

広報

ところざわ

10月

令和8年(2026年)
No.1255

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
FAX 04-2994-0706
市HP <https://www.city.tokorozawa.saitama.jp/>

特集 届け!健康長寿パワー

ねんりんピックを楽しもう!



人口(前月比) 343,311人(-124人) 男 168,867人(-64人) 女 174,444人(-60人) ▲世帯数174,799世帯(+12世帯) 令和8年8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。



特集 届け！健康長寿パワー

ねんりんピックを 楽しもう！

11月7日(土)から10日(火)に埼玉県内 24 市町で第 38 回ねんりんピック（全国健康福祉祭）が開催されます。所沢市では「スポーツウエルネス吹矢交流大会」が行われ、熱い戦いが繰り広げられます。

いつまでも健康でいきいきとした未来のため、ねんりんピックをきっかけに心身の健康づくりにつながる活動を始めてみませんか。

☎高齢者支援課 ☎ 2998-9120

のばそう！健康寿命

人生 100 年時代

健康を維持・向上させる健康づくりの取り組みはとても重要です。禁煙、食事、適切な体重維持、運動、睡眠、生きがいづくり、口腔ケアなどが大切です。

若い世代も含め、全ての方が「今から」「できることを少しずつ」取り組みを始めてみましょう。



所沢市の健康寿命

人口 15 万人以上の市町村で

県内
1 位



健康寿命とは、健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間を指します。

埼玉県では、65 歳に達した方が介護保険制度の「要介護 2 以上」になるまでの期間を「健康寿命」として算出しています。

所沢市の健康寿命は、男性 18.33 年、女性 21.14 年です(令和 6 年度データ)。過去 10 年間の推移では、男性は 0.54 年、女性は 0.79 年延びています。

埼玉県内の人口 15 万人以上の自治体で、所沢市は健康寿命第 1 位です。

スポーツで生き生き

ねんりんピック埼玉大会スポーツウエルネス吹矢代表選手にインタビューしました。



小峯 勝次さん

偶然の出会いから 10 年

仕事を定年退職してから、時間にゆとりができました。何かしたいと思い、知人に誘われたのがきっかけで始め、10 年目になりました。やるからには少しでも上手になりたいという気持ちになって、生活に張り合いがでています。

医学的な根拠は分かりませんが、競技をしているせいかもしれないに体調を崩すことはありません。練習も楽しいですが、その後の一杯も楽しいです。



矢野 真由美さん

先輩に負けてられない

ずっとスポーツを始めたいと思っていて、きっかけを探していました。スポーツウエルネス吹矢のサークルを見学したら、自分よりずっと年上の方が生き生きと活動されていることに感銘を受けました。自分も負けていけないと思っています。

試合中は緊張することもあります。自分の心と向き合う貴重な時間でもあります。スポーツを通じて、さまざまな年代の方と一生の仲間ができたのも嬉しいです。



芝間 伸剛さん

日常の中の刺激です

もともと吹矢を知っていて、興味を持っていました。ちょうど体験会が開催されていてやってみたら、面白くてはまってしまいました。

簡単そうな競技に見えますが、精神力・技術・体力のいずれも求められます。的に当たったときは、やった！という喜び、達成感や満足感があります。昇段試験を受けるときはとても緊張しますが、それも良い刺激です。楽しく体を動かしながら健康を維持して、なるべく長く続けていきたいです。

11月
8日(日)

全国から250人の選手が集結 スポーツウエルネス吹矢交流大会を開催

11月8日(日)にスポーツウエルネス吹矢交流大会をバタフライアリーナ所沢（所沢市民体育館）で開催します。競技大会のほか、健康づくり教室、吹矢体験会、所沢市民吹奏楽団によるコンサートなど、こどもから大人まで楽しめるイベントを開催します。



スポーツウエルネス吹矢の選手には市内のこどもたちが作成したメダルを贈ります



吹矢体験会

「的に当たると気持ちいい！」
「もう一回やりたい！」の声が続出！



ねんりんピック出場選手

埼玉県代表として、36人の所沢市民が出場予定です。

▶スポーツウエルネス吹矢6人▶
太極拳5人▶ソフトボール5人、
空手道2人▶マラソン2人▶剣
道1人▶サッカー1人▶ボウリン
グ1人▶他13人



◀ねんりんピックの詳細は市HPをご覧ください。

健康

健康づくり教室

足指力測定

転倒した人は、足の握力が平均と比べて20%弱いという調査結果があります。足指力(足の握力)を測定することで、歩行バランスや転倒リスクを確認できます。



歩行計測体験会

センサ入りの靴を履いて歩くだけ。歩き方の特徴を5つの歩行タイプに分類。結果を見ながら理学療法士のアドバイスを受けられます。



立ち上がりBOX

下肢の筋力を測定するテストで、ロコモ度（移動機能の状態）を判定します。



福祉



保健センター保健師

「歩く」をテーマに各種測定コーナーを企画しています。楽しみながら、自分の体のことを知る機会にしてください。

市では通年で健康教室も開催していますので、ぜひ活用してください。



VR認知症体験会・ミニ講座

VR技術を用いた専用ゴーグルを使って、認知症本人の視点を体感してみませんか？

■ 11月8日(日)①午前11時～11時30分
②午後3時～3時30分

場サブアリーナ特設ステージ

定申し込み先着各回30人

申月月初～11月5日(休)に電申

◎VR認知症体験会は予約不要です。



祭

みんなで楽しむ

音まちファミリーコンサート

小さなお子様から気軽に参加できる吹奏楽コンサートを開催！所沢市民吹奏楽団による演奏をお届けします！

■ 11月8日(日)午後0時30分～2時

場サブアリーナ特設ステージ

定申し込み先着180人

申月月初～当日開演前に電申

問文化芸術振興課 ☎ 2998-9211



グルメ・物産

フリードリンク、キッチンカー、観光情報・物産館「YOT-TOKO」が特別出店！とことこ市で所沢産野菜やお菓子も販売します。ところんも来るよ♪



すいとんに似た郷土料理「とっちゃんげ」のふるまいも♪（限定100食）

令和7年度

決算概況

問 財政課 ☎2998-9030

一般会計の令和 7 年度の決算額は、令和 6 年度と比較して収入で 20 億 6,641 万円（1.5%）の増、支出で 20 億 4,733 万円（1.6%）の増となりました。

詳細は、市役所 3 階財政課、1 階市政情報センター、まちづくりセンター、市HPでご覧になれます。

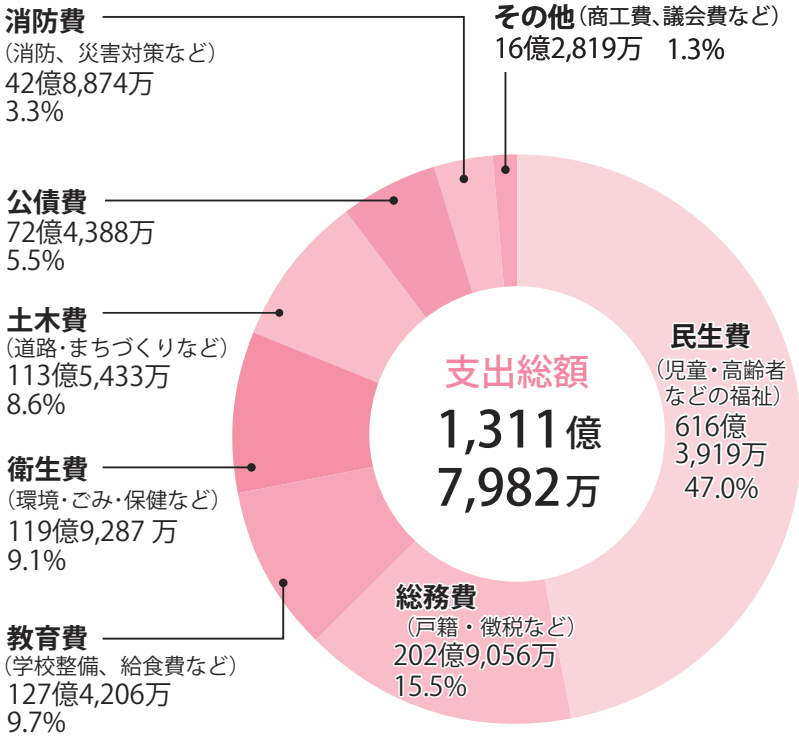
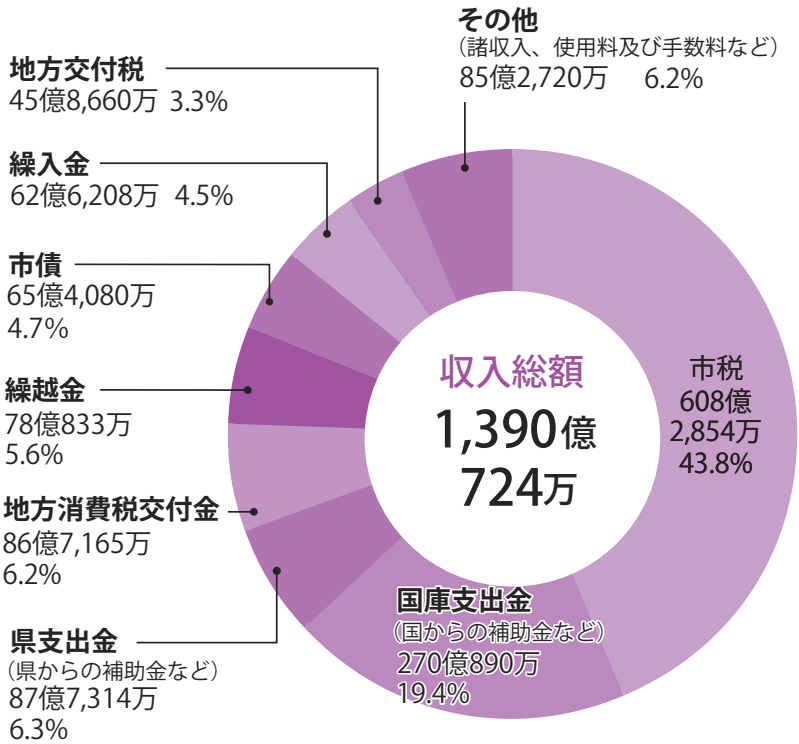
◎金額は 1 万円単位に端数処理しています。単位は円です。

主な収入・支出の状況

▶収入…給与所得の上昇などにより個人市民税が増額となった一方、地方特例交付金が減額。

▶支出…市庁舎基幹設備改修工事費などにより総務費が増額となった一方、第 2 一般廃棄物最終処分場整備工事費などの減により衛生費が減額。

一般会計決算額の内訳



各会計の決算額

会計名		決算額	
		収入	支出
一般会計		1,390億 724万	1,311億 7,982万
特別会計	国民健康保険	304億 6,989万	301億 8,772万
	介護保険	302億 4,292万	293億 3,376万
	後期高齢者医療	64億 6,956万	64億 2,152万
	所沢駅西口土地区画整理	15億 4,002万	13億 1,782万
	狭山ヶ丘土地区画整理	9億 2,867万	3億 586万
	交通災害共済	5,426万	1,894万
公営企業会計	水道事業	88億 6,920万	112億 9,717万
	下水道事業	77億 1,822万	96億 8,651万
	病院事業	20億 1,544万	23億 9,872万

- ▶一般会計…市の行政運営のための基本的な会計
- ▶特別会計…特定事業のため一般会計と区別
- ▶公営企業会計…独立採算の会計

基金・市債の状況

◎基金とは、特定の目的のために積み立て、または運用するお金で、所沢市には18種類あります。

基金	
財政調整基金	83億 6,775万
施設整備基金	41億 1,734万
介護保険保険給付費準備基金	20億 1,573万
道路整備基金	8億 1,891万
緑の基金	3億 6,186万
まちごとエコタウン推進基金	3億 4,647万
その他	9億 6,250万
合計	169億 9,056万

市債	
一般会計	580億 9,188万
特別会計	35億 6,744万
水道事業会計	116億 3,146万
下水道事業会計	208億 6,761万
病院事業会計	3億 4,451万
合計	945億 290万



▲決算の詳細は市HPをご覧ください。

健全化判断比率・資金不足比率

令和7年度決算に基づく所沢市の各種指標（①～⑤）は、国が定める基準を超えておらず、財政状況は健全です。

◆健全化判断比率
地方公共団体の健全な財政を維持するため、右表のような統一的な基準が設けられています。全ての指標で健全な数値でした。

◆資金不足比率
公営企業が、事業収入に対する資金不足を示す数値です。全ての公営企業で資金不足はありませんでした。

◎国の定めた④⑤基準を超えると、健全化のための計画策定など、制約が課せられます。

	所沢市	④早期健全化基準	⑤財政再生基準
①実質赤字比率 「一般会計などの赤字はどのくらい？」	赤字なし	11.25	20.0
②連結実質赤字比率 「所沢市全体の赤字はどのくらい？」	赤字なし	16.25	30.0
③実質公債費比率 「借入金などの返済額はどのくらい？」	4.9	25.0	35.0
④将来負担比率 「今後支払う負担はどのくらい？」	5.8	350.0	—
⑤資金不足比率 「公営企業会計の資金不足はどのくらい？」	不足なし	経営健全化基準 20.0	—



市政報告会を開催します

問 経営企画課 ☎2998-9027

市の主要な事業、財政状況について市職員が説明します。

日 10月17日(土)午後1時30分～3時30分(午後1時開場)

場 市役所8階大会議室

因 市長挨拶、市職員による報告(中核市移行に向けた取り組み、財政状況、防犯のまちづくり、こどもを中心としたまちづくり、土地利用転換～『稼ぐ』まちへの変貌～)

- ▶ 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。
- ▶ 駐車場には限りがあります。公共交通機関をご利用ください。



所沢の“今”をお伝えします!



令和9年度 入園の申し込みスタート

問 保育幼稚園課 ☎2998-9126

4月からの入園申し込みに必要な願書、入園のしおりを配布します。



認定こども園(保育園部分)・保育園・地域型保育事業

◆入園のしおり・申請書類配布

日 10月1日(休)から

場 ▶ 市役所2階保育幼稚園課

(土・日曜、祝休日除く午前9時～午後4時30分)

▶ 入所希望施設(開園日の午前9時～午後4時30分)

◎10月1日(休)以降に市HPからも入手できます。

◆申請書類受付

場 ▶ 市役所2階204会議室 11月1日(日)～2日(月)・4日(火)～7日(土)・9日(月)各日午前9時～午後4時30分/事前予約制

▶ 入所希望施設 11月2日(月)・4日(火)～6日(金)・9日(月)/開園日の午前9時～午後4時30分

◎郵送の場合は、11月1日(日)～9日(月)(必着)に書留郵便で〒359-8501同課に郵送してください。勤務先に記入してもらう書類など、事前に用意する必要がある書類を含むため、あらかじめ準備してから申請してください。



▶ 入園の申し込みについての詳細はこちら。



幼稚園・認定こども園(幼稚園部分)

◆願書配布

日 場 10月15日(木)から/入園を希望する施設

◆願書受付

日 場 11月1日(日)から(園によっては2日(月)から)/入園を希望する施設

◎いずれも時間は各施設にお問い合わせください。

ところっこ子育てサポート事業

妊娠から出産・子育てまで切れ目のない相談支援を行っています。保育士への保育園、幼稚園の入園相談もできますので、お気軽にご利用ください。

◎入園相談(予約優先)はこども支援課またはこども支援センターにお問い合わせください。

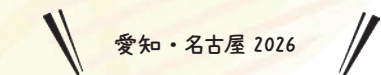


問 こども支援課 ☎2998-9124

こども支援センター ☎2922-2238

こども家庭センター ☎2991-1817

▶ 詳細は市HPをご覧ください。



アジア競技大会・アジアパラ競技大会に 所沢市ゆかりのアスリートが出場

問 スポーツ振興課 ☎2998-9248

4年に1度開催されるアジア最大のスポーツの祭典に出場する所沢市ゆかりのアスリートを応援しましょう!

アジア競技大会: 9月19日(土)～10月4日(日)

出場: 池内佳奈選手

アジアパラ競技大会: 10月18日(日)～24日(土)

出場: 西田杏選手、田中愛美選手、ゴールボール男女日本代表、高室冴綺選手



▶ 所沢市ゆかりのアスリート。



▲ 武術太極拳
池内佳奈選手
(明峰小・所沢中出身)



▲ パラ水泳
西田杏選手
(牛沼小・東中出身)



▲ 車いすテニス
田中愛美選手
(市内在住)



▲ ゴールボール男女日本代表(市内拠点)



▲ 車いすテニス
高室冴綺選手
(市内在住)



各町の誇りである山車が所沢を盛り上げる伝統のお祭り。
一日かけて多くのイベントが行われます。

場 所 所沢駅西口～金山町
問 同実行委員会事務局（所沢商工会議所内）☎ 2922-2196 ▶ 商業観光課 ☎ 2998-9155

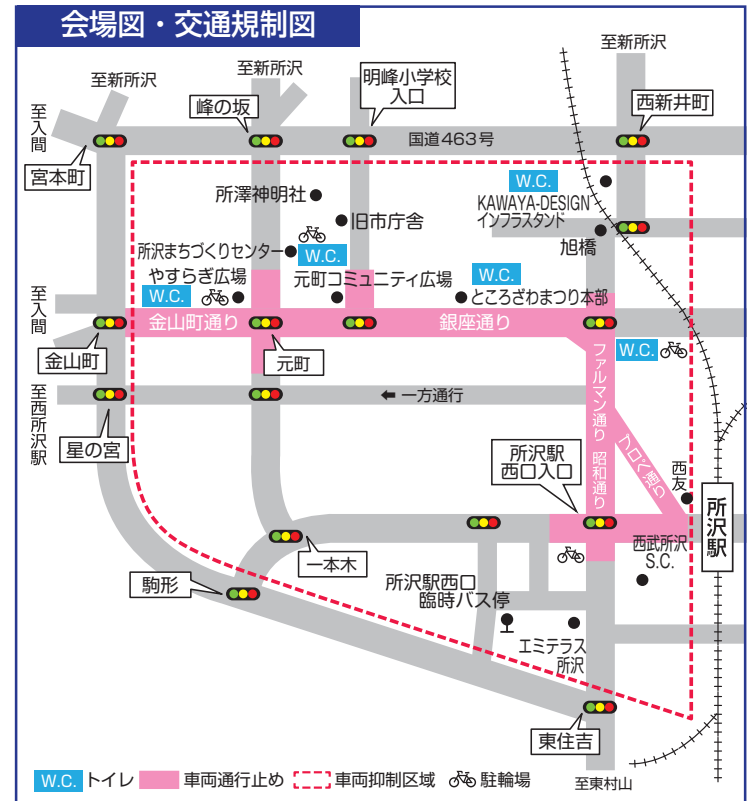
◎当日の問い合わせ先は☎ 2922-1550です。
詳細は同まつり📄をご覧ください。
プラスチックごみ削減のため、マイバッグをお持ちください。



祭 主なイベント

- ▶ 観光物産コーナー・町内会による出店…午前10時から
- ▶ 屋台村・バザール…午前10時30分から
- ▶ 子どもオープニングマーチ・民踊流し…午前10時45分から
- ▶ 山車のひきまわし・居ばやし・神輿の練り歩き…午前11時から

ディケイター市訪問団も民踊流しに参加!



◎交通規制は10月11日(日)午前10時～午後9時です。

バス ところバスの運休と迂回

10月11日(日)の始発から最終便まで、吾妻循環・山口循環の各コースが一部運休・経路変更します。
また、交通規制中は「所沢駅西口」バス停が下図のとおり臨時バス停に変わります。

運休区間

- ▶ 吾妻循環コース…「保健センター」～「日吉町」～「上新井」
- ▶ 山口循環コース…「公園通り」～「日吉町」～「金山町二丁目」～「ところ荘入口」

問 都市計画課 ☎ 2998-9192



「空・人・未来……とろざわ」をテーマに、今年も市民手づくりの祭典を開催します。

日 10月24日(土)・25日(日)
午前10時～午後4時

◎雨天の場合、内容が一部変更・中止になることがあります。

場 所 所沢航空記念公園

問 同実行委員会事務局（地域づくり推進課内）☎ 2998-9083

！ 来場される方へお願い

- ▶ 来場者用駐車場はありません。公共交通機関や自転車をご利用ください。
- ▶ 当日、所沢税務署南側の道路は駐車禁止です。
- ▶ プラスチックごみ削減のため、ビニール袋やプラ容器での商品提供は原則行いません。マイバック、マイボトルをお持ちください。

食欲の秋を満喫しよう

所沢名物焼きだんごやうどん、スイーツが大集合！
▶ キッチンカーコーナー ▶ 市民市場など

こどもの遊び場も！

幼児から小学生まで楽しめる企画が盛りだくさん！
▶ ミニSL ▶ ベーゴマ ▶ ダンボールめいろ ▶ ニューススポーツ体験 ▶ 消防車展示など

♪ 見どころ満載！

圧巻のパフォーマンスをお届けします。
▶ ダンスステージ ▶ 和太鼓フェスティバル ▶ アザーポッセなど

🔍 「所沢」をもっと知ろう！

所沢の魅力を体感できるコーナーも充実！
▶ 所沢ブランド特産品コーナー ▶ 観光協会コーナー ▶ 企業・団体・行政PR など



◎当日の問い合わせ先や詳細は同実行委員会📄をご覧ください。

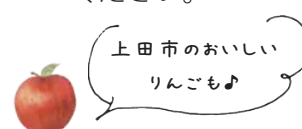


実りの秋！農業祭を同時開催！

問 農業振興課 ☎ 2998-9158

市内の農業者が丹精込めて育てた所沢産農畜産物が勢揃い。会場では植木の品評会も開催し、新鮮な野菜や狭山茶、植木、畜産物などが販売されます。おいしい所沢の味覚をぜひ楽しんでください。

▶ 詳細は市📄をご覧ください。



秋冬の高齢者定期予防接種

問保健センター健康管理課 ☎2991-1811

【実施期間】
インフルエンザ…9月24日(木)～令和9年1月31日(日)
新型コロナ…10月1日(木)～令和9年3月31日(水)
(インフルエンザは期間が前倒しになっています)
対接種当日に市内在住で次のいずれかの方
▶65歳以上▶60～64歳で、心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の障害で障害認定1級程度

費インフルエンザ…1,859円
新型コロナ…12,100円
◎いずれも自己負担額です。
留意事項
▶協力医療機関(下表)に事前予約が必要
▶下表以外の医療機関で接種を希望する方は、同課に問い合わせ
▶年度内1回接種可能

▶生活保護受給者や中国残留邦人等支援受給者は無料(証明書が必要)
▶ワクチンの在庫状況などにより、希望の協力医療機関で接種できない場合あり

市HP
(Qインフル
エンザ)



市HP
(Qインフ
ルエンザ)



協力医療機関(インフルエンザ)

◎★は新型コロナワクチン接種可能な医療機関です。
◎8年9月17日(木)時点の情報です(協力医療機関が変更になる場合があります)。

	医療機関名	電話番号		医療機関名	電話番号		医療機関名	電話番号
並木地区	愛クリニック	2937-3630	松井地区	所沢秋津診療所	2945-8899	吾妻地区	所沢中央病院健診クリニック★	2997-5500
	青木クリニック★	2943-1036		所沢市市民医療センター★	2992-1152		所沢みやた内科クリニック★	2969-0786
	うだがわクリニック★	2997-4880		所沢腎クリニック★	2945-6600		額賀胃腸科内科クリニック	2925-1585
	けやき内科★	2995-2299		所沢第一病院	2944-5800		福元内科クリニック★	2920-1155
	こぶしクリニック★	2993-5866		ほさか内科クリニック	2941-5731		松が丘クリニック★	2928-5666
新所沢東地区	みずの内科クリニック★	2942-4100	山口地区	まつおか内科クリニック	2945-7911	小手指地区	むさしクリニック泌尿器科内科★	2998-1850
	新所沢キッズクリニック★	2990-3100		村田医院	2997-5051		所沢白翔会病院★	2933-2520
	新所沢ひろ内科	2991-6767		矢倉内科クリニック	2945-5656		横田医院★	2928-7117
	所沢美原総合病院	2997-8199		安松クリニック	2991-6446		米島医院	2922-3675
	梨子田内科クリニック★	2996-3181	所沢地区	やましろ内科クリニック	2946-9322		雨宮医院	2925-5370
新所沢地区	マツバクリニック★	2995-5131		横山医院	2944-9360	三ヶ島地区	かないクリニック	2926-1001
	宮川医院★	2992-3200		東所沢内科・循環器クリニック★	2946-8688		上新井くろかわクリニック★	2903-7800
	あだち内科クリニック★	2929-0001		岩下悦郎消化器内科クリニック★	2928-3636		上新井さとうクリニック	2940-1156
	今城内科クリニック	2939-2006		おくもとクリニック★	2903-8320		かわかつクリニック	2920-2200
	かえで内科医院	2939-3555	吾妻地区	久我クリニック	2923-8005		きたはたファミリークリニック★	2947-0011
富岡地区	けやき台どんぐりクリニック★	2923-8171		航空公園西口内科	2936-8805	柳瀬地区	小手指医院★	2949-3118
	さつき在宅診療所★	2968-7975		瀬戸病院★	2922-0221		小手指整形外科	2947-3321
	すぎうら乳腺消化器クリニック	2006-7115		デルタクリニック	2996-5157		小手指タワークリニック	2920-1717
	せき循環器・内科クリニック	2922-4970		所沢胃腸科・内科・外科	2935-7805		さいとう内科クリニック★	2936-8700
	そらいろファミリークリニック★	2928-0070	吾妻地区	所沢駅前ひだか消化器内科肛門内 視鏡クリニック★	2997-9719		彩のクリニック★	2949-1118
柳瀬地区	高橋耳鼻咽喉科医院	2939-9108		所沢さとう耳鼻咽喉科	2997-8233	三ヶ島地区	鈴木内科医院★	2922-6160
	所沢ハートセンター付属しんとこ 駅前クリニック	2929-1801		所沢診療所★	2924-0121		所沢ハートセンター	2940-8611
	ひろせクリニック★	2920-2111		所沢内科クリニック	2922-2210		豊川医院★	2948-1122
	双葉クリニック★	2922-5171		西山内科医院	2925-3522		波多野内科・脳神経外科クリニック★	2924-7885
	前田クリニック	2920-4920	吾妻地区	はちす診療所★	2993-0338		はらこどもクリニック★	2926-4333
柳瀬地区	吉川外科胃腸科医院	2923-5670		平沢スリープ・メンタルクリニック★	2941-2711	三ヶ島地区	堀江医院★	2949-8811
	吉村内科医院	2922-2298		ふく在宅クリニック★	2968-7872		やまさき内科クリニック★	2929-8866
	葵クリニック★	2937-5221		星の宮クリニック	2921-3877		荻野医院★	2948-1181
	おうえんポリクリニック	2990-5818		溝渕内科医院	2922-8381		さけみ眼科	2947-4382
	かけはし内科クリニック★	2968-5899	吾妻地区	峰の坂産婦人科	2923-4313		狭山ヶ丘駅前耳鼻咽喉科アレルギー科	2924-3315
柳瀬地区	北所沢病院★	2943-3611		宮本町内科クリニック★	2903-1088	三ヶ島地区	田中耳鼻いんこう科	2948-1166
	埼玉西協同病院★	2942-0323		柳内医院	2922-2005		所沢緑ヶ丘病院★	2948-8181
	島内科医院	2926-0080		あすみクリニック	2928-5881		並木病院	2928-1000
	所沢メディカルクリニック★	2943-1581		伊藤内科★	2922-2915		新美クリニック★	2948-5208
	かわぐち内科クリニック	2951-1717	吾妻地区	かがやきクリニック★	2991-7511		西埼玉中央病院	2948-1111
柳瀬地区	くわのみ本郷クリニック	2946-8890		かわごえ内科クリニック★	2997-9921	三ヶ島地区	西島消化器・内科クリニック★	2923-0005
	所沢いそのクリニック★	2951-2200		キャップスクリニック所沢	2997-9601		陽だまりの丘クリニック	2935-7335
	豊原医院	2944-6433		くにとみ内科外科クリニック	2993-9213		三浦クリニック★	2938-2887
	東所沢眼科クリニック	2944-8380		西部クリニック★	2926-5851		やまもとキッズクリニック	2938-7787
	東所沢整形外科★	2951-5201	吾妻地区	徳島内科クリニック★	2929-6366		よしかわクリニック★	2938-1122
柳瀬地区	東所沢病院★	2944-2390		所沢駅前クリニック★	2997-9857		わかさクリニック★	2949-2426



医師による 人生会議セミナー

「人生会議」とは、もしものときのためにあなたが望む医療やケアについて考え、信頼のおける人と話し合い、共有する取り組みです。
このセミナーでご自身の「これから」を考えてみませんか。

日場① 10月30日(金)午後2時～3時30分／こどもと福祉の未来館② 11月14日(土)午前10時～11時30分／新所沢まちづくりセンター
対市内在住・在勤の方
定各回申し込み先着25人
講①彩のクリニック医師・阿藤一志さん
②さつき在宅診療所院長・佐藤和輝さん
申問 月初～各開催日の3日前まで(閉庁日を除く)に高齢者支援課に電話・電申／☎2998-9120



▲詳細は市HPからご覧ください。

お知らせ

！掲載情報は9月17日時点のも
のです。内容変更の場合があ
りますので、市HPや各
問い合わせ先で最新情
報をご確認ください。



とこペイの利用は10月末まで

とこペイの利用は、カード・ア
プリともに10月末までです。
期限を過ぎると利用で
きませんので、お早め
にご利用ください。



とこペイコールセンター

☎0120・660・303

市内各施設の窓口受付時間を変更

窓口受付時間を短縮し、時間外勤
務抑制による人件費の削減、職員の
働き方改革を進めるとともに、業務
改善の時間を確保し、市民サービス
向上につなげます。

対象施設や受付時間な
どの詳細は市HPを
ご覧ください。



毎月第2・4土曜午前は休日開庁

一部の業務を行います。詳細は市
HPをご覧ください。

日10月10日(土)・24日(土)午前9時～正午
場市役所1階、まちづく
りセンター(並木・小
手指分館を除く)、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☎292
1・1080

市税の納期限

11月2日(月)は市・県民税(3期)、
国民健康保険税(4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

10月の休日漏水修繕当番店

24時間受け付けています。当番
店に直接ご連絡ください。

日	当番店	電話番号
3日(土)	(有)兼六工業	2922-1877
4日(日)	(有)中村水道工事店	2992-0981
10日(土)	(有)平塚設備工業	2923-5778
11日(日)	(株)協立管工	2948-5515
12日(月)	上野管工(株)	2923-5890
17日(土)	(株)小松屋管器	2922-3836
18日(日)	(有)北田住設工業	2942-0020
24日(土)	(株)ヒロスイプラス	2941-5228
25日(日)	(株)あざま管工機械	2942-3771
31日(土)	(株)金子設備工業	2944-0515

問市管工事業協同組合☎2922・

6185 問2922・9614

リサイクルふれあい館の臨時休館

10月10日(土)は電気設備
点検のため休館します。
東所沢エコステーション
は通常どおりです。

問同館☎2994・5374

令和9年4月に所沢市立の小学校に 入学する児童の新入学用品費援助

経済的理由でお困りの世帯(所得
制限あり)

支給額 64,300円(予定)

支給時期 令和9年2月下旬

留意事項 ▼令和8年度就学援助の
認定世帯は申請不要▼8年1月2

日以降の転入者は、世帯全員(高
校生以下を除く)の8年度課税(非
課税)証明書が必要▼
他の就学援助費は9年

2月に受け付け開始

問同課☎12月28日(月)に
申請書に振込口座の通帳の写しを
添付し教育総務課に直接・郵送

☎2998・9232

同課、市HPでも入手できます。

地域で見守り支え合い！ ト「ろ」んおかえりQR

QRコード付きシールを使い、迷
い人になった高齢者の居場所や状況な
どを家族に連絡できます。シールは観
光情報・物産館YOT・TOKO
などで販売しています。

利用方法などの詳細は
市HPをご覧ください。



◎QRコードは(株)デンソーウェーブ
の登録商標です。

問高齢者支援課☎2998・9120

交通災害共済の会費が半額に

加入者の会費から見舞金を支給す
る助け合いの制度です。10月1日以
降に加入する場合は、令和8年度分
の会費が半額になります。

市内在住の方

年会費(10月1日以降) ▼大人：

300円 ▼中学生以下：150円

共済期間 9年3月31日まで

請求期間 事故発生日から2年

会費を添付して防犯交通安全課、

まちづくりセンター、サービス

コーナーに直接

問同課☎2998・9140

事業系ごみ削減キャンペーン

10月は事業系ごみ削減キャンペー
ン月間です。まずは雑がみの資源化
から始めましょう！

▼雑がみは資源！リサイクルへ

裏がみ使用で経費削減▼シユレツ

ダーの使用は必要最小限に

◎雑がみを分別して事業系古紙回収

協力店に持ち込むと無料になります。

持ち込んだ量に応じて買い取りとな

る場合もあります。事業系ごみは集

積所に出すと不法投棄に

なります。家庭ごみに混

入させることも違法です。

問資源循環推進課

☎2998・9146

11月15日(日)は 秋の「環境美化の日」

市内一斉清掃活動を実施します。

居住地周辺のごみを拾い、分別して
指定集積所に出してください。収集
車が午前10時から回収します。

留意事項 ▼ペットボトルを含むプ

ラスチックごみは汚れているため

当日に限り破砕ごみ類として分別

します。▼家庭や事業所のごみ出

しは禁止

問生活環境課☎2998・9370

空き巣に注意！

短時間の外出でも鍵をかけ、狙わ
れにくい家にしましょう。

問防犯交通安全課

☎2998・9140

10月は家庭の食品ロス削減月間

生活を見直し食品ロス削減を！
食品ロス削減3アクション ▼使い
きれる量だけ買う▼食材を上手に
使いきる▼食べきれぬ量を作る

問資源循環推進課

☎2998・9146

ハロウィンジャンボ宝くじ発売

ハロウィンジャンボ宝くじとハロ
ウィンジャンボミニが、全国で2種
類同時発売されます。

この宝くじの収益金は、市町村の

収入となり、明るく住みよいまちづ

くりのために活用されます。

お求めの際はぜひ埼玉県内の宝く

じ売り場で。

発売期間 9月16日(水)～10月16日(金)

抽選日 10月26日(月)

価格 1枚300円

問埼玉県市町村振興協会

☎048・822・5004

埼玉県・所沢市国民保護実動訓練

国民保護事業を想定し
た実動訓練を実施します。
会場周辺に緊急車両の走
行やサイレン音がします
が、訓練ですのでお間違えのないよ
うご注意ください。



日10月23日(金)午後1時～3時
場バタフライアリーナ所沢

問危機管理室☎2998・9399

ご意見・ご提言お待ちしております！

市長タウンミーティング

◆テーマ：3年間の振り返り

市長が皆さまからのご意見やご提言などを伺う
場、第36回「市長タウンミーティング」を開催し
ます。

「市長に意見を伝えたい」「市長に提言したい」
皆さまのご参加をお待ちしています。

日10月23日(金)午後6時30分～8時
(午後6時開場)

場こどもと福祉の未来館

市内在住・在勤・在学の方

問市民相談課☎2998-9092 FAX 2998-9041

- 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
10月21日(水)午後4時30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)。



▲詳細は市HPを
ご覧ください。



職員募集

問職員課☎2998-9048

新たに職員を募集します。
募集要項など詳細は職員採用公式HPをご覧ください。

募集職種	募集人数	募集期間	採用予定日
獣医師※	2人	10月1日(水)～随時募集	令和9年 4月1日
事務職	3人	10月1日(水)～10月21日(水)	1月1日

※定員に達し次第終了する場合があります。



職員採用公
式HP

秒でわかる!? 中核市 Vol.11

「中核市市長会 都市間連携」の巻



毎年、国へ施策及び予算に關及び予算に提出する提言を分権の最前線の声を届けているのじゃ!



何だろう?



中核市には事務権限の拡大以外の利点もあるのは知っておるか?



つまり、一つの市では対応が困難なことが中核市全体で対応できるようになるのじゃ!



説明しよう!

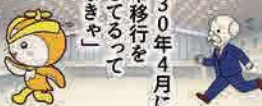
中核市市長会



・国に対する政策提言
・災害相互応援協定
などなど...



「2030年4月に中核市移行を目指すって伝えなきゃ」



バタフライアリーナ所沢

全国のの中核市で組織された中核市市長会は中核市同士が連携して様々な課題や問題に取り組んでおる!!

2030年
所沢市は中核市に

もっと可能性が広がるまちへ



次回
「中核市移行に
向けた人材確保」
の巻

▲詳細は市HPをご覧ください

中核市推進室 ☎ 2998-9463

0000

市民説明会

「2030 年に中核市へ！」

開催時間 午前：10 時～ 11 時、午後：2 時～ 3 時

☑ 中核市制度の概要、移行の効果や影響など
◎ 会場に直接お越しください。

📍 中核市推進室 ☎2998-9463



日	会場（まちづくりセンター）	
	午前	午後
10月3日(土)	新所沢東	—
10日(土)	吾妻	富岡
11月14日(土)	松井	柳瀬
21日(土)	新所沢	小手指
12月5日(土)	山口	三ヶ島
19日(土)	並木	所沢

クイズ 1

11月14日(土)・15日(日)に開催！

14日(土)は所沢市出身で将棋界で初めて国民栄誉賞を受賞した羽生善治九段による講演や複数の棋士が順番に指す指導対局(ぐるぐる将棋)などが行われます。

15日(日)はNHKの公開収録なども行われる。将棋好きにはたまらないイベントです。

〇〇はぎの日



ヒント・10面 応募方法は15面

- 10月1日～31日は首都圏放置自転車フリーキャンペーン
- 放置自転車は、歩行者や車の安全な通行、救急・消火・避難活動を妨げます。少しの時間でも駐輪場に停めましょう。撤去した自転車の返還には手数料の3千円が必要です。
- ◎放置自転車の発見や盗難の際は警察署に連絡してください。
- 問 防犯交通安全課
☎ 2998・9140
- 2027年版埼玉県民手帳を頒布
- 日 10月16日(金)～12月11日(金)
- 場 市役所1階市政情報センター、まちづくりセンター（並木・小手指分館除く）
- 価格 770円
- 問 文書行政課 ☎ 2998・9043
- 埼玉で恋してみませんか？
- 公的結婚支援サービス「恋たま」

の会員を募集中です。所沢市民は利用登録料の割引があります。詳細は公式HPをご覧ください。

問 企画総務課 ☎ 2998・9046

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書を郵送

日本年金機構から年末調整や確定申告に必要な書類が郵送されます。

郵送時期（予定） ▼ 令和8年1月1日～9月30日に納付した方：10月下旬～11月上旬 ▼ 8年10月1日～12月31日に今年初めて納付した方：9年2月上旬～中旬

問 ◆ねんきんネットで電子送付を希望した方を除きます。

▼ ◆ねんきん加入者ダイヤル ☎ 70・003・004 ▼ 所沢年金事務所 ☎ 2998・0170

**北秋津・上安松土地区画整理事業の
換地処分公告**

9月19日(土)から事業地区内の従前の土地の権利は換地に移
行し、新しい地番に変更
になりました。

詳細は市HPをご覧ください。
問 土地利利用推進課
☎ 29998・9208

計画の縦覧など

詳細は市HPをご覧ください。

①②は、意見がある方は期間中に
意見書を提出できます。

①生産緑地地区変更(案)
日 10月5日(月)～19日(月)
場 市役所5階都市計画課
対 市内在住・在勤・在学の方など
申 問 同課に提出／☎ 29998・9192

②上安松・下安松西地区、北秋津・
上安松地区、下安松中央地区及び

都市計画道路若松町中富線都市計画(案)

日 10月9日(金)～23日(金)

場 市役所5階土地利用推進課

対 市内在住・在勤・在学の方など

申 間 同課に提出／ ☎ 29998・9208

③ 県決定の都市計画の構想(案)

対 市内に住所を有する個人・法人

内 区域区分

◆ 案の閲覧

日 10月9日(金)～23日(金)

場 市役所5階土地利用推進課

◆ 公聴会

日 11月4日(水)午後2時30分から

場 松井まちづくりセンター

留意事項 ▼ 公述希望者が多い場合は選定あり ▼ 公述申し出がない場合、公聴会は中止

申 間 10月23日(金)(必着) までに閲覧場所に備え付けの申出書を同課に提出／ ☎ 29998・9208

④ 上安松・下安松西土地区画整理事

- ◆ 業施行区域
- ◆ 施行区域の閲覧・借地権の申告
 - 日 10月9日(金)～23日(金)
 - 場 市役所5階土地利用推進課
- ◎ 対象者は、11月9日(月)までに申告が必要です。
- 対 施行区域内の宅地について未登記の借地権を有する方
- 問 同課 ☎ 2998・9208
- パブリックコメントを実施
 - 案は担当課や市役所1階市政情報センター、まちづくりセンター、市HPで入手できます。
 - ◆ 下安松中央地区の形態規制
 - 対 市内在住・在勤・在学の方など
 - 募集期間 10月9日(金)～11月9日(月)
 - 案の公表 10月9日(金)から
 - 申 問 案に対する意見を建築指導課に提出／ ☎ 2998・9180



開催

子どもスポーツフェア

日 11月14(土)午前9時～正午
 (午前8時30分受付開始)

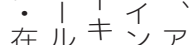
場 ①狭山湖運動場②航空記念公園
内 ①サッカー、タッチラグビー、アルティメット、インターバルウォーキング②ティールボール

対 市内在住・在学の小中学生

定 抽選①150人②100人

◎ 詳細は市HPをご覧ください。

申 10月15日(木)までにスポーツ振興課に**電**申／同課**☎**2998・9248

ところざわ出沒情報

- ◆人材バンクフェア展示・相談会
日 10月5日(月)午前9時30分～午後3時
場 所 沢市役所1階市民ホール
- ◆人材バンクフェア実演・体験会
日 10月9日(金)①午前10時②午後1時
場 生涯学習推進センター
問 同センター ☎29991・03003
- ◆ところざわまつり
日 10月11日(日)午前10時30分
場 元町コミュニティ広場
問 商業観光課 ☎2998・9155
- ◆とこちゃんまつり
日 10月29日(木)①午前10時②11時50分
場 バタフライアリーナ所沢
問 スポーツ振興課 ☎2998・9248
- ◆とみおかハロウィンパーティ
日 10月31日(土)午前10時～午後3時
場 富岡まちづくりセンター
問 同センター ☎2942・3110



犬の飼い方教室

- 日 10月16日(金)午後1時30分～3時30分
場 生涯学習推進センター
- 場 生涯学習推進センター
次の方を満了した犬の飼い主
所沢市で登録済み 令和8年度
狂犬病予防注射済み 避妊去勢手術済み 体重20kg以下 攻撃性が低い
定 申し込み先着 犬同伴：7人 犬同伴なし：13人
◎ 前回同伴で参加した方は見学参加のみ。
日 つけ方、獣医師の健康相談など
場 犬の排泄物を片付ける道具 特別な時に与える餌 飲み水・飲み皿
場 日本聴導犬推進協会・水越みゆきさん
申 問 月 初 日 10月15日(木)に生活環境課に電話 ☎2998・9370

秋のこども探検ツアー

- 日 11月3日(木)①午前9時30分～11時30分 ②午後2時～4時
場 東部クリーンセンター
場 市内在住の小学生と保護者
定 各日申し込み先着各40人
申 問 10月13日(火)～23日(金)にJFEエンジニアリング(株)に電話 ☎2935・4639
問 東部クリーンセンター ☎2998・5300
- お達者倶楽部活動発表会
日 10月13日(火)午後1時～4時・14日(水)・15日(木)午前9時30分～午後4時・16日(金)午前9時30分～11時30分
場 市役所1階市民ホール
内 65歳以上の方の介護予防に取り組む地域のボランティア団体の活動

紹介、手芸品などの作品展示
高齢者支援課

- ☎2998・9120
- ◆ファオルト®健康ウォーキング
日 10月7日(水)午前10時から
定 申し込み先着20人
費 500円 (市外在住者は要確認)
申 問 10月5日(月)までに埼玉県・所沢市ヘルスツーリズム協議会事務局(商業観光課)に電話・電 ☎2998・9155
- 採れたて農産物直売「ところざわ市」
日 場 10月13日(火)午前10時～午後1時
場 市役所正面入口前広場 10月27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
- リサイクルふれあい館エゴの行事
①大型家具抽選会
日 10月16日(金)・30日(金)午前11時から
②おもちゃの病院
日 10月24日(土)午後1時～3時
③傘修理(1人1本・部品代実費)
日 10月17日(土)午後1時～2時30分
④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 10月17日(土)午後1時30分～3時30分
定 抽選6人(市内在住の大人)
⑤ウールの着物からパンツを作ろう
日 10月21日(水)午前9時30分～午後3時
定 抽選10人(市内在住の大人)
費 500円
⑥秋のリュース着物市
日 10月3日(土)午前9時～午後2時
◎ 詳細は本紙9月号6面、市ををご覧ください。
申 問 ①当日午前10時30分までに同館に直接 ②③④⑤⑥当日受付 ④⑤⑥月 初 日 10月4日(日)に同館に電話 ☎2994・5374に電話

とろろ親子で楽しむ運動あそび

- 日 10月17日(土)午前9時30分～11時
場 ところざわ福祉の未来館
場 おおむね2～6歳児と保護者
定 申し込み先着20組(市内在住優先) 場 上履き、フェイスタオル1人1枚飲み物
申 問 10月13日(火)からところざわ支援センターに電話・電 ☎2922・2238
- 発達障害児家族のつどい
日 10月6日(火)午前10時30分～正午
◎ 会場などの詳細は市をををご覧ください。
問 松原学園 ☎2990・3488
- 所沢市文化財保存活用地域計画認定記念シンポジウム
日 10月31日(土)午後2時～4時
場 松井まちづくりセンター
定 申し込み先着200人
内 7月に文化庁から認定を受けた、所沢市文化財保存活用地域計画の概要説明、記念講演会、重松流祭ばやしの実演
申 問 10月28日(木)までに文化財保護課に電話・電 ☎2991・0308

10月12日(木)午前10時～午後3時30分
金銭貸借、交通事故、近隣トラブル、相続、離婚、親権など

- ⑤住宅増改築等相談
日 10月13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
⑥司法書士無料相談会
日 10月21日(火)午前10時～午後2時30分
内 登記、相続、成年後見など
【共通事項】
場 ①②③④⑤⑥市役所1階市民ホール ④ウェスタ川越
問 市民相談課 ☎2998・9092
- 弁護士の日特設相談(予約制)
日 10月10日(土)午前9時～正午(最終相談：午前11時30分から1人30分)
定 申し込み先着6人
内 相続、金銭問題、債権債務、損害賠償請求、民事訴訟など
◎ 定例相談は問い合わせてください。
申 問 月 初 日 10月11日(日)から市民相談課に電話 ☎2998・9092
- 実家と相続のホンネ相談(予約制)
日 10月17日(土)午前10時～午後4時
場 三ヶ島まちづくりセンター
内 市内在住の方・市内に空き家を持つ方
定 申し込み先着6組
申 問 市役所・空地管理センターに電話・同センターから申請 ☎0120・3336・3660
- マンション管理無料(予約制)①相談会②基礎セミナー
日 11月14日(土)①午前11時～正午②午後1時～4時10分
場 市役所8階大会議室
内 市内のマンション管理組合、マンション居住者など
定 申し込み先着①5組②40人
内 区分所有法改正に伴う管理規約改正、大規模修繕工事における資材や人件費の高騰など
申 問 月 初 日 11月13日(金)に住宅政策課に電話・メール ☎2998・9219 ■ a9216@city.tokorozawa.lg.jp

将棋の日 が所沢にやってくる!

「将棋の日」が11月14日(土)・15日(日)に開催!
一部10月7日(木)までに申し込みが必要なイベントがあります。詳細は市ををご覧ください。
場 市民文化センターミューズ



11月14日(土)のイベント

所沢市出身で将棋界で初めて国民栄誉賞を受賞した羽生善治九段の講演、埼玉県にゆかりのある棋士のトークショー、棋士と一緒に学生考案の将棋めしを審査する「将棋めしコンテスト」※、複数の棋士が順番に指す指導対局(ぐるぐる将棋)、棋士と交流できるレセプションなどが行われます。
※場 ところざわサクラタウン



▲昨年開催した渋谷区の様子(ぐるぐる将棋)

11月15日(日)のイベント

憧れの棋士から直接サイン入り色紙を受け取れる「色紙お渡し会」、棋士との指導対局(多面指し)、また「NHK公開収録」では、トップ棋士の対局を観戦しながら次の一手を予想する「次の一手名人戦」などが行われます。



▲昨年開催した加古川市の様子(NHK公開収録)

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不動産取引無料相談会
日 10月1日(木)午前10時～11時30分
午後1時～2時30分
内 不動産取引に関する法律など
②行政書士による暮らしの無料相談会
日 10月2日(金)午前10時～午後3時30分
内 相続、遺言、家庭問題、外国人の入国・在留、会社設立など
③特設行政相談
日 10月9日(金)午前10時～午後3時30分
内 国などの行政に関する要望や苦情
④無料調停手続相談会

トコハピ通信

6

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、実はおすすめ！イベントがない日のトコハピの様子について、和ヶ原にあるトコハピわかばをご紹介します。



午前中は赤ちゃんたちののんびりタイム♪



▲保護者同士でおしゃべり。お弁当を持ってくれば一緒にランチも



▲体育館を使ってひろびろボール遊び

小学生が帰ってくる午後3時頃までは園児たちののびのびタイム♪



▶大きなおもちゃをたくさん広げて待っています♪

▶トコハピわかばのInstagram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。



埼玉県西部地域まちづくり協議会 男女共同参画部会講演会

日 12月6日(日)午前10時30分～正午
 場 ①新所沢まちづくりセンター②自宅などから視聴

◎いずれもオンライン開催です。

対 所沢・飯能・狭山・入間・日高市に在住・在勤・在学の方

定 ①申し込み先着50人、②280人

内 作家の白岩玄さんが父親として生きる中で感じる思いを語る

申 10月19日(月)～11月30日(月)に男女共同参画推進センターふらっとに

電話・☎29921・2220

韓国料理キンパを親子で作ろう！

日 10月31日(土)午前11時～午後1時

場 男女共同参画推進センターふらっと



家族介護支援事業

日 10月13日(火)午後1時30分～3時

場 富岡まちづくりセンター

定 申し込み先着50人

内 講座「もしものときに知っておきたい成年後見制度の話」

講 市社会福祉協議会職員

申 10月8日(木)に富岡地域包括支援センターに電話・FAX

☎2942・0067 FAX2942・3588

我が家の耐震診断相談会

日 11月8日(日)午前9時～午後4時

場 市役所5階501会議室

対 市内の平成12年5月以前に建てられた木造住宅（一部条件あり）



講 埼玉県建築士会入間第一支部所沢部会

持 問取りが分かる図面や写真など

定 申し込み先着30人

申 10月13日(火)～26日(月)に住宅政策課に直接

☎2998・9216

認知症サポーター養成講座

日 10月16日(金)午後1時30分～3時30分

場 ①10月28日(水)午前10時30分～正午

②10月28日(水)午前10時30分～正午

モニー狭山ヶ丘③11月19日(木)午後1時30分～午後3時

新所沢まちづくりセンター

内 認知症に対する正しい知識を習得できる講座

定 申し込み先着①50人②24人③40人

申 10月14日(火)～10月15日(水)に各開催日の3日前(閉庁日除く)

電話・☎2998・9120

メイクアップ講座

日 10月20日(火)②27日(火)午前10時～正午

場 男女共同参画推進センターふらっと

定 各日抽選16人

内 性別関係なく自分らしいメイク術を習得

持 卓上鏡、手拭きタオル、髪留め、アイブローペン（お持ちの方）

講 ポーラ・ドルチェ所沢店・中嶋美紀子さん

申 10月2日(金)～10月11日(日)②18日(日)に同センターに電話・☎29921・2220

開業セミナー

日 10月24日(土)・31日(土)午前9時～午後4時

場 11月7日(土)午前9時～午後1時

場 所沢商工会議所

対 開業・独立を目指す方、開業・独立後5年未満の方

定 申し込み先着25人

費 7,000円

申 10月14日(火)までに同所から申し込み

☎2924・5581

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。

地域福祉サポーター養成講座

日 11月13日(金)午前10時～午後4時

場 同会地域福祉推進課

同会地域福祉推進課

☎2925・0041

同行支援従事者養成研修

日 11月28日(土)・29日(日)、12月5日(土)・12日(土)

内 視覚障害者の外出に同行・支援などができる方を養成する研修

問 同会企画総務課

☎2926・8202

介護のお仕事就職・個別相談会

日 10月29日(木)午後1時30分～3時30分

場 市民文化センターミュー



ズ

申 開催当日までに(株)パソナライフ

ケアに電話・☎から申し込み

☎0120・121・767

観光情報・物産館YOT・TOKO

からのお知らせ

各事業の詳細は同館HPをご覧ください。

ところざわ なごみ

marc'h

日 10月17日(土)・18日(日)午前10時から

◆よつこ子ども食堂もぐもぐ

日 10月17日(土)午前11時～正午(10時30分から受け付け開始)

定 先着50人

対 高校生以下の子どもとその関係者

費 同行の関係者：300円

問 商業観光課 ☎2998・9155

行政書士の成年後見相談会

日 10月20日(火)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、福祉関係従事者

◎直接会場にお越しください。

講 齋コスモス成年後見サポートセンター所属行政書士

問 地域福祉センター

☎2922・2115

成年後見なんでも相談

対面または電話で相談を受け付けます。

相談番号 ☎048・861・2081

日 10月18日(日)午前10時～午後4時

場 埼玉弁護士会法律相談センター(さいたま市)

◎対面相談は、来場前に県・地域包括ケア課に電話予約が必要です。

申 同県・同課

☎048・830・3251

就職支援を行う埼玉しごとサポート

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

社会保険労務士による労働相談

日 10月16日(金)午後4時～8時(最終相談：午後7時から／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 10月9日(金)午後4時まで

に産業振興課に電話

☎2998・9157

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「郷土食『ゆでまんじゅう』を作ろう」

日 10月11日(日)午前10時～午後2時30分

対 小学生以上(小学生は保護者と参加)

定 抽選20人

持 昼食、飲み物、筆記用具

費 700円

②大人の自然学セミナー

「狭山丘陵の地形と地質」

日 10月17日(土)午前9時30分～午後2時30分

対 高校生以上

定 抽選20人

持 昼食、飲み物、筆記用具

費 1,000円

③定例ガイドウォーク

日 10月3日(土)・4日(日)午後1時30分～2時30分

集合 ①③同センター②カネパ緑の森博物館(入間市宮寺)

申 ①10月6日(火)まで②11日(日)午後3時まで同センターに電話

☎2993・9412

クイズ②

スポーツのエルネス吹矢

ヒント・3面 応募方法は15面

消費生活

トラブル注意報

消費生活センター ☎ 2998-9143

もし送り付け商法にあったら



海 産物購入の勧誘電話がきて、不要である旨を伝えました。ところが私が不在時に荷物が届き、家族が受け取ってしまいました。どうすればよいのでしょうか？



商 品を受け取り開封した場合でも、一方的に送り付けられた場合は代金を支払う義務はありません。ただし、代金引換などで代金を支払ってしまうと悪質な業者の場合、連絡がとれず返金を受けることは難しくなります。

☑ ご用心ください！

電話勧誘で商品を購入すると、購入時の情報を使用して、次々と商品を送り付けてくることもあります。

受け取り拒否などをする場合には、送り状の業者名、連絡先部分の写真を撮るなどして控え、同センターにご連絡ください。

① 消費生活センター

市役所1階消費生活センター 相談専用

☎ 2998-9204

受付時間

月～金曜午前10時～11時30分、午後1時～4時（祝休日、年末年始除く）

募集

郷土かるた写真コンテストの写真を募集

募集テーマ 同かるたに詠まれている名所などで、こどもが写る写真、同かるたにちなんだこどもの写真

申請 10月31日(土)までに青少年課に応募／☎ 2998・9103

健康ガイドとろろざわの広告主募集（9年3月発行予定・全戸配布）

規格 縦50mm×横90mmカラー刷り
募集数 5枚程度（1枚当たり4万円）

申請 10月30日(金)に申込書を保健医療課に提出／☎ 2998・9385

こどもと福祉の未来館 喫茶室の運営事業者を募集

期間 令和9年1月1日～13年12月31日

募集要項は市HP
喫茶室運営事業者募集 からご覧ください。

申請 11月4日(水)～13日(金)に地域福祉センターに応募／☎ 2922・2115

障害者作品展の作品を募集

絵画、写真、書道、手工芸

詳細は市HPからご覧ください。

申請 10月30日(金)に障害福祉課に応募

応募用紙は同課、まちづくりセンター、保健センター、こどもと福祉の未来館

未来館、所沢サン・アビリティーズ、市HPで入手できます。

◆ 障害者作品展

申請 12月8日(水)～10日(木) 市役所1階市民ホール

同課 ☎ 2998・9116 FAX 2998・1147 a9116@city.tokorozawa.lg.jp

会計年度任用職員の募集

詳細は市HP（Q会計年度、募集担当課にお問い合わせください）。

◆ 市民税課の①申告会場整理

②③事務補助を募集

定員 合計20人程度

日 土・日曜、祝日除く①令和9年2月15日(月)～3月15日(月)②1月8日(金)～2月26日(金)③1月8日(金)～3月31日(水)

各勤務時間は市HPをご覧ください。

申請 10月13日(火)（必着）までに同課に応募／☎ 2998・9064

◆ 資産税課の申告事務補助を募集

定員 9年1月上旬以降の平日6時間 6人

◆ 台帳整理・申告受付補助など

申請 10月9日(金)までに同課に応募／☎ 2998・9068

◆ 市民医療センターの①外来看護師

②看護助手（資格不要・未経験者可）③臨床検査技師（腹部超音波検査経験者）を募集

申請 同センターに応募／☎ 2992・1151

◆ 保健センターの歯科衛生士を募集

◎ 歯科衛生士免許と普通自動車第一種運転免許が必要です。

定員 1人

申請 10月9日(金)までに健康づくり支援課に応募／☎ 2991・1813

◆ 客引き対策指導員を募集

日 毎週火・土曜のうちいずれか3日 場所 駅前プロペ通り商店街周辺

警察職経験者

定員 1人

申請 10月15日(木)までに防犯対策室に応募

応募／☎ 2998・9090

◆ 交通指導員を募集

立哨指導（朝1時間、夕2時間程度、交通安全教室など）

募集学区 南・明峰・中央・柳瀬・東所沢・富岡・中富・椿峰小学校

申請 10月15日(木)までに防犯交通安全課に応募／☎ 2998・9140

皆さんの善意（順不同）

7月16日～8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17,364円（非公表分除く）

● 東道流吟道陽春白雪会様

● 山口サントスサッカークラブ様

● サッカーゴール ● 有山知子様

● 筆、筆爪セット

クイズ 3

各町の誇りである山車が盛り上げる伝統のお祭りです。

名物の山車のひきまわしをはじめ、観光物産コーナーや屋台村、子どもオープニングマーチなど、イベント盛りだくさん！

忘れられない1日になること間違いなし！

当日は、ところバスの運休・迂回や交通規制もありますので、ご注意ください。

いっしょにのんびり



ヒント・6面 応募方法は15面

手話トーク

vol.29

障害福祉課 ☎ 2998-9116 FAX 2998-1147

今月のキーワード

さくら/タウン

今回のトークテーマは、「ところざわサクラタウン」にある「角川武蔵野ミュージアム」です。

「さくら」と「タウン（街）」の手話はよく似ています。違いに気を付けながら、実践してみましょう！



▲手話動画はこちら

① さくら



つぼみのような形をつくる



右に移動しながら2回繰り返す



② タウン



屋根のような形を作る



ひねって向きを変える



右に移動しながら2回繰り返す



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9時～午後4時
30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

10月は乳がん早期発見の大切さを伝える「ピンクリボン月間」

10月に保健センター・まちづくりセンターで検診を受けた女性へ啓発グッズの配布などを行います。



今年度のラストチャンス！結核検診

☎月初～11月6日(金)に直接・電話・☎・☎申
☎12月7日(月)午後1時30分～2時30分 ☎15
歳以上で胸部X線検査の受診機会がない方 ☎
申し込み先着100名

留意事項 ▶ 検診バスで実施 ▶ ボタン
や金具などが無い上着を持参（検診
着の貸出なし） ▶ 結果は後日郵送



こころの健康支援室 ☎ 2991-1812

第20回所沢こころの美術展

☎不要 ☎10月26日(月)午前9時～10月30日(金)午
後3時まで ☎市役所1階市民ホール ☎こころの病
や障害を持つ方々が制作した作品を展示します

こころの健康講座

☎前日までに電話・☎申 ☎11月10日(火)午後1
時30分～4時30分 ☎申し込み先着40人 ☎こ
ころのサポーター養成研修・ゲートキー
パー養成研修 ☎埼玉県立大学保健医
療福祉学部助教・小川千恵子さん



精神保健専門相談

☎要予約 ☎10月20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 ☎10月22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

つどい ☎不要

つどい	10月の開催日	時間
うつ病ご本人 (精神科医参加)	1日(木)	午前10時～正午
うつ病ご家族	6日(火)	◎治療や療養など を話し合います
強迫性障害	7日(水)	
発達障害	21日(火)	
自死遺族	10日(土)	午後1時～5時

健康づくり支援課 ☎ 2991-1813

各事業の申し込みは電子申請が便利

★はトコトコ健幸マイレージのポイント対象です。
♥は★の対象およびコバトンALKOOマイレージポ
イント対象です。

☎10月2日(金)から ▶ ①②④⑥⑦…☎電
話・☎申 ▶ ⑤⑧…☎電話、10月2日(金)
～21日(水)に ▶ ③…☎電申



①すこやか栄養教室★

☎☎(1)11月19日(火)午前10時～11時30分／小
手指まちづくりセンター分館(2)11月26日(火)午前
10時～午後0時30分／保健センター ☎65歳以
上の方 ☎(1)高血圧予防の講話、試飲あり(2)骨を
丈夫にする食の講話、調理実習 ☎(2)のみ700円

②ステキな大人の健康食教室★

☎11月28日(土)午前10時～午後0時30分 ☎64歳
以下の方 ☎発酵食品の講話、調理実習 ☎700円

③郷土料理教室★

☎11月14日(土)午前10時～午後0時30分 ☎5歳
以上の方（小学生以下は要保護者同伴） ☎講話、
調理実習（手打ちうどん） ☎抽選24人 ☎700円

④成人歯科健康教室★

☎11月19日(火)午後1時30分～3時30分 ☎歯周
病の講話、歯みがきの方法

⑤健康測定・相談会（個別相談）

☎10月27日(火)午前10時～11時30分 ☎中富南
コミュニティセンター ☎血管年齢・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。

⑥からだ改善！健康応援講座 2日間コース♥

☎11月19日(火)・27日(金)いずれも午前 ☎こども
と福祉の未来館 ☎健診結果の見方、栄養の講話

⑦健幸ウォーキング教室（入門編）♥

☎11月17日(火)午前10時～正午 ☎小手指まちづ
くりセンター分館 ☎運動制限のない方 ☎講話、実技

⑧動いて健康づくり教室（腰痛予防編）

☎10月30日(金)、11月13日(金)午後1時30分～3
時30分、2日間コース ☎74歳以下 ☎講話、実技

◆ウォーキング促進強化月間（10～12月）

今年は地区対抗戦と個人戦のダブルでプレゼン
トを当てよう！地区対抗戦はトコロんグッズ、
個人戦はQUO カードが
当たります。勝利のカギ
は…「平均歩数」



こども家庭センター

母子保健 ☎ 2991-1817

乳幼児健康診査

◆4か月児・10か月児健康診査（個別）
☎市内協力医療機関
◆1歳6か月児・3歳児健康診査（集団）
☎保健センター
▶ 集団健康診査の日程は市HPを確認

身体計測・相談会

☎10月5日(月)から ☎申 ☎10月26
日(月)午前中



妊娠・出産 ☎ 2991-1820

妊婦サロン

☎10月23日(金)から ☎申 ☎11月13日(金)

両親学級

☎10月29日(木)から ☎申 ☎11月28日(土)



栄養・歯科 ☎ 2991-1813

☎10月5日(月)から ▶ ①②⑦…☎申
▶ ④⑤⑥…☎電話 ▶ ③…☎電話・☎電申



①産後ママクッキング

☎11月20日(金) ☎令和8年7～8月生まれの子
と母親 ☎調理実習 ☎700円

②離乳食教室 ◎（ ）は誕生年月です。

対 象	11月の開催日
ごっくん期(令和8年5～6月)	6日(金)※
もぐもぐ期(8年3～4月)	16日(月)※
ばくばく期(7年8～11月)	12日(木)

※6日(金)・16日(月)はこどもと福祉の未来館で実施。

③2歳児歯科健康教室

☎11月13日(金) ☎2歳3～8か月

④離乳食のおはなし会 ☎10月30日(金)

▶ かみかみ期・ばくばく期…午前10時から
▶ ごっくん期・もぐもぐ期…午前11時10分から

⑤乳幼児の食事相談 ☎11月11日(火)午前中

⑥歯科相談 ☎10月30日(金)午前中 ☎歯ブラシ

⑦離乳食と歯のおはなしサロン

☎10月29日(木)午前10時～11時 ☎5か月～1
歳6か月 ☎狭山ヶ丘コミュニティセンター

健幸

ワンポイント



悩んだとき、誰に相談しますか？

「ちょっと聞いてよ～」 「大変だったんだ～」
「こんなことがあったんだ～」

こんな風に気軽に話せる、相談できる相
手がいると、多くの悩みは乗り越えられる
でしょう。では、もっと重い悩みはどうで
しょうか。「こんなこと
は相談しにくい…」と自
分で抱えてしまう経験も
多くの人にあるはずで



》若者が気軽に相談できる所沢に《

新聞やテレビ、ネットニュースなどで「若
者の自殺」が報道されています。令和7年
度版自殺対策白書によると、若者の自殺が
減らない状況が続いています。また、若者
が既存の相談窓口などに支援を求めにく
いため適切な支援につながりにくい傾向が
あることも分かってきました。

窓口を一方的に知らせるだけでは若者に
届きにくいと、若
者が早いうちに悩み
を相談し、ひとりで
抱えない取り組みが
必要です。



》10月に「ところざわサポート プレイス SHIORI」が誕生《

所沢図書館所沢分館に、こころの悩みを
抱える15～30歳の方を対象とした相談
窓口がスタートします。

愛称は「ところざわサポートプレイス
SHIORI」です。公認心理師・精神保健福
祉士などの専門職チームがお話を聞きます。
誰でも気軽に立ち寄ることができる図書
館で、若者がふらっと悩みを話せ
る、家庭や学校以外の「第三の
居場所」。ぜひお立ち寄りくだ
さい。



☎こころの健康支援室 ☎ 2991-1812

いいトコPhoto



▲いっぱい食べて大きくなーれ！
5月に産まれた妹のお食い初めをしました。
お兄ちゃんも写真撮影のお手伝い！
●よもぎもち（若狭）



▲今日も可愛い！
わが家に来てくれて14年目！
家族みんなとっても幸せだよ！！
●ぴかりん（小手指町）



◀初めての
カボチャ
おいしいね！
スプーンは僕
のもの
●クマゴロウ
（東狭山ヶ丘）



◀スズムシ鳴くかな？
市役所でもらったスズ
ムシのおうちを作った
よ！
●ベガロク（下安松）

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



▶明るい未来へ♪
地球の未来が明るくありますように
●ARIKAのラーメン
（東狭山ヶ丘）



◀ハロウィンモンスター
頑張って、ハロウィンのかぼちゃを作りました
●すず（山口）

ねえパパも 赤ちゃんいるの？ そのおなか

▼日常の何気ない出来事を中心に、川柳にしてみました。

●西片茂樹（東新井町）

日常おもしろ川柳

誰でもエッセイ

テーマ
「リフレッシュ方法」

現実世界を生きること

S. A（寿町）

5月に第一子を出産した。慣れない育児に奮闘する毎日で、リフレッシュの大切さを実感している。

私の1番のリフレッシュ方法は読書である。スマホは便利な一方、情報量が多すぎて疲れてしまうことがある。育児に関する情報は特にさまざまで、不安をあおるような情報も多い。

そんな情報の渦から離れ、本の物語に没頭できる時間はとても貴重なものである。小説は自分が生きる世界とは別の世界に連れて行ってくれる。探偵と謎を解いたり、殺人鬼を追ったり、宇宙でエイリアンと話したり。別世界を旅するとリフレッシュされ、現実世界をより満喫できるのだと気がついた。



子の泣き声で現実世界に引き戻される毎日だが、読みかけの本を閉じ、

価値

ねこけん（北有楽町）

人間は生きていくと、どうも自身の価値で悩むことが多いみたいだ。

例えば僕はあるスポーツをしているけれど、あまり上手じゃない。なんなら下手くそで、人から呆れられることもある。こういうことが続くと、「お前に存在価値はないなんて言われているような気がする。」



そんなとき、僕は何か一つ、その場にある自然を注視してみる。例えば空や足元に転がっている石ころなど。それらはそこにただあるのみで、何の価値も持たない。でもそのことを、この石ころは悩んでいるだろうか、なんてことを僕なりに考えてみる。そうすると、僕の場合はなんとなく楽になるわけです。

●11月号のテーマ

「寒くなったら、楽しみなこと」
締め切り●10月10日(土)



▲市HP（Qひばりちゃん）でダウンロードできます。

はつらつ
ところっこ

「厳しく、でも楽しく」こどもたちとチアで世界へ



一般社団法人One Academy 所沢 CATS ヘッドコーチ
鈴木 里奈さん（市内在住）

略して、
ところっこスキ！
所沢の好きなスポットを紹介

所沢カルチャーパーク



大型複合遊具やキャンプが楽しめる自然豊かな公園。鈴木さんは息子と娘を連れて遊びに行くのだそう。



Instagram

新所沢周辺で活動するキッズチアリーディングチームが、7月開催の関東大会で優秀な演技を評価され、米国・フロリダ州で来年4月に開催される世界大会への出場が決定した。こどもたちを世界のステージへ送り出すのは、指導者の鈴木里奈さんだ。

鈴木さんは所沢で生まれ、大らかな父と芯があり厳しくも寛大な母のもと、3人きょうだいの末っ子として育った。幼少期は、「笑っていればいいよ」という両親の言葉とともに、好きなことに打ち込みながら、のびのびと育ったという。

所沢小学校を卒業後、都内の私立目白研心中学・高校に入学した。多く経験した習い事の中でも、長く親しんできたクラシックバレエを続けるつもりでいた鈴木さんだが、周囲の勧めを断れず、チアリーディング部に入部することになった。

滑らかな動きでかつ発声がないクラシックバレエとは表現方法が大きく異なり、最初は戸惑いがあったという。中学2年生になるとチアリーディングが合わないと感じ、心が折れてしまったこともある。一時的に退部したが、1カ月ほどで再入部した。チアリーディングを継続できたのは、「仲間にも恵まれ、中学の顧問の先生が大好きだったからです」と話す。

大学は大分にある日本文理大学に進学した。日本一を目指す強豪校の練習は、

生半可な気持ちではついていけない。大好きだった中学・高校の仲間がいない環境へと変化し、部活内での人間関係に悩み、辞めて所沢に戻ろうとしたこともあった。それでも、「この4年間は里奈の全てを守ってやるから、自分らしいチアを思い切りやってみろ」という監督の言葉が心の支えになり、続けることができた。この人のためにやってみよう、1年後にはキャプテンを務め、全日本学生選手権でも日本一に輝いた。

監督の影響で、2021年に大学卒業と同時にスクールをオープンし、指導者となった。地元を盛り上げたい気持ちもあり、所沢の地を選んだ。

鈴木さんは、こどもたちについて、「とにかく仲が良く、こども同士で支えあう文化がある、愛のあるチーム」だと語る。また、こどもたちを深く信頼しているからこそ、全力で向き合い、厳しい指導もできるという。

練習以外の交流の場をつくることも大切にしている。「例えばハロウィンやクリスマスは、みんなで全力で楽しんでいきます」と、無邪気な笑顔をみせた。

「ゆくゆくは所沢の誇りとなるチアリーダーとして活躍していきたいです。市民の皆さんを応援できる場があればぜひ呼んでください」と話す。

強い絆がチームの大きな武器になっている。人との繋がりに支えられながらチアリーディングを続け、実績を残してきた鈴木さんだからこそできる指導があるのだろう。

(取材：平岡)

今月のプレゼントクイズ！

西武園ゆうえんち入園+アトラクション乗り放題！
1日レチャー切符（ペア）（4,900円相当×5組10人）

昭和レトロな
世界観♪

昭和の熱気や活気と、懐かしい町並みを圧倒的なクオリティで再現。当時の人々との触れ合いや、食体験、予定調和ではない人情味あふれるライブパフォーマンスにより、「心あたたまる幸福感に包まれる世界」に引き込みます。

●西武園ゆうえんち
山口2964
☎2929-5354
◎営業日時は公式HP
をご確認ください



◆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（10月10日(土)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⑦10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

●先日、幼い子連れて避難所に避難していた方をテレビで見たときは、わが家にも乳幼児が2人いるため他人事とはとても思えず、未だにその映像が頭にこびりついてます。しかし、今回の「所沢式」避難所開設スタートキットの特集を見て、こんなものがあるのかと少し不安が拭われました（下安松・20代）

●災害時に必ずしも市職員が来れるとは限らないため、このような誰でも開設できるキットは良い取り組みだと思います（上新井・40代）

編集から●災害時、自宅が安全な場合は、在宅避難になります。定期的な備蓄品の見直しもお忘れなく

●はつらつところこの小澤大悟さんのインフラスタンドの発想が面白いのと、循環型トイレの普及モデルへのチャレンジが興味深かった（上安松・70代）

編集から●既存の考えにとらわれない小澤さんだからこそ、解決できる課題があるのではないかと思います。今後の展開も楽しみです♪

●中核市のことが、漫画形式で分かりやすく解説されていて読みやすかったです。次回も期待したいです（西所沢・70代）

編集から●所沢市は2030年4月に中核市移行を目指しています。本号で連載は11回目。今後もぜひ注目してください！

編集後記

●今回は、チアリーディング指導者の鈴木さん取材しました。市長表敬訪問の際に、間近でチアリーディングを拝見し、皆さんとても輝いていました。地域のイベントにも度々参加されており、10月24日(土)正午からは、市民フェスティバルに出演されます。強い絆が生み出す迫力の演技は必見です！（平岡）



●特集の取材で、高齢者の方の体操クラブやスポーツされている様子を拝見。勝ち負けに興じるのも、晴れ晴れとした表情も素敵だなとしみじみと思いました。元気をもらえました（上地）

●同窓会で「広報とこざわ」読んでるよ！と嬉しい声。どこかで頑張っている同級生にも自分の仕事が見られているのだと思うと、一層気が引き締まります。来月号も気合い入れて頑張ります！（深町）



◀8月7日(金)に市役所1階市民ホールで、化粧まわし寄贈式を開催。大山親方(元小結・北勝富士関)に会い、多くのファンが駆けつけ、質問コーナーも実施。最後はファンを握手でお見送りしました。
写真:野村義男



スティールパンは
ドラム缶から
生まれた打楽器♪

◀8月18日(木)に山口まちづくりセンターで、体験型ミュージックパーク スティールパンとあそぼうを開催。講師の演奏から始まり、演奏体験やワークショップを行い、最後は自分が作ったスティールパンを使い、全員で演奏しました。
写真:笠原克生



「ところざわ通信」
(Ｑとこ通) もご覧
ください。



◀TOKOROZAWA English Summer Camp 2026が8月25日(火)に教育センターで行われました。教室では、原則英語。最初は緊張していた子どもたちも、グループに分かれボードゲームやクイズを身振り手振りや英語を使いながら、楽しんでいました。
写真:中島康二朗

▼9月5日(土)に市役所で、所沢シェアプロジェクト(#シェアトコ)が始動!“まちの発信者”となり、所沢市の魅力をInstagramで発信する企画で、ワークショップで所沢の魅力を掘り下げ、動画の発信方法についても学びました。
写真:西山元博

// #シェアトコ //



所沢の魅力を発信

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
10月4日(日)	柳内医院	内、放、胃、循、呼	元町 21-7	2922-2005
	小手指整形外科	整、リウ、外、リハ	小手指元町 3-2-31	2947-3321
	村田医院	内、小	上安松 538-7	2997-5051
10月11日(日)	新所沢清和病院	内	神米金 141-3	2943-1101
	さくら眼科・内科	眼	けやき台 1-8-2	2926-9339
	ほさか内科クリニック	循内、内、糖内、アレ、呼内、消内	東所沢和田 1-1-8	2941-5731
10月12日(祝)	所沢中央病院	内	くすのき台 3-18-1	2994-1265
	田中耳鼻いんこう科	耳鼻咽喉、アレ	西狭山ヶ丘 1-3118-11	2948-1166
	けやき台どんぐりクリニック	内、小、アレ、神内	けやき台 1-16-5	2923-8171
10月18日(日)	マツバクリニック	内、外、リハ	松葉町 8-7	2995-5131
	スマイル・まやクリニック	皮、形成外科、リハ	西所沢 1-3-5 NKパークビル 2 階	2939-1213
	所沢腎クリニック	内、泌	下安松 1564-1	2945-6600
10月25日(日)	メイプルクリニック	内	山口 33-1 グランディール 202	2968-8663
	賀古整形外科	整、外、リハ、形	北秋津 124-1	2924-9771
	きたはたファミリークリニック	内、外、小、アレ、皮	小手指南 4-13-6	2947-0011
11月1日(日)	さいとう内科クリニック	内、放	小手指町 4-17-3	2936-8700
	所沢眼科クリニック	眼	日吉町 9-3	2924-1953
	やましろ内科クリニック	内、腎内	東所沢和田 2-4-20	2946-9322
11月3日(祝)	圏央所沢病院	内	東狭山ヶ丘 4-2692-1	2920-0500
	おうえんポリクリニック	皮	中富 1037-1	2990-5818
	岩下悦郎消化器内科クリニック	内、消、胃、小	北有楽町 24-5	2928-3636

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	○※1	×	×	×
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	○	○※2	○	○※2

※1…10月11日(日)は休診 ※2…受付時間は、午後2時45分まで
◎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	10月4日(日)・11日(日)・12日(祝)・18日(日)・25日(日)・11月1日(日)・3日(祝)							

※1…要事前問い合わせ ※2…10月12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:10月4日(日)・11日(日)・12日(祝)・18日(日)・25日(日)・11月1日(日)・3日(祝)
／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 ※は ☎ 048-831-0099 (依頼書は県庁) (Ｑ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