

広報

ところざわ

3月

令和3年
(2021年)
No.1188

主な内容

- 4面 新型コロナウイルス関連情報
- 5面 市職員採用試験
- 6面 ところワゴン実証運行開始
- 7面 春がやってくる♪

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/>



⚠️ 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や各問合わせ先で最新情報をご確認ください(掲載情報は2月19日時点のものです)。

👤 人口(前月比) 344,194人(-22人) 男170,461人(-8人) 女173,733人(-14人) 🏠 世帯数163,675世帯(+120世帯) 令和3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。



多くの人の生活リズムや環境が変わる春は、交通事故が多くなるシーズンでもあることをご存じですか？
交通事故でケガをしたり、させたりしてしまつては、新生活のスタートが台無し。交通事故に遭わない・起こさないために、交通安全について改めて確認しましょう！
☎交通安全課 ☎ 2998-9140

交通事故から命を守ろう

春です。新しい環境を楽しみにしている人もたくさんいることでしょう。でも、生活リズムや環境が変わるこの季節は、交通事故が増える時季でもあります。

加えて、新入学児童など、大人の手を離れて行動する子どもたちも増える頃。大切な人の元気な「ただいま!」を今日も明日も聞くことができるように、交通安全を改めて見直しませんか。

交通事故が減っても油断禁物!

新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、外出を自粛する人が多かった昨年は、全国の交通事故件数は減少。しかし、交通量が減った道路でスピードを出す自動車が増えたり、密を避けてバイクで移動する人が増えたりして、死亡事故が増えた地域も。交通量が少なくても油断は禁物です。

歩行中の交通事故にご用心

所沢市でも交通事故件数は減っているものの、歩行中の高齢者が関係する事故は増加中。高齢者に限らず、歩行中の事故に遭わないよう注意しましょう。

- ▶ 道路を渡る時は必ず横断歩道を利用
- ▶ 夜間は明るい色の服装や反射材を着用
- ▶ 「歩きスマホ」はやめましょう

子どもたちを見守ろう

子どもたちが学校に行くときに毎日通る通学路は、児童の安全に配慮して決められています。それでも信号のない交差点や、歩道のない狭い道路を通らなければならないことも。

そういった危険が予測される場所は、スクールゾーンに指定して車の進入を抑制し

たり、交通指導員を配置したりして、安全確保に努めています。

地域のボランティアや保護者の皆さんも協力して、子どもたちを見守っています。皆さんも、子どもたちの安全のために気配り・目配りをお願いします!

交通指導員

小学校の登下校の時間。ピシッと制服に身を包み、優しく子どもたちを見守る。そんな交通指導員の姿を見かけたことはありませんか？

暑い夏の日も寒風吹く冬の日も、児童が安全に通学できるように交通指導員は通学路に立ち、子どもたちを見守っています。

また、警察と協力して、小学校や保育園、幼稚園で交通安全教室を開催し、信号機の見方や横断歩



◀ 子どもの登下校を見守る、頼もしい存在!

道の渡り方、自転車の乗り方など、大切な交通ルールを子どもたちに教えるのも交通指導員の重要な役目です。

お世話になっているのは、子どもだけではありません。シティマラソン大会や市民フェスティバルなど、市のイベントで来場者の安全確保などの任務につくこともあります。

私たちの安全を見守る交通指導員。町やイベント会場で見かけたら、応援してくださいね!



スクールゾーン

スクールゾーンは、通学する子どもたちの安全を確保するために、車の通行が規制される場所。標識に記載された曜日・時間帯は、車両が通ることはできません。

普段通っている場所や近所の道がスクールゾーンに指定されていないか、ご確認を!



大人も一緒に手で合図

埼玉県と埼玉県警察では、横断歩道を渡るときに手で合図することを奨励しています。子どもは大人の行動を見て学ぶもの。大人が率先して行動しましょう!



交通ルールを守ろう

自転車やバイク、自動車。どれも日常生活に欠かせない便利な乗り物ですね。その一方でルールを守らずに乗ると、自分だけでなく他の人を傷つけてしまう恐れもあります。

通勤、通学の方法が変わる人が多くなる新年度を迎える前に、つつい見落としがちな交通ルールを確認しておきましょう！



自転車編

自転車は「車」です！

環境に優しく健康的。通勤、通学、子どもの送迎に何かと便利な自転車ですが、法律の上では車の仲間です。「歩行者優先・原則車道を左側通行」などのルールを守り、安全に利用しましょう。



自転車安全利用五則

昨年、全国の自転車の交通違反は、過去最多の摘発件数に！この10年で約10倍に増えています。「自転車安全利用五則」は、自転車に乗るときに守るべきルールのうち、特に大切な5つのルール。事故の加害者にも被害者にもならないように、確実に覚えて実践しましょう！

守ろう！自転車の5つのルール

- 1 自転車は車道が原則、歩道は例外
- 2 車道は左側を通行
- 3 歩道は歩行者優先、車道寄りを徐行

加入してる？自転車保険

ご存じですか？自転車事故で1億円近い賠償を命じられたケースがあるんです！埼玉県では、他人を怪我させてしまった場合など相手に与えた損害を補償できる保険などに、自転車利用者が加入することが義務づけられています。事故は起こさないのが一番ですが、万一にしっかり備えましょう。



4 安全ルールを守る

- ▶ 飲酒運転、二人乗り、並進は禁止
- ▶ 夜間はライトを点灯
- ▶ 交差点では信号を守り、一時停止、安全確認を
- ▶ スマホやイヤホン、傘差しなど「ながら運転」禁止



5 子どもはヘルメットを着用



自動車編

「所沢の車は止まってくれない」なんて言わせない！

日本では、海外に比べて横断歩道で停車するドライバーが少ないという話を耳にしたことはありませんか？なんと、埼玉県ではさらに全国平均より停車率が低いという調査結果があるのです※！

所沢市では、「TOD（所沢おもいやりドライブ）」を推奨しています。ドライバーのみなさん、「横断歩道は歩行者優先」を胸に、一層の「おもいやり」をお願いします！



※令和元年 JAF 調査による

埼玉県はシルバードライバーの事故が多い!?

令和元年に交通事故を起こしたドライバーのうち、高齢者が占める割合は、全国平均 18.1% に対して埼玉県では 27.8% と、非常に高くなっています。

高齢になると、身体能力とともに、とっさの判断能力も若い頃より落ちてきます。

所沢市では、65歳以上で運転免許を自主返納された方に、ところバス・ところワゴン（6面参照）を1年間無料で利用できる定期券または回数券を差し上げています。

また、埼玉県警察の「シルバー・サポーター制度」は、運転免許を自主返納すると受け取れる「運転経歴証明書」を提示することで、協賛店舗での買い物やタクシーの乗車料金が割引になるものです。

ご自身やご家族の運転がちょっと心配、という方は、運転免許の自主返納について考えてみませんか。

▶埼玉県警察HP



サポカー補助金

テレビコマーシャルなどでよく目にしますよね、「サポカー補助金」。これは、65歳以上のドライバーが、安全運転をサポートする機能が付いた自動車や、後付けの装置を購入する際に受けられる補助金のことです。

「サポカー」は、「セーフティ・サポートカー」の略。自分や家族の安全運転のために、補助金を利用したマイカーの装備見直しを検討してみては？

◎予算額に達することが明らかになった場合は、年度途中で終了する場合があります。詳細は経済産業省の専用HPをご覧ください。



新型コロナウイルス感染症 関連情報

緊急事態宣言が延長中。感染しない・させないための基本的な対策を引き続きお願いします。

ワクチンの接種準備も進んでいます。1日も早い収束のために、正しい情報の確認と冷静な判断、行動を改めて心掛けましょう。

◎2月19日時点の情報を掲載しています。詳細や最新情報は、市HPをご覧ください。なお、電話番号の市外局番「04」は省略しています。



問保健センター健康管理課
☎ 2991-1811

▶中止・延期が決まったイベントは、市HP(Qイベント)の中止・延期)やとろざわほっとメールで随時お知らせします。



▶市内公共施設の一部利用制限を延長しています。詳細は市HPをご覧ください。各担当課にお問い合わせください。



ワクチン接種準備 進行中!

2月14日、国内で初めて新型コロナウイルスワクチンが薬事承認されました。現在、市では皆さんがワクチンの接種を円滑に受けられるよう準備を進めています。

3月下旬ごろから、対象者へのお知らせの郵送を順次開始する予定です。65歳以上の高齢者への接種は、早くても4月1日以降になる見込みです。最新情報は、市HPなどでお知らせします。



▲市HP



新型コロナワクチン対策室を設置

2月1日、新型コロナウイルス感染症のワクチン接種を安全かつ迅速に実施するために、保健センター健康管理課内に対策室を設置しました。

集団接種体制の整備や会場運営、市内協力医療機関との調整、接種券の発送、コールセンターの設置などを行っています。

i 対策室からお知らせ

3月1日(月)～

所沢市新型コロナワクチン
接種コールセンターを設置

☎ 0570-005527

(年中無休/午前8時30分～午後5時15分)

「最近所沢市に引越してきたのだけど…」 「基礎疾患の範囲は？」などの問い合わせに対応します。



接種を受けるには?

接種までの流れ

- ①接種券と接種会場の一覧が郵送で届く
- ②接種券が到着したら、LINE やインターネット、電話で予約
- ③予約日に接種券と本人確認書類(運転免許証、健康保険証など)を持って会場へ

接種の優先順位

- ①医療従事者…2月中旬以降
- ②65歳以上の高齢者(昭和32年4月1日以前生まれの方)…早くても4月1日以降
- ③高齢者以外で基礎疾患がある方や高齢者施設などで従事している方
- ④それ以外の方(現時点では16歳以上が対象)

接種回数/費用

2回/無料(全額公費で接種を行います)

接種方式・会場

原則として、住民票がある市町村で接種を受けます。

所沢市では、個別接種・集団接種併用方式で実施。個別接種は市内協力医療機関で、集団接種は市民体育館と保健センターで実施する予定です。

◎接種会場一覧は、決定し次第、市HPや広報紙でお知らせします。



ワクチン接種は受けなくてはいけないの?

受ける・受けないを選択できる努力義務となっていて、強制ではありません。また、受ける方の同意なしに接種が行われることはありません。予防接種による感染症予防の効果と副反応のリスクの両方を理解した上で、接種を受けていただきます。



持病があるけど大丈夫?

かかりつけ医にご相談ください。かかりつけ医が協力医療機関の場合は、予約後、そちらで接種することもできます。

i 予防接種健康被害救済制度

このワクチン接種によって健康被害が生じ、医療機関での治療が必要になったり、障害が残ったりした場合に、予防接種法に基づく救済(医療費・障害年金などの給付)が受けられます。

現在、ワクチン接種を行う
看護師を募集中です。
詳細は12面を
ご覧ください。



ワクチン接種をかたる不審電話にご注意!

「ワクチン接種を受けるために10万円を振り込むように」など、保健所や自治体職員を装って金銭や個人情報をだまし取ろうとする電話が、県内で確認されています。

ワクチンの接種費用は、全額公費で負担するため無料です。ワクチン接種のために、市役所などが金銭や個人情報を電話で求め

ることはありません。

国民生活センターの「新型コロナワクチン詐欺 消費者ホットライン」では、ワクチン詐欺に関する消費者トラブルの相談を受け付けています。

相談番号 0120-797-188

(年中無休/午前10時～午後4時)

相談は警察や消費生活センターでもお受けしています。「おかしいな」と思ったら、すぐにご相談ください。

問消費生活センター ☎ 2998-9204

令和3年度
第1回

市職員採用試験

問職員課 ☎2998-9048

一次試験日

事務職：エントリーシートのデータ提出のみ

技術職・看護師：5月2日(日)

申し込み
受付期間

3月8日(月)～26日(金)

春と秋、2回実施する所沢市の職員採用試験。
春の事務職一次試験は、エントリーシートの提出だけ！
「今から公務員試験の勉強は間に合わない…」というあなたでも、まだ間に合います。
エントリーシートの提出は電子申請・電子メール利用で、会場に出向く必要もなし。
ご応募お待ちしております！



募集職種・募集人数	受験資格
事務職 【30人】	◎詳細は募集案内を必ずご確認ください。 次の全てを満たす方 ▶平成8年4月2日以降生まれ▶令和2年4月～4年3月に大学・大学院を卒業または卒業見込み
技術職※ 土木【3人】 建築【2人】 建築設備【2人】	◆大学・短大・高校卒 平成4年4月2日以降生まれで、次のいずれかに該当する方 ▶各職種に関係する学部・学科を卒業後、平成29年3月～令和4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▶平成29年3月～令和4年3月に高校（卒業のみ）・短大・大学などの各職種に関係する学部・学科を卒業または卒業見込み ◆民間企業など経験者枠 次の全てを満たす方 ▶昭和57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3年3月末時点）
看護師 【2人】	次の全てを満たす方 ▶昭和37年4月2日以降生まれ▶看護師の資格を取得▶病院（クリニック、診療所など含む）での看護師業務を3年以上経験▶三交代制勤務が可能

※技術職の募集人数は、「大学・短大・高校卒」と「民間企業など経験者枠」を合わせた人数です。

一次試験

- ▶事務職
☑4月30日(金)～5月2日(日)に電子データによるエントリーシートの提出
- ▶技術職・看護師（会場で実施）
☑5月2日(日)
- ☑専門試験（看護師は適性検査）、性格適性検査、面接カードの提出
- ◎詳細や二次試験については、募集案内をご覧ください。

申し込み方法

3月1日(月)から配布する募集案内をご覧の上、市HP（人材募集）から電申



▲市HP

◎募集案内は同HP、市役所4階職員課で入手できます。インターネット環境がない方は郵送で申し込みできます（3月26日(金)消印有効）。

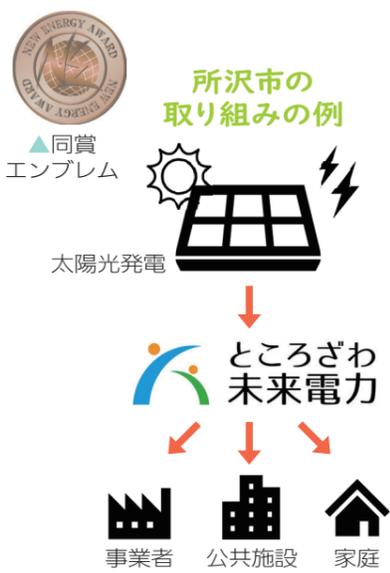
【留意事項】

- ▶第2回試験（秋の採用試験）は、本紙7月号で公表、9月実施予定。
- ▶春・秋の採用試験の併願は不可
- ▶採用予定日は令和4年4月1日以降。
- ▶ただし、今回募集分の看護師については3年7月1日

所沢市と(株)とことろざわ未来電力が
「新エネルギー財団会長賞」を受賞!

問環境政策課 ☎2998-9133

本紙12月号の特集記事でもお伝えした、所沢市のエネルギーの地産地消事業。このたび、新エネルギーの導入や普及啓発など優れた取り組みを表彰する新エネルギー財団「新エネ大賞」の地域共生部門で「新エネルギー財団会長賞」に輝きました！
所沢市と(株)とことろざわ未来電力が共同で取り組む公共施設での再生可能エネルギーの活用や、ポートソーラーなどの売電収入を市民の再生可能エネルギー導入の補助に活用していることなどが評価されたものです。



近隣5市でゼロカーボンシティ共同宣言



▲5市の市長が共同で宣言

昨年11月、2050年までに市内の二酸化炭素排出量実質ゼロを目指す「ゼロカーボンシティ」を表明した所沢市。
この取り組みをさらに連携して進めようと、ダイアプランを構成する近隣5市（所沢・飯能・狭山・入間・日高）が、2月15日に共同で宣言を行いました。
今後、5市が協力して再生エネルギーの利用促進や森林の活用などを一層進めます。

全国広報コンクール

広報とことろざわが2年連続で県内特選を受賞!

問広報課 ☎2998-9024

全国広報コンクール埼玉県審査（鑑日本広報協会主催）で、令和2年10月号表紙が写真部門・1枚写真で1位となる特選を受賞！昨年の広報紙部門・市部に続き2年連続の特選受賞となりました。
本作品は、埼玉県推薦作品として、本年5月の全国審査へと進みます。
平成28年度のリニューアル以来、5年連続で県内入選を果

たした「広報とことろざわ」。今回の受賞を励みに、今後も読者の皆さんに「読みやすい・役立つ・共感できる」と感じてもらえるような、「読んでうれしい広報紙」を目指し、魅力ある広報紙をお届けしていきます！

◎入賞した広報紙はデジタルブックや無料アプリ・マチイロなどでもご覧になれます。詳細は市HP（広報）をご覧ください。



◀タブロイド判の大きさを生かし、所沢産農産物のおいしさ、生産者と消費者の距離が近い所沢の農業の特徴をインパクトある構図で表現

撮影秘話

撮影当日は風が強くて、テーブルクロスが何度も飛ばされそうに。卓上のグラスの中身はワインでなく狭山茶。細かいところまでこだわっているんだよ♪



4月1日から 三ヶ島地区で

ところワゴン 実証運行開始

企画総務課 ☎2998-9046 (令和3年3月末まで)
都市計画課 ☎2998-9192 (令和3年4月1日から)



市庁 (Qとろざわ)

4月から、小型ワゴン車を使った新しい交通手段「ところワゴン」が三ヶ島地区に誕生します。ルートは2通り。ところバスでは入れないような狭い道路も運行します。今後、他の地区にも導入予定です。
◎利用案内は3月上旬に三ヶ島地区に配布するほか、三ヶ島まちづくりセンター、狭山ヶ丘コミュニティセンターで入手できます。

◆路線図

狭山ヶ丘駅を起点に2ルートで運行。

▶ 林・糞谷ルート

... ① ~ ⑱

▶ 若狭・三ヶ島ルート

... ① ~ ㉑

⚠ ところバスと共用のバス停があるので、乗り間違いに注意!



◆利用料金

種類	運賃
一般 (乗車1回)	大人 200円 小学生 100円
一日乗車券	大人 500円 小学生ほか 200円

※一日乗車券はところワゴン・ところバス全線が1日乗り降り自由です。車内で購入できます。

留意事項

- ▶ ルートの乗り継ぎ割引なし
 - ▶ 未就学児は同伴者1人につき2人までは無料
 - ▶ 特別乗車証の提示で、障害者などは無料のほか、65歳以上の方などは割引制度あり
- ◎詳細は担当課または市庁 (Qとろざわ) でご確認ください。

◆運行時間

各ルート午前7時~午後6時台で1時間に1本/各12便 (年末年始を除く)

本数が多くなって便利ね!



- ▶ 定員8名 (うち1名は車いす)
- ◎定員を超えた場合、後続車 (臨時便) が来ます。
- ▶ 3台のワゴンにはそれぞれ「比良の丘号」「林GO!」「三ヶ島GO!」の愛称が♪
- ▶ 乗降ステップ、手すり、車いす用電動リフトを装備

4月1日から 変わる窓口のまとめ

市役所組織の見直しで窓口などが変わる組織をご案内します。

☎経営企画課 ☎2998-9027

令和3年3月末まで

4月1日(木)から ◎太字が変更箇所です。

課名など	課名など	場所	電話番号	見直し概要
IT推進課	デジタル戦略課	高層棟 7階	2998-9036	業務システムや行政手続きのデジタル化推進
環境政策課 まちごとエコタウン推進室	まちごとエコタウン推進課 ※ゼロカーボンシティ推進室	高層棟 5階	2998-9133	環境に配慮した社会・脱炭素社会への取組の推進
企画総務課 交通政策室	都市計画課 交通政策室	高層棟 5階	2998-9192	都市計画の視点を加えた交通政策の充実
危機管理課	危機管理室	高層棟 4階	2998-9399	災害などの緊急対応強化
契約課 工事検査室	契約課 技術管理室	高層棟 4階	2998-9225	技術管理の強化による工事品質の向上
交通安全課	防犯交通安全課	低層棟 1階	2998-9140	警察と連携し地域の防犯を促進
危機管理課 防犯対策室	防犯交通安全課 防犯対策室	低層棟 1階	2998-9090	
文化財保護課	文化財保護課	生涯学習推進センター内 (並木 6-4-1)	2991-0308	ふるさと研究の充実

※ゼロカーボンシティ...2050年までに市内の二酸化炭素排出量を実質ゼロとすることを表明した自治体。所沢市も表明しています (5面参照)。

Memo 主な変更窓口

業務	変更後
ところバス・ところワゴン	高層棟 5階 都市計画課 ☎2998-9192
防犯の相談	低層棟 1階 防犯交通安全課 ☎2998-9090
国際交流	高層棟 3階 企画総務課 ☎2998-9046



春の散歩にぴったり♪
3月24日
 ~28日
サクラまつり
春のピクニックマルシェ
 問 商業観光課 ☎2998-9155

桜 の季節。東川沿いがピンクに染まる季節に、所沢市やその近郊の人気店がマルシェを開催！パン屋やカフェ、雑貨店など20店舗が出店します。散歩も兼ねて訪れてみては？

■ 3月24日(水)～28日(日)
 午前11時～午後4時
 場 ところざわサクラタウン (東所沢和田)



応募総数 58件！
 よつとこ
愛称が YOT-TOKO に決定！

令和3年5月、サクラタウンの隣接地にオープンする「所沢市観光情報・物産館」の愛称が決定！
 ～込められた想い～
Y よいもの
O おいしいもの
T 楽しいもの
TOKO ろざわ

ご応募ありがとうございました
 ▲所沢の観光拠点に♪

桜 市内には名所がいっぱい！
ギャラリー
 桜の開花までもう間近。本号では昨年に市民カメラマンが撮影した写真で心癒やされましょう♪

東川の桜並木 (写真:遠井洋子)

雪が降ると...
 ▲今年も3月下旬にライトアップ予定。最新情報は市HPをチェック！

残念ながら今年の「金仙寺桜まつり」は中止。来年の開催をお楽しみに♪

金仙寺のしだれ桜 (写真:滝島利男)

多摩湖と合わせて約2万本！

狭山湖の桜 (写真:中村 仁)

お知らせ

！ 新型コロナウイルスの感染拡大の状況により内容変更の場
合があります。市庁や各問い合せ先で最新情報をご確認ください
(掲載情報は2月19日時点のもの
です)。

施設の利用状況など

利用の制限など施設の状況は、市庁で確認ください。利用の際は、マスクの着用など感染症対策にご配慮ください。

イベントの中止など

中止などが決定した主なイベントをお知らせします。かっこ内は当初の開催予定日です。詳細やその他のイベントは市庁をご覧ください。

◆市民文化フェア(例年4月開催)
文化芸術振興課
☎20998-9211

◆新三八市(3月14日)
商業観光課 ☎20998-9155

市・県民税の申告期限を延長

確定申告期限が延長されたことに伴い、市・県民税の申告期限を4月15日(木)まで延長します。申告は郵送でも可能です。詳細は市庁(Q申告)をご覧ください。

市民税課
☎20998-90064

「ふるさと」の放送時刻を変更

毎日夕方に防災行政無線から放送される「ふるさと」の4月と9月の放送時刻が、午後4時30分から5時30分になりました。1年間の放送時刻は次のとおりです。

▼4月1日(木)～9月30日(木)：午後5時30分
▼10月1日(金)～3月31日(木)：午後4時30分

▽危機管理課 ☎20998-9399
埼玉県中小企業・個人事業主等家賃支援金の申請期限を延長

新型コロナウイルス感染症の影響で売上げが減った店舗の家賃を一部補助します。
延長後の申請期限 3月31日(木)

県庁(Q)埼玉県家賃支援から電子申請
県・中小企業等支援相談窓口 ☎0570-000-678

3月の休日漏水修繕担当店

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。担当店に直接ご連絡ください。

日	当番店	電話番号
6日(土)	(株)貫井産業	2993-0110
7日(日)	(株)楽々	2923-4900
13日(土)	(有)本田技管	2948-1300
14日(日)	(有)松本設備工業所	2922-5911
20日(祝)	上野管工(株)	2923-5890
21日(日)	(有)石和設備工業	2993-8108
27日(土)	(株)ヒロスイプラス	2941-5228
28日(日)	(株)糟谷設備工業所	2923-8888

▽所沢市管工事業協同組合 ☎2922-6185
2922-9614

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11日(木)午後6時～7時

場市役所7階701会議室
対過半数が市内在住・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。
公園課 ☎20998-9196

令和3年度版 ①ごみカレンダー ②健康ガイドとろざわを配布

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19日(金)
資源循環推進課 ☎20998-9146



②健康ガイドとろざわ 配布期限 3月31日(木)

◎乳幼児健診、健康教室、予防接種、がん検診(申し込みはがき付き)などの情報を掲載しています。
保健医療課 ☎20998-9385



クイズ①

運転免許を自主返納して
買い物やタクシーをお得に!

シルオー・サポーター制度

ヒント・3面 応募方法は15面

手続きはお忘れなく！ 土・日曜の窓口

【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の申請の際は、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13日(土)	3月27日(土)	3月13日(土)	3月27日(土)	4月4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同課国民年金担当☎2998-9095
②国民年金の手続き	○	○	○	○	○	
③国民健康保険の手続き	○	○	○	○	○	同1階国民健康保険課 ③☎2998-9131 ④同課後期高齢者医療制度担当 ☎2998-9218
④後期高齢者医療制度の相談			○	○	○	
⑤介護保険の手続き				○	○	同1階介護保険課 ☎2998-9420
⑥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
⑦市税・国民健康保険税の納付	○	○	○	○	○	収税課(同1階特設窓口) ☎2998-9073
⑧納税相談			○	○	○	
⑨新入学・転入学の手続き				○	○	学校教育課(同1階特設窓口) ☎2998-9238
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

◎3月13日(土)・27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)。問上下水道お客様センター ☎2921-1080

市内小・中学校に通学する児童生徒の就学費用を援助

経済的理由でお困りの世帯（所得の目安は4人家族で前年所得の合計が316万円未満）

給食費 学用品費 新入学用品費（入学前に支給を受けていない4・5月認定の）

新小・中学1年生

林間学校費

学旅行費

体育実技用具費

医療費

留意事項

申請は毎年度必要

申請は毎月15日が当月分の締め切り

1月2日以降の転入者は、家族全員の令和2年中の所得証明が必要

4月分からの援助は、4月15日（休）までに申請書と振込先口座（申請者名義）が分かるもの（写し可）を持ち、小・中学校が市役所6階教育総務課に直接、もしくは〒399-02998・92232

小・中学校への郵送は不可です。詳細は市

就学援助）や学校で

配布する申請書をご覧ください。

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・成績優秀な高校生などに、奨学金を支給します。新型コロナウイルス感染症の影響で令和2年中の所得が減った方も対象になる場合があります（基準あり）。

育英奨学金

4月から高校・高専などに入学が決定、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・高専など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。

市民医療センター

①39,600円

②24,200円

③13,900円

④9,500円

⑤5,100円

⑥1,700円

⑦0円

⑧0円

⑨0円

⑩0円

⑪0円

⑫0円

⑬0円

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

3月31日までに①申請書②学校長の推薦書③誓約書④在学が

発行する成績証明書⑤父か母または父母双方の死亡が記載されている戸籍謄本または改正原簿（遺

児奨学金の場合のみ）⑥収入のある家族全員の2年中の所得証明

（源泉徴収票など）を市役所2階

子ども支援課に直接

〒2998-9124

①②③は市

奨学金

で入手できます。

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済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

59歳以下で退職して厚生年金や共済組合の資格を喪失した方は、退職後14日以内に国民年金への加入手続きが必要です。配偶者が扶養に入っていた場合は、第3号被保険者から第1号被保険者への変更も必要です。

本人や配偶者の年金手帳がマイナンバーがわかるもの、本人確認書類、退職日がわかる証明書（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済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。

市民課（国民年金担当）

8・9095、所沢年金事務所

2998・0170

令和3年度の人間ドック予約受付中

コース ①日帰りコース

②生活習慣病コース

市民医療センター

①39,600円

②24,200円

③13,900円

④9,500円

⑤5,100円

⑥1,700円

⑦0円

⑧0円

⑨0円

週間前までに同センターに電話

予約

2081

詳細は市

人間ドック

をご覧ください。

ナラ枯れ被害にご注意を！

「カシノナガキイムシ」による

「ナラ枯れ」の被害が市内で多

発しています。

放置すると、倒木の危険や健康

な木に感染する恐れがあります。

発見した場合は速やかに伐採を

ご検討ください。

なお、伐採で発生した木材は、成虫の飛散を防ぐため、ビニールシートで覆い燻蒸薬剤で処理したり、焼却場に持ち込んだりするなど対応をお願いします。

みどり自然課

2998・9373

飲食店向け店舗での感染症対策の研修サイトを開設

食事の提供方法や正しい消毒・換気方法など、飲食店が取り組むべき具体的な感染症対策について動画で研修を受けられます。

詳細は市

店舗支

援事業）をご覧ください。

商業観光課

2998・9155

旧暫定逆線引き地区（北中・牛沼・上山口）、小手指町二丁目一部の用途地域変更・形態規制指定

4月1日に変更・指定を行う予定です。それに伴い、景観法の届け出も変更になる予定です。詳細は市

都市計画課

2998・9192

用途地域・景観について：都市計画課

2998・9180

形態規制について：建築指導課

2998・9180

障害者雇用推進企業支援補助金

障害者を雇用する経費の一部を補助します。事前の登録が必要です。障害者を雇用する予定の市内事業者はお問い合わせください。

産業振興課

2998・9157

令和3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

水質検査）をご覧ください。

上下水道局給水管理課

29921・1082

シラコバト基金への寄付にご協力ください

ボランティア活動の支援や障害のある人の生活をサポートするために役立てています。ご協力をお願いします。

市民課

048・8330・3223

埼玉県受動喫煙防止条例が4月1日に施行

県内では、既存特定飲食提供施設（令和2年4月1日時点で営業中の資本金または出資の総額が5千万円以下で、客席面積が100㎡以下の飲食店）が喫煙可能室を設置するには、健康増進法の要件に加え、全ての従業員の承諾が必要になります。

喫煙可能室を設置した場合は必ず狭山保健所に届け出をしてください。

詳細は県

受動喫煙防止条例）をご覧ください。

同条例について：県

健康長寿課

048・3582

届出方法について：狭山保健所

04・29954・6212

自転車の盗難に注意！

被害が増加しています。路上駐輪はせず、自宅敷地内でも施錠は忘れずに。一重ロックが効果的です。

所沢警察署

2996・0110

City Topics

市民のための憲章

昭和62年3月、市民一人一人が人の和とふれあいの心を大切に、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
子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

指定管理者を決定

企画総務課 2998-9046

詳細は市 指定管理）をご覧ください。

指定期間 令和3年度から

施設名	指定管理者	問い合わせ
所沢駅東口市民ギャラリー	所沢市公共施設管理公社	文化芸術振興課 2998-9211
三ヶ島児童クラブなど 宮前児童クラブなど 山口児童クラブなど 上新井児童クラブなど 伸栄児童クラブ 中央児童クラブなど 牛沼児童クラブなど 和田児童クラブなど	NPO所沢市学童クラブの会	青少年課 2998-9103
北野児童クラブ	(株)がくどう舎	
小手指児童クラブ	(株)明日葉	
泉児童クラブなど 明峰児童クラブ	(株)コマーム	
西富児童クラブ 富岡児童クラブなど	北秋津児童クラブの会	
北秋津児童クラブ	(福)わか竹会	
所沢児童クラブなど	美原児童クラブなど	
美原児童クラブなど	(福)法水会	
東所沢柳瀬児童クラブなど	サイカパーキング(株)	
元町地下駐車場	所沢まちづくり共同事業体	
所沢市観光情報・物産館		商業観光課 2998-9155

消費生活 トラブル注意報

消費生活センター ☎ 2998-9143

電気の契約切り替えトラブル

事例 「電気料金が安くなるので、検針票の内容を確認したい」と電話があった。現在契約している電力会社のプラン変更と思い、契約者名やお客様番号などを教えた。後日、別の電力会社から「電気契約締結のお知らせ」と書かれた書類が届き、知らない間に契約先が切り替わっていることに気が付いた。

今月のトラブル川柳

「安くなる！」
安易に出すな 検針票

☑ ここにご用心!

- ▶ 検針票の情報は安易に伝えない
- ▶ 事業者名や料金プラン・算定方法などよく確認
- ▶ 電話勧誘や訪問販売での契約は、クーリング・オフができる場合も
- ▶ 電話・ガスの切り替えやセット割引トラブルにも注意

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)

予約制・弁護士の休日特設相談

事前予約制の電話相談です。定例の市民相談はお問い合わせください。
 3月13日(日)午前9時～正午(1人30分まで)
 定 申し込み先着6人
 因 相続や金銭問題、債権債務、損害賠償請求、民事訴訟など
 申 問 届 初 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
 日 3月5日(金)午前10時～午後3時30分
 因 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



住宅増改築等相談

3月9日(火)午後1時～3時30分
 主 催 住宅リフォーム時の注意点など
 主 催 埼玉建築士会 所沢部会
 ◆ 特設行政相談
 日 3月12日(金)午後1時～3時30分
 因 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
 【共通事項】
 場 市役所1階市民ホール
 申 問 届 初 から市民相談課 ☎ 2998・9092

社会保険労務士の労働相談

3月19日(金)午後4時～8時(最終相談:午後7時～/1人50分)
 場 市役所別館相談室
 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
 申 問 届 初 から産業振興課に電話/ ☎ 2998・9157



リサイクルふれあい館工口口の行事

① 大型家具抽選会
 日 3月12日(金)・26日(金)各日午前11時～午後1時
 ② 大きく使いやすいマイバッグを作ろう
 日 3月21日(日)午前9時30分～午後0時30分
 定 抽選9人(市内在住の大人)
 費 200円
 持 裁縫道具、ミシン糸、ものさし
 ③ ウールの着物からジャンパースカートを作ろう
 日 3月24日(水)午前9時30分～午後3時
 定 抽選9人(市内在住の大人)
 費 500円
 持 裁縫道具、ミシン糸、ものさし、厚良



狭山丘陵いきものふれあいの里センターのイベント

① 狭山丘陵自然観察会
 「湿地も森も春衣」
 日 3月27日(土)午前9時30分～午後2時30分
 対 高校生以上
 定 申し込み先着20人
 持 厚良、飲み物、筆記用具
 費 400円
 ② 狭山丘陵基礎から学ぶ植物画講座
 日 令和3年4月9日(金)～4年3月4日(金)午前9時30分～午後3時(全13回)
 対 高校生以上
 定 申し込み先着10人
 持 厚良、飲み物、筆記用具
 費 15,000円(画材代含む13回分/一括払い)
 集 合 ①早稲田大学バス停(小手指駅から同大学行き西武バス) ②同センター(下山口駅から徒歩15分)
 申 問 ①② 3月2日(火)から同センターに電話/ ☎ 29939・9412

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・在学で、会議(月1回程度)に出席できる方
 因 企画の選考・調整、PR活動、マネジメントなど
 日 3月15日(月)～4月9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 申込書は同フェスティバルHPで入手できます。



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。二色刷り広告で、半年に1度デザイン変更ができます。
 募集件数 2枠
 最低価格 10万円(1枠/税別)
 ◎ 最低価格を上回る上位2者の金額を広告料とします。詳細は市HPの検針票をご覧ください。
 日 3月15日(月)～19日(金)に上下水道局経営課に直接/ ☎ 2921・1087



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(院卒者試験は20～27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 ①② 4月28日(火) ③ 5月11日(日)
 1次試験日 ①② 5月8日(土)・9日(日) ③ 5月21日(金)～30日(日)
 ◎ 詳細は自衛隊埼玉地方協力本部HPをご覧ください。
 問 自衛隊入間地域事務所 ☎ 04・2923・4691

募集

10月30日(土)・31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

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。
 【寄付金】総額2,530,625円
 ◎ 所沢法人会様 ◎ 西新井町馬頭観音様 ◎ 所沢友和会様 ◎ 所沢市茶道連盟様 ◎ 中央管財様 ◎ ㈱ルミアン様 ◎ 井花惣次様
 【物品】
 ◎ ㈱ピクセン様(カレンダー) ◎ 宅急堂様(非接触手指消毒器) ◎ 富岡中学校後援会様(加湿器兼空気清浄機) ◎ 若松小学校開校50周年記念実行委員会様(ビデオカメラ、ジェットヒーター、加湿器) ◎ 市内5ロータリークラブ(所沢・新所沢・所沢西・所沢東・所沢中央)様(将棋本、将棋盤・駒) ◎ 太誠産業様(ゼリー) ◎ ㈱和ハウジングセンター様・高嶋健康様(お菓子) ◎ 飯能信用金庫様(点字カレンダー) ◎ ㈱読売新聞所沢センター様(ゴミ箱) ◎ 所沢グリーンサミット様(散歩車兼避難車) ◎ ㈱秀久様(除菌・消臭スプレー) ◎ ㈱タイラ様(パーテーション)



クイズ ③

4月1日(木)に新たに誕生! 環境に配慮した社会づくりを担当する市役所の部署は?



マッチョリオン
 推進課

ヒント・6面 応募方法は15面

会計年度任用職員の募集

詳細は市庁(会計年度)募集担当課にお問い合わせください。



◆ 子どもの支援課の事務補助を募集
パソコンでの児童手当業務など
定4人

日5月27日(休)～9月3日(金)午前9時～午後4時または6月1日(火)～8月20日(金)午前10時～午後4時

◆ 国民健康保険課の事務補助を募集
後期高齢者医療の電話・窓口対応など
定1人

日5月以降の月々金曜午前9時～午後5時

◆ 図書館の業務補助を募集
図書館司書の資格がある方
図書館の窓口業務など

日3月10日(水)に同課後期高齢者医療担当に応募/ ☎29998・9218

◆ 公立保育園の保育士・保育補助員
②調理員③庁務手を募集

日3月4月1日(休)～4年3月31日(休)午前9時～午後5時(週々5日)

◆ 子どもの相談センターの心理担当支援員を募集
公認心理師の資格がある方または大学や大学院で、心理学の学科や課程を修めた方(令和3年3月31日修了見込み含む)

日3月10日(水)に同センターに応募/ ☎29998・9129

◆ 学校給食の調理員②配膳員③栄養士を募集(登録制)

日午前8時30分～午後4時30分の間で5～6時間②午前10時～午後2時30分の間で3時間45分③午前8時30分～午後5時の間で6～7時間

◆ 児童家庭相談・児童虐待防止対策心理アセスメントなど
定若干名

日3月16日(火)に所沢図書館本館、松井小学校図書館

◆ 保育士は資格が必要
勤務日・時間は園により異なる
保育所・幼稚園

日3月15日(月)までに交通安全課に応募/ ☎29998・9140

◆ 市内小学校②市内小中学校勤務地は令和3年4月以降の欠員状況により異なります。

◆ 新型コロナウイルスのワクチン接種を行う看護師を募集
正看護師免許とワクチン接種経験がある方

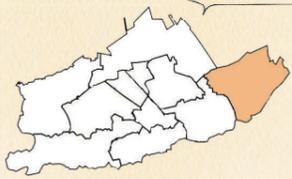
日3月9日(火)～13日(土)午前9時～午後4時(最終日は午後3時まで)

◆ 病棟看護(夜勤専従)③病棟看護補助業務④内科病棟での入院退院支援業務など⑤調剤・製剤・医薬品管理業務⑥病棟患者の摂食・嚥下機能支援
定①若千名②1人③2人④1人⑤1人⑥1人

◆ 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 上新井小、富岡小、若狭小

柳瀬の魅せどころ

☎地域づくり推進課 ☎2998-9083



地区の魅力が題材にした「いいとこだよ、柳瀬。」という曲が最近作られた
◎詳細は市庁(いいとこだよ、柳瀬)をご覧ください。



～歴史をたどる名所を発掘!～

柳瀬地区には歴史的な遺跡や社寺、遺産が数多く存在しています。柳瀬地区まちづくり協議会では、価値のある歴史遺産を広く周知するために、遺産認定標識を設置しています。

設置事業の開始から2年になり、これまでに、前回の東京オリンピックで使われた「クレ射撃会場跡」(南永井)、弘法太師が掘るようにと指示した場所から水が湧き出た「馬場之ニツ井戸」(日比田)、日本全国の地形図作成の測量が行われた「一等三角点」(本郷)に標識を立てました。

歴史ある遺産にスポットを当て、標識という形で残すことで、より一層地域に愛着が湧きますね♪多くの魅力が発掘されていくのが待ち遠しいですね!



▲水の不便だった昔の人々を救った「馬場之ニツ井戸」の標識

“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。



◆ 市内小学校②市内小中学校勤務地は令和3年4月以降の欠員状況により異なります。

◆ 市内小学校②市内小中学校勤務地は令和3年4月以降の欠員状況により異なります。

◆ 新型コロナウイルスのワクチン接種を行う看護師を募集

◆ 正看護師免許とワクチン接種経験がある方

◆ 保健センター(上安松)②市民体育館

◆ 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精神保健福祉士⑤薬剤師⑥言語聴覚士を募集

◆ 正看護師免許と看護業務経験がある方③資格不要(高校生不可)

◆ 精神保健福祉士資格と勤務経験がある方⑤薬剤師免許と病院などでの勤務経験がある方⑥言語聴覚士資格と勤務経験がある方

◆ 病棟看護(夜勤専従)③病棟看護補助業務④内科病棟での入院退院支援業務など⑤調剤・製剤・医薬品管理業務⑥病棟患者の摂食・嚥下機能支援

◆ 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 上新井小、富岡小、若狭小

◆ 市内医療センター(上安松)

◆ 市民医療センター(上安松)

◆ 同センターに応募/ ☎29992・1151

◆ 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 上新井小、富岡小、若狭小

◆ 市内医療センター(上安松)

◆ 市民医療センター(上安松)

◆ 同センターに応募/ ☎29992・1151

◆ 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 上新井小、富岡小、若狭小

あなたの力で地域を守ろう!

消防団員を募集

本業の傍ら、地域の安心・安全のために活動している消防団。身近なヒーローとして、市民の暮らしを一緒に守りませんか?



☎市内在住・在勤・在学で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)

定約20人

☎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 ▶ 制服の貸与 ▶ 応援ショップでの割引サービス ▶ 学生消防団活動認証制度で就職活動を支援

☎市役所4階危機管理課に直接・電話・メール/ ☎2998-9399 ✉ a9399@city.tokorozawa.lg.jp

つながる心が世界をおすぶ

国際交流フォーラム

6,000人以上の外国人市民が暮らす所沢市。今年のフォーラムは感染拡大防止のため、他国の文化を知ることができるパネル展示やビデオ放映で開催。国籍や文化の違いを互いに楽しもう!

☎3月9日(火)～13日(土)午前9時～午後4時(最終日は午後3時まで)

☎市役所1階市民ホール

☎▶ パネル展示・ビデオ放映など...国際交流体験の発表や外国人市民へのインタビュー、ボランティア団体の紹介、民族衣装や世界の踊りの紹介

☎文化芸術振興課 ☎2998-9211

Let's experience Japanese and other cultures from around the world!



☎会場で放映するビデオは、3月9日(火)～22日(月)に市庁(国際交流フォーラム)で公開します。





保健センター通信

〒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

・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



! 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19日時点のものです)。

中止になったイベントをお知らせします。かっこ内は当初の開催予定日です。

- ◆出張乳幼児健康相談
 - ▶保健センター(3月8日(月))
 - ▶新所沢東まちづくりセンター(3月16日(火))
- ◆妊婦サロン(イルカ)(3月19日(金))
- ◆元気歯つらつ教室(3月4日(木)・18日(木))

健康づくり支援課

☎2991-1813

両親学級 ☎3月18日(木)～22日(月)に電話・電申

☎①4月23日(金)②4月24日(土)午前9時30分～11時☎出産予定日が①6月5日以降②6月6日以降の初産婦とパートナー☎沐浴実習、パートナーとできる妊婦体操など☎各日抽選12組



乳幼児健康相談 ☎3月2日(火)から電話

- ◆離乳食のおはなし会☎3月15日(月)
- ◆乳幼児の食事相談☎3月22日(月)午前中
- ◆歯科相談☎3月15日(月)午前中☎歯ブラシ

離乳食教室 ☎3月3日(火)から電話

◆ごっくん期
☎4月12日(月)または26日(月)午前10時～11時10分☎令和2年10・11月生まれの乳児と親☎栄養士の講話☎各日申し込み先着20組



◆もぐもぐ期
☎4月8日(木)午前10時～11時10分☎令和2年8・9月生まれの乳児と親☎栄養士・歯科衛生士の講話、試食☎申し込み先着20組

◆ぱくぱく期
☎3月17日(火)午前10時～11時10分☎令和元年12月～2年3月生まれの幼児と親☎栄養士・歯科衛生士の講話、試食☎申し込み先着20組

産後ママクッキング ☎3月2日(火)から電話

☎3月18日(木)午前10時～11時☎令和2年11・12月生まれの乳児と母親☎講話「産後の食生活・母乳に良い食事と離乳食」、試食☎申し込み先着20組



2歳児歯科健康教室 ☎3月2日(火)から電話・電申

☎4月9日(金)または19日(月)午後0時45分～1時15分(受付)☎平成30年8月～平成31年1月生まれの幼児☎歯科診察、歯磨き指導、エプロンシアター、栄養・育児相談☎各日申し込み先着25人

乳幼児健康診査

(4か月・10か月・1歳6か月・3歳児)
▶健康ガイドとは日程が異なるため、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



あなたの知らない"あぶら"のひみつ ☎厚初から電話

☎3月19日(金)午前10時30分～11時30分☎脂質の摂り方に関心のある方☎講話「あぶら(油・脂)の上手な摂り方」、食事内容の振り返り☎申し込み先着20人



健康食教室 ☎3月2日(火)から電話

◆楽しんで健康"食"講座
☎4月15日(木)、5月11日(火)、6月10日(木)、7月7日(火)、8月26日(木)午前10時～午後0時30分(全5回)☎65～79歳の方☎講話「簡単レシピで健康アップ」、調理実習☎申し込み先着30人☎各回500円



◆ステキな大人の健康食教室★

☎4月14日(水)午前9時30分～午後0時30分☎64歳以下の方☎講話「楽ワザレシピで健康アップ」、調理実習☎申し込み先着20人(初参加優先)☎600円

◆ファミリー食育教室

☎4月21日(水)午前10時～午後0時30分☎1～18歳の子どもの親☎講話「時間栄養学で食生活を見直そう!」、調理実習☎申し込み先着15組(初参加優先)☎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	3日(水)、24日(水)	午前
	10日(水)、17日(水)	午後
血糖値相談	8日(月)、22日(月)	午前
歯科相談	9日(火)	午前
栄養相談	4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)	午前
リハビリ相談(骨盤のゆがみ改善・関節痛予防など)	12日(金)、19日(金) ◎来所が難しい方はご相談ください。	午前

健康管理課

☎2991-1811

【3月実施分は中止】BCG集団接種

中止分は市内協力医療機関などでの個別接種に切り替えます。対象者には通知を郵送しましたので、1歳に至るまでに接種してください。(標準接種期間は生後5～7カ月)

こころの健康支援室 ☎2991-1812

精神保健専門相談 ☎随時電話

☎3月16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 ☎随時電話

☎3月25日(木)午後1時～4時☎市内在住・在学の高校生と保護者☎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 9日(火)	午前10時～正午
うつ病ご家族	3月10日(水)	
強迫性障害ご家族(精神科医参加)	3月 4日(木)	午後7時～8時30分
発達障害ご家族	3月23日(火)	
うつ病夜の部	3月19日(金)	

健幸ワンポイント

コロナ禍でも大切な人の心と命を守るために

引き続き、新型コロナウイルスの感染が心配な昨今。感染への不安や生活・経済状況が不安定になることで、悩みやストレスを感じている人も少なくありません。自分や周りの人々の心や体の変化に気付き、予防のための行動や早めの相談が大切です。

▶▶ 妊娠中や出産後の"うつ"が増加

◆女性と"うつ"

「コロナに感染したら…」と不安を抱えたり、外出自粛で人とのつながりが減り、孤立しやすくなったりすること「うつ」の原因の一つ。特に女性は男性に比べて「うつ」になりやすい傾向があります。昨年は女性の自殺が急増し、深刻な社会問題になりました。



◆妊産婦の死因の1位は「自殺」

妊娠中や出産後に、イライラする、眠れない、食欲がなくなるなどを感じたら早めに周囲に相談しましょう。

家族や友人などの身近な人の気付きも大切。様子がおかしいと感じたら、そっと声を掛けてゆっくり話を聞いてあげてください。必要に応じて相談窓口の紹介も。

▶▶ 高齢者の"うつ"も増加

◆認知症に似ている高齢者の"うつ"

外出自粛で趣味や運動など活動の機会が減り、高齢者の40%で認知機能低下の傾向が見られるという研究結果があります。また、全国で要介護度が悪化しているとの報告も。高齢者の"うつ"は認知症に症状が似ています。物忘れや意欲の低下などで「おかしいな」と感じたら、早めの相談を。

◆「コロナフレイル」にご注意

運動する機会が減ると、歩行速度や筋力、のみ込みなどの体の機能が衰える「フレイル」に陥りやすくなり、うつ病や認知機能低下の原因にもなります。

3密を避けながらの散歩、自宅での運動、バランスの良い食事、口腔ケアなどを心掛けましょう。心の健康には、友人との電話やSNSなどで周囲とのつながりを保つことも重要です。



▶▶ 今日からできること

悩みを抱える人は、誰にも言えずに孤立してしまうことが少なくありません。あなたのまわりに、様子が気になる人はいませんか?専門的な知識は必要ありません。次のことを意識して接するようにしましょう。

- ▶気付き…家族や親しい人の変化に気づいたら声掛けを
- ▶傾聴…ゆっくり話を聞いてあげる
- ▶つなぎ…専門の相談窓口などを紹介
- ▶見守り…継続して寄り添い見守って

☎健康管理課こころの健康支援室☎2991-1812、健康づくり支援課☎2991-1813

★はトコトコ健幸マイレージのポイント対象です。

いいトコPhoto



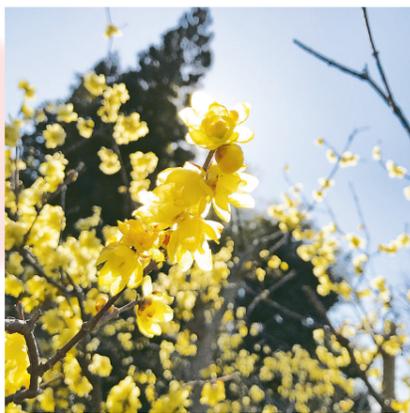
▲春の香り
今年も甘い蟬梅の香りに魅了されました
●maroon23 (北秋津)



▲静かなる狭山湖
この日の狭山湖のように波静かな年になってほしい
●笑太郎 (東新井町)



◀我が家の小鬼たち
兄妹お揃いのパンツを履いて、「鬼は外～！福は内～！」
●みなゆいママ (小手指南)

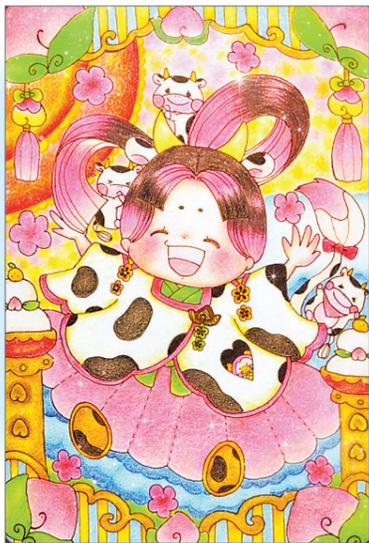


▲蟬梅輝く
航空記念公園にて。満開の花が日の光を透かして輝いていました
●カーカ (西所沢)

いいトコ作品集



▲春待ち
おうちの箸置きを絵手紙にしてみました
●櫻村治子 (北中)



▲牛若丸子
趣味の年賀状作り。今年は丑年にちなんで、新年を元気に飛び出す、牛若丸子ちゃんを描きました♪
●もぐちゃん(松郷)

日常おもしろ川柳

コロナ禍で 家でゴロゴロ コロコロに

健康増進のウォーキングも自粛中で体重増加。おうち体操やらないと…

●みーくん (若狭)



誰でもエッセイ

テーマ「プチゼいたく」

休日の昼下がりに

よっしい (上新井)

大好きなひとときは、休日の昼下がり。ポカポカと陽が当たる窓辺で本を読む。

新しい本を初めて開く時のバリツという音。扉を開いて最初に目にする言葉。そして本の世界に入っていく。一枚一枚ページをめくり夢中になって読んでいると、昼下がりの時間は過ぎて、おやつ時間に。



温かいお茶を飲み、ちよっとしたお菓子をつまみながら、まだ途中にしている本の世界を思い出す。

続きに思いをはせながら、本をそっと棚にしまい、次の昼下がりを楽しみにしている。

4月号のテーマ
●「エイプリルフル」
締め切り●3月10日(水)

自分へのご褒美

金澤房子 (上安松)

70歳から大学の通信教育で学び始めて3年。今年度はコロナ禍の慣れないオンライン授業で、サーバーがパンクしたり、落雷で電源が落ちたり、アクシデントの連続。夏のスクーリング※ではストレスで胃を壊し、秋には胆石が見つかり、それでも根性でスクーリング、レポート全てを終わらせ、暮れに手術を受けた。

病院では家族や友人のお見舞いもNG。それでもひとり時間、ベッドの上でテキストを広げ、頑張って、頑張って、今年度はかつてない成績を取ることができた。

そんな自分にご褒美と思い、ネット自分で専用機を一台購入。パソコンももう一台買足して、暮れも正月もなく勉強に動かしだしているが、こたつの暖かさに睡魔との戦いが始まった。でも、勉強の合間のうたた寝は、私にとって至福の時間、最高のプチゼいたくである。

※通信教育で、直接学校で受ける授業

次のテーマ「エイプリルフル」は「4月1日に嘘をついて笑い合う」欧米の文化。クズツとしちゅうエピソードを教えてください



はつらつ
ところっこ

所沢の交通安全を支える 縁の下の力持ち



所沢市交通指導員連絡会会長

たかしば けいこ
高柴 佳子 さん (けやき台在住)

平成6年から交通指導員として清進小学区で子どもたちの登下校を見守り続ける。ペランダガーデニングが趣味で、たくさん植えたチューリップが花開く春を楽しみにしている。休みの日は、大好きなディズニーランドに足を運んでリフレッシュ。



▲腹話術の人形「なっちゃん(永遠の5歳)」は、かれこれ20年来の相棒。交通安全教室で活躍している

「こんにちは！」晴れた午後、小学校近くの交差点に子どもたちの声が響く。「はい、急がないで。手を挙げて渡ってね」。背中のランドセルが大きく見える小学生たちに優しく声を掛けるのは、高柴佳子さん。26年間この場所で子どもたちを見守るベテランの交通指導員だ。

前任の指導員は、この場所を15年以上担当していた。子どもの幼稚園への送り迎えのためにこの場所を通っていた高柴さんは、いつも見守られ安心できる場所だと感じていたという。いつしか挨拶や言葉を交わす顔見知りになっていた。

ある日、「交通指導員になって、この場所を担当してくれない？」と誘われた。担当学区が変わることになったというのだ。ちょうど仕事の環境を変えたいと思っていた高柴さん。軽い気持ちで引き受けた。「それが、こんなに長く続くなんで。その時は考えもしなかったです」と笑う。

交通指導員の仕事は多岐にわたる。通学路での立哨指導をはじめ、幼稚園・保育園や小学校での交通安全教室、ところざわまつりなど大きな行事での来場者の安全確保など。苦労もあるが、50人近くの仲間たちと情報を共有し助け合いながら活動している。指導員のつながりや絆は強く、いつも助けられているという。

一緒に交通安全教室などの活動をする班は、ベテランと経験が浅いメンバーとがバランスよく組まれている。どうやったら子どもたちに効果的に交通安全を伝えられるか。映像やパネル、腹話術など試行錯誤を続ける勉強会は、班の結束力が一層高まる場でもある。

新型コロナの感染拡大のため、去年は小学校での交通安全教室が見送りに。基本的な知識のベースづくりや復習の機会が持てなかったことを、高柴さんはとても心配している。「今年は感染対策をしながら、可能な形で実施したい。ご家庭でもぜひ、保護者の方がお子さんに正しい交通ルールの知識を教えてあげてほしいです」。引き締まった、会長らしい表情がのぞいた。

交通指導員の活動を通して、学校や地域が見えてくる。市民の安全を守ることに貢献できているという大きなやりがいがある、と高柴さんは言う。地域の人たちからのねぎらいのことばや子どもたちの元気が活力のもと。ある日、声を掛けてくれた子連れの若いお母さんは、交通指導員を始めた頃に見守っていた子どもの成長した姿だった。

意識していなくても、きっと皆の記憶の片隅には、登下校の安全を毎日見守ってくれた交通指導員さんの姿がある。「地域に温かく見守られ、分かりあえる仲間恵まれたからこそ続けることができました」と謙虚に話す高柴さん。今日も子どもたちを優しい目で見守り続ける。

(取材：加賀谷)

今月のプレゼントクイズ!

バレエ初心者でも楽しめる!
奇想天外な「ドン・キホーテ」の世界へ足を踏み入れてみませんか?

NBAバレエ団公演ペアチケット (S席2枚/
13,200円相当×3組)



演目
「ドン・キホーテ」
■ 5月29日(土)
午後4時開演
場市民文化センター
ターミナス
◎プレゼントは午後4時公演ですが、正午の公演もあります。

県内唯一のプロバレエ団。ミュージアムまちづくりセンターなど、地元・所沢での公演にも力を入れています。ダイナミックで情熱的なダンスが息つく間もなく繰り広げられる「ドン・キホーテ」は、滑稽な楽しいストーリーで、バレエ初観劇の方にもおすすめ。このほかの公演は同団ホームページをチェック!

● NBAバレエ団
☎2924-7000
◎ 詳細は同バレエ団HPからも確認できます。



◆ 今月のクイズ

8・10・11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(水)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電話番号の3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、チケットの発送をもって代えさせていただきます。



◆ プレゼント提供事業者も募集中!

詳細は、市HP(Qプレゼント募集)をご覧ください。

読者感想文

● 所沢にキャンプ場があるとは! コロナが落ち着いたら行ってみたいです (狭山ヶ丘・10代)

● 公園でトイレや落ち葉の清掃、草刈りの方にお会いします。いつもありがとうございます。これからも気持ちよく利用できるようにきれいに使います。春になったらカルチャーパークでバーベキューをしたいです (元町・30代)

● 子どもも大きくなり、なかなか一緒には公園に行きませんが、たまには散歩もいいな (山口・40代)

編集から ● 前号は身近な憩いの場所、公園特集。屋外でも「密」は避けつつ、健康維持やリフレッシュのために有効活用しましょう。これからの季節は桜も楽しみ♪

● 福島県出身です。あの日からまもなく10年。所沢の地から思いを寄せて活動して下さる若者の姿勢に感謝です (有楽町・50代)

● 所沢西高校での被災地ボランティアの継続が、小名浜高校の校歌制作につながった、この事実をもっとたくさんの人に知ってもらいたいと思いました (並木・40代)
編集から ● はつらつところっこで紹介した森川加奈子さん。同校の活動に、多くの読者から感動の声が届きました

● コロナの感染経路が詳しく表示され役に立ちました (北中・60代)
編集から ● 息抜きを取り入れつつも新しい生活様式を実践しましょう

編集後記

「交通事故が起きないように、力を貸してね」とお願いすると、神妙にうなづく子どもたち。交通安全を呼びかける特集記事に、3人の小学生と交通指導員の高柴さんがとびきりの笑顔で協力してくれました。毎号、多くの方に支えられて完成する広報とろざわ。おかげさまで、2年連続の広報コンクール県内特選を受賞することができました。これからも読者の皆さんに寄り添う広報紙を目指していきます(加賀谷)

暖かい日も増えてきました。コロナで激動の日々ですが、所沢の桜は今年も変わらず美しく咲き誇ります。いつもの散歩コースに桜スポットを組み込んで、リフレッシュするのもいいですね♪ (宮崎)

コロナ禍の厳しい状況にある方々がいます。こんな時だからこそ芸術の力で心の栄養を補給してみませんか? 所沢を拠点に活躍するバレエ団も応援していきたいですね (齋藤)



▲2月6日(土)に新所沢まちづくりセンターで行われた「家庭の日」作文表彰式。受賞者は「家庭の日」にちなんだ作文を緊張した面持ちで朗読していました。
写真：齋藤賢司



▲令和2年11月3日(祝)の市制施行70周年記念式典の様子を市(70周年記念式典)、市公式YouTubeチャンネルで公開中です。
動画：宮本博史

撮れたて市民カメラマンの News

「とろざわ通信」(Qとこ通)もご覧ください。



▲2月14日(日)からの1カ月間、所沢駅西口から元町コミュニティ広場にかけて、野老澤雛物語を開催中。店先のひな人形や街中にあるアマビエおひなさまのポスター、野老澤町造商店では時代ごとのひな人形も見ることができます♪
写真：浅見司郎



▲ 新型コロナウイルスに関する相談などは、かかりつけ医または県指定医療機関へ。詳細は本号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7日(日)	東所沢病院	内、神内	城435-1	2944-2390
	東町眼科	眼	上安松1246-4	2941-6040
	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
3月14日(日)	堀江医院	内、胃、外、皮、肛	小手指町3-11-16	2949-8811
	平沢スリープ・メンタルクリニック	精、神内、心内	くすのき台1-10-10 TOSHIビル2階	2941-2711
	むさしクリニック 泌尿器科内科	泌、内	北秋津855-1	2998-1850
3月20日(祝)	福元内科クリニック	内、消	南住吉21-16	2920-1155
	賀古整形外科	整、外、リハ、形	北秋津124-1	2924-9771
	瀬戸病院	内、小、産、婦	金山町8-6	2922-0221
3月21日(日)	所沢第一病院	内、整	下安松1559-1	2944-5800
	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
	鈴木内科医院	内	小手指町1-42-17	2922-6160
3月28日(日)	伊藤内科	内、循	東住吉2-4	2922-2915
	前田クリニック	産、婦	緑町3-14-5	2920-4920
	新美内科	内、小	狭山ヶ丘2-64-2	2948-5208
4月4日(日)	航空公園西口内科	内	喜多町4-8	2925-8000
	所沢ハートセンター	循	上新井2-61-11	2940-8611
	さいとう内科クリニック	内、放	小手指町4-17-3	2936-8700

小児科日曜日・祝休日診療

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

◎診療時間はお問い合わせください。なお、休診する場合があります。

小児急患診療

市民医療センター
上安松1224-1 ☎2992-1151

事業名	受付時間	月	火	水	木	金	土	日	祝休日
夜間急患診療	午後7時30分～10時15分	○	○	○	○	○	—	—	—
	午後6時～8時45分	—	—	—	—	—	○	○	○
深夜帯急患診療	夜間急患診療終了後～翌日午前7時※1	×	○	○	×	○	○	○	○
日曜日・休日急患診療	午前10時～11時30分 午後2時～4時30分	3月7日(日)・14日(日)・20日(祝)・21日(日)・28日(日)・4月4日(日)							

※1…要事前問い合わせ

◎内科的初期診療のみで、外科などの診療は実施していません。

休日緊急歯科診療

歯科診療所あおぞら(保健センター内)
上安松1224-1 ☎2995-1171

診療日/受付時間：3月7日(日)・14日(日)・20日(祝)・21日(日)・28日(日)・4月4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(Q救急電話相談)で入手)も対応可能。
・救急電話相談(小児・大人) ・医療機関案内※(歯科・口腔外科・精神科除く)	
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