

# Asaka

— 私が暮らしたいまち 朝霞 —

むさし  
フロント  
あさか

広報あさか  
No.824



Happy New Year!  
2026



令和8年

1

2026年

「シティ・セールス朝霞ブランド」の  
黒目川を走る市キャラクターぽぽたん



# 新年のあいさつ

## つよくゆたかな

## 百年都市朝霞を目指して



明けましておめでとうございます。

皆さまにおかれましては、健やかに新春をお迎えのことと、心よりお喜び申し上げます。

令和7年を振り返りますと、5期20年間お務めになった富岡勝則前市長が勇退され、3月17日に私が第5代朝霞市長に就任いたしました。

その後、4月には、まぼりひがし公園を、6月にはみやど公園を開園しました。これらの公園は、車いすの方も花の手入れを楽しむことができるレイズドベッド花壇の設置や、ボール遊びができるほか、かまどベンチやマンホールトイレなど防災機能を有する公園として好評をいただいています。

また、10月の1か月間、エネルギー価格や物価高騰の影響を受けた市内中小企業や個人事業者の支援を目的に、初めて実施したキャッシュレス決済ポイント還元事業(PayPay)において、最終的には6億円を超える経済効果がありました。

さらに11月には、私が市民の皆さまと直接お会いし意見交換ができる場として、市長タウンミーティングを開催いたしました。顔の見える対話を積み重ねながら、朝霞のまちを皆さまとともにつくりてまいりたいと思っております。今年も4回の実施を予定していますので、ぜひご参加ください。

さて、令和8年度は市の最上位計画である「第6次朝霞市総合計画」がスタートします。その将来像である、「だれもが誇れる暮らしつつきたいまち朝霞」の実現に向け、引き続き市民の皆さまのお声に耳を傾けながら、着実に計画を推進してまいります。

結びに、本年が皆さまにとりまして、幸多き年となりますよう祈念いたしまして、新年のごあいさついたします。

朝霞市長 松下 昌代



ボール遊びのできるみやど公園



まぼりひがし公園のレイズドベッド花壇



市長タウンミーティング(内間木公民館)



市長タウンミーティングのグラフィックレコーディング

朝霞の魅力を市内外に発信する7つの地域資源「シティ・セールス朝霞ブランド」。その1つで、朝霞の景観を代表する黒目川のほとりを、市キャラクターぽぼたんが午(馬)年にちなみ、走りぬけています。  
3ページのすぐろくもお楽しみください♪

## 目次 CONTENTS

- 2 新年のあいさつ
- 3 シティ・セールス朝霞ブランド de すごろく
- 4 確定申告相談等のご案内
- 5 市・県民税(個人住民税)の改正点
- 6 審議会等の公募委員候補者・市政モニターご登録のお願い
- 7 朝霞市子育て支援アプリ【ぽぼるん】がはじまります!

- 7 朝霞市の魅力発信 公式Instagram
- 8 情報BOX
- 21 ようこそ!あさかの生涯学習へ
- 26 わたくしたちの健康
- 27 みんなすこやか、市民伝言板
- 28 PHOTO NEWS



朝霞市キャラクター  
ぽぼたん

年の始めは  
ぽぼたん  
めぐる

## シティ・セールス朝霞ブランド de すごろく

シティ・セールス  
朝霞ブランドとは

朝霞らしさ、市の魅力を市内外に発信するため、  
市の誇れる地域資源をブランド認定したもの

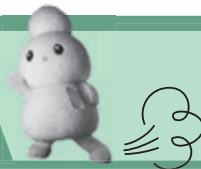
問/シティ・プロモーション課

☎423-3241

スタート!

### 旧高橋家住宅

やる気で  
1マスすすむ



7つのシティ・セールス朝霞ブランド  
をめぐるおさんぽにでかけよう!

### 本田美奈子・モニュメント

かまどであったまる  
綿毛がふわふわになる



歌声にうっとり  
1回やすみ

### 黒目川



川で  
ちゃぶちゃぶ

冊子  
「MUSASHINO  
FRONT ASAKA  
"朝霞市の魅力"」も  
ぜひご覧ください



### にんじん

鳴子踊りと花火でげんき  
いっぱい! 1マスすすむ



にんじん  
ぼりぼり

### 朝霞市民まつり「彩夏祭」

はじからはじまで  
680mおさんぽ

### 公園通りとシンボルロード

あちこちのベンチ全部に  
座っちゃう♪1回やすみ



### まちなかベンチ



こぼれなくさん  
あさかきなのしむぽ!

ゴール!





# 確定申告 相談等のご案内

問／朝霞税務署 ☎467-2211

## 申告相談会場の開設期間／2月16日(月)～3月16日(月)

受付時間／午前8時30分～午後4時 相談開始／午前9時～ 会場／朝霞税務署 1階

※土・日曜日、祝日は除く。ただし、3月1日(日)は開場します。また、会場開設期間より前(2月13日(金)以前)に相談を希望する場合は、**事前に電話予約する必要**(一部、国税庁 LINE 公式アカウントからの予約も可能)があります。

※税務署窓口で配布の申告書などの用紙には限りがあります。必要な場合は、国税庁ホームページに掲載の各種様式をご利用ください。

### 確定申告会場の入場には、次の方法により発行される入場整理券が必要です

① 国税庁 LINE 公式アカウントを通じたオンラインでの事前発行

② 各会場での当日配付

※当日配付は、配付状況により相談受付を終了する場合がありますので、オンラインでの入場整理券の事前発行をおすすめします。

### 確定申告会場では、スマホ申告を基本とした相談体制としています

- ・スマホ申告では**マイナンバーカード**を利用しますので、署名用電子証明書用(英数字6～16文字)と利用者証明用電子証明書用(数字4桁)のパスワードが分かるようにしてお越しくください。
- ・作成済み申告書の検算はできません。
- ・マイナンバーカードの有効期限が過ぎている場合、e-Tax 手続きは利用できません。有効期限や更新手続きの詳細は、**デジタル庁公式 note** をご確認ください。

### 「ふるさと納税ワンストップ特例」の申請書を提出された方へ

ふるさと納税ワンストップ特例の適用に関する申請書を提出された方が確定申告する場合、ワンストップ特例の適用が受けられません。確定申告時に、ふるさと納税のすべての金額を寄附金控除額に含める必要があります。

### 自宅で確定申告書を作成・送信できます

確定申告には、ご自身のスマートフォン・パソコンから国税庁ホームページ**確定申告特集**の「**確定申告書等作成コーナー**」を利用する e-Tax が便利です。会場に行かず自宅から確定申告ができますので、ぜひ e-Tax をご利用ください。

問／国税相談専用ダイヤル ☎0570-00-5901、e-Tax・作成コーナーヘルプデスク ☎0570-01-5901

《国税庁LINEアカウント》

《デジタル庁公式 note》

《確定申告特集》

《確定申告書等作成コーナー》



## 所得税・個人消費税の納税には**振替納税（口座振替）**が便利です！

振替日に指定の預貯金口座からの引き落としにより、自動的に納付ができますので便利です。一度手続きすると、以後の納税は口座振替となります。金融機関や税務署の窓口に出向く必要はありません。

### 「預貯金口座振替依頼書兼納付書送付依頼書」の提出方法

- オンライン(e-Tax)で提出(電子証明書・金融機関届出印が不要)できます。
- 朝霞税務署または金融機関に書面(金融機関届出印の押印が必要)でも提出できます。

※詳しくは、右のコードから国税庁ホームページをご確認ください。



# 市・県民税（個人住民税）の改正点

問／課税課 ☎463-2852～3

令和8年度から適用される市民税・県民税の主な改正点をお知らせします。  
詳しい内容は、右のコードから市ホームページをご確認ください。



## ●給与所得控除の見直し

- 給与収入から給与所得を算出する際に、給与収入から控除する「給与所得控除」について、最低保証額が55万円から65万円に引き上げられ、給与収入金額190万円まで給与所得控除額が65万円となります。
- ※給与収入金額が190万円を超える場合の給与所得控除額に改正はありません。

## ●各種扶養控除等に関する所得要件の引き上げ

- 各種扶養控除等の適用を受ける場合における所得要件が引き上げられます。

各種所得控除 改正前後の所得要件			
控除の種類	所得要件	改正後	改正前
配偶者控除、扶養控除	同一生計配偶者、扶養親族の合計所得金額	58万円以下 (給与収入123万円以下)	48万円以下 (給与収入103万円以下)
ひとり親控除	ひとり親の生計を一にする子の総所得金額等		
雑損控除	雑損控除の適用を認められる親族に係る総所得金額等		
勤労学生控除	勤労学生の合計所得金額	85万円以下 (給与収入150万円以下)	75万円以下 (給与収入130万円以下)

## ●特定親族特別控除の創設

- 生計を一にする年齢19歳以上23歳未満の親族等で前年の合計所得金額が58万円超123万円以下の方がいる場合に、所得控除の適用を受けることができる特定親族特別控除が創設されます。
- 特定親族特別控除は、特定親族の合計所得金額に応じて控除額が逓減します。

特定親族特別控除額	
親族等の合計所得金額	控除額
58万円超 95万円以下 (給与収入123万円超160万円以下)	45万円
95万円超 100万円以下 (給与収入160万円超165万円以下)	41万円
100万円超 105万円以下 (給与収入165万円超170万円以下)	31万円
105万円超 110万円以下 (給与収入170万円超175万円以下)	21万円
110万円超 115万円以下 (給与収入175万円超180万円以下)	11万円
115万円超 120万円以下 (給与収入180万円超185万円以下)	6万円
120万円超 123万円以下 (給与収入185万円超188万円以下)	3万円

# 審議会等の公募委員候補者・市政モニター ご登録のお願い

市では、市民の皆さんのご意見を市政に反映させるため、「審議会等の公募委員候補者」および「市政モニター」への登録制度を設けています。無作為で抽出した2,000人の市民の皆さんを対象に、登録に関する案内を2月上旬までに送付しますので、内容をご確認いただき、ぜひ登録をお願いします。

※審議会等の公募委員候補者と市政モニターは、両方または一方の登録ができます。

## 【審議会等の公募委員候補者】

問／政策企画課 ☎463-3089

市の審議会等にご出席いただく公募委員の候補者を、あらかじめ名簿に登録するものです。

委員の改選時に名簿から候補者を選び、改めて委員への就任を依頼します。就任依頼のないまま、2年の名簿登録期間を終える場合もあります。

登録期間／4月1日～令和10年3月31日の2年間

審議会等の一例／男女平等推進審議会、子ども・子育て会議、外部評価委員会など

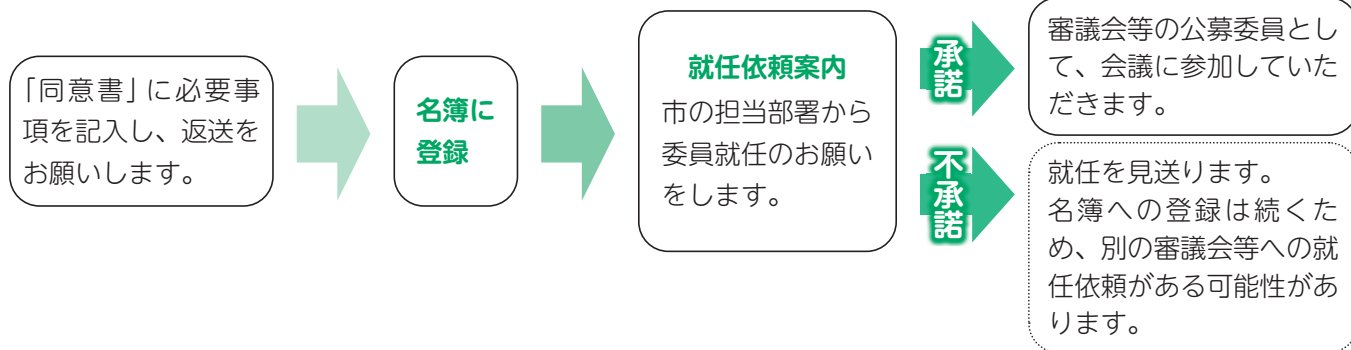
※審議会により、開催回数、時間帯、報酬等は異なります。



公募委員候補者名簿  
登録制度



## ■就任までの流れ■



## 【市政モニター】

問／市政情報課 ☎463-3163

市民ニーズを把握するため、市からのアンケートに回答していただくものです。

アンケートへの回答は無記名ですので、市政に対する皆さんの率直なご意見をお聞かせください。

登録期間／4月1日～令和10年3月31日の2年間

アンケート回数／年に3～4回程度（郵送、メールどちらかを選択できます）

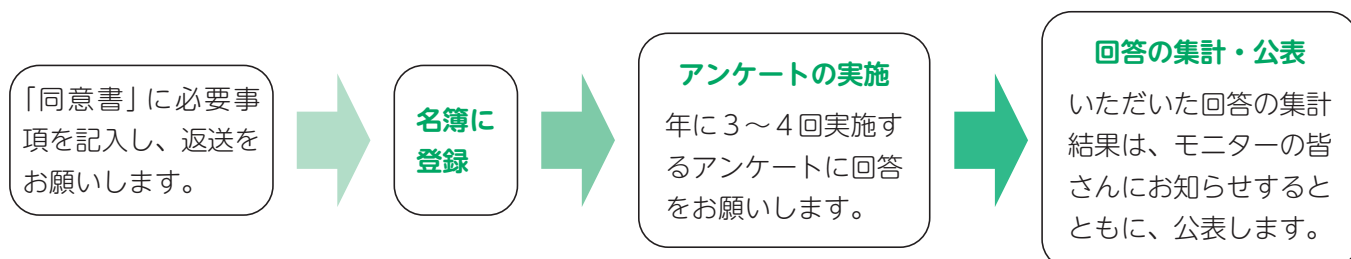
内容／市政全般についての満足度や重要度、広報あさかの内容、福祉や環境に関することなどについてお伺いします。

※過去のアンケート内容および集計結果は、右のコードから市ホームページをご確認ください。

※アンケートへの回答に対する報酬等はありません。



過去のアンケート





# 朝霞市子育て支援アプリ【ぽぽるん】がはじまります！

問／こども家庭センター ☎451-0155



1月23日(金)から、朝霞市子育て支援アプリ【ぽぽるん】の配信を開始します。  
 【ぽぽるん】は、妊娠中の健診結果の記録や、お子さんの乳幼児健診の記録、予防接種のスケジュール管理ができます。  
 妊娠中から子育てまで、役立つ情報の掲載・発信を行いますので、ぜひ、妊娠期からご活用ください！

詳しくは、右のコードから市ホームページをご確認ください。



## ●【ぽぽるん】でできること

- ・母子手帳交付申請のための来所予約(2月2日(月)予約分から)
- ・妊婦健診結果の記録
- ・妊娠8か月アンケートの回答
- ・お子さんの乳幼児健診結果の記録
- ・お子さんの予防接種のスケジュール管理 など...

※アプリのダウンロードページは基本アプリ名の「母子モ」となります。アプリダウンロード後に朝霞市の郵便番号を設定することで、朝霞市の情報と連携されます。

※アプリはあくまでも補助的な記録媒体となります。予防接種や健診などの際は、紙の母子手帳も必ずお持ちください。

## 動きや音で朝霞を感じる 参加型企画でつながる

### 朝霞市の魅力発信 公式Instagram



むかし・フロンティア 朝霞市シティ・プロモーション課  
【公式】

広報あさかやポスター、チラシなどの紙面だけではお伝えしきれない、動きや音で感じる朝霞の魅力を、シティ・プロモーション課公式Instagramで日々発信中！  
 「ぽぽさんぽ」「ぽぽまなび」「ぽぽたん工作」「あさかの学校」はじめ、イベント告知や開催記録も多数投稿しています。  
 # (ハッシュタグ) 投稿企画も不定期開催♪

また、朝霞市民プロモーションミーティングメンバーが、朝霞での“ちょっとした日常”を #わたしのあさか時間 で投稿しています！こちらもぜひご覧ください♪

問／シティ・プロモーション課  
☎423-3241



※実際の投稿順とは異なります。



## 募集

### 市民コメント（旧パブリック・コメント）

#### ○共通事項

**意見を提出できる方**／市内在住・在勤・在学の方、市内に事務所・事業所を有する個人および法人、各計画について利害関係を有する方

**意見の公表**／提出された意見に個別回答は行わず、個人情報を除き市ホームページで公表する予定

※様式自由。匿名および電話での受付不可。メールの場合、件名を「〔各計画〕に対する意見」とし、添付ファイルは使用せず、メール本文に記載してください。

#### ○市民意見交換会（オープンハウス形式）の開催

**対象計画**／②、③、④

**実施日時・会場**／

第1回：1月17日(土) 午前10時30分～午後0時30分

・市役所501・502会議室

第2回：1月20日(火) 午後5時～7時

・産業文化センター ギャラリー

#### ①朝霞市新型インフルエンザ等対策行動計画（素案）

**資料閲覧場所**／健康づくり課（保健センター）、市政情報コーナー、図書館（本館・北朝霞分館）、各公民館（中央公民館を除く）、内間木支所、各出張所、市ホームページ

**意見提出方法**／1月5日(月)～2月3日(火)【必着】に、住所・氏名(法人の場合は所在地、名称、代表者名)・意見・理由を記入し、健康づくり課に郵送(〒351-0011 本町1-7-3)、FAX、メールまたは持参

**問**／健康づくり課 ☎423-4360

FAX466-7522

✉kenko\_zukuri@city.asaka.lg.jp



#### ②地域公共交通計画

**資料閲覧場所**／まちづくり推進課、市政情報コーナー、図書館（本館・北朝霞分館）、各公民館（中央公民館を除く）、内間木支所、各出張所、市ホームページ

**意見提出方法**／1月7日(水)～2月5日(木)【必着】に、住所・氏名(法人の場合は所在地、名称、代表者名)・意見・理由を記入し、郵送（住所は最終ページ下部に記載）、FAX、メールまたは持参

**問**／まちづくり推進課 ☎463-1514

FAX463-9490

✉mati\_zukuri@city.asaka.lg.jp



#### ③都市計画マスタープラン

**資料閲覧場所**／まちづくり推進課、市政情報コーナー、図書館（本館・北朝霞分館）、各公民館（中央公民館を除く）、内間木支所、各出張所、市ホームページ

**意見提出方法**／1月7日(水)～2月5日(木)【必着】に、住所・氏名(法人の場合は所在地、名称、代表者名)・意見・理由を記入し、郵送（住所は最終ページ下部に記載）、FAX、メールまたは持参

**問**／まちづくり推進課 ☎463-2518

FAX463-9490

✉mati\_zukuri@city.asaka.lg.jp



#### ④みどりの基本計画

**資料閲覧場所**／みどり公園課、市政情報コーナー、図書館（本館・北朝霞分館）、各公民館（中央公民館を除く）、内間木支所、各出張所、市ホームページ

**意見提出方法**／1月16日(金)～2月16日(月)【必着】に、住所・氏名(法人の場合は所在地、名称、代表者名)・意見・理由を記入し、郵送（住所は最終ページ下部に記載）、FAX、メールまたは持参

**問**／みどり公園課 ☎463-0374

FAX463-9490

✉midori\_koen@city.asaka.lg.jp



**ハウスクリーニング・エアコンクリーニング専門店**

**おうちクリーニングにここに**

ハウスクリーニング士と家事代行アドバイザーの夫婦が、力を合わせて丁寧にお掃除します！

エアコン／浴室／レンジフード／キッチン／トイレ洗面所／玄関／ベランダ／窓／水回り定期コースなど

**2026年もよろしくお願いいたします。**

朝霞市三原3-4-37 090-7013-2707  
年中無休 8時～18時 お見積り無料

にここに

**建築と不動産で新たな価値を創造する。**

**建築 × 不動産**

SHISHIKURA KOUMUTEN SHISHIKURA FUDOUSAN

いつまでも続く幸せな暮らしのために、高耐震・高耐久をベースに高機密・高断熱で健康・快適・省エネ！

専任保育士在勤、ゆっくりお打合せ！

**(有)獅子倉工務店 ししくら不動産**

TEL.048-461-6823(代表) TEL.048-462-0611

〒351-0023 埼玉県朝霞市溝沼7-4-53





## 会計年度任用職員

### 給食調理員

人数・勤務日時／すべて若干名 ①午前8時30分～午後0時30分、②午後1時15分～4時30分、③午前8時30分～午後4時30分

※すべて給食実施日のみ。シフト制ではありません。また①は、午前8時15分～午後0時15分での勤務をお願いする日があります。

任用期間／2月1日(日)～3月31日(火)

勤務内容／①給食調理、②食器洗浄、③給食調理・食器洗浄

※契約更新の可能性あり(条件あり)

勤務場所／

- ・溝沼学校給食センター：①～③
- ・浜崎学校給食センター：②のみ

報酬／時給1,220円(令和7年度実績)

申込方法／1月7日(水)午後5時までに学校給食課へ履歴書(市販のもの)を持参(郵送不可)

選考方法／面接(日時は申込時にお知らせ)

申・問／学校給食課(溝沼学校給食センター)  
☎451-0370

### 給食配膳員

人数／若干名

任用期間／4月1日～令和9年3月31日

勤務内容／給食の仕分け、コンテナの運搬など

※主な勤務場所にエアコンはありません。

勤務日時／給食実施日等の午前10時30分～午後2時  
※勤務時間の前後あり。勤務3時間、休憩30分の3時間半

勤務場所／市内小・中学校

報酬／時給1,160円(令和7年度実績)

申込方法／1月30日(金)【必着】までに申込書(窓口配付・市ホームページでダウンロード)と履歴書を郵送(住所は最終ページ下部に記載)

または持参

選考方法／面接

申・問／教育総務課 ☎463-2764



## 低学年補助教員(市内小学校)

資格／教員免許(校種は不問)

人数／若干名

任用期間／4月1日～令和9年3月31日

勤務内容／学級担任等の補助(児童への学習支援)

勤務日時／月～金曜日 午前8時30分～午後0時30分

報酬／時給1,530円(令和7年度実績)

申込方法／1月30日(金)までに必要書類を郵送か持参

※郵送先等、詳しくは市ホームページをご確認ください。

申・問／教育指導課 ☎463-2884



## 特別支援学級補助員

人数／若干名

任用期間／4月1日～令和9年3月31日

勤務内容／特別な支援を必要とする児童の生活補助等

勤務日時／月～金曜日で週2～3日 午前8時30分～午後2時30分

勤務場所／朝霞第六小学校

報酬／時給1,160円(令和7年度実績)

申込方法／1月30日(金)までに必要書類を郵送か持参

※郵送先等、詳しくは市ホームページをご確認ください。

申・問／教育指導課 ☎463-2884



## サポート相談員

人数／若干名

任用期間／4月1日～令和9年3月31日

勤務内容／市内中学校のさわやか相談室において、さわやか相談員と連携し、相談対応など

勤務日時／月～金曜日 1日4時間程度

報酬／時給1,160円(令和7年度実績)

申込方法／1月30日(金)までに必要書類

を郵送か持参

※郵送先等、詳しくは市ホームページをご確認ください。

申・問／教育指導課 ☎463-2884



## 樹木の剪定、伐採、草刈り

お見積もりは無料です！

例：樹高3m剪定3,000円 芝刈り㎡200円

※オープンガーデン(日本庭園、枯山水)約400㎡見学会開催中です。

## 武蔵野植木 株式会社

〒351-0023 朝霞市溝沼5-15-9

TEL 048-424-3928 FAX 048-424-3982

無料簡単!!

入力たった30秒!

見積りシミュレーション

ご自宅の塗装工事の概算料金が分かります!!

(株)ライフプラス プロタイムズ

シミュレーションはこちら

朝霞店 朝霞市溝沼1272-7(東洋大学前) TEL.0120-167-555

大泉学園通り店 新座市栄4-2-17 (いなげや近く) TEL.0120-678-288

※市外局番のない電話番号は『048』をつけておかけください。

広報あさか 2026.1 | 9



## ICT 支援員

人数／若干名

任用期間／4月1日～令和9年3月31日

勤務内容／市内小・中学校 GIGA スクール端末管理業務、授業支援等

勤務日時／月～金曜日 午前8時45分～午後3時30分

報酬／時給 1,160円（令和7年度実績）

申込方法／1月30日(金)までに必要書類を郵送か持参

※郵送先等、詳しくは市ホームページをご確認ください。

申・問／教育指導課 ☎463-2884



## 交通指導員

資格／児童等の交通安全に関心があり、健康で元気に働ける18歳以上の方

人数／若干名

任用期間／4月1日～令和9年3月31日

勤務内容／小学校の登下校時における交通指導等

勤務日時／月～金曜日（春休み等学校休業日を除く）  
午前7時30分～8時30分、午後2時～5時または午後1時30分～4時30分

※状況により勤務日・時間の変動あり

勤務場所／市内小学校通学路

報酬／時給 1,250円（令和7年度実績）

申込方法／1月14日(水)までに履歴書（市販のもの）を教育管理課に持参

選考方法／面接（日程は後日連絡）

申・問／教育管理課 ☎463-0794

## さかうえ農園 体験農園利用者

場所／朝霞第六小学校正門前（1区画約30㎡）

利用期間／3月上旬～令和9年1月末（更新可）

利用料／5万円（指導料含む）

定員／10人程度

※詳しくは、お問い合わせください。

申込方法／1月31日(出)【必着】までに住所・氏名・

年齢・電話番号をメールで

申・問／さかうえ農園（渡邊） ☎090-8563-7877

✉ sakauenouen@yahoo.co.jp

## 朝霞市教育委員会表彰

対象／今年度に都道府県大会入賞、関東大会・全国大会（東日本大会を含む）・国際大会に出場した小・中学生

※学校を通して出場した大会に限ります。

申込方法／1月20日(水)までに書類を提出

※詳しくは、お問い合わせください。なお、市内在学の方は学校から推薦されます。

申・問／教育総務課 ☎463-2760

## 高齢者住宅入居者

民間アパートなどに住み、立ち退きを求められている方に住宅を提供します。

所在地／根岸台1-5-26「つつじ荘」

募集戸数／1階・1戸

家賃（使用料）／月額3万円

入居資格／申込日時点で次のすべての要件を満たす方

- ・満65歳以上でひとり暮らし
- ・借家、アパートなどに居住し、建て替えなどのため、立ち退きを要求されている
- ・市内に引き続き3年以上住所があり、自立して日常生活を営むことができる

申込方法／1月5日(月)から窓口で配付する申請書と必要書類を、1月20日(水)までに持参

選考方法／書類審査

※入居者の決定・入居開始は2月中を予定。内覧を希望される方は、お申し出ください。

申・問／長寿はつらつ課 ☎463-1921

義務化された

# 相続登記

お済みですか？

不動産名義変更 会社設立 役員変更 遺言書 成年後見

信託と実績の55年  
司法書士 栗山 昇  
司法書士 青木まゆみ

栗山司法書士事務所  
朝霞市本町2-1-1野口ビル201

048-465-2261 P 完備

朝霞市役所  
目の前！

市民葬指定葬儀社

## 葬儀は 信用と信頼の (株)アトラス

安心価格の「朝霞市民葬」を使用した「家族葬」をご提案しております。  
事前相談・見積り無料。お気軽にお電話下さい。

コールセンター 24時間対応 **0120-40-1059**

本社：朝霞市浜崎3-17-30 家族葬ホール・霊安室完備  
URL <http://www.atlas-sougi.co.jp> 葬儀 アトラス で検索





## 施設管理パート職員

人数／8人（予定）

勤務内容／受託施設の管理業務（受付、清掃、軽作業、一般事務等）

資格／昭和34年4月2日以降に生まれた方

※高校生は不可

任用期間／4月1日～令和9年3月31日

※契約更新の可能性あり

報酬／時給1,160円（午後5時以降は1,180円）

※令和7年度実績

申込方法／1月7日(火)～2月4日(火)の午前9時～正午・午後1時～5時（土・日曜日、祝日、1月19日(月)を除く）に、履歴書・印鑑を朝霞市文化・スポーツ振興公社（ゆめぱれす・市民会館4階）へ持参

※受験案内・履歴書は窓口で配布するほか、公社ホームページからも取得できます。

選考方法／面接（2月10日(火)）

申・問／朝霞市文化・スポーツ振興公社 ☎424-5122



## シルバー人材センター会員

資格／原則、60歳以上の健康で働く意欲のある方

内容／公共施設管理・受付業務、清掃作業、屋内外軽作業、植木の手入れ、除草作業、家事援助サービス等

### 入会説明会

日時／1月15日(木)、2月12日(木)、3月17日(火)  
すべて午前10時～

会場／1月：ゆめぱれす（市民会館）会議室  
2・3月：朝霞地区シルバー人材センター会議室

定員／24人（予約制）

※詳しくは、お問い合わせください。

### 仕事も随時募集しています

危険な仕事以外は何でもご相談ください。

申・問／公益社団法人朝霞地区シルバー人材センター ☎465-0339

## 障害者支援施設支援員

勤務内容／施設利用者の生活・作業等の支援、入浴、排せつ等の介助

試験案内配布／すわ緑風園および朝霞・志木・和光・新座の各消防署で配布（朝霞地区一部事務組合ホームページからもダウンロード可）

申込方法／1月12日(月・祝)～23日(金)【必着】に必要な書類を郵送（〒351-0104 和光市南2-3-2）、メールまたはすわ緑風園へ持参

※詳しくは朝霞地区一部事務組合ホームページをご確認いただくか、お問い合わせください。

申・問／障害者支援施設すわ緑風園 ☎048-461-3028



## 4月からの広報あさか・市ホームページの有料広告

掲載できる方／原則、市内に事業所を有する個人または法人

申込期間／1月19日(月)～2月6日(金)

※募集枠を超えた場合、抽せん

掲載の決定／申込受け付け後、内容を審査し、掲載の可否を通知

※掲載条件など、詳しくは市ホームページをご確認ください。

申・問／シティ・プロモーション課 ☎463-3059



## ご案内

### 朝霞市中小企業融資・起業家育成資金融資制度の利子補給補助金

申請期限／2月27日(金)

対象／令和7年1月1日～12月31日に利子を支払った方（代位弁済を受けた方を除く。市外へ転出した方は、転出した月までの支払利子）

問／産業振興課 ☎463-1903

朝霞産業文化センターで**無料相談会開催中**

日時は電話かHPで  
ご確認ください⇒

☎048-486-4811

アレンジライフ行政書士事務所  
行政書士 正木隆雄  
朝霞市西原2丁目8番10-406号



# 相続と遺言書

**くつらい不妊治療でお悩みの方**  
【定休日】 朝霞台駅・志木駅より  
木・日曜・祝祭日 徒歩8分

**まずはお電話を！>**

お問い合わせ・予約・ご相談専門ダイヤル  
**☎048-473-7830**

朝霞市 漢方 検索  
<http://www.saitarakanpo.com>

**昭和薬局**  
埼玉県朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106

**予約制**  
痛み合う場合がございましたら  
電話予約をして頂けると  
スムーズにご診察いただけます。

生理痛・生理不順・更年期障害等  
でお悩みの方もぜひご相談下さい。



## リサイクルプラザ「リサイクルショップ」の 営業形態変更のお知らせ

令和8年度から新しい営業形態でスタートすることに伴い、令和8年1月31日でリサイクルショップの現在の営業を終了します。新しい営業形態の詳しい内容や開始時期については、決まり次第、お知らせします。

### リサイクルショップ 今後のスケジュール

販売終了／1月31日(出) 午後4時まで

精算終了／3月31日(火) 午後4時まで

問／リサイクルプラザ ☎486-0222

## 水道管の凍結防止対策をお願いします

外気温が氷点下になる日は、屋外に露出している水道管内の水が凍結し、水が出なくなることや、水道管が破損して漏水することがあります。露出している水道管に保温材を巻き付けたり、少量の水を出し続けることで凍結を防止することができます。

※使用量に応じて水道料金がかかります。

### ●水道管が凍結により破損した場合

朝霞市指定給水装置工事事業者で修理してください。修理費用は、水道利用者の負担となります。

### ●長期間、水道を利用しない場合

水道メーターボックス内にあるバルブを閉めた状態で、蛇口を開け、水抜きをしてください。

※水抜き後は蛇口を閉めてください。

問／水道施設課 ☎463-1204

## 一緒につくろう朝霞の景観

### 景観づくり団体

認定を受けることにより、景観づくり活動に対し市が技術的・財政的な支援をします。

**認定要件**／主体的に景観まちづくりに取り組む、おおむね5人以上で構成された団体で、活動内容が景観計画の趣旨に適合していること等

**活動内容**／まちの魅力の向上や、にぎわいの創出等につながる景観づくり活動

## 景観形成補助金制度

住民などが主体となった良好な景観づくりの取り組みを支援するため、その活動等に要した費用の一部に補助金を交付しています。

**交付対象者**／景観重要建造物および景観重要樹木の所有者、景観資源の所有者および管理者、景観協定を締結した者、景観づくり団体、景観づくり協定を締結した者等

**交付対象行為**／まちの魅力を高める良好な景観づくり

## 景観重要建造物・樹木

良好な景観の形成に特に重要な建造物や樹木の保全と活用支援のため、建造物等を募集しています。

**指定のメリット**／維持管理に関する技術的助言および財政的支援、建物の利用制限に応じた適正評価による相続税の優遇措置

**指定の基準等**／景観計画で定める基準を踏まえ、景観審議会の審議を経て指定

**指定後の管理義務等**／良好な景観が損なわれないように条例で定める基準に沿って適切に維持管理する義務が生じるほか、増築や外観の変更を伴う修繕等を行う場合には市長の許可が必要になります。

※各制度の詳細は、市ホームページをご確認ください。

申・問／まちづくり推進課

☎463-2518



## 虐待かな？

児童虐待（疑いを含む）を発見した場合はご連絡ください。

問／児童相談所虐待対応ダイヤル

☎189（いちはやく）※通話料無料

## ゆめばれす臨時休館のお知らせ

1月19日(月)は、保守点検のため臨時休館します。

問／ゆめばれす（市民会館） ☎466-2525

相続遺言 / 建設・宅建・産廃業 / 法人設立  
農地転用 / 外国人雇用 / Visa Application



毎月1回 無料相談会 開催中！

市役所徒歩1分 お気軽にお問合せ下さい

☎048-450-1390



ASK (E-ASK) 行政書士法人

朝霞市本町 2-7-21 www.gasaka.com

行政書士 松尾信一/浅川知之/松尾明子

借金問題

相続・遺言

離婚・後見

交通事故

民事・労働

刑事・行政

解決の糸口を見つけましょう。

埼玉弁護士会  
弁護士小山香



朝霞駅東口

ロータリー正面  
徒歩1分

☎048-465-0125

小山法律事務所

〒351-0006 朝霞市仲町 2-2-38 アウステル 805

法テラス民事  
無料法律相談  
扶助利用でき  
ます（要件あり）







## 20歳になったら国民年金

国民年金は、日本に住んでいる20歳以上60歳未満のすべての人が加入する制度です。年金は、皆さんが高齢になったときの所得保障となる老齢基礎年金のほかに、障害を負ったときの保障としての障害基礎年金、年金加入者が亡くなったときの保障としての遺族基礎年金等があります。20歳になったら日本年金機構から通知が届きますので、忘れずに保険料を納めましょう。

また、保険料を納めることが経済的に困難な場合は、学生納付特例制度や免除・納付猶予制度があります。保険料を納められないときは未納のまま放置せず、申請してください。申請が認められた期間は満額支払った場合と比較して将来受け取る年金額が低額になります。しかし、10年以内に追納することによって満額支払った状態に近づけることができます。

なお、現在、職場で厚生年金に加入している方とその方に扶養されている配偶者（第3号被保険者）は、国民年金保険料の納付の必要はありません。

問／保険年金課 ☎463-0284

## 発達障害者就労支援センター（ジョブセンター）のご案内

埼玉県では、発達障害に特化し、就労相談から職業能力評価、就労訓練、就職活動支援、職場定着までを支援する「発達障害者就労支援センター（ジョブセンター）」を運営しています。

※利用には事前の予約が必要です。詳しくは、埼玉県ホームページをご確認ください。

対象／医師の診断や障害者手帳の有無にかかわらず、発達障害の特性を持ち、その自覚がある方で企業等への一般就労を希望している方



問／①ジョブセンター川口 ☎048-299-2070

②ジョブセンター草加 ☎048-929-7600

③ジョブセンター川越 ☎049-299-4927

④ジョブセンター熊谷 ☎048-501-8917

## 令和6年度のごみ処理経費をお知らせします

発生したごみの総量：36,205t

市民1人1日あたりの家庭ごみ排出量：541g

ごみ処理にかかった経費：13億4,812万9千円

市民1人あたりで9,235円、1世帯あたりでは、18,874円の経費がかかっている計算となります。

### ごみ処理にかかっている経費（例）

○市内に約5,600か所あるごみ集積所からのごみ収集運搬にかかる経費

○集積所利用者に貸与している分別容器等の備品購入にかかる経費

○搬入されたごみの焼却や破砕にかかる経費

○埋め立てや再資源化处理にかかる経費

ごみ処理には非常に多くの経費がかかっています。一方で、適切に分別されたごみのうち、リサイクルできる資源は売払いされ、ごみ処理経費に充てられています。令和6年度は1億4,590万3,616円の売払い代金が貴重な財源として活用されました。正しく分別されていないと、せっかくの資源もごみとして処分されてしまいます。より多くの資源がリサイクルされるよう、適切な分別に引き続きご協力ください。

※ごみ処理・資源化の詳しい状況は、市ホームページをご確認ください。



問／資源リサイクル課（クリーンセンター）

☎456-1593



### ごみ出しひとくちメモ

ごみは午前8時30分までに分別して出してね！収集の時間は当日の天候や交通事情、地域によって変わるよ！

収集後に出されたごみは収集できないから、必ず午前8時30分までに出してね！

問／資源リサイクル課（クリーンセンター）

☎456-1593



朝霞市向け

上手な粗大ごみの捨て方  
お部屋の片付け方

朝霞市民専用  
お掃除カレンダーを  
プレゼント

ノウハウ動画  
公開中

大村商事株式会社

0120-538-113 朝霞市上内間木 713-8

大村商事 不用品

相続についてのお悩み・ご相談は  
いづれど

彩相続相談所にお任せください

行政書士、税理士、弁護士、司法書士、不動産業者等の専門家が  
相続に関するお悩みをトータルサポート!! 無料相談実施中です!

毎週日曜日 朝霞産業文化センターで無料相談会開催中! (変更の場合もあり)

<運営事務局>

行政書士 藤田 孝久 事務所(埼玉県行政書士会所属)

住所: 〒350-0234 埼玉県坂戸市緑町29-12-106

お問い合わせは TEL: 0120-187-185まで お気軽にどうぞ





## 「田島ヶ原サクラソウ自生地」で草焼きを実施します

さいたま市では、国指定特別天然記念物「田島ヶ原サクラソウ自生地」で、サクラソウの芽吹きを促進するため、草焼きを実施します。煙や降灰の発生が予想されますが、貴重な文化財の保護のため、草焼きの必要性へのご理解・ご協力をお願いします。

**日時**／1月14日(水) 午前9時～午後4時(予定)

**場所**／桜草公園内「田島ヶ原サクラソウ自生地」(さいたま市桜区大字田島ほか)

※天候により実施できない場合は、翌日以降に延期します。また、途中で中断し、数日に分けて実施する場合もあります。

**問**／さいたま市文化財保護課 ☎048-829-1723

## 公益社団法人朝霞地区シルバー人材センター朝霞事務所が移転します

現事務所〔ゆめぱれす(市民会館)〕での業務は1月23日(金)までとなり、移転先での事務開始は1月26日(月)を予定しています。

**移転先**／本町1-12-3(武道館敷地内)

※電話、FAX、メールアドレスはそのままです。

**業務時間**／月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分

※武道館敷地は、午前8時30分より前は開錠されませんのでご注意ください。

**問**／公益社団法人朝霞地区シルバー人材センター

☎465-0339

## ひとの推移

**人口**／146,518人(+12人)

**男**／73,769人(+30人)

**女**／72,749人(-18人)

**世帯数**／72,126世帯(+1世帯)

※令和7年12月1日現在。( )内は前月比

## 1月10日は110番の日

埼玉県警察では、1月10日を「110番の日」として、110番通報の正しい利用を呼びかけています。

110番は、事件や事故などの緊急時に警察官がいち早く現場へ駆けつけるための「緊急通報」専用の電話です。本当に必要な通報につながりにくくなる事態を避けるため、適切な利用をお願いします。緊急ではない相談や要望は、けいさつ総合相談センターや朝霞警察署までお電話ください。

**問**／けいさつ総合相談センター

☎#9110または☎048-822-9110

※夜間、土・日曜日、祝日、年末年始は当直が対応  
朝霞警察署 ☎465-0110

## 荒川堤外雑草焼却を実施します

病害虫防除を目的とした雑草焼却を実施します。

風向きにより降灰が予想されますが、ご理解・ご協力をお願いします。

**日時**／1月25日(日) 午前10時～(予定)

**場所**／荒川堤外耕地と河川敷の一部(志木市の秋ヶ瀬運動公園・中央公園付近)

※天候により実施できない場合、2月1日(日)か8日(日)に延期します。

**問**／荒川堤外耕地防除組合 ☎090-8037-6288

## 性別に関係なく、DVの悩み抱えていませんか？

内閣府の調査(令和5年度)によると、配偶者から暴力の被害を受けたことがある人で、女性では36.3%、男性では57.2%の方がどこにも相談していないと回答しています。性別にとらわれず、1人で悩まずに相談してください。男性のための電話相談窓口(埼玉県)もあります。

**問**／それいゆぷらざ(女性センター) ☎463-0356

DV相談+ (プラス) ☎0120-279-889

男性のための電話相談 ☎048-601-2175(第1・3日曜日 午前11時～午後3時)

アートにふれて、心をゆたかに

## 丸沼芸術の森

<http://marunuma-artpark.co.jp/>

朝霞市上内間木493-1 TEL048-456-2533

「丸沼」バス停下車徒歩5分、朝霞市障害者ふれあいセンターとなり常設展示はございません。詳細はホームページをご覧くださいませ。

協力：株式会社丸沼倉庫

## 営業職募集(50代女性)

ご依頼頂いたお客様とリフォームの打合せを

見積等は工務部が担当しますので

経験がない方でも大丈夫

高卒以上・要普通自動車免許で年俸500万円～

☎03-3859-3414 本社業務部広報課

gyoumu-pr@8044.co.jp

山商リフォームサービス株式会社

〒351-0033 朝霞店/埼玉県朝霞市浜崎1-3-18 ロジェ朝霞台2階







## わたしたちができること ～障害者差別解消法～

問／障害福祉課 ☎463-1599

### 皆さん、応援ありがとうございました！

令和7年11月15日(出)～26日(休)に東京2025デフリンピックが開催され、市内在住の選手が4人出場し、活躍しました。矢ヶ部紋可選手はバドミントン女子ダブルスと混合団体戦で金メダル、北谷宏人選手は陸上競技（棒高跳び）で銅メダルを獲得、長原茉莉奈美選手と鎌田真衣選手ペアはバドミントン女子ダブルスでベスト8に入賞しました。



矢ヶ部姉妹（左：矢ヶ部真衣選手、  
右：矢ヶ部紋可選手）  
（提供：（一社）日本デフバドミントン協会）



北谷宏人選手  
（提供：東京パワーテクノロジー(株)）



長原選手・鎌田選手  
（提供：（一社）日本デフバドミントン協会）

し案内

## 日本手話情報コーナー No.112

問／障害福祉課 ☎463-1599 FAX463-1025

とうきょう 東京2025デフリンピック開催 特集

かいさいとくしゅう ～デフリンピックやスポーツに関する手話単語～

あさか しやきようこうしき YouTube「朝霞社協 公式チャンネル」



### テニス



片手でラケットを持って左（右）へ振り、返す手で右（左）へ振るよう動かしします。

### 水泳



片方の手の人差し指と中指を交互に上下し、バタ足をするように動かしながら、外側へ移動します。

### 卓球



片手を軽く握ってボールに見立て、もう片方の手の甲で2回当てます。

大切な人との別れは

## (株)花輪式典

がプロデュースする安心サポートご葬儀で。

直葬（火葬式）・家族親族葬・一般葬

合祀墓・散骨・樹木葬・納骨堂  
お手配、ご準備致します

24時間年中無休で受け付けております。

**TEL 0120-452-870**

〒351-0005 朝霞市根岸台 4-11-12 <http://shiminso.jp>

## 埼玉県都市ボートレース企業団からのお知らせ

競艇開催日／1月11日(日)～14日(水)  
1月30日(金)～2月2日(月)

会 場／戸田ボートレース場

※朝霞市は埼玉県都市ボートレース企業団に加盟しており、企業団からの配分金をさまざまな事業に活用しています。

問／埼玉県都市ボートレース企業団

☎048-823-8711

<https://www.boatrace-toda.jp/>



## あさか市民活動ニュースレター

vol.102

問／市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☎463-1417 ✉simin\_katudo@city.asaka.lg.jp

## 「みなもとはみんなのもと」。地域が笑顔になれる居場所づくりを目指します！

今回は、学生ボランティア団体「みなもと」代表・岡安 龍之介さんのインタビュー内容をご紹介します。

## Q.団体の活動内容は？

A.2か月に1度のペースで、根岸台・田島・内間木方面を拠点に、「食堂を通じた地域の居場所づくり活動」を行っています。老若男女どなたでも対象なので、名前もあえて子ども食堂とはせずに「みなもと食堂」で活動しています。また、参加者に楽しんでもらえるよう、食事の提供だけでなく、工作やレクリエーションも織り交ぜています。

## Q.活動を始めたきっかけは？

A.学校の授業で「子どもや高齢者の孤食・個食」について知り、自分にできることはないだろうか、と考えるようになりました。団体の立ち上げや関係機関への相談等、知識もなくゼロからのスタートでしたが、多くの支えをいただいた結果、令和6年8月に第1回「みなもと食堂」を開催することができました。

## Q.学生であることの利点は？

A.学生だからこそ「やりたい！」と思ったとき、即実践に移せる行動力があります。また、学生ということで周りから関心を持ってもらいやすく、子どもたちとも年齢が近い分、同じ目線で接することができます。メンバーを集める際も、同じ思いを共有出来る友人がいたので、より早く活動の実現につながりました。

## Q.今後の目標は？

A.多くの方に「みなもと」の活動を知ってもらいたいと思っています。実現したくて温めている企画・アイデアもいくつかありますので、地域の方の笑顔のため、これからも頑張っていきたいです。

## ～仲間を募集しています～

「ボランティア活動に興味がある」「地域で何かやってみたい」と考えている学生の皆さん、一緒に地域を盛り上げていきましょう！高校生も大歓迎です。ぜひお問い合わせください。

問／学生ボランティア団体「みなもと」

☎080-4713-0913

✉fukushi.minamoto@gmail.com



Instagram

## 朝霞市は男女平等社会の実現を目指しています

## 「常識の中で生きてきた私たちが、“自分らしさ”と向き合うとき」

子育て支援事業を始めて十数年。活動を始めた頃、男性の育児休業取得率はわずか5%ほどで、「家事は女性の仕事」という考えがまだ当たり前のようでした。それが10年経った今、男性の育休取得率は40%を超え、街を歩けば、赤ちゃんを抱っこして出かけるパパの姿を多く見かけます。最近では「抱っこ講座」にパパ一人で参加することも珍しくありません。共働きが当たり前の時代、家事も育児も「共にする」ことが自然な社会になってきました。もし今、「家事は女性がするもの」と言う人がいたら、たった10年の間にその考えは、まるで“化石”のように古く感じられるでしょう。

そんな時代だからこそ、男女の枠を超えて「私らしく生きる」とはどういうことか。皆さんと一緒に考えてみたいのです。人が成長していく際の環境や過程（経過）はさまざまですが、例えば小さいころから「こうしなさい」「それはダメ」と言われ続け、自分の気持ちに蓋をして育った人が、大人になって急に「あなたらしく生きていい」と言われても、すぐにできるでしょ

問／それいゆぶらざ（女性センター） ☎463-2697

うか。親の期待に応えようと努力しすぎて、「自分の好き」がわからなくなってしまう人も少なくありません。人に合わせて生きることは波風を立てない方法ですが、そのたびに「自分の感じたこと」を飲み込んでしまうことになります。そうしていつの間にか、自分の気持ちが曖昧になってしまうのです。そこで、私が子どもを育てるときに大切にしてきたのは、「本当はどう思ったの？」「本当は何がしたかったの？」と、ジャッジせずに聞くことでした。

私たちが暮らす社会の多くの仕組みや意識は、多数派が“常識”として扱われることによってつくられているといえます。例えば、社会インフラや社会様式の多くが右利きに合わせたつくりとなっていることはその一例で、男女間の意識も、ジェンダーも、さらには発達特性についても同じなのではないでしょうか。

常識が変わりつつある今だからこそ、「私らしく生きる」とは何かを一人ひとりが意識的に考え、行動していくことが大切となる時代に入ったのだと思います。※このコラムは、「男女平等推進事業企画・運営協力員」と協働で、日々の生活の中で感じている「男女平等」について、執筆しています。





## 催し・講座

記載のないものは、対象／どなたでも  
費用／無料、申込方法／事前申込不要



### 市長タウンミーティング

問／市政情報課 ☎463-3163

市民の皆さんと直接お会いし意見交換できる場として、「あなたの“ちょっと気になる”を市長に聞いてみよう」を開催します。日々の暮らしで感じていること、もっとこうなったらいいなというアイデア、市長に伝えたいことなど、あなたの声がまちを動かすきっかけになるかもしれません。お子さん連れでも大歓迎！手話通訳者もいます。お気軽にお越しください。

日時／1月31日(土) 午前10時～正午(予定)(開場：午前9時30分) 会場／宮戸市民センター

対象／市内在住・在勤・在学の方

その他／お子さん同伴で入室可。

一時預かり(1歳～就学前)を利用する

場合は、1月16日(金)午後5時までに電話で



### 第10回ノルディックウォーキング・ポールウォーキング全国大会

申・問／志木市いろは健康21プラン  
推進事業実行委員会 ☎048-473-1674

志木市役所をスタートし、2本のポールを使って、徒歩で志木市内を巡ります。全3コースからルートを選べます。

日時／3月29日(日) 午前8時50分～午後2時

会場／志木市役所(志木市中宗岡1-1-1)

定員／800人

参加費／志木市以外に在住の方：2,000円

中学生以下・80歳以上の方：500円

※ポールレンタル代は500円5人以上の申し込みでグループ割引あり

申込方法／右のコードで



### 消防出初め式

問／危機管理室 ☎463-1788

消防団員による機械器具の点検や人員服装規律の点検、消防演技を行います。

日時／1月11日(日) 午前9時～正午(雨天中止) 会場／市役所正面駐車場

※正午～午後1時に「消防団ふれあいひろば」を開催し、お汁粉の配布等各種イベントが行われます。

出初め式に伴い、1月9日(金)午後5時15分～11日(日)午後5時の間、市役所正面駐車場の利用はできません。



### 第19回あさか産業フェア

問／朝霞市商工会 ☎470-5959

日時／2月1日(日) 午前10時～午後3時(雨天決行) 会場／産業文化センター

内容／市内事業所のグルメ販売、製品の展示、ものづくり体験イベント、アイデアコンテスト作品展示



### ASAKA 健康ラウンジ「30代から始める血管しなやか生活！！～今日から健康革命！第2弾！～」

申・問／健康づくり課 ☎423-4362 ✉kenko\_zukuri@city.asaka.lg.jp

どの年代にも知ってほしい！動脈硬化を予防する生活の工夫をお伝えします。希望者は血圧・体重測定できます。

日時／1月24日(土) 午前10時～正午 会場／保健センター 定員／25人(先着順)

講師／健康づくり課 保健師・管理栄養士 持ち物／直近の健康診断結果(任意)、筆記用具、飲み物

申込方法／1月6日(火)午前9時から、右のコード、電話または窓口で



### 元気な身体づくりと仲間づくり Vol.1 シニア男性のための筋トレ講座

申・問／朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2525 FAX486-1455 ✉kourei@asaka-shakyo.or.jp

年齢とともに減少しやすい筋肉をトレーニングで鍛え、将来の安全・安心につなげます。

日時／1月25日(日) 午前10時～11時30分

会場／はあとぴあ(総合福祉センター)2階 第1、2会議室

対象／市内在住のおおむね65歳以上で運動のできる男性(医師に運動を制限されている方は、要相談)

定員／15人(申込多数の場合、抽せん) 講師／朝霞市社会福祉協議会職員、作業療法士

持ち物／飲み物、動きやすい服装 申込方法／1月5日(月)午前9時～14日(火)正午に電話、FAXまたはメールで



### さくらんぼのイベント

会場・申・問／子育て支援センター「さくらんぼ」 ☎450-7708

同じ月齢の子どもがいる方が集まるイベントです。

ピースのお部屋 日程／1月20日(火) 対象／生後2か月 定員／6組

タッチのお部屋 日程／1月21日(水) 対象／生後5か月 定員／6組

ハニーのお部屋 日程／1月16日(金) 対象／生後8か月 定員／6組

共通事項 時間／午前9時30分～10時30分 申込方法／1月6日(火)から電話で(先着順)





## ●●●●●●●●●● 催し・講座 記載のないものは、対象／どなたでも 費用／無料、申込方法／事前申込不要 ●●●●●●●●●●



### 生活困りごと相談会

申・問／朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2478 FAX482-2418 ✉sougousoudan@asaka-shakyo.or.jp

お金・病気・障害・介護・子育てなどの困りごとについて、弁護士、FP（ファイナンシャルプランナー）、看護師、地域包括支援センター職員、障害者相談支援センター職員等が相談に応じます。

日時／1月31日(土) 午前10時～正午・午後1時～3時 会場／はあとぴあ（総合福祉センター）2階アリーナ

申込方法／弁護士・FP相談希望の方は、1月5日(月)～20日(火)に氏名（ふりがな）・電話番号・希望時間・相談内容を電話、FAX またはメールで

その他／アンケート回答で、食料品無料配布あり(先着順)



### 里親入門講座

申・問／朝霞児童相談所 ☎465-4152

日時／1月17日(土) 午前10時～正午

会場／ふじみ野ステラ・イースト（ふじみ野市福岡1-1-8）多目的棟3階 ミーティングルームC

対象／里親希望者・検討中の方

定員／30人（先着順）

申込方法／1月14日(火)までに

右のコードまたは電話で



### スマホ勉強会

申・問／地域包括支援センターつつじの郷 ☎472-1574

日時／〔基礎編〕1月19日(月)〔応用編〕1月26日(月)  
どちらも午後1時45分～3時30分

会場／弁財市民センター 定員／20人（先着順）

対象／両日とも参加できる65歳以上の方

講師／ソフトバンクスマホアドバイザー

申込方法／1月6日(火) 午前10時から電話で

その他／使用機器貸し出しあり



### 第14回北朝霞どんぶり王選手権

問／産業振興課 ☎463-1903

市内外の飲食店などが、味・アイデア自慢の「どんぶり」を1杯400円で販売します。来場者の投票で決定する、グランプリ・準グランプリを獲得したどんぶりは、出店者のお店で提供されます！

日時／2月1日(日) 午前10時30分～午後3時

※審査時間は午後2時まで(商品売り切れ次第終了)

会場／埼玉県朝霞県土整備事務所駐車場（浜崎678番地）

主催／北朝霞商業振興会



### ガンカモ調査

申・問／あさか環境市民会議 まつなが 松永 ☎090-3451-0381 ✉halgenki@gmail.com

渡り鳥のカモの種類と飛来数を調べます。黒目川を下流に歩き、新河岸川の合流点まで行きます。

日時／1月12日（月・祝）午前8時～正午

集合場所／泉橋（大字溝沼） 持ち物／飲み物、帽子、防寒具、筆記用具、双眼鏡（お持ちの方）

参加費／100円(保険代含む)

申込方法／件名を「ガンカモ調査」にして、氏名・電話番号をメールで



### 葬儀個別基本相談

会場・問／斎場 ☎460-0055

葬儀の疑問に斎場職員が個別にお応えします。当日は式場の見学もできます。

日時／1月10日(土) 午前9時～11時（1人30分まで・先着順）



### 朝霞警察署110番の日イベント

問／朝霞警察署 ☎465-0110

1月10日を「110番の日」として、防犯グッズの配布や110番通報の正しい利用を呼びかけるイベントを実施します。

日時／1月7日(水) 午後1時～2時

会場／志木駅東口駅前広場（志木市本町5-26）



### THE カルテットの昭和歌謡コンサート

問／ゆめぱれす（市民会館） ☎466-2525

実力派グループのTHE カルテットが、誰もが口ずさんだことのある懐かしの名曲をお届けします！

日時／2月11日（水・祝）午後2時（開場：午後1時30分）※開場時間が早まる場合あり

会場／ゆめぱれす（市民会館）ホール

入場料／前売り券（自由席）：2,500円、当日：3,000円（当日券は残席がある場合のみ販売）

チケット発売場所／ゆめぱれす（市民会館）



### 園庭開放（いっしょにあそぼう保育園で）

問／保育課 ☎463-2939

未就園のお子さんもお近くの保育園で体操をしたり、遊具で遊んでいただけるよう園庭を開放しています。

日時／1月14日(水)・27日(火) 午前9時30分～11時30分（雨天中止）

会場／各公設保育園（北朝霞保育園分園は除く）



## 催し・講座

記載のないものは、対象／どなたでも  
費用／無料、申込方法／事前申込不要



### あさかの高齢者福祉を考えるワークショップ

申・問／長寿はつらつ課 ☎483-4520 FAX463-1025

第10期朝霞市高齢者福祉計画・介護保険事業計画策定に向け、「年を重ねた自分の暮らし方や大切にしたいこと」、「誰もが地域で自分らしく暮らすための支援や工夫」などをテーマに皆さんの意見をお聞かせください。

日時・会場／2月4日(水)午前10時～11時30分・産業文化センター、午後2時～3時30分・宮戸市民センター

2月6日(金)午前10時～11時30分・膝折市民センター、午後2時～3時30分・弁財市民センター

2月8日(日)午前10時～11時30分・根岸台市民センター、午後2時～3時30分・溝沼市民センター

対象／市内在住の方 定員／各回20人(先着順)

申込方法／1月23日(金)までに、氏名・年齢・電話番号・希望の会場を、右のコード、電話またはFAXで



### 危険物取扱者試験

問／(一財)消防試験研究センター埼玉県支部 ☎048-832-0747

試験日／3月1日(日)・7日(土) 会場／埼玉大学(さいたま市桜区下大久保255)

種類／甲種・乙種1類～6類・丙種 申込期間／1月16日(金)～26日(月)【消印有効】

申込方法／右のコード、郵送(〒330-0062 さいたま市浦和区仲町2-13-8 ほまれ会館2階)、窓口で

願書配布場所／朝霞消防署(溝沼1-2-27)



### 3食のバランスを意識したフレイル予防

申・問／地域包括支援センターつつじの郷 ☎472-1574

食生活を見直して、フレイル予防をしてみませんか？

日時／1月30日(金) 午後1時30分～3時 会場／弁財市民センター 講師／コープみらい活動サポーター

対象／市内在住・在勤の方 定員／20人(先着順) 申込方法／1月13日(水) 午前10時から電話で



### 認知症家族介護教室 知って安心、話して笑顔に みんな知りたい認知症のくすりのあれこれ

申・問／長寿はつらつ課 ☎463-1921

認知症の家族を介護している方、認知症が心配な家族がいる方の心が軽くなる、2部構成の教室です。

日時／1月18日(日) 午後1時～4時 会場／ゆめばれす(市民会館)3階会議室(梅)

対象／市内在住の方で認知症の家族を介護している方か、もの忘れがあり認知症が心配な家族がいる方

定員／30人 内容／第1部：認知症の薬とのつきあい方 第2部：認知症介護家族の集い「知恵袋」

申込方法／1月5日(月)～14日(水)に電話または窓口で



### 親子で楽しむ“手品教室”

申・問／NPO法人朝霞ぐらんぱの会 加藤

☎080-5171-1681

✉asaka.grandpa.npo@gmail.com

日時／1月25日(日) 午前10時～正午

会場／南朝霞公民館

内容／身近なものを使って楽しいマジックを体験しませんか！

対象／市内在住の小学生とその保護者

定員／10組20人(先着順)

講師／朝霞マジックサークルの皆さん

費用／1人300円 持ち物／筆記用具

申込方法／子どもと保護者の氏名・住所・

電話番号を、右のコードまたはメールで



### がんワンストップ相談

申・問／埼玉県疾病対策課 ☎048-830-3651

✉a3590-06@pref.saitama.lg.jp

がん治療と仕事の両立を支援する、専門職による相談会を開催します。

日時／1月8日・15日、2月5日・19日、3月5日・12日 すべて木曜日 午後6時15分～8時15分(最終受付：午後7時45分)

会場／浦和コミュニティセンター(さいたま市浦和区東高砂町11-1 コムナーレ10F)第8集会室

対象／県内在住・在勤の就労中・

休職中のがん患者の方

相談方法／対面・電話・オンラインで

申込方法／右のコード、電話またはメールで(予約制)



### セルフレジ体験会 in イトーヨーカドー朝霞店

申・問／地域包括支援センターひいらぎの里 ☎291-9111

ふだんどおりに店内で商品をかごに入れたあと、スタッフと一緒にセルフレジの操作を行います。

日時／2月5日(木) 午前9時15分～10時 会場／イトーヨーカドー朝霞店(根岸台3-20-1) サービスカウンター

定員／15人程度(予約制・先着順) 費用／買い物代金

対象／おおむね65歳以上でセルフレジの操作経験がない方、自信のない方 申込方法／電話で





## ..... 催し・講座 ..... 記載のないものは、対象／どなたでも費用／無料、申込方法／事前申込不要



### 朝霞市日本手話言語条例講演会「東京2025デフリンピック」

申・問／朝霞市社会福祉協議会（手話通訳者等派遣事務所） ☎486-2479 FAX486-2473

日時／2月7日(土) 午後2時～4時（受付開始：午後1時30分） 会場／産業文化センター 多目的ホール

講師／鎌田真衣さん（デフバドミントン選手日本代表）、北谷宏人さん（デフ陸上棒高跳び選手日本代表）

定員／150人（予約制・先着順） 申込方法／1月5日(月)（市外の方は1月8日(木)）から、氏名（ふりがな）・郵便番号・住所・電話番号またはFAX番号、聴覚障害の有無を明記し、電話、FAX または窓口で

その他／手話通訳・文字通訳・ヒアリンググループあり



### 就職支援相談窓口

申・問／産業振興課 ☎463-1903

日時／①1月14日(火) ②1月28日(火)

それぞれ午前10時～午後4時（1回1時間まで）

会場／①産業文化センター ②市役所1階市民相談室

対象／市内在住の就職希望者（年齢不問・学生可）

相談内容／履歴書のアドバイス、面接練習など

申込方法／電話で（予約制）



### 認知症サポーター養成講座

申・問／地域包括支援センターひいらぎの里 ☎291-9111 FAX291-9090

日時／1月27日(火) 午前10時～11時30分

会場／根岸台市民センター 1階ホール

対象／市内在住、在勤の方 定員／30人（予約制）

講師／ひいらぎの里職員 持ち物／筆記用具

申込方法／1月6日(火)から電話またはFAXで



### あさか朝市

問／産業振興課 ☎463-1903

日時／1月4日(日) 午前7時～9時（雨天中止）

会場／花の池テラス（市役所正面広場）

内容／雑貨、軽食、野菜などの販売 ※詳しくは、右のコードで



### 行政書士による成年後見・遺言・相続等無料相談会

申・問／朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2478 FAX486-2418 ✉sougousoudan@asaka-shakyo.or.jp

日時／2月10日(火) 午前10時～午後4時30分 会場／はあとぴあ（総合福祉センター）2階会議室

定員／20人程度（予約制、空きがあれば当日参加可）

申込方法／氏名（ふりがな）・電話番号・希望時間・相談したい内容を電話、FAX、メールまたは窓口で



### 社会保険労務士による労働・社会保険相談窓口

申・問／産業振興課 ☎463-1903

日時／1月17日(土) 午後1時～4時（1人1時間） 会場／産業文化センター

対象／市内在住・在勤の方、市内事業者 相談内容／職場トラブル・労働条件など

申込方法／電話で



### 地域安全マップ作成指導員養成講座

申・問／朝霞市青少年育成市民会議事務局（こども未来課） ☎463-2930 FAX467-0770

入りやすく、見えにくい場所をキーワードに、犯罪から身を守る知識を養う講座と、朝霞第三小学校校区を中心にフィールドワークを行います。

日時／1月25日(日) 午後1時～4時（雨天決行） 会場／宮戸町内会館（宮戸市民センター3階）

定員／15人（申込多数の場合、抽せん） 講師／地域安全マップインストラクター

持ち物／筆記用具、飲み物、雨具、動きやすい服装および歩きやすい靴

申込方法／1月16日(金)までに、右のコード、電話またはFAXで



### わくわくどーむからのご案内

会場・問／わくわくどーむ（健康増進センター） ☎472-6000

《わくわくどーむ休館日》 1月1日（木・祝）～3日(土)・5日(月)・13日(火)・19日(月)

※12月～2月は毎週月曜日、3月～11月（8月は除く）は毎月第1月曜日がお休みです。

（祝日の場合は、翌営業日が休館日となります。）

◎館内修繕工事等のため1月26日(月)から2週間程度全館休館します。（延長する場合あり）

《第6期 2月開講（2～3月）スポーツ教室のご案内》

参加希望はお気軽にお問い合わせください。各種教室の募集概要はホームページにも掲載しています。



わくわくどーむ  
ホームページ

## 祝 令和8年 成人の日記念式典

1月12日(月・祝)成人の日に令和8年成人の日記念式典を開催します！

今年は、1,390人(令和7年8月1日現在)が成人の日記念式典の参加対象となります。朝霞市では、式典参加対象者の中から各中学校の卒業生を代表して2人ずつ、記念誌の編集や事前準備など運営の一部を担っていただいています。今回はそのメンバーを紹介します！

市内在住(令和7年8月1日現在)の該当者(平成17年4月2日～平成18年4月1日に生まれた方)には、案内状を送付しています。お手元にない方は、ご連絡ください。

横井峻太さん・北英一朗さん(朝霞第一中卒)

この度は、人生の大きな節目である成人の日記念式典に記念誌編集委員として携わることができ、とてもうれしく思います。当日配布される記念誌には、私たちが通った小学校、中学校の写真やお世話になった先生方からのメッセージが載っています。ぜひあの頃を思い出しながらかしんでいただきたいと思います。皆さんにとって思い出に残る式典になるよう、努めてまいります。皆さんにお会いできることを楽しみにしています。

遠井千尋さん・濱田次郎さん(朝霞第二中卒)

20歳を迎えた皆さん、いかがお過ごしですか。18歳で成人し、権利を得た選挙に行っていますか。早いもので中学校を卒業して5年、成人の日記念式典を迎えることとなりました。記念誌には私たち編集委員がお世話になった先生方にメッセージをいただき掲載しています。どうぞお楽しみに。式典で皆さんとお会いできることを楽しみにしています！

大木惇平さん・高橋輝さん(朝霞第三中卒)

今回、成人の日記念祝典の記念誌編集委員として式典や記念誌編集に携わることができたこと、大変光栄に思います。記念誌では皆さんがここ朝霞市で過ごした日々を懐かしみながら振り返ることができるよう、小中学校の先生方や同級生の方々から多大なるご協力をいただきながら作成いたしました。式典当日が皆さんにとって一生の思い出となるよう準備してまいりますので、当日皆さんにお会いできることを非常に楽しみにしています！よろしく願いいたします。

紀伊陽和子さん・楠莉奈さん(朝霞第四中卒)

この度、朝霞市成人の日記念式典記念誌編集委員の一員として参加させていただくことになりました。成人の日を迎えることに少し寂しさも感じますが、それぞれが夢や目標に向かって歩み出している姿はとても輝いていると思います。この地で出会った仲間や、支えてくれた家族、先生方への感謝を胸に、成人の日記念式典当日が皆さんにとって思い出に残る一日となるよう、心を込めて編集活動に取り組んでいきたいです。大好きな地元朝霞市で、共に新しい一歩を踏み出せることを楽しみにしています。

村山彩乃さん・大谷巧史さん(朝霞第五中卒)

この度は、人生の節目となる成人の日記念式典に記念誌編集委員として携わることができ、大変光栄に思います。記念誌では皆さんに楽しんで読んでいただけるように懐かしい校舎の写真やお世話になった先生方からのメッセージなどを掲載されています。記念誌編集委員が真心を込めて作成いたしました。ぜひともこれまでの20年間の思い出しながら楽しんでいただけたら幸いです。成人の日が皆さんにとって素敵な日になるよう努めてまいります。それでは、当日は皆さんとお会いできるのを楽しみにしています！

### 令和7年度朝霞市企業人権教育研修会

「多様性を認め合う ～誰もが生きやすい社会を目指して～」

講師：合同会社 unema 代表取締役社長・ちふれ LGBTQ+アンバサダー 櫻木彩人さん



日時／2月12日(木) 午後2時～3時30分 会場／産業文化センター 多目的ホール

申込方法／市ホームページの電子申請または生涯学習・スポーツ課へ電話で

定員／160人(予約制・先着順) 主催／朝霞市、朝霞市教育委員会、朝霞市人権教育推進協議会

### 市民企画講座

#### 朝霞の川と防災

主催／NPO 法人あさか市民大学

朝霞市内を流れる黒目川などの歴史や防災等を埼玉県職員や朝霞市危機管理室職員等によるレクチャー

日時／1月23日(金) 午前10時～11時45分 会場／産業文化センター 定員／30人

費用／300円 申込方法／電話またはメールで

申し込み・問い合わせ／川池 ☎090-5219-0262 ✉lupin-the-3rd-55@jcom.home.ne.jp

※日時・会場についてはやむをえず変更する場合があります。詳しくは、問い合わせ先にご確認ください。



## 第64回ロードレース大会で入賞された方へ

令和7年11月23日(日・祝)に行われたロードレース大会各種目の表彰対象者(1~6位)で、表彰式に出席できなかった方は、賞状等を用意していますので、3月31日(火)までに生涯学習・スポーツ課までお越しください。

問/生涯学習・スポーツ課

## ポッチャ教室

主催/朝霞市教育委員会

日/2月5日(木)・6日(金) 午後6時30分~8時30分  
会/総合体育館サブアリーナ 対/小学生以上(小・中学生は保護者同伴)で全日程参加できる方 定/12組24人(2人1組。3人での申し込みも可能。ただし、2人での競技のためゲーム中は1人見学) ※申込多数の場合、抽せん。 参/200円(保険代等)  
締/1月15日(木) 申/電話・窓口・右のコードで 問/生涯学習・スポーツ課



## 第70回記念朝霞市民総合スポーツ大会

### ミニテニス大会

主管/朝霞市ミニテニス連盟

日/3月8日(日) 午前9時30分受け付け 会/総合体育館サブアリーナ 種/女子、混合ペア(1人参加マッチング有り) 対/市内在住・在勤・在学の18歳以上の方 参/1人300円(保険代含む・当日払い)  
持/体育館シューズ・飲み物・昼食・動きやすい服装 ※ラケット貸し出し有り 締/2月9日(月)【必着】  
申/氏名・年齢・電話番号を、問い合わせ先の電話番号にショートメールまたはFAXで  
問/近藤 ☎080-1377-6554 FAX462-9333

## 日向山 秩父の春を探る 難易度★★☆ 約9km 標高差約323m

主催/朝霞市歩こう会

日・集/2月22日(日) 午前7時30分 北朝霞駅東口広場(雨天決行) 行程/北朝霞駅→新秋津駅(乗換)→秋津駅→飯能駅→芦ヶ久保駅(降車)→木ノ子茶屋→日向山633m→秩父札所六番ト雲寺→横瀬駅 対/小学生以上(小学生は保護者同伴) 参/300円(保険代等)  
持/弁当・水筒・雨具・ストック等 ※山行き用の靴着用 締/2月6日(金) 申/はがきにコース名・参加者全員の住所・氏名・電話番号を記入し、生涯学習・スポーツ課へ郵送 問/前川 ☎464-5394

## 体育施設臨時休館日(1・2月)

総合体育館 1月5日(月)、2月9日(月)  
武道館 1月5日(月)、2月2日(月)  
滝の根テニスコート 1月5日(月)・19日(月)、  
2月2日(月)~6日(金)・16日(月)  
全体育施設共通 1日(木・祝)~3日(土)

## 文化・スポーツ振興公社からのご案内

### 【イベント開催のご案内】

#### 親子で始める野球体験教室

ライオンズベースボールアカデミーのコーチを講師に迎え、「投げる・打つ」を親子で楽しく体験しよう!

日/3月21日(土) 午前10時~正午(雨天等中止)

会/中央公園野球場

対/年長~小学3年生とその保護者 定/40組80人

参/1組200円 締/2月25日(火)【必着】

#### 親子で学ぶ! からだリセットストレッチ

日/2月27日(金) 午後6時~7時30分

会/総合体育館 対/小学4~6年生とその保護者

定/10組20人 参/1組200円

締/2月5日(木)【必着】

### 共通事項

申/公社ホームページの申込フォームまたは往復はがきで

往復はがきの場合、次の内容を記入し、総合体育館宛に郵送

往信面 ①教室名 ②住所 ③参加者氏名(ふりがな) ④年齢(学年) ⑤電話番号

返信面 住所・氏名

※申込多数の場合は、抽せん。

詳しくは、公社ホームページをご確認ください。

問/総合体育館

## 第39回朝霞オープンバドミントン大会個人戦

主催/朝霞市バドミントン連盟

日/2月21日(土) 午前9時受け付け 会/総合体育館

種/ダブルス 対/高校生以上

参/1ペア5,000円(保険代含む)

申/右のコードで

問/朝霞市バドミントン連盟

✉asakabado@yahoo.co.jp



## ゲートスキー体験講習

主催/朝霞市スキー連盟

日/2月28日(土)、3月1日(日) ※2日間ともに現地集合・現地解散 会/新潟県石打丸山スキー場(南魚沼市) 種/スキーゲート体験(スラローム等) 対/小学生以上 定/20人 参/一般:大人3,000円・中学生以下2,000円、市連盟会員:大人2,000円(保険代含む) 締/2月13日(金) 申/朝霞市スキー連盟ホームページの申込フォームで

問/澤村 ☎090-3348-4798







# 博物館へ行こう！

朝霞市博物館	〒351-0007 岡2-7-22	☎469-2285
文化財課文化財保護係	同上（博物館内）	☎463-2927
旧高橋家住宅	〒351-0005 根岸台2-15-10 （根岸台市民センター隣）	☎463-2927
埋蔵文化財センター	〒351-0033 大字浜崎231-2	☎486-2244

共通☎468-0079

## 歴史講座「絵図で見る江戸の歴史」

回	日程	タイトル	内容	講師
1	3月14日(土)	切絵図で見る江戸ー江戸城・大名藩邸ー	江戸時代の江戸の様子を、 絵図等を読み解きながら 考える。	近世史研究家 宮原一郎さん <small>みや はら いちろう</small>
2	3月21日(土)	切絵図で見る江戸ー寺社・町人地ー		
3	3月28日(土)	絵図と絵巻で見る江戸の火事		

時間／各回午前10時～11時30分 会場／博物館講座室 対象／3回とも出席できる方 定員／40人

申込期間／1月9日(金)～2月10日(火)【必着】

申込方法／①右のコードから市ホームページ申込フォームで

②往復はがきで朝霞市博物館宛てに郵送。【往信面】に住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・「歴史講座受講希望」、【返信面】に住所・氏名を記入してください。

※申込多数の場合、市内在住の方を優先して抽せん。結果は①2月17日(火)までに当選者にのみメール送信、②2月17日(火)に返信はがきを全員に発送。1枚のはがきで受講者1人のみ申し込み可。



## 小学3年生博物館利用授業展示「昔の道具」

私たちがふだん使用している道具は、くらしを便利にするために時代とともにその姿を変化させていきました。

本展では、昭和30～40年代頃のくらしの風景や道具を紹介します。現代の道具やくらしとの違いを感じながらご覧ください。

※一般の方もご鑑賞いただけます。

※授業で利用中は、入場を制限させていただきます。

会期／1月10日(土)～3月29日(日)

会場／博物館展示室



生涯学習

## 文化財防火デー関連事業 旧高橋家住宅消防訓練

毎年1月26日は「文化財防火デー」です。昭和24年1月26日に、奈良県の法隆寺金堂で火災が発生したことがきっかけとなり制定され、毎年、この日を中心に、全国の文化財建造物や博物館などで防災訓練が行われています。

旧高橋家住宅では、文化財課職員と登録ボランティアの皆さんを中心に、放水銃による初期消火訓練など、消防訓練を行います。

朝霞市に残る貴重な文化財を守るための訓練ですので、ぜひご参加・ご見学ください。

日時／1月24日(土) 午前10時～ 会場／旧高橋家住宅

申込方法／事前申込不要。当日直接会場へ



### 1月のおやすみ

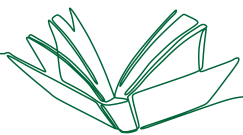
#### ●博物館・埋蔵文化財センター

1日(木・祝)～5日(月)・13日(火)・19日(月)・23日(金)・26日(月)

#### ●旧高橋家住宅

1日(木・祝)～5日(月)・13日(火)・19日(月)・26日(月)

※4日(日)・23日(金)は、文化財課の業務は博物館内事務室で行っています。



## ♪図書館（本館）の催し物♪ ㊼／図書館（本館）

### おはなしくらぶ（乳幼児向けの読み聞かせ）

㊼／1月16日（金） 午前11時30分～正午

㊼／視聴覚室 ㊼／16組（先着順）

### うさみみタイム（幼児・児童向けの読み聞かせ）

㊼／1月8日・15日・22日・29日

毎週木曜日 午後3時～

㊼／視聴覚室



## ♪北朝霞分館の催し物♪ ㊼／北朝霞分館

### 「北朝霞分館の絵本のよみきかせ」

申込制

ボランティアサークル（おはなしの木）による絵本の読み聞かせや手遊びなど、親子で楽しめます！

㊼／1月20日（火） 午後3時～

㊼／産業文化センター2階 研修室兼集会室1

㊼／30人（予約制・先着順）※定員に満たない場合、当日受付可

㊼／窓口・電話・メールで、住所・氏名（ふりがな）・電話番号をお伝えください。

## リサイクルコーナーをご利用ください

図書館では、リサイクルコーナーを設置し、随時、除籍した資料を無料で提供しています。

場所／図書館（本館）：正面入り口を入り左側  
北朝霞分館：入り口の外、左側

## 1・2月の図書館のおやすみ

- 本館 1月1日（木・祝）～4日（日）・13日（火）・23日（金）、2月10日（火）・27日（金）
- 分館 1月1日（木・祝）～4日（日）・14日（火）・22日（火）、2月12日（火）・26日（火）
- 東朝霞公民館図書室 1月26日（月）

## 「図書館まつりに参加してみませんか？」 第40回 図書館まつり参加説明会

図書館まつりは、図書館や図書に親しんでもらうきっかけづくりの催しを、市民の皆さんと企画・開催するイベントです。今年は6月27日（土）・28日（日）の開催に向けて準備を進めます。

参加希望の方は、ぜひ説明会にお越しください。

㊼／2月5日（火）・7日（土） いずれも午前10時～ ※説明会の内容は2回とも同じです。

㊼／視聴覚室 ㊼／図書館（本館）

## ブックポストを知っていますか？

図書館の資料は、朝霞市内の図書館・図書室すべての窓口で借りたり、返却できます。また、図書館や図書室が休館日等で閉まっているときは、市内のブックポストに返却することもできますので、ご利用ください。

### 【注意事項】

- ①志木市・新座市・和光市を含む他市町村の図書館では返却できません。
  - ②視聴覚資料（CD・DVD）は、ブックポストに返却すると破損の恐れがありますので、直接カウンターへ返却してください。
  - ③雨の日は、本が濡れないようご配慮をお願いします。
- ※ブックポストの設置場所については、図書館ホームページをご確認ください。



## 図書館（本館）に「りんごの棚」を設置しました

「りんごの棚」は、読書に困難を抱える子どもや大人も楽しめるよう、アクセシブルな本（利用しやすい形式の本）を集めたコーナーです。1993年にスウェーデンの図書館で始まり、今では日本の多くの図書館に広がっています。

活字が読みにくい人向けに、大きな字の本やさわって楽しむ絵本、LLブック（簡単なピクトグラムやことばを使ったやさしく読みやすい本）、布絵本などを集めており、どなたでも利用できます。ぜひ、お越しください。

施設名	電話番号	住 所	メールアドレス	施設名	電話番号	住 所	メールアドレス
中央公民館・コミュニティセンター	465-7272	〒351-0016 青葉台1-7-1	tyuo-kom@city.asaka.lg.jp	南朝霞公民館	461-0163	〒351-0023 溝沼1-5-24	minami-kom@city.asaka.lg.jp
東朝霞公民館	463-9211	〒351-0005 根岸台6-8-45	higasi-kom@city.asaka.lg.jp	北朝霞公民館	473-0558	〒351-0035 朝志ヶ丘1-4-1	kita-kom@city.asaka.lg.jp
西朝霞公民館	462-1411	〒351-0014 膝折町4-19-1	nisi-kom@city.asaka.lg.jp	内間木公民館	456-1055	〒351-0032 田島2-18-47	utimagi-kom@city.asaka.lg.jp

※番号はお間違いのないようにお願いします。

## 公民館のひろば

特に記載のないものは、どなたでも参加することができます。  
お気軽に申し込みください。

各公民館の催し物の詳細は、右のコードから  
ご確認ください。(市ホームページにリンク  
します)



### 西朝霞公民館

問／☎462-1411

#### ●育児講座「親子で節分豆まき」

豆をまいて、鬼を追い払いましょう。

日／1月31日(土) 午前10時30分～11時15分

対／小学生以下とその保護者

定／20組

講／西朝霞公民館職員

参／子ども1人につき100円

締／1月17日(土)

申／右上のコードで



### 南朝霞公民館

問／☎461-0163

#### ●生活教養講座「はじめての介護」

いざ介護が必要になったら誰に相談するの？

どんな準備が必要なの？介護の初めの一步を学びます。

日／1月23日(金) 午前10時～正午

対／どなたでも

定／20人

講／地域包括支援センターモーニングパークの皆さん

参／無料

締／1月15日(木)

申／窓口・電話・右上のコードで

#### ●生活教養講座

##### 「スマホ首改善体操～子どもから大人まで～」

スマホが離せない方、自分の姿勢を確認してみませんか？

日／2月8日(日) 午後1時30分～3時

対／中学生以上の方

定／10人

講／柔道整復師 原貴士さん

参／無料

締／1月15日(木)

申／窓口・電話・右上のコードで



### 中央公民館・コミュニティセンター

問／☎465-7272

○中央公民館・コミュニティセンターは、長寿命化工事のため10月31日(予定)まで休館しています。

●中央公民館・コミュニティセンターの休館に伴い、プラネタリウムもお休みしています。工事終了後、再開予定です。

●中央公民館・コミュニティセンター駐車場は、工事期間中に工事車両が出入りするため、全面利用できませんのでご了承ください。

### 北朝霞公民館

問／☎473-0558

#### ●わくわく広場

##### 「親子プレイパーク(スタンプで遊ぼう)」

プチプチシートのスタンプで遊びましょう。ころころストライクやママタクシーもあるよ！みんなおいで！

日／1月30日(金) 午前10時～11時

※時間内出入り自由

対／乳幼児とその保護者

定／20組40人

参／無料

申／当日直接会場へ



### 内間木公民館

問／☎456-1055

#### ●さわやか健康教室

##### 「バランスボール～むくみを取って、お正月太りを解消しよう～」

日／1月22日(休) 午前10時～11時30分

対／どなたでも

定／12人

講／日本Gボール協会

グループインストラクター

小澤美智子さん

参／無料

締／1月9日(金) 正午

申／電話・窓口・右上のコードで

※当選者にのみ郵送でお知らせします。



※先着順などを除き、定員のある講座で申込多数の場合は、市内在住者を優先し、抽せんとなります。

## 1月の各公民館のおやすみ

○中央公民館・コミュニティセンター休館中は、東朝霞公民館と南朝霞公民館を全日開館します。

※年末年始や施設メンテナンス日は除く。

#### ●南朝霞公民館

1日(木・祝)～3日(土)

#### ●東朝霞公民館

1日(木・祝)～3日(土)・

26日(月)(施設メンテナンス)

#### ●西・北朝霞公民館

1日(木・祝)～4日(日)・

12日(月・祝)・13日(火)・

18日(日)・26日(月)

#### ●内間木公民館

1日(木・祝)～3日(土)・

5日(月)・11日(日)・

12日(月・祝)・19日(月)・

25日(日)

日 日時 対 対象 定 定員 講 講師 参 参加費 締 締め切り 申 申し込み 問 問い合わせ





朝霞地区医師会 会長 たきざわ 滝澤 よしかず 義和  
☎464-4666

皆さん、あけましておめでとうございます。今年は干支が丙午です。丙も午も火の性質をもつ事から、かつてはこの年に生まれた方は情熱や強い輝き、行動力を持つと信じられていました。「ひょっとして昨年誕生した我が国初の女性首相である高市早苗さんは丙午？」と思って調べてみたら、私と同じ丑年でした。

また昨年は、ノーベル賞の日本人ダブル受賞に国内は沸きました。ノーベル生理学・医学賞においては、坂口志文さんが日本人で6人目の受賞者となりました。免疫反応を抑える「制御性T細胞」の発見は、今後のがん治療やいくつもの自己免疫疾患に臨床応用され、多くの人を救う事が期待されています。素晴らしい功績ですね。

さて今回は、最近充実してきた大人のワクチンを話題として取り上げます。日本人の生活様式の変化や医療の進歩等により、1981年以降、日本人の死因のトップは「悪性新生物（がん）」となっています。2024年の統計によると「肺炎」は第5位ですが、2017年から統計に新設された「誤嚥性肺炎」と、死因第3位の「老衰」の中にも肺炎で亡くなる方が一定数含まれており、これらを合計すると「肺炎」での死亡は「がん」、「心疾患」に次ぐ第3位となり、日本人の死因に大きく関与する重要な疾患であると言えます。

ところで、がん患者と肺炎患者の死亡までの期間はどのくらい違うのでしょうか。正確な統計結果を目にしたことはないですが、がん患者は、おそらく診断後、数か月から数年にわたることが多いと思います。これに対し肺炎患者は、数週間から数か月程度と短く、身辺整理や家族へのお別れの時間も、より限られます。

それでは、肺炎を予防するにはどうしたら良いでしょうか。肺炎で亡くなる方の98%は65歳以上の高齢者です。そうであれば、多くの肺炎の原因となる微生物に対するワクチンを用いるのが有効でしょう。

国や地方自治体による公費助成が用意されているのはインフルエンザ、新型コロナウイルス、そして肺炎球菌ワクチンです。他にも、インフルエンザと同等の致命率をもつRSウイルスに対するワクチンが2024年1月から接種可能となりました。また、2025年4月から多くの自治体で公費助成が開始された、带状疱疹ワクチンもありますが、これらワクチンの自己負担額が、接種普及を阻む要因になっています。ですが、ここで皆さんに考えていただきたいのです。多くのワクチンは費用対効果に優れています。これは単に医療費だけの話ではありません。数年前のコロナ禍における都市のロックダウンを思い出してください。そこまで大きな話ではなくても、インフルエンザや新型コロナウイルスに感染すれば、職場を数日休まざるを得なくなります。その間、経済活動がストップしてしまうわけですから、本人はもとより、会社にとっても、社会にとっても大きな損失、痛手です。

もちろん、ワクチンには副反応もありますし、費用もそれなりにかかります。しかし仮に肺炎に罹患した場合の医療費と、予防接種の費用が同じだった場合、辛い思いをして寝込むよりは、はるかにましだと思いますか？

また、健康診断やがん検診の受診や、血圧や血糖、脂質のコントロール、禁煙や減酒をすることも、重要な疾病予防行為だと私は考えます。予防にお金をかけることが、結果として費用対効果が高いことを、納得いただければありがたいです。ワクチンは子どもの為のものであるというのは、過去の話です。皆さんが、生涯を通して予防に力を入れ、健康を維持される事を祈念して、新年のご挨拶の筆を置きます。

### 日曜・休日に実施している医療機関

午前10時～午後4時

月日	場所	施 設 名	科 目	電話(048)	場所	施 設 名	科 目	電話(048)	
1	4	和光	和光駅前クリニック	外、内、小、 整外、消外、 肛、リハ	460-3466	新座	静風荘病院	内、呼内、 消内、循内	477-7300
	11	志木	志木ホーム クリニック	内、小	487-1255	新座	新座すずのき クリニック	精、心内	480-5511
	12	朝霞	北朝霞駅前 クリニック	内	486-6333	和光	和光駅前クリニック	外、内、小、 整外、消外、 肛、リハ	460-3466
	18	朝霞	三浦医院	内、小、皮	461-3802	和光	和光耳鼻咽喉科	耳、アレ	467-0889
	25	朝霞	あいかわ循環器内 科・内科	循内、内	461-8585	志木	ここ肌クリニック	皮、精、心内	458-3956

※当番医は変更になる場合があります。確認してからお出かけください。

日曜日、祝日に開局している薬局

下のコードから確認できます。



### 救急医療のお問い合わせ

●埼玉県南西部消防局 ☎460-0123 ●埼玉県救急電話相談 #7119(全国共通ダイヤル)または☎048-824-4199(ダイヤル回線、I P電話)



## 乳幼児と保護者の方へ

申・問／こども家庭センター ☎423-4369

内 容	日 時	会 場	対 象	そ の 他
離乳食ステップアップ教室	2月26日(木) 午前10時～11時45分	保健センター	令和7年3月～7月生まれの第1子の保護者	申／1月8日(木)から電話で(先着20組)
マタニティ教室	3月14日(出) 午後1時30分～3時30分 3月22日(日) 午前10時～正午または 午後1時30分～3時30分		令和8年6月～8月出産予定の初妊婦・パパになる方	内容／歯っぴい講座、家族で育む食生活講座、もく浴・妊婦体験、DVD上映 申／1月8日(木)から電話で(先着32組)
乳幼児健康診査	詳しい日程は、市ホームページをご確認ください			



## 成人の方へ

申・問／健康づくり課 ☎423-4362

内 容	日 時	会 場	対 象	そ の 他
こころの健康相談	1月30日(金) 午後2時～3時	保健センター	精神面の健康に心配のある方や、認知症や精神障害のある方とその家族	申／相談日の3日前までに電話で

## 令和7年度「高齢者インフルエンザ」・「高齢者新型コロナウイルス」・「高齢者带状疱疹」の各定期予防接種終了のお知らせ

問／健康づくり課 ☎423-4360

### 「高齢者インフルエンザ予防接種」・「高齢者新型コロナウイルス予防接種」

終了日／1月31日(出) ※2月1日(日)以降に接種する場合は、全額自己負担になります。希望される方は、1月中に接種してください。

対象者／市内在住で①接種日に65歳以上の方 ②接種日に60歳以上65歳未満で、心臓・腎臓・呼吸器等の機能およびヒト免疫不全ウイルスにより免疫機能に障害を有する身体障害者1級に相当する方

申込方法／市内協力医療機関に電話等で直接予約

費用／高齢者インフルエンザ予防接種…1,500円 高齢者新型コロナウイルス予防接種…11,800円

※生活保護受給者および中国残留邦人等支援受給者は無料

持ち物／マイナンバーカード等本人が確認できるもの(生活保護受給者は受給証、中国残留邦人等支援受給者は本人確認証、②の方は身体障害者手帳)

※市内協力医療機関は保健センターガイドまたは市ホームページをご確認ください。

県内のかかりつけ医で接種を希望される場合は、健康づくり課にお問い合わせください。



インフルエンザ予防接種



新型コロナウイルス予防接種

### 「高齢者带状疱疹予防接種」

終了日／3月31日(出) ※4月1日(日)以降に接種する場合は、全額自己負担になります。

令和7年度の接種対象者(対象者には令和7年4月にはがきを送付しています)で、接種を希望される方は早めに接種してください。

・不活化ワクチンは接種完了まで最低2か月かかります。まだ1度も受けておらず助成を希望される方は、

1月中に1回目の予防接種を受ける必要があります。

・過去に带状疱疹予防接種を受け、接種完了している方は対象外です。

※市内協力医療機関は送付したはがきや保健センターガイド、市ホームページをご確認ください。

県内のかかりつけ医で接種を希望される場合は、健康づくり課にお問い合わせください。



带状疱疹予防接種

## 市民伝言板

市内の公共施設で定期的に活動している団体の行事案内・会員募集を掲載しています。掲載を希望される方は市ホームページをご確認ください。



問／シティ・プロモーション課 ☎463-3059

## 行事案内

きんしょうりゅう

### 琴勝流大正琴朝霞地区無料体験講座

日時／1月25日(日) 午前10時30分～正午 会場／膝折市民センター 申込方法／電話で その他／貸し楽器あります

主催／琴勝流大正琴本部

申・問／柴田 ☎090-1451-4069

## 会員募集

### いっしょに寺子屋

日時／毎週土曜日 午前9時～正午 会場／弁財市民センター・溝沼市民センター 対象／小・中学生(特に不登校のお子さん) その他／学習支援と楽しく過ごせる居場所を提供しています。

問／伊藤 ☎487-7669

### Makani,Malie(フラダンス)

日時／毎週月曜日または金曜日 午後2時30分～4時 会場／東朝霞公民館 費用／1回1,000円 対象／初心者(シニアが中心) 問／佐々木 ☎090-3809-5746

### ハーモニア(バレエラボ)

日時／①毎週木曜日 午後5時～5時50分 ②毎月第1・3・5月曜日 午後4時25分～5時15分 会場／北朝霞公民館 費用／入会金500円、1回1,500円 対象／①年長～小学3年生(はじめてバレエクラス) ②年中～小学1年生(体幹リズム) その他／初心者クラス 会員募集、初回体験料500円 問／大江 ☎miyu8686s@gmail.com

### 朝霞麻雀連盟

日時／毎週水・金・日曜日 午前9時45分～午後5時 会場／弁財市民センター 費用／入会金1,000円、年1,500円 対象／初心者～中級者 その他／予約制・2卓8人で遊びます。一度見学に来てください。 問／細川 ☎090-7090-2145





# PHOTO NEWS



## 交通安全作品の表彰を行いました

令和7年11月13日(休)、ゆめぱれす(市民会館)で朝霞市交通安全対策協議会主催の交通安全作品表彰式が行われました。市内小学生から寄せられた応募作品661点の中から、作文5点、ポスター6点、標語5点が選ばれ、受賞された皆さんに賞状と記念品が贈呈されました。入賞作品は、看板やポスター、作文集を制作し、交通安全の啓発に活用させていただきます。入賞作品など、詳しくは市ホームページをご確認ください。



## 健康づくり講演会「作家朝倉かすみ講演会 朝霞市が舞台の小説『平場の月』を語る」を開催しました

令和7年11月15日(出)、健康づくり課×図書館特別企画「作家朝倉かすみ講演会 朝霞市が舞台の小説『平場の月』を語る」を開催しました。小説「平場の月」にまつわるエピソードや、かつて住んでいた朝霞市のこと、作品のテーマとなっている「がん」に対する思いや日頃からの健康への取り組みについて、たくさんのお話をいただきました。

がんや小説・映画にゆかりの地を紹介する展示も多くの方にご覧いただきました。



健康づくり課  
ホームページ



図書館  
ホームページ



▼左から、朝倉かすみさん、松下市長



## みやど公園に石2基を寄贈いただきました

令和7年11月28日(金)、<sup>たかはしせいじ</sup>高橋精二さん、<sup>たかはしげお</sup>高橋茂夫さん、<sup>だいきよよし</sup>醍醐清さんから、みやど公園に「みやどこうえん」という文字と、朝霞市キャラクター「ぼぼたん」のイラストが彫られた石2基を寄贈いただき、松下市長から感謝状を贈呈しました。

寄贈いただいた石は、みやど公園の新たなシンボルとして、一緒に記念撮影したり、座って一息つくこともできます。ぜひお越しください。

▼左から高橋茂夫さん、高橋精二さん、松下市長、醍醐清さん



## トイレトレーラー(株式会社丸沼倉庫所有)落成式を実施しました

令和7年11月29日(出)、シンボルロード中央広場でトイレトレーラー落成式を実施しました。

このトイレトレーラーは株式会社丸沼倉庫が所有するもので、能登半島地震の被災地である石川県珠洲市に設置していました。今回、役目を終え返還されることを受け、供給を行っていないときにも朝霞市でトイレトレーラーを借り受ける「救援物資(トイレトレーラー)の使用貸借等に係る覚書」を締結し、トイレ設置要望の多かったシンボルロードに設置しました。

▼左から、<sup>むらさき</sup>村沢審議監、<sup>ちば</sup>千葉危機管理監、<sup>うの</sup>宇野副市長、松下市長、株式会社丸沼倉庫<sup>すゐかつしげ</sup>須崎勝茂代表取締役、<sup>おかざきひろ</sup>岡崎和広前朝霞市議会議長、株式会社丸沼倉庫<sup>すゐよしろう</sup>須崎嘉朗取締役、丸沼芸術の森芸術家・造形学博士<sup>かわかみ</sup>河明求さん、学芸員<sup>くさ</sup>谷野しずかさん



市ホームページ



メール配信



LINE



X(旧ツイッター)



facebook



広報あさか No.824 発行日/令和8年1月1日(毎月1回1日発行) 発行人/朝霞市長 編集/朝霞市シティ・プロモーション課  
朝霞市役所/〒351-8501 埼玉県朝霞市本町1-1-1 TEL 463-1111(代) FAX 467-0770(代)

広報あさか音声CD(デジ形式)を図書館本館と北朝霞分館で貸し出しています。  
また、市内の視覚障害のある方で郵送をご希望の方は、シティ・プロモーション課へご連絡ください。

広報あさかは、市で委託した業者が各家庭のポストへ直接配布しています。発行日(毎月1日)までに  
広報あさかが届いていない場合は、シティ・プロモーション課へご連絡ください。

※写真は編集の都合上、加工する場合があります。



広報あさかは再生紙を使用しています  
この印刷物は環境にやさしい  
「植物油インキ」を使用しています