

広報

ところざわ

5月

令和8年(2026年)
No.1250

2030年
所沢市は中核市に

もっと可能性が広がるまちへ

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/>

防犯カメラの新事業が
スタート!

特集

断固犯罪を許さない

みんなでする所沢

お散歩しながら
パトロール中

人口(前月比) 342,857人(+384人) 男 168,733人(+116人) 女 174,124人(+268人) ▲世帯数173,625世帯(+703世帯) 令和8年3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・FAX 2924-0630 まで。



撮影協力：荒幡防犯委員会
(埼玉県自主防犯活動団体感謝状授与団体)

特集

断固犯罪を許さない みんなで守る所沢

安心して暮らせるまちは、地域ぐるみで支えられています。
今回の特集では、地域を守るさまざまな活動や、活動されている方の思いをご紹介します。
新たに始まる防犯カメラの事業もお知らせします。
防犯交通安全課 ☎ 2998-9140

市民・地域・市が一体となって 取り組むことが大切

市では犯罪を防ぐためにさまざまな取り組みを行っていますが、市民一人ひとりが行う防犯対策や、地域ぐるみの見守りをしていくことが、犯罪の抑止にとって大きな力になります。

市民

- ・防犯カメラの設置
- ・家の施錠や防犯ブザーの携帯
- ・防犯意識を持つ

など…

地域

- ・自治会・町内会などによる防犯灯や防犯カメラの設置
- ・防犯パトロールやかけこみ 110 番

など…

市

- ・防犯カメラの設置
- ・防犯活動の支援
- ・防犯情報の発信
- ・犯罪被害者支援
- ・防犯啓発

など…

地域ぐるみの防犯活動をご紹介します

自主防犯パトロール

地域の見守りだけでなく、参加者同士の情報交換や地域づくりにもつながっています。



楽しみながら防犯活動 原動力は地域愛

地域愛を土台にした活動です。義務感ではなく、参加する皆さんが楽しみながら取り組むことで、その喜びが地域に広がり、自然と防犯につながっていけばと考えています。

▲荒幡防犯委員会
委員長 山脇さん

かけこみ 110 番 (110 番の家)

子どもが身の危険を感じたとき、「110 番の家」のステッカーの掲示がある場所に避難できます。

☎ 社会教育課 ☎ 2998-9242



地域のつながりが 安心・安全なまちづくりに

東町では「みんなで豊かなまちをつくらう」と地域ぐるみでイベントや見守り活動を続けています。かけこみ 110 番としての見守りが、安心・安全なまちづくりにつながることを願っています。

▲東町町内会
会長 村田さん



わんわんパトロール

パトロールグッズを携帯し、愛犬とお散歩しながら地域のパトロールをする活動です（不審者がいても捕まえたり監視したりせず、すぐに 110 番）。



▶ 詳細はこちら。



防犯資器材や青パトの貸出

防犯パトロール用資器材を貸し出しています。講習会に参加し、実施者証をもらおうと、青色回転灯装着パトロール車（青パト）でパトロールができます。



▶ 詳細はこちら。



防犯灯の設置

夜間の犯罪被害を防ぐために、自治会や町内会などが防犯灯を設置しています。市では防犯灯の電気料金への補助金を増額します。



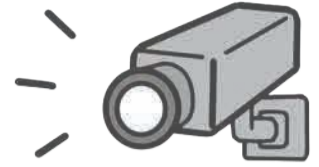
☎ 建設総務課 ☎ 2998-9171

◎補助については建設総務課、設置については各自治会町内会にお問い合わせください。

新たに防犯カメラの事業がスタート

市では、街頭防犯カメラの設置を進めていくほか、家庭向けや自治会向けに補助事業をはじめます。年度内に購入したものが補助の対象です。

地域ぐるみで防犯の目を広め、みんなで地域を見守りましょう。



● 家庭向け ● 住宅用防犯カメラ補助金

令和8年4月1日以降に自宅に設置した防犯カメラの購入費用の一部を補助します。自宅の侵入犯罪などを未然に防ぎましょう。

対象者	自らが所有、居住する住宅に設置する方など
補助金額	補助対象経費の1/2以内 上限2万円
申請期間	▶6-7月▶9-10月▶12-1月 ※各期先着順

◎管理組合のある共同住宅も対象です。

▶家庭向け防犯カメラの補助金の詳細はこちら。



● 自治会など向け ● 街頭防犯カメラ補助金

これから街頭へ設置する防犯カメラの購入費用の一部を補助します。地域で安全なまちづくりを進めましょう。設置をご検討の場合は、ご相談ください。

対象者	市に届出のある自治会・町内会など
補助金額	補助対象経費の1/2以内 上限20万円
申請期間	▶6-7月▶9-10月▶12-1月 ※先着順

▶自治会など向け防犯カメラの補助金の詳細はこちら。



● 公共空間を映す ● 街頭防犯カメラを設置します

人通りが多い駅周辺の市営自転車駐車場などの公共施設に、防犯カメラの設置を進めます。

防犯カメラの ガイドラインを策定

防犯カメラの設置や運用を適切に進めるため、「所沢市防犯カメラの設置及び運用に関するガイドライン」を策定しました。



3つの「安心」効果

防犯カメラを設置することで、犯罪の抑止効果、安心感の向上、事件発生時の早期発見・解決の3つの効果が期待できます。



この機会に
設置を
検討してみよう

犯罪の抑止効果

見られている意識が
犯行をためらわせます。

安心感の向上

防犯カメラがあるだけで
安心感が生まれます。

早期発見・解決

事件・トラブル時の
犯人特定や行動追跡の
重要な手がかりに。

一緒に安全なまちをつくりましょう

みんなが安心して暮らせる、安全なまちづくりは、市民、地域、そして市の連携が大切です。

家の鍵をかけるなど日頃の生活の中のちょっとした行動、ご近所同士の声かけ、地域の防犯活動への参加

など、市民一人ひとりの意識の高まりと地域の支え合いが大きな力となります。

「断固犯罪を許さない」まちにしていくため、身近なことから取り組んでみましょう。



断固犯罪を
許さない!



所沢警察署からのお願い

全国的に侵入窃盗や特殊詐欺など身近な犯罪が増えています。犯罪が起きにくいまちにするには、防犯カメラの設置や防犯パトロールが有効です。

被害額が大きい特殊詐欺被害を防ぐためには固定電話の国際電話利用休止申込みや、スマートフォン用の警察庁推奨アプリを活用して、犯人からの電話を受けないようにしましょう。申込みや相談は所沢警察署生活安全課まで。

☎所沢警察署 ☎ 2996-0110



▲警察庁推奨
アプリの詳細
はこちら。



令和8年度 当初予算

「可能性が広がるまち日本一」を目指して



1,291億8,610万4千円

(前年度当初予算比2.7%増)

☎財政課 ☎2998-9030

今年度の一般会計予算総額は、過去最高の1,291億8,610万4千円（前年度当初予算比：33億5,610万4千円増／2.7%増）で特別会計・公営企業会計を加えた総額は、2,255億4,542万1千円（前年度当初予算比：42億8,963万4千円増／1.9%増）となりました。

◎予算書は、同課、市政情報センター、市庁舎（Q当初予算）でご覧になれます。

今年のポイント！



安心して子育てができる環境整備や、市民の皆さんが安心・安全に生活できるためのインフラ整備や防災・防犯対策に注力した予算となっています。

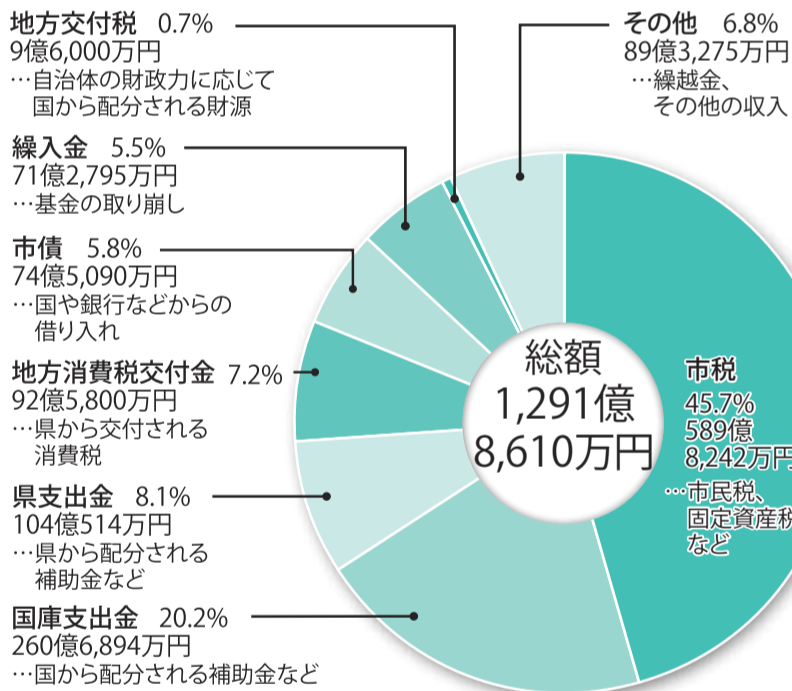
歳入面

市民税や固定資産税などの、市税や各種交付金の増収を見込みました。

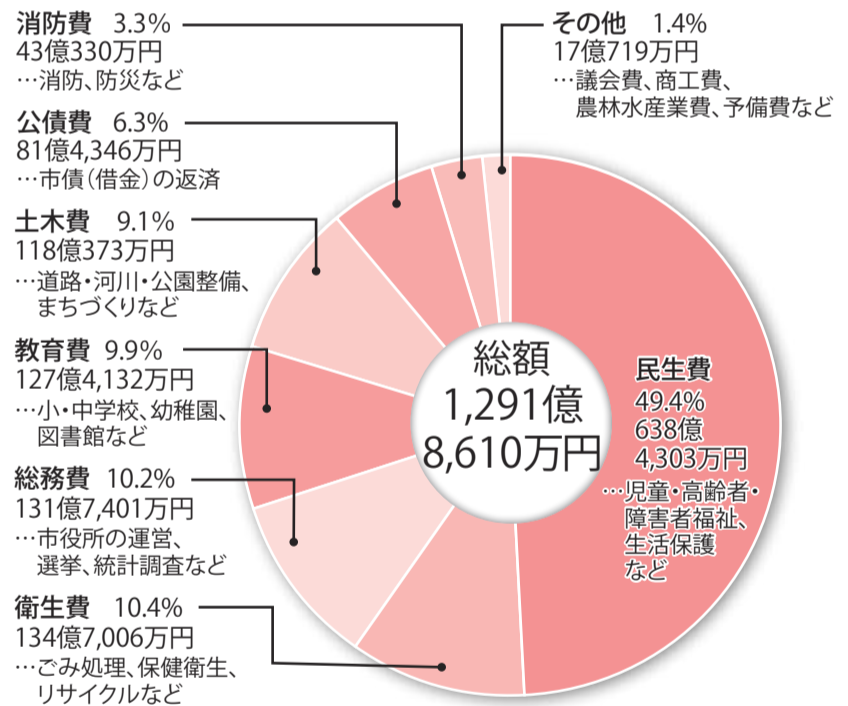
歳出面

物価高騰による経費増大を見込み、各分野の必要な経費にしっかりと配分することで、行政サービスの維持・向上を図っています。

歳入



歳出



歳出を性質別に
見てみると...

特別会計予算

会計名	当初予算額	前年度増減	伸び率
交通災害共済	3,000万円	±0万円	0.0%
狭山ヶ丘土地区画整理	2億7,500万円	△1億4,000万円	△33.7%
所沢駅西口土地区画整理	97万円	△10億7,703万円	△99.9%
国民健康保険	321億1,500万円	3億4,200万円	1.1%
介護保険	306億1,700万円	12億4,400万円	4.2%
後期高齢	74億7,800万円	9億6,100万円	14.7%

公営企業会計予算

会計名	当初予算額	前年度増減	伸び率
水道	118億4,306万円	△5億5,382万円	△4.5%
下水道	113億5,953万円	3億361万円	2.7%
病院	26億4,076万円	△1億4,623万円	△5.2%

歳出（性質別）一覧

区分	当初予算額	構成比
扶助費	352億6,489万円	27.3%
人件費	225億7,875万円	17.5%
物件費	221億4,937万円	17.0%
補助費等	193億1,728万円	15.0%
普通建設事業費	116億125万円	9.0%
繰出金	77億4,348万円	6.0%
公債費	81億4,346万円	6.3%
維持補修費	20億7,258万円	1.6%
その他	3億1,504万円	0.3%
合計	1,291億8,610万円	100.0%

◎予算は千円単位で作成していますが、ここでは1万円未満を端数処理し、万円単位で表示しています。

今年度の主な施策 (★は新規事業)

こどもを中心としたまちづくり

- ◆市立小・中学校の給食費無料化……14億874万円
保護者が負担する学校給食費を補助することで、引き続き子育て世帯の経済的な負担軽減を図ります。
- ◆市立小・中学校の体育館にエアコン設置……5,682万円
小・中学校の体育館にエアコン設置を進めます。
- ◆市立小・中学校のトイレ改修……6,445万円
小・中学校のトイレ改修を引き続き継続します。

- ◆18歳までの医療費無料化……14億3,010万円
子育て世帯の経済的負担の軽減を図るため、18歳までの医療費無料化を継続します。
- ◆サマープレイスとことろざわ(夏の小学生預かり事業) …769万円
放課後児童クラブの入所保留となった児童に対し、夏季休業期間に安全・安心な居場所を引き続き提供します。
- ★市立保育園にICTシステムを導入……819万円
市立保育園に保育ICTシステムを導入し、こどもと向き合う時間を確保し、保育の質の向上を図ります。

地域のつながりを活かしたまちづくり

- ★自宅等防犯カメラ設置推進事業……2,122万円
自宅用防犯カメラおよび自治会などが設置する街頭防犯カメラの設置費用を補助します。
- ★街頭防犯カメラ整備事業……812万円
通勤通学などの人通りが多い駅周辺を中心として、街頭防犯カメラを設置・管理します。
- ★デジタル防災ハンドブック作成事業……952万円
防災ガイド・避難所マップを更新し、スマートフォンなどから閲覧する、自動読み上げや多言語対応も備えた「デジタル防災ハンドブック」を作成します。

健幸(けんこう) 長寿のまちづくり

- ★若年者こころのワンストップケア事業(図書館併設型) …1,186万円
所沢図書館所沢分館内に若年者向けワンストップ相談窓口を設置し、心身の課題に対する早期支援を行います。
- ★RSウイルスワクチンの定期接種化……7,341万円
定期接種として妊婦を対象にRSウイルスワクチン接種を実施します。
- ◆精神障害者アウトリーチ支援事業……4,471万円
精神障害のある方が住み慣れた地域で生活を継続するために、医療・保健・福祉の各分野の専門職チームによる包括的な支援を継続します。

人と自然が共生するまちづくり

- ◆公共施設LED一括導入事業……14億円
利用者が多い公共施設を中心に照明を一括LED化するため、調査、設計および施工を行います。
- ★再エネ電気切替推進補助事業……220万円
家庭や事業所等で使用する電気を再生可能エネルギー100%の電気プランに切り替えた方に、最大3万円の補助金を交付します。
- ★リチウム蓄電池等回収資源化事業……100万円
4月から集積所でリチウムイオン電池などの充電式電池の回収を開始し、火災事故防止のため正しい分別や収集方法を周知・啓発します。

所沢の魅力高めるまちづくり

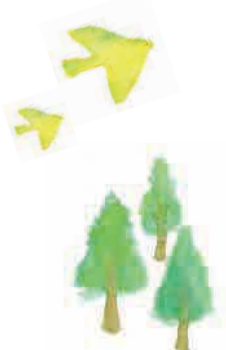
- ◆土地利用転換推進事業……7億8,532万円
土地区画整理事業により、「働く場」として三ヶ島工業団地周辺地区や所沢インターチェンジ周辺地区、「住む場」として北秋津・上安松地区などの創出を進めます。
- ◆西所沢駅西口改札口開設事業……1億3,301万円
駅利用者の利便性向上及び安全性確保を目的として、西口改札口開設に向けた取り組みを進めます。
- ★シティプロモーション推進事業……644万円
所沢のファンや、所沢に住み続けたい、住んでみたい、行ってみたい、参加してみたいと感じる人を増やすため、本市の魅力を戦略的に市内外に発信します。

令和8年所沢市議会第2回(2月)定例会議終了報告

- 2月18日(3月24日)に開催された令和8年所沢市議会第2回(2月)定例会議の主な内容を報告します。
- 市長提出議案…42件**
- ◆40件が原案どおり可決・同意されました。
 - ◆令和7年度補正予算…6件
 - ◆(一般会計…2件、特別会計…4件)
 - ◆令和8年度当初予算…12件
 - ◆可決…10件(一般会計…1件、特別会計…6件、企業会計…3件)
 - ◆否決…2件(一般会計、病院事業会計)
 - ◎否決された2件は、一部内容を修正して提出し、可決されました。
 - ◆条例関係…20件
 - ◆制定…2件(所沢市保健所設計及び建設事業者選定委員会条例制定について、所沢市特定乳児等通園支援事業の運営に関する基準を定める条例制定について)
 - ◆6月定例会議開会日…6月1日(月)(予定)
 - ◎詳細は「市議会だより」(5月15日(金)発行)、市議会(Q市議会)でご覧になれます。
 - ◆一部改正…17件(所沢市産業振興ビジョン推進会議条例の一部を改正する条例制定について、所沢市行政手続条例の一部を改正する条例制定についてなど)
 - ◆廃止…1件(所沢市生涯学習推進センター運営協議会条例を廃止する条例制定について)
 - ◆財産取得…1件
 - ◆和解…1件
 - ◆市道路線の認定…1件
 - ◆人事案件…1件
 - ◆議会の同意を得て選任されました。
 - ◆公平委員会委員の選任…吉川哲夫氏

市役所の人事異動(部長職)

- 4月1日付け(かっこ内は前職名)
- ◆市長部局**
- ◆経営企画部長・市川勝也(市民医療センター事務部長)
 - ◆財務部長・山下哲(会計管理者)
 - ◆福祉部長・瀧澤恵(議会事務局次長)
 - ◆子ども未来部長・草薨秀夫(上下水道局次長)
 - ◆街づくり計画部長・高野淳(街づくり計画部次長)
 - ◆建設部長・工藤順一(街づくり計画部所沢駅西口まちづくり担当理事)
 - ◆会計管理者・内野孝雄(監査事務局次長)
 - ◆市民医療センター医療部小児科担当理事兼健康推進部保健センター・吉岡寿朗(市民医療センター医療部小児科医長兼健康推進部保健センター)
 - ◆市民医療センター事務部長・仲正之(上下水道局長)
 - ◆議会事務局次長・越智三奈子(福祉部長)
- ◆教育委員会**
- ◆学校教育部長兼指導主事・吉川誠(学校教育部次長兼指導主事)
 - ◆上下水道局長・新井猛(財務部長)



5月中旬から順次お届け

電子商品券（とこпей）の配布を開始！

全ての市民（令和8年2月1日時点で所沢市に住民登録のある方）に、カード型の電子商品券（5,000円相当）をお届けします。
また、とこペイアプリに登録して利用すると、1,056円相当が追加でもらえます。
◎1,056円相当の付与はひとつのアカウントに対し1回までです。

配布時期 令和8年5月中旬から順次郵送（申請不要）
利用期限 10月31日(土)
取扱店舗 本紙6月号で一覧表を折り込みで配布予定です。また、とこペイ公式HP（4月30日公開）、とこペイアプリ（5月18日配信開始）でも随時更新します。

現在、取扱店舗は約1,000店舗！
まだまだ募集しています。



この商品券がご自宅に届きます

▶ 電子商品券の配布の詳細はこちら。



▶ とこペイ公式HPはこちら。



▶ 取扱店舗の募集の詳細はこちら。



利用方法は2パターン！

1 商品券を提示



▲商品券はそのまま使えます

2 アプリを使用



▲店頭で置かれた二次元コードをアプリで読み取り決済



▲アプリの二次元コードを提示し決済

とここ
+1,056円♪

もしくは

お問い合わせ

市内の店舗の方も市民の方も、窓口やコールセンターでお気軽にお問い合わせください。

【コールセンター】

電話：0120-660-303（通話料無料）
受付時間：午前8時30分～午後5時15分
受付期間：11月30日(月)まで（土・日曜、祝日を除く）

【窓口】

場所：市役所8階
受付時間：午前8時30分～午後5時15分
受付期間：11月30日(月)まで（土・日曜、祝日を除く）
◎10月以降も上記の時間で受け付けします。

☎経営企画課 ☎2998-9027

10月から市内各施設の窓口の受付時間が変わります

☎経営企画課 ☎2998-9027

「業務改善による市民サービス向上」や「職員の働き方改革」、「時間外勤務抑制による人件費の削減」を目的として、10月1日(木)から市内各施設の窓口の受付時間が変わります。また、電話についても、原則窓口の受付時間と同様です。

対象施設

- 市役所本庁舎（別館含む）
- まちづくりセンター※
- コミュニティセンター※
- 市民活動支援センター※
- 上下水道局（お客様センター除く）
- 保健センター（こども家庭センター含む）
- 狭山ヶ丘・小手指サービスコーナー
- 所沢駅サービスコーナー

※施設貸出時間の区分の変更はありません。

変更後の受付時間

午前9時～午後4時30分

（所沢駅サービスコーナーは午前9時～午後7時）

▶ 窓口の受付時間変更の詳細はこちら。



オンラインで行える手続きもあります。ぜひご活用ください。

協力施設を募集中！ 所沢市クーリングシェルター

☎保健医療課 ☎2998-9385

熱中症警戒アラート等運用期間中に、暑さをしのぐ場所「所沢市クーリングシェルター」として、冷房設備のある施設の一部を開放していただける民間施設を募集しています。

現在
97か所

指定にはいくつかの条件があります。動画でも詳細を配信中。



所沢市クーリングシェルター施設の一覧は市HPでご紹介♪



所沢市クーリングシェルター
開放中！

どなたでもひと涼みにご利用ください。



▲所沢市クーリングシェルターは、こちらのポスターを掲示しています。

300本以上のボタンが咲き誇る 多聞院の寅まつり

大輪のボタンが咲き誇る多聞院で行われる寅まつり。境内では、こま犬ならぬ「こま寅」がお出迎えをしてくれます。

日 5月1日(金)午前9時～午後4時
場 多聞院 (中富1501)
問 商業観光課 ☎2998-9155



5月1日(金)限定 無料巡回バス

◎時刻表は予告なく変更になることがあります。

経路 航空公園駅東口 (3番バス停となり) ⇒多聞院
⇒観光情報・物産館YOT-TOKO⇒航空公園駅東口

航空公園駅東口発	多聞院発	YOT-TOKO発	航空公園駅東口発	多聞院発	YOT-TOKO発
9:00	9:25	9:50	12:35	13:00	13:25
9:30	9:55	10:20	13:00	13:25	13:50
10:00	10:25	10:45	13:20	13:45	14:10
10:15	10:40	11:05	14:00	14:25	14:50
10:30	10:55	11:20	14:20	14:45	15:10
10:50	11:15	11:40	14:40	15:05	15:30
11:15	11:40	12:05	15:10	15:35	16:00
11:35	12:00	12:25	15:35	16:00	16:25
12:10	12:35	13:00			

▶詳細は所沢市まちづくり観光協会HPをご覧ください。



今年は市内の新茶が一挙集結！ ところざわ新茶まつり

所沢特産のおいしい狭山茶に触れられる新茶まつり。味よし、香りよし、健康に良しの狭山茶の新茶をぜひ堪能してください。

日 5月23日(土)午後1時～5時
(開会式 午後0時30分から)
場 エミテラス所沢TOKOROZAWAe-CUBE
問 農業振興課 ☎2998-9158

こんなことをやります！

- ▶新茶テイस्टングイベント
- ◎参加費100円で色々なお茶を試飲できます
- ▶新茶の販売
- ▶所沢ブランド特産品ブース
- ▶茶関連企業ワークショップ
- ▶お茶の淹れ方教室



▶詳細は市HPをご覧ください。



アニメ文化を所沢から世界へ！

第1回 日中国際アニメ映画祭

Japan-China International Animation Film Festival 2026

日本と中国のみならず、世界のアニメファンが集まり、交流を行う映画祭。ここから新たなアニメ創造の歴史が始まる！

場 ところざわサクラタウン
主催 緋角川文化振興財団
問 経営企画課 ☎2998-9027

主なイベント

5月28日(木)

人気声優が登場！レッドカーペット・開会式 (午後7時～8時30分)

5月29日(金)

- ▶生成AI時代のアニメをテーマにしたセミナー、シンポジウムなど (午前11時～午後5時)
- ▶野外映画上映「くまじろう！ちきゅうをすくえ！」 (午後6時30分～9時)



▶映画祭の情報は公式HPで順次更新！

©Fantawild Animation Inc.

5月30日(土)

- ▶コスプレイベント (午前10時～午後6時)
- ▶プリキュアショー、声優アイドルユニットコンサート、澤村光彩さんライブショー (午前11時～午後6時)
- ▶野外映画上映「パンダゴパンダ」など (午後6時30分～8時)



▲澤村光彩さん

5月31日(日)

応募作品400点の中から選ばれた優秀作の表彰・閉会式 (午後2時～3時)

ノミネート作品を上映します！

次世代クリエイターによる応募作品などを上映します。

日 5月29日(金)・30日(土)
場 T・ジョイ エミテラス 所沢
◎別途チケットが必要です。



銀河鉄道 999 の世界を体感しよう！

国内最大規模の3D銀河空間体験
日 10月26日(月)まで
◎別途チケットが必要です。



お知らせ

！掲載情報は4月21日時点のもので、内容変更の場合がありますので、市庁や各問い合わせ先で最新情報をご確認ください。



毎月第2・4土曜日は休日開庁

一部の業務を行います。詳細は市庁をご覧ください。



5月9日(土)・23日(土)午前8時30分～午後0時30分

場市役所1階、まちづくりセンター(並木・小手指分館除く)、上下水道局庁舎
問経営企画課 ☎2998・9027、上下水道お客様センター ☎2921・1080

市税の納期限

6月1日(月)は軽自動車税、固定資産税・都市計画税(1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

重度心身障害児・者の医療費助成制度と対象者の拡大

申請が必要です。
次のいずれかに該当する方
▼身体障害者手帳1～3級 ▼療育手帳A・A・B ▼精神障害者保健福祉手帳1級 ▼一定の障害があり埼玉県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた
◎65歳以上で新たに重度心身障害者となった方は、助成の対象外となります。
また、対象者の前年の所得を判定し、原則として366万1千円を超える場合は、その年の10月から翌年の9月まで助成が受けられません。

令和8年10月から対象者拡大

精神障害者保健福祉手帳の2級をお持ちの方で自立支援医療の認定を

受けている方も医療費助成制度の対象になります。6月に降に順次申請案内を送付します。
問障害福祉課 ☎2998・9116
☎2998・1147



勤労者向けリフォーム資金の低利貸付

勤労者の方を対象に、住宅補修資金を低利で貸し付けます。二世帯同居(補修後同居開始も含む)の場合、さらに低利で利用できます。
問産業振興課 ☎2998・9157



住宅耐震費用補助制度の拡大

在来軸組構法による木造戸建て住宅の耐震に関する費用の補助対象を、平成12年5月31日までに工事着手されたものに拡大しました。
◎予算額に達し次第、終了します。
問必要書類を住宅政策課に直接
☎2998・9216



重度心身障害福祉手当・障害児福祉手当・特別障害者手当

対象者	手当月額(新規認定の方)
▶身体障害者手帳1・2級 ▶療育手帳A・A ▶障害程度が障害児福祉手当の支給要件に該当 ▶精神障害者保健福祉手帳1級 ▶療育手帳B ▶精神障害者保健福祉手帳2級 ▶超重症心身障害児	9,000円
▶療育手帳B ▶精神障害者保健福祉手帳2級 ▶超重症心身障害児	5,000円

◎施設入所者、65歳以上で新たに重度心身障害者となった方は対象外です。特別障害者手当・障害児福祉手当の受給者、住民税が課税の方は支給停止です。

障害児福祉手当

次のいずれかに該当する19歳以下の方
▼身体障害者手帳1・2級の一部

▼療育手帳A相当 ▼精神障害者保健福祉手帳1級程度で常時介護が必要 ▼重度の内部障害や血液疾患で日常生活が極度に制限される状態
◎施設入所者、障害が支給事由の年金受給者は対象外です。
手当月額 16,560円(毎年改定)

特別障害者手当

次のいずれかに該当し常時特別な介護が必要な20歳以上の方
▼身体障害者手帳1・2級と療育手帳A程度の障害を重複 ▼1つの障害であってもこれらと同程度の状態
◎施設入所者、3か月以上の継続入院者は対象外です。
手当月額 30,450円(毎年改定)

ひとり親家庭等医療費助成制度・児童扶養手当

ひとりの親家庭等医療費助成制度
次のいずれかに該当する児童とその児童を養育している父母など
▼父母が離婚 ▼父または母が死亡 ▼父または母に一定の障害がある ▼その他の理由で父または母がいない
◎高額療養費や付加給付金を除く保険診療分の自己負担金が対象です。
児童扶養手当
次のいずれかに該当する児童を養育している父母など
▼父母が離婚 ▼父または母が死亡 ▼父または母に一定の障害がある ▼その他の理由で父または母がいない

手当月額

▼児童が1人：48,050円(全部支給) または48,040円～11,340円(一部支給) ▼児童が2人以上：2人目以降1人につき最大11,350円を加算

円を加算
共通事項 ▼申請が必要 ▼原則として児童が18歳になった年の年度末までが対象 ▼申請者やその配偶者および同居する直系血族、兄弟姉妹の所得制限あり ▼児童が児童福祉施設(母子生活支援施設・通園施設など除く)などに入所の場合は対象外
問子ども支援課 ☎2998・9124

5月の休日漏水修繕当番店

24時間受け付けしています。当番店に直接ご連絡ください。

日	当番店	電話番号	日	当番店	電話番号
2日(土)	(有)松本設備工業所	2922-5911	16日(土)	(株)木下商興	2948-1719
3日(日)	(有)石和設備工業	2993-8108	17日(日)	(有)平塚設備工業	2923-5778
4日(月)	(株)金子設備工業	2944-0515	23日(土)	(株)貫井産業	2993-0110
5日(火)	(有)平塚設備工業	2923-5778	24日(日)	(株)ヒロスイプラス	2941-5228
6日(水)	(株)ヒロスイプラス	2941-5228	30日(土)	上野管工(株)	2923-5890
9日(土)	(株)糟谷設備工業所	2923-8349	31日(日)	(株)糟谷設備工業所	2923-8349
10日(日)	城島設備工業(株)	2948-8737			

6月1日(月)は自動車税の納期限

納税通知書を5月上旬に郵送します

ご意見・ご提案お待ちしております！ 市長タウンミーティング

◆テーマ：ゼロカーボン

市長が皆さまからのご意見や思いなどを伺う場、第31回「市長タウンミーティング」を開催します。「市長に思いを伝えたい」「市長に提案したい」皆さまのご参加をお待ちしています。

5月16日(土)午前10時30分～正午(午前10時開場)

場 とももと福祉の未来館
対 市内在住・在勤・在学の方
問 市民相談課 ☎2998-9092 ☎2998-9041



▲詳細は市庁をご覧ください。

- ▶会場に直接お越しください。
- ▶お子様同伴での入室ができます。一時預かり(1歳～就学前)を利用する場合は5月14日(木)午後5時15分までにご連絡ください。
- ▶会場には公共交通機関をご利用ください(駐車場が満車の場合があります)。



国民年金保険料の学生納付特例制度

20歳以上で本人の所得が一定額以下の学生は、申請により在学期間中の保険料の納付が猶予されます。申請は年度ごとに必要です。
猶予期間は、老齢基礎年金の受給に必要な期間に含まれますが、年金額には反映されません。10年以内であれば、保険料を追納できます。
問基礎年金番号またはマイナンバーが分かるもの、在学期間が分かる学生証の両面の写し(在学証明書の場合は原本)を市役所1階市民課、まちづくりセンター(並木・小手指分館を除く)、年金事務所に直接またはマイポータルから申請
問 代理人による申請は、代理人の本



スポーツ安全保険

人確認書類と委任状が必要です。
問市民課(国民年金担当) ☎2998・9095、所沢年金事務所 ☎2998・0170
スポーツ安全協会
800円～11,000円
☎03・5510・0033



「経済センサス活動調査」に協力ください

6月1日時点で、全ての事業所を対象に総務省と経済産業省が実施する調査です。
問文書行政課 ☎2998・9043



開催

採れたて！農産物直売「とろざわ市」

日場 5月12日(火)午前10時～午後1時 / 市役所正面入口前広場



26日(火)午前10時～午後1時 / 元町コミュニティ広場

問 農業振興課 ☎ 2998・9158

就職支援を行う

埼玉しごとサポート(6月開催分)

事業の詳細は同センターHPをご覧ください。

- ◆就職相談(要予約)
- ◆就職支援セミナー

共通事項 ▼雇用保険受給資格者には利用証明書を発行

甲 問 埼玉しごとサポート受付専用ダイヤル(午前9時～午後5時)に電話 ☎ 049・265・5844



社会保険労務士による労働相談

5月15日(金)午後4時～8時(最終相談:午後7時まで / 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

因 賃金、解雇、就業など

甲 問 同 5月8日(金)午後4時に産業振興課に電話 ☎ 2998・9157

さやまKIDS DAY開催

狭山丘陵に接する自治体の公式キヤラクターが集合します。

日場 5月5日(祝)午前10時～午後3時 / 都立狭山公園

甲 問 商業観光課 ☎ 2998・9155



リサイクルふれあい館エゴロの行事

①大型家具抽選会

日場 5月15日(金)・29日(金)午前11時から

場 おもちゃの病院

日場 5月23日(土)午後1時～3時

③傘修理(1人1本・部品代実費)

5月16日(土)午後1時～2時30分
折りたたみ傘、ビニール傘などは対象外です。

④包丁研ぎ講習会

日場 5月16日(土)午後1時30分～3時30分

定 抽選6人(市内在住の大人)

甲 問 ①当日午前10時30分までに同館に直接 ②当日受け付け ④同館 5月8日(金)に同館に電話 ☎ 2994・5374

フアオルト®健康ウォーキング

荒幡富士コース

日場 5月21日(木)午前10時～正午

定 申し込み先着20人

費 500円(市外在住者は要確認)

甲 問 開催3日前までに(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・電話 ☎ 2998・9155



とろざわまつり(小雨決行)

日場 5月10日(日)午前10時～午後4時(ウォークラリー参加受付は正午～午後2時)

場 元町コミュニティ広場

◆クイズdeとろざわウォークラリー

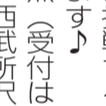
ゴール地点でガラポンに挑戦すると、素敵な景品が当たります。

場 所沢駅西口～元町交差点(受付は元町コミュニティ広場、西武所沢S.C.前)

定 先着600人

費 200円

甲 問 商業観光課 ☎ 2998・9155



トコフィット養成講座

「とろざわ元気百歳体操」を地域で広めるサポーター「トコフィット」を養成する講座です。

日場 6月3日・10日・17日・24日、7月1日

場 8日の毎水曜午後2時～4時(全6回)

対 講 座 修 了 後 に ト コ フ ィ ッ ト と し て



トコハピ通信

1

問 青少年課 ☎ 2998-9103

0歳から18歳まで使えるトコハピ(児童館)の魅力をお伝えします。今月は、並木にあるトコハピさくらの職員が「年代別トコハピのおすすめポイント」をご紹介します！



乳幼児向け

乳幼児専用室と広い体育室で、体を動かして遊べます。小学生の少ない午前中がねらい目です。



小学生向け

漫画・図鑑・ボードゲーム・一輪車など、家にはないおもちゃや本がたくさんあるよ！



中高生向け

中高生優先時間があるからゆったり過ごせます。卓球、ダンス、バスケ！自習スペース！音楽！ゲームもあるよ！



▲トコハピさくら体育室

トコハピさくらのHPはこちら。



トコハピは市内11カ所！詳細は市HPをご覧ください。



部活動地域展開実証事業 エンジョイチャレンジDAY

学校単位で行われてきた中学校部活動が、地域単位での活動に変わろうとしています。児童・生徒が学校部活動以外のさまざまな活動に出会う場としてイベントを開催します。

日場 7月4日(土)

場 市民体育館 / 所沢まちづくりセンター他

対 市立小・中学校に在籍する小学4～6年生と中学生

因 ▶スポーツ…ダンス(ジャズ・ヒップホップ)、ボウリング、ラクロス、クラシックバレエ・コンテンポラリーダンス、バレーボール

▶文化…将棋、プリザーブドフラワー、フルート

甲 月 初 ～ 5月22日(金)に電 申

問 スポーツ…スポーツ振興課 ☎ 2998-9248

文化…学校教育課 ☎ 2998-9238

◎詳細は市HPをご覧ください。



対 講 座 修 了 後 に ト コ フ ィ ッ ト と し て

持 管 理 規 約、 総 会 資 料 な ど

マンシオン管理無料相談(予約制)
日場 5月28日(木)午後1時15分～4時15分
場 市役所3階301会議室
対 市 内 の マ ン シ ョ ン 管 理 組 合、 マ ン シ ョ ン 居 住 者 な ど
因 分 譲 マ ン シ ョ ン の 管 理 組 合 の 運 営、 修 繕、 管 理 費 の 滞 納 な ど
講 マ ン シ ョ ン 管 理 士
持 管 理 規 約、 総 会 資 料 な ど

とろざわ出沒情報
◆第73回所沢市子ども写真大会
日場 5月9日(土)午前9時～午後3時
◎予備日は5月10日(日)です。
場 東 所 沢 公 園
問 社 会 教 育 課 ☎ 2998・9242

活躍できる方
定 申 込 込 込 先 着 30 人
持 動 き や す い 服 装、 飲 み 物、 タ オ ル、 筆 記 用 具
甲 問 同 初 から 高 齢 者 支 援 課 に 電 話 ☎ 2998・9120

とろざわ親子で楽しむ運動あそび
日場 5月16日(土)午前9時30分～11時
場 おもちゃの未来館
対 おおむね2～6歳児と保護者
定 申 込 込 込 先 着 20 組
(市内在住優先)
持 上 履 き、 フ ェ イ ス タ
オ ル 1 人 1 枚、 飲 み 物
甲 問 5月11日(月)からこども支援センターに電話・電話 ☎ 2922・2238



我が家の耐震診断相談会
日場 6月13日(土)午前9時～午後4時
場 市役所6階601会議室
対 平 成 12 年 5 月 以 前 に、 在 来 軸 組 構 法 または枠組壁工法(2×4工法)

空き家と相続のホンネ相談会(予約制)
日場 5月16日(土)午前10時～午後4時
場 山 口 ま ち づ くり セ ン タ ー
対 市 内 在 住 の 方
定 申 込 込 込 先 着 6 組
甲 月 初 ～ 5月15日(金)に(協定事業者)に管理センター(協定事業者)に電話・電話 ☎ 0120・3336・3666
問 住 宅 政 策 課 ☎ 2998・9216

で市内に建てられた、延床面積500㎡以下の平屋または2階建ての木造戸建て住宅の居住者・所有者
講 所 沢 市 建 築 士 会 入 間 第 一 支 部 所 沢 部 会
定 申 込 込 込 先 着 30 人
持 時 間 取 り の 分 か ら 図 面・ 写 真 な ど
甲 問 5月11日(月)～22日(金)に住宅政策課に直接 ☎ 2998・9216



あの人に贈ろう

～所沢ブランド特産品～

産業振興課 ☎2998-9157



狭山茶 TOKORO ハンドソープ

マイ・チョイス
ラン・ド・ミュ-株式会社 (My・Choice)

☎2941-6188
場 並木2-4-1

所沢のお茶屋さんの茶葉からじっくりエキスを抽出したハンドソープは、お茶の豊かな香りが広がります。本来は商品にならない茶葉を活用し、環境にも配慮しました。「色味が落ち着く」「香りが爽やか」と好評で、男性にも人気。母の日のプレゼントにもおすすめです！

9年前、大好きな所沢をもっと知ってほしいという思いから、航空公園駅に雑貨店「My・Choice」をオープン、今では地元根付いたお店となりました。YOT-TOKOへの出店を機に「自ら地域の商品を作りたい」という思いが強まっていた頃、コロナがまん延し、予防しながら癒しも感じられる手洗いができたらと、この商品が誕生しました。



▲ラン・ド・ミュ- (株) 佐渡さん

商品や販売店の詳細は同特産品HPをご覧ください。

所沢子ども芸術祭情報

- ◆壁画ワークショップ作品展示
日場 5月10日(日)まで／とろざわサクラタウン
◆アニメーションワークショップ作品展示
日場 5月15日(金)～6月30日(火)／とろざわサクラタウンりそなクイックロビー (りそなサクラBAS E)
- ◎詳細は同芸術祭公式HPをご覧ください。
- 問 文化芸術振興課
☎2998・90211

発達障害児家族のつどい

- 日場 5月29日(金)午前10時30分～正午
- ◎会場などの詳細は市HPをご覧ください。
- 問 松原学園 ☎2990・34888

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
「お茶摘みとお茶作りに挑戦」
日場 5月9日(土)・10日(日)午前10時～午後2時30分
 - ②小学生以上(小学生は保護者と参加)
各口申し込み先着25人
③厚食、飲み物
④1,000円
 - ⑤「ちよこ探検隊」
日場 5月24日(日)午前9時30分～11時30分
 - ⑥4～6歳の未就学児とその親
定 申し込み先着15人
 - ⑦飲み物
⑧300円
 - ⑨定例ガイドウォーク
日場 5月2日(土)、3日(祝)午後1時30分～2時30分
- 集合 同センター(西武狭山線下山口駅から徒歩15分)
申 問 同センターに電話 ☎29939・9412
③は当日受け付け

暮らしの相談

- 各団体が主催です。いずれも時間は受付時間です。先着順に受け付けます。
- ①住宅増改築等相談
日場 5月12日(火)午後1時～3時30分
- ②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 沢部会
- ③不動産無料相談会
日場 5月15日(金)午前10時～午後2時30分
- ④不動産の契約、取引、賃貸借など
主催 埼玉県宅地建物取引業協会 沢支部
- 【共通事項】

所沢市社会福祉協議会からのお知らせ

- ◎詳細は同会HPをご覧ください。
- ◆中級点訳ボランティア養成講習会
日場 5月26日(火)～12月8日(火)午前10時～正午(全15回)
- 定 申し込み先着10人
- 申 問 同会から電子申請
- ◆同会手話通訳・要約筆記派遣事務所HPから電子申請
- ◆手話講習会入門課程
日場 6月10日(水)～令和9年3月3日(火)午前10時～正午(全20回)
- 定 20人
- 申 問 同会から電子申請
- ◆同事務所から電子申請
- ◆中途失職者の手話講座
日場 6月11日(木)～令和9年3月4日(木)午後2時～4時(全20回)
- 定 15人
- 申 問 同会から電子申請
- ◆同事務所から電子申請

【共通事項】

- 場 ごととも福祉の未来館 同事務所 ☎29939・5064

弁護士の日特設相談(予約制)

- 平日に相談が難しい方向けの相談です。予約時間に弁護士が電話または対面で相談に応じます。
- 日場 5月9日(土)午前9時～正午(最終相談：11時30分)から1人30分
- 定 申し込み先着6人
- ①相続や金銭問題、債権債務、損害賠償請求、民事訴訟など
- ②定例の市民相談はお問い合わせください。
- 申 問 同会から市民相談課に電話 ☎2998・9092

「民生委員・児童委員の日」パネル展示

- 日場 5月12日(火)～14日(木)午前10時～午後4時 / 市役所1階市民ホール

春のリユース着物市

リサイクルふれあい館の3階特設会場で着物の有償頒布を行います。
◎1・2階の陶磁器・古着などの有償頒布は通常開館となります。

日場 5月23日(土)午前9時～午後2時
場 リサイクルふれあい館工コ口
問 同館 ☎2994-5374

無料送迎バス運行表

航空公園駅東口発	リサイクルふれあい館発
8:30	8:45
9:10	9:25
9:50	10:05
10:30	10:45
12:00	12:15
13:00	13:15
—	14:10



募集

防犯ポスターを募集

犯罪のない明るい地域社会の実現

- 民生委員の制度や活動紹介、個別相談
- 問 地域福祉センター ☎2922・2115
- 行政書士の成年後見相談会
日場 5月11日(月)午前10時～午後4時
- 場 市役所1階市民ホール
- 対 市内在住の方、福祉従事関係者
- 講 職コースモス成年後見サポートセンター所属行政書士
- ◎直接会場にお越しください。
- 問 地域福祉センター ☎2922・2115

を因るために防犯ポスターを募集します。
◎詳細は、市HPをご覧ください。
問 防犯交通安全課防犯対策室 ☎2998・9090

クイズ②

アプリで使うことで、1,056円がプラス！
電子商品券を5月中旬からお届け

ヒント

ヒント・6面 応募方法は15面



会計年度任用職員の募集

詳細は市職、募集担当課にお問い合せください。

◆市民医療センターの①

外来看護師②病棟看護師(夜勤専従)③看護助手(資格不要・未経験者可)を募集

申開同センターに応募/☎299921151

◆学校給食の調理員(資格不要)を募集

☎午前8時〜午後4時15分のうち5〜7時間(休憩60分)/週5日

場第1学校給食センター(北野)定若干名

☎調理・洗浄など

申開同から同給食センターに応募/☎29493740

◆交通指導員を募集

立哨指導(朝1時間、夕方2時間程度)、交通安全教室など

募集学区 南・明峰・中央・柳瀬

東所沢・富岡・中富・椿峰小学校

申開5月15日(金)までに防犯交通安全課に応募/☎299989140

◆公立保育園の看護師を募集

☎午前8時30分〜午後5時(休憩45分)/週5日

場松井保育園

☎看護師免許を有し、看護業務経験のある方

☎日常的にケアを必要とする園児の対応など

申開同保育園に応募/保育幼稚園課

☎299989126

◆客引き対策指導員を募集

☎毎週火・土曜午後5時〜10時

場所沢駅前プロペ通り商店街周辺

☎警察職経験者で指導経験のある方

申開5月15日(金)までに防犯交通安全課に応募/☎299989140

市民フェスティバルの企画を募集

10月24日(土)・25日(日)に開催される市民フェスティバルで実施する企画を募集します。

申開5月29日(金)までに申込書を企画総務課に直接/☎299989046

◆施設指定管理者を募集

☎法人、団体

申開5月29日(金)までに申込書を企画総務課に直接/☎299989046

◆ダイキーター市高校生の受け入れ家庭を募集

申開5月15日(金)までに防犯交通安全課に応募/☎299989140

妹都市米田・ダイキーター市から6人の高校生を受け入れます。

申開7月23日(木)〜30日(水)後期7月30日(木)〜8月5日(水)

☎親子などが同居し、高校生1人を宿泊させ交流できる家庭

消費生活

トラブル注意報

消費生活センター ☎2998-9143

消費生活センターってこんなところ

私たちは日常のなかで、さまざまな「契約」をしながら生活しています。スマートフォンの普及により、若者から高齢者まで、見えない相手との「契約行為」が手軽に行われています。便利な一方、トラブルに巻き込まれる機会も増えています。相談できずに一人で抱えて困っている方はいませんか？

消費生活センターでは、「消費生活専門相談員」などの資格をもった相談員がお話を伺い、解決するためのアドバイスを行っています。ご自身の解決が難しいと判断される場合には「あっせん」と言って、相手方事業者との交渉を行うこともあります(すべてのご相談をあっせんできるわけではありません)。



☑ ご相談の際は

- 市内在住のご本人、ご本人が病気などで来庁や電話が難しい場合は、介護や見守りをしている方からの相談も受け付けます。
契約書、チラシ、サイトのスクリーンショットなどをご用意ください。

① 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〜4時(祝休日、年末年始除く)

日本語指導ボランティア募集

外国籍などの児童生徒が日本の学校生活に適應できるよう日本語支援を行うボランティアを募集します。

申開5月29日(金)までに必要書類を産業振興課に提出/☎299989157

所沢ブランド特産品認定商品募集

所沢の地域特性を活かした魅力ある商品をブランド認定します。



地域資源活用・ももつくり総合支援補助金

対象事業(上限額) 産業財産権取得(30万円) 販路開拓事業(10万〜150万円)
新製品・技術・サービスの開発事業(30万〜150万円) 人材育成事業(30万円)
審査で選定します。詳細は市職をご覧ください。



クイズ3

令和8年度当初予〇〇

ヒント・4面 応募方法は15面



皆さんの善意(順不同)

2月16日〜3月15日の受け付け分です。ありがとうございました。
【金銭】総額865,143円
美容室フォーシーズンズ様
&ADブランドアシスタンス様
ベルク山口店 お客様一同様
ベルク東所沢店 お客様一同様
武州ガス様

【物品】
(株)タカヤマ様(企業ロゴ入りバスケットボール)
東中学校PTA様(ウォータークーラー)
泉小学校PTA様(和太鼓、みるみる上達くん専用脚、行幸用 TENT、台車、校旗、雨の日に遊べるグッズ、書籍)
鈴木源太郎様(石川文松筆琴棋書画図襖絵、鈴木家(鈴源)の所沢飛行場と近代を語る資料、鈴木家(鈴源)の生業と社会生活を語る民具)

所沢交通安全協会様(交通安全冊子、ランドセルカバー)
埼玉県トラック協会様(防犯ブザー)
みずほフィナンシャルグループ同様(黄色いワッペン)
いるま野農業協同組合同様(横断旗、児童用傘)

とことこガーデンを見に行こう

都計画課 ☎2998-9192

春はバラをはじめとするさまざま花が見頃を迎えます。「とことこガーデン」は皆さんに楽しんでほしいとの思いで、庭主が公開している庭です。「とことこガーデンマップ」を持って、心を込めて手入れされた庭を見に行きませんか。



「とことこガーデンマップ」は市役所、各まちづくりセンター、所沢駅サービスコーナーで配布しています。





みんなのすこやか通信

・会場は保健センター(出張事業除く)
〒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
・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



▲保健センター



▲こども家庭センター

保健センター

健康管理課 ☎ 2991-1811

成人用肺炎球菌ワクチンの自己負担額が変更になりました！

65歳になる月の翌月に案内ハガキを郵送します。希望者は健康ガイド・市HPに掲載の協力医療機関で接種してください。届かない場合はお問い合わせください。

▶接種日時時点で65歳の方 ▶心臓・腎臓・呼吸器機能、ヒト免疫機能障害のある60～64歳の方(障害認定1級程度)

◎肺炎球菌ワクチンを接種したことがある方は、助成の対象外です(自費含む)。

助成期限 66歳の誕生日前日まで

自己負担額 7,920円(生活保護・中国残留邦人等支援受給者は受給証明書があれば全額公費)

◎定期接種に使用されるワクチンが令和8年4月から、より有効性が高いワクチンに変更されたため、自己負担額が引き上がっています。

HPVワクチンが変わります！

定期接種に用いるワクチンがシルガード9(9価)のみになりました。過去にサーバリックス(2価)およびガーダシル(4価)で接種を開始した方は、医師に相談してください。

がん検診など受診券の郵送

送付対象者に受診券を5月下旬から6月上旬に郵送します。

◎検診の開始日などの詳細は市HPをご覧ください。



こころの健康支援室 ☎ 2991-1812

つどい 要

つどい	5月の開催日	時間
うつ病ご家族(精神科医参加)	7日(木)	午前10時～正午 ◎治療や療養について話し合います。
強迫性障害	12日(火)	
うつ病ご本人	13日(水)	
発達障害	19日(火)	

精神保健専門相談 要予約

☎5月19日(火)午後2時～5時 市内在住の18～65歳の方 精神科医の相談

思春期こころの健康相談 要予約

☎5月28日(木)午後1時～4時 市内在住・在学の高校生とその保護者 精神科医の相談

健康づくり支援課 ☎ 2991-1813

各事業へのお申込みは電子申請が便利

★はトコトコ健康マイレージのポイント対象です。



◆楽しく健康食教室 5回コース制★

☎5月7日(木)から電話・電申☎6月23日、7月28日、9月15日、10月20日、11月10日(すべて火曜) 午前10時～午後0時30分 65歳以上の方 申し込み先着36人 元気に100歳を迎えるための栄養講話、簡単レシピの調理実習 各回700円

◆すこやか栄養教室★

☎5月7日(木)から電話・電申☎6月29日(月)午前10時～11時30分 場所 沢まちづくりセンター 65歳以上の方 申し込み先着24人 講話「今日からできる! 高血圧予防」、口腔ケアの話、試飲あり

◆成人歯科健康教室★

☎5月7日(木)から電話・電申☎6月25日(木)午後1時30分～3時30分 講話「恋は盲目、痛みも盲目、脳と筋がつくる頭痛と顎関節症の話」、効果的な歯みがきの方法など

◆成人健康相談 随時電話

相談名	5月の実施日	時間
健康相談	13日(水)、18日(月)	午前
	27日(水)	午後
歯科相談	12日(火)	午前
栄養相談	毎週木曜	午前
理学療法士による相談	1日(金)、15日(金)、22日(金)	午前

◆健康測定・相談会(個別相談)

☎月初 から電話☎5月20日(水)午前10時～11時30分 場所 沢まちづくりセンター 保健師や栄養士による個別相談、血管年齢測定、足指力測定 ◎個別相談を希望の方は電話でお申し込みください。

◆ヘルスアップ講座★

☎月初 から電話・電申☎5月29日(金)午前10時～11時30分 申し込み先着20人 足指力測定、講話、理学療法士による体操など



◆動いて健康づくり教室～膝痛予防編～

☎5月11日(月)から電話☎6月26日(金)午後1時30分～3時30分 74歳以下で膝痛のある方 申し込み先着20人 講話、運動指導

◆脊髄小脳変性症者のつどい

☎初めてのの方は前日までに電話☎6月3日(水)午後1時30分～3時 脊髄小脳変性症の方、ご家族 体操、情報交換など

◆失語症者のつどい

☎初めてのの方は前日までに電話☎5月14日(木)午前10時～11時30分 失語症の方、ご家族 コミュニケーションの練習など

こども家庭センター

母子保健 ☎ 2991-1817

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。



妊娠・出産 ☎ 2991-1820

妊婦サロン

☎5月22日(金)から電申☎6月12日(金)



両親学級

☎5月28日(木)から電申☎6月27日(土)

栄養・歯科 ☎ 2991-1813

☎5月8日(金)から▶①②…電申、▶③…電話・電申▶④⑤⑥…電話



①プレママクラス ☎6月19日(金)

◆栄養コース…午前10時30分～午後0時30分 妊娠33週まで 700円

◆歯科コース…午後1時15分～3時15分 妊娠28週まで



②離乳食教室

◎()は誕生年月です。

対象	6月の開催日
ごっくん期(令和7年12～8年1月)	10日(水)
もぐもぐ期(7年10～11月)	5日(金)
かみかみ期(7年7～8月)	11日(木)

☎栄養・歯科講話、デモンストレーション、試食など 500円(かみかみ期のみ)

③2歳児歯科健康教室

☎6月12日(金) 2歳3～8か月 歯科健診、歯みがき、フッ化物塗布など



④離乳食のおはなし会 ☎5月28日(木)

▶かみかみ期・ぱくぱく期…午前10時～11時 栄養・歯科講話

▶ごっくん期・もぐもぐ期…午前11時10分～11時50分 栄養講話

⑤乳幼児の食事相談 ☎6月9日(火)午前中

⑥歯科相談 ☎5月28日(木)午前中 歯ブラシ

健幸 ワンポイント

悩みや不安を「分かち合っ」乗り越える

この春、学校や職場、家庭などで環境の変化はありましたか? 4月の頑張り過ぎが原因となって5月頃に体調を崩す…古くから5月病と呼ばれる体調不良が起こりやすい季節です。

悩みを抱えると「どうして自分だけ」「こ

の苦しさは誰にも分らない」「どうすることもできない」という考えに陥ることがあります。

▶▶心を少し軽くするには?▶▶

家族や友人との会話で気持ちが楽になった経験はありませんか? 普段の生活では、身近な人と「悩みを分かち合う」ことが、あなたを支えてくれるはず。それでも悩みが続くときは、相談窓口で気持ちを聞かせてください。

▶▶「つどい」に参加しませんか?▶▶

保健センターでは妊娠や子育て、心や体の障害など、同じ立場の人たちが出会い、気持ちを分かち合い、支え合う集まりがあります。会話を通して「同じ悩みを話せる人がいる」「自分はひとりじゃない」「将来はもっと良くなる」などと感じることが出来ます。初めて参加する人も安心して参加できるように配慮しています。ぜひご参加ください。

☎こころの健康支援室 ☎ 2991-1812



いいトコPhoto



▲桜と笑顔が満開
今年も東川の素晴らしいソメイヨシノが見られて幸せです。毎年家族の思い出になっています
●atsu (下安松)



▲産まれて初めての花見
満開の桜にご機嫌の様子。来年もまた来ようね♪
●マーボーやきそば (三ヶ島)

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年代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
▶〒359-8501広報課みんなのひろば (住所不要)

いいトコ作品集



▲入学おめでとう!
大好きな幼稚園を卒園した孫娘。楽しい学校生活が待っているよ♪
●竹内美智子 (山口)



▲ひなたぼっこ最高
お座りできるようになりました♪
●るかち (西所沢)



▲WAN + WALK
定期的に犬と飼い主の集会(散歩会)を開き、それぞれみんなで情報交換しています。
●恋してもち (三ヶ島)

誰でもエッセイ

テーマ 「私と所沢」

私と所沢の面影

新里泰久(久米)

私は所沢に来て50年になります。平屋の駐輪場があった田舎街のような駅前風景や、街を行き交う人の雰囲気はすっかり変わってしまいましたが、少し駅前を離れると、夕焼け空の広さだけはあのときのままです。あの頃の若かった挑戦も家族との思い出も、たくさんの静かな日常と混じり合い、この街に浸み込んでいくように感じます。静かな田舎街のようだった昭和の所沢は、もうどこにもありません。今やビルやマンションが次々と建ち並び、昔ながらの居酒屋は姿を消し、気軽に入れた小さな店はいつの間にかチェーン店へと置き換わってしまいました。

大変便利になったと言えればそのとおりですが、あの頃のゆっくりとした時間が流れていた所沢の空気を思い出すと、胸の奥に暖かさとしの切なさを感じます。変わってしまったものと、変わらずに残っている所沢の両方が、私の所沢を形作っているのだと思います。

第二の故郷

函太郎(北有楽町)

「西武ライオンズが好き」というだけの理由でこの街に引っ越して来てから16年が経とうとしています。何度か転居し、都内で暮らしたこともありますが、気付けばどこよりも長く住んでいて、もうすぐ生まれ育った土地で過ごした年月を追い越そうとしています。

私は元々この土地の人間ではないので、昔の所沢の様子や学校生活などがどんな感じだったのかは分かりません。それが少し寂しく感じることもあるほどに、いつの間にか所沢

が好きになりました。

近年開発が進み、大きな商業施設ができ、人口もマンションも増えたけれど、のんびりした雰囲気はそのまま馴染みやすく住みやすく、帰って来るとほっとする。

私には無いけど便利さはある。私にとって第二の故郷であり、恐らく終の住処になるであろう「わが街、所沢」。これからもどうぞよろしくお願ひします。

ふるさと所沢

禮(中新井)

私が生まれたのは人間郡所沢町。度々の転居を経て結婚、また仮住まいの毎日を送っていたある日、所沢の分譲地広告を見つけた。後先考えずに応募したところ、思いがけず29倍もの狭き門を突破し、同時に昭和45年当時で110万円もの頭金が必要となってしまう。親戚などをお願いしてお金を工面し、昭和53年から82歳の今に至るまで、なんとか所沢に住み続けている。所沢転入後は、昔の面影を探しに、亡き母と共に生誕の地を訪れたり、市の企画による旧町巡りに参加した。振り返ると大変高価な買い物だったと思う一方、自然あふれる生まれ故郷に住む家を持ち、こどもの頃は引っ越しばかりだった自分にとって、所沢はかけがえのないふるさとになっている。

6月号のテーマ

「梅雨のココが好き」

締め切り 5月10日(日)



▲市HP (Qひばりちゃん) でダウンロードできます。



父と目指す世界一 二人三脚でメダル獲得へ



ボクシング女子48キログラム級日本代表
 ひかるのほら
篠原光さん（市内在住）

略して、**とこスキ**！
 所沢の好きなスポットを紹介

航空記念公園



篠原さんのとこスキは、「航空記念公園」。自然に囲まれた環境でランニングや読書をするのが好きだという。



▲篠原さんのInstagram

「戦った選手とは試合をきっかけに仲良くなることが多く、一緒に練習をしたり、合宿に参加して互いに高め合ったりと、意外と思われがちですが実は交友関係が広がるスポーツなんです」。そうボクシングの魅力を楽しげに語るのは、ボクシング日本代表の篠原光さんだ。

父親がプロボクサーとして活躍していたこともあり、小さいときからボクシングは身近なスポーツだったという篠原さんは、5歳のときにはグローブを装着していた。最初は遊び感覚だったが、篠原さんは大の負けず嫌い。その性格を分かっていた父親は、ジムに通う同年代の男の子とスパーリングをさせてみる。こどもとはいえ、相手は経験者の男の子。手も足も出ず、ボロボロになって大泣きして戻ってきた篠原さんに「ボクシング辞めるか？」と声をかけると、父親が予想していた通りの言葉が篠原さんから返ってきた。「…辞めない！」。

それをきっかけに、ボクシング魂に火が付いた篠原さん。現役を引退した父親がトレーナーに付き、わずか5歳で、本格的にボクシング人生を歩み始める。

人生初の大会は7歳のとき。「ちびっ子ボクシング大会」に参加し、相手は同じ年の女の子だった。5歳のときに味わった悔しさを忘れず、必死に練習してき

た甲斐あって、見事勝ちきることができた。篠原さんのデビュー戦は、華々しい白星スタートを飾った。

それからは学校に通いながら週に6回の練習をこなすルーティンを、何年も継続し、めきめきと実力を伸ばしていった。

そして、高校2年生のときに、ジュニア・ユース国際トーナメント大会に、日本代表として初招集される。国際大会、海外遠征、外国人選手との対戦と、どれも初めての経験だったが、「緊張よりも楽しみが上回ってました」という。この精神力の強さが、彼女の強さの秘訣なのだろう。

試合は3分3ラウンド。初戦から順調に勝ち進み、いよいよ決勝戦。試合開始のゴングと同時に、篠原さんの得意とする間合いを詰めるスタイルと父親の的確なアドバイスで、相手に逃げる隙を与えない。このまま勝利かと思われたそのときだった。相手選手のカウンターをもらってしまい、篠原さんはボクシングキャリア初のダウンを喫してしまう。何とかファイティングポーズを構え、再び自分のスタイルを武器にポイントを取りに行く。両者一步も譲らぬ戦いは、判定へともつれこんだ。リング中央で、まだ呼吸が整わない中、勝者の名前が叫ばれた。

「勝者、篠原光！」。見事、初の国際大会で優勝を決めた。

「次の目標は、2028年ロサンゼルスオリンピックで父と一緒に金メダルを獲ることです」と、親子二人三脚でメダル獲得を目指す篠原さんは、今日もトレーニングに打ち込む。（関）

今月のプレゼントクイズ！

算数が苦手な人必見！

テキストもプレゼント！

そろばん無料体験レッスン4回分（7,000円相当×5人）



入学や新学期が始まる季節。お子さんの計算力や集中力、記憶力やひらめき力など、そろばんを使って楽しく伸ばしませんか？先生がやさしく丁寧に教えてくれるので、初心者の方でも安心。そろばんを通じて、算数を好きになろう♪

●さかいそろばん教室（所沢教室）
 元町7-5レインボーシティ203
 ☎042-391-2790
 （月・水・金曜午後3時20分～6時40分／火・木・土・日曜定休）



◆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（5月10日(日)締め切り）

①クイズの答え②郵便番号③住所④氏名⑤年代⑥電話番号⑦5月号の感想を記入し、〒359-8501広報課（住所不要）に郵送・市HP（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HP

読者感想文

●所沢がこう変わる！変わった！がまとめられていて、とても分かりやすかったです。こどものことをたくさん考えている街なのがいいなと思いました（小手指町・30代）

●こどものためにさまざまな取り組みをしていることが分かり、自分のときは違い恵まれているなあと感じます。広報で色々なことを知れるので、これからも楽しみながら情報を得たいと思います（小手指町・60代）

編集から●4月号では、これからの所沢について紹介しています。市のお知らせなどを誰にでも分かりやすい内容でお届けできるよう、引き続き尽力してまいります

●最近、物騒なことが多いし、近所でも猿が出たという情報もあるので、防犯カメラ購入・設置費用の補助に期待しています！（下富・30代）

編集から●本号特集では、防犯カメラ事業についても紹介しています。対象や申請期間など要件があるので、ぜひご一読ください

●KMCさんの曲をぜひ聴きたいなと思いました。家族サービスも素敵だなと思いました（中新井・60代）

編集から●どれも素敵な曲ばかりなのでぜひ聴いてみてください。お子さんと仲が良く、「弟子」と呼ぶこともあるそうです♪

編集後記

●今月のところっこは、ボクシング日本代表の篠原さん。インタビュー中、笑顔を交えながら楽しそうにボクシングの話をしてください、ボクシング愛をひしひしと感じました。また、体調が優れないときは休むのではなく、練習メニューを組み替えるなど、「そのときにできることを全力でやります」と、止まることなく常に前へ進む姿勢に感銘を受けました。今後の活躍に目が離せません！（関）

●特集で地域の防犯活動をされている方を取材しました。地域愛をもち、地域のために活動する姿がかっこよくて素敵でした！地域に安心感を与えてくれるヒーローだなあと感じます（平岡）

●塩おむすびにはまっています。炊き立てのご飯に塩を振ってよく冷まし、手のひらからあふれるほのご飯をのせて、3回握ってでき上がり。5月は、新緑の美しい場所で食したいと思います（上地）



▲福祉フェス2026が3月7日(土)に、柳瀬まちづくりセンターで開催されました。認知症を体感できるVR体験や野菜の販売会、血管年齢測定などが行われ、幅広い世代でにぎわいました。
写真：白戸弘介



▲3月8日(日)に新所沢まちづくりセンターで開催された国際交流フォーラム。今年は800人も参加者が集まり、発表会や交流会、各国の文化体験や民俗衣装の試着など、参加者はさまざまな国の文化に触れることができました。
写真：福園公嗣



着物、着てみたよ

▲狭山茶(緑茶・ほうじ茶)を使った2色うどんを作る、親子料理教室が3月30日(月)に西武学園医学技術専門学校で開催されました。うどんをカットしたり茹でたりと、親子で力を合わせながらうどん作りを楽しみました。
写真：久保純子

撮れたて 市民カメラマンの News

「ところざわ通信」(Qと通)もご覧ください。



講演前には芸術総合高校合唱部による合唱も♪



▲講演会の様子などの詳細は市HPをご覧ください。

▲3月15日(日)に、ノーベル平和賞受賞団体代表者田中熙巳氏の講演会が所沢まちづくりセンターで開催。「核兵器のない平和な未来へ～次世代へのメッセージ～」をテーマに、ご自身の体験談やこれから生きる人たちに、思いを語られました。
写真：野村義男



2色うどんの完成～!

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
5月3日(祝)	圏央所沢病院	内	東狭山ヶ丘4-2692-1	2920-0500
	ところざわ日吉町眼科	眼	日吉町18-4	2933-9151
	はちす診療所	小、内、アレ	くすのき台2-1-5	2993-0338
5月4日(祝)	波多野内科・脳神経外科クリニック	内、循内、糖内、脳外、脳内、脊椎外科	小手指町 1-43-5	2924-7885
	瀬戸病院	婦	金山町 8-6	2922-0221
	キャップクリニック 所沢	小	北秋津 592 ソコラ所沢 2階	2997-9601
5月5日(祝)	所沢駅前ひだか消化器内科肛門内視鏡クリニック	消内、肛外、形外	くすのき台 1-12-3 1階	2997-9719
	東所沢整形外科	整、形、皮、アレ、リウ、内	東所沢 1-18-5	2951-5201
	わかさクリニック	内、整、皮、リハ、外、胃、肛、小、耳鼻咽喉	若狭 4-2468-31	2949-2426
5月6日(休)	かけはし内科クリニック	内、消内	岩岡町 644-1	2968-5899
	あずみクリニック	皮、形	東住吉 2-4 2階	2928-5881
	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
5月10日(日)	所沢美原総合病院※	外、循、脳外、内、整、心外	美原町 2-2934-3	2997-8199
	すぎうら乳腺消化器クリニック	外、乳外、消外、内	緑町 2-13-15	2006-7115
	所沢診療所	内	宮本町2-23-34	2924-0121
5月17日(日)	双葉クリニック	内、外	けやき台 1-36-7	2922-5171
	狭山ヶ丘駅前耳鼻咽喉科アレルギー科	耳鼻咽喉、アレ	東狭山ヶ丘 1-3-1 ソレイユ狭山ヶ丘 103	2924-3315
	うだがわクリニック	内、循、呼、アレ、小	北原町1415-1	2997-4880
5月24日(日)	三浦クリニック	循、内	三ヶ島3-1394-4	2938-2887
	木戸クリニック	泌	緑町4-15-27	2929-6502
	葵クリニック	内、神内	下富1202-1	2937-5221
5月31日(日)	所沢第一病院	内、整	下安松 1559-1	2944-5800
	おおたけ眼科小手指医院	眼	小手指町 1-8-5 ヨークフーズ小手指店 2階	2935-3665
	おくもとクリニック	内、小、呼、消、リハ	西所沢 1-23-3	2903-8320
6月7日(日)	かえで内科医院	内	緑町 4-47-20	2939-3555
	赤坂整形外科	整外、リハ、外、内	けやき台 2-29-24	2928-7450
	所沢秋津診療所	内、麻	上安松1-8	2945-8899

※紹介状がない方は、別途「選定療養費」がかかります。

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	○	×	×	×
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	○	×	○	×
わかさクリニック	若狭4-2468-31	2949-2426	○	×	○	×

◎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	×	○	○	×	○	○	○	○※2
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	5月3日(例)・4日(例)・5日(例)・6日(例)・10日(例)・17日(例)・24日(例)・31日(例)、6月7日(例)							

※1…要事前問い合わせ

※2…5月4日(例)の深夜帯急患診療は休診

◎小児の内科的初期診療のみ行っています。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:5月3日(例)・4日(例)・5日(例)・6日(例)・10日(例)・17日(例)・24日(例)・31日(例)、6月7日(例)/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

事業名	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
・救急電話相談(小児・大人)	※は ☎048-831-0099 (依頼書は県HP)
・医療機関案内※ (歯科・口腔外科・精神科除く)	(☎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
埼玉西部消防局病院案内	☎050-1808-8872 / 24時間対応