

2016

9

平成28年

 広報

No.712

毎月1回1日発行

あさか



©彩夏ちゃん

私が暮らしたいまち 朝霞

特集

地震に備えましょう.....	P.2
男女平等推進情報「そよかぜ」.....	P.4
へるすアップ.....	P.6
シリーズ“暮らしたいまち”を目指して.....	P.7
彩夏祭特集.....	P.38

市長コラム	P.8
情報BOX	P.9
ようこそ!あさかの生涯学習へ	P.25
わたくしたちの健康	P.34
みんなすこやか	P.35
PHOTO NEWS	P.36
各種相談一覧	P.36
市民伝言板	P.37



朝霞を彩る夏の風物詩 ～第33回朝霞市民まつり「彩夏祭」～

3日間にわたって朝霞会場と北朝霞会場の2会場で盛大に開催された第33回朝霞市民まつり「彩夏祭」。祭りのメインイベントである、本州で最古のよさこい鳴子踊りの祭典「関八州よさこいフェスタ」には、全国から96チーム、約6,000人が参加しました。

上記写真の「大旗の競演」では各チームの旗が公園通りに勢ぞろいし、迫力満点に舞う旗に多くの観客が魅了されました。

また、6日(土)の夜には一時間で9,000発もの花火が打ち上がり、朝霞の夜空に咲いた大輪の花に大きな歓声が沸き上がっていました。

※彩夏祭特集は、38～39ページに掲載しています。

市では広報あさかのほか、ホームページ、ツイッター、フェイスブックページなどで情報をお知らせしています。

ホームページ
http://www.city.asaka.lg.jp/



携帯サイト
http://www.city.asaka.lg.jp/mobile/



ツイッター
https://twitter.com/asaka_city



フェイスブックページ
https://www.facebook.com/asakacity.koho



えましよう

問／危機管理室 ☎463-1788



在宅避難への備えも

避難所は多くの人が集まり、プライバシーもなく不自由な生活を強いられます。避難所は、家が火災になり、あるいは倒壊してしまい、住むところがなくなったという場合に利用する所で、地震が起こったからといって必ず行かなければならない場所ではありません。家が耐震化されており、きちんと食料の備蓄をしていれば、あえて避難所に行く必要はありません。

少なくとも、避難所での生活よりは、自宅で生活された方が過ごしやすいと考えられます。

首都直下地震はいつ起こるかわかりません。首都圏で震度6弱以上の地震が発生する可能性は、今後30年以内に70%以上と言われています。被害を最小限に抑えるには、一人ひとりが慌てずに適切な行動をすることが重要です。

自分や大切な人の命を守るため、皆さんが地震について関心を持ち、いざというときに落ちついて行動できるよう、日頃から心の準備をするとともに災害への備えをしておくことが大切です。

地域防災計画を改訂しました

市では、市民の生命と財産を災害から守るために、災害対策基本法に基づき「地域防災計画」を定めています。昨今の大規模災害の教訓や関係法令の改正などを踏まえて、基本目標を「減災に向けた防災に強いまちづくり」とし、新たに3つの減災目標を設定し、平成28年3月に全面改訂しました。主な改訂点は次のとおりです。

●新たな3つの減災目標

- ①震災による死者数を半減する。
- ②水害による死者を出さない。
- ③自主防災組織の結成率を100%にする。

主な改訂点

●備蓄目標の見直し

地震被害想定の見直し等を踏まえて、市や市民の皆さんの目標とする備蓄量を修正しました。

●集中豪雨対策の強化

平成26年6月の集中豪雨を踏まえて浸水防止対策や内水はん濫への警戒を迅速に行います。

●女性視点の防災対策の強化

女性や子どもに配慮した避難所運営、女性防災リーダーの育成等を積極的行います。

●避難行動要支援者の支援体制の強化

自力避難が困難な要介護高齢者や障害のある方の名簿を作成し、支援体制を整備します。

●地域の防災担い手のネットワークづくり

地域防災の担い手となる地域の団体同士が顔の見える関係を構築します。

なお、地域防災計画は市ホームページからご覧いただけます。

(URL : <http://www.city.asaka.lg.jp/soshiki/6/chikibousai.html>)



自助、共助の重要性

地震発生直後の救助活動は行政だけでは十分な対応をすることは難しいため、自助（自分で自分の身を守る）や共助（家族や地域コミュニティで共に助け合う）が重要です。

首都直下型地震と特徴が似ている阪神・淡路大震災では、生き埋めや閉じ込められた際の救助については7割が自助、2割が共助、1割が公助でした。

このことから、ご自身の防災力（自助）と助け合う地域コミュニティ（共助）が重要です。



地域防災ネットワークを大切に

震災発生時に地域に求められることは、初期消火、救出救助、応急手当、配慮を要する方の安否確認や避難誘導等の支援、避難所運営など多岐にわたることから、少しでも多くの人から活動に係わってもらうことが大切です。

その中核を担っていただくのは、自治会、町内会や自主防災組織、民生委員児童委員、消防団です。

災害時には地域の多くの人たちが、少しずつでも出来ることをしていただくことが減災の第一歩です。

これが、地域防災ネットワークです。

地震に備

非常持出品を準備しましょう

実際に災害が発生した場合、その被災地に救援物資が届くまでには3日ほどかかると予想されます。非常持出品や3日分（推奨は1週間分）の非常食を備えるようにしましょう。

●主な非常持出品の例

携帯ラジオ、懐中電灯、非常食、飲料水、救急薬品や常備薬、貴重品、履物、日用品、安全対策品など



家族で話し合いをしましょう

地震が発生した場合には、家族が離れ離れになり、安否確認ができなくなる恐れがあります。

事前に家族の集合場所や連絡方法を決めておきましょう。また、自宅から最寄りの避難所のルートなどを確認しておきましょう。

地震発生時の避難場所等一覧

施設名	緊急避難場所	避難所	施設名	緊急避難場所	避難所	施設名	緊急避難場所	避難所
朝霞第一小学校	○	○	朝霞第五中学校	○	○	東朝霞公民館	○	○
朝霞第二小学校	○	○	浜崎保育園	○	×	内間木公民館	○	○
朝霞第三小学校	○	○	東朝霞保育園	○	×	西朝霞公民館	○	○
朝霞第四小学校	○	○	溝沼保育園	○	×	弁財市民センター	○	○
朝霞第五小学校	○	○	本町保育園	○	×	朝志ヶ丘市民センター	○	○
朝霞第六小学校	○	○	根岸台保育園	○	×	宮戸市民センター	○	○
朝霞第七小学校	○	○	北朝霞保育園	○	×	栄町市民センター	○	○
朝霞第八小学校	○	○	栄町保育園	○	×	仲町市民センター	○	○
朝霞第九小学校	○	○	泉水保育園	○	×	溝沼市民センター	○	○
朝霞第十小学校	○	○	さくら保育園	○	×	根岸台市民センター	○	○
朝霞第一中学校	○	○	宮戸保育園	○	×	膝折市民センター	○	○
朝霞第二中学校	○	○	仲町保育園	○	×	青葉台公園	○	×
朝霞第三中学校	○	○	南朝霞公民館	○	○	県立朝霞高等学校	○	○
朝霞第四中学校	○	○	北朝霞公民館	○	○	東洋大学朝霞キャンパス(体育館)	○	○

緊急避難場所…一時的に避難できる場所

避難所…避難生活を送るところ

災害用伝言ダイヤルの活用方法

災害用伝言ダイヤルは地震などの発生により、被災地への通信が増加し、つながりにくい状況になった場合にNTTから提供が開始される声の伝言板です。

操作方法

録音する(伝言を吹き込む)

- ①171番
- ②ガイダンスに従い「1」を入力する。
- ③電話番号を入力する。
- ④伝言を吹き込む。(30秒以内)

再生する(伝言を聞く)

- ①171番
- ②ガイダンスに従い「2」を入力する。
- ③電話番号を入力する。
- ④伝言を聞く。(新しい伝言から再生)

※ご利用できる電話機については、ご契約の通信事業者にご確認ください。

家の中を確認しておきましょう

大地震が発生した場合、家具は凶器となり、私たちに襲いかかります。

タンスや食器棚を壁に固定しておくことや、窓ガラスに飛散防止フィルムを貼る、カーテンを閉めておくなどガラスの飛散防止対策をしましょう。また、寝室には背の高い家具を配置しないようにしましょう。

問…問い合わせ

大切だとわかっていながら、ついつい後回しにしがちな防災準備。自分自身で考えて行動できるために、【定期的に防災のことを見直す日】＝防災会議Dayを作りませんか？

「そよかぜ」では、すぐに始められる、そして頑張り過ぎない「わたし流防災会議 Day」を提案します。各自が「防災力」をアップさせましょう!!

会議
1回目

1st Day ～ 防災カードを作ろう ～ 各自が財布やふだん使っているカバンの中に“お守り”のように入れておきましょう

議題1：災害発生時の集合場所の確認について

議題2：携帯電話が使えない（持っていない）場合の連絡方法について

※平日や休日、日中や夜間などさまざまなシチュエーションで考えておくとうれしいですよ。

災害用伝言ダイヤルを実際に使ってみよう！
体験利用は毎月1・15日などにできます。
詳しくは「災害用伝言ダイヤル」で検索！

<https://www.ntt-east.co.jp/saigai/voice171/>



【表】

名前	性別	血液型
生年月日		
アレルギー・持病・内服薬		
住所		
自宅電話番号	携帯番号	
学校・勤務先		
緊急連絡先		

【裏】

FreeSpace
他県に住む親戚の連絡先を書く、家族やペットの写真を貼る…etc

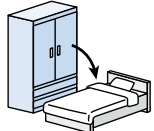
NTT 災害伝言ダイヤル171
伝言の録音方法 171にダイヤル→1
伝言の再生方法 171にダイヤル→2
被災地の方はご自宅の電話番号を入力、被災地以外の方は、被災地の方の電話番号を市外局番から入力

会議
2回目

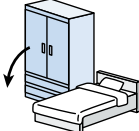
2nd Day ～ 安全ですか？あなたの部屋 ～ 安全対策、見直してみましょう

議題1：家具の配置を考える

×

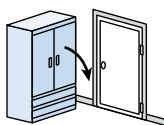


○

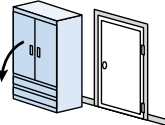


●寝ているところに家具が倒れてこないように家具の向きや位置を検討しましょう。

×

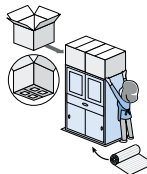


○



●廊下や部屋の出入り口付近には背の高い家具は置かないようにしましょう。

議題2：身近な物で固定する



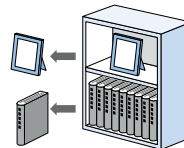
家具を固定したら終わりというわけではありません。時間の経過によるネジのゆるみ、粘着性のチェックなど定期点検も忘れずに!!

議題3：重心を下げる

重いものを下段に置くことで重心が下がり、転倒防止につながります。

軽

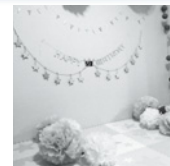
重



★地震対策もしつつ、インテリアはあきらめたくないあなた!!★

- ポスターフレームはガラスではなくプラスチック製に。
- 飾りはプラスチック製や落ちて割れない物を選ぶ、両面テープで固定するなどの工夫を。
- 寝室には背の高い家具は置かない（ウォールシールやペーパーポンポン、ガーランドなどで楽しんで）。

わたし流
POINT



会議
3回目

3rd Day ～ 非常用 持ち出しリュックを作ろう ～ 各自が1つずつ自分で用意できると良いですよ

持ち出しリュックの中身の例です。各家庭に必要なものもさまざまですので、「わたし」には何が必要かチェックしてみましょう。

★わたし流リュックを作ってみよう★

わたし流
POINT

非常持出袋

★荷物がかさばる場合★
タオルや洋服などは圧縮袋を使うとコンパクトにできます。
※家での備蓄も考えておくとよいでしょう。避難する期間、場所、時期によって中身も変わります。定期的の中身や賞味期限のチェックを。

- ★水
- ★マスク
- ★タオル
- ★常備薬
- ★生理用品
- ★歯ブラシセット
- ★長袖シャツ&靴
- ★化粧品
- ★消毒液
- ★おしりふき
- ★笛
- ★筆記用具&メモ
- ★ごみ袋
- ★現金
- ★アメ

それいゆちゃん【女性一人暮らし】リュック(例)

衛生・生活用品

- ☐ 生理用品×1回の周期分
- ☐ 携帯用トイレ
- ☐ 常備薬×1週間分
- ☐ マスク×5枚
- ☐ 手袋
- ☐ ラップ類
- ☐ ワセリン
- ☐ ジェルタイプの消毒液
- ☐ 歯ブラシセット
- ☐ おしりふき（刺激が少ないので、身体のほかデリケートゾーンにも使える）

子ども用

- ☐ オムツ
- ☐ 哺乳瓶
- ☐ 粉ミルク
- ☐ 離乳食

ペット用

- ☐ ペットフード
- ☐ ペットシート
- ☐ リード
- ☐ 新聞紙

衣類

- ☐ 長袖シャツ&歩きやすい靴
- ☐ 大判ストール
- ☐ タオル

その他

- ☐ 笛1個
- ☐ 雨がっぱ
- ☐ 筆記用具&メモ
- ☐ アーミーナイフ
- ☐ 化粧品（基礎化粧品・眉筆など）
- ☐ ごみ袋（45ml）
- ☐ 現金（札+小銭：10円玉を中心に）

食品

- ☐ 水
- ☐ アメ
- ☐ レトルト食品

高齢者用

- ☐ 老眼鏡
- ☐ 入れ歯用洗浄剤
- ☐ 大人用オムツ

4th Day ～防災さんぽにでかけよう!!～ 非常用持ち出しリュックを背負って、避難場所まで実際に歩いてみましょう

市内の避難場所については、市ホームページ→地図で探す→避難場所 から探すことができます。



⚠️ 注意点 ⚠️

- 川を渡るのは危険!! 橋の倒壊の恐れがあります。
- 倒壊した建物!! 高い建物が倒壊すると、道が塞がれてしまうこともあります。
- いつも同じ道が安全とは限りません。「どこかが通れない」など色々な場面を想定し、ルートを変えて散歩してみましょう。

チャレンジ!!! 防災クイズ いつ来るかわからない地震等に備えて、防災力をアップさせましょう。

- Q1：家にいるときに突然の大きな揺れ!! 最初にとるべき行動は？
A. 机の下に隠れる B. 急いで家から飛び出して避難する C. 台所へ行き火元の確認をする。
- Q2：子どもだけで家にいる時に大地震発生!! 両親など大人が留守で連絡が取れない時どうする？
A. 大人の帰りを待つ B. 子どもだけでも急いで避難所に向う C. 近所の大人の指示に従う
- Q3：あなたが外にいるときに大地震が発生!! 一番正しい避難場所は？
A. 交番 B. ガソリンスタンド C. コンビニエンスストア

回答

- Q1→A 台所の火元は気になりますが、食器棚などが倒れてくると危険です。家からすぐ飛び出してしまうのも、塀や家の窓ガラス、看板が落下してくる危険もあります。揺れが収まるまでは、周りに何も無い廊下やテーブルの下に逃げましょう。
- Q2→C もし、お父さん・お母さんがいない場合でも決して慌てないで、近所の知っている大人の言うことをよく聞いて行動しましょう。安全な場所へ逃げてからお父さん・お母さんに連絡を取りましょう。「防災カード」(4ページ掲載)を作るときに連絡手段について話し合っておくといよいでしょう。
- Q3→B ガソリンスタンドは実は火災にも地震にも強い施設です。阪神淡路大震災では、実際に大きな火災がガソリンスタンドで焼け止まりになったという例もあります。

最後に…… ～もしも災害が起こり、避難所生活を余儀なくされてしまったら～

避難所では限られた空間の中で多くの人たちが集団生活を強いられます。被災者が更なる二次被害を受けることがないように、工夫することが必要となってきます。過去の大震災では、女性や子どもに対する暴力(DV・性犯罪など)が増加したという調査報告があり、女性や子どものための相談窓口を設置することも重要となってきます。

東日本大震災で避難生活が長期化する中で「女性の視点」が重視され、熊本地震では避難所における間仕切りや更衣室、トイレ、授乳室の設置や女性への注意喚起など、その時の経験が生かされました。「炊き出しは女性の、指示を出すのは男性の仕事」という意識では画一的な支援になりがちです。運営側に女性の責任者を配置し、避難者の視点に立つため細やかで継続的な支援を行うことが重要です。

地震、台風、水害など「災害が起こること」は防ぐことができません。しかし、「自ら考えて防災対策をする」こと、そして「災害が起こった後にどう対応していくか」で、二次被害を少しでも軽減していくことができるのではないのでしょうか。

[Book コーナー]

「何が起きても命を守る 防災減災BOOK」 ゆうゆう編集部 (編集)

もしものときに備えて、大切な人との連絡手段を決めたり、外出時のために緊急用グッズを入れたポーチを用意するなど、今すぐやるべきことが具体的に紹介されています。家族やペットを守るための心得や、いざという時に取るべき行動などの知識も身につきます。こういった防災対策を後回しにしていた人もすぐに始めたい、オススメの1冊です。

【そよかぜ協力員】



協力員感想

- ★日常的に防災を意識し続けることがとても大切だと実感しました。防災会議Dayを我が家風にアレンジして続けていきたいです。(あまぐり)
- ★非常用の備蓄品はあるものの、置き場所を家族に知らせていないことに気が付きました。いざというときに誰もが使えるよう、我が家も早めに防災会議を開いて皆に知らせようと思います。(うつぼ)
- ★防災意識を持ち続けられるように、日頃から話し合いや防災対策をしようとして改めて思いました。(きんぎょ)
- ★家族はもちろん、近隣の住人・身の周りの人たちとコミュニケーションによって得られる情報が重要だと強く感じました。この紙面を機に皆さんの防災意識を少しずつ高められれば、やがて大きな防災力になるはず! と思います。(チョコ)

～♪それいゆぷらざ(女性センター)を是非ご利用ください♪～

それいゆぷらざでは、情報・交流コーナーにおいて男女共同参画に関する図書の貸し出しや情報発信(情報紙や講座のチラシの設置・インターネット閲覧など)を行っています。また、団体登録も行っています。是非お立ち寄りください。※男女平等推進情報「そよかぜ」は、公募市民の企画・編集協力員と協働し、広報あさか9月号と3月号に掲載しています。

☎/それいゆぷらざ(女性センター) ☎463-2697

☎…問い合わせ



ロコモ予防で

へるす アップ

問

健康づくり課

☎465-8611

歩き方のポイント

目線：
10～20m先を見
るようにします。

腕振り：
肘は後ろへ。
背中を意識し
て肩甲骨を動
かします。肩
甲骨が動くと
骨盤の動きが
運動します。

足の裏全体：
かかとからつま先へ足
の裏全体を使います。

呼吸：
吐く息を意識しま
す。
有酸素運動の基本
を意識します。
疲れたら、おなか
を意識してゆっく
り吐きます。横隔
膜が動くことで、
たくさんの酸素が
肺に入ります。

ウォーキングははじめませんか？

ウォーキングは、心臓に負担が少なく、

体力に自信がない人でも気軽に始められます!!

市民の約4割の方が、「身体を動かしたいと思うが実行できない理由」として「忙しくて時間が無いから」と回答しています（朝霞市民健康意識調査から）。ウォーキングは、ストレス解消や脳の活性化などの精神的効果と、心肺機能の向上や生活習慣病予防の身体的効果の両方の効果があります。普段の生活に、歩くことを取り入れてみませんか？

（国は、1日の推奨歩数を男性10,000歩、女性8,000歩としています）

※「ロコモ」とは、ロコモティブシンドロームの略で、筋肉、骨、関節等の運動器の働きが衰え、歩行や日常生活に何らかの障害を来している状態をいいます。

ウォーキングの効果

- 健康の維持
- ストレス解消
- 肥満の防止
- 生活習慣病の予防
- 心肺機能の向上
- 筋力低下の予防

ロコモ予防につながります

※歩く前と後には、必ずストレッチを行いましょう！
（資料提供：健康あさか普及員）

喫煙マナーを心がけましょう

たばこは吸っている人よりも、周りにいる人のほうに悪影響があります。たばこを吸わない人が知らないうちにたばこの煙を吸わされていることを「受動喫煙」といいます。喫煙者が吸うたばこの煙「主流煙」よりも、たばこの火から立ちのぼる「副流煙」のほうが多くの有害成分が含まれます。喫煙者は周りの人への配慮を忘れずに喫煙マナーを心がけましょう。

健康あさか普及員の活動

〈普及員数：156人（平成28年7月現在）〉

6月9日(木)、保健センターで今年度2回目の健康あさか普及員意見交換会を実施しました。グループに分かれて意見交換をするだけでなく、歌ったり、バレーダンスで身体を動かしたり、ロコモ予防の勉強をして盛り沢山の内容でした。

また、今年度すすめるロコモ予防普及のための活動内容の話し合いと、中心となって活動する普及員のリーダー選出を行いました。健康あさか普及員とは、朝霞市と共に健康づくりをすすめるボランティアの方々です。一緒に健康づくり普及活動を行いませんか？

問い合わせは健康づくり課へ（次回開催は9月12日(月)午後の予定です）。



講演会の「第1部 立ち上がり習慣のススメ 座りすぎに注意」
お知らせ「第2部 埼玉県健康長寿サポーター講習」

時間がなくても、生活の中でできる
健康づくりのヒント見つけませんか？

開催日時：10月11日(木)

午前10時～午後0時15分（開場午前9時40分）

講師：早稲田大学 教授 岡 浩一朗さん

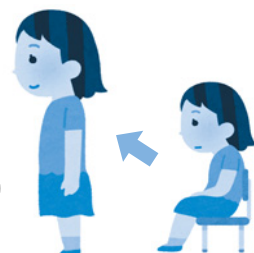
会場：ゆめぱれす（市民会館）

対象：市内在住・在勤の方

定員：先着200人

申込方法：当日直接会場へ ※手話通訳あり

第2部まで受講された方に
サポーターブックを
プレゼント!!



水道水の安定した供給と震災への備えのために、**老朽化した水道管の布設替え**を行っています。

5年前の東日本大震災の際は、市内の水道管に影響はありませんでした。しかし、首都圏直下型地震など、近年起こりうる大地震に備え、計画的に水道施設の耐震化を進めています。

もしも、災害などで給水が止まってしまった場合でも、浄水場の配水池や貯水槽、自家発電設備を備えた深井戸があり、市民一人当たり約10日分の水が確保できる見込みです。また、非常時には、応急給水所を開設したり、地域防災拠点で給水車による飲料水の提供を行うほか、配水管路の早期復旧にも努めていきます。

☎水道施設課

☎463-1204



子育て中の保護者が安心して育児ができるまちであるよう、市では**ファミリー・サポート・センター**（以下、ファミサポ）を運営しています。ファミサポでは、子育てを手助けしてほしい方（ファミリー会員）、子育てをお手伝いしたい方（サポート会員）お互いが会員となり援助し合っています。急な残業が入ったので保育園のお迎えをお願いしたい、体調を崩してしまい子どもの面倒を見てほしい、美容院でリフレッシュしたいわずかな時間だけ…などの援助の依頼に応じてくれます。

ファミサポを利用されたファミリー会員のIさん、T君（1歳2か月）親子と、お預かりしたサポート会員のKさんを訪ねました。



Iさんは、T君がまだ1歳にならない頃、1歳未満では公営保育園の一時預かりが利用できずファミサポを勧められたことをきっかけに、現在まで利用しています。

Kさんは数年前に近所のお子さんを預かる際、サポート会員になれば保険など万が一のフォローがありお互いに安心だと考え、養成講習会への参加を経て登録しました。現在までに5、6人のお子さんを預かってきたKさんですが、その成長を間近に見られることが楽しく、これからも積極的にのお預かりしていくつもりです。

☎ファミリー・サポート・センター ☎485-2503



**安全・安心な
まち**

シリーズ
**“暮らしつづけたいまち”を
目指して**

「私が 暮らしつづけたいまち 朝霞」は、今年の4月にスタートした朝霞市の最上位計画「第5次朝霞市総合計画」がこれから10年間にわたり共通の目標とする姿です。

**子育てが
しやすいまち**

**つながりのある
元気なまち**

では、どのようなまちであれば、「私が 暮らしつづけたい」
と思えるのか…まちの具体的な姿を4つの基本概念(コンセプト)としてまとめました。このコンセプトを市民の皆さんと市で共有し、同じ方向を向いて力を合わせて取り組んでいくこととなります。

その一場面をこれから毎月紹介していきます！

☎政策企画課 ☎463-3089



**自然・環境に
恵まれたまち**

豊かで活力ある地域社会の実現を目指し、市では社会に貢献しようとする**市民や市民活動団体へ支援**を行っています。

活動経費の補助のほか、シニア世代の地域活動の参加を促すため、「シニア世代の地域デビュー支援セミナー」として、地域デビューのノウハウを学ぶ講座などを市民活動団体と協働で開催してきました。今年の3月に開催した「さくらのバッグチャームづくり」は、日本の伝統美を伝えている市民活動団体『和のこと遊び』との共催です。

代表の石川さんは、日本の伝統や文化を形式ばって学ぶのではなく、普段の生活の中で四季に合わせて楽しく触れてほしい、ひとを敬い相手を思いやる日本の心を学んでほしいと考えています。次の企画は親子で楽しむ「茶の湯遊び」。



9月4日(日)中央公民館で開催します。日本の伝統や文化をまずは地域に、やがては世界に発信していくことが願いです。

☎市民活動支援ステーション・

シニア活動センター ☎463-1417



わくわくどーむ前のラベンダー畑は、毎年7月頃、美しい景観と優しい香りを訪れる人たちに与えてくれています。

子どもからお年寄りまで様々な方が交流しながら「彩りあふれる みどりの朝霞」をつくる取り組みのひとつとして、市内の公園や緑地で四季を通じて楽しめるよう、市民ボランティア団体の皆さんに花の植栽や管理をいただいています。



ボランティア団体による公園の管理の輪が広がり、地域のみどりを大切にする気持ちが各地で育まれていくよう、市もサポートしています。企業など、事業者さんの参加もお待ちしています。



☎みどり公園課 ☎463-0374



※QRコードを読み取ると、それぞれ市ホームページ内の関連ページを見ることができます。

うやまう
敬

富岡 勝則

皆さんこんにちは。

今年の朝霞市民まつり「彩夏祭」は、楽しんでいただけましたでしょうか。よさこい鳴子踊りに魅せられた一人として、踊り子の素敵な笑顔と躍動感あふれる演舞に酔いしれた3日間でした。猛暑の中、熱い演舞を披露してくれた踊り子の皆様に敬意を表するとともに、実行委員会や関係者の皆様、また、ご協賛くださった皆様に深く感謝を申し上げます。

さて、熱戦が繰り広げられたリオデジャネイロオリンピックですが、連日にわたる日本人選手の活躍で寝不足になられた方も多かったのではないのでしょうか。うれしいことに本市にゆかりのある選手として先月号の広報でご紹介した東洋大学の萩野公介選手が競泳400m個人メドレーで金メダル、200m個人メドレーで銀メダル、そして800mリレーでは、自衛隊体育学校の江原騎士選手と一緒に出場し、

東京五輪以来52年ぶりとなる銅メダルを獲得しました。また、陸上競技では、400mリレーで東洋大学の桐生祥秀選手が銀メダルを、50km競歩では自衛隊体育学校の荒井広宙選手が競歩界初のメダルとなる銅メダルを獲得しました。本当におめでとうございます。今回は残念ながらメダルに手が届かなかった選手の皆さんも大変お疲れ様でした。皆さんの懸命に戦う姿や競技終了後に健闘をたたえ合い相手を敬う姿は、子どもたちのお手本になるとともに、私たちに多くの感動や勇気を与えてくれました。改めてスポーツのすばらしさを感じた17日間でした。

ところで、9月19日(月)は敬老の日です。市では、これまでの演芸ショーを中心とした敬老会を見直し、敬老の日の趣旨に立ち返って、長年にわたり社会に貢献をされてきた方々に敬意と感謝の意を表す「長寿を祝う会」を開催することにしました。当日は、今年度77歳(喜寿)、88歳(米寿)、99歳(白寿)、100歳(百寿)を迎えられる市民の皆さんをお招きして、五月の会と舞乃会社中の皆さんによる日本舞踊や朝霞第十小学校の合唱団「うたの輪」による合唱、林家木久扇さんの落語で長寿をお祝いしたいと考えています。ご来場いただいた全ての方が楽しんでいただける会になればいいなと思っています。

ではまた。

マイナンバーカードを申請しましょう！ & マイナンバーカードを受け取りに行きましょう！

マイナンバーカードは、初回は無料で作成できます。写真付きの公的身分証として利用できるほか、e-TAX、コンビニ交付、マイナポータルなど、今後さまざまな利用ができるようになります。作成までに時間がかかりますので、お早めにご申請ください。

マイナンバーカードを申請された方には、「個人番号カード交付・電子証明書発行通知書兼照会書」(交付通知書)が郵送されます。交付通知書が届きましたら、交付通知書に記載されている期限までにご来庁ください。

☆交付通知書を失くされた方☆

交付通知書に代わる照会書を郵送しますので、総合窓口課までご連絡ください。

☆マイナンバーカードの受取場所☆

<月～金曜日(祝日を除く)>

市役所総合窓口課 午前8時30分～午後5時15分(予約不要)

<土・日曜日> ※要予約

曜日	受取場所	受取時間	備考
土曜日	朝霞台出張所	午前9時～午後3時	第3土曜日と翌日曜日を除く。
日曜日	朝霞駅前出張所		

※マイナンバーカードの受け取りには、本人の来庁が必要です。15歳未満の方は、本人および法定代理人のお二人でご来庁ください。

※ご来庁の際には、通知カード、交付通知書(ハガキ)、本人確認資料(運転免許証など)、住民基本台帳カード(お持ちの方のみ)が必要です。詳しくは交付通知書をご覧ください。電話でお問い合わせください。

問/総合窓口課 ☎463-1111 内線2690・2691

皆さんお早めの
申請&受け取りを
お願いします。



ひとの推移

人 □ 13万6,663人(−193人)

男 6万9,212人(+17人)

女 6万7,451人(−210人)

世帯数 6万2,573世帯(−249世帯)

平成28年8月1日現在()内は前月比

募集

ボランティアバス参加者

東日本大震災の被災地を支援するため、市と朝霞市社会福祉協議会は共催で次のとおりボランティアバスにより、被災地の支援を行います。

日程／10月29日(出)

出発時間／午前4時

集合場所／朝霞市役所正面ロタリー

支援場所／福島県南相馬市小高区

募集人数／20人（応募多数の場合は抽選）

支援内容／震災等で被害に遭われた個人宅の片付け、草刈り等

費用／無料

※ボランティア保険に実費負担で加入していただきます。

申込方法／9月26日(月)から電話で

※詳しくは朝霞市社会福祉協議会ホームページをご覧ください。また、ボランティアバスは移動や作業時間が長くな

るため、体力面等で不安のある方はご相談ください。
申・問／朝霞市社会福祉協議会
☎48612485



養育支援訪問事業支援員の登録者

市では、お子さんの養育を支援する保健師・助産師・保育士・ホームヘルパーの支援員の登録者を募集します。

募集人員／それぞれ若干名

要件等／心身共に健康で、子育て支援に関心と意欲のある方で、

①保健師の資格を有する、地域での実務経験が5年以上ある方

②助産師の資格を有する、5年以上の実務経験者

③保育士の資格を有する、5年以上の実務経験者

④ホームヘルパー2級以上の資格を有する、5年以上の実務経験者

勤務形態／保健師・助産師の方は1日4時間以内、ホー

ムヘルパー・保育士の方は1日2時間以内（不定期）
勤務内容／市役所に出勤後、対象家庭に訪問して養育支援を実施し、市役所に訪問内容を報告します。

登録期間／登録日～平成29年3月31日(金)（更新可）

謝金／時給1750円

応募方法／9月30日(金)までに履歴書と応募資格に該当する資格証明証等の写しをこ

ども未来課窓口へ持参または郵送（必着）（住所は欄外左上に記載）
面接日時・会場／申込終了後連絡します。

申・問／こども未来課 ☎46310364

第7回あさか市民活動まつり参加団体

市内の活動団体が一堂に会し、市民にアピール！活動内容を知ってもらい、仲間を増やそう！

日時／平成29年1月28日(土)

午前10時～午後3時

会場／中央公民館・コミュニティセンター

対象団体／原則として市内で非営利の社会貢献活動を行っている団体

募集内容

・展示（活動内容のパネル展示や作品展示等）

・体験（来場者に体験や実習の場を提供等）

・演奏や演芸・体操（楽器等の演奏や演芸等の発表）

・模擬店や物品販売（営利を目的にするものは不可）

・そのほかの内容（具体的内容をご相談ください）

※複数部門の参加可

申込方法／応募用紙に必要事項を記入のうえ、9月15日(木)までに、〒351-0007 朝霞市岡3-17-77 佐野隆宛てに郵送、FAXまたはメールで

※応募用紙や募集要項は、市民活動支援ステーション・シニア活動センターで入手できます。メール添付による応募希望の場合はお問い合わせください。

※実費程度の参加費負担をお願いする予定です。

企画・運営の実行委員会へ参加いただける方、NPOの皆さんと一緒にまつりを盛り上げたいボランティアスタッフ

を募集しています

随時募集していますので、お気軽にご連絡ください。

主催／あさか市民活動ネットワーク

申・問／あさか市民活動まつり実行委員会事務局（担当：佐野） ☎0801501111511 ☎46316877

✉tsano@k9s-onet.ne.jp

シルバー人材センター会員

会員資格／原則として60歳以上の健康で働く意欲のある方

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

入会説明会

日時／9月15日(木)、10月17日(月)

11月15日(火)いずれも午前9時～
会場／朝霞地区シルバー人材センター（武道館敷地内）

定員／24人（予約制）

※窓口で事前申込が必要です。詳細はお問い合わせください。

仕事も随時募集しています
危険な仕事以外は何でもご相談ください。

問／公益社団法人朝霞地区シルバー人材センター ☎46510339

臨時的任用職員（児童相談等補助員）

募集人数／1人

応募資格／自動車普通免許を有し、パソコンの基本操作ができる方で、保健師・看護師・保育士のいずれかの資格を有し、児童福祉または保健福祉に関する実務経験1年以上の方

業務内容／電話対応および児童相談に関するケース対応補助等

勤務場所／こども未来課

勤務期間／11月18日（金）～平成29年3月31日（金）（予定）

勤務日数／週5日（平日のみ）

勤務時間／午前9時～午後5時15分（休憩1時間）

賃金／保健師：時給1750円
看護師：時給1570円
保育士：時給1330円

社会保険等／勤務時間等により厚生年金保険、健康保険、雇用保険を適用。公務災害補償または労災保険を適用

応募方法／10月31日（月）までに臨時的任用職員採用選考申込書、履歴書をこども未来課に直接お持ちください。

選考方法／面接

面接日時／11月7日（月） 時間

は書類選考後、ご連絡します。
面接会場／市役所別館501会議室

問／こども未来課 ☎46310364

情報公開・個人情報保護審議会委員

情報公開制度および個人情報保護制度の運用等に関する事項について、諮問に依じて審議し答申を行い、また、実施機関からの報告を受けて意見を述べていただきます。

応募資格／市内在住の満18歳以上の方

※すでに市のほかの審議会等の委員をされている方を除く。

募集人数／2人（原則として男女各1人。応募多数の場合は未経験者の優先を考慮したうえで抽選）

報酬等／1会議につき、日額報酬8000円、費用弁償2400円

任期／2年

会議数／年間4回程度（1、4、7、10月）を予定

申込方法／市政情報課または市ホームページにある申込書に必要事項を記入のうえ、9月13日（火）（必着）までに市政情報課宛て（住所は欄

外左上に記載）に、郵送、FAX、メールまたは直接持参してください。

問／市政情報課 ☎46311759 FAX46710770
E: sisei_joho@city.asaka.saitama.jp



高齢者住宅入居者

所在地／朝志ヶ丘4-5-10
「けやき荘」1階

募集戸数／1戸・2人世帯用家賃（使用料）／月額3万7500円

入居資格／9月1日（休）現在で、次のすべての要件にあてはまる方

①入居する2人が共に満65歳以上

②貸家、アパートなどに居住し、建て替えなどのため立ち退きを要求されている。

③市内に引き続き3年以上住所がある。

④自立して日常生活を営むことができる。

申込方法／申請書と合わせて必要な書類を9月30日（金）までに、長寿はつらつ課へお持ちください（郵送不可）。

※申請書は9月1日（休）から長寿はつらつ課で配布します。
入居者決定時期／10月中旬（予定）

入居開始時期／11月（予定）

入居者の決定方法／

①書類審査で住宅の困窮度の高い順に決定

②住宅の困窮度が同程度と認められる人が複数で、順位が決められない場合は抽選

問・問／長寿はつらつ課 ☎46311921

朝霞市社会福祉協議会職員

平成28年11月および平成29年4月採用の職員を次のとおり募集します。

募集職種・採用予定人数／

(1)平成28年11月採用予定
・一般職：若干名
・専門職：3人程度

(2)平成29年4月採用予定
・一般職：若干名
・専門職：3人程度

・専門職：3人程度

募集資格／詳細は受験案内をご覧ください。

試験日／10月2日（日）

受験案内・申込書／朝霞市社会福祉協議会事務局で配布

※社協ホームページ、市ホームページからもダウンロードできます。

受付期間／9月5日（月）～27日（火）
問・問／朝霞市社会福祉協議会 ☎48612479

彩の国動物愛護推進員

募集期間／11月30日（水）まで

主な活動内容／動物の愛護と適正な飼養・管理の重要性を地域住民に理解していただくための啓発活動。地域住民の求めに応じた、繁殖制限措置に関する助言や譲渡仲介の支援など

※詳細は埼玉県ホームページ（「彩の国動物愛護推進員」で検索）をご覧ください。

問／埼玉県生活衛生課 ☎048-830-3612

第18回彩の国埼玉環境大賞候補者

応募資格／県内で環境保全活動をする団体、事業者、個人（自薦、他薦は問いません）

応募方法／詳細を埼玉県ホームページ（「第18回彩の国埼玉環境大賞」で検索）で確認のうえ、9月30日（金）までに応募

問・問／埼玉県環境政策課 ☎048-830-3019





ご案内

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3日(月)～21日(金)
貸与金額／
 高等学校：月額1万円
 大学・専門：月額2万円

貸与の条件

- ①市内に引き続き2年以上上居住し、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)
 - ②親権者や後見人が市税を滞納していない方
 - ③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人以上の保証人が必要です(保証人は市内在住が原則ですが、特別の理由がある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)・入学許可証明等

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
 高等学校：72か月以内
 大学・専門：96か月以内
申請書配布先／教育管理課、内閣木支所、各出張所
申・問／教育管理課 ☎46310793

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

- ①市内に住所があり、引き続き2年以上居住している方
 - ②高等学校または大学等に入学が確実な方の保護者
 - ③市税を滞納していない方
 - ④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
 高等学校：30か月以内
 大学・専門：42か月以内
受付期間／10月3日(月)～平成29年1月16日(月)(入学予定も申請可)
貸付日／平成29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。

申請書配布先

／教育管理課、内閣木支所、各出張所
申・問／教育管理課 ☎46310793

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

／随時受け付け(認定には、所得要件等あり)。申請月の翌1日が認定日となります。

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、教育管理課にあるほか、市ホームページからダウンロード可

申請場所

／通学している学校、教育管理課
 ※お子さんが通う学校ごとに申請書が必要となります。

申・問／教育管理課 ☎46310793

就学時健康診断

対象／来春、小学校へ入学するお子さん

就学時健康診断日程表

学校名	実施日・受付開始時間
朝霞第一小学校	10月27日(休) 午後1時30分
朝霞第二小学校	11月1日(火) 午後1時15分
朝霞第三小学校	11月24日(休) 午後1時30分
朝霞第四小学校	11月17日(休) 午後1時15分
朝霞第五小学校	10月20日(休) 午後1時30分
朝霞第六小学校	11月15日(火) 午後1時30分
朝霞第七小学校	10月31日(月) 午後1時30分
朝霞第八小学校	11月11日(金) 午後1時30分
朝霞第九小学校	11月30日(火) 午後1時45分
朝霞第十小学校	11月8日(火) 午後1時15分

※10月中旬までに各家庭へ通知が届くように発送します。
 ※10月1日(土)現在の状況に基



一人一人の意識で低炭素社会へ

朝霞市役所は、Fun to Shareに賛同しています。

「Fun to Share」とは、CO₂など温室効果ガス排出量の削減を実現するための地球温暖化防止国民運動のことです。

さつき児童遊園地を一時閉鎖します
 さつき児童遊園地(本町1丁目地内)の施設の一部を再整備するため、園地を一時閉鎖します。閉鎖期間中は、ご迷惑をおかけしますが、他の公園等をご利用ください。
閉鎖期間／9月1日(木)～30日(金)
問／みどり公園課 ☎46310374



づき発送するため、それ以後に転入された家庭には届かない場合があります。通知が届かない場合や相談のある方はご連絡ください。
 ※指定の学校で都合が悪い場合は、ほかの学校でも受けることができますが、必ず事前に連絡してください。
問／教育管理課 ☎46310794

ひとり親家庭児童就学支度金支給制度のご利用を

埼玉県では、次の受給要件を満たす方等に、入学準備に必要な経費の一部として支給しています。

受給要件／

- ・ 市内在住の母子家庭の母、父子家庭の父、父母がいなお子さんを養育している方
- ※配偶者と死別した方や離婚した方のほかに、配偶者から遺棄されている方や、配偶者が障害により長期にわたって労働できない方なども該当となる場合があります。
- ・ お子さんが平成29年4月に中学校入学予定
- ・ 平成28年度市町村民税非課税世帯

※申請者および申請者と同居している申請者の扶養義務者（直系血族と兄弟姉妹）全員に対して決定された税金額が0円の世帯

・ 生活保護受給中ではない

申請方法／申請者の振込先金融機関口座が確認できるもの（通帳など）およびごどもも未来課で配布する申請書を持参のうえ申請

※平成28年1月2日以降に転

入された方は、前住所地市区町村発行の所得証明書が必要です。

支給月／平成29年3月下旬～4月上旬

支給額／お子さん一人につき1万円

申請期限／11月30日(水)

※申請期限が例年より1か月程度早くなっています。

問／ごども未来課 ☎46312834

ごども医療費支給制度の申請と適正受診にご協力ください

ごども医療費支給制度とは

ごども医療費支給制度は、お子さんが健康保険の適用となる医療を受けた場合に、医療費の一部を支給するものです。医療を受けてから一定期間が経過すると申請ができなくなりますので、領収書等をお持ちで申請が済みでない場合は、早めに手続きしてください。

対象医療費／0歳～中学生：入院および通院

高校生等：入院のみ

医療機関への適正受診を

軽い症状にも関わらず休日や夜間に病院の救急外来を受診する、いわゆる『コンビニ

受診』が増えています。このため、緊急の重症患者さんの治療に支障を来したり、病院・医師への過度の負担、医療費の増大を招いたりといった問題が起きている。また、同じ病気でいくつもの病院を受診する『はしご受診』が増え、検査の重複による体への負担や薬の重複による副作用の危険もあります。これらの問題を解決するために、医療の「適正受診」が必要となってきました。救急医療を本当に必要としている方が安心して医療を受

けられるように、また、お子さんの体への過度の負担や薬による副作用を回避できるように、医療機関の適正受診へのご理解とご協力をお願いします。

医療費が高額になる場合は、限度額適用認定証を利用しましょう！

あらかじめ医療費が高額になることが予想される入院や通院の必要がある場合は、加入中の健康保険に「限度額適用認定証」の交付を申請し、認定証を医療機関に提示すれば、窓口での負担を自己負担

限度額（一般世帯は、月額8万円強）までにすることができま

※自己負担限度額は、被保険者の所得状況によって金額が異なります。また、保険料を滞納していると発行されない可能性がありますので、加入中の健康保険にご相談ください。

その他、ごども医療費に関する詳しい情報は、市ホームページの「ごども医療費支給制度の概要」または「Q&A」をご覧ください。

問／ごども未来課 ☎46312834

消費生活センターだより vol.48

問／消費生活センター ☎463-1111 内線2256 月～金曜日（祝日を除く）午前10時～正午、午後1時～4時

無料点検と突然訪問してきた業者、点検商法に注意！

■相談内容■

以前、自宅に訪れた業者から勧められ、配管クリーニングを依頼し2万5千円を支払った。その業者が、風呂と床下を無料で点検すると再び来訪した。無料ならと承知したところ、「基礎がずれている、補強工事をしないと家が駄目になる」と工事を勧められ、別の業者を紹介された。その業者が訪れ、湿気対策工事、基礎強化工事、木部強化工事、床下消毒、防腐防蟻剤散布等の工事が必要だと2時間ほどの説明を受け、66万円の契約をしてしまった。クーリング・オフしたい。

◆解説◆

無料点検に来たと言って来訪し、「カビが発生している」「工事をしないと危険」などと言って、商品やサービスを契約させる「点検商法」の被害の相談が寄せられています。点検後に消費者の不安をあおって工事などの契約を結ばせる手口です。一度契約すると、次々と別の契約を迫られるケースもあります。

業者は、勧誘の際には、販売が目的の訪問であることを消費者に明示することが法令で義務づけられています。

【トラブルに遭わないために】

- ①安易に業者を家に入れないようにしましょう。
- ②「特別に値引きする」などと言われても、その場で契約してはいけません。家族や周囲の人に相談しましょう。必要がない場合はきっぱりと断りましょう。
- ③契約後や工事完了後でもクーリング・オフや契約の取り消しができる場合があります。

困ったことがありましたら、消費生活センターにご相談ください。

育成保育(障害児保育) の入園申し込み

育成保育は、心身の障害にかかわらず、子どもたちが保育園においてともに育ちあうなかでお互いをわかりあい助け合える豊かな人間性を育み、安全で健やかに生活できる統合保育を目的としています。

申込書配布期間/10月6日(木)～14日(金)

申込期間/10月24日(月)～26日(水)
※申込受付後、11月1日(火)～体験保育を実施予定

入園時期/平成29年4月
※各保育園の状況により入園できない場合があります。

申・問/保育課 ☎463-12836

全国一斉「高齢者・障害者の人権あしん相談」強化週間

この期間中には、通常の受付時間を延長するなどして相談を受け付けます。

相談日時/9月5日(月)～11日(日)

(日) 午前8時30分～午後7時(10日(土)・11日(日)は午前10時～午後5時)

電話番号/0570-1003

1110

相談担当者/法務局職員、人

権擁護委員

※秘密は厳守します。

問/さいたま地方法務局人権擁護課

☎048-185913507

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
☎189 (いちばやく)

ごみ集積所監視パトロールを行っています

市では、ごみ収集前に集積所を巡回し、分別不十分や曜日違い等に対して警告シールを貼ったり、資源とごみの分け方・出し方のパンフレットの配布等を行っています。

また、資源物の持ち去りをなくすため監視活動も行っています。資源物の持ち去りは犯罪ですので、発見した場合は警察(110番)またはフリーセンターへご連絡ください。正しい分別は再資源化を促進し、決められた曜日のごみ出しは清潔なごみ集積所を保つことにつながります。ご協力をお願いします。

問/フリーセンター ☎45611593

情報BOX



朝霞市 こども未来課 家庭児童相談室です♪

こんにちは

問/朝霞市家庭児童相談室(朝霞市役所2階)

相談日/毎週月～金曜日

午前9時30分～午後4時

☎463-2231



●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。まずはご連絡ください(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



地域の方から

- あれって虐待なのかな……
- 最近、姿を見かけなくて心配
- あの子、お家で面倒見てもらっているのかしら…… など

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
- 子どもがかわいいと思えない
- どこに行っても落ち着きがなくて……
- しつけって……? など

子ども自身から

- 友達とうまくつき合えない
- 学校で困っていることがあるんだけど
- 学校に行くのがつらい…… など



お子さんが成長していく過程でおこってくる、さまざまな問題・心配なことについてどんなことでもご相談ください。

——相談室の利用方法——

- 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。
- 電話、手紙、来室などでご相談いただけます。
- 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。



難病等の方々の障害福祉サービスをご利用ください

対象／政令で定める32疾病による難病患者の方

手続方法／埼玉県が交付する指定難病医療受給者証または難病であることが明記されている診断書等をお持ちいただき、障害福祉課へ申請してください。その後、必要に応じて障害支援区分の認定や支給認定等の手続を経て、障害福祉サービス等が利用できることになります。

※難病の方々への医療費助成制度については、朝霞保健所（☎4611-0468）へお問い合わせください。
問／障害福祉課 ☎4631-1598

国民健康保険証を郵送します

現在使用している被保険者証（保険証）（灰色）の有効期限は、9月30日（金）までです。新しい保険証（ピンク色）は9月上旬から郵送します。保険証を受け取りましたら、住所、氏名、性別、生年月日に間違いはないか、ご確認ください。

日本手話情報コーナー No.5

問／障害福祉課 ☎463-1599 ㉚463-1025

『災害時に備えて』

- 聴覚に障害のある人が、災害時に困ること。
- 市の防災行政無線の放送やラジオなど、耳から入る情報を得ることができないため、非常時に適切な行動を取ることができない。
- 近所の人々が声をかけてくれても呼びかけに気付かず、答えられない。救助が来ても気付けない。
- 災害時には、メール・ファックス・字幕付きテレビなどの福祉機器が使えない。
- など、他にもたくさんあります。

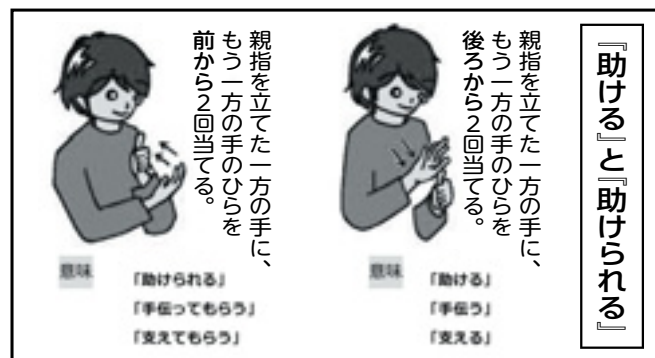
地域の皆さんは

災害時には、日頃からつながりのある地域の人々が、筆談などにより情報を伝えたり、避難の誘導をすることが、聴覚に障害のある人にとっては、安心につながります。

近所に、聴覚に障害のある人がいましたら、日頃から交流し、障害についての理解を深めてください。非常時には、身振り手振り、筆談など、あらゆる手段を駆使して聴覚に障害のある人へ情報を伝えてください。

聴覚に障害のある人は

非常時の連絡先一覧（家族、親戚、病院、手話通訳派遣事務所、水道、ガス、電気、保険会社など）を作り、備えておきましょう。日常的に服薬している薬などを保管しておくことも大切です。また、日頃からご近所付き合いなどを通して、ご自身の障害を知ってもらいましょう。地域で行われる防災訓練等に積極的に参加するのも良いでしょう。



※市では、「防災行政無線放送内容」や「災害情報」などについて、メールで配信するサービスを行っています（右のQRコードから登録可）。ぜひ登録しましょう。



配達方法／家族全員分（6人以上の世帯は2通）をまとめて世帯主の方に簡易書留で送付します。不在で郵便物の受け取りができなかった方は、不在票の連絡先までご連絡ください。保管期間が過ぎてしまった場合は保険年金課へご連絡ください。

届け出が必要です

また、修学や施設入所等のため、ほかの市区町村に住んだ場合も届け出が必要です。
届け出に必要なもの／
・異動：職場の保険をやめた証明書、保険証
・学生：在学証明書または学生証、保険証
・施設入所等：在所（在園）証明書、保険証
※届け出にはマイナンバー（個人番号）の記入が必要です。マイナンバーカード（個人番号カード）またはマイナンバーが確認できる書類と本人確認書類をお持ちください。

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／開発建築課 ☎463-2585

※他の健康保険に入った後は、国保の保険証は使えません。
問／保険年金課 ☎463-0283

徘徊高齢者見守りシールの配付

徘徊の見られる高齢者が家族等の元を離れ所在不明となった場合に、早期に発見し事故を未然に防ぎ、保護するた

め、申請された方に、個人を特定する番号を付した靴等に貼付するシールを配付します。
対象者／徘徊の見られる高齢者（市内に住所を有する）を介護する家族
配付枚数／1人10足分
※申請方法など詳細はお問い合わせください。
問／長寿はつらつ課 ☎463-11921

犬を散歩させるときはリードをつなぎましょう。また、犬の安全を守り、周囲の人に迷惑をかけないように、リードの長さに気を付けましょう。

自転車の交通ルール違反による事故が多発しています

自転車安全利用五則

1. 自転車は、車道が原則、歩道は例外
2. 車道は左側を走行
3. 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
4. 安全ルールを守る(夜間はライトを点灯・飲酒運転、二人乗り、並進の禁止・交差点での信号遵守と一時停止、安全確認)
5. 子どもはヘルメットを着用(努力義務)



問/まちづくり推進課
63-11514 ☎4

ご自宅でも！
電子申請・届出サービスをご利用ください

「電子申請・届出サービス」
埼玉県と県内市町村では、

情報BOX

案内

埼玉県都市競艇組合からのお知らせ

競艇開催日/9月10日(出)～13日(火)
29日(木)～10月4日(火)

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/>

省エネ標語
コンセント
こまめに抜いて
エコライフ

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、粗大ごみの収集や水道関係などの申請をインターネットで行えますので、ぜひご利用ください。

申請可能な手続き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子申請ポータル(<https://on.shi.pref.saitama.lg.jp>)をご覧ください。

問/財産管理課 ☎463-3152

あさか市民活動ニュースレター

vol.50

問/市民活動支援ステーション・シニア活動センター ☎463-1417

障害者の自立支援と社会参加促進に取り組んでいます！

今回は、さまざまな障害をお持ちの方々とその家族が、地域の中で共に豊かに暮らせるように支援活動をされている「NPO法人 朝霞市心身障害児・者を守る会」の代表理事・田中美智子さんにインタビューした内容をご紹介します。

Q.団体を立ち上げたきっかけは？

A.「地域社会の中で、障害者もいきいきと安心して生活ができるように」そんな、心身障害児・者の父母の願いから、昭和44年に団体を立ち上げました。平成21年には、活動の幅をさらに広げるため、法人取得をしました。現在、47名の会員が加入しています。

Q.団体の主な活動内容は？

A.生活ホーム「朝霞青年寮」を運営しています。こちらでは、5名の知的障害者の方が、自立した日常生活や社会生活ができるようになるための訓練をしながら、共同生活を送っています。そのほか、障害者の社会参加促進事業として、親子参加の日帰り旅行や一泊研修旅行に出かけています。障害者をかかえているご家庭では、家族だけの旅行はひと苦労ですが、みんなが一緒だと心強いということもあり、多くの会員が参加されています。これからも、皆さんの笑顔を思い浮かべながら、喜んでいただける企画を考えていきたいと思っています。

Q.活動をして得られたことは？

A.私も障害を持つ子の親ですが、悲観的なことなく、明るく前向きな気持ちで子育てをしながら活動してきました。活動をする中で出会った、同じ境遇のお母さんたちとの交流で、さまざまな情報を得ることができたことは、私にとって大きな支えとなりました。

Q.今後、取り組みたい課題は？

A.朝霞には、家族の病気などにより一時的に保護が必要になった障害者を、短期入所させる施設がありません。私たちの団体は、発足して47年になり、障害を持つ子の親

の大半が70歳以上の高齢者となりました。気持ちの面では、子のためにまだまだ元気でいたいと思いますが、どうしても体力的に厳しくなってきました。「生活の拠点がある朝霞に施設を造ってもらいたい」会員の皆さんの一番の望みであるこの課題には、実現に向けて根気強く取り組みたいと考えています。



親子で、日光に行ってきました！

～会員募集～

障害児・者をかかえているご家庭は正会員として、私たちの会の趣旨に賛同して応援して下さる方は賛助会員として、入会をお待ちしています。

～ボランティア募集～

生活ホーム「朝霞青年寮」で、夕食作りをして下さる方を募集しています。夕方、3時間ほどお手伝いしていただくと、たいへん助かります。皆さんのお力をお貸しください！よろしくお願いします。

問/NPO法人 朝霞市心身障害児・者を守る会
代表理事・田中美智子 ☎・㊟465-1994

※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。

水道メーターを交換します

8月から平成29年3月まで、検定満期の水道メーターの交換を行っています。該当するご家庭にはお知らせを配布します。ご協力をお願いいたします。なお、メーター交換には市が委託した業者が伺います。メーターボックスの蓋等に支障がなければ交換は無料です。

交換時のお願い／不在の場合
でも交換します。交換後は水を少し流してからお使いください。

問／水道施設課 463-1204

夕焼け放送の時間が変わります

9月1日(木)から9月30日(金)まで、午後5時の放送になります。

問／教育指導課 463-2884

水道管の漏水調査を行います

9月から平成29年2月までの間、水道本管と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。

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、ご協力をお願いいたします。

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

今年のオータムジャンボ宝くじは1等・前後賞合わせて5億円！

発売期間／9月26日(月)～10月14日(金)

※1枚300円

抽選日／10月21日(金)

1等3億円×14本 前後賞各1億円×28本
(発売総額420億円・14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。

「埼玉県版 川の防災情報」の活用を

埼玉県内を流れる河川の水位・雨量などの情報や河川監視カメラの画像が、埼玉県ホームページ「埼玉県版 川の防災情報」でご覧になれます。また、河川に関する情報をメールでお知らせするサービ

スも行っていますので、ぜひご利用ください。

配信情報／緊急のお知らせ、河川水位情報、土砂災害警戒情報、天気予報



「埼玉県版 川の防災情報」登録QRコード

問／埼玉県河川砂防課 48183015137

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(金)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。

市への寄付ありがとうございました

▼hair beauty-clinic salon Sepage (カプアージュ)様
車いす2台
乗用玩具5台

から

公共下水道の供用開始区域を拡大しました！

問／下水道課 463-0916

宮戸2丁目、岡1丁目、根岸台2丁目、根岸台7丁目の各一部（旧暫定逆線引き地区）が公共下水道に接続できるようになり、供用が開始されました。

家庭や事業所の排水は公共下水道に接続して処理しましょう

供用開始になると、家庭内や事業所内のトイレや台所等の排水を、直接下水道管（汚水管）へ流す工事（排水設備工事）ができるようになります。

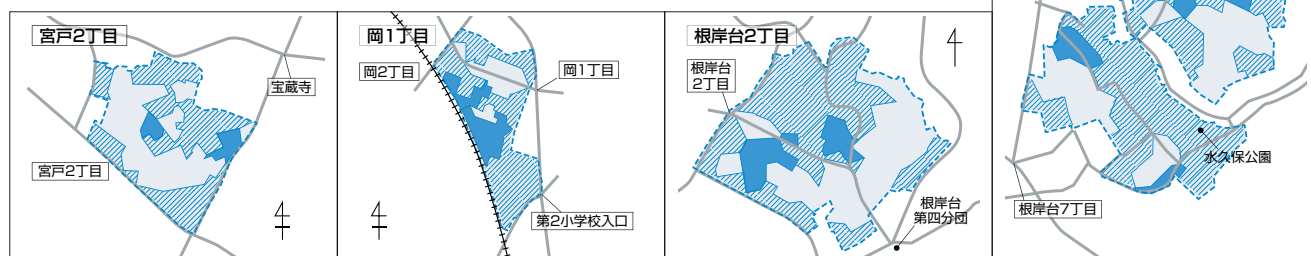
公共下水道に接続すると…

- 生活排水を公共下水道に流すことで不快な臭いがなくなるなど、快適で衛生的な生活環境がつかれます。
- 河川や海など公共用水域の水質が保たれ、自然環境が守られます。
- 浄化槽などの汚水処理施設をご自身で管理する必要がなくなります。

なるべく早い時期に公共下水道へ接続するようお願いします

※詳しくは、お問い合わせください。

公共下水道の併用開始拡大地域



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いて、悪質な違反者に対しては過料を請求することがあります。

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/環境推進課 ☎463-1504



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。

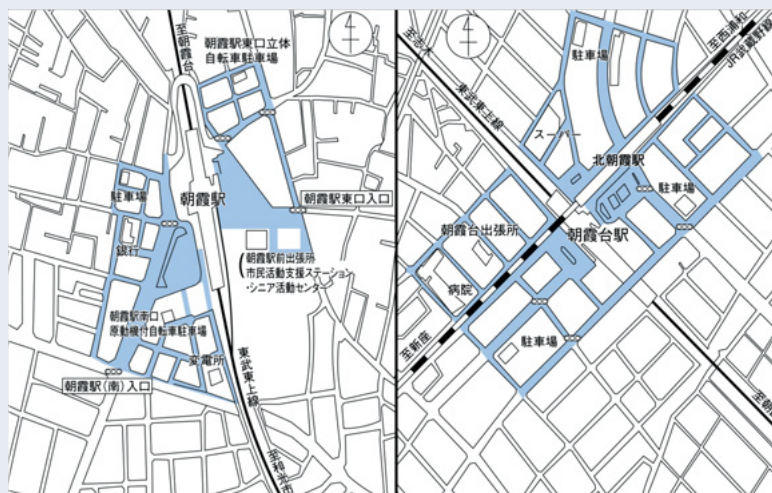
※禁止区域外であっても、周囲の方のご迷惑にならないようご協力をお願いします。

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



●●●●●●●●●● 催し・講座

記載のないものは、費用/無料、対象/どなたでも となります

佐々木則夫氏講演会 「スポーツの無限の力 ～オリンピックがつなぐ人、夢、希望～」

問/生涯学習・スポーツ課 ☎463-2403
オリンピック・パラリンピック準備室 ☎462-0801

リオの後は、いよいよ東京大会！陸上自衛隊朝霞訓練場も舞台となる東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会開催に向け、サッカー日本女子代表前監督 佐々木則夫さんを迎え、オリンピックが人々に与える夢・感動・希望などをテーマにご講演いただきます。



©NorihikoOkimura

手話通訳・要約筆記あり

日時/11月11日(金) 午後7時～(予定)

会場/ゆめばれす(市民会館)

※入場整理券の配布等詳細は、広報あさか10月号でお知らせします。

朝霞市農業体験事業 さつまいも掘り体験

問/産業振興課 ☎463-1904

日時/10月8日(土)

第1部 午前9時30分 第2部 午前11時

※雨天の場合は15日(土)

会場/小寺農園(浜崎地内)

対象/市内在住で、会場まで徒歩、自転車またはバス等で参加できる方(成人は1人でも可)

定員/各部50家族(応募多数の場合は抽選)

費用/1口 500円(3株) ※1家族3口まで

申込方法/はがきまたは市ホームページの申込フォーム(1家族ごと1回のみ)に参加者全員の氏名(フリガナ)、年齢、住所、電話番号、申込口数、第1希望および第2希望の時間を記入し、9月14日(水)【必着】までに産業振興課「さつまいも掘り体験」係へ(住所は欄外左上に記載)※申込後の変更はできません。

申込フォームアドレス/https://www.city.asaka.lg.jp/ques/questionnaire.php?openid=58

主催/朝霞市都市農業推進協議会・朝霞市



催し・講座

記載のないものは、費用／無料、
対象／どなたでも となります

黒目川の遊歩道を歩こう～妙音沢まで～ ～あさか環境まち歩き (第8回)～

主催・**問**・**問**／あさか環境市民会議 **つくい**
☎090-1990-4807 FAX470-2758 **pu8n-tki@asahi-net.or.jp**

日時／9月25日(日) 午前9時40分集合～正午頃
※雨天中止
集合場所／東武東上線 朝霞台駅北口
内容／川の流れて、いくつもの橋をくぐり、新しくできた水車広場などに立ち寄りながら、自然と歴史が創りだす景観を楽しみましょう。
定員／20人
費用／保険代100円、最終地点からのバス代
服装・持ち物／歩きやすい服装、飲み物、雨具
行程／朝霞台駅－黒目川遊歩道－泉橋－ひざおり水車広場－妙音沢湧水地 (最終地からバス便あり)
申込方法／件名を「あさか環境まち歩き (第8回)」とし、氏名、日中連絡のとれる電話番号を記入のうえ、FAXまたはメールで

表現倶楽部 「言の葉(ことのは)」朗読劇

問／福祉課 ☎463-1594

家族ってなあに？しつけってなあに？学校ってなあに？「言の葉」は、どの子どもにも笑顔でいてほしいとの願いから「言葉」にこだわり、「声の力」を信じて、各地で朗読劇を展開しています。子どもたちの心の叫びは、心に深く響きます。お子さん同伴可です。
日時／9月8日(木) 午前10時15分～正午
会場／産業文化センター
主催／朝霞市北部地区民生委員児童委員協議会
協賛／朝霞市民生委員児童委員協議会
申込方法／事前予約不要・当日直接会場へ

第1日曜の朝は朝市へ！

問／産業振興課 ☎463-1903

日時／9月4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

アルコール健康連続講座

申・**問**／朝霞保健所 ☎461-0468

日時／9月28日(水)、10月21日(金)、11月25日(金)
午後2時30分～4時30分
会場／志木市市民会館
内容／お酒の付き合い方と節酒の具体的な手法
講師／東京アルコール医療総合センター
精神科医 **垣渕 洋一**さん
定員／50人
申込方法／9月27日(火)までに電話で

市民活動団体支援補助事業

『ベビーカーコンサートin 朝霞』

主催・**申**・**問**／朝霞おやこ劇場
☎・FAX467-5522 **info@asaka-oyakogekijou.org**

日時／9月17日(土) 午前10時50分～(約40分)
会場／産業文化センター
定員／168人(先着順)
費用／小学生以上700円、乳幼児300円(当日集金)
※乳幼児は席が不要の場合は無料
申込方法／9月1日(休)から電話・FAX・メールで。FAX・メールで申し込みの方は、氏名(ふりがな)、住所、年齢、電話番号、それぞれの人数(大人、乳幼児、席の数)を記載してください。申込確認後、予約番号をお送りします(チケットの代わりとなります)。
※当日のチケット販売はありません。
※内容等、詳細は問い合わせ先にご確認ください。

里親入門講座

申・**問**／志木市役所子ども家庭課相談グループ ☎473-1124

日時／10月22日(土) 午後1時30分～3時30分
(午後1時 受付開始)
会場／志木市いろは遊学館(志木市本町1-10-1)
※有料駐車場あり。ただし台数に限りがあるので、できるだけ公共交通機関をご利用ください。
内容／里親制度について、里親支援専門相談員の話、里親体験談等。里親を交えた質問の時間も設けます。
申込方法／電話で 定員／50人(先着順)
保育／先着10人(1歳以上就学前までのお子さん)
※保育希望の方は、10月14日(金)までにお申し込みください。
共催／志木市、志木地区里親会、埼玉県所沢児童相談所、所沢里親会

朝霞地区4市特定健診等受診率向上キャンペーンin新座市 ～健康の大切さを考えよう～

問／保険年金課 ☎463-1178

日時／9月22日(木・祝)
午後1時～3時
会場／志木駅南口街頭
志木駅南口直結にいざほっとぱらざ連絡通路
内容／けんこう大使
(彩夏ちゃん、カパル、ゾウキリン、わこうっち、健康まるくん)が集合し、健診キャンペーンを行います。会場で健康についてのアンケートに答えていただいた方に、オリジナルグッズやパンの缶詰を無料配布します！
主催／朝霞地区4市国民健康保険(新座市、朝霞市、志木市、和光市)
【注意】当日は専用の駐車場はありません。公共の交通機関をご利用ください。
※詳細は新座市国保年金課(☎424-4853)へ



情報
BOX

催し・
講座



催し・講座

記載のないものは、費用/無料、
対象/どなたでも となります

就職支援セミナー 効果的に自分の良さを伝える方法

申・問/産業振興課 ☎463-1903

日時/10月6日(木) 午後1時30分～4時30分

会場/産業文化センター

内容/面接時や就職後も役立つ「表情・姿勢・TPOに応じた服装・立ち居振る舞い・声のトーン」など、自分の良さを効果的に伝える方法を一緒に考えましょう！
※お持ち帰り用「応募書類(履歴書・職務経歴書・添え状)の作成方法と事例集」をご用意します。

講師/キャリアコンサルタント 横田 倍美さん

対象/市内在住、在勤、在学の就職希望者

定員/20人(先着順)

申込方法/10月5日(水)までに市ホームページの応募フォームまたは電話で

第14回北足立郡市町人権フェスティバル

問/人権庶務課 ☎463-1738

多くの人々の交流を促進し、差別や偏見のない、人権が尊重されるまちづくりを目指して開催します。

(入場無料・事前申込不要)

日時/10月5日(水) 午前11時

～午後3時30分

会場/和光市民文化センター

内容/①長谷見誠さん(フルート)、

神永睦子さん(ピアノ)によるミニコンサート

②林家たい平さん(落語家)による

講演「笑顔のもとに笑顔が集まる」

その他、各市町団体の物産展示・販売、人権啓発ビデオ上映、人権啓発パネル展示、福祉体験コーナーなど



動物愛護パネル展

問/環境推進課 ☎463-1504

✉kankyo_suisin@city.asaka.saitama.jp

日時/9月16日(金) 午前9時～29日(木) 午後4時

会場/中央公民館・コミュニティセンター

内容/動物愛護に関するパネル展示と啓発冊子等を配布します。

今回は、ペット防災と地域猫について特集します。災害時にペットを守るためにはどうしたらよいか、また、近年話題の「地域猫」とは何か、この機会に考えてみませんか。

「うちのこじまん」を募集します！

パネル展期間中に皆さん自慢のペットをご紹介します。ペットの写真・お名前・自慢ポイントを添えてお送りください。

メール(2MB以内に圧縮してください)でお送りいただくか、ツイッターに「#(ハッシュタグ)朝霞のうちのこじまん」と入れてつぶやいてください。

9月の朝霞市障害福祉施設自主製作品展示販売会

問/障害福祉課 ☎463-1599

市内の障害福祉施設の皆さんによる、自主製作した製品やお菓子などの展示販売会を行います。

日時・団体・販売物/

9月16日(金) 午後0時30分～2時
障害者ふれあいセンター あさか福祉作業所/雑貨、パン

9月20日(火) 午前10時30分～午後1時
地域活動支援センター なかよしふえ/雑貨、焼き菓子

9月21日(水) 午前10時30分～午後1時
地域活動支援センター ぱれっと/革製品、焼き菓子、パン

9月23日(金) 午前10時30分～午後0時30分
はあとびあ障害者多機能型施設/レザークラフト、菓子

会場/市役所ロビー(市民ホール)

園庭開放・いっしょにあそぼう保育園で

問/保育課 ☎463-2939

日時/園庭開放…9月9日(金)・30日(金) 午前9時30分～正午

いっしょにあそぼう保育園で…9月9日(金) 午前9時30分～11時

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園庭開放を行っていませんのでご注意ください。

内容/未就園のお子さんもお近くの保育園で遊んでいただけるよう、毎月2回公設保育園の園庭を開放しています(園庭開放は雨の場合中止)。

※9月9日(金)は園内で工作やリズム遊び等を実施。

※東朝霞・北朝霞保育園では9月9日(金)に家庭児童相談員による育児に関する相談を実施します。

申込方法/事前予約不要。当日直接会場へ

「見えにくい・見えなくなった人」のための生活相談会

主催・問/NPO法人コーヒータム 坂本 ☎467-7749 ✉soudan@coffeetime.jp

全国で視覚に何らかの問題を抱えている人は約30万人を超えています。中でも、中高年になってから病気や遺伝性の目の疾患が顕著になり、生活に不便を抱えている人が急増しています。

そこで、日常生活の不安や接し方等に関し、下記のとおり生活相談会を開催します。

日時/9月10日(土)・12日(月) 午後1時30分～4時

会場/ゆめぱれす(市民会館)

対象/目が不自由な方の家族、友人等

申込方法/電話またはメールで

葬儀個別基本相談

問/斎場 ☎460-0055

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。

日時/9月7日(水) 午前9時～11時(一人30分まで。先着順)

会場/朝霞市斎場

対象/市内在住の方 申込方法/当日直接会場へ



催し・講座

記載のないものは、費用／無料、
対象／どなたでも となります

仲町保育園子育て支援センターさくらんぼイベント「ピースのお部屋」

会場・問／子育て支援センター「さくらんぼ」 ☎450-7708

日時／9月29日(木) 午後1時30分～3時

定員／20組 (平成28年7月生まれ対象)

予約開始日／9月7日(木)

内容／2か月のお子さんがいらっしゃる方同士おしゃべりをしたり、お友達をつくったりしたい方の場所を提供します。

※予約制ですので、まずはお問い合わせください。

長寿を祝う会

問／長寿はつらつ課 ☎463-1921

日時／9月19日(月・祝) (敬老の日)

午前9時30分～(約2時間)

会場／ゆめばれす (市民会館)

対象／今年度中に77歳、88歳、99歳および100歳になる方

その他／対象の方には案内状を送付しています。ご出席のお返事をいただいていない方はご参加いただけません。

市民活動団体支援補助事業「親子で楽しむ手品講習会」

主催・申・問／朝霞ぐらんぱの会 (片山) かたやま

☎・FAX466-2942 ✉mituhiko550206@jcom.home.ne.jp

日時／9月25日(日) 午後1時30分～3時30分

会場／中央公民館・コミュニティセンター

定員／市内在住の小学生と保護者30人 (先着順)

費用／1人300円

申込方法／ホームページ (<http://asaka-grandpa.com/>) または電話で

※内容等、詳細は問い合わせ先にご確認ください。

地域包括支援センターモーニングパーク 無料出張相談会

問／地域包括支援センターモーニングパーク ☎0120-247355

日時／9月12日(月) 午後3時～4時

会場／ドラッグエース本店 (本町1-18-28)

内容／健康相談 (体重・血圧・握力の測定)、健康体操、介護・医療・福祉に関する相談など、地域包括支援センターの職員がご相談に応じます。

申込方法／事前申込不要。当日直接会場へ

和光一日合同行政相談

問／総務省関東管区行政評価局行政相談課 ☎048-600-2311

日時／9月21日(木) 午前10時15分～午後4時

(受付は午前10時～午後3時30分)

会場／和光市民文化センター

内容／国の行政に関する相談 (登記、年金、税金、遺言、相続等に関する相談、苦情、意見・要望、問い合わせなど)

参加予定機関／さいたま地方法務局、日本年金機構川越年金事務所、弁護士、税理士、和光市、行政相談委員、関東管区行政評価局 他

55歳以上の方の就職支援事業シニアワークプログラム マンション管理員講習 (厚生労働省委託事業)

主催・申・問／(公財)いきいき埼玉 (埼玉県シルバー人材センター連合)

☎048-728-7841 FAX048-728-2130 <http://www.saitamaken-silver.jp>

埼玉労働局・ハローワークと連携し、基礎的な技能講習、面接会を一体的に実施します。

日時／9月26日(月)・28日(水)・29日(木)、10月3日(月)・5日(水)・7日(金)

全6日間 おおむね午前10時～午後4時

会場／産業文化センター

対象／ハローワークに求職登録をしている55歳以上の方。全ての日程に参加できる方。

申込方法／所定の受講申込書に記入し、〒362-0812

伊奈町内宿台6-26 (埼玉県県民活動総合センター内) (公財) いきいき埼玉 (シルバー人材センター連合事務局) 宛てに郵送またはFAXで送付。

※申込用紙はハローワーク、いきいき埼玉にあります。ホームページからも申し込み可

市民向け講座 (全3回)

申・問／朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2484 FAX486-2418

「認知症があっても住み慣れた地域で暮らしていきたい」そんな方たちのためにあなたの力を生かしませんか。この市民向け講座は、講座と実践を通じて認知症高齢者の支援をしていただける人材の育成を目的としています。

日時／①10月15日(土) 午前10時～正午

「認知症サポーター養成講座」

②10月30日(日) 午前9時～正午

「徘徊高齢者声かけ訓練 in 東洋大学」

③11月12日(土) 午前10時～正午「傾聴について」

会場／①・③はあとぴあ (総合福祉センター)

②東洋大学 朝霞キャンパス

定員／30人 (申込多数の場合は抽選)

対象／市内在住で全3回の講座に全て出られる方

申込方法／9月1日(木)～10月7日(金)に電話またはFAXで

モーニングパーク講座・体操教室 誰でもできる「ガンバルーン体操」

申・問／地域包括支援センターモーニングパーク ☎0120-247355 FAX465-5845

日時／9月28日(水) 午後2時～3時

会場／ゆめばれす (市民会館) 定員／40人 (先着順)

対象／おおむね65歳以上の市民

内容／椅子に座り、音楽に合わせてボールを使いながらの体操です。動きやすい服装でお越しください。

講師／NPO法人埼玉コーチズ インストラクター

持ち物／タオル 申込方法／電話またはFAXで

情報
BOX



催し・
講座



催し・講座

記載のないものは、費用/無料、
対象/どなたでも となります

フレッシュトレーニング教室

問/長寿はつらつ課 ☎463-1952

高齢者の方が筋力維持のために定期的に参加できる運動教室です。運動習慣のない方にお勧めします。
対象/市内に住む65歳以上の健康な方(医師に運動を禁止されている方、高血圧の方は参加できません)

会場・日時・定員等/

会 場	ゆめばれす (市民会館)	総合体育館
日程	10月3日～平成29年3月27日の毎週月曜日 ※10月10日・17日、11月21日、12月19日、 平成29年1月2日・9日・16日、2月20日、 3月20日を除く。	10月7日～平成29年3月24日の毎週金曜日 ※12月23日・30日を除く。
時間	①午前9時15分～10時25分 ②午前10時45分～11時55分	
定員	各回45人(先着順)	各回60人(先着順)
内容	椅子等を利用した全身のストレッチ・リズム体操など	全身のストレッチ・リズム体操、ウォーキングなど
持ち物	動きやすい服装、飲み物、バスタオル	動きやすい服装、飲み物、体育館用シューズ(かかとが固定されるもの)
申込方法	各回の開始15分前から会場で受付	

※多くの方にご利用いただくため、一人あたり一会場の利用をお願いします。

認知症サポーターフォローアップ研修 「徘徊高齢者声かけ訓練 IN 東洋大学」

申・問/長寿はつらつ課 ☎463-1921 FAX463-1025

認知症になっても住み慣れた地域の中で、安心して暮らしていけるように、ちょっとした声かけは大切です。道に迷っている高齢者の方を想定して声をかける訓練をしてみませんか。

福祉を学ぶ大学生の皆さんも一緒に参加します。

日時/10月30日(日) 午前9時～正午

会場/東洋大学朝霞キャンパス

対象/認知症サポーター養成講座を修了された市民(在勤の方も可)

定員/40人(先着順)

持ち物/筆記用具、オレンジリング

申込方法/9月1日(木)から電話またはFAXで

さいたまの水と森ふれあい体験 (水源林散策、滝沢ダム見学)

問/埼玉県土地水政策課 ☎048-830-2189

日時/10月30日(日) 午前7時30分～午後5時30分

会場/荒川上流の水源林散策および滝沢ダム(秩父市) 見学(バスで移動)

集合場所/熊谷駅(午前7時20分)、西武秩父駅(午前8時40分)集合
費用/1,000円(昼食代)

対象/小学生以上(小・中学生は保護者同伴)

募集人数/40人(申込多数の場合は抽選)

申込方法/10月7日(金)(必着)までに、埼玉県ホームページから電子申請で申し込むか、往復はがき(行事名(さいたまの水と森ふれあい体験)、住所、氏名、電話番号、小中学生の場合は学年、希望の集合場所を明記)で〒330-9301 埼玉県土地水政策課宛てへ郵送。

第40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

ゴルフ競技を通して市民の皆さん相互の理解・親睦を深めるとともに、収益の一部を社会福祉の向上に役立てるために、社会福祉協議会および熊本・大分地震義援金として寄付をします。

日程/10月1日(出)

会場/朝霞パブリックゴルフ場

対象/市内在住または在勤の方

プレー費/10,000円(プレー代・昼食代含む)

ジュニア5,500円

参加費/5,000円(賞品およびパーティー費)

チャリティー募金/1,000円以上

パーティー会場/ゆめばれす(市民会館)

定員/160人(先着順) 申込締切/9月2日(金)



排水設備工事責任技術者共通試験

問/下水道課 ☎463-0917

試験日/11月27日(日)

試験会場/埼玉工業大学(深谷市)

受験資格/次のいずれかに該当する方

①高等学校の土木工学科またはこれに相当する課程を修了して卒業した方

②高等学校を卒業した方で、排水設備工事等の設計または施工に関し、1年以上の実務経験を有する方

③排水設備工事等の設計または施工に関し、2年以上の実務経験を有する方

④①～③に準ずる方

受付期間/10月7日(金)(必着)まで

申込方法/郵送(詳細は受験案内を参照)

受験料/10,000円

※受験案内は、朝霞市水道庁舎3階の下水道課で配布しています。



催し・講座

記載のないものは、費用／無料、
対象／どなたでも となります

リサイクルプラザ企画運営協議会講座

会場・甲・間／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2日(金)午前9時から電話または直接リサイクルプラザへ(初心者優先)

保育／あり(1歳以上就学前まで)

※講座開催日には、リサイクルプラザ3階で「手作り石けん」の販売をしています。

「さき織り体験公開講座」

日時／9月13日(火) 午前11時～午後3時

内容／小さな「さき織り」をその場で手作りできます。

「固形石けん作り」

日時／9月21日(水) 午前10時～正午

定員／6人

内容／廃食油で手作り石けんを作ります。

持ち物／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)

※廃油の持参可。詳細はお問い合わせください。安全のためサンダル履きは不可

「布ぞうり作り」

日時／9月26日(月) 午前10時～午後3時

定員／10人

内容／不用になった古い布で足に優しい布ぞうりを作ります。

持ち物／本体用布(布幅6cm×長さ150cm 15～20本)、鼻緒用布(布幅6cm×長さ120cm 2本)、前つば用布(布幅6cm×長さ70cm 2本)、昼食の用意(お弁当) ※布は少し多めに持ってきてください。

「傘布のリフォーム」

日時／10月3日(月) 午前10時～正午 **定員**／6人

内容／壊れた傘、使わなくなった傘の布を使って「エプロン」を作ります。

持ち物／傘布(骨は外し、汚れは洗濯してよく落としてくる)、チャコ、はさみ、まち針20本

※協議会では、食品ロス削減事業と制服リサイクル事業も行っています。賞味期限1か月以上前の食品、市内中学校の制服や教材などが対象です。詳細は情報誌「エコネットあさか」、チラシでご確認ください。

「冬のホッとおもてなしバルin北朝霞」参加店募集!

問／朝霞市商工会 ☎470-5959

朝霞にまちバルが帰ってきました。北朝霞・朝霞台周辺の商店会を中心に食べ歩き、飲み歩きを楽しむイベントを開催します。現在、参加店を募集中です!是非ご参加ください。

日時／12月5日(月)～11日(日)(7日間)

※後バル 12月12日(月)～18日(日)(7日間)

参加費／3,000円

会場／北朝霞・朝霞台周辺のお店

主催／「冬のホッとおもてなしバル in 北朝霞」実行委員会(朝霞市商工会)

埼玉県 育児休業等代替職員登録試験

問／埼玉県人事課 ☎048-830-2433

埼玉県では、職員の育児休業等の代替として勤務する、育児休業等代替職員を募集します(フルタイム・短時間)。

募集職種／一般事務等(免許資格職については随時募集中)

試験日／9月25日(日) **詳細**／登録案内を参照

登録案内配布場所／埼玉県人事課、県各地域振興センターなどのほか、埼玉県HPでも閲覧可能

第34回向陽祭(文化祭)

問／あさか向陽園 ☎466-1411 FAX467-4127

毎年恒例の向陽祭を今年も開催します。

日時／10月2日(日) 午前10時～午後3時

会場／あさか向陽園(青葉台1-10-60)

内容／駄菓子屋、レクリエーション、模擬店、展示コーナー、生産活動体験等

※前日および当日のお手伝いをしていただけるボランティアの方も募集しています。ご協力いただける方はご連絡ください。

朝光苑まつり(開設30周年)

問／朝光苑 ☎465-3255

特別養護老人ホーム朝光苑は、今年度、開設30周年を迎えました。模擬店、介護予防体操、ボランティアによる催しのほか、地域の方々が朝光苑を知る機会となるよう、施設見学や介護相談なども行います。

日時／9月11日(日) 午前10時～午後2時

会場／朝光苑(青葉台1-10-32)

※駐車スペースに限りがありますので、公共交通機関のご利用をお願いします。

第21回 あさか寄席 ～文治・喬太郎競演二人会～

問／ゆめばれす(市民会館) ☎466-2525

今年もやってまいりました毎年恒例「あさか寄席」。今回は人気看板二人による二人会です。

豪放磊落で、飄々とした語り口が持ち味の爆笑落語、桂文治。ストイックに、緻密に、練り上げられた、必笑の高座、柳家喬太郎。

問には“こま”を縦横無尽に操り、観る者を皆、幸せにする、「江戸曲ごま」三増紋之助が色を添えます。

持ち味が異なる実力派の二人が高座で魅せる、芸の競演。人気公演につき、チケットのご購入はお早めに!

日時／11月26日(土) 午後1時開演(午後0時30分開場)

会場／ゆめばれす(市民会館)

入場料／全席指定 2,000円 ※未就学児入場不可

チケット発売日／9月10日(土) 午前10時～(電話予約午後1時30分～市民会館のみ)

チケット取扱所／市民会館・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)

主催／(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社



みずもん の すけ

三増紋之助

桂文治

柳家喬太郎

あさか寄席

第21回

あさか寄席

文治・喬太郎競演二人会

11月26日(土)

午後1時開演

午後0時30分開場

市民会館

全席指定 2,000円

未就学児入場不可

チケット発売日

9月10日(土)

午前10時～

電話予約

午後1時30分～

市民会館のみ

市民会館・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)

主催

(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社



催し・講座

記載のないものは、費用/無料、
対象/どなたでも となります

手話講習会

問/朝霞市社会福祉協議会 ☎486-2485 FAX486-2473

1. 手話講習会(基礎)

日時/10月19日～平成29年3月22日の水曜日(特別講演2回を含む全20回) 午前10時～正午
会場/中央公民館・コミュニティセンター
対象/市内在住、在勤の方で、入門修了また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/3,240円(テキスト代)

2. 手話講習会(養成)

日時/①10月27日～平成29年10月12日の木曜日
②平成29年7月11日～平成29年10月10日の火曜日
(特別講演4回を含む全58回) 午後7時～9時

会場/はあとぴあ(総合福祉センター)

対象/市内在住、在勤の方で、朝霞市手話講習会(中級)を修了している方または同等の技術を有する方
(①②の全日程参加可能な方)

定員/15人(受講に際し事前に実技試験あり)

試験日/10月20日(休)夜間を予定

費用/6,048円(テキスト代)

1・2の申込方法/氏名(ふりがな)、年齢、郵便番号、住所、電話番号、手話経験の有無を9月1日(休)～23日(金)までに、電話、FAX、または直接窓口へ
※詳しくは朝霞市社会福祉協議会のホームページ(<http://www.asaka-shakyo.or.jp/>)をご覧ください。

看護公開講座「マタニティーヨガ体験」

申・問/独立行政法人国立病院機構埼玉病院 3S産科看護師長 ☎462-1101

日時/9月23日(金) 午後2時～3時

対象/妊婦の方

会場/埼玉病院地域医療研修センター

申込方法/9月22日(木・祝)までに電話で

第26回市民公開講座「こんな時、神経内科へ行こう」

申・問/独立行政法人国立病院機構埼玉病院 ☎048-462-3062

日時/9月21日(木) 午後1時30分～4時

会場/サンアゼリア(和光市民文化センター)

申込方法/9月12日(月)までに電話で

防火・防災管理再講習

問/埼玉県南西部消防本部予防課 ☎460-0121

日程/11月4日(金)

会場/日本消防会館(東京都港区虎ノ門2-9-16)

申込期間/9月30日(金)～10月7日(金)

主催/一般財団法人 日本防火・防災協会

※詳しくはホームページ(<http://www.n-bouka.or.jp/>)をご覧ください。

甲種防火管理再講習

問/埼玉県南西部消防本部予防課 ☎460-0121
朝霞消防署消防課 ☎463-1190

劇場・飲食店・店舗・ホテル・病院など不特定多数の人が出入りする建物(特定防火対象物)のうち、収容人員が300人以上の防火対象物を管理する防火管理者に選任されている方は、一定期間ごとに再講習を受講することが義務付けられています(受講義務の期限は、当消防本部のホームページから確認できます)。

日時/10月20日(休)

午後1時20分～4時(受付は午後1時)

会場/朝霞消防署 定員/20人(先着順)

受講資格/市内在住または在勤で、甲種防火管理講習を修了した者

教材費/1,350円(講習当日に販売します)

申込場所/朝霞消防署消防課

申込方法/9月15日(木)～10月7日(金)に、前回の講習修了証(新規講習または再講習)の写しと、市内在住または在勤を証明するもの(免許証・社員証等)、写真1枚(縦3cm×横2.4cmで無帽、無背景、正面上三分身像とし、3か月以内に撮影したもの)をお持ちください。

受付時間/午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

※受講申請書は、申込窓口または当消防本部ホームページ(<http://www.kennanseibu119.jp/>)からダウンロードできます。

※電話や郵送による受け付けは行っていない。

※災害等により、やむをえず中止または延期する場合があります。

救命講習

申・問/埼玉県南西部消防本部救急課 ☎478-0899

朝霞地区一部事務組合埼玉県南西部消防本部は、「持ち合わせよう 救う気持ちと 救う術」をスローガンに市民の皆さんへの応急手当の普及を図るために、次のとおり講習を実施します。AED(自動体外式除細動器)講習を含みます。

【普通救命講習Ⅰ】

日時/9月10日(土)

午前の部 午前9時～正午

午後の部 午後1時30分～4時30分

会場/朝霞消防署

内容/成人に必要な応急手当と救命処置

定員/午前・午後各30人(先着順)

※再受講の方の受講も可能です。

受講資格/市内在住・在勤・在学(中学生以上)の方

申込方法/8月29日(月)から電話で

受付時間/午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

【上級救命講習】

日時/9月14日(木) 午前9時～午後5時

会場/朝霞地区一部事務組合 新座消防署

内容/乳児から成人に対する救命手当とその他の応急手当 定員/30人(先着順)

※再講習の方の受講も可能です。

受講資格/市内在住・在勤・在学(中学生以上)の方

申込方法/9月5日(月)から電話で

受付時間/午前8時30分～午後5時15分(土・日曜日、祝日を除く)

わくわくどーむからのご案内

《スポーツ教室 第4期 10月開講（10～11月）のご案内》

対象／市内に在住、在勤、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）

※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（保険代は下記の受講料金内に含まれています）。

※次回 第5期（12月～1月）の募集につきましては、第4期受講者へ参加継続優先枠があります（お子さんが対象の教室を除く）。

お子さん対象 スポーツ教室・水泳教室 ◆◇ 便利なインターネットでのweb予約もあります！

No.	教室名（スタジオ）	日 程（休館日・祝日を除く）	定員	料金
①	キッズダンス基礎クラスA （4～6歳の未就学児）	火曜 15:15～16:15 10/4～11/29 ※11/1除く	20	6,912円 ／全8回
②	キッズバレエ （年長～小学3年生）	火曜 16:30～17:30 10/4～11/29	15	7,776円 ／全9回
③	キッズダンス基礎クラスB （4～6歳の未就学児）	水曜 15:15～16:15 10/5～11/30 ※11/2・23除く	20	6,048円 ／全7回
④	チアダンス 中級 （小学1～6年生） ※ダンス歴1年以上	水曜 16:30～17:30 10/5～11/30 ※11/23除く	25	6,912円 ／全8回
⑤	キッズダンス リトル （小学1年生）	水曜 16:30～17:30 10/5～11/30 ※11/2・23除く	15	6,048円 ／全7回
⑥	キッズダンス リトル （小学2年生）	水曜 17:45～18:45 10/5～11/30 ※11/2・23除く	15	6,048円 ／全7回
⑦	テーマパークダンスA 初級（小学1～6年生）	木曜 16:15～17:15 10/6～11/24 ※11/3除く	25	6,048円 ／全7回
⑧	ジュニアダンス ミドル （小学3～4年生）	木曜 17:30～18:30 10/6～11/24 ※11/3除く	20	6,048円 ／全7回
⑨	テーマパークダンスB 中級（小学1～6年生）	木曜 17:45～18:45 10/6～11/24 ※11/3除く	20	6,048円 ／全7回
⑩	ジュニアダンス シニア （小学5年生以上）	木曜 18:45～19:45 10/6～11/24 ※11/3除く	20	6,048円 ／全7回
⑪	キンダースポーツクラブ （3～6歳の未就学児）	金曜 15:30～16:30 10/7～11/25	15	7,776円 ／全8回
⑫	チアダンス 初級 （小学1～6年生）	土曜 14:15～15:15 10/1～11/26	20	7,776円 ／全9回
⑬	少年空手初級 （小学1～6年生）	土曜 15:30～16:30 10/1～11/26 ※11/19除く	20	6,912円 ／全8回
⑭	少年空手中級 （小学生～高校生）	土曜 16:40～17:40 10/1～11/26 ※11/19除く	20	6,912円 ／全8回
⑮	少年空手上級 （小学生～高校生）	土曜 17:50～18:50 10/1～11/26 ※11/19除く	20	6,912円 ／全8回

※幼児水泳は、完全におむつが外れている「3歳以上の未就学児」のお子さんが対象です。
※こども水泳は「小学生以上」のお子さんが対象です。
※お子さん対象のスポーツ教室は保護者の見学・付き添いはできません。

～館内受付クラス～ No.31～56

16歳以上の方が対象のスポーツ教室・水泳教室・アクアビクス（水中運動）教室 ◆◇

各教室の曜日／時間等は公式HPで掲載

●個人情報の取り扱いについて 教室申し込みの際にご提示いただいた個人情報は、本人の許可なく当初の目的以外には使用しません。

No.	教室名（プール）	日 程（休館日・祝日を除く）	定員	料金
⑯	幼児水泳教室A （水なれ・バタ足）	火曜 15:15～16:15 10/4～11/29	30	8,748円 ／全9回
⑰	幼児水泳教室B （水なれ・バタ足）	火曜 16:30～17:30 10/4～11/29	30	8,748円 ／全9回
⑱	幼児水泳教室C （水なれ・クロール・背泳）	水曜 15:15～16:15 10/5～11/30 ※11/23除く	30	7,776円 ／全8回
⑲	幼児水泳教室D （水なれ・バタ足）	金曜 15:15～16:15 10/7～11/25	30	8,748円 ／全9回
⑳	幼児水泳教室E （水なれ・バタ足）	土曜 9:30～10:30 10/1～11/26	20	5,832円 ／全6回
㉑	幼児水泳教室F （水なれ・クロール・背泳）	土曜 10:45～11:45 10/1～11/26	20	5,832円 ／全6回
㉒	幼児水泳教室H （水なれ・バタ足）	月曜 15:30～16:30 10/17～11/28 ※11/7除く	20	5,832円 ／全6回
㉓	こども水泳教室A（初級） 水なれ・バタ足・息なし クロール8m	火曜 17:45～18:45 10/4～11/29	30	7,776円 ／全9回
㉔	こども水泳教室B（中級） クロール・背泳ぎ	水曜 16:30～17:30 10/5～11/30 ※11/23除く	15	6,912円 ／全8回
㉕	こども水泳教室C（上級） 平泳ぎ・バタフライ	水曜 17:45～18:45 10/5～11/30 ※11/23除く	15	6,912円 ／全8回
㉖	こども水泳教室（特級）	土曜 19:00～20:00 10/7～11/25	10	5,184円 ／全6回
㉗	こども水泳教室D（初級） 水なれ・バタ足・息なし クロール8m	金曜 16:30～17:30 10/7～11/25	20	5,184円 ／全6回
㉘	こども水泳教室E（中級） クロール・背泳ぎ	金曜 17:45～18:45 10/7～11/25	20	5,184円 ／全6回
㉙	こども水泳教室F（上級） 平泳ぎ・バタフライ	土曜 19:00～20:00 10/7～11/25	20	5,184円 ／全6回
㉚	こども水泳教室G（初級） 水なれ・バタ足・息なし クロール8m	月曜 16:45～17:45 10/17～11/28 ※11/7除く	20	5,184円 ／全6回

【web予約・往復はがき受付クラス】No.1～30～応募方法～

●web予約で

https://meijisp.jp/school-yoyaku/schools/index/26 から
手順に従って登録してください。自動返信メールが届きますと
完了となります。

※ドメイン設定で@meijisp.jpを受信許可に設定してください。
web予約受付期間：9月1日（休）～14日（休）

結果／9月20日（休）までにメールにてお知らせします。

●往復はがき

往復はがきに希望する教室名・住所・氏名（ふりがな）・年齢・電話番号・在学の方は学校名を記入し、〒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」
宛てへ（返信はがき：表に自宅住所・名前のみ記入）【9月14日（休）【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教室までです。ひとりで複数教室への申し込みも可能です。ただし、受講確定
後の一部キャンセルはできません。

結果／9月20日（休）までに返信はがきで通知します。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、定員に満たない教室は9月16日（金）から館内
で2次募集を行います。



web予約
QRコード

㉛ ズンバ	㉜ ヨガ+（プラス）	㉝ ボディケアヨガ	㉞ 朝のハタヨガ	㉟ ソフトボールピラティス	㊱ ソフトウェーブピラティス	㊲ 楽しく体操（60歳以上）
㊳ アクティブピラティス	㊴ リセットヨガ	㊵ 揚名時 太極拳	㊶ 背骨コンディショニングA	㊷ 24式太極拳	㊸ 背骨コンディショニングB	㊹ 健康体操
㊺ ダンスエクササイズ	㊻ キック&パンチ	㊼ ルーシーダットン	㊽ 簡単ベリーダンス	㊾ レディース水泳教室（平泳ぎ・バタフライ）	㊿ レディース水泳教室（水なれ・クロール・背泳ぎ）	㊿ レディース水泳教室（上級）
㊿ シニア水泳教室A（60歳以上）	㊿ シニア水泳教室B（60歳以上）	㊿ 成人水泳教室	㊿ アクアビクスA	㊿ アクアビクスB		

【館内受付クラス】No.㉛～㊿～応募方法～

定員に満たない教室がある場合は、9月15日（休）から2次募集を行います。2次募集については市外（志木市・新座市・和光市など）在住の方も申し込みます。

※9月1日（休）～14日（休）は、前期受講継続者優先期間です。わくわくどーむ館内掲示板等でお知らせしますのでご覧ください。

※電話申込不可。申込手続きは必ず教室を受講する本人が行ってください。ひとりで複数教室への申し込み・参加も可能です。ただし、受講確定後の一部キャンセルはできません。

●各種教室の募集概要はホームページにも掲載しています。http://asaka-wakuwakudome.com/ 主催／株式会社 明治スポーツプラザ（指定管理者）

＜特別イベント キャラメルポップコーン無料配布＞9月22日（木・祝）2Fレストランで提供します！先着300人。なくなり次第終了となります。

＜わくわくどーむ9月の休館日＞ 9月5日（月）※3～11月は毎月第1月曜日、12～2月は毎週月曜日がお休みです。

ようこそ！あさかの生涯学習へ

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16日(日) 午前10時～午後3時

※「市民登録」受け付けは、午前9時～9時50分

会場／総合体育館（雨天開催）

対象／小学1～6年生 ※「ミニあさか」は子どものまちなため、小学生以外は入場できません。

定員／650人（申込多数の場合は抽選）

参加費／500円（市民登録料）※当日集金

申込期限／9月16日(金) 午後5時【必着】

その他／・車での来場はご遠慮ください。

・お子さんの参加に当たっては、必要に応じて送迎するなど、安全の確保に努めてください。

申込方法／往復はがき（ハガキ1枚につき、子ども1人）でお申し込みください。

※グループでの参加は、お受けできません。

往信用文面に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電話番号を記入し、返信用の宛名面には、自分の住所・氏名を忘れずに記入してください。

主催／子ども大学あさか実行委員会

（東洋大学・特定非営利活動法人アンサーズネット・一般社団法人朝霞青年会議所・朝霞市教育委員会）

ミニあさかでの過ごし方

①受け付けで引換証と引き換えに“市民登録”をし、「ミニあさか」の専用通貨「500サイカ」（サイカ＝通貨の単位）と市民カードを受取って入場。（市民登録料：500円）



②「ミニあさか」で遊んだり、買い物をしてお金が無くなったら・・・



③「ハローワーク」で仕事を見つけて、施設やお店で働き、お給料をゲット！



④また「ミニあさか」で遊ぶことができるよ！
※市民登録後の出入りは自由です。

◎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）の知的好奇心を刺激する学びの機会を提供するものです。



生涯学習体験教室参加者募集 第3弾!!

朝霞市生涯学習ボランティアバンク登録者が講師となり、講師が持つさまざまな知識や経験、優れた技術や技能を地域に還元するとともに、“生涯学習”を体験しながら参加する皆さんといっしょに作り上げていく講座です。

教室名・内容・講師	教室番号	日時	会場	費用	定員
歌声広場 童謡編 2回連続講座 オペラ歌手の先生と一緒に色々な曲を歌いましょう。幅広い年代の方と一緒に歌ったら、一人で歌うより気持ちいいですよ。 講師／吉見 佳晃さん	24	①9月21日(水) ②10月5日(水) 午後1時～2時30分	南朝霞公民館	700円 (教材費)	30人
イタリア音楽を歌う 2回連続講座 イタリアのオペラと有名なカンツォーネをピアノに合わせて歌ってみませんか？初心者もイタリア語の読み方から練習するので大丈夫。イタリアの音楽を体験しましょう。 講師／吉見 佳晃さん 持ち物／筆記用具	25	①9月21日(水) ②10月5日(水) 午後3時～4時30分	南朝霞公民館	700円 (教材費)	30人
コーラス体験 2回連続講座 コーラス初心者も、ずっと歌っている方も、正しい発声できれいなハーモニーを作れます。プロのオペラ歌手がゆっくりと教えますので、安心してお越しください。 講師／コーラスゆりかごの会	26	①9月21日(水) ②10月5日(水) 午後7時～9時	中央公民館・コミュニティセンター	700円 (教材費)	30人
レカンフラワー（立体乾燥花）ア메ジスト 立体乾燥花で癒しのひと時を過ごしましょう。 初めての方もご心配なく楽しみましょう。 講師／宮本 あつ子さん 保育／1歳以上の未就学児 定員6人 持ち物／工作はさみ、敷物（新聞紙等）、ゴミ袋、ピンセット	27	9月27日(火) 午後1時～4時	産業文化センター	900円 (材料費)	8人

申・問／生涯学習・スポーツ課 〒351-8501 朝霞市本町1-1-1
 ☎463-2920 FAX467-4716 ✉syogaku_sports@city.asaka.saitama.jp

教室名・内容・講師	教室番号	日 時	会場	費用	定員
ハロウィンの飾り巻きずし講座 季節に合わせた飾り巻きを作り食卓を華やかにしましょう。 講師／平手 綾乃さん 保育／1歳以上の未就学児 定員6人 持ち物／エプロン、ふきん、三角巾、巻きずし	28	9月28日(水) 午前10時30分 ～午後0時30分	中央公民館・ コミュニティ センター	800円 (材料費)	20人
ハンドメイドでキラキラブレスレット作り 輪状の金具を平ペンチでつなげてアクセサリを作る「チェーンメール」という技法でキラキラ輝くブレスレットを作ります。 講師／高橋 玲子さん 対象／中学生以上 ※保護者同伴の場合は、小学5年生以上から可。	29	10月4日(火) 午後1時30分 ～3時30分	産業文化 センター	2,100円 (材料費)	15人
太極気功・転倒予防体操 全身への血流を高めて一層健康に。加齢による転倒を予防する体操も体験。 講師／恩田 邦彦さん 持ち物／飲料水、タオル、体操のできる服装	30	10月5日(水) 午後3時～4時	ゆめぱれす (市民会館)	無料	20人
着付け教室 2回連続講座 伝統文化の着物を着て、帯結びができるようになることを目標に、チャレンジしてみませんか？初級から中級レベルの内容です。 対象／女性 講師／藤田 良子さん 持ち物／着物、名古屋帯、着付け用具一式	31	①10月5日(水) ②10月12日(水) 午前10時～正午	東朝霞公民館	無料	10人
薬膳料理講座 本場の薬膳を使い簡単な料理を作ります。 日本ではあまり味わう事のできない、ひと味違った癖のある料理を体験することができます。 講師／平手 綾乃さん 保育／1歳以上の未就学児 定員6人 持ち物／エプロン、ふきん、三角巾	32	10月7日(金) 午前10時～正午	西朝霞公民館	800円 (材料費)	20人
貴方のための開運教室 2回連続講座 神社・風水・東洋占術をベースにした秘伝開運法を貴方だけにこっそり教えます。 講師／三橋 政起さん	33	①10月14日(金) ②10月21日(金) 午前10時 ～11時30分	中央公民館・ コミュニティセンター	無料	20人
新聞ブローチ作り 新聞紙のカラーページを使って、ブローチやペンダント等を作成してみませんか？ 講師／井由 公美さん(プチボランティアの会) 保育／1歳以上の未就学児 定員6人 持ち物／はさみ、木工ボンド、安全ピン、新聞紙のカラーページ4～5枚	34	10月20日(木) 午前10時～正午	南朝霞公民館	無料	15人
苔玉作りと小品盆栽作り体験 植物(山野草、樹木)などに日頃から興味を持って自然に目を向ける機会を作り、これらを大切に育てる心を育てましょう。 講師／増田 蒼さん(あさか山野草同好会) 持ち物／ハサミ(小型)、手袋(使い捨てビニールのものでも可)、エプロン、タオル	35	10月23日(日) 午前9時30分～正午	膝折 市民センター	1,100円 (材料費)	15人
アロマセラピー入門 アロマセラピーは生活に密着した予防療法です。日常で楽しむコツと使い方のヒントをご紹介します(妊娠初期の方はご遠慮下さい)。 講師／大野 有希さん 持ち物／筆記用具 保育／1歳以上の未就学児 定員6人	36	10月25日(火) 午前10時～正午	中央公民館・ コミュニティセンター	400円 (材料費)	20人
絵手紙クラブ “動かなければ出会えない”の言葉の中にあるように、その場に行くだけでも感動します。心が動きます。まだまだ人生これからです。楽しみましょう。 講師／片柳 芳枝さん(さくら草の会)	37	10月27日(木) 午前10時～正午	溝沼 市民センター	200円 (教材費)	20人

※日時・会場についてはやむをえず変更する場合があります。詳細は各講座問い合わせ先にご確認ください。

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、生涯学習・スポーツ課へ9月14日(火)【必着】までにお申し込みください。※教室番号27、28、32、34、36に保育付きでの参加をご希望の方は、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生年月日をご記入ください。※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。FAX、メールでお申し込みの方は、電話で送達を確認してください。※参加費の必要な講座はキャンセル料が発生します。お申し込みの際にはご注意ください。



※日時・会場についてはやむをえず変更する場合があります。詳細は各講座問い合わせ先にご確認ください。

朝霞地区インターナショナルソサエティ
(A I S) 主催事業
バングラデシュ料理

日時／9月16日(金) 午前10時～午後1時30分
会場／中央公民館・コミュニティセンター
講師／カジ・マヘラ・ジャベンさん
定員／5人(抽選)
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(木)～7日(水)の午前10時～午後5時まで
に電話で
問／吉田 ☎090-9360-8630

ADVANCE (アドヴァンス) 主催事業
「バランスボールDEストレッチ」

日時／9月25日(日) 午前10時30分～11時30分
会場／溝沼市民センター
講師／Gボールインストラクター 小澤 美智子さん
定員／15人(先着順)
費用／無料 持ち物／タオル、水筒
申込方法／事前に電話またはメールで
問／小澤 ☎090-8840-0645
✉michiko_ozawa_702@yahoo.co.jp

あさかパートナー2期会主催事業

「フランス人から見たフランスと日本文化の違い」

日時／9月17日(土) 午前10時～11時30分
会場／中央公民館・コミュニティセンター
講師／あさか多文化子育ての会「バンビーニ」
代表 前田 レジーヌさん
費用／無料
申込方法／事前申込不要。当日直接会場へ。
問／梶原 ☎461-7526

朝霞基地跡地の自然を守る会主催事業

楽しいシンボルロードづくり みんなで考えよう!!
～現地見学とワークショップ～

朝霞基地跡地に、約700mに及ぶシンボルロードづくりが具体的日程に上がってきました。市民の財産である基地跡地の活用方法をみんなで考えませんか。

日時／10月1日(土) 午後1時～3時30分 ※少雨決行
会場／午後1時～現地見学 朝霞市役所玄関集合
午後2時～ワークショップ 中央公民館・コミュニティセンター
定員／40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／大野 ☎090-5209-9467
✉ohno3510014@tbr.t-com.ne.jp

申・問／生涯学習・スポーツ課 〒351-8501 朝霞市本町1-1-1
☎463-2920 FAX467-4716 ✉syogaku_sports@city.asaka.saitama.jp

スポーツ・レクリエーション

第55回 朝霞市ロードレース大会

11月23日(水・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／市ホームページにある申込フォームから申し込み。または、生涯学習・スポーツ課、総合体育館、各公民館などにある申込書(9月上旬頃配置予定。市ホームページからダウンロード可)に記入し、生涯学習・スポーツ課へ持参または郵送
参／1人300円(ふれあいは1組600円)当日納入 締／10月14日(金)消印有効
問／生涯学習・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	トラック1周→ジョギングコース1周
小学4・5年生	1.7km	トラック半周→周回路1周
小学6年生	2.0km	トラック1周→周回路1周
中学生	3.0km	トラック1周半→周回路1周→トラック1周
一般(高校生以上)	5.0km	トラック2周→周回路2周→トラック1周
壮年(40歳以上)	5.0km	
一般(高校生以上)	10.0km	トラック1周→周回路5周→トラック1周

※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61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30日(日) 午前9時受付、9時30分開会式

会／総合体育館 対／市内在住・在勤・在学の方

種 目	参加費
小学生(男女いっしょ)の部	無料
中学生の部	200円
一般の部	500円 1種目につき
40歳以上の部	
55歳以上の部	
65歳以上の部	

※1人1種目。ただし、55歳以上の者は一般の部を含め2種目にエントリーできる。
※年齢は大会当日の満年齢
※参加費は当日納入

対／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。
〒351-0016 青葉台1-8-1

編／10月20日(木) 問／塩味 ☎466-3977

第17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23日(日) 午前9時開会式 会／総合体育館

種／A混合フリーの部(男女混合18歳以上) B混合シニアの部(男女混合40歳以上) C女子フリーの部(女子18歳以上) Dふれあいの部(男女混合18歳以上) ※いずれの部も高校生は不可 参／1チーム3,000円 申／連盟ホームページから。エントリー用紙を連盟宛てに添付してメール送信 編／10月4日(火) 問／朝霞市バレーボール連盟
http://www.asakavolleyball.com
✉asakavolleyball30@yahoo.co.jp

秩父の峠を巡り歴史をしのぶ(約9.5km)

難易度★★★

主催／朝霞市歩こう会

日・集／10月22日(土) 午前7時40分 北朝霞駅前広場(雨天決行) 行程／北朝霞駅→新秋津駅(乗換)→秋津駅→正丸駅(下車)→旧正丸峠→虚空蔵峠→刈場坂(急坂)→三田久保峠→正丸駅 対／小学生以上(小学生は保護者同伴)

参／300円(保険代等) 編／10月14日(金) 持／弁当・水筒・雨具等 申／はがきに①コース名②参加者全員の住所・氏名・電話番号を記入のうえ、生涯学習・スポーツ課へ。参加決定の通知はいたしません。当日は直接集合場所へ 問／鈴木 ☎473-2537

紅葉の高尾山に再度挑戦

主催／朝霞市レクリエーション協会

日・集／10月29日(土) 午前7時40分 北朝霞駅前広場(雨天決行) 行程／北朝霞駅→高尾山口駅→稲荷山コース→高尾山山頂(599m)→奥の院→薬王院→下りケーブルカー乗車→清滝駅前広場で解散 対／小学生以上(小学生は保護者同伴) 参／300円(保険代等) 交通費が別途必要 編／10月14日(金) 締切後の申し込みは当日直接集合場所へ 持／弁当・水筒・雨具・つえ等 申／はがきに①コース名②参加者全員の住所・氏名・電話番号を記入のうえ、生涯学習・スポーツ課へ。参加決定の通知はいたしません。直接集合場所へ 問／鈴木 ☎473-2537

健康スポーツ倶楽部 ASAKA

Keep Active(運動と講義による中高年の健康づくり講座)

主催／東洋大学ライフデザイン学部健康スポーツ学科

日／10月1日～2月4日の土曜日 午前10時40分～午後0時10分 全14回 会／東洋大学朝霞体育館 定／60歳以上30人 参／保険料1,850円、活動支援費3,000円 申／9月24日(土)午前10時40分に東洋大学朝霞キャンパス内アリーナで申し込み受付。希望者多数の場合は抽選。 問／東洋大学山下研究室 ☎080-3368-6527

ヴィーナスリーグをみよう！

関東女子硬式野球連盟ヴィーナスリーグのゲームを行います。女子野球ならではの華麗なプレーをご覧ください。

日／9月17日(土) 午前9時～(予備日 9月24日(土))

会／朝霞中央公園野球場 ※観覧無料

問／総合体育館 ☎465-9811

★★(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社 スポーツ教室のご案内(9月～)秋号★★

	教室名	日時・会場	定員 参加費	内 容
1	ベリーダンス教室	10月5日～11月30日の水曜日 全8回(11月23日(水・祝)を除く) 午前9時30分～10時30分 会場／総合体育館	20人 4,500円	初心者の方を対象としたベリーダンス教室です。腰回りを中心にシェイプアップ！
2	はじめてのテニス教室	10月7日～11月25日の金曜日 全8回 ※予備日あり 午前9時～10時20分 会場／青葉台公園テニスコート	22人 4,000円	初めてテニスにチャレンジする方を対象とし、基本を学びます。協力：朝霞市テニス協会
3	レベルアップテニス教室	10月7日～11月25日の金曜日 全8回 ※予備日あり 午前10時40分～正午 会場／青葉台公園テニスコート	22人 4,000円	初心者よりレベルを上げた教室です。協力：朝霞市テニス協会

主催／(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社 対／18歳以上の方、(医師から運動を禁止されている方は申し込みません) 申／往復はがきに①教室名(1枚につき1教室)②住所③氏名(ふりがな)④年齢⑤電話番号を記入のうえ、総合体育館宛てに郵送 ※申込多数の場合は抽選 〒351-0016 朝霞市青葉台1-8-1 朝霞市立総合体育館宛て 編／9月20日(火)【必着】参加の可否は9月26日(月)までに通知 問／総合体育館 ☎465-9811
※教室開催日については、やむをえず変更する場合があります。ご了承ください。

体育施設臨時休館日(9月1日～10月31日)

総合体育館 9月14日(水)、10月24日(月)

武道館 9月5日(月)・26日(月)、10月17日(月)

滝の根テニスコート 9月5日(月)・20日(火)

10月3日(月)・17日(月)

生涯学習・スポーツ課

〒351-8501 本町1-1-1

☎463-2403 FAX467-4716

✉syogaku_sports@city.asaka.saitama.jp

総合体育館 〒351-0016 青葉台1-8-1

☎465-9811 FAX464-2429



第61回 朝霞市民 体育祭

10月9日(日) 8:00開会 雨天中止(順延なし)

会場 朝霞中央公園陸上競技場
主催／朝霞市 朝霞市教育委員会
朝霞市体育協会

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、または地区名がわかるものを身に付けてください。

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。

アトラクション等

- 朝霞高校バトン部の演技
- 朝霞市民吹奏楽団・市内中学校吹奏楽部による演奏
- 市内中学校対抗リレー
- 市民体育賞表彰

あなたの体力は？

- 体力測定コーナー
 - 健康相談コーナー
 - 健康体操指導
- どなたでも！



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。

撮影された写真は事務局において市民体育祭のPRに使用させていただきます。

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			11:40
	アトラクション		埼玉県立朝霞高校バトン部	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	スポーツ〇×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。

★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。

問／生涯学習・スポーツ課

☎463-2403

日 日時 会 会場 集 集場所 種 種目 対 対象 定 定員 参 参加費 縮 縮切 持 持ち物 申 申し込み 問 問い合わせ

広報あさか 2016.9



公民館の

ひろば

施設名	電話番号	住所	休館日(9/1～30)
中央公民館・コミュニティセンター	465-7272	〒351-0016 青葉台1-7-1	9/5・12・19・26
東朝霞公民館	463-9211	〒351-0005 根岸台6-8-45	9/4・12・18・19・22・26
西朝霞公民館	462-1411	〒351-0014 膝折町4-19-1	9/4・12・18・19・22・26
南朝霞公民館	461-0163	〒351-0023 溝沼1-5-24	9/5・11・19・20・22・25
北朝霞公民館	473-0558	〒351-0035 朝志ヶ丘1-4-1	9/4・12・18・19・22・26
内間木公民館	456-1055	〒351-0032 田島2-18-47	9/5・11・19・20・22・25

※番号はお間違いないようにお願いします。

東朝霞
公民館

生活教養講座 心身を整える骨盤体操

骨盤のゆがみを整えて、心身ともにリフレッシュしませんか？
日時／9月16日(金) 午前10時30分～正午
対象／成人女性
定員／20人
講師／骨盤体操インストラクター 片山 弥生さん
費用／50円(保険代)
申込方法／9月9日(金)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。

東朝霞
公民館

大人の映画会

山本周五郎原作の『かあちゃん』を上映します。江戸の長屋を舞台にした、ひとりの母親をめぐる人情ドラマです。
日時／9月24日(土) 午後1時30分～2時30分(予定)
作品／『かあちゃん』(60分)
出演／野川由美子、織本順吉
対象／どなたでも
費用／無料
申込方法／当日直接会場へ



西朝霞
公民館

人権教育講座 インターネット社会と人権 ～子どもや孫たちをネット被害から守るために～

子どもたちが手軽に利用できるスマートフォンなどで、被害者や加害者にならないために私たちは何ができるのか学びます。
日時／9月27日(火) 午前10時～正午
対象／どなたでも **定員**／40人
講師／株式会社情報文化総合研究所 代表取締役 佐藤 佳弘さん
費用／無料 **申込方法**／当日直接会場へ
 ※手話通訳あります。



西朝霞
公民館

育児講座 リトミックでミニうんどうかい

お子さんと一緒にリズムや音に合わせて体を動かし、運動会気分を楽しみませんか？
日時／9月30日(金) 午前10時～11時30分
対象／1歳半～3歳の未就学児とその保護者
定員／15組(保護者1人につきお子さん1人まで)
費用／1組100円(保険代)
講師／中島 むつ子さん(西朝霞公民館サークル講師)
持ち物／上履き、タオル、飲み物
申込方法／9月20日(火)午後5時まで電話または西朝霞公民館窓口で受け付けます。
 ※動きやすい服装でお越しください。

北朝霞
公民館

教養講座 かわいいプチ・グラニーバッグ

バッグinバッグとして、小物や携帯電話・デジカメが入るバッグを作ります。
日時／9月30日(金) 午後1時～3時30分
対象／成人
定員／16人
講師／日本手芸普及協会指導員 米澤 真由美さん
費用／600円(材料費)
持ち物／裁縫道具、筆記用具
申込方法／9月21日(火)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

快適せいかつ講座 ネイルでおしゃれに輝こう！

繰り返し使えるネイルチップをアレンジして、秋のおしゃれをワンランクアップ！あなたの個性が更に光ります。
日時／10月2日(日) 午後1時～3時30分
対象／どなたでも **定員**／15人
講師／ネイルサロンBB Terrace 齋藤 馨子さん
費用／1,300円(材料費)
保育／1歳以上の未就学児(定員5人)
申込方法／9月23日(金)午後3時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

子どもふれあい広場 親子でリトミック

楽しく歌って踊って、リトミック体験しませんか？親子で走ったり、工作もします。
日時／10月7日(金) 午前10時～11時30分
対象／1歳半～3歳の未就学児とその保護者
定員／15組30人
講師／高岡 秀子さん(東朝霞公民館サークル講師)
費用／1組100円(保険代)
申込方法／9月24日(土)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。

内間木
公民館

快適せいかつ講座 植木剪定教室～庭の木をスッキリ見映え良く～

自分で自宅の庭木剪定に挑戦してみたい方！剪定の基本について学びましょう。実際に剪定作業も行います。
日時／10月15日(土)・16日(日) 午前9時～正午
対象／成人 ※全日程参加できる方 **定員**／10人
講師／日本園芸協会庭園技能学習指導員 山中 正二さん
費用／200円(保険代)
申込方法／10月4日(火)午後3時まで電話または内間木公民館窓口で受け付けます。

ようこそ！
あさかの生涯学習へ

中央
公民館プラネタリウム秋番組
『宇宙列車ドリーム号～太陽系をさぐる～』

宇宙空間を走り、時間旅行も可能な列車「ドリーム号」。太陽系や、宇宙誕生のヒミツに
せまります！

日時／9月18日～11月13日の毎週日曜日 午前11時、午後1時30分、3時の3回放映

対象／どなたでも

定員／各回90人

観覧料／子ども（中学生以下）100円、大人（高校生以上）200円

※朝霞市在住・在勤（在学・在園）のいずれにも当てはまらない方は5割増し（子ども150円、
大人300円）となります。

※小銭をご用意ください。

受付／当日、放映開始時間15分前から3階プラネタリウム入口前で受け付けます。

中央
公民館

悠 ゆ う 大 学

対象／市民（全日程参加できる方）

定員／1. 健康&リフレッシュコース 50人 2. 教養コース 50人

費用／1. 健康&リフレッシュコース 200円（保険代） 2. 教養コース 無料

申込方法／往復はがきに、①住所 ②氏名（ふりがな）③年齢 ④電話番号 ⑤希望コース名
を明記し、**9月20日（火）【必着】**で ☎351-0016 朝霞市青葉台1-7-1 朝霞市中央公
民館 悠ゆう大学宛 にお申し込みください。

※1コースの申し込みにつき、往復はがき1枚でご応募ください。※講座内容は、都合により
変更となる場合があります。

※1. 健康&リフレッシュコースについて、保育（1歳以上の未就学児・定員6人）を希望
される方は、申込はがきにその旨をご記入ください。

1. 健康&リフレッシュコース 『これから始める簡単トレーニング』（講義時間は、全日程午前10時～正午）

協力／株式会社明治スポーツプラザ

回	日 程	内 容	講 師
1	10月6日(木)	開講式	
2	10月13日(木)	ストレッチの効果と注意点について	
3	10月20日(木)	姿勢改善トレーニング	朝霞市健康増進センター わくわくどーむ 名畑 徹さん
4	10月27日(木)	肩・股関節の運動	
		続けられる筋力トレーニング	
		閉講式	



2. 教養コース『おとな天体教室』（講義時間は、全日程午後2時～4時）

回	日 程	タ イ ト ル	講 師
1	10月6日(木)	開講式	
		世界の量・日本の量	株式会社五藤光学研究所 小澤 祐二さん
2	10月13日(木)	江戸の天文学	大東文化大学東洋研究所兼任研究員 中村 士さん
3	10月20日(木)	日常にある身近な宇宙	大学共同利用機関法人自然科学研究機構 国立天文台副台長 渡部 潤一さん
4	10月27日(木)	「天体の仕組み」と「プラネタリウムの仕 組み」	朝霞第一中学校教諭 戸鹿野 宏道さん
		閉講式	

※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。 ※費用は原則当日徴収します。

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、図書館までお問い合わせください。



はじめてのプレママ・読み聞かせ講座 予約制 ～おなかの赤ちゃんに絵本を楽しんでみましょう～

おなかの赤ちゃんと一緒に、絵本の読み聞かせを体験していただきながら、赤ちゃん絵本の選び方や読み方、おすすめ絵本を紹介します。これから始まる子育てを楽しみに、絵本を開いてみませんか。

日時／9月24日(土) 午前10時30分～11時30分

会場／図書館(本館) 視聴覚室

対象／初妊婦とその家族

定員／15人(市内在住・在勤の方)

申込開始／9月1日(休)から※先着順

申込方法／図書館本館へ電話、FAX、メール
(tosyo@city.asaka.saitama.jp)、
またはカウンターで直接お申し込みください。

講師／図書館職員(絵本専門士)

※初妊婦を対象としているため保育はありません。



シネマライブラリー

入場無料

日時／9月4日(日) 午後2時～

会場／図書館(本館) 視聴覚室

上映作品／劇場版アニメ「宇宙戦艦ヤマト」
(1977年作品・94分)

監督／舛田利雄

設定デザイン／松本零士

声の出演／納谷悟朗、富山敬、仲村秀生 ほか



親子でご参加ください

入場無料

「北朝霞分館の絵本のよみきかせ」

日時／9月20日(火) 午後3時30分～

会場／産業文化センター2階

研修室兼集会室2

内容／手遊びとよみきかせ

問／図書館北朝霞分館



♪ほんかんの催し物♪

行事等	月日	内容	時間	場所
うさみみタイム (幼児・児童向け)	9/1 (木)	花さき山 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
	9/8 (木)	きかんしゃトーマス⑤ ヘンリーのせきたん ほか 全5話 25分		
	9/15 (木)	ふるさと再生 日本の昔ばなし うばすて山/水の神の文使い /運のよいにわか侍 25分		
	9/22 (木・祝)	うさみみタイムはおやすみです。		
	9/29 (木)	花いっぱいになあれ/王さま でかけましよう 24分		
松の木読書会*	9/16 (金)	穴 小山田 浩子/著	午前10時～正午	和室
おはなしくらぶ (乳幼児向け)*	9/26 (月)	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。



連絡先が変わった方は 図書館に届け出をお願いします



引っ越し等で、住所・電話番号などの登録された内容が変わった際は、図書館に「変更届」の提出をお願いします。

※市内の図書館・公民館のカウンターにお越しください。

※住所・氏名の分かる身分証(免許証・保険証など)をお持ちください。

一般書

新着図書紹介 ()内は所蔵館とコーナー名

笑って付き合う認知症(本館 実用書A)

榎本睦郎/著 新潮社 493.7グレー

7人制ラグビー観戦術 セブンスの面白さ徹底研究(本館 実用書B)

野澤武史/著 ベースボール・マガジン社 783.4アオ

「嫌われたくない」をどうするか?生きづらさをやわらげるコツ

(本館 歴史・哲学) 榎本博明/著 三五館 159

元老(本館 社会科学) 伊藤之雄/著 中央公論新社 312.1

憲法って、どこにあるの?みんなの疑問から学ぶ日本国憲法

(本館・分館 ティーンズ・社会科学) 谷口真由美/著 集英社 323.1

海の教科書(本館 科学・工業) 柏野祐二/著 講談社 452

中国語で読む我的(わたしの)ニッポン再発見(本館 言語・辞典)

段文凝/著 江正殷/著 研究社 820

伯爵夫人(本館・分館 日本文学)

蓮實重彦/著 新潮社 Wハス

これもまた、過ぎゆく(本館・分館 外国文学)

ミレーナ・ブスケツ/著 井上知/訳 早川書房 963フ

児童書

航空機のひみつ(本館 児童)

飛田翔/監修 小学館 K538

菌ちゃん野菜をつくろうよ!(本館・分館 児童)

あんずゆき/文 佼成出版社 K615

ぼくはおばけのかていぎょうし きょうふのじゅぎょうさんかん

(本館・分館 児童)

さとうまきこ/作 原ゆたか/絵 あかね書房 Kサト

*新着図書は他にも多数あります。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。

*図書館のホームページでも毎週新刊案内を更新しています。

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FAX 468-0079

ギャラリー展示 みんなあーちすと ～かお・かお・かお～

わらった顔、ないた顔、おこった顔、ヘンな顔、かぞくの顔。みんなが描いてくれたたくさんの「かお」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！

9/3(土)～9/11(日) 一般参加者作品展示

※9/5(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。

9/14(水)～9/25(日) 市内保育園・幼稚園児作品展示

※9/20(火)・23(金)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、園児に描いてもらいました。園ごと・クラスごとに展示します。

期間中は、みんなあーちすとのシンボル「はだかんぼうの木」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)



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22日(土)

午前10時～11時30分

会場/旧高橋家住宅



昨年のさつまいも掘り

対象：定員/小中学生とその保護者：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」と明記のうえ、10月4日(火)必着で〒351-0007 朝霞市岡2-7-22 朝霞市教育委員会文化財課へ。

※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

問い合わせ 文化財課 ☎463-2927

博物館・埋蔵文化財センター おやすみカレンダー

開館時間 午前9時～午後5時

休館日 月曜日、第4金曜日(祝日に当たるときは開館)、祝日の翌日(土・日曜日に当たるときは開館)、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・休所日は博物館に準じます(臨時の開館・休館は除く)。

9月

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						

10月

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					

9/10(土)～9/25(日) 朝霞市県展作品展 協賛：朝霞市美術協会

5月31日(火)から6月22日(火)まで「第66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19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・運営委員作品をあわせ、日本画・洋画・彫刻・工芸・書・写真の各部門計25点の作品をご紹介します。



「月の夢」(彫刻)
境野里香さん作

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みませんか？(予約不要。ご自由どうぞ！)

9月17日(土)午後2時～ 彫刻：丸山栄子さん、写真：佐竹保二さん、矢部昭八さん、大竹伸宜さん、加藤博幸さん、竹下進さん、竹下政子さん

朝霞市博物館開館20周年記念事業 あさか・しき・にいざ・わこう 四市合同 丸沼芸術の森コレクション展 アンドリュー・ワイエスと ベン・シャーンの世界 10/1(土)～10/23(日)

30年にわたり若手アーティストへの支援を続ける「丸沼芸術の森」(市内上内間木)は、国内有数の規模を誇る美術品コレクションで広く知られています。その所蔵品は美術を学ぶ若い世代を始め、多くの方々に楽しんでいただきたいたとの趣旨により、設立者である須崎勝茂さんによって収集されてきました。この度、地元地域の四市で同時にコレクションを公開する展覧会を開催することとなりました。

朝霞市博物館では、丸沼芸術の森コレクションの中核的存在であるアンドリュー・ワイエスとベン・シャーンの30作品をご紹介します。

本展覧会へのご来場を心からお待ちしています。

時間/午前9時～午後5時

会場/博物館 企画展示室

主催/丸沼芸術の森・朝霞市・志木市・新座市・和光市

ギャラリートーク 担当学芸員による展示解説

日時/10月1日(土) 午後2時～3時

講師/丸沼芸術の森 学芸員 中村 音代さん
丸沼芸術の森 学芸員 大竹 輝明さん

会場/博物館 企画展示室

対象：定員/一般：特になし

申込方法/事前申込不要。当日直接展示室にお越しください。

スタンプラリー

「丸沼芸術の森コレクション展」全5会場を巡ってスタンプを集めるスタンプラリーを開催します。スタンプカードに各会場のスタンプを集め、最後の会場で記念品と交換します。スタンプカードは各会場で配布します。なお、記念品が無くなりましたら、スタンプラリーは終了させていただきます。

多くの方は、ご自身や家族、あるいはお子様が突然の嘔吐、腹痛や下痢などに見舞われ大変な思いをした経験があると思います。

感染性胃腸炎とは、細菌やウイルスなどの病原体による胃腸炎の総称です。細菌性胃腸炎は比較的夏場に多く、カンピロバクター、病原性大腸菌、サルモネラなどが代表的な原因菌です。一方ウイルス性胃腸炎は正にこれから、つまり秋口から流行が始まるノロウイルスや年明けから春先に乳幼児を中心に流行するロタウイルスが代表的です。そしてウイルス性胃腸炎は毎年非常に多くの方が罹患し、時として学校や施設などでの集団発生が認められます。そこで今回は特にウイルス性胃腸炎に罹患した場合の対処法や予防法についてお話ししたいと思います。

ウイルス性胃腸炎の主な症状は吐き気や嘔吐、下痢、発熱、腹痛で、かかってしまった場合は、基本的には安静にして水分を補給することが大事で、医療機関では症状に応じた対症療法が行われます。特に乳幼児や高齢者では下痢、嘔吐、発熱などで脱水症状が生じることがあり、水分が取れているか、尿はでているか、口の中がすくく渴いていないか、などに注意しましょう。脱水症状が疑われ

る場合は早めの医療機関受診をお勧めします。最近は経口の補液剤でバランスの取れたものが市販されていますので、そういうものを吐かない程度に少量ずつ飲ませながら様子を見るのが良いでしょう。水分と塩分として糖分が少し入っていれば大丈夫なので、嘔吐がある間は食事を控えた方が良いと思います。嘔吐がなくなり水分が十分取れば、うどんやおかゆ、豆腐、バナナなど消化の良いものから始めましょう。ただし冬でも中には細菌性胃腸炎で特別な治療を必要とすることもあり、発熱や腹痛、血便などの症状が強いときは早めに医療機関を受診しましょう。

次に予防のポイントですが、感染経路は病原体が付着した手で口に触れることによる接触感染と汚染された食品を食べることによる経口感染です。ので、一番大事なことはトイレの後や調理、食事の前には石けんと流水で十分に手を洗うことです。また、ノロウイルスはアサリ、カキなどの二枚貝に蓄積することがあります。加熱食品や調理器具などは85℃で1分間以上加熱することが有効です。そしてこの手の病気は家庭で吐いたり下痢したりすることによる家庭内感染や、学校、職場、施設での集団感染がしばしば見られます。それはウ

イルスが吐しゃ物や便の中に大量に排出されるためです。つまり吐しゃ物や便を介して感染が広がってしまうことが多く、それを上手に処理しなければいけません。処理する場合は手袋やマスク、エプロンなどをして、直接手に付いたり、吸い込んだりしないようにしてください。これらのウイルスは次亜塩素酸イワゆる漂白剤に感受性があり、それで拭いたり、汚れた衣類はしばらくつけてから洗濯したりするのがお勧めです。

次にワクチンですが、ノロウイルスにはまだワクチンはありません。ロタウイルスについては既に多くの乳児にワクチンが接種され、重症化を防いでいます。しかし、現在のところ任意接種で、しかも一回目の接種は14週と6日までに済ませることが推奨されています。そのため、新生児がいる親御さんへ早めに情報を流す必要があります。

最後に、どの季節にあつても流行する病気などがありますが、やはり石けんと流水での手洗いや、うがいをきちんと実行することは、多くの感染症でとても大事な予防行動です。感染性胃腸炎は、乳幼児や小児、あるいは高齢者にも多く、自ら予防行動がとりづら

日曜・休日に実施している医療機関

午前10時～午後4時

月日	場所	施設名	科目	電話(048)	場所	施設名	科目	電話(048)
4	和光	新倉診療所	内・外	467-1155	志木	志木江原耳鼻咽喉科	耳	473-7929
11	新座	坂本医院	内	481-4839	新座	田中内科医院	内・外・循内・消内	477-3536
18	志木	志木駅前クリニック	内・循内・腎内・糖内	473-8101	朝霞	ふじい整形外科	整外・リハ	450-1188
9 19	新座	野火止クリニック	内・小・循内	479-5698	新座	飛田耳鼻咽喉科	耳	479-4062
22	朝霞	北朝霞・朝霞台えきまえエスエスこどもクリニック	小	476-3002	新座	志木南口クリニック	内・外・小・消内・整外・肛・リハ	485-6788
25	新座	志木小児科・アレルギー科クリニック	小・アレ	481-1064	朝霞	朝霞駅東口たんば内科クリニック	内・消内	450-2211



※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

※費用：無料 ※会場：保健センター

内 容		日時・会場		対 象		そ の 他	
離乳食ステップアップ教室		10月27日(木) 午前10時～正午 もしくは 午後1時30分～3時30分		平成27年11月～平成28年3月生の第1子のお子さんとその保護者1人		申／9月15日(木)から（電話で要予約）	
マタニティ教室							
		日	程	実施時間	対象（初妊婦）	内 容	そ の 他
10月 （短縮1日コース）		15日(出) ※初妊婦・パパになる方対象	午前10時～ 午後4時	H29年1月～ H29年3月 出産予定	お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映		申／11月（基本2日コース） は電話で9/8(木)から予約 受付開始
11月 （基本2日コース）		1回目：10日(木) ※初妊婦のみ対象	午後1時～ 4時	H29年2月～ H29年4月 出産予定	妊娠中の歯つびい講座 妊娠中の栄養と調理実習		※10月（短縮1日コース） はすでに受け付けを行っ ています。
		2回目：19日(出) ※初妊婦・パパになる方対象	午前10時～ 午後4時		お産の進み方、パパ講座、 沐浴・妊婦体験、DVD上映		
乳幼児健康診査							
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	
H28年6月生まれ		H27年12月生まれ		H27年3月生まれ		H25年6月生まれ	
※左記の方へ、個別通知します。 （9月中旬発送予定）							
定期予防接種							
ヒブ・小児用肺炎球菌 等				生後1か月児（H28年8月生まれ）			
日本脳炎				3歳児（H25年8月生まれ）			
※左記の方へ、個別通知します。							
親子歯科健康診査							
実施期間／9月1日(木)～ 11月30日(木)				対象／H23年4月2日～ H24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）		※対象者には、8月中旬に個別通知しています。 詳細は通知をご覧ください。 個別通知の届かない方はご連絡ください。	

県の不妊に関する相談窓口のご案内

県では、不妊に悩む夫婦の相談窓口として、専門医と面談形式で相談ができる窓口や助産師と電話相談ができる相談窓口を設置しています。いずれも無料で利用できます。どうぞ一人で悩まず、お気軽にご相談ください。

不妊の検査はどんなことをするの？不妊の治療はどんな治療がある？現在行っている治療に不安がある…。 など

1 面接相談

◆不妊専門相談センター

専門医が面談形式で相談にお答えします！

場 所：埼玉医科大学総合医療センター内(川越市)

予約方法：電話で予約 ☎049-228-3674

面談日時：毎週火・金曜日 午後4時～5時

2 電話相談

◆不妊・不育症・妊娠サポートダイヤル

助産師が電話でお話を伺います！

電話番号：048-799-3613

相談日時：毎週月・金曜日 午前10時～午後3時

その他、朝霞保健所でも不妊を含む女性の健康に関する相談を行っています。

問／埼玉県健康長寿課 ☎048-830-3561

朝霞保健所 ☎461-0468

メンタルチェックシステム「こころの体温計」をご利用ください。
～9月10日から16日までの1週間は自殺予防週間です～

「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!!
「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。お気軽にアクセスしてください。

アクセス方法

- ・市ホームページ→「こころの体温計」で検索
- ・次のURLからアクセス <https://fishbowlindex.jp/asaka/>
- ・右のQRコードを読み取る。



※9月の休日歯科応急診療所

実 施 日 9月19日(月・祝)、22日(木・祝)

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 ☎481-2211

☆9月は「健康増進普及月間」です。

※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター

●埼玉県南西部消防本部

※小児救急電話相談

※大人を対象とする救急電話相談

☎048-824-4199

☎048-460-0123

#8000(携帯電話からも相談可能)

#7000(携帯電話からも相談可能)

申…申し込み 問…問い合わせ



消防署長から感謝状を贈呈しました

朝霞消防署では、朝霞市本町地区で発生した救急事案において、迅速かつ的確な行動により人命救助を行った伊藤憲次さん、佐藤愛さん、また朝霞市浜崎地区で発生した救急事案において、迅速かつ的確な行動により人命救助を行った谷藤誠司さんに対し、野部消防署長から感謝状を贈呈しました。



左から谷藤誠司さん 野部消防署長



左から野部消防署長、伊藤憲次さん



左から野部消防署長、高橋秀明さん

さらに、平成28年度危険物災害対応演習に際し、模擬給油設備を寄贈していただいた株式会社志村の代表取締役社長である高橋秀明さんに対し、感謝状を贈呈しました。今後の職員研修においても、給油設備の構造、検査方法等の知識の習得に役立つものであり、消防職員の資質向上に活用させていただきます。

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 (祝日の場合は翌週)	午後1時～4時	市	人権庶務課	☎463-1738
女性総合相談	毎週木曜日	午前10時～午後3時	市	それいゆばらざ(女性センター)	☎463-2697
DV相談	毎週火～日曜日 ※専門の相談員による相談日時 毎週火・土曜日	午前9時～午後5時 午前10時～午後4時	市	それいゆばらざ(女性センター)	☎463-0356
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
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
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	午後1時～4時30分	市	課税課	☎463-2851
税務相談(税理士会)	毎週水曜日	午後1時30分～4時30分	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	収納課	☎463-2023
年金相談	毎週木曜日	午後1時～6時	市	保険年金課	☎463-1264
家庭児童相談	毎週月～金曜日	午前9時30分～午後4時	市	こども未来課	☎463-2231
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
金融よろず相談 (中小企業者、起業者向け)	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
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
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
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	☎463-1903
分譲マンション 管理相談	毎月第1水曜日 (1月・5月は第2水曜日)	午後1時30分～4時20分 (1組50分)	市	まちづくり推進課 (予約は前月第3月曜日から先着順)	☎463-2518
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)	午前10時～正午	市	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	毎週火曜日	午後1時～5時15分	市	障害福祉課	☎463-1598
生活保護相談	毎週月～金曜日	午前8時30分～午後5時15分	市	福祉課	☎463-1576・1562
生活困窮者自立支援相談	毎週月～金曜日	午前9時～午後5時	市	福祉課	☎463-1594
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
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8時30分～午後5時15分	保	健康づくり課	☎465-8611
こころの健康相談	9月28日(水)	午後2時～3時30分	保	健康づくり課(9月23日(金)まで)	☎465-8611

* 市…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 市 所れいゆばらざ(中央公民館内女性センター) 地 各地域包括支援センター
一覧 浦 埼玉県浦和合同庁舎 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)

**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

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

健康増進の「ノルディック・ウォーク」セミナー

日時/9月26日(月) 午前10時～11時45分
会場/産業文化センター 費用/500円 対象/心身の健康づくりに興味のある方 申込方法/電話またはメールで その他/定員40人(先着順)。全ての人々に有益な運動(ノルディック・ウォーク)を知っていただくセミナーです。体験可。運動しやすい服装と靴でお越しください。主催/NORDIC あさか
問/問/河内 ☎090-1257-9986
☐ skawachi@ezweb.ne.jp

土業による遺言相続無料相談会

日時/9月19日(月・祝) 午前10時～午後4時 会場/産業文化センター 対象/相続・遺言、後見について悩んでいる方 申込方法/電話、facebookまたは当日直接会場へ その他/毎月第3日曜日に朝霞市内で無料セミナー・相談会開催
主催/土業による遺言相続無料相談会
問/問/藤田 ☎469-2850

シニア・ウクレレ体験

日時/9月13日(火)・20日(火) 午後1時～2時20分 会場/中央公民館・コミュニティセンター 費用/2,000円(教材費) 対象/50歳以上の方 申込方法/電話で その他/ウクレレ貸し出し有 主催/朝霞ウクレレサークル
問/問/小林 ☎090-6303-4321

第7回「楽脳まつり」健康発表会

日時/9月3日(出) 午前9時30分～午後4時 会場/中央公民館・コミュニティセンター その他/脳と体と心の健康をつくる33団体の発表会です。主催/楽脳体操チーム
問/問/松山 ☎464-2717

第2回 黒目川ハロウィンウォーキング

日時/10月23日(日) 午前10時～午後0時30分 集合時間・場所/午前9時30分 産業文化センター前 会場/黒目川沿い 費用/500円(保険・ハロウィンプチお土産付き) 申込方法/メールで その他/定員50人。小雨決行 主催/黒目川ウォーキング実行委員会
問/問/熊谷 ☎080-6065-8198
☐ kuromegawa_walking-halloween@yahoo.co.jp

第6回 同行援護従事者養成研修 一般過程(県指定)

日時/10月18日(火)・25日(火)・27日(水) 11月1日(火) 4日間 午前10時～午後4時(初回のみ午前9時30分受付開始) 会場/朝霞市役所ほか 費用/17,000円 申込方法/はがきに住所・氏名(ふりがな)・電話番号・「同行援護従事者養成研修受講希望」を明記し、〒351-8799 朝霞郵便局私書箱23号 NPO法人障害者も地域で共に・コーヒータム宛へ(10月7日(金)必着) その他/定員20人 主催/NPO法人障害者も地域で共に・コーヒータム 問/問/坂本 ☎467-7749

バザーのお知らせ

日時/9月25日(日) 午後1時～4時 会場/志木聖母教会 その他/①バザー前日・当日のボランティア募集 ②バザー品の提供をお願いします。主催/アジアの留学生と交流する会
問/問/八代 ☎476-3376

社労士による成年後見学習会と無料相談会

日時/9月25日(日) 午後1時30分～5時 会場/にいがほっとぷらざ その他/先着80人 主催/一般社団法人社労士成年後見センター埼玉 あさか支部
問/問/田代 ☎080-3515-5900

会員募集

ゴスペルサークル寿限無

日時/毎週金曜日 午前10時～正午 会場/内間木公民館、中央公民館・コミュニティセンター 会費/月2,000円 対象/女性 その他/講師 鳥成 史江。ゴスペルを中心としたさまざまなジャンルの曲をレッスンしています(お子様連れOK)。
問/問/渋谷 gc-juugemu@yahoo.co.jp

東筆会(書道)

日時/毎週金曜日 午前10時～正午 会場/東朝霞公民館 入会金/1,000円 会費/3か月6,000円 その他/書道に興味がある

方、書を学びながら楽しくサークル活動してみませんか。問/問/藤田 ☎462-1968

フラワークラブ「ポコ」

日時/毎月第2金曜日 午前10時～11時30分 会場/井財市民センター 入会金/1,000円(その他、1回2,000円程度の材料費) その他/楽しい雰囲気、おしゃべりしながら花のアレンジを覚えてください!!
問/問/吉武 ☎474-3863

グリーンクラブ 第3クラス

日時/毎週木曜日 午後1時～2時 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2,500円 その他/ネイティブの先生と楽しくやさしい英会話をしています。問/問/佐藤 ☎474-2271

霞謡会(観世流謡曲)

日時/毎月第2・4木曜日(2回) 午前10時～正午 会場/西朝霞公民館 会費/月3,000円 その他/竹内好夫先生の親切な指導が受けられます。会員の稽古教室はいつも開放しています。初心者歓迎。
問/問/富永 ☎465-3433

中央歌謡クラブ

日時/毎月3回水曜日 午後1時～4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 会費/月2,000円 対象/歌の好きな方 その他/最新歌謡曲。先生の歌唱指導後は自由にカラオケを楽しんでいます。女性歓迎。
問/問/目黒 ☎080-2058-4502

ウイングダンスクラブ

日時/毎週土曜日 午前9時30分～11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 会費/月2,500円 対象/初・中級者 その他/皆さんと楽しくステップを踏みませんか。プロ講師2名が丁寧に指導してくれます(ベアシック中心)。
問/問/青木 ☎090-6318-2318



「はい! ポーズ」は6歳未満のお子さんの写真を掲載しています。掲載ご希望の方は、市政情報課にお問い合わせください。

問/問/市政情報課
☎463-3059



富澤 空子ちゃん (11か月)
「8月で1歳になりました!」



笹原 結心ちゃん (1歳)
「な～に?」

2016

彩夏祭

ASAHA SAIKASAI 2016

今年の彩夏祭には約70万人の方が訪れ、まぶしい太陽と笑顔の中で賑やかな3日間となりました。

暑さを吹き飛ばすよさこい鳴子踊りや各種イベントを振り返ってみましょう！

第33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



朝霞なるこ遊和会

準鳴子大賞



霞童

準鳴子大賞



夏舞徒

優秀賞



CHIよREN北天魁



よさこい柏紅塾



リゾン鳴子会飛鳥

鳴子大賞 (埼玉県知事賞)	朝霞なるこ遊和会	コミュニティ協議 会特別賞	妃龍 真舞會
準鳴子大賞 (朝霞市長賞)	霞童	市民まつり特別賞 (朝霞市議会議長賞)	翔笑伝
準鳴子大賞 (朝霞市コミュニ ティ協議会長賞)	夏舞徒	市民まつり特別賞 (朝霞市商工会長賞)	東京メトロ シーブルー
優秀賞 (埼玉県議会議長賞)	CHIよREN北天魁	実行委員会特別賞	郷
優秀賞	よさこい柏紅塾	子ども鳴子大賞	織依舞 しらこぼと
	リゾンなるこ会飛鳥	コミュニティ協議会 子ども特別賞	みはらキッズ
ファイナルステージ賞 (演舞順)	舞連会かつみ結心、七色七味、CHI よREN北天魁、霞童、音ら韻、よ さこい柏紅塾、朝霞なるこ遊和会、 朝霞和樂、鴉、リゾンなるこ会飛鳥、 朝霞鳴子一族め組、夏舞徒	市民まつり 子ども特別賞	さくら保育園 さくらっこ 朝霞どろんこ鳴子隊 きたあさか鳴子会
審査員特別賞 (高知市長賞)	富士見町内会武蔵(武州武蔵)	地域コミュニティ 振興賞	織依舞 しらこぼと 滝の根保育園 チーム織依舞
審査員特別賞 (高知県知事賞)	夏龍颯爽	20回出場チーム賞	桜華 音鳴會 栄町保育園なるこ隊 浜崎鳴子隊

こども鳴子大賞



織依舞 しらこぼと

消防体験フェア



敬礼!



都市間交流ブース



あさか商工まつり



初登場
です!

東京五輪・市制施行50周年
を盛り上げよう!



・ PHOTO GALLERY ・



総踊り

峯流朝霞太鼓



GAN GUN ガガン!
ウォーターガン!!~夏の陣~

最北チーム!
都市間交流先の山形
県東根市から参加

じんまち
神町よさこい 華神桜舞の皆さん



くつらい不妊治療でお悩みの方
まずはお電話を!>
 【定休日】 朝霞駅・志木駅より
 木・日曜・祝祭日 徒歩8分

妊娠を望まれている方の
 体づくりと心のケアは
 漢方相談薬局へ

お問い合わせ・予約・ご相談専門ダイヤル
048-473-7830

朝霞市 漢方 漢方相談薬局
<http://www.saitanaka.com>

昭和薬局
 埼玉県朝霞市朝志ヶ丘1-2-6-106

予約制
 薬み合う場合がごいいますので
 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。

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。

市民葬指定葬儀社

葬儀は 信用と信頼の (株)アトラス

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

コールセンター
 24時間対応 **0120-40-1059**

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

樹木の剪定、伐採、草刈り
 お見積もりは無料です！
 例：樹高3m剪定3,000円 芝刈り㎡200円
 ＊オープンガーデン（日本庭園、枯山水）約400㎡
 見学会開催中です。

グリーンスペース株式会社
 〒351-0023 朝霞市溝沼5-15-9
 TEL 048-424-3928 FAX 048-424-3982
 URL : <http://www.greenspaceltd.info>
 ＊詳しくはホームページをご覧ください。

相続についてのお悩み・ご相談は
 いろいろ
彩相続相談所にお任せください

行政書士、税理士、弁護士、司法書士、不動産業等の専門家が、
 相続対策から相続発生時の手続き支援までワンストップでトータルサポート！

各種相続手続き、遺言書作成、相続対策等、相続に関することなら何でもご相談ください
 <運営事務局>
 行政書士 藤田 孝久 事務所（埼玉県行政書士会所属）
 住所：埼玉県朝霞市本町2-2-32 セレネ朝霞202

お問い合わせは TEL:048-469-2850 まで お気軽にどうぞ

賃貸 管理 **アパマンショップ**
売買 仲介 **アパマンショップ**

不動産の事ならどんな
 ことでもご相談下さい。

株式会社リゾン 〒351-0022 埼玉県朝霞市東弁財1-7-24
 URL <http://www.lizon.co.jp> ☎0120-152-311

株式会社オリエント
 不動産のことならお任せください
 売買・賃貸・仲介・管理
 〒351-0023 朝霞市溝沼5-15-9
048-423-9628
 ホームページ <http://orientltd.jp>

あさか野行政書士事務所
 （松尾行政書士事務所／しみず行政書士事務所）
048-450-1390
 相続・遺言・成年後見・離婚・建設業・宅建
 業 運送業・産廃業・農地転用・法人設立・
 記帳会計、外国人VISA・帰化申請ほか

毎月1回
 無料相談会
 開催中

朝霞市本町2-7-21 www.gasaka.com
 朝霞市役所からバス通り沿い徒歩1分
 行政書士 松尾信一／行政書士 清水庸子

大切な人との別れは
(株)花輪式典
 がプロデュースする安心サポートご葬儀で。
 施主ご負担金額(補助金含) 朝霞市市民葬指定葬儀社
 火葬式(密葬) ￥228,700.より(親族4名)
 家族/親族葬儀 ￥388,700.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・枕飾等
TEL 0120-452-870
 〒351-0005朝霞市根岸台4-11-12 <http://shiminso.jp>

**スマホ・タブレットの
 訪問レッスン**
タクミ
 わからない...
超初心者大歓迎!
 文字入力 インターネット メール カメラ
 アプリ LINE マップ 路線案内
 など、スマホ・タブレット
 の不安ご相談ください！
048-485-9992
 運営会社：株式会社カーテンライズ
 朝霞市東弁財二丁目6番22-106号
 URL:<http://www.takumi-lesson.com/>

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
入居者募集中
介護職員募集中! 資料のご請求、ご入居・ご見学のお問い合わせは
0120-332-016
 〒351-0023 埼玉県朝霞市溝沼 1-5-2