

東朝霞 公民館 **生活教養講座**
「朝霞・わき水めぐり」

水をテーマに朝霞市内に点在するわき水と浄水場を見学します。自然の豊かさと、人間のテクノロジーを実感しませんか。


日時／6月4日(水) 午前9時15分～午後4時(雨天決行)
行程／(晴天の場合) 午前：水久保公園、根岸水路遊歩道、湧水代官水、不動堂水滝、博物館を見学して博物館で昼食。午後：バスで東京都朝霞浄水場、滝の根公園、子之神氷川神社の滝を見学し、東朝霞公民館で解散
 (雨天の場合) 若干コースを変更します。午後の行程は晴天の場合と同じ

対象／成人(約7km歩ける方) **費用**／100円(保険料)
案内／公民館職員 比留岡 栄和、中村 孝紀
定員／20人 **持ち物**／弁当、飲み物、敷物、雨具
 ※歩きやすい靴と服を着用してください。
申込方法／5月23日(金)午後4時まで電話または東朝霞公民館窓口で受け付けます。

東朝霞 公民館 **子どもふれあい広場**
「発達を促すベビーマッサージ」

赤ちゃんとのスキンシップにぴったりのベビーマッサージ！親子でリラックスしながら楽しみましょう。

日時／5月30日(金) 午前10時～正午
対象／赤ちゃんが3か月～1歳未満の親子
定員／10組20人 **費用**／1組100円(保険料)
講師／ベビーマッサージ協会認定講師 小澤 美智子さん
申込方法／5月21日(水)午後3時まで電話または東朝霞公民館窓口で受け付けます。



西朝霞 公民館 **レッツ・チャレンジ**
「お弁当作って気分はピクニック」


ご飯からおかずまでを自分で全部作り、お弁当を詰めます。完成したら見晴らしの良い島の上公園でいただきます。

日時／5月31日(土) 午前10時～午後1時
対象／小学3年生～中学生 **定員**／20人
講師／西朝霞公民館職員 **費用**／250円(材料費・保険料)
内容／卵焼き、にんじんきんぴら、ウインナー、プロックリー、ミニトマト
持ち物／米1合、お弁当箱、お弁当箱を包むハンカチ、はしセット
申込方法／5月23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。

北朝霞 公民館 **子育て講座**
「クラシックでリラックス子育て」

プロのピアノ演奏をお子さんと一緒に聴いてみませんか？子育てトークや手遊び歌でリフレッシュ！

日時／6月4日(水) 午後1時～2時
対象／未就学児と保護者 **定員**／30組60人
講師／ピアニスト 高木 梢さん **費用**／無料
曲目／「ノクターン第2番」(ショパン) ほか
申込方法／5月25日(日)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。



※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。

ご利用ください！朝霞市の各種相談窓口

※この内容は平成26年4月現在のものです。日時等は変更される場合がありますので、ご利用の際は各問い合わせへご確認ください。
 ※特に記載のないものは祝日・年末年始はお休みです。

名称	相談内容	日時	場所	相談員	問い合わせ
1. くらしの中での相談					
法律相談(予約制)	相続、離婚、多重債務など(企業、法人などを除き、個人の相談に限る)	毎週水・金曜日 《1組30分》 午前10時～正午 午後1時～3時	法律相談室 (市役所別館4階)	弁護士	地域づくり支援課 ☎463-2648 ※予約方法…電話または窓口
行政相談	行政に対する苦情、意見や要望など	毎月第2・4月曜日 午後1時～4時	行政相談室 (市役所別館4階)	行政相談委員	地域づくり支援課 ☎463-2648
消費生活相談	商品の品質や安全性、契約、悪質商法、多重債務など	毎週月～金曜日 午前10時～正午 午後1時～4時	消費生活相談室 (市役所別館4階)	消費生活相談員	地域づくり支援課 ☎463-1111 内線2256
人権相談	家庭内のもめごとや近隣とのトラブルなどで、人権に関する相談	毎月第1月曜日 (祝日の場合は翌週の月曜日) 午後1時～4時	市民相談室 (市役所1階)	人権擁護委員	人権庶務課 ☎463-1738
女性総合相談	夫婦、親子、嫁姑など親族間のもめごと。近隣、職場などの対人関係	毎週木曜日 午前10時～午後3時 ※祝日も実施	それいゆぷらざ (女性センター) ※中央公民館・コミュニティセンター内	女性総合相談員	それいゆぷらざ (女性センター) ☎463-2697
DV相談	DV(夫婦や元夫婦、恋人など親密な関係にあるまたはあった者同士の間で振るわれる暴力)について ・暴力(身体的、精神的、性的、経済的)を振るわれている ・デートDV(若い世代の男女の間で起こるDV)を受けているかもしれない など	毎週火～日曜日 午前9時～午後5時 ※祝日も実施 ----- 【専門の相談員による相談】 毎週火・土曜日 午前10時～午後4時 ※祝日も実施	【対面相談】 それいゆぷらざ (女性センター) ※中央公民館・コミュニティセンター内 【電話相談】 (相談専用) ☎463-0356	それいゆぷらざ (女性センター) 職員 ----- 【専門の相談員】 配偶者暴力相談支援センター相談員	それいゆぷらざ (女性センター) ☎463-2697

あさかの生涯学習へ
各種相談一覧

名 称	相談内容	日 時	場 所	相談員	問い合わせ
1. 暮らしの中での相談					
年金相談 (予約制)	年金について ・後納制度について詳しく知りたい ・年金加入記録の確認やねんきん定期便の見方 ・年金の請求に必要なものの確認 ・繰上げ・繰下げ受給 ・仕事をしながらの年金受給 ・遺族年金をもらうようになったときの自分の年金について ・障害者年金の請求 など	毎週木曜日 午後1時～6時	市民相談室 (市役所1階)	社会保険労務士	保険年金課 ☎463-1264
心配ごと相談	日常生活上の相談に応じ適切な助言・他機関への紹介など	【対面相談】 毎月第1・3・5金曜日 午後1時30分～3時30分 【電話相談】 毎月第2・4金曜日 午後1時30分～3時30分	溝沼老人福祉センター (相談専用) ☎486-2525	民生委員	社会福祉協議会 ☎486-2485
生活保護相談	病気や失業などにより収入が減少または途絶えるなどして生活に困窮しているなど	毎週月～金曜日 午前8時30分 ～午後5時15分	福祉課 (市役所1階)	福祉課職員	福祉課 ☎463-1576 463-1562
外国人生活相談	多言語(英語、スペイン語、中国語、ポルトガル語、韓国・朝鮮語、タガログ語、タイ語、ベトナム語、やさしい日本語)での電話による簡単な生活相談	毎週月～金曜日 午前9時～午後4時	外国人総合相談センター埼玉 (埼玉県浦和合同庁舎3階)	外国人生活相談員	外国人総合相談センター埼玉 ☎048-833-3296 ☎048-833-3600 ✉sodan@sia1.jp
2. 税金に関する相談					
税務相談 (予約制)	納税および申告手続など、税務全般について	毎月第3月曜日 (祝日の場合は翌日) 午前10時～午後3時	市民相談室 (市役所1階)	関東信越税理士会 朝霞支部所属税理士	課税課 ☎463-2851
税務相談 (税理士会) (予約制)	納税および申告手続など、税務全般について	毎週水曜日 午後1時30分～4時	関東信越税理士会 朝霞支部事務局	関東信越税理士会 朝霞支部所属税理士 (関東信越税理士会朝霞支部)	関東信越税理士会 朝霞支部事務局 ☎465-0025
休日納税相談	・市税を納期限内に納税できない方への納付方法の相談 ・市税の納付	毎月第1・3日曜日 (5～7月は第4も実施) 午前8時30分～正午 ※1月の第1を除く。	収納課 (市役所2階)	収納課職員	収納課 ☎463-2023
3. 仕事に関する相談					
内職相談	内職に興味がある方や希望する方への相談・あっせんについて内職の求人をしたい事業者からの相談も受付けています	毎週火・金曜日 午前9時～正午 午後1時～4時	市民相談室 (市役所1階)	内職相談員	産業振興課 ☎463-1903
労働・社会保険相談	賃金・労働時間・解雇をはじめとした労働条件など労働全般について	毎月第3土曜日 午後1時～4時	産業文化センター	社会保険労務士	産業振興課 ☎463-1903
金融よろず相談 (予約制)	事業運営や経営の安定化に必要な運転資金、設備資金また開業資金など保証協会の保証付き融資について	毎月第1木曜日 (1組1時間) 午後1時30分～4時30分	産業文化センター	埼玉県信用保証協会職員	産業振興課 ☎463-1903
起業家育成相談 (1週間前までに予約)	開業全般、事業計画、資金繰り、マーケティング、創業後の経営課題などについて	随時 午前10時～午後7時 (1組2時間) (土・日曜日、産業文化センター休館日を除く)	産業文化センター	中小企業診断士	産業振興課 ☎463-1903
就職支援相談 (予約制)	就労希望者を対象とした就職に関する悩みについて ・面接試験に自信がない ・自分に向いている仕事かわからない など	毎月第2・4水曜日 (1組1時間) 午前10時～正午 午後1時～4時	第2水曜日： 産業文化センター 第4水曜日： 市民相談室 (市役所1階)	キャリア・コンサルタント等	産業振興課 ☎463-1903
4. 健康・福祉に関する相談					
健康相談・ 各種相談	心身の健康・各種健(検)診後の相談 子どもの心身の発育発達や育児に関する相談等	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	保健センター	保健師	健康づくり課 ☎465-8611

名 称	相談内容	日 時	場 所	相談員	問い合わせ
4. 健康・福祉に関する相談					
栄 養 相 談	食生活・栄養について	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	保健センター	管理栄養士	健康づくり課 ☎465-8611
こころの健康相談(予約制)	・精神面の健康に心配のある方およびその家族 ・認知症を含む精神障害者およびその家族	毎月1回 ※日程は広報あさかおよび市ホームページでお知らせします。	保健センター	精神科医師・精神保健福祉士等	健康づくり課 ☎465-8611
精神保健福祉相談	精神の病気や福祉サービスなどについて	毎週火・金曜日 午後1時～5時15分	障害福祉課(市役所1階)	精神保健福祉士	障害福祉課 ☎463-1598
障害のある方のための相談	障害福祉サービスの利用などについて	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分	総合福祉センター(はあとびあ3階)	相談支援専門員	はあとびあ障害者相談支援センター ☎486-2400
福祉サービス苦情相談	自宅や施設での福祉サービスに対する苦情・不満について	毎週月～金曜日 午前9時～午後4時	彩の国すこやかプラザ	埼玉県運営適正化委員会事務局職員	埼玉県運営適正化委員会 ☎048-822-1243
障害者虐待についての相談	障害者の虐待について ・虐待を受けている ・障害者への虐待を見たり聞いたりした ・障害者の介助の負担が重いなど	随時 午前8時30分～午後5時15分(これ以外の時間および休日は、市役所警備員室で電話を受付し、折り返し担当者から電話します)	障害福祉課(市役所1階)	障害福祉課職員	障害福祉課 ☎463-1598
5. 高齢者に関する相談					
高齢者総合相談	高齢者や家族、地域住民の方からの総合的な相談、支援について	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時	地域包括支援センター(市内5か所、お住まいの地域によりセンターが異なりますのでお問い合わせください)	社会福祉士・主任介護支援専門員・保健師あるいは経験のある看護師	長寿はつらつ課 ☎463-1921
高齢者健康相談	健康づくりや病気療養、そのほか健康上の心配ごとに関する相談	毎月各会場1回 午後1時30分～3時 ※日程は各会場にお問い合わせください。	浜崎老人福祉センター 溝沼老人福祉センター	保健師・看護師・栄養士	浜崎老人福祉センター ☎486-2476 溝沼老人福祉センター ☎464-5488
6. 子どもに関する相談					
家庭児童相談	家庭における児童の養育について ・子育てで悩んでいる(保護者より) ・友達とうまく付き合えない(子どもより) ・子どもへの虐待かな(地域の方より) など	毎週月～金曜日 午前9時30分～午後4時	家庭児童相談室(市役所2階)	家庭児童相談員	家庭児童相談室 ☎463-2231
子 育 て 電 話 相 談	乳幼児の育児について ・母乳はいつやめればいいのかも ・他の子より成長が遅いかも ・夜泣きが大変 ・引っ越してきたばかりで近所に知り合いがないなど	毎週月～土曜日 午前9時～午後5時	さくら子育て支援センター(さくら保育園内)	子育て支援センター職員	さくら子育て支援センター ☎467-4152
		毎週月～木・土・日曜日 午前9時30分～午後5時30分	きたはら子育て支援センター(きたはら児童館内)		きたはら子育て支援センター ☎476-8686
朝 霞 市 子 ども 相 談 室	・いじめや不登校など学校生活について ・子育てや家族関係など家庭生活について ・適応指導教室について	毎週月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 ※事前にお電話ください。	子ども相談室 ☎471-8080 ☎487-1234	教育相談員	教育指導課 ☎463-2884
7. 不動産・住まいに関する相談					
不 動 産 無 料 相 談 (予 約 制)	不動産に関わる賃貸、売買またはトラブル等について	毎月第2木曜日(祝日の場合は第3木曜日) 午後1時～4時	(公社)埼玉県宅地建物取引業協会 県南支部(本町1-2-26)	不動産無料相談員	(公社)埼玉県宅地建物取引業協会 県南支部事務局 ☎468-1717
住宅建築相談(予約制)	住宅の耐震工事やリフォーム、省エネ住宅等について	毎月第2水曜日(1月は第3水曜日) 午後2時～4時	市民相談室(市役所1階)	建築士	(社)埼玉県建築士事務所協会 県南支部事務局 ☎461-4507
分譲マンション管理相談(毎月第3月曜日から相談日の2日前までに予約)	分譲マンションの管理や管理組合の運営について ・滞納金、大規模修繕、工事、管理委託など	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(定員3組、1組50分)	市民相談室(市役所1階)	マンション管理士	まちづくり推進課 ☎463-2518 ※予約方法…電話または窓口