

2013

9

平成25年

広報

No.676

毎月1回1日発行

あさか



水と緑に満ちた やすらぎと生きがいのあるまち 朝霞

特集

- 10月1日頃からパスポートの手続きは朝霞駅前出張所で!! …P.2
こんにちは、家庭児童相談室です♪ …P.3
へるすアップ …P.4
9月は「がん征圧月間」 …P.5
耐震シェルター・耐震ベッドに補助金を交付します!! …P.6

市長コラム	P. 7
情報BOX	P. 8
ようこそ!あさかの生涯学習へ	P. 22
各種相談一覧	P. 31
わたくしたちの健康	P. 32
みんなすこやか	P. 33
「彩夏祭」フォト特集	P. 34
PHOTO NEWS	P. 36
市民伝言板	P. 36

踊り子たちの躍動! あふれる笑顔!

3日間にわたって行われた第30回朝霞市民まつり「彩夏祭」。「笑顔と元気を朝霞から」を合言葉に踊り子が舞い、大旗が振るわれ、威勢の良い掛け声に、多くの観客が魅了されました。

昭和59年(1984年)に始まって今年で30回目の朝霞市民まつりも、多くの市民の皆さんの手により作りあげられ約68万人もの観客を迎え、盛況のうちに幕を閉じました。

(彩夏祭の特集は、34~35ページに掲載しています)



問／朝霞駅前出張所パスポートコーナー ☎452-6033

10月1日(火)から、朝霞駅前出張所でパスポートの申請・交付(受領)業務を開始します。これに伴い、市民の皆さんがパスポートの手続きをする場合は、原則として県内のパスポートセンター(川越・大宮・所沢など)ではなく、「朝霞駅前出張所」をご利用いただくことになります。

なお、9月30日(月)までに県内のパスポートセンターで申請した場合は、10月以降でも申請をしたパスポートセンターで交付を受けることになります。

申請できる方

- 朝霞市に住民登録のある方
- 埼玉県外に住民登録があり、朝霞市に居所のある方(居所申請)

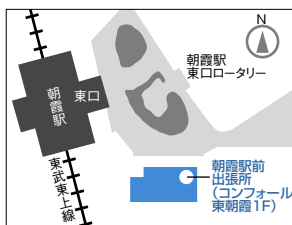
※申請手続きは、本人または代理人が窓口で行ってください。ただし、受領は本人のみとなります。

※居所申請の場合は、本人のみの申請となり、必要な書類がありますので必ず事前にお問い合わせください。

※緊急渡航や刑罰等に該当する方が申請される場合は、あらかじめ『埼玉県パスポートセンター(大宮) ☎048-647-4040』へお問い合わせください。

申請・交付(受領)場所

- 朝霞駅前出張所パスポートコーナー
仲町2丁目1番6-101号
(朝霞駅東口ロータリー内)



受付時間

申請	月～金曜日	午前9時～午後4時30分
交付	月～水・金・日曜日	午前9時～午後4時30分
	木曜日	午前9時～午後7時30分

休所日

- 土曜日・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)
祝日が日曜日と重なる場合には交付業務を行います。

手数料

申請区分	手数料	内 訳	
		収入印紙	埼玉県収入証紙
10年有効旅券	16,000円	14,000円	2,000円
5年有効旅券	11,000円	9,000円	2,000円
12歳未満	6,000円	4,000円	2,000円
訂正	900円	700円	200円
増補	2,500円	2,000円	500円

※収入印紙と埼玉県収入証紙は、朝霞駅前出張所でも販売します。

申請に必要な書類(新規・切替)

1 一般旅券発給申請書 1通 ※申請書および旅券(パスポート)の申請案内は市役所総合窓口課・内間木支所・朝霞台出張所にも備えてあります。	・10年有効旅券と5年有効旅券で申請書が異なりますのでご注意ください。 ・未成年者(20歳未満)は5年有効旅券のみの申請となります。
2 戸籍抄本または謄本 1通 ※提出前6か月以内に発行されたもの(改製原戸籍・戸籍の附票は不可)	・有効旅券をお持ちの方で氏名・本籍(都道府県名)に変更がない方は省略できます。 ・同一戸籍内にある2人以上の方が同時に申請する場合は、戸籍謄本(全部事項証明書)であれば1通とすることができます。
3 写真 1枚 (カラー、白黒いずれでも可) (提出前6か月以内に撮影したもの)	●写真は申請書に貼らずにお持ちください。 ①申請者本人のみが正面を向いて撮影されたもの ②ふちなしで左図の各寸法を満たしたもの ③無帽、無背景、影がないもの 〈不適当な写真〉 ・不鮮明、変色、傷のついているもの ・マスク、髪等で顔(目、鼻、輪郭)が確認しにくいもの ・目元がはっきりしないもの(メガネの反射など) ・サングラス、カラーコンタクトレンズ着用のものなど ●機械処理のため、規格外あるいは不適当な写真の場合は、撮り直しが必要となり、申請をお受けすることができない場合がありますのでご注意ください。 ●旅券(パスポート)の申請案内で事前にご確認ください。 ※朝霞駅前出張所内には写真撮影設備はありませんので、事前にご用意ください。

4 本人確認の書類 ※原本（コピーは不可） ※代理人が申請書を提出する場合は、申請者本人と代理人の方それぞれの確認書類が必要です。	① 1点でよい本人確認書類 日本国旅券（失効後6か月以内のものを含む）、運転免許証、写真付き住基カード、海技免状、宅地建物取引主任者証、電気工事士免状、無線従事者免許証、偽造防止・写真付き身体障害者手帳など ② ①がない場合は、次の2点を持参してください。ただし、□のうちの2点は不可。 <table border="1"> <tr> <td data-bbox="544 342 584 521">イ</td><td data-bbox="584 342 1457 521"> - 健康保険証、国民健康保険証、船員保険証、介護保険証、共済組合員証、後期高齢者医療被保険者証 - 国民年金手帳（証書）、厚生年金手帳（証書）、船員保険年金手帳（証書）、共済年金証書、恩給証書 - 印鑑登録証明書＋実印（印鑑登録カードでは不可） </td></tr> <tr> <td data-bbox="544 521 584 678">□</td><td data-bbox="584 521 1457 678"> - 次のうち写真が貼ってあるもの 学生証、会社の身分証明書、公の機関が発行した資格証明書、 - 有効期間の切れた日本国旅券（失効後6か月以上のもの。ただし、本人確認できるもの） </td></tr> </table> ※中学生以下の子どもの本人確認書類としては、子どもの氏名の記載された健康保険証と法定代理人の本人確認書類（運転免許証、旅券等）を持参してください。	イ	- 健康保険証、国民健康保険証、船員保険証、介護保険証、共済組合員証、後期高齢者医療被保険者証 - 国民年金手帳（証書）、厚生年金手帳（証書）、船員保険年金手帳（証書）、共済年金証書、恩給証書 - 印鑑登録証明書＋実印（印鑑登録カードでは不可）	□	- 次のうち写真が貼ってあるもの 学生証、会社の身分証明書、公の機関が発行した資格証明書、 - 有効期間の切れた日本国旅券（失効後6か月以上のもの。ただし、本人確認できるもの）
イ	- 健康保険証、国民健康保険証、船員保険証、介護保険証、共済組合員証、後期高齢者医療被保険者証 - 国民年金手帳（証書）、厚生年金手帳（証書）、船員保険年金手帳（証書）、共済年金証書、恩給証書 - 印鑑登録証明書＋実印（印鑑登録カードでは不可）				
□	- 次のうち写真が貼ってあるもの 学生証、会社の身分証明書、公の機関が発行した資格証明書、 - 有効期間の切れた日本国旅券（失効後6か月以上のもの。ただし、本人確認できるもの）				
5 前回取得した旅券	・有効な旅券、期限切れの旅券、いずれの場合も提出が必要です。				
6 特別に必要な書類	・学生や単身赴任などで、県外に住民登録があり朝霞市に居住している方などは、朝霞市で申請することができますが、その場合は住民票（提出前6か月以内に発行されたもの）などが必要となります（事前にお問い合わせください）。				

※パスポートの申請手続きは、申請書類の記入や窓口での処理に時間がかかりますので、時間に余裕をもってお越しくださいようお願いします。



朝霞市 子育て支援課

こんにちは、家庭児童相談室 ですよ♪

☎ 家庭児童相談室（保健センター2階） ☎ 463-2231



家庭児童相談室内の様子

- 子育てには楽しいこともあれば、イライラしたり不安なこともありますよね。そんなあなたの気持ちをどうぞお聞かせください。
- 保護者の方だけでなく、子ども自身、地域の方からの相談もお受けしています。まずご連絡ください（0歳から18歳までのお子さんが対象です）。

● 例えばこんな相談ができますよ

子育て中の保護者から

- 子育てに疲れてイライラしてばかり
- うちの子、ことばが遅い気がするんだけど



子ども自身から

- 友達とうまく付き合えない
- 学校に行くのがつらい



地域の方から

- あれって虐待なのかな？
- 家で面倒を見てもらえていない子どもがいる



その他

- 言語相談（予約制）／月1回
- 幼児親子グループ／月2～3回（事前に相談が必要です）

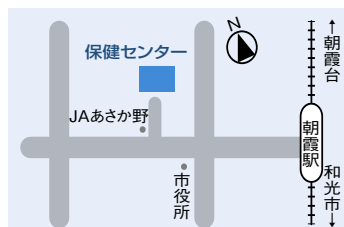


● ● ● 相談室の利用について ● ● ●

相談日／毎週月～金曜日

午前9時30分～午後4時

- 相談は無料です（来室の場合は事前にご連絡ください）。
- 個室です。気兼ねなく相談できます。
- 相談についての秘密は固く守られますので、安心してご相談ください。



骨



骨



貯めて骨を元気に! ～あなたの骨貯金はどれくらい?～

いつまでも若々しく、活動的でありたいというのは多くの人々に共通する願いです。その土台のひとつとも言えるのが「骨」。年をとるとともに、徐々に骨は弱くなってしまいますが、高齢になってからはもちろんのこと、若いころから骨の健康に留意した生活を送ることが大切です。

チェック!

	内容	プラス	マイナス
①	牛乳やヨーグルトなどをよくとっている。	はい	いいえ
②	ワカメなどの海藻類、きのこ類をよく食べる。	はい	いいえ
③	スナック菓子やインスタント食品をよく食べる。	いいえ	はい
④	運動の習慣がある。／若いころに運動していた。	はい	いいえ
⑤	天気の良い日は屋外に出る。	はい	いいえ
⑥	無理なダイエットをしている。／したことがある。	いいえ	はい

プラス項目に○が多いほど、骨貯金は順調です。マイナス項目に○がついた項目は、次の具体的な取り組みを参考に、生活スタイルを見直してみましょう。

正しい食生活

必要な栄養素を過不足なくとるためには、1日3回の食事をバランスよくとることが大切です。

①カルシウムの多い食品をとりましょう。

カルシウムを多く含む食品／

(例)牛乳・魚・豆・海藻・野菜

②ビタミンD、ビタミンKも一緒にとりましょう。

ビタミンD／カルシウムの吸収を助けます。

(例)干しいたけ・鶏卵・生さけ

ビタミンK／骨をつくり、骨量減少を抑えます。

(例)ほうれん草・納豆・ひじき

カルシウムを多く含む食品



牛乳
コップ1杯
(200ml)
220mg



ヨーグルト
小1パック
(100g)
120mg



木綿豆腐
1/3丁
(100g)
120mg



ししゃも
2尾
(50g)
165mg



小松菜
1/3束
(60g)
102mg



ひじき
大さじ1
(5g)
70mg

成人の1日に必要なカルシウムの量は約600mg。ただし、成長期、妊婦・授乳婦、骨粗しょう症の予防のためには、さらにカルシウムが必要となります。

適度な運動

日常生活で、こまめに体を動かしたり、自分に合った運動を続けていきましょう。

運動の効果

- ①骨が強く丈夫になる。
- ②体力や消化器官の能力が向上する。
- ③筋力や反射神経が向上する。



若いうちから、骨量を増やしておきましょう

成長期のうちに、カルシウムを十分にとり、よく運動し、最大骨量を高め、それを維持することが大切です。



ご自分の骨密度が気になる方は…

10月20日(日)の健康まつりで

無料(予約制)で検査ができます。

詳しくは下記をご覧ください。

適度な日光浴

外遊びや外出による適度な日光浴は、皮下脂肪でビタミンDを合成し、カルシウムの吸収を促進します。

ポイント

- ①時間は30分程度
- ②手や腕・顔だけで充分です。
- ③日差しが強い日は、日陰や木陰で

9月は健康増進普及月間です。

骨の検診「骨密度測定」

いつ測るの? 今でしょ! ～あなたの骨密度は?～

問・問／健康づくり課 ☎465-8611

日時／10月20日(日) 会場／保健センター 対象／16歳以上の市民

内容／腕にX線をあてて骨密度を測定します。

定員／240人(先着順:午前120人、午後120人)

問／電話で(健康づくり課) 申込期間／10月8日(火)、9日(水) ※受付時間／午前8時30分～午後5時

健康まつりの詳細は、広報あさか10月号でお知らせします。

9月は『がん征圧月間』

問／健康づくり課(保健センター内)
☎465-8611

市では、健康の保持増進、がんの早期発見・早期治療のために、協定医療機関で実施する個別がん検診(胃、肺、大腸、前立腺、乳、子宮がん検診)と指定日に保健センターで実施する集団がん検診(乳、子宮頸がん検診)を実施しています。

【個別がん検診のご案内】

●対象者／検診受診日に対象年齢以上で朝霞市に住民登録のある方

※実施期間中(平成25年5月1日～平成26年2月28日)1回限り、下記の金額で受診できます。

※勤務先で検診を受ける機会のある方は受診できません(勤務先の検診を受診してください)。

※実施期間中に同一種類のがん検診を2回(以上)受診されると全額自己負担になります。検診後の医療行為、再検査、精密検査等にかかる費用も全額自己負担です。

●受診方法／協定医療機関に直接お申し込みください(※医療機関によっては、予約が必要な場合もございます)。

→朝霞市の〇〇がん検診を受診したい旨を医療機関に伝えてください。

※協定医療機関は、健康カレンダー、市ホームページをご覧ください。健康づくり課へお問い合わせください。

●持ち物／健康保険証

※平成25年度がん検診無料クーポン券対象者(下記参照)は、無料クーポン券も忘れずにお持ちください。

集団がん検診のご案内は
33ページをご覧ください。



☆胃がん検診(30歳以上)☆

●検診費用：1,000円

●検診内容：問診、胃部レントゲン検査(バリウム)

※妊娠中または妊娠の可能性のある方は受診できません。

★前立腺がん検診(55歳以上男性)★

●検診費用：300円

●検診内容：問診、血液検査(前立腺特異抗原測定)

☆大腸がん検診(30歳以上)☆

●検診費用：300円

●検診内容：問診、便潜血検査2日法

※検便採取時に生理中の方、出血を伴う痔のある方は受診できません。

☆肺がん検診(30歳以上)☆

●検診費用：*200円

●検診内容：問診、胸部レントゲン検査

※65歳以上は結核検診

※問診の結果、医師が必要と認めた方のみ喀痰細胞診検査実施。実施した場合の検診費用は500円。全ての方が対象ではありません。オプションで実施した場合は全額自己負担になります。

※妊娠中または妊娠の可能性のある方は受診できません。

★乳がん検診(30歳以上女性)★

●検診費用：700円(30代・50歳以上)

900円(40代)

●検診内容：問診、視触診、乳房レントゲン検査(マンモグラフィ)

※妊娠中・授乳中の方、妊娠の可能性のある方は受診できません。

※40代は2方向、その他の年齢は1方向撮影。年齢によるマンモグラフィの撮影方向は国の指針で定められています。

★子宮がん検診(20歳以上女性)★

●検診費用：*600円

●検診内容：問診、視診、内診、頸部細胞診

※問診の結果、医師が必要と認めた方のみ体部細胞診実施。実施した場合の検診費用は1,000円。全ての方が対象ではありません。オプションで実施した場合は全額自己負担になります。

※妊娠中・生理中の方は受診できません。妊娠中の方は、妊婦健康診査で受診してください。

【平成25年度がん検診無料クーポン券対象者】

子宮頸がん検診(※子宮体部は対象外)		乳がん検診・大腸がん検診(男女)	
年齢	生年月日	生年月日	年齢
20歳	平成4年4月2日～平成5年4月1日	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日	40歳
25歳	昭和62年4月2日～昭和63年4月1日	昭和42年4月2日～昭和43年4月1日	45歳
30歳	昭和57年4月2日～昭和58年4月1日	昭和37年4月2日～昭和38年4月1日	50歳
35歳	昭和52年4月2日～昭和53年4月1日	昭和32年4月2日～昭和33年4月1日	55歳
40歳	昭和47年4月2日～昭和48年4月1日	昭和27年4月2日～昭和28年4月1日	60歳

そのほか記載されている内容以外でも、問診や診察の結果、がん検診を受診できない場合がございます。

受診される前に医療機関にご確認のうえ、受診されるようお願いいたします。

【平成24年度朝霞市がん検診結果】

がん検診名	受診者数	要精検者	がん発見数
胃がん	4,533人	89人	0人
肺がん	10,594人	183人	4人
大腸がん	11,110人	777人	20人
子宮がん(頸部)	4,912人	32人	2人
子宮がん(体部)	642人	3人	0人
乳がん	4,686人	279人	7人
前立腺がん	4,086人	257人	20人

無料クーポン券は6月下旬に送付済です(オレンジ色の封筒)。7月1日以降朝霞市へ転入された方はご連絡ください。



がん検診
めざせ受診率50%超

※要精検者／がん検診を受診して精密検査が必要と診断された人数
※がん発見数／がんが発見された人数(がんの疑いの人数を含む)
※子宮がん(体部)については、子宮がん(頸部)を受診した人のうち、医師の問診等から検査が必要とされた人のみ受診

早期のがんは自覚症状がほとんどありません。がんは早期に発見し、早期に治療することで、治癒率はかなり高くなります。

耐震シェルター・耐震ベッドに

～ご自宅の地震への備えをより安価・短期間で～

補助金を交付します!!

市は、震災に強い建物づくりを進めてきています。今年も「防災の日」を迎え、ご自宅の耐震性について考えてみませんか？ 大勢の方にご利用いただいている耐震診断・耐震改修補助制度に加え、市では平成23年10月から耐震シェルター等の設置に対し支援を行っています。

ここでは耐震シェルター・ベッドについてご紹介します。それでは、皆様のご質問にいくつかお答えします。

問／建築課 ☎463-2585

耐震シェルターの設置例

Q：耐震改修工事と比べて、なぜ費用が安く済むのですか？



A：耐震改修工事は一般的に建物全体を補強するものですが、耐震シェルターは建物の一室を補強するもののため、また、耐震ベッドは金属製のフレーム等が付いたベッドを一室に設置するもののため費用が安く済みます。

これまでの65歳以上の方がいらっしゃる世帯等での補助実績では、耐震ベッド購入・設置費用の平均額は約460,000円、補助金の平均額は約395,000円ですので、実質約65,000円でご自宅の地震への備えが可能となります。

Q：耐震ベッドの設置工事は、わずか1日で終わると聞きました。なぜ、工事が短期間で済むのですか？



A：耐震シェルターや耐震ベッドの設置が、建物のひと部屋のみを工事の対象とするからです。耐震ベッドの設置工事であれば、ベッドを置く部分の床の補強と、ベッドの組立て作業だけのため、1日程度で済んでしまいます。

耐震診断・改修工事では、建物の土台や壁、屋根等の多くの部分を工事するため、住みながらの工事では生活が不便となってしまうといったことがあります。長い工期のため、ご自宅の耐震化を躊躇しておられるのなら、耐震シェルター・ベッドの設置をご検討いただくことをお勧めします。

Q：安全性はどのようなのですか？



A：寝室だけでもシェルター化を行えば、高齢者の方や地震に気づきにくい就寝時の発災などにおいて、建物の崩壊から身の安全を守る効果が期待できます。

ただし、耐震シェルター・ベッドにより安全性の向上が見込まれるのは居住空間の一部のみです。建物全体の耐震補強を希望される方は、耐震診断・耐震改修補助制度の活用をご検討ください。

補助概要

● 補助対象

- ・建築物／建築確認を取得し、市内にある昭和56年5月31日以前に着工された2階建て以下の木造の戸建住宅（兼用住宅を含む）
- ・対象者／建築物の所有者

● 補助金の額

- ・耐震シェルター等の購入および設置する費用に要した額の
50% かつ 限度額40万円
- ・障害のある方または65歳以上の方が居住者に含まれる場合は、
90% かつ 限度額40万円
※障害のある方の対象については、お問い合わせください。



耐震ベッドの商品例

- ・興味を持たれた方は、お気軽にお電話ください。
- ・補助金の受給には、契約前に申請を行い、審査を受けていただく必要がありますのでご注意ください。





たのしむ

楽

富岡 勝則

皆さんこんにちは。

朝霞の夏の風物詩、朝霞市民まつり「彩夏祭」を今年も盛大に開催でき、大変盛況のうちに終了することができました。彩夏祭のために長い間準備をしていただいた皆さん、また、華麗な演舞を披露していただいた踊り子の皆さん、本当にお疲れさまでした。皆さんのお力で第30回にふさわしいすばらしいお祭りとなりました。心から感謝申し上げます。今年の彩夏祭は、市民まつりに鳴子踊りを取り入れてから20回目となる節目の年で、鳴子踊りの参加チームも初回の25チーム、約2,000人から93チーム、6,000人以上の方に参加していただくまでになりました。私は市の職員の時に、市民まつりに鳴子踊りを取り入れるために奔走していたことを思い出し、大きくなった鳴子踊りを見て感慨もひとしおでした。これからも市民の皆さんに誇りと愛着を持っていただき、

40回、50回とますます発展していけるよう、できる限り支援していきたいとあらためて思いました。

さて、話は変わりますが、子ども達の楽しかった夏休みも終わり、二学期に入りました。私も子どものころは夏休みがもっと続かないかなあという思いと、久しぶりに友達に会える嬉しさを心に抱きながら登校したことを思い出します。夏休み期間中は、お盆など長期休暇をとりやすい時期でもあるため、ニュースなどでも海外旅行に出かける方が多く見られました。海外旅行にはパスポートが必要になりますが、市では10月1日から、朝霞駅前出張所に新規申請や切替申請ができるパスポートコーナーを開設します。これまでは埼玉県のパスポートセンターに行く必要がありましたが、朝霞市に住民登録のある方は、朝霞駅前出張所で手続きしていただくようになります。また、朝霞市に本籍がある方は、手続きに必要な戸籍抄本または謄本も同じ場所で取得するなど大変便利になりますので、ぜひ、ご利用ください。申請の方法や取扱時間など、詳しいことは朝霞駅前出張所パスポートコーナー ☎452-6033までお問い合わせください。私も市長に就任してからは、まとまったお休みがなかなかありませんが、お休みが取れたら、ゆっくりと海外旅行を楽しみたいなあと思っています。では、また。

朝霞市は 男世平等を進めています

～ 一歩踏み出す勇気④ ～

このコーナーでは、男女平等を進めるために毎年度テーマを決めて連載しています。今年度のテーマは「一歩踏み出す勇気」。女性も男性も、新しいことを始めるときには、誰でも最初の一步を踏み出す勇気が必要です。そんな一歩を踏み出した人たちの話を男女平等推進事業企画・運営協力員が紹介していきます。

今回は、定年退職後に地域デビューを始めた方のお話です。

長年勤めてきた会社を今年定年退職されたばかりなのに、積極的にバリバリと地域で活動されている60代の男性がいます。すんなりと地域に溶け込んでいる様子に興味をもち、その秘けつを伺ってみました。

「実は、定年に備えて2～3年前から地域デビューの準備をしてきました。」とのこと。

定年退職を意識し始めた頃、今まで仕事ばかりをして

いて、自分が長年住んでいる朝霞のことを実はよく知らなかったことや、地域には気軽に声をかけてくれる仲間がいなかったことに気づき、不安になったそうです。そこで、地域の中で自分の居場所をつくることや、自分の生きがい（楽しみ）のために、思い切って、一歩を踏み出すことにしました。

まずは、「広報あさか」で自分が参加できそうな活動の場を見つけ参加してみました。その後も少しずつ活動を広げていき、今では地域にたくさんの仲間ができたそうです。

仕事のため、時間がとれない男性の多くは、女性に比べて地域でのつながりが少ない傾向にあります。人生の後半をよりよく過ごすために、ボランティアや市民活動など、今とは違う一歩を踏み出してみませんか。

（次回のテーマは「介護を始めた女性」です。）

ひとの推移

人口	13万2,056人（－15人）	世帯数	5万9,388世帯
男	6万7,160人（＋52人）		（－75世帯）
女	6万4,896人（－67人）	平成25年8月1日現在	（ ）内は前月比

*このコラムは、「朝霞市男女平等推進事業企画・運営協力員」との協働により掲載しています。

問／それいゆぱらざ（女性センター）
☎463-2697



募集

わくわくどーむ（健康増進センター）指定管理者

平成26年度から5年間の指定管理者を募集します。

募集要項等の配布期間・場所

10月1日（火）まで 午前9時

午後5時・健康づくり課

※土・日曜日、祝日を除く。

※応募資格など、詳しくはお

問い合わせください。

問／健康づくり課 ☎465

18611

「エコ」に貢献する

個人・団体・企業

～第15回さいたま環境賞～

埼玉県では、環境保全に関する意識の醸成および行動の促進を図るため、個人、県民団体および事業者の他の模範となる優れた取り組みを表彰しています。

募集期間／9月2日（月）～11月

15日（金）

対象／

○県民部門：環境保全や環境

学習等の活動をする、次に該当する団体または個人（個人は要推薦）

・県内で活動する県民団体

・県内に在住する個人

○事業者部門：県内に事業所を有し、環境に関する社会

貢献活動などを行っている事業者

※応募には、活動年数など一定の要件があります。詳しくは埼玉県ホームページ（http://www.pref.saitama.lg.jp/page/saitama-kanky

oso.html）をご覧ください。

問／埼玉県温暖化対策課 ☎

048-830-3038

朝霞市景観写真コンクール2013

「大切にしたい朝霞の景観」をテーマに、朝霞らしく後世に残していきたいと感じられる写真を募集します。

*景観：風景や景色、ながめと呼んでいるもの

※応募資格／どなたでも

応募規定／おおむね2年以内に市内で撮影したもの

※カラー・モノクロ・セピアいずれも可とし、縦・横は問

いけません。

※組写真および画像合成処理をした作品は受け付けません。

※過去にほかのコンクール等の応募作品でない未発表のものに限りません。

写真サイズ／4つ切またはA4（ワイドおよび変形サイズ不可）

応募数／1人3点まで

応募方法／応募作品の裏に必要事項を記入した応募票を貼り付け、〒351-8501 朝霞市本町1-1-1 朝霞市役所都市計画課宛てに郵送（必着）または直接お持ちください。

※応募票は都市計画課で配布するほか、市ホームページからもダウンロードできます。

応募締切／10月10日（木）

表彰／最優秀賞1点、優秀賞2点、入選3点

※賞状および朝霞産の商品を贈呈します。

選考結果／入選者へ通知

作品の発表／展示会を予定

その他／応募作品は返却しません。作品の著作権は市に帰属します。

※詳細は市ホームページをご覧ください。

応募・問／都市計画課 ☎4

63-2518



障害者支援施設すわ緑風園臨時職員

①看護師

仕事内容／知的障害者の健康管理および看護業務等

採用期間／6か月（更新有）

資格要件／看護師または准看護師免許

年齢／60歳程度まで

賃金／時給1500円

②支援員

仕事内容／知的障害者の日常生活介助等

勤務日数／週4日

採用期間／6か月（更新有）

資格要件／不問

年齢／60歳程度まで

賃金／時給1000円

※①②とも勤務日、勤務時間など、詳しくはお問い合わせください。なお、問い合わせは、午前8時30分～午後5時15分（土、日曜日・祝日を除く）にお願いします。

問／障害者支援施設すわ緑風園

☎461-3028

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

建設業許可、入札参加資格申請や電子申請、宅建業、貨物運送の許可、会社の設立、会計記帳、相続／遺言などで困ったら

あさか野行政書士事務所

（松尾行政書士事務所）

行政書士 松尾 信一

電話：048-450-1390

FAX：048-450-1399

朝霞市本町2-7-21

<http://www.gasaka.com>

朝霞市内循環バス検討委員会公募委員

現在運行している市内循環バスの老朽化による車両の入替えに併せ、車両の見直しや現行路線の見直しを含めた全体的な検討をします。

応募条件

- ・市内在住または在勤で18歳以上の方
- ・循環バスの運行改善に向けた、ご意見をいただける方
- ・平日の会議に出席できる方

募集人数/4人(現行4路線の各路線1人)

会議開催回数/4回(年2回)

予定)

※会議の進行状況により、会議の開催回数が増えることもあります。

任期/委嘱日/平成27年2月(予定)

※検討報告書を作成するまでとなります。

謝礼/1会議につき報酬8000円、費用弁償24000円

募集期間/9月2日(月)～24日(火)

応募方法/道路交通課、内閣

木支所および各出張所で配布する申込書に必要事項を記入のうえ、〒351-8501 朝霞市本町1-1-1 朝霞

市役所道路交通課宛へ郵送(必着)、持参またはFAXで提出

※申込書は市ホームページからもダウンロードできます。

選考方法/9月30日(月)に抽選で決定

※抽選を行わない場合は市ホームページでお知らせします。

申・問/道路交通課 ☎463-1514



ホストファミリー

マレーシアの小学生と教師が朝霞を訪問します。宿泊を通して、国際交流をしてみませんか。

日時/11月25日(月)～30日(土)

※2泊ずつお世話になります。日中はメイアサカセンターの行事で外出します。

対象/小学生のいるご家庭

※室内犬のいないこと

申込方法/電話・FAXまたはメールで

主催・問/認定NPO法人メイアサカセンター ☎468-16972

7088 ☐ mayasaka

@mayasaka.net ご案内

住民票の写し等の交付に係る本人通知サービスをを行っています

市では、本人の代理人や第三者からの請求により本籍が記載された住民票の写しや戸籍謄本などを交付したときは、あらかじめ登録をした方に交付したことを通知するサービスをを行っています。このサービスは、住民票の写しや戸籍謄本などの不正請求による個人の権利や財産の侵害の防止を目的としています。

また、本人通知サービスの登録の有無にかかわらず、住民票の写し等の不正取得に関し、国・県などから情報提供があった場合は対象となる方に通知を行っています。

登録はいつでも受け付けています。

登録できる方/本市に住民票がある方(消除された住民票を含む)または本籍(除かれた戸籍を含む)がある方

登録方法/市役所総合窓口課、内閣木支所、朝霞台出張所

虐待かな?

児童虐待を発見(疑い含む)した場合はご連絡ください。

問/児童相談所全国共通ダイヤル ☎0570-064-000

家を出て
クールスポットで
涼もつよ

紙上より厚くお礼申し上げます。
埼玉県南部消防本部へ寄付ありがとうございました

紙上より厚くお礼申し上げます。
イオンリテール株式会社様から 1万9279円

市への寄付ありがとうございました

問/総合窓口課 ☎463-2605

※代理人による登録の場合は、本人確認資料以外に委任状なども必要です。

平成25年2月開設 入居者募集中

安心と心豊かな生活を

医療法人が運営する介護付有料老人ホーム

コンフォルト朝霞

〒351-0023 埼玉県朝霞市溝沼1-5-2

資料のご請求、ご入居・ご見学のお問い合わせは

☎0120-332-016

<妊娠しやすい身体作りをはじめましょう!>

まずはお電話を!>

【定休日】 朝霞台駅・志木駅より 徒歩8分
日曜日・祝祭日

子室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

朝霞市 漢方 昭和薬局

埼玉県朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106



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。

予約制
痛み合う場合がございますので電話予約をして頂きますとスムーズにご相談いただけます。

自宅でも手続きできます！

電子申請・届出サービス
をご利用ください

埼玉県と県内市町村では、『電子申請・届出サービス』を共同利用しています。

自宅等のパソコンから『電子申請・届出サービス』にアクセスして申請をインターネットで行えます。粗大ごみの収集や水道関係手続など、さまざまな手続があります。ぜひご利用ください。

申請可能な手続の種類や利用方法などの案内は、ホームページまたは埼玉県の電

市役所市民ホールに ブロンズ像を展示します

10月2日(水)から約2年間、市役所市民ホールに、戦後日本を代表する彫刻家 佐藤忠良作のブロンズ像「帽子・立像」(1974年作)の展示を行います。



これは、丸沼芸術の森(上内間木)主宰の須崎勝茂さんのご好意により、市が寄託を受けて展示するものです。

来庁される多くの方々に芸術作品をより一層身近で感じていただきたいと思いますので、市役所にお立ち寄りの際には、ぜひご覧ください。

なお、同日午前9時30分から、須崎勝茂さんと展示するブロンズ像のモデルにもなった彫刻家の笹戸千津子さんにお越しいただき、除幕式を行います。

問/財産管理課 ☎463-0203

子申請ポータル(<https://denshi.pref.saitama.lg.jp>)をご覧ください。
問/市政情報課 ☎463-3152



10月1日(火)から

朝霞市空き家等の適正管理
に関する条例を施行します

本来、建物は所有者などが適正に管理するべきですが、放置されたままの空き家は、老朽化等により損壊の危険性が生じたり、害虫の発生や雑

9月10日(火)~16日(月・祝)は、自殺予防週間です 9月1日(日)からメンタルチェックシステム 「こころの体温計」を開設します！

「こころの体温計」で“うつ”状態を早めにチェック！
早めに相談!!

問/健康づくり課 ☎465-8611

「こころの体温計」とは・・・

あなたや、あなたの大切なご家族等のストレス状況や落ち込み度といった、“こころ”の状態を、携帯電話やスマートフォンを含むインターネット上で気軽にチェックできます。11の質問にゲーム感覚で答えることで、皆さんの“こころ”の世界がわかります。

<アクセス方法>

- 1 市ホームページ → 健康 → 「こころの体温計」をクリック
- 2 朝霞市『こころの体温計』
<https://fishbowlindex.jp/asaka/>



草の繁茂、不審者の侵入による火災や犯罪の誘発に対する不安など、地域社会にさまざまな影響を及ぼす存在になりかねません。
このようことから、市では新たに条例を定め、空き家等の周囲における良好な生活環境の確保を進めます。

条例の内容

- ・所有者等は空き家等を適正に管理する責務があります。
- ・市は管理不全な空き家等に対して、立入調査等を行います。
- ・管理不全な空き家等の所有者等に対して、市は指導、

勧告、命令を行うことができます。
正当な理由なく命令に従わない所有者等は、住所、氏名、命令違反の事実などを公表します。

問/危機管理課 ☎463-1788

地震への備えは 万全ですか？

建物の耐震診断・耐震改修工事に補助金を交付します。

問/建築課 ☎463-2585



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(補助金含) 朝霞市市民葬儀指定葬儀社

火葬式(密葬) ￥158,700.より(親族10名)

家族/親族葬儀 ￥298,700.より(家族/親族10名)

上記別料金: 式場料・飲食代・バス・返礼品・心付・ご供花・心付・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)

Tel 048-464-4128

〒351-0023 朝霞市溝沼5-15-9

道路に張り出した木の せんでいのお願い

道路に、はみ出した生け垣や木の枝でカーブミラーや交通標識が見えなくなったり、街路灯が遮られ道路が暗くなったりしてしまうと大変危険で、交通事故の原因にもなりかねません。所有者の方は、樹木を大切に育てていただくとともに、道路の安全を損ねることのないよう、せんでい等にご協力をお願いします。



刈り込み前



刈り込み後

問/道路交通課 ☎463-0912

水道管の漏水調査にご協力を

9月から翌年2月まで、水道本管から宅地内にある水道メーターまでの水道管(給水管)の漏水調査を実施します。期間中、市が委託した調査

員(漏水調査員の腕章と水道部発行の身分証明書を携帯)が、宅地内に立ち入り調査をすることがありますので、ご協力をお願いします。

また、調査に際し、物品の販売や費用の請求をすることはありません。

調査区域/市内全域
問/水道施設課 ☎463-1204

「エコ通勤チャレンジ2013」に参加しませんか

マイカー通勤の皆さん、自転車や公共交通機関を利用したエコ通勤にチャレンジしませんか。地球温暖化防止だけでなく、運動不足の解消や地元の魅力再発見にもつながります。

期間

・第1回:10月1日(火)～31日(木)

(エントリー期間 9月1日(日)～30日(月))

・第2回:11月1日(金)～30日(土)

(エントリー期間 9月1日(日)～10月31日(木))

参加方法

/埼玉県ホームページ(http://www.pref.saitama.lg.jp/site/eco-tsukin/)からエントリーし、エコ通勤にチャレンジして記録シート等を提出してください。

特典/二酸化炭素削減量に応じたポイント獲得数の多い方にエコグッズをプレゼントします。そのほか、参加者の中から抽選で素敵な県産品が当たります。

問/埼玉県大気環境課 ☎048-830-3065

**夕焼け放送の
時間が変わります**
10月1日(火)から
平成26年2月28日
(金)まで、午後4時
30分の放送になります。
問/教育指導課 ☎463-2884

住宅・土地統計調査にご協力を

10月1日(火)、全国で住宅・土地統計調査が行われます。

この調査は、住宅・土地に関する最も基本的な調査で、国や埼玉県、朝霞市が住宅建設計画、都市計画などを立案していく上での基礎資料となります。

9月上旬に調査対象となりました地域の全戸に、調査員が調査のお知らせを配布します。9月下旬には、その中からさらに選ばれた世帯に調査員が調査のお願いに伺います。

ので、ご協力をお願いします。
問/市政情報課 ☎463-3163

9月21日(土)～30日(月)は愛護動物の遺棄等虐待防止期間です
捨てるな!するな!動物虐待!

・動物の習性、年齢、大きさ等に適した飼育環境や方法で飼いましょう。

・最後まで愛情と責任を持って飼いましょう。

・必要に応じ不妊・去勢手術をしてください(市では手術費の一部補助金制度を実施しています)。

・犬は登録をして、年に一度狂犬病予防注射を受けましよう。

※犬に関する相談は、朝霞保健所:☎461-0468

※猫に関する相談は、埼玉県動物指導センター南支所:☎048-855-0484

問/環境保全課 ☎463-1504

犬や猫のふんでみんなが迷惑しています。
飼い主が責任をもって処分しましょう。



住まいは 人が造るもの



新築 内外装リフォーム 耐震診断・改修
有限会社 **大路工務店**

作業所 朝霞市上内岡木22 Tel.Fax 048-456-0205

HomePage http://www.010.upp.so-net.ne.jp/cpter

遺言 相続 円満相続対策

お困りごと・お悩みごとの相談は

行政書士 藤田 孝久 事務所 まで。

朝霞市本町2-2-32セネ朝霞202

電話 048-469-2850

-当事務所主催-

- 毎月第3日曜日は、土業による遺言・相続セミナー
 - 毎月第4日曜日は、土業による遺言・相続相談会
- 朝霞市内にて開催中! 詳しくはお問い合わせください。

検索→「行政書士藤田孝久事務所」





国保の契約保養施設をご利用ください

健康増進を図る目的から、埼玉県国民健康保険団体連合会を通じ、ホテル・旅館（約300施設）と保養施設契約をしています。後期高齢者医療制度の被保険者の方も利用できます。

利用方法

①利用希望者は、契約保養施設に直接電話し、予約をしてください（その際に、埼玉県国民健康保険団体連合会の保養施設宿泊利用共同事業を利用すると伝え、必ず料金を確認してください）。

②国民健康保険被保険者の方は保険年金課で、後期高齢者医療制度の被保険者の方は長寿はつらつ課で、保養施設宿泊利用申込手続きをしてください。利用券・助成券を発券します。

※同一世帯以外の方（団体の代表者の方など）が手続きをされる場合は委任状が必要です。

③宿泊当日、宿泊利用券および宿泊助成券を保養施設へ提出してください。

方なら、年何回でも発行できます。

宿泊助成券とは／協定料金から

大人3000円、小人（小学生以下）1500円を差し引いた金額で宿泊できます。国民健康保険被保険者の方は、国民健康保険税を滞納していない方、後期高齢者医療制度の被保険者の方は、後期高齢者医療保険料を滞納していない方が対象です。一度度内1回の発行となります。

持参するもの／朝霞市国民健康保険被保険者証または埼玉県後期高齢者医療被保険者証

※保養施設一覧は、保険年金課または長寿はつらつ課にあります。なお、市ホームページでも見ることができます。

問／保険年金課 ☎463-0283 長寿はつらつ課 ☎463-4631-1928

入学準備金にお困りの方へ

市では、高等学校（高等専門学校および専修学校の高等課程を含む）または、大学（短期大学および専修学校の専門課程を含む）に入学を希望する方の保護者で、資金の調達

が困難な方に対し、入学準備金を無利子でお貸しします。

利用できる方／

- ・市内に住所があり、引き続き2年以上居住している方
- ・高等学校または大学等に入学が確定である方の保護者
- ・市税を滞納していない方
- ・資金の調達が困難な方

※手続きには1人以上の連帯保証人が必要です（連帯保証人は市内在住が原則ですが、やむをえない場合は市外の方も認めていますので、ご相談ください）。

貸付限度額／

- ・高等学校：公立20万円、私立45万円
- ・大学・専門学校：70万円

必要書類／貸付申請書、家庭調書、承諾書（借受人・保証人）、卒業（見込み）証明書

返済方法／貸し付けの翌月から起算して6か月経過した後、次の期間内に返済

後、次の期間内に返済

・高等学校：30か月以内

・大学・専門学校：42か月以内

受付期間／10月1日（火）～平成26年1月15日（水）（入学予定の方も申請できます）

貸付日／平成26年3月中旬 ※早めの貸し付けを希望される方は、ご相談ください。

申請用紙配布先／教育管理課、内間木支所、各出張所

提出先・問／教育管理課

☎463-0793

チャレンジ25

冷房は28℃に設定しよう

「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。

9月の納付

市県民税（随期）
国民健康保険税（3期）
介護保険料（3期）
後期高齢者医療保険料（3期）

※納期限は9月30日（月）です。

○納税・納付は納期限までに済ませましょう。

○便利で確実な口座振替をご利用ください。

秋の全国交通安全運動

9/21（土）～30（月）

○重点目標

- ・夕暮れ時と夜間の歩行中・自転車乗用中の交通事故防止（特に、反射材用品等の着用の推進および自転車前照灯の点灯の徹底）
- ・すべての座席のシートベルトとチャイルドシートの正しい着用の徹底
- ・飲酒運転の根絶
- ・自転車の安全利用の推進（特に自転車安全利用五則の周知徹底）
- ・交差点での自転車・歩行者等の横断事故防止

奨学金をお貸しします

市では、就学意欲を持ちながら経済的な理由で学資金の支出が困難な市民の方に、奨学金を無利子でお貸しします。

受付期間／10月1日（火）～21日（月）
貸与金額／
・高等学校：月額1万円
・大学・専門学校：月額2万円

貸与の条件／
・市内に引き続き2年以上居住し、高等学校・専修学校・大学などに入学を許可された方または在学の方（大学院を除く）

・親権者や後見人が市税を滞納していない方

・在学学校長または最終卒業学校長の推薦を受けた方

※手続きには1人以上の連帯保証人が必要です（連帯保証人は市内在住が原則ですが、やむをえない場合は市外の方も認めていますので、ご相談ください）。

必要書類／貸与申請書・家庭調書・推薦書・承諾書（借受人・保証人）・入学許可証明書

返済方法／正規の修業期間終了月の翌月から6か月経過した後、次の期間内に返済

した後、次の期間内に返済



・高等学校：72か月以内
・大学・専門学校：96か月以内
申請書配布場所／教育管理課、内間木支所、各出張所
受付・問／教育管理課 ☎463-0793

ご存じですか 就学援助制度
経済的に困りの児童・生徒の保護者に、小・中学校で必要な費用の一部を援助しています。

援助内容／給食費・校外活動費・学用品費などの一部
申請時期／随時受付。申請月の翌月1日が認定日となります(認定には、所得要件等あり)。

申請に必要なもの／申請書・印鑑・保護者の通帳・所得証明書(必要な方のみ)
※申請書は各学校、教育管理課にあります。

申請場所／通学している学校または教育管理課
※お子さんが通う学校が小学校と中学校の場合は、学校ごとに申請書が必要となります。

問／教育管理課 ☎463-0793

情報BOX



ご案内

障害のある方への訪問入浴サービス
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
内容／家庭に浴槽等を搬入して、入浴サービスを提供します。

回数／おおむね月3回(夏季は月4回)
費用／1回1280円
問／福祉課 ☎463-11598

障害のある方へ配食サービスを提供しています。
対象／65歳未満の単身者で、障害者手帳を所持する方または障害者手帳を所持する方のみで構成された世帯に属する方で、かつ、自ら食事の支度することが困難な方
内容／配食サービス(昼食1回のみを提供し、併せて利用者の安否確認を行います)。
費用／ご希望されるお弁当の種類により、自己負担が400円または600円
問／福祉課 ☎463-11598

あさか市民活動ニュースレター

vol.32

問／市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☎463-1417

点訳を通して、視覚障がい者の福祉向上につとめています！

今回は、視覚障がいを持った方にも読書を楽しんでいただきたいという思いから、活字の本から点字の本を作る活動をされている、「点訳グループ あさかアオリア会」の皆さんにインタビューした内容をご紹介します。

Q. どのようなきっかけで、この団体を立ち上げたのですか？

A. 朝霞市の広報で、点字講習会が開かれる事を知り、参加したことがきっかけです。半年間の講習を終えたのち、習得した技術を生かす場を作りたいと思い、受講生たちで立ち上げました。当初は、何をしてよいのかわからず手探りの日々でしたが、みんなで協力し合って地道な活動を続けてきた結果、今年で発足32年目を迎えます。余談になりますが、団体名の「アオリア」は、発足年の1981年を五十音読みにして名付けました。

Q. 団体の主な活動内容は？

A. 現在、13人の会員で活動しています。朝霞市立図書館や、県立特別支援学校 塙保己一学園(県立盲学校)から依頼を受け、小説・童話などの点訳を行っています。また、朝霞市社会福祉協議会の要請により、年に数回ですが、朝霞市内の小・中学校に出向き、体験点字教室も実施しています。

Q. 点訳をする際に、心がけていることは？

A. 点字には独特の規則があり、その規則に沿って細かい作業をすることは根気を要します。少ない会員で行っているのに、決して多くの点訳本を作ることはできませんが、間違いのないように何回も校正を行い、一冊一冊丁寧に心を込めて仕上げています。作り手側としても励みにもなりますので、私たちが作った本を、一人でも多くの視覚障がい者の方に手にしていただけたらと思います。朝霞市立図書館に、ぜひ足を運んでみてください。

～「点訳グループ あさかアオリア会」からのお知らせ～

■私たちに点訳の依頼をしたいという方は、お気軽にお問い合わせください。

例えば・・・電化製品の取扱説明書、歌詞カード、料理のメニューなど。

視覚障がい者の方に、生活に必要な情報を得ていただくため、微力ながらお手伝いができればと思っています。

■随時、会員募集をしています。

「点訳に興味があるけど、私にできるかな？」という方、大丈夫です！初心者の方には、基礎からお教えします。根気強く作業をしてくださる方、ぜひお待ちしております。

問／「点訳グループ あさかアオリア会」 会長・楡井 ☎464-8781

※このコーナーでは、主に朝霞市内でNPOなどの市民活動を行っている団体のリストとして作成いたしました「あさか市民活動ガイドブック」へ掲載している団体の活動を紹介いたします。ガイドブックへ掲載を希望する団体は、お気軽にお問い合わせください。





学校施設を貸し出します

市では、市内小・中学校の学校施設を地域の皆さんの使用日時、場所、用途などに応じ、教育活動の支障とならない範囲で貸し出しを行っています。詳しくは、各学校へお問い合わせください。

問／教育管理課 ☎463-0793

勤労者住宅資金貸付制度

勤労者が市内に居住するための住宅の新築・建物購入・増改築・宅地購入（100平方メートル以上の資金を、中央労働金庫を通じて融資しています）

対象者／

- ① 市内に居住している方または居住予定の方
- ② 同一事業所に2年以上引き続き勤務している方
- ③ 20歳以上55歳以下の方
- ④ 申込者名義で所有権登記ができる方

融資限度額／1000万円

（有担保）、500万円（無担保）

融資利率／1.865割（有担保・変動型金利）、2.1割（無担保・固定型金利）

※別途保証料が必要です。

返済期間／有担保資金で貸付

今年のオータムジャンボ宝くじは、1等・前後賞合わせて3億9,000万円

発売期間 9月20日（金）～10月11日（金）

※1枚 300円

1等 3億3,000万円×13本

（発売総額390億円・13ユニットの場合）

前後賞各 3,000万円×26本

（発売総額390億円・13ユニットの場合）

※この宝くじの収益金は市町村の明るいまちづくりや環境対策、高齢化対策など地域住民の福祉向上のために使われます。

埼玉県都市競艇組合からのお知らせ

競艇開催日／9月3日（火）～8日（日）

9月11日（水）～15日（日）

会場／戸田ボートレース場

※朝霞市は埼玉県都市競艇組合に加盟しており、組合からの配分金をさまざまな事業に活用しています。

問／埼玉県都市競艇組合 ☎048-823-8711

http://www.toda-kyotei.jp/

黒目川が

変わる・・・

川の国 埼玉

川のまるごと再生プロジェクト展開中！

申・問／産業振興課

☎463-1903

金額が200万円以下の場合15年以内、200万円を超え300万円以下の場合20年以内、300万円を超える場合は30年以内、無担保資金の場合は15年以内

朝霞市路上喫煙の防止に関する条例

路上等での喫煙は危険です！

駅周辺など人混みの中での歩行喫煙は、煙の害はもちろんのこと、他人にやけどを負わせる可能性があり非常に危険な行為です。また、たばこのポイ捨ても後を絶ちません。市では、平成18年10月1日から「朝霞市路上喫煙の防止に関する条例」を施行し、監視員による定期的なパトロールを実施し、喫煙者に対する指導等を行っています。

この条例では、市民の皆さんに守っていただきたいルールを定めており、悪質な違反者に対しては過料を請求することができることとなっています。

安全で快適な生活環境を確保するため、皆さんのご協力をお願いします。

問／環境保全課 ☎463-1504

路上喫煙禁止地区



朝霞市
ASAHA

このマークが禁止地区の目印です

条例の主な内容

①道路、公園、その他の公共の場所（室内を除く）で喫煙をしないよう努力義務を規定しています。

②特に人通りが多く、路上喫煙が危険と思われる場所を路上喫煙禁止地区に指定し、喫煙を禁止します。

③路上喫煙の違反者に対しては、指導、勧告および命令を行う規定を設け、これに従わない違反者に2,000円の過料を科します。

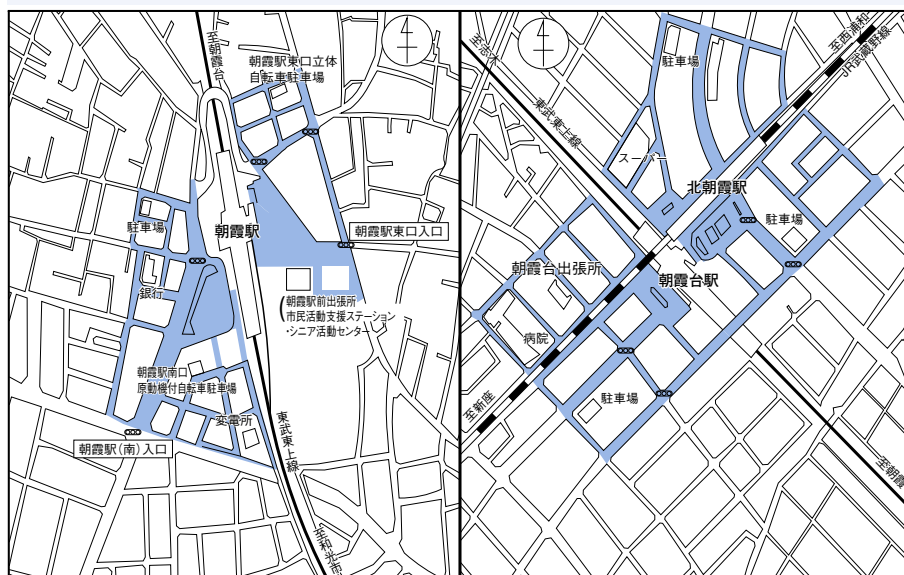
※路上喫煙とは道路、公園、その他の公共の場所（室内を除く）でたばこを吸うことおよび火のついたたばこを持つことをいいます。「座って」、「自転車に乗りながら」、「携帯灰皿を持ちながら」の喫煙も禁止となります。

路上喫煙禁止地区

●色の道路等は終日路上喫煙禁止範囲です

朝霞駅周辺地区

北朝霞・朝霞台駅周辺地区



申…申し込み 問…問い合わせ

あさか見て歩き 浜崎黒目橋

散策の場所として親しまれている黒目川には、市内だけでも10本以上の橋が架かっています。もっともユニークなのは、この浜崎黒目橋（歩行者専用）でしょう。東武東上線の車内からもよく見えるので、インターネット上でもときどき話題になっています。橋は、中空床版アーチ橋という構造で、デザインもきれいです。中央に円い蛍光灯が取り付けられて夜は、まるでUFOのように光ります。

この橋の付近は、季節を問わず家族連れや学生、子どもたちでにぎやかです。特に夏の間は、家族で水遊びを楽しむ姿が多く見られます。

提供／あさか環境市民会議



浜崎黒目橋

..... 催し・講座

費用の記載がないものは原則として無料です

朝市～第1日曜の朝は朝市へ！～

問／産業振興課 ☎463-1903

日時／10月6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。

※商品がなくなり次第終了。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

FM76.7MHz

FMラジオ周波数 FM76.7MHzでお聴きいただけます。

「あさか市民ラジオの時間」を放送中です！

すまいるエフエム（FM76.7MHz）で市内のイベントや市民の声など、いろいろな情報を発信しています。ぜひ、お聴きください。

放送時間／平日 午後4時～4時30分
土・日曜日 午前10時～10時30分
午後5時～5時30分

【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 8:00/14:00/21:00/2:00 日曜日 8:00/16:00/2:00
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。

情報BOX



ご案内

情報BOX



催し・講座

朝霞アートマルシェ2013～アートの楽しみがいっぱい～

問／朝霞市商工会 ☎470-5959

日時／10月6日(日) 午前10時～午後4時 ※雨天一部中止

会場／東武東上線朝霞駅「東口」および「南口」駅前広場

内容／アートのあるまち朝霞で、アートを作る、みる、楽しむイベントを開催！秋の一日、家族そろって“アート”を楽しみませんか？

市民の皆さんや若手アーティストによる手作り作品の展示と販売を行う「市」、プロのアーティストの指導を受けながら親子でアート作品づくり、野外コンサート、お魚スタンプラリー、子ども向けワークショップや各種催し物を行います。

同時開催／朝霞本町商店会による「子供まつり」を富士見町内会館で併せて開催！小魚のつかみ取りや黒目川の魚の展示、鮎の試食会などを行います。

※内容は都合により変更する場合があります。

【特別企画～アートウィーク開催！～】

9月上旬より、ホッと茶屋「あさか」、朝霞駅近隣の店舗、施設等を活用し、さまざまなアーティストの作品や講演会等を開催します！

※詳しくは商工会ホームページ（<http://www.asaka-sci.or.jp>）をご覧ください。

平成25年度 あさか女と男セミナー 私もイキイキ あなたもイキイキ 心にも身体にも輝きを！ ～暮らしの中から新しい自分を見つけてみませんか～

問・問／それいゆぶらざ（女性センター） ☎463-2697

日時・テーマ・講師／

回	日時	テーマ	講師
1	10月8日(火) 午前10時～正午	あなたが引き立つ色は何色ですか？ ～新たな自分への第一歩～	カラリスト&カラーセラピスト 黒坂 めぐみさん
2	10月12日(土) 午前10時～正午	『イクメン』ハッピーアドバイス ～仕事も大事。子どもも妻ももちろん大事～	イクメン官僚「経産省の山田課長補佐だいま育休中」著者 山田 正人さん
3	10月15日(火) 午前10時～正午	救うためにあなたができること ～DVの現場から～	特定非営利活動法人湘南 DV サポートセンター 瀧田 信之さん
4	10月19日(土) 午前10時～正午	食事が自分をつくる ～10年後のあなたのために～	順天堂大学大学院医学研究科博士課程在籍 (元株式会社タニタ研究員) 本田 由佳さん
5	10月22日(火) 午前10時～正午	震災が起きた時あなたは？ ～備えと個々の役割～	福島県男女共生センター事業課主査 長沢 涼子さん

会場／中央公民館・コミュニティセンター

定員／30人（2、4回目のみ70人）

対象／市民

保育／1歳以上就学前の幼児15人（要予約）

※保育利用の方は10月1日(火)までに申し込み（保育利用1回につき保険料500円：10月1日(火)までに女性センターに持参）。

申込方法／9月10日(火)午前9時から電話または直接窓口で申し込み

※お子さんを会場内にお連れしての参加可 ※手話通訳をご希望の方は、9月24日(火)までに要連絡



催し・講座

費用の記載がないものは原則として無料です

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

ファミリーサポートセンターは、子育ての援助をしてくださる方(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。

10月の入会説明会

日時/10月5日(土) 午前10時～

会場/宮戸市民センター 定員/20人(要予約)

保育/先着6人(1歳以上就学前までのお子さん)

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/9月9日(月)から電話で



里親入門講座

申・問/新座市子ども家庭応援室

☎477-1111 内1488

里親とは、さまざまな事情で親と暮らせなくなった子どもを、あたたかい家庭のぬくもりをもって養育する方のことです。里親に関心のある方、体験談を聴いてみたい方など、ぜひご参加ください。

日時/10月26日(土) 午後1時30分～4時

会場/新座市役所第二庁舎5階会議室5

内容/里親制度について、里親体験談、

里子体験談

保育/先着10人(2歳～未就学児)

※希望の方は、10月11日(金)までにお申し込みください。

定員/50人(先着順)

彩夏ちゃん健康長寿プロジェクト～ぐらんば育児支援事業～

「朝霞市ぐらんば育児支援マイスター」認定資格取得研修 平成25年度(第2期生)募集!!

～あなたの経験を、朝霞の子どもたちのために～

申・問/健康づくり課 ☎465-8611 FAX466-7522

シニア男性の皆さん!! あなたの「力」を子育て支援に生かすため、連続講座を受講し「ぐらんば育児支援マイスター」認定資格を取得しませんか。

*認定はNPO法人あい・ぽーとステーションが行います。

日程・内容・講師

日程	内 容	講 師	日程	内 容	講 師
10月3日 (木)	開講のあいさつ	・朝霞市 おおひなた まさみさん (NPO法人あい・ぽーとステーション代表理事・ 恵泉女学園大学大学院教授)	10月30日 (水)	子どもの心・身体の理解と 援助①	おがきはら よういち 榊原 洋一さん (お茶の水女子大学大学院教授)
	朝霞市の現状と課題(子育て支援の視点から①)	朝霞市職員	11月6日 (水)	実習前指導(保育園・小学校・放課後児童クラブ等)	実習機関担当職員
10月5日 (土)	「あい・ぽーと」と地域の子育て支援	おおひなた まさみさん 大日向 雅美さん (NPO法人あい・ぽーとステーション代表理事・ 恵泉女学園大学大学院教授)	11月13日 (水)	子どもの心・身体の理解と 援助②	しおみ としゆき 汐見 稔幸さん (白梅学園大学学長)
	子育て支援施策の経緯と最新動向			子どもと遊ぶ～地域活動～	あつみ なおき 渥美 由喜さん (株式会社東レ経営研究所研究部長)
	子どもの発達(乳幼児～思春期まで)		11月16日 (土)	朝霞市の現状と課題(シニア男性の生きがい活動から、子育てしやすいまち朝霞へ②)	市民活動団体
10月9日 (水)	朝霞市の現状と課題(子育て支援の視点から②)	朝霞市職員	*11月中旬～下旬の3日間予定	保育園・小学校・放課後児童クラブ等での実習	実習機関担当職員
10月19日 (土)	保育の理解と援助(絵本を通して)	なかむら まさこ 中村 亜子さん (元・青山学院女子短期大学非常勤講師)	11月30日 (土)	実習後指導	実習機関担当職員
	リスクマネジメント	えのもと みちお 榎本 三千雄さん (株式会社イー・ケア・サポート)	12月4日 (水)	現代の子育て支援・子育て事情	しおみ としゆき 汐見 稔幸さん (白梅学園大学学長)
10月23日 (水)	朝霞市の現状と課題(シニア男性の生きがい活動から、子育てしやすいまち朝霞へ①)	朝霞市職員	平成26年1月予定	「朝霞市ぐらんば育児支援マイスター」認定式	・朝霞市 ・NPO法人あい・ぽーとステーション講師

時間/平日 午後7時～8時30分 土曜日 午前9時30分～午後5時20分

会場/保健センターほか 対象/55～70歳の男性 申込方法/9月4日(水)から電話で

*平成24年度生(第1期認定者)小学校サマースクールや放課後児童クラブで活躍中!!

こんな声が・・・「街で、子どもたちから声をかけられたよ!」

「朝霞で男同士の仲間もできたし、楽しいね。忙しくなったよ。元気じゃないとね。」



リサイクルプラザ企画運営協議会講座

会場・田・園／エコネットあさか（リサイクルプラザ）
☎486-0222

対象／市内在住の18歳以上の方

申込方法／9月10日(火)午前9時から電話または直接エコネットあさかへ（先着順）

固形石けん作り

日時／9月25日(水) 午前10時～正午 定員／10人
内容／廃食油で手作り石けんを作ります。
持ち物等／開かず洗い乾かした500ml牛乳パック、マスク、エプロン、ゴム手袋（軍手でも可）

布ぞうり作り

日時／9月30日(月) 午前10時～午後3時 定員／8人
内容／残り布を使って足にやさしい布ぞうりを作ります。
持ち物等／裂いた布30～40本（1本の目安：幅6～8cm×長さ1～1.5mくらい）、鼻緒用布4本（幅6cm×長さ120cmと70cmを各2本）、昼食の用意（お弁当）

布のリフォーム

日時／10月13日(日) 午前10時～午後3時 定員／10人
内容／変身させよう、古い衣類は大切な資源
持ち物等／裁縫道具、タンスに眠っている衣類（作りたい作品に合う生地と和服・帯・洋服。必要に応じ裏地・接着芯など）、昼食の用意（お弁当）

☆スタッフ募集☆ リサイクルプラザ企画運営協議会です。ごみ削減についての啓発事業をすすめています。入会ご希望の方は、お申し出ください（事務局：リサイクルプラザ事務局）。

おかげさまで10周年、親子をつなぐ地域をつなぐはじめての歩は「げんきっこ」

田／きたはら子育て支援センター ☎476-8686

日時／10月1日(火) 午前11時～正午

会場／きたはら子育て支援センター（きたはら児童館内）

内容／きたはら子育て支援センターは今年、10周年を迎え、記念行事や展示を行います。

園庭開放（いっしょにあそぼう保育園で）

田／子育て支援課 ☎463-2837

日時／9月18日(水)・24日(火)、10月2日(水)
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いません。

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）。

※9月18日(水)、10月2日(水)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
※東朝霞・北朝霞保育園では、9月18日(水)に、本町・さくら保育園では、10月2日(水)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

認知症サポーター養成講座

認知症に関する正しい知識と理解のために認知症のサポーターを養成する講座です。

日 時	9月20日(金) 午後1時30分～3時30分	9月30日(月) 午後2時～4時
会 場	井財市民センター	ゆめばれす（市民会館）
定 員	30人（申込多数の場合は抽選）	35人（先着順）
講 師	地域包括支援センターつつじの郷職員	在宅療養支援診療所朝霞中央クリニック院長 米田 武史さん 地域包括支援センターモーニングパーク職員
申込方法	9月13日(金) 午後5時までに電話で	9月2日(月)から電話またはFAXで
田・園	地域包括支援センターつつじの郷 ☎472-1574	地域包括支援センターモーニングパーク ☎0120-24-7355 FAX465-5845

対象／市民 ※受講者には認知症のオレンジリングを配布します。

朝霞市地域保健福祉活動補助事業

障害のある子ども、ない子ども、一緒に作る料理教室

田・園／田中 ☎090-9365-2503 FAX466-7471
☎ccz 60240@hkg.odn.ne.jp

障害の有無にかかわらず、一緒に作業をすることによって相互に理解を広め、障害のある人も自立することを目指します。

日時／10月6日(日) 午前11時～午後3時

会場／内間木公民館

対象／小・中学校の児童生徒、障害児、発達障害児、大人の障害者

持ち物／エプロン、三角巾、ふきん

定員／15人 費用／1,000円（材料代等）

申込方法／9月10日(火)から、FAX またはメールで参加者の氏名、年齢、連絡先、配慮事項を明記のうえ、お申し込みください（定員になり次第締め切り）。申込後、返信をもって受付完了となります。※ボランティアも募集しています。

地域支えあいネット講座体操サポーター養成講座

田・園／地域包括支援センター朝光苑 ☎450-0855

日時／9月24日(火)・27日(金)、10月1日(火)・2日(水)
午後1時30分～3時30分

10月4日(金) 午前9時30分～11時30分【全5回】

会場／中央公民館・コミュニティセンター

対象／全日程参加でき、ボランティアとして市内の高齢者等に体操を普及していただける方

※医師に運動を禁止されていない方

内容／高齢者向けの安全な体操を体験する講座（資格等を保障するものではありません）。修了後、体操教室等のお手伝いをお願いする場合があります。

定員／20人（定員を超えた場合は抽選）

講師／理学療法士 道野 真己さん

費用／140円（保険料） 持ち物／飲み物・タオル

その他／動きやすい服装と靴でご参加ください。



催し・講座

費用の記載がないものは原則として無料です

敬老会

問/長寿はつらつ課 ☎463-1921

日程/9月16日(月・祝)(敬老の日)

会場/ゆめばれす(市民会館)

対象/70歳以上の方(昭和19年3月31日以前生まれの方)

開場時間(開演時間)/

第1部 午前9時(9時30分)

第2部 午前10時55分(11時25分)

第3部 午後1時(1時30分)

第4部 午後2時55分(3時25分)

第5部 午後4時45分(5時15分)

※開場・開演時間は、お住まいの地域によって異なります。対象の方には9月上旬に案内状を送付しますのでご確認ください。

その他/案内状を当日ご持参ください。



朝霞市農業体験事業 さつまいもほり体験

問/産業振興課 ☎463-1904

日時/10月12日(土)2部制 ※雨天の場合は19日(土)

①午前9時30分 ②午前10時30分

会場/小寺農園(浜崎地内)

対象/市内在住で、徒歩、自転車またはバス等で参加できる方

定員/各部50家族【応募多数の場合抽選】

費用/1口 500円(3株) ※1家族3口まで

申込方法/はがき(1家族1枚)で参加者全員の氏名および年齢、代表者の住所および電話番号、第1希望および第2希望の時間、申込口数を9月20日(金)【必着】までに〒351-8501 朝霞市本町1-1-1 朝霞市役所産業振興課「さつまいもほり体験」係へ

※申込後の変更はできませんのでご注意ください。

主催/朝霞市都市農業推進協議会・朝霞市



第18回あさか寄席 特選! よったり競演会

問/ゆめばれす(市民会館) ☎466-2525

日時/12月8日(日) 午後2時開演(午後1時30分開場)

会場/ゆめばれす(市民会館)

内容/今年もやってまいりました毎年恒例「あさか寄席」。

今回は笑点でおなじみの春風亭昇太を始め、桂雀々、立川志らく、桃月庵白酒と、選りすぐりの豪華メンバーによる四看板の競演です。

入場料/3,000円(全席指定) ※未就学児は入場不可

チケット発売日/9月7日(土) 午前10時～

電話予約受付(チケットぴあ)同日午前10時～、(ゆめばれす)同日午後1時30分～

チケット取扱所/ゆめばれす・産業文化センター・志木ふれあいプラザ(マルイファミリー志木8階)、チケットぴあ(☎0570-02-9999、Pコード:429-987)

主催/(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社

看護公開講座

転倒予防のための知識と運動を身につけよう!

会場・問/国立病院機構埼玉病院 ☎462-1101

日時/9月12日(木) 午後2時～3時

内容/皆さんと一緒に体操します。動きやすい服装でお願いします。

対象/どなたでも

申込方法/当日直接会場へ

手話講習会(基礎)

問/朝霞市社会福祉協議会手話通訳者等派遣事務所

☎486-2485 0486-2473

日時/10月16日～平成26年3月12日(期間内の水曜日)

午前10時～正午 ※全20回(特別講演含む)

会場/はあとびあ(総合福祉センター)

対象/市内在住または在勤で、入門修了もしくは同程度の技術を有する方(全日程参加可能な方)

定員/25人(申込多数の場合は抽選)

費用/1,470円(テキスト代)

申込方法/電話、FAX、窓口で氏名(フリガナ)、年齢、郵便番号、住所、電話番号、手話経験を記入のうえ、9月2日(月)～20日(金)までにお申し込みください。

※詳細は、朝霞市社会福祉協議会ホームページ(<http://www.asaka-shakyo.or.jp/>)をご覧ください。

シニア世代地域デビュー支援セミナー【共感編】 楽しく元気に生き活きとした「シニア世代」を目指して ～共に語り、喜び、共感しながら仲間づくり～

問/市民活動支援ステーション・シニア活動センター

☎463-1417

地域デビューに向け、仲間と出会うきっかけとなるセミナーを開催。シニア世代の仲間同士が「地域デビューへの将来像」や、「楽しく、和やかに気持ちよく日々を過ごすためには何が必要か?」など、楽しく自由に語り合える内容となっています。

日時・内容・講師/

回	日時	内容	講師
1	10月13日(日) 午前10時～正午	「笑いヨガといきいき健康体操」～心と体をストレスから解放しよう～	笑い学会会員 もりた 益行さん 森田 益行さん
2	10月20日(日) 午前10時～正午	シニア講師デビュー(川柳・マジック)で介護予防～団塊の世代から地域社会のメッセージ～	マジック研究家 しまざき せいり 島崎 穂花さん
3	10月27日(日) 午前10時～正午	「元気だぜ!ほめ言葉だぜ!シニアは笑顔」～日々好日のほめ言葉五十音～	健康管理士 みやした かずひろ 宮下 計宏さん

会場/産業文化センター

対象/市内在住のおおむね50歳以上の方

定員/30人(先着順) 持ち物/筆記用具

申込方法/10月12日(土)午後6時までに、電話または直接市民活動支援ステーション・シニア活動センター窓口へ

フルートとヴィオラとハープによる饗演

問/産業文化センター ☎487-6222

日時/11月6日(水) 午後7時開演(午後6時30分開場)

会場/産業文化センター

内容/村上 成美さん(フルート)・大野 かおるさん(ヴィオラ)・東海林 悦子さん(ハープ)によるコンサート

チケット/2,000円(9月7日(土)から産業文化センターで販売)



就職支援セミナー

～一人ひとりの個性にあった仕事選びとは？～

問／産業振興課 ☎463-1903

日時／10月16日(水) 午後1時30分～4時30分

会場／産業文化センター 定員／20人(申込順)

内容／仕事への向き合い方(キャリアアンカー)が職業選択を決定づけるといわれます。キャリアアンカーをいかして秋の転職市場に臨みましょう。

講師／横田 倍美さん(キャリアコンサルタント)

申込方法／10月15日(火)までに電話で産業振興課までお申し込みください。

※定員になり次第締め切り

※参加者に「応募書類の作成方法&事例集」を配布

第37回朝霞市商工会主催 朝霞市民チャリティーゴルフ大会

申・問／朝霞市商工会 ☎470-5959

日程／10月22日(火) 会場／朝霞パブリックゴルフ場

内容／ゴルフ競技を通して市民の皆さん相互の理解・親睦を深めると共に、収益の一部を社会福祉の向上に役立てるために社会福祉協議会に寄付をします。

対象／市内在住または在勤の方

プレー費／7,000円(プレー代・キャディー費、昼食代含む) チャリティー募金／1,000円

参加費／5,000円(賞品およびパーティー費)

パーティー会場／ゆめばれす(市民会館)

募集人数／120人(先着順) 申込締切／10月4日(金)

上級救命講習 問／埼玉県南西部消防本部救急課 ☎478-0899

日時／9月28日(土) 午前9時～午後5時

会場／和光消防署

内容／乳児から成人に必要な救命手当とその他の応急手当

※AED(自動体外式除細動器)講習を含みます。

定員／40人(先着順・定員になりしだい受付終了)

※再講習の方の受講も可能です

受講資格／市内に在住・在勤・在学(中学生以上)の方

申込方法／9月17日(火)～20日(金) 午前8時30分～午後5時15分に朝霞消防署または浜崎分署へ直接お申し込みください(電話受付不可)。

第14回屋内消火栓操法技術大会

問／埼玉県南西部消防本部予防課 ☎460-0121

日時／10月31日(木) 午前9時～(小雨決行)

※予備日 11月5日(火)

会場／埼玉県新座防災基地(新座市新塚5077-5)

内容／事業所で火災が発生したときに、屋内消火栓設備を活用して火災から尊い人命と貴重な財産を守り、被害を最小限にとどめることを目的として、朝霞・志木・和光・新座市内の事業所47チームの自衛消防隊が日ごろの訓練成果を発表する大会です。



昨年の様子

葬儀個別基本相談

会場・問／斎場

☎460-0055

日時／9月29日(日) 午前9時～11時

【1人30分まで、先着順】

内容／もしもの時に備えて、基本的な葬儀の流れを個別で説明します。当日は式場の見学もできます。

対象／市内在住の方 申込方法／当日直接会場へ

第7回基地跡地の歴史勉強会

問／都市計画課 ☎463-0374

日時／9月28日(土) 午前10時～正午

会場／市役所別館5階大会議室

内容／思い出の語り合い、聞き取り、基地と暮らしの再現の3つのプロジェクトの進め方について検討します。詳しくは市ホームページをご覧ください。

対象／どなたでも

申込方法／事前予約不要。当日直接会場へ

朝霞の森でやってみたいこと、いっしょに実現しませんか？

～第8回基地跡地 暫定利用広場管理運営準備会議～

問／都市計画課 ☎463-0374

朝霞の森では、市民と行政で広場の利用ルールを考え、市民の皆さんが中心となって、プレーパークやベンチづくりなどさまざまな活動が行われています。あなたも「朝霞の森でやってみたいこと」を一緒に実現しませんか？



ベンチ作り

初めての方も大歓迎です。ぜひご参加ください。

日時／9月22日(日) 午後1時30分～

会場／市役所別館5階大会議室

対象／どなたでも

内容／①朝霞の森で「やってみたいこと」の提案
②実現に向けた計画づくりの進め方の検討
③市民と行政の調整役(仮称「運営委員」)の募集方法の検討

「朝霞の森で何やりたい？」－ご意見の例－
バーベキュー、虫とり、木のぼり、キャンプ、コンサート、盆踊り など(6月1日実施アンケートより)

「朝霞の環境マップ」作成の説明会 &話し合い ～一緒につくりませんか～

問／環境保全課 ☎463-1504

日時／9月21日(土) 午後2時～

会場／エコネットあさか(リサイクルプラザ)

内容／今の朝霞の環境を、歩いて見てマップにします。作成方法等の具体的な内容を、話し合いながら決めていきます。

対象／どなたでも 主催／あさか環境市民会議

申込方法／事前申込不要。当日直接会場へ

あさか環境街歩き

問／望月

☎090-1427-9075

日時／9月29日(日) 午前10時～午後1時

内容／田島・内間木地区の公園や施設を見て歩き、景観観察などを行います。

コース／内間木公民館＝わくわく田島緑地＝内間木橋＝朝霞調節池＝朝霞水門＝内間木公園＝254バイパス建設地など

所要時間／約2時間半(ゆっくり歩きます)

費用／100円(保険料)

集合／①北朝霞駅前に午前9時(9:15発のバスに乗車)

②内間木公民館に午前9時30分

解散／内間木公園 主催／あさか環境市民会議

申込方法／事前申込不要。当日直接集合場所へ



催し・講座

費用の記載がないものは原則として無料です

ひとりで悩まないで！
子どもの人権110番

問/さいたま地方務局人権擁護課 ☎048-859-3507

相談日時/9月30日(月)～10月4日(金)

午前8時30分～午後7時

電話番号/0120-007-110(IP 電話…048-859-3515)

パソコンからの相談/http://www.moj.go.jp/JINKEN/jinken113.html

携帯電話からの相談/http://www.jinken.go.jp/soudan/mobile/001.html

相談担当者/法務局職員、埼玉県人権擁護委員
連合会子ども人権委員会委員 ※秘密厳守全国一斉「高齢者・障害者の人権あんしん
相談」強化週間

問/さいたま地方務局人権擁護課 ☎048-859-3507

相談日時/9月9日(月)～13日(金) 午前8時30分～午後7時、

9月14日(土)・15日(日) 午前10時～午後5時

電話番号/0570-003-110

内容/高齢者や障害者をめぐるさまざまな人権問題の解決を図るための取り組みとして、「高齢者・障害者の人権あんしん相談」強化週間を設定し、通常の受付時間を延長して相談を受け付けます。

相談担当者/法務局職員、人権擁護委員 ※秘密厳守

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

《スポーツ教室 第Ⅳ期(10～11月)開講のご案内》

※次回第Ⅴ期の募集については第Ⅳ期からの継続受講者が優先となります(お子さんが対象の教室を除く)。

対象/市内に在住、在勤または在学の方(医師から運動を禁止されている方は申し込みできません)。

【ご案内】参加者全員にスポーツ傷害保険に加入していただきます(保険料は下記の受講料金内に含まれています)。

～往復はがき応募受付クラス～ お子さん対象							～館内受付クラス～ 18歳以上の方対象								
No	教室名	日 程		回数	人数	料金	No	教室名	日 程		回数	人数	料金		
1	キッズ バレエ (年長～小学3年)	16:30～17:30	10/1～11/26 ※11/5は除く	火曜日	8	15	6,200円	14	ズンバ	10:00～11:00	10/1～11/26 ※11/5は除く	火曜日	8	35	5,200円
2	キッズダンス基礎クラス (4～6歳の未就学児)	15:15～16:15	10/2～11/27 ※10/30を除く	水曜日	8	20	6,200円	15	簡単パワーヨガ	11:15～12:15					
3	キッズチアダンス (小学1～6年生)	16:30～17:30						16	フィットネスタイ チー	19:10～20:10					
4	キッズHip Hop リトルクラス (小学1～2年生)	17:45～18:45						17	リーボック マーシャルアーツ	20:20～21:20					
5	キッズHip Hop ミドルクラス (小学3～4年生)	17:30～18:30	10/3～11/28 ※10/31は除く	木曜日	8	20	6,200円	18	朝のハタヨガ	10:00～11:00	10/2～11/27 ※10/30は除く	水曜日	8	35	5,200円
6	キッズターマパークダンスB (小学1～6年生)新規レッスン	17:45～18:45						19	ソフトピラティス	12:20～13:20					
7	キッズターマパークダンスA (小学1～6年生)	16:15～17:15						20	アクティブ ピラティス	20:00～21:00					
8	ジュニア Hip Hop (小学4～中学生)	18:45～19:45	10/4～11/22	金曜日	8	15	7,200円	21	楊名時 太極拳	11:00～12:30	10/3～11/28 ※10/31は除く	木曜日	8	30	6,200円
9	キンダースポーツクラブ ジュニア(3～4歳のお子さん)	15:15～16:15						22	ゆがみ解消！ 骨盤リセット	20:00～21:00				※10/17は除く	40
10	キンダースポーツクラブ (4～6歳の未就学児)	16:30～17:30						23	24式太極拳	10:00～11:00			10/4～11/22	金曜日	8
11	キッズ 空手 (小学1～6年生)	15:30～16:30	10/5～11/30 ※11/23は除く	土曜日	8	20	6,200円	24	ハツラツ！ 骨盤リフレッシュ	11:15～12:15	10/4～11/29 ※10/25は除く	8			
12	少年空手 中級 (小学生～高校生)	16:40～17:40						25	ダンス エクササイズ	19:00～20:00					
13	少年空手 上級 (小学生～高校生)	17:50～18:50						26	キック ボクササイズ	20:10～21:00			27	ルーシーダットン	10:00～11:00
※新規レッスンのキッズターマパークダンスBは、第2スタジオで行います。 ※10月～キッズHIPHOPは、小学1～2年生と小学3～4年生のクラスに分かれます。 ※ジュニアHipHopの4年生はダンス暦1年以上のお子さん ※お子さん対象のスポーツ教室は保護者の方の見学・付き添いはできません。 ※ウェーブストレッチは第2スタジオで行います。							28	姿勢改善 ピラティス	12:30～13:30	10/6～11/24	日曜日	8	25	5,200円	
							29	キックボクシング 教室	13:30～14:30						10/5～11/30 ※11/23は除く
							【往復はがき受付クラス No. 1～13～応募方法～】 往復はがきに、希望する教室名・住所・氏名(ふりがな)・年齢・学年・電話番号・在学の方は学校名を記入のうえ、〒351-0033 朝霞市大字浜崎27番地「わくわくどーむスポーツ教室」係へ。『9月14日(土)【必着】』 ※申込多数の場合は抽選。複数教室への申し込みも可能ですが、はがき1枚につき1人1教室まで。 結果／9月20日(金)までに返信はがきでお知らせします。 ※申込手続きは教室を受講する本人の保護者が行ってください。なお、空きのある教室は9月16日(月・祝)から館内で2次募集を行います。							30	ウェーブストレッチ (新規レッスン)
※募集概要はホームページにも掲載しています！ http://www.wakuwakudome.jp															

ようこそ！あさかの生涯学習へ

学校開放講座

参加者募集

第3弾!!

市内の小・中学校で、市民の方が楽しく学べる講座です。指導するのは、各学校の現役の先生などです。あなたも参加してみませんか？



二小 初級パソコン講座

ワードを使って、自分だけの年賀状を作ってみよう！（使用するOSはXPです）

回	日程	内容
1	10月1日(火)	開校式 文字を打ってみよう 絵や写真を貼ってみよう
2	10月8日(火)	年賀状を作ってみよう（基礎）
3	10月15日(火)	年賀状を作ってみよう（応用） 閉校式

時間／各回とも午後6時～8時

会場／朝霞第二小学校

対象／初心者・初級者

定員／20人

費用／無料



五小 あなたにも迫れるプロの味料理講座

食べなれた料理もちょっとした工夫でプロの味に！あなたも挑戦してみませんか？

回	日程	内容
1	10月1日(火)	ムニエルとピソソワーズソース
2	10月15日(火)	赤飯・茶碗蒸しと煮物
3	10月22日(火)	ハンバーグステーキとサラダ・スープ
4	10月29日(火)	飾り寿司とお吸い物

時間／各回とも午後5時30分～7時30分

会場／朝霞第五小学校

対象／18歳以上

定員／20人

費用／800円（材料費）



六小 ハンドボール講座

ハンドボールの簡単なボール操作とミニゲームをします。

回	日程	内容
1	10月15日(火)	基本練習・ミニゲーム
2	10月22日(火)	基本練習・ミニゲーム
3	10月29日(火)	基本練習・ミニゲーム

時間／各回とも午後5時～7時

会場／朝霞第六小学校

対象／小学生以上

定員／16人

費用／無料



五小 初歩の茶道講座

茶道というと、作法やら何やら面倒なイメージが…。もっと気軽に茶道を楽しんでみませんか？

回	日程	内容
1	10月10日(木)	茶道の基本について
2	10月17日(木)	挨拶・いただき方・お礼の仕方など
3	10月24日(木)	挨拶・いただき方・お礼の仕方など

時間／各回とも午後5時30分～7時30分

会場／朝霞第五小学校

対象／18歳以上

定員／15人

費用／500円（お茶・お菓子代）



七小 大人の科学講座

こんなに身近にあるのに、見たことありましたか？知ってましたか？

回	日程	内容
1	10月1日(火)	関東ローマ層や各地の火山灰等から鉱物を洗い出し、観察しよう
2	10月8日(火)	放射線について理解を深める
3	10月15日(火)	放射線を見るための霧箱を作ろう

時間／各回とも午後6時～8時30分

会場／朝霞第七小学校

対象／高校生以上

定員／30人

費用／無料



十小 和太鼓初級講座

初めてのあなたも和太鼓をたたいてみませんか？心も体も楽しくリラックスします。

回	日程	内容
1	10月23日(水)	和太鼓のたたき方を覚えよう
2	10月30日(水)	簡単な曲を練習しよう
3	11月6日(水)	“はっぴ”を着て発表会

時間／各回とも午後6時～8時

会場／朝霞第十小学校

対象／成人

定員／20人

費用／無料



申込方法

電話、FAX、メールのいずれか。電話以外の場合、タイトルに「学校開放講座参加希望」と明記し、①会場学校名・希望講座名 ②郵便番号・住所（在勤・在学の方は勤務地・学校名も） ③氏名（ふりがな） ④年齢 ⑤日中連絡のとれる電話番号をご記入ください。

※同一種類講座1人1講座まで（各学校の開催予定は、広報あさか6月号30ページをご覧ください）

申込期間／9月24日(火)【必着】 ※各講座・教室とも申込多数の場合は抽選

生涯学習体験教室参加者募集 第3弾!!

教室名・内容・講師	教室番号	日 時	会場	費用	定員
アートクレイで手作り純銀のアクセサリ 粘土細工の感覚で自由に形を作ることができるアートクレイシルバード、世界で1つのシルバーアクセサリを作ってみましょう。 講師／小寺 恵さん 保育／1歳以上の未就学児（定員9人）	21	10月4日(金) 午前10時～ 午後0時30分	溝沼 市民センター	1,650円 (材料費)	18人
太極気功（18式）の実技指導 2回連続講座 大きくゆったり息を吸うことで全身の細胞に酸素を十分に送り込み、健康を増進させます。併せて、最新の筋トレ体操も行います。 講師／恩田 邦彦さん	22	①10月4日(金) 午後2時～3時 ②10月11日(金) 午後2時～3時	中央公民館・ コミュニティ センター	無料	40人
ファミリーベビーマッサージ 家族みんなで赤ちゃんに触れ合う時間を楽しく過ごしませんか？ 対象／生後3か月～歩き始める前のお子さんとその保護者（1家族3人まで） 講師／小澤 美智子さん	23	10月5日(土) 午前10時～正午	仲町 市民センター	1人につき 100円 (教材費)	10組
古流いけばな教室 2回連続講座 身近にある素材で四季を感じ、表現してみましょう。伝統文化だからと肩ひり張らずに楽しく生けることが目的です。 対象／5歳以上(小学生までのおひなさんは保護者が付き添ってください) 講師／岩脇 理生さん	24	①10月5日(土) 午後1時～3時 ②10月12日(土) 午後1時～3時	中央公民館・ コミュニティ センター	1人 1,300円 (花材代)	10人
3Bすこやか体操 3B体操は、いろいろな音楽に合わせて行う体操です。幅広い年齢層の方に楽しく参加していただけます。 講師／大和田 恵美さん 持ち物／ストレッチ用マットもしくはバスタオル	25	10月8日(火) 午後1時～ 2時30分	栄町 市民センター	50円 (教材費・ 保険料)	各回 15人
	26	10月31日(木) 午後1時～ 2時30分	内間木公民館		
OMOTENASHI 裏千家茶道 「おもてなし」は、日本の心。親子で略式点前を通じて、おもてなしの心を体験してみませんか？ 対象／小学生とその保護者 講師／中田 比呂子さん	27	10月12日(土) 午前10時～正午	北朝霞公民館	1組 600円 (お菓子代)	5組 10人
エレガントレッスン 着付け教室 2回連続講座 伝統文化の着物の良さを、子どもから大人まで知っていただけます。着物を着る楽しさが体験できます（初級から中級）。 対象／女性（小学校高学年～成人） 講師／藤田 良子さん 持ち物／着付け用具一式	28	①10月19日(土) 午前10時～正午 ②10月26日(土) 午前10時～正午	東朝霞公民館	無料	10人
マジックの実演指導 身近にある小物を使って、いつでもどこでもできるマジックを実演・指導します。（平成24年度と同じ講座内容） 講師／恩田 邦彦さん	29	10月19日(土) 午後2時～3時	仲町 市民センター	無料	20人
貴方のための開運教室 2回連続講座 恋愛・結婚運、金運、仕事運を向上させ、ハッピーな毎日過ごすための開運法の基本をこっそりあなただけに伝授します。 講師／三橋 政起さん	30	①10月20日(日) 午前10時～11時30分 ②10月27日(日) 午前10時～11時30分	仲町 市民センター	無料	20人
山野草と苔玉作り教室 山野草の鉢植えや苔玉作りをきっかけに、日々の心を和ませる花や植木を育ててみましょう。 講師／増田 蒼さん 保育／1歳以上の未就学児（定員6人） 持ち物／園芸用ハサミ・ビニール手袋・エプロン	31	10月23日(水) 午前10時～正午	膝折 市民センター	500円 (材料費)	15人

対象／市内在住・在勤・在学の方 ※申込多数の場合は抽選 ※申込期間終了後、受講に関する通知を郵送します。

申込方法／電話・FAX・メールのいずれか。電話以外の場合、タイトルに「体験教室参加希望」と明記のうえ、①住所 ②氏名（ふりがな）③日中連絡のとれる電話番号 ④教室番号 ⑤教室名を記入し、**9月20日(金)【必着】**までにお申し込みください。
※教室番号21・31に保育付きでの参加を希望される方は、必ず「保育希望」と記入し、保育するお子さんの⑥氏名（ふりがな）⑦性別 ⑧年齢をご記入ください。 ※FAX 番号・メールアドレスの間違いには十分ご注意ください。

申・問／生涯学習課 ☎463-2920 FAX467-4716 ✉syogaku@city.asaka.saitama.jp

子ども大学あさか学園祭



子どもがつくるまち「ミニあさか」市民募集!!

日時／10月27日(日) 午前10時～午後3時

※市民登録受付は午前9時30分～11時

会場／東洋大学朝霞キャンパス 総合体育館脇の広場
(雨天時：東洋大学朝霞キャンパス 総合体育館内)

対象／小学1～6年生

※入場できるのは小学生のみです。

定員／800人(予定) ※定員を超えた場合は抽選

参加費／500円(市民登録料) 当日集金

その他／当日参加はできません。また、駐車場はありませんので、ご来場の際は徒歩や自転車、公共交通機関をご利用ください。

申込期間／9月20日(金)午後5時まで

申込方法／①「子ども大学あさか学園祭参加希望」②学校名・学年 ③氏名(ふりがな) ④郵便番号・住所 ⑤電話番号を記入のうえ、**メール、FAX または郵送**でお申し込みください。

遊びかた

- ①参加証と引き換えに“市民登録”をします(登録料：500円)。
 - ②「ミニあさか」の専用通貨「600サイカ」(サイカ＝単位)と市民カードを受け取って入場します。
 - ③ハローワークで仕事を見つけて、働いてお給料をもらいます。
 - ④お給料としてもらったサイカを使って、「ミニあさか」のお店で買い物などをして遊びます。
- ※市民登録後の出入りは自由です。

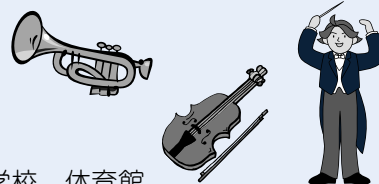
主催／子ども大学あさか実行委員会

(東洋大学・社団法人朝霞青年会議所・埼玉県教育局・朝霞市教育委員会)

◎子ども大学とは、地域の大学や市町村、企業・NPO、県が連携して、子ども(小学4～6年生)の知的好奇心を満足させる学びの機会を提供するものです。

東洋大学管弦楽団 第19回朝霞ファミリーコンサート

クラシック音楽だけではなく、どこかで聴いたあの名曲もお届けします。
「指揮者体験コーナー」や「楽器体験コーナー」も通じて、私たち「芸術の秋」に音楽を“体験”してみませんか？ 親子でお楽しみいただけるオーケストラのミニコンサート、ぜひお越しください♪



日時／10月5日(土) 午後1時30分開場、午後2時開演 会場／朝霞第十小学校 体育館
費用／無料 持ち物／スリッパ 申込方法／当日直接会場へ 共催／朝霞市教育委員会

平成25年度 放課後子ども教室 サポーター募集

放課後子ども教室は、市内小学校の特別教室等を活用して、子どもたちとともに文化活動、地域住民との交流活動等を行う教室です。この教室に参加する子どものサポーター(見守り・お手伝い等)を募集します。

日時／9月～平成26年3月の土曜日 午前中 計12回

※詳細は、市ホームページまたは応募用紙を参照

会場／①朝霞第五小学校 ②朝霞第七小学校

内容／①レクリエーション吹き矢・手品(各6回実施)

②科学あそび大好き！

募集人数／①②ともに若干名

資格／18歳以上で実施期間を通じて参加できる方

謝金／およそ3時間で2,694円 ※税引き後・交通費込み

締切／9月13日(金)

応募方法／専用紙で直接窓口(市役所4階41番窓口)へ持参していただくか、郵送またはFAXでお申し込みください。用紙は、生涯学習課に置くほか、市ホームページにも掲載しています。

皆さんの学びをバックアップします!! 「市民企画講座事業補助金」をご利用ください。

市では、市民の創意による、地域の実情に即した学習機会の形成を支援し、市と市民の協働による生涯学習活動を推進することを目的として市民学習団体が自ら企画・実施する学習講座に対して、補助金を交付しています。

補助対象／市民が共有し、ともに学習する必要がある課題を学ぶ市内の団体・グループで、学習会を平成26年2月末までに3回以上開催できる団体

※学習内容が補助の対象になるかどうか等、詳細は生涯学習課までご相談ください。

補助金額／上限3万円

補助団体数／5団体(先着順)

申・問／生涯学習課 ☎463-2920・2930 FAX467-4716 ✉syogaku@city.asaka.saitama.jp

〒351-8501 朝霞市本町1-1-1

平成25年度 家庭教育学級合同講演会

入場無料

子どもの幸せのために親ができること!!

～やる気が伸びる7つの習慣～

申込不要

日時／10月17日(木) 午前10時～正午
(午前9時30分開場)

講師／^{かげやま ひでお}陰山 英男さん
(立命館大学教育
開発推進機構教授)



会場／ゆめぱれす(市民会館)大ホール

※百ます計算の体験をしていただきますので、筆記用具と下敷きをお持ちください。
※車での来場はご遠慮ください。

主催／朝霞市教育委員会

【プロフィール】

1958年兵庫県生まれ。反復練習で基礎学力の向上を目指す「陰山メソッド」を確立し、脚光を浴びる。

百ます計算や漢字練習の反復学習を続け基礎学力の向上に取り組む一方、そろばん指導やコンピューターの活用など、新旧問わず積極的に導入する教育法によって子どもたちの学力向上を実現している。

手話通訳・要約筆記・保育(事前申込)あります

保育申込／9月17日(火)～10月4日(金)(土・日曜日、祝日を除く) 午前9時～午後5時に生涯学習課へご連絡ください。

定員／先着40人 ※定員になり次第終了 対象／1歳～未就学の幼児

～新成人のコメント募集～

成人式記念誌編集委員では、平成26年成人式に向けて、記念誌の作成に取り組んでいます。皆さんが楽しめる誌面にしようと、新成人になる(平成5年4月2日～平成6年4月1日生まれ)皆さんのコメントを募集しています。コメントは、フェイスブックまたはツイッターにアクセスのうえ、どしどし書き込みをお願いします！

市内在住の皆さんには、10月下旬送付の成人式案内状にもコメント募集のご案内と返信ハガキを同封します。インターネット、返信ハガキのどちらからの回答でもOKです。ご協力をお願いします。

◆フェイスブック(平成26年朝霞市成人式)

<https://www.facebook.com/asakaseijin2014>

◆ツイッター(@asakaseijin)

<https://twitter.com/asakaseijin>



AIS(朝霞地区インターナショナルソサエティ)主催事業

他国の家庭料理を学ぶ(中華)

日時／9月20日(金) 午前10時～午後1時

会場／中央公民館・コミュニティセンター

講師／^{ついでいん}崔 妍さん

定員／若干名(先着順) 費用／300円(材料費)

持ち物／エプロン・三角巾・ふきん

申込方法／9月1日(日)～12日(木)に電話で

問・問／^{もりた}森田 ☎090-6864-4238

朝霞基地跡地の自然を守る会主催事業

遊び体験が人生を変える！

～朝霞のまちの遊び場づくりの実践「プレーパーク」に学ぶ～

日時／10月6日(日) 午後1時30分～4時(予定)

会場／中央公民館・コミュニティセンター

講師／^{せきど ひろき}関戸 博樹さん(NPO 法人 日本冒険遊び場づくり協会)

定員／60人(先着順) 費用／無料

申込方法／事前申込不要。当日直接会場へ

問／^{おの}大野 ☎090-5209-9467

✉asaka_kichimondai@yahoo.co.jp

朝霞ぐらんの会主催事業「若返れ!!体内年齢!!」

～子育て支援のための体力づくり～

日時／10月8日(火) 午前10時～正午

会場／中央公民館・コミュニティセンター

講師／鍼灸師・健康運動指導士 ^{うたがわ ちえ}宇田川 千恵さん

定員／40人(先着順) 費用／無料

持ち物／動きやすい服装・室内用運動靴・タオル・飲料水

申込方法／電話またはメールで

問・問／^{むらた}村田 ☎080-1290-4884 ✉fujioluna@yahoo.co.jp

あさかパートナー2期会主催事業

気楽に英会話

日時／10月19日(土) 午前10時～11時30分

会場／中央公民館(予定)

講師／^{ひらかた ひでとし}スティーブさん(英会話講師)

定員／なし 費用／無料

申込方法／事前申込不要。当日直接会場へ

問／^{かしわら}梶原 ☎461-7526



問／生涯学習課 ☎463-2920・2930 ☎467-4716 ✉syogaku@city.asaka.saitama.jp

公民館の

ひろば

施設名	電話番号	FAX	休館日(9/1～9/30)
中央公民館・コミュニティセンター	465-7272	465-7297	9/2・9・16・23・30
東朝霞公民館	463-9211	463-9212	9/1・9・15・16・23・24・29
西朝霞公民館	462-1411	462-1412	9/1・9・15・16・23・24・29
南朝霞公民館	461-0163	461-0291	9/2・8・16・17・22・23・30
北朝霞公民館	473-0558	473-8725	9/1・9・15・16・23・24・29
内間木公民館	456-1055	456-1056	9/2・8・16・17・22・23・30

※番号はお間違いないようお願いします。

東朝霞
公民館

大人の映画会

吉永小百合の映画出演100本目の記念作品です。
ぜひ友人・知人の方とお誘い合わせのうえ、お越しください。

日時／9月22日(日)

午後1時30分～3時30分(予定)

対象／どなたでも 費用／無料

作品／『つる－鶴－』93分(1988年作品)

監督／市川崑

出演／吉永小百合、野田秀樹

申込方法／当日直接会場へ

西朝霞
公民館

育児講座「親子でヨーガ体験」

育児の合間にヨーガをしましょう。心も身体も健康に。いつもと違う時間が流れます。イクメンパパも大歓迎！

日時／9月27日(金) 午前10時～正午

対象／1歳6か月から未就学の幼児と保護者

定員／10組20人 費用／100円(保険料)

講師／室塚 和子さん(西朝霞公民館サークル講師)

保育／1歳6か月以上の未就学児(定員10人)。講座の前半(親のみの体験)保育あり。後半は親子で体験

申込方法／9月20日(金)午後3時まで電話または西朝霞公民館窓口で受け付けます。

南朝霞
公民館

南シネマラリー

昔懐かしい16ミリフィルムでの上映会です。

朝から夕方までの映画まつりです！

日時／9月28日(土) 午前9時30分～午後4時30分

(正午～午後1時は休憩)

対象／どなたでも

費用／無料

作品／



作品名	上映時間
未完の対局(1982年)	130分 午前9時30分～11時40分
裸の大將放浪記(1981年)	117分 午後1時～3時
泥棒と殿様(2000年)	60分 午後3時10分～4時10分

申込方法／当日直接会場へ

北朝霞
公民館子育て講座
「簡単おいしい幼児の食事」

野菜嫌いななんてなんのその。おいしく体も心も育てましょう。

日時／9月27日(金) 午前10時～正午

対象／1歳～未就学児のお子さんの保護者

定員／15人 費用／500円(材料費・保険料)

講師／管理栄養士 木村 倫代さん

内容／お魚の三色そぼろ丼、添加物を使わない野菜スープ、スイートポテトタルト

保育／1歳以上の未就学児(定員6人)

持ち物／エプロン、三角巾、ふきん(2枚)

申込方法／9月13日(金)午後1時まで電話または北朝霞公民館窓口で受け付けます。

内間木
公民館人権教育講座
「戦争と人権」《館外見学》

戦中、戦後の展示品を見学し、戦争の悲惨さ、人権の尊さを学びます。

日時／9月29日(日) 午後1時～4時30分

場所／「昭和館」(東京都千代田区九段南1-6-1)

内間木公民館1階ロビーに午後1時に集合
貸切バスで「昭和館」に行きます。

対象／どなたでも 定員／30人

費用／無料

申込方法／9月15日(日)午後5時15分まで電話または内間木公民館窓口で受け付けます。

東朝霞
公民館人権教育講座
「江戸しぐさと思いやり」

“傘かしげ”などにみられる『江戸しぐさ』の心構えを通し、思いやりの心を育みながら人権を学びませんか。

日時／10月4日(金)

午後1時30分～3時

対象／どなたでも 定員／30人

費用／無料 持ち物／筆記用具

保育／1歳以上の未就学児(定員6人)

講師／NPO法人江戸しぐさ 滝川 道子さん

申込方法／9月26日(休)午後5時まで電話または東朝霞公民館窓口で受け付けます。



※申込多数の場合は、市内在住者優先のうえ抽選します。

※申込結果は、はがきまたは封書でお知らせします。 ※費用は原則当日集金します。

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
埋蔵文化財センター	〒351-0033 大字浜崎231-2	☎486-2244
		共通☎468-0079

ギャラリー展示 みんなあーちすと

まる しかく さんかく
～●・■・▲の大ぼうけん～

赤い●、青い■、黄色の▲。それぞれぼうけんに出発しました！みんなどこに行ったのかな？をテーマに、みんなが描いてくれた作品を展示します。

作者の方はもちろん、ご家族・お友達を誘ってぜひ見に来てね！

9月7日(土)～16日(月・祝) 一般参加作品展示

※9月9日(月)は休館日です。

夏休み作品制作ワークショップで描いた作品です。モザイク・ぼかし絵など、さまざまな絵画技法の成果も見られます。

9月19日(木)～29日(日) 市内保育園・幼稚園児作品展示

※9月24日(火)は休館日です。

市内の保育園・幼稚園にご協力いただき、各園のおえかきのカリキュラムの中で、5歳児(一部4歳児)に描いてもらいました。園ごと・クラスごとに展示しています。

期間中は、みんなあーちすとのシンボル「はだかんぼうの水」がお目見えします♪葉っぱにみんなの夢や希望を書いて飾ってあげてね！



※作品の写真・ビデオ撮影は、ご本人の了承を得たものはOKです。(お子さん・お孫さんやお友達など)

第28回「縄文時代のアクセサリ」企画展

10月12日(土)～11月24日(日)

縄文時代の人々が身につけ、市内外の遺跡から出土した、さまざまなアクセサリを紹介します。

考古学体験講座

①火おこしに挑戦！

日時／10月14日(月・祝)

A 午後1時30分～2時15分

B 午後2時30分～3時15分

対象：定員／小学生以上：各回10組

②縄文時代のアクセサリ

耳飾りをつくろう！(2回連続講座)

日時／10月19日(土) 午後1時30分～3時(製作)

11月16日(土) 午前9時30分～正午(焼成)

対象：定員／小学生以上：20人

申込方法／はがきに、希望する講座名(時間が複数あるものは希望時間も)・氏名(ふりがな)・年齢(学年)・住所・電話番号を明記のうえ、10月5日(土)必着で博物館へ。博物館窓口で直接申し込みもできます。

※1枚のはがきですべての申し込み可。また、複数名お申し込みの場合、必要事項は全員分記入してください。



せきせいすいしやく
石製垂飾
西久保・宮山遺跡
(浜崎2丁目)出土

博物館で消防訓練をおこないます

朝霞消防署浜崎分署指導のもと、水消火器を使った消火訓練などを含めた消防訓練を行います。ぜひご参加ください。

終了後、消防車と写真撮影もできます。

※火災等で消防署の出動がある場合は、消防車との写真撮影はできません。

日時／9月23日(月・祝) 午前10時～11時

申込方法／当日直接会場へ。館内放送でご案内します。



9月14日(土)
～
29日(日)

朝霞市県展作品展

協賛：朝霞市美術協会

5月28日(火)から6月19日(木)まで「第63回埼玉県美術展覧会」(県展)が埼玉県立近代美術館で開催され、朝霞市から13点の作品が入選しました。

当展では、これらの作品に委嘱・招待・審査員・運営委員作品をあわせ、日本画・洋画・彫刻・工芸・写真の各部門計21点の作品をご紹介します。

→埼玉県美術家協会賞「跳躍Ⅱ」(彫刻) 白木菜摘氏作

オープニングセレモニー

9月14日(土) 午前10時～ 展示室にて

朝霞市美術協会池田幹雄会長によるあいさつがあります。

アーティストトーク

作者の方による作品解説や創作スタンスなどを聞きながら作品を鑑賞してませんか？(予約不要。ご自由にどうぞ！)

9月16日(月・祝) 午後2時～

写真：加藤 博幸さん、竹下 進さん、竹下 政子さん

洋画：庄司 剛さん



重要文化財 旧高橋家住宅からのお知らせ

さつまいも掘りをしよう！

旧高橋家住宅の畑で育ったさつまいもを掘ってみませんか。掘ったさつまいもはその場で試食します。(雨天時は試食のみとなります)

日時／10月26日(土)

午前10時～11時30分

会場／旧高橋家住宅

対象：定員／小・中学生とその保護者：各回30組(1組3人まで) ※応募多数の場合は抽選

申込方法／往復はがきに全員分の住所、氏名、年齢(学年)、電話番号、「さつまいも掘り」と記入のうえ、10月8日(火)必着で文化財課へ

※1枚のはがきで1組の申し込みができます



開園時間 午前9時～午後4時30分

休園日 第4金曜日を除き博物館の休館日に準じます。

〒351-0005 朝霞市根岸台2-15-10

(根岸台市民センター隣) ☎462-7067

問／文化財課 ☎463-2927

博物館・埋蔵文化財センター お休みカレンダー

開館時間 午前9時～午後5時

休館日 月曜日・第4金曜日(祝日に当たる時は開館)、祝日の翌日(土・日曜日に当たる時は開館)、12月27日～1月4日

※第4金曜日は、文化財保護係の窓口は受け付けしています。

※埋蔵文化財センターの開所時間・休所日は博物館の開館時間・休館日に準じます(臨時の開館・休館は除く)。

9月

27日(金)は臨時開館

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

10月

25日(金)は臨時開館

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

みんなの図書館

☆所蔵雑誌のスポンサーを募集しています！詳しくは図書館へお問い合わせください。

新着図書の紹介 ()内は所蔵館とコーナー名

一般書

- 超起業読本** (本館 実用書A)
齊藤聡／著 産業能率大学出版部 335.4ラサ
- お灸で冷えとり** (本館・分館 実用書B)
高橋みどり／著 青春出版社 495.2ミドリ
- ワードローブお手入れBOOK** (本館 実用書B)
ジョルニ編集部／編 実業之日本社 593.5カサチ
- 富士山文化** (本館・分館 歴史・哲学)
竹谷鞠負／著 祥伝社 163.1
- 公務員の実像** (本館・分館 社会科学)
晴山一穂／編著 角田英昭／編著 他 新日本出版社 317.3
- 教育研修成功のためのパーフェクトマニュアル**
(本館・分館 社会科学 ビジネス)
明浄太津子／著 秀和システム 336.4
- 生活保護リアル** (本館 社会科学)
みわよしこ／著 日本評論社 369.2
- 図説そんなルーツがあったのか！妖怪の日本地図**
(本館・分館 社会科学) 志村有弘／監修 青春出版社 388.1
- はじめてのルーヴル** (本館・分館 芸術・音楽)
中野京子／著 集英社 723
- 食べる俳句** (本館 日本文学)
向笠千恵子／著 本阿弥書店 911.3カ

- 夫婦善哉** (本館 日本文学)
織田作之助／著 雄松堂書店 Wカ
- 人外境口モンス** (本館 日本文学)
北山猛邦／著 角川書店 Wカ
- 硝子の探偵と消えた白バイ** (本館 日本文学)
小島正樹／著 講談社 Wコ
- 標高二八〇〇米** (本館・分館 文庫コーナー)
樋口明雄／著 徳間書店 Wヒ
- ロンツォは終わらない** (本館・分館 文庫コーナー)
山田深夜／著 徳間書店 Wヤ

児童書

- ホッキョクグマが教えてくれたこと**
(本館・分館 児童コーナー)
寺沢孝毅／著 あべ弘士／絵 ポプラ社 K297
- 絵本処方箋** (本館 児童コーナー)
落合恵子／著 朝日新聞出版 K909.7カ
- 声をきかせて** (本館・分館 児童コーナー)
樫崎茜／著 講談社 Kカ
- せんそうってなんだったの？** (本館・分館 児童コーナー)
ささきあり／作 夏目尚吾／画 他 学研教育出版 Kサ
- 山田県立山田小学校 1** (本館 児童コーナー)
山田マチ／作 杉山実／絵 あかね書房 Kヤ

※新着図書の紹介については、ボランティア団体により音訳CD(デジ形式)を作成していただいておりますので、ご利用の方は、お問い合わせください。

*そのほか多数。数字・カナは図書の分類です。棚に見当たらないときは、職員までお気軽にお尋ねください。
*貸出中などで所蔵館に図書がない場合もあります。
*図書館ホームページでも毎週新刊案内を更新しています。

あそびの生涯学習へ

図書館(本館)にインターネット端末を設置しました

インターネットを検索・閲覧できるパソコンを図書館(本館)に2台設置しました。調べもの等にご活用ください。
設置場所／図書館(本館) 研究コーナー
利用方法／1人1回30分。レファレンスカウンターで受け付け。
利用者カードをご持参ください。
※詳しくはお問い合わせください。

♪としょかんの催し物♪

行事等	月日	内容	時間	場所
うさみみタイム (幼児・児童向け) 	9/5 (木)	大造じいさんとガン 20分	午後 3時30分～ 〔読み聞かせのあと、えいがかいです〕	視聴覚室
	9/12 (木)	ぼくは王さま おしゃべりなたまごやき 20分		
	9/19 (木)	ちびねこちょび 20分		
	9/26 (木)	まんが日本昔ばなし 木仏長者／夢じぞう 25分		
松の木読書会*	9/20 (金)	私たちのエベレスト エベレスト日本女子隊／著	午前10時～正午	和室
おはなしパピペボ (小学生向け)*	9/14 (土)	絵本の読み聞かせ、素ばなし等	午前11時～11時30分	お話室
おはなしくらぶ (乳幼児向け)*	9/23 (月・祝)	絵本の読み聞かせ	午前11時30分～正午	視聴覚室

*印は自主サークルによる活動および催しです。

障害をお持ちの方へ

図書館で行っているサービスのご案内

図書館では、障害のある方へ次のようなサービスを行っています。

- ①布絵本の貸し出し ②点訳本の貸し出し
- ③大活字本の貸し出し
- ④図書資料などの対面朗読サービス
- ⑤広報あさか、新着図書の案内などの音声資料の貸し出し(こちらの資料については、ボランティア・サークルのご協力により製作されたものです)
- ⑥デジ図書およびデジ機器の利用

※④～⑥のサービスの利用は、何らかの障害をお持ちの方で、本人の事前の申請(申し込み)が必要です。詳細については、図書館までお問い合わせください。

親子でご参加ください

入場無料

「北朝霞分館の絵本の読み聞かせ」

日時／9月17日(火) 午後3時30分～4時

会場／産業文化センター2階 研修室兼集会室2

内容／手遊びと読み聞かせ

問／図書館北朝霞分館



9・10月の図書館のお休み

●本館の休館日(第2火曜日、第4金曜日)

9月／10日(火)、27日(金) 10月／8日(火)、25日(金)

●分館の休館日(第2水曜日、第4木曜日)

9月／11日(水)、26日(木) 10月／9日(水)、24日(木)

●本館・分館の開館時間

午前9時30分～午後7時(土・日曜日、祝日は午後6時まで)



第58回

10月13日(日)

午前8時開会



会場：朝霞中央公園陸上競技場



朝霞市民体育祭

楽しい種目が
いっぱい！
みんなきてね雨天中止（予備日はありません）
開催の可否は当日、市ホームページで
確認できます。

『とどけよう元気を朝霞から』

主催／朝霞市 朝霞市教育委員会
朝霞市体育協会

自由種目

参加対象であればどなたでも参加できる競技です。当日直接会場へお越しください。

地区対抗種目

地区の代表選手による競技です。各町内会・自治会にご相談ください。地区名の入ったゼッケンまたは地区名のわかるものを身に付けてください。

アトラクション等 ←

- 朝霞高校
バトン部の演技
- 市内中学校対抗リレー
- 朝霞市民吹奏楽団等による演奏



あなたの体力は？ ←

- 体力測定コーナー
体力測定にチャレンジしてみよう
どなたでも！
- 健康相談コーナー
この機会にぜひどうぞ

注意!

競技参加者は運動靴を履いてください。
(スパイクシューズは使用できません)
集合時間は競技開始15分前です。
集合時間を守りましょう。
参加対象要件を守りましょう。

No.	種目	競技区分	参加対象	時間
1	開会式		参加者全員	8:00
	アトラクション		朝霞市民吹奏楽団	8:30
2	100m 競走	自 由	小学5年生以上	8:50
3	50m 競走	自 由	小学1～4年生・30歳以上	8:50
4	輪ッショイリレー	地区対抗 (レク種目)	小学生以上／男女	9:20
5	中学校対抗リレー	エキシビジョン	中学1～3年生男女	9:50
6	三世代玉入れ	地区対抗 (レク種目)	未就学児または小学生・ 母親世代・60歳以上	10:00
7	みんなでかけっこ	自 由	未就学児 (一人で走れる子)	10:30
8	ムカデリレー	地区対抗	中学生以上男女	10:50
9	小学生男女混合リレー	地区対抗	小学生男女	11:20
10	団体紹介／市民体育賞表彰 アトラクション		埼玉県立朝霞高校バトン部	11:40 12:20
11	障害物競走	自 由	小学生以上	12:40
12	綱引き	地区対抗	男女／年齢の制限なし	13:10
13	チーム ジャンピング	地区対抗 (レク種目)	年齢・性別の制限なし	13:40
14	パン食い競走	自 由	小学生以上	14:10
15	親子動物競走	自 由	小学3年生以下とその親 または保護者	14:40
16	年代別リレー	地区対抗	19歳以下・20歳以上・30歳 以上・40歳以上／各男女	15:00
17	スポーツ○×クイズ	自 由	どなたでも	15:20
18	閉会式		参加者全員	15:30

※パン食い競走の整理券は、体育祭当日午前9時30分から陸上競技場玄関前で配布します。数に限りがありますのでご了承ください。

近隣の皆さんにはご迷惑をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いします。

第52回 朝霞市ロードレース大会

11月23日(土・祝) 午前8時30分開会

会場／朝霞中央公園陸上競技場

主催／朝霞市教育委員会 朝霞市体育協会

申／スポーツ課・総合体育館・各公民館などにある申込書（9月上旬頃配布予定。市ホームページからダウンロード可）に記入し、スポーツ課へ持参または郵送

参／1人300円 当日納入

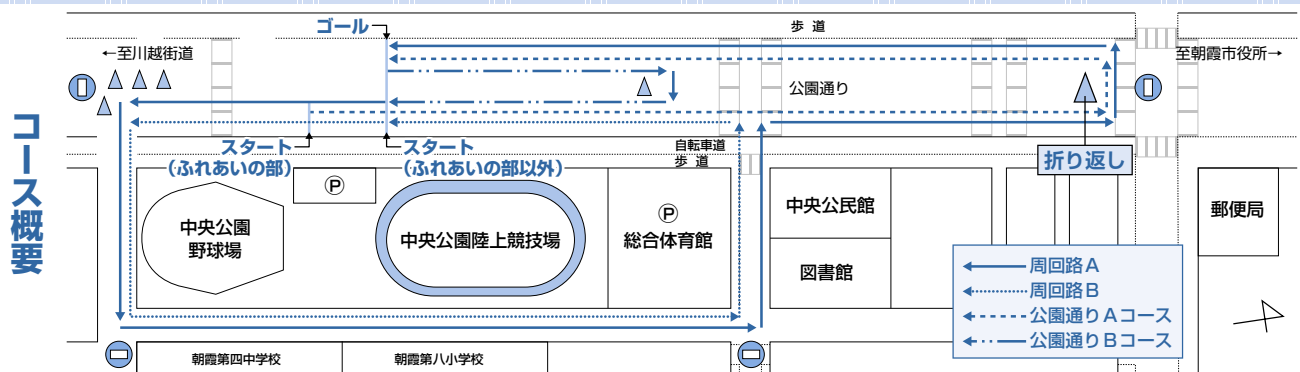
締／10月18日(金) 当日消印有効

問／スポーツ課

種 目	距離	コース概要
ふれあい（小学1～3年生と保護者）	1.0km	公園通り A コース
小学4・5年生	1.7km	周回路 A 1 周
小学6年生	2.0km	公園通り B コース→周回路 A 1 周
中学生	3.0km	周回路 A 1 周→周回路 B 1 周
一般（高校生以上）	5.0km	周回路 A 3 周
壮年（40歳以上）	5.0km	周回路 A 3 周
一般（高校生以上）	10.0km	周回路 A 6 周

※今年度は中央公園陸上競技場が改修工事のため、コースが若干異なりますがご了承ください。

※当日は競技場周辺の道路が交通規制されます。近隣の皆さんには大変ご迷惑をおかけします。ご理解とご協力をお願いします。



第12回スポーツ体験サーキット

主催／朝霞市体育協会

日／10月19日(土) 午前8時15分～午後0時20分

総合体育館で受け付け、開会式に参加後、各会場へ

対／小学生とその保護者 参／1人200円（保険料・飲み物含む）

申／学校で配布される申込書（9月上旬頃配布予定：市ホームページからダウンロード可）に必要事項を記入し、体育協会事務局へ FAX または総合体育館窓口へ

問／朝霞市体育協会 ☎・FAX 465-5337（電話は火・金曜日午前10時～午後4時） 締／10月15日(火)

持／動きやすい服装で。体育館の種目に参加の方は体育館履きを持参

会 場	種目（1人3種目まで）
総合体育館	卓球・バレーボール・ユニカール・ミニテニス・なぎなた・剣道・少林寺拳法
朝霞四中体育館	柔道・空手道・琉球古武術・合気道
朝霞四中校庭	ソフトテニス・硬式テニス・ソフトボール
陸上競技場	グラウンドゴルフ・レクリエーション

第58回市民総合体育大会 卓球大会

主管／朝霞市卓球協会

日／10月27日(日) 午前9時受付、9時30分開会

会／総合体育館 対／市内在住・在勤・在学の方

種・参／下表

種 目	参加費
小学生（男女いっしょ）の部	無料
中学生の部	300円
一般の部	600円
青年の部（高校生～34歳）	600円
シニアの部（35歳～54歳）	600円
ベテランの部（55歳以上）	600円

※一般の部を含め1人2種目まで

※年齢は大会当日の満年齢

※参加費は当日納入

締／10月17日(木)

申／総合体育館にある申込書またははがきに種目・住所・氏名・年齢・電話番号を記入し、総合体育館へ郵送

問／塩味

☎466-3977

第14回朝霞市ソフトバレーボール大会

主催／朝霞市バレーボール連盟

日／10月6日(日) 午前9時開会式 会／総合体育館

対／18歳以上で構成されたチーム（高校生不可）

※応募チーム多数の場合は、市内チーム優先

種／●競技の部(男女混合) ●女性の部 ●ふれあいの部（ふれあいの部は男女混合・勝敗にこだわらず、ゲームを楽しむ）

参／1チーム2,000円（当日納入）

締／9月25日(水)

申／参加申込書（連盟ホームページからダウンロード）に記入し、沼田宛てに FAX してください。FAX 466-9836

問／稲葉 ☎467-6256

http://www.asakavolleyball.com/

日日時 会会場 集集場所 種種目 対対象

参参加費 締締切 持持ち物 申申し込み

問問い合わせ

五常の滝、奥武蔵自然歩道から日和田山へ 10km

主催／朝霞市歩こう会

日／9月22日(日) 午前7時40分(雨天決行)

集／北朝霞駅前広場

行程／北朝霞駅→新秋津駅(乗換)→秋津駅→武蔵横手
駅(下車)→五常の滝→土山→北向地蔵→物見山→駒高
→高指山→日和田山→金比羅神社→高麗駅

対／小学生以上(小学生は保護者同伴) 参／300円

締／9月13日(金) 持／弁当・水筒・雨具等

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、スポーツ課へ。参加決定の通知はしませ
ん。当日は直接集合場所へ 問／鈴木 ☎473-2537

柔道教室 会員募集

初心者・経験者 ともに歓迎です。青い畳の上で、気持ちのいい汗をかきましょう！

会／毎週月・金曜日 第三中学校 蜂武館、
毎週火・木曜日 朝霞市武道館

時間・対／午後6時30分～8時 小学1～6年生、
午後8時～9時 中学生～一般男女

参／無料 持／柔道着または運動できる服装

問／橋本 ☎090-2454-9691

体育施設臨時休館日(9月1日～10月31日)

総合体育館 9月17日(火)、10月23日(水)

武道館 9月9日(月)・30日(月)、10月21日(月)

滝の根テニスコート 9月2日(月)・17日(火)
10月7日(月)・21日(月)

スポーツ課 〒351-8501 本町1-1-1 ☎463-2403(直) FAX467-4716 ✉sports@city.asaka.saitama.jp
総合体育館 〒351-0016 青葉台1-8-1 ☎465-9811 FAX464-2429

各種相談一覧

相談名	日程	時間	会場	予約・問い合わせ先	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	☎463-1738(直通)
女性総合相談	毎週木曜日 毎週火～日曜日	午前10時～午後3時 午前9時～午後5時	市	それいゆぶらざ(女性センター)	☎463-2697(直通)
D V相談	毎週火・土曜日 (専門の相談員)	午前10時～午後4時	市	それいゆぶらざ(女性センター)	☎463-2697(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	☎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	☎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	☎463-1111(代表) 内線2256
税務相談	毎月第3月曜日	午前10時～午後3時	市	課税課	☎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	☎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	☎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 (休所日を除く)	午前10時～午後7時	産	産業振興課	☎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	☎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	☎463-1903(直通)
労働・社会保険相談	毎月第3土曜日	午後1時～4時	産	産業振興課	☎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	産 (第2(水)産 第4(水)市)	産業振興課	☎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)	☎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	☎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	☎463-1921(直通)
外国人生活相談	毎週月～金曜日	午前9時～午後4時	浦	外国人総合相談センター埼玉	☎833-3296
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	9月25日(水)	午後1時15分～2時45分	保	健康づくり課(9月19日(木)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 浦埼玉県浦和合同庁舎
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 市それいゆぶらざ(中央公民館内女性センター)

睡眠中にいびきをかいて呼吸が止まり睡眠が浅くなる睡眠時無呼吸症候群(Sleep Apnea Syndrome)は、簡単に睡眠時無呼吸症(SAS)とも呼ばれています。SAS(サス)の大部分の人は、呼吸の際の空気の通り道(気道)である鼻や喉が狭い閉塞型睡眠時無呼吸症(OSAS)です。OSAS(オース)の人は気道開大筋の機能が停止する睡眠中に気道が強く狭窄して、空気の出入りの際に狭窄部の気道壁の抵抗が強まり、狭窄部が振動していびきが生じます。狭窄が強度で気道がどこかで閉塞すると、睡眠中に呼吸が止まります。無呼吸が続いていると血液の中の炭酸ガス濃度が増加し、酸素濃度が減少して、脳にある血中酸素濃度監視部位から全ての脳の眠りを覚ます指令が出て、脳の眠りが覚めます。すると気道開大筋も目覚めて緊張して薄くなり、気道が開いて閉塞が解消し、呼吸が再開します。以上のようにOSASの人は少し眠っては起こされる状態を一晚中繰り返すため、深い眠りに入ることが出来ず、日中に強い眠気を感じます。そのため重要な会議中に眠ってしまったり、居眠り運転で交通事故を起したりすることになります。

SASの人には睡眠中に息苦しく

なつて目が覚める、起床時の口や喉の乾き、日中の眠気が強い等の自覚症状があり、家族や友人に睡眠中のいびきや呼吸停止を指摘されて医療機関を受診します。受診すると簡単な診断装置を自宅に持ち帰って行う簡易スクリーニング検査、又は一泊入院して行う精密検査であるポリソムノグラフィー(PSG検査)が行われます。睡眠中に呼吸が10秒以上続いて止まった状態を無呼吸、空気の流れが50%以下に減少した弱い呼吸が10秒以上続いた状態を低呼吸と呼びます。そして7時間以上の睡眠中に無呼吸が30回以上生じた場合、又は睡眠時間1時間当たりの無呼吸と低呼吸の合計数の平均値である無呼吸・低呼吸指数(AHI)が5.0以上ある場合にSASと診断されます。SASの患者さんでは簡易スクリーニング検査の結果AHIが40以上で、PSG検査の結果AHIが20以上で、在宅CPAP療法(CPAP=Continuous Positive Airway Pressure/持続陽圧気道圧療法)の保険診療を受けることが認められますが、それらの値未満では認められません。いずれの検査でもCPAP療法が不適応となった人には、睡眠中のいびき、無呼吸を軽減する効果がある鼻腔用、又は口腔用の装置による治療

が行われます。これらには、いびきがひどくなる口呼吸をやめさせて鼻呼吸にさせるもの、鼻腔を開大させて呼吸量を増加させるもの、下顎を上顎に固定して下顎の背方への落下を防ぐもの、下顎を前方に移動させるもの等、様々なものがみられます。簡易スクリーニング検査やPSG検査の結果、CPAP療法の適応が認められた人にはリース会社からCPAP療法の機械を借りて、保険診療で在宅CPAP療法を行います。CPAP療法とは部屋の空気を機械で圧縮して圧力の高い空気を作り、それを鼻マスクを通して鼻の孔から気道に送入し、気道を押し拡げて楽に呼吸が出来るようにして、いびきや無呼吸を軽減させる治療法です。睡眠時無呼吸症には肥満症・糖尿病・脂質異常症・高尿酸血症・脂肪肝・慢性腎障害・不整脈・高血圧症・冠動脈硬化症・脳動脈硬化症・インポテンツ等の多くの合併症があることが知られています。CPAP療方はSASを完全に治療して無くしてしまうことが出来る根治療法ではありませんが、正常者に近い睡眠中の呼吸を可能にして、睡眠時無呼吸症にみられる多くの合併症の進行を防止することが出来る大変有効な治療法であると思われます。

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	☎(048)	場所	施設名	科目	☎(048)
1	志木	小児科皮膚科村田医院	小・皮	472-3030	朝霞	村山クリニック	内・循内	471-1636
8	和光	和光小児科クリニック	小・内	467-1108	朝霞	大城胃腸科外科医院	消内・外・皮	463-1575
15	新座	志木駅前眼科	眼	423-0702	朝霞	さない耳鼻科クリニック	耳	450-3710
16	和光	田中医院	内	461-2060	新座	志木耳鼻咽喉科医院	耳・気	472-9555
22	新座	志木南口クリニック	内・外・小・消内・整外・肛・リハ	485-6788	新座	せおクリニック	消内・内・外・肛	480-3905
23	新座	新座西山内科眼科クリニック	循内・内・眼・小	202-1112	志木	志木北口クリニック	心内・精・神	471-2661
29	朝霞	増田耳鼻咽喉科医院	耳・気・アレ	463-9218	新座	永弘クリニック	泌・内・外	474-3708



※当番医は変更になる場合もあります。確認してからお出かけください。



乳幼児と保護者の方へ

内 容		日時・会場		対 象		そ の 他																				
離乳食実習		10月10日(木)・午後1時30分～3時30分 保健センター		H25年5月生の第1子のお子さんとその保護者		定員／36組（先着順） ☎／電話で9月19日(木)から予約受付開始																				
母と子のつどい		10月28日(月)・午後1時30分～3時30分 保健センター		H25年8月生 定員／30組（先着順）		内容／赤ちゃんと育児について、お母さん同士の交流など ☎／電話で9月12日(木)から予約受付開始																				
マタニティ教室		<table><tr><th colspan="2">日 程</th><th>定員</th><th>対象(初妊婦)</th><th>実施時間</th></tr><tr><td>10月 (1日コース)</td><td>26日(出)</td><td>36人</td><td>H26年1月～ H26年3月 出産予定</td><td>午前10時～午後4時</td></tr><tr><td>11月 (2日コース)</td><td>1回目:7日(木) 2回目:16日(出)</td><td>36人</td><td>H26年2月～4月 出産予定</td><td>1回目:午後1時～4時 2回目:午前10時～午後4時</td></tr></table>				日 程		定員	対象(初妊婦)	実施時間	10月 (1日コース)	26日(出)	36人	H26年1月～ H26年3月 出産予定	午前10時～午後4時	11月 (2日コース)	1回目:7日(木) 2回目:16日(出)	36人	H26年2月～4月 出産予定	1回目:午後1時～4時 2回目:午前10時～午後4時	内容／保育と沐浴、お産の進み方、DVD 上映など ☎／電話で9月12日(木)から予約受付開始 ※詳細は健康カレンダーをご覧ください。不明な点は健康づくり課へお問い合わせください。					
日 程		定員	対象(初妊婦)	実施時間																						
10月 (1日コース)	26日(出)	36人	H26年1月～ H26年3月 出産予定	午前10時～午後4時																						
11月 (2日コース)	1回目:7日(木) 2回目:16日(出)	36人	H26年2月～4月 出産予定	1回目:午後1時～4時 2回目:午前10時～午後4時																						
予防接種 乳幼児健康診査		<table><tr><th rowspan="3">BCG 等予防接種</th><th colspan="4">10月の乳幼児健診</th></tr><tr><th>4 か月児健診</th><th>10か月児健診</th><th>1 歳 6 か月児健診</th><th>3 歳児健診</th></tr><tr><td>H25年7月生まれ</td><td>H25年6月生まれ</td><td>H24年12月生まれ</td><td>H24年3月生まれ</td><td>H22年6月生まれ</td></tr><tr><td colspan="5">9月上旬発送予定。通知が届かない場合はご連絡ください。</td></tr></table>					BCG 等予防接種	10月の乳幼児健診				4 か月児健診	10か月児健診	1 歳 6 か月児健診	3 歳児健診	H25年7月生まれ	H25年6月生まれ	H24年12月生まれ	H24年3月生まれ	H22年6月生まれ	9月上旬発送予定。通知が届かない場合はご連絡ください。					※左記のとおり個別通知をしますので、詳細は通知をご覧ください。
BCG 等予防接種	10月の乳幼児健診																									
	4 か月児健診	10か月児健診	1 歳 6 か月児健診	3 歳児健診																						
	H25年7月生まれ	H25年6月生まれ	H24年12月生まれ	H24年3月生まれ	H22年6月生まれ																					
9月上旬発送予定。通知が届かない場合はご連絡ください。																										
親子歯科健康診査		実施期間／9月1日(日)～11月30日(出) 対象／H20年4月2日～H21年4月1日生まれの幼児と保護者1人（原則は幼児と保護者同時受診） 実施場所／市内の協定歯科医院 内容／歯科健診と相談 ☎／電話で直接協定歯科医院へ ※詳細は通知をご覧ください。					※対象者には8月中に個別通知しています。個別通知が届かない方はご連絡ください。 ※健診後に要治療となった場合の治療費は自己負担となります。 治療は健診と同日にはできません。別の日に改めて予約が必要です。																			



成人の方へ

～集団健(検)診のご案内(11月実施分)～ 10月10日(木)より申込開始

健(検)診名	費用	対象年齢 (受診日現在)	定員	日程表		
				月 日	11 14	15
集団乳がん検診 (1方向撮影)	500円	30～39歳、 50歳以上 女性	160人/日	曜日	木	金
集団乳がん検診 (2方向撮影)	700円	40～49歳 女性	160人/日	午前	○	○
集団子宮頸がん検診	400円	20歳以上 女性	160人/日	午後	○	○
申込期間				申込開始日	10月10日(木)	
				申込締切日(必着)	10月25日(金)	

個別がん検診のご案内は5ページをご覧ください。



【健(検)診会場】
保健センター
【健(検)診内容】
集団乳がん検診
問診、視触診、乳房レントゲン検査(マンモグラフィ)
集団子宮頸がん検診
問診、視診、内診、頸部細胞診

※集団乳がん検診、集団子宮頸がん検診は、同日での受診が可能です。
 ※保育はありませんが、お子様連れでも受診できます。
 ※混雑を避けるため、ある程度の人数ごとに時間を区切って(30分間隔 16人を予定)ご案内させていただきます。
 ※申込多数の場合は抽選です。抽選の結果は、当落に関わらず通知します。(通知は検診日の1週間前ぐらいに発送します)

午前	午後
9時～	1時～
9時30分～	1時30分～
10時～	2時～
10時30分～	2時30分～
11時～	3時～

☎／はがき・メールフォームまたは保健センター窓口でお申し込みください。

【はがきの場合】

はがきに「①希望する検診名・②希望日・③希望時間(第2希望まで記入)・④住所・⑤フリガナ・⑥氏名・⑦年齢・⑧生年月日・⑨電話番号を記入のうえ、下記宛て先までお申し込みください。

宛て先／〒351-0011 朝霞市本町1-7-3 朝霞市保健センター 集団検診係

※希望時間は午前、午後、何時でも良いのいずれかの時間帯でお申し込みください。

※③を30分間隔で時間を区切ってご案内します。

【メールフォームの場合】

市ホームページの「集団検診(成人歯科健康診査・30代のヘルスチェック・集団乳がん検診・子宮頸がん検診)の申込方法」をご覧ください。

【保健センター窓口での申し込みの場合】

窓口にお申し込み紙をご用意していますので、申込用紙にご記入のうえ、お申し込みください。

◆以下に該当する方は受診できません(下記以外の方でも受診できない場合があります)。

○乳がん検診を受診される方

- ・妊娠中または妊娠の可能性のある方
- ・授乳中の方
- ・豊胸手術をされている方
- ・ペースメーカーを着用している方

○子宮がん検診を受診される方へ

- ・妊娠中または妊娠の可能性のある方
- ・生理中の方(ただし、出血が終わってから3日経過していない方は問診の結果受診できない場合があります)

【はがき記入例】

表	裏
351-0011 朝霞市保健センター 集団検診係 宛て	①集団乳がん検診 集団子宮頸がん検診 第1希望 ②11月14日(木)③午後 第2希望 ④11月15日(金)③午前 ⑤朝霞市本町1-1-1 ⑥アサカ ハナコ ⑦朝霞 花子⑧26歳 ⑨昭和36年6月15日 ⑩048-465-0011

※9月の休日歯科応急診療所

実施日 9月1日(日)・8日(日)・15日(日)・16日(月・祝)・22日(日)・23日(月・祝)・29日(日)

受付時間 午前9時～11時30分

場所 新座市休日歯科応急診療所(新座市保健センター)

診察料 健康保険法の規定料金(保険証を必ずお持ちください。)

問い合わせ ☎048-481-2211

※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)

☆今月の主な保健衛生週間行事予定

9月9日の救急の日を含む8日～14日は「救急医療週間」です。



第30回
朝霞市民まつり

彩夏祭

笑顔と元気を朝霞から

第30回朝霞市民まつり「彩夏祭」が8月2日(金)から4日(日)までの3日間、朝霞会場と北朝霞会場で行われました。今年は30回目という節目を飾る多くの催しに、約68万人もの来場者がありました。

関八州よさこいフェスタでは、全国から踊り子たちが一堂に集い、勢いのある美しい演技を披露してくれました。北朝霞会場での華やかなフィナーレとともに幕を閉じた今年の彩夏祭は、「笑顔と元気を朝霞から」のキャッチフレーズどおり、多くの人に笑顔と元気を与えてくれました。

パトカー展示



子ども屋台村



陸上自衛隊東部方面音楽隊



ひろえは街が好きになる運動



消防防災体験フェア



峯流朝霞太鼓



第30回 応援参加



▲北海道から「平岸天神」
ひらぎしでんじん



▲高知県から「とらっく(社)高知県トラック協会」
(中央は岡崎高知市長)

朝霞会場の7500発の花火



みんなひとつに!総踊り



第30回朝霞市民まつり彩夏祭 関八州よさこいフェスタ 審査結果

鳴子大賞

CHIよREN北天魁



準鳴子大賞

朝霞なるこ遊和会



準鳴子大賞

夏舞徒



鳴子大賞	CHIよREN 北天魁	審 査 員 特 別 賞	法政大学YOSAKOIソーランサークル島達恋 妃龍
準鳴子大賞	朝霞なるこ遊和会	市民まつり特別賞 (朝霞市商工会長賞)	K-one 動流夢 舞人
	夏舞徒	コミュニティ協議会特別賞	宮戸青嵐 遊人
優 秀 賞	かつみ	実行委員会特別賞	朝霞旋華
	霞童	鳴子大賞(こどもの部)	ゆりの木保育園ゆりのきっず
	燦-SUN-		
ファイナルステージ賞 (演舞順)	音ら韻、朝霞和楽、朝霞なるこ遊和会、群青、富士見町内会武蔵(武州武蔵)、霞童、燦-SUN-、陵-RYO-、朝霞鳴子一族め組、夏舞徒、かつみ、CHIよREN北天魁		
地域コミュニティ振興賞	朝霞高校若樺	朝霞真誠塾	踊乱曾
	naruko dance team【いざき】	風来坊	さくら保育園さくらっこ

※市では、平成16年度から朝霞市民まつりを通じ、長年にわたり地域コミュニティの振興に寄与した市内の参加チームに、地域コミュニティ振興賞を贈っています。

優秀賞

かつみ



霞童



燦-SUN-



※勇壮な
大旗の競演※



各会場を旗士が
盛り上げました!

※彩夏祭の翌日に..
ボランティア清掃※



華やかな
北朝霞会場の
フィナーレ!



都市間交流ブース▼



◀彩夏ちゃんバルーンも登場♪



◀復興支援ブース

夏休みの思い出

7月27日(土)、浜崎黒目橋付近で環境学習講座「夏休み子ども水辺教室」が行われました。この教室は、「黒目川に親しむ会」「あさか環境市民会議」の皆さんの協力を得て、毎年この時期に行われています。

当日は、川の水質を調査し、黒目川の水環境について学習したり、黒目川に親しむ会による投網の魚とりのデモンストレーションを見学したりしたほか、参加者が黒目川に入り、手網を使って魚とりにも挑戦しました。



**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会員募集・行事案内を掲載しています。
問／市政情報課
☎463-3059 FAX 467-0770(代表)

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
※市外局番のない電話番号等の市外局番は(048)です。

行事案内

チャイルドライン電話の受け手養成講座(全13回)

日時／初回：9月28日(土) 午後1時30分～4時 会場／産業文化センター **費用／有料** **対象／18歳以上** **申込方法／**電話、FAXまたは当日直接会場へ **その他／**ほか12回の日時・会場等はお問い合わせください。 **主催／**団・団／特定非営利活動法人さいたまチャイルドライン ☎・FAX 486-7171 (月・火曜日のみ)

留学生支援のバザー

日時／9月29日(日) 午後1時～4時 会場／志木聖母教会 **その他／**バザー品を提供してください(品物の提供は9月15日(日)以降で)。前日・当日のボランティア募集 **主催／**アジアの留学生と交流する会 団・団／八代 ☎476-3376 (志木聖母教会への問い合わせはご遠慮ください)

宅建オープンセミナー

日時／9月26日(土) 午後1時～4時30分 会場／ゆめばれす(市民会館) **その他／**消費税増税前の住宅購入重要ポイントほか **主催／**団／公益社団法人埼玉県宅地建物取引業協会県南支部 ☎468-1717

埼玉県行政書士会朝霞支部無料相談会

日時／9月7日(土) 午前9時～正午 会場

／和光市本町地域センター **その他／**相続、遺言、各種許認可(建設業、産廃、風営等)、法人設立ほか **主催／**埼玉県行政書士会朝霞支部 問／松尾 ☎450-1390

健康づくり第4回楽脳まつり

日時／9月14日(土) 午前9時～午後4時 会場／中央公民館・コミュニティセンター **その他／**40団体の共同参加 **主催／**楽脳体操チーム 問／松山 ☎464-2717

ウクレレ講座 初・中級

日時／9月17日(火)・24日(火) 午後2時30分～4時 会場／中央公民館・コミュニティセンター **費用／**1,000円(教材費) **申込方法／**電話で **その他／**貸出しウクレレ有り(先着7人) **主催／**朝霞ウクレレ・サークル 団・団／小林 ☎090-6303-4321

オペラ彩 設立30年記念公演オペラ「マクベス」

日時／9月22日(日)・23日(月・祝) 午後2時開演(午後1時15分開場) 会場／サンアゼリア(和光市民文化センター) **費用／**全席指定 S席10,000円、A席8,000円、B席7,000円、C席5,000円、学生券3,500円、特別学生券(高校生まで)2,000円 **申込方法／**電話またはサンアゼリア、イトーヨーカドー、チケットぴあでチケットを販売 **その他／**両日午後1時45分から作品解説あり **主催／**団・団／特定非営利活動法人オペラ彩 和田 ☎201-3121

介護者サロン ほっと弁財

日時／9月12日(木) 午前10時～正午 会場／弁財市民センター **費用／**100円(お茶菓子代) **その他／**毎月第2木曜日に開きます。介護者同士が集い、日頃の悩みや思いを語りませんか。 **主催／**介護者サロン「ほっとの会」 団・団／森田 ☎080-3176-4938

(※)第28回朝霞市邦楽連盟演奏会

日時／9月29日(日) 正午～午後4時30分 会場／中央公民館・コミュニティセンター **主催／**朝霞市邦楽連盟 問／佐藤 ☎463-9717

(※)(朗読)あさか塾「気持ちを動かして声を出そう」(2回連続クラス)

日時／9月23日(月・祝)・27日(金) 午前10時～午後1時 会場／旧朝霞第四小学校プレハブ教室 **費用／**3,000円 **主催／**あさか塾 問／渡邊 ☎080-3607-3196

(※)アートマルシェウィーク企画「安西直紀氏トークライブ」

日時／9月29日(日) 午後2時～4時 会場／仲町市民センター **費用／**500円 **主催／**アトマンモス 問／大戸 ☎080-1138-6247

(※)平成25年度あさか市民大学講座 第2回健康づくり講座「東洋大学による健康教室」

日時／10月4日・11日・18日、11月8日・15日・22日(いずれも金曜日) 午前10時30分～正午 会場／わくわくどーむ(健康増進センター) **費用／**2,000円 **主催／**あさか市民大学 問／白石 ☎090-8337-5180

(※)詳細は市ホームページ(<http://www.city.asaka.lg.jp/soshiki/5/dengonban-gyoji.html>)をご覧ください。

会 員 募 集

楽しいゴスペル

日時／毎月第1・3木曜日 午後7時30分～9時 会場／仲町市民センター **入会金／**500円 **会費／**月3,500円 **対象／**小学生～高齢者 **その他／**健康で楽しく!! 問／平川 ☎090-3739-0032

団…申し込み 問…問い合わせ

広報あさか No. 676

発行日／平成25年9月1日(毎月1回1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CD(デジタイズ形式)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