



募集

市民コメント (旧パブリック・コメント)

第8期朝霞市障害福祉計画・第4期朝霞市障害児福祉計画 (素案)

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、計画に利害関係のある方

閲覧場所／障害福祉課、市政情報コーナー、各公民館(中央公民館除く)、内間木支所、各出張所、図書館(北朝霞分館を含む)、市ホームページ

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「第8期朝霞市障害福祉計画等(素案)の意見」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。

詳しくは、市ホームページをご確認ください。

問／障害福祉課

☎463-1599 FAX463-1025

✉syogai_fukusi@city.asaka.lg.jp



投票立会人を募集します

選挙に対する関心を高め、より公平で開かれた明るい選挙の推進を図るため、選挙当日および期日前投票所の投票立会人を募集します。

募集期間／11月2日(月)～12月4日(金)

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

申・問／選挙管理委員会事務局

☎463-2444



会計年度任用職員 (給食調理員) 募集

給食調理

人数／4人

勤務地／浜崎学校給食センター

勤務日時／午前8時30分～午後0時30分

※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。

食器洗浄

人数・勤務地／2人・溝沼学校給食センター、1人・浜崎学校給食センター

勤務日時／午後1時15分～4時30分

【共通事項】

任用期間／12月1日(火)～令和9年3月31日(水)

※契約更新の可能性あり(条件あり)。勤務日は給食実施日のみで、シフト制ではありません。

報酬／時給1,264円

申込方法／11月6日(金)午後4時までに学校給食課へ履歴書(市販のもの)を持参。

選考方法／11月9日(月)に面接で

※時間は申込時にお知らせします。

申・問／学校給食課 ☎451-0370

税務署アルバイト

人数／30人程度

任用期間／令和9年1月～3月のうち、1～3か月間

勤務内容／パソコンまたはスマホによる確定申告書作成操作補助、書類の整理業務、受付・窓口案内等

勤務日時／週5日間程度、午前8時45分～午後5時のうち1日4～7時間勤務

時給／1,320円または1,340円

申込方法／11月30日(月)【必着】までに履歴書を郵送(〒351-8601 朝霞市本町1-1-46)

※申込多数の場合、受け付けを締め切る場合あり。

選考方法／面接で(日時は電話で連絡します)

申・問／朝霞税務署 ☎467-2211

身元保証・身元引受

ひとり暮らしの将来の不安に

 入院・手術の 身元引受	 施設入居の 身元保証	 葬儀・納骨・ 喪主代理	 生活 サポート
--------------------	-------------------	--------------------	----------------

相談無料

●おひとり様 ●ご夫婦2人 ●ご家族に負担をかけたくない方
土曜と2人体制で1人をサポート!

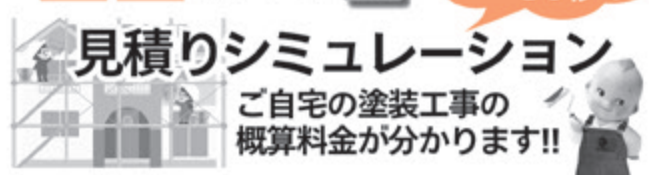
株式会社サンヘヴン
朝霞市・新座市・ふじみ野市などで
ご相談受付中!
新座市馬場2-11-8

通話無料

☎0120-565-655

無料簡単!!

入力たった
30秒!



(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





登録手話通訳者

応募資格／受験日現在、満20歳以上で登録手話通訳者として活動できる方で、次のいずれかの要件を満たしている方。

○市（国、県、または他市町村）が実施する手話通訳者養成講習会等を修了している

○上記と同程度の技術を有し、1年以上の通訳経験がある

選考試験

日時／12月19日(土) 午前9時

会場／はあとぴあ（総合福祉センター）

試験内容／読み取り筆記・口述試験、聞き取り表現試験、筆記試験（基礎知識）、面接

申込方法／11月2日(月)～20日(金)までに

申込書・履歴書等を本人が窓口を持参

※土・日曜日、祝日を除く午前9時～午後

5時。受験案内・申込書・履歴書は、窓口での配布または朝霞市社会福祉協議会ホームページで

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



高齢者住宅入居者募集

所在地／朝志ヶ丘4-5-10「けやき荘」

募集戸数／2階・1戸

家賃（使用料）／月額3万円

入居資格／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／11月2日(月)～13日(金)に窓口で配付する申請書と必要書類を持参

選考方法／書類審査

※入居者の決定・入居開始は11月下旬以降を予定。

内覧を希望される方は、お申し出ください。

申・問／高齢者・地域福祉課 ☎463-1921

ガバメントクラウドファンディング（プラネタリウムの機器更新）

みなさんからの寄付を活用して機器を更新します。

目標金額／2,238,000円

募集期間／11月1日(日)～令和9年1月29日(金)

寄付方法／①右下のコードのふるさと納税サイト「ふるさとチョイス」②南朝霞公民館窓口等（②の場合は事前にご連絡ください）

※「ふるさとチョイス」の場合2,000円以上で寄付ができます。朝霞市民の方も朝霞市にふるさと納税をすることができ、控除を受けられます。ただし、市民の方は、返礼品を受け取ることができません。システムから申し込めない場合、窓口で受け付けます。

申・問／南朝霞公民館 ☎461-0163



第15回北朝霞どんぶり王選手権出店者

実施予定日／令和9年3月21日(日)

申込方法／11月20日(金)までに、申込フォームで

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

申・問／産業振興課 ☎463-1903



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／公共施設の管理・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／11月16日(月)、12月15日(火)、令和9年1月14日(水) すべて午前9時30分～

会場／朝霞地区シルバー人材センター（武道館横）

定員／24人（予約制）

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

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

義務化された相続登記 お済みですか？



信頼と実績の55年
司法書士 栗山 昇
司法書士 青木まゆみ

不動産名義変更 会社設立 役員変更 遺言書 成年後見

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！



ご案内

「朝霞市役所駐車場トイレ」のネーミングライツパートナーおよび愛称が決定しました

選定の結果、日建総業株式会社がパートナーに決定しました。期間中は、トイレの日常清掃だけでなく、彩夏祭やアサカストリートテラス開催時の清掃など、さまざまなかたちでご協力いただく予定です。



愛称／～^{サイ}彩～^イRODORI トイレ^{ニッケン} NIKKEN ^{ソウギョウ} SOGYO

期間／令和9年1月～令和11年12月

契約金額／120万円（3年契約）

問／財産管理課 ☎463-0203

野外焼却は禁止されています

家庭ごみや事業系廃棄物などを野外で焼却すること（野焼き）は、法律や県の条例により原則、禁止されています。焼却炉を利用する場合でも、一定の基準を満たした炉でなければ使用できず、工場・事業所が使用する場合は、埼玉県への届け出が必要です。

問／環境推進課 ☎463-1512

防災行政無線で試験放送が実施されます

次の日時で、全国一斉の試験放送が実施されます。市内に設置されている防災行政無線のスピーカーと防災ラジオから放送されますので、ご注意ください。

緊急地震速報

日時／11月5日（休） 午前10時頃

全国瞬時警報システム（Jアラート）

日時／11月11日（休） 午前11時頃

※予備日：11月25日（休）

問／危機管理室 ☎463-1788

市への寄付ありがとうございました

▶埼玉土建一般労働組合朝志和支部 1万円

せんまさお

千昌夫さんからのコメント・歌唱動画を配信します

台風の影響で中止した「令和8年度長寿を祝う会」に、出演予定だった歌手の千昌夫さんからの祝いコメントと歌唱の様子をYouTubeで動画配信します。

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

配信期間／11月末まで

問／高齢者・地域福祉課

☎463-1921



DVの悩み、ひとりで抱えていませんか？

「これってDVかな」「自分だけでなく子どもたちも心配」など、1人で悩まず相談してください。DV相談+（プラス）はチャット相談のほか、24時間電話相談（☎0120-279-889）ができます。

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

問／それいゆプラザ（女性センター）

☎463-0356（DV相談専用電話）



荒川緑肥を無償で配布します

河川の堤防の刈草から作った堆肥を配布します。

配布期間／令和9年1月18日（月）～2月3日（水）（土・日曜日を除く）

配布量／最大1t

※販売などを目的としている方には配布できません。

申込方法／12月4日（金）【消印】までに往復はがきで（応募多数の場合は数量調整）

※応募の際は、上のコードの荒川上流河川事務所ホームページ、または朝霞市道路整備課、荒川上流河川事務所・各出張所に置かれている応募要領をご確認ください。

申・問／荒川上流河川事務所荒川緑肥事務局

☎049-246-1031



大切な人とのお別れは

（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>

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
洗面台／玄関／ベランダ／水回り定期コースなど

大掃除のご予約はお早めに！



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



11月30日(いいみらい)は「年金の日」です！

ご自身の年金記録や年金見込額を確認し、将来の生活設計について考えてみませんか。

「ねんきんネット」では、パソコンやスマートフォンからいつでもご自身の年金記録を確認できるほか、ご自身の年金記録からさまざまな条件を設定したうえで、年金見込額の試算をすることもできます。

また、持ち主不明記録検索では、現在持ち主が分からなくなっている年金記録を「ねんきんネット」上で検索できます。



さらに、マイナポータルと連携することで、国民年金保険料の口座振替申出等の電子申請やe-Taxでの確定申告で利用可能な控除証明書等の電子データの取得ができます。※詳しくは、日本年金機構ホームページをご確認ください。

問／ねんきんダイヤル

(年金相談に関する一般的な問い合わせ)

☎0570-05-1165

「050」から始まる電話でおかけになる場合

☎03-6700-1165

11月は「労働保険未手続事業一掃強化期間」です

「労働保険」とは、「労働者災害補償保険（労災保険）」と「雇用保険」とを総称した言葉であり、雇用形態にかかわらず労働者を1人でも雇っている事業は原則、強制適用事業であり、成立手続を行う義務があります。

厚生労働省では、11月を「労働保険未手続事業一掃強化期間」とし、全国で集中的な活動を展開します。

問／埼玉労働局労働保険徴収課 ☎048-600-6203

ゆめばれす臨時休館のお知らせ

11月16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

社会保険料（国民年金保険料）控除証明書が発行されます

10月下旬（10月以降に納付の方は翌年2月上旬）に日本年金機構から、控除証明書が発行されます。

国民年金保険料は、全額が社会保険料控除の対象となりますので、年末調整や確定申告をする際、発行された控除証明書を添付のうえ、申告をしてください。

問／ねんきん加入者ダイヤル

☎0570-003-004

「050」から始まる電話でおかけになる場合

☎03-6630-2525

年金生活者支援給付金の請求はお済みですか

令和9年1月4日(月)までに請求書の提出がなかった場合は、請求した翌月分からのお支払いになりますので、お早めにご提出ください。（すでに給付金を受給している方については、新たな手続きは原則不要です）

問／日本年金機構 給付金専用ダイヤル

☎0570-05-4092

「050」から始まる電話でおかけになる場合

☎03-5539-2216

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動（パープルリボン運動）期間です」

ささいなことで怒鳴ったり、物に当たったりする。無視をしたり、不機嫌になる。あなたとパートナーの間にこのような兆候はありませんか？当たり前だと思っていたことがDVのサインかもしれません。



暴力は親しい間柄であっても、どんな理由であっても決して許されるものではありません。多くの方にこの運動への関心を持っていただくため、それいゆぶらざ（女性センター）では啓発イベントやパネル展示などを行います。

※詳しくは、市ホームページをご確認ください。

問／それいゆぶらざ（女性センター） ☎463-2697

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

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



税務署からのお知らせ

所得税および復興特別所得税の予定納税（第2期分）の納税をお忘れなく

予定納税とは、前年分の所得税と復興特別所得税の確定申告などに基づき計算した予定納税基準額が15万円以上である場合、原則、その3分の1相当額を第1期分と第2期分として、それぞれ納めていただく制度です。納付には、便利な振替納税をご利用ください。

納付期限／11月30日(月)まで

マイナンバーカード及び電子証明書の有効期限にご注意ください

有効期限を過ぎた場合、e-Tax 手続等のご利用ができません。特に、確定申告期は、更新窓口（市区町村）の混雑が予想されますので、お早めに更新手続をお願いします。



※有効期限や更新手続など詳しくは、「デジタル庁公式 note」をご確認ください。

国税庁 LINE 公式アカウントを「友だち追加」すると確定申告の際に役立ちます！

右のコードの国税庁 LINE 公式アカウントから、利用者が事前に「受信設定」した内容に応じた情報を配信します。



受信設定をすることで、「確定申告」や「源泉所得税」、「インボイス制度」や「納税」などのさまざまな情報をタイムリーに受け取ることができます。

問／朝霞税務署 ☎467-2211



ごみ出しひとくちメモ

分別容器やクリーンネットは、集積所の利用者みんなで協力して、適切に管理してね！ネットが飛ばされたり、かごが流されたりして事故につながることもあるから、固定するなどの対策も忘れずに！



問／資源リサイクル課（クリーンセンター）☎456-1593

令和8年秋季全国火災予防運動

防火標語『火の確認 いい日を支える いい習慣』

11月9日(月)～15日(日)で秋季全国火災予防運動が実施されます。また、空気が乾燥し、火災の発生しやすい季節を迎えます。火の取扱いには十分注意しましょう。

『住宅防火 いのちを守る 10のポイント』

「4つの習慣」

- 寝たばこは、絶対にしない、させない
- ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- こんろを使うときは火のそばを離れない
- コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く

「6つの対策」

- ストーブやこんろ等は安全装置の付いたものを
- 住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換を
- 寝具、衣類及びカーテンは防災品に
- 消火器等を設置し、使用方法を確認
- お年寄りや身体の不自由な人の避難経路・方法を常に確保
- 地域ぐるみで防火対策を

問／朝霞消防署消防課 ☎463-1190

11月1日～12月9日は、「障害者用駐車場マナーアップキャンペーン強調期間」です。

「障害者用駐車場」は必要な人のために空けておきましょう。埼玉県では、期間中、商業施設等における啓発ポスターの掲示や、店内放送での呼び掛け等の取り組みを実施しています。

障害者用駐車場とは

車椅子使用者、体の不自由な高齢者や障害者など、車の乗り降りや移動に配慮が必要な人のための、幅の広い駐車区画のことです。必要がない人は駐車しないなど、皆さんのご理解・ご協力をお願いします。

問／埼玉県福祉政策課 ☎048-830-3223

建築と不動産で新たな価値を創造する。



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

あさか相生病院 連携施設 ウェルネスプラザアサカ

心の健康を目指して習い事を始めませんか？

- 絵画 毎週土曜日 14:00～16:00
- オカリナ 第2/第4 火曜日 10:00～11:00
- 書道 第1/第3 木曜日 10:00～11:30
- 陶芸 第1/第2/第3 金曜日 14:00～16:00

多目的スペース ルポ Repos

交流と発見のスペース



身体の健康を

病院と連携した運動プログラムを身体の専門家が指導いたします！新しい自分へアップデート！

メディカルフィットネス

ドゥラサンテ

OPEN ■ 平日10:00～19:00

(土曜日 17:00まで)

定休日 ■ 水・日曜日/祝日

- 健康維持
- 生活習慣病改善
- 疾病予防
- 体力向上
- 筋力アップ

水中運動プールも

あります！

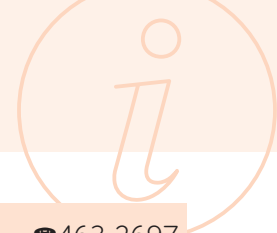


会員募集中！

見学・体験
随時受付中！

TEL.048-487-9244

〒351-0023 埼玉県朝霞市溝沼3-2-32



違いを認め、選べる社会へ

問／それいゆぶらざ（女性センター） ☎463-2697

「男女平等」という言葉を聞いたときに、私は1つの疑問を感じます。平等とは、本当に「同じにすること」なのでしょうか。私は、そうではないと思います。男性と女性には、妊娠や出産をはじめ、身体的な違いがあります。しかし、「違う」ということと、「どちらかが上で、どちらかが下」ということは、まったく別の話です。

「違い」を理由に、できることや可能性に差をつけるのではなく、互いの違いを認めながら、それぞれが自分の生き方を選べること。それが、男女共同参画の大切な考え方の一つではないでしょうか。わが家では、妻が子育てに専念し、私は仕事で家庭を支える道を選びました。私は仕事に没頭し、家事や育児の多くを妻に任せてきました。当時は、それが父親としての責任だと思っていました。しかし、子どもたちが大きくなった今、もっと一緒にいればよかった。もっと遊べばよかった。もっと成長をこの目で見ておけばよかった。そう思います。仕事には明日があります。しかし、幼いわが子との「今日」は、二度と戻ってきません。

振り返ってみると、私たちは「働いてお金を得ること」を高く評価する一方で、「家庭をつくること」や「子どもを育てること」の価値を、十分に評価できていないのではないかと感じます。

子育ては、1人の人間を育て、未来の社会をつくる尊い営みです。けれど、親になれば誰もが突然「父親一年生」「母親一年生」です。どこまで自由を尊重し

どこで我慢を教えるのか。褒めるのか、叱るのか。親は迷います。

子どもたちが、思いやりや責任を持ち、自分も周りの人も大切にできる人に育っていくために、家庭だけでなく、地域や社会も一緒に考えていく必要があります。子どもを育てる中で、親もまた多くのことを学び、迷いながら成長します。だからこそ、親も含めた一人ひとりが、自分らしい生き方を選び、それを互いに認め合える社会であることが大切なのだと思います。

そして、私は「選べる」そして「認め合える」ということの大切さを強く感じます。働きたい人は働ける。子育てに時間を使いたい人は、それを選べる。その両方を大切にしたい人も、自分なりのバランスを選べる。

男性でも女性でも、違いを認め、互いを尊重しながら、自分の人生を選べる。どのような生き方を選ぶかに、唯一の正解があるわけではありません。大切なのは、「男だから」「女だから」という理由で選択肢を狭められることなく、一人ひとりが自分にとって大切なものを考え、自分らしい生き方を選べることではないでしょうか。

「同じにする社会」ではなく、「違いを認め、選べる社会」へ。私は、そこに本当の男女共同参画の姿があると思います。

※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。

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

No.111 車椅子使用者のためにできること③

《例えば》

- ・ 高い位置のものは声かけして代わりに取りましょう。
- ・ 必要のない人は多機能トイレを使わないようにしましょう。
(車椅子を使用するだけでなく、内部障害のある人など、他にも利用したい人がいます)
- ・ エレベーターは優先して乗ってもらい、安全に乗り降りできるまで「開く」ボタンを押しましょう。



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 (エースケー) 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

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



あなたの分別、適切ですか？ ～11月はごみ分別キャンペーン月間です～

問／資源リサイクル課（クリーンセンター） ☎456-1593

小さな紙でもリサイクルできます ～ごみ箱の横に、ひと工夫～

燃やすごみには、紙が約40%も含まれています。この中には、リサイクルできる紙が多く含まれています。小さな紙でも、紙袋に入れてひもで縛ると、資源の「雑がみ」として出せます。



小さな紙を、燃やすごみに出していないか？

雑がみ分別辞典



雑がみをみつけたら、紙袋に分けましょう。



ひもで縛ったら、資源の「雑がみ」として丸ごと出せます。ぜひお試しください！

※雨天の場合は、次の収集日に出してください。

ペットボトルのキャップ・ラベルは外して「プラスチック資源」へ

ペットボトルにキャップが付いていると、クリーンセンターでうまく処理できません。キャップ・ラベルは外して「プラスチック資源」として出してください。ペットボトルはつぶさずに、資源の「ペットボトル」として出してください。



ごみ分別辞典

有害ごみに気を付けて

燃やせないごみや有害ごみも、適切に処理すれば金属や燃料などの資源になります。大切な資源をリサイクルできるよう分別にご協力ください。特に充電して使うものや電池、スプレー缶などの有害ごみは、爆発や火災事故を防止するためにも、正しく分別、排出するようにお願いします。

【有害ごみの出し方は次の3ステップで！】

- ①種類ごとに透明な袋に入れて、
- ②燃やせないごみの日に、
- ③黄色いかごの脇へ置いてください。

絶対に燃やすごみに混ぜないで！

捨て方がわからないものや出し方に迷ったら右上のコードのごみ分別辞典を活用してください。



👏 日本手話情報コーナー No.122

問／障害福祉課 ☎463-1599 ☎463-1025

インフルエンザ予防接種 インフルエンザ

予防



小指を立てた手を口元から2回小さく離します。



片方の手を前に向け、もう片方の手の指先を前に向けた手のひらにあてたま、押し出します。



横向き

接種（注射）



片方の手の3指（親指・人さし指・中指）を注射を打つように、もう片方の二の腕に押しあてます。

YouTube「朝霞市 公式チャンネル」



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）



お見積り・
ご相談は無料です！
お気軽にご相談
ください！



不用品回収・便利屋
生前整理・遺品整理

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

あさか市民活動ニュースレター

vol.107

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

朝霞で創立37年！国際交流の先駆者として、多文化共生を目指し活動しています！【AIS】

今回は、「朝霞地区インターナショナルソサエティ (AIS)」の代表・谷田静代さんにインタビューした内容をご紹介します。

Q.団体の活動内容を教えてください。

A.外国人会員に対する日本語学習支援と文化交流の2本柱で活動を行っています。日本語学習支援は、当初から会の方針として、日本人会員が担当になり、マンツーマン指導で行っています。内容は、外国人会員のレベルや希望に沿った学習をします。文化交流については、日本料理と、外国人会員から国の自慢料理を教わる料理教室。春のお花見や秋の紅葉鑑賞。各国の歌や踊りを披露する年末交流会。クイズやゲームを楽しみながら行うカレンダー交換会など、今までにさまざまな形式のイベントを通して文化交流を行っています。日本の文化を含めて、各国の文化や習慣に触れ、理解し合い交流を深めながら、多文化共生を目指しています。

Q.活動を通してのやりがいを教えてください。

A.入会時は読み書きができなかった外国人会員からお手紙をいただいたり、日本語であいさつを交わせるようになったり、徐々に日本語が上達していく姿を見る時は、喜びと誇りを感じます。また、文化交流を通して、さまざまな国の文化や思想、生活様式を勉強することができるのは、「この会で活動しているからこそ」機会があるのだと実感しています。

Q.長く活動を続けている中で、課題はありますか。

A.以前と比べて、日本に働きに来ている若い世代の外国人居住者が増えたことで、少しでも早く日本の生活に慣れるために「日本語を勉強したい！」と、入会する外国人会員が多くなっています。ニーズの変化により、「文化交流よりも、日本語学習に時間を費やした方が良いのではないか」など、今現在外国人会員が望む活動内容を、会員同士で相談しています。

Q.今後、取り組みたいことはありますか。

A.私個人の考えなのですが、日本語が同じレベルの外国人会員が集まり、日本人会員の引率による「体験グループ学習」について考えています。外へ出てスーパーへ買い物に行ったり、銀行、郵便局、駅の利用など、体験学習を通して知ることができる日本語や、日本の生活習慣があると思っています。

～日本人会員を募集しています～

日本語学習の支援や文化交流を通して、国際交流を始めませんか。会に興味をお持ちの方や、ボランティアをしたいと考えている方など、ぜひ一度、活動の様子を見学に来てください。

活動日の詳細はホームページをご確認ください。問い合わせをお待ちしております。



問／朝霞地区インターナショナル

ソサエティ (AIS) ☎048-468-8060 (合田)

「広報あさか」の配布に関する連絡が電子申請でもできます！

問／シティ・プロモーション課 ☎463-3059

「広報が1日までに配布されなかった」「広報は電子版を見るので、紙のものは配布しなくていい」など「広報あさか」の配布漏れや配布の停止に関する連絡を、電子申請でも受け付けています。日中、電話連絡すること等が難しい場合でも、24時間申し込むことができます。

相続についてのお悩み・ご相談は
いんどり

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



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／11月12日(休)～15日(日)

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





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

～あなたの“ちょっと気になる”を市長に聞いてみよう～

問／市政情報課 ☎463-3163

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！同伴で入室できます。手話通訳者もいます。発言を希望する方が多い場合は抽選です。お気軽にお越しください。

日時／11月28日(土) 午前10時～正午(開場：午前9時30分)

会場／朝霞第五小学校(ランチルーム) 対象／市内在住・在勤・在学の方

その他／お子さんの一時預かり(1歳～就学前)を利用する場合、11月13日(金)午後5時までに電話で



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／11月21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・在勤者、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／右のコードまたは電話で



令和9年4月公開予定のシティプロモーション特設サイト説明会

問／シティ・プロモーション課 ☎463-3059

日時／11月20日(金) ①午後2時30分～

②午後6時～(各回75分程度)

会場／市役所別館5階 大会議室(奥)

定員／各30人(予約制・先着順)

内容／誰でも情報発信できる特設サイトの活用方法など

申込方法／11月18日(水)までに、上のコードで



分譲マンション管理セミナー

問／開発建築課 ☎423-3854

日時／11月7日(土) 午前9時～正午

会場／市役所別館5階 大会議室

内容／①セミナー『区分所有法改正に伴う管理規約の改正について』・『大規模修繕及び長期修繕計画について』 ②意見交換会・質疑応答 ③個別相談会

講師・相談員／マンション管理士



第21回はあとぴあふれあい祭り

問／朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2475

日時／11月23日(月・祝) 午前9時30分～午後2時

会場／はあとぴあ(総合福祉センター)

内容／ふれあいミニ動物園・缶バッジ制作・エアポリン・手づくり模型であそぼう・絵本読み聞かせ・デリシャス児童館・福祉車両展示・「食いち」の屋台・喫茶「お花畑」・つきたて餅など



「あさか冬のあかりテラス2026」点灯式&イベント

問／みどり公園課 ☎463-0374

日時／11月28日(土) 午後3時～9時

(荒天中止、点灯カウントダウンは午後5時半からほそ広場で)

会場／シンボルロード

※点灯式に伴い、公園通り(市道8号線)を午後2時～10時の間車両通行止めになります。詳しくは、上のコードの市ホームページをご確認ください。



第2回起業家育成支援セミナー

主催・申・問／産業振興課 ☎463-1903

日時／12月18日(金) 午後2時～4時

会場／産業文化センター(Zoomも同時開催)

講師／一般社団法人埼玉県中小企業

診断協会 左近裕子さん

定員／30人程度(予約制・先着順)

内容／地域の「困った」をビジネスに変える！

ー朝霞で見つけるコミュニティビジネスのつくり方ー

申込方法／上のコードで



介護に関する入門的研修兼認定訪問介護員合同養成研修

申／株式会社シグマスタッフ埼玉支社 ☎871-9931 問／介護保険課 ☎463-1952

介護に必要な知識や技術を学べる研修です。研修修了者は、生活支援のサービスを提供する3市(朝霞・志木・新座)の介護事業所で「認定訪問介護員」として働くことのできる資格を取得できます。

日時／令和9年1月18日(月)・23日(土)・25日(月)・27日(水) 午前9時30分～午後4時30分(初日は午前10時～)

会場／産業文化センター 2階 研修室兼集会室 定員／30人(申込多数の場合、抽せん)

対象／市内在住の18歳以上(18歳になる年度の方も含む)で全日程に参加でき、介護に興味・関心がある、または介護職として就労を希望している方

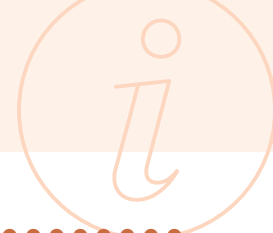
申込方法／11月1日(日)～12月25日(金)【消印有効】(電話の場合、土・日曜日、祝日を除く 午前9時30分～

午後5時)までに右のコードからまたは株式会社シグマスタッフ 埼玉支社へ電話または郵送で

(〒330-0854 さいたま市大宮区桜木町1-9-1 三谷ビル7F)

※申込書は、介護保険課・内間木支所・各出張所・各公民館・各図書館で配布しています。





.....**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



分譲マンション管理相談

申・問／開発建築課 ☎423-3854

日時／12月2日(水) 午後1時～3時50分 (1組50分)

会場／市役所1階 市民相談室

定員／3組 (予約制・先着順)

相談員／マンション管理士

申込方法／11月16日(月)から電話で



あさか朝市

問／産業振興課 ☎463-1903

日時／11月8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



あさか朝市
Instagram



冬休みのこども応援！ フード・ドライブキャンペーン

問／こども未来課 ☎463-2930

ご家庭で消費しきれない食品を、こども食堂等で活用し、こどもの食を応援します。ご協力をお願いします。

日程／11月28日(土) 時間・会場／①午前10時～正午・花の池テラス (市役所正面広場)、リサイクル

プラザ駐車場 ②午前10時～午後8時・フタバスポーツ朝霞本店 (幸町3-4-15) ③午前10時～午後

10時・マルエツ朝霞店 (本町1-12-10)

対象食品／未開封・常温保存が可能な賞味期限が令和9年3月以降の食品



一緒に遊ぼう保育園で ～ようこそほっとひろばへ～

問／保育課 ☎463-2939

未就園のお子さんが保育園で自由に遊べるよう、公設
保育園の園庭を開放します。

日程・会場／①11月10日(火)・24日(火)・浜崎、東朝霞、

溝沼、本町、仲町 ②11月12日(木)・26日(木)・根岸

台、北朝霞本園、栄町、泉水、さくら

※①②どちらも雨天中止、駐車場使用不可。宮戸保育園
の実施日は直接お問い合わせください。

開放時間／午前9時30分～11時30分 (仲町のみ午前
10～11時)

その他／雨天中止、駐車場利用不可



あつまれ!クリスマスパーティー♪

問／青少年相談員朝霞市協議会

✉soudan.asaka@gmail.com

日時／12月13日(日) 午前10時～午後3時30分

会場／西朝霞公民館 実習室

対象／市内在住の小・中学生

定員／20人 (申込多数の場合、抽せん)

費用／1,000円

持ち物／参加費、上履き、エプロン、三角巾、クリスマス
スファッション (動きやすい服装)

申込方法／右のコードで



岡の紅葉を観る会

申・問／あさか環境市民会議 松永

✉halgenki@gmail.com

☎090-3451-0381

あさかの里山で、紅葉と植生を楽しみます。

日時／12月8日(火) 午前10時～正午頃 (雨天中止)

会場／岡緑地 (岡町内会館裏)

定員／20人 (予約制・先着順)

費用／100円 (保険代含む)

申込方法／11月24日(火)までに氏名・電話番号をメー
ルで。(件名を「岡の紅葉」で送信)



心と身体の土台を育む

脳育バレエ体験会

主催・申・問／ハーモニア【バレエラボ】

黒田 田 ☎ciel.bonheur715@gmail.com

日時／11月30日(月) 午後4時25分～5時15分

会場／北朝霞公民館 講堂 講師／渡邊優さん

対象／年中～小学校1年生

定員／5人 (予約制・先着順)

持ち物／動きやすい服装、水筒、汗拭きタオル

申込方法／メールまたは右のコードで



越戸川エコ探検

申・問／あさか環境市民会議 松永

☎090-3451-0381 ✉halgenki@gmail.com

広沢の池～和光市赤池親水公園を歩き自然保護活動・
川の再生事業の現場でお話を伺います。

日時／12月13日(日) 午前9時～午後3時頃

集合場所／広沢の池 (栄町1-1)

定員／10人 (先着順) 費用／100円 (保険代含む)

持ち物／お弁当、飲み物、筆記具、雨具、歩きやすい服
装・靴で

申込方法／11月22日(日)までに氏名・電話番号をメー
ルで (件名は「越戸川エコ探検」で)



物づくりをしてぐらんぱと遊ぼう

主催・申・問／NPO法人朝霞ぐらんぱの会 久良

☎080-3408-4225

✉asaka.grandpa.npo@gmail.com

日時／11月28日(土) 午後1時～4時

会場／南朝霞公民館 講師／朝霞ぐらんぱの会会員

対象／市内在住の小学生とその保護者

定員／15組30人 (予約制・先着順)

内容／割りばしゴム銃・ストロー弓などの製作と競技

持ち物／動きやすい上履き

申込方法／お子さんと保護者の氏名・住所・

電話番号を、メールまたは右のコードで





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



認知症サポーター養成講座

申・問／地域包括支援センター内間木苑
☎458-2022

日時／11月26日(木) 午前10時～11時30分
会場／宮戸市民センター1階ホール
講師／地域包括支援センター内間木苑職員
対象／市内在住の方 定員／20人(予約制・先着順)
持ち物／筆記用具 申込方法／11月2日(月)から電話で



黒目川クリーンエイド&プラごみゼロ 2026

主催・申・問／あさか環境市民会議 小林 小ばし
☎090-2436-1243 ✉mioriver@y8.dion.ne.jp

川のごみを拾って、何が多いのかチェックします。
日時／11月29日(日) 午前10時～11時30分頃(雨天中止)
会場／浜崎黒目橋(朝霞市産業文化センター横)
持ち物／長袖・長ズボン着用、飲み物持参



地域福祉講演会「地域づくりから幸せに」～重層的支援体制の構築に向けて～

申・問／地域共生社会課 ☎483-4520

日時／11月28日(日) 午後1時30分～3時(開場：午後1時) 会場／ゆめばれす(市民会館)新館 高砂
講師／立教大学教授 西田恵子さん(にしだけいこ) 定員／100人(予約制・先着順)
申込方法／11月2日(月)～11月20日(金)に右のコードまたは電話で(保育(未就学児まで)・手話通訳・ヒアリンググループを希望の場合、申込時に明記)
※保育を希望する場合は、傷害保険への加入が必要です。保険料は申込後にお伝えします。



ゆめばれすのイベント

会場・チケット取扱・問／ゆめばれす(市民会館) ☎466-2525

THE カルテットの昭和歌謡コンサート

日時／11月12日(木) 午後2時(開場：午後1時30分)
入場料／【全席指定】2,500円、当日3,000円(残席がある場合のみ)

The Beatles Night

日時／12月11日(金) 午後6時15分(開場：午後6時) 出演／COMMA-DADA(コマダダ)
入場料／【全席指定】5,500円 料理つき飲み放題(1人上限7枚) 定員／112人
チケット発売日／11月14日(出) 窓口：午前10時 電話予約：午後1時30分
※窓口で完売の場合、電話予約は受け付けません。



認知症家族介護教室 ～暮らしの中にある『できる』を見つける～

申・問／地域共生社会課 ☎483-4520

日時／11月14日(出) 午後1時30分～4時 会場／ゆめばれす(市民会館)3階 梅会議室
講師／埼玉作業療法士会 狭山尚寿会病院所属 八木正樹さん
対象／市内在住の方で認知症の家族を介護している方・物忘れが多い家族がいる方(別居・同居問わず)
定員／30人(予約制・先着順) 内容／【第1部】暮らしの中にある「できる」を見つける
～認知症の方を支える作業療法士の視点～ 【第2部】認知症介護家族のつらい「知恵袋」
申込方法／11月2日(月)～11月11日(水)に電話で



フレッシュトレーニング教室

申／(株)ルネサンス ☎050-1793-7029 問／健康づくり課 ☎463-1178

運動機能低下防止のための筋力トレーニング、ストレッチ、脳トレ、リズム体操などを行います。

【会場1】ゆめばれす(市民会館)

日程／令和9年1月20日～3月10日の毎週水曜日(全8回) 定員／各40人

【会場2】(株)ランダルコーポレーション(西原1-7-1)

日程／令和9年1月14日～3月11日の毎週木曜日(全8回。2月11日を除く) 定員／各20人

【会場3】総合体育館

日程／令和9年1月15日～3月5日の毎週金曜日(全8回) 定員／各45人

共通事項

時間／①午前9時15分～10時15分 ②午前10時45分～11時45分

対象／市内在住で65歳以上で軽い運動ができる方(医師に運動を禁止されている方は参加不可。)

申込方法／11月4日(水)～10日(火)(電話の場合、土・日曜日を除く午前10時～午後4時)に、氏名・生年月日・住所・電話番号・緊急連絡先・希望の会場と時間(第2希望まで可)を右上のコードまたは(株)ルネサンスへ電話で(申込多数の場合、新規の方を優先し抽せん。当選の方のみ、12月下旬までに参加券を送付。)

申込フォーム





●●●●●●●●●● 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



介護についての出張相談会

甲・問／地域包括支援センターつづじの郷
☎472-1574

日時／11月20日(金) 午前10時～正午
会場／サミット朝霞台店(東弁財1-1-10) 1階イート
インスペース



高次脳機能障害地域相談会

問／地域で共に生きるナノ すがい 須貝
☎080-5696-2459

日時／11月21日(土) 午後1時30分～3時30分
会場／産業文化センター 研修室兼集会室(1)
対象／高次脳機能障害のある方とその家族・支援者



朝霞とジャズーハンプトン・ホーズとその時代ー

主催・問／NPO 法人あさか市民大学 かわいけ 川池 ☎090-5219-0262 ✉saeko.kawaike@gmail.com

日時／11月15日(日) 午後1時30分～3時30分 会場／産業文化センター 3階ホール
講師／東海大学教養学部准教授 たまるともや 田丸智也さん 対象／おおむね18歳以上
定員／30人(先着順) 費用／300円 持ち物／筆記用具 申込方法／右のコードで



クリーン&マナーアップキャンペーン！

主催・甲・問／動物との共生社会を目指す会 Vest. しみず 清水 ✉vest.asaka@gmail.com

日時／11月15日(日) 午前10時～正午(雨天中止) 集合場所／北朝霞公園正面入り口 定員／約15人
内容／道路上のゴミと放置フンを回収、犬連れの方にウンチ袋の配布とマナーアップの声かけ
持ち物／ポリ袋、軍手、トンブ(すべて貸し出し可)、犬連れの方は散歩グッズ 申込方法／メールで



第14回 朝霞の森 秋まつり

問／朝霞の森秋まつり実行委員会 おおの 大野 ☎090-5209-9467

日時／11月14日(土) 午後1時～5時30分(雨天中止) 会場／朝霞の森
内容／コンサート、キャンプファイヤー、落ち葉プール、模擬店、ワークショップ(プレーパークを同時開催)



第21回朝霞いきいきふれあい ひろば～あすに向かって～

問／朝霞いきいきネットワーク
ささき 佐々木 ☎080-6636-8886

日時／12月1日(火) 午前10時～午後3時
会場／産業文化センター 1階ギャラリー
内容／各団体の活動展示、作品頒布、体験ブースなど



認知症講演会 ～記憶とつなぐ～ ある写真家の物語

問／若年性認知症ライゼの会
ささき 佐々木 ☎080-6636-8886

日時／12月5日(土) 午後2時～4時
会場／産業文化センター3階 多目的ホール
講師／しもさかあつし 下坂 厚さん 申込方法／右のコードで



初心者向け相談会～Zoom でつながる！動画で伝える！～

会場・甲・問／市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☎463-1417

市民活動をしている方や関心がある方が対象の、1時間程度の個別相談会です。先着順になります。

Zoom 活用 日程／11月29日(日) 持ち物／スマートフォンまたはパソコン、筆記用具

スマホ動画のつくり方 日程／12月5日(土) 持ち物／スマートフォン、筆記用具

【共通事項】

時間／①午前10時 ②午前11時30分 ③午後1時30分 ④午後3時 ⑤午後4時30分 申込方法／電話で



無料税務相談会

甲／関東信越税理士会朝霞支部事務局
☎465-0025
問／課税課 ☎463-2851

日時／11月17日(火) 午前10時30分～午後4時30分
(最終受付：午後4時)
会場／マルイファミリー志木8階(志木市本町5-26-1)
対象／朝霞・志木・和光・新座市在住の方
申込方法／電話で(予約制)



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：11月2日(月)

《第5期 12月開講(12～1月)

スポーツ教室のご案内》

各種教室の募集概要は右のコードの
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

生涯学習体験教室参加者を募集します!!

教室番号	教室名／説明／申込・問合せ先	日時	費用	会場	定員
17	指で描く パステルアート 絵が苦手な方でも簡単に描けます ☎090-2165-6353	12月7日(月) 午前9時～11時	50円	産業文化センター	10人

共通事項

対象／市内在住・在勤・在学の方（申込多数の場合、抽せん） 申込方法／11月13日(金)までに電話で
※詳しくは、市ホームページをご確認ください。



市ホームページ

市民企画講座

改正された後見人制度

主催／年金者組合朝霞支部

日時／11月25日(水) 午前9時 会場／産業文化センター 費用／無料 申込方法／直接会場へ
問／木村 ☎080-2255-2367

あさかの坂 パート2

主催／NPO 法人あさか市民大学

日時／11月12日(水) 午前10時～11時30分 会場／朝霞市溝沼付近（集合／南朝霞公民館前）
費用／300円（保険料等）
申込方法／電話またはメールで 問／川池 ☎090-5219-0262 ✉lupin-the-3rd-55@jcom.home.ne.jp

十文字学園女子大学学生さんの報告及び意見交換（夏休み宿題 応援隊や不登校支援など）

主催／コミュニティあさか

日時／11月22日(日) 午後2時 会場／産業文化センター 費用／無料 申込方法／メールで
問／熊澤 ✉communityasaka@gmail.com

※日時・会場についてはやむを得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。

朝霞市文化祭 個別大会のお知らせ

芸術の秋にぜひご参加ください

朝霞市演奏家連盟

音楽祭 Vol.VIII

日時／11月1日(日) 午前11時開演
※第二部は午後1時、第三部は午後3時開演
会場／ゆめばれす（市民会館） 費用／無料
主管／朝霞市演奏家連盟

朝霞市合唱連盟

第44回演奏会

日時／11月7日(土) 午後1時30分開演
会場／ゆめばれす（市民会館） 費用／無料
主管／朝霞市合唱連盟

第22回歌謡連盟発表会

日時／11月8日(日) 午前10時開演
会場／ゆめばれす（市民会館） 費用／無料
主管／朝霞市歌謡連盟

朝霞市民吹奏楽団

第40回定期演奏会

日時／11月15日(日) 午後1時30分開演
会場／ゆめばれす（市民会館） 費用／無料
主管／朝霞市民吹奏楽団



交通規制のお知らせ

第65回ロードレース大会のため、交通規制を行います。
ご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いします。

規制日時／11月23日(月・祝) 午前9時～午後1時頃

規制箇所／中央公園陸上競技場および朝霞の森周辺

区／生涯学習・スポーツ課

■ 午前9時～午後1時 車両通行禁止
■ 午前10時～午後1時 車両通行禁止
— 周回路コース



第71回朝霞市民総合スポーツ大会 なわとび大会

主管／朝霞市レクリエーション協会

日／12月19日(土) 午前9時30分～午後1時

会／総合体育館 メインアリーナ

種／まえとび(幼児、小学生1・2年生・親子)、あやとび(小学3・4年生)、二重とび(小学5・6年生)

対／幼児・小学生・親子 **参**／1種目100円(保険代含む) **持**／なわとび・うわばき **申**／市内小学校で配布の申込用紙に必要事項を記入し、当日に会場**受付**へ提出

問／鈴木 ☎090-9241-5739

第17回 ベテランダブルステニス大会

主催／朝霞市テニス協会

日／12月6日(日)・13日(日)【予備日：12月20日(日)】

午前8時40分～ **会**／青葉台公園テニスコート

対／45歳以上の部・60歳以上の部

※男性クラス・女性クラス・ミックスに分かれます。

参／非協会員：3,000円・協会員：2,500円

(保険代含む) **締**／11月18日(水)

申／右のコードで **問**／朝霞市テニス協会

✉asakatennis.office@gmail.com



りゅうがいさん

龍崖山 急な登降と好展望

難易度★★☆ **約8km** **主催**／朝霞市歩こう会
標高差約139m(累積標高差 **上り**約251m/**下り**約251m)

日・集／12月20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(降車)→あさひ山展望公園→燧山234m→龍崖山246m→飯能駅

対／小学生以上(小学生は保護者同伴)

参／300円(保険代含む) **締**／12月4日(金)

持／弁当・水筒・雨具・ストック等

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

朝霞市文化・スポーツ振興公社からのご案内

【イベントのご案内】

～朝霞けやきウォーク～

第11回ノルディック・ウォーク健康増進フェスタ

日／12月6日(日) 午前10時～ ※荒天中止

会／中央公園陸上競技場 **種**／全4コース

定／500人 **対**／どなたでも

参／大人2,000円、中学生以下500円、未就学児無料

持／ポール(レンタルは1セット500円)

締／11月20日(金)

※先着順で受け付け、定員になり次第締切

申／ページ上部のコードから申込フォームで

【健康サポートシステム】

目的や体力に合ったトレーニングメニューの作成機能や体重・血圧の測定値を記録できる機能を備えたシステムをトレーニング室内に設置しています。

利用を希望される方はトレーニング室利用証を持参し、総合体育館の窓口で申請してください。

※詳しくは、公社ホームページをご確認ください。

《会員募集》

朝霞市体育協会合気道部

活動日時／土・日曜日(時間は問い合わせ先へ)

対／中学生以上 **年会費**／12,000円(別途保険代)

◇合気道女性倶楽部◇

活動日時／金曜日 午前10時～11時30分

対／女性 **月会費**／1,000円(別途保険代)

【共通】会／武道館 **入会金**／5,000円

問／箕輪 ☎464-6006

体育施設臨時休館日(11月・12月)

総合体育館 11月16日(月)・12月14日(月)

武道館 11月2日(月)・12月7日(月)

滝の根テニスコート 11月2日(月)・16日(月)

12月7日(月)・21日(月)

日日時 **会**会場 **集**集合場所 **種**種目 **対**対象 **定**定員 **参**参加費 **持**持ち物 **締**締め切り **申**申し込み **問**問い合わせ



博物館へ行こう！

博物館ホームページ



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

第40回企画展「卓球の歴史」

卓球は、現在からちょうど100年前となる1926年に、初めての世界大会が開催されました。本企画展では卓球の起源から普及・発展、そして日本が世界の舞台で活躍する現代までの歴史をたどります。会場では、歴史を物語るラケット、ラバー、ボール、ユニフォーム、卓球台、ポスターなどの貴重な資料を展示するとともに、世界卓球選手権やオリンピックなど、主要な大会の歩みもご紹介いたします。また、時代とともに変化してきた用具やルール、プレースタイル、技術の進化にも注目し、卓球がどのように発展してきたのかをご紹介します。小さなボールに刻まれた、100年を超える卓球の歴史。その歩みを、貴重な資料とともに楽しみください。



日程／10月10日(出)～11月23日(月・祝) 会場／朝霞市博物館 展示室

博物館体験教室「くるくるアニメ ゾートロープ」

アニメーションづくりの技法をもとにした装置を作って、絵を動かしてみよう！
日時／12月6日(日) ①午前10時～11時30分 ②午後1時30分～3時
会場／博物館 講座室 対象／小学生（1・2年生は保護者同伴）
定員／各回16人
申込方法／11月1日(日)～14日(出)に上のコードから市ホームページの申込フォームで（11月21日(出)までに当選者にメールで通知）



古文書講座 ～はじめての古文書～

朝霞市内に残された古文書をテキストに、くずし字の読み方や江戸時代の朝霞地域について学習しませんか？本講座は6回連続で、読みやすい文書から始めます。初心者から学習できますので、お気軽に申し込みください！
日時／12月13日・20日、令和9年1月10・17日、2月14日・28日すべて日曜日 午前10時～正午
講師／立正大学文学部専任講師 栗原健一さん 会場／博物館 講座室
対象／連続受講可能な方 定員／36人（申込多数の場合、市内在住で初めての方を優先して抽せん）
申込方法／11月1日(日)～17日(火)【必着】に市ホームページの申込フォームまたは往復はがきを博物館に郵送。
往復はがきの場合、往信面に住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・「古文書講座受講希望」、返信面に住所・氏名を記入。（1枚のはがきで受講者1人のみ申し込み可、申込フォームで申し込みの場合、11月25日(火)までに当選者にのみメール送信。はがきの方は、11月25日(火)までに全員に発送。）

博物館協議会委員募集

資格・人数／市内在住の方・1人 任用期間／令和9年2月20日(出)～令和11年2月19日(月)
報酬等／協議会1回につき8,000円（所得税額を差し引いた金額を支給）、費用弁償2,400円
申込方法／11月1日(日)～12月1日(火)【必着】に申込書等（窓口、市ホームページでもダウンロード可）に、必要事項を記入し郵送（〒351-0007 岡2-7-22）・メール（✉bunkazai@city.asaka.lg.jp）または持参で
選考方法／12月8日(火)午前10時に博物館で公開抽せん

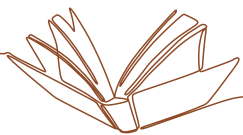
11月のおやすみ

●博物館・埋蔵文化財センター

2日(月)・4日(火)・9日(月)・16日(月)・24日(火)・27日(金)・30日(月)

●旧高橋家住宅

2日(月)・4日(火)・9日(月)・16日(月)・24日(火)・30日(月)



♪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）

㊼／11月20日（金） 午前11時30分～正午

㊼／視聴覚室

うさみみタイム（幼児・児童向けの読み聞かせ）

㊼／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

㊼／11月17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

※先着順。定員に満たない場合、当日受付可

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

協力／おはなしの木（ボランティアサークル）

令和8年度青少年対象講座

『休日メイクレッスン～ゼロからわかる！スキンケアと基礎メイク～』

「自分に合うメイクを見つけたい!」、「メイクしてみたいけど肌荒れとか気になる…」、「まず何から始めればいいの?」そんな皆さん、必見! スキンケア&メイクについて基礎から学べる講座です。当日はメイクの実践も行います。

㊼／12月19日（土） 午後2時～4時 ㊼／図書館（本館） 視聴覚室

対／青少年（中学生～大学生相当の年齢の方） ㊼／30人（先着順）

講／メイクアンリミテッド メイク講師 SHUN さん 持／筆記用具、普段使っている化粧品等（あれば）

㊼／11月10日（火）～12月9日（水）に窓口・電話またはメールで。メールの場合は、件名に「青少年対象講座参加希望」・住所・氏名（ふりがな）・生年月日・電話番号を記入し図書館（本館）へ

どこよりもわかりやすい 能講座

㊼／図書館（本館）

能をもっと身近に! ～知って、楽しみ、体感しよう～ 申込不要

第1回「身近にある能 源氏物語・平家物語・黒澤映画とのつながり」

第2回「能は和声ミュージカル 謡って、舞って、体感しよう」

㊼／第1回：11月22日（日）、第2回：11月29日（日） どちらも午後1時30分～3時30分

㊼／図書館（本館） 視聴覚室 講／小林晋也さん 主催／朝霞市図書館友の会

みなさん遊びにきてね ㊼／図書館（本館）

「秋のおはなしパピプペポ」 申込不要

自主サークル「朝霞おはなしの会」による素話、絵本の読み聞かせ、手遊び、パネルシアターなどを行います。皆さん遊びに来てね♪

㊼／11月21日（土） 午前11時～11時30分

㊼／図書館（本館） 児童コーナーおはなし室

シネマライブラリー 申込不要

作品／「青い青い空」（128分・2010年作品）

監督・原作脚本：太田隆文 主演：相葉香凛

㊼／12月13日（日） 午後2時～（受付：午後1時45分～）

㊼／視聴覚室 ㊼／図書館（本館）

11・12月の図書館のおやすみ

●本館

11月10日（火）・27日（金）、12月8日（火）・25日（金）、12月28日（月）～令和9年1月4日（月）

●分館

11月11日（水）・24日（火）～30日（月）（蔵書点検）、12月9日（水）・24日（木）、12月28日（月）～令和9年1月4日（月）

●公民館図書室臨時休館日

東朝霞 11月5日（木）～8日（日）（公民館まつり）、11月9日（月）（公民館メンテナンス）

内間木 11月12日（木）～15日（日）（公民館まつり）

㊼日時 ㊼会場 対対象 ㊼定員 講講師 持持ち物 ㊼申し込み ㊼問い合わせ

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)



東朝霞・内間木公民館まつりを開催します!!

問／各公民館

公民館で活動しているサークルの皆さんによる作品展示やバザー、日頃の練習の成果の発表を行います。

●第45回東朝霞公民館まつり…パン・お弁当・野菜の販売、キッチンカーや健康チェックもあります。

日／11月7日(土)・8日(日) 午前10時～午後3時 主催／東朝霞公民館まつり実行委員会・東朝霞公民館

●第44回内間木公民館まつり

日／11月14日(土) 午前9時30分～午後4時・

15日(日) 午前10時～午後2時

主催／内間木公民館まつり実行委員会・内間木公民館

○15日午前10時から内間木公民館2階体育室で「内公 SDG's
フリーマーケット」を開催！問い合わせは、右上のコードで

主催／NPO 法人フリーマーケット主催団体協議会

西朝霞公民館

問／☎462-1411

●育児講座「絵本の時間 ぽぽたいむ」

日／11月11日(木) 午前10時30分～10時50分

会／1階児童室 対／乳幼児とその保護者 定／8組程度

申／当日直接会場へ

●育児講座「たんぽぽクラブ」

おもちゃや絵本を用意しています。

日／11月16日(月) 午前10時30分～正午 会／1階児

童室 対／乳幼児や未就園児と保護者 申／当日直接会

場へ。出入り自由。

●伝統文化講座 つきたてお餅と雑煮を楽しもう

(今年は関東風)

日／11月21日(土) 午前10時～午後1時 対／小学生以

上の親子または成人2人 定／8組 講／教員有資格者

高橋美江さん 参／1組1,400円(材料費) 持／エプロ

ン、マスク、三角巾、ふきん2枚、手拭きタオル、飲み物

締／11月10日(火) 申／電話・窓口または右上のコードで

●成人教養講座「狙われているのは高齢者だけじゃない！

特殊詐欺の防犯対策講座」

日／11月25日(水) 午前10時30分～11時30分

対／成人 定／25人 講／朝霞警察署生活安全課 渡邊

圭介さん 締／11月13日(金) 申／電話・窓口または右

上のコードで

南朝霞公民館

問／☎461-0163

●おとなの映画会

作品／『刑事コロンボ～別れのワイン～』日本語吹き替え

版(1973年作品・96分) 監督：レオ・ペン出演：ピー

ター・フォーク 他 日／11月16日(月) 午後1時30分

～3時30分 定／30人(先着順)

申／当日直接会場へ

●生活教養講座「お部屋を彩るフラワースワッグ」

生花からドライフラワーへと変化する人気のインテリア

日／11月26日(木) 午前10時～正午 定／12人

講／フラワーアーティスト 田中歩美さん

参／2,000円(材料費) 締／11月12日(火)

申／電話・窓口または右上のコードで

北朝霞公民館

問／☎473-0558

●教養講座「手作りにチャレンジ！クリスマスリース」

日／12月3日(木) 午後1時30分～3時30分 対／成人

定／8人 講／フラワーアレンジメント講師 唐沢由起子さ

ん 参／2,500円(材料費) 持／軍手、花鋏(お持ちの方)

締／11月21日(土) 申／電話・窓口または右上のコードで

●わんぱくキッズランド「親子でクッキーづくり」

日／12月13日(日) 午後1時30分～3時30分 対／小学

生とその保護者 定／6組12人 講／管理栄養士 木村

倫代さん 参／1組1,000円(材料費) 持／エプロン、三

角さん、ふきん2枚、手拭きタオル、マスク

内容／クリスマスリース型クッキー他 締／11月25日

(水) 申／電話・窓口または右上のコードで

内間木公民館

問／☎456-1055

●さわやか健康教室「内公まつり特設イベント！！ヘア
メイクワンポイントアドバイス」

日／11月14日(土) 午前10時～午後3時(1人15分ずつ・

整理番号順) 定／15人(先着順)

講／メイクアップアーティスト・美容師 吉田恵子さん

持／使用したいメイク道具と化粧品(お持ちの場合)

申／当日午前9時45分より整理券を配布

●生活教養講座「陶芸体験！」

回	実施日	学習内容
1	12月14日(月)	陶芸体験(マグカップづくり)
2	令和9年1月25日(月)	作品受け取りと電動ろくろ体験

時間／どちらも午前10時～正午 会／丸沼陶芸倶楽部

(上内間木493-1、現地集合・解散) 対／成人

定／12人 講／丸沼陶芸倶楽部 榎本洋二さん、榎本美

鈴さん、松本充央さん 参／3,000円

持／タオル・エプロン

締／11月24日(火) 正午

申／電話・窓口または右上のコードで



※先着順などを除き、講座等の定員を超えた場合は、市内在住者を優先し抽せん。結果は当選者のみ通知。

11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・南朝霞公民館を全日開館します。(東朝霞公民館は9日(月)休み)

●西・北朝霞公民館 1日(日)・3日(火・祝)・9日(月)・15日(日)・23日(月・祝)・24日(火)・29日(日)

●内間木公民館 2日(月)・3日(火・祝)・8日(日)・16日(月)・22日(日)・23日(月・祝)・30日(月)

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



5歳児健診の重要性と目的

5歳児健診は母子手帳にもあるように以前から医院や病院で行われています。令和5年に「こども家庭庁」が発足し、同時に「こども基本法」が施行され、こどもの権利保障を明確にした新しい政策体系が始まりました。5歳児健診が令和6年から国の支援事業として導入され、全国の自治体で集団健診の実施が進んでいます。目的は、3歳児健診と就学前健診の間に分かってくるような疾患の見逃しを減らすこと、そして小学生になってから初めて表れる困りごと（落ち着きのなさや友人関係の不調、授業についていけない、登校しぶりなど）がないように、こどもの発達を把握し必要な支援につなげるためです。

健診で確認する主な項目

健診ではまず身長や体重、視力などの身体面を確認します。行動面では「落ち着きのなさ」「切り替えの悪さ」を、情緒面では「気持ちの切り替えができるか」「不安が強いのか」、社会性では「友達とのやり取り」「順番を待つ」「ルールを守る」などをみます。たとえば、園で「友達の輪に入りたいが声をかけられず固まる」「遊び中に興奮してルールを破る」といった様子があれば、社会性の発達段階を評価します。身辺自立では着替えや排泄、食事、持ち物管理の自立度を確認します。また、「トイレの合図が分かりにくく間に合わない」「服のタグが気になって着替えが進まない」「偏食が強い」などは感覚の特性が影響している場合があります。それらは発達障害と結びつくこともあります。

支援につなげる流れ

健診で気になる事があれば医師や保健師が病院への紹介状を作成したり、育児相談室や個別教室へ案内します。発達支援が必要と判断されれば、児童発達支援事業所（小学生なら放課後等デイサービス相当）を利用するための受給者証の発行につながります。受給者証を取得すると自治体の補助が得られます。病院や事業所で療育を行います。療育は遊びや小集団活動を通して発達を促し、感覚処理や社会性、情緒の調整力を育てます。

発達障害と「特性」の理解

発達障害には自閉スペクトラム症（ASD）・注意欠如多動症（ADHD）・発達性協調運動症（DCD）・学習障害（LD）などがあり、しばしば併存します。ASD

朝霞地区医師会 宇野久仁子

☎464-4666

は表情や発言の読み取りが苦手（状況把握・雰囲気理解が難しい）で、こだわりが強い、感覚の不具合等があり、ADHDは衝動や多動、不注意が目立ちます（直ぐに行動に移さないと気が済まない、片付けが苦手、気持ちがそれてしまう、時間感覚の難しさなど）。DCDは不器用さや姿勢保持の困難があり、板書や楽器演奏が難しいことがあります。LDは知的障害がないのに、読み書き算数の困難が生じます。小学校中学年頃で明確になることが多いです。5歳頃の特徴として文字に関心を示さない、書き（描き）たがらない、5までの数の概念が分からないなどです。

これらは「症状」ではなく、「特性」と表現します。特性の出かたは個人個人で違います。特性は本人や家族が気づきにくいこともあり、集団生活で初めて明らかになることもあります。保護者の育児やしつけの問題ではなく持って生まれたもので、それぞれに応じた支援方法があります。困った行動は、どうしてそれをするのか分析します。叱責や身体的な罰は余計に行動がひどくなります。ペアレントトレーニングを検索していただいてもいいかもしれません。

発達障害は、短所にみえる面が集中力や独自の視点といった長所に結びつくこともあります。こだわりが研究での成果に関わったり、いろいろなアイデアが浮かび事業を切り開いていく力であったりと、社会では多くの方が活躍されています。LDではPC機器を利用した教育現場での合理的配慮から有名大学に進んでいる方もいます。発達障害は二次障害が出現し、不安・登校しぶり・うつなど精神面の不調をきたすことがあります。環境調整・行動調整でうまくいかない時には、内服による治療が行われることがあります。養育者は特性を否定せず、長所を伸ばしながら困りごとに寄り添い、支援し、成長を促すことが必要です。

参加のすすめ

現代社会は忙しく家族が孤立することがあります。保護者が相談できる機会は貴重です。5歳児健診はこどもの発達を確認するだけでなく、養育者の育児不安を伺う場でもあります。気になる点があれば、健診をきっかけとして、相談していただくことをおすすめします。

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)
11	1	朝霞 志木新城メディカルクリニック	内、リウ	471-1636	和光 和光耳鼻咽喉科	耳、アレ	467-0889	
	3	志木 いわさき内科・循環器科	内、循内	486-4622	朝霞 みらいず眼科	眼	423-7310	
	8	朝霞 はねだクリニック	内、外、消内、肛、放	469-2139	志木 志木北口クリニック	心内、精、神	471-2661	
	15	新座 新座駅前なわ内科外科クリニック	呼内、内、外	260-6102	朝霞 北朝霞整形外科	整外、内、リウ、リハ	474-7711	
	22	新座 新座内科おなかクリニック	内、消内	424-5055	和光 和光脳神経外科・内科	脳外、内、放、脳神内	424-3870	
	23	朝霞 富岡医院	内、循内、小	461-7581	新座 新座 Area Five Clinic	泌、内、外、皮	485-9788	
	29	志木 幸町クリニック	消内、内	485-5600	朝霞 増田耳鼻咽喉科医院	耳、気、アレ	463-9218	

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。



※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。

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)



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	11月16日(月) 午後2時～3時		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	精神科医による相談です。 申/11月12日(木)までに電話または窓口 で
大人の歯の健診	12月17日(木) 午後1時25分～4時		かかりつけ歯科医院の ない16歳以上の市民	内容/歯科健診・ブラッシング相談 申/電話・窓口・左のコードで (先着20人) ※健診は年度内1回のみ
栄養相談	11月27日(金) 午前9時20分～10時、午前 10時40分～11時20分	保健センター	市民	管理栄養士による相談です。 申/11月24日(火)までに電話または窓口 で
献血	11月30日(月) 午前10時～11時45分、 午後1時～4時		16～69歳の方 ※65～69歳の方は、60～64 歳の間に献血をされた方に限 ります。	採血者/埼玉県赤十字血液センター 骨髄ドナー登録会も同時実施します。
集団健(検)診 ・30代のヘルス チェック ・各種がん検診 (胃・肺・大腸・乳・ 子宮頸・前立腺)	令和9年1月6日(火)・20日 (火) 午前8時～10時30分	あさか相生病 院	・健(検)診当日に住民登録の ある方 ・検診当日に対象年齢の方(対 象年齢の詳細は右のコード から)	申/11月18日(木)～12月9日(木) WEB、コールセンターで申し込み 【コールセンター】 ☎0120-306-111 ※申込期間外は繋がりません。
30代の ヘルスチェック	11月29日(日) 午前9時30分～11時30分、 午後1時～3時	保健センター	・健診当日に住民登録のある方 ・健診当日に対象年齢の方	申/11月8日(日)までに WEBで申し込み 詳細・申込は右のコードで



乳幼児と保護者の方へ

申・問/こども家庭課 ☎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	12月17日(木) 午前10時～11時45分		令和8年1月～5月生まれの方 第1子の保護者	申/11月5日(木)から子育て支援アプリ 「ぼぼるん」で(先着20組)
マタニティ教室	令和9年1月9日(出) 午後1時30分～3時30分 1月24日(日) 午前10時～正午または午後 1時30分～3時30分	保健センター	令和9年4月～6月出産予定 の初妊婦・パパになる方	内容/歯ぐい講座、家族で育む食生活 講座、もく浴・妊婦体験、DVD上映 申/11月5日(木)から子育て支援アプリ 「ぼぼるん」で(先着32組)
乳幼児健康診査	市ホームページまたはこども家庭センターガイドをご確認ください			

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

記載のないものは、費用/無料 対象/
どなたでも 申込方法/当日直接会場へ

行事案内

フォークダンス初心者講習会

日時/11月6日・13日・20日・27日
すべて金曜日 午後6時30分～8時30
分 会場/朝霞第八小学校 対象/成
人 申込方法/電話で その他/4回連
続の講座となります。 主催/あさか霞
フォークダンス 申・問/問 ☎080-
6562-1036

マンション大規模修繕セミナー

日時/11月22日(日) 午後1時30分～6時

会場/産業文化センター 対象/分譲マ
ンション管理組合の組合員・理事会役
員・修繕委員など 申込方法/電話また
はメールで 主催・問/一般社団法人マ
ンション大規模修繕協議会埼玉西支部
千葉 ☎090-2670-4614 ✉web@
cs-kenchiku.co.jp

会 員 募 集

みんなで歌う会(年金者組合朝霞支部)

日時/毎月第1水曜日 午後1時30分
～3時30分 会場/中央公民館・コ
ミュニティセンター(中央公民館工事
中は図書館本館の視聴覚室) 問/三田
☎469-0479

いっしょに寺子屋

日時/毎週土曜日 午前9時～正午
会場/弁財市民センターまたは溝沼市民
センター 対象/小学生～高校生
その他/「やればできる」
「知って楽しい」を見つ
ける学習スペースです。
問/右のコードで



楽しく学べる韓国語

日時/①第2・4水曜日 午前9時30
分～10時30分②第2土曜日 午後1時
～2時40分③第2・4土曜日 午後3
時～4時④第4土曜日 午後1時～2
時40分⑤毎月第1・3水曜日 午後8
時～9時 会場/①ゆめぱれす(市民会
館)②～④仲町市民センターまたは弁財
市民センター⑤宮戸市民センター 費用
/入会金1,500円 月3,500円 対象/
高校生以上で韓国に興味がある方 その他/
⑤は2027年1月6日より開講! まっ
たくの初心者の方も、もう一度始めたい
方も大歓迎です 問/ちよん・へじん
✉hangul.joa@gmail.com

行事案内・会員募集のポスターを 市掲示板に掲示できます

行事案内・会員募集のポスターを、
市内に設置している市掲示板に掲示で
きます。詳しくは、シティ・プロモー
ション課へお問い合わせください。



PHOTO NEWS



市内在住の小学生が空手の全国大会で輝かしい成績を収めました！

第66回空手道糸東会全国選手権大会3年生女子の部で、組手で優勝し、形で第3位の成績を収めた榎本葉奈選手から訪問を受けました。
今後のさらなる活躍に注目です！



▼左から、松下市長、榎本葉奈選手



100歳をお祝いする市長訪問を行いました！

9月29日(火)に、今年度で満100歳になる無木シゲさんのご自宅へ市長が訪問し、国からの賞状、銀杯および朝霞市敬老祝金目録の贈呈を行いました。無木さんは生まれてからずっと市内にお住まいで、笑顔が素敵な方でした。ご本人の元気なお姿やご家族の温かい雰囲気に包まれ、和やかな時間を過ごしました。

これからも末永くお元気にお過ごしください。



▼左から、松下市長、無木シゲさん



「空手ビクス」の体験会を行いました

ねんりんピックの開催を記念して、8月～10月にかけて、全5回、空手の動きを取り入れたエクササイズ「空手ビクス」の体験会を行いました。参加された皆さんは、突きや蹴りなどの動きを楽しみながら体験し、健康づくりや体力の維持につながる笑顔あふれる会となりました。

ねんりんピック彩の国さいたま2026空手道交流大会の本番は11月8日(日)・9日(月)に総合体育館で開催されます。



寄付をいただきました

株式会社コモディイダから企業版ふるさと納税(地方創生応援税制)として200万円の寄付をいただき、9月30日(火)に感謝状を贈呈しました。

いただいた寄付はスポーツ振興事業に活用する予定です。



▼左から、松下市長、株式会社コモディイダ 会沢陽之介販売促進部兼広報統括部長・陸上競技部総監督

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.834 発行日/令和8年11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