



▲冬の指定席  
寒い日はストーブの前で  
ゴロゴロ。あ～幸せ～  
●豆柴（若狭）



▲桜草  
暖かい春の到来まで  
あと少しですね  
●斉藤秀子（上安松）



▲にゃんこひなまつり  
今年のひなまつりの主役  
はもらったニャン♪  
●UMI（並木）

## 誰でもエッセイ

### テーマ

### 「教えます」 市内おすすめ場所

#### 春夏秋冬おすすめの場所

佐藤征昭（狭山ヶ丘）

所沢は比較的高低差の少ない地域  
であると思いますが、一番標高の高  
い場所はどこだと思いますか？

春夏秋冬どのシーズンでもおすす  
めでき、一度訪れたらリピーターに  
なること間違いなしの場所があり  
ます。それは、所沢が一望できる  
「比良の丘」。

周囲には早稲田大学所沢キャンパ  
スや金仙寺があり、春は桜（比良の  
丘の上溝桜、金仙寺のしだれ桜）、  
夏はひまわり畑にブドウ園、秋は秋  
桜や紅葉（早稲田キャンパスの冬  
桜）、冬は星座が楽しめます。

近くには狭山湖もあり、四季を通  
じて楽しめるお勧めのスポットです。

トコロ沢のよいトコロ  
あしね（緑町）

所沢市民となって5年。おすすめ  
のスポットは2つ。  
1つ目はこどもと福祉の未来館。  
子どもが安全に楽しく遊べたり、  
子育ての相談などができる施設。対  
象年齢を過ぎたうちの子はもう遊ぶ  
ことができないけれど、時折前を通  
ると足しげく通った数年前の温かい  
思い出がよみがえる。

2つ目は荒幡富士。「〇合目」と  
書かれた石は何ともユーモラス。あ  
っという間に着く見晴らしの良い頂  
上は、眺望だけでなく空の広さを満  
喫できる私のお気に入りの場所。過  
去に自家の富士山を登頂している子  
どもは「これで二富士制覇！」と得  
意げ。今年の初登山、荒幡富士はい  
かが？

### 自然の宝庫 菩提樹池

戸塚博允（山口）

春うららかなになると三大美芽のひ  
とつであるネジキをはじめ、さまざ  
まな木々や野草をじっくりと味わう  
ことのできる場所がある。

そこが私の好きな、菩提樹池だ。  
狭山丘陵の沢の湿地で、周辺には  
湿地を好む多種の植物が生息して  
いる。

最近の楽しみ  
は、池に根付く  
ヤマトミクリと  
ナガバオモダカ  
の領域バトルだ。  
劣勢のヤマトミ  
クリを守ってあ  
げたいと思っ  
てしまおうが、生態系維持の点から  
あまり手を出せないでいる。

夏は田の溝に白く咲くミゾカクシ、  
秋は紅葉、そして冬の木々の芸術的  
ともいえる冬芽。いずれも目に染み  
る美しさだ。

静寂で、ホッと息抜きができ、季  
節感も十分楽しめる。観察するには  
絶好の場所だ。

この自然環境は後世に残したい、  
素敵な贈り物のひとつ。大きくはな  
いが、大事にしたい菩提樹池だ。

### 4月号のテーマ

「忘れられない入学式・卒業式」  
締め切り ● 3月10日(金)



出会いと別れの季節。  
甘い・ほろ苦い・おもしろい、みんなの思い出を  
教えてね♪

花粉対策は  
これでOK♪

ひばりちゃんの壁紙を  
市HP (Qひばりちゃん) で  
ダウンロードできます。







## 気づけば25年。人をつなぐハンドメイドイベント



▲小野結花さん(左)・下田幸子さん(右)

### ハンドメイドイベント企画・運営

しもだ ゆきこ おの ゆか  
**下田 幸子さん・小野 結花さん**  
(市内高校出身)

市民文化センター・ミュージズを「ホーム」に、25年以上続くハンドメイドイベントを企画・運営する「セルフフィッシュハンズ」の2人組。

運営に専念する下田さんはミュージカル俳優を目指した元劇団員。出店もする小野さんは、豊かな自然を求めて5年前に長野に移住。埼玉との二拠点生活を送りながら活動続ける。

memo

**ナチュクラ市**  
 3月11日(土)午前11時～午後4時30分  
 場 市民文化センターミュージズ

▶詳細はこちらでチェック!

開場までずいぶん時間があるのに、市民文化センター・ミュージズの展示室前は長蛇の列。待つのも苦にならない様子で和やかに談笑している。

「常連さん同士で仲良くなって、開場待ちのおしゃべりも楽しみにいらっしゃる方もいるんですよ」。明るく笑う下田幸子さん。小野結花さんとともに、長年続くこのハンドメイドイベントを運営する「セルフフィッシュハンズ」を主催する。

ともに所沢西高校の1期生。同級生にもかかわらず、親しくなったのは卒業後のバイト先だった。どちらももともと「のめり込む」性分。共通の趣味・ダンスにどっぷりはまって仲を深めた2人が次にはまったのが、当時ブームになっていたフリーマーケットだった。毎週末、あちらこちらの会場に足を延ばして出店。家の不用品などを売りまくり、とうとう売り尽くしてしまったが熱は冷めない。売ることがないなら作ればいい!と趣味だったアクセサリやステンシル雑貨などの手作り品を出品するようになった。

不用品・中古品が主体のフリーマーケットでは、手作り品は不本意な値下げ交渉や作品を雑に扱われることも。しかし当時の「手作り市」は高級なイメージが強く、趣味の延長の2人には出店のハードルは高かった。「売ることがない」の次は「売る場がない」。2人は出店の場

も自分たちで作ることにした。

天候の影響を受けない会場を探して見つけたのが、ミュージズの展示室。1997年4月の第1回以来、「手作り雑貨マーケット」は回を重ね、気づけば昨年2022年4月に25周年・100回目の開催を迎えた。出店者は延べ2万人を超える。

心を込めて作った自分のオリジナルの作品を求めてくれる人がいる喜び、世界に1つのお気に入りや作り手との出会いを求める人たち。東日本大震災直後も大雪の日もコロナ禍でも、会場を訪れる人が絶えることはなかった。

「ハードルを低く間口は広く」がセルフフィッシュハンズの原則だ。ルールを守れば、誰でも先着順で出店可能。ハンドメイドしているけれど出店の場がないという人も、ここならかなう。

そしてここは、人をつなぐ場でもあり続けた。25年間出店する女性は、「この場が生活の張り合いなの」と朗らかに笑う。母親に手を引かれて来ていた子どもが成長して出店者になるなど、四半世紀の時の中で、出店者も来場者も3世代に渡る。

近年は、屋内蚤の市「ナチュクラ市」やハンドメイド作家のワークショップなども展開。「1人ではできなかったし、3人では続かなかった。この2人で、出店者も来場者も心から楽しめる場、『何かやりたい』人の背中を少しだけ押す場をゆるく長く作り続けたいです」。そう語る25年来の相棒の笑顔は、どこまでもナチュラルだった。(取材・加賀谷)

## 今月のプレゼントクイズ!

たまご屋さんが本気で作った濃厚カステラをプレゼント!  
**ハッピー卵スイーツ 縁-En-カステラ**  
 (1,200円相当×20人)



**農** 林水産大臣賞を2度受賞した、栄養価の高い「ハッピー卵」をふんだんに使用。「心も体もハッピーになってほしい」という願いから、「縁(=円)」をイメージした円形のカステラが誕生しました。ミネラル豊富でやさしい甘さとコクの含蜜糖を使用するなど、卵以外の材料にもこだわりが。心も体も喜ぶおすすすめの逸品です♪

●(株)川端産業  
 林1-184  
 ☎2948-2664  
 (午前9時～午後5時/月曜・第3日曜定休)  
 ●所沢市畜産協会  
 (農業振興課内)  
 ☎2998-9158



### ◆今月のクイズ

9・11・12面のクイズを解き、空欄に入る文字を順番につなげると?

### ◆応募方法 (3月10日(金)締め切り)

①クイズの答え②郵便番号③住所④氏名⑤年齢⑥電話番号⑦3月号の感想を記入し、〒359-8501広報課に郵送・市庁(Qプレゼント)で応募

◎当選者の発表は、引換券の発送をもって代えさせていただきます。



▲市庁

## 読者感想文

- 所沢の公共交通がこんなに便利になっているのかと驚きました。子どもはまだバスを利用したことがないので、春になったら親子で利用したいです(花園・20代)
- 春になったら路線バスで孫と金仙寺に行ってみようと思います。環境にも優しく、また、移動中は孫といろいろな話ができるので楽しみです(小手指南・60代)
- 編集から●車で出かけると運転に集中し、家族との会話に参加できないこともしばしば。公共交通を使えばご家族で外の景色を眺めたり、お孫さんとの会話を楽しんだり、公共交通ならではの楽しみ方がきっと見つかるはず
- 足立さんと同じく、所沢の自然の豊かさに惹かれて都内から転居してきました。当たり前感じていた自然は、足立さんのような方々のおかげで守り育てられていることに、改めて気づかされました(狭山ヶ丘・30代)
- 編集から●2月号とろざわの記事を読んだ方が、少しでも「森を育てる活動」に関心を持ってくだされば幸いです
- 市内でいちご狩りができることを初めて知りました(北中・30代)
- 編集から●所沢でいちご狩りができるなんて知らなかった!という声を多数いただきました。所沢で育ったイチゴをぜひ堪能ください

## 編集後記

店頭からマスクが消えた3年前、自分で作るために徐々に針と糸を持ったという人も多いのでは? 手作りの楽しさに加え、人に喜んでもらえるうれしさに多くの人が気づいたのは、予想もしなかったコロナ禍の影響のひとつかも。「楽しみたい」から「起業したい」まで、ハンドメイドに関わるさまざまな願いを、今月のとろざわ・下田さんと小野さんはこれからも応援し続けてくれることでしょう(加賀谷)

本号特集は「がん検診のススメ」。「自分は大丈夫」と思っている方も多いのではないのでしょうか。自分のためだけでなく、あなたを必要としている方のためにも、がん検診を受診しませんか(関)

三寒四温、暖かい日は気持ちも弾みますね。春に向け、ガーデニング講座や上映会など、イベントも再開されはじまりました。春の日差しを浴びに、花粉対策をして外に出てみませんか(坂本)





▲武蔵野の落ち葉堆肥農法が体験できる落ち葉掃き無料体験ツアーが1月22日(日)、富岡地区の農園で開催。地域の伝統的な農法を体験した後は、熱々の豚汁や焼き芋で心も体もポカポカになりました。  
写真：鳥居映助



昔の人たちの知恵だね！



▼1月14日(土)～29日(日)、ところざわアートのミライ展が所沢駅と周辺で開催。ゆかりの若手作家たちの個性豊かな作品展や、世界に一つだけのモバイル作成など、アートを身近に感じる16日間となりました。  
写真：久保純子



「ところざわ通信」(Ｑとこ通)もご覧ください。



▼1月15日(日)、観光情報・物産館 YOI-TOKOで日本文化フェスが行われました。能面師による、樹齢400年の檜を使った荒掘りはまさに圧巻。重松流祭囃子の演舞や、和太鼓チームの演奏など、日本の伝統文化を満喫する1日でした。  
写真：石井将太郎



▶おいしいお茶の淹れ方講座が、2月2日(木)に富岡まちづくりセンターで開催。最適なお湯の温度や、急須の選び方を学びました。  
写真：西山元博



⚠ 発熱などの症状がある時、下記休日急患当番医の当番時間外など受診先に迷う場合は、本号4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▶地図などの詳細は所沢市医師会へ▶感染症拡大防止のため、受診の際は要事前問い合わせ(特に発熱のある方)

診療日	医療機関名	診療科目	所在地	電話番号
3月5日(日)	佐々木記念病院	内、消	西所沢1-7-25	2923-1123
	桂医院	眼	山口1529-23	2924-0086
	松が丘クリニック	内、消内、外、乳外、小、皮	松が丘1-52-19	2928-5666
3月12日(日)	さいとう内科クリニック	内、放	小手指町4-17-3	2936-8700
	あすみクリニック	皮、形	東住吉2-4 2階	2928-5881
	新美クリニック	内、小	狭山ヶ丘2-64-2	2948-5208
3月19日(日)	豊川医院	内、消、循、リウ、リハ	小手指町3-22-12	2948-1122
	所沢肛門病院	肛	小手指町1-3-3	2926-7521
	新所沢ひろ内科	内、循内	松葉町24-3	2991-6767
3月21日(祝)	所沢中央病院	内	くすのき台3-18-1	2994-1265
	小手指皮膚科	皮	上新井3-55-8	2928-6200
	荻野医院	内、糖内、外、胃、乳外、小	狭山ヶ丘1-2993-5	2948-1181
3月26日(日)	伊藤内科	内、循	東住吉2-4	2922-2915
	深井眼科医院	眼	小手指町1-26-9	2928-6900
	吉村内科医院	内、呼内、アレ	緑町4-33-6	2922-2298
4月2日(日)	マツバクリニック	内、外、リハ	松葉町8-7	2995-5131
	よしかわクリニック	眼	若狭3-2570-2	2938-1122
	瀬戸病院	内、小、産、婦	金山町8-6	2922-0221

## 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※1	午後7時30分～10時15分	○	○	○	○	○	—	—	—
深夜帯急患診療※1	午後6時～8時45分	—	—	—	—	—	○	○	○
日曜日・休日急患診療	夜間急患診療終了後～翌日午前7時	×	○	○	×	○	○	○	○
	午前10時～11時30分 午後2時～4時30分	3月5日(日)・12日(日)・19日(日)・21日(祝)・26日(日)・4月2日(日)							

※1…要事前問い合わせ

◎小児の内科的初期診療を行っています。外科などの診療は実施していません。なお、発熱症状がある場合は、事前にお問い合わせください。

## 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

診療日/受付時間：3月5日(日)・12日(日)・19日(日)・21日(祝)・26日(日)・4月2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