



広報

February
2013
平成25年

No. 668

あさか

特集

水と緑に満ちた やすらぎと生きがいのあるまち 朝霞

消費者情報 アンテナ！	P. 2
議会だより	P. 6
市税などの納め忘れはありませんか？	P. 12
「都市計画道路 新河岸川通線」の 計画が廃止されました	P. 12

情報 BOX	P. 13
各種相談一覧	P. 17
みんなすこやか	P. 18
市民伝言板・PHOTO NEWS	P. 19
彩夏ちゃん健康長寿プロジェクトレポート	P. 20



写真左上：小麦粉をふるう参加者 写真右上：ブルドネージュをみんなで丸めている様子 写真左下：楽しいティータイムの様子 写真右下：今回作った3品のスイーツ

バレンタインスイーツでカフェ気分♡

2月2日(土)、北朝霞公民館において、同館の講座「かわいいバレンタインスイーツをつくらう！」が開かれました。

講師は、料理サークル「クッキングママ」の皆さんです。参加者の13人は、最初こそ緊張した面持ちでしたが、しだいにリラックスした様子になり、イチゴのかんたんムース、ブルドネージュ、ブラウニーの3品を楽しそうに手際よく作っていました。参加者の年齢はさまざまでしたが、ともに手を動かしかしお菓子を作ることで、会話が弾んでいたようです。ブルドネージュとブラウニーの焼ける甘い香りで調理室が満たされ、参加者たちの表情から、「早く食べたい！」という気持ちが伝わってきました。

調理が終了した後のティータイムでは、ジャズの流れるカフェのような雰囲気の中で試食が行われ、「おいしい！」の声が続出していました。

バレンタイン当日も、この経験を生かしておいしいお菓子を手作りされたのではないのでしょうか。

チャレンジ
25
アイドリングをなくそう

「チャレンジ25キャンペーン」とは、地球温暖化防止のため、CO₂削減に向けた具体的な行動の実践を国民の皆さんに呼びかける国民運動です。

smile すまいるエフエム
FM76.7MHz
FMラジオ周波数 FM76.7MHzでお聴きいただけます。

【朝霞市行政情報 放送時間】

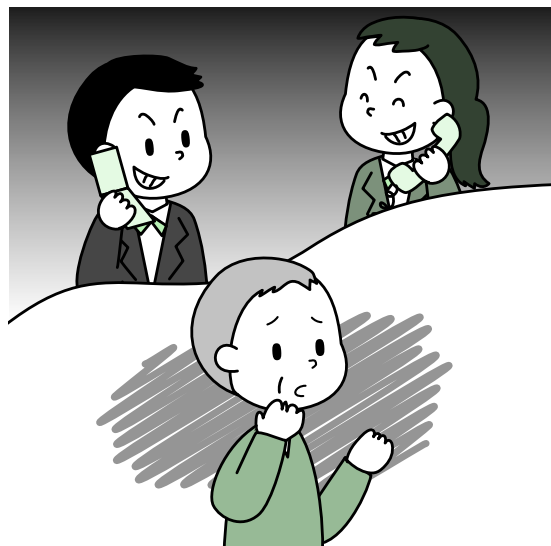
月～金曜日 7:00/11:00/16:00/19:00/23:00/2:00
土曜日 8:00/14:00 日曜日 8:00
すまいるエフエムホームページでも聴くことができます。

「高値で買い取ります!」「上場確実です!」

…その話、出来すぎていませんか?

近年高齢者を中心に、「未公開株」や「社債」、「ファンド型投資商品」、「外国通貨」の勧誘などによる、詐欺的な投資被害が多発しています。商品としてはさまざまなものが存在していますが、どの商品についても、悪質業者は同じような手口で皆さんの貴重な財産を奪い取ろうとしています。

悪質業者は「高値で買い取ります」、「上場確実なので、必ず値上がりします」など、必ずもうかると思わせる言葉や「選ばれた人しか買えません」、「あなただけ特別です」など、特別だと感じさせるような言葉を使って勧誘します。また、悪質な業者とは感じさせないような丁寧な言葉遣いで、言葉巧みに消費者を信用させようとします。そして、「急がなければ売り切れてしまう」、「今しかチャンスはありません」などとせかし、焦らせることによって消費者が冷静な判断をしにくい状態にしようとします。



今回のアンテナでは、特に注意が必要だと思われる投資被害の手口を紹介するとともに、具体的にどのような事例があるのかを掲載します。被害に遭わないためにも、正しい知識を身に付け落ち着いて行動し、困ったときには身近な人や、消費生活相談室、警察などの専門機関に相談してください。

ケース① 劇場型

複数の業者が登場!

「当社で高く買い取ります」

ひとつの業者名で社債などの勧誘をした後、別の業者を名乗り連絡し、「買い取りたい」「値上がり確実」の言葉で心を動かし購入させようとするケースです。

未公開株などの買い取りの約束が実行されず、どちらの業者にも連絡がつかなくなってしまうことが多いです。

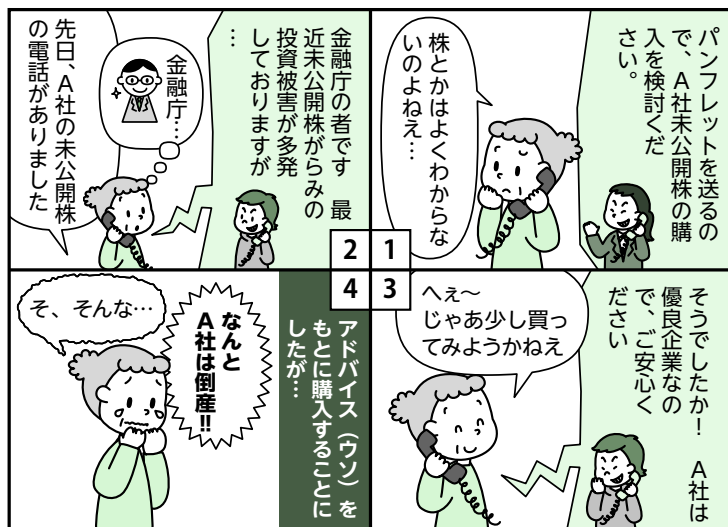


ケース② 公的機関装い型

官公庁の名前をかたる！
「その会社は安心です」

官公庁（金融庁や消費生活センターなど）の公的機関を装って会社にお墨付きを与え、消費者を安心させて商品を購入させるケースです。

その言葉を信じて購入したものが、数日後に価値が全く無いものになってしまう危険性があります。官公庁だからといって簡単に信用せず、電話をかけて来た人物がその機関に実在するのかを確認しましょう。

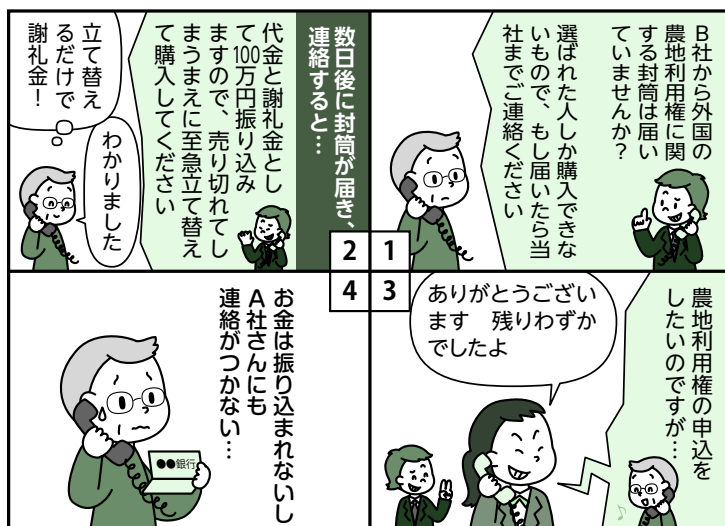


ケース③ 代理購入型

「特定の方しか購入できないので、
代わりに購入してほしい」

自分の企業では購入できないため、謝礼金や手数料を支払うので代理で購入してほしいと持ちかけることで、消費者に手軽にもうけが出るといわせ、商品を購入させるケースです。

当初約束されていた購入に対する報酬、購入代金が支払われず、手元に簡単には売れない権利書等が残ることになります。途中で不審に思い、購入の解約を申し出ると「裁判で訴える」などと言われることも多いようです。

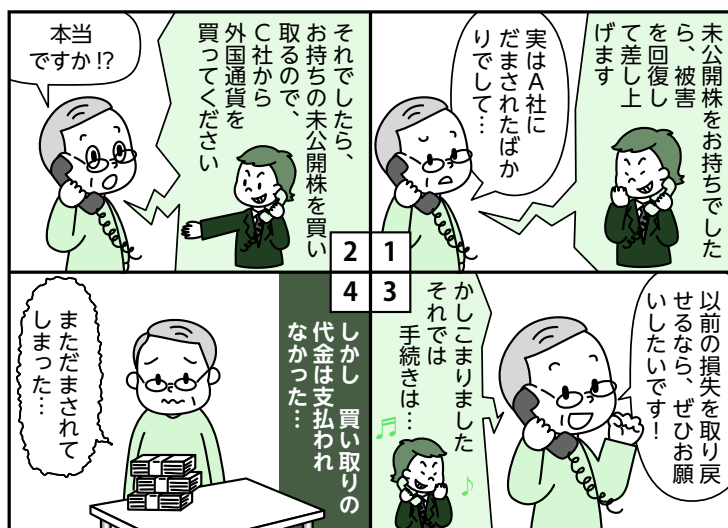


ケース④ 被害回復型

「だまされた購入代金を取り返します、代わりに…」

過去に被害に遭った人を狙い、手持ちの未公開株の買取や被害回復の見返りとして手数料や他社の株、外国通貨の購入等を要求してくるケースです。投資会社や弁護士を名乗ることも多いようです。

代金を支払っても実際に被害が回復されることはまずありません。二次被害にあわないように注意が必要です。



ここでは、前頁のケースについて、悪質業者がどのように近づいてくるのかを相談事例をもとに紹介します。

外国の〇〇会社の株を代わりに購入してくれたら謝礼金を払うと言う!?

◆聞き覚えのないAという業者から**突然の電話**が、「〇〇会社のダイレクトメールが届いていないでしょうか。県内約1,000人**限定**で未公開株の案内が送られています。**特定の人**しか購入できず、その株を買いたいという投資家があり、申込書を譲っていただければ**5万円の商品券**をお送りいたしますが…」

◆ダイレクトメールが届きAに電話をすると、今度は、「〇〇会社に残りの口数を確認していただけないでしょうか。」



購入代金と謝礼金を振り込むので、代わりに購入してもらえないでしょうか?

立て替えただけで謝礼金!!

★結局、購入代金を立て替えて契約をしたが、お金は振り込まれず、Aとも連絡が取れなくなってしまった。

社債発行案内の封筒が届き、後日、別の会社がその社債を購入額の10倍で買い取りたいと言う!?

◆□□会社から社債発行案内の封筒が届き、数日後、**タイミングよく**D社から**電話**が、「□□会社の社債を**購入額の10倍**で買い取らせていただきます。ぜひ購入を…この会社は、**有望**です。」

◆1時間以上も勧誘され、「早く申し込まないと□□会社に**電話が殺到してつながりにくくなります。**」

◆すぐに□□会社で購入する旨の電話をすると、「500万円の口数は**売り切**れています。現在200万円でしたらご購入いただけますが…」

★結局、200万円を振り込み、D社に電話をしたが、「…現在使われておりません。」とのメッセージが…。あわてて□□会社にも電話をしたが、呼び出し音のみでつながらなくなってしまった。



損害金を取り戻すための申込書と言われてサインをしたら、それは未公開株の購入申込書だった!?

◆B社から**電話**が、「商品先物取引の損害金を**取り戻**します。」

◆商品先物取引をやっていたのは10年以上も前のことで、取引業者も廃業しているから無理なのは…と言ったが、B社は、

「問題ありません。**手数料**はかかりますが、**大丈夫**です。」「今回は、ラストチャンスと思ってください。**時間がありません。**」

★結局、再三の電話に承諾をし、申込書がFAXで届いたので、よく見ずにサインをして手数料50万円を振り込んだ。よく見たら、未公開株の購入申込書となっていた。



社債などの勧誘を断った人もほかから「値上がる」「安全」などと言われると心が動くものです。最近では、そんな心理をつく被害が増えています。

- 悪質業者は、言葉巧みに勧誘をします。うますぎる話には、気をつけましょう。
- 高額な契約は即決せずに、身近な人や専門家などに相談しましょう。
- 自分に十分な情報や知識がない投資には絶対に手を出さないようにしましょう。
- 不要な電話勧誘は、きっぱりと断ることです。電話の留守番電話機能を活用するなど自分にあった対策をしましょう。



困った時は、消費生活相談室にご相談ください!!

こんな時は消費生活相談室にご相談ください!

消費生活相談室は、市民の方の契約に関するトラブル、訪問販売、多重債務など消費生活に関する相談や苦情に対して、専門の資格を持つ相談員が電話や面談でアドバイス・事業者とのあっせん・専門機関の紹介などを行っています。

ひとりで悩まず市の消費生活相談室をぜひご利用ください。

相談日／毎週月～金（祝日・12月29日～1月3日を除く）

午前10時～正午、午後1時～4時

場 所／市役所2階 消費生活相談室（地域づくり支援課 25番窓口）

電 話／☎463-1111（内2256）

悪質業者はいろいろな手口で消費者をだまそうと狙っています。ご注意ください!!

同窓生から連絡があり、もうけ話を教えてくれるというので喫茶店で会って話を聞いた。「投資用教材のDVDで勉強し、投資をするともうかる」と説明され、学生ローンで借金をしてDVDを60万円で購入した。購入後セミナーに参加した時、自分が紹介した友人がDVDを購入すると10万円の紹介料が支払われる仕組みだと知った。学生ローンの返済に追われて困っている。



突然、「以前注文された健康食品を今から送ります。」と電話があった。全く身に覚えがなかったので頼んでいないと断ったが、「注文を受けている。申込みを受けたセールスマンに証拠を持って行かせる」と強い口調で言われた。業者名や電話番号もわからない。もし商品が届いたらどうしたらよいか。



貴金属類を買い取るという業者が家に来て指輪やネックレスを出すように言う。無いと言っても執拗に「何かあるでしょう、出してください」と言われ、断りきれず指輪とブレスレットを出すと千円で買い取るという。納得できなかったが怖くて承諾してしまった。数時間後に業者に電話して指輪とブレスレットを返してほしいと伝えたら「無理だ」と言われたが、返してほしい。



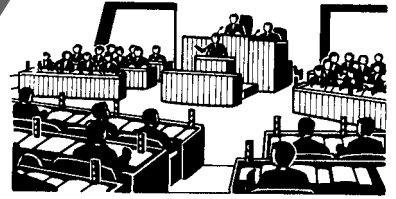
買物に行った店で、たまたまやっていたくじ引きでウォーターサーバーが当たった。ウォーターサーバーのレンタル料は無料だが、水の配達には、月々2千円程かかると言うので断ったが、「当たったのだから契約してくれないと困る」と言われ、仕方なく契約した。後日ウォーターサーバーと水が届き、水の代金として5千円を請求された。話が違うので解約したいと業者に連絡すると、今度は解約料として1万円を請求された。納得できない。

業者が突然来て「お宅の屋根瓦がずれている。屋根を見せて欲しい」と言われ見せたら「このままだと雨水が入り込むので安く直してあげる」と言うので修理を依頼した。後日同じ業者が工事の確認のためと言って屋根裏に入ったら「カビが発生してる。床下を見せて欲しい」と言われ、床下の点検後「湿気が原因でカビがひどい。柱などを伝って屋根裏まで発生している。柱が腐って危険」と工事を勧められた。不安になり床下と屋根裏の換気・補強工事をしたが、高額工事代金を請求され納得できない。



議会だより

編集：議会だより編集委員会



定例会の概要・一般質問

平成24年第4回朝霞市議会定例会は、11月27日から12月18日まで22日間の会期で開かれました。

この定例会では、市長から21議案が提出され、慎重に審議した結果、すべての議案を原案のとおり可決・承認しました。また、議員提出議案が6件提出され、いずれも原案のとおり可決しました。

議案の要旨については、広報あさか2月1日号の議会だよりをご覧ください。また、市政に対する一般質問は、12月12日・13日・14日の3日間にわたり、19人の議員から85項目の質問が行われました。ここでは、その中から一部を掲載しました。そのほかの質問については、市ホームページや、3月上旬に公開予定の会議録をご覧ください。

質問議員（発言通告順）

石原 茂	遠藤 光博	駒牧 容子
岡崎 和広	本山 好子	福川 鷹子
佐野 昌夫	松下 昌代	黒川 滋
大橋 正好	星野 文男	須田 義博
船本 祐志	神谷 大輔	田辺 淳
山口 公悦	石川 啓子	斉藤 弘道
小山 香		

総務関係

市長2期目の成果と今後について

○石原茂議員 市長選挙が来る2月24日に予定されていることを踏まえ、富岡市長の2期目の市政運営の成果について伺います。

さらに、長期化する社会経済情勢の低迷を受け、市民生活も市の行財政も大変厳しく、難しいかじ取りを迫られる局面にあります。来春の市長

選挙に再度立候補する決意を固めておられるか、率直に伺います。

○市長 市長2期目のマニフェストの22の取り組みのうち12項目については、お約束どおり達成できたものと思っています。マニフェスト以外にも、普通教室へのエアコンの整備が完了するなど教育環境の整備が大きく進んだと考えますし、東日本大震災と原発事故に対して、市民のご協力により、的確に対処したと思っています。

このように、朝霞市は、着実に前進していますが、多くの課題も抱えています。

しかし、いかなる困難な状況にあっても、市民の生活を守り、子どもたちからお年寄りに至るまで笑顔で、未来に希望を持ち、ともに手をたずさえて進んでいける朝霞のまちをつくらなければならないと考え、私は、自ら、培ってきた人脈、国や県との太いパイプなど、自らの政治力のすべてを發揮して、市政のさらなる発展のために、引き続き市民の皆様のご期待に応えていく決意をいたしました。

市民協働のまちづくりについて

○松下昌代議員 地方分権を進めている国の動きに対し、

基礎自治体は限られた財源で多くの課題に取り組みねばならず、厳しい行政運営を迫られています。この状況下、基礎自治体の独創的なあり方が問われ、独自財源の確保・地域に適した自治手法の構築が最重要課題となっており、サイレントマジョリティ等多くの市民との協働のまちづくりを推進し、市民参加の新たな

手法に取り組む必要があると思います。市民議会開催への見解、朝霞の森の現状、今後の展望をお聞かせください。

○審議監 市民協議会の実施は、取り上げるテーマについて中立の立場に立つ青年会議所のような団体や第三者的な実行委員会等が運営を担うことが理想とされています。また、行政が求められる役割を果たさなければならないという点で、市民協働の取り組みでもあると理解しています。

わが市においても、今後第5次朝霞市総合振興計画の策定という課題もありますので、市民参加・市民協働の手法として研究をした上で、有効な局面が想定される段階では、実施についても検討したいと考えています。

○都市建設部長 「朝霞の森」は、これまでの利用状況から、自転車の乗り入れのルール、ボールの広場外への飛び出し対策、休憩場所の確保などが課題となっています。今後の展望については、引き続き定期的に管理運営準備会議を開催し、市民の皆様と広場の利活用、ルールの検討を進めるとともに、市民主体

※サイレントマジョリティ…「物言わぬ多数派」の意味。積極的に発言はしないが多数派である集団。



で会議を企画・運営していただけの仕組みづくりにも取り組みたいと考えています。

富岡市政2期目のマニフェスト達成と財政に与える影響について

○船本祐志議員 富岡市政2

期目は、政策ローカルマニフェストを掲げ、22の具体的政策を実行に移してきましたが、これらの政策の中いくつかの事業については達成することができませんでした。積み残した政策課題について今後どのようにされるのか伺います。

また、実行された政策について当然財源が必要とされたと思いますが、どの程度の財源を必要とされたのか併せて伺います。

○市長 2期目のマニフェストでは、「生き活きタウン朝霞」の実現を目指して、「子育てにやさしいまちづくり」、「お年寄り・障害者にやさしいまちづくり」、「心地よく過ごせるやさしいまちづくり」の3つの視点を挙げ、22の取組項目を実施しました。これらの達成に向けて要した経費は、総額で約15億45

00万円です。このうち国および県などの補助の対象となった取り組みは、学校トイレの計画的な整備改修、朝霞駅南口エレベーターの設置、障害者就労支援センターの設置、授産施設の増設、女性センターの整備で、これら補助の累計額は、およそ1億7300万円です。

マニフェストのうち、国家公務員宿舍建設の中止など、大きな状況変化を受けて、当初の予定どおり進捗していない事業については、個々の課題点をよく検討した上で、引き続き実現に向けて努力をしまいにいます。

「広報あさか」発行回数の後退について

○田辺淳議員 先日

の全員協議会で、「広報あさか」を月1回発行とすることが議会に示されました。支出の削減は400万円程度にとどまり、経費節減効果はほとんどありません。情報量を減らさないよう努力するといっても、ページ数が減れば情報量は確実に減ります。行政改革の予定にもなく、庁議や政策調整会議でも議論されず、重要な判断を

行った機関が不明です。広報は月2回発行したままでも、全戸配布を直接行えば、自治会の負担もなく、市民参画の時代になつと思ひますが、いかがですか？

○市長 今、朝霞市としての

情報発信は、広報、ホームページ、これからフェイスブックも行いますが、ツイッターやメール配信をしています。こういったものを、新たに

市民の方に情報発信として行っているところです。「広報あさか」月1回発行について

も来年度から行い、半年なり1年経過をして、そこで改めて市民の皆さんにアンケート

などでご意見を伺って、その結果、2回がいいということであれば、私も2回にするのはやぶさかでもございませ

今行っている情報発信が市民の皆さんに浸透していくことが大切だと思いますので、まずは広報の月1回配布をやらせていたたたきたいと思ひます。

市庁舎・市民会館の耐震問題について

○斉藤弘道議員 市庁舎なら

びに市民会館の耐震診断の結

果は、放置しておけない状態です。市は、どのような検討を進めているのでしょうか。

市庁舎は、まちづくりの上でも、防災上も中核となる施設であり、財政問題、技術的問題も大切だが、まちづくりの

視点も大切ではないでしょうか。また、約15億円から約160億円の大事業であり、市民の

声を十分に取り入れた議論を進める必要があります。その前提として、市が市民に詳しく情報発信するべきです。市の考えを伺います。

○市長 検討委員会には、公募の委員の方にも入っていた

だいていますので、まちづくりの視点からの意見もいた

きながら、これからの財政的な面や立地の問題などを判断していただいた上で方向性を

出していただければと考えています。

○総務部長 耐震化については、市民、有識者などで組織する朝霞市庁舎等整備方針検討委員会において検討を始めていただいています。本委員会は、耐震化に係る課題を整理し、建て替えも視野に入れた整備方針の検討を行い、市長に提言することとなつて

います。

現在の進捗状況は、平成24年11月15日に第1回の会議を開催し、委員長および副委員長の選任、事務局による提出資料に関する説明ならびに質疑応答が主なものでした。

今後は、現時点での予定では、本年度に2回、平成25年度に3回程度の会議を開催し、多方面から整備手法の検討をしていただきたいと考えています。また、その過程においては、免震工事の現場視察を行うとともに、パブリックコメント制度などを活用し、市民の意向を把握かつ分析していただいた上で、市にとつてより良い整備方針の提言をいただければと考えています。

違法附属機関の是正を求める

○小山香議員 地方自治体は

法律または条例に基づき執行機関の附属機関を置くことができる。ところが朝霞市では、外部評価委員会をはじめ30を超える会議体が、法律または条例に基づかず執行部の内部文書である要綱だけで設置された違法な附属機関である。執行部は違法行為と知りなが



ら、委員会、審議会等の活動を継続させ、その会議体の報告や答申を受けて条例等をつくるのか。このような一連の違法行為は是認できない。直ちに活動を中止し、合法的な手続きをとるべきではないか。

○市長 法令遵守について、今ご指摘いただいた審議会等については、すべて活動を止めて、条例化に向けて作業を進めるように指示したいと思っています。その際には、議員の皆様にも1月に臨時議会をお願いするかもしれません。

建設関係

国道254号線の交通渋滞と安全対策

○福川鷹子議員 新座市より朝霞市の会社、学校に路線バスを利用して通っている方から、毎朝渋滞にあいバスが動くのが非常に遅く困っているとのこと。それは、朝霞市より新座市の方へ自転車、歩きで通勤、通学する人達が国道254号線の交差点を渡って行くため、自転車、歩行者を優先に車が走らざるを得ないから渋滞となります。特に、新座市方面から川越市方面に

左折する車と、朝霞市への直進車は信号を何度も何度も待つようです。そこで、自転車、歩行者が通行しやすいように歩道橋の設置を。

○都市建設部長 朝霞市内を通る国道254号と県道東京朝霞線の交差点は、自転車交通量も多く、朝夕の通勤通学の時間帯には、新座市から朝霞市へ向かう方向に左折レーンがない箇所において横断歩道の手前で左折車が連なることにより、渋滞が発生する道路となつています。市としてもしっかりも交通対策が課題であると認識しています。

議員ご指摘の歩道橋の設置については、道路管理者である朝霞県土整備事務所と協議を行ったところ、現時点では用地確保、費用等の面から難しいとのことでした。今後、歩道橋に代わる安全対策が何かできないか、朝霞県土整備事務所と協議したいと考えています。

自転車通行帯の安全速度について

○須田義博議員 朝霞市内も自転車専用通行帯の整備が一部でされています。自転車

安心して通行ができる反面、歩行者やほかの自転車との事故を目撃します。運転する人のマナーが大変重要になったと思われ。自転車通行帯の安全速度に対する注意喚起や対策がなされていないようですが、速度に対する対策はどうなっていますか。単に自転車の事故といえども、大きく将来を左右するような事態も起こりかねませんので、改めて市の考えと対応についてお聞きします。

○都市建設部長 自転車は、

道路交通法上、軽車両に該当し、速度については、歩道を走行する場合は徐行し、車道を走行する場合は道路標識、表示によって指定されている最高速度を守る義務があります。県道と光志木線の最高速度は時速40キロとなっており、自転車も道路交通法上は時速40キロまでで走行するというものになっています。しかしながら、自転車を運転する際には、安全運転義務というものがあつて、これには、他人に危害を及ぼさないような速度と方法で運転しなければならぬとされていますので、やはり速度だけでなく、安全運

転しなければならぬというところが重要と考えています。また、県道と光志木線、東京都浄水場から岡橋にかけては下り坂で、速度が出やすい状況です。自転車のスピード抑制策については、道路管理者の朝霞県土整備事務所と協議したいと考えています。また、引き続き朝霞警察署と連携し、交通安全運動等を通じ、自転車利用者のマナー向上に努めてまいります。

教育環境関係

特別支援教育の充実について

○岡崎和広議員 朝霞市の特別支援教育の現状と今後についてお伺いします。

①教員の指導力向上、スキルアップのさらなる手立てについて
②施設・設備の充実を
③特別支援教育を専門とする指導主事を
④通級指導教室の学級増を
⑤朝霞第二小学校に特別支援学級の設置を
⑥きめ細かな人員配置を
⑦通常学級に在籍している発達障がいのある児童生徒への

支援について

○学校教育部長 1点目については、各学校の特別支援教育コーディネーターの役割を明確化し、当該教育にかかわる教師研修の充実などをつつ、特別支援学級の教師の専門性を高めていきたいと考えています。

2点目については、教育総務課と教育指導課がより連携を密にすることによって、もっと学校から情報をもらい、子どもたち一人一人に即して、適宜学習環境を整備していきたいと考えています。

3点目については、高い専門性を持った人材を確保することは大変難しい状況で、引き続き、粘り強く人材育成に努めていきたいと考えています。

4点目については、今後、対象児童の見通し、教室の確保、通級指導担当教員の配置をしっかりと確認しながら進めていきたいと考えています。

5点目については、在籍児童や就学児の入学見通しなど実態の把握に努めて、慎重に検討していきます。

6点目については、法律による配置教員数のほかに特別



支援学級担任の補助を行うために補助員を配置しています。今後も、一人一人を伸ばす特別支援教育の推進が図られればと考えています。

7点目については、小学校の通常学級に在籍している児童のうち、軽度の発達障害のある児童を対象に、通級指導教室を昨年朝霞第四小学校に設置して実施し、担当教員が1対1の個別指導を行っています。

学校教育について 朝霞市教育委員会の現状と今後について

○大橋正好議員 今、滋賀県大津市のいじめ問題をきっかけに、教育委員会のあり方が問われております。

そこで、朝霞市教育委員会、今回のいじめ問題について、教育委員会の定例会議において、どんな議論が行われてきたのか、また、小・中学校の保護者に対して独自にアンケート調査を行ったとの新聞報道がありました。その内容と活用方法はどのようなことなんでしょうか、お聞きします。

○教育長 定例会議では、い

じめの未然防止、早期発見・早期対応について、教育委員会と学校の取り組みについて委員の皆様からご意見をいただきました。また、いただいたご意見は、被害者への対応ばかりでなく、加害者への指導が大切であること、保護者にもぜひアンケートを実施してほしいという要望、いじめの定義にとらわれず、いじめの兆候があった時点で早期対応することが重要であるなどのご意見をいただきました。

また、いじめをなくすためには、保護者の皆様のご協力が不可欠であると考え、11月に市内すべての小・中学校の保護者を対象に、いじめに関するアンケートを実施しました。このアンケートは、子どもの言動や様子などから、いじめについて保護者が気づいた時点で記入していただき、その都度学校へ提出する方式をとっています。11月末のアンケートの提出件数は、小学校が9件、中学校が1件でした。いずれの事案も、学校の早期対応で解決していますが、さらなる見届けをしてほしいとお願いをしているところであります。

医薬品に対しての教育について

○神谷大輔議員 平成21年6月施行の改正薬事法により、市販薬が、薬局・薬店以外でも購入できるようになり、コンビニエンスストア等をみてもドリンク剤など身近に誰でも気軽に購入できる状況です。また、医薬品やサプリメント等の使用や健康管理については、子どもの頃からの教育が重要との一方の背景もあり、WHO（世界保健機関）が、セルフメディケーションを定義したことを受け、所管担当省同士が各々の立場・観点から体制づくりをし、本年完全実施となった中学校の新学習指導要領に医薬品の学習が盛り込まれましたが、中学校での医薬品教育について、主にどのようなことを考えているのか伺います。

○学校教育部長 医薬品の有効利用についての主な学習内容は、健康な生活と疾病の予防について理解を深めること、医薬品は本来の特性である健康の保持増進や疾病予防を目的として正しく使用する必要があることなどを学ぶことにな

なっています。

指導の際には、養護教諭や学校薬剤師と連携を図りながら授業を行うことが効果的であると考えています。具体的には、養護教諭が作成した保健だよりを活用して授業を行うこと、あるいは医薬品に詳しい学校薬剤師の専門性を生かした授業を行うことなどが考えられます。

現在、多くの中学生は、日常生活の中でさまざまな医薬品を使用するだけでなく、ドラッグストアやコンビニエンスストアなど、手軽に医薬品を購入することができる状況にあると考えられますので、今後、健康教育の一層の充実を図りながら、医薬品に関する正しい知識、理解が身につくよう各中学校を指導してまいります。

教職員の異常な残業・過重労働の改善を

○山口公悦議員 教員の49・3割が2時間以上の超過勤務（残業）となっています。平日も毎日のように仕事をもち帰っている教員も145名（52・2割）という実態です。これでは、心身ともに健康が脅か

され、子どもたちと向かい合う時間が取れない状況ではないでしょうか。これで行き届いた教育が行われるのだろうか、また、教員の健康や家庭関係は大丈夫かと心配です。学校によっては、校門を閉める時間が深夜に至っているところもあります。超過勤務の実態に沿った、具体的な改善策を講じるよう求めます。

○学校教育部長 教育委員会では、教職員が適正な勤務時間内で最大の教育効果を上げられるよう、各種調査については、可能な限り教育委員会でもとめたり、電話やメールのやりとりで事務の簡素化を図るなど、調査方法の見直しや改善に努めているところです。また、学校では、教職員が教材を作成したり、家庭への連絡文書を作成したりすること、さらに成績処理や担当する校務分掌の事務負担軽減を図る学校ICT化も整備されつつあります。さらに、現場の教職員も意見を出し合いながら、授業力の向上、学校行事、会議等の効果的な計画実施を進めているところです。これらの課題については、さらなる情報の共有化や校務



分掌の再編成を進めながら、教職員の組織力を向上させることでさらに改善が期待できると考えています。

教育委員会としてはこれまでも、教職員の超過勤務が常態化しないように、学校長と話し合い、情報提供をしているところですが、今後も、繰り返しさまざまな場面で協議や情報提供を行うことで、教職員が子どもたちと向き合う時間を確保できるように支援したいと考えています。

民生関係

聴覚障がい者支援 災害時の対応について

○遠藤光博議員 聴覚障がいの方に、災害時の対応としてどのようなことができるか心配になります。東日本大震災では、避難所などで障がい者への情報伝達が不十分だったとの教訓があります。聴覚障がいの方は見た目では分からないため、それを示すことで周囲からサポートを受けやすくなると思います。身に着けることで耳が不自由なことをアピールできる「バンダナ」があります。対象の方全員へ

の配布が難しければ、せめて避難所の備蓄品としてそろえていただけないか。

○市長 バンダナをつけることで耳の不自由な方が災害時に支援を受けやすくなると思いますし、外見だけでは耳が不自由であることがわかりにくいことから、非常に有効な手段だと思います。また、備蓄品として配備しやすいものだと思いますので、避難所に配置するようにしたいと思っています。

こども医療費助成年齢 の拡大について

○駒牧容子議員 昨年の12月にも一般質問をさせていただきましたが、医療費助成の年齢拡大は子どもを育てるお母様方の切実な願いであり、子育て世帯の経済的な負担を軽減するだけでなく、子どもたちの健康にも寄与するともに、市民の皆様が首を長くして待ち望んでいるものであります。少しでも早く、医療費助成年齢の拡大を実施していただきたいと思いますが、朝霞市の見解をお聞かせください。

○市長 こども医療費助成の年齢拡大の実施に当たりまし

ては、条例の改正、電算システムの改修、市民の方々への周知および資格申請の受け付け、さらに、すべての受給者の方々に資格証の再発行などの準備期間が必要になります。こうした準備作業を考えると、確実に実施できる時期は来年の10月頃からになるものと考えています。

敬老会に行かれない人 について

○本山好子議員 毎年、市の主催で行われる敬老会は楽しみにされている方がたくさんいると思いますが、お体の不自由な方、ご病気の方、行きたくても参加のできない方などへの代わりになるものはありますか。行かれない人への対応はどのようにされていますか。敬老会への参加状況はどのようになっていますかお尋ねします。

○健康づくり部長 市では毎年敬老の日の行事として、敬老会を開催しており、特別養護老人ホームなど介護保険の施設に入所している方も施設職員の協力を得てご参加いただいております。また、個人の方で車いすで来られている方に

についても、職員の介助でご案内をしています。

敬老の意を表する事業としては、ほかに満77歳以上の節目の高齢者の方に対する敬老祝い金の給付事業も実施しています。したがって、敬老会に参加できない方への物品等の送付などの代替策については、対象者が多いことに伴い経費的な課題もあることから、他市などの事例を調査研究したいと考えていますので、ご理解賜りたいと思います。

なお、平成24年度は対象者1万6446人に対し、出席者3492人、欠席者1万2954人でした。平成23年度は対象者1万5619人に対し、出席者3631人、欠席者1万1988人でした。平成22年度は、対象者1万4782人に対し、出席者3421人、欠席者1万1361人でした。

朝志ヶ丘放課後児童クラブ 移転後の施設活用の 検討状況について

○佐野昌夫議員 朝志ヶ丘放課後児童クラブを第七小学校の敷地内に移転する工事が進められ、子どもたちの安全を

第一に考える市長のご英断に対し、地域の住民や保護者ともありがたく思っています。移転は来年の4月とお聞きしています。跡地の利用について、福祉的な活用を考えているとのこと。あの場所、団地の敷地内で近隣に住宅が立ち並ぶ市街地にあり、立地的に好条件な場所、地域のための施設として活用していただきたい。

現在の建物には、高齢者の憩いの場サロンが併設されており、このサロンを含め、今後の跡地利用について、ご答弁をお願いします。

○市長 朝志ヶ丘放課後児童クラブ移転後の跡地の活用として、障害児のための放課後児童クラブと子育て支援センターを設置したいと考えています。また、併せて地域活動支援センターを併設したいと考えています。こうした施設の設置は埼玉県内で初めての取り組みであると思いますが、私としては、障害のある子どもたちやその保護者の方々の思いをしつかりと受けとめて、将来にわたって安心してこの朝霞市で暮らしていただけるよう、ぜひ実施をしていきたい



いと思います。

なお、現在、朝志ヶ丘放課後児童クラブと併設しています高齡者サロンについては、放課後児童クラブ移転後においても、これまでと同様に、引き続き皆様にご利用いただけるよう考えています。

心筋梗塞、脳卒中の予防について

○星野文男議員 日本人の死亡原因は、1位がん。2位心筋梗塞などの心疾患。3位脳卒中です。がんは、予防が大変難しく、心筋梗塞、脳卒中は同じ血管の病気で予防が十分可能です。福岡県の久山町は町を挙げて予防に取り組み脳卒中を70％減少させました。ぜひ、本市でも「心筋梗塞、脳卒中ゼロ運動」として、積極的に取り組み、市民の方がいつまでも健康ですばらしい人生が送れるようにしてほしいと思います。市の対応をお聞きます。

○健康づくり部長

市民の皆様、40歳の方全員と保健事業参加者に対し、みずからの健康管理に活用していただくため、血圧や体重、健診の受診

結果などが記録できる健康ファイル配布しているほか、心身の健康に関する健康相談や栄養相談、生活習慣病を予防するための運動や食生活に関する健康教室を実施しています。また、生活習慣病を初めとする病気を早期に見つけるために、メタボリックシンドロームを予防する特定健康診査、30代のヘルスチェック、がんの早期発見・早期治療を図るための胃がん検診、子宮がん検診、乳がん検診を初めとする各種がん検診、骨粗しょう症予防検診、歯の喪失を予防する成人歯科検診、肝炎による健康障害を回避するための肝炎ウイルス検診などを実施しています。

さらに、これらの各種検診を生活習慣の見直しや改善に役立てることが重要であることから、健診結果に基づいた保健指導を行っており、今後においても、市民の健康づくりの支援に努めてまいります。

福祉施設の虐待などをなくす第三者評価

○黒川滋議員 今月相次いで障がい者施設での暴力が新聞

紙上で報じられ、職員にも口封じをしていた事実も出てきています。朝霞市民が福祉施設で虐待的処遇が行われていないという保障を勝ち取るためにも、外部の目を入れて評価していくことが必要だと思います。福祉施設の利用者の人権と安全を守るために社会福祉法が努力義務としている第三者評価の実施などを福祉施設運営者に求めるべきではないのでしょうか。

○福祉部長

第三者評価は、事業者みずからが提供するサービスの質について改善すべき点が明らかになり、サービスの質の向上に向けた取り組みの具体的な目標設定が可能となるほか、利用者などからの信頼の獲得と向上が図れるなどの効果が期待できることから、その実施の必要性については認識しています。ただ、公立の施設の場合は実施に必要となる予算の確保、民間の施設の場合は同じく予算の確保と事業者による第三者評価の実施に対して理解をしていただくことなど、検討すべき課題を整理する必要があります。

また、サービスによっては、

第三者評価の対象となっていないものがあり、第三者評価に代わる仕組みについては、例えば独自に基準を策定し、評価機関に第三者評価をしてもらっている市もあると聞いています。今後、先進自治体などの事例を含めまして、第三者評価やそれに代わる仕組みなどについて調査研究したいと考えています。

保育の充実について

○石川啓子議員

公設民営保育園で保育士の退職が多い問題について何度も指摘してきましたが、民設民営の保育園でも保育士の退職、担任の入れ替えが多く不安を感じているという声が寄せられています。担任の名前を知らせてもらえない、園だよりが廃止になった、2〜5歳まで合同保育を行っているなど保育指針に沿った保育が実践されているのか心配になる事例もあります。市は利用者からの声を受け止め、改善するよう運営者に対して指導すべきではないでしょうか。

○福祉部長

民間保育園の保育士の配置については、児童の人数に応じた保育士の配置

基準が定められており、民営の保育園においてこの基準どおりに保育士が配置されていない場合には、市または県から指導を行うことができますが、退職や異動により保育士の入れかわりが多いことに対して、その改善を命ずる権限は市・県にないのが現状です。しかし、子どもたちが安心して保育園での生活を送るためには、保育士の継続的な雇用は大切なことと認識していますので、保護者の方々からご意見をいただいた場合には、保育園との話し合いの場を設け、保護者の方々が安心して子どもを預けることができる環境づくりを進めていただくよう指導しているところです。

また、保育の質に関して、公設園も民設園も同様であると考えています。保育園において、保護者等の要望、トラブルなど日常の問題については、現在でも市から保育園に対して指導を行っていますので、ご理解いただきたいと思います。

市議会を傍聴してみませんか



市税などの納め忘れはありませんか？

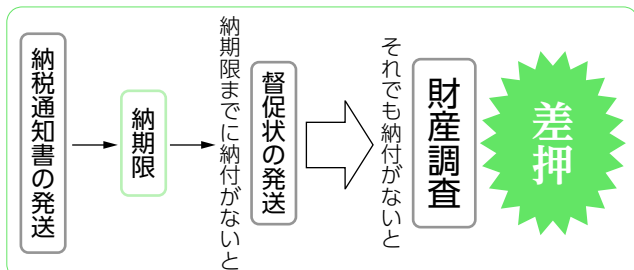
問／納税課 内2223～6 ☎463-2023 未収金対応プロジェクト・チーム 内3808 ☎463-0186

◆市税等の滞納について

市税（市県民税、法人市民税、固定資産税・都市計画税、軽自動車税）や国民健康保険税の滞納は、期限内に納税している方との公平を欠くものです。市では大切な市の財源を確保するために納期限を過ぎても納付の確認が取れない方には、督促状を送付し、納付をお願いしています。

納付がない場合は、差押のための財産調査を行い、予告なく預貯金、給与、不動産などの財産の差押を行っています。

滞納処分までの流れ



市税(国民健康保険税を含む)の差押件数(平成24年4月1日～12月31日)

	差押件数
不動産	46件
債権（預貯金、給与等）	724件
合計	770件

◆納め忘れがないかももう一度確認を

市税をはじめ、国民健康保険税、介護保険料などは、安心して快適な生活を送るための大切な財源です。また、未来を託す子どものための保育園保育料、学校給食費や放課後児童クラブ保育料などは、保護者の皆さんの納付のうえに運営されるものです。

市民の皆さんには、納め忘れがないか、もう一度ご確認いただき、期日が過ぎている場合は、早めに納めていただくようお願いします。

納付が困難な方や納付できない事情がある方は、納税課にご相談ください。

平日にお時間を取れない方は、毎月第1・第3日曜日に実施する休日納税相談をご利用ください。

【休日納税相談の日程】

2月…17日 3月…3日・17日 4月…7日・21日
時間／午前8時30分～正午

会場／市役所納税課（2階20番窓口）

対象税目等／市税、国民健康保険税、未収金対応プロジェクト・チームに移管された債権

※休日については正面玄関が閉まっているため庁舎北側の夜間通用口をご利用ください。

◆市税等以外の滞納について

昨年4月に納税課内に設置された未収金対応プロジェクト・チームでは、保育園保育料、介護保険料、後期高齢者医療保険料、下水道使用料、放課後児童クラブ保育料、学校給食費、水道料金の滞納額の縮減に向けて取り組んでいます。

各所管課より納税課未収金対応プロジェクト・チームに移管を受けた各種債権について、納付や相談がない場合は、財産調査を行ったうえで預貯金、給与などの財産の差押を行っています。

※移管された滞納債権件数(平成24年6月～12月末まで)

名 称	移管件数
保育園保育料	49件
後期高齢者医療保険料	28件
介護保険料	130件

また、強制執行する際に裁判所の決定が必要な学校給食費と放課後児童クラブ保育料の滞納債権の一部については、回収業務を弁護士に委託し、現在は弁護士から催告等を行っています。

なお、生活にお困りの方には、未収金の回収という面だけでなく、その方の生活再建ということも視野に入れ、制度のご案内や法的アドバイス等を行っています。

「都市計画道路 新河岸川通線」の計画が廃止されました

問／都市計画課 内2512 ☎463-2518

埼玉県と市では、都市計画道路 新河岸川通線の廃止に向けて「道路の変更」、「用途地域の変更」および「高度地区の変更」に係る都市計画決定（変更）の手続きを進めていましたが、2月5日付けで、これらの都市計画が決定され、都市計画道路 新河岸川通線の計画が廃止されました。

用途地域／都市計画道路 新河岸川通線の廃止に伴い、既存道路のある区間で、市街化区域については、既存道路の両端25mが第一種住居地域となります。既存道路のない区間については、周辺の用途地域に合わせ変更します。

高度地区／用途地域の変更に伴い、高度地区を変更するものです。

- ・第一種住居地域 25m高度地区
- ・第一種中高層住居専用地域 25m高度地区または20m 高度地区
- ・工業地域 25m高度地区
- ・第一種低層住居専用地域 建築物の高さ制限 10m



募集

臨時給食調理員

募集人数／1人

年齢／20歳から

雇用期間／4月10日(水)～9月

30日(月) 継続あり(期間中

学校給食実施日および研修

日等に勤務)

勤務時間／午後1時30分～4時

勤務内容／食器洗浄作業

勤務場所／栄町学校給食セン

ター

賃金等／時給1020円(平

成24年度実績)

応募方法／3月1日(金)までに

学校給食課に履歴書(市販

のもの)を持参

※面接により採用を決定

応募先・問／学校給食課(溝

沼学校給食センター)

☎451-0370

朝光苑職員

職種／①介護職員、②調理員、

③看護師、④介護支援専門員



募集人員／若干名

給料／①時給880円、②

時給830円、③時給1

600円、④時給1

時給1500円

賞与／年2.5月分

勤務場所／特別養護老人ホー

ム、デイサービスセンター、

居宅介護支援センター

福利厚生／各種保険加入、職

員健康診断、交通費支給、

有給休暇等、条件により退

職金制度あり

選考方法／面接

受付・問／特別養護老人ホー

ム朝光苑 ☎465-132

55

臨時職員(食堂厨房清掃・食器洗い)

雇用期間／4月9日(火)～平成

26年2月28日(金)

募集人数／1人

勤務日等／水曜、祝日を除く

平日(給食のある日のみ)

長期休業中はなし・採用は

学期ごと

勤務時間／午後3時～6時55

分(学校行事等で変更する

場合あり)

賃金等／日給3446円、交

通費一部支給

受付期間／随時(午後1時～

9時)

※土・日曜日を除く。

応募方法／まず電話連絡をお

願いします。書類選考と面

接で採用を決定

問／埼玉県立朝霞高等学校

☎465-11010

ご案内

市の身体障害者支援事業

紙おむつ支給サービス

利用できる方／常時紙おむつ

を利用している市内在住の

方で、身体障害者手帳1、2

級または療育手帳(A、Aを

所持している方。(入院中

の方、施設に入所中の方、3

歳未満の方、長寿はつらつ

課の制度で紙おむつの支給

を受けている方を除きます)

内容／朝霞市指定品目を選択

利用方法／福祉課へ申請

訪問入浴サービス

利用できる方／市内在住の重

度心身障害者またはこれに

準ずる方で、医師が入浴可

能と認めた方

利用方法／家庭に浴槽等を搬

入し、入浴サービスを提供

回数／おおむね月3回(夏季

は月4回)

利用者負担／1回1280円

障害者等日中一時支援事業

目的／一時的に見守り等が必

要な障害のある方に日中活

動の場を提供、また、日常

的に介護している家族の支

援

場所／「すわ緑風園」など

対象者／市内に住所を有する

障害のある方等で次に掲げ

るいずれかに該当する人

①障害者手帳(身体・療育・

精神)を所持している方

②医師により発達に障害があ

ると診断された方

利用者負担／原則かかった費

用の1割負担(市民税非課

税世帯は無料)

利用上限／月10日以内

利用方法／利用を希望され

方は福祉課に申請し、利用

決定を受けてください。

自立支援医療(更生医療)

身体障害者手帳を持つ18歳

以上の人で、手術等により障

害程度を軽くしたり取り除い

たり、障害の進行を防ぐこと

が可能な場合、医療の給付を

行います。ただし、更生医療

の指定医療機関に限られます。

対象者／肢体不自由、視覚、

聴覚、平衡機能、音声・言

語・そしゃく機能およびヒ

ト免疫ウイルスによる免疫

機能に障害があり確実な治

療効果が期待できる方。心

臓、腎臓、肝臓、小腸機能

障害のため、手術等を必要

とする方。

費用／本人および世帯の課税

状況により自己負担(原則

10%負担)があります。

条件／医療の給付については、

埼玉県総合リハビリテーシ

ョンセンターの判定を受け

る必要があります。

申・問／福祉課 ☎2652

53 ☎463-11598

FAX 463-11025

黒目川が変わる…

川のまるごと再生

プロジェクト 始動!

川の国 埼玉

夕焼け放送の

時間が変わります

3月1日(金)から5

月31日(金)まで、午後

5時の放送になりま

す。

問／教育指導課

☎2432-5

☎463-2884

朝霞市障害者虐待防止センターを開所しました

市では平成24年10月1日に福祉課内に障害者虐待防止センターを開所しました。

障害者への虐待について相談、通報または届け出を受けたときは関係機関との連携により円滑な解決に努めます。

「障害者虐待」とは

障害者を現に養護している者、障害者福祉施設または障害福祉サービス事業等に就任する者、雇用者（障害者を雇用する事業主等）が障害者に対して行う次のいずれかに該当する行為です。

①**身体的虐待** 障害者の身体に外傷が生じるような暴行を加えること、または正当な理由なく障害者の身体を拘束することなど

②**性的虐待** 障害者にわいせつな行為をすること、またはわいせつな行為をさせることなど

③**心理的虐待** 障害者に対する暴言や拒絶的な対応などの心理的外傷を与えること
④**放棄・放任** 障害者を衰弱させるような減食、長時間の放置をするなど

⑤ 経済的虐待

障害者の財産を不当に処分すること、または障害者から不当に財産上の利益を得ること

このような虐待が行われているのを見たり聞いたりした方は当センターにご連絡ください。障害者の安全を確認し、虐待の事実確認や障害者の保護、養護者への支援など必要な対応をします。

また、虐待を未然に防ぐために養護者の負担軽減のための助言・支援なども行いますので、介助の負担が重いと感じている方はご相談ください。

なお、在宅の18歳未満の障害児への虐待につきましては、朝霞市子育て支援課または所沢児童相談所にも相談・通報することが出来ます。

問／福祉課 内2658 ☎

463-1599

平日夜間および休日の問／☎

463-1111（代表）

市役所警備員室で電話を受け付けし、折り返し担当者から電話をいたします。

犬や猫のふんで
みんなが迷惑しています
飼いが責任をもって
処分しましょう



ご存じですか？生活保護制度

生活保護とは／病気や怪我などにより働けなくなったり、働き手が死亡したりして生活に困っている方に対して、最低限度の生活を保障するとともに、自分で自分の暮らしを支えられるよう支援することを目的とした制度です。

生活保護の要件／生活保護を受けるには、次のような要件があり、活用できるものがあるときは、活用していただくことになります。

① 資産の活用

預貯金・保険・土地・家屋・自動車など活用できる資産は、まず生活のために活用していただくことになります。

② 能力の活用

世帯員のうち働く能力がある方には、その能力を活用していただきます。

③ 扶養義務者の援助

扶養義務者（親・子ども・兄弟姉妹など）からの援助が受けられるときは、それを優先します。

④ ほかの制度の活用

生活保護制度以外の制度（社会保険・雇用保険・各種年金・恩給・手当等）で活用できるものは、それを活用していただきます。

生活保護費の決め方／世帯（暮らしを共にしている家族）を単位として、その世帯の最低生活費の額と、世帯全員の収入額を比較し、不足する場合にその不足する額を保護費として支給します。

収入には、働いて得た収入だけでなく、仕送りや手当・年金など、世帯全員のすべての収入が含まれます。

生活にお困りの方は、早めに福祉課にご相談ください。

生活保護決定までの流れ

事前の相談・保護の申請



調査

- 預貯金、保険、不動産などの資産
- 扶養義務者による扶養の可否
- 就労収入や年金などの社会保障給付



保護の要否判定



開始決定



申請の却下

※調査結果をもとに定められた基準により保護が必要かどうかを判断し、申請日から14日以内（遅くとも30日以内）に決定し、その内容を文書で申請者に通知します。

生活保護費の決め方

最低生活費と収入を比べ不足した部分が保護費になります。

最低生活費

収入

保護費

最低生活費／世帯の人数、年齢、健康状態などをもとに、国で定めた基準により計算された1か月分の生活費

収入／働いて得た収入だけでなく、仕送りや手当・年金など、世帯全員のすべての収入の合計

問／福祉課 内2655～6 ☎463-1576

はあとぴあ障害者相談 支援センター

支援内容／福祉サービスの利用援助、福祉事務所・児童相談所・教育機関等との連絡調整など各種相談全般
利用できる方／市内在住の身体・知的・精神などの障害のある方およびそのご家族

相談方法／電話、面接、家庭訪問など

受付日時／月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分
休所日／土・日曜日、祝日・年末年始

会場・問／はあとぴあ(総合福祉センター) ☎486-12400 FAX 486-12418

朝霞市中小企業融資制度および起業育成資金融資制度をご利用の方へ
利子補給の申請はお済みですか？

市では、朝霞市中小企業融資制度および起業育成資金融資制度を利用されている事業者の方へ利子補給をしています。利子補給の対象となる方には、1月上旬に申請書類を送付しました。申請書の提出が遅れた場合は利子補給の

対象となりませんので、まだ提出されていない方は至急提出をお願いします。

対象者／市融資制度の利用者で平成24年中に利子を支払った方

※代位弁済を受けた方は利子補給の対象となりません。また、市外へ転出した方は、転出した月までの支払利子が対象となります。

補助率／支払い利子の75%
 (起業育成資金融資制度は100%)

対象利子／平成24年中に支払った約定利子

※返済が遅滞した月の支払利子は、約定利子、遅延利子ともに対象外となります。

申請方法／2月28日(木)までに借り入れ先の金融機関で支払利子額の証明を受けた申請書を産業振興課まで提出してください。

※対象となる方で申請書類がまだ届いていない方は、産業振興課までご連絡ください。

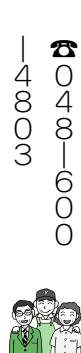
問／産業振興課 内2243 ☎463-11903

有期労働契約の新しいルールができました
 ～労働契約法改正のポイント～

「労働契約法の一部を改正する法律」が平成24年8月10日に公布されました。今回の改正では、有期労働契約について、3つのルールを規定しています。

有期労働契約とは、1年契約、6か月契約など期間の定めのある労働契約の事をいいます。パート、アルバイト、派遣社員、契約社員、嘱託など職場での呼称にかかわらず、有期労働契約で働く人であれば、新しいルールの対象となります。詳しくは厚生労働省ホームページ(<http://www.mhlw.go.jp/seisaku/nitsuite/bunya/koyou/roudou/roundoukiun/keiyaku/seisai/>)をご覧ください。

問／さいたま労働基準監督署 ☎048-600-14803



黒目川まるごと再生プロジェクト

朝霞市部会開催のお知らせ

第8回朝霞市部会を次のとおり開催します。黒目川まるごと再生プロジェクトは平成24年度から4年間でまちづくりと一体となって、黒目川を再生する埼玉県の事業です。自治会や地域活動団体の皆さんなどで構成する市部会で計画づくりを進めています。

一般の方の傍聴も可能ですので、関心のある方はご参加ください。

日時／2月23日(土) 午前9時30分～正午

会場／エコネットあさか(リサイクルプラザ)

問／道路交通課 内2542 ☎463-0912

サイカ 彩夏ウボーイの防犯推進室

ひったくりにご注意ください

自転車の前カゴからバッグ等がひったくられる被害が目立っています。

「自分は大丈夫」、「ちょっとの距離だから」などといった油断は禁物です。

ひったくり被害を

防止するための対策

- 自転車のカゴは必ず防犯カバー等で覆う。
- カバンは車道と反対側にしっかりと身につける。
- 後ろから近づいて来るバイクや自転車に注意する。

問／危機管理課 内2373

☎463-1788



催し・講座

費用の記載がないものは原則として無料です

へるす☆アップ教室(生活習慣病予防の体験教室)

お腹スリムできれい度アップ!～姿勢から始める運動習慣～

申・問／健康づくり課 ☎465-8611

日時／3月7日(木) 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

内容／姿勢・動作を「意識して整えること」を習慣化し、美しい体型を手に入れ、体の中からもきれいになりましょう。前回の教室でも「姿勢の大切さがよくわかった」「早速取り入れてみたい」と好評の内容です。

講師／健康運動指導士 さいとう のりこ 斉藤 紀子さん

定員／45人(先着順)

持ち物／体操のできる服装・運動靴・汗ふきタオル・水分など

申込方法／2月21日(木)から電話で健康づくり課へ

企画・協力／生き生きネットワークあさか きらり健康づくり





催し・講座

費用の記載がないものは原則として無料です

園庭開放(いっしょにあそぼう保育園で)

問／子育て支援課 内2646 ☎463-2837

日時／3月7日(木)、19日(火) 午前9時30分～11時(雨天決行)

会場／各公設保育園(北朝霞保育園分園は除く)
※民設民営の保育園はこの園庭開放の対象となっておりませんのでご注意ください。

内容／未就園児のお子さんもお近くの保育園で遊んでいただけるよう、公設保育園(北朝霞保育園分園は除く)の園庭を開放しています(晴れの日正午まで)。
※7日(木)は「いっしょにあそぼう保育園で」とし園内で製作やリズム遊びなども実施

※米町、北朝霞保育園では、7日(木)に家庭児童相談員によるお子さんの性格やことばの遅れなどの相談を実施

申込方法／事前予約不要。当日直接会場へ

朝霞市地域活動支援センターれすとバザー

問／朝霞市地域活動支援センターれすと ☎462-2310 (木・日曜日、祝日除く午後1時～6時)

日時／毎月第1火曜日 午前10時～午後2時
(祝日、雨天時は翌週)

会場／志本市東町ふれあい広場(ダイエー志木店前)

内容／バザーを行いますので、ぜひご参加ください。
不要な衣服、アクセサリ、バッグ、陶器等のご提供をお待ちしています。提供して下さる方は、お気軽にご連絡ください(ただし、電化製品、家具、布団、おもちゃ類はご遠慮ください)。

東洋大学法律相談部による無料法律相談

問／東洋大学無料法律相談部 ☎03-3945-7592

日時／3月8日(金) 午前10時～正午、午後1時～4時
(受付は午後3時まで)

会場／産業文化センター

内容／民法(現在裁判中または調停中のもの、税金・破産・労働・雇用関係のもの、弁護士等に依頼しているものは除く)の相談に応じます。社会貢献活動の一環として学生が応対し、法学部教員が回答します。個人情報と秘密は厳守します。

申込方法／事前予約不要。当日直接会場へ(先着順)

主催／東洋大学無料法律相談部

ファミリー・サポート・センター入会説明会

申・問／ファミリー・サポート・センター ☎485-2503

3月の入会説明会

日時／3月9日(土) 午前10時～

会場／西朝霞公民館 定員／20人(要予約)

内容／ファミリーサポートセンターは、子育ての援助をして下さる方(サポート会員)と援助をお願いする方(ファミリー会員)との相互援助活動を行う会員組織です。入会には、説明会への参加が必要です。また、サポート会員希望の方は、養成講習会への参加も必要です。

援助活動の例／保育施設等への送迎、保育施設開始前および終了後の預かりなど

その他／万が一に備えて、補償保険に加入しています(費用は市が負担)。

※個別説明も実施。詳しくはお問い合わせください。

申込方法／2月20日(水)から電話でファミリー・サポート・センターへ

※駐車場には限りがありますので、可能な限り公共交通機関をご利用ください。

市民企画講座

夫婦コミュニケーション力UPのためのオープンカウンセリング

申・問／佐藤 ☎090-6003-4588

日時／2月28日(木) 午前11時～午後1時

会場／溝沼市民センター

内容／結婚(パートナー)とは、人間関係の最大の修行!ひとつ屋根の下で生活する中で、お互いのことが理解できない!衝突する!あきらめる...の悪循環から抜け出したいあなたへ。

講師／『解決!ナイナイアンサー』でおなじみの心屋仁之助氏認定講師 いかり屋 圭子さん

定員／20人(先着順) 費用／500円(資料代等)

申込方法／電話で問い合わせ 主催／スノードロップ

特設行政相談

問／東京総合行政相談所(行政・法律・くらしの相談コーナー内) ☎03-3987-0229

日時／3月5日(火) 午前10時～午後5時(受付時間は午後4時30分まで)

会場／西武池袋本店7階(南)

内容／総務省関東管区行政評価局では、情報通信・登記・相続・税金等についての相談を行います。

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

<スペシャルレッスン ～ワンコイン体験～>

イベント名	日時	内容
ピリー・ブランクス Jr. 開発プログラム ダンスウイズミー	2月23日(土) 午後3時～4時	音楽に合わせた動きを楽しんで踊るだけで、気軽にシェイプアップ出来るプログラム
アクアピクス ※温水プールで開催	3月6日(水)、20(水・祝) 午後8時15分～9時	水中で行うエアロピクス(有酸素運動)であり、インストラクターの指導のもと、音楽に合わせて楽しく行える水中運動 ※水着・水泳帽を持参

対象／18歳以上の方 定員／35人 料金／500円

申込方法／2月15日(金)から1階総合受付で受け付けます(定員になりしだい終了)。

主催／Fun Space 株式会社(指定管理者) <http://www.wakuwakudome.jp>

朝市

問／産業振興課 内2243 ☎463-1903

日時／3月3日(日)

午前7時～9時

会場／市役所正面駐車場

内容／服飾・雑貨、新鮮野菜・果物、お茶などお手ごろな価格で提供しています。

※内容は変更になる場合があります。

主催／朝霞市朝市出店者協議会

情報
BOX



催し・
講座

私たちはつい、「英語」で話しかけられたら「英語」で、「フランス語」で話しかけられたら「フランス語」で、と考えてしまいます。フランス語が出来る人がそばにいればすぐに通訳できます。しかし、通訳できる人がいない場合、私たちはどうしたらいいのでしょうか。

そこで阪神淡路大震災の反省をもとに、普通の日本語よりも簡単で、日本に住んでいる外国人にもわかりやすい「やさしい日本語」が考えられました。

例えば、「川が増水しました。」を、やさしい日本語に直すと「川の 水が 増えてい ます。」となります。やさしい単語だけ使っているので、外国人だけでなくお年寄りや子どもにも意味が伝わりやすくなります。そして「やさしい日本語」は日本語が分かる人なら誰でもできます。

また、「ピクトグラム」は情報や注意を表示する絵文字のことをいいます。例として「非常口」や「車椅子」のマークがあります。

言葉を選んだり、絵を使って情報を伝えることは、相手を思いやる気持ち=コミュニケーションの第一歩です。

災害の時や、またそれ以外の時でもコミュニケーションの方法として「やさしい日本語」をぜひ使ってみてください。



問い合わせ／地域づくり支援課 内線2253 ☎048-463-2645（直通） ✉tiiki_sien@city.asaka.saitama.jp

こくさいこうりゅう にほんご がくしゅう
国際交流と日本語学習

日時／毎週金曜日

午前10時～12時

場所／コミュニティセンター

問い合わせ／AIS朝霞地区イン
ターナショナルソサエティ 鈴木

☎090-6483-7034

http://ais1989.hp-ez.com

※この日本語学習は、AISが活動の一環として行っているもので年間を通して行われていますが、日時・場所・内容などが変更になる場合がありますので、詳しくは上記までお問い合わせください。

身近に日本語のわからない方がいましたら、この情報をお伝えいただければ幸いです。

各種相談一覧

相談名	日程	時間	会場	予約・問い合わせ先	内線	電話番号(048)
人権相談	毎月第1月曜日	午後1時～4時	市	人権庶務課	2362	☎463-1738(直通)
女性総合相談	毎週木曜日	午前10時～午後3時	♀	それいゆふらざ(女性センター)	—	☎463-2697(直通)
DV相談	毎週火～日曜日	午前9時～午後5時	♀	それいゆふらざ(女性センター)	—	☎463-2697(直通)
	毎週火・土曜日(専門の相談員)	午前9時～午後5時	♀	それいゆふらざ(女性センター)	—	☎463-0356(直通)
法律相談	毎週水・金曜日	午前10時～正午、 午後1時～3時	市	地域づくり支援課	2254	☎463-2648(直通)
行政相談	毎月第2・4月曜日	午後1時～4時	市	地域づくり支援課	2254	☎463-2648(直通)
消費生活相談	毎週月～金曜日	午前10時～正午、 午後1時～4時	市	地域づくり支援課	2256	☎463-1111(代表)
税務相談	毎月第3月曜日	午前10時～午後3時	市	課税課	2232	☎463-2851(直通)
税務相談(税理士会)	毎週水曜日	午後1時30分～4時	税	関東信越税理士会朝霞支部事務局	—	☎465-0025
休日納税相談	毎月第1・3日曜日 (1月の第1を除く)	午前8時30分～正午	市	納税課	2223～6	☎463-2023(直通)
年金相談	毎週木曜日	午後1時～6時	市	保険年金課	2622～3	☎463-1264(直通)
家庭児童相談	毎週月～金曜日	午前9時30分～午後4時	児	家庭児童相談室	—	☎463-2231(直通)
起業家育成相談 (1週間前までに予約)	毎週月～金曜日 (休館日を除く)	午前10時～午後7時	産	産業振興課	2244	☎463-1903(直通)
金融よろず相談	毎月第1木曜日 (祝日の場合は翌週)	午後1時30分～4時30分	産	産業振興課	2244	☎463-1903(直通)
内職相談	毎週火・金曜日	午前9時～正午、 午後1時～4時	市	産業振興課	2244	☎463-1903(直通)
労働・社会保険 (年金を含む)相談	毎月第3土曜日	午後1時～4時	産	産業振興課	2244	☎463-1903(直通)
就職支援相談	毎月第2・4水曜日	午前10時～正午、 午後1時～4時	(第2(水)産) (第4(水)市)	産業振興課	2244	☎463-1903(直通)
分譲マンション 管理相談	毎月第1水曜日 (1月は第2水曜日)	午後1時30分～4時20分 (1組50分)	市	都市計画課 (予約は前月第3月曜日から先着順)	2512～3	☎463-2518(直通)
不動産無料相談	毎月第2木曜日 (祝日の場合は第3木曜日)	午後1時～4時	宅	宅建協会県南支部	—	☎468-1717
住宅建築相談	毎月第2水曜日 (1月は第3水曜日)	午後2時～4時	市	建築士事務所協会県南支部	—	☎461-4507
精神保健福祉相談	毎週火・金曜日	午後1時～5時15分	市	福祉課	2658	☎463-1599(直通)
地域包括支援センター 高齢者に関する総合相談	毎週月～金曜日	午前8時30分～午後5時	地	長寿はつらつ課	2634	☎463-1921
栄養相談	毎週月～金曜日	午前9時～午後4時	保	健康づくり課	—	☎465-8611
こころの健康相談	3/27(水)	午後1時30分～3時	保	健康づくり課(3/22金まで)	—	☎465-8611

*予…予約が必要です。 *すべて祝日を除きます。 *日程・会場は変更になる場合があります。

会場 市市役所 産産業文化センター 保保健センター 児家庭児童相談室(保健センター2階) 地各地域包括支援センター
一覧 税関東信越税理士会朝霞支部事務局(幸町1-3-6石川ビル2階) 宅宅建協会県南支部 緑それいゆふらざ(中央公民館内女性センター)



乳幼児と保護者の方へ

※健診等の費用について、特に記載しているもの以外は無料です。

内 容	日時・会場	対 象	そ の 他
お誕生訪問	内容／助産師・保健師が訪問し、赤ちゃんの発育発達の確認や育児全般のご相談に応じます。	生後4か月児未満のお子さんがいるすべての家庭	申し込み／母子健康手帳交付時に配布している出生連絡票をお送りください。 ※電話での申し込みもお受けします。
ひまわり教室	2/22(金)、3/22(金) 午前10時～11時30分 保健センター	心身の発達に心配のあるお子さんとその保護者	内容／楽しく体を動かしながら発達をうながす教室です 申し込み／健康づくり課(電話で要予約) ※詳しくは健康づくり課までお問い合わせください。
ぴーなっつ	2/21(木)、3/21(木) 午前10時30分～11時30分 保健センター	0～3歳児くらいまでの多胎児とその保護者 多胎児を妊娠中の妊婦	内容／参加者同士の交流、手遊び 申し込み／健康づくり課(電話で要予約)



成人の方へ

※健診等の費用について、特に記載しているもの以外は無料です。

内 容	日時・会場	対 象	そ の 他
ソーシャルクラブ (精神障害者社会 復帰相談指導)	毎週木曜日 午前9時30分～11時30分 保健センター ほか	回復途上にある精神障害者 (主に統合失調症)	内容／創作活動やレクリエーション、スポーツなどの活動とおとしてのグループ訓練 問い合わせ／健康づくり課

風しんが流行しています！

風しんにかかっていない方、予防接種を受けていない方、20代から40代の男性の方、妊娠適齢期の方は特にご注意ください。
風しんに関する情報は下記をご参照ください。

◆風しん Q&A (国立感染症研究所) <http://www.nih.go.jp/niid/ja/rubellaqa.html>

インフルエンザ流行の時期です！ ご注意を！！

今年もインフルエンザの流行が始まり、全国的にもインフルエンザの患者が急増しています。
ひとりひとりが感染予防および感染拡大予防に心がけましょう。

☆流行に備えたポイント！☆

1. ウイルスに接触しない

人ごみを避ける

2. ウイルスを洗い流す

外出から戻ったらまず手洗い、うがいを！

3. ウイルスをまき散らかさない

咳エチケットを守りましょう。マスクを着用するなど。
咳・くしゃみの際には、ティッシュなどで口と鼻を押さえ、ほかの人から顔を背けましょう。
鼻汁・たんを含んだティッシュはすぐにゴミ箱へ捨てましょう。

4. ウイルスを死滅させる

【温度・湿度のポイント】

冬場は、乾燥・低温を好むウイルスが活性化します。乾燥により気管支の防御機能も低下するため、よりインフルエンザにかかりやすくなります。湿度を50～60%に保ちつつ暖かくして過ごせば、ウイルスは死滅します。
洗濯物や濡れたタオルを室内に干すのも有効です。

5. ウイルスに負けない抵抗力をつける

【食事と休養のポイント】

肉や魚・免疫細胞の主となるたんぱく質を補給します。
緑黄色野菜・ビタミンAはのどや鼻の粘膜を健康に保ちます。
発酵食品・発酵食品に含まれる生きた乳酸菌が、腸内の善玉菌を増やし、「腸管免疫」を高めます。納豆、味噌、乳酸菌飲料、ヨーグルトなど

十分な睡眠をとり、規則正しい生活を!! ストレスも免疫力に悪影響を及ぼします。心の休養も大事♪

以下の項目に複数当てはまる人は、早めに医療機関に電話で相談してから受診しましょう。

- | | | |
|--|--------------------------------|--------------------------------------|
| ☐ 周囲でインフルエンザが流行している | ☐ 悪寒がする | ☐ 関節痛や筋肉痛がある |
| ☐ 38度以上の急な発熱がある | ☐ 頭痛がする | ☐ けん怠感や疲労感が強い |

感染を広げないために！！

万が一インフルエンザに感染した場合には、症状が落ち着いても、しばらくは感染力が残っています。感染力が完全になくなる時期については個人差もありますが、ほかの人にウイルスをうつさないために、少なくとも熱が下がってから2日間は外出しないようにご協力をお願いします。

そして、外出の際は、しばらくの間、マスクを着用しましょう。

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	診療所名	科目	☎(048)	場所	診療所名	科目	☎(048)
2	17	和光 恵クリニク	内・消内・皮	464-9893	朝霞 あおば台診療所	脳外・内・小	474-5270	
	24	新座 くりはら内科クリニック	内・消内・循内	042-438-6606	志木 幸町クリニック	消内・内・外・肛	485-5600	
3	3	新座 新井小児科医院	内・皮・小	471-2221	新座 城西医院	内・呼内	042-421-9321	
	10	新座 さとうこどもクリニック	小・内	480-5255	志木 眼科龍雲堂医院	眼	471-0200	

※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。

※2月の休日歯科応急診療所

実施日 2/17(日)・24(日)、3/3(日)

受付時間 午前9時～11時30分(問い合わせ: ☎048-481-2211)

場所 新座市休日歯科応急診療所 (新座市保健センター)

診療料 健康保険法の規定料金 (保険証を必ずお持ちください。)

※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター ☎048-824-4199

●埼玉県南西部消防本部 ☎048-460-0123

※小児救急電話相談

●#8000 (携帯電話からも相談可能)

行事案内

0歳~の子宝コミュニケーション
乳児の保健保育

日時/3月1日(金) 午前10時~11時30分
会場/仲町市民センター 費用/1,000円
対象/0~3歳児をお持ちの親子(保育はありません)
申込方法/はぴちるホームページ(<http://www.facebook.com/hapichiru>) イベント情報から
その他/ワークショップ、講師 鍼灸師不妊カウンセラー 松下由樹さん
主催/はぴちる 団・問/前田 ☎080-1291-3729

糖質制限食講演会・シンポジウム
~糖質制限食 in 埼玉~

日時/3月17日(日) 午前10時~午後4時
会場/中央公民館・コミュニティセンター 費用/2,000円
対象/市民 申込方法/電話で(必ず事前申込みが必要です)
その他/講師 京都 高雄病院理事長 江部康二先生
主催/ローカーボクラブ 団・問/佐々木 ☎090-8053-2473

子供料理教室♡焼き肉まんを作ろう!

日時/2月24日(日) 午前9時30分~正午
会場/北朝霞公民館 費用/800円
対象/2歳~中学生まで 申込方法/電話で
その他/焼き肉まん和杏仁を作ろう!ぜひ遊びにきてください。(先着24人)
主催/ままごと・キッチン 団・問/前田 ☎090-7248-6468

世界とつながろう

~買い物でできる国際支援「フェアトレード」~

日時/3月6日(水) 午前10時30分~午後0時30分
会場/中央公民館・コミ

ユニティセンター 費用/200円 対象/どなたでも 定員/20人 保育/1歳以上未就学児まで10人
申込方法/2月28日(木)までに住所、氏名、電話番号を記入のうえ、FAXで申し込み(申込多数の場合は抽せん。落選の方には3月2日(出)までに連絡します)。
持ち物/エプロン、三角巾、マイカップ、カレー皿、スプーン
その他/「フェアトレード」についての勉強会とスリランカのチキンカレーを作ります。
主催/朝霞さいたまコープ友の会 団/小寺 ☎・☎464-8083(電話は午後7時以降)

上映会 原発の町を追われて
~避難民・双葉町の記録

日時/2月23日(土) 午後1時30分~(開場 午後1時)
会場/図書館本館 費用/無料
対象/どなたでも 申込方法/当日直接会場へ
その他/福島県双葉町の現状を知ってほしい。旧騎西高校での避難生活を描いたドキュメンタリー。監督 堀切さとみ、2012年4月(55分)
主催/あさか九条の会 団/大野 ☎090-5209-9467

会員募集

英語とリトミック(幼児サークル)

日時/①毎週火曜日 ②毎週水曜日
いずれも午前10時~11時30分(各年齢別)
会場/①根岸台市民センター ②宮戸市民センター(振替可)
会費/月3,500円(4回分) 対象/1~4歳の未就園児と親
その他/体験無料、有資格外国人講師が指導。絵本の読み聞かせ、工作、ハロウィン、クリスマスパーティあり
団/中林 ☎090-7801-7056 ✉lime.kids.2001@docomo.ne.jp

ミッキークラブ(親子リトミック)

日時/毎週月曜日 (1~2歳ぐらい) 午前10時~10時45分、(2~3歳ぐらい) 午前11時~11時45分
会場/

弁財市民センター 会費/3回2,500円・4回3,000円(教材費込み) 対象/1~4歳までの未就園児
その他/幼稚園、リトミック・ピアノ有資格者2人による指導
団/土屋 ☎090-8519-3704(午後6時~9時)

よちよちパソコンサークル

日時/毎週土・日曜日 午前9時~正午
会場/中央公民館・コミュニティセンター 入会金/1,000円 会費/月1,500円
対象/初心者対象、老若男女年齢問わず
団/中里 ☎080-5523-4539

朝志ヶ丘シニアパソコン

日時/毎週月曜日 午後2時~4時
会場/朝志ヶ丘市民センター 会費/月1,500円
対象/初心者対象、老若男女年齢問わず
団/田中 ☎090-1708-7210

ピクシー新体操クラブ

日時/毎週月曜日 午後4時30分~6時
会場/第1・3 西朝霞公民館、第2・4 南朝霞公民館 会費/月2,000円
対象/小学1~4年生の女子
その他/新小学1~4年生の春の新メンバー大募集。無料体験あり。みんなで楽しく練習しています。
団/八鉄 ☎090-1702-9562

かすみ切り絵同好会

日時/毎週金曜日 午後6時~9時30分
会場/中央公民館・コミュニティセンター 入会金/1,000円
対象/成人の方ならどなたでも
その他/見学自由。体験あり。
団/加藤 ☎461-6465

モダンバレエ フラミンゴ

日時/毎週木曜日 (小学校低学年まで) 午後5時~6時30分、(小学校高学年から) 午後7時~8時30分
会場/溝沼市民センター 会費/月3,500円
対象/4歳以上
団/藤田 ☎090-8562-2451

PHOTO NEWS

消防出初め式が行われました

1月13日(日)、市役所正面駐車場で、消防出初め式が行われました。消防団員および朝志ヶ丘自警団員による消防点検や、消防署員による救出演技などが行われ、訪れた方々は規律ある行動や迫力ある演技に見入っていました。

また、親子で参加できる「消防団ふれあいひろば」では、展示した消防車に乗車しての写真撮影や防火服を着ての放水体験などが行われました。参加された方々は、身近な存在である消防団員との交流を深め、会場には子どもたちの笑顔があふれていました。



放水体験をしているお子さんたち

彩夏ちゃん健康長寿プロジェクト レポート 第6報

今回は、『わくわくどーむ DE 健康づくり事業』の実施状況についてご紹介します。

わくわくどーむ DE 健康づくり事業

☎健康づくり課 ☎465-8611

わくわくどーむ DE 健康づくり事業「ひっこめお腹大作战」もいよいよ終盤を迎えました。

9月からモニターとして参加の皆さんは、最終日に向け、当初イメージした目標や理想の自分により近づくよう、健康づくりに励んでいます。

本プロジェクト実施期間における体力測定やカウンセリング等からは、『体重・腹囲・体脂肪率が減少した方』、『筋肉量が増加した方』など、さまざまな結果が出始めています。また、一部の方からは『運動習慣が身についた』、『運動した効果を実感している』とのご感想もいただいています。ほかにも、わくわくどーむでの各種プログラムに参加するなかで顔なじみとなり、楽しみながら運動に励んでいる様子もうかがうことができ、モニター同士の「つながり」も感じられるようになりました。

モニターの皆さんにとっては残り少ない期間となりますが、引き続き、当プロジェクト独自の運動プログラムである「サーキットトレーニング」や、プール・トレーニングルームでの各種運動プログラムにご参加いただき、最終日には皆さんにとって満足のいく結果となるよう期待しています。

運動習慣を日常生活に取り入れ、継続的に行うことは健康への第一歩であり、「メタボリックシンドロームの予防」にもつながります。

1月22日(火)に行われた「モニターの集い」では、トレーナーのアドバイスを受け、『おうちでできるスクワット』を実践しました。

また、プロジェクト参加により成果が現れた方に、これまで実施してきた運動や食事についてのお話をいただくなど、モニター同士での情報交換を行いました。



モニターの集い「おうちでできるスクワット」



血液・尿検査

1月26日(土)には、保健センターにおいて、モニターの皆さんの「血液・尿検査」を実施しました。これは、当プロジェクトに参加する前と後のデータを比較し、身体がどのように変化したかを検証するためのものです。今後は東洋大学と連携し、モニターからのアンケート結果や運動前後の感情の変化データ等を分析することで、心身両面から総合評価を行っていきます。

さて、当プロジェクト参加によって、皆さんの心や身体にどのような変化が起きたのでしょうか？

当プロジェクトの最終結果については、次回の『わくわくどーむ DE 健康づくり事業』の実施状況レポートでお伝えします。

☎…問い合わせ

<妊娠しやすい身体作りをはじめましょう！>
【定休日】 朝霞台駅・志本駅より
日曜日・祝祭日 徒歩8分
 子宝カウンセラーの資格を持つ薬剤師へ お問い合わせ・予約・ご相談専門ダイヤル
 是非ご相談下さい。

048-473-7830
昭和薬局
 朝霞市 漢方 橋本
<http://www.saitanaka.com/>
 埼玉県朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106

予約制
 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。

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。

施主ご負担金額 朝霞市市民葬儀指定葬儀社
 火葬式(密葬) ￥156,870.より(親族10名)
 家族/親族葬儀 ￥195,870.より(家族/親族15名)
 上記別料金: 式場使用料・飲食代・バス・返礼品・心付・ご供花・枕飾等

Tel 048-451-0401
 〒351-0005 朝霞市根岸台4-11-12 <http://shiminso.jp>

樹木の剪定、伐採、草刈

お見積もりは無料です
 例: 樹高3m剪定 3,000円 芝刈り㎡200円

塩味ランドスケープ(株)
SHIOMI
Tel 048-464-4128
 〒351-0023 朝霞市溝沼5-15-9
 ホームページ <http://www.shiomilandscape.jp>

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 0120-401-059

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

広報あさか No. 668

発行日/平成25年2月15日(毎月2回1日・15日発行) 発行人/朝霞市長 編集/朝霞市市政情報課
 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)

広報あさか音声テープを図書館本館と
 北朝霞分館で貸し出しています。

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